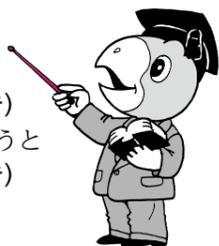


4月から 国民年金保険料が変わります

保険料 月額 14,980円
1年分まとめて支払うと
176,570円 (3,190円引き)
6カ月分をまとめて支払うと
89,150円 (730円引き)
になります。



一部納付保険料額

経済的な理由により保険料を納めることが困難な場合には、保険料の支払いが免除される制度があります。

＜一部免除保険料額＞

- ・1/4免除 (3/4納付) 月額 11,240円
- ・半額免除 月額 7,490円
- ・3/4免除 (1/4納付) 月額 3,750円

支払い方法

日本年金機構が送付する納付書により、金融機関や郵便局、コンビニエンスストアでお支払いください。

また、口座振替やクレジットカードでの支払いもできますので、保険年金課または年金事務所で早めに申し込んでください。

問い合わせ先 保険年金課 (市役所1階6番窓口) ☎32-2072、津山年金事務所 (田町) ☎31-2363

4月6日(金)～15日(日) 春の交通安全運動

市民一人ひとりが交通ルールを守り、交通事故に注意して、交通安全に努めましょう。

重点目標

- ◎自転車の安全利用の推進
- ◎シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ◎飲酒運転の根絶
- ◎交差点の正しい通行の徹底

平成24年度春期募集 JICAボランティア

《青年海外協力隊》

応募資格 満20歳から満39歳までの日本国籍を持つ人

募集分野 農林水産、加工、保守操作、建築土木、保健衛生、教育文化、スポーツ、計画・行政の8分

野、約120職種 派遣国 アジア、アフリカ、中南米、大洋州、中近東の約80カ国

派遣期間 原則2年 (派遣前に原則65日の訓練有り)

《シニア海外ボランティア》

応募資格 満40歳から満69歳まで (5月14日時点) の日本国籍を持つ人

募集分野 計画・行政、公共、公益事業、農林水産、鉱工業、エネルギー、商業・観光、人的資源、保健・医療、社会福祉など

派遣国 アジア、アフリカ、中南米、大洋州、中近東の約60カ国

派遣期間 1年間または2年間 (派遣前に原則65日の訓練有り)

応募方法 所定の応募書類 (ホームページから印刷可) を郵送で提出

応募期間 4月1日(日)～5月14日(月) (消印有効)

問い合わせ先 JICA中国 ☎082-4211-630

5、ホームページ <http://www.jica.go.jp/volunteer/index.html>

作州津山宮川朝市

とき 4月8日(日)午前7時～10時
ところ 宮川河川敷
問い合わせ先 新産業創出課 ☎32-2178

加茂の朝市

とき 4月15日(日)午前8時～
ところ 加茂町スポーツセンター
問い合わせ先 加茂町観光協会 ☎42-4402

今回は場所を変えて開催

Wright ライト外語スクール

英語なら、長い歴史と身につく指導に定評のある私たちにお任せください!

Come Join Us!
私たちが責任を持ってレッスンいたします!

クラス内容

- 子供英会話
- 時事英語
- 中学・高校英会話
- 各種検定・資格クラス
- 一般英会話
- 大学受験対策クラス

●津山校 (文化センター真北) 〒708-0022 岡山県津山市山下69-61
●久世教室

★お問い合わせはお気軽に
TEL.(0868)23-5885
電話受付時間:10:00～21:00 (日曜・祝日休み)
Eメール learn@wright.jp
■学園に役立つホームページ www.wright.jp

代表 高山和子
米国ドレーク大学大学院卒・英検1級
国連英検特A級・TOEIC満点取得
アンドリュー・ニコルズ ダニエル・ジョンソン
臺灣イェスカウアン大学卒 米国オハイオ大学卒

ひとりで悩んでいませんか? 悩みごと無料相談

●相談内容 ★労働相談★就職支援★法律相談など
●相談日 月～金曜日 (祝祭日を除く)
●時間 10時～17時

ライフサポートセンターつやま
津山市山下92-1 津山圏域雇用労働センター
電話 0868-35-2433
お電話か、直接おいで下さい。

(有料広告)

市役所本庁舎 時間延長窓口

毎週金曜日、市役所本庁舎では時間を延長して午後7時まで戸籍・住民票・印鑑証明書の交付、印鑑登録、パスポートの交付、納税関係の証明書の交付、納税相談、介護申請を行っています

国民健康保険(国保) 切り替えの届け出

重複にご注意ください

国保以外の医療保険証ができたから、切り替え手続きを忘れて行ってしまうと、届出を出さないと、保険を重複して加入している状態が続いてしまいます。ご注意ください。

届出に必要なもの ①国保の保険証 ②国保以外の新しい保険証 ③世帯主の印鑑

問い合わせ先 保険年金課 (市役所1階7番窓口) ☎32-2071 または各支所市民生活課

協会けんぽ岡山支部

保険料率が変わります

協会けんぽは中小企業などで働く従業員とその家族が加入する健康保険です。

平成24年3月分(4月納付分)から岡山支部の健康保険料率が10.06%(現行9.55%)に変わります。

また、40歳から64歳までの人は介護保険料率も1.55%(現行1.51%)に変わります。

※任意継続被保険者は4月から変更

問い合わせ先 協会けんぽ岡山支部 ☎086-8031

マタニティビクスとベビー&アフタービクス

初回体験は無料

5780

妊婦のための運動療法「マタニティビクス」と「ベビー&アフタービクス」を体験してみませんか。

《マタニティビクス》

とき 毎週月曜日午後0時15分～1時15分

対象 妊婦(主治医の運動許可のある人)

定員 各回15人

料金 1回1300円

《ベビー&アフタービクス》

とき 毎週土曜日午前10時30分～正午

対象 1カ月健診で母子共に健康と認められた親子

内容 産後ママのボディケア、赤ちゃんとのスキンシップ、ベビーマッサージなど

定員 各回10組

料金 1回1500円

ところ グラスハウス

登録料 各2千円

※申込方法など詳しくは、お問い合わせください

問い合わせ先 グラスハウス ☎27-7140

ごみの出し方

ごみを出すときは次のルールを守ってください。

◎朝8時までにお住まいの地区、アパートの決められた場所に出してください。ほかのごみステーションに出すことはできません

◎可燃ごみでも、会社や商店、工場などから出るごみは「事業系ごみ」のため、市では収集できません。ごみステーションには出さず、直接処理施設へ持ち込むか、許可業者へ委託して処理してください

◎スプレー缶は不燃ごみではありません。必ず使い切って「缶」として資源回収日に出してください

資源

問い合わせ先 環境事業所 ☎22-8255

3月は「自殺予防対策強化月間」 眠れていますか? まず相談

3月は周りの環境や生活に変化の多い時期で、知らないうちに疲れやストレスが溜まっていることもあります。

自分自身で気がつくこともあります。周りが気づく場合も少なくありません。気がついた時は「頑張り過ぎていない?」「眠れている?」などと声を掛けてみましょう。そして、必要なときは相談機関を利用しましょう。

相談機関 健康増進課 ☎32-2069、美作保健所 ☎23-0145、岡山いのちの電話協会 ☎086-245-4343

お宮参り

お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん、家族そろってのお宮参り。大切な誕生の記念を素敵な写真で残しませんか?

お宮参り、七五三、入学...そして成人。子どもの成長を1冊のアルバムに綴っていただけるオリジナルアルバムも好評です。

(有料広告)

ブライダルスナップ

結婚式から披露宴まで、ブライダルの流れに沿って撮影するデザインスナップアルバムが人気急上昇中です。前撮りとは一味違った、等身大のお二人を記念に残せます。ご希望の式場に出張しますのでお気軽にご相談ください。

お早めにご予約下さい **小林写真館**
津山市小性町2-1 TEL.0868-23-1511
営業時間:9時30分～18時 定休日:日曜日 <http://k-photo.co.jp/>