

7月 児童館ガイド

★は(申込制)

【大謝名】児童センター TEL・FAX897-4117

夏休み体験教室		
1月～6土 (第一希望受付期間)	10:00-18:00	
8月～随時 (第二希望受付期間)		
1月～6土	七夕飾り作り	16:30-17:30
18木	ドッジボール大会	16:30-17:45
毎週金曜日	チャレンジマッチ	16:00-17:00

【赤道】児童センター TEL・FAX 892-3397

5金	七夕パーティー	16:00-17:00
1月～5金	夏休み体験教室受付	10:00-17:30
6土	夏休み体験教室抽選日	10:00-12:00
24水	★夏休み体験教室①	14:00-16:00
29月	★夏休み体験教室②	14:00-16:00

【大山】児童センター TEL・FAX890-0015

1月	七夕短冊作り	16:00-17:00
6土	夏休み体験教室受付	10:00-
19金	しぎん紙芝居教室	16:30-17:00
22月	折り紙・着付け教室	15:00-17:00
23火～30火	★夏休み体験教室	未定

【新城】児童センター TEL・FAX892-8888

1月～3水	七夕飾りつくり	16:00-17:00
5金	七夕まつり	15:30-17:00
6土	夏休み体験教室受付	10:00-
22月～30火	★夏休み体験教室	各時間内
29月	夏の大掃除&お楽しみ会	10:00-12:00

【我如古】児童センター TEL・FAX897-6767

5金	七夕パーティー	16:00-17:00
夏休み体験教室		
1月～6土	第一希望受付期間	10:00-
8月～随時	第二希望受付期間	10:00-
23火	伝承遊び：お手玉	16:00-17:00
26金～31水	★夏休み体験教室	未定

【長田】児童館 TEL・FAX892-3330

5金	七夕会	16:00-17:00
6土	夏休み体験教室抽選	13:30-14:00
8月	折紙教室	16:00-17:00
20土	夏の大掃除	13:30-17:00
24水	★館外学習	9:00-16:00

移動じどうかんじゃんけんぽん 7月

時間 14:00-17:00			
宜野湾	1月	嘉数	4木・18木
真志喜	8月・22月	野嵩1区	11木・25木
真栄原	3水・17水	我如古	5金
嘉数ハイツ	10水	普天間3区	12金・26金
野嵩3区	24水	普天間1区	19金

☎ 大謝名児童センター ☎897-4117

風しん抗体検査・予防接種のクーポン券は届きましたか。

公的な接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性は、抗体保有率が他の世代に比べて低く(約80%)なっています。抗体検査の結果、十分な量の抗体がない方が、定期接種として予防接種を受けることができます。

この機会に、風しんの抗体検査・予防接種を受けましょう。
対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性(ただし、2019年度は昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれ男性)
 ※昭和37年4月2日～昭和47年4月1日の間に生まれた男性については2020年以降の発送対象者となりますが、希望すればクーポン券発行が可能です。
期間 2022年3月31日までの3年間(ただし、クーポン券は1年間のみ有効。2019年度は2020年3月末まで)
費用 1人につき1回まで、風しん抗体検査と、その結果対象となればMR(麻疹風しん混合)ワクチンの定期予防接種が無料で受けられます。
場所 県内および全国の協力医療機関(詳しくは厚生労働省HPをご確認ください。)

厚生労働省HPはコチラ▶



※詳しくはお手元にある通知書または市ホームページにてご確認ください。

☎ 健康増進課 予防係 ☎898-5583

乳幼児揺さぶられ症候群について

「赤ちゃんが泣きやまない!」。赤ちゃんのお世話をしていると、遭遇したことがある方も多いのではないのでしょうか。オムツを替えたりミルクをあげたり、抱っこをしてみたり等、いろいろ試しても泣き止まず、不安と焦りでいっぱいになることもあるかと思えます。

また、泣き止まない事にイライラし、どうしようもない気持ちになる事もあるかもしれません。「どうして泣き止まないの!」と突発的に赤ちゃんの肩を揺さぶってしまうと、脳の周りの血管や脳の神経が引きちぎられ、重い障がいが残ったり、死亡してしまう事もあります。赤ちゃんの脳はとても柔らかくダメージを受けやすいのです。

お世話をしている人の不安や焦り、イライラを赤ちゃんが感じ取って泣いている事もあります。いろいろ試しても泣き止まない時、まずは自分がリラックスするために、赤ちゃんを安全な場所に寝かせて、いったんその場を離れて気持ちを落ち着かせましょう。

赤ちゃんが泣きやまずに辛い時などは、一人で抱え込まず休息も必要です。一緒に最良の方向性を見つけましょう。

☎ 市要保護児童対策地域協議会/じのーんキッズ安心ネット
 児童家庭課(家庭児童相談室) 内線 285

子育て支援プログラムを開催

このプログラムでは、ワークショップや情報交換等を行い、子育てに役立つヒントやスキルを通してより良い親子関係を築くことを目指します。

日時 8/1～8/29 (8/15を除く毎週木曜日) 9:30～11:30

※詳細は後日、市ホームページにて掲載。

☎ 児童家庭課(家庭児童相談室) 内線 285

生活保護制度について

生活保護とは、生活に困っている世帯に対して、経済的に足りないところを補うことで、憲法で保障されている健康で文化的な最低限度の生活を保障し、自分の力やほかの方法で生活できるように手助けをする制度です。

年金や各種手当等、あらゆる制度を利用して生活しても、経済的に立ち行かない方は、生活保護制度の活用もあります。詳しくは、生活福祉課にお問合せください。

☎ 生活福祉課 内線 462、465

「みんなで支える介護保険」

65歳以上の方へ7月上旬に介護保険料の通知書を発送します

介護保険制度は40歳以上の方が納める保険料と、国・県・本市からの公費を財源としています。今年度の介護保険料の決定に伴い、65歳以上の皆さんに年間の介護保険料額の通知書を7月上旬に送付します。

※平成29年度保険料から、算定に土地・建物の長期・短期譲渡所得の特別控除を反映した所得指標を用いています。

【保険料の額】

■65歳以上(第1被保険者)の方

保険料は、本人の所得の状況や世帯員の市民税課税状況などに応じて、14段階のうちいずれかに決まります。本市から届く通知書でご確認ください。

■40～64歳(第2被保険者)の方

加入している医療保険で、介護保険分を合わせて納めます。
 ※各加入機関でご確認ください。

【納付方法】

■特別徴収(年金からの天引き)

年金受給額が年間18万円以上の方が対象です。老齢(退職)年金、障害年金、遺族年金等の定期支払の際、受給額から介護保険料があらかじめ差し引かれます。

年間保険料額と8・10・12月および令和2年2月分の特別徴収額、ならびに令和2年4・6・8月分の仮徴収額が記載された通知書を送付します。
 ※なお、65歳になられたばかりの方や転入されて間もない方は、天引きの準備が整うまでは普通徴収になります。

■普通徴収(口座振替や納付書で納付)

年間保険料額の通知書と7月～令和2年2月(8回分)の納付書を送付します。口座振替の方には、通知書のみ送付します。

☎ 介護長寿課 内線 166・167・189

7月健康カレンダー

母子関係の健診・教室(場所:保健相談センター)	受付時間
乳児一般健診	28日(日) 9:00~11:00 13:00~14:45
1歳6か月児健診	4日(木)・10日(水)・24日(水) 13:15~14:00
2歳児歯科検診	18日(木) 13:15~14:45
3歳児健診	3日(水)・17日(水)・31日(水) 13:15~14:00
ふたば母子健康相談	2日(火)・16日(火) 9:30~10:30
マンマン教室(離乳食教室)	23日(火) 13:30~
のびっこ親子教室	30日(火) 時間等はお問い合わせください。
こうのとりのり倶楽部	2日(火) 13:30~
健康相談	受付時間
保健相談センター	毎週 火・水曜日(祝日を除く) 9:00~11:00 毎週 月・火・金曜日(祝日を除く) 13:00~15:00

母子保健推進員募集

お母さんと赤ちゃんが安心して暮らせるようサポートする「母子保健推進員」を募集しています。

対象

市内在住で、子どもが好きな方

募集地域

普天間2区・真栄原・宜野湾:(若干名)
 任期 委嘱日～令和2年3月まで出来る方(継続有り)

活動内容

- ①市の母子保健事業でのお手伝い
- ②毎月の定例会出席など
- ③健診未受診者宅への訪問による受診勧奨
- ④こんにちは赤ちゃん事業の訪問活動(市のサービス紹介や子育てのアドバイス)

活動日

- ①②あわせて月1-3回程度(調整可)
 - ③④はご自身の時間内で調整
- 詳しくはお問合せください。

☎ 保健相談センター ☎898-5583

がんじゅ〜広場(動作法教室)

肩の力を抜いて暮らしてみませんか?専門スタッフの指導の下、ワイワイ楽しい仲間たちと一緒に姿勢や動作を整えましょう。肩こり、腰痛、膝痛でお困りのあなたをお待ちしています。

- ①場所 願寿ひろば赤道(赤道老人福祉センター)(30人程度)
- 日時 毎週金曜日10:00~12:00(9:00~受付開始)
- ②場所 願寿ひろば伊利原(伊利原老人福祉センター)(10人程度)
- 日時 毎週金曜日14:00~16:00(13:30~受付開始)

対象 市内在住の65歳以上の方
 受講料 無料

※初回会場にて申込み
 お問合せは介護長寿課です。
 お間違いなく!

☎・☎ 介護長寿課 内線 204