

検査
検査

- 健康づくり課(①～③⑤)
- 子ども保健課(④)

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。
※肺がん検診は下記②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)。

②肺がん検診(胸部レントゲン)

時 火曜8:30～10:30(祝日除く) 場 保健所 対 40歳以上
料 X線=400円、喀痰(かくたん)検査=500円
※70歳以上は健康保険の種類に関係なく無料。
※本市国保加入者は保険証を提示すると無料。
※喀痰検査はタバコを多く吸う人、血痰が出る人が対象。
※肺がん検診は、結核検診も兼ねています。

③20歳以上の成人歯科健診

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

④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。

⑤肝炎ウイルス検査

時 月曜13:00～16:00(祝日除く) 場 保健所
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
料 無料

市立総合病院の「市民公開講座」
5月16日14～16時 場 アルカスSASEBO・中ホール 在宅医療に関する講演会「あなたの家に帰ろう 住み慣れた家で死ぬということ」～往生際の過ごし方～
講師 桜井隆さん 料 無料 ※がんに関するよろず相談にも応じます。
問 市立総合病院 24・15155

市立総合病院の健康教室
5月20日14～15時 場 市立総合病院2階・講堂 内 あなたの医療や福祉などのお悩みをお手伝いします
～地域連携室のご案内～
問 市立総合病院 24・15155

生活衛生

家庭での食中毒予防

食中毒が多くなる季節がやってきます。家庭での食品の取り扱いには次のことに注意を▽購入時に食品の保存方法と期限表示を確認する▽食品の期限表示には保存方法が定められているので、購入後は保存方法を守る▽開封後は早めに食べる▽開封品の常温放置は食中毒や異物混入の原因になるので正しく保管する
問 生活衛生課

相談など

【子育て】 ④子ども発達センター
子ども発達センターの療育相談と歯科保健相談(要予約)
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。
23-3945

【障がい福祉】 ④障害福祉課
アルコール依存の相談
○アルコール依存の相談 障害福祉課で随時
○佐世保断酒会 5月12、26日、6月9日13:30
※場所についてはお尋ねを。

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 5月15、22、29日、6月5日 10:00・ふれあいセンター
脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会) 5月15日13:30・アルカスSASEBO 2階「スピカ」研修室1

精神障がい者の家族の会(ゆみはり会) 5月16日13:00・ふれあいセンター 膠原病の会 5月21日13:30・ふれあいセンター
【医療に関する相談】 ④総務企画課
◇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。
5月の内容
☑息切れ
☑手術が必要な腰痛
☑注意欠陥多動性障害(ADHD)
☑起き上がった時におこるめまい
☑職場の精神保健
☑女性の尿失禁
☑県保険医協会 095-825-3829

健康づくり

平成21年度春季ポリオ日程
春のポリオ予防接種は5月28日

お口、いきいき、健康支援事業
お口(口腔)を健康に保って病気を防ぎましょう 内 口腔内の診察、手入れ方法の指導 対 後期高齢者医療被保険者 場 県内の指定歯科医院 料 1回二百円(受診券の提示で年3回受診可能) 申 9月30日までに電話で(県後期高齢者広域連合へ) ※詳しくはお尋ねを。
問 国民健康保険課
問 県後期高齢者広域連合 095・816・3930

女性検診(要予約)

時 5月22日9時30分～16時(12時を除く) 場 保健所 内 乳がん検診(マンモグラフィ)と骨粗しょう症検診を同日に実施 対 40～70歳の女性 定 先着16人 申 5月11日から電話で健康づくり課レントゲン室へ ※乳がん検診は受診後、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。
問 健康づくり課

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 20・120・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(祝日を除く) 場 保健所 要予約【時 5月7、14、21日9～11時、5月12日13～16時、5月19日13～19時、6月6日13時～16時20分 場 保健所
問 健康づくり課

健康づくり課

まで地区公民館等で実施しています。実施日・場所については、本紙4月号でご確認ください ※市ホームページにも掲載しています
問 健康づくり課

健康相談(要予約)

時 ①5月26日14～15時 ②5月27日14～15時 ③6月9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
※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

5月31日は「世界禁煙デー」

5月31日～6月6日は「禁煙週間」です。たばこは肺がんをはじめ、さまざまな病気にかかる危険性を高め、周囲への受動喫煙も社会問題になっています。この日をきっかけにたばこや受動喫煙について考えてみませんか
【本市のたばこ対策の3本柱】①未成年者の喫煙の防止②喫煙による健康被害の防止③分煙の推進
【非喫煙者意思表示バッジ】「たばこの受動喫煙を受けたくない」という意思を「イエローグリーン」ボードで周囲にさりげなく伝えます 料 1個五百円 申 健康づくり課
問 健康づくり課

マイウォーキングコースコンテスト

健康・体力づくりにはウォーキングが一番！皆さんが日ごろ汗を流している身近なウォーキング

コースをご紹介ください 内 2～4 km程度▽5～8 km程度△8月14日までに健康づくり課へ
※優秀コースを表彰し、ウォーキングコースマップ集へ掲載予定。
詳しくはお尋ねを。
問 健康づくり課

各種料理教室

【男性のための料理教室】 時 ①6月3、10、17日 ②6月5、12、19日 ※①②10時～12時30分 場 ①中里皆瀬地区公民館 ②日宇地区公民館 内 手軽にできるヘルシーメニュー 対 40歳以上の男性 定 20人 料 1回二百円
【いきいき元氣食づくり教室・3回シリーズ】 時 ①6月4、11、18日 ②6月15、22、29日 ※①②10時～12時30分 場 ①山澄地区公民館 ②広田地区公民館 内 手軽にできる健康メニューと健康講話 定 20人 料 1回二百円 ※1回だけの参加も可。
【レパパママクッキング】 時 6月7日10時～12時30分 場 山澄地区公民館 内 生まれてくる赤ちゃんに今後の家族のための食生活について ※調理実習は父親になる人だけ 対 出産を控えた夫婦 定 15組 料 1組五百円
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

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

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。

第2弾 お住まいの悩みを「窓のリフォーム」で解決！
交換の板ガラス
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
カケハシは、低コストな窓のリフォームを提案します。
ガラスに中間膜を挟み込んだあわせガラスで、高い防犯性能
PVC樹脂製サッシを内窓に装着、簡単に二重窓！結露にも効果も！
お財布にも地球にも優しく、冬は暖かく、夏は涼しい！

広告掲載募集中!! 詳しくはR2までお電話下さい。