

# 生活カレンダー

October

10

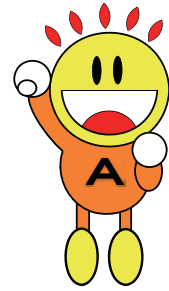
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
11	12	13 🗑️一般 💖ひよこ教室(キッズ)	14 🗑️再生(新聞紙等)	15 🗑️埋立 💖のびのび相談	16 🗑️一般 💖育児相談	17
18	19 🗑️粗大(柿山王谷・向陽台) 💖健康相談	20 🗑️一般 💖心配ごと相談	21 💖すくすく相談 💖からだサブリ教室② 💖リサイクル運動	22 🗑️埋立 💖のびのび相談 💖健康料理教室 💖乳子宮・大腸がん検診	23 🗑️一般 💖7・8ヶ月児相談	24
25	26	27 🗑️一般	28 🗑️再生(雑誌等) 💖すくすく相談	29 🗑️埋立 💖成人健診	30 🗑️一般	31
1 (11月)	2 🗑️一般 💖乳子宮・大腸がん検診	3	4 💖すくすく相談 💖からだサブリ教室③	5 🗑️埋立 💖のびのび相談 💖3歳半健診 💖心配ごと相談	6 🗑️一般	7
8	9 🗑️粗大(朝日ヶ丘・白梅西・東) 💖胃・大腸がん検診	10 🗑️一般 💖胃・大腸がん検診				

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
ひよこ教室(キッズクラス)	13	10:00~11:30	対象：9ヶ月~1歳6ヶ月未満児(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。
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
健康相談	19	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
からだサブリ教室(介護予防教室)	21 11/4	13:15~15:00	対象：60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	22	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
のびのび相談	15 22 11/5	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)
すくすく相談	21 28 11/4	予約制	内容：「ことばがゆっくり」「どもる時がある」「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) 保健師・看護師・管理栄養士まで



心配ごと相談(20・11/5)  
毎週、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 柿公民館  
(午前10時~11時まで)

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(月)	14(新聞紙等) 28(雑誌等)	木	19(柿・山王谷・向陽台) 11/9(朝日ヶ丘・白梅西・東)