

2019 文月 7 月のカレンダー

6月の納税など		納期限：7月1日(月)	
市県民税	1期	国民年金保険料	5月分
後期高齢者医療保険料	2期	上下水道料金	6月分
介護保険料	2期	下水道受益者負(分)担金	1期

日曜日 Sunday	月曜日 Monday	火曜日 Tuesday	水曜日 Wednesday	木曜日 Thursday	金曜日 Friday	土曜日 Saturday
30 友引	1 ふれあい総合相談 保健福祉センター 先負 (13:00～15:00)	2 仏滅	3 新規学卒就職者 激励親睦のつどい 赤口 ホテルペラヴィータ (10:00)	4 年金相談 テラス沼田防災会議室405 (9:30～12:00、13:00～16:00) 要予約 渋川年金事務所 ☎0279②1614	5 友引	6 太田雄貴講演会 テラス沼田5階議場 先負 (14:00)
7 市民ハイキング 戦場ヶ原(6:45) 仏滅 市民バレーボール大会 ZACROSアリーナぬまた(8:30)	8 ふれあい総合相談 保健福祉センター 大安 (13:00～15:00)	9 赤口	10 先勝	11 友引	12 先負	13 サマースペシャル おはなし会 白沢公民館(10:00) 市民プールオープン (13:00)予定 利根屋内プールオープン (13:00)予定
14 白沢ふるさとまつり 道の駅白沢(14:00)予定 大安	15 赤口 海の日	16 ふれあい総合相談 保健福祉センター 先勝 (13:00～15:00) 県民防犯の日	17 無料法律相談 保健福祉センター 友引 (13:30～16:00)要予約 社会福祉協議会☎②1990	18 年金相談 テラス沼田防災会議室404 (9:30～12:00、13:00～16:00) 要予約 渋川年金事務所 ☎0279②1614	19 仏滅 小中学校第1学期終業式	20 大安 小中学校夏季休業日 (～8月24日まで)
21 市民ソフトボール大会 運動公園サブグラウンド(8:30) 赤口	22 ふれあい総合相談 保健福祉センター 先勝 (13:00～15:00)	23 友引	24 先負	25 仏滅	26 大安	27 赤口
28 休日納税相談 収納課(8:30～17:00) 先勝	29 ふれあい総合相談 保健福祉センター 友引 (13:00～15:00)	30 先負	31 仏滅	そうだん とき／ところ 家庭児童相談 月～金曜日(祝日を除く)9:00～17:00／テラス沼田3階児童相談室☎②0874 就業援助相談 毎週火曜日10:00～12:00、13:00～15:00／テラス沼田5階相談室 生涯学習相談 月～金曜日(祝日を除く)8:30～17:15／生涯学習課社会教育係☎内線3334 青少年相談 月～金曜日(祝日を除く)9:00～17:00／青少年育成相談センター☎③5411 メール相談：syotyouty@city.numata.lg.jp		

沼田利根医師会 休日夜間急患診療所

場所 沼田利根医師会地域医療センター(ZACROSアリーナぬまた南側)☎②1199

休日診療

診療日 日曜日、祝日、年末年始(12月31日～翌年1月3日)
 受付時間 午前9時45分～11時30分
 午後1時～3時30分
 ※年末年始は午後2時30分まで

夜間診療

診療日 毎週火・水・木・金曜日
 ※祝日、年末年始を除く
 受付時間 午後6時45分～9時30分

活動量計データ読み込み日程(スマートウェルネスぬまた推進事業)

日程	時間	会場	備考
7月10日(水)	午後2時～4時30分	沼田市保健福祉センター	☆持ち物 活動量計 ポイントカード
7月12日(金)	午後2時～4時	薄根公民館	
7月19日(金)	午前9時～11時30分	テラス沼田	
7月26日(金)	午後3時～7時		

※2～3カ月に1回はデータの読み込みをお願いします

※出張！福ろうクラブでも読み込みできます。日程は25ページをご覧ください