

## 不妊治療費(保険診療分)の助成を始めます



保険診療で生殖補助医療(体外受精・顕微受精)や男性不妊治療を受けたご夫婦を対象に、10万円を限度に治療費を1回限り助成します。保険診療分のみを助成し、自由診療分は対象外(※)となります。

**対** 次のすべての項目に該当する方

- ①夫婦(事実婚含む)の双方または一方が治療開始から助成申請時まで、鶴ヶ島市に住民登録があること
- ②令和4年4月1日以降に、保険診療として実施した生殖補助医療(体外受精・顕微受精)や男性不妊治療を行った夫婦
- ③過去に自由診療または保険診療で行った不妊治療に対し、鶴ヶ島市および他市区町村で助成を受けたことがない方
- ④治療開始時の妻の年齢が43歳未満であること
- ⑤市税に滞納がないこと

**他** 助成の対象となる治療内容や申請手続きなどの詳細については、市ホームページをご覧ください。

※ 自由診療分の不妊治療費助成については、埼玉県不妊治療助成事業の対象者に対し引き続き助成をおこなっています

**問** 保健センター ☎271・2745



市HPはこちら



県HPはこちら  
(自由診療分)

## 新型コロナウイルス感染症対策について

**問** 感染症対策課 ☎227・9522

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止へのご協力をお願いします。発熱などの体調不良に備えて、あらかじめ新型コロナウイルスの抗原検査キットや市販の解熱鎮痛薬を購入し、自主検査やセルフケアの準備をするとともに、万が一の災害などにも備えて、日ごろから食料品などの備蓄をしてください。

### 新型コロナウイルス対策

#### ■発熱など症状のある方へ

県では発熱などの症状がある場合に、地域の身近な医療機関などで受診することができるよう、指定医療機関を公表しています。



県HPはこちら

#### ■無料PCR検査

感染リスクが高い環境にあるなど**感染に不安を感じる無症状の県民の方**は、県内の指定薬局・ドラッグストアで無料検査が受けられます。



県HPはこちら

#### ■新型コロナワクチン接種

新型コロナワクチンの接種は、令和5年3月31日に終了となる予定です。終了日が近づくにつれ、接種できる医療機関や予約可能日が減少するため、接種を希望する方は早めに接種してください。



市HPはこちら

#### ■り患後の後遺症にお悩みの方へ

新型コロナ感染症の後遺症には、倦怠感や息切れ、集中力の低下などの症状がみられ、人によっては日常生活に影響が生じる場合があります。県では、後遺症の診療を行う医療機関を公表していますので、県のホームページを確認の上、医療機関にご相談ください。



県HPはこちら

## フレイルチェック測定会

外出自粛の長期化により、「上手に話ができなくなった」、「歩く速度が遅くなった」、「物忘れが多くなった」と感じることはありませんか。もしかしたら、心身の活力が低下した「フレイル(虚弱)」の状態にあるかもしれません。

早めの気づきと適切な対処方法を学び、健康長寿を目指しましょう！

- 対 市内在住の65歳以上で両日参加可能な方
- 日 1日目/2月24日(金)10時~12時、2日目/3月3日(金)10時~12時
- 場 富士見市民センター
- 内 1日目/フレイルチェック測定会(質問紙を用いたフレイル兆候の確認、測定機器を使用した筋肉量などの測定)  
2日目/フレイル予防ミニ講座(歯科衛生士、管理栄養士、保健師によるフレイル予防についての講話)
- 定 15人(申込順) 料 無料 持 飲み物、筆記具
- 他 測定しやすい服装(裾をひざ下まで上げられるズボンなど)
- 申 2月6日(月)から健康長寿課健康増進担当へ

## 出産・子育て応援事業を始めます！

市では、妊娠期から出産・子育て期までを切れ目なく支援するため、「伴走型相談支援」と「経済的支援」を一体的に行う「出産・子育て応援事業」を始めます。

### 【相談支援の充実】

妊娠届出時、妊娠8か月頃、出産後など、保健師との面談やアンケートなどにより、妊婦や子育て家庭に寄り添って出産・育児を支援します。

### 【応援金の支給】

出産・育児の負担軽減を図るため、妊娠中と出産後の応援金を支給します。

- ① 「出産応援金(妊娠中の応援金)」 妊婦一人当たり5万円を支給します
- ② 「子育て応援金(出生後の応援金)」 新生児一人当たり5万円を支給します

### 【対象者、支給額および申請方法】

令和4年4月1日から12月31日までに 出産した方	令和4年12月31日までに 妊娠届を提出した方	令和5年1月1日以降に 妊娠届を提出した方(する方)
妊娠中分の5万円と、出生後分の5万円の 合計額を支給します ※ 該当者には案内文書を送付します	妊娠中分の5万円を支給します ※ 該当者には案内文書を送付します ※ 流産・死産となった方も対象です	妊娠届出の面談時に制度をご案内します

伴走型相談支援  
×  
経済的支援

問 保健センター ☎271・2745/こども支援課子育て支援担当

## 業務上の新型コロナウイルス感染は、労災保険給付の対象となります

労働者が業務によって新型コロナウイルスに感染した場合、労災保険給付の対象となります。

詳しくは、厚生労働省ホームページのQ&Aをご覧ください。

問 埼玉労働局労働基準部労災補償課 ☎048・600・6207



詳細はこちら

## 広報つるがしま配達員募集

広報つるがしまを配達してくださる方を募集しています。ご登録後、希望エリアに空きが出た場合にご連絡いたします。

◇委託期間 年度毎の1年間(希望により継続可)

◇報酬 配達区域(部数)による

◇配達区域 鶴ヶ島市内

◇配布期間 毎月月末から1日までの  
4日間程度

問 秘書広報課広報広聴担当



／詳細はこちら♪／

## がん検診の結果、要精密検査となった方へ

市の40歳以上の死因別死亡割合が最も高いのががんです。がんは治らないというイメージがあるかもしれませんが、診断と治療の進歩により、早期発見・早期治療で治せるがんが増えてきました。

「精密検査が必要＝がん」というわけではありません。精密検査では、がん以外にも、早めの治療が必要な病気が見つかることがあります。また、大腸がん検診では便潜血検査を行います。検診で一度でも陽性になった場合は、便潜血検査を再度受けるのではなく、大腸内視鏡検査などの精密検査を受けることが大切です。適切な検査方法で精密検査を受けましょう。治療は、早ければ早いほど体に負担が少なく、費用面でも負担が少なくて済みます。

がん検診の結果、「精密検査が必要」と判定されたら、早期がんを見つけられるチャンスと考え、自分のため、そして心配してくれる周りの人のためにも、必ず精密検査を受けるようにしましょう。

問 保健センター ☎271・2745

## 感染症予防のための食事

No.215



寒い冬の到来で、新型コロナウイルスの感染再拡大やインフルエンザの同時流行も油断できない状況が続いています。日常的な感染症対策はもちろんのこと、毎日の食生活で感染症に負けない体づくりを心がけましょう。では、感染症予防や重症化しないためにはどのような食事がよいのでしょうか。ポイントは3つあります。1つ目は、感染から守り高熱にも負けないように、日頃から欠食せずに必要なエネルギーをとることです。特に朝食をしっかりとることで1日の体温を維持し、体のリズムも整えてくれます。2つ目は、良質なたんぱく質を毎食とることです。たんぱく質は免疫機構の柱となり、ウイルス感染防御に欠かせません。肉や魚、大豆製品、卵などから最低でも1食に手のひらサイズを目安にとりましょう。3つ目は、免疫機能を維持するための十分なビタミン類(特にビタミンA・C・D)をとることです。これらが多くとれる緑黄色野菜や柑橘類、魚介類やきのこなどを意識してとりましょう。寒い季節は、たんぱく質の食材と野菜やきのこをたっぷり入れたポトフのような具沢山スープはいかがでしょう。体が温まりますし、食材を少しずつ変えて和風、洋風にアレンジするとバリエーションも広がります。

女子栄養大学栄養クリニック 管理栄養士 春日 千加子

## ふれあい掲示板

### 仲間になりませんか

#### ひまわり体操クラブ(親子体操)

- 対 2歳以上の幼児とその保護者
- 日 毎週月曜日10時～11時
- ※ 2月20日(月)11時～体験受付
- 場 東市民センター
- 問 泉名 ☎287・3266

#### ちびっこ体操クラブ(親子体操)

- 対 2歳以上の幼児とその保護者
- 日 毎週金曜日10時～11時
- ※ 2月17日(金)11時～体験受付
- 場 東市民センター
- 問 西村 ☎090・2257・7268

#### 幼児のリトミック(リトミック)

- 対 0歳～未就園児
- 日 毎週火曜日10時30分～12時
- 場 南市民センター



申込はこちら

### 参加してみませんか

#### 初めての短歌教室

- 日 2月23日(祝)10時～11時30分
- 場 富士見市民センター
- 料 無料 申 不要
- 問 島田 ☎080・1198・3802

### 出かけてみませんか

#### 女子栄養大学香友会第3回元気はつらつ市民講座「きのこ活用術 おいしく食べるコツ」

- 日 3月23日(木)10時～11時30分
- 場 香川綾記念教育交流センター 香友会館(坂戸市千代田3-18-21)
- 講 宮澤紀子さん(女子栄養大学准教授)
- 定 15人(申込順)
- 料 1000円(当日受付にて)
- 申問 香友会事務局へ ☎288・0345 (平日9時～17時)
- または ✉koyukai@eiyo.ac.jp

#### 省略記号一覧

- 対 対象 日 日時・日にち
- 期 期間 場 場所 講 講師
- 内 内容 定 定員 報 報酬
- 料 入場料・参加費 持 持ち物
- 他 その他 申 申込 問 問合せ

4月号の原稿締切は、2月21日(火)です

※ 「仲間になりませんか」のコーナーは、同一サークルなどは年1回の掲載です。それ以外の原稿は、同一サークル年3回まで、同一号には1件までの掲載に限らせていただきます