



募 集

スポーツ少年団への登録

今年度の新規または継続の登録を受け付けます。

申 7月31日(月)までにスポーツ少年団登録システムで申し込み
問 津市スポーツ少年団本部事務局(スポーツ振興課内、☎229-3254)

HP [スポーツ少年団登録システム](#)

津市シルバー人材センター 入会説明会

日 6月14日(水)13時~15時 **場** 同センター作業室(三重町津興)
対 市内に在住の60歳以上で臨時・短期・簡易な仕事を探している人
問 同センター(☎224-4123)

ラピド・フィットネス教室

リズムに合わせて楽しく体を動かし、日頃の運動不足・ストレスを発散しませんか。

日 5月24日、6月7日・21日いずれも水曜日19時30分~20時30分
場 県文化会館第2リハーサル室(県総合文化センター内) **定** 先20人 **費** 1回500円 ※運動できる服装、室内シューズ、水分補給用の飲み物、タオル、ヨガマットまたはバスタオルを持参
申 5月19日(金)~6月20日(火)の12時30分~16時30分にNPO法人ラピドスポーツクラブ(☎059-375-4800)へ

健 康

認知症予防教室

日 6月9日(金)10時~11時30分
場 津センターパレス3階津市社会福祉協議会会議室1 **内** アンチエイジングで認知症予防 **対** 市内に在住の65歳以上 **定** 先30人
申 5月26日(金)から津市社会福祉協議会津支部(☎213-7111)へ

三重県医師会 健康教育講演会

日 6月15日(木)14時~16時 **場** 三重県医師会館(桜橋二丁目) **内** 水谷仁さん(三重県医師会理事)による皮膚の老化に関する講演、管理栄養士による講演、大澤裕美さん(元気づくり大学副学長・保健師)による健康体操 ※13時~14時と講演終了~16時30分に三重県栄養士会による栄養相談あり
申 三重県医師会事務局(☎228-3822)へ

男性料理教室

「自分と家族の健康づくり」

初心者向けの料理教室です。

日 1回目6月21日(水)9時30分~12時(全6回) **場** 津リージョンプラザ2階栄養指導室 **定** 30人 **費** 1回350円(材料費を含む)
申 往復はがきで住所、氏名、電話番号を食生活改善推進協議会津支部担当(〒514-0073 殿村585 山口宛)へ
問 同担当(☎237-1700)

薬を知る講座

日 6月11日(日)10時~12時 **場** 津リージョンプラザ2階健康教室 **内** 「認知症は早期発見が大切です 認知症と治療薬について」をテーマに薬剤師による薬の効能などの解説と個人相談など
問 津薬剤師会(☎255-4387)

市民公開講座

「腎臓病と共に生きる」

日 7月9日(日)13時30分~16時 **場** アストプラザ4階アストホール **内** 「慢性腎臓病を悪化させないためには」「透析が必要と言われたら」「腹膜透析患者の声」「腎移植患者と家族の声」「腎不全患者の食事について」をテーマにした講演
問 東海腹膜透析研究会事務局(☎052-962-6129)

無料相談

6月の行政相談・市政相談

内 国や市などの行政に関する意見等を、行政相談委員(市政相談員)が受け付けています。

とき(6月)	ところ
1日(木)13時30分~15時	グリーンハウス美杉2階小研修室
2日(金)13時30分~15時	サンデルタ香良洲相談室
6日(火)9時~12時	アスト津4階会議室3
7日(水)13時~16時	芸濃福祉センター1階相談室1
12日(月)13時~16時	久居総合福祉会館北館2階会議室
15日(木)13時30分~15時30分	安濃中公民館研修室3
19日(月)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
20日(火)9時~12時	市一志庁舎会議室

問 三重行政評価事務所(☎227-6661)

6月1日は人権擁護委員の日 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(6月)	ところ
1日(木)10時~16時	市本庁舎3階相談室
1日(木)9時30分~11時30分	久居総合福祉会館南館2階談話室1
1日(木)9時30分~11時30分	河芸ほほえみセンター2階福祉団体活動支援室
1日(木)9時30分~11時30分	市美里庁舎2階会議室
1日(木)9時30分~11時30分	市一志庁舎2階第1会議室
1日(木)9時30分~11時30分	白山市民会館1階教養娯楽室
1日(木)13時30分~15時	サンデルタ香良洲和室
1日(木)13時30分~15時	グリーンハウス美杉2階小研修室
2日(金)13時30分~15時30分	市安濃庁舎2階会議室1
7日(水)9時30分~11時30分	芸濃福祉センター相談室
15日(木)13時~16時(受け付けは15時まで)	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)

問 同課(☎228-4193)