



2011 5月 [平成23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下さい。

日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
1	2 ★健康なんでも相談日 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日 ◎としょかんこどもまつり	6 ★エクササイズ ★がんばらんば体操 ◆囲碁将棋クラブ ◆懐かし映画会	7
8 (休日在宅当番医) かわかみ皮フ科クリニック Tel. 41-1017	9 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ ☆心配ごと・子ども相談	10 ◆生きがい教室	11 ★男性料理教室 ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ	12 ◎明生大学 ★3歳児健診 ★2歳6か月児歯科検診 ◆生きがい教室	13 ★エクササイズ(ウォーキング) ◆囲碁将棋クラブ	14
15 (休日在宅当番医) 前田外科胃腸科医院 Tel. 62-6868	16 ★ふれあい広場 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ	17 ★ふれあい広場 ◆生きがい教室	18 ★赤ちゃん相談 ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ	19 ★赤ちゃん健診 ★ブックスタート ◆生きがい教室 ☆弁護士無料法律相談	20 ★エクササイズ ★がんばらんば体操 ◆囲碁将棋クラブ ◆懐かし映画会	21
22 (休日在宅当番医) 中村整形外科医院 Tel. 63-3128	23 ★ふれあい広場 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ	24 ◆生きがい教室	25 ★生活習慣病予防教室 ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ ◆介護予防推進連絡会	26 ◎さざんか教室 ◆生きがい教室	27 ★エクササイズ ◆囲碁将棋クラブ ☆介護者の会	28 ★ふれあい広場
29 (休日在宅当番医) 力竹内科医院 Tel. 63-2029	30 ★ふれあい広場 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ	31 ◎あひる学級 ◆生きがい教室	6月1日 特設人権相談所 (役場3階会議室) ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ	6月2日 ◎成人学級 ★1歳6か月児健診 ★2歳6か月児歯科検診 ◆生きがい教室	救急病院 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	

※◎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
健康なんでも相談日	5/2(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。
男性料理教室	5/11(水)	10時~12時30分	今月のテーマは「減塩のヒント」です。
3歳児健診 (3歳6か月~3歳8か月)	5/12(木)	受付時間 13時~13時30分	平成19年9月1日~平成19年10月31日生まれ ※個人通知します。
2歳6か月児 歯科検診	5/12(木)	受付時間 13時~13時20分	平成20年10月1日~平成20年10月31日生まれ ※個人通知します。
赤ちゃん相談	5/18(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	5/19(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①(高血圧編)	5/25(水)	10時~12時30分	メタボリックシンドロームや生活習慣病のため、食生活や運動を中心に健康づくりをすすめます。40~64歳の方およびその家族の方を対象としますが、詳しくはホームページ及び健康相談センターへお問い合わせください。
エクササイズ	5/6・13 20・27 6/3 (毎週金曜日)	9時~9時30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」のビデオにそって、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。 第1・3週はがんばらんば体操、第2週はウォーキングです。 希望者には体重・体脂肪・腹囲等の測定をしています。
ふれあい広場	5/16・17 23・28 30	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、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。
1歳6か月児健診	6/2(木)	受付時間 13時~13時30分	平成21年10月1日~平成21年11月30日生まれ ※個人通知します。
2歳6か月児 歯科検診	6/2(木)	受付時間 13時~13時20分	平成20年11月1日~平成20年11月30日生まれ ※個人通知します。
健康なんでも相談日	6/6(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。
男性料理教室	6/8(水)	10時~12時30分	今月のテーマは「痛風を予防しよう」です。

*土曜日は12時まで開館しています。
 *開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。
 (毎週火曜日・木曜日の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

月	足のふらつき
火	圧迫骨折
水	ワクチンを打つのを忘れてたら
木	扁桃周囲膿瘍(へんとうしゅうのうよう)
金	認知症の新しい診断と治療
土・日	男性の更年期

*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・歯科医師が作ります。

今月の税金

税目	自動車税
納期限	5月31日(火)

平成23年度予防接種日程

予診票は医療機関ならびに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)

【個別接種】接種場所:医療機関(下記医療機関一覧表をご参照ください)

予防接種	標準的な接種期間	注意事項
BCG	生後3か月~6か月に至るまでの間にある者	次の予防接種までに27日以上あける。 (町外の委託医療機関でも接種可能となりました)
三種混合	1期初回:生後3か月~90か月に至るまでの間にある者 (生後3か月~生後12か月に達するまでの期間) 1期追加:生後3か月~90か月に至るまでの間にある者 (初回接種終了後12か月~18か月に達するまでの期間)	20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。
麻疹・風疹混	第1期:生後12か月~24か月に至るまでの間にある者 第2期:5歳以上7歳未満で小学校就学前の1年間の者 第3期:中学1年生に相当する年齢の者 第4期:高校3年生に相当する年齢の者	次の予防接種までに27日以上あける。 ※第2期、3期、4期の対象の方には個別通知済みです。
日本脳炎	1期初回:生後3か月~90か月に至るまでの間にある者 (3歳に達した時~4歳に達するまでの期間) 1期追加:1期初回終了後1年~1年半後に1回接種 (4歳に達した時~5歳に達するまでの期間) 2期:9歳以上13歳未満の者 (9歳~10歳に達するまでの期間)	6日から28日の間隔で2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歳未満の者 (11歳~12歳に達するまでの期間)	次の予防接種までに6日以上あける。 ※案内文は個別通知済みです。

*13歳未満とは、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)
 ※接種の対象年齢期間を超えると自己負担となります。

【集団接種(ポリオ)】

接種場所:健康相談センター
(受付13時~13時30分)

期日	標準的な接種年齢
平成23年 5月24日(火) 7月6日(水) 8月24日(水) 10月5日(水)	生後3か月~90か月に至るまでの間にある者 (接種の好ましい時期) 生後3か月~18か月に達するまでの期間 *41日以上の間隔を置いて2回接種します。
平成24年 1月11日(水) 2月22日(木)	次の予防接種までに27日以上あける

《個別接種対応医療機関一覧》 *医療機関名は50音順 (佐々町内)

医療機関名	月	火	水	木	金	土	備考	時間
かわかみ皮フ科クリニック 41-1017	午前	○	○	○	○	○	土曜日は16時まで	9:00~12:30 14:00~18:00
かわむら内科 62-6789	午前	○	○	○	○	○	土曜日は16時まで	8:30~12:00 14:00~18:00
徳田医院 62-2025	午前	○	○	○	○	○		9:00~12:00 14:00~17:30
とくだ眼科 41-1717	午前	○	○	○	○	○		8:30~11:30 13:30~17:30
中村整形外科医院 63-3128	午前	○	○	○	○	○		9:00~12:00 14:00~18:00
平井産婦人科 62-3903	午前	○	○	○	○	○		14:00~17:00
前田外科胃腸科医院 62-6868	午前	○	○	○	○	○		9:00~12:00 14:00~18:00
やまぐち小児科 41-1661	午前	○	○	○	○	○	土曜日は17時まで	9:00~12:30 14:00~18:00
山田医院 63-3611	午前	○	○	○	○	○		9:00~12:00 15:00~18:00
力竹内科医院 63-2029	午前	○	○	○	○	○		9:00~12:00 14:00~18:00

*町内・町外の医療機関に限らず接種を希望される医療機関に事前に予約をしてください。
 4月より接種曜日・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	曜	医療機関名	電話番号	備考
5	1	日	-	-	
5	8	日	かわかみ皮フ科クリニック	☎41-1017	当番日以外の日曜
5	15	日	前田外科胃腸科医院	☎62-6868	祝日については、 救急病院などを ご利用ください。
5	22	日	中村整形外科医院	☎63-3128	
5	29	日	力竹内科医院	☎63-2029	
6	5	日	佐々病院	☎62-2184	