



スポーツ

40歳からの運動教室

おなかまわりや、足の衰えが気になる。運動した方がよいと思うけど、時間がなくて、なかなか続かなくて、という人へ。運動でココロもからだもリフレッシュ。肩こり、腰痛を予防しましょう。
期間 4月～平成30年3月
対象者 40～64歳の市民で運動に支障のない人（医師からの運動制限のない人）

ない人）
受講料 無料
定員 各30人（応募多数の場合は、初めての参加者を優先し抽選）
 ※抽選結果は3月24日（金）までに郵送で通知
持参する物 運動のできる服装、タオル、水分補給用飲み物、ヨガマット（持っている人）
申し込み・問い合わせ 3月6日（月）～17日（金）に電話で保健センター（☎64-1901）へ。
40歳からのいきいき健康運動教室

日時 原則毎週月曜日、午前10時～11時
 初回は4月10日（月）から
会場 保健センター別館
内容 富岡シルク体操を中心とした介護予防運動教室
指導者 田中智恵さん（健康運動指導士）
40歳からの「からだケア運動教室」
日時 原則毎週水曜日、午後7時30分～8時30分
 初回は4月12日（水）から
会場 4～7月・保健センター別館
 △8～3月・勤労者会館

内容 肩こりや腰痛の予防・改善などを中心とした運動教室
指導者 佐藤祐一さん（健康運動指導士）
バドミントン初心者教室
◎中高年の部
日時 4月5日（水）～27日（休）の毎週水・木曜日（全8日間）、水曜日・午前9時30分～午後0時30分、木曜日・午後1時30分～4時 ※どちらかの曜日だけの参加もできます。
会場 東富岡体育館
対象者 市内在住・在勤・在学の人
参加費 無料
◎小学生・社会人の部
日時 4月8日（出）～平成30年3月31日（出）の毎週土曜日、午前9時30分～正午
会場 西小体育館および富岡小体育館
対象者 市内の小中学生、市内在住・在勤の社会人
参加費 年間4,000円（保険料含む）
◎共通事項
指導者 市バドミントン協会役員
定員 各20人
持参する物 ラケット、室内用運動靴、飲み物

申し込み・問い合わせ 開催初日の前日までにスポーツ振興課（☎63-6392）へ。※ラケットを購入予定の人は市バドミントン協会の勅使河原さん（☎63-4063）に相談してください。
市民ゴルフ大会
期日 5月7日（日）
会場 21センチュアリークラブ富岡ゴルフコース
対象者 市内在住・在勤の人
競技方法 18ホールストロークプレー、新ペリア方式
参加費 2,000円（申込時に払い込む）
プレー費 8,500円（セルフプレー、昼食付。大会当日各自でフロントへ支払う）
定員 112人（先着順）
表彰 参加者全員に賞品を用意します。
申し込み・問い合わせ 4月7日（金）までに電話で問い合わせの上、参加費を添えてスポーツ振興課（☎63-6392）へ。



高齢者のための「筋力トレーニング教室」

初めて参加する人は、保健センターに電話で申し込みの上、ご参加ください。

対象者 65歳以上の市民、運動に支障のない人
 ※治療中の人は、主治医に相談の上、指示に従ってください。

問い合わせ 保健センター（☎64-1901）

コース▷初級（4種3セット）
 ▷中級（8種2セット）
 ▷上級（10種2セット）



◎【月曜日教室】 あい愛プラザ会場（2階会議室）

日時 3月6日・13日・27日

▷初級（①と②は同じ内容）

①午前9時20分～10時30分
 ②午前10時40分～11時50分
 ▷中級 午後1時15分～2時40分
 ▷上級 午後2時50分～4時15分

◎【水曜日教室】 保健センター別館2階会場

日時 3月1日・8日・15日・22日・29日

▷初級 午前10時～11時10分

◎【木曜日教室】 妙義中央公民館会場

日時 3月2日・9日・16日・23日・30日

▷初級 午前10時～11時10分

◎【金曜日教室】 勤労者会館会場（2階大ホール）

※室内用運動靴を持参

日時 3月3日・10日・17日・24日・31日

▷初級 午前10時～11時10分

富岡市役所 ☎62-1511 FAX 62-0357
 ホームページ http://www.city.tomioka.lg.jp/
 ※掲載記事は市ホームページからもご覧になれます

野生のイノシシに注意してください



近年、イノシシの目撃情報が市内各地で数多く寄せられています。目撃は山間部だけでなく、まちなかや住宅地においての事例もあります。イノシシによる人身被害事故を防止するため、次のことに気をつけて行動してください。

◎イノシシとの遭遇を避ける

イノシシが生息する地域では、日没前後から早朝にかけての時間帯に遭遇する危険があります。出没が頻発する場合は、外出を控えてください。

◎イノシシを人になれさせない

絶対にエサを与えないでください。また、生ごみや農作物の収穫残さなど、イノシシのエサとなるものを屋外に放置すると、イノシシの出没を助長することになります。放置せず、適切に処理してください。

◎イノシシに遭遇した時は冷静に対応を

イノシシに遭遇した時は、イノシシを刺激するような行動（大声を上げる、物を投げつけるなど）は行わないでください。また、イノシシの行動を確認しながら、素早く物陰に隠れてその場から離れる、建物の中に入るなど、身体の安全を確保してください。

◎捕獲されているイノシシへは近づかない

イノシシ捕獲のため、ワナなどが設置されていることがあります。イノシシが捕獲されている場合、ワナを壊して突進してくる危険がありますので、ワナ周辺へは絶対に近づかないでください。また、捕獲されているイノシシを発見した場合は、速やかに土地改良課へ連絡してください。

◎捕獲については市役所へ相談

農作物被害や市街地への出没が頻発する時は捕獲が必要となります。捕獲については法律に基づいて実施しなければならず、また、専門的な知識や技術がなくてはなりません。被害を受けた場合は、土地改良課へ相談してください。

問い合わせ 土地改良課有害鳥獣・地籍調査係
 （妙義庁舎内、☎内線 2133）

●森林の伐採には伐採届を

森林の無秩序・無計画な伐採を防止し、適正な更新を図ることを目的とし、森林のたいせつな働きが失われないようにするため、森林の立木や平地林を伐採するには、伐採届の提出が必要となっています。
対象となる森林 県が定める地域森林計画に含まれる森林（保安林を除く）
届け出をする人 森林所有者または伐採する人
 ※伐採する人の場合は森林所有者と伐採する人の連名
提出期間 伐採を行う90日前から30日前まで

●森林の土地を取得した時は届け出を

森林の土地の所有者の把握を進めるため、森林の土地を取得した場合は、届け出が必要となっています。
対象者 個人、法人問わず、売買や相続などにより森林の土地を新たに取得した人は、面積に関わらず届け出をしなければなりません。
 ※国土利用計画法に基づく土地売買計画の届け出を提出している人は対象外。
提出期間 土地の所有者となった日から90日以内
添付書類 登記事項証明書（写しでも可）または土地売買契約書など権利を取得したことがわかる書類の写し、土地の位置を示す図面
 ※届出書には、届出者と前所有者の住所・氏名、所有者となった年月日、所有権移転の原因、土地の所在場所・面積、土地の用途などを記載します。

届出様式 農政課で配布するほか市ホームページからダウンロードできます。
提出場所・問い合わせ 農政課農林業振興係
 （妙義庁舎内、☎内線 2142）