



健康・福祉



健康と福祉の講座・教室

いずれも参加無料。

講座名	期日	時間	場所	その他
認知症の人と家族の会 ①ナイトなつどい ②あじさい会のつどい	①6/14(土) ②6/24(火)	①20:00～ ②13:00～15:00	①オンライン ②もりまちハートセンター	☎ 電話 ☎ ①
ゲートキーパー養成講座 ～大切ないのちを守るために～	6/17(火)	14:00～15:30	市役所2階 多目的スペース	☎ 市民 ☎ 市ウェブサイト、電話 ☎ 6/13 ☎ ②
ひきこもり家族学習会 「病態を詳しく学ぼう」	6/18(水)	14:00～16:00	市役所2階 市民利用会議室	☎ 6 カ月以上ひきこもり状態のかた の家族 ☎ 電話 ☎ ③
まちななかラウンジ 在宅医療講座 ～教えて！在宅医療と介護～	6/19(木)	14:00～15:30	日見地区ふれあいセンター	☎ 市民 ☎ 定 50人 ☎ 電話、FAX(826-3021)、メール ☎ ④
肺年齢測定とたばこに関する 相談会	6/22(日)	10:00～12:00	北公民館	☎ 市民(肺年齢測定は 40 歳以上) ☎ 定 12人 ☎ 電話 ☎ 6/19 ☎ ⑤
臨床心理士による こころの健康相談	6/26(木)	9:00～、10:00～ 11:00～	市役所11階 相談室	☎ 電話 ☎ 他 家族の相談も可 ☎ ③
自死遺族のつどい	6/28(土)	10:00～12:00	市民会館	☎ 大切な人を自死で亡くしたかた ☎ 電話 ☎ ③
家族介護教室 ①お口の健康編 ②食事編	①7/2(水) ②7/9(水)	13:30～15:00	西公民館	☎ 定 各 15 人 ☎ 持 ①歯ブラシ・手鏡・タオル ☎ 電話 ☎ ③ ① 6/27 ☎ ② 7/4 ☎ ☎ ⑥
問い合わせ ①認知症の人と家族の会 (☎ 845-2180) ③精神保健相談ダイヤル (☎ 829-1311) ⑤健康づくり課 (☎ 829-1154) ②あじさいコール (☎ 822-8888) ④包括ケアまちななかラウンジ (☎ 893-6621) ⑥西部地域包括支援センター (☎ 862-0119)				

65歳のかたは肺炎球菌
予防接種をお忘れなく

感染症対策室 ☎829-1172

助成を受けて予防接種を受けられるのは、66歳の誕生日の前日までです。それ以降に接種する場合は全額自費になります。ワクチンによって、重症な肺炎などにかかることを予防できます。今年度から自己負担額を変更しました。

費(変更後)2,200円

HIV感染やエイズは
早期発見が大切

感染症対策室 ☎829-1172

6月1～7日はHIV検査普及週間です。HIV感染やエイズの早期発見のため、市保健所ではHIV即日検査を実施しています。この機会に一度検査を受けてください。

詳しくはこちら▶

子宮頸がんワクチンの
任意接種助成期間の延長

こども政策課 ☎829-1270

子宮頸がん予防の2価か4価HPVワクチンを、令和3年度までに自費で接種したかたは費用の払い戻しが受けられます。

☎ 平成9年4月2日から平成17年4月1日
生まれの女性で、令和4年4月1日時点で
長崎市に住民登録があったかた
☎ 来々2月27日☎

予約制
集団けん診

有効期限内の健康保険証、マイナ保険証、資格確認書のいずれか1つ。受診券(特定健診のかた)バスタオル(子宮頸・乳がん検診のかた)
けんしん予約センター(☎0120-411-311)、受付時間は平日8:30～17:15
定員に達し次第、受付終了。最新のけん診予定は、市ウェブサイトで。

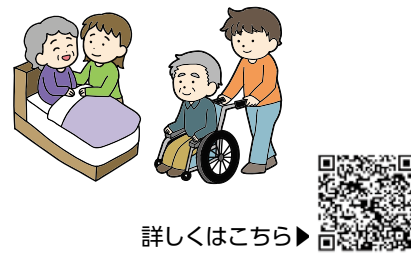
日時	会場	国保	後期	がん検診				予約期間
		特定健診	健康診査	大腸	子宮頸	乳	前立腺	
7/4金	11:00～12:00			○	○	○		6/10火～6/12木
7/11金	9:45～12:15			○	○	○		
	14:30～15:30			○	○	○		
7/17木	9:45～11:15	○	○	○			○	6/20金～6/25水
	9:30～11:00			○	○	○		
	13:30～14:30			○	○	○		
7/18金	9:45～11:15	○	○	○			○	6/26木～6/30月
7/22火	9:45～11:45			○	○	○		
	13:15～14:45			○	○	○		
7/24木	9:30～11:00			○	○	○		7/7月～7/9水
8/1金	9:30～11:30			○	○	○		
	13:30～14:30			○	○	○		

介護保険料の
納入通知書が届きます

介護保険課 ☎829-1163

65歳以上のかたへ、6月中旬に介護保険料納入通知書を送付します。同封の納付書で納めてください。年金が年額18万円以上のかたは、年金から天引きされるため手続き不要です。

介護保険料の所得段階は、所得状況に応じて13段階に区分されています。



被爆体験者への
医療費助成

調査課 ☎829-1290

医療機関での治療やデイケア・訪問看護などの介護保険の医療系サービスを利用したときに、第二種健康診断特例区域医療受給者証を提示すると、被爆者と同等の医療費助成を受けることができます。受給者証の交付を希望するかたは申請してください。

- 次の全てを満たすかた
- ・第二種健康診断受診者証を持っている。
 - ・対象となる11種類の障害のいずれかを伴う疾病にかかっている。
- 郵送している申請書を提出
随時

要約筆記者養成講座
受講生募集

障害福祉課 ☎829-1141

聴覚障害者に話の内容を要約し、書いて伝えるかたの養成講座。全21回で、手書きコースとパソコンコースがあります。
6月30日～11月17日の
午前10時～午後3時
もりまちハートセンター
費4,000円(テキスト代)
持(パソコンコース)ノートパソコン
往復はがきに、住所・氏名(返信用のあて名も)、生年月日、年齢、電話番号、職業、コース名を書いて、長崎市要約筆記会なごみ(〒852-8013 梁川町13-12 相良方)へ。
6月17日※必着
同会 相良氏
(☎080-8564-3239)

♡ 薬物乱用は 「ダメ。ゼッタイ。」

生活衛生課 ☎829-1155

6月20日(金)～7月19日(土)は「ダメ。ゼッタイ。」普及運動期間。危険ドラッグをはじめとした覚せい剤や麻薬、大麻などの薬物乱用は、健康に悪い影響を及ぼします。誘われても断る勇気を持ちましょう。



ニコチンパッチで禁煙しよう!

健康づくり課 ☎829-1154

禁煙サポート薬局で薬剤師の指導を受けながら、禁煙にチャレンジするかたを募集します。禁煙プログラム約8週間(約2万円)のうち、4週間分(約1万円)のニコチンパッチの代金を助成します。

対 20歳以上の市民 定 50人

申 市ウェブサイト、電話

締 6月16日(月)～7月4日(金)

