

●期日

7月20日(火)

午前10時～午後2時

●講師

正食協会 角屋敷まゆみ先生

●場所

水俣市もやい館3階調理室

●会費

2千円(※材料代込み)

※事前に電話予約ください

●問い合わせ先

はつこの保育園  
☎63-6721

## 心笑倶楽部からお知らせ

町身体障がい者互助会では、皆で寄り合う場を「心笑倶楽部」として毎月開催しています。会員、ご家族、町民皆様の参加をお待ちしています。

- 日時 6月19日(土)午前10時～
- 場所 改善センター集会場
- 内容 室内ペタンク
- 問い合わせ先 社会福祉協議会 ☎61-2940

知っていますか？

## 6月の〇〇週(月)間！

6月は様々な週(月)間が定められています。

この週(月)間を機会に、水道や歯、食育などについて関心を深めてみませんか？

### 歯の衛生週間について

～広げよう 『噛む』から始まる 健康づくり～

6月4日から10日まで「歯の衛生週間」です。

今年度は、8020運動の更なる推進と、地域に根ざした生涯を通じた歯の健康づくりを効果的に進めるため、住民参加型による新たな8020運動の展開を目指して取り組む予定です。(8020運動とは、80歳になっても自分の歯を20本以上保とう、という運動です。)

本町では、鶴野歯科医院において、6月4日から10日まで無料歯科検診が実施されます。希望される方は、お問い合わせください。

●問い合わせ先 鶴野歯科医院 ☎78-2530

### 「水道週間」について

～水道に 寄せる信頼 飲む安心～

6月1日から7日まで「水道週間」です。

水道は、健康な生活やさまざまな社会活動を行う上で必要不可欠な役割を果たしています。

安全で良質な水道水を供給するためにも、皆様も節水にご協力ください！

### 食育月間のお知らせ

～つなぎたい 朝ごはんで 元気の輪～

毎年6月は「食育月間」

毎月19日は「食育の日」です。

食育の第一歩は、食べ物に興味を持ち、心から食べることが好きになることです。一日の始まりは朝ごはんから。朝から家族そろって楽しく食卓を囲ってみませんか？



## 年金 TOPICS 7月から国民年金保険料の平成22年度分免除申請受付開始

国民年金の保険料は月額15,100円(平成22年度)です。しかし、この保険料の納付について、経済的な理由等で納付が困難な場合は、保険料の免除申請という制度をご利用ください。

この制度は、ご本人・配偶者・世帯主の前年所得が、それぞれ一定の基準額以下であれば、申請により保険料が免除される仕組みです。免除区分は全額免除の他に、保険料の一部だけ免除になる4分の3免除、半額免除、4分の1免除があります。

免除を受けた期間の保険料は10年までさかのぼって納めることができます(ただし免除の承認を受けた当時から2年度を過ぎて納める場合は加算額がつきます)。年金額を満額に近づけるために、生活に余裕ができたときは納付されることをお奨めします。申請は役場住民課住民班、年金事務所で受け付けております。

出張年金相談(予約制:0965-35-6123)  
(年金事務所の職員が相談をお受けします)

6/10(木)水俣市もやい館、6/11(金)芦北町役場

問い合わせ先 八代年金事務所 ☎0965-35-6143、役場住民課住民班 ☎78-3111(115)