

## 募 集

能登和倉万葉の里マラソン2011 申し込み締切迫る！  
同時開催する「牡蠣フェスティバル」出店大募集！

### Webサイトでの申し込み締切迫る！

インターネット・携帯サイトエントリーの申し込み締切が迫っています。郵便振替からの申し込みは終了しました。参加希望の方は、インターネット・携帯サイトエントリーからお早めにお申し込みください。



インターネット申し込み締切 1月10日(月)

### 「牡蠣フェスティバル」出店大募集！

同時開催する「牡蠣フェスティバル」に、飲食物などを参加者や一般観覧者に提供するために売店コーナーを設置します。

そのイベント会場に出店していただける方を募集します。



- 開催日時 3月13日(日) 8:30～18:00
- 場 所 大会特設会場(あへの風駐車場)
- 出店料 1小間につき、30,000円から(入札方式)
- 申込方法 詳細は大会ホームページをご覧ください、指定の申請書で郵送またはスポーツ振興課窓口まで提出してください。

能登和倉万葉の里マラソン 検索

- 申込締切 1月28日(金)必着
- 問・申 スポーツ振興課 ☎53-8436

### ジュニアスキー教室inコロサ

「早く上手に滑りたいなあ」と思っている子どもたち！ジュニアスキー教室を開催します。ぜひ、この機会に参加しませんか？

- 日時 1回目 1月15日(土)  
2回目 1月16日(日)  
9:15～15:30
- 場所 七尾コロサスキー場
- 対象 小学生・中学生
- 講師 全日本スキー連盟  
公認指導員

- 定員 各20人(先着順)
- 参加費 各4,000円  
(講習料、リフト券、スキーセット、昼食、保険料込み)
- ※スキーセット持参の方は、3,000円です。
- ※積雪不足によるスキー活動ができない場合でも活動します。

問 七尾コロサスキー場  
☎57-0022

### 予備自衛官補募集

国民に広く自衛隊に接する機会を設け、防衛基盤の育成・拡大を図る視点に立って、将来にわたり、予備自衛官の勢力を安定的に確保するのが目的です。さらに情報通信技術(IT)革命や自衛隊の役割の多様化を受け、民間の優れた専門技術を活用できるよう予備自衛官への道を公募制にした制度です。

- 受付期間 1月11日(火)～  
4月6日(水)
- 受験資格  
一般(18歳以上34歳未満の者)  
技能(18歳以上保有する技能に応じ53歳以上55歳未満の者)
- 試験期日  
4月15日(金)～4月18日(月)  
のいずれか1日

問 自衛隊石川地方協力本部  
七尾出張所 ☎53-1691

# 情報 ランド

## 市 の 人 口

平成22年11月30日現在  
先月比較(△=減)

世帯	21,951	世帯(3)
人口	59,039	人(△37)
男	28,010	人(△6)
女	31,029	人(△31)
年齢別人口		
0～20歳	10,364	人
21～64歳	31,706	人
65歳～	16,969	人
転入	82	人
転出	79	人
出生	22	人
死亡	65	人
婚姻	23	件

## 納税のお知らせ

市・県民税(4期)  
納期限:1月31日(月)  
国民健康保険税(7期)  
納期限:1月31日(月)

## 今月の『税務通信』

そろそろ市民税・県民税の申告準備を(班回覧)

## 愛 の 献 血

今月の献血はありません。

献血について詳しい情報は

石川県赤十字血液センター 検索

## もうすぐ確定申告の時期です。申告は忘れずに！

### はじめてみませんか？ネットで申告！

確定申告は、簡単・便利なe-Tax（イータックス）で！

①所得税額から最高5,000円の控除

※以前に本控除の適用を受けた方は受けられません。

②添付書類の提出省略

③還付金がスピーディー

④24時間受付（1月17日[月] 8:30から3月15日[火]まで）

e-Taxをご利用になる場合、電子証明書の取得など事前準備が必要です。

詳しくは、e-Taxホームページをご覧ください。



### 給与支払報告書の提出は1月31日(月)までに！

■対象者 平成22年中に給与などの支払いを受けた全ての方が対象  
臨時職員、パート、アルバイト、家族などの事業専従者、  
年の途中で退職された方も含みます。

■提出期限 1月31日(月)までに提出をお願いします。(郵送も可)

■提出先 受給者の「住所」欄に記入した平成23年1月1日現在に居住している市町村

※特別徴収(給与からの天引き)を行っていない事業所または事業主の方は、特別徴収への切り替えにご協力をお願いします。

### 地方税申告もネットが便利！eLTAX（エルタックス）で提出可能に

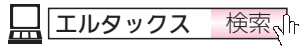
七尾市では、給与支払報告書のeLTAXによる提出を受け付けています。

eLTAXを利用すれば、オフィスなどからインターネットで給与支払報告書を提出することができ、郵送や窓口に出向く手間が省け大変便利です。ぜひご利用ください。



※法人市民税と固定資産税(償却資産)についても電子申告が可能です。

詳しくは、eLTAXホームページをご覧ください。



問 税務課市民税グループ ☎53-8412

## 【災害ボランティア養成講座】～いざという時にあなたの力を～

「災害時の心構え」や「ボランティアとして自分は何ができるか」など、災害時のボランティア活動について学びます。

■日時 2月13日(日) 9:30～16:20

■場所 田鶴浜農村環境改善センター1階

■内容

9:30～ 「災害避難所の疑似体験」

13:00～ 講演 「災害ボランティアの役割と活動の実践事例」  
太田直子氏

(たかしま災害支援ボランティアネットワーク「なまず」代表)

14:15～ 講演 「災害ボランティア活動の実際と課題」  
～能登半島地震のボランティア活動～

滝井元之氏(穴水町ボランティア連絡協議会

理事・教育相談室「あした塾」代表)

15:30～ 防災上映会「絶体絶命 650人決死の脱出劇」

■受講料 無料

問 石川災害ボランティアネットワーク事務局 ☎076-251-0522 (山田)

ホームページ 石川災害ボランティア TOP 検索

## こころ晴ればれ教室の開催

こころのケアをして、うつを予防しませんか？

■日時 ①1月27日(木)

②2月2日(水)

13:30～15:30

■場所 七尾サンライフプラザ  
保健センター

■内容 ①うつ予防について

②リラックス体操

■講師 ①公立能登総合病院  
精神センター 部長  
小坂 一登氏

②健康運動指導士

元橋 美津子氏

■費用 無料

■申込 必要(開催3日前まで)

問 健康推進課 ☎53-3623

## イベント

### スイス製、ドイツ製の 遊具で遊びませんか？

子どもは遊びを通して育ちます。漫画家、おもちゃデザイナーとして活躍する相澤康夫さんから、遊具の遊び方や遊具からどのような効果が得られるのかを教えてください。お気軽にご参加ください。

■日時 1月28日(金) 14:00～

■場所 親子ふれあいランド

■講師 相澤康夫氏(百町森)

(おもちゃデザイナー)

■参加費 無料

問 親子ふれあいランド ☎52-1476

## お知らせ

### 共生のまちづくり助成事業

障害者送迎用の車両を整備することにより、障害のある方の社会参加を促進するとともに、宝くじの普及活動を行っています。



問 福祉課 ☎53-8464