

妊婦食教室

日時 7月1日(木) 内容 妊娠中・出産後の食事に
午後1時15分～2時 事について(講話)
会場 健康センター3階 ※調理実習および試食はあ
りません。
対象 安定期の妊婦

指導 管理栄養士
定員 先着10人(予約制)
費用無料
申し込み 電話☎23・21
91で健康センターへ

ゴックンクラス(離乳食教室・初期)

日時 7月14日(水) 作り方(試食なし)、
午前10時～11時10分 お口の手入れについて
会場 健康センター3階 **講師** 管理栄養士、歯科
対象 4～5か月児の保 衛生士
護者
内容 離乳食の始め方・
費用無料
定員 先着10組(予約制)
申し込み 電話☎23・2
191で健康センター
へ

持ち物 お子さん同伴の
場合は、バスタオル、
ミルク(お湯も含む)、
おむつなど、外出時に
必要なもの
申し込み 電話☎23・2
191で健康センター
へ

子育てひろば とくごこ 身体測定・健康相談

看護師による計測で
す。ママの健康相談にも
応じます。
日時 6月21日(月)
午前11時30分～11時50分
会場 下長瀨自治会館2
階大広間
対象 未就学児の親子、
妊娠中の方

定員 先着10組
費用無料
直接会場へ
その他 駐車場あり
問い合わせ 長瀨保育園
☎22・8102、市子
ども家庭支援課支援
係

幼児食教室

日時 7月1日(木) 内容 この時期の栄養に
午前10時～10時50分 ついて(栄養バランス、
会場 健康センター3階 おやつのとおり方等)
対象 2～5歳児の保護 ※調理実習および試食は
者 ありません。

指導 管理栄養士
定員 先着10人(予約制)
費用無料
申し込み 電話☎23・2
191で健康センター
へ

ビーバークラス (5歳児むし歯予防教室)

日時 7月10日(土) と保護者
午前10時～11時15分
会場 健康センター
対象 就学前の5～6歳児

定員 養士
先着8組(予約制)
費用無料
持ち物 歯ブラシ
申し込み 電話☎23・21
91で健康センターへ

国民年金の付加年金を利用して 老齢基礎年金を増やしませんか?

国民年金には、将来受け
取る老齢基礎年金を増やし
たい方のために、付加年金
の制度があります。
申し込んだ月の分から、
国民年金の定額保険料に加
えて付加保険料(月額400円)
を納めると、老齢基礎年金
の年金額に上乗せして支給
されます。
対象者 国民年金第1号被
保険者または任意加入
被保険者(65歳以上の方
を除く)
納めた付加保険料総額：
400円×10年(120月)＝
4万8千円
▽毎年受け取れる付加年金
額：200円×10年(120月)
＝2万4千円
年2万4千円の付加金が
老齢基礎年金の年金額に上
乗せされて支給されます。
国民年金を受け取り始めて
2年を越えたと、納めた付
加保険料総額を上回る計算
になります。
申し込み 年金手帳、本人
確認書類をお持ちのう
え、保険年金課国民年金
係へ
※郵送も可

国民健康保険加入者へ ジェネリック医薬品差額通知書を送付します

市では、国民健康保険に
加入している方を対象に
ジェネリック医薬品差額通
知書を送付します。
この通知はジェネリック
医薬品に切り替えた場合に
発生する自己負担額の差額
の一例を記載したものです。
対象となる方は、薬の処
方を受けており、ジェネ
リック医薬品へ切り替える
ことにより、薬代の自己負
担額を一定金額以上軽減で
きると見込まれる方です。
なお、この通知による医
療費の支払いや還付金は発
生しません。
▽ジェネリック医薬品とは
先発医薬品(新薬)の特
許が切れた後に販売され
る、基本的に先発医薬品
と同じ有効成分・効能・
効果を持つ医薬品のこと
です。
▽先発医薬品に比べ安価で
経済的です。薬代の自己
負担の軽減になります。
▽ジェネリック医薬品を希
望する場合は、医師・薬
剤師へご相談ください。
問い合わせ 保険年金課給
付係

骨粗しょう症予防講座

★骨粗しょう症について
日時 7月17日(土)
午後1時30分～3時30分
会場 市役所2階204会議
室
対象 64歳以下の運動制
限のない市民
講師 市保健師、管理栄
養士 高水秀美氏
定員 先着30人程度(予
約制)
持ち物 筆記用具

★献立の工夫・運動実践
日時 7月31日(土)
午前10時～正午
会場 市役所2階204会議
室
対象 64歳以下の運動制
限のない市民
講師 管理栄養士 高水
秀美氏、健康運動指導
士 森田ひろみ氏
定員 先着20人程度(予
約制)
持ち物 筆記用具

服装・持ち物 運動ので
きる服装、屋外用運動
靴、飲み物、タオル、
筆記用具
費用無料
申し込み 電話☎23・2
191で健康センター
へ

受験生チャレンジ支援貸付事業

主な事業内容 一定の所得
以下の世帯を対象に、中
学3年生・高校3年生ま
たはそれらに準ずる方
(中学校・高校既卒者、
高等学校卒業程度認定試
験合格者等)の学習塾、
各種受験対策講座、通信
講座の受講費用(家庭教
師を除く)や、高校・大
学等の受験料の貸し付け
を無利子で行います。
※お子さんが高校・大学等
に入学した場合は、手続
きをするので返済が免
除されます。
申請期限 令和4年2月4
日(金)
貸付資金の内容 表1参照
貸付対象となる学校 学校
教育法に規定する高等学
校、特別支援学校、高等
専門学校、大学、短期大
学、専修学校、専門職大
学、各種学校
※中学3年生の場合は、専
修学校、各種学校は貸付
対象になりません。(一
部例外あり)
利用できる方 ①～⑦の要
件をすべて満たす方
①世帯の生計中心者(20歳
以上)であること
②父母等養育者の総収入ま
たは合計所得を合算した
金額が一定基準以下であ
ること
③暴力団員による不当な行
為の防止等に関する法律
第2条第6号に規定する
暴力団員が属する世帯の
世帯員でないこと
申し込み 直接福祉総務課
庶務係(市役所3階)へ

表1 貸付資金の内容

区分	対象	貸付限度額	貸付範囲
学習塾等受講料 貸付金	中学3年生・高校3 年生またはそれらに 準ずる方	200,000円	対象となる学習塾等の費用 ※令和3年4月分からの費用が対象 ※学習塾等に関しては要件あり
受験料貸付金 (高校受験料)	中学3年生またはそ れに準ずる方	27,400円 ※1人に対して1度限り ※手数料は除く	対象となる高等学校等の受験料 ※4回(校)分の受験料まで貸し付け可 ※1回当たりの受験料は2万3千円まで
受験料貸付金 (大学受験料)	高校3年生またはそ れに準ずる方	80,000円 ※1人に対して1度限り ※手数料は除く	対象となる大学等の受験料

表2 総収入・合計所得金額の基準額

世帯区分	世帯人数			
	2人	3人	4人	
一般世帯	総収入	271万7千円以下	334万3千円以下	386万4千円以下
	所得	172万2千円以下	216万以下	255万1千円以下
ひとり親 世帯	総収入	301万8千円以下	378万8千円以下	441万5千円以下
	所得	193万3千円以下	285万円以下	299万2千円以下

※総収入は給与収入の場合

※世帯人数とは、父母等養育者および18歳未満(就労中の場合は除く)または
就学中(浪人生を含む)の子どもの人数を指します。

※賃貸物件にお住まいの場合は、年額上限84万円(月額上限7万円)を限度に、
家賃支払額を総収入額から控除できる場合があります。