がんばれ子育て

2月は児童手当の支給月です

2月10日(金)に令和4年10月分から令和5年1月分の児童手当を受給者の口座に振り込みますので、通帳をご確認ください。

※入金される時間帯は金融機関によって異なります。

⬇問合せ　子育て支援課　☎274―8557

パパママ学級・育児学級

※広報折込の「保健事業のお知らせ」もあわせてご確認ください。

▼離乳食教室(育児学級)

日時　2月28日(火)
①午前9時30分～10時15分
②午前10時30分～11時15分

場所　玉穂勤労健康管理センター

内容　離乳食開始の時期や1回量、硬さなど基本の「き」の部分を学びます。

▼ウェルカムベビー②(パパママ学級)

日時　3月5日(日)午前9時45分～受付
午前10時～正午

場所　玉穂勤労健康管理センター

内容　沐浴・スキンケアについて、妊婦疑似体験、パパママ交流

対象　妊婦と夫

⬇申込み・問合せ　健康増進課　☎274―8542

子育て世帯生活支援特別給付金の申請はお済ですか

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化するなか、低所得の子育て世帯の生活支援を行うために特別給付金を支給しています。

申請期限は2月28日(火)までとなっていますので、これから申請される人はお早めに手続きをしてください。

なお、令和4年度中に、すでに受給済みの人は対象外です。詳細はお問い合わせください。

⬇問合せ　子育て支援課　☎274―8557

令和5年度　施設等利用給付認定(新1・2・3号認定)申請について

幼児教育・保育の無償化により、私学助成幼稚園、国立大学附属幼稚園に通う3歳から5歳児のすべての子どもの利用料が所定の申請を行い、認定を受けることで無償となります。

また、幼稚園、認定こども園の預かり保育(幼稚園などで実施する時間外保育)や認可外保育施設などの利用料についても、保護者の就労などの理由で保育の必要性がある場合は、所定の申請を行い、認定を受けることで無償となります。

4月からの入園や3歳児クラスへの進級、家庭の就労状況の変更などで対象となる子どもの保護者は、申請手続きを行ってください。申請されないと無償化の対象となりませんので、ご注意ください。家庭の就労状況の変更や年度途中での各施設への入園などの場合は、随時申請を受け付けています。制度の内容や申請方法などの詳細はお問い合せください。

※事業ごとに無償化の上限金額があります。

※満3歳児で幼稚園、認定こども園(1号)などを利用している場合、預かり保育部分については、保育の必要性がある市民税非課税世帯の子どものみが対象となります。

※食材料費(主食費・副食費)、通園送迎費、延長保育料、行事費など実費費用は無償にはなりません。ただし、副食費は、世帯の収入、子どもの数により免除される場合もあります。

対象　私学助成幼稚園・国立大学附属幼稚園に通う子ども、幼稚園や認定こども園の預かり保育・認可外保育施設などを利用する子ども

申請書配布・提出場所　子育て支援課

提出書類
①子育てのための施設等利用給付認定申請書
②個人番号(マイナンバー)申告書
③保育の必要性が確認できる書類
※③は預かり保育や認可外保育施設を利用する場合のみ必要

申請期間　2月1日(水)～28日(火)

⬇問合せ　子育て支援課　☎274―8557

子育てボランティア募集

子育て支援センターでボランティアに参加してみませんか。参加を希望する人は、左記の養成講座の受講が必要です。

日時　2月15日(水)、22日(水)
午前10時30分～午後2時30分

※2日間の受講が必要です。

場所　子育て支援センター

定員　5人(先着)

持ち物　室内履き、昼食

申込期限　2月14日(火)まで

⬇申込み・問合せ　子育て支援センター　☎269―8212

子育て支援センターイベント～パパは君だけ「カメラマン」～

どんなプロカメラマンよりも、お子さんにとっての一番のカメラマンはパパやママ。毎日の記念日を記録と記憶に残すコツを一緒に学びましょう。

日時　2月18日(土)　午前10時30分～

場所　子育て支援センター

講師　中村 充利 氏(フリーカメラマン)

対象　0歳児と父親

定員　5人(先着)

持ち物　普段使用しているカメラ、またはスマートフォン
⬇申込み・問合せ　子育て支援センター　☎269―8212

健康ライフ

こころの健康相談

「夜眠れない」「憂鬱（ゆううつ）な気分が続く」などの心の病気が心配な人はご相談ください。なお希望者が多い場合は、医療にかかっていない人を優先します。

カウンセラー面談（要予約）
2月20日(月)　午後1時～5時

保健師電話相談（予約不要）
2月6日(月)　午後1時～4時

⬇相談・申込み・問合せ　健康増進課　☎274―8542

献血にご協力ください

冬場は全国的に献血者が減少する時期です。身近な会場で行われる献血へ、みなさんのあたたかいご協力をお願いします。

日時　2月8日(水)
午前10時～11時30分、
午後0時30分～3時30分
場所　玉穂総合会館
対象　16歳～69歳
※混雑緩和のため、事前の予約をご活用ください。

予約方法　次のURLから「ラブラッド会員」に登録して、マイページから予約
URL　https://www.kenketsu.jp/Login?startURL=%2FMyPage
※400㎖献血のみ
※65歳以上の人の献血については、献血をされる人の健康を考え、60歳から64歳の間に献血の経験がある人に限ります。
※新型コロナワクチンを接種した48時間後から献血可能です。（ファイザー社・モデルナ社に限る）
⬇問合せ　健康増進課　☎274―8542

充実ふくし

高額医療・高額介護合算療養費制度

高額医療・高額介護合算療養費制度とは、医療と介護の両方のサービスを利用している世帯の負担を軽減するために設けられた制度です。

1年間（令和3年8月1日から令和4年7月31日）に支払った医療保険と介護保険の両方の自己負担額について、加入する医療保険ごとに計算され、一定の基準額を超えた金額が支給されます。

国民健康保険と後期高齢者医療制度の加入者で、令和4年度の支給対象となる人には3月上旬頃に通知を郵送します。申請期間は通知が届いてから2年間ですが、早めに申請をしてください。

そのほかの医療保険に加入している人は、各医療保険者にお問い合わせください。
⬇問合せ　保険課　☎274―8545
長寿推進課　☎274―8556

国民年金保険料は口座振替がお得です

国民年金保険料の納付に口座振替を利用すると、金融機関などに行く手間が省けるほか、納め忘れもなくとても便利です。

さらに、口座振替には保険料が月々50円割り引きされる早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6か月前納・1年前納・2年前納制度もあります。

口座振替による納付を希望する場合は、納付書または年金手帳と通帳、金融機関届出印を持参し、金融機関または年金事務所に申請してください。
※クレジットカードでの納付もできます。詳細はお問い合わせください。
⬇問合せ　保険課　☎274―8545
竜王年金事務所　☎278―1100

障がいのある人同士の交流の場「れんげ会」を開催します（予約制）

「れんげ会」は障がいのある人たちが、楽しみながら交流を深める会です。日頃感じていることや思っていることを語ることで、これからのよりよい生活の参考にしてみませんか。みなさんの参加をお待ちしています。

日時　2月25日(土)　午後1時30分～
場所　玉穂総合会館

対象・定員　市内または昭和町在住の障がいにかかる手帳や診断のある人、難病認定されている人　10人（先着）
⬇申込み・問合せ　障がい者相談支援センター「穂のか」　☎274―1100　FAX 274―1103　✉chuo-showa-soudan@city.chuo.yamanashi.jp

いきいき倶楽部

まごころ学園「生前整理を学ぶ」

自分の身体が元気なうちに、いらないものを整理して片付ける方法を学びます。

日時　2月21日(火)　午後1時30分～
場所　玉穂生涯学習館
講師　笹本 美恵 氏（整理収納アドバイザー）
対象・定員　まごころ学園生徒　40人（先着）
申込期限　2月15日(水)まで
※会場までの移動は、送迎バスを運行します。停車場と停車時間はお問い合わせください。
※まごころ学園は65歳以上の市民であれば、どなたでも入会できます。入会の申し込みは、随時受け付けています。
⬇申込み・問合せ　生涯教育課　☎274―8522

手とて

～つながるひろがる支援の「輪」～

軽度・中等度難聴児補聴器購入費助成について

市では、言語の習得、教育などにおける健全な発達を支援するため、身体障害者手帳の対象とならない軽度・中等度の難聴児の補聴器購入費の一部を助成しています。

対象（すべてに該当する人）

・両耳の聴力レベルが30dB以上で、身体障害者手帳の交付対象とならない18歳未満の人

・装用することで、言語の習得など一定の効果が期待できると医師の判断があった人

・同一世帯に市民税所得割の額が46万円以上の世帯員がいない人

助成額　補聴器の機種に応じ、購入費と基準額を比較して、少ない額の3分の2

申請場所　福祉課

※補聴器購入前に相談が必要です。

⬇問合せ　福祉課　☎274－8544

みなさんの健康

最近、食べているのに痩せてきました。それ「バセドウ病」かも!?

山梨大学医学部附属病院　糖尿病・内分泌内科　助教　原井望

バセドウ病は、甲状腺で作られる「甲状腺ホルモン」が過剰になる病気です。甲状腺ホルモンは体温を調節したり、脳や心臓、胃腸の働きを活性化しており、その量は「TSH」という物質の量に応じて一定の範囲に調節されています。しかし、バセドウ病ではTSHの働きに似た抗体（抗TSH受容体抗体）が体の中で作られ、甲状腺ホルモンが過剰に作られます。

バセドウ病の症状を大きく分けると、甲状腺腫、甲状腺中毒症、眼症の3つに分類されます。甲状腺腫とは、甲状腺が腫れている状態です。バセドウ病の患者さんは、甲状腺が全体的に腫れることが多いです。甲状腺中毒症の症状には、脈拍が速くなる、汗を沢山かく、疲れやすい、ドキドキする、手足のふるえ、息切れ、体重減少、下痢などがあります。しかし、高齢の人は、これらの症状が出ず、食欲が低下したり、不整脈や心不全などの合併症から診断されるケースがあります。バセドウ病の眼症では、眼が突出する（眼球突出）、まぶたが腫れる（眼瞼腫脹）、眼が大きくなる（眼瞼後退）、物が二重に見える（複視）、寄り眼ができない（輻輳困難）といった症状が出ることがあります。

診断は、血液検査と画像検査を組み合わせて総合的に行います。血液検査では、甲状腺ホルモン（FT3やFT4）が上昇し、TSHが低下します。先程述べた抗TSH受容体抗体、または刺激抗体が陽性となります。超音波検査では、甲状腺腫、甲状腺内の血流増加を認めます。シンチグラフィという画像検査では、甲状腺にびまん性取り込みと摂取率高値を認めます。治療は、薬物療法、手術療法、放射線療法（アイソトープ治療）があります。一般的に、まずは薬物療法を開始し、なかなか薬を中止できない人や薬の副作用が出てしまった人は手術療法やアイソトープ治療を選択することが多いです。生活習慣で気を付けることは、甲状腺ホルモンが高い時は、激しい運動を控えること、ストレスをためないこと（難しいですが）、しっかり休息をとること、禁煙をすることです。喫煙でバセドウ病が治りにくくなったり眼症がさらに悪化するといわれています。なかなか自身では気付きにくい病気なので、疑わしい症状がある場合は医療機関に相談してみてください。

企画　一般財団法人　里仁会