各種相談日程　12 月

❶行政相談

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	11日金 25日金	13:00～15:00
江刺総合支所市民相談室	9日水	9:30～11:30
前沢総合支所市民環境課	10日木	9:00～12:00
胆沢総合支所市民環境課	22日火	13:30～14:30
衣川保健福祉センター	11日金	13:30～15:30

❷人権相談

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	3日木 17日木	13:00～15:00
江刺総合支所市民相談室	4日金	13:30～15:30
白山地区センター	4日金	13:00～16:00
若柳地区センター	9日水	13:30～16:00
衣川保健福祉センター	11日金	13:30～15:30

❸消費生活相談　※予は前日までに要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	毎週	9:00～17:00
江刺総合支所市民相談室	月～金	9:00～15:45
前沢総合支所市民環境課予	毎週火	10:00～15:00
胆沢総合支所市民環境課予	毎週木	
衣川保健福祉センター予	毎週金	

❹無料法律相談　※窓口で要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	9日水	10:00～16:00
江刺総合支所市民相談室	22日火	

❺多重債務者弁護士相談　※窓口で要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	2日水 15日火	10:00～15:00

❻くらしとお金の安心相談　※窓口で要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	16日水	13:00～16:00
江刺総合支所市民相談室	2日水	

❼奥州市若者支援相談

会場	開催日	時間
子ども・家庭課相談室	毎週 月火木金	9:00～16:00

❽ひきこもり・ニートなどの若者の居場所「ほっと♡ひろば」

会場	開催日	時間
市勤労青少年ホーム	15日火	13:30～15:30

❾年金相談　※前日までに要予約

会場	開催日	時間
奥州商工会議所江刺支所	3日木	10:00～15:00

▼予約・問い合わせ先
❶～❻本庁・各総合支所市民相談担当課
❼❽本庁子ども・家庭課(内線235)
❾一関年金事務所（☎ 0191 ㉓ 4246）

いわてごみゼロ・３R推進ポスターコンクール

県では、小中学生を対象にごみや３R（リデュース・リユース・リサイクル）をテーマとしたポスター作品を募集します。詳しくは県ホームページをご覧ください。

■**対象**　県内の小中学生
■**応募のきまり**
①四つ切り画用紙（小学1～3年生は八つ切りも可）を使用
②1人1作品まで　③未発表作品に限る
④必ずキャッチコピーを入れる
■**応募方法**　作品裏面に学校名、学年、氏名（ふりがな）を記入し、折ったり丸めたりせずに郵送
■**応募期限**　28年2月1日月
■**問い合わせ・応募先**
県資源循環推進課（〒020-8570、盛岡市内丸10-1、☎019-629-5367）

県3R推進キャラクター　エコロル

健康講座「元気は足から」

足や爪の役割を知り、手入れやマッサージの方法を学びます。
■**日時**＝12月16日水午前10時半～11時半■**対象**＝市内または金ケ崎町に在住する人■**参加料**＝無料※施設使用料が必要■**定員**＝30人（要申し込み）■**申込期限**＝12月15日火■**場所・問い合わせ・申込先**＝胆江地区広域交流センター（☎㉔6644）

プレップ for English

クリスマスを英語で楽しく学びます。
■**日時**＝12月13日日午前11時～午後0時15分■**場所**＝水沢地域交流館（アスピア）■**対象**＝小学生■**参加料**＝1500円■**定員**＝30人※要申し込み、先着順■**問い合わせ・申込先**＝市国際交流協会（アスピア内☎㉒6111）

『善意の贈り物』

市に対して、次の皆さんからご厚志をいただきました。（10月受納分）
○**佐藤彰**さん（盛岡市）…冊子「岩手県の産牛」1冊（牛の博物館へ）　○**飛翔玄子**（ひしょうしずね）会…シバザクラ（お物見公園へ）

家庭ごみ 排出量

―目標は1人1日 430 g まで―

1人1日当たりの量（単位：g）

	10月	9月	増減
水沢区	561	586	(-25)
江刺区	442	463	(-21)
前沢区	471	497	(-26)
胆沢区	366	365	(1)
衣川区	342	361	(-19)
全市	488	509	(-21)

♻買うときに、捨てることまで考えて！

人の動き

人口 **121,426** 人 前月比（-1）
男 58,528 人(19)　女 62,898 人(-20)
水沢区 57,388　江刺区 29,802　前沢区 13,903
胆沢区 15,969　衣川区 4,364
世帯数 **44,581** 世帯（42）
水沢区 23,064　江刺区 10,600　前沢区 4,542
胆沢区 4,997　衣川区 1,378
（27年10月31日現在）

募集

犬の飼い方教室

犬の正しい飼い方を学び、飼い犬との関係をより一層深めましょう。
■**日時**＝12月20日日午後1時半～3時■**場所**＝江刺総合支所多目的ホール■**参加料**＝無料■**定員**＝30人（要申し込み）
※飼い主のみ参加■**申込期限**＝12月16日水■**問い合わせ・申込先**＝本庁生活環境課環境係（内線213）

離職者を対象とした再就職訓練

▼**医療・介護事務科**
■**内容**＝医療機関や調剤薬局などでの保険請求事務、一般事務処理■**期間**＝28年1月5日火～4月4日月■**場所**＝ニチイ学館北上校水沢教室■**受講料**＝無料※テキスト代、検定試験受験料、保険料は自己負担■**定員**＝15人■**申し込み方法**＝ハローワーク水沢窓口で申込書に記入し提出■**申込期限**＝12月10日木■**問い合わせ**＝県立産業技術短期大学校水沢校（☎㉒4427）

いきスポの健康教室

▼**ノルディックウォーキング**
■**日時**＝12月4日金、18日金午前10時～11時半■**場所**＝前沢グリーンアリーナ周辺■**参加料**＝1回500円
▼**ピラティス**
■**期日**＝①12月2日水②10日木③16日水④24日木■**時間**＝①③午後7時15分～、②④午後3時半～■**場所**＝前沢いきいきスポーツランド■**参加料**＝小学生2000円、中学生3000円、高校生以上5000円
▼**コンディショニング&ピラティス**
お好みのアロマオイルを選べます。
■**期日**＝12月20日日午前10時～11時半■**場所**＝白山地区センター■**参加料**＝小学生200円、中学生300円、高校生以上500円
▼**共通**■**申し込み方法**＝開催日の前日までに名前、電話番号、受講希望日を電話で連絡いきいきスポーツランド（☎㊻7290）

冬もスポーツしよう！

間もなく迎える寒い季節。寒さに負けず体を動かして、冬でも熱くなりませんか？
申込書は問い合わせ先で配布しているほか、市ホームページからダウンロードすることができます。

スポレク奥州2015 in 胆沢
～いつでもどこでもだれでもいきいきとしたスポーツライフ～

■**期日**　12月13日日　8:30～　■**場所**　胆沢総合体育館
■**対象**　市民（チーム編成自由、年齢制限なし）
■**種目・チーム人数**
❶ファミリーバドミントン …6人以内
❷インディアカ …8人以内
❸ユニカール …6人以内
※各種目とも先着16チーム
※❶❷は競技中、女子または小学生を1人以上加えること
■**申込期限**　12月4日金
■**問い合わせ・申込先**
市教育員会事務局胆沢支所（胆沢総合支所・内線236）

市民体育祭 親子deバドミントン交流

■**期日**　12月23日祝
■**場所**　江刺中央体育館
■**対象**　市内に在住・在勤する親子、市内のジュニアクラブに在籍する子どもと保護者・監督・コーチなど
※子どもは中学生以下
※大人は学生を除く
■**申込期限**　12月9日水
■**問い合わせ・申込先**
本庁生涯学習スポーツ課スポーツ振興係（江刺総合支所・内線336）