

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(2月)

体幹トレーニング

時2月9日(水) 午後7時~8時

講師 岡本優紀さん

申込期間 1月16日(日)~2月2日(水)

エアロビクス

時2月16日(水) 午後7時~8時

講師 矢吹千春さん

申込期間 1月16日(日)~2月9日(水)

体幹トレーニング

時2月22日(火) 午後7時~8時

講師 大河原里美さん

申込期間 1月16日(日)~2月15日(火)

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 料200円

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

いつまでもお元気で ~百歳賀寿~ 阿久津フミさん (南町・大正10年11月15日生まれ)

図書特別整理による休館

岩瀬図書館 2月1日(火)~10日(木)

長沼図書館 2月12日(土)~18日(金)

※休館中の本の返却は、返本ポスト

にお願いします。

岩瀬図書館 ☎(65)3549

長沼図書館 ☎(67)2138

岩瀬図書館

お話のつどい

時1月15日(土) 午前10時30分

絵本の読み聞かせや手遊びなど

テーマ えとのおはなし「とら」

新春「本の福袋」

時1月4日(火)~30日(日)

図書館員おすすめの本の貸し出し

岩瀬図書館 ☎(65)3549

令和3年度明るい選挙啓発ポスターと選挙川柳作品展

時1月22日(土)~30日(日)

会場 tette1階 [tette通り]

選挙への純粋なイメージが表現された作品の展示

ポスターの優秀作品は、来場された皆さんの投票で決定します。

選挙管理委員会事務局

☎(88)9163

子育て世帯への臨時特別給付(先行給付金)

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、0歳から15歳まで(令和4年3月31日時点)の子どもを養育している人に、12月下旬に給付金を支給しましたが、次のいずれかに該当する人は申請が必要です(所得制限あり)。

▶令和3年9月分の児童手当支給対象児童を養育する公務員の人

▶令和3年9月30日時点で、高校生の年齢(平成15年4月2日~平成18年4月1日生まれ)の子どものみを養育する人

▶令和3年10月以降令和4年3月31日までに生まれた児童手当の支給対象児童を養育する人

支給額 児童1人当たり5万円

申請期限 令和4年3月31日(木)

岩瀬図書館 ☎(88)8114

がん検診などの受診期限は1月31日(月)

胃がん・子宮がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・結核・肝炎ウイルスの各検診

※子宮がん検診無料クーポン券の利用期限も1月31日(月)まで

健康づくり課 ☎(88)8122

要介護認定者の各種控除証明書

所得申告のときに次の証明書類を提示すると、各控除を受けられます。

おむつ代医療費控除確認書

おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の人(1年目の人は、医師が発行する証明書が必要) ※尿失禁があっても、介護認定時の主治医意見書に記載がない、または寝たきり度が基準に満たないときは交付できません。

障害者控除対象者認定書

次の全ての要件を満たす人

▶満65歳以上で、介護保険の要介護、または要支援認定を受けている人

▶介護保険の認定調査票や主治医意見書で、日常生活自立度の判定が一定基準以上の人

▶身体障害者手帳などを持っていない人

※要介護・要支援認定を受けていても対象にならないときがあります。

介護保険被保険者証、または要介護認定・要支援認定等結果通知書をお持ちの上、長寿福祉課に申請してください。各証明書の発行には約1週間掛かります。

長寿福祉課 ☎(88)8117



高齢者のインフルエンザ予防接種の期間を延長

ワクチンの供給状況を踏まえ、次のとおり実施期間を延長します。

時2月28日(月)まで

市内に住民登録している65歳以上の人 ●60~64歳で身体障害者手帳内部疾患(心臓、じん臓、呼吸器や免疫機能など)1級程度の人 ※年齢は接種日当日

助成回数 1回のみ

自己負担額 1,000円

医療機関によっては早目に受け付けを終了している場合もありますので、各医療機関にお問い合わせください。

健康づくり課 ☎(88)8122

市成年後見支援センターの開設

市では、認知症・知的障がい・精神障がいなどで意思決定が困難な人が成年後見制度を円滑に利用できるよう、1月5日(水)から「須賀川市成年後見支援センター」を開設します。

時月~金曜日 午前8時30分~午後5時15分(祝日、年末年始を除く)

社会福祉課・長寿福祉課内

成年後見制度に関する相談・利用支援・広報・啓発、成年後見申し立て手続きの支援、関係機関などとの連携と調整、人材の養成など

市成年後見支援センター(社会福祉課・長寿福祉課内) ☎(88)9178

敬老祝共通券は早目にご使用を(商品券・1日温泉利用券)

令和3年9月15日現在で75歳以上の人に「敬老祝商品券・1日温泉利用券共通券」をお贈りしました。

共通券をまだ使用していない人は、期限内に使用してください。

有効期限 ●商品券 1月31日(月)

●温泉利用券 8月31日(水)

※取扱加盟店は、共通券と一緒に配布した「加盟店一覧表」またはホームページをご覧ください。

長寿福祉課 ☎(88)8116

市認知症伴走型支援拠点の開設

市では、認知症高齢者とその家族など関係者の相談窓口として、NPO法人豊心会への委託により「須賀川市認知症伴走型支援拠点」を開設しました。

時火~金曜日 午前10時~午後4時(年末年始を除く)

認知症グループホームすずらんあかり(森宿字横見根66-7)

認知症の人の生きがいにつながるような支援や日常生活上の助言、家族の負担を軽減するための効果的な介護方法、介護に対する不安解消のための助言など

市認知症伴走型支援拠点(認知症グループホームすずらんあかり内)

☎(94)7737

ムシテック情報

NEW! 野菜からDNAを取り出そう

時1月22日(土)・23日(日)

①10:00~11:50

②13:00~13:50

③14:40~15:30

小学校高学年以上向き(小学生以下は保護者同伴)

身近な野菜をすり潰し、野菜からDNAを取り出して観察します。実際の研究でも、DNAの取り出し方の原理は同じ!生物の設計図・DNAの持つ性質を、この実験から学ぼう。

電話でお申し込みください。

料1班100円(材料費)

※別途入館料が掛かります。



野菜をすり潰して不思議な液体を入れると...



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

Table with flight routes: 1月の航空ダイヤ. Columns: 国線, 札幌(新千歳), 福島, 大阪(伊丹), 福島, 福島, 福島, 福島. Rows: 福島 9:35→札幌 11:10, 札幌 15:05→福島 16:40, 福島 8:05→大阪 9:20, 大阪 7:50→福島 8:55, 福島 12:55→大阪 14:10, 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 19:40, 大阪 19:20→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

伝統行事に親しむ~おひな様を飾ろう~

時2月12日(土) 午前10時~正午

場エアフロントエリア管理棟 定親子15組

お花紙を使い、大きなお内裏様とおひな様を作ります。

岩瀬図書館 ☎(89)1766

すこやか通信

放っておくと怖い歯周病の話

歯周病は、歯垢に含まれる菌の毒素によって、歯を支える歯茎や骨が破壊される感染症です。知らないうちに進行し、歯を失う原因にもなります。



歯だけじゃない!全身への影響 歯周病は、糖尿病や誤嚥性肺炎、動脈硬化、早産・低出生体重児の出産など、様々な危険性を高めます。重症化して歯が抜けると、かむ力や味覚が低下し、十分な栄養がとれないなどの影響も出てきます。重症化させないために 歯垢を取り除くことが基本であり、毎日の歯磨きや、歯科医院での定期的なケアを受けることが有効です。歯科医院で自分に合ったブラッシング指導を受けたり、虫歯や歯周病を早期発見したりすることで、治療時間だけでなく、治療費も節約できます。歯周病セルフチェック 次のような症状が1つでもあれば、歯周病の可能性が早期に歯科医院で検査を受けましょう。 朝起きた時に、口の中がネバネバする。 歯磨きの時に血が出る。 硬いものがかみにくい。 口臭が気になる。 歯茎が時々腫れる。 歯茎が下がり、歯の間に隙間がある。 歯がグラグラと動く。 歯がぐらぐらと動く。 歯周病は40歳前後の発症が多く、初期は自覚症状なく進行します。日頃から丁寧な歯磨きを習慣化し、年に1回は歯科検診を受けましょう。 健康づくり課 ☎(88)8123