

健康と福祉

子育て

「親子のつどい」に遊びにきませんか

とき 3月13日10時30分～11時45分(受け付け10時) ところ コミュニティセンター・集会場(体育文化館・小体育室) 対象 就学前の親子 参加料 無料 内容 親子で参加する遊びや、体操、手遊びなど

市役所子育て家庭課内・子育てサークルネットワークさせ事務局

出前保育「みんなで遊ぼう!!」

保育士と一緒に親子で遊びませんか とき、ところ ①3月10、24日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) ②3月11、18、25日、4月1、8日13時30分～15時30分、柚木地区公民館 ③3月12、19、26日、4月2、9日

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

日野保育園・日野子育て支援センター

☎28・3264

マタニティクッキング教室

栄養のバランスを考えた食生活について、楽しく実習します とき 3月21日10時～12時30分 ところ 中央公民館 材料費 二百円 定員 30人 申し込み 健康づくり課 ※給水制限により中止の場合あり

保健所内・健康づくり課

幼児教育センター「遊びのコーナー」のボランティア募集

同コーナーに訪れる乳幼児親子の遊びの支援(月々金曜の一日3時間程度)をお願いします 募集人数 若干名

市幼児教育センター

☎31・0550



料理家・栗原はるみさんの「九十九島かきの炊き込みごはん」レシピ

【材料】(4人分)
米2カップ、カキ2パック(300グラム)、A(しょうゆ大さじ1、しょうが汁小さじ1)、ごぼう1/2本、にんじん1/2本、しいたけ3枚、だし汁とB(薄口しょうゆ大さじ1、しょうゆ大さじ1/2)1と3/4カップ

- 【作り方】
- 米は洗ってざるに上げておく。
 - カキは水でよく洗い、ざるに上げて水気をよくきる。ボウルに入れ、Aをからめて下味をつけ10分くらいおく。
 - ごぼうは皮をこそぎてささがきにし、水にさらして水気をきる。にんじんは皮をむいて同様にささがきにし、しいたけは石づきを取って薄切りにする。
 - だし汁とBを合わせて1と3/4カップにする。
 - 内釜に米を入れ、③の野菜をのせる。汁気をきった②のカキものせ、④のだし汁を加えて炊く。
 - 炊きあがったらふんわりと混ぜ合わせる。

※東京の栗原はるみさんのお店で「九十九島かき」のイベントが行われました。
URL <http://www.sasebo99.com/>

障がい福祉

脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会)

とき 3月21日13時30分 ところ アルカスSASEBO2階「スピカ」研修室2

市役所障害福祉課

膠原病の会

とき 3月27日13時30分 ところ ふれあいセンター(花園町)

市役所障害福祉課

福祉タクシー利用券の切り替え申請を受け付けます

とき 3月31日から ところ

高齢者と介護

障害福祉課 対象 平成19年度に福祉タクシー利用券の交付を受けた人 持っている物 平成19年度の福祉タクシー利用券の残り(全部使用した場合は表と裏の表紙)、印鑑、身体障害者手帳または療育手帳

市役所障害福祉課

市宇久高齢者生活福祉センターの指定管理者の指定

指定管理者 (福)佐世保市社会福祉協議会 指定期間 平成20～24年度

市役所長寿社会課

五十九万円

市役所子ども子育て応援センター

「児童虐待」から、みんなで子どもを守りましょう

虐待の事実が明らかでなくても、気になると思ったら迷わずご連絡ください

「子どもの様子」悲鳴や叫び声が聞こえる、不自然な外傷や打撲傷がある、体や洋服が汚れていて非衛生的、栄養不足が目立ち顔色が悪い など

「親の様子」小さな子どもを残してよく外出する、子どもを登園、登校させない、子どもに十分な食事を与えない など

市役所子ども子育て応援センター

母子、寡婦家庭に修学資金や就学支度金をお貸しします

「修学資金」対象 高校以上の学校に進学または在学するお子さんの保護者 金額 月額一万八千円～六万四千円

「就学支度資金」対象 小学校(大学)に入学するお子さんの保護者 金額 三万九千五百円

市役所子育て家庭課

児童手当の申請

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 一律月額一万

介護予防プログラム

元気で長生きするために、運動や栄養、お口の体操などの教室を市内のデイサービスやデイケア実施の事業所で開催しています 対象 要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の市民で、基本健康診査(1年以内)に受診を受けた結果、特定高齢者に該当した人 参加料 無料 ※詳しくはお尋ねを。

市中央地域包括支援センター

☎23・9056

市東部地域包括支援センター

☎31・6767

市北部地域包括支援センター

☎47・2113

健康づくり

肺がん検診(胸部レントゲン)

肺がん検診は、結核検診も兼ねています とき 毎週火曜8時30分～10時30分 ところ 保健所 対象 40歳以上の市民 料金 四百円 喀痰検査は別に五百円 ※70歳以上は無料。市国保加入者は健康保険証を提示すると無料。

保健所内・健康づくり課

巡回子育て支援「シーユー」

保育士が親子遊びなどを通して、子育ての楽しさを体験する場を提供します。

| 実施場所 | 実施日 | 連絡先 |
|-----------------------|--------------|---------|
| ①子ども発達センター(ふれあいセンター内) | 毎週月曜 | 23-3945 |
| ②広田地区公民館 | 第1・2水曜 | |
| ③江上地区公民館 | 第3水曜 | |
| ④三川内地区公民館 | 第4水曜 | |
| ⑤春日児童センター | 第2木曜 | |
| ⑥中里皆瀬地区公民館 | 第4木曜 第2木曜 | 47-3329 |
| ⑦市東部子育て支援センター(早岐保育所) | 第2木曜 | 39-4002 |
| ⑧市中部子育て支援センター(大黒保育所) | 第3水曜 | 32-1903 |
| ⑨市北部子育て支援センター(上相浦保育所) | 第4木曜 | 47-3329 |
| ⑩東部保健福祉センター | 第4月曜 | 23-3945 |
| ⑪日宇地区公民館 | 第2金曜 | 39-4002 |
| ⑫針尾地区公民館 | 第3金曜 | |
| ⑬西地区公民館 | 第2金曜 | 32-1903 |
| ⑭宮地区公民館 | 第3金曜 | |
| ⑮九十九地区公民館 | 第3木曜 | 47-3329 |

対象 在宅の0歳～就学前の乳幼児と保護者、妊産婦
※①第1・3月曜と②第1水曜は0～1歳
①第2・4月曜と②第2水曜は2歳以上

時間 ①～⑤、⑥第4木曜=9:30～12:00
⑦～⑨=9:00～12:30
⑩=13:30～15:00
⑪～⑬、⑥第2木曜=14:30～16:00

※予約不要。参加料無料。祝日は休み。

ONIXでおなじみの長崎初上陸!

(株)タジエ マツダオートガム東彼がカーベルとパートナーを組み新車が70%引きで乗れるオートローンに参入!!

mazda AZ-W FX CA/T 車両本体価格(税込)1,013,250円

新車で29万円?! (税抜)

頭金0円でもOK! 新車を買いたくした独自のオートローンです。

東彼杵郡川棚町百津郷411番地 ☎(0956)82-2275

2年後 ライフスタイルに合わせて3つの選択が!

- ① 新たにオートローンで新車に乗り換え
- ② 愛車を売却
- ③ 残金を支払って現在の車に乗り続ける

お支払い対象額 据置価格 最高70% 車両本体価格(税抜)の最高70%を後払いできます。

自治会長・老人会長・町内会長様へお知らせ

しきたり、風習、作法などお近くで楽しく学べます。

冠婚葬祭出張勉強会が出来ます。

お問合せは 株式会社 西九州新生活センター 元町飛鳥会館 まで TEL 24-3232 佐世保市元町4-23

◆好評につき申込受付中! お申し込み・参加費は無料です。

町内の公民館などで