

生活カレンダー

December

12

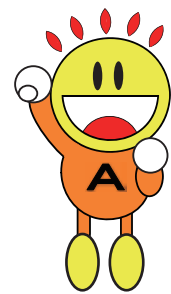
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		11 🗑️一般 💖たんぽぽ教室 💖すくすく相談	12 💖すくすく相談	13 🗑️埋立 💖胃・大腸がん検診 💖のびのび相談	14 🗑️一般 💖胃・大腸がん検診 💖健康料理教室	15
16	17	18 🗑️一般 💖アフターピクス	19 🗑️再生(新聞紙等) 💖すくすく相談 💖からだサブリ教室⑥ 💖リサイクル運動	20 🗑️埋立 💖のびのび相談 💖健康料理教室 💖心配ごと相談	21 🗑️一般 💖育児相談	22
23	24	25 🗑️一般 💖離乳食教室(後期)	26	27 🗑️埋立 💖7・8ヶ月児相談	28 🗑️一般	29
30	31	1 (平成31年1月)	2	3	4 🗑️一般	5
6	7 🗑️埋立	8 🗑️一般 💖ひよこ教室(ハビー) 💖すくすく相談	9 🗑️再生(雑誌等) 💖すくすく相談 💖からだサブリ教室⑦	10 🗑️埋立 💖のびのび相談 💖3歳半健診		

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
たんぽぽ教室	11	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
健康料理教室	14 20	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
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)	19 1/9	13:15~15:00	対象：60歳以上の方。(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(377-5659)
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・おんぶ紐もしくはベビーカー
ひよこ教室(ハビー)	1/8	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。
すくすく相談	11 12 19 1/8 1/9	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 1/10	予約制	内容：「落ち着きがない」「やりとりがうまくできない」「発達がゆっくり」「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 377-5652) 保健師・看護師・管理栄養士まで



心配ごと相談(20)
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願いください。

ごみ出しの日

一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ
火・金	19(新聞紙等) 1/9(雑誌等)	木、1/7(月)