



こんにちは!

つばさ
岩山 翼 ちゃん
(1歳9カ月)

〔パパ〕 真徒 さん
〔ママ〕 美穂 さん (中川原)
すくすく元気に育つてね。

……パパ・ママより

食育コーナー ～ぼたもちとおはぎの違いは?～

春分の日を挟んで前後3日ずつの1週間は、春のお彼岸です。祖先を敬い、おはぎをお供えて供養します。春は牡丹の花のように、秋は萩の花のごとく作るので、春は「牡丹餅」、秋は「お萩」と言っていますが、実際は同じものです。最近では、1年を通して「お萩」と呼ぶことが多いようですが、昔のように季節によって名前を変えるのも風情がありますね。今月は簡単にできる「きな粉」のおはぎをご紹介します。

ぜひ、ご家庭でおはぎ作りを楽しんでみてください!

材料 (8個分)

もち米 1合
きな粉 20g
砂糖 20g

(1個分 80kcal)



作り方

- ①もち米をといで水気を切る。
- ②耐熱皿に入れ、水1カップを注ぎ30分以上つけておく。
- ③塩を加え、ふたをして電子レンジで10分加熱する。
- ④15分蒸らす。
- ⑤④のもち米を麺棒などで半分くらいつぶし、粘りを出し8等分に丸める。
- ⑥きな粉と砂糖をバットに入れ、⑤をコロコロ転がす。

学校給食共同調理場 栄養教諭

掲載をご希望の方は
企画政策課広報担当まで
(内線223)

おむつ等購入費の助成

在宅の重度寝たきり高齢者の方などを対象に、おむつや尿とりパッドを購入した費用の一部を助成しています。

対象 在宅介護を受けている方で、次の要件に該当する方
◆65歳以上の要介護度4または5の方
◆身体障がい程度が1級または2級の方

助成額 年額48,000円を限度とする購入費の9割の額 (市民税非課税世帯は年額72,000円を限度とする。)

申請に必要なもの
①購入品と購入年月日の記載のある領収書 (平成23年3月1日から平成24年2月29日付の領収書が対象です。)

②振り込みを希望される金融機関の通帳
③介護保険被保険者証または身体障害者手帳
④印鑑 (認印)

申請期間 3月9日(金)まで
受付場所 市民交流プラザ2階 福祉介護課窓口
問合せ先 福祉介護課 高齢福祉担当 (内線764)
社会福祉担当 (内線768)

寝具乾燥・丸洗いサービスの実施について

実施日 3月19日(月)・21日(水) **有料**
対象 介護保険の要介護度4・5で在宅寝たきりの方
身体障害者手帳1・2級で在宅寝たきりの方
申込期間 3月13日(火)まで
問合せ先 滑川市社会福祉協議会 (☎475-7000)

3月の母子・成人保健

会場・問合せ先 市民健康センター (☎475-8011)

健康 診査	○4カ月児健康診査・離乳食講習会 22日(休) 受付 13:10～13:30 対象はH23.11月生まれの子	※日常生活している歯ブラシを持参してください	
	○1歳6カ月児健康診査 15日(休) 受付 13:10～13:30 対象はH22.8月生まれの子		
	○3歳児健康診査 9日(金) 受付 13:10～13:30 対象はH20.11月生まれの子		
教室・相談	母子保健 ○すこやか子育て相談会 7日(火) 9:30～11:30 ○プレママさんのすこやかセミナー 28日(水) 9:20～14:30 <詳しくは13ページを> ○ママと赤ちゃんのふれあひ 28日(水) 13:30～16:00 <詳しくは12ページを> ○ジャングルジム (親子の遊び教室) 12日(月) 13:00～15:30 <事前に案内のあった幼児>		
	成人保健 ○糖尿病健康相談 (イブニング相談) 5日(月) 17:00～19:00 ○骨粗しょう症を知る教室 8日(水) 13:30～15:00 <詳しくは13ページを>		
	○虫歯予防フッ素塗布 1日(木)、13日(火)、 受付 13:15～13:45 <1歳6カ月児健診で説明を受けられた方>		※新しい歯ブラシを持参してください

子育て支援センター案内

(あずま保育所内) ☎476-6565

月～金曜日……子育て中の親子は誰でも利用できます。
第1・3土曜日…共働きなどにより、平日に利用できない3歳未満児の親子が利用できます。

子育てサロン (10:15～12:00 参加費無料)

赤ちゃんサロン (0～1歳6カ月ごろまでのお子さん)

6日(火) ふうせんあそび
20日(祝) 春分の日でお休み

キッズサロン (1歳6カ月ごろ以上のお子さん)

13日(火) めいろあそび
27日(火) 手あそび・パネルシアター

親子サークル (木曜日 10:15～12:00 登録が必要です)

0歳児、1歳児、2歳児 (年齢別)

育児相談 電話・面接を受けています。(月～金)

育児講座 ミニトランポリンあそび

とき 3月16日(金) 10:00～11:30 **無料**
ところ 働く婦人の家 (市民健康センター横)
対象 1歳6カ月～3歳児の親子30組程度
※要申し込み

幼児ことばの教室 (相談)

幼児のことばの発達や気になる発音についての相談や指導を行っています。

ことばのことで悩みをお持ちの方は、お気軽にご相談ください。専門の指導員が相談に応じます。

とき 3月1日(休)、8日(休)、15日(休)
いずれも9:00～12:00 ※要申し込み

ところ 青志会館
問合せ先 福祉介護課 社会福祉担当 (内線768)

家族相談会

お子さん(ひきこもりなど)を支えているご家族の気持ちが楽になるように専門家がサポートします。秘密は守りますので、安心してご相談ください。

とき 3月22日(休) 14:00～16:00

ところ 県中部厚生センター
助言者 臨床心理士
問合せ先 県中部厚生センター 地域保健班 (☎472-0637)

協会けんぽからのお知らせ

協会けんぽ富山支部の健康保険料率は、3月分(4月納付分)より、9.44%から9.93%になります。40～64歳までの方の介護保険料率は、1.51%から1.55%になります。

問合せ先 協会けんぽ 富山支部 (☎431-6156)



児童館行事 ☎475-3706

親子サークル 10:30～12:00
たんぼぼ(1歳児) 合同 14日(水)・28日(水)
ひまわり(2歳児)

3日(土)	将棋大会	9:00～11:30	小学生 中学生
	英会話教室	14:30～16:00	小学生
10日(土)	工作教室	10:00～11:30	小学生
	プラバン作り	13:30～15:00	小学生
11日(日)	科学あそび教室	10:00～11:30	小学生
	プラバン作り	13:30～15:00	小学生
17日(土)	一輪車教室	10:00～11:30	小学生
	手芸教室	14:00～16:00	小学生
24日(土)	あそび塾	10:00～11:30	小学生
28日(水)	おはなし会スペシャル	10:30～11:30	幼児 小学生

休日当番医

歯は新川地区の当番を掲載

月日	当番医	電話番号	所在地
3月4日(日)	岩城小児科医院	475-0132	下小泉町
	大菅歯科医院	0765-82-0204	朝日町
11日(日)	中村内科医院	476-6222	中川原
	島田歯科クリニック	0765-62-1353	黒部市
18日(日)	石坂医院	477-1818	嘉大窪
	女川歯科医院	0765-52-3378	黒部市
20日(祝)	吉見病院	475-0861	清水町
	平井歯科医院	0765-52-0727	黒部市
25日(日)	石坂眼科医院	475-0387	四間町
	河村歯科医院	0765-54-0210	黒部市
4月1日(日)	くるまたにクリニック	476-5122	上小泉
	渡辺歯科医院	0765-52-0164	黒部市

*診療時間は9:00～17:00です。都合により変更になる場合がありますので、一般医は消防署(☎475-0180)、歯科医は県歯科保健医療総合センター(☎433-2039)へ確認の上、ご利用ください。