

●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、沼田利根医師会事務局 ☎23-2058

※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)

11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	定員
テラス沼田1階多目的スペース	15日(火) 10:00～11:00	30人
コミュニティセンター	利南地区 16日(水) 10:00～11:00	16人
	池田地区 24日(木) 9:50～10:50	9人
	薄根地区 11日(金) 11:00～12:00	9人
	川田地区 8日(火) 11:00～12:00	10人
白沢創作館	22日(火) 10:00～11:00	20人
利根保健福祉センター	18日(金) 10:00～11:00	30人

※新型コロナウイルス感染症対策のため、人数制限をした上での申し込み制となります

対象 マスク着用で運動制限のない人
申込期限 各会場開催日の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 3165

●活動量計データ読み込み

場所	日時
健康課窓口	平日 9:00～17:00
ミズノウエルネス沼田(テラス沼田7階)	8日(火) 17:00～19:00 24日(木)
利南地区コミュニティセンター	16日(水) 9:45～10:45
池田地区コミュニティセンター	24日(木) 9:45～10:45
白沢創作館	22日(火) 9:45～10:45

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403

※認知症に関する相談も受け付けています
問合せ 地域包括支援センター(介護高齢課地域支援係内) ☎内線 3149

●健康相談(歯科相談、血圧測定、血管年齢など)

相談名	日時	場所
にこにこ健康相談	11月はお休みです	

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

11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	7日(月)・21日(月) 13:00～15:00	保健福祉センター ☎25-3267
無料法律相談	16日(水) 13:30～16:00 ※予約制	保健福祉センター ☎25-3267
休日納付相談	20日(日) 8:30～17:00	債権管理課 ☎内線 3034
年金相談	10日(木)・17日(木) 9:30～12:00 13:00～16:00	テラス沼田4階 防災会議室 <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	14日(月)・28日(月) 10:00～12:00	社会福祉課 ☎内線 3108
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 3327
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

●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

元気なちびっ子たち



せいじ 藤野晟嗣くん (3歳・上原町)
あやね 藤野絢宇ちゃん (1歳・上原町)

●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4年6月13日～7月11日	2日(水) 13:00～13:30
10カ月児	令和3年12月22日～令和4年1月17日	8日(火) 12:45～13:15
1歳6カ月児	令和3年4月5日～5月7日	15日(火) 13:00～13:45
2歳児歯科	令和2年8月15日～9月12日	9日(水) 13:00～13:45
3歳児	令和元年5月17日～6月18日	17日(木) 12:40～13:20

ところ 保健福祉センター(ウェルプラザ)

●マタニティセミナー(秋コース:3日間)

とき・受付時間	対象
11月21日(月) 13:15～13:30	初めての出産を迎える妊婦で、2月から4月ごろ出産予定の人
12月3日(土) 13:15～13:30	
12月12日(月)	

ところ 保健福祉センター(ウェルプラザ)
定員 8人(先着順、全日参加できる人優先)
申込期間 11月7日(月)～11日(金)

●母子健康手帳交付の事前予約

母子健康手帳の交付には事前予約が必要です。 電話にて健康課まで申し込みください。
交付期間 月～金曜日(祝祭日・年末年始を除く) ①9時～②10時～③11時～

全ての申込み・問合せ 健康課保健係 ☎3166・3167 ※状況に応じて中止となる可能性があります

「子どもたちと絵本」が出会う場所 とき 10:30～11:00
おはなしぼけっと ところ・問合せ 図書館 ☎22-0550

とき	内容
10月1日(土)	えほん『おいも』
10月15日(土)	紙芝居『おにぎりさんきょうだい』
11月5日(土)	紙芝居『どんぐりのあかちゃん』
11月19日(土)	えほん『ばけけはけはけ』



※しばらくの間、図書館4階和室で開催します

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

