

みずとぴあ藤岡 定期教室

教室時間 1時間(短い教室もあります)
 開催日程 月曜日 11月7日~12月26日
 水曜日 10月26日~12月21日
 木曜日 11月10日~平成29年1月5日
 金曜日 11月4日~平成29年1月6日
 土曜日 11月5日~12月24日
 日曜日 11月6日~12月25日

全8回

運動 Exercise

※介護者休息プログラムは11月4日、12月2日の2回
 対象 18歳以上の人(一部子ども向け)
 料金 参加料のほかに施設利用料が掛かります
 申し込み 事務室前で午前9時30分から受け付け開始
 ○プール教室は10月19日(水)~
 ○フロア教室は20日(木)~
 問い合わせ みずとぴあ藤岡(☎0977)

	内容	開始時間	参加料
月曜	大人水泳教室・中級A	午前11時	1,030円
	大人水中健康教室	午後2時	1,030円
	大人水泳教室・初級	午後3時	1,030円
	アクアピクス	午後7時	2,060円
水曜	大人水泳教室・初級	午前11時	1,030円
	アクアピクス	午後1時	2,060円
	らくらくマスターズ・上級	午後3時	2,570円
木曜	アクアピクス	午後7時	2,060円
	大人水中健康教室	午前11時	1,030円
	大人水泳教室・中級B	午後2時	1,030円
プール教室	大人水泳教室・中級A	午後3時	1,030円
	大人水泳教室・中級A	午後7時	1,030円
	大人水泳教室・わかばA・B	午前11時	各1,030円
	大人水泳教室・中級B	午後1時	1,030円
金曜	大人水中健康教室	午後2時	1,030円
	大人水泳教室・初級	午後7時	1,030円
	介護者休息プログラム (障がい者を介護している人)	午後3時	各1,030円
土曜	小学生水泳教室・わかば	午前10時30分	1,030円
	小学生水泳教室・初級	午前11時30分	1,030円
	幼児水泳教室・A・B (年少~年長児)	午後3時	各2,060円
	大人水泳教室・上級	午後7時	1,030円
日曜	幼児水泳教室A・B混合 (年少~年長児)	午前10時30分	2,060円
フロア教室	体力向上体操	午前10時15分 (45分間)	1,540円
	ZUMBA GOLD	正午	3,090円
	フラダンス(7回コース)	午後1時	2,700円
	ストレッチ健康体操	午後2時	2,060円
	脂肪燃焼エアロピクス	午後3時	2,060円
	キッズスポーツ (小学1~3年生)	午後5時	2,570円
	エアロピクス	午後6時30分	2,060円
	ボディシェイプ	午後7時30分	2,570円
	腰痛・肩こり改善体操	午前10時15分 (45分間)	1,540円
	体力向上体操	午前11時	2,060円

	内容	開始時間	参加料
水曜	ZUMBA GOLD	正午	3,090円
	脂肪燃焼エアロピクス	午後1時	2,060円
	ストレッチ健康体操	午後2時	2,060円
	やさしいヨガ	午後3時	3,090円
木曜	幼児リズムダンス (4歳~年長児)	午後4時	2,570円
	ヨガ	午後7時30分	3,090円
	ストレッチ健康体操	午前10時15分 (45分間)	1,540円
フロア教室	腰痛・肩こり改善体操	午前11時	2,060円
	ヨガ	午後2時	3,090円
	ヨガレッチ	午後3時	3,090円
	キッズダンス (年中児~小学2年生)	午後5時	2,570円
	ジュニアHIPHOP (小学2~6年生)	午後6時	2,570円
金曜	エアロピクス	午後7時	2,060円
	ヨガ	午前10時15分 (45分間)	2,060円
	ストレッチ健康体操	午前11時	2,060円
土曜	初級エアロピクス	午後1時	2,060円
	フラダンス(7回コース)	午後4時	2,700円
	キッズフラダンス(7回コース) (年長児~中学生)	午後5時	2,250円
	初級エアロピクス	午後6時30分	2,060円
日曜	ダイエットエアロ	午後7時30分	2,570円
	ステップエアロ	午前10時30分	3,090円
	初級エアロピクスサーキット	午前11時30分	2,570円
	ZUMBA センタオ(7回コース)	午後0時30分 (45分間)	2,270円
	BOKWA~ボクワ(7回コース)	午後1時15分 (45分間)	1,980円
月曜	ZUMBA(7回コース)	午後2時	2,700円
	バランスボール	午後3時	3,090円
	姿勢改善エクササイズ	午後4時	2,570円
	フィジカルトレーニング	午後5時	3,090円
	中級エアロピクス	午後6時30分	2,570円
水曜	ヨガ	午後7時30分	3,090円
	脂肪燃焼エアロピクス	午前10時30分	2,060円
	ZUMBA	午前11時30分	3,090円
ヨガピラティス	午後0時30分	3,090円	



登録型本人通知制度

登録型本人通知制度は、個人情報記載された住民票や戸籍謄抄本などを本人の代理人や第三者に交付した場合、本人に対して交付の事実を通知する制度です。制度の利用には事前登録が必要です。
 ※第三者などから交付請求があった場合に、交付を拒否したり交付の可否を確認する制度ではありません
申請場所 市役所市民課・鬼石総合支所住民サービス課
申請方法 ▽本人が直接申請
 ▽本人作成の「委任状」を代理人が持参して申請
 ※郵送でも申請できます
登録できる人 ▽本市に住居登録がある人 ▽本市に本籍がある人
登録に必要なもの ▽本人通

知制度登録申請書▽運転免許証など本人確認ができる書類▽代理人が申請する場合は委任状および代理人の本人確認書類
通知の対象となる証明書 ▽住民票(除籍を含む) ▽住民票記載事項証明書 ▽戸籍謄抄本(除籍を含む) ▽戸籍附票(除附票を含む)
 ※交付内容によっては通知対象外となる可能性があります
通知の内容 ▽証明書の交付年月日 ▽交付した証明書の種類および通数 ▽交付請求者の種別(代理人または第三者)
通知する期間 登録日から3年間
 ※この制度が開始され今年で3年目となります。引き続き本人通知制度を利用する人は期間満了日の1ヵ月前から更新の手続きをすることができ、有効期間が満了になる人には通知を郵送します
問い合わせ 市民課(☎0256) 256

雇用トラブル無料相談
 県労働委員会では、解雇や労働条件の引き下げなど、労働者と事業者との労働紛争を、公平・中立の立場で話し合いにより円滑に解決されるようサポートします。労使間のトラブルで困っている人は気軽に相談してください。
対象 県内各事業所の労働者・事業主
問い合わせ 県労働委員会事務局(☎027-226-2783)
土地区画整理審議会 選挙人名簿の縦覧
 北藤岡駅周辺土地区画整理事業に伴う土地区画整理審議会委員選挙選挙人名簿の縦覧を行います。
日時 9月30日(金)~10月13日(木) 午前8時30分~午後5時15分
会場 北藤岡駅周辺土地区画整理事務所
 ※土・日曜日、祝日は市役所日直室で行います
異議の申し出 選挙人名簿に異議のある人は、縦覧期間内に文書で市長に申し出ることが出来ます
問い合わせ 北藤岡駅周辺土地区画整理事務所(☎0245951)

オータムジャンボ宝くじ
 この宝くじの収益金は、地域住民の福祉向上のために使われます。
発売期間 9月26日(月)~10月14日(金)
当せん金 1等13億円×14本(前後賞各1億円)
発売場所 全国の宝くじ売場
市民投稿
 ※公の業務とは関係ありません
 掲載希望者は広報広聴係へ
普通救命救急講習会
 心肺蘇生法とAEDの使用
 方法、応急手当の仕方を学ぶ講習会を開催します。
日時 10月7日(金) 午後6時~9時
会場 藤岡商工会議所
対象 市内在住・在勤・在学の
定員 40人(先着順)
参加料 無料
その他 動きやすい服装で来て下さい
申し込み・問い合わせ 9月30日(金)までに藤岡商工会議所青年部事務局(☎0245951230)へ

~「優しさ」と「思いやり」のある運転で交通事故を防ぎましょう~

- ▷夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
 夕暮れ時や夜間の外出には、明るい服装で反射材を着用しましょう。
- ▷後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 運転者は、同乗者全員がシートベルトを着用してから運転しましょう。
- ▷飲酒運転の根絶
 「しない!させない!ゆるさない!」を合言葉に飲酒運転の根絶に取り組みましょう。

問い合わせ 地域安全課(☎02245)

秋の全国交通安全運動
 期間: 9月21日(水)~30日(金)