

生活カレンダー

November

11

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 ♡ひよこ教室(キッズ) ♡すくすく相談	14 ♡すくすく相談 ♡からだサブリ教室③	15 🗑️埋立 ♡のびのび相談	16 🗑️一般 ♡育児相談	17
18	19	20 🗑️一般 ♡アフターピクス ♡心配ごと相談	21 🗑️再生(新聞紙等) ♡リサイクル運動	22 🗑️一般 ♡のびのび相談 ♡健康料理教室	23	24
25	26 🗑️埋立 ♡胸部・前立腺がん・骨粗しょう症検診	27 🗑️一般 ♡離乳食教室(前期)	28 ♡すくすく相談 ♡からだサブリ教室④	29 🗑️埋立 ♡のびのび相談	30 🗑️一般	1 (12月)
2	3 🗑️粗大(小向・埋縄) ♡乳がん・子宮がん・大腸がん検診	4 🗑️一般	5 🗑️再生(雑誌等) ♡からだサブリ教室⑤ ♡心配ごと相談	6 🗑️埋立 ♡のびのび相談 ♡1歳半健診	7 🗑️一般	8
9	10 ♡健康相談					

各施設等のマーク ♡保健福祉センター 🗑️ごみ出しの日

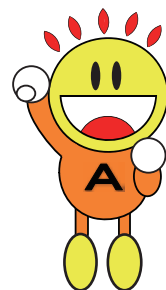
健康事業内容

名 称	日 時 間	備 考
健 康 相 談	12/10 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
ひよこ教室 (キッズクラス)	13 10:00~11:00	対象：9ヶ月~1歳6ヶ月未満児(要予約) 内容：保育士と一緒に遊ぶ。母と子のふれあい遊びの場 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 Tel (377-5659)
からだサブリ教室 (介護予防教室)	14/28 13:15~15:00	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 Tel (377-5659)
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
アフターピクス	20 10:00~11:00	対象：出産後2ヶ月~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 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) 内容：メタボ予防・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 保険福祉課 377-5659) 持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具、参加費300円
健康料理教室	22 10:00~13:00	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。
離乳食教室(前期)	27 10:00~11:30	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)
すくすく相談	13/28 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)
のびのび相談	15/22 予約制 12/29	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：相談支援事業所が相談を受けます。 ブラウ：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

ごみ出しの日

一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ	粗大ごみ
火・金 11/22(木)	21 (新聞紙等) 12/5 (雑誌等)	木 11/26(月)	12/3 (小向・埋縄)



心配ごと相談 (20、12/5)
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)

※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。