

楽しく一緒に学びましょう！

第45回佐野市健康大学講座を開催します

健康に役立つさまざまな情報満載の健康大学講座を開催します。

1講座のみの参加も可能です。皆様のご参加をお待ちしています。

▶期日・内容

期日	時間	演題	講師
10月9日(木)	18:30～	開講式	
	18:45～	あなたの塩分、摂りすぎかも？ ～高血圧と栃木県の現状～	豊田茂さん（獨協医科大学 心臓・血管内科 / 循環器内科 主任教授）
10月16日(木)	18:30～	骨粗しょう症と脆弱性骨折	吉川寿一さん（佐野厚生総合病院 整形外科 主任部長）
10月23日(木)	18:30～	認知症の修正可能リスクについて ～脳の健康を保つコツ～	須田史朗さん（自治医科大学 精神医学講座・認知症疾患医療センター 教授）
	終了後	閉講式	

▶会場 佐野市中央公民館（3階ホール） ▶対象 市内に居住または通勤・通学している方

▶定員 先着300人 ▶受講料 無料 ▶主催 佐野市医師会・佐野市

■申込 9月30日(火)までに申込フォームまたは電話にて健康増進課 ☎24-5770



ひとりで悩んでいませんか？

9月10日～9月16日は、自殺予防週間です

私たちは、普段から仕事や人間関係など、さまざまなストレスにさらされています。こうしたストレスは、時として心や体のバランスを崩します。

- ・疲れやすい
- ・ゆううつだ
- ・眠れない
- ・頭が痛いなど

もし「いつもと違う自分（心が疲れている状態）」だと思ったら、それは心のSOSのサインです。

市では、精神科医や心理士による「こころの健康相談」などを実施していますので、お気軽にご利用ください。詳しい日程などは下記「健康相談ガイド」内の「こころの健康相談」または市ホームページをご覧ください。

■問合せ 健康増進課 ☎24-5770



もしも急病になったら ※必ずマイナ保険証または資格確認書やお薬手帳、こども医療費受給資格者証などをお持ちください。

▶休日・夜間緊急診療所 ※診療時間等は右表

植上町1677 ☎24-3337

▶休日歯科診療所

大橋町2042（市保健センター併設） ☎24-7575

診療時間：9:00～12:00（日曜・祝日のみ）

診療日	診療時間	診療科目
休日 (日・祝)	9:00～16:30 (12:00～13:30を除く)	内科・小児科・外科
	19:30～22:30	内科・小児科
平日夜間 (月～土)	19:30～22:30	内科・小児科

健康相談ガイド【要予約】

▶健康サポートステーション 申込：健康増進課 ☎24-5770 時間：9:30～12:00

日程・会場：9月8日(月)・葛生あくど保健センター、24日(水)・市保健センター

▶こころの健康相談 申込：健康増進課 ☎24-5770 会場：同課（3階）

日時：9月2日(火)・25日(木)・10月2日(木) 13:30～16:20（心理士）、9月16日(火) 13:30～16:20（精神科医）

▶精神保健福祉相談 申込：安定健康福祉センター（足利市） ☎0284-41-5895 会場：同センター

日時：平日 8:30～（保健師）、9月19日(金) 14:00～（精神科医）

※【予】と記載のある相談は、予約が必要です。

相談	とき	ところ	問合せ先
消費生活相談	月～金曜日 9:00～16:00 ※多重債務の相談なども受付中	消費生活センター (5階市民生活課内)	消費生活センター ☎20-3015
市民相談(外国人含む)	月～金曜日 8:30～17:00※通訳が必要な方は事前にご連絡ください。	市民生活課(5階)	市民生活課 ☎20-3014
【予】弁護士無料法律相談	9月9日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は9月1日(月) 9:00～ 9月16日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は9月1日(月) 9:00～	万葉の里城山記念館 田沼中央公民館	
【予】交通事故相談・宅地建物相談	9月12日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は土日祝日を除く3日前まで	市民生活課(5階)	交通事故相談の予約は土日祝日を除く3日前までに県民プラザ ☎028-623-2188
【予】行政書士による相続等相談	9月17日(水) 13:30～16:00 ※予約受付は土日祝日を除く3日前まで	田沼中央公民館	
【予】司法書士による相続等相談	9月19日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は9月1日(月) 9:00～	市民生活課(5階)	
行政相談	9月12日(金) 13:30～16:00 9月17日(水) 13:30～16:00	田沼中央公民館	
青少年の悩みごと相談	月～金曜日 8:30～17:00	少年指導センター (3階生涯学習課内)	少年指導センター ☎20-3061
児童福祉相談	月～金曜日 8:30～17:00	こども家庭センター(2階)	こども家庭センター ☎85-7317
女性相談・母子父子家庭、寡婦の相談	月～金曜日 8:30～16:00		
【予】女性の再就職相談会	9月19日(金) 10:00～12:00	こどもの国	
女性相談	9月25日(木) 9:30～16:00		
【予】女性のためのカウンセリング相談	9月4日(木)・18日(木) 10:00～11:50 ※4日(木)は13:10～14:00も実施	男女共同参画推進センター ※田沼行政センター2階	人権・男女共同参画課 ☎61-1140
困りごと・人権相談	9月18日(木) 13:30～16:00		
隣保館定例相談(弁護士無料法律相談)	9月30日(火) 13:30～15:30 ※受け付けは13:00～14:00	隣保館	隣保館 ☎22-7513
★その他、隣保館では教育・福祉、健康、住宅・年金・納税、就労・人権などの相談をお受けします。日程などは直接お問い合わせください。			
障がいのある方の相談 とちのみおたすけコール	平日午前8:30～17:30 ☎24-5759 上記時間以外の緊急の相談 ☎080-4073-5799 ※24時間対応		障がい者相談支援センターみどり ☎24-5759
精神に障がいのある方の相談支援	月～金曜日 9:00～18:00	相談支援事業所さの	相談支援事業所さの ☎21-6811
【予】ひきこもり相談	9月5日(金)・16日(火) 10:00～16:00	障がい福祉課(2階)	障がい福祉課 ☎20-3025

人口と世帯数 (8月1日現在)

- 人口: 112,212人(-31)
男: 55,843人(-20)
女: 56,369人(-11)
- 世帯: 53,386戸(+26)
- 人口の動き(7月分)
●出生: 56人 ●死亡: 126人
●転入: 285人 ●転出: 246人

MUSBELL
うちの子ども結婚できました!
お気軽にご連絡ください
独身のお子様の結婚相談
マルマークCMS取得 ムスベル株式会社
結婚相談所ムスベル小山 ☎0285-37-9821
小山市駅東通り1-21-7 KM-4ビル2階 営業時間: 10時～19時 定休日: 第2・第4水曜日