

プランクのある看護師支援

◇日時：2月14日④13時～16時30分◇場所：ニチイケアセンター一関(青葉町)◇対象：看護師・准看護師の資格がある人◇申込期限：2月13日④17時15分 \*要予約◇その他：参加無料、当日は資格証写しを持参(㈱ニチイ学館北上支店 ☎0197⑥2082)

子どもスキー教室

◇日時：2月8日④10時～15時◇場所：まつるバスノード◇対象・定員：初心者小学生20人◇費用：1000円(昼食・入浴料込み)◇申し込み：3日前までに電話で④いちのせき健康の森 ☎2020

日曜大工の基礎を学ぶ

◇日時：2月5日④7日④13時30分～16時30分◇場所：一関職業訓練校◇費用：2500円(材料代)◇対象・定員：市内在住の成人・15人◇申し込み：1月17日④までに電話で④舞川公民館 ☎2111

第27回高文連一関支部高等学校合同作品展

◇日時：1月24日④15時～18時、25日④9時～17時、26日④9時～15時30分◇場所：なのはなプラザ◇入場料：無料④一関学院高校(阿部) ☎4240

相談

移動交通事故相談 ◇日時・場所：毎月第1④・花泉支所、第1④・大東支所、第2④・千厩支所、第2④・東山支所、第3④・川崎支所、第3④・室根支所、第4④・藤沢支所 \*いづれも10時～15時、④⑥以外  
は本庁、⑥は除く④本庁生活環境課 ☎8342

交通事故相談(予約制)

◇日時・場所：2月4日④13時～15時・千厩支所◇予約：前日正午までに④市消費生活センター千厩相談室 ☎3957

法律相談と行政相談

【無料法律相談】(予約制・先着順)◇日時・担当弁護士：▼2月6日・熊本賢吾、13日・小原恒之、20日・赤津聡、27日・山崎正敏(敬称略) \*いづれも④10時～15時◇場所：市役所本庁◇予約：1月31日④⑥本庁生活環境課 ☎8342

行政相談◇日時・場所

▼2月4日④13時30分～16時30分・大東コミュニティセンター▼6日④13時～16時・室根支所▼13日④13時30分～16時・川崎防災センター▼14日④10時～正午・一関市社協藤沢支所▼18日④10時～正午・花泉支所▼20日④9時

使用済み小型家電回収事業を開始しました

一関地区広域行政組合は、1月8日から使用済み小型家電の回収事業を開始しました。小型家電には金、銀、レアメタルなど貴重な有用金属が多く含まれています。◇日時：1月19日④7時～10時◇交通規制：観閲と分列行進のため、①市総合防災センター前(料亭音羽角)～大浪せんべい店角)が8時～10時②大町通り(駅前交差点)～相川屋駐車場角)が9時～10時30分(全面通行止め)になります④消防本部消防課 ☎5912

20歳になったら国民年金

20歳以上60歳未満の国民に国民年金保険料を納めることが義務付けられています。国民年金は、老後の生活保障だけでなく、使用済み小型電子機器等の再資源化の促進に関する法律(25年4月1日施行)「小型家電リサイクル法」に伴い、これを資源化し、国内で循環する仕組みができました。家庭ごみ収集とは別に小型家電を回収しますので、協力をお願いします。対象品目や回収方法など、詳しくは問い合わせください④一関清掃センター ☎2157

1月15日④～受け付け開始 生涯スポーツ教室

①ジュニア陸上教室(一関) ◇期日…2月1日～3月1日毎④(全5回)10:00～11:30◇場所…産業教養文化体育施設「アイドーム」◇対象・定員…市内の小3～6年生・30人◇費用…500円④市総合体育館 ☎3111

②スタートヨガ(藤沢) ◇期日…2月20日～3月20日毎④(全5回)10:00～11:30◇場所…ニコニコドーム◇対象・定員…市内に居住または勤務する人・20人◇費用…500円④藤沢B&G海洋センター ☎5551

③よちよちペンギン ◇期日…2月13④、18④、20④、25日④(全4回)16:00～17:00◇場所…千厩アイスアリーナ◇対象・定員…市内に居住または勤務する親子(3歳～就学前)・20組◇費用…500円④市総合体育館 ☎3111

④すいすいスケート ◇日時…2月13④、18④、20④、25日④(全4回)18:30～20:00◇場所…千厩アイスアリーナ◇対象・定員…市内に居住または勤務する人・30人◇費用…500円④市総合体育館 ☎3111

◇日時・場所：①2月12日④・市役所本庁②2月26日④・千厩支所 \*いづれも10時～15時◇予約：前日17時までに④市消費生活センター一関相談室 ☎8342②同千厩相談室 ☎3957

多重債務者弁護士無料相談(予約制・先着順)

◇日時・場所：①2月12日④・市役所本庁②2月26日④・千厩支所 \*いづれも10時～15時◇予約：前日17時までに④市消費生活センター一関相談室 ☎8342②同千厩相談室 ☎3957

信用生協の相談

【多重債務整理・消費者救済資金融資相談(予約制)◇日時・場所：①2月19日④・市役所本庁②2月25日④・藤沢支所 \*いづれも10時～13時予約：前日17時までに④市消費生活センター一関相談室 ☎3842②藤沢支所市民課 ☎2111【無

料法律相談(予約制)◇日時・場所

▼2月13日④10時～13時・千厩支所◇予約：前日17時までに④市消費生活センター千厩相談室 ☎3957【多重債務整理・消費者問題の相談】◇多重債務整理のための消費者救済資金の融資相談・暮らしとお金の安心相談(予約制)：毎月④9時～17時◇弁護士・司法書士による消費者問題の相談(予約制)：毎月④16時～、毎④17時 \*場所は、いづれも信用生協一関事務所④消費者信用生活協同組合一関事務所 ☎26031

心配ごと相談所

【通常相談】◇日時：2月6、13、20、27日、毎④10時～15時◇場所：市総合福祉センター【移動相談】(要予約)◇日時：2月14日④10時～15時◇場所：花泉総合福祉センター、大東保

一関税務署から記帳・帳簿等の保存制度のお知らせ

1月から、記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されます。個人の白色申告者のうち前々年分あるいは前年分の事

お知らせ

女性のための相談 ◇日時：1月29日④、2月14日④10時～16時◇場所：女性センター1相談室◇対象：市内在住の女性 \*匿名可、要予約④女性センター ☎2145



岩手県立磐井病院附属花泉地域診療センターについて

当診療センターは、24年4月から県立磐井病院の附属診療センターとして運営しています。診療科目は内科と外科です。内科は午前と午後、外科は下表のとおり曜日によって診察時間が異なります。また、特殊外来として「頭痛外来」と「物忘れ外来」を毎週火・金曜の午後に行っています。

加速する高齢化や地域の限られた医療資源を考えた時、自分の健康について何でも相談できる「かかりつけ医」をもつことはとても大切です。当センターは、今後も地域の医療機関との連携を深めながら、地域の人を支える医療に貢献していきたいと考えています。

Table with columns: 診療時間, 月, 火, 水, 木, 金. Rows: 内科 (午前/午後), 外科 (午前/午後), 頭痛外来, 物忘れ外来.

- 受付時間…午前8:30～11:30 / 午後13:30～16:00
- 休診…④⑥⑧、年末年始
- 診療時間…都合により変更になることがあります。電話で確認してからお出かけください
- 再来…原則予約制です。次回の予約票をお渡しします
- 診療の予約・問い合わせ…☎0191・82・1231

健康づくり課(一関保健センター内) ☎2160

なく、病気やけがで障害が残ったときや、一家の働き手が亡くなったときなど、あなたの家族を守ってくれます。20歳になったら国民年金に加入を。(20歳前に就職して厚生年金等に加入している人は手続き不要)④一関年金事務所 ☎4246

東日本大震災に伴う介護保険サービスマイル減免延長

東日本大震災で被災した人の介護保険サービスマイル利用料の減免を26年12月分まで延長します。◇対象：震災で被災者またはその人と同居する世帯の生計を主として維持する人が次の

いづれかに該当する場合①死亡した場合②障がい者になった場合③行方不明の場合④自ら居住する住宅(借家を除く)に、その住宅の価格の10分の2以上の損害を受け、かつ、被保険者等の前年中の合計所得金額の合計額が1000万円以下の場合⑤23年3月から24年2月までの所得金額が、前年中の合計所得金額等の2分の1以下に減少した場合(主たる生計維持者の前年中の合計所得金額等が600万円以下であること)◇減免割合：損害の割合、合算合計所得金額等により、利用料の全額または利用料の10分の3から10分の7に減免④一関地区広域行政組合介護保険課 ☎3223

文化センター利用者日程調整会議

ホールの貸し切り予約は「利用者日程調整会議」で受け付けます。会議は3カ月ごとに開催しています。◇日時・会場：2月20日④8時30分(時間厳守)・一関文化センター展示室◇対象年月：26年9月、11月分◇会場空き状況：2月6日④以降に館内とホームページに掲示◇申し込み：2月16日④までに申込書 \*未提出の場合、提出した人の日程調整後に受け付け④一関文化センター ☎2121

●1月は市県民税第4期、国民健康保険税第7期の納期です。納期限は1月31日④です。納期限内に納付しましょう。納付は口座振替が便利です。一関市納税貯蓄組合連合会