

3月の「皆さんの参加等をお待ちしている行事」のお知らせ

町では、町民の皆さんの健康と体力の維持増進・趣味の助長と生涯学習の場の提供などの各種事業を行っています。ぜひ、ご参加下さい。

行政センター(役場)	総務課	TEL68-2111	Fax68-2285	保健センター(福祉課保健指導係・介護福祉係)	TEL69-2100	Fax68-2289
	産業建設課	TEL68-2113(建設系)	TEL68-2114(農政系)	地域包括支援センター(保健センター内)	TEL68-2288	
	福祉課	TEL68-2112		社会福祉協議会(保健センター内)	TEL69-2188	Fax68-2289
	議会事務局	TEL68-2299		農村センター(社会教育係)	TEL68-2166	Fax68-2976
	農業委員会	TEL68-2298		海洋センター(社会教育係)	TEL68-2323	
	出納室	TEL68-2297				

日	曜	行事名等(場所・時間・申込み及び問い合わせ先)
1	木	大人のための筋力アップ・脂肪ダウン↓スポーツ教室⑨(保健センター 9:30~11:30 保健指導係)
2	金	高齢者大学みどり学園修了式(農村センター 10:00~11:00 社会教育係) 男性のための健康教室⑨(保健センター 13:15~15:00 保健指導係)
3	土	
4	日	
5	月	介護予防講演会(保健センター 10:00~11:30 介護福祉係)
6	火	乳幼児健診(保健センター 12:30~ 保健指導係) フッ素塗布(保健センター 13:00~ 保健指導係)
7	水	続けて元気!貯筋教室(保健センター 9:30~12:00 介護福祉係)
8	木	大人のための筋力アップ・脂肪ダウン↓スポーツ教室⑩(保健センター 9:45~11:30 保健指導係) BCG予防接種(町立診療所 13:30~14:00 保健指導係)
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	やすらぎ健康相談(保健センター 9:00~11:00 保健指導係) 介護予防の日(ふるさと活性化センター 10:00~13:00 介護福祉係)
13	火	なかよし広場 パネルシアター おおきくなったよ(奈井江町子育て支援センター 10:15~11:30 住民係) 浦臼中学校卒業式
14	水	続けて元気!貯筋教室(保健センター 9:30~12:00 介護福祉係)
15	木	口から元気相談(保健センター 9:30~11:30 介護福祉係) オンブズパーソン相談日(保健センター 13:00~16:00 介護福祉係) 行政相談日(保健センター 13:00~16:00) 麻疹風疹混合予防接種(町立診療所 13:30~14:00 保健指導係) 確定申告受付期日(行政センター 税務係)
16	金	みどり幼稚園卒園式
17	土	
18	日	
19	月	浦臼小学校卒業式
20	祝	介護予防の日(鶴沼改善センター 10:00~13:00 介護福祉係)
21	水	粗大ごみ収集予定日(申込は、3月13日(火)迄 生活係 TEL68-2112) 続けて元気!貯筋教室(保健センター 9:30~12:00 介護福祉係)
22	木	介護予防講演会(保健センター 10:00~11:30 介護福祉係) ポリオ予防接種(町立診療所 13:30~14:00 保健指導係)
23	金	
24	土	介護予防の日(晩生内地区コミュニティセンター 9:00~12:00 介護福祉係)
25	日	
26	月	やすらぎ健康相談(保健センター 9:00~11:00 保健指導係)
27	火	
28	水	
29	木	
30	金	
31	土	

行事の主な内容等 保健師からののお知らせ〔保健指導係〕

行事名	内容
やすらぎ健康相談	血圧測定、尿検査、病気についての相談等体の状況だけではなく、落ち込みやすい、何もしたくない、物忘れがひどい等の心の相談にも応じます。また栄養相談、乳幼児相談を希望される方は事前に連絡を下さい。
BCG予防接種	対象は、2ヶ月後半頃~生後6ヶ月未満の乳児です。
麻疹風疹混合予防接種	対象は、12~24ヶ月未満の乳幼児です。
ポリオ予防接種	対象は、3~18ヶ月未満の間に2回(2回目は初回から6週間以上たったあと)
乳幼児健診	月齢によって受付時間が異なりますので、注意して下さい。対象月齢は、3~4ヶ月、6~7ヶ月、9~10ヶ月、1歳~1歳1ヶ月、1歳6ヶ月~1歳7ヶ月、2歳~2歳1ヶ月、3歳1ヶ月です。それ以外で受診したい人は、前日までに連絡を下さい。
フッ素塗布	1歳過ぎの幼児で希望される方は、歯ブラシを持参して下さい。無料。
大人のための筋力アップ・脂肪ダウンスポーツ教室	冬場の運動不足解消・生活習慣病予防の為に身体の動きにあわせてリズム体操ストレッチ体操をおこないます。
男性のための健康教室	男性の方を対象とした教室です。春にむけて筋肉をほぐすストレッチや筋カトレニング、代謝をあげる有酸素運動を行います。

介護福祉係からののお知らせ

行事名	内容
オンブズパーソン相談日	要介護認定についての疑問、サービス利用についての不満等、介護保険制度全般に対する相談を受けています。
続けて元気!貯筋教室	65歳以上の方であれば、足腰の筋力に不安を感じている方や今以上に筋力を付けたいと思っている方など誰でも参加可能です。詳しくは介護福祉係までお問い合わせ下さい。
口から元気相談	歯科衛生士が個別に相談を受けます。予約を受け付けません。
介護予防の日	各地区の施設を開放し、高齢者が自主的に集うことにより、閉じこもり予防を目的とした日です。過ごし方は利用者の自由です。地域の方々と支え合い、有効な活用を期待しています。利用希望の方は介護福祉係までご連絡下さい。
介護予防講演会	「ちょこっと運動のすすめ」~動ける身体を維持しましょう~ お話と、寝ながら行う体操など実演します。 講師: 菊地啓介氏
介護予防講演会	「身体と頭を使って認知症予防」 音楽療法を利用して認知症を予防するものです。実演とお話です。 講師: 下出理恵子氏

社会福祉協議会からののお知らせ

行事名	内	容
心配ごと相談所	第3木曜日	13:00~15:00 保健センター
温泉送迎バス	3月8日(木) 3月23日(金)	温泉滞在時間 ①11:00~16:00 ②14:00~16:00 申し込み(社協) TEL69-2188
よってけサロン	3月24日(土)	9:00~12:00 保健センター 参加自由 参加費 100円

住民係からののお知らせ

行事名	内	容
なかよし広場 (奈井江町子育て支援センター)		なかよし広場では、絵本や紙芝居、エプロンシアター、体操、製作、季節にちなんだ遊び、親子あそびなどを通して、お友だちと楽しく遊んでもらうことを目的としています。(主に1歳半以上が対象です。) ※みんなで楽しく遊ぶ場ですので、ご家庭のおもちゃ、おやつなどは持ち込まないようにして下さい。※開始時間10分前には受付を済ませて下さい。お問い合わせは、福祉課住民係まで。 当日が祝日の場合はお休みです
電話	65-2780	

民生委員児童委員協議会からののお知らせ

行事名	内	容
子育てサークル ひよこちゃん	第1・3木曜日	10:00~12:00 ふれあいの家
子育てサークル いちごちゃん	第2・4木曜日	10:00~12:00 鶴沼改善センター

当日が祝日の場合はお休みです

定例行政相談所

とき 毎月第3木曜日 13:00~16:00
ところ 保健センター
相談は電話でも受付しております。秘密は厳守されます。
総務省行政相談委員 鎌塚 幸樹 TEL67-3057