

平成22年度 中高年の健康教室

心と身体を癒してくれる健康太極拳や簡単な運動・レクリエーションを通じて、楽しく体を動かしながら、冬期間の運動不足解消と仲間づくりをしませんか！多数のご参加をお待ちしております。

回	期 日	内 容
1	1/14 (金)	レクリエーション 講師：小栗将子先生
2	1/21 (金)	
3	1/28 (金)	
4	2/ 4 (金)	
5	2/18 (金)	ウォーキング・ステップ運動 ペットボトル体操 講師：畑山幸代先生
6	2/25 (金)	
7	3/ 4 (木)	

9：15～10：00

受付、健康チェック、体脂肪測定
(希望する人は早めに会場に来てください)

10：00～11：30

教 室

【場 所】 総合開発センター 2階大ホール

【対 象】 健康に関心のある一般の方

【持ち物】 健康手帳、内ズック、バスタオル、タオル、
運動できる服装

【申込み】 申込書に記入し、開発センター窓口へ、ま
たは電話にてお申込みください。

※第1回と第7回の健康チェックで国保連合会による
体組成計を使った測定（体脂肪、内臓脂肪等）を行
います。2回の測定によりご自身の体のチェックや
比較が可能です。

なお、参加される皆様の氏名、年齢を事前把握して
おく必要があります。よって、申込みはなるべく
事前に申し込みして下さるようお願いいたします。



【申込み・お問い合わせ先】 藤里町教育委員会 ☎79-1327 町民生活課 ☎79-2113

守ろう！確かめよう！この最低賃金

すべての労働者に適用される「秋田県最低賃金」は、平成21年11月3日から「時間額645円」に改正されています。また、特定の産業に適用される4つの「特定最低賃金」も次のとおり改正されました。なお、特定最低賃金が適用される事業所であっても、18歳未満、65歳以上、雇入れ後6ヶ月未満で技能習得中の労働者などは秋田県最低賃金が適用されます。

特定最低賃金の件名	最低賃金額	効力発生日
非鉄金属製錬・精製業 (非鉄金属合金製造業を含む)	時間額 762円	平成22年12月26日
電子部品・デバイス・電子回路、電池、電子 応用装置、その他の電気機械器具、映像・音 響機械器具、電子計算機・同附属装置、製造 業（光ディスク・磁気ディスク・磁気テープ、 電気音響機械器具製造業を除く）	時間額 705円	
自動車・同附属品製造業	時間額 740円	平成22年12月30日
自動車（新車）、自動車部分品・附属品小売業	時間額 725円	平成22年12月26日

【お問い合わせ先】 秋田労働局賃金室 ☎018-883-4266
秋田労働局ホームページ <http://www.akita-rodokyoku.go.jp>
能代労働基準監督署 ☎0185-52-6151