

市役所(24)2111

お知らせ

医師による健康講座で健康と病気予防を考える

- とき・テーマ
  - ・8月21日(火)…「コレステロールと上手に付き合うために(講師=松村健一郎さん)」
  - ・8月24日(金)…「糖尿病をもっと知るために(講師=藤村夏美さん)」
  - ・9月9日(日)…「暮らしの中の健康づくり(講師=田辺直仁さん)」
- ※時間はいずれも午後1時30分～3時
- ところ いずれも保健福祉センター
- 申込み 福祉健康課健康増進係(☎25-2510)へ。

新津市社会福祉協議会のお知らせ

- ホームヘルパー3級課程養成研修
  - とき 9月11日(火)～10月2日(火)までの7日間と実習1～2日
  - ところ 保健福祉センター
  - 参加費 7,000円(テキスト代)
  - 定員 70名(申込多数のときは抽選)
  - 申込み 8月10日(金)までに、往復はがきの往信裏面に住所・氏名・生年月日・電話番号、返信表面に住所・氏名をそれぞれ記入して、新津市社会福祉協議会ホームヘルパー養成研修会係(☎956-0864 新津市本町2-2-1)へ。
  - 要約筆記奉仕員初心者入門講座
    - とき 9月5日～10月17日の毎月第1・3水曜日。時間は午後1時～4時
    - ところ 本町二番館会議室
    - 内容 「聞こえないとは?」、「要約筆記とは?」ほか
    - 参加費 無料
    - 申込締め切り 8月24日(金)
    - 問い合わせ 新津市社会福祉協議会(☎24-8376 ☎23-3322)へ。

介護保険 保険料に関する説明会を開催

今まで国の特例措置によって半額納付とされていた介護保険の保険料を、10月から全額納付していただくこととなります。これにともなって、9月に保険料についての説明会を行います。くわしくは、「広報にいつ」9月1日号でお知らせします。

●問い合わせ 保険年金課保険給付係(内線137・138)へ。

家族介護慰労金を支給

- 対象 介護保険の要介護認定で4または5と認定された人を、在宅で介護している同居の家族
- 支給要件(次のすべてを満たすことが必要です)
  - ①介護を受けている人が、過去1年間に介護サービスを利用していないとき(1年間で1週間程度のショートステイは除きます)
  - ②介護を受けている人の病院への入院期間が1か月に7日未満のとき
  - ③世帯全員の住民税が非課税のとき
- 申請・問い合わせ 福祉健康課福祉係(市役所1階③番窓口、内線144)へ。

あなたの優しさを献血に

- 献血の日程
  - ・8月17日(金)の午前9時30分～正午…県総合庁舎、午後1時30分～3時30分…テイラー(株)
  - ・8月24日(金)の午前9時30分～正午と午後1時～4時…新津ショッピングセンターパルス
- 問い合わせ 福祉健康課福祉係(内線146)へ。
- ※やむを得ず中止・変更するときがありますので、事前にお問い合わせください。

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・受付場所
  - ・8月13日(月)～17日(金)の午前8時30分～午後5時15分…福祉健康課児童係(市役所2階⑩番窓口)
  - ・8月18日(土)の午前8時30分～午後5時…市民サロン(市役所1階)
- 問い合わせ 福祉健康課児童係(内線255)へ。
- ※該当する人には、8月10日ころまでに書類を郵送します。

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5～7月分を8月10日(金)に受給者の口座に振り込みます。
- ・特別障害者手当…月額26,860円
- ・福祉手当、障害児福祉…月額14,610円
- 問い合わせ 福祉健康課福祉係(内線146)へ。

ひとり親家庭等医療費受給者証の更新申請

- 受付期間・受付場所
  - ・8月13日(月)～17日(金)の午前8時30分～午後5時15分…福祉健康課児童係(市役所2階⑩番窓口)
  - ・8月18日(土)の午前8時30分～午後5時…市民サロン(市役所1階)
- 問い合わせ 福祉健康課児童係(内線255)へ。
- ※該当する人には、8月10日ころまでに書類を郵送します。
- ※現在発行されている「ひとり親家庭等医療費受給者証」は、9月30日(日)まで有効です。

食生活改善推進委員からのヘルシークッキング

ニンジン白玉のヨーグルトソースかけ

ニンジンが苦手な人もおいしく食べられて、カルシウムやビタミンCも豊富です。夏休みに作ってみましょう!

材料 (4人分)

ニンジン	100g
白玉粉	100g
水	適量
プレーンヨーグルト	100g(1/2カップ)
スキムミルク	大さじ2
砂糖	大さじ1
クワイ	1個
バナナ	1本
スイカ	400g

1人分 196kcal

作り方>

- ①ニンジンは皮をむき、すりおろす。
- ②白玉粉に①を入れてよくこね、水を少しずつ加えて、耳たぶくらいのやわらかさにする。
- ③ひと口大に丸め(約20個)、真ん中を指でへこませて、沸騰した湯でゆでる。浮き上がって1～2分したら、湯から上げて冷水で冷やす。
- ④果物は小さめのひと口大に切る。
- ⑤ヨーグルトにスキムミルクと砂糖を加え混ぜ、ソースを作る。
- ⑥器に果物と白玉だんごを盛り、⑤のソースをかける。

人権擁護委員が表彰されました

新潟県人権擁護委員連合会長表彰 辻村鐵雄さん(新町3)

国民健康保険の保険証が9月から「肌色」に

国民健康保険証が9月1日(土)から切り替わります。新しい保険証(肌色)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月からは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1日現在の内容で作成されます。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には、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(市役所1階①番窓口 内線114)へ。

国民健康保険料の軽減申請をされた方へ

「国民健康保険料2割軽減申請書」を提出された世帯は、年間の保険料が軽減され7月以降の保険料で差額が調整されています。7月にお送りした「平成13年度保険料確定通知書」で内容をご確認ください。また、申請期限を過ぎて提出された世帯については、8月以降の保険料で差額が調整されます。

なお、無記名のまま返送された申請書がありましたので、「申請したが軽減されていない」という方はご連絡ください。

●問い合わせ 保険年金課保険給付係(市役所1階②番窓口 内線136)へ。

保健の窓

パパとママのうぶごえセミナーで妊婦歯科健診を始めました

「妊娠すると歯が悪くなる」なんて話を聞いたことがありませんか。妊娠中はつわりなどの影響で、口の中が汚れたままになりがちです。また、この時期は、お腹の中の赤ちゃんの歯が作られる大事な時期でもあります。そのため、「パパとママのうぶごえセミナー」では、赤ちゃんの歯も含めて、妊婦さんが歯の健康について考える機会として、今年の6月から妊婦歯科健診を始めました。参加者からは「なかなか歯医者に行けなかったので、健診が受けられて良かった」と好評です。

妊娠中から、お母さんと子どもの虫歯予防について考えていけたらと思うので、どうぞご参加ください。

今年度の妊婦歯科健診日程

- 8月1日・10月17日・12月19日、平成14年2月20日のいずれも水曜日(「パパとママのうぶごえセミナー」の第1日目)。
- ※事前に参加申込みが必要です。
- 申込み・問い合わせ 福祉健康課健康増進係(☎25-2510)へ。



母乳がまん検診よう

9月3日(月)～7日(金)と、10日(月)～14日(金)に行われる乳がん検診の定員に、まだ若干の余裕があります。

▽申込み・問い合わせ: 福祉健康課健康増進係(☎25-2510)へ。

お買物、ご用命は市内で

お買物、ご用命は市内で

お子さんの自転車、心配ありませんか?

ブレーキレバーを握ってみてください。ハンドルとの間が半分くらいが正常です。ブレーキレバーがハンドルに近くなるほど、ブレーキの利が悪く、事故のもとになります。ブレーキ、ベル、テールライト、タイヤは安全部品です。よく注意してください。

1年に1回は点検整備を!  
料金は1,500円

新津警察署・新津自転車組合

アンケートによる新講座がいよいよスタート!

人と人の交流基地  
NCC カルチャーくらぶ

- 本町教室(栄町イクラ2F)
- 駅前教室(徳前三軒ビル3F)
- ハーティールーム(夜東観光道場)

TEL(22)3102 FAX(24)1089

◆新 韓国語	8/29(水) 18:15~
◆絵 手紙	8/28(火) 10:15~
◆気 功	8/25(出) 20:10~
◆フラダンス	8/23(水) 12:30~

\*1レッスン1,000円ポッキリでどーぞ

修理はお早めに!

おまかせ下さい!

雨トイ 外壁工事・屋根

住まいのトータルソリューション

有限会社 サンマイク

新津市東町1-9-16

TEL.0250-23-0407