

9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	14日(木) 28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
生活相談	14日(木) 28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	①14日(木) 28日(木) ②19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
無料法律相談	24日(日) 毎週 火・木曜日	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
無料弁護士 移動相談会	12日(火)	11:00~14:00 宮城県気仙沼合同庁舎 中小企業・個人事業者向け事業上の問題に対する相談 ※予約期限5日(火)	(公財)みやぎ産業振興機構 ☎0120-418-618
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	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
交通事故相談	20日(水)	14:00~16:00 宮城県気仙沼合同庁舎 弁護士による交通事故相談 ※事前予約が必要です。	宮城県気仙沼地方振興事務所 県民サービスセンター ☎24-3186
生活困窮者相談	①7日(木) 21日(木) ②14日(木) 28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りんく ☎0229-25-5581 ※夜間などの時間帯 (18:30~9:30)は、「よろいホットライン」 ☎0120-279-226
健康相談	8日(金) 12日(火) 15日(金) 19日(火)	10:00~11:30 8日(金)西田・細浦団地集会所 12日(火)名足復興住宅集会所 15日(金)伊里前地区集会所 19日(火)長清水団地集会所 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
こころの健康相談	15日(金)	13:30~15:30 総合ケアセンター南三陸 眠れない、イライラする、気持ちが落ち込んでいるなどで悩んでいる人。 相談医:こだまホスピタル 後藤医師 ※予約期限8日(金)	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	19日(火)	家族教室 13:00~14:30 専門相談 14:30~16:00 気仙沼保健福祉事務所 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・周囲の人)の相談に応じます。 相談員:東北会病院 大和田相談員 ※予約期限12日(火)まで	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356
思春期・ ひきこもり相談	14日(木)	13:00~17:00 気仙沼保健福祉事務所 思春期や引きこもり問題について専門員が相談に応じます。 相談員:小原聰子先生(精神科医) ※予約期限7日(木)まで	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356
HIV・クラミジア・ 梅毒検査	第1回 13日(水) 第2回 27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8日(金)まで 第2回22日(金)まで	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)。※来所相談希望の人は、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、友人などなどなたでも相談できます。	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

●どんぐらぶ

【日時】9月9日(土)午後2時～

【場所】南三陸町図書館

【内容】「トントンずもうをつくってあそぼう!!」

【対象】幼児、小学生 【定員】10人

【申込期限】9月7日(木)まで

問 南三陸町図書館 ☎46-2670

●調べる学習コンクールスタンプカード

【日時】9月28日(木)まで

【内容】図書館や公民館図書室で本を借りたり、調べものをしたりすると1日1回押印します。スタンプカードを忘れずに図書館、公民館図書室へお越しください。

ベイサイドアリーナ

●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

【利用料金】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

●敬老の日トレーニングジム無料開放

【日時】9月18日(月・祝)午前9時～午後7時45分

【対象者】65歳以上の人

【料金】無料

※使い方などスタッフが丁寧に教えます!初めての人でも安心してご利用ください。

●健康教室

○レッスンアラカルト

【日時】9月の毎週木曜日 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

※開始時刻10分前までに直接事務所で申し込みください。

【内容】9月7日、21日は、フィットビクス健舞塾(エアロビ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)

9月14日、28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きくプログラム)

【その他】参加対象18歳以上、運動に適した服装、室内シューズをご準備ください。

問 ベイサイドアリーナ ☎47-1131

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日はお風呂の日。料金は誰でも1人100円です。当日は午後2時から午後5時まで体験交流室を休憩場所として無料開放します。

●球場予約状況

9月の予約は、ほぼ埋まっています。9月の利

用状況も含め、詳しくはお問い合わせください。

9月25日(月)から27日(水)までは芝種まき・整備のため利用できません。

●キャンプ場予約状況

9月の予約は、まだ空きがあります。

問 平成の森管理事務所 ☎36-3115