

児童手当の現況届を忘れずに！ 提出期限は6月30日(木)です

●提出・問合せ 子育て支援課 ☎23-2129

児童手当を受給している方は、毎年支給要件を確認するために「現況届」を提出しなければなりません。この届を提出しないと、受給資格があっても6月分以降の手当を受けることができません。6月中旬頃に現況届を郵送しますので、忘れずに提出してください。

⚠平成28年1月1日現在、高萩市に住民登録をしていなかった方は、住民登録をしていた市区町村から、平成28年度児童手当所得証明書（平成27年中の総所得額、扶養人数、各控除額の記載されたもの）を受け、現況届と一緒に提出してください。

※平成28年度は、現況届の受付場所が仮設庁舎B棟1階会議室3に変更になりました。（詳しくは、6月中旬発送予定の現況届に同封するお知らせをご覧ください。）

* 児童手当の支払日は6月10日(金)です *

- 児童手当を受けるためには
住所地の市役所（公務員の方の場合は勤務先）で手続きが必要になります。ただし、所得による制限があります。
- 児童手当の支給対象となるのは
中学校3年生までの児童
（15歳の誕生日以降最初の3月31日までの間にある児童）
- 児童手当の額は
 - ・3歳未満 一律 15,000円（月額）
 - ・3歳以上小学校修了前
 - 第1子・第2子 10,000円（月額）
 - 第3子以降 15,000円（月額）
 - ・中学生 一律 10,000円（月額）
- 特例給付の額（所得限度額以上の場合）は
 - ・0才から中学生 一律 5,000円（月額）

総合福祉センター2F

萩っ子つどいの広場通信

●問合せ 子育て支援課 子育て支援グループ ☎23-2129

総合福祉センター2階にある「萩っ子つどいの広場」は、小さなお子さん（未就学児）をもつお父さん・お母さんと子供が楽しく遊び、情報交換できる広場です。今月の赤ちゃん教室では、歯磨きと食習慣を予定しています。

リトミックなど親子で楽しめる催しを用意しております。皆さんお気軽にお立ち寄りください。

【開館時間】 9:00～16:00

*6/20(月)は15:00まで

*6/22(水)は赤ちゃん教室参加者以外は12:00から

【持ち物】 飲み物（水・お茶）、子供の名札

※いつでも無料にご利用になれます。スタッフ一同お待ちしております。



いたすら大好き☆



お子さんの写真を大募集!!
メール又は郵送で
市役所企画広報課まで
info@city.takahagi.tg.jp

くぼた あやと
久保田 彩斗くん(1歳)

子育てカレンダー

6月

5日(日)	市報6月号発行日
6日(月)	
7日(火)	
8日(水)	☎ レインボーおはなし会(10:30~11:00)
9日(木)	
10日(金)	総 健康相談(8:45~11:00)
11日(土)	図 子ども映画会(14:30~)
12日(日)	
13日(月)	
14日(火)	
15日(水)	☎ エブロンシアター(10:30~11:00)
16日(木)	
17日(金)	
18日(土)	図 おりがみ教室(14:30~)
19日(日)	
20日(月)	☎ 15:00まで閉館
21日(火)	
22日(水)	☎ 赤ちゃん教室(10:00~12:00)
23日(木)	
24日(金)	
25日(土)	図 おはなし会(14:30~)
26日(日)	
27日(月)	総 健康・歯科相談(8:45~11:00)
28日(火)	
29日(水)	☎ 親子リトミック(10:30~11:00)
30日(木)	

7月

1日(金)	
2日(土)	
3日(日)	
4日(月)	
5日(火)	市報7月号発行日

白抜きは会場

総 総合福祉センター 詳しくは7ページ「すこやか」

☎ 萩っ子つどいの広場(総合福祉センター2F)

図 図書館 詳しくは14ページ「図書館だより」

歯磨き&仕上げ磨きで虫歯予防!

6月4日(虫歯予防デー)からの1週間は「歯の衛生週間」です。虫歯を予防するには、食後に歯を磨いて、食べかすなどをキレイに落とすことが大切です。特に子供の頃に歯磨きの習慣をつけることは非常に重要です。子供は歯がしっかりと磨けているかどうかの判断ができないので、親がきちんと磨ける歯ブラシを選び、仕上げ磨きをしてあげましょう。

* 子供用歯ブラシの選び方 *

子供の発達段階や成長に見合った歯ブラシを選びましょう。

- ◎ヘッド(ブラシのついている部分)の小さいもの
- ◎毛の硬さは普通のもの
- ◎毛足は短めで密なもの
- ◎毛足がまっすぐでコシがあるもの

* 仕上げ磨き用歯ブラシの選び方 *

基本は子供用の歯ブラシの選び方と一緒にです。成長と共にヘッドも大きくなりますが、仕上げ用はヘッドが少し小さい方が隅々まで磨けます。

* 歯磨き上手にできるかな? *

0~1歳

歯ブラシの感覚に慣れさせましょう。乳歯は生後6か月頃から生えてきます。その前からストッパー付きの歯ブラシに似せたゴム製の歯がためなどをもたせ、歯ブラシへの抵抗を減らしてあげましょう。

1~2歳

歯磨きの習慣をつけましょう。転倒事故の多い年齢です。歯ブラシを口に入れたままの歩行に注意しましょう。

3歳~

一人で歯を磨けるようにしましょう。握りやすい太さの柄にしましょう。

5歳~

自分自身できれいに磨くことを心がけさせましょう。本人の歯の並びにあったサイズのものを選びましょう。

学童期

口の大きさに比例してヘッドを大きくしていきましょう。ヘッドの目安(18~20mm) 毛足の目安(8~10mm)

* 仕上げ磨きはいつまで? *

子供が自分で上手に歯磨きができるようになるのは10歳と言われています。できればそれまでは仕上げ磨きをしてあげましょう。

たかはぎ健康・子育て安心ダイヤル

フリーダイヤル(無料)です。医療の専門スタッフが24時間年中無休で健康・医療・介護・育児などに関する相談に応じます。

●フリーダイヤル
☎0120-193-624



子供が喜ぶ三つ星レシピ!

荻っ子Kitchen



トマトファルシー

材料(4人分)

トマト 8個
ナンプラー 小さじ2
油 大さじ2
水 1/2カップ

詰めもの

合びき肉 500g 卵 1個
パン粉 20g 塩 小さじ1/2
牛乳 大さじ3 粗びきこしょう 少々
玉ねぎのみじん切り 1/4個 ナンプラー 小さじ2
にんにくのみじん切り 1かけ分 砂糖・醤油 各小さじ1

作り方

- ①パン粉に牛乳をふりかけてふやかしておきます。
- ②ボウルに合びき肉を入れ、①と残りの詰めものの材料を全部入れ、手で粘りが出るまでよく混ぜ合わせます。
- ③トマトは、ヘタのほうを1cmほど切り落とし、スプーンで種を取り除き、中心部の身をくりぬきます。切り落とした身とくりぬいた身は粗く刻んでおきます。
- ④トマトに②の詰めものを等分に詰めます。
- ⑤フライパンに油を熱し、④の詰めものの面をさっと焼きます。
- ⑥鍋に⑤の詰めものの面を上にして並べ入れ、③の刻んだトマトを散らしナンプラーと水を加え、ふたをして弱火で15~20分煮ます。器に盛れば完成です。



ベトナム料理研究家 鈴木珠美さん(高萩大使)レシピ提供

ワンポイントアドバイス

バゲットを添えて、煮汁に浸して食べるのがおすすめです。