

## 市民総合窓口、栄・下田各サービスセンターの受付時間が変わります

市民窓口課 ☎34-5540

4月から、市役所三条庁舎の市民総合窓口と、栄・下田各サービスセンターの一部のサービスの受付時間が変わります。

### 変更後 月～金曜日 午前9時～午後4時30分

- \* 市民総合窓口では次の時間も受け付けます。
  - ・火曜日は午後7時まで
  - ・第2・4日曜日は午前9時～正午まで

### 対象となるサービス

各種証明書の発行、マイナンバーの手続き、パスポートの手続き、印鑑登録、住所異動の手続きなど（日曜日は一部対応しないものがあります。）

- \* 祝日・年末年始を除きます。
- \* 嵐南サービスコーナーはサービスを終了します。

### 栄体育館トレーニングルーム無料体験会

高齢介護課 ☎34-5457

リハビリテーション専門職に運動方法などを相談できます。

とき…3月14日(木) 午前9時30分～11時

ところ…栄体育館

対象…市内在住でトレーニングルームを利用したことが無い65歳以上

定員…先着10人

服装…動きやすい服装

持ち物…タオル、飲み物、内履き、筆記用具

申込期間…2月5日(月)～3月7日(木)

### 鍵かけで空き巣・盗難対策

環境課 ☎34-5574

短時間でも家を留守にするときや、自転車止めるときは、必ず鍵をかけましょう。

申し込み期間…2月13日(火)

定員…30人

服装…動きやすい服装

持ち物…タオル、飲み物、筆記用具、内履き

対象…講座に3回以上出席でき、終了後にサポーターとして活動できる人

ところ…①②③厚生福祉会館、④サンファーム三条

とき…3月6日(水) 午前11時15分～④3月6日(水) 午前9時30分～正午

### 高齢者の肺炎球菌感染症予防接種の特例措置の終了

健康づくり課 ☎34-5443

特例措置で65歳以上も市の助成対象でしたが、来年度以降は対象外となります。今年度の対象者で接種を希望する人は、期限までに接種ください。

特例措置対象者…65、70、75、80、85、90、95、100歳

ところ…指定医療機関(当課か、かかりつけ医に問い合わせください。)

接種期限…3月31日(日)

### マイナンバーカード出張申請代行

市民窓口課 ☎34-5540

確定申告会場で、マイナンバーカードの申請を職員が代行します。

とき…2月21日(水) 午前9時～正午、3月6日(水) 午前9時～午後4時

## ともに生きるまちづくりに向けて

福祉課 ☎34-5408

例えば

- 障がい者による理由に
  - ・サービスの提供や入店を拒否された…
  - ・施設などの利用や入会を制限された…

障がい者による理由に差別的な扱いを受けたときは、一人で悩まず、相談ください。

相談先

- 三条市障がい者差別解消・虐待防止センター (三条市福祉課) ☎34-5408
- 相談支援センター ハート ☎35-0815
- 相談支援事業 つなぐ ☎47-1221
- 相談支援センター 青空 ☎47-1267
- 相談支援センター 心と園 ☎46-8222
- 相談支援センター さんじょう社協 ☎33-9510

### 新型コロナウイルス感染症の罹患後症状(いわゆる後遺症)について

健康づくり課 ☎34-5445

よくある症状は次のものです。長く続くときは他の疾患が考えられます。かかりつけ医や医療機関に相談ください。

ところ…燕三条地場産センター1Fリサーチコア

- ・疲労感、倦怠感、関節痛、筋肉痛、せき、たん、息切れ、胸痛、脱毛、記憶障害、集中力低下、頭痛、抑うつ、嗅覚障害、味覚障害、動悸、下痢、腹痛、睡眠障害、筋力低下

罹患後症状の相談窓口、診療体制 (県ホームページ)

罹患後症状について (厚生労働省ホームページ)

## きっかけの1歩

### 中央公民館 ☎32-4811

#### 初心者 スマホ 講座

メモなどの便利な機能やセキュリティを学びます。

とき…2月20日(火) 午後1時30分～3時30分

定員…抽選20人

申込期限…2月12日(月・振)

### 三条東公民館 ☎35-1200

#### 雪の街シアター

とき…2月20日(火) 午後1時30分～3時30分

上映作品…「ローマの休日」(字幕版)

#### スマホで便利! のるーとさんじょうの使い方

市街地エリアで運行する「のるーとさんじょう」をスマホで予約する方法を学びます。

とき…2月27日(火) 午後1時30分～3時

定員…抽選16人

申込期限…2月16日(金)

#### エコでおしゃれ! ふろしき活用講座

とき…3月4日(月) 午前10時～正午

定員…抽選10人

申込期限…2月19日(月)