

各種無料相談

日…日時 場…場所 定…定員 受…受付場所 問…問合せ

弁護士による法律相談 ※要事前予約

契約、相続、交通事故の損害賠償、訴訟の手続きなどの相談に応じます。
 日 ①12日(金)13時～15時30分
 ②26日(金)13時30分～16時30分
 ※相談は一人30分まで。
 定 ①5名②6名(いずれも先着順)
 ※各相談日の2週間前から予約受付。
 受・問 住民相談室 2213

司法書士による法律相談 ※要事前予約

相続に関する登記、遺言に基づく不動産登記、会社の登記、債務整理、成年後見開始申立書の作成など手続きの相談に応じます。
 日 6月15日(木)13時～15時
 ※相談は1人30分まで。
 定 4名(先着順)
 ※相談日の1か月前から予約受付。
 受・問 住民相談室 2213

行政書士相談

会社設立、農地転用、各種許認可、申請、紛争のおそれのない遺言書や遺産分割協議書作成の手続きなどの相談に応じます。
 日 17日(水)13時～16時
 受・問 住民相談室 2213

土地家屋調査士相談 ※要事前予約

土地家屋調査士が、土地の境界や測量、分筆、合筆などの相談に応じます。
 受・問 住民相談室 2213

行政相談

行政相談委員が、行政の業務に関する要望や苦情などの相談に応じます。
 日 16日(火)10時～12時
 受・問 住民相談室 2213

住宅リフォーム相談 ※要事前予約

建築士が、住宅リフォーム対策の相談に応じます。
 受・問 住民相談室 2213

児童相談

※要事前予約

相談員が、子どものしつけや生活の相談に応じます。
 日 19日(金)10時～15時
 受・問 伊奈町子育て支援センター
 728-3482

暴力団被害相談

※要事前予約

上尾警察署員が、暴力団員などによる不当な行為でお困りの方の相談に応じます。
 問 危機管理課 2283

住民無料相談室

相続、遺言、離婚、成年後見など、身近な問題を行政書士に相談できます。具体的な相談をする際は、資料をお持ちください。
 日 6月11日(日)9時～12時
 ※相談は一人1時間まで。
 定 6組(先着順)
 受・問 総合センター 722-9111

ふくし総合相談窓口

福祉全般に関する心配ごとや悩みごとの相談に応じます。
 日 毎週月～金曜日9時～17時(祝日除く)
 場 ふれあい福祉センター
 問 伊奈町社会福祉協議会 722-5498

憲法記念日電話法律相談

弁護士が、民事・家事・刑事を問わず法律問題全般について相談に応じます。
 日 6日(土)13時～16時(受付は15時30分まで)
 相談専用電話番号 861-8924
 問 埼玉弁護士会法律相談センター 710-5666

消費生活相談

消費生活相談員が、消費者契約トラブルなどの相談に応じます。
 民法改正により令和4年4月1日から成年年齢が引下げられました。18歳になれば自分の意思で契約を結ぶことができますが、それに伴うトラブルの増加が予想されます。おかしいと思ったら局番なし 188(いやや)までお電話ください。
 日 毎週月～木曜日(祝日除く)10時～12時、13時～15時
 相談電話番号(局番なし) 188
 問 元気まちづくり課 2234

創業相談

これから開業・独立を検討している方や将来起業(創業)しようとお考えの方の相談に応じます。
 日 8時30分～17時15分(土日祝日休)
 場 伊奈町商工会館
 問 伊奈町商工会 722-3751

女性相談

※予約優先

専門の女性相談員が、DV・離婚問題や生活面の不安なことなど、女性の抱えるさまざまな悩みや不安と一緒に考え、解決する方法を探します。
 日 9日(火)・23日(火)10時～12時、13時～14時
 ※相談は一人50分まで。
 受・問 人権推進課 2241

地域包括支援センター土曜日相談

高齢の方の介護・福祉・健康・生活などの相談に応じます。平日の通常相談と併せてご利用ください。
 日 ①13日(土)9時～13時②20日(土)10時～14時
 場 ①パブリックルーム(ウニクス伊奈2階) ②伊奈町南部包括支援センター
 問 ①伊奈町地域包括支援センター 720-5656 ②伊奈町南部地域包括支援センター 795-4900

くらしの相談室

※要事前予約

行政書士による遺言、相続、離婚などの相談会です。資料などがある場合はお持ちください。
 日 21日(日)9時～12時
 場 ゆめくる1階相談室
 定 3名(先着順)
 受・問 ゆめくる 724-0717

税理士相談

※要事前予約

税理士会上尾支部税理士が、相続税・贈与税などの相談に応じます。
 日 25日(木)10時～12時、13時～15時
 場 役場内会議室
 受・問 税務課 2152

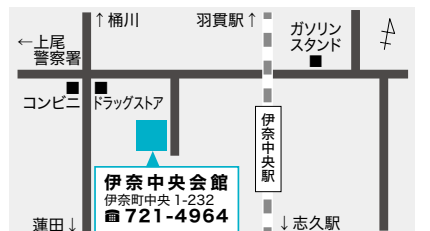
人権擁護委員の日・人権相談

6月1日は、人権擁護委員法が施行された日です。
 町には法務大臣から委嘱された5人の人権擁護委員がいます。法務局と連携し、人権相談を受けて問題解決のお手伝いをしています。
 「人権擁護委員の日」に併せて、特設人権相談を開設します。さまざまなものごとやトラブル、子どものいじめ問題、パワーハラスメントやセクシャルハラスメントなどで思い悩んでいることはありませんか。一人で悩まずお気軽にご相談ください。相談は無料、秘密は固く守られます。

人権相談

日 17日(水)10時～15時、6月1日(日)9時～12時
 場 伊奈中央会館
 ※町では、上記日時のほかに、奇数月の第3水曜日に人権相談を開設しています。ぜひご利用ください。

問 人権推進課 2241



便利さより防犯の視点を優先しよう

～面倒でもする。それが被害を防ぐ～

自転車盗難が増えており、被害の約7割が無施錠です。盗難被害を防ぐ大前提は、施錠です。さらに、もう1つ鍵を付けましょう。鍵を2つかけるのは、ちょっと面倒かもしれませんが、かなり被害は防げます。



問 上尾警察署 773-0110

振り込め詐欺

上尾警察署管内 令和5年1～3月

緊急対策

発生状況 | 14件 約 2,141万円
 (うち、伊奈町内発生件数3件 約935万円)

※上尾警察署調べ、被害件数・金額は暫定数

振り込め詐欺の撲滅をめざして!
 あなたを騙す振り込め詐欺の3大キーフレーズ

会話の中でこの言葉が出たら要注意!
 ▶ 携帯の番号が変わったよ
 ▶ 風邪をひいて声が変わったよ
 ▶ またあとで連絡するから。携帯番号は…

「おかしい?」と思ったら「110番通報」または上尾警察署 773-0110に通報しましょう。

被害多発中!
 上尾警察署・上尾地方防犯協会

ふれあい
活動センター

ゆめくる



伊奈町小室2450-1
 申 ゆめくる窓口または電話
 問 ☎724-0717

生活の質を上げる栄養講座

- ☎ 健康管理やダイエット、身体づくりの基本は栄養です。講義形式で正しい知識をお伝えします。
- 日 5月15日(月)・22日(月)13時30分～14時15分（全2回、1回のみ参加も可）
- 場 視聴覚室
- 対 一般成人
- 定 各20名
- 持 筆記用具
- 費 町内在住・在勤の方400円、町外在住の方600円（各回）
- 講 ゆめくるトレーニングジムインストラクター

ウォーキング教室

- ☎ 長く遠くへ歩き続けるために必要な運動を行います。野外での運動となるので、歩きやすいシューズでお越しください。
- 日 5月18日(休)・25日(休)、6月1日(休)13時30分～14時15分（全3回、1回のみ参加も可、雨天中止）
- 場 トレーニング室前駐車場
- 対 一般成人、いつまでも健康で元気に歩きたい方
- 定 各20名
- 持 飲み物、タオル、外履き
- 費 町内在住・在勤の方400円、町外在住の方600円（各回）
- 講 ゆめくるトレーニングジムインストラクター

くらしの相談室

まちの法律家「行政書士」による遺言・相続・離婚・成年後見などの無料相談会を開催します。ご相談者のペースに合わせて質問をお受けしますので、具体的な内容については資料などをご用意ください。

- 日 5月21日(日)9時～12時 場 1階相談室 定 3名（要事前予約、先着順）

フィットネス教室コース1～6（コース1・5は2交代制）

コース1-①、コース1-② 「ゼロ」から始めるエアロビクス

- ☎ 音楽に合わせて楽しく運動を行います。エアロビクスが初めての方や、久しぶりの方にもおすすめです。強度<弱>
- 日 6月5日～7月10日の各月曜日①9時30分～10時15分②10時45分～11時30分（各全6回）

コース2

休講させていただきます。

コース3 歩くエアロビクス

- ☎ 音楽に合わせて動く、エアロビクスの基本ステップに慣れて

きた方に、おすすめのクラスです。強度<弱>

- 日 6月7日～7月12日の各水曜日10時45分～11時30分（全6回）

コース4 パンチフィットネス

- ☎ パンチやキックで身体も温まり、ウエスト引き締め&ストレス解消に効果的です。基礎代謝も向上します。強度<弱>
- 日 6月8日～7月13日の各木曜日19時30分～20時15分（全6回）

コース5-①、コース5-② 癒しのヨガ

- ☎ ヨガのポーズや呼吸法を行います。姿勢改善やスタイルアップ

プをしたい方におすすめです。強度<弱>（靴不要）

- 日 6月9日～7月14日の各金曜日①10時～10時45分②11時15分～12時（各全6回）

コース6 身体コンディショニング

- ☎ 筋力やバランス感覚など身体を整えるエクササイズを行います。水曜エアロビクスの講師が担当します。強度<弱>（靴不要）
- 日 6月7日～7月12日の各水曜日9時30分～10時15分（全6回）

フィットネス教室 共通事項

- 場 体育室
- 対 一般成人（コース4は中学生以上）
- 定 各70名（申込多数の場合抽選）
※抽選日以降の空き状況はお問い合わせください。
- 持 飲み物、タオル、室内シューズ（コース5・6は不要）
※運動ができる服装でお越しください。

- 費 町内在住・在勤の方1回400円
町外在住の方1回600円
- 申 5月15日(月)（必着）までに、必ず**往復はがき**（1枚につき1人）に①希望するコース②住所（町外在住で町内在勤の方は、勤務先名・所在地・電話番号も記入）③氏名（フリガナ）④年齢（学年）⑤電話番号をご記入のうえ、「〒362-0806 伊奈町

- 小室2450-1 ふれあい活動センター「ゆめくる」へ
- ※返信用はがきには、申込者のあて先（住所・氏名）を必ずご記入ください。
- ※複数のコースをご希望の場合は、必ずコースごとに往復はがきでお申し込みください。
- ※**コース1・5のレッスンは、①②のどちらかの申し込みになります。**