



ウォーターランド通信

問合せ ウォーターランド南条 ☎ 0778-47-3711

ウォーターランド南条

検索

★第52回JSCA新年フェスティバル水泳競技大会

開催日 1月11日(日) 会場 金沢プール

《女子》 100m平泳ぎ(13~14歳) 第1位 浦田 彩寧

200m平泳ぎ(13~14歳) 第2位 浦田 彩寧

4×100mメドレーリレー(13~14歳) 第3位 浦田 彩寧(ほか3名)

4×100mフリーリレー(13~14歳) 第3位 浦田 彩寧(ほか3名)

★教室紹介

●ベビースイミング(講師:井上)

水曜日 (毎週) 午前10時10分~午前10時50分

水中の運動は、程よく疲れてお昼寝がスムーズに。水による脳神経への刺激が赤ちゃんの心と体の発育に最適です。ママの運動不足解消にも大いに活用ください。

●整体体操(講師:三好)

火曜日 (毎週) 午後2時~午後3時30分

筋トレ・脳トレ・ストレッチなどで自分の身体と対話をしながら、進めていきます。

女性の参加者が多く元気になれる教室です。

●朝ヨガ(講師:武田)

水曜日 (隔週) 午前11時~午前11時50分

心と体をその日の体調に合わせて、ゆっくりと目覚めさせる朝ヨガ。穏やかな気持ちで1日を過ごすための無理のない教室です。

★3月の営業時間のお知らせ

〔月〕 午後1時~午後8時30分

〔火〕 金 午前10時~午後8時30分

プールの一般利用は午前11時から

〔土〕 午後1時~午後5時30分

〔祝〕 午前10時~午後5時30分

プールの一般利用は午前11時から

〔日〕 休館

最新の情報はホームページをご覧ください。



ホームページ



@W.L.NANJO
Instagram



年金のお知らせ

問合せ 武生年金事務所 Tel 0778-23-1126
(自動音声案内「2」の後「2」選択)
町民税務課 ☎ 0778-47-8015

国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

学生納付特例制度は、学生の方が、申請により保険料の納付が猶予される制度です。この制度を利用することで、将来の年金受給権の確保だけでなく、障害や死亡といった不慮の事態が生じた場合、障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されますので、万が一のときにも安心です。

対象となる方

大学(大学院)、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校(学校教育法で規定されている修業年限が1年以上の課程)に在学する学生などで、学生納付特例を受けようとする年度の前年の所得が基準以下の方または失業等の理由がある方

〔所得基準〕

所得の目安 128万円 + {扶養親族の数} × 38万円 で計算した額以下である場合

申請できる期間

過去期間は申請書が受理された月から2年1か月前(すでに保険料が納付済の月を除く)まで、将来期間は年度末まで申請できます。1枚の申請書で申請できるのは、4月から次の年の3月までの12か月間となりますので、必要に応じて年度ごとに申請書をご提出ください。



日本年金機構
ホームページ

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください▶