



今回のテーマ

## あんじょう健康マイレージで健康習慣と ステキな賞品を手に入れませんか？



健太

**保健師ヘルシー** 突然ですが、健太さんは体に良いことや、気を付けていることは何かありますか？

**健太** う～ん…あらためて言われると思いつかないなあ。

**保健師ヘルシー** では、体重は量っていますか？

**健太** うん、お風呂の前に体重計に乗るのが習慣なんだ。

**保健師ヘルシー** それは良い習慣ですね。BMIといって、「(体重)kg ÷ (身長)m ÷ (身長)m」で出せる肥満度の目安があるので、知っていますか？

**健太** 聞いたことあるなあ。僕だと…24.5と出たけど、どうなんだろう？

**保健師ヘルシー** 22前後が一番健康に良いとされていますので、健太さんはもう少し体重を落とすと、良いバランスになります。体重70キロの健太さんの場合、毎日30分歩くと、2ヶ月で1キロほど体重が落とせますよ。

せっかくなので、毎日の体重測定とウォーキングで「あんじょう健康マイレージ」に参加してみてはどうでしょうか？

**健太** 「あんじょう健康マイレージ」に参加するとどうなるの？

**保健師ヘルシー** ウォーキング等、健康につながる目標を立て取り組んだり、体重や血圧測定等をしたりすることで、ポイントが貯まり、様々な特典や素敵な賞品が当たる抽選に応募で

きますよ。

**健太** 賞品があるなら続けられるかも。やってみよう！

あんじょう健康マイレージは年齢制限なし。市内在住の人はもちろん、在勤・在学の人も参加できます



保健師ヘルシー

6月1日㈬から

### あんじょう健康マイレージスタート！

～年齢制限がなくなり、ポイントが貯まりやすくなりました～

自主的に健康づくりを行う人を応援する「あんじょう健康マイレージ」。体重測定等の健康づくりや、健康診断の受診等でポイントを貯めると、県内の協力店でサービスが受けられる「あいち健康づくり応援カード(まいか)」がもらえる他、抽選で豪華賞品が当たります。詳細や参加方法は市HP参照。



市制施行70周年／開館50周年記念

第41回 **安城市民大学 for ファミリー**

## 0歳からのクラシック

～後藤正孝が奏でるピアノの世界♪～

**9月17日㈯**

開演 午後2時

**会場：市民会館**

安城市出身のピアニスト、後藤正孝が奏でる名曲の数々。楽しいお話を交えながら演奏します！



©三浦興一

### チケット販売

**全席指定 500円**

※障害者は450円。



### 先行販売(オンライン)

6月8日(水)午前10時～

9日(木)午後11時59分

### 一般販売

6月18日(土) 窓口→午前9時から  
オンライン→午前10時から  
電話予約→午後1時から

### 車いす席(窓口・電話受付)

6月11日(土)午前9時から



## 共通申込事項

申込み時には次の内容を明記してください。  
●催し名 ●〒住所 ●氏名(ふりがな) ●電話番号

## 子育て・青少年

ほっと一息サロン  
(親の学習会)時 7月9日(土)午後1時30分~4時  
内「こうすれば子どもと対話できる」をテーマに学習

対市内在住・在勤・在学の、不登校やひきこもりに悩む子(義務教育を修了した15~39歳)がいる家族

定25人

申電話で市若者総合相談窓口あんさぽ(☎090-5002-5229)へ  
場問青少年の家(☎76-3432)夏休み!  
ワクワク調理場探検

時 7月26日(火)午前9時15分~午後0時15分

場北部学校給食共同調理場

内調理方法や調理器具の使い方を通して、給食がどのように作られるかを楽しみながら学びます

対市内在住の小学3~6年生  
※調理場に入れるのは児童のみ。定15人(抽選)  
※申込人数が10人未満の場合は中止の可能性有。

申6月20日(月)~24日(金)午後2時~5時に電話で市学校給食協会給食事務所(☎76-4700)へ

## 夏休みの児童クラブの入会受付

定員に余裕のあるクラブのみ受け付けます。

申オンライン・郵送(必着)→6月1日(水)~15日(水)にあんぱ~く(〒446-0065大東町8-2)へ  
※必要書類等の詳細は市HP参照。窓口→6月1日(水)~20日(月)  
問子育て支援課(あんぱ~く内/☎72-2319)

## 児童手当の制度を一部変更します

## 現況届の提出が原則不要に

一部の人を除いて、現況届の提出が原則不要になります。提出が必要な人には、例年通り現況届を送付しますので提出してください。

## 所得に応じて支給区分が3つに分けられます

令和4年10月支給分(6~9月分)から、児童を養育している人の所得に応じて下表のとおりに変更します。



※詳細は市HP参照。

①所得制限限度額(A)未満→支給

②所得制限限度額(A)以上、所得上限限度額(B)未満→児童1人につき5000円を支給(特例給付)

③所得上限限度額(B)以上→不支給

税法上の扶養親族等の数	A 所得制限限度額		B 所得上限限度額	
	所得額	収入額の目安	所得額	収入額の目安
0人	622万円	833.3万円	858万円	1071万円
1人	660万円	875.6万円	896万円	1124万円
2人	698万円	917.8万円	934万円	1162万円
3人	736万円	960万円	972万円	1200万円

問子育て支援課(☎71-2227)

## 成績UPするために!自主性・自律性の育て方

時 7月23日(土)午前10時~11時30分

内勉強以前の問題を解決することで、成績や内申点アップに繋がることを学びます

講桂野智也氏(『高校受験は「内申点アップ」が9割!』の著者、後成塾塾長)

対市内在住・在勤・在学者

定40人(抽選)

申6月16日(木)午後5時までにQRコードから申込み

場問中部公民館(☎74-8570)



## 環境・産業

## 集合住宅向け電気自動車等充電設備の購入補助

補助内容	補助金額
普通充電設備	設備購入金額の2分の1以内(国のクリーンエネルギー自動車・インフラ導入促進補助金(★)と同額。上限有)
充電用コンセントスタンド	
充電用コンセント	

※補助金交付申請前に事業着手している場合は、交付できません。

※(★)の交付決定を受けていることが必要です。

対マンション管理組合法人、共同住宅のオーナー等

申12月28日(水)までに申請書類を持参か郵送(必着)で環境都市推進課(〒446-8501住所不要)へ



問環境都市推進課(☎71-2280)

## 緑化木の配布

場アンフォーレ願いごと広場

他緑の募金活動も実施しますので、ご協力をお願いします  
問公園緑地課(☎71-2244)

「アンフォーレ感謝祭」会場

時6月4日(土)・5日(日)午前10時30分(午前10時15分から整理券配付)

内ブルーベリー1100本、オーロラ・レモン各100本、ジョンベリー・マルベリー各200本を配布

※当日先着。1人1本まで。

※6月4日は900本、6月5日は800本配付。

「あつまれねばの森」会場

時6月11日(土)午前10時

内ブルーベリー・オーロラ・レモン各100本を配布

※当日先着。1人1本まで。

## 安城商工会議所 時局講演会

時7月4日(月)午後2時~3時30分

場安城商工会議所(桜町)



内演題「ニュースから読み解く“真実”」

講有本香氏(ジャーナリスト)

定120人(先着)

申6月1日(水)から電話かファクスでページ上部の共通申込事項を安城商工会議所(☎76-5175/FAX76-4322)へ  
問市商工課(☎71-2235)安城を食べよう!  
うどん作りに挑戦!

時6月26日(日)午前9時~正午

内市民交流センター



内安城市産の小麦「きぬあかり」を使ったうどん作り

講グリーンそう(食育推進団体)

対市内在住・在勤・在学の4歳以上(小学4年生以下は保護者同伴)

定25人(抽選)

¥300円

他抽選結果は6月15日(水)頃に申込者全員に発送

申6月8日(水)までに直接か電話又はページ上部の共通申込事項と参加人数(大人・子どもそれぞれ)を郵送(必着)・ファクス・Eメールで農務課(☎71-2233/〒446-8501住所不要/FAX76-1112/nomu@city.anjo.lg.jp)へ

※QRコードからも申込可。  
問環境都市推進課(☎71-2280)

問グリーンそう・古居さん(☎080-5295-7782)

## エコまちへ行こう

申①②③⑤→6月7日(火)午前9時から電話で柿田公園管理事務所エコまち(☎98-3784)へ  
④⑥→6月7日(火)午後14時まで各QRコードから申込み

①布ぞうりをつくろう

時6月14日(火)・28日(火)午前10時~11時(全2回)

対18歳以上

定6人(先着) ¥500円

②初夏のニット帽づくり

時6月15日(水)・22日(水)午前10時~11時30分(全2回)

内2~3歳児用の初夏のニット帽(50センチ前後)の制作

講中嶋雅子氏 対15歳以上

定5人(先着) ¥1600円

③安城メダカ里親プロジェクト2022

時6月18日(土)、7月2日(土)、10月1日(土)午後1時30分~3時(全3回)

講岩松鷹司氏 対小学生以上

定10組(先着)

④保冷材でアロマジェルをつくろう

時6月25日(土)・26日(日)午前10時~11時

講渋田見有美氏

対4歳以上(小学1年生以下は保護者同伴)

定各10人(抽選) ¥300円

⑤生き物さがし隊2022

時7月3日(日)午後1時30分~2時30分

講川角正彦氏

対5歳以上の親子

定10組(先着)

¥1組300円

⑥シーグラス写真立て

時7月9日(土)・10日(日)午前10時~11時

講渋田見有美氏

対4歳以上(小学1年生以下は保護者同伴)

定各10人(抽選) ¥300円

本紙4月号11ページの特集「令和4年度安城市のお金の使い道」に誤りがありました。お詫びして訂正します。

◆「きずな(仮称)ロボットパークANJO実施事業」の金額  
正→820万 誤→8200万募集  
イベント・講座  
文化・スポーツ  
健康・福祉  
子育て・青少年  
環境・産業  
くらし・防災  
市政情報

# すくすくスクエア

妊婦や乳幼児を対象とした  
各種教室・相談

- 場所の記載がないものはすべて保健センターで行います
- 電話予約とあるものは、午前8時30分から電話で保健センター(☎(76)1133)へ
- 母子健康手帳交付と妊婦指導、各種相談は窓口は休みます
- 4か月児・1歳6か月児・3歳児健診及び予防接種は個人通知します。通知書を紛失した人や健診を受けていない人は、連絡してください

■オンライン予約制の講座について  
オンライン予約の表記があるものは、母子手帳アプリ「母子モ」(QRコードからダウンロード可)で予約してください。予約開始日は各教室により異なります。各記事で確認してください。



## ◆母子健康手帳交付と妊婦指導

時(月)～(金)午前8時30分～正午  
対市内に住民登録のある妊婦  
持妊娠届出書(医療機関等で交付されたもの)、マイナンバー確認書類(妊娠届出書裏面を参照)  
他上記時間に来所できない場合は問い合わせてください

### オンライン予約

## ◆母乳準備のぷち講座

産後に向け助産師が指導。  
時7月20日(水)午前10時～11時  
対市内に住民登録のある妊婦  
定14人(先着)  
申込開始日→7月1日(金)

## 妊娠・出産、子育ての 悩みを抱え込まないで

### ◆妊娠婦・乳幼児相談

(電話・面談／面談の場合は要予約)  
時(月)～(金)午前8時30分～午後5時  
場保健センター(☎(76)1133)  
対妊娠婦、乳幼児をもつ保護者・家族等

### ◆あんぱ～く利用者支援窓口 (電話・面談／随時受付)

時(火)～(金)午前9時～午後5時  
場あんぱ～く(☎(72)2317)  
対18歳未満の子をもつ保護者・家族等

### ◆乳幼児の子育て相談

(電話・面談／随時受付)

時①(月)～(土)午前9時～午後4時  
②(月)～(金)午前9時～午後4時  
(いずれも正午～午後1時を除く)  
場①あんぱ～く(☎(72)2317) ②各子育て支援センター[二本木(☎(77)2774)・あけぼの(☎(97)2276)・さくら(☎(99)2100)・和泉(☎(92)8100)]  
対概ね3歳未満の子をもつ保護者・家族等

## ◆パパママ教室べんきょう編

出産前後のこころの変化・歯の健康管理、新生児のお世話体験。  
時①6月18日(土) ②7月16日(土)いずれも午前9時10分～10時40分、午前10時55分～午後0時25分  
対市内に住民登録のある妊婦とその家族等  
定各10組程度(先着)  
申込開始日①→6月3日(金)  
②→7月1日(金)

### 電話予約

## ◆パパママ教室えいよう編

妊娠中の食生活について講義と調理の見学・試食で学ぶ。  
時7月6日(水)午後1時30分～3時30分  
対9月～令和5年1月出産予定の市内に住民登録のある妊婦とその家族等  
定20人(先着)  
申込開始日→6月10日(金)

### オンライン予約

## ◆スクスク子育て相談室

育児・離乳食や栄養・歯等の相談。  
時7月14日(木)・28日(木)午前9時～11時  
対4歳までの子と家族等  
持赤ちゃん用の敷き物(バスタオル等)  
申込期限→各開催日の前日(身長・体重計測のみの場合は予約不要)

### 電話予約

## ◆ゴッくん教室(前期離乳食)

離乳食の開始から2回食までの進め方の講習。  
時7月12日(火)・26日(火)午後1時15分～2時15分、午後2時45分～3時45分  
対4～6カ月児の保護者・家族等  
定各10組(先着)  
申込開始日→6月1日(水)

### オンライン予約

## オンライン予約

◆きっかけ教室～子育てママ編～  
産後のママに向けたリフレッシュできる運動。  
時①7月6日(水) ②7月27日(水)いずれも午前10時～11時  
場①→保健センター ②→アンフォーレ  
対3～6カ月未満児の親子(ママのみの参加も可)  
定各15人(先着)  
持飲料、赤ちゃん用の敷き物(バスタオル等)  
申込開始日→6月1日(水)

### オンライン予約

◆カミカミ教室(後期離乳食と歯の手入れ)  
3回食から離乳完了までの流れの講習と歯の手入れについての講義。  
時①7月5日(火)午後2時～3時  
②7月19日(火)午後1時10分～2時20分、午後2時40分～3時50分  
場①→あんぱ～く ②→保健センター  
対7～11カ月児の保護者・家族等  
定各10組(先着)  
申込開始日→6月1日(水)

## 利用パパママの声

出口雄一朗さん

ひろしきさん

拓実くん

(安城町)



ゴッくん教室で、ニンジンをつぶす実践ができた良かったです。