

健康と福祉

健康と福祉

子育て

いっしょに遊ぼう「わいわい広場」

内容 保育所の庭と部屋を自由に利用できます。毎月第2、4金曜には予約制で給食の試食もできます。とき 毎週月～金曜9時～12時30分。ところ ①早岐保育所内・東部子育て支援センター(☎2342) ②大黒保育所内・中部子育て支援センター(☎1416) ③上相浦保育所内・北部子育て支援センター(☎2476) 持ってくる物 着替え、水筒、タオルなど ※毎月1回、親子遊び教室(シニー)もあります(①は第2水曜、②は第2月曜、③は第3水曜) お尋ね 各保育所

ファミリーサポートセンターの会員を募集

内容 保育園の送り迎えなどに手助けが必要な人と、有償で手助けする人両方の登録を受け付けています。手助けする側の「提供会員」は、講習受講後に会員として登録します。お尋ね ファミリーサポートセンター 佐世保(花園町) ☎1848 または市役所子育て家庭課

育児リフレッシュしませんか

内容 小学校入学前のお子さんを保育している保護者が急病のときや、育児疲れを解消したいときなどに、保育所でお子さんをお預かりします。普段保育園や幼稚園に預けている人も、休日出勤などのときに利用できます。お尋ね 子育て家庭課

子育てについての意見を取材するモニターを募集

対象 子育てに関心があり、小学校低学年までのお子さんをお持ちの市民(定員15人)
活動内容 毎月1回の会議に参加し、子育てをテーマに市民を取材します(会議は午前中2時間程度で、無料託児あり)

活動期間 ことし8月～12月
謝礼 2,000円

応募方法 住所、氏名、年齢、性別、家族構成、連絡先、簡単なコメントを書き、郵便かファクスでどうぞ(7月19日の消印有効)。
あて先、お尋ね ☎857-8585、市役所子育て家庭課「子育て支援サービスモニター募集係」(ファクス☎9673)

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	7月15日	7月17日
保健所	7月29日	7月31日
	7月22日	7月24日
	7月5日	7月7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6カ月健診
▼3歳健診 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
②障害福祉課で随時
③佐世保断酒会 8月13日
④酒害者と家族の懇談会 7月23日
⑤アルコール家族教室 8月6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

7月11、25日、8月8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 7月、金曜 7月20日
②家族の会(ゆみはり会) 7月20日
③家族教室 7月24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」 火、木、金曜
⑥地域生活支援センター「ふれあい」(常盤町) 毎日
場所 ①④はふれあいセンター

障害福祉

出前保育にお出かけください
とき 7月31日10時～11時30分
ところ 春日幼児園(春日町)
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 重ヶ丘幼児園内・地域子育て支援センター(☎4188)

障害者福祉医療費受給資格の更新時期です
とき 7月22日～8月9日
ところ 市役所障害福祉課と各支所
対象 身体障害者手帳3級以上か、療育手帳B1以上を持つ人(3級とB1所持者は、老人保健法の適用者を除きます) 内容 更新申請書が届いたら、指定日に手続きを。現在お持ちの受給者証は、9月末で資格が切れます
お尋ね 市役所障害福祉課

介護教室に参加しませんか
内容(⑦以外は7月中) ①13時30分、同仁会病院 ②14時30分、名切公民館 ③自分らしく生きる ④18時30分、介護老人保健施設・松寿園 ⑤だれにでもできる介

高齢者と介護

訪問介護員養成研修(3級課程)
とき 8月3～25日の毎週土、日曜9～17時(期間中の平日に1



介護教室に参加しませんか

日実習あり) ところ 八幡町・福祉会館 対象 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 テキスト代約五千円 募集人数 約40人(応募多数の場合は抽選) 申し込み 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、☎857-0028、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 7月19日の消印有効 お尋ね 市役所長寿社会課

内容(⑦以外は7月中) ①13時30分、同仁会病院 ②14時30分、名切公民館 ③自分らしく生きる ④18時30分、介護老人保健施設・松寿園 ⑤だれにでもできる介

健康づくり

健康相談 7月22日、8月5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7月中)

①11日 上原町・温仙堂駐車場
②18日 いでゆ荘
③18日 広田地区公民館
④19日 早岐中学校校門
⑤毎週火曜 保健所

40歳以上の寝たきり予防教室

毎週水曜、13時30分(7月31日を除く) 針尾地区公民館
お尋ね 長寿社会課

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 7月26日13時、保健所
②在宅介護者のつどい 7月15日13時、保健所。7月25日13時30分、中里皆瀬地区公民館
③老人の痴ほうや心の相談 7月18日 保健所(予約制)
お尋ね 長寿社会課

健康づくり

健康相談 7月22日、8月5日 10時30分～11時30分、保健所
お尋ね 健康づくり課

健康づくり

健康相談 7月22日、8月5日 10時30分～11時30分、保健所
お尋ね 健康づくり課

健康づくり

健康相談 7月22日、8月5日 10時30分～11時30分、保健所
お尋ね 健康づくり課

健康づくり

健康相談 7月22日、8月5日 10時30分～11時30分、保健所
お尋ね 健康づくり課

健康づくり

健康相談 7月22日、8月5日 10時30分～11時30分、保健所
お尋ね 健康づくり課

健康づくり

健康相談 7月22日、8月5日 10時30分～11時30分、保健所
お尋ね 健康づくり課

健康と福祉

小、中学生向け「夏休み・福祉用具体験学習」

とき 7月24日～27日、
8月21日～24日のいずれか1日
時間は13時30分～15時

ところ バリアフリー生活館
(花園町・ふれあいセンター横)

対象 小、中学生(保護者もどうぞ)

内容 福祉用具の使い方を体験します

参加料 無料



申し込み バリアフリー生活館に電話で参加希望日をお知らせください

お尋ね バリアフリー生活館(☎、ファクス☎0993)、総務企画課(☎☎1111)

健康づくり

7月は「愛の血液助け合い運動月間」です

四ヶ町アーケード内の献血ルーム西海(☎☎2440)で、献血を受け付けています。皆さんの温かいご協力をお願いします。とき々毎週木曜を除く10時～17時30分

ヘルシーメニューコンクールにご応募ください

募集内容 地域で採れる食材を使い、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 市保健所内・健康づくり課

7月から基本健康診査と同時に肝炎ウイルス検査を実施

保健所と各医療機関で実施している基本健康診査と併せて、C型肝炎検査とB型肝炎検査を実施します お尋ね 健康づくり課

満40歳、50歳の節目検診

とき 8月20日8時30分～9時30分

ところ 保健所

内容 男性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 8月8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 8月23、30日、
9月6日10時、宮地区公民館

材料代 1回二百円 定員 各回30人

申し込み 健康づくり課

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

市立総合病院で健康教室

とき 7月17日14時

テーマ 「腹痛シリーズ」②泌尿器科系の痛

骨粗しょう症検診を実施

とき 8月9日

ところ 保健所

対象 20～50歳の女性

申し込み 7月26日までに、電話で健康づくり課に

原爆被爆者二世の無料健康診査

対象 両親またはそのどちらかが原爆被爆者で、昭和21年6月4日(広島で被爆した親を持つ場合は、同年6月1日)以降に生まれた市内在住者

申し込み 市保健所2階・総務企画課に

お尋ね 総務企画課

モデル地区成人歯科健診

対象 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

申し込み 健康づくり課

犬にみられる被害が増えています

ことしは、市内ですでに10件発生しています(5月末現在)。犬の放し飼いは絶対にやめ、犬を飼うときには、責任を持って管理しましょう

お尋ね 生活衛生課

食中毒にご注意ください

食中毒菌に汚染された食品は、外見で判断が付きません。食品を扱う際には、清潔、迅速、加熱(冷却)の食中毒予防の三原則を守りましょう

お尋ね 生活衛生課

生活衛生

清潔な浴槽水を維持するには衛生管理が大切です

入浴は一日の疲れを取り、健康な生活を保つための大切な習慣です。最近では浴場や家庭用の浴槽に循環式が普及していますが、循環する浴槽水を衛生的に保つためには、浴槽内の維持管理が必要です。また、浴槽に入る前には身体を洗い、浴室内を清潔に保つことなどに心がけ、健康で快適な生活を送りましょう

お尋ね 市保健所内・生活衛生課

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。

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。

介護相談員を募集しています

市では、介護保険の介護サービスの質を向上させるため、施設へ出向いて入所者の相談に応じる介護相談員を募集します。入所者と施設の「橋渡し役」として、ボランティア活動をしませんか。

対象 市外で開催される養成研修(前期5日間、後期2日間)に参加できる人
※研修費用は市が負担します

活動内容 ・施設での相談受け付け(月1～2回、昼間)
・勉強会(月1～2回、19時から)

募集人数 10人

応募方法 市役所長寿社会課にある応募用紙に、応募の動機(200～400字程度)を添えて、長寿社会課に提出してください(郵送も可)。

受付期間 7月中(郵送の場合、7月31日必着)

お尋ね 長寿社会課



なぜなぜ? 介護保険

《第2回 介護サービスを利用するには》

介護が必要という認定を受けましたが、どうすればサービスを利用できますか?

本人の体の状態に応じた「介護サービス計画(ケアプラン)」を作り、サービスを提供する事業者と調整する必要があります。まず、居宅介護支援事業者を選び、そこに所属している介護支援専門員(ケアマネジャー)にご相談ください。

施設への入所を希望する場合は、直接介護保険施設と契約することもできます。

「介護サービス計画(ケアプラン)」とはどのようなものですか?

「どのようなサービスを何曜日の何時ごろ受けるのか」という計画です。利用者やご家族の希望を介護支援専門員に伝え、よく相談しながら納得のいく計画を立てましょう。このケアプランの作成に、費用はかかりません。

お尋ね 長寿社会課

項目	とき	ところ
① 40歳以上の基本健康診査	火曜 8時30分～10時30分	市内の療養施設
② 一般健診(就職、受験など、個人の健康診断に)	月曜、水曜 8時30分～10時30分	登録医
③ 定期健診(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)	木曜 8時30分～10時30分	保健所
※要予約		

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