

平成30年12月 月刊行事予定入力表

上砂川町

日/曜日	行	事	名	場	所	時	間	日/曜日	行	事	名	場	所	時	間
1	土	★◆親子料理教室&絵本DEココロクリスマスパーティー		町民センター		10:00	～ 13:00	18	火	★長谷川拡介のふらっとヘルシー体操 ♪		まちの駅ふらっと		10:30	～ 11:30
3	月	肩腰らくらくボール運動		まちの駅ふらっと		10:40	～ 11:30			札幌弁護士会 無料法律相談		役場東館1階第5会議室			13:30
4	火	健康の里づくり事業 ロコモティブシンドロームと体力測定		上砂川岳温泉		10:00	～ 12:00	19	水	肩腰らくらくボール運動		まちの駅ふらっと		10:40	～ 11:30
		札幌弁護士会 無料法律相談		役場東館1階第5会議室		13:30	～ 15:30			介護保険オンブズパーソン定例相談		役場東館1階第4会議室		13:00	～ 16:00
★健診結果説明会 ♪		町民センター		9:00	～ 16:00	定例行政相談				役場東館1階第5会議室		13:30	～ 15:30		
5	水	おひさまル〜ム ～お正月の飾りを作ろう!～		双葉保育園		10:00	～ 11:30	20	木	◆病態栄養相談		町民センター		9:30	～ 12:00
		★足若の日(転倒予防教室) ♪		上砂川岳温泉		10:15	～ 11:00			おひさまル〜ム ～保育園のお友達と遊ぼう～		双葉保育園		10:00	～ 11:30
★健診結果説明会 ♪		町民センター		9:00	～ 16:00	◆町民センター健康相談・きつずとママのもしもしコーナー				町民センター		13:30	～ 16:00		
8	土	子ども映画上映会		町民センター		10:00	～ 12:00	23	日	小さな街のクリスマスコンサート		町民センター		15:00	～
10	月	★長谷川拡介のふらっとヘルシー体操 ♪		まちの駅ふらっと		10:30	～ 11:30	26	水	★足若の日(転倒予防教室) ♪		上砂川岳温泉		10:15	～ 11:00
12	水	平成30年上砂川町議会第4回定例会(～14日)						28	金	役場仕事納め					
13	木	★食生活改善推進員研修会④		町民センター		10:00	～ 14:00								
14	金	yoga for kamisunagawa		まちの駅ふらっと		10:40	～ 11:30								
17	月	♥カフェまちなか		町民センター		9:30	～ 12:00								
		♥認知症・介護相談		町民センター		9:30	～ 15:00								

今月の休日当番医 2日 砂川慈恵会病院(☎54-2300) 16日 すながわ耳鼻咽喉科(☎55-3387)
9・23・24・30・31日 砂川市立病院(☎54-2131)