

国民年金保険料の納め忘れはありませんか

国民年金は、20歳から60歳になるまで40年間定額保険料を納めると、65歳から満額の年金を受け取ることができます。保険料を納め忘れてしまうと、将来の年金が減額されたり、万一のときの障害・遺族年金なども受けられない場合があります。今一度、納め忘れがないかご確認ください。

10月31日(水)までは、10月から来年3月までに6カ月分前納(毎月納めた場合と比べて800円割引)ができるので、前納を希望される方は、国民年金保険料納付案内書に添付されている前納用の納付書をご利用ください。

また、保険料を確実に納める方法として、便利な口座振替、クレジットカードでの納付もありますので、ぜひご利用ください。

問…国保年金課 内線2343

市民サロン

農林総合研究所・りんご研究所参観デー

日時…9月5日(水) 9:00~16:00
9月6日(木) 9:00~15:00

▷農林総合研究所

場所…黒石市田中82-9

内容…研究成果の展示・紹介/成果発表会/試験ほ場の案内/相談コーナー/お米や野菜の試食販売/花の販売/最先端省力化農業機械展示・実演会 など

問…農林総合研究所

TEL0172-52-4396

▷りんご研究所

場所…黒石市牡丹平福民24

内容…研究成果の展示・資料販売/相談コーナー/試験ほ場の公開/りんご講演会/りんごの試食販売/りんご史料館の開放など

問…りんご研究所 TEL0172-52-2331

飯詰フェスタ 食と心と体で健康寿命UP! ～飯詰のできること～

地域のお店や仲間で活動しているブースがたくさん出ます。食べ物、遊び、体験、買い物などができます。家族みんなで「おもしろ～1日」を過ごしてみませんか。

日時…9月9日(日) 10:00~16:00

場所…いずみ小学校体育館

*駐車場有り

体験可能ブース

五農生によるお湯を注ぐだけで味噌汁ができる「味噌玉作り」/オリジナルドレッシング作り/「押し花」のしおり作り/東北能開大の物作り体験/英字新聞で作るエコバック作り/しぶ柿を塗ってひょうたん作り/ビジョントレーニング

出店ブース

フリーマーケット/米粉のパン屋さん/地元の野菜/鍼灸院/保育園/手作り人形/手作り製品/自然食品のアイス屋さん/飲み物屋さん等

*当日変更の場合もあります。

問…飯詰を元気にする会 岡田

TEL080-1833-9316

岩木川改修100周年記念 ウォーキング in 五所川原

岩木川改修100年の歩みを実際に歩いて学んでみませんか。

日程…10月14日(日)

▷Aコース(治水・改修記念碑、松

等約5km、スタートは9:45)

集合場所…五所川原北部土地改良区駐車場(受付は9:00から)

▷Bコース(Aコース+小野忠蔵碑等約8km、スタートは9:45、昼食時におにぎり豚汁提供)

集合場所…コミュニティセンター三好(受付は9:00から)

募集人数…Aコース 50名

Bコース 50名

*定員に達し次第締め切ります。

参加種目…ノルディック・ウォークまたはウォーキング

参加料…500円(小中高生は無料、当日会場受付で徴収)

*参加&完歩記念品あり

服装…運動に適した服装(帽子、手袋等)

持ち物…飲み物、雨具、ポール等

申込み…住所、氏名、生年月日、連絡先、参加種目、ポール借用等を必ずFAX(0172-83-3001)で9月末までにお申し込みください(任意様式で可)。

問…青森県ノルディック・ウォーク連盟 TEL0172-83-3000

第1回ポリテックビジョン in 五所川原2018

日時…9月2日(日) 9:30~15:30

場所…東北能開大青森校(飯詰)

ものづくり体験教室

内容…オリジナルひこうきを作ろう/プラバンでキーホルダーを作ろう

参加費…無料

*学園祭では模擬店、ビンゴ大会等を行います。

▷詳細はホームページ「東北能開大青森校」で検索してください。

問…東北能開大青森校 TEL37-3201

★求人 介護スタッフ・ケアマネージャー

◆あなたの仕事感をチェックしてみよう!!

- 地域貢献できる仕事かと思う
 - チャンスがある会社で働きたい
 - 利用者様に喜んでもらえる仕事かと思う
 - 仕事やプライベートも楽しい方がいい
- ➡チェックが1個でも入った方、興味のある方はお気軽に電話下さい



シルバーベレッジ 憩いの社
お問い合わせ ☎26-6195
五所川原市大字漆川字清水流2番3
※詳しい情報はホームページをご覧ください
のりたグループ 検索

新築・増改築・水廻り・塗装

※ 夏から秋にかけて塗装見積りキャンペーン実施中!

住宅に関する事なら・どんなことでも伺います!

建替え・リフォーム・車庫、カーポート新設・など
・外壁(サイディング)の張替え・屋根、外壁塗装
・畳をフローリングへ・押入れからクローゼットへ
・水洗・ユニットバスにしたい・洗面化粧台を新しく
サイディングの張替えで新築のようによみがえります
※ リフォームローンも取り扱っております

総合建築
「増改築相談員」のいるお店
㈱シラカワ住研
0120-34-6806
五所川原市大字姥澤字桜木 370-3