

保健・子育て情報

依存症家族ミーティングを開催しています

アルコール・薬物・ギャンブル等依存症を抱える人のご家族が、依存症の知識や家族の対応について学び、同じ悩みを持つ人との交流や回復者からのメッセージをとおして、ご家族が健康で自分らしい生活を送り、依存症ご本人と上手に付き合っていただけではない「依存症家族ミーティング」を開催しています。どうぞお気軽にご参加ください。

▽開催日時 毎月第3金曜日
午後1時30分～午後3時30分

▽場所 熊本県精神保健福祉センター

▽内容 ミニ学習会、フリートーク(話を聴くだけでもOK)など※学習会の内容は、お問い合わせください。

▽参加費 無料

▽参加方法 当日直接会場にお越しください(予約不要)

☎ 熊本県精神保健福祉センター
096-3386-1166

午前9時～午後4時(土日祝祭日除く)

地域版依存症相談会の開催

依存症専門の相談員による「地域版依存症相談会」を開催します。依存症

に関する問題を語ることで抱えている問題を整理し、専門的な助言により正しい知識を習得してみませんか。一人で抱え込まず、ぜひご相談ください。

▽対象者 アルコール・薬物・ギャンブル等依存症の本人・家族・依存症にかかわる支援者等

▽日時 8月25日(金) 午前10時～正午

▽場所 有明保健所

※申し込みがない場合は、相談会を中止する可能性があります。

▽参加費 無料

☎・☎ 熊本県精神保健福祉センター
(事前予約制)

096-3386-1166

午前9時～午後4時(土日祝祭日除く)

健康チェック！ 測定会のお知らせ

家族で健康チェック！測定会を開催します。貧血検査や体組成測定、口腔機能の測定で健康状態を確認してみませんか？管理栄養士や歯科衛生士、保健師からのアドバイスも受けられます。

▽日時 8月28日(日)
午前9時～午後4時

※完全予約制
受付期間 8月1日(金)～19日(金)

▽対象者 長洲町在住の親子(祖父母とお孫さんでの参加も可)

▽内容 簡易貧血検査、体組成測定、口腔機能検査、握力測定、栄養相談、健康相談等

▽予約方法 お電話もしくは町公式LINE「イベント申込・各種予約」よりご予約ください。

※参加者にはプレゼントをご用意しています

☎ すこやか館 (78) 7171



たのしく食べ、おろぐよろこぶ

長洲町公式LINE
友だち追加QRコード



一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
「みらい」カフェ	8月17日(金) 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
「はな・カフェ」	8月21日(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

認知症カフェ

認知症の人と家族の会「つどい」開催

▽日時 8月20日(土)
午後1時30分～3時30分

▽場所 荒尾市総合文化センター

▽その他 参加費は無料です。参加する人は、事前予約が必要です

☎・☎ 家族の会 世話人 迦統美陽子
0968-78-5713

「ペアレント・プログラム」を開催します

子育てにお悩みはありませんか？このプログラムは、子育てに悩んでいる保護者の方が『子育てが楽しくできる』『子育てに自信をつける』『子育て仲間をみつける』という事を目的とした全6回のプログラムです。

子どもさんの出来るところを見つけ、ほめるコツを学び、子育てをもっと楽しんでみませんか？

▽日時(全6回講座) 9月10日(土)、9月24日(土)、10月15日(土)、10月29日(土)、11月5日(土)、11月19日(土)

いずれも午前10時～11時30分

▽対象 幼児～小学校低学年の子どもを持つ保護者

▽定員 6組程度(先着順)

▽参加費 無料

▽申込期限 8月12日(金)

☎・☎ 子育て支援課 はぐくみ館
(78) 4189

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
- 対象者 未就学児親子

Let's enjoy English

- 日時 8月17日㊤ 午前11時～11時20分
- 場所 子育て支援センター
- ※9月は7日㊤です。カレン先生と一緒に英語を楽しみましょう

1歳の誕生日会

- 日時 8月19日㊤ 午前10時30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。



9月にこにこサロン「ミニ運動会」㊤事前申込が必要です

- 日時 9月1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 10組
- 申込期間 8月11日㊤～25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 9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組程度
- 申込期間 8月22日㊤～9月5日㊤
- ※定員になり次第締め切ります。

☆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)

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 8月4日㊤、19日㊤、9月1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。
 ※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。
 ※持参するものなどの詳細については、二次元バーコードを読み込んでご確認ください。



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4年6月11日～30日生まれ)

- 日時 8月24日㊤ 午前10時～11時30分

★8月の乳幼児健診

- 4日㊤ 3歳児健診 (対象：平成31年2月生まれ)
- 17日㊤ 7カ月児健診 (対象：令和3年12月生まれ)
- 18日㊤ 1歳6カ月児健診 (対象：令和2年12月生まれ)
- 26日㊤ 3カ月児健診 (対象：令和4年4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。
 8月17日㊤、26日㊤ 午前10時～11時30分

㊤・㊦ すこやか館(☎78-7171)

はぐくみ館

お子さんの成長発達や子育てに関する相談をお受けしています。お気軽にお電話ください。

㊤ はぐくみ館(☎78-4189)

ながす母子手帳アプリ すこやかDiaryに 登録しよう!



行事の以外の日には水遊びをしたり、歌を歌ったり、塗り絵やシール遊びを楽しみます。 ■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

製作あそび

- 日時 8月18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 8月5日㊤～17日㊤

誕生日会

- 日時 8月23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 8月生まれのお友だちのお祝いをする。
- 対象者 未就園児親子
- 申込期間 8月5日㊤～22日㊤

Hapiful-English

- 日時 8月29日㊤ 午前11時～
- 場所 もっくさん(長洲しおかぜこども園)
- 内容 ふれあい英語
- 対象者 未就園児親子 5組程度
- 申込期間 8月5日㊤～22日㊤

㊤・㊦ 子育て支援センター もっくさん ☎78-3093 FAX:78-3095

はぐくみ館

<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



<相談スタッフ>

臨床心理士、助産師、保健師、保育士、元教諭、社会福祉士等相談内容により対応します。



<8月の主な相談日程>

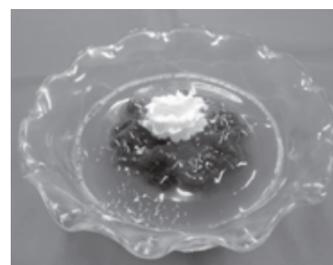
- ・8月4日㊤ 午前9時～正午…臨床心理士による相談
- ・8月24日㊤ 午前10時～正午…助産師による相談

はぐくみ館連絡先 TEL: 78-4189 FAX: 78-4199

長洲町食生活改善推進員協議会 簡単クッキング

1人分の栄養価 エネルギー：118kcal 塩分：0g

にがうりのゼリー



材料(4人分)

- 粉ゼラチン……………5g
- 水(80℃)……………50cc
- はちみつ……………30g
- にがうり……………200g
- 水……………300cc
- ゆであずき(缶)………80g
- ホイップクリーム…40g

作り方

- ①粉ゼラチンを80℃のお湯に溶かしておく。
- ②にがうりは洗って、中の種とわたを除き輪切りにする。フードプロセッサーに、にがうりと水300ccを入れて回す。ボウルを準備し、さらし布でこす。
- ③②の液体とはちみつ、ゼラチンを鍋に入れ加熱する。はちみつが溶けたら火を止め、レモン汁を入れる。
- ④容器に流し入れ、泡を取り除く。粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。冷蔵庫から取り出し、ゆであずきを乗せホイップクリームを飾る。

【栄養士メモ】

冷たく冷やして食べると、とても口当たりの良いゼリーです。にがうりの苦みが苦手な人は、薄くスライスして塩もみやさっと茹でることで、苦みを和らげ食べやすくなります。

『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 8月19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 防災食について 調理実習 備えが大事! 防災食を知ろう
- 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 8月12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



荒牧 伊織くん

令和3年8月22日(下東)

パパ 亮太さん
ママ 愛さん

♡パパとママから

1歳のお誕生日おめでとう!
伊織スマイルにいつも
癒されてるよ!お兄ちゃん達と
これからも仲良く、
すくすく育って行ってね☆



松本 楓ちゃん

令和3年8月25日(駅通)

パパ 康亮さん
ママ 香織さん

♡パパとママから

お誕生日おめでとう!
日に日に出来ることが増えて
きて嬉しいよ。楓の笑顔が
大好きです!これからも
元気に大きくなってね♡



おめでた

誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
5.30	山野井 蒼	男	淳	向野北
6.1	浦 颯介	男	龍之介	向野北
6.3	松岡 凜	女	麻弥	建浜
6.5	並川あおの	女	亮	向野北
6.7	井上航太郎	男	豪	向野北
6.7	森本 颯太	男	剛史	向野北
6.8	前畑 友耶	男	卓哉	宮ノ町
6.12	村崎 陽太	男	洋介	松原

誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
6.14	高本 涼二	男	徹	下東
6.16	松野 衣佑	女	裕介	腹赤
6.17	坂口 吏斗	男	海史	古城
6.17	佐藤 妃菜	女	翔貴	東荒神
6.20	柿沼 空和	男	暁	出町
6.21	山崎 真凰	男	誠真	向野北
6.22	米谷 彩羽	女	貴史	向野

(令和4年6月30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!

7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。



島永 好ちゃん
(新山)



永田 樹くん
(東荒神)



馬場 空くん
(清源寺)



大倉 太誠くん
(向野)



山崎優珠葉ちゃん
(向野北)



大岡 優花ちゃん
(梅田)



北野 萌凜ちゃん
(永方)



田口 穂栄くん
(高田)

