

今月の納期は 7月25日(火)

問い合わせ
収納係

役場や金融機関での窓口納付、口座振替、コンビニ納付、スマホ決済アプリなどが利用可能となっておりますので、都合の良い納付方法をお選びください。

なお、スマホ決済アプリやeし番号などでの電子納付を利用した場合、領収書は発行されません。

領収書が必要な人は、他の納付方法をご利用ください。

●町道民税・固定資産税・都市計画税第2期

●国民健康保険税(普通徴収)第1期

●後期高齢者医療保険料(普通徴収)第1期

●介護保険料(普通徴収)第1期

保健

『親と子の食育教室』を開催します

問い合わせ
健康推進係
53-3333

好ましい食習慣や食事を作る楽しさ、食べることの喜び、大切さを一緒に楽しく学びませんか？

当日は、食育講話と調理実習を行います。(2日間とも同じ内容の教室を開催しますので、どちらか選んでお申し込みください)

●日時/①7月26日(水)10時から12時

30分

②7月27日(木)10時から12時30分

●場所/保健福祉総合センター

●対象/小学生とその保護者(お子さんだけの参加も可能)

●定員/各6組(定員になり次第締め切り)

●用意する物/エプロン、三角巾

●調理実習費/300円

●締め切り/7月13日(木)



『バランスボールで産後の心と体・リフレッシュ講座』

問い合わせ
健康推進係
53-3333

町では、産後女性の心身の回復などを楽しく学ぶ講座を開催します。

講座では、産後の身体のためのストレッチ、リフレッシュのための対話、自宅で行うセルフケアを学ぶことができます。

また、赤ちゃん(生後7カ月まで)も一緒に参加できます。お子さんの託児を希望する人はお伝えください。

●日時/7月20日(木)13時30分から15時

●場所/保健福祉総合センター

●講師/平野聡恵(NPO法人マドレボニータ産後セルフケアインストラクター)

●対象/産後女性(産後1カ月健診

を終えた人、産後であれば何年経過していても大丈夫です)

●定員/8人(定員になり次第締め切り)

●服装・持ち物/運動しやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、赤ちゃん連れの人はオムツや着替えなど

●申し込み/健康推進係



子育て

子育て講座

『小児救命講習』

問い合わせ
健康推進係
53-3333

いざという時、かけがえのない大切な命を救うため、正しい知識と技術を身につけませんか？

講座では、厚岸消防署の救急救命士を講師に招き、乳幼児の人形を用いてAED使用を含めた心肺蘇生体験や誤嚥(ごも)けいれん、やけど等への対処を学びます。

お子さん連れでも参加できます。

●日時/8月3日(木)10時から

●場所/子育て支援センター

●申し込み/健康推進係



【どこが魅力?ナリテツの社員に聞きました!】

新しい自分、発見!地域に根ざした、安定と信頼の企業です!

『このままでいいのかな』とモヤモヤしていませんか?

なりたい自分、やりたい仕事、理想の働き方...何かを変えたいと思っているあなた!地元でリ・スタートしませんか?



国土交通大臣認定 (Mグレード) 工場
株式会社 ナリテツ
〒088-1125 北海道厚岸郡厚岸町白浜4-30
TEL 0153(52)2150 FAX 0153(52)2160
採用担当:角田 まで

詳しくは、webサイトへ!

