

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」	2月16日㊥ 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	2月19日㊥ 午後2時～ 3時30分	大明神区 「きずなの家」	100円	せいわながすの里 ☎78-8022
喫茶しなぶす	毎週㊤・㊥ 午後1時～4時	宮野341-3(向野区) マルエイ六栄店 東側	300円～ 500円	NPO法人 えがおつながる 健幸プロジェクト ☎090-4481-7285

認知症カフェ
— 認知症に対する理解を深めましょう —

保健・子育て情報

認知症の人と家族の会「つどい」開催

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。

▼日時 2月15日㊤
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 事前予約が必要です

●問 家族の会 迦統 美陽子
☎(78) 5713

無料フッ化物塗布のご案内

本町ではむし歯予防のためのフッ化物塗布を町内認定こども園・保育所で行っています。

フッ化物を定期的に塗布することによりむし歯を予防することができます。未就園児のフッ化物塗布については、すこやか館で実施しますので、この機会にぜひご利用ください。

希望する人は、事前にすこやか館までお申し込みいただくか、当日お越しください。

▼対象年齢 1歳～3歳の未就園児

▼費用 無料

▼場所 保健センターすこやか館

▼日時

2月18日㊥ 午前10時～11時30分
2月28日㊤ 午前10時～11時30分

●問 保健センターすこやか館
☎(78) 7171

4月からスタート こどもの眼鏡購入費助成！

眼鏡の購入にかかる費用の一部を助成します

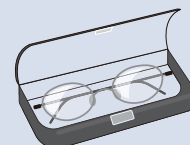
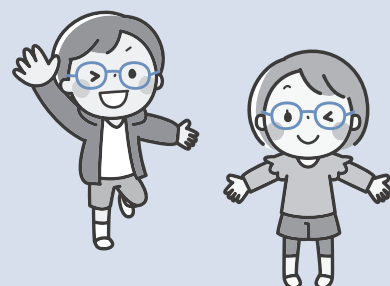
- 対象者 町内在住の小学生および中学生
- 申請者 上記対象者を養育する保護者
- 助成金額 上限5,000円／1回につき
- 申請時期 4月～
※令和7年4月以降に購入したもの
- 必要書類
 - ・子どもの眼鏡購入が証明できるもの
※領収書など
 - ・申請者名義の口座のわかるもの
(通帳またはキャッシュカードの写し)
- 支給回数 小学校1年生～6年生の期間で2回まで
(1人につき) 中学校1年生～3年生の期間で1回まで

※コンタクトレンズやサングラスなどは対象となりません。

※申請内容の審査として、学校の視力検査の結果について確認を行います。

詳しくは、下記問い合わせへお尋ねください。

●問 子育て支援課 ☎78-3126



締切間近！本年度まだ健診を受けていない人は、 健診を受けましょう！

特定健診は病院を定期的に受診されている人も受診の対象になります。自分の健康状態を把握するためにも、ぜひ年に一度は健診を受けるようにしましょう。

医療機関での特定健診

個別特定健診は、受診されている医療機関で、診察日に合わせて受診できます。

■対象 本町国民健康保険加入者
(令和7年3月末時点で40歳～74歳)

■実施期限 2月28日(金)まで

■受診できる医療機関

- ・町内・玉名郡市医療機関
- ・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

■健診項目

- ・身体測定(身長・体重・腹囲など)
- ・採血
- ・検尿
- ・診察 など

※メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)などの生活習慣病に着目した健診です。

■自己負担額 1,000円

※令和7年3月末時点の年齢が節目年齢(40、45、50、55、60、65、70歳)は無料

受診を希望しているが受診券をお持ちでない場合は、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

☎ 福祉保健介護課 国保医療係 ☎78-3139



簡単クッキング

☆長洲町食生活改善推進員協議会



白菜とツナの ポン酢和え



1人分の栄養価 エネルギー：45kcal 塩分：0.5g

材料(4人分)

白菜……………300g
ツナ缶(水煮) ……1缶
ポン酢……………大さじ2
いりごま……………大さじ1
黒こしょう……………少々



作り方

- ①白菜は2～3cmの細切りにし、耐熱容器に入れふんわりとラップをかけて電子レンジ600Wで5分加熱する。
- ②①の粗熱を取り、水気を絞る。
- ③汁気を切ったツナとポン酢、いりごまを加えて和える。お好みで黒こしょうをかける。

栄養士
メモ

冬に旬を迎える白菜は加熱するとかさが減り、食べやすくなります。ツナを加えてたんぱく質もプラスしました。

『ながすフッキング教室』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 2月21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 災害時に備えよう！
調理実習 パッククッキングで簡単調理
- 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
- 申込期限 2月14日(金)まで
- 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。

☎・☎ 保健センターすこやか館 ☎78-7171



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」
がいつでも楽しめます。

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～

■対象者 未就学児親子

Let's enjoy English

■日時 2月5日㊤ 午前11時～11時20分

※3月は5日㊤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

1歳の誕生会

■日時 2月21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お子様とその保護者
※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。



バランスボール教室

■日時 3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 2月10日㊤～24日㊤ ※事前申込が必要です

3月にこにこサロン「茶話会」

■日時 3月6日㊤ 午前10時30分～

■対象者 未就学児親子

■申込期間 2月13日㊤～27日㊤ ※事前申込が必要です

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。

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みます。

誕生会

■日時 2月18日㊤ 午前10時30分～

■対象者 未就園児親子

■申込期間 2月3日㊤～14日㊤

親子パン作り体験

■日時 2月20日㊤ 午前10時～

■対象者 未就園児親子【5組】

■申込期間 2月3日㊤～14日㊤

Hapiful-English ひな祭り会

■日時 3月3日㊤
午前10時30分～

■対象者 未就園児親子

■申込期間 2月3日㊤～28日㊤

離乳食・栄養教室

■日時 3月4日㊤ 午前10時～

■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 2月3日㊤～28日㊤

手作りワークショップ

■日時 3月13日㊤
午前10時～

■講師 前田 則子さん

■対象者 未就園児親子【5組】

■申込期間 2月3日㊤～28日㊤

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

保健センターすこやか館

◎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 2月6日㊤、3月6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12月生)

■日時 2月26日㊤ 午前10時～11時30分

★2月の乳幼児健診

13日㊤ 3歳児健診 (対象:令和3年8月生まれ)

18日㊤ 7カ月児健診 (対象:令和6年6月生まれ)

20日㊤ 1歳6カ月児健診 (対象:令和5年6月生まれ)

28日㊤ 3カ月児健診 (対象:令和6年10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。

2月18日㊤ 午前10時～11時30分

問・申 保健センターすこやか館 ☎78-7171

ながす母子手帳アプリ
すこやかDiaryに
登録しよう!





りつき
内村 律月ちゃん

令和6年1月17日（清源寺）
パパ 健樹さん
ママ 沙織さん
♡パパとママから
1歳おめでとう♡
毎日沢山の笑顔がありがとう。
お兄ちゃんと仲良く育てね。
律月の未来が輝きますように。



おうしろう
守屋 旺志郎ちゃん

令和6年2月6日（宮ノ町）
パパ 僚さん
ママ 貴美子さん
♡パパとママから
にっこにこパワフルな旺くん！
家族の真ん中で笑顔と幸せを
ありがとう♡旺志郎の全てが
宝物♡これからも一緒に
成長していこうね！



トゥレ アジズちゃん

令和6年2月8日（清源寺）
パパ マラさん
ママ 絵理さん
♡パパとママから
♡ joyeux anniversaire ♡
毎日元気に過ごしましょう♪
あなたの笑顔が周りを
幸せにするよ～☆
contane siyawe



みな
森田 珠菜ちゃん

令和6年2月15日（向野北）
パパ 洋輝さん
ママ なぎさん
♡パパとママから
みーちゃんお誕生日おめでとう！
生まれてきてくれて
ありがとう。
毎日笑顔で健康で
ありますように。



りくと
坂本 陸斗ちゃん

令和6年2月18日（腹赤）
パパ 幸介さん
ママ 裕子さん
♡パパとママから
一歳のお誕生日おめでとう♡
パパとママのところに生まれて
きてくれてありがとう
これからもニコニコ笑顔で
元気に大きくなってね！



さや
平田 咲弥ちゃん

令和6年2月23日（立野）
パパ 龍 朗さん
ママ 加菜美さん
♡パパとママから
お誕生日おめでとう♡
まねっこが上手な咲弥ちゃん！
みんなを笑顔にしてくれて
ありがとう♡いにと
仲良く元気に育てね！



おめでた



誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
11.26	高野 しおり 菜	女	浩二	清源寺
12. 3	堤 いと 紘	女	尚之	向野北
12.19	城戸 しゅな 萩風	女	敏任	向野北
12.19	TAN けんじろう KENJIRO YUKI	男	TAN FRANCIS BARAO	東荒神

（令和6年12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。



はしもと ひなた
橋本 日向ちゃん
(清源寺)



くわもと そら
鍛本 昊空ちゃん
(下東)



さかにし まさき
坂西 将紀ちゃん
(駅通)



しばた かける
柴田 翔琉ちゃん
(鷺巣)



もりした がく
森下 楽ちゃん
(大明神)



にしじま ちか
西嶋 智禾ちゃん
(腹赤)



たのうえ あらた
田上 新ちゃん
(清源寺)



まぐち さく
馬淵 朔斗ちゃん
(建浜)



とみなが けい
富永 啓斗ちゃん
(腹赤)



きたもと しんゆう
北本 真悠ちゃん
(永方)