

12月の予定

12月1日～12月31日

妊婦教室

- 日 時 12月17日(水)
9:50～10:00(受付)
- 場 所 大安老人福祉センター
- 持ち物 母子健康手帳
- 内 容 母と子のお口の健康について
1週間前までにご予約ください。



育児相談

- 日・場所 12月 2日(火) 北勢福祉センター
9日(火) 藤原文化センター
16日(火) 員弁健康センター
24日(水) 大安老人福祉センター
- 受付時間 9:30～11:00
- 持ち物 母子健康手帳
どなたでも参加できます。身体計測のみでも可。
仲間づくりの場としてもお気軽にお越しください。



問 大安庁舎 健康推進課 T 78-3517 F 78-1114

離乳食教室

- 前期 ●日 時 12月 5日(金) 9:30～9:45(受付)
●対象者 生後4か月～6か月の乳児の保護者
- 後期 ●日 時 12月12日(金) 9:30～9:45(受付)
●対象者 生後7か月～11か月の乳児の保護者

- 場 所 大安老人福祉センター
- 持ち物 母子健康手帳・エプロン・おんぶひも
- 内 容 講義・調理実習

変更のお知らせ

一部の予定表でお知らせしている後期日程12月19日(金)を12月12日(金)に変更させていただきますので、お間違いのないようお願いいたします。

1週間前までにご予約ください。

1歳6か月児健康診査

- 日 時 12月11日(木) 13:15～14:15(受付)
- 場 所 大安老人福祉センター
- 対象者 平成19年5月15日～6月12日生・前回欠席者
- 持ち物 母子健康手帳・健康診査票
対象者には個別に通知します。

3歳児健康診査

- 日 時 12月25日(木) 13:15～14:15(受付)
- 場 所 大安老人福祉センター
- 対象者 平成17年5月10日～5月31日生・前回欠席者
- 持ち物 母子健康手帳・健康診査票・尿
対象者には個別に通知します。

いきいき講座 自分らしくいきいきとした生活を楽しんでほしいから

原則全日程参加できる方が対象になります。健康的な生活を送るために、できることから始めてみませんか？

	日 時	場 所	内 容	講 師
①	12月10日(水) 14:00～16:00	員弁老人福祉センター 2階教育集会娯楽室	足の筋力をつけましょう	理学療法士
②	12月15日(月) 10:00～12:00	員弁健康センター 調理室	歯と口の健康について	桑員歯科衛生士会 歯科衛生士
③	1月7日(水) 10:00～12:00	員弁老人福祉センター 2階教育集会娯楽室	認知症について 楽しく学ぶ	保健師 福祉レクリエーションワーカー
④	1月21日(水) 10:00～14:00	員弁健康センター 調理室	楽しくみんなで 料理に挑戦	地域活動栄養士会 (管理栄養士)

申込締切 12月1日(月)
会場までの送迎はありません。
①と③は体の動かしやすい服装でご参加ください。
④は調理実習をしますのでエプロン・三角巾・ふきん・米1合をご持参ください。
講師の都合で日程・場所の変更がある場合もあります。詳しくは下記へお問い合わせください。

問・申込先 員弁町・大安町……南地域包括支援センター(大安庁舎内) T 78-3520 F 78-1114
問・申込先 北勢町・藤原町……北地域包括支援センター(社協北勢支所内) T 82-1616 F 72-3147

めざましいなべ通!!

いなべ 検定入門 27

～自然と歴史紹介～

藤原岳

藤原岳は、鈴鹿山脈の北部に位置し、頂上部は、特有の準平原をなすカルスト地形で、「石灰岩の山」や「化石の山」と呼ばれています。標高は1,120m。その藤原岳が端を発したのは、大昔の古生代、今からおよそ、2億数千年前の時代です。藤原岳は、一年を通じて花が楽しめる自然の宝庫で、春は藤原岳のシンボルともいえるフクジュソウ、また、キンポウゲ科を代表とする、スプリングエフェメラル が人々を魅了しています。夏を象徴する、オオイタヤメイゲツ林は、緑の濃い木々の美林(りっぱな林)です。秋はガマズミ類の真赤な実と紅葉が楽しめます。冬は山頂一帯が白銀の世界となり、輝く霧氷や樹氷が見られます。藤原岳は、一年を通じ、登山者を多くの楽しみで迎えてくれる有名な山です。



春先に花をつけ、夏まで葉をつけると、あとは地下で過ごす一連の草花の総称。
情報提供者: いなべ市の語り部 清水実・藤井樹巳

問 員弁庁舎 広報秘書課 T 74-5820 F 74-5821