

# 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	13 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談	14 🗑️ 一般 💖 すくすく相談	15
16	17	18 🗑️ 一般 💖 アフターピクス 💖 すくすく相談	19 🗑️ 再生(雑誌等) 💖 からだサブリ教室⑩ 💖 すくすく相談	20 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談	21 🗑️ 一般 💖 育児相談 💖 すくすく相談	22
23	24	25 🗑️ 一般 💖 離乳食教室(前期) 💖 すくすく相談	26 💖 すくすく相談	27 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談	28 🗑️ 一般	29
1 (3月)	2 🗑️ 粗大(山王谷・向陽台)	3 🗑️ 一般	4 🗑️ 再生(新聞紙等) 💖 からだサブリ教室⑩ 💖 すくすく相談	5 🗑️ 埋立 💖 3歳半健診 💖 ハハハの歯つらつ教室 💖 のびのび相談	6 🗑️ 一般 💖 すくすく相談	7 💖 マタニティ教室②
8	9 💖 健康相談	10 🗑️ 一般 💖 たんぽぽ教室				

各施設等のマーク 保健福祉センター ごみ出しの日 \* 2月11日(火)は祝日のため2月10日(月)が一般ごみの収集日です。  
\* 3月2日(月)は山王谷・向陽台地区の粗大ごみ収集日です。地区外の方は出せません。

## 健康事業内容

名称	日	時間	備考
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6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 3/4	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(前期)	25	10:00~11:30	対象：管理栄養士による初期・中期の離乳食の講話と試食。
ハハハの歯つらつ教室(介護予防教室)	3/5	13:45~15:00	対象：60歳以上でお口の健康に関心のある方 内容：歯科衛生士による口腔衛生に関する講話・実践 その他：希望者には送迎あり お問合先：保険福祉課(377-5659)
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：ハハハの妊婦体験、沐浴指導、分娩に関するお話等(助産師・保健師)
健康相談	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
たんぽぽ教室	3/10	10:00~11:30	対象：1歳6ヶ月以上(要予約) 内容：保育士と一緒に遊ぶ！(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
のびのび相談	13 20 27 3/5	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」「集団生活になじめない」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)
すくすく相談	14 18 19 21 25 26 3/4 3/6	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)
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)まで



### 心配ごと相談(3/5(木))

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 柿公民館  
(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。



一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ	粗大ごみ
火・金	19(雑誌等) 3/4(新聞紙等)	木	3/2(山王谷・向陽台)

広報無線がきこえにくいときは…  
0120-251165(通話無料フリーアクセス)  
※最新の放送のみ聞くことができます。