



「あたまの健康チェック」と 認知症予防教室「あたまの若返り教室」

認知症は、早めに気づき、早めに対策することが大切です。

■あたまの健康チェック

◎対象 市内在住で 65 歳以上の人
(原則、認知症の診断や治療を受けている人は除く)

◎日程・場所 (地域交流センター)

- 10 月 19 日(月) 高千帆
- 10 月 20 日(火) 高泊
- 10 月 22 日(木) 有帆

※時間は 10:00 ～ 11:00 です。

◎内容

もの忘れの程度が確認できるチェック表を用いた検査、結果の説明、認知症予防についてのアドバイス

◎定員 各 30 人 (先着順)



【WEB申請】

■あたまの若返り教室 (全 5 回)

◎対象 市内在住で 65 歳以上の人
(原則、認知症の診断や治療を受けている人は除く)

※原則、全 5 回参加してください。

◎日時 11 月 5 日～ 26 日の木曜日、
1 月 14 日(休) 13:00 ～ 15:00

◎場所 高千帆地域交流センター分館

◎内容 認知症予防効果のある体操や
コグニサイズ、生活習慣の改善、脳
を活性化するプログラム 等

◎定員 各 30 人 (先着順)



【WEB申請】

◎申込期限・方法 それぞれ開催 3 日
前までに電話、WEB 申請

問・図 地域包括支援センター (高齢福祉課内 ☎ 82-1149)



住民票の写し等の 第三者交付に係る本人通知制度

「住民票の写し等の第三者交付に係る本人通知制度」とは、事前に登録した人に係る住民票の写し等を代理人や第三者による請求に基づいて交付したときに、本人にその事実を郵送でお知らせするものです。

住民票の写し等の交付事実をお知らせすることにより、その請求が不正であった場合の早期発見、個人情報の不正使用防止や事実関係の早期究明が可能になります。

◎対象 山陽小野田市に住民登録をしている人または本籍がある人

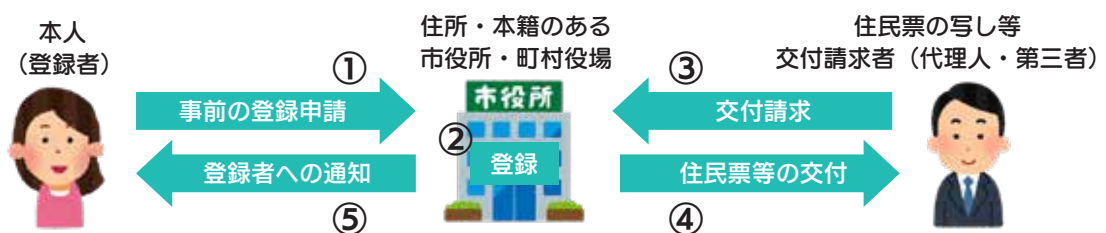
◎事前登録に必要なもの

窓口に来る人の本人確認書類 (運転免許証、旅券、マイナンバーカード等)

◎登録方法 窓口

◎通知の対象となる書類

- 住民票の写し (除票を含む)
- 住民票記載事項証明書
- 戸籍謄本・抄本 (除籍、改製原を含む)
- 戸籍記載事項証明書
- 戸籍附票の写し (除籍、改製原を含む)



問・図 市民課 (☎ 82-1140) 市民窓口課 (☎ 71-1513)