

# 生活カレンダー

March

3

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			11 ♡すくすく相談	12 🗑️埋立 ♡のびのび相談	13 🗑️一般 ♡すくすく相談	14
15	16 🗑️粗大(小向・埋縄)	17 🗑️一般 ♡アフターピクス	18 🗑️再生(雑誌等) ♡からだサブリ教室② ♡すくすく相談	19 🗑️埋立 ♡のびのび相談	20	21
22	23 ♡献血	24 🗑️一般 ♡離乳食教室(後期)	25 ♡すくすく相談	26 🗑️埋立 ♡のびのび相談	27 🗑️一般 ♡育児相談	28
29	30 ♡7・8ヶ月児健康相談	31 🗑️一般	1 (4月) 🗑️再生(新聞紙等)	2 🗑️埋立 ♡1歳半健診	3 🗑️一般	4
5	6	7 🗑️一般	8	9 🗑️埋立	10 🗑️一般	

各施設等のマーク ♡保健福祉センター 🗑️ごみ出しの日 \*16日(月)は、小向・埋縄地区の粗大ごみ収集日です。地区外の方は出せません。  
\*20日(金)は祝日のため、一般ごみの収集はありません。

## 健康事業内容

名称	日	時間	備考
アフターピクス	17	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) 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ヶ月以上就園前の子どもの託児あり(定員先着5名)
からだサブリ教室(介護予防教室)	18	13:15~15:00	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) お問合せ先：保険福祉課(377-5659)
離乳食教室(後期)	24	10:00~12:00	対象：9~10ヶ月児(要予約) 内容：管理栄養士による後期・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
育児相談	27	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
すくすく相談	11 13 18 25	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) ※4月以降の予定は未定
のびのび相談	12 19 26	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」「集団生活になじめない」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) ※4月以降の予定は未定
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)まで



### 心配ごと相談(4/6月)

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 埋縄公民館  
(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、お間違いのないようおかけください。



一般ごみ	再生ごみ	埋立ごみ	粗大ごみ
火・金 20日除く	18(雑誌等) 4/1(新聞紙等)	木	16(小向・埋縄)

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。