

# 各種無料相談

	日時	場所	相談内容	申込み・問合わせ
不動産鑑定士による 不動産の無料相談会	10月1日(日) 10時～16時	雁宿ホール 美術工作室	土地価格、地代、家賃、借地権、相 続時の土地の分割、不動産の有 効利用など	愛知県 不動産鑑定士協会 ☎052-241-6636
全国一斉! 法務局休日相談所 (無料・予約優先)	10月1日(日) 10時～16時	名古屋法務局 (名古屋市中区、 名古屋合同庁舎 第1号館)	法務局が所掌する業務(登記、筆 界特定、人権擁護、供託など)を 始め、遺言などの公正証書の作 成に関する相談、日常生活の様々 な心配ごとや困りごと 相談員：法務局職員、公証人、司 法書士など	名古屋法務局 民事行政調査官室 ☎052-952-8170
司法書士による 無料相談会 (予約不要)	10月2日(月) 13時～16時	雁宿ホール 集会室	相続・遺言に関する登記、土地・建 物の相続、売買、贈与などの登記、 会社の設立・増資などの登記、簡 易裁判所での訴訟及び裁判所へ の申立書類の作成に関する法律 相談、多重債務・自己破産、成年 後見人制度に関する相談など 相談員：愛知県司法書士会半田 支部会員	司法書士会 ☎32-8895

市政ニュース

情報コーナー

催し

募集

講座など

公共施設の行事

子育てひろば

カレンダー

## 日にち・場所・内容

	半田児童 センター	乙川児童 センター
おなかシェイプ編	9月29日(金)	10月23日(月)
ヒップアップ編	10月13日(金)	10月30日(月)
美しい姿勢編	10月27日(金)	11月13日(月)

※体操終了後に、ヒップアップ編では保健師による育児相談会、  
美しい姿勢編では栄養士による育児相談会を開催します。

■時間 10時30分～11時  
■対象 おおむね4～10か月の赤ちゃんともママ  
■持ち物 飲み物・バスタオル・タオル・あればヨガマット  
※裸足で行います。動きやすい服装でご参加ください。

「産後のボディラインが気になる」「子育て中で運動ができない」「そんなママにおすすめの赤ちゃんと一緒にできる体操の教室です。」

はんだ健康  
マイレージ

### 講習・講座

#### 美ママ体操教室

■参加費 500円  
■申込み・問合わせ 9月20日(水)9時から、電話で保健センターへ  
☎0646  
※はんだ健康マイレージの対象講座です。

■日時 10月24日(火) 10時～12時30分  
■場所 保健センター  
■対象 おおむね30歳～65歳の男女  
■定員 18名(先着順)  
■持ち物 筆記用具・エプロン・三角巾・ふきん・手拭タオル

ストレスや偏った食習慣により腸内環境のバランスが乱れてしまうと、様々な疾病を引き起こすと言われています。腸内環境を整え免疫力を上げる食事について学びましょう。

はんだ健康  
マイレージ

### からだ喜ぶ健康料理教室

#### 腸美人で免疫力アップ

参加費 無料  
申込み 不要(直接会場へ)  
問合わせ 保健センター  
☎0646  
※はんだ健康マイレージの対象講座です。

はんだ健康  
マイレージ

### はんだ健康マイレージとは!

みなさんが実践した健康づくりでマイレージ(ポイント)を貯め、「あいち健康づくり応援カード!~Myca~(まいか)」に交換すると、協力店で割引やポイントなどのサービスを受けることができます。

※はんだ健康マイレージの対象講座です。  
☎0646

秋の心地よい空気の中で、姿勢を保ちながら行うウォーキングを体験し、効果を実感しましょう。保健センター周辺を歩きます。

■日時 10月30日(月)～11月27日(月)の毎週月曜日(全5回) 10時～11時30分  
■場所 保健センター  
■対象 40歳～64歳の方  
■定員 30名(先着順、初めの方を優先)  
■持ち物 飲み物・タオル  
■服装 動きやすい服・はき慣れた外用運動靴・必要の方は帽子  
■参加費 200円(保険料込)  
■申込み・問合わせ 9月19日(火)9時から、電話で保健センターへ  
☎0646

はんだ健康  
マイレージ

### 美姿勢ウォーキング教室