

市役所の手続きは、窓口に行かなくてもできるものがあることを知っていますか？市では、スマートフォンやパソコンから手続きができる「デジタル市役所」を運用しています。自宅などから手軽に申請できる便利なサービスを、全３回で紹介します。

第１回 どこでもラクラク！証明書申請

●問合先　行政課デジタル推進グループ（☎ 38-5834）



「証明書が欲しいけれど、窓口に行く時間がない」そんなときは、デジタル市役所を利用してみませんか？　デジタル市役所では、郵送で証明書を受け取れるオンライン手続きがあります。

こんな証明書が申請できます

住民票・戸籍関係

●住民票の写し
●戸籍謄本・抄本
●印鑑登録証明書　など

税金関係

●所得証明書
●課税証明書
●納税証明書　など

固定資産関係

●固定資産評価証明書
●公課証明書
●資産証明書　など

住民票の写し、印鑑証明書、所得証明書、課税証明書、納税証明書は、マイナンバーカードを使ったコンビニ交付でも取得できます。

オンライン手続きのメリット



- 自宅や外出先で手続きできる！
- 窓口に行く時間を省ける！
- 24時間いつでも申請できる！

いつでも自宅で楽に手続きを完了してみませんか？

今すぐアクセス

健康いわくら21 ～プラス１品、野菜料理の提案～



野菜いっぱい！保育園給食風レシピ



健康課健康支援グループ（保健センター内☎ 37-3511）

味噌煮込みうどん

材料２人分

うどん（乾麺）	100g
鶏もも肉	100g
かまぼこ	20g
油揚げ	１枚
長ねぎ	1/3本
にんじん	35g
白菜	葉１～２枚
だし汁	500ml
豆味噌	30g
砂糖	3g
野菜使用量	約85g/人

＜作り方＞

【下準備】
・乾麺を半分に折って、表示通りに茹で、流水で洗ってザルに受け、水気をきっておく。
・にんじんは太めの千切り、白菜は縦に４等分にして２㎝幅に切る。
・長ねぎは小口切りにする。
・油揚げは湯をかけてから縦半分にして細切りにする。
・鶏もも肉は1.5㎝の角切り、かまぼこは短冊切りにする。
・豆味噌と砂糖を大さじ２の水（分量外）で溶かしておく。

【調理】
①だし汁に鶏もも肉、油揚げ、にんじんを入れて沸騰させる。
②にんじんがやわらかくなったら、白菜、長ねぎとかまぼこを入れ、味噌を加えて、白菜がお好みのやわらかさになるまで煮る。
③最後に茹でた乾麺を加え、全体に温まったら火をとめる。



＊＊＊メモ＊＊＊
保育園風の味噌煮込みうどんは、汁まで飲むことができるので、煮込んだ野菜の栄養素もばっちり摂取できます。乾麺の代わりに冷凍うどんを使えば時短に！