

子ども手当を支給します

4月1日から子ども手当がスタートします。今年度は児童手当に上乗せした支給となり、中学校3年生までの子ども1人あたり月額1万3千円を保護者に支給します。

▼対象となる子 平成7年4月2日以降に生まれた子

▼受給対象者 対象となる子の生計を維持し監護する、その世帯の生計中心者

▼児童手当受給者 平成22年3月現在、猪名川町で児童手当を受給している人は、引き続き「子ども手当受給者」となり、また、申請は不要です。

ただし、平成7年4月2日から同年4月1日までに生まれた子がいる場合は、手当の増額申請が必要になります。転入などで平成22年4月以降に本町で支給対象となる人(平成22年3月以降に転入した人)は、申請が必要です。

▼児童手当を受給していない人 児童手当の申請をしなかった人、所得制限を越えているため申請しても受給できなかった人は、子ども手当の申請が必要になります。

▼申請方法 受給対象と思われる人、増額の申請が必要と思われる人には4月中に申請書類を送付します。9月30日までに福祉課へ申請してください。

期限までに申請された場合は、4月分から子ども手当を支給します。期限後に申請した人は、申請した日の翌月分から支給開始となりますので、ご注意ください。

また、対象となる子ども

4月から身体障害者手帳の交付対象に肝臓機能障害が追加

▶対象者 ○認定基準に該当する肝臓機能障害のある人 ○肝臓移植を受け、抗免疫療法を実施している人

▶申請方法 申請書・診断書・写真(縦4cm×横3cm)を福祉課へ提出※診断書は、身体障害者手帳指定医が作成したものに限り。申請書・診断書は指定の様式を福祉課窓口で配布しています。

【認定基準】 主として肝臓機能障害の重症度分類であるChild-Pugh分類によって判定します。3カ月以上グレードCに該当する人が、概ね身体障害者手帳の交付対象となります。ただし、診断前の6カ月間にアルコールを摂取している人などは対象とはなりません。

【Child-Pugh分類】 肝性脳症、腹水、血清アルブミン値、プロトロンビン時間、血清総ビリルビン値によって肝臓機能障害の重症度を評価します。自分の症状および状態が認定基準に該当するかどうかについては、かかりつけの病院に相談ください。

問い合わせは、福祉課(☎766-8701)へ。

4月1日から県制度の「こども医療」が始まります。こども医療は、小学校4年生から中学校3年生まで入院時の医療費について3分の1(保険診療分が対象、所得制限あり)が助成されます。猪名川町では、「こども医療」に上乗せし、乳幼児等医療制度の拡大を行います。

▼医療費助成の申請方法 平成7年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた子が、同年4月1日以降に入院した医療費助成の申請に必要な書類は次のとおりです。

【必要書類】 ①医療機関の領収書 ②健康保険証の振込先口座番号等が確認できる明細書(平成21年度課税入平成分から高額の療養費などの健康保険から加入中の場合) ③給付があった場合(福祉課、日生・瀬き民センター)で手続きできる。

乳幼児等医療助成制度の対象を拡大

▼乳幼児等医療の拡大 既に実施している小学校6年生までの入院時の医療費の全額助成を中学校3年生までに引き上げます(保険診療分が対象、所得制限なし)。

▼新たに対象となる子 平成7年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた子

▼問い合わせは、福祉課(☎766・8701)へ。

別居している場合は、対象者の把握ができないため、申請書を送付できなかったら、福祉課までご連絡してください。申請書類を送付します。

▼公務員の子ども手当 児童手当と同様に、所屬庁から支給されます。なお、福祉課では公務員かどうか判別できないため、申請の案内を送りませんが、申請先は所属庁になりますので、手続きについては勤務先にお尋ねください。

▼問い合わせは、福祉課(☎766・8701)へ。

イナホールメイトの募集

会員割引や座席の優先取得のできる、イナホールメイトを募集します。

ぜひ、お得なイナホールメイトに、加入ください。

▶年会費 1,500円 ※平成21年度に引き続き入会の方は1,000円になります

▶会員期限 平成23年3月31日まで

▶入会方法 文化体育館で随時受付

▶特典

◎入場料金の割引 会員1人につき4枚までメイト価格で販売 ◎座席指定の優先取得 座席指定がある公演は、販売開始2週間前から電話で4枚まで購入予約可 ◎公演案内 各種事業の案内「ホールガイド」を郵送

▶自主事業の内容 下表の通り ※公演の日程・内容などは変更になる場合があります

平成22年度文化体育館自主事業(予定)

開催日	イベント名ほか
6月12日(土)	ほたるの夕べ(場所=ふるさと館、内容=学習会・コンサート・鑑賞会)
8月1日(日)	レニングラードサーカス(空中ブランコや曲芸、愛嬌のある熊も出演するサーカス)
10月11日(祝)	文化ふえす2010芸術の秋、音楽にふれて(文化協会の団体が出演する楽しい音楽イベント)
10月24日(日)	クラシックコンサート(NHK交響楽団トップメンバーによるダイナミックで華麗なブラスアンサンブルの世界)
11月23日(祝)	森山良子アコースティックコンサート(透明感のある歌声と歌唱力が有名な森山良子さんを迎えるコンサート)
12月5日(日)	いまいゆうぞう・はいだしょうこファンタジーコンサート(2008年3月までNHK『おかあさんといっしょ』に出演されていた、お兄さん・お姉さんによる楽しいコンサート)
3月中旬	お笑いバラエティショー
未定	スポーツフェスタ

申込み・問い合わせは、文化体育館(☎766-7400)へ。



問い合わせは、福祉課(☎766・8701)へ。



春です。

運動しませんか？

中村内科クリニック
中村清子 副院長

子どもだけではなく、大人も老人も、今日始めたら今日より明日が必ず良くなるのが運動能力です。運動を始めるのに遅いことはありません。

運動すれば良くなるのは、運動能力だけではなく、心臓や肺の能力も改善します。骨も、どんなに骨に良いものを食べても、運動して刺激しなければ強くなるはなりません。特に女性は10代のうちに骨の貯金をしておかないと、閉経後激減します。それも、運動で低下の度合いは改善します。

最近、鬱(うつ)にも運動療法が取られます。いい汗は良い気持ちに、鬱の改善に結びつ

くのです。認知症にも、副作用のない一番の薬は運動と言われています。そして、生活習慣病の高血圧や高脂血症、特に糖尿病には何よりの予防手段です。

では、どんな運動をどれくらいするのが良いのでしょうか？隔日に週3回すれば、毎日しただけの効果はあると言われています。一回1時間位、少し汗ばむくらいに散歩をしましょう。でも、始めは10分でも良いのです。いきなり、理想の運動量をしても持続しなければ、意味がありません。それだけの時間が取れない人でも、日々の生活の中、階段を歩く、一駅歩く、掃除をまじめに身体を十分使って、そう言う少しずつの運動量の増加が身体に良い影響を与えます。ただ、仕事で割と動くから大丈夫と思っていても、自分のために身体を動かす時間を持たなければ、効果的ではないようです。犬の散歩もしかりです。また、散歩や運動をする前には、腰や膝を守るために必ずストレッチをしましょう。まずは3カ月続けてみてください。良い発見がありますよ。