介護者のつどい

介護者が健康でいられるように、仲間づくりをしませんか。
お気軽にご参加ください。

期日 6月21日(月)
時間 午前10時～11時30分
場所 総合センター
対象 介護をしているかた
内容 ピラティス(リラックス効果のあるストレッチ運動です)
持ち物 飲み物、タオル
講師 内田　亜矢子　氏
定員 10人(申込順)
申込み 6月16日(水)まで
地域包括支援センター
☎63-1122

らくらく健康塾

一人ひとりの体力に合わせた楽しい健康体操を行います。
心と体を動かしていっしょに心地よい汗を流しましょう。

期日 7月16日(金)～9月17日(金)
毎週金曜日(全8回)
時間 午前9時30分～10時30分
場所 総合センター
対象 65歳以上
内容 ストレッチ、自宅でもできる健康体操
定員 10人(新規者優先)
参加費 無料
持ち物 動きやすい服装、運動用シューズ、水など
申込み 6月15日(火)～23日(水)まで
地域包括支援センター
☎63-1122

大切な人を自死(自殺)で亡くされたかたの「語らいのつどい」

期日 7月9日(金)
時間 午後1時30分～3時30分
場所 秩父保健所
対象 家族や友人など身近な人を自死(自殺)で亡くされ、ご自分から参加を希望するかた
内容 同じ体験をされたかた同士が、安心して語り合う場の提供
参加費 無料
申込み 7月8日(木)まで
県秩父保健所保健予防推進担当
☎22-3824

そうだん

法律相談

金銭、親族間、賠償問題など法律問題でお悩みのかたは、お気軽にご相談ください(要予約)。

期日 6月18日(金)
時間 午後1時～4時
場所 役場委員会室(3階)
対象 町在住のかた
相談員 浅見　雅士　弁護士(埼玉弁護士会熊谷支部所属)
費用 無料
問合せ 総務課行政担当
☎62-1231

※相談時間は30分以内。相談者が既に弁護人を選任・訴訟中の事案、または町が紛争当事者となる事案は相談できません。
※相談日の1週間前までに申込みがない場合は中止します。

登記相談

相続、遺言、不動産登記、多重債務、成年後見に関することなど、お気軽にご相談ください。

期日 6月11日(金)
時間 午後1時～3時
場所 総合センター
相談員 埼玉司法書士会秩父支部会員
費用 無料
問合せ 総務課行政担当
☎62-1231

行政相談

町の仕事やその手続き・サービスなどについて、分からないことや困りごとがあるかたは、お気軽にご相談ください。

期日 6月11日(金)
時間 午後1時～3時
場所 総合センター
相談員 山田　紀　行政相談委員
横田　和子　行政相談委員
費用 無料
問合せ 総務課行政担当
☎62-1231

ひきこもり専門相談

期日 7月6日(火)
時間 午後1時30分～3時45分
場所 秩父保健所
内容 公認心理師による相談
申込み 県秩父保健所保健予防推進担当
☎22-3824