



転出などの手続きはお早めに！3月末～4月上旬は窓口が混み合います

進学・就職・転勤などで市外に転出する人は、市役所での手続きが必要です。手続きは、転出する日の14日前から可能です。新しい住所が決まりましたら、早めに手続きをしてください。

■転出手続きに必要なもの

- 国民健康保険に加入している人…国民健康保険被保険者証など(学生被保険者証が必要な人は、学生証または在学証明書)
 - 後期高齢者医療制度に加入している人…後期高齢者医療被保険者証など
 - 子ども・妊産婦・重度心身障害者・ひとり親家庭・寡婦等医療費受給者証をお持ちの人…各種医療費受給者証
 - 介護保険被保険者証をお持ちの人…介護保険被保険者証
- 上記に加え、身分証明書(マイナンバーカードや運転免許証など)が必要です。

■引越し手続オンラインサービス

転出の手続きは、マイナポータルからオンラインでも届け出が可能です。電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの人は、日本国内で引っ越しをする際に利用できます。



引越し手続オンラインサービス

※マイナポータルから転出届を提出した後は、別途、転入先の市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要です。

■マイナンバーカード記載の住所・氏名が変わったときは…

カードに新情報を記載しますの
で、窓口にお越しください。
住所・氏名が変わると、マイナンバーカードに記録されている署名用電子証明書が失効します。引き続き利用する場合は再発行を受けてください。



住所変更手続きの詳細はこちら

▶問い合わせ先＝市民環境課市民登録係(☎内線123)

大船渡産ワインによく合うスイーツ作り教室、試食・試飲イベント開催！

地域おこし協力隊・三浦隊員による、大船渡産のワイン・シードル・りんごジュースが楽しめるイベントを開催します。この機会にぜひ、地元ワイナリーの製品を味わってみませんか？

- ▶期日＝3月20日(木)
- ▶場所＝リアスホール 会議室1、2
- ▶対象＝どなたでも可

※車でお越しの人や20歳未満の人は、アルコール類の試飲をご遠慮ください。

■第1部「お菓子作り教室」

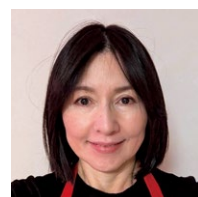
- ▶時間＝午後1時～2時30分
- ▶内容＝チョコ、レアチーズケーキ、ナッツのキャラメリゼなどを作ります。

■第2部「試飲・試食会」

- ▶時間＝午後2時30分～4時
 - ▶内容
- ①第1部で作ったお菓子の試食、大船渡産ワイン・シードル・りんごジュースの試飲・試食
 - ②お菓子作り専門家・荻田 尚子さんによるお菓子作りのコツ講座
 - ③(株)スリーピークス代表・及川 武宏さんによる大船渡産ワイン講座



■講師略歴



荻田尚子さん

東京都渋谷区青山のフランス菓子店で2年勤務した後、料理研究家・石原洋子のアシスタントとなり、同時に世田谷区の洋菓子店でパティシエとして腕を振るう。2016年、主婦と生活社刊行の『魔法のケーキ』で第3回料理レシピ本大賞 in Japanのお菓子部門大賞受賞。雑誌掲載やテレビ出演などで多岐にわたり活躍。

- ▶定員＝全日参加6人、第2部のみ参加14人
- ※応募多数の場合は抽選

▶参加料＝無料

▶申込方法

申込フォームから申し込みください。

▶申込締切日＝2月28日(金)

▶問い合わせ先＝地域おこし協力隊 三浦 弘嗣
【Eメール】kaitokusha@gmail.com



申込フォーム

あなたと家族の健康のため「未来かなえネット」に加入しませんか？

■「未来かなえネット」とは

気仙地域の病院・薬局・介護事業所・訪問看護などの間で、患者の病気や薬、検査結果といった医療情報を共有し、より効率的で適切な医療・介護サービスを提供しています。

■加入のメリット

- ▶病院受診のとき＝病状・投薬・検査結果などの情報を共有することで、複数の病院に通院する場合に同じような検査や薬が重なることを避けられます。また、自分では忘れがちな薬の名前や病状経過が正確に医師へ伝わります。
- ▶救急のとき＝救急車で搬送中、患者の病歴などをリアルタイムで救急センターの医師と共有でき、搬送後の治療がスムーズに進みます。
- ▶介護にも活用＝医療と介護間の情報共有が、退院後のケアプランに役立ちます。また、介護施設利用者が病院を受診する際に、患者の状況などを事前に医師へ伝えることができます。



▶災害時にも＝カルテやお薬手帳がなくても情報を確認でき、安心して治療や介護が続けられます。

■子育てや妊娠の悩みをオンラインで相談できます

専門の医師や助産師に電話・LINE・Eメールで相談できます。気仙地区在住の加入者の利用は無料です。



▶小児科・産婦人科オンライン(夜間相談・予約制)

電話やLINEで受け付けます。※平日午後6時～10時

▶いつでも相談(24時間受付)＝ウェブサイトでも相談を受け付けます。回答はウェブまたはEメールで確認できます。

■加入方法

申込書に必要事項を記入し、郵送してください。申込書は、未来かなえネット参加施設、市役所国保医療課で配布するほか、ホームページからもダウンロードできます。

▶申込先・問い合わせ先

(一社)未来かなえ機構(☎22・7261)



未来かなえ機構ホームページ

大船渡市男女共同参画情報

——いきいき通信では、男女共同参画に関する情報をお知らせします。

いきいき通信

編集・問い合わせ先＝男女共同参画室
TEL 0192・27・3111(☎内線278) FAX 0192・27・8878

国際女性デーや国際男性デーをご存じですか？

■国際女性デーと国際男性デー

毎年3月8日は、国際女性デーです。
国際女性デーは、女性の権利を守りジェンダー平等の実現を目指す日、女性の素晴らしい活躍と功績をたたえる日として、1975年に国連が提唱し、1977年の国連総会で議決されました。

また、毎年11月19日は国際男性デーで、男性のさまざまな社会問題に焦点を当て、理解を広げる機会としています。

■ジェンダーバイアスとジェンダー平等

社会に残る「女性らしさ」や「男性らしさ」といった性別による考え方(ジェンダーバイアス)は、個人の能力や可能性、生き方の選択肢を制限する「足かせ」となることがあります。

女性が抱える問題には、経済的な格差や暴力、社会的地位の向上、仕事と家庭の両立、女性特有の健康問題などがあります。また、男性は社会的地位やリーダーシップ、安定した経済力などを期待される傾向があり、過度なプレッシャーが原因の心身の不調や、長時間労働により育児や私生活に時間を割けないといった問題を抱えています。

ジェンダー平等の推進は、それぞれが抱える問題の解決の助けとなるものであり、誰もが生きやすい社会になることは、女性にも男性にも利益をもたらします。

皆さんもこの機会に、男女共同参画やジェンダー平等などについて考えてみましょう。

