

区長さんを紹介します

白 石	永松 和廣	岩 尻	増田 富一	板 楠 西	松尾 秀幸
北 原	松本 信哉	志 口 永	坂本 謙司	住 吉	平岡 啓一
鷺 原	塚本 栄二	古 閑	原田 信二	西 口	吉永 継夫
中 原	下津 正男	本 村	甲斐 清	野 田	牛島 宣雄
牧 野	松野 省三	前 野	藤山 耕一	上大田 黒	松尾 可秀
寺 山	小出 正泰	榎 原	渡邊 覚	下大田 黒	黒原 淳一
江 光 寺	井前光太郎	焼 米	船津 五郎	上 津 田	水政 利久
中 路	辻 桂一郎	大 屋	豊後 力	下 津 田	山口 剛
馬 場	坂口 幸裕	下津原 東	石原 裕一	上 平 野	北原 美吉
皆 行 原	坂本 純雄	下津原菰田	徳永 國広	下 平 野	古閑原 力
浦 谷	堀 佳彰	下津原 中	庄山 慶司	上 岩	徳永 博之
立 石	石原 征士	下津原 西	福山 一男	中 岩	長谷川 健
大 江 田	堤 正徳	内 田	坂本 浩一	下 岩	中畑 昇
藤 田	木原 勇一	長 小 田	荒木 豊	中 林	寺尾 清孝
前 原	前垣 芳郎	下久井 原	深草 謙二	東 吉 地	高木 照光
米 渡 尾	佐海 輝	上久井 原	後藤 和則	下 吉 地	笹淵 重夫
中央団地	高木 友博	江 栗	戸上 研司	中 吉 地	坂梨 勝也
日 平	木本 孝治	竈 門	西川 圭一	上 吉 地	古家修一郎
用 木	田中 太	上 十 町	堤 次郎	和 仁	霧 和明
萩 原	田上 主税	山 十 町	松尾 幹也	中 和 仁	伊藤 博文
蜻 浦	眞柴 裕一	中 十 町	池上 達也	上 和 仁	柿原 巧
久 米 野	宮野 純男	板 楠 東	鍋島 安廣	開 拓	堤 藤憲

(敬称略)

始めてみよう！「お茶の間筋トレ」～vol.23～最終回

いよいよ、お茶の間筋トレ仕上げの体操です。今月は、多くの筋肉と関節を連動させる全身運動を紹介します。

I 舟こぎ

- ① 右脚を一步前に出し、前方に傾きながら両腕を下から振り上げて肩の高さで指先をしっかり伸ばして「悪い気」を出します。
- ② 体重を後方に移動しながら脇を締めて両腕を引き、握った拳（こぶし）に力を入れ「良い気」をいっぱいもらいます。

※左脚にかえて、同様の動作をします。

II 股わり

- ① 膝とつま先を同方向にして両脚を腰幅よりやや広く立ち、膝を曲げて姿勢が変わらない位にお尻を下ろします。
- ② 元の姿勢に戻しながら「きゅっ！」と言い、お腹とお尻を締めます。

※回数は10回を目標に実施してください。



軽自動車税種別割

納期限日は6月1日

軽自動車税種別割は、毎年4月1日現在に登録されている車両の所有者に課税されます。

5月上旬に納税通知書を郵送します。6月1日（月）までに納めてください。また、口座振替で納税する場合は、6月1日（月）が振替日となりますので、預金残高の確認をお願いします。

口座振替で納税した人には、6月中旬に納税証明書を郵送します。6月上旬に納税証明書（車検用）を申請する人は、納税の確認をします。ので、軽自動車税種別割の引き落とし額を記帳した通帳をお持ちください。確認できない場合は、金融機関に照会してからの発行になりますので、お待ちになる時間が長くなります。

税率（年額）など、詳しい内容については、お問い合わせください。

問 税務住民課 町民税係

総合支所 住民課

0968・86・5723
0968・34・3111

問 税務住民課 町民税係
総合支所 住民課

0968・86・5723
0968・34・3111

軽自動車税種別割の減免

身体などに障がいがある人が積極的に社会活動に参加できるよう、軽自動車税種別割について税制面での配慮をしています。下記の要件に該当し、期限までに減免申請をした人の軽自動車税種別割を全額免除します。

対象 次のいずれかに該当する軽自動車

- (1) 障がい者が所有し、本人が運転する軽自動車
- (2) 障がい者が所有し、障がい者などと生計を一にする人（家族）が運転する軽自動車
※ただし、障がい者などの通学・通院・通所・生業に使用する軽自動車に限ります。
- (3) 障がい者が所有し、障がい者のみで構成される世帯の障がい者のために、通学・通院・通所・生業で、常時使用する軽自動車
- (4) 身体障がい者が18歳未満の場合、知的障がい者または精神障がい者の場合、生計を一にする人が所有する軽自動車
- (5) 障がい者のために特別の仕様がなされた軽自動車

減免可能台数 普通車も含め、障がいがある人、一人につき1台（原付バイクも対象）

障がいの程度

※障がい名が2つ以上の場合は、各々の障がいの程度について等級（程度）が認定されますので、あてはまらない場合もあります。

障がいの区分	本人が運転する場合	家族運転の場合
視覚障がい	1級から3級および4級の1	1級から3級および4級の1
聴覚障がい	2級および3級	2級および3級
平衡機能・音声機能障がい	3級	3級（音声機能障害は非該当）
上肢不自由	1級、2級の1および2級の2	1級、2級の1および2級の2
下肢不自由	1級から6級	1級から3級
体幹不自由	1級から3級および5級	1級から3級
心臓・じん蔵・肝臓・呼吸器・ぼうこう・直腸又は小腸機能障がい	1級から3級	1級から3級
乳幼児期以前の非進行性脳病変による運動機能障がい	1級および2級	1級および2級
移動機能	1級から6級	1級から3級
ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい・肝臓機能障がい	1級から3級	1級から3級
療育手帳	障害の程度が「A」と記載された人	
精神障害者保健福祉手帳	「精神保健および精神障害者福祉に関する法律施行令第6条第3項」に規定する障害等級が1級の人	