

コミュニティ

みゆき



第176号 2017年(平成29年)2月15日  
 発行 福山市御幸公民館  
 御幸町森脇 181-1 (TEL955-0392)

## 御幸学区 民生委員さんのご紹介

12月に福山市の民生委員さんの改選により、御幸学区でも新たな活動の歩みを始めました。超高齢社会を迎えている今日、支援活動の困難さはいっそうハードになっています。

支援する側と支援される側が心からの信頼関係を持ち、ともに住みよい明るいまちを築くために、力を合わせていきましょう。

名前	担当地域	備考
佐藤 加津江	【上岩成】正戸・上組・東和苑	新
岩木 久満	【上岩成】中筋・川西	
野田 恒雄	【下岩成】上組・東組	
岡本 加代子	【下岩成】下組	
中田 麗子	【下岩成】竹田・中町・下組の一部 【森脇】柳原の一部	
大河 源	【森脇】柳原・柳原西・能万	
高橋 美恵子	【森脇】上組・中市西の一部	
門田 真理子	【森脇】中市西・中市東 【中津原】羽賀の一部	
井原 美代子	【中津原】兼近・神原・ひまわり 【森脇】柳原の一部	
山根 美津子	【中津原】羽賀・古川・古川東	
戸田 恒司	【中津原】新茶屋・新茶屋東組・御幸片山・御幸南	
園尾 裕	【中津原】小山	
橋本 忍	【中津原】下組	新
中島 順子	主任児童委員	



## 2017年度(平成29年度)

### 「運動普及推進員養成講座」・「食生活改善推進員養成講座」受講生募集 ~仲間づくり! 生きがいづくり! みんなで楽しく健康づくり!!~

福山市では、健康づくりのための「運動」・「食生活」を地域に広めるボランティアを養成しています。  
 あなたも一緒に活動してみませんか?

講座名	運動普及推進員養成講座	食生活改善推進員養成講座
受講期間 (月1回程度)	2017年5月~2018年2月	2017年6月~2018年3月
対象	おおむね40歳~70歳の福山市民 ※できるだけ全日程に参加できる人。(日程は調整中) ※講座修了後、「運動普及推進員」または「食生活改善推進員」としてボランティア活動を行うことができる人。	
実施場所	福山すこやかセンター(福山市三吉町南二丁目11番22号)など	
受講料	無料	
申込方法	本人が直接電話で3月10日(金)までに申込みをしてください。 ※申込み多数で受講をお断りする場合があります。 ※受講決定者には5月初旬に、講座の案内を個別通知します。	
申込み・ 問い合わせ先	保健所健康推進課	☎(084)-928-3421



## 御幸学区社会教育活動事業

# フラク+輝きUP塾II～フラワーアレンジメント教室～

日 時 2017年3月7日(火) 10:00～  
 場 所 御幸公民館 2階 会議室  
 講 師 フラワーアレンジメント教室 cotori  
 藤井 昌美 さん  
 内 容 生花を使ったアレンジです  
 材 料 費 1,500円  
 締め切り 2月28日(火)  
 申し込み 御幸公民館 (955-0392)

花の内容は時期によって  
多少変更しますのでご了承  
ください。



作品見本

心もお部屋も明るくなります♡

## 3B体操の仲間を募集しています!

3B体操は生涯を通じて、心身ともに健康な日常生活が送れるように年齢・性別に関係なく、誰にでも楽しんでいただける健康体操です。3種類の用具を使って、様々な音楽に合わせて行います。

3B体操の4大効果とは・・・

1. 生活習慣病にならないための有酸素運動
2. ロコモ予防のためのバランス機能改善運動と筋力づくり運動
3. けがの予防やすべての運動に柔軟性を高めるためのストレッチング
4. 心身のリラックスと認知機能改善のためのあそびの運動

気軽に・体に無理なく・楽しんでできる3B体操で、あなたもより健康に！よりしあわせに！ぜひ、ご参加ください！！

2017年3月30(木)  
10:00～11:30  
御幸公民館 会議室  
運動のできる服装で  
タオル・飲み物をお持ち  
ください。  
室内シューズがある方  
はご用意ください。



## 公民館での市民課証明並びに所得・課税証明の取扱いについて

★月曜日から金曜日の午前9時から12時までです。  
(休日・休館日を除く)

★利用できる人は、福山市に住民登録をされている人で、御幸学区に居住している人、または御幸学区に勤務している人です。

★窓口に来られた人の**本人確認**をさせていただきます。  
みなさんの大切な個人情報第三者による不正取得を防止するため、「本人確認」が法律で義務づけられ、代理人の場合は「委任状」が必要です。

(住民票・印鑑登録証明書等を請求の場合)

○運転免許証・旅券・健康保険証・年金手帳・学生証・社員証・キャッシュカード・診察券など何れか**1点**の確認

(戸籍謄抄本を請求の場合)

○運転免許証・旅券などについては何れか**1点**の確認

○健康保険証・年金手帳・学生証・社員証・キャッシュカード・診察券などについては何れか**2点**の確認

★代理人が請求される場合は、本人が書いた**委任状**が必要になります。  
委任状の必要事項は

【本人】住所・名前・生年月日(必ず本人の印鑑が押してあるもの)

【代理人】住所・名前・生年月日(委任内容を具体的に書いてください)

ただし、住民票は同じ世帯の人、戸籍謄抄本は同じ戸籍に書かれている人・配偶者・直系の親族の人は不要です。

★使用目的・提出先を確認してきてください。

★釣銭のいらないようご協力をお願いします。

★印鑑登録証明書を請求される人は、印鑑登録証をお持ち下さい。

戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)	450円
戸籍個人事項証明書(戸籍抄本)	450円
※除籍を除く	
附票全部証明書	300円
附票一部証明書	300円
住民票の写し	300円
住民票記載事項証明書	300円
労働基準法第111条代用証明	無 料
年金現況届の証明(個人年金)	300円
年金現況届の証明(公的年金)	無 料
印鑑登録証明書	300円
所得および課税証明書	300円

【業務用の証明書発行はできません】

12時までです

小銭をお持ちください

ご本人確認をさせていただきます

代理人の場合は、委任状が必要です

