

知 自死遺族の会『佐久あすなろの会』

自死で家族を亡くされ、同じ体験をされた人と安心して気持ちを語り、分かち合う場です。

- ▶日時 11/6(火)・H31.2/18(月) 13:30～15:30
 - ▶場所 佐久市内(安心して参加いただくため、申込み時に詳しく案内します。)
 - ▶内容 会の約束事の説明、自己紹介、分かち合い、参加しての感想など
 - ▶費用 100円(お茶代)
 - ▶対象 家族(親、子ども、配偶者、兄弟姉妹)を自死で亡くされた人(要予約)
- ☎ 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課
☎ 0267-63-3164

知 小諸産農産物市『夕市』開催中

市内直売所・地産地消推進協力店が出店する「夕市」を、7～9月末の木曜日に開催しています。採れたて新鮮な小諸産農産物や加工品等を販売しています。

- ▶9月の日時・出店者(15:30～17:00)
 - ・9/6 ひしの直売所・風味堂・Dressing Kitchen
 - ・9/13 グリーンロード直売所・小諸すみれ・そば七
 - ・9/20 小諸大橋直売センター・そば七・お菓子工房虹心
 - ・9/27 小諸市農業青年クラブ・小諸すみれ・風味堂
 - ▶場所 市役所 市民ひろば(市役所正面玄関前)
- ☎ 農林課 農業ブランド振興係

募 味工房小諸すみれ料理教室

9月のメニューは「トマトソース」です。

- ▶日時 9/14(金) 9:00～
 - ▶場所 小諸市農産物加工施設(御影新田2107-1)
 - ▶定員 10人 ▶参加費 1,000円
 - ▶申込み 電話で下記へ申込み。
- ☎ 味工房小諸すみれ ☎ 25-1706

募 脳いきいき教室／
認知症サポート医による講演会

認知症のことや認知症の人への理解を深めていただくために講演会を開催します。楽しく頭を使いながらの軽い運動も行います。

- ▶日時 9/21(金) 13:30～15:15
 - ▶場所 市民交流センター 会議室1～3
 - ▶内容 「認知症を知る～認知症の発症リスクを少なくするには～」
- 市川医院 院長 市川 卓郎 氏
- ▶費用 無料
- ※申込みは不要です。
- ☎ 高齢福祉課 包括支援係

知 もの忘れ相談(無料・要予約)

認知症初期集中支援チームである看護師等が相談を受けます。ご本人だけでなく、ご家族も相談できます。

- ▶日時 9/12(水) 13:30～
 - ▶場所 市役所3階 第5会議室
- ☎ 高齢福祉課 包括支援係

知 暮らしの中の悩み事相談所開設

家庭内における様々な問題、近隣のもめごと、プライバシーに関する問題、いじめなどの子どもに関する問題など女性人権擁護委員が相談に応じます。相談は無料で、予約は不要です。

- ▶日時 9/9(日) 10:00～15:00
 - ▶場所 佐久市野沢会館(佐久市取出町183)
- ☎ 佐久人権擁護委員協議会事務局
☎ 0267-67-2272

知 司法書士による『全国一斉養育費相談』

電話による無料相談です。
「養育費の話し合いをしないまま離婚したけれど、今から支払ってもらえるか?」「今まで養育費を支払ってくれていたのに、急に支払われなくなった。」「養育費を増額、減額してほしい。」などご相談ください。

- ▶日時 9/8(土) 10:00～16:00
 - ▶無料電話相談 0120-567-301
- ☎ 長野県司法書士会 ☎ 026-232-7492

知 国民年金『後納制度』

国民年金の後納制度とは、過去5年以内の納め忘れした保険料を納めることができる制度です。これにより、将来受け取る年金額が増えたり、年金の受給資格を得られたりする場合があります。後納は、平成30年9月末までの制度です。納付書を交付しますので、お早めにご相談ください。

- ▶申込手続き 9/28(金)まで
(小諸年金事務所窓口での受付の場合)
※郵送の場合は、9/25(火)到着分まで
 - ▶納付期限 9/30(日)まで
- ☎ ・小諸年金事務所 ☎ 22-1482
・市民課 国保年金係

【お詫びと訂正】

広報こもろ8月号に下記のとおり記載誤りがありました。

お詫びして訂正いたします。

P2 本文中 誤「7月6日」 正「7月14日」

P6 右下 誤「9/2(土)」 正「9/2(日)」