

## 6月の健康ガイド

### 出張！福ろうクラブ（筋トレ、脳トレなど）

場所	日時
利南公民館	6月はお休みです
池田公民館	
薄根公民館	
川田公民館	
白沢創作館	
利根保健福祉センター	

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3168

### 元気のみち（脳トレ、軽体操など）

場所	日時
中央公民館	6月はお休みです

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3168

### 健康相談（血圧測定・尿検査など）

相談名	日時	場所
にこにこ健康相談	6月はお休みです	
すこやか健康相談	6月はお休みです	

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

### 沼田利根医師会「休日夜間急患診療所」

とき	受付時間	場所・問合せ
休日（日曜日・祝日、年末年始）	9:45～11:30、13:00～15:30（年末年始は14:30まで）	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）☎24-1199
夜間（火～金曜日）	18:45～21:30	

### 活動量計データ読み込み

場所	日時
保健福祉センター	現在中止しています。実施する際は市ホームページなどでお知らせします
ミズノウェルネス沼田（テラス沼田7階）	
池田公民館	
薄根公民館	
利根保健福祉センター	

※中止している間は健康課窓口で、平日の午前9時から午後5時まで、随時読み込みを行っています

持ち物 活動量計、ポイントカード

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3167

### あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

日時	場所
25日（木）9:30～11:30	中央公民館 2階第1会議室

※認知症に関する相談も受け付けます

問合せ 地域包括支援センター・介護高齢課長寿支援係 ☎内線 3142

## 6月の相談窓口

相談名	日時	場所・問合せ
家庭児童相談	月～金曜日 9:00～17:00	家庭児童相談室（テラス沼田3階）☎22-0874
消費生活相談	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00	消費生活センター（テラス沼田3階）☎20-1500
ふれあい総合相談	毎週月曜日（祝日の場合は翌日） 13:00～15:00	保健福祉センター ☎22-1990
無料法律相談	17日（水） 13:30～16:00	保健福祉センター ☎22-1990
休日納税相談	21日（日） 8:30～17:00	収納課 ☎内線 3034
年金相談	4日（木）・18日（木） 9:30～12:00 13:00～16:00	防災会議室（テラス沼田4階） <予約> 渋川年金事務所 ☎0279-22-1614

相談名	日時	場所・問合せ
手話通訳者設置日	8日（月）・22日（月） 10:00～12:00	社会福祉課 ☎内線 3109
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 ☎内線 5201
障害者就業・生活支援相談	月～金曜日 8:30～12:00 13:00～17:15	障害者就業・生活支援センターコスモス（テラス沼田6階）☎25-4400
生涯学習相談	月～金曜日 9:00～16:00	生涯学習課 ☎内線 3322
青少年相談	月～金曜日 9:00～16:00	青少年育成相談センター（テラス沼田3階）☎23-5411 <メール相談> syotyouty@city.numata.lg.jp

### 地域子育て支援センター

子どもと保護者が楽しく過ごせる場所です。  
○沼田めぐみこども園「チャイルドハウスめぐみ」  
開館日 月～土曜日 10:00～15:00（祝日除く）  
問合せ ぬまためぐみこども園 ☎24-4163  
○沼田幼稚園子育て支援センター  
開館日 月～金曜日 9:00～14:00（祝日除く）  
問合せ 沼田幼稚園 ☎090-3009-2856  
○子ども広場（テラス沼田6階）  
開館日 月～土曜日 9:30～16:00（祝日除く）  
問合せ NPO法人利根沼田地域ボランティアセンター ☎22-1760

### 子どもの健康診査

対象	生年月日	とき・受付時間
4カ月児		現在延期しています。実施する際は対象者へ個別に通知します
10カ月児		
1歳6カ月児		
2歳児歯科		
3歳児		

ところ 保健福祉センター  
問合せ 健康課保健係 ☎内線 3164

### 子育てママのスタイルキープ教室

とき	場所
現在中止しています。実施する際は市ホームページなどでお知らせします	ミズノウェルネス沼田（テラス沼田7階）

内容 測定、子どもと一緒にできるストレッチなど  
対象 子育て中の人（ママのみ、または子どもと一緒に可）  
定員 10組（先着順、初めての人優先）  
問合せ 健康課保健係 ☎内線 3167

「おはなしのへや」での読み聞かせ  
おはなしばけっと 時間 14:30～15:00  
場所・問合せ 図書館 ☎22-0550

とき	内容
5月	お休みです
6月6日（土）	かえるをのんだととさん
6月20日（土）	かえるのどびん



元気なちびっ子たち



高橋凜ちゃん（2歳・馬喰町）

戸塚奏陽くん（2歳・下之町）

### 育児相談

相談	対象	とき・受付時間
エンゼルクラブ	1歳未満	現在中止しています。実施する際は市ホームページなどでお知らせします
わんぱくクラブ	1歳以上	

ところ 保健福祉センター  
内容 身体計量、歯や食事の相談など  
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ（歯の相談を希望する人）  
問合せ 健康課保健係 ☎内線 3164

### ベビーマッサージ

とき	対象
現在中止しています。実施する際は市ホームページなどでお知らせします	初めての乳児（2～7カ月）と保護者（第2子以降は要相談）

ところ 保健福祉センター  
持ち物 防水シート（貸し出し可）、バスタオル、お出掛けに必要な物（オムツ、着替えなど）  
申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線 3167

### ★ひとりで悩まないで★

子どもの発育や発達、育児で気になることがありましたら、健康課窓口や電話でご相談ください。

### 子育て情報満載♪「沼田子育てネット」

イベント情報や子育て関連施設マップ、支援やサービスの案内など役立つ情報が満載です。

問合せ NPO法人利根沼田地域ボランティアセンター ☎22-1760

