

## 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)

## 7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	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)

**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

### ●あっぷりんカフェ(認知症カフェ)

日時	場所
27日(木) 9:30～11:30	テラス沼田4階 防災会議室403

**内容** 認知症に関する相談や季節に合わせた作業も実施。どなたでも利用できます

**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

### ●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)
利南地区コミセン	19日(水) 9:45～10:45
池田地区コミセン	13日(木) 9:45～10:45
薄根地区コミセン	21日(金) 9:45～10:45
川田地区コミセン	11日(火) 9:45～10:45
白沢創作館	25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(歯科相談、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	26日(水) 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

### ●古希バースデイ講座(介護予防の講話・体操・相談)

日時	場所
28日(金) 10:00～11:30	テラス沼田1階 多目的スペース

**対象** 昭和28年7月2日～8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

## 7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)・18日(火) 13:00～15:00	保健福祉センター ☎25-3267
無料法律相談(予約制)	19日(水) 13:30～16:00	保健福祉センター ☎25-3267
休日納付相談	30日(日) 8:30～17:00	債権管理課 ☎内線3034
年金相談	① 6日(木) ② 13日(木) 9:30～12:00 13:00～16:00	①テラス沼田4階防 災会議室 ②1階多目的スペース (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