



## お知らせ

低所得の子育て世帯生活支援特別給付金の申請をお忘れではないですか？

支給額＝児童1人あたり一律5万円



### ■申請が必要な人

- ひとり親世帯分＝児童扶養手当の受給資格がある人で、次の①または②に該当する人  
 ①遺族年金などを受給しており、児童扶養手当を受けていない人  
 ②物価高騰により、家計が急変し、児童扶養手当を受給している人と同水準の収入となる人  
 ひとり親世帯以外分＝18歳以下の児童（特別児童扶養手当の認定を受けている場合は20歳未満）の養育者で、次の(1)または(2)に該当する人  
 (1)令和5年度の住民税（均等割）が非課税の人  
 (2)物価高騰により、家計が急変し、住民税（均等割）が非課税相当の収入となる人

申請＝2月29日までに、必要書類を下記窓口へ提出 ※詳細は市HP(上記2次元コード)をご覧ください。

子ども家庭課 電話 559-5072 FAX 563-3611  
市役所本庁舎2階

## 募集

マタニティひろば

妊娠期の過ごし方や出産準備、妊娠中の悩みなど助産師と一緒に情報交換しませんか。上のお子さんと一緒に参加できます。

日時＝2月29日(木) 10時～11時30分

場所＝多世代交流館子育て交流ひろば

対象＝妊婦

申し込み＝2月28日までに、申し込みフォーム(右記2次元コード)または来館で



多世代交流館子育て交流ひろば  
電話 562-8421 FAX 562-8422



## 講座

6年度開講 子育て講座  
「かんがるー教室」参加者募集

発達に心配のある子どもへの関わり方について、一緒に学びませんか？

期間＝月1～2回、全12回(6カ月間を予定)

場所＝総合福祉保健センター

内容＝子育ての苦労や不安を軽減できる接し方を学びます

定員＝先着10人

対象＝①就学前児の保護者 ②小学校低学年の保護者

費用＝無料

申し込み＝3月1日～31日までに、名前・連絡先を電話またはeメール(sanda-kite-net@ace.ocn.ne.jp)で

三田市障害者基幹相談支援センター(きいてネット内) 電話 559-5205 FAX 559-5214

## 講座

多世代交流館ボランティア養成講座

日時＝3月13日(水) 10時～12時

場所＝多世代交流館シニア・ユースひろば多目的フロア

内容＝ボランティアを楽しもう

対象＝子育てや多世代交流に関心がある18歳以上の人 ※講座終了後、ボランティア登録についての説明会を実施

申し込み＝2月29日までに、申し込みフォームまたは来館



多世代交流館子育て交流ひろば  
電話 562-8421 FAX 562-8422



## お知らせ

新小学1年生・中学1年生へ就学通知書を送付しました

4月に新1年生になる子どもの保護者の皆さんへ入学期日と就学すべき小・中学校を指定した「就学通知書」を1月下旬に郵送しました。住所などの変更がある場合は、手続きの時に市民課でお渡しします(変更の時期によっては後日発送)

問い合わせ＝学校教育課(559-5136 FAX 559-6400)

※未着の場合はご連絡ください

## 講座

カモンキッズ「たのしい大工さん」多目的台作り



いろいろな使い道を考えながら、多目的台を作りましょう。

日時＝3月3日(日)10時～12時

場所＝有馬富士自然学習センター

対象・定員・費用＝小学生/15人(多数の場合抽選)/1,000円

申し込み・問い合わせ＝2月20日までに、申し込みフォーム(下記2次元コード)、いきいき高齢者支援課

(559-1587 FAX 563-7776)



## 講座

カモンキッズ「料理教室」クッキー作り



チョコレートをを使っておいしいクッキーを作ってみよう！

日時＝2月18日(日)10時～12時

場所＝さんだ市民センター

対象・定員・費用＝小学生/16人(多数の場合抽選)/600円

申し込み・問い合わせ＝2月8日までに、申し込みフォーム(下記2次元コード)、いきいき高齢者支援課

(559-1587 FAX 563-7776)



## SUN だっこカフェ

子どもの不登校に悩んでいませんか？

日時＝3月3日(日)10時～12時

場所＝ウッディタウン市民センター

対象・定員＝学校へ行きづらい市内在住・在学の小・中学生、高校生の保護者など ※託児希望者は申し込み時に要相談/先着10人程度

申し込み・問い合わせ＝2月22日までに、申し込みフォーム(右記2次元コード)または電話、健やか育成課青少年育成センター(559-5117 FAX 563-3611)



## 支給に関するお知らせ

項目など	納付期限・支給日	担当課
児童手当 (2月期支給)	2月15日(木)	子ども家庭課

※認定請求・現況届がまだの人は至急提出を！

## チャッピー サポートセンター



妊娠・出産・育児のさまざまな疑問や不安をひとりで悩まずご相談ください

市役所本庁舎2階 559-5093  
 総合福祉保健センター 559-6288  
 多世代交流館 553-8003  
 ウッディタウン市民センター 550-9116  
 Mail: kosodate@city.sanda.lg.jp

食物繊維や水分の不足、③運動不足などが原因で、大腸の動きが低下し、便秘になりやすくなります。便秘自体が胎児の成長に悪影響を及ぼすことはないと言われています。しかし、便秘が続くと母体が苦しくなったり、切迫流産の原因になることもあります。便秘の解消方法は、①食物繊維や根菜などの食物繊維と一緒に水分を摂る、②医師から安静の指示がない人はウォーキングなど、軽めの運動で腸の動きをよくしていきましよう。どうしても便秘が続く時は、市販薬を使用せず、医師に相談して薬を処方してもらいましょう。

助産師が  
悩みに答え  
します！



妊娠すると便秘になりやすいのはなぜ？