上三川いきいきプラザ

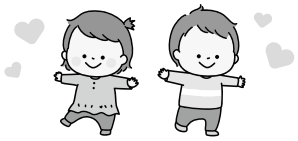
☎ 0285(57)0211
FAX 0285(57)0212

休館日
11月29日(日)～30日(月)

ベビーマッサージ教室のお知らせ

赤ちゃんとのふれあいを楽しみませんか？
ベビーマッサージを通して、赤ちゃんとの絆を深め、親子でゆったりとした時間を過ごしましょう。
初めての方も大歓迎です。ぜひお気軽にご参加ください。

【日時】１２月２日・９日・１６日(水)
午前９時３０分～１０時
【場所】２階児童館　遊戯室
【対象】満２カ月～３歳
(２０２３年４月２日～２０２６年９月３０日生まれ)
【定員】親子１０組
【参加費】１,５００円(税込)/全３回
【持ち物】バスタオル・オイル・その他赤ちゃんのお世話に必要なもの
【申込み】１１月１日(日)午前９時～１１月２８日(土)正午



浴室からのお知らせ

・１１月１４日(土)～１６日(月)
「りんご風呂」
【効能】疲労回復・リラックス効果・美肌効果・冷え性改善

・１１月２３日(月・祝)～２５日(水)
「ゲルマニウム風呂」
【効能】冷え性改善・肩こり・腰痛改善

※効果・効能につきましては個人差があります。



Cafe Di ORIGAMI

カップアイスが好評販売中!!

東京駅や新幹線で販売されているアイスを特別に販売。固いアイスで有名のスジャータプレミアムアイスです。価格は３９０円。バニラ・モカ・イチゴの取り扱い。

※販売時に在庫の変動で商品が欠品の場合がございます。事前にお問い合わせいただけましたら幸いです。



大人数での貸し切りなど、予約も承ります。
パーティープランもご用意しております。
是非ご利用ください。

マシンスタジオからのお知らせ

９月１３日宇都宮市総合運動公園内ユウケイ武道館で開催されました、「第２回栃木県少年少女空手道選手権大会で小学５年生組手の部に出場した吉田(よしだ)あこさん（明治小５）が敢闘賞という成績を収めました！おめでとうございます！

上三川いきいきプラザでは月曜日・金曜日に子供空手教室を開催しております。

レッスン名	対　象	曜　日	定　員	参加費
空手週２回	小学1年生～中学3年生	月・金	25名	10,120円/年(84回)
空手週１回		月		5,720円/年(42回)
		金		

初めてでも大丈夫！まずは体験からはじめてみませんか？

料理教室のお知らせ



○親子お菓子教室
▼日時＝12月19日(土)
午前10時～正午
▼対象＝満3歳以上～小学生までの親子(12組)
▼参加費＝3,800円

○大人パン&お菓子教室
▼日時＝12月2日(水)
午前10時～午後2時
▼対象＝一般男女(16歳以上)(10名)
▼参加費＝4,500円

○大人料理教室
▼日時＝12月16日(水)
午前10時～午後2時
▼対象＝一般男女(16歳以上)(12名)
▼参加費＝5,000円