

マイナポイントの申込み期限が延長となりました

最大 20,000 円分のマイナポイントがもらえるマイナポイント第 2 弾の申込みが、9 月末まで（一部の決済サービスにおいては、9 月 30 日以前の異なる期限を設定していることがあるため、ご注意ください）延長されました。お申込みはお早めに、お願いします。

※マイナポイントは 2 月末までに、マイナンバーカードの申請をした方が対象です。

【マイナポイントの申込みサポートを実施しています】

- ・マイナンバーカード（暗証番号もお忘れなく）
- ・キャッシュレス決済サービス ID とセキュリティコードのわかるもの（カードやスマートフォンなど）
- ・口座番号がわかるもの（通帳やキャッシュカード）



【マイナポイントの申込みはご自宅でスマホからでもできます】

- ・スマートフォンに「マイナポイント」と「マイナポータル」のアプリをインストールして、申込みしてください。

マイナンバーカード総合支援窓口開設中

マイナンバーカードの申請サポート、受け取り、マイナポイントの申込みサポート等、マイナンバーカードに関する手続きは、役場 1 階町民課窓口でおこなっています。

【マイナンバーカードの申請サポートに必要なもの（※写真撮影をします）】

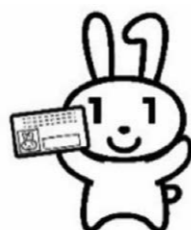
- ・本人確認書類（A または B）
- A：運転免許証、パスポート、在留カード等のうち 1 点
- B：健康保険証、年金手帳、医療費受給者証、学生証等のうち 2 点
- ※QRコード付き申請書をお持ちの方は、ご持参ください。

【5 月 29 日（月）はシステム改修のため、マイナンバーカードに関わるすべての手続きができません】

【5 月 1 日（月）、2 日（火）、6 日（土）はシステム改修のため、マイナンバーカードに関わる一部の手続きができません】

〈できない手続き〉

- ・マイナンバーカードの受け取り
- ・マイナンバーカードの電子証明書の発行・更新手続き
- ・マイナンバーカードの暗証番号の初期化
- ・引越し、結婚等で住所、氏名が変わる場合のマイナンバーカードの手続き



【マイナンバーカード総合支援窓口を夜 8 時まで開設します】

- ・日時 5 月 30 日（火）午後 8 時まで
- ・場所 役場 1 階 町民課
- ※午後 5 時 15 分以降は、他の業務（住民票の写しの交付等）は実施しませんので、ご注意ください。

閏町民課 住民担当 ☎内線 124・125

お楽しみ測定会を実施します

最近、「外出するのが億劫になったな…」「最近、歩くペースが遅くなったな…」など感じている方はいませんか。元気な状態と介護が必要な状態の間を意味する“フレイル”の状態に陥っているかもしれません。

今の自分の持っている力を知ることで、今後、元気な時間を長くするためにも、生活の中でどのように運動を取り入れていった方が良いのか、知ることから始めてみましょう。

日程	5 月 11 日（木）
時間	午後 1 時 30 分から 3 時
会場	地域交流センター

日程	5 月 17 日（水）
時間	午前 10 時から 11 時 30 分
会場	梅園コミュニティ館

日程	5 月 25 日（木）
時間	午後 1 時 30 分から 3 時
会場	やまぶき公民館

対象 65 歳以上の方・リフレッシュ体操教室の参加者の方

内容 握力測定・開眼片足立ち測定・30 秒立ち上がり測定・TUG 測定・日常で役に立つ運動の紹介など

※できるだけ対象の地区でご参加ください。お楽しみ測定会に限り、都合のつかない方は、他の会場でも参加可能です。

歌う健康ストレッチ教室開催します

ストレッチを中心として、動きやすいからだを取り戻した後に歌うことで呼吸の改善を図りながら楽しく癒されるプログラムを実施します。“プロのピアニスト”とプロのメンタルと身体の専門家“による教室です。お気軽にご参加ください。

日 程 6 月 2 日（金）、23 日（金）、7 月 7 日（金）

時 間 午前 10 時～11 時 30 分

会 場 中央公民館集会室

持ち物 運動しやすい服装、飲み物、筆記用具

対象者 65 歳以上の方

定 員 30 名程度

講 師 トレーナー 松澤亜希子氏 ピアニスト KUNIKO 氏

申込み 下記まで

締切り 5 月 26 日（金）まで

その他 3 回 1 クールとして実施します。各日で内容は異なります。全日参加できる方が優先です。

閏地域包括支援センター

☎292-5505

うちの子「結婚」しないのかしら?
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎049-243-8428

結婚相談所 ムスベル

高齢者専用住宅(経費老人ホーム) 入居者募集中

薫風園

社会福祉法人 埼玉医療福祉会 (埼玉医大グループ)

■病院併設で安心な住まい

■60歳以上から低料金で入居できます(夫婦部屋も有)

ホームページ リニューアルしました。
住所 毛呂山町毛呂本郷38
☎ 049-276-2013
http://www.saitama-mw.or.jp/carehouse/

広告