

ご存知ですか？ 障害者（児）制度

障がいのある児童を養育している人へ

●特別児童扶養手当

身体や精神に障がいのある20歳未満の児童を家庭で養育している人（父若しくは母、または、父母に代わって養育している人）に特別児童扶養手当を支給します。

障がいの程度	手当等級	手当の額
①身体障害の程度が身体障害者手帳のおおむね1級又は2級程度の人（内科的疾患を含む） ②療育手帳の判定がA、A程度の知的障害（重複障害を含む）又は同程度の精神障害がある人	1級	対象児童1人につき 月額49,900円（4月から） 月額51,100円
①身体障害の程度が身体障害者手帳のおおむね3級程度の人（内科的疾患を含む） ②療育手帳の判定がB程度の知的障害（重複障害を含む）又は同程度の精神障害がある人	2級	対象児童1人につき 月額33,230円（4月から） 月額34,030円

※手帳を所持していない場合でも、上記程度の障がいがあれば該当します。

【手当の対象とならない場合】

- ・児童、父母又は養育者が、日本国内に住所がない
- ・児童に対し障がいを要件とする年金が支給されている
- ・児童が児童福祉施設等（保育所等通園施設を除く）に入所している

●在宅障害児福祉手当

障がいのある在宅の20歳未満の人を養育している父母又は養育者に支給されます。

【対象】

- ・身体障害者手帳が1～2級の人
- ・療育手帳A、Aの人
- ・精神障害者手帳1級の人
- ・特別児童扶養手当1級の人

【手当の額】 月額3,000円

【対象とならない場合】

- ・障がい児が施設に入所している
- ・障がいの程度が軽くなったとき
- ・障害児福祉手当を受給している

障がい者（児）の人へ

●特別障害者手当

日常生活において常時特別の介護を必要とする20歳以上の人（本人）に支給されます。

【対象】

- ・おおむね身体障害者手帳2級以上が2つ以上ある人
 - ・おおむね身体障害者手帳2級以上で3級以上が2つある人
- ※原則、受給資格認定基準と所定の診断書で判定します。

【手当の額】 月額26,000円 4月から月額26,620円

【対象とならない場合】

- ・身体障害福祉施設等に入所している
- ・病院又は診療所（老人福祉施設を含む）に継続して3か月を超えて入院している

●障害児福祉手当

日常生活において常時の介護を必要とする20歳未満の人（本人）に支給されます。

【対象】

- ・身体障害者手帳1級程度の人（単独）
- ・療育手帳A程度の人（単独）

【手当の額】 月額14,140円 4月から月額14,480円

【対象とならない場合】

- ・児童に対し障がいを要件とする年金が支給されている
- ・児童福祉施設等に入所している

■ご注意ください

▶**所得による支給制限があります！** 受給資格者、その配偶者又は扶養義務者の前年所得がそれぞれ一定額以上ある場合は、手当の支給が一定期間停止されます。

▶**申請が必要です！** 手当はすべて、本人・家族からの申請がないと支給されません。また、認定になった場合は、申請した翌月から手当支給の対象となります。

申請と問い合わせは、障害福祉課 内線226



こころの健康

ストレスを知って 上手に付き合おう

ストレスと聞くと、嫌なことやつらいことを連想される人が多いかもしれませんが、

しかし、昇進や結婚などの一般的にはおめでたいことも、ストレスの原因になります。

ストレスは、生きていくうえで避けることのできないものですが、良い刺激として据えてしまえば、能率も上がり、日々の生活を快適に過ごすこともできます。

ストレスは、適切に対応できれば「人生のスパイス」にもなります。



ストレスサインを知っておこう！

こころだけでなく、体や行動にも現れる、ストレスサインを知っておきましょう。

ストレスサインには、次のようなものがあります。

- 気持ちが落ち込む
- イライラする
- 気持ちが落ち
- ち着かない
- 眠れない
- 食欲がない
- 疲れやすい
- お酒の量が増えるなど



こころの健康状態を チェックしましょう

市では、パソコンや携帯電話を利用して、日々の生活の中で感じるストレスや、気持ちの落ち込み度を簡単にチェックできる「**こころの体温計**」を導入しました。

こころの体温計は、パソコンや携帯電話を利用して、落ち込み度やストレス度をチェックできるシステムです。

メンタルヘルスチェックの他、「家族モード」、「赤ちゃん

ママモード」、「ストレス対処タイプテスト」、「アルコールチェックモード」があります。

市のホームページに掲載していますので、こころのチェックにお気軽にご利用ください。

携帯電話の場合は、下のバーコードを読み込んでください。



※利用料は無料ですが、通信料は自己負担になります。

悩みをため込まず、相談しましょう

だれでも、悩みをため込めば、こころのバランスが崩れてしまいます。そんなときは、身近にいる人、あなたが信頼している人(家族や友人、上司や同僚など)に相談しましょう。直接解決に結びつかなくても、気持ちの整理ができ、こころが楽になることもあります。一人で抱え込まず、誰かに打ち明けてみましょう。

それでも、こころからだの症状が続くときは、かかりつけ医に相談するか、心療内科や精神科を受診してください。

問 健康づくり課 ☎22-0506

探訪 筑西市の文化財

ふどうどう 不動堂

市指定文化財(建造物)
昭和52年3月24日指定
江戸時代
所在地：岡芹地内



天台宗に属する月海山観喜院医王寺(廃寺)に残る不動堂です。

医王寺の現存する唯一の建物で、廃寺のため文書がなく詳細は不明ですが、三間(約5.4メートル)四方の総檜(そうげん)方形造で、江戸中期の建造と推定されます。

明治35年の台風のとくにも、当地方では不動堂が唯一の倒壊をまぬがれ現在に至っています。



問 生涯学習課 ☎22-0183

歓送迎会・お食事会

ご予約承ります 飲み放題 2時間 1,500円

海鮮 しゃぶしゃぶコース
お一人様 4,000円

香の にぎわいコース
お一人様 3,000円

贅沢 黒毛和牛すき焼きコース
お一人様 5,000円



ごほう下館本店

【住 所】筑西市一本松482
【営業時間】11:00~21:30
お問い合わせ・ご予約は
☎0296-22-7878



筑西people 宴会優待クーポン

左記3コースを8名様以上のご利用で

金箔梅酒 プレゼント

ごほう下館本店でご利用いただけます
・ご予約の際、本券使用の旨をお伝え下さい
・他サービスとの併用はできません
平成27年4月30日まで有効



市民記者のページ

筑西市誕生から早や10年。地方都市が抱える人口減少と高齢化はわが町も今や避けて通れません。地方創生を具体的な形にすべく、今年も市民が一丸となってまちの魅力を発掘していけるような話題を書きました。ご参考になりましたか。



小石川 功さん (飯島)

◆1年間、このコーナーを担当した市民記者の感想を紹介します。



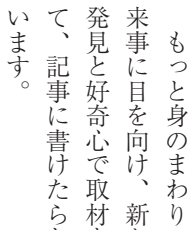
竹内 啓子さん (舟生)

取材を通し、夢を持ち活力みなぎる素敵な人たちと出会いましたが、紙面を通して市民のみならずこの思いが届いたでしょうか。これから担う子どもたちに、自然豊かなわがまちで心も豊かな笑顔あふれるまちづくりができたらと願います。



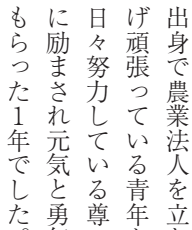
武藤 州輝さん (小川)

今年も取材を通し、貴重なお話を聞かせていただきました。私たちが知らないボランティア団体や公共機関などの活動が市民の役に立ち、活躍されていることに感動しました。明るいまちづくりのため、これからもみなさまからの貴重な意見を記事にできればと思っています。



栗原 敬子さん (上野)

取材を通して地域に貢献している多くの人にお会いしました。雇用を促し地元を元気にする人、子どもや女性に夢と希望を与え活動する人、東京出身で農業法人を立ち上げ頑張っている青年など日々努力している尊い姿に励まされ元氣と勇氣をもらった1年でした。



鈴木 よし子さん (小川)

取材を通して、多くの人がお会いしました。雇用を促し地元を元気にする人、子どもや女性に夢と希望を与え活動する人、東京出身で農業法人を立ち上げ頑張っている青年など日々努力している尊い姿に励まされ元氣と勇氣をもらった1年でした。



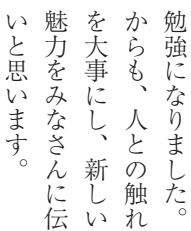
中島 定衛さん (門井)

文化の力とは、まちをも変えるほど魅力のある栄養剤です。この1年変わってきている市内を感じています。音楽を中心に、市内の各通りに耳をかたむけてきました。少しずつ、生の楽器の音やジャズサウンドが身近に耳に入ってきてうれしくなり、心もなごんでいます。



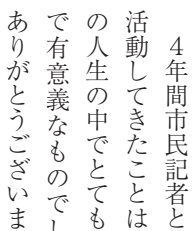
風見 うた子さん (小川)

市民記者となって丸3年がたちました。月日の流れは早いものです。まだまだ筑西市について、歴史や名所・名産品そして昔からの風習など知らないことがたくさんあります。みなさまに協力していただいて、勉強していきたいと思えます。



和田 恵子さん (櫻生一丁目)

今年から市民記者をさせていただき、初めての記事に新しい給食センターを取り上げましたが、取材を通して今まで知らなかったことに触れ大変勉強になりました。これからも、人との触れ合いを大事にし、新しい市の魅力をみなさんに伝えたいと思います。



望月 美佐子さん (上西郷谷)

ピープルは、下館・関城・明野・協和をつなぐ唯一の情報紙だと思います。各地区が互いに関心をもつてより強い連携が築けたらと思います。4年間市民記者として活動してきたことは、私の人生の中でとても貴重で有意義なものでした。ありがとうございました。

SEKISHO Service Safety Sincerity



あなたのそばに。セキショウグループ。

関彰商事株式会社

本社 / 〒308-8512 茨城県筑西市一本松 1755-2 TEL. 0296-24-3121

<http://www.sekisho.co.jp/>

地金、ダイヤモンド、どんな宝石でも

高価買取!

無料で鑑定、査定いたします!!

他店で値段が付かなかった宝石 高級ジュエリーから入れ歯まで

着物買取始めました!

加工・修理はおまかせください

ジュエリーマーン

0120-678-312

岩瀬常陽銀行ヨコ 桜川市岩瀬 113-3



優勝 稲光翔太郎 (大村小6年)
(敬称略)

第23回全国小学生バドミントン選手権大会
12月25日～29日 新潟県
新潟市東総合スポーツセンター他



優勝 鈴木勇憂 (下館中1年) (敬称略)

船越義珍杯
第13回少年世界空手道選手権大会
10月17日 日本武道館

テーブルの寄贈ありがとうございます



1月28日、明野ちびっこバドミントンクラブ(日向晴美代表)より、体育館用テーブル2台を明野トレーニングセンターに寄贈していただきました。ありがとうございました。



優勝 北條友希絵 (一友会)
準優勝 渡辺大翔 (下館西中1年)
第3位 鬼沢花恋 (下館西中1年) (敬称略)

第9回はまなす杯
全国中学生空手道選手権大会
茨城県予選会
11月23日 県武道館



第3位 岡村翔洋 (古里小3年)
(敬称略)

第9回JKJO
全日本ジュニア空手道選手権大会
関東地区選抜大会
1月25日 つくば市
洞峰公園体育館



優勝 岡村翔洋 (古里小3年)
坂本竜徳 (川島小4年)
第3位 早川貴也 (一狼塾) (敬称略)

第12回全日本ジュニア空手道選手権大会
12月7日 東京都
練馬区光が丘体育館

小学1年から6年個別指導

知の开拓室 エジソンくらぶ
未来を生きるための能力を開拓する算数・国語・英語・理科・社会



英文法暗記術CD
熟長の呪文
歴史学習の革命
タイムマシーン
BOOK-ACEにて好評発売中

とこ・とん・式
3ヶ月で284点が443点に
443
10803
284
422
塾生合格記録 個人誌

奇跡の成績アップ大作戦

独自の教材
独自の指導法
とこ・とん・式

無料体験受付中

小6中学準備START

とこ・とん・教室
平成進学アカデミー
筑西市JR下館駅前 ☎0296(25)5445

※2人目以降
割引授業料半額

水戸校 那珂校 ひたちなか校 東海校 常陸太田校 日立校 大みか校 多賀校 小水津校 十王川尻校 大津校 高萩校 磯原校 笠間友部校 笠間稲荷校 筑西下館校