

児童手当を振り込みます

- 振込日 6月4日(金)
- 対象となる期間 2月～5月分
今年小学1年生になった子どもの児童手当は、2・3月分の振り込みとなります。
- 問い合わせ 福祉健康課児童係(内線254)へ。

6月は赤十字運動月間 赤十字社費納入のお願い

赤十字の活動は、皆さんからお寄せいただく協力金(社費)によって支えられています。自然災害、地域紛争などの被災者に対する人道的事業に、赤十字を通してあなたの善意を役立てていただきますよう、ご協力をお願いします。

- 問い合わせ 日本赤十字社新潟市地区事務局(福祉健康課内、内線146)へ。

- 6月の献血日程(全血献血)

25日(金)	9:00～11:00	新潟薬科大学
	12:00～16:00	新潟キャンパス

妊産婦・幼児医療費助成と児童手当の手続きを忘れずに

■妊産婦・幼児医療費助成の申請について

妊産婦・幼児医療費助成については、所得制限により受給資格の有無を判定していますが、9月1日以降の受給資格は平成15年分の所得によって判定します。現在、医療費助成を受けている人も再度申請が必要ですので、手続きをしてください。



対象となるのは、平成10年4月2日から平成15年9月1日生まれの子どもです。該当する人には案内を郵送しますが、案内が届かなくても申請の手続きはできます。

なお、平成15年9月2日以降に生まれた子どもについては、受給期間が終了する前に手続きをしてください。

■児童手当の現況届について

児童手当を受けている人は、毎年「現況届」の提出が必要です。該当する人には届出用紙を郵送します。



■書類の郵送 いずれも6月上旬に発送します。

■受付期間 いずれも6月7日(月)～23日(水)の午前8時30分～午後5時15分

■受付場所 市役所1階市民サロン(正面玄関付近)

■問い合わせ 福祉健康課児童係(内線254～256)へ。

土・日曜日もやっています!

児童手当の対象年齢を小学3年生までに引き上げる制度改正については、今後の広報に掲載するほか、該当する人にお知らせします。

食生活改善推進員からの

ヘルシークッキング ④④

かぼちゃのサラダ



肌や粘膜を丈夫にしてくれるベータカロテンを多く含んだカボチャは、これからは旬を迎えます。

この時期にたっぷり食べて、体に抵抗力を付けましょう。

●作り方

カボチャは種とわたを取り、所々皮をむいたら、2センチ角に切り、ひたひたの水でゆでる。

キュウリは小口切りにし、塩もみしてから水気を絞る。玉ネギはみじん切りにし、塩もみしてから水にさらし、水気を絞る。レーズンはぬるま湯で洗い、水気を絞る。

とをカレーマヨネーズでざっくりとあえ、器に盛りつける。

●●● 材料(4人分) ●●●

- カボチャ……………280g
- キュウリ……………60g
- 玉ネギ……………24g
- レーズン……………20g
- カレーマヨネーズ
- マヨネーズ……………大さじ2
- カレー粉……………少々
- コショウ……………少々
- ＊1人分栄養価
- エネルギー……………110kcal
- 食塩相当量……………0.2g

身近な自然・里山を歩こう

リフレッシュしに来ませんか?

木もれ陽の遊歩道

都市整備課
公園緑地係
☎24-2111
内線585

風しんの予防接種を受けましょう



県内で風しんが流行しています。風しんは、一般的には三日ばしかと呼ばれ、通常は数日で治りますが、妊娠初期の妊婦が感染すると、「先天性風しん症候群(白内障・先天性心臓病・難聴など)」の赤ちゃんが生まれてくる可能性がありますとされています。

風しんの症状は…
感染してから14日～21日の潜伏期間の後、発熱とともに全身に淡い発疹が出たり、耳の後ろや頸部、後頭下部のリンパ節ははれることもあります。

◆風しんには予防接種が有効です

これまでに、風しんにかかったことがなく、予防接種を受けていない人で特にこれから妊娠を迎える女性または接種率の低い年齢層(現在16歳～24歳)の人は、早めに予防接種を受けてください。

◆接種方法・費用

年 齢	接 種 方 法	費 用
1歳～7歳6カ月未満	個別予防接種。1歳を過ぎたら早めに1回接種してください(詳しくは4月1号4ページをご覧ください)。	無料
7歳6カ月以上	任意接種。かかりつけ医と相談の上、接種してください。なお、妊娠している人は受けられません。	有料

成人歯科健診を受けましょう



現在行っている市民健診の中に、定期的に歯科医院で健診を受ける機会が無い人を対象とした希望制の成人歯科健診がありますが、今年度は市民の皆さんにより一層歯に関心を持ってもらうため、下記の会場では全員に歯科健診を実施します。歯の健康を守るためにも、良い機会ですのでどうぞ受けてください。

◆成人歯科全員健診実施会場 市民健診については、5月1日号3ページをご覧ください。

日 時	会 場
6月 2日(水)	9:30～11:30 小合地区コミュニティセンター
6月11日(金)	13:00～15:00 保健福祉センター

◆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。

保健の窓59

機能訓練教室に 来てみませんか!

「いつまでも健康でいたい」それは誰もが願うことではないでしょうか。市では、「病気や事故で障害を持っても元気でいきいきと過ごせて、楽しく語れる仲間がいる」そんなふうな地域で暮らせるようお手伝いしています。

現在、体を動かし、健康でいるための秘けつを学べる「機能訓練教室」や言葉が出にくい人が仲間になって言葉の訓練をする「ことばの集い」などを実施しています。仲間を増やしたい、楽しく体を動かしたい、気軽に言葉の訓練をしてみたいと思っている人は、ぜひご連絡ください。

◆機能訓練教室

- 開催日 毎月第1火曜日
- 内容 機能訓練、健康学習、レクリエーション、参加者同士の交流など
- 参加者同士で結成した2つの自主グループによる活動もあります(毎週火曜日と第1・3・5金曜日の午前9時30分～午後3時30分)

◆リウマチあゆみの会

- 開催日 毎月第1水曜日
- 内容 リウマチ体操、参加者同士の交流・情報交換、家族への介護・相談など

◆ことばの集い

- 開催日 毎月第3水曜日
- 内容 言葉の訓練、レクリエーション、参加者同士の交流など

◆時間・ところ いずれも午後1時30分～3時30分。保健福祉センター機能訓練室

好きです! きれいなまち・新津

ポイ捨てしなさい宣言!!

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



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