

## 臨時職員を募集します

安平町議会事務局では、臨時職員を募集します。

希望される方は左記の内容を確認のうえ、応募要領に従ってお申し込みください。  
会議録作成業務（臨時職員）

勤務内容 議会定例会、委員会等に関する会議録作成。  
その他随時、担当職員の指示による事務

応募資格 町内に在任の18歳以上で心身ともに健康な方（学生不可）、普通自動車運転免許証保持者、パソコン（エクセル、ワード）の基本的な操作が可能な方で、現在、仕事をしていない、または12月末までに離職予定の方

※ただし、以前に安平町緊急雇用創出推進事業に係る臨時職員として6か月以上勤務した経験のある方は除きます。

募集人員 1名

勤務時間 原則として月曜日から金曜日 8時30分～17時15分

勤務場所 役場追分庁舎

勤務条件 土日、祝日は休み  
賃金等 月額5、600円

※通勤距離により通勤手当支給

社会保険等 社会保険（健康

保険、厚生年金）及び労働

保険（雇用保険）加入

雇用期間 平成22年1月18日

～3月31日※継続更新なし

選考方法 書類選考

応募要領 写真付履歴書を左

記まで提出（郵送での提出不可）

提出期限 12月28日（月）必着

提出先・問合せ 安平町議会

事務局 ☎2411



## 2009年度 安平町健康講座のご案内 (1月～3月開催)

広報あびら9月号でご紹介しましたが、町では9月から「健康講座」を開催しています。今回は1月から3月までの内容をご案内しますので、ぜひご覧のうえ下記にお申し込みください。きっと「なるほど」「そうだったのか!」と発見があるでしょう。また、冬の運動不足解消に、ぜひご参加ください。



### 運動教室～日常の中で運動を!～

(全4回 1月15日、2月3日・26日、3月17日 町民センター)

筋力をつける、内臓脂肪を減らす、若さを保つなど目的に合った運動をわかりやすく楽しく実践します。また、なかなか続けられないな…という方、必見です。続けられるコツがわかります。運動が苦手、という方でも安心してご参加ください。

### 栄養教室～食べて痩せる技を身につける～ (全2回 2月9日、3月9日 町民センター)

医食同源という言葉があるように食べることはからだに密接なつながりがあります。

食べることの基本を学ぶ機会は少ないものです。1回目はバランスの良い食事の基本について、2回目はみなさんと楽しく調理実習をして食べます。ヘルシーおやつも作りますので、おやつ好きの方、大募集です。

### 講演会 (全2回)

#### ①「検査データの見方 深読みできるデータ」(1月27日 保健センター)

健診を受けてから数値が高いか低いかだけで判断していませんか? その数値は体の中でどんなことが起きている結果なのでしょうか。目には見えない体の中のサインを受け取る大切なチャンスです。今、そしてこのままの生活をしているとどうなるのか知りたくありませんか? 当日は検査結果を持参してください。あなたの検査データを個別に解説します。

#### ②「メタボについて考える～何から始めるか それが問題だ～」(2月19日 町民センター)

メタボという言葉を目にする機会が増えましたが、メタボっていったい何が問題なのか、またメタボでなければいいのか、私達が元気で過ごすためには何から始めればいいのかということ、医師がわかりやすく説明してくれます。



時間 19時～21時 申込み締切 1月13日(水)

申込み・問合せ 健康福祉課健康推進室健康推進係 ☎24556