

後期高齢者医療保険料・国民健康保険税の支払い方法が選択できます

現在、保険料(税)を年金から支払っている方は、国の運用見直しにより、「口座振替での支払い」を選択することができます。

手続きは、金融機関の窓口で口座振替の手続きを行った上で、口座振替依頼書の本人控えを持参し、「納付方法変更申出書」を提出してください。

1月30日(金)までに手続きをされた場合、平成21年4月分の年金からの支払いが中止され、口座振替による支払いとなります。

なお、年金からの支払いを希望される方は、手続きは不要です。

■ 保険年金課(内線649・249・275)・各総合支所市民生活課・各支所

農業委員会委員選挙人名簿登録申請は、1月10日まで

選挙管理委員会では、毎年1月1日現在で、農業委員会委員の選挙人資格を調査し、石巻市農業委員会委員選挙人名簿を調製しています。

この選挙人名簿に登録される人は、市内に住所があり、平成元年4月1日までに生まれ、次の要件を備えた方です。

(1) 10アール以上の農地の耕作業務を営む方

(2) 前記の同居の親族または、その配偶者で、年間60日以上耕作に

従事している方

該当する方は、各地区の行政委員などから申請用紙を受け取り、必要事項を記入の上、提出期限までに行政委員・各総合支所・各支所・農林課・農業委員会事務局・選挙管理委員会事務局のいずれかに提出してください。

なお、1月10日(土)は農業委員会事務局のみの受け付けとなりますのでご了承ください。期日厳守で提出をお願いします。

申請をしないで、選挙人名簿に登録されないこと、農業委員会委員選挙の投票ができなくなります。忘れずに申請してください。

※申請用紙は、各総合支所・各支所および選挙管理委員会事務局にもあります。

■ 選挙管理委員会事務局(内線349・352)

冬の安全運動 1・2・3運動実施中!

期間 3月31日(火)まで
運動の重点

- ・ 1割、スピードダウンしよう
- ・ 2倍、車間距離をとろう
- ・ 3分、早めに出発しよう

■ 防災対策課(内線52)・各総合支所総務企画課・石巻警察署交通課 ☎95・4141(内線41)



募集

交友館《2月講座》受講生

◆手作り講座③

クラフトで作るお洒落なオリジナルバッグを作ります。



とき 2月19日(木) 午前10時～正午

回数 3回

定員 10人(抽選)
受講料 2,200円(材料費込み)

◆料理講座④
〜手作りのおひな祭り〜

とき 2月26日(木) 午後6時30分～9時

定員 8人(抽選)
内容 よくばりばら寿司・かわいらしい桜もち・チキンのアイ

モンドフライ トマトのカップ サラダ添えほか1品

受講料 1,400円(材料費込み)
《共通事項》

対象 市内在住、在勤の方およびその配偶者(学生は除く)

おもてなしセミナー受講者募集!

第一部 2009年版 不景気を乗り越える商売の発想術

今はモノあまりの時代。ちょっとやそっとの仕掛けでは売れません。もちろん、「昔は儲かった!」という経済成長期型の幻想と商売手法は断ち切らなければなりません。現実が見えなくなってしまうからです。では、どのような戦術に打って出るか! 商売の発想術をいっしょに考えていきます。

第二部 「人に好かれる自己表現」

定型化したマニュアル接客ではありません。商売繁盛に必要な「感動力」を呼び起こし、魅力的な自分に変える基本的なレッスンになります。

■ 石巻商工会議所 ☎22-0145・FAX94-3978
石巻観光協会 ☎93-6448・FAX22-2710

とき 1月27日(火) 午後2時～4時

ところ 石巻グランドホテル

定員 70人(先着)

受講料 会員 500円/一般 1,000円

講師 中村 通 氏(中村デザイン事務所代表)

(広告)

建設従事者の為の健康保険組合

石巻市建設総合組合
宮城県建設業国保組合石巻支部
☎0225-23-4188

傷病手当 組合員本人、60日限度	各種 助成	住民検診 検診費の7割助成
人間ドック、健康診断 7割給付・23,000円限度		高額療養費 限度額超過分

母体保護法指定医・更年期外来・内科・行政乳ガン・子宮ガン・特定検診

やまもと産婦人科

レディースクリニック 院長 山本博尚

外来診療時間

月～金	午前 9:00～午後 0:00 午後 2:30～午後 6:30	休日
土曜日	午前 9:00～午後 0:00 午後 1:00～午後 3:00	

石巻市大街道北一丁目3-15 (大街道やまとの湯となり) TEL.93-7000

申込方法 往復はがきまたはFAXで受け付けします。(電話では受け付けしません)はがき・FAX1枚につき一人1講座の申し込みとし、希望講座、郵便番号、住所、氏名、電話番号、FAX番号を記入の上、お申し込みください。

申込期限 1月10日(土)〔必着〕

※日程 内容などは、都合により変更となる場合があります。また、申し込みが少ない場合は、開講しないこともありますのでご了承ください。

〒986-0017 石巻市 不動町二丁目16-10 石巻市勤労者余暇活用センター「明友館」
 ☎・FAX 95・8155

ホームページ
<http://www.ishinomaki.info/kinrou/meiyu/>

**市民教養講座
カラオケに挑戦受講生**

とき 26日・2月2日・9日・23日・3月2日の各月曜日 午後1時30分～3時30分

ところ 石巻中央公民館大ホール

対象 一般市民で初心者(人前では、どうも上手に歌えない。1曲ぐらいは歌えるようになりたいと思っっている)の方

定員 80人(先着)

受講料 無料(ただし、材料費として200円は自己負担)

※グループレッスン中心です。

申・圃 石巻中央公民館
 ☎22・2970

パソコン相談会

パソコンのことなら、なんでも相談してください。

とき 14日(水) 午前10時～正午

ところ 情報プラザ「メディアシップ」

※予約は不要です。会場に直接おいでください。

圃 生涯学習課(内線343)

**視聴覚教材センター開催
無料パソコン入門講座受講生**

◆第12回パソコン入門講座

とき 1月29日(木)・30日(金) 午前9時～午後4時

対象 石巻市・東松島市・女川町に在住しており、2日間受講可能な方で、初めてパソコンを操作する方またはそれと同等の方

ところ 視聴覚教材センター研修室(石巻ルネッサンス館2階)

定員 16人(抽選)

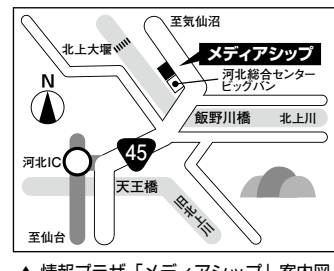
申込方法 往復はがきに、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、お申し込みください。(往復はがき1通につき、一人の申し込みとなります)

申・圃 〒986-0032 石巻市 開成1-35 視聴覚教材センター
 ☎96・3102

定員 各18人(先着)

受講料 1,200円(テキスト代込み)

申・圃 特定非営利活動法人パソコンママネット ☎23・0822(受付 月・火・木・金曜日 午前9時～午後3時)



講座内容

(1)初歩からのエクセル
とき 15日(木)
対象 マウス・キーボード操作ができる方

(2)エクセル初級
とき 16日(金)
対象 エクセルの基本操作ができる方

(3)エクセル中級
とき 21日(水)
対象 エクセルの基本操作ができる方

(4)エクセル上級
とき 22日(木)
対象 エクセルをお使いの方

(5)パソコンでお名前シール
とき 28日(水)
対象 ワードの基本操作ができる方

《共通事項》
開講時間 午前9時30分～午後0時30分
ところ 情報プラザ「メディアシップ」

情報プラザ「メディアシップ」

情報プラザ「メディアシップ」で

カレンダーを作ろう!

メディアシップ2階ワークキャビン(1～5ブース)では、カレンダーを作成・印刷することができます。新しい年の始まりです。今年は、写真やサンプルの素材を組み合わせてオリジナルのカレンダーを作ってみませんか!

日時: ①1月22日(木) 午前10時～正午
 ②1月23日(金) 午後1時～3時
 ③1月24日(土) 午後1時～3時

定員: 各コース5組(1キャビン3人限度)

内容: 「ラベルマイティ」のソフトを使用したカレンダー作成セミナー
 カレンダーのサイズは最大でA4サイズです
 ※写真やデジカメデータの持ち込みOKです!
 詳細については、お問い合わせください。

受講料: 500円(用紙はこちらで準備します)

受付: 1月7日(水)午前9時から電話にて受け付けします。(定員数になり次第、受け付けを終了します)

圃 情報プラザ「メディアシップ」 ☎61-1200

認定補聴器技能者のいる店 (広告)

- 障害者自立支援法補装具取扱店 ●宮城県市町村職員共済組合指定店
- JAいしのまき指定店
- 認定補聴器専門店(登録第16-1439号)

デジタル補聴器 1カ月間の試聴貸出し

ご来店が難しい場合は、お気軽に電話相談ください。(自宅訪問)

めがね補聴器 セガワ

石巻市あけぼの1丁目6-1 TEL.0225-94-3132

屋内総合レジャーランド (広告)

アイススケート

子供パック大好評!!

ホウリング・卓球
 ビリヤード・ゲーム
 アイススケート(11月～3月)
 イベントホール

プレナミヤギ ☎95-6418