あげお 健康 プラス 連携事業（11月実施事業）

実施日	事業名	担当
11月1日	第２１回はらいち集会所展示発表会	生涯学習課
	第４２回上尾市文化芸術祭	生涯学習課
11月2日	第４２回上尾市文化芸術祭	生涯学習課
	通いの場リーダー養成講座	高齢介護課
11月3日	第４２回上尾市文化芸術祭	生涯学習課
	ふれあい広場まつり	環境政策課
	はじめてのオカリナ～手作りオカリナで奏でる癒しの音色	大谷公民館
11月4日	こころからの健康づくり	上平公民館
	子育てサロン	こども支援課
	6か月までの赤ちゃんの日	子育て支援センター
	のびのびキッズ	こども保健センター
11月5日	ころころたいむ	子育て支援センター
11月6日	離乳食教室(中期)	こども家庭保健課
	1.6か月健康診査	こども家庭保健課
	食改伝達講習会【大谷地区】	健康増進課
	運動教室（臨床心理士による「こころ」も「からだ」もリラックスヨガ）	健康増進課
11月7日	ジョギング教室	環境政策課
11月8日	第５３回上尾市民音楽祭合唱祭	生涯学習課
	（原市地区）第5回ニュースポーツ大会	原市支所
	JAM	広報広聴課
11月9日	3歳児健康診査	こども家庭保健課
	ミニバレー体験教室【上平公民館】	スポーツ振興課
11月10日	高齢者向け料理教室	高齢介護課地域支援室
	ももっこ広場	子育て支援センター
	4か月児健康診査	こども家庭保健課
	みんなで歌いましょう	生涯学習課
11月11日	からだのメンテナンス～セルフリンパマッサージ～	生涯学習課
	フォークギターを弾く	大石公民館
11月12日	血流アップ！女性のためのストレッチ講座	上平公民館
	宝塚歌劇「阿弖流為-ATERUI-」に見る蝦夷の誇りと尊厳	大谷公民館
	はらいち寄席	原市公民館
	産後カフェ	こども家庭保健課
	はじめましてたいむ	子育て支援センター
	食改伝達講習会【平方地区】	健康増進課
	学ぼう！脂肪を溜めにくくする食事	健康増進課
11月13日	軽トラ市	農政課
	プレママ教室	こども家庭保健課
	フレイル予防体操～健康寿命を延ばそう～	生涯学習課
	子育て支援センター　各種ひろば	子育て支援センター
11月14日	上尾歴史散策講座 歩いて知る薄れゆく大谷の記憶	市民協働推進課
	親子でピザ作り～お絵描きピザに挑戦～	生涯学習課
	飾って楽しむ書道	生涯学習課
	一般公募救命講習	東消防署管理課
11月15日		
11月16日	フッ素塗布	こども家庭保健課
11月17日	はじめての写経とイス坐禅	大石公民館
	だれでも椅子ヨガ	上尾市社協
	食改伝達講習会【上平地区】	健康増進課
	ランチ調理実習	健康増進課
	はじめてのオカリナ～手作りオカリナで奏でる癒しの音色	大谷公民館
	認知症サポーター養成講座	高齢介護課地域支援室

実施日	事業名	担当
11月18日	3歳児健康診査	こども家庭保健課
	子育てサロン	こども支援課
	7か月からの赤ちゃんの日	子育て支援センター
	食改伝達講習会【大石地区】	健康増進課
	食改伝達講習会【上尾地区】	健康増進課
	ランチ調理実習	健康増進課
	フレイル予防講座	保険年金課
	フォークギターを弾く	大石公民館
11月19日	冬にうれしい手作り石けん～肌がよろこぶしっとり感～	原市公民館
	はいはいたいむ	子育て支援センター
	離乳食教室(初期)	こども家庭保健課
	健康スポレクひろば【大谷公民館】	スポーツ振興課
11月20日	スポーツ吹矢体験講座	平方公民館
11月21日	飾って楽しむ書道	生涯学習課
	第44回くらしフェスタ上尾消費生活展	消費生活センター
	元気な絵手紙と年賀状	生涯学習課
	JAM	広報広聴課
11月22日	第44回くらしフェスタ上尾消費生活展	消費生活センター
	第39回2026上尾シティハーフマラソン	スポーツ振興課
	からだの中ってどうなってるの?	生涯学習課
	あげお・わんにゃんフェスタ2026	生活環境課
11月23日	初心者のためのお茶会	生涯学習課
11月24日	そば打ち体験教室	平方公民館
	1.6か月健康診査	こども家庭保健課
	健康スポレクひろば【上平公民館】	スポーツ振興課
11月25日	食改コラボ講座～みんなで囲んで大皿料理～	大谷公民館
	木目込みでつくる干支のひつじ	原市公民館
	みんなのおはなし	子育て支援センター
	食改伝達講習会【大石地区】	健康増進課
	食改伝達講習会【大谷地区】	健康増進課
	食改伝達講習会【上平地区】	健康増進課
	食改伝達講習会【原市地区】	健康増進課
	子育て支援センター　各種ひろば	子育て支援センター
11月26日	知って得する！食事バランスとフレイル予防	大石公民館
	にこにこ健康相談	こども家庭保健課
	食改伝達講習会【上尾地区】	健康増進課
11月27日	スポーツ吹矢体験講座	平方公民館
	自然観察会	大石公民館
	4か月児健康診査	こども家庭保健課
11月28日	第36回上尾市青少年健全育成推進大会	青少年課
	江戸時代までの女性の歴史	生涯学習課
	大人のそば打ち道場	大石公民館
	あげお朝市	農政課
	パパママ教室	こども家庭保健課
	特別講座・講演会	子育て支援センター
	サタデーひろば	子育て支援センター
	一般公募救命講習	東消防署管理課
	食改伝達講習会【原市地区】	健康増進課
11月29日		
11月30日	筆ペン講座～美文字を身につけ新年のご挨拶を～	上平公民館
	わたしのヒンメリ教室～ストロースター作り～	生涯学習課
	10か月健康相談	こども家庭保健課

火曜日	上尾市子育て支援センター　育児サークル	子育て支援センター
水曜日	骨盤ストレッチ教室(第３回)　イコス上尾	市民協働推進課
水曜日	動くカラダ作り教室(第３回)　イコス上尾	市民協働推進課
水曜日	おりがみサロン	社会福祉協議会
水曜日	楽遊サロン	社会福祉協議会
水曜日	水曜手づくり市	障害福祉課
水曜日	美筋ヨガ教室(入門・初級)(第2回)	イコス上尾
水曜日	おとなの健康教室フレイル予防「はつらっつ」3	高齢介護課地域支援室
水曜日	ZUMBA　GOLD　TONING　11/11～	生涯学習課

木曜日	大人のぬりえサロン	社会福祉協議会
木曜日	パソコン木曜サロン	社会福祉協議会
木曜日	カラダすっきり教室(第３回)　イコス上尾　10/8～	市民協働推進課
木曜日	姿勢改善体操教室(第３回)　イコス上尾　10/8～	市民協働推進課
木曜日	免疫力アップ教室(第３回)　イコス上尾　10/8～	市民協働推進課
木曜日	血流アップ！女性のためのストレッチ講座　11/12～	上平公民館
金曜日	「べんがん」って何？～棒を使うストレッチ・ゆっくりとしなやかに～　～11/20	大谷公民館
金曜日	太極拳教室　11/13～	環境政策課

月・金	わくわくサロン	高齢介護課
	大谷公民館サークル活動発表会　～11/4	大谷公民館
	いい歯の日パネル展（11/5～11/11）	健康増進課
	平方公民館サークル作品展示・発表会（11/9～11/15）	平方公民館
	ふれあいカフェ	社会福祉協議会

毎月	AGECOCOラウンジで遊ぼう！　7/22～2/9	こども発達センター
通年	妊娠届出／葉酸サプリプレゼント	こども家庭保健課
	R8市長QR	秘書政策課
	特定保健指導／R8登録サポート	健康増進課
	検診ポイント　5/1～	
	上尾市学校安全パトロール（青パト）事業（学校防犯パトロール）5/1～	学校保健課