

食育推進レシピ ココロ野菜のミネストローネ

問合せ先 市民保健課健康づくり係(窓口⑤) ☎22217

8月5日に開催したおやこの食育教室のレシピです。
子どもたちは包丁に挑戦し、にんじんときゅうりをサイコロ状にカットしました。



～作り方～

- ① にんじんとじゃがいもの皮をむく。
- ② ①ときゅうり、玉ねぎをサイコロ状に(5mm角)に切る。オクラは下茹でし、5mm幅に切る。
- ③ 鍋に水・コンソメ・じゃがいも・にんじんを入れて火にかける。沸騰する前にすべての野菜とトマト缶を入れて煮る(中火)。
- ④ こしょうを入れて味を整えたらできあがり。

～材料(1人分)～

水…130cc、コンソメ…2g、トマト缶(カット)…30g、
にんじん…10g、きゅうり…10g、玉ねぎ…30g、
じゃがいも…1/4個、コーン…5g、オクラ…5g、
こしょう…少々

～ミネストローネ1人分当たりの栄養価～

熱量…83kcal、たんぱく質…2.2g、脂質…0.4g、
炭水化物…18.5g、食塩相当量…0.9g

対象者
下田市に住民登録があり、健康保険に加入している高校3年生までの子ども(18歳到達後最初の3月31日まで)

助成内容
健康保険に加入していない方、生活保護受給世帯の方は対象外です。

助成対象外です。
保険診療の一部負担金額と、入院時食事療養標準負担額を市が助成します。

利用方法
※保険適用外の診療費用については助成対象外です。

健康保険証と受給者証を合わせて医療機関・薬局の窓口へ提出してください(毎回提出が必要です)。

市では、子どもが病気やけが等により医療機関を受診した際にかかる医療費を助成しています。

**子ども医療費
助成制度について**

申請・問合せ先
福祉事務所社会福祉係
(窓口⑥) ☎22216

※有効期限の切れた受給者証は使用できませんので、ご注意ください。

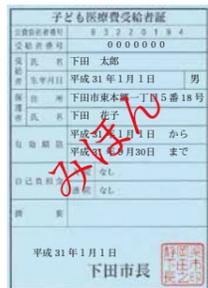
受給者証更新の対象者の方には、申請書等を郵送しますので、9月中旬に手続をお願いいたします。

9月は受給者証の更新手続があります

償還払い(医療費の助成)には申請が必要です

次に該当する場合、受診した日から1年以内に申請をすることで、医療費が払い戻される場合があります。

- ・領収書類等を持参の上、福祉事務所社会福祉係(窓口⑥)で申請してください。
- ・県外で診療を受けたとき
- ・健康保険証及び受給者証を持たずに受診したとき
- ・医師が必要と認めた治療用装具を購入したとき
- ・保険給付に準じて行われる柔道整復師及び鍼灸師の施術を受けたとき
- ・未熟児養育医療等の公費負担医療において徴収された一部負担金を申請するとき



新規入園・入所希望の方は必ず説明会にご参加ください

幼稚園・保育所(園)・認定こども園 令和2年4月入園・入所のご案内

問合せ先 学校教育課こども育成係 ☎3929



対象児童

- 幼稚園** 下田市に住民登録のある3～5歳児
(H26.4.2～H29.4.1生)
- 保育所** 下田市に住民登録のある生後7か月～小学校就学前までの保育の必要性がある児童

令和2年4月の入園・入所の受付を開始します。新規入園・入所を希望される方は日程などをご確認の上、申込手続を行ってください。

申込書は、説明会会場で配布するほか、10月15日(火)以降、教育委員会、各幼稚園・保育所(園)、認定こども園に用意します。在園児の申込書類については、各園に提出してください。

令和2年5月以降入園・入所の方は、入園(・入所)希望月の前月15日までに学校教育課こども育成係までお申し込みください。

入園・入所手続きの流れ

①入園・入所説明会に出席(申込不要)

入園・入所に必要な手続や保育内容等について説明し、入園・入所申込書を配布します。

②入園・入所申込書の提出

提出期間 10月23日(水)～25日(金) 9時～18時

新規入園(入所)のみ申込書にマイナンバーの記載欄があります。申込みの際には、本人確認書類(免許証等)と、世帯全員のマイナンバーカード又は通知カードをご持参ください。

園名	入園・入所説明会		入園入所申込み	
	日時	場所	日時	場所
下田認定こども園	10月15日(火) 13:30～15:30 ※スリッパ・靴袋持参	下田認定こども園 遊戯室 ※託児有り	10月23日(水)	中央公民館 大会議室
下田幼稚園	10月16日(水) 10:00～12:00	道の駅 開国下田みなと 4階・会議室3 ※別室託児有り	10月24日(木)	
下田保育所	10月16日(水) 13:30～15:30		10月25日(金)	
稲生沢保育園	10月17日(木) 13:30～15:30	稲生沢保育園ホール ※別室託児有り		
ひかり保育園				

市内教育・保育施設一覧

稲生沢保育園(福) 聖愛福祉会
立野34 通園バス有
2・3号認定(保育必要性あり)
定員 120人

ひかり保育園(福) 聖愛福祉会
西中9-4 通園バス有
2・3号認定(保育必要性あり)
定員 60人

下田市立下田幼稚園
一丁目17-2
1号認定(保育必要性なし)
定員 105人

下田市立下田認定こども園
敷根765-19 通園バス有
1号認定(保育必要性なし) 定員 90人
2・3号認定(保育必要性あり) 定員 121人

下田市立下田保育所
4丁目5-26
2・3号認定(保育必要性あり)
定員 150人