

# 保健・子育て情報

## 認知症の人と家族の会 「つどい」開催

- ▽日時 8月18日① 午後1時30分～3時30分
- ▽場所 荒尾市総合文化センター
- ▽参加費 無料
- ▽ななでも気軽に参加ください
- ◎ 家族の会 世話人 迦統 美陽子 ☎(78) 5713
- ◎ 認知症カフェ
- ― 認知症に対する理解を深めましょう ―

	日時	場所	参加費	問い合わせ先
はあと♥カフェ	8月9日① 午後2時～4時	デイサービスセンター 心の花 (金魚草)	100円 (お茶代)	デイサービスセンター 心の花 ☎78-0063
オレンジカフェ「みらい」	8月15日② 午後2時～3時30分	大明神区「きずなの家」	200円 (お茶代)	せいわながすの里 ☎78-8022
「はな・カフェ」	8月19日③ 午前11時～午後2時	デイサービスセンター 月華苑	100円 (お茶代)	デイサービスセンター 月華苑 ☎69-2018

## 国民健康保険の一部負担金の減免について

国民健康保険の加入者で、次の①および②の両方に該当する人は、入院などに係る自己負担額を減額または免除できる場合があります。

① 世帯主または被保険者が次のいずれかに該当する場合

- ・ 災害などにより死亡または障がい者となった場合、もしくは資産に重大な損害を受けたとき。
- ・ 冷害、凍霜害または干ばつなどによる農作物の不作や不漁などにより収入が著しく減少したとき
- ・ 事業の休廃止、失業などにより収入が著しく減少したとき
- ② 生活が著しく困難となった場合

・ 生活保護法による保護の基準に規定する基準生活費を1.2倍した額以下となったときは、減額または免除することができません。

※基準生活費は、年齢や世帯構成により異なります。

◎ 福祉保健介護課 国保医療係 ☎(78) 3139

## 地域版依存症 家族ミーティング

依存症を抱える人のご家族が、正しい知識や家族の対応などについて学び、同じ悩みや体験を持つ人との交流を通して、健康で自分らしい生活を送っていきけるように開催します。

▽日時 8月23日① 午前10時～正午

▽場所 有明保健所(玉名地域)

▽話題提供 アルコール依存症の回復当事者

▽参加費 無料

◎ 県精神保健福祉センター ☎096-386-1166

## 自死遺族グループミーティング 「地域版かたらんね」

大切な人を亡くした人のグループミーティング(つどい)を開催します。

▽日時 8月23日① 午後2時～午後4時

▽場所 有明保健所(玉名地域)

▽参加費 無料

◎ 県精神保健福祉センター ☎096-386-1166

## 児童扶養手当制度でひとり親家庭などに手当を支給します

▽支給対象者 (1) 18歳になってから迎える最初の3月31日までの間で、次のいずれかの

## 70歳以上の人の高額療養費の上限額が変わります

高額療養費とは、1か月に支払った医療費が自己負担限度額を超えた場合、その差額を支給する制度です。平成30年8月から、70歳以上の人の高額療養費の上限額が次のように変わります。

▼平成30年8月からの自己負担限度額

所得区分	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)	4回目以降
課税所得690万円以上	252,600円 (総医療費が842,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)		140,100円
課税所得380万円以上	167,400円 (総医療費が558,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)		93,000円
課税所得145万円以上	80,100円 (総医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)		44,400円
一般	18,000円 (年間上限144,000円)	57,600円	44,400円
低所得2	8,000円	24,600円	なし
低所得1	8,000円	15,000円	なし

※低所得者1・2は変更ありません。

1か月の医療費の支払いが高額になる可能性がある人は、必ず役場窓口で限度額適用認定証の交付申請を行ってください。

◎ 福祉保健介護課 国保医療係 ☎(78) 3139

長洲町食生活改善推進員協議会

# 簡単クッキング

## 蒸しなすのエスニックソースがけ



1人分の栄養価  
エネルギー 35kcal  
食塩 1.4g

## 『ながすフッキング教室』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 8月17日① 午前9時30分～午後1時
  - 場所 すこやか館 調理室
  - 内容 世界の料理を楽しもう!
  - 献立 当日までのお楽しみ!
  - 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
  - 締切日 8月10日①
  - 定員 30人(定員に達した場合は申し込みを締め切ります)
- ◎・① すこやか館 ☎65-7515・78-7171

### 材料(2人分)

- なす..... 2本
- 紫玉ねぎ..... 1/6個(30g)
- ナンプラー..... 小さじ2
- レモン汁..... 小さじ2
- 砂糖..... 小さじ1
- 水..... 小さじ1
- おろしにんにく..... 小さじ1/6
- 赤唐辛子..... 少々

### 作り方

- ① なすはへたを取って縞模様に皮をむき、さっと水にくぐらせる。
- ② 耐熱容器に①を入れ、ラップをかけて電子レンジで2分間ほど加熱する。ラップを取って粗熱を取っておく。
- ③ 紫玉ねぎは薄切りにして水にさらす。
- ④ エスニックソースを作る。赤唐辛子は種を取り除き、水につけて柔らかくしてみじん切りにし、他のAの材料とともによく混ぜ合わせる。
- ⑤ ②のなすは食べやすい大きさに手で裂いて器に盛り、水気を切った紫玉ねぎを乗せる。上から④のソースをかける。

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

- ① 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
- ② 父または母が死亡している児童
- ③ 父または母が重度の障がいのある児童
- ④ 父または母の生死が明らかでない児童
- ⑤ 父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童
- ⑥ 父または母がDV防止法による命令を受けた児童
- ⑦ 父または母が法令により1年以上拘禁されている児童
- ⑧ 婚姻によらないで生まれた児童

(2) 20歳未満で障がいのある児童を養育している父または母や、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 支給額は所得に応じて決定されますが、全部停止になる事もあります。

◎ 子育て支援課 子育て支援係 ☎(78) 3126

## 児童扶養手当現況届の提出が必要ですが

児童扶養手当は、毎年8月に現況届の提出が必要です。これは、現在手当を受給している人も、支給停止になっている人も提出しなければなりません。

▽日時 8月7日①～8月10日④ 土・日・祝日を除く 午前9時～午後5時

※事前に送付した封筒をそのまま持ってきてください。また、混雑が予想されますので余裕を持ってお越しください。

◎ 子育て支援課 ☎(78) 3126

## マダニの感染症に注意しましょう

マダニの活動は、春から秋にかけて活発になります。

【咬まれないためのポイント】

- 肌の露出を少なくする
- 長袖・長ズボンを着用する
- 足を完全に覆う靴を履く
- 明るい色の服を着る(マダニを目視で確認しやすくするため)
- 虫よけスプレーを活用する
- 【ダニに咬まれたときの対処法】無理に引き抜こうとせず、医療機関(皮膚科など)で処置をしてもらいましょう。
- マダニに咬まれた後、数週間程度は体調の変化に注意し、発熱などの症状が認められた場合は、医療機関で診察を受けてください。

◎ 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



古本 怜大くん

平成29年8月11日(大明神)  
パパ 基さん  
ママ 絵梨花さん  
♡パパとママから  
1歳の誕生日おめでとう♡  
毎日たくさん笑わせてくれて  
幸せをいっぱいありがとう♡  
じいじとばあばも大好き♡



村上明結菜ちゃん

平成29年8月12日(平原)  
パパ 聡さん  
ママ 李奈さん  
♡パパとママから  
お誕生日おめでとう!  
あゆなちゃん♪  
お誕生日おめでとう。  
これからも、お姉ちゃんと  
仲良く元気に大きくなってね。



浅見 夏帆ちゃん

平成29年8月16日(向野北)  
パパ 英太郎さん  
ママ 恵里奈さん  
♡パパとママから  
たくさん食べて、たくさん寝て、  
たくさん遊んで、たくさん  
笑って泣いて怒ってそしてまた  
笑って、すくすく  
大きくなってね!



山下 偉楓くん

平成29年8月19日(向野北)  
パパ 大樹さん  
ママ 理世さん  
♡パパとママから  
お姉ちゃんと仲良く  
元気に育ってね♡♡



松藤 洋介くん

平成29年8月19日(駅通)  
パパ 成徳さん  
ママ 綾さん  
♡パパとママから  
お誕生日おめでとう!  
はじめてのお誕生日  
おめでとう。  
あなたの笑顔が大好きです!  
これからも、すくすく元気に  
大きくなってね。



平田みのりちゃん

平成29年8月19日(高田)  
パパ 賢史さん  
ママ 梓さん  
♡パパとママから  
お誕生日おめでとう!!  
これからもすくすく元気に  
優しい子に育ってね。



前田 有里ちゃん

平成29年8月22日(建浜)  
パパ 君人さん  
ママ 葉津実さん  
♡パパとママから  
1歳のお誕生日おめでとう!  
とてもアクティブで  
いつもニコニコの有里ちゃん。  
元気にすくすくと育ってね!



左田野結衣ちゃん

平成29年8月25日(向野北)  
パパ 雅俊さん  
ママ 来美さん  
♡パパとママから  
お誕生日おめでとう!  
結衣ちゃんが生まれてから  
今日まで毎日幸せでした。  
結衣ちゃんの笑顔にいつも  
救われています。大好きだよ!

ながす母子手帳アプリ  
すこやかDiaryに  
登録しよう!

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!

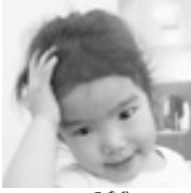
6月21日☎、7月12日☎におこなった3歳  
児健康診査の歯科健診で、むし歯がなかつ  
た子どもたちを紹介します。



東田 蒼空くん  
(新山)



岩井 音依ちゃん  
(清源寺)



古荘 つきゆきちゃん  
(向野北)



野畑凛太郎くん  
(大明神)



佐藤 瑠架ちゃん  
(向野北)



中山 依美ちゃん  
(清源寺)

おめでた

誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
5.26	山田 界弦	男	正人	古城
5.28	和田 康聖	男	健太郎	平原
5.29	渡部 芳太	男	芳英	宝町
6.1	中島 大葵	男	貴之	宮崎
6.1	田添 愛琉	女	樹光	平原
6.10	松森 和志	男	大祐	腹赤
6.11	向井 瑞希	女	祐輔	向野北
6.14	合志 旬平	男	尚記	平原
6.18	川上 光翔	男	千秋	平原

(平成30年6月30日受付分まで)

8月・9月の行事  
子育て情報



子育て支援センター❀にここ❀

ごきげんタイム(手遊びや折り紙・読み聞かせ等)  
■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

Let's enjoy English!!  
■日時 8月1日☎、8月22日☎  
午後1時~  
■場所 子育て支援センター  
※9月は5日☎、19日☎です。  
イザベラ先生と一緒に英語を楽しみましょう。

1歳の誕生日会  
■日時 8月17日☎ 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  
※対象者には、事前に案内文を送付します。

親子ヨガ ◎事前申し込みが必要です  
■日時 8月23日☎ 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  
■申込期間 8月2日☎~16日☎  
■持参品 動きやすい服装、水分補給用の飲料  
※定員になり次第締め切ります。

9月にここサロンの「ミニ運動会」◎事前申し込みが必要です  
■日時 9月6日☎ 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  
■申込期間 8月16日☎~30日☎

~おしらせ~  
お家にある「もう着れないなあ」「誰かに譲ってもいいかなあ」という服があれば子育て支援センターまでお持ちください。  
(シミや汚れのあるものはご遠慮ください。持ってきて頂いたものは返却いたしません。ご了承ください)  
■実施日 11月15日☎  
■回収期間 8月20日☎~11月14日☎  
■回収対象品 子ども服(130cmまでの服)、子ども用品、小物など  
※洋服は、夏物・冬物どちらでも構いません。  
☆遊びに来ませんか!?☆  
子育て支援センターでは、毎月、季節に合わせた「ベビーアート」、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)

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 8月2日☎・16日☎、9月5日☎  
午前10時~11時30分  
(午前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、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30年6月生)  
■日時 8月22日☎ 午前10時~11時30分

★8月の乳幼児健診  
9日☎ 1歳6カ月児健診(対象 平成28年12月~H29年1月生まれ)  
23日☎ 7カ月児健診(対象 平成29年12月生まれ)  
24日☎ 3カ月児健診(対象 平成30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。  
8月24日☎ 午前10時~11時30分

☎☎ すこやか館(☎65-7515・☎78-7171)

マタニティ教室のご案内

出産を控えている妊婦さんに、妊娠中を楽しく、元気に過ごしていただくためのマタニティヨガや助産師のお話・相談コーナーを設けます。  
お気軽に参加してみませんか。  
日程 8月18日☎・11月17日☎  
平成31年2月23日☎  
時間 午前10時~11時30分  
場所 町中央公民館  
対象者 町内に住む妊娠20週以降の妊婦さん  
申込期限 8月10日☎  
申込先 はぐくみ館  
☎78-4189(ふれあいセンター内)

※事前申し込みが必要です。  
※当日は動きやすい服装でお越しください。  
※水分補給のため、飲み物をご持参ください。

