

2月	菟野町おしらせカレンダー Information Calendar in Komono Town
16 金	みんなの運動サロン (竹永地区) 一般何でも相談
17 土	第9回よもやま歴史教室 クペリの子育て無料相談 ファミサポ相談・登録会
18 日	第17回美三国三重市町対抗駅伝 普通救命講習I
19 月	わくわく広場 (菟野こども園) けやき健康相談、歯科相談 女性のための健康講座と骨盤底筋エクササイズ
20 火	赤ちゃんと産後ママのほっとサロン みんなの運動サロン (千種地区) / 手話講座
21 水	すくすく広場 / 心配ごと相談 / 人権相談
22 木	みんなの運動サロン (朝上地区)
23 金	転倒予防運動教室
24 土	こころの健康・福祉のフェスティバル みんなで一緒に! SSピンポン
26 月	わくわく広場 (朝上幼保園) 健康づくり運動事業 (初級コース②)
27 火	みんなの運動サロン (菟野地区) / 手話講座 健康づくり運動事業 (体脂肪燃焼コース)
28 水	健康づくり運動事業 (エンジョイフィットネス) 心配ごと相談 / 人権相談

**各種相談コーナー Your worries...**

相談は無料で秘密を厳守します。気軽にご相談ください。

ふれあい相談センター ▶ところ けやき1階	
<b>一般相談</b>	<b>専門相談</b>
種別・時間 相談日時	種別・時間 相談日時
一般何でも相談 16日 10:00~15:00	人権相談 21日、28日 10:00~15:00
心配ごと相談 21日、28日 10:00~15:00	※ご相談いただけるのは町 内在住の方となります。 ※土日、祝日はお休みです。
電話福祉相談 毎週月~金 8:30~17:00	TEL 394-5294 (直通) FAX 394-3422
<b>三重県北勢福祉事務所の相談</b>	
女性相談：夫婦問題、離婚、職場の人間関係など 月~金 8:30~16:00 (年末年始、祝日除く) TEL 352-0557	
<b>津地方法務局四日市支局による人権相談</b>	
月~金 8:30~17:15 (年末年始、祝日除く) TEL 353-4365 FAX 353-4367	

**2月の納付** 固定資産税4期、国民健康保険税8期、  
下水道受益者負担金4期

**講座** 第6回地域リハビリテーション推進事業講演会  
**腰痛の予防、再発の予防研修会**

主催 / (福) 鈴鹿聖十字会  
後援 / 菟野町、菟野町社会福祉協議会  
腰痛発生率は増加し続けており、介護・看護作業における腰痛予防対策の推進は重要な課題です。今回、介護業務等による腰への負担軽減を理解し、予防することを目的に、研修会を開催します。

▶講師 鈴鹿医療科学大学リハビリテーション学科 教授 浅田啓嗣氏

▶とき 3月6日(水) 13:30~15:30 受付 13:00~

▶ところ 聖十字看護専門学校 講堂

▶対象 腰痛予防に関心のある町内在住の方、介護・看護・リハビリテーションに従事している方

▶定員 40名 (先着順) ▶受講料 無料  
※定員に達し次第、締め切ります。

▶申込期間 2月16日(金)~3月2日(土)  
・実技、体操がありますので、動きやすい服装でお越しください。

問 介護老人保健施設聖十字ハイツ  
TEL 394-5880 FAX 394-5882  
問 健康福祉課介護高齢福祉係 TEL 391-1125 FAX 394-3423

**イベント** 参加無料  
親子で楽しむ「人形劇」

こころが温まる人形劇を上演します。親子でゆったりとした時間を過ごしませんか。小さなお子さんでも楽しめます。

▶出演 人形劇団「どむならん」

▶演目 「かくれんぼ」、「ソウのはなはなぜ長い?」、「とろびかるみゅーじかる」

▶とき 3月11日(月) 1回目 10:00~10:30  
2回目 11:00~11:30  
3回目 14:00~14:30

※同じ内容で3回上演します。

▶ところ 保健福祉センターけやき2階 けやきホール

▶対象 町内在住の未就学児とその保護者

▶定員 各回 40組程度 (先着順)

▶申込方法 QRコードまたは電話で申し込み

▶申込開始 2月16日(金)~  
※定員に達し次第、締め切ります。申し込みはこちら

問 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

**情報** 事業所の方へ協力のお願い  
救命サポート事業所標章交付制度

この制度は、事故などの緊急時、救命活動に使用するAED(自動体外式除細動器)の貸し出しに協力していただくものです。現在町内70か所の事業所に登録いただき、71か所の施設にAEDが設置されています。さらなる救命の輪を広げるため、事業所を募集しています。協力いただける事業所はご連絡ください。

問 消防署 TEL 394-3239 FAX 394-5766

**情報** 犬や猫についてのお願い

人と動物が共生できる町となるように、犬と猫の飼い方や接し方について、ご理解とご協力をお願いします。

**犬についてのお願い**

- ・生涯に一度の登録と毎年の狂犬病予防注射の接種が必要です。
- ・飼い主の変更や犬の死亡など、登録内容に変更があった場合は届出が必要です。
- ・敷地内でも放し飼いはしないでください。散歩の際もリード等でしっかり管理をしてください。
- ・ふんは飼い主の責任で必ず適切に処理してください。

**猫についてのお願い**

- ・猫を屋外で飼うと他人の敷地内でふんや尿をする、畑や庭を荒らすなど、地域の方の迷惑になります。また、交通事故や感染症等にさらされる危険もありますので、屋内で飼うようにしてください。
- ・飼っていない猫には無責任に餌を与えないでください。自宅で飼うことが難しい場合は「避妊・去勢手術を行う」、「引き取り先を探す」などの方法をご検討ください。

**情報** 犬用・猫用ペット用品のリサイクル窓口について

リサイクルと動物愛護の促進を目的として、町内の家庭で不要になったペット用品を町が引き取り、動物愛護団体へ譲渡する取り組みを行っています。

▶回収品目 餌やおやつ(賞味期限が1か月以上あるもの)、首輪、おもちゃ、防水シートなど  
※衛生上、未開封や未使用のものに限ります。

▶受付窓口 環境課(役場本庁2階)

- ・引き取り希望の団体が無い、不良品である等の場合、町の判断で廃棄することがあります。

上記共通情報

問 環境課 TEL 391-1150 FAX 391-1193

**健康** 申込不要・参加無料  
みんなの運動サロン

運動が苦手な方でも安心して取り組める介護予防運動を主目的としたサロンです。介護予防運動ボランティアのお元氣サポーターと一緒に介護予防運動を行います。

とき	ところ
2月16日(金)	竹永地区コミュニティセンター
2月20日(火) 10:00~11:00	千種地区コミュニティセンター
2月22日(木) (開場9:45)	朝上地区コミュニティセンター
2月27日(火)	菟野地区コミュニティセンター

▶対象 運動制限がない方

▶持ち物 セラバンド(ない方は貸し出し可)、飲み物  
・お住まいの地区の運動サロンへ参加してください。

問 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

**イベント** 赤ちゃんと産後ママのほっとサロン

▶とき 2月20日(火)  
9:30~11:30 身体計測、各種相談  
10:00~10:30 (1回目) 赤ちゃん体操  
ママのリラックス体操  
10:30~11:00 (2回目) 赤ちゃん体操  
ママのリラックス体操  
※体操は同じ内容で2回実施します。都合の良い時間帯に動きやすい服装でお越しください。

▶ところ 保健福祉センターけやき2階 健診コーナー

▶対象 生後6か月までの子どもとその保護者

▶持ち物 母子健康手帳、飲み物、バスタオルまたはおくるみ

問 子ども家庭課 TEL 391-1124 FAX 394-3423

**イベント** すくすく広場

▶とき 2月21日(水)  
9:30~11:00 随時身体計測、各種相談  
11:00~11:20 お楽しみ会

▶ところ 北部子育て支援センター

▶対象 就園前の子どもとその保護者

問 北部子育て支援センター TEL/FAX 396-0707

**相談** ファミサポ相談・登録会

ファミリーサポートセンターのスタッフ、サポート会員に利用方法等の相談ができ、その場で依頼会員の登録もできます。

▶とき 2月17日(土) 10:00~11:30

▶ところ 保健福祉センターけやき 子育て支援センター

問 社会福祉協議会 TEL 394-1294 FAX 394-3422

**健康** 成人男性の風しん  
抗体検査と予防接種について

風しんの発生およびまん延を予防するため、令和5年度は下記の方が風しんの無料抗体検査および予防接種の対象となっています。対象の方には無料クーポン券を送付済みです。まだ検査を受けていない方は医療機関または職場等の健診にクーポン券を持参し、抗体検査を受けてください。

▶期間 抗体検査 令和6年2月29日(木)まで  
予防接種 令和6年3月31日(日)まで

▶対象 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性

▶料金 無料 ※無料クーポン券が必要です。  
・詳しくはクーポン券に同封されている文書をご確認ください。

・クーポン券の再交付を希望する方は下記までお問い合わせください。

問 健康福祉課健康づくり係 TEL 391-1126 FAX 394-3423