



いきいき健康教室

生活習慣病予防のために、運動実践教室を開催します。

とき 8月27日、9月10日、10月1・15・29日、11月12・26日、12月3・17日、平成18年1月14日の毎回土曜日 午後1時30分～3時30分

ところ 鳥取大学湖山町南四丁目

対象者 平成16年度基本健康診査、人間ドックの受診者で、糖尿病、血糖値異常・肥満を指摘された40～64歳までの人で、10回通して出席できる人

定員 40人 ※応募者多数の場合は抽選のうえ決定します。

参加費 3000円(検査料など)

応募期限 8月8日(月)

申込先 中央保健センター(さざんか会館内・富安二丁目) ☎(0857)20-3195

鳥取県子どもの居場所づくりモデル事業

モデル事業として、不登校の子どもたちが心安らいで活動できる事業(居場所づくり)を計画し、実施していただける団体を募集します。

募集団体 鳥取市内の特定非

営利活動法人、任意団体、町内会など

事業の条件 次に掲げる事業のうち、2つ以上を実施

交流事業・高齢者または保育園児などとの定期的な交流

学力保障事業・個別カリキュラムを作成しての学習指導

イベント開催事業・子どもたちの企画・運営によるイベントの実施(フリーマーケットなど)

保護者支援事業・保護者会の立ち上げや、保護者を対象とした学習会の実施

応募期限 8月31日(水)

応募方法 問い合わせ先に備え付けの応募用紙に記入のうえ、市役所南庁舎児童家庭課へ持参または郵送で

問い合わせ先 鳥取県庁第1庁舎子ども家庭課(東町二丁目) ☎(0857)26-7869/市役所南庁舎児童家庭課 ☎(0857)20-3465

市民体育館卓球教室

開催期間 9月14日～11月2日の毎週水曜日 計8回

開催時間 午前9時30分～11時30分

開催場所 鳥取市民体育館



対象者 一般の初心者

定員 30人 ※応募者多数の場合は抽選のうえ決定します。

受講料 1200円(スポーツ保険料)

申込期間 8月9日(火)～8月26日(金)

申込方法 受講料を添えて直接市民体育館へ

問い合わせ先 鳥取市民体育館(吉成三丁目1-1) ☎(0857)24-5222

糖尿病料理講習会

とき 9月7日(水) 午前9時30分～午後1時

ところ さざんか会館3階

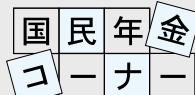
定員 20人

費用 500円

必要なもの エプロン

申込先 市立病院栄養管理室 ☎(0857)53-7326

国民年金保険料免除制度をご存じですか



国民年金は20歳から加入し、60歳になるまでの40年間保険料を納めなければなりません。しかし、40年間の長い間には、所得の減少や失業などで経済的に保険料を納めることが困難なこともあります。そのため、申請して承認されれば、保険料を納めることを免除される制度があります。

■免除の期間と申請…7月から翌年の6月までの1年度です。平成17年度から、同一年度内であれば年度当初の7月にさかのぼって申請を受け付けできるようになりました(年金保険料を納付済みの場合は除く)。しかし、申請が遅れると年度超えのため期限切れで受けられなかったりする場合がありますので、希望される人は早めに申請してください。

■追納制度…免除を受けた期間は年金額が3分の1になります。免除を受けてから10年以内であれば、保険料をさかのぼって納めることができる「追納制度」があります。年金額を満額に近づけるためにも追納をおすすめします。追納の申込みは社会保険事務所まで

■若年者納付猶予…17年4月から、同居している世帯主の収入が多いため免除が受けられない若年加入者(20歳台)のために、若年者納付猶予制度ができました。免除ではないため、10年以内に追納しないと猶予期間に相当する年金額は全く受給できませんが、万一のときの障害年金などの受給資格期間には算入されます。詳しくは、下記にお問い合わせください。

■問い合わせ先 鳥取社会保険事務所 ☎(0857)27-8311
市役所南庁舎保険年金課 ☎(0857)20-3484