



ひとり親家庭のための個別相談会 養育費・就業支援セミナー

1人で悩まずご相談ください

問合せ・申込先／ひとり親サポートセンター (054-254-1191)

参加を希望する人は事前にお申込みください。参加無料、当日受付も可能です（予約優先）。

- 内容
  - 【個別相談会】
 

日時／11月3日(水) 9時30分～16時

内容／弁護士による法律相談・生活相談・就業相談(1回約30分)

募集人数／各10人程度
  - 【養育費セミナー】
 

日時／11月3日(水) 10時～12時

内容／養育費と面会交流について学ぼう

募集人数／15人
  - 【就業支援セミナー】
 

日時／11月3日(水) 13時30分～15時30分

内容／働きながら子育てをするひとり親へ

募集人数／15人
- 場所
 

沼津労政会館2階(沼津市高島本町1-3)
- 対象
 

ひとり親家庭の人、子どもがいて離婚を考えている人
- 申込み
 

ひとり親サポートセンターに電話でお申し込みください。
- その他
 

無料託児があります(要予約)。

成年後見制度を知りましょう



社会福祉士と司法書士による相談会・公開講座

問合せ・申込先／函南町社会福祉協議会 (978-9288)

- 誰もが安心して暮らせる社会を目指して、成年後見制度に関する支援体制について、社会福祉士・司法書士などがわかりやすく説明します。参加費・相談料は無料です。
- 日時
 

11月14日(日) 13時30分～16時30分(受付:13時)
- 場所
 

公開講座:函南町役場2階 大会議室  
相談会:函南町役場3階 中会議室
- 対象
 

町内に在住・在学・在勤の人
- 募集人数
 

公開講座:30人(先着順)  
相談会:12組(先着順)
- 申込み
 

社会福祉協議会窓口または電話でお申し込みください。

事故に遭いお困りの人へ



巡回交通事故相談

問合せ・申込先／住民課 (979-8110)

- 相談は無料で秘密を厳守します。
- 日時
 

10月12日(火) 10時～15時
- 場所
 

函南町役場1階 第3相談室
- 相談員
 

静岡県交通事故相談所相談員
- 募集人数
 

4人
- 持ち物
 

交通事故証明書(コピー可)、傷害事故被害者は診断書(コピー可)、事故現場の略図(道路幅、衝突地点、交通規制の状況など)、双方の話し合い経過など
- 申込み
 

10月8日(金)までに、住民課に電話でお申し込みください。※時間の指定はできません。



ALWF(静岡県労働者福祉基金協会) 福祉とくらしのセミナー

オンラインで開催します

問合せ・申込先／(公財)静岡県労働者福祉基金協会 (054-273-3000)

- 思いがけない変化は誰でも不安なもの。そんな時に発想を切り替えて、ピンチをチャンスにしてきた経験をお話します。参加無料です。
- 日時
 

10月9日(土) 10時～11時(オンラインで開催します)
- 演題
 

絶体絶命は打ち出の小槌～ピンチこそ私のチャンス
- 講師
 

小島慶子(エッセイスト・タレント)
- 申込み
 

静岡県労働者福祉基金協会ホームページ(<https://www.alwf.or.jp>)よりお申し込みください。
- その他
 

申込受付直後の確認メールは送付しません。10月1日(金)から視聴URLを送付します。

けんこうの窓へ健康づくり課通信

第6回…脂質異常症って知ってますか？

脂質異常症という言葉聞いたことがありますか。血液の中には中性脂肪やHDLコレステロール、LDLコレステロールなどの脂肪分が含まれており、これらを血中脂質といいます。

この血中脂質はどれも身体に必要な成分ですが、何らかの理由で中性脂肪やLDLコレステロールが増えすぎたり、HDLコレステロールが減りすぎたりすることがあります。これが脂質異常症です。

血中脂質のバランスが崩れたまましていると、動脈硬化が進行し心筋梗塞などの重大な病気になる危険性が高くなります。あなたの血液はバランスを崩していませんか。



次の項目により多く該当した人は要注意です。

こんなことはありませんか。

- 毎日1合以上のお酒を飲んでいる
- 血糖値、血圧が高め
- 生活リズムが不規則である
- 野菜や海藻類はあまり食べない
- 喫煙をしている
- 運動不足を感じている



脂質異常症は自覚症状がないことがほとんどです。毎年健康診断を受けるようにしましょう。自身の健康診断の結果を今一度見返して血液のバランスをチェックし、食生活の見直しや規則正しい生活を心掛けて病気を予防しましょう。

問合せ／健康づくり課(978-7100)

【重要】新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントの中止など掲載内容が変更される場合があります。あらかじめご了承ください。