

救急医療情報キットのご利用

救急医療情報キットとは、薬の服用情報や緊急連絡先などを記入した緊急情報を容器に入れて自宅の冷蔵庫に保管するもので、自宅でも急な容態変化があった際に救急隊員や医療機関に必要な情報を的確に伝達するために備えるものです。

【使用方法】容器には救急情報用紙と薬剤情報提供書や健康保険証のコピーなどを入れます。容器を保管した冷蔵庫の扉と玄関の内側にマークシールを貼り、救急隊員が確認できるようにする



救急医療情報キットマークシール

【配布場所・料金】保健福祉政策課、各支所 社会福祉協議会など、無料 ※内容に変更があった場合は、常に情報を更新してください。

◎保健福祉政策課

子育て

児童手当の申請は済みましたが10月期の支給日は10月13日④です。出生、転入、転出、児童を養育しなくなったなどの場合は15日以内に届け出てください。

対象 中学3年生までの児童を養育している人(所得制限あり)

※6月に発送した現況届を提出していない人は速やかに提出を。 ◎子ども支援課

母子・父子福祉医療受給者証の更新

受給者証の有効期限は11月30日④までです。更新しないと12月からの受診分は支給できませんのでご注意ください。

手続 11月1日④、17日④までに子ども支援課、宇久行政センター、各支所へ

※該当者に封書を送付します。 ◎子ども支援課

幼稚園ウィーク in 佐世保

日程 10月31日④10時～13時30分
場所 白南風小学校
内容 公立の幼稚園児と保護者が一緒に交流します

※市内在住の未就園児と保護者も参加できます。

※運動しやすい服装で、体育館シューズを持参してください。

◎天神幼稚園 ☎31・3406

たんぼぼ(0歳のお)

日程 10月2日④、来年3月26日④の毎週月曜(祝日・休日、第

5週は休み)

【東部・中部・北部子育て支援センター】14時30分～16時

【窪田市民センター】10時～11時30分

内容 赤ちゃん体操、手遊び、歌、保健師との育児相談など

対象 1歳未満の第1子と母親

料金 無料

※予約不要。利用は親子1組につき12回まで。

※猪調住民センターの問い合わせは、北部子育て支援センターへ。

◎各子育て支援センター

東部 ☎39・4002
中部 ☎32・1903
北部 ☎47・3329

おひさま教室

日程 10月26日④10時～12時
場所 中央保健福祉センター
内容 子どもとの接し方を学ぼう

対象 1歳6カ月ごろ～3歳未満の子どもの保護者

料金 無料 定員 先着10組

申込 10月12日④から電話で幼児教育センターへ

◎幼児教育センター ☎31・0550

父親向け育児講座「お父さん、おさんと遊んでいますか?」

日程 10月29日④10時30分～12時
場所 幼児教育センター
内容 親子運動遊び(講師いむ

市役所・中央保健福祉センターの各課へは ☎24・1111(代表)からおつなぎします。

らスポーツクラブ・井村英俊さん

対象 1歳6カ月ごろ～就学前の子どもの保護者

料金 無料 定員 先着25組程度

申込 電話で幼児教育センターへ

◎幼児教育センター ☎31・0550

地域子育て懇談会

日程 10月31日④10時～11時30分
場所 北部子育て支援センター
内容 地域ぐるみで子育てができる環境づくりに役立っている懇談会

対象 民生委員、主任児童委員、育児サポーター、子育てに関心のある人、乳幼児の母親など

料金 無料(託児あり、要予約)

◎北部子育て支援センター

☎47・3329

育児講座

テレビ・スマホ・ゲームと乳幼児

日程 10月14日④10時30分～12時
場所 子ども発達センター
内容 講師 長崎県メディア安全指導員

対象 乳幼児の父親

料金 無料 定員 15人程度

申込 電話で子ども発達センターへ

◎子ども発達センター

☎23・3945

楽しいつけ

日程 11月10日④10時30分～11時

30分

場所 東部子育て支援センター
内容 講師 Ⅱ元スズルカウゼラー・江藤小夜子さん

対象 在宅児の保護者など

料金 無料(託児あり、要予約)

定員 20人程度

申込 電話で東部子育て支援センターへ

◎東部子育て支援センター

☎39・4002

出前保育

みんなであそぼ!

日程 10月17日④、31日④、11月7日④ ※9時30分～12時

場所 柚木地区公民館

内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

対象 未就園児と保護者、妊婦

料金 無料

◎日野子育て支援センター

☎28・3264

みんなよついで!

1 10月25日④かいぞ保育園
2 11月2日④新田保育園
※1 10時30分～12時 2 10時30分～11時30分

内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

対象 未就園児と保護者、妊婦

料金 無料 ※飲み物タオル持参

◎草ヶ丘幼児園子育て支援センター

☎34・4188

高齢者と介護

介護教室

10月11日④黒髪2の2組公会堂
10月11日④九九地区公民館
10月20日④宇久社会福祉センター

1 10月11日④愛宕地区公民館
10月21日④中部地区公民館
10月22日④あそかのもり(松瀬町)
10月22日④浅子地区公民館
11月8日④鹿町地区公民館
11月13日④15時30分～15時15分
13時30分～15時30分
15時15分～18時30分

料金 無料(予約不要)

◎長寿社会課

障がい福祉

10月13日④12時～16時20分
アルカス S.A.S.E.B.O

介護者の「こころ」の相談会

日程 10月27日④13時30分～15時30分

場所 中央保健福祉センター

内容 臨床心理士による個別相談

対象 在宅で介護している人

料金 無料(要予約)

◎長寿社会課

内容 当事者弁論、記念講演、特別演奏など

料金 無料

◎障がい福祉課

第20回ウォーキング&ゲームラリー大会

体力の向上を図り、精神障がい者への理解を深めます。

日程 11月25日④13～16時

場所 相浦総合グラウンド

料金 無料(全員に参加費あり)

申込 3人(小学生は保護者同伴)を1組として、はがきに

①チーム名 ②代表者の氏名、住所 ③電話番号 ④参加者全員の名前、年齢を明記し、チーム・フォー・バイ・フォー事務局「ふれんず」(〒857の0053、常盤町8の8富士ビル4階)へ

メ切 11月13日④必着

◎事務局 ☎23・5389

健康づくり

特定健診を受けましょう!

国民健康保険に加入する40～74歳の人は無料で特定健診を受診できます。この機会に大切なあなたの健康状態をチェックしましょう。

健康診断の日程などは受診券に同封している書類でご確認ください。

◎医療保険課

糖尿病展

日程 11月9日④、10日④

場所 市総合医療センター

内容 パネル展示、血圧・血糖・内臓脂肪測定、講演会など

ヘルシー料理教室

日程 11月9日④9時30分～12時

11月10日④9時30分～12時

11月10日④13時～15時30分

場所 市総合医療センター

対象 糖尿病患者やその家族など

定員 500人

料金 先着20人(①～③合計)

申込 10月10日④、11月2日④に市総合医療センター栄養管理室へ

◎市総合医療センター

☎24・1515

健康教室

日程 10月18日④14～15時

場所 市総合医療センター

内容 切らずに治す大動脈瘤の治療

料金 無料(予約不要)

◎市総合医療センター

☎24・1515

いきいき元食食事づくり教室

1 11月10日④、17日④、24日④
2 11月13日④、20日④、27日④
3 11月30日④、12月7日④、14日④
※10時～12時30分。1回だけの参加もできます。①は男性向け。

場所 ①②中央保健福祉センター
③広田地区公民館

料金 3000円

定員 各回20人

申込 10月10日④から1週間前までに電話で健康づくり課へ

◎健康づくり課

さらにお得な「グループ旅行支援制度」をぜひご利用ください!

対象路線：九州佐賀国際空港国際線(上海便・ソウル便・チャーター便)

利用条件：4名以上のグループで片道もしくは往復同じ便に搭乗すること(日本国内居住者対象)

支援金額：■片道利用：2,000円/人 ■往復利用：4,000円/人

九州佐賀国際空港活性化推進協議会(佐賀県空港課内)
〒840-8570 佐賀県佐賀市城内1-1-59 TEL: 0952-25-7104
E-mail: kknokun@net.kag.jp

九州佐賀国際空港
KYUSHU-SAGA International Airport

九州佐賀国際空港はお得なLCCが充実!

ソウル ¥2,500~¥21,500 (毎日1往復)

成田 ¥3,520~¥35,980 (毎日2往復 ※10/29～1往復)

上海 ¥3,800~¥32,000 (毎週月・水・土・日)

車で約80分・料金1,400円(ETC割引適用時)

最特急で佐賀駅まで最短65分佐賀駅から直通バスで35分

佐世保

九州佐賀国際空港活性化推進協議会(佐賀県空港課内)
〒840-8570 佐賀県佐賀市城内1-1-59 TEL: 0952-25-7104

検診・検査など

①がん検診

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		
肺	—	—	X線400円 X線+喀痰900円(50歳～)		
大腸	—	—	600円		
子宮	頸部(けいぶ) 1,000円				
乳	—	視触診 ・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	無料
前立腺	—	—	—	400円	—

場所 市内の登録医療機関

②肺がん検診(胸部レントゲン、65歳以上は結核検診も兼ねる)

日程	場所	時間
10月12日(木)	北地区公民館 ダイソー矢峰店	9:00～9:50 10:10～11:20
10月13日(金)	柚木地区公民館	9:00～11:00
10月18日(木)	黒髪町2の2組公会堂 日宇支所	9:10～10:00 10:30～11:20
10月19日(金)	大野地区公民館	9:00～11:00
10月20日(土)	鹿町地区公民館	9:00～11:00
10月22日(日)	東部住民センター	9:00～11:00
10月25日(水)	浅子町公民館 浅子教会前	9:20～10:10 10:30～11:20
10月26日(木)	ドラッグストアモリ白岳店 大岳台町公民館	9:10～10:00 10:30～11:20
10月27日(金)	日宇地区公民館体育室(もみじが丘)	9:00～11:00
10月30日(日)	小佐々支所	9:00～11:00
10月31日(月)	東部住民センター	9:00～11:00
11月1日(火)	よかばい相浦駐車場 椎木町公民館	9:20～10:10 10:30～11:20
11月8日(水)	広田地区公民館	9:00～11:00
11月9日(木)	相浦ニュータウン翫方第2公園 星和台公民館	9:20～10:10 10:30～11:20
11月10日(金)	江迎地区公民館	9:00～11:00
毎週月～木曜	中央保健福祉センター	予約優先、時間等はお尋ねを

対象、料金 ①と同じ

③大腸がん検診

検体採取キット(自宅へ郵送)で2日分の便を採取し、①10月31日(木)②11月6日(日)の9:00～11:00に健康づくり課に提出
対象、料金 ①と同じ

申込 提出日の5日前までに電話で健康づくり課へ

④総合健診(胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺がん検診、特定健診、歯科健診)

日程 12月2日(土)8:30～14:00 場所 中央保健福祉センター
対象、料金 ①と同じ。乳がんは40歳以上、胃がんは74歳未満が対象 定員 先着200人(胃・乳がんは100人)
申込 11月2日(日)から電話で健康づくり課へ

⑤女性がん検診(肺・大腸・子宮・乳がん検診)

日程 11月26日(日)9:00～14:00(肺がんは11:00まで)
場所 ララコープLaLa日野 定員 先着100人
対象、料金 ①と同じ。乳がんは40歳以上が対象
申込 10月30日(日)から電話で健康づくり課へ

※①～⑤とも同一検診の受診は年度内(4月1日～翌年3月31日)に1回だけ。職場等で同様の検診を受診できる人は対象外となる場合があります。

※①～⑤とも本市国保加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料(保険証が証明書が必要です)。

⑥胃がんリスク検診(血液検査)

日程 11月8日(水)、22日(火)9:00～10:30
場所 中央保健福祉センター 対象 40～69歳の市民
※食道・胃・十二指腸疾患を治療中の人やピロリ菌検査を受けたことがある人などは対象外です。
料金 1,000円 定員 各日20人(応募者多数の場合は抽選)
申込 はがき(1人1枚まで)に郵便番号、住所、氏名、生年月日、電話番号、第1・2受診希望日を明記して、10月25日(日)までに(必着)健康づくり課(〒857-8585、住所不要)へ

⑦骨粗しょう症検診(要予約・無料)

日程 11月28日(水)8:40～11:00 場所 中央保健福祉センター
対象 検診時か3月末現在の年齢が40・45・50・55・60・65・70歳の女性 定員 45人
申込 11月7日(日)から電話で健康づくり課へ
※希望者は肺・大腸・乳がん検診、歯科健診も受診できます。

⑧乳幼児健診(約1カ月前に該当者に通知します)

お子さんの成長と発達に欠かせない大切な健診です。
4カ月児健診 対象 3～4カ月ごろ
1歳6カ月児健診 対象 1歳6カ月ごろ
3歳児健診 対象 3歳6カ月ごろ
健康づくり課(①～⑦) ⑨子ども保健課(⑧)

健康づくり

医師の健康講話

日程 ①11月6日(日)13時30分～15時30分 ②11月9日(水)14～16時
場所 中央保健福祉センター
内容 ①お口の健康・ヘルスプロモーション ②健康づくりと休養
定員 ①②とも先着80人
申込 電話で健康づくり課へ
健康づくり課

健康ウォーキング

①10月15日(日)柚木地区公民館集合
②11月10日(金)早岐公園集合
③11月10日(金)南地区公民館集合
※集合時間は9時30分、雨天中止。
料金 無料(予約不要)
※詳しくはお尋ねください。
健康づくり課

増えている大腸がん

日本人が大腸がんにかかる可能性は2人に1人です。中でも大腸がんにかかる人がこの30年で6倍に増えており、女性のがん死亡率の第1位です。大腸がんは検診で早期に見つかれば、早期治療で95%以上が完治します。検診は委託医療機関や各地区で実施する巡回健診、中央保健福祉センターなどで実施しています。大腸がん検診を受診し早期発見に努めましょう。
※詳細や今後の日程は、本紙の「検診・検査」ページをご覧ください。
健康づくり課

10月は骨髄バンク推進月間

白血病や再生不良性貧血などの病気が、骨髄移植や抹梢血管細胞移植という治療法で治すことができます。一人でも多くの患者さんを救うため、骨髄バンクドナー登録へのご理解ご協力をお願いいたします。
健康づくり課

生活衛生

お弁当による食中毒を防ぎましょう
お弁当を持って出掛ける際は次のことに気を付けて食中毒を防ぎましょう。
・調理前は手をよく洗う。おにぎりを作る際は素手で触らずにビニール袋やラップを使う
・食材は十分に加熱した後、よく冷ましてから詰め、風通しが良い日陰で保管する
生活衛生課

犬のしつけ方教室

日程 11月19日(日)10～12時
場所 えぼしスポーツの里
対象 3歳程度の犬(市に登録があり、1年以内に狂犬病の予防接種を受けている犬だけ)とその飼い主 ※必ず犬を制御できる人が同伴してください。
料金 無料 定員 15組程度
申込 10月20日(金)～11月3日(水)に電話で生活衛生課へ
生活衛生課

相談など

子どもの発達

10月21日(土)13:00
※会場は090-2509-1381にお尋ねを。
⑦精神患者当事者会(ふたばの陽)
10月21日(土)14:00 市民活動交流プラザ
※①③⑥は予約不要。②は要予約、その他の新規参加者は事前に障がい福祉課へ連絡してください。
⑧子ども発達センター ☎23-3945
⑨子ども発達センター ☎23-3945
⑩健康づくり課

障がい福祉 障がい福祉課

①依存症(アルコール・ギャンブルなど) 相談(随時受け付け) 障がい福祉課
②佐世保酒会 中央保健福祉センター 10月10日(土)、24日(水)13:30
③膠原病の会 10月15日(日)13:30 中央保健福祉センター
④ひきこもり家族会(あのねの木) 10月18日(水)10:00 福祉活動プラザ(栄町)
⑤高次脳機能障害当事者・家族の集い 10月14日(土)、28日(日)13:00 市民活動交流プラザ(戸尾町)
⑥精神障がい者家族の会(ゆみはり会) 10月21日(土)13:00
⑦医療に関する相談 保健福祉政策課 平日8:30～17:15
⑧医療安全支援センター ☎25-9723

10月の健康テレホン

☎0120-555-203(携帯電話不可)
☎誤嚥性肺炎※自動体外式除細動器AED
☎インフルエンザワクチンの有効性
☎硝子体手術とは
☎早めに気付いておきたい口の衰え
☎男性にも更年期障害があるの?
☎長崎県保険医協会 095-825-3829

救急医療体制

休日・夜間の救急医療体制
【市立急病診療所】☎25-3352
月～土曜20時～23時(内科・小児科)、日曜・祝日10時～18時(内科・小児科・外科)
※受付は診療終了時間の15分前まで。上記時間外は当番病院を確認(☎23-8199)して受診を。
※電話やインターネットから予約して待ち時間が分かる「診療予約システム」をご利用ください。
【当番病院】(輪番制) ⑩医療政策課
内科・外科 = 総合医療センター、中央病院、共済病院、労災病院、杏林病院、三川内病院
外科 = 福田外科病院、俣野野病院
内科 = 久保内科病院、京町内科病院、千住病院
長崎県小児救急電話相談
お子さんの急な病気やけがなどのとき、経験豊富な看護師がアドバイスします(診断ではありません)。
月～土曜18時～翌朝8時(日曜、祝日は24時間)
☎#8000 ダイヤル回線 ☎095-822-3308



祝事・法要後のお食事 ご予約賜ります
大切なお客様の接待に・・・
(2名様から24名様まで個室完備)詳しくはお問い合わせください。
創作料理 和食
KADOKI
佐世保市天満町2-29シーゼルビル2F 電話 0956-37-3500
ご検索→http://t-pro-kaori.com/

佐世保駅前の3つのホテル 法要ご予約承ります
お経・焼香も執り行えます
先着順 送迎無料! マイクロバス
レオプラザホテル 三浦町4-28 TEL 22-4141
ワシントンホテル 潮見町12-7 TEL 32-8011
グリーンホテル 三浦町4-1 TEL 25-6261