

2019
January

1



食を考える月間

一日の栄養バランスをチェックしましょう！
～栄養は足りているでしょうか？～

- ①朝、昼、夕の3回食事を摂っていますか？
- ②主食1、主菜1、副菜2＋汁物を意識していますか？
- ③食品に添付の「栄養成分表」を参考にしていますか？



日	月	火	水	木	金	土
30	31	1 赤口 元旦	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅
6 赤口	7 先勝	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口
13 先勝	14 友引 成人の日	15 先負	16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝
20 友引	21 先負	22 仏滅	23 大安	24 赤口	25 先勝	26 友引
27 先負	28 仏滅	29 大安	30 赤口	31 先勝	1	2

● 第2・第4日曜日窓口(午前8時30分～午後5時)



1月20日は家庭の日

家族みんなで1年の計画を語り合しましょう。

お気軽にご相談ください

- ◆ 安八町教育委員会 TEL 64-4342
TEL 64-4343 (月～金 8:30～17:15)
- ◆ 教育相談ほほえみダイヤル (西濃教育事務所) ☎ 0120-745-070 (月～金 8:30～17:15)
- ◆ 子ども・家庭110番 (中央子ども相談センター) ☎ 0120-76-1152 (月～金 8:45～21:00)
TEL 058-276-4152 (土 8:45～17:00)
- 【24時間対応】
- ◆ 青少年SOSセンター ☎ 0120-247-505
- ◆ ヤングテレフォンコーナー ☎ 0120-783-800 (岐阜県警察本部少年サポートセンター)
- ◆ 地区少年サポートセンター ☎ 0120-783-802 (大垣警察署内)
- ◆ いじめ相談24 ☎ 0120-740-070 (岐阜県総合教育センター)

保健事業日程

持ち物：健康手帳または母子健康手帳

実施日	種別	対象	受付時間	場所
1月10日 木	2歳児歯科教室	平成28年11月～ 12月出生児	午前9時30分～10時	保健 センター
1月11日 金	10カ月児相談	平成30年2月～ 3月出生児	午前9時30分～10時	
1月17日 木	糖尿病食事相談会	予約制 TEL 64-3775	午前9時～、午後1時30分～ (1時間毎)	
1月21日 月	こころの相談	予約制 TEL 64-7830	午前9時30分～11時30分	
1月22日 火	1歳6カ月児健診	平成29年5月～ 6月出生児	午後1時～2時	
1月24日 木	乳幼児相談 (母乳・栄養・ことばの相談)	乳幼児	午前9時30分～11時	
1月25日 金	5歳児健診	年中児(中央保育園)	午後0時45分～1時	
1月30日 水	離乳食教室	5～7カ月の乳児	午前9時30分～9時50分	

- ・乳幼児相談では、助産師による母乳相談と栄養士による離乳食相談も行っています。
- ・こころの相談日は、臨床心理士が相談に応じます。事前に予約が必要です。

◆ こころの相談専用ダイヤル(安八町保健センター) ☎ 64-7830(平日午前8時30分～午後5時)

ゴミ収集日程

※決められた日の朝7時30分までに地区指定の集積場所に出してください。

分別	区域	結区域	名森区域の県道大垣一宮線より 北の区域	名森区域の県道大垣一宮線より 南の区域と牧区域
可燃物	毎週火曜日・金曜日			
缶・金物類	10	16	17	
不燃物・粗大	21	23	30	
ビン類・ペットボトル その他プラスチック類	28			

ゴミ減量のため、生ゴミは十分に水を切ってから出してください。