

2019 霜月 11 月のカレンダー

10月の納税など		納期限：10月31日(木)
市県民税	3期	介護保険料 4期
国民健康保険税	4期	国民年金保険料 9月分
後期高齢者医療保険料	4期	上下水道料金 10月分
保育料	10月分	市営住宅使用料 10月分

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
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階家庭児童相談室☎0874 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5-2 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)8:30～17:00／青少年育成相談センター☎05411 メール相談：syotyouty@city.numata.lg.jp						30 赤口		31 先勝		1 友引		2 先負 子ども議会 テラス沼田5階議場(Waltzホール)(9:00) 沼田市文化祭 中央公民館ほか(9:30、～4日)	
3 市民音楽祭 利根沼田文化会館大ホール(9:30) 仏滅		4 大安 振替休日		5 ふれあい総合相談 保健福祉センター 赤口 (13:00～15:00)		6 先勝		7 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		8 先負		9 上州沼田真田まつり 本町通り(～10日) 仏滅	
文化の日													
10 地域防災訓練 利根地区(8:30) 大安		11 ふれあい総合相談 保健福祉センター 赤口 (13:00～15:00) 手話通訳者設置日 社会福祉課 (10:00～12:00)		12 先勝		13 友引		14 先負		15 仏滅		16 大安	
												県民防犯の日	
17 休日納税相談 テラス沼田3階(8:30～17:00) 赤口 社会課題を解決する協働セミナー テラス沼田5階議場(Waltzホール)(13:30) 伝統芸能発表会 中央公民館(13:30)		18 ふれあい総合相談 保健福祉センター 先勝 (13:00～15:00)		19 友引		20 無料法律相談 保健福祉センター (13:30～16:00)要予約 社会福祉協議会☎01990		21 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		22 大安		23 利根沼田ロードレース大会 白沢コース(8:30) 赤口 福祉バザー 保健福祉センター(10:00)	
												勤労感謝の日	
24 ミセスバレーボール大会 ZACROSアリーナぬまた(8:30) 先勝		25 ふれあい総合相談 保健福祉センター 友引 (13:00～15:00) 手話通訳者設置日 社会福祉課 (10:00～12:00)		26 先負		27 社会福祉大会 保健福祉センター(10:00) 大安		28 赤口		29 先勝		30 友引	

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) ☎01199

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) 夜間診療
受付時間 午前9時45分～11時30分 診療日 毎週火・水・木・金曜日
午後1時～3時30分 ※祝日、年末年始を除く
※年末年始は午後2時30分まで 受付時間 午後6時45分～9時30分

11月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)

会場	日時	内容	持ち物
保健福祉センター	5日(火) 午後2時～4時30分	読み込み& データ説明	活動量計 ポイントカード
薄根公民館	15日(金) 午後2時～4時		
健康課	12日(火) 午前9時～11時30分		
26日(火)			
ミズノウェルネス沼田 (テラス沼田7階)	20日(水) 午後3時～8時	読み込み	
	29日(金)		

※出張！福ろうクラブでも読み込みできます。日程は21ページをご覧ください