

健康

内臓すっきり教室

調理実習、運動実技、血液検査、個別相談などを行う

回 8月19日(火)～11月18日(火)のうち計8回
 所 教育・福祉センター、総合体育館、保健センター

対 30～64歳の方 定 20人 申し込み順
 申 8月1日(金)～14日(木) (土・日曜日を除く)に電話またはHPで 健康支援課
 電 (32) 6410

血液サラサラ生活習慣病予防教室

回 8月22日(金)Ⅱ講話、血管年齢測定
 8月29日(金)Ⅱ調理実習 いずれも10時～12時

所 教育・福祉センター 対 30～69歳の方
 定 20人 申し込み順 ※未就学児の託児あり(定員5人)

申 8月1日(金)～14日(木) (土・日曜日を除く)に電話またはHPで 健康支援課
 電 (32) 6410

暮らし

国保加入者の特定健診を実施します

生活習慣病を予防するため、特定健診を受診しましょう。 ※夜間・日曜健診も実施しています。(予約状況により日程の変更をお願いすることがありますので、お問い合わせください)

期 平成27年1月31日まで (これから75)

8月は食品衛生月間です。「食中毒を防ぎましょう」

詳細 苫小牧地方食品衛生協会 電(34)4024 市環境生活課 電(32)6333

苫小牧市中小企業融資制度

詳細 市商業観光課 電32-6447
 苫小牧中小企業相談所 電33-5454
 (利率は平成26年7月1日現在)

資金名	融 資 条 件				融資利率
	資金用途	融資限度額	融資期間	据置期間	
小規模経営改善資金	運転資金	1企業 1,000万円	7年以内	1年以内	1年以内 年0.7%
	設備資金	1企業 1,200万円	12年以内		1年超 年1.3%
中小企業振興資金	運転資金	1企業 3,000万円	7年以内	1年以内	1年以内 年1.2%
	設備資金	1企業 4,000万円	12年以内		5年以内 年1.7%
店舗近代化設備資金	設備資金	1企業 5,000万円 1組合 8,000万円 テナント入居資金 2,000万円	15年以内	2年以内	年1.3%
	設備資金	1企業 2,000万円	10年以内	半年以内	年1.5%
中小企業環境保全施設資金	設備移転資金	1件 3,000万円	10年以内	1年以内	年1.1%
	低公害導入資金	1企業 2,000万円			

取扱金融機関 北洋銀行、北海道銀行、北陸銀行、苫小牧信用金庫、北央信用組合、室蘭信用金庫の苫小牧市内各支店

*運転資金・設備資金については、比較的利利な小規模企業経営改善資金・中小企業振興資金があります。また、小規模企業経営改善資金については、北海道信用保証協会に支払う信用保証料を資金使途別に上限30万円まで補助する制度もありますので相談ください

年金は口座振替の利用がお得です

●通常の翌月末振替を当月末振替にする早割制度を利用すると、毎月の保険料が50円割引になります ●2年、1年または半年分を口座振替で前納すると、納付書での前納よりもさらに割引になります (申し込みには期限があります)

申 年金手帳または納付書、預金通帳、通帳印を持参し、金融機関または年金事務所 所 ●下半年 6カ月分 (10月～翌年3月)は8月末までに申し込みが必要
 詳 苫小牧年金事務所 電(36)6135
 市国保課 電(32)6429

高丘霊園の使用者を募集

回 2年以内に墓石か塔婆を建立でき、現

みんなの消費生活展 ～出展団体とステージ参加団体を募集します～

回 11月15日(土)、16日(日) いずれも10時～15時 所 市民活動センター

参加資格 ●出展Ⅱ消費者活動を行う団体および消費生活展の目的に沿った活動をする団体 ※商品・サービスの販売・勧誘など営利活動を除く ●ステージ参加Ⅱ子ども向けのアトラクションを実施できる団体 (両日とも30分～45分程度)
 申 8月20日(水)までに 安全安心生活課
 電 (32) 6306

広 告