

要予約 痴ほう専門相談会

- とき 2月17日(火)および3月17日(水)の2回。時間はいずれも午後1時30分～4時
- ところ 県新津健康福祉環境事務所(南町、旧保健所)
- 内容 専門医師と精神保健福祉相談員による無料相談 秘密厳守
- 申込み 県新津健康福祉環境事務所保健指導担当(☎22-5174)へ。

社会福祉法人 秋葉福祉会 職員募集のお知らせ

募集内容

- 正(准)看護師および理学(作業)療法士(いずれも正職員)
 - ・対象...55歳まで
 - ・勤務場所...特別養護老人ホーム「かんばらの里(古田)」
- 正(准)看護師(パート職員)
 - ・年齢...65歳まで
 - ・勤務内容...デイサービス業務補助(勤務時間は4～7時間)
 - ・勤務場所...デイサービスセンター「かんばらの里(古田)」「デイサービスセンター「秋葉荘(秋葉1)」

問い合わせ 特別養護老人ホーム「かんばらの里(☎25-1102)へ。

児童手当を振り込みます

- 振込日 2月5日(木) ●対象となる期間 平成15年10月分～平成16年1月分
- 問い合わせ 福祉健康課 児童係(内線254)へ。

満1歳から1歳3カ月までに、麻しん(はしか)の予防接種を受けましょう

麻しん(はしか)は、感染力が極めて高く、感染すると肺炎や中耳炎、脳炎などの合併症を併発しやすく、死にも至る重い病気です。

麻しんの予防には、予防接種が効果的で、1回の接種で95%以上の方が免疫を得ることができます。

- 標準接種年齢 **満1歳～1歳3カ月**
平成16年1月1日から、低年齢児の麻しんの流行を減らすため、標準接種年齢が「満1歳～2歳」から「満1歳～1歳3カ月」に変更になりました。
満1歳を過ぎたら、早めに受けましょう。
- 接種費用 満1歳～7歳6カ月未満の乳幼児・児童は無料
- 接種方法 乳幼児の個別予防接種実施医療機関に予約し、「予防接種と子どもの健康」をよく読んで、体調の良い時に受けましょう。
- 問い合わせ 福祉健康課 健康増進係(☎25-2510)へ。

「ボランティアきっかけ作り講座」にご参加を

- とき 3月5日(金)の午前10時～午後4時
- ところ 社会福祉協議会(本町1、旧バスセンタービル2階)
- 内容 講義「ボランティアとは」、実習「初心者の介護技術」、高齢者施設見学
- 対象・定員 ボランティア活動に関心のある人(20名)
- 持ち物 体を動かしやすい服装、靴、昼食
- 申込み 2月20日(金)までに、新津市ボランティア支援センター(☎25-3740、☎25-3744)へ。

防災なんでも相談室 ☎22-0175 ☎22-4804

火災・救急データ 12月31日現在 ()内は昨年中

火災発生件数 16 (18)	救急車出動件数 1817 (1793)
うち建物火災 14 (12)	うち交通事故 223 (225)
焼損棟数 19 (24)	一般負傷 223 (234)
り災世帯数 16 (17)	急病 1070 (1069)

火災のお問い合わせは...☎24-5001～5004へ
※RADIO CHAT (FM76.1MHz) で随時火災情報を放送します。

好きです！きれいなまち・新津

ポイ捨てしな宣言!!

新津市内では、犬の飼い主に、犬のふんの即時回収や公園の砂場でのふんの禁止が、条例により義務付けられています。
※市民と市内通行者に適用

いいのよおまかせなさい
いつもすまないねえ

違反者には 指導・勧告・命令
…最終的には**3万円以下**の罰金

市民生活課 環境衛生係 ☎24-2111 内線232

食生活改善推進員さんの

ヘルシークッキング 43

「ポークビーンズ」
「畑の肉」と言われるほど良質な植物性タンパク質に富み、また脂肪やビタミンB1、B2も多く栄養価の多い大豆。この時期は温かいスープで食べましょう。



- 材料(4人分)
- ゆで大豆120g
 - 玉ネギ80g
 - ニンジン40g
 - ジャガイモ160g
 - 豚モモ肉80g
 - ベーコン1枚
 - 生シイタケ4枚
 - トマト100g
 - トマトジュース80cc
 - 水680cc
 - スープの素(ブイヨン)1個
 - サラダ油小さじ2
 - 塩・コショウ少々
 - パセリ適宜

- ＜作り方＞
- ①玉ネギ、ニンジン、ジャガイモ、生シイタケ、豚モモ肉、ベーコンを1cm角に切る。トマトは湯むきにして種を取り、1cm角に切る。
 - ②鍋に油を熱し、ベーコンと肉を炒める。火が通ったら、①で切った他の野菜を加えさらに炒める。
 - ③水とスープの素、ゆで大豆、トマトジュースを入れて柔らかく煮込み、塩・コショウをする。
 - ④盛りつけて、パセリのみじん切りを散らす。(1人分エネルギー:191kcal、食塩相当量:0.8g)

特別障害者手当などを振り込みます

- 振込日 2月10日(火) ●対象となる期間 平成15年11月分～平成16年1月分
- 振込金額 ・特別障害者手当...月額26,620円 ・福祉手当、障害児福祉手当...月額14,480円

次のようなときには、受給資格喪失届をお忘れなく!

特別障害者手当や福祉手当、障害児福祉手当受給者が次の条件に該当する場合は、手当の受給資格がなくなり、届出が必要となります。

- ①受給者が死亡したとき
- ②受給者が在宅介護ではなくなったとき
特別養護老人ホームや児童福祉施設などに入所したとき
特別障害者手当の受給者が、病院または老人保健施設に3カ月以上継続して入院、入所したとき
- ③受給者の障害程度が回復し、介護等の必要がなくなったとき
- ④障害児福祉手当の受給者が、障害を原因とする年金を受給することになったとき、または20歳に到達したとき

●問い合わせ 福祉健康課 福祉係(内線146)へ。

好きです！きれいなまち・新津

ポイ捨てしな宣言!!

新津市内では、空き缶やタバコの吸い殻、ガムなどのポイ捨てが、条例により禁じられています。
※市民と市内通行者に適用

ポイ捨てしませんヨ!!

違反者には 指導・勧告・命令
…最終的には**5万円以下**の罰金

市民生活課 環境衛生係 ☎24-2111 内線232

一生噛める丈夫な歯 58

フッ素を使い丈夫な歯

新潟県は、平成14年度の12歳児一人平均むし歯数が、全国47都道府県の中で最も少ない県です。それは、フッ素洗口やフッ素塗布などを行っている子どもが多いからです。

むし歯原因菌が糖類を分解して酸を出し、歯からカルシウムなどが溶け出すことを「脱灰」と言います。また、歯にカルシウムを再沈着させることを「再石灰化」と言います。歯では、脱灰と再石灰化が常に起きています。

「フッ素」は、人体を構成する元素の中で13番目に多い元素で、歯や骨、だ液、口腔粘膜などに存在し、歯の表面で再石灰化を促進してくれます。

フッ素を利用する方法には、フッ素洗口法とフッ素塗布法の2つがあります。これらは、多くの研究者や研究機関によって、長年にわたり、あらゆる方法で確認が行われ、安全で有効なむし歯予防の方法として普及しています。

フッ素は、生涯を通じて利用することが必要です。特に、むし歯になりやすい時期には効果がありますので、歯が生え始めてから2～3年の間は、フッ素を継続的に利用することが必要です。そして、1歳から中学生くらいまでは、歯科医院でチェックを受けながら、定期的にフッ素を利用しましょう。この時期を過ぎた後も、フッ素入り歯磨き剤を積極的に利用することで、むし歯の予防を継続して行うこともできます。年を取るとともにだ液の分泌が少なくなった場合も、フッ素利用がたいへん効果的です。

【三市中東蒲原郡歯科医師会 新津班】