

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 | 9:45～12:30 ※診療時間は10:00～13:00 | 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 |

・事前にお電話をお願いします。診察を希望する人が多い場合は、電話がつながりにくいことがあります

・感染症対策のため、ドライブスルー形式で診察を行っています
・予約状況により診療できない場合があります



市HP

4月の健康ガイド

●七福クラブ（脳トレ、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 | 7日（火） |
| 保健福祉センター | 28日（火） |
| 池田地区コミュニティセンター | 10日（金） |
| 薄根地区コミュニティセンター | 23日（木） |
| 川田地区コミュニティセンター | 8日（水） |
| 白沢創作館 | 21日（火） |
| 利根地区コミュニティセンター | 15日（水） |

時間 各日 10:00～11:15（受け付けは 9:45～）

対象 おおむね 60歳以上の市民（医師から運動制限がない人） 問合せ 地域包括支援センター☎22-1112

●にこにこ健康チェック（血圧・体組成・握力測定など）

| 日時 | 場所 |
|-------------------|-------------|
| 22日（水）10:00～11:30 | テラス沼田3階西テラス |

問合せ 健康課保健係☎内線3161

●スマートウエルネス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 |
| 薄根地区 コミュニティセンター | 23日（木） 9:45～11:00 |
| 川田地区 コミュニティセンター | 8日（水） 9:45～11:00 |
| 利根地区 コミュニティセンター | 15日（水） 9:45～11:00 |

問合せ 健康課保健係☎内線3162

●あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

| 日時 | 場所 |
|-------------------|-----------------------|
| 23日（木） 9:30～11:30 | 保健福祉センター 3階会議室 305 |

内容 工作やおしゃべりをして社会交流しましょう。物忘れがある人もない人も、どなたでも参加できます
問合せ 地域包括支援センター☎22-1112

4月の相談窓口

| 相談名 | 日時 | 場所・問合せ | 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 | 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 |
| DV相談 | 月～金曜日 8:30～17:15 | 市民協働課 ☎内線3057 | 手話通訳者 設置日 | 13日（月）・27日（月） 10:00～12:00 | 社会福祉課 ☎内線3108 |
| ふれあい 総合相談 | 6日（月）・20日（月） 13:00～15:00 | 保健福祉センター ☎25-3267 | 子ども 家庭相談 | 月～金曜日 8:30～17:15 | こども家庭センター （テラス沼田3階） ☎22-0874 |
| 無料法律相談 （予約制） | 15日（水） 13:30～16:00 | 保健福祉センター ☎25-3267 | 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 |
| 休日納付相談 | 19日（日） 8:30～17:00 | 債権管理課 ☎内線3033 | 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 |
| 年金相談 （予約制） | 2日（木）・16日（木） 10:00～12:00 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 | | | |