



薬を知る講座

日 7月14日(日)10時～12時 **場** 津リージョンプラザ2階第2会議室 **内** 「眠れない夜の薬の話～不眠・不安時の薬と上手に付き合う方法～」をテーマに薬剤師による薬の効能の解説と個人相談など
問 津薬剤師会(☎255-4387)

うつ病の方を支える家族教室(全4回)

日 7月19日、8月16日、9月20日、10月18日いずれも金曜日 13時30分～15時30分 **場** 立こころの医療センター2階講堂(城山一丁目) **対** うつ病と診断された人の家族
申 同センター(☎235-2125)へ

第9回出前！市民公開講座

日 7月31日(水)15時～16時 **場** 津リージョンプラザ1階中央保健センター **内** 中野学さん(三重中央医療センター臨床検査技師)による講演「食中毒について」
問 同医療センター(☎259-1211)

健康寿命延伸のための公開講座

日 8月2日(金) **場** 三重県医師会館1階健康教育室(桜橋二丁目)

時間	内容・講師
13時30分～14時30分	講演1「認知症予防の最新情報」 佐藤正之さん(三重大学認知症センター長)
14時30分～15時30分	講演2「認知症予防の食事」 小畑ルミさん(管理栄養士)
12時30分～16時30分	管理栄養士による栄養相談、BCチェッカー、体組成測定

問 三重県栄養士会(☎224-4519)

健康寿命を延ばすオーラルフレイル予防～人は口からダメになるしかし人は口から再生する～

日 7月28日(日)14時～16時 **場** 県生涯学習センター2階視聴覚

室(県総合文化センター内) **内** 中澤桂一郎さん(利根歯科診療所所長)による歯科医療に関する講演
問 「保険でより良い歯科医療を」三重連絡会(☎225-1071)

みえ理学療法フェスタ2019～あなたの体力や姿勢はどの程度？～

同年代の標準値と比較できる体力測定や姿勢測定で、自分の体の状態を確認し、介護予防や生活習慣病予防につなげませんか。

日 7月14日(日)10時～15時 **場** イオンタウン津城山1階森の広場
問 三重県理学療法士会担当(☎059-330-6644)

市民健康公開講座

日 7月28日(日)13時30分～15時30分 **場** 三重県鍼灸会館2階会議室(栄町二丁目) **内** 高山明さん(三重県防災企画・地域支援課防災技術指導員)による講演「自然災害から身を守ろう！」
問 三重県鍼灸マッサージ師会(☎246-7427)

下肢静脈瘤公開講座

日 8月4日(日)13時～15時30分(講演は14時～14時30分) **場** 松阪フレックスホテル2階ベルホール(松阪市) **内** 草川均さん(おおたクリニック医師)による静脈瘤に関する講演、個人相談
定 100人

申 7月27日(土)までにはがき、またはファクス、Eメールで住所、氏名、電話番号をコヴィディエンジャパン株式会社エンドヴィーナズ事業部内 市民公開講座事務局(〒108-0075 東京都港区港南1-2-70 品川シーズンテラス22階、FAX 03-6774-4640、Eメール dl.japane@shimin-seminar@medtronic.com)へ ※定員締め切り後に届いた応募にのみ連絡します。
問 同クリニック(☎0598-29-1213)

無料相談

津市一日合同相談

日 7月17日(水)10時～12時、13時～16時 ※受け付けは9時45分～15時30分 **場** アスト津5階ギャラリー1 **内** 弁護士、税理士、司法書士、行政書士、土地家屋調査士、社会保険労務士、行政相談委員(市政相談員)、消費生活相談員などによる相談 ※弁護士による相談(1人30分以内、**定先**20人)は予約が必要です。
申 7月4日(木) 8時30分から電話で地域連携課(☎229-3105)へ



社労士による労働相談(要予約)

日 毎週水曜日13時～16時 ※祝・休日、年末年始を除く **場** 三重県社会保険労務士会(島崎町) **内** 解雇、賃金、セクハラ、人事、配置転換、労働契約などの相談
申 同会総合労働相談所(☎228-6064)へ

登記相談(要予約)

日 毎月第2・4火曜日13時～16時 **場** 三重県土地家屋調査士会館(河辺町) **内** 不動産(土地・建物)の調査、測量、表示登記、境界の相談
申 同調査士会(☎227-3616)へ

カウンセラー相談(面談・電話) 専用電話229-3120

とき(毎月)	内容
第1～4火曜日 13時～18時	面談・電話相談(予約優先)
第3火曜日 10時～12時	

※祝・休日、年末年始を除く **内** 夫婦・親子の関係、生き方の問題など **対** 市内に在住の人 **問** 上記以外の時間は男女共同参画室(☎229-3103)

おわび 印刷版の広報津に誤字があったため、配布した広報津と一部表記が異なります。