仲間に出会おう！

少年クラブ　に参加しませんか

市では、４月から公民館などを会場に、料理作りや陶芸など多彩な体験活動ができる「少年クラブ」を開始します＝**表**＝。

同クラブは、学校週５日制に伴って平成４年から開催しています。小・中学生を対象とし、主に第２・４土曜日に活動します。参加を希望する人は、各会場に申し込んでください（東地区公民館分は往復はがきで、それ以外の会場は電話で申し込んでください）。

表　※学年は４月からの新学年です

会場・申し込み方法	クラブ名	日　時	対　象	参加費
中地区公民館（271-0017）	ジュニア陶芸クラブ	６／24～７／22 午前10時～正午（全４回）	小学生先着20人	1,000円
石山地区公民館（286-5631）	ジュニア箏クラブ	４／22～来年２／24 午前10時～正午（全10回）	小学生先着20人	2,000円
鳥屋野地区公民館（285-2371）	ジュニア陶芸クラブ（初心者編）	４／22～来年２／24 午前10時～正午（全７回）	初めて陶芸をする小・中学生先着20人	2,500円
北地区公民館（259-7330）	少年天体観察クラブ	５／11～11／９ 午後７時～８時半（全８回）	小学２年生以上と保護者先着25組	4,000円
東地区公民館 蒲原町７-１（241-4119） ４／１（必着）までに往復はがきに希望クラブ名、住所、氏名（フリガナ）、電話番号、学校名・学年、保護者名を記入し同館へ　※１通につき１人１講座。応募多数の場合抽選	キッズクラブ（料理と染め物）	４／22～来年２／24 午前９時半～正午（全７回）	小学生30人	1回300円（初回は800円）
	びっくり共和国（料理と工作）	４／８～来年３／10 午前10時～正午（全11回）	小・中学生30人	1,000円
	茶道クラブ	４／８～来年３／10 午前10時～正午（全18回）	小・中学生と保護者15人	3,000円
	大形こどもクラブ（料理）※会場は大形公民館	４／８～来年３／10 午前９時半～正午（全11回）	小学生15人	1回300円（初回は800円）
曽野木地区公民館（280-6810）	こどもマンガ道場	４／22～来年２／24 午前10時～正午（全10回）	小・中学生25人	―
関屋地区公民館（266-4939）	将棋クラブ	４／８～来年３／10 午前９時半～10時50分（全16回）	小・中学生25人	500円
大畑少年センター（228-4100）	陶芸クラブ	６／10～11／25 午後１時～３時（全10回）	小・中学生30人	2,500円
	野外王（野外活動）	５／13～10／28 午前９時半～午後1時（全10回）	小学４年生～中学生20人	2,500円

少年少女発明クラブ

このほかに、子どもたちの創造性を伸ばそうと平成７年から始まった「少年少女発明クラブ」の参加者も募集します。

日時　４月からの原則第１・３土曜日午後２時～４時半
会場　大畑少年センター
対象　新小学２年生～中学２年生30人
参加費　２０００円程度
申し込み　４月10日（必着）までに、はがきに住所、氏名、電話番号、学校名・学年、保護者名を記入し、文京町12・28、同クラブ事務局（牛木国際特許事務所内２３２・０１６１）へ

めいせいデイサポートセンター

入浴・給食サービスなどを提供

めいせいデイサポートセンター（水道町１）では、就労が困難な在宅の知的障害者のために、さまざまなサービスを提供しています＝**表**＝。

同センターは、知的障害のある人の文化活動などを支援することを目的に、平成８年に開設。現在、52人が趣味の講座、入浴・給食サービスなどを利用しています。

対象となるのは、15歳以上65歳未満の在宅の知的障害者で、利用する場合は登録が必要となります。

利用時間は、月曜から金曜日までが午前９時から午後５時、土曜日が正午までとなっています（日曜・祝日、年末年始は休館）。

登録費や年会費は必要ありませんが、入浴サービスは１回２００円、給食サービスは１回４００円、外出などの場合は実費負担となります。

同センターでは、このほかにも社会体験旅行、納涼会、料理講座など、年間を通して楽しい企画を用意しています。

問い合わせ　同センター（２３１・６２１０）へ

曜　日	サービス名	主な内容
月	生活と趣味の広場	華道、陶芸、木工などの専門講座
火	入浴	入浴、施設内活動
水	地域生活探検隊	外出、買い物、映画鑑賞
木	入浴	入浴、施設内活動
金	生活実践活動	調理実習、礼儀作法
土	自由利用	イベント、悩み事相談

※給食サービスは、月曜から金曜日まで実施

きかせて？介護保険　その41

居宅サービス計画の作成を忘れずに

Q　要介護認定を受けた後、どのようにすればサービスを利用できるのですか。

A　在宅でサービスの利用を希望する場合は、居宅介護支援事業者に依頼して、介護支援専門員と相談し、各サービスを組み合わせた居宅サービス計画を作成してもらいます。

介護支援専門員は、作成した計画に基づいてサービスの手配をします。利用者は、手配されたサービスを提供する事業者と契約し、サービスを利用します。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）などの介護保険施設に入所を希望する場合は、直接、施設に申し込むこともできます。また、居宅介護支援事業者に施設の紹介を依頼することもできます。

居宅サービス計画の作成費用

全額を介護保険で負担するので、利用者の自己負担はありません。

居宅介護支援事業者

現在、市には61の居宅介護支援事業者があります。

連絡先は「介護保険サービスガイド～暫定版」に記載してあるほか、19日に新聞に折り込む介護保険のパンフレットでも紹介しますので、ぜひご覧ください。

利用者の自己負担

居宅サービス計画に基づいてサービスを利用した場合、利用者は介護にかかる費用の１割を事業者に支払います。

居宅サービス計画を作らずにサービスを利用することもできますが、その場合は、いったん介護にかかる費用の全額を支払ってから、後で介護保険の対象となる９割分を市に請求する必要があります。

要介護認定を受けていて、まだ居宅サービス計画の作成を依頼していない人は、サービスを利用する前に、居宅介護支援事業者にご相談ください。

問い合わせ　介護保険課（内線２７７３）へ

表　居宅サービス計画の例（要介護１）

	月	火	水	木	金	土	日
午前	訪問介護	通所介護または通所リハビリ	訪問介護	訪問看護	通所介護または通所リハビリ	訪問介護	
午後							

このほかに短期入所サービスを６カ月に２週間まで利用できるほか、車いすなどの福祉用具を借りることもできます。
※表の例は、要介護１と認定された人が利用できるサービスの一例で、このようなサービスを選ばなければならないものではありません

おくちの健康ガイド

一生自分の歯で！

一生自分の歯を使って、何でもかみ、快適な食生活を送ることは、大変幸せなことです。そのためには、どうしたらよいでしょうか。

虫歯は、ミュータンス菌の感染により、発症します。

結婚した時から、夫婦そろってきちんと治療を受け、お口のケアに心がけ、ミュータンス菌を減らしておくことが大切です。大切な子どもたちへの感染を防ぐことが出来ます。

そして生まれた後の生活習慣も、虫歯の発症に影響があります。できるだけ３歳までに、虫歯になりにくい生活習慣（規則正しい食生活など）を身につけるようにしましょう。

また、「お口の健康を守ることが素敵（すてき）な一生を過ごすためには大切である」ということを、子ども自身がきちんと考えられるように育ててあげることが歯周病の予防につながります。

歯科医師や歯科衛生士は、とても心強いサポーターです。そして、子どもにとって一番の歯医者さんは、ご家族の方々です。

おわり
（市歯科医師会）

歯の健康教育

日時　３月22日午後１時半から
会場　入舟分室
内容　歯科医師による講演と健診、歯科衛生士による歯磨き指導
申し込み　保健所保健予防課（　内線3648）へ

ボランティア通訳21　説明会＆講演会

日時　３月21日午後７時～８時
会場　万代市民会館
内容　県内のボランティア通訳の状況
申し込み　当日直接会場へ
問い合わせ　同会・瀧澤（　279-5060）へ

チャリティー講演会　はきものをそろえる

日時　４月16日午後１時半～３時半
会場　総合福祉会館　**チケット**　1,000円
講師　藤本幸邦（円福寺愛育園理事長）
問い合わせ　ＳＡＢＡの会新潟・武藤（　246-4069）へ

元気のでる介護セミナー

日時　３月20日午前10時～正午　※午後１時半～４時まで家族交流会
会場　総合福祉会館　**参加費**　300円
問い合わせ　ぼけ老人をかかえる家族の会・中野（　286-3240）へ

老人精神保健福祉講演会

日時　３月24日午後１時半～３時半
会場　総合福祉会館　**定員**　先着100人
演目　「新世紀を生きる次世代へ～痴ほうのお年寄りからのメッセージ」山田聡（老人保健施設有楽園施設長）
申し込み　保健所健康増進課（　内線3665）へ

市手をつなぐ育成会　石山福祉作業所の通所者を募集

通所日時　毎週月曜～金曜日午前９時～午後４時　**対象**　15歳以上の知的障害者
内容　作業訓練、生活訓練
問い合わせ　東福祉作業所・堀田（　244-0996）へ

子育て支援センター　公開育児相談

日時　３月14日午前10時～11時半
会場　新通保育園
申し込み　当日直接会場へ
問い合わせ　会場（　268-3132）へ

パーキンソン病患者のためのリハビリ講座

日時　４月15日午後１時半から
会場　さいわいリハビリクリニック（幸西２）
問い合わせ　パーキンソン病友の会・齋藤（　266-0251）へ

ひとりでできるリハビリ体操講座

日時　３月28日午後１時45分～３時
会場　総合福祉会館
対象　身体障害者手帳を持っている人先着15人
申し込み　障害福祉課（　内線2622）へ

住宅建築相談

日時　３月14・28日午前９時～午後４時
会場　市役所第１分館501会議室
内容　新・増・改築プランのアドバイス、耐震診断補助制度について、ほか
問い合わせ　建築指導課（　内線3060）へ

住まいの無料相談

日時　３月21日午前10時～午後３時
会場　建築国保会館（川岸町3）
内容　新・増・改築、住宅資金、ほか
問い合わせ　新潟地域住宅相談協議会（　266-6650）へ

にいがた・盲導犬ハーネスの会　講演会

日時　３月26日午後１時～５時
会場　総合福祉会館
内容　講演「日本における盲導犬の現状」、盲導犬による実演と体験歩行、ほか
問い合わせ　同会・赤塚（　229-6715）へ

健康相談

基本健康診査の受診記録票、健康手帳のある人はお持ちください。

地　区	月　日	会　場	時　間
坂井輪	３・15	※坂井輪コミュニティセンター	午前９時半～１１時
	３・17	※西新潟市民会館	午前10時～11時半
	３・24	※寺尾中央公園自治会館	午後１時～３時
石山・大江山	３・13	※石山地域保健福祉センター	午前10時～11時半 午後１時半～３時
石山	３・16	※シルバーピア石山	
木戸	３・21	※木戸公民館	
山の下	３・22	※中地域保健福祉センター	
松浜・南浜・濁川	３・27	※北地域保健福祉センター	
坂井輪	３・14	老人憩の家・小針荘	午後１時半～３時
入舟	３・16	※入舟分室	
関屋・中央	３・21	※関屋コミュニティハウス	

※印は栄養士による相談あり

県高齢者総合相談センター

相談電話番号　285-4165

よろず相談
日時　毎週月曜～金曜日午前９時～午後５時（祝日除く）

専門相談

種　類	相談日	時　間
法　律	３/13・27	午後１時半～４時
住　居	３/14・28	午前10時～正午
痴ほう	３/15	午後１時半～３時半
健康・介護	３/16・23・30	午前10時～午後４時