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
ひきこもり家族学習会 「家族もリフレッシュしよう」	3/18㊌	14:00～16:00	市役所2階 市民利用会議室	対 6カ月以上ひきこもり状態のかたの家族 申 電話　問 ①
認知症の人と家族の会 Ⓐあじさい会つどい Ⓑナイトなつどい	Ⓐ3/24㊋ Ⓑ4/11㊏	Ⓐ13:00～15:00 Ⓑ20:00～	Ⓐもりまちハートセンター Ⓑオンライン	申 電話　問 ②
臨床心理士による こころの健康相談	3/26㊍	9:00～、10:00～ 11:00～	市役所11階 相談室	申 電話 他 家族の相談も可　問 ①

問い合わせ　①精神保健相談ダイヤル（☎ 829-1311）　②認知症の人と家族の会（☎ 845-2180）

太極拳で健康と仲間づくり

高齢者すこやか支援課 ☎829-1146

対 60歳以上のかた
日 (前期)5月19日～7月21日の毎週㊋
(後期)10月13日～12月22日の毎週㊋
所 市民会館
持 室内シューズ
申 電話、FAX(847-6181)
締 5月8日㊎
他 動きやすい服装で。
問 県すこやか長寿財団
（☎ 847-5212）

詳しくはこちら▶

医療費・介護費が高額のかたを助成します

各問い合わせ先

対象者には３月中旬に「高額介護合算療養費の支給申請」の案内と申請書を送ります。

対 令和6年8月～令和7年7月に支払った医療費と介護費が高額になり、自己負担限度額を超えたかた
申 申請書を提出
他 心身障害者福祉医療費を受給しているかたは減額の場合あり
問 後期高齢者医療室（☎ 829-1139）
国民健康保険課（☎ 829-1136）

3月は自殺対策強化月間

地域保健課 ☎829-1311

生活環境が大きく変動しやすい時期は心に負担がかかる人も少なくありません。悩みや不安を抱えて困っていたら、まずは相談してみませんか。

電話やチャットで相談できます▶

腸管出血性大腸菌による食中毒に注意

生活衛生課 ☎829-1155

大腸菌は健康なヒトや動物の腸内にも生息しています。一部の大腸菌は病原性を持っていて、腸管出血性大腸菌 O157・O26・O111 などが知られています。症状は激しい腹痛や下痢、血便などで、重症化し死亡した事例もあります。

◆予防のポイント

- 肉は中心部までしっかり加熱。
- 野菜や果物は洗浄して土壌由来の汚染を防ぐ。
- 食材ごとに器具を使い分けて二次汚染を防止。

〈広告〉

KUMON 「くもんの先生」をはじめませんか？

↑先生募集サイト

♪くもんの先生説明会 各地で開催中♪

子どもたちと一緒に成長できる、やりがいのあるお仕事です。

55才までの方を募集しております

公文教育研究会 長崎ブランチ
長崎市西坂町 2-3 長崎駅前第一生命ビル 7F
お問い合わせ 土日祝除く 9:30～17:30
TEL 0120-834-414