

# 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

**子ども手当の申請はお済みですか**  
 ● 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 一万二千元 ※既に受給中の人が子どもを養育しなくなった場合や、転出、転入の場合は届け出を(公務員は勤務先で手続きを)  
 ● 子どもも支援課

## 保育所体験

時 ① 3月15日 ② 3月29日 ※10時～11時30分  
 赤崎青い実幼児園  
 園内①給合わせバスで遊ぼう、子育て相談②手形カード作り、子育て相談③未就園児と保護者  
 ● 赤崎青い実幼児園 ☎ 28・0044

## 出前保育

【この指とまれー】  
 時 ① 3月10日 ② 3月15日 ③ 3月24日 ④ 3月25日 ※10時～11時30分  
 分場①③ 楠栖保育所②クレール  
 の丘自治会館④日守地区公民館  
 ● 保育士と親子で遊ぼう ● 未就園児と保護者 妊婦科 無料  
 ● ルンビニ子育て支援センター ☎ 20・5100

## 【みんなであそぼう!!】



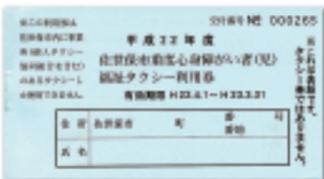
時 ① 第2・4月曜 13時30分～15時30分  
 ② 火曜 13時30分～15時30分  
 水曜 9時30分～12時 ※祝日を除く  
 ● ① ダイヤススクール(ジャスコ大塔店2階) ② 柚木地区公民館 ③ 小佐々地区公民館 ● 未就園児と保護者、妊婦など ● 無料  
 ● 日野子育て支援センター ☎ 28・3264

## 育児講座「マタニティー・ヨガ」

時 3月18日 10時30分～11時30分  
 場 ルンビニ保育園(崎岡町) ● 安定期の妊婦科 無料 ● 電話でルンビニ子育て支援センターへ ☎ 3月17日 ※動きやすい服装で参加を。  
 ● ルンビニ子育て支援センター ☎ 20・5100

## 障がい福祉

福祉タクシー利用券の切り替え申請の受け付け



時 3月31日から 対平成22年度に

## 地域での高齢者支援体制を強化するため「民生委員」に情報を提供します

本市では、高齢者の皆さんに安心・安全な生活を送っていただくため、各地域の「民生委員」に依頼して、高齢者からの相談に応じたり、自宅へ訪問したりする活動を行っています。こうした活動を今後も円滑に行い、支援が必要な高齢者を早期に見出し、緊急時などに早期に対応ができるよう、65歳以上の高齢者の情報(住所、氏名、生年月日、性別)を、5月ごろに民生委員に提供します。皆さんのご理解とご協力をお願いします。  
 ※民生委員には、法律で守秘義務が課せられています。悩み事などがあれば、お気軽に各地域の民生委員にご相談ください。

● 長寿社会課

## 高齢者と介護

### 敬老パスの更新

3月生まれの人は、3月1～31日に本人がパス券を持参し、市営・西肥バスの指定窓口で手続き

してください。 ※新規・紛失についてはお尋ねください。

## 健康づくり課

### 老人の認知症や心の相談

時 3月17日 13時30分 中央保健福祉センター ● 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 ● 高齢者やその家族科 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。  
 ● 長寿社会課

## 介護教室

【介護保険のQ&A】  
 時 3月17日 13時30分～15時  
 場 鹿町地区生涯学習センター(旧文化会館)  
 ● 鹿町社会福祉協議会 ☎ 66・3077

## 【権利擁護について】

時 3月19日 14～16時  
 場 特別養護老人ホームサンフラワール(吉井町直倉)  
 ● 特別養護老人ホームサンフラワール ☎ 64・3877

## 介護者の「こころ」の相談会

時 3月24日 13時30分～15時30分  
 場 中央保健福祉センター ● 臨床心理士による個別相談 ● 在宅で介護している人科 無料 ● 電話で長寿社会課へ ※要予約。  
 ● 長寿社会課

## 健康づくり

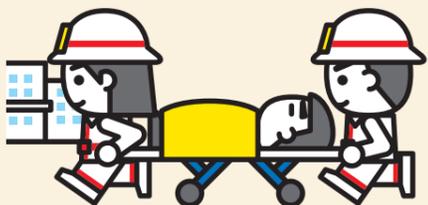
特定健康診査の無料受診は3月31日まで

市国民健康保険に加入している40～74歳の人は、特定健康診査の受診が3月31日まで無料です。医療保険課から送付した「受診券」と保険証を持参し、医療機関での「個別健診」が公民館などでの「集団健診」を選んで受診してください。糖尿病、脳卒中、心臓病などの生活習慣病は、自覚症状がなくなる進行します。毎年健診を受け、自身の健康状態を確認しましょう。  
 ● 医療保険課

## インフルエンザワクチン接種費用の助成は3月31日まで

対 ① 市民税非課税世帯または生活保護受給世帯の人 ② 中国残留邦人等支援給付対象の人 ③ 小学6年以下 ④ 65歳以上 ⑤ 60～64歳で身体障害者手帳1級を持ち、次のいずれか

## 「災害時要援護者登録制度」に登録しませんか



本市では、災害が起きたときに手助けが必要な人(高齢者や障がい者など)をあらかじめ「災害時要援護者」として登録し、災害発生前や発生時に支援体制を整える基となる台帳を作成しています。登録は随時受け付けていますので、ご利用ください。

対 市内に在宅し、登録を希望する人

● 保健福祉政策課、各支所・行政センターに設置している「災害時要援護者登録申請書兼登録台帳」に必要事項を記入し、保健福祉政策課か、各支所・行政センターに提出してください。民生委員・児童委員を通じても申請できます。

● 保健福祉政策課

この機会にぜひ受診を  
 宮頸がん ↓ 20、25、30、35、40歳  
 ▼ 乳がん ↓ 40、45、50、55、60歳  
 (平成22年4月1日現在の年齢)  
 ● 健康づくり課



子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券の利用は3月31日まで

**卒業おめでとう SALE!!**

SDカード1GBプレゼント!!

SHIBUYA 109

ドコモショップ 広田店 ☎ 0120-0956-70  
 ドコモショップ 日野店 ☎ 0120-573-800  
 ドコモショップ 平戸店 ☎ 0120-0950-38

**お墓についての豆知識** 生前建墓の費用は相続税の対象額を減らす  
 生前に建てたほうが節税になる～お墓には税金がかからない～

【生前の場合】 5,000万円の財産があり、1,000万円のお墓を建てた人 ● 課税対象額は4,000万円

【死後の場合】 5,000万円の財産を相続し、1,000万円のお墓を建てた人 ● 課税対象額は5,000万円

● 墓地を買うときの注意  
 □ 永代使用権という権利は法的に規定されていません。  
 □ 権利の内容や制限は霊園によって違います。  
 □ 買うときは契約内容や規則を十分検討しましょう。

【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 株式会社 **森石碑**  
 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

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、締=締め切り、問=問い合わせ

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	

●場 市内の登録実施医療機関  
※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。  
※70歳以上、本市国民健康保険加入者、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)。

②肺がん検診(胸部レントゲン)

●時 毎週火曜8:30~10:30(祝日を除く)  
●場 中央保健福祉センター  
●内 ①胸部X線②胸部X線、<sup>かくたん</sup>喀痰検査  
●対 40歳以上の市民  
●料 ①400円②900円  
※70歳以上、本市国民健康保険加入者、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)。

③働く女性のための日曜乳がん検診(要予約)

●時 3月27日9:30~12:00、13:30~16:00  
●場 中央保健福祉センター  
●対 40歳以上  
●定 先着30人  
●料 40歳代1,500円、50歳以上1,100円  
※本市国保加入者、無料クーポン対象者は無料。  
●申 3月14日から電話で健康づくり課へ  
※同日、松添胃腸科外科総合診療クリニック(光月町、☎22-6334)、西九州健康診断本部診療所(卸本町、☎34-4050)でも実施します。時間、定員などは直接お尋ねを。

④女性検診(乳がん検診と骨粗しょう症検診・要予約)

●時 4月11、22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とも先着20人  
●申 3月16日から電話で健康づくり課へ

⑤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)。

⑥肝炎ウイルス検査

●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、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人  
●料 無料 ※市内の登録医療機関でも受診可(20歳以上)。

⑦エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

まずは電話でご相談を。  
●時 平日8:30~17:15 ☎0120-104-783  
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  
●場 中央保健福祉センター

⑧乳幼児健診 ※約1カ月前に該当者に通知します。  
お子さんの成長、発達に欠かせない大切な健診です。特に3歳児健診は、ぜひ受診してください。

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

●健康づくり課(①~⑦) ●子ども保健課(⑧)

健康相談(3月開催分)  
●時 ①22日②23日③24日 ※14~15時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中央保健福祉センター、江迎地域 ●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。  
●健康づくり課

食に関する講演会  
●時 3月12日13時30分~15時 ●中央保健福祉センター内「お口で食べる」口から食べることの大切さと高齢者の誤嚥性肺炎予防」講師 長崎医療センター医師・高島英昭さん ●無料 ●100人 ●前日までに電話で健康づくり課へ  
●健康づくり課

はしか(麻疹)・風しんの無料予防接種は3月31日まで  
●対 ①平成16年4月2日~17年4月1日生まれの人②平成9年4月2日~10年4月1日生まれの人③平成4年4月2日~5年4月1日生まれの人 ●市内の予防接種実施医療機関(要予約) ※生後1~2歳未満の人はいつでも無料。詳しくは、かかりつけ医にお尋ねを。  
●健康づくり課

献血にご協力ください  
●時 10時~17時30分(成分献血は17時まで) ※金曜定休 ●場 献血ルーム西海(四ヶ町アーケード内) ●献血ルーム西海 ☎25・2440  
献血ルーム開設20周年キャンペーン  
献血ルーム西海は、3月8日で開設20周年を迎えます。3月13日に献血した人に「オリジナルけんけつちゃんタオル」をプレゼントします。(先着400人)  
●献血ルーム西海 ☎25・2440  
市立総合病院の健康教室  
●時 3月16日14時 ●場 総合病院2階講堂 ●内 脳卒中は「NO!」卒中 ●市立総合病院 ☎24・1515

生活衛生

弁当の食中毒予防  
行楽シーズンを迎えます。弁当を持参する場合は次のことに注意しましょう▽弁当は当日に作る▽調理前、食べる前は必ず手を洗う▽食材にしっかりと熱を通す▽加熱調理した食品は、素早く十分に冷ましてから詰める▽なるべく涼しい場所に保管し、早めに食べる  
●生活衛生課

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  
●佐世保断酒会  
3月8日、22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  
3月24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  
保健所ダイケア  
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)  
3月19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)  
3月18日13:30  
アルカスSASEBO2階「スピカ」  
④膠原病友の会  
3月17日13:30 ふれあいセンター  
※佐世保断酒会、②、③、④の新規参加者は、事前に連絡を。

【医療の相談】  
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。  
3月の内容(3分間)  
●月CKD-慢性腎臓病一  
●火つき指  
●水入園、入学前の注意点  
●木鼻涙管(びるいかん)閉塞症  
●金アルコール依存症  
●土日 鞆丸のしこり  
●長崎県保険医協会 ☎095-825-3829



第20回 宗政酒造 蔵開き  
3/19 12:00~17:00  
20 10:00~17:00  
21 10:00~16:00  
フリーマーケット 出店者募集  
※当日出店は受け付けません。定員になり次第締め切ります。  
出店募集お問い合わせ  
有田ポーセリンパークフリーマ事務局  
TEL 092-409-9955  
E-mail yorozuya@water.ocn.ne.jp  
携帯 090-6892-2020 (鈴木)

有田ポーセリンパーク  
リレーマラソン2011  
4月17日(日) 午前10時00分スタート  
参加料(参加賞・記念品代を含む)  
大人 2,800円  
小人 1,500円  
(中学生以下)  
募集 150チーム  
申込締切 平成23年 4月4日(月) ボランティア同時募集  
リレーマラソン お問い合わせ  
0120-846-598

任意整理・過払金返還請求! 相談無料 秘密厳守  
消費金融等と約10年以上の取引がある方・消費金融等の借金を完済した方は  
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  
〒850-0001 佐賀県佐賀市東区山手1-1-1  
TEL 0954-27-8056  
受付/月~金 9:00~12:00 13:00~18:00  
佐賀県佐賀市武雄町大字武雄5650-26