

証明書の取得には、便利な自動交付機をご利用ください

1月4日から、証明書自動交付機の利用時間を拡大します。住民票・印鑑登録証明書・税証明書を取得する際には、便利な自動交付機をご利用ください。

自動交付機の利用には、暗証番号を登録した「しみんカード KASAI (印鑑登録証)」または「印鑑登録証機能を付けた個人番号カード」が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

■自動交付機はここが便利！

- ・休日や市役所の閉庁時間でも利用できます。
- ・申請書の記入が不要のため、短時間で取得できます。
- ・手数料が窓口交付に比べ、1通につき50円お得です。

■自動交付機の利用可能日時

	平成28年1月以降	平成27年12月以前
市役所1階	7:30～20:00 ※年末年始は休業	月～金 7:30～20:00 土 8:30～17:00 ※日・祝・年末年始は休業
アステア かさい3階	9:00～20:00 ※年末年始は休業	9:00～19:00 ※年末年始は休業

■取得できる証明書

- ①住民票の写し（除票、個人番号・住民票コード入りを除く）
- ②印鑑登録証明書
- ③所得・課税証明書
- ④納税証明書

※①は同一世帯員のものも可。②～④は本人のものに限る。
※完納証明、軽自動車の車検用納税証明書は取得できません。



マイナンバー制度に便乗した詐欺に注意

問合せ／消費生活相談窓口 ☎④8739

【事例①】「マイナンバー制度の導入に伴い、個人情報調査中である」と言って、女性が来訪し、資産や保険の契約状況などを聞かれた。本当に行政機関がそのような調査をしているのか。

【事例②】若い男性から「マイナンバーが順次届いており、皆さん手続きをされていますが、あなたは手続きをされましたか」との電話があった。「まだしていない」と答え、と、「早く手続きをしないと刑事問題になるかもしれない」と言われ、不審に思った。

【解説】マイナンバーの通知や利用手続きなどで、国や自治体の職員が家族構成や資金、年金・保険の状況等を聞くことはありません。不審な電話はすぐに切り、来訪の申し出があっても断ってください。不審なメールは無視しましょう。万が一金銭を要求されても決して支払わないようにしましょう。

少しでも不安を感じたら、加西市消費生活相談窓口までご相談ください。

問合せ／消費生活相談窓口(月火木金 9:00～16:30 ※祝日除く)
☎④8739、消費者ホットライン(平日 9:00～17:00、土日祝 10:00～16:00)、☎局番なし 188番

赤十字奉仕活動への功績をたたえて

平成27年11月24日に国際会議場ポートピアホール(神戸市中央区)で開催された「支部創立125周年記念兵庫県赤十字大会」で、献血奉仕活動などに貢献された1団体と2名の方が表彰されました。

社業功労支部長特別感謝状／加西市赤十字奉仕団
福祉施設でのボランティア活動や献血奉仕活動などに貢献

兵庫県支部長銀棒感謝状／大豊洋子さん(上万願寺町)
多年にわたり赤十字奉仕活動の推進に尽力

日本赤十字社金色有功章／高橋信樹さん(北条町西高室)
献血に100回以上協力



加西市赤十字奉仕団の皆さん

野菜を食べて健康的な生活を～1日350gの野菜を食べましょう～

昨年7月から8月にかけて募集した「野菜たっぷりオリジナルレシピ」の優秀作品7品が決定しました。75作品の応募があり、「身近な野菜を使い短時間で作れるもの」「色とりどりの野菜を使った色鮮やかなもの」など、どれも作ってみたいくなるような作品ばかりでした。優秀賞の作品については、3回に分けて広報かさいで紹介していきます。

野菜が体に良いことは知っているけれど、「毎日作るのが大変」「どうやって食べたらよいか分からない」という方、レシピを参考に野菜たっぷりの料理にチャレンジしてみてください。



11月21日に健康福祉会館で開催した健康福祉まつりでレシピを紹介。

優秀賞の野菜レシピ

■「キャベツたまご」(岩佐光拳さん・北条東小3年)

材料(4人分)／キャベツ(320g)、トマト(4個・680g)、卵(4個)、しょうゆ(適量)、マヨネーズ(適量)

作り方

- ①キャベツを千切りにする。 ②トマトは1口サイズにする。
- ③キャベツを皿に入れ、真ん中にくぼみを作り卵を乗せる(卵にフォークなどで穴を空けておく)。
- ④周りに切ったトマトを並べ、ラップをして、電子レンジで3分温める(加熱しすぎないように気をつける)。
- ⑤マヨネーズとしょうゆを適量かけて出来上がり。

野菜
250g



おにぎりを添えるだけで、主食・主菜・副菜が揃ったバランスの良い朝食に。



野菜
200g

彩りが良く、可愛いデザインで野菜嫌いも克服できるかも。

■「夏野菜お楽しみカップ」(高橋乃愛さん・北条東小3年)

材料(4人分)／トマト(4個・680g)、キュウリ(1本・120g)、シーチキン(1缶・80g)、コーン(1缶・65g)、ハム(2枚)、焼きのり(適宜)、マヨネーズ(大さじ1)、塩コショウ(少々)

作り方

- ①トマトのカップのフタになる部分を切り、中身をくり抜く。
- ②トマトの中身を一口サイズに切り、キュウリは輪切りにする。
- ③シーチキンとコーン、②をマヨネーズと塩コショウであえる。
- ④トマトのカップに③を入れて、焼きのりで顔を作る。
- ⑤ハートの形に切ったハムを飾って出来上がり。

■「キュウリとトマトのネバーリ酢漬け」(竹添光祇さん・北条東小3年)

材料(4人分)／トマト(1個・170g)、キュウリ(1本・120g)、長芋(120g)、メカブ(1パック・55g)、らっきょう酢(70cc)

※長芋は芋類に入ります。

作り方

- ①キュウリ・長芋をさいの目切りにする。
- ②トマトは湯むきをした後、さいの目切りにする。
- ③メカブ、①と②、らっきょう酢を混ぜ合わせて出来上がり。

野菜
85g



お酢でさっぱり。めかぶなどの海藻は食物繊維がたっぷりです。