

🌸トレーニング室レッスン (45 分間)

レッスン名	ヘルスアップ	汗キラ☆リフレッシュ
曜 日	水曜日 (*第4水曜日は休み)	金 曜 日
時 間	15:15 ~ 16:00	19:00 ~ 19:45
強 度	★★	★★★
内 容	椅子に座って体を動かしたり、ダンベルやバランスボールを使った軽い筋力トレーニングや全身のストレッチを行います。運動に慣れていない人、これから運動を始めようと思っている人、お待ちしております！	音楽に合わせた有酸素運動を中心に全身を動かし、運動不足を解消しましょう。また、しっかりストレッチも行って、心も体もリフレッシュしてみませんか？
定 員	15人程度 *定員になり次第締切	15人程度 *定員になり次第締切

*室内用の靴をご用意ください。

*当日、総合受付横の券売機でトレーニング室利用券を購入後、トレーニング室までお越しください。

<問い合わせ先>

あすてらすトレーニング室・健康増進プール
☎ 72-6666 内線 174



第28回小郡・三井少年の船団員募集

- 期間 8月19日(火)~23日(土) 4泊5日
- 研修地 沖縄県本部町・名護市・恩納村・糸満市・那覇市など(往路:鹿児島から船/復路:沖縄から飛行機)
- 研修内容 船内研修、自然・文化・体験学習、創作活動、海水浴など
- 対象者
 - ①小郡市・大刀洗町内に居住する小学4~6年生・中学1~2年生
 - ②船上生活、バス旅行などに適応できる健康な人
 - ③本研修の他、次の会議・研修に参加できる人
 - ・保護者説明会 7月21日(月)
 - ・研修として花火大会後のごみ拾い 7月27日(日)朝
 - ・事前研修 8月3日(日)、10日(日)
 - ・事後研修 9月~11月の日曜日に2回予定

- 募集人員 90人(定員を越す場合は抽選)
- 参加費 小学生58,000円程度、中学生66,000円程度
- 申込締切 6月13日(金)
- 申込・問い合わせ先 第28回小郡・三井少年の船実行委員会事務局 ☎72-8137 ファクス72-5183 〒838-0122 小郡市松崎755-4((社)みい青年会議所事務局内)



4月から森林環境税が始まりました

森林環境税は、福岡県内の荒廃した森林を再生し、健全な状態で次世代へ引き継ぐために使われます。皆様のご理解とご協力をお願いします。

◆税の使途 荒廃した森林の再生、県民参加の森林づくりの推進

◆税額など

- 個人 年間500円(約200万人が対象。対象となる目安:約100万円以上の収入がある場合)
- 法人 資本金に応じて年間1,000円~40,000円(約10万社が対象)

◆納め方

- 個人の事業所得者等 住民税の納付書により、年4回(6、8、10、12月)に分けて納付
- 個人の給与所得者 6月から翌年5月までの12回に分けて給与天引き
- 法人 法人県民税の申告時に納付

●問い合わせ先 県森林保全課 ☎092-643-3540、県税務課 ☎092-643-3063
ホームページ <http://www.pref.fukuoka.lg.jp/d06/keepforest.html>