

⑩「元気に体操、ステップ教室」の参加者を募集

～からだと一緒に脳もいきいき～

足腰のバランス機能・認知症予防に効果的な「スクエアステップ運動」を取り入れた「転倒予防教室」を開催します。

対象 友部地区在住の65歳以上の方

日程 9月～11月の(9月23日・11月4日を除く)毎週火曜日で全11回
午前10時～正午

場所 友部公民館

内容 足腰の体操(スクエアステップ、レクリエーション等)、健康講話
なお、初回と最終回には、認知機能検査と体力測定を行います。

指導者 筑波大学 大藏倫博 博士グループ

定員 20名(参加無料)

募集期限 8月25日(月)までに電話で下記へ
※笠間地区は、7月終了、岩間地区は平成21年1月の開催予定です。

申・問 笠間市友部地域包括支援センター
高齢福祉課内(内線174)

⑫下水道の普及促進の標語を募集

平成20年度茨城県下水道促進週間コンクールに、あなたの標語を応募しませんか。

9月10日は「下水道の日」です。茨城県と笠間市では、一般の方からの標語を募集しています。皆さんの下水道への思いを標語にしてお寄せください。

なお、応募いただいた作品は(社)日本下水道協会の「下水道いろいろコンクール」にも応募されたこととなります。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

応募方法 ・官製はがき、もしくは、はがき大の用紙1枚に作品1点。
・連名による応募は認めません。
・作品には住所・氏名(フリガナ)・年齢・職業・電話番号を明記。

応募期限 平成20年9月1日(月)消印有効

問・応募先 〒309-1703 笠間市矢野下750
上下水道部下水道課 業務グループ(内線71130)

⑬センチュリーラン笠間2008の出場者・ボランティアを募集

今年も、笠間に「センチュリーラン」の季節がやってきました。サイクリング大会の出場者及び、ボランティアの募集を行います。

出場者

申込方法 所定の申し込み用紙に必要事項を記入の上、参加料を郵便振替で申し込んでください。

※大会開催要項、申込用紙、振替用紙は、7月22日より、商工観光課・笠間観光協会・スポーツ振興課等で入手できます。

受付期間 7月22日(火)～8月11日(月)
(期日厳守!)

参加資格 15歳以上の健康な男女で、道路交通法を守り、自己の責任と能力において、各コースをサイクリングできる方。

ボランティア

活動内容 一般道路でのコース誘導等。

募集期限 8月29日(金)

問 ○**出場者の方**は以下の大会事務局へ
〒319-1102 茨城県那珂郡東海村石神内宿2454-6 斎藤方
茨城県サイクリング協会
Tel・Fax 029-282-0039

○**ボランティアの方**はスポーツ振興課へ
〒309-1698 茨城県笠間市石井717
(内線72222)

⑭男女共同参画人材バンクへの登録者を募集

笠間市では、男女共同参画社会の推進を図るために、男女共同参画人材バンクを設置しています。この人材バンクは、市の審議会の委員などの候補者を選ぶ時に、人材情報として活用するものであり、その活用は市役所内部に限られます。また、個人情報の管理を徹底します。市政に意見を反映させたいという女性のご応募をお待ちしています。

応募資格 満20歳以上の女性

問 秘書課 男女共同参画推進室(内線226)

広報かさま お知らせ版

平成20年7月17日 第20-12号

本所・支所
問い合わせ方法
笠間・友部地区から
Tel0296-77-1101
Tel0296-72-1111
岩間地区から
Tel0299-37-6611

【お知らせ】

- ①後期高齢者医療保険料・国民健康保険税の支払い方法の変更について
- ②下水道工事に伴う交通規制のお知らせ
- ③特定健康診査・高齢者健康診査が始まりました
- ④「笠間まるごとガイドブック」訂正のお詫び
- ⑤自主防災活動に関する講演会が開かれます
- ⑥総合健診申込受付のお知らせ
- ⑦限度額適用認定証等の更新手続きについて
- ⑧筑波海軍航空隊『軍用機展』と『戦争体験を語る』講演会のお知らせ
- ⑨夏の交通事故防止県民運動が行なわれます
- ⑩大好きかさま「結ネット」出会い創出イベントを開催
- ⑪健康講座のお知らせ「腰痛予防について」
- ⑫「レジ袋の有料化」実施店舗が増えます
- ⑬「みんなで裁判所に行こう!」を開催
- ⑭平成21年3月31日で「特別慰労品」贈呈の受付が終了します
- ⑮平成20年度ミュージアムシアターを実施
- ⑯お盆中のごみ収集、し尿・浄化槽汲み取り
- ⑰「笠間のまつり」交通規制のお知らせ

【募集】

- ⑱公民館「パソコン教室」の受講生を募集
- ⑲「女の人の食事学講座」の受講生を募集
- ⑳「全日本中国語スピーチコンテスト」第6回茨城県大会出場者を募集
- ㉑「元気に体操、ステップ教室」の参加者を募集
- ㉒下水道の普及促進の標語を募集
- ㉓センチュリーラン笠間2008の出場者・ボランティアを募集
- ㉔男女共同参画人材バンクへの登録者を募集

①後期高齢者医療保険料・国民健康保険税の支払い方法の変更について

後期高齢者医療保険料及び国民健康保険税につきまして、本年4月より年金からお支払いいただいている方、又は本年10月より年金からお支払いいただく予定となっている方のうち、以下の要件を満たす場合、お申し出いただくことにより、保険料(税)を口座振替によりお支払いいただくことが可能となります。

後期高齢者医療保険料の支払方法変更の要件

次の①、②いずれかの要件を満たせば可能となります。

- ①国民健康保険税を確実に納付していた方(被保険者本人)が口座振替により納付する場合
- ②被保険者本人の年金収入が180万円未満であり、かつ世帯主又は配偶者がいる方でその口座振替により納付する場合

国民健康保険税の支払方法変更の要件

次の①、②の要件を満たす場合に限ります。

- ①これまで、保険税を滞納することなく納めていた方
- ②これからの保険税を、口座振替により納める方

申し出期限 8月8日(金)

窓口にお申し出いただいた後、10月分の年金からのお支払いを中止する手続きを行います。8月9日以降にお申し出いただいた場合は、10月分の中止手続きに間に合いませんので、お申し出いただく時期により12月分以降の年金から中止させていただきますこととなります。

申し出・問 本所 保険年金課(内線139・143)
笠間支所 市民窓口課(内線72104)
岩間支所 市民窓口課(内線73183)