

情報

お知らせ

-Information-

申 … 申し込み先

問 … 問い合わせ先

☎ … 電話番号

☒ … Eメールアドレス

募集します

健康な体は食事から ヘルシークッキング教室

今回のテーマは『脂質異常症予防食』です。食物繊維をたっぷりとれるメニューをご紹介します。

▼日時 3月16日(木) 午前10時
～午後1時

▼会場 保健福祉センター

▼メニュー 1.ピリ辛豆腐ステーキ

2.れんこん団子スープ、ひ

じぎとミニトマトのマリネ、
和風スイートポテト

▼費用 300円/人

▼定員 20人(先着順)

▼申込期限 3月8日(水)

申問 市食生活改善推進協議
会事務局(保健福祉センター
内) ☎25・21100

シニア従業員の

お仕事説明会

つくばみらい市と協定を結び、
高齢者の見守りや雇用促進など
を推進する(株)セブン・イレブン・
ジャパンが、同店舗で行う商品
お届け、清掃、品出し、レジ打
ちなどの仕事説明会を開催しま
す。働く方のライフスタイルや
体力に合わせ働く時間や内容を
決めることができますので、無理
なく働くことができます。

▼日時 3月23日(木) 午前10時
～11時30分

▼会場 谷和原公民館 研修室

▼対象者 65歳以上の方(60歳
定年後の方も可)

▼定員 先着20人(要予約)

▼申込方法 電話でお申し込み
ください

申問 セブン・イレブン・ジャ

パン茨城利根四季の丘店(本部
直営店が申込先となります。勤

務店舗は市内になります) ☎

0297・68・7739 ※受

付時間は午後1時～午後5時

ご利用ください

常陽銀行 年金相談

常陽年金相談コーナーでは、
常陽銀行顧問の社会保険労務
士が、無料で相談に応じ、年
金請求手続きの代行をしてく
れます。

▼予約方法 事前に電話でお申
し込みください。

◎予約電話 ☎58・5552

▼日時 3月13日(月)、4月14日
(金) 午前10時～午後3時

▼場所 常陽銀行伊奈支店

申問 常陽銀行年金センター
☎029・300・2844

谷和原郵便局 年金相談

谷和原郵便局では、毎月無料
の年金相談会を実施しています。

▼予約方法 事前に電話でお申
し込みください。

▼日時 3月12日(日) 午前9時
～午後4時

▼場所 谷和原郵便局

※年金請求書の作成、届出代行
などの社会保険労務士の業務は
行っていません。

※郵便局は、ゆうちょ銀行の商
品・サービスを取り扱う銀行代
理業者です。

税理士による 無料税務相談

関東信越税理士会土浦支部で
は、税に関する無料相談を行
います。予約制となりますので、
事前に電話でご連絡をお願いし
ます。

▼日時 4月4日(火)、11日(火)、
18日(火)

※1人、40分程度

▼場所 関東信越税理士会土浦
支部(土浦市中央1・11・19)

※相談予約受付時間は、月～金
曜日、午前10時～午後2時(祝
日を除く)です。

申問 関東信越税理士会土浦
支部 ☎029・824・
5055

お知らせします

農業委員会各種申請

3月の各種申請の受付期間は
次のとおりです。

▼受付期間 3月21日(火)～24日(金)

※定例総会は、4月10日(月)の予
定です。

問 谷和原庁舎農業委員会事
務局 ☎58・21111(内線
6300・6302)

申問 谷和原郵便局 ☎52
2001