

検診

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	

市内の登録医療機関
 ※肺がん検診は下記②も参照してください。
 ※本市国保加入者は保険証を提示すると無料。
 ※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 毎週火曜8:30~10:30 場 保健所
 対 40歳以上
 料 400円(70歳以上は無料)
 ※本市国保加入者は保険証を提示すると無料。
 ※喀痰(かたん)検査希望者は別に500円。
 ※肺がん検診は、結核検診も兼ねています。

③成人歯科健診

時 毎週火曜8:30~10:30(受け付け) 場 保健所
 対 20歳以上
 ※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(要予約・受診料500円)。

④骨粗しょう症検診(要予約)

時 2月13日(時間は予約時に指定) 場 保健所
 対 20~70歳の女性
 定 先着56人
 申 1月20日から電話で健康づくり課へ
 料 無料
 ※2月19日に保健所で結果報告会。

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。

市民公開講座
 時 1月18日13時30分~15時30分
 場 アルカスSASEBO・中ホール内「テーマ」健康作戦「認知症に負けない脳をつくる」講師 佐世保中央病院医師・南祐三さん、市立総合病院医師・古川正隆さん(定先着200人) 料 無料
 問 アステラス製菓 095・818・7360

生活衛生

犬や猫は責任を持って飼いましょう
 いなくなってもすぐに飼い主が分かるように、犬は首輪に鑑札・

注射済票を、猫にも首輪と名札を付けましょう。飼っている犬や猫が周囲に迷惑を掛けないよう気を付けて飼いましょう。
 生活衛生課
ノロウイルス食中毒にご注意
 ノロウイルスは特に冬場の寒い時期に多発しやすく、人の腸内で増殖します。次の点にご注意を▽
 使用後や調理前は必ず手指を洗浄、消毒する▽生力キは「生食用」加熱用を確認し、加熱用は十分に加熱する▽まな板、包丁、ふきんは定期的に洗浄・消毒する▽便や嘔吐物の処理は感染予防のため、ゴム手袋、マスク等を使用する
 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
- 【高齢者】 ④長寿社会課 老人の認知症や心の相談(要予約)
 1月15日13:30=保健所
- 【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
 ○家族教室 2月3日13:30=保健所
 ○佐世保断酒会 1月13、27日、2月10日13:30=保健所
 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
 1月16日10:00=北地区公民館
 1月23日 9:30=中央公民館
 1月30日10:00=東部住民センター
 2月 6日10:00=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)
 2月5日10:00=保健所
- 【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。
 1月の内容
 ㊦冷え性 ㊦足首の腫(はれ) われたら
 ㊦唇の荒れ ㊦認知症の早期発見
 ㊦男性の更年期障害
 ④県保険医協会 ☎095-825-3829

高齢者と介護

高齢者虐待の発見にご協力を
 高齢者虐待の早期発見・対応、予防のため、高齢者の「悲鳴や家族の怒鳴り声」が聞こえる「不自然な傷や打撲の跡がある」「部屋がひどく散らかり十分な介護がなされていない」などの様子が見られたら、長寿社会課がお近くの地域包括支援センター(北部・中央・東部)へ迷わずご連絡ください。
 長寿社会課

介護教室

時 ①1月31日13時30分~15時30分 ②2月8日9時30分~11時30分 ③1月28日9時30分~11時30分
 場 ①日守地区公民館 ②方一デーンハイツはいき(桑木場町) ③ターミナル期を介護する②いきいき高齢者健康法 料 無料 ※詳しくはお尋ねを。
 長寿社会課

健康づくり

医療に関する相談

「近所にどんな医療機関があるのか」「主治医にこんな質問をしていいのかなど」、患者や家族が抱える医療に関する心配ごとについての相談に応じます。時 平日8時30分~17時15分 場 保健所・総務企画課 電話、ファクス(25・9684)、Eメール(soukik@city.sasebo.jp)、来所で ※特定の医療機関の紹介はできません。
 医療安全支援センター ☎25・9723

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 【相談専用】 ☎0120・104・783、Eメール shc783@city.sasebo.jp
 【電話・来所相談】 時 平日8時30分~17時15分 【エイズウイルス抗

体・クラミジア抗原検査】 時 平日8時30分~16時30分 【エイズウイルス即日検査】 時 1月13、30日、2月9日(事前予約制) ※場所はいずれも保健所。
 健康づくり課

B型・C型肝炎ウイルス検査

時 毎週月曜13~16時(祝日を除く) 場 保健所 対 同検査を受けたことがなく、感染の不安がある人 料 無料
 健康づくり課

健康相談(要予約)

時 ①1月20日、2月3日13時30分~15時30分 ②1月27日14~15時 ③1月28日14~15時 場 ①保健所 ②世知原行政センター 健康館 ③小佐々行政センター 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 ※保健所分は当日も電話で受け付けます。
 健康づくり課

運動教室(初級・全5回・要予約)

時 3月3、10、17、24、31日14時~15時30分 場 振興会体育館 運動の専門家が、参加者の健康状態や体力に合わせた運動メニューを作成 対 40~64歳で全5回参加できる人(特定保健指導を受けている人や運動制限のある人を除く) 定 40人(応募多数の場合は抽

選) 料 無料 申 2月24日までに電話で健康づくり課へ ※治療中の人は主治医の許可が必要。
 健康づくり課
いきいき元気食事づくり教室
 時 2月4、18、25日10時~12時30分 ※全3回。1回だけの参加も可 場 東部住民センター(早岐地区公民館) 定 各30人 料 1回二百円 申 電話で健康づくり課へ
 健康づくり課

男性のための料理教室

時 ①2月10、17、24日10時~12時30分 ②2月13、20、27日10時~12時30分 場 ①北地区公民館 ②広田地区公民館 対 40歳以上の男性 定 各30人 料 1回二百円 申 電話で健康づくり課へ
 健康づくり課

働く男性の料理教室

時 2月18日18時30分~21時 場 中央公民館 対 昼間働いている男性 定 30人 料 二百円 申 電話で健康づくり課へ
 健康づくり課

市立総合病院の健康教室

時 1月21日14~15時 場 市立総合病院2階・講堂 内 小児気管支喘息について
 市立総合病院 ☎24・1515

生前にお墓を建てるのは長寿を授かる縁起の良いこと

寿陵 (じゅりょう)

ホームページ http://www.morisekihi.co.jp/

お墓についての豆知識!!

生きているうちに自分のお墓を建てることを生前建墓といい、そのお墓を「寿陵」(生前墓)と呼びます。近年では、生前にお墓を建てられる方が増えています。寿陵の起源は中国の皇帝のお墓とされ、仏教的にも長寿を授かる縁起のよいこととされています。天皇家では寿陵で墓所を定められておられます。お墓をいつ建てるかについては仏教上の決まりも特になくありません。

品質管理に関する国際規格である ISO9001 認証取得

当社は、受注から完成引渡しまで、墓所及び墓石をお求めのお客様に安心していただける品質管理体制を構築いたしました。

「創業大正5年」引き継がれる「技術」と「信頼」

株式会社 STONE DESIGN 森石碑



お墓の新作 大展示場 公開中
 大塔町23番地 TEL(0956)31-3416

人形供養祭

ひな人形 キャラクター人形 ぬいぐるみ人形など



毎年恒例の人形供養を致します。

日時 2月8日 午前11:00より供養が始まります。
 場所 元町飛鳥会館

※その他、楽しいイベントを開催。

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