

健康と福祉

子育て

児童手当の申請は済みましたが

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(退職した人を除く)は勤務先で手続きしてください。
対象 中学3年生までの児童を養育している人(所得制限あり)

「ぴったリサービス」

「ぴったリサービス」とは、さまざまな申請や届け出をマイナンバーを使ってオンラインで行えるサービスです。児童手当の現況届や認定請求なども手続きできますので、どうぞご利用ください。
※マイナンバーカードまたは電子署名が必要です。



ぴったリサービス
はこちら

子ども支援課

3B体操(無料)
日程 1月17日(月)11~12時
場所 子ども発達センター
対象 乳幼児の親子
定員 8組程度
申込 電話か直接子ども発達センターへ

☎ 23・3945

みんなであそぼう(無料)

日程 ①1月18日(火)②2月1日(火)
※9時30分~12時
場所 柚木地区コミュニティセンター
内容 手遊び、絵本の読み聞かせ
対象 未就園児と保護者、妊婦
定員 5組

日野子育て支援センター

☎ 28・3264
日程 1月24日(月)10時20分~11時20分
場所 東部子育て支援センター
内容 テーマ「テレビ・スマホ・ゲームと乳幼児 何が良くない?どうしたら良い?」▽講師 長崎県メディア安全指導員
対象 市内在住の乳幼児の保護者
定員 8組程度(託児あり、要予約)

育児講座(無料)

申込 電話か直接東部子育て支援センターへ
☎ 39・4002
みんなよつといで〜!(無料)
日程 ①1月26日(水)②2月9日(水)
※10時30分~12時

場所 ①春日幼児園②新田保育園
内容 手遊び、ふれあい遊び、絵本の読み聞かせなど
対象 未就園児と保護者、妊婦
申込 電話か直接重ヶ丘幼児園子育て支援センターへ
※当日は飲み物とタオルを持参。
☎ 34・4188

幼児向け性教育「いのちのお話会実践スタッフ養成講座(無料)」

日時 2月9日(火)、14日(月)、21日(日)
※13時30分~15時30分
場所 中央保健福祉センター
対象 幼児期から思春期の子どもに関心があり、実践スタッフとしてボランティア活動ができる人
定員 15人
申込 2月2日(水)までに電話で子ども保健課へ
☎ 子ども保健課

育児講座「乳児の発達(無料)」

日程 2月10日(水)10時30分~12時
場所 子ども発達センター
対象 乳幼児の親子
定員 8組程度
申込 電話か直接子ども発達センターへ

☎ 23・3945

親子ふれあい遊び「オンライン開催」

日本遊育研究所の澤井雅志先生による親子ふれあい遊びです。乳幼児期に親子で触れ合って遊ぶ経験は、脳の前頭葉を活性化し、健やかな発達を促します。親子でたくさん体を動かして遊びましょう。
日程 2月13日(日)10~11時
対象 1歳半から就学前の乳幼児と保護者、子育てに関心のある市民など
定員 先着30人
申込 市HPの申し込みフォームから申し込んでください
申し込みフォームはこちら

障がい福祉

☎ 31・0550
障がい福祉
障がい福祉
障がい福祉



障害者巡回歯科診療
日程 2月2日(水)、9日(水)、16日(水)
※10~16時
場所 にじいろ(大潟町)
内容 虫歯治療、歯周治療など
※一般の診療と同様に保険診療を実施します。
対象 障がいがあり①施設を利用

高齢者と介護

している人②在宅の人
申込 希望日の約1カ月前までに申込書を①施設で取りまとめ、長崎県口腔保健センターへ②障がい福祉課へ
※申込書は県国保・健康増進課HPからダウンロードできます。
障がい福祉課

精神科医師による電話相談

日程 2月10日(水)13時30分~
場所 障がい福祉課
対象 市内在住で精神科に通院歴がない人の家族
申込 1月31日(月)までに障がい福祉課へ
※予約状況によってはお断りする場合があります。
※当日は医師との電話相談です。
障がい福祉課

所得税・地方税上の障害者控除

障害者手帳の交付を受けていない65歳以上の人で、身体の障がいまたは認知症の状態が一定の基準に該当すると市が認定した人に、確定申告などで税の控除を受けられる「障害者控除対象者認定書」を交付します。対象となる人は長寿社会課に相談してください。
※申請時に介護保険認定が必要です。
※詳しくはお尋ねください。
☎長寿社会課

健康づくり

介護食づくり教室(無料)
日程 ①2月8日(火)、15日(水)②2月17日(水)、22日(水)③2月18日(金)、25日(金)④2月21日(月)、28日(月)
※全て10時~12時30分
場所 ①④中央保健福祉センター②スピカ③大野地区コミュニティセンター
内容 ①③かんたん編②ごはん

ヒトパピローマウイルス (HPV) 感染症 予防接種 (子宮頸がんワクチン)

接種後に因果関係を否定できない持続的な痛みなどの症状が出る人がいたため、平成25年度からワクチン接種の勧奨を控えていた「子宮頸がんワクチン」ですが、接種による有効性が副反応のリスクを明らかに上回ると認められたため、個別勧奨を再開することが決まりました。

対象 平成17年4月2日~平成22年4月1日生まれ的女性

接種期間 16歳を迎える年度の3月31日まで

接種場所 市内の予防接種実施医療機関

料金 無料

※ワクチン接種の勧奨を控えていた間に対象期間を過ぎた人への対応は、内容が決定次第お知らせします。

※対象者には、情報提供として令和2年度から3年度にかけて「予防接種実施医療機関一覧表」や厚生労働省が作成した「子宮頸がんやワクチンの効果・リスクについてのリーフレット」を送付していますので、ワクチンの効果とリスクをよく考えた上で接種してください。



詳しくは右の画像から市HPをご覧ください

☎健康づくり課 ☎ 24-1111

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



はたちの献血キャンペーン

「8020認定証」を発行します
80歳以上で自分の歯を20本以上持ち、登録歯科医院で成人歯科健診を受診した認定証希望者に「8020認定証」を発行します。
※歯数には親知らずを含みませんが、残根状態の歯は含みません。
☎健康づくり課

献血者が減少しがちな冬期に安全な血液製剤を安定的に確保するため、新たに成人を迎えるはたちの若者を中心に「はたちの献血キャンペーン」を実施します。献血へのご理解とご協力をよろしくお願ひします。
期間 2月28日(月)まで
☎健康づくり課

SNSやビジネスにちょうどいい似顔絵お描きします

まずはお気軽にご相談ください!

coconala ¥2,000~

スキルマーケットココナラに出品始めました!!

近代印刷 ココナラ ページ

〒857-1162 長崎県佐世保市卸本町1-19 TEL 0956-33-3939

新年会ご予約承ります

大切なお客様の接待に...

山のかおり 海のかおり 土のかおり 人のかおり

創作料理 KAORI

〒856-37-3500 ホームページ http://pro-kaori.com

風しん抗体検査・予防接種の無料クーポン券は3月31日まで
 昨年6月に郵送した「風しん抗体検査・予防接種の無料クーポン券」の有効期限は、ことし3月31日(金)までです。風しんの追加的対策の対象者(昭和37年4月2日(昭和54年4月1日生まれの男性)で風しんの抗体検査をまだ受診していない人や、抗体検査の結果、予防接種が必要でまだ風しんの予防接種を受けていない人は期日までに受診をお願いします。

※クーポン券を紛失した場合は健康づくり課にお尋ねください。

【注意】

- ・風しんワクチンと新型コロナウイルスワクチンは同時に接種できません
- ・風しんワクチンと新型コロナウイルスワクチンは互いに片方のワクチンを受けてから2週間以上間隔を空けてください
- ・新型コロナウイルスの1回目と2回目接種の間に風しんワクチンを接種しないでください。新型コロナウイルスは連続して接種してください

成人用肺炎球菌ワクチン予防接種

期間 3月31日(金)まで
 場所 市内の実施医療機関
 対象 次のいずれかに該当する人
 今年度に65・70・75・80・85・

検診・検査 など

①がん検診

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		
大腸	—	—	600円		
子宮	頸部(けいぶ)1,000円				
乳	—	1,500円	1,100円		
前立腺	—	—	400円		

場所 市内の登録医療機関

②肺がん検診(胸部レントゲン、65歳以上は結核検診も兼ねる)

日程	時間	場所
1月12日(金)	9:00～11:00	宮地区コミュニティセンター
1月17日(月)	9:00～11:00	広田地区コミュニティセンター
	13:00～14:00	
1月21日(金)	9:00～11:00	世知原地区コミュニティセンター
	13:00～14:00	
1月27日(木)	9:00～11:00	中部地区コミュニティセンター
2月3日(水)	9:00～11:00	大野地区コミュニティセンター
2月4日(木)	9:00～11:00	早岐地区コミュニティセンター
2月7日(日)	9:00～11:00	相浦総合グラウンド
	13:00～14:00	
2月8日(月)	9:00～11:00	中部地区コミュニティセンター
毎週月～木曜	予約優先、時間等はお尋ねを	中央保健福祉センター ※祝日、年末年始を除く。

対象、料金 ①と同じ(50歳以上で喀痰細胞検査を受ける人は900円)

③乳がん健診(マンモグラフィー撮影だけ)

日程 ①毎週月～木曜 8:50～11:30、13:00～16:30
 ②毎月第1・3金曜 13:00～16:30
 ※①②とも祝日、年末年始を除く。

場所 中央保健福祉センター 対象、料金 ①と同じ
 申込 電話で直接健康づくり課へ

④総合健診(胃・肺・大腸・子宮頸・乳・前立腺がん検診・特定健診・肝炎ウイルス検診)

日程 2月17日(金) 9:00～14:00

場所 江迎地区文化会館(インフィニタス)
 対象、料金 ①と同じ(ただし、乳がんは40歳以上、胃がんは74歳以下の人が対象)

定員 先着90人
 申込 1月17日(金)以降に電話か直接健康づくり課へ

⑤骨粗しょう症検診(無料)

日程 1月25日(水) 9:00～15:30
 場所 中央保健福祉センター
 対象 3月31日時点で年齢が40・41・45・46・50・51・55・56・60・61・65・66・70・71歳となる女性

定員 先着70名
 申込 1月11日(金)以降に電話か直接健康づくり課へ

⑥女性がん検診(肺・大腸・子宮頸・乳がん検診)

日程 2月26日(土) 8:30～14:00
 場所 中央保健福祉センター
 対象、料金 ①と同じ(ただし、乳がんは40歳以上が対象)
 定員 先着90人
 申込 1月17日(金)以降に電話か直接健康づくり課へ

※①～⑥とも同一検診の受診は年度内(4月1日～翌年3月31日)に1回だけ。職場等で同様の検診を受診できる人は対象外となる場合があります。

※①～⑥とも本市国保加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料(保険証が証明書が必要です)。

⑦エイズ・性感染症相談・検査(匿名、無料)

【相談】 ☎ 0120-104-783(平日 8:30～17:15)
 Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp

⑧成人歯科健診、歯科相談(無料)

日程 火曜 9:00～11:00 場所 中央保健福祉センター
 申込 電話か直接健康づくり課へ
 ※歯科健診は不定期で実施。詳しくはお尋ねください。
 ※市内の登録歯科医療機関でも受診可(受診料500円)。

⑨乳幼児健診(約1カ月前に該当者に通知します)

4カ月児健診 対象 3～5カ月ごろ
 1歳6カ月児健診 対象 1歳6～8カ月ごろ
 3歳児健診 対象 3歳9～10カ月ごろ
 ☎健康づくり課(①～⑧) ☎子ども保健課(⑨)

90・95・100歳となる人▽60歳で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによって免疫機能に障がいがあり、この障がいによる身体障害者手帳1級を所持する人
 ※いずれも今までにワクチン接種したことがない人だけ。
 料金 医療機関によって異なる
 ※期間を過ぎて接種を受けた場合は、全額自己負担となります。

生活衛生

冬は特に注意！ノロウイルス食中毒

冬はノロウイルス食中毒が多発する時期です。正月に欠かせないものとして、おせち料理があります。調理や盛り付けをする時に手が汚れていたり、体調不良のまま調理したりすると二次汚染による食中毒を起す場合があります。食中毒を防ぐため、次のことに注意しましょう。

- ・アルコール消毒だけではノロウイルスは死滅しないため、調理や盛り付けなど、食べ物に触れる前は、しっかりと手を洗い、消毒を行う
- ・下痢や嘔吐などの症状がある場合は調理を控える

☎生活衛生課

相談 など

子どもの発達

- ・療育相談(要予約)
 遊びの広場もあります。
 ☎子ども発達センター ☎23-3945
- ・歯科保健相談(要予約) ☎健康づくり課
 障がい福祉 ☎障がい福祉課
- ①ギャンブル等依存症夜間ミーティング
 1月24日(月) 18時30分～20時

- ②佐世保断酒会
 ①1月25日(火)、2月8日(水) 13時30分
 ②1月16日(日) 13時30分、2月5日(土) 19時

- ③GA佐世保(ギャンブル依存症当事者会)
 1月12日(金)、19日(木)、26日(水)、2月2日(火)、9日(月) 19時

- ④ギャモン結(依存症の家族、友人の会)
 1月12日(金)、19日(木)、26日(水)、2月2日(火)、9日(月) 19時

- ⑤高次脳機能障害当事者会・家族の集い
 1月22日(土) 13時

- ⑥ひきこもり家族会(あのねの木)
 1月19日(金) 10時
- ⑦アジサイ会(脊髄小脳変性症・多系統萎縮症 患者・家族の会)
 1月21日(日) 13時30分
- ⑧精神障がい者家族の会(ゆみはり会)
 1月15日(土) 13時
- ⑨精神患者当事者会(ふたばの陽)
 1月15日(土) 13時30分

※開催場所など詳しくはお尋ねください。
医療に関する相談 ☎保健福祉政策課
 平日 8時30分～17時15分

☎医療安全支援センター ☎25-9723
生活にお困りの方への支援
 就労や家庭のことなど生活上の問題で困っている人の自立を支援します。
 ☎市社会福祉協議会 ☎23-0265
いじめ・不登校・非行問題相談窓口
 教育相談担当職員が対応します。
 ☎青少年教育センター ☎22-0781

救急医療体制

休日・夜間の救急医療体制
【市立急病診療所】 ☎25-3352
 月～土曜 20時～23時(内科・小児科)
 日曜・祝日 10時～18時(内科・小児科・外科)
 ※受付は診療終了時間の15分前まで。上記時間外は消防局の医療機関案内(☎23-8199)に確認して受診をお願いします。

※夜間や休日の時間外診療は、比較的症状の重い緊急の対応が必要な人に対するものです。体調が優れないときは、できるだけ診療体制の整った平日昼間に、かかりつけ医療機関を受診しましょう。

在宅当番医・歯科医(日曜・祝日など)の当番案内はこちらからどうぞ



長崎県子ども医療電話相談
 お子さんの急な病気やけがなどのとき、経験豊富な看護師がアドバイスします(診断ではありません)。
 月～土曜 18時～翌朝8時(日曜、祝日は24時間)
 ☎#8000 ダイヤル回線 ☎095-822-3308

他では手に入らないオリジナル商品が買えるネットショップ

BENE イタリア語で「素敵な」を意味する BENE(ベネ)!

BENEへのアクセスは上のQRコードから!

TEL 0956-33-3939

随時商品ラインナップを増やしていきますので乞うご期待!

あなただけの種類もいろいろ

オリジナルグッズ 作りませんか?

●Tシャツ ●マスク ●トレーナー ●キーホルダー

「枚」から承ります!

ケーキトッパー、オリジナルコースターといったアイテムも!

Happy Birthday Center

近現代印刷LINE@ はじめました!

TEL 0956-33-3939

まずはお気軽にご相談ください!