

子育て

幼稚園就園奨励費の申請

- 対 幼稚園児を持つ市内在住者
- ※国庫補助分については所得制限あり。
- 申 通園する幼稚園に調書を提出
- 問 子ども支援課

出前保育

【この指と〜まれ！！】

- 対 未就園児と保護者、妊婦など
- 1 6月13日 針尾保育園
- 2 6月14日 楠栖保育所
- 3 6月19日 クレールの丘自治会館
- 4 6月21日 楠栖保育所
- 5 6月22日 日宇保育所
- ※10時～11時30分。水筒と着替えを持参してください。
- 内 みんなで遊ぼう、6月の制作 無料
- 問 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〜！】

- 対 未就園児と保護者
- 1 6月20日 10時～11時30分 藤原幼児園
- 2 7月10日 10時30分～12時 広田児童センター
- 内 絵本の読み聞かせ、制作、簡単な手遊び、ふれあい遊びなど 無料
- ※タオル、水筒を持参してください。
- 問 董ヶ丘幼児園地域子育て支援センター ☎34-4188

【みんなであそぼ！】

- 対 未就園児と保護者、妊婦など
- 1 第2・4月曜13時30分～15時30分 ダイジャスクール(イオン大塔)
- 2 毎週火曜13時30分～15時30分 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

※いずれも祝日を除く。

- 内 保育士と親子で遊ぶ 無料
- 問 日野子育て支援センター ☎28-3264

保育所体験

- 対 未就園児と保護者
- 1 6月19日 10時～11時30分 赤崎青い実幼児園(てるてる坊主で遊ぼう、育児相談)
- 2 6月25日 10時～11時30分 北地区公民館(ひっぱりっこおもちゃ作り)
- 問 1 赤崎青い実幼児園 ☎28-0044
- 2 春日幼児園 ☎22-2015

育児講座

- 【子どものこころに寄り添って】
- 時 6月15日 10時30分～12時
- 場 北部子育て支援センター
- 内 講師・江藤小夜子さんによる講座
- 対 乳幼児の保護者など 無料
- ※託児あり(20人程度、要予約)。

【「心をつかう」おかあさん】

- 時 6月27日 10時30分～11時30分
- 場 吉井行政センター健康館
- 内 講師・津上佳奈美さんによる講座
- 対 乳幼児の保護者など 無料
- ※託児あり(15人程度、要予約)。
- 問 北部子育て支援センター ☎47-3329

子育て支援講座

- 【健診の場で感じる最近の親子】
- 時 6月11日 13時20分～14時40分
- 場 ふれあいセンター
- 内 子ども発達センター所長による講座
- 対 子育てサポーター、民生委員児童委員、主任児童委員、子育て支援に関心のある人など 無料
- ※市民会館D室上駐車場が利用可。

問 子ども発達センター ☎23-3945

幼児向けの食事作り(調理講習)

- 時 ①6月19日 ②6月20日 ③10～12時
- ※どちらか1回の参加となります。
- 場 幼児教育センター内 幼児食作り
- 対 未就学児の保護者 料 300円
- 申 電話で幼児教育センターへ
- 定 各先着12人
- ※エプロン、三角巾、タオル、筆記用具持参。託児あり(要予約)。
- 問 幼児教育センター ☎31-0550

食育講演会

「子は賢くママは美しく！」

- 時 6月24日 14時～15時30分
- 場 中央保健福祉センター
- 内 食育インストラクター・加藤奈美さんによる講演
- 対 子育て中の人、乳幼児食育アドバイザー、食育に関心のある人など
- 定 先着100人 ※託児あり(20人、要予約)。
- 申 電話で幼児教育センターへ
- 問 幼児教育センター ☎31-0550

じいじとばあばの孫育て講座

- 時 6月27日 10時30分～12時
- 場 桜の聖母幼稚園(俵町)
- 内 孫との上手な付き合い方など
- 対 祖父母、民生委員児童委員、主任児童委員など 料 無料 定 先着50人
- 申 電話で幼児教育センターへ
- 問 幼児教育センター ☎31-0550

おひさま教室

- 時 7月18日 10～12時
- 場 中央保健福祉センター
- 内 専門家に子どもとの接し方を学ぶ
- 対 1歳6カ月～3歳未満の子どもと保護者 定 先着12組
- 申 6月11日 ⑧から電話で幼児教育センターへ

ンターへ

問 幼児教育センター ☎31-0550

障がい福祉

公文書の点字化

- 水道料金、税、福祉医療更新の通知などを点字化します。
- 対 視覚障がいがある人
- 申 希望者は障がい福祉課に登録を
- 問 障がい福祉課

高齢者と介護

介護予防チェックリストを送付

- 2次予防事業対象者(虚弱高齢者)を把握するため、本年度から平成26年度までの3年間で、介護予防チェックリストを送付します。リストが届いた人は回答と返送をお願いします。
- 対 65歳以上の人(要介護認定者を除く)
- 問 長寿社会課

介護保険料の変更

- 平成24～26年度の保険料を決定しましたので、昨年度との変更点をお知らせします。
- 【保険料の所得段階区分】
- 7段階⇒8段階(第8段階を新設)
- 【介護保険料基準額】
- 58,700円⇒69,800円
- 【保険料率(第5段階)】
- 基準額×1.08⇒基準額×1.13
- ※詳しくは本紙と同時配布する介護保険サービスガイドをご覧ください。
- 問 長寿社会課

施設入所者等の居住費・食費と利用料の減額更新申請

- 減額の有効期限は6月30日 ④です。引き続き認定を受ける人は更新手続きを。
- 対 短期入所利用者または特別養護老

児童手当の支給と現況届の提出

4月から児童手当制度が始まりました。対象年齢と支給月額は、子ども手当制度から変更ありません。※6月分(10月支給)から所得制限が導入されます。該当者の支給月額は子ども1人当たり一律5,000円です。【支給】6月15日 ④に4・5月分を支給します。子ども手当受給者には、2・3月分の子ども手当も同日に支給します。

【現況届の提出】該当者には6月上旬に現況届を郵送します。必要事項を記入し、6月中に提出してください。※平成24年1月1日現在の住所が佐世保市以外の方は、住んでいた市区町村から「平成24年度所得証明書(児童手当用)」を取り寄せて提出を。※現況届を提出しないと手当を受給できませんのでご注意ください。

問 子ども支援課

人ホーム、老人保健施設、介護療養型医療施設に入所している人で、居住費・食費の減免や利用料の経過措置を受けている人

- 申 6月18日 ⑧～7月6日 ④に申請書、旧減額認定証、印鑑、老齢福祉年金証書と年金振り込みが確認できるもの(受給者だけ)などを持って長寿社会課各支所・行政センターへ
- ※詳しくはお尋ねください。
- 問 長寿社会課

老人の認知症や心の相談

- 時 6月21日 13時30分～15時
- 場 中央保健福祉センター
- 内 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
- 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

介護教室

- 【口腔ケアと健康について】
- 時 6月10日 13時30分～15時30分
- 場 音羽の浜(東浜町)
- 【介護者のリフレッシュや介護予防】
- 時 6月15日 13～15時
- 場 春日スプリングガーデン(春日町)
- 【認知症を知る】

介護者の「こころ」の相談会

- 時 6月28日 13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

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

**庭園付ビアホール**  
好評につき今年も開催中!  
6/2(土)～9/30(日) 予約受付中  
セントラルホテル ☎25-0001 佐世保市上京町3-2

2時間飲み放題(70席)  
生ビール、酎ハイ、ハイボール、ワイン、日本酒、ソフトドリンク

前売  
大人: 3,500円(当日3,800円)  
中高生: 2,000円(当日2,300円)  
小学生: 1,000円(当日1,300円)  
幼児: 無料  
バイキング(和洋30種類)

皆様のお墓探しをサポートします。  
吉井町 **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 長寿福祉会55号地313号

大和町・波佐見町・天神町  
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。

STONE DESIGN 有限会社 森石碑 大塔町23番地 大塔町バス停そば TEL(0956) 31-3416 HP: www.morisekihi.co.jp

## 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・マンモグラフィー 1,500円	視触診・マンモグラフィー 1,500円	視触診・マンモグラフィー 1,100円	
前立腺	—	—	—	400円	

●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。

### ②肺がん検診(胸部レントゲン)

区分	場所	時間
6月12日◎	ソレイユ吉井	9:00~11:00
6月14日◎	上橋川内公民館	9:30~11:00
	神崎地区公民館	13:30~15:00
6月20日◎	小佐々漁村センター	10:00~11:30
	矢岳地区集会施設	13:20~14:10
	平原公民館	14:40~15:30
6月21日◎	西川内生活館	10:00~11:30
	鹿町町やすらぎ館	13:30~14:30
	鹿町行政センター	15:00~16:00
6月22日◎	吉田乃護	9:30~11:00
6月28日◎	江上地区公民館	9:00~11:00
6月29日◎	鹿町体育館	9:00~11:00
7月3日◎	宮地区公民館	9:00~11:00
7月5日◎	鹿町体育館	9:00~11:00
7月6日◎	しいのきの館	9:30~11:00
毎週火曜	中央保健福祉センター	8:30~10:30

◎40歳以上 ●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。

※①②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(保険証が市が発行する証明書が必要)。

### ③働く女性のための日曜乳がん検診(要予約)

◎6月24日◎9:30~12:00 ●中央保健福祉センター

◎40歳以上の働いている女性 ◎先着20人

### 任意整理・過払金返還請求!

消費者金融等と約10年以上の取引がある方・  
消費者金融等の借金を完済した方は

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

**相談無料**  
秘密厳守

完済した方は自己負担金ゼロ!  
取り戻した過払金の中から20~25%をいただくのみです。  
詳しくはお電話、またはブログをご覧ください。  
<http://fukuda-hiroshi.seesaa.net/>

西九州総合法律事務所  
〒840-0260 佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26  
TEL: 0954-27-8056  
受付(月~金) 9:00~12:00 13:00~18:00

## 健康づくり

### 子宮頸がん予防・ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンの無料接種

◎来年3月31日◎まで ●指定医療機関

◎子宮頸がん予防ワクチン⇒①平成8年4月2日~同12年4月1日に生まれた女性②平成7年4月2日~同8年4月1日に生まれた女性で、平成23年度中に接種を行った人(残り回数分)ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン⇒生後2カ月~5歳未満の子ども

※詳しくはお尋ねください。

◎健康づくり課

### 健康ウォーキング手帳の配布

ウォーキングの効果やストレッチの方法、歩数記録表などをまとめた健康ウォーキング手帳を配布しています。

●健康づくり課、各支所・行政センター、各地区公民館など

◎健康づくり課

### 眼科在宅当番医の診療時間変更

日曜に受診できる眼科の在宅当番医の診療時間が6月3日◎から変わりました。

◎毎週日曜10~14時⇒10~12時

※病院名など詳しくはお尋ねを。

◎医療政策課

### 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 6月12日◎、26日◎、7月10日◎13:30 中央保健福祉センター

③精神保健相談 6月14日◎、28日◎ 中央保健福祉センター

④社会復帰訓練係所アケア

### 老人福祉センターの歯科健康教育

①6月13日◎いでゆ荘(広田3丁目)

②6月15日◎あたご荘(中里町)

③6月20日◎つくも荘(下船越町)

※10~14時。

◎お口の嚙下体操、唾液腺マッサージや個別歯科相談など◎無料

◎健康づくり課

### 健康教室

◎6月20日◎14時◎総合病院

◎「エンド・オブ・ライフケア」~より良く生きるために~◎無料

◎市立総合病院 ☎24-1515

### 乳がん・子宮がん体験者の会(弥生の会)

体験者同士で情報交換をします。

◎6月29日◎10~12時

◎中央保健福祉センター

◎健康づくり課

### 各種料理教室

#### 【いきいき元気食づくり教室】

◎7月5日◎、12日◎、19日◎10時~12時30分◎相浦文化センター

◎おいしく食べ続けるための手軽なメニューと健康講話

◎1回200円◎20人

◎前日までに電話で健康づくり課へ

### 【男性のための料理教室】

◎7月4日◎、11日◎、18日◎10時~12時30分◎東部住民センター

◎手軽にできる健康メニュー実習◎40歳以上の男性◎200円◎22人

◎前日までに電話で健康づくり課へ

◎健康づくり課

### 食生活改善推進員の養成講座

食生活改善や健康づくりを推進するボランティアを養成します。

◎7~12月(全6回) ※10~15時。

◎中央保健福祉センターなど

◎講座修了後に食生活改善推進員としてボランティア活動ができる人

◎6月22日◎までに電話で健康づくり課へ◎40人

◎健康づくり課

## 生活衛生

### 食品の保存は適切に

気温と湿度が高くなる時は細菌が増えやすくなります。適切な保存方法で食中毒を予防しましょう▷賞味期限、消費期限を確認する▷生ものは購入後すぐに冷蔵庫、冷凍庫へ▷冷蔵庫、冷凍庫に詰めすぎない▷調理した食品は常温で長時間放置しない

◎生活衛生課

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

6月の内容(3分間)

◎長引く咳◎頸部の血管の狭窄症の手術

◎子どもの食物アレルギー

◎不眠がすすむ

◎口呼吸と口腔・全身の関係

◎田女性尿尿その①原因は?

◎長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

初夏の保険相談開催中!  
相談無料  
保険取り扱い多数の総合代理店  
佐世保市下京町にオープン!!  
【取り扱い保険会社】  
アイエヌジー生命保険・アメリカンファミリー生命保険・メットライフアリアコ生命保険  
NKSひまわり生命保険・あいおいニッセイ同和損害保険・アサヒ生命保険  
オリックス生命保険・エクスセルエイト少額短期保険・ジブラルタ生命保険・その他

あんしん保険相談  
ほけんの見直し  
ライトライト  
営業時間  
月~土 10:30~19:30 日・祝 10:00~19:00  
佐世保市下京町8-2 下京第一ビル1F  
☎0120-3704-59  
ライトライト ほけん 検索

佐世保アーケード街  
金明堂書店隣り  
ココ  
四ツ町アーケード  
トエ电器  
P=提携駐車場