

高齢者

作って食べる楽しみを学ぶ

男性のための栄養食講座を開催します。家庭料理や介護予防について学びます。日時11月13日(火)・27日(火)の2回、午前9時30分〜午後1時30分 会場1永明市民サービスセンター 対象60歳以上の男性、先着25人



児童館案内

児童館では楽しい催しがいっぱい詳しくは下記へ問い合わせを

日吉 233-5122 粕川 285-4000 朝倉 265-1955 ふじみ 288-2898 大友 251-1337 ふじみ分館アリス 288-6736 下小出 233-2622 毎月の行事は、本市ホームページに掲載しています



費用1材料費 10月31日(水)までに介護高齢課 898-6133へ

税

第3日曜は納税相談窓口

平日に来庁できない人のために、納税相談窓口を開設。日時10月21日(日)午前8時30分〜午後4時 会場1市役所収納課 問同課 898-6233へ

ミニ情報

公民館運営審議会の傍聴

日時10月12日(金)午後1時30分〜3時 会場1前橋プラザ元気21内51・52学習室

教育委員会定例会の傍聴

日時10月16日(火)午後3時 会場1市役所11階南会議室 対象1一般、先着10人 問当日午後2時30分〜50分に会場へ直接 問中央公民館 210-2199へ

問教育委員会総務課 898-5803へ

健康

病気への理解深める相談会

パーキンソン病やその関連疾患の療養相談会を開催。交流会も行います。日時11月16日(金)②12月14日(金)、午後1時30分〜3時30分 会場1第二コミュニティセンター(前橋保健センター内) 対象1パーキンソン病の療養者とその家族など、先着各30人

内容1①は「パーキンソン病について」と題した前橋赤十字病院医師・針谷康夫さんの講演②は理学療法士による体操やストレッチ、福祉用具・住宅改修の話 問10月31日(水)までに健康増進課 220-5785へ

日々の運動で健康な体を

健康サポートデー 日時10月31日(水)午前10時〜



人権標語

大きな声で「ありがとう」 いつの間にか 笑顔だね 桃井小 6年 横溝 由実さん

10月の各種無料相談

Table with columns: 相談名, 日時, 会場, 問い合わせ. Rows include: 特設法律相談, 法律相談, 行政相談, 登記相談, 公証相談, 人権相談, 行政書士相談, 精神科医によるこころの相談, 労働相談, 電話労働相談, 就労相談, 心配ごと相談, 外国人相談.

※市民相談(898-6100)、DV・セクハラ相談(898-6520)、家庭児童相談(223-4148)、母子家庭相談(220-5701)、女性相談(220-5700)は執務時間内。教育・青少年相談(230-9090)は月曜〜金曜の午前9時〜午後7時、土曜は午前9時〜午後5時。幼児の発達・子育て・就学相談(210-1234)は月曜〜金曜の午前9時〜午後5時。

骨髄バンクにドナー登録を

10月は骨髄バンク推進月間。白血病や再生不良性貧血などは骨髄移植で治すことができます。骨髄移植を行うにはドナー登録が必要です。一人でも多くの命を救うために、骨髄バンク・ドナー登録への正しいご理解とご協力をお願いします。 問骨髄移植推進財団 0120-445-445へ

心の病などの相談を無料で

心身に病や悩みを持つ方の家族相談会 日時10月16日(火)午前10時〜午後3時 会場1総合福祉会館 対象1精神障害者の家族など 内容1保健・医療・福祉・家族の対応の仕方・社会復帰の相談、他の家族との対話など 問当日会場へ直接 問県精神障害者家族会連合会 263-1166へ

薬物は心と体をボロボロに

10月・11月は麻薬・覚せい剤乱用防止運動月間です。乱用者が急増している麻薬や大麻、覚せい剤、MDMA、違法ドラッグなどの薬物は、心身に危害を及ぼすだけではありません。犯罪の誘因にもなり、社会全体にも悪影響を与えます。「1回だけなら」という軽い気持ちは禁物です。一人一人が薬物の恐ろしさを

目が疲れたら休憩を

10月10日(水)は目の愛護デー。本年度の全国統一標語は「明るいビジョンは眼科検診から」です。目の健康を守るため、眼科専門医を定期的に受診するなど、日頃から目に優しい生活を心がけましょう。 問保健総務課 220-5781へ

禁煙を決意した人を応援

禁煙チャレンジ塾を開催。



健康テレホンサービス

呼吸一酸化炭素濃度と尿中ニコチン代謝物濃度の測定後、保健師と面接し、自分に合った禁煙方法を見つけます。日時11月12日(月)・13日(火) 14日(水)の執務時間内 会場1前橋保健センター 対象1一般 問11月5日(月)までに健康増進課 220-5783へ