

各講座、イベントなどにご来場の際は、新型コロナウイルス感染症予防対策にご協力をお願いします。また、延期や中止となる可能性があります。



時 1月30日(日) / 午前10時30分  
 正午 山川コミュニティホール  
 講師 歯科医師・相馬美恵さん  
 題 歯科医師が伝える乳児期からのからだづくり  
 対 市内在住の子育て中の保護者  
 定 80人  
 申 1月5日(水)から電話で同センター※託児あり  
 (事前に要予約・定員あり)。

公開講座 子育て講演会  
 さいこう子育て支援センター  
 ☎②4460

### お知らせのマークの見方

◎料金の記載のないものは無料です。  
 ◎マークの見方  
 時=期日(期間)/時間 場=会場  
 内=内容 講=講師 題=演題  
 出=出演 曲=曲目 相=相談員  
 対=対象 定=定員 料=料金  
 持=持物 申=申込  
 ▷市民大学あしかが学校の講座  
 必=必修 認=認定

## 生き生き元気のつどい

元気高齢課・☎②2135

会場	時間	12月	1月
織姫公民館	午前10時 ~11時	21日(火)	18日(火)
助戸公民館		15日(水)	19日(水)
三重公民館		14日(火)	11日(火)
山辺公民館		16日(木)	20日(木)
北幸楽荘		20日(月)	24日(月)
富田公民館		10日(金)	14日(金)
山前公民館	午後2時 ~3時	10日(金)	14日(金)
毛野体育館		9日(木)	13日(木)
葉鹿公民館		8日(水)	12日(水)
東幸楽荘		2日(木)	6日(木)
久野公民館		22日(水)	26日(水)
北郷公民館	9日(木)	13日(木)	

内 介護予防のための軽い体操、講話など 対 65歳以上の方 定 各会場による人数制限あり 申 事前に電話で同課

## 救急電話相談

○救急情報テレホンサービス(消防本部)  
 ☎②0099

▷毎日24時間=病院案内や応急手当の指導など

○とちぎ子ども救急電話相談  
 プッシュ回線 #8000 (☎028・600・0099)

▷月~土曜 / 午後6時~翌朝8時  
 ▷日曜・祝日 / 午前8時~翌朝8時(24時間)  
 =子どもの急な病気やけがに関する相談

○とちぎ救急医療電話相談  
 プッシュ回線 #7111 (☎028・623・3344)

▷月~金曜 / 午後6時~10時  
 ▷土・日曜、祝日 / 午後4時~10時  
 =15歳以上の方の急な病気やけがに関する相談

## 献血にご協力ください

栃木県赤十字血液センター  
 ☎028・659・0114

主催=足利地区合同ライオンズクラブ 時 12月12日(日) / 午前10時~午後4時※正午から1時間程度中断あり。 場 ビバモール足利堀込駐車場

※中止や会場の追加、採血基準などの情報は、栃木県赤十字血液センターホームページで随時更新をしています。



## たかろばカフェ

元気高齢課・☎②2135

会場・連絡先	12月	1月
ピーターパン(元学町) ☎④1281	8日(水)	12日(水)
	午後2時~3時	

内 認知症の方や家族同士の交流の場 料 お茶代210円から 申 事前に電話で同施設

※特別養護老人ホーム こはく苑、高齢者複合支援施設 喜重苑、醍醐の森は休止中。



## 健康づくりの相談会

健康増進課・☎②4512

開催月	午前	午後	時
12月	8日(水)	17日(金)	▷午前=9時30分~12時30分▷午後=1時30分~4時30分
1月	31日(月)	18日(火)	※1組45分程度。場 保健センター 内定▷管理栄養士による食事の相談=各3組※新型コロナウイルスの感染状況により電話相談になる場合あり。申 事前に電話で同課