

カップル234組誕生!!

これまでに1,550名(男性982名・女性568名)が参加しています!!



石川コン

第15回



1年に1度だけ織姫と彦星が会う七夕にちなんで、あなたも素敵な出会いを!!

参加者が自由に交流する
パーティイベントです。

- スイーツや軽食、ソフトドリンクをお楽しみいただけます。なおアルコールは提供しません。
- サポーターが友だちづくり、カップル誕生をお手伝いします。



司会/サポーター
しなだマン

司会/サポーター
フジナツ健

参加者の平均年齢は? カップル誕生の確率は?

女性32.26歳
男性34.51歳

女性41.20%
男性23.83%

男性限定 会話と社交術セミナー

石川コンで役立つ即効コミュニケーション講座です。会話術・社交術を磨いて、パートナーを見つけよう。

開催当日10:00~10:45

婚活コミュニケーショントレーナー
講師/渡辺久美子



2023.7.9

時間/11:00⇒13:30
会場/母畑温泉 八幡屋

申込締切
7月3日(月)

主催/石川地方町村会(石川町・玉川村・平田村・浅川町・古殿町) 共催/ふくしまFM 協賛/八幡屋

カップルとなった方には、石川郡内の特別協賛企業・団体より、特産品等を記念品としてプレゼントします!!どうぞお楽しみに!!
●石川町/石川町観光物産協会●玉川村/湯沢菓子店●平田村/道の駅ひらた●浅川町/あさマルシェ●古殿町/おふくろの駅

参加対象 20歳以上の未婚男女 グループでもお1人でも参加OKです。

募集人数 女性60人 福島県内に居住する方 男性60人 石川郡内に居住する方

参加費用 女性2,000円(税込) 男性4,000円(税込)

申込方法 「石川コン」ホームページの送信フォームからお申込みください。
●ホームページのエントリーフォームからのお申込みは参加予約です。7月3日(月)までに参加費をお支払いいただくと正式に参加決定となります。
●参加費の入金が確認された方には「石川コン参加証」を郵送します。

備考 ●プライバシー保護の立場から、ご本人様以外には「石川コン参加証」であることが分らないよう、運営会社の封書で郵送します。
●7月3日(月)までにキャンセルのご連絡をいただいた場合、参加費を指定の金融機関口座に返金します。なお、振込手数料はお客様負担となります。

女性参加者無料送迎!!

郡山駅、須賀川牡丹園、白河駅、新白河駅、湯本駅から会場まで往復無料送迎します。発着時間・乗車場所はホームページをご覧ください。



新型コロナウイルス感染防止対策について

- 受付で検温しますので、ご協力ください。
- マスク着用は参加者の判断とします。

石川コンHPは!! [ふくしまFM 検索](https://www.fmf.co.jp/pc/ishikawa/) <https://www.fmf.co.jp/pc/ishikawa/> TEL 024-966-0095 お問合せ専用ダイヤルです。電話でお申込みはできません。
石川コン事務局(有限会社NALコーポレーション内 担当/佐藤) ●事務局へのお問い合わせ/月曜~金曜 10:00~17:00 ※土曜・日曜・祝日・平日17時以降のお問い合わせはご遠慮ください。

梅雨時期の健康管理にご注意を！

◎熱中症について

6月に入ると熱中症による救急搬送が増加傾向にあります。昨年6月の全国における熱中症による救急搬送は15,969人でした。これは6月の調査を開始した平成22年以降、最も多い搬送人員でした。

福島県でも昨年6月は263人の方が熱中症により救急搬送されています。年齢区分別でみると高齢者が約6割を占め、次いで成人が約3割となっています。また、発生場所別でみると住居での発生が半数を占め、次いで屋外、道路の順となっています。特に注意が必要なのは、梅雨の時期です。梅雨の晴れ間、梅雨明け直後などは、気温が高くななくても湿度が高くなり、熱中症へのリスクが高まります。

下記ポイントについて注意し熱中症を防ぎましょう。

- ①部屋に温湿度計を設置して室内の温度を管理する。
- ②扇風機やエアコンで換気や除湿を積極的に活用する。
- ③のどが渇く前からこまめに水分補給をする。
- ④外出時は直射日光を避けるために日傘や帽子を着用する。
- ⑤涼しい服装、汗を放散しやすい服を着用する。

部屋の
温度を確認!!



暑さを避けよう



こまめに水分補給をしよう



涼しい服装をしよう



梅雨時期は気温、湿度、気圧の変化が激しく、頭痛やだるさ、食欲不振などの体調不良が現れやすい季節でもあります。私達の体は夏へ向かって次第に暑さに慣れ強くなっていきます。これを「暑熱順化（しょねつじゅんか）」といいます。しかし、こうした暑さに対応する体の適応は、気候の変化よりも遅れて起こるため、夏本番を迎える前の今の時期から、運動やウォーキング等で、汗をかく習慣を身につけておくことが大切です。また、しっかり睡眠をとり自律神経を整えることも重要となります。梅雨時期の健康管理に注意し、体調を整えていきましょう。

石川消防署平田分署 ☎55-2213 FAX0248-94-2079

国民年金だより

国民年金に加入中、または国民年金に加入される方へ
マイナポータルから国民年金手続きの電子申請ができます。

対象手続き

- ①国民年金 第1号被保険者加入の届出（退職後の厚生年金からの変更等）
- ②国民年金保険料 免除・納付猶予の申請
- ③国民年金保険料 学生納付特例の申請

マイナポータルのメリット

- 1) 24時間365日申請することが可能です！
- 2) スマートフォンから申請ができます！
- 3) 処理状況や申請結果も確認することができます！

手続きするには…

まずはマイナポータルの「利用者登録」が必要です！！

※マイナポータルについては、スマートフォンやPCでインストールが可能です。

※手続きにはマイナンバーカードと、カードの受取時に設定したパスワードが必要です。

その他ご不明な点は役場住民課または年金事務所へご連絡ください。

郡山年金事務所 ☎024-932-3434 / 住民課 ☎55-3112