

精神障害に関する出張相談のお知らせ

地域生活支援センター「ゆりの木」では、精神に障害をお持ちの方やそのご家族への相談支援事業を行っています。生活上お困りのことがありましたらご相談ください。

とき 10月27日(水)・

11月24日(水)・12月22

日(水)

午後2時～4時

ところ 健康づくりセンタ

ー「プラム」

その他 相談無料、要予約

◆問い合わせ

地域生活支援センター

「ゆりの木」

☎0475(50)4545

福祉課障害福祉班

☎(84)1257

千葉県特定不妊治療費助成制度について

千葉県では、特定不妊治療費(体外受精・顕微授精)の一部を助成しています。

指定医療機関で特定不妊治療を受けた方が対象で、1回の治療につき上限15万円まで、1年度あたり2回を限度とし、通算して5年度分が助成対象となります。

医療費控除の確定申告をされる方は、事前に特定不妊治療費助成申請をする必要がありますので、お早めに申請してください。

また、夫妻の所得額を証明する書類については、平成23年度(平成23年4月)

から、住民税課税証明書(または非課税証明書)を提出いただくことになりました。

ので、あらかじめご了承ください。

◆問い合わせ

山武健康福祉センター

地域保健福祉課(特定不妊治療費助成制度担当)

☎0475(54)0611

いきいきシニア講座

参加者募集

私にも出来た!

初めての陶芸体験

芸術の秋、世界に1つだけの作品を作ってみませんか。

とき 10月23日(土)

午後1時30分～

ところ 町民会館大ホール

◆問い合わせ

地域包括支援センター

☎(80)3339

第二松丘園

居宅介護支援事業所

☎(84)3969



手作り料理を食卓に!

☆かぼちゃのポタージュ☆

材料：(4人分)

かぼちゃ……………小1/4個(125g)
玉ねぎ……………1/4個(50g)
バター……………大さじ1/2(7g)
牛乳……………1カップ(200cc)
小麦粉……………10g
スープ……………1/2カップ
(固形コンソメ1/4個+水100cc)
塩……………小さじ2/5
こしょう……………少々
パセリ(みじん切り)……………少々

(1人分 163kcal)

作り方

- ①かぼちゃの種とわたを取り、皮ごとうす切りにする。玉ねぎもうす切りにする。
- ②厚手のなべにバターを熱し、①を入れ、小麦粉をふり入れて2～3分炒める。スープを加え、かぼちゃがやわらかくなるまで、ふたをして蒸し煮にする。
- ③②と牛乳の半量を入れ、ミキサーにかける。なべにもどし、残りの牛乳半量を入れる。かき混ぜながら煮て、塩・こしょうで味をととのえる。みじん切りのパセリをちらす。



町食生活改善協議会