

①がん検診 (受診は各種年1回)

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・マンモグラフィ 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	

ところ 市内の登録医療機関(要予約)

※肺がん検診は下記②も参照してください。

※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)

日程	検診場所	時間
10月16日	東浜町一組公会堂	13:30～14:30
10月23日	大野地区公民館	9:10～10:10
	ひさご山荘前道路公園(里美町)	10:40～11:40
10月24日	ゲオ大野店(瀬戸越町)	9:10～10:10
	寺崎商店(潜水町)	10:40～11:40
10月30日	日立家電駐車場(山祇町)	9:10～10:10
	山澄地区公民館	10:40～11:40
10月31日	北地区公民館	9:10～10:10
	柚木元町3組公民館	10:40～11:40
11月 6日	ローソン佐世保矢峰町店	13:30～14:30
	柚木地区公民館	15:00～16:00
毎週火曜	保健所・レントゲン室	8:30～10:30

肺がん検診は、結核検診も兼ねています。

対象40歳以上、料金400円(70歳以上は無料)

※市国保加入者は保険証を提示すると無料。

※喀痰検査希望者は別に500円。

③20歳以上の成人歯科健診

ところ	とき	備考
保健所	毎週火曜 8:30～10:30(受け付け)	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可(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。

健康づくり

10月は「乳がん早期発見強化月間」

乳がんは早期発見・治療を行うことで治ることが多い病気です。30歳以上の女性で1年以内に乳がん検診を受けていない人は、ぜひこの機会に受診し、乳房の自己検診も始めてみませんか(検診については本紙25ページ参照)。

健康づくり課

10月は「骨髄バンク推進月間」

骨髄ドナー登録会10月25日11～16時 ところ11シヤスコ大塔店 対象11～54歳の健康な人

健康づくり課

10月は「臓器移植普及推進月間」

臓器提供意思表示にご協力を。同意意思表示シールは保健所、市役所玄関案内、各支所、各行政センターなどに設置しています。

健康づくり課

10月10日は「目の愛護デー」

目を大切にして楽しい生活を送りましょう。

健康づくり課

秋季ポリオ日程

秋のポリオ予防接種は10月29日まで地区公民館等で実施していま

健康づくり課

市立総合病院の健康教室

とき10月15日14～15時 ところ市立総合病院2階・講堂 内容メタボリック・シンドロームと動脈硬化

市立総合病院 ☎24・1515

生活衛生

犬はきちんとつないで飼いましよう

きちんとつないでないと、どんなにおとなしい犬であっても苦手な人にとってはとても恐ろしく、咬傷事故の危険性も高くなります。犬を係留することは条例で義務付けられ、散歩中に公園などで

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。

健康づくり課

B型・C型肝炎ウイルス検査

とき11月毎週月曜13～16時(祝日を除く) ところ11保健所 対象11同検査を受けたことがなく、感染の不安がある人 料金11無料

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 【相談専用】 ☎0120・104・783、Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp 【電話・来所相談】とき11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】とき11平日8時30分～16時30分

健康づくり課

【エイズウイルス即日検査】とき11月29日、11月11日(事前予約制) ※いずれも保健所。

健康づくり課

敬老パスを発行しています

対象11満75歳以上の市民で、パスを持っていない人 手続き11本人が印鑑を持って、健康づくり課、各支所、各行政センターで ※西肥バスでも利用できるようになり

健康づくり課

カンピロバクターによる食中毒に注意を

年間を通して「カンピロバクター」による食中毒が多く発生し、毎年発生件数のトップとなっています。カンピロバクターは鶏、豚の内臓に多く存在します。肉の取り扱いは次のことに注意しましょう▽生で食べるのは控える▽中心部まで十分火を通す▽肉を切ったあとの包丁やまな板をよく洗浄した後、よく乾燥させる

生活衛生課

メタ・セミ(メタボ予防セミナー)

【シニアアップ教室】とき、ところ11月15日19時～20時45分、体育文化館 定員1150人 参加料11無料 【ヘルシー教室調理実習】とき、ところ11月22日18時30分～20時30分、中部地区公民館 定員1130人 材料代11200円 対象11いずれも市内に在住、通勤・通学する20～39歳の単身生活者 申し込み11電話で健康づくり課へ

健康づくり課

健康相談(要予約)

とき、ところ11月21日、11月4日13時30分～15時30分、保健所▽10月22日14～15時、小佐々行政センター▽10月28日14～15時、世知原行政センター健康館 内容11生活習慣病の予防や禁煙の相談 申し込み11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

老人福祉センターの歯科健康教育・相談

とき、ところ11月7日10～14時、やすらぎ荘(花園町) 料金11無料 ※別途入館料が必要。

健康づくり課

いきいき元気食事づくり教室

とき(全3回)11月30日、11月

6、13日10時～12時30分 ※1回だけの参加も可 ところ11山澄地区公民館 材料代111回200円 定員11各30人 申し込み11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

とき、ところ11月5、12、19日10時～12時30分、東部住民センター▽11月7、14、21日10時～12時30分、中央公民館 材料代111回200円 定員11各30人 申し込み11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

とき11月19日18時30分～21時 ところ11中央公民館 材料代11200円 定員1130人 申し込み11電話で健康づくり課へ

健康づくり課

魅力アップ教室(要予約)

～ますます魅力的な女性に～ とき11月12日10～12時 ところ11中部地区公民館 内容1110年後も生き生き元気に過ごせるように、更年期の心や体の変化を理解しよう 対象1140～60歳女性 定員1140人 申し込み11電話で健康づくり課へ ※後日運動実習と調理実習を実施。

健康づくり課

相談など

- 【子育て】
 - ◇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。 ※10月1日からわいわい広場の利用時間が8:30～18:00に変更になります。 ☎子ども発達センター ☎23-3945
 - 【障がい福祉】
 - ◇アルコール依存の相談
 - ①アルコール依存の相談 障害福祉課で随時
 - ②佐世保断酒会 10月14、28日13:30=保健所
 - ③家族教室 11月4日13:30=保健所 ☎障害福祉課
 - ◇ひきこもり家族教室(要予約) 10月15日10:00=ふれあいセンター ☎障害福祉課
 - ◇精神保健相談(要予約) 10月23日=ふれあいセンター ☎障害福祉課
- ◇精神障がい者の社会復帰訓練 社会復帰事業保健所ドイケア 10月17、31日、11月7日10:00 =ふれあいセンター 10月24日10:00=東部住民センター
- ◇精神障がい者の家族の会 (ゆみはり会) 10月25日13:00=ふれあいセンター ☎障害福祉課
- 【医療に関する相談】 ☎25-9723
- ◇医療安全支援センター 電話などでご相談ください。 相談日時 平日8:30～17:15 ☎保健所総務企画課
- 【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
 - ☑甲状腺機能亢進症(バセドー病)
 - ☑甲状腺の外科的治療
 - ☑百日咳
 - ☑お年寄りの皮膚のかゆみ
 - ☑歯の着色について
 - ☑妊婦と痔
 - ☎県保険医協会 ☎095-825-3829

じゅりょう 生前に自分のお墓を建てる! 家に幸せをもたらす、長寿を約束されるとされています。

お墓ついでのお墓の豆知識!!

寿陵とは生前建てるお墓の事をいい、その名称からわかるようにおめでたい事とされています。寿陵の開眼供養の場合には、お祝いごとに準じた服装をし、ご僧侶へのお布施も紅白のし袋を使用したりします。

ホームページ http://www.morisekihi.co.jp/

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す。

ISO 9001 ERA Registered Firm UKAS 047

7829/ISO 9001:2000

《創業大正5年》引き継がれる「技術」と「信頼」

お墓の新作 大展示場 公開中

株式会社 STONE DESIGN 森石碑

大塔町23番地 TEL(0956)31-3416

ご予約承ります 2～200名様まで 《和・洋宴会場》

お一人様 5,000円より

マイクロバス送迎無料 (ご予約先着順)

特典! 忘年会ご利用後の宿泊は特別料金にてご優待!

詳しくは右記ホテルまでお問い合わせ下さい。 ホームページでもチェック! 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