

生活カレンダー

November

11

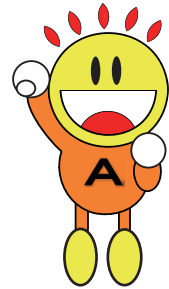
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						11 ♡ マタニティ教室②
12	13 🗑️ 粗大(朝日ヶ丘・白梅西・東) ♡ 健康相談	14 🗑️ 一般 ♡ ひよこ教室(キッズ) ♡ すくすく相談	15 🗑️ 再生(新聞紙等) ♡ リサイクル運動 ♡ すくすく相談	16 🗑️ 埋立 ♡ のびのび相談	17 🗑️ 一般 ♡ 育児相談	18
19	20 ♡ 心配ごと相談	21 🗑️ 一般 ♡ アフターピクス	22 ♡ からだサブリ教室④	23	24 🗑️ 一般	25
26	27 🗑️ 埋立	28 🗑️ 一般 ♡ 離乳食教室(前期)	29 🗑️ 再生(雑誌等) ♡ すくすく相談 ♡ からだサブリ教室⑤	30 🗑️ 埋立 ♡ 胃・大腸がん検診 ♡ 健康料理教室 ♡ のびのび相談	1 (12月) 🗑️ 一般 ♡ 胃・大腸がん検診	2
3	4	5 🗑️ 一般 ♡ 心配ごと相談	6 ♡ からだサブリ教室⑥	7 🗑️ 埋立 ♡ 1歳半健診 ♡ のびのび相談	8 🗑️ 一般 ♡ 健康料理教室	9

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
マタニティ教室②	11	13:30~15:00	対象:妊婦と家族(要予約) 内容:パパの妊婦体験、沐浴指導、分娩に関するお話等(助産師・保健師)
健康相談	13	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
ひよこ教室(キッズクラス)	14	10:00~11:00	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
育児相談	17	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
アフターピクス	21	10:00~11:00	対象:出産後2ヶ月以降から6ヶ月未満の産婦とその赤ちゃん(要予約) 内容:ダンスインストラクターによる産後エクササイズ教室 持ち物:汗拭きタオル、バスタオル、飲み物、室内用の運動靴 月齢7ヶ月以上の子どもの託児あり(定員先着10名)
からだサブリ教室(介護予防教室)	22 29 12/6	13:15~15:00	対象:60歳以上で転ばない身体作りを目指す方、転倒・歩行に不安を感じる方。(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40名) お問合先:保険福祉課(377-5659)
離乳食教室(前期)	28	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。
健康料理教室	30 12/8	10:00~13:00	内容:メタボ予防、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(要予約保険福祉課377-5659) 持ち物:エプロン、三角巾、筆記用具、参加費300円
すくすく相談	14 15 29	予約制	内容:「ことばがゆっくり」「どもる時がある」「発音が気になる」など、言語聴覚士によることばの発達に関する相談(要予約)
のびのび相談	16 30 12/7	予約制	内容:「落ち着きがない」「やりとりがうまくできない」「発達ゆっくり」「集団生活がなじめない」など、臨床心理士によるこ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: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)
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。 陽たまりTel(328-5881)、ブルーム 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



心配ごと相談(20、12/5)
毎回、保健福祉センター2階研修室
13時~15時30分まで

リサイクル運動
(毎月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
(9時~13時まで)
出張場所 埋縄公民館
(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	15(新聞紙等) 29(雑誌等)	木 11/27(月)	13(朝日ヶ丘・白梅西・東)

※朝日町役場に問い合わせの際は、ダイヤル番号をよくご確認の上、お間違いないようおかけください。