

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。

**アリーナ60分プログラム(3月)**

時3月10日(水) 午後7時~8時  
場須賀川アリーナ  
市内在住または在勤、在学の15歳以上の人(中学生を除く)  
定30人  
体幹トレーニング  
講師 岡本優紀さん  
申込期間 2月14日(日)~3月3日(水)  
申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて須賀川アリーナにお申し込みください(電話予約可)。  
¥200円  
須賀川アリーナ ☎(76)8111

**岩瀬図書館**

お話のつどい  
時2月20日(土) 午前10時30分  
定4家族(事前申込)  
絵本の読み聞かせ、手遊びなど  
テーマ 「なんのおと?」  
お母さんと赤ちゃんのためのお話のへや  
時3月3日(水) 午前10時30分  
絵本の読み聞かせ、わらべうた、手遊びなど  
岩瀬図書館 ☎(65)3549

**忘れていませんか? 定期予防接種**

①第1期麻しん風しん混合ワクチン  
対1~2歳未満  
②第2期麻しん風しん混合ワクチン  
対小学校就学前の1年間(平成26年4月2日~27年4月1日生まれの人)  
※接種期限: 令和3年3月31日(水)  
③二種混合(ジフテリア・破傷風)ワクチン  
対11~13歳未満(平成20年4月2日~21年4月1日生まれの人)には、令和2年4月に予診票を送付しています  
場県内指定医療機関  
予診票を紛失したときは、再交付の手続きが必要です。母子健康手帳をお持ちの上、健康づくり課にお越しください。  
健康づくり課 ☎(88)8122

**東日本大震災犠牲者の追悼**

3月11日(木)に、東日本大震災発生から10年を迎えます。  
震災で犠牲となられた方々に哀悼の意をささげるため、防災行政無線で黙とうのお知らせをします。  
市民の皆さんも黙とうをささげられますようお願いいたします。  
時3月11日(木) 午後2時46分  
社会福祉課 ☎(88)8111

**就学援助制度のご利用を**

小・中学校への就学が経済的に困難な児童・生徒の保護者に、学校で掛かる費用の一部を援助します。  
学用品費、通学用品費(第1学年を除く)、新入学児童・生徒の学用品費など(入学前に支給を受けた人を除く)、校外活動費、修学旅行費、給食費、生徒会費、PTA会費、クラブ活動費など  
※認定には所得基準があり、世帯の収入や家庭の状況などを基に、毎年度判定します。  
令和3年度分の申請 通学する学校を通して申請してください。  
詳しくは、学校教育課または各学校にお問い合わせください。  
学校教育課 ☎(88)9168

**お詫びと訂正**

広報すかがわ1月号6ページの「12月補正予算」内で、経費の名称に誤りがありました。正しくは次のとおりです。お詫びして訂正いたします。  
【正】電子決裁導入に要する経費  
【誤】電子決済導入に要する経費  
財政課 ☎(88)9121

**ねたきり等高齢者介護者激励金**

次のいずれかに該当する65歳以上の高齢者を、自宅で6カ月以上継続して介護している人(要介護者と介護者が、ともに6カ月以上本市に住所があり、生計が同一であること)  
▶介護保険の要介護区分が3~5の認定を受けているか、それに相当すると判断された人  
▶認知症で、はいかいや攻撃的行為などの症状がある人  
※本年度内に介護者激励金または家族介護慰労金を受給した人を除く  
支給額 年額3万円(要介護者1人に付き)  
申請書(長寿福祉課に設置または市ホームページからダウンロード)に必要事項を記入の上、各地区の担当民生委員の証明、振り込みを希望する通帳の写しを添えて、長寿福祉課または長沼・岩瀬各市民サービスセンターに申請してください。  
時2月26日(金)  
須賀川市 介護者激励金申請 検索  
長寿福祉課 ☎(88)8116

**献血にご協力を**

時2月14日(日) 午前10時~午後4時30分  
場イオンタウン須賀川(古河105)  
健康づくり課 ☎(88)8125

**公的年金等の源泉徴収票を郵送~確定申告などにご利用を~**

源泉徴収票を1月中旬に郵送しました。確定申告の際に必要なになりますので、大切に保管してください。  
令和2年中に厚生年金、国民年金などの公的年金を受給した人  
※障害年金や遺族年金は、所得税の非課税対象のため郵送されません。  
問い合わせ先 ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165  
※050で始まる電話から掛けるときは、☎03(6700)1165  
受付時間 ●月曜日 午前8時30分~午後7時 ●火~金曜日 午前8時30分~午後5時15分 ●第2土曜日 午前9時30分~午後4時  
郡山年金事務所 ☎024(932)3434

**高齢者支援に活用 明るい長寿社会を築く市民基金**

市民の皆さんの寄付などを積み立てた「明るい長寿社会を築く市民基金」を、次の高齢者支援事業の財源の一部として活用しています。  
▶ねたきり等高齢者介護者激励金支給事業  
▶緊急通報システム事業  
▶はり・きゅう・マッサージ等治療費助成事業  
▶訪問理美容サービス事業  
寄付の申し込み 長寿福祉課  
長寿福祉課 ☎(88)8116

**風しんの抗体検査**

風しんは、妊娠中の女性が感染すると、生まれてくる赤ちゃんに障がいが生じてしまうおそれがあります。風しんの感染を防ぐために、早目に抗体検査を受け、風しんへの抵抗力があるかを調べましょう。  
場全国の指定医療機関  
対風しんの公的予防接種を受ける機会のなかった男性(昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれ)  
検査期限 令和4年3月31日(木)  
受診には市が発行したクーポン券が必要です。クーポン券をお持ちでない人は、健康づくり課にご連絡ください。  
健康づくり課 ☎(88)8122

**いつまでもお元気で ~百歳賀寿~**

橋本 ミトリさん (塩田・大正9年12月26日生まれ)  
佐藤 リウさん (今泉・大正10年1月10日生まれ)  
渡辺 アサさん (東作・大正10年1月15日生まれ)  
善方 リヨさん (滝・大正10年1月24日生まれ)

**ムシテック情報**

**大人も楽しい特別企画展**

大人の科学展  
時2月27日(土)~4月4日(日) 9:30~16:00  
2003年以降、学研プラスから出版されている「大人の科学マガジン」を創刊号から紹介し、一部体験コーナーも楽しめます。  
特別講座  
テオ・ヤンセンのミニビースト  
時2月27日(土)・28日(日) ①10:00 ②13:00 各回120分  
オランダの芸術家「テオ・ヤンセン」の作品「ストランドビースト」のミニ模型を作ります。  
¥1個2,800円  
※2月4日(木)午前9時から予約開始(電話予約可)

**FUKUSHIMA AIRPORT情報**

2月の航空ダイヤ

国	札幌(新千歳)	福島9:35→札幌11:10*	札幌15:10→福島16:45*
内線	大阪(伊丹)	福島12:55→大阪14:10	大阪7:50→福島9:05*
		福島17:15→大阪18:40*	大阪11:20→福島12:25

※2月7日(日)まで運休。2月8日(月)から再開予定。なお、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

**新型コロナウイルス接触確認アプリ COCOA のご利用を**

感染者と接触した可能性について通知を受け取ることができます。早期に検査受診や外出自粛など適切な行動を取るために、ぜひご利用ください。-厚生労働省-

健康づくり課 ☎(88)8123

**洗い方**

石けんをよく泡立て、優しく手で洗います。しわや皮膚が重なっているところは、手で伸ばし、顔や耳の裏も泡で丁寧に洗います。  
石けんのすすぎ残しは炎症の悪化原因となるため、38~40度のお湯でよく洗い流す必要があります。  
能の回復につながります。

**軟こうの塗り方**

両手のひらの面積に対し、大人の人差し指の先端から第1関節まで出した量(約0.5グラム)を塗ることが目安です。  
擦り込まず、皮膚に乗せるようにして、ティッシュを付けても落ちない程度にたっぷりと塗りましょう。  
正しいスキンケアで良好な皮膚の状態を保ちましょう。

**治療方法**

①薬物療法 ②スキンケア  
ア ③悪化要因への対策(汗・汚れ・アレルギーの原因など)  
この3つの対策が治療の基本です。  
ポイントはスキンケア  
薬物療法や悪化要因対策の十分な効果を得るためには、適切なスキンケアが大切です。  
清潔を保ち、乾燥を防ぐことで皮膚のバリア機能の回復につながります。

**すこやか通信**

**アトピー性皮膚炎**

アトピー性皮膚炎は、かゆみを伴う湿疹が慢性的に続きます。皮膚のバリア機能が低下して乾燥が起り、様々な刺激に対してかゆみや炎症を引き起こします。