マタニティカフェ

小児科医師による、

はこの機会に参加してみません 育てに意欲的に取り組みたい人 かり対応できるようになります 病気にも予防接種にも、 「ママ友」を作りたい人や子 3時 2月22日(出 (受け付け 午後1時30 午後1時

> 14日 金までに健康課母子保健班 どもの氏名および年齢を、2月

問事項、 産予定日、

同伴する家族がいる場 保育希望の場合は子

電話番号、あれば質

合は続柄、

保健福祉センター



ら子育てをする5スミ〜小児科医師 ス!!~小児科医院子育て応援講座 皆師バ

講師 み順) 族 緒 とりうみ小児科

※2~6カ月未満の子どもも に講座に参加できます。 50人 (申し込み順) 1歳以上 10人 (申し込

妊婦や2~6カ月未満の

し込み順

で身体障害者福祉センター

2月3日/月までに電話

4 9 7

3485

任期付短時間勤務職員 ((保育士)

市では、市立保育園の待機児童などの解消を図るた め、限られた任期で短時間勤務を行う保育士を募集し ます。

募集要件・人数 保育士の資格を有し、昭和43年4月2 日以降に生まれた人(45歳以下) 7人 ※選考基準により選考します。

任期 平成26年4月1日から平成27年3月31日まで ※週31時間以内での勤務となります。詳細については 募集案内にあります。

が皆さんの疑問に答えます。

助産師や栄養士、歯科衛生士

情報交換をしましょう。

午後

■・圆 所定の申込書(総務課・市ホームページにあります)に必要事項 を記入の上、保育士登録証の写しを添えて、1月16日休から2月14日倫まで に、郵送(消印有効)か直接総務課人事班 内線3314・5へ

勤務場所 市立保育園 (清水口保育園・南山保育園・桜台保育園)

て、気軽に楽しく学んでみませ の練習、妊娠中の食生活につい

関節リウマチの人に役立つ体

日常生活上の工夫などの

出産経過の話や呼吸法

~おやこの食育教室~

語 参加費

無料

電話かEメールで、

名

. 生年月日、

出産日または出

おやこわくわく味噌作り体験

「味噌作り」を通して、日本の伝統的な食文化を親子で見つめ直して みませんか。

日時 2月8日(土) 午前11時~午後1時30分(受け付け 午前10時45分~)

保健福祉センター 場所

kou@city.shiroi.chiba.jp<

3495•⊠ ken

※Eメールで申し込む場合は、

「子育て応援講座」と入

市内在住の小学生とその保護者 12組(申し込み順)

内容 食育の話、味噌作り

※作った味噌を持ち帰りることができ、おにぎりと豚汁の昼食が付きま

持ち物 エプロン、手ふき用タオル、飲み物、筆記用具、三角巾

参加費 1,500円 (味噌・昼食代)

保育 あり (1歳以上・申し込み順)

■・圖 子どもと保護者の氏名、学年、住所、電話番号を1月27日(月) までに、電話かEメールで健康課健康づくり班 ☎ (497) 3494・⊠ kenkou@city.shiroi.chiba.jp^

までの妊婦とその家族 も知り合いになれます。 出産予定日が近い妊婦さんと (受け付け 2月5日休 おおむね妊娠6~9カ日 保健福祉センター 午前9時45分 午前10時~ 30 人

の家族 対 象 場所 2月6日休

みが落ち着いている人およびそ 関節リウマチの炎症や痛 保健福祉センター 15人 (申し込み順)

ゆったりとハーブティを飲み

る人へ しゅってい 27 B (497) 3495

参加費 100円 (「ヘルシー ※経産婦も参加できます 母子手帳、 一およびハーブティー代 電話で健康課母子保健

最終回3

住み慣れた地域で

安心して暮らすために

11月15日号、12月15日号に引き続き、 市が指定している地域密着型サービスを紹 介します。シリーズ最終回の今号では、小 規模の特別養護老人ホームと介護専用型特 定施設を紹介します。料金体系などは表の とおりです。

■ 各事業所へ

周 高齢者福祉課介護保険班 ☎ (497)



④地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護サービス

要介護1以上の人が利用できる定 員29人以下の小規模で運営される 特別養護老人ホームです。少人数の 入所者に対し、入浴、排せつ、食事 の介護など、日常生活の世話、機 能訓練、健康管理や療養上の世話 を行う施設です。

【市内の事業所】 ◆特別養護老人ホーム サクラビア

神々廻1927-6 否 (498) 3191

自己負担の目安(1日) 要介護1 669円 要介護2 740円 要介護3 814円

885円

955円

要介護4

要介護5

※その他管理費、食費、日 常生活費。オムツ代、理美 容代などが掛かります。



⑤地域密着型特定施設入居者 生活介護サービス

要介護1以上の人が利用できる定員29人 以下の小規模で運営される介護付きの有料 老人ホームで、食事、入浴、排せつなどの 介護や リハビリが受けられます。



自己負担の目安(1日)		
要介護1	568円	
要介護2	637円	
要介護3	710円	
要介護4	779円	
要介護5	850円	

※その他部屋代、食費、日常 生活費、理美容代などが掛か ります。

【市内の事業所】 **◆**リハモードホーム 根235-2 台(497) 1907

◆高齢者福祉計画・介護保険事業計画(第6期) の策定に向けて

介護保険の事業の展開や地域密着型の施設などを計画的に配置するた め、その基礎資料となる住民意識調査を1月後半から2月にかけて実施し ます。この意識調査は、40歳から64歳までのうち、無作為抽出による2,000 人と、65歳以上の在宅者全員を対象に実施します。

平成27年度からの3年間の計画を策定する大切な基礎資料となります ので、調査への協力をお願いします。

お詫びと訂正

12月15日号の認知症対 応型通所介護サービスの 自己負担の目安(1回)は、 共用型の施設の場合の目 安であり、掲載した「リ ハモードテラス」は単独 型施設となります

単独型施設の自己負担の 目安は右表のとおりです。 お詫びして訂正します。

自己負担の目安(1回)

対象	金額 (共用型)	
要支援1	474円	
要支援2	502円	
要介護1	512円	
要介護2	530円	
要介護3	549円	
要介護4	567円	
要介護5	585円	

	金額 (単独型)
	906円
	1,012円
\rightarrow	1,048円
	1,161円
	1,275円
	1,389円
	1,503円

※その他食費、日常生活費が掛かります。

に通知します

選考結果は、

後日応募者全昌

平成25年度中に2回程度、平成 ※会議は平成24年度中に1回、

26年度中に4回程度開催する予

センター、15日出・白井コミュ 日程・場所 4日火・白井駅前 演会を開催します。 の活用術~」をテーマにした講 〜知っておきたい成年後見制度

(応募者多数の場合は選考基準

により選考)

庭課、各センター、市ホームペ ・ 固 所定の申込書(児童家 -ジにあります)に必要事項を 会議1回5、000円

員を募集します日井市次世代育成支 を募集します。 プラン)の中で、目指すまちの 援地域行動計画(しろい子ども 市では、白井市次世代育成支

の会議に出席できる人 3人 子育て支援に関心があり、平日 対象 成支援対策地域協議会」の委員 業を評価する「白井市次世代育 策として掲げる184項目の事 姿を実現するために具体的な施 委嘱日から2年間 市内在住の満20歳以上で よる「知って安心・使って安心 ため、行政書士の本多誠さんに り多くの皆さんに知ってもらう 後見制度」です。 市では、この制度についてよ

ニティセンター 午後2時~4時

曲 西 希望する会場を記入・入力の上 住所、氏名、電話番号、参加を 各開催日の前日までに地域包括 ファクスかEメールに

中にならないために」 市民公開講座 「脳卒

史 健福祉センター

支援センター(497)34

記入の上、 庭班 に郵送か直接児童家庭課児童家 (497) 3487 \(\sigma 25日(火) (必着) まで

7 4 •

(4 9 8)

风年後見制度講演会

※電話でも受け付けます。

roi.chiba.jp <

⊠chiiki-hokatsu@city.shi

認知症や知的・精神障害など

を通して支援する制度が「成年 財産の管理や生活の見守りなど 十分ではない人に対して、その によって物事を判断する能力が への権利を守る援助者を決定し ている「世の中面白研究所」の 操」が紹介されます 全国のご当地体操を紹介するコ NHKラジオ第1で放送され

千葉北総病院脳神経外科の小林

ら楽しく学ぶことができます。 ンの使い方など、料理の基本か

また料理を通して毎日の食生

ためのポイントを日本医科大学

講座では、

脳卒中にならない

料理に関する疑問や計量スプー

名

電話番号を電話で健康課健

康づくり推進班合(497)

遊んできても遊び足りないみ

○認知能力の発達にも効果が

「上の子は幼稚園でいっぱい

/能力が育つ

幼稚園児を持つお母さんは とができます。この前会った ちが寒さに負けず、顔を赤く

しながら走り回る姿を見ると

れる

○強調性やコミュニケーショ

○意欲的に取り組む心が育ま ○丈夫で健康な体になる 節でも公園などでは子どもた

に過ごしていますか。 この季

○体力・運動能力の基礎を培

寒い日が続きますが、元気

士郎教授が講演します。

(開場 午後1時) 15 日 (土)

午後1時30分~

活に関心を持ち、

健康増進に役

献血のお知らせ

立てる良い機会にもなります。

教室では食生活改善推進員が

で、

市役所で献血を実施しますの 協力をお願いします。

> もしたいのに…。」と苦笑い るし、早く帰って夕飯の支度

の小学校就学前の期間」 児期」とは「3から6歳まで

を指

びに行くんです。下の子もい たいで、毎日帰りに公園に遊

*

「幼児期運動指針」の

していらっしゃいました。私

します。

日 時

45 分、

場所

市役所1階ロビー 午後1時~4時 25日火 午前10時~11時

るすてきなお母さんだな」と

ちのために時間をやりくりす は話を伺いながら「子どもた

部科学省ホームページ

指針に関しての詳細は、文

http://www.mext.go.

jp/a_menu/sports/und

文化会館中ホール

れを機会に体操を体験してみま にしています。DVDやCDも 護予防や健康づくりの切っ掛け どで「梨トレ体操」を広め、介 無料で配布していますので、と レ体操」が紹介されます。 ーナーで、ご当地体操の「梨ト 市ではいろいろなイベントな 日時 対象 230人 (先着順) 3 時

(497) 3494

きます。

理の初心者でも安心して参加で 調理のサポートを行うので、料

健康課健康づくり推進班で

8 (497) 3484 時5分~8時55分 放送日時 12月3日月 高齢者福祉課高齢者支援班 午後8

作れるようになりたい」「料理 のための料理教室です。「塩少 の基本を学びたい」という男性 々ってどのぐらい?」といった 一定年を迎えて自分で料理を

市民の介護が必要となる要因

「脳血管疾患(脳卒

インフルエンザに注意を

インフルエンザ流行のピークは、おおむね1月と2 月です。冬は気温が低く、乾燥した状態が続くため にウイルスが長生きできることと、乾燥した冷たい 空気で、のどや鼻の粘膜が弱ることが流行の原因で また年末年始の人の移動で、ウイルスが全国的 に広がることも原因の一つだといわれています。

日常で可能なポイントを再確認して、インフルエ ンザを予防しましょう。

【予防のポイント】

- ◆外出後はうがい、手洗いをする
- 流行しているときは人混みへの外出を控える
- ◆十分に休養をとり、体力や抵抗力を高め、日頃か らバランスよく栄養をとる
- ●加湿器を活用するなど、適度な温度・湿度を保つ
- ●「咳エチケット」を心掛ける

<「咳エチケット」とは>

○咳やくしゃみの出ている人はマスクを着用する ○咳やくしゃみの際はティッシュなどで口と鼻を被

○鼻水などを含んだティッシュはすぐにごみ箱に捨 てる

○咳やくしゃみを手で押さえたり、鼻をかんだりし た後はすぐに手を洗う

圓 健康課保健予防班☎ (497) 3495

栄養士^の すめ

今月の献立は

梅とレンコンの 野菜炒め

材料(2人分)

の1品で1日に必要な野菜の1/3を摂取することができます。 肉で風味をつけた炒め物なので、さっぱりと食べることができます。ビタミンCも豊富な旬のレンコンで、食感も楽しんでみましょ よくかんで食べることで満腹感も出るので、食べ過ぎの防止

1人当たりの栄養価 190% か、野菜摂取量120分、塩分2.2分

版肩ロース (薄切りのもの) 80次、塩小さじ1/8、こしょう少々、レンコン100次、ニンジン50次、長ネギ1/2本、ピーマン1個、シメジ50次、梅干し (大) 1個半、酒大さじ」、しょっぱませど1/2。 うゆ大さじ1/2、サラダ油小さじ1、 塩少々

①豚肉は一口大に切り、塩・ こしょうをまぶす ②レンコンは皮

をむき、2から35ヶ位厚の半月切り、ニンジンは薄切り、長ネギは 1学な幅のぶつ切り、ピーマンは長さを半分にして1学な幅の細切 り、シメジは小房に分ける ③梅干しは種を除いて果肉をあらみ じん切りにし、酒・しょうゆを加える ④フライパンでサラダ油 を熱して豚肉、レンコン、ニンジンを炒め、豚肉の色が変わった らピーマン、長ネギ、シメジを入れる ⑤④に火が通ったら③を 加え、汁気がなくなるまで炒め、塩・こしょうで味を調える

栄養士から一言【心と体においしい食事をしよう】

につながります

草とワカメのおひたし、スープ #

参加費 拭き用タオル、筆記用具 持ち物エプロン、三角巾、 など 400円 (材料費) 参加希望日、住所、 氏

う!作ろう!かんた男性料理教室~知ろ 時間 午前10時~午後1時30分 福祉センター、1月17日休・西 日程・場所 白井複合センター 1月9日/が・保健

休館 増ル-

・ム臨時

日体を動かして遊ぶことは身

で確認することができます。 ousisin/1319771.htm)

保健師

矢野しのぶ

最近の調査では、幼児が毎

体的な側面だけでなく、精神

(497) 3494

健康課健康づくり推進班で

メニュー 焼き餃子、ほうれん 在勤の男性 15人 (申し込み順) 対象 定年退職した市内在住・ (受け付け 午前9時45分~)

20日休·27日休 時~午後1時、6日休・13日休 臨時休館日時 4日火 を臨時休館します。

圕 (497) 3494 健康課健康づくり推進班で

場所 印旛健康福祉センター

課金043 (483) 1136

め、次の日時に健康増進ルーム 市では保健事業を実施するた ター 印旛 健康福祉セン

私らしく!~」 性とストレス』~生き生きと! ◆こころの健康市民講座「『女 19日州 午後2時~4時

午前9時~午

対象 印旛健康福祉センター管 内在住·在勤者 し込み順) 100人 审

健康福祉センター地域保健福祉 申・

問 3日

月から電話で

印旛 講師 成田赤十字病院精神神経 小池香医師



す遊びの効果を紹介します。 【体を動かす遊びの効果】

思い、文部科学省の「幼児期 母さんたちの励みになればと います。ここではがんばるお 知機能の発達などに対する良 面を含めた社会性の発達や認 **埋動指針」による身体を動か** い影響もあることが分かって

が 体 も 心も 育て ま ਰ

幼

児

期

の 遊

び

む元

気ですか!

保

健

師

で

す

- 8 -

子ども・子育て支援新制度 準備を進めています に向 け

査しながら、 市では、 10月から子ども・子育て会議を発足させ、子育て環境の現状やニーズを調 支援事業計画を策定し、 安心して子育てできるまちを築いていきます。

子ども・子育て支援 子ども・子育て支援の新制度

を総合的に推進するための制度 基づき、幼児期の学校教育・保 「子ども・子育て関連3法」に は、平成24年8月に公布された 地域の子ども・子育て支援

もが健やかに成長できる社会の の支援などを行うことで、子ど 給付制度の創設や子育て家庭へ て、保育・子育て施設などへの より、子ども・子育てに対する 実現を目的としています。 上げによる増収分の一部などに 各自治体がこの制度に基づい との新制度は、消費税の引き

始は、現在のところ平成27年度 支援を充実することになってい このため、制度の本格的な関

認定とども園などに共通の財政 す。また、幼稚園、保育所(園) 改善を目指すこととされていま な「質の高い幼児期の学校教育 支援をし、全ての子どもに公平 供する「認定こども園」制度の 保育の総合的な提供 ①質の高い幼児期の学校教育 を予定しています。 ◆新制度の主な内容 幼児教育と保育を一体的に提 詳細については、 くりを目指すものです。 談の受付や施設・サービスの紹 ページ **R** ※子ども・子育て支援新制度の を選択して利用できる仕組みづ 容からニーズに合ったサービス な取り組みによって、多様な内 また、子育て支援に関する相 情報提供を行うなど、新た http://www8.cao 内閣府ホーム

ん計で画いの 策定に ま 取 ŋ

go.jp/shoushi/sinseido/

②保育の量的拡大・確保による

地域のニーズを踏まえ、保育

保育の総合的な提供」を目指す

市では、 子ども・子育て支援

すものです。 待機児童を解消することを目指 の受け入れ人数を増やすなど、

法に基づき、

地域の保育需要や

③地域の子ども・子育て支援の のニーズを把握し、子育て支援 さまざまな子育て支援サービス 反映した「白井市子ども・子育 に携わっている人などの意見を

子育て支援センタ

スマイル育児 卒乳・断乳

講座

のです。 子どもの一時預かり、延長保育、 健診などの事業の拡充を図るも 地域子育て支援拠点事業、妊婦 するさまざまなニーズに応える 地域における子育て支援に関 から5年の計画期間で策定しま て支援事業計画」を平成27年度

係者や有識者などで組織する 「白井市子ども・子育て会議 策定にあたり、 具体的な検討を行い 子育て団体関

対 象

市内在住の乳幼児とその

20組(申し込み順)

場所

子育て支援センタースマ

29 日 儉

午後1時30分

イル

(清水口保育園内)

願いします

曲 問

直接子育て支援センタ

非常動職員を募集し

地域包括支援センター(高齢者サポートセンタ

介護保険で要支援者が受ける予防給付のケアマネジメン

募集要件・人数 社会福祉士か保健師、介護支援専門員

勤務期間 11月中旬~平成26年3月31日(月) (更新あり)

☎ (497) 3474[^]

月~金曜日(日曜日、祝日を除く) 午前9時

熊谷由里助産師

ースマイル(清水口保育園内)

トを行う非常勤職員を募集します。

※土曜日に勤務がある場合があります。

1,300円 (別途通勤手当あり)

の資格を持つ人 1人

勤務日時

~午後4時

(491) 8201 \(\sigma\)

り選んだ子育て中の約3千世帯 のアンケート調査を実施します の現状や意見、要望を伺うため に調査票を送付します。 11月初旬に、無作為抽出によ 「子ども・子育て支援事業計 | を策定するために、子育て なりました 接種ができるように なりました 今までは国の承認がありません ポリオ予防接種のうち、4回目 昨年接種が開始された不活化

調査票が届いた場合は、 回答 でしたが、ワクチンの有効性と

(追加接種)について、

ようになりました。

П

i

児童家庭課児童家庭班 内

24年11月に承認され接種できる

を受けるようにしましょう。 子どもの体調の良いときに接種

圕

健康課母子保健班

73

4

タリムの満天の星の下でリラッ

内線3434

固 生涯学習課スポーツ振興班

市から追加接種時期について

97) 3495

1年以上経過している場合は、

認しながら、予防接種をするよ

手帳で前回の接種した時期を確

うにしてください

その1 親の働く状況の違いにかかわらない。 い幼児期の学校教育・保育のニーズ その2 保育所に こ入れない待機児童の存在 核家族化や高齢化や地域での人間関係の希薄 化などによる家庭や地域での子育て力の低下 解決に向けて以下の取り組みを行います 質の高い幼児期の学校教育 の総合的な提供 保育の量的拡大・確保による待機 児童の解消

地域の子ども・子育て支援の充実

〈子ども・子育て支援新制度の概要〉 地域における子育てをめぐる課題

平成26年度 意成入所申し込みについて

平成26年4月から保育所に新規に入所を希望する子 市では、 どもの申し込みを次のとおり受け付けます。

市内の保育園の情報は、市ホームページで確認することがで

受け付け期間 12月2日(月)~平成26年1月31日(金)

※保護者の勤務形態や通勤などにより、他市町村の保育所入所 を希望する人は、12月2日(月)までに直接児童家庭課へ申し込ん でください。

入所対象保育所 (公立)清水口保育園、南山保育園、桜台保 育園

(私立) 白井保育園、ひまわり保育園、白井ふじ保育園、こざ くら保育園

※はなぶさ保育園への入所を希望する人は、直接はなぶさ保育 園 ☎ (497) 7870に問い合わせてください。

入所基準 保護者が次の①から④までのいずれかに該当し、 庭での保育が困難な場合(同居の祖父母などの家族が保育でき る場合を除く)

①毎日就労している

②母親の出産前後

③保護者の病気・けが、または病人・障害者などの介護に当たっ ている

④火災・風水害などの災害に遭い復旧に当たっている

教育行政功労者として、米山

10月4日、

平成25年度の地方

料金 市内・210円、市外

申・問 所定の申込書(児童家庭課、市ホームページ、はな ぶさ保育園を除く各保育園にあります)に必要事項を記入の上、 受け付け期間内に直接児童家庭課保育班 🙃 (497) 3488へ ※受け付け期間を過ぎての申込書の提出は受け付けません。

■・圖 8日 金までに履歴書(写真貼付)に必要事項を 記入の上、資格を証明する書類の写しを添えて、郵送か 直接高齢者福祉課内地域包括支援センター(高齢者サ

4 1 2

らのお知らせ プラネタリウム は 館 か

治さんが、太陽系小天体につい かかわり、「なぜ、めい王星は て分かりやすく解説します。 ある情報通信研究機構の布施哲 惑星じゃないの?」の著者でも はやぶさのプロジェクトにも 「太陽系の小さい星たち」 日 程 場所

参加費 大人 般 86人(申し込み順 200円·中学

ポートセンター)

申・問 8日 金までに電話か直 1 2 5 ^ 接プラネタリウム館 場所 プラネタリウム館ドーム 4 9 2

動労感謝の日企画 毎日多忙な皆さんに、プラネ 熟睡プラ寝たリウム」

◆天文講演会

日時 9日出 午後3時~4時

> 11月23日~12月27日金 文化センター3階ギャラ

圕 郷土資料館 B

(4 9 2)

中 木戸 公園 テニ

11月1日 金から平成26年3月31 め使用できません。 中木戸公園テニスコートは、

お知らせることをある。

る大人向けのイベントです。 するのはもちろん、今回は周囲 シスできる時間をプレゼントす プラネタリウムで星空を満喫

した 学大臣表彰を受けま 米山教育長が文部科

日時 23日(祝) を気にすることなく、星空の下 で眠りに落ちてみませんか。 午後4時10分~

4 時 50 分 場所 プラネタリウム館ドー 86人(先着順)

3 1 0 円 ※投映開始30分前から入場券を 販売します。

買しました。

表彰(文部科学大臣表彰)を受 幸教育長が地方教育行政功労者

土資料館 「浮世絵」

発展に尽力し、その功績に対し 年にわたり地方教育行政の充実

し贈られたものです。

教育総務課庶務班

内線3

から現在まで、教育長として長

米山教育長は、平成17年6月

ちろん、 つである浮世絵は、日本ではも 江戸時代に成立した絵画の 海外でも人気がありま

を展示します。 郷土資料館が保管している資料 個人が収集したコレクションで る「忠臣蔵」を描いたものなど、 展開した牧の様子を描いたもの 小金原」といった白井市周辺に 今回、歌川広重による「下総 年末にはドラマも放映され

- 9 -