



地域のカフェ（認知症カフェ）に参加してみませんか ※各参加費 100 円（お茶菓子代）

☎ 高齢介護課（地域包括支援センター） ☎0823-43-1640

認知症カフェは、認知症の方だけが参加するところではなく、その家族、地域住民、介護や福祉の専門家など誰でも、気軽に集える場所です。お茶を飲みながらお話をして、悩みごとの相談や認知症、認知症予防について学び、考えることができます。新たな出会いや地域とのつながりの場として、ぜひご利用ください。

名 称	日にち	時 間	場 所	問合せ連絡先
いやしカフェ	6月4日(水)	10:00～11:30	江南交流プラザ	江能福祉会 ☎0823-27-8885
	7月2日(水)			
よりみちカフェ	6月24日(火)	10:00～11:30	江田島保健センター	誠心福祉会(誠心園) ☎0823-42-5252
虹カフェ	6月20日(金)	10:00～11:00	鹿川交流プラザ	訪問看護ステーションゆずり葉 ☎080-1289-5033
おきがるカフェ	6月18日(水)	10:00～11:30	三高会館	江田島訪問看護ステーションえん☎0823-27-6035
ビックリかふえ	6月25日(水)	10:00～11:30	明慶寺同朋会館	明慶寺 ☎0823-57-2022

ひとり親家庭等医療費支給制度について

☎ 保健医療課 ☎0823-43-1639

市では、ひとり親家庭等医療費支給制度の受給資格要件に該当する方に対して、医療費の自己負担部分の軽減を図っています。

受給資格要件	・江田島市に住民登録をしている方（児童福祉施設などに入所している場合を除く） ・各種健康保険に加入している方 ・18歳に達する日以降の最初の3月31日までの児童を扶養している方 ・世帯全員（同居する扶養義務者全員）の所得税が非課税（生活保護世帯を除く） 以上の条件をすべて満たすひとり親家庭の方
自己負担	1 医療機関ごとに1日500円（入院14日・通院4日まで） ※保険薬局（院外処方）での薬代と補装具代は、自己負担なし
更 新	毎年1回 ※6月上旬に対象となっている方に申請書を送付します。申請後に所得税などの判定を行い、認定となった方には、7月下旬に新しい受給者証を送付します。
その他	新たに受給資格要件に該当する方は、申請が必要となります。申請日から有効の受給者証を発行します。

重度心身障害者医療費支給制度について

☎ 保健医療課 ☎0823-43-1639

市では、重度心身障害者医療費支給制度の受給資格要件に該当する方に対して、医療費の自己負担部分の軽減を図っています。

受給資格要件	①身体障害者手帳 1級～3級所持者 ②療育手帳 ④、A、⑥所持者 ③精神障害者保健福祉手帳1級所持者（自立支援医療受給者証【精神通院】所持者に限る）
自己負担	1 医療機関ごとに1日200円（入院14日・通院4日まで） ※③は通院のみ ※保険薬局（院外処方）での薬代と補装具代は、自己負担なし
所得制限	本人と扶養義務者などに所得制限有り
更新	毎年1回 所得の判定を行い認定となった方に対し、7月下旬に8月1日から有効の受給者証を送付。
その他	新たに受給資格要件に該当する方は、申請が必要となります。

8月1日からの国保保険者証はどうなる？

☎ 保健医療課 ☎0823-43-1639

国民健康保険に加入の方は、現在お持ちの被保険者証又は資格確認書の有効期限が、今年の7月31日までとなっています。

これまで発行していた被保険者証は、今後は発行されませんので、今年の8月以降は、マイナ保険証または資格確認書を使用してください。

新たな資格確認書または資格情報のお知らせは、7月下旬に郵送します。

令和7年8月以降の受診のしかた

～令和7年7月31日

令和7年8月1日～

マイナ保険証を登録済みの方

被保険者証を窓口へ提示
またはマイナ保険証を使用
※マイナ保険証を登録済みの方には、6月下旬に通知文をお送りします。

マイナ保険証を使用（機械で読み取れないときなどは、資格情報のお知らせを窓口へ提示）

マイナ保険証を登録していない方

被保険者証を窓口へ提示
または資格確認書を窓口へ提示

資格確認書を窓口へ提示

おすすめメニュー

Cooking | 202 |

防災×缶詰レシピ

サバ缶カレー



栄養成分表示（1人分）

カロリー	塩分量	野菜の量
329kcal	2.1g	150g

ポイント

いざという時のために備える「防災食」もアイデア次第で美味しくできます。今回は、身近な缶詰を使って手軽にできるレシピを紹介します。

江田島市食生活改善推進員協議会

■作り方

- ①タマネギ、ナスは1cmの角切り、シメジは小房に分ける。
- ②鍋に油、①、ニンニク、ショウガを入れ、野菜がしんなりするまで炒める。
- ③②にサバ缶を汁ごと入れ、ミックスビーンズ、トマト缶、Aを入れ、煮詰める。
- ④器にご飯と③を盛り、お好みでみじん切りしたパセリを振る。

※災害など非常時は、冷凍野菜など活用できます。

材料（3人分）

ご飯…………… 500g
サバの水煮缶…………… 190g(1缶)
タマネギ…………… 150g(2/3玉)
ナス…………… 100g(1/4本)
シメジ…………… 45g(1/2袋)
ミックスビーンズ…………… 40g
トマト缶(角切り) …… 200g
おろしニンニク…………… 3g
おろしショウガ…………… 3g
油…………… 12g(大さじ1)
A カレールウ…………… 1.5かけ
A ウスターソース…………… 18g(大さじ1)

毎月19日は食育の日 家族そろっていただきます!!

