

2011

11 霜月 November

昭和町カレンダー

昭和町役場 〒409-3880 中巨摩郡昭和町押越 542-2 ☎275-2111

見やすいところに貼るなどしてご利用ください

Calendar grid for November 2011. Each day cell contains the date, day of the week, and festival name. Includes facility status icons (e.g., 図書館, 体育館) and event notices (e.g., 11月7日~14日まで温水プール休館).

◆ 11月のゴミ収集日

Table of garbage collection dates for November. Columns include '地区' (District) and 'ゴミの区分' (Type of Garbage). Rows list 'もえるゴミ' (Combustible), 'もえないゴミ' (Non-combustible), '粗大ゴミ' (Large Garbage), and '剪定枝回収' (Pruning Branch Collection).

+ 救急医療情報

Emergency medical information including contact numbers for the Emergency Medical Center (226-3399), Night Dental Emergency Clinic (220-1199), and Mountain Prefecture Emergency Medical Information Center (224-4199). Includes a QR code and website URL.

みんなの健康カレンダー

2011.11月

日 (SUN)	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
		1 ⑨乳がん検診	2	3	4 ①母子健康手帳交付 健康相談 子宮がん検診申込	5
6	7	8 ②ようこそ 赤ちゃん学級 (1日目)	9 ⑦すくすく相談 (総合会館)	10 ⑤2歳歯みがき教室	11 ③育児学級	12
13	14	15 ①母子健康手帳交付 健康相談 子宮がん検診申込	16 ⑥3歳児健診	17 ⑧湯ったり健康相談 ⑨乳がん検診	18 ②ようこそ 赤ちゃん学級 (2日目)	19
20	21	22 ⑨乳がん検診	23	24 ⑨乳がん検診	25 ①母子健康手帳交付 健康相談 子宮がん検診申込	26
27	28 ⑦すくすく相談 (ゆめてらす)	29 ②ようこそ 赤ちゃん学級 (3日目) ⑨乳がん検診	30 ④乳児健診	<p>「こころのサインに気づいていますか？」～心の健康相談のお知らせ～ 最近、「眠れない」「熟睡感がない」という症状はありませんか？ このサインに早めに気付いて心身のケアをすることが大切です。 このような症状がある方はいきいき健康課までお気軽にご相談下さい。</p> <p>★こころの健康相談について★ 内容：心療内科の医師による個別相談（所内相談または訪問） 時期：随時（申込があり次第、医師と日程相談いたします） 申込・問合せ：いきいき健康課（275-8785）</p>		

保健事業の
お知らせ

- ・乳幼児健診時、体調不良や都合来られない場合は、必ずいきいき健康課までご連絡をお願いします。
- ・乳がん検診を申し込まれた方は忘れずに受診しましょう。なお、受診できない場合は、必ずいきいき健康課までご連絡をお願いします。

2011.11月

番号	事業名	実施日	受付時間	場所	対象	持ち物	その他
①	母子健康手帳交付、 一般健康相談、 子宮頸がん検診申込	4日(金)	午前9:00～11:30	総合会館 保健センター	子宮頸がん検診申込み は20歳以上の女性	母子健康手帳交付、子宮頸がん 検診申込み時は印鑑	・一般健康相談は、40歳以上の方を 対象に血圧測定、尿検査などを行っ ています。 ・予防接種の相談も受け付けています。
		15日(火)	午前9:00～11:30				
		25日(金)	午後1:30～4:00				
②	ようこそ赤ちゃん 学級 (安産教室)	① 8日(火)	午前9:20～12:00	総合会館 保健センター	妊娠5カ月以降の方	母子健康手帳、筆記用具、	・対象者には通知を送りしています。 ・母乳育児や妊娠期の栄養、お産に関 する講義や妊婦体操などの実技を行 います。
		② 18日(金)					
		③ 29日(火)					
③	育児学級	11日(金)	午前9:10～9:20	総合会館 保健センター	平成23年9月生まれ の乳児と保護者	母子健康手帳、筆記用具、 バスタオル	・対象者には通知を送りしています。
④	母と子のすくすく 相談室	9日(水)	午前9:30～11:00	総合会館 保健センター	昭和町で子育て中の 保護者とその子ども	母子健康手帳	・保健師が相談をお受けします。 ・栄養士の相談については予約制とな りますので、ご希望の方は下記まで ご連絡下さい。 ・必要な方に身体計測も行っています。
		28日(月)	午前10:00～11:30	児童センター ゆめてらす			
⑤	乳児健康診査	30日(水)	午後1:00～1:15 午後2:00～2:15	総合会館 保健センター	平成23年1月生まれ 平成23年7月生まれ	母子健康手帳、健康保険証、 印鑑、バスタオル	・お子さんの日頃の様子がわかる保護 者が同伴してください。
⑥	2才歯みがき教室	10日(木)	午前9:40～10:00	総合会館 保健センター	平成21年8月～9 月生まれのお子さん	母子健康手帳、歯ブラシ、 コップ、質問票	・参加希望の方は事前予約制となりま すので、通知をご覧いただき、ご連 絡下さい。
⑦	3歳児健康診査	16日(水)	午後1:00～1:30	総合会館 保健センター	平成20年8月～9 月生まれのお子さん及 び、前回未受診のお子 さん	母子健康手帳、健診問診票、 尿検査セット、健康保険証、 印鑑	・地区別に受付時間を設定しますの で、詳しくは通知をご覧下さい。
⑧	湯ったり健康相談	17日(木)	午前10:00～11:30	総合会館	65歳以上の方		・温泉を利用しない方もお立ち寄り下 さい。
⑨	乳がん検診	1日、14日、17日、22日、24日、29日	申し込みは終了しています 申し込まれた方には説明書をお送りしています。ご自分の受診日と受診時間を確認下さい	総合会館	昨年受診していない方で電話申込をされた方(定員枠に余裕があります。ご希望の方はご連絡ください)	問診票 クーポン券(お持ちの方のみ) 自己負担金1,250円 ※クーポン券をお持ちの方は無料	・申込時に設定した受診日、受診時間を守って、お越し下さい。