

12月 December

生活カレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					11 🗑️ 一般 💖 乳がん・子宮がん・大腸がん検診	12
13	14 💖 健康相談	15 🗑️ 一般 💖 アフターピクス	16 💖 すくすく相談	17 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談	18 🗑️ 一般 💖 育児相談	19
20	21	22 🗑️ 一般	23 🗑️ 再生(新聞紙等)	24 🗑️ 埋立 💖 のびのび相談	25 🗑️ 一般	26
27	28 🗑️ 埋立	29 🗑️ 一般	30	31	1 (1月)	2
3	4 🗑️ 埋立	5 🗑️ 一般 💖 マタニティ教室① 💖 心配ごと相談	6	7 🗑️ 埋立 💖 3歳半健診 💖 のびのび相談	8 🗑️ 一般 💖 すくすく相談	9

各施設等のマーク 💖 保健福祉センター 🗑️ ごみ出しの日 *28(月)、1/4(月)は埋立ごみです。年末年始のため、31(埋立)、1/1(一般)は収集しません。
*29日(火)は行政機関の休日ですが収集します。

健康事業内容

名称	日	時間	備考
アフターピクス	15	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(先着12組) 内容：ダンスインストラクターによる産後エクササイズの教室 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5名)
育児相談	18	予約制	内容：身体計測、保健相談、栄養相談 持ち物：母子健康手帳
マタニティ教室①	1/5	10:00~11:30	対象：妊娠12~27週の妊婦(対象週数以外の方も参加できます) (要予約) 内容：妊娠中のトラブル予防法・栄養などに関するお話・妊婦体操(助産師・保健師・管理栄養士)
すくすく相談	16 1/8	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	17 1/7	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・生活支援センターブ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D・V・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)

*新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては、中止することがあります。朝日町ホームページにて、ご確認ください。
*お申し込みは、子育て健康課(TEL 377-5652)保健師・管理栄養士まで



心配ごと相談(1/5(火))

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)



一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ
火・金	12/23(新聞紙等)	木 12/28, 1/4(月)

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。