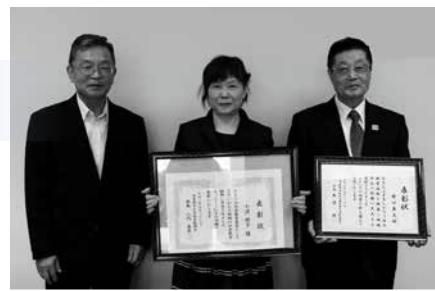


シャッターチャンス!

社会教育委員のお二人が表彰を受賞

9/14 教育長室

長年の社会教育活動への功績が認められ、埼玉県市町村社会教育委員連絡協議会から表彰された白岡市社会教育委員の野口 英夫さん、同じく埼玉都市社会教育振興会から表彰された白岡市社会教育委員の小沼 朋子さんが教育長を表敬訪問しました。



▲(右から)野口さん、小沼さん、長島教育長

シニア元気アップ教室12月生参加者募集

身体機能の維持、向上のため、筋力向上トレーニングに参加してみませんか

初心者のかたも安心 個別にプログラムを作成してトレーニングを行います。

教室を修了したら 運動の継続、習慣化を目的としたフォローアップのための事業を用意しています。

●教室・トレーニングの内容

- 筋力及び心肺機能を向上させるマシントレーニング
- 健だま運動(やわらかいボールを使った運動)
- ストレッチ体操 ●体力測定(3回)
- 口腔・栄養・脳トレ講座
- 対象者 市内在住の65歳以上(令和3年10月31日現在)のかた

※既往歴によっては参加できない場合やかかりつけ医の意見書(有料)が必要な場合があります。

●コース及び実施日時

コース	曜日	実施期間	時間	実施会場
高岩 午後 コース	月・木	12月6日(月) 3月10日(木)	午後 1時30分 3時30分	介護予防事業拠点施設 いきいきさぽーと 白岡市高岩 2177 番地 1 ※老人福祉センター隣
白岡 午前 コース	火・金	12月3日(金) 3月11日(金)	午前9時 11時	保健センター分館 白岡市白岡 1172 番地 ※JA南彩白岡大山支店隣

●参加者の決定

選考により、介護予防の必要性が高いと認められたかたを参加者とします。先着順、抽選ではありません。

●定員 各コース 15 名

●申込み 高齢介護課または実施会場で参加希望のかたが直接お申し込みください。

申込み時、血圧測定、生活習慣や身体状態などに関する聞き取り(15分程度)を実施します。

●実施会場での受付時間

午前8時30分～正午 午後1時15分～5時

●受付期間 10月29日(金)まで(土・日曜日・祝日を除く。)

●その他 応募人数によっては、コースの変更をお願いする場合があります。

問合せ 高齢介護課地域支援担当 ☎0480(92)1111 内線173～175



滞納整理強化月間 10月～12月

税金は、医療や教育の充実、安全や秩序の維持など、私たちの暮らしを豊かにする市のたいせつな財源です。納期限までに納付してください。

税を滞納すると...

督促状や催告書の送付、電話による納税勧奨を行い、**自主納付**をお願いしています。

それでも納付がない場合には、「**滞納処分**」といって法律の規定に基づく財産調査を行い、**預貯金、給与、生命保険、不動産(家、土地)**などの**差押え**をします。



本市を含めた県内全ての市町村と埼玉県では、10月～12月を「滞納整理強化期間」と定め、「**ストップ!滞納**」を合言葉に徴収対策を強化しています。

問合せ 税務課徴収管理担当 ☎0480(92)1111 内線126～128・193

納税が困難なかたは早めの相談を

【夜間・休日納税相談】

市役所開庁時間内に納税相談ができないかたのために、夜間・休日納税相談窓口を開設しています。

	夜間	休日
開設日	原則、第1・第4火曜日 ※11月は30日に開設します。 ※12月は21日に開設します。	原則、毎月第4日曜日
時間	午後5時15分～午後7時	午前9時～正午
場所	市役所1階 税務課	

