

認知症の人と家族の会では「つどい」を通して、日々の介護の悩みや介護に役立つさまざまなサービス等の情報交換を行っています。認知症の人を介護する者同士、介護の大変さ、悩んでいることなど話し合ってみませんか。

どなたでも気軽に参加ください。

日時	場所	参加費	問い合わせ先
5月18日Ⓟ 午後1時30分～午後3時30分	玉名市民会館	無料	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 —

カフェ名	日時	場所	参加費	問い合わせ先
新規オープン 喫茶しなぶす	5月11日Ⓟ～毎週土・日 午後1時～4時	宮野341-3 (向野区) マルエイ六栄店東側	500円	日吉 ☎090-4481-7285
にじいろカフェ	5月16日Ⓟ 午後1時30分～午後3時	げんきの館	100円	げんきの館 ☎57-8336

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ことがあります。
- 申し込み 印鑑を持参の上、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7年3月31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）



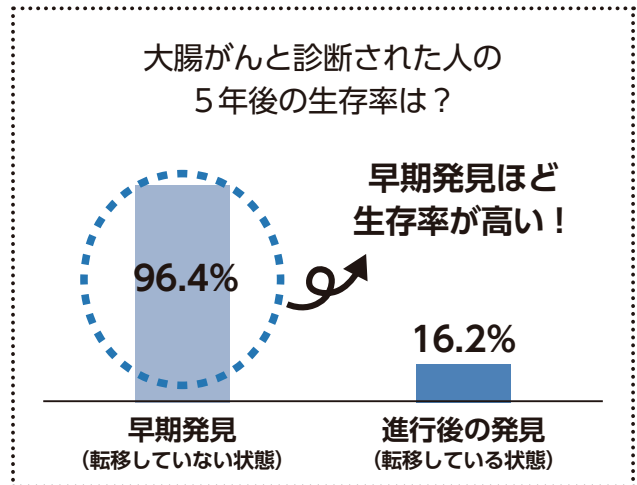
☎ すこやか館 ☎ 78-7171

“早め”がカギ！ がん検診で早期発見・早期治療を！

早期発見・早期治療は、
命を守ります

がんは早期に発見することで、生存率が上がります。
しかし、初期の段階では明らかな症状がないため、自分で気づくことは困難です。
早期発見・早期治療をするために、がん検診を受けましょう！

熊本県のがん登録 令和元年（2019年）より➡



長洲町の集団健診では、基本健診とがん検診と一緒に受けられます。

3月末までに6月の集団健診のお申し込みをした人には、5月下旬ごろに受診票を郵送します。
申し込みをしていない人も、まだ間に合います！

2月に郵送していた申込書をご提出いただくか、下記のお問い合わせ先まで電話で申し込みください。

健診の種類・対象年齢・料金など、詳しくは町ホームページをご確認ください。➡



がん検診を無料で受けられます！

乳がん検診・大腸がん検診……昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生まれの
子宮頸がん検診……平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの人



受け方いろいろ！ あなたに合った健診は？

	がん検診と一緒に受けたい人におすすめ！ 集団健診	かかりつけ医で受診したい人におすすめ！ 個別健診	
受診時期	6月実施（10日間） （6月5日～7日、9日～15日） 12月実施（4日間） （12月13日～14日、16日～17日）	国民健康保険加入の40～74歳	6月～令和7年2月末まで
		後期高齢者医療被保険者	6月～令和7年1月末まで
場所	町中央公民館	町内・玉名郡市各医療機関、 くまもと県北病院健康管理センター、 荒尾市立有明医療センター健康管理センター	

- ①基本健診では、約10,000円の検査が安価で受けられます！
- ②基本健診を受けた後は、生活習慣病予防のための無料の保健指導が受けられます！

保健師や管理栄養士などの専門職がみなさんの健康をサポートします！

対象になる人：メタボリックシンドロームやその危険性がある人、生活習慣病を発症するリスクが高い人



お問い合わせ 福祉保健介護課 国保医療係 ☎ 78-3139、すこやか館 ☎ 78-7171

子育て世代総合支援センターはぐくみ館

はぐくみ館では、思春期や妊娠期、子育て期の人を対象とした事業を行っています。

主な事業として、妊婦さんや産後のお母さん・お父さん、子どもさんからの相談を受け付け、必要に応じて関係機関と協力し、解決に向けたお手伝いをしています。

また、公認心理師への相談も受け付けていますので、子どもさんの発達などで気になることがある場合などにご利用ください。

相談は随時受け付けていますが、公認心理師による相談については相談日を指定しています。（日程については毎月「広報ながす」でお知らせしています）日程の都合が悪い場合は調整が可能な場合もありますので、お問い合わせください。

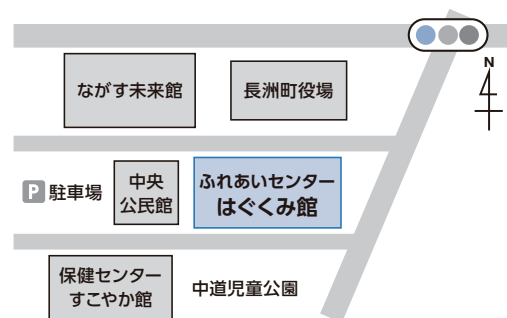
◆◆ メールでのご相談も受け付けています ◆◆

相談専用メールを開設しました！時間の調整が難しい場合などにはご利用ください。

メールでのご相談はこちらから→



今年度のはぐくみ館スタッフです！
子育てで気になることなどが
ありましたらお気軽にご相談ください。



☎ はぐくみ館 ☎ 78-4189

✉ hagukumi@town.nagasu.lg.jp

里親制度をご存知でしょうか

～里親制度は、子どもの幸せや社会の未来に大きく関わる重要な制度です～

それぞれの事情で親と離れて暮らす子どもたち。日本には約4万2千人、熊本には、約650人います。そうした子どもを自分の家庭に迎え入れ、さまざまなサポートを受けながら養育するのが「里親制度」です。この制度は、ボランティアではなく一定期間子どもを養育する児童福祉法に位置付けられた公的なものです。

熊本では、里親が不足しているという現状があります。また、里親制度の社会的認知度は低く、多くの方にこの制度のことを知ってもらいたいと私たちは考えます。

これを機会に「里親制度」について詳しく聞いてみませんか？

☎ 慈愛園乳児ホーム養育家庭支援センターきらきら

☎ 096-383-8100

メールからのお問い合わせはこちら→ → → →

お一人様から団体様まで、説明にお伺いします!!





保健センター すこやか館 スタッフ紹介



保健センターすこやか館では、すべての町民が生涯にわたって元気で健康に過ごすために、妊娠期から高齢期まで一人ひとりに応じた、さまざまな支援やサービスを行っています。

保健師



しもかわ ゆうり
下河 裕莉

健診結果の見方がわからない、子どもの予防接種について知りたいなど、お気軽にご相談ください。



くろだ かなこ
黒田香菜子

赤ちゃんや子どもの健診などとおして、皆様とお話ししながら健やかな身体づくりのためにできることを一緒に考えます。



まえだ なつみ
前田菜津実

健診・がん検診などをおして、皆様の心と身体の健康づくりをサポートします。皆様とお話しするのを楽しみにしています。



みやうち しおり
宮内 詩織

妊婦さんも含め、皆様の健康づくりを一緒に考えて、お手伝いさせていただきます。よろしくお願ひします。



おおいし ちひろ
大石 千尋

肺炎球菌、带状疱疹などの予防接種についても、気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。

担当地区

折地、赤崎、赤田、永方、塩屋、古城

出町、新町、松原、新山、宝町、上町、中町、下本、今町、西荒神、東荒神、大明神

建浜、駅通、梅田、西新町、宮ノ町、磯町、下東

高田、鷺巣、立野、宮崎、向野、葛輪、向野北

平原、清源寺、上沖洲、腹赤、腹赤新町

管理栄養士



かき ぬま しょうこ
柿沼 尚子

食をおして皆様の健康と一緒に考えます。地域での健康講話もさせていただきたいので、テーマなどご相談ください。



にし かわ かおり
西川 加織

食事や栄養のこと、お気軽にご相談ください。料理教室や防災クッキングなどの依頼も大歓迎です。

歯科衛生士



ひろおか なな
廣岡 奈菜

□から心身の健康を守る情報発信中!聞きやすいこと、聞きにくいことなんでもご相談ください。

予防接種で病気を防ごう ～令和6年度予防接種のお知らせ～

就学前までに受ける定期予防接種

○接種費用は全額公費負担

※予診票は保健師による産後の家庭訪問時にお渡ししています。

種類	対象年齢	回数と間隔
ロタウイルス	1価ワクチン（ロタリックス®）生後6週～24週まで	27日以上の間隔を置いて2回
	5価ワクチン（ロタテック®）生後6週～32週まで	27日以上の間隔を置いて3回
B型肝炎	（初回・追加）1歳未満	（初回）27日以上の間隔を置いて2回 （追加）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	（初回・追加）生後2カ月から5歳未満	1～4回 接種開始月齢により、接種回数が異なります。
ヒブ	（初回・追加）生後2カ月から5歳未満	1～4回 接種開始月齢により、接種回数が異なります。
四種混合 （ジフテリア、百日せき、破傷風、ポリオ） NEW 五種混合 （四種混合、ヒブ）	（初回・追加）生後2カ月から7歳半未満 ※四種混合とヒブを別で接種開始した人は、残りも同じワクチンを接種することが原則です。	（初回）20日以上の間隔を置いて3回 （追加）初回終了後6カ月以上の間隔を置いて1回
BCG	1歳未満	1回
麻しん風しん （MR）	（1期）1歳から2歳未満 （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期）1回 （2期）1回
水痘 （水ぼうそう）	1歳から3歳まで	3カ月以上の間隔を置いて2回
日本脳炎	（第1期初回・追加）生後6カ月から7歳半未満	（第1期初回）6日以上の間隔を置いて2回 （第1期追加）初回終了後6カ月以上おいて1回

小学生以上が受ける定期予防接種

○接種費用は全額公費負担

種類	対象年齢	回数と間隔
二種混合 （ジフテリア、破傷風）	11歳から13歳未満 ★小学6年生に個別通知を送付します	1回
日本脳炎	（第2期）9歳から13歳未満 ★小学4年生に個別通知を送付します	1回
	（特例対象者）平成16年4月2日～平成19年4月1日生まれで20歳未満 ★今年度18歳になる人に個別通知を送付します	第1期、第2期（合計4回）のうち未接種分
子宮頸がん	12歳から16歳になる日の属する年度末日までの間にある女子 ※令和4年4月より積極的勧奨を再開しています ★中学1年生に個別通知を送付します	2～3回
	（キャッチアップ対象者） 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女子 ☆無料で接種できるのは、令和6年度末日までです！	合計3回のうち未接種分

成人・高齢者が受ける定期予防接種等

※インフルエンザ予防接種、コロナ予防接種については、広報ながす10月号でお知らせ予定です。

種類	対象年齢	回数と間隔
風しん （全額公費負担）	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性 ★まだクーポン券を使用していない人に個別通知を送付します ☆無料で抗体検査、予防接種ができるのは令和6年度末までです！	抗体検査を1回実施し、検査の結果抗体価が低かった場合には予防接種を1回
高齢者の肺炎球菌(23価) （自己負担あり）	65歳の人（65歳の誕生日前日から66歳の誕生日前日まで） ★65歳の誕生月の翌月に個別通知を送付します 60歳から64歳で身体障がい者手帳1級程度の者、心臓・腎臓・呼吸器の障がい、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能等の障がいのある人	1回

任意予防接種の費用助成

町では、予防接種法に基づかない次の任意予防接種にかかる費用の一部を助成しています。事前のお手続きは不要ですが、接種後は早めに申請してください。

■ 带状疱疹

- 《対象者》 50歳以上の人で、過去に带状疱疹の費用助成の申請をしていない人
- 《助成回数及び助成額》 ※助成は接種費用の半額程度
 - 水痘ワクチン : 1回 上限 4,500円
 - 带状疱疹ワクチン: 2回 上限 10,000円 (1回あたり)
- 《申請期限》 接種を受けた日の属する年度の末日まで

■ 高齢者肺炎球菌

- 《対象者》 65歳以上で定期接種の対象者以外で、前回の接種から5年以上経過している人
(協力医療機関で接種した人は申請不要)
- 《助成額》 上限3,000円
- 《申請期限》 接種を受けた日の属する年度の末日まで

■ おたふくかぜ

- 《対象者》 1歳から就学前までの人で、おたふくかぜ予防接種を初めて受けた人
- 《助成額》 上限3,000円
- 《申請期限》 接種を受けた日の属する年度の末日まで

■ 風しん

- 《対象者》 次のいずれかに該当する人
(風しんにかかったことがある人や、風しんの予防接種を受けたことがある人を除く)
 - ① 風しん抗体価が低い妊婦の配偶者・同居者
 - ② 妊娠を希望する女性およびその配偶者・同居者
 ※熊本県では抗体検査を無料で実施しています。
詳しくは熊本県のホームページをご覧ください。
- 《助成額》 上限10,000円
- 《申請期限》 接種日から6カ月以内



←熊本県ホームページ

費用助成の申請に必要なもの

- ・領収書、通帳 (振込先を確認できるもの)
- ・母子健康手帳 (被接種者が子ども・妊婦の配偶者の場合)
- ・予診票 (高齢者肺炎球菌の場合)

予防接種の予診票や手続きについて

- 他市区町村からの転入や紛失など、長洲町の予診票をお持ちでない場合は、母子健康手帳をご持参の上、すこやか館で交付を受けてください。
- 定期予防接種は、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。
- 子どもの定期予防接種、高齢者肺炎球菌予防接種 (定期接種) においては、協力医療機関があります。協力医療機関以外で接種される方は、事前に手続きが必要となりますので、すこやか館までお問合せください。

子育て情報 5月・6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 5月1日㊦ 午前11時～11時20分
 カレン先生と一緒に英語を楽しみましょう。
 ※6月は5日㊦です。

からだパー

■日時 5月16日㊦ 午前10時30分～
 ■対象者 未就学児親子 10組程度
 ■申込期限 5月9日㊦
 ※事前申込が必要です。定員になり次第締め切ります。

1歳の誕生会

■日時 5月17日㊦ 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 6月3日㊦ 午前10時30分～
 ■対象者 未就学児親子 8組程度
 ■申込期間 5月13日㊦～27日㊦
 ※事前申込が必要です。定員になり次第締め切ります。

トゥレ先生のダンス教室

■日時 6月11日㊦ 午前10時30分～
 ■申込期間 5月21日㊦～6月4日㊦

おゆずり会

■回収期間 5月4日㊦～25日㊦
 ■実施日 6月6日㊦～8日㊦
 ■回収する物 子ども服(サイズ130まで)、小物、
 (マタニティ用品は不可)
 ☆おうちにある「もう着られないなあ」「誰かに譲っても
 いいなあ」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。しみや汚れがあるものはご遠慮ください。
 サイズごとに分けてお持ちください。

問・申 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敷地内)

◎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 5月14日㊦ 午前10時30分～
 ■対象者 未就園児親子
 ■申込期間 5月1日㊦～13日㊦

Hapiful-English「ふれあい英語」

■日時 5月20日㊦ 午前10時30分～
 6月4日㊦ 午前10時30分～
 ■講師 カレン先生 ファリマ先生
 ■対象者 未就園児親子【8組程度】
 ■申込期間 5月1日㊦

カラダとココロを整える時間

■日時 5月21日㊦ 午前10時～
 ■講師 池田 裕子さん
 ■対象者 未就園児親子【5組】
 ■申込期間 5月1日㊦～17日㊦

親子パン作り体験

■日時 5月30日㊦
 午前10時～
 ■対象者 未就園児親子【5組】
 ■申込期間 5月1日㊦～17日㊦

誕生会

■日時 5月23日㊦
 午前10時30分～
 ■対象者 未就園児親子
 ■申込期間 5月1日㊦～22日㊦

問・申 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 5月2日㊦、6月4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。
 ※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週以内での届出を勧めています。

★2カ月児あかちゃんひろば(令和6年3月生)

■日時 5月22日㊦ 午前10時～11時30分

★5月の乳幼児健診

8日㊦ 7カ月児健診 (対象:令和5年9月生まれ)
 9日㊦ 3歳児健診 (対象:令和2年11月生まれ)
 16日㊦ 1歳6カ月児健診(対象:令和4年9月生まれ)
 24日㊦ 3カ月児健診 (対象:令和6年1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。
 5月8日㊦、24日㊦ 午前10時～11時30分

問・申 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。





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

コールスローサラダ

1人分の栄養価 エネルギー：53kcal 塩分：0.4g



材料（4人分）

- キャベツ…………… 250g
- 人参…………… 1/4本
- 塩…………… 小さじ1/3
- コーン缶…………… 30g
- A { ヨーグルト …… 大さじ3
- マヨネーズ …… 大さじ1
- レモン汁 …… 小さじ1
- こしょう …… 少々

作り方

- ①キャベツと人参は千切りにし塩をふってしんなりするまでおいておく。
- ②①の水気を絞り、コーンとAの調味料で和える。



【栄養士メモ】

春キャベツはやわらかく甘みがあり、生でもおいしく食べられます。コールスローにヨーグルトを加えることでカロリー控えめであっさりした味になります。

『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 5月17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 歯と口の健康

調理実習 よく噛んで食べよう

～歯と口の健康レシピ～

■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 5月10日(金)

■定員 20人(先着順)

※定員に達した場合は、申し込みを締め切ります。



問・申 すこやか館 ☎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



るい
荻島 瑠良くん

令和5年5月5日(向野北)
パパ 啓さん
ママ 柚菜さん
♡パパとママから
お誕生日おめでとう♡
毎日幸せをありがとう!!
これからもすくすく育て
BIGになってね♪
パパとママの宝物だよ〜★



ひろと
北野 大翔くん

令和5年5月8日(赤田)
パパ 健一さん
ママ 朝美さん
♡パパとママから
1歳のお誕生日おめでとう♡
これからもたくさん食べて、
お兄ちゃん達と仲良く遊んでね。
みんな大翔のことが
大好きだよ!



ほまれ
本田 誉稀ちゃん

令和5年5月8日(建浜)
パパ 誠哉さん
ママ 富美華さん
♡パパとママから
1歳おめでとう!
いつもにこにご笑顔に元気を
もらってます。ありがとう。
これからもいっぱい食べて、
遊んで大きくなってね!



やえちゃん
平田 やえちゃん

令和5年5月17日(清源寺)
パパ 賢史さん
ママ 梓さん
♡パパとママから
やえちゃんお誕生日おめでとう!
家族みんなニコニコの
やえちゃんが大好きです♡
これからも笑顔いっぱい
元気に大きくなってね



まい
湊瀬 真依ちゃん

令和5年5月26日(清源寺)
パパ 貴史さん
ママ 絵美さん
♡パパとママから
1歳のお誕生日おめでとう!
いつも笑顔の真依ちゃんに
家族みんな癒されているよ♡
これからもお姉ちゃんと
仲良く元気に育ててね!



おめでとう

誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
3.7	林 善風 <small>ぜんぷ</small>	男	将太	新山
3.18	グエン カ ハン	女	グエン スアン ギア	向野北

(令和6年3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。



まつの すずか
松野 紗果ちゃん
(東荒神)



かない あおい
金井 蒼緯くん
(東荒神)



あらかき ゆの
荒木 柚穂ちゃん
(新町)



まつもり たくみ
松森 拓己くん
(清源寺)



せいけ ゆうと
清家 有翔くん
(向野)



にしやま おとは
西山 音葉ちゃん
(宮崎)



たけもと だん
竹本 暖くん
(向野)



ふじもと だんのすけ
藤本 團之助くん
(清源寺)



いたはし けい
板橋 慧くん
(清源寺)



ももだ あすま
百田 明朱真くん
(西荒神)