

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女性検診(乳がん、骨粗しょう症・要予約)

時 7月10日9:30~12:00、13:00~16:00  
 場 中央保健福祉センター 対 40~70歳の女性 定 先着20人  
 内 マンモグラフィと骨粗しょう症検診を同日に実施  
 申 6月19日から電話で健康づくり課レントゲン室へ  
 ※乳がん検診は後日、医療機関で視触診の受診が必要。  
 ※料金など詳しくはお尋ねを。

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。

運動体験出前講座(要予約)  
 時 平日10~17時の間で90分以内  
 場 市内(会場は各自で手配) 内 家庭でできるストレッチ・筋トレなどの指導に運動の専門家を派遣  
 対 日ごろ運動していない5人以上の団体(先着3団体) 料 無料 申 開催希望日の2カ月前までに電話で健康づくり課へ 期 10月30日  
 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  
 対 40歳以上 申 電話で健康づくり課へ  
 問 健康づくり課

生活衛生

犬や猫の飼育は責任を持って!  
 いなくなってもすぐに飼い主が分かるよう犬には首輪に鑑札・注射済票を、猫には首輪・名札を付けましょう。  
 問 生活衛生課

食肉等の生食にご用心!  
 細菌による食中毒が多くなる季節に入ります。食中毒予防のため次のことにご注意を▽乳幼児や高齢者などは肉類の生食を控え、十分に加熱したものを食べる▽焼き肉、バーベキューなどをするときは、トングや箸を使用する  
 問 生活衛生課

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(要予約) 6月23日13:30  
中央保健福祉センター  
精神保健相談(要予約) 6月11、25日、7月9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デイケア 6月12、19、26日、7月3、10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) 6月20日13:00・ふれあいセンター  
膠原病友の会 6月18日13:30・ふれあいセンター
- 【健康づくり】 ④健康づくり課  
乳がん・子宮がん体験者の会(弥生の会) 6月22日10:00  
中央保健福祉センター
- 【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。  
6月の内容  
①ピロリ菌 ②凶首のグリグリ ③困話し始めるのが遅い子ども ④困はやり目~流行性角結膜炎~ ⑤寝たきり老人の歯の衛生 ⑥回人工妊娠中絶 ⑦県保険医協会 ☎095-825-3829

はしか(麻しん)・風しん予防接種  
 対 ①生後1~2歳未満の人 ②平成15年4月2日~同16年4月1日生まれの人 ③同8年4月2日~同9年4月1日生まれの人(中学1年生に相当) ④同3年4月2日~同4年4月1日生まれの人(高校生に相当) ⑤市内の予防接種実施医療機関(事前に電話で確認を) 料 ①常時無料 ②~④本年度中に接種すると無料。来年度以降は有料 ※②~④はなるべく6月末までに接種をお願いします。  
 問 健康づくり課

老人福祉センターの歯科健康教室・相談  
 時 6月10日、いでゆ荘(広田3丁目)▽6月12日、よしい荘(吉井町立石)▽6月17日、つくも荘(下船越町)▽6月19日、あたご荘(中里町) ※いずれも10~14時 内 口の嚙下体操、唾液腺マッサージ、歯科相談など 料 無料(別途入館料が必要)  
 問 健康づくり課

市立総合病院の健康教室  
 時 6月17日14~15時 場 市立総合病院・2階講堂 内 大腸がんについて  
 問 市立総合病院 ☎24・1515

健康相談(要予約)  
 時 ①6月23日14~15時 ②6月24日14~15時 ③7月14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 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  
 ※中央保健福祉センター分は当日も電話で受け付けます。  
 問 健康づくり課

シエイプアップ/ヘルシーセミナー(メタボリックシンドローム予防教室・要予約)  
 時 ①6月27日14~15時 ②7月3日18時30分~20時30分 場 中央保健福祉センター 内 ①ヨガ体験教室 ②調理体験教室 対 ①20~39歳  
 問 健康づくり課

骨粗しょう症検診(要予約)  
 時 7月8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 6月11日から電話で健康づくり課へ  
 問 健康づくり課

運動普及推進協議会の公開講座  
 時 7月15日9時30分~11時 場 柚木地区公民館 内 太極拳のようなゆったりとしたリズムのエクササイズ 定 30人 申 電話で健康づくり課へ ※治療中の人は主治医の許可を得て参加を。  
 問 健康づくり課

食生活改善推進員養成講座  
 時 7月16日~12月7日に6回開催。10~15時 場 ①中央保健福祉センター ②吉井地区生涯学習センター ※②の開講・修了式、講演会は中央保健福祉センターで開催  
 内 食を通じた健康づくりポランティアの養成。講話と調理実習、運動など 対 70歳位までの女性 定 計60人 料 1回二百円(調理実習時だけ) 申 電話で健康づくり課へ  
 問 健康づくり課

医師による健康講話  
 時 7月23日15~16時 場 中央保健福祉センター 内 子宮がんについて  
 申 電話で健康づくり課へ  
 問 健康づくり課

各種料理教室  
 【男性のための料理教室】 時 ①7月10、17、24日 ②7月1、8、15日 ③7月28日、8月4、11日  
 ※①~③10時~12時30分 場 ①愛宕地区公民館 ②東部住民センター ③相浦文化センター 内 手軽にできるヘルシーメニュー 対 40歳以上の男性 定 22人 料 1回二百円  
 【働くあなたの料理教室】 時 7月15日18時30分~21時 場 中央保健福祉センター 内 簡単に栄養バランスのとれた料理 対 昼間働いている人 定 30人 料 二百円  
 【マタニティッキング教室】 時 7月17日10時~12時30分 場 中央保健福祉センター 内 おなかの赤ちゃんのための栄養バランスを考えた食事 定 30人 料 二百円  
 【いきいき元氣食事づくり教室】 3回シリーズ 時 7月22、29日、8月5日10時~12時30分 場 大野地区公民館 内 手軽にできる健康メニューと健康講話 対 40歳以上 定 各25人 料 1回二百円 ※1回だけの参加も可。  
 申 いずれも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 月平均)  
 バナー広告各企業 月/約500アクセス (H20年度 月平均)

佐世保市  
 広報させば広告  
 佐世保全域 99,000部  
 毎月1日発行

R2  
 株式会社アールツー  
 Tel.0956-23-2728  
 http://www.p-r2.com

リフォームの基本は窓から!  
 エコガラスに  
 取り替える!  
 普通の板ガラス  
 交換  
 簡単・お手軽・経済的  
 ①防犯対策リフォーム  
 ②防音対策リフォーム  
 ③省エネ対策リフォーム

株式会社  
 カケハシ  
 佐世保市大塔町1748番地  
 Tel.0956-31-2567  
 http://www.kakehashi.co.jp  
 カケハシでは「させば振興券」をご利用できます。