**65歳以上グッ**ます。いず の法人こうなんスポーツク ラブに委託し、香南市在住の ラブに委託し、香南市在住の れ 重 動 治医の許可を得てからお申し込みく※病気等で運動制限のある人は、主 治医の許可 は無料です も開催は計 12 回 で、 、受講料

■健康い 開催時間 き (1 時

■さんちゃん健康体操 日時 参加するほどちゃ 週月曜日(祝日休み) 4月5日~ んと健康

いる人はご遠慮ください※他のサークルや教室で運動をして≫対象 赤岡町在住の人 場所 13 時 30 毎週月曜日 (祝日休み) 赤岡保健センタ:3分~14時30分 6 月 28 日

講師 池添健康運動指導士

■申込み・問い合わせ

公民館の催し案内

① 本 村 ②岸本公民館▼ 住の 月5日~6月28日 毎週木曜日(祝日休み)人▼4月1日~6月 市在住の 毎 申込み・問い合わせは各公民館へ

場所・対象など 公民館▼ 本村地区

野市中央公民館

高齢者生涯学習講座

平成22年度サークル設立サポート事業 野市町高齢者学級

フォークダンス教室(初級) ■対象 市在住の60歳以上の人

佐古防災コミュニティセンタ・ 5月11日~6月29日 (毎週火曜日) 14:00~16:00

■参加費 1,500円(全8回分)

こうなんスポ

クラブ

NPO法人

■講師 岡本敏之&岡本セツ子 (日本フォークダンス連盟1級指導員)

グラスアート教室(5月6日より)

のいちふれあいセンター

■開催日時 毎月第1·第3木曜日 13:30~15:30

■定員 先着10名 ■参加費 1回1,000円

■対象

中学生以上

■開催時間

20時~21時

■受講料

(初回800円) 1回1,000円程度

武田由実(日本グラスアート協会認定)

ベリーダンス教室(5月12日より)

のいちふれあいセンター

(各コース先着20名

5月~7月(水曜日開催/全10回)

①ゆったりベリーダンスコース

②しっかりベリーダンスコース

18時45分~19時45

**■開講期間** 5月~23年3月

手作りキャンドル教室

■受講料 年間500円

■場所 のいちふれあいセンター

(各コース先着15名) 小学生以上 ※小学生は保護者同伴

■場所 のいちふれあいセンター

各500円(材料費別)

■講師 藤岡佐和(キャンドルアーティスト)

■開催日時など

①フローティングキャンドル 水に浮くバラの形のキャンドルを

2つ作ります。 5月8日(土)10時~12時 材料費1,000円

②ケーキキャンドル

ルを作ります。 5月22日(土)10時~12時

ケーキとプリンのキャンド

材料費2,000円

ウルマー・カンマー・ソリステン

弦楽とピアノによるコンサート

■場所 のいちふれあいセンターサンホール ■開催日時

4月19日(月)18:00開場/18:30開演 ■入場料 2,000円(全席自由)

■ヴァイオリン ユリウ・ベルトーク 磯村みどり

■ヴィオラ 磯村寿彦 ■チェロ ハルトムート・マイヤー 各5,000円(全10回分) ■講師 中川知香 ミヒャイ・ウングリアーノ ■ピアノ

■申込み受付開始日 初心者・・・4月1日(木

経験者・・・4月9日(金

飲み物、タオル、あれば腰

夜須中央公民館

高齢者生涯学習講座 高齢者講座

■対象 市在住の60歳以上の人

夜須中央公民館

■受講料 年間500円

■開講期間 4月~23年3月

紙テープで作るかご教室

夜須中央公民館

■日時 4月18日(日)9時~12時

■対象

小学生高学年以上で市在住または 在学・在勤の人(先着25名)

■材料費 700円

■持参するもの 剪定ばさみ、定規(30cm以上) 洗濯ばさみ(20個以上)

■申込み締切り 4月12日(月)

親子クッキング教室

IHクッキングヒーターを使って、 どらやきと豆腐ドーナツを作ります。

夜須中央公民館 ■日時 5月8日(土)13時~15時

市在住の親子(先着10組20名) ※子どもは小学生以上に限ります

■持参するもの エプロン ※材料費・受講料などは必要ありません

■申込み締切り 4月30日(金)

ビーズアクセサリー教室

夜須中央公民館

■日時 5月23日(日)9時~12時

小学高学年以上で市在住または在学・ 在勤の人(先着15名)

■材料費 600円~1,200円

※選んだキットによって金額が変わります

■申込み期間 4月19日(月)~5月18日(火)

広報こうなん2010.4

-青年会

■日時 (小雨決行)

15 時

振込先の預金通帳・印鑑

一申請に必要なもの

特定健診受診券・受診者の

3匹の子ブタ しまっ す冒険物語…果たして純 共に、はりまや橋から落ちて を見つけるが…。かんざしと の末、はりまや橋でかんざし たった!? たのは、 た純信とお馬を待っ なんと幻の異世 シンデ たちと織り ラ

とお馬の行く末はい

E 7.

■日時 ※公演後、募金活動を行い、海&のいちふれあいセンタ ■場所(全席自由·入場無料) る県内の中高生への助成金、募金活動を行い、海外留学 4月18日(日)14時

者で、受診結果を提供.

る 40

受診結果を提供している40~74歳の国保加入りの受診を予定され

ツ

平成23年3月末までに

人間ドック健診費助成

学生納付特例制度

■問い合わせ 土佐弁ミュージカル実行委員会 青年 会

■助成を希望する人は…

民保険課で助成の申請を

ックを受診する前に、

■助成金額

808円

診項目分の費用を助成します ただける人には、市が特定健

第54回土佐赤岡 どろめ祭り

受け付けます。(男女合計・先着 者を、当日10時より会場にて や地引網、 () 催 大杯飲み干し大会の参 名物「大杯飲み干 しが盛りだくさんです。 どろめ音頭など楽 し大会」 加

費用が差し引かれます。

動的に特定健診項目

診票を持参することにより、

次の機関では、特定健診受 助成の申請が不要な機関

25人)奮ってご参加くださ

細木病院

厚生年金リ

IJ

テ

高知検診クリニック 総合保健協会

## **☎**088−823−9605

## ジカル

純信とお馬は、幾多の苦難

土佐弁ミュー

「かんざしファンタジー

定座席料を含みます 酒2合、 場所 4月25日(日)10時 、どろめ汁、 赤岡海浜

会券販売· 7 合わせ 54 香南 どろめぬた、 市商工会

受診をされる前に市民保

くても申請が出来ますので

■承認を受けた期間は…

22年4月から23年3月まで

老齢基礎年金や

障害基

礎

る人は、特定健診受診券が

クを受診され

■承認期間

の他: 3 市役所商工水産

課で申請してくださ ■問い合わせ

> 受け取る年金額を満額に近 格期間に算入されます。将来、

けるためにも10年以内に

7

納付(追納)

役所市民保険課

は、申請により保険料の納付が義務付けられますが、学生 保険者となり、保険料の納付 制度」を利用することがで が猶予される「学生納付特例 20歳になると国民年金の

一学生納付特例 制度とは 、承認を 1)

以上の学生で、学生本人の前修学校などに在学する2歳高等学校、高等専門学校、専 大学(大学院) 18万円 短期大学

(平成21年度の所得基準)

0 8 8 - 8 6 4 -市役所市民保険課 南国年金事務所 日本国内のすべての

■対象者 受けた期間は未納の取 会人になってから納付する在学期間中の保険料を社 ことができる制度で、 となりません

場合がありますのでご注意ください、米申請が遅くなると、万が一の時に※申請が遅くなると、万が一の時に金窓口に申請してください。 承認を受けた人も、再度申請が※申請は毎年度必要です(前年 申請に必要なもの 市役所市民保険課·国民年

署名の場合は不要) など 証明書)、年金手帳、 学生証の写し (または在学 ED. (前年度に **|鑑(本人** 

> お昼は1人1,000円でカラオケ唄い放題! 二次会にもど~ぞ♪ 夜はカラオケスナック♪ マスター&ママこだわりの

クです

申請手続き

険料を納付す

るほうがオ

★マスターは元・第15普通科連隊四中隊の隊員です AM11:00~PM4:00

PM 6:30~AM12:00/カラオケラスト\ 定 休 日 毎週水曜日

龍馬が愛した長崎の地酒「梅が枝」あります! 香我美中学校□

額に応じた額が加算されます料控除等がある場合は、その数や金※扶養親族等がいる場合や社会保険

広告

金、遺族基礎年金の受給資

本格派・旨い焼酎をぜひ味わってみてください。

済的に余裕がある場合は、加算額がかかりますので、

保 経

年度目以降に追納する場

合

、当時の保険料に一

定の

承認を受け ましょう。 さかのぼっ

た年度から3

香南市野市町中ノ村357-1 🏗 54-0678

20台駐車可能◆代行準備OK!