

相談コーナー 12/11～1/10

法律相談 (要予約)

と き	ところ	問い合わせ
12月13日(金) 午後1時半～4時半	岩村コミセン	岩村振興事務所 ☎26-6860
12月20日(金) 午後1時～4時	市民会館	総務課 ☎26-6800
12月27日(金) 午後1時～4時	山岡振興事務所	山岡振興事務所 ☎26-6861
1月10日(金) 午後1時～4時	市民会館	総務課 ☎26-6800

行政書士の無料相談 (相続や農地転用など・要予約)

と き	ところ	問い合わせ
12月24日(火) 午後1時～4時	市民会館	県行政書士会 ☎058-263-6580

行政相談

と き	ところ	問い合わせ
12月18日(火) 午後1時～3時	岩村コミセン	総務課 ☎26-6800

ねんきん総合相談 (要予約)

と き	ところ	問い合わせ
12月12日(木) 午前9時半～午後3時半	市役所西庁舎1階	保険年金課 ☎26-6813
12月26日(木) 午前9時半～午後3時半		

成年後見制度巡回相談 (要予約)

と き	ところ	問い合わせ
12月11日(火) 午後2時～3時半	市役所西庁舎1階	地域包括支援センター ☎26-6828
12月25日(火) 午後2時～3時半	岩村福祉センター	
1月8日(火) 午後2時～3時半	市役所西庁舎1階	

弁護士による福祉法律相談 (要予約)

と き	ところ	問い合わせ
12月18日(火) 午後1時～3時45分	岩村福祉センター	地域包括支援センター ☎26-6828

県若者サポートステーション就労相談 (要予約)

と き	ところ		問い合わせ
	午前10時～正午	午後1時～5時	
12月12日(木)	市役所西庁舎1階	市役所西庁舎1階	県若者サポートステーション ☎058-216-0125
12月19日(木)	共同福祉会館		
12月26日(木)	岩村福祉センター		
1月9日(木)	市役所西庁舎1階		

人権相談

と き	ところ	問い合わせ
12月11日(火) 午後1時～3時	明智コミセン	明智振興事務所 ☎26-6862
12月12日(木) 午後1時～3時	岩村コミセン	岩村振興事務所 ☎26-6860
12月13日(金) 午後1時～3時	市民会館	社会福祉課 ☎26-2117
12月13日(金) 午後1時～3時	笠置コミセン	笠置振興事務所 ☎26-6857
1月9日(木) 午後1時～3時	山岡振興事務所	山岡振興事務所 ☎26-6861
1月10日(金) 午後1時～3時	東野コミセン	東野振興事務所 ☎26-6901
1月10日(金) 午後1時～3時	中野方コミセン	中野方振興事務所 ☎26-6858

恵那ことぶき結婚相談所 (要予約)

と き	ところ	問い合わせ
12月17日(火) 午後6時～8時	市民会館	移住定住推進室 ☎26-6811
12月21日(土) 午後2時～4時	岩村コミセン	

高齢者福祉総合相談

と き	ところ	問い合わせ
毎週月～金曜日 午前8時半～午後5時15分	市役所西庁舎1階	地域包括支援センター ☎26-6828
	山岡振興事務所	恵南地域包括支援センター ☎26-6865

消費者相談

と き	ところ	問い合わせ
毎週(月)(火)(木)(金) 午前8時半～午後5時	商工課 (西庁舎3階)	消費者生活相談窓口 ☎26-2131

スポーツ&運動なんでも相談

と き	ところ	問い合わせ
毎週火～日曜日 午前8時半～午後5時15分	まきがね公園 体育館	市体育連盟 ☎25-6478

教育相談・子どもの発達相談 (要予約)

と き	ところ	問い合わせ
毎週月～金曜日 午前8時半～午後5時	市民会館2階	教育・発達支援センター ☎26-2309

小中学生の ICT 教育相談 (要予約)

と き	ところ	問い合わせ
毎週月～金曜日 午前8時半～午後5時	市民会館2階	ICT教育らば☎26-6921

子どもの SOS (いじめなどの悩み相談)

内 容
24時間子供SOSダイヤル ☎0120-0-78310
こどもの人権110番 (月～金曜日午前8時半～午後5時15分) ☎0120-007-110

健康ガイド 12/11～1/10

☎ 市保健センター ☎ 26-6822

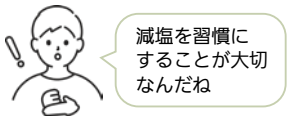
減塩MAPと減塩POPで手軽に楽しく減塩を♪



◀市ウェブサイト
減塩MAPのページ

本市は、県全体に比べて高血圧の方が多いです。高血圧の原因の一つに、塩分の取り過ぎが挙げられます。市では、市民の減塩をサポートするため、昨年9月に減塩MAPを作成し、本年9月に更新しました。減塩MAPは、市内で減塩の取り組みを行う飲食店と、スーパーで販売されている減塩食品が一目で分かります。減塩MAPは市内医療機関や薬局、市役所、各振興事務所に設置しています。市ウェブサイトでも確認できます。

減塩MAPに掲載されているスーパーでは、減塩食品の目印として減塩POPを設置しています。買い物の際にぜひ探してみてください。減塩MAPや減塩POPを目印に、手軽に楽しく減塩しましょう！



▲減塩POP

健康相談

と き	ところ	受付時間	備 考
12月19日(木)	市保健センター	要予約	健診の結果、禁煙、心の問題、飲酒など相談ください
1月10日(金)	岩村保健センター		

生活習慣病健診 (若いひと・国保特定健診)

と き	ところ	受付時間	がん検診同時 大腸・肝炎・前立腺
			○
12月18日(火)	市保健センター	午前8時半～11時	



◀特定健診予約
フォーム



◀若いひと健診
予約フォーム

年末年始の休日在宅当番歯科医

と き	当番歯科医院名	電 話	住 所	備 考
12月29日(日)	奥村歯科医院	26-5501	長島町中野1216-24	診療時間は、原則、午前9時から午後3時までです
12月30日(月)	恵那歯科医院	26-3336	長島町中野2-3-4	
12月31日(火)	桐山歯科医院	25-6181	東野875-1	
1月1日(水)(祝)	酒向歯科医院	59-8883	長島町中野514-14	
1月2日(木)	花の木歯科クリニック	25-1700	長島町永田473-5	
1月3日(金)	篠原歯科医院	26-0418	長島町中野8-4	

休日在宅担当医

県救急・災害医療情報システムのウェブサイトを確認するか、救急安心センターぎふ☎#7119へ電話ください。ダイヤル式電話や、つながらないときは☎058-216-0119へ問い合わせください。



◀県救急・災害
医療情報システム

こころの健康相談 (予約制) 精神科医師が相談に応じます。恵那保健所(恵那総合庁舎)☎26-1111