健康・福祉

Health

障害児（者）との共生を求める集い

教育委員会・就学指導委員会は、障がい児（者）への正しい理解と認識を深め、共に生きる社会の実現を目指して、講演会を開きます。

日にち＝2月17日㈮
時間＝午前10時～11時50分
場所＝中央公民館
テーマ＝子どもの自尊感情を守るために出来ること
講師＝京都府立こども発達支援センター技術次長・京都府発達障害者支援センター副センター長の長谷川福美さん
問合せ先＝学校教育課（☎64・1392）

障がい者福祉講演会

市は、障がいの有無に関わらず、互いに個性を認め合いながら共に生きる社会の実現を目指し、障がいについて考える講演会を開きます。

日にち＝2月26日㈰
時間＝午前10時～正午
場所＝中央公民館
対象＝市内に在住・通勤・通学する人
講師＝障害者総合支援センターにしのみやセンター長の玉木幸則さん（**写真**）
内容＝自らも障がいを持ちながら、NHK「バリバラ～障害者情報バラエティー～」へのレギュラー出演など広く活躍する玉木さんが、障害者差別解消法などについて話します
手話通訳・要約筆記・磁気ループシステムがあります。
問合せ先＝障害福祉課（☎64・1372）

障害者基本計画・障害者福祉計画策定委員を募集

市は、第5期障害福祉計画の策定にあたり、広く市民の意見を反映させるため、障害者基本計画・障害福祉計画策定委員会の委員を募集します。
同委員会では、障がいの有無に関わらず個性が尊重される社会の実現と、障がいのある人の自立・社会参加を目指して、障害者基本計画・障害福祉計画に基づく施策について話し合います。
対象＝市内に在住・通勤・通学し、7月1日現在18歳以上の人
任期＝7月1日から3年間
報酬があります。
会議の回数＝平日に年3回程度
募集人数＝2人
多数の場合は応募動機などで選考します。
応募方法＝任意の用紙に、住所・勤務先か学校名と所在地・市外の人）氏名・生年月日・性別・電話番号か隙を書いて、作文（応募動機や障害福祉についての考え。400字程度）を添え、持参・郵送してください。結果は全員にお知らせします
しめきり＝2月28日㈫（当日消印有効）
応募・問合せ先＝障害福祉課（〒610・0393〈住所不要〉、☎64・1372、FAX63・5777）

特別障害者手当・障害児福祉手当を支給

市は、次に該当する人に手当を支給しています。現在手当を受給しておらず、該当する人は相談してください。
なお、発達障がいと診断され、在宅での日常生活において常時特別の介護を必要とする場合も、両手当の対象となることがあります。
また、所得制限がありますので、詳しくは問い合わせてください。

【特別障害者手当】
対象＝重度の障がいが2つ以上あり、日常生活で常時特別な介護が必要な20歳以上の在宅の人
障がい者支援施設・養護老人ホームなどに入所したときや、病院などに継続して3カ月を超えて入院したときは支給されません。
支給額＝月額2万6千830円

【障害児福祉手当】
対象＝重度の障がいのため、日常生活で常時介護が必要な20歳未満の在宅の人
障がい児入所施設などに入所したときや、障がいを支給事由とする公的年金を受給できるときは支給されません。
支給額＝月額1万4千600円

【申請方法】
障害福祉課にある申請書に、認定請求書・医師の診断書・所得状況届などを添えて提出してください。

【申請・問合せ先】
障害福祉課（☎64・1372）

福祉用具貸与費用の自己負担額を助成

身体に障がいのある人が、介護保険を利用して福祉用具の貸与を受けた場合の自己負担額を助成します。
申請対象＝平成28年7月～12月の福祉用具貸与の自己負担分
同年7月以降に手帳を取得した人は、取得月からが対象です。
対象者・福祉用具＝左表のとおり

福祉用具名	下肢機能障害	体幹機能障害
車いす 車いす付属品	1～3級 ※	1～3級
歩行器	1～5級	
歩行補助つえ	1～6級	

※下肢機能障害4級以下でも、上肢機能障害が2級以上の場合は対象となります。

申請方法＝介護保険自己負担額の領収書（写し可）、介護保険被保険者証・身体障害者手帳の写し、印鑑、振込先の金融機関の口座番号が分かるものを持参してください
新たに申請する人や口座を変更する人は通帳の写し（名義・支店名・口座番号が分かるページ）が必要です。
申請期限＝3月3日㈮
申請・問合せ先＝障害福祉課（☎64・1372）

認知症家族交流会

認知症高齢者の介護の悩みを相談したい、話を聞いてほしいと思ったことはありませんか。不安や苦労を語り合い、認知症への理解を深めましょう。

日にち＝2月16日㈭
時間＝午後2時～4時
場所＝北部住民センター
対象＝市内に在住する認知症の人や家族
内容＝認知症の家族や当事者同士の交流会
定員＝先着15人
申込方法＝電話で申し込んでください
申込・問合せ先＝地域包括支援センターあんあん市役所（☎63・1268）

ひだまりの会

日にち＝2月28日㈫
時間＝午後1時30分～3時
場所＝府立洛南寮
対象＝市内に在住する高齢者
内容＝フラダンス鑑賞・ミニ運動会など
申込方法＝2月23日㈭までに電話で申し込んでください
申込・問合せ先＝社会福祉協議会（☎62・2222、FAX65・4962）

FUKUSHI就職フェア

日にち＝3月3日㈮
時間＝正午～午後5時
場所＝メルパルク京都（京都市）
対象＝平成29・30年3月に卒業見込みの人、一般求職者
内容＝福祉関連合同就職説明会。「きょうと福祉人材育成認証制度」の認証事業所・宣言事業所が約100法人出展します
問合せ先＝福祉職場就職フェア実行委員会（京都府社会福祉協議会内、☎075・252・6297）

ひとり親家庭のつどい

日にち＝2月19日㈰
時間＝午前10時から
場所＝社会福祉センター
内容・対象＝**▼祝い励ます会**…市内に在住し、4月に小学校に入学するひとり親家庭の親子
▼親子ふれあいのつどい（午前10時30分から）…ひとり親家庭の親子
申込方法＝親子ふれあいのつどいのみ参加する場合は、2月10日㈮までに電話で申し込んでください
申込・問合せ先＝▼子育て支援課（☎64・1376）▼社会福祉協議会（☎62・2222）

ひとり親家庭への自立支援相談

市は、自立に向けて就職を目指すひとり親家庭のお父さん・お母さんを応援するため、相談会を開きます。

日にち＝2月23日㈭
時間＝▼午前10時30分から▼午前11時30分から▼午後1時から▼午後2時から▼午後3時から▼午後4時から（各回50分）
場所＝中央公民館
対象＝市内に在住するひとり親家庭の親
内容＝専門のアドバイザーが、ひとり親家庭への支援制度などの情報提供や、働く準備の進め方・子育てと仕事の両立などの相談に応じます。託児（就学前まで）があります
定員＝各回先着1人
申込方法＝電話で申し込んでください
しめきり＝2月22日㈬（託児を希望する人は2月13日㈪）
申込・問合せ先＝子育て支援課（☎64・1376）

ひとり親家庭を励ます知事と新入学児童のつどい

日にち＝3月12日㈰
時間＝午前10時30分～午後2時30分
場所＝京都テルサ（京都市）
対象＝府内の小学校に入学するひとり親家庭の親子
内容＝レクリエーション・記念品贈呈。昼食付き（アレルギーがある人は昼食を持参してください）
申込方法＝はがきに、「新入学児童のつどい参加希望」、住所、電話番号、保護者氏名、新入学児童と同行する兄弟姉妹の名前・ふりがな・生年月日・現学年・性別、最寄り駅、交通手段、交通費（片道）、参加人数を書いて、郵送（〒604・0874京都市中京区清水町375京都府立総合社会福祉会館内）してください
申込後に変更・欠席する場合は電話で連絡してください。
しめきり＝2月20日㈪（必着）
申込・問合せ先＝▼母子家庭…京都府母子寡婦福祉連合会（☎075・223・1360）▼父子家庭…京都府民生児童委員協議会（☎075・256・7083）

ひとり親家庭 高校生に給付型奨学金

府は、ひとり親家庭の子どもの修学を支援するため、高校生給付型奨学金などを支給しています。
対象＝府内に在住する市町村民税非課税世帯のひとり親家庭などの子ども
生活保護世帯・20歳以上65歳未満の同居者がいる世帯を除きます。
申請方法＝2月28日㈫までに申請書を子育て支援課に持参してください
3月以降の申請は、支給決定が夏以降となります。
問合せ先＝▼山城北保健所綴喜分室（☎63・5745）▼子育て支援課（☎64・1376）

タバコ対策セミナー 煙にさようなら

喫煙は、本人だけでなく家族や周囲の人のがんや循環器・消化器・呼吸器疾患などのリスクを高めます。また、身体の健康だけでなくお肌やお財布にも悪影響を及ぼします。
自分や大切な人のために、卒煙の方法などを学びませんか。吸わない人も参加できますので、煙のない社会について考えてみましょう。
日にち＝2月22日㈭
時間＝午後2時～4時
場所＝保健センター
内容＝▼講義（午後2時30分から。**講師**…医師の土井たかしさん。**テーマ**…タバコについて考えてみよう）▼卒煙者からのメッセージ「私がタバコをやめた理由」▼展示コーナー▼一酸化炭素濃度・血管年齢測定など
定員＝先着50人
申込方法＝2月15日㈭までに電話で申し込んでください
申込・問合せ先＝健康推進課（☎64・1335）

難病相談（膠原病）

日にち＝2月22日㈭
時間＝午後1時～3時30分
場所＝山城北保健所綴喜分室
対象＝膠原病およびその疑いがある人や家族
内容＝京都第一赤十字病院リウマチ内科部長の福田亙さんによる個別相談・指導・助言
定員＝先着6人
申込方法＝2月6日㈪以降に電話で申し込んでください
申込・問合先＝山城北保健所綴喜分室（☎63・5734）

高齢者のサポート さらに充実

介護予防・日常生活支援総合事業

市は、地域に密着したきめ細やかなサービスを提供する介護予防・日常生活支援総合事業を行っています。4月から新たに、通所・訪問型のサービスを充実するとともに、地域の皆さんが主役となる介護予防に取り組みます。

介護予防体操のサポーターを養成 地域貢献・自身の健康にも

介護予防体操のサポーターになり、地域の公民館やオレンジルームでご近所さんと一緒に健康づくりに取り組みませんか。

オレンジルームで介護予防体操をする参加者

日にち＝2月24日㈮
時間＝午後2時～4時
場所＝オレンジルーム
講師＝健康運動指導士の村田壮さん
定員＝20人。多数の場合は抽選します
申込方法＝電話で申し込んでください
しめきり＝2月17日㈮
申込・問合せ先＝地域包括支援センターあんあん市役所（☎63-1268）

市独自の通所・訪問サービススタート

4月から

4月から、要支援相当の人の介護保険サービスとして、次の新しい事業を始めます。詳しくは、問い合わせてください。

【通所型】
明日楽クラブ（運動教室）＝短期間（3～6カ月間）で集中的に運動することで、身体機能の向上を目指します
通所型サービスA＝短時間の機能訓練型デイサービスです

【訪問型】
訪問型サービスA＝高齢者の自宅に訪問し、身体介護以外の掃除・買い物などの生活支援を行います

【問合せ先】
地域包括支援センターあんあん市役所（☎63-1268）

訪問型サービスAの従事者を養成 高齢者の生活をサポート

新たなサービスの開始に伴い、訪問型サービスAに従事する人の養成研修を行います。研修修了者は、介護福祉士やホームヘルパーなどの資格がなくても、本市で指定を受けた訪問型サービスA事業所で働く資格を取得できます。
日にち＝3月8日㈭・9日㈭
時間＝午前9時～午後4時
場所＝市役所3階
対象＝2日とも受講できる人。介護福祉士・ホームヘルパーなどの資格を持つ人を除きます
内容＝要支援高齢者の生活支援を行うのに必要な知識・技術を習得します
定員＝20人。多数の場合は抽選します
申込方法＝高齢介護課か市ホームページにある申込用紙を持参・郵送してください
しめきり＝2月24日㈮（当日消印有効）
申込・問合せ先＝高齢介護課（〒610-0393〈住所不要〉、☎64-1373）

訂正とお詫び

広報ほっと京たなべ平成28年12月15日号2面に掲載した「民生・児童委員」の電話番号に誤りがありました。正しくは、奥西かほるさん（草内）「☎62-3905」・森下愼吾さん（東）「☎64-5321」です。
訂正してお詫びします。
問合せ先＝社会福祉課（☎64-1371）

京田辺発 健幸 食改いきいきレシピ

豆腐の抹茶蒸しケーキ

市は、「健康」「幸せ」をキーワードに健康づくり事業を行っています。

今号は、苦みがなく濃い旨みが特徴の京田辺産の抹茶を使った蒸しケーキを紹介します。豆腐を使うのでヘルシーで、もちもちしっとりとした食感が楽しめます。電子レンジで簡単に作れるレシピです。
問合せ先＝健康推進課（☎64-1335）

材料（牛乳パック1本分）

	絹ごし豆腐	100g
	サツマイモ	60g(約1/3本)
	たまご	1個
A	はちみつ	大さじ3
A	グラニュー糖	25g
A	サラダ油	大さじ1
A	牛乳	大さじ1
B	小麦粉	100g
B	ベーキングパウダー	小さじ1と1/2
B	抹茶	小さじ1

【作り方】
①牛乳パックを切って、7cm×7cm×15cmの大きさにする。
②サツマイモは2/3を小さく刻み、残り1/3をトッピング用の形に切る。
③豆腐は軽く水切りしてボールに入れ、泡立て器でつぶす。
④❸にAを入れて混ぜ合わせてから、ふるったBを加えて混ぜ、小さく切ったサツマイモを入れる。
⑤牛乳パックに❹を入れ、トッピング用のサツマイモを上に飾り、ラップをかけずに600ワットの電子レンジで約5分加熱する。
粗熱が取れたら取り出して、好みの大きさに切り分ける。

栄養価（1/5パック）	エネルギー	たんぱく質
	198kcal	4.6g
カルシウム	塩分	脂質
61mg	0.2g	4.7g

調理のコツ
★サツマイモは電子レンジで加熱してから切ると、軟らかくなり切りやすいです。

健幸レシピがもっと身近に！
レシピサイト「クックパッド（http://cookpad.com）」にも掲載しています。「京田辺発」で過去のレシピも一発検索！

広告