

# 生活カレンダー

September

9

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
11	12 ♥健康相談	13 🗑️一般 ♥からだサブリ教室 (介護予防教室) 🚗縄生・東海道筋	14 🗑️再生(新聞紙等) ♥すくすく相談 🚗縄生・東海道筋	15 ♥健康料理教室	16 🗑️一般 ♥育児相談 🚗小向	17
18	19	20 🗑️一般 ♥たんぼぼ教室 ♥ポリオ予防接種 ♥心配ごと相談	21 ♥献血 ♥リサイクル運動 🚗柿	22 🗑️一般 ♥のびのび相談 ♥健康料理教室 🚗柿	23	24
25	26 🗑️埋立 🚗柿茶ヶ上	27 🗑️一般 ♥離乳食教室(後期) ♥からだサブリ教室 (介護予防教室) 🚗柿茶ヶ上	28 🗑️再生(雑誌等) ♥すくすく相談	29 ♥肺がん・骨粗鬆症・前立腺がん検診 🗑️埋縄	30 🗑️一般 ♥肺がん・骨粗鬆症・前立腺がん検診 🚗柿社宅	1(10月)
2	3 🗑️粗大(小向・埋縄・白梅西・東)	4 🗑️一般 ♥マタニティ教室① 🚗朝日ヶ丘・城山	5 ♥心配ごと相談 🚗朝日ヶ丘・城山	6 🗑️埋立 ♥のびのび相談 ♥3歳半健診	7 🗑️一般 🚗縄生・国道筋	8 🚗縄生・国道筋
9	10	11	12	13	14	15

各施設等のマーク ♥ 保健福祉センター 🗑️ 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	12	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
からだサブリ教室 (介護予防教室)	13 27	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	14 28	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子どもの言語相談(要予約)
健康料理教室	15 22	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	16	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
たんぼぼ教室	20	10:00~11:30	対象：1歳6ヶ月児以上(要予約) 内容：保育士による集団遊びの教室。(定員30組) 持ち物：参加費100円、テープ、クレヨン、ハサミ、お茶
のびのび相談	22 10/6	予約制	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(後期)	27	10:00~11:30	対象：9~10ヶ月児 内容：後期・完了期の離乳食の講話と調理実習。 持ち物：エプロン・三角巾・おんぶ紐
マタニティ教室①	10/4	10:00~11:30	対象：妊婦(要予約) 内容：妊娠中のトラブル予防法・栄養等に関する話(助産師・保健師・管理栄養士)
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、子育て健康課(377-5652) 保健師・看護師・管理栄養士まで

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・10/5)  
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 縄生防災倉庫広場  
(午前10時~11時まで)

ごみ出しの日	一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ	粗大ごみ
	火・金 22	14(新聞紙等) 28(雑誌等)	26・10/6	10/3(小向・埋縄・白梅西・東)