

時 とき
料 料金
F F A X

所 ところ
方 申込み・応募方法
メ メールアドレス

期 期間・期限
講 講師
ホ ホームページ

締 締切り
持 準備・持参品
申 申込み先

内 内容
資 資格
問 問合せ先

対 対象
数 人数・定員
他 その他

国民年金

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

国民年金保険料は、所得税および市県民税の申告においてその年に納付した全額が社会保険料控除の対象となります。

年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する場合は、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明した社会保険料(国民年金保険料)控除証明書または領収証書の添付が必要になります。

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書については、11月上旬に日本年金機構から送付されますので、申告を行うまで大切に保管してください。

なお、家族の国民年金保険料を納付した場合も、本人の社会保険料控除に加えることができます。

諫早年金事務所出張相談

時 11月8日(水)、11月29日(水)、
12月13日(水)、1月31日(水)

所 市役所本庁舎 1A会議室

数 8人

方 相談日の10日前までに市民窓口サービス課へ予約(電話予約可)

なお、1月31日(水)の相談日の予約受付開始は11月8日(水)からです。

問 諫早年金事務所(☎0957-25-1662)

予約専用電話(☎0570-05-4890)

または市民窓口サービス課

不用品コーナー

おゆずりください

弓道の矢とかげ、車いす、リクライニング車いす、安全靴27センチ、耕運機、草刈り機、CDプレーヤー、サッカーボール(小学4・5年生が使う物)、中央高校女子制服

燃やせるごみの代替収集について

11月3日(金)は祝日のため収集しません。前日2日(木)に収集します。また、11月23日(木)も祝日のため収集しません。夜間収集を含め、翌24日(金)に収集します。ゴミを出す場合は指定の場所へ出してください。

問 環境課

有明総合文化会館での催し

①忙しい人のための筋トレ教室

時 11月4日(土)10時~11時、11月12日(日)、19日(日)14時~15時

対 一般男性限定

数 10人(先着順)

料 1,500円

②いきいき体操教室~ピラティスをとりにれた体づくり~

時 11月8日(水)、15日(水)、29日(水) 13時30分~14時30分

対 大人

数 15人

料 1,000円

締 11月6日(月)

申・問 有明総合文化会館 (☎68-5800)

霊丘公園体育館・弓道場での催し

①卓球教室

時 11月14日(火)、16日(木)、21日(火)、24日(金)、28日(火)

19時30分~21時

対 小中高生から一般

数 40人(先着順)

料 1,500円

②ラージボール卓球教室

時 11月25日(土)、12月2日(土)、7日(木)、9日(土)、14日(木)

13時30分~15時

対 シニア(50歳以上)

数 20人(先着順)

料 1,500円

申・問 霊丘公園体育館・弓道場

(☎63-2206)

眉山登山会(雨天中止)

時 11月18日(土)9時30分~

数 10人(先着順)

料 大人500円、子ども300円

予 11月3日(金)9時~

持 動きやすい服装・靴、飲み物

帽子、タオル、雨具など

申・問 平成新山ネイチャーセンター

(☎63-6752)

島原半島市民限定「定点防災ジオツアー」無料ご招待のお知らせ

時 12月16日(土)、17日(日)

①9時30分~、②13時30分~

(所要時間 約2時間30分)

数 各40人(先着順)

申・問 島原半島観光連盟(☎62-0655)

公民館・施設

クラフトテープでお正月飾りをつくろう!

お正月飾りを手作りしませんか?

時 12月6日(水)昼の部13時30分~
夜の部19時00分~

※昼の部・夜の部とも同じ内容です。

数 それぞれ先着10人

料 材料代として500円

締 11月22日(水)

問 白山公民館(☎63-2221)



リフレッシュ体操 楽しく身体を動かして健康なからだづくりを

時 11月10日・17日・24日(金)

10時~(全3回)

対 一般女性

数 15人

料 無料

持 ヨガマットかバスタオル、
汗拭き用タオル、飲み物

所・問 三会公民館(☎62-4505)

しまばらんお宝彩八見(ワークショップ)

三会地区の文化財を巡ります。

時 11月23日(木・祝) 13時~

所 三会中学校体育館(集合)

締 11月17日(金)

問 社会教育課(☎68-5473)

島原図書館(11月1日~26日)の催し

①図書館川柳展

内 応募作品を清書・展示し、利用者の投票によって優秀作品を決めます。

▶優秀作品発表 12月10日(日)

②図書館まつり

内 ブックリサイクル、本のお楽しみ袋、こどもクラフト講座など

問 島原図書館(☎64-4115)

女性のための生き生き健康教室

スポーツの楽しさをトレーニングルームで体感してください。

時 12月6日(水)、13日(水)、20日(水)、
1月10日(水)、17日(水)、24日(水)

10時30分~(1時間)

料 1,000円(スポーツ保険料含む)

対 島原市在住の女性

数 18人(先着順)

▶受付開始 11月7日(火)~

所・申・問 島原市営平成町人工芝グラウンド(☎73-9333)