

みんなの学校 ～大人も通える小学校～

「みんなの学校」は、ひとづくり・つながりづくり・地域づくりといった社会教育の目的のため、学校開放を利用した講座を展開しています。どなたでも参加できますので、お気軽にお申し込みください。

◆各講座の申し込みは、右のQRコードからのウェブ申し込みにより受け付けます。
◆各講座とも、受講は無料です。
〒町教育委員会生涯学習課 (☎852・4411)



11月に実施の講座一覧

●地域と向き合う地元学

観察のプロであるデザイナーの方とともに「見る・観察する」ことに取り組み、地元を知るきっかけをご提供します。

- 日時 11月10日(金)
午前10時20分～午前11時20分
- 講師 澁谷 和之さん(澁谷デザイン事務所)
- 会場 五城目小学校 階段教室

●福祿寿酒造 一白水成誕生秘話

福祿寿酒造の名酒である「一白水成」の誕生秘話や、酒造りの想いなどが聞ける貴重な機会です。

- 日時 11月11日(土) 午前10時～午前11時
- 講師 渡邊 康衛さん(福祿寿酒造)
- 会場 五城目小学校 階段教室

●みんなのビブリオバトル+見学会

お気に入りの本をプレゼンして他の参加者と競い合う、本好きのための交流イベントにぜひご参加ください。発表者も募集しています。

- 日時 11月16日(木) 午後6時30分～午後7時30分
- 講師 地域図書室わーくる 職員
- 会場 地域図書室わーくる

●ごじょうめで世界一周発表会

五城目小学校の6年生が英語でプレゼンテーションを行います。子どもの目線から見る、新たな五城目町の魅力を発見しましょう。

- 日時 11月24日(金) 午後1時45分～午後3時30分
- 講師 丑田 俊輔さん(株式会社ハバタク)
- 会場 五城目小学校 階段教室

7月の大雨災害により被災された皆さまへ

「損失額計算書」作成相談会のお知らせ

7月の大雨災害により住宅、家財および車両等に損害を受けられた方は、確定申告をすることで、令和5年分所得税等の軽減(又は免除)措置を受けられる場合があります。

来年2月から始まる確定申告期間中の申告相談会場は、大変混み合うことが予想されるため、あらかじめ確定申告に必要な書類(損失額計算書)を作成するための「損失額計算書」作成相談会を下記のとおり開催します。ぜひ、この機会をご利用ください。

1. 「損失額計算書」作成相談会の日程等

- ▶共催 町税務課、秋田北税務署
- ▶相談日

月日	地区名
11月21日(火)	五城目地区、馬川地区、馬場目地区
22日(水)	五城目地区、富津内地区
24日(金)	五城目地区、内川地区
26日(日)	日曜相談会 全町
27日(月)	五城目地区、森山地区、大川地区

- ▶受付時間 午前の部 午前8時30分～午前11時
午後の部 午後1時～午後3時
- ▶相談会場 4階大会議室

※下記の①～③に該当する方は所得税等の軽減等の措置を受けられない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

- ①給与所得者で「令和5年分給与所得の源泉徴収票」の源泉徴収税額欄の記載がなく、住宅ローン控除を受けていない方(源泉徴収税額が空欄、又は0円である場合)
- ②年金受給者で「令和5年分年金所得の源泉徴収票」の源泉徴収税額欄の記載がない方(源泉徴収税額が空欄、又は0円である場合)
- ③令和6年課税の住民税が非課税の方

2. 必要書類

り災証明書(または被災証明書)、保険金等の補てん金額がわかる書類、車両が被災された場合は車両年式と取得価格がわかる書類

町地域包括支援センターからのお知らせ

「健康長寿ピクス」を開催します

運動を通して体力や認知機能の低下を予防しましょう。

- ▶対象者 運動に支障のない高齢者
- ▶日時 11月16日(木)
午前10時30分～午前11時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 健康運動実践指導者 白沢 尚大さん
- ▶内容 ストレッチ、筋力トレーニング等

「からだづくりフィットネス」を開催します

ストレッチや体操で今の体力の維持・向上を目指しましょう。

- ▶対象者 運動に支障のない高齢者
- ▶日時 11月8日(水)、12月20日(水)
午前10時30分～午前11時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 健康運動実践指導者 齊藤 明裕さん
- ▶内容 ストレッチ、有酸素運動等

「やさしい健康運動教室」を開催します

椅子やマットの上で行うことができる軽い運動を中心とした教室です。

- ▶対象者 高齢者
- ▶日程 11月24日(金) 富津内地区公民館
12月22日(金) 馬川地区公民館
- ▶時間 午後1時30分～午後2時30分
- ▶講師 健康運動指導士 星 良子さん
- ▶内容 ストレッチ、軽い筋力トレーニング等

【持ち物】 飲み物、タオル、運動しやすい靴、介護予防手帳(65歳以上でお持ちでない方へは交付します)

マスク着用を推奨します。運動しやすい服装でお越しください。いずれも、五城目町はつらつポイント事業の対象です。

〒町地域包括支援センター (☎855・1070)

「男性のための健康運動教室」を開催します

男性を対象とした運動教室です。体力の維持・向上を目指しましょう。ご友人と一緒に参加してみませんか。

- ▶対象者 高齢者(男性)
- ▶日程 ①11月21日(火)、②12月5日(火)
午前10時30分～午前11時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 ①健康運動実践指導者 白沢 尚大さん
②健康運動実践指導者 齊藤 明裕さん
- ▶内容 ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動等

「いきいき健康運動教室」を開催します

ストレッチや軽い筋力トレーニングなどの運動を中心とした教室です。

- ▶対象者 高齢者
- ▶日時 11月17日(金)、12月15日(金)
午前10時30分～午前11時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 日本スポーツ協会認定スポーツリーダー・介護予防健康アドバイザー
小山田聖子さん

▶内容 音楽に合わせてながらストレッチ、筋力トレーニング等

12月15日は体力測定を行います。



60歳以上 五城目町シルバー人材センターでは 男女会員を募集しています

ー主な仕事内容ー
冬囲い、除排雪、草取り、草刈り、庭木のせん定、立木伐採、大工・土木・左官、農作業
襖・障子の張替え、屋内外の清掃作業、空家管理、病院付添、片付作業 など



☎ 一般社団法人 五城目町シルバー人材センター

〒018-1725 五城目町西磯ノ目一丁目6-10
(五城目町保健介護支援センター2階)
☎853・8701