

※本号に掲載しているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症の影響により、延期や中止になる可能性があります。

お知らせのマークの見方

- ◎料金の記載のないものは無料です。
- ◎マークの見方
 - 時=期日(期間)/時間 場=会場
 - 内=内容 講=講師 題=演題
 - 出=出演 曲=曲目 相=相談員
 - 対=対象 定=定員 料=料金
 - 持=持物 申=申込
- ▷市民大学あしかが学校の講座
- ☑=必修 ☒=認定

必ず提出してください

児童扶養手当の現況届とひとり親家庭医療費助成の更新

児童家庭課・☎2137

同手当および同医療費助成を受けている方は申請書などの提出が必要で、案内を7月下旬に送付します。

所得制限により手当が支給停止している方も受給資格を延長するために提出が必要です。

提出期間 8月3日(月)～31日(月)
提出先 同課(本庁舎2階26番窓口)

持ち物 対象者全員の健康保険証、受け取った養育費がわかるもの、印鑑、児童扶養手当証書(受給している方)、児童扶養手当一

部支給停止適用除外事由届出書(該当者)、ひとり親家庭医療費受給資格者証(受給している方)

▼特設受付(可能な限りこの期間をご利用ください)

期間 8月5日(水)～7日(金)

時間 午前9時～午後5時

場所 市役所603・604会議室(本庁舎6階)

●児童扶養手当とは

対象者 離婚や死別などによる

ひとり親家庭の親や、父母に代わり児童を養育している方など
※一定の条件がありますので、該当すると思われる方は随時同課へお問い合わせください。

対象児童年齢 18歳到達後の最初の3月31日まで

※児童に障がいがある場合は20歳未満。

健康増進課・☎4513

ハローベビークラス

【両親学級】わくわく育児体験コースⅡ 7月11日(土)/午前10時～正午、午後2時～4時 場保健センター 内パパによる妊婦疑似体験、赤ちゃんのお世話体験(抱っこや沐浴など)、産後の子育てや生活を考えるなど 講保健師

【母親学級】あんしん体験コースⅡ 8月5日(水)/午後2時～4時 場さいこうふれあいセンター(西宮町) 妊娠出産で不安定になりやすい心をコントロールする方法、子育てサービス情報の紹介、子育て支援センター「子育てサロン」の見学など 講保育士、保健師

【共通】妊娠22週以降の妊婦とその家族※原則、2回とも参加できる方。定12組 持母子健康手帳 申事前

に電話で同課

夏本番！熱中症にご注意！

健康増進課・☎24513

熱中症予防のポイント

- 1 のどが渇いていなくても、こまめに水分補給
- 2 外出の際は服装を工夫し、体を締め付けない、風通しの良い服装で、帽子や日傘も活用
- 3 室内でも油断せず、『暑い』と感じたらエアコンの設定温度を下げる、扇風機を使うなど、無理をしない

熱中症になった時の処置

熱中症かな？と思ったら…

- 1 涼しい場所へ移動し横になる
- 2 水分、塩分を補給する
- 3 衣服をゆるめ、体を冷やす

※症状が良くならない、普段と違うと感じたら…早めに医療機関を受診

普段からバランスの良い食事を心がけ、十分な休養をとり、身体の調子を整えておきましょう。

専門職による個別健康相談

健康増進課・☎24512

開催月	午前	午後
7月	7日(火)	30日(木)
8月	6日(木)	25日(火)

時▷午前=9時30分～12時30分▷午後=1時30分～4時30分※1組45分程度。場保健

センター 内定▷歯科衛生士による歯と口の相談=各3組※8月のみ。▷管理栄養士による食事の相談=各3組※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため電話相談になる場合あり。申事前に電話で同課



足利歯科医師会からのお願い

歯科診療は生命を守る医療です

同会・☎②10661

歯科診療による新型コロナウイルス感染症の感染リスクが心配されていますが、現在、国内で歯科診療により患者さまへ感染した報告は1例もありません。

診療の中断は口腔衛生状態の低下を招き、免疫力の低下や細菌性肺炎のリスクを高める恐れがあります。さらには新型コロナウイルス性肺炎に罹患した際、重症化しやすくなります。

診療やメンテナンスの継続・延期など、ご自身での判断をなさらずに、かかりつけ歯科医にご相談ください。

皆さまのからだの健康、お口の健康を守る事が、同会の責務です。感染予防策の徹底を周知し、市民の公衆衛生の維持向上に努めてまいります。

歯周疾患(歯周病)個別検診

健康増進課・☎②4511

日時 令和3年2月27日(土)まで

場所 市内の指定歯科医院

検査項目 問診、歯周組織検査

※詳細は事前に医療機関へお問い合わせください。

対象 市内に住所を有する40歳から74歳までの方(令和3年3月末現在)

自己負担額 700円

※70歳以上の方などは免除。

申込 受診券のない方は事前に

電話で同課

●集団検診は、新型コロナウイルス

ルス感染症の影響により、今年度は中止とさせていただきます。

8020運動推進中!

歯の丈夫な方を募集

足利歯科医師会・☎②10661

☑市内のかかりつけ歯科医院での検診(無料)の結果がより優秀な方に賞状と記念品を贈呈

☑80歳以上の市民で、自分の歯が20本以上あり口腔状態の良好な方

☑8月17日(月)までに市内のかかりつけ歯科医院

●8020運動とは…80歳で20本

以上の歯を保つことを目指す運動

7・8月施設の休館日

会場	7月	8月
市民会館 ☎④1212 FAX④1215	毎週月曜日	3日(月)、11日(火) 13日(木)、14日(金) 17日(月)、24日(月) 31日(月)
市民プラザ ☎⑦28511 FAX⑦27278	毎週火曜日	4日(火)、11日(火) 15日(土)、16日(日) 18日(火)、25日(火)
総合運動場 ☎④13963 FAX④1248	毎週月曜日	3日(月)、11日(火) 17日(月)、24日(月) 31日(月)
市民体育館 ☎④30536 FAX④1246		
市立美術館 ☎④33131 FAX④33133	毎週月曜日	3日(月)、11日(火) 17日(月)~24日(月) 31日(月)
草雲美術館 ☎・FAX②13808	毎週月曜日	3日(月)、11日(火) 17日(月)~28日(金) 31日(月)

会場	7月	8月
史跡足利学校 ☎④12655 FAX④12082	15日(水)	19日(水)
市立図書館 ☎④18881 FAX④43200	毎週月曜日 28日(火)	3日(月)、11日(火) 17日(月)、24日(月) 27日(木)、31日(月)
東幸楽荘 ☎・FAX①1125	毎週日曜日 11日(土)、21日(火)	毎週日曜日 13日(木)、18日(火) 22日(土)
西幸楽荘 ☎・FAX②6121	毎週日曜日 4日(土)、23日(木)	毎週日曜日 11日(火)、15日(土) 26日(水)
南幸楽荘 ☎・FAX⑦28590	毎週日曜日 6日(月)、23日(木)	毎週日曜日 13日(木)、15日(土) 26日(水)
北幸楽荘 ☎・FAX④3812	毎週日曜日 6日(月)	毎週日曜日 1日(土)、14日(金) 20日(木)

南幸楽荘から東幸楽荘へ、週2日風呂利用のための送迎があります。

※新型コロナウイルス感染症の影響で、一部利用を制限している場合があります。詳細は各施設へお問い合わせください。