

子育て

児童手当の申請は済みましたか

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などの場合は、15日以内に速やかに届け出てください。公務員は勤務先で手続きしてください。

- 場 子ども支援課、各支所、宇久行政センター
- 対 中学3年までの子を養育している人 ※所得制限あり。
- 問 子ども支援課

児童扶養手当の受給者は 現況届の提出を

該当者に用紙を送付しますので、8月中に提出してください。提出しないと手当が受けられなくなります(用紙が届かないときはお尋ねください)。

- 問 子ども支援課

出前保育

この指と〜まれ!!

- 時 ①8月12日②13時30分～15時30分
- ③8月20日④10時～11時30分
- ⑤8月22日⑥10時～11時30分
- ⑦8月23日⑧10時～11時30分
- ⑨8月26日⑩10時～11時30分
- ⑪9月9日⑫13時30分～15時30分
- 場 ⑬⑭⑮イオン大塔・カルチャールー

ム②クレールの丘自治会館③楠栖保育所④日宇保育所

- 内 制作遊びなど
- 対 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
- 料 無料 ※水筒、タオル、着替え持参。
- 問 ルンビニ子育て支援センター「サーラ」 ☎20-5100

みんなよっといで～!

- 時 ①8月20日②10時30分～12時
- ③8月21日④10時～11時30分
- 場 ⑤⑥春日幼児園⑦藤原幼児園
- 内 絵本の読み聞かせ、制作、簡単な手遊び、ふれあい遊びなど
- 対 0～5歳の未就園児と保護者
- 料 無料 ※水筒、タオル持参。
- 問 董ヶ丘幼児園地域子育て支援センター ☎34-4188

みんなであそぼ!

- 時 ①8月20日②8月21日③8月28日④9月3日⑤9月4日⑥
- ※9時30分～12時。
- 場 ⑦⑧ 柚木地区公民館
- ⑨⑩ 小佐々地区公民館
- 内 保育士と親子で遊ぶ
- 対 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
- 料 無料
- 問 日野子育て支援センター ☎28-3264

乳幼児、母子家庭、父子家庭、寡婦に医療費を助成

- 対 ①乳幼児⇒0歳～小学校入学前の児童②母子家庭、父子家庭⇒20歳未満の子を養育している配偶者のいない70歳未満の親とその子ども(18歳未満、高校生であれば20歳未満)、父母がいない18歳未満の子ども③寡婦⇒60歳以上70歳未満で民法に定める扶養義務者と生計を共にしていない女性

- 内 ①②入院と通院③入院
- ※①以外は所得制限あり。③さかのぼっての資格認定はできません。
- 問 子ども支援課

幼児向け性の健康教育「いのちのお話」実践スタッフ養成講座

- 時 8月23日②、30日③、9月6日④、11日⑤ ※13時30分～15時30分。
- 場 中央保健福祉センター
- 対 幼児期から思春期の子どものごとに関心がある人、「いのちのお話」実践スタッフとしてボランティア活動ができる人

- 料 無料
- 定 先着30人
- 申 8月16日⑥までに電話で子ども保健課へ
- 問 子ども保健課

親育ち講座～自分に合った子育てを見つけよう～

- 時 9月26日②～11月14日③の毎週木曜(全8回)10～12時
- 場 中央保健福祉センター
- 内 子育ての悩みなどをグループで話し合い、自分に合った子育てを学ぶ
- 対 未就学児の母親(8回参加できる人)
- 料 無料④14人 ※託児あり、要予約。
- 申 8月12日⑤から電話で幼児教育センターへ⑥9月10日⑦
- 問 幼児教育センター ☎31-0550

障がい福祉

各種手当の所得状況届の提出を

- 該当者に用紙を送付します。
- 時 8月12日②～9月10日③
- 対 特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当の受給者
- 問 障がい福祉課

点字・漢点字講習会

- 時 毎月第2日曜(8月、3月は休み)13～15時
- 場 佐世保市視覚障害者協会(戸尾町)
- 対 視覚障がい者、点訳奉仕希望者
- 料 無料
- 問 佐世保市視覚障害者協会事務所 ☎24-9407(④⑤⑥⑦休み)

朗読(音声訳)奉仕員養成講座・点訳奉仕員養成講座

- 時 9月5日②～11月14日③の毎週木曜(全10回)13～16時
- 場 ふれあいセンター(花園町)
- 料 無料④各20人
- ※受講希望者は8月29日⑤13～15時にふれあいセンターで開催する説明会に必ず参加してください。
- 問 長崎県視覚障害者情報センター佐世保 ☎25-3336(④⑤⑥⑦休み)

心の健康づくりボランティア講座

- 精神障がい者が地域の人々とともに暮らしていけるまちづくりを目指し、地域で支援するボランティアを養成するための講座です。
- 時 8月22日②、29日③、31日④、9月5日⑤、20日⑥、26日⑦(全6回)
- 場 中央保健福祉センター
- 料 無料
- 定 先着30人程度
- 申 8月16日⑧までに電話で障がい福祉課へ ※詳しくはお尋ねください。
- 問 障がい福祉課

第7回自殺対策シンポジウム in 佐世保・県北地区

- 時 8月31日②13～16時
- 場 アルカスSASEBO
- 内 講演「心がフツと軽くなる瞬間の心理学」、自死者のパネルメッセージ展、相談会④無料
- 問 障がい福祉課

ひきこもり家族支援講演会

- 時 9月14日②13時30分～15時
- 場 中央保健福祉センター
- 内 講師＝「アンダンテ～稲の旋律～」原作者・旭爪あかねさん
- 対 ひきこもりの人を抱える家族、関係者④無料
- 申 9月6日⑤までに電話で「フリースペースふきのとう」へ
- 問 フリースペースふきのとう ☎25-6222

高齢者と介護

介護者リフレッシュ事業

- 時 ①9月3日② ②9月22日③
- 場 ④福岡県柳川市⑤大分県日田市
- 内 介護者のリフレッシュのための旅行
- 対 市内在住で要介護1以上の家族を在

- 宅で介護している人
- 申 ①は8月12日②～26日③、②は8月19日④～9月2日⑤に電話で長寿社会課へ ※詳しくはお尋ねください。
- 問 長寿社会課

介護者の「こころ」の相談会

- 時 8月22日②13時30分～15時30分
- 場 中央保健福祉センター
- 内 臨床心理士による個別相談
- 対 在宅で介護している人④無料
- 申 事前に電話で長寿社会課へ
- 問 長寿社会課

老人の認知症や心の相談

- 時 8月22日②13時30分～15時
- 場 中央保健福祉センター
- 内 医師が認知症や老人性うつ病などの相談に個別に応じます
- 料 無料 ※要予約。専門医療機関を受診中の人はご遠慮ください。
- 問 長寿社会課

介護教室

- 時 9月8日②10～12時
- 場 江上地区公民館
- 内 身体にやさしいらくらく介護術④無料
- 問 長寿社会課

健康づくり

健康づくり応援の店を募集

- メニューの栄養成分表示や、野菜たっぷりメニューの提供などで市民の健康づくりを応援する飲食店や惣菜店を募集します。登録店舗にはステッカーを配布し、県・市ホームページ上で店舗を紹介します。
- 申 申込書に必要事項を記入し、健康づくり課へ ※詳しくはお尋ねを。
- 問 健康づくり課

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

救急医療体制のご案内

休日・夜間の救急医療体制
軽症の場合↓市立急病診療所
(☎25・3352)を受診
重症の場合↓当番病院を確認
(☎23・8199)として受診
【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
問 医療政策課

共済病院の日曜夜間内科診療
比較的軽症な人を対象にした
診療を試験的に行っています。
時 8月4日②、11日③、18日④、25日⑤、9月1日⑥、8日⑦
※18時30分～翌朝6時(受付けは5時30分まで)。
※入院が必要な場合は、ほかの二次輪番病院を紹介することがあります。
※平日昼間より診療費が高額になりますのでご注意ください。

問 佐世保共済病院 ☎22・5136

過払金返還請求! 完済した方だけでなく、現在まだ借金が残っている方でも、連続10年以上の取引がある方には、自己負担金をゼロにします。

取り戻した過払金以上のお金は、一切いただきません。何も取り戻せなかった場合は、1円もいただきません。(取り戻した過払金の中から20～25%をいただくのみです。)

相談無料 秘密厳守 詳しくはホームページをアクセス!

西九州総合法律事務所 佐賀県弁護士会所属 弁護士 福田 大志 弁護士 行武 謙一

http://nishi9kabarai.com/

要電話予約 ☎0954-27-8056 受付/(月～金)9:00～12:00 13:00～18:00 佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

メモリード 8月の得する イベントをご紹介します!

日野メモリードホール 20日② 葬儀保険 説明会 定員20名 要予約

早岐メモリードホール 8日③ パワーストーン教室 定員20名 要予約

お気軽にお越し下さい

メモリード佐世保中央斎場 佐世保市春日町1-6 ☎0956-25-7600

検診・検査など

①がん検診(受診は各種年1回・要予約)

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(けいふ) 1,000円				
乳	-	視触診・ 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総合健診(受診は年1回・要予約)

●時9月24日⑧8:30~14:00

●場相浦総合グラウンド陸上競技場ミーティングルーム

●内胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、乳がん、子宮がん、
特定健診 対料①と同じ。ただし胃がんは74歳まで、乳
がんは40歳以上 ⑤胃がん・乳がん検診=各先着100人

●申8月12日⑧から電話で健康づくり課へ

③肺がん検診(胸部レントゲン)

区分	場所	時間
8月16日⑤	中央保健福祉センター	9:00~11:00
8月19日⑧	広田地区公民館	9:00~11:00
8月21日⑧	若竹台北公園	9:20~10:10
	権常寺皆瀬公民館	10:30~11:20
8月22日⑧	ローソン三川内インター店	9:20~10:10
	三川内山公園	10:30~11:20
8月28日⑧	潜木町・てらさき屋	9:20~10:10
	柚木元町3組公民館	10:30~11:20
8月29日⑧	北地区公民館	9:00~11:00
8月30日⑤	花高1丁目1組公民館	9:20~10:10
	上原町温仙堂駐車場	10:30~11:20
9月2日⑧	三川内地区公民館	9:00~11:00
9月3日⑧	柚木地区公民館	9:00~11:00
9月4日⑧	東部住民センター	9:20~11:00
9月6日⑤	中原町公民館	9:20~10:10
	広田地区公民館	10:30~11:20
毎週火曜	中央保健福祉センター	8:30~10:30
毎週水曜		13:00~16:00

●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。

※①~③は前回の受診日から12カ月以上空けてください(年1回)。

※①~③は本市国保加入者、生活保護受給者、市民税非課税
世帯の人は無料(保険証か証明書が必要です)。

④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)

●場中央保健福祉センター ●対20歳以上

※歯科健診は指定の火曜日だけです。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)。

⑤肝炎ウイルス検査(無料)

●時月曜13:00~16:00(祝日を除く) ●場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。

⑥エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

まずは電話やメールでご相談ください

●時平日8:30~17:15 ☎0120-104-783

Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp

●エイズ通常検査・クラミジア抗原検査

●時月曜9:00~11:30、13:00~16:30(祝日を除く)

●場中央保健福祉センター ※検査結果は翌週に渡します。

●エイズ即日検査(要予約)

●時火曜13:00~16:00(8月20日⑧は19:00まで)

木曜 9:00~11:00(祝日を除く)

●場中央保健福祉センター

※検査結果は約40分後に渡します。

⑦乳幼児健診・相談

お子さんの成長と発達に欠かせない大切な健診です。仕事な
どで忙しいかと思いますが、受診をお願いします。

4カ月児健診⇒対3~4カ月ごろ

10カ月児歯科育児相談会⇒対10カ月ごろ

1歳6カ月児健診⇒対1歳6カ月ごろ

3歳児健診⇒対3歳6カ月ごろ

※約1カ月前に該当者に通知します。

●問健康づくり課(①~⑥) ●問子ども保健課(⑦)

健康づくり

市立総合病院の健康教室

●時8月21日⑧14~15時 ●場総合病院

●内知っていますか?紙おむつの正しい使い方

●料無料 ※申し込み不要。

●問市立総合病院企画情報室 ☎24-1515

シニアいきいきカレッジ

●時10月~来年9月までの毎週火曜13
時30分~15時30分

●場長崎県すこやか長寿大学校佐世保
校(稲荷町・労働福祉センター内)

●対県内在住の55歳以上の人

●料10,000円⑤30人

●申9月30日⑧までに電話で同財団へ

●問長崎県すこやか長寿財団

☎095-847-5212

料理教室

●①いきいき元気食事づくり教室

●時①8月29日⑧、9月5日⑧、12日⑧

②9月18日⑧、25日⑧、10月2日⑧

※10時~12時30分。

●場①清水地区公民館②東部住民センター

●内簡単メニューと健康講話

●料1回200円⑤各日先着25人

②男性のための料理教室

●時①9月6日⑤、13日⑤、20日⑤

②9月24日⑧、10月1日⑧、8日⑧

※10時~12時30分。

●場①山澄地区公民館②大野地区公民館

●内手軽にできるヘルシーメニュー

●対40歳以上の男性

●料1回200円⑤各日先着25人

●申①②いずれも8月12日⑧から前日

までに電話で健康づくり課へ

※①②いずれも1回だけの参加も可。

●問健康づくり課

医師による健康講話

●時9月4日⑧14~15時

●場鹿町地区公民館

●内生活習慣病と運動による障がい予防

●料無料 ※申し込み不要。

●問健康づくり課

運動普及推進員養成講座

地域で健康づくりのための運動を普
及するボランティアを養成する講座
です。講座終了後は運動普及推進員
として地区活動ができます。

●時①9月12日⑧~11月14日⑧②9月4日
⑧~11月28日⑧(いずれも全8回)

●場①中央保健福祉センターなど

②鹿町地区公民館など

●対40歳以上の市民で全8回参加できる人

●料無料 ●電話で健康づくり課へ

●問健康づくり課

生活衛生

8月は食品衛生月間です

夏季は食中毒菌が増殖しやすく、食中
毒が多発します。次のことを心掛けま
しょう。

- 石けんで手をよく洗う
- 調理した器具類をきれいに洗う
- 食材は購入後早めに冷蔵庫に入れる
- 食材は中までしっかり加熱する
- 食事は作ってすぐに食べる

●問生活衛生課

犬猫の飼育は適正に

犬の放し飼いや、ふんの放置、猫の多頭
飼いや周囲の環境汚染など、多くの
苦情が寄せられています。飼い主
は適正飼育に努めましょう。

●問生活衛生課

相談など

【子どもの発達】

●療育相談(要予約) ※遊びの広場あり。

●場子ども発達センター ☎23-3945

●歯科保健相談(要予約)

●問健康づくり課

【障がい福祉】

●問障がい福祉課

①アルコール依存相談

障がい福祉課で随時受け付け

②佐世保断酒会 8月13日⑧、27日⑧、9月

10日⑧13時30分

中央保健福祉センター

③精神保健相談 8月22日⑧

中央保健福祉センター

④社会復帰訓練保健所デイケア

毎週金曜10:00 中央保健福祉センター

※第2金曜は午後から。

※発達障がいデイケア 第2金曜10:00

⑤脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会)

8月16日⑧13:30 スピカ

⑥ひきこもり家族教室(あのねの木)

8月21日⑧10:00 ふれあいセンター

※②③は要予約、④⑤⑥の新規参加者は事
前にご連絡ください。

【医療に関する相談】

●問保健福祉政策課

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】 ☎23-4300

8月の内容(3分間)

●夏ばて

●腰部脊柱管狭窄症

●日本脳炎のワクチン

●親が気付かない子どもの鼻の病気

●タバコと歯周病の関係

●目セックスストレス夫婦へのアドバイス

●長崎県保険医協会 ☎095-825-3829