

ファミリー・サポート・センターが変わりました

4月1日からファミリー・サポート・センターの利用料・開設時間が変わりました。

◆変更後の金額（子ども1人・1時間当たり）

●月～金曜（7：00～19：00）＝800円

●土・日曜、祝日、時間外、年末年始＝千円

※生活保護世帯、市民税非課税世帯、ひとり親世帯は助成制度があります（申請が必要）。

◆変更後の事務局開設時間

9：00～15：00

問 ファミリー・サポート・センター

TEL 21-1310

FAX 20-4201



地元で「おいしい」をつくる人①

問 農林水産課 TEL21-2295 FAX22-5904

柏崎に乳牛がいるのをご存じですか？今回は東長島で酪農を営む江部広太さんにお話を伺いました。

詳細版はこちらから



酪農を始めたきっかけ

元々父が酪農家をしていたため、子どもの頃から牛と関わり、父の背中を追うように自然と酪農の道に進みました。苦労も多いですが、牛たちはとてもかわいく、楽しみながら仕事ができています。



江部広太さん
和美さん

市内でも飲まれています

現在、40頭の牛を飼育し、搾った生乳は農協牛乳として出荷しています。市内の学校給食でも提供されています。



市民の皆さんへ

年々、酪農家は減っています。牛乳が余るよりも、足りないという状況が一番うれしいので、応援する意味でもたくさん牛乳を飲んでください！

健康



問 健康推進課

TEL20-4213 FAX22-1077

詳細はこちら▶



メタボらず
体操動画▶



メタボらず体操体験会

生活習慣病予防や内臓脂肪を燃焼させる運動を体験できます。運動や食事などをテーマにした月替わりのワンポイント講座、体組成測定もあります。

時 9:30～10:30（4・9月は9:00から体組成測定）

所 健康管理センター

▶持ち物…タオル、飲み物、内履き、運動ができる服装

日程	ワンポイント講座
4/27(月)	からだの中身をチェック！体組成測定会
5/25(月)	生活習慣病予防と健康づくり
6/22(月)	高血圧におすすめの運動
7/27(月)	ミニ栄養講話
8/24(月)	(運動は脂肪燃焼エクササイズ)
9/28(月)	からだの中身をチェック！体組成測定会

からだの中身をチェック！体組成測定会

体重だけでは分からない、隠れ肥満、内臓脂肪レベル、体脂肪量、筋肉量などを計測し、おすすめの運動を紹介します。

4・9月の体験会の前後に行います。これ以外の月は、新規参加者を対象に行います。



高齢者の予防接種料を補助します

健康推進課

TEL20-4211 FAX22-1077



- 対象者に予診票と案内文書を送付します(申し込み不要) ●接種は任意 ●生活保護世帯は無料
- 医療機関の予約は各自で行ってください ●期間外の接種は対象外(補助期間は案内をご覧ください)
- 以前に接種した方も、接種が必要であると医師が判断した場合は補助が受けられます

高齢者用肺炎球菌



▶ワクチンの変更

4月から「プレバナー 20[®]」に変更になりました。既に案内が届いている方も接種対象です。お手元の予診票を使用してください。

☑ 次のいずれかに当てはまる方

- ①満年齢 65 歳
- ②60 歳以上 64 歳以下で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害者手帳 1 級相当の障がいがある
- ③東日本大震災被災者で①に当てはまる
- ④東日本大震災被災者で②に当てはまる

▶予診票などの送付時期

- 対象①③の方 = 65 歳の誕生日の翌月上旬
- 対象②の方 = 5 月中 ※これから 60 歳になる方は誕生日の翌月上旬。
- 対象④の方 = **健康推進課に申し込みが必要**
- ▶自己負担額…7,920 円

帯状疱疹



☑ 次のいずれかに当てはまる方

- ①年度年齢が 65 歳 (昭和 36 (1961) 年 4 月 2 日～昭和 37 (1962) 年 4 月 1 日生まれ)
- ②年度年齢が 70・75・80・85・90・95・100 歳
- ③満年齢 60 歳以上 64 歳以下で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害者手帳 1 級相当の障がいがある
- ④東日本大震災被災者で①～③のいずれかに当てはまる

▶予診票などの送付時期…5 月上旬

※対象の③で、これから 60 歳の誕生日を迎える方は誕生日の翌月上旬。**東日本大震災被災者で③に当てはまる方は健康推進課に申し込みが必要です。**

※今年度送付する予診票はクリーム色です。令和 7 (2025) 年度の黄緑色の予診票は使用できません。

▶自己負担額

- 生ワクチン = 4,950 円
- 組換えワクチン = 36,300 円 (18,150 円 × 2 回接種)
- ※医師に相談し、どちらかを接種してください。

講座・教室

国・県・市の職員による 出前講座「ふれあい講座」

職員が会場へ出向き、専門知識を生かした講座を行います(悪質商法・詐欺被害防止、生活習慣病予防、食の地産地消など)。

時 希望日の 9:00 ~ 18:00 (1 講座 1 ~ 1 時間 30 分程度)

※土・日曜、祝日も対応可。

所 市内で希望する場所

対 市内に在住・在勤・在学する 10 人以上で構成された団体・グループ(学習グループ・学校・町内会など)

※政治・宗教・営利を目的とした催しなどには派遣できません。

申 開催希望日の 1 カ月前までに、申込書を持参または E メール・ファクス・オンライン申請

▶注意…業務の都合により希望に添えない場合があります。詳細は市ホームページ、市民プラザ・各コミセンにある講座紹介パンフレットをご覧ください。

問 文化・生涯学習課(市民プラザ 2 階)

TEL 20-7500

FAX 22-2637

✉s-plaza@

city.kashiwazaki.lg.jp



綾子舞伝承者養成講座

綾子舞の踊り手や、笛太鼓など楽器の演奏者を養成する講座。小学生から大人まで一緒に練習します。事前見学もできます。

時 各 20 回程度

①高原田保存会 = 5 ~ 10 月の火曜 19:00 ~ 21:00 (ワークプラザ)

②下野保存会 = 5 ~ 10 月の木曜 19:30 ~ 21:30 (綾子舞会館)

申 5 月 6 日(水)までに、電話・E メール・ファクス(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)

問 博物館

TEL 22-0567

FAX 22-0568

✉k-museum@

city.kashiwazaki.lg.jp

