

上三川いきいきプラザ

FAX 0211-0212
TEL 0211-0211

○大人料理教室

～おもてなし～

▼日時 11月3日(木)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(16名)

▼参加費 2,700円

○大人料理教室

～上三川を食らう～

▼日時 11月9日(水)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(24名)

▼参加費 1,030円

○キッズキッチン

▼日時 11月26日(土)

午前10時～午後1時

▼対象 3才～小学生(15名)

▼参加費 2,300円

○こどもお菓子教室

▼日時 11月20日(日)

午前10時～正午

▼対象 小・中学生(24名)

▼参加費 1,030円

○親子お菓子教室

▼日時 11月19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 1,540円

○紙バンド教室

▼日時 11月8・22日(火)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(10名)

▼参加費 1,750円(2回分)

※中級者向けです。



○スクラップブックング

▼日時 11月17日(木)

午前10時～正午

▼対象 一般男女(8名)

▼参加費 各1,440円

○手作り木工教室

▼日時 11月27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(各12組)

※小学2年生以下は保護者同伴

▼参加費 540円

○さくらんぼ教室

～親子ピクス～

▼日時 11月21日(月)

午前10時30分～11時30分

▼対象 1歳～3歳の親子(15組)

▼参加費 1組520円



◎プールから

・10月1日(土)、3日(月)の

スクールはお休みとなります

ので、お間違いないようお

願いいたします。

・タイムスケジュールに一部

変更がありますので、ご確認

ください。

◎浴室から

・10月8日(土)～10日(月)

のイベント風呂は「しょうが」

の湯です。

エアロスタジオ からのご案内

●10月よりタイムスケジュールに変更が ございます。

◆新レッスン

・かんたんSTEP 担当：代田
(木)午後1時30分～2時
台を使った昇降運動を音楽に合わせて行いま
す。30分なので初めての方向けのクラスです。

◆レッスン変更

・GROP POWER 担当：Yu-ki
(金)午後0時35分～1時20分

◆曜日変更

・健康体操 担当：前原
(水)午後2時5分～2時55分
・はじめてエアロ 担当：代田
(木)午後2時10分～3時

※詳しくはマシンスタジオまでお問い合わせ
ください。

上三川いきいきプラザ 休館日・10月3日(月)・11月1日(火)

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
10月17日(月)	10月7日(金)	10月14日(金)	10月4日(火)
平成28年6月生	平成27年11月生	平成27年3月生	平成25年9月生
11月14日(月)	11月4日(金)	11月18日(金)	11月7日(月)
平成28年7月生	平成27年12月生	平成27年4月生	平成25年10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。)	
10月5日(水)	11月8日(火)
10月11日(火)	11月16日(水)
10月21日(金)	11月24日(木)
10月27日(木)	11月30日(水)
実施時間 実施場所	午前10時～正午・午後1時～3時 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	
10月20日(木)	11月27日(日)	10月19日(水)	11月22日(火)
妊娠生活編：妊婦	沐浴編：両親	平成28年5月生	平成28年6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	
10月21日(金)	11月24日(木)
実施時間 実施場所	午前10時～正午・午後1時～3時 栄養相談室

栄養面で心配な方は、
健診時に栄養相談を実施しています。
母子健康係までご連絡ください。

▶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』

10月行事予定

ミニ運動会

☆びよびよクラス☆

▼日時 10月5日(水)午前10時～

▼対象 首揺わりくたつちができるお子さんま

で

☆こころクラス☆

▼日時 10月6日(木)午前10時～

▼対象 1歳のおおむねひとり歩きができるお子さん

から

※申込みをされた方の参加となります。

※運動会両日共に一般利用は、午後1時～にな

発育測定

▼日時 10月13日(木)午前10時～11時30分

キッズサロン

▼日時 10月14日(金)午前10時30分

▼対象 1歳以上の親子(申し込み不要)

※10月で満1歳のお子様から参加できます。

ベビーサロン

▼日時 10月25日(火)午前10時30分

▼対象 1歳までの親子(申し込み不要)

※10月で満1歳のお子様まで参加できます。

あったか相談

▼日時 10月27日(木)午前10時～正午

※保育士、保健師、管理栄養士が対応いたしま

す。

食生活改善推進員による出前講座

▼日時 10月31日(月)午前10時～

▼受付 10月4日より受付開始

▼参加費 300円程度

▼持ち物 エプロン、必要であればお子様の離

乳食等をお持ちください。

▼内容 詳細は、ホームページ、館内ポスター

にてお知らせいたします。

栄養バランスを考えた食事を作る予定です。

▼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』
詳細は、センターや町ホームページでお知らせしています。

☎(56)2043



去年の運動会の様子
体をいっぱい動かし、楽しみました。