

子育て

児童手当の申請は済みましたか
申請しないと手当が受けられません。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。公務員は勤務先で手続きしてください。

● 中学3年までの子を養育している人
※10月期の支払いは10月15日◎です。
◎ 子ども支援課

母子・父子福祉医療費
受給者証の更新手続き

現在の受給者証は11月30日◎で期限が切れます。該当者には封書を送りますので、更新の手続きを。

● 11月1日◎～15日◎
● 子ども支援課、各支所、行政センター
※更新しない場合、12月以降の福祉医療費が支給できませんのでご注意ください。
◎ 子ども支援課

ひとり親の就職支援セミナー

● 10月19日◎13時30分～14時30分
● JAさせばホール(松浦町)
● 書類選考に残るための応募書類の作り方◎無料◎先着20人
● 平日9～17時に電話で長崎県ひとり親家庭等自立促進センターへ
※託児あり(要予約)。
◎ 長崎県ひとり親家庭等自立促進センター ☎095-894-9953

親子であそぼ!

● 10月27日◎10時～15時30分
● 佐世保駅前広場
● ステージイベント、ミニSLなど
● 未就学児と保護者
● 佐世保市保育会 ☎25-0025

子育て支援講座

● 10月29日◎14時～15時30分
● ふれあいセンター(花園町)
● 乳幼児向けの手遊び、簡単な制作
● 民生委員児童委員、主任児童委員、子育てサポーターなど◎無料
● 電話で子ども発達センターへ
◎ 子ども発達センター ☎23-3945

じいじとばあばの孫育て講座

● 10月30日◎ 東相浦幼稚園
● 11月20日◎ 潮見幼稚園
※10時30分～12時。
● 孫との付き合い方などを考える(講師=臨床心理士・伊藤勢津子さん)
● 祖父母、子育てに関心がある人など
◎ 無料◎電話で幼児教育センターへ
◎ 幼児教育センター ☎31-0550

おひさま教室

● 11月13日◎10～12時
● 幼児教育センター
● 臨床心理士、保育士と子育てを学ぶ
● 1歳6カ月～3歳未満の子と保護者
◎ 無料◎先着12組
● 10月10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

出前保育

みんなであそぼ!

● 10月15日◎2 10月29日◎3 11月5日◎4 毎週水曜 ※9時30分～12時。
● ①～③ 柚木地区公民館
● ④ 小佐々地区公民館
● 保育士と親子で遊ぶ◎無料
● 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
● 日野子育て支援センター
☎28-3264

この指と～まれ!!

● 10月15日◎ クレールの丘自治会館
● 10月17日◎ 楠栖保育所
● 10月24日◎ 楠栖保育所
● 10月25日◎ 日宇保育所
● 10月28日◎ イオン大塔
※①～④10時～11時30分、⑤13時30分～15時30分。
● 制作遊びなど
● 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
◎ 無料 ※水筒、タオル、着替え持参。
● ルンビニ子育て支援センター「サーラ」 ☎20-5100

みんなよっといで～!

● 10月29日◎ 春日幼児園
● 10月31日◎ 柚木地区公民館
※10時30分～12時。
● 絵本の読み聞かせ、制作、簡単な手遊び、ふれあい遊びなど
● 0～5歳の未就園児と保護者

◎ 無料 ※水筒、タオル持参。
◎ 萱ヶ丘幼児園地域子育て支援センター ☎34-4188

障がい福祉

県北地区 オストメイト
社会適応訓練事業講習会

● 10月27日◎13時30分～15時30分
● 市立総合病院
● 相談会と講演(講師=福田外科病院副院長・清水輝久さんなど)◎無料
● 日本オストミー協会長崎県支部
☎095-838-3049

障がい者(児)各種手当の額を改定

● 10月1日◎から
【特別児童扶養手当】1級50,400円⇒50,050円▷2級33,570円⇒33,330円
【障害児福祉手当】14,280円⇒14,180円
【特別障害者手当】26,260円⇒26,080円
【福祉手当】14,280円⇒14,180円
※いずれも所得制限あり。施設に入所している場合は対象外。
◎ 障がい福祉課

高齢者と介護

成年後見セミナー

● 10月27日◎10時30分～14時30分
● 社会福祉協議会本館(八幡町)
● 成年後見制度について
◎ 無料 ※申し込み不要。駐車場なし。
◎ 佐世保市社会福祉協議会 ☎23-3174

成年後見担い手養成講座

● 11月9日◎～30日◎のうち10日間
● 社会福祉協議会本館(八幡町)
● 全日程を受講できる市民
◎ 無料 ※テキスト代2,000円が必要。
◎ 20人程度

巡回子育て支援「シーユー」をご利用ください!

親子遊びを通して、子育ての楽しさを体験してください(無料、予約不要)。

実施場所	実施日	時間	問い合わせ先
子ども発達センター	毎週月曜	9:30～12:00	子ども発達センター
広田地区公民館	第1、2水曜	9:30～12:00	☎23-3945
三川内地区公民館	第1水曜	10:00～11:30	東部子育て支援センター(早岐保育所)
東部子育て支援センター	第1金曜	9:00～12:00	☎39-4002
宮地区公民館	第2水曜	10:00～11:30	中部子育て支援センター(大黒保育所)
西地区公民館	第2水曜	10:00～11:30	☎32-1903
愛宕地区公民館	第3水曜	10:00～11:30	中部子育て支援センター
中部子育て支援センター	第4水曜	9:00～12:00	
大野地区公民館	第1水曜	10:00～11:30	北部子育て支援センター(上相浦保育所)
中里皆瀬地区公民館	第2水曜	10:00～11:30	☎47-3329
北部子育て支援センター	第3水曜	9:00～12:00	
吉井健康館	毎週水曜	10:00～11:30	

◎ 在宅の0歳～就学前の乳幼児と保護者、妊婦など
※水筒、着替え持参。祝日は休み。

◎ 受講希望者は、10月27日◎10時30分～14時30分に社会福祉協議会で開催するセミナーに必ず出席を。
◎ 詳しくは同会ホームページか社協だよりをご覧ください。
◎ 佐世保市社会福祉協議会 ☎23-3174

介護者の「こころ」の相談会

● 10月24日◎13時30分～15時30分
● 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◎無料
● 事前に電話で長寿社会課へ
◎ 長寿社会課

港町公民館
● 10月19日◎13時30分
愛宕地区公民館
● 10月20日◎14時
ゆずの里(上柚木町)
● 10月21日◎13時
天神ベイヒルズ(天神町)
● 10月24日◎14時
日野本町公民館
● 10月25日◎18時
社協宇久介護事業所
※11月上旬までの残り開催分(8回)は、長寿社会課にお尋ねください。
◎ 長寿社会課

介護予防と認知症を考える講演会

● 10月25日◎13時30分～15時
● コミュニティセンター(光月町)
● 講演テーマ「認知症予防と早期発見～認知力アップの挑戦～」
◎ 無料 ※申し込み不要。
◎ 長寿社会課

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

救急医療体制のご案内

休日・夜間の救急医療体制

軽症の場合↓市立急病診療所

(☎25・3352)を受診

重症の場合↓当番病院を確認

(☎23・8199)として受診

【当番病院(輪番制)】

内科・外科↓市立総合病院、

中央病院、共済病院、労

災病院、杏林病院、三川

内科病院

外科↓福田外科病院、俵町

浜野病院

内科↓久保内科病院、京町

内科病院、千住病院

◎ 医療政策課

共済病院の日曜夜間内科診療
比較的軽症な人を対象にした
内科診療を試験的に行ってい
ます。

● 10月13日◎、20日◎、27日◎、11月3日◎

※18時30分～翌朝6時(受け付けは5時30分まで)。

◎ 入院が必要な場合は、

ほかの二次輪番病院を

紹介することがあります。

※平日昼間より診療費が

高額になりますのでご

注意ください。

◎ 佐世保共済病院

☎22・5136

佐世保駅前の3つのホテル

法要ご予約承ります お経・焼香も取り行えます

先着順 **マイクロバス送迎無料!**

- 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
- 仕出し 始めました グリーンホテル 三浦町4-1 TEL 25-6261

介護についてのお尋ねは...

例えば...

- 親の介護保険の申請をしたいと思っているが...
- 転倒予防のために、リハビリ運動をしたい...
- 電動ベッドや車いすを借りたい。または購入したい...

お気軽に **介護サポートセンター** お尋ねください

場所: 佐世保市戸尾町4-5 ☎0120-110-485

検診・検査など

①肺がん検診(胸部レントゲン)

区分	場所	時間
10月11日(金)	東部住民センター	9:00~11:00
10月15日(火)	山澄地区公民館	9:00~11:00
10月16日(水)	ドラッグストアモリ白岳店	9:10~10:00
	黒髪2の2組公民館横	10:30~11:20
10月17日(木)	大野地区公民館	9:00~11:00
	やすらぎ館	9:20~10:10
	鹿町支所	10:30~11:20
10月18日(金)	小佐々支所	9:00~11:00
10月21日(日)	江迎地区公民館	9:00~11:00
10月22日(火)	中央保健福祉センター	9:00~11:00
10月23日(水)	またたかもみじヶ丘店	9:20~10:10
	大岳台町公民館	10:30~11:20
10月24日(木)	中里皆瀬地区公民館	9:00~11:00
10月25日(金)	相浦文化センター	9:00~11:00
10月30日(水)	日宇支所前	9:20~11:00
10月31日(木)	西地区公民館	9:20~10:10
	東鶴渡越公民館	10:30~11:20
11月 1日(金)	丸亀製麺佐世保吉岡店	9:20~10:10
	下本山町公民館	10:30~11:20
11月 6日(水)	九十九地区公民館	9:20~10:10
	愛宕地区公民館	10:30~11:20
11月 8日(金)	浅子町公民館	9:20~10:10
	浅子教会前	10:20~11:10
11月10日(日)	中央保健福祉センター	9:00~11:00
毎週火曜	中央保健福祉センター	8:30~10:30
毎週水曜		13:00~16:00

①40歳以上 ②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。
 ※前回の受診日から12カ月以上空けてください(年1回)。

②休日がん検診(大腸・乳・子宮がん、要予約)

③時11月24日(日)9:00~14:00
 ④場 ララコープLaLa日野店
 ⑤対大腸・乳がん40歳以上、子宮がん20歳以上
 ⑥定乳がん100人
 ⑦申10月10日(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。

③働く女性のための日曜乳がん検診(要予約)

③時①10月27日(日)②11月17日(日) ※9:30~12:00。
 ④場中央保健福祉センター ※料金など詳しくはお尋ねを。
 ⑤対40歳以上の働いている女性 ⑥定先着20人
 ⑦申①10月15日(日)から②11月5日(日)から電話で健康づくり課へ
 ※①②③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(保険証か証明書が必要です)。

④成人歯科健診、歯科相談(要予約・無料)

③時火曜8:30~10:30(祝日を除く) ④場中央保健福祉センター
 ※歯科健診は指定の火曜日だけです。実施日はお尋ねを。
 ※市内の登録歯科医療機関でも受診可(受診料500円)。

⑤肝炎ウイルス検査(無料)

③時月曜13:00~16:00(祝日を除く) ④場中央保健福祉センター
 ⑤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
 ※20歳以上の検査未受診者は、市内の登録医療機関でも受診可。

⑥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
 ③時平日8:30~17:15 ☎0120-104-783
 Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp
 ●エイズ通常検査・クラミジア抗原検査
 ④時月曜9:00~11:30、13:00~16:30(祝日を除く)
 ⑤場中央保健福祉センター ※検査結果は翌週渡し。
 ●エイズ即日検査(要予約)
 ⑥時火曜13:00~16:00、木曜 9:00~11:00(祝日を除く)
 10月15日(日)13:00~19:00
 ⑦場中央保健福祉センター ※検査結果は約40分後渡し。

⑦乳幼児健診・相談

お子さんの成長と発達に欠かせない大切な健診です。仕事などで忙しいかと思いますが、受診をお願いします。
 4カ月児健診⇒③3~4カ月ごろ
 10カ月児歯科育児相談会⇒④10カ月ごろ
 1歳6カ月児健診⇒⑤1歳6カ月ごろ
 3歳児健診⇒⑥3歳6カ月ごろ ※約1カ月前に該当者に通知。

⑧健康づくり課(①~⑥) ⑨子ども保健課(⑦)

高齢者と介護

介護者リフレッシュ事業

③時11月21日(水)~22日(木) ④場英彦山など
 ⑤内介護者のリフレッシュのための旅行
 ⑥対要介護1以上の家族を在宅で介護している人 ⑦料7,500円(定)30人
 ⑧申10月21日(水)~11月5日(木)に電話で長寿社会課へ
 ※1人の要介護者につき介護者2人まで。事業全3回のうち1回参加可。
 ⑨問長寿社会課

健康づくり

市立総合病院の健康教室

③時10月16日(水)14~15時 ④場市立総合病院
 ⑤内高血圧からくる心血管病の恐ろしさ
 ⑥料無料 ※申し込み不要。
 ⑦問市立総合病院企画情報室 ☎24-1515

糖尿病療養食試食会

③時11月15日(金)11時30分
 ④場市立総合病院
 ⑤料300円(定)先着30人
 ⑥申10月28日(日)から電話で総合病院へ
 ※11月13日(水)~15日(金)は糖尿病のパネル展、血糖値測定などを実施。
 ⑦問市立総合病院 ☎24-1515

運動普及推進協議会の講座

生活習慣病予防食付きウォーキング
 ③10月11日(金)早岐地区(7km)
 9時30分に東部住民センターに集合
 ④211月5日(日)日野地区(5km)
 9時30分に日野本町公民館に集合
 ⑤料200円(定)3日前までに健康づくり課へ

心肺蘇生法とAEDの取り扱いについて

③時10月12日(土)10時 ④場江迎地区公民館
 ⑤料無料 ※申し込み不要。
 ⑥問健康づくり課

いきいき元気食事づくり教室

③時①11月6日(水)、13日(水)、20日(水)
 ④211月19日(土)、26日(土)、12月3日(日)
 ※10時~12時30分。
 ⑤場①山澄地区公民館②大野地区公民館
 ⑥内いくつになってもおいしく食べ続けるための簡単メニューと講話
 ⑦料1回200円(定)各25人
 ⑧申10月10日(日)から前日までに電話で健康づくり課へ
 ⑨問健康づくり課

運動の体験教室出前講座

運動の専門家を無料で派遣します。
 ③場市内(会場は申込者が手配)
 ④内ストレッチ、手軽な運動など

③市内在住の5人以上のグループ
 ④申実施日の1カ月前までに申込書を健康づくり課へ ※申込書は市ホームページからダウンロード可。
 ⑤問健康づくり課

救急医療情報キットの更新を

救急医療情報キットを利用している人は、病名や連絡先などの救急情報、薬剤情報提供書に変更があった場合は、常に最新情報を記入してください。
 ③問保健福祉政策課

10月10日は「目の愛護デー」

あなたの目を守るため、年に1度は眼科を受診しましょう。
 ③問健康づくり課

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患者を1人でも多く救うため、骨髄バンクドナー登録にご理解とご協力を。
 ③問健康づくり課

10月は臓器移植普及推進月間

日頃から家族で話し合い、臓器提供の意思を確認しておきましょう。
 ③問健康づくり課

相談など

【子どもの発達】

●療育相談(要予約) ※遊びの広場あり。
 ③子ども発達センター ☎23-3945
 ●歯科保健相談(要予約) ④健康づくり課
 【障がい福祉】 ⑤障がい福祉課
 ①アルコール依存相談
 障がい福祉課で随時受け付け
 ②佐世保断酒会 10月22日(日)13:30
 中央保健福祉センター
 ③精神保健相談 10月31日(日)
 中央保健福祉センター
 ④社会復帰訓練保健所アソシエ

毎週金曜10:00 中央保健福祉センター
 ※第2金曜は午後から。
 ※発達障がいデイケア 第2金曜10:00
 ⑤脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会)
 10月18日(土)13:30 スピカ
 ⑥ひきこもり家族教室(あのねの木)
 10月16日(日)10:00 ふれあいセンター
 ⑦膠原病友の会
 10月17日(日)13:30 ふれあいセンター
 ⑧精神障がい者家族の会(ゆみはり会)
 10月19日(日)13:00 ふれあいセンター
 ※②③は要予約、④⑤⑥⑦の新規参加者は

事前にご連絡ください。
 【医療に関する相談】 ⑥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
 10月の内容(3分間)
 ⑦サルコイドーシスってご存じですか?
 ⑧デュブイトラン拘縮
 ⑨B型肝炎ワクチン接種について
 ⑩老人性乾皮症⑪子どもの頭の大きさ
 ⑫日間質性膀胱炎について
 ⑬長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

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)
 〒857-0027 長崎県佐世保市谷郷町3番1号谷郷II4階 ☎0956-76-7200 ご予約受付時間 平日9:00~18:00

身近な問題を気楽にご相談ください。
 ・多重債務問題・相続問題・顧問契約・一般的な民事・刑事・商事
 詳しくは電話、またはHPにて <http://www.tsukumo-lawoffice.jp>

過払い金返還請求について
 ・取引終了後原則10年で時効となりますので、ご検討中の方は早めにご相談下さい。
 ・完済されている場合は着手金は無料です。

相談料 30分 5,250円(税別) ※多重債務問題の相談は無料です。要件を満たせば法テラス利用可。

土日・祝日も相談可能(要予約)

日本医療機能評価機構認定病院 (Ver.6)
 開放型病院・救急告示病院
 エコアクション21認証登録病院
 特定医療法人 雄博会
千住病院
 SENJU

病院
 〒857-0026 佐世保市宮地町5-5
 TEL0956-24-1010 FAX0956-24-8590
 E-mail info@1010hosp.or.jp
 U R L <http://www.1010hosp.or.jp>

診療所
 〒857-0054 佐世保市栄町5-26
 TEL0956-23-1010 FAX0956-25-6110

訪問看護ステーション(診療所内)
 指定居宅介護支援事業所
 TEL0956-23-9273 FAX0956-23-9274

エコアクション21
 認証 登録番号0009097