



2011 [平成23年] 11月

# 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
		1 ★ふれあい広場 ◆生きがい教室	2 ★健診結果説明会 ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ	3	4 ★エクササイズ ★がんばらば体操 ◆囲碁将棋クラブ	5 ◎佐々青少年音楽祭 ◎町民文化祭
6 ◎町民文化祭 (休日在宅当番医) かわむら内科 ☎62-6789	7 ★健康なんでも相談日 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ	8 ◆生きがい教室	9 ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ	10 ◎3講座合同 (明生・成人・さざんか) ★3歳児健診 ◆生きがい教室	11 ★健診結果説明会 ★エクササイズ (ウォーキング) ◆囲碁将棋クラブ	12 ★ふれあい広場
13 ◎公民館講座 (休日在宅当番医) 前田外科胃腸科医院 ☎62-6868	14 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ ☆心配ごと・子ども相談 ☆悩みごと相談	15 ◆生きがい教室	16 ★赤ちゃん相談 ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ	17 ◎さざんか教室 ★ブックスタート ★赤ちゃん健診 ◆生きがい教室	18 ★エクササイズ ★がんばらば体操 ◆囲碁将棋クラブ ☆介護者の会	19 ◎キッズフェスタ2011
20 ☆社会福祉ボランティア大会 (休日在宅当番医) 力竹内科医院 ☎63-2029	21 ★ふれあい広場 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ ☆弁護士無料法律相談	22 ◆生きがい教室	23	24 ◎あひる学級 ◆生きがい教室	25 ★エクササイズ ◆囲碁将棋クラブ	26
27 ◎公民館講座 (休日在宅当番医) 中村整形外科医院 ☎63-3128	28 ◆いきいきサロン ◆手作業クラブ	29 ★骨粗鬆症予防教室	30 ★ふれあい広場 ◆3B体操クラブ ◆カラオケクラブ	12月1日 ★1歳6か月児健診 ◆生きがい教室	<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	

※◎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

## 11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
健診結果説明会	11/ 2(水) 11(金)	両日とも ① 9時00分~11時30分 ② 13時30分~15時30分	9月26日~10月2日に実施した住民健診の結果をもとに、検査結果の見方や生活習慣の見直しについてお手伝いします。結果票をご持参のうえご来場ください。
健康なんでも相談日	11/ 7(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。
3歳児健診 (3歳6か月~3歳8か月)	11/10(木)	受付時間 13時~13時30分	平成20年3月1日~平成20年4月30日生まれ ※個人通知します。
赤ちゃん相談	11/16(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	11/17(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
骨粗鬆症予防教室	11/29(火)	10時~12時30分	今年度骨粗鬆症検診を受診された方。 食と運動をとって骨の健康づくりを考えましょう。 くわしくは、健康相談センターへおたずねください。
エクササイズ	11/4・11 18・25 12/2 (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週はがんばらば体操です。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	11/1・12・ 21・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? ご近所お話し合いのうえ、ぜひご来場ください。 ※都合により急ぎ当日に中止する場合があります。
1歳6か月児健診	12/ 1(木)	受付時間 13時~13時30分	平成22年4月1日~平成22年5月30日生まれ ※個人通知します。
健康なんでも相談日	12/ 5(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	12/ 6(火)	10時~12時30分	今月のテーマは「介護の不安を解消」です。
マザークラス	12/ 8(木)	10時~12時30分	【保健編】歯の衛生、妊娠中のからだの変化 【栄養編】妊娠中の食生活

\*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	あなだれない脂肪肝-非アルコール性脂肪性肝炎(NASH)-
火	寝ちがい
水	子どもの救急シリーズ③せき
木	お年寄りの中耳炎
金	舌痛症(舌の痛み)
土・日	包茎-手術しなくても治る?-

\*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・歯科医師がつくりまします。

## 平成23年度予防接種日程 予診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)

【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	対象年齢(接種の好ましい時期)	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~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6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~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。 ※平成7年6月1日~平成19年4月1日生まれのお子様は20歳未満までの間に接種が可能です。
二種混合	2期:11歳~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、20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24年 1月11日(水) 2月22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。
注 意 事 項	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
かわかみ皮膚科クリニック ☎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	8:30~12:30 14:00~18:30
徳田医院 ☎62-2025	午前	○	○	○	○	○		8:45~12:30 14:00~18:00
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・県内の医療機関に限らず、接種を希望される際には事前に予約してください。  
 4月から接種曜日・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
11	6	日	かわむら内科	☎62-6789	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。
	13	日	前田外科胃腸科医院	☎62-6868	
	20	日	力竹内科医院	☎63-2029	
	27	日	中村整形外科医院	☎63-3128	