

❶乳児健診(4・7・10か月児) 保健センター
11月7日(日)／受付:12:30～12:45(7・10か月児)／12:45～13:00(4か月児)
4か月児／対象:平成25年6・7月生
7か月児／対象:平成25年3・4月
10か月児／対象:平成24年12月・25年1月生

❷幼児健診(1歳半・3歳児) 保健センター
10月18日(日)／受付12:30～12:45
1歳半児／対象:平成24年3月生
3歳児／対象:平成22年9月生

❸予防接種外来(予約制) 信越病院
毎週(日)・(日)／受付14:00～15:00
※希望日の4日前までに予約してください
※予防接種は一般外来でも承りますが、その場合も予約が必要です

❹よろず相談 保健センター
10月23日(日)／10:00～11:30
※子育て相談は10:30～／健康や子育ての相談

❺マタニティーセミナー 保健センター
10月24日(日)10:00～13:00／11月2日(日)13:30～15:30／対象:平成26年1～4月出産予定の方
／安心して赤ちゃんをむかえられるように、2回コースで勉強します

❻すこやか料理教室 古海集会所
11月14日(日)／9:45～13:30／内容:郷土料理とたっぷり鉄分料理／申し込み:3日前まで

❼断酒会 総合会館
10月23日(日)／19:00～21:00／お酒をやめられない方、断酒を続けている方、ご家族の方のお酒についての相談、学習

❸精神保健相談 長野保健福祉事務所
10月11日(日)／13:30～／不眠・アルコール依存・人間関係・引きこもりなど、本人・ご家族の心の相談を精神科医がお受けします。(要予約)

❹母乳相談 子育て支援ルームなかよし
10月7日(日)／15日(日)／21日(日)／28日(日)／9:00～13:00／母乳育児の相談、乳房マッサージ、体重測定

❺あそびの会 子育て支援ルームなかよし
10月31日(日)／10:30～11:30／内容:簡単工作

❻園庭開放 各保育園
10月11日(日)／22日(日)／9:00～11:00

❼ちびっ子集まれ 各保育園
野尻保育園:10月15日(日)／柏原保育園:10月23日(日)／古間保育園:10月9日(日)／富士里保育園:10月17日(日)

▶問い合わせ先

❶～❷・❹～❺ 保健予防係 ☎(255)3112
❸ 信越病院小児科外来 ☎(255)3100
❸ 長野保健福祉事務所 ☎(225)9045
❹・❺ なかよし相談員 ☎090(4382)6832
❺・❻ 野尻保育園 ☎(258)2345／柏原保育園 ☎(255)3740／古間保育園 ☎(255)2201／富士里保育園 ☎(255)3416

10月資源物収集

岡住民福祉課環境係
☎(255)5924

1日(日) ビン(その他の色)	17日(日) 蛍光管
2日(日) 容器包装プラスチック	19日(日) ダンボール(野尻・古間)
3日(日) ペットボトル	22日(日) スチール類
5日(日) 雑誌・雑がみ(野尻・古間)	24日(日) 埋立ごみ
8日(日) アルミ類	26日(日) 新聞・チラシ(柏原・富士里)
10日(日) 乾電池・ライター	29日(日) 発泡スチロール・トレー
12日(日) 段ボール(柏原・富士里)	11月2日(日) 新聞・チラシ(野尻・古間)
16日(日) 容器包装プラスチック	11月6日(日) 容器包装プラスチック

秋の夜長を楽しもう♪ **ひとときの会からのお知らせ**

森のナイトウォークと星空観察

夜の森をお散歩。夜の静けさは人の感覚を研ぎ澄まし、いつもと違う感じを味わえます。お散歩のあとは童話館前の芝生に寝転がりながら、のんびり星空観察会。(「星を見る会」の皆さんのご協力)

■日時 10月8日(日)(※雨天中止)
■時間 18時30分～20時30分
■集合 黒姫童話館ギャラリー横
■費用 110円(保険料)
■定員 20人
■持物 数物／防寒具／温かい飲み物など

お申し込みは10月7日(日)までに 産業観光課 癒しの森係 ☎(255)5925へ

お互いのお下がりをお活用しよう!!

たんぽぽバザー開催

秋・冬物中心にバザーを開催します。出品できる方は当日午前9時から10時までの間に直接会場にお持ちください。(ぬいぐるみは不可)

主催: 柏原子育てグループたんぽぽ
岡住民福祉課保健予防係
☎(255)3112

「子どもの育ち」を支えるための研修会 **はぐくみサポート事業**

「はたらく大人になるために・・・」

～今、家庭で、地域で、できること～

臨床心理士の角田さん自身の経験に基づき、障がいの有無にかかわらず「はたらく」ことをテーマにした、子どもの育ちを支えるための研修会です。皆さまの参加をお待ちしております。

日程 10月11日(日)
① 13時～15時 信濃町総合会館中会議室
② 18時～20時 信濃小中学校地域交流ホール

参加費 無料(事前申込みは不要です)
対象者 保育士、保健師、教諭、福祉関係者、子育て中の方、子どもの育ちに興味のある方

講師: 角田みずず氏
NPO法人ジョブコーチ・ネットワーク事務局、臨床心理士。ジョブコーチの養成に携わりながら、東京等で臨床心理士として働く。

岡教育委員会事務局 ☎(255)5923

10月20日回は「乳がん検査」を受けられる日です

■受付 9:00～16:00(要予約)
■検査内容 マンモグラフィのみ
■検査費用 3,000円(無料クーポン可)
岡信越病院 外科外来
☎(255)3100

思春期家族教室

長野保健福祉事務所では、思春期の子どもの悩みを持つご家族と思春期保健に関わる関係者を対象に、家族教室を開催します。思春期の心の特徴や関わり方を学びながら、同じ悩みを持つ家族とお話ししてみませんか。

■日時 10月10日(日) 13:15～15:20
■場所 長野県保健福祉事務所3階
■締切 10月4日(日)までに電話で

岡長野保健福祉事務所 健康づくり支援課
☎(225)9045

信濃町分署普通救命講習会

鳥居川消防署信濃町分署主催で普通救命講習会を開催します。

■日程 10月27日(日)
■時間 9時～13時
■場所 鳥居川消防署信濃町分署
■定員 20人(申込み順)
■料金 無料

岡鳥居川消防署信濃町分署
☎(255)5119

「全国親の会」上田城下町大会

不登校・引きこもり・非行・家庭内暴力などのお子さんを持つ親御さん、親としてのあり方を勉強されたい方、一緒にそれぞれの問題を考えてみませんか。

第1・3土曜日の役場土曜窓口は休止しています

受付



住民の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解をいただきますようお願い致します。

■日時 10月13日(日) 10:30～16:15
■場所 上田市文化センター
■その他 参加費無料／申込み制
岡NPO法人SEPIY倶楽部
☎03(3942)5006
岡子どもの問題を考える会長野
☎090(1422)0256

全国俳句大会参加者募集

石川県白山市と信濃町はそれぞれ千代女と一茶を育んだ所として、交流を続けています。セミナーの部の参加者を募集いたします。千代女の里の散策もありますので、ご参加ください。

■日時 10月12日(日) 6:30～20:00
■集合場所 一茶記念館(6:30出発)
■参加費 2,500円(定員20人)
■内容 記念講演／白山市内の散策
■締切 10月7日(日)

岡一茶記念館
☎(255)3741

北信地域就職面接会

ハローワーク長野では、学生及び若年求職者の就職面接会を開催します。

■対象者
◎平成26年3月大学・短大・高专・専修学校等卒業予定者
◎概ね卒業から3年以内の既卒者
■日時 10月28日(日)13:00～16:30(受付:12時～16時)
■会場 メルパルク長野
■内容 主に北信地区で採用予定のある企業担当者と直接面接できます
※入場無料、事前参加申込不要

岡ハローワーク長野学生就職支援室
☎(228)0989

司法書士無料法律相談会

■日時 10月15日(日) 13:00～15:30
■場所 信濃町総合会館
■内容 相続／贈与／登記相談／多重債務問題／敷金返還／家賃滞納／成年後見等／会社の諸手続など
岡長野県司法書士会 長野支部
☎(234)0080

行政書士無料相談会

■日時 10月26日(日) 10:00～16:00
■場所 長野県行政書士会館
■内容 相続／遺言／国際結婚／各種契約書・権利義務関係の手続／成年後見等日常生活における諸手続など
岡長野県行政書士会 長野支部
☎(229)6388

小・中・高校生の冬休み海外派遣の参加者募集

国際青少年研修協会では、体験を通してお互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に実施します。事前研修会で仲間作りから丁寧に指導いたしますので、安心してご参加ください。

■内容 ホームステイ・クリスマス体験・ボランティア・文化交流・地域見学等
■派遣先 オーストラリア／サイパン／フィジー
■日程 12月26日(日)～1月3日(日)
■定員 各グループ20名
■対象者 小学3年生～高校3年生
■参加費 24.8～37.8万円(予定)
■締切 11月5日(日)(先着順)

岡(公財)国際青少年研修協会
☎03(6459)4661
http://www.kskk.or.jp

オフワークしなの自主番組

月	28日	詩吟の時間
火	22日	税務署だより
水	2,9,16,23日	保健だより
	10日	消防だより
木	17日	交番だより
	31日	俳句(秋の空)
土	12,26日	ふるさとの民話
	19日	学校だより