

苗木健康マラソン大会

とき 11月24日(日)

8時30分～9時20分受付

集合場所

苗木小学校グラウンド

種目(全12種目)

・2キロ(園児親子)

・3キロ(一般/男女別)、

(中学生/男女別)、(小学生

低学年/男女別)、(同高学

年/男女別)

・5キロ(一般/男女別)

・8キロ(一般)

参加費 500円

※苗木区民、園児親子、小

中学生は無料

申込方法 参加申

込書(ホームペ

ージからダウン

ロード可能)

※当日申込も可

問・申込 苗木体育協会(苗木

公民館内)

(☎66-6606)

第4回中津川市子育て親育ち

とき 11月30日(土)

13時～16時

受付 12時30分～

ところ 中津川市文化会館

講演 スマホ・SNSとの

適切なかわり方を学ぶ

講師 浜松学院大学

学長 今井昌彦 先生



トークセッション

子どもたちの笑顔を守るた

めに

※入場無料

申込方法 二次元

コードから

※当日申込も可

問・申込 市青少年健全育成推

進市民会議(生涯学習ス

ポーツ課内)

(☎内線4309)

第55回坂下歌舞伎公演



歌舞伎保存会役者のほか、

地域の学校の先生や子ども役

者も活躍します。地元飲食店

と坂下中学校生徒による「歌

舞伎茶屋」で弁当なども販売

します。

とき 12月1日(日)

開演 11時

ところ 坂下公民館

入場料 千円(中学生以下無料)

問 坂下公民館(☎75-3115)

第29回プラスバンド



とき 12月8日(日)

開場 12時30分

開演 13時～16時35分

ところ 中津川文化会館

※定員に達した場合入場を

お断りすることがあります。

問 消防本部警防課

(☎66-1194)



「女性の人権ホットライン」

強化週間における電話相談

DVやセクハラ、ストーカ

「行為など、女性をめぐる人

権相談に人権擁護委員会が中心

となつて電話で相談に応じま

す。(相談無料・秘密厳守)

とき 11月13日(水)～19日(火)

平日 8時30分～19時

土日 10時～17時

※この期間以外でも、平日8

時30分～17時15分まで相談

に応じています。

※オンラインでの

申し込みは二次

元コードから

相談先

岐阜地方務局人権擁護課

(☎0570-070810)

問 市民保険課(☎内線120)



中山道 中津川宿 六斎市 秋の中山道「六斎市」まつり

11月3日(祝)

9:30～15:00(小雨決行)

地域ラボ・中津川

日曜Lab. 開催 10:00～

ゲストは、

フカミファーム 代表 深見賢哉

氏と、岐阜大学社会システム

経営学環 柴田仁夫准教授です。



会場内で「ごへーまつり」

を行います。五平餅の

食べ比べをお楽しみ

ください!

次回の六斎市 12月1日(日)

問 中津川商工会議所(☎65-2154) (株)まちなカラボ(☎67-7011)

または商工振興課(☎内線4268)

精神保健福祉家族教室 **無料**

病気への理解を深め、悩みや思いを話しませんか?

とき 12月4日(水) 14時～15時30分

ところ 恵那総合庁舎 南棟会議室

講義 患者さんとご家族のための情報提供ガイド(社会資源編)

※講義後、交流会あり

講師 大湫病院 精神保健福祉士 富田 貴士 氏

対象 市内または恵那市内在住で、精神疾患で治療中の方

のご家族

申し込みは電話または申込フォームから

問・申込 岐阜県恵那保健所 健康増進課(☎0573-26-1111(内線237))

担当課 健康医療課(☎内線639)

糖尿病教室 **入場無料** **予約不要**

市民病院に受診されていない方や患者さまのご家族の方など、どなたでも参加できます。(他院受診中の方は主治医の先生などにご相談のうえお越しください。)

とき 11月20日(水) 15時～

ところ 中津川市民病院南館1階 健康管理センター(多目的ホール)

テーマ 糖尿病と眼疾患

講師 眼科 石田 雄一郎 医師

※2カ月に1回開催

問 中津川市民病院医事課(☎66-1251)