

よこいいききプラザ

TEL 0211 0211
FAX 0211 0212

夏休みプログラム

- 親子でくらくらバスツアー
▼日程 7月22日(金)・8月2日(火) 午前6時30分
▼定員 各日42名(先着順)
- いきプラ夏の宿泊体験記
今年山だ!。山ならではの体験が目白押し。
▼日程 8月9日(火)・10日(水)
- ▼対象 小学1~6年生
- 自然派おやじ関根忠一プレゼンツ
く川遊び山遊び
▼日程 8月5日(金)
- ▼対象 親子又は小3以上
- パンクッキング
▼日時 8月10日(水)
午前10時30分~午後1時30分
- ▼対象 一般男女(24名)
- 大人料理教室
基本のおもてなし
▼日時 8月20日(土)
午前10時30分
- ▼対象 一般男女(24名)
- 手作り木工教室
▼日時 7月31日(日)
午前10時~正午、午後1時~3時
- ▼対象 小学3年生以上(2年生以下は保護者同伴)
- ▼定員 各20名
- デジ教室
▼日時 8月6日(土)
午後1時~3時
- ▼対象 小学生(10名)
- こどもお菓子教室
▼日時 8月27日(土)
午前10時~正午
- ▼対象 小学生(24名)
- 親子お菓子教室
▼日時 8月27日(土)
午後1時30分~3時30分
- ▼対象 3才以上親子(12組)
- ベビーマッサージ教室
▼日時 8月9・23日(火・コース) 8月11・25日(木・コース)
各教室午前10時~正午
- ▼対象 2~6ヶ月の親子(火)、6ヶ月~1歳の親子(木)
- 0歳児ピクス
▼日時 7月11日(月)
午前10時30分~11時30分
- ▼場所 2階エアロスタジオ
- ▼対象 2ヶ月~1歳(歩行の確立がされていないこと)
- 読書感想文書き方教室

▼日時 7月23日(土) 午前10時~正午

▼対象 小学1~中学3年生

○上三川自然探検隊

▼日時 7月31日(日)

午前8時30分集合

▼場所 日産自動車栃木工場南門東側

▼対象 小学1~6年生

浴室からのお知らせ

◎今月のイベント風呂はペーパメントです。
▼実施期間 7月15日(金)~17日(日)

プールからのお知らせ

7月29日(金)・30(土)はスクール休みとなります。振替対象日外となりますのでお間違えのないようお願いいたします。ベビースイミング(火・水・木・土)・大人水泳(初級・中級) 7月度始まりです。それぞれ各教室開催初日に、カードをプール受付にてお渡しします。

夏季短期水泳教室開催

▼日程 A...7月21~23日、B...24~26日、C...27~29日、

D...30~8月1日、E...2~4日、F...5~7日、G...21~23日(各3日間)

▼時間 午前9時~9時50分

▼対象 非スクール会員

チャレンジ教室

▼日程 8月24~28日(5日間)

▼時間 午前8時40分~9時30分

▼対象 スクール会員

新しい教室紹介

パワーアクア...午後7時30分~8時20分(火曜日)
基礎から水泳...午前10時~10時50分(木曜日)

マシンスタジオ

○「In Body 測定+マンツーマントレーニング」を実施しています。理想の身体づくり、健康管理にぜひお役立てください。
▼日時=担当トレーナーと相談
▼料金=2,000円
▼申込方法=2階 マシンスタジオへお電話または直接お越しください。
※初回75分、2回目以降は60分トレーニングになります。
※チケットをご利用の方は施設料(420円)が必要です。
※詳しくはマシンスタジオまでお問い合わせください。

エアロビクススタジオ教室

○「子どもの空手教室」の会員を募集しています!
▼対象=小学1年~小学6年
▼月会費=3,780円(年間48回)
※詳しくはいきいきプラザまでお問い合わせください。

上三川いきいきプラザカレンダー (●印は休館日)

7月	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

8月	日	月	火	水	木	金	土
	★	2	3	4	5	6	
7	★	9	10	11	12	13	
14	★	15	16	17	18	19	20
21	★	22	23	24	25	26	27
28	★	29	30	31			

開館時間= (★は特別開館日 午前9時30分~午後5時30分)
プール・マシンスタジオ 午前9時30分~午後9時30分
浴室・大広間・カラオケルーム 午前9時30分~午後10時30分

健診等 【保健センター】

● プレママパパ教室

7月9日(土) 【沐浴編】

8月18日(木) 【妊娠生活編】

受付 午前9時40分～50分

(要予約)

時間 午前10時～正午

● 4か月児健診

7月11日(月)

【平成23年3月生】

8月22日(月)

【平成23年4月生】

受付 午後0時30分～1時30分

● 10か月児健診

7月1日(金)

【平成22年8月生】

8月5日(金)

【平成22年9月生】

受付 午後0時30分～1時30分

● 1歳6か月児健診

7月8日(金)

【平成21年12月生】

8月12日(金)

【平成22年1月生】

受付 午後0時30分～1時30分

● 3歳児健診

7月4日(月)

【平成20年6月生】

8月1日(月)

【平成20年7月生】

受付 午後0時30分～1時30分

● ポリオ

7月15日(金)

【平成22年7・8月生】

8月19日(金)

【平成22年9・10月生】

受付 午後1時～2時20分

※持ち物(母子健康手帳等)については、「ご通知していただきますので、そちらで」確認ください。

担当 健康課 母子健康係



● ベビーサークル

1歳未満の赤ちゃん親子を対象とした、仲間づくりのサークルです。

7月29日(金)

8月30日(火)

時間 午後1時30分～午後3時

場所 検診ホール

担当 福祉課 児童福祉係

相談事業

● 育児相談

7月7日(木)・7月13日(水)

7月19日(火)・7月28日(木)

8月3日(水)・8月8日(月)

時間 午前10時～正午・午後1時～3時(要予約)

場所 育児相談室

持参するもの 母子健康手帳

担当 健康課 母子健康係

● 母子の栄養相談

7月7日(木)・8月3日(水)

時間 午前10時～正午・午後1時～3時(要予約)

場所 栄養相談室

持参するもの 母子健康手帳

担当 健康課 母子健康係

● 成人栄養相談

7月28日(木)・8月26日(金)

時間 午前10時～正午・午後1時～3時(要予約)

場所 栄養相談室

持参するもの 健康手帳

担当 健康課 成人健康係

● 心配ごとなんでも相談

日時 毎週水曜日午前9時～正午(第5水曜日、祝日を除く)

場所 共用相談室

内容 日常生活上生じる心配ごと、困りごとなど

相談員 民生児童委員・人権擁護委員・行政相談委員

担当 社会福祉協議会

● こころの相談

こころの悩みで困っている方、一人で悩まずご相談ください。カウンセラーが相談に応じます。相談は無料です。開催日 7月17日(日) 8月17日(水)

相談時間 午後1時30分～4時30分(1人1時間)

場所 共用相談室

その他 予約制(必ず事前予約をしてください)

予約・問い合わせ先

福祉課 福祉人権係

☎ 9128

☎ 6868

FAX 6868

【P6に関連記事】

調理実習

【栄養指導室】

● すくすく離乳食教室

7月15日(金)

【平成23年2月生】

8月25日(木)

【平成23年3月生】

受付 午前9時40分～50分

(要予約)

時間 午前10時～正午

担当 健康課 母子健康係

問い合わせ先

福祉課 児童福祉係

☎ 9130

健康課 成人健康係

☎ 9133

健康課 母子健康係

☎ 9132

社会福祉協議会

☎ 3166

上三川北地域福祉センター カレンダー

開館時間 = 午前8時30分～正午、午後1時～5時
(●は休館日になります)

日	月	火	水	木	金	土
7月	3	4	5	6	7	8
	10	11	12	13	14	15
	17	18	19	20	21	22
	24	25	26	27	28	29
	31					
8月	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	26
	28	29	30	31		

▼問い合わせ先 = ☎ 6685