

## 子育て

**児童手当の申請は済みましたが**  
申請しないと手当が受けられません。受給中の人でも、児童を養育しなくなった場合や市外へ転出、市外から転入した場合は届け出が必要です。  
② 中学3年までの子を養育している人  
③ 子ども支援課

### 児童扶養手当の受給者は 現況届の提出を

該当者に用紙を送付しますので、8月中に提出してください。提出しないと手当が受けられなくなります(用紙が届かないときはお尋ねください)。  
③ 子ども支援課

### 乳幼児食育アドバイザー養成講座

② 9月6日②、20日②、10月11日②、30日②、11月7日② 10時～11時30分  
③ 中央保健福祉センターほか  
④ 食育に関心があり5日間とも参加できる人 ⑤ 無料 ⑥ 20人  
⑦ 電話で幼児教育センターへ  
⑧ 8月23日② ※託児あり(要予約)。  
⑨ 幼児教育センター ☎31-0550

**病児保育室のご利用を**  
保護者が仕事などで看病できないときに、病気のお子さんを預かります。  
④ さいくさ小児科(権常寺1丁目、☎39-1005)、あずま小児科(瀬戸越4丁目、☎49-6600)、かんべ小児科(木宮町、☎47-5711)、くすもと小児科(稲荷町、☎31-7828)  
⑤ 1日1回2,000円(別途経費が必要な場合あり。減額制度もあります)  
※事前に病児保育室へ登録を(無料)。  
⑥ 子ども支援課

### 出前保育 この指と〜まれ!!

① 8月21日② クレールの丘自治会館  
② 8月23日② 楠栖保育所  
③ 8月24日② 日守保育所  
※10時～11時30分。  
④ 制作遊びなど  
⑤ 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦  
⑥ 無料(水筒、着替えの持参を)  
⑦ 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〜!

① 8月22日② 10時～11時30分

藤原幼稚園  
② 9月5日② 10時30分～12時 相浦文化センター  
③ 絵本の読み聞かせ、制作、簡単な手遊び、ふれあい遊びなど  
④ 0～5歳の未就園児と保護者  
⑤ 無料  
※タオル、水筒を持参してください。  
⑥ 董ヶ丘幼稚園内地域子育て支援センター ☎34-4188

### みんなであそぼ!

① 第2・4月曜 13時30分～15時30分 イオン大塔カルチャールーム  
② 8月21日② 9時30分～12時 柚木地区公民館  
③ 毎週水曜 9時30分～12時 小佐々地区公民館  
④ 保育士と親子で遊ぶ ⑤ 無料  
⑥ 0～5歳の未就園児と保護者、妊婦  
⑦ 日野子育て支援センター ☎28-3264

### 保育所体験

① 8月20日② 10時～11時30分 北地区公民館(ハンカチ染め)  
② 8月21日② 10時～11時30分 赤崎青い実幼稚園(育児相談など)  
③ 9月10日② 10時～11時30分 北地区公民館(工作遊び)  
④ 未就園児と保護者  
⑤ ①③ 春日幼稚園 ☎22-2015  
② 赤崎青い実幼稚園 ☎28-0044

### 子育て支援「土曜日シーユ」

② 9月1日② 10～12時  
③ 会場 ふれあいセンター(花園町)  
④ パネルシアターなど  
⑤ 未就学児と保護者 ⑥ 無料  
⑦ 8月10日② から電話で子ども発達センターへ  
⑧ 子ども発達センター ☎23-3945

## 育児講座

**じいじとばあーばの孫育て講座**  
臨床心理士を講師に迎え、孫との上手な付き合い方を考えます。  
② 9月5日② 10時30分～12時  
③ 光の子グレース幼稚園(上原町)  
④ 祖父母、子育てに関心がある人、民生委員児童委員、主任児童委員  
⑤ 無料 ※託児なし。  
⑥ 幼児教育センター ☎31-0550

### 親育ち講座～自分にあった 子育てを見つけよう～

参加者同士で交流を図り、自分に合った子育てを見つけてみませんか。  
② 9月18日②～11月6日②の毎週火曜 9時50分～11時50分  
③ 清水地区公民館  
④ 就学前の子どもを持つ母親で毎週参加できる人  
⑤ 無料 ⑥ 14人  
⑦ 8月10日② から電話で幼児教育センターへ(託児あり。要予約)  
⑧ 幼児教育センター ☎31-0550

## 障がい福祉

**各種手当の所得状況届の提出を**  
該当者に用紙を送付します。  
② 8月13日②～9月10日②  
③ 特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当の受給者  
④ 障がい福祉課

### ひきこもり家族支援講演会

② 9月1日② 18時30分～20時30分  
③ 中央保健福祉センター  
④ 無料  
⑤ 8月31日② までに電話を  
⑥ フリースペースふきのとう ☎25-6222

## 朗読(音訳)奉仕員養成講座・ 点訳奉仕員養成講座

② 9月6日②～11月8日②の毎週木曜 13～16時  
③ ふれあいセンター(花園町)  
④ 無料 ⑤ 各20人  
※受講希望者は8月30日② 13～15時にふれあいセンターで開催する説明会に必ず参加してください。  
⑥ 長崎県視覚障害者情報センターさせぼ(②③④休み) ☎25-3336

### 要約筆記奉仕員養成講座 (基礎課程)

聴覚障がいがある人に話し手の言葉を文字で通訳し伝えるための講座です。  
② 9月1日②～10月27日②の土曜 10～12時と13～15時(8日間)  
③ サン・アビリティーズ佐世保(干尺町)  
④ 無料(テキスト代1,050円が必要)  
※基礎課程修了後、応用課程を実施予定。  
⑤ 要約筆記佐世保び〜どろ 川下さん ☎080-6411-5759

### 高次脳機能障害支援の相談会

当事者家族による個別相談会です。  
② 9月12日② 13時～16時30分  
③ 中央保健福祉センター ④ 無料  
⑤ 9月5日② までに電話を  
⑥ 脳外傷「ぶらむ」長崎 荒木さん ☎0957-26-8118

## 高齢者と介護

### 介護者リフレッシュ事業

② 9月4日② 鷹島大橋、伊万里  
③ 介護者のリフレッシュのための旅行  
④ 要介護1以上の家族を在宅で介護している人  
⑤ 2,000円 ⑥ 40人  
⑦ 8月10日②～24日②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回まで参加可。  
③ 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。  
② 8月16日② 13時30分～15時  
③ 中央保健福祉センター  
④ 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。  
⑤ 長寿社会課

### 介護者の「こころ」の相談会

② 8月23日② 13時30分～15時30分  
③ 中央保健福祉センター  
④ 臨床心理士による個別相談  
⑤ 在宅で介護している人 ⑥ 無料  
⑦ 電話で長寿社会課へ ※要予約。  
⑧ 長寿社会課

## 健康づくり

### 健康教室

② 8月22日② 14時  
③ 総合病院 ④ 無料  
⑤ 転ばない! つまずかない! 体づくり  
⑥ 市立総合病院 ☎24-1515

### 働き盛りの健康づくり教室

① 8月30日② 19時～20時30分 鹿町地区公民館(医師の講話)  
② 9月 8日② 10時～12時30分 鹿町地区公民館(調理実習)  
③ 9月27日② 19時～20時30分 鹿町体育館(運動実習)  
④ 20～65歳の市民  
⑤ ①③ 無料 ② 200円  
⑥ ①③ 前日 ② 9月6日② までに電話で健康づくり課へ  
⑦ 健康づくり課

市役所・中央保健福祉センターの各課へは、電話24-1111(代表)からおつながります。

## 東部子育て支援センターを移転

東部子育て支援センター(早岐保育所内)は、6月4日②に早岐から広田に移転し、7月8日②に落成記念式典を執り行いました。保育環境の改善・強化を重要視し、これまでより遊戯室などの保育スペースを拡大しました。在宅の0歳から就学前の親子ならどなたでも利用できます。お気軽にお越しください。

- 新住所 広田2丁目1番1号
- 電話 38-2342(早岐保育所内)



7月8日に実施した落成記念式典の様子

③ 子ども育成課 ☎24-1111

佐世保駅前の3つのホテル  
**法要のご予約 承ります**  
お経・焼香も執り行えます  
マイクロバス送迎無料!(先着順)

**レオプラザホテル** 三浦町4-28 TEL(0956)22-4141  
**ワシントンホテル** 潮見町12-7 TEL(0956)32-8011  
**グリーンホテル** 三浦町4-1 TEL(0956)25-6261

仕出し始めました

**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)  
30分 5,250円(消費税込) 身近な問題を気楽にご相談ください。  
多重債務問題の相談は無料です(要予約)。

- 過払金返還請求等(多重債務問題)
- 交通事故等(一般民事)
- 離婚、相続等(家事事件)
- 刑事・商事

〒857-0027 長崎県佐世保市谷郷町3番1号谷郷II 4階 TEL0956-76-7200

至 大野・谷郷バス停(多重債務問題) 駐車場有り

## 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	

●市内の登録医療機関

### ②肺がん検診(胸部レントゲン)

区分	場所	時間
8月29日(金)	江迎地区文化会館	9:30~11:00
8月30日(土)	広田地区公民館	9:00~11:00
9月4日(火)	江迎地区文化会館	9:00~11:00
9月6日(木)	志戸氏公民館	10:00~11:30
	江迎地区公民館	13:30~15:00
9月10日(日)	江迎地区公民館	9:00~11:00
毎週火曜	中央保健福祉センター	8:30~10:30

●対40歳以上 ●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。

### ③総合健診(受診は年1回・要予約)

次の2地区でがん検診を実施します。お住いの地区に関わらず、条件に該当する人はどなたでも申し込むことができます。

検診種別	対象者	検査内容	料金
胃	30~74歳	胃透視(先着50人)	上記①と同じ
肺		上記①と同じ	
大腸	上記①と同じ	便潜血検査(2日法)	上記①と同じ
子宮		上記①と同じ	
乳	40歳以上	上記①と同じ(先着100人)	
前立腺	上記①と同じ	血液検査(PSA測定)	上記①と同じ

【相浦地区】  
●時10月9日(土)8:30~14:00 ●場総合グラウンド陸上競技場ミーティングルーム ●申8月9日(土)から電話で健康づくり課へ  
【吉井地区】  
●時10月10日(土)8:30~14:00 ●場吉井地区公民館

●申8月10日(土)から電話で健康づくり課へ  
※受診した女性は骨密度検査も受診できます(希望者だけ)。  
※特定健診(国保)も同時に受けられます。詳しくはお尋ねを。  
※①②③は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(保険証か市が発行する証明書が必要)。

### ④働く女性のための日曜乳がん検診(要予約)

●時8月26日(日)9:30~12:00 ●場中央保健福祉センター  
●対40歳以上の働いている女性 ●定先着20人  
●申8月13日(日)から電話で健康づくり課へ  
●料40歳代1,500円、50歳以上1,100円  
※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。  
※松添胃腸科外科総合診療クリニック(光月町)でも同じ日に実施します。お尋ね、申し込みは直接同院へ(☎22-6334)。

### ⑤女性検診(乳がん検診と骨粗しょう症検診・要予約)

●時9月11日(土) ●場中央保健福祉センター  
●内①乳がん検診と骨粗しょう症検診②骨粗しょう症検診  
●対①40~70歳の市民②20~70歳の市民 ●定各先着20人  
●申8月15日(土)から電話で健康づくり課へ(料金などはお尋ねを)

### 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 ●時平日8:30~17:15  
☎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  
●時月曜9:00~11:30、13:00~16:30  
●場中央保健福祉センター  
●エイズウイルス抗体即日検査(要予約)  
●時火曜13:00~16:00、木曜9:00~11:00、8月21日(土)13:00~19:00 ●場中央保健福祉センター

⑦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、発達に欠かせない健診です。特に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 ●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(①~⑥) ●問子ども保健課(⑦)

## 健康づくり

### 医師による健康講話

●時8月30日(土)19時~20時30分  
●場鹿町地区公民館  
●内生活習慣病について ●料無料  
●問健康づくり課

### 歯の健康優良高齢者コンテスト(8020コンテスト)

●時9月5日(土)13~14時  
●場中央保健福祉センター  
●対昭和7年4月2日以前に生まれ、自分の歯が20本以上ある人  
●申歯科医院や健康づくり課に設置している推薦状に必要事項を記入して健康づくり課に提出(電話も可)  
●申8月24日(土)  
●問健康づくり課

### 各種料理教室

#### いきいき元気食づくり教室

●時①8月28日(土)、9月4日(土)、11日(土)  
●時②9月18日(土)、25日(土)、10月2日(土)  
●時③10時~12時30分。  
●場①清水地区公民館  
●時②中央保健福祉センター  
●内健康講話と調理実習(3回シリーズ)  
●料1回200円 ●定各20人

### 【男性のための料理教室】

●時①9月12日(土)、19日(土)、26日(土)  
●時②9月20日(土)、27日(土)、10月4日(土)  
●時③10時~12時30分。  
●場①山澄地区公民館  
●時②相浦文化センター  
●内手軽にできるヘルシーメニュー(①は初心者向け)  
●対40歳以上の男性  
●料1回200円 ●定各22人  
●申両教室とも、8月10日(土)から前日までに電話で健康づくり課へ  
●問健康づくり課

### 歯と気づくお口の予防教室

●時①9月25日(土)13時30分~15時  
●時②10月2日(土)13時30分~14時30分  
●場中央保健福祉センター  
●内①歯科医師による口腔内診査と講話  
●時②歯科衛生士による歯磨き指導  
●対40歳以上の市民で2日間とも参加できる人 ●料無料 ●定12人  
●申9月14日(金)までに電話か直接健康づくり課へ  
●問健康づくり課

### 運動普及推進員養成講座

健康づくりのための運動を地域に普及させるボランティアを養成します。  
【中央地区】

●時9月13日(土)~12月18日(土)に8回(13時30分~15時30分) ●場中央保健福祉センターなど  
【大野地区】  
●時9月6日(土)~12月11日(土)に8回(14~16時) ●場大野地区公民館など  
●対40歳以上の市民で、できるだけ8回とも参加できる人  
●申電話で健康づくり課へ  
●問健康づくり課

## 生活衛生

### 8月は食品衛生月間 食中毒に注意を

気温が高くなると体力が低下し、食中毒にかかりやすくなります。次のことに注意し、食中毒を防ぎましょう。  
●調理前、食べる前に手をよく洗う  
●食品は中心部まで加熱し早めに食べる  
●食材や調理器具は使用前によく洗う  
●食材は放置せず冷蔵庫で保管する  
●問生活衛生課

### 「地域ねこ」支援事業

地域住民などによって保護・管理される「地域ねこ」の支援事業を実施しています。お尋ねは生活衛生課へ。  
●申10月31日(土)(事業の申込期限)  
●問生活衛生課

## 相談など

### 【子どもの発達】

●療育相談(要予約)  
●子ども発達センター ☎23-3945  
●歯科保健相談(要予約)  
●健康づくり課  
【障がい福祉】 ●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)  
②佐世保断酒会 8月14日(土)、28日(土)  
中央保健福祉センター  
③精神保健相談 8月23日(土)  
中央保健福祉センター

④社会復帰訓練保健所デイケア  
毎週金曜10:00  
※第2金曜は発達障がい者だけ。  
中央保健福祉センター

⑤脊髄小脳変性症の集い(アジサイ会)  
8月17日(土)13:30 スピカ  
⑥ひきこもり家族教室(あのねの木)  
8月22日(土)10:00 ふれあいセンター  
※②③④は要予約、⑤⑥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】 ●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  
8月の内容(3分間)  
●飲酒と肝機能障害  
●胆石症は手術した方がいいか  
●夏かぜってなんですか?  
●味覚障害  
●歯科インプラントの安全性  
●高齢者の性器出血  
●長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

私を動かすのは、私。

●もん先生説明会 ●あなたもく蒙の先生になりませんか?

お問い合わせ、資料請求は ☎0120-834-414  
受付時間 9:30~17:30(土・日・祝日を除く)

佐世保事務局 8月7日(火)・28日(火) } 時間はいずれも  
9月14日(金)・27日(土) } ①10:30~12:00  
②13:30~15:00

日本公文教育研究会 <http://www.kumon.ne.jp>  
佐世保事務局 〒857-0862 佐世保市白南風町8-17 JR佐世保駅前 ホテルリソル 佐世保7F

万灯笼流し 元町・早岐・日宇・大野・北部中里 各飛鳥会館にて  
前売り券販売中

8月15日(水) 佐世保川にて 販売価格 ¥1,000

元町飛鳥会館 長崎県佐世保市元町 4-23  
お問合せ先: tel 24-3232