

# 運動で脳を鍛えてアンチエイジング

## アンチエイジング運動講座2010

### Ⅱ(後期15回コース)参加者募集Ⅱ

全身の機能は脳からの支配、食べてはゴロン、座ってはウトウト...  
これでは脳にも内臓にも酸素が届きません。運動不足は酸素不足!  
みんなで楽しく23エクササイズにチャレンジしてみましょ♪

【受講資格】 市内に在住し、軽度の運動が可能な健康状態の方なら、どなたでも参加できます。

	65歳未満	65歳以上
国保加入者	1,000円	1,500円
国保加入者以外	2,000円	2,500円

※年齢は、平成22年10月1日時点です。

【場所】 市保健センター・ミリカホール2階多目的室ほか

【日程】 ①11月9日(火) ②11月15日(月) ③11月20日(土)  
④12月4日(土) ⑤12月9日(木) ⑥12月17日(金)  
⑦1月8日(土) ⑧1月21日(金) ⑨1月29日(土)  
⑩2月15日(火) ⑪2月18日(金) ⑫3月5日(土)  
⑬3月11日(金) ⑭3月15日(火) ⑮3月28日(月)

【時間】 各日とも午前10時15分から1時間30分程度

※ただし、日時は多少変更になる場合があります。

【応募方法】 電話もしくは、市役所国保係⑤番窓口にて受付

※応募の公正をはかるため、当日午前9時以前の電話もしくは、窓口による受付はできませんのであらかじめご了承ください。

【応募期間】 10月14日(木) 午前9時から受付開始

※定員に達し次第、受付終了とさせていただきます。

【募集人数】 60名程度(応募先着順とさせていただきます)

お問い合わせ、応募先は、市健康増進課国保係(市役所1階⑤番窓口 ☎32・2113 内線145)まで。



## 家屋調査にご協力ください

市では、新築・増改築した家屋の評価のため、職員がお伺いし、調査を行っています。

家屋を新築または増改築された場合は、総務大臣が定めた固定資産評価基準に基づいて、その家屋を評価し、1月1日現在の家屋所有者に固定資産税を納付していただくこととなります。

また、家屋を取り壊された場合、その年度の固定資産税は1月1日現在の家屋所有者に課税されます。(翌年度からは課税されません。)お手数ですが、年内に税務課まで取り壊しの届出をお願いします。登記をされている建物を取り壊された場合は、法務局への滅失登記も忘れずをお願いします。

なお、すでに家屋課税台帳に登載されている建物についても、登載事項について変更していないか現況調査を行いますので、ご理解、ご協力のほどよろしくお願い致します。

### ○お知らせ

①平成22年中に土地を新たに住宅の用に供した場合、住宅用地に対する課税標準額の特例を受けるため、平成23年1月31日までに市税務課備えつけの「住宅用地申告書」にて申請ください。

また、住宅の用に供していた土地を住宅以外の用に供した場合など、住宅用地に異動がある場合にも申請ください。

### 【例えばこのような場合】

▼住宅用地を新たに取得(新築・増築)

▼住宅用地の変更(隣接地の買い足しなど)

▼住宅用地以外の土地を住宅用地に変更(土地・家屋の用途変更など)

▼住宅用地の全部または一部をそれ以外の用途(店舗・駐車場・住宅の取り壊しなど)に変更

②家屋の耐震改修、バリアフリー改修、省エネ改修などを行った場合は、減額の措置がありますので、改修後3か月以内に申請ください(ただし、減額措置には改修要件があります)。

③農地を農地以外の用途に使用したり、農地法に基づいて農地の転用(許可・届出)をした場合等は翌年度から宅地並評価になります。

詳しくは、市税務課固定資産税係(市役所1階 ☎32・2115)まで。