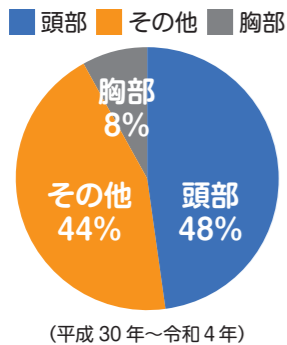


# みんなでかぶろう 自転車用ヘルメット



改正道路交通法の施行により令和5年4月から、自転車を利用する全ての皆さまに、ヘルメットの着用が努力義務化されました。交通事故の被害を軽減するためには、頭部を守ることが重要です。自分自身や家族の大切な命を守るため、自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう！

## 自転車死亡事故の けがの部位(県内)

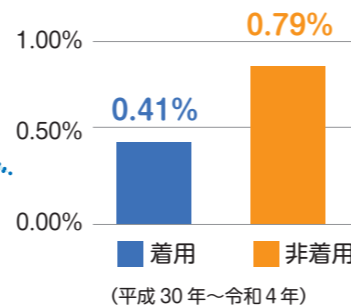


自転車死亡事故で亡くなられた方の約5割が頭部に致命傷を負っています。

ヘルメット非着用の致死率は、着用した場合の約2倍も高くなっています。

出典：長野県作成「令和5年4月1日から自転車常用時のヘルメット着用義務化！」チラシ

## ヘルメット着用・非着用の 致死率(県内)



## ヘルメットは正しく着用しましょう！



65歳以上の方にはヘルメット購入の補助があります。

## いろいろなデザインがあります！



☎ 市民参加・協働推進課 ☎22・4140

# 3月21日(木)~4月2日(火)に 「臨時窓口」を開設します

引っ越しや転勤などにより、さまざまな手続きが必要になる時期に合わせ、平日の夜間や休日にも手続きが可能な「臨時窓口」を開設します。

**期間** 3月21日(木)~4月2日(火)  
**時間** 月~金曜日の夜間/17:15~19:00  
土・日曜日/8:30~17:15  
※国保年金課、収納管理課は土日のみ

## 注意事項

手続きごとに持ち物が異なります。詳細は、市ホームページが担当課へお問い合わせください。



## 住民異動届など

☎ 市民課(市役所本庁舎1階 窓口 A・B・C) ☎23・5334

### 手続き内容

- 転入・転居・転出などの住民異動届の届出<sup>\*1</sup>
- 死亡届、出生届、婚姻届などの戸籍届書の届出
- 印鑑登録 ● 住民票の写し、戸籍謄抄本、印鑑登録証明書など諸証明の交付申請<sup>\*2</sup>
- 児童手当の認定請求 ● マイナンバーカードの申請、交付、電子証明書の更新<sup>\*3</sup>

### 持ち物

- マイナンバーカード、または住民基本台帳カード ● 運転免許証などの本人を証明する書類
- 国民健康保険証、介護保険被保険者証 ● 印鑑登録証(市民カード)
- 印鑑 ● 外国人住民の方は在留カード、または特別永住者証明書
- 児童手当の認定請求は健康保険証、預貯金通帳(口座番号のわかる書類)、マイナンバーのわかる書類 など

- \*1 前住所地でマイナンバーカードを利用して転出届をした方は、全国共通取扱時間が月~金曜日のため、臨時窓口では手続きできない場合があります。
- \*2 印鑑登録証明書の窓口交付は、印鑑登録証(市民カード)が必要です。マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナンバーカードが印鑑登録証になりますが、代理人申請はできませんので、必ずご本人が申請してください。
- \*3 土・日曜日のマイナンバーカードの申請・交付・電子証明書の更新は**完全予約制**です。希望日の3日前まで(土日を除く)にWebまたは電話で予約してください。



## 水道の使用開始・休止手続き

☎ 料金センター(市役所本庁舎2階 窓口 M) ☎22・1313

水道の使用開始・休止手続きは、上記期間も電話または専用ホームページ(随時)から申し込みできます。



### 県営水道地区(塩田・川西地区の一部)の方へ

県営水道受託業者のヴェオリア・ジェネッツ(株)へお問い合わせください(営業時間 8:30~17:15)。

☎0120・971・124 (フリーダイヤル) ☎29・0810

## 国民健康保険(土日のみ開設)

☎ 国保年金課(市役所本庁舎1階 窓口 E) ☎75・7121

**期間** 3月23日(土)・24日(日)・30日(土)・31日(日)

**手続き内容** 国民健康保険に関する届出

### 持ち物

- 社会保険資格取得証明書(職場の保険証)
- 社会保険資格喪失証明書 ● 国民健康保険証
- 世帯主と加入者のマイナンバーカード、またはマイナンバーのわかる書類
- 運転免許証などの本人を証明する書類 など

## 市税・国保税などの納付相談(土日のみ開設)

☎ 収納管理課(市役所本庁舎2階 窓口 L) ☎71・8053

**期間** 3月23日(土)・24日(日)・30日(土)・31日(日)

## 市役所北駐車場が4月にオープンします

4月から市役所北駐車場をご利用いただけます。市役所にお越しの際は、これまでの各駐車場と併せてご利用ください。

また、市役所正面にある駐車場を上田ケーブルビジョンのホームページからライブカメラでご覧いただけます。混雑状況の確認などにご利用ください。



駐車場ライブカメラ



☎ 行政管理局 ☎71・7830