

生活カレンダー

August

8

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
11	12 📍健康相談	13 🗑️一般	14 🗑️再生(雑誌等)	15	16 🗑️一般 📍育児相談	17
18	19	20 🗑️一般 📍ひよこ教室(ベビークラス) 📍心配ごと相談	21 📍すくすく相談 📍リサイクル運動	22 🗑️埋立 📍乳・子宮・大腸がん検診 📍からだサブリ教室	23 🗑️一般 📍乳・子宮・大腸がん検診 📍健康料理教室	24
25	26	27 🗑️一般 📍離乳食教室(前期)	28 🗑️再生(新聞紙等) 📍すくすく相談	29 📍のびのび相談	30 🗑️一般 📍7.8ヶ月児相談	31
1 (9月)	2 🗑️粗大(小向・埋縄・白梅西・東) 📍栄養教室	3 🗑️一般	4	5 🗑️埋立 📍のびのび相談 📍3歳6ヶ月児健康診査 📍心配ごと相談	6 🗑️一般 📍胃・大腸がん検診 📍健康料理教室	7
8	9 📍胃・大腸がん検診 📍健康相談	10 🗑️一般 📍胃・大腸がん検診 📍マタニティ教室①				

各施設等のマーク 📍 保健福祉センター 🗑️ ごみ出しの日

保健事業内容

名称	日	時間	備 考
健康相談	12 9/9	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
育児相談	16	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
ひよこ教室(ベビークラス)	20	10:00~11:30	対象：0~8ヶ月児(要予約) 内容：保育士と一緒に遊ぶ。母と子のふれあい遊びの場。
からだサブリ教室(介護予防教室)	22	13:15~15:00	対象：65歳以上で介護認定を受けていない方。(要予約) 内容：健康運動指導士による転倒予防の運動教室。(定員30名)
健康料理教室	23 9/6	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
離乳食教室(前期)	27	10:00~11:30	対象：4~5ヶ月児(要予約) 内容：管理栄養士による初期・中期の離乳食の講話と試食。
マタニティ教室①	9/10	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	21 28	予約制	内容：「ことばがゆっくりで心配。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)
のびのび相談	29 9/5	予約制	内容：「子どもへの関わり方がわからない。落ち着きがない。」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)
精神福祉相談		随時(要予約)	内容：相談支援センターソシオTel(345-9016) / 地域生活支援センターHANA Tel(320-2761)の相談員が相談を受けます。
障がい者の就職相談		随時(要予約)	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(要予約)	内容：陽だまりの相談員が相談を受けます。Tel(329-5881)
女性の悩み相談		随時(要予約)	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)

※お申し込みは、子育て健康課(Tel377-5652) 保健師・看護師・管理栄養士まで



心配ごと相談(20・9/5)
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 朝日ヶ丘地蔵広場
(午前10時~10時30分まで)
朝日ヶ丘公民館
(午前10時30分~11時まで)

ごみ出しの目

一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ	粗大ごみ
火・金	14(雑誌等), 28(新聞紙等)	22, 9/5	9/2(小向・埋縄・白梅西・東)