

屋根雪下ろし安全装備の体験講習会

問・申 総務課 防災庶務班
☎773・6660

除雪による人身事故などの発生を防ぐため、屋根雪下ろしの際に使用する安全装備の体験講習会を実施します。

日 12月4日(日) 午後2時～4時(受付：午後1時30分)

会 南魚沼市民会館(中央公民館) 2階 和室

定 20人
費 無料

☎ 12月2日(金)

申 電話でお申し込みください。

魚沼圏域高次脳機能障がい者「家族のつどい」

問・申 新潟県高次脳機能障害相談支援センター(新潟県精神保健福祉センター内)
☎025・280・0114

高次脳機能障がいについて、日ごろの悩みや思いを語り合いませんか。

日 12月8日(木)

午後1時30分～3時

会 精神保健福祉センター「新

潟市中央区上所2-2-3) 高次脳機能障がい者の家族 定 15人
費 無料
☎ 12月1日(木)

申 電話でお申し込みください。

沖縄戦戦没者の名前を刻銘しています

問 新潟県 福祉保健部 福祉保健課 援護恩給室
☎025・280・5180

沖縄県糸満市の平和記念公園内に、沖縄戦での戦没者すべての名前を刻んだ記念碑「平和の礎」があります。まだ刻銘されていない人は、追加刻銘ができます。
※詳しくは、お問い合わせください

65歳からの健康づくり「水中運動教室(3期)」参加者募集

問・申 南魚沼市地域包括支援センター
☎773・6675

水中での運動は体に負担をかけずに鍛えることができます。腰や膝に不安がある人、

体力の低下を感じる人にお勧めの教室です。
期 令和5年1月10日～3月14日の毎週火曜日(全10回)
時 午後2時～3時
会 デイスポーツ南魚沼
対 市内在住の65歳以上の人
定 30人
※応募多数の場合は抽選
費 300円/回
☎ 12月9日(金)

他 申し込み締め切り後、案内文を郵送します。

内 水中歩行とアクアエクササイズ(水中運動)

乳がん検診・骨粗しょう症検診・内臓脂肪量CT検査

問・申 ゆきぐに大和病院 健友館
☎777・4477

健友館では、乳がん検診・骨粗しょう症検診・内臓脂肪量CT検査を実施しています。健診の実施対象年齢に該当しない場合でも希望する人は、お申し込みください。

期 令和5年3月23日(木)まで(祝日を除く、水・木曜日を実施)

会 ゆきぐに大和病院 健友館
時 午後2時～3時
定 5～10人/日
費 乳がん検診(マンモグラフィ2方向)・・・4,400円、骨粗しょう症検診・内臓脂肪量CT検査・・・3,500円

しめ縄づくり教室 参加者募集

問・申 塩沢公民館
☎782・0100

日 12月16日(金)(市内在住・在勤者対象)、26日(月)(市内小学校に通う小学生対象)
時 午後1時30分～3時(予定)
会 塩沢公民館 研修室
定 30人
費 200円(当日集金)
講 竹わら細工教室の講師など
☎ 12月5日(月)

申 申込書を提出するか、電話でお申し込みください

女性の権利ホットライン強化週間

問 法務局 南魚沼支局
☎772・2164

11月18日(金)～24日(木)は、全国一斉「女性の権利ホットラ

イン」強化週間です。法務局職員や人権擁護委員が、電話相談を受け付けます。

日 11月18日(金)、21日(月)、22日(火)、24日(木)
・ 午前8時30分～午後7時
・ 11月19日(土)、20日(日)、23日(水・祝)
午前10時～午後5時
相談先
☎0570・070・810
差 別・DV・セクハラ・夫婦間の問題など女性の人権に関する相談

消費者ホットライン 188をご利用ください

問 南魚沼市消費生活センター
☎772・2541

近くの消費生活センターなどの相談窓口を案内し、相談の最初の一步をお手伝いします。消費者トラブルで困ったときは、消費者ホットライン「188」(局番無し)か、南魚沼市消費生活センターにご相談ください。

