

市役所(24)2111

お知らせ

8月のスポーツ広場

日	曜日	時間	種 目	会場
4. 11	水	10:00	ソフトバレーボール	※海洋センター
5. 12	木	11:50	バドミントン 卓球	
6. 26	火	19:30	ソフトバレーボール	
6. 20	金	21:20	バドミントン 卓球	

※8/18,19の会場は地域学園体育館です。

在宅介護支援センターが新しくできました

7月1日から「新津市在宅介護支援センターおぎの里」が老人保健施設おぎの里と一緒にオープンしました。

家庭での介護についての相談や介護用品の展示・紹介、福祉サービスの紹介、利用申請のお手伝いなどを行います。お気軽にご利用ください。

●開所時間 月～金曜日の午前8時30分～午後5時（土・日曜日と祝日は休みます）

※電話相談は、夜間や休日にも対応します。

●問い合わせ 新津市在宅介護支援センターおぎの里（☎25-3081）へ。

指定ごみ袋（家庭系）取扱所を追加します

・いつフードセンター荻川店(田島)

善意に感謝します

- 老人福祉事業に 田村一彦さん（日宝町）…5万円
- 図書館事業に 菅井松雲さん（善道町2）…2万円

特別障害者手当などを振り込みます

特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当の5～7月分を8月10日（火）に受給者の皆さんの口座に振り込みます。

・特別障害者手当…月額2万6860円
・障害児福祉手当、福祉手当…月額1万4610円

●問い合わせ 福祉健康課福祉係（内線147）へ。

重度心身障害者医療費助成が改正に

老人保健制度加入者の薬剤一部負担金が不要になったことから（広報7月1日号12頁）、薬剤の助成を受けている「県障」の受給者は受給者証の更新の必要がなくなりました。

ただし、入院時食事療養費の助成を受けている人は、9月1日付けで受給者証の更新が必要になりますので手続きをしてください。

●問い合わせ 福祉健康課福祉係（内線147）へ。

ボランティアまつりとチャリティーバザー

●とき 9月11日（土）

●ところ 保健福祉センター

●寄付の受け付け・問い合わせ 不用
贈答品や衣類（新品）などを、8月31日（火）までに、社会福祉協議会ボランティアセンター（本町二番館内、☎24-8376、☎23-3322）へ。

※24時間テレビ「愛は地球を救う」チャリティ募金…8月21日（土）～22日（日）の午前10時～午後6時。場所は長崎屋新津店、原信新津店

ひとり親家庭等医療費受給者証の更新申請

●受付期間 8月11日（水）～17日（火）の午前8時30分～午後8時（土・日曜日は休み）

●受付場所 福祉健康課児童係（市役所2階⑩番窓口）

●申請に必要な書類

①更新申請書（窓口にあります）

②認定調書（窓口にあります）

③戸籍謄本

④平成11年度の児童扶養手当用所得証明書（平成11年1月2日以降に転入した人のみ）

⑤健康保険証

※児童扶養手当受給者は、②、③、④は不要です。児童扶養手当証書をお持ちください。

●問い合わせ 福祉健康課児童係（内線254）

※現在発行されている「ひとり親家庭等医療費受給者証」の有効期限は、9月30日（木）までとなっています。受給している人には、あらかじめご案内の手紙を郵送します。

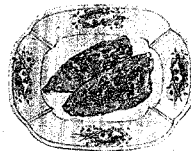
児童扶養手当および特別児童扶養手当の現況届を忘れずに

●受付期間 8月11日（水）～17日（火）の午前8時30分～午後8時（土・日曜日は休み）

●受付場所 福祉健康課児童係（市役所2階⑩番窓口）

●問い合わせ 福祉健康課児童係（内線254）

※該当する人には、あらかじめご案内の手紙を郵送します。



材料（4人分）

アジ …… 240g（1人1匹）
（白身魚やサケでも良い）
酒 …… 大さじ1と1/2
しょうゆ …… 大さじ2
青シソ …… 10枚（1束）
卵白 …… 卵1個分
いりゴマ …… 大さじ2
片栗粉 …… 適宜
サラダ油 …… 大さじ2
レモン …… 適宜
トマト …… 中1個

夏バテは食欲不振から始まります。香辛料や香味野菜を上手に使い食欲が増すように工夫しましょう。

●作り方
①アジはぜいごを取って三枚におろし、酒としょうゆに十五分くらいつけておく。
②青シソは千切りにし、水にさらしてから水気を切っておく。
③卵白をよく溶きほぐし、その中に②の青シソをからめておく。
④アジの汁気をふき取ってから片栗粉を薄くまぶし、片面に③を均等に乗せ、ゴマをふり、具を乗せた面を下にしてフライパンで焼く。
⑤皿に盛り付け、くし形に切ったレモンとトマトを添える。

ヘルシークッキング ② あじの香味焼き

食生活改善推進員からの

保健の窓 ② 市民健診の結果が良くなかった…

そんな人は

健康教室をご活用ください

生活習慣病（成人病）は、食べ過ぎや運動不足など、豊かになった生活が原因であるといわれています。

市では、生活習慣病の予防や改善のために「市民健診後の健康教室」を開催しています。疾病別のコースになっているので、市民健診や人間ドックなどで問題の見つかった人は、ぜひ参加してください。

●循環器教室

とき…9月1日（水）と9月7日（火）の午後1時30分～3時（2日間とも同内容）

対象…心電図に所見のある人、心臓病についての不安のある人

●貧血教室

とき…9月3日（金）と9月10日（金）の午前9時30分～11時（2日間とも同内容）

対象…血液検査で貧血の所見のある人

●高脂血症教室

とき…9月8日（水）の午前9時30分～午後3時

対象…総コレステロールやHDLコレステロールに異常値のある人

※各教室とも事前に申込みが必要です。

●申込み 福祉健康課健康増進係（☎25-2510）へ。

国民健康保険証が9月から藤色に変わります

国民健康保険証が、9月1日（水）から切り替わります。新しい保険証（藤色）を8月末までに各世帯にお送りしますので、記載内容を確認のうえ、9月から新しい保険証を使ってください（古い保険証は9月に入ってから破棄してください）。

新しい保険証は8月20日現在の内容で作成されたものですので、それ以降に記載内容に変更がありましたら、市民窓口課までおいでください。また、退職者医療制度に該当する人の保険証は、表紙に「退」の文字がありますのでご確認ください。

●問い合わせ 市民窓口課窓口係（①番窓口、内線115）へ。

草むらなどに入るときはつつが虫病にご注意を

農作業や山菜取りなどで、山林や草むらなどに入るときは、ツツガムシに刺されないように注意してください。

山林や草むらなどに入ってから数日後に高熱が出た場合には、早めに医師の診断を受けてください。

骨髄バンクにドナー登録をお願いします

●とき 8月22日（日）の午前9時～午後4時

●ところ 新潟ふるさと村アビール館（西蒲原郡黒埼町）

●登録できる人 20～50歳の健康な人

●申込み 事前に電話で、巻保健所の診断を受けてください。

お買物、ご用命は市内で

お買物、ご用命は市内で

襖、壁、障子、天井、カーテン
ブラインド、カーペット、クッションフロアー
美術表装、額、掛軸

表具 **一平堂**

本町3 ☎ 22-2035

カナダで安心できるホームステイ 留学をお考えなら！

現地スタッフとともに手作り企画でご提案します

—第3回2000年夏の中高生ホームステイ募集中—

I・T・I・アイ・ティ・アイ・イン

新津市海谷本町4-5 TEL0250-21-6655 FAX0250-21-7750

岩城友子 E-mail: iwaki@po.next.jp

シソゼリー

新津で製産された健康飲料シソエキスを
使った夏のご贈答品です

コーヒー祭 100g・320円
8月6日（金）、7日（土）、8日（日）



6個入 1,300円
9個入 1,850円
12個入 2,400円
1個 180円

いっしょにサカヤ



TEL 22-0112
新津市本町2