

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	5月19日㊥ 午後1時30分 ～午後3時	げんきの館	無料	げんきの館 ☎57-8336

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など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 5月21日㊥
午後1時30分～3時30分

▽場所 玉名市民会館

▽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

保健・子育て情報

はぐくみ館 スタッフ紹介

はぐくみ館は、子育て世代の総合相談拠点として、相談者にとって身近な場所で教育・保育・保健など、 妊娠期から子育て期に抱える悩みについて、保健師、臨床心理士、助産師などの専門知識を持つ相談員が、 相談者に寄り添った支援を行っています。



坂本 聡子
(相談員)

何でもお気軽にご相談ください。
みなさまの笑顔のお手伝いをさせていただきます。



黒田 香菜子
(保健師)

すべての子どもたちの健やかな成長・発達・笑顔づくりのお手伝いをします！



坂本 裕文
(元教員)

学校での学習や生活面でご心配なことなど、遠慮なくご相談ください。



田中 華子
(助産師)

妊娠・出産・産後・育児に関することや将来お子様をお望みの方などご相談ください。



児玉 真也
(臨床心理士)

子どもたちの成長、発達の困りごとなどお気軽にご相談ください。

<相談日時>

原則予約制で、電話・対面による相談を行います。
・月曜日～金曜日 午前9時～午後4時
・上記以外の相談日やリモート相談をご希望の場合は、ご連絡をお願いします。

<相談内容>

こんなときどうしたら？
・子育てや学校生活で困っている…など
・言葉が遅い、発達が遅い、集団生活になじめない
・経済的に不安

<5月の主な相談日程>

・5月12日㊥ 午前9時～正午……………臨床心理士による相談
・5月25日㊥ 午前10時～正午……………助産師による相談

はぐくみ館ではリモート相談も行っています！

体調や家庭のご都合により外出が難しい人でも、スマートフォンやタブレット端末などを利用したリモート相談が可能です。リモート相談をご希望の人は、事前にはぐくみ館へご相談ください。

☎ はぐくみ館 ☎78-4189

胃がんリスク検査を受けてみませんか？

町では、胃がんリスク検査費用の一部を助成しています。
胃がんリスク検査は、血液検査でピロリ菌の感染と萎縮性胃炎の進行度を調べ、胃がんになりやすいかどうか(胃がんリスク)を調べるものです。

▽対象者 町内に住所を有する30歳以上の
※過去にピロリ菌除菌をした人や、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。
▽申し込み 印かんを持参の上、すこやか館で申請書をご記入ください。
※申請書には本人の署名が必要です。
▽実施期間 令和5年3月31日(金)まで
▽検査機関 町内医療機関
▽検査内容 血液検査(ペプシノゲン検査、ピロリ菌抗体検査)
▽助成回数 生涯に1回
▽自己負担額 1,000円(残りの費用を町が負担します)
☎ すこやか館 (78) 7171

健診の申し込みはお済みですか？

・特定健診・後期高齢者医療健診・がん検診を受けましょう！
町の集団健診では生活習慣病予防のための基本健診をがん検診と一緒に受けることができます。
令和3年度で健診がお済みでない人

はご自身や家族の健康のために健診を受けましょう！
コロナ禍でも「健診」は必要です！

集団健診・がん検診などの必要な受診は、不要不急の外出にあたりません。感染症対策として密集・密接・密閉の3密を防止するため受付時間・人数を制限しています。当日の会場でのマスクの着用などのご協力をお願いします。

▽日程 6月4日㊥～14日㊥の10日間(5日㊥は実施しません)
12月16日(金)～17日(土)、19日(月)～20日(火)の4日間
日時については、申込者数により変更する場合があります。6月の健診対象の人には、5月中旬発送予定の受診票にてご案内します。
▽場所 町中央公民館
▽料金
特定健診 1,000円
後期高齢者医療健診 800円
若年者健診 2,000円
※各種がん検診は、申込書同封のご案内を参照ください。
▽持ち物 健康保険証・受診票、超音波、乳がん検診のある人はタオル

無料でがん検診が受診できます！

◆平成14年4月2日(昭57年4月2日)
◆子宮頸がん検診 20歳の女性
(昭57年4月2日)
◆乳がん検診 40歳の女性
◆大腸がん検診 40歳の男女

里親制度を知っていますか？

全国には、さまざまな事情により親と一緒に生活できない子どもが約45,000人もおり、熊本県でも約800人います。全国的にはもちろんのこと、熊本県下でも里親が不足しているのが現状であり、子どもの多くは児童養護施設や乳児院などで生活をしています。養育家庭支援センターきらきらでは、熊本県民の皆さんに里親制度を知っていただき、温かな里親家庭と子どもをつなぐ活動を行っています。

Zoomでの定期説明会開催中!!

里親制度説明会を開催(毎月第2金曜日)しています



☎ 社会福祉法人慈愛園 慈愛園乳児ホーム
養育家庭支援センターきらきら
☎096-383-8100

『ながすクッキング教室』を開催します

▽日時 5月20日(金)
午前9時30分～午後1時

▽場所 すこやか館 調理室

▽内容 講話 歯と口の健康と栄養調理実習 よく噛んで食べよう！
噛むカムレシピ

▽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

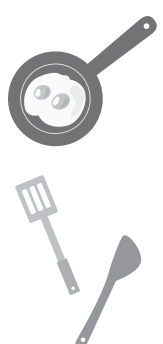
▽参加費 500円

▽締切日 5月13日(金)

▽定員 15人

☎・☎ すこやか館 ☎(78) 7171

※事前申し込みが必要です。毎月第3金曜日に開催中。男性も参加しています。



成人以降に受ける予防接種

種類	対象	回数と間隔
風しん	昭和37年4月2日～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

その他の予防接種

- インフルエンザ予防接種 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。
- 新型コロナワクチン 5歳以上の人は接種することができます。(詳しくは6ページをご覧ください)

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、申請書をもとに予防接種依頼書を作成します。
3. 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)
4. 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。
5. 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。

※詳しくはすこやか館までお問い合わせください。

任意予防接種の費用助成

町では、次の任意予防接種の費用を助成しています。

■高齢者肺炎球菌	■おたふくかぜ
≪対象者≫ 65歳以上の人で、定期接種の対象にならない人	≪対象者≫ 1歳から就学前までの人で、おたふくかぜ予防接種をはじめて受けた人(おたふくかぜにかかったことがある人を除く)
≪助成額≫ 3,000円	≪助成額≫ 3,000円
≪申請期限≫ 令和5年3月31日㊤	≪申請期限≫ 令和5年3月31日㊤

■風しん(成人)
≪対象者≫ 次のいずれかに該当する人(風しんにかかったことがある人、もしくは風しんの予防接種を受けたことがある人を除く) ① 風しん抗体が低い(HI抗体価が16倍以下相当)妊婦の配偶者・同居者 ② 妊娠を希望する女性およびその配偶者・同居者
≪助成額≫ 上限10,000円
≪申請期限≫ 接種日から6カ月以内

【申請に必要なもの】印かん、領収書、通帳(振込先の確認できるもの)、母子健康手帳(被接種者が子ども・妊婦の配偶者の場合)、予診票(高齢者肺炎球菌の場合)

※高齢者肺炎球菌任意予防接種を委託医療機関で接種した場合は、申請手続きは必要ありません。

その他

紛失・破損などにより予診票の再交付を希望する場合は、保健センターにご相談ください。(お子さんの予防接種の場合は、母子健康手帳をご持参ください)

☎ すこやか館 ☎78-7171

予防接種で病気を防ごう ～令和4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	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日以上の間隔をにおいて2回
	5価ワクチン(ロタテック®) 生後6週から32週まで	27日以上の間隔をにおいて3回
B型肝炎	1歳未満	27日以上の間隔をにおいて2回
		1回目の接種から139日以上の間隔をにおいて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日以上の間隔をにおいて3回 (追加) 初回終了後6カ月以上の間隔をにおいて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カ月以上の間隔をにおいて2回
日本脳炎	(第1期) 生後6カ月から7歳半未満	(初回) 6日以上の間隔をにおいて2回
		(追加) 初回終了後6カ月以上の間隔をにおいて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、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	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ています	1回
日本脳炎	(第2期) 9歳から13歳未満 ☆本年度は小学4・5年生に個別通知を送付しています	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ています*	第1期、第2期で不足している回数分
ヒトパピローマ ウイルス(HPV) ワクチン	小学6年生から高校1年生の年齢の女子	3回
	(キャッチアップ接種対象者) 平成9年4月2日から平成18年4月1日生まれの女性のうち、過去にHPVワクチンの接種を合計3回受けていない人	

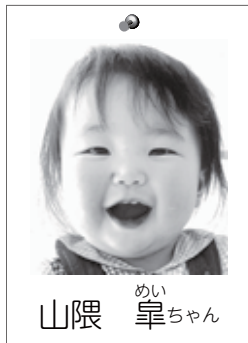
※日本脳炎特例対象者の人には通知の際に予診票を同封していません。接種を希望する場合は、必ず母子健康手帳を持参の上、すこやか館にお越しください。

Happy Birthday

はじめての ハッピーバースデー

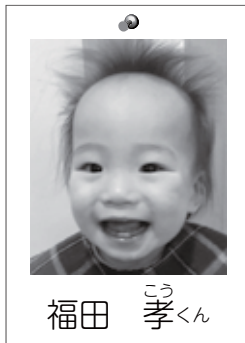
掲載募集中！

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



山隈 めい
隼ちゃん

令和3年5月3日（梅田）
パパ 龍馬さん
ママ 歩美さん
♡パパとママから
一歳のお誕生日
おめでとう！
にーに、ねーねと仲よく
明るく元気に育ってね♡
いつもありがとう
♡大好き♡



福田 こう
孝くん

令和3年5月5日（上町）
パパ 智さん
ママ 由起さん
♡パパとママから
1歳のお誕生日おめでとう！
孝くんが生まれてきてくれて、
家族みんなとっても嬉しかったよ。
孝くんの笑顔にいつも癒されています
♡これからもお兄ちゃん達と仲良く
ニコニコ笑顔でいてください。



北野 ゆうと
友翔くん

令和3年5月8日（赤田）
パパ 健一さん
ママ 朝美さん
♡パパとママから
一歳のお誕生日おめでとう！パパ
とママの所に生まれてきてくれて
ありがとう。友翔の笑顔がみんな
大好きだよ♡大好きなお兄ちゃん
と仲良くいっぱい遊んで、
これからも元気に育ってね！



平林 たくと
拓斉くん

令和3年5月9日（向野北）
パパ 健司さん
ママ 泰子さん
♡パパとママから
Happy Birthday ☆
我が家のムードメーカー。
たくさん食べ、たくさん
寝て、たくさん笑って、
一緒に成長していこうね！



山崎 さくま
朔真くん

令和3年5月10日（向野北）
パパ 誠真さん
ママ はづきさん
♡パパとママから
いつもニコニコ笑顔で
ご飯を食べるのが
だ〜いすきな朔真！
いっぱい食べてゆっくり
ゆっくり大きくなってね★
1歳おめでとう！



山崎 そうま
颯真くん

令和3年5月10日（向野北）
パパ 誠真さん
ママ はづきさん
♡パパとママから
大きな声でお喋りするのが
上手になった颯真！
たくさん遊んで
元気いっぱい笑って
大きくなってね★
1歳おめでとう！

誕生日	出生児	性	保護者名	行政区
3. 8	徳永 ありさ 有咲	女	祐一郎	腹赤
	徳永 みさき 光咲			
3.11	井口 かの 嘉乃	女	勝也	下東
3.15	大塚 さくら 桜	女	正貴	大明神
3.17	池本 みお 美桜	女	強	腹赤
3.24	満永 たき 多喜	男	湧人	赤崎

（令和4年3月31日受付分まで）

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング

新玉ねぎの ソース炒め



1人分の栄養価
エネルギー：43kcal
塩分：0.5g

材料（4人分）

新玉ねぎ…… 1個
油……… 小さじ1
ウスターソース
… 大さじ1・1/3
パセリ……… 適量

作り方

- ①玉ねぎは横に薄切りにする。
- ②フライパンに油を熱し、①の玉ねぎを炒める。しんなりしたら、ウスターソースを加えてさらに炒めて汁気をとばす。
- ③器に盛り、パセリのみじん切りをふる。

【栄養士メモ】

甘みのある新玉ねぎは生でもおいしいですが、炒めるとやわらかく更に甘みが増します。お好みの味付けにアレンジするのもおすすめです。

※5月のながすクッキングのご案内は25ページをご確認ください。

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！

4月14日に実施した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。



荒木 れの
玲穂ちゃん
（新町）



板橋 みつき
美月ちゃん
（出町）



大川 とわ
叶翔くん
（新山）



古賀 アンナちゃん
（清源寺）



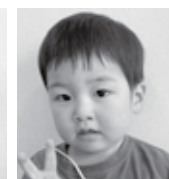
田上 なな
和奈ちゃん
（下東）



松野 はな
絆花ちゃん
（建浜）



馬淵 ひよと
寿人くん
（清源寺）



山隈 ふたお
楓太くん
（折地）