



こんにちは!

りょうが
島 涼月くん
(1歳2か月)

【パパ】英昭さん
【ママ】絵利香さん(東金屋)
やさしく元気な子に育ってね!
……ママより

元気印のおすすめメニュー

いよいよ待ちに待った春ですね。一年中を通していろいろな食材が手に入る時代ですが、春は特に旬のおいしい野菜がたくさん出回ります。野菜は一日350gを目標に摂りましょうと言われています。

新鮮な野菜本来の持ち味を生かした料理をおおいにいただきます。今月は春キャベツを使ったスープを御紹介します。ぜひ、おためしください。

とりひき肉だんごと春キャベツのスープ

材料(4人分)

とりひき肉 200g
玉ネギ 80g
卵 10g
塩・コショウ 少々

春キャベツ 200g
ニンジン 50g
コンソメの素 2個
水 600cc
しょうゆ・塩 適宜

作り方

- ①玉ネギはみじん切りにする。
- ②ひき肉に卵、①の玉ネギ、塩、こしょうを入れてよく混ぜ、2cm位に丸める。
- ③キャベツは、太めのせん切り、ニンジンは薄いいちょう切りにする。
- ④鍋に水600ccにコンソメでだしを作り、②のひき肉だんごを入れ、ニンジン、③のキャベツを入れ煮込む。



1人分 124kcal 滑川市食生活改善推進協議会

掲載をご希望の方は
企画情報課広報担当まで
(内線2203)

児童館行事 ☎475-3706

親子サークル 10:30～12:00		たんぼぼ(1歳児) 4日(火)・18日(火)	ひまわり(2歳児) 11日(火)・25日(火)
1日(日)～7日(土)	春を見つけよう週間	10:30～15:30	幼児(保護者)小学生
21日(土)～28日(日)	鯉のロケット作り週間	10:30～15:30	幼児(保護者)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
4月1日(日)	ほたる皮膚科クリニック	476-1299	下島
	荒井歯科医院	473-3110	上市町
8日(日)	おのうえこどもクリニック	475-6677	柳原
	歯科Myクリニック	463-6480	立山町
15日(日)	荒川内科クリニック	475-0001	下小泉町
	幾島歯科医院	463-1900	立山町
22日(日)	伊井外科医院	475-1160	加島町
	山本歯科医院	472-0117	上市町
29日(日)	毛利医院	475-0054	四間町
	マキノ歯科医院	463-0269	立山町
30日(月)	中村内科医院	476-6222	中川原
	坂下歯科医院	463-1066	立山町
5月3日(祝)	石坂医院	477-1818	嘉大窪
	川口歯科医院	464-1166	立山町
4日(祝)	厚生連滑川病院(内)	475-1000	常盤町
	加藤歯科医院	473-1182	上市町
5日(祝)	吉見病院	475-0861	清水町
	吉岡歯科医院	473-0515	上市町
6日(日)	長治整形外科医院	475-7170	加島町
	小森歯科医院	472-0032	上市町

*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。

24時間健康テレホンサービス ☎442-0003

曜日	4月のテーマ
月	市販の風邪薬
火	おしっこについて
水	帝王切開術
木	「洗口剤」について
金	心身症
土・日	手足のしびれ

提供 県保険医協会 ☎442-8000

子育て支援センター案内

(あずま保育所内) ☎476-6565

子育て中の親子は誰でも利用できます。(月～金)

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か月ごろまでのお子さん)	
17日(火)	こいのぼり作り
キッズサロン(1歳6か月ごろ以上のお子さん)	
10日(火)	紙芝居・運動あそび
24日(火)	こいのぼり作り

親子サークル(木曜日10:15～12:00 登録が必要です)
1歳児、2歳児(学年別)0歳児は5月から始まります

育児相談 電話・面接を受けています。(月～金)

児童手当制度拡充

児童手当制度の拡充により、平成19年4月から3歳未満の乳幼児に対する児童手当の額が、第1子および第2子について月額5千円増額し、一律1万円支給されます。拡充に伴う増額および3歳に達することによる減額の届出の必要はありません。

3歳以上の手当額および第3子以降の手当額は現行のとおり変更はありません。

公務員の方は勤務先へお尋ねください。

問合せ先 福祉課児童福祉担当(内線335)

在宅の重度障害者に手当が支給されます

特別障害者手当

20歳以上で、精神または身体に著しく障害があるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする在宅障害者に支給されます。(施設入所の方や3か月以上の入院の方は該当しません。)

障害児福祉手当

20歳未満で、精神または身体に重度の障害があるため、日常生活において常時介護を必要とする在宅障害児に支給されます。(施設入所の方は該当しません。)

※いずれも、手当の支給を受ける場合には、申請が必要となり、本人または扶養義務者の所得制限があります。

問合せ先 福祉課社会福祉担当(内線332)

障害者医療費助成制度の変更について

65歳以上の中度障害者の方については、これまで医療費の全額を助成していましたが、平成19年4月以降の医療費について、中度障害者(身体障害者手帳3級および4級の一部)で現役並み所得者の方については、医療費の1割分を負担していただくことになりました。なお、該当者の方には、案内文を送付しております。

問合せ先 福祉課社会福祉担当(内線332)

4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か月児健康診査離乳食講習会 26日(木) 受付 13:10～13:30 対象はH18.12月生まれの子	日常使用 している歯 ブラシを持 参してく ださい
	1歳6か月児健康診査 19日(木) 受付 13:10～13:30 対象はH17.9月生まれの子	
教 室 ・ 相 談	3歳児健康診査 13日(金) 受付 13:10～13:30 対象はH15.12月生まれの子	
	母子保健 たんぼぼ教室(言語・発達相談) <事前に案内のあった幼児> 25日(火) 13:30～	
そ の 他	成人保健 糖尿病健康相談 2日(月) 9:00～12:00 機能訓練 12日(木) 13:30～	
	虫歯予防フッ素塗布 <1歳6か月児健診で説明を受けられた方> 5日(木)、17日(火) 受付 13:15～13:45	

幼児ことばの教室(相談)

この教室は、発音の誤りやことばの発達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、気軽にご相談下さい。専門の指導員が相談に応じています。

問合せ先 福祉課社会福祉担当(内線332)

ポリオ(小児マヒ)生ワクチンの投与

とき	対象者
5月8日(火)	平成18年1月1日～3月31日生まれ
5月16日(水)	平成18年4月1日～6月30日生まれ
5月22日(火)	平成18年7月1日～9月30日生まれ
5月31日(木)	平成18年10月1日～12月31日生まれ

上記対象者以外で、生後90か月未満(ただし、平成18年12月31日までに生まれたお子さん)で、2回受けていないお子さんは受けてください。

受付時間 13:30～14:10

ところ 市民健康センター

★ポリオ生ワクチンを受けるときの注意

◇1か月以内に、風邪などで医療機関を受診されたお子さんはポリオ生ワクチン投与の可否について、主治医へ事前にご確認ください。

◇生ワクチン(麻しん・風しん、BCGなど)の予防接種を受けた後、27日以上を経過していないお子さんは受けることができません。

◇下痢をしている場合は受けられません。

◇ポリオ生ワクチンを受ける前後30分は飲食をしないでください。

◇できるだけ体調のよい日に受けてください。またお子さんの体調がよくわかる人が付き添ってください。

◇説明書「予防接種と子どもの健康」をよく読んできてください。

◇予防接種手帳にあるポリオ生ワクチン予防接種予診票を記入して忘れずにお持ちください。

◇母子手帳を忘れずにお持ちください。