

## 子育て

### 平成27年度小学校入学時の就学相談を受け付けています

就学に関する悩み(特別な教育的支援が必要な場合)など、気軽にご相談ください。

- 時 随時
- 場 学校教育課
- 内 幼稚園、保育所の訪問や電話などでの相談、就学に関する情報提供
- 対 平成27年度に小学校就学予定の子どもの保護者
- 問 学校教育課

### 出前保育

みんなよっといデー!

- 時 ①5月14日②5月20日③6月10日④ ※10時30分～12時。
- 場 ①相浦文化センター②春日幼稚園③広田児童センター
- 内 絵本の読み聞かせ、制作、簡単な手遊び、ふれあい遊びなど
- 対 0～5歳の未就園児と保護者
- 料 無料 ※水筒、タオル持参。
- 問 董ヶ丘幼児園地域子育て支援センター ☎34-4188

みんなであそぼ!

- 時 ①5月20日②6月3日③毎週水曜(祝日除く) ※9時30分～12時。

- 場 ①② 柚木地区公民館 ③ 小佐々地区公民館
- 内 保育士と親子で遊ぶ
- 対 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
- 料 無料
- 問 日野子育て支援センター ☎28-3264

### この指と～まれ!!

- ①5月12日② イオン大塔
- ②5月14日③ 針尾保育園
- ③5月20日④ クレールの丘自治会館
- ④5月22日⑤ 楠栖保育所
- ⑤5月23日⑥ 日宇保育所
- ⑥5月26日⑦ イオン大塔
- ⑦6月 9日⑧ イオン大塔
- ※①⑥⑦13時30分～15時30分、②③④⑤10時～11時30分。
- 内 制作遊びなど
- 対 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
- 料 無料 ※水筒、タオル、着替え持参。
- 問 ルンビニ子育て支援センター「サーラ」 ☎20-5100

### たんぼぼ(0歳の会)



- 時 毎週月曜10時～11時30分 ※祝日、振り替え休日、第5週は休み。
- 場 吉井健康館(吉井町立石)
- 内 赤ちゃん体操、手遊び、座談会など
- 対 1歳未満の第1子を持つ親子
- 料 無料定10組程度 ※要予約。
- 問 北部子育て支援センター ☎47-3329

### 離乳食講座と実習

～お母さんと赤ちゃんのここの教室～

- 時 ①5月20日②6月3日④ ※10～12時。
- 場 中央保健福祉センター
- 内 ①5～6カ月児、7～8カ月児向け ②9～11カ月児、12～18カ月児向け
- 対 妊産婦と乳児の保護者
- 料 無料定 各日先着20人程度
- ⑤5月9日⑥から電話で幼児教育センターへ
- ※託児あり(要予約、20人程度)。エプロン、三角巾、筆記用具持参。
- 問 幼児教育センター ☎31-0550

### 親子講座

～自分にあった子育てを見つけよう～

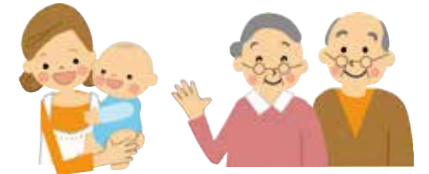
- 時 5月29日⑥～7月17日⑦の毎週木曜(全8回) ※10～12時。
- 場 中央保健福祉センター
- 内 子育ての悩みや関心のあることをグループで話し合い、自分に合っ

## 5月12日は、民生委員・児童委員の日です

「民生委員・児童委員」は、「民生委員法」及び「児童福祉法」に定められ、厚生労働大臣に委嘱されたボランティアとして、地域住民の立場に立って皆さんの暮らしを支援する人です。現在、本市では610人ほどの民生委員・児童委員が次のような活動をしています。

- ① 児童虐待や犯罪被害などから子どもを守る活動
- ② 子育てをしているお母さんなど、保護者と子どもたちを支える活動
- ③ 地域の高齢者や障がい者がいきいきと元気に生活できるように応援する活動
- ④ 皆さんの心配ごとなどを解決するために、行政とのパイプ役や調整役を務め、専門機関や福祉サービスなどを紹介する活動

民生委員・児童委員には守秘義務があります。困りごとや悩みごとなどは、気軽にお近くの民生委員・児童委員にご相談ください。



問 保健福祉政策課

- た子育てのあり方を学ぶ
- ② 全8回参加でき、就学前の子どもを持つ母親 ※5月22日③に面談あり。
- 料 無料定14人(応募多数の場合抽選)
- ⑤5月9日⑥～19日⑦に電話で幼児教育センターへ
- 問 幼児教育センター ☎31-0550

### ウォーキング&ゲームラリー大会

- ゲームとウォーキングをしながら、精神障がい者への理解を深めます。
- 時 6月7日④12時30分～16時(13時開始、雨天時は6月8日⑤に順延)
- 場 ふれあいセンター～中央公園周辺
- ⑥3人1組(小学生は保護者同伴)でチームを組み、はがきに①チーム名②代表者氏名、住所、電話番号③参加者全員の氏名、年齢を記入し、NPO法人チーム・フォー・バイ・フォー事務局(〒857-0053、常盤町8-8)へ
- ⑦5月26日⑧必着 ※電話申し込み不可。
- 問 NPO法人チーム・フォー・バイ・フォー事務局「ふれんず」 ☎23-5389

受診中の人はご遠慮ください。

- 問 長寿社会課
- 介護者の「こころ」の相談会
- 時 5月22日⑨13時30分～15時30分
- 場 中央保健福祉センター
- 内 臨床心理士による個別相談
- 対 在宅で介護している人
- 料 無料 ※要予約。
- 問 長寿社会課

## 障がい福祉

- 身体障がい者の運転免許取得費用の一部を助成します
- ② 次の条件を全て満たす人
  - 身体障害者手帳1～4級所持者
  - 市内在住か、本市の措置で障がい者施設などに入所している人
  - 免許の欠格事項に該当しない人(肢体・聴覚障がいの場合は運転適性相談を必ず受けること)
- ③ 5月7日⑩～30日⑪に身体障害者手帳と印鑑を持って障がい福祉課へ
- ※各支所、宇久行政センターでは受け付けできません。定員あり。詳しくはお尋ねください。
- 問 障がい福祉課

## 高齢者と介護

### 老人の認知症や心の相談

- 時 5月15日⑫13時30分～15時
- 場 中央保健福祉センター
- 内 医師が認知症や老人性うつ病などの相談に個別に応じます
- 対 高齢者や家族
- 料 無料 ※要予約。専門医療機関を

## 健康づくり

### デンタルフェスティバル

- 時 6月1日⑬11～15時
- 場 アルカスSASEBO
- 内 歯科相談、講演会(講師=モンゴル健康科学大学歯学部客員教授・岡崎好秀さん)、お口の測定コーナー、歯にいいおやつ作り体験など
- 「歯と口の健康週間」図画・ポスター展
- 時 5月29日⑭～6月4日⑮ ※31日⑯を除く。
- 場 アルカスSASEBO
- 問 健康づくり課

## 救急医療体制のご案内

- 休日・夜間の救急医療体制
- 市立急病診療所 (☎25・3352)
- ※月～土曜20時～23時(内科・小児科)、日曜・祝日10時～18時(内科・小児科・外科)。
- ※受け付けは診療終了時間の15分前まで。
- 右記時間外は、当番病院を確保(☎23・8199)して受診
- 〔当番病院〕(輪番制)
- 内科・外科↓市立総合病院、中央病院、共済病院、労災病院、杏林病院、三川内病院
- 外科↓福田外科病院、俵町浜野病院
- 内科↓久保内科病院、京町内科病院、千住病院

### 長崎県小児救急電話相談

お子さんの急な病気やけがなどのとき、経験豊富な看護師がアドバイスします。

時 毎日19時～翌朝8時

☎#8000

問 長崎県医療政策課 ☎0955・8955・2461

時間外診療は緊急の対応です。体調がすぐれないときは、平日昼間、早めにかかりつけ医療機関を受診しましょう。

毎日受付中

## お葬式・あんしん事前相談会

葬祭ディレクターがまごころ込めてお応え致します。

お申し込みお問い合わせは各飛鳥会館へ

## 飛鳥会館

元町 ☎(0956)24-3232  
〒857-0059 長崎県佐世保市元町4-23

早岐 ☎(0956)38-4949  
日野 ☎(0956)41-4949  
宇野 ☎(0956)33-4949  
北部中里 ☎(0956)47-4044

**事前相談のメリット**

- ① 自分の希望の葬儀ができる
- ② もしもの時に慌てなくてすむ
- ③ 費用が事前にわかる

## エクステリアのリフォームならなみけんへ

Before: ビフォー After: アフター

大変御世話になりました。

PM2.5 テラス囲い

花粉・黄砂対策なら

見積無料

フリーダイヤル ☎0120-526-307

住まいの買いタイ リフォームしタイをかなえタイ

株式会社 波建

〒857-0059 佐世保市広田1丁目28-10(広田小から徒歩2分) 建設業(般-2)第8946号 宅建業(4)第3039号



## 検診・検査など

### ①がん検診(受診は各種年1回)

区分	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~69歳	70歳以上
胃	-	3,000円	1,000円		無料
肺	-	-	X線 400円 X線+喀痰検査 900円		
大腸	-	-	600円		
子宮	頸部(けいふ) 1,000円				
乳	-	視触診・マンエコー 1,500円	視触診・マンモグラフィ 1,500円	視触診・マンモグラフィ 1,100円	
前立腺	-	-	-	400円	

●市内の登録医療機関

### ②肺がん検診(胸部レントゲン、受診は年1回)

区分	場所	時間
5月14日☉	岩下バス停	9:20~10:10
	汐美台自治会館	10:30~11:20
5月16日☉	権常寺皆瀬公民館	9:20~10:10
	若竹台北公園	10:30~11:20
5月21日☉	西海橋町内公民館	9:20~10:10
	針尾漁協製氷工場横	10:30~11:20
5月23日☉	花高1丁目1組公民館	9:20~10:10
	上原町温仙堂駐車場	10:30~11:20
5月28日☉	柿ノ浦公民館	9:20~10:10
	下有福公民館	10:30~11:20
5月29日☉	東部住民センター	9:20~11:00
6月 5日☉	中原町公民館	9:20~10:10
	広田地区公民館	10:30~11:20
6月 6日☉	針尾地区公民館	9:20~10:10
	江上地区公民館	10:30~11:20
毎週月・火曜	中央保健福祉センター	8:30~11:30
毎週水・木曜	中央保健福祉センター	13:00~16:30

☉40歳以上 ●X線=400円、X線+喀痰検査=900円

※肺がん検診は結核検診も兼ねます。

※①②とも本市国保加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料(保険証か証明書が必要です)。

※①②とも職場等で同様の検診を受診できる人は対象外となる場合があります。詳しくはお尋ねください。

### ③成人歯科健診、歯科相談(要予約・無料)

時 火曜8:30~10:30(祝日を除く) 場 中央保健福祉センター  
※歯科健診は指定の火曜日だけです。実施日はお尋ねを。  
※市内の登録歯科医療機関でも受診可(受診料500円)。

### ④肝炎ウイルス検査(無料)

時 月曜13:00~16:00(祝日を除く) 場 中央保健福祉センター  
☉感染の不安があり、肝炎ウイルス検査を受けたことがない人  
※20歳以上の検査未受診者は、市内の登録医療機関でも受診可。

### ⑤エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

まずは電話やメールでご相談ください  
時 平日8:30~17:15 ☎0120-104-783  
Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp  
●エイズ通常検査・クラミジア抗原検査  
時 月曜9:00~11:30、13:00~16:30(祝日を除く)  
場 中央保健福祉センター ※検査結果は翌週に渡します。  
●エイズ即日検査(要予約)  
時 火曜13:00~16:00、木曜9:00~11:00(祝日を除く)  
6月7日☉13:00~16:20  
場 中央保健福祉センター  
※検査結果は約40分後に渡します。

### ⑥乳幼児健診

お子さんの成長と発達に欠かせない大切な健診です。仕事などで忙しいかと思いますが、受診をお願いします。  
4カ月児健診⇒☉3~4カ月ごろ  
1歳6カ月児健診⇒☉1歳6カ月ごろ  
3歳児健診⇒☉3歳6カ月ごろ  
※約1か月前に該当者に通知します。



☉健康づくり課(①~⑤) ☉子ども保健課(⑥)

## 健康づくり

### 市立総合病院の健康教室

時 5月21日☉14~15時  
場 市立総合病院  
内 Let's計測~自分の健康を見直そう~  
料 無料 ※申し込み不要。  
問 市立総合病院企画情報室 ☎24-1515

### 老人福祉センターの 歯科教育、相談

時 6月6日☉10~14時  
場 やすらぎ荘(花園町)  
内 お口の嚙み下体操、唾液腺マッサージ、個別歯科相談など●無料  
問 健康づくり課

### 食生活改善推進員養成講座

食生活改善推進員として、市民の食生活の改善や健康づくりを支援するボランティアを養成する講座です。  
時 7月29日☉~12月16日☉(全6回)  
場 中央保健福祉センター  
☉市内在住で、養成講座をおおむね20時間受講でき、終了後に食生活改善推進員として活動できる人

●無料(調理実習時だけ200円)  
定 20人 ※詳しくはお尋ねください。  
問 健康づくり課

### 運動普及推進協議会の 自主活動表を配布

運動普及推進員(地域住民に運動を普及する市民ボランティア)による本年度の自主活動予定表を配布しています。各地区で定期的にウォーキングなどを実施していますのでご覧ください。  
場 健康づくり課、各支所、各地区公民館など  
問 健康づくり課

### いきいき元気食事づくり教室

時 ①5月 8日☉、15日☉、22日☉  
②5月12日☉、19日☉、26日☉  
③5月13日☉、20日☉、27日☉  
④5月28日☉、6月4日☉、11日☉  
※10時~12時30分。  
場 ①大野地区公民館 ②中央保健福祉センター ③宇久保健福祉センター ④日宇地区公民館  
内 いくつになってもおいしく食べ続けるための簡単メニューと健康講話  
料 ①1回200円 ②③④各回先着21人

☉前日までに電話で健康づくり課へ  
問 ①②④健康づくり課  
③宇久保健福祉センター ☎0959-57-2460

### 5月31日は世界禁煙デー

5月31日☉は世界禁煙デー、5月31日☉~6月6日☉は禁煙週間です。これに合わせて街頭キャンペーンを行います。  
時 6月1日☉11~15時  
場 アルカスSASEBO  
内 出前禁煙相談、呼気中の一酸化炭素濃度測定、ニコチンパッチ等の展示  
問 健康づくり課

## 生活衛生

バーベキューによる食中毒に注意  
バーベキューや焼き肉は、次のことにご注意ください。

- 食肉は10℃以下で保存する
  - 食肉はしっかり加熱する
  - 生肉を扱った後は、よく手を洗う
  - 生肉の肉汁が他の食品に付かないようにする
  - 焼く箸と食べる箸を使い分ける
- ☉生活衛生課

## 相談など

### 【子どもの発達】

- 療育相談(要予約) ※遊びの広場あり。  
☉子ども発達センター ☎23-3945
- 歯科保健相談(要予約) ☉健康づくり課

### 【障がい福祉】 ☉障がい福祉課

- ①アルコール依存相談  
障がい福祉課で随時受け付け
- ②佐世保酒会 5月13日☉、27日☉  
13:30 中央保健福祉センター
- ③精神保健相談 5月22日☉  
中央保健福祉センター
- ④発達障がいデイケア  
毎月第2金曜10:00 中央保健福祉センター

### ⑤脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会)

- 5月16日☉13:30 スピカ
- ⑥ひきこもり家族教室(あのねの木)  
5月21日☉10:00 ふれあいセンター
- ⑦膠原病友の会  
5月15日☉13:30 ふれあいセンター
- ⑧精神障がい者家族の会(ゆみはり会)  
5月17日☉13:00 ふれあいセンター
- ⑨高次脳機能障害当事者・家族の集い  
5月10日☉、24日☉13:00  
市民活動交流プラザ  
※②③は要予約(③は1週間前までに)、④⑤⑥⑦⑨の新規参加者は事前にご連絡ください。

### 【医療に関する相談】

- ☉保健福祉政策課  
平日8:30~17:15(電話での相談)  
医療安全支援センター ☎25-9723

### 【健康テレホン】 ☎23-4300

- 5月の内容(3分間)
- ☉肺年齢って何?
- ☉巻き爪(陥入爪)
- ☉自閉症スペクトラム障害
- ☉ものが二つに見える
- ☉五月病
- ☉女性性の過活動膀胱
- ☉長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

**過払金返還請求!** 完済した方だけでなく、現在まだ借金が残っている方でも、連続10年以上の取引がある方には、自己負担金をゼロにします。

取り戻した過払金以上のお金は、一切いただきません。何も取り戻せなかった場合は、1円もいただきません。(取り戻した過払金の中から20~25%をいただくのみです。)

**相談無料 秘密厳守** 詳しくはホームページにアクセス!

**西九州総合法律事務所** 佐賀県弁護士会所属  
弁護士 福田 大志 弁護士 行武 謙一

**西九州総合 検索** <http://nishi9kabarai.com/>

**西九州総合法律事務所** 要電話予約 ☎0954-27-8056  
受付/月~金 9:00~12:00 13:00~18:00  
佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

日本医療機能評価機構認定病院(Ver.6)  
開放型病院・救急告示病院  
エコアクション21認証登録病院

特定医療法人 雄博会

# 千住病院

病 院 千857-0026 佐世保市宮地町5-5  
TEL0956-24-1010 FAX0956-24-8590  
E-mail info@1010hosp.or.jp  
U R L http://www.1010hosp.or.jp

診 療 所 千857-0054 佐世保市栄町5-26  
TEL0956-23-1010 FAX0956-25-6110

訪問看護ステーション(診療所内)  
指定居宅介護支援事業所  
TEL0956-23-9273 FAX0956-23-9274

エコアクション21 認証・登録番号0009097