

保健・子育て情報

予防接種で肺炎球菌を 予防しましょう

肺炎により亡くなる人の95%以上は、65歳以上です。予防接種を行うことによって重症化を防止できます。

△定期接種▽

■対象者

▽本年度65・70・75・80・85・90・95歳および100歳になる人
※対象となる人には個別通知をしています

▽60、64歳の人で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能などに障害のある人（身体障害者手帳1級程度）

■自己負担額 3000円

（生活保護世帯の人は免除されます）

△任意接種▽

■対象者 65歳以上で、定期接種の対象者ではない人

■助成額

上限3000円

△注意事項▽

▽過去に23価肺炎球菌予防接種を受けたことがある人は町の助成の対象になりません。

第38回くまもと子育てトーク開催

育児の悩みを語り合い、地域ぐるみで子育てを支援していくための交流の場として開催します。

■日時 8月29日（土）

午後1時開演（12時30分開場）
（午後4時30分終了予定）

■場所 ながす未来館・町中央公民館

■内容 講演（90分）、分科会

■参加費 無料

■主催 くまもと子育てトーク実行委員会（熊本県、熊日、熊本放送）

■後援 長洲町

※講師など内容の詳細は、決定次第町ホームページなどでお知らせします。
●子育て支援課 ☎（78）3126

毎月19日は食育の日です！

毎月19日は「食育の日」と、食育基本法という法律で定められています。

長洲町では、食育推進計画を平成23年に策定し、さまざまな団体からなる食育推進計画策定委員会が目標の進捗管理や情報交換を行っています。

町内の保育所・幼稚園や学校、各種団体などでは、親子料理教室や農産物の収穫など食育に関するさまざまな活動や取り組みを行っています。

●すこやか館

☎（65）7515・☎（78）7171

風しん抗体検査を 無料で受けることができます

妊娠初期の女性が風しんに感染すると、赤ちゃんが目や耳、心臓などに障がいをもって生まれる「先天性風しん症候群」になる可能性があります。そのため、妊娠・出産を考えている女性は特に、事前に風しんの予防をすることが大切です。

検査で、風しんに対する免疫（抗体）を持っているかどうか調べることができます。検査を希望される方は、早めに検査を受けましょう。

■対象者

①妊娠を希望する女性とその配偶者などの同居者。
②風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者や同居者。

※ただし、これまでに風しん抗体検査を受けたことがある人や、風しんの予防接種歴がある人、風しんにかかったことがある人を除きます。

■実施期限 平成28年2月29日

▽定期接種の対象ではない時期に接種をした場合、今後定期接種の対象となる年齢になっても定期接種として予防接種を受けることはできませんのでご注意ください。

●すこやか館

☎（65）7515・☎（78）7171

荒尾・長洲地域精神障がい者家族会 交流会・茶話会

悩みや不安を自由に話しあえる会です。気軽にご参加ください。

■日時 7月14日（火）

午後2時～4時（午後1時40分受付）

■内容

「続・老い支度と成年後見制度」
熊本県精神障害者福祉会連合会理事（行政書士） 村上泰幸氏
（講演後、交流・懇談会）

■場所 在宅総合センター（荒尾中央病院横）

■参加費 無料

●荒尾・長洲地域精神障がい者家族会
会長 田島

☎（63）1241

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。

■日時 7月18日（土）

午後1時30分～3時30分

■場所 玉東町福祉センター

■参加費 無料

●熊本県認知症コールセンター
☎096（3555）1755

第10回特別弔慰金が支給されます

戦没者などの死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人がいない場合、第10回特別弔慰金として、額面25万円、5年償還の記名国債が支給されます。

■支給要件

- 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
 - 戦没者などの子
 - 戦没者などの①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
 - 戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
4. 1から3以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）

※検査を受ける前に、事前の申し込みが必要です。
※実施医療機関や詳しい申請方法については、熊本県または長洲町のホームページで確認できます。

●熊本県有明保健所

☎（72）2184

●すこやか館

☎（65）7515・☎（78）7171

役場ロビーで個別相談を実施します

■時間 午前9時～午後4時

日程	対象校区
7月13日（月）	腹赤校区
7月14日（火）	六栄校区
7月15日（水）	清里校区
7月16日（木）	長洲校区
7月17日（金）	腹赤校区
7月21日（火）	六栄校区
7月22日（水）	清里校区
7月23日（木）	長洲校区
7月24日（金）	全校区

※右記以降は、随時福祉保健介護課窓口で受付を行います。

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人に限りです。
詳しくは、お問い合わせください。

■請求期限 平成30年4月2日

●福祉保健介護課 福祉係

☎（78）3135

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング ゴーヤの和風サラダ



ワンポイント

ゴーヤは熱湯でゆでることで、苦みがやわらぎます。酢とショウガでさっぱりとした味のサラダができます。

1人分の栄養価
エネルギー 54kcal

『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 7月17日（金）
午前9時30分～午後1時
- 場所 すこやか館 調理室
- 内容 暑さに負けない！夏バテ防止メニュー
- 献立 しそごはん、たこのから揚げ、夏野菜の冷やし鉢、ゴーヤの和風サラダ、冷汁
- 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 7月13日（日）
- すこやか館 ☎65-7515・☎78-7171

作り方

- ゴーヤは縦半分になり、スプーンでわたと種をこそぎとる。薄切りにし、熱湯で2～3分ゆで、ざるに上げて塩をふる。
- タマネギは薄切りにして水にさらす。貝割れ菜も根元を落としていっしょに水にさらし、水けをよく絞る。
- ショウガは皮をむき、縦に千切りにする。
- Aをボウルに入れ、①②③を加え、よく混ぜ合わせる。

材料（4人分）

- ゴーヤ……………1本（100g）
- タマネギ……………60g
- 貝割れ菜……………1/2パック
- ショウガ……………1片
- 塩……………少々
- A しょうゆ……………小さじ1
- 酢……………小さじ2
- ごま油……………小さじ2

初めての
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
お申込みください (60文字まで)
☎ まちづくり課 ☎78-3239



ねね
田中 音寧ちゃん

平成26年7月12日 立野
パパ 侑希さん ママ 美咲さん
♡パパとママから
誕生日おめでとう♡
ニコニコ笑顔のねねちゃんが大好きです。
これからも家族みんなで笑顔で過ごせま
すように!!



こあ
内田 琥海ちゃん

平成26年6月20日 東荒神
パパ 隼人さん ママ あずさん
♡パパとママから
♡琥海おめでとう♡
とてもヤンチャで元気いっぱい
の琥海。これからもお兄ちゃん
と食べ物を取り合って大きくな
ってね♪



ほだか
野尻 虫夏ちゃん

平成26年7月27日 腹赤
パパ 智央さん ママ 幸代さん
♡パパとママから
1歳の誕生日おめでとう♡
毎日かわいい笑顔で
家族を笑顔にしてくれてあり
がとう♡お兄ちゃんお姉ちゃん
と仲良く元気にすくすく大き
くなあれ♡

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。



みやもと
宮本 早彩ちゃん
(新町)



むらた
村田 類くん
(今町)



のりくと
永原 琉空斗くん
(向野北)



たかの
鳩野 楓駕くん
(清源寺)



ふゆめ
古澤 夢叶ちゃん
(折地)



とわ
藤原 遥翔くん
(鷺巣)



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
4. 24	山下 <small>のどか</small> 和桜	女	竜司	向野
4. 28	山城 <small>こう</small> 剛	男	弘徳	清源寺
5. 2	福田 <small>さきね</small> 咲音	女	了樹	東荒神
5. 11	大園 <small>もあ</small> 尊愛	女	真一	宝町
5. 11	山平 <small>ゆきじ</small> 幸路	男	征史	出町
5. 16	岡本 <small>けいご</small> 啓吾	男	誠	駅通
5. 26	門田 <small>ゆうが</small> 悠雅	男	智昭	鷺巣

(平成 27 年 5 月 31 日 受付分まで)

7月・8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

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 7月11日(土)

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 7月24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

8月にここサロン「水遊び」

- 日 時 8月6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

人形劇鑑賞

※事前申込が必要です。

- 日 時 8月12日(水) 午前10時30分～11時30分
(開場:午前10時10分)
※午前10時25分までに入場してください
- 場 所 子育て支援センター
- 対象者 未就学児親子
- 上演項目 さるとかに
- 申込期間 7月25日(土)～8月8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 7月2日(木)と16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。
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ってきてください。
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5月生)

- 日 時 7月22日(水) 午前10時30分～正午

★7月の乳幼児健診

- 1日☎ 3歳児健診
(対象:平成23年12月～平成24年1月生まれ)
- 14日☎ 7カ月児健診
(対象:平成26年11月生まれ)
- 24日☎ 3カ月児健診
(対象:平成27年3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

ママ教育

- 日 時 7月9日(木)
午前10時30分～11時30分
- 場 所 町中央公民館 教養文化室
- 対象者 未就学児の親子
- 内 容 夏のアロマクラフト
(アロマとは芳香という意味です。
アロマ虫よけスプレー、アロマ日よけ後の
デオドラント)
- 定 員 15人 ※定員になり次第締め切ります。
- 参加費 400円(材料代)
- 持参品 子どもさんの飲み物 など
- 申込期限 7月8日(水)

☎・☎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