

■市役所(24)2111

ホームヘルパーになりたい人へ
在宅介護マンパワー養成研修会

◇とき 講義・実技講習…8月25日(水)、26日(木)、9月1日(金)、2日(土)、8日(水)、16日(水)、17日(金)、実習…9月20日(月)～10月19日(水)
◇ところ 五泉市福祉会館(五泉市太田)
◇内容 ホームヘルプサービスに必要な基礎知識や技術の習得(ホームヘルパー3級課程)
◇定員 50名程度(抽選)
◇参加費 5200円程度(テキスト代)
◇申込み 6月18日(金)までに、往復はがきに①住所②氏名③生年月日④電話番号⑤職業⑥ホームヘルパー従事希望の有無を記入して、津川地域福祉センター内介護マンパワー研修担当(☎959-4402東蒲原郡津川町大字津川1861-1、☎02549-2-2620)へ。

小規模事業所の方々に
医師が健康アドバイス

◇とき・ところ 6月2日(水)と16日(水)…新津成人病検診センター、9日(水)と23日(水)…新津労働基準協会。時間は、いずれも午後1時30分～2時30分
◇相談料 無料
◇問い合わせ 新津地域産業保健センター(☎24-5254)へ。

県女性センター・女性のための
法律相談・こころの相談

◇とき 法律相談…毎月第1・2・4火曜日、心の相談…毎月第3木曜日。時間は、いずれも午後1時30分～4時。(予約制)
◇予約電話番号 ☎025-285-6610
◇予約受付時間 平日…午前9時～午後7時、土・日・祝日…午前9時～午後5時。12月29日～1月3日は休み

知的障害者更生施設の
入所希望者を募集

◇施設名・所在地 満日の里(仮称、七日町)、第2いずみの里(仮称、五泉市大字中川)
◇対象者 15歳以上の知的障害者で、生活上、保護と指導が必要な人
◇入所予定人員 各50名
◇入所予定日 平成12年4月1日
◇申込み・問い合わせ 6月18日(金)～7月19日(月)までに、福祉健康課福祉係(市役所⑩番窓口、内線147)へ。
※多数の申込みが予想されますので、申込みはお早めをお願いします。

日曜介護講座にご参加を

◇とき 6月27日(日)、7月11日(日)。時間は、いずれも午前10時～午後4時
◇ところ 新潟ユニゾンプラザ(新潟市上野2)
◇内容(各回同じ) 高齢者の健康管理、介護の基礎技術、福祉用具体験
◇定員 各30名(申込順)
◇参加費 無料
◇申込み 開催日の9日前までに、介護実習・普及センター(☎025-281-5525)へ。

戦没者の遺族に特別弔慰金支給

◇主な対象者 平成11年4月1日において戦没者死亡当時の三親等内親族で、平成7年4月1日～平成11年3月31日に公務扶助料等の受給者が死亡している人
◇支給内容 額面24万円、6年償還の記名国債
◇請求期間 平成14年3月31日まで
◇問い合わせ 福祉健康課介護係(内線251)へ。

児童手当

児童を養育する人に
児童手当を支給

◇支給対象 第1子から
◇支給期間 3歳未満(3歳の誕生日の月まで)
◇支給金額 第1子・第2子…月額5000円、第3子以降…月額1万円
◇特例給付 児童手当の所得要件に当てはまらないため、手当を受けられないサラリーマン(厚生年金などに加入している方)や公務員については、前年の収入が一定未満であるとき、特例給付が支給されます。
◇認定請求の方法 福祉健康課⑩番窓口で手続きしてください。ほかの市町村で児童手当を受けていて転入された方は、改めて認定請求の手続きが必要です。

児童手当の現況届を
お忘れなく

◇現況届けが必要な人 児童手当と特例給付を受給している人。届出用紙は該当する人へ郵送されます。
◇受付期間 6月21日(月)～25日(金)
◇受付場所 市役所1階市民サロン(正午～午後1時は2階⑩番窓口)

児童手当を振り込みます

2月から5月分の児童手当・特例給付を受給者の口座に振り込みます。入金をご確認ください。
◇振込日 6月4日(金)

●児童手当に関する問い合わせは福祉健康課児童係(内線254)へ。

食生活改善推進員からの ヘルシークッキング②
ー キャベツとわかめのみそマヨネーズあえ ー



材 料 (4人分)	
キャベツ	400g(5～7枚)
即席わかめ	5g(大さじ3)
桜エビ	大さじ3～4
ニンジン	適宜
ショウガ	1かけ
みそ	大さじ1
マヨネーズ	大さじ3～4
酢	小さじ2
酒	大さじ1

キャベツは熱湯でさっとゆでるとたくさん食べられます。わかめはノロリ食品ですが、ヨードやカルシウムなどミネラルの貴重な供給源です。

◇作り方

- ①キャベツはゆで2cm角に切る(水気を絞る)。
- ②わかめは水でもどし、1cm長さに切る。
- ③桜エビに酒をふりかける。
- ④ショウガとニンジンは細い千切りにする。
- ⑤みそとマヨネーズ、酢を混ぜ合わせる(好みで砂糖を少々加えてもよい)。
- ⑥キャベツ、わかめ、桜エビ、ニンジンと⑤をあえる。
- ⑦器に盛りつけ、針ショウガを添える。

年に一度は健康チェック
市民健診をお忘れなく

6月2日(水)から市民健診が始まります。広報5月1日号と一緒に配布された「市民健診問診票」に記入のうえ、次の健診会場で受診してください。
◇とき・ところ (6/19以降は次号に掲載)
6/2(水)、3(木)…小合地域活動センター
6/4(金)…市之瀬小学校
6/7(月)…海洋センター
6/8(火)…新関小学校
6/9(水)、10(木)…北上共有会館
6/15(水)～18(金)…勤労青少年ホーム
◇対象 市内在住で、平成12年3月31日において40歳以上の人
◇問い合わせ 福祉健康課健康増進係(☎25-2510)へ。
※くわしいことは、市民健診問診票の裏面をご覧ください。

個別機能訓練の利用者募集

◇対象 脳血管障害などで障害を持った人
◇内容 在宅障害者の機能維持・回復や残存機能の向上のため、理学療法士による個別訓練
◇申込み・問い合わせ 福祉健康課健康増進係(☎25-2510)へ。

男性のための介護教室にご参加を

◇とき 6月24日(木)の午後1時～4時
◇ところ 保健福祉センター2階創作室
◇内容 老人介護の基本(寝たきりにしない介護)
◇定員 30名(申込順)
◇参加費 100円(資料代)
◇申込み 6月21日(月)までに、日赤新津市地区(市役所福祉健康課福祉係内、内線147)へ。

保健のぞ

産婦・新生児訪問

産婦・新生児訪問は、産後1か月以内に、退院先の市町村の助産婦が家庭を訪ねし相談に応じるものです。

産後1か月くらいまでのお母さんは、体が回復していないことや慣れない育児から、ささいなことでも心配したり不安になったりします。また、赤ちゃんも、お母さんのおなかの中とは全く違う環境に慣れる大切な時期です。

この訪問では、お母さんの健康チェックや赤ちゃんの身長・体重測定のほか、母乳やミルクの飲み方をみて発育に応じたアドバイスを行っています。また、市の制度や地域の子育て情報なども紹介しています。訪問回数は1回で、料金は無料です。

初めて育児をされるお父さんやお母さんは、不安や心配が多いと思います。この訪問を活用して、楽しく、自信を持って育児をしてほしいと思います。申込みは、母子健康手帳末尾の「出生連絡票」のはがきを、出生後すぐに郵送するか、市役所の⑩番窓口へ提出してください。
◇問い合わせ 福祉健康課健康増進係(保健福祉センター内、☎25-2510)へ。

ふれあい福祉大会に
お出かけください

◇とき 6月22日(火)の午前10時から
◇ところ 市民会館大ホール
◇内容 式典、講演(河田圭子さん、まごころヘルプ室長)、演芸鑑賞(寸劇、カラオケ大会、ゲストの唄)
◇問い合わせ 市社会福祉協議会(☎24-8376)へ。

お買物、ご用命は市内で

お買物、ご用命は市内で

老舗の味をお気軽に
ご慶事・ご法事・各慶宴会
仕出し料理承っております

新味
割烹
春雨

新津市本町1(駅前通り) ☎22-1600
FAX 22-1602

小さな恋人 さくらんぼ

おいしいさくらんぼの季節です。
御膳答に甘〜い「佐藤錦」を
どうぞ。地方発送承ります。

フルーツ
&ギフト

やまいし

TEL 23-0397
FAX 23-3158

本町2(新光商店街)

新製品 話題の21世紀の砂糖
トレハロースを使用 なめらかプリン

トレハロースは、食品に保水性を持たせ、女性の肌をみずみずくさせる魔法の砂糖といわれます。骨からカルシウムの流出を防ぎ、骨粗しょう症の防止にも良いといわれます。このトレハロースを使って話題のなめらかなプリンを作りました。ぜひ、一度ご賞味ください。

1ヶ 250円(130g)
TEL 22-0112
コーヒータ 100g - 320円
6月4日(金)、5日(土)、6日(日) にいっ オサカヤ 新津市本町2