

健康 福祉センター健康相談

問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

- 日時 2月24日(火) 13時30分～15時
- 場所 福祉センター 2階
- 対象 どなたでも
- 申し込み 不要
- 内容

・骨の健康チェック／手首の骨で簡易測定
協賛団体:(株)明治、明治牛乳たつはら販売店
持ち物:骨密度測定の検査データ

・筋力測定／筋肉量を測定
従事者:介護予防運動指導員
※13時15分から整理券を配布します。(定員20人)

・健康相談／高血圧等健康に関する個別相談
従事者:保健師、管理栄養士
持ち物:直近の血液検査データ

牛乳の試飲
あります

福祉 令和7年度 家族介護教室

問 地域包括支援センター(役場2階)
☎821-3210 FAX.823-9627

介護についてのさまざまな知識や技術を学ぶ教室を開催します。高齢者の介護をしている人はもちろん、介護や健康について関心のある人ならどなたでも参加できます。

今月のテーマ

訪問入浴について知ろう!

在宅で介護を受ける場合、衛生保持の問題が生じる可能性があります。自宅での入浴が難しい人でも、浴槽に浸かり心身の健康維持をサポートする介護サービスについて学びましょう。

- 日時 2月18日(水) 13時30分～15時30分
- 場所 ひのうらセンター 1階 研修室
- 対象 町内在住の要介護者を介護している人
介護に関心のある人
- 定員 15人
- 講師 広島福祉サービス訪問入浴介護事業部
- 参加費 無料
- 申し込み 電話で地域包括支援センターへ。



福祉 認知症カフェ

問 長寿保険課(役場2階)
☎823-9609 FAX.823-9627

認知症の人やその家族がゆったりと過ごしたり、必要な情報を集めたりすることを目的とした認知症カフェを町内2カ所で行います。参加にあたっては、事前の予約などが必要な場合がありますので、必ず問い合わせ先に確認してください。

①認知症カフェ花みずき

- 日時 2月25日(水) 13時30分～14時30分
- 場所 特別養護老人ホーム花みずき(大立町6-4)
- 問い合わせ 特別養護老人ホーム花みずき(☎821-0201)

②海田町オレンジライン

- 2月開催 ●日時 2月7日(土) 13時30分～15時30分
●場所 町民センター(寺迫1丁目1-29)
- 3月開催 ●日時 3月7日(土) 13時30分～15時30分
●場所 福祉センター(日の出町2-35)
- 問い合わせ 原本 明美さん(☎090-8242-0639)

福祉 令和7年度 第9回
スマートフォンセミナー

問 地域包括支援センター(役場2階)
☎821-3210 FAX.823-9627

さまざまなテーマでスマートフォンの機能、アプリ操作が学べます。スマホ初心者でも安心して受講できる体験型セミナーです。気軽に申し込んでください。

- 日時 2月27日(金) 13時30分～15時30分
- 場所 役場1階 多目的室1-1A
- 今月のテーマ

①メッセージアプリ編

LINEの基本操作を学び、友達追加、写真・スタンプの送信などの機能を使いこなして家族や友人と交流を深めましょう。

②スマホ決済編

PayPayなど電子決済の種類や特徴について学びましょう。スマホ決済のメリット、デメリットについて。

- ※スマートフォン(Android)体験機を1人1台貸し出します。
- 対象 町内在住の65歳以上の高齢者など
※契約中の通信会社を問わず参加可能。
- 定員 20人 ※受講申し込みが10人以下の場合は中止。
- 講師 ソフトバンク スマホアドバイザー
- 参加費 無料
- 申し込み 電話で地域包括支援センターへ。

福祉 認知症サポーター
ステップアップ講座

問 長寿保険課(役場2階)
☎823-9609 FAX.823-9627

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けをする認知症サポーターの役割などを再確認すると共に、認知症高齢者などにやさしい地域づくりを推進することを目的に、認知症サポーターステップアップ講座を開催します。気軽に申し込んでください。

- 日時 3月18日(水) 13時30分～15時30分
- 場所 特別養護老人ホーム花みずき 地域交流スペース(大立町6-4)
- 対象 認知症サポーター養成講座修了者(認知症サポーター)
※申し込みの際に、認知症サポーター養成講座の修了年度を確認します。
- 定員 20人
- 講師 特別養護老人ホーム花みずき 事業統括部長
国清 浩史さん(広島市認知症アドバイザー)

- 参加費 無料
- 申し込み 電話またはFAXで申し込むか、直接長寿保険課の窓口へ。

お知らせ 国民年金保険料の納付は、
口座振替が便利でお得です

問 住民課(役場2階)
☎823-9206 FAX.823-9627

年金のお支払いは便利な口座振替を利用してください。利用には口座振替申出届の提出が必要です。振替方法は5種類です。なお、まとめて前払い(前納)すると保険料が割引されます。

振替方法	振替日	割引
2年前納	4月末	○
1年前納		○
6ヶ月前納(4～9月分)		○
6ヶ月前納(10～3月分)	10月末	○
当月末振替(早割)	当月末	○
翌月末振替	翌月末	×

※振替日が休日の場合は翌営業日に振替されます。

口座振替に関して、くわしくは日本年金機構のホームページを確認してください。



- 口座振替申出届の提出場所
金融機関等窓口、年金事務所、住民課(役場2階)
マイナポータルでのオンライン申し込みもあります。
- 持ち物 年金手帳または基礎年金番号通知書、通帳、金融機関届出印
- 締め切り 2月末(必着)(当月末・翌月末振替は随時受け付けします)

お知らせ 海田町役場休日窓口開庁日

問 住民課(役場2階)
☎823-9205 FAX.823-9627



- 今月の休日開庁日 2月14日(土)
 - 開庁時間 8時30分～17時15分
 - 業務内容 住民票、戸籍関係証明書の発行、印鑑登録および証明書の発行、旅券(パスポート)の交付の申請および交付(受領証持参)、住民票の異動(転入・転出など)の受け付け、マイナンバーカードの申請受け付け・交付
- ※転入・転出、転居に伴うその他の手続き(健康保険など)はできません。
- ※旅券の申請・戸籍などの発行は、一部受け付けができない場合があります。(住所や本籍が海田町にない人の申請など)
- ※印鑑登録は、写真付身分証明書(運転免許証など)を持参できない場合、即日登録はできません。

マイナンバーカード交付臨時窓口開設について

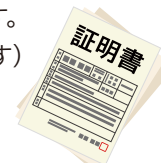
マイナンバーカード(個人番号カード)の交付にかかる臨時窓口を毎月第4木曜日(祝日を除く)に開設します。

- 今月の臨時窓口 2月26日(木) 17時15分～19時
 - 場所 住民課(役場2階)
- ※マイナンバーカードの交付事務以外の業務は行いません。

お知らせ 海田東公民館
証明書発行コーナー開設中

問 住民課(役場2階)
☎823-9205 FAX.823-9627

- 開設日時 毎週月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
8時30分～17時15分 開館は9時からです。
(証明書発行のみ8時30分から行っています)
- 業務内容 住民票、戸籍関係証明書、
印鑑証明書、税の証明書の発行

お知らせ 高齢者いきいき活動ポイントの奨励金
支給申請期限は2月27日(金)です

問 長寿保険課(役場2階)
☎823-9609 FAX.823-9627

上限(100ポイント)に達していない人も1ポイントから申請できます。必要事項を記入し、ポイント手帳配布時に同封している返信用封筒にて返送するか、直接長寿保険課に提出してください。

- 記入するページ
 - ・27、28ページの申請書
 - ・29ページのアンケート

※令和8年分のポイント手帳の交付申請は随時受け付けています。(ポイント手帳の交付には申請が必要です。1度申請すると次回以降に申請は必要ありません。申請済みの人の令和8年分のポイント手帳は令和7年12月中旬に送付しています)