

手話わっち

should be do watch
should be do watch = みるべき



フレッシュな役場職員が
毎月手話で登場します。

風邪



右手をグーにして、咳をするしぐさをする。

気をつけて



- ① 両手を胸の前で広げて上下に並べる。
- ② 胸元に引き寄せながらギュッと握る。

お願い



顔の前で斜めに構えた右手を少し前に出す。同時に、少し頭をさげてお辞儀する。

とき保育園 坂井 春来子 (さかい つくし)

1歳児の担当をしています。かわいい子どもたちと元気に楽しくすごしています。一人一人の思いに寄り添いながら、一生懸命、日々の保育に努めていきたいです。

全国の仲間とつながろう

シルバーリハビリ体操 全国オンラインフェスティバル

◆ 日 時 2月8日(月) 13:00 ~ 16:00

◆ 場 所 志賀町文化ホール

◆ 申込み先 志賀町地域包括支援センター
☎ 32-9132

◆ 申込期限 2月3日(水) 17:15まで

志賀町から全国配信

◆ 配信方法 Zoomでのライブ配信



参加費
無料



【内容】

第一部…13:10 ~ 14:10

オンライン講演会

新しい生活様式とシルバーリハビリ体操

講師・大田 仁史 先生

(茨城県立健康プラザ)

第二部…14:10 ~ 15:05

各指導士会紹介&エール交換

第三部…15:15 ~ 15:45

シルバーリハビリ体操体験会

講師・石田 修也 先生

(石川県理学療法士会)

詳しくは … ☎ 志賀町地域包括支援センター ☎ 32-9132 FAX 32-0288
(健康福祉課内)

こんにちは!

ハローワーク羽咋です!



◆「ハロートレーニング」を活用して希望の就職を目指しませんか?

…「新しい分野に進みたい」「もっとスキルアップしたい」あなたが目指す就職のために…

「ハロートレーニング」は、職業スキルや知識などを習得できる公的制度で、求職者を対象に再就職の実現に必要な訓練を行うものです。



○公共職業訓練（雇用保険を受給している求職者が対象）

「ポリテクセンター石川」や「石川県立産業技術専門学校」などの施設内で行う訓練と、民間の訓練実施機関に委託して実施する訓練があります。

※ハローワークでの雇用保険受給手続き後、早期に受講を開始すると、さまざまなメリットの対象となる場合があります。

○求職者支援訓練（雇用保険を受給できない求職者が対象）

民間の訓練実施機関が実施する訓練で、基本的な能力習得のための「基礎コース」と、実践的能力習得のための「実践コース」があります。

※一定の要件を満たすと、職業訓練受講給付金が支給されます。

【内容】 「事務系」「IT」「建設」「介護」「製造」など、訓練期間も短期から長期まで様々なコースがあります

【受講料】 基本的に無料です。（一部自己負担があります）

「ハロートレーニング」の詳細については、お気軽にハローワーク羽咋までご相談ください。特に4月からの入校をお考えの場合はお早めに!

☎ ハローワーク羽咋 ☎ 0767-22-1241

相法 談律

・弁護士 國田 武二郎（堀松出身）
東京地検、名古屋地検、横浜地検、仙台高等検察庁検事等を歴任。現在は「あすなろ法律事務所」を開設し弁護士として活動しています。愛知学院大学の特別教授も務めています。



死後の手続きについて（その2）

Q 父親が85歳で亡くなりました。相続人は、同居していた母親（81歳）と私（長男）と長女（他家に嫁いでいる）です。年金関係はどうなるでしょうか。

A …老後の年金は死亡した月の分まで受給可能で、遺族が請求できます。ただし、父親の死後、速やかに年金受給中止の手続きを行って下さい。これを怠ると①「未支給年金」や、②「遺族年金」を受け取ることが出来なくなります。

まず①について、年金は偶数月の15日に直前の2カ月分が支払われます。例えば、4月1日に亡くなった場合、遺族は、4月に振込まれる2月・3月分と、6月に振込まれるべき4月分を「未支給年金」として受け取る権利があります。つまり、故人の年金の最大3カ月分を受け取ることが出来ます。「未支給年金」を受け取ることが出来るのは、生計を同一にしていた遺族です。配偶者がいる場合は、子より優先されるので、子が代わりに手続きをする場合には委任状が必要です。請求手続きは最寄りの年金事務所に故人の年金証書、通帳、身分関係確認書類として戸籍謄本、生計同一の確認書類として住民票が必要です。今回の例では、母親が全額受け取ることが出来ます。つまり、

遺産分割の対象にはなりません。

父親が一人暮らしをされていて長男らが生計を同一にしている場合、長男らは、「生計同一関係に関する申立書」を年金事務所へ提出する必要があります。つまり申立書に「父親に経済的な援助をしたり、定期的に会っていたりしていた事実」などを書いて申し立てをすれば、請求が認められます。

②について「遺族基礎年金」は国民年金や厚生年金の加入者が亡くなった場合に、子供のいる配偶者、もしくは子供に支給されます。対象は「18歳になつてから最初の3月31日を迎えていない子供」か「20歳未満で障害年金の障害等級1級か2級の子供」がいる場合に限られます。「遺族厚生年金」は、厚生年金に加入している人が亡くなった場合「遺族基礎年金」とは別に支給されます。対象は、死亡した人によって生計が維持されていた人に限られます。退職して厚生年金の被保険者を外れていても受給できます。その他「中高齢寡婦加算」、「寡婦年金」、「死亡一時金」などの制度もあるので、詳細は、最寄りの年金事務所や年金相談センターなどで聞くといでしょう。

なお、①、②は、故人が死亡してから5年以内に申請をしないと時効で消滅するので注意してください。



志っ祭り フィットネス



— 健康や体力の維持・向上を目指した運動やストレッチを紹介します —

足の運動



① 椅子に背中をつけず、背筋を伸ばして座り、足を伸ばす。



② つま先を使って外側に向かって円を描く。(膝が痛くない範囲で大きく回す)



③ そのままの大きさと、内側に回す。5～10周回す。反対の足も行う。



ミズノスポーツサービス (株)
インストラクター 西 紘希

POINT

- (1) 背中が丸くならないようにしましょう。
- (2) 椅子の縁をつかむと姿勢を維持しやすくなります。
- (3) つま先で円を描くとき、ゆっくりと行いましょう。

【注意】

- ・体調が悪い日は、無理せずしっかり休養をとりましょう。
- ・治療中の病気がある場合は、主治医に相談のうえ、始めましょう。

地域安全ニュース



通話録音警告機を無料貸出!

石川県警では、特殊詐欺の被害防止のため、通話録音警告機の無料貸し出しを行っています。

通話録音警告機は、電話の着信時に「この電話は振り込め詐欺などの犯罪被害防止のため、会話内容が録音されます」とアナウンスされ、通話内容を自動録音する装置です。

アナウンスで警告を行い、通話内容を録音することで、特殊詐欺の犯人からの電話をシャットアウトし、被害を防止します。警察署員が設置し、使用方法の説明を行います。

申し込みは
羽咋警察署 生活安全課
☎ 22-0110 まで

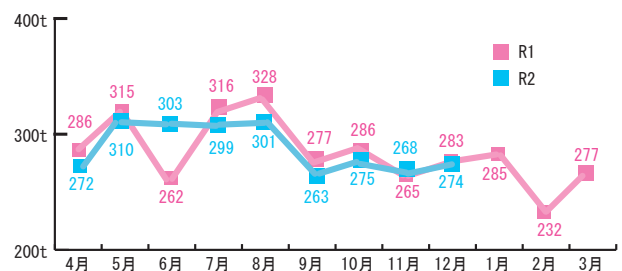


羽咋警察署 ☎ 22-0110・羽咋都市防犯協会連合会 ☎ 22-4970

ゴミメーター

(家庭から収集した燃えるごみの量)

昨年より9 tの減量でした!
今月もがんばって
もうひとしぼり!



問 環境安全課 ☎ 32-9321