

予防接種助成の申請はお済みですか？

申請期限
3月31日

インフルエンザ

- ◇対象者
- ①65歳以上の人
 - ②60歳から64歳の人で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する人で、身体障害者手帳1級を所持している人
 - ③6カ月児から高校3年生相当までの年齢の人
 - ④妊婦
 - ⑤生活保護世帯の人
- ※玉名・荒尾地区の協力医療機関で接種を受けた人は申請不要です。①②に該当する人は、定期予防接種の対象です。
- ◇接種期間 令和2年10月1日～令和3年1月31日

高齢者肺炎球菌

- ◇対象者 65歳以上の人で、玉名・荒尾地区の協力医療機関以外で接種を受けた人
- ◇接種期間 令和2年4月1日～令和3年3月31日

おたふくかぜ

- ◇対象者 1歳から就学前までで、おたふくかぜ予防接種を初めて受けた人
- ◇接種期間 令和2年4月1日～令和3年3月31日

ロタウイルス

- ◇対象者 2回の接種を必要とするワクチンの場合は、生後6週(42日)から生後24週(168日)までの人、3回の接種を必要とするワクチンの場合は、生後6週(42日)から生後32週(224日)までの人
- ◇接種期間 令和2年4月1日～令和3年3月31日

●申請に必要なもの

- 印かん、領収書、通帳など振込先が分かるもの、母子健康手帳(子ども、妊婦の場合)、予診票(※)
- ※インフルエンザ、高齢者肺炎球菌の申請には、予防接種予診票が必要です。
- ☎ 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

パッククッキングでピラフ風



1人分の栄養価 エネルギー：324kcal 塩分：0.8g

材料(1人分)

- 米……………0.5合
- 水……………50cc
- 野菜ジュース…50cc
- ツナ缶…………1/4缶
- 玉ねぎ…………20g
- グリーンピース…15g
- コンソメ顆粒…1g
- こしょう…………少々

作り方

- ① 米は水があれば洗う。なければそのままポリ袋に入れる。
- ② ポリ袋に米、水、野菜ジュースを入れ20分間浸水する。
- ③ 玉ねぎはみじん切りにする。
- ④ ②のポリ袋に、玉ねぎ、ツナ缶、グリーンピース、コンソメ顆粒、こしょうを入れる。
- ⑤ 空気を抜いて上の方でしぼる。
- ⑥ 沸騰した湯で30分ゆでる。
- ⑦ 湯からあげてそのまま10分蒸らす。

【栄養士メモ】

ポリ袋は湯せん可能な耐熱性のものを使用してください。カセットコンロと鍋があれば調理ができ、災害時にも役立ちます。

『ながすクッキング教室(持ち帰り)』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♪

- とき 2月19日(金) 午前9時30分～正午
- ところ すこやか館 調理室
- 内容 講話 冬の体を温める食事調理実習 体を温めよう!冬のぼかぼかレシピ
- 持ち物 マスク、エプロン、三角巾、スリッパ、米半合、ふきん2枚、持ち帰り容器
- 参加費 500円

- 締切日 2月12日(金)
 - 定員 15人
- ※定員に達した場合は、申し込みを締め切ります。
- ※感染症の流行状況によっては中止となる場合があります。
- ☎・☎ すこやか館 (☎78-7171)

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
はーと♥カフェ	2月12日(金) 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
「みらい」カフェ	2月17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」	2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

保健・子育て情報

フツ化物塗布の未就園児受け入れ中止について

2月のフツ化物塗布は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため未就園児の受け入れを中止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

次回の実施は6月を予定しています。(今後の情勢の変化によっては中止となる場合もあります)

※在園児は予定どおり実施します。また、すこやか館では保健師・管理栄養士・歯科衛生士・保育士が常駐しています。健康に関することなどお気軽にご相談ください。

☎ すこやか館
(78) 7171

まだ間に合います! 特定健診を受けましょう!

特定健診は、生活習慣病予防のため大切な健診です。令和2年度の特定健診を受けていない人は、ぜひ受けましょう!

特定健診受診券をお持ちでない人は、福祉保健介護課国保医療係にご連絡いただきますと受診券を発送します。

▽対象者 40歳から74歳の国民健康保険被保険者

▽期間 令和3年2月26日(金)まで

▽場所 町内・玉名郡市医療機関、荒尾市民病院健康管理センター

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)法律上、婚姻関係にある夫婦で、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 (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)

▽助成対象となる内容および期間 令和2年4月1日(土)から令和3年3月31日(土)において行われた一般不妊治療(人工授精)のうち保険外診療の治療費

▽助成費用 夫婦一組につき上限5万円まで

▽申請期限 3月31日(土)

▽申請場所 すこやか館

※申請に必要な書類などの詳細は、すこやか館にお問い合わせください。

▽料金 1,000円

※令和3年3月31日時点の年齢が40、45、50、55、60、65、70歳の人は無料です。

☎ 福祉保健介護課 国保医療係
(78) 3139

風しん予防接種はお済みですか?

風しんは飛沫感染による感染症です。妊娠初期の妊婦さんに感染させてしまうと、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。

予防対策としての予防接種および抗体検査への協力をお願いします。

▽対象者 予防接種制度上、国が実施する予防接種を受ける機会がなかった人(昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性)

▽実施内容 抗体検査を実施したのち、必要性が認められた人に風しんの予防接種を実施します。予防接種および抗体検査についての費用は無料です。

※本年度は、昭和37年4月2日から昭和47年4月1日生まれの人へクーポン券を送付しています。

※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も、そのまま使用できます。

☎ すこやか館
(78) 7171

厚生労働省：動画でわかる「止めるぞ、風しん！」

Happy Birthday

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



令和2年2月3日(出町)
パパ 浩 敬さん
ママ 恵里奈さん
♡パパとママから
一歳のお誕生日おめでとう♡
いつもみんなを笑わせてくれてあり
がとう♡これからも元気にすくすく
大きくなってねだいすきだよ。

令和2年2月19日(宮崎)
パパ 章 さん
ママ 祐佳さん
♡パパとママから
1歳のお誕生日おめでとう!
いつもみんなを笑顔にしてくれて
ありがとう!これからも笑顔で元気
いっぱい女の子に成長してね!

令和2年2月23日(古城)
パパ 寿 一さん
ママ 夏緒里さん
♡パパとママから
お誕生日おめでとう!
晴翔の笑顔は家族みんなを
笑顔にしてくれるよ☆
これからも元気にすくすく育ってね!



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!



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
11.27	橋口 翔矢	男	裕二	駅通
12.1	米谷 千鶴	女	貴史	向野
12.9	前田 一心	男	健太郎	向野北
12.15	永井 心琉	女	康久	梅田

(令和2年12月31日受付分まで)

1月14日に実施の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。



2月・3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 研修センター
■対象者 未就学児親子

ボディケア ◎事前申込が必要です

■日時 2月12日☎ 午前10時30分~
■場所 研修センター
■対象者 未就学児親子 5組程度
■持参品 動きやすい服装、水分補給用の飲料
■申込期限 2月5日☎

1歳の誕生日

■日時 2月19日☎ 受付 午前10時40分~
開始 午前11時~
■場所 研修センター
■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。

3月にここサロン「子育て講演会」 ◎事前申込が必要です

■日時 3月4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 15組
■内容 親子で楽しめるお話し会
■申込期間 2月9日☎~25日☎

おゆずり会

■日時 3月15日☎~19日☎ 午前10時~
■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
■内容 子ども服、小物、おもちゃ



<おしらせ>

子育て支援センターは、3月1日からふれあいセンターに場所を変更して開所します。
工事でご迷惑をおかけしましたが、今までどおり利用できますので、みなさんぜひ遊びに来てください。

☆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)

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 2月4日☎、18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 マイナンバーカード (または個人番号通知カード)
- ⑤ 妊婦の本人確認ができるもの (マイナンバーカード、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12月生まれ)

■日時 2月24日☎ 午前10時~11時30分

★2月の乳幼児健診

4日☎ 3歳児健診 (対象:平成29年6月~7月生まれ)
9日☎ 7カ月児健診 (対象:令和2年6月生まれ)
18日☎ 1歳6カ月児健診 (対象:令和元年6月生まれ)
26日☎ 3カ月児健診 (対象:令和2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9日☎、26日☎ 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!

