

各種相談(無料)

日 実施日、時間 場 面談など相談場所 相 電話で相談できる電話番号 問 問合せ先 申 申し込み先

法律・暮らし

法律相談(予約が必要) 弁護士による相談(30分程度)	日 11月7日(火)、21日(火)10時~12時 日 11月13日(月)、27日(月)18時~20時 場 中央公民館	申 電話での予約はできません。中央公民館窓口で申込書に記入をお願いします。 問 協働推進課住民協働係 ☎079-435-2364
行政相談	日 11月27日(月)9時30分~11時30分 場 中央公民館 直接、お越しください	問 協働推進課住民協働係 ☎079-435-2364
休日納税相談	日 毎月第4日曜日9時~12時 場 債権管理課③窓口 休日のため、中央公民館側通用口を利用して、直接、お越しください	問 債権管理課☎079-435-0348
税理士会の税務相談(予約が必要)	日 毎週火曜日13時30分~16時30分 場 加古川税理士会館	申 近畿税理士会加古川支部 ☎079-421-1144
不動産無料相談(4日前までに予約が必要) 不動産取引、空き家など不動産全般の相談	日 毎月第2・第4火曜日13時~15時 場 宅建協会加古川支部事務所(加古川市野口町良野410-1)	申 兵庫県宅建協会加古川支部 ☎079-424-0832
住宅相談会(予約が必要) 耐震診断、耐震改修など住まいに関する相談(1時間程度)に専門家である建築士がお答えします。	日 随時(相談員との調整で決定します)	申 都市計画課建築土地利用係 ☎079-435-2366 毎週月~金曜日(祝日除く) 9時~17時(12時~13時を除く)
消費生活・多重債務相談 専門の相談員が相談に応じます。対面でも電話でも相談できます。	日 毎週月・火・木曜日(祝日を除く)9時~12時、13時~16時 場 産業環境課産業経済係⑦番窓口 相 播磨町消費生活センター ☎079-435-1999	申 問 播磨町消費生活センター ☎079-435-1999
司法書士による多重債務相談(予約が必要)	日 毎月第2木曜日13時30分~15時30分 場 中央公民館第1研究室	申 問 播磨町消費生活センター ☎079-435-1999
税務相談(予約が必要) 商工業者のための税務相談	日 11月2日(木)13時~15時 場 播磨町商工会館	申 問 播磨町商工会 ☎079-435-1630

ひきこもり啓発講座を開催します

テーマ『生きづらさを支援する Part 2

~ひきこもり支援ってこんな感じ~ ひきこもりに寄り添うとは?』

現在、ひきこもりの人々は全国に約146万人いるとされています。私たちの近くにもいるかもしれません。どのように支え、歩めばいいのか。皆さんで、そのヒントを探しましょう。

日 11月10日(金) 13時30分~15時

※ 講座後にお試し家族会を行います。参加は自由です。(原則、町内在住者)

※ お試し家族会 15時30分~16時30分

場 播磨町福祉会館 1階生活指導室

対 ひきこもりに関心のある人、どなたでも

定 先着30人

費 無料

申 申込み締切日

11月8日(水)

申 福祉会館総合相談窓口

☎079-430-6000

✉ fukusi03@town.harima.lg.jp

記号の意味 日 日時・日程・開催期間 場 場所 対 対象 定 定員 内 内容 講 講師 持 持ち物・必要書類 費 費用・参加費 申 申し込みや申請の方法・窓口・送付先・期間・締切日 問 問い合わせ先 (☎電話番号・FAXファックス・✉E-mail) 上記記号に当てはまらない項目は■のあとに太字で項目を表記します。



InformationはP30から前のページへ読んでください。

Information

QRコードを読み取ってホームページでも確認できます。

記号の意味 日 日時・日程・開催期間 場 場所 対 対象 定 定員 内 内容 講 講師 持 持ち物・必要書類 費 費用・参加費 申 申し込みや申請の方法・窓口・送付先・期間・締切日 問 問い合わせ先 (☎電話番号・FAXファックス・✉E-mail) 上記記号に当てはまらない項目は■のあとに太字で項目を表記します。

健康づくり

健康美づくり運動教室

健康ポイント対象
日 11月17日~令和6年1月26日毎週金曜日(計10回コース) ※12月29日を除く。時 10時~11時 場 健康いきいきセンター3階大会議室
対 播磨町国民健康保険加入者か75歳以上の播磨町民 定 30人 内 リズム体操、ZUMBA、ストレッチ

チ、ロコモ体操、筋力トレーニングプログラムなど 講 健康いきいきセンタートレーナー 持 動きやすい服装、汗拭き用タオル、飲み物 費 1,500円(初回開催時に徴収します。) ※ 駐車場は有料(100円)です。申 事前予約制。10月25日(水)~11月15日(水)に電話または申込みフォーム(QRコード)から申し込み 問 保険課国保年金医療係 ☎079-435-2581



健康美づくり運動教室申込みフォーム

健康づくりイベント・生活習慣病講演会

健康ポイント対象
日 11月30日(木) 場 中央公民館 対 播磨町民 費 無料 持 筆記用具、個別相談を希望の人は食事記録・健診結果(検査結果) ※ 午前の講話と午後の講演会は事前予約が必要です。申 11月1日(水)~21日(火)までに、お電話か申込みフォーム(QRコード)よりお申込みください。問 健康福祉課健康係 ☎079-435-2611



生活習慣病講演会申込みフォーム

健康づくりイベント・生活習慣病講演会時間と内容

午前部 9時30分~12時30分		午後部 13時~16時	
①ストレスチェック(明治安田生命) 1人あたり5分程度 ②食生活のクイズ(大塚製薬) 粗品のプレゼントあり ◎保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談(希望者のみ) ◎大腸がんクイズラリーにもぜひチャレンジしてください	講話「大腸と深い関係の腸内細菌」(兵庫ヤクルト) 時 10時~10時40分、11時~11時40分	生活習慣病講演会「大腸がんを理解し、闘えるからだを作ろう」 講 山崎尊久(稲美中央病院消化器センター医師) 時 13時30分~15時(14時30分~15時は質疑応答)	◎保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談(希望者のみ) ◎大腸がんクイズラリーにもぜひチャレンジしてください



講話申込みフォーム

11月のいきいき保健相談

申込み 保険課国保年金医療係 ☎079-435-2581

内容	日時(受付時間)	場所	対象
健康・栄養相談 保健師、栄養士が個別に相談に応じます。予約制で1人45分程度の相談です。 ▶ 持ち物 健診結果、食事記録(2日分)、お薬手帳(お持ちの人)	11月15日(水) 13:30~15:30	野添コミセン	播磨町民(生活習慣病が気になる人など)

加古川健康福祉事務所の保健相談

こころのケア相談 ▶ 日時 11月13日(月)、27日(月) 13:00~14:00 ※13日はアルコール関連相談あり ▶ 申込み 地域保健課 ☎079-422-0003	エイズ・肝炎ウイルス検査相談 原則として匿名・無料で実施 ▶ 日時 11月8日(水)、22日(水) 9:10~10:10 ▶ 申込み 健康管理課 ☎079-422-0002	専門栄養相談 ▶ 日時 11月15日(水) 9:30~11:30 ▶ 申込み 健康管理課 ☎079-422-0002
--	---	--

東はりま夜間休日応急診療センター ☎079-431-8051
▶ 診療時間 日曜日、祝日、年末年始 9:00~18:00
夜間は年中無休 【内科】 21:00~翌朝 6:00
【小児科】 21:00~深夜 0:00

加古川歯科保健センター ☎079-431-6060
▶ 診療日 日曜日、祝日、お盆(8月13日~15日の午前)、年末年始(12月30日~1月3日)
▶ 診療時間 9:00~11:30

※いずれも急患を受け付けしますので、不急の人はご遠慮ください。