

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年度新入学児童健康診断

●10月7日～11月4日 場内各小学校 対平成17年4月2日～18年4月1日生まれの人 ※対象者には10月1日現在の住民登録を基に、はがきでお知らせします。学校別の日程は市ホームページでご確認ください。

●学校教育課

子ども手当の申請はお済みですか

●対中学3年生までの子どもを養育している人 内 子ども1人につき月額額 一万三千元 ※すで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

寡婦福祉医療費受給者証の更新

受給者証の有効期限は9月30日までです。期間内に更新しない場合、10月1日からの受診分は福祉医療費の支給ができませんので、ご注意ください。☎9月1～14日に子ども支援課(宇久地域は宇久行政センター)で ※該当者に

封書で通知します。
子ども支援課

育児講座「子育て何でもトーク」

●時 9月21日13時30分～15時 場内 藤勢津子さんと子育てについて話す 対 在宅乳幼児の親子 料 無料 ●15組 申 電話で子ども発達センターへ ☎9月15日 ※託児あり。
子ども発達センター
☎23・3945

パパママ学級

●時 9月25日10～12時 場内 中央保健福祉センター 内 座談会、ふれあい遊び、プレパパ学級との交流会 対 2～6カ月の赤ちゃんと同親 料 無料 ●10組 申 電話で子ども発達センターへ ☎9月20日
子ども発達センター
☎23・3945

幼児教育センターの各種講座

【親子講座】自分に合った子育てを見つけてよう ☎9月14日～11月2日の毎週水曜10～12時 場内 中里皆瀬地区公民館 内 子育ての悩みなどを話し合う、ゲームなど

※10時30分～12時 場内 ①大宮幼稚園 ②皆瀬幼稚園 内 孫との上手な付き合い方(講師 伊藤勢津子さん) 対 祖父母、民生委員児童委員など 料 無料 ●先着50人 申 9月12日から電話で幼児教育センターへ
幼児教育センター ☎31・0550

保育所体験

●時 ①9月15日9時20分～10時20分 ②9月20日10時～11時30分 場内 ①藤原幼稚園 ②赤崎青い実幼稚園 内 ①「劇団すぎのこ」人形劇公演 ②交通安全教室、子育て相談 対 未就園児と保護者 ●①9月14日 ※①は水筒を持参してください。
藤原幼稚園 ☎31・4096
赤崎青い実幼稚園 ☎28・0044

出前保育

【みんなであそぼ!】 ●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 場内 ①ダイジャスクール(イオン大塔2階) ②柚木地区公民館 ③小佐々地区公民館 内 保育士と親子で遊ぶ 対 未就園児と保護者、妊婦など
日野子育て支援センター
☎28・3264

【この指とまれ!】 ●時 ①9月14日 ②9月20日 ③9月22日 ④9月30日 ※10時～11時30分 場内 ①針尾



●時 10月30日9時45分～12時30分 場内 相浦小学校体育館 内 直線走、じゃんけん対決競争など 対 市内の小学生 料 無料 申 電話で黒髪児童センターへ ☎9月22日
黒髪児童センター ☎34・0700

障がい福祉

第15回全国膠原病友の会長 嶋 県支部の医療講演

地域子育て支援センターをご利用ください

地域子育て支援センターは子ども同士、親同士が交流できる場所です。専門のスタッフが子育てに関する相談に応じるほか、子育て講座や支援活動を行っていますので、ぜひご利用ください。

実施場所	開所時間
日野保育園(日野町) ☎28-3264	月～金曜 9:30～12:00、 13:30～16:00
董ヶ丘幼稚園(黒髪町) ☎34-4188	月～金曜 9:00～12:00、 13:00～15:30
ルンビニ保育園(崎岡町) ☎20-5100	火～土曜 9:00～12:00、 14:00～16:00
ゆりかご保育園(世知原町栗園) ☎76-2246	月～土曜 10:00～16:00
おはし保育園(吉井町橋川内) ☎64-3525	月～金曜 9:30～14:30
親子ひろばよんぶらこ(本島町) ☎080-1730-0181	月～土曜(木曜除く) 10:30～15:30

子ども支援課

●対未就学児の母親で、すべての講座に参加できる人 料 無料 ●14人 申 電話で幼児教育センターへ ※託児あり(要予約)。

【おひさま教室】 ●時 9月28日10～12時 場内 幼児教育センター 内 臨床心理士や保育士と子どもとの接し方を考える ●対 1歳6カ月～3歳未満の子どもと保護者 料 無料 ●先着15組 申 9月12日から電話で幼児教育センターへ

●時 10月2日14～16時 場内 ふれあいセンター 内 長崎大学病院・中村英樹さんの講演(演題 多発性筋炎・皮ふ筋炎・強皮症の診断と治療)、医療相談 ●50人 ※予約不要。
膠原病友の会長 嶋 県支部
☎25・7974

●心の健康づくりボランティア講座 ●時 講義 10月4、11日、11月1、8日 ※14～16時▽体験学習 10月14～28日のうち1日 場内 相浦地区公民館 内 精神障がい者を支援するボランティア養成 ●30人 申 電話で障がい福祉課へ ☎9月22日
障がい福祉課

高齢者と介護

●介護教室 ●使ってみてわかる介護の中身 ●時 9月13日13～15時 場内 中里皆瀬地区公民館
愛健 ☎40・7400
●高年齢介護についての知識や対処方法 ●時 9月23日14～16時 場内 小佐々地区公民館
小規模多機能 ☎41・5050
【認知症の理解・介護者のストレス対処法】 ●時 10月2日14～16時 場内 水地区公民館
問 グループホームみどり ☎37・2002

●老人の認知症や心の相談 ●時 9月15日13時30分～15時 場内 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

健康づくり

●市立総合病院の健康教室 ●時 9月21日14時 場内 総合病院2階 内 気をつけよう!大腸がん
問 市立総合病院 ☎24・1515
●職場における健康づくり講演会 ●時 9月29日19時 場内 佐世保医師会館(祇園町) 対 事業主、職場安全衛生担当者など
問 佐世保医師会 ☎22・5900

●=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

庭園付ビアホール

アワビも入った海鮮炭火焼がオススメ!
やわらかプリン等デザートも充実

いよいよ9月20日(火)まで!! 17:00～21:30

セントラルホテル

☎25-0001 (佐世保市上京3番地(京町バス停前))

2時間飲み放題(70席)
生ビール、酎ハイ(15種類)、ハイボール、ソフトドリンク

前売

大人: 3,500円(当日3,800円)
中高生: 2,000円(当日2,300円)
小学生: 1,000円(当日1,300円)
幼児: 無料
バイキング(和洋30種類)

秋の彼岸

お墓の専門家におまかせください!
墓地のご紹介いたします。お気軽にご相談下さい。

今年のお彼岸は、秋分の日(9/23、彼岸の中日)をはさんだ前後3日、9/20(彼岸の入り)から9/26(彼岸の明け)になります。

【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。

②肺がん検診(胸部レントゲン)

期日	時間	場所
9月11日	9:00~11:00	江迎地区文化会館
9月12日	9:00~11:00	江迎地区生涯学習センター
9月15日	9:00~11:00	愛宕地区公民館
9月16日	9:20~10:10	俵ヶ浦郵便局横
	10:30~11:20	庵浦町公民館
9月21日	10:00~11:30	志戸氏公民館
	13:30~15:00	江迎地区生涯学習センター
9月28日	13:30~14:20	東鷲渡越公民館
	15:00~15:50	西海パールシー第1駐車場
9月29日	9:30~11:00	江迎地区文化会館
10月5日	9:00~11:00	西地区公民館
10月6日	9:00~11:00	清水地区公民館
10月7日	9:00~11:00	九十九地区公民館
毎週火曜	8:30~10:30	中央保健福祉センター

●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9月25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9月12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。

④女性検診(乳がん検診と骨粗しょう症検診・要予約)

●時10月12、21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9月21日から電話で健康づくり課へ

※料金など詳しくはお尋ねください。

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、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。

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



●健康づくり課(①~⑦) ●子ども保健課(⑧)

健康相談

●予約時に調整●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●電話で健康づくり課へ

●健康づくり課
乳がん・子宮がん体験者の会(弥生の会)
体験者同士で情報交換します。
●時10月3日13~15時●場中央保健福祉センター
●健康づくり課

各種料理教室(要予約)

【いきいき元食食事づくり教室】
●時10月6、13、20日 ※10時~12時30分
●場吉井地区生涯学習センター
●内手軽で簡単なメニューの調理実習と口腔ケアなどの学習
●定20人料二百円●申9月7日から
※1回だけの参加もできます。

【男性のための料理教室】

●時①9月30日、10月7、14日②10月12、19、26日 ※10時~12時30分
●場①相浦文化センター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22人●料二百円●申9月7日から ※1回だけの参加もできます。

【マタニティクッキング教室】

●時10月14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●料二百円●申9月7日から ※1回だけの参加もできます。

●健康づくり課

●あなたに合わせた運動体験コース
●内10、11、12月、来年1月の各コースで月3回、専門家が指導する運動体験に参加 ※1回約60分
●場(ブルーフラット(塩浜町)か、街角フィットネスエクササス常盤町)を選択●対20~74歳の人(運動を制限されている人や特定保健指導を受けている人などを除く)●定各20人(心算多数の場合は抽選)
●申電話で健康づくり課へ●10月コースは9月26日



●健康づくり課

●特定健康診査を受診しましょう
佐世保市国民健康保険に加入している40~74歳の方は、特定健康診査の受診が無料です。医療保険課から送付した受診券と保険証を

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
9月13、27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
9月22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(ゆみはり会)

9月17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)
9月16日13:30
アルカスSASEBO・2階「スビカ」
④膠原病の会
9月15日13:30 ふれあいセンター
⑤ひきこもり家族教室
9月21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
祝日は前日の内容が流れます。
9月の内容(3分間)
月めまい腰痛の運動療法
子どもの救急シリーズ①発熱
②翼状片③せん妄
④日性病
●長崎県保険医協会☎095-825-3829

生活衛生

●油断は禁物!食中毒
この時期は暑さで体の抵抗力が低下します。食中毒防止のため次のことに注意を▽調理前、トイレの後には手を洗う▽食材は保存温度

●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、体をチェックしましょう。
●医療保険課

●を守る▽調理のときは十分に火を通す▽盛り付けには清潔な手と器具を使い、調理後は早めに食べる
●生活衛生課

犬のしつけ方教室

●時9月25日13時30分~15時30分
●場中央保健福祉センター●料無料
●申9月21日までに電話で生活衛生課へ ※犬の同伴はできません。
●生活衛生課

九州電力からのお知らせ

■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。

携帯電話ホームページ
<http://kyuden.jp>

パソコン版ホームページ
<http://www.kyuden.co.jp>

2次元コード

■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

九州電力

ずっと先まで、明るくしたい。

「たぶん私は無理」「もう手遅れ」とおきらめないでご相談ください。

過払い金返還請求!

出張相談 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。

着せ金不要 費用分割可 秘密厳守 土・日・夜間相談可

司法書士法人あるくリーガルセンター 田中 庄三(東京司法書士会所属)
東京都千代田区丸の内三丁目2番3号 富士ビル2F tel.03-3213-7331 登録番号:東京第3874号
[従たる事務所] 福岡市博多区古門戸町7-13 あるく本社ビル 掲載代理認定番号:第203066号
あるく弁護士法人 佐藤 高宏(第一東京弁護士会所属)
東京都千代田区丸の内三丁目2番3号 富士ビル2F tel.03-6269-9779 登録番号:第35915号

事前に費用お見積もり安心料金 ※他社より低価格で済ませたい方へ

摘要	手続き報酬	債権者割報酬(1社増すごとに)	摘要	手続き報酬	減額報酬	過払金返還成功報酬
自己破産(任意清算・債権者1社)	115,500円	21,000円加算	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%
個人再生(任意清算・債権者1社)	189,000円	21,000円加算	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				

2005年1月1日以後の新規借入分
※減額報酬は、過払金返還成功報酬に別注

安心のあるコールセンター

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