



津市青少年野外活動センター 令和4年度分の宿泊受け付け

日 1月15日(土)9時30分～ ※8時30分～9時15分に整理券を配布
場 同センター(神戸) **内** 整理券の順に抽選して受け付け順を決定(ただし宿泊日数などを考慮)、以降は先着順 ※4月分の日帰り利用は1月20日(木)から、5月以降は3カ月前から受け付け **対** 青少年団体
問 同センター(☎228-4025)

スキー・スノーボード教室

日 1月29日(土)～30日(日) **場** HAKUBA VALLEY 鹿島槍スキー場(長野県大町市) **対** 市内に在住・在勤・在学の小学生以上(希望者にはバッジテストを実施) **定先** 40人 **費** 2万円(小学生1万9,000円)
申 12月24日(金)～1月7日(金)に所定の申込用紙に必要事項を記入し、郵送またはファクス、Eメールで津スキー協会芸濃滑走隊担当(〒514-2211 芸濃町椋本892-112 大橋宛、FAX 265-2772、✉ ko-ohashi3@nifty.com)へ
※申込用紙は芸濃滑走隊ホームページからダウンロード可
問 同担当(☎080-3611-8548)

令和4年度松阪高校通信制課程生徒

日 検査日…3月9日(水) **場** 同校
内 面接、作文
申 2月21日(月)～24日(木)9時～16時(24日は12時まで)に同校通信制課程入試窓口へ ※2月6日(日)14時～15時30分に同校で行う説明会への参加が必要です。1月30日(日)までに電話(☎0598-30-5300)でお申し込みください。

健康

レクグッズで遊ぼう

ニュースポーツやレクリエーションのグッズで体や頭を使って遊びませんか。
日 2月11日(金・祝)9時15分～11

時30分 **場** 久居総合福祉会館南館3階レクリエーションホール **定先** 30人 **費** 200円(保険料を含む)
申 12月23日(木)～2月4日(金)に、郵送またはファクスで住所、氏名、連絡先を、津市スポーツ・レクリエーション協会事務局(スポーツ振興課内、〒514-0056 北河路町19-1 メッセウイング・みえ2階、FAX 229-3247)へ
問 同事務局(☎229-3254)

認知症本人交流会・相談会 ひだまりおれんじ

認知症の人や家族が集まり、不安な気持ちや悩みなどを自由に話して交流する場です。
日 1月13日(木)13時30分～15時
場 フレンテみえ3階セミナー室C(県総合文化センター内)
申 前日までに電話またはEメールで認知症の人と家族の会三重県支部担当(☎227-8787、✉ polemie2002@gmail.com)へ ※当日参加可

健康づくりのためのスポーツ入門講座

日 1～3月の木曜日9時30分～11時30分 **場** 久居総合福祉会館
内 ニュースポーツや体操など **費** 1,500円(5回分のチケット制)
申 申込用紙に必要事項を記入し、直接窓口または郵送、ファクスで津市スポーツ・レクリエーション協会事務局(スポーツ振興課内、〒514-0056 北河路町19-1 メッセウイング・みえ2階、☎229-3254、FAX 229-3247)へ ※申込用紙は電話またはファクスで同事務局へ請求

骨盤ストレッチヨガ教室(全10回)

骨盤周りの筋肉をほぐし、体のゆがみを整えます。腰痛予防、冷え・むくみの解消、お腹・お尻の引き締め効果的です。
日 1月17日～3月28日の毎週月曜日1部…9時30分～10時30分、

2部…10時50分～11時50分
※3月21日を除く **場** 海浜公園内運動施設管理事務所会議室 **定先** 各12人 **費** 4,000円(保険料を含む)
申 12月26日(日)9時から直接同管理事務所窓口へ

無料相談

弁護士による法律相談(面談・電話)
日 1月13日(木)10時～12時、13時～15時 **場** 市本庁舎3階相談室
対 市内に在住の人(新規優先) **定** 8人(1人30分以内)
申 1月7日(金)17時までに男女共同参画室(☎229-3103)へ

1月の行政相談・市政相談

行政相談員(市政相談員)が国や市などの行政に関する意見等を受け付けます。

とき(1月)	ところ
4日(火)13時30分～15時30分	アスト津4階会議室4
13日(木)13時30分～15時	グリーンハウス美杉2階小研修室
17日(月)13時30分～15時30分	久居総合福祉会館北館2階会議室
24日(月)13時30分～15時30分	津センターパレス3階津市社会福祉協議会相談室

問 三重行政監視行政相談センター(☎227-6661)

人権擁護委員による人権相談(無料・秘密厳守)

内 いじめ、虐待、プライバシー侵害、近隣関係など
■特設人権相談所

とき(1月)	ところ
20日(木)13時～16時(受け付けは15時まで)	津センターパレス3階津市社会福祉協議会相談室

問 津人権擁護委員協議会津地区委員会(☎228-4193)

■常設人権相談所

日 毎週月～金曜日8時30分～17時15分(祝・休日、年末年始を除く)
場 津地方法務局人権擁護課(丸之内)
※電話相談 ☎0570-003-110、☎0120-007-110(子ども相談)、☎0570-070-810(女性相談)
問 同課(☎228-4193)