8月4日(日)は「ラベンダー湯」
所浴場組合3浴場
担当課環境生活課

福祉

一般介護予防講演会 「体験型 誤嚥予防講座」

日8月29日(木) 13時30分～15時
所市民活動センター 3階会議室2
対市内在住の65歳以上
講師誤嚥ケアインストラクター (一社)北海道総合在宅ケア事業団 苫小牧地域訪問看護ステーション 言語聴覚士 森田志保氏
定30人 申し込み順
持飲み物(嚥下体験で使用)、タオル
申前日までに電話で 介護福祉課
TEL(32)6347

ネットでも買える! サマージャンボ7億円 (1等5億円・前払賞金1億円含む)
サマージャンボミニ同時発売
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
7月8日発売! 発売期間 7/8日～8/8日 抽せん日 8/23日
宝くじ公式サイト 公益財団法人北海道市町村振興協会 各1枚 300円

暮らし

年金を増やしませんか

将来の年金額を増やす制度として、「付加年金」「国民年金基金」「個人型確定拠出年金」があります。これらの制度に加入すると、納付した保険料や掛金は全額所得控除となります。付加年金は、国民年金加入者が定額保険料に上乗せして月額400円の付加保険料を納付することで、将来の老齢基礎年金の額を増やすことができます。200円×付加保険料を納めた月数が老齢基礎年金の受給額(年額)に上乗せされるので、2年以上受け取ると、納めた付加保険料以上の年金を受け取れます。付加年金の加入は年金事務所または市役所、各出張所(のぞみ、勇払、沼ノ端)で手続きできます。※第3号被保険者、保険料を免除されている方、国民年金基

金に加入している方は付加年金の加入はできません。個人型確定拠出年金と付加年金は同時に加入できませんが、拠出限度額があるため併用できない場合もあります

苫小牧年金事務所 TEL(37)3500
国民年金基金 = 全国国民年金基金
TEL0120 (65)4192 個人型確定拠出年金 = 金融機関など
担当課保険年金課

まつかわ(カレイ科)の採捕制限

まつかわ資源の保護のため、全長35cm未満のまつかわを採捕した場合は、速やかに海中に戻してください
日令和7年8月7日まで
苫胆振海区漁業調整委員会 **TEL**0143 (24)9812 農業水産振興課 **TEL**(32)6452

Jアラート全国一斉情報伝達試験

地震、津波、武力攻撃などの緊急情報を国から伝達するシステムで、試験当日は市内全域の屋外スピーカーや戸別受信機の放送、登録者に防災メールを配信します。また、テレホンサービス **TEL**050(5865)1569で放送内容の確認が可能です
試験実施日時8月28日(水) 11時ごろ
苫危機管理室 **TEL**(32)6280

中小企業の退職金 国の制度がサポートします!

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度で

住民基本台帳の一部の写し閲覧状況(令和5年度)

業者名	閲覧した住民の範囲
防衛省自衛隊札幌地方協力本部苫小牧出張所	4月17日=市内全域
(一社)中央調査社	7月5日=日の出町、7月21日=新中野町、7月26日=澄川町、8月16日=明野新町、9月20日=明野新町、9月29日=春日町、10月13日=豊川町、11月2日=沼ノ端中央、11月16日=幸町、11月29日=光洋町、12月15日=新明町
reward(株)	7月14日=明德町、澄川町、啓北町、しらかば町、有珠の沢町
昇寿チャート(株)	8月10日=錦西町、桜木町、澄川町、拓勇東町、北光町、明野新町、ウトナイ北、沼ノ端中央、ときわ町、美園町 10月26日=しらかば町、東開町、矢代町
(一社)新情報センター	8月24日=旭町
(株)日本リサーチセンター	8月31日=花園町
(株)サーベイリサーチセンター	9月12日=拓勇西町、東開町
(株)ピーアールセンター	9月26日=青葉町、幸町、拓勇西町、日新町、北光町

内閲覧者の閲覧目的については市HPをご覧ください
苫窓口サービス課 **TEL**(84)7000

広告