

7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 | 15日(木) 10:15～11:15 | 30人 | |
| コミュニティセンター | 利南地区 | 7日(水) 9:50～10:50 | 10人 |
| | | 11:00～12:00 | 10人 |
| | 池田地区 | 16日(金) 9:50～10:50 | 9人 |
| | | 11:00～12:00 | 9人 |
| | 薄根地区 | 13日(火) 9:50～10:50 | 10人 |
| | | 11:00～12:00 | 10人 |
| | 川田地区 | 14日(水) 9:50～10:50 | 9人 |
| | | 11:00～12:00 | 9人 |
| 白沢創作館 | 12日(月) 10:15～11:15 | 15人 | |
| 利根保健福祉センター | 27日(火) 10:15～11:15 | 30人 | |

申込期限 各会場開催日の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

●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 | 8日(木) 10:00～11:30 | テラス沼田6階 コミュニティテラス |

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 |
|--------|---------------------------------|--|
| 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) | 13日(火) 29日(木) 17:00～19:00 | |
| コミュニティセンター | 利南地区 | 7日(水) 9:45～10:45 |
| | 池田地区 | 16日(金) 9:45～10:45 |
| | 薄根地区 | 15日(木) 14:00～16:00 |
| 白沢創作館 | 12日(月) 9:45～10:45 | |

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 |
|----------|----|
| 7月はお休みです | |

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

お知らせ

6月開催の「出張！福ろうクラブ」「にこにこ健康相談」「活動量計データ読み込み(健康課窓口以外)」「あっぷりんカフェ」は、全ての日程が中止となりましたのでご注意ください。

7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 |
| DV相談 | 月～金曜日 8:30～17:15 | 市民協働課 ☎内線3056 |
| 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 | 21日(水) 13:30～16:00 | 保健福祉センター ☎22-1990 |
| 休日納税相談 | 18日(日) 8:30～17:00 | 収納課 ☎内線3034 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 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> syotyou@city.numata.lg.jp |