

 **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 | 12/18 [㊤] | 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 |
| 自死遺族のつどい | 12/21 [㊤] | 10:00~12:00 | 市民会館 | 対 大切な人を自死で亡くしたかた 申 電話 問 ① |
| 認知症の人と家族の会(あじさい会)つどい | 12/24 [㊤] | 13:00~15:00 | もりまちハートセンター | 申 電話 問 ② |
| 臨床心理士による こころの健康相談 | 12/26 [㊤] | 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 |
| お手軽ウォーキング 深堀七福七恵比須コース (4.8km) | | 10:00~12:00 | 深堀公園集合 | 対 市民 定 30人 申 電話 締 12/12 [㊤] 他 雨天中止 問 ③ |

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)
 ③あじさいコール (☎ 822-8888)

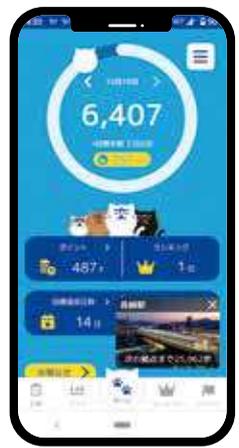
 **精神保健相談を
利用しませんか**

精神保健相談ダイヤル ☎829-1311
 こころの病は、誰もがかかり得る病気です。早い段階でこころの不調(症状)に気付き、相談や受診をすることで、その後の治療がうまく進み、回復につながります。
 精神保健相談では、こころの健康や思春期、ひきこもり、精神科受診についての相談、アルコールや薬物などの依存症の家族相談など、精神保健全般に関する相談ができます。相談は電話や市役所11階の窓口で受け付けているのでお気軽にご相談ください。また、臨床心理士や精神科医師による相談もできます。いずれも事前の予約が必要です。(主治医がいるかたは、精神科医師による相談の利用はできません。)



 **「歩こーで！」に新規登録して
抽選で賞品を当てよう!**

健康づくり課 ☎829-1154
 12月31日[㊤]までにながさき健康づくりアプリ「歩こーで!」をダウンロードし、新規登録すると抽選で賞品が当たります。応募不要です。
㊤ 300円分のQUOカードPay(300人)



詳しくはこちら▶

 **手話コミュニケーション講座で
手話を学んでみませんか**

障害福祉課 ☎801-4202
対 手話を初めて学ぶかた
日 ①昼コース 1月18日~3月8日の[㊤] ※全8回
 ②夜コース 1月29日~3月19日の[㊤] ※全8回
時 ①午後2時~4時
 ②午後6時30分~8時30分
所 ①もりまちハートセンター
 ②市役所か市民会館
定 各20人
費 990円(テキスト代)
申 往復はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号・コース・返信用のあて名を書いて、県ろうあ協会長崎支部(〒852-8104 茂里町 2-41)へ。
締 ①1月3日[㊤] ②1月17日[㊤]
他 子供連れ可

うれしい!
楽しい!



〈広告〉



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)、
 無地のTシャツ(肺・胃がん検診のかた)、バスタオル(子宮頸がん検診のかた)
 けんしん予約センター(☎0120-611-711) ※平日午前8時30分～午後5時15分
 歯科健診のみ希望のかたは、口腔保健支援センター(☎829-1436)
 定員に達し次第、受付終了。最新のけん診予定は市ホームページで。



| 日時 | 会場 | 国保 後期 | | がん検診 | | | | | 歯科健診 | 予約期間 |
|--------------------------------------|---------------|-------|------|------|----|---|-----|-----|------|----------------|
| | | 特定健診 | 健康診査 | 肺 | 大腸 | 胃 | 子宮頸 | 前立腺 | | |
| 1/14(☎) 9:00～11:30 13:00～15:00 | チトセピアホール | ○ | ○ | | ○ | | | ○ | | 12/12(☎)・13(☎) |
| 1/15(☎) 9:45～11:15 | 日見地区ふれあいセンター | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | | 12/13(☎)・16(☎) |
| 1/17(☎) 9:45～11:15 | 三川地区ふれあいセンター | ○ | ○ | | ○ | | | ○ | | |
| 1/27(☎) 9:45～11:45 13:15～14:15 | 小江原地区ふれあいセンター | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | ○ | | 12/23(☎)～25(☎) |
| 1/28(☎) 9:45～11:45 13:15～15:15 | 南部市民センター | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | | |
| 1/29(☎) 9:45～11:45 13:15～14:15 | 西公民館 | ○ | ○ | | ○ | | | ○ | ○ | |
| 2/1(☎) 9:30～11:30 13:00～15:00 | 市役所2階多目的スペース | ○ | ○ | | ○ | | | ○ | | 1/6(☎)～8(☎) |
| 2/7(☎) 9:45～11:45 13:15～14:30 | 滑石地区ふれあいセンター | ○ | ○ | | ○ | | | ○ | | |

風しんの無料検査は2月28日(金)まで

感染症対策室 ☎829-1172

対象者には風しんの抗体検査が無料で受けられるクーポン券を7月に送付しました。検査の結果、抗体価が低い場合は予防接種を受けましょう。無料クーポン券の配布は今年度で最後です。

- ☎ 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、令和元～5年度に検査を受けていないかた
- ☎ 令和7年2月28日(金)
- ☎ 市内の医療機関など
- ☎ 医療機関で予約
- ☎ 令和元年度以降に本市に転入したかたで、転入前に検査を受けていない場合は、クーポン券を発行しますのでご連絡ください。

♡ フラワーアレンジメント をやってみませんか

障害福祉課 ☎829-1141

- ☎ 障害のあるかたと家族・介助のかた
- ☎ 12月26日(☎)
午後1時30分～3時30分
- ☎ もりまちハートセンター
- ☎ 定員 10人
- ☎ 費用 1,500円
- ☎ 住所、氏名、年齢、障害種別、等級、講座名を電話、窓口、FAX(842-2568)で。
- ☎ 12月18日(☎)
- ☎ 同センター
(☎ 842-2525)



〈広告〉

