

保健・子育て情報

24時間相談できる「DV相談＋(プラス)」スタート！

新型コロナウイルスの感染拡大に関連して、生活不安やストレスからDV(配偶者などからの暴力)などの増加や深刻化が懸念されています。このことから、新たなDV相談窓口として「DV相談＋(プラス)」を開始しました。

詳細は、内閣府のホームページをご覧ください。
<https://soundanplus.jp/>
 ※英語や中国語、ベトナム語など10カ国語に対応したSNS相談も開始予定です。
 ☎ 0120-279-889(つながりはやく) ※SNSやメール相談も可

一般不妊治療費(人工授精)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町内に住所を有し、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
 (4)他の自治体において同一の助成を受けていないこと(熊本県の助成を除く)

認知症の人と家族の会「つどい」開催

▽日時 6月20日④
 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

胃がんリスク検査を受けてみませんか

▽対象者 町内に住所を有する30歳以上の成人
 ※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3年3月31日④まで
 △検査機関 町内医療機関
 △検査内容 血液検査(ヘプシノゲン検査、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。
 ※事前にすこやか館窓口で申請が必要です。申請の際は印かんを持参ください。
 ☎・☎ すこやか館 ☎(78) 7171

風しんの抗体検査と予防接種を受けませんか

風しんが流行したことを受けて、昨年度から対策が強化されています。風しんは飛沫感染による感染症で、成人がかかると症状が重くなる場合があります。また、妊娠初期の妊婦さんが感染してしまうと、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障害が起きることがあります。

予防対策としての抗体検査および予防接種へのご協力をお願いします。

風しんまん延を防止するために

○次の対象者に該当する人は、**無料**で受けることができます。

対象者：昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

※昨年度、昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性にクーポン券を発行しています。有効期限が、令和2年3月31日までの無料クーポン券をお持ちの人は、そのまま引き続き使用できます。本年度は、昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれの男性にクーポン券を発行しています。

また、その他にも町では、先天性風しん症候群を予防するために、次の対象者に対する予防接種費用の一部助成および抗体検査を無料で実施しています。

対象者：①風しんの抗体が低い(HI抗体価が16倍以下相当)妊婦の配偶者およびその妊婦の同居者

②妊娠を希望している女性または妊婦の夫

※接種対象者①に該当する人は、同居の妊婦に対し交付された母子健康手帳の写しが必要です。

助成費用：3,000円(1人1回限り)

申請期限：予防接種をした日から6カ月以内

※詳しくは、送付する通知をご確認ください。

☎ 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

オクラと大豆のサラダ



1人分の栄養価 エネルギー：109kcal 塩分：0.2g

材料(4人分)

オクラ……………12本
 ミントマト……………8個
 蒸し大豆……………80g
 ツナ缶……………1/2缶
 酢……………大さじ1
 マヨネーズ……………大さじ1
 すりごま……………大さじ1/2

作り方

- ① オクラは塩(分量外)をまぶして板ずりし、茹でてななめ切りにする。ミントマトは1/2に切る。
- ② ツナ缶は油を切っておく。
- ③ 酢、マヨネーズ、すりごまを混ぜ合わせる。
- ④ ③にオクラ、蒸し大豆、ツナを加えて和え、最後にミントマトを加えて軽く混ぜ合わせる。

【栄養士メモ】

酢を使ったさっぱりサラダで梅雨を元気に乗り越えましょう！梅雨は食中毒が発生しやすい時期です。衛生管理を徹底しましょう。

お忘れなく！6月は児童手当の“現況届”提出月です！

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当などを引き続き受ける要件(児童の監督や保護、生計同一関係など)を満たしているかどうかを確認するためのものです。

6月上旬に現況届を送付いたしますので、6月中に現況届の提出をお願いします。

※現況届の提出がない場合は、6月分以降の手当が受けられなくなります。

■現況届に必要な書類など

- 現況届用紙
 - 印かん(スタンプ印不可)
 - 現況届に記載されている世帯員全員の健康保険証の写し
- ※このほかにも、必要に応じて提出していただく書類があります。

■支給対象者

0歳から中学校卒業まで(15歳に達した後の最初の3月31日まで)の児童を養育している人

■所得制限

下記の表のとおり所得制限がかかります。

扶養親族等の数	所得制限限度額
0人	622万円
1人	660万円
2人	698万円
3人	736万円

※以降1人につき38万円加算。

※限度額以上の所得がある人は、児童1人当たり月額5,000円が支給される特例給付の対象となります。

■次の①～④に該当するときは届け出が必要です。

- ①児童を養育しなくなったことなどにより、支給対象となる児童がいなくなったとき
- ②同じ町内の中で住所が変わったとき、または養育している児童の住所が変わったとき
- ③受給者または養育している児童の名前が変わったとき
- ④国内で児童を養育している者として、海外に住んでいる父母から「父母指定者」の指定を受けるとき

☎ 子育て支援課 ☎78-3126

6月・7月の行事

子育て情報

子育て支援センター❀にこにこ❀

ごきげんタイム(手遊びや折り紙・読み聞かせなど)中止します。

Let's enjoy English

■日時 6月1日㊤、15日㊤ 午後1時～
 ■場所 子育て支援センター
 ※本年度は、第1、3週の月曜日です。
 ※7月は、6日㊤と20日㊤です。
 イザベラ先生と一緒に英語を楽しみましょう。

1歳の誕生会

■日時 6月19日㊤ 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。

6月にこにこサロン「リトミック」◎事前申込が必要です

■日時 6月25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 5組
 ■申込期間 6月4日㊤～6月18日㊤
 ※定員になり次第締め切ります。

バランスボール教室 ◎事前申込が必要です

■日時 6月29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 5組
 ■申込期間 6月8日㊤～6月22日㊤
 ※定員になり次第締め切ります。

7月にこにこサロン「七夕」◎事前申込が必要です

■日時 7月2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 5組
 ■申込期間 6月11日㊤～25日㊤

☆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)

ながす母子手帳アプリ
すこやかDiaryに
登録しよう!



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 6月18日㊤、7月2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2年4月生)

中止します。

★6月の乳幼児健診

延期します。

※対象の人には個別にご連絡します。

★すこやかひろば

子育てや離乳食のことなどで相談したい人は、個別に対応します。お気軽にすこやか館にお電話ください。



☎☎ すこやか館(☎78-7171)

フッ化物塗布中止のお知らせ

毎年6月に、1歳から3歳を対象に実施していましたが「フッ化物塗布」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。

※次回の実施は、10月を予定しています。

～梅雨の季節の健康管理～ 防ごう!熱中症!

熱中症は夏の屋外での活動時だけでなく、身体が暑さに慣れていない梅雨明けの時期や屋内でも起こります。マスクを着用していることで、喉の渇きを感じにくくなるため、例年以上に熱中症に注意しましょう。



◆こまめな水分補給

・喉の渇きを感じなくても水分補給を
 ・大量に汗をかいた時には塩分や糖分も補給(持病がある人や常時飲みすぎには注意!)

◆室内の温湿度を調整

・室温は28℃を目安に
 ・エアコン、扇風機を上手に使う
 ・換気をして風通しをよくする
 ・すだれやカーテンで直射日光を遮る

◆外出時には涼しい服装で

・日傘や帽子を活用
 ・こまめに休憩し、暑い日には無理をしない
 ・日陰や涼しい場所を利用



※6月は食育月間です。栄養バランスの良い食事と体力づくりを心がけ、家族そろって楽しく食卓を囲みましょう。



食中毒予防〇×クイズ



梅雨の時期から夏にかけては、細菌による食中毒が発生しやすくなります。特に、抵抗力の弱い子どもや妊婦、高齢者は気をつけなければなりません。

そこで、家庭でできる食中毒予防のポイントをご紹介します。①から⑩の中に間違いが4つありますので、ご家族で探してみてください。

	内容	答え
食品の購入	①買い物したあとは、寄り道をしないで帰る	○
保存の仕方	②冷蔵庫に入れる量は、冷蔵庫の容量の8割程度にする	× (7割程度に)
	③肉や魚は、袋に包んだまま保存する	○
下準備	④生の肉や魚は、生で食べる野菜や果物から離す	○
	⑤冷凍食品を解凍するときは、常温で行う	× (解凍は、冷蔵庫か電子レンジで)
調理	⑥加熱は十分に行う(中心温度65度以上)	× (中心温度は、75度で1分以上)
	⑦調理を途中でやめるときは、食品は冷蔵庫に入れる	○
食事	⑧長時間室温に放置しない	○
残った食品	⑨早く冷えるように小分けにする	○
	⑩時間が経っていても、臭いがしなければ使える	× (少しでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる)



食中毒菌を「付けない」「増やさない」「やっつける」





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



村上 けい 佳海くん

令和元年5月11日(向野)
パパ 昭平さん
ママ 衣里子さん
♡パパとママから
とってもかわいい笑顔のけいくん
1歳のお誕生日おめでとう☆
いつも癒しをありがとう☆
お兄ちゃんとずっと仲よしでいてね!



宮島 おとほ 乙十葉ちゃん

令和元年5月27日(塩屋)
パパ 拓紀さん
ママ 運さん
♡パパとママから
一歳のお誕生日おめでとう!
たくさん食べて遊んで寝て
体重は12キロ!
これからも成長が楽しみ!



南島 すずね 涼音ちゃん

令和元年6月16日(立野)
パパ 隼人さん
ママ 茉莉子さん
♡パパとママから
とてもおてんばな涼ちゃん。
兄妹2人で仲良く笑ってるのを
見るととても幸せになるよ!
いつも笑顔の涼ちゃんが大好きだよ☆



佐藤 ことね 寿音ちゃん

令和元年6月25日(立野)
パパ 僚介さん
ママ 彩加さん
♡パパとママから
いつもみんなを笑顔と幸せな気持ち
にしてくれてありがとう♡これから
も元氣いっぱい笑顔いっぱい大きく
なってね!だいすきだよ♡

～あなたの大切な赤ちゃんのために～ 新生児聴覚検査費用を助成します!

新生児聴覚検査とは、生まれてきた赤ちゃんの聴覚障がい(耳の聞こえにくさ)を発見することを目的として行う検査です。聴覚障がいの赤ちゃんは、1,000人に1～2人程度出現と言われていて、聴覚障がいがあることに気づかずにいると、言葉の発達が遅れたり、コミュニケーションがとりにくくなるなどの支障が起きます。しかし、早く見つけて適切な支援をすることで、赤ちゃんの言葉の発達を助けることができます。

大切な赤ちゃんのために新生児検査を受けましょう。

◆助成対象者

出生時に町内に住所を有し、かつ平成31年4月1日以降に誕生した人

◆助成内容

自動聴性脳幹反応検査(自動ABR)または耳音響放射検査(OAE)のいずれかの検査を受けた人

◆助成額

上限3,000円

◆申請方法

検査を受けた証明書(長洲町新生児聴覚検査料領収証明書)を持参し、検査実施日から1年以内にすこやか館窓口で申請してください。

◆申請に必要なもの

新生児聴覚検査料領収証明書、母子健康手帳、振込先がわかるもの、印かん(シャチハタ不可)

※詳細については、すこやか館へ問い合わせください。



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
3.24	徳永 ときお 時生	男	伸介	西新町
3.26	馬場 みいな 心絆	女	裕隆	向野
4.1	與田 ちはる 千晴	女	敬	駅通
4.7	出口 さな 紗奈	女	真聖	大明神
	出口 れな 怜奈	女		
4.9	雪野 りこ 莉子	女	竜人	向野

(令和2年4月30日受付分まで)