

障害福祉

市民セミナーに参加しませんか
 障害者生活支援センターピアさせぼ
 (☎3995)
 とき 2月26日13時~17時 **ところ**
 アルカスSASEBO2階・スピ
内容 講演会「障害者自立支
 援法と地域生活」講師 綿祐二さん
 (文京学院大学・助教) シンポ
 ジウム(公開討論会)

サン・アビリティーズ佐世保をご利用ください

障害者の文化体育施設で、障害のない人も利用できます。
利用料 本市に住所がある障害者は無料
 一般の人は下の表のとおり
予約 障害者は2カ月前から、一般の人は
 1カ月前から受け付けます
申し込み、お尋ね サン・アビリティーズ佐世保
 (干尽町・☎33-9231)

室名	区分	利用料金 (2時間以内)		超過加算 料金 (1時間ごと)	
		9~12時	12~17時	17~21時	
体育室	全面	1,720円	860円		
	1/3面	680円	340円		
	卓球(1台)	450円	220円		
トレーニング室(1人)		200円			
	利用時間	9~12時	12~17時	17~21時	
教養文化室など	利用時間	9~12時	12~17時	17~21時	
	教養文化室	610円	910円	1,520円	
	音楽室	610円	910円	1,520円	
	調理室	610円	910円	1,520円	
研修室	910円	1,220円	1,830円		

身体障害者補助犬をご存じですか
 市役所障害福祉課
 目の不自由な人が安全に歩けるように助ける「盲導犬」。手や足が不自由な人のために物を拾ったり運んだり、服の着替えやドアの開閉などを手伝う「介助犬」。耳の不自由な人のためにチャイムや電話の呼び出し音などを知らせる「聴導犬」。これらの身体障害者補助犬は、公共施設や交通機関、デパート、レストランなど多くの人が利用する施設で自由に同伴することが出来ます。身体障害者補助犬は特別な訓練を受けており、ペットとは区別されます。ご理解とご協力をお願いします。

健康づくり

保健所内・健康づくり課
とき 3月3日 **対象** 20~70歳の女性 **定員** 先着50人 **申し込み**
 2月15日から同課へ **結果** 報告会(3月16日)でお渡しします。

2月は生活習慣病予防月間です
 保健所内・健康づくり課

生活習慣病予防月間にちなみ、保健所で行っている通常の基本健康診査に加え、体脂肪測定と骨粗しょう症検診を併せて実施します **とき**
 2月14、21、28日8時30分~10時30分 **ところ** 保健所 **対象** 次のすべてに該当する人 **職場** で健診がない40歳以上の人 **高血圧・糖尿病・心臓・腎臓・肝臓・高脂血症** などの生活習慣病で治療中でない人
 前回の健診から1年以上たつてい

B型・C型肝炎ウイルス検査
 保健所内・健康づくり課
対象 平成4年以前に輸血を受けた人など **とき** 毎週月、水曜13~15時 **場所** 保健所 **料金** 千二百円から **40歳以上**の人は基本健康診査をご利用ください。

女性医師による「女性専用医療相談」を無料で実施しています
 保健所内・健康づくり課
 市では、県と共同で女性医師による電話と面談による相談を無料で実施しています。保健師が相談内容を聞いてから、必要に応じて女性医師への予約を行います。婦人科・乳腺疾患、思春期女性特有の疾患など男性医師には相談しにくい病気、更年期

県障害者スポーツ大会参加者募集
 市役所障害福祉課
とき 5月28日 **ところ** 県立総合運動公園陸上競技場(諫早市) **対象** 身体・知的障害があり、ことし4月2日現在で13歳以上の人 **種目** 陸上、水泳、卓球、アーチェリー、ボウリング、フライングディスクなど **ボウリング**は知的障害者だけ **申し込み** 2月28日までに同課へ

高齢者と介護

生活支援ハウスをご存じですか
 市役所長寿社会課
 生活支援ハウスは、高齢者が安心して、健康で明るい生活を送れるように支援することを目的にした入居施設です **対象者の要件** 独り暮らし、または夫婦だけの世帯に属する本市在住の60歳以上の人で、家族による援助を受けることが困難な人や高齢のために独立して生活することに不安がある人で、次のすべてに該当する人 **自立して生活**を行うことができるが、日常生活において何らかの援助が必要であること(申請時に介護保険制度で要介護と認定された人を除く) **入院加療**が必要でない

男性のシルバー料理教室
 保健所内・健康づくり課
とき 3月1、8、15日 **ところ** 中里皆瀬地区公民館 **時間** 10時から **材料代** 1回二百円 **定員** 30人 **申し込み** 同課

市立総合病院の健康教室
 市立総合病院(☎1515)
 1~2月は「私たちの献血」キャンペーン期間です。冬季は特に献血に協力ください。
長崎県ねりんピック大会の参加者募集
 保健所内・健康づくり課
 県立総合運動公園(諫早市)を中心に、高齢者を対象としたスポーツ文化交流大会が開催されます **とき** 5月13日 **締め切り** 2月24日 **開催**種目や申し込み方法など、詳しくはお尋ねください。

認知症を考える講演会
 市役所長寿社会課
とき 2月25日13時30分~15時30分 **ところ** アルカスSASEBO・中ホール **演題** 認知症：を知り共に乗り越える〜ひとり・ひとりの力を活かして **講師** 永田久美子さん(認知症介護研究・研修東京センター・主任研究主幹)

介護者の心身リフレッシュのため、日帰り旅行を開催します
 市役所長寿社会課
とき 3月11日9時~17時 **ところ** 長崎・伊王島温泉 **対象** 要介護1以上の家族を在宅で介護している人 **定員** 30人 **参加料** 八百四十円 **申し込み** 2月10~17日に同課

介護教室にご参加ください
 市役所長寿社会課
とき、**ところ** 2月11日「デイサービスことひら」 2月12日「ひまわり」 2月16日「アイケン医院」

生活衛生

食品の期限表示をご存じですか
 保健所内・生活衛生課
 食品の期限表示は消費期限と賞味期限の二種類があります。「消費期限」は、弁当や惣菜など5日以内で品質が劣化する食品に表示されます。「賞味期限」は、スナック菓子や缶詰など、品質が劣化しにくい食品に表示され、おいしく食べられる期限として扱われます。
飼い犬のためにもしっかりとつなぎましょう
 保健所内・生活衛生課
 犬が放れて交通事故に遭い、けがを負ったり死亡したりするケースが増えています。また、逃げ出した犬が原因で、大きな交通事故や犬にかまれる事故を招く恐れがあります。次のことを守りましょう。犬が逃げ出さないようしっかりとつなぎ、鑑札と狂犬病予防注射済票は、犬の首輪にしっかりと装着する。犬がいなくなつたときには、必ず保健所に連絡する