

●●● 健診・相談など ●●●

「子育て」

■市役所子育て家庭課

- 乳幼児健診のお知らせ
 - ・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。

- 子ども発達センター(花園町)の療育相談と歯科保健相談(要予約)
- 同センター(☎0956-23-3945)

「障がい福祉」

■市役所障害福祉課

- 精神保健相談
 - とき 6月14日、7月28日
 - 場所 ふれあいセンター
 - 予約とお尋ね 障害福祉課

- 精神障がい者の社会復帰訓練
 - ①社会復帰事業保健所デイケア(フリーダム)
 - ▶第1・3金曜＝ふれあいセンター(10時)
 - ▶第2金曜＝北地区公民館(10時)
 - ▶第4金曜＝東部住民センター(13時30分)
 - ②家族の会(ゆみはり会)
 - ＝6月16日13時
 - 場所 ②はふれあいセンター
 - 予約とお尋ね 障害福祉課
- ひきこもり家族の集まり(要予約)
 - とき 6月20日10時
 - 場所 ふれあいセンター
 - 予約とお尋ね 障害福祉課

- 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
 - ＝6月12、26日(13時30分)
- ③アルコール依存者の家族教室
 - ＝7月3日(13時30分)
 - 場所 ②③は保健所
 - 予約とお尋ね 障害福祉課

「高齢者と介護」

- 市役所長寿社会課
 - 老人の認知症や心の相談(要予約)
 - とき 6月21日13時30分
 - 場所 保健所
 - ※専門の医師が認知症や老人性うつ病などの個別相談に応じます。

「健康づくり」

■保健所内・健康づくり課

●がん検診

年齢	20～29	30～39	40～49	50～69	70以上
胃		3,000円	1,000円		無料
肺			X線 400円 X線・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・X線 1,500円	視触診・X線 1,100円		
前立腺			50～84歳 無料		

ところ 市内の登録医療機関
 ※市国保加入者は、市が実施しているがん検診が無料で受診できます。
 ※受診するときは、医療機関へ申し込みが必要です。
 ※前回の受診日から12カ月以上空けてください。

●健康診断

項目	とき	ところ
①40歳以上の基本健康診断 ★受診は年に1回 ★医療機関へは要予約	常時	市内の登録医療機関
	火曜 8時30分～10時30分	保健所
②20歳以上の成人歯科健診 ★要予約	常時	市内の登録歯科医療機関

※①と②の自己負担金は500円です(①だけは70歳以上は無料)。
 ※①は血液検査があるため、食事などを取らないで受診してください。
 ※①は職場で健康診断がある人は受診できません。また、医師の指示で有料の検査が必要な場合があります。
 ※①は前回の受診日から12カ月以上空けてください。

ごみの処分に困ったら なんでもご相談ください!!

ゴミレスキュー

一般廃棄物 産業廃棄物

宮岡栄次 (☎) グリーン・エコロジー

☎(0956) 39-5709

佐世保市 大黒町15-35

させば食育フェア2007
 ～食から始まる豊かな暮らしをめざして～

6月は食育推進月間です。市民団体や幼稚園、保育所、小・中学校などの食育に対する取り組みを紹介し、食育の普及啓発を行います。

とき 6月23日10時30分～16時
 ところ アルカスSASEBO
 入場料 無料
 内容 ・大ホール、ロビー
 活動パネル展示、栄養指導
 ・大ホール
 食育推進標語コンテスト表彰式、テレビでおなじみのタレント・ヨネスケさんによる講演など
 ・スピカ
 試食(レシピ配布)、食育イベント、歯のブラッシング指導など

お尋ね 保健所内・健康づくり課

地域福祉「お茶の間トーク」に参加しませんか

下記の4地区で、それぞれ2回目となる住民座談会「お茶の間トーク」を開催します。当日は、グループ形式を中心に、クイズやゲームなどで交流を図りながら、楽しく話合います。地域のさまざまな問題について意見を出し合ってみましょう。皆さんの意見は地域ごとの「地域福祉活動計画」に生かされます。

対象 小学生以上はどなたでも参加できます。

地区	とき	ところ
相浦	6月16日13時30分	相浦公会堂
針尾	6月30日13時30分	針尾地区公民館
清水・大久保(合同開催)	7月 7日13時30分	市役所13階 大会議室

お尋ね 保健所内・総務企画課

ヘルシークッキングコンテスト
 ～元気な朝ごはんメニュー～

■保健所内・健康づくり課

募集期間 5月1日～6月29日
 対象 市内在住者、市内に通勤・通学している人
 募集内容 朝忙しい朝に手軽に作れる一品料理で、次のいずれかの条件が含まれること▼家族やグループで楽しく作れる▼料理に慣れない人でも楽しく作れる▼家にある身近な食べ物(米・野菜・魚・果物)で手軽に作れる ※8月7日にアルカスSASEBO 2階・スピカで最終審査を行い、入賞者には地元の新鮮な食べ物セットを差し上げます。詳しくは、同課へ。

■市立総合病院の健康教室
 (☎0956・24・1515)

とき 6月20日14～15時
 ところ 市立総合病院2階・講堂
 テーマ 11 ペインクリニック・帯状疱疹後神経痛

■保健所内・健康づくり課

募集コース ①2～4km程度 5～8km程度 応募方法 応募用紙に写真を添えて同課へ締め切り 8月3日 ※優秀賞を受賞したコースは、市の健康ウォーキングモデルコースに採用する場合があります。

生活衛生

■梅雨季の食品保管に注意しましょう

■保健所内・生活衛生課

湿度と気温の上昇により、食品が傷みやすくなるこの時期は、次のことに注意しましょう▼常

■犬の飼育相談

■保健所内・生活衛生課

各小学校区の畜犬指導員さんにお気軽にどうぞ。詳しくは同課にお尋ねください。

■市民霊園の使用者を募集

■保健所内・生活衛生課

募集期間 7月11～24日
 申し込み書 7月2日から同課で配布 ※詳しくは同課へ。

■献血にご協力をお願いします

■保健所内・健康づくり課

輸血用血液の確保にご協力を。詳しくは、献血ルーム「西海」へ ☎0956・26・1866

■温保存食品でも開封後は早めに喫食する▼冷蔵庫は10℃以下の低温管理を心掛ける▼冷気が行き渡りやすいように、冷蔵庫に詰め込みすぎない

クルマックスサマーフェア
 6/30(土)→7/8(日)開催!!

買って安心! 乗って安心! 売って安心!

グループ在庫 常時 400台!!

EIKO-KURUMAX GROUP
 タググス相浦
 株式会社 エイコー商事
 長崎県佐世保市中里町1873-1
 Tel.0956-26-2345