

●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)

4月の健康ガイド

●セ福クラブ(筋トレ、福老体操など)

場所	日にち
テラス沼田1階多目的スペース	20日(木)
利南地区コミュニティセンター	19日(水)
池田地区コミュニティセンター	13日(木)
薄根地区コミュニティセンター	21日(金)
川田地区コミュニティセンター	11日(火)
白沢創作館	25日(火)
利根保健福祉センター	28日(金)

受付時間 各日 9:45～  
実施時間 各日 10:00～11:00  
対象 おおむね60歳以上の市民  
申込期限 各会場開催日の7日前まで  
申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線 3165

●古希バースデイ講座(介護予防の講話・体操・相談)

日時	場所
24日(月) 10:00～11:30	テラス沼田1階多目的スペース

対象 昭和28年4月2日～5月1日生まれ  
問合せ 健康課保健係 ☎内線3165/国保年金課国保係 ☎内線3134

●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)	11日(火) 17:00～19:00 27日(木)
薄根地区コミュニティセンター	21日(金) 9:45～10:45
川田地区コミュニティセンター	11日(火) 9:45～10:45
利根保健福祉センター	28日(金) 9:45～10:45

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

●健康相談(血圧測定、骨密度測定など)

相談名	日時	場所
にこにこ健康相談	4月はお休みです	

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
19日(水) 9:30～12:00	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

4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	3日(月)・17日(月) 13:00～15:00	保健福祉センター ☎25-3267
無料法律相談	19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	16日(日) 8:30～17:00	債権管理課 ☎内線 3034
年金相談	6日(木)・13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	10日(月)・24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



川口桃舞くん (1歳・横塚町) 下村莉玖斗くん (1歳・久屋原町)

●子どもの健康診査

対象	とき・受付時間	生年月日
4カ月児	11日(火) 14:00～14:30	令和4年12月1日～12月15日
	26日(水) 14:00～14:30	令和4年12月16日～12月31日
10カ月児	11日(火) 12:45～13:15	令和4年5月21日～6月15日
	26日(水) 12:45～13:15	令和4年6月16日～6月30日
1歳6カ月児	25日(火) 13:00～13:45	令和3年9月1日～10月4日
2歳児歯科	4月はお休みです	
3歳児	19日(水) 12:40～13:20	令和元年10月1日～11月1日

ところ 保健福祉センター(ウェルプラザ)

●子育てママのスタイルキープ教室

第1クール(4・5・6月開催)

とき・受付時間
4月 12日(水) 19日(水) 26日(水)
5月 10日(水) 17日(水) 24日(水) 31日(水)
6月 7日(水) 14日(水) 21日(水)

受付: 10:00～10:15

ところ ミズノウエルネス沼田(テラス沼田7階)  
対象 子育て中の人と子ども(ママのみでも参加可)  
定員 15組(先着順、初めての人優先)  
申込期限 3月20日(月)

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
3月4日(土)	えほん『ぼとんぼとんはなんのおと』
3月18日(土)	紙芝居『かいじゅうトドラ・トットコ』
4月1日(土)	えほん『はるのゆきだるま』
4月15日(土)	えほん『はなさかじいさん』

※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

