

# 平成31年1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	
4	金	役場臨時窓口開設		役場戸籍・税務窓口		9:00	～ 15:00	18	火	双葉保育園書初め展示(～31日)		町民センター		9:00	～ 21:00	
6	日	平成31年上砂川町出初式		上砂川支署		13:20	～			平成31年第1回上砂川町議会臨時会					10:00	～
7	月	上砂川町新年交礼会		町民センター		17:00	～			かんたんツボ講座		まちの駅ふらっと			10:40	～ 11:30
8	火	★乳幼児相談・健診		町民センター		9:45	～	21	月	♥カフェまちなか		まちの駅ふらっと		10:00	～ 12:00	
		肩腰らくらくボール運動		まちの駅ふらっと		10:40	～ 11:30			♥認知症・介護相談		まちの駅ふらっと			10:00	～ 15:00
9	水	★足若の日(転倒予防教室) ♪		上砂川岳温泉		10:15	～ 11:00	22	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	
11	金	yoga for kamisunagawa		町民センター		10:40	～ 11:30	23	水	★足若の日(転倒予防教室) ♪		上砂川岳温泉		10:15	～ 11:00	
12	土	平成31年上砂川町成人式		町民センター		14:00	～			肩腰らくらくボール運動		まちの駅ふらっと			10:40	～ 11:30
15	火	★認知症老人と共に歩む会(さつき会)		町民センター		11:30	～ 14:00	24	木	◆病態栄養相談		町民センター		9:30	～ 12:00	
		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			おひさまル〜ム 救命・救急講習会		上砂川支署			10:00	～ 11:30
16	水	健康の里づくり事業 「リハビリの先生が教える整体ヨガ」		上砂川岳温泉		10:00	～ 12:00			★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
		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	28	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	
		定例行政相談		役場東館1階第5会議室		13:30	～ 15:30	29	火	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	
17	木	◆絵本DEココロ パネルシアターを作って遊ぼう! (～18日)		町民センター		13:00	～ 15:00									
		★献血		町民センター駐車場		15:00	～ 16:30									

今月の休日当番医 6日 細谷医院(☎52-3057) 20日 村山内科医院(☎54-0888)  
1・2・3・13・14・27日 砂川市立病院(☎54-2131)