

医療用ウィッグ購入費の一部を助成します！

市では、がん治療を受けている方の社会参加を応援するため、医療用ウィッグ購入費用の一部を助成しています。

▶申請期限：医療用ウィッグを購入した日の翌日から1年以内

▶助成対象者：次の項目の両方に該当する方

①がん治療の副作用による脱毛症状に対処するために、医療用ウィッグを購入した方で、現にがん治療を受けている方または過去にがん治療を受けていた方

②医療用ウィッグを購入した日から申請日まで、つくばみらい市に住民票がある方

▶助成額：10,000円を上限に一人につき1回限り

※いばらきがん患者トータルサポート事業の補助をうけた場合、その交付額を差し引いた金額が対象となります。

▶申請方法：申請に必要な書類は右記のとおりです。健康増進課窓口または郵送で申請してください。

▶申請に必要な書類

①つくばみらい市がん患者医療用ウィッグ購入費助成金交付申請書兼請求書※1

②医療用ウィッグを購入した金額がわかる領収書【原本】

③がん治療を証明する書類※2【写し】（お薬手帳、診療明細書など）

④いばらきがん患者トータルサポート事業補助金交付決定および交付額確定通知書【原本】（茨城県のホームページまたは茨城県看護協会のホームページをご参照ください）

⑤切手付返信用封筒（郵送での申請の方で、領収書の返送をご希望の方）

※1 健康増進課窓口にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

※2 抗がん剤名称が記載されているなど、がん治療を受けていることが確認できるものにしてください。

朝食におすすめ

野菜たっぷり簡単オムレツ

6月は食育月間です。朝食を食べる習慣を身につけましょう！

- ① ジャがいも、玉ねぎ、ブロッコリーを1cm程度の大きさに切り、耐熱容器に入れラップをし、電子レンジ（600w）で5分加熱する。
- ② ウィンナーを5mm程度の輪切りにする。
- ③ ボウルに卵を溶き、①、②、水切りしたコーン、粉チーズ、塩こしょうを加え、よく混ぜる。
- ④ フライパンを熱し油を入れ、③を流し入れる。混ぜて半熟状になるまで火を通し、形を丸く整え、蓋をして弱火で3分程度焼く。
※テフロン加工の小さめのフライパンを使うときれいに仕上がります。
- ⑤ 平皿を使って、④の上下を返し、蓋をしてさらに弱火で3分焼き、火を止めて2分ほど蒸らす。
- ⑥ ⑤をお皿に盛りつけ、お好みでケチャップを添える。



【材料（4人分）】

じゃがいも …………… 中1個	卵 …………… 3個
玉ねぎ …………… 1個	粉チーズ …………… 大さじ2
ブロッコリー …………… 60g	塩こしょう …………… 少々
ウィンナー …………… 3本	油 …………… 大さじ1
コーン（缶）…………… 20g	ケチャップ …………… 適量

◀クックパッド「つくばみらい市公式キッチン」

市では、市民の食育を通じた健康づくりを支援するため、レシピ投稿サイト「クックパッド」に「つくばみらい市公式キッチン」を開設し、朝食おすすめレシピのほか、学校給食の人気レシピなども公開しています。ぜひご活用ください。

