

こんにちは

日高町地域包括支援センター

です!

もの忘れ無料相談会を開催します!!

「最近、もの忘れをする…」「あれ?っと思うことが増えた」「何かおかしい…」でも、どこに相談すればよいのかわからない…。

ご本人、ご家族の方、お気軽にご相談ください。 *ご家族だけの相談でも可能です

サポート医 池田明彦先生
日 時 平成27年8月6日(木) 14時~16時
場 所 日高町保健福祉総合センター
 (ふれあいセンター)
定 員 申し込み順 3組まで
相談時間 約20分程度

認知症サポート医が
お話を伺います



※医療機関で既に認知症の診断を受けている方は除きます
 ※医師による相談会です。診察ではありません
 ※事前予約が必要です。下記までご連絡ください

【お申込み先】日高町地域包括支援センター(役場内) (☎0738・63・3801)

運動教室のご案内

効果的な運動方法を学んで、いい汗かいて、
メタボリックを予防・改善しませんか?楽しく運動をしたい方、ぜひご参加ください。

内 容

- ストレッチ
- 初級エアロビクス
- ウォーキングフォーム
- 筋力トレーニング

☆医療機関にかかっている方は、運動制限について必ず主治医にご相談ください。

講 師

メディカル&フィットネス アクオ
運動指導士

日時・場所

| 日時・場所 | | 時 間 | 場 所 |
|--------|---|-------------|-----------------------|
| 7月13日 | 月 | 13:30~15:00 | 日高町 農村環境改善センター |
| 9月16日 | 水 | 10:00~11:30 | |
| 10月16日 | 金 | 13:30~15:00 | |
| 11月13日 | 金 | 13:30~15:00 | メディカルフィットネス アクオ 3階 |
| 12月15日 | 火 | 10:00~11:30 | |



ご用意いただく物

- ・動きやすい服装
- ・運動シューズ
- ・汗ふきタオル
- ・飲み物(お茶など)

お申し込み・お問い合わせ先

健康推進課 ☎63・3801

中退共 職金 共済制度

CHU 小企業 退 職金 共済 制度

中小企業 未と安心、退職金。

そうだ 中退共に相談しよう。

中退共は半世紀で100万社以上の中小企業が活用してきた、国の退職金制度です。

- 安心・確実! 掛金の一部を国が助成!
- 有利! 掛金は全額非課税、手数料なし
- カンタン管理! 社外独立型だから手間いらず
- パートさんや家族従業員も加入できます!

ホームページで「中小企業の強い味方! 中退共制度」
 動画配信 中退共 検索

総行 和歌山県和歌山市東区西島1-24-1 TEL:03-6607-1234 FAX:03-5955-8211
 中小企業退職金共済事業本部

平成27年度 各種講習日程表(8月~11月)

| 講習 | 日時 | 受講料 | 受付開始日 |
|---|---------------------|---------|------------|
| 建物等の鉄骨組立て等作業主任者 | 8月4日(火)~8月5日(水) | ¥10,500 | 7月6日(月)~ |
| 地山の掘削及び土止め支保工作業主任者(1・2級土木施工管理技術検定合格者のみ) | 9月1日(火) 午後1時~ | ¥9,100 | 8月3日(月)~ |
| 石綿取り扱い作業従事者特別教育 | 9月17日(月) 午後1時~ | ¥7,300 | 8月17日(月)~ |
| コンクリート橋架設等作業主任者 | 10月6日(火)~10月7日(水) | ¥10,500 | 9月7日(月)~ |
| 現場管理者統括管理講習(リスクアセスメント含む) | 10月20日(火) | ¥8,200 | 9月24日(木)~ |
| 足場の組立て等作業主任者 | 11月10日(火)~11月11日(水) | ¥10,300 | 10月13日(火)~ |
| 職長・安全衛生責任者教育(リスクアセスメント含む) | 11月25日(水)~11月26日(木) | ¥12,900 | 10月26日(月)~ |

場 所: 和歌山県建設会館3F会議室
 講義時間: いずれも午前9時~午後5時
 ※定員になり次第、締め切ります。また、申込者が少数の場合は、講習会を取りやめさせていただく場合があります
 【お問い合わせ】
 建設業労働災害防止協会 和歌山県支部
 ☎ 073・436・1327 FAX 073・426・3987

よろず支援拠点 ~定期出張相談会~

「和歌山県よろず支援拠点」では、事業者のみならず、皆さま方に、よりお気軽にご利用いただけるよう、平成27年4月より、日高振興局で出張相談会を定期開催しています。

よろず支援拠点とは中小企業庁の中小企業・小規模事業者ワンストップ総合支援事業により設置された無料の経営相談所です。

県内の事業者様の販路拡大・資金繰り・事業承継・操業などの経営上の様々なご相談に対応しております。

【時間】事前にご予約いただけます
 9:30-10:45 11:00-12:15 13:00-14:15
 14:30-15:45 16:00-17:15

【参加費】無料
 【お申込み・お問い合わせ先】
 和歌山県よろず支援拠点
 (公益財団法人和歌山県産業振興財団)
 担当: 吾妻 yorozu@yarukiouendan.jp
 ☎ 073・433・3100
 http://yoro-zu-wakayama.jimdo.com/

南紀白浜空港定期便(東京羽田便)の特便割引3・特便割引7を利用できる期間が拡大!

(白浜→東京約70分)

| | | |
|---|---|---|
| 拡大前、7月と8月に「特便割引3」および「特便割引7」が利用できる期間 2日間 (7月1日、2日) | ➡ | 拡大される期間 30日間 7月3日~17日 8月17日~8月31日 |
|---|---|---|

特便割引3や特便割引7を使えば、**最大13,000円お得!**



※「先得」および「ウルトラ先得」等の割引もあります
 (ご予約・ご購入・ご案内)
 JAL日本航空HP www.jal.co.jp
 電話(有料) ☎0570・025・071まで