

サン・アビリティーズ佐世保(干尽町)をご利用ください

2月1日から市の施設となります。体育室、音楽室、調理室などがあり、障害の有無に関係なく利用できます。

利用料 佐世保市に住所のある障害者は無料
一般の人は下表のとおり
予約 障害者は2カ月前から、一般の人は1カ月前から受け付けます
申し込み、お尋ね サン・アビリティーズ佐世保 (☎9231)

室名	区分	超過加算料金(1時間ごと)		
		利用料金(2時間以内)	9~12時	12~17時
体育室	全面	1,720円		
	1/3面	680円		
	卓球(1台)	450円		
トレーニング室(1人)			200円	
	利用時間		9~12時	12~17時
教養文化室など	教養文化室	610円	910円	1,520円
	音楽室	610円	910円	1,520円
	調理室	610円	910円	1,520円
	研修室	910円	1,220円	1,830円

高齢者と介護



介護教室にご参加ください

市役所長寿社会課

とき(2月中)・**ところ** 11日 特養老人ホームあいのうら 12日 千住病院 13日 デイサービスセンターほほえみ 14日 白寿荘、デイサービスセンター光の子、博仁荘 19日 アイケン医院 21日 同仁会病院、天神ベイヒルズ、介護老人保健施設サン 22日 あそか

のもり 28日 春日スプリングガーデン 時間 13時30分~15時30分、14時~16時、18時30分~20時30分、13時~15時

介護者同士の日帰り旅行の参加者募集

市役所長寿社会課

とき 3月17日(9) 17時 **目的地** 唐津市、呼子町 **対象** 要介護1以上の家族を在宅で介護している人 **定員** 40人 **参加料** 八百二十五円 **申し込み** 2月17~26日に長寿社会課にどうぞ

健康づくり



保健所での骨粗しょう症検診

保健所内・健康づくり課

とき 3月12日 **対象** 18~50歳の女性 **申し込み** 2月27日までに健康づくり課に(予約制)

成人歯科健診はお済みですか

保健所内・健康づくり課

とき・**ところ** 市内の登録歯科医療機関で随時 **対象** 20歳以上の市民 **料金** 五百円

C型・B型肝炎ウイルス検査

保健所内・健康づくり課

対象 平成4年以前に輸血を受けた人など **とき** 毎週月、水曜13~15時 **場所** 保健所 **料金** 千五百八十四円

敬老バスを発行しています

保健所内・健康づくり課

対象 75歳以上の市民で、バスを持っていない人 **手続き** 健康づくり課が最寄りの支所で

浴場などを備えた老人憩いの家・老人福祉センターを憩いの場としてご利用ください

各施設

ところ いでゆ荘(広田3・☎2632)、つくも荘(下船越町・☎6400)、やすらぎ荘(花園町・☎29257)、あたご荘(中里町・☎2877) **対象** 60歳以上の人 **利用料** 百四十円(お得な回数券もあります) 詳しくは各施設にお尋ねください。



長崎県ねりんピック2004の参加者募集

保健所内・健康づくり課

県立総合運動公園(諫早市)を中心に、高齢者を対象としたスポーツ文化交流大会が開催されます **とき** 5月20、22、30日 **募集期限** 2月27日 開催種目や申し込み方法などは健康づくり課にお尋ねください。

市民講演会

今日から変わる!!
かしこい介護保険サービス利用のヒ・ケ・ツ教えます

介護保険のサービスを利用している人も利用していない人も、介護保険を正しく知って、サービスを上手に利用し、住み慣れた場所で自分らしく生活できるようにしましょう!

全国で活躍しているケアプランコンサルタント・松本博規さんを講師に迎え、講演会を開催します。

とき 2月22日 13時30分~15時30分
ところ アルカスSASEBO・中ホール
入場料 無料
定員 500人



お尋ね 長寿社会課

80歳の高齢者を疑似体験してみませんか

バリアフリー基礎講座

とき 2月19日、21日 14~16時
ところ バリアフリー生活館(花園町・ふれあいセンター横)
内容 高齢者疑似体験 車いすなどの操作方法 さまざまな福祉用具の体験
対象 佐世保市内に住む人
参加料 無料
定員 1回につき20人程度
申し込み バリアフリー生活館に電話で参加希望日をお知らせください



お尋ね バリアフリー生活館(☎、ファクス②0993) 保健所内・総務企画課

禁煙個別相談

保健所内・健康づくり課

とき 毎週金曜の午後(予約制) 未成年の人は保護者同伴でお越しください。

男性のシルバー料理教室

保健所内・健康づくり課

とき・**ところ** 2月25日、3月3、10日 中里皆瀬地区公民館 **時間** 10時~12時 **材料代** 1回二百円 **申し込み** 健康づくり課

マタニティークッキング

保健所内・健康づくり課

とき 3月12日10時 **ところ** 中央公民館 **材料代** 三百円 **申し込み** 健康づくり課に

市立総合病院の健康教室

市立総合病院(☎④1515)

とき 2月18日14時 **テーマ** アトピー性皮膚炎について

生活衛生



ノロウイルス(SRSV)による食中毒にご注意ください

保健所内・生活衛生課

次のことに心掛けましょう
力などの二枚貝を加熱調理する際は、中心部まで十分に加熱する。また、力キを生で食べる時は必ず「生食用」と「賞味期限」の表示を確認する
調理器具は十分に洗浄消毒する
トイレの後や調理をする際、食事の前にはよく手指を洗浄消毒する
手洗いの後に使用するタオルなどは清潔な物を使用する

マナーを守って犬を飼いましょう

保健所内・生活衛生課

放し飼いやふんの放置などの苦情がたくさん寄せられています。飼い主はマナーを守って周囲に迷惑を掛けないよう心掛けましょう。

お墓を移すときは

保健所内・生活衛生課

現在遺骨のある墓所から他の墓所へ遺骨全部を移すことを「改葬」といい、同じ墓地内にあっても、墳墓から別の墳墓に移す場合も改葬に当たります。改葬には「改葬許可証」が必要ですので、生活衛生課で手続きをしてください。