

今月のお知らせ

国民年金

国民年金の追納

国民年金保険料の免除・納付猶予・学生納付特例を受けた期間は、保険料を全額納付したときと比べて、受け取る老齢基礎年金額が少なくなります。

免除などの期間の保険料は、10年以内であれば、さかのぼって納付できる「追納申込」があります。将来受け取る年金額を満額に近づけるためにも、追納をお勧めします。追納保険料は、免除などの承認を受けた年度の翌年度から数えて3年度目以降になると、当時の保険料の経過期間に応じた加算額が追納保険料に上乗せとなります。

追納期間や追納保険料の金額、納付方法など、詳しくはお問い合わせください。

問 古川年金事務所 ☎23-1200
市民課年金係 ☎23-6079
または各総合支所市民福祉課

子育て支援

コアラの広場

日時 12月13日(木) 10時～11時30分
場所 鹿島台中央児童館
内容 クリスマス会
対象 就学前の子どもとその親
持ち物 飲み物
問 鹿島台中央児童館 ☎56-4672

ぽっかぽか広場

日時 12月12日(水) 10時～11時30分
場所 三本木児童交流センター
内容 クリスマス会
対象 就学前の子どもとその親
問 三本木児童交流センター ☎52-2078

わんぱくタイム

日時 12月19日(水) 10時～12時
場所 鳴子川渡児童館
内容 みんなで楽しいクリスマス会！
対象 就学前の子どもとその親



12月の巡回 移動図書館車「さらり号」

5日(水)・19日(水)	①真山地区公民館(9:50～10:35) ②スーパーセントラートラスト岩出山店(10:55～11:40) ③あ・ら・伊達な道の駅(13:20～14:05) ④ウジエスーパー岩出山店(14:25～15:10)
7日(金)・21日(金)	①下伊場野水辺の楽校駐車場(10:00～10:45) ②松山駅前区集会所(11:05～11:50) ③三本木総合支所駐車場(13:50～14:35) ④南谷地集会所(14:40～15:25)
12日(水)・26日(水)	①大貫地区公民館(10:45～11:30) ②沼部公民館(13:00～13:45) ③ウジエスーパー田尻店(13:55～14:40)
13日(木)・27日(木)	①鬼首地区公民館(11:05～11:50) ②湯めぐり駐車場(13:35～14:20) ③川渡地区公民館(14:35～15:20)
14日(金)	①鹿島台総合支所駐車場(10:45～11:45) ②鹿島台公民館(13:00～14:00) ③鹿島台第二小学校跡地(14:20～15:05)
4日(火)・18日(火)	①中山コミュニティセンター(10:50～11:35) ②有備館駐車場(13:30～14:15) ③古川清滝地区公民館(15:00～15:45)

※悪天候などの事情で、巡回を中止・変更する場合があります。

料金 200円
持ち物 タオル、飲み物など
申込 12月12日(水)まで電話で申し込み
問 鳴子川渡児童館 ☎84-7424

みんなともだちの日

日時 12月5日(水) 10時～11時
場所 古川西保育所
内容 クリスマス会
持ち物 飲み物、着替え、防寒着など
問 古川西保育所 ☎22-0983

じどうかんであそぼう

日時	場所・申込先	内容
12月10日(水)	古川中央児童館(☎23-0430)	サンタさんとクリスマス会♪
12月11日(水)	古川東児童センター(☎23-1055)	クリスマスだよ！交通安全
12月12日(水)	古川南児童センター(☎22-3610)	たのしいクリスマス
12月14日(金)	古川大宮児童センター(☎23-1120)	たのしいクリスマス
12月18日(水)	古川稲葉児童センター(☎24-8513)	メリークリスマス

時間 10時30分～11時30分
対象 就学前の親子
申込 古川稲葉児童センターのみ事前に電話で申し込み
問 各児童館・児童センター

講座

簡単ヨガ体操ルーシーダットン教室

深い呼吸とともに、ゆったりとした動きで全身をほぐしませんか。
日時 12月5日(水)・19日(水)、平成31年1月9日(水)・23日(水)、2月6日(水)・20日(水)、3月6日(水)・20日(水) 10時～11時
場所 松山B&G 海洋センター
定員 先着20人
料金 1回500円
持ち物 運動着・靴・飲み物・タオル・ヨガマットまたは大きいバスタオル
申込 電話または当日会場で申し込み
問 大崎市体育協会松山支部 ☎55-2800

健康ココ・カラセミナー

健康レシピや歯磨き小顔エクササイズで「医食同源」を学びませんか。
日時 12月10日(水) 9時30分～13時30分
場所 古川保健福祉プラザ(フプラザ)
対象 70歳以下の市民
内容 栄養講話、調理実習、講話など
定員 先着25人
料金 500円(昼食代含む)
持ち物 みそ汁またはスープ100ml、米0.5合、エプロン、飲み物、三角巾
申込 事前に電話で申し込み
問 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311

リサイクルデザイン体験教室

口共通
場所 リサイクルデザイン展示館
申込 12月1日(水)から電話で申し込み
口手芸体験
日時 12月18日(水) 10時～15時
内容 干支(イノシシ)の額入れ
定員 先着15人
料金 1,300円
持ち物 両面テープ、昼食、上靴
口木工糸のこ体験教室
日時 12月19日(水) 10時～12時、13時～15時
内容 干支(イノシシ)の置物
定員 午前・午後各先着5人
料金 500円
持ち物 上靴
問 リサイクルデザイン展示館 ☎24-5275

宮城県防災指導員養成講習

地域や事業所などで防災対策に関する活動のリーダー「宮城県防災指導員」を目指しませんか。
日時 1月26日(土) 9時～17時
場所 市役所本庁舎北会議室2階
内容 災害に関する基礎知識や防災対策、自主防災組織の活性化方法、災害図上訓練、避難所運営ゲームなど
定員 先着50人
料金 1,000円
申込 防災安全課に直接申し込み
問 防災安全課危機防災担当 ☎23-5144

第6回市民公開講座「がんを知って、がんを遠ざけよう」

がんの現状やがんを遠ざける生活習慣、運動療法を紹介します。
日時 12月15日(土) 10時30分～12時
場所 大崎市民病院本院3階
定員 先着50人
申込 12月12日(水)まで本院・各分院・診療所へ直接申し込みか電話、または氏名・参加人数・電話番号を記入したファクスかEメール(soumu-och@h-osaki.jp)のいずれかで申し込み
問 大崎市民病院総務課総務係 ☎23-3311 ㊟23-5380

中央公民館の講座

口ばそこんジョイ・サロン
12月4日(火)・18日(火) 9:00～12:00
公民館のパソコンが利用できます。初めての人は、電源の入れ方やマウスの使い方などの実習ができます。経験者は、操作していて疑問に思ったことを相談しながら解決できます。 **参加費:無料**

口パソコン教室「ワードのショートカットキーを使いこなす」

12月19日(水) 18:30～20:30
早くきれいに正確にワード文書を作成する技を覚えます。 **定員:先着8人**
参加費:300円(資料代) **持ち物:データ保存用の媒体。ノートパソコン持参可能** **申込:12月14日(金)まで電話で申し込み**

古川総合スポーツ大会

問 古川総合体育館 ☎24-0511
対象:古川地域に住んでいる人、古川地域に勤務や通学している人

口ハンドボール 日時:1月26日(土)・27日(日) 9:00～ **場所:古川総合体育館**
種目:監督1人・選手15人・マネージャー1人の計17人でチーム編成、26日:高校の部(男・女)、27日:一般の部(男・女) **参加費:1人100円** **申込:1月17日(水)までハンドボール協会事務局に申し込み**

古川総合体育館・市民プールのスポーツ教室

古川総合体育館の教室 **問 古川総合体育館 ☎24-0511**

口キッズスキースクール
開催日:1月20日(日)・27日(日)、2月3日(日) 時間:10:00～15:30 **場所:オニコウベスキー場** **対象:未経験者、初級・中級程度の小学生** **定員:20人** **費用:4,200円(3回分)、リフト代や貸しスキー代は別途** **持ち物:昼食** **申込:1月11日(金)まで、古川総合体育館窓口に費用と印鑑を持参して申し込み**

口大崎市民スキーレッスン
開催日:1月20日(日)・27日(日) 時間:10:00～15:30 **場所:オニコウベスキー場** **対象:未経験者、初級・中級程度の市民** **定員:20人** **費用:4,000円(2回分)、リフト代や貸しスキー代は別途** **持ち物:昼食** **申込:1月11日(金)まで、古川総合体育館窓口に費用を持参して申し込み**

口ソフトテニス(12月～3月)
開催日:土曜日 時間:9:00～12:00
対象:小学生 **費用:2,100円(2カ月)**

口バドミントン
開催日:火・木曜日 時間:10:00～12:00
対象:18歳以上の男女 **費用:2,000円(1カ月)**

市民プール アクア・パルの教室 **問 アクア・パル ☎24-5000**

口水泳教室(2日間短期教室)
期日:12月23日(日)・24日(月) 時間:10:00～11:00 **対象:5歳～小学低学年** **定員:15人** **費用:2,160円(2回分)**

口水泳教室(2回水泳体験教室)
期日:12月1日(土)～26日(水)のうち2日間 時間・対象:15:30～16:30:5歳～小学校低学年、16:30～17:30:小学生 **定員:各10人** **費用:2,160円(2回分)**

口体育教室(2回体育体験教室)
期日:12月1日(土)～21日(金)の木・金・土曜日のうち2日間 時間・対象:木・金曜日15:30～16:30:5歳～小学2年生、木・金曜日16:30～17:30:小学生、土曜日10:00～11:00:5歳～小学2年生、土曜日11:00～12:00:小学生、 **定員:木・金曜日:各10人、土曜日:各5人** **費用:2,160円(2回分)**

※詳しくはお問い合わせください。