

はこだて市民健幸大学「みんなde健幸づくり」

新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じた上で“今、ためになる楽しい講座”を開催します。

■スミセイ“Vitality Action”親子サッカー教室

日時 9月18日(土)

①午前11時～午後0時半②午後2時～3時半

会場 函館大学（高丘町51番1号）

講師 城 彰二氏（元サッカー日本代表）

対象 小学生親子 ※親子での参加

定員 各25組（50人程度）

※ 申込み多数の場合は抽選

お申込み 9月3日(金)までにWEBサイト

(<https://www.sumitomolife.co.jp/sva/>)で申込み。

(申込みコード：999999)

お問合せ 事務局（住友生命保険相互会社函館営業部）

☎55-0374

■みんなの健活ヨガ

日時 9月14日(火)

①午後2時～3時②午後7時～8時

会場 明治安田生命函館ビル（若松町2番5号）

講師 梶原 陽子氏（ヨガインストラクター）

定員 各20人（申込順）

お申込み・問合せ 事務局（明治安田生命函館支社内）

☎22-4723



9月1日運用開始「はこだて健幸LINE公式アカウント」を開設します

市では、「はこだて健幸LINE公式アカウント」を開設し、健康づくり情報を発信します。

友だち登録特典としてプレゼントがあるほか、スタンプラリーを実施します。

9月は『健康増進普及月間・食生活改善普及運動月間』です。

健康寿命を延ばすためには、運動、食事、禁煙など生活習慣を振り返り、がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病を予防することが大切です。

はこだて健幸LINEとお友だちになって、各種健康診断、健康づくりのイベント情報、食育についてなど、日々の健康づくりに活用しませんか？登録方法は市のHPをご覧ください。

健康診断・検診



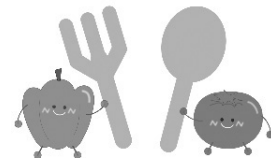
感染症対策



健康づくり・イベント



食育



市HP

お問合せ 健康増進課 ☎32-1515

暮らしをより便利に！マイナンバーカード

お問合せ 戸籍住民課 ☎21-3745

■出張申請サポートを実施します

マイナンバーカードの申請手續のお手伝いをする出張申請サポートを実施します。

予約制となりますので、9月8日(水)までに戸籍住民課（☎21-3745）に電話予約をお願いします。

日時・会場 9月11日(土)・12日(日) 午前9時半～午後4時半 イトーヨーカドー

持参するもの ①本人確認書類（運転免許証、パスポート等1点または健康保険証、介護保険証等2点）、②通知カード（緑色の紙のカード）



■休日・夜間交付窓口を開設します

平日の日中、マイナンバーカードを受け取りに来られない方を対象に、市役所本庁舎（戸籍住民課）と亀田支所で休日・夜間交付窓口を開設します。

カードの受け取りは予約制となっていますので、事前に電話予約をお願いします。（受取日時・予約受付期間は右表のとおり。他の業務は行いません。）

予約先 ▷本庁舎受取＝戸籍住民課 ☎21-3745

▷亀田支所受取＝亀田支所 ☎45-5583

受取日時	予約受付期間 (平日のみ)
9月9日(木) 17:30～19:30	8月26日(木)～9月3日(金)
9月22日(水) 17:30～19:30	9月8日(水)～16日(木)
9月26日(日) 8:45～12:00	9月13日(月)～17日(金)