**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。

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　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

鹿島台中央児童館 56-4672

**ぽっかぽか広場**

日時　12月12日　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

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　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

料金　200円

持ち物　タオル、飲み物など

申込　12月12日まで電話で申し込み

鳴子川渡児童館 84-7424

**みんなともだちの日**

日時　12月5日　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

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 | 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 | 古川東児童センター（23-1055） | クリスマスだョ！交通安全 |
| 12月12日 | 古川南児童センター（22-3610） | たのしいクリスマス |
| 12月14日 | 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 | 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

各児童館・児童センター

**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・19日、平成31年1月9日・23日、2月6日・20日、3月6日20日　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

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　9時30分～13時30分

場所　古川保健福祉プラザ（f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

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**

**共通**

場所　リサイクルデザイン展示館

申込　12月1日から電話で申し込み

**手芸体験**

日時　12月18日　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

**木工糸のこ体験教室**

日時　12月19日　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

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　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

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　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

大崎市民病院総務課総務係　電話23-3311 ファクス23-5380

**中央公民館の講座　中央公民館 22-3001**

**ぱそこんジョイ・サロン**

12月4日・18日　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

**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 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日まで電話で申し込み

**古川総合スポーツ大会　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

ハンドボール　日時：1月26日・27日 9:00～　場所：古川総合体育館

種目：監督1人・選手15人・マネジャー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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　古川総合体育館 24-0511

**キッズスキースクール**

開催日：1月20日27日、2月3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

**大崎市民スキーレッスン**

開催日：1月20日27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日まで、古川総合体育館窓口に費用を持参して申し込み

**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）

**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　 アクア・パル 24-5000**

**水泳教室（2日間短期教室）**

期日：12月23日・24日　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）

**水泳教室（2回水泳体験教室）**

期日：12月1日～26日のうち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）

**体育教室（2回体育体験教室）**

期日：12月1日～21日の木・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。