

## 「日本年金機構」が 1月1日からスタート!

社会保険庁が廃止され、新たに「日本年金機構」が設立されます。

☎ 土浦社会保険事務所 (☎824-7121)

- 国民の皆さんの信頼に応え、一層のサービス向上の実現を目指し、社会保険庁は組織・人員を一新し、「日本年金機構」として生まれ変わります。
- 現在あるお近くの社会保険事務所は、新たに「年金事務所」と名称が変わりますが、年金相談などの窓口として引き続きご利用いただけます。



## 12月6日(日)から リサイクル自転車を販売します

ご希望の方は、次の「再生利用自転車取扱店」へお問い合わせください。

☎ 生活安全課 (☎826-1111 内線2298)

| 取扱店名     | 住所      | 電話番号     |
|----------|---------|----------|
| 川崎乗物デパート | 大和町     | 821-1147 |
| 岡野輪店     | 川口一丁目   | 821-0720 |
| (株)山口屋商会 | 大手町     | 821-0697 |
| 木村ホンダ    | 大手町     | 821-5273 |
| 豊崎自転車商会  | 城北町     | 821-2125 |
| 中村輪業     | 乙戸南三丁目  | 841-0227 |
| 渡辺輪業     | 荒川沖西二丁目 | 841-0842 |
| 榎沢商会土浦店  | 中村南三丁目  | 842-5664 |
| 前野兄弟商会   | 並木一丁目   | 821-3410 |
| 飯竹自転車店   | 藤沢      | 862-2227 |

## IT講習会受講者募集

対象者 / 市内に居住または通勤する20歳以上の方

受講料 / 無料(教材費は受講者負担)

申込方法 / 各公民館へ往復はがきで(①住所、②氏名、③年齢、

④電話番号、⑤希望講座名を記入。定員を超えたときは抽選)

申込締切 / 12月21日(月) (必着)



※はがき1枚につき1人1講座

※詳しくは、各公民館へお問い合わせください。

| 講座名          | 曜日          | 内容   | 日程                            | 定員    | 備考                               | 会場   |
|--------------|-------------|--|-------------------------------|-------|----------------------------------|--|
|              | 時1回         |  |                               | 回数    |                                  |  |
| ワード初級編       | 水           | 絵葉書やカード作成など、ワードのいろいろな機能を学びます。                                | 1/20、27<br>2/3、10、24<br>3/3   | 18人   | 対象者 / 文字入力のできる方                  | 三中地区公民館<br>(〒300-0843<br>中村南四丁目8-14<br>☎843-1233)  |
|              | 13:30~15:30 |  |                               | 2000円 |                                  |  |
| 一步すすんだエクセル   | 土           | エクセルの基本を学び、地図や家計簿づくりをします。                                    | 1/30、2/6<br>2/13、20、27<br>3/6 | 25人   | 対象者 / 文字入力のできる方<br>持参するもの / パソコン | 四中地区公民館<br>(〒300-0814<br>国分町11-5<br>☎824-9330)     |
|              | 10:00~12:00 |  |                               | 800円  |                                  |  |
| 知って得する楽しいワード | 水           | 知って得する便利なワードの機能を使って、文書作成やチラシ作りに挑戦します。                        | 1/20、27<br>2/3、10             | 15人   | 対象者 / 文字入力のできる方<br>持参するもの / パソコン | 六中地区公民館<br>(〒300-0814<br>鳥山二丁目2346-1<br>☎842-3585) |
|              | 13:30~15:30 |  |                               | 800円  |                                  |  |
| Excel基礎編     | 日           | 初めてExcelをお使いになる方を対象に、表の作成や編集、関数を使った計算処理、グラフの作成、印刷の基本操作を学びます。 | 2/7、14                        | 18人   | 対象者 / 文字入力のできる方<br>※昼食は各自で用意     | 都和公民館<br>(〒300-0061<br>並木五丁目4824-1<br>☎832-1667)   |
|              | 9:00~16:00  |  |                               | 2100円 |                                  |  |
|              |             |  |                               | 2回    |                                  |  |

## 水郷テニスコート

# 硬式テニス 教室



申込方法/①往復はがきで…住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望教室(曜日、時間)を記入して郵送

②テニスコート窓口で…官製はがきを持参して直接

※小学生対象の教室は、学年とラケットの有無も記入してください。

申込締切/12月20日(日)(必着)

※はがき1枚につき1教室(連名での申し込みはできません)

※定員を超えたときは抽選(申込少数のときは、中止になることがあります)

申問 水郷テニスコート(〒300-0835 大岩田580 ☎824-0880)

| 曜日 | レベル          | 対象者   | 時間          | 定員  | 受講料   | 期間        | 回数 |
|----|--------------|-------|-------------|-----|-------|-----------|----|
| 火  | 初心初級(基本の習得)  | 高校生以上 | 18:00~19:30 | 20人 | 6000円 | 1/19~3/9  | 8  |
| 火  | 初心初中級(基本・応用) | 高校生以上 | 19:30~21:00 | 40人 | 6000円 | 1/19~3/9  | 8  |
| 水  | 中級(試合想定)     | 高校生以上 | 19:30~21:00 | 24人 | 9000円 | 1/20~3/10 | 8  |
| 木  | 初心初中級(基本・応用) | 高校生以上 | 19:30~21:00 | 40人 | 6000円 | 1/14~3/11 | 8  |
| 金  | 初心初級(基本の習得)  | 一般男女  | 10:00~11:30 | 40人 | 6000円 | 1/15~3/5  | 8  |
| 日  | 初心初級(基本の習得)  | 小学生   | 13:30~14:30 | 30人 | 3600円 | 1/24~2/28 | 6  |

## 水郷体育館

# スポーツ・ 健康教室

申込方法/①往復はがきで…住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望教室(はがき1枚につき1教室)を記入して郵送

②体育館窓口で…官製はがきを持参して直接

申込締切/12月20日(日)(必着)

※定員を超えたときは抽選(申込少数のときは、中止となる場合があります)

※バランスボールを受講する方は、55cmのバランスボールが必要です。

※受講料には保険料が含まれます。

申問 水郷体育館(〒300-0835 大岩田1051 ☎823-4811)

| 教室名              | 講師名       | 対象者           | 曜日 | 時間          | 定員       | 回数 | 受講料   | 日程        |
|------------------|-----------|---------------|----|-------------|----------|----|-------|-----------|
| バレエボール           | 福原 鈴江     | 一般女子          | 火  | 10:00~12:00 | 40人      | 8  | 5000円 | 1/19~3/9  |
| ピラティス            | 瀬川美枝子     | 一般男女          | 火  | 9:45~10:45  | 36人      | 9  | 4500円 | 1/19~3/16 |
| エアロビクス午前         |           | 一般男女          | 火  | 11:00~12:00 | 36人      | 9  | 4500円 | 1/19~3/16 |
| バランスボール          | 富田恵里子     | 一般男女          | 火  | 13:30~14:30 | 20人      | 9  | 4500円 | 1/19~3/16 |
| エアロビクス夜間         | 上重 里絵     | 一般男女          | 火  | 19:00~20:00 | 36人      | 9  | 4500円 | 1/19~3/16 |
| ルーシーダットン(タイ古式ヨガ) | 猪股 恵      | 一般男女          | 火  | 20:10~21:00 | 36人      | 9  | 4500円 | 1/19~3/16 |
| 親子エアロビクスA        | 戸井田昌教     | 1歳6か月~4歳児とその親 | 水  | 9:45~10:45  | 25組(50人) | 10 | 5000円 | 1/13~3/17 |
| 親子エアロビクスB        |           | 1歳6か月~4歳児とその親 | 水  | 11:00~12:00 | 25組(50人) | 10 | 5000円 | 1/13~3/17 |
| リズム&ソフトヨガ        | 鈴木 真貴     | 一般男女          | 水  | 14:00~15:00 | 30人      | 10 | 5000円 | 1/13~3/24 |
| ジュニアエアロビクス初級     | 諏訪部和也     | 4歳~6歳         | 水  | 16:00~16:50 | 15人      | 10 | 6000円 | 1/13~3/17 |
| ジュニアエアロビクス中級     |           | 小学1~2年生       | 水  | 17:00~18:00 | 20人      | 10 | 6000円 | 1/13~3/17 |
| ジュニアエアロビクス上級     |           | 小学3~6年生       | 水  | 17:30~18:30 | 20人      | 10 | 6000円 | 1/13~3/17 |
| パワーヨガ初級          | 水野谷 香     | 一般男女          | 水  | 18:45~19:45 | 36人      | 10 | 5000円 | 1/13~3/17 |
| パワーヨガ中級          |           | 一般男女          | 水  | 20:00~21:00 | 36人      | 10 | 5000円 | 1/13~3/17 |
| ストレッチ&ヨガ         | 藺部 道代     | 一般男女          | 木  | 11:00~12:00 | 36人      | 10 | 5000円 | 1/17~3/25 |
| ハワイアン・フラ夜間       | 内田 裕実     | 一般女子(16歳以上)   | 木  | 19:30~20:30 | 30人      | 10 | 5000円 | 1/14~3/25 |
| さわやか健康体操         | 富田恵里子     | 一般男女          | 金  | 9:15~10:15  | 30人      | 10 | 5000円 | 1/15~3/19 |
| パワーヨガ初中級         | 水野谷 香     | 一般男女          | 金  | 10:30~11:30 | 36人      | 10 | 5000円 | 1/15~3/19 |
| やさしいピラティス        | 瀬川美枝子     | 一般男女          | 金  | 14:30~15:30 | 36人      | 10 | 5000円 | 1/15~3/19 |
| キッズHIPHOP A      | DAS・沢辺 直美 | 4歳~6歳児        | 金  | 16:00~17:00 | 10人      | 10 | 6000円 | 1/15~3/26 |
| キッズHIPHOP B      |           | 小学校低学年        | 金  | 17:00~18:00 | 20人      | 10 | 6000円 | 1/15~3/26 |
| キッズHIPHOP C      |           | 小学校高学年        | 金  | 18:00~19:00 | 20人      | 10 | 6000円 | 1/15~3/26 |
| ハワイアン・フラ午前       | 内田 裕実     | 一般女子(16歳以上)   | 土  | 10:30~11:30 | 30人      | 10 | 5000円 | 1/16~3/20 |
| 健康太極拳・八段錦        | 牛込 富美     | 一般男女          | 土  | 15:00~16:30 | 20人      | 10 | 5000円 | 1/16~3/20 |