時日時　場会場　対対象　定定員（表示のないものは定員になり次第締め切り）　内内容　申申し込み　締締め切り　¥料金（表示のないものは無料）　他その他　問問い合わせ　Fファックス　✉メール

すかがわ健康づくりポイント事業

「運動」や「食事管理」など日々の健康づくりに取り組んだ人に、協力店で特典が受けられる「ふくしま健民カード」を交付します。

実施期間　6月1日（月）～令和3年3月1日（月）

対18歳以上の市民（高校生を除く）

参加方法　ポイント記録台紙（健康づくり課・各公民館に設置）に日々の取り組みを記録してください。基準のポイントを達成した人に「ふくしま健民カード」を交付します。

問**健康づくり課☎(88)8122**

熱中症に注意！

熱中症の予防対策

①こまめな水分補給
②暑さを避ける。
③涼しい服装

熱中症？と思ったら

①涼しい環境に移動する。
②楽な姿勢をとる。
③衣服を脱ぎ、体を冷やす。
④水分・塩分を補給する。
⑤医療機関を受診する。

問**須賀川消防署☎(76)3196**

認知症高齢者の事故防止へ介護家族にGPS機器を貸与

認知症高齢者を在宅で介護する家族などにGPS（全地球測位システム）機器を貸し出しています。

万が一、高齢者が行方不明になったときに、その所在をパソコンなどで探索し、高齢者の事故防止や家族の介護負担の軽減などを図ります。

対市内に住所を有する認知症高齢者を在宅で介護する家族など

¥月額550円

※位置情報の提供を受けたときなど、別途費用が掛かることがあります。

持ち物　●申請者の印章　●申請者の本人確認書類（運転免許証、健康保険証など）　●対象高齢者の健康保険証や介護保険証など

問**長寿福祉課☎(88)8116**

「障害者優先調達推進法」障がい者の自立した生活に向けて

障がい者が就労する施設などの仕事を確保し、その経営基盤を強化するために、物品の購入や業務の委託などを積極的に行い、障がい者の自立の促進に努めています。

市役所1階「みんなのスクエア」にも、売店やレストランがありますので、皆さんもぜひご利用ください。

問**社会福祉課☎(88)8112**

須賀川アリーナの講座・教室

須賀川スポーツカレッジ

時7月3日～11月20日までの金曜日（全17回）　午後1時30分～4時
場中央体育館ほか
対市内在住または在勤の60～80歳で初めて参加する人　定30人
内ニュースポーツなどの講座
申6月10日（水）～26日（金）
¥2,000円

アリーナ60分プログラム（7月）

時7月22日（水）　午後7時～8時
場中央体育館
対市内在住または在勤の15歳以上の人（中学生を除く）　定20人
内体幹トレーニング
講師　岡本優紀（ゆうき）さん
申6月21日（日）～7月15日（水）
※電話予約可
¥200円

ボディメイククラス

時7月28日（火）～8月18日（火）午後7時～ 8時30分（週1回）
場中央体育館
対市内在住または在勤の18歳以上の人（高校生を除く）　定20人
内有酸素運動で減量を目指します。
講師　大河原里美さん
申6月21日（日）～7月17日（金）
¥500円
問**須賀川アリーナ☎(76)8111**

すこやか通信

6月は「食育月間」毎月19日は「食育の日」です

「食育」とは、様々な経験を通じて「食」の知識と「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践する力を育むことです。

食べることは生きること

私たちは、食べ物から活動するためのエネルギーや、体の調子を整える栄養素を取り込んでいます。

食べることは生涯にわたって続きます。子どもはもちろん、大人になってからも「食育」は大切です。

食育で育てる「食べる力」

いつまでも生き生きと暮らすためには、食育を通じて「食べる力」を養いましょう。

①心と体の健康の維持
②食事の重要性や楽しさの理解
③食べ物の選択や食事作り
④一緒に食べたい人がいる（社会性）
⑤日本の食文化を理解し伝える
⑥食べ物や作る人への感謝の心

これらを家庭や地域など様々な場所で学び、身に付けていくことが「食べる力」につながります。

まずは、「1日3回の食事」「栄養のバランスを意識した食事」「食べることを楽しむ」など、日常の生活の中で、身近なところから「食育」を実践しましょう。

問**健康づくり課☎(88)8123**

時日時　場会場　対対象　定定員（表示のないものは定員になり次第締め切り）　内内容　申申し込み

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載のイベントなどを変更（中止・延期・その他）する場合があります。

岩瀬図書館

お話のつどい

時6月20日（土）　午前10時30分
内絵本の読み聞かせや手遊び、簡単な工作など

お母さんと赤ちゃんのためのお話のへや

時7月1日（水）　午前10時30分
内絵本の読み聞かせやわらべうた、手遊びなど

問**岩瀬図書館☎(65)3549**

とんぼ玉づくりを楽しむ

時6月28日（日）　午後1時30分～4時
場空港公園緑のスポーツエリア（21世紀建設館）
定20人
内とんぼ玉を手作りして、自分だけのオリジナルネックレスやストラップを作ります。
¥1,000円～ 1,500円
問**福島空港公園事務所☎(89)1766**

家庭訪問型子育て支援「ホームスタート」

ホームスタートって何？

専門の研修を受けたボランティアが、未就学児のいる家庭に、週1回2時間程度訪問し、子育てに対する悩みを聞いたり、保護者と一緒に家事や育児を行ったりします。

こんなときにご利用を

▶誰かに話を聞いてほしい。
▶子育てでイライラしてしまう。
▶離乳食の作り方が分からない。

申**市社会福祉協議会☎(88)8211**
問**こども課☎(88)8114**

子育て世帯への臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援します。

対令和2年4月分の児童手当の対象となる児童（3月31日までに生まれた児童）の児童手当受給者
内児童手当を受給している対象児童1人に付き1万円を支給します。
※対象者には、7月中旬までに口座に振り込みます。
他公務員の人は申請が必要ですので、勤務先にお問い合わせください。
問**こども課☎(88)8114**

児童手当の現況届を忘れずに

6月以降の児童手当・特例給付を引き続き受給するには、現況届の提出が必要です。

現況届は、6月上旬までに受給者に郵送します。必要書類をそろえて同封の返信用封筒で郵送してください。

※窓口での受け付けも可能ですが、混雑が予想されますので、なるべく郵送で提出してください。

受付期間　6月2日（火）～30日（火）午前8時30分～午後5時15分
※土・日曜日、祝日を除く
申・問**こども課☎(88)8114**

家庭・児童福祉の相談

家庭相談員・児童相談員が専門的立場から、児童の養育や家庭の問題などに関する相談に応じ、アドバイスをします。

また、内容によっては、専門の相談機関の紹介もしていますので、お気軽にご相談ください。

時月～金曜日　午前8時30分～午後5時
申・問**家庭児童相談室・児童虐待防止相談室（こども課内）☎(88)8115**

ムシテック情報

6月のムシテックは・・・

虫づくし!!

吉井先生の「スペシャルお池の探検隊」

時6月13日（土）・14日（日）
①午前10時20分～11時50分
②午後2時～3時30分
内池にすむ生き物を捕まえたり名前を調べたりします。
※雨天決行。汚れてもよい服装でお越しください。

蚕と仲良くしてね

三田村先生の「まゆの糸とり体験」

時6月27日（土）・28日（日）
①午前10時20分～11時50分
②午後2時～3時30分
内蚕（かいこ）のまゆの糸とりを体験

ムシテックワールド
☎(89)1120
開館　午前9時
閉館　午後4時30分

FUKUSHIMA AIRPORT情報

6月の航空ダイヤ

国内線	札幌（新千歳）	6月30日(火)まで運休	
	大阪（伊丹）	福島12:45→大阪13:55	大阪11:00→福島12:05
		その他の便は、6月30日(火)まで運休	

※ダイヤは変更になることがあります。各航空会社にお問い合わせください。

問い合わせ　●札幌・大阪（ANA）☎0570(029)222
●大阪（IBEX）☎0120(686)009

令和2年度「市民よさこい・盆踊り大会」と「釈迦堂川花火大会」の中止

新型コロナウイルス感染症の拡大防止と、皆さんの安全を最優先に考え中止します。

開催を心待ちにされていた皆さんには大変申し訳ございません。次期開催を楽しみにお待ちください。

☞**須賀川市観光物産振興協会（観光交流課内）☎(88)9144**
☞**釈迦堂川花火大会実行委員会事務局（観光交流課内）☎(88)9144**