

ご応募  
ください

## いきいき健康ポイント制度 いきいき高齢者健康ポイント制度

健康でいきいきと過ごすためには、自分の健康を自分で守るという意識を持ち、予防を重視した健康づくりに努めることが大切です。また、自治会・ボランティアなどの地域活動や、生涯学習を積極的に行うことも、健康増進につながります。健康ポイント制度は、こうした取り組みを応援するためのものです。

運動をしたとき、健康診断を受けたとき、自治会活動や健康づくりに関するイベントに参加したときは、ポイントカードに記入しましょう。30ポイントをためて応募すると、抽選で景品が当たります。なお、65歳以上の方は、20ポイントで応募できます。

### ◎パンフレットを配布

パンフレットを5月2日までに全世帯に配布します。

あいぽっく、市役所総合案内カウンター、東部出張所、各高齢者福祉センター、各市立会館、

総合スポーツセンター、市民図書館、KOTORIホール(市民会館)・公民館でも配布しています(市ホームページからダウンロードも可)。  
制度について詳しく記載してありますので、ぜひご覧ください。  
☆詳しくは、健康係(あいぽっく内) ☎5445126へ。



パンフレットを切り離して  
ポイントのために応募

### 市・都民税が給与天引き(給与特別徴収)されている方へ 税額決定通知書を送付

平成31年度(令和元年度)の税額決定通知書を、5月10日に発送します。

納税方法が給与特別徴収のみの方の平成31年度の課税・非課税証明書は、5月10日以降、市役所市民税係、東部出張所、あいぽっく、環境コミュニケーションセンター、武蔵野会館、緑会館で取得できます(郵送での請求も可)。ただし、マイナンバーカードを利用してのコンビニ交付は、6月5日から利用できます。

なお、給与特別徴収以外の方法で納税する方の納税通知書は、6月5日に発送予定ですので、平成31年度の課税・非課税証明書は、この日から取得できます。

☆詳しくは、市民税係へ。

### みどりのボランティアを募集

駅周辺や街路に設置している花壇、プランター、植栽ますなどに、毎年6月と11月、市民の方の協力を得て季節の花を植えています。また、夏季には街路樹の下の雑草抜きを行っています。

これらの活動にご協力いただくボランティアの方を募集します。

☆申し込みは、5月17日までに水と緑の係へ。



### 小学生国内交流事業の参加者を募集

市内の小学生と岩手県岩泉町の小学生が、互いにホームステイをしながら、ツリークライミング体験や昭島市民くじら祭などを通して、交流を深めます。

◇対象 小学5・6年生

◇募集人数 20人(6年生を優先/多数選考)

◇交流期間

\*受け入れ 8月2日(金)～5日(月)

\*派遣 8月17日(土)～20日(火)

◇参加費 1万2000円

◇案内書の配布・申し込み 5月24日までに、次の場所へ

\*市内小学校に在学の児童 各小学校

\*私立・市外の小学校に在学の児童 市役所青少年係

☆詳しくは、青少年係へ。



### 特別職報酬等審議会の市民委員を募集

市長など特別職の給料や議員の報酬の額について審議する市民委員を募集します。

他の審議会・委員会などの委員は応募できません。

◇対象 20歳以上の市民の方

◇募集人数 2人(多数選考)

◇任期 7月1日～令和3年6月30日

◇応募 応募の動機を60字以内にまとめ、住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、5月23日(必着)までに〒196-

8511 市役所職員係へ

☆詳しくは、職員係へ。