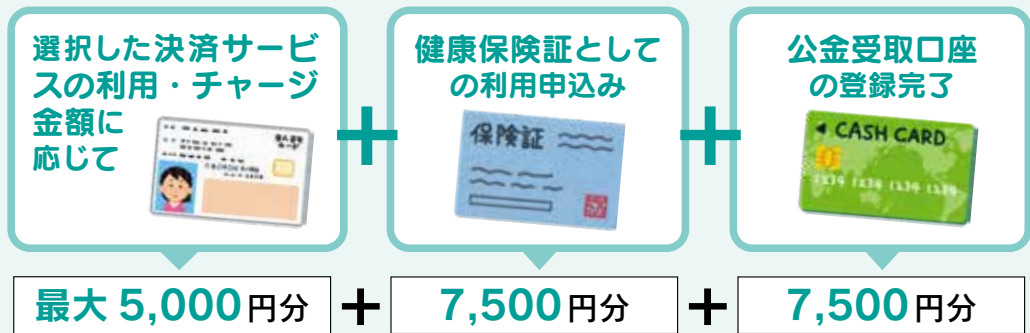




マイナポイント第2弾の  
申込期限が令和5年9月末まで延長！

最大20,000円分もらえるマイナポイントの申込期限が9月末まで延長されました。

- ◎対象 令和5年2月末までにマイナンバーカードを申請された人
  - ◎申請方法 ①スマートフォン、パソコン(ICカードリーダーが必要)で申込み  
②マイナポイント手続きスポット(コンビニエンスストア、郵便局等)で申込み  
③市役所、山陽総合事務所、南支所、埴生支所、公園通出張所で申込み
- ※申請方法等、詳しくは窓口にお問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。【市HP】



※最大5,000円分のマイナポイントは、マイナンバーカードを既に取得した人のうち、マイナポイント第1弾の申込みを行っていない人も含まれます。

圏市民課 (☎ 82-1140)



ウォーキングマイスターと歩こう！  
ウォーキングイベントの参加者募集

## ●赤崎地区木戸刈屋道を歩こう！(4km程度)

スマイルエイジングの「運動」分野のチャレンジ目標「まずは、毎日プラス10分、プラス1000歩、歩こう」「毎日体を動かそう」を、市民のみなさんが達成できるように、ウォーキング教室を開催します。ウォーキングマイスターたちと楽しくウォーキングを始めませんか？市民なら、どなたでも参加できます。

- ◎日時 5月16日(火) 9:30～11:30 (受付9:15～、小雨決行)
- ◎集合場所 赤崎地域交流センター ◎講師 三戸 洋 (理学療法士)
- ◎参加料 無料 ◎定員 一般20人、マイスター20人 (先着順)
- ◎持参するもの 運動のできる服装、タオル、飲み物、スマートフォン (お持ちの人)
- ◎申込期限・方法 前日までに電話または窓口で申込み (FAXでも可)



【市HP】

### ■ウォーキングマップを活用して歩こう！

「山陽小野田市ウォーキングMAP歩こうやあ」は、6コースのほか、シューズの選び方や歩き方等のウォーキングに役立つ情報を掲載しています。ウォーキングマップは、地域交流センターなどの公共施設および市内のスーパーマーケット等で配布しています。コース等詳しくは、市ホームページをご覧ください。



【MAP】



圏・健康増進課 (☎ 71-1814 FAX 39-5624)