

10月の健康ガイド

●出張！福ろうクラブ（筋トレ、脳トレなど）

手軽に脳トレや体操を行いませんか。家に近い公民館などを会場に、保健師・看護師が日常生活を健康に過ごすために大切なことをお伝えします。新型コロナウイルス感染症対策のため、しばらくの間、人数制限を行い、申し込み制で開催します。

場所	日時	定員	
利南公民館	14日(水)	前半の部は定員に達しました 14:50～15:35	10人
	☆池田公民館	15日(木)	9:50～10:35 11:15～12:00
☆薄根公民館	13日(火)	9:50～10:35 11:15～12:00	10人 10人
	川田公民館	14日(水)	9:50～10:35 11:15～12:00
白沢創作館	12日(月)	前半の部は定員に達しました 11:15～12:00	10人
	☆利根保健福祉センター	20日(火)	前半の部は定員に達しました 11:15～12:00

※☆印の会場は、活動量計データ読み込みができます

申込期限 各会場ともに開催日の7日前まで

※先着順、定員になり次第受け付け終了

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線 3168

●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
新型コロナウイルス感染症対策（発熱外来設置準備など）のため、しばらくの間、休診とさせていただきます。今後、診療を再開する場合には、広報ぬまたなどでお知らせします		

●活動量計データ読み込み

場所	日時
健康課窓口	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
薄根公民館	10月はお休みです

※新型コロナウイルス感染症対策のため「保健福祉センター」と「ミズノウェルネスぬまた」での読み込みは、しばらくの間、中止とさせていただきます

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

●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	10月はお休みです	

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

令和2年度開催中止事業について

次の事業は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度の全ての日程を中止することが決定しています。

- ・元気のみち（脳トレ・軽体操など）
- ・すこやか健康相談
- ・あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

10月の相談窓口

相談名	日時	場所・問合せ	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	手話通訳者 設置日	12日(月)・26日(月) 10:00～12:00	社会福祉課 ☎内線 3109
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	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
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	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
無料法律相談	21日(水) 13:30～16:00	保健福祉センター ☎22-1990	生涯学習相談	月～金曜日 9:00～16:00	生涯学習課 ☎内線 3322
休日納税相談	18日(日) 8:30～17:00	収納課 ☎内線 3034	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
年金相談	1日(木)・15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			