

【問い合わせ】 行政・人権・消費生活・消費者救済資金・法律の各相談については、各総合支所市民相談担当課へ。その他相談は、記載の窓口へ※相談はすべて無料

■行政相談	会場	開催日	時間
水沢総合支所市民相談室		14 日 水 28 日 水	13:00～15:00
江刺総合支所市民相談室		9 日 金	9:30～11:30
南都田公民館		10 日 土	13:00～15:00

■人権相談	会場	開催日	時間
水沢総合支所市民相談室		毎週木曜日	13:00～15:00
江刺総合支所市民相談室		20 日 火	13:00～15:00

■消費生活相談	会場	開催日	時間
水沢総合支所市民相談室		毎週月～金	9:00～12:15
江刺総合支所市民相談室		毎週月～金	13:00～15:45
前沢総合支所市民環境課		毎週月～水	9:00～15:45
胆沢総合支所市民環境課		毎週水	10:00～15:00
衣川総合支所市民環境課		毎週金	10:00～15:00
県南広域振興局県民ホール内 消費生活相談室		毎週月～金	9:00～16:00 (☎ ☎ 2813)

■多重債務者弁護士相談 ※要予約	会場	開催日	時間
県南広域振興局県民ホール内 消費生活相談室		8 日 水 23 日 金	10:00～15:00 (☎ ☎ 2813)

■消費者救済資金融資相談 ※要予約	会場	開催日	時間
水沢総合支所市民相談室		21 日 火	10:00～16:00
江刺総合支所市民相談室		7 日 火	13:00～16:00

■法律相談 ※要予約	会場	開催日	時間
水沢総合支所市民相談室		13 日 火	10:00～16:00
江刺総合支所市民相談室		27 日 火	10:00～16:00

■男女共同参画相談	会場	開催日	時間
☎ 本庁まちづくり推進課市民活動係(内線 313)			
水沢総合支所市民相談室		15 日 水	13:00～16:00

■社会保険相談	☎ 水沢商工会議所 (☎ ☎ 3141)、江刺商工会議所 (☎ ☎ 2514)	会場	開催日	時間
水沢商工会議所			8 日 水	10:00～16:00
江刺商工会議所			22 日 水	10:00～15:00

■女性人権相談 (法務局水沢支局 ☎ ☎ 0511)	会場	開催日	時間
14 日 火、28 日 火			13:00～16:00

『善意の贈り物』
市に対して、次の方々から ご厚意をいただきました。 ○木村文子さん(前沢区字七日町)：金2万円(地域福祉基金)○及川栄悦さん(水沢区佐倉河字神子田)：パンフレットケース3台、2人掛けいす2脚、カウンター3個(水沢図書館)○石川功さん(水沢区横町)：斎藤實書掛け軸1幅(斎藤實記念館へ)○阿部勝さん

(水沢区神明町)：斎藤實書掛け軸1幅(斎藤實記念館へ)【奥州ふるさと応援寄附】○柿島功一さん(神奈川県)：金10万円○及川昭伍さん(東京都)：金3万円○高橋昭七さん(神奈川県)：金3万5000円○高橋甚吉さん(宮城県)

：金100万円(以下氏名 のみの公表に了承いただいた方)○渡辺謙さん(東京都)○光谷尚さん(石川県)○菊池俊二さん(神奈川県)○亀井正治さん(東京都)○岡田善紀さん(愛知県)(公表を希望しない方 22人)

◆水沢勤労青少年ホーム後期教養講座受講生

あなたの習いたい、覚えたいに応える講座を用意しました。
新しい友達もつくりやすく、あなたの視野を広げることに大いに役立ちます。

講座名	期 間	曜 日	講 師	申込期限
◇健康家族 “スポーツ吹き矢”	21 年 1/19～3/2 (全7回)	水	日本スポーツ吹き矢協会岩手県連支部長 萩田 進さん	1/14 火
◇シェイプアップ “ボクシング”	21 年 1/13～2/24 (全7回)	火	市アマチュアボクシング協会	1/8 火
◇心を浄める “茶道”	21 年 1/14～3/4 (全7回)	火	裏千家助教授 樋口宗代さん	1/9 金
◇誰でも楽しめる “英会話”	21 年 1/15～2/26 (全7回)	水	アクション・イングリッシュ代表 ビル・ルイスさん	1/9 金
◇リズムで楽しく “エアロビクス”	21 年 1/22～2/26 (全6回)	水	エアロビックダンスインストラクター 藤井晃子さん	1/16 金
◇実践 “空手道”	21 年 1/16～2/27 (全7回)	金	誠空館水沢道場代表 佐藤 憲太郎さん	1/13 火

☆時間＝19:00～21:00 ☆場所＝水沢青少年ホーム(ボクシングとエアロビクスはメイプル) ☆対象＝市内に住むか勤務している35歳未満の人 ☆受講料＝1,000円(茶道のみ3,000円) ☆定員＝各20人(先着順) ☆問い合わせ・申込先＝水沢勤労青少年ホーム(☎ ☎ 2917)

アスピア花づくり教室
〔家庭園芸のQ&A講座〕花木・草花〕■日時 21年1月21日(午後1時半～3時半)■場所 水沢地域交流館(アスピア)■受講料 500円■定員 15人(先着順) ■問い合わせ・申込先 アスピア(☎ ☎ 6111)

Health	○保健
健康について学びましょう	江刺健康大学で、生活習慣病と喫煙、メタボリックシンドロームを中心に学びませんか。
■開催日時・内容	21 年 1/15 火 12:45～15:50 ■講演(講師：ひばりが丘内科クリニック院長・鈴木密雄氏) ◇講話(講師：井内努市健康福祉部長) ◇実技：いきいき体操(運動指導士・佐藤悦子氏) 1/29 火 12:45～16:00 ■講演(講師：鈴木内科消化器科クリニック院長・鈴木教敬氏) ◇講話「喫煙や食事に関する話」(市職員) ◇実技：いきいき体操(運動指導士・佐藤悦子氏)
■会場	江刺総合支所多目的ホール
■定員	250 人
■申込期限	1 月 14 日 火 (先着順)
■問い合わせ・申込先	江刺総合支所健康増進課(内線 137、138)

第3回危険物取扱者準備講習会
■期日 21年1月17日(火)、18日(水)■場所 奥州金ヶ崎行政事務組合消防本部■受講料 一般：2000円■申込期限 1月21日(火)■問い合わせ・申込先 水沢総合体育館(☎ ☎ 7000)

水沢スキー協会バスツアー
■日時 21年1月11日(日)午前7時45分集合(午後6時半帰着予定)※集合場所：水沢武道館駐車場■場所 田沢湖スキー場■内容 協会指導部による講習付きのバスツアー■参加料 一般：3000円、小学生：2000円■申込期限 1月3日(土)■問い合わせ・申込先 水沢総合体育館(☎ ☎ 7000)

民謡踊り講習会
■期日 21年1月11日、25日、2月8日、22日、3月1日(すべて日。全5回)■時間 午前9時～正午■場所 岩谷堂地区センター■内容 ライン音頭、江刺甚句などを学ぶ■受講料 1回400円(テキスト代)■持ち物 手ぬぐい、扇子、上履き、羽織など■問い合わせ・申込先 江刺フォークダンス協会事務局(遠藤 ☎ ☎ 1288)

所長杯ビーチボール大会
■日時 21年1月18日(日)午前8時半集合■場所 前沢スポーツセンター体育館■対象 市に住所を有するか市内の事業所に勤務する人■部門 男性の部、女性の部(1チーム4人以上7人以内)■参加料 1チーム500円■定員 男女各12チーム(先着順)■申込期限 1月14日(土)午後5時■問い合わせ・申込先 前沢いきいきスポーツランド(☎ ☎ 7290)

Employment Examination	○採用試験
市職員を募集します【理学療法士】	市は次のとおり、職員を募集します。 ◆募集職種(採用人員) 理学療法士(1人) ◆採用日 21年4月1日(火) ◆受験資格 昭和38年4月2日以降に生まれた人で、理学療法士の資格を持つ人 ◆試験日時 21年1月17日(日)午前8時45分～ ◆試験会場 奥州市役所 ◆申込期限 1月5日(日) ◆申し込み方法 市役所総合案内や本庁総務課にある、受験申込書・面接カード(市ホームページにも掲載)に必要な事項を記入の上、理学療法士免許の写しを添えて提出する(土曜日、日曜日、年末年始は郵便でのみ受け付け)。申し込みを郵便で行う場合は、封筒に「職員採用試験受験申込」と朱書きし、260円分の郵便切手を同封の上、配達記録郵便か簡易書留郵便、書留郵便で送付する ◆問い合わせ・申込先 本庁総務課職員係(〒023-8501※住所の記載不要 内線 437)

環境ひとくちメモ

「冬もやっぱりエコドライブ！」
エコドライブは、環境にもお財布にもやさしいものです。今回はその一例をご紹介しますので、みなさんも積極的に取り組みましょう。
【地球にやさしいエコドライブの例】
●やさしいアクセル操作でゆっくり発進
●最初の5秒で時速20kmを目安に加速しましょう(CO2削減量・194kg↓節約額・約1万28円/年)
●早めのアクセルオフ
●エンジンブレーキを使うと燃料の供給が停止され2％程度燃費が改善します
●駐車時はアイドリングストップ
●10分間アイドリングを止めると140ccの燃料節約に(CO2削減量・78kg↓節約額・約4032円/年)
●タイヤの空気圧を小まめに点検
●タイヤの空気圧が適正値より0.5気圧不足した場合、市街地で2％、郊外で4％燃費が悪化します
●エンジンブレーキを使うと燃料の供給が停止され2％程度燃費が改善します
●駐車時はアイドリングストップ
●10分間アイドリングを止めると140ccの燃料節約に(CO2削減量・78kg↓節約額・約4032円/年)
●タイヤの空気圧を小まめに点検
●タイヤの空気圧が適正値より0.5気圧不足した場合、市街地で2％、郊外で4％燃費が悪化します

※数量は条件によって差がでます。目安と考えてください
◇問い合わせ 本庁生活環境課環境係(内線 218)
●暖機運転は適度に
●5分間暖機を止めると160ccの燃料節約に(CO2削減量・45kg↓節約額・約2304円/年)
●不要な荷物は積まずに走行
●100kgの不要な荷物を載せると3％程度燃費が悪化します
●数量は条件によって差がでます。目安と考えてください
◇問い合わせ 本庁生活環境課環境係(内線 218)

エコドライブは、環境にもお財布にもやさしいものです。今回はその一例をご紹介しますので、みなさんも積極的に取り組みましょう。
【地球にやさしいエコドライブの例】
●やさしいアクセル操作でゆっくり発進
●最初の5秒で時速20kmを目安に加速しましょう(CO2削減量・194kg↓節約額・約1万28円/年)
●早めのアクセルオフ
●エンジンブレーキを使うと燃料の供給が停止され2％程度燃費が改善します
●駐車時はアイドリングストップ
●10分間アイドリングを止めると140ccの燃料節約に(CO2削減量・78kg↓節約額・約4032円/年)
●タイヤの空気圧を小まめに点検
●タイヤの空気圧が適正値より0.5気圧不足した場合、市街地で2％、郊外で4％燃費が悪化します
●エンジンブレーキを使うと燃料の供給が停止され2％程度燃費が改善します
●駐車時はアイドリングストップ
●10分間アイドリングを止めると140ccの燃料節約に(CO2削減量・78kg↓節約額・約4032円/年)
●タイヤの空気圧を小まめに点検
●タイヤの空気圧が適正値より0.5気圧不足した場合、市街地で2％、郊外で4％燃費が悪化します
●エンジンブレーキを使うと燃料の供給が停止され2％程度燃費が改善します
●駐車時はアイドリングストップ
●10分間アイドリングを止めると140ccの燃料節約に(CO2削減量・78kg↓節約額・約4032円/年)
●タイヤの空気圧を小まめに点検
●タイヤの空気圧が適正値より0.5気圧不足した場合、市街地で2％、郊外で4％燃費が悪化します