

**講座・イベント**

**BSリフレッシュヨガ**

▼日時／8月5日(木)、19日(木)・10時30分～11時30分(ヨガストレッチ)・11時30分～12時(スローエアロビック)  
 ▼会場／仁賀保公民館▼参加費／▽クラブ会員：400円▽一般：500円▼講師／由利栄美氏  
 ※お得な回数券あります。  
 問BSスポーツクラブにかほ 44・8663

**親子サマーチャレンジ**

▼期間／8月17日(火)～9月12日(日)・10時～15時▼会場／鳥海高原花立牧場公園(由利本荘市)▼内容／ポニー引馬体験、アイスクリーム作り体験ほか▼参加費／1,000円▼定員／100人▼申込／8月9日(月)⑥まで下記QRから申し込み  
 問ポニーランド花立 55・2711

**健康づくり食育教室④**

4回目の内容は、「嗜好食品に含まれるカロリーや糖分を知らう」の講話と「カロリーを減らす工夫、手作りお

やつ」の調理実習です。  
 ▼日時／8月18日(水)・11時～13時▼会場／象潟構造改善センター▼参加費／300円▼定員／先着15人▼持ち物／エプロン、三角巾、筆記用具ほか▼申込期限／8月11日(水)  
 問健康推進課 32・3000

**甲種防火管理(新規)講習**

▼日時／9月9日(木)、10日(金)・9時～16時▼会場／象潟公民館▼受講料／4,500円▼定員／先着15人(にかほ市民)▼申込期間／8月16日(月)～27日(金)  
 問消防本部予防課 38・2824

**お口のお手入れ講座**

▼日時／9月15日(水)、10月13日(水)、11月10日(水)・13時30分～14時30分▼会場／象潟公民館▼講師／浅野敏子氏(歯科衛生士)▼参加費／各回100円▼定員／20人▼持ち物／手鏡▼申込期限／8月31日(火)  
 問象潟公民館 43・2229

**令和3年度にかほ市金婚式**

▼日時／①10月1日(金)②15日(金)・13時▼会場／①いちゑ②ホテルエクセルキクスイ  
 ▼対象／昭和46年に婚姻した

夫婦▼申込方法／①②どちらかを選択し電話で申し込み▼申込期限／9月6日(月)  
 ※金婚式は本人の申込制です。  
 問長寿支援課 32・3042

**困り事・相談**

**こころの健康づくり相談日**

うつ、依存症、不登校、ひきこもり、家庭内暴力、思春期におけるこころの相談、育児のお悩み等の相談に応じたいです。1人1時間です。  
 ◆臨床心理士による相談日  
 ▼日時／8月2日(月)・10時～14時  
 ◆精神科医による相談日  
 ▼日時／8月19日(木)・14時～15時  
 ◆会場／各保健センター▼申込／相談期日の2日前まで仁賀保保健センターへ申し込み  
 問仁賀保保健センター 32・3000

**ひきこもり相談**

毎月第2火曜日に開催しています。  
 ▼日時／8月10日(火)・14時～16時▼会場／エニワン▼共催／あきた若者サポートステーション

問にかほびおら 杉沢 30187・66・1106

**生活・環境**

**消費生活センターからの注意喚起**

◆不審な電話やショートメッセージに注意  
 実在する会社名をかたつて、携帯電話に不審なメッセージが届いたという相談が寄せられています。あわてて表示の番号へ電話をかけないでください。不安な時には消費生活センターや警察へ相談してください。

**電気契約に関する相談**

電気代が安くなるという勧誘をうけ、聞かれるまま検針票等に書かれた「供給地点特定番号」などを教えると、電気の契約先が変更になっていったという相談が寄せられています。契約先の変更は、会社名や連絡先などを確認し、十分に検討してから行いましょう。

**特定商取引法が改正**

令和3年7月6日以降、注文や契約をしていないのに一方的に送り付けられてきた商品はすぐに処分可能になりました。

①商品は直ちに処分可能：注文や契約をしていないのに金銭を得ようとして一方的に送られてきた商品は直ちに処分することができず。  
 ②業者から請求されても支払不要：一方的に送られてきたものに金銭を支払う義務は生じません。例えば、その商品を開封して使ったり処分していたとしてもお金の支払いは不要です。業者から請求されても応じないようにしましょう。

③間違ってお金を支払ってしまった場合：一方的に送り付けられた商品の代金を請求されて支払ってしまったとしても、そのお金は返還請求をすることが出来ます。

**夏季休業中の高校生**

◆主な禁止事項／夜間外出、無断外泊、パチンコ店などへの出入り、飲酒・喫煙を伴うカラオケボックスの利用、飲酒、喫煙、薬物乱用、自動車・自動二輪車の運転免許取得、携帯電話などによる出会い系サイトなどの有害サイトへのアクセス、誹謗中傷などの書き込み  
 問由利本荘・にかほ地域生徒指導研究推進協議会高校部会 22・5520

**個人事業税の納税**

◆第1期納期限は8月31日(火)  
 忘れずに最寄りの金融機関等で納期内に納めましょう。口座振替をしている方は預金残高の確認をお願いします。なお、納税通知書は8月2日(月)に発送予定です。

**その他**

**にかほサービス店会から**

◆新カード記入キャンペーン  
 期間中満点スマイルカードで買い物した方に、500円の商品券を進呈します。  
 ▼期限／8月31日(火)

問にかほびおら 杉沢 30187・66・1106

**生活・環境**

**消費生活センターからの注意喚起**

◆不審な電話やショートメッセージに注意  
 実在する会社名をかたつて、携帯電話に不審なメッセージが届いたという相談が寄せられています。あわてて表示の番号へ電話をかけないでください。不安な時には消費生活センターや警察へ相談してください。

**電気契約に関する相談**

電気代が安くなるという勧誘をうけ、聞かれるまま検針票等に書かれた「供給地点特定番号」などを教えると、電気の契約先が変更になっていったという相談が寄せられています。契約先の変更は、会社名や連絡先などを確認し、十分に検討してから行いましょう。

**特定商取引法が改正**

令和3年7月6日以降、注文や契約をしていないのに一方的に送り付けられてきた商品はすぐに処分可能になりました。

◆納税は口座振替で  
 公共料金の支払いと同じように、口座振替にすると金融機関へ出かける手間が省けて安全、確実です。県内の銀行などに預金口座があれば誰でも利用出来ます(ゆうちょ銀行は利用不可)。9月末までに申し込みと令和3年2期分から個人事業税の口座振替ができます。詳しくは左記まで。  
 問秋田県総合県税事務所納税部収納管理課 018・860・3331 / 秋田県総合県税事務所由利支所 23・4105

**毎月勤労統計特別調査**

厚生労働省では、常用労働者1人から4人の事業所を対象に毎月勤労統計調査特別調査を実施します。調査対象となる事業所には、8月から9月にかけて調査員が訪問して調査しますので回答に協力をお願いします。

**秋田県企画振興部調査統計課**

018・860・1256

**『にかほ市企業紹介ガイドブック2021』無料配布**

市では市内への定住施策の一環として、地元就職を目指す学生やその保護者、移住・Uターン希望者を対象に、地元企業の事業内容や魅力等を紹介するガイドブックを無料で配布しています。実際に働く先輩からのメッセージや写真を身近に感じてもらえるように地元企業を紹介しているほか、市の地元就職者向け支援策も掲載しています。  
 ▼掲載企業／掲載の意向があった市内事業所63社(製造業、建設業、林業、福祉、金融、サービスその他)▼配布窓口／商工政策課、金浦市民サービスセンター、市民課市民サービス班  
 ※市外在住で郵送を希望される方は担当まで連絡ください。  
 ※配布部数には限りがあります。  
 問商工政策課 43・7600

**中止**

新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により、左記のイベント・行事については中止が決定しました。  
 ▼市長杯争奪にかほ市民サッカー大会(8月中旬)  
 ▼令和3年度にかほ市敬老式(9月、10月)