

子ども医療費助成制度の申請をお忘れなく

市民税の所得割が5万円以下の家庭を対象に、年齢を18歳まで拡大した子ども医療費助成制度を実施しています。

4月から小学4年生になるお子さんは、3月31日で子ども医療費受給者証の有効期限が切れますが、所得要件に該当する方は、新たに申請して受給者証の交付を受ければ、引き続き制度をご利用いただけます。

対象年齢のお子さんの家庭には既にご案内していますが、所得要件に該当する方で未申請の方は早急に申請してください。

問合 保険年金課医療・年金G ☎24-1114



介護予防・日常生活支援総合事業をご存知ですか



介護予防・日常生活支援総合事業は地域の65歳以上の高齢者を対象に、要支援1・2に認定された方や、生活機能の低下が見られる方にサービスを提供する事業です。

市では、サービスの「受け手」だけでなく65歳以上の「担い手」の方にも、いつまでも元気に暮らしていただくための取り組みをしています。

「受け手」として身体機能の維持・改善を目指しましょう

事業の対象となる方は「受け手」として、介護予防のために身体の状態や必要性に合わせた様々な総合事業のサービスを受けることができます。

「受け手」は、ただサービスを受けるのではなく、お元気だったころの状態に少しでも近づくためにサービスに取り組んでいただきます。最終的には、サービスからの「卒業」を目指します。

「担い手」となっていつまでも元気に

65歳以上の方が、サービスの「担い手」になることで、自分自身がサービスの必要な状態にならないように介護予防の取り組みをすることが出来ます。

「担い手」の活動としては、短時間の「受け手」の生活支援や、市のふれあいサロンの運営等様々な活動があります。ご活用いただき、介護予防に取り組んでみてください。

問合 高齢介護課長寿福祉G ☎24-1118



今月のバランス献立



飾り巻き寿司 豚汁 豆乳抹茶寒天

1人分
545kcal
塩分3.4g

飾り巻き寿司

材料(1人分)

ご飯140g、A(酢小さじ2、塩1g、砂糖小さじ1/2)でんぶ10g、きゅうり10cm、玉子焼き2.5×2.5×10cm、海苔半切の3/4、半切、半切の1と1/3枚

※海苔半切とは横19cm×縦21cmの半分のサイズ

※市役所1階市民情報サロン・保健センター2階・ヨシツヤ情報コーナーにレシピがあります。また市公式ホームページにも掲載しています。

作り方

- ①Aを合わせてご飯に混ぜ、すし飯を作る。
- ②すし飯の80gにでんぶを混ぜる。
- ③海苔半切の3/4を縦長に置き、奥の端を1cmあけて、すし飯60gを広げ、中央にきゅうりを乗せ、芯にして巻く。
- ④海苔半切に②を乗せ広げ、中央に③を乗せ、芯にして巻く。
- ⑤④を縦に1/4に切る。
- ⑥海苔半切と1/3はすし飯で繋げ、縦長の1枚にする。手前の端に⑤の1つを垂直な面を端にして置く。その隣に対称になるようにもう1つ置く。くぼみに玉子焼きを乗せ、残りの2つも垂直な面が外になるように乗せる。
- ⑦崩れない様に巻き簾を転がして巻く。
- ⑧4等分して断面を上にして盛り付ける。

麻しん風しん混合ワクチン(MR)の接種はお早めに!

対象

第1期: 生後12~24月に至るまでの方
第2期: 平成23年4月2日~平成24年4月1日生まれの方

接種期間

第1期: 2歳の誕生日の前日まで
第2期: 3月31日(土)まで

その他 次に該当される方は、保健センターへご相談ください。
・アレルギーや重い疾患がある方
・津島市が配布した予診票をお持ちでない方

問合せ 保健センター ☎23-1551



健康管理にも役立つ《献血》にご協力を

献血した方全員に、血液検査(肝・腎臓機能・コレステロール値など)を行います。

輸血を受ける方のためにも、400ml献血にご協力ください。

日時 3月25日(日)(雨天決行)

午前10時~午後3時30分

場所 コシツヤ津島本店南駐車場

献血のできる方 16歳~69歳の健康な方(65歳以上の方は、60歳以降に献血経験がある方に限る)

後援 市

主催・問合せ 津島ライオンズクラブ

☎26-1515

骨髄ドナー登録

同会場で津島保健所による、骨髄ドナーの登録も行っていますので、ご協力ください。

時間 午前10時~午後3時

ドナー登録のできる方

・18歳~54歳の健康な方
・骨髄提供の内容を十分に理解している方
・体重が、男性は45kg以上、女性は40kg以上の方

問合せ 津島保健所 ☎26-4137

こころの病を持っている方との接し方講演会

~被災地での体験を通して考える~

この機会にコミュニケーションのあり方について考えてみませんか?

日時 3月8日(木) 午後2時~4時

場所 津島保健所

講師 あいせい紀年病院 臨床心理士

対象 こころの病を持っている方のご家族

定員

30人(定員になり次第締切)

申込 電話または直接左記へ。

問合せ 津島保健所健康支援課

☎26-4137



成績発表

第70回津島市駅伝競走大会

1月28日(日)津島市ほか

(優勝チーム、市内関係分のみ掲載)

参加55チーム

◇一般男子

◇サンガーデン走るの大好き

◇中学男子

◇藤浪サッカー部A

◇一般女子

◇津島高校

◇中学女子

◇しみず



スポーツ

総合プール(屋内プール)利用休止のお知らせ

屋内プールの天井に一部剥離が確認されたため、利用者の安全が確保できるまでの間、利用を休止させていただきます。

問合せ 社会教育課スポーツ振興G

☎55-9428

津島市春季ソフトテニス大会

日時 4月15日(日) 午前9時

(予備日4月22日(日))

場所 市宮庭球場

種目 一般男女、中学生以下男女、成

壮年(35歳以上)、ジュニアの部

参加資格 市内在住・在勤者および協

会会員

参加費 一般1チーム1000円

中学生以下1チーム500円

申込 4月7日(土)までに問い合わせ先

へ。

主催 市ソフトテニス協会

後援 市教育委員会

問合せ 市ソフトテニス協会 垣見

☎25-9845

津島市春季レディースソフトテニス大会

日時 4月6日(金) 午前9時

(予備日4月13日(金))

場所 市宮庭球場

参加資格 市内在住、在勤の女性

試合方法 ダブルス(経験者、初心者別)

参加料 1チーム500円

申込 3月30日(金)までに問い合わせ先

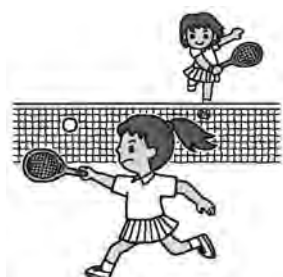
へ。

主催 市ソフトテニス協会

後援 市教育委員会

問合せ 市ソフトテニスOG会 磯部

☎25-5465





ポールウォーキングの様子

津島スポーツクラブ
ホワイトウイニングズ
30年度会員募集

種目名	種目紹介
のびのび 体 育 塾	基礎運動を中心に器具などを使って楽しく身体を動かしましょう。スポーツに必要な動きやバランスを養うことができます。
ソ フ ト エアロビクス	運動不足の身体を、音楽に合わせてほぐしましょう。軽い運動でどなたでも参加できます。
ショートテニス	スポンジボールと軽いラケットを使い、室内のバドミントンコートでプレーするテニスです。
バスケット ボ ー ル	基本のパスやドリブルを、楽しい練習で習得しましょう。
卓 球	球を打ち合う楽しさをぜひ体験してみてください。
バドミントン	簡単そうで難しいこの競技。初めての人も経験者の人も一緒にバドミントンを楽しみましょう!
相 撲	基本動作から取り組みまで、相撲をわかりやすく知ることができます。ぜひ体験してみてください。
ソ フ ト バレーボール	ゴム製のやわらかいボールを使ったバレーボールです。
ボクシングエアロビクス・ ハワイアンフラ・ ポールウォーキング	老若男女どなたでも気軽に参加できる種目です。健康づくりに役立ててみてください。
スポーツ玉手箱・ ヨ ー ガ	いろいろなニュースポーツやヨガを体験できます。種目にこだわらず、身体を動かしてみたい方にお勧めです。
ミニサッカー	子どもから大人まで、みんなでサッカーボールを追いかけましょう!
そ の 他 (イベント)	海の体験教室(夏)、冬山の体験教室(冬)を1泊2日で企画(別途参加費が必要です)。ほかにもちゃんこ鍋のふるまい等、楽しいイベントを開催しています。

活動日 4月から翌年3月までの土・日曜日で、各種目月1回程度(一部メニューは水曜日夜も実施)

種目 左表のとおり

※全ての種目に参加できます。

活動場所 東小学校体育館ほか

会費(月額)

・個人会員 1人600円

・ファミリー会員 1家族1,200円

※年間または半期での申し込みとなります。年間でお申し込みいただくと割引や特典があります。

保険加入 活動中に適用される保険に加入していない方は、スポーツ安全保険に加入してください。

申込 所定の申込書(社会教育課にあります)に必要な事項を記入の上、会費を添えて社会教育課へ。クラブ活動日は、活動場所でも受け付けます。

体験・見学会

日時 3月11日(日) 午後2時

場所 文化会館

※クラブの運営、指導補助などのスタッフも募集しています。詳しくは、会場のスタッフまで。

問合 社会教育課スポーツ振興G

☎55-9428



平成30年度スポーツ教室

種目・内容 表1のとおり

受講料 表2のとおり

申込 3月28日(水)から問い合わせ先へ。申込1回1種目につき2人まで(各種目とも、定員になり次第締切)。

問合 社会教育課スポーツ振興G ☎55-9428

●表1 種目別一覧表

種目	対象	定員	回数	期間	時間	曜日	場所
ソフトテニス	小学2~4年	各20人	9	4~6月	午前9時~11時	土	市営庭球場 (雨天:葉刈スポーツの家)
硬式テニス	高校生以上			9~12月(雨天順延)			市営庭球場
ミニバスケット	小学3~6年		12	5~8月			神島田小学校
バドミントン	中学生以上		6	5~6月	午後7時~9時	木	東小学校
柔道	小学生以上		15			火・木・土	錬成館
剣道	小学生以上					火・金	
弓道	中学生以上	火・木・土					

●表2 受講料一覧表

区分	6回コース	9回コース	12回コース	15回コース
高校生以上	3,000円	4,500円	—	7,500円
小・中学生	2,100円	3,150円	4,200円	5,250円

彰 地方自治法施行70周年記念総務大臣表
下春日台自治会
地域住民から出された課題について考える課題解決型の地縁組織として、自主防災組織の結成、避難訓練の実施、防犯パトロールなど日常だけでなく非日常時に備えた活動を行った。

従六位 故伊藤馨氏(元市議会議員)
多年にわたり、地方自治の推進に貢献された功績に対し、授与されたものです。

栄誉

市へ
JA海部東様
JA海部東 女性部様
現金

社会福祉基金へ
南本町 堀田様
現金
一般社団法人津島法人会津島支部様
冊子600冊

寄附
ご厚意ありがとうございました
教育委員会へ

保存版 誠実で創業60余年の信用と実績

「ゴミ」でお困りでは
ありませんか?
安全で安心価格の当店へ!

- 遺品整理 (遺品整理士認定協会加入)
- 転居引越し・ゴミ処理処分
- 一般廃棄物 (店舗や家庭などから出るゴミ) 処理
- 産業廃棄物 (工場などから出るゴミ) 処理
- 家屋解体・機械などの重量物撤去

ISO14001 認証取得企業

- 一般廃棄物・産業廃棄物許可
・建設業・古物商
- 遺品整理士認定協会

お気軽にお電話くださいネ!
遺品整理士がお見積りします

見積り無料



サトマサ 株式会社

☎(0567)28-3103

〒496-0045 津島市東柳原町1-26
http://www.satomasa.co.jp

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告については市が推奨するものではありません。内容については直接広告主へお問い合わせください。