

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）	（代表） TEL68-2111	Fax(役場共通) 68-2285	保健センター（福祉課）		
		総務課 TEL68-2111		保健指導係・介護福祉係・子育て支援係	TEL69-2100	Fax68-2289
		住民課 TEL68-2112	出納室 TEL68-2297	地域包括支援センター（保健センター内）	TEL68-2288	
		建設課 TEL68-2113	農業委員会 TEL68-2298	社会福祉協議会（保健センター内）	TEL69-2188	Fax68-2289
		産業課 TEL68-2114	議会事務局 TEL68-2299	農村センター（社会教育係）	TEL68-2166	Fax68-2976
			海洋センター（社会教育係）	TEL68-2323		

日	曜	行事名等（場所・時間・申込み及び問い合わせ先）
1	金	浦臼町高齢者大学みどり学園修了式(行政センター 10:00～ 社会教育係)
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	
6	水	貯筋教室(保健センター 9:30～11:30 介護福祉係)
7	木	
8	金	リラクスママ(保健センター 10:00～11:30 子育て支援係)
9	土	
10	日	
11	月	浦臼中学校卒業証書授与式 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)
12	火	
13	水	貯筋教室(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 13:00～15:00 介護福祉係)
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	粗大ごみ収集予定日(申込は3月12日(火)まで 生活係 TEL68-2112) 浦臼小学校卒業証書授与式 乳幼児健診・歯科健診・フッ素塗布(保健センター 12:30～ 子育て支援係)
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	木	
22	金	
23	土	
24	日	介護予防の日(晩生内地区コミュニティセンター 13:00～16:00 介護福祉係)
25	月	
26	火	
27	水	
28	木	弁護士無料法律相談(行政センター 13:00～15:00 申込は事前に3月26日まで 住民係 TEL68-2112)
29	金	
30	土	
31	日	

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など体のことだけでなく、落ち込みやすい、何もしたくない、物忘れがひどいなど心の相談にも応じます。
こころの健康相談(滝川保健所)	やる気が出ない、不眠が続く、人間関係に悩んでいる、物忘れが多くなった、ギャンブルのこと、お酒のトラブル、引きこもりや思春期のこと、高次脳機能障害に関することなど、こどもからお年寄りまで心の悩みを持つご本人やご家族など周囲の方々の相談に、精神科医師と保健師が応じます。プライバシーの保護、秘密は厳守します。

子育て世代包括支援センターからののお知らせ〔子育て支援係〕

行事名	内容
乳幼児健診	月齢によって受付時間が違いますのでご注意ください。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～3歳1ヶ月です。それ以外で受診したい方は、前日までにご連絡ください。
歯科健診 フッ素塗布	1歳から就学前の幼児と未就学児の保護者、妊娠中の方が対象です。ご希望の方は前日までにご連絡ください。
リラクスママ	インストラクターの指導のもと、疲れたカラダを癒やす「ゆるストレッチ」をします。日頃、家事や育児に頑張っているお母さんが対象です。小さなお子さんはスタッフが託児します。

介護福祉係からののお知らせ

行事名	内容
介護予防の日	各地区の施設を開放して高齢者が自主的に集い、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、有効に活用してください。
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など、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つ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ください。

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	電話予約にて随時受け付けています
温泉送迎バス	3月18日(月) 温泉滞在時間 13:30～15:30 申し込み(社協) TEL69-2188

定例行政相談所

今月の定例行政相談はお休みさせていただきます。