

高田短期大学公開講座「貝殻で頭の柔軟体操」(好奇心講座その1)

日 11月9日(土)13時30分～15時
場 同短期大学大講義室(一身田豊野) 対 18歳以上 定 30人
申 10月18日(金)までに必着で、同短期大学ホームページから、または、はがきで講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を、高田短期大学公開講座係(〒514-0115 一身田豊野195)へ
問 同短期大学(☎232-2310)

健康

がん患者と家族の おしゃべりサロンin津

同じ病気の人
の話を聞いたり
悩みを聞いても
らったりして、
交流や情報交換
をする場です。一人で悩まずみんな
で話しましょう。

日 10月10日、11月14日、12月12日、来年1月9日、2月13日、3月13日いずれも木曜日13時30分～15時 場 県津庁舎(桜橋三丁目)

申 電話またはファクスで三重県がん相談支援センター(☎223-1616、FAX202-5911)へ

第279回住民健康講座

日 10月10日(木)
14時～15時

場 久居アルスプラザアトス
ペース 内 丸山

貴也さん(県立一志病院院長)による講演「肺炎の予防～ワクチンと歯磨きが重要です!～」

問 久居一志地区医師会(☎255-3155)

三重県医師会 健康教育講演会

日 10月17日(木)14時～16時 場 三重県医師会館(桜橋二丁目) 内

①臼井智子さん(三重病院聴覚リ

ハビリテーション科医長)による講演「きこえのケアの大切さ」②中村翔子さん(三重病院管理栄養士)による講演「バランス食で生きいき! 元気」③大澤裕美さん(一般社団法人元気づくり大学副学長)による講演「元気づくり体験: 1日の疲れを残さないアドバイス!! ～5呼吸10種のストレッチ～」 ※講演会の前後に管理栄養士による栄養相談を実施 定 80人

申 同医師会事務局
(☎228-3822)へ

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する講座です。

日 10月27日(日)10時～12時 場 中央公民館会議室 定 60人

申 9月23日(月・休)から、電話でだいじこファミリー野田(☎090-7300-5840)へ

無料相談

弁護士による電話相談

「暮らしとこころの相談会」

専用電話(当日限定)☎228-3143

日 9月24日(火)13時～17時 内 解雇や賃金未払いなどの労働問題、生活保護・多重債務などの生活問題、離婚・DVなどの家庭内の問題等、弁護士が相談に応じます。

問 三重弁護士会事務局(☎228-2232)

地価などに関する無料相談会

日 10月1日(火)13時～16時 場 市本庁舎6階61会議室 内 不動

産鑑定士による地価や地代、家賃、土地利用に関する相談

問 三重県不動産鑑定士協会(☎229-3671)

男女共同参画のための法律相談 (面談・電話)

日 10月10日
(木) 10時～12時、13時～15時

場 市本庁舎3階相談室 内

離婚、親権、妊娠、セクハラや、職場をはじめとするあらゆる場での性差別に関することなど 対 市内に在住の人(新規優先) 定 8人(1人30分以内)

申 10月2日(水)16時までに男女共同参画室(☎229-3103)へ

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(10月)	ところ
1日(火)9時30分～11時30分	白山市民会館1階 教養娯楽室
1日(火)13時30分～15時	市美杉庁舎 相談室(美杉人権センター内)
3日(木)13時30分～15時30分	市安濃庁舎2階 会議室2
4日(金)9時30分～11時30分	市美里庁舎2階 会議室4
17日(木)13時～16時(受け付けは15時まで)	市本庁舎3階 相談室5

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)