

マイナちゃんの

○問合せ先 総務課行政係 ☎内線 322

《カードについては》市民生活課住民係 ☎内線127



# マイナンバーのおはなし

## 第2話 マイナンバーを使うとき



マイナンバーを使う場面について、お話するよ。

- ・健康保険証を受け取る時
- ・児童手当を受けるとき
- ・税の申告をする時
- ・福祉医療費を受けるとき
- ・介護保険証を受け取る時

などに使うよ。



マイナンバーは、法律や条例で決められた手続きでしか使うことはできないんだ。

上に書いている手続きでは、マイナンバーの確認だけでなく、本人確認ができる書類で本人かどうかを確認するから、マイナンバーだけになりすまはできないよ。



通知カードにある赤枠の中の12ケタの数字があなたのマイナンバーだよ！

市役所での手続きのときには通知カードを持ってきてね！！



マイナンバーを使う詳しい内容は、後日お知らせします！

## 消費生活センターだより

○問合せ先 松浦市消費生活センター ☎内線 180、直通 72-1861

### インターネット通販にご注意！

インターネットの急速な普及に伴い、インターネットを利用して商品を購入するというインターネット通販が流行しています。最近では、スマートフォンの普及によってより身近になり、いつでもどこでも申し込めて便利な反面、トラブルも多く寄せられています。

〈事例1〉10日前、ネット通販で人気ブランドの財布を1万円で購入した。ほかのショップでは6万円前後で販売されている商品だったが、ブランド直営店との記載があったので信用した。入金後3日以内に届くと書いてあったが、届かないのでメールで問い合わせた。返信がないので不審に思い、改めて店の所在地を確認したところ、住所や電話番号の記載がなく、直営店でもないことも分かった。

〈事例2〉中学生の息子が、あるメーカーのサッカーシューズをインターネット通販で注文した。サイトは日本語なのに振込口座が外国人名だったので不審に思ったが、どこも売り切れでやっと探し当てたということもあり、代金を振り込んだ。その後国際郵便で届いた荷物を開けてみると、注文したシューズとラインの色が違う上、作りも粗雑で本物が疑わしい。「注文した商品と違う。交換希望」と再三メールを送っているが、何の連絡もない。



#### 〈ひとこと助言〉

トラブルに遭わないためには、以下の点に注意しましょう。

- ①正確な運営情報（運営者氏名・住所・電話番号）が記載されていますか？また、記載されている情報が、実在する住所や電話番号であるか注意が必要です。正確な運営情報が記載されていないウェブサイトの利用は控えましょう。
- ②正規販売店の販売価格よりも極端に値引きされていませんか？商品の状態や販売形態にもよりますが、正規販売店の販売価格よりも大幅に安価で販売されている場合、真品であるか慎重に判断する必要があります。
- ③日本語の表記が不自然なところはありませんか？機械翻訳のような不自然な日本語表記がされていたり、意味不明の漢字が使われているウェブサイトには、要注意です。
- ④支払方法が銀行振り込みのみとなっており、クレジットカードが利用できない銀行振り込みは、いったん振り込むとお金を取り戻すことは極めて困難です。

※おかしいなと思ったときは、消費生活センターにご相談ください。

中世の松浦 (84) 鷹島海底遺跡

「AR 蒙古襲来」 好評公開中

貴重な鷹島海底遺跡について身近に体験していただくためにAR(拡張現実)システムを活用したスマートフォン用アプリを制作しました。AR技術を活用することで、スマートフォンやタブレットの画面に、実際の景色とCG(コンピュータグラフィックス)とが重なった画像が現れ、蒙古襲来の様子などを再現しています。このアプリでは、発見した沈没船などを参考に推定復元した元寇船CGを用い、さまざまなコンテンツが体験できるものとなっています。

「元寇体験AR・VR」では、マップ機能や遺跡の解説などと連携し、指定された場所へ行くと、海上に浮かぶ元寇船団を見ることが出来ます。ここではおすすめの「ARビューポイント」3カ所を紹介いたします。1カ所目は、鷹島汽船(阿翁浦)御厨殿ノ浦(今福)の定期航路上でのARです。海上でアプリの画面を覗くと、フェリーが元の船団の中を突き進む様子が体験できます。2カ所目は、星鹿町の城山展望台からの眺望です。現代の風景の中に伊万里湾を埋め尽くす4,400隻の大船団が出現します。3カ所目は、道の駅松浦海ふるさと館横の多目的広場の護岸からの海を臨む風景です。ここでは、リアルな船団を間近に見ることが出来ます。「ARビューポイント」の中には、松浦市のマスコットキャラクター「松浦松之介」が出現するポイントもあり、一緒に記念撮影をすることが出来ます。運が良ければ、レアな松之介に遭遇できるかもしれません。

ほかにも、市内文化財の案内マップなど多くの機能を持っています。アプリのダウンロードは無料です。「App Store」「Google play」からダウンロードしていただき、迫力ある元寇船を体験ください。検索は「元寇」です。



▲ フェリー上から元寇船の船団を突き進む様子



▲ 星鹿城山からの元寇船団の様子

あなたの健康お手伝いします

すこやか  
けんが

いきいき松浦21(第2次)の紹介 ~次世代の健康について~

健康分野ごとに市民の皆さまに実践していただいたことをシリーズで紹介しています。

問合せ先=健康ほけん課健康推進係  
☎内線129、166

松浦市民健康づくり10の心得  
9つめ「早寝・早起き・朝ごはん」



Q.なぜ次世代の健康で「早寝・早起き・朝ごはん」が必要なのですか？

A.食事や睡眠などの生活リズムの乱れによって起こる集中力の低下、栄養の偏りによる肥満の問題など、成長期の好ましくない生活習慣が原因で将来の生活習慣病の発症が心配されます。そこで、基本的な生活習慣の確立のため、早寝・早起き・朝ごはんを目標にしています。

Q.具体的にはどんなことに取り組みればいいのですか？

A.市は次世代の健康づくり対策として、子どもの生活習慣と成長発達についての情報提供や子育てに関する学習の場として講演会などを開催しています。市民の皆さまは、右記のことを心掛けてください。

(子どもと保護者)

- ・朝起きる時間を決める。
- ・朝食1時間前には起きる。
- ・朝食の準備を前日にする。
- ・朝ごはんの必要性について知る。
- ・3食きちんと食べる。
- ・間食は適量をとる。
- ・テレビ、ゲームなどは時間を決めてする。
- ・積極的に体を動かす。
- ・心配事は1人で悩まず相談する。

(若年女性)

- ・普段からバランスのよい食事を摂る。
- ・自分の適正体重を理解し、その体重を維持する。
- ・妊娠中と子育て中は禁煙する。