

この画面から手続きスタート！



3月2日(月)サービス開始！

インターネットで 申請や届け出ができます



3月2日(月)午前9時から、市への申請や届け出の一部をインターネットを利用して行うことができます。「電子申請・届出サービス」を開始します。自宅や会社などのパソコンから、県と県内市町村が共同で運営する「電子申請・届出サービス」のホームページに接続して、左記の申請などを行うことができます。パソコンの設定など詳しくは、ホームページが

コールセンターでご確認ください。

24時間いつでもご利用可能！

「電子申請・届出サービス」は次の定期停止期間を除き、24時間、いつでも利用することができます。

- 定期停止期間
- 毎週金曜日午前3時～3時30分
- 毎月第2水曜日午後8時～翌午前8時
- 年1回全日休止(日時未定)

電子申請・届出サービスのホームページ

<https://www.e-tetsuzuki99.com/eap-jportal/akita/>

こちらの申請・届け出ができます

- 水道使用届、水道使用中止・廃止届(上下水道局お客様センター)
 - 公共下水道の私道内設置申請に関する説明会申込票(上下水道局 下水道建設課)
 - 各種スポーツ教室の参加申し込み(スポーツ振興課)
 - 野外音楽堂の使用許可(文化振興室)
 - 食品関係廃業(休業)届出(市保健所衛生検査課)
 - 消費生活出前講座申込書(市消費者センター)
 - 防災訓練実施申込書(防災対策課)
 - 道路法第32条道路占有者住所・氏名等変更届(建設総務課)
- * 電子申請・届出サービスの対象手続きは、順次増やしていきます。

電子申請サービスの利用方法やパソコンの設定方法などは、コールセンターへお問い合わせください。

電子申請サービスコールセンター

☎0570-00-5353(平日午前9時～午後5時)
ファクス 03(5441)6092
Eメール support@e-tetsuzuki99.com

* 電子申請サービス全般に関する問い合わせは、情報統計課情報化担当へどうぞ。☎(866)2013
<http://www.city.akita.akita.jp/city/shinsei/>

旭川地区コミセンの 4月分の利用申し込みは 地域振興課へどうぞ



きれいになって、使いやすくなるコミセンにご期待を！

旭川地区コミュニティセンターは、現在大規模改修工事を行っています。リニューアルオープンは4月1日(水)の予定です。会議室や体育館などの4月分の利用申し込みは、左記の日程で地域振興課で受け付けます。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

4月分の利用申し込みは…

地域振興課 ☎(866)27855

受付期間 ▼ 3月2日(月)から31日(火)までの平日、午前8時30分～午後5時30分

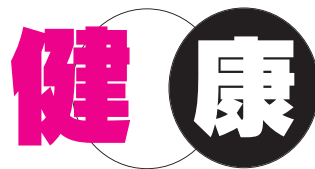
* 5月以降分の利用申し込みは、旭川地区コミュニティセンターで、4月1日(水)から受け付けます。☎(835)1712

国保に加入している40歳～74歳のかた

特定健康診査(メタボ健診)で健康チェックを!

秋田市国民健康保険の加入者で特定健診の対象者に、無料受診券を昨年6月にお送りしています。有効期限は3月31日(火)までです。早めに受診しましょう。

●— あなたのとなりに
元気な笑顔♪



持ち物 国民健康保険証、受診券・質問票(紛失したかたはご連絡ください)

実施場所

市内123か所の医療機関
※医療機関は、国保・高齢・介護健診課へお問い合わせください。
http://www.city.akita.akita.jp/city/ct/mc/

検査項目

身体計測、腹囲測定、血圧測定、血液検査、尿検査など
※健診前日の夜9時以降は水以外の飲食をしないでください

問い合わせ

国保・高齢・介護健診課☎(866)8903

国保以外の医療保険の加入者は…
それぞれの医療保険で特定健診の実施内容に違いがあります。詳しくは、加入している医療保険へお問い合わせください。

健康 はつらつ情報

いきいきサロン

65歳以上のかたが対象です。メタボリックシンドロームについて学びます。3月4日(水)午前10時～正午、雄和ふれあいプラザで。無料。直接会場へどうぞ。☎(886)5071

市保健所の健康判定

20歳以上のかたが対象です。食習慣、生活習慣、運動習慣などについて、栄養士、保健師などが個別にアドバイス。運動の実技指導も。3月5日(木)・19日(木)、午後1時～5時、市保健センターで。無料。申し込みは市保健所保健予防課へどうぞ。☎(883)1175

食生活健康相談

肥満、高血圧、糖尿病などのかたの食事について、栄養士が個別に相談に応じます。3月10日(火)午前10時～午後2時30分、市保健センターで。無料。申し込みは市保健所保健予防課へどうぞ。☎(883)1175

スポーツ教室へどうぞ

ゴルフ(初心者) 日時/3月4日(水)・10日(火)・11日(水)・17日(火)・18日(水)、午後3時～4時15分 会場/桜ゴルフ練習場 参加費/5,000円 定員/先着15人 申し込み/2月23日(月)午前9時からスポーツ振興課☎(866)2247

ボウリング 日時/3月5日(木)・6日(金)・9日(月)・11日(水)・13日(金)、午前10時～正午 会場/金萬ボウリングセンター 参加費/4,000円

(貸し靴代は別途) 定員/先着12人 申し込み/2月23日(月)午前9時からスポーツ振興課☎(866)2247

気功 気功の心構えや基本、リラクゼーションの仕方など。日時/3月12日(木)・19日(木)・26日(木)、午後6時30分～8時 会場/サンパル秋田 受講料/無料 定員/先着20人 申し込み/2月23日(月)午前9時から女性学習センター☎(824)7764

高齢者・低体力者向けリズムウォーキング 日時/2月24日(火)午前10時30分～11時30分 会場/遊学舎 参加費/700円 申し込み/NPO法人スポーツクラブあきたの加藤さん☎090-4556-8719

ザ・ブーンで健康づくり

健康講座 アクアビクス、水中歩行、水泳、ストレッチなどを自由に受講できます。3月は、毎週火・水・金曜日に開講(3月20日(金)を除く)。全日程受講可能なフリーコースが4,000円、1日体験コースが525円(いずれも入館料別)。申し込みはクアドームザ・ブーンへ。☎(827)2301

温泉入浴&プール健康講座

ストレッチ、水中歩行などを自由に受講できます。秋田駅東口からのバス送迎(午前9時45分秋田駅発、午後3時秋田駅着)、入館料込みで、1人1,050円。申し込みは2月24日(火)午前9時からクアドームザ・ブーンへどうぞ。☎(827)2301
3月の開講日▶6日(金)・13日(金)・27日(金)

肝臓教室

アルコール性肝障害やC型肝炎の食事について、医師、管理栄養士が話します。3月3日(火)午後1時30分

～2時40分、市立病院2階講堂で。無料。直接会場へどうぞ。詳しくは市立病院医事課へ。☎(823)4171

地域歯科保健講演会

岩手医科大学歯学部准教授の八重柏隆さんが「口腔からの生活習慣病対策」と題して講演します。参加無料。定員100人。直接会場へどうぞ。

日時/2月28日(土)午後4時～6時 会場/ジョイナス3階大研修室

●問い合わせ 秋田市歯科医師会事務局☎(823)4564

在宅介護者の集い

寝たきりや認知症のかたなどを家庭で介護しているかたが対象です。参加無料。直接会場へどうぞ。

日時/2月24日(火)午後1時30分～3時 会場/市保健センター

●問い合わせ 在宅介護者の集い代表の廣田さん☎(863)0935

難病療育検診と相談会

専門医の検診コーナーや生活福祉相談コーナーなど。無料。申し込みは、難病相談センターへ。☎(866)7754
日時/3月1日(日)午前9時～午後1時30分 会場/県社会福祉会館

麻雀でハツラツ!

60歳以上のかたが対象。麻雀で指先と頭を使いましょう。初心者歓迎! 毎月第3日曜日正午から、麻雀くらぶ「ひまわり」(大町三丁目2-37)で。参加費1日1,000円。また、毎週月曜日の午前10時～午後1時、午後7時～10時は、高齢者を対象に初心者麻雀教室も開催。詳しくは活き活き健康麻雀緑風会(麻雀くらぶひまわり内)へ。☎(883)0606