

公民館等の各種講座の受講生を募集

市民の皆さんの生きがいづくりの場所、コミュニティづくりの場所として、公民館等では、初心者の方を対象に各種講座を開講しています。趣味や興味を広げ、また新しい交流の輪を作るため、ぜひご参加ください。

※教室の申し込み方法などの問い合わせは各公民館等にお願ひします。

▼講座開設期間 4月～2020年3月
▼申込方法 中央公民館、白里公民館、中部コミュニティセンターの窓口にて備え付けの

申込書に記入の上、申し込み※電話での申し込み不可。

▼申込締切 3月22日(金)
※白里公民館・中部コミュニティセンターは、(月)・祝日、中央公民館は、祝日休館。

▼申込資格 市内在住・在勤で学習意欲があり、1年間継続できる方

※教室修了者の再受講は不可。
▼受講料 無料
※教材費等自己負担が必要な場合があります。

▼その他
・1人3施設で2講座まで
・定員になり次第受付終了

国民健康保険の届出

就職や退職等に伴い、職場の健康保険へ加入したり抜けたりした方は、国民健康保険の手続きが必要となります。また、進学に伴い、親元を離れて下宿するときも、手続きが必要な場合があります。

いづれの場合も、市民課国保班もしくは白里出張所で手続きをしてください。

◇職場の健康保険から抜けたとき(国保へ入る手続き)
▼必要なもの 健康保険の資格喪失証明書

◇職場の健康保険に加入したとき(国保を抜ける手続き)
▼必要なもの 国民健康保険証、加入した健康保険の保険証

◇国保に加入している家族の子どもが、就学に伴い他市町村へ転出するとき
▼必要なもの 在学証明書

※手続きを行うと、市の保険

証が引き続き使用できるようになります。また、現在すでに届出をしている方も、年度ごとに手続きが必要です。

◇手続きできる方
・本人もしくは同一世帯の方となります。その他の方が届出を行う場合は、委任状が必要となります。

◇その他
・手続きの際には、該当者全員分の個人番号がわかるものと、届出者の本人確認ができるもの(運転免許証等)が必要となります。

4月は市役所の窓口が大変混み合います。時間に余裕をもってお越しください(例年午前10時～午後5時の方が待ち時間が比較的短い傾向があります)。

問市民課国保班
☎0475(70)0334

平成31年度 各種講座一覧

中央公民館の講座(教室) 問・問☎0475(72)0698

| No. | 対象 | 教室名 | 講師名 | 募集人数 | 開催日時 |
|-----|----|-----------|--------|------|-------------------|
| 1 | 一般 | 料理教室 | 原名 外志子 | 20人 | 第1・3(火)9時30分 |
| 2 | 一般 | 太極拳教室 | 北村 啓子 | 30人 | 第2・4(水)13時30分 |
| 3 | 一般 | 茶道(表千家)教室 | 荒木 郷子 | 20人 | 第1・3(土)9時 |
| 4 | 一般 | 茶道(裏千家)教室 | 沖上 敏子 | 20人 | 第2・4(火)9時30分 |
| 5 | 一般 | 書道教室 | 小関 千草 | 25人 | 第1・3(木)13時30分 |
| 6 | 一般 | 水彩画教室 | 弓野 正勝 | 30人 | 第2・4(土)9時 |
| 7 | 一般 | 詩吟教室 | 佐藤 俊夫 | 20人 | 第1・3(火)10時 |
| 8 | 一般 | 俳句教室 | 田中 臥石 | 20人 | 第2(日)・第4(土)13時30分 |
| 9 | 女性 | 着付教室 | 佐藤 志津子 | 20人 | 第1・3(木)13時 |
| 10 | 一般 | イラスト教室 | 栗原 徹 | 20人 | 第1・3(火)14時 |

※8月は休講です。

中央公民館の特別講座 問・問☎0475(72)0698

| No. | 対象 | 教室名 | 講師名 | 募集人数 | 開催日時 |
|-----|-------|----------|-----------|------|---------------------------|
| 1 | 60歳以上 | コスモス教室 | 講義内容により変更 | 限定なし | 年間12回 |
| 2 | 外国人 | 日本語教室 | 国際交流協会 会員 | 20人 | 第1・2(土)9時30分 年22回(8月休) |
| 3 | 女性 | 午後のおやつ教室 | 大川 絹子 | 15人 | 奇数月第3(土)13時 |

※コスモス教室では、60歳以上の方を随時募集しています。

白里公民館の講座(教室) 問・問☎0475(77)2172

| No. | 対象 | 教室名 | 講師名 | 募集人数 | 開催日時 |
|-----|----|-----------|--------|------|---------------|
| 1 | 一般 | 絵手紙教室 | 完倉 富美 | 20人 | 第1・3(土)10時 |
| 2 | 一般 | 茶道教室(表千家) | 檜原 俊子 | 15人 | 第1・3(火)13時 |
| 3 | 一般 | 書道教室 | 大原 鳥花 | 15人 | 第2・4(木)10時40分 |
| 4 | 一般 | 水彩画教室 | 大森 良三 | 20人 | 第1・3(木)10時 |
| 5 | 一般 | 英会話教室 | 矢込 俊吾 | 20人 | 第2・4(水)13時 |
| 6 | 一般 | カラオケ教室 | 鈴木 えり子 | 20人 | 第1・3(土)13時 |
| 7 | 一般 | 太極拳教室 | 北村 啓子 | 20人 | 第1・3(水)13時30分 |
| 8 | 一般 | ゆったりヨガ教室 | 神谷 有里 | 20人 | 第1・3(水)10時30分 |
| 9 | 一般 | あみもの教室 | 石橋 まり子 | 20人 | 第1・3(金)10時 |
| 10 | 一般 | 着付教室 | 内山 洋子 | 15人 | 第2・4(木)10時 |

中部コミュニティセンターの講座(教室) 問・問☎0475(73)3337

| No. | 対象 | 教室名 | 講師名 | 募集人数 | 開催日時 |
|-----|----|------|--------|------|--------------|
| 1 | 一般 | 料理教室 | 原名 外志子 | 20人 | 第2・4(火)9時30分 |

平成31年度以降の後期高齢者 人間ドック助成事業の予定

75歳以上の人間ドック助成事業は、国の交付金に基づく千葉県後期高齢者医療広域連合からの助成金で実施していますが、平成30年度から段階的に交付額を縮小し、2021年度以降は、1年度で交付金が廃止される予定であることから、平成31年度および2020年度以降の人間ドック助成事業は、次のとおり予定しておりますので、ご留意ください。

◇人間ドック助成事業(予定)
▼平成31年度 基本検査費用の5割相当額とし、3万円を上限として予定しています。

▼2020年度 千葉県後期高齢者医療広域連合からの助成金に応じた減額設定を行うことを予定しています。
▼2021年度 人間ドック助成事業は廃止となる予定です。

問市民課高齢者医療年金班
☎0475(70)0336
詳細は問い合わせください。

コスモス通信

- ◇第23回大網白里市長・ライオンズクラブカップサッカー大会
 - ▼小学5年生の部
 - 優勝 九十九里JFC
 - 準優勝 城西JFCブルー
 - 第3位 みずほJFC
 - ▼小学6年生の部
 - 優勝 みずほJFC
 - 準優勝 FFCウイング
 - 第3位 芝山JFC
- ◇第21回今井健次郎・ライオンズクラブカップサッカー大会
 - 優勝 富士見中学校
 - 準優勝 山武中学校・山武南中学校合同第3位 横芝中学校



▲小学6年生の部優勝 みずほFC
問大網白里アリーナ ☎0475(72)8278

平成31年度 大網白里市スポーツ教室 受講生募集

健康維持と体力向上を図るために、スポーツ教室に参加してみませんか。
▶申込方法=大網白里アリーナに備え付けの申込用紙で申し込み

▶対象=市内在住・在学・在勤の方
▶受付開始日=3月2日(土)8時30分～
※月により講習日が変更となる場合があります。詳細は問い合わせください。

●教室一覧

| 教室名 | 場所 | 対象 | 日時 | 講師名 |
|-----------|-----------------|--------------|-------------------------|---------|
| 柔道 | 市柔剣道場 | 小学生 | 毎月第2・4(日) 9時30分～12時 | 齋藤 和男 他 |
| | 市柔剣道場 | 中学生 | 毎月第2・4(日) 9時～13時 | |
| 剣道(午前) | 大網白里アリーナ 武道場 | 小・中学生 | 毎月第1・3(日) 9時～11時30分 | 齋藤 誠 他 |
| 剣道(午後) | 大網白里アリーナ 武道場 | 小・中学生 | 毎月第1・3(日) 13時30分～16時30分 | 石田 久夫 他 |
| 卓球 | 大網白里アリーナ サブアリーナ | 小学4年生以上 | 毎月第1・3(日) 9時～12時 | 柏山 幸一 他 |
| 弓道 | 市弓道場 | 中学生以上 | 毎月第2・4(日) 9時～12時 | 新倉喜代司 他 |
| バレーボール | 大網白里アリーナ サブアリーナ | 小・中学生 | 毎月第1・3(日) 13時～17時 | 田中 幸雄 他 |
| スローエアロビック | 大網白里アリーナ 武道場 | 18歳以上(男女問わず) | 年間3クール(春・秋・冬) 10時～11時 | 雨宮 順子 |
| バドミントン | 大網白里アリーナ サブアリーナ | 18歳以上 | 毎月第4(土) 9時～12時 | 石木田義則 |

※場合により日程が変更となる場合があります。
※スローエアロビックの定員は25人で、年度を通しての申し込みとなります。
※かけっこの定員は30人で、全3回での実施を計画しています。募集については、日程等の決定後、事前に市広報紙および市ホームページでお知らせします。

問・問大網白里アリーナ ☎0475(72)5708

ねんきんナビ

人生の節目には年金の届出を忘れずに

就職や退職、結婚など人生の節目には年金の届出が必要です。

届出を忘れると、将来受け取る年金が少なくなったり、受給できなくなったりする場合があります。

次のようなときは必ず届出をしてください。

- ・20歳になったとき(厚生年金や共済組合に加入していない方)
- ・退職したとき
- ・サラリーマンに扶養されている配偶者(国民年金第3号被保険者)が扶養から外れたとき(または、サラリーマンが65歳になったときの配偶者)

※就職したときやサラリーマンの配偶者として扶養に入り国民年金第3号被保険者に該当するときは、勤務先で手続きをしてください。

◇保険料の改正

4月から翌年3月までの国民年金保険料は、1か月16,410円となります。納付書は、4月中旬ごろに日本年金機構から郵送される予定です。

問千葉年金事務所

☎043(242)6320
市民課高齢者医療年金班
☎0475(70)0336