

5月の健康づくり教室

Table with 4 columns: 日曜日, 曜日, 時間, 種目, 会場. Includes health exercise classes at the ocean center.

5月のスポーツ教室

Table with 4 columns: 日曜日, 曜日, 時間, 種目, 会場. Includes sports classes like volleyball and badminton.

5月の海洋センターアリーナ個人開放

Table with 4 columns: 日曜日, 曜日, 時間, 種目. Details individual open hours for various sports.

市民ゴルフスクール

◇基本コース…5月23日(火)からの毎週火曜日(午後6時45分～8時15分)...

陸上競技公認審判員養成講習会

◇とき 5月21日(日)の午前10時から ◇ところ 保健福祉センター

市役所(24)2111

国民健康保険料の軽減制度が変わります

新津市国民健康保険条例の一部が改正され、低所得世帯への保険料軽減制度の基準が下の表のように変更となります。

Table with 4 columns: 区分, 世帯の所得, 軽減割合. Shows income brackets and corresponding reduction rates.

※軽減の適用は住民税(市・県民税)の申告がもとになります。申告をしていない人(世帯)には軽減の適用はありませんので、速やかに申告するようお願いいたします。

市民テニス大会

◇とき 5月27日(土)の午前9時から ◇ところ 東町庭球場

陸上競技講習会

◇とき 5月13日(土)の午前8時30分から ◇ところ サンスポーツランド新津

胃がん検診をお忘れなく

胃がん検診は、次の日程で5月にもあります。まだ受けていない人はぜひ受けるようにしましょう。

一生かめる丈夫な歯

歯周病から歯を守る

(歯周病とは) 歯を支えている歯肉や骨に起こる病気です。悪化すると歯を支える骨がとけて、抜け落ちてしまいます。

(主な症状) 初期には自覚症状がありません。歯肉のはれや歯磨き時の出血という症状から始まり、痛みがないので、気づきにくいのが特徴です。

(歯周病の原因) 歯の汚れである歯垢の中にある細菌により、歯肉が炎症を起こすことが原因です。

(予防方法) 歯の汚れや歯垢を取り除くために、歯磨きとあわせてデンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使って歯と歯肉の境目をきれいにすることです。

市では、5月30日から、市民健診とあわせて成人歯科健診を実施します。歯と歯肉の状態を確認し、デンタルフロスの使い方を学ぶ機会としてぜひ受診してください。

初級音声ボランティア養成講座

◇とき 6月3日～7月1日の毎週土曜日。時間は午後1時30分～4時

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5,000円 第3子以降…月額10,000円

◇支給月 2月、6月、10月に、それぞれ4か月分支給されます。

◇特別給付 所得制限により児童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人)や公務員については、前年の所得が一定未満であるとき、特別給付(児童手当と同額)が支給されます。

所得制限により児童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人)や公務員については、前年の所得が一定未満であるとき、特別給付(児童手当と同額)が支給されます。

◇認定請求の方法 福祉健康課⑩番窓口(市役所2階)で手続きしてください。

福祉健康課⑩番窓口(市役所2階)で手続きしてください。ほかの市町村では児童手当を受けていて転入された人は、改めて認定請求の手続きが必要です。

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2月分から4月分を5月10日(水)に受給者の皆さんの口座に振り込みます。

あなたの食生活をサポート 食生活改善推進員を紹介

食生活改善推進員は、市長から委嘱を受け、市民の健康づくりの担い手として地域で食生活改善の活動をしています。

食生活改善推進員名簿(敬称略)

Table with 4 columns: 住所, 氏名, 住所, 氏名. Lists names and addresses of food improvement promoters.

お買物、ご用命は市内で

あなたの安心を企画する 樋口保険企画 有限会社. Includes contact info and services like life insurance.

毎度ありがとうございます 渡辺美容院. Includes address, phone number, and hours.

ほしの医院 内科・呼吸器科・アレルギー科・小児科. Includes address and hours.

創業祭 日頃の感謝をこめて. Includes address, phone number, and menu items.