



明治150年関連施策

平成30年(2018年)は、明治元年(1868年)から起算して満150年に当たります。政府では、「明治150年」関連施策として、地方公共団体や民間も含め、全国で取り組みを進めています。詳しくは明治150年ポータルサイト(<http://www.kantei.go.jp/jp/singi/meiji150/portal/>)を確認してください。

国民健康保険「医療費のお知らせ」の発送  
国民健康保険加入者に対し、医療機関を受診した世帯全員の医療費が記載してある「医療費のお知らせ」を世帯主宛てに年4回郵送しています。この通知は、国民健康保険の医療費負担のしくみや皆さんの健康に関する認識を深めていただくため、医療(施術)費の総額や受診(施術)日数、医療機関の名称などを記載しています。(世帯の中に、医療機関を受診した人がいなければ送付しません)

この医療費のお知らせが必要な場合は、保険年金課へ連絡してください。  
確定申告  
平成30年確定申告より、本医療費通知は医療費控除の申告手続きで医療費の明細書として使用することができます。医療費控除の申告に関することは、税務署に問い合わせください。

問い合わせ 保険年金課(☎402822)・藤岡税務署(☎220971)

粗大ごみ有料回収

収集日 12月4日・11日・18日・25日の月曜日(先着5人)  
収集品目 家具・自転車など  
収集制限 各家庭4点以内  
料金 1kgあたり30円(消費税別)

申し込み・問い合わせ 11月21日(火)から電話で清掃センター(☎238305)へ

ぐんまのおみやげ総選挙

「あなたがあげたい」「もらってうれしい」・特別なときにあげたい」をテーマに、群馬のおみやげのコンテスト

を実施しています。ぜひ参加してみてください。  
対象 県内の事業者が製造または販売する商品  
投票方法 ▽WEB投票専用ホームページ(<https://www.gunma-oniyage.com/>)から投票▽直接投票(県内外で開催する物産展などのイベント・ぐんまちゃん家に設置する特設投票所で投票)  
投票期間 12月15日(金)まで  
結果発表 平成30年1月開催の物産展で発表  
問い合わせ 県観光物産国際

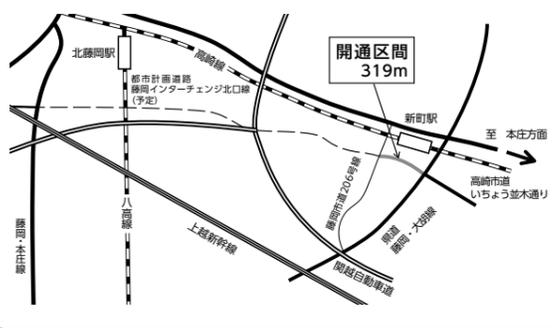
野焼きは禁止

野焼きは県条例により原則禁止されています。多量の煙の影響で交通障害や、洗濯物に臭いが付くことがあります。また、延焼による火災などを引き起こす恐れもあります。家庭で発生したごみは収集所に出すか清掃センターへ搬入しましょう。  
問い合わせ 環境課(☎40264)

藤岡インターチェンジ北口線の開通

岡之郷・高崎市新町地内で実施された都市計画事業により、県道藤岡・大胡線から藤岡市道206号線までの区間、延長319mが整備され、12月1日(金)午前10時より開通となります。この開通により、周辺地域の利便性の向上が期待されます。

問い合わせ 都市施設課(☎402332)



運動 Exercise

※介護者休息プログラムは1月5日、3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かかります  
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12月13日(水)~  
○フロア教室は14日(木)~  
問い合わせ みずとびあ藤岡(☎20977)

内容	開始時間	参加料
水曜 ZUMBA GOLD	正午	3,480円
脂肪燃焼エアロビクス	午後1時	2,320円
ストレッチ健康体操	午後2時	2,320円
やさしいヨガ	午後3時	3,480円
幼児リズムダンス(4歳~年長児)	午後4時	2,890円
ヨガ	午後7時30分	3,480円
ストレッチ健康体操	午前10時15分(45分間)	1,730円
腰痛・肩こり改善体操	午前11時	2,320円
木曜 ヨガ	午後2時	3,480円
ヨガレッチ	午後3時	3,480円
キッズダンス(年中児~小学2年生)	午後5時	2,890円
ジュニアHIPHOP(小学2~6年生)	午後6時	2,890円
エアロビクス	午後7時	2,320円
金曜 ヨガ	午前10時15分(45分間)	2,580円
ストレッチ健康体操	午前11時	2,580円
太極拳	正午	2,580円
初級エアロビクス	午後1時	2,580円
フラダンス	午後4時	3,860円
キッズフラダンス(年長児~中学生)	午後5時	3,210円
初級エアロビクス	午後6時30分	2,580円
ダイエットエアロ	午後7時30分	3,210円
土曜 ステップエアロ	午前10時30分	3,860円
初級エアロビクスサーキット	午前11時30分	3,210円
BOKWA ~ボクワ~	午後1時	3,860円
ZUMBA	午後2時	3,860円
バランスボール	午後3時	3,860円
姿勢改善エクササイズ	午後4時	3,210円
フィジカルトレーニング	午後5時	3,860円
中級エアロビクス	午後6時30分	3,210円
ヨガ	午後7時30分	3,860円
日曜 脂肪燃焼エアロビクス	午前10時30分	2,580円
ZUMBA	午前11時30分	3,860円
ヨガピラティス	午後0時30分	3,860円

みずとびあ藤岡 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 平成30年1月15日~3月26日 } 全9回  
水曜日 平成30年1月10日~3月28日 }  
木曜日 平成30年1月11日~3月29日 }  
金曜日 平成30年1月12日~3月30日 } 全10回  
土曜日 平成30年1月13日~3月31日 }  
日曜日 平成30年1月7日~3月25日 }

内容	開始時間	参加料
月曜 大人水泳教室・中級A	午前11時	1,160円
大人水中健康教室	午後2時	1,160円
大人水泳教室・初級	午後3時	1,160円
大人水泳教室・中級B	午後7時	1,160円
水曜 大人水泳教室・初級	午前11時	1,160円
アクアビクス	午後1時	2,320円
らくらくマスターズ・上級	午後3時	2,890円
アクアビクス	午後7時	2,320円
木曜 大人水中健康教室	午前11時	1,160円
大人水泳教室・中級B	午後2時	1,160円
大人水泳教室・中級A	午後3時	1,160円
大人水泳教室・中級A	午後7時	1,160円
金曜 大人水泳教室・わかばA・B	午前11時	各1,290円
大人水泳教室・中級B	午後1時	1,290円
大人水中健康教室	午後2時	1,290円
大人水泳教室・初級	午後7時	1,290円
介護者休息プログラム(障がいのある人を介護している人)	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	1,290円
小学生水泳教室・初級	午前11時30分	1,290円
幼児水泳教室・A(年少児~年長児)	午後3時	2,590円
幼児水泳教室・B(年少児~年長児)	午後3時	2,580円
大人水泳教室・上級	午後7時	1,290円
日曜 幼児水泳教室(年少児~年長児)	午前10時30分	2,580円
体力向上体操	午前10時15分(45分間)	1,730円
ZUMBA GOLD	正午	2,890円
フラダンス	午後1時	3,480円
ストレッチ健康体操	午後2時	2,320円
脂肪燃焼エアロビクス	午後3時	2,320円
キッズスポーツ(小学1~3年生)	午後5時	2,890円
エアロビクス	午後6時30分	2,320円
ボディシェイプ	午後7時30分	2,890円
腰痛・肩こり改善体操	午前10時15分(45分間)	1,730円
体力向上体操	午前11時	3,480円

イベント

図書館情報

講座・教室

募集

スポーツ

健康福祉

その他