

元気な活動をご紹介

めげせ！元気なふちゆう

ウォーキングレポート

現在、市内では、自主的な活動として、5つの地域でウォーキングに取り組んでいます。今回の紹介は、土生町のいきいき元気倶楽部です。

いきいき元気倶楽部

活動内容

- ▽ラジオ体操第一・第二
- ▽ウォーキング
- とき 毎週水曜日・6時30分
- ※雨天中止。
- ところ 南公民館広場

参加者の声

メンバーの奥 時男さん

5年前から参加しています。ウォーキングを始めて体重が8kg減り、身体の調子も良くなりました。地域のサロンやグラウンドゴルフ、エコサークルにも参加をしています。



夏休みにはたくさんの子どもとラジオ体操をします



間でも歩いていきます。長く歩くことではなく、続けることが健康のために大切だと実感しています。ぜひ、皆さんも一緒にウォーキングをしましょう！

メンバーの奥 美恵子さん

夫と一緒に、いきいき元気倶楽部が無い曜日にも、ウォーキングをしています。

良く眠れるようになり、夫婦で歩くことが日々の楽しみになっています。

代表 田中光明さんの一言

いきいき元気倶楽部を立ち上げて7年になります。ウォーキングをするのが習慣になり、毎日短時

問い合わせ先 健康医療課元気づくり係（リ・フレ内・☎47-1310）または健康づくり係（上下保健センター内・☎62-2231）

おでかけください広域へ

帝釈峡スコラ神楽共演会



とき 9月30日(日)10時~15時
 ところ 帝釈峡スコラ高原神石コスモドーム
 内容 神楽3団体が出演します。
 料金 ▷前売り券…大人2,500円、小・中学生1,000円
 ▷当日券…大人2,800円、小・中学生1,500円
 問い合わせ先 株式会社帝釈峡スコラ（☎0847-86-0535）

豪雨災害により被害を受けた人へ次のような税制上の措置などがあります

- ▽申告や納付などの期限の延長
 - ▽納税の一定期間の猶予
 - ▽確定申告により雑損控除や災害減免法の適用
 - ▽予定納税や源泉徴収の減額または徴収の猶予
 - ▽自動車取得税、自動車税の一部免除
- 問い合わせ先 国税について：府中税務署（☎45-2570）、県税について：東部県税事務所（☎084-921-1311）