

一日かろやか教室に 参加しませんか

- ▼日時 4月28日(水) 10時～12時
 - ▼場所 婦人センター
 - ▼対象 市内居住の65歳以上の方で、軽い運動ができる方
 - ▼内容 転倒予防や脳活性化などに効果的な『かろやか体操』、体力測定
 - ▼定員 30人(申込順)
 - ▼参加料 無料
 - ▼持ち物 動きやすい服装と靴、タオル、飲み物、かろやか手帳(お持ちの方のみ)
 - ▼申し込み 4月5日(月)から電話で
高齢・介護G (☎855720)
- ※今年度も年6回開催します。次回は6月の予定です。

かろやか体操指導者 養成教室を開催します

- 町内会や老人クラブなどの活動で、介護予防に効果的な『かろやか体操』を取り入れませんか。
- ▼月日・場所 5月12日(水)・26日(水)
：市民会館、5月19日(水)・6月2日(水)：鷺別公民館
- ※2日間コースになります。
- ▼時間 10時～12時
- ▼対象 介護予防に関心があり、2日間とも参加できる方

- ▼内容 介護予防に関する講話、かろやか体操、タオル体操、リズム体操、簡単に取り入れられるレクリエーションなど
- ▼定員 各50人(申込順)
- ▼参加料 無料
- ▼持ち物 動きやすい服装と靴、タオル、飲み物(水分補給のため)
- ▼申し込み 4月5日(月)から電話で
高齢・介護G (☎855720)



子ども発達支援センター 『のぞみ園』をご利用ください

- はじめての場面を嫌がったり、怖がったりする憶病な性格に見える。周りに気が散ってしまい、集中力がないなど、さまざまな相談をお受けします。
- ▼相談日時 毎週月～金曜日 9時～17時
- ※電話・来園のどちらでもかまいません。
- ▼臨床心理士(発達について)の相談日時 毎週火・水・木・金曜日 10時～12時
- ▼理学療法士(運動について)の相談日 毎週月・木曜日
- ※臨床心理士・理学療法士の相談は事前に申し込みが必要です。
- ▼申し込み 子ども発達支援センター『のぞみ園』 (☎857721)

市民サービスグループからのお知らせ

戸籍・住民票の手続きの際、 窓口で本人確認を行います

本人になりすました虚偽の届け出などを防止するため、窓口での本人確認が法律で定められています。皆様のご理解ご協力をお願いします。

◎本人確認書類

《1つで済むもの》

運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード、身体障害者手帳、療育手帳、船員手帳、小型船舶操縦免許証などの顔写真が貼付されている官公署発行の身分証明書

《2つ必要なもの》

健康保険証、年金手帳、身分証明書(顔写真無)、住民基本台帳カード(顔写真無)、介護保険の被保険者証、年金証書、恩給の証書など

※戸籍届や住民異動届の本人確認ができない場合は、届出人に対し、届け出があったことを郵便でお知らせし、確認します。

※証明書の発行には、委任状が必要となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

毎週木曜日は、19時まで 住民票などの手続きができます

毎週木曜日(祝日を除く)、市役所1階1番窓口は、19時までご利用できます。

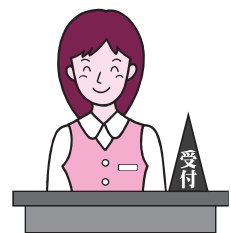
◎取り扱う主な業務

戸籍、住民票(異動届を含む)、印鑑証明関係、外国人登録関係

◎電話予約による証明書の交付

毎週金曜日(祝日を除く)の9時から17時までに次の証明書を電話で予約された方に、翌土曜日の9時から12時まで市役所1階宿直室で交付しています。

- 住民票の写し(本人または同一世帯のもの)
- 印鑑登録証明書(本人のもの)
- 外国人登録原票記載事項証明書(本人のもの)



問い合わせ

市民サービスグループ
(☎851855)