

成人が受ける予防接種

種類	対象年齢	回数と間隔
風しん	昭和37年4月2日から昭和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	抗体検査を1回 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)	本年度65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人で、これまでに高齢者肺炎球菌(23価)予防接種を接種していない人 60歳から64歳で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能などの障がいのある人	1回

☆インフルエンザ予防接種は例年10月から接種が始まります。定期接種は、主に65歳以上の人が対象です。

委託医療機関以外での接種を希望する場合

かかりつけ医が委託医療機関以外である場合や、里帰りなどの理由により遠方での予防接種を希望する場合は、接種後に予防接種費用を助成します。(事前に手続きが必要です)

【手続き方法】(子どもの定期予防接種の場合)

- ① 保健センターすこやか館に、予防接種依頼書交付申請書を提出します。(印かんが必要です)
- ② 町が作成した予防接種依頼書を医療機関に持参して予防接種を受けます。(全額窓口で支払います)
- ③ 医療機関が発行した領収書、使用した予診票、母子健康手帳、印かん、保護者の通帳(振込先の確認できるもの)をすこやか館に持参し、費用助成の手続きをします。  
※費用助成の手続きは、接種から6カ月以内に行ってください。

☎ すこやか館 ☎78-7171



新型コロナワクチン接種

いつから受けられるの?

※この内容は3月24日時点の情報に基づいて作成していますので、内容に変更が生じている場合があります。最新の情報は町ホームページなどをご確認ください。

新型コロナワクチンは、16歳以上の人を対象です。医療従事者、高齢者などから順次接種を開始する予定です。ご自身の接種の順番をご確認いただき、順番が来るまでお待ちください。



接種券(クーポン券)はいつ届くの?

65歳以上の高齢者には、4月下旬頃にクーポン券を送付します。その他の人には、ワクチンの接種体制が整い次第順次送付します。

接種費用は?

ワクチン接種は**無料**です。

どうやって接種するの?

現在、国からの情報をもとに、ワクチン接種に向けて準備・調整を行っています。接種場所や日程などは決定次第、広報や町ホームページなどでお知らせします。

新型コロナワクチンに関する問い合わせ先

厚生労働省 新型コロナワクチンコールセンター ☎0120-76-1770 (フリーダイヤル)  
 熊本県新型コロナウイルス専門的相談窓口 ☎096-285-5622

ワクチン接種に関する詳しい情報はこちら



詐欺にご注意ください

役場や保健所などを装って「ワクチン接種に予約金が必要」「優先的に接種を受けることができる」などといって金銭の要求をする電話はすべて詐欺です。不審な電話がかかってきたら、警察に通報してください。

予防接種で病気を防ごう ~令和3年度予防接種のお知らせ~

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。接種をする際には、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。

就学前までに受ける予防接種

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週から24週まで	27日以上の間隔をおいて2回
	5価ワクチン(ロタテック®) 生後6週から32週まで	27日以上の間隔をおいて3回
B型肝炎	1歳未満	初回: 27日以上の間隔をおいて2回 追加: 1回目の接種から139日以上の間隔をおいて1回
小児肺炎球菌	生後2カ月から5歳未満	1~4回 ※接種開始月齢によって回数などが異なります。
ヒブ	生後2カ月から5歳未満	1~4回 ※接種開始月齢によって回数などが異なります。
四種混合 ジフテリア 百日せき 破傷風 不活化ポリオ	生後3カ月から7歳半未満	初回: 20日以上の間隔をおいて3回 追加: 初回終了後6カ月以上の間隔をおいて1回
BCG	1歳未満	1回
麻しん風しん(MR)	【第1期】 1歳から2歳未満	1回
	【第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回
水痘(水ぼうそう)	1歳から3歳未満	3カ月以上の間隔をおいて2回
日本脳炎	【第1期】 生後6カ月から7歳半未満	初回: 6日以上の間隔をおいて2回 追加: 初回終了後6カ月以上の間隔をおいて1回

■予診票は産後の訪問時に、保健師からお渡ししています。

■他市区町村から転入した場合など、予診票を持っていない場合は、接種記録を確認しますので、必ず母子健康手帳をご持参の上、すこやか館にお越しください。

小学生以上が受ける予防接種

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13年4月2日から平成19年4月1日生まれで20歳未満 ※本年度18歳になる人に通知を送付します*	第1期、第2期で不足している回数分
子宮頸がん	小学6年生から高校1年生の年齢の女子 ※現在、個別通知を差し控えています。希望する人は定期接種として接種できます。	3回

※特例対象者の人には予診票を同封していません。接種を希望する場合は、接種記録を確認しますので、必ず母子健康手帳を持参の上、すこやか館にお越しください。

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)

- 日時 毎週火曜日 午前11時～
- 場所 子育て支援センター
- 対象者 未就学児親子

バランスボール教室

- 日時 4月12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 8組
- 持参品 水分補給用飲み物、動きやすい服装
- 申込期限 4月5日㊤ ※定員になり次第締め切ります。

1歳の誕生日会

- 日時 4月15日㊤ 受付 午前10時40分～
- 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。

はいはい・よちよち・かけっこ大会

- 日時 4月21日㊤ 午前10時30分～
- 場所 子育て支援センター
- 対象者 はいはいの部……1歳未満  
よちよちの部……1歳以上～2歳未満  
かけっこの部……2歳以上～未就学児  
※町内在住の未就学児が対象です。
- 開始時間 はいはいの部……午前10時30分～  
よちよちの部……午前11時～  
かけっこの部……午前11時30分～
- 申込期間 4月1日㊤～12日㊤  
※当日は、10分前までに受付を済ませてください。



5月にこにこサロン「手形・足形アート」

- 日時 5月6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 4月15日㊤～29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)

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 4月22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3年2月生まれ)

- 日時 4月28日㊤ 午前10時～11時30分

★4月の乳幼児健診

- 8日㊤ 3歳児健診 (対象:平成29年9月～10月19日生まれ)
- 13日㊤ 7カ月児健診 (対象:令和2年8月生まれ)
- 15日㊤ 1歳6カ月児健診(対象:令和元年8月生まれ)
- 23日㊤ 3カ月児健診 (対象:令和2年12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。
- 4月13日㊤、23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!



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
はーと♥カフェ	4月8日㊤ 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
「はな・カフェ」	4月18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	4月21日㊤ 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 4月17日㊤ 午後1時30分～3時30分

▽場所 荒尾市総合文化センター1

▽参加費 無料

▽その他 参加する人は、事前予約が必要です。

☎ 家族の会 世話人 迎統 美陽子 (78) 5713

認知症のひと家族の会  
「つどい」開催

4月2日から8日は  
発達障害啓発週間です

毎年、4月2日は国連が定める「世界自閉症啓発デー」です。日本では4月2日から8日を「発達障害啓発週間」として、各地でさまざまな啓発活動が行われています。

発達障害がい(自閉スペクトラム症、ADHD、LDなど)は、生まれつきの脳機能の障がいですが、認知の仕方や学び方に違いがあります。周囲の理解や特性に配慮した支援・環境の工夫で持っている力を十分に伸ばしていくことができます。障がいについて正しく知っていただくことが支援の第一歩です。

☎ 熊本県北部発達障がい者支援センター わつふる ☎096-293-8189

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング  
アスパラガスのごま和え



1人分の栄養価 エネルギー：80kcal 塩分：0.4g

材料(4人分)

- アスパラガス……200g
- パプリカ(赤)……1個
- すりごま……大さじ1
- しょうゆ……小さじ2
- みりん……小さじ1
- ごま油……小さじ1

作り方

- ① アスパラガスは根元のかたい部分を切り落とし、ピーラーで皮をむいて3cm長さに切る。
- ② パプリカは種を取り、1cm幅、3～4cm長さに切る。
- ③ ①と②を塩少々(分量外)を加えた熱湯でゆで、ざるに上げて冷ます。
- ④ ボウルにAを合わせ、①②を和える。

【栄養士メモ】

春野菜のアスパラガスは疲労回復効果のあるアスパラギン酸を多く含みます。鮮度が落ちやすいのでなるべく早く調理しましょう。

『ながすクッキング教室』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 4月16日㊤ 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 食事の基本!栄養バランスを整えよう  
調理実習 春野菜を使った料理
- 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
- 参加費 500円

- 締切日 4月9日㊤
- 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)

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



與田 ちはる 千晴ちゃん



出口 さな 紗奈ちゃん



出口 れな 怜奈ちゃん

令和2年4月1日(駅通)  
パパ 敬さん  
ママ 燈さん  
♡パパとママから  
一歳のお誕生日おめでとう。  
毎日かわいい笑顔をたくさん  
ありがとう。お姉ちゃん達と  
仲良く元気に育ってね。

令和2年4月7日(大明神)  
パパ 真聖さん  
ママ 祐奈さん  
♡パパとママから  
紗奈、怜奈、お誕生おめでとう!  
二人が産まれてきてくれて、パパもママも幸せです。  
大好きだよ!



### おめでた

誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
1.20	川上 侑大 <small>ゆうだい</small>	男	勝也	下東
1.30	前田 奏 <small>そう</small>	男	直樹	梅田
1.30	松井 花歩 <small>かほ</small>	女	良太	向野北

誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
2.11	野田 蒼介 <small>そうすけ</small>	男	康男	向野北
2.16	山田 菜里 <small>しおり</small>	女	高史	東荒神

(令和3年2月28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月11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。



山下 偉楓くん  
(向野北)



出口 鈴夏ちゃん  
(古城)



松藤 洋介くん  
(駅通)



松尾 梨央ちゃん  
(鷺巣)



川畑 絢太郎くん  
(向野)



村上 明結菜ちゃん  
(平原)



大井 琉詩くん  
(古城)



中尾 晃太郎くん  
(平原)



尾池 駿くん  
(出町)



平田 みのりちゃん  
(古城)



豊福 涼真くん  
(出町)



高本 思虎くん  
(腹赤新町)