

健康と福祉

市役所各課、中央保健福祉センターへは
代表番号 ☎ 24・11111 からおつなぎします

子育て

児童扶養手当受給者は現況届の提出を

現況届を提出しないと手当が受けられなくなり、子ども支援課、各支所・行政センターへ
● 8月31日 ※8月中旬までに用紙が届かない場合はお尋ねを。
● 子ども支援課

子ども手当の申請はお済みですか

申請しないと手当が受けられません ● 対 中学3年生までの子どもを養育している人 ● 子ども1人につき月額1万3千円 ※公務員は勤務先で手続きを。すでに受給中の人が子どもを養育しなくなった場合や、市外へ転出・市内に転入した場合は届け出を。
● 子ども支援課

夏季ポリオ予防接種を実施中

9月3日まで実施しています。日程、場所等は本紙7月号でご確認を。ことしから秋季ポリオは実施しませんので、ご注意ください。
● 健康づくり課

3歳児への日本脳炎ワクチン接種勧奨を再開

厚生労働省の通知に基づき、同ワクチン接種の第1期初回の標準的な接種年齢である3歳児に限り接種勧奨を再開しました。詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ※第1期の対象年齢は生後6カ月～7歳未満であり、3歳児以外でも無料で接種できます。
● 健康づくり課

保育所体験(8月開催分)

時 ①10日10時～11時30分 ②18日9時30分～11時 ③24日10時～11時30分 ④③赤崎青い実幼児園 ⑤藤原幼児園 ⑥①プール遊びほか ⑦砂・水遊び ⑧ゲーム、子育て相談 ⑨認可保育所を利用していない親子など ● 8月16日 ● 無料 ※①汚れても良い服装で②おしほり、水筒、替えの服と靴を持参。
● 赤崎青い実幼児園 ☎ 28・0044 ● 藤原幼児園 ☎ 31・4096

出前保育「みんなよついでー」

時 ①8月24日 ②9月8日 ※10時30分～12時 ● ①かいぜ保育所

ファミリーサポートセンター 会員養成講座

子育ての援助を頼みたい「依頼会員」と、子育ての支援をしたい「提供会員」を養成する講座を開催します。 時 9月6、8、9日 9時～16時 ● ふれあいセンター ● 無料 ● 申込電話でファミリーサポートセンターへお問い合わせ ※託児あり(要予約)。
● ファミリーサポートセンター 佐世保 ☎ 42・1848 (日曜休み)

子育て支援者のための講習会

時 9月13～17日 10～16時 ● 長崎短期大学 ● 60代前半の県内在住者 ● 20人 ● 無料 ● 8月24～26日にシルバー人材センターへ来所 ● 問 佐世保市シルバー人材センター ☎ 24・4045

育児講座

②春日幼児園内 簡単な手遊びや親子ふれあい遊びを紹介 ● 未就園児と保護者 ● 無料 ● 問 董ヶ丘幼児園・地域子育て支援センター ☎ 34・4188
● 幼児向け性の健康教育「いのちのお話会実践スタツフ養成講座」 ● 8月20、27日、9月10、17日 ● 10時30分～12時 ● 中央保健福祉センター内 ● テーマ「いのちのお話会はどんな会?」「なぜ今幼児の性教育なのか」「思春期の心の発達に複雑?」「思春期の健康を考えてみましょう」 ● 対 幼児・思春期の子どもに関心があり、スタツフとしてボランティア活動ができる人 ● 電話で子ども保健課へ ● 問 子ども保健課

【気になる親子を地域で支えるために】講師 川原ゆかりさん

時 ①8月23日 ②8月27日 ③9月3日 ④9月13日 ※10時30分～12時 ● ①大野地区公民館 ②南地区公民館 ③広田地区公民館 ④吉井行政センター健康館 ● 民生委員児童委員、老人会の人など ● 無料

障がい福祉

所得状況届の提出を

● 特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当受給者(該当者には文書送付) ● 8月11日～9月10日 ● 障がい福祉課

ひきこもりに関する講演会

時 8月21日 14～16時 ● 中央保健福祉センター内 ● 子ども心に寄りそつとは ● 対 家族のひきこもりで悩んでいる人や関係者 ● 無料 ● 問 フリースペースふきのつ ☎ 25・6222

朗読(音訳)・点訳奉仕員養成講座

時 9月2日～11月4日の毎週木

医療安全支援センターのご利用を

本市では、中立的な立場で、市民の皆さんの医療に対する安全性と信頼性を高めるため、「佐世保市医療安全支援センター」を設置しています。センター内の医療相談窓口では、皆さんの相談に、専任の看護師が対応しています。

場所

中央保健福祉センター 5階・保健福祉政策課内(高砂町)

受付時間

月～金曜8時30分～17時15分(祝日、年末年始を除く)

受け付け方法

電話(25-9723)、来所など

相談例

「引越してきたばかりで、医療機関が分からない」「かかりつけ医にこんなこと質問してもいいの?」など、医療について、患者や家族が抱える不安や相談

- 医療内容に関するトラブルは、当事者間での話し合いが原則です。相談に応じることができません
- 診療行為の是非や過失の有無の判断はできません
- 特定の医療機関を紹介することはできません

● 問 保健福祉政策課

※託児あり(要予約)。公共交通機関のご利用を。

● ①④北部子育て支援センター ☎ 47・3329 ● ②中部子育て支援センター ☎ 32・1903 ● ③東部子育て支援センター ☎ 39・4002
● 【子どもと向き合う子育て】講師 江藤小夜子さん ● 時 8月30日 14時～15時30分 ● ふれあいセンター ● 民生委員、子育て支援に関心がある人等 ● 無料 ● 問 子ども発達センター ☎ 23・3945

● 【高校生の叫び】講師 江藤小夜子さん ● 時 8月30日 14時～15時30分 ● ふれあいセンター ● 民生委員、子育て支援に関心がある人等 ● 無料 ● 問 子ども発達センター ☎ 23・3945

● 【いきいき子育て～母として妻として 1人の人間として～】講師 山縣文治さん ● 時 9月5日 14～16時 ● コミュニティセンター ● 対 市民、保護者、幼稚園・保育園の教職員 ● 無料 ● 120人 ● 申込電話で幼児教育センターへ ● 託児あり(要予約)。
● 問 幼児教育センター ☎ 31・0550

● 曜 13～16時 ● ふれあいセンター ● 定 20人 ● 無料 ● ※受講希望者は8月26日13～15時に、ふれあいセンターで開催する説明会に必ず参加を。
● 問 長崎県視覚障害者情報センター ● させぼ ☎ 25・3336

ふれあい教室(講習会)

● 場 サン・アビリティーズ佐世保 ● 等 内 絵画、書道、カラオケ、パソコン等 ● 対 身体障害者手帳所持者 ● 無料(一部負担あり) ● ※詳しくはお尋ねを。
● 問 身体障害者団体連合会 ☎ 24・6992

高齢者と介護

介護者の「こころ」の相談会

時 8月12日 13時30分～15時30分 ● 中央保健福祉センター内 ● 臨床心理士による個別相談 ● 在宅で介護をしている人 ● 無料 ● 電話で長寿社会課へ ● ※要予約 ● 問 長寿社会課

高齢者生活支援講習会

時 9月6～10日 10～16時 ● 長崎短期大学 ● 60代前半の県内在住者 ● 20人 ● 無料 ● 8月17～19日にシルバー人材センターへ来所 ● 問 佐世保市シルバー人材センター ☎ 24・4045

●=とき、●=ところ、○=内容、◎=対象、●=料金・会費、◎=定員、●=申し込み、●=手続き・提出、●=締め切り、●=問い合わせ

開校32年 全国料理学校協会加盟校 (食育インストラクター・教員資格取得制度有り)

ライフスクール料理教室生徒募集

一般料理 ヘルシークッキング テーブルマナークラス
パン教室 お菓子教室 ケーキ (お持ち帰りコース)

月1回コース	月2回コース	月3回コース
¥4,000	¥7,000	¥9,000

各コースの中から組み合わせ自由にご選べます。入学金10,000円

市役所 国道35号線 佐世保駅
NTT ●
ライフスクール佐世保校 ●
ココ ● 親和銀行 浜田町店
エレナ相生店 ●

有田教室 月謝 ¥10,000 (月2回)
福岡教室 ホテルオークラ前
NHK福岡文化センターでも実施中

アルカス4Fが変わるよ!

展望レストラン「すばる」

①テラスビアガーデン! 要予約!
オールドブル15種+生ビール... 3,500円
花火プラン... 2,500円

②おむすびカフェ!
15種のトッピング1個... 150円
アルカスイベント時 限定オープン

セントラルホテル

☎ 25-0001 佐世保市上京3番地

ワンランク上のおもてなし!
★ビジネスマン応援プラン(1泊2食) 6,980円
★花火見物プラン(1泊花火弁当・朝食付ツイン) 7,000円

クチコミ人気一番の朝食は6時30分開店!

好評発売中! (コシト垂糖身)
柳家喬太郎・小宮孝泰三人会
8月7日 コミセン5F 大人2千円、小・中・小学生1千円、幼児不可

検診・検査など

①がん検診(受診は各種年1回・要予約)

区分	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(けいぶ) 1,000円				
乳	-	視触診・マンエコー 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

※前回の受診日から12カ月以上空けてください(年1回)。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。

②肺がん検診(胸部レントゲン)

期日	時間	場所
8月26日	9:20~10:10	開作集会所
	10:30~11:20	槍巻集落センター
9月1日	9:00~11:00	江上地区公民館
9月2日	9:00~11:00	宮地区公民館
	13:20~14:10	筒瀬地区集会所
9月3日	14:40~15:30	長田代公民館
	9:00~11:00	針尾地区公民館
9月6日	9:00~11:00	柚木地区公民館
9月8日	9:00~11:00	三川内地区公民館
	13:20~14:10	春日区集会所(世知原地区)
	14:40~15:30	岩谷口地区集会所
9月9日	9:00~11:00	世知原行政センター健康館
9月10日	9:00~11:00	中里皆瀬地区公民館
毎週火曜	8:30~10:30	中央保健福祉センター

●対40歳以上

●料X線=400円、X線+喀痰検査=900円 ※70歳以上、本市国

保加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料(保険証・証明書が必要)。※肺がん検診は結核検診も兼ねます。

③女性検診(要予約・先着順)

●時9月13、27日9:00~11:00、13:00~15:00
●場中央保健福祉センター
●内①乳がん検診と骨粗しょう症検診②骨粗しょう症検診だけ
●対①40~70歳の市民②20~70歳の市民 ●定①②とも各日20人
●申8月18日から電話で健康づくり課へ

④成人歯科健診(要予約)

●時火曜8:30~10:30(祝日を除く) ●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・要予約)。
※市内の登録歯科医療機関でも受診できます(受診料500円・要予約)。

⑤肝炎ウイルス検査

●時月曜13:00~16:00(祝日を除く) ●料無料
●場中央保健福祉センター
●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 ※市内の登録医療機関でも受診可(20歳以上)。

⑥エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

まずは電話を ☎0120-104-783 ●時平日8:30~17:15
Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp
エイズウイルス抗体(通常)・クラミジア抗原検査
●時月曜9:00~11:30、13:00~16:30、水曜9:00~11:30(祝日を除く) ●場中央保健福祉センター
エイズウイルス抗体即日検査(要予約・祝日を除く)
●時火曜13:00~16:00、木曜9:00~11:00、
8月17日13:00~19:00 ●場中央保健福祉センター

⑦乳幼児健診 ※約1カ月前に該当者に通知します。

4カ月児健診 ●対3~4カ月ごろ
1歳6カ月児健診 ●対1歳6カ月ごろ
3歳児健診 ●対3歳6カ月ごろ

●問健康づくり課(①~⑥) ●問子ども保健課(⑦)

相談など

【子どもの発達】
療育相談(要予約)
●子ども発達センター☎23-3945
歯科保健相談(要予約)
●健康づくり課

【障がい福祉】 ●障がい福祉課
①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
●佐世保新酒会 8月24日13:30

中央保健福祉センター
②精神保健相談(要予約)
8月12、26日、9月9日
中央保健福祉センター
③精神障がい者の社会復帰訓練
保健所アイケア
毎週金曜(祝日を除く)10:00
中央保健福祉センター
④精神障がい者の家族の会(ゆみ
はり会) 8月21日13:00
市民活動交流プラザ

【健康テレホン】 ☎23-4300
祝日は前日の内容が流れます。
8月の内容(3分間)
■慢性の心房細動の治療
■わきがの治療
■発達障害
■鼻茸(はなたけ)鼻ポリープ
■歯のホワイトニング
■日子宮脱
●長崎県保険医協会
☎095-825-3829

⑤脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会) 8月20日13:30
アルカスSASEBO2階「スピカ」
※③④⑤の新規参加者は、事前に連絡を。

【高齢者と介護】 ●長寿社会課
老人の認知症や心の相談(要予約) 8月19日13:30
中央保健福祉センター

健康づくり

特定健康診査受診料が無料に

本年度から、国民健康保険に加入している40~74歳の人は、特定健康診査を無料で受診できます。受診するには、6月中に市から送付(離島を除く)した「受診券」と保険証が必要で、積極的に受診し、生活習慣病予防に努めましょう。

医療保険課

乳がん・子宮がん体験者の会(弥生の会)

●時8月17日10~12時 ●場中央保健福祉センター
●問健康づくり課

「健康づくり応援の店」募集



リーフレット

市民の健康づくりを応援する店を募集します。●メニューの栄養成分表示やヘルシーメニューの提供、たばこの分煙・禁煙等に取り組んでいる飲食店や惣菜店など
●健康づくり課に設置している申込用紙に記入して提出(用紙は

市ホームページからもダウンロードできます。 ※取り組み内容を県や市のホームページ、リーフレットなどで紹介します。

健康相談(8月開催分)

●時①24日②25日③26日 ※14~15時
●場④予約時に調整 ●①世知原行政センター健康館②小佐々行政センター③鹿町行政センター健康館④江迎行政センター、中央保健福祉センター
●内生活習慣病予防や禁煙に関する相談 ●電話で健康づくり課へ ※行政センターは前日まで申し込み可。
●問健康づくり課

歯の健康優良高齢者コンテスト

●出場者募集(8/20コンテスト) ●時(審査日)9月1日12時45分~14時 ●場中央保健福祉センター ●対昭和5年4月1日以前に生まれ、自分の歯が20本以上ある人(自薦・他薦問わず) ●申歯科医院や保健所に設置している推奨状に必要事項を記入し、8月25日までに健康づくり課に提出(電話も可) ※入賞者は、10月に開催する「健康と福祉フェスティバル」で表彰します。
●問健康づくり課

料理教室(要予約)

【いきいき元気食事づくり教室】

●時①8月27日、9月3日、10日②9月22、29日、10月6日③9月24日、10月1、8日 ※10時~12時30分
●場①山登地区公民館②大野地区公民館③日宇地区公民館 ④いづまでもおいしく食べ続けるための手軽なメニューと健康講話 ●定25人 ●料1回二百円 ●申開催日前日までに電話で健康づくり課へ ※3回シリーズ。1回だけの参加も可。
【アレバママクッキング】
●時9月5日10時~12時30分 ●場中央保健福祉センター ●対出産を控えた夫婦 ●定15組 ●料四百円 ●申9月3日までに電話で健康づくり課へ ※エプロン、三角巾、筆記用具持参。

男性のための料理教室

●時①9月7、14、21日②9月2、9、16日 ※10時~12時30分 ●場①中央保健福祉センター②東部住民センター ●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 ●申開催日前日までに電話で健康づくり課へ ※3回シリーズ。1回だけの参加も可。

働くあなたの料理教室

●時9月15日18時30分~21時 ●場中央保健福祉センター ●対昼間働いている人 ●定30人 ●料二百円 ●申開催日前日までに電話で健康づくり課へ ●問(各料理教室とも)健康づくり課

市立総合病院の健康教室

●時8月18日14時 ●場市立総合病院2階・講堂 ●内気をつけたい子ども
の事故
●問市立総合病院☎24・1515

健康すこやかボウリング教室

●時9~10月の平日13~15時(全5回) ●場佐世保ラッキーボウル、西肥シルバールボウル ●内投球指導、施設見学 ●対40歳以上で同様の教室に参加経験がない人 ●定各会場20人 ●料無料 ●申8月25日までに電話で各会場へ ※詳しくはお尋ねを。
●問佐世保ラッキーボウル☎24・6666、西肥シルバールボウル☎38・4141

生活衛生

●バーベキューでの食中毒に注意
夏場は、食中毒が起りやすくなります。バーベキューをするときは次のことに注意を▽食肉は、購入から調理までに細菌が増殖しないよう、低温保管(10度以下)に努める▽レバー等の内臓や食肉は、中心部まで十分に加熱する(生や加熱が不十分な状態で食べない)▽生肉に触った手はよく洗う▽生肉の調理に使ったはしと、食べるときに使うのはしは、使い分ける
●問生活衛生課

任意整理・過払金返還請求!

消費者金融等と約10年以上の取引がある方・消費者金融等の借金を完済した方は

相談無料
秘密厳守

完済した方は自己負担金ゼロ!

取り戻した過払金の中から成功報酬をいただくのみです。詳しくはお電話、またはブログをご覧ください。
<http://fukuda-hiroshi.seesaa.net/>

西九州総合法律事務所
佐賀県弁護士会所属
弁護士 福田 大志

要電話予約 ☎0954-27-8056
受付/月~金 9:00~12:00 13:00~18:00
佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

九州電力

■台風時の停電情報をチェック!
台風による停電時には、電話が繋がりにくくなることがあります。停電情報は下記のホームページでもご確認ください。
※台風等非常災害以外の突発的な停電に際しましては、停電情報はご確認いただけません。
<http://kyuden.jp>
携帯メールサービス
携帯メールサービス
台風による停電時には、ご登録いただいた携帯電話に停電情報をメール配信いたします。詳しくは、左記ホームページをご覧ください。九州電力の様々なイベントや省エネの情報などもお送りします。
佐世保市福石町4-12
センター ☎0120-986-402 ずっと先まで、明るくしたい。