

生活カレンダー

January

1

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
8	9	10	11 🗑️ 再生(新聞等) 📄📄📄 すくすく相談	12 🗑️ 埋立 📖 健康料理教室 👩👩👩 輝け!数値減らし隊 (生活習慣病予防教室) 🚗 縄生・国道筋	13 🗑️ 一般 🚗 縄生・国道筋	14
15	16 📖 健康相談 🚗 縄生・東海道筋	17 🗑️ 一般 📖 たんぽぽ教室 🚗 縄生・東海道筋	18 📖 リサイクル運動	19 📖 のびのび相談 👩👩👩 2歳児歯科検診 🚗 小向	20 🗑️ 一般 📖 育児相談 📖 心配ごと相談 🚗 柿	21 🚗 柿
22	23 🗑️ 粗大(小向・埋縄・白梅西・東) 📖 輝け!数値減らし隊 (生活習慣病予防教室)	24 🗑️ 一般 📖 離乳食教室(後期) 🚗 柿茶ヶ上	25 🗑️ 再生(雑誌等) 📄📄📄 すくすく相談 🚗 柿茶ヶ上	26 📖 健康料理教室	27 🗑️ 一般 🗑️ 埋縄	28
29	30	31 🗑️ 一般 🚗 柿社宅	1(2月)	2 🗑️ 埋立 📖 のびのび相談 📖 1歳半健診	3 🗑️ 一般 🚗 朝日ヶ丘・城山	4 🚗 朝日ヶ丘・城山
5	6 📖 輝け!数値減らし隊 (生活習慣病予防教室) 📖 心配ごと相談	7 🗑️ 一般 📖 マタニティ教室② 🚗 縄生・国道筋	8 🗑️ 再生(新聞等) 📄📄📄 すくすく相談 🚗 縄生・国道筋	9 📖 健康料理教室	10 🗑️ 一般 🚗 縄生・東海道筋	11

各施設等のマーク 📖 保健福祉センター 🗑️ ごみ出しの日 🚗 し尿汲み取りの日

健康事業内容

名称	日	時間	備考
すくすく相談	11 25 2/8	9:00~17:00	内容:「ことばがゆっくりに心配。発音が気になる。お友達とのコミュニケーションが上手にできない。」など言語聴覚士によるこどもの言語相談(要予約)
健康料理教室	12 26 2/9	10:00~13:00	内容:肥満予防・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) 持ち物:エプロン、三角巾、筆記用具
輝け!数値減らし隊 (生活習慣病予防教室)	12 23 2/6	13:30~15:30	対象:特定健診受診者のうち、健診結果が気になる方(要予約) 内容:健康運動指導士による運動の教室。早めの生活習慣改善の取組で健康なからだづくりを目指します。
健康相談	16	14:00~15:30	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	17	10:00~11:30	対象:1歳6ヶ月児以上(要予約) 内容:保育士による集団遊びの教室。(定員30組) 持ち物:参加費100円、テープ、クレヨン、ハサミ、お茶
のびのび相談	19 2/2	予約制	内容:「子どもへの関わり方がわからない。落ち着かない。」など臨床心理士による子どもの発達に関する相談(要予約)
育児相談	20	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)	24	10:00~11:30	対象:9~10ヶ月児 内容: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
マタニティ教室②	2/7	10:00~11:30	対象:妊婦(要予約) 内容:妊婦体操、分娩について等ママづくり(助産師・保健師)
精神福祉相談		随時	内容:相談支援センターソシオ/地域生活支援センターHANAの相談員が相談を受けます。(要予約)
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。(要予約)
知的障がい福祉相談		随時	内容:聖母の家の相談員が相談を受けます。(要予約)
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相談を受けます。(要予約)

※お申し込みは、子育て健康課(377-5652) 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	11・2/8(新聞等) 25(雑誌等)	12・2/2	23(小向・埋縄・白梅西・東)

し尿汲み取り日程等の
問い合わせ先
(株)環衛 TEL364-5775

心配ごと相談(20・2/6)
毎回、保健福祉センター2階研修室
午後1時~午後3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
(午前9時~午後1時まで)
出張場所 縄生防災倉庫広場
(午前10時~11時まで)