

○聴覚障害者向けの災害講座

市内在住の聴覚障害者を対象に、教養講座「自然災害から身を守る」を開催。手話通訳があります。

日時 9月20日(日)13時30分～15時

会場 総合福祉会館

申込 当日会場へ直接

関市聴覚障害者福祉協会・飯島さん  
ファクス027・243・4378

○今日から始めるフレイル予防

元氣プラス+講座を開催。今の元氣にプラスして運動や食事、口腔ケアなど、健康生活の鍵となるフレイル予防を実践する教室です。

日時 10月～12月の第2・第4水曜6回、13時30分～15時

会場 いかすかわ老人福祉センター

対象 市内在住で医師から運動制限をされていない65歳以上の、12人(抽選)

申込 9月25日(金)までに長寿包括ケア課  
027・898・6133へ

○子育てで家族の絆を深めて

男女共同参画セミナーを開催。歌手の木山裕策さんが「子育てで深めよう！家族の絆」をテーマに講演します。



日時 10月17日(土)13時30分～15時

会場 総合福祉会館

対象 市内在住・在勤・在学の人、100人(抽選)

申込 9月25日(金)までに往復ハガキで。参加者全員の住所・氏名・電話番号(1枚2人まで)を記入し、〒371・0023本町一丁目5・2・男女共同参画センター(☎027・898・6517)へ

○第3日曜日は納税相談窓口

平日に来庁できない人のために、納税相談窓口を開設します。

日時 9月20日(日)8時30分～16時

会場 市役所収納課

027・898・6226

健康

○無料の集団検診は予約を

集団検診を実施します。全ての検診で事前予約と受診シールが必要(先着順で定員あり)。必ず自宅で検温を済ませ、マスクを着用し受診してください。平熱より体温が高いなど体調不良の時は受診を控えてください。

日時 10月2日(金)9時～10時30分(大腸容器的配布は9月25日(金)9時30分～11時)

○女性の無料がん検診

子宮頸がん・乳がん(甲状腺)の集団検診を実施します。全ての検診で事前予約と受診シールが必要です(先着順で定員あり)。

日時 9月7日(月)から健康増進課

027・220・5784へ



人権標語

若宮小6年 伊能大智さん

認め合おう 違った個性

みんなが持つてる

9月の各種無料相談					
相談名・問い合わせ	日時	会場	相談名・問い合わせ	日時	会場
法律相談 ☎027-898-6100	火曜13時～16時(前週の木曜14時～当日12時まで)に電話で予約を。相談は受け付け順で時間指定はできません。先着9人まで)	市役所市民相談室 ※相談は年度内に1人1回	公証相談 ☎027-898-6100	9月14日(月)13時～15時	市役所市民相談室
	9月8日(火)13時～15時	かすかわ老人福祉センター	司法書士、土地家屋調査士相談 ☎027-898-6100	9月11日(金)13時～16時	
行政相談 ☎027-898-6100	9月10日(水)13時～15時	大胡支所	行政書士相談 ☎027-898-6100	10月5日(月)13時～16時	前橋保健センター
	9月11日(金)13時～15時	上川淵市民サービスセンター	月いち健康相談 ☎027-220-5708	9月28日(月)9時～11時	
	9月16日(水)13時～16時	市役所市民相談室	精神科医によるこころの相談 ☎027-220-5787	9月9日(水)・23日(水)13時30分～15時(各予約制)	市保健所
	9月18日(金)13時～15時	宮城支所	心配ごと相談 ☎027-237-5006	月曜～金曜、13時～16時	総合福祉会館
	9月25日(金)13時～15時	南橋市民サービスセンター	外国人相談(英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語) ☎027-243-7788	月曜13時～17時、木曜9時～13時	市役所外国人相談窓口
	10月2日(金)13時～15時	東市民サービスセンター			
	10月7日(水)13時～15時	富士見公民館			

※市民相談(☎027-898-6100)は平日の8時30分～17時15分、家庭児童相談(☎027-223-4148)、母子・父子相談(☎027-220-5701)、DV相談(☎027-898-6524)、男女共同参画相談(☎027-898-6520)、就学に向けての相談(☎027-210-1234)、消費生活・多重債務相談(☎027-230-1755)は平日の9時～17時。教育・青少年相談(☎027-230-9090)は平日の9時～19時、土曜は9時～17時。自殺予防「群馬いのちの電話」(☎027-221-0783)は9時～24時。みんなの人権110番(☎0570-003-110)は平日の8時30分～17時15分。

託児は新型コロナウイルス感染症対策のため、原則中止します。

日時 10月6日(火)・7日(水)13時～14時 10月12日(月)13時～14時30分

会場 ①は隣保館 ②は前橋保健センター

申込 ①は9月4日(金)から ②は9月14日(月)から同課へ

○家での運動をサポートします

健康運動指導士などが個別のプログラムを作成。約3カ月、家での運動をサポートします。

日時 9月17日(水)・25日(金)・30日(水)・10月7日(水)・13時30分～16時 10月5日(月)・7日(水)9時～11時30分

会場 前橋保健センター

対象 医師から運動制限をされていない64歳以下の人、先着12人

申込 希望日の10日前までに健康増進課

027・220・5708へ

○目標まで歩いて記念品ゲット

ウォーキングマップの記念イベントを開催。前橋保健センターや各支所・市民サービスセンターなどで配布する歩数記録表

に記入し、目標歩数72万歩(8,000歩×3カ月)を達成すると、記念品がもらえます。詳しくは本ホームページをご覧ください。

健康増進課  
027・220・5708



○健康テレホンサービス

二次元コードから健康相談と過去の健康情報検索ができます。

曜日・内容 月曜 骨粗しょう症の予防(火曜) 歯の生え変わり時期(水曜) 排卵と月経のしくみ(木曜) 歯の被せ物が外れたら(金曜) 乳児の消化不良(土日曜) 中高年の歯みがき

直接相談タイム(歯科) 新型コロナウイルス感染症の影響で

当面の間休止しています

