

### 被災者の安定的な雇用の創出を支援します

宮城県では、東日本大震災で被災した人を雇用する、県内沿岸部の中小企業者を対象として、「宮城県事業復興型雇用創出助成金」を支給し、雇入れの支援を行っています。

- 助成金額 労働者1人当たり3年間で最大120万円（1事業所当たり総額2千万円が上限）
- 受付期間 12月11日(金)～令和3年1月18日(月) 消印有効

※申請には一定の要件がありますので、詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページでご確認ください。

宮城県雇用創出助成金

宮城県雇用対策課 ☎022-797-4661

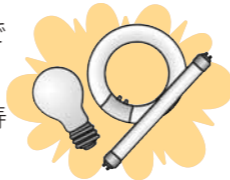
### 照明器具の清掃はこまめに

照明器具は清掃することで20～30%明るくなります。

また、一般的な蛍光灯の寿命は7,000時間くらいです。

蛍光灯の両端が黒ずんできたものは、取り替え時を過ぎていないかもしれません。（夜間数時間の使用でしたら約2年、昼間も使うようでしたら1年を目安としてみてください。）

年末の大掃除と一緒に照明器具の清掃を行いましょう。このことは、省エネにもつながります。また新しいものに取り替える際は、高効率のLED照明にしましょう。



東北電気保安協会気仙沼事業所 ☎25-3280

### 就職支援セミナー『パソコン講座』

パソコンの基本操作（電源の入れ方から簡単な文字入力まで）、年齢問わず誰でも無料でご利用できます。初心者の人でもわかりやすくご指導します。自分のパソコンでマスターしたい人は持込み可能です。お仕事相談のみの人もお気軽にお問い合わせください。

- 開催日 12月9日(水)
- 時間 午後1時～3時
- 会場 ベイサイドアリーナ会議室
- 定員 6人 予約制
- ※定員になり次第締め切ります。
- ※雇用保険受給者はハローワークの求職活動にカウントされます。
- 申込先 気仙沼サポートセンター ☎0120-21-5488

### 宮城いきいき学園 入学生募集

- 対象 県内に居住の60歳以上の人
- 場所 ①仙南校 ②大崎校 ③石巻校 ④気仙沼・本吉校 ⑤登米・栗原校
- 募集人員 各校40人
- 学習日 年間21日（2学年制）
- 内容 生きがいと健康づくりを目指し、地域社会に貢献できる人材として必要な内容を身につけます。
- 募集期間 令和2年12月1日(火)～令和3年2月28日(日) 消印有効
- 入学金 5,000円
- 受講料 年間20,000円
- 申込書は、各市町村の高齢者福祉担当課および生涯学習担当課ならびに市町村社会福祉協議会など、また、本会ホームページからも入手できます。
- 通学可能であれば、どちらの学園に申し込んでも結構です。
- HP【<http://www.miyagi-sfk.net/>】
- 申し込みお問い合わせ 宮城県社会福祉協議会 いきがい健康課（☎022-225-8477）

### 放送大学 4月生 募集のお知らせ

- 放送大学では、2021年4月入学生を募集中です。放送大学はテレビ・ラジオの放送やインターネットを通して自宅で学べる正規の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を1科目から学ぶことができます。
- 資料を無料で差し上げています。
  - お気軽に放送大学宮城学習センター（☎022-224-0651）までご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けております。
  - 出願期間は、第1回は2021年2月28日まで。第2回は3月16日まで。
- 放送大学宮城学習センター ☎022-224-0651

～ひとりで悩まず相談してみませんか？～

### こころの健康相談・もの忘れ相談



- 日時 12月18日(金) 午後1時30分～3時30分
- 場所 総合ケアセンター南三陸
- 相談内容 眠れない、イライラする、もの忘れや認知症の症状、介護でお悩みの人の相談
- 相談医 こだまホスピタル 後藤医師
- 予約期限 12月11日(金)

こころの健康相談 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113  
もの忘れ相談 地域包括支援センター ☎46-5588

### アルコール相談・家族教室



- 日時 12月15日(火) 家族教室 午後1時～2時10分 専門相談 午後2時30分～4時15分
  - 場所 総合ケアセンター南三陸
  - 掲載内容 お酒をやめたいのにやめられない人や家族の相談をお受けします。周囲の人からの相談も可能です。また、ギャンブルや薬物などの嗜癖（アディクション）問題の相談にも対応します。
  - 相談員 東北会病院 鈴木精神保健福祉士
  - 予約期限 12月8日(火)
- 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113  
宮城県気仙沼保健所 ☎21-1356

### 女性医師による女性の健康相談

女性医師が、女性の健康増進に関する相談、思春期や更年期の身体的・精神的不調、家庭や職場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。

●開催日時・場所（完全予約制・無料）

月日	相談時間	場所
12月12日(土)	午後2時～4時	大河原町駅前コミュニティセンター（オーガ）

※仙台市にお住まいの人、仙台市に通勤・通学をしている人は、仙台市会場（エルソーラ仙台）でも相談を受けることができますのでご相談ください。

予約先 宮城県女医会女性の健康相談室 ☎090(5840)1993  
(受付時間：土日祝日を除く午前9時～午後5時)

詳しくは、宮城県健康推進課 ☎022(211)2624へお問い合わせください。



楽しく飲んで 安心帰宅  
**運転代行**  
TEL 090-2367-0107  
営業時間 PM7:00～AM3:00 (最終受付はAM0:00までです)  
基本料金 《2km》1,300円  
●以降1km毎に200円加算  
●深夜11:00以降割増料金  
●昼の運転代行も承っております  
宮城県公安委員会認定 第575号 **南三陸運転代行社**

引越は山藤運輸  
にお任せください!!  
お見積り 無料です!!  
お気軽にご相談ください!!  
YAMAFUJI 有限会社 **山藤運輸**  
南三陸町志津川字沼田141-3  
TEL 0226-46-5825