

児童扶養手当制度で ひとり親家族等に手当を支給します

■支給対象者

- 18歳になってから迎える最初の3月31日までの間に、次のいずれかの要件を満たす児童を養育している父または母・父または母に代わってその児童を養育している人
 - ・父母が離婚した後、父または母のどちらかと生活をしている児童
 - ・父または母が死亡している児童
 - ・父または母が重度の障がいのある児童
 - ・父または母の生死が明らかでない児童
 - ・父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童
 - ・婚姻によらないで生まれた児童
- 障がいのある20歳未満の児童を養育している父または母・父または母に代わってその児童を養育している人（外国人を含む）

■手当額

- 全部支給 (月額) 41,020円
 一部支給 (月額) 41,010円～9,680円
 第2子 5,000円加算 (月額)
 第3子以降 3,000円加算 (1人につき月額)

■持ってくる物

- ・戸籍謄本 ・住民票 (世帯全員のもの)
 - ・年金手帳 (年金加入者のみ)
 - ・所得課税証明書 (1月1日以降転入した人のみ)
 - ・通帳 ・印かん (スタンプ印不可)
- ※他にも書類が必要な場合があります。

■所得制限額

扶養親族の数	支給対象者本人 (①)		孤児等の養育者、①の配偶者 ①の扶養義務者 (②)
	全部支給	一部支給	
0人	19万円	192万円	236万円
1人	57万円	230万円	274万円
2人	95万円	268万円	312万円
3人	133万円	306万円	350万円

- ※扶養親族の数4人目以降は1人につき38万円加算
- ※支給対象者本人 (孤児の養育者を除く) の所得が、①の額以上のときは、手当の全額または一部が支給停止となります。
- ※支給対象者本人と生計を同じくする父母、祖父母、子、兄弟姉妹などの所得が、②の額以上のときは、全額支給されません。

☎ 子育て支援課 (☎78-3126)

ひとり親家庭等医療費助成制度で 医療費の一部を助成します

母子・父子家庭の親子や、父母がいない児童の健康を保ち生活の安定を図るため、医療費がかかった一部負担金の一部を助成します。

■助成対象者 次の条件にすべてあてはまる人

- ・町内に住所がある人
- ・＜ひとり親家庭の父または母＞配偶者がなく、現に20歳未満の児童を扶養している人
- ・＜児童＞生まれてから18歳になってから迎える最初の3月31日までの間で、ひとり親家庭の父または母に扶養されている児童または父母のいない児童
- ・健康保険に加入している人
- ・生活保護を受けていない人
- ・児童扶養手当法に定める所得制限の範囲内にある人

■助成内容

医療機関および調剤薬局にかかった3分の2 (100円未満は切り捨て) を助成します。

■持ってくる物

- ・戸籍謄本 ・住民票 (世帯全員分)
 - ・所得課税証明書 (1月1日以降転入者のみ)
 - ・通帳 ・印かん (スタンプ印不可)
- ※他にも書類が必要な場合があります。

☎ 子育て支援課 (☎78-3126)

新しい保険証を郵送しました

8月から使用できる新しい国民健康保険被保険者証 (70～74歳の人) および後期高齢者医療被保険者証を郵送しています。

以前の保険証は7月31日までの有効期限になっています。

新しい保険証を受け取っていない人は、お問い合わせください。



☎ 福祉保健介護課 国保医療係 (☎78-3139)

医療機関での特定健康診査を実施しています

■期間 1月31日④まで

■内容 特定健診のみ
(国民健康保険加入者40～74歳)

■健診項目

質問 (問診)、身体測定 (身長、体重、BMI、腹囲) 診察、血圧測定、血液検査、
 脂質検査: 中性脂肪、HDL、LDL
 肝機能検査: GOT、GPT、γ-GTP
 腎機能検査: 血清クレアチニン、GFR
 代謝系検査: 空腹時血糖、HbA1c、血清尿酸
 貧血検査: 血色素量、ヘマトクリット)
 尿検査 (尿糖・尿タンパク・尿潜血)
 心電図検査

■費用 1,000円 ※節目年齢の人は無料

■持ってくる物 受診券 (持っていない人は連絡ください)
 ※受付時間や休診日などは変わることがあります。
 事前に問い合わせ、予約などを行い受診してください。

☎ 福祉保健介護課 国保医療係 (☎78-3139)

■実施医療機関

医療機関名	有明成仁病院	ながすクリニック	いまおかクリニック	淡河黒田医院	多田隈内科医院	田宮春生堂医院	田宮二郎内科	西山クリニック	荒尾市民病院
住所	宮野2775	長洲1354	宮野1468-1	梅田696-1	宮野187-1	長洲1392	長洲2932-13	清源寺2794-1	荒尾市荒尾2600
電話番号	☎78-11133	☎78-10527	☎78-13410	☎78-16517	☎78-13011	☎78-10551	☎78-12150	☎78-17811	☎63-11115
受付時間	月～土 午前9時～正午	月～金 午前9時～11時30分	月～土 午前9時～11時30分	月～金 午前9時～11時30分	月～金 午前9時～11時30分	月～金 午前9時～11時30分	月～金 午前9時～11時30分	月～土 午前9時～11時30分	月～金 時間は問い合わせ

3種混合ワクチンの接種は 完了してですか

3種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風) ワクチンは、今後、順次販売が中止されます。

初回3回と追加1回の計4回の接種が完了していない場合は、接種間隔をよく確認し、すみやかに接種を完了させましょう。

■販売中止後の注意事項

販売中止により医療機関にワクチンが供給されなくなった場合、残りの接種回数分は4種混合 (ジフテリア、百日せき、破傷風不活化ポリオ) ワクチンに切り替えて接種を受けることになります。

※すでに受けられている不活化ポリオワクチンの接種回数と4種混合ワクチンの接種回数の合計が5回を超えることはできませんので、3種混合ワクチンの供給があるうちに残りの回数分の接種を受けましょう。

☎ すこやか館 (☎65-7515)

無料で子宮頸がん検診・ 乳がん検診を受診できます

対象となる人には、5月下旬に案内を郵送しています。この機会にぜひ、ご活用ください。

受診される際には無料クーポン券と本人確認のための公的書類 (運転免許証・保険証など) をご提示ください。

■受診できる健診機関

- 荒尾市民病院健康管理センター
 ※希望日の2週間前までに予約をしてください。
 最終予約受付期限 12月26日④
 予約先電話番号 (☎62-4480)
 予約受付時間 平日午前9時～午後5時30分
- 公立玉名中央病院附属健診センター
 ※希望日の1週間前までに予約をしてください。
 最終予約受付期限 平成27年1月23日④
 予約受付時間 平日午前10時～午後4時
 予約先電話番号 (☎73-6135)

☎ すこやか館 (☎65-7515)

熱 中症に注意しましょう。

熱中症を防ぐために

熱中症予防の正しい知識を持ち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合って、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

<注意すること>

- ①暑さに対する抵抗力（感受性）は個人によって異なります。
自分の体調の変化に気をつけ、暑さの抵抗力に合わせて、万全の予防を心がけましょう。
- ②高齢者は特に注意が必要です！
のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をして、暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使って温度調整をするように心がけましょう。
- ③一人一人が周囲の人に気を配り、熱中症の予防を呼びかけ合いましょう。
- ④節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください！
気温や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用するようにしましょう。

<熱中症が疑われる人をみかけたら…>

1. 涼しい場所へ避難させましょう
2. 衣服を脱がせ、身体を冷やしましょう
3. 水分・塩分を補給しましょう

自力で水を飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！



☎ すこやか館 (☎65-7515)

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング

焼きアジの南蛮漬け



面倒な揚げ物も、フライパンで揚げ焼きにすれば油の処理が簡単です。
夏バテ予防に、酢やスパイス、油も上手に利用しましょう！

1人分の栄養価	
エネルギー	192 kcal
タンパク質	13.5 g
脂質	8.3 g
塩分	0.9 g

材料（4人分）

アジ…………… 中2尾
塩こしょう…………… 小さじ1/4
薄力粉…………… 大さじ2
サラダ油…………… 大さじ2
タマネギ…………… 1/2コ
ピーマン…………… 1/2コ
赤ピーマン…………… 1/2コ
赤唐辛子…………… 1/2本

A
酢…………… 大さじ2
薄口しょうゆ…………… 大さじ1
砂糖…………… 大さじ1
みりん…………… 大さじ2
だし…………… 大さじ2

作り方

- ①アジはうろこを取って3枚におろし、食べやすい大きさに切って、塩こしょうと小麦粉をまぶす。
- ②タマネギは薄切り、ピーマンと赤ピーマンは千切りにする。
- ③鍋にAを合わせて輪切りにした赤唐辛子を加え、ひと煮立ちさせる。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、①のアジを揚げ焼きにして、③につける。
- ⑤④に②を加え、味がしみるようにラップで押さえる。粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

夏の特別企画！

『男性料理教室』を開催します

初心者の方も、料理好きの方も、一緒に料理を楽しみませんか？

野菜たっぷりの、手軽な健康食を伝授します！
※事前申し込みが必要です

■日 時 8月22日☎ 午前9時30分～午後1時

■場 所 すこやか館 調理室

■献 立 イワシのかば焼き丼、
具だくさん味噌汁、酢の物

■持参品 エプロン、三角巾、米半合
スリッパ、ふきん2枚

■参加費 500円

■締切日 8月18日☎

※「ながすクッキング教室」は、お盆のためお休みします

☎・☎ すこやか館(☎65-7515)

臨 時福祉給付金および子育て世帯臨時特例給付金について

4月からの消費税率引き上げに伴い、所得の低い人や子育て世帯への負担を軽減するため、臨時的な給付措置を実施しています。

なお、対象と思われる人につきましては、申請書類を郵送していますので、まだ申請がお済みでない人は、お早めに申請ください。

■申請書の提出場所・問い合わせ先

<臨時福祉給付金>

福祉保健介護課 福祉係 (☎78-3135)

<子育て世帯臨時特例給付金>

子育て支援課 子育て支援係 (☎78-3126)

■申請期限 12月26日☎

長 洲町健康福祉センターを活用ください

長洲町に「健康福祉センター」という施設があるのをご存知でしょうか。

この施設は長洲町総合スポーツセンターグラウンドの西側にある、町民の健康維持などのために建てられた施設です。施設内には自由に使える健康器具などのほか、海水を利用した潮湯があります。潮湯は塩分を含んだ温泉で、一般的に体温の低下を防いで血流を良くし、肌をツルツルにする効果があるといわれています。健康や美容のため、またスポーツを終えた後に汗を流すときなどに、ぜひご利用ください。

■施設使用料

	町内者	町外者	回数券（12枚綴）	
			町内者	町外者
大人 (高校生以上)	150円	300円	1,500円	3,000円
小人 (中学生以下)	100円	200円	1,000円	2,000円



【長洲町健康福祉センター】

☎ 福祉保健介護課 福祉係 (☎78-3135)

■開館時間 午前8時30分～午後8時まで

■休 館 日 毎週水曜日

12月28日☎～翌年1月3日☎

■入浴時間 午前10時～午後8時まで

水 痘（水ぼうそう）予防接種の費用助成は9月までです

10月1日より、水痘（水ぼうそう）の予防接種が定期接種化され、定期接種の対象者は無料で接種することが出来るようになります。

それに伴い、町で実施している水痘予防接種の費用助成を、平成26年9月末をもって終了することとなりました。定期接種の対象外となるお子さん（5歳～就学前のお子さん）で、接種を希望される場合は早めに接種し、申請しましょう。

■対 象 1歳～就学前のお子さん
※1人につき1回限り

■助 成 額 3,000円

■接種期限 9月30日☎

■申請期限 平成27年3月31日☎

<10月から定期接種対象者>

年齢	接種回数
①生後12カ月～36カ月未満	2回（※1）
②生後36カ月～60カ月未満（※2）	1回

※1 1回目と2回目の間隔は3カ月以上空けてください。

※2 ②のお子さんが対象となるのは、本年度限りです。早めに接種をしましょう。

任意接種として、すでに規定の回数を接種している場合は、定期接種の対象となりません。
詳しくはお問い合わせください。

☎ すこやか館 (☎65-7515)

はじめての
ハッピーバースデー

掲載募集中!

初めての誕生日の記念に、
広報ながすに掲載しませんか。
掲載を希望する人は、写真と
コメントを添えてまちづくり課まで
お申し込みください(60文字まで)
☎まちづくり課 ☎78-3239



にあな
荒西仁愛奈ちゃん

平成 25 年 7 月 29 日 西荒神
パパ 晃平さん ママ 亜衣さん
♡パパとママから
1月にお姉ちゃんになります。
生まれてきたら一緒に遊んであげて
ね♡
これからもいっぱいかわいい笑顔で
みんなを元気にしてね♡



りょうが
福田了我ちゃん

平成 25 年 8 月 2 日 東荒神
パパ 了樹さん ママ 妃穂さん
♡パパとママから
いつもわんぱく
ニコニコ了我くん。
これから元気に育ってね♡



ゆめ
宮本結芽ちゃん

平成 25 年 8 月 7 日 大明神
パパ 敦さん ママ 真理子さん
♡パパとママから
結芽、1歳の誕生日おめでとう。
いつもここに結芽の笑顔が、
家族みんな大好きです。
これからも、2人のお兄ちゃんと
仲良く！
そして優しい女の子に育ってね。



たける
藤井健瑠ちゃん

平成 25 年 8 月 20 日 向野北
パパ 健さん ママ 麻衣さん
♡パパとママから
365日、毎日一緒に過ごしましたね
みんなから愛されてすくすく成長し
ています。
これからもみんなの太陽でいてね!!

お盆期間における
町内医療機関の診療状況

医療機関名	有明成仁病院	いまおかクリニック	淡河・黒田医院	田宮春生堂医院	田宮 一郎内科	ながすクリニック	西山クリニック
電話	☎78-1133	☎78-3410	☎78-6517	☎78-0551	☎78-2150	☎78-0527	☎78-7811
8/13	休診					休診	
8/14	休診	休診	休診		休診	休診	
8/15	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診
8/16			休診	休診	休診		休診

※お盆期間以外の日曜・祝日の在宅医については 31 ページを
ご覧ください。



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
6.6	山田 陽	女	大志朗	向野北
6.6	田上 乎哲	男	健	清源寺
6.7	堤 爽馬	男	佑太	向野北
6.11	竹島 央菜	女	直樹	東荒神
6.14	和田 望空	女	優作	大明神
6.15	重久 煌翔	男	翔太郎	古城
6.18	大塚 和美	女	雄一郎	駅通
6.18	河村 香月	男	和磨	向野北
6.20	内田 琥海	男	隼人	東荒神

(平成 26 年 6 月 30 日受付分まで、敬称略)

8月・9月の行事
子育て情報

子育て支援センター

ごきげんタイム(手遊びや折り紙・読み聞かせ など)
■日 時 毎週火曜日 午前11時～
■場 所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子
8月にここサロン「水遊び」
■日 時 8月7日(金) 午前10時30分～
■場 所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子
※水着または水遊び用のオムツを持っている人
は持ってきてください。

人形劇鑑賞会 ※事前申込が必要です。
■日 時 8月11日(金)
■場 所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子
■上演作品 ころころパンケーキ・こうさぎプロッシー
■申込期間 8月9日(土)まで

1歳の誕生日会 ※対象者には、事前に案内文を送付します。
■日 時 8月22日(金) 午前10時30分～
■場 所 子育て支援センター
■対象者 1歳の誕生日を迎える幼児とその保護者

9月にここサロン「幼児安全法」
子どものもしもの時の怪我や病気の対処方法など、実践を交えながら体験できます。
気軽にご参加ください。
■日 時 9月4日(金) 午前10時30分～
■場 所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子

親子コミュニケーション体操 ※事前申込が必要です。
■日 時 9月8日(金) 午前10時30分～
■場 所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子 20組程度
※定員になり次第締切ます
■持参品 動きやすい服装、水分補給用の飲料
■申込期間 8月18日(日)～9月6日(土)

☆遊びに来ませんか☆
子育て支援センターでは、子どもの身長・体重の測定がいつでもできます。
気軽にお越しください。
わからないことがあれば、職員までお尋ねください。

☎・📍 子育て支援センター(☎78-4100)

保健センター「すこやか館」

◎場所はいずれもすこやか館
母子健康手帳の交付・ミニ母親学級
■日 時 8月7日(金)と21日(金)
午前10時～11時30分
(9時50分までにお越しください。)
※ミニ母親学級を行いますので、妊婦さん本人がお越しください。パートナーも同伴できます。
また、当日は筆記用具と電卓、出産の経験のある人は上のお子さんの母子健康手帳を持参ください。
お勤めなどで都合が悪い場合は、指定日以外での交付も可能ですので、前もってご相談ください。

妊娠が分かったら、できるだけ早く妊娠届を提出し、母子健康手帳の交付をうけましょう。
県では、妊娠11週以内での届出を勧めています。

2カ月児あかちゃんひろば(平成26年6月生)
■日 時 8月27日(土) 午前10時30分～正午

8月の乳幼児健診
5日(金) 7カ月児健診 (対象:平成25年12月生まれ)
6日(土) 1歳6カ月児健診 (対象:平成24年12月～平成25年1月生まれ)
18日(日) 3歳児健診 (対象:平成22年11月～12月生まれ)
22日(金) 3カ月児健診 (対象:平成26年4月生まれ)
※対象の人には1カ月前までに通知します。

☎・📍 すこやか館(☎65-7515)

「愛の血液助け合い運動」

400mL献血・成分献血にご協力ください。
みんなで、献血の輪を広げましょう!
夏場は長期の休みや暑さにより、献血者が減少することが心配されています。特に若い人で、献血をしたことがない人は、ぜひこの機会に献血をお願いします。
☆8月13日(土)荒尾シティモールで献血がおこなわれます!



☎・📍 すこやか館(☎65-7515)

母乳育児 cutue-cutue (クチュクチュ)
ナースアウト、食育講座、料理教室、排泄コミュニケーションなど、子育て情報を発信中!参加者募集中!
☎ 林田 ☎080-4318-9525
ホームページアドレス <http://cutuecutue.jimdo.com/>

子育て支援ワーカーズぽっかぽか
たくさんのお母さんがぽっかぽかの笑顔になれるよう
子育て支援をしています。
☎ 岩崎 ☎080-2792-3913
pokkapoka-house@docomo.ne.jp