

体の状態を確認しませんか

体力テスト

体力テストを開催します。ご自身の「体力・運動能力」を確認してみませんか。当日は、鹿角市スポーツ推進委員が測定を行います。

- ▶日時 10月19日(水)、20日(木)
受付18時～、測定開始18時30分～
- ▶場所 鹿角トレーニングセンターアルパスアリーナ
- ▶対象 市内在住・在勤・在学の方(20歳～79歳の健康な方)
- ▶申込方法 電話またはFAXで氏名・年齢・性別・住所・電話番号(日中連絡の取れる番号)をお知らせください。
- ▶申込締切 10月14日(金)
- ▶持ち物など 飲み物・上履き・タオル・動きやすい服装
※運動時以外はマスクの着用をお願いします。

☎ スポーツ振興課
☎ 30-0297 FAX 22-0888

令和5年度小学校入学予定者対象

就学時健康診断

令和5年4月に小学校へ入学されるお子さんを対象に、就学時健康診断を実施します。忘れずに受診してください。

学校名	健診日	受付時間
八幡平小学校	10月12日(水)	13時30分～50分
花輪小学校	10月13日(木)	13時10分～30分
大湯小学校	10月14日(金)	13時30分～50分
尾去沢小学校	10月27日(水)	13時30分～50分
十和田小学校	11月4日(金)	13時30分～50分
柴平小学校	11月17日(水)	13時30分～50分

※当日は就学時健康診断実施通知書、母子健康手帳、上履きを忘れずにお持ちください。
※幼稚園・保育園の名札、マスクを着用してご来校ください。
※指定された学校とは別の学校で健康診断を受けても、その学校に入学できるものではありません。

☎ 総務学事課 学事指導班 ☎ 30-0291

あなたに合うオンラインでの働き方

テレワーカー入門セミナー

子育てや介護などでフルタイムでは働けない方ややすきま時間で収入を増やしたい方、ヨガや料理など得意なことを持っている方がオンラインで収入を得る方法を人気テレワーカーから学ぶセミナーを開催します。資格や経験がない方、パソコン・ITが苦手な方も気軽に始めることができます。参加は無料です。

- ▶日時 10月20日(水) 10時～12時
- ▶場所 まちなかオフィス 研修室
※当日の参加が難しい方には、オンラインでのライブ配信や録画動画の後日配信も行います。
- ▶内容
①テレワーク・在宅ワークの基礎知識
②子育てしながら活躍するワーカーの体験談
③趣味や特技が仕事になる「スキルシェアワーク」
④個別相談会
- ▶申込方法 必要事項を申込フォームに入力し、送信してください。

☎ 産業活力課 産業戦略班 ☎ 30-0250

講師

加藤 こういち氏

会員数70万人以上の知識・スキル・経験の売買サイト「タイムチケット」2022年アワードでNo.1グランプリを獲得。メディア出演：めざましテレビ、AbemaTVなど。



糸原 絵里香氏

料理経験ゼロからオンライン料理教室を開講。著書は楽天ブックス「和食・おかず」カテゴリで週間1位を記録。



申込フォームはこちら→



悩み事をお気軽にご相談ください

10月17日(水)～23日(火)は「行政相談週間」

行政相談委員は、総務大臣からの委嘱により、行政サービスに関する意見・要望や苦情を受け付け、皆さんと関係機関との間に立って、その解決を図る「住民と行政のパイプ役」です。

▶行政相談委員
金 美智子さん(花輪)、和田 祐二さん(十和田)、浅石 ひとみさん(八幡平)

地区文化祭にあわせて「特設行政相談所」を開設しますので、お気軽にご利用ください。相談の際は、マスクの着用をお願いします。

開催日	講師	時間
10月28日(金)	花輪市民センター(コモッセ内)	10時～12時
10月29日(土)	十和田市民センター	
10月30日(日)	八幡平市民センター	

☎ 生活環境課 コミュニティ推進班 ☎ 30-0202

地区文化祭の会場で申請できます

マイナンバーカード申請受付

マイナンバーカードの申請受付を行います。申請に必要な顔写真の撮影も行います。

- ▶日時/場所
① 10月28日(金) 9時～16時30分/十和田市民センター
② 10月30日(日) 9時～15時/花輪市民センター(コモッセ内)
※12時～13時を除く
- ▶持ち物
申請時：本人確認書類2点(運転免許証、健康保険証、マル福受給者証、診察券(氏名・生年月日付き)、接種券など)

マイナポイント付与対象となるマイナンバーカードの申請期限が12月末まで延長になりました。

☎ 市民課 戸籍年金班 ☎ 30-0212

戦没者のご遺族の皆さんへ

第十一回特別弔慰金の支給

特別弔慰金は、4月1日を基準日として、同日において年金給付の受給権者がいない場合に、戦没者などの死亡当時のご遺族に額面25万円、5年償還の記名国債が支給されます。

- ▶対象 代表のご遺族おひとり(次の優先順位)
①令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
②戦没者の子
③戦没者と生計関係を有していた父母・孫・祖父母・兄弟
④上記①から③以外の三親等内の親族(戦没者の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係があった方に限る)

▶請求期限 令和5年3月31日(金)

☎ 福祉総務課 地域福祉班 ☎ 30-0238

学生に無利子で貸与

令和5年度 鹿角市奨学生募集

- ▶対象 市民の子どもで、高校・高専・大学(短大・専門学校含む)・大学院に在学または入学・進学予定のある方
- ▶貸与額
高校・高専前期3年間(月額1万円)
大学・大学院・高専後期2年間(月額3万円)
- ▶申込期間 10月3日(水)～11月7日(月)
- ▶申込方法 教育委員会および各支所に備え付けの申込書にてお申し込みください。
※書類審査、本人面接により貸与を決定します。

☎ 総務学事課 総務班 ☎ 30-0290

79.1 鹿角きりたんぼ FM
MHz

平日 8:23～、11:52～、17:23～(1日3回)
市では、上記の時間に「鹿角市からのお知らせ」を放送しています。