

保健・子育て情報

子どもの歯を むし歯から守ろう！

町では、年3回むし歯予防のためのフッ化物塗布を町内保育所・幼稚園で行っています。町内保育所では、未就園児の受付も行っていきますので、この機会にぜひご利用ください。

■対象年齢 1歳から3歳

■費用 無料

■場所・問い合わせ先・日時

▼六栄保育所

☎(78) 0954

6月5日(金) 午前9時15分～

▼長洲こどもの海保育園

☎(78) 0406

6月10日(水) 午前9時30分～

▼長洲幼稚園・保育所

☎(78) 4680

6月12日(金) 午後1時30分～

希望する人は、各保育所・幼稚園へお問い合わせのうえお申込みください。
※申込書記入時に印かんが必要です。

☎すこやか館

☎(78) 7171

☎(65) 7515

ことしも「よい歯ひろば」が 開催されます！

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。生涯を通して、いつまでも丈夫な歯でいられるように、自分の歯について考えてみましょう。

どなたでも参加できますので、ぜひ、お気軽に参加ください。参加者はプレゼントもあります！

■日時 6月6日(土)

午前10時～午後4時

■場所 玉名市保健センター

■内容 無料歯科健診・歯科相談、無料フッ化物塗布、歯のみがき方指導

歯周病チェックや健康・栄養相談、各種展示コーナーなど

☎玉名郡市歯科医師会事務局

☎(74) 5114

子育てについて お気軽に相談ください

母子保健推進員は、お母さんとお子さんの健康や子育てを支援する活動を行っています。

子育てに関する悩みや楽しみなど、みなさんの聞き役、相談役としてお気軽にお声かけください。

■活動内容

▼訪問相談活動

妊婦さんと生後3カ月頃のお子さんを対象に家庭訪問を行っています。

▼各種乳幼児健診

▼子育てひろばへの事業協力など

■母子保健推進員

●中村 みどり (清源寺)

平原、清源寺、上沖洲、腹赤、腹赤新町 担当

●吉田 随子 (折地)

折地、赤崎、高田、鷺巣、立野、向野 担当

●坪田 恵美子 (下東)

向野北 担当

●齋藤 文字 (赤田)

宮崎、赤田、葛輪、塩屋、永方、古城、建浜、駅通、梅田 担当

●魚島 恵美 (新地)

出町、新町、西新町、宮の町、松原、新山、宝町、磯町、上町、中町、下本、今町、下東 担当

●西田 美智子 (下東)

西荒神、東荒神、大明神 担当

気軽に相談ください。秘密は厳守されます。

☎すこやか館

☎(78) 7171

☎(65) 7515

献血にご協力をお願いします！

献血は、皆さんの温かい善意によって支えられています。血液を必要とされている人のために、1人でも多くのご協力をお願いいたします。

対象となるのは18歳～69歳の人ですが、65歳以上の人の献血については60歳～64歳の間に献血経験がある人に限ります。

※体重が50kg以下の人も献血ができませんので、あらかじめご了承ください。

■日時 7月2日(木)

受付 9時30分～11時30分

■場所 長洲町役場玄関前

■主催 長洲有明ライオンズクラブ

※献血カードまたは献血手帳をお持ちください。

※400mlのみの受付となります。

☎すこやか館

☎(78) 7171

☎(65) 7515



無料がん検診を受診できます！

がんの早期発見・早期治療を目的に、国の取組みとして「がん検診推進事業」が位置づけられました。

次の対象年齢に該当する人は無料でがん検診を受けることができます。

この機会に是非ご利用ください。

■検診の種類と対象年齢

▼子宮頸がん検診

平成6年4月2日生

～平成7年4月1日生の女性

▼乳がん検診

昭和49年4月2日生

～昭和50年4月1日生の女性

▼大腸がん検診

昭和49年4月2日生

～昭和50年4月1日生

昭和44年4月2日生

～昭和45年4月1日生

昭和39年4月2日生

～昭和40年4月1日生

昭和34年4月2日生

～昭和35年4月1日生

昭和29年4月2日生

～昭和30年4月1日生の男女

※対象となる人には、5月下旬に案内を郵送しています。

☎すこやか館

☎(78) 7171

☎(65) 7515

子育て世帯臨時特例給付金が 支給されます

平成26年4月からの消費税率の引き上げに伴い、子育て世帯への負担を軽減するために臨時的な給付措置を実施します。

■対象者

平成27年6月分の児童手当受給者

(特例給付は除く)

■受付期間

6月8日(月)～12月7日(月)

午前8時30分～午後5時15分

※土日・祝日を除く

■受付場所

子育て支援課

■持ってくるもの

申請書類、印かん(スタンプ印不可)
※申請書類に関しては、役場から送付されます。なお、公務員の人は、職場から配付される申請書類で申請を行ってください。

△詐欺・詐取に注意！▽

「臨時福祉給付金」や「子育て世帯臨時特例給付金」の振り込み詐欺や、個人情報搾取にご注意ください。

市町村や厚生労働省などをかたった不審な電話や郵便があった場合は、次の問い合わせ先や警察署にご連絡ください。

☎子育て支援課

☎(78) 3126

6月は児童手当の現況届提出月です

児童手当を受給中の人を対象に、毎年6月1日時点の所得状況や子どもの養育状況を確認します。6月上旬に現況届を送付いたしますので、6月中に現況届の提出をお願いします。

※現況届の提出がない場合は、6月以降の手当が受けられなくなります。

■現況届に必要な書類など

- 現況届用紙
 - 印かん(スタンプ印不可)
 - 受給者と対象児童全員分の健康保険証の写し
 - 平成27年度所得課税証明書(平成27年1月1日に長洲町に住民登録がなかった人)
 - 児童の属する世帯全員の住民票(受給者と児童が別居している場合)
- ※このほかにも、必要に応じて提出が必要な書類があります。

■支給対象者

0歳～中学校卒業まで(15歳に達した後の最初の3月31日まで)の児童を養育している人

■所得制限

下記の表のとおり所得制限がかかります。

扶養親族などの数	所得制限限度額
0人	622万円
1人	660万円
2人	698万円
3人	736万円
4人	774万円
5人	812万円

※限度額以上の所得がある人には、児童1人当たり月額5,000円が支給されます。

※扶養家族が6人以上の場合は、1人につき38万円を加算した額になります。

詳しくはお問い合わせください。

☎子育て支援課 (☎78-3126)



暑い季節がやってきました

熱中症に注意しましょう!

「熱中症」とは、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなったり、体内に熱がこもったりする状態のことです。

屋外だけでなく室内であっても発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症の症状

- ▽めまい▽立ちくらみ▽手足のしびれ
 - ▽筋肉のこむら返り▽気分不良▽頭痛
 - ▽吐き気▽嘔吐▽倦怠感▽虚脱感
 - ▽いつもと様子が違う
- 重症になると**
- ▽意識消失▽けいれん▽からだが熱い

どうすれば予防できるの?

- ・薄手の服を着るなどして体温が上がりすぎないように気を付けましょう。
- ・日陰を利用して長時間日光に当たらないようにしましょう。
- ・日傘や帽子を着用しましょう。
- ・のどが渇いていなくてもこまめに水分摂取をしましょう。

熱中症が疑われる人を見かけたら

- ・涼しい場所へ移動させる
エアコンが効いている室内や風通しの良い日陰など、涼しい場所へ避難させる。
 - ・からだを冷やす
衣服をゆるめ、からだを冷やす。(首の回り、脇の下、足の付け根など)
 - ・水分を補給させる
- ※自力で水が飲めない、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 ☎78-7171・☎65-7515

日本脳炎の予防接種が済んでいない人は不足分を接種しましょう

計4回のうち接種を受ける機会を逃した人は、未接種分を定期予防接種として接種できます。

対象者

平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの人(特例対象者)

接種期間

特例対象者が20歳未満の間

接種回数

接種が済んでいない不足数(最大4回)

接種を希望される場合は、母子健康手帳をご用意の上、すこやか館にお問い合わせください。

☎(78) 7171
☎(65) 7515

平成27年度熊本県調理師試験が実施されます

- 試験日時 8月27日(木)
午後1時30分～午後3時30分
- 試験会場
公立大学法人 熊本県立大学
- 試験科目
▼食文化概論▼衛生法規▼公衆衛生

学▼栄養学▼食品学▼食品衛生学▼調理理論

受験資格

(1)高等学校の入学資格を有する人

(2)実務経験を有する人

※内容については、規定があります。

受験手数料 6200円

願書受付期限 6月19日(金)

午後5時まで(郵送でも可)

願書配付場所

熊本県各保健所、熊本市保健所および熊本県健康づくり推進課、すこやか館

☎096(333)2252

認知症の人と家族の会「つどい」参加者募集

日々の介護の悩みや介護に役立つさまざまな情報を共有し交換する交流の場です。ぜひご参加ください。
※事前に電話で申し込みください。

日時 6月20日(土)

午後1時30分～3時30分

場所 町中央公民館

参加費 無料

申・☎熊本県認知症コールセンター
☎096(355)1755

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング

さやいんげんの当座煮



ワンポイント

酒をしっかり煮きると、アルコール臭さが取れ、うまみだけが残ります。

1人分の栄養価
エネルギー 40kcal

材料(4人分)

- さやいんげん……………300g
- 赤とうがらし……………1本(種を除く)
- 酒……………大さじ2
- みりん……………大さじ1
- しょうゆ……………大さじ1
- かつお削り節……………2パック(6g)

作り方

- ① さやいんげんはヘタを取り、筋を除きながら二つまたは三つに切る。
- ② なべに酒を入れて火にかけ、アルコール分をとばしてから①と赤とうがらしを加え、中火で3～4分煮る。
- ③ ②にみりんとしょうゆを加え、ときどき上下を返しなが煮汁がなくなるまで弱火で煮含める。
- ④ 仕上げにかつお削り節を加えて全体からめ、器に盛る。

『ながすクッキング教室』を開催します

※事前申込みが必要です 男性も大歓迎です!!

- 日時 6月19日(金)
午前9時30分～午後1時
- 場所 すこやか館 調理室
- 内容 伝えよう!広めよう!野菜のパワー
- 献立 ごはん、豚肉の青じそ巻き焼き、パプリカの揚げたし、さやいんげんの当座煮、梅とろろ汁、あじさいかん
- 持ってくる物 エプロン、三角巾、スリッパ、米半合、ふきん2枚
- 参加費 500円
- 定員 35人
(定員になり次第締め切ります)
- 締切日 6月15日(日)
- 申・☎すこやか館(☎65-7515・☎78-7171)

本年度から介護保険料が変わります!

平成27年度～平成29年度

所得段階	保険料率	年額
第1段階 ・生活保護を受けている人 ・世帯全員が住民税非課税で、年金収入などが80万円以下の人	基準額×0.45	31,320円
第2段階 ・世帯全員が住民税非課税で、年金収入などが80万円を超えていて120万円以下の人	基準額×0.75	52,200円
第3段階 ・世帯全員が住民税非課税で、年金収入などが120万円を超えている人	基準額×0.75	52,200円
第4段階 ・世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で、年金収入などが80万円以下の人	基準額×0.90	62,640円
第5段階 ・世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で、年金収入などが80万円を超えている人	基準額×1.00	69,600円
第6段階 ・本人が住民税課税で、かつ合計所得金額が120万円未満の人	基準額×1.20	83,520円
第7段階 ・本人が住民税課税で、かつ合計所得金額が120万円以上190万円未満の人	基準額×1.30	90,480円
第8段階 ・本人が住民税課税で、かつ合計所得金額が190万円以上290万円未満の人	基準額×1.50	104,400円
第9段階 ・本人が住民税課税で、かつ合計所得金額が290万円以上の人	基準額×1.70	118,320円

誰もが最期まで健康でありたいと願っていますが、『加齢や病気などによる、寝たきり』、『認知症』などで介護が必要になったとき、介護をする家族の経済・体力・心の負担を軽くし、みんなで支えあうため生まれたのが「介護保険」です。

介護保険料は、将来3カ年(平成27年度から平成29年度まで)の介護サービス給付額の見込から、65歳以上の被保険者の保険料でまかなうべき額を計算して算定されます。

今後も65歳以上の高齢者数の増加や長寿化など、介護サービスを利用する人の増加が見込まれるため、右表のとおり変更されます。ご理解とご協力をお願いします。

☎福祉保健介護課 介護保険係 ☎78-3144

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
お申込みください(60文字まで)
☎まちづくり課 ☎78-3239



平成26年6月18日
駒通
パパ 雄一郎さん
ママ 秀美さん
♡パパとママから
1歳の誕生日おめでとう♡
産まれてきてくれて、
元気にすくすくと成長して
くれてありがとう♡
これからも優しいゆうまに
いにと仲良くいっぱい遊ぼうね!!

なごみ 大塚 和美ちゃん



あいら 福田 愛桜ちゃん

平成26年5月18日
向野北
パパ 翔さん
ママ 美香さん
♡パパとママから
お誕生日おめでとう♡
これからもたくさん
食べて
たくさん遊んで
元気にすくすく
育ってね!!



そうま 堤 爽馬ちゃん

平成26年6月7日
向野北
パパ 佑太さん
ママ 恵理奈さん
♡パパとママから
お誕生日おめでとう♡
そうまちゃんのお顔に
毎日癒されているよ♡
私たちの宝物です♡
これからも元気にすくすく
成長してね!!

強い歯で何でもかめる元気な子!

これからもむし歯ゼロで過ごしましょう!

5月14日☉に行いました3歳児健康診査の歯科健診で、むし歯がなかった子ども達を紹介します。



たつき 宮島 達輝くん (大明神)



ひろと 秋富 寛人くん (清源寺)



ゆうこ 小原 悠誇くん (立野)



もか 松本 望花ちゃん (東荒神)



るな 川上 瑠菜ちゃん (清源寺)



かいと 塚本 海翔くん (向野)



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
4. 1	村野 莉星	女	正樹	清源寺
4. 6	吉田 椿	女	太	建浜
4. 8	藤本 銀次郎	男	秀	古城
4. 10	宮田 芽依	女	雄一郎	中町
4. 13	岸原 芽生	女	匡志	駒通
4. 19	宮島 潤	男	大輔	塩屋
4. 19	津田 光凱	男	啓太	宝町

(平成27年4月30日受付分まで)

6月・7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

リトミック

※事前申込が必要です。

ピアノの音に合わせて体を動かします。

■日時 6月5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 12組
※定員になり次第締め切ります。

6月にここサロン「歯について学ぼう」

■日時 6月11日(木) 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

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 6月26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

7月にここサロン「七夕」

■日時 7月2日(木) 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

ベビーマッサージ

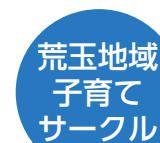
※事前申込が必要です。

■日時 7月13日(月) 午前10時30分～
■場所 子育て支援センター
■対象者 1歳未満の乳児とその保護者
■持参品 パスタオル1枚
■申込期限 6月22日(月)～7月11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。
お気軽に遊びに来てください。
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



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/>

すこやか館 Information

◎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 6月4日(木)と18日(木)
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。
■持ってくる物
▽筆記用具
▽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お仕事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27年4月生)

■日時 6月24日(水) 午前10時30分～正午

★6月の乳幼児健診

9日☉ 7カ月児健診(対象:平成26年10月生まれ)
18日☉ 1歳6カ月児健診(対象:平成25年10月～11月生まれ)
26日☉ 3カ月児健診(対象:平成27年2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・☎78-7171

子育てサークル「でてこんね～」

◎事前申込が必要です

★女子力アップ

■日時 6月18日(木)
午前10時30分～午前11時30分
■場所 町中央公民館 教養文化室
■対象者 未就園児の親子
■内容 骨盤体操&バランスボール
(産後の傾いた骨盤を整え、腰、肩こりの痛みの緩和、猫背の解消、ウエストのくびれに役立ちます)
■定員 15人 ※定員になり次第締め切ります。
■参加費 無料
■持ってくる物 パスタオル、水、動きやすい服装 など
■申込期限 6月16日(火)

☎子育て支援センター ☎78-4100

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