※掲載の情報は、新型コロナウイルス感染症の状況で変更になる場合があります

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）

市民献血

日時	場所	対象
5月25日（木） 10:00～11:45 13:00～16:00	テラス沼田1階多目的スペース	16歳～69歳（65歳以上の人は、60歳～64歳の間に献血経験がある場合に限る）

問合せ　健康課予防係☎内線3162

5月の健康ガイド

●七福クラブ（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	18日（木）
利南地区コミュニティセンター	17日（水）
池田地区コミュニティセンター	11日（木）
薄根地区コミュニティセンター	19日（金）
川田地区コミュニティセンター	9日（火）
白沢創作館	23日（火）
利根保健福祉センター	26日（金）

実施時間　各日10:00～11:00（受付 9:45～）
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
29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5月2日～6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）	9日（火） 25日（木） 17:00～19:00
利南地区コミュニティセンター	17日（水） 9:45～10:45
池田地区コミュニティセンター	11日（木） 9:45～10:45
白沢創作館	23日（火） 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	19日（金） 10:00～11:30	テラス沼田4階 市民ロビー

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
25日（木） 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

5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	1日(月)・15日(月) 13:00 ～ 15:00 20日(土) 10:00 ～ 15:00	保健福祉センター ☎ 25-3267
無料法律相談（予約制）	17日（水） 13:30 ～ 16:00 24日（水） 10:00 ～ 15:00	保健福祉センター ☎ 25-3267
休日納付相談	21日（日） 8:30 ～ 17:00	債権管理課 ☎内線3034
年金相談	11日(木)・25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

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	8日(月)・22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

4月の納付　介護保険料・後期高齢者医療保険料（1期）　**納期限 5月1日（月）**