

Jヴィレッジ

親子で運動しよう!

日時

平成22年9月11日(土)
午前10時～午前11時30分

実施場所

Jヴィレッジ内 屋根付練習場
(稲葉町美シ森8番)

※参加人数により変更となる場合がございます。

集合場所

Jヴィレッジ 屋根付練習場
※午前9時50分頃までにお越しください。

対象者

親子(子どもは小学生とさせて頂きます)

※小学生未満の参加は別途ご相談ください。

内容

親子で協力する競技と、親子で競争をする競技を予定!

負けたら罰ゲームがあります(0)

準備する物

運動の出来る服装、タオル、着替え、飲み物

参加費

無料

申込方法

電話・FAX・メール

お申込み先

株式会社日本フットボールヴィレッジ

〒0240-2601-111

TEL 0240-260112

FAX 0240-260112

E-mail ntc-village@j-village.jp

Jヴィレッジ大会予定

◆8月5日～10日
第15回全日本U-15女子選手権大会



フィットネスクラブからのお知らせ

現在フィットネスクラブでは「運動教室」を開催しており、「ひざ痛予防」「腰痛予防」の2コースを行っています。

「運動を勧められているがどんなことを行ったら良いかわからない」「運動を継続し身体の不安を取り除きたい」こんな悩みや希望を抱いている方にお勧めの内容となっております。

開催曜日と時間(毎週)

◆火・土曜日 午後0時30分～1時
◆木曜日 午後4時～4時30分

※休講となる場合もありますので事前にお問い合わせください。

※その他、ヨガや成人水泳教室など各種プログラムを揃えています。

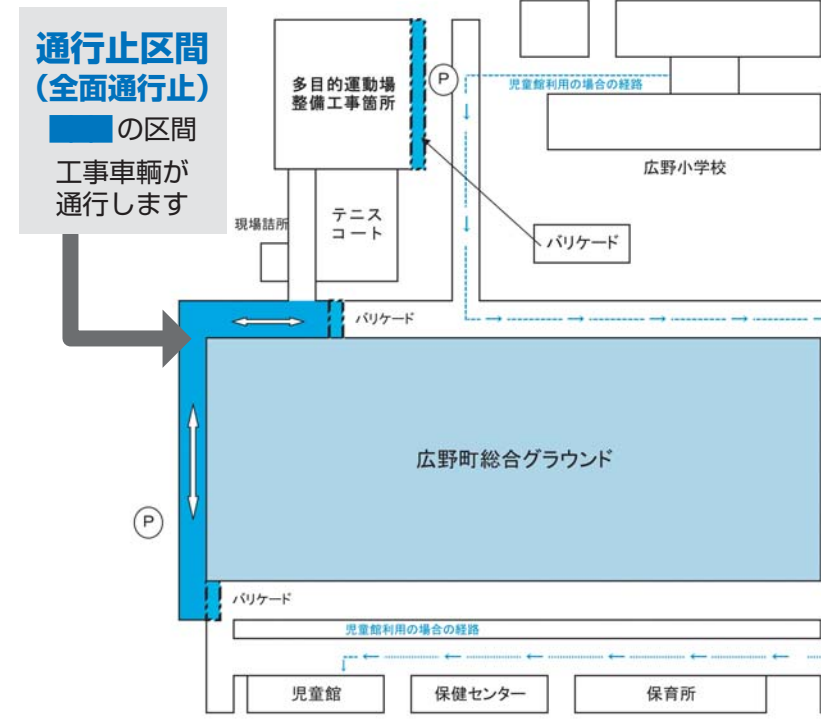


◆お問い合わせ先

☎0240-26-0118 (フィットネスクラブ直通)

公民館

広野町多目的運動場整備工事に伴う道路通行規制について



- 通行止期間
平成22年7月12日～平成22年12月25日
- 通行止時間帯
午前8時～午後5時
※午後5時以降は開放します。

■お問い合わせ
公民館 ☎27-3244

公立双葉看護学院

平成22年度学院見学会

本学院では、今年も地元にある専門学校をより多くの方々に確認し、理解を深めていただくために見学会を企画しました。

学院内の紹介をはじめ、手浴・沐浴、妊婦・高齢者体験および白衣体験・血圧測定コーナーもあります。現在、看護職のニーズは高まる一方です。

就職を希望されている高校生、或いは再就職の資格取得のためにも、進路相談窓口を利用され、ぜひ見学会ください。

●日時 平成22年9月25日(土)
午前9時～正午

●場所

本学院
(双葉町大字長塚字谷沢町31番地)

●連絡先

☎33-2990
※詳細については、双葉地方広域市町村圏組合のホームページを参照。

平年金事務所

国民年金の保険料を免除・猶予する制度があります

平成22年度(平成22年7月分～平成23年6月分)の免除申請受付が7月に始まりました。申請される方はお早めに手続きをしてください。

平成22年度(平成22年4月～平成23年3月)一月あたりの納付額等

	納付額	免除される額	※参考 年金額の計算(全額納付した場合との比較)
全額免除	0円	15,100円	8分の4
1/4納付(3/4免除)	3,780円	11,320円	8分の5
1/2納付(半額免除)	7,550円	7,550円	8分の6
3/4納付(1/4免除)	11,330円	3,770円	8分の7

●申請免除制度

本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が免除される制度です。申請手続きにより、保険料の納付が全額免除または半額納付などの一部納付(一部免除)となります。保険料の免除が承認された期間、将来の老齢基礎年金額の計算のときに国庫負担に相当する額が算入されます。また、万が一のときの障害基礎年金、遺族基礎年金を受けるために必要な受給資格期間にも算入されます。

なお、一部納付(一部免除)については、一部納付額が納付されない場合、その期間の一部免除も無効(未納と同じ扱い)となりますので、必ず納付してください。

●若年者納付猶予制度

30歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合に、申請手続きによって納付が猶予される制度です。

●学生納付特例制度

申請者本人が学生であるときに限って利用できる制度で、本人の前年所得が一定額以下であれば、配偶者や世帯主の前年所得にかかわらず保険料の納付が猶予されます。

保険料の納付猶予が承認された期間は、老齢基礎年金の金額に反映されませんが、受給資格の必要な期間に算入されます。手続きの際、申請書のほかに、学校の在学証明書あるいは学生証を持参してください。

●退職(失業)による特例免除

国民年金の免除には、退職(失業)による特例があります。免除等は原則として本人、配偶者、世帯主の前年所得で審査されますが、申請する年度、またはその前年度に退職・失業された方は、審査対象である本人の所得を除外して審査を行います。手続きの際、免除申請書のほかに、雇用保険受給資格者証や離職票などの公的機関の発行する証明を持参してください。

納付が免除、猶予された保険料追納のおすすめ

保険料の免除や納付の猶予を受けた期間は、保険料を全額納付し

福島県

『ふくしまの水文化』募集

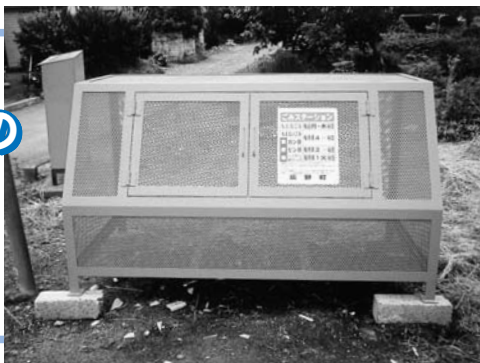
水に対する理解や関心を深めるため、『ふくしまの水文化』を選定します。身近な水文化に関する情報をお寄せください。

【例】祭り・行事(水かけ祭り、雨乞いなど)、伝統工芸、歴史的な施設(水路、堰など)、産業、伝説、いわれのある清水など。

●応募方法

地域にある水文化の名称、所在地、概要などの情報を郵送、ファクシミリまたはEメール等によりお

「ごみステーション」の利用についてのお願い



- ◎ 収集日以外の日のごみを絶対に出さないでください。
- ◎ ごみは収集日の午前8時30分までに置いてください。
- ◎ ごみは指定された袋に入れて出してください。
- ◎ 「ごみステーション」周辺の清掃にご協力ください。

8月は「道路ふれあい月間」

一人ひとりが道路に対して思いやりの気持ちを持ち大事に利用しましょう。



8月10日は「道の日」

◆福島県道路緊急ダイヤル

福島県では、「道路緊急ダイヤル」を開設しております。県内における道路の損傷や災害発生時の緊急情報について、24時間体制で広く情報収集しています。道路の穴や落石などの道路の異状を発見した際には、左記に連絡してください。

#9910