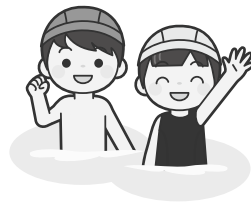


## マシンジム からのご案内

～マシンスタジオご利用案内～  
★幼児体操・HIPHOP Kinderクラス募集のご案内★  
マシンスタジオでは、幼児体操・HIPHOP Kinderクラスの募集を行っております。  
【幼児体操クラス】  
対象：年中～年長  
曜日：火・水・土曜日  
【HIPHOP Kinderクラス】  
対象：満5歳～年長  
曜日：木・金曜日  
詳しくは、マシンジムまたはホームページにてご確認ください。  
お手続きの際には館内一階の事務所窓口までご確認ください。

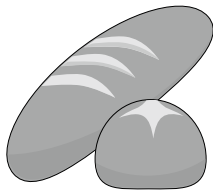
## プール からのご案内

・2月1日(土)、2月24日(月)～29日(土)はスクールがお休みとなりますので、お間違えのないようお願いいたします。



## 浴室 からのご案内

～2月のイベント風呂～  
・2月8日(土)～10日(月)「ラベンダーの湯」  
【効能】安眠、快眠効果、リラックス効果、疲労回復、美肌効果、血行促進、神経痛  
・2月15日(土)～16日(日)「ひのきの湯」  
【効能】血行促進、疲労回復、安眠効果、冷え、むくみ、殺菌作用  
・2月20日(木)～21日(金)「ゲルマニウム風呂」  
【効能】乾燥肌、肩こり、腰痛、高血圧、ダイエット効果、アンチエイジング



▼ 対象 一般男女(10名)  
参加費 3,300円

○ 大人お菓子教室  
日時 3月6日(金)  
午前10時～午後2時

▼ 対象 一般男女(24名)  
参加費 1,600円

○ 大人料理教室  
～上三川を食らう～  
日時 3月18日(水)  
午前10時～午後1時

▼ 対象 一般男女(8名)  
参加費 3,300円

○ 特別パン教室②  
日時 3月19日(木)  
午前10時～午後2時

▼ 対象 一般男女(8名)  
参加費 3,300円

○ 特別パン教室①  
日時 3月17日(火)  
午前10時～午後2時

おとなの料理教室



▼ 対象 3才～小学生  
参加費 2,400円 (15名)

○ キッズキッチン  
日時 3月7日(土)  
午前10時～午後1時

▼ 対象 3才以上親子  
参加費 2,000円 (12組)

○ 親子お菓子教室  
日時 3月14日(土)  
午前10時～正午

こどもの教室



▼ 対象 2ヶ月～1歳の親子(15組)  
参加費 1組600円

○ さくらんぼ教室  
～0歳児ビクス～  
日時 3月16日(月)  
午前10時30分～11時30分

児童館イベント

## 営業時間

○ プール・マシン・エアロスタジオ

月～金曜日	土・日・祝日
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

月～金曜日	土・日・祝日
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

月～金曜日	土・日・祝日
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
2月17日(月)	2月14日(金)	2月7日(金)	2月3日(月)
2019年10月生	2019年4月生	2018年7月生	2017年1月生
3月9日(月)	3月13日(金)	3月6日(金)	3月2日(月)
2019年11月生	2019年5月生	2018年8月生	2017年2月生
実施時間	午後0時30分～(受付:午後0時30分～1時15分)		
実施場所	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。)	
2月 5日(水)	3月 3日(火)
2月10日(月)	3月12日(木)
2月18日(火)	3月17日(火)
2月21日(金)	3月25日(水)
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		
産後ママ応援教室	プレママ・パパ教室	すくすく離乳食教室
2月21日(金)	2月12日(水)	2月19日(水)
2019年12月生	妊娠生活編:妊婦	2019年9月生
3月23日(月)	3月8日(日)	3月12日(木)
2020年1月生	沐浴編:妊婦・夫	2019年10月生
実施時間:午前10時～正午 (受付:9時40分～50分)	実施時間:午前9時30分～11時30分 (受付:9時15分～30分)	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	実施場所:検診ホール	実施場所:栄養指導室

親と子の栄養相談 ※要予約	
2月10日(月)	3月17日(火)
実施場所	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=子ども家庭課 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』

### 2月行事予定

豆まき～みんなで鬼をやっつけよう!!

日時 2月3日(月) 午前10時30分

対象 自由参加

内容 鬼のお面作りと豆まきをします

ベビースalon

日時 2月13日(木) 午前10時30分

対象 1歳までの親子(申し込み不要)

※2月で満1歳のお子様まで参加できます。

※誕生児は15分前までにお越しください。

キッズサロン

日時 2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)

※2月で満1歳のお子様から参加できます。

※誕生児は15分前までにお越しください。

発育測定

日時 2月21日(金) 午前10時～11時30分  
午後1時30分～3時

【予告】

ひなまつり会

～男の子も女の子もみんなでお祝いしよう～

日時 3月3日(火) 午前10時30分

対象 自由参加

内容 雛人形作りなど

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

利用できる方 町内に住所のある0歳～未就学のお子様とその保護者

利用料 無料

問い合わせ先 子育て支援センター ☎(56)2043

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。



[昨年の豆まきの様子]

鬼のお面を作って、みんなで鬼をやっつけよう!!