



▲家族と一緒に楽しい食事



▲思わず笑みがうかびます

春の喜び家族と一緒に いいたてホーム花見会

4月27日、いいたてホームで花見会が行われ、お年寄りたちが家族と一緒に食事を楽しみました。花見会では、この日のために作られたばちもちやお寿司などの料理が並び、お年寄りたちは家族にばちもちを食べさせてもらったり、家の様子を聞いたりして久しぶりの家族とのふれあいを感じていました。

また、お年寄りによるハンドベルの演奏や家族参加のカラオケ大会なども行われ、お年寄りたちは手拍子をしたり家族と一緒に歌を歌ったりして春の一日を楽しみました。

ひろびろスペースでゆったり健診

いちばん館で乳幼児健診スタート

5月8日の4ヵ月児健診を皮切りに、いいたてホームとなりの「いちばん館」で、乳幼児健診、予防接種等の保健事業が実施されています。

皆さんがゆったりと健診を受けやすい会場づくりを目指して、スタッフ一同、試行錯誤しています。何かお気づきの点がありましたら保健福祉課まで声をお寄せください。



▲健診のようす（写真は1歳6ヵ月健診）

平成14年

4月1日から

精神保健福祉法が変わりました

平成14年4月1日から精神障害者福祉手帳、通院医療費公費負担申請等の窓口が市町村役場になりました。



精神障害者
保健福祉手帳って

精神障害を持つ方が一定の障害にあることを証明する手帳です。
精神障害を持つ方が自立して生活し、社会に参加するための手助けとなります。

精神障害者通院医療費公費負担制度

精神障害の治療上必要と認められる医療を受けるときに、自己負担が医療費の5%のみになる制度です。

精神障害者福祉手帳、通院医療費公費負担申請について、詳しくは役場保健福祉課へ。

保健福祉課
(☎42-1620)

手帳をもらおうと受けられる様々な優遇措置

- (1) 通院医療費の公費負担の手続きが簡単になります。
- (2) 自動車税等各種税金の控除が受けられます。
- (3) 生活保護の障害者加算(1級、2級のみ)
- (4) 重度精神障害者医療費補助制度の対象になります。
- (5) バス運賃の割引対象になります。
- (6) 県立施設の利用料の減免が受けられます。
- (7) ホームヘルプサービスが受けられます。



旬の食卓 ちょこっと作ってみよう

○納豆、油揚げにはカルシウムのほか、女性ホルモンに似た成分が入っていて、骨粗しょう症予防だけでなく、更年期障害や生理痛、高脂血症予防や高血圧、そして腸の働きを活発(便秘予防)にするなど、とても良い成分が入っていて、なおかつ低カロリーです。ちなみに、納豆は夜食べた方が、病気予防や便秘に効果的です。

■納豆入りきんちゃく煮

材料(4人分)

- ①納豆.....パック
 - ②油揚げ.....4枚
 - ③干し椎茸.....2枚
 - ④ちりめんじゃこ.....20g
 - ⑤長ネギ.....1本
 - ⑥たまご.....1個
 - 1. しょうゆ.....大さじ2
 - 2. 酒.....大さじ2
 - 3. みりん.....大さじ1
 - 4. だし汁.....ひたひたになるくらい。
- 納豆についているだししょうゆも入れる。
(からしは入れても良いし、あでんのようにあとからつけてもよし。)

◎作り方

1. 油揚げは半分に切り、袋状にして(手で一度くるくるともむと、袋状にしやすい。)熱湯をかけて油抜きし、冷ましておく。
2. 干し椎茸はもどして、スライスする。長ネギはみじん切り。
3. ①～⑥までの材料をボールでよく混ぜて、油揚げの中に詰めて、楊枝で口を止める。
4. 鍋にきんちゃくを並べ、1～3までの調味料と干し椎茸の戻し汁とだし汁を加え落としぶたをして煮る。煮汁が2/3くらいになったらできあがり。

はポイントです!!





▲総会のような様子

感謝状を贈られたみなさん。長い間ありがとうございました。

八巻イツ子さん(草野) 高橋 正子さん(伊丹沢)
横山ユキイさん(八和木) 神野クニミさん(長泥)
佐藤 路也さん(二枚橋)

保健協力委員会総会

26人に委嘱状を交付

4月25日、飯館村保健協力委員会総会が役場において開催され、各行政区から選出された26人に委嘱状が交付されました。議事に先立ち感謝状の贈呈が行われ、今回委員を退任された5人に長年の活動に感謝し、感謝状

と記念品が贈られました。総会では今年度の活動内容等話し合い、会長には高橋つめ子さん(深谷)が選ばれました。保健協力委員の任期は平成16年3月31日までです。



▲委嘱状を受けとる協力委員



13区 赤石沢安子



12区 赤石沢三千代



11区 渡辺とみ子



10区 赤石沢菊代



10区 寺岡 輝子



2区 高橋つめ子



1区 佐藤みつ子



1区 渡辺 友子



15区 嶋原タキ子



14区 嶋原 定子



14区 佐藤 照子



13区 高橋 民子



13区 大沢 京子



5区 赤石沢幸子



4区 伊藤 江子



3区 木幡 慶子



20区 田村紀恵子



19区 佐藤 秀子



18区 石井 せん



17区 佐藤フサ子



16区 池田キクノ



9区 松下 清子



8区 菅野千恵子



7区 佐藤 孝子



6区 大和田しちよ



5区 高橋スイ子



(敬称略)