



平成28年度 入園・入所児募集

市立幼稚園・市立放虎原こども園（1号認定）

対象児 市内に住民登録している平成22年4月2日～平成25年4月1日の間に生まれた幼児

受付期間 11月24日（火）～27日（金）、午前9時～午後5時

※希望する園に直接お申し込みください

入園願書配布場所 各幼稚園、放虎原こども園、こどもセンター、各住民センター、市コミセン、市役所案内、市ホームページ

【募集人数・問い合わせ先】

幼稚園名	3歳児	4歳児	5歳児	電話番号
大村幼稚園	—	30人	40人	☎522549
西大村幼稚園	—	30人	40人	☎524502
福重幼稚園	—	5人	14人	☎558741
松原幼稚園	—	5人	20人	☎558721
放虎原こども園 （1号認定）	5人	25人	5人	☎523564

※申込多数の場合は抽選。

※複数園への同時申し込みはできません。



■こども政策課 ☎549100

保育所（園）・認定こども園

対象児 平成28年4月1日現在、0歳～5歳の乳幼児で、次のいずれかの事情で保護者が保育できない場合

- ① 就労（月60時間以上）・就学・求職している
- ② 妊娠中、または出産後間がない
- ③ 病気やけが、障害などがある
- ④ 保護者が同居の親族を介護している
- ⑤ 震災、風水害、火災などの災害に遭った
- ⑥ 児童虐待やDVを防止するために必要な場合
- ⑦ 育児休業取得中に、すでに保育を利用している子がいる
- ⑧ その他の事情

申込期間

11月2日（月）～12月28日（月）

午前8時30分～午後5時30分（土・日曜日、祝日は除く）

※先着順ではありません。見学のうえお申し込みください。

利用者負担額（保育料）

世帯の市民税所得割額などをもとに、入所の年齢ごとに決定します。

※詳しくは、こどもセンターや各保育所などで配布する「平成28年度保育所等入所のしおり」をご覧ください。

【申込先】

区分	施設名	申込先
公立保育所	三城	こどもセンター ☎549100
公立認定こども園	放虎原	
私立保育園	萱瀬・植松・妙宣寺・久原・三浦・松原・わかば・常盤・諏訪・かたまち・新城・桜馬場・ふるまち・ゆりかご・いけだ・おひさま・かしのき	各認定こども園へ直接申込
私立認定こども園	昊天宮・たんぼぼ・かめりあ・ひまわり・すずた・フォルテ・わんぱくはうす・くじら	各小規模保育園へ直接申込
私立小規模保育園など	このみ・たけまつ・いるか・さくら・かめりあ ※対象児：0～2歳	

※申し込みに必要な書類は、こどもセンターや各保育園などで配布しています。

■こども政策課 ☎549100





女性に対する暴力をなくそう

○11月12日(木)～25日(水)は、

『女性に対する暴力をなくす運動』実施期間

☎ 夫・パートナーからの暴力、性犯罪、売買春、人身取引、セクシャル・ハラスメント、ストーカー行為などの女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものです。市では、関係機関と連携し取り組みを強化します。

■男女いきいき推進課 ☎548715

○11月16日(月)～22日(日)は、全国一斉

『女性の人権ホットライン』強化週間

☎ 長崎地方法務局では、女性の人権に関するさまざまな相談を受け付けています。一人で悩まずにご相談ください。

全国共通専用ダイヤル

☎0570(070)810

受付時間

(月～金曜日)午前8時30分～午後7時

(土～日曜日)午前10時～午後5時

■長崎地方法務局 ☎095(820)5982

不妊・不育症治療費を助成します

市では、特定不妊治療(体外受精・顕微授精)と不育症治療を受けたご夫婦の経済的な負担を軽減するため、治療費の一部を助成しています。

○特定不妊治療費助成制度

- ☎ 県の特定不妊治療費助成金の交付を受けたご夫婦で、どちらかが申請日の1年以上前から本市に住所を有し、居住している人
※治療費が、県の1回あたりの助成金額を超えている人
- ☎ 治療費から県の助成額を差し引いた額を助成(限度額1回5万円)
※排卵を伴わない治療は、1回2万5千円
※妻の年齢で助成回数が異なります。
- ☎ 県の助成決定日から1年以内に申請

○不育症治療費助成制度

- ☎ 次のすべてを満たす人
 - ① 夫婦どちらかが申請日の1年以上前から本市に住所を有し、居住している
 - ② 世帯員に市税の滞納がない
 - ③ 前年の夫婦の所得合計が730万円未満
- ☎ 治療期間にかかった費用の半額を助成(限度額30万円)
※保険が適用される費用や入院時の差額ベッド代、食事代、文書料などは対象外
- ☎ 医療機関へ支払った日の翌月から6か月以内に申請

■子ども家庭課 ☎549100

妊娠相談専用電話(このとりダイヤル) ☎549119



11月は児童虐待防止推進月間です

虐待かもと思ったらすぐに通報してください。

あなたの連絡が子どもだけでなく、虐待してしまう親も救います。

「児童虐待」とは

- 殴る、蹴る、激しく揺さぶる
- 子どもへの性的虐待、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする
- 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、病気・けがでも病院に連れて行かない
- 言葉での脅し、無視、兄弟間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう

「もしかして」

と思ったら、すぐにご相談ください。

■ 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189番(いちばやく)
※お近くの児童相談所につながります(24時間対応)

■ 市児童虐待専用通報ダイヤル ☎545868
(午前8時30分～午後10時 年末年始除く)

■ 子ども・子育てに関する相談 ☎549100

※生命の危機があるなど、緊急を要する場合は110番に通報してください。

※匿名での連絡もできます。秘密は厳守します。

認知症や介護の悩みは、 お気軽にご相談ください

「地域包括支援センター」は、皆さんが安心して暮らすために支援する地域の総合相談窓口です。認知症に関する相談をお受けする、「認知症総合相談センター」を開設しています。

相談には、主任ケアマネジャーや社会福祉士、保健師など専門職スタッフが対応します。

▶介護のことで困っていることや心配事はありませんか？

- 介護のサービス事業所に不満がある。
- 認知症の父親の徘徊がひどく困っている。何かよいサービスを紹介して欲しい。

▶認知症の人との接し方や病院受診など お気軽にご相談ください

大村市地域包括支援センター
 ・認知症総合相談センター
 ・認知症初期集中支援チーム
 ☎ 8141

認知症疾患
医療センター
(諫早総合病院)
☎ 21333



サポート医
および
認知症専門医
(下記参照)

認知症の人と家族の会
わらべ会
☎ 6314 (神原)

居宅介護支援事業者
ケアマネジャー

【認知症サポート医がいる病院】

病院名	住所	電話番号
伊崎脳神経外科	東本町	☎ 54230
うえき心療内科	坂口町	☎ 546000
中澤病院	東大村1丁目	☎ 535072
はら脳神経外科	富の原2丁目	☎ 479770
山下外科医院	西三城町	☎ 547122

■地域包括支援センター ☎ 8141

集団健康診査のお知らせ

【特定健康診査】

対 40～74歳の大村市国民健康保険被保険者
 ※社会保険や共済保険などの被扶養者も申し込みが必要です。

持 特定健康診査受診券、保険証

【後期高齢者健康診査】

対 75歳以上の後期高齢者医療被保険者
 ※一定の障害がある人は、65歳以上

持 保険証

内 費 特定健診(500円)、後期高齢者健診(無料)

<任意で追加可能な検査>

肝炎ウイルス検査(300円)、肺がん検診(200円)、
大腸がん検診(300円)、ピロリ菌検査(200円)

定 午前・午後各60人(先着順)

手 電話でお申し込みください。

11月	ところ
16日(月)	シーハットおおむら
17日(火)	
18日(水)※	市民会館
19日(木)	竹松住民センター

受付時間 午前9時～10時30分、午後1時～2時30分
 ※18日(水)は午前9時～11時、午後1時～3時

■国保けんこう課(内線145)

11月の健康テレホンサービス ☎ 0120(555)203

- 月 筋萎縮性側索硬化症(A L S) 木 飛蚊症
- 火 腹壁ヘルニア 金 注意欠陥多動性障害
- 水 病児保育の活用方法 土 尿閉～尿が詰まったら～

おもらんどに来てくれたおともだち♪



Menu もやし中華風炒め

作り方

- ① モヤシは洗い、ピーマン、ニンジン、ショウガは細切りにし、シメジは石づきを取り、ほぐしておく。
- ② Aを合わせておく。
- ③ ごま油小さじ1を熱したフライパンに溶いた卵を入れ、大きめのいり卵を作り、取っておく。
- ④ ごま油小さじ1を熱して、モヤシとピーマン、ニンジン、シメジを強火で炒め火を止め、炒り卵と②の調味料を回し入れる。
- ⑤ 弱火でむらなく混ぜ合わせアルコール分を飛ばし、コショウをかけ、皿に盛り付ける。

材料(4人分)

- ・モヤシ……………1袋
- ・ピーマン……………1個
- ・ニンジン……………30g
- ・シメジ……………50g
- ・ショウガ……………10g
- ・卵……………2個
- ・コショウ……………少々
- ・ごま油……………小さじ2
- ・オイスターソース…小さじ1
- ・濃口しょうゆ……………小さじ2
- ・酒……………大さじ1
- ・みりん……………大さじ1
- ・片栗粉……………小さじ1

大村楽食レシピ募集中!

このコーナーに掲載する「おすすめレシピ」をお持ちの人は、国保けんこう課(内線141)までご連絡ください。



健康づくり がんばる人 と(ひと)

夫婦で二人三脚減塩生活

市内に勤めている吉田さんご夫婦は、ともに協力し合いながら減塩生活に取り組んでいます。夫の洋司さんは、おとこの職場健診で高血圧の指摘を受け一念発起。収縮期血圧値が170 mmHg あつた数値を、薬を使わずに2年足らずで123 mmHgまで落としました。これは、奥さんの奈緒美さんの減塩に気遣った料理などの協力があつたおかげ。洋司さんは、「大好きなお菓子の間食をやめたり、薄味の食生活へ変えることに、最初は抵抗がありました。が、妻と一緒に乗り越えられました。」と、嬉しそうに語ります。今では、野菜中心で薄味の食生活にも慣れ、「味が濃いとわかるようになった」といっています。

健康づくりは「ムシムシ」
「健康の秘訣はウオーキングと



吉田 洋司さんご夫婦

食生活」と洋司さん。ご夫婦で10年近くウオーキングを続けています。野岳湖ウオーキングには今年で4回目の参加。市外のウオーキング大会では、完歩できずに悔しい思いをしたこともありましたが、いろいろな人の出会いや完歩の喜びが2人の楽しみになっているそうです。休日などは、一緒に6キロメートル近く歩くという吉田さんご夫婦。ウオーキングも減塩生活もコツコツと続けた結果が、今の健康につながっているようです。

あせらずコツコツ
一緒に減塩♪



みんなの健康

唾液の力

日常的に「つば」と呼ばれる唾液はどちらかといえば汚いものというイメージで捉えられがちですが、食べ物を飲み込みやすくするなど、人間になくてはならない重要なものです。唾液が最も出るのは食事中で、普段の約10倍にもなるといわれています。

唾液には多くの働きがあります。その中でも、重要な働きは、歯質を強くすることです。食事をすると歯の表面についた菌垢が酸をつくり、歯の表面のエナメル質はわずかですが溶け出します。これがむし歯の始まりで「脱灰」といいます。「脱灰」のままむし歯が進行してしまふのを防いでいるのが唾液です。食事で酸性になった歯の表面を中性に戻し、溶けた歯の表面のカルシウムイオンを再び表面に定着




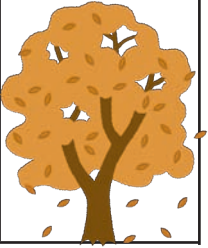
岡歯科医院
岡 信之 院長

させます。最近よく耳にする「再石灰化」がこれにあたり、絶えず繰り返される「脱灰」と「再石灰化」をバランスよく保つことがむし歯にならない基本です。唾液の少ない人は「脱灰」の時間が長くなるので、酸への抵抗力が弱くむし歯になりやすい状態になつてしまいます。

その他の唾液の働きとしては、口中の細菌の発育を抑えて口の中を清潔に保ち口臭を予防する働きや、食べ物を分解して積極的に味覚を感じさせる働き、発がん性物質を抑える働きなどがあります。

これらの効果を発揮させるには、噛むことが重要です。噛めば噛むほど唾液の分泌量は増えるので、じっくり噛んで食べましょう。しかし、加齢によつて唾液量は徐々に減っていきまふ。そのため、高齢者にはドライマウスが増えています。日常飲んでいる薬でも起こりますので注意が必要です。対策としては、唾液腺マッサージや保湿剤などを使う方法が効果的です。

唾液の効果を最大限に生かすために日ごろからよく噛む習慣を身につけましょう。

日	月	火	水	木	金	土
<p>1</p> <p>田崎医院 [外科・胃腸科] 古町1丁目 ☎③1234</p> <p>よだレディースクリニック [産科・婦人科] 富の原2丁目 ☎⑥2227 ※子宮がん検診が受診 できます(要予約)</p> <p>大坂歯科医院 玖島1丁目 ☎④4744</p>	<p>2</p>	<p>3</p> <p>出口小児科医院 [小児科] 諏訪3丁目 ☎②2252</p> <p>平松整形外科医院 [整形外科] 富の原2丁目 ☎⑦4422</p> <p>岡歯科医院 東三城町 ☎④5277</p>	<p>4</p> <p>3歳児健康診査 出前子育てつどい 松原住民センター ■にこにこ子育てサロン</p>	<p>5</p> <p>1歳6か月児健康診査</p>	<p>6</p> <p>初期離乳食教室 受付9:50~10:00 こどもセンター</p> <p>出前子育てつどい 竹松住民センター ■にこにこ子育てサロン 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ</p>	<p>7</p> <p>ふれあい健康講座 13:00~14:00 市民病院 「認知症とのかかわり方」 ■市民病院 ☎②2161</p>
<p>8</p> <p>牧山医院 [内科・外科] 宮小路2丁目 ☎⑤7831</p> <p>上田記念クリニック [外科・消化器科] 諏訪1丁目 ☎④6886</p> <p>加島小児科医院 乾馬場 ☎②2809</p>	<p>9</p> <p>前期離乳食試食会 11:00~</p> <p>1歳児のお部屋 10:30~11:30 こどもセンター</p> <p>プレ幼稚園 ■大村 ☎②549</p> <p>ことばの相談室(予) 13:00~16:30 こどもセンター</p>	<p>10</p>	<p>11</p> <p>おはなしの会 プレ幼稚園 ■西大村 ☎④4502</p> <p>乳幼児すくすく 健康相談 受付 13:30~15:00 郡コミセン</p>	<p>12</p> <p>3歳児健康診査 出前子育てつどい 三浦住民センター ■わいわいらんど</p> <p>プレ幼稚園 ■福重 ☎⑤8741</p>	<p>13</p> <p>出前子育てつどい 郡コミセン ■にこにこ子育てサロン 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ</p>	<p>14</p> 
<p>15</p> <p>たなか循環器内科 [内科・循環器科] 久原2丁目 ☎⑥0320</p> <p>山田整形外科 スポーツクリニック [整形外科・リハビリテーション科] 松原1丁目 ☎⑤8000</p> <p>い歯科矯正歯科クリニック 須田ノ木町 ☎⑤0202</p>	<p>16</p> <p>2歳児のお部屋 10:30~11:30 こどもセンター</p> <p>ことばの相談室(予) 13:00~16:30 こどもセンター</p>	<p>17</p> <p>プレ幼稚園 ■松原 ☎⑤8721</p>	<p>18</p> <p>ベビー&マタニティ のお部屋(前) 10:00~12:00 こどもセンター</p> <p>1歳6か月児健康診査</p> <p>認知症家族の相談会 13:30~15:30 総合福祉センター ■長寿介護課 ☎②7301</p> 	<p>19</p> <p>3歳児健康診査 後期離乳食教室(予) 受付10:20~10:30 こどもセンター</p> <p>卵アレルギー食 試食会(予) 11:00~</p> <p>出前子育てつどい 池田公民館 ■ライオンキッズ</p>	<p>20</p> <p>出前子育てつどい 郡コミセン ■にこにこ子育てサロン 木場公民館 ■ひまわりキッズ</p>	<p>21</p> <p>耳とことばの相談 13:00~15:00 総合福祉センター ・聴覚、言語障害者(児)の 補聴器やことばの相談 ・軽度・中等度難聴児の 補聴相談 ■障害福祉課 ☎②7306</p>
<p>22</p> <p>南野病院 [内科・リハビリテーション科] 東三城町 ☎④8800</p> <p>海江田耳鼻咽喉科 [耳鼻咽喉科・アレルギー科] 三城町 ☎②3329</p> <p>蔵田歯科医院 原口町 ☎⑤3565</p>	<p>23</p> <p>ちくばクリニック [糖尿病内科・内科] 古賀島町 ☎⑤9887</p> <p>北村理子クリニック 皮膚形成外科 [形成外科・美容皮膚科] 久原2丁目 ☎④75515</p> <p>坂口歯科医院 古賀島町 ☎②0477</p>	<p>24</p>	<p>25</p> <p>ベビー&マタニティ のお部屋(後) 10:00~12:00 こどもセンター</p> <p>出前子育てつどい 福重住民センター ■にこにこ子育てサロン</p>	<p>26</p>	<p>27</p> <p>出前子育てつどい 小路口光公民館 ■にこにこ子育てサロン</p>	<p>28</p> 
<p>29</p> <p>田川小児科 [小児科] 東本町 ☎④4000</p> <p>野田耳鼻咽喉科 [耳鼻咽喉科] 大川田町 ☎②8733</p> <p>貞松歯科医院 坂口町 ☎②7808</p>	<p>30</p> <p>ことばと心の相談室(予) 13:00~16:30 こどもセンター</p>	<p>市立幼稚園開放</p> <p>各園へお申し込みください。 時間:10:00~11:30</p> <p>○プレ幼稚園 園児と一緒に遊びます。 親子でお楽しみください。 対象児:3~5歳児</p> <p>■こども政策課 ☎④9100</p>	<p>育児相談</p> <p>※母子手帳をご持参ください。 ※(予)は予約が必要です。</p> <p>○ことば(と心の)相談室(予) 対象:就学前の言葉の発達など が気になるお母さんや、育 児でお悩みのお母さん</p> <p>○離乳食教室 対象:(初期)5か月前後 (後期)10か月前後 (予)</p> <p>■こども家庭課 ☎④9100</p>	<p>予防接種を受けましょう</p> <p>年間を通して無料で実施してい ます。お子さんの体調の良いときに 予約して受けてください。</p> <p>大村市こうのとりのダイヤル 妊娠・不妊相談を受け付けています。 (専用ダイヤル) ☎④9119</p> <p>■こども家庭課 ☎④9100</p>		

休日在宅当番医

診療時間:9:00~18:00
※歯科は12:00まで

市夜間初期診療センター
内科と小児科の夜間診療
・診療時間
19:00~22:00(毎日)
・ところ
こどもセンター内 ☎④9911

健康診査

受付:13:00~13:20
場所:こどもセンター

○1歳6か月児健康診査
対象児:平成26年4月生まれ
(1歳7か月~1歳11か月)

○3歳児健康診査
対象児:平成24年5月生まれ
(3歳6か月~3歳11か月)

■こども家庭課 ☎④9100

子育てつどい 受付開始:11月2日(月)

○1歳児・2歳児のお部屋:「英語で遊ぼう」

○ベビー&マタニティのお部屋
対象:0歳児の親子、妊娠中の人 ところ:こどもセンター
(前)5か月まで (後)6~11か月まで

○おはなしの会 とき:10:30~ ところ:市立図書館

○離乳食試食会(予)
対象:9か月まで ところ:なつみかん 費用:200円

○卵アレルギー食試食会(予)
対象:1歳児以上 ところ:なつみかん 費用:200円
■おむらんど ☎④6111

出前子育てつどい

時間:10:00~
直接お申し込みください

*にこにこ子育てサロン(吳天宮保育園)
☎⑤0922

*わいわいらんど(すずたこども園)
☎④5388

*ライオンキッズ(植松保育園)
☎④5056

*ひまわりキッズ(ひまわり認定こども園)
☎⑤9420