

簡単！やさしいお食事づくり講習会 （障害者自立生活サポート事業）

心身の状態に不安がある方にとって、日々の健康に留意した食生活はとても重要です。食生活がバランスよく規則正しく整うことで、生活リズム・からだのリズムが改善し、より充実した生活に繋がることが期待されます。

しかし、障害があることで、自力での食事づくりが敷居の高いものになりがちで、とかく食事がおざなりになってしまうことはありませんか？なかなか栄養バランスを考えた食事づくりは大変です。

この講習会は、障害をお持ちの方を対象とした「やさしいお食事づくり講習会」です。

みなさんの申し込みをお待ちしております。

〔日時〕 8 月 31 日（土）
午前 9 時 30 分～午後 1 時 30 分

〔会場〕 保健福祉センター 栄養指導室

〔対象者〕 身体障害者手帳・精神保健福祉手帳・愛の手帳などをお持ちの方

もししくは同等の障害があると判断される方で、

保健福祉センターにいらっしゃることができ

方。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課

☎ 83 - 2777

カット

心身障害者福祉手当などの支給

○ 20 歳以上 65 歳未満で、心身につぎのいずれかの程度の障害を有する手帳の交付を受けた方が対象です。

- (1) 身体障害者手帳で 1 級から 4 級の交付を受けている方
- (2) 愛の手帳で 1 度から 4 度の交付を受けている方
- (3) 脳性マヒまたは進行性筋萎縮性を有する方

都制度 月額 1 万 5 千 5 百 0 0 円（身体障害者手帳 1・2 級および愛の手帳 1～3 度の方など）

町制度 月額 1 万 6 千 0 0 円（身体障害者手帳 3 級および愛の手帳 4 度の方）

町制度 月額 6 千 4 百 0 0 円（身体障害者手帳 4 級の方）

※ただし、所得制限があります。

○ 精神障害者保健福祉手帳 1 級または 2 級の交付を受けている方

町制度 月額 5 千 0 0 0 円

○ 平成 31 年 4 月～令和元年 7 月分を 8 月 15 日に指定の口座へ振り込みます。

重度身体障害者日帰り見学会について

身体障害者手帳 1 級および 2 級の方で、下肢不自由などのため日頃外出の機会が少ない方を対象に、日帰りの見学会を行います。

ご希望の方は、9 月 13 日（金）までに福祉保健課へ申し込みください。

なお、先着順とさせていただきますのでご了承ください。

〔日時〕 10 月 7 日（月）

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83 - 2777