

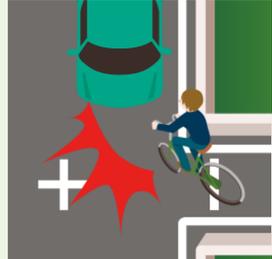
守ろう！自転車の交通ルール

暖かくなり、自転車に乗る機会が増えます。ルールを守り、安全に自転車を運転しましょう。こんな自転車の運転をしていませんか？

傘さし運転



一時停止標識を無視し 止まらず走行



歩行者より 自転車優先で走行



無灯火運転



右側走行



信号無視



自転車の保険へ加入しましょう
 自転車の事故でも高額賠償が請求される場合があります。

事例
 賠償額**9,521万円**。小学生の自転車と歩行者が衝突。歩行者が負傷して意識が戻らない状態になった。

岡区民生活課生活環境係 ☎025-382-4254

ご利用ください！区役所に来庁せずに手続きができます

3月、4月は引越しに伴う手続きなどにより、区役所の窓口が大変混雑することが予想されます。新型コロナウイルス感染拡大防止の一環として、証明書のコンビニ交付や郵送による請求、手続きをご活用ください。

コンビニ交付 発行手数料割引中！



マイナンバーカードを利用して、平日、土日祝日の午前6時30分～午後11時に全国のコンビニエンスストアなどで証明書が取得できます。詳細は二次元コードよりホームページをご覧ください。



- 発行可能な証明書
住民票の写し、印鑑登録証明書、住民票記載事項証明書、戸籍の全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写し、課税(所得)証明書(現年度分のみ)
- 発行手数料
令和5年3月31日まで通常の手数料より1通あたり150円割引しています。

郵送での請求、手続き



郵送により証明書などを申請することができます。発行のための様式など詳細な手続きについては、各二次元コードよりホームページをご覧ください。交付まで時間がかかる場合がありますので、日数に余裕をもって申請してください。



■住民票の写し・戸籍
 謄本などの証明
 岡新潟市郵送証明センター
 (☎025-223-7109)



■市税に関する証明
 岡市民税課
 (☎025-226-2243)



■市外への転出
 (転出届)
 岡区民生活課
 (☎025-382-4203)



■国民健康保険の脱退
 岡区民生活課
 (☎025-382-4235)

食推からこんにちは 小松菜と長芋の梅肉和え

「江南区の地場産食材を使った健康レシピ 第2弾」より

ワシの風味のおかげで薄味でも美味しく食べられるんじゃ。小松菜はシャキッとした歯ごたえをのこして茹でるのが美味しく食べるポイントよのう。

- 材料(4人分)
- ・長芋 160g
 - ・小松菜 200g
 - ・めんつゆ(3倍濃縮) 小さじ2
 - ・かにかま 3本
 - ・しょうが 10g
 - ・梅干し 1個
 - ・ゆずの皮 少々



- 作り方
- ①長芋は皮をむいてすりおろす。
 - ②小松菜はゆでて3cmに切り、めんつゆを和えてなじませておく。
 - ③かにかまは斜め5mmに切り、しょうがは皮をむいて千切りにする。
 - ④梅干しは種を取り除き、細かく切ったたたいたら長芋と合わせておく。
 - ⑤小松菜、かにかま、しょうがを和えて小鉢に盛り付ける。
 - ⑥④をかけ、千切りにしたゆずの皮をそえる。

健康レシピ(第2弾)
 区役所など公共施設・区内直売所・アピタなどで絶賛配布中！

栄養価(1人分)
 エネルギー:44kcal、たんぱく質:2.7g、
 脂質:0.3g、炭水化物:8.3g、塩分:0.9g

岡健康福祉課 健康増進係
 ☎025-382-4316

江南区郷土資料館(江南区文化会館内)
 ☎025-382-1157
 <開館時間>月~木・土10時~19時
 日・祝日 10時~17時
 ※毎週金曜、年末年始(12/29~1/3)は休館

令和4年度 新規登録ボランティアの募集
 来館者への展示ガイドなどを行うボランティアを募集します。
活動内容 ①展示解説 ②体験活動支援 ③展示設営 ④資料整理
 ①~④の希望するもの(いくつでも可) ※活動詳細は同館へ連絡
活動日 開館日を基本とした希望の日(団体見学がある日やイベント開催日)
応募資格 満15歳(中学校卒業)以上で、健康で当館に無理なく通うことができる人。歴史などの知識の有無は問いません。
 岡3月31日(木)までに電話で同館へ

消防情報 消太くんの視点

あなたのいる、その事業所 防火管理は大丈夫？

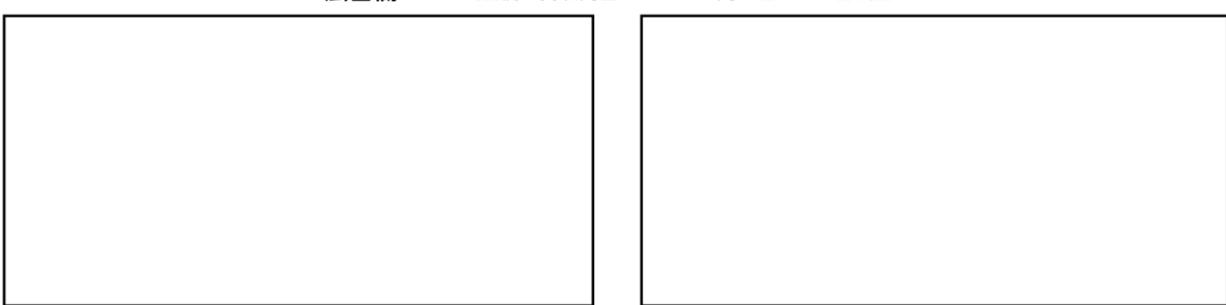
一定規模以上の事業所は「防火管理者」を選任する法的義務があります。
 防火管理者は、消防計画の作成、消防訓練の実施、消防設備の維持管理など、事業所や出入りする人の安全を守る役割があります。
 例年、この時期は人事異動などで防火管理者が不在となり、防火管理体制の不備が継続することがあります。
 人事異動などで防火管理者が不在になる場合、早めに防火管理者資格付与講習会を受講されるようお願いいたします。
 また、防火管理者に変更がある場合、所轄消防署への届出が必要です。



「私の会社は防火管理者が必要？」「講習の申し込みはどうすれば？」「届出の方法は？」など疑問がありましたら江南消防署まで、お気軽にご相談ください。

消太くん(制服バージョン)
 岡江南消防署 市民安全課 予防調査係 ☎025-381-2327

<広告欄> ※広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ



市報にいがた・区役所だよりアプリ「マチイロ」での配信を終了

スマートフォンなどのアプリ「マチイロ」での市報と区役所だよりの配信は、3月20日号で終了します。新潟市LINE公式アカウント(右)で「市報にいがた・区役所だより電子版」を登録すると、発行日にプッシュ通知を受け取ることができます。



市LINE公式アカウント

江南区心配ごと相談所 来所または電話相談(予約不要) 毎週木曜日(祝日を除く) 午後1時~4時 場江南区福祉センター 岡江南区社会福祉協議会【相談専用電話】☎025・250・7823