

■ 県立美術館でのボランティア

内受け付けや案内、資料の整理など半日程度の活動 **対**18～68歳で、月に4回以上活動できる人 ※高校生を除く、事前に6月6日(土)・13日(土)の養成講座を受講できる人 **定**20人
申5月31日(日)までに往復はがきで住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号を同美術館ボランティア「櫂の会」(〒514-0007大谷町11)へ ※消印有効
問同会(☎227-2100)

■ アフリカへ毛布をおくる運動

家庭で使われなくなった毛布をアフリカの人たちに寄付しませんか。同時に、1枚当たり1,000円の輸送費の募金も行っています。使用済みのものは洗濯をしてください。天然繊維の毛布や小さい毛布、汚れのある毛布などは受け付けできません。
日5月17日(日)10時～15時 **場**市本庁舎北側
問同運動推進委員会津事務局(☎090-8079-3942)

■ ハッピーアクア2015 プールにいこう!

日6月28日(日)10時～12時 **場**津市民プール **内**水泳のワンポイントレッスンと楽しいアクアビクス **対**年中以上の人 ※小学生以下は保護者同伴 **定**60人 **費**500円(保険代他)
申5月7日(木)から、ファクスまたはEメールで住所、氏名、年齢、性別、電話番号を同担当(FAX231-0181、✉happy_aqua_2@yahoo.co.jp)へ ※ハッピーアクア2015ホームページからも応募できます。
問同担当(☎090-7911-4806)

■ 高田短期大学公開講座

日6月6日(土)13時～15時 **場**同短期大学体育館(一身田豊野)
内柳瀬慶子さん(同短期大学講師)

による講演「みんなで楽しもう運動の世界・育もう体の力」 **対**医師による運動制限がなく、軽～中度の運動が可能な人 ※高校生以下は保護者同伴 **定**50人
申5月22日(金)までに、往復はがきで講座名、住所、氏名、年齢、性別、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 ※同短期大学ホームページからも応募できます。
問同短期大学(☎232-2310)

健康

■ 転倒予防教室

日5月28日(木)10時～11時30分 **場**津センターパレス地下1階市民オープンステージ **内**講話「悪質商法にだまされるもんか」と転倒予防体操 ※要約筆記あり
対市内に在住の60歳以上の人
問津市社会福祉協議会津支部(☎213-7111)

■ ナイチンゲールフェア

日5月9日(土)11時～15時30分 **場**イオン津南ショッピングセンターサンバレー(高茶屋小森町)
内健康チェック、正しい手の洗い方講座など
問三重中央医療センター(☎259-1211)

■ 住民健康講座

日5月14日(木) **場**久居公民館 **内**白山究さん(白山内科院長)による講演「知っておきたい糖尿病治療のポイント」
問久居一志地区医師会(☎255-3155)

■ 口腔がん検診(要予約)

日6月7日(日)10時～14時 **場**津リージョンプラザ **対**口の中と頸部に不安や異常を感じる人
申5月7日(木)～25日(月)に、はがきで住所、氏名、電話番号、検診希望時間帯を津歯科医師会(〒514-0004 栄町二丁目365)へ

※同会ホームページからも申し込みます。
問同会(☎225-1304)

■ 三重県医師会健康教育講演会

日6月4日(木)14時～16時 **場**三重県医師会館(桜橋二丁目) **内**「年のせい? 気になる眼の病気」、「目に良い食事」についての講演、健康体操、栄養相談など
問同会事務局(☎228-3822)

無料相談コーナー

■ メンタルヘルス相談

仕事がつまみかたない、職場の人間関係のことで悩んでいるなど悩みや不安のある人は、一人で悩まず気軽にご相談ください。
日毎月第2・4金曜日18時～20時 ※祝・休日、年末年始を除く **場**サン・ワーク津 **内**専門の産業カウンセラーが相談に応じます。
対市内に在住・在勤の人 **定**1日2人(1人50分程度)
申電話で商業振興労政課(☎229-3114)へ

■ 暮らしのなんでも相談会

日5月30日(土)10時～16時 **場**津市労働会館(島崎町) **内**弁護士や税理士、金融・住宅・保険などの専門家による相談
申5月26日(火)までに暮らしほっとステーション津(☎227-1707)へ

■ カウンセラーによる相談

(面談・電話相談)
専用電話☎229-3120

とき(毎月)	内容
第1～4火曜日 13時～18時	面談・電話相談 (予約優先)
第3金曜日 18時～20時	電話相談 (予約優先)

※祝・休日、年末年始を除く
内夫婦・親子の関係、生き方の問題など
問上記以外の時間は男女共同参画室(☎229-3103)