

認知症カフェ — 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
「はな・カフェ」	12月17日⑩ 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
「みらい」カフェ	12月20日⑩ 午後2時～ 午後3時30分	大明神区 「きずなの家」	200円	せいわながすの里 ☎78-8022

▼日時 12月16日⑩  
午後1時30分～午後3時30分

▼場所 荒尾市総合文化センター

▼参加費 無料

▼その他 要事前予約

☎ 家族の会 世話人 迦統 美陽子  
(78) 5713

認知症の人と家族の会  
「つどい」開催

保健・子育て情報

## 年末年始における町内医療機関の診療状況

医療機関名	診療状況		医療機関名	診療状況	
	年内最終診療日	通常診療開始日		年内最終診療日	通常診療開始日
有明成仁病院 (内科)	12月29日⑩ 16時45分まで	1月4日⑩	西山クリニック	12月28日⑩ 17時30分まで	1月4日⑩
有明成仁病院 (小児科)	12月29日⑩ 17時15分まで	1月4日⑩	加藤歯科医院	12月29日⑩ 12時45分まで	1月5日⑩
いまおかクリニック	12月29日⑩ 12時00分まで	1月4日⑩	たかさき歯科医院	12月29日⑩ 12時00分まで	1月5日⑩
多田隈内科医院	12月29日⑩ 17時30分まで	1月4日⑩	なかむら歯科医院	12月29日⑩ 17時00分まで	1月4日⑩
田宮二郎内科	12月30日⑩ 12時30分まで	1月4日⑩	前田歯科医院	12月29日⑩ 13時00分まで	1月5日⑩
ながすクリニック	12月28日⑩ 17時00分まで	1月4日⑩	六栄歯科診療所	12月29日⑩ 12時00分まで	1月4日⑩

※年末年始以外の日曜・祝日の在宅医については31ページをご覧ください。

※長洲山内歯科医療 (☎78-6681) については、直接お問い合わせください。

☎ すこやか館 ☎78-7171

## 令和5年 新型コロナワクチン接種（秋開始接種） 自己負担なし

集団接種は12月2日をもって終了します。  
接種を希望する人は個別接種（医療機関）で接種を行ってください。

### 対象者及び接種券

- ◆ 6歳以上の人で初回接種（1・2回目）を終了した人 ◆ 6ヶ月～4歳の人で1～3回目を終了した人
- 接種記録が確認できた人から順に接種券を発送しています。既にお手元に接種券をお持ちの方はお持ちの接種券が使用できます。紛失等によりお手元に接種券がなく接種を希望する人は再発行申請をしてください。

#### 紛失等による接種券の申請方法

- ◆ 長洲町予約コールセンター（0120-197-068）
- ◆ 長洲町公式LINE「基本メニュー」→「新型コロナ情報」→「令和5年度 接種券申請」

▼友だち登録はこちら▼



### 個別接種（医療機関での接種）の予約方法

医療機関名	対象者	予約方法
有明成仁病院	追加接種の対象者	◆長洲町予約コールセンター 0120-197-068 (平日午前9時～午後6時)
ながすクリニック	追加接種の対象者	◆インターネット予約 (24時間)
西山クリニック	西山クリニックで接種を受けた人	西山クリニック 0968-78-7811

## 乳幼児接種（生後6ヶ月～4歳）

### 対象者及び接種回数について

- ◆ 生後6ヶ月～4歳の人を対象です。
- ◆ 1回目完了から3週間の間隔をあけて2回目を、2回目完了から8週間以上の間隔をあけて3回目を接種します。 ※乳幼児は3回接種して初回接種が完了となります。

### 使用ワクチンについて

- ◆ ファイザー社の乳幼児用のオミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチンを使用します。

### 接種券について

- ◆ 対象者には順次、送付しています。

## 小児接種（5歳～11歳）

### 対象者及び接種回数について

- ◆ 5歳から11歳で、小児・乳幼児の初回接種を終えた人が対象です。

### 使用ワクチンについて

- ◆ ファイザー社製の小児用のオミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチンを使用します。

### 接種券について

- ◆ 初回接種を完了した人に順次、送付しています。

接種の必要性や接種後の副反応など、お子さまのワクチン接種に関して不安がある場合は、まずはかかりつけ医などへご相談ください。接種券の再発行については、町予約コールセンター（0120-197-068）にお問い合わせください。

☎ すこやか館 ☎78-7171

## “健診がお済みでない方へ” ご自身や家族の健康のために

### ～特定健診・後期高齢者医療健診・がん検診を受けましょう～

長洲町の集団健診では生活習慣病予防のための基本健診をがん検診と一緒に受けることができます。  
※健診会場の混雑防止のため、受付時間・人数を制限しています。  
※当日の会場でのマスクの着用等のご協力をお願いします。

■日時：令和5年12月15日(金)から12月19日(火)の4日間

※12月17日(日)は実施しません。

健診の種類・料金表はこちら！

■場所：長洲町中央公民館

■料金：町ホームページをご確認ください。

※申込みの場合は、下記連絡先へお電話ください。



### 下記の方はがん検診が無料になります！

※年度年齢（令和6年3月31日時点の年齢）

- ◆子宮頸がん検診 20歳の女性
- ◆乳がん検診 40歳の女性
- ◆大腸がん検診 40歳の男性・女性

託児もあります。

希望する人は、事前にすこやか館へご連絡ください。



☎ 特定健診に関すること：国保医療係 ☎78-3139  
がん検診に関すること：すこやか館 ☎78-7171

## 胃がんリスク検査を受けてみませんか？

町では、胃がんリスク検査費用の一部を助成しています。胃がんリスク検査は、血液検査でピロリ菌の感染と萎縮性胃炎の進行度を調べ、胃がんになりやすいかどうか（胃がんリスク）を調べるものです。

- 対象者 長洲町に住所を有する30歳以上の人  
※過去にピロリ菌除菌をした人や、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。
- 申し込み 印鑑を持参のうえ、すこやか館で申請書をご記入ください。  
※申請書には本人の署名が必要です。
- 実施期間 令和6年3月31日(日)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）
- 助成回数 生涯に1回
- 自己負担額 1,000円（残りの費用を町が負担します。）



☎ すこやか館 ☎78-7171



### 小児救急電話

お子さま（おおむね中学生まで）の急な病気への対応や、応急処置などについて相談できる窓口です。

- 平日 午後7時～翌朝8時
- 土 午後3時～翌朝8時
- 日祝 午前8時～翌朝8時

#8000（ダイヤル回線、IP電話、光電話からの使用不可）  
または096-364-9999

## 簡単クッキング

☆長洲町食生活改善推進員協議会

### さつまいも ようかん



1人分の栄養価 エネルギー：76kcal 塩分：0g

#### 材料（4人分）

- さつまいも（正味）…………… 125g
- 粉寒天…………… 小さじ1
- 水…………… 50cc
- 砂糖…………… 大さじ2
- 牛乳…………… 100cc

#### 作り方

- ①さつまいもは皮をむいて厚めのいちよう切りにしてゆで、熱いうちにつぶす。
- ②鍋に水と粉寒天を入れて混ぜ、中火で1～2分加熱する。砂糖と牛乳を加え、加熱しながらよく混ぜる。
- ③沸騰したら火からおろし、①に少しずつ加えながら混ぜ合わせる。
- ④型に流し入れて粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑤型から取り出し、切り分ける。

#### 【栄養士メモ】

秋から冬にかけて旬を迎えるさつまいもは食物繊維やビタミンCを多く含みます。品種によって甘さや食感が違いますので、食べ比べてみるのもおすすめです。

## 『ながすクッキング教室』を開催します

※事前申し込みが必要です。男性も参加しています♪

- とき 12月22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 日本の食文化を学ぼう  
調理実習 お正月料理
  - 持ち物 エプロン、三角巾、スリッパ、米半合、ふきん2枚
  - 参加費 600円
  - 締切日 12月15日(金)
  - 定員 20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

## 子育て情報 12月・1月の行事

### 子育て支援センター❀にこにこ❀

◎場所はいずれも❀にこにこ❀です。

☆遊びに来ませんか☆

開所日時 月～土 午前9時～午後4時  
子どもの身長・体重測定や季節に合わせた「ベビーアート」がいつでもできます。

#### 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～  
■対象者 未就学児親子

#### Let's enjoy English

■日時 12月6日(金) 午前11時～11時20分  
※1月は10日(金)です。カレン先生と一緒に英語を楽しみましょう。

■対象者 未就学児親子

#### トゥレ先生のダンス教室

■日時 12月12日(土) 午前10時30分～11時30分  
■対象者 未就学児親子 10組程度  
■申込期限 12月5日(金) ※事前申込が必要です

#### 1歳の誕生会

■日時 12月15日(金) 受付 午前10時30分～  
開始 午前11時～  
■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。

#### バランスボール教室

■日時 12月18日(日) 午前10時30分～  
■対象者 未就学児親子 8組程度  
■申込期限 12月11日(日) ※事前申込が必要です

#### 1月にこにこサロン「幼児安全法」

■日時 1月11日(土) 午前10時30分～  
■対象者 未就学児親子 10組程度  
■申込期間 12月14日(金)～1月4日(金) ※事前申込が必要です

#### ベビーマッサージ

■日時 1月15日(日) 午前10時30分～  
■対象者 未就学児親子 8組程度  
■申込期間 12月18日(日)～1月8日(日) ※事前申込が必要です

☎・☎ 子育て支援センター ☎78-4100

### 子育て支援センター もっくさん

（長洲しおかぜこども園内）

◎場所はいずれも「もっくさん」です。

#### 製作あそび「てがた あしかたアート」

■日時 12月5日(土) 午前10時30分～  
■対象者 未就園児親子  
■申込期間 12月1日(金)～4日(日)

#### クリスマスリース作り

■日時 12月7日(日) 午前10時～  
■講師 平田 加菜美さん  
■対象者 未就園児親子【5組】  
■申込期間 12月1日(金)～6日(土)

#### Hapiful-English「ふれあい英語」

■日時 12月12日(土) 10時30分～  
■講師 カレン先生  
■対象者 未就園児親子【8組程度】  
■申込期間 12月1日(金)～11日(日)

#### 離乳食・栄養教室「離乳食、幼児食について」

■日時 12月13日(土) 10時00分～  
■講師 長洲町保健センター すこやか館  
管理栄養士 西川 加織さん 歯科衛生士 廣岡 奈菜さん  
■対象者 未就園児親子【8組程度】 ■申込期間 12月1日(金)～11日(日)

#### 12月の誕生会

■日時 12月14日(日) 午前10時30分～  
■対象者 未就園児親子  
■申込期間 12月1日(金)～13日(土)

#### クリスマス演奏会

■日時 12月19日(土) 10時～  
■内容 ひなたplusさんの楽しい演奏会  
みんなで楽器に触れてみよう  
■対象者 未就園児親子【8組程度】  
■申込期間 12月1日(金)～15日(日)

#### 味噌作り体験

■日時 1月11日(土) 午前10時～  
■対象者 未就園児親子【5組】 ■講師 長洲町地域婦人会  
■申込期間 12月1日(金)～26日(日)

☎・☎ 子育て支援センター もっくさん ☎78-3093 FAX:78-3095

### すこやか館 Information

◎場所はいずれも「すこやか館」です。

#### ★母子健康手帳の交付・ミニ母親学級

■日時 12月7日(土)、1月4日(土)  
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。  
※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。  
※持参するものなどの詳細については、QRコードを読み込んでご確認ください。



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受けましょう。  
県では、妊娠11週以内での届出を助めています。

#### ★2カ月児あかちゃんひろば（令和5年10月生）

■日時 12月27日(土) 午前10時～11時30分

#### ★12月の乳幼児健診

12日(土) 7カ月児健診（対象：令和5年4月生まれ）  
14日(日) 3歳児健診（対象：令和2年6月生まれ）  
21日(日) 1歳6カ月児健診（対象：令和4年4月生まれ）  
22日(金) 3カ月児健診（対象：令和5年8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。  
12月12日(土)、22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！



開所日時 月～金 午前10時～午後2時30分  
行事の以外の日には歌を歌ったり、塗り絵やシール遊びを楽しめます。

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

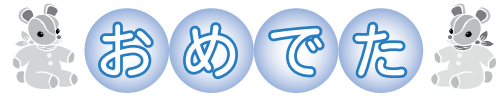
Happy Birthday

## はじめての ハッピーバースデー



勝原 めい 愛結ちゃん

令和4年12月24日(東荒神)  
パパ 翔太さん  
ママ 有希子さん  
♡パパとママから  
いつもにこにこ笑顔の愛結ちゃん、  
お誕生日おめでとう♡  
毎日少しずつ成長する姿を見て、  
パパとママは、  
とっっても幸せだよ。



誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
10.10	池本 <small>そうた</small> 蒼汰	男	大志	向野北
10.13	水野 <small>かなた</small> 奏汰	男	一櫻	清源寺
10.17	大塚 <small>ひより</small> 日和	女	あかね	駅通
10.29	山口 <small>きいち</small> 桔市	男	恭平	西荒神

(令和5年10月31日受付分まで)



## 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。



あらき れん 荒木 蓮くん (向野北)



いけもと りみ 池本 莉心ちゃん (向野北)



なかしま たいよう 中島 泰陽くん (大明神)



はっとり ゆうと 服部 佑飛くん (駅通)



ふくだ えみり 福田 咲璃ちゃん (大明神)



なみかわ あさなちゃん (向野北)

