

# 健康と福祉

市役所各課、中央保健福祉センターへは  
代表番号 ☎ 24・11111 からおつなぎします

## 子育て

10月から乳幼児の医療費の支払いを「現物給付方式」に変更



受給者証(見本)

対象者には、ピンク色の受給者証を送付しています。給付を受けるには、毎回受診時の提示が必要ですので、ご注意ください。

### 子ども支援課

乳幼児、母子家庭、寡婦に医療費を助成

助成を受けるには認定申請が必要

【乳幼児】対0歳～小学校入学前の児童内入院と通院を助成  
【母子家庭】対20歳未満の子を養育している配偶者のいない70歳未満の女性とそのお子さん(18歳未満)、高校在学中であれば20歳未満、父母がいない18歳未満のお子さん(内入院と通院を助成)

【寡婦】対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(内入院を助成)さかのぼっての資格認定は不可  
※乳幼児以外は所得制限あり。詳しくはお尋ねを。

### 子ども支援課

母子福祉医療費受給者証の更新

現在お持ちの福祉医療費受給者証の有効期限は11月30日です。期間内に手続きをしないと、12月1日以降の受診分は福祉医療費の支給ができませんのでご注意ください  
手 11月1～19日に子ども支援課、各支所・行政センターで  
※該当者には封書で通知します。

### 子ども支援課

8月1日から父子家庭の父にも児童扶養手当を支給

すでにひとり親となっている父が8月分から支給するには、11月30日までに手続きが必要です。  
子ども支援課

子ども手当の申請はお済みですか

対中学3年生までの子どもを養育している人(子ども1人につき)

き月額一万三千元 ※出生や転入などにより新たに対象となった人は、速やかに申請してください。  
10月期の支払日は15日です。  
子ども支援課

### 出前保育

【この指とまれー】(10月開催分)  
時 ①13日②19日③22日④14、28日  
※10時～11時30分 ①針尾保育園②クレールの丘自治会館③日宇地区公民館④楠栖保育所  
未就園児と保護者、妊婦等(料無料)  
問 ルンビニ子育て支援センター  
☎ 20・5100

### みんなよっといでー!

時 ①10月19日②10月27日③11月9日  
※10時30分～12時 ①③ 広田児童センター②上相浦公園(雨天時は相浦文化センター)内  
簡単な手遊びやふれあい遊び(対未就園児と保護者)料無料  
問 董ヶ丘幼児園・地域子育て支援センター ☎ 34・4188

### 保育所体験

時 ①10月12日②10月13日③10月20日④10月21日⑤11月9日 ※①②

12日 ※10時30分～12時 ①山澄地区公民館②中里皆瀬地区公民館③東部住民センター④小佐々地区生涯学習センター(内)子育てのふんばりどころ(講師川島達也さん)対民生委員児童委員、老人会の人など(料無料 ※託児あり(要予約))

【育児講座】時 ①10月15日②10月22日③11月5日 ※10時30分～12時 ①東部住民センター②北部子育て支援センター(内)子育ての楽しさ(講師川頭信子さん)対未就園児と保護者(料無料)  
【遊びの紹介講座】時 10月29日14時～15時30分(内)体操、手遊び、手作り玩具、絵かき歌など(対育児サークル・子育てサポーターなど)料無料(申電話で各子育て支援センターへ ※託児あり(要予約))

【シーユー・秋の親子遠足】時 10月17日10時30分～13時 ※10時受け付け(場)市亜熱帯動植物園(内)体操、親子ゲームなど(対)「シーユー」や「わいわい広場」に参加している乳幼児親子、一般の乳幼児親子(料)入場料三百六十円程度(申)10月12日までに電話で各子育て支援センター、子ども発達センター(☎23・3945)へ

【ファミリーサポートセンター】  
①北部子育て支援センター ☎47・3329、中部子育て支援センター ☎32・1903、東部子育て支援センター ☎39・4002  
ファミリーサポートセンター  
会員養成講座  
子育ての援助を頼みたい「依頼会員」と、子育ての支援をしたい「提供会員」を養成する講座を開催します 時 11月8、9、10日9～

## ストップ! コンビニ受診

コンビニ受診とは、「日中は用事がある」「夜が空いているから」といった理由で、外来診療の時間外に救急外来を訪れる、緊急性の無い患者の行動のことです。

こうしたケースの増加は、本当に救急医療を必要とする患者への対応を困難にしたり、医師も休養が取れず、過労に陥り医療現場を去るなど、医療崩壊の原因の一つとなっています。

地域医療を守るためにもコンビニ受診は控え、適正な受診を心掛けましょう。

- わたしたちができること
- 「かかりつけ医」を持つ
  - 緊急性の無い場合以外は、昼間のうちに受診する
  - 日ごろから健康管理に注意する
- 問 保健福祉政策課

## 高齢者と介護

### 介護教室

【転ばないからだづくり】  
時 10月16日12時30分～14時 場 教念寺本堂(俵町)  
【認知症の知識・予防・対処方法】  
時 10月16日14～16時 場 戸尾町公会堂  
【認知症の知識・接し方・予防法】

問 幼児教育センター ☎31・0550

④⑤10時～11時30分③9時30分～11時 場 ①春日幼児園②④赤崎青い実幼児園③藤原幼児園(内)①押し花フレームづくり②おべんとバスシアター、子育て相談③戸外遊びを楽しむ④パラシュートづくり、子育て相談⑤切り紙をしよう  
対未就園児とその保護者(料無料)  
問 赤崎青い実幼児園 ☎28・0044  
問 春日幼児園 ☎22・2015  
問 藤原幼児園 ☎31・4096

### 育児講座(10月開催分)

時 ①14日②12時③15日10時30分④11時⑤27日10時30分⑥11時30分⑦29日10時⑧11時 場 ①体育文化館小体育室②④董ヶ丘幼児園③ルンビニ保育園(内)①親子運動会②交通安全教室③リトミック④人形劇 ③10月22日 ※①上履き、水筒、参加料百五十円を持参。  
問 ルンビニ子育て支援センター ☎20・5100  
問 董ヶ丘幼児園・地域子育て支援センター ☎34・4188

### 子育て支援センターの各種講座

【地域子育て支援講座】時 ①10月20日②10月29日③11月5日④11月20日  
時 10月20日10～12時 場 棚方緑町公民館  
【介護保険制度について】時 10月31日13時30分～15時 場 あそかのもり生活支援ハウス  
【介護保険Q&A】時 11月7日10～12時 場 針尾地区公民館  
【認知症の理解と介護技術】時 11月7日10時～12時30分 場 村上医院  
問 長寿社会課

### 介護者の「こころ」の相談会

時 10月14日13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)在宅で介護をしている人(料)無料(申)電話で長寿社会課へ ※要予約。  
問 長寿社会課

### 物忘れ相談会

時 10月30日14～16時 場 広田地区公民館(内)専門の医師による個別相談(料)無料(申)電話で長寿社会課へ ※要予約。  
問 長寿社会課

## 健康づくり

### 10月10日は「目の愛護デー」

目の健康を守るため、年に一度は眼科を受診しましょう。  
問 健康づくり課

時=とき、場=ところ、内=内容、対=対象、料=料金・会費、定=定員、申=申し込み、手=手続き・提出、ア=締め切り、問=問い合わせ

アルカスにレストラン  
2店オープン!

1F 軽食レストラン「サザンクロス」  
4F おにぎりカフェ「すばる」

アルカスパーツィ 4,000円より

アルカス5分! 空港バス停0分!

# セントラルホテル

☎ 25-0001

www.sasebo.co.jp  
佐世保市上京町3-2

ワンランク上の  
ビジネス宿泊プラン

★朝食付プラン 5,680円より  
★朝食・夕食付プラン 6,980円より

人気の朝食は6:30開店!!

大切なお客様の接待に・・・  
祝事 法要 御予算に応じ承ります  
(10名様から5,000円均)

創作料理 執事

KAORI

佐世保市天満町2-29 シービービル2F 電話 0956-37-3500

山のかおり  
海のかおり  
土のかおり  
そして  
人のかおり

ゆつくりとした空間の中で  
素敵なひとときを  
お過ごし下さい。  
四季折々の松花堂 二千円  
秋のおまかせ料理 五千円



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(けいぶ) 1,000円				
乳	-	視触診・マンエコー 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	-	-	-	50~84歳 無料	

●市内の登録医療機関

※前回の受診日から12カ月以上空けてください(年1回)。料金は各種健康保険共通。本市国保加入者は保険証を提示すると無料。

②肺がん検診(胸部レントゲン)

期日	時間	場所
10月13日	13:40~14:30	下本山町公民館
	15:00~15:50	踊石町公民館
10月15日	9:30~11:00	あたご荘駐車場(中里町)
10月20日	9:10~10:00	瀬戸越・ゲオ佐世保大野店
	10:20~11:10	ダイソー矢峰店
10月21日	9:20~10:10	吉岡町・鹿子木酒店
	10:30~11:20	中里皆瀬地区公民館
10月27日	9:30~11:00	大野地区公民館
10月29日	9:20~10:10	北地区公民館

●40歳以上  
料 X線=400円、X線+<sup>かくたん</sup>喀痰検査=900円 ※70歳以上、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・証明書が必要)。 ※肺がん検診は結核検診も兼ねます。

③女性検診(乳がん検診と骨粗しょう症検診・要予約)

●時 11月1、22日9:00~11:00、13:00~15:00  
●場 中央保健福祉センター内 ①女性検診②骨粗しょう症検診だけ  
●対 ①40~70歳の市民②20~70歳の市民 ③①②とも各日20人  
●申 10月20日から電話で健康づくり課へ

④エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

まずは電話でご相談を ●時 平日8:30~17:15 ☎0120-104-783  
Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp  
エイズウイルス抗体(通常)・クラミジア抗原検査  
●時 月曜9:00~11:30、13:00~16:30、水曜9:00~11:30(祝日を除く) ●場 中央保健福祉センター  
エイズウイルス抗体即日検査(要予約・祝日を除く)  
●時 火曜13:00~16:00、木曜9:00~11:00  
10月19日13:00~19:00  
●場 中央保健福祉センター

⑤乳幼児健診 ※約1カ月前に該当者に通知します。

子どもの成長、発達に欠かせない健診です。特に3歳児健診はぜひ受診をお願いします。  
4カ月児健診 ●対 3~4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

●健康づくり課(①~④) ●子ども保健課(⑤)

相談など

【子どもの発達】  
療育相談(要予約)  
●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

●アルコール依存症家族教室  
10月12日、11月9日15:30  
中央保健福祉センター  
②精神保健相談(要予約)  
10月14、28日  
中央保健福祉センター  
③精神障がい者の社会復帰訓練  
保健所アイケア  
毎週金曜(祝日を除く)10:00  
中央保健福祉センター  
④精神障がい者の家族の会(ゆみ  
はり会) 10月23日13:00  
⑤膠原病友の会

10月21日13:30  
※④⑤はふれあいセンターで。  
※③④⑤の新規参加者は事前に連絡を。  
【高齢者と介護】 ●長寿社会課  
老人の認知症や心の相談(要予約) 10月21日13:30  
中央保健福祉センター  
【医療への相談】 ●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  
祝日は前日の内容が流れます。  
10月の内容(3分間)  
☑機能性胃腸症  
☑急にひどくお腹が痛くなる  
☑EBウイルス感染症  
☑うおの目  
☑歯科医院にかかるとき伝え  
ておいたほうがいい全身疾患  
☑日老人性陰炎  
●長崎県保険医協会  
☎095-825-3829

【障がい福祉】 ●障がい福祉課  
①アルコール依存の相談  
●アルコール依存の相談  
障がい福祉課で随時  
●佐世保断酒会 10月12日、  
26日、11月9日13:30  
中央保健福祉センター

乳がん・子宮がん体験者の会  
(弥生の会)

体験者同士で情報交換しませんか?  
●時 10月18日13~15時 ●場 中央保健福祉センター  
●健康づくり課

子宮頸がん検診・乳がん検診無料クーポン券の早めの利用を

受診料が無料になるクーポン券を6月末に対象者に送付しています。有効期限は来年3月末ですが、年度末には受診希望者が集中し、期限内に受診できなくなる可能性もありますので、受診はお早めに。  
●健康づくり課

10月は「臓器移植普及推進月間」

臓器移植法が改正され、親族に優先的に提供できるようになりました。また本人の意思が不明でも家族の承諾により臓器提供ができます。臓器提供意思表示カードは、健康づくり課、各支所・行政センターなどに設置しています。  
●健康づくり課

「ひふのり」公開講座

●時 11月7日10時30分~12時 ●場 アルカスSASEBO内アトピー性皮膚炎、皮膚がんに関する講演  
●無料  
●岡田皮膚科アレルギー科医院 ☎24・7065

健康相談(10月開催分)

●時 ①26日②27日③28日 ※14~15時  
●場 ④予約時に調整 ●場 ①世知原行政センター健康館②小佐々行政センター③鹿町行政センター健康館④江迎地域、中央保健福祉センター内生活習慣病予防や禁煙に関する相談 ●電話で健康づくり課へ ※行政センターは前日まで申し込み可。  
●健康づくり課

各種料理教室(要予約)

【男性のための料理教室】  
●時 ①11月5、12、19日②11月24、27日  
●場 ①日宇地区公民館②東部住民センター ●対 40歳以上の男性 ●定 22人 ●料 二百円 ●申 前日までに電話で健康づくり課へ ※3回シリーズ、1回だけの参加も可。  
【いきいき元気食事づくり教室】  
●時 10月28日、11月4、11日 ※10時~12時30分 ●場 吉井地区生涯学習センター ●定 25人 ●料 二百円 ●申 前日までに電話で健康づくり課へ ※3回シリーズ、1回だけの参加も可。  
●健康講話  
●時 10月28日13~14時 ●場 中央保健福祉センター内「乳がんのことをもっと良く知ろう」  
●健康づくり課

高血圧予防教室(調理実習あり)

●時 ①11月1、10日②11月25日、12月3日 ※9時30分~14時 ●場 ①山澄地区公民館②南地区公民館 ●料 二百円 ●定 28人 ●申 電話で健康づくり課へ ●時 ①10月25日②11月15日  
●健康づくり課

老人福祉センターの歯科健康教育・相談

●時 ①11月5日②11月10日 ※10~14時 ●場 ①やすらぎ荘(花園町)②いでゆ荘(広田3丁目) ●内 口の嚙み下り、唾液腺マッサージや歯科相談など ●料 無料(入館料百四十円必要)  
●健康づくり課

10月は「骨髄バンク推進月間」

休日骨髄バンクドナー登録会 ↓  
●時 10月17日11時~15時30分 ●場 アルカスSASEBO(健康と福祉フェスティバル会場)  
●健康づくり課

運動体験コース(全5回)

●時 ①12月~来年1月の月~土曜10時30分~18時②来年1~2月の平日11~20時と土・日曜、祝日11時~16時30分 ※この時間内に1回約60分 ●場 ①ゲットインスポーツプラザ広田店②街角フィットネスエクサ(常盤町) ●対 20~74歳の人(運動を制限されている人などは除く) ●料 無料 ●定 20人(応募多数の場合は抽選)  
●健康づくり課

数の場合は抽選) ●事前に電話で健康づくり課へ

健康づくり課

市立総合病院の健康教室

●時 10月20日14時 ●場 市立総合病院2階・講堂内肝臓と肝臓がんのはなし  
●申 市立総合病院 ☎24・1515

糖尿病食の試食会

●時 11月12日11時30分~13時 ●場 市立総合病院2階・講堂内糖尿病食の試食料五百円 ●定 40人 ●申 10月18日から電話で受け付け(先着順)  
●申 市立総合病院 ☎24・1515

生活衛生

食の安全・安心フォーラム

●時 10月15日13時30分~16時 ●場 アルカスSASEBO内「みんなで考えてみんね!輸入食品のこと」講師||松永和紀さん ●料 無料  
●生活衛生課

飼っている動物の命に責任を

平成21年度の保健所での殺処分は犬が六十九匹、猫が千四百十六匹でした。飼い主として、生まれてくる命に責任が持てない場合は避妊・去勢手術をし、無責任に捨てる事は絶対にやめましょう。  
●生活衛生課

法要のご予約承ります  
マイクロバス送迎無料!  
焼香も行えます

レオプラザホテル  
三浦町4-28 TEL(0956)22-4141

ワシントンホテル  
瀬見町12-7 TEL(0956)32-8011

グリーンホテル  
三浦町4-1 TEL(0956)25-6261

九州電力  
台風時の停電情報をチェック!  
携帯メールサービス  
http://kyuden.jp  
http://www.kyuden.co.jp  
0120-986-402