

# 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 🗑️埋立 💖肺・骨・前立腺がん検診	12 🗑️一般 💖健康料理教室 💖肺・骨・前立腺がん検診	13
14	15	16 🗑️一般 💖たんぼぼ教室 💖肺・骨粗鬆症検診	17 💖リサイクル運動	18 🗑️埋立 💖のびのび相談 💖2歳児歯科検診	19 🗑️一般 💖育児相談	20
21	22 🗑️一般 💖胃・大腸がん検診 💖心配ごと相談	23	24 🗑️再生(雑誌等) 💖胃・大腸がん検診	25 🗑️埋立 💖健康料理教室 💖輝け☆数値減らし隊①(運動) 💖献血	26 🗑️一般	27
28	29 🗑️粗大(小向・埋縄) 💖すこやか相談 💖すくすく相談	30 🗑️一般 💖離乳食教室後期	1 (10月) 💖からだサブリ教室①	2 🗑️埋立 💖のびのび相談 💖1歳半健診	3 🗑️一般 💖胃・大腸がん検診	4
5	6 💖輝け☆数値減らし隊(個別面談) 💖消費生活相談	7 🗑️一般 💖ひよこ教室(キッズクラス) 💖輝け☆数値減らし隊(個別面談)	8 🗑️再生(新聞紙等) 💖すくすく相談	9 🗑️埋立 💖のびのび相談	10 🗑️一般 💖健康料理教室	

各施設等のマーク    💖 保健福祉センター    🗑️ ごみ出しの日

## 健康事業内容

名称	日	時間	備考
健康料理教室	12 25 10/10	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
たんぼぼ教室	16	10:00~11:30	対象：1歳6ヶ月以上(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、はさみ、お茶
育児相談	19	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
輝け☆数値減らし隊	25 10/6 7	13:30~15:30	内容：講演会 早めの生活習慣改善で健康なからだづくりを目指します。
離乳食教室(後期)	30	10:00~12:00	対象：9~10ヶ月児(要予約) 内容：管理栄養士による後期・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・おんぶ紐もしくはベビーカー
からだサブリ教室(介護予防教室)	10/1	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)
ひよこ教室(キッズクラス)	10/7	10:00~11:30	対象：9ヶ月~1歳6ヶ月未満児(要予約) 内容：保育士と一緒に遊ぼう。母と子のふれあい遊びの場。
すくすく相談	29 10/8	予約制	内容：「ことばがゆっくりに心配。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)
のびのび相談	18 10/2 9	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)
精神福祉相談		随時	内容：相談支援センターソシオTel(345-9016) / 相談支援センターHANA Tel(320-2761)の相談員が相談を受けます。
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。Tel(354-2550)
知的障がい福祉相談		随時	内容：相談支援事務所が相談を受けます。陽だまりTel(328-5881) プルム Tel(329-5657)
女性の悩み相談		随時	内容：北勢福祉事務所の女性相談員がDV・家庭問題などの相談を受けます。Tel(352-0557)
児童福祉相談		随時	内容：北勢児童相談所の相談員が子どもの発達・虐待・非行等の相談を受けます。(Tel:347-2030)

※お申し込みは、子育て健康課(TEL 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 9/22	24(雑誌等) 10/8(新聞紙等)	木	29(小向・埋縄)



心配ごと相談(22)  
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)