

大切ないのちを守るために ～3月は「自殺対策強化月間」です～

問 福祉課 福祉総務・障がい福祉係 (Tel.64-1518)

自殺は、誰にでも起こり得る身近な問題で、さまざまな悩みで心理的に追い込まれることが原因です。みんなで支えあい、「誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指しましょう。」

- 大切ないのちを守るために
- ▼ 病気や家族のこと、職場環境など、さまざまな悩みから心理的に追い込まれてしまうことは誰にでも起こり得ることです
- ▼ 悩んでいる人に気づいたら「眠れている？」「元気がないけど何かあったの？」など、心配している気持ちや伝え、ゆっくり話を聴いてください
- ▼ 悩みを話してくれたら、専門家や相談窓口にご相談するように促してみましよう

■ 一人で悩まず相談してみませんか
 ストレスや悩みなどが重なったときは、身近な人に話を聞いてもらい、張り詰めたところを緩めてみましょう。周囲の人に相談ができません

「こころの悩みに関する相談窓口」

■ 心くおか自殺予防ホットライン
 Tel.092-592-0783
 (24時間365日対応)
 Tel.0120-020767
 (月～金曜 午後4時～翌午前9時、土・日・祝日 24時間)

ときは、相談窓口にご相談してみてください。
 ■ こころの自己チェックをしてみよう
 2週間続いていると思う項目にチェックをつけてみましょう。

- ① 毎日の生活に充実感がない
- ② これまで楽しんでいたことが楽しめなくなった
- ③ 以前は楽にできていたことが、今はおっくうに感じられる
- ④ 自分が役立つ人間と思えない
- ⑤ わけもなく疲れたような感じがする
- ⑥ 不眠が続く、生活に支障がある
- ⑦ 気分がひどく落ち込んで、自殺について考えることがある

チェックの数が次に当てはまる場合は、かかりつけ医や相談窓口にご相談しましょう。
 ・①～⑤のうち2項目以上に該当し、毎日の生活に支障がある場合
 ・⑥または⑦に該当する場合

■ こころの健康相談(福岡県南筑後保健福祉環境事務所)
 Tel.72-2176
 (月曜～金曜、祝日除く。午前8時30分～午後5時15分)

日曜に市役所本庁の一部を開庁します

(3月19日、26日、4月2日。午前8時30分～正午)

■ 転入や転出などの住民異動届と住民異動に伴う手続きを受け付けます。

受付業務	担当課
▶ 転入、転出、転居などの住民異動届の手続き ※ 婚姻、離婚、出生、死亡などの戸籍届は本庁の当直室でお預かりします。 ▶ 印鑑登録の手続き ▶ 住民票の写し、戸籍に関する証明書の交付 ▶ マイナンバーカードの申請、交付および更新 ※ マイナンバーカードの交付は事前に電話予約が必要です(Tel.88-9737)。 ▶ 原動機付自転車などの登録・廃車の手続き、納税通知書などの送付先変更	市民課 住民係 (Tel.64-1513)
▶ 国民年金、国民健康保険、後期高齢者医療、公費医療の資格異動の手続き ▶ 障害者手帳などの住所変更に関する手続き	健康づくり課 国保年金係 (Tel.64-1529) 健康づくり課 医療係 (Tel.64-1527) 福祉課 福祉総務・障がい福祉係 (Tel.64-1530)
▶ 児童手当、保育所の手続き	子ども子育て課 子ども子育て係 (Tel.64-1535)

※ 転入・転出手続きなどと同時に戸籍届を提出する場合は、平日開庁時間に事前に住民係へ連絡ください。
 ※ 他市町村や関係機関に確認が必要な場合など、手続きを行えないことがあります。事前に担当課へ問い合わせください。

オンラインで引っ越しの手続きができるようになりました



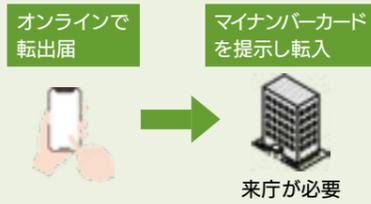
問 市民課 住民係 (Tel.64-1513)

マイナポータル

2月6日から、マイナポータルを通じたオンラインでの転出届の提出、転入(転居)予約のサービスが始まりました。マイナンバーカードを利用して、オンライン申請を行うことで、市役所窓口に行かなくても転出手続きができます。転入(転居)手続きは来庁が必要ですが、手続きにかかる時間を短縮することができます。
 ※ 転入手続きに行く際は、マイナポータルで転出届が完了になっているか確認ください。
 ※ 海外に引っ越しをする人は、オンラインでの手続きができません。市役所窓口で転出手続きをしてください。
 ■ 手続きに必要なもの
 利用者証明用電子証明書(暗証番号4桁)と署名用電子証明書(暗証番号6～16桁)を搭載したマイナンバーカード、マイナンバーカードに対応したスマートフォンなど
 ■ 手続きができる人
 引っ越しをする本人
 ※ 引っ越し前の住所で同じ世帯の人(一緒に住民票に記載されている人)が、同じ新しい住所に引っ越しをする場合は、まとめて手続きができます。

オンライン手続きの流れ

- ① マイナンバーカードを使ってマイナポータルにログインし、新旧の住所や必要な手続き、引っ越し先の自治体窓口に行く予定日などを入力します。
- ② 今まで住んでいた自治体から引っ越し先の自治体に情報が送られます。手続きの進行状況はマイナポータルで確認できます。
- ③ 予定日になったら、引っ越し先の自治体窓口でマイナンバーカードを提示し、転入手続きを行います。



消防署からのお知らせ「ふれあい119」

問 市消防本部 予防課 予防係 (Tel.62-5993)



火災警報器アンケート



■ 3月1日(水)から7日(火)は「春季全国火災予防運動」期間です
 3月1日(水)午前7時と午後7時の2回、火災予防意識喚起のためサイレンを鳴らします。火災と間違われないようにお願いします。

2022年度全国統一防火標語

「お出かけはマスク戸締り火の用心」

■ 火災情報メールにご登録ください
 事前登録された人に、火災発生情報をお知らせします。

■ 火災情報メール登録サイト
<http://www.center-chikugo119.jp/fire/saigai/pb/mobile/pb.html>



火災メール登録サイト

【住宅用火災警報器は

10年たったら「とりカエル」
 住宅用火災警報器は、安心・安全のために定期的に作動テストをして、10年を目安に交換しましょう。火災予防運動にあわせて住宅用火災警報器のアンケートを行いますので、ご協力をお願いします。

乳幼児健診など母子保健行事の日程(令和5年度)

問 子ども子育て課 子育て世代包括支援センター係 (Tel64-1520)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
4か月児健診	6日(木) R4.11月生	11日(木) R4.12月生	1日(木) R5.1月生	6日(木) R5.2月生	3日(木) R5.3月生	7日(木) R5.4月生	5日(木) R5.5月生	2日(木) R5.6月生	7日(木) R5.7月生	11日(木) R5.8月生	1日(木) R5.9月生	7日(木) R5.10月生
10か月児健診	12日(水) R4.5月生	12日(金) R4.6月生	7日(水) R4.7月生	14日(金) R4.8月生	9日(水) R4.9月生	15日(金) R4.10月生	11日(水) R4.11月生	10日(金) R4.12月生	13日(水) R5.1月生	12日(金) R5.2月生	14日(水) R5.3月生	15日(金) R5.4月生
1歳6か月児健診	20日(木) R3.9月生	18日(木) R3.10月生	15日(木) R3.11月生	20日(木) R3.12月生	17日(木) R4.1月生	21日(木) R4.2月生	19日(木) R4.3月生	16日(木) R4.4月生	14日(木) R4.5月生	18日(木) R4.6月生	15日(木) R4.7月生	21日(木) R4.8月生
3歳児健診	27日(木) R2.3月生	25日(木) R2.4月生	22日(木) R2.5月生	27日(木) R2.6月生	24日(木) R2.7月生	28日(木) R2.8月生	26日(木) R2.9月生	30日(木) R2.10月生	21日(木) R2.11月生	25日(木) R2.12月生	22日(木) R3.1月生	28日(木) R3.2月生
発達相談	27日(木)	25日(木)	22日(木)	27日(木)	24日(木)	28日(木)	26日(木)	30日(木)	21日(木)	25日(木)	22日(木)	28日(木)
親子教室	11日(火) 18日(火)	2日(火) 16日(火)	6日(火) 20日(火)	4日(火)	1日(火) 22日(火)	5日(火)	3日(火) 17日(火)	7日(火)	5日(火) 19日(火)	9日(火) 16日(火)	6日(火) 20日(火)	5日(火) 19日(火)
離乳食教室	-	17日(水)	-	19日(水)	-	20日(水)	-	15日(水)	-	17日(水)	-	13日(水)
母子健康手帳交付	13日(木) 26日(水)	10日(木) 24日(水)	14日(木) 28日(水)	12日(木) 26日(水)	8日(火) 23日(水)	13日(木) 27日(水)	10日(火) 25日(水)	8日(水) 22日(水)	12日(火) 27日(水)	10日(木) 24日(水)	13日(火) 28日(水)	12日(火) 27日(水)

乳幼児健診(4か月児健診、10か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診)

身体測定、内科・歯科診察や栄養・歯科・発育など育児に関する相談を行います(対象者には個別に案内を送付します)。
■場所 総合市民センター ■受付時間 午後1時~1時30分

発達相談【予約制】事前に電話などでの予約が必要です
ことばや発達が気になるお子さんと、言語聴覚士・臨床心理士による個別面談を行います。
■場所 総合市民センター ■時間 午前9時~正午

親子教室【予約制】事前に電話などでの予約が必要です
親子で集団遊びができる教室です。発達など気になることの相談もできます。
■場所 総合市民センター ■時間 午前10時~11時30分
■定員 8組

離乳食教室【予約制】事前に電話などでの予約が必要です

■場所 総合市民センター ■時間 午前10時~正午
■対象 離乳食が必要なお子さんがいる家族の人
■定員 先着10人
■持ってくるもの 筆記具、お子さんの持ちものなど
■その他 託児あり

母子健康手帳交付

■交付場所 みやま市役所(本庁2階子ども子育て課)
※別日に受け取りを希望される場合は子ども子育て課へ事前に連絡ください。
■受付時間 午前10時15分~10時30分
■対象 みやま市に住民登録がある妊婦
■持ってくるもの 妊娠届出書、マイナンバーカードまたは通知カードと顔写真付の身分証明書、妊婦の金融機関口座が分かるもの(みやま出産応援ギフト申請書類)

はり・きゅう・あん摩等施術券を交付します

問 健康づくり課 医療係 (Tel64-1527)

4月から使用できる「はり・きゅう・あん摩等施術券」(水色)を発行します。
■交付日 3月30日(木) ※3月29日以前の申請受け付けはできません。
■交付場所 健康づくり課 医療係
▽山川・高田各支所 市民サービス係
■対象 みやま市民
■助成内容 施術1回につき千円を助成 ※指定する2か月の期間内に10回まで。
■持参するもの 本人または同一世帯の人が来庁する場合
▽本人または同一世帯の人が来庁者の本人確認ができるもの(運転免許証、保険証など)
▽別世帯の人が来庁する場合 ①来庁者の本人確認ができるもの(運転免許証、保険証など)
②委任状または受診者の本人確認ができるもの(運転免許証、保険証など)
■利用できる施術所 市が指定した施術所

国民年金付加保険料の納付のご案内

問 大牟田年金事務所 (Tel52-5294)、健康づくり課 国保年金係 (Tel64-1529)

第1号被保険者と任意加入被保険者(65歳未満の人)は、付加保険料を乗せて納めることで、支給する年金額を増やすことができます。
■付加保険料の月額 400円
■付加年金額 付加年金額(年額)は「200円×付加保険料納付月数」で計算します。2年以上支給すると、支払った付加保険料以上の年金を受給することができます。
20歳から60歳まで40年間付加保険料を納めた場合、200円×480月(40年)＝96000円(年額)が付加年金額として老齢基礎年金に上乗せされます。
※毎月の定額保険料を40年間納めた場合の老齢基礎年金＝77万7800円(令和4年度時点)
※付加年金は定額です。
■手続き場所
▽健康づくり課 国保年金係
▽山川・高田各支所 市民サービス係
▽大牟田年金事務所
■注意点
①付加保険料の納付は申出月からの開始となります
②付加保険料の納期限は翌月末日です
③納期限を超過した場合でも、期限から2年間は納めることができます
④付加保険料の納付をやめる場合は、付加保険料納付辞退申出書の提出が必要で
⑤国民年金基金加入者や免除該当者は、付加保険料を納めることはできません

軽自動車などの廃車手続き・名義変更はお早めに

問 税務課 市民税係 (Tel64-1511)

軽自動車や原動機付自転車(125cc以下)などの軽自動車税(種別割)は、4月1日現在登録の車両所有者に課税します。廃車や譲渡した場合は、早めの手続きをお願いします。
手続きの際は、来庁する人の本人確認ができる書類(運転免許証、保険証など)を持参ください。
■廃車手続き
車両のナンバープレートを、税務課市民税係または各支所市民サービス係に返却してください。
▼ナンバープレートを紛失した場合は、税務課市民税係のみでの手続きとなります
▼他市町村登録の車両の廃車手続きは、税務課市民税係でできます。所有者住所・氏名・車名・車台番号などを確認のうえ、ナンバープレートを持参ください
■譲渡(名義変更)手続き
廃車手続きと同様に、ナンバープレートを返却してください。手続き後、廃車証明書兼譲渡証明書を交付しますので新所有者に渡してください。
【125ccを超えるバイクに関して】
▼九州運輸局福岡運輸支局 久留米自動車検査登録事務所 (Tel050-5540-2081)
【軽自動車に関して】
▼軽自動車検査協会 福岡主管事務所 久留米支所 (Tel050-3816-1752)

バスに乗ろう! ~公共交通を維持するために~

問 企画振興課 地方創生係 (Tel64-1550)

バスは日常生活に必要な交通手段ですが、全国的にバスの利用者が減少しています。市内には、コミュニティバス「くすつぴー号」とみやま市と柳川市を結ぶ「堀川バス」が運行しています。バスの運行を維持するため、バスを利用し、地域の大切な公共交通を守りましょう。乗車の際は、感染予防にご協力をお願いします。
【くすつぴー号】
■運賃 一般100円 (高齢者・障がい者・小学生 50円、未就学児童 無料)
【堀川バス】
JR瀬高駅から西鉄柳川駅を経由し、亀の井ホテル柳川までをつないでいます。
・JR瀬高駅⇩西鉄柳川駅(約20分・運賃390円)
・JR瀬高駅⇩亀の井ホテル柳川(約35分・運賃530円)



新型コロナ、インフルエンザの感染対策をお願いします

問 健康づくり課 健康係 (Tel64-1515) (※2月21日時点の情報です)

【基本的な感染対策をしましょう】
 高齢者や呼吸器、循環器、肝臓に慢性疾患がある人、糖尿病や免疫が低下している人などは、新型コロナ感染症や季節性インフルエンザにかかると、入院が必要になったり、重症化して亡くなることもあります。
 基本的な感染対策が自分自身や家族などの命を守ることにつながります。次のポイントに注意して、感染症予防を行いましょう。

- 予防のポイント
- ▼ 外出後は手洗い・うがいをしましょう
- ▼ 十分な休養とバランスのとれた栄養を摂取しましょう
- ▼ 人が多く集まる場所への外出は控えましょう

【新型コロナワクチン接種を検討ください】

新型コロナワクチン接種を希望する人、接種を迷っている人は、接種会場を確認し、お早めに予約・接種を検討ください。
 ▼ 初回接種(1・2回目)で使っている従来型ワクチンは、すでに国からの供給が終了しており、供給済みのワクチンでの接種となります

▼ オミクロン株対応ワクチンの接種対象者は初回接種を完了した12歳以上の人で、最終の接種から3か月以上経過した人です。接種回数は1回のみです
 ※令和5年4月以降の接種については、国の方針が決まり次第、お知らせします。

新型コロナワクチンの接種予約

■ みやま市新型コロナワクチン接種コールセンター
 (Tel0120・092・380。午前9時～午後5時。土・日・祝日も対応)



WEB予約

くらしの困りごと相談室 (経験豊富な相談支援員が対応します)

問 くらしの困りごと相談室 (山川総合保健福祉センターげんきかん内) (Tel67-0010)

失業や休業などさまざまな理由により、生活に困窮している人を対象に、一人ひとりの状況に合わせた段階的な支援を行います。相談は無料です。
■ 相談日時 月・金曜、午前8時30分～午後5時 (土・日、祝日は休み)
■ 対象 市内在住の人
【こんなことで困っていませんか】
 くらしのこと
 ▼ 生活が不安だけど、どこに相談したらいいかわからない
 ▼ 遺産相続でもめている
 ▼ 病院に行きたいけれど保険証がない
 ▼ 離婚を考えている
仕事のこと
 ▼ 働きたいけれどブランクがあつて心配
 ▼ 仕事が見つからない
 ▼ 定年後も働きたい
お金(家計)のこと
 ▼ 生活が苦しい
 ▼ 子どもの学費が心配
 ▼ 家賃や税金を滞納している
 ▼ 借金の返済が大変

支援の流れ

- 【相談】 まずは相談ください
話を聴いて情報を伝えたり、解決に向けて一緒に考えます。秘密厳守。
- 【支援】 寄り添って支援します
さまざまな機関と相談しながら一緒に支援します。
- 【解決】 困りごと解決!
解決した後も、いつでも相談を受け付けます。



くらしの困りごと相談室

4月9日(日)は「福岡県議会議員一般選挙」の投票日です

皆さんの大切な一票を棄権することなく投票しましょう。

問 市選挙管理委員会(行政委員会事務局内) (Tel64・1554)

■ 投票日時

4月9日(日)午前7時～午後8時

■ 選挙の告示

3月31日(金)が告示日です。告示日に立候補届出を受け付けます。

■ 投票所入場券

自身の投票所が書かれたはがき形式の「投票所入場券」を、選挙人の住所地に直接郵送します。投票する際は、入場券を持参ください。郵便諸事情により、同世帯の入場券が同日に配達されない場合もありますのでご了承ください。
 ※入場券が届かない場合や紛失した場合も投票できます。投票所で係員に申し出てください。

■ 期日前投票

用事などで当日に投票できない人は、期日前投票ができます。期日前投票ができる期間、時間、場所は次のとおりです。

▼ 期間・時間

4月1日(土)～8日(土)午前8時30分～午後8時

▼ 期日前投票所(市内3か所)

市役所本庁4階大会議室・市役所山川支所1階・市役所高田支所
 ※どの期日前投票所でも投票できます。

■ 代理投票と点字投票

病気などで文字が書けない人は代理投票が、目が不自由な人は点字投票ができます。投票所で係員に申し出てください。

■ 不在者投票

都道府県の選挙管理委員会が指定する病院などに入院・入所している人で、投票日に投票所へ行けない人は、入院・入所中の病院などで不在者投票ができます。希望する人は、入院・入所先の施設の不在者投票担当者へ申し出てください。

出張などで期日前投票もできない場合は、投票用紙を請求して滞在地で投票する不在者投票を行うこともできます。

■ 郵便等投票

重度の身体障がいがあるなど、決められた要件に当てはまる人は、郵便投票

制度を利用できます。手続きには一定の期間を要しますので、希望する人はお早めに選挙管理委員会に問い合わせください。

■ 特例郵便等投票

新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養などを行っている人で、一定の要件に該当する人は、療養先で特例郵便等投票ができます。希望される人は選挙管理委員会まで問い合わせください。

■ 新型コロナウイルス感染症対策

投票所では、職員のマスク着用、手指用アルコール消毒液の設置、記載台などの定期的な消毒、投票所の換気などの対策を行います。投票用紙の記入は、持参した鉛筆やシャープペンシルを使うこともできます。

※各種制度の詳しい内容は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

選挙公報について

候補者の政見などを掲載した「選挙公報」を各世帯に配布します。
 ※4月3日(月)から3日間程度かけて配布予定です。
 ※市ホームページにも掲載します。

投票所を変更しています

- ▶ 第7投票区の投票所は、「みやま市立図書館カフェスペース」から「みやま市総合市民センター会議室1,2」に変更しています。
- ▶ 第13投票区の投票所は、「二川小学校ミーティングルーム」から「みやま市役所高田支所」に変更しています。