

検診
検査

健康づくり課(①~④)

子ども保健課(⑤)

①がん検診(受診は各種年1回・要予約)

年齢	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~69歳	70歳以上
胃		3,000円	1,000円		
肺			X線 400円 X線+喀痰検査 900円		
大腸			600円		無料
子宮	頸部 1,000円				
乳		視触診・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	

場 市内の登録医療機関
※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。
※肺がん検診は本紙24ページも参照。
※前回の受診日から12カ月以上空けてください(年1回)。

②20歳以上の成人歯科健診(要予約)

時 火曜8:30~10:30(祝日を除く) 場 中央保健福祉センター
※歯科相談も併せて実施しています(無料・要予約)。
※市内の登録歯科医療機関でも受診できます(受診料500円)。

③エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

まずご相談を
☎0120-104-783(時)平日8:30~17:15
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)
時 火曜13:00~16:00(第3火曜は19:00まで)、木曜9:00~11:00(祝日を除く) 場 中央保健福祉センター

④肝炎ウイルス検査

時 月曜13:00~16:00(祝日を除く) 料 無料
場 中央保健福祉センター 対 感染の不安があり、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人

⑤乳幼児健診

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
※1カ月前に該当者に通知します。
※宇久地域は、宇久保健福祉センターで実施します。

相談など

【子ども発達センター】 ☎23-3945
療育相談(要予約) ④子ども発達センター
歯科保健相談(要予約) ④健康づくり課
○遊びの広場(わいわい広場)もあります。お気軽にご来場ください。

【障がい福祉】 ④障がい福祉課
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13、27日、11月10日13:30
中央保健福祉センター
精神保健相談(要予約)
10月22日
中央保健福祉センター
精神障がい者の社会復帰訓練
○保健所デイケア
毎週金曜(祝日を除く)10:00
中央保健福祉センター
※新規参加者は事前連絡を。

膠原病友の会
10月15日13:30・ふれあいセンター
精神障がい者の家族の会(ゆみはり会)
10月17日13:00・ふれあいセンター

【医療に関する相談】 ④保健福祉政策課
医療安全支援センター ☎25-9723
電話などでご相談ください。
対応日時 平日8:30~17:15

【健康テレホン】 ☎23-4300
3分間のテープで、祝日は前日の内容が流れます。
10月の内容
①インフルエンザの流行に備えて
②肝がんの治療法
③ペットからうつる子どもの病気を手荒れ
④歯の破折~歯が折れたとき~
⑤子宮内膜症の新しい治療法
⑥県保険医協会 ☎095-825-3829

生活衛生

魅力アップ教室(全4回・要予約)
時 11月12、20、26日、12月3日
※10~12時 場 中央保健福祉センター
1人 更年期の体や心の変化を理解しライフスタイルを改善するための、運動・調理実習など 対 40~60歳の女性でできるだけ4回通して参加できる人 定 40人 料 無料(調理実習は材料費が必要) 申 電話で健康づくり課へ 11月10日 問 健康づくり課

弁当持参で出掛ける際は次のことにご注意を▽食材は傷みにくい物を選び、当日に調理する▽調理器具はよく洗浄、消毒した物を使用する▽調理後は十分冷ましてから弁当箱に詰める▽弁当は直射日光の当たらない涼しいところに保管し、早めに食べる 問 生活衛生課

飼いだを迷いだにしないために
飼いだへの鑑札と狂犬病予防注射済票の装着は法律で義務付けられています。迷子札の役目にもなりますので首輪等にしっかりと装着してください。犬が逃げ出さないようにしっかりとつなぎ、犬がいなくなつた時は必ず、保健所、警察署に連絡しましょう。 問 生活衛生課

健康づくり

10月は「臓器移植普及推進月間」
臓器提供には本人の意思が必要ですが、臓器提供について書面による意思表示にご協力をお願いします。臓器提供意思表示カード等は、臓器提供意思表示カード等です。

介護教室
介護に関する技術や知識、認知症予防等の教室です。料 無料

【特別養護老人ホーム・あいのうら(相浦町)】 時 10月16日14~16時
内 健康は食事からについて

【サン・レモリハビリ病院(江上町)】 時 10月17日13時30分~15時30分 内 介護保険と医療・福祉サービスの活用について

【北地区公民館(春日町)】 時 10月17日14時30分~16時30分 内 食べる楽しみは生きる喜びについて

【あそかのもり(松瀬町)】 時 10月18日13時30分~15時30分 内 高齢者のための口腔ケアについて

【西小佐世保自治会館(小佐世保町)】 時 10月24日14~16時 内 認知症についての知識・予防・対処方法

【村上医院・テイケア(広田一丁目)】 時 11月8日10時~12時30分 内 認知症介護の新しいあり方~地域ケアについて

問 長寿社会課

10月は「骨髄バンク推進月間」

一人でも多くの患者さんを救うためにご協力をお願いします。休日骨髄バンクドナー登録会 10月17日11~16時 場 ジャスコ大塔店 対 18~54歳の健康な人 問 健康づくり課

市立総合病院の健康教室
時 10月21日14~15時 場 市立総合病院・2階講堂 内 これから冬場に~よくみる子どもの病気 発熱・インフルエンザ・嘔吐・下痢 問 市立総合病院 ☎24・1515

秋季ポリオ日程

10月29日まで地区公民館等で実施しています。日程等については本紙9月号をご覧ください。※市ホームページでも確認できます。 問 健康づくり課

健康相談(要予約)

時 ①10月27日14~15時 ②10月28日14~15時 ③11月10日13時30分~15時30分 場 ①世知原行政センター 健康館 ②小佐々行政センター 健康館 ③中央保健福祉センター 生活習慣病の予防や禁煙の相談 申 前日までに電話で健康づくり課へ

肺がん検診(胸部レントゲン)

月日	検診場所	時間
10月14日	東浜1組公会堂	13:40~14:30
	十郎新町中央集会所	15:00~15:50
10月15日	下本山町公民館	13:40~14:30
	踏石町公民館	15:00~15:50
10月21日	アンカー吉岡鹿子木酒店	9:20~10:10
	中里皆瀬地区公民館	10:30~11:20
10月22日	日立家電駐車場・山祇町	9:20~10:10
	山澄地区公民館	10:40~11:30
10月28日	大野地区公民館	9:30~11:00
10月30日	あたご荘駐車場	10:00~11:30
11月5日	ゲオ大野店・瀬戸越4丁目	9:10~10:00
	ローソン佐世保矢峰町店	10:20~11:10
11月6日	北地区公民館	9:20~10:10
毎週火曜(祝日除く)	中央保健福祉センター	8:30~10:30

対 40歳以上 料 X線=400円、喀痰検査=500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、結核検診も兼ねています。

問 健康づくり課

※③は当日も電話で受け付けます。 問 健康づくり課

各種料理教室(要予約)

【いきいき元気食事づくり教室・全3回】 時 11月6、13、20日 ※10時~12時30分 場 吉井地区生涯学習センター 内 調理実習と健康講話 対 40歳以上 定 25人 料 1回二百円 ※1回だけの参加も可。

【男性のための料理教室】 時 ①11月11、18、25日 ②11月17、24日、12月1日 ※10時~12時30分 場 ①東部住民センター ②中央保健福祉センター 対 40歳以上の男性 定 各22人 料 1回二百円

で健康づくり課へ 問 健康づくり課

歯と気づくお口の予防教室(全2回・要予約)

時 11月10日13時30分~15時、11月17日13時30分~14時30分 場 中央保健福祉センター 内 歯科医師・衛生士による講話、歯磨き指導など 対 全2回受講できる人 定 先着12人 料 無料 申 10月13日から電話で健康づくり課へ 問 健康づくり課

骨粗しょう症検診(要予約)

時 11月13日 場 中央保健福祉センター 対 20~70歳の女性 定 先着56人 料 無料 申 10月14日から電話で健康づくり課へ 問 健康づくり課

佐世保市ホームページ
バナー広告

トップページ 月/約 183,000 アクセス (H20年度平均)
バナー広告 各企業 月/約 500 アクセス (H20年度平均)

佐世保市
広報させぼ広告

佐世保全域 99,000部
毎月1日発行



PLANNING ROOM
R2
有限会社アールツー
Tel.0956-23-2728
長崎県佐世保市天満町2-7
http://www.p-r2.com

広告掲載募集中!! 詳しくはR2までお電話下さい。

歓迎迎会・忘年会
ご予約承ります! お一人様 5,000円より
2~200名様まで(和・洋宴会場)
マイクロバス 送迎無料! 特典! 忘年会ご利用後の特別料金にてご優待!
http://www.sasebohotel.com

レオプラザホテル TEL(0956) 22-4141
【滝の茶屋 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