

7月 無料相談

相談項目	日	時	場所・相談内容など	連絡先
行政相談	12日(木) 26日(木)	10:00~15:00	総合ケアセンター南三陸2階相談室	総務課総務法令係 ☎46-1370
無料法律相談	毎週木曜日 22日(日)	10:00~16:00	法テラス南三陸出張所 相続、金銭、住まい、男女間トラブルなど法律に関する相談	法テラス南三陸 ☎050-3383-0210
求職・求人相談	月・水・金曜日	9:00~16:00	役場1階無料職業紹介所 無料の職業相談	無料職業紹介所 ☎29-6215
消費生活相談	火・木曜日	9:00~15:00	役場1階消費生活相談所 消費生活に関する相談	消費生活相談所 ☎29-6215
生活相談	12日(木) 26日(木)	10:00~15:00	総合ケアセンター南三陸2階相談室	保健福祉課社会福祉係 ☎46-2601
人権相談	①12日(木) 26日(木) ②17日(火)	10:00~15:00	①総合ケアセンター南三陸2階相談室 ②歌津総合支所相談室	保健福祉課社会福祉係 ☎46-2601 歌津総合支所住民福祉係 ☎36-2111
生活困窮相談	①5日(木) 19日(木) ②12日(木) 26日(木)	13:00~15:00	①総合ケアセンター南三陸2階相談室 ②歌津総合支所相談室	自立相談支援センターひかりんく ☎0229-25-5581 ※夜間などの時間帯(18:30~9:30)は、「よりそいホットライン」 ☎0120-279-226
健康相談	10日(火) 13日(金) 19日(木) 20日(金)	10:00~11:30	10日(火) 泊浜生活センター 13日(金) 荒砥コミュニティセンター 19日(木) 南三陸・海のビジターセンター 20日(金) 石浜コミュニティセンター 看護師・保健師・栄養士による健康相談 お薬手帳、健康手帳をお持ちください	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
妊婦相談・赤ちゃん相談	毎週月曜日	13:00~17:00	総合ケアセンター南三陸 妊婦さんの相談、子どもの発育や育児に関する相談など	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
アルコール相談・家族教室	17日(火)	家族教室 13:00~14:30 専門相談 14:30~16:00	気仙沼保健所 お酒の飲み方や、周りの人との関係などで困っている人(本人・家族・周囲の方)の相談。 相談員：東北会病院 大和田相談員 ※予約期限：10日(火)	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健所 ☎21-1356
HIV・クラミジア・梅毒検査	第1回 11日(水) 第2回 25日(水)	13:00~14:30	気仙沼保健福祉事務所 エイズ、クラミジア、梅毒に感染しているかどうかを調べる血液検査(匿名で受けることができます) ※個別に対応しますので、事前予約が必要です。 予約期限：第1回 6日(金) 第2回 20日(金)	気仙沼保健福祉事務所 ☎22-6662
食生活相談	毎週 月~金曜日	8:30~17:00	総合ケアセンター南三陸 子どもから高齢者までの食事に関する相談など(来所または電話相談)。 ※来所相談希望の方は、事前予約をお願いします。	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
がんなんでも相談	毎週 月~金曜日	9:00~16:00	宮城県対がん協会 がんに関する悩み、不安、疑問など、医師または看護師が無料で相談に応じます。がん患者とその家族、友人など誰でも相談できます。	宮城県がん総合支援センター ☎022-263-1560

ほっと図書館

【開館時間】午前9時~午後5時

●子どもの本移動展示会

【期間】7月21日(土)~8月22日(水)
午前9時~午後5時

●夏休み工作資料展

【期間】7月21日(土)~8月26日(日)
午前9時~午後5時

●移動図書館(7月)

運行日	時間	場所
2日(月) (第1月曜日)	午前10時~10時45分 午前11時~11時45分	志津川西復興住宅第1集会所 志津川西復興住宅第2集会所
10日(火) (第2火曜日)	午前10時~10時45分	戸倉復興住宅集会所
18日(水) (第3水曜日)	午前10時~10時45分	伊里前復興住宅集会所

※各地区集会所で行います。

※貸出冊数1人5冊まで。貸出期間は1カ月です(次回訪問時に返却をお願いします)。

☎ 南三陸町図書館 ☎46-2670

ベイサイドアリーナ

●みんなで体操アウトドア

【日時】毎週水曜日 午前9時~(5~10分程度)
【場所】ベイサイドアリーナ正面玄関前
※雨天時は室内で行います
【その他】参加料無料。誰でも参加できます。

●トレーニング室

【営業時間】平日 午前9時~午後8時30分
土日祝日 午前9時~午後6時
【休館日】毎週火曜日
【料金】1回券300円、
回数券(11枚綴り)3,000円
【持ち物】トレーニングウェア、室内シューズ、
タオル、ドリンク
【対象】高校生以上

☎ ベイサイドアリーナ ☎47-1131

●健康教室

・いきいき運動 健康塾

【日時】毎週木曜日 午前10時~10時45分
【料金】1回821円、月4回2,972円
初めて利用の人540円
【内容】運動機能を改善し何気ない生活運動が
楽になるようサポートします。

・レッスンアラカルト

【日時】毎週木曜日 午後7時~7時45分
【料金】1回821円、月4回2,972円
初めて利用の人540円
【内容】5日、19日は、フィットピクス健舞塾
(エアロピクスとボクシング動作と筋力トレ
ーニングを合わせたよくばりプログラム)
12日、26日は、美容ヨガ健美塾(ヨガの動
きに骨盤の動きをプラスした美容に効くプロ
グラム)
【その他】開始時刻10分前までに直接事務所に申
し込みください。
参加対象18歳以上、トレーニングウェア、室内
シューズ、タオル、ドリンクをご準備ください。

平成の森

●こころの湯

【利用時間】午後2時~9時
【定休日】月・金曜日
【料金】大人300円 高校生以下200円
【お風呂の日】
毎月26日。1人100円で利用できます。当日
は、午後2時から5時まで体験交流室を休憩場
所として無料開放します。

●キャンプ場

夏休み、子供会などのBBQにお勧めです。
利用の際はご予約ください(10人から団体割
引があります)。

●体力増進室

【料金】1回200円(高校生以上利用可能)
【利用時間】午前9時~午後9時
(時間内の制限はありません)

●野球場

第100回全国高等学校野球選手権記念宮城大
会が7月15日、16日の2日間、平成の森野球
場で開催されます。

☎ 平成の森管理事務所 ☎36-3115