

教えて!年金Q&A



年金関係でお問い合わせの多い事柄をQ & A方式でお答えします。

Q 収入がないので年金を払えません。 どうしたらいいですか？

A 収入の減少や失業など経済的な理由により、年金の保険料を納めることができない方は、未納のままにすると、将来の「老齢基礎年金」や不測の事態が生じたときの「障害／遺族基礎年金」を受け取ることができない可能性があります。

年金保険料を一部または全額免除する制度がありますので、必ず申請をしてください。免除は、過去2年までさかのぼって申請することができます。

詳しくは、下記の年金事務所までお問合せください。

問 熊本東年金事務所
☎096-367-2503

スケジュール

12月は、「わらべうたで遊ぼうの会」、「ベビーマッサージの会」、「おはなし会」のほか、「10・11・12月生まれの誕生会」「正月飾り作りの会」「フットケアの会」を予定しています。

子育て支援センター活動だより

問 子育て支援センター ☎62-3311



☆おはなし会

9月4日(水)

今回は一の宮図書館から司書の坂梨先生に来ていただき、絵本の紹介や選び方、読み聞かせの方法等を教えていただきました。

《参加者のこえ》

●「子どもはじつと座ってられないけど聞いてくれる」と言われたのですが、走り回る子どもを横に声を出して本を読んであげられるか・・・でも読む側もリラックスできることを聞いたので子どもたちに読んであげたいと思います。(2歳3ヶ月児の母)



☆7・8・9月生まれ誕生会

9月11日(水)

今回の誕生会は、絵本の読み聞かせやパネルシアターをした後に、職員手作りの誕生日カードを渡して手作りおやつのおレンジスイートポテトをみんなで食べました。誕生日カードもおやつも大好評でした。

《参加者のこえ》

●みんなと一緒に食べたからよく食べてくれたし、美味しかったのもあると思うので、このレシピを家でも作ってみようと思いました。会は楽しく、子どもも楽しそうで、参加して良かったです。読んでくださった本も心に残りました。(1歳児の母)



●子どもを産んで1年たつのがすごく早くて、不安なこともたくさんありますが、誕生会に参加させていただくことで気分転換になりました。また、子どもとコミュニケーションがとれて参加して良かったなと思います。これからの成長が楽しみです。(1歳児の母)



子育て支援センターは妊婦さんから子育て中のご家族どなたでもご利用できます。気軽にお立ち寄りください。

熊本の最低賃金が改訂されました

令和元年10月1日から熊本の最低賃金が改訂されました。

時間額 **790円**

これまでの762円から28円アップしています。

年齢に関係なく、パートやアルバイトを含め、すべての労働者が対象となります。

※詳しいお問い合わせは下記まで

問 熊本労働局 労働基準部
賃金室
☎096-355-3202

農業と食で地域おこし 高橋隊員の万能割り醤油を使った時短レシピ

万能割り醤油の作り方

濃くち醤油・酒・みりん
…1:1:1

草部を活動拠点に日々地域おこしに邁進中の高橋直樹地域おこし協力隊員。農業のほか、料理でも地域おこしを図る高橋隊員が、簡単時短レシピをご紹介します！

vol. 8 鶏とじゃがいものオイスター炒め

材 料 2人分

鶏肉……………	1枚(約200g)	A {	オイスター……………	大さじ2
じゃがいも……………	3個		万能醤油……………	大さじ1
エリンギ……………	1パック		砂糖……………	大さじ1
アスパラ……………	1束			
油……………	適量			
塩コショウ……………	適量			



作り方

- ①食材のカット。鶏肉は一口大、アスパラは根元をピーラーで皮を剥き、3センチほどの棒状にカットする。残りの食材も少し太めの棒状にカットする。じゃがいもは、ボウルに水を張り浸しておく。
- ②じゃがいもをザルにあげお皿に移し、ラップをかけて600wで3分ほど電子レンジにかける。レンジから出した後はザルにあげ水分をきっておく。
- ③Aの調味料をあわせる。
- ④フライパンに油をひき、鶏肉に塩コショウを振り、強火で炒める。鶏肉に火が通ってきたら、エリンギ、アスパラを加え炒める。
- ⑤最後にじゃがいもとAの調味料を加え炒める。全体的に馴染んだらお皿に盛りつけて完成！

ファミリー
居酒屋

旨乃蔵

営業時間

☀ランチタイム ☾居酒屋タイム
11:00~15:00 17:30~22:00

定休日 毎週木曜日



忘年会・新年会
承り中！

オードブル宴会・鍋宴会・焼肉宴会 etc...

※詳しくはお電話にてお問い合わせください。(12/29~1/1は店休日となります)

☎ 0967-62-2050 / 62-3366