

# 2025年 11月 霜月 まちのカレンダー

役 場（総務財政・議会・出納）  
62-2511（他の課は裏面へ）  
総務財政課（財政・税務）  
62-2512

総合文化センター 62-2100  
消防寿都支署 62-2119  
町立寿都診療所 62-2411

日曜日 SUN	月曜日 MON	火曜日 TUE	水曜日 WED	木曜日 THU	金曜日 FRI	土曜日 SAT
<b>秋は体調管理に気をつけましょう</b> 一段と気温が下がり、冬の訪れを感じさせる季節になってきました。 冬に近づくにつれて、体調を崩す人や感染症に罹る人が増える傾向にあります。低温になることで、人間の免疫力は低下し、乾燥した空気によって気管支や喉が刺激され、咳や痛みが現れやすくなります。また、この環境はウイルスにとって生き延びやすく、増殖しやすいため、飛沫や空気によって感染が広がってしまいます。 体調を崩さないためには適切な温度と湿度が重要です。人間の体温は1℃下がるだけでも免疫力が30%も落ちるといわれているため、重ね着や暖房器具をうまく使い、体温を下げないようにしましょう。また、湿度に関しては、50%前後が理想とされており、湿度が高すぎてもカビの原因になってしまいます。そのため加湿器を設置するだけではなく、湿度計を見ながら環境を整え、体調管理を心掛けましょう！ 			<b>5 赤口</b>	<b>6 先勝</b> ◇し尿収集 （矢追・政治地区） ◇さわやか元気塾 「姿勢と動き」 19:15～20:15 総合体育館	<b>7 友引</b> ◇し尿収集 （矢追・政治地区） ◇さわやか元気塾 「水中運動」 19:00～20:00 町民プール	<b>8 先負</b> ◇水彩画体験教室 「彩のアトリエ」 10:00～ 総合文化センター
<b>9 仏滅</b> 	<b>10 大安</b> ◇大型ごみ収集 （開進・岩崎地区） 13:00～ ※1週間前まで申込 ◇し尿収集 （大磯・新栄・渡島地区） ※1週間前まで申込 ◇英語教室 18:45～20:15 総合文化センター	<b>11 赤口</b> ◇運転免許更新時講習 一般13:00～14:00 違反14:45～16:45 総合文化センター ◇し尿収集 （大磯・新栄・渡島地区）	<b>12 先勝</b> ◇定例行政相談 13:30～15:30 総合文化センター	<b>13 友引</b> ◇さわやか元気塾 「姿勢と動き」 19:15～20:15 総合体育館	<b>14 先負</b> ◇運転免許更新時講習 優良13:00～13:30 初回14:15～16:15 総合文化センター ◇し尿収集 （大磯・新栄・渡島地区） ◇さわやか元気塾 「水中運動」 19:00～20:00 町民プール	<b>15 仏滅</b> ◇寿都保育園発表会 9:00～ 総合文化センター 

# 2025年 11月～12月 まちのカレンダー

施設課 62-2601  
企業管理課  
企画課 62-2608

町民課（医療住民） 62-2523  
町民課（保健福祉） 62-2513  
地域包括支援センター 75-7566  
産業振興課 62-2602

日曜日 SUN	月曜日 MON	火曜日 TUE	水曜日 WED	木曜日 THU	金曜日 FRI	土曜日 SAT
<b>16 大安</b> ◇いきいき健診 6:30～ 総合文化センター	<b>17 赤口</b> ◇いきいき健診 6:30～ 総合文化センター ◇大型ごみ収集 （新栄・渡島地区） 13:00～ ※1週間前まで申込 ◇し尿収集 （六条・開進・岩崎地区） ※1週間前まで申込 ◇英語教室 18:45～20:15 総合文化センター	<b>18 先勝</b> ◇いきいき健診 6:30～ 総合文化センター ◇し尿収集 （六条・開進・岩崎地区）	<b>19 友引</b> 	<b>20 仏滅</b> ◇さわやか元気塾 「姿勢と動き」 19:15～20:15 総合体育館	<b>21 大安</b> ◇矢追地区健康講座 10:30～11:30 矢追会館 ◇定例法律相談 13:00～16:00 総合文化センター ◇し尿収集 （六条・開進・岩崎地区） ◇さわやか元気塾 「水中運動」 19:00～20:00 町民プール	<b>22 赤口</b> 
<b>23 先勝</b> 勤労感謝の日 	<b>24 友引</b> 振替休日 ◇大型ごみ収集 （六条・樽岸～磯谷地区） 13:00～ ※1週間前まで申込	<b>25 先負</b> ◇乳幼児健診 13:00～ 総合文化センター	<b>26 仏滅</b>	<b>27 大安</b> ◇さわやか元気塾 「姿勢と動き」 19:15～20:15 総合体育館	<b>28 赤口</b> ◇さわやか元気塾 「水中運動」 19:00～20:00 町民プール	<b>29 先勝</b>
<b>30 友引</b>	<b>12/1 先負</b> ◇大型ごみ収集 （政治・矢追・大磯地区） 13:00～ ※1週間前まで申込 ◇し尿収集 （樽岸・湯別地区） ※1週間前まで申込 ◇英語教室 18:45～20:15 総合文化センター	<b>2 仏滅</b> ◇し尿収集 （樽岸・湯別地区）	<b>3 大安</b> ◇湯別地区健康講座 10:30～11:30 湯別会館	<b>4 赤口</b> ◇さわやか元気塾 「動きを鍛える！ サーキットトレーニング」 19:15～20:15 総合体育館	<b>5 先勝</b> ◇し尿収集 （樽岸・湯別地区）	<b>6 友引</b> 