

講座・イベント

にかほつと5周年感謝祭

おかげさまで、にかほつとは5周年を迎えました。日頃の感謝を込めて、各店舗で特典を用意して皆さんのお越しをお待ちしています。

▼期間／4月5日(月)～9日(金)・9時～▼会場／にかほつと

問にかほつと協議会 後藤 43・4510

BS健康づくり教室

▼日時／4月7日(水)・13時～15時30分▼会場／仁賀保公民館・体育館▼内容／有酸素運動の講話とジョグ&ウォークの実技▼参加費／無料▼持ち物／運動着、室内シューズ
問BSスポーツクラブにかほ 44・8663

鯉にまたがり

元気な童子作り

▼日時／①4月9日(金)・9時～12時②4月14日(水)・9時30分～12時▼会場／①金浦公民館②象潟公民館▼申込期限／①4月6日(火)②4月11日(日)

参加費／1,800円(材料費)

ミニもの作り※丈45cm程

▼日時／4月16日(金)・9時～14時▼会場／金浦公民館▼参加費／2,000円(衣桁代含)

▼日時／4月16日(金)・13時30分～15時▼会場／金浦公民館▼内容／誰でもできるボールを使った脳トレ運動&ストレッチャヨガ▼講師／由利栄美氏▼参加費／300円▼持ち物／飲み物、タオル
問BSスポーツクラブにかほ 44・8663

ヨガ&元氣アップ教室①

▼日時／4月19日(月)・10時30分～11時30分▼内容／温泉の効果と運動機能の向上▼講師／柴田栄宜氏(健康運動指導士)▼申込期限／4月12日(月)

観桜deウォーキング 日本国花苑&ブルーメッセ

▼日時／4月19日(月)▼バス送迎／▽象潟体育館発：9時▽エニワン発：9時15分▽スマイル発：9時30分▼参加費／正会員：2,300円▽クラブ会員：2,500円▽一般：2,800円(昼食代、諸

スポーツ

パドルテニスやっています

テニスの小型版で、硬式テニスに似たボールを使います。

▼日時／通年①火曜日・13時～15時②木曜日・9時30分～12時③土曜日・19時～21時④金曜日(教室の部)・19時～21時▼会場／①象潟体育館②③④上浜都市農村交流センター▼持ち物／室内シューズ、飲み物、動きやすい服装
問佐々木 43・2476

介護予防教室 & 認知症予防教室

▼日時／4月19日(月)・10時30分～11時30分▼内容／温泉の効果と運動機能の向上▼講師／柴田栄宜氏(健康運動指導士)▼申込期限／4月12日(月)

認知症予防教室

▼日時／4月23日(金)・10時～11時▼内容／心身ともに効くリラクゼーション&認知症予防のための軽運動▼講師／齋藤真弓氏(認知症予防脳トレ士)▼申込期限／4月16日(日)

会場／午ノ浜温泉▼対象／65歳以上▼定員／両教室ともに先着15人
※参加者は当日の入浴が無料となります。
※動きやすい服装で参加ください。

問地域包括支援センター 32・3045

困り事・相談

特設人権相談所

▼日時／①4月1日(木)②8日(木)・10時～15時▼会場／①仁賀保公民館②象潟公民館▼主な相談内容／人権相談(差別、名誉、信用、住居の安全、いやがらせ、うわさ、近隣関係)、困りごと(土地、建物の権利および登記、家族(親子、夫婦、扶養、相続)、子どもの人権(いじめ、不登校、体罰)
※相談は、地域の人権擁護委員がお受けします。
問秋田地方法務局本荘支局 22・1200

困り事・相談

▼日時／①4月1日(木)②8日(木)・10時～15時▼会場／①仁賀保公民館②象潟公民館▼主な相談内容／人権相談(差別、名誉、信用、住居の安全、いやがらせ、うわさ、近隣関係)、困りごと(土地、建物の権利および登記、家族(親子、夫婦、扶養、相続)、子どもの人権(いじめ、不登校、体罰)
※相談は、地域の人権擁護委員がお受けします。
問秋田地方法務局本荘支局 22・1200

ひきこもり相談

毎月第2火曜日に開催しています。社会との関りや動きにくさを感じている方、ひきこもりや不登校のお子さんがある保護者の方、ぜひ一度覗いてみてください。

▼日時／4月13日(火)・15時～17時▼会場／エニワン▼共催あきた若者サポートステーション
問にかほびおら 杉沢 87・66・1106

こころの健康づくり相談日

うつ、依存症、不登校、ひきこもり、家庭内暴力、思春期におけるこころの相談、育児のお悩み等の相談に応じています。1人1時間です。

◆臨床心理士による相談日
▼日時／4月12日(月)・10時～14時
◆精神科医による相談日
▼日時／4月15日(木)・14時～15時

◆会場／各保健センター▼申込／相談期日の2日前までに仁賀保保健センターへ申し込み
問仁賀保保健センター 32・3000

公共機関から

国民健康保険および後期高齢者医療保険料4月からの特例徴収(年金引落し)

◆特別徴収額
国民健康保険税、後期高齢者医療保険料を特別徴収により納めている方は、令和3年4月、6月、8月の年金から仮徴収額(前年度の金額を基に仮に算定された金額)として、2月の年金から引き落としされた金額と同額が引き落としされます。また、4月から新たに特別徴収の対象となる方には、4月1日に仮徴収額のお知らせを送付します。

仮徴収額の平準化

昨年度の仮徴収額(4月、6月、8月)と本徴収額(10月、12月、翌年2月)の差が大きい方は、1年間を通じて引き落としされる金額が均等になるよう6月以降の仮徴収額を調整(平準化)します。対象となる方には後日お知らせを送付します。

納付方法の変更

納付方法について、「特別徴収」から「普通徴収(口座振替)」に変更することができます。

軽自動車税種別割

4月下旬から5月中旬に車検を受ける予定の方へ

軽自動車、250cc超えのバイクの継続検査(車検)を受ける際には納税証明書が必要ですが、口座振替で納付されている方には、納期限4月30日の振替確認後に納税証明書を送付します。車検の際は次の点に協力ください。
▽4月29日(木)までに車検を受ける場合
車検は車検証の有効期限の1カ月前から受けることができます。令和2年5月中旬にお送りしている令和2年度の納税証明書が使用できますので、早めの車検をお勧めします。

4月30日(金)～5月20日(木)に車検を受ける場合

令和3年度の継続検査(車検)用の納税証明書がお手元に届くまでに車検を受ける場合は、口座振替されたことが確認できる通帳を持参し、税務課、金浦市民サービスセンター、市民課市民サービス班で継続検査(車検)用納税証明書を取得してください。

中止・延期

◆中止
ライトアップ、イベント、屋台はありません。開花状況は下記QRからライブカメラをご覧ください。
問にかほ市観光協会 43・6608

中止・延期

◆中止
ライトアップ、イベント、屋台はありません。開花状況は下記QRからライブカメラをご覧ください。
問にかほ市観光協会 43・6608