

高齢者と介護

健康づくり

バリアフリー住宅プランナー研修
 (建築・建設専門編)
 とき 3月16日13時30分 ところ 花園町・ふれあいセンター
 対象 住宅改修に携わる市内の建築・建設業者、ケアマネジャー、福祉用具取扱事業者 内容 主に住宅改修についての研修。福祉用具に関する内容もあります。お尋ね 市保健所内・総務企画課

介護教室
 日程(3月中) 12日13時30分、日宇ケ丘コモンライフセンター(日宇町) 高齢者の薬 14日14時、特別養護老人ホーム・あいのうら(相浦町) 虚弱老人の健康 23日14時、デイサービスセンター・ひまわり(上柚木町) 高齢者特有の疾患(痴ほう、脳卒中) 申し込み 不要 お尋ね 市役所長寿社会課

胸部検診車が新しくなりました
 これまで胃がん、肺がん検診車として「すこやか号」が市内を巡回していましたが、老朽化のため新しい検診車「すこやか21」に交替し、車いすでの利用もできるようになりました(写真左)。4月からの市内巡回に先立ち、3月19日13時30分~14時に、広田地区公民館でも利用できます。今後の日程は本紙に掲載しますので、どうぞご利用ください。



75歳以上の市民に「敬老パス」
 対象 満75歳以上で、現在敬老バスを持っていない市民 手続き 本人が印鑑を持って、市保健所2階の健康づくり課か最寄りの支所へ申し込み 健康づくり課

各種検診の申し込みは健康づくり課に電話でどうぞ
 ◆モデル地区成人歯科健診 対象(ことし3月まで) 柚木、大野、中里、相浦、日野、浅子、

黒島の各中学校区在住の20歳以上自己負担金 五百円(治療が必要な場合の料金は別途自己負担) 申し込み 3月中

◆満40歳、50歳の節目検診
 とき 3月25日9時30分 ところ 保健所 主な内容 骨粗しょう症検診(女性だけ)、歯周疾患検診 申し込み 3月18日まで

肝炎ウイルス検査を実施中
 B型とC型肝炎ウイルス検査 40歳以上の基本健康診査時(21ページの「健康診断」参照)に、希望者に実施 C型肝炎ウイルス検査 対象は右記以外で、平成4年以前に輸血を受けた人など。毎週月、水曜13~15時、保健所で実施 お尋ね 健康づくり課

臓器提供の意思を示す「ドナーカード」は健康づくり課に
 ドナーカードや骨髄・腎臓・アイバンク、献体の希望者は、健康づくり課にご連絡ください

市立総合病院の健康教室
 とき 3月19日14時 テーマ 「腰痛」ぎっくり腰と腰痛体操 参加料 無料 申し込み 不要 お尋ね 同院(☎241515)
食生活について学びませんか
 食生活改善推進員養成講座 期間 5月~来年3月(毎月

障害福祉

断酒や酒害の相談

酒害相談 障害福祉課で随時
 佐世保断酒会 3月11日、4月8日
 酒害者と家族の懇談会 3月25日
 アルコール家族教室 4月1日
 場所 は保健所
 予約とお尋ね 障害福祉課

精神保健相談

3月13、27日
 ふれあいセンター
 予約とお尋ね 障害福祉課
精神障害者の社会復帰訓練
 社会復帰事業ソーシャルクラブ 月、金曜
 家族の会(ゆみはり会) 3月15日
 家族教室 3月26日
 地域作業所「喫茶どりいむ」 火、金曜
 地域作業所「シルク印刷工房わくわくワーク」(鹿子前町) 月、火、木、金曜
 地域生活支援センター「ふれんず」(常盤町) 毎日
 場所 はふれあいセンター

なぜなぜ? 介護保険

《第6回 介護保険料が見直される?》

介護保険料が見直される、と新聞で見ましたが、本当ですか?

そのとおりです。65歳以上の皆さんに納めていただく介護保険料は、3年ごとに見直されます。

市町村は、「介護保険事業計画」を3年ごとに策定し、「今後は、介護サービスがどれくらい必要になるか」などについて、具体的な計画を立てて介護保険を運営しています。それに合わせ、介護保険料も決められることになっているのです。

ことし4月から平成18年3月までの新しい保険料は、佐世保市議会3月定例会で審議されますので、決定後お知らせします。

市外へ転出した場合、転出先で、要介護認定の申請をやり直さなくてはいいませんか?

佐世保市で要支援・要介護の認定を受け、その有効期間中に市外へ転出する場合、手続きをすれば、転出先でも佐世保市で受けた認定を継続することができます。

転出届を済ませたら、長寿社会課にお尋ねください。

お尋ね 長寿社会課

生活衛生

2回・金曜日の10~12時)とこ
 る 保健所 内容 食生活と健康について学び、講座終了後、地域でボランティアをします
 申し込み 健康づくり課

消費期限と賞味期限の違いを
 ご存じですか?

消費期限 基本的に、品質が落ちやすく、製造日を含めて約5日以内に消費しなくてはならない食品(弁当や生力キなど)に付けられる表示 賞味期限(品質保持期限) 正しい方法で保存した場合、食品の品質が十分に保たれると認められた期限(ラムや清涼飲料水などに表示) お尋ね 市保健所内・生活衛生課

高齢者と介護

介護や痴ほうの相談など

痴ほう老人を抱える家族の会 休み
 在宅介護者のつどい 3月17日13時、保健所。3月27日13時30分、中里皆瀬地区公民館
 老人の痴ほうや心の相談 3月20日 保健所(予約制) お尋ね 長寿社会課

40歳以上の寝たきり予防教室
 3月の毎週水曜 13時30分
 三川内地区公民館
 お尋ね 長寿社会課

健康づくり

保健所の結核検診
 毎週火曜 8時30分~10時30分
 お尋ね 健康づくり課

心身の健康についての相談

3月18日、4月1日
 13時30分~15時30分、保健所
 お尋ね 健康づくり課

がん検診料金表

市内の「がん検診実施医療機関」で受診を。国民健康保険加入者は、保険証を持参すると、胃・肺・大腸がん検診は無料。お尋ね 健康づくり課

70以上	69~40	39~30	29~20	年齢
	1,000円	3,000円		胃
	X線 400円 X線・痰検査 900円			肺
無料	600円			大腸
	頸部 1,000円 頸部・体部 1,700円	頸部 3,200円		子宮
	視触診 400円 視触診・X線 1,100円	視触診 400円		乳

項目	とき	ところ
40歳以上の基本健康診査	常時	市内の登録医療機関
個人向け一般健診	火曜 8時~10時30分 水曜 10時~12時30分	保健所
個人向け不要健診	木曜 8時~10時30分	保健所
集団向け定期健診	木曜 8時~10時30分	保健所
要予約	8時~10時30分	保健所健診室