

出産・子育てを応援します

☎保健センター ☎52-4999

近年、核家族化が進み、地域とのつながりも希薄となる中で、安心して出産・子育てができるよう、妊娠期から出産・子育てまで一貫して相談に応じ、必要な支援につなぐ『伴走型相談支援』と『経済的支援』を一体的に実施します。

■対象者

- ・令和4年4月1日以降に妊娠届を提出した人
および令和4年4月1日以降に出生した子どもを養育する人
- ・経済的支援は『たぶせで子育て！出産祝い金』の給付を受けていない人

■事業内容

◇伴走型相談支援

妊婦の面談やアンケートを行います。また、妊婦や子育て家庭に寄り添い、継続的に相談に応じます。

◇経済的支援

出産・子育ての時期は、出産や育児に関する用品の購入や健診時の交通費など経済的な負担が大きくなります。これらの負担を少しでも軽減できるよう『出産応援ギフト（妊婦1人当たり5万円）』と『子育て応援ギフト（子ども1人当たり5万円）』を支給します。

- ①妊娠届出時 面談やアンケートを行います
※面談後、申請により『出産応援ギフト』を後日支給します。
- ②妊娠7か月ごろ アンケートを行います
- ③妊娠8か月ごろ
電話などにより面談を行います
- ④出産後～2か月ごろ
ご自宅を訪問し面談を行います(赤ちゃん訪問)
※面談後、申請により『子育て応援ギフト』を後日支給します。

※令和5年3月31日までに妊娠届を提出した人には、4月下旬に申請のご案内を自宅に郵送します。また、転入などにより案内が届かなかった場合は、お問い合わせください。



いただきます

のり巻きとんかつ

田布施町食生活改善推進協議会

今回ご紹介するとんかつは、下味の塩、こしょうとレモン汁だけで十分美味しく感じられるので、塩分が抑えられています。切り口は人参のオレンジ色と焼きのりの黒が映えて、お弁当にもおすすめです。

材料(4人分)

豚もも薄切り肉	8枚 (270g)	
焼きのり	2枚	
塩	小さじ 1/3	
こしょう	少々	
人参	80g	
A	小麦粉	20g
	水	大さじ 2
パン粉	20g	
揚げ油	適量	
レモン	1/2 個	
サニーレタス	30g	

作り方

- ①人参は1cm角の棒状に切り、茹でておく。
- ②豚肉は1枚ずつ広げて、のりは8等分に切っておく。
- ③豚肉に塩とこしょうをふり、のりをのせて人参を芯にしてくるくると巻く。
- ④Aを混ぜて衣を作り、豚肉から始めてパン粉をつける。
- ⑤油を鍋の底から2cmほど入れて中温に熱し、転がしながら色よく揚げる。
- ⑥付け合わせのサニーレタスと共に器に盛り、くし形に切ったレモンを添える。

1人分の栄養価

エネルギー…295kcal
たんぱく質…15.9g 脂質…20.7g
カルシウム…20mg 塩分…0.7g