

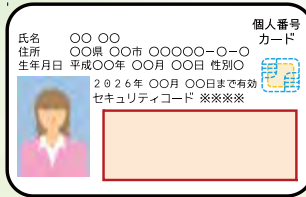


マイナンバーカードは申請しましたか

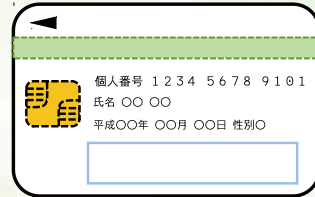
区役所の窓口では、マイナンバーカードの交付申請を受け付けています。オンライン（パソコン、スマートフォン）や郵便でも申請できます。この機会にマイナンバーカードを作りませんか。

- 窓口で申請する場合は、本人確認資料を持ってお越しください。また、申請時にパスワード設定まで行くと、カードを郵送（本人限定受取）で受け取ることができます。
- 申請用紙がお手元でない方には送付しますので、お申し出ください。
- 申請からカード完成までに約1カ月半～2カ月程度かかります。

マイナンバーカード (個人番号カード)



表面



裏面

マイナンバーカードを作るとこんなメリットがあります

- コンビニエンスストアなどで、住民票の写しや印鑑登録証明書などが取得できます。
- 現在、一人当たり最大で5,000円分のポイントが付与されるマイナポイント事業を実施中です。
- 3月から、対象の医療機関・薬局などで、健康保険証として利用できるようになります。
- 申請方法やマイナポイントなど詳しくは [千葉県 マイナンバーカード](#)

マイナンバーカードの窓口での受け取りは事前予約制です



区役所から届く個人番号カード交付通知書兼照会書をご用意の上、市マイナンバーカード交付予約コールセンターで受取日の2営業日前までに予約してください。

予約方法1 パソコン・スマートフォンなどインターネットから予約する

[千葉県 マイナンバーカード交付予約](#) 24時間365日対応

予約方法2 電話で予約する ☎0120-086-489 年末年始を除く8:30～17:30

*1年以上前に申請したカードの受け取り予約については、下記問い合わせ先へご連絡ください。

☎稲毛区役所市民総合窓口課 ☎284-6109 FAX284-6151



穴川コミュニティセンター

①フラワーアレンジメント教室

ガーデン風アレンジメントを作ります

☎2月21日(日)9:30～12:00

☎成人

☎先着10人

☎2,000円

②いなげ穴川寄席

☎2月21日(日)14:00～16:30 13:30開場

☎成人

☎当日先着30人

☎500円

☎①申込書(窓口で配布。☎から印刷可)を記入の上、料金を添えて穴川コミュニティセンターへ

☎同センター ☎284-6155 FAX284-6156

長沼コミュニティセンター

①つるし雑展

☎2月5日(金)～17日(水)

②ガトーショコラづくり

☎2月13日(土)10:00～12:30

☎4歳以上の方

(小学生以下は保護者同伴)

☎先着8人

☎2,000円

③春の太巻き祭り寿司づくり

ひな祭りの太巻きを作ります。

☎2月20日(土)10:00～13:00

☎小学生以上の方(小学生は保護者同伴)

☎先着12人

☎1,800円

④キッズのショコラカンパニョづくり

☎2月27日(土)10:00～12:30

☎4歳児～中学生

(小学4年生以下は保護者同伴)

☎先着10人

☎2,000円

☎②2月6日(土)・③13日(土)・④20日(土)までに、直接または電話で、長沼コミュニティセンター ☎257-6731へ

☎同センター ☎前記 ☎257-6732

各種相談案内 無料

☎電話相談のみ行います。

- **くらし相談**…日常生活上の心配ごと
月～木曜日 9:00～16:00
金曜日 9:00～15:00
- **交通事故相談**…損害賠償や示談
水曜日 9:00～16:00
12:00～13:00は相談を行いません。

*行政相談、法律相談、住宅相談は、緊急事態宣言が解除されるまで、中止します。

申込先・問い合わせ

稲毛区役所地域振興課

☎284-6106 FAX284-6189

本紙掲載のイベントなどについて

新型コロナウイルス感染症の影響で催しが中止・延期になる場合があります。詳しくは、各催しの問い合わせ先またはホームページでご確認ください。

[千葉県 新型コロナ イベント](#)

今月の区役所休日開庁日

2月14日(日)9:00～12:30

主な開庁窓口 市民総合窓口課
市税出張所

こんにちは赤ちゃん!

生後4カ月までの赤ちゃんがいるすべてのご家庭を訪問します

地域保健推進員、助産師や保健師が家庭を訪問し、子育ての相談や母子保健サービスの案内をしています。訪問時には、市発行の身分証を携帯しています。

子育てや健康のことなどで心配がありましたら、訪問した際にお気軽に相談してください。



新生児訪問	出生通知書をもとに、助産師または保健師が家庭を訪問し、赤ちゃんや保護者の健康などについて、相談に応じます。
2か月児訪問	生後2カ月の赤ちゃんのいる全ての家庭に、市の委嘱を受けた地域保健推進員が出生届をもとに訪問し、子育ての相談に応じ、母子保健サービスをご案内します。
乳児家庭全戸訪問	新生児訪問や2か月児訪問で会えなかった家庭に、助産師が訪問し、赤ちゃんや保護者の健康などについて相談に応じます。

☎稲毛保健福祉センター健康課 ☎284-6493 FAX284-6496

読み聞かせボランティア講座

読み聞かせに関する講義・実技を行います。

日時 3月4日(木)10:00～12:00

会場 稲毛保健福祉センター

対象 区内在住・在勤・在学の方

定員 先着15人

申込方法 電話で、市社会福祉協議会
稲毛区ボランティアセンターへ

☎市社会福祉協議会

稲毛区ボランティ

アセンター

☎284-6160

FAX290-8318



健康ひろば

稲毛区健康づくりスローガン 歩け稲毛あなたのいっぽ!

健康のために、あなたのいっぽ、踏みだしてみませんか?

稲毛保健福祉センター健康課では、健康に関する相談や教室などを開催しています。

参加する際は、体調を確認の上、お越しください。



健診・相談名	日時など	内容・対象など	定員	申込
健診 乳幼児健康診査	対象児のいる家庭に送付する健康診査票をご確認ください。	各健康診査に要する時間は、受付終了後1時間30分～2時間位です。4か月児健康診査は、結核予防のためのBCG接種を併せて行います。4か月児健康診査＝4・5カ月、1歳6か月児健康診査＝1歳6・7カ月、3歳児健康診査＝3歳5～7カ月が対象です。		
相談 栄養相談	2/3(水)・8(月)・17(水)・22(月) 10:00～14:50	管理栄養士による離乳食や生活習慣病予防など、食事についての個別相談。特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
禁煙相談・健康相談	2/3(水)・8(月)・16(水)・26(金) 10:00～15:30	保健師などによる禁煙の取り組み方や生活習慣病予防、健診結果の見方などについての個別相談	各4人	②
大人の歯科相談	2/9(水)・26(金)9:20～14:30	歯科衛生士による歯周病予防など歯の健康についての個別相談 対象＝成人	各4人	②
女性の健康相談	2/10(木)10:00～12:00	助産師によるライフサイクルに伴う女性の心と体の不調などについての個別相談	2人	②
精神保健福祉相談	2/25(木)15:10～17:10	精神科医による個別相談。対象＝憂うつ・眠れない・不安・ひきこもりなど、心の健康でお悩みの方または家族。	3人	③
子どもの歯科相談	2/26(金)9:20～15:00	歯科衛生士による仕上げみがきの方法や虫歯予防など歯の健康についての個別相談。対象＝就学前児。	15組	②
離乳食相談	2/9(水)10:00～14:50	離乳食2～3回食の進め方についての個別相談 対象＝第1子で1回食を始めた6～8カ月児を持つ保護者	8人	②

☎稲毛保健福祉センター(稲毛区穴川4-12-4)

☎2月1日(日)9:00から電話で、同センター健康課各班へ

特に記載のないものは予約制(当日受付不可)

詳しくは、[千葉県 稲毛区健康課](#)

☎ ①すこやか親子班 ☎284-6493 ②健康づくり班 ☎284-6494 ③こころと難病の相談班 ☎284-6495 FAX284-6496