

子育てワンストップサービスを開始しました

子育てに関する事務について、インターネットから電子的な手続きが行える「子育てワンストップサービス」を11月13日(月)から本格的に開始しました。

■利用条件

- 以下の全てを持っている人。
- マイナンバーカード
- インターネットに接続するパソコンとICカードリーダー、またはICカードリーダー機能を持つスマートフォン(アンドロイドOSのみ、13機種限定)

※マイナンバーカードに公的個人認証の利用者証明書が格納され、PINコードの事前設定がなければ利用不可。

■利用対象業務

- 児童手当 手当額の認定請求、額改定請求・届、消滅届、未支払請求、現況届
- 保育施設利用 支給認定兼入所申込、現況届
- 妊娠届(母子健康手帳の交付等) 妊娠届、プレママンアンケート

○ご注意ください

保育施設の入所申込申請や妊娠届の手続きは、別途担当課での面談が必要です。児童手当の現況届は来年6月頃からの開始予定です。



◎問い合わせ

- 児童手当 本庁 子育て家庭課 子育て給付係 ☎40・7252 FAX25・5440 kodomo@city.saga.lg.jp
- 保育施設利用 本庁 保育幼稚園課 入所・入園係 ☎40・7286 FAX40・7365 hoiku@city.saga.lg.jp
- 妊娠届 本庁 健康づくり課 母子保健係 ☎40・7282 FAX40・7380 kenko@city.saga.lg.jp

週に2日は休肝日を つくりましょう！

楽しくお酒を飲む機会が増える季節になりましたが、肝臓を休める日(休肝日)を決めていますか？肝臓は、アルコール等の異物を無害なものに変えてくれる働きをしています。毎日飲酒を続けると、肝臓は疲労し、炎症等の肝機能障害を起します。

しかし、肝臓はダメージがあっても自覚症状はほとんどありません。年に一度は健診結果で肝臓の状態を確認し、お酒と楽しく上手に付き合おう。

○心身の健康とお酒の関係

自分の意志でアルコールの摂取量をコントロールできないときには依存症が疑われます。医療機関や相談機関に相談してみましよう。

【相談機関のご案内】

- 佐賀中部保健福祉事務所 ☎30・1691
- 佐賀県精神保健福祉センター ☎73・50600

◎問い合わせ

- 本庁 健康づくり課 健康推進係 ☎40・7283 FAX40・7380 kenko@city.saga.lg.jp

健診で分かる肝臓の数値

項目	基準値
AST(GOT)	31U/l未満
ALT(GPT)	31U/l未満
γ-GTP	51U/l未満

上記の基準値を超えると、炎症等で肝細胞が壊れている可能性があります。

生活習慣病のリスクを高める飲酒量

男性は純アルコール40g以上/日
女性は純アルコール20g以上/日

飲料の種類(アルコール度数)	純アルコール20gに相当する目安量
ビール(5%)	500ml(中瓶1本)
清酒(15%)	160ml(1合弱)
ウイスキー(43%)	60ml
焼酎(25%)	100ml
ワイン(12%)	200ml

資料:「健康日本21(第2次)」

維新SAGAのぼんち話



江藤 新平

佐賀七賢人・維新十傑の一人。司法卿、参議。

江藤は頭脳明晰で、司法卿として現在の司法・裁判制度をほぼ独力で整備したと伝えられています。

佐賀藩士時代は家が貧しく日々の食事にも困るほど...。おかずといえば「イワシの頭」という食生活で、明治政府出仕後も着る物は古着で、ぜいたくとは無縁の人だったようです。

政府で要職を歴任していた頃、江藤の下には多いときには40人を越える書生(学生)が寄宿し、学んでいたそうです。

自身の貧困時代は「人智は空腹よりいずる」と強がっていた江藤ですが、書生には「これからの学生には栄養が大事」と洋食を食べさせ、自らは変わらず粗食だったといわれています。

佐賀の乱(佐賀戦争)で短い人生を閉じますが、現代でもそのまっすぐで熱い生き様に惹かれる人が多い人物です。



年末年始の窓口業務

市役所の窓口業務は、12月29日(金)から平成30年1月3日(水)まで休みです。(12月31日(日)の日曜窓口サービスも、休みです)

ただし、戸籍届出、火葬場は、左記のとおり受付を行います。

◎問い合わせ

- 本庁 市民生活課 ☎40・7081 FAX28・9188

【年末年始の窓口業務】 ○：手続き可 ×：手続き不可

業務内容	12/28(木)	29(金)	30(土)	31(日)	1/1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	備考
本庁窓口 (市民生活課・保険年金課窓口)	○	×	×	×	×	×	×	○	8時30分～17時 12月31日の日曜窓口サービスは、休みです。
支所窓口	○	×	×	×	×	×	×	○	8時30分～17時
市民サービスセンター (エスプラッツ2階)	○	×	×	×	×	×	×	○	10時～18時30分
コンビニ交付サービス	○	×	×	×	×	×	×	○	6時30分～23時 ※マイナンバーカードが必要です。
戸籍届出	○	○	○	○	○	○	○	○	12月29日～1月3日は時間外受付(守衛室で対応)
郵便局証明サービス	○	×	×	×	×	×	×	○	佐賀嘉瀬、蓮池、川久保、三反田、北山郵便局 9時～17時
各火葬場 (つくし斎場、川副葬祭公園、東与賀火葬場、天山地区共同斎場組合)	○	○	○	○	×	○	○	○	

◎問い合わせ
本庁 明治維新150年 事業推進室
☎40・7008
FAX40・7381
kikakuseisaku@city.saga.lg.jp