

市内におむつの自動販売機を設置しました!

子育て世代の皆さんがおむつの心配をすることなく外出できるよう、紙おむつが購入できる飲料自動販売機を市内5カ所に設置しました。

今後もニーズの高い場所を検討しながら、増設していきます。



設置場所

道の駅あいの土山、土山・甲賀・甲南・信楽子育て支援センター
道の駅への設置は**近畿初**、子育て支援施設への設置は**県内初**

おむつを忘れた、おむつが足りない、そんなときも安心♪
パンツタイプの紙おむつMサイズ・Lサイズ(各2枚入り)、お尻ふき(70枚入り)が購入できます。



このマークが目印!



市内95カ所の赤ちゃんの駅

市では、乳幼児のおむつ替えや授乳などのために立ち寄れる「赤ちゃんの駅」を公共施設では93カ所、民間施設で2カ所設置しています。
お気軽にご利用ください。



赤ちゃんの駅一覧

問合せ 子育て政策課 子育て政策係 ☎69-2176 FAX69-2298

最新の情報はマイナポイント事業ホームページまで

※すでにマイナンバーカードを取得されている方も期間延長の対象となります。

ぜひ期間中にマイナンバーカードの交付申請をしていただき、マイナポイント事業をご利用ください。

現在、国が令和3年3月末にかけ、マイナンバーカードをお持ちでない方に、申請書を順次送付しています。

まずはマイナンバーカードの申請を

令和3年3月末までにマイナンバーカードを申請した方であれば、カード受取後、マイナポイントを申込み、令和3年9月末までにチャージまたはお買い物をする上で上限5,000円分のポイントを受け取ることができます。

マイナポイント 対象期間 延長!



問合せ マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178 (9時30分~20時 ※土日祝は17時30分まで)

市役所窓口の 混雑状況が 確認できます

市役所窓口での密を避け、よりスムーズに手続きが行えるよう、窓口の混雑状況をリアルタイムにお伝えするサービス「混雑ランプ」の運用をはじめました。

●**対象窓口** 市民課、保険年金課および土山・甲賀大原・甲南第一・信楽地域市民センターの窓口

●**確認方法** 市ホームページから確認できます。ランプは、青(空き)・黄色(やや混み)・赤(混み)の3段階で表示されます。



混雑ランプ

問合せ 市民課 市民窓口係 ☎69-2137 FAX65-6338
情報政策課 ICT推進室 ☎69-2117 FAX63-4554

新型コロナウイルス感染症に気をつけて、 心も体も健康に!

普段から食事をしっかり摂ったり、時々運動をしたり、規則的な生活をしている人は、新型コロナウイルス感染症に感染しても重症化しにくいということがわかってきています。生活上の気をつけるポイントを紹介합니다。

うつらない、うつさない

- こまめに手洗いしましょう
- マスクを着用しましょう
- 3密を避けましょう



磨こう、噛もう

- お口の健康は肺炎の予防に
- 人と会わなくても歯磨きを
- 入れ歯の掃除は丁寧に
- 意識して歯ごたえのある食事を



体を動かそう

- 家の中や庭で体を動かしましょう
- 家の近所を散歩しましょう
- 適度に体を動かして良質な睡眠をとりましょう

誰かと話そう

- 家族や友人と電話で話しましょう
- 手紙やメールなども活用して積極的に交流しましょう



きちんと食べよう

- 3食しっかり食べましょう
- 主食・主菜・副菜をバランスよくとりましょう

厚生労働省ウェブサイト「通いの場」をご活用ください

自宅でする健康を維持するための情報が、厚生労働省が作成したウェブサイトに掲載されています。特に、高齢者の方は活動量が少なくなると筋力低下、食欲低下、飲み込む力の低下が起りやすくなります。体操等の動画も多数ありますので、ご活用いただき、心も体も健康に過ごしましょう。

厚生労働省 通いの場 検索



問合せ すこやか支援課 全世代包括支援係 ☎69-2167 FAX63-4085