

●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)

12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	20日(火) 10:00～11:00	30人
コミュニティセンター	利南地区 14日(水) 10:00～11:00	16人
	池田地区 15日(木) 9:50～10:50 11:00～12:00	9人 9人
	薄根地区 16日(金) 9:50～10:50 11:00～12:00	10人 10人
	川田地区 6日(火) 10:00～11:00	16人
白沢創作館	13日(火) 10:00～11:00	20人
利根保健福祉センター	23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  
**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)	6日(火) 17:00～19:00 22日(木)
薄根地区コミュニティセンター	16日(金) 9:45～10:45
川田地区コミュニティセンター	6日(火) 9:45～10:45
利根保健福祉センター	23日(金) 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
15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(血圧測定、血管年齢、尿検査など)

相談名	日時	場所
にこにこ健康相談	16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

12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	5日(月)・19日(月) 13:00～15:00	保健福祉センター ☎25-3267
無料法律相談	21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	18日(日) 8:30～17:00	債権管理課 ☎内線 3034
年金相談	1日(木)・15日(木) 9:30～12:00 13:00～16:00	テラス沼田4階 防災会議室404 <予約> 渋川年金事務所 ☎0279-22-1614
相談名	日時	場所・問合せ
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 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



加藤めいちゃん(2歳・上沼須町) 加藤みおちゃん(0歳2ヶ月・上沼須町)

●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7月12日～8月15日	7日(水) 13:00～13:30
10カ月児	令和4年1月15日～2月28日	13日(火) 12:45～13:15
1歳6カ月児	令和3年5月8日～6月13日	20日(火) 13:00～13:45
2歳児歯科	令和2年9月13日～10月20日	8日(木) 13:00～13:45
3歳児	令和元年6月19日～7月11日	14日(水) 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)	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  
おはなしほけっと ところ・問合せ 図書館 ☎22-0550

とき	内容
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『ばけけははっぱ』
12月3日(土)	えほん『わにわにのおふろ』
12月17日(土)	クリスマス会



※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

