

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		無料
肺			X線 400円 X線+喀痰検査 900円		
大腸			600円		
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23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 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)。
※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肝炎ウイルス検査

時 月曜13:00~16:00 場 中央保健福祉センター 料 無料
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

④骨粗しょう症検診(要予約)

時 8月21日(時間は予約時に指定)
場 中央保健福祉センター 料 無料
対 20~70歳の女性 定 先着56人
申 7月22日から電話で健康づくり課へ
※8月27日に同センターで結果報告会。

⑤乳幼児健診

・4カ月児健診=3~4カ月ごろ
・1歳6カ月児健診=1歳6カ月ごろ
・3歳児健診=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。

生活衛生

市立総合病院の健康教室
時 7月15日14~15時 場 市立総合病院・2階講堂内(ご存知ですか?)
糖尿病からくる眼の病気「糖尿病性網膜症」
問 市立総合病院 ☎24・1515

市立総合病院敷地内が禁煙に
患者が治療に専念でき、たばこを吸わない人の受動喫煙を防止するためにもご協力をお願いします
時 8月1日
問 市立総合病院 ☎24・1515

夏場の食中毒を防ぐために
高温多湿となる夏場は食中毒菌が増殖しやすい時期です。食中毒を防ぐには、手と調理器具はいつも清潔に保って菌をつけない、食品の保存方法と消費期限を守って菌を増やさない、食品の中心部まで加熱して菌をやっつけることが大事です。
問 生活衛生課

地域猫講習会
時 7月14日14~16時 場 中央保健福祉センター(地域猫講習会、地域猫支援モデル事業の説明会) 料 無料 定 100人 申 電話で生活衛生課へ ☎7月13日

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) ⑤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】 ⑥障がい福祉課
アルコール依存の相談
障がい福祉課で随時
○佐世断断酒会
7月14、28日13:30
中央保健福祉センター
精神保健相談(要予約)
7月23日
中央保健福祉センター
精神障がい者の社会復帰訓練
○社会復帰事業保健所ダイヤ
7月17、24、31日、8月7日
10:00・中央保健福祉センター
※新規参加者は事前連絡を。
精神障がい者の家族の会(ゆみはり会)
7月18日13:00・ふれあいセンター
脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会)
7月17日13:30・アルカスSASEBO

2階「スピカ」研修室1
※新規参加者は事前連絡を。

【健康づくり】 ⑦健康づくり課
乳がん・子宮がん体験者の会(弥生の会)
8月11日13:00
中央保健福祉センター

【医療に関する相談】 ⑧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。
7月の内容
☎老人に多い不整脈~心房細動~
☎手指のしびれ~手根管症候群~
☎ヘルパンギーナ
☎治りにくい水虫
☎薬物依存症
☎胆膀胱(ぼうこう)がん
☎県保険医協会 ☎095-825-3829

健康づくり

7月は「愛の血液助け合い運動」1週間
皆さんのご協力をお願いします
時 10時~17時30分(金曜を除く)。
成分献血は17時まで(場)四ヶ町
アーケード内・献血ルーム西海
※7月16日にアルカスSASEBO

物忘れ相談会(要予約)
時 7月31日13時30分~16時 場 大野地区公民館(内)専門の医師による個別相談(高齢者と家族) 料 無料 申 電話で長寿社会課へ
問 長寿社会課

Oで献血運動推進全国大会を開催。
問 献血ルーム西海 ☎25・2440

エイズ・性感染症(クラミジア)相談、検査(匿名・無料)
まずはご相談を 時 平日8時30分~17時15分 相談専用 ☎0120・104・783、Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp
【エイズウイルス抗体・クラミジア抗原検査】時 月曜9時~11時30分、13時~16時30分、水曜9時~11時30分 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13~16時(第3火曜は19時まで)、木曜9~11時 場 中央保健福祉センター
問 健康づくり課

健康相談(要予約)
時 ①7月22日14~15時 ②7月28日14~15時 ③8月11日13時30分~15時30分 場 ①小佐々行政センター ②世知原行政センター 健康館 ③中央保健福祉センター(内)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
※③は当日も電話で受け付けます。
問 健康づくり課

ライフスタイル改善教室
時 7月31日10~12時 場 日宇地区公民館(内)生活習慣病予防の講話と気軽にできるストレッチ運動
問 健康づくり課

④40歳以上 申 電話で健康づくり課へ
問 健康づくり課

マイオーキングコースコンテスト
皆さんが日ごろ汗を流しているオリジナルのウォーキングコースを紹介してください。優秀コースを表彰し、最優秀賞のコースは市ウォーキングコースマップ集に掲載します 内 2~4km程度のコース部門(市内限定) 対 市内在住者(グループ可) 申 コンテストのチラシ裏面(チラシは各支所・行政センター、各地区公民館、体育文化館などに設置)、市ホームページからダウンロードした申し込み用紙に必要事項を記入し、コースの写真添えて持参か郵送(〒8570042、高砂町5の17)で健康づくり課へ ☎8月14日(当日消印有効) ※応募は各部門1人(グループ)1コースだけ。添付写真は返却できません。
問 健康づくり課

歯と気づくお口の予防教室
軽度から重度まで含めて成人の約8割がかかっていると言われる歯周病。発症や症状の進行を防ぐための講話、指導などを行います
時 ①8月11日13時30分~15時 ②8月18日13時30分~14時30分 場

中央保健福祉センター(内)①歯科医師による口腔内診査、歯周病と全身についての講話②歯科衛生士による歯磨き指導、お口の健康体操、染め出しなど 対 20歳以上の市内在住者で2日間とも受講できる 人 定 先着12人 料 無料 申 7月10日から電話が直接健康づくり課へ
※筆記用具(②は歯ブラシも)持参。受講者にはプレゼントがあります。
問 健康づくり課

運動普及推進員養成講座
健康づくりのための運動を地域に普及させるボランティアです。講座修了後は、各地区の会員の皆さんと一緒にウォーキングやグラウンド・ゴルフなどの普及活動を行っていただきます
【中央地区】時 9月11日~来年2月23日に7回開催 場 中央保健福祉センターほか
【早岐地区】時 9月10日~来年2月9日に7回開催 場 東部住民センターほか
対 おおむね64歳以下の市民で7回とも受講できる人 料 無料 申 電話で健康づくり課へ ※受講前に年1回の健診を受けるか、主治医の許可を得てください。
問 健康づくり課

ご融資 生活資金、教育資金、車購入資金、他各種フリーローンを
ご用意致しております。

ご預金 定期預金、定期積金、他各種ご預金をご用意致しております。

ご相談 お金に関するお悩み(税金、借入金一本化等々)お気軽にご相談下さい。

本店 ☎0120-0892-80
早岐支店 ☎0120-0892-38
大野支店 ☎0120-0892-64
佐々支店 ☎0120-0892-68
らしいぶん ☎0120-0892-18
センター (24時間365日受付)

本 店 ☎0120-0892-80
早岐支店 ☎0120-0892-38
大野支店 ☎0120-0892-64
佐々支店 ☎0120-0892-68
らしいぶん ☎0120-0892-18
センター (24時間365日受付)

佐世保市ホームページにもバナー広告掲載中! 本店:下京町8-15
<http://www.kfp-kenmin.co.jp>

KFPけんみん
長崎県民信用組合

*土日祝日もご相談をお受けしております。
*詳しくは、電話又はお近くのけんみん店頭窓口へお尋ねください。
*ホームページでもご確認いただけます。

お盆に向けて お墓の建立 リフォームetc. お気軽にご相談下さい。

お墓についての豆知識 【墓石のお手入れ】
墓石にはホコリや鳥のフン、苔などが付きますが、これらを早く取り除かないと石の風化を早めることになります。水をかけて洗い、柔らかい布で拭き取ります。これを定期的に行いますと、いつまでも墓の表面のつやが保たれ、風化を防ぐことになります。

【創業大正5年】引き継がれる「技術」と「信頼」
品質管理に関する国際規格である ISO9001 認証取得

森石碑
大塔町23番地 TEL (0956) 31-3416
<http://www.morisekihi.co.jp>

お墓のお手入れは
お孫さんの供養です

大塔町23番地
大塔自動車学校
大塔自治会館
大塔郵便局
大塔町バス停
ユニクロ
GS
ジャスコ
大塔店
大塔駅
大塔35番地
大塔郵便局