

●健康と福祉●

「介護教室」にご参加ください

参加は無料で、申し込みは要りません。
お尋ねは長寿社会課にどうぞ。

とき	ところ	内容
6月13日 19時	西地区公民館	高齢者のための調理と栄養補助食品
6月22日 13時30分	春日スプリングガーデン	介護保険制度の概要と利用法
6月23日 10時	在宅介護支援センター・ひろた	痴ほうのお年寄りへの対応
6月23日 13時30分	介護老人福祉施設・あそかのもり	家庭でできるリハビリ
6月23日 14時	デイサービスセンター・ひまわり	住宅改修、福祉用具

介護食づくり教室(3回シリーズ)

材料代は1回200円。定員は各回30人です。
申し込み、お尋ねは健康づくり課にどうぞ。

とき	ところ
7月4日、11日、 18日 10時	大野地区公民館



原爆被爆者二世の無料健康診断を実施中
対象は両親またはそのどちらかが原爆被爆者で、昭和21年6月4日(広島で被爆した親を持つ場合は、同年6月1日)以降に生まれた県内在住者で、長崎市民を除く申し込みは市保健所に備え付けの「受診申込書」に記入して、市保健所2階・総務企画課に提出をお尋ね。総務企画課

健康づくり

健康づくり
6月10、24日
10時30分～11時30分、保健所
お尋ね 健康づくり課

結核検診(すべて6月中)

- ①13日 蛭子谷バス停先
 - ②14日 針尾地区公民館
 - ③20日 木バス停
 - ④20日 太田公民館下の消防詰所
 - ⑤27日 リック東明
 - ⑥27日 下有福公民館
 - ⑦28日 岩下バス停横
 - ⑧11、18、25日 保健所
- ※時間は③9時30分～10時15分、④10時20分～11時5分、⑥13時14分～14時、⑧8時30分～10時30分、ほか9時30分～10時30分
お尋ね 健康づくり課

高齢者と介護

施設入所者で食費や利用料の減額を受けている人は更新申請を
対象は特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護療養病院に入所の経過措置を受け、引き続き認定を受ける人 手続きは長寿社会課各支所 持ってくる物はこれまで使っていた減額認定証、住民票謄本、世帯全員の平成14年度市県民税課税証明書、印鑑、老齢福祉年



自宅で理容、美容サービスを受けませんか
対象は要介護1以上の認定を受け、理容・美容店に行くことができない在宅の人。サービス利用時に、家族などの介助者が必要でお尋ねは介護支援専門員(ケアマネジャー)、長寿社会課

金手帳(該当者だけ)など お尋ねは市役所長寿社会課

●健康と福祉●

子育て

6月は児童手当の現況届を提出する月です

受付期間 6月中 受付場所 市役所子育て家庭課、各支所 内容 該当者へ郵送する用紙に、6月1日現在の状況を記入して提出を。提出しないと、6月以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください 持ってくる物 ことし1月1日現在の住所が市外の人は、当時の住所地の市区町村が発行する「平成14年度児童手当所得証明書」が必要。厚生年金などの加入者は、年金加入証明欄に、勤務先からの証明が必要で す お尋ねは市役所子育て家庭課

子育て講演会にどうぞ

とき 6月16日10～12時 ところ 天満町・県北会館 テーマ 「子育てを科学しよう」一人ひとりがみんながうきうき 講師 島根医科大学助教授・塩飽邦憲さん 申し込みはがきかファクスで、6月14日必着でどうぞ あて先 857の8585、市役所子育て家庭課(ファクス☎9673)

カウンセリング基礎講座

とき 6月15、22、29日、7月27日10時30分～12時 ところ 二ア

ルカSSASEBO2階・スピカ対象は障害児や思春期・不登校のお子さんなどの問題に関心のある人(平成12、13年度の受講者を除く) テーマ 「子どもとその家族を支えるために」 定員 50人 申し込みは電話で子育て家庭課に

地域子育て支援センターで育児相談などを受け付けます

とき、ところ ①黒髪町・重ヶ丘幼児園内(☎4188) ②金曜9時30分～12時と13～15時 ③花園町・ふれあいセンター内の子ども発達センター(☎3945) ④月～金曜は8時30分～17時15分、土、日曜、祝日は9～16時

出前保育にお出かけください

とき 6月26日10時～11時30分 ところ 上相浦公園(雨のときは相浦文化センター) 対象は保育園や幼稚園に通っていない児童と保護者 お尋ねは重ヶ丘幼児園内・地域子育て支援センター(☎4188)



健診・相談など

子育て

ツベルクリン反応とBCG接種 対象 3カ月以上4歳未満のお子さん。4カ月健診時にツベルクリン反応検査を実施 持ってくる物 母子健康手帳 接種日程

場所	ツベルクリン	BCG
東部住民センター	6月17日	6月19日
保健所	7月8日	7月10日
	6月24日	6月26日
	7月1日	7月3日

保健所(ツベルクリン)13時～14時30分、BCG11時30分～14時) 東部住民センター(ツベルクリン)13時30分～14時30分、BCG13時30分～14時) お尋ね 健康づくり課

乳幼児健康診査の

お知らせ時期 4カ月健診、1歳6カ月健診 2歳健診 3歳健診 3歳半前後 お尋ね 子育て家庭課

敬老パスを発行しています

対象は75歳以上の市民で、まだパスを持っていない人 手続きは本人が印鑑を持って、健康づくり課か最寄りの支所へどうぞ お尋ねは健康づくり課

障害福祉

断酒や酒害の相談

- ①酒害相談 障害福祉課で随時
 - ②佐世保断酒会 6月11日、7月9日
 - ③酒害者と家族の懇談会 6月25日
 - ④アルコール家族教室 7月2日
- 場所 ②④は保健所 予約とお尋ね 障害福祉課

精神保健相談

6月13、27日 ふれあいセンター 予約とお尋ね 障害福祉課

精神障害者の社会復帰訓練

- ①社会復帰事業ソーシヤルクラブ 月、金曜
 - ②家族の会(ゆみはり会) 6月15日
 - ③家族教室 日時は障害福祉課に確認を
 - ④地域作業所「喫茶どりむ」 火、金曜
 - ⑤地域作業所「シルク印刷工房」 月、火、木、金曜
 - ⑥地域生活支援センター「ふれんず」(常盤町) 毎日
- 場所 ①④はふれあいセンター

高齢者と介護

介護や痴ほうの相談など ①痴ほう老人を抱える家族の会 6月28日13時、保健所 ②在宅介護者のついで 休みの ③老人の痴ほうや心の相談 6月20日 保健所 予約制 お尋ね 長寿社会課

40歳以上の寝たきり予防教室

6月の毎週水曜、13時30分～15時 高島町・いこいの家 お尋ね 長寿社会課

健康づくり

6月10、24日 10時30分～11時30分、保健所 お尋ね 健康づくり課

結核検診(すべて6月中)

- ①13日 蛭子谷バス停先
 - ②14日 針尾地区公民館
 - ③20日 木バス停
 - ④20日 太田公民館下の消防詰所
 - ⑤27日 リック東明
 - ⑥27日 下有福公民館
 - ⑦28日 岩下バス停横
 - ⑧11、18、25日 保健所
- ※時間は③9時30分～10時15分、④10時20分～11時5分、⑥13時14分～14時、⑧8時30分～10時30分、ほか9時30分～10時30分
お尋ね 健康づくり課

●健康と福祉●

「断たばこ教室」で 禁煙に挑戦!!



対象 これから禁煙したい人、禁煙しても長続きしない人など
日程と内容 下表のとおり。6回続けてご参加ください。
 時間はいずれも13時30分～15時

申し込み、お尋ね 健康づくり課

とき	ところ	内容
6月25日	高砂町・中央公民館	たばこのことをもっと知る
6月28日	保健所	禁煙への決心をする
7月4日	中央公民館	体回復のための食品の選び方
7月11日	体育文化館	禁煙リラックスと肥満予防
7月18日		電話での禁煙支援
7月26日	保健所	禁煙を続けるために

個別相談も受け付け

対象 基本健康診査を受け、個別に禁煙相談をしたい人
日程 毎週金曜の午後に実施。期間は約3カ月で、2週間に1回程度、面接をします(予約制)。
場所 保健所
予約 健康づくり課

犬の相談はお近くの畜犬指導員さんどうぞ

小学校区	氏名	電話番号	小学校区	氏名	電話番号
宮	靄野 俊之	☎2837	山手	松本 照龍	☎7082
三川内	長谷川 昭秋	☎8997	春日	村上 修長	☎1393
広田	田 淵 博	☎8808	八幡	宮崎 隆雄	☎0876
早岐	立石 恵生	☎3656	保立	石田 孝	☎3830
花高	東 伸重	☎5794	大久保	武富 龍二	☎6600
江上	志方 厚	☎3395	金比良	高野 健一	☎2415
針尾	迎 政喜	☎4412	赤崎	左近充 傳	☎3013
日宇	宮崎 正勝	☎8579	船越	吉元 正	☎2088
大塔	今里 利春	☎9167	庵浦	吉村 文男	☎1028
黒髪	林田 幸利	☎8757	俵ヶ浦	佐野 誠	☎6701
天神	下津浦 司	☎2003	日野	向原 俊夫	☎3608
福石	淵野 秀一	☎1766	浅子	吉木 きみ子	☎3758
港	小林 昭蔵	☎3958	黒島	山下 勝見	☎2016
木風	前田 久平	☎6087	相浦	中村 章雄	☎2866
潮見	大町 一	☎3376	相浦西	惣田 幸一	☎3905
白南風	倉吉 俊雄	☎3849	中里	井手 ヒサ工	☎3674
旧・戸尾	渡辺 ひとえ	☎1058	皆瀬	武邊 孝寛	☎2498
旧・光園	上木 正	☎5955	大野	松瀬 三郎	☎3693
小佐世保	山口 邦利	☎5377	柚木	柴山 義治	☎0856

お尋ね 生活衛生課

モデル地区成人歯科健診を実施しています
対象 Ⅱ 柚木、大野、中里、相浦、日野、浅子、黒島の各中学校区在住の20歳以上 Ⅲ 定員 Ⅱ 全体で百人 Ⅲ 自己負担金 Ⅱ 五百円 Ⅲ 実施場所 Ⅱ 市内の協力歯科医院 Ⅲ 申し込み Ⅱ 市保健所内・健康づくり課

C型肝炎ウイルス検査を実施
とき Ⅱ 毎週月、水曜の13時15時
ところ Ⅱ 保健所 Ⅲ 対象 Ⅱ 平成4年以前に輸血を受けた人や、血液透析を長期間受けている人など Ⅲ 料金 Ⅱ 千二百八十円 Ⅲ お尋ね Ⅱ 健康づくり課

骨粗しょう症検診を実施
とき Ⅱ 7月12日 Ⅲ ところ Ⅱ 保健所 Ⅲ 対象 Ⅱ 20～50歳の女性 Ⅲ 申し込み Ⅱ 6月28日までに、電話で健康づくり課に

男性のシルバー料理教室
とき、ところ ① 7月2、9、16日 Ⅱ 相浦文化センター ② 7月3、10、17日 Ⅱ 北地区公民館 ③ 7月5、12、19日 Ⅱ 南地区公民館
 時間はいずれも10時から Ⅲ 材料代 Ⅱ 1回二百円 Ⅲ 定員 Ⅱ 各回30人 Ⅲ 申し込み Ⅱ 健康づくり課

マタニティークッキング
とき Ⅱ 7月12日10時 Ⅲ ところ Ⅱ 高砂町・中央公民館 Ⅲ 内容 Ⅱ 妊娠

中の栄養を考えた食事の調理と試食 Ⅲ 材料代 Ⅱ 三百円 Ⅲ 申し込み Ⅱ 健康づくり課

臓器提供の意思を示すドナーカードを配布
 健康づくり課と支所にあります。骨髄・腎臓・アイバンク、医学研究のための献体の希望者は、健康づくり課にご連絡ください Ⅲ お尋ね Ⅱ 健康づくり課

市立総合病院で健康教室
とき Ⅱ 6月19日14時 Ⅲ ところ Ⅱ 同院2階 テーマ Ⅱ 「腹痛シリーズ①胃腸や胆のうなどの消化器系の痛み」 Ⅲ 申し込み Ⅱ 不要 Ⅲ お尋ね Ⅱ 市立総合病院(☎1515)

卵による食中毒を防ぎましょう
 購入後は冷蔵庫で保管し、賞味期限内に食べましょう。また、サルモネラ菌による食中毒を防ぐために、次のことに心掛けましょう
 ① 殻が割れている卵を生で食べない
 ② 割った卵を放置しない
 ③ 加熱は十分に
 ④ 調理後は早めに食べる
 お尋ね Ⅱ 市保健所内・生活衛生課

生活衛生

項目	① 40歳以上の基本健康診査		とき	ところ
	常時	火曜 8時30分～10時30分		
健康診断	保健所	保健所	保健所	市内の療養院

② 一般健診 Ⅱ 就職、受験など、個人の健康診断に
 ③ 定期健診 Ⅱ 事業所などの集団健康診断に。保健所健診室に予約が必要です。

年齢	がん検診料金表		乳
	胃(※)	肺	
70以上	1,000円	3,000円	視触診 400円
69～40	X線 400円 X線・痰検査 900円		視触診・X線 1,100円
39～30	600円		
29～20	頸部 1,000円 頸部・体部 1,700円		頸部 3,200円

※胃がん検診は、内視鏡か透視(バリウム)のどちらかを選択して、年に1回受けましょう。

がん検診料金表
 市内の「がん検診実施医療機関」で受診してください。
 佐世保市国民健康保険の加入者は、保険証を持参すると、胃がん、肺がん、大腸がん検診は無料で受けられます。70歳以上は、すべて無料です。