

健康

第259回住民健康講座

日 3月12日(木)14時～15時
 場 久居総合福祉会館 内 宮坂裕之さん(藤田医科大学七栗記念病院作業療法士)による講演「転倒を予防しよう」
 問 久居一志地区医師会(☎255-3155)

薬を知る講座

日 3月8日(日)10時～12時 場 津リージョンプラザ2階第2会議室 内 「脳卒中を起こさないために 高血圧、高脂血症の薬について」をテーマに薬剤師による薬の効能の解説と個別相談など
 問 津薬剤師会(☎255-4387)

出前！市民公開講座

日 3月9日(月)15時～16時 場 中央保健センター 内 管理栄養士による講演「おいしく食べる減塩食～塩分を制限するための工夫とは～」
 問 三重中央医療センター(☎259-1211)

認知症予防教室

日 3月13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 2月28日(金)9時から同協議会津支部(☎213-7111)へ

健康づくり推進員(ひまわり会)によるウォーキング

日 2月27日(木)10時～11時30分 ※雨天時は28日(金) 場 津リージョンプラザ1階南側入り口集合 内 津なぎさまち周辺までのコース(約3km) ※歩きやすい服装で飲み物、タオルを持参
 申 津市健康づくり推進連絡協議会中央支部ひまわり会(中央保健

センター内、☎229-3164)へ

無料相談

司法書士による

相続登記の相談会

日 2月29日(土)9時～12時(受け付けは11時30分まで) ※1人20分程度 場 三重県司法書士会館(丸之内養正町)
 問 同会津支部(☎227-7428)

行政書士定例相談(要予約)

日 毎月第2木曜日10時～12時、13時～16時(祝・休日、年末年始を除く) 場 三重県行政書士会事務局(広明町) 内 離婚協議書、遺言書、各種契約書などの作成や法人設立、許認可などの申請書類の作成、提出手続き代理などに関すること
 申 同行政書士会(☎226-3137)へ

法的な困りごとは法テラスへ

日 毎週月～金曜日9時～21時、土曜日9時～17時(祝・休日、年末年始を除く) 内 法的トラブルの解決に役立つ法制度や相談窓口の情報提供
 問 法テラスサポートダイヤル(法的トラブル…☎0570-078374、犯罪被害者相談…☎0570-079714)

社労士による労働相談(要予約)

日 毎週水曜日13時～16時(祝・休日、年末年始を除く) 場 三重県社会保険労務士会(島崎町) 内 解雇、賃金、セクハラ、人事、配置転換、労働契約などの相談
 申 同会総合労働相談所(☎228-6064)へ

消費生活相談

日 毎週月～金曜日9時～12時、13時～16時(祝・休日、年末年始を除く) 場 市本庁舎3階市民交流課内 内 消費生活相談員による商品の購入やサービス利用な

どのトラブルに関する相談(電話相談も可)

問 津市消費生活センター(☎229-3313)

3月の行政相談

行政相談委員(市政相談員)が国や市などの行政に関する意見等を受け付けます。

とき(3月)	ところ
3日(火) 13時30分～15時30分	アスト津4階 会議室3
4日(水) 9時30分～11時30分	芸濃福祉センター1階 相談室1
9日(月) 13時30分～16時	久居総合福祉会館北館2階 会議室
16日(月) 13時30分～15時30分	津センターパレス3階 津市社会福祉協議会相談室

問 三重行政監視行政相談センター(☎227-6661)

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(3月)	ところ
2日(月) 9時30分～11時30分	市美里庁舎2階 会議室
	市一志庁舎2階 第1会議室
4日(水) 9時30分～11時30分	芸濃福祉センター1階 相談室1
19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) ※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)