

親子で防災キャンプ

日 1月13日(土)
 9時45分～15時 **場** 津市青少年野外活動センター(神戸) **内**
 防災に役立つキャンプ体験 **対** 市内に在住の小学生と保護者
定 先10組 **費** 小学生1,200円、保護者1,800円
申 12月12日(火)～27日(水) 8時30分～17時に直接窓口または電話で同センター(☎228-4025)へ
 ※窓口優先



ア、ハンドマッサージ希望者は各200円追加)
問 同看護大学(☎233-5681)

榊原病院市民公開講座オンラインセミナー「気づいたら…依存?～実は身近な“依存症”～」

市販薬やエナジードリンク、アルコール、ギャンブルなど、身近なところにある依存の問題や、依存症という病気についてオンラインで学びませんか。視聴方法など詳しくは同病院ホームページをご覧ください。

日 12月15日(金)13時～16時
問 同病院(☎252-0211)

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できる範囲で支援するサポーターを養成します。

日 12月24日(日)10時～12時 **場** 津センターパレス 2 階会議室
定 20人
申 12月7日(木)から、だいじこファミリー野田(☎090-7300-5840)へ



無料相談

借金のお悩み電話相談☎224-3114 ※当日のみの専用電話

日 12月3日・17日いずれも日曜日10時～16時 **内** 弁護士や司法書士による無料電話相談 **対** 借金

でお悩みの人やその家族
問 県環境生活部くらし・交通安全課(☎224-2400)

司法書士による相談会

日 12月13日(水)13時30分～16時30分 **場** 市本庁舎 **内** 相続(相続税を除く)、登記、金銭問題など
定 先8人(新規優先)
申 12月5日(火)8時30分から地域連携課(☎229-3105)へ

男女共同参画のための法律相談(面談・電話)

日 1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 抽 8人(1人30分以内) **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面での性差別に関することなど
申 1月4日(木)16時までに電話で男女共同参画室(☎229-3103)へ

犯罪被害者相談

日 毎週月～金曜日 10時～16時 ※ 祝・休日、年末年始を除く **場** みえ犯罪被害者総合支援センター(栄町一丁目) **内** 犯罪の被害に遭った人や家族の相談
 ※電話相談や法律相談(予約制)などもあります。
問 同センター(☎221-7830)



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 12月9日(土)10時～12時 **場** 新町会館研修室1、2 **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 同会三重県支部河戸(☎090-6462-8365)へ

暮らしの保健室

日 12月14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チェックや健康相談、フットケア、ハンドマッサージなど **費** 100円(フットケ

スポーツ通信

対 市内に在住・在勤・在学の人
申 津市スポーツ協会(メッセウイ

■津市民体育大会

種 目	と き	と ころ	対 象	定員(先着)	申込期間
バレーボール (一般女子の部)	1月20日(土)	サオリーナ メインアリーナ	18歳以上(高校生不可)	20チーム	12月11日(月)～ 27日(水)

■津市民スポーツ教室

種 目	と き	と ころ	対 象	定員(先着)	申込期間
スポーツウエルネス 吹矢	2月4日(日)①10:00～11:30 ②13:30～15:00	サオリーナ サブアリーナ	小学4年生以上 (①初心者・経験者 ②経験者)	各50人	12月11日(月)～ 1月17日(水)

ング・みえ1階)などにある申込用紙(同協会ホームページからダウンロードも可)を同協会へ
 ※詳細については、津市スポーツ

協会にお問い合わせいただくか、同協会ホームページをご覧ください。
問 同協会(☎273-5522)