

インフルエンザ対策はお早めに!

健康ポイント対象

～予防接種に対する費用助成が始まります～

- ◆接種期間 令和2年1月31日(金)まで
- ◆接種方法 玉名郡市および荒尾市の協力医療機関で予防接種をする場合は、すこやか館での手続きは不要です。協力医療機関以外で接種をする場合は、すこやか館での申請手続きが必要です。協力医療機関については、町ホームページで確認いただくか、お問い合わせください。
- ◆対象者および助成額 (年齢につきましては、接種日)

	定期接種	任意接種
対象者	○65歳以上 ○60歳から64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能などに障がいのある人(身体障害者手帳1級程度)	○生後6カ月から高校3年生相当(※小学生までは2回接種分を助成) ○妊婦 ○60歳未満で、心臓、腎臓または呼吸器に障がいのある人(身体障害者手帳1級程度) ○生活保護世帯に属する人
助成額(上限)	4,310円	2,500円
協力医療機関以外で接種をする場合	接種前と接種後にすこやか館で手続きが必要です。 【手続きに必要なもの】 接種前：印かん 接種後：印かん、領収書、通帳、予診票	接種後にすこやか館での手続きが必要です。 【手続きに必要なもの】 印かん、領収書、通帳、予診票 ※お子さんの場合は、保護者の通帳

- ◆自己負担額 接種料金から助成額を差し引いた金額(最低でも1,000円は負担)
 - ◆協力医療機関外で接種した場合の申請期限 令和2年3月31日(土)
- ☎ すこやか館 78-7171

長洲町食生活改善推進員協議会 簡単クッキング 里芋のおはぎ



1人分の栄養価 エネルギー：136kcal 塩分：0.1g カルシウム：65mg	
材料(4人分)	作り方
里芋……………中4個	① 里芋は皮をむき、薄切りにする。
砂糖……………大さじ2	② 鍋に牛乳、砂糖、スキムミルク、里芋を入れて里芋がやわらかくなるまで煮る。
牛乳……………150cc	③ 温かいうちに里芋をつぶして里芋あんを作り、広げて冷ましておく。
スキムミルク…大さじ1	④ ラップに小豆あんを薄く広げ、丸めた里芋あんをのせて包む。
小豆あん……………適量	※柔らかく、カルシウムたっぷりなので、子どもや高齢者にもオススメです。

『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。男性も参加しています。

健康ポイント対象

- と き 10月18日(金) 午前9時30分～午後1時
 - ところ すこやか館 調理室
 - 内容 講話：骨粗しょう症予防 調理実習：生涯骨太クッキング
 - 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 10月11日(金)
 - 定員 30人(定員に達した場合は申し込みを締め切ります)
- ☎・☎ すこやか館 (☎78-7171)

保健・子育て情報

認知症の人と家族の会 「つどい」開催

- ▽日時 10月19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
 - ▽その他 どなた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
- 認知症に対する理解を深めましょう!

認知症に関する人や地域住民、専門職などが、交流・情報交換を行う場です。どなたでも参加できますので気軽にご参加ください。

カフェ名	日時	場所	参加費	問い合わせ先
はーと♥ カフェ	10月10日(土) 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」	10月16日(土) 午後2時～ 午後3時30分	せいわ ながすの里	200円	せいわ ながすの里 ☎78-8022
「はな・ カフェ」	10月20日(土) 午前11時～ 午後2時	デイサービス センター 月華苑	100円	デイサービス センター 月華苑 ☎69-2018

子どもの歯をむし歯から守ろう!

むし歯予防のためのフッ化物塗布を町内保育所・幼稚園で年3回行っています。町内では、未就園児の受け付けも行っていきますので、この機会にぜひご利用ください。希望する人は、各施設へお申し込みください。申込書記入時に印かんが必要です。

- ▽費用 無料
- ▽対象年齢 1歳～3歳
- ▽場所および日程
- 六栄保育所
☎(78) 0954
- 10月10日(土) 午前9時30分～
- 長洲こどもの海保育園
☎(78) 0406
- 10月16日(土) 午前9時30分～
- 長洲しおかぜこども園
☎(78) 4680
- 10月31日(土) 午後1時30分～
- ☎ すこやか館 ☎(78) 7171

胃がんリスク検査を受けてみませんか?

胃がんリスク検査は、血液検査で胃がんになりやすいかどうかを調べるもので、胃がんそのものを調べる検査ではありません。定期的な胃がんの検査を受けていない人などは、まず胃がんリスク検査を受診し、自分の胃の状態を知ることから始めてみませんか? 町内に住所を有する30歳以下

上の人
※一度、助成を受けた人および過去にピロリ菌を除菌したことがある人や現在食道や胃の治療中の人などは対象外となる場合があります。

- ▽実施期間 令和2年3月31日(土)まで
- ▽検査機関 町内医療機関
- ▽検査内容 血液検査(ペプシノゲン検査、ピロリ菌抗体検査)
- ※食事の影響は受けませんので、事前の絶食などは不要です。
- ▽費用 医療機関で検査時に1,000円をお支払いください。
- ※町が自己負担額以外の費用を負担します。
- ▽申込方法 印かんを持参の上、すこやか館で申請書をご提出ください。
- ☎・☎ すこやか館 ☎(78) 7171

一般不妊治療費(人工授精)の一部を助成します

町では、不妊に悩む夫婦の経済的負担を軽減するために、不妊治療のうち、人工授精に要する費用の一部を助成します。

- ▽対象者
① 婚姻関係にある夫婦(事実婚を除く)で、夫および妻の両方またはいずれか一方が長洲町に住所を有し、かつ居住していること
- ② 治療期間の初日における妻の年齢が41歳未満であること
- ③ 町税などの滞納がないこと

県ひきこもり地域支援センター ゆるここ 出張相談会

一人で悩まず、一緒に考えませんか。秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。

- ▽日にち 10月25日(金)
- ▽場所 有明保健所
- ▽対象者 県内(熊本市を除く)に住まいのひきこもりでお悩みの18歳以上の人やご家族、その支援者
- ▽料金 無料
- ※事前予約が必要です。
- ☎・☎ 県ひきこもり地域支援センター ゆるここ ☎096-386-1177

はじめての
ハッピーバースデー

Happy Birthday

掲載募集中!

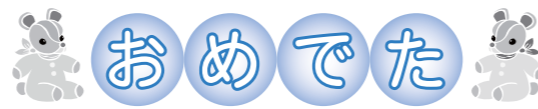
初めての誕生日の記念に、
広報ながすに掲載しませんか。
掲載を希望する人は、写真と
コメントを添えてまちづくり課まで
お申し込みください(60文字まで)
☎まちづくり課 ☎78-3239

 まなか 平山 愛華ちゃん 平成30年9月15日(腹赤) パパ 浩樹さん ママ 好美さん ♡パパとママから まなちゃん誕生日おめでとう いつも元気で笑顔の まなちゃん これからも、元気に大きく 育ってね	 あこ 大塚 葵心ちゃん 平成30年10月7日(建浜) パパ 宏将さん ママ 瑞希さん ♡パパとママから お誕生日おめでとう! いつもニコニコ笑顔でみんな を癒してくれる葵心ちゃん♡ これからお姉ちゃんと 仲良く元気にすくすく 成長してね!大好きだよ♡	 とわ 大川 叶翔くん 平成30年10月8日(新山) パパ 弘さん ママ 典子さん ♡パパとママから とわくん♡1歳のお誕生日 おめでとう!! ニコニコ笑顔がとっても 可愛いとわくんに 毎日癒されてるよ♡ 元気にのびのび育ってね♡	 ふうた 山隈 楓太くん 平成30年10月21日(折地) パパ 孝也さん ママ 渚さん ♡パパとママから 楓太くん、おたんじょうび おめでとう。 いつも、かわいい笑顔 を見せてくれてありがとう。 これからも、すくすく 大きくなあれ♡	 ひさと 馬淵 寿人くん 平成30年10月31日(清源寺) パパ 政徳さん ママ 知美さん ♡パパとママから 皆から愛されている 寿人くん♡ ねえねとにいと仲良く、 すくすく元気に育ってね♡
--	--	---	--	---

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!

9/12に実施の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。



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
7.31	山口 千璃	女	恭平	西荒神
8.3	安藤 蓮	男	拓也	向野北
8.3	島 葵香	女	正和	折地
8.5	田中 実玖	女	祐人	駅通
8.6	池上 和	男	大輔	建浜
8.13	大田黒 歩	女	裕介	古城
8.15	平本帆乃夏	女	真之	建浜
8.18	東田 芽依	女	紀尚	宝町
8.19	和田 琉那	女	修	鷺巣
8.23	幸田 凌空	男	泰一	東荒神

(令和元年8月31日受付分まで)



10月・11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

Let's enjoy English
 ■日時 10月9日(金)、23日(金) 午後1時~
 ■場所 子育て支援センター
 ※11月は13日(金)、27日(金)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 10月18日(金) 受付 午前10時40分~
 開始 午前11時~
 ■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。
 開始時間は前後する場合があります。

ベビーマッサージ ◎事前申込が必要です
 ■日時 10月24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
 ■持参品 バスタオル1枚
 ■申込期間 10月3日(金)~17日(金)

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 10月30日(金) 午前10時30分~
 ■場所 子育て支援センター
 ■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
 ※町内在住の未就学児が対象です。
 ■申込期間 10月19日(金)まで
 ※当日は、10分前までに受付を済ませてください。

親子ヨガ ◎事前申込が必要です
 ■日時 11月6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
 ■申込期間 10月16日(金)~30日(金)

11月にここサロン「あそびのプログラム」 ◎事前申込が必要です
 ■日時 11月7日(土) 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 10月17日(金)~31日(金)

おゆずり会
 ■日時 11月13日(土) 午前10時30分~正午
 ■場所 子育て支援センター
 ■対象者 未就学児親子、興味のある人
 ~おしらせ~
 おゆずり会を行いますのでお家にある「もうきられないなあ」「だれかに
 ゆずってもいいかなあ」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)

■回収期間 11月12日(金)まで
 ■回収対象品 子ども服(130cmまでの服)、子ども用品、小物、制服
 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「ベビークラフト」、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下さい。
 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 10月2日(金)、10月17日(金)、11月7日(金)
 午前10時~11時30分(午前9時50分まで)
 ※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妊娠届(ホームページからダウンロード可)
 ②妊婦さんへのお尋ね(ホームページからダウンロード可)
 ③妊婦の記録(ホームページからダウンロード可)
 ④個人番号通知カード(または個人番号カード)
 ⑤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(令和元年8月生)

■日時 10月23日(金) 午前10時~11時30分

★10月の乳幼児健診
 8日(金) 7カ月児健診(対象:平成31年2月生まれ)
 10日(金) 1歳6カ月児健診
 (対象:平成30年2月~3月生まれ)
 25日(金) 3カ月児健診(対象:令和元年6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。
 10月8日(金)、25日(金) 午前10時~11時30分

☎☎ すこやか館(☎78-7171)

ながす母子手帳アプリ
すこやかDiaryに
登録しよう!