

ぎょうせい

行政・人権相談

行政相談は行政相談委員、人権相談は人権擁護委員が担当します。

五所川原地区(行政相談)

▷8月10日(休) 10:00~12:00

▷8月24日(休) 10:00~12:00

市役所1階相談室1A

問い合わせ先…市民課 内線2320

金木地区(行政・人権合同相談)

▷8月9日(休) 10:00~12:00

金木総合支所相談室

問い合わせ先

金木総合支所 内線3130

法務局人権相談

▷月曜日~金曜日(祝日を除く)

8:30~17:15

五所川原支局1階人権相談室

問い合わせ先

青森地方法務局五所川原支局

Tel.34-2330

人権擁護啓発メッセージ

(令和4年度人権教室より/金木小4年生)

『言葉に出して、相手に見える、
伝わる「思いやり」が大切だと
感じた』

8月13日にマイナンバーカード受取窓口を開設します

市民課では、お盆期間中の8月13日(日)に、マイナンバーカードの受け取り、電子証明書の更新、マイナポイントの申込みができる窓口を開設します。この機会にぜひご活用ください。

* 下記の日曜開庁および延長窓口はすべて本庁のみで実施します。金木・市浦地域の方は、1週間前までにご連絡ください。

* マイナポイント申込期限の9月末には窓口が大変混雑します。マイナンバーカードの受け取り・マイナポイントの申込みはお早めに!

開庁時間…8:30~12:00

* 混雑により待ち時間が発生することがあります。

その他の日曜開庁実施日

9月10日、10月8日、11月12日、12月10日、令和6年1月14日、2月

11日、3月10日

延長窓口でも受付しています

毎週月曜日 17:15~19:15

* 月曜日が休日の場合は翌開庁日(年末年始は除く)。

* 各種証明書の発行もできます。

問い合わせ先…市民課 内線2324

おやこのスペース『ゆったりーの』 「ハートネットを作ろう!」 ~ちょっと気になる子への支援~

『ゆったりーの』は、親子でゆったりと過ごせる居場所です。子育ての悩みや発達の不安の相談もお受けしますので、どなたでもお気軽にお越しください。

日程…8月26日(出)、9月9日(出)*、
9月16日(出)、9月30日(出)*、10
月14日(出)*、10月21日(出)、10月
28日(出)

(*)は発達の相談ができる日です。

場所…中央公民館3階大広間等

時間…10:00~15:00

(相談は13:00~15:00)

参加費…無料

対象…幼児から小学生(子どもだけの利用はできません)

問い合わせ先

社会教育課 内線2952

年金の知りたいことがすぐ に探せる「年金ポータル」

年金ポータルは、年金に関する情報をインターネット上で簡単に見つけられるように、厚生労働省が作成したポータルサイトです。このサイトでは自分の日常生活の中のシーンに合わせたテーマや、年金制度の基本的な仕組みについて、さまざまな関係機関のホームページから情報を探すことができます。

専門用語をできるだけ使わずに、図やイラストによるシンプルな解説で、年金について知りたいことがすぐ探せる「入口」としてご利用いただけます。

年金ポータル…<https://www.mhlw.go.jp/nenkinportal/>

問い合わせ先

国保年金課 内線2343

弘前年金事務所 Tel.0172-27-1339

肉の生食・加熱不足による 食中毒にご注意を!

夏場は温度や湿度が高く、食中毒を引き起こす細菌が増えやすい時期です。肉にはもともと「腸管出血性大腸菌」や「カンピロバクター」が付いていることがありますので、次のポイントを守り、食中毒を予防しましょう。

①つけない

▷手指や調理器具等はしっかり洗う。

▷食品の保管は、容器に入れ、蓋やラップをする。

②増やさない

▷調理は手早く、完成後はすぐに食べる。

▷すぐに食べないときは、冷蔵庫で保管する。

③やっつける

▷加熱調理の際は、中心部までしっかりと加熱する。

▷調理器具は、こまめに消毒する。

問い合わせ先

五所川原保健所 Tel.34-2108

職場での熱中症予防対策の 徹底を図りましょう

職場における熱中症により、全国で毎年約20人が亡くなり、約1,000人が4日以上仕事を休んでいます。

熱中症予防対策の徹底のため「STOP!熱中症 クールワークキャンペーン」を展開しています。

▷暑さ指数(WBGT値)を把握し、数値に応じて作業の計画をたてましょう。

▷冷房を備えた休憩場所など、涼しい休憩場所を確保しましょう。

▷のどが渇いていなくても、定期的に水分・塩分を取りましょう。

▷少しでも様子が異常を認めたときは、ためらうことなく、病院に搬送しましょう。また、病院に運ぶまでは1人きりにしないようにしましょう。

* 詳しい予防対策は「クールワークキャンペーン」で検索

問い合わせ先…五所川原労働基準監督署 監督・安衛課 Tel.35-2309