

### 家族介護教室「でこぼん」

「でこぼん」は、認知症の人の家族などが勉強したり、交流したりするための教室です。自分や身近な人が認知症になった場合に役立つ知識を学びましょう。

- ▶ **内容**  
・GPS機能を活用した、認知症の人の見守り方法の紹介  
・成年後見制度や認知症の人の生活サポート方法の紹介
- ▶ **対象**  
家族や身近な人に認知症の人がいる人、認知症に関心のある人
- ▶ **とき** 3月14日(木) 午後1時30分～3時15分
- ▶ **ところ** 厚崎公民館 ▶ **申込期限** 3月11日(月)
- ▶ **問い合わせ** 高齢福祉課 ☎0287(62)7327



### 新型コロナウイルスワクチン 無料接種は3月31日で終了

- 市が行う無料の新型コロナワクチン臨時接種は、3月31日で終了します。
- 令和6年度からの定期接種は、65歳以上の人を対象に、秋冬の時期に実施予定です。
- 定期接種の対象とならない人は、自費での任意接種となります。
- ワクチンの効果および副反応を十分理解した上で、早めの接種を検討してください。
- 3月までの接種は、現在予約受付中です。

- ▶ **予約方法** WEBサイトまたは電話  
※詳細はホームページを確認してください。
- ▶ **問い合わせ** コールセンター ☎0287(73)8823  
健康増進課 ☎0287(62)7197



### 要精検 今すぐ受診 がん予防

がんは、早期に発見し治療を受けることで、約9割が治ると言われています。要精密検査の結果が出た人でも、「自分は大丈夫」、「何ともないから」といって放置せず、早めに再検査を受けましょう。

がん精密検査を受診できる医療機関は、県のホームページを確認してください。

- ▶ **日本人の国民病ともいえる“がん”**  
・がんは初期症状がほとんどなく、進行に気づきにくい  
ため、手遅れになることがあります
- ・家族ががんを罹患した人がいる場合など、リスクが高い人は特に注意してください

- ▶ **問い合わせ**  
健康増進課 ☎0287(63)1100



### 100歳まで元気！ 短期運動教室

ボールやバンドを使って楽しく体を動かしましょう。どんな運動をしたらいいのかわからない人や転倒が心配な人、介護予防をしたい人におすすめです。

- ▶ **実施日時**  
毎週水曜日(全8回) 午後2時30分～4時まで  
・5月の開催日…8日、15日、22日、29日  
・6月の開催日…5日、12日、19日、26日
- ▶ **ところ** 市シニアセンター
- ▶ **対象** 介護保険認定を受けていない65歳以上の市民
- ▶ **定員(先着)** 各回10人
- ▶ **参加費** 1回当たり300円
- ▶ **申込期限** 4月30日(火)
- ▶ **申し込み・問い合わせ**  
市シニアセンター ☎0287(73)2210

### いざというときの安心を かかりつけ医に相談

かかりつけ医とは、①健康に関することを何でも相談できて、②必要なときに専門の医師・医療機関を紹介してくれる、③身近で頼りになる医師のことです。普段からかかりつけ医をもつことで、病気の予防や早期発見、早期治療につながります。休日や夜間における緊急時\*以外は、かかりつけ医などの通常の診療時間に受診しましょう。

\*意識がない、症状が重いと思われる場合は119番で救急車を呼びましょう。それ以外の場合は、時間帯によって受診先が異なります。

- ▶ **問い合わせ** 健康増進課 ☎0287(62)7197

時間帯	受診先	備考
休日などの昼間	休日当番医 ※日付により異なる	市ホームページから確認 
夜間(午後7時～9時30分)	夜間急患診療所 ※那須赤十字病院内	那須都市医師会のホームページから確認 
夜間(午後9時30分～)	救急当番病院 ※日付により異なる	

## 令和6年度子育て応援券を交付します



子育て世帯を支援するために、有料の子育て支援サービス、チャイルドシートの購入や、任意の予防接種などに使用できる子育て応援券を交付します。出生や転入などで新たに子育て応援券の交付対象となったときは、窓口で手続きをしてください。

- ▶ **対象児童の生年月日**  
令和6年4月2日～令和7年4月1日
- ▶ **交付金額** 15,000円分(500円分30枚つづり)  
※使用期限は令和8年3月31日。
- ▶ **申請方法**  
出生届や転入手続きと併せて窓口で申請
- ▶ **持参するもの** 保護者の本人確認書類、印かん
- ▶ **その他** 令和4年度の子育て応援券(表紙と本券の色が黄色のものは、令和6年3月31日が使用期限です。早めに利用してください)
- ▶ **問い合わせ**  
子育て支援課 ☎0287(46)5533



### 【子育て応援券で利用できるサービス】

対象サービス	内容
子どもを預かるサービス	市内の保育園などが実施する一時保育の利用、市ファミリーサポートセンターのサポート会員による預かりや送迎などの利用
保護者を支援するサービス	親子教室、子育て相談、家事代行サービス、那須野が原ハーモニーホール自主事業の一部など
チャイルドシート・ベビーカーなどの購入	チャイルドシート、ベビーシート、ベビーカー、ジュニアシート
読み聞かせ絵本の購入	読み聞かせのための絵本
予防接種	自己負担が発生する任意の予防接種
子育て応援 赤ちゃん連れ向け宿泊プラン	市内の宿泊施設が提供する「赤ちゃん連れ向け宿泊プラン」

## 特別支援学校の通学帰省費を補助します

特別支援学校への通学にかかる負担を軽減するため、補助金(高速道路料金、帰省費)を支給します。条件により補助が受けられない場合がありますので、詳しくは問い合わせてください。

- ▶ **対象** 市内に住所を有し、令和5年度中に特別支援学校に在籍した子どもの保護者
- ▶ **申込期限** 3月22日(金)
- ▶ **申し込み・問い合わせ**  
学校教育課 ☎0287(37)5349

