

## ❖日帰り産後ケアをはじめました

当院では、心身ともに不安定になりやすい産後の母体回復や育児不安軽減のためのケアをすることを目的に、助産師などの支援による『日帰り産後ケア』をはじめました。

産後の疲れた体で赤ちゃんを見るのは大変です。体調を崩したり、子育てに不安を抱いたりすることがありませんか。そんなとき、助産師がお母さんの心身のケアや赤ちゃんのケアをお手伝いします。

一人で悩まずにぜひ一度当院までご相談ください。

### ◆利用対象者

母親と1歳未満の乳児であって、育児に不安のある方など

### ◆利用日時

毎週水曜日(祝日・年末年始を除く)  
午前10時から午後4時まで



産後ケア室

### ◆内容

母親の心身ケア、乳房ケア、育児ケア・サポート、保健指導、栄養指導など

### ◆利用料

9,720円

※小野町の助成制度を利用した場合、自己負担は1,080円です。

☎公立小野町地方総合病院総務課

☎72-3181

## 行事カレンダー information

### ■健康づくり

月	日	行事	時間	場所
12	22(金)	こころの相談室	予約制 14:00~16:00	役場分庁舎
1	11(木)	夜間ヘルスアップ運動教室	19:00~20:30	町民体育館
	12(金)	ヘルスアップ運動教室	13:30~15:30	多目的研修集会施設
	15(月)	健康相談日	9:00~12:00	役場分庁舎

### ■親子の教室

月	日	行事	時間	場所
12	19(火)	育児教室	受付 10:00~10:15	子育て支援課 キッズルーム
1	11(木)	おやつ教室・親子ふれあい教室	受付 10:00~10:15	

### ■その他の行事

月	日	行事	時間	場所
12	19(火)	子育て応援金贈呈式	9:40~	子育て支援課 キッズルーム
1	7(日)	平成30年小野町成人式	10:30~11:45	多目的研修集会施設
	14(日)	第22回小野町書きぞめ大会	8:30~11:30	

### ■乳がん検診

12月16日(土)・20日(水)・21日(木) 多目的研修集会施設

## 町税等納期

12/25(月)

固定資産税(3期)  
国民健康保険税(6期)  
介護保険料(5期)  
後期高齢者医療保険料(5期)

※口座振替の方は、納期限前日までに口座残高の確認をお願いします。

※固定資産税と国民健康保険税はコンビニエンスストアでも納付できます。

ただし納付書1枚の金額が30万円を超えたり、納期限後30日を経過した納付書は、コンビニエンスストアでは使用できません。

※口座振替は、指定の口座から納期限日に自動的に振り替えて納付できる便利な制度ですので、ぜひご利用ください。なお利用するためには申し込みが必要です。