

◎申込み・問合せ 保健センター ☎885-3131

講座名	と き	と ころ	内 容
100万歩 歩いて元気になろう会	9月22日(木) 9時30分～11時30分	町民センター	持参物 タオル、バスタオル、手袋、 お茶、筆記用具、体操マット 申込締切 開催日の前日 (初めて参加される方のみ)
筋力アップ 教室 要申込	9月6日(火) 9時30分～11時30分	横浜ふれあい センター	持参物 タオル、バスタオル、手袋、 お茶、筆記用具 申込締切 開催日の前日
	9月6日(火) 13時～15時	町民センター	
	9月30日(金) 13時30分～15時30分	小屋浦ふれあい センター	
もぐもぐ教室 (離乳食講習会) 要申込	9月1日(木) 10時～11時30分	保健センター	令和4年2月生まれの子
ごっくん教室 (離乳食講習会) 要申込	9月2日(金) 10時～11時30分	保健センター	令和4年5月生まれの子
さかっ子ひろば (育児相談) 要申込	9月15日(木) 13時15分～13時55分受付	保健センター	内 容 計測、健康相談、栄養相談 対 象 9～12か月の赤ちゃん
	9月29日(木) 13時15分～13時40分受付	小屋浦ふれあい センター	内 容 計測、健康相談、栄養相談 対 象 0～12か月の赤ちゃん
乳児健診	9月14日(水) 個別に時間指定	町民センター	令和4年4月12日～ 令和4年6月12日生まれの子
2歳児 歯科相談	9月26日(月) 個別に時間指定	Sunstar Hall	令和2年3月28日～ 令和2年6月15日生まれの子
1歳6か月児 健診	10月5日(水) 個別に時間指定	Sunstar Hall	令和3年2月1日～ 令和3年3月31日生まれの子
母親学級 要申込	9月2日(金) 10時～11時30分	保健センター	内 容 沐浴実習 持参物 手拭きタオル
	9月8日(木) 10時～11時30分		内 容 妊娠中の栄養について ※希望者は終了後、なかよしハウスで 交流会に参加できます。
	9月12日(月) 10時～11時30分		内 容 丈夫な歯を作ろう 持参物 歯ブラシ、タオル
	9月21日(水) 10時～11時30分		内 容 安産体操 持参物 タオル

※100万歩歩いて元気になろう会、筋力アップ教室に参加される方は、運動ができる服装、靴で参加してください。

相 その悩み相談してみませんか

	と き	と ころ	申込み・問合せ
相続・遺言相談会 (電話相談・面談相談)	9月4日(日) 10月2日(日) いずれも10時～16時 ※11月以降の日はお問い合わせください。	電話相談 ☎511-7196 面談相談(要予約) 広島司法書士会総合相談センター (広島市中区上八丁堀6番69号)	広島司法書士会 ☎221-5345
心配ごと相談	9月12日(月) 13時30分～16時	平成ヶ浜福祉センター	坂町社会福祉協議会 ☎885-2611
こころの健康相談 要予約	9月16日(金) 13時30分～15時30分	海田町保健センター 担当 瀬野川病院 申込期限 9月13日(火)	広島県西部保健所 広島支所 ☎513-5521
弁護士による 無料法律相談 要予約	9月20日(火) 13時30分～16時	役場2階会議室 担当 広島みらい法律事務所	役場総務課 ☎820-1510
広島県ナース センター出張相談 看護師資格をお持ちの方の 「もう一度働きたい!」を応援します (予約不要)	9月30日(金) 13時30分～15時30分	呉市役所会議室	広島県ナース センター ☎293-9786
	10月4日(火) 13時30分～15時30分	坂町町民センター	
	11月9日(水) 9時30分～11時30分	安芸区総合福祉センター	
行政書士電話相談	10月3日(月) 10時～16時	☎249-2480	広島県行政書士会 ☎249-2480
行政書士 一日無料相談会	10月1日(土) 9時30分～16時	ゆめタウン呉	
	10月2日(日) 9時30分～16時		
	10月14日(金) 10時～16時	紙屋町 シャレオ中央広場	
	10月22日(土) 10時～18時	イオンモール広島府中 2階ムーンギャラリー	

① 9月10日(土)～9月16日(金)は自殺予防週間です

心がもやもやしたり、ざわついたら、
ひとりで悩まず伝えてほしい。

相談窓口はこちら
まもろうよこころ 検索

#いのちSOS

☎ 0120-061-338

月・木 0時～24時(24時間) 火～水/金～日 8時～24時

よりそいホットライン

☎0120-279-338 (24時間)

いのちの電話

☎0120-783-556

(毎日16時～21時、毎月10日8時～翌日8時)

☎0570-783-556 (毎日10時～22時)

こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570-064-556