

南島原にゆーす 健康対策課 ☎050(3381)5141 Eメール: kenkoutaisaku@city.minamishimabara.lg.jp

## 楽ちん運動セミナー

健康のために運動したいと考えているアナタへ。  
 お腹周りが気になってきたアナタへ。  
 日常生活の運動として、楽しみながら続けられる簡単な方法を一緒に学びませんか？



10月21日(月)、11月20日(水)、12月16日(月)(全3回)  
 午後1時30分～3時30分  
 北有馬保健センター  
 ●講師/長崎大学医学部保健学科 江頭郁子先生  
 家ででもできる簡単筋トレ、ストレッチなど  
 市民  
 定30人(先着順)  
 無料  
 10月17日(木)  
 電話またはEメールで申し込みください。

## 桂ざこば・桂南光 二人会

日時 12月4日(水) 開場:午後6時30分  
 開演:午後7時

会場 ありえコレジヨホール

チケット発売日 10月13日(日) 午前9時～

◆チケット料金(全席指定) ※チケットの購入は1回の購入につき、1人4枚までとさせていただきます。  
 一般…2,000円 ※未就学児入場不可  
 高校生以下…1,000円

◆チケット取り扱い ありえコレジヨホール ☎050(3381)5047  
 ◆販売時間/午前9時～午後8時

教育委員会 生涯学習課 ☎050(3381)5082 ●主催…南島原市教育委員会 ●後援…南島原市文化協会

広告

日々の暮らし・島原をたのしく

風びより KAZEBIYORI

生活の宝もの展 10/12～  
 ・而今木(jikoka) 働きものの衣服  
 ・Life afa オーガニック日常着肌着  
 ・百瀬雅子さんの草木染ニット  
 ・ゴムのない靴下  
 ・おすすめの食品 など

Event & Culture  
 落合みつをライブ・10/6(日)  
 紅茶教室・10/16(水)ほか  
 生活の宝もの展・10/12から  
 ヨガ教室・10/27(日)  
 暮らしのたね教室・10/27

南島原市深江町丁 4621-1  
 11:00～19:00 火曜定休  
 0957-72-7712

有明ひまわり基金法律事務所

長崎県弁護士会所属 弁護士 大田 真和

取扱分野 借金問題(破産、再生、過払金請求など)、離婚、養育費、相続、後見、交通事故、労働、不動産など全般。

相談 ご相談は無料です。土日・夜間の相談も可能です。

依頼費用 事件により、分割払(法テラス)、後払いも可能です。

相談予約 お電話にてお気軽にお問い合わせください。

ひとりで悩まずに お気軽にご予約ください。 TEL.0957-61-0888  
 長崎県島原市今川町1850-1大手門ビル5階(電話受付:平日17:30まで)

南島原にゆーす 総務課 ☎050(3381)5020

## 交通災害共済に 加入しましょう



市町村交通災害共済の加入申し込みの受付を行っています。  
 もしもの時のため、家族そろって加入しましょう。

### 交通災害共済制度とは

交通災害共済制度とは、加入者が交通事故にあわれた場合に災害見舞金を受け取ることができる制度です。

### 交通事故とは

国内で自動車、汽車、電車、原動機付自転車、自転車(16インチ以上)、定期旅客船、旅客機などの接触、衝突、転覆などによる事故です。

### 加入できる人は

市に住民登録(または外国人登録)している人。また、就学のために一時転出している人も加入できます。

### 共済掛金は

1人につき500円です(納められた掛金は、原則として返還しません)。

### 共済期間は

4月1日から3月31日までの1年間です(ただし、今年度途中で申し込みをした人は、申込日から平成26年3月31日までです)。

### 加入申し込み方法は

「加入申込書兼納付書」に必要事項を記入し、掛金を添えて総務課または各支所へ提出してください(申込用紙は窓口に置いています)。

### 注意事項

自殺・無免許運転・酒酔い運転・故意または重大な過失・天災などが原因で起きた事故の場合は、見舞金の対象となりません。

また、医師の指示に従わなかった場合や不正・法令違反の場合は見舞金の全部または一部が支払われません。

## 教えて!国民年金 「出張年金相談」をご利用ください

諫早年金事務所では、市役所各支所で出張年金相談を実施しています。

「年金の請求方法が分からない」、「これまでの記録を再確認したい」など、国民年金に関するどんなことでも構いません。相談したいことがあれば、ぜひ出張年金相談窓口をご利用ください。

なお、今後の日程は右記のとおりです。窓口開設時間は午前10時から午後3時までで、事前予約が必要となります。

### 出張年金相談日程

日時	場所	日時	場所
10月9日(水)	口之津支所	平成26年	
10月23日(水)	北有馬支所	1月15日(水)	西有家庁舎
11月13日(水)	南有馬支所	2月12日(水)	口之津支所
12月11日(水)	深江支所	2月26日(水)	北有馬支所
12月25日(水)	有家支所	3月12日(水)	南有馬支所

\*詳しくは、年金事務所または市役所各支所へお問い合わせください。

日本年金機構諫早年金事務所 ☎0957(25)1666  
 南島原市 保険年金課 ☎050(3381)5039 または 各支所



私は一期一会の本で返達の大切さや「仲間 仲良」ということを学びました。読んぶらも、友達が増えるかも  
 テーマ「お気に入りの本を紹介」 南島原市立 深江 小学校 6年 名刺 古瀬 遥菜

「給食番長」は、給食が残っていた時のおは「ちゃん」の気持ちが変わり反省します。番長たけい、ちゃん反省するのかわいいなと思います。絵もすこくおもしろいです。  
 テーマ「お気に入りの本を紹介」 南島原市立 深江 小学校 6年 名刺 濱本 佳汰

