

日常生活筋力アップ教室

日時 ▽A組(初心者向け) 4月18日～7月4日の第1・3・5火曜日 ▽B組(経験者向け) 4月25日～7月11日の第2・4火曜日(各組6回) 午前10時～11時30分
会場 総合学習センター体育館
講師 瀧本陽子さん(県健康スポーツ指導員)
対象 市内在住・在勤の人
定員 各組30人(抽選)
参加料 500円(保険料など)
申し込み 3月17日(金)までに電話または直接スポーツ課へ



成人健康相談

日時 3月22日(水)午後1時～4時(要予約)
会場 市保健センター
内容 ▽健康や栄養について
 の相談会 ▽血管年齢測定 ▽体組成測定など
持ってくる物 検診結果票・健康手帳・お薬手帳など相談対象者の健康状態が分かる物

その他 ▽相談は家族など本人以外でも受け付けます ▽ペー
 スメーカー利用者は体組成測
 定を行えません
問い合わせ 健康づくり課(☎
 2808)

機関リストは厚生労働省のホー
 ムページで確認できます ▽特
 定健診・事業所健診と併せて
 受けられる場合もありますの
 で、健診機関や勤務先に問い
 合わせてください
問い合わせ 健康づくり課(☎
 2808)

成人男性風しん抗体検査 クローン有効期限の延長

令和4年4月に「風しん抗
 体検査・風しん第5期定期接
 種クローン券」が送付された
 人は風しんの抗体検査・予防
 接種が公費で受けられます。
 クローンの使用期限を5年3
 月31日から6年3月31日まで
 延長します。

健康運動教室

日時 4月24日(金)令和6年3
 月18日の月曜日(各月1回・
 全12回)午前9時30分～11時
会場 総合学習センター体育
 館・学習室(天候により屋外
 で実施)

福祉医療制度の手続き

福祉医療制度とは、子ども
 や障がいのある人、ひとり親
 家庭などで、下表に該当する
 人が医療機関を受診したとき
 に医療費の一部負担金を県と
 市で助成する制度です。

対象者 市内在住の40～69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
 来ることができ ▽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

対象	資格要件	申請に必要なもの
子ども	出生から中学卒業まで(4月1日から高校生世代まで拡大)	健康保険証
障がいのある人	身体障害者手帳1級・2級・3級・4級(言語機能障害のみ)	健康保険証・障がいの程度を証明する手帳や証書
	障害年金1級・2級	
	療育手帳A判定・B判定 特別児童扶養手当1級・2級	
ひとり親家庭	18歳(年度末)までの子どもを扶養しているひとり親家庭	申請前に相談してください
父母がいない子ども	18歳(年度末)までの父母のいない子ども	

給資格のある人で、氏名・住
 所・障がい等級・健康保険証
 の種類などに変更があったと
 きは届け出をしてください。

その他 ▽4月から子どもの
 認定申請、受給資格の氏名・
 住所・健康保険証の変更届
 受給資格者証の再交付申請は、
 電子申請が可能になります ▽
 福祉医療制度以外にも医療費
 助成制度(自立支援医療・指
 定難病など)があり、福祉医
 療より優先して適用されます。
 他の医療費助成制度が利用で
 きる人は申請をしてください
 ▽医療機関受診時は、福祉医
 療費受給資格者証と一緒に他
 制度の受給者証などを提示し
 てください ▽障がい理由に
 福祉医療制度を利用している
 人が入院時の食事療養費の助
 成を受けるときは、市町村民
 税の非課税世帯の人に交付さ
 れる「標準負担額減額認定証」
 の提示が必要です。提示しな
 い場合、入院時食事療養費(1
 食460円)の自己負担が発生
 します
申請・問い合わせ 保険年金
 課(☎2259)

日時 4月12日～6月28日の
 第2・4水曜日(全6回)午
 後1時15分～3時15分

ノルディックウォーキング教室

会場 庚申山第2体育館
対象 健康で杖などを使わず
 にウォーキングができ、全6
 回に参加できる人
 ※歩く時にひざなどに痛み
 を感じる人は参加できない場
 合があります
定員 15人(先着順)
その他 3カ月を1クールと
 して次の教室も予定していま
 す。希望者は健康づくり課ま
 で問い合わせください
申し込み・問い合わせ 3月
 8日(水)～24日(金)までに健康づ
 くり課(☎2808)へ



その他

市民課窓口業務の延長

日時 3月30日(木)～31日(金)・
 4月3日(月)・4日(火)
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
 届書の預かり、転入・転出・
 転居の届け出、所得課税証明
 書・納税証明(車検用のみ)
 の発行
 ※パスポート・マイナンバー

カードの手続きはできません
その他 市民課は毎週水曜日
 の午後8時まで、鬼石振興課
 は毎月第1・3水曜日の午後
 7時まで夜間窓口業務を実施
 しています
問い合わせ 市民課(☎402
 256)・鬼石振興課(☎52
 3111)

公共下水道基本計画・ 事業計画の変更

公共下水道基本計画・事業
 計画変更に伴い、変更計画案
 がまとまりましたので、縦覧
 します。

日時 3月6日(月)～20日(月)午
 前8時30分～午後5時15分(土・
 日曜日を除く)
会場 市役所東庁舎下水道課
問い合わせ 下水道課(☎40
 2327)

市民サービスセンター (美九里・日野)の廃止

美九里・日野公民館内に設
 置していた「藤岡市市民サー
 ビスセンター」は、3月31日
 (金)で廃止します。
 今まで各センターで発行し
 ていた住民票の写し・印鑑登

ゆうちょ銀行ATM 営業終了

本庁舎敷地内のゆうちょ銀
 行ATMは、3月15日(水)に営
 業終了となります。
問い合わせ 財政課(☎402
 213)

誕生記念樹給付事業の廃止

市では子どもの誕生の記念
 として、市の花木の給付を行っ
 てきましたが、今年度で事業
 を廃止することとなりました。
 現在引換券を持っている人で
 苗木の給付を希望する人は、
 3月末日までに予約してくだ
 さい。
 ※予約は市役所開庁日のみと

なります

申し込み・問い合わせ 都市
 施設課(☎2332)

国税専門官採用試験

期日 ▽第1次試験 6月4
 日(日) ▽第2次試験 6月30日
 (金)～7月14日(金)のいずれか第
 1次試験合格通知書で指定す
 る日時

受験資格 ▽平成5年4月2
 日～14年4月1日生まれの人
 ▽平成14年4月2日以降生ま
 れの者で次の要件に当てはま
 る人 ①短期大学を除く大学を
 卒業し、令和6年3月までに
 大学を卒業見込み ②人事院が
 ①に掲げる者と同等の資格が
 あると認める

申し込み ▽3月1日(水)午前
 9時～3月20日(月)(受信有効)
 に下記の2次元コードを読み
 取り、インターネット
 トサイトから申し込
 んでください
問い合わせ ▽インターネット
 ト申し込み 人事院人材局
 (☎03・3581・531
 1)・▽その他 関係東信越国
 税局(☎048・600・3
 111)

