

後期高齢者医療制度の保険料軽減対象者が拡大します

後期高齢者医療制度における保険料の軽減が次のように変わります。所得が低い人や被用者保険加入者（※）に扶養されていた人の保険料は、継続して軽減されます。詳しくは、お問い合わせください。

（※）被用者保険とは協会けんぽ、健保組合、共済組合などです。

【均等割額の軽減】

世帯（被保険者と世帯主）の総所得金額などの合計	軽減率
「基礎控除額（33万円）」を超えない世帯で、被保険者全員の年金収入の控除額をそれぞれ80万円として計算したうえで所得が0円となる場合	9割軽減
「基礎控除額（33万円）」を超えない世帯	8.5割軽減
「基礎控除額（33万円）」＋「27万円×世帯の被保険者数」を超えない世帯（拡大）	5割軽減
「基礎控除額（33万円）」＋「49万円×世帯の被保険者数」を超えない世帯（拡大）	2割軽減

【所得割額の軽減】

被保険者の総所得金額など	軽減率
「基礎控除（33万円）」＋58万円を超えない人	2割軽減

○被用者保険加入者に扶養されていた人の軽減特別措置として、平成29年度も保険料の均等割額が7割軽減されます（所得割額はかかりません）。
対象となる人：資格を得た日の前日まで、被用者保険加入者に扶養されていた人

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング かぶの即席漬け



1人分の栄養価	
エネルギー	20kcal
タンパク質	0.7g
脂質	0.1g
塩分	1.1g

『ながすクッキング教室』を開催します（毎月第3金曜日）

※事前申し込みが必要です。男性も大歓迎です!!

- 日 時 4月21日㊤
午前9時30分～午後1時
- 場 所 すこやか館 調理室
- 献 立 春を彩る野菜で華やかな和食を作ってみよう!
- 持ってくるもの エプロン、三角巾、スリッパ、米半合、ふきん2枚
- 参加費 500円
- 締切日 4月14日㊤
- ㊤・㊤ すこやか館 ☎65-7515・78-7171

材料（4人分）

- かぶ…………… 2株(300g、葉つき)
- だしこんぶ…………… 2cm角2枚
- A { 塩…………… 小さじ2/3
- 砂糖…………… 小さじ1/2
- 酢…………… 小さじ1/2

作り方

- ① かぶの根は3mm厚さのいちょう切りに、葉は2cmの長さに切る。昆布ははさみで細切りにする。
- ② ポリ袋に①とAを入れ、全体によく混ぜる。空気を抜いて口を縛り、室温に30分ほどおいて味をなじませる。

※昆布を切るのが面倒な場合は、塩昆布5gを代用し、塩は入れずにかぶ、砂糖、酢を加える。
※冷蔵庫で1週間ほど保存できます。

予防接種で病気を防ごう ～平成29年度定期予防接種のお知らせ～

定期予防接種は、下表のようにワクチンの種類によって対象年齢や接種回数・間隔が異なります。接種をする際には、母子健康手帳などで年齢や間隔に間違いがないか十分にご確認ください。

定期予防接種は、指定の医療機関で接種することができます。詳しくはすこやか館までお問い合わせください。

種類	対象年齢	回数と間隔
B型肝炎	1歳未満	27日以上の間隔を置いて2回
		1回目の接種から139日以上の間隔を置いて1回
小児肺炎球菌	生後2か月から5歳未満	1～4回 ※接種開始月齢によって回数などが異なります
ヒブ	生後2か月から5歳未満	1～4回 ※接種開始月齢によって回数などが異なります
四種混合 ジフテリア 百日せき 破傷風 不活化ポリオ	生後3か月から90か月未満	(初回) 20日以上の間隔を置いて3回
		(追加) 初回終了後6か月以上の間隔を置いて1回
二種混合 ジフテリア 破傷風	11歳から13歳未満	1回
BCG	1歳未満	1回
麻しん風しん (MR)	(第1期) 1歳から2歳未満	1回
	(第2期) 5歳から7歳未満で小学校就学前の1年間(年長児)	1回
水痘 (水ぼうそう)	1歳から2歳未満	3か月以上の間隔を置いて2回
日本脳炎	(第1期) 生後6か月から90か月未満	(初回) 6日以上の間隔を置いて2回
	(第2期) 9歳から13歳未満	(追加) 初回終了後6か月以上の間隔を置いて1回
	(特例対象者) H9.4.2～H19.4.1生まれで20歳未満	第1期、第2期で不足している回数分
子宮頸がん	中学1年生から高校1年生の女子	3回 現在、積極的勧奨を差し控えていますが、希望する人は定期接種として接種できます。
高齢者の肺炎球菌(23価)	ことし65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人	1回
	60歳から64歳で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能などの障がいのある人。	

☎ すこやか館 ☎65-7515・☎78-7171

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

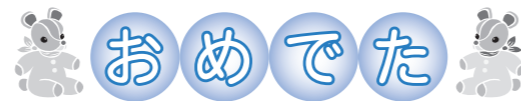
 <p>こはる 平田幸羽ちゃん</p> <p>平成28年3月11日 (清源寺) パパ 順平さん ママ 智佳さん ♡パパとママから こはるくん 1歳おめでとう。 いろは、とわねえちゃん とこれからも なかよくね。 元気にすくすく 育ってね。</p>	 <p>あきと 大倉 朗翔くん</p> <p>平成28年4月6日 (向野) パパ 雄太郎さん ママ いずみさん ♡パパとママから 1歳のお誕生日 おめでとう!! いつもニコニコ癒しの 朗翔♡ お兄ちゃんも朗翔が 生まれてすくすく 喜んでるよ!! 2人とも宝物です♡</p>	 <p>もか 長本 百華ちゃん</p> <p>平成28年4月7日 (新山) パパ 雄仁さん ママ 萌さん ♡パパとママから パパとママの所に生ま れてきてくれて ありがとう♡ いつもニコニコ元気な もかちゃん 家族みんな大好きだよ♡ これからも元気に すくすく育ってね!</p>	 <p>ゆづき 青笹 結月ちゃん</p> <p>平成28年4月8日 (向野) パパ 正行さん ママ 亜紀さん ♡パパとママから 1歳のお誕生日 おめでとう!! お姉ちゃんとお兄ちゃん が大好きでいつも笑顔で 遊んでいます。 これからも3人 たくさん仲良く 遊んで元気に 成長してね♡</p>	 <p>そうすけ 林 奏佑くん</p> <p>平成28年4月12日 (西荒神) パパ 久幸さん ママ 智美さん ♡パパとママから そうすけくん、1さい おめでとう♡ これからもここに えがおをたくさん みせてね(^) おにいちゃん げんきにあげようね!</p>	 <p>さくらこ 森本 桜心ちゃん</p> <p>平成28年4月15日 (古城) パパ 真盛さん ママ 美和さん ♡パパとママから はじめてのお誕生日、 おめでとう!! いつも笑顔で、みんなを 癒してくれる桜心♡ 毎日、いろいろなこと ができるように なっていく姿を見るの が楽しみです。 明るく素直な女の子に 育ってね☆</p>
--	---	--	--	--	--

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!

3月9日におこなった3歳児健康診査の
歯科健診で、むし歯がなかった子どもたち
を紹介します。

 <p>たくみ 上田 拓末くん (下東)</p>	 <p>まこと 奥田 眞ちゃん (駅通)</p>	 <p>りょうが 福田 了我くん (東荒神)</p>
 <p>ゆめ 宮本 結芽ちゃん (大明神)</p>	 <p>ここ 森田 瑚々ちゃん (向野北)</p>	 <p>かずき 末松 和樹くん (高田)</p>
 <p>ゆな 西山 結菜ちゃん (向野北)</p>	 <p>りょうが 岩下 陵雅くん (清源寺)</p>	



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
1.22	荒木 美桜	女	大智	清源寺
1.22	藤井 柚良	女	祐児	向野北
2.15	森田 奏多	男	健人	向野北
2.16	江島 市華	女	大地	鷲栄
2.21	西田 侑	男	響	向野北
2.27	伊藤 椋音	女	亜澄佳	向野北

(平成29年2月28日受付分まで)

4月・5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 etc)

- 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

4月にここサロン「お花見」

- 日 時 4月6日 午前10時30分~
- 対象者 未就学児親子

はいはい・よちよち・かけっこ大会 ※事前申込が必要です

- 日 時 4月26日 午前10時30分~
- 対象者 はいはいの部~1歳未満
よちよちの部~1歳以上2歳未満
かけっこの部~2歳以上未就学児

■申込期間 4月1日~15日

※当日は、10分前まで受付を済ませておいて下さい。

1歳の誕生日会

- 日 時 4月28日 午前10時30分~
 - 対象者 1歳の誕生日を迎える幼児とその保護者
- ※対象者には、事前に案内文を送付します。

5月にここサロン「こどもの日」

- 日 時 5月11日 午前10時30分~
- 対象者 未就学児親子

リトミック ※事前申込が必要です

- 日 時 5月15日 午前10時30分~
- 対象者 未就学児親子 12組
※定員になり次第締め切ります。
- 持参品 水分補給の飲料、動きやすい服装
- 申込期間 4月24日~5月8日

☆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、測定し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)

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 4月6日と20日
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。

持参するもの

◎妊婦さん本人が届け出る場合

- ① 妊娠証明書(産科医療機関からもらっている場合)
- ② 個人番号通知カード(または個人番号カード)
- ③ 妊婦の本人確認ができるもの(運転免許証など)

※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をご持参ください。

◎代理人(婚姻中の夫またはどちらかの父母のみ)が届け出る場合には事前にすこやか館にご連絡ください。

◎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、事前にご相談ください。

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29年2月生)

- 日 時 4月26日 午前10時30分~正午

★4月の乳幼児健診

- 11日 7カ月児健診
(対象 平成28年8月生まれ)
- 13日 1歳6カ月児健診
(対象 平成27年8月~9月生まれ)
- 28日 3カ月児健診
(対象 平成28年12月生まれ)

※対象の人には1カ月前までに通知します。

★すこやかひろば

子育てや離乳食のことなど、お話をしに来ませんか。
4月11日・28日、5月9日 午前10時~11時30分

☎ すこやか館(☎65-7515・☎78-7171)

子育てサークル「でてこんね」

ママカアップ ※事前申込が必要です

- 日 時 4月13日 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 未就園児の親子
- 内 容 子育てが楽しくなる個性学
生まれ持った元気の種を知り、いろいろな子育ての場面に活かす事ができるコミュニケーションの方法です。

- 持参品 筆記具、飲み物
- 定員 15人 定員になり次第締め切ります。
- 申込期限 4月10日

☎ 子育て支援センター(☎78-4100)