

健康運動教室



**日時** 4月27日(令和3年3月22日の月曜日(全12回)午前9時30分~11時

**会場** 総合学習センター体育館(天候により屋外で実施)

**講師** 高山美紀さん(健康運動指導士)

**内容** ウォーキング・筋力トレーニング・ストレッチ

**対象** 市内在住の40歳~69歳で、次の条件を満たし、なるべく12回参加できる人▽最高血圧160mmHg未満かつ最低血圧100mmHg未満▽毎月の教室参加時に自宅で血圧を測って来ることが出来る▽健診や人間ドックなどで健康状態を確認し、精密検査や治療が必要ない▽治療中の病気やけががない(かかりつけ医から運動を勧められている人は相談してください)

**定員** 30人

旧公立藤岡総合病院跡地活用基本構想



旧公立藤岡総合病院跡地の活用の方向性などに関する本市の基本的な考え方を示した計画を策定しました。

これに関する意見を募集します。提出された意見は今後に取り組み基本設計などに向けた検討において参考にします。

**閲覧場所** ▶市政情報コーナー▶鬼石総合支所鬼石振興課▶市ホームページ

**意見を提出できる人** ▶市内在住・在勤・在学の人▶市内に事務所・事業所のある法人・個人▶その他利害関係のある人

**閲覧・意見提出期間** 3月2日(月)~4月17日(金)午前8時30分~午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

**提出方法** 任意の様式に意見・住所・氏名・電話番号を記入して、直接または郵便・ファクス・メールのいずれかの方法で企画課へ

**提出先** 〒375-8601(住所記載不要)市役所企画課 FAX④3252 ⑤kikaku@city.fujioka.gunma.jp

**その他** ▶提出された意見の概要は、個人情報を除いて公開することがあります▶個々の意見に直接回答はしません▶詳しくは市ホームページを確認してください

**問い合わせ** 企画課(☎④2424)

**参加料** 無料

持ってくる物 飲み物・タオル・帽子・体育館シューズ・ヨガマット(無ければバスタオル)

**その他** 動きやすい服装・運動靴で参加してください

**申し込み・問い合わせ** 3月9日(月)~19日(木)に健康づくり課(☎④2808)へ

その他

道路の危険箇所をお知らせください



市道にできた穴や側溝のふたの破損などが原因で交通事故が発生することがあります。事故を未然に防ぐため、危険箇所を見つけたときは連絡してください。

**問い合わせ** 土木課(☎④2324)

高山社跡観覧料有料化



高山社跡の観覧料はこれまで無料でしたが、4月1日から市外の大人は500円の観覧料がかかります。市内在住の人および高校生以下はこれまで通り無料です。

**観覧料** 市外在住の大人▽個人▽500円▽団体(20人以上)▽400円

※次の人は観覧料が減免無料)されます▽障害者手帳を持つ人▽その介助者1人▽小中学校・高等学校の教育課程の観覧に伴う引率者

**問い合わせ** 文化財保護課(☎③5997)

国民年金保険料学生納付特例制度

国民年金は20歳以上であれば、学生も加入することにな

安全運転相談ダイヤル



**日時** 月~金曜日(祝日・年末年始を除く)の午前8時30分~午後5時15分

**内容** ▽加齢に伴う身体機能の低下によって運転に不安を感じている人▽記憶力・判断力の低下によって免許返納を考えている人▽病気などで運転の継続に不安がある人

**その他** 相談は本人の他、家族からも受け付けます

**問い合わせ** 安全運転相談ダイヤル(☎#8080)・藤岡警察署(☎②0110)

市民課窓口業務の延長

**期日** 3月30日(月)・31日(火)・4月2日(木)・3日(金)

**延長時間** 午後5時15分~7時

**内容** ▽印鑑登録▽印鑑証明書の発行▽住民票の写し・戸籍謄抄本の発行▽戸籍に関する

有限会社美松運送と災害協定締結

災害時における燃料等の供給に関する協定締結式



2月7日、有限会社美松運送と市は「災害時における燃料等の供給に関する協定」を締結しました。この協定により、災害発生時に市内の燃料が不足した場合の燃料の供給や救援物資の一時保管場所の提供などが行える体制が整いました。今後も協力して、安全、安心なまちづくりに取り組んでいきます。

**問い合わせ** 地域安全課(☎②7444)

りますが、学生本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料が猶予される学生納付特例制度があります。

学生納付特例の承認期間は4月~翌年3月までで、申請は市役所または年金事務所で行えます。

承認を受けた次の年度も在学予定の場合は、3月末に日本年金機構から基礎年金番号が印字されたハガキ形式の申請書が送付されます。同じ学校に在学する予定の人は、このハガキに必要な事項を記入して返送することで翌年度の申請ができます。

毎週水曜日は夜間窓口

毎週水曜日(祝日の場合は翌日木曜日)、市民課は午後8時、鬼石振興課は午後7時まで窓口業務を実施しています。

**問い合わせ** 市民課(☎④2256)

法務局人権相談

法務局では、職員や人権擁護委員が人権問題に関する相談を受け付けています。電話での相談も可能です。一人で悩まず、気軽に相談してください。

**日時** 月~金曜日、午前8時30分~午後5時15分

**会場** 前橋地方法務局高崎支局(高崎市東町)

**内容** 暴行・虐待・差別・インターネット上の誹謗中傷など

**問い合わせ** 前橋地方法務局高崎支局(☎027-322-6315)

スマホでも「広報ふじおか」が読めます

お問い合わせ 秘書課(☎④2208)

スマートフォン用無料アプリ「マチイロ」を導入しています。お使いのスマホから「いつでも」・「どこでも」・「無料」で広報ふじおかを読めます。ぜひご利用ください。

利用方法の詳細は右のQRコードから確認してください ⇒⇒⇒



なお、翌年度は学生納付特例を利用せず、保険料の納付を希望する場合は年金事務所にお問い合わせください。

**対象** 学校教育法に規定する大学(大学院)・短期大学・高等学校・高等専門学校・専修学校・各種学校(修業年限が1年以上の課程)に在学する学生で所得が一定額以下の人

持ってくる物 学生証・本人以外の申請の場合は印鑑(スタンプ印不可)

**問い合わせ** 保険年金課(☎④2259)・高崎年金事務所(☎027-322-4299)