

### マイナンバーカードを取得しよう



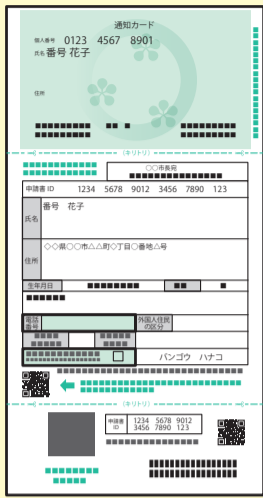
まだ、マイナンバーカードをお持ちでない方で、コンビニ交付を利用する方または興味がある方は、ぜひマイナンバーカードの交付申請をしてください。交付申請をしてからカードを受け取るまで、約1か月かかります。

申請書は、平成27年10月以降に郵送した紙製の「通知カード」の下の部分についています。

申請書がない方や住所や名前等に変更があった方は、市民課、松山・野塩出張所で新たに申請書を発行します。運転免許証や健康保険証などの本人確認書類(官公署が発行した顔写真付きの身分証明書1点または健康保険証、年金手帳、年金証書などの場合は2点)をご持参ください。

申請には郵送、パソコン、スマートフォン、まちなかの証明写真機から申請し、マイナンバーカードを市役所で受け取る方式(交付時来庁方式)と、市民課で申請を行いカードを郵送で受け取る方式(申請時来庁方式)があります。詳しくは下記へお問い合わせください。

☎市民課住民係 ☎042-497-2037



通知カードと申請書のイメージ

### 募集

### 東京清瀬市みつばちプロジェクト 市役所産はちみつを使用した新商品

清瀬市役所産はちみつを使用した特産品・店舗のメニューとして提供のご当地グルメの提案を募集します。

【プロジェクトの趣旨】自然を豊かにするみつばちとともに清瀬の環境保全活動を推進していく

【募集資格】事業の趣旨に賛同し、プロジェクトの取り組みに協力し

市役所産はちみつ [kiyohachi]

ていただける事業所(個人は不可) 【提出物】①商品名(清瀬市産とわかる名称とする)②提案書(簡単なもので結構です。書式は任意)

☎3月1日~31日(必着)にメール(mitsubachiproject@city.kiyose.lg.jp)に提出物を添付して総務課営繕係 ☎042-497-1841へ

これまでの商品の一部



## 3月は東京都の自殺対策強化月間 ~ 気づいてください! 体と心の限界サイン ~

東京都では年間2,000人近くの尊い命が自殺により失われています。また30歳以下の自殺者は全体の3割を占めており、若い方の自殺者が多いことが特徴です。

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでもおこり得る危機」であり、誰もが当事者となり得る重大な問題です。

＜こころの健康を意識していますか?＞

こころの健康は生活の質に大きく影響するものです。

“こころの健康”を保つには多くの要素があり、適度な運動・バランスのとれた栄養・食生活は、こころの健康においても重要な基礎となります。

こころの健康を保つ生活を心掛けましょう。

☎健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

#### ◆街頭キャンペーン

市では東京都・自殺対策関連団体・西武鉄道株式会社と連携し“自殺対策街頭キャンペーン”を行います。清瀬駅で自殺対策普及グッズを配布予定です。

☎3月9日(月)午後5時30分~6時30分 ☎健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

#### ◆3月「特別相談」

☎東京都福祉保健局保健政策部健康推進課 ☎03-5320-4310

相談名・電話番号	日時	実施主体
東京都自殺相談ダイヤル ~こころといのちのほっとライン~ ☎0570-087478	27日(金)~31日(火)各日24時間	東京都(NPO法人メンタルケア協議会)
自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556	10日(火)午前8時~11日(水)午前8時、20日(金)・30日(月)午後4時~午前0時	一般社団法人日本いのちの電話連盟
フリーダイヤル特別相談 ☎0120-58-9090	7日(土)午前0時~9日(月)午前5時30分	NPO法人国際ピアフレンズ東京自殺防止センター
有終支援いのちの山彦電話 一傾聴電話 ☎03-3842-5311	1日(日)~31日(火)各日正午~午後8時(金曜日は午後10時まで)	NPO法人有終支援いのちの山彦電話
自死遺族傾聴電話 ☎03-3796-5453	10日(火)~13日(金) 各日午前10時~午後10時	NPO法人グリーフケア・サポートプラザ
自死遺族相談ダイヤル ☎03-3261-4350	20日(金)~22日(日) 各日午前11時~午後7時	NPO法人全国自死遺族総合支援センター
LINE相談	1日(日)~31日(火)各日午後3時~10時(受け付けは午後9時30分まで)	LINEアカウント名:相談ほっとLINE@東京

※相談受付時間の延長や、24時間対応等を行います。いずれの窓口も、相談料は無料です。 ※フリーダイヤル以外の通話料は有料。 ※「0570」で始まるナビダイヤルは、携帯電話の無料通話・かけ放題プランなどの対象外。

## 3月1日(日)~7日(土)は子ども予防接種週間

下表の医療機関・日程で予防接種が受けられます。実施日時などを確認し、事前にご予約ください。ワクチンの種類によっては入荷状況により接種できない場合があります。接種期限の迫っている方(特に麻しん風しん第2期対象者)はこの機会にぜひお受けください。

☎健康推進課健康推進係 ☎042-497-2075

※麻しん風しん第2期対象者(平成25年4月2日~平成26年4月1日生まれ)は、3月31日までは自己負担なしで接種できますが、それ以降は全額自己負担での接種となります。ご注意ください。

※ヒブワクチンが一時出荷を見合わせています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

実施機関(五十音順)	実施日(いずれも3月)							予防接種種類										
	1日(日)午後	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)午前	四種混合	三種混合	ジフテリア破傷風	MR1・2期	日本脳炎	不活化ポリオ	ヒブ	小児用肺炎球菌	子宮頸がん	水痘	B型肝炎
宇都宮小児科内科クリニック(※1) 元町1-8-2 ☎042-491-5556	×	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○
清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7 ☎042-491-2217	×	○	○	○	○	○	×	○	×	○	○	○	×	×	×	×	○	×
清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33 ☎042-493-6111	×	○	○	○	○	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○
酒田クリニック 野塩5-280-2 ☎042-496-7328	×	×	○	×	×	○	×	×	×	○	×	○	×	×	×	×	×	×
杉本医院(※2) 元町2-7-1 ☎042-492-1199	×	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○	×
とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042-497-3456	×	○	×	×	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
花園医院 松山3-5-14 ☎042-491-0315	×	○	○	○	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
廣橋小児科・内科医院 元町1-5-3 ☎042-493-7400	×	○	○	○	○	○	○	○	※3	○	○	○	※3	○	○	※3	○	○
宮本医院 松山1-42-6 ☎042-491-0547	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	○	○	×	○	○	×	○	○
武蔵野総合クリニック(※4) 元町1-8-30 ☎042-496-7015	○	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※1=月・火・木・金曜日は午後 ※2=月~土曜日は午前9時~11時30分、月・火・木・金曜日は午後3時30分~5時30分 ※3=三種混合・不活化ポリオ・子宮頸がんのみ要予約 ※4=インターネットより予約

### 今月の納期

◆国民健康保険税(第9期) ◆後期高齢者医療保険料(第9期) ◆介護保険料(第9期) 3月31日(火)までに納めてください。