

子育て

幼児こぼの教室の入級児募集

来年度の入級児を募集します。
平成21年4月2日～同23年4月1日生まれで、言葉が正しく発音できない、言葉の発達が遅れていると思われる子ども
① 1月13日② 20日③ 清水小学校内・幼児こぼの教室へ
④ 幼児こぼの教室⑤ 25・5695



みんなよつといでー！
① 1月13日② 広田児童センター
③ 1月30日④ かいぜ保育園
※10時30分～12時
⑤ 絵本の読み聞かせ、制作、簡単な手遊び、ふれあい遊びなど
⑥ 対0～5歳の未就園児と保護者
⑦ 料無料 ※水筒、タオル持参。
⑧ 問 葦ヶ丘幼児園地域子育て支援センター ☎34・4188

この指とまれ！！
① 1月14日② 針尾保育園
③ 1月20日④ クレールの丘自治会館
④ 1月22日⑤ 楠栖保育所
⑤ 1月23日⑥ 日守保育所
⑥ 1月26日⑦ イオン大塔2階
⑦ 2月9日⑧ イオン大塔2階
※①～④ 10時～11時30分 ⑤⑥⑦ 13時30分～15時30分
⑧ 制作遊びなど
⑨ 対0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
⑩ 料無料
⑪ ※水筒、タオル、着替え持参。
⑫ 問 ルンビニ子育て支援センター「サーラ」☎20・5100

みんなであそぼ！
① 1月20日② 柚木地区公民館
③ 2月3日④ 柚木地区公民館
④ 毎週水曜⑤ 小佐々地区公民館
⑤ ※9時30分～12時
⑥ 内 保育士と親子で遊ぶ
⑦ 対0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
⑧ 料無料
⑨ 問 日野子育て支援センター ☎28・3264

児童手当の申請は済みましたが申請しないと手当が受けられません。出生・転入・転出、児童を養育しなくなった、公務員を退職し
① 1月13日② 前日までに電話で健康づくり課へ
③ ※1回だけの参加もできます。
④ 問 健康づくり課
⑤ いきいき元気食事づくり教室

① 1月29日②、2月5日③、12日④ 大野地区公民館
⑤ 中央保健福祉センター
⑥ ※10時～12時30分
⑦ 内 いつでもおいしく食べ続けるための簡単メニューと健康講話
⑧ 料 1回200円⑨ 各日21人
⑩ 申 1月13日⑪ 前日までに電話で健康づくり課へ
⑫ ※1回だけの参加もできます。
⑬ 問 健康づくり課

健康づくり

市立総合病院の健康教室

① 1月21日② 14～15時
③ 場 市立総合病院
④ 内 ゆがんで見えませんか？変視症と加齢黄斑変性のお話
⑤ 料 無料 ※予約不要。
⑥ 問 市立総合病院 ☎24・1515

男性のための料理教室

① 2月6日②、13日③ 清水地区公民館
④ 2月19日⑤、26日⑥ 愛宕地区公民館
⑦ 2月24日⑧、3月3日⑨ 早岐地区公民館
⑩ ※10時～12時30分
⑪ 内 手軽にできるヘルシーメニュー



① 1月16日②、23日③、3月2日④ 中央保健福祉センター
⑤ ※10時～12時30分
⑥ 内 いつまでもおいしく食べ続けるための簡単メニューと健康講話
⑦ 料 1回200円⑧ 各日21人
⑨ 申 1月13日⑩ 前日までに電話で健康づくり課へ
⑪ ※1回だけの参加もできます。
⑫ 問 健康づくり課

運動普及推進協議会の公開講座

① 1月13日② 10～12時
③ 場 相浦地区公民館
④ 内 有酸素運動講師⑤ ゲットインスポーツプラザ・浦岡泉さん
⑥ 料 無料 ※申し込み不要。
⑦ 問 健康づくり課

高齢者と介護



介護予防の取り組みの様子

たなごの場合は15日以内に届け出て下さい。公務員は勤務先で手続きして下さい。
① 対 中学3年生までの児童を養育している人(所得制限あり)
② 問 子ども支援課
③ 離乳食講座と実習
④ 時 ① 1月20日② 1月27日③ ※10～12時
⑤ 場 中央保健福祉センター
⑥ 内 ① 5～6・7～8 力月児向け ② 9～11・12～18 力月児向け
⑦ 対 妊婦、乳児の保護者
⑧ 料 無料
⑨ 定 各日先着20人(託児あり、要予約)
⑩ 申 1月13日⑪ 前日までに電話で幼児教育センターへ
⑫ ※エプロン、三角巾、筆記用具持参。
⑬ 問 幼児教育センター ☎31・0550

幼児向けの食作り

① 2月3日②、4日③ ※10～12時
④ 参加はどちらか1日。
⑤ 場 幼児教育センター(山祇町)
⑥ 対 未就学児の保護者
⑦ 料 300円
⑧ 定 各日先着12人 ※初参加者を優先。エプロン、三角巾、タオル、筆記用具持参。
⑨ 申 1月13日⑩ 前日までに電話で同センターへ(託児あり、要予約)。
⑪ 問 幼児教育センター ☎31・0550

介護者の「こころ」の相談会

① 1月22日② 13時30分～15時30分
③ 場 中央保健福祉センター
④ 内 臨床心理士による個別相談
⑤ 対 在宅で介護している人
⑥ 料 無料 ※要予約。
⑦ 問 長寿社会課

介護教室

① 1月24日② 14時～15時30分
③ 場 北地区公民館
④ 内 介護者のリフレッシュなど
⑤ 料 無料 ※詳しくはお尋ねを。
⑥ 問 長寿社会課

成人歯科健診の無料券を送付

本市では、かかりつけ歯科医を持ち定期的に歯科健診を受診する人を増やすため、対象者に無料クーポン券を送付しています。
① 時 有効期限② 3月31日③
④ 場 市内の登録歯科医療機関
⑤ 対 平成26年11月1日現在で本市に住民登録があり、昭和49・39・29年生まれで、誕生日が7月1日～12月31日の人
⑥ ※11月2日以降に本市に転居し、年齢条件に当てはまる人はご連絡ください。
⑦ ※市外に転出した人は使用できません。また、対象者以外の人で20歳以上の人は、500円で成人歯科健診を受診できます。
⑧ 問 健康づくり課

市役所・中央保健福祉センターの各課へは ☎24・1111(代表)からおつなぎします。

子ども発達センターの子育て支援事業 移転に伴う一時休業と2月からの事業

移転に伴い、以下のとおり休業しますのでご協力をお願いします。

【休業期間】
わいわい広場=1月24日①～2月1日②
シーユー=1月26日③

【2月からの事業】

移転先のサンクル4番館(常盤町)で実施。

- 親子交流広場「わいわい広場」
月～金曜9～17時
土・日曜、祝日10時～16時
- 乳幼児親子支援「シーユー」
毎週月曜9時30分～12時
- 転勤の人などの親子支援「ひまわり」
毎月第1・3木曜9時30分～11時30分
- 小グループ「のびのび」
毎月第2・4金曜10時～11時30分
- 双子以上の親子支援「ツイズちゃん」
毎月第2・4金曜14時～15時30分
- 35歳以上高齢母親支援「のびのびⅡ」
毎月第4木曜10時～11時30分
④ 問 子ども発達センター ☎23-3945

保育士が訪問します

子育ての悩みや不安、遊びの紹介や子育て支援の情報など、保育士が家庭に伺って相談に応じます。

④ 訪問時間=平日9時30分～16時30分
⑤ 対 未就学児の親
⑥ 申 月・水・金・土曜8時30分～17時15分、火・木曜13時～17時15分に子育て支援センターへ
⑦ 問 子育て支援センター



⑧ (東部) ☎39-4002
⑨ (中部) ☎32-1903
⑩ (北部) ☎47-3329

佐世保駅前の3つのホテル
法要ご予約 承ります お経・焼香も 執り行えます
先着順 マイクロバス送迎無料!
レオプラザホテル 三浦町4-28 TEL 22-4141
ワシントンホテル 潮見町12-7 TEL 32-8011
グリーンホテル 三浦町4-1 TEL 25-6261

佐世保総合法律事務所 「解答のない問題はない」
一緒に考えましょう
TEL(0956) 22-0436
弁護士 高尾 實 弁護士 山元 昭則
民事・商事・離婚・相続・遺言・後見・刑事事件・破産・再生・債務整理ほか
相談料 30分 5,000円 (税別) 要予約
午前9時～午後5時30分 時間外や土日希望される方はご相談ください。
要件に合う方は法テラス利用の無料相談も受け付けます
佐世保市高天町6-3 事務所1階が専用駐車場です(無料)

①がん検診

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(けいぶ) 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)

区分	場所	時間
1月16日◎	中央保健福祉センター	9:00～11:00
1月18日◎	アルカスSASEBO	8:30～14:00
1月21日◎	江迎地区文化会館	9:00～11:00
1月29日◎	北地区公民館	9:00～11:00
1月30日◎	広田地区公民館	8:30～14:00
2月2日◎	崎辺地区公民館	9:00～11:00
2月6日◎	総合グラウンド	8:30～14:00
毎週月・火曜	中央保健福祉センター	8:30～11:30
毎週水・木曜	※年末年始・祝日を除く。	13:00～16:30

◎対40歳以上 料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。

③巡回がん検診(大腸・子宮・乳がん)

区分	場所	時間
2月10日◎	ながさき西海農協柚木支店	9:00～11:00
2月10日◎	江上地区公民館	13:30～15:00
2月12日◎	吉井地区公民館	9:00～14:00
2月13日◎	世知原地区公民館	9:00～14:00
2月17日◎、18日◎	小佐々支所	9:00～14:00
2月19日◎、20日◎	鹿町地区公民館	9:00～14:00
2月23日◎	江迎地区文化会館	9:00～14:00
2月24日◎	江迎地区公民館	9:00～14:00

◎対料◎と同じ ◎1月13日◎から健康づくり課へ

④総合健診(胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん、特定健診)

◎時2月6日◎8:30～14:00 ◎総合グラウンド陸上競技場

◎対料◎と同じ ◎胃・乳がん検診は先着100人

◎申1月13日◎から健康づくり課へ

⑤働く女性のための日曜乳がん検診

◎時2月15日◎9:30～12:00 ◎中央保健福祉センター

◎対40歳以上の働いている女性

◎料40歳代1,500円、50歳以上1,100円 ◎先着20人

◎申2月2日◎8:30から電話で健康づくり課へ

※◎～◎とも前回の検診から1年以上空けてください。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。

※◎～◎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(保険証が証明書が必要です)。

⑥骨粗しょう症検診(要予約)

◎時2月23日◎8:40～14:30 ◎中央保健福祉センター

◎対検診時または今年度末時点での年齢が40・45・50・55・60・65・70歳の女性 ◎申1月13日◎から電話で健康づくり課へ

※希望者は大腸・肺・乳がん検診を同時に受診できます。

⑦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) ◎中央保健福祉センター

※歯科健診は指定の火曜だけです。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)。

⑧肝炎ウイルス検査(無料)

◎時月曜13:00～16:00(祝日を除く) ◎中央保健福祉センター

◎対感染の不安があり、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。

⑨エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

【相談】◎0120-104-783(平日8:30～17:15)

Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp

【検査】◎中央保健福祉センター

●エイズ通常検査・クラミジア抗原検査(結果は翌週渡し)

◎時月曜9:00～11:30、13:00～16:30(祝日を除く)

●エイズ即日検査(要予約、結果は約40分後渡し)

◎時火曜13:00～16:00、木曜9:00～11:00(祝日を除く)

⑩乳幼児健診(約1カ月前に該当者に通知します)

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

◎健康づくり課(◎～◎) ◎子ども保健課(◎)

健康づくり

「あなたの健康川柳」入賞者発表
健康について考えるきっかけとなるよう、9月1～31日に募集した健康川柳の入賞者を発表します。

【健康的な食生活】

最優秀賞 古家博司さん「好き
きらいなくししく噛み腹八分
優秀賞 永田勝子さん「腹八分
夫婦で合図 箸を置く」

【ストレス解消】

最優秀賞 川柳初
心者さん「良く歩き良く食へ
良く寝て良く笑う」
優秀賞 II ペンネーム・江迎太郎
さん「ストレッチ 頭と体あと
ココロ」

◎健康づくり課

生活衛生

フグの素人調理は危険です

フグにはテトロドトキシンという猛毒があります。テトロドトキシンは主に肝臓や卵巣にあります。フグの種類によって含まれる部位が異なり、見分けるためには専門的な知識が必要です。

フグ毒による食中毒は死亡率が高いのが特徴で、死亡事故のほとんどが素人調理によるものです。テトロドトキシンは通常の加熱では壊れません。釣ったフグを自分で

調理して食べるのは大変危険なので絶対にやめましょう。フグ料理は講習を受けた人が調理する信頼できる店で食べましょう。

◎生活衛生課

犬が行方不明になったら



本市では年間約100匹の犬を保護していますが、その半数以上は飼い主が判明しないためにお返しすることができません。

犬が行方不明になった場合は、すぐに生活衛生課と最寄りの警察署に連絡してください。また、飼い主の連絡先が分かる迷子札や犬の登録時に交付する鑑札がある場合は、すぐに飼い主に連絡することができますので、必ず首輪などに装着してください。

◎鑑札は法律で装着が義務付けられています。

◎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
※2月に移転(本紙12ページ参照)。
- 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佐世断酒会 1月13日◎、27日◎、
2月10日◎13:30
中央保健福祉センター
- ③精神保健相談 1月22日◎
中央保健福祉センター
- ④発達障がいデイケア
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)
1月16日◎13:30 スピカ
- ⑥ひきこもり家族会(あのねの木)
1月21日◎10:00 福祉活動プラザ
- ⑦精神障がい者家族の会(ゆみはり会)

- 1月17日◎13:00 ふれあいセンター
- ◎高次脳機能障害当事者・家族の集い
1月17日◎13:00
市民活動交流プラザ(戸尾町)
- ※◎⑦は予約不要、◎は1週間前までに要予約、◎④⑤⑥⑧の新規参加者は事前に障がい福祉課へ連絡してください。

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 ◎0120-555-203

- 1月の内容(3分間)
- ◎月喀血◎吐血◎小児のIgA腎症
- ◎耳そうじの仕方
- ◎認知症と徘徊一行方不明者1万人ー
- ◎血精液症(精液に血が混じったら)
- ※1月で佐世保局が廃止になりました。
- ◎長崎県保険医協会 ◎095-825-3829

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。上記時間外は当番病
院を確認(◎23-8199)して受診してください。
【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
◎医療政策課
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(診断ではありません)。
◎毎日19時～翌朝8時 ◎#8000
ダイヤル回線 ◎095-822-3308
※年末年始は多くの医療機関が休診となります。
体調がすぐれないときは、早めにかかりつけ医
療機関を受診してください。

日本医療機能評価機構認定病院(Ver.6)
救急告示病院
特定医療法人 雄博会
千住病院
SENJU

病院
〒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
〒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



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。

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

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
大野 ◎0956-41-4949
日宇 ◎0956-33-4949
北郎中里 ◎0956-47-4044