

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 🗑️ 一般 💖 ひよこ教室(ペピー) 💖 すくすく相談	12 🗑️ 再生(雑誌等) 💖 すくすく相談	13 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談	14 🗑️ 一般 💖 健康料理教室	15
16	17	18 🗑️ 一般 💖 アフターピクス	19 💖 リサイクル運動 💖 すくすく相談	20 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談 💖 心配ごと相談	21 🗑️ 一般 💖 育児相談	22
23	24	25 🗑️ 一般 💖 離乳食教室(後期)	26 🗑️ 再生(新聞紙等)	27 🗑️ 埋立 💖 健康料理教室 💖 のびのび相談 💖 乳子宮・大腸がん検診	28 🗑️ 一般	29
30	1 (10月) 🗑️ 粗大(縄生)	2 🗑️ 一般 💖 成人健診	3 💖 からだサプリ教室① (介護予防事業)	4 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談 💖 1歳半健診	5 🗑️ 一般 💖 心配ごと相談	6
7	8	9 🗑️ 一般 💖 たんぽぽ教室 💖 すくすく相談	10 🗑️ 再生(雑誌等) 💖 胃・大腸がん検診			

各施設等のマーク 保健福祉センター ごみ出しの日

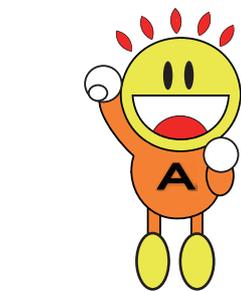
健康事業内容

名称	日	時間	備考
ひよこ教室(ペピー)	11	10:00~11:00	対象：0~8ヶ月児(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。
健康料理教室	14 27	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377-6659) 持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具、参加費300円
アフターピクス	18	10:00~11:30	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 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)
育児相談	21	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(後期)	25	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、おんぶ紐もしくはペピーカー
からだサプリ教室 (介護予防教室)	10/3	13:30~15:00	対象：60歳以上で介護認定を受けていない方。(要申込) 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(377-6659)
たんぽぽ教室	10/9	10:00~11:30	対象：1歳6ヶ月以上(要予約) 内容：保育士と一緒に遊ぼう！(定員30組) 持ち物：参加費100円、テープ、のり、クレヨン、ハサミ、お茶
すくすく相談	11 12 19 10/9	予約制	内容：「ことばがゆっくり」「どる時がある」「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	13 20 27 10/4	予約制	内容：「落ち着かない」「やりとりがうまくできない」「発達ゆっくり」「集団生活がなじまない」など、臨床心理士によることば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) / 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 377-6652) 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	12(雑誌等) 26(新聞紙等) 10/10(雑誌等)	木	10/1(縄生)



心配ごと相談(20、10/5)
毎回、保健福祉センター2階研修室
13時30分~15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
(9時~13時まで)

出張場所 縄生防災倉庫広場
(10時~11時まで)

*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。