

## お知らせアラカルト◀◀

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

## 社会保険料控除証明書は

## 年末調整・確定申告まで保管を

国民年金保険料は、所得税・住民税の申告で納付全額が社会保険料控除の対象となります。控除対象 平成31年1月1日～令和元年12月31日に納付した保険料

## 控除証明書の発送 平成31年1

月1日～令和元年9月30日に納付した国民年金保険料の額を証明した控除証明書（はがき）が、11月に発送される予定です。

※10月1日以降に、今年初めて国民年金保険料を納付した人には、令和2年2月に発送予定です。

## 社会保険料控除 送付された控

除証明書（納付したことを証明する書類）の添付が必要です。

年末調整や、確定申告を行うまで保管してください。

## 家族分を納付した場合 支払っ

た人の社会保険料控除に加えることができます。家族に送られた控除証明書を添付して申告してください。

## 国民年金加入者ダイヤル

## ナビダイヤル

0570・003・004

## 050から始まる電話の場合

03・6630・2525

## ◎受付時間

▼月曜～金曜日

午前8時30分～午後7時

▼第2土曜日

午前9時30分～午後4時

（第2土曜日を除く祝日、12

月29日～翌年1月3日は利用

できません。）

## 11月は「計量強調月間」

私たちの身の回りでは、さまざまな計量器が使われ、ガス・水道・電気の使用量、食品の容量、タクシー料金、給油したガソリンの量などが正しく計量されることで、暮らしの安心が守られています。

取引・証明に使用するものは2年に1回の定期検査を受けてください。

※三島市の定期検査は、来年（令和2年度）に行います。

## 食料品店、宅配便取扱店、薬

局など

## 問県計量検定所

054・278・8311

## 問商工観光課

983・2655

## 善意ありがとうございます

## 福祉向上のために

・ 静神小品盆栽会 9200円

・ 小金沢健一さん 2000円

Library  
図書館からのお知らせ

☎図書館（大宮町1・8・38）

☎983・0880、FAX983・0876

☎中郷分館（梅名353・1）

☎982・5102、FAX982・5103

④図書館ホームページ

<https://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/>

## 11月の休館日

■本館 ▼11月5日(火)、11日(月)、

18日(月)、25日(月)▼図書特別整

理期間：27日(水)～12月5日(木)

■中郷分館 11月5日(火)、11日

(月)、18日(月)、25日(月)、29日(金)

## 11月のおはなし会

## ■本館

時▼2～3歳：6日(水)、13日(水)、

20日(水)

午前10時30分～10時50分

▼4歳以上：17日(日)

午前10時30分～11時

## 場児童おはなしコーナー

## ■中郷分館

時▼3～5歳程度：6日(水)、

13日(水)、20日(水)、27日(水)  
午後4時～4時30分

場おはなしコーナー

■赤ちゃんおはなし会

時▼0～2歳程度：19日(火)

午前10時30分～10時50分

場中郷文化プラザ子育て交流室

## お知らせ

## 企画展示

## 「読んでホクホク

お笑眯眯いけど読書もね！」

時11月1日(金)～12月26日(木)

場図書館1階展示コーナー

内一般図書の中から図書館職員

が選んだ本をコメント付きで

紹介します。読書の秋、貸出

カードを作って図書館をご利用

ください。

## ■貸出カードを作りましたよ

貸出カードを作ること、1

人図書10冊・雑誌3冊・視聴覚

資料3点を、15日間無料で借り

ることができます。

時現住所が確認できるもの(免

許証、保険証、学生証など)

※有効期限は5年間

(1カ月前から更新手続き可)

## 問図書館

申込時の【基本事項】 メール・はがき・FAXなどの場合、必ず①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員の氏名（ふりがな）・年齢・学年⑤保護者氏名⑥返信用あて名（往復はがきの場合）

◎市民体育館  
☎ 987・7570、FAX 987・2909  
◎市民温水プール  
☎ 980・5757、FAX 980・5775  
◎スポーツ推進課  
☎ 987・7571、FAX 987・8550  
☎ 411・0033 文教町2・10・57  
◎指定管理者ホームページ  
http://www.sports-info.jp/

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

11月の休館日

■市民体育館（体育施設全般）

▼終日：18日（月）

■市民温水プール

▼終日：18日（月）

▼夜間：3日（日・祝）、23日（土・祝）

※23日は競技大会のため午前午後ともに一般利用不可

■長伏スケートリンク

▼終日：18日（月）

利用者向け情報

■グラウンド抽選会（1月分）

11月29日（金）（会場：市民体育館）

▼南二日町多目的：午前9時

▼北上：午前9時30分

▼長伏A（日中）、長伏B・C

…午後6時30分

▼ナイター7施設：午後7時  
▼南二日町人工芝：午後7時30分  
※錦田グラウンドはナイター設備の撤去作業に伴い、1月下旬まで利用できません。利用を再開する際は、指定管理者ホームページなどでお知らせします。

◎市民体育館

■トレーニングルーム利用者講習会

時▼午前10時：11月6日（水）、13日（水）、27日（水）、12月4日（水）

▼午後3時：11月16日（土）、23日（土・祝）、30日（土）

▼午後7時：11月3日（日・祝）、21日（水）、24日（水）、28日（水）、12月1日（水）、5日（水）

※当日受付、予約不要

費大人1000円、高校生500円、※午後7時から大人2000円、高校生1000円

対高校生以上

◎市民体育館

募集

■ラウンドフィットネス満足レッスン

時12月3日（火）

午前9時、午前10時、午前11時（各回45分）

◎市民体育館大会議室

内筋力トレーニングと有酸素運動を30秒間隔で交互に実施。音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう。

費500円※当日支払

対トレーニングルーム利用者講習会受講者（高校生以上）

定各回10人※応募多数時抽選

持室内シューズ、タオル、飲み物

申・◎11月29日（金）までに電話または直接、市民体育館

■第32回すいすいみしま記録会&ジャストタイムイベント

時11月10日（日）

午後0時20分～1時30分

（入場は午前9時30分から）

場市民温水プール

内▼4種目：25m、50m、100m、200m ▼個人メドレー：1000m、2000m

※1人2種目まで

ジャストタイムイベントとは

記録会参加者を対象に、当日発表する秒数を目標して25m泳ぐイベント

※一番近いタイムの人に景品あり

費午前の部の入場料のみ

申・◎11月9日（土）までに電話または直接、市民温水プール

みしまジュニアスポーツアカデミー公開講座

■トップアスリート講話

時11月27日（水）

場市民体育館大会議室

講師飯島誠さん（自転車競技）

シドニー、アテネ、北京オリンピック出場

■スポーツ栄養「身体を作る為の食事」

時12月10日（火）

場市民体育館大会議室

講師中野ヤスコさん

■競技力向上のためのメンタルトレーニング「目標設定」

時12月26日（日）

場市役所本館第2会議室

講師小林玄樹さん

※各回午後6時30分～8時

定各回先着30人

申・◎11月8日（金）から開催日正午までにスポーツ推進課

第20回しずおか市町対抗駅伝壮行会開催

時11月22日（金）午後5時30分

場市役所本館玄関ロビー

内三島市チームが一堂に会し、大会への意気込みを語ります。

◎三島市体育協会

☎960・6111