

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
にじいろ カフェ	9月16日⑥ 午後1時30分 ～午後3時	げんきの館	200円 (飲み物、 お茶代 として)	げんきの館 ☎57-8336

保健・子育て情報

認知症のひと家族の会 「つどい」開催

▽日 時 9月18日⑤
午後1時30分～3時30分
▽場 所 玉名市文化センター
▽参加費 無料
▽その他 参加する人は、事前予約が必要
☎ 家族の会 世話人 迦統 美陽子
(78) 5713

令和3年度敬老会 中止のお知らせ

例年9月に開催していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止とします。

なお、記念品などにつきましては、対象者の皆さんに通知しています。9月13日④から役場1階福祉保健介護課で配布を行いますので、お受け取りをお願いします。

☎ 福祉保健介護課 福祉係
(78) 3135

平日健診できない人のための 乳がん検診を実施します！

▽日 時 10月17日⑤
午前8時30分～11時30分
(30分毎の予約制)

▽場 所 くまもと県北病院 2階
健康管理センター

▽定員 40人(先着順)

▽料金 1方向 4,400円(税込)
2方向 6,050円(税込)

▽申込方法 10月1日⑤まで
午後1時～午後5時

※感染症対策のため、マスクの着用と朝の検温をお願いします。

☎ ⑤ くまもと県北病院健康管理センター
(73) 6135



健康ポイント事業に参加しませんか？

令和3年度の健康ポイント事業が8月1日④からスタートしました！みなさんの健康づくりにぜひお役立てください。本年度はスマートフォンの活用でもポイントが貯まります！

■対象者

町内に住所を有する20歳以上の人

■事業実施期間

令和4年1月31日⑥まで

■ポイント申請期間

12月1日⑥から令和4年2月11日⑤

■ポイントカード設置場所

役場、ながす未来館、中央公民館、
ふれあいセンター、すこやか館、町民研修センター、
地域福祉センター、総合スポーツセンター、
健康福祉センター

※町内の一部医療機関・歯科医療機関にも設置しています。
チラシも設置していますので、ポイントカードと一緒にご覧ください。

事業への参加は、おひとりにつき年度内に1回限りです。

賞品獲得までの④ステップ

ステップ1 ポイントカードを手に入れよう！

ステップ2 健康目標を立てて実践しよう！

本年度は、健康管理アプリを活用した目標設定・目標達成をした人は更にポイントアップ！

ステップ3 ポイントを貯めて申請しよう！

健康診査の受診や、対象事業に参加するとポイントが貯まります。
1000ポイント貯まると、特別賞の申請ができます。

ステップ4 素敵な賞品を手に入れよう！

ポイントカードを提出し申請をすると、特別賞の賞品引換券をお渡しします。
1000ポイント達成できなくても、参加賞がもらえます。

☎ すこやか館 ☎ 78-7171

9月・10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）

■日 時 毎週火曜日 午前11時～
■場 所 子育て支援センター

Let's enjoy English

■日 時 9月1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
※10月は6日㊥です。イザベラ先生と一緒に英語を楽しみましょう。

ベビーマッサージ ㊥事前申込が必要です

■日 時 9月9日㊥ 午前10時30分～
■場 所 子育て支援センター
■対象者 1歳未満の乳幼児親子 5組程度
■持参品 バスタオル
■申込期間 9月2日㊥まで 定員になり次第締め切ります。

1歳の誕生会

■日 時 9月16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
※開始時間は前後する場合があります。
対象者には、事前に案内文を送付します。

10月ににこにこサロン「はみがき上手かな」

■日 時 10月14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組程度
■申込期間 9月23日㊥～10月7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。

☎・㊥ 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

製作あそび

■日 時 9月9日㊥ 午前10時30分～
■場 所 もっくさん（長洲しおかぜこども園）
■内 容 てがた あしかたアート
■対象者 未就園児親子
■申込期間 9月3日㊥～8日㊥

誕生会

■日 時 9月21日㊥ 午前10時30分～
■場 所 もっくさん（長洲しおかぜこども園）
■内 容 9月生まれのお友だちのお祝いを行います。
■対象者 未就園児親子
■申込期間 9月3日㊥～17日㊥

毎週火曜日、木曜日は歌を歌ったり塗り絵やシール遊びを楽しみます。その他は自由遊びとなっています。
開所日時 月～金 午前10時～午後2時30分

☎・㊥ 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

★母子健康手帳の交付・ミニ母親学級

■日 時 9月2日㊥、30日㊥、10月7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7月生まれ)

■日 時 9月22日㊥ 午前10時～11時30分

★9月の乳幼児健診

9日㊥ 3歳児健診 （対象：平成30年3月生まれ）
14日㊥ 7カ月児健診 （対象：令和3年1月生まれ）
16日㊥ 1歳6カ月児健診（対象：令和2年1月生まれ）
24日㊥ 3カ月児健診 （対象：令和3年5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。
9月14日㊥、24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！



結核検診のお知らせ（検診車の巡回）



皆さんの健康を守るため感染症予防策を講じた上で、結核検診を実施します。65歳以上の人は年に1回は結核検診を受けましょう。

検診会場では、町地域婦人会が複十字シール運動募金を実施します。ご協力をお願いします。

※検診バスが新しくなり、車椅子での検診バス内への乗車ができないため、介助が必要な人は付き添いの人と一緒に来場をお願いします。

日 付	受付時間	場 所
9月30日㊥	午前9時～10時30分	清源寺公民館
	午後1時30分～2時30分	上沖洲公民館
10月1日㊥	午前9時～10時30分	町民研修センター
	午後1時30分～3時	長洲町中央公民館
10月2日㊥	午前9時～10時30分	清里小学校（プール側）
	午後1時30分～3時	地域福祉センター

※事前の申し込みは不要です。ご都合の良い会場、時間でお受けください。

■対象者 65歳以上の人（令和4年3月31日時点）

※令和3年3月に実施した意向調査（令和3年度特定健診・がん検診申込書）で、「受けない理由」、「集団健診を受ける」などの回答があった人には通知を発送していません。

■料 金 無料

■結 果 検診結果で異常がなかった人には通知しません。検査結果が「要精密」の人は、個別で連絡します。
詳しくは、8月末に発送している結核検診の案内をご確認ください。

☎ 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

ポリ袋でサバ缶と野菜の煮物



1人分の栄養価 エネルギー：156kcal 塩分：0.8g

材料（2人分）

キャベツ……………200g
にんじん……………20g
サバ缶(味付)…………1缶

作り方

- ① キャベツは角切り、にんじんは薄い短冊切りにする。
- ② 全ての材料を耐熱性のポリ袋に入れて、よく揉む。
- ③ 袋の中の空気を抜いて上の方で縛る。
- ④ 沸騰したお湯で15分茹でる。

【栄養士メモ】

9月1日は防災の日です。備蓄食品は定期的にチェックし、賞味期限の近いものは消費して買い足す、ローリングストックで災害に備えましょう。パッキング（湯せん調理）は災害時でも簡単に調理ができます。

『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 9月17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 生活習慣病を予防しよう
調理実習 旬の食材でおいしく健康！

■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 9月10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)

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



野畑 ^{りく} 璃久くん

令和2年9月2日（駅通）
パパ 良平さん
ママ 真実さん
♡パパとママから
1歳のお誕生日おめでとう！
みんなに可愛がられて人気者のりくくん♡
お兄ちゃんたちとたくさん遊んでね。
これからも病気に元気がいっぱい
大きくなってね♡



土山 ^{しゅうと} 愁翔くん

令和2年9月6日（出町）
パパ 祐太さん
ママ 彩さん
♡パパとママから
しゅうと 1歳おめでとう♪
これからも元気に
すくすくと育ってね！
大好きだよ♡



森田 ^{はる} 陽月くん

令和2年9月11日（腹赤）
パパ 義己さん
ママ 里奈さん
♡パパとママから
はるくん 1歳おめでとう。
はるくんのニコニコ笑顔に
み～んな癒されて
メロメロです♡
ゆーっくり大きくなってね。



前田ひよりちゃん

令和2年9月15日（向野北）
パパ 佑 樹さん
ママ まどかさん
♡パパとママから
ひよちゃん 1歳のお誕生日
おめでとう♡パパ、ママ、
にいに、じい、ばあの
愛情は沢山受けて元気に
明るく育ってね♡大好きばい♡



松森 ^{たくみ} 拓己くん

令和2年9月22日（清源寺）
パパ 大祐さん
ママ 理恵さん
♡パパとママから
たっくん誕生日おめでとう
いつも可愛いたっくん癒されてるよ～
最近うごきが活発になってきたね
ご飯もいっぱい食べて逞しく育って
くれて嬉しいよこれからもよろしくね♡



西山 ^{おとは} 音葉ちゃん

令和2年9月30日（宮崎）
パパ 怜さん
ママ 優香さん
♡パパとママから
お誕生日おめでとう！
家族みんなが音ちゃんのこと
大好きだよ♡
これからも元気に
すくすく育ってね♪



おめでた



誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
6.24	谷本 ^{ゆうじん} 悠仁	男	雄三	腹赤
6.27	長田 ^{はるか} 悠楓	男	修平	大明神
7. 1	直塚 ^{りょうが} 瞭駕	男	純一郎	腹赤
7. 2	西嶋 ^{ちか} 智禾	女	泰紀	梅田
7. 7	鋤本 ^{そら} 昊空	女	磨	新山
7. 8	森下 ^{がく} 楽	男	健太	大明神
7.14	富永 ^{けいと} 啓斗	男	尚弥	腹赤
7.17	馬淵 ^{さくと} 朔斗	男	秀太	建浜
7.20	荒木 ^{はると} 晴仁	男	栄輔	向野北
7.24	田上 ^{あらた} 新	男	順浩	清源寺
7.28	橋本 ^{ひなた} 日向	男	尚貴	清源寺

（令和3年7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！

8月19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。



濱津 ^{みおり} 滯莉ちゃん
（上沖洲）



西村 ^{そら} 空くん
（折地）



中村 ^{はる} 遙くん
（向野北）



山田 ^{はると} 斗斗くん
（東荒神）



南島 ^{そうた} 想汰くん
（立野）