

## 福祉だより

### 児童扶養手当について

国から支給される児童扶養手当は次の各項のいずれかに該当する18歳未満の児童を監護する母、もしくはは母以外の養育者に支給されます。

- (一) 父母が婚姻を解消した児童
- (二) 父が死亡した児童（公的年金受給者以外）
- (三) 父が廃疾の状態にある児童
- (四) 父の生死が明らかでない児童
- (五) 父が引き続き1年以上遺棄している児童
- (六) 父が法令により引き続き1年以上上拘禁されている児童
- (七) 母が婚姻によらないで懐胎した児童

支給される手当は月額1人26,000円、2人28,000円で3人以上は1人につき4,000円加算して支給されます。

お問い合わせは市福祉事務所

〒3局1111番  
内線274番

旧軍人、軍属及びその遺族に対する援護、恩給業務の巡回相談所の開設について

戦後34年の年月が経過しましたが、旧軍人、軍属またはその遺族で恩給法及び戦傷病者戦没者遺族等援護法の適用を受けられるにもかかわらず、この制度を知らなかったため恩給や遺族年金、扶助料を請求していない方。またその後法律の改正により新たに対象となるべき方々の相談に応じ、その手続きについて次により巡回相談

## “指名参加願い”

### 2月末日までに

昭和55年度において都留市が行う工事、製造の請負、又は、物件を供給しようとする場合には、財務規則により指名参加願いを提出していただくことになっています。指名を希望されるかたは、所定の様式「指名参加願」に関係書類を添えて期日までに提出してください。

◇指名（入札）の対象となるもの

- (1) 工事の請負（施設の修繕など）
- (2) 物品の供給（備品・消耗品・原材料類）

◇受付期間 2月1日～2月末日

◇受付場所 管理課契約係

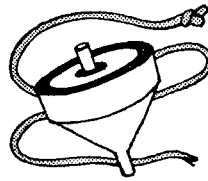
◇提出書類 指名参加願  
(用紙は管理課へ)

が開設されますので、お出掛けの上お気軽に相談してください。

なお、印鑑および旧軍隊に関する証拠書類等を持参してください。

一、日時 昭和55年1月30日(木)  
午前10時から午後3時

二、場所 富士吉田市役所会議室



### 母子家庭医療費受給者証の 母府申請手続きについて

市内に住所を有する母と子供（18歳未満）が病気で入院した場合と、子供が歯科診療を受けた場合に、本人の負担した費用を助成します。

診療を受ける場合には、母子家庭医療費受給者証が必要となりますので、申請手続きをしていない方は印鑑と保険証及びつぎの書類を持参のうえ、市福祉事務所に手続きをしてください。

- 一、前年の所得に対し、所得税の納付義務がない旨の証明書
- 二、義務教育年令を過ぎている場合は在学証明書
- 三、子供に父母が死亡などいない場合は、申請者の扶養事実を証する申立書

## 要注意!!

### 食べすぎと運動不足

#### お正月の食生活

お正月休みが終わると、体の不調を訴える人が意外に多いようです。

忘年会などでの暴饮暴食につづいて、おせち料理などごちそうの食べすぎ、ついつい度を越してしまおう酒……このような不規則な食生活に運動不足が加われば、体調を崩さない方が不思議なくらいです。

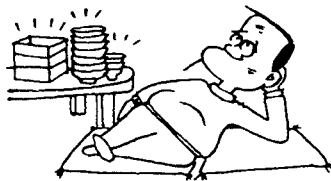
バランスのとれた食生活と適度な運動で体調を維持し、最良のコンディションで新しい年のスタートを切りたいものです。

暮れから正月にかけては、胃や腸など消化器を痛める悪条件がいっぱいあります。

生活時間が不規則な上に、食っちゃ寝、食っちゃ寝になりがちで、一日中だらだらと食べた飲み飲んだり……当然運動不足になり、胃はもたれ、体調を崩してしまうのです。

お正月に限らず、わたしたちの家庭行事にはごちそうはつきものです。招く側も好意と敬意の印として、ごちそうを用意し、お客の方もまた、それを喜び、すすめられるままにお酒を飲み、食べる——という習慣があります。

しかし、このために体の調子を狂わせているようでは、何のためのお祝いであり、交際なのかかわからなくなります。家庭の



行事と食事やお酒の関係を、もう一度考えてみたいものです。

ごちそうはごちそうとして味わいながら、それ以上に楽しいふん囲いで語らい、その場をコミュニケーションの場として生かすという交際のしかたを身につける——年の初めに、こんなことを考えてみるのもいかがでしょうか。