

子育て



出前保育

みんなであそぼ!

- ① 3月11日⑨13時30分～15時30分
イオン大塔・カルチャールーム
 - ② 3月19日⑨9時30分～12時
柚木地区公民館
 - ③ 3月25日⑨13時30分～15時30分
イオン大塔・カルチャールーム
 - ④ 4月 8日⑨13時30分～15時30分
イオン大塔・カルチャールーム
 - ⑤ 毎週水曜9時30分～12時
小佐々地区公民館
- 内 保育士と親子で遊ぶ
対 0～5歳の未就園児と保護者、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13日⑨ 針尾保育園
 - ② 3月14日⑨ 楠栖保育所
 - ③ 3月15日⑨ 日宇保育所
 - ④ 3月19日⑨ クレールの丘自治会館
 - ⑤ 3月28日⑨ 楠栖保育所
- ※10時～11時30分。
内 制作遊びなど
対 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦
料 無料
※水筒、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

保育所体験

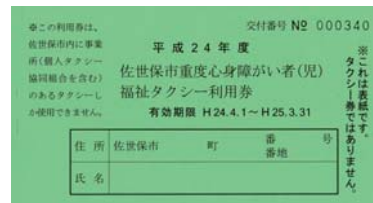
- ① 3月12日⑨10時～11時30分
楽器をつくろう、子育て相談
 - ② 3月26日⑨10時～11時30分
ボールプールで遊ぼう、子育て相談
- 場 赤崎青い実幼稚園
対 未就園児と保護者
料 無料
問 赤崎青い実幼稚園 ☎28-0044

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、速やかに届け出てください。
公務員は勤務先で手続きを。
対 中学3年までの子を養育している人
問 子ども支援課

障がい福祉

福祉タクシー利用券の切り替え



- 時 3月29日⑨から
 - 場 障がい福祉課
 - 対 平成24年度にタクシー利用券の交付を受けた人
- ※タクシー利用券の残り(全部使用した人は表紙と裏表紙)と印鑑、身体障害者手帳か療育手帳の持参を。
問 障がい福祉課

高齢者と介護

介護サービスを利用した人へ
3月初めに平成24年7～12月利用分の「介護給付費通知書」を送付します。

通知書の内容と介護サービス事業所から発行された領収書の内容が合っているか確認してください。

※確実に通知書を送付するため、住居を変更したときは届け出てください。

※介護サービスは、事前に介護サービス計画(ケアプラン)に記載されているサービス内容や料金を確認し、同意した上で受けてください。

問 長寿社会課

介護者リフレッシュ事業



熊本城の天守閣

- 時 3月28日⑨～29日⑨(1泊2日)
 - 場 阿蘇草千里、熊本城
 - 内 介護者のリフレッシュを図る旅行
 - 対 要介護1以上の家族を在宅で介護している人
 - 料 7,000円⑨30人
 - 申 2月28日⑨～3月14日⑨に電話で長寿社会課へ
- ※本年度すでに参加した人は申し込みできません。応募多数の場合抽選。
問 長寿社会課

介護教室



- 時 3月10日⑨10～12時
- 場 ガーデンハイツはいき(桑木場町)

もう受診しましたか? 特定健康診査

本年度の特定健診受診券の有効期限は3月31日⑨までです。まだ健診を受けていない人は、受診して自身の健康状態をチェックしましょう。昨年ご家庭に発送した「ピンクの受診券」と「保険証」を持って、お近くの会場などにお越しください。

- 時 3月31日⑨まで
- 場 登録医療機関(個別健診)か地域の公民館など(集団健診)
- 対 本市国民健康保険加入者で40～74歳の人⑨無料

【集団健診の日程】 ※お住まい以外の地区でも受診できます。

日時	場所
3月11日⑨9:00～11:00	中央保健福祉センター
3月12日⑨9:00～11:00	大野地区公民館
3月13日⑨9:00～11:00	日宇地区公民館

- ※集団健診は予約不要です。
- ※上記の11日と12日は肺がん検診も受けることができます(要予約)。
- ※個別健診を希望する場合は、登録医療機関で受診してください。
- ※詳しくは受診券と同封した書類をご覧になるか、医療保険課にお尋ねを。
- ※受診券が手元にない場合は、再発行できますのでご連絡ください。



カエルのキャラクターが目印です。まだ開封していない人は早めに内容を確認してください。

問 医療保険課 ☎24-1111

- 内 足から始まる健康法
- 料 無料
- 問 長寿社会課

老人の認知症や心の相談

- 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21日⑨13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

介護者の「こころ」の相談会

- 時 3月14日⑨13時30分～15時30分
- 場 中央保健福祉センター
- 内 臨床心理士による個別相談

- 対 在宅で介護している人
- 料 無料
- 申 電話で長寿社会課へ
- ※要予約。
- 問 長寿社会課

健康づくり

医師による健康講話

- 時 3月10日⑨14時～15時30分
- 場 清水地区公民館
- 内 テーマ=「こころの健康づくり」
講師=宮原病院院長・宮原明夫さん
- 料 無料
- ※申し込みは不要です。
- 問 健康づくり課

生活衛生

山菜・キノコ狩りの注意点

山菜やキノコには、食べられるものと有毒のものがあります。個人で採取する場合も、販売目的で採取する場合も、知識や判別方法をしっかりと身に付けて、判断できないときは「食べない」「採らない」にしましょう。特に新芽のころは判別が難しいので、見た目だけで判断しないよう注意してください。山菜やキノコを食べて体調が悪くなったときは、すぐに医療機関を受診しましょう。
問 生活衛生課

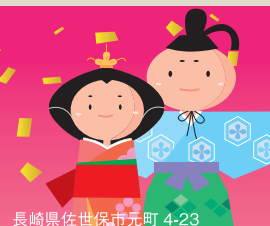
市役所・中央保健福祉センターの各課へは、☎24-1111(代表)からおつなぎします。

飛鳥会館 人形供養祭

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30分より

参加無料



長崎県佐世保市元町 4-23

日時: 3月24日(日) 場所: 元町飛鳥会館 【お問い合わせ】 元町飛鳥会館 tel 24-3232

つくも総合法律事務所 弁護士吉田英樹

相談料 30分 5,250円(消費税込)

多重債務問題の相談は無料です。(要予約)
土・日の相談も可能。(要予約)
要件を満たせば法テラス利用可。

- ・多重債務問題 (過払金返還請求、破産、個人再生等) ・顧問契約
- ・親子、夫婦、相続問題 (離婚、相続等)
- ・その他一般的な民事 (境界紛争、交通事故、残業代未払い等)
- ・刑事 (刑事弁護人) ・商事 (会社経営を巡る争い等)

身近な問題を気楽にご相談ください。

〒857-0027 長崎県佐世保市谷郷町3番1号谷郷II 4階 TEL0956-76-7200 ご予約受付時間 平日9:00～17:30

検診・検査など

①がん検診(受診は各種年1回・要予約)

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	
前立腺	-	-	-	400円	

②市内の登録医療機関

※前回の受診日から12カ月以上空けてください(年1回)。
※本市国保加入者、無料クーポン対象者、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)。

②肺がん検診(胸部レントゲン)

区分	場所	時間
毎週火曜	中央保健福祉センター	8:30~10:30

③対40歳以上

④料X線=400円、X線+喀痰検査=900円

※65歳以上の人は、感染症法に基づく結核検診も兼ねます。

※70歳以上、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)。

③働く女性のための日曜乳がん検診(要予約)

④時3月24日@9:30~12:00

⑤場中央保健福祉センター

⑥対40歳以上の働いている女性

⑦料40歳代1,500円、50歳以上1,100円

⑧定先着20人

⑨申3月11日@から電話で健康づくり課へ

※松添胃腸科外科総合診療クリニック(光月町、☎22-6334)も同日に同じ内容で検診を実施します。時間などは直接お尋ねください。

※本市国保加入者、無料クーポン対象者、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成人歯科検診、歯科相談(要予約・無料)

①時火曜8:30~10:30(祝日を除く)

②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できます。

(受診料500円・要予約)

⑤肝炎ウイルス検査(無料)

①時月曜13:00~16:00(祝日を除く) ②場中央保健福祉センター

③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できます。

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 ①時平日8:30~17:15

②☎0120-104-783 Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp

●エイズウイルス抗体通常・クラミジア抗原検査

①時月曜9:00~11:30、13:00~16:30(祝日を除く)

②場中央保健福祉センター

※検査結果は翌週に渡します。

●エイズウイルス抗体即日検査(要予約)

①時火曜13:00~16:00、木曜9:00~11:00(祝日を除く)

②場中央保健福祉センター

※検査結果は約40分後に渡します。

⑦乳幼児健診 ※約1カ月前に該当者に通知します。

成長、発達に欠かせない健診です。特に1歳6カ月児と3歳児健診は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⇒①対3~4カ月ごろ

1歳6カ月児健診⇒②対1歳6カ月ごろ

3歳児健診⇒③対3歳6カ月ごろ



④健康づくり課(①~⑥) ⑤子ども保健課(⑦)

あそぶぞ! プレイパーク!! in 佐世保公園

外で遊ぶことは子どもの成長にとって大切であることから、子どもが伸び伸びと遊べるように、「自分の責任で自由に遊ぶ」ことをモットーとしている遊び場「プレイパーク」を実施します。模造紙に思いのまま絵を描く「巨大キャンパス」や、木と木の間に張られた「モンキーロープ」などの遊び場を提供するほか、遊具作りなどを実施します。子どもだけでなく、大人も一緒に、自由に外遊びを楽しんでください。皆さんの参加をお待ちしています。

①時3月17日@10時30分~15時 ※雨天の場合は中止します。

②場佐世保公園(平瀬町、湊町) ③料無料

※事前の申し込みは不要。受け付け時に住所、氏名、連絡先を確認します。



パン作りに挑戦した後、焼き上がったパンをおいしそうに食べる子どもたち(昨年度)



大きな模造紙に向かって熱心に絵を描く子ども(昨年度)

④子ども政策課 ☎24-1111

相談など

【子どもの発達】

●療育相談(要予約)

①場子ども発達センター ☎23-3945

●歯科保健相談(要予約)

②場健康づくり課

【障がい福祉】

③場障がい福祉課

④1アルコール依存相談

障がい福祉課で随時受け付け

⑤2佐世保酒会 3月12日@、26日@ 13時30分 中央保健福祉センター

⑥3精神保健相談 3月14日@、28日@ 中央保健福祉センター

⑦4社会復帰訓練保健所アイケア

毎週金曜10:00 中央保健福祉センター ※第2金曜は発達障がい者だけ。

⑧5脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会)

3月15日@13:30 スピカ

⑨6ひきこもり家族教室(あのねの木)

3月13日@10:00 ふれあいセンター

⑩7膠原病友の会

3月21日@13:30 ふれあいセンター

⑪8精神障がい者の家族の会(ゆみはり会)

3月16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】⑫医療政策課

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

3月の内容(3分間)

⑬目疲れやすい

⑭☒とこずれ(痔瘻)を治すには

⑮乳幼児の貧血

⑯☒眼科に影響を及ぼす薬

⑰☒うつ病患者の家族の対応の仕方

⑱☒ED(勃起不全)薬の特徴

⑲☒長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

皆様のお墓探しをサポートします。

青井町 妙観寺墓園

~大パノラマの景勝地~

妙観寺墓園からの景色です 長崎県指宿市55-70番地313号



大塔町23番地 大塔町バス停そば ☎(0956) 31-3416 http://www.morisekihi.co.jp

天神町・大和町・川棚町 他にもご紹介いたします。

現地までのご案内もいたします。お気軽にご相談下さい。

過払金 返還請求!

完済した方だけでなく、現在まだ借金が残っている方でも、連続10年以上の取引がある方には、自己負担金をゼロにします。

取り戻した過払金以上のお金は、一切いただきません。何も取り戻せなかった場合は、1円もいただきません。(取り戻した過払金の中から20~25%をいただくのみです。)

相談無料 秘密厳守

詳しくはホームページをアクセス!

西九州総合法律事務所 佐賀県弁護士会所属 弁護士福田 大志 弁護士行武 謙一

西九州総合 検索 http://nishi9kabarai.com/

西九州総合法律事務所

要電話予約 ☎0954-27-8056

受付/月~金 9:00~12:00 13:00~18:00 佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26