



大人の教室講座

そば打ち体験

そば打ち体験講座を11月24日と12月8日に、ハレスコキッチンで開催しました。

中倉くれつばそば会の皆さん(会長 遠藤正広さん)を講師に迎え、そば粉の混ぜ方、練り方、切り方、ゆで方を約3時間かけて学び、そば打ちの難しさや楽しさを体験していました。終わりに、平田産の新そばの香りを楽しみながら、自分たちが打ったそばを試食しました。



そばを切るって難しい…。



みんなで力いっぱい餅つき！がんばりました！！

たけのこ教室

つきたてのお餅はおいしいね

今年最後のたけのこ教室を12月21日ハレスコで開催しました。

今回は、老人クラブと食生活改善推進委員会の皆さんに指導いただき、餅つきを体験しました。

蒸したもち米を、杵と臼を使って教室生みんなで声を合わせて力強くつき上げました。

出来上がったお餅は、あんこやきな粉、磯辺餅で味わい、笑顔が広がるひとときとなりました。

大人の教養講座

文化芸術移動教室

大人の教養講座「文化芸術移動教室」を12月4日に開催し、茨城県北茨城市の天心記念五浦美術館と花園神社を訪れました。

美術館では企画展「猫を愛でたい～なぜ、人は猫に惹かれるのか？～」が催されており、様々な描かれた猫を観鑑して日本美術を学びました。

また、花園神社では意匠をこらした神社建築や御神木について、宮司さんから丁寧に説明いただき、芸術に触れることができました。



天心記念五浦美術館の前で

後期高齢者医療保険「医療費のお知らせ」の発送

後期高齢者医療保険の医療費のお知らせ(令和6年1月診療分～12月診療分)は、福島県後期高齢者医療広域連合より、令和7年2月下旬頃に順次発送を予定しています。

医療費のお知らせに関するお問い合わせは、コールセンターまでお願いします。

○問い合わせ先

後期高齢者医療保険医療費のお知らせコールセンター

Tel 0120-007-308

受付日時:令和7年1月6日(月)から3月21日(金)までの
土日祝日を除く、午前8時30分から午後5時15分まで



20歳になったら国民年金

- ・20歳以上60歳未満の学生・農林漁業者・自営業者・無職の方等(国民年金第1号被保険者)は、国民年金に加入することが義務付けられています。
- ・20歳になった方には、日本年金機構から、「国民年金加入のお知らせ」や納付書等により、国民年金に加入したことをお知らせします。

お支払いが難しい場合は、学生納付特例や免除申請をお使いください。

① 学生納付特例

前年所得が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

<対象となる方>

大学(大学院)、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校に在籍する学生等で、ご本人の前年所得が基準以下の方です。

② 免除・納付猶予制度

収入の減少や失業等により、国民年金保険料を納められない場合に申請をすることで国民年金保険料が全部(または一部)または納付猶予することができる制度です。



住民課 ☎55-3112 / 郡山年金事務所 ☎024-932-3434