

ひとりでも悩まないで

相談 してね!

行政相談

16日(金)
9:00～11:30
総合福祉会館



問 総務課 内線 273

生活安全相談

毎週火曜日
10:00～16:00
市役所



問 防災安全課
内線 275

要予約

市民相談

毎週月～金曜日
※金曜日は午前中のみ。祝日は除く
9:00～16:00 防災安全課

問 防災安全課
内線 275

要予約

教育相談

毎週月～金曜日
9:00～16:00
文化の森2階



問 教育センター 25-3999

家庭児童相談・ 母子寡婦福祉相談

毎週月～金曜日(祝日は除く)
8:30～17:00
中央公民館 家庭児童相談室

問 家庭児童相談室 25-1110

高齢者介護相談

毎週月～金曜日(祝日は除く)
※電話相談は、年中無休・24時間対応
8:30～17:15 市役所分庁舎3階

問 地域包括支援センター
24-7370

結婚相談

毎週土曜日
9:00～12:00
総合福祉会館



問 社会福祉協議会 28-6111

弁護士無料法律相談

7日(水)、14日(水)、28日(水)
※当日8:30～電話にて受け付け
13:00～16:00 総合福祉会館

問 社会福祉協議会 28-6111

悩みごと相談

13日(火)
13:00～16:00
総合福祉会館



問 多文化共生課 内線 361

法務局出張人権相談 (人権・登記・相続)

21日(水)
13:00～16:00
総合福祉会館

問 社会福祉協議会 28-6111

司法書士無料相談

25日(日)
※平日13:00～16:30に電話にて受け付け
13:30～16:30 中央公民館

問 受付専用電話
058-248-1715



**防災無線の放送内容が
聞き取れなかったときは、**

「広報みのかもテレホンサービス」(有料)

0180-99-5501

「火災情報」(有料)

0180-99-5500

をご利用ください。



集雑記 [10月号]

万歩計 - メタボ解消 -

2年半ほど前から興味本位で万歩計を付けはじめ、以来、毎日の歩数を記録しています。

「メタボ」という言葉をよく聞くようになったころから、わたしも予備軍のひとりであることを意識し、「1日一万歩」を目標にしましたが、なかなか毎日続けられませんでした。

そこで、徒歩通勤にしたり夏場は夜に歩いたり、その気になってやってみたら、最近では目標歩数を続けられるようになりました。

しかし、体重は相変わらずの数値を示し、カロリーのとりすぎを反省しなくてはなりません。

運動の秋、食欲の秋です。皆さんも適度な運動と適量の食事に心掛け、バランスのとれた生活習慣でこの秋を満喫してください。(尚)



各施設のご案内

市役所

🕒 8:30～17:15
[閉庁日]土曜日・日曜日・12日(祝)
☎ 505-8606 太田町3431-1 ☎ 25-2111(代表)

中央公民館

🕒 8:30～22:00(日・祝日は17:00まで)
[休館日]18日(日)
☎ 505-8606 太田町3425-1 ☎ 25-4141

保健センター

🕒 8:30～17:15
[休館日]土曜日・日曜日・12日(祝)
☎ 505-8606 太田町3425-1 ☎ 25-4145

中央図書館

🕒 10:00～18:00(土・日・祝日は17:15まで)
[休館日]毎週月曜日・18日(日)・28日(水)
☎ 505-0041 太田町1921-1 ☎ 25-7316

東図書館

🕒 10:00～18:00(土・日・祝日は17:15まで)
[休館日]毎週金曜日・18日(日)・28日(水)
☎ 505-0027 本郷町9-2-22 ☎ 26-3001

プラザ ちゅうたい

🕒 8:30～21:30(日曜日は17:15まで)
[休館日]毎週月曜日
☎ 505-0041 太田町1916-1 ☎ 26-3241

みのかも 文化の森

🕒 9:00～17:00
[休館日]毎週月曜日(12日は開館)・13日(火)・27日(火)
☎ 505-0004 蜂屋町上蜂屋3299-1 ☎ 28-1110

文化会館

🕒 9:00～22:00
[休館日]毎週月曜日(12日は開館)・13日(火)・18日(日)
☎ 505-0025 島町2-5-27 ☎ 25-1108

総合 福祉会館

🕒 9:00～16:30
[休館日]毎週日曜日・12日(祝)
☎ 505-0031 新池町3-4-1 ☎ 28-6111

太田宿 中山道会館

🕒 9:00～17:00
[休館日]毎週月曜日(12日は開館)・13日(火)
☎ 505-0042 太田本町3-3-31 ☎ 23-2200