

# 生活カレンダー

April 4

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10	11 🗑️ 埋立 📍 健康相談	12 🗑️ 一般 📍 ひよこ教室(ベビークラス) 📍 からだサブリ教室(介護予防教室) 📍 縄生・東海道筋	13 📍 すくすく相談 📍 縄生・東海道筋	14 📍 健康料理教室	15 🗑️ 一般 📍 育児相談 📍 小向	16
17	18 🗑️ 粗大(小向・埋縄・白梅西・東)	19 🗑️ 一般 📍 ポリオ予防接種 📍 柿	20 🗑️ 再生(新聞紙等) 📍 のびのび相談 📍 柿	21 🗑️ 埋立 📍 健康料理教室 📍 2歳児歯科検診	22 🗑️ 一般 📍 柿茶ヶ上	23 📍 柿茶ヶ上
24	25	26 🗑️ 一般 📍 離乳食教室(前期) 📍 からだサブリ教室(介護予防教室) 📍 埋縄	27 📍 すくすく相談	28 🗑️ 埋立 📍 7・8ヶ月児相談 📍 柿社宅	29	30
1(5月)	2 🗑️ 一般	3	4	5	6 🗑️ 一般 📍 朝日ヶ丘・城山	7 📍 朝日ヶ丘・城山
8	9 📍 健康相談	10 🗑️ 一般 📍 マタニティ教室② 📍 縄生・国道筋	11	12	13	14

各施設等のマーク 📍 保健福祉センター 🗑️ 公民館 🗑️ ごみ出しの日 📍 し尿汲み取りの日

## 健康事業内容

名称	日	時間	備考
健康相談	11/5/9	14:00~15:30	内容：血圧測定、検尿、体脂肪測定、健康相談、栄養相談など 持ち物：健康手帳
ひよこ教室(ベビークラス)	12	10:00~11:30	対象：0~8ヶ月児(要予約) 内容：保育士による子育てのお話。母と子のふれあいの場です。
からだサブリ教室(介護予防教室)	12/26	13:15~15:00	対象：65歳以上で介護認定を受けていない方。(要予約) 内容：健康運動指導士による転倒予防の運動教室。(定員30名)
すくすく相談	13/27	9:00~17:00	内容：「ことばがゆっくりで心配。発音が気になる。お友達とのコミュニケーションが上手にできない。」など言語聴覚士によることばの言語相談(要予約)
健康料理教室	14/21	10:00~13:00	内容：肥満予防・高血圧予防を目的とした管理栄養士による調理実習の栄養教室(要予約) 持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具
育児相談	15	9:30~11:00 13:00~14:00	内容：身体計測、保健相談、栄養相談 持ち物：母子健康手帳
のびのび相談	20	予約時に相談	内容：「子どもへの関わり方がわからない。落ち着きがない。」など臨床心理士による子どもの発達に関する相談(要予約)
離乳食教室(前期)	26	10:00~11:30	対象：4~5ヶ月児(要予約) 内容：管理栄養士による初期・中期の離乳食の講話と試食。
マタニティ教室②	5/10	10:00~11:30	対象：妊婦(要予約) 内容：助産師による妊婦体操など。ママ友づくりのための教室。
精神福祉相談		随時	内容：相談支援センターソシオ/地域生活支援センターHANAの相談員が相談を受けます。(要予約)
障がい者の就職相談		随時	内容：四日市障がい者就業・生活支援センターブラウの相談員が相談を受けます。(要予約)
知的障がい福祉相談		随時	内容：聖母の家の相談員が相談を受けます。(要予約)

※お申し込みは、町民福祉課(377-5652) 保健師・看護師・管理栄養士まで

ごみ出しの日	一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ	粗大ごみ
	火・金 5/2	20(新聞紙等)	11・21・28	18(小向・埋縄・白梅西・東)

し尿汲み取り日程等の  
問い合わせ先  
(株) 環衛 TEL364-5775

心配ごと相談(20・5/6)  
毎回、保健福祉センター2階研修室  
午後1時~午後3時30分まで

リサイクル運動  
(毎月第3水曜日(祝日、雨天の場合は翌日))  
収集場所 保健福祉センター駐車場  
(午前9時~午後1時まで)  
出張場所 朝日ヶ丘公民館  
(午前10時30分~11時まで)