

9月の健康ガイド

●出張！福ろうクラブ（筋トレ、脳トレなど）

本年度は新型コロナウイルス感染症対策として事前申し込みが必要となります。

場所	日時	募集人数
テラス沼田1階 多目的スペース	2日(木) 10:15～11:15	若干名
コミュニティセンター 利南地区	8日(水) 9:50～10:50	
	11:00～12:00	
池田地区	16日(木) 9:50～10:50	
	11:00～12:00	
薄根地区	27日(月) 9:50～10:50	
	11:00～12:00	
川田地区	15日(水) 9:50～10:50	受け付け終了
	11:00～12:00	
白沢創作館	13日(月) 10:15～11:15	若干名
利根保健福祉センター	28日(火) 10:15～11:15	

対象 マスク着用でも運動制限のない人

申込期限 各会場開催日の7日前まで

※年間を通して申し込みできますが、先着順で定員になり次第受け付けを終了します

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線3165

●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)	21日(火) 30日(木) 17:00～19:00
コミュニティセンター 利南地区 池田地区 薄根地区	9月は中止します
白沢創作館	

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

●市民献血（対象年齢：16歳～69歳）

日時	受付場所
24日(金) 10:00～11:45 13:00～16:00	テラス沼田1階 多目的スペース

※65歳以上の人は、60歳から64歳までの間に献血経験がある場合に限りです

問合せ 健康課予防係 ☎内線3161

●あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

日時	場所
16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

9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	15日(水) 13:30～16:00	保健福祉センター ☎22-1990
休日納付相談	26日(日) 8:30～17:00	収納課 ☎内線3034
年金相談	2日(木)・16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	13日(月)・27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 8:30～17:15	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> y-soudan@city.numata.lg.jp