

# 生活カレンダー

February

2

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			11	12 埋立 のびのび相談	13 一般 健康料理教室	14
15	16	17 一般	18 再生(雑誌等) リサイクル運動	19 埋立 のびのび相談 2歳児歯科検診	20 一般 育児相談 心配ごと相談	21
22	23 粗大(柿山王谷向陽台)	24 一般 離乳食教室(前期)	25 からだサプリ教室①	26 埋立 のびのび相談 健康料理教室	27 一般 7・8ヶ月児相談	28
1 (3月)	2	3 一般	4 再生(新聞紙等)	5 埋立 のびのび相談 3歳半健康診査 心配ごと相談	6 一般	7 マタニティ教室②
8	9 粗大(朝日ヶ丘白梅西東) 健康相談	10 一般 たんぼぼ教室				

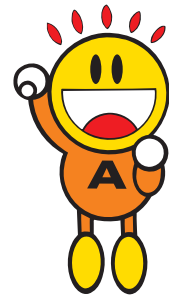
各施設等のマーク 保健福祉センター ごみ出しの日

## 健康事業内容

名称	日	時間	備考
健康料理教室	13 26	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	20	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
離乳食教室(前期)	24	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。
からだサプリ教室(介護予防教室)	25	10:00~13:00	対象：65歳以上で介護認定を受けていない方。 内容：健康運動士による転倒予防教室。 (定員30名、予約必要)
マタニティ教室②	3/7	10:00~11:30	対象：妊婦と家族(要予約) 内容：パパの妊婦体験、分娩について等のお話、ママ友作りに(助産師・保健師)
健康相談	3/9	14:00~15:00	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
たんぼぼ教室	3/10	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、ハサミ、お茶
のびのび相談	12 19 26 3/5	予約制	内容：「子どもへの関わり方がわからない。落ち着かない。」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：相談支援事業所が相談を受けます。 ソシオTel.(345-9016)、HANA Tel.(320-2761)
障がい者の就職相談		随時	内容：四日市障がい者就業・生活支援センタープ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) プルーム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	18(雑誌等) 3/4(新聞紙等)	木	23(柿・山王谷・向陽台) 3/9(朝日ヶ丘・白梅西・東)



心配ごと相談(20、3/5)  
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 柿公民館  
(午前10時~11時まで)