

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・90分プログラム (8月)

ステップ運動(60分)
 時8月9日(火) 午前10時~11時
 場須賀川アリーナ
 定20人
 講師 小野すま子さん
 申込期間 7月17日(日)~8月2日(火)
 ¥200円

ボルダリング(90分)
 時8月27日(土) 午前9時~10時30分
 場ボルダリングジム「ヴァラップ」
 定15人
 講師 武田和也さん
 申込期間 7月17日(日)~8月20日(土)
 ¥800円

ヨガ(60分)
 時8月31日(水) 午後7時~8時
 場須賀川アリーナ
 定20人
 講師 西間木恵理さん
 申込期間 7月17日(日)~8月24日(水)
 ¥200円

「夏休みにおすすめの本」の展示
 子どもたちに、夏休みにおすすめの本を展示し、貸し出します。
中央図書館 7月20日(水)~8月28日(日)
長沼図書館 7月20日(水)~8月31日(水)
岩瀬図書館 7月20日(水)~8月24日(水)
中央図書館 ☎(75)3309
長沼図書館 ☎(67)2138
岩瀬図書館 ☎(65)3549

芝生の上で心と体をリラックス「空港公園でヨーガ」
 時8月6日(土) 午前10時~11時
 場緑のスポーツエリア(天候により室内に変更) 定15人 ¥300円
 講師 西間木恵理さん
 持ち物 ヨガマット(有料で貸し出しも行います)
☎・☎福島空港公園事務所 ☎(89)1766

児童扶養手当現況届・ひとり親家庭医療費受給資格の更新
 対象者には、7月末に案内を郵送します。必要書類をこども課に提出してください。
期間 8月1日(月)~31日(水)
 ※8月7日(日)・14日(日)に臨時窓口を設置します。
☎こども課 ☎(88)8114

ホームスタートの利用案内
 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時間程度無料で訪問し、子育てに対する悩みを聴いたり、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。
 ▶初めての子育てで分からないことが多くイライラしてしまう。
 ▶離乳食の作り方が分からない。
利用までの流れ
 ①申し込み ②初回訪問(希望する支援内容の聞き取り) ③紹介訪問(ボランティアの紹介と段取り決定) ④支援訪問(4回程度) ⑤利用継続の確認
☎市社会福祉協議会 ☎(88)8211
☎こども課 ☎(88)8114

在宅高齢者の寝具クリーニングサービス
☎市内在住の65歳以上の在宅高齢者で、寝たきりの人など
☎委託業者が希望者宅を訪問し、日常使用している寝具(掛布団・敷布団から2枚以内、毛布2枚以内の合計4枚まで)を預かり、丸洗い・乾燥後にお届けします。
実施期間 8月~10月予定
☎各地区の担当民生委員
 ※地区により締切日が異なります。
☎長寿福祉課 ☎(88)8116

ねたきり等高齢者介護者激励金
 「市明るい長寿社会を築く市民基金」を活用して、介護者激励金を支給しています。
☎次のいずれかに該当する65歳以上の人を、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、共に6カ月以上本市に住所があり、生計が同一であること)
 ※本年度、家族介護慰労金を受給した人を除く
 ▶介護保険の要介護認定が3~5、またはそれに相当すると判断された人
 ▶認知症で、徘徊などの問題行動がある人
支給額 年額3万円(要介護者1人当たり)
☎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と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7月29日(金)までに申請してください(郵送可)。
☎長寿福祉課 ☎(88)8116

胃がんの集団検診は予約制
 検診会場内の混雑を避けるため、令和3年度から胃がんの集団健診は予約制で行っています。
☎50歳以上で偶数年齢の人(胃がん集団検診の受診履歴がある人には、6月中旬に予約申込書を郵送しています)。
☎エックス線(バリウム)検査
 ※内視鏡(胃カメラ)検査または、施設検診を希望するときは、変更手続きが必要です。
☎▶新たに受診を希望する人、奇数年齢(前年度未受診者のみ)で受診を希望する人は、健康づくり課にお問い合わせください。
 ▶予約をしないと受診できませんのでご注意ください。
☎・☎健康づくり課 ☎(88)8122

☎市内在住または在勤、在学の15歳以上の人(中学生を除く)
☎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)。
☎須賀川アリーナ ☎(76)8111

8月1日(月)から flattoの営業時間が変わります
変更前 午前9時30分~午後6時
変更後 午前10時~午後6時
☎すかがわ観光物産館 flatto ☎(94)4855

市社会福祉協議会 ☎(88)8211
☎こども課 ☎(88)8114

障がい者福祉サービス事業所 ガイダンスを開催
 須賀川・岩瀬地区にある事業所が、障がい者(児)への福祉サービスなどを紹介・説明します。
時7月30日(土) 午後1時~3時
場市役所4階「大会議室」
☎社会福祉課 ☎(88)8112

初心者のための手話コーナー
●つながるコミュニケーション 74
月曜日・月
 親指と人差し指をつまみ少しずつつ開きながら斜め下におろす(三日月の形を表す)
 (一社)福島県聴覚障害者協会「ろう者との対話のために」より

献血にご協力を
時7月23日(土) 午前10時~午後4時
場イオンタウン須賀川(古河105)、メガステージ須賀川(高久田境91-1)
☎健康づくり課 ☎(88)8125

重度心身障がい者医療費受給者証の更新
 受給者証の有効期限は、7月31日です。
 新しい受給者証は、受給資格が認められる人に対し、7月25日以降に郵送します。
 ※医療保険や医療費の振込金融機関に変更がある人は、社会福祉課、長沼・岩瀬各市民サービスセンターに届け出をしてください。
☎社会福祉課 ☎(88)8112

ムシテック情報

今年も彼らの季節がやってきた!

世界のカブトムシ・クワガタムシ展
☎(89)1120
開館 午前9時
閉館 午後4時30分

時7月16日(土)~8月21日(日)
☎世界各国に生息する人気のカブトムシやクワガタムシが、今年もムシテックにやってきます!

パパアキンイロクワガタ

メンガタクワガタ

ヘラクレスオオカブト

FUKUSHIMA AIRPORT情報

7月の航空ダイヤ

国内線	札幌(新千歳)	福島 9:30→札幌 11:05	札幌 15:05→福島 16:35
	大阪(伊丹)	福島 8:05→大阪 9:25	大阪 7:50→福島 9:00
		福島 12:55→大阪 14:05	大阪 11:20→福島 12:25
		福島 17:15→大阪 18:35	大阪 16:50→福島 17:55
		福島 18:25→大阪 19:35	大阪 19:15→福島 20:25

※ダイヤは変更になることがあります。ご利用の際は、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) ☎0570(057)489

福島空港と飛行機でつながる大阪府豊中市 WEB豊中まつりを開催!
 本市の友好都市である豊中市で開催される「豊中まつり」をウェブで配信します。ぜひご覧ください!
時8月6日(土)・7日(日)
☎バンドのライブ映像配信、就航都市バーチャル観光など
☎豊中まつり実行委員会 ☎06(6840)6888

すこやか通信

熱中症の症状
 熱中症は、暑い環境で体温の調整ができなくなった状態で、めまいや吐き気、頭痛、失神など、様々な症状を引き起こし、誰でも発症する可能性があります。

熱中症警戒アラート
 熱中症の危険性が極めて高いと予想される前日の夕方または当日の早朝に、都道府県ごとに発表される情報です。

アラートが発表されたら
 アラートが発表されたら警戒日は、外出や屋外での運動を控え、積極的にエアコン

日頃から体調管理を
 熱中症は、適切な対処で防ぐことができます。日頃から体調管理を心掛け、暑さに関する情報を上手に活用し、暑い夏を乗り切りましょう。

予防行動のポイント
 ①屋内外を問わず、喉の渇きを感じなくても、1日当たり12リットルを目安にこまめに水分の補給をする。
 ②日傘や帽子で暑さを避け、涼しい服装をする。
 ③屋外で人と離れているときや、会話をしないときは、マスクを外す。

熱中症警戒アラートの活用を
 熱中症は、運動中だけでなく室内でも発症します。暑さに関する情報を活用して予防することが大切です。

健康づくり課 ☎(88)8123