

管財課 ☎内線2372 市有地の 一般競争入札について

市有財産売却一般競争入札を実施します。

とき 11月30日(月)午前10時15分(受け付けは午前9時~10時)

ところ 湘南NDビル

入札物件 善行坂1丁目3934番

☆建ぺい率≒50%
☆容積率≒80%

17ほか5件
都市計画上の制限など
☆地目Ⅱ宅地
☆市街化区域
☆第1種低層住居専用地域

防災危機管理室 ☎内線8515 辻堂駅周辺帰宅困難者等 対策訓練に参加しませんか

大地震が発生し、辻堂駅周辺で多数の帰宅困難者が発生したことを想定し、訓練を行います。帰宅困難者役として、訓練に参加する方を募集します。

とき 11月26日(木)午前9時~正午

※雨天決行
定員 50人程度
申し込み・問い合わせ 任意の用紙に住所・氏名・

年金の請求窓口について

年金の請求手続きの窓口は、加入した年金制度によって異なります。請求に必要な要件や書類などはそれぞれの窓口へお問い合わせください。

年金の種類と内容	請求窓口	
老齢基礎年金	年金加入記録が第1号被保険者期間や任意加入期間のみの方 年金加入期間に第3号被保険者期間がある方	保険年金課 年金事務所
老齢厚生年金	年金加入期間に第2号被保険者期間がある方	年金事務所
障害基礎年金	第1号被保険者期間中や20歳前に初診日がある方 第3号被保険者期間中に初診日がある方	保険年金課 年金事務所
障害厚生年金	厚生年金加入中に初診日がある方	年金事務所
遺族基礎年金	第1号被保険者期間中に死亡した場合 第3号被保険者期間中に死亡した場合	保険年金課 年金事務所
遺族厚生年金	第2号被保険者期間がある方が死亡した場合	年金事務所

☆第1号被保険者…自営業やアルバイト・学生などで20~59歳の方
☆第2号被保険者…厚生年金加入者で原則65歳未満の方
☆第3号被保険者…第2号被保険者の被扶養配偶者で20~59歳の方
☆初診日…障害の原因となった病気やけがについて、初めて医師の診療を受けた日

※共済組合加入歴のある方は、各共済組合へお問い合わせください
問い合わせ 保険年金課☎内線3214、藤沢年金事務所☎(50)1151
またはねんきんダイヤル☎0570(05)1165
(050で始まる電話からは☎03(6700)1165)

環境事業センター ☎(87)3912 第21回藤沢市一日清掃デー

快適できれいな街づくりを目指して、全市一斉の一日清掃デーを実施します。皆さんの参加をお待ちしています。

申し込み・問い合わせ 11月17日(火)~25日(水)に管財課へ

※詳細は管財課、市役所受付案内、各市民センター、公民館で配布する案内書または市のホームページの同課のページをご覧ください

快適できれいな街づくりを目指して、全市一斉の一日清掃デーを実施します。皆さんの参加をお待ちしています。

とき 11月15日(日)午前9時~10時

※小雨決行、雨天時は22日(日)

ところ 市内道路、歩道、公園などの公共的な場所

収集するもの 可燃ごみ(紙くず、木くずなど)、不燃ごみ(びん、カン、鉄くず、プラスチックなど)

※家電製品、タイヤ、バッテリー、壊れた自転車や放置自転車、側溝などの汚泥、草刈りのごみ、家庭から出るごみは回収しません

保健予防課 健康増進課 11月10日~16日はアルコール 関連問題啓発週間です

多量飲酒などの不適切な飲酒は、急性アルコール中毒やアルコール依存症、生活習慣病やうつ病、自殺など、本人や家族に深刻な影響を与えかねません。

断酒会とは、酒害の悩みを持つ人たちが互いに理解し合い、支え合う自助グループです。市内では月3回の例会を開催しています。

◎精神保健福祉相談
依存症の専門医、酒害相談員が本人・家族の相談をお受けします(予約制)。

お問い合わせ ☎(50)3599

◎適度な飲酒で健康づくり
適度な飲酒量は、1日のアルコール量が男性20g以下、女性10g以下とされています。

ただし高齢者や飲酒後に顔が赤くなる人は、アルコール代謝が低い傾向にあるため、さらに減らすことが大切です。

アルコール20gの目安
☆ビール中瓶1本(約500ml)
☆日本酒1合(約180ml)
☆焼酎25度約100ml
☆ウイスキーダブル1杯(約60ml)
☆ワイン2杯(約200ml)

◎断酒会
断酒会とは、酒害の悩みを持つ人たちが互いに理解し合い、支え合う自助グループです。市内では月3回の例会を開催しています。

◎精神保健福祉相談
依存症の専門医、酒害相談員が本人・家族の相談をお受けします(予約制)。

お問い合わせ ☎(50)3599

健康増進課 ☎(50)8433



明記のないものは…●先着順●当日会場へ●午前8時30分から受け付け
●ファクスでの申し込み不可●費用は無料●持ち物はお問い合わせください
※電話番号などは間違いのないようおかけください

スポーツ・公民館

遠藤公民館 ☎(86)9611

●ワイワイキッズ リトミック~フープ、パネルと一緒に歌ってあそぼう!!
11月19日(木)午後2時30分~3時30分。未就学児と保護者。

●子育て広場 11月10日(火)午前10時~正午。乳幼児と保護者のフリースペース。

●絵本の玉手箱 11月4日~25日毎週水曜日午後3時~3時30分。お話し会。

●小さな小さな玉手箱 11月10日(火)午前11時~11時30分。お話し会。乳幼児と保護者。

●プリザーブドフラワーとアートフラワーを使うクリスマスリース講座 12月11日(金)午前9時30分~11時。成人20人。費1500円。☎11月4日(水)から電話または来館で。

●講師付き! ゆったり健康体操開放 11月11日(火)、25日(水)午前9時45分~11時。講師||相良陽子氏。成人。

善行公民館 ☎(90)0097

●サークル共催事業「おとなに語るおはなし会」 11月17日(火)午前10時~正午。成人40人。

●親子体操(3B) 11月27日(金)午前10時30分~11時30分。2・3歳児と保護者20組。☎11月4日(水)から電話または来館で。

●おはなし会 11月4日~25日毎週水曜日午後3時~3時30分。7日(土)午後2時~2時30分。

●おひざのうえのおはなし会 11月27日(金)午前11時~11時30分。

●和室開放 ◎0歳児ひろば:11月6日(金)午後1時30分~3時30分。◎1歳児ひろば:11月11日(水)午前9時30分~11時30分。

藤沢公民館 ☎(22)0019

●おはなしのへや 11月7日(土)午前11時。幼児~小学生。

●保育室開放~子育てフリースペース 11月9日(月)午前10時~正午。2歳以下のお子さんと保護者の交流の場。

湘南台公民館 ☎(45)3070

●親子トランポリン 11月15日(日)午後1時~2時30分。

●親子の遊び場 11月17日(火)午前9時30分~11時30分。

●ハートフレンドルーム 11月23日(祝)午前10時30分~11時30分。絵本の読み聞かせほか。1~3歳児と保護者12組。☎11月5日(水)から電話または来館で。

●パドミントン・卓球開放 11月19日(木)午後1時30分~4時30分、午後6時~8時30分。

スポーツ

太陽の家体育館 ☎(33)1411

◆障がい者卓球の集い 11月8日(日)午後1時~4時30分。障がいのある方と関心のある方。

◆フライングディスクの集い 11月14日(土)午後1時~4時30分。障がいのある方と関心のある方。

◆フロアバレーボールの集い 11月15日(日)午前9時~正午。障がいのある方

と関心のある方。

◆サウンドテーブルテニスの集い 11月14日(土)午前9時~正午。視覚障がいのある方と関心のある方。

