

お知らせ

ひとり親家庭などの
無料特別（法律）相談

離婚や養育費など日常生活で困っていることや悩みに、弁護士が相談に応じます。

■日時 8月19日（土）、10月22日（日）、12月9日（土）午前10時～午後3時 ■対象 ひとり親家庭、寡婦の人など ■場所 市民活動支援センター（メイプル地下） ■問い合わせ・申込先 ㈱（一社）県母子寡婦福祉連合会（☎019-623-8539）

お忘れなく！ 国民年金保険料の納付免除・猶予の手続き

保険料の納め忘れの状態で、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

経済的な理由などで保険料を納付することが困難な場合は、納付が免除・猶予となる「免除制度」や「猶予制度（50歳未満）」があります。本年度の免除・猶予の手続

悩みなどについて丁寧に聴き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。予約も可能です。 ■日時 9月9日（土）午前10時～午後4時 ■場所 一関市役所（一関市竹山町） ■問い合わせ・予約先 消費者信用生活協同組合盛岡事務所（☎0120-1101-245）

募集

筋力と体幹力を上げて
基礎代謝アップ！

期間限定の運動教室「ベストボディコンディション」を開催。奮ってご参加ください。 ■日時 9月25日までの毎週（8月14日と9月18日を除く）午後7時半～8時15分 ■内容 30代～50代向けの筋力・体幹トレーニングと有酸素運動 ■定員 25人 ■申し込み方法 各回当日受付 ■参加料 100円 ■場所・問い合わせ 健康増進プラザ悠悠館（☎2977）

「げいりょう」強調月間標語

11月の計量強調月間に併せ、

きの対象は、29年7月分から30年6月分までの保険料です。また、手続きの日から最大2年1ヵ月前までさかのぼって免除・猶予される場合もあります。詳しくはお問い合わせください。

動物愛護週間

県獣医師会では、動物愛護週間イベントを開催します。

▼動物愛護フェスティバル ■日時 9月10日（土）午前10時～午後2時 ■場所 二カルチャーパークあてるい ■内容 Ⅱペットなんでも相談、ポニーとの触れ合い、動物クイズ、犬のしつけ方デモンストラクションなど

▼長寿犬表彰 登録している高齢犬を表彰します。表彰は9月中にご自宅に伺って行います。

▼伴侶（ペット）動物慰霊祭 ■日時 9月21日（土）午後2時～ ■場所 安養寺（水沢区佐

日常生活の向上、製造・流通上の品質管理の推進、環境保全対策に関する標語を募集します。

■応募資格 県内に在住 ■募集作品 計量・計測、環境保全に関する未発表の標語（何点でも応募可） ■応募方法 応募先に標語、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を郵送、ファクスまたはメールで応募 ■応募期限 9月20日（土） ■問い合わせ・応募先 ㈱（一社）計量計測技術センター（〒020-0846、盛岡市流通センター北一丁目8-10、☎019-639-0909、FAX 019-639-0910、info@kyo.jp）

市民提案型協働支援事業

甦れフラワーガーデン！！
植栽ボランティア

たくさんのアジサイとアヤメを咲かせましょう。「ひめかゆ周辺花いっぱい大作戦パートⅣ」では、植栽のお手伝いをしていただけの人を募集します。

■実施日時 9月10日（土）午前9時～11時半 ■集合場所 二



いきいき岩手結婚サポートセンター「i-Sapo」が10月1日に市内に開設されます。県や市町村、民間が連携して運営するこのi-Sapoは、会員登録制で1対1の出会いの機会を提供。安心してご利用いただけます。まずはお電話でご連絡ください。 ■問い合わせ 本庁元気戦略室（内線463）

＜i-Sapo Aomori＞

♥場所 メイプル2階
♥時間 10:00～19:00
♥閉所日 火、水、8月13日～16日、12月29日～1月3日
♥電話番号 ☎1188（10月1日13:00～）

倉河字東館

▼共通 ■問い合わせ 県獣医師会水沢支会事務局（県南家畜保健衛生所内 ☎8211）

8月は電気使用安全月間

水蒸気が立ち込めたり、雨露にさらされるような、水気のある場所で使用する電気製品や配線器具は専用のものを使用しなければなりません。場所によっては、使用できない電気製品や配線器具もありますので、説明書をよく読み正しく使用しましょう。また、洗濯機やエアコン、電子レンジなどには必ずアースを付け

くらしやお金に関する信用生協無料相談会

弁護士や保健師、社会福祉協議会相談員、信用生協相談員が、暮らしやお金に関する



込先 市勤労青少年ホーム（☎2917）、同江刺サテライト（☎7011）、同胆沢サテライト（☎40527）

第2回健康ボウリング教室

高齢者の健康づくりと生きがいや交流の場として「ボウリング」を始めませんか。何歳からでも、未経験の人でもすぐ始められます。第1回教室には200人以上が参加し大盛況でした。

木曜教室

■期日 9月21日～10月26日（毎週木・全6回）

金曜教室

■期日 9月22日～10月27日（毎週金・全6回）

▼共通 ■コース 各教室に午前コース（午前9時半～）、午後コース（午後1時半～）あり ■受講料 2千円（全6回のゲーム代、貸靴代、教材費、保険料を含む） ■場所 各ボウリング・クオリア ■定員 各

コース48人 ■問い合わせ・申込先 健康ボウリング教室受付（千葉 ☎090-7075-15222）

広告

広告