

## 河芸文化祭への出展作品

回来年3月4日  
(土)・5日(日)

内 日本画、洋画、書、写真、手芸など要項に定められた作品

であること ※過去の河芸文化祭未出展作品に限る

申 10月31日(月)17時までに河芸総合支所地域振興課または河芸公民館、上野公民館、千里ヶ丘公民館にある所定の用紙に必要事項を記入し直接窓口へ提出

問 同文化祭実行委員会(河芸総合支所地域振興課内、☎244-1701)



## 津市民大運動会

みんなで楽しめる運動会種目を通じて交流しませんか。

日 11月23日(水・祝) 8時45分～12時 場 久居体育館 費 400円/人、1,000円/3人グループ ※当日参加500円/人 定先 100人

申 10月11日(火)～11月11日(金)までに、所定の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、Eメールで津市スポーツ・レクリエーション協会事務局(〒514-1113 久居野村町877-1、☎253-4322、✉tsu.sporec@gmail.com)へ ※申込用紙は電話またはファクスで、同事務局(☎080-6108-8649)へ請求



## 健康

### 認知症の人と家族の会 津地区つどい

認知症の人や家族介護者、専門職等が集まり、介護の悩み解決に向けて意見や情報を交換します。

日 10月8日(土)10時～12時 場 新町会館研修室 1 対 認知症の人や家族介護者 定 30人 費 200円(認知症の人は無料)

申 認知症の人と家族の会三重県支部担当(☎090-6462-8365)へ

### 暮らしの保健室

日 10月20日(木)10時～12時 場 県立看護大学(夢が丘一丁目) 内 看護師等による健康相談、フットケア、ハンドマッサージなど 費 100円(フットケア、ハンドマッサージ希望者は各200円追加、定先 10人程度)

問 同大学(☎233-5655)



### 健康ボウリング教室

コース・とき	
火曜日(10時30分～)	11月8日・15日・22日・29日、12月6日・13日
火曜日(14時～)	
水曜日(10時30分～)	11月9日・16日・30日、12月7日・14日・21日
水曜日(14時～)	
木曜日(10時30分～)	11月10日・17日・24日、12月1日・8日・15日
木曜日(14時～)	
金曜日(10時30分～)	11月11日・18日・25日、12月2日・9日・16日
金曜日(14時～)	

場 ラウンドワン津・高茶屋店 内 健康についての講義とボウリング教室(全6回) 定 各12人 費 2,000円(6回分)

申 10月8日(土)～18日(火)に直接窓口または電話、ファクスで津・高茶屋店担当(☎070-1272-5651、☎238-0015)へ



### 家族介護教室

作業療法士から簡単なセルフケアの方法などを学びませんか。

日 11月4日(金)13時30分～15時 場 サンデルタ香良洲すこやかルーム 内 講話「心身のバランスを整えるセルフケア」 対 市内に在住で、家族の介護をしている人または興味のある人 定 20人

申 10月3日(月)9時から津市社会福祉協議会(☎213-7111)へ



## パープルリボンウォーク&セミナー 2022 in 津

日 11月6日(日)①9時～11時30分 ②13時～16時30分 場 三重大学医学部附属病院臨床講義棟ほか(江戸橋二丁目) 内 ①啓発ウォーク(約2km) ②膵臓がんについて学ぶセミナー 定 先各400人 問 三重パープルリボン事務局担当(☎090-3584-6085)

## 無料相談

### 終活無料相談会

日 10月16日(日)13時30分～16時30分 場 利生山浄誓寺(高茶屋二丁目) 内 相続登記、遺言、相続税申告・対策、墓じまいなど終活全般の相談 対 終活で悩みを抱えている人

申 10月15日(土)までに電話で松阪土業の会(☎0596-72-8595)へ

### 暮らしの行政困りごと相談所

日 10月25日(火)13時～16時30分(受け付けは16時まで) 場 イオンモール津南3階イオンホール(高茶屋小森町) 内 弁護士、税理士、司法書士、行政相談委員、行政職員などによる登記、年金、税、相続、法律問題などの相談(1人30分以内) ※弁護士(定先 6人)、税理士・司法書士(定先 各12人)による相談は、10月17日(月)14時から三重行政監視行政相談センターへ予約が必要 問 同センター(☎227-6661)

### 法的な困りごとは法テラスへ

日 毎週月～金曜日 9時～21時、土曜日 9時～17時(祝・休日、年末年始を除く) 内 法的トラブルの解決に役立つ法制度や相談窓口の情報提供 問 法テラスサポートダイヤル(法的トラブル)…☎0570-078374、法テラス犯罪被害者支援ダイヤル…☎0120-079714

