



お知らせ版

平成25年
12/26
No.57



除雪作業員の時間単価
市では、屋根雪下ろしの作業にかかる参考単価を1時間2880円(1人あたり)としています。屋根雪の下ろし易さなどの作業条件により、時間あたりの作業量は戸別に違うと思われ、この単価を参考として、事前に料金を決めるようご検討ください。

また、参考単価には交通費や雪下ろし用具、作業者の保険などは含まれていませんが、機械等による除排雪は含まれていませんので、そのような作業が必要な場合は、あらかじめ作業者とよく相談してください。

総務課 (☎88-1111)

お知らせ Information

除雪作業員の時間単価

ビュークリーンからのお知らせ

年明けは、6日(月)から通常の受け入れを行います。
◆1月のごみ特別受入日
と き▼1月13日(月・祝) 26日(日)

午前8時30分〜午後4時30分
※正午〜午後1時まで休止
ビュークリーンおくえつ (☎99-9999)

事業用資産の所有者へ

1月1日現在、事業用資産(土地家屋を除く)を所有している方は、償却資産の申告が必要ですが(資産の増減や該当資産がない場合も必要)。申告書は、1月31日(金)までに税務課へ提出してください。

税務課 (☎88-8101)

年末年始の施設利用案内

◆市役所および関係機関 (☎88-1111)
休業期間▶12月28日(土)~1月5日(日)
住民票、税務証明関係の時間外交付の予約は12月27日(金)午後5時15分まで受け付けます。
出生、婚姻、死亡、その他戸籍届出は、年末年始にかかわらず市役所宿直室にて受け付けます。

◆ゆめおーれ勝山 (☎87-1200)
休業期間▶12月29日(日)~1月2日(木)

◆図書館 (☎88-6000)
休業期間▶12月29日(日)~1月3日(金)
※休館中の本の返却は、正面玄関左の「本のポスト」へ、またビデオ・CD・DVDは、開館日に直接カウンターへお返しください

年末年始の各種業務案内

●ごみ収集 (ビュークリーンおくえつ ☎66-6690)
休業期間▶12月31日(火)~1月5日(日)
※「ビュークリーンおくえつ」も上記の期間は休業

●し尿処理業務 (奥越衛生社 ☎87-2748)
休業期間▶12月28日(土)~1月5日(日)

●火葬 (和みの杜 ☎88-0477)
休業期間▶1月1日(水・祝)・2日(木)

無断駐車はお断り!

市役所や体育施設などの駐車場の利用については、除雪の妨げになりますので、施設利用者以外の無断駐車はご遠慮ください。

1月のいち押し

冬の風物詩 勝山年の市

手づくり工芸品や特産物などのお店が、本町通りにずらっと並びます。ぜひお買いものをお楽しみください。

と き▼1月26日(日) 午前8時30分~
ところ▼本町通り
出店数▼52店(木工品、地元名産、各種まちづくり団体)

☎勝山本町通り商店街振興組合
☎090-8269-8529



かつやまふるさと検定の答え Q1 ① Q2 ② Q3 ③

求人情報

(12月13日現在 奥越管内の求人総数655件) ※下記はその一部です

職種・雇用形態	求人数	年齢	賃金(円)	事業所・勤務地	勤務時間	休日	免許・資格
1 店頭販売スタッフ 正社員	1	34以下	160,000~250,000	株式会社マルツ電波ドコモショップ勝山店・大野店	10:00~19:00	他	普通自動車免許不問
2 嵩、鉄骨工事作業員 正社員	2	35以下	180,000~250,000	石塚工業 長山町	8:00~17:00	日・他	普通自動車免許不問
3 組立工 正社員	1	不問	128,184	勝山電子工業(株) 立川町	8:00~17:00	土・日・他	普通自動車免許(通動用)不問
4 サイジング工員 正社員	1	不問	213,500~233,500	桜藤サイジング(株) 鹿谷町本郷	6:00~14:30 14:00~22:30 22:00~6:30	日・他	不問 サイジング経験者
5 インストラクターの補助 正社員	1	44以下	140,000	(株) 相 互 片瀬	8:00~17:00 13:00~21:00	月・他	普通自動車免許(中型あればなお良い)不問
6 看護師(正・准) 正社員	1	不問	189,000~263,500	医療法人芳泉会芳野医院 長山町	8:30~17:00 9:00~17:30 18:30~9:00	他	看護師(正・准のいずれか) パソコン操作ができる方
7 品質管理者 正社員	1	59以下	180,000~300,000	(株)野田電機勝山工場 荒土町松ヶ崎	8:20~17:30	他	不問 品質管理の経験者
8 バス乗務員 正社員	1	59以下	206,000	勝山交通(株) 滝波町	6:00~19:00の間の8時間以上(運行スケジュールあり)	他	大型二種免許大型バス乗務経験
9 調理補助 正社員	1	18~39	140,000~230,000	旬彩酒坊 禅や 旭町	14:00~23:30	他	不問
10 生産工程全般 正社員	3	59以下	127,000~172,000	(株)ラコーム 滝波町	8:00~16:54	日・祝・他	不問 家庭用ミシン使える方
11 調理パート	1	不問	1,075	福井県立勝山高等学校ひびき寮 旭町	6:00~9:00 16:00~19:00 (1日で両方勤務)	月・火・水・土・日・祝・他	調理師
12 事務所ビルにおける簡易な清掃(請負)パート	1	不問	750~800	(有)大建ビルサービス 勝山・大野各契約先事務所及びビル等	9:00~11:00 13:00~15:00 (交代制)	火・水・土・日	不問
13 積み込み作業および配達パート	1	不問	900	社会福祉法人九頭厚生事業団 九頭電ワークショップ 平泉寺町岩ヶ野	10:00~12:00 15:00~17:00 (1日で両方勤務)	土・日・他	フォークリフトあればなお良い 普通自動車免許
14 看護補助パート	1	不問	900	医療法人元気会木下医院 滝波町	7:00~13:00 13:00~19:00 7:00~17:00 (交代制)	他	普通自動車免許(通動用)不問
15 鮭製 造 パート	1	不問	701	鮭飛脚 奥越店 元町	10:00~13:00 16:00~18:30 (1日で両方勤務)	月・火・水・木・金・他	不問

*面接を希望される場合は、事前に必ず勝山市地域職業相談室または、ハローワーク大野で紹介を受けてください。

*すでに採用済みや求人条件が変更になる場合があります。その際はあしからずご了承ください。

☎マイワークかつやま(勝山市地域職業相談室) (☎88-1286) ハローワーク大野 (☎66-2408)

休日・祝日在宅当番医
診療時間▶午前9時~午後5時

1/1 (水・祝)	芳野 医院	☎88-2005
1/2 (木)	福井社会保険病院	☎88-0350
1/3 (金)	こせ整形外科	☎88-6655
1/5 (日)	福井社会保険病院	☎88-0350
1/12 (日)	佐々木胃腸科外科医院	☎87-2616
1/13 (月・祝)	福井社会保険病院	☎88-0350
1/19 (日)	福井社会保険病院	☎88-0350
1/26 (日)	木下 医院	☎87-3333

○休日に体調が悪くなったときは、ご連絡ください。
☎消防署 (☎88-0400)

子どもの急な病気の相談は
☎#8000
☎0776-25-9955
相談時間 午後7時~11時

火災発生

☎88-5100(テープ吹き込み)

地域子育て支援センター「カンガルーのお部屋」行事案内

子育て中の親子の“ふれあいの場” “交流の場”としてご利用ください。

場所 **カンガルーのお部屋**
(市民交流センター2階)

1/11 (土) 土曜日開設
時間▶午前9時30分～午後3時30分
「パパとカンガルーたいむ」
(正月あそび他)

1/14 (火) 絵本の読み聞かせ(くまの子文庫)
時間▶午前10時30分～11時

1/15 (水) 親子でYOGA
時間▶午後2時～2時30分
講師▶飛石 めぐみさん

1/17 (金) 子育てマイスターによる育児講座
「お話の世界へようこそ」
時間▶午後2時～3時
講師▶山岸 登美子さん

1/21 (火) 食育講座「子どもの食育について」
時間▶午前10時30分～11時30分
講師▶福祉児童課 管理栄養士

1/28 (火) お誕生会(1月生まれ)
時間▶午前10時30分～11時

Ⓜ・Ⓞ 地域子育て支援センター
(☎87-3830)

Ⓜ・Ⓞ 鹿谷公民館
(☎89-2111)

奥越高原の冬を楽しむもう
とき▶1月25日(出)・26日(日)
受付 午前11時
ところ▶県立奥越高原
内容▶ジャンボタイヤソリ、
キャンドルナイト、雪合戦
など
対象▶小学4年生～中学生
定員▶40人
費用▶22000円
(1泊3食、保険料など)
申込締切▶1月10日(金)
Ⓜ・Ⓞ 県立奥越高原青少年
自然の家 (☎67-1321)

**常陸宮賜杯第64回
中部日本スキー大会**
中部7県から約500人の
選手が参加して、アルペン競
技とクロスカントリー競技が
行われます。なお、両競技と
も観戦は自由です。
とき▶1月26日(日)～28日(火)
ところ▶スキーシヤム勝山、
芳野ヶ原XC特設会場
・アルペン競技
(イリュージョンサイト)
・クロスカントリー競技
(ホテル駐車場付近)
スタート・ゴール地点
スタート・ゴール課
Ⓞ 生涯学習・スポーツ課
(☎88-8114)

**男女共同参画
お料理講座**
鶏肉塩麹焼きや茶碗蒸しな
どを作ります。男女のペアで
ご参加ください。
とき▶2月9日(日)
午前10時～午後1時
ところ▶勤労婦人センター
講師▶さわらび会
定員▶12組(先着順)
費用▶1組1000円
持ち物▶エプロン、三角巾
申込締切▶1月24日(金)
※チャイルドルームを設置し
ます(要予約)
Ⓜ・Ⓞ 未来創造課
(☎88-1115)

**募集案内
Recruitment**
第27回鹿谷町
雪まつりに関する募集
①雪像コンテスト
とき▶2月9日(日)
ところ▶鹿谷小学校周辺
テーマ▶あなたの好きな
キャラクター
◆大型部門(2m×2m)
応募数▶5チーム(先着順)
(1チーム5人以上)
優勝賞金▶5万円
◆小型部門(90cm×90cm)
応募数▶10チーム(先着順)
(1チーム2人以上)

優勝賞金▶2万円
各部門共通事項▶
・雪像は前日に制作します
・チームには大人が1人以上
いること
・2位、3位にも賞金あり、
その他特別賞あり
②携帯電話写真コンテスト
◆雪だるま部門
対象▶平成26年1月1日以
降に、撮影者またはその家
族が制作した雪だるま
応募期間▶1月6日(月)～
2月7日(金)
◆雪像部門
対象▶上記コンテストで
制作された雪像
応募期間▶2月8日(土)～9日(日)
各部門共通事項▶
・応募方法はメールのみ
・最優秀賞1点、優秀賞数点
③芸自慢コンテスト
応募数▶5チーム(先着順)
優勝賞金▶1万円
※2位、3位にも賞金あり
持ち時間▶準備・片付けを含
めて10分以内
Ⓜ・Ⓞ 鹿谷公民館
(☎89-2111)

まほろばイベント案内

新春午年企画展「平泉寺とお馬さん —平泉寺の謎の馬を探しにいこう—」

期間▶1月4日(土)～2月2日(日)
内容▶平泉寺の「馬」に関する場所のパ
ネル展示
※“まほろばロゴ型カードにメッセージを
書こう”を同時開催

まほろばお年玉クイズ

とき▶1月4日(土)～13日(月・祝)
内容▶まほろば内の展示物を対象とした
クイズ
※お年玉(特別記念缶バッジ)をプレゼント!

冬のクイズ探検

期間▶1月18日(土)～2月2日(日)

平泉寺歴史・自然講座 「平泉寺の冬を撮ろう」

とき▶1月19日(日) 午前9時～12時30分
内容▶中級レベル写真講座と自然観察を
兼ねた撮影会
講師▶前園 泰徳さん
(市環境保全推進コーディネーター)

持ち物▶カメラ、長靴、着替え、お持ちの
方はスノーシュー(かんじき)

※要申込、15名分のかんじきは用意します

Ⓞ 白山平泉寺歴史探遊館まほろば
(☎87-6001)

勝山公民館展示コーナー

島田明依さんのNew水墨画作品展

「ひ・か・り」をテーマに、水墨画の中
でも新しい技法と感覚で描かれた作品を展
示します。

期間▶1月20日(月)～2月8日(土)



狩猟免許に関する お知らせ

◆狩猟免許試験準備講習会
とき▶3月1日(出)・2日(日)
ところ▶サントーム福井
受講料▶9000円
申込締切▶2月20日(休)
Ⓜ・Ⓞ 県猟友会
(☎0776-22-7206)

1月10日は 「110番の日」

◆110番のかけ方
・何が(事故・けんか等)
・いつ
・どこで(目印・住所等)
・どんな状況(被害状況等)
これらのことを落ち着いて
話しましょう。
◆要望・困りごと専用電話
☎#9110
Ⓞ 勝山警察署
(☎88-0110)



行事案内 Event

**白山平泉寺参道
燈明プロジェクト**
まほろばから精進坂を
経て、拝殿までの約600m
を燈明で浮かび上がらせます。
とき▶12月31日(火)
点火 午後11時45分
※まほろばから順に点
火していきます
設置燈明数▶300本
※点火ボランティア募集中
Ⓞ 平泉寺町まじゅり推進
協議会(平泉寺公民館内)
(☎88-0866)

新春！ 恐竜もちつき会

平成26年の幕開けを、来園
者ともちつきをしてお祝いし
ます。
とき▶1月3日(金)
午前11時～正午
(荒天決行)
ところ▶恐竜博物館前
内容▶恐竜獅子舞、祝い餅
のふるまい(先着300
人)、もちつき体験
Ⓞ かつやま恐竜の森
(☎88-8777)

平成26年無火災祈願式 および消防出初式

とき▶1月11日(土)
無火災祈願式 午前9時～
一斉放水 午前9時45分～
防火パレード 午前10時10分～
ところ▶消防本部、市民交流
センター前駐車場
消防本部(☎88-0400)

文化財防ぎよ訓練

とき▶1月24日(金)
午前9時～
ところ▶神明神社
参加者▶教育委員会および
消防本部
消防本部(☎88-0400)

リサイクル情報 (12月20日現在)

●ゆずります ● 食器洗い乾燥機、電気こたつ、座卓、座布団、新品ランドセル、ゴルフ道具、ひな人形、自転車、ポータブルトイレ(暖房便座)、パソコン台

●ゆずってください ● 流し台、製粉機、全自動洗濯機、掃除機、扇風機、大型ストーブ、薪ストーブ(鋳物製)、下駄箱、女子中学生用制服、スケートボード、ビデオカメラ、ピアノ用いす、一輪車、自転車(26インチ)、ジュニアシート、原付バイク、石臼、階段柵、2連はしご、チェーンソー、油圧ショベル

※商品は個人で保管し、当人同士で連絡を取り合います ※商品は全て無料です ☎ 勝山市消費者センター(☎88-8103) Web

消費者相談Q&A 65

Q うちの会社の従業員は人が良いせいか、勧誘などを断ることができず、資格教材や健康食品などを次から次へと契約している。支払いができなくなり、ヤミ金融にもお金を借りたようだ。そのため、購入した業者やヤミ金融がうちの会社に嫌がらせの電話をしてきて困っている。どうしたらいいか。(50代、男性)



A まず、この従業員にセンターまで来ていただき、1つずつ解約などを行い、家計管理を含めて様々な情報提供を行いました。

このような行為に屈すると被害が拡大します。日常生活に支障が及ぶような取り立て行為などは法律で禁じられています。たとえ個人の契約が原因であっても、消費者も事業者も毅然とした態度で対応しましょう。

また、事業者は二次被害を受けないためにも、日ごろから不当要求への対応方法を学んでおきましょう。なお、不当要求に対する相談先は、福井県暴力追放センター(☎0120-214-893)です。

※最近の悪質商法等暮らしに関する出前講座に伺いますので、お気軽にお申し込みください

☎ 勝山市消費者センター(市役所1階 市民課内) (☎88-8103)

平成26年度モニター！ アドバイザー募集 福井県消費生活モニター 募集人員▼3人 内容▼消費生活に関する苦情収集、意見や要望の提出、研修会への参加等 申込締切▼1月20日(月) 勝山市くらしのアドバイザー 募集人員▼4人 内容▼情報収集、学習会や啓発活動への参加・協力等 申込締切▼3月13日(木) ☎・☎ 市民課 (☎88-8103)

勝山左義長まつり 第2回絵行燈用川柳募集 絵行燈用の川柳を全国募集しています。市民の皆さんもふるって応募ください。なお、入賞作品は絵行燈となつて、左義長まつり当日に飾られます。 応募締切▼1月10日(金) ※申込方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください ☎・☎ 勝山左義長まつり実行委員会(観光政策課内) (☎88-8117)

ナイタースキー教室 受講生募集 と き▼1月18日(出)20日(月) 午後7時~8時40分 ※初日は午後5時30分から受付 ところ▼①②雁が原スキー場 ③かつやま恐竜の森 申込締切▼1月14日(火) ①アルペン小学生コース 対象▼小学3年生以上 定員▼50人(先着順) 費用▼8000円(リフト代等) ※雁が原シーズン券を持っている方は5000円 ☎・☎ 生涯学習・スポーツ課 (☎88-8114)

②アルペン一般コース 対象▼市内在住で18歳以上の方 定員▼スキー(初級・中級・上級)各20人、スノーボード(初級)10人 費用▼2000円(リフト券は別途実費) ③クロスカントリーコース 対象▼小学3年生以上 定員▼30人(先着順) 費用▼無料 ☎・☎ 生涯学習・スポーツ課 (☎88-8114)

冬の絶景、みつけよう。

勝山市フォトコンテスト 作品募集中

応募締切▼7月31日(木)

勝山市フォトコンテスト 検索



平成26年度嘱託職員募集

下記の嘱託職員を募集します。募集要項は市ホームページに掲載していますので、そちらをご覧ください。ご希望の方は、市販の履歴書用紙に必要事項を記入し、各担当課まで提出してください。

対象▼64歳以下で次の要件を満たす方(平成26年4月1日現在) ・勝山市在住または居住予定で、普通運転免許を有する方 申込締切▼1月24日(金) 雇用予定日▼4月2日(水)

●母子自立支援員(1人) 勤務先▼すこやか(福祉・児童課) 業務内容▼母子・父子福祉、配偶者からの暴力防止、児童福祉などに関する業務 勤務日▼月~金曜日 午前8時30分~午後4時45分 ※状況により、上記以外の出勤あり 賃金▼13万6,100円 その他▼履歴書と併せてレポートを提出すること ☎・☎ 福祉・児童課 ☎87-0777

●公民館長(各館1人、計4人) 勤務先▼猪野瀬、荒土、鹿谷、遅羽の各公民館 ※履歴書にご希望の勤務先を1つ記入してください 業務内容▼公民館が行う各種事業の企画・実施の統括、市教育委員会や各種社会教育団体との連絡調整、区長会に関すること 勤務日▼月~金曜日(週30時間で1日6時間) ※行事等により土・日・祝日の勤務あり 賃金▼60歳未満 18万7,300円 60歳以上 17万6,700円 ☎・☎ 生涯学習・スポーツ課 ☎88-8114

●学芸員(1人) ※募集要件あり 勤務先▼白山平泉寺歴史探遊館「まほろば」 業務内容▼まほろばで行う各種事業の企画・実施ほか 勤務日▼週5日(週33時間45分) 賃金▼15万7,100円(経験年数により加算あり) ☎・☎ 史蹟整備課 ☎88-8113

勝山市 交通指導員募集 募集人員▼3人程度(村岡地区、勝山地区、平泉寺地区) 任期▼平成26年4月1日~平成28年3月31日(2年間) 対象▼市内在住で、普通運転免許証を所有する方 活動内容▼早朝または薄暮時の街頭指導(月3回、1時間程度)、街頭啓発活動など その他▼報酬あり、夏・冬制服等は貸与 申込締切▼1月31日(金) ☎・☎ 環境政策課 (☎88-8104)

図書館行事案内

1/4 (土) 絵本の森 -よみきかせ会- 午後2時~2時20分

1/11 (土) おはなしでてこい 午後2時~2時45分

1/12 (日) アニメ上映会 「ミッキーの芝居見物」 午前10時30分~11時 午後2時~2時30分

1/18 (土) 絵本の森(Voice)-よみきかせ会- 午後2時~2時30分

1/24 (金) 赤ちゃんとえほんの日 -赤ちゃん絵本の紹介とよみきかせ- 午前10時30分~11時

1/25 (土) 絵本の森 -よみきかせ会- 午後2時~2時30分 ☎ 市立図書館(☎88-6000)

恐竜博物館行事案内

1/5 (日) 恐竜ふれあい教室 「親子で恐竜折り紙のジオラマをつくろう!」

1/12 (日) 博物館自然教室 「ミクロの世界」

1/19 (日) 博物館セミナー 「地球と生命の歴史を探る⑥ 九州西部の最新化石調査研究」

1/26 (日) 恐竜ふれあい教室 「親子で恐竜パズルをつくろう!」

※詳しくは、恐竜博物館のホームページをご覧ください http://www.dinosaur.pref.fukui.jp

1月の休館日 1日(水・祝)、2日(木)、8日(水)、20日(月)~24日(金)(施設点検のため)

年金・労務相談 1月はありません。 ☎ 社会福祉協議会 ☎88-1177	年金保険相談 1/9 (木) 10:00~15:30 市民会館 相談員：福井年金事務所職員 ☎ 福井年金事務所 ☎0776-23-4518	健康相談 毎週水曜日 9:00~11:30 すこやか ☎ 健康長寿課 ☎87-0888	育児相談 毎週水曜日 9:00~11:30 すこやか ☎ 健康長寿課 ☎87-0888	定例相談 (無料) 相談員=敬称略	
人権相談 1/15 (水) 9:00~12:00 教育会館 蘭・桜の間 相談員：人権擁護委員 ☎ 福井地方裁判所人権擁護課内 福井人権擁護委員協議会 ☎0776-22-4212	行政相談 1/15 (水) 9:00~12:00 教育会館 蘭・桜の間 相談員：深谷久枝 木村美智子 ☎ 福井行政評価事務所 ☎0776-24-0403	法律相談 (要予約) 1/22 (水) 9:00~13:00 すこやか 相談員：弁護士 ☎ 社会福祉協議会 ☎88-1177	外国人のための無料行政書士相談 (一般含む) 1/25 (土) 9:00~12:00 教育会館 さつきの間 相談員：福井県行政書士会行政書士 (外国人)朝井輝夫・大瀬浪子 (一般)齋藤富雄・松村治門 ☎ 牧野浩之 ☎88-0549		消費生活相談 平日 8:30~17:15 (弁護士同席：1/16(木) 13:30~15:30) 市役所 相談室 ☎ 市消費者センター ☎88-8103
心の相談 (要予約) 第1・3水曜日 14:00~15:00 奥越健康福祉センター ☎ 奥越健康福祉センター ☎66-2076	育児不安解消サポート教室「お日さま広場」 第4水曜日 13:30~15:30 奥越健康福祉センター等 ☎ 奥越健康福祉センター ☎66-2076	児童相談 平日 8:30~16:45 すこやか 相談員：家庭児童相談員 ☎ 家庭児童相談室 (すこやか内) ☎87-0777	小・中・高校生と親の悩みごと相談 毎週月~木曜日 9:00~16:00 青少年室 相談員：青少年育成指導員 ※ヤングテレホン ☎88-1004 ☎ 青少年室 ☎87-0101		障害者相談 平日 8:30~17:00 すこやか 相談員：障害者支援センター職員 ☎ 障害者支援センター相談室 (すこやか内) ☎87-0600
高齢者相談 平日 9:00~17:00 すこやか 相談員：保健師、社会福祉士 ケアマネージャー ☎ 地域包括支援センター「やすらぎ」 ☎87-0900	結婚相談 毎月第1・3木曜日 13:00~15:30 毎月第2・4木曜日 18:00~20:30 すこやか ☎ 結婚相談室 (すこやか内) ☎87-6150	女性相談 平日 9:00~16:45 すこやか 相談員：母子自立支援員 ☎ 母子相談室 (すこやか内) ☎87-0777	心配ごと相談 平日 9:00~13:00 夜間相談 (要予約) 毎週水曜日 18:00~20:00 すこやか ☎ 社会福祉協議会 ☎88-1177		エイズ相談検査 B型・C型肝炎相談検査 <相談> 平日 8:30~17:15 すこやか <検査> 毎月第1・3火曜日 奥越健康福祉センター ☎ 奥越健康福祉センター ☎66-2076

Challenge

かつやまふるさと検定

Q1 9月に山口選手が史上最年少優勝を果たしたバドミントンの国際大会は何か?
 ①ヨネックスオープンジャパン2013
 ②世界ジュニアバドミントン選手権大会
 ③世界バドミントン選手権大会
 ④オリンピック

Q2 平成17年に地元住民によって商品化された、北谷町の冬の伝統食は何か?
 ①ニシンの^{さば}煮つけ ②鯖の^{あじ}熟れ^{ずし} ③へしこ ④鯛^{うなぎ}寿司

Q3 平泉寺町大矢谷の白山神社にある、恐竜溪谷ふくい勝山ジオパークのジオサイト(地質的にすぐれた場所)は何か?
 ①恐竜の^{あしあと}足跡化石 ②活断層 ③巨大な^{いわ}岩塊 ④隕石 ※答えは次のページ

福祉健康センター「すこやか」では、母子や成人を対象に各種事業を実施しています。お気軽にご参加・ご利用ください。

毎月21日は健康の日

母子事業

事業名	月日	受付時間	対象	持ち物
1~2か月児子育て教室 (母乳相談は要予約)	1月21日(火)	13:30~15:00	平成25年11月生まれ	母子手帳、タオル
もぐもぐごっくん教室 (離乳食教室)	1月22日(水)		平成25年 7月生まれ 平成25年 8月生まれ	母子手帳、おんぶひも
1歳6か月児健康診査	1月10日(金)	13:00~13:40	平成24年 6月生まれ	母子手帳、問診票
3歳児健康診査	1月17日(金)		平成22年12月生まれ	

※上記の事業については、対象者に通知があります

事業名	月日	受付時間	対象	内容
母子クリニック	1月24日(金)	13:00~13:40	生後3か月~ おおむね2歳 未満の乳幼児	身体測定、小児科医師および保健師、栄養士による育児相談
子育て講座		13:50~14:30		「子どもの心と体の成長」 ※保健師による育児講座

成人事業

★健康講座など

事業名	月日	時間	場所	内容
すこやか健康講座	1月15日(水)	13:30~14:30	すこやか第1会議室	「糖尿病対策のすすめ~見直そう生活習慣~」 講師：福井社会保険病院 内科主任部長 小澤眞二医師
ヘルシー講座 (要予約)	1月16日(木)	9:30~12:00	すこやか栄養実習室	「脂質異常を予防しよう」※調理実習と講座です 材料費：500円、持ち物：エプロン、三角巾

お知らせ

禁煙講座

最新の禁煙情報をお教えます。

日時：2月6日(木)
 午後7時~8時
場所：すこやか 集団健診室
内容：「脱!タバコ
 -禁煙外来の現状など-」
講師：クリニカ・デ・ふかや
 深谷 憲一院長

◆禁煙パッチ無料配布中
 周りの方にさりげなく「禁煙中」と伝えたい方は、ぜひご利用ください。
配布先：
 健康長寿課



大掃除でダイエット大作戦

これからの時期は忘年会やお正月などイベントが多く、つい食べ過ぎてしまうことはありませんか?冬は外で体を動かす機会が減り、活動量も減ります。

冬になると体重が増えてしまう方!年末に向けて大掃除で体を動かしましょう。

食べる (100Kcal)

- ・柿 1個
- ・お餅 1個
- ・里芋の煮物 大3個
- ・みかん 2個
- ・ぜんざい 1/2杯
- ・ショートケーキ 1/3切
- ・缶コーヒー 1本

動かす

- ・お風呂掃除 19分
- ・窓ふき 24分
- ・雪かき 12分
- ・お節作り 36分
- ・重い荷物を持つ 9分
- ・床掃除 25分
- ・子どもと遊ぶ 18分



食べるのはあつという間ですが、体を動かすのは時間がかかります。大掃除をして、今年の冬は家も体もすっきりさせましょう。