

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	募集人数
テラス沼田1階多目的スペース	10日(木) 10:15～11:15	残り10人程度
コミュニティーセンター	利南地区 9日(水) 9:50～10:50	残り若干名
	池田地区 24日(木) 9:50～10:50 11:00～12:00	残り若干名
	薄根地区 22日(火) 9:50～10:50 11:00～12:00	残り若干名 10人
	川田地区 16日(水) 11:00～12:00	残り若干名
白沢創作館	14日(月) 10:15～11:15	残り若干名
利根保健福祉センター	23日(水) 10:15～11:15	残り若干名

申込期限 各会場ともに開催日の7日前まで
※先着順で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

《お知らせ》

5月の「出張！福ろうクラブ」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、全ての会場が中止となりましたのでご注意ください。

●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
日曜日・祝日	9:45～12:00 ※診療時間は10:00～12:30	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

※電話をしてから自動車でお越しください(待合室などはありませんので自動車の中で待機してください)

●活動量計データ読み込み

場所	日時
健康課窓口	平日の9:00～17:00(随時)
ミズノウエルネス沼田(テラス沼田7階)	17日(木) 17:00～19:00 29日(火)
薄根地区コミュニティセンター	22日(火) 9:45～10:45
川田地区コミュニティセンター	16日(水) 9:45～10:45
利根保健福祉センター	23日(水) 9:45～10:45

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	4日(金) 14:00～15:30	ベイシア沼田店

問合せ 健康課保健係☎内線3166

●あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

日時	場所
24日(木) 10:00～11:00	テラス沼田4階 防災会議室401

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
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	16日(水) 13:30～16:00	保健福祉センター ☎22-1990
休日納税相談	20日(日) 8:30～17:00	収納課 ☎内線3034
年金相談	3日(木)・17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
手話通訳者設置日	14日(月)・28日(月) 10:00～12:00	社会福祉課 ☎内線3109
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
家庭児童相談	月～金曜日 8:30～17:15	子ども家庭総合支援拠点(テラス沼田3階) ☎22-0874
生涯学習相談	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00	生涯学習課 ☎内線3322
青少年相談	月～金曜日 8:30～12:00 13:00～17:15	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 沼田めぐみこども園☎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 子ども広場☎080-5505-7161
※状況に応じて開館日は変更になる場合があります

●子どもの健康診査

対象	生年月日	とき・受付時間
4カ月児	令和3年2月1日～3月19日	30日(水) 13:00～13:30
10カ月児	令和2年8月1日～9月3日	15日(火) 12:45～13:15
1歳	令和元年8月29日～9月24日	1日(火) 13:00～13:45
6カ月児	令和元年9月25日～10月18日	29日(火) 13:00～13:45
2歳児歯科	平成31年2月12日～3月19日	2日(水) 13:00～13:45
	平成31年3月20日～4月16日	24日(木) 13:00～13:45
3歳児	平成29年12月11日～平成30年1月8日	10日(木) 12:40～13:20

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・受付時間	対象
2日(水)	子育て中の人と子ども(ママのみでの参加、子どもと一緒に参加、どちらでも可能です)
9日(水)	
16日(水)	
23日(水)	
30日(水)	

ところ ミズノウエルネス沼田(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
定員 10組(先着順、初めての人優先)
申込期限 5月20日(木)
申込み・問合せ 健康課保健係☎内線3167

「子どもたちと絵本」が出会う場所
おはなしほけっと
とき 14:30～15:00
ところ・問合せ 図書館☎22-0550

とき	内容
5月1日(土)	紙芝居『げんきがでるよかしわもち』
5月15日(土)	えほん『たんぽぽはたんぽぽ』
6月5日(土)	紙芝居『はのいたいおまわりさん』
6月19日(土)	えほん『かえるをのんだととさん』

※しばらくの間、図書館4階和室で開催します



●育児相談

相談	対象	とき・時間
エンゼルクラブ	1歳未満	11日(金) 9:30～11:00
わんぱくクラブ(ママの健康チェック同時開催)	1歳以上	25日(金) 9:30～11:00

ところ 保健福祉センター
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(身体計測時に使用)、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・受付時間	対象
21日(月) 13:45～14:00	初めての乳児(生後2カ月頃から)とその保護者 ※第2子以降は要相談

ところ 保健福祉センター
定員 10組(先着順)
申込期間 6月1日(火)～15日(火)
持ち物 防水シート1枚(貸し出し可)、バスタオル1枚、フェイスタオル(またはハンドタオル)1枚、お出掛けに必要なもの一式(オムツ、着替えなど)、飲み物(必要に応じて)
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、育児のことで気になることがありましたら、健康課窓口や電話での相談をご利用ください。

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

