

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・1111 からおつなぎします

子育て

平成24年度小学校入学児の就学相談を受け付けています

就学に関する悩みなど気軽にご相談ください。時 随時 学校教育課内幼稚園、保育所の訪問や電話などでの相談、就学に関する情報提供 平成24年度小学校就学予定の子どもの保護者

問 学校教育課

出前保育

【この指とまれー】

時 ①5月11日②5月12日③5月17日④5月26日⑤5月27日⑥6月8日⑦6月9日 ※10時～11時30分
 ①⑥針尾保育園②④⑦楠栖保育所③④ケールの丘自治会館⑤日守保育所内保育士と親子で一緒に遊ぶ⑥未就園児と保護者、妊婦料無料
 問 ルンビニ子育て支援センター ☎20・5100
 【みんなよつといでー】
 時 ①5月17日②5月20日 ※10時30分～12時 ①広田児童センター② 柚木保育所(雨天時は柚木町2組公民館)内簡単な手遊び、

ふれあい遊び、絵本の読み聞かせ
 対 未就園児と保護者料無料
 問 萱ヶ丘幼児園・地域子育て支援センター ☎34・4188

【みんなであそぼー!!】

時 ①第2・4月曜13時30分～15時30分②火曜13時30分～15時30分③水曜9時30分～12時 ※祝日を除く
 ①ダイジャースクール(イオン大塔店2階)② 柚木地区公民館③ 小佐々地区公民館 対 未就園児と保護者、妊婦など料無料
 問 日野子育て支援センター ☎28・3264

保育所体験

時 ①5月10日10時～11時30分②5月18日9時30分～11時③5月24日10時～11時30分 ①③ 赤崎青い実幼児園② 藤原幼児園 ① 母の日のプレゼントを作ろう!、子育て相談② 砂と水とで戸外遊びを楽しむ③ ダイナミックお絵描きを楽しむ
 ④ 子育て相談 対 未就園児と保護者 ☎25月16日 ※②は着替え、おしぼり、水筒を持参。
 問 赤崎青い実幼児園 ☎28・0044 藤原幼児園 ☎31・4096

幼児教育センターの講座

【おひさま教室(子育て支援親子遊び)】 時 5月25日10～12時 場 幼児教育センター内子どもとの接し方について学ぼう! 対 1歳6カ月～3歳未満の子どもと保護者
 料 無料 定先着15組 申 5月10日から
 【親子講座(自分にあった子育てを見つけよう)】 全8回 時 5月27日～7月15日の毎週金曜10～12時 場 中央保健福祉センター内 子育ての悩みや関心のあることをグループで話し合い、自分に合った子育てのあり方を学ぶ 対 未就学児の母親 料 無料 定 14人 申 5月26日 ※託児あり(要予約)

【離乳食講座と実習(お母さんと赤ちゃんのこころ)】 時 ①5月31日②6月7日 ※10～12時 場 清水地区公民館 ① 月齢5～6カ月、7～8カ月向け② 月齢9～11カ月、12～18カ月向け 対 妊産婦、乳児の保護者 料 無料 定 先着20人 申 5月10日から
 【調理講習会(幼児向けの弁当作り)】 時 ①6月1日②6月8日 ※10～12時 場 幼児教育センター内 子どもが喜ぶ楽しいお弁当作り 対 未就学児の保護者 料 三百円 定 先着各12人 申 5月10日から
 ※離乳食講座と調理講習会は、エプロン、三角巾、筆記用具持参。
 申 いずれの講座も電話で幼児教育センターへ連絡を

親子遠足

時 5月11日10時20分～11時30分 場 新公園(光月町)内 市内各所のサークルが集まった遠足。一般の人でも参加可 対 未就園児と保護者 料 無料 申 不要 ※当日参加も可。雨天時は延期しますので、お問い合わせください。
 問 萱ヶ丘幼児園・地域子育て支援センター ☎34・4188

育児講座「親子エアロビクス」

時 5月27日10時30分～11時30分 場 萱ヶ丘幼児園内 講師 II ビーフラット 対 未就園児と保護者 料 無料 申 不要 ※動きやすい服装、上履き、飲み物持参。当日参加も可。
 問 萱ヶ丘幼児園・地域子育て支援センター ☎34・4188

子育て支援センターの講座など

【育児講座(子ども向き合いながら)】 時 ①5月19日②6月17日③8月1日 ※10時30分～12時 場 ① 北部子育て支援センター② 東部住民センター③ 中部子育て支援センター内 講師 II 元スクールカウンセラー・江藤小夜子さん 対 未就学児と保護者 料 無料 定 各20組程度

幼児教育センター ☎31・0550

子育て支援講座「乳幼児の心」

時 5月24日14時～15時30分 場 ふれあいセンター内 講師 II 子ども発達センター所長(小児精神科医)・山下浩さん 対 子育てサポート、民生委員(主任児童委員)、子育てサークルの人、子育て支援に興味がある人 料 無料 ※市民会館D駐車場に駐車可。
 問 子ども発達センター ☎23・3945

障がい福祉

心身障がい者への医療費助成

内 保険診療による医療費を助成
 対 ① 身体障害者手帳1、2、3級の所持者② 療育手帳A1、A2、B1の所持者 ※①の3級と②のB1は、後期高齢者医療受給者を除く。いずれも所得制限あり。詳しくはお尋ねください。
 問 障がい福祉課

身体障がい者の運転免許取得費用の一部助成(募集)

対 次の条件をすべて満たす人
 身体障害者手帳1～4級所持者
 市内在住か、本市の措置で身体障がい者施設などに入所している人
 免除の欠格事項に該当しない人
 (肢体・聴覚障がいの場合は運転

育児講座「0歳児・3歳児の心はどのように成長していくの?」

時 ①5月20日、7月15日、9月30日(全3回)②6月21日③8月19日 ※10時30分～12時 場 ① 東部住民センター② 中部子育て支援センター③ 北部子育て支援センター内 講師 II 保育力ワンセラー・川頭信子さん 対 乳幼児の保護者、子育てに関心がある人 料 無料

【日曜シユー】(5月開催分)

時 ①15日②22日 ※10～12時 場 ① 北部子育て支援センター② 東部子育て支援センター、中部子育て支援センター内 親子遊び、制作、体操等 対 未就学児と保護者 料 無料 各25組程度 ※父親の参加歓迎。お弁当の持参も可。
 申 子育て支援センターの講座(託児あり、要予約)、「日曜シユー」ともに開催3日前までに電話で各支援センターへ。駐車場に限りあり。公共交通機関のご利用を。
 問 各子育て支援センター
 (北部) ☎47・3329
 (東部) ☎39・4002
 (中部) ☎32・1903

適正相談を必ず受けること(手5月6～31日に身体障害者手帳と印鑑を持って障がい福祉課へ ※各支所・行政センターでは受け付けできません。定員あり。詳しくはお尋ねください。)

問 障がい福祉課

各種手当の支給

【特別児童扶養手当】
 対 在宅の20歳未満の障がい児を養育している親など
 【障がい児福祉手当】
 対 在宅の20歳未満の重度障がい児で、常時介護が必要な障がい児
 【特別障がい者手当】
 対 在宅の20歳以上で最重度の障がいがあり、常時特別な介護が必要な障がい者
 ※いずれも所得制限があり、施設に入所している場合は対象外です。詳しくはお尋ねください。
 問 障がい福祉課

ウオーキング&ゲームラリー大会開催

時 6月4日12時30分～15時(13時開始、雨天時は6月5日) 場 ふれあいセンター・中央公園周辺内 ゲームをしながらのウオーキングで体力の向上を図り、同時に精神障がい者への理解を深めます 申 3人1組(小学生は保護者同伴でチームを組み、はがきに①チーム

名②代表者氏名、住所、電話番号
 ③ 参加者全員の氏名、年齢を明記し、NPO法人チーム・フォー・バイ・フォー事務局(〒8557の0053、常盤町8の8)へ。受け付け後、「参加受け付け通知」を送付 5月26日必着 ※電話での申し込み不可。
 問 NPO法人チーム・フォー・バイ・フォー事務局「ふれんず」 ☎23・5389

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、防止のため、高齢者の「悲鳴や叫び声」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っており、十分な介護がなされていないようだ」などの様子が見られたら、迷わずにご相談ください。
 問 長寿社会課

老人の認知症や心の相談

時 5月19日13時30分 場 中央保健福祉センター内 専門の医師が認知症や老人性うつ病などの相談に応じます 対 高齢者やその家族 料 無料 ※要予約。専門医療機関を受診中の人はご遠慮ください。
 問 長寿社会課

時=とき、場=ところ、内=内容、対=対象、料=料金・会費、定=定員、申=申し込み、手=手続き・提出、〇=締め切り、問=問い合わせ

佐世駅前前の3つのホテル
法要のご予約 承ります
 お経・焼香も執り行えます
 マイクロバス送迎無料!(先着順)

レオプラザホテル 三浦町4-28 TEL(0956)22-4141

ワシントンホテル 瀬見町12-7 TEL(0956)32-8011

グリーンホテル 三浦町4-1 TEL(0956)25-6261

お墓についての豆知識 (墓石には仏を表すという意味がある!?)

お墓のかたちにもいろいろありますが、墓石にもそれぞれ意味があります。たとえばもっとも一般的なかたちの和型のお墓の場合、3つの石から構成されています。

天の石 人間の表す(寿命や健康)
 人の石 不動産を表す(事業や金銭)
 地の石 不動産を表す(財産や家)

【創業大正5年】引き継がれる「技術」と「信頼」
 品質管理に関する国際規格である ISO9001 認証取得
STONE DESIGN 森石碑 株式会社
 大塔町23番地 TEL (0956) 31-3416
 http://www.morisekihi.co.jp

お墓の建立・記念碑・戒名の彫り込み・文字の金箔取り付け・建て直し・墓石の水洗い磨き直し

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	

●場 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。

②肺がん検診（胸部レントゲン）

期日	時間	場所
5月12日	13:40～14:30	上原町温仙堂駐車場
	15:00～15:50	花高1丁目1組公民館
5月13日	9:20～10:10	中原町公民館
	10:30～11:20	権常寺皆瀬公民館
5月18日	9:20～10:10	奥山町公民館
	10:30～11:20	城間集落センター
5月19日	9:20～10:10	早岐中学校校門
	10:30～11:20	若竹台北公園
5月25日	9:20～11:00	東部住民センター
5月27日	9:20～10:10	宮津町バス停先
	10:30～11:20	南風崎1区公民館
6月3日	9:20～10:10	宮地区公民館
	10:30～11:20	瀬道町公民館
6月10日	9:00～11:00	広田地区公民館
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
※肺がん検診は結核検診も兼ねます。
- ※①②は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)。
- 働く女性のための日曜乳がん検診(要予約)
●時 5月22日9:30～12:00 ●場 中央保健福祉センター
●対 40歳以上の働いている女性 ●定 先着20人
●申 5月9日から電話で健康づくり課へ
- 女性検診(乳がん検診と骨粗しょう症検診・要予約)
●時 6月13日、24日9:00～11:00、13:00～15:00
●場 中央保健福祉センター ●内 ①女性検診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 5月18日から電話で健康づくり課へ
- ※③④料金など詳しくはお尋ねください。
- 成人歯科健診、歯科相談(要予約・無料)
●時 火曜8:30～10:30(祝日を除く) ●場 中央保健福祉センター
- 肝炎ウイルス検査(無料)
●時 月曜13:00～16:00(祝日を除く) ●場 中央保健福祉センター
●対 感染の不安があり、肝炎ウイルス検査を受けたことがない人
- エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)
まずは電話やメールでご相談ください。 ●時 平日8:30～17:15
☎0120-104-783 Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp
※④～⑦について、詳しくは健康づくり課にお尋ねください。
- 乳幼児健診 ※約1カ月前に該当者に通知します。
子どもの成長、発達に欠かせない健診です。特に3歳児健診はぜひ受診をお願いします。
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(①～⑦) ●問 子ども保健課(⑧)

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 5月10、24日 13:30 中央保健福祉センター
②精神障がいの相談
●精神保健相談 5月12、26日、6月9日
※要予約 中央保健福祉センター
●精神障がい者の社会復帰訓練 保健所アケア 毎週金曜(祝日を除く)10:00 中央保健福祉センター
●精神障がい者の家族の会(ゆみはり会) ※予約不要 5月21日13:00 ふれあいセンター
③脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会) 5月20日13:30 アルカスSASEBO2階「スピカ」
④膠原病友の会 5月19日13:30 ふれあいセンター
⑤ひきこもり家族教室 5月18日10:00 ふれあいセンター
※佐世保新酒会、②③④⑤の新規参加者は、事前に連絡を。
- 【医療への相談】
●保健福祉政策課 平日8:30～17:15(電話での相談) 医療安全支援センター☎25-9723
- 【健康テレホン】 ☎23-4300
祝日は前日の内容が流れます。5月の内容(3分間)
●足のふらつき ●圧迫骨折 ●肩こり ●肩凝り ●腰痛 ●認知症の新しい診断と治療 ●男性の更年期 ●長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

健康づくり

インフルエンザワクチンの接種費用助成の選付

昨年10月～ことし3月31日までに実施したインフルエンザワクチン接種で接種費用助成対象者のうち、すでに助成金額以上の費用を支払った人は、6月30日までに申請すれば助成額分を還付します。

春季ポリオ予防接種

6月2日まで実施しています。日程などは本紙4月号でご確認を。

健康づくり課

老人福祉センターの歯科健康教育・相談(6月分)

●時 ①3日②8日③10日 ※10時～14時
●場 ①やすらぎ荘(花園町)②いでゆ荘(広田3丁目)③よしい荘(吉井町) ●内 お口の嚥下体操、唾液腺マッサージや個別歯科相談など ●料 無料(別途入館料が必要)

健康づくり課

介護者の「こころ」の相談会

●時 5月26日13時30分～15時30分
●場 中央保健福祉センター ●内 臨床心理士による個別相談 ●対 在宅で介護している人 ●料 無料 ●申 電話で長寿社会課へ ※要予約

長寿社会課

健康ウォーキング大会

●時 6月3日10時15分～11時30分
●場 9時45分受け付け開始、雨天中止 ●場 新西海橋入り口付近(針尾側) ●内 全長6.5キロ程度、参加費あり ●料 無料 ●申 不要 ※歩きやすい服装で。水筒、タオル、健康保険証を持参。治療中の人は主治医に承諾を得てください。できるだけ公共交通機関のご利用を。

健康づくり課

「運動普及推進協議会」の自主活動表配布

地域住民にボランティアで運動を普及する運動普及推進員が、各地区で定期的にウォーキングなどを実施しています。その自主活動表を、5月から健康づくり課、各支所・行政センター、各地区公民館などで配布します。

健康づくり課

各種料理教室(要予約)

●【マタニティクッキング教室】
●時 5月27日10時～12時30分 ●場 中央保健福祉センター ●内 妊娠中の栄養バランスを考えた食事作り ●定 30人 ●料 二百円 ●申 5月26日
●【いきいき元気食事づくり教室】
●時 ①6月1、8、15日②6月21、28日、7月5日 ※10時～12時30分
●場 ①中央保健福祉センター②江迎地区生涯学習センター ●内 いつ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 各20人 ●料 二百円 ●申 5月10日から ※1回だけの参加も可。

男性のための料理教室

●時 ①5月31日、6月7、14日②6月3、10、17日 ※10時～12時30分
●場 ①中央保健福祉センター②清水地区公民館 ●内 手軽にできるヘルシーメニュー ●対 40歳以上の男性 ●定 各22人 ●料 二百円 ●申 5月10日から ※1回だけの参加も可。

生活衛生

食品を購入するとき

食品を購入するときは▽清潔で温度や商品の管理が信頼できる店を選ぶ▽表示のある食品は、消費期限など期限表示を確認する▽生鮮食品は新鮮なものを選ぶ▽冷蔵や冷凍の必要な食品は最後に購入し、速やかに持ち帰り保管する

健康生活衛生課

5月12日は民生委員・児童委員の日です

「民生委員・児童委員」は「民生委員法」と「児童福祉法」に定められ、厚生労働大臣に委嘱されたボランティアとして、地域住民の立場に立って皆さんの暮らしを支援する人です。現在、本市では607人の民生委員・児童委員が日ごろから次のような活動をしています。

- ①児童虐待や犯罪被害などから子どもを守る取り組み
- ②子育てをしている母親など、保護者と子どもたちを支える活動
- ③地域の高齢者や障がい者が、生き生きと元気に生活できるように応援
- ④皆さんの心配事などを解決するために、行政とのパイプ役や調整役を務め、専門機関や福祉サービスなどを紹介

民生委員・児童委員には、守秘義務があります。お困り事や悩み事などがありましたら、お近くの民生委員・児童委員にご相談ください。

保健福祉政策課



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

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

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
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

ごぼう天そば、えび天うどん他
480円より新メニュー続々!
四季の弁当も予約できるよ!
アルカス4F 麺処 すばる



石焼カレー、レモンステーキ他
880円より新メニュー続々!
手作りケーキ・ぜんざいも新登場!
アルカス1F サザンクロス

セントラルホテル 直営店、アルカスで大変身! ご予約は ☎25-0001 佐賀県 市 上京町3-2