

**大地震！わが家は大丈夫!?
無料耐震相談会**

☎ **住宅まちづくり課** ☎(235)9606
専門相談員が大地震発生時の住宅倒壊の危険性を無料で診断します。
☎9月18日(土)13時30分～17時(1組45分程度) ☎市役所706会議室 ☎昭和56年5月31日以前に建築した2階建て以下の在来工法木造住宅 ☎先着6組 ☎8月16日(月)から、電話で住宅まちづくり課へ。9月8日(水)締め切り



募 集

**健康がいちばん教室
糖尿病編(全2回)**

☎ **健康推進課** ☎(235)7880
病態や薬などの講話と、調理実習を通じて野菜の取り方を学びます。
☎日場①9月7日(火)14時～16時 / 市役所701会議室 ②22日(水)9時45分～12時 / えびな市民活動センタービナレッジ調理室 ☎市内在住の20歳以上で、全2回参加できる方 ☎先着20人 ☎調①田中栄太郎氏(海老名西口糖尿病クリニック院長) ②食生活改善推進団体えびな会など ☎300円(食材代) ☎8月17日(火)から、電話または直接健康推進課へ

**これならできるシリーズ～運動編～
「5歳は若返る!?運動習慣始めませんか?」(全4回)**

☎ **健康推進課** ☎(235)7880
筋肉強化に向け、ストレッチなどを実践しながら学びます。
☎9月17日～10月8日の毎週(金) ☎10時～11時30分 ☎門沢橋コミセンレクリエーション室 ☎市内在住・在勤の75歳未満で、全4回参加できる方 ☎先着20人 ☎無料 ☎8月18日(水)から、電話または直接健康推進課へ。9月10日(金)締め切り ☎駐車場に限りがあります。公共交通機関をご利用ください

**ヘルシークッキング
「腸内環境を整えよう」**

☎ **健康推進課** ☎(235)7880
講話と調理実習を行います。
☎9月28日(火)9時30分～12時 ☎えびな市民活動センタービナレッジ ☎市内在住・在勤の方 ☎先着12人 ☎300円(食材代) ☎8月17日(火)から、電話または直接健康推進課へ。9月17日(金)締め切り ☎2歳以上、若干名の託児あり。要予約



お知らせ

8月27日～9月2日「子どもの人権110番」強化週間

☎ **市民相談課** ☎(235)4568
いじめや虐待などの子どもの人権に関する相談に電話で応じます。通話料は無料。期間中は次のとおり受付時間を延長し、(土)(日)も対応します。
〔子どもの人権110番〕
☎0120(007)110
☎8時30分～19時(土)(日)10時～17時

児童扶養手当・特別児童扶養手当現況届は8月31日(火)まで

☎ **国保医療課** ☎(235)4823
児童扶養手当は父子・母子家庭の方、特別児童扶養手当は障がいのあるお子さんを養育している方が対象です。いずれも支給要件・所得制限があります。詳細は、国保医療課へお問い合わせください。現在受給している方には、市から現況届の案内を送付しています。期限までに手続きをしてください。

障がい福祉手当の申請は8月31日(火)まで

☎ **国保医療課** ☎(235)4823
毎年申請が必要です。期限までに申請がない場合は、受給できませんので、ご注意ください。詳細は、市ホームページをご覧ください。

大型店舗で海老名産のナシを直売

☎ **農政課** ☎(235)8539
8月下旬に、市内大型店舗でナシの直売会を行います。詳細が決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。なお、ことしの「青空市出店者会ナシのもぎ取り」は中止します。



**証明書の発行は
市役所または
コンビニ交付サービスで**

☎ **窓口サービス課** ☎(235)4869

住民票の写しや印鑑登録証明書などは、コンビニ交付サービスまたは市役所で取得できます。なお、8月29日(日)はシステムメンテナンスのため、コンビニ交付サービスを休止します。

コンビニ交付サービス

コンビニなどのマルチコピー機からマイナンバーカードで取得できます。6時30分～23時、全国5万店以上で利用できます。利用方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

市役所

市役所1階市民総合窓口で取得できます。窓口の混雑状況は「窓口混雑状況配信サービスサイト」で確認できます。



窓口混雑状況配信サービスサイト

自動交付機の運用は終了しています

自動交付機で使っていた「海老名市民カード」「住民基本台帳カード」「マイナンバーカード」は、引き続き印鑑登録証として使用できます。
また、「印鑑登録証」のカードを無料で発行します。希望する方は、印鑑登録しているカードと本人確認書類を持参し、市役所1階市民総合窓口で手続きを申し込んでください。



**シニアから始める
健康づくりへの取り組みに**

☎ **地域包括ケア推進課** ☎(235)4950

① ビナスポお試し体験会

ストレッチとマシンが体験できます。
☎9月16日(木)13時30分～15時 ☎えびな市民活動センタービナスポ ☎5人 ☎8月26日(木)締め切り

② 脳イキキ教室(全9回)

認知症の基礎知識を学び、パズルや軽い体操などを行います。
☎9月27日～11月22日の毎週(月) ☎14時～15時30分 ☎総合福祉会館 ☎20人 ☎8月30日(月)締め切り

③ トランスフィットネス教室(全6回)

移動式のトレーニングマシンを使った出張型の運動教室です。
☎10月5日～11月30日の毎週(火) (10月12日、11月9日・23日除く) ☎13時30分～15時 ☎大谷コミセン ☎12人 ☎8月31日(火)締め切り

①～③ 共通事項

☎市内在住の65歳以上の方 ☎無料 ☎電話で地域包括ケア推進課へ ☎初めての方優先。応募多数の場合は抽選

高齢者生きがい教室

◆ **鉛筆デッサン画教室(全5回)**

鉛筆の濃淡でデッサン画を楽しみましょう。
☎9月4日～10月2日の毎週(土) ☎10時～12時 ☎中根秀夫氏(美術講師) ☎2000円(材料費) ☎8月26日(木)必着

◆ **イスヨガ教室(全5回)**

椅子を使った体に優しいヨガを体験しましょう。
☎9月10日～10月8日の毎週(金) ☎13時30分～15時 ☎潮和美氏(ヨガインストラクター)・シニアヨガ指導者 ☎無料 ☎8月30日(月)必着

高齢者生きがい教室共通事項

☎場第一 高齢者生きがい会館 ☎市内在住の60歳以上で、全5回参加できる方 ☎各10人 ☎往復はがき(1人1枚)に、教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を、返信用表面に住所・氏名を記入し、〒243-0410 杉久保北2-3-4 第一高齢者生きがい会館「〇〇教室係」へ ☎応募多数の場合は抽選。詳細は、海老名市シルバー人材センター ☎☎237-3001へお問い合わせください

**海老名市議会
9月定例会のお知らせ**

☎ **議会事務局** ☎(235)4931

8月30日(月)と9月30日(火)は9時30分、その他は9時に開議予定です。

8月	30日(月)	本会議(議案審議)
	3日(金)	
9月	8日(水)	総務常任委員会 予算決算常任委員会
	9日(木)	文教社会常任委員会 予算決算常任委員会
	10日(金)	経済建設常任委員会 予算決算常任委員会
	14日(火)	本会議(一般質問)
	15日(水)	
	21日(火)	予算決算常任委員会 (決算審査)
	22日(水)	予算決算常任委員会
9月	24日(金)	予算決算常任委員会
	28日(火)	本会議(委員会報告・議案審議)
	30日(木)	

※会議の日程・時間などは変更になることがあります。会議日程などは市議会ホームページでもお知らせしています。会議のインターネット中継も併せてご覧ください。

