



2014 5月  
[平成26年]

# くらしのひろば

佐々町役場 ☎62-2101  
※壁などに貼ってご利用ください。

日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
<b>救急病院</b> 北松中央病院 ☎65-3101 長崎労災病院 ☎49-2191 佐世保総合病院 ☎24-1515 佐世保市立急病診療所 ☎25-3352				1 ★3歳児健診 ◆生きがい教室	2 ★エクササイズ ★がばらんば体操 ◆生きがい教室 ◆カントリークラブ	3
4	5	6	7 ◆カラオケクラブ	8 ★ふれあい広場 ◆生きがい教室	9 ★エクササイズ(ウォーキング) ★男性料理教室 ◆生きがい教室 ◆カントリークラブ	10
11 (休日在宅当番医) 平井産婦人科 ☎62-3903	12 ◆おとこ料理クラブ ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ ◆3B体操クラブ ☆心配ごと・子ども相談	13 ◆生きがい教室	14 ★赤ちゃん相談 ◆カラオケクラブ	15 ○明生大学・成人学級 合同講座 ★赤ちゃん健診 ★ブックスタート ◆生きがい教室	16 ★エクササイズ ★がばらんば体操 ◆生きがい教室 ◆カントリークラブ	17 ★ふれあい広場
18 (休日在宅当番医) 中村整形外科医院 ☎63-3128	19 ★生活習慣病予防教室 ◆おとこ料理クラブ ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ	20 ◆生きがい教室	21 ★ふれあい広場 ◆カラオケクラブ	22 ○さざんか教室 ★幼児歯科検診 ◆生きがい教室 ☆弁護士無料法律相談	23 ★エクササイズ ★エクササイズ栄養教室 ◆生きがい教室 ◆カントリークラブ ☆介護者の会	24
25 ○佐々小・口石小 運動会 (休日在宅当番医) かわかみ皮フ科クリニック ☎41-1017	26 ★ふれあい広場 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ ◆3B体操クラブ	27 ◆生きがい教室	28 ◆カラオケクラブ ◆介護予防推進連絡会 (にっこり会)	29 ★生活習慣病予防教室	30 ★エクササイズ ◆カントリークラブ	31 花菖蒲まつり 5月31日～6月7日

※○は教育委員会、★は健康相談センター、◆は佐々町地域包括支援センター、☆は社会福祉協議会の行事です。



教育委員会 ☎62-2128 健康相談センター ☎63-5800 ゴミ処理場(クリーンセンター) ☎62-3512  
 住民総合センター(公民館) ☎62-6294 佐々町地域包括支援センター ☎62-6122 佐々交番 ☎62-2051  
 町立図書館 ☎41-1800 佐々郵便局 ☎62-2042 消防佐々出張所 ☎41-1119  
 サン・ビレッジさざ ☎62-3338 佐々町社会福祉協議会 ☎63-5900

## 5月の保健事業 健康相談センター ☎63-5800

項目	日程	時間	対象者・内容
3歳児健診 (3歳6か月～3歳8か月)	5/1(木)	受付時間 13時～13時30分	平成22年9月1日～平成22年10月31日生まれ ※個人通知します。
男性料理教室	5/9(金)	10時～12時30分	今回のテーマは「料理はじめ～和食になじみましょ～」です。
赤ちゃん相談	5/14(水)	受付時間 13時～14時	生後12か月までのお子さまが対象 身長・体重測定、一般・離乳食相談を行います。
赤ちゃん健診	5/15(木)	受付時間 13時～13時30分	生後4～5か月頃のお子さまが対象 身長・体重測定、医師の診察、一般・離乳食相談を行います。※ブックスタート(絵本を開く楽しい体験と絵本の手渡し活動)も行います。※個人通知します。
生活習慣病予防教室	5/19(月) 5/29(木)	9時30分～12時30分	5/19「高血圧編」、5/29「高血糖、脂質異常編」です。 ※くわしい内容については広報さざをご覧ください。
幼児歯科検診 (2歳・2歳6か月・3歳児対象)	5/22(木)	受付時間 13時～13時30分	2歳児:平成24年5月1日～平成24年5月31日生まれ 2歳6か月児:平成23年10月1日～平成23年10月31日生まれ 3歳児:平成23年5月1日～平成23年5月31日生まれ ※個人通知します。
エクササイズ栄養教室	5/23(金)	10時～12時30分	今回のテーマは「口から始める健康生活」です。
エクササイズ	5/2・16(金)	9時～9時45分	運動習慣をつけたい方、どうぞご参加ください。 「健康ながさき21エクササイズ」にそって、ストレッチ・エアロビクス・筋力トレーニングを30分間行います。
	5/9(金) 5/23・30(金)	9時～10時00分 9時～9時30分	第1・3週はがばらんば体操も行います。第2週はウォーキングです。希望者には体重・体脂肪・腹囲などの測定をしています。
ふれあい広場	5/8・17 ・21・26	10時～15時 (ただし、土曜日は、11時45分まで)	昼間、ご家庭で育児をしているお母さん方、健康相談センターで親子ともに交流してみませんか? ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。 ※都合により急きょ当日に中止する場合があります。
健康なんでも相談日	6/2(月)	9時～11時30分	血圧測定、検尿、運動・栄養・こころの相談、母子健康手帳交付、乳幼児身体測定、予防接種の受け方、その他健康に関するご相談に応じます。
マザークラス	6/4(水)	10時～12時30分	【保健師編】歯の衛生、妊娠中のからだの変化など 【栄養士編】妊娠中の食生活
1歳6か月児健診	6/5(木)	受付時間 13時～13時30分	平成24年10月1日～平成24年11月30日生まれ ※個人通知します。

\*土曜日は12時まで閉館しています。  
\*閉館日は常時リハビリ室を開放していますので、お気軽にご利用ください。  
(毎週水曜日の13時～16時は介護予防事業のため、一般の方のリハビリ室の利用ができません。)

## 健康テレホンサービス ☎0120-555-203 (携帯電話からは☎0956-23-4300をご利用ください。)

月	肺年齢って何?
火	巻き爪(陥入爪)
水	自閉症スペクトラム障害
木	ものが二つに見える
金	五月病
土・日	女性の過活動膀胱

\*祝祭日は前日のテープが流れます。  
\*朝9時から翌朝9時までの24時間、同じ内容のテープが3分間流れます。  
\*内容は専門の医師・歯科医師がつくれます。

## 平成26年度定期予防接種 予防票は医療機関および健康相談センターにあります。

\*必ず、保護者またはお子さまの健康状態をよくご存じの方が同伴し、母子手帳を持参してください。  
(母子手帳を持参していない場合は接種できませんのでご注意ください)

予防接種	対象者	標準的接種時期	接種回数と接種間隔
ヒブ	生後2月以上5歳未満	初回:生後2月以上7か月未満(※1) 追加:初回接種終了後7～13月までの間隔を以て1回	27日から56日の間隔で3回接種 次の予防接種までに6日以上あける。 初回接種終了後7月以上1回接種、標準的には、7月～13月までの間隔を以て1回接種
小児用肺炎球菌	生後2月以上5歳未満	初回:生後2月以上7か月未満(※2) 追加:生後12月～15月に至るまで	27日以上の間隔を以て3回接種 次の予防接種までに6日以上あける。 初回接種終了後60日以上の間隔を以て1回接種、生後12月に至った日以降に1回接種
四種混合不活化ポリオ	1期初回:生後3月～9月未満 1期追加:生後3月～9月未満 2期追加:初回接種終了後12月～18月に達するまでの期間	1期初回:生後3月に達した時から生後12月に達するまでの期間 1期追加:生後3月～9月未満 2期追加:初回接種終了後12月～18月に達するまでの期間	20日以上、標準的に45日までの間隔を以て3回接種 次の予防接種までに6日以上あける。 初回接種終了後6月以上、標準的には12月から18月までの間隔を以て1回接種
BCG	1歳に達するまで	生後5か月～8か月に達するまでの期間	1回接種 次の予防接種までに27日以上あける。
麻疹・風疹混	第1期:生後12月～24月未満 第2期:5歳～7歳未満で小学校就学前の年間		第1期:第2期に1回接種次の予防接種までに27日以上あける。 ※第2期の対象の方には個別通知予定です。
日本脳炎(※3)	1期初回:生後6月～9月未満 1期追加:生後6月～9月未満 2期:9歳以上13歳未満	1期初回:3歳に達した時から4歳に達するまでの期間 1期追加:4歳に達した時から5歳に達するまでの期間 2期:9歳に達した時から10歳に達するまでの期間	6日以上、標準的に28日までの間隔で2回接種 次の予防接種までに6日以上あける。 初回接種終了後6月以上、標準的に1年以上経過した時期 1回接種 次の予防接種までに6日以上あける。
二種混合	2期:11歳以上13歳未満	2期:11歳に達した時から12歳に達するまでの期間	1回接種 次の予防接種までに6日以上あける。 ※標準的接種時期の方には個別通知予定です。
子宮頸がんワクチン	小学6年生から高校1年生の年齢に相当する女子	中学1年生(13歳相当)の女子 サーキットの場合:1回目から1月の間隔を以て2回接種、1回目接種から6月から3回目接種 ガールズの場合:1回目接種から2月の間隔を以て2回目、1回目の接種から6月の間隔を以て3回目	3回接種 次の予防接種までに6日以上あける。 サーキットの場合:2回目以上1回目の接種から1年以上あけて接種、3回目は1回目の接種から5月以上かつ2回目の接種から2月半以上あけて接種、ガールズの場合:2回目は1回目接種から1年以上あけて接種、3回目は2回目の接種から3月以上あけて接種。

※(1)標準的な接種パターン以外:生後7月～12月未満は27～56日の間隔で2回接種、追加接種は初回接種終了後7～13月までの間隔で1回追加接種、1歳以上5歳未満1回接種。  
※(2)標準的な接種パターン以外:生後7月～12月未満は生後12月までに、27日以上の間隔で2回接種、追加接種12月以降に初回接種終了後60日以上の間隔を以て1回接種。  
1歳以上2歳未満60日以上の間隔で2回接種、2歳～5歳未満1回接種。  
※(3)平成7年4月2日・平成19年4月1日生まれのお子さまは20歳未満までの間に接種可能となりました。  
※13歳未満は、誕生日の前々日までが対象。(年齢計算に関する法律)民法第143条を適用します。  
※接種の対象年齢期間を超えると自己負担となります。また、接種間隔が定められている予防接種においては、接種間隔を守って接種してください。

### 《佐々町内の接種対応医療機関一覧》 \*医療機関名は50音順

医療機関名	月	日	ヒブ	小児用肺炎球菌	四種混合	三種混合	ポリオ	BCG	MR	日本脳炎	二種混合	子宮頸がんワクチン	備考
かわかみ皮フ科クリニック ☎41-1017	9:00～12:30	9:00～12:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	木曜の午後休診
かわむら内科 ☎62-6789	9:00～12:00 14:00～18:00	9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	水曜日は15時半まで
徳田医院 ☎62-2025	9:00～12:00 14:00～17:00	9:00～12:00	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	
とくだ眼科 ☎41-1717	8:30～11:30 13:30～17:30	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	水・木曜日は午後休診
中村整形外科医院 ☎63-3128	9:00～12:00 14:00～17:30	9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
平井産婦人科 ☎62-3903	14:00～16:00	14:00～18:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
前田外科胃腸科医院 ☎62-6868	9:00～12:00 14:00～18:00	9:00～12:00	×	×	○	○	○	×	○	○	○	○	
やまぐち小児科 ☎41-1661	9:00～12:30 14:00～18:00	9:00～12:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	木曜の午後休診
山田医院 ☎63-3611	9:00～12:00 15:00～18:00	9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
力竹内科医院 ☎63-2029	9:00～12:00 14:00～18:00	9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

\*町内・町外の医療機関に限らず、接種を希望される際には事前に必ず予約してください。\*4月より接種時間帯が変更になっている医療機関がありますので、確認してください。

### 休日在宅当番医日程表

月	日	医療機関名	電話番号	備考
5	4日	—	—	—
	11日	平井産婦人科	☎62-3903	当番日以外の日曜祝日については、救急病院などをご利用ください。
	18日	中村整形外科医院	☎63-3128	
	25日	かわかみ皮フ科クリニック	☎41-1017	