市民かわら版

①とき（活動日）②ところ③対象④費用（記載のない場合は無料）⑤内容⑥問い合わせ

◆会員募集

SDスバル

①毎月第1・2・4水曜の午後1時30分～3時30分②市民プラザ④月2千円⑤スクエアダンス（8人で踊るダンス）・初心者歓迎⑥山田アヤ子☎22・7327

柏崎植物友の会

①4～11月②喬柏会館③草花が好きな方④年会費2千円⑤草花を訪ねる旅やオープンガーデンなど⑥柏崎植物友の会（藤林）☎090・5496・1649

◆イベント

さつき盆栽花季展

①6月8日㈯～9日㈰の午前9時～午後5時②エネルギーホール（駅前）⑤さつき・盆栽の展示、手入れ⑥柏崎サツキ会事務局（小熊）☎22・5508

柏崎・刈羽オープンガーデン

①春～7月末（一部秋あり）②柏崎市・刈羽村の24カ所⑤マップは喬柏会館で一部百円で販売（月～金曜の午後1時～4時）⑥柏崎植物友の会☎24・7926

◆市民かわら版の掲載方法

▼対象…市民で組織する団体が、市内の公共施設を使って行う市民向けの活動（政治・宗教・営利を目的、または将来その可能性があるもの、公序良俗に反するものは掲載できません）

▼条件…1団体で、体験・教室、会員募集は年1回、イベントは年2回を限度

▼字数…100字程度。編集で添削あり。

▼申し込み…掲載希望月2カ月前の原則20日までに、直接またはファクスで、市役所1階元気発信課へ。※7月号は5月20日㈪締め切り。

▼掲載…原則、先着順。誌面の都合で、掲載できない場合、体験・教室、会員募集は次号以降に順次掲載（イベントは没書）。

問元気発信課☎21・2311 FAX23・5112

子育て

地域で子育てを応援します こんにちは赤ちゃん訪問

①助産師の新生児訪問

▼内容…赤ちゃんの体重測定や授乳の事、産後のお母さんの健康状態などの相談に応じます。

▼対象…約生後1カ月まで

②主任児童委員による訪問

▼主任児童委員とは…子どもの生活や子育てなどの身近な相談役です。担当地域の主任児童委員の氏名、電話番号はホームページでご確認ください。

▼内容…市のサービスや一時保育施設など、子育て支援に関する情報をお伝えします。

▼対象…約生後4カ月まで

市HP
出産後の赤ちゃんを訪問（こんにちは赤ちゃん事業）のお知らせ

問子育て支援課☎47・7786 FAX20・4201

親子であ・そ・ぼ！「よちよち親子ビクス」

▼内容…お子さんと触れ合いながら、体を引き締めます。音楽に合わせて、楽しくボディメイクできます。

▼とき…6月7日㈮の午前10時30分～11時30分

▼ところ…元気館

▼講師…小山久子さん（インストラクター）

▼対象…3歳以下のお子さんと保護者

問保育課☎47・7785 FAX20・4201

子育てキラキラ講座「親が守ろう子どもの歯」

▼内容…歯科医師の話を聞き、子どもの歯のケアを学びましょう。

▼とき…6月20日㈭の午前10時30分～11時30分

▼ところ…元気館

▼講師…鈴木公子さん（歯科医師）

▼対象…3歳以下のお子さんと保護者

問保育課☎47・7785 FAX20・4201

ひとり親家庭などへ医療費の一部を助成します

▼対象

●母子家庭の母、父子家庭の父とその子

●父母に監護されていない児童とその児童を養育する人

●父または母が重い障がいの状態にある家庭の父または母とその児童

※児童とは18歳以下（18歳になった最初の3月31日まで）、または一定の障がいがある場合は19歳以下の方。

▼所得制限…前年（1～9月までは前々年）の所得と扶養親族の数で決まります。

※所得制限を超えている場合は医療費助成を受けることができません。

問子育て支援課☎21・2317 FAX21・1315

ひとり親家庭などで児童を育てている方に手当を支給します（児童扶養手当）

▼**対象**…次のいずれかに当てはまる児童を育てている方
●父母が婚姻を解消した
●父または母が死亡した
●父または母が重い障がいの状態にある
●母が未婚で出産したなど
※児童とは18歳以下（18歳になった最初の3月31日まで）、または一定の障がいがある場合は19歳以下の方。
▼**手当金額**…所得と扶養親族などの数に応じて決まります。
※所得が所得制限額を超えた場合は、手当額の一部または全部の支給を停止します。
※手当の受給開始から5年を経過した場合は、減額になることがあります。
※公的年金を受給する方は年金額が児童扶養手当額より低い場合、その差額分の手当を受給できます。
問子育て支援課
☎21・2317
FAX21・1315

子ども医療費助成受給者証は改元後もそのままお使いいただけます

▼**対象**…18歳以下（18歳になった最初の3月31日まで）
▼**内容**…受給者証には左記の有効期限が旧元号で記載されています。改元後は、新元号に読み替えてお使いください。
●中学生以下のお子さん＝中学校卒業の年の3月31日
●中学校卒業後のお子さん＝18歳になった最初の3月31日
※5月以降発行する受給者証の有効期限は、新元号と西暦が併記されます。
※有効期限を自分で修正したものは無効です。旧元号のままだと不便な場合、再交付手続きを行ってください。手続きに必要な持ち物は、お子さんの健康保険証、受給者証、印鑑です。
※有効期限後に受給者証を使用すると、返還金が発生する場合がありますのでご注意ください。
問子育て支援課
☎21・2317
FAX21・1315

6月の乳幼児健康診査・学級日程

問子育て支援課
☎2020・4215
FAX2020・4201
▼**ところ**…健康管理センター
▼**持ち物**…母子健康手帳

市HP
子どもの健診
学級

6月の乳幼児健康診査日程

▶**受付時間**…12:50～13:50
※1歳6カ月児歯科健診の受付は13：30まで。
※1歳6カ月児歯科健診は歯ブラシも持参してください。

健診	対象誕生月	日
4カ月児	平成31（2019）年2月	12日㈬、27日㈭
10カ月児	平成30（2018）年8月	6日㈭、20日㈭
1歳6カ月児	平成29（2017）年11月	4日㈫、25日㈫
1歳6カ月児歯科	平成29（2017）年10月	5日㈬、19日㈬
3歳児（内科・歯科）	平成28（2016）年5月	13日㈭、26日㈬

6月のすくすく広場

▶**内容**…同じ月齢の赤ちゃんを持つお母さん同士の交流の場です。
▶**持ち物**…母子健康手帳の他に、バスタオルも持参してください。
▶**受付時間**…9：15～9：30

対象	対象誕生月	日
2カ月児	平成31（2019）年4月	21日㈮
5カ月児	平成31（2019）年1月	7日㈮
12カ月児	平成30（2018）年6月	13日㈭

健康

6月の出産前のパパママセミナー

▶**とき**…7日㈮の9:30～
※受付時間9：15～9:30。
▶**対象**…妊娠4～5カ月の妊婦と夫

6月の2歳児子育てと歯科相談

▶**とき**…18日㈫の9:30～
※受付時間9：15～9:30。
▶**対象誕生月**…平成29（2017）年5月

骨粗しょう症検診

▼**とき**…6月28日㈮の
①午前9時30分～11時30分
②午後1時～3時
▼**ところ**…健康管理センター
▼**対象**…昭和14（1939）年4月2日～昭和55（1980）年4月1日生まれの女性
※妊娠中、妊娠の可能性のある方は受診できません。
▼**検診内容**…腕のレントゲン撮影
▼**定員**…各回80人（先着）
▼**受診料**…1200円
▼**申し込み**…5月31日㈮までに、電話で健康推進課へ。
問健康推進課
☎20・4211
FAX22・1077

風しん予防接種費用助成

▼**対象者**…抗体検査を受けて、抗体価が低い、または陰性の方で、次のいずれかに当てはまる方
●妊娠を希望する女性とその同居者
●妊婦の同居者
▼**接種期間**…令和2（2020）年3月31日㈫まで
▼**助成金額**…麻しん風しん混合（MR）ワクチン6千円、風しん単独ワクチン4千円
▼**助成方法**…医療機関でワクチン接種後、費用を全額支払ってください。その後、次の書類を直接、元気館2階健康推進課にお持ちください。
①抗体検査の結果書類
②ワクチンの種類が分かる予防接種時の領収書
③預貯金通帳（接種者本人名義）
④本人確認書類（運転免許証または保険証）
⑤印鑑
⑥妊婦の夫および同居者の場合は、母子手帳と妊婦の抗体検査結果
問健康推進課
☎20・4211
FAX22・1077

かしわざき健康ポイント制度「健康づくり60日間チャレンジ」6/1(土)からスタート

問健康推進課 ☎20・4213　FAX22・1077

市HP かしわざき健康ポイント制度

❶健康ポイントとは

健康づくりを応援する制度です。指定する健康的な生活習慣に継続して取り組みます。取り組み日数に応じて、全員または抽選で賞品を差し上げます。健康ポイントの応募者数に応じて、小学校PTAに運動用品を寄贈します。

❷自分で取り組み項目と取り組み期間を決めます

指定する７つの生活習慣のうち、チャレンジする１項目を決めます。それを取り組み期間の中で、60日の期間を決め、取り組みます。

▶**取組期間**…6/1(土)～12/31(火)（1人1回）

❸取り組み日数で賞品が変わります

51日以上取り組んだ方全員、31日～50日取り組んだ方は抽選で賞品を差し上げます。取り組み日数によって、ダブルチャンス賞の当選確率が上がります。

❹専用用紙に必要事項を記入して応募します

「チャレンジ宣言用紙」に取り組んだ日付を記入します。「チャレンジ宣言用紙」は公共施設に設置する他、ホームページからダウンロードできます。

❺携帯電話で簡単に応募できます

「チャレンジ宣言用紙」を写真に撮り、メールに添付して応募ができます。窓口に提出や、郵送・ファクスでも応募可能です。

講座・教室

ボランティア研修 柏崎版生活ガイドマップをつくろう（英語・中国語）

▼**内容**…英語と中国語の市内生活ガイドマップを作ります（研修の進行は日本語で行います）。
▼**とき**…6月1日(土)の午前10時～11時30分
▼**ところ**…市民プラザ
▼**対象**…ボランティアに興味のある高校生以上の方、海外出身者または海外長期滞在経験のある方歓迎
▼**定員**…20人（先着）
▼**申し込み**…5月30日(木)までに、直接または、はがき・ファクス・Eメール（住所・氏名・年齢・日中連絡のつく電話番号・ファクス番号（ファクスで申し込みをする方のみ））で、（公財）柏崎地域国際化協会（〒945―0051東本町1―3―24市民プラザ2階）へ。
問（公財）柏崎地域国際化協会
☎FAX32・1477
✉kaia2006@kisnet.or.jp

おしゃべりサロン 英語・中国語

▼**内容**…学習した英語・中国語を自由に話す体験をします。
▼**とき**…●中国語＝6月12日(水)、7月10日(水)●英語＝6月21日(金)、7月19日(金)
時間はどちらも午前10時～11時
▼**ところ**…市民プラザ
▼**対象**…対象言語の会話ができる方
▼**参加料**…200円
問（公財）柏崎地域国際化協会
☎FAX32・1477

介護員の養成研修 訪問型サービスA従事者等養成研修

▼**内容**…訪問介護員として、身体介護を含まない調理や掃除などの生活援助の業務を行うための資格を取得する研修
▼**とき**…6月12日(水)の午前9時40分～午後4時30分、6月13日(木)の午前9時50分～午後4時30分（全2回）
▼**ところ**…市役所第二分館
▼**対象**…市内で介護の仕事への就業を希望する方（年齢不問）
▼**定員**…20人（先着）
▼**申し込み**…6月5日(水)までに、直接または電話・ファクス（住所・氏名・生年月日・電話番号・ファクス番号（ファクスで申し込みをする方のみ）を記入）で、市役所2階介護高齢課へ。
問介護高齢課
☎43・9125
FAX21・4700

普通救命講習

▼**内容**…心肺蘇生法、AEDの使用方法や、応急手当の講習。修了した方には、普通救命講習Ⅰの修了証を交付します。
▼**とき**…6月9日(日)の午後1時～4時
▼**ところ**…消防本部
▼**対象**…12歳以上
▼**定員**…50人（先着）
▼**申し込み**…6月8日(土)までに、直接または電話・ファクス（住所・氏名・ふりがな・性別・生年月日・電話番号を記入）で消防署救急係へ。

問消防署
☎24・1500
FAX24・1119