

上三川いきいきプラザ

○いきいきもスキー教室

▼日時 12月27日(月)
午前2時間、午後2時間のスクールの後は、キッズパークで思いっきり遊んで、一日まるまる楽しもう！
▼場所 2階 マウントジーンズ
▼対象 小学生
▼定員 30名(先着順)
▼受付 11月20日(土) 9時30分～
1階事務室
▼費用 7,500円(スキー板・ボード、ウェア、小物をレンタルされる方は別途レンタル代がかかります。)

○デコスイーツ教室

▼日時 11月13日(土)・12月11日(土)
午前10時～11時30分・午後1時～2時30分
▼対象 小学生
▼定員 各10名
▼受付 11月開催受付中
12月開催 11月6日(土)～
○手作り木工教室
クリスマスへの準備をしよう!!
▼日時 11月28日(日)
午前10時～正午、午後1時～3時
▼対象 小学3年生以上(一人

での参加可能)

小学2年生以下(保護者同伴)

▼定員 各20名

○パンクッキング

▼日時 12月9日(木)・10日(金)

▼対象 一般男女

▼定員 24名

▼受付 11月13日(土)～

○キッズキッチン

▼日時 12月26日(日)、午前10時30分～午後1時30分

▼対象 3歳～小学生

▼定員 20名

▼受付 11月6日(土)～

第20回さくらんぼ教室

◎親子ピクニック&さくらんぼシ

アター

▼日時 11月22日(月)、午前10時30分～11時40分

▼場所 2階 エアロスタジオ

▼対象 1歳～3歳

▼定員 親子20組

▼受付 11月8日(月)

※受付時間は午前9時30分から

1階事務室。

※参加費・持ち物等はお問い合わせください。

※すべて参加費を添えてお申し込みください。

※この他別紙にて冬(クリスマス)イベント掲載中です。お見逃しなく!!

AED講習会

▼日時 11月23日(火)

8時45分受付

9時～12時開催

▼申込 1階事務室にて受付中

▼定員 20名

▼費用 無料

スイミングスクールからのお知らせ

11月30日(火)はスクール休みとなります。特別振替対象外となります。

冬季水泳短期教室

① 12月23～25日 ② 12月26

③ 1月4～6日

④ 1月7～9日

▼時間 午前9時～9時50分

▼定員 各コース35名(幼児10～15名、小学生10～20名)

冬季チャレンジ水泳教室

▼期間 12月26～28日

▼時間 午前10時～10時50分

▼対象 スイミングスクール生徒のみ(水慣れ級～12級まで)

▼定員 40名

▼両教室とも、1月30日(火)プール受付にて、費用2,100円を添えてお申込みください。

※月曜日は休館日の為、申込受付をしません。

エアロビクススタジオ教室

○12月からの「エアロビックで遊ぼう!」教室の受け付けが始まります。

▼対象 = 年中～小学1年

▼期間 = 12月～平成23年1月(全8回)

▼料金 = 4,000円

▼申込期間 = 10月28日(木)～
定員になり次第締切

▼申込 = 2階 マシンスタジオにて受け付け
※ご本人様のみのご予約になります。

○親子プログラムのご案内

スタジオ教室には、お子様と一緒に参加していただけるレッスンがあります。興味をお持ちの方は、ぜひ参加してみてください!

「ママのコアメイク」

(火)午前9時30分～10時20分

「ママといっしょ」

(金)午前9時30分～10時20分

詳しくは、スタッフまでお問い合わせください。

●問い合わせ先

上三川いきいきプラザ

☎(57)0211

FAX(57)0212

社会福祉協議会

☎(56)3166

FAX(56)3164

健診等

健康福祉課 健康増進係

☎(56)9132

FAX(56)7493

健康福祉課 子育て支援係

☎(56)9130

FAX(56)7493

保険課 健康診査担当

☎(56)9129

FAX(56)6868

上三川いきいきプラザカレンダー

(●印は休館日になります。)

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

開館時間＝

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

11月16日(火)【沐浴編】
12月12日(日)【妊娠生活編】
受付〓午前9時45分〓
(要予約)

●4か月児健診

時間〓午前10時〓正午
11月15日(月)
【平成22年7月生】
12月13日(月)

●10か月児健診

【平成22年8月生】
受付〓午後1時〓1時30分
11月5日(金)
【平成21年12月生】
12月3日(金)

●1歳6か月児健診

【平成22年1月生】
受付〓午後1時〓1時30分
11月26日(金)
【平成21年4月生】

12月10日(金)
【平成21年5月生】
受付〓午後1時〓1時30分

●3歳児健診

11月1日(月)
【平成19年10月生】
12月6日(月)
【平成19年11月生】

受付〓午後1時〓1時30分
担当〓健康福祉課健康増進係
※持ち物(母子健康手帳等)については、ご通知いたしますので、あらかじめご確認ください。

●ベビーカークル

11月11日(木)・12月14日(火)
時間〓午後1時30分〓3時
場所〓検診ホール
担当〓健康福祉課子育て支援係

調理実習(栄養指導室)

●すくすく離乳食教室

11月16日(火)
【平成22年6月生】
12月16日(木)
【平成22年7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〓健康福祉課 健康増進係



相談事業

●育児相談

11月4日(木)・11月10日(水)
11月17日(水)・11月22日(月)
12月2日(木)・12月7日(火)
時間〓午前10時〓正午・
午後1時〓3時(要予約)
場所〓育児相談室

●母と子の栄養相談

11月10日(水)・12月7日(火)
時間〓午前10時〓正午・
午後1時〓3時(要予約)
場所〓栄養相談室

●成人栄養相談

11月22日(月)・12月21日(火)
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〓保険課健康診査担当

●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
【P7に関連記事】

〓〓〓の相談

「眠れない」「やる気なくなつてほつとしてる」「話をきいてほしい」「人間関係で悩んでいる」などこころの悩みで困っている人はいませんか? 一人で悩まずにご相談ください。カウンセラーが相談に応じます。相談は無料です。

開催日〓11月21日(日)

相談時間〓午後1時30分〓4時30分

場所〓上三川いきいきプラザ 保健センター

その他〓予約制(必ず事前予約をしてください)

予約・担当〓健康福祉課 福祉人権係

☎(56)9128 FAX(56)7493

☎(56)9128 FAX(56)7493



上三川北地域福祉センターカレンダー

閉館時間=午前8時30分~正午、午後1時~5時
(旧願成寺児童館)(●印は休館日になります)

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

▼問い合わせ先=☎(56)6685

●小山地区障がい者相談支援センターの巡回相談

障がい(身体的・精神的)を問わず、福祉サービスの利用、仕事、日常生活の困りごとなど様々な相談に応じます。

▼開催日〓11月18日(木)

▼相談時間〓午後1時30分〓午後4時

▼場所〓いきいきプラザ共用相談室

▼その他〓予約制(必ず事前予約をしてください)

▼予約・担当〓健康福祉課 福祉人権係

☎(56)9128 FAX(56)7493

☎(56)9128 FAX(56)7493