

子育て

児童扶養手当を受給している人は「現況届」の提出を

とき 8月の指定日（郵便でお知らせします） ところ 市役所子育て家庭課 お尋ね 同課

子育て支援センターの「わいわい広場」にお出かけください

対象 保育所や幼稚園に通っていないお子さんと保護者 内容 親子が自由に遊べる部屋です。給食体験（予約制・有料）や子育て相談、育児講座などもあります
 とき 毎週月～金曜 9時～12時 30分 ところ 東部子育て支援センター（早岐保育所 ☎ 2342） 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） お尋ね 各センター

地域子育て支援センターにどうぞ

とき、ところ 董ヶ丘幼稚園内（黒髪町 ☎ 4188） 平日の9～16時 ▼ふれあいセンター内（花園町 ☎ 3945） 平日の8時30分～17時15分と土、日曜、祝日の9～16時 内容 育児相談、子育てサークルの支援など お尋ね 各センター

「保育所体験」しませんか

とき 8月21日 9時40分～11時30分 ところ 藤原幼稚園 対象 認可保育所に通っていないお子さんと保護者 内容 育児相談など。参加は無料ですが、予約が必要です 予約とお尋ね 同園（☎ 4096）

出前保育にご参加ください

とき 8月22日 10時～11時30分 ところ 双葉幼稚園（広田3丁目） 対象 保育園や幼稚園に通っていない児童と保護者 お尋ね 董ヶ丘幼稚園内・地域子育て支援センター（☎ 4188）

障害福祉

各種手当を受給している人は「所得状況届」の提出を

対象 特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当を受けている人 とき 8月12日～9月10日の指定日（郵便でお知らせします） お尋ね 市役所障害福祉課

盲導犬を利用しませんか

視覚に障害がある人に、盲導犬を無償で貸与する制度があります。利用には、1カ月間の訓練などが必要ですが お尋ね 障害福祉課

健診・相談など

子育て

ツベルクリン反応とBCG接種 対象 3カ月以上4歳未満のお子さん。4カ月健診時にツベルクリン反応検査を実施。 持ってくる物 母子健康手帳 接種日程

場所	ツベルクリン	BCG
東部住民センター	8月19日	8月21日
	9月9日	9月11日
保健所	8月26日	8月28日
	9月2日	9月4日

保健所（ツベルクリン 13時～14時30分、BCG 13時30分～14時）
 東部住民センター（ツベルクリン 13時30分～14時30分、BCG 13時30分～14時）
 お尋ね 健康づくり課

乳幼児健診のお知らせ時期

▼4カ月健診、1歳6カ月健診 健診 1歳の年齢になったとき ▼3歳児健診 3歳半前後 お尋ね 子育て家庭課

障害福祉

断酒や酒害の相談

- ①酒害相談 障害福祉課で随時
 - ②佐世保断酒会 8月13日、9月10日
 - ③酒害者と家族の懇談会 8月27日
 - ④アルコール家族教室 9月4日
- 場所 ②④は保健所 予約とお尋ね 障害福祉課

精神保健相談

- 8月22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

- ①社会復帰事業ソーシャルクラブ 2月、金曜
 - ②家族の会（ゆみはり会） 8月17日
 - ③家族教室 8月28日
 - ④地域作業所「喫茶どりいむ」 火～金曜
 - ⑤地域作業所「シルク印刷工房 わくわくワーク」（鹿子前町） 2月、火、木、金曜
 - ⑥地域生活支援センター「ふれんず」（常盤町） 毎日
- 場所 ①④はふれあいセンター

分煙コンテストに応募しませんか

対象は市内の公共の場、職場、地域などで積極的に分煙や禁煙を実施している施設 申し込みは8月30日までに健康づくり課にどうぞ（自薦、他薦は問いません）お尋ねは健康づくり課

骨粗しょう症検診

ときは9月13日 ところ保健所 対象は20～50歳の女性 申し込みは8月30日までに、電話で健康づくり課にどうぞ

基本健康診査受診時に「肝炎ウイルス検査」を受けられます

内容は左表のとおり お尋ねは健康づくり課

モデル地区成人歯科健診

対象は柚木、大野、中里、相浦、日野、浅子、黒島中学校区在住の20歳以上 お尋ねは健康づくり課

満40歳、50歳の節目検診

ときは9月17日8時30分～9時30分 ところ保健所 内容は歯と口腔内の検査（予約不要）、女性はほかに骨量測定など（要予約） 予約は9月5日までに健康づくり課に

男性のシルバー料理教室

とき、ところは①9月3、10、17日10時、西地区公民館 ②9月4、11、18日10時、中里皆瀬地区公民館 材料代は1回二百円 申し込み、お尋ねは健康づくり課

種類	対象	料金	実施場所 受付時間
B型肝炎ウイルスと C型肝炎ウイルス	40歳以上の基本健康診査を受ける人で、検査を希望する人	無料	市内の登録医療機関 保健所は毎週火曜の 8時30分～10時30分
C型肝炎ウイルスだけ	上記以外で、平成4年以前に輸血を受けた人や、長期の血液透析を受けている人など	一、二八〇円	保健所は毎週月、水曜の 13時～15時

健康診断

- ①基本健康診査の内容は診察、血圧測定、尿検査、血液検査など。対象は40歳以上の人（職場で健診を受ける人や、内科で治療中の人を除く）
- ②一般健診は就職、受験など、個人の健康診断に
- ③定期健診は事業所などの集団健康診断に。保健所健診室に予約が必要です。

項目	とき	ところ
①40歳以上の基本健康診査	火曜 8時30分～10時30分 常時	市内の登録医療機関 保健所
②一般健診 ※予約不要	月曜、水曜 8時30分～10時30分	保健所
③定期健診 ※要予約	木曜 8時30分～10時30分	保健所

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。佐世保市国民健康保険の加入者は、保険証を持参すると、胃がん、肺がん、大腸がん検診は無料で受けられます。70歳以上は、すべて無料です。

※胃がん検診は、内視鏡か透視（バリウム）のどちらかを選択して、年に1回受けましょう。

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

朗読奉仕員と点訳奉仕員の養成講座

対象 Ⅱ いずれも、8月22日13時にふれあいセンターで開催する説明会に参加できる人 受講料 Ⅱ 無料 お尋ね Ⅱ 県北会館内・点字図書館 (☎☎9407 火曜、土曜、祝日を除く9〜16時にどうぞ)

●朗読(音訳)奉仕員養成講座 ↓
とき Ⅱ 9月5日〜11月7日の毎週木曜13〜16時(全10回) ところ Ⅱ 花園町・ふれあいセンター 定員 Ⅱ 20人

●点訳(点字翻訳)奉仕員養成講座 ↓
とき Ⅱ 9月11日〜11月13日の毎週水曜13〜16時(全10回) ところ Ⅱ 天満町・県北会館 定員 Ⅱ 20人

高齢者と介護

訪問介護員養成研修(3級課程)

とき Ⅱ 9月28日〜10月20日の毎週土、日曜9〜17時(期間中の平日に1日実習あり) ところ Ⅱ 八幡町・福祉会館 対象 Ⅱ 全日程に参加でき、研修受講後ホームヘルパーとして従事できる市民 受講料 Ⅱ テキスト代約五千円 募集人数 Ⅱ 約40人(応募多数の場合は抽選) 申し込み Ⅱ 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、生年月日、

電話番号、職場名を書き、☎857の0028、八幡町6の1、社会福祉協議会へどうぞ ※返信用には自宅の郵便番号、住所、氏名を書いてください 締め切り Ⅱ 9月13日の消印有効 お尋ね Ⅱ 市役所長寿社会課

介護支援専門員の実務研修受講試験

とき Ⅱ 10月27日 ところ Ⅱ 長崎国際大学 申込期間 Ⅱ 8月16日〜9月6日(当日の消印有効) 出願書類の配布 Ⅱ 8月12日から市役所長寿社会課で お尋ね Ⅱ 県社会福祉協議会福祉人材センター(8月9日までは☎095・846・856、8月12日からは☎095・841・8110)

介護者同士の日帰り旅行を開催

とき Ⅱ 9月3日 内容 Ⅱ 心身のリフレッシュのため、西海町・七ツ釜鍾乳洞へ日帰り旅行を実施します 対象 Ⅱ 要介護1以上の家族を、在宅で介護している市民 定員 Ⅱ 40人(応募多数の場合は抽選) 申し込み Ⅱ 8月14日までに長寿社会課にどうぞ お尋ね Ⅱ 同課

在宅で家族を介護している人に慰労金を差し上げます

内容 Ⅱ 要介護4または5で、市民税非課税世帯の在宅高齢者が、過去1年間に介護保険のサービス

を利用しなかった場合、介護をしている家族に慰労金10万円を差し上げます。年間7日間までのショートステイしか利用しなかった場合も該当します お尋ね Ⅱ 長寿社会課

生活支援ハウスの入居者を募集

対象 Ⅱ 60歳以上で、独り暮らしまたは夫婦だけの世帯の人 場所 Ⅱ 春日町・MR山の田駅付近 お尋ね Ⅱ 長寿社会課または最寄りの在宅介護支援センター

介護食づくり教室

とき Ⅱ 9月13、20、27日10時 ところ Ⅱ 南地区公民館(稲荷町) 材料代 Ⅱ 1回二百円 定員 Ⅱ 各回30人 申し込み、お尋ね Ⅱ 市保健所内・健康づくり課

健康づくり

歯の健康優良高齢者コンテストの出場者募集

とき Ⅱ 9月3日13時 ところ Ⅱ 保健所 対象 Ⅱ 80歳以上の市民(大正11年4月1日までに生まれた人)で、自分の歯を20本以上持っている人 申し込み Ⅱ 8月20日までに保健所2階の健康づくり課にどうぞ お尋ね Ⅱ 同課

高齢者と介護 介護や痴ほうの相談など

- ① 痴ほう老人を抱える家族の会 Ⅱ 8月23日13時、保健所
- ② 在宅介護者のつどい Ⅱ 8月21日13時30分、宮地区公民館
- ③ 老人の痴ほうや心の相談 Ⅱ 8月15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

毎週水曜、13時30分(8月14日は休み、8月16日に開催) 相浦地区公民館 お尋ね 長寿社会課

健康づくり

健康相談 8月19日、9月2日 10時30分〜11時30分、保健所 お尋ね 健康づくり課

結核検診(すべて8月中)

- ① 21日 Ⅱ 東部住民センター
- ② 29日 Ⅱ 柚木元町3組公民館
- ③ 30日 Ⅱ 徳道田中酒店
- ④ 毎週火曜 Ⅱ 保健所

※ ① 13時30分〜14時、② ③ 9時30分〜10時30分、④ 8時30分〜10時30分 お尋ね 健康づくり課

「糖尿病予防教室」に参加しませんか

対象は 65 歳以下の市民。血糖値が高いがどうすればよいのかわからない人や、糖尿病についてもっと知りたい人など、お誘い合わせの上、ご参加ください（予約制）。

予約は 8 月 26 日までに、健康づくり課にどうぞ。

と き		と ころ	内 容
9 月 5 日	9:30 - 11:30	保 健 所	糖尿病ってなかに（講話、検査）
9 月 26 日	9:30 - 11:30	保 健 所	バランスのとれた食事（講話など）
10 月 10 日	9:30 - 12:00	コミュニティーセンター	楽しく料理を作ろう（調理実習）
10 月 24 日	9:30 - 11:30	体育文化館	楽しく体を動かそう（運動実習）
11 月 14 日、15 日	（時間指定）	保 健 所	個別相談
12 月 12 日	13:30 - 15:30	体育文化館	皆で交流を深めよう
来年 1 月 16 日	13:30 - 15:30	体育文化館	まとめ（グループワーク、検査）

県すこやか長寿大学の受講生を募集
 内容 県北会館で、ことし 10 月から 2 年課程で開校します 受講料 年間五千円 申し込み 8 月

敬老パスを発行しています
 対象 75 歳以上の市民で、パスを持っていない人 手続き 健康づくり課か最寄りの支所で お尋ね 健康づくり課



ヘルシーメニューコンクール
 募集内容 栄養・健康面に配慮した一食分の献立（五百円程度）
 応募方法 保健所や地区公民館にある用紙でどうぞ（8 月 30 日必着）
 お尋ね 健康づくり課

運動普及推進員養成講座
 対象 65 歳以下の市民 内容 健康づくりのための運動（講義と実技）を学び、地域でボランティアをします 講座 9 月～来年 3 月（全 14 回）、保健所 定員 50 人 申し込み、お尋ね 健康づくり課

迷い犬を減らしましょう
 犬の鑑札と狂犬病予防注射済票はきちんと首輪に付け、飼い主がすぐに特定できるようにしておきましょう。犬は逃げ出さないようにつなぎ、いなくなったときは必ず保健所にご連絡ください お尋ね 生活衛生課

夏場に魚介類を生で食べるときはご注意ください
 腸炎ビブリオによる食中毒が多く発生する時期です。魚介類を購入したら、すぐに 5 度以下の冷蔵庫で保管し、調理するときには水道水でよく洗いましょ。調理後は、早めに食べることも大切です お尋ね 市保健所内・生活衛生課

生活衛生

中 お尋ね 県すこやか長寿財団
 (☎ 095・847・5212)

市立総合病院で健康教室
 とき 8 月 21 日 14 時 テーマ ①腹痛シリーズ ③婦人科系の痛み（子宮外妊娠、内膜症） お尋ね 同院 (☎ 241515)