

市の電子メール(e-mail)アドレス kitakami@city.kitakami.iwate.jp

市のホームページ <http://www.city.kitakami.iwate.jp/>

北上市メールマガジン「鬼のたより」(パソコン版)好評発行中!!

申し込みは北上市ホームページからどうぞ。

## 北上ミュージックコーラス隊隊員

同コーラス隊 (加藤) ☎64-0999

URL <http://kmuse.web.fc2.com/>

▷とき…毎週土曜日午前9時30分～正午

▷ところ…北研修センター

▷活動内容…老人福祉施設慰問、オペレッタ公演、全国童話歌唱コンクール参加など

▷対象…音楽やダンスが好きな小学1年生～中学3年生

## しらゆり杯市民囲碁大会

同大会事務局 (平野) ☎63-7537

▷とき…7月25日(日)午前9時～

▷ところ…北上市総合福祉センター

▷申し込み…7月15日(木)までに所属しているサークルまたは展勝園(☎63-7410)、同大会事務局へ

## 映画会「おとうと」

北上市地域婦人団体協議会事務局

(高橋) ☎73-7883

▷とき…7月11日(日)午後2時、6時の2回上映

▷ところ…さくらホール

▷入場料…大人前売り1,000円(当日1,300円)、小学生～高校生前売り500円(当日700円)

## 専修大学北上高校

### ジュニアレスリング教室

同校 (田口) ☎63-2341

▷とき…毎週土曜・日曜日午前9時～11時30分

▷ところ…専修大学北上福祉教育専門学校・第2体育館

▷対象…3歳～中学生

▷受講料…無料

## 新幹線走行試験

JR東日本盛岡支社設備部

☎019-652-6901

▷走行区間…仙台～北上間(1往復程度)

▷とき…7月6日(火)、7日(水)、8日(木)、10日(土)、13日(火)、15日(木)、20日(火)、22日(木)、24日(土)、27日(火)の終列車後、8月24日(火)、26日(木)、31日(火)、9月29日(水)の早朝

※都合により日程変更があります。

教えて!

正しい知識で安心生活

## 消費生活博士



### ポイントを買わせるサイト業者

**Q** ネットを閲覧していたところ、意図しないサイトにアクセスしてしまいポイントを買わせられました。

**A** サイト内で利用できるポイントを、あの手この手で購入させる悪質なサイト業者が横行しています。「30万円の当選権があります」とか「芸能人です。相談に乗ってください」などと誘い、メールのやりとりに必要なポイントをクレジットカードで買わせる手口が有名です。

サイト業者は言葉巧みにポイントを購入させ、メールの交換を続けるようにしむけてきます。だまされたのではと気が付くころには、深みにはまっている消費者が多いようです。

これらのトラブルについては、消費者自身にも慎重な対応が求められることは言うまでもありません。サイト業者に誘導されるままに、個人情報やクレジットカードの番号を入力してはいけません。

だまされたかなと感じた場合は、一連のメールを削除せずに、できるだけ早急に関係機関に相談することをお勧めします。

商品・契約トラブル、多重債務など消費生活に関する相談は

北上市生活環境課市民生活係

☎64-2111 内線 3413・3414

## 伝言板

## 福祉の就職総合フェア2010

岩手県社会福祉協議会福祉人材研修課

☎019-637-4522

▷とき…7月4日(日)午前10時～午後4時

▷ところ…ホテルニューカーリーナ(盛岡市)

▷内容…午前：講座、施設・事業所PR、午後：福祉の就職総合フェア

## 北上市民ディスクゴルフ大会

北上市フライングディスク協会

☎FAX 62-5037 ☒kitakami@iwfda.com

URL <http://iwfda.com/kitakami/>

▷とき…7月10日(土)午前9時30分～正午

▷ところ…北上総合運動公園・第2駐車場付近

▷対象…市内在住の小学生以上の人

▷定員…30人(先着順)

▷参加料…500円(同協会員は無料)

▷申し込み…7月5日(月)までにファクス、電子メールで同協会へ

**DUSKIN**  
喜びのタネをまこう

## ご高齢者のお世話とお手伝い

公的介護保険適用外のサービス

ダスキンフランチャイズチェーン加盟店

## ホームインステッド 北上ステーション

- 気の合う決まったスタッフが訪問。
- 24時間365日、夜間も。
- 1回だけでも長期でも。
- ご家族のための家事なども。

☎0120-670-166

〒024-0063 岩手県北上市九年橋三丁目13-29 TEL 0197-61-3166

○レザークラフト合同作品展▽とき…7月10日(土)・11日(日)午前10時～午後6時(11日は午後5時まで)▽ところ…市民交流プラザ▽入場料…無料▽問い合わせ…オリーブの会(佐藤) ☎65-11046

## 募集

### フォルダスポーツ教室事業

NPO法人フォルダ ☎FAX 63-5812

#### 一流を知る!!バレーボール教室

▷とき…7月10日(土)午後1時～5時30分

▷ところ…勤労者体育センター

▷講師…モントリオール五輪女子バレー金メダリスト白井貴子氏

▷対象…小学生・中高生女子・一般

▷定員…各50人(先着順)

▷参加料…500円

▷持ち物…シューズ、サポーター、タオル、飲み物

#### 総合型地域スポーツクラブ東北クラブ運営ミーティング

▷とき…7月10日(土)午後6時30分～7時15分

▷ところ…ホテルシティプラザ北上

▷内容…コーディネーターにテレビ朝日アナウンサー宮嶋泰子氏を迎え、パネルディスカッション「こう変わる!日本のスポーツ」を行います

▶申し込み…6月30日(水)までにファクスで同NPO法人へ

### 母子家庭等特別(法律)相談

県南広域振興局保健福祉環境センター

☎65-2732

▷とき…7月14日(水)午前10時～午後3時

▷ところ…北上地区合同庁舎

▷対象…母子家庭の母、父子家庭の父

▷申し込み…同センターまたは(社)北上市母子寡婦福祉連合会(☎77-2854)へ

※相談は無料です。秘密は守られます。

### 夏期スポーツ教室

(財)北上市体育協会 ☎67-6720

#### ①初めてのエアロビクス

▷とき…7月6日～9月14日の火曜日(全10回)、午前の部=午前10時30分～11時30分、夜の部=午後7時～8時

#### ②シェイプアップエアロ

▷とき…7月1日～29日の木曜日(全4回)、午前の部=午前10時30分～11時30分、夜の部=午後7時～8時

#### ③いきいきシニア倶楽部

▷とき…7月14日～9月22日の水曜日(全8回)、午前10時～正午

#### ④エンジョイスports教室・バドミントン&ラージボール卓球

▷とき…7月1日～22日の木曜日(全4回)、午前10時～11時45分

#### ⑤大アリーナ無料開放

▷とき…7月14日(水)、21日(水)午後7時15分～8時45分

▶ところ…①②③⑤北上総合体育館④黒沢尻体育館

▶対象…①②④高校生以上③60歳以上の運動したい人⑤市民または市内に勤務している人

▶定員…①②70人③④⑤30人(先着順)

▶参加料…①10回3,000円、1回500円②4回1,200円、1回500円③8回2,000円、1回300円④4回1,000円、1回300円

▶申し込み…各開講日の2日前までに同協会へ

### 「子どもの人権110番」強化週間

6月28日(月)～7月4日(日)

法務省・全国人権擁護委員連合会

フリーダイヤル ☎0120-007-110

▷平日…午前8時30分～午後7時

▷土日…午前10時～午後5時

### 勤労青少年ホーム講座

同ホーム ☎63-5812

#### ①知っておきたいビジネスマナー講座

▷とき…7月14日(水)、21日(水)、28日(水)午後7時30分～9時

▷ところ…同ホーム

▷持ち物…筆記用具

#### ②青少年の日記念行事

▷とき…7月17日(土)午前10時～午後5時

▷ところ…花巻文化村、紫波フルーツパーク

▶対象…①市内居住または勤務している35歳未満の人②市民

▶定員…①15人②20人(先着順)

▶受講料…①無料②500円(創作体験費・昼食代は含まない)

▶申し込み…①7月7日(水)②7月10日(土)までに同ホームへ

※受講するには会員登録(無料)が必要です。

### 調理師試験準備講習会

北上調理師会 ☎63-6231

▷とき…8月26日(木)、27日(金)、30日(月)、31日(火)午前9時～午後5時

▷ところ…北研修センター

▷内容…食文化概論、衛生法規、公衆衛生学、栄養学、模擬試験など

▷対象者…調理師試験願書申込者

▷受講料…25,000円(講習料、テキスト、問題集、入会金、年会費)

▷申し込み…同会へ

※調理師試験の願書受付期間は6月28日(月)～7月9日(金)までです。

水道料金のお支払いは口座振替またはコンビニ納付が便利です。

## 健康テビロンインナー

◎冬場は寒い時ほど保温力が高くなりとても暖かい保温下着です

◎夏場は汗を取りムシや汗の冷えを抑えるさわやか汗取下着です

◎着用中マイナスイオンを発生し健康増進に役立つ健康下着です

テビロンは帝人(株)の開発した環境にやさしい素材です

(有)ネッフル北東北

〒024-0062 北上市鍛冶町2-2-31 国道4号北上駅交差点より盛岡方面50m右側  
TEL 63-7736 FAX 63-7738

弊社は環境省の温暖化防止マイナス6%(ウォームビズ・クールビズ)に参加しています

## 5月のデータ

※【 】内の数字は前月末(4月30日現在)との比較  
( )内の数字は平成22年1月からの累計です

●世帯数	33,860世帯	【+20】
●人口	92,912人	【+13】
●男	45,407人	【+9】
●女	47,505人	【+4】

■交通事故など		
人身事故	28件	(133件)
死亡	0人	(1人)
負傷	32人	(165人)
物損事故	167件	(1,016件)
飲酒運転検挙者	3人	(8人)

■火災		
発生	3件	(20件)
■救急車出動件数		
交通事故	28件	(117件)
急病	158件	(711件)
その他	63件	(332件)

## 後期高齢者医療保険料

国保年金課 内線 3134・3135

22年度の後期高齢者医療保険料が決定しました。被保険者に決定通知書を7月中旬に送付します。

▷納付方法…期別内訳の特別徴収欄に保険料の記載がある人=その月の年金から天引きとなります。期別内訳の普通徴収欄に保険料の記載がある人=

①納付書が同封されている人は、納期ごとに金融機関などで納めてください。  
②納入通知書に金融機関名などの記載がある人は、納期の25日に口座振替となります。期別内訳の普通徴収欄と特別徴収欄に記載がある人=納付書または口座振替で納める月と年金から天引きになる月があります。納付書が同封されている人はそれぞれの納期ごとに納めてください

◆世帯の所得により、9割、8.5割、5割、2割軽減措置があります。詳しくは決定通知書をご覧ください。

◆天災その他特別の事情で、保険料の減免を受けられる場合がありますので、窓口で相談してください。

※8月から使用する被保険者証は、7月下旬に送付します。

### いわて合同面接会2010

▷とき…7月4日(日)午後1時～5時  
▷ところ…中野サンプラザ(東京都)

▷内容…参加事業所との個別面談・面接、ハローワークとの就労相談

▷対象…県内就職を希望する求職者

▷問い合わせ…いわて地域共同就職支援センター(☎019-651-0415)

※事前に同センターまで電話または電子メール(info@worksupport-i.jp)で連絡すれば企業の人事担当者との個別面談・面接をすることができます。

## 募 集

### 子ども工作教室

博物館 ☎64-1756

▷とき…7月10日(土)午前10時～正午

▷ところ…みちのく民俗村・体験厨房

▷内容…牛乳パックで簡単に船を作ります。完成後には同民俗村内で船を浮かべて遊びます(雨天中止)

▷対象…小学校低学年から中学年

▷定員…親子20組(先着順)

▷参加料…200円(保険料など)

▷申し込み…6月30日(水)午前9時30分から電話で同館へ

### 市民施設めぐり

地域づくり課 内線 3246・3247

▷とき・コース…Aコース=7月9日(金)

中央図書館西側駐車場8:50集合～西部農産ダイレクト(株)～いわさき認定こども園～ふるさと体験館「北上」(昼食)～鬼の館～日本現代詩歌文学館～中央図書館西側駐車場15:20到着(予定)、Bコース=7月30日(金)

中央図書館西側駐車場8:50集合～(株)ケー・アイ・ケー～(株)岩手ヤクルト工場～展勝地レストハウス(昼食)～博物館・みちのく民俗村～利根山光人記念美術館～(株)更木ふるさと興社～中央図書館西側駐車場15:20到着(予定)

▷定員…各コース28人(先着順)

▷参加料・昼食…無料・持参(昼食会場での注文も可能です)

▷申し込み…Aコースは7月5日(月)、Bコースは16日(金)までに、希望コース、氏名、年齢、住所、電話番号を電話で同課へ。介助が必要な人は介助者同伴で。10人以下の場合は中止

## 第4回 国見山の自然探索会

博物館 ☎64-1756

▷とき…7月11日(日)午前9時、博物館南口駐車場集合

▷定員…30人(先着順)

▷参加料…200円(写真代、保険料)

▷持ち物…カメラ、昼食、筆記用具、雨具、散策に適した服装

▷申し込み…7月1日(木)午前9時から電話で同館へ

## プライベート花火

商業観光課 内線 3352・3353

8月9日(月)開催の「トロッコ流しと花火の夕べ」に、自分だけのメッセージを添えて花火を打ち上げませんか。特典として当日の升席と打ち上げ証明書を進呈します。

▷打ち上げ料…3万円(7号玉1発)、5万円(8号玉1発)、10万円(7、8号玉3発)、15万円(スターメイン)

▷申し込み…7月16日(金)までに同課へ。申し込みが10人に達した時点で、締め切ります

## いい歯をつくろう!

江釣子保育園地域子育て支援センター

☎77-3920

▷とき…7月9日(金)午前10時～11時(9時45分受け付け)

▷ところ…同支援センター

▷内容…歯科衛生士による歯の話と歯磨きの仕方

▷対象…未就園児と保護者

▷定員…15組(先着順)

▷参加料…無料

▷持ち物…歯ブラシ

▷申し込み…電話で同支援センターへ

○更木桑茶・新茶まつり「B級グルメコンテスト」アマチュア部門参加者募集  
着順)▽申し込み…7月2日(金)午後5時までに(株)更木ふるさと興社 ☎81-6136)へ  
○ヒメボタル観察会  
とき…7月10日(土)午後6時30分～集合…鬼の館▽問い合わせ…NPO法人わが流域環境ネットワーク ☎64-17411  
▽とき…7月11日(日)▽定員…20人(先

**創業**  
**25周年**

住まいの大情報館

**「夢ごこちの家」**

癒しの効果、「ヒーリングパウダー」。こだわりの住宅で努力されている方へ!

**「魔法のような家」をつくろう。**

人に優しい家に住みたい、だから『夢ごこちの家』

新築はもちろん、シックハウスでお悩みのご家庭も、壁紙の張替えだけで、我が家が森林空間になり、ヒーリングパウダー効果で24時間いつでも岩盤浴の家。

**日本ハウスプランニング**

〒024-0061 岩手県北上市大通り四丁目6-2  
TEL:0197(63)7477 FAX:0197(63)7488

URL: <http://www.jhphome.info/>  
e-mail: [jhp@jhphome.info](mailto:jhp@jhphome.info)

○おわびと訂正  
記念作品展の開催期間は6月25日(金)・26日(土)でした。おわびして訂正します。  
4ページの記事中、黒陵25回生喜寿の会

## お知らせ

### 地上デジタル放送受信相談会

デジサポ岩手 ☎019-604-2637  
政策企画課 内線 3233

デジサポ岩手(岩手県テレビ受信者支援センター)は、電波の弱い中山間地域やビル陰障害が発生しやすい地域などを対象に個別相談を受け付けます。  
▷とき…①7月5日(月)～7日(水)②8日(木)・9日(金)午前10時～午後4時  
▷ところ…①口内地区交流センター②市役所本庁舎市民ロビー  
※どの会場でも相談が受けられます。

### 民俗芸能公演

#### 夏油温泉かがり火公演

7月3日(土)、10日(土)  
午後7時30分 岩崎鬼剣舞

### 7月の各種相談 悩みごと、分からないこと相談して

時間は午前10時～午後3時、消費生活相談・年金相談は午前9時から  
場所の記載のないものは本庁舎4階相談室が会場

- 人権相談 7月5日(月)・12日(月)・26日(月)
- 行政相談 7月5日(月)
- 消費生活相談 毎週月・水・金曜日(午後3時45分まで)※19日(月)・祝を除く  
※商品・契約トラブル・多重債務など
- 年金相談 7月12日(月)・20日(火)／本庁舎1階年金相談コーナー
- 少年相談出張所 「ほっとスペース」毎週火曜日、午後3時～5時30分  
「おしゃPa!」毎週金曜日、午後3時～5時30分／生涯学習センター

#### ※次の相談は電話予約制

- 法律相談 7月8日(木)・15日(木)・22日(木) ☎64-2111 内線 3414
- 多重債務者弁護士相談 7月14日(水)・28日(水) ☎65-2731  
／北上地区合同庁舎
- 外国人に関する相談会 7月22日(木) ☎63-4497／国際交流ルーム

### 介護保険料の減免

長寿社会課 内線 3635・3636

65歳以上の人で、災害などによる財産の著しい損失や収入の減少が認められる人、または世帯全員が住民税非課税で介護保険料の納付が困難な人に対して、保険料の減免を行います。減免を受けるためには申請書の提出が必要です。22年度介護保険料納入通知書を7月上旬に送付しますので、申請を希望される人は通知書が届いてから申請をお願いします。

### サマージャンボ宝くじ

販売期間：7月7日(水)～30日(金)

サマージャンボ宝くじが全国の宝くじ売り場で発売されます。また、新登場の1000万円サマーが同時発売されます。

宝くじの収益金は災害復旧対策やまちづくりなど各種事業の推進に寄与しています。

### 交通災害共済

生活環境課 内線 3416

▷加入できる人…北上市に住民登録か外国人登録をしている人。市内の家族と生計を同じくする、県外の大学などに就学中の人も加入できます  
▷共済期間…8月1日(日)～23年7月31日(日)(他県へ転出しても共済期間中は有効です)  
▷掛け金…年額1人400円  
▷見舞金…2万円～110万円  
▷申し込み…同課や金融機関の窓口などで加入できます。金融機関での取り扱い扱いは9月30日(木)まで

### 国民年金保険料の免除制度

国保年金課 内線 3137・3138

経済的な理由などで納付が困難な場合は、申請して承認されると全額または一部(半額、1/4、3/4)の納付が免除されます。このほか、学生・30歳未満の人の保険料の納付が猶予される制度もあります。

▷申請開始…7月1日(木)から(21年度に承認された人は6月まで免除されています)。6月まで部分免除の承認または退職者特例で承認されている人は申請が必要です

※継続審査の承認を受けている人は申請の必要はありません。

▷持ち物…①年金手帳または身分証明書(運転免許証・健康保険証など)②印鑑③失業が理由の場合は「雇用保険受給資格者証」か「離職票」(離職日が21年3月31日以降のもの)④学生は「学生証」か「在学証明書」(③④は写しも可)。承認される審査基準や必要書類は家族構成で異なります

※詳しくは花巻年金事務所(☎0198-23-3351)へ問い合わせください。

地域と共生 パルは偉大なローカルブランドを目指します。

# PAL

江釣子ショッピングセンター・パル  
〒024-0072北上市北免19-88 TEL0197-85-2511 (代)  
PALホームページ <http://www.ee-pal.com>  
メールアドレス [info@ee-pal.com](mailto:info@ee-pal.com)

7/18(日)開催決定!! 雨天の場合 7/25(日)に延期

## 第35回 夏の屋上フリーマーケット

★パル案内所にて参加受付中★

1区画1,050円(最高2区画)先着50区画!  
(お申込みに参加料・印鑑をお持ち下さい!)

※但し雨天の場合7/25も参加できる方  
定員になり次第、受付終了致します。

◆午前10時～午後2時 ◆屋上駐車場特設会場

7/23(金)～8/1(日)

## 沖縄物産展 元気市!

日本のご長寿王国!  
長生きの秘訣はココ?にあり!!

◆1F/パルジョイスタジオ