

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

幼稚園ウィーク in 佐世保



前回の様子

●11月18日10時～13時30分●場
育文化館●公立幼稚園の園児と
保護者が集まり、一緒に遊びます
(未就園児と保護者も参加可)
※運動できる服装、室内用シュー
ズ、昼食、保険料30円が必要です。
●針尾幼稚園 ☎ 58・2179

子ども手当の申請は済みましたが
10月から金額と支給要件の一部
が変わり、9月まで受給していた
人も、新たに認定請求書を提出す
る必要があります。出生、転出、
転入時には速やかに届け出を。公
務員は勤務先で手続きしてください。
●対 中学3年生までの子ども
を養育している人
●子どもも支援課

●育園の教職員●無料●120人
●事前に電話で幼児教育セン
ターへ(託児あり・要予約)
●幼児教育センター ☎ 31・0550

子育て支援者のためのカウン
セリング基礎講座

●時 12月第1～4木曜18時30分～
20時30分●場 中央保健福祉セン
ター●地域で子どもとその家族
を支えるために(講師||長崎国際
大学講師・黒山竜太さん)●定 30人
●無料●電話で子どもも保健課へ
●11月25日
●子どもも保健課

母子・父子福祉医療費受給者証
の更新手続きは11月15日まで
現在お持ちの受給者証の有効期
限は11月30日です。期間内に手続
きをしないと、12月1日以降の受
診分は福祉医療費を支給できませ
ん ●時 11月15日までに子ども支
援課、各支所・行政センターで
※該当者には封書で通知します。
●子どもも支援課

乳幼児、母子家庭、父子家庭、
寡婦に医療費を助成
●①乳幼児(0歳～小学校入学
前の児童)●母子家庭、父子家庭
●20歳未満の子を養育している配偶
者のいない70歳未満の親とそのお
子さん(18歳未満。高校在学中で

新入学児童に就学通知書を送付
来年4月に小学校へ入学する子
どもがいる世帯に、12月中旬まで
に送付します。通知書が届かない
場合はご連絡ください。

指定外通学の申請について
本市に住民登録している小・中
学生については、登録地の学校へ
の就学案内を行います。ただし、
特別な事由(通学の利便性など)に
より指定外通学を希望する場合は、
期限内に申請してください。なお、
許可された場合の通学の安全は、
保護者の責任において確保してく
ださい ●時 1月31日までに学校
教育課へ就学通知書を持参
●学校教育課

育児講座
【子どもと向き合いながら...】
講師・江藤小夜子さん ●時 ①11月
17日②12月16日③1月24日 ●時 ⑩
17時30分⑪12時⑫12時⑬相浦文化セン
ター⑭東部市民センター⑮中部子
育て支援センター
【心をつかう】おかあさん
講師・津上佳奈美さん ●時 ①11月

あれば20歳未満)、父母がいない
18歳未満のお子さん③寡婦(60歳
以上70歳未満で民法に定める扶養
義務者と生計を共にしていない女
性)①②入院と通院③入院
※①以外は所得制限あり。③さか
のぼつての資格認定はできません。
●子どもも支援課

交通遺児福祉見舞金の支給など
交通事故で親を亡くした子ども
(18歳以下の市内在住者で就学し
ている人)に福祉見舞金六千円を
支給します。詳しくはお尋ねくだ
さい ●時 11月30日
●保健福祉政策課

障がい福祉
「障がいの日」記念事業
12月3～9日の「障がいの週間」
に合わせ、障がいについて理解を
深めるための催しを開催します。
●時 12月4日12時●市民会館●車
いすダンサー阿田光昭さん・陽子
さんによるダンス&講演、佐世保
特別支援学校による太鼓演奏、作
品展、バザー、抽選会など
●障がい福祉課

中途視覚障害者の集い
●時 11月27日10～15時●場 白十字会
戸尾ビル●視覚障害者用福祉用
具展示、講演会●無料●電話で

22日②1月19日 ●時 10時30分～11
時30分●場 ①中部子育て支援セン
ター②相浦文化センター
●対 いずれの講座も乳幼児の保護
者や子育てに関心がある人(託児
あり・要予約)●定 各20人程度
●各子育て支援センター↓北部
☎ 47・3329、中部☎ 32・1
903、東部☎ 39・4002

出前保育「みんなよつといで〜」
●時 ①11月15日②11月22日③12月
6日 ●時 ⑩10時30分⑪12時●場 ①西
天神公民館②相浦文化センター③
柚木保育所(雨天時は柚木町2組
公民館)●簡単な遊びなど●未就
園児と保護者 ●タオル、水筒を
持参。
●萱ヶ丘幼稚園・地域子育て支
援センター ☎ 34・4188

保育所体験
●時 ①11月16日9時30分～11時30
分②11月17日10時～11時30分③11
月19日13時～14時30分●場 ①③藤
原幼稚園②赤崎青い実幼稚園●内
①戸外遊び、給食(有料)②枯れ葉
アート、子育て相談③室内遊び、
保護者向けの救急に関する講話・

高齢者と介護
介護教室
【やさしく学ぶ身体介護】●時 11月
11日13時30分～15時30分●場 世知
原地区公民館
【認知症の理解と家族への支援】
●時 11月12日14～16時●場 泉福寺一
組公民館
【認知症高齢者との関わり方】●時
11月16日13～15時●場 春日スプリ
ングガーデン
【自宅でできる健康体操】●時 11月
19日14～16時●場 須佐町公民館
【家族介護】●時 11月25日19～21時
●場 宇久社会福祉センター

老人の認知症や心の相談
●時 11月17日13時30分～15時●中
央保健福祉センター●内 専門の医
師が相談に応じます●対 専門医療
機関を受診していない高齢者や家
族●無料 ●要予約。
●長寿社会課

体験●未就園児と保護者●①11
日③18日 ●時 ①は着替え、おしほ
り、エプロン、③は着替え持参。
●藤原幼稚園 ☎ 31・4096
●赤崎青い実幼稚園 ☎ 28・0044

子ども発達センターの講座
【ママのリフレクシユ】●時 11月16
日13時30分～15時●場 ふれあいセ
ンター(花園町)●内 エアロビクス
●未就園児と保護者 ●運動で
きる服装で参加してください。(託
児あり・要予約)
【ラックスタイム】●時 11月21日
14時～15時30分●場 ふれあいセ
ンター(花園町)●フラダンス●対 子
育てサポーター、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 ●軽
装で参加してください。(託児なし)
●子ども発達センター
☎ 23・3945

子育て講演会
●時 12月18日13時30分～15時●中
央保健福祉センター●内 生命科学
の視点から子どもが輝くとき
(講師||生命科学者・後藤和文さ
ん)●対 市民、保護者、幼稚園・保

認知症を考える講演会
●時 11月20日10時30分～12時●コ
ミュニティセンター●内 わらじ医
者のほげない方法教えます(講師
||総合人間研究所所長・早川一光
さん)●無料
●長寿社会課 ●要予約。

健康づくり
糖尿病展・糖尿病食試食会
●時 11月16～18日9～16時●場 総合
病院●内 糖尿病展|パネル展示、運
動療法の実演など●試食会●時 18
日11時30分(糖尿病の講演会も開
催)●先着40人●料 五百円●時 11月10
日から電話で総合病院へ
●市立総合病院 ☎ 24・1515

●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

あなたは洋食派？それとも和食派？女子会にもピッタリ！

秋の収穫祭

2011年11月20日(日)まで

料理 / 3,000円 (宿泊者 / 2,000円) 小学生 / 1,000円

飲み放題2時間 1,500円 ソフトドリンク / 500円

セントラルホテル ☎ 25-0001

洋食: デザート・フルーツ10種類、シチュー・オードブル
和食: 小鉢(3種盛り)、鍋(1.ちゃんこ(味噌仕立て)、2.しゃぶしゃぶ(牛・豚)、3.ちり(海鮮)、造り・寿司、宝案焼、季節の野菜料理

(生ビール、酎ハイ、ウイスキー、ワイン、日本酒、カクテル、ノンアルコールビール)

つくも総合法律事務所
弁護士 吉田英樹 (長崎県弁護士会所属)

30分 5,250円 (消費税込)
(但し、多重債務問題は無料となる可能性もあります。)

身近な問題を気楽にご相談ください。

過払金返還請求等 (多重債務問題)
交通事故等 (一般民事)
離婚、相続等 (家事事件)
刑事・商事

〒857-0027 長崎県佐世保市谷郷町3番1号谷郷II 4階 TEL 0956-76-7200



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・マンモグラフィー 1,500円	視触診・マンモグラフィー 1,500円	視触診・マンモグラフィー 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
11月10日	9:20~10:10	浅子町公民館
	10:30~11:20	浅子教会前
11月11日	9:20~10:10	桑木場・薬王寺下
	10:30~11:20	三川内山公園
11月16日	13:40~14:30	椎木町公民館
	15:00~15:50	西浜町公民館
11月17日	13:50~14:40	ローソン三川内インター店
	15:00~15:50	三川内地区公民館
11月18日	9:20~11:00	相浦文化センター
11月21日	9:00~11:00	世知原行政センター
11月24日	9:20~11:00	相浦ニュータウン棚方第2公園横
11月30日	9:10~10:00	北地区公民館
	13:40~14:30	星和台団地公民館
	15:00~15:50	美崎が丘第一公園前
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)。

③働く女性のための日曜乳がん検診(要予約)

●時 11月27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 11月14日から電話で健康づくり課へ
●料 40歳代1,500円、50歳以上1,100円
※本市国民健康保険加入者、無料クーポン対象者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料。
※同日、松添胃腸科外科総合診療クリニック(光月町、☎22-6334)でも実施します。時間、定員等は直接お尋ねください。

④女性検診(乳がん検診と骨粗しょう症検診・要予約)

●時 12月12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 11月16日から電話で健康づくり課へ(料金などはお尋ねを)

⑤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
※市内の登録歯科医療機関でも受診可能(受診料500円・要予約)。

⑥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
※市内の登録医療機関でも受診可能(20歳以上の検査未受診者)。

⑦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
●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
●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)
●時 火曜13:00~16:00(12月6日は19:00まで)
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、発達に欠かせない健診です。特に3歳児健診は仕事などで忙しいかと思いますが、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)

●医師による健康講話
【こころの健康づくり】 ●時 11月27日14時~15時30分 ●場 江迎地区文化会館 ●申 電話で健康づくり課へ
【女性の健康づくり】 ●乳がん・子宮がん ●時 12月8日14時~15時30分 ●場 広田地区公民館
●問 健康づくり課

●健康相談
●時 予約時に調整 ●場 中央保健福祉センター、世知原行政センター、健康館、小佐々行政センター、鹿町行政センター、健康館、江迎地域内生活習慣病予防や禁煙の相談 ●申 電話で健康づくり課へ
●問 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) ●問 献血ルーム西海 ☎25・2440

●生活衛生
●ノロウイルス食中毒に注意を
●ノロウイルス食中毒は冬季に多発します。次のことに注意し、予防しましょう▽調理や食事の前、トイレの後は必ず手を洗う▽二枚貝を食べる場合は中心部まで火を通す。生で食べる場合は生食用を選ばず▽かぜや下痢、嘔吐の症状がある場合は食品に触れることを控える
●問 生活衛生課

●あなたに合わせた運動体験コース
●内 専門家が指導する運動体験の約60~90分間 ●場 ビーフラット(塩浜町)かエクス(常盤町) ●対 20~74歳(スポーツクラブ加入者や特定保健指導を受けている人などを除く) ●定 各20人(応募多数の場合は抽選) ●申 電話で健康づくり課へ
●時 12月コース 11月22日、1月コース 12月22日
●問 健康づくり課

●魅力アップ教室(全4回)
●時 11月30日、12月7日、14日、21日 ●対 14~16時。7日は10~12時 ●場 中央保健福祉センター ●内 更年期の体や心の変化を理解し、ライフスタイルを改善するための運動、調理実習など ●対 おおむね40~60歳の女性で、原則4回とも参加できる人 ●定 40人(応募多数の場合は抽選) ●料 無料(調理実習は材料費が必要) ●申 電話で健康づくり課へ
●時 11月28日
●問 健康づくり課

●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
11月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
11月10、24日、12月8日
中央保健福祉センター
●精神障がい者の社会復帰訓練
保健所テイクア
毎週金曜(祝日を除く)10:00
※第2金曜は発達障がい者だけ。
中央保健福祉センター

●精神障がい者の家族の会
11月19日13:00 ふれあいセンター
③脊髄小脳変性症の集い
11月18日13:30
アルカスSASEBO2階「スビカ」
④膠原病の会
11月17日13:30 ふれあいセンター
⑤ひきこもり家族教室
11月16日10:00 ふれあいセンター
※佐世保断酒会、②③④⑤の新規参加者は事前に連絡を。
【医療に関する相談】 ●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
11月の内容(3分間)
●あなどれない脂肪肝 ●寝ちがい
●子どもの救急シリーズ③せき
●お年寄りの中耳炎
●舌痛症
●田圃包茎手術しなくても治る?
●長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

「たぶん私は無理」「もう手遅れ」とあきらめないでご相談ください。
借金整理で生活再生!
出張相談会 おこなっております。小さな事でも遠慮なくご相談ください。
相談無料 着手金0円 費用分割可 秘密厳守 土・日・夜間相談可
あるく弁護士法人 井護士 佐藤 高宏(第一東京弁護士会所属) 登録番号:第35915号
あるくリーガルセンター 司法書士法人 認定司法書士 平 徳夫(福岡県司法書士会所属) 登録番号:福岡第1550号 専任代理認定番号:第224134号

事前にお見積もり 安心料金(税込) 完済後でも10年以内なら過払い金返還請求ができます
摘要 手続き報酬 減額報酬 過払金返還成功報酬
完済している業者への過払金返還請求 0円 0円 返還額の21%
返済中の業者への過払金返還請求 1社あたり5,250円 減額分の5.25% 返還額の21%
任意整理(債権者2社の場合) 63,000円 21,000円加算(1社増すごとに)
※この料金の他に別途諸費用がかかります。また、お客様の状況により適用できない場合がございます。※司法書士法第39条第1項第5号の業務を担えるものにつきましては弁護士法人にて承ります。※破産・個人再生の手続きの際、ご家族にご協力いただく場合があります。
私達が責任をもって担当させていただきます
まずはお電話にてご予約ください
0120-39-0001
電話受付:月~金/9:00~20:00 土日祝/9:00~18:00
登記、相続、交通事故等の法律相談も受け付けております

大自然を見渡せる、心安らぐ静寂の地
吉井町 妙観寺墓園 現地まで送迎案内いたします。
大和町・日宇町・早苗町 他の墓園もご紹介いたします。
墓園をお探しの方、お気軽にご相談下さい。

【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 有限会社 森石碑
大塔町23番地 TEL (0956) 31-3416 http://www.morisekihi.co.jp