

写真撮影  
無料

## マイナンバーカード申請サポートいろいろあります！

◆商業施設などで…マイナンバーカードの出張申請サポートを行います。

日時	会場
2/16(金)	11:00~17:00 問屋町会館(青森総合卸センター)
2/17(土)・18(日)	10:00~18:00 ユニバース東青森店
2/20(火)	11:00~17:00 はまなす会館
2/20(火)・21(水)	9:30~16:30 青森県運転免許センター
2/22(木)	10:00~17:00 久栗坂町民会館
2/23(金)	10:00~18:00 さくら野百貨店青森本店
	11:00~17:00 油川市民センター
2/24(土)・25(日)	10:00~18:00 ラ・セラ東バイパスショッピングセンター
2/27(火)	11:00~17:00 はまなす会館
2/28(水)・29(木)	10:00~17:00 DCM三内店
3/1(金)	10:00~16:00 沖館市民センター
	10:00~16:00 高田教育福祉センター

【問合せ】申請サポート窓口コールセンター

☎0120-14-8170 (10:00~18:00 ※土・日、祝日を除く)

◆1人からでも…

ご指定の場所に出張します。

【出張予約申込み】

☎080-9180-4881

10:00~17:00

※土・日、祝日を除く

マイナンバーカード申請  
サポート特設ページ▶



◆郵便局で…

青森中央郵便局、青森西郵便局で  
受付しています。

【受付時間】

9:00~17:00

※土・日、祝日を除く

【問合せ】市民課

☎017-718-0440

### 戸籍証明書などの 広域交付が始まります

3月1日(金)から、本籍地  
以外の市区町村の窓口でも、  
戸籍証明書・除籍証明書など  
を請求できるようになります。  
証明書を請求できるかたは、  
本人、配偶者、父母・祖父母  
などの直系尊属、子・孫など  
の直系卑属で、市区町村の窓  
口で請求いただきます。

郵送や代理人による請求、  
一部事項証明書や個人事項証  
明書の請求はできませんので  
ご注意ください。  
なお、窓口にお越しになっ  
たかたの本人確認のため、運  
転免許証やマイナンバーカー  
ド、パスポートなどの顔写真  
付きの身分証明書の提示が必  
要となります。  
※戸籍情報連携システムのメ  
ンテナンスなどによる稼働  
停止時には交付できないこ  
とがあります。

問市民課

☎017-734-5239

### 転出届はマイナポータル からオンラインで提出 できます

電子証明書が有効なマイナ  
ポータルをお持ちのかた  
で、日本国内での引っ越しを  
するかたは、マイナポータル  
からオンラインで転出届の提  
出ができます(別途、転入先  
市区町村の窓口で転入届など  
の手続が必要)。

このサービスを利用する  
と、本市から転出するとき、  
住民異動窓口へのご来庁が原  
則不要となります。

また、転入届及び転居届の  
手続の際には、同様にマイナ  
ポータルから来庁予定の連絡  
ができます。

詳しくは、市ホームページ  
をご確認ください。

問市民課

☎017-734-5241

### 林業退職金共済制度 (林退共)のお知らせ

林退共は昭和57年に発足し  
た林業界で働くかたのために  
国が作った退職金制度です。

○掛金は、税法上、法人では  
損金、個人企業では必要経  
費となります。

○掛金の一部が免除されます。

○雇用事業主が変わっても退  
職金は企業間を通算して計  
算されます。

### 事業主の皆さんへ

・労働日数に応じて掛金とな  
る共済証書は適正に共済手  
帳に貼付してください。

・共済手帳を持っている従事  
者が林業界を引退するとき  
は、忘れずに退職金を請求  
するよう指導してください。

### 共済手帳をお持ちの皆さんへ

・事業所が変わるときは手帳を  
忘れずに受け取りましょう。

・林業界から引退したら忘れず  
に退職金を請求しましょう。

・以前に加入していたかたは、  
請求したか確認しましょう。

詳しくは、お問合せください。

問(独)勤労者退職金共済機構

林業退職金共済事業本部

☎03-6731-2889



▲林退共  
ホームページ

# 知っていますか？「ヘルプカード」

障害がい者支援課（☎017-734-5319）



ヘルプカードとは、障がいなどがあり、自分から「困った」「手助けしてほしい」となかなか伝えられないかたが、あらかじめ配慮してほしいことなどを記入し、日常生活や緊急時、災害時などに周囲の人に手助けを求めたいときに提示することで、手助けを求めやすくするカードです。ヘルプカードは、「手助けがほしい人」と「手助けできる人」をつなぐカードです。

## ●障がいのある人が困っていたら…

聴覚障がいや内部障がいなど、外見からは障がいがあることが分かりにくい場合があります。『ヘルプカードを持っていて、何か困っているような人』を見かけたら、「何かお手伝いすることはありますか？」と声をかけましょう。皆さんのご理解とご配慮をお願いします。



## ヘルプマーク

「ヘルプマーク」を身に付けたかたを見かけた場合は、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。

## ●ヘルプカードの活用場面

### 緊急のとき

道に迷ったとき、パニックや発作、体調が悪くなったときは、短い言葉で優しく声をかけてください。ヘルプカードにはパニックや発作の際の対処法などを書いています。

### 災害のとき

災害が発生したとき、災害により避難行動が必要なときは、落ち着けるように、優しい言葉で具体的にゆっくり状況を伝えてください。安全確保を優先して連絡先に連絡をしてください。

## 西秀記の



## コラム



1月7日、青森市はたちのつどい。今年度は、新型コロナ5類移行を受け、4年ぶりの一斉開催。学校生活を共にした仲間との再会を果たし、恩師を囲んでの記念撮影や思い出話に花を咲かせていました。2,261名の未来ある若者たちがそれぞれの思い描く輝かしい人生を歩むことを願っています。

1月16日、「青森県産ホタテを学校給食で食べて応援！」のため、堤小学校1年1組でホタテフライを試食。子どもたちが「家でも食べたい」と笑顔を見せていたのが印象的でした。これからも地産地消と食育を推進するとともに、県産ホタテの消費拡大により事業者を応援してまいります。

同日、第102回全国高等学校サッカー選手権大会で優勝した青森山田高等学校の選手の皆さんが新町通りをパレード。沿道からたくさんの歓声が上がりました。その後のセレモニーでは、多くの市民に感動と勇気を与えてくれたことに感謝の意を込めて市長特別賞を授与。2冠を達成した青森山田サッカー部の更なる飛躍を期待します。

今後も青森市の未来を担う若者が生き生きと活躍できるよう全力で応援してまいります。



1月16日 青森県産ホタテを学校給食で食べて応援！3月までに、市内の全小・中学校で県産ホタテを使った給食を月2回提供する予定です。