



転出手続きはかんたん・便利な オンライン(マイナポータル)で!

お引越の際に必要な「転出届」は、スマートフォンやパソコンからオンライン(マイナポータル)で提出ができます。(市役所への来庁は原則不要!)

利用できる方
・電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの方
・日本国内でお引越しをされる方

【ご注意ください】

マイナポータルで転出届を提出された後、お引越し先の市区町村の窓口で、転入届などの手続きが別途必要です。



▲市ホームページ



▲マイナポータル

問 市民課 市民G ☎52-1111 内線102

募 集



ふるさと再発見☆ウォーキング ～高沢城と美和の歴史～ 参加者募集

日時	10月5日(日) 8:00受付 8:30出発 12:00解散(予定)
場所	道の駅みわ 北斗星 第2駐車場 集合
行程	道の駅みわ 北斗星 第2駐車場 発着 ～高沢城跡～善徳寺(全長8km)
対象	どなたでも(小学生以下は保護者同伴) ※高沢城跡にて急登あり (登るのは希望制)
募集人数	30名(最小催行人数10名)
参加費	500円(当日徴収、保険代を含む)
申込方法	・申込フォーム ・文化スポーツ課まで 電話またはFAX (氏名・ふりがな・住所 ・電話番号・年齢を記入)
申込期間	9月1日(月)～9月24日(水)
持ち物	汗拭きタオル、飲み物
服装	歩くのに適した格好

申込・問 文化スポーツ課 スポーツ振興G
☎52-1111 内線343



公民館講座「みんなで生き生き笑い ヨガ」参加者募集!

笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせたエクササイズ。笑うことで幸せホルモンが分泌されNK細胞(ナチュラルキラー)が活性化して免疫力が上がります。たくさんの酸素を取り入れ、肺の空気を入れ替える笑いヨガと一緒に体験してみませんか。

日時	10月29日(水)、11月5日(水) 10:00～11:30
場所	緒川地域センター 中会議室 (上小瀬1259)
対象	市内に在住または在勤の方
定員	15名
講師	和田 恵子氏
参加費	無料
申込方法	・各支所、中央公民館、FAX ・申込みフォーム 必要事項:氏名、 郵便番号、住所、 生年月日、日中 連絡のつく電話番号
申込期限	9月26日(金)
持ち物	運動できる靴・服装、水分、 汗拭きタオル

※定員を超えた場合は抽選のうえ、申込者全員に後日通知します。

問 山方支所 ☎57-2111 FAX57-3992



普通救命講習会(Ⅰ)受講者募集

心肺蘇生法(自動体外式除細動器<AED>の使用法を含む)や異物除去、止血法に関する知識と技術を習得する講習会を実施します。

日時	9月27日(土) 9:00～12:00
場所	消防本部 3階 多目的室(姥賀町621)
対象	15歳以上の方
定員	15名
受講料	無料
申込方法	東消防署救急Gへ電話
申込期限	9月21日(日)

※講習修了証を発行します。

申込・問 東消防署 救急G ☎54-0119