



節分まつり
 とき 1月28日10時30分～11時30分
 ところ 江上地区公民館
 内容 東部地区の子育てサークルによるイベント。親子ゲームや豆(お菓子)まきなどがあります
 お尋ね 市役所子育て家庭課

園児と一緒に遊びながら「保育所体験」しませんか
 とき 2月8日13時30分
 2月19日9時30分(いずれも2時間程度)
 ところ 藤原幼稚園



内容 遊びを通しての保育所体験は園児との食事もあります
 対象 認可保育所に通っていない児童と保護者(予約制) 参加料 無料
 申し込み、お尋ね 同園(☎4096)

わいわい広場で遊びませんか
 とき 毎週月・金曜9時～12時30分
 ところ 中部子育て支援センター(大黒保育所・☎1416)
 北部子育て支援センター(上相浦保育所・☎2476)
 東部子育て支援センター(早岐保育所・☎2342)
 内容 自由に遊べる部屋を提供します。毎月第2、4金曜には予約制で給食体験ができます(先着各10人、給食費二百円) お尋ね 各センター

出前保育にお出かけください
 日程 1月27日、春日幼稚園
 2月5日、双葉幼稚園(広田3丁目)
 時間はいずれも10時30分～12時
 内容 保育士が親子ふれあい遊びや手遊びなどを紹介します
 お尋ね 董ヶ丘幼稚園内・地域子育て支援センター(☎4188)

マタニティークッキング
 とき 2月14日10時 ところ 高砂町・中央公民館 材料代 三百円
 申し込み 市保健所内・健康づくり課

高齢者と介護

介護食づくり教室
 日程 1月17、24、31日10時、日宇地区公民館
 2月6、13、20日10時、相浦文化センター
 材料代 1回二百円 定員 各回30人
 申し込み 健康づくり課に電話でどうぞ
 3回シリーズで、1回だけの参加もできます

介護教室
 とき 2月8日14時30分 ところ 博仁荘(花高2丁目)
 内容 行政からみた介護保険 参加料 無料
 申し込み 不要 お尋ね 市役所長寿社会課

敬老パスをお持ちですか
 対象 満75歳以上で、現在敬老パ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
 でお尋ね 健康づくり課

なぜなぜ？介護保険

《第5回 介護保険料を納めないとい...》

介護サービスを受けていないのに、介護保険料を納めなくては行けませんか？

サービスを受けている、受けていないにかかわらず、必ず納めていただく必要があります。社会全体で介護を支えていくための制度ですから、皆さんの保険料は介護保険を運営するための大切な財源なのです。

介護保険料を滞納するとどうなりますか？

- 1年以上滞納した場合●
 介護サービスを受けるときに、費用を1割ではなく、いったん全額支払い、後から9割を払い戻してもらう手続き(償還払いの申請)が必要です。
- 1年6カ月以上滞納した場合●
 償還払い申請による保険給付が一部または全部差し止められます。さらに滞納が解消されない場合、保険給付分が「滞納保険料」に充てられます。
- 2年以上滞納した場合●
 サービス利用時に、未納期間に応じて自己負担額が1割から3割に引き上げられるほか、高額介護サービス費も支給されなくなります。

お尋ね 長寿社会課

障害福祉

心の健康づくりフェスティバル
 とき 1月26日10時30分～16時
 ところ 西海パールシーセンター
 内容 第一部(10時30分)・講演会「TEAM「ストレス」社会と心の健康」増加する中高年の自殺をめぐって」講師 不知火病院院長・徳永雄一郎さん
 第二部(12時)・陶器や野菜などの展示と即売
 当事者からのメッセージ「こんなこと言いたい、伝えたい」、君の心にとどけ素敵なコンサート
 入場料 無料 お尋ね 市役所障害福祉課

出張講座 「30分でわかるうつ病の話」
 保健師が地域や職場に出向きます。10人以上でお申し込みください(無料) 実施日 平日の10時～17時
 申し込み 実施予定日の20日前までに、障害福祉課にお申し込みください お尋ね 同課

公文書の点字化を希望する視覚障害者は障害福祉課に登録を
 対象文書 水道料金、税、福祉医療更新通知など
 お尋ね 障害福祉課

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 1月24日13時、保健所
 在宅介護者のつどい 1月13日13時、保健所
 1月23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 1月16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
 1月の毎週水曜13時30分(1日を除く) 江上地区公民館
 お尋ね 長寿社会課

健康づくり

結核検診(保健所)
 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
 1月21日、2月4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」で受診してください。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70歳以上はすべて無料。
 お尋ね 健康づくり課

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
 1月14日、2月11日
 酒害者と家族の懇談会
 1月28日
 アルコール家族教室
 2月4日
 場所 は保健所
 予約とお尋ね 障害福祉課

精神保健相談
 1月23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) 1月18日
 家族教室 1月22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

70以上	69～40	39～30	29～20	年齢
	1,000円	3,000円		胃
	X線 400円 たん X線・痰検査 900円			肺
	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30分～10時30分 水曜 10時30分～12時30分	保健所
集団向け定期健診	木曜 8時30分～10時30分	保健所
要予約	8時30分～10時30分	保健所健診室