



いきいき子育て
わくわく
児童館

お月見会を開催しました！

9月19日(土)、7組の参加により、お月見会が開催されました。

はじめに、児童館の先生方によるお月見に関する寸劇が行われました。

製作では、紙をクシャクシャにしてたくさんのお団子を作り、飾り付けをしたものを三方に乗せ、お月見団子を作りました。

その後は、アンパンマンのキャラクターのお面をつけて元気にサンサン体操で体を動かしました。

感染症予防のため、時間の短縮や人数制限、内容変更など制限がある中での開催でしたが、子どもたちの夢中になる姿や笑顔をたくさん見る事ができました。



元気いっぱいサンサン体操♪



先生方の寸劇の披露！



家族みんなで作ったお月見団子♪



身近な食材で！
元気レシピ♪

このコーナーでは、町の特産品を使ったレシピや健康増進レシピ、給食レシピなどをご紹介します。

第35回 ポークカレー

給食係

懐かしの給食の味！
ポークカレー

● 作り方 ●

- ①じゃがいもはさいの目、玉ねぎはスライス、にんじんはいちょう切りにする。
- ②サラダ油をしき、おろしにんにく・おろししょうが・豚肉を炒め、塩とこしょうを振り入れて炒める。
- ③玉ねぎを加えてしんなりするまでよく炒め、じゃがいもとにんじんを加えて炒めたら、ひたひたになる程度水を入れて煮る。
- ④じゃがいもに火が通ったらカレールウ・牛乳以外の調味料を加える。
- ⑤カレールウを入れてよく混ぜながら煮込み、最後に牛乳を入れる。



● 材料 ● (2人分)

- じゃがいも…………… 中1個
- たまねぎ…………… 中2個
- 豚こま肉…………… 100g
- にんじん…………… 1/2本
- おろしにんにく…………… 小さじ1
- おろししょうが…………… 小さじ1
- サラダ油…………… 適量
- バーモントカレールウ(※1)… 24g
- ゴールデンカレールウ(※1)… 18g
- チャツネ…………… 大さじ1
- トマトピューレ…………… 大さじ1
- すりおろしりんご…………… 小さじ1
- 粉チーズ…………… 小さじ1
- 牛乳…………… 小さじ2
- 中濃ソース…………… 小さじ1
- しょうゆ…………… 小さじ1/2
- 塩、こしょう、カレー粉…………… 少々

※1 業務用品の分量

介護認定を 受けている方 のおむつ代 の医療費控除

おむつ代の医療費控除

医師が「傷病によりおおむね6カ月以上にわたり寝たきり状態」および「治療を継続するためおむつが必要」と認められた方については、医師が発行するおむつ使用証明書を添付すると確定申告時におむつ購入費用を医療費控除の対象とすることができます。初めておむつ代を医療費控除として申告する方は、まずは主治医にご相談ください。

2年目以降は町から 確認書を発行できます

おむつ代の医療費控除の申告が2年目以降の場合は、町が要介護認定に係る主治医意見書で必要性を確認できる場合に限り、介護保険係の窓口で「おむつ使用確認書」を発行することができます。

交付を受けるには申請が必要ですので、令和3年1月4日(月)以降に印鑑をお持ちのうえ、保健福祉総合センターへお越しください。また、発行までには1週間ほどかかりますのでご注意ください。

問い合わせ

保健福祉総合センター内
健康福祉課 介護保険係
☎79-0912

2020年のノーベル医学賞は、C型肝炎ウイルスの研究で功績のあった3人の科学者が受賞しました。

C型肝炎は、1980年以前には輸血後に起こる正体不明の謎の肝炎として、永らく恐れられてきました。この肝炎は、感染すると徐々に肝臓を悪くしていきます、やがて肝硬変や肝臓癌



C型肝炎の検査をしよう



国保東庄病院
こまた せいいち 医師

が発生し死に至る病気でした。この3人の研究によって謎の肝炎の原因がC型肝炎ウイルスであることが発見され、1991年以降は輸血や血液製剤からC型肝炎がまん延することがほとんどなくなりました。

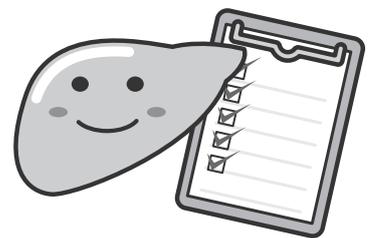
C型肝炎のまん延は防げるようになったのですが、治療に関しては1990年代から2000年代まではインターフェロンという副

作用がとても多い注射薬しかなく、効果も半分以下の人にしか効かない治療でした。それが2010年代になると、画期的な新薬が開発されました。まず6カ月の注射が3カ月の飲み薬になり、さらに副作用もほとんどない薬になりました。また特筆すべきはその効果で、95%以上の患者さんに効き目があり、現在ではC型肝炎はほとんどの人が治る時代になりました。

現在C型肝炎に関しては、過去(1990年ころ以前)に輸血や血液製剤を使用した方、入れ墨や薬物注射を行った方、両親兄弟にC型肝炎患者がいらっしゃる方で過去にC型肝炎ウイルスの検査をされたこ

とがない方は、念のため医療機関での精密検査が推奨されています。また、健診で肝機能障害が指摘されていてこのような既往がない方も、この機会にC型肝炎を含めた精密検査を受けてみることをお勧めします。

問い合わせ
東庄病院
☎1-177



内科	月～金曜日の午前および第1・第3土曜日の午前 (受付時間は午前11時まで)
整形外科	毎週月・木曜日の午後 (予約制)

※救急患者については、休診日および時間外でも24時間体制で診療しますので、電話連絡のうえ来院してください ☎86-1177