

健康と福祉

子育て

Let's Play〜英語で遊ぼう〜&おもちゃ広場

おもちゃや絵本を使い、英語で遊びます！
 とき 7月21日10時30分〜11時10分
 ところ 2階「スピカ」対
 象 2歳〜3歳（小学3年生と保護者（祖父母も可）の2人1組）
 定員 20組 参加料 無料
 申し込み 7月10日から男女共同
 参画課へ直接来課か電話で ※お
 もちゃ広場（自由参加）は11〜16
 時開催。
 男女共同参画課 ☎23・3828

おこづかい学習ゲーム

金融広報アドバイザーの岡本啓子さんを講師に迎え、ゲーム感覚でお小遣いの管理方法を身につけます
 とき 7月29日13時30分〜15時30分
 ところ 2階「スピカ」研修室2
 SEBO2階「スピカ」研修室2
 対象 2歳〜6年生と保護者（祖父母も可）の2人1組
 定員 20組 参加料 無料
 申し込み 7月10日から男女共同

参画課へ直接来課か電話で ※託児（未就学児まで）は7月22日まで
 要予約。
 男女共同参画課 ☎23・3828

親子で楽しくクッキング!

とき 7月23、24日10〜12時
 ※両日とも同じ内容（参加はどちらか1日だけ）
 ところ 2階「スピカ」対
 象 センター 対象 就学前の幼児と保護者の2人1組 定員 先着各8組（受講経験がない人を優先します）
 材料費 1組五百円
 持ってくる物 エプロン、三角布、タオル、筆記用具
 申し込み 7月10日から電話で幼児教育センターへ 託児あり（要予約。人数制限あり）
 幼児教育センター ☎31・0550

プレパパママクッキング

とき 8月3日10時〜12時30分
 （受け付け9時30分）
 ところ 中央公民館3階・調理実習室
 内容 妊娠中の食事の栄養バランスに関する講話や、ご主人を対象にした調理実習
 対象 妊娠中の奥さんとご主人の2人1組 定員 15組
 材料費 1組五百円 持っ

障がい福祉

障がい者福祉医療費受給資格の更新

とき 7月22日〜8月8日
 ところ 障害福祉課、各支所、各行政センター
 対象 1〜3級か、療育手帳A1・A2・B1を持つ人（3級とB1は後期高齢者医療受給者を除く）、合併による経過措置対象者（宇久、小佐々地域）
 ※更新申請書が届いたら、期間内に手続きを。現在お持ちの受給者証は、9月末で資格が切れます。
 障害福祉課

「てんかん」に関する講演会

とき 8月2日13時〜16時30分
 （受け付け12時30分）
 ところ 2階「スピカ」対

てくる物 エプロン、三角布、筆記用具、はさみ
 申し込み 電話で健康づくり課へ
 健康づくり課

出前保育「みんなであそぼう」

保育士と一緒に親子で遊ばせ
 とき 7月23、24日
 ところ 2・4月 曜13時30分〜15時30分、ダイジャ
 スクール（ジャスコ大塔店2階）
 ▼毎週火曜13時30分〜15時30分、
 柚木地区公民館▼毎週水曜9〜12時、
 小佐々地区公民館
 対象 未就園児の親子、妊婦
 参加料 無料
 ※祝日は休み。
 日野保育園内・日野子育て支援センター ☎28・3264

保育所を体験してみませんか

とき 7月12日13〜15時②
 7月16日9時30分〜11時③
 8月7日10時〜11時30分
 ところ ①②藤原幼稚園③赤崎保育園
 対象 認可保育所を利用していない親子など
 内容 ①臨床心理士・吉田直樹さんの講演「子どものしつけ」
 ②、③お父さんも知っておきたい「ほめ方・しかり方」
 （子どもは部屋遊び）②砂と泥などで戸



外遊び③魚を作って遊ぼう！
 参加料 無料
 申し込み 電話で各園へ
 ①③は当日参加可、②は7月11日締め切り
 ※③はタオルを持参。
 藤原幼稚園 ☎31・4096
 赤崎保育園 ☎28・0446

出前保育「みんなよついで」

保育士が手遊びや親子ふれあい遊びを紹介します
 とき 7月14日10時30分〜12時
 ところ 2階「スピカ」対
 象 丘中央公園（雨天時はもみじが丘第2集会所）
 対象 未就園児と保護者
 参加料 無料
 榎ヶ丘幼稚園・地域子育て支援センター ☎34・4188

児童手当の申請はお済みですか

児童手当は申請しないと受けられませんので、ご注意ください
 対象 小学6年までの児童を養育している人（所得制限あり）
 手当 3歳未満は一律月額一万円
 3歳以上の第1子、第2子は月額五千元
 第3子以降は月額一万円
 受け付け 子ども支援課、各支所、各行政センター（公務員は勤務先で手続きを）
 ※市外へ転出、市

脊髄小脳変性症の集い（アジサイ会）

とき 7月18日13時30分
 ところ 2階「スピカ」対
 象 2階「スピカ」研
 修室2
 障害福祉課

高齢者と介護

介護リフレッシュ事業（ランチ交流会）の参加者募集

とき 8月22日
 内容 大地といのちの会代表・吉田俊道さんによる食育講演会と、食育ランチバイキング
 対象 要介護1以上の家族を在宅で介護している人
 定員 40人
 参加料 千円
 申し込み 7月22日〜8月1日に電話で長寿社会課へ
 長寿社会課

topics

上柿元シェフと親子deクッキング

させば男女共同参画推進事業の一環で、料理人・長崎県観光マイスターの上柿元勝さんを講師に迎え、親子料理教室を行います
 とき 8月2日①9時30分〜12時
 ②13時30分〜16時
 ところ アルカスSASEBO2階「スピカ」調理実習室
 対象 子ども（小学3年〜中学生）と保護者（祖父母も可）の2人1組
 募集人数 各12組
 応募期間 7月17〜20日
 応募方法 電話（9〜17時）で男女共同参画課へ ※応募多数の場合は抽選。
 材料費 1組2,000円（当日徴収）
 持参品 包丁2本、ふきん2枚、エプロン、三角布
 託児 あり（申し込み時に要予約）
 男女共同参画課 ☎23-3828

介護教室のご案内

介護に関する技術や知識、寝たきり、認知症予防などをテーマとした講演会や体験学習を開催します

期日	場所	時間
7月13日	介護老人保健施設サクラ（八幡町）	13:30〜15:30
7月17日	あかがき内科循環器科（萩坂町）	18:30〜20:30
7月24日	特別養護老人ホームたけの（岳野町）	13:00〜15:00

※内容など詳しくはお尋ねを。

長寿社会課

介護保険料の納め忘れにご注意を

未納があると、介護サービスを利用するときに、給付制限を受ける場合がありますので、納め忘れにご注意ください。納付には、納め忘れがなく便利な口座振替をご利用ください。

長寿社会課

法要
 ご予約承ります
 お料理から、引出物
 祭壇、焼香、ご案内状まで
 全てお任せ下さい
 マイクロバス送迎無料！
 ホームページでもチェック！
<http://www.sasebohotel.com>

レオプラザホテル TEL (0956) 22-4141
 《海の家 鯉太郎》三浦町4-28
 ワシントンホテル TEL (0956) 32-8011
 《日本料理 桜川》潮見町12-7
 グリーンホテル TEL (0956) 25-6261
 《いけ洲 博多屋》三浦町4-1

近視・遠視・弱視
 当センターの《視力回復トレーニング》で視力回復！
 当センターでは視力低下予防と回復の為に、水晶晶体操法を取り入れています。
 お気軽にご相談下さい
 ※トレーニング効果については個人差があります。

《1973年から視力回復ひとすじに》
ナガサキ視力回復センター
 TEL (0956)25-4866 佐世保市下京町9-1
 ■受付時間 ◎火〜土/11:00〜18:00 ◎日曜日/10:00〜15:00
 ■定休日/月曜、祝日※時間外でも予約受付しております。