



- * 休 …子育て支援センター休所日
- * 休 …図書館休館日
- * …ベビマの日

おおきくな〜れ
 12月生まれは4名です
 ・矢部地区2名・清和地区1名
 ・蘇陽地区1名

月	火	水	木	金	土	日
☆出張ひろばのお知らせ 毎週火曜日 清和研修センター (清和支所内2階和室) 4日・25日 (水) 蘇陽支所にて 「ほっと一息つける場・交流の場・子育て相談の場・情報提供の場」として、出張ひろばを実施します。子育て中の方ならどなたでもご利用いただけます。お気軽にご利用ください。			毎週木曜日は「わらべうたベビーマッサージ」の日です。 時間…10:30から 場所…子育て支援センター 準備物…バスタオル ベビーマッサージ対象者…1歳位までの赤ちゃん 予防接種後48時間以内はご遠慮ください			1 休 矢部高校卒業式 (あいさつ運動の日)
2 休	3 ☆出張ひろば(清) 9:00~15:00 清和研修センター	4 ☆出張ひろば(蘇) 10:00~15:00 蘇陽支所	5 3歳児健診(矢部) 13:00~ 千寿苑 ※フツ素塗布あり	6	7 休	8 休
9 休	10 ☆出張ひろば(清) 9:00~15:00 清和研修センター	11 子育てセミナー 「ヒーリングヨガ」 10:30~ 要申込	12	13 乳幼児健診 (矢部) 13:00~ 千寿苑	14 休 中学校卒業式 菅尾保育園卒園式	15 休 小峰へき地保育所 卒園式・閉所式 (山都町読書の日・ノーテレビデー)
16 休	17 ☆出張ひろば(清) 9:00~15:00 清和研修センター	18 (山都町いい歯の日)	19 矢部高校修了式 二瀬本保育園卒園式 (食育の日)	20 休 山都町ファミリー・サ ポート・センター講習会 13:00~ 要申込 子育て支援センター 開所日	21 休 さくらんぼ愛園 明光・みたけ 金内・大川・馬見原 各保育園卒園式	22 休
23 休 小学校修了式	24 小学校卒業式 中学校修了式 ☆出張ひろば(清) 9:00~15:00 清和研修センター	25 ☆出張ひろば(蘇) 10:00~15:00 蘇陽支所	26	27	28 休 山都みらい保育園 卒園式	29 休

子育てセミナー

「ヒーリングヨガ」

子育てを頑張っているお母さん。リラックスしませんか？

- 日 時… 3月11日 (水) 10:30~11:30
- 場 所… 千寿苑
- 講 師… 若本 洋子氏 (ヨガインストラクター)
- 準備物… バスタオル(あればヨガマット)、汗拭きタオル、飲み物、託児に必要なもの(託児希望者)
- 対象者… 子育て中のお母さんなら、どなたでもどうぞ
※託児を用意しています。(先着8組限定)
※参加費は不要ですが、申込みが必要です。参加及び託児希望の方は、3/9 (月) までに申込みください。託児は定員になり次第締め切ります。

山都町ファミリー・サポート・センター講習会

「正しい姿勢を知ろう！」

皆さん、日々の子育てで猫背になってませんか？正しい姿勢を知り、自分でできるようになることで、プロポーションアップはもちろん、老化防止、身体機能改善、集中力アップ、柔軟性の向上が図れます。親子で美姿勢をめざしませんか？

- 日 時… 3月20日 (金) 10:30~11:30
- 場 所… 子育て支援センター
- 講 師… 吉村麻美 (適正姿勢指導士)
- 対象者… 興味のある方ならどなたでもどうぞ
※参加費は不要ですが、申込みが必要です。(3/18水まで)

☆山都のアイドル☆

～赤ちゃん訪問でこんにちは！～ (11月生まれ)

荒木翠人くん (柏)

佐藤暉純くん (猿渡)

森崎唯羽ちゃん (下馬尾)

田上葵堂くん (下市)

本田慶翔くん (浜町)

坂本美菜里ちゃん (城平)

〈申込み・問合せ先〉
山都町子育て支援センター
 山都町城原162-7 (山都みらい保育園併設)
 TEL&FAX:0967-72-1928

障がい者福祉だより

- 今月は重度心身障害者医療費助成制度について紹介します。
- 重度心身障害者医療費助成制度とは**…病院や診療所(薬局を含む)で診療を受けた場合に、保険が適用された医療費の自己負担を助成する制度です。ただし、入院時食事療養費、入院時生活療養費、移送費等は除きます。また、介護保険給付に係る利用者負担額も対象外です。
 - 助成金の額**…月々の医療費から自己負担額を差引いた額を支払います。
 自己負担額…①入院のとき 一医療機関につき → 2,040円/月
 ②入院外のとき 一医療機関につき → 1,020円/月
助成金 = 一部負担金 - (高額療養費 + 付加給付額 + 自己負担額)
 - 申請の方法**…① 助成申請書太枠内(住所、氏名、電話番号等)を記入し押印する。
 ② 助成申請書の「医療機関」欄に医療機関からの証明をもらう。
 ③ 助成申請書の「調剤薬局」欄に調剤薬局からの証明をもらう。
 ④ 領収書を添付し、役場福祉課福祉係、又は各支所健康福祉係に提出する。
 ※郵送も可能です。
 →金額等を確認後、領収書はお返しします。
 ◆申請受付期間は、診療を受けた月の翌月から起算して1年以内です。
 - 助成金の支給**…高額療養費等の確認を行うため、診療月の3ヵ月後の末日(役場が休みの場合は前開庁日)に振り込みます。振込み日の約1週間前に助成決定通知書を送付します。
 - 対象者**…
 ・身体障害者手帳1級、2級をお持ちの方。
 ・療育手帳A1、A2をお持ちの方。
 ・精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方。

申請及び問合せ先
 福祉課 ☎72-1229 清和支所健康福祉係 ☎82-2112 蘇陽支所健康福祉係 ☎83-1112

保健だより

便利な機能がたくさん **山都町子育てアプリ「だっこ」を配信しています**

令和2年1月20日から山都町子育てアプリ「だっこ」を導入しました。妊娠中からの記録や町の子育て情報をお届けするスマホアプリです。以下のような機能が活用できますので、ぜひご利用ください。

予防接種の管理

接種できるワクチンと最適な接種期間を自動で算出し、予防接種が近づくと事前にお知らせします。

子育ての情報配信

妊娠・出産や子育てに関するお知らせやイベント情報を受け取ることができます。

子どもの成長記録

初めての「寝返り」など写真や子どもの体重を自動でグラフ化するなど、育児日記として活用できます。

家族で共有

妊娠時の情報や子どもの成長記録を、父親や遠く離れて住む家族などと共有することができます。

アプリ「だっこ」のご利用方法

母子モ (ボシモ) で検索
 母子モ 検索
 アプリストアからダウンロード

または

QRコードから

問合せ先 健康ほけん課健康づくり係 ☎72-1295