

### 7月の納期

- 固定資産税 (2期)
- 国民健康保険税 (4期)
- 後期高齢者医療保険料 (4期)
- 介護保険料 (4期)
- 水道料金 (豊科・堀金・明科地域)
- 下水道使用料 (穂高・三郷地域)

=納期限は7月31日(水)=

### 普通救命講習会

～応急手当で救える命があります～

大人への心肺蘇生法とAEDの使用方法、けがなどの応急手当を学びます。初めての参加でも応急手当を身に付けることができます。

日 8月24日(土) 午前9時～正午

場 穂高会館講義室

内 心肺蘇生法等の応急手当等

費 無料 定 30人

申 8月21日(水)までに穂高消防署(☎82・3262)または豊科消防署(☎72・3145)へ電話で

### 水難事故を未然に防ぎましょう

夏是水難事故が多発する時季です。また、近年ではゲリラ豪雨により、河川の水量が急激に増え、ますます危険性が高まっています。次のポイントに注意し、水難事故を防ぎましょう。

▷大雨の後や、天候が悪くなりそうときは海や川には近づかない。

▷保護者は子どもから目を離さず、単独での行動は絶対させない。

▷立ち入り禁止区域、遊泳禁止区域には立ち入らない。

☎お近くの各消防署へ



### 保健師(非常勤職員)

☎福祉課生活支援担当

(☎71・2252 FAX71・2328)

市役所勤務の保健師(非常勤職員)を募集します。

☎保健師資格を有し、市役所福祉課で勤務ができる人

☎▽雇用期間 10月1日から令和2年3月31日まで

▽勤務時間 月曜日から金曜日の午前8時30分から午後4時30分までの時間(要相談)

▽時給 1370円(交通費有)

定 1人(面接等により決定)

申 7月22日(月)から8月16日(金)に申込書を福祉課(1階14番窓

### 募集

### 信州ねりんピックスポーツ交流大会参加者・作品展出品

☎長寿社会課長寿福祉係

(☎71・2254 FAX71・23028)

(公財)長野県長寿社会開発センター

(☎026・226・3741)

スポーツ活動や創作活動を通じて生きがいや健康づくりを行い、明るく活力ある長寿社会の実現を目指す「信州ねりんピック」の参加者と作品を募集します。

スポーツ交流大会参加者募集

日 10月26日(土)

場 長野運動公園総合運動場 犀川第2運動場マレットゴルフ場

☎競技種目(10種目)

▽グラウンドゴルフ▽ダンススポーツ▽ゲートボール▽ソフトテニス▽ソフトバレーボール▽ペタンク▽ウォークラリー▽弓道▽テニス▽マレットゴルフ

☎県内在住の60歳以上の人(昭和35年4月1日以前に生まれた人)

費 500円(資料・保険料等。昼食は各自で用意してください)

申 8月23日(金)までに申込書を長野県長寿社会開発センター松本支部へ。競技要領兼参加申込書は長寿社会課(1階18番窓口)

から入手できます。申し込みは受付順です。詳細は申込書をご覧ください。

### 高齢者作品展作品募集

☎募集部門 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真

※出品規格など詳細は問い合わせください。

☎アマチュアで県内在住の60歳以上の人(昭和35年4月1日以前に生まれた人)

申 8月23日(金)までに出品票を長寿社会課へ直接。出品票は同課窓口から入手できます。

☎他 出品票2枚目を作品の裏に貼り、梱包後、9月6日(金)までに同課窓口へ搬入してください。

### エンジョイシニア! 実践おたっしや塾(明科会場)

☎介護保険課介護予防担当

(☎71・2474 FAX71・2503)

元気に日々を過ごすために、楽しく学ぶ体験型の教室です。

日 9月3日から11月19日の間で、おおむね週1回、火曜日の午後1時～3時

場 明科総合福祉センターあいらす 内 体操、脳トレ、音楽療法、栄養や口腔、葉などについての講話

☎市内在住のおおむね65歳以上の人(医師から運動制限の指示が

ある人および現在豊科会場へ参加している人は参加できません)

費 無料 定 20人(先着順)

申 7月22日(月)から26日(金)に介護保険課(1階11番窓口)へ直接または電話で

### おいいきいきアップ教室(堀金会場)

☎介護保険課介護予防担当

(☎71・2474 FAX71・2503)

口の渇きやむせなど、年齢と共に現れる口の機能低下の改善方法を含め、口の健康を学ぶ教室です。

日 8月22日(木)から11月15日(金)の間でおおむね月2回金曜日(初回のみ木曜日)【全8回】

場 堀金保健センター

☎お口の健康チェック、口腔ケア、体の体操、健康ミニ講座など

☎市内在住のおおむね65歳以上の人(できる限り全日程参加可能な人)

費 無料 定 20人(先着順)

持 飲み物

申 7月22日(月)から8月2日(金)に介護保険課(1階11番窓口)へ直接または電話で

☎今後豊科・穂高で開催予定です

▽定員 1人

▽賃金 予定 日額2880円

▽資格など(経験者を優遇)

普通自動車運転免許

申 7月22日(月)から31日(水)に、申込書を介護保険課認定調査係(市役所穂高支所)へ直接または郵送により提出。申込書は同課窓口または市HPから入手できます。

### 松本広域連合消防職員

令和2年4月に採用予定の松本広域連合消防職員(初級)の採用資格試験を行います。

試験の種類	試験区分	採用予定人員	受験資格	申し込み	その他
初級	消防	若干名	平成8年4月2日～14年4月1日に生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人 ※4年制大学卒業者と4年制大学卒業予定者は受験できません。	8月28日(水)～9月1日(日)に松本広域連合事務局へ本人が直接、試験申込書を持参。(土・日曜日でも受付可)	申込書は松本広域連合事務局・消防局・各消防署所・松本広域連合関係8市村の窓口から入手できます。郵送を希望する場合は、住所・氏名を記載した角2の返信用封筒に140円切手を貼り、同封の上、赤字で「試験案内希望」と明記して請求してください。請求先 〒390-1401 松本市波田4417番地1 松本広域連合事務局総務課

日 第1次試験 9月22日(日) 場 ▷教養試験 松本市役所波田支所 ▷体力試験 波田中学校体育館  
☎教養、適正、体力試験 ☎松本広域連合事務局総務課 ☎87・5460

### 就職面接会

若年者と障がい者を対象とした就職面接会を開きます。人事担当者とは面接ができます。

### 企業就職面接会 in 松本

日 7月26日(金) 午後2時～4時30分(入退場自由。受付は午後1時30分～4時)

場 ホテルブエナビスタ3階(松本市本庄1-2-1)

☎令和2年3月に大学・短大・専修学校等を卒業予定の人、卒業後おおむね3年以内の人

費 無料 申 不要

☎ヤングハローワーク松本 ☎31・8600

### 障がい者就職面接会

日 8月27日(火) 午後1時～4時(受付は正午～)

場 ホテルブエナビスタ3階グランデ(松本市本庄1-2-1)

☎就職希望者は不要。事業主の皆さんは事前に松本公共職業安定所へご連絡ください。

☎履歴書(就職希望者)

☎松本公共職業安定所 ☎27・0111(部門コード:42#)