

上三川いきいきプラザ

FAX 0211-0212
TEL 0211-0211

○パンクッキング(初中級)

▼日時 2月12日(木)
午前10時～午後1時30分
▼対象 一般男女(18名)
▼参加費 1,850円

○大人料理教室

～上三川を食らう～

▼日時 1月28日(水)
午前10時～午後1時
▼対象 一般男女(24名)
▼参加費 1,030円

○紙バンド手芸教室

▼日時 2月10日(火)
午前10時～午後1時
▼対象 一般男女(10名)
▼参加費 820円

○スクラップブック

▼日時 2月26日(木)
午前10時～正午
▼対象 一般男女(8名)
▼参加費 1,440円

○ナチュラルキッチン

～卵・乳製品不使用～
▼日時 1月26日(月)
午前10時～午後1時
▼対象 一般男女(18名)
▼参加費 2,060円

○ごどもお菓子教室

▼日時 2月8日(日)
午前10時～午後0時30分
▼対象 小・中学生(24名)
▼参加費 1,030円

○キッズキッチン

▼日時 2月28日(土)
午前10時～午後1時
▼対象 3才～小学生(15名)
▼参加費 2,060円

○親子お菓子教室

▼日時 2月7日(土)
午前10時～正午
午後1時30分～3時30分
▼対象 3才以上親子(各12組)
▼参加費 各1,540円

○ごどもデコ教室

▼日時 1月17日(土)
午前10時30分～正午
午後1時～2時30分
▼対象 未就学児(保護者同伴)～中学生(各24名)
▼参加費 820円

○手作り木工教室

▼日時 1月25日(日)
午前10時～正午
午後1時～3時
▼対象 3歳(開催日時点)～中学生(小学2年生以下は保護者同伴)(各12組)
▼参加費 520円

○ベビーマッサージ教室

▼日時 1月6・13日(火)
15:22日(木)
午前10時～正午
▼対象 2～6ヶ月の親子(火コース)、6ヶ月～1歳の親子(木コース)(各10組)
▼参加費 1組1,540円(オイル代別途)

○ベビヨーガ

▼日時 1月31日(土)
午前10時30分～11時30分
▼対象 首すわり～たっち前の親子(10組)
▼参加費 1組520円

○さくらんぼ教室

～節約～
▼日時 1月27日(火)
午前10時30分～正午
▼対象 1～3歳の親子(25組)
▼参加費 1,030円



☆プールから

1月よりタイムスケジュールが一部変更になります。皆様のご参加をお待ちしております。
2月2日(月)は特別振替対象日となります。振替ご希望の方は1月4日(日)～2月28日(土)の間にお手続きをお願いいたします。
☆浴室から
1月23日(金)～25日(日)のイベント風呂は「ほんたん」の湯です。

エアロビクススタジオからのお知らせ

●1月からのタイムスケジュールが変わりました。

◆担当者の変更

「コアリセット」

水曜日 12時40分～
担当/五十嵐 → 相澤



〈受付・ご利用方法〉

※レッスン開始15分前からマシンスタジオにて受付をします。

※レッスン内容など、詳しくはマシンスタジオスタッフまでお問い合わせください。

上三川いきいきプラザ

休館日 1月1日(木)～3日(土)・2月2日(月)・16日(月)～22日(日)

営業時間	月～金曜日	土・日・祝日
プール・マシン エアロスタジオ	午前 9時30分～ 午後 10時00分	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	午前 9時30分～ 午後 9時30分
サウナ	午前 10時00分～ 午後 9時30分	午前 10時00分～ 午後 8時30分

■乳幼児健診等【保健センター】

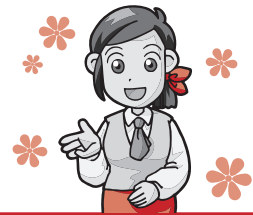
乳幼児健診			
4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診
1月19日(月) 平成26年9月生	1月9日(金) 平成26年2月生	1月16日(金) 平成25年6月生	1月13日(火) 平成23年12月生
2月9日(月) 平成26年10月生	2月6日(金) 平成26年3月生	2月13日(金) 平成25年7月生	2月2日(月) 平成24年1月生
実施時間 実施場所	午後0時30分～(受付:午後0時30分～1時15分) 検診ホール		

育児相談 ※要予約	
妊産婦・乳幼児とその保護者 (母子手帳をお持ちください。)	
1月 8日(木)	2月 5日(木)
1月23日(金)	2月10日(火)
1月28日(水)	2月23日(月)
実施時間	午前10時～正午・午後1時～3時
実施場所	育児相談室

教室 ※要予約			
プレママ・パパ教室		すくすく離乳食教室	
1月24日(土) 沐浴編:両親	2月12日(木) 妊娠生活編:妊婦	1月22日(木) 平成26年8月生	2月10日(火) 平成26年9月生
実施時間:午前10時～正午 (受付:9時40分～50分) 実施場所:検診ホール		実施時間:午前10時～正午 (受付:9時40分～50分) 実施場所:栄養指導室	

栄養相談 ※要予約	
1月28日(水)	2月23日(月)
実施時間	午前10時～正午・午後1時～3時
実施場所	栄養相談室

▶問い合わせ先=健康課 母子健康係 ☎(56) 9132



上三川町子育て支援センター

『あったかひろば』

1月行事予定

ママの製作教室「牛乳パックのいす作り」全2回

▼日時▶【第1回】1月8日(木) 午前10時～11時30分

【第2回】1月29日(木) 午前10時～11時30分

▼定員▶15名程度 事前申し込み必要

▼使用するもの▶牛乳パック24個(足りない分は支援センターで用意します。)、ビニールクロス、両面テープなど

発育測定

▼日時▶1月15日(木) 午前10時～11時30分

ベビースalon

▼日時▶1月22日(木) 午前10時～

▼対象▶1歳までの親子(申し込み不要)

(1月で満1歳のお子様まで参加できます)

キッズサロン

▼日時▶1月23日(金) 午前10時～

▼対象▶1歳以上の親子(申し込み不要)

(1月で満1歳のお子様から参加できます)

食生活改善推進員による出前講座「一緒に作って食べよう」

▼日時▶1月27日(火) 午前10時～12時頃

▼対象▶自由参加

▼参加費▶200円程度

▼内容▶センター内にて掲示いたします

年末年始 休館のお知らせ

12月27日～1月4日まではお休みになります。

▼開館日▶月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)

▼時間▶午前9時～午後4時

▼利用料▶無料

▼問い合わせ先▶子育て支援センター『あったかひろば』

☎(56) 2043

詳細は、センターや町ホームページでお知らせしております。

子育て相談～オープン相談～

	1月14日(水)	2月19日(木)
午前10時～正午	助産師・管理栄養士	助産師・管理栄養士
午後1時～3時	助産師・保健師	助産師・保健師

子育てや離乳食のことなど、きいてみたいことはありませんか？皆さんのちょっとした疑問にお答えしていきます。お気軽にお話しにきてください。事前予約は不要です。

▶問い合わせ先=健康課 母子健康係 ☎(56) 9132