

## 津女声合唱団 団員

合唱が好きな人、一緒に歌いませんか。

日 毎週土曜日午後 場 主に敬和公民館

申 電話またはファクス、Eメールで同団代表(☎090-5866-7568、FAX235-5700、✉say2pockey@wh.commufa.jp)へ

## 健康

### 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を見守り支援するサポーターを養成します。



日 4月23日(日)10時～12時 場 津センターパレス2階会議室 定 20人

申 だいじこファミリー担当(☎090-7300-5840)へ

### 認知症の人と家族の会 在宅介護OBのつどい

看取りや介護施設入所により、認知症の在宅介護を終えられた人(OB)などが集まり、介護終了後の悩みや介護体験等をもとに交流する場です。

日 4月22日(土)13時30分～15時30分 場 新町会館学習室 対 認知症の在宅介護を終えた人、近い将来の看取りや介護施設入所に備えて事前に情報を入手したい人など 定 15人 費 200円

申 認知症の人と家族の会三重県支部担当(☎090-6462-8365)へ

### 三重中央医療センター・七栗記念病院・榊原病院合同市民公開講座 & ナイチンゲールフェア

日 5月27日(土)11時～15時 場 久居アルスプラザときの風ホール他 内 津地域における医療連携の取り組みについての講演会、血圧測定や骨密度測定などの健康チェック・医療に関するお仕事体

験など

問 三重中央医療センター(☎259-1211)

### 薬を知る講座

日 5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 「乾燥肌や痒みに使う外用薬とスキンケアについて」をテーマに薬剤師による薬の効能などの解説 定 先20人 ※予約不要 問 津薬剤師会(☎255-4387)

### がん患者と家族のおしゃべりサロン in 津

同じ病気の話の話を聞いたり、悩みを聞いてもらったり、一人で悩まずにお話しましょう。

日 5月11日、6月8日、7月13日、8月10日、9月14日いずれも木曜日13時30分～15時30分 場 三重県津庁舎(桜橋三丁目) 申 三重県がん相談支援センター(☎223-1616)へ

### 第265回住民健康講座「子どものよくある病気とクスリ」

日 5月11日(木)13時30分～14時30分 場 久居アルスプラザ 内 木平健太郎さん(きのここどもクリニック院長)による講演 問 久居一志地区医師会(☎255-3155)

### 健康ボウリング教室

コース・とき	
火曜日(10時30分～)	5月9日・16日・23日・30日、6月6日・13日
火曜日(14時～)	
水曜日(10時30分～)	5月10日・17日・24日・31日、6月7日・14日
水曜日(14時～)	
木曜日(10時30分～)	5月11日・18日・25日、6月1日・8日・15日
木曜日(14時～)	
金曜日(10時30分～)	5月12日・19日・26日、6月2日・9日・16日
金曜日(14時～)	

場 ラウンドワン津・高茶屋店(高茶屋小森町) 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 4月17日(月)～5月1日(月)に

直接窓口、ファクスまたは電話で津・高茶屋店担当(☎238-0011、FAX238-0015)へ

## 無料相談

### 弁護士による法律相談(面談・電話)

日 5月11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 5月2日(火)16時までに男女共同参画室(☎229-3103)へ

### 5月の行政相談・市政相談

行政相談委員(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(5月)	ところ
2日(火)13時30分～15時30分	アスト津4階会議室4
8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
15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
18日(木)13時30分～15時30分	市白山庁舎2階住民活動室
25日(木)10時～11時30分	市河芸庁舎1階相談室1

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(5月)	ところ
1日(月)9時30分～11時30分	久居総合福祉会館南館2階談話室1
18日(木)13時～16時	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)