

●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	9人
		11:00～12:00	9人
	薄根地区 16日(金)	9:50～10:50	10人
		11:00～12:00	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) 22日(木) 17:00～19:00
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