

香南市音楽祭

Kōnan Music Festival 2010



ゲスト **いちむじん**

NHK大河ドラマ龍馬伝
NHK大河ドラマ龍馬伝
NHK大河ドラマ龍馬伝
NHK大河ドラマ龍馬伝

2010.9.5 (日)

開場 13:00 開演 13:30

のいちふれあいセンター
サンホール

入場料 **500円**
(高校生以上)

【お問合せ】野市中央公民館 0887-56-1056

【チケット販売】野市中央公民館 夜須中央公民館 高知ブレイガイド 楽器堂 アイカメラフジダグ野市店
高知県立美術館ミュージアムショップ 高知市文化プラザミュージアムショップ(からばと内)

健康

託児付き健康診査

■日時 9月1日(水)
受付・9時～11時

■場所 のいちふれあいセンター

■対象 お子さん(生後4カ月～未就学児)のいる30歳以上の方

■内容 問診、身体計測(身長・体重・腹囲)、尿検査、血液検査(血糖・脂質・肝機能・腎機能)、血圧測定、診察、歯科指導

■費用 千円(健診費用)

■申込み締切り 8月20日(金)

■申込み・問い合わせ 市役所健康対策課

YASU海の駅クラブ

夏休み子ども教室

①海辺の生き物を観察しよう!

■日時 8月10日(火)
10時～12時30分

■対象 市在住の小学生

※小学3年生以下はおとな同伴

■場所 市マリンスポーツ施設(観察場所/しおや海岸)

■持ち物 筆記用具、ノート、生き物採取に必要な道具

②サーフボードでツーリング!

■日時 8月14日(土) 9時～12時

■対象 小学4年生以上

■場所 市マリンスポーツ施設

■定員 ①・②とも 20人

■申込み・問い合わせ YASU海の駅クラブ

☎5711855 (月曜日休日 8時30分～17時30分)

健康

みんなで楽しく健康測定

高齢者自身が現状の体力や機能を認識することで、今後の生活動作への予防行動がとれるように支援します。

■日時 9月15日(水)

▼午前の部 10時～12時

▼午後の部 13時30分～16時30分

■対象 市在住の65歳以上の人

▼40歳以上の方は国民健康保険加入者が対象です。あらかじめ送付されている受診券・問診票と健康保険証をご持参ください。

▼30～39歳の方は、加入保険に関係なく受けられます。

■申込み・問い合わせ 市役所健康対策課

山崎パニ活井ワールド

かとり神社の夏祭り

八月二十日(金) 午後三時三十分～

■日時 8月29日(日)
開場 13時30分
開演 14時

■場所 のいちふれあいセンター

■入場料 3,500円
(当日4,000円)

■前売り 6,000円
※前売りのみ

■無料託児 事前申込みが必要でです

■申込み・問い合わせ 野市中央公民館

088-832-5266

24時間

高知保険医療協会

8月の番組表

月	ゼロ歳から始める虫歯予防
火	尿が近い
水	痔の予防...おしりに優しい日常生活
木	胃の痛みについて
金	鼻血について
土・日	のどがつまった感じ

■問い合わせ 0888-832-5266

健康テレホンサービス

8月27日(金) 申込み・問い合わせ

☎5512143

■内容 生活アンケート・握力測定・膝進展筋力測定・長座位前屈測定・片足立ち・10m歩行など

※参加者に測定結果と粗品をお渡しします

■申込み締切り 8月27日(金)

■申込み・問い合わせ 市役所健康対策課

紙バンド手芸教室

平成22年度サークル設立サポート事業

◆日時 毎月第1・第3火曜日 9:30～12:00
9月7日からスタート!!

◆場所 のいちふれあいセンター

◆参加費 1回500円

◆材料費 1回500円～2,500円

◆定員 先着10人

◆講師 佐原みき(ハンドメイドアーティスト)

市敬老式典

「ご長寿を祝い、市主催の敬老式典を開催します。ぜひご出席ください。」

■日時 9月18日(土)
10時～12時

■場所 のいちふれあいセンター

■対象 (平成23年4月1日現在) 喜寿(77歳)・米寿(88歳)・白寿(99歳)・100歳以上の方で香南市に住居のある人

▼対象者には8月中旬ごろに往復はがきでご案内します。返信はがきで欠・送迎をお知らせください。

■問い合わせ 市高齢者介護課

年金

配偶者の種別変更

現在、全国健康保険協会管掌健康保険(協会けんぽ)に加入されている方の被扶養者の再確認が行われています。

厚生年金保険等に加入している方に扶養されている配偶者は、国民年金第3号被保険者になります。所得額の増等、第1号被保険者になります。被扶養者から除かれた場合は、国民健康保険等に加入するとともに、国民年金の種別変更の手続きが必要です。

手続きには、年金手帳・印鑑・被扶養者調書の控えの写し等持参の上、市役所市民保険課、各支所もしくは年金事務所ですてしてください。

■金融機関・郵便局・コンビニ 保険料は、後日お送りする納付書で納めます。

※お手元に納付書がない時には、年金事務所にお問い合わせください

年金

口座振替

市役所市民保険課、年金事務所または、金融機関の窓口で手続きをお願いします。

※郵送による手続きもできますので、年金事務所にお問い合わせください

■インターネット・携帯電話 インターネット等をご利用しての納付方法は「日本年金機構のホームページ」でご案内しています。

▼ホームページアドレス <http://www.nenkin.go.jp/>

体験教室

◆日時 8月24日(火)9:30～12:00

◆場所 のいちふれあいセンター

◆参加費 1,200円

◆定員 先着10人

申込み・問い合わせ◆野市中央公民館

プリザーブドフラワーアレンジメント教室

蓋付きのコンポートにアレンジします。豪華な作品に仕上がりますよ。

※生花をプリザーブドフラワーに加工する教室ではありません

■日時 9月10日(金)
①9時30分～11時30分
②19時～21時

■場所 のいちふれあいセンター

■定員 ①②各先着20人

■受講料 5,000円

■材料代 5,500円以内
※当日お支払いください

■講師 山本智恵・山本理恵
※日本プリザーブドフラワー協会認定会員

■必要なもの 木工用ボンド
ワイヤーの切れるハサミ

■申込み・問い合わせ 野市中央公民館

後期高齢者医療

第1期保険料の納付はお済みですか?

8月2日は後期高齢者医療保険料の第1期の納期限です。年金からの天引きではない方、口座振替にされていない方には、7月10日ごろに当初の納付書を送付しています。

まだ納められていない方は、お早めに納付をお願いします。

8月20日を過ぎてても納付がない場合は督促状が發送され、納付時に督促手数料が二百円かかりますのでお気を付けください。

■問い合わせ 市役所市民保険課

後期高齢者医療

口座振替

市役所市民保険課、年金事務所または、金融機関の窓口で手続きをお願いします。

※郵送による手続きもできますので、年金事務所にお問い合わせください

■インターネット・携帯電話 インターネット等をご利用しての納付方法は「日本年金機構のホームページ」でご案内しています。

▼ホームページアドレス <http://www.nenkin.go.jp/>

9月5日(日)9時00分～ 香南市総合防災訓練

市内全地区で避難訓練を実施

※各地区の避難場所は別に配布するチラシに記載しています
避難訓練終了後、訓練がある地区は参加してください。

■日程 ※雨天決行

8:55 ... 南海地震発生
9:00 ... 訓練開始
▼地震・津波発生サイレンの放送
▼各避難地で避難確認
9:30 ... 避難訓練終了
▼訓練終了後は各自防災組織や地区の防災訓練などに参加してください
正午 ... 終了

■主会場訓練【佐古小学校】

今年は佐古小学校グラウンドにて、午前10時から自主防災組織による倒壊家屋からの救出訓練や県防災ヘリコプター「りょうま」による人命救助訓練を行います。

また、消火訓練、けむり体験、救急救命訓練、自衛隊車両(予定)・消防車・防災グッズの展示、炊き出しの無料配食などを行います。