

◎◎共に

幼児クラス(平成27年4月2日~30年4月1日生まれ) / 午後3時30分~4時20分 小学生クラス / 午後4時30分~5時30分
市内在住・在学(園)の幼児~小学生
費3500円(初回持参)
持室内用シューズ、運動のできる服装

◎~◎共に

総合体育館
定各クラス20人(多数抽選)
締7月30日(金)
体育協会から申し込み
抽選結果発表日 / 8月13日(金)
体育協会

①チェアエクササイズ水曜日(全8回)

程9月1日~10月20日の毎週水曜日
時午後0時15分~1時30分

②にこにこ体操(全8回)

程9月1日~10月20日の毎週水曜日
時午後1時45分~2時45分

③転倒予防のための体操教室(全8回)

程9月2日~10月28日の毎週木曜日(9月23日祝を除く)
時午後0時15分~1時30分

④ビギナーズエアロ木曜日(全8回)

程9月2日~10月28日の毎週木曜日(9月23日祝を除く)
時午後1時45分~2時45分

⑤ヘルシーウォーキング(全9回)

程9月3日~10月29日の毎週金曜日
時午後1時~2時10分

⑥ボールトレーニング(全9回)

程9月3日~10月29日の毎週金曜日
時午後3時~4時30分

①~⑥共に

定30人(多数抽選)

⑦ルーシーダットン(全6回)

程9月3日~10月8日の毎週金曜日
時午後3時~4時
定8人(多数抽選)
持水着、水泳帽子

①~⑦共に

運動のできる服装、室内用シューズ、ヨガマット(バスタオル可。③は不要)

⑧ヌードルトレーニング(全10回)

程9月3日~11月5日の毎週金曜日
時午前9時10分~50分※各回終了後、11時40分までボール個人利用可
定16人(多数抽選)

①~⑧共に

総合体育館
市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)
費1回400円(初回持参)
締7月30日(金)までに体育協会から申し込み、または、往復はがき(1枚につき1スクール)にスクール名、住所、氏名(ふりがな)、(西暦で)生年月日、年齢、性別、電話番号を明記し、体育協会へ(連記不可)

抽選結果発表 / 8月13日(金)

体育協会

総合体育館 ☎481-6221

【8月の休館日】

程8月2日(月)・16日(月)
他大・小体育室は、改修工事のため8月31日(火)まで利用休止
体育協会

【8月のスクール・プログラム】

①水中ウォーキング

程毎週月・水・木曜日(2日(月)・9日(休)・16日(月)を除く)
時午前9時20分~9時50分
整理券配布 / 8時40分~

②スイム練習会

程8月23日(月)・30日(月)
時午後7時~8時
整理券配布 / 5時30分~

③エンジョイアクア

程毎週火・金曜日
時午後2時30分~3時30分
整理券配布 / 1時~

④水中運動

程毎週水曜日午後2時~3時
整理券配布 / 0時30分~

⑤中上級スイミングスクール

程毎週水曜日午後6時30分~8時
受付 / 6時15分~
①~⑤共に
持水着、水泳帽子
定当日先着24人

⑥ナイトヨガスクール

程毎週水曜日
時1クラス / 午後6時~6時50分・2クラス / 7時~7時50分
持ヨガマット(バスタオル可)、運動着、タオル(室内用シューズ不要)
当日抽選券を配付
抽選券配付 / 1クラス: 午後5時~5時40分・2クラス: 6時~6時40分
抽選結果発表 / 1クラス: 午後5時45分・2クラス: 6時45分
定各8人(当日抽選)

①~⑥共に

費1回400円(⑤のみ500円)

体育協会

健康

4~9月生まれの方は健(検)診の受診期間の確認を

令和3年度から後期高齢者健診、各種がん検診、調布市国民健康保険特定健診などの受診期間が4カ月間に変更されました。4~6月生まれの方の受診期間は8月末までです。受診忘れがないよう、早めに医療機関にご予約ください。4~9月生まれの対象者で、転入などにより受診券が届いていない場合はお問い合わせください。※75歳以上の方は通知発送時期がこれまでと異なる場合あり

【受診期間(共通)】 ※延長不可

Table with 3 columns: 生まれ月, 受診期間, 個別通知発送時期. Rows include birth months like 4・5・6月 and corresponding check-up periods.

【通知する健(検)診】

Table with 4 columns: 対象者, 個別通知を発送する健(検)診, 問い合わせ, 備考. Details notification procedures for different age groups.

※①の通知に③の個別通知を同封※②と③の両方に該当する方はそれぞれに通知を発送※②令和3年4月2日以降に調布市国民健康保険に加入した方は、受診期限までに申し込みが必要
新型コロナウイルス感染症の影響で予約した医療機関で受診できない場合は、期間内に他医療機関での受診を

食事なんでも相談室(栄養相談)

程8月4日(火)午後・16日(月)午前
文化会館たづくり西館保健センター1階
定申し込み順6人
医療機関で治療中の方は要問い合わせ
電話で健康推進課 ☎441-6082へ



採用情報

※詳細は市(右のQRコードからアクセス可)参照



令和4年度市職員(第2回)

職種 / 上級(大学卒業程度): 学芸員(経験者)、建築(有資格)、建築、電気(有資格)、保健師 中級(短大卒業程度): 司書、保育士、栄養士
採用日 / 令和4年4月1日(金)
選考 / 一次: 書類、二次: 筆記・人物試験、三次: 人物試験
締①8月9日(休)までに市から電子申請②8月12日(休)に市で公表する、電子申請の到達番号と対応した受験番号を確認③8月19日(休)(必着)までに受験番号を記載したエントリーシートを〒182-8511市役所6階人事課 ☎481-7355へ郵送

令和3年度会計年度任用職員

学校給食調理専門員
業務内容 / 市立小学校の学校給食調理
勤務形態 / 年192日以内
時給 / 1180円
技能補助員(用務員)
業務内容 / 市立小・中学校の学校用務作業全般の補助
勤務形態 / 週2~4日
時給 / 1020円
A/B共に
締申込書(教育総務課(教育会館4階)で配布または市から印刷可)を〒182-0026小島町2-36-1教育会館教育総務課 ☎481-7144へ本人が直接持参または簡易書留で郵送

(福)調布市社会福祉事業団正規職員

職種 / 福祉職
資格など / 採用日(11月1日(月)または令和4年4月1日(金))時点で60歳未満で、普通自動車免許を有する方
締履歴書(写真貼付。採用希望日を明記)と運転免許証の写しを、8月13日(金)(必着)までに〒182-0032西町290-4調布市社会福祉事業団本部事務局 ☎481-7493へ持参または郵送(平日午前9時30分~午後4時30分) (障害福祉課)

おしえて! マイナンバー Q&A 72

- マイナンバー(個人番号)カードを紛失した場合にはどうすればいいですか。
最寄の警察署・交番へ遺失物の届け出をしてください。併せて、マイナンバー(個人番号)カードの一時利用停止を以下の問い合わせ先までご連絡ください。
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178・☎0120-601-785(24時間365日受け付け)、個人番号カードコールセンター ☎0570-783-578 ※つながらない場合は ☎050-3818-1250 (企画経営課)

