

子育て

児童手当の申請は済みましたが
出生・転入・転出などの場合は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年生までの児童を養育している人(所得制限あり)
問 子ども支援課

3子目以降の子どもの平成27年度の保育料を軽減します

対 1号認定↓小学6年生までの子どもから数えて3子目以降の子ども▽2・3号認定↓小学3年生までの子から数えて3子目以降の子ども
※所得制限がありますのでご注意ください。
※申請方法や提出期限は各施設にお尋ねください。
問 子ども支援課

巡回子育て支援「シニユー」が終了

各地区公民館などで開催していた巡回子育て支援「シニユー」を3月末で終了します。皆さまには迷惑をお掛けしますが、ご理解をお願いします。
※子育て支援センターなどでは引き続き実施します。
【終了する箇所】
子ども発達センター、三川内地

区公民館、宮地区公民館、西地区公民館、愛宕地区公民館、大野地区公民館、中里皆瀬地区公民館
【4月以降も継続する箇所】
東部・中部・北部子育て支援センター、猪調住民センター
問 中部子育て支援センター
☎ 32・1903

出前保育

みんなであそぼ！
① 3月15日④ 柚木地区公民館
② 3月16日④ 小佐々地区公民館
③ 3月23日④ 小佐々地区公民館
④ 3月29日④ 柚木地区公民館
⑤ 3月30日④ 小佐々地区公民館
※9時30分～12時。
内 保育士と一緒に親子で遊ぶ
対 未就園児と保護者、妊婦
料 無料
問 日野子育て支援センター
☎ 28・3264

この指とまれ!!

① 3月10日④ 楠栖保育所
② 3月14日④ イオン大塔・2階
③ 3月15日④ クレールの丘自治会館
④ 3月18日④ 針尾保育園
⑤ 3月24日④ 楠栖保育所
⑥ 3月28日④ イオン大塔・2階
※①③④⑤⑥ 11時30分②⑥ 13時30分～15時30分。

内 制作、みんなで遊ぼうなど
対 未就園児と保護者、妊婦 料 無料
※水筒、タオル、着替えを持参してください。
問 ルンビニ子育て支援センター「サーラ」☎ 20・5100

育児講座「幼児の食事」

時 3月17日④ 14時30分～15時30分
場 子ども発達センター
内 管理栄養士による講話
対 1歳以上の幼児と保護者
料 無料
定 約12組
申 電話か直接子ども発達センターへ
問 子ども発達センター
☎ 23・3945

あつまれ!子どもの広場



フルート演奏やストリートパフォーマンスを間近に楽しめる会です。
時 3月12日④ 10～12時
場 中央公民館
内 影絵、フルート演奏、バルーン

障がい福祉

アート、ジャグリングなど
対 未就学児と保護者
料 無料(約40組)
申 事前に電話か直接中央公民館へ
問 中央公民館☎ 24・5571

福祉タクシー利用券の切り替え手続きを

平成27年度に福祉タクシー券の交付を受けた人で来年度も継続して使用する人は切り替え手続きをしてください。
時 3月31日④ から受け付け
手 平成27年度福祉タクシー利用券、印鑑、身体障害者手帳(療育手帳)を持って障がい福祉課へ
※タクシー利用券を使い切った場合は表紙を持参してください。
問 障がい福祉課

手話通訳者養成講座

① 入門・基礎編(全41回)
4月12日④～来年2月14日④までの毎週火曜
② 基礎編(全22回)
9月6日④～来年2月14日④までの毎週火曜
※①②とも朝の部(10～12時)と夜の部(18時30分～20時30分)を開催
※①の入門編終了後、9月から②の基礎編と合流します。

障害者の巡回歯科診療



時 4月8日④、15日④、22日④
場 佐世保祐生園(針尾西町)
内 検診、虫歯・歯周治療など
※保険診療(一部負担有り)。
申 3月25日④までに電話で障がい福祉課へ
※詳しくはお尋ねください。
問 障がい福祉課

高齢者と介護

介護者の「こころ」の相談会

専門の医師が認知症や老人性うつ病などの相談に個別に応じます。
時 3月17日④ 13時30分～15時
場 中央保健福祉センター
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 3月16日④ 14～15時
場 市立総合病院
内 お腹を切らない胃がん大腸がん内視鏡治療
料 無料 ※予約不要。
問 市立総合病院☎ 24・1515

特定健康診査を受けましょう
受診券の有効期限は3月31日(木)まで!

今年度の特定健康診査の有効期限が迫っています。まだ健診を受けていない人は受診して自分の健康チェックを行いましょう。
時 3月31日④まで
※詳細は受診券に同封の書類を参照してください。

場 登録医療機関か地域の公民館など
内 質問票(既往歴など)、診察、身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)、血圧測定、血液検査(脂質検査、血糖検査、肝機能検査、腎機能検査、高尿酸血症の検査)、尿検査(尿糖、尿蛋白)
対 本市国民健康保険に加入している人で、平成27年度中に40～74歳になる人
※対象者には5月ごろに受診券を送付しています。
料 無料

公民館などで実施する集団健診の日程(3月分)

日時	場所
3月11日④	日宇地区公民館
3月14日④	中央保健福祉センター

※9時～11時。
※肺・大腸がん検診も一緒に受診できます。大腸がん検診は5日前までに健康づくり課に予約してください。
問 医療保険課

節税や資金繰りが気になっているドクターのための
医療法人設立セミナー
【講師】税理士法人アップパートナーズ
佐世保オフィス 社員税理士 **石丸 慶一**
日 時: 2016年4月3日(日) 13:30～17:00(13:00より受付開始)
場 所: アルカスSASEBO 中会議室 長崎県佐世保市三浦町2-3
定 員: 20名 <http://www.upp.or.jp>
参加費: 5,000円 ※詳しくはホームページをご覧ください!
主催 / 税理士法人アップパートナーズ 佐世保オフィス お問い合わせTEL:0956-76-8189 (担当:大畑)

戸尾町に
介護用品展示場
オープン
1階受付までお越し下さい
実際に見て、使って試すことができる展示場です。
介護サポートセンター佐世保 市内戸尾町4-5(白十字ビル1F) ☎ 0120-110-485
展示場ご利用時間(平日)10:00～17:00

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		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・マンモグラフィ 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	—	—	—	400円	

場 市内の登録医療機関

②肺がん検診(胸部レントゲン、結核検診も兼ねます)

日程	場所	時間
3月11日(金)	日宇支所	9:00～11:00
3月14日(日)	中央保健福祉センター	9:00～11:00
毎週月・火曜	中央保健福祉センター	8:30～11:30
毎週水・木曜	※祝日を除く。	13:00～16:30

対 料 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、3月16日(土)8:30～12:00に健康づくり課に提出してください

対 料 ①と同じ

申 提出日の5日前までに電話で健康づくり課へ

※①～③とも前回の検診から1年以上空けてください。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あり。

※①～③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)。

④胃がんリスク検診(血液検査)

時 4月13日(土)、20日(土)9:00～10:30

場 中央保健福祉センター

対 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 1,000円

- 定 各日20人(応募者多数の場合は抽選)
- 申 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、健康づくり課(〒857-8585、住所不要)へ
- ★3月23日(土)(必着)

⑤成人歯科健診、歯科相談(要予約・無料)

時 火曜9:00～11:00(祝日を除く)

場 中央保健福祉センター

※歯科健診は指定の火曜だけです。実施日はお尋ねを。
※市内の登録歯科医療機関でも受診できます(受診料500円)。

⑥エイズ・性感染症相談・検査(匿名・無料)

【相談】☎0120-104-783(平日8:30～17:15)

Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp

【検査】場 中央保健福祉センター

●エイズ通常検査・クラミジア抗原検査(結果は翌週渡し)

時 月曜9:00～11:30、13:00～16:30(祝日を除く)

●エイズ即日検査(要予約、結果は約40分後渡し)

時 火曜13:00～16:00、木曜9:00～11:00(祝日を除く)

⑦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

※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 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

問 健康づくり課(①～⑦) 問 子ども保健課(⑧)

健康づくり



健康づくりのための運動基礎講座

体力向上や健康維持を目的とした講座を開催します。

① 3月11日(金)10～12時

ウオーキングの基礎～あなたの歩き方は大丈夫～

② 3月14日(日)10～12時

毎日続ける朝夕のストレッチとラジオ体操

場 中央保健福祉センター

料 無料

定 各回40人程度

※参加は1回だけ。

申 電話で健康づくり課へ

問 健康づくり課

がん検診の無料クーポンは3月31日まで

今年度のがん検診無料クーポン券の使用期限は3月31日(土)までです。大腸がん検診や保健所でのマンモグラフィを利用した乳がん検診を受診する場合は予約日から検査完了までに一定の日数が必要です。期限までに完了しない場合は対象外になりますので、早めに受診しましょう。

生活衛生

※詳しくはお尋ねください。

問 健康づくり課

行楽シーズンの食中毒に注意

行楽シーズになると、屋外でバーベキューをしたり、お弁当を食べたりする機会が増えます。食中毒を予防するため次のことに注意しましょう。

●調理や食事の前、トイレの後はよく手を洗いましょう

●調理器具やお弁当箱などは清潔なものを使いましょう

●新鮮な食材を使い、中まで十分に加熱しましょう

●良く冷ましてから弁当箱に詰めましょう。涼しいところで保管して早めに食べましょう

●生肉を扱う場合は生肉専用のトングや箸を使いましょう

●焼かない食材と生肉はお皿を分けましょう。生焼けの肉は食べないようにしましょう

●山菜狩りでは知らない野草を「食べない」「採らない」「人にあげない」の3原則を守りましょう

●「食べない」「採らない」「人にあげない」の3原則を守りましょう

問 生活衛生課



相談など

子どもの発達

- 療育相談(要予約)※遊びの広場あり。場 子ども発達センター ☎23-3945
- 歯科保健相談(要予約)問 健康づくり課

障がい福祉

- ① アルコール依存相談(随時受け付け) 障がい福祉課
- ② 佐世保断酒会 3月22日(土)13:30 中央保健福祉センター
- ③ 発達障がいケア 毎月第2金曜 10:00 中央保健福祉センター
- ④ 膠原病の会 3月17日(土)13時30分 福祉活動プラザ
- ⑤ ひきこもり家族会(あのねの木) 3月16日(土)10:00 福祉活動プラザ(栄町)
- ⑥ 精神障がい者家族の会(ゆみはり会) 3月19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)

- 3月19日(土)13:30 福祉活動プラザ
- ⑧ 高次脳機能障害当事者・家族の集い 3月12日(土)、26日(土)13:00 市民活動交流プラザ(戸尾町) ※①⑥は予約不要。③は1週間前までに要予約。②④⑤⑦⑧の新規参加者は事前に障がい福祉課へご連絡ください。

医療に関する相談

問 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

3月の健康テレホン

- ☎0120-555-203(携帯電話は不可)
- 問 睡眠時無呼吸症候群(SAS) 問 胆管がん
- 問 子どもの食物アレルギー 問 とびひ
- 問 むずむず足症候群(レストレスレッグス症候群)
- 問 女性の尿もれ
- 問 長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

救急医療体制のご案内

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) ※受け付けは診療終了時間の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)問 医療政策課

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

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)。
問 毎日19時～翌朝8時 ☎#8000
ダイヤル回線 ☎095-822-3308

求む 不動産(土地・建物) 中古住宅 "思い出を、つぎの家族の思い出に" 国内大手建設 約50社が

早期売却活動に全力で取組みます!!

買値売却のノウハウがキョットと詰まった「売却ガイド」差し上げます

3月12日・13日 有田炎博記念堂

株式会社 波建

0120-529-279

人形供養祭 参加無料

大切にしていたお手元にお持ちのお人形やぬいぐるみなど、処分に困っているお人形をご持参下さい。合同供養致します。

受付開始: 9時より
人形供養: 午前11時00分より

日時: 3月27日(日) 場所: 元町飛鳥会館

終活セミナー 相談無料

開始 11:40～ テーマ「介護と認知症」
講師 オフィスシバタ 柴田 典子氏

長崎県佐世保市元町4-23 元町飛鳥会館 tel 24-3232