

健康

内臓すっきり教室

健康講話、調理実習、運動実技、血液検査、個別相談などを行う

回 8月20日(火)～11月19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 30～69歳の方 定 20人 申し込み順
申 8月1日(木)～14日(水) (土・日曜日を除く) に電話またはHPで 健康支援課
回 (32) 6410

暮らし

空き地の草刈をお願いします

雑草を放置すると周辺住民に迷惑をかけるので早めの対処をお願いします ※空き地の管理が悪い場合は報告します
詳 環境生活課 回 (32) 6333

道路維持課からのお知らせ

■放置自転車を回収します

駅に長期間置いたままの自転車を調査し回収します。7月下旬に置かれているすべての自転車に調査票を30日間付け、その後も置かれている場合は、回収して3カ月間保管してから処分しますので、自転車を置いたままの方は至急引き取ってください ※駐輪場を使用する際は、次のことを守りましょう ●長期間にわたり置かない ●順序良く倒れないように置く ●自転車以外の物は置かない

8月1日(木)～15日(木) 夏休みふれあい入浴 (保護者同伴で小学生以下2名無料) 4日(日) いらべんダー湯 浴場組合加盟6浴場 詳細 環境生活課 回 (32) 6333

■長期駐車自転車はお引取りを

5月13日に移動し保管しています。心当たりのある方はご連絡ください

回収場所 苫小牧駅北口、青葉駅北・南、糸井駅北・南、錦岡駅、沼ノ端駅北口・南口、植苗駅

返還方法 8月12日(月)まで 所定の用紙で

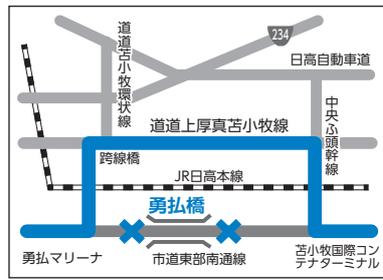
道路維持課 回 (32) 6491

補修工事に伴う「勇払橋」通行規制のお知らせ

期間 8月～平成26年3月 8時～18時

規制内容 片側交互通行(車道幅員3.25m) ※全面通行止めの予定あり

道路河川課 回 (32) 6482



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。5月に郵送した受診券で、詳細を確認してください ※紛失した方は連絡してください

期間 平成26年1月31日まで(これから75歳になる方は誕生日の前日まで)

国保加入者で今年度40歳以上の方(通院・治療中の方も可)

国保課 回 (32) 6425

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 ●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)

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 ※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

苫小牧年金事務所 回 (36) 6135 市国保課 回 (32) 6429

健康の保持増進に関する作品を募集

応募作品 今年度作成で未発表のもの ●標語 応募点数は自由 ●ポスター B3

版画用紙(515mm×364mm) 1人1点

申請 8月23日(金)までに作品に住所、氏名、年齢、職業(児童、生徒の場合は学校名、学年)、電話番号を明記し、直接または

郵送(必着)で 国保課 回 (32) 6425

自衛官募集

募集種別 ①候補生(男子) ②候補生(女子)

③一般曹候補生 ④航空学生

応募資格 ① 18歳～26歳 ② 18歳～20歳 ※年齢は ① ② は採用予定月の1日

現在、 ③ ④ は平成26年4月1日現在

受付期間 ① 年間を通じて ② ③ ④ 8月1日(木)～9月6日(金)

試験日 ① 受付時通知 ② 9月22日(日) ③ 26日(木)のうち指定する1日 ④ 9月16日(月)、17日(火)のいずれか ⑤ 9月22日(日)

詳 自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所 回 (32) 3725

広告