

スポーツ

小学校プールを夏休みに開放します

市内小学校のプールを、7月20日(土)～31日(水)のうち10日間、学校体育施設開放利用と同様に、対象となる団体に開放します。なお、説明会を次のとおり開催しますので、希望する団体は必ず参加してください。

5月19日(日)・※午前10時～。
5月19日(日)・※午前10時～。
松山山下公園総合体育館(浦部)。

団体の登録を行い、自主的に管理責任者と監視員を置く団体。
入スポーツ振興課振興班(松山山下公園総合体育館内)。

※『広報いんざい』4月15号で「午後2時」と掲載しましたが、変更になりました。

春季市民ソフトボール大会

5月19日(日)・午前8時30分～(受け付けは8時～)。
※予備日は5月26日(日)。
東京電機大学平岡グラウンド。
市内在住・在勤者で構成するクラブチームおよび協会加盟チーム。また、傷害保険に加入している印西市在住者・在勤者の個人。

チーム5・000円、協会加盟チーム3・000円、個人200円。

電話で左記へ。
印西市ソフトボール協会・佐々木稔(☎④1030)、原山明(☎④1846)。

市民春季バドミントン大会

6月9日(日)・午前9時30分～(受け付けは9時～)。

松山山下公園総合体育館。
男子ダブルス・女子ダブルス(1部・2部・3部)。

中学生以上の印西市内在住・在勤・在学の人で審判ができる人。ただし、1部および2部は市外の人参加可。

市内在住・在勤・在学の方は1組2・000円。市外の方は1組2・400円。

6月2日(日)までに郵送・FAXまたはメールで、住所・氏名・電話番号・参加種目を記入し、左記へ。

市内在勤・在学の方は、勤務先または学校名を記入すること。
バドミントン協会・鳥羽洋志(〒270-1345印西市船尾1071・☎/FAX④0359・inzai@ado-th@etude.ocn.ne.jp)。

市民バスケットボール大会

6月29日(土)、30日(日)、7月7日(日)。

松山山下公園総合体育館。
市内在住・在勤者の所属する団体(16歳以上)。

男子20チーム、女子10チーム。
バスケット協会加盟団体1・000円、非加盟団体5・000円。

5月18日(土)までに、メールで左記へ(期限厳守)。

印西市バスケットボール協会・小暮(☎090-8744-0510・inzai@ba@ya.hoo.co.jp)。

第1回印西市空手道連盟競技力向上講習会

6月29日(土)・午後3時10分～5時(受け付けは3時～)。

松山山下公園総合体育館武道場。
市内在住者(空手衣着用)。

60人。
無料。
直接会場へ。
空手道連盟・大河原昭司(☎④2340)。

印西市パークゴルフ協会 会員募集

印西市パークゴルフ協会は印西市体育協会の加盟団体で、会員数350人、パークゴルフとグラウンドゴルフを通じて健康増進とスポーツの振興・発展、会員相互の親睦を目的として活動しています。

子どもから高齢者まで誰もが身近に気軽に楽しむことのできる「生涯スポーツ」として、人々を集めていますので、みなさまの加入をお待ちしています。

市内在住者。
入会金1,000円・年会費1,000円(入会すると、協会主催の大会に参加ができます)。

電話で左記へ。
市内パークゴルフ協会・奥田(☎④0449)、海老原(☎④2163)、金子(☎④7088)。

健康

ヘルスアップ教室 (健康生活コーディネーター事業)

市では、一人ひとりの健康状態や生活習慣に応じて、科学的根拠に基づく健康づくりプランを提供する「ヘルスアップ教室」を実施しています。今年度は半年間のコースです。

体力に自信のない人、運動が嫌いの人でも大丈夫です。個々の体力に合った運動プランや食生活のアドバイスを実践して、

健康な身体をつくっていきましょう。治療中の病気などで、参加に不安のある人はご相談ください。

【説明会・メデイカルチェック】6月12日(水)か14日(金)・午後1時15分～4時。

【初回体力テスト】6月19日(水)6月21日(金)の午前午後。

【施設トレーニング(7月開始)】火・土曜日・午前9時～午後4時25分(一人当たり1時間30分程度)。

市内在住で、35歳以上の人。
※介護保険受給者は参加不可。
定40人。
【週2回コース】月2・500円、【週1回コース】月2・000円、【月1回コース】月1・500円。

体力テスト・筋力トレーニング(自体重やダンベルを使用したもの)・有酸素運動(ウォーキング、エアロバイク)など。

保険料は別途負担。
電話で左記まで。市ホームページからも申込み可(先着順)。

中央保健センター(☎④595)。

各種健(検)診申込者に受診券を郵送します

市の健(検)診を受けるには、受診券が必要です。平成23年・24年に健(検)診を受けた人、4月25日までに健(検)診のお申し込みをされた人などに、5月下旬に受診券を発送します。

登録されていない健(検)診を希望する場合や、検診方法を

(個別・集団)を変更される場合は、期限内に申し込みをしてください。

また、健(検)診の受け方や注意事項などについて、受診券や同封のご案内をよくお読みの上、受診してください。

【申し込み期限】
●集団検診：6月28日(金)。
●個別検診：11月29日(金)。

※詳しくは左記まで。
中央保健センター。

地区健康推進員活動「家庭でできる」

筋力を高める運動は、代謝をよくして太りにくい身体づくりに大切です。また、腰痛予防や寝たきり予防などにも繋がります。いつまでも元気に過ごすために、手軽に自宅で行える筋トレやストレッチをわたしたちと一緒に体験しませんか。

6月12日(水)・午前10時～正午。
中央公民館(大森)。

講師：健康生活コーディネーター(市職員)。
無料。
定30人。

動きやすい服装で、バスタオル・汗ふきタオル・飲み物を持参ください。

5月31日(金)までに電話で左記へ(先着順)。

地区健康推進員・長谷川(☎④1058)。

献血にご協力を

みなさんのあたたかい善意を心からお待ちしています。
5月9日(木)・午前10時～11時45分、午後1時～4時。
中央保健センター(☎④5595)。
場内所1階ロビー。千葉赤十字血液センター推進課(☎047-457-9927)。

献血者。
献血者。
献血者。

献血者。
献血者。
献血者。

献血者。
献血者。
献血者。

税金

軽自動車税の納税通知書を発送

平成25年度軽自動車税の納税通知書を5月9日(木)に発送する予定です。

納期限は、5月31日(金)です。最寄りの金融機関などで早めに納めましょう。

なお、コンビニエンスストア(一部除く)でも納付できます。詳しくは納税通知書をご覧ください。

【課税】市民税課税制班(☎内線321・322)、【納付】納税課税管理班(☎内線31150)。

自動車税の納期内納付

自動車税の納期限は、5月31日(金)です。5月上旬に自動車税事務所から納税通知書が送付されますので、最寄りの金融機関などで早めに納めましょう。

なお、コンビニエンスストア(一部除く)でも納付できます。詳しくは納税通知書に同封のしおりを参照。

自動車税事務所(☎043-243-2721)、佐倉県事務所(☎043-483-1150)。

おわびと訂正

『広報いんざい』4月1日号・8ページ目に掲載した表「平成25年度各種健(検)診予定表」の中「口腔疾患健診」の内容で「むし歯・歯周病の有無、歯面清掃、ブラッシング指導」と記載しましたが、正しくは「むし歯・歯周病の有無」です。おわびして訂正します。

凡例 曜日 会場 内容 対象 定員 参加費 申し込み 問い合わせ ホームページ その他 携帯帯電話