

親子で集う
生活習慣改善教室

子どもたちが健康に過ごすためには特に食習慣の完成期にある発育期が重要です。親子で生活習慣病予防の基礎知識を身につけられる楽しい教室にお誘い合わせのうえお気軽にご参加ください。
～参加は無料、子どもたち全員に素敵な記念品をプレゼント！～
日時 8月31日(日)13時～15時
会場 鷹巣体育館
対象 5～12歳くらいまでの子どもとその保護者等
内容 リズム体操 / 健康げき(グループかぜ) / お医者さんのお話 / 健康相談
持ち物 内ズック
申込締切 7月25日(金)
申込み・問合せ
保険課 ☎62-1118

北秋田広域
カントリーエレベーター
愛称募集

愛称の内容 「北秋田の自然・風土」、「施設の特徴」、「米づくりへの思い」のうちいずれかが伝わるもの
愛称の文字数 10文字程度
応募締切 6月30日(月)到着分まで
応募方法 所定の用紙に愛称、住所、氏名などを記入のうえ下記まで申込みください
報賞 総額5万円の報奨金
但し同一愛称の応募が複数の場合はその人数で分配
選定 当組合理事会で選定
申込み・問合せ
北秋田地域カントリーエレベーター利用組合
☎72-4188

幼少期から健康的な食習慣を身につける
『食育探健隊員』を募集します

楽しい体験活動を通し、親子で食育について学ぼう！
クッキング・軽い運動・世代交流・自然観察など楽しい企画がいっぱいです。

	食育キッズコース	食育ジュニアコース
1回目	7月 9日(水)	7月26日(土)
2回目	10月30日(木)	8月 6日(水)
3回目	2月26日(木)	12月13日(土)
対象	入園前の児童とその家族	小学校低学年のこどもとその家族
時間	10:00～12:30	9:30～14:00
場所	市保健センター、森吉保健センター、地域の会館等	
参加費	大人 300円 こども 200円(食材料費として)	

申込締切 6月25日(水)
募集人員 20名(先着順)
各コース3回参加を原則とします
毎回調理実習と試食があります
申込み・問合せ 保健センター ☎62-6666



介護予防講座の受講案内《7月～9月》

7月～9月までの介護予防講座を実施します。今回も月1回、講義のあとに色々なお楽しみの時間もありますので、ぜひ参加してみてください。なお受講は原則7月～9月までの全講座を対象としておりますので、3ヶ月分をまとめてお申込みのうえ登録をお願いします。申込みの際には、電話で名前・住所をお知らせください。

時間 13:30～15:30 場所 げんきワールド

開催日	テーマ	講師・内容
7月11日	懐かしのメロディーとゲーム指導	講師 斉藤 清さん レクで身も心もリフレッシュ
8月 8日	介護保険外サービスについて	講師 市福祉事務所 介護保険担当職員
8月22日	介護保険の勉強会	住み慣れた地域や在宅で生活するためには？
9月 5日	自分らしい生活を維持するために	講師 地域包括支援センター職員 包括支援センターからの報告
9月26日	折り紙講座	講師 相馬 智子さん 子どもの頃に帰って

申込み・問合せ
介護予防拠点施設「げんきワールド」 ☎60-1335

国民年金の納付等について
委託業者から電話でご案内しています

国民年金の納付等のご案内について、社会保険事務所職員や委託業者からお電話させていただくことがあります。案内を行う委託業者は、一般競争入札により決定し、個人情報の取り扱い等については守秘義務を課すなど、適切な管理のための必要な措置を講じております。

委託業者名 株式会社 トライアイ
発信通知電話番号 045-411-8001
お電話する時間帯 午前9時～午後8時
(土・日・祝祭日を含む)

発信通知電話番号は発信専用ダイヤルですので、お電話の内容等へのお問い合わせにつきましては、恐れ入りますが最寄りの社会保険事務所へお願いいたします。
委託業者のため、事前に納付状況等を確認させていただいた上でお電話させていただきますので、お電話した時点での納付状況等との間にタイムラグが生じる場合があります。ご了承ください。
問合せ 鷹巣社会保険事務所 ☎62-1497

石綿(アスベスト)
健康被害者のご遺族の皆様へ

平成13年3月26日以前に石綿による疾病で死亡された労働者のご遺族で、時効により労災保険給付を受ける権利が消滅した方は、特別遺族給付金が支給されます。

この給付金は、石綿救済法施行後3年以内に請求しなければならず、請求期限が平成21年3月27日までとなっており、それを過ぎると支給を受けることができなくなります。

請求の手続きなどのご相談については、下記までお問合せください。

問合せ 大館労働基準監督署
☎0186-42-4033

ご存知ですか？フィルタリング(有害サイトアクセス制限サービス)

インターネットは、仕事や暮らしに必要な情報の収集から、お店の予約や旅行の手配など、今では私たちの生活の様々な場面で欠かせないものとなっています。しかし、インターネットを利用していると子どもたちに見せたくない情報に行き当たることはありませんか？出会い系サイトやアダルトサイト、暴力的なサイトや自殺サイトなどなど...。このようなサイトを通じて、子どもが事件に巻き込まれ、被害に遭うケースが少なくありません。インターネット上の有害情報や犯罪から子どもを守るための有効な対策が「フィルタリング(有害サイトアクセス制限サービス)」なのです。以下のような方法で対処することによってアクセスを制限することが可能です。

携帯電話・PHSの場合

携帯電話・PHS各社は、フィルタリングサービスを無料で提供しています。
子どもが契約者となっている場合でも保護者からの申込みが可能です。
申込みは各社ショップ店頭、インフォメーションセンター、webサイト、モバイルサイトから可能です。



パソコンの場合

フィルタリングソフト(家電量販店などで販売されています)をパソコンにインストールする。
プロバイダが提供しているフィルタリングサービスに加入する。



子どもとインターネットの使い方について相談しましょう

フィルタリングを設定すれば、すべての問題が解決するわけではありません。お子さんの年齢にあわせて、1日にインターネットを使用する時間や不用意に名前、住所、電話番号などの個人情報が特定される書き込みをしないなど、インターネットの使い方に関する家庭でのルールを決めましょう。

詳細や問合せについてはご利用の携帯電話会社やプロバイダーサービス会社まで