

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 一般コース全8回(月曜日は全6回)
 下段は長期コース(★印)の日程・期間

月曜日	9月9日~10月21日	全20回
水曜日	9月9日~3月23日	全26回
木曜日	9月4日~10月30日	全26回
木曜日	9月4日~3月25日	全26回
木曜日	9月5日~10月24日	全20回
木曜日	9月5日~3月26日	全20回
金曜日	9月6日~10月25日	全26回
金曜日	9月6日~3月27日	全26回

内容	開始時間	参加料
月曜	大人水泳教室・中級A	午前11時 770円
	大人水中健康教室	午後2時 770円
	大人水泳教室・初級	午後3時 770円
	大人水泳教室・中級B	午後7時 770円
★ 水曜	泳力向上教室・長期A	午後1時 4,940円
	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 3,090円
★ 木曜	アクアピクス	午後7時 2,060円
	泳力向上教室・長期B	午後2時 5,680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
★ 金曜	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	午前11時 1,030円
	大人水泳教室・わかばB	午前11時 1,030円
★ 土曜	大人水泳教室・中級B	午後1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7時 1,030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
日	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
	大人水泳教室・上級	午後7時 1,030円
★ キッズフロア教室	幼児水泳教室(年少~年長児)	午前10時30分 2,470円
	キッズスポーツ(小学1~3年生)	午後5時 2,320円
	キッズダンス(年中児~小学2年生)	午後4時30分 3,090円
	ジュニアHIPHOP(小学2~6年生)	午後5時30分 3,090円
★ フロア教室	キッズダンス(年長児~小学2年生)	午後5時 3,090円
	ジュニアHIPHOP(小学3~中学生)	午後6時 3,090円
	キッズフラダンス(年長児~中学生)	午後5時 3,090円
	体力向上体操	午前10時15分(45分間) 1,390円
★ 月曜	ZUMBA	正午 2,780円
	フラダンス	午後1時 2,780円
	ストレッチ健康体操	午後2時 1,550円
	脂肪燃焼エアロピクス	午後3時 1,850円
	エアロピクス	午後6時30分 1,550円
	ボディシェイプ	午後7時30分 2,320円
	初級エアロピクス・長期	午前11時 5,140円
	ヨガ・長期	午後4時 9,260円

運動 Exercise

土曜日 9月7日~10月26日
 日曜日 9月8日~10月27日
 ※介護者休息プログラムは9月6日と10月4日

対象 18歳以上の人(一部子ども向け)
対料 参加料の他に施設利用料がかかります
申し込み 事務室前で午前9時から受け付け開始
 ○プール・キッズフロア教室は8月19日(月)~
 ○月・水・木曜日のフロア教室は8月20日(火)~
 ○金・土・日曜日のフロア教室は8月21日(水)~

問い合わせ みずとぴあ藤岡 ☎0977

内容	開始時間	参加料
★ 水曜	腰痛・肩こり改善体操	午前10時15分(45分間) 1,850円
	体力向上体操	午前11時 2,470円
	ZUMBA GOLD	正午 3,700円
	ピラティス	午後1時 3,700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 3,700円
	ヨガ	午後7時30分 3,700円
	脂肪燃焼エアロピクス・長期	午後6時30分 6,690円
★ 木曜	ストレッチ健康体操	午前10時15分(45分間) 1,540円
	腰痛・肩こり改善体操	午前11時 2,470円
	気功	正午 2,470円
	ヨガ	午後2時 3,700円
	ヨガレッチ	午後3時 3,700円
	エアロピクス	午後7時 2,060円
	エアロピクス・長期	午後1時 5,140円
	ストレッチ健康体操・長期	午後4時 5,140円
★ フロア教室	ヨガ	午前10時15分(45分間) 2,470円
	ストレッチ健康体操	午前11時 2,060円
	24式太極拳	正午 2,470円
	初級エアロピクス	午後1時 2,060円
	スローヨガ	午後2時 3,700円
	フラダンス	午後4時 3,700円
	初級エアロピクス	午後6時30分 2,060円
	ダイエットエアロ	午後7時30分 3,090円
★ 土曜	腰痛・肩こり改善体操・長期	午後2時 6,690円
	ステップエアロ	午前10時30分 3,700円
	初級エアロピクスサーキット	午前11時30分 3,090円
	BOKWA~ボクワ	午後1時 3,700円
	ZUMBA	午後2時 3,700円
	バランスボール	午後3時 3,700円
	姿勢改善エクササイズ	午後4時 3,090円
	フィジカルトレーニング	午後5時 3,700円
★ 日曜	中級エアロピクス	午後6時30分 3,090円
	ヨガ	午後7時30分 3,700円
	脂肪燃焼エアロピクス	午前10時30分 2,470円
	ZUMBA	午前11時30分 3,700円
ヨガピラティス	午後0時30分 3,700円	

農業者の皆さんへ

◆耕作放棄地の利用状況調査
 耕作放棄地の解消・発生抑制に向け、農地の状況を把握する利用状況調査を8~9月に実施する予定です。
 耕作放棄地の増加は、地域の景観を損なうだけでなく、病害虫の温床や野生鳥獣の隠れ場所となるなど、近隣の農作物へ被害を及ぼします。
 農地の所有者は、耕作放棄地にならないよう農地の適正管理に努めましょう。

◆全国農業新聞の購読

全国農業新聞は、農業者の公的機関である農業委員会系統組織が発行する週刊の農業総合専門紙です。
内容 農業・農村振興のニュースを分かりやすく解説しています
発行日 毎週金曜日
購読料 月額700円
申し込み 農業委員会事務局へ

◆農業者年金の加入

老後の備えは万全ですか？
 農業者年金は皆さんの老後の生活をがっちりサポートします。
内容 農業者年金のメリット▽少子・高齢化時代に強い積み立て方式▽終身年金で80歳までの保証付き▽支払った保険料は全額社会保険料控除の対象▽手厚い政策支援。保険料の国庫補助(認定農業者など一定の要件を満たす人が対象)もあります。
保険料 月額2万円を下限とし、1000円単位で6万7000円まで増額できます。
対象 農業をする人(農業に年間60日以上従事する60歳未満の人で、国民年金第1号被保険者であれば農地などの権利名義がなくても加入できます)
申し込み 農業協同組合の各支店へ
問い合わせ 農業委員会事務局 ☎02307

その他



夏の青少年健全育成運動

期間 7月15日(祝)~8月31日(土)
推進目標 ▽県民総ぐるみで次代を担う子どもたちの健全育成に取り組み「おぜのかみさま県民運動」を推進し、地域と家庭で子どもたちの安全・安心なインターネット利用を考えよう
 ※おぜのかみさまはインターネットを安全に使うための標語です▽おぜ(写真)を送らない▽ぜ(絶対)に会わない▽の(個人情報)を載せない▽か(悪口)を書き込まない▽み(有害サイト)を見ない▽さ(出会い)を探さない▽ま(ルール)を守る
問い合わせ 生涯学習課 ☎06888

政治家の寄付禁止

夏はお祭りやお中元などが多い時期ですが、政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。また有権者が政治家に寄付や贈り物を求めること

とも禁止されています。

禁止行為 ▽お中元など▽病氣見舞い▽葬式の花輪・供花、落成式・開店祝いの花輪▽入学祝い・卒業祝い▽秘書などが代理で出席する結婚祝い、葬式の香典▽お祭りへの寄付や差し入れ▽地域の運動会など行事への飲食物の差し入れ▽町内会の集会などへの寸志や差し入れ▽政治家の後援会が花輪・香典・祝儀などを出すこと、寄付をすること(後援会設立目的で行う行事などに関する寄付を除く)▽答礼のための自筆によるものを除き、暑中見舞状などのあいさつ状を出すことなど
問い合わせ 市選挙管理委員会(総務課内) ☎02221

粗大ごみ有料回収

収集日 8月5日・19日・26日(月曜日)(各日先着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当たり30円(消費税別)
申し込み・問い合わせ 7月22日(月)から電話で清掃センター ☎023305へ

電気柵などの購入費補助

対象 農地に設置する電気柵などの購入費(材料費のみで2万円以上のもの)
補助金額 上限5万円(購入費の2分の1以内)
問い合わせ 農林課 ☎02304

警察官採用試験

採用区分 ▽警察官A(男女)
 ▽警察官A(武道指導)▽警察官B(男女)
試験日程 9月22日(日)
受付期間 7月29日(月)~8月20日(火)
申し込み・問い合わせ 藤岡警察署 ☎0110へ

おわびと訂正

広報ふじおか7月1日号5ページの「後期高齢者医療被保険者証の更新」の中で送付する「後期高齢者医療被保険者証」の色に誤りがありました。おわびして訂正いたします。
 (誤) 茶色 → (正) 水色