

## メンタルヘルス講座

トピック  
2

～自分らしく生きるための心理学～  
日々の生活の中で感じる喜びや怒り、不安などは“こころ”があるから。なぜ、このような感情があるのか、それによって生じる影響や必要以上にストレスを感じないための方法を学びます。

## ■日時

3月8日(月) 午後5時30分～7時

## ■場所

市役所

## ■講師

藤田京子氏 (ウエルネスメンタルヘルス研究所代表、保健医療学博士)

■対象者 働く障がい者やご家族、事業所職員、その他ご興味のある方

■定員 40名 (先着順)

■申込期限 3月1日(月)

## ■申し込み・問い合わせ先

市障がい児者相談支援センター  
☎・FAX(37)9970

## 食物アレルギー疾患生活管理指導表の作成費用の助成

園児・児童・生徒等の食物アレルギー対応に必要なアレルギー疾患生活管理指導表の作成費用を助成し、保護者の負担軽減と園児・児童・生徒の健全な生活の支援を図ります。

医療機関にお持ちいただく書類があるほか、市が指定する医療機関で受診していただく必要がありますので、通われている保育園や学校等にお問い合わせください。

■対象者 ①と②に該当する方

①食物アレルギーを有し、保育園・幼稚園・学校等での生活で特別な配慮や管理が必要な方

②次のいずれかに該当する方

- ・市内に住所を有し、市内または市外の保育園・幼稚園・認定こども園等に在籍している方、または入園が内定した方
- ・市内の小中学校に在籍している方、または入学を予定している方

■助成回数 1年度につき1回

■助成額 上限2,000円

## ■問い合わせ先

保育園や幼稚園等に通っている方

こども福祉課 ☎(32)8903

小中学校に通っている方 学校教育課 ☎(32)8918



## 就学援助費の受給申請

就学援助制度とは、経済的な理由で就学困難な児童や生徒の保護者に、学用品費の一部や給食費などを援助する制度です。

援助費は7月、12月、2月に、学校を通じて支給されます。

新規の申請は随時、受け付けています。

また、現在、認定を受けている方で、来年度以降も引き続き援助を希望する方や、入学準備金の申請をされた方も、改めて申請が必要になります。

申請方法など、詳しくは学校教育課にご相談ください。

※4月からの認定を希望する方は3月15日(月)までに申請してください。

■対象者 生活保護を受けている方、またはそれに準ずる程度に生活が困窮している方

## ■認定期間

4月1日～3月31日 (1年間)

## ■問い合わせ先

学校教育課 ☎(32)8918

## 春は引っ越しの季節 転出の届出は郵送が便利です

■問い合わせ先 市民課 ☎(32)8896

3月から4月にかけては、就職や進学、転勤などで住所異動などの手続きを行う方が多く、市民課窓口が大変混雑することが予想されます。受付までに長時間お待ちいただく場合もありますので、時間に余裕をもってお越しください。

## ■転出届は郵送で手続き可能

郵送での転出の手続きには、通常の転出届、または顔写真付きマイナンバーカードを使用する特例転出届の2つの方法があります。転出届の申請書は市ホームページから取得していただけます。

☎<https://www.city.shimotsuke.lg.jp/0850/info-0000002382-0.html>

## ■必要書類

## ■共通

- ・必要事項を記入した転出届
- ・印鑑登録証または国民健康保険証 (お持ちの方)
- ・医療受給者証 (お持ちの方)

## ■通常の転出届の場合

- ・本人確認書類のコピー (免許証や保険証など)
- ・返信用封筒 (切手を貼り、宛先を記載したもの)

※転出証明書は、転出前または転出後の住所にのみ送付可能です。受付をしてから1週間程度で郵送します。

## ■特例転出届の場合

- ・マイナンバーカードの表面のコピー

※転出手続き完了後に電話でご連絡します。転出予定日から14日以内に転入手続きをしてください。

※転入手続きの際には、マイナンバーカードに設定した暗証番号 (数字4桁) が必要です。※特例転出届をした場合、土日・祝日の転入手続きはできません。ご注意ください。

## ■送付先

〒329-0492 笹原26  
下野市役所 市民課