

子育て

ママいきいき子育て講座

内容 お子さんは同年齢同士の遊びの経験に、お母さんは子育ての学びや出会いの場になる講座です。

場所 こどもセンター

対象 市内在住の令和2年1月

～6月生まれの子と母親(原則5回受講できる人)

定員 6組

料金 無料(④の講座は食材費

などの実費徴収)

申込 はがき(親子の住所・氏名・ふりがな・電話番号・子どもの生年月日・性別を記入)

締切 9月14日(月)(応募多数の場合

合抽選)

出前子育てのつどい
時間 10時～

8月	場 所	問い合わせ先
5日(水)	昊天宮保育園	にこにこ子育てサロン
6日(木)	三浦住民センター	わいわいらんど
7日(金)	昊天宮保育園	にこにこ子育てサロン
	古賀島西公民館	ライオンキッズ
20日(木)	池田第一 //	//
21日(金)	郡コミセン	にこにこ子育てサロン
26日(水)	福重住民センター	//
28日(金)	小路口光公民館	//
	古賀島西 //	ライオンキッズ

- ・にこにこ子育てサロン(昊天宮保育園) ☎55-0922
- ・わいわいらんど(すずたこども園) ☎49-5388
- ・ライオンキッズ(植松保育園) ☎54-5056

日 時	内 容
① 10月2日(金) 10:00～11:00	親子遊び・自己紹介
② 9日(金) 10:00～11:00	身体を動かそう
③ 16日(金) 10:00～11:00	聴いてみよう!
④ 23日(金) 9:30～11:30	離乳食クッキング
⑤ 30日(金) 10:00～11:00	親子交流会

※②③④の講座は、託児あり。
〒856-0832本町326-1
●おむらんど ☎47-6111

ベビー&マタニティのおへや

内容 ①ベビーマッサージ

②ベビーマッサージ

日時 ①8月19日(水)②26日(水)

いずれも11時～11時30分

場所 こどもセンター

対象 ①2～6カ月児

②7～11カ月児

定員 いずれも先着8組

申込 電話または窓口(①8月10日(水)②8月17日(月)受け付け開始)

●おむらんど ☎47-6111

高齢者と介護

サロンおむらんど

内容 高齢者が集う場です。

日時 毎週火曜日、13時30分～

15時30分

場所 プラットおおむらんど2階

※8月の講座はお休みです。

●総合福祉センター

☎53-1351

認知症の人と家族の会

日時 8月19日(水)、13時30分～

15時30分

場所 プラットおおむらんど2階

●地域包括支援センター

☎20-7308



障がい者福祉

耳とことばの相談

内容 聴覚・言語障がい者(児)の補聴器やことばの相談など(軽度・中等度難聴児の補聴器購入の相談も受け付けています)

日時 8月22日(土)、13時～15時

場所 プラットおおむらんど4階

●障がい福祉課 ☎20-7306



各種手当の所得状況届を提出してください

内容 届出がない場合、8月以降の手当は受給できませんので、必ず期間内に提出してください。

対象 特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当・特別児童扶養手当を受給中の人員
※対象者には、8月上旬に案内文書を送付します。

提出期間 8月12日(水)～9月11日(金)

●障がい福祉課 ☎20-7306

認知症ほっとライン

内容 あなたや大切な人が「認知症かもしれない」という不安を相談できる「認知症ほっとライン」を設置しています。

期間 7月1日～令和3年3月31日

事業所名	所在地	電話
伊崎脳神経外科・内科	東本町	54・4230
いまち歯科医院	本町	52・1822
うちだ調剤薬局	東本町	54・3303
大村市医師会 居宅介護支援事業所	本町	54・0159
岡歯科医院	東三城町	49・5277
介護老人保健施設うぐいすの丘 通所リハビリテーション	東大村1丁目	54・7199
きい歯科矯正歯科クリニック	須田ノ木町	52・0202
居宅介護支援事業うぐいすの丘	東大村1丁目	54・6464
居宅介護支援事業所コアラ	東三城町	53・3731
グループホーム慈恵荘	東大村2丁目	20・7020
たかぎ矯正小児歯科医院	東三城町	53・0035
中澤病院	東大村1丁目	53・5072
村上歯科医院	東本町	52・3460
山下外科医院	西三城町	54・7122
うえだ記念内科クリニック	諏訪1丁目	48・6886
加島歯科小児歯科医院	乾馬場町	52・2809
居宅介護サービスセンターゆうせんそう	諏訪1丁目	54・6636
居宅介護支援センター箕望荘	池田2丁目	20・8800
グループホーム花みずき	上諏訪町	50・1322
秋櫻醫院	諏訪2丁目	26・7600
こすもすケアセンター	西大村本町	53・9996
貞松歯科医院	坂口町	20・7808
すみ歯科医院	上諏訪町	49・5808
諏訪薬局 スワ店	諏訪2丁目	53・1015
諏訪薬局 峯の平店	上諏訪町	52・1028
デイサービスセンター湧泉荘	諏訪1丁目	54・6636
なりすえ歯科医院	池田1丁目	54・8080
まつかわ歯科医院	西大村本町	54・3988
南野歯科クリニック	乾馬場町	56・8718
祐田歯科診療所	古町2丁目	54・3138
養護老人ホーム湧泉荘	諏訪1丁目	52・2557
レッツ倶楽部大村	杭出津2丁目	47・5146

●地域包括支援センター ☎53・8141

健康

「8020コンテスト」にご応募ください

対象 市内在住の80歳以上(4月1日現在)の人で、20本以上自分の歯をお持ちの人

申込 大村東彼歯科医師会に加入している歯科医院へ直接お申し込みください。

※最優秀賞1人、優秀賞3人を表彰します。

メ 切 9月18日(金)

●大村東彼歯科医師会
☎54・1006



健康づくり推進員によるウォーキング

料金 無料

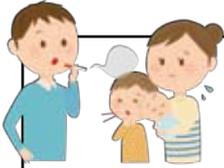
持参 タオル・飲み物(マスク着用)

※天候により中止の場合あり。



8月	集合場所	距離	代表者
10日(月) 9:00	杭出津公園	4km	川原 ☎54・3089
11日(火) 8:30	木場公民館	4~5km	原田 ☎53・4238
19日(水) 8:30	//	//	//
20日(木) 9:00	水計公民館	5~6km	久田松 ☎54・2413
22日(土) 8:50	森園公園	4~5km	馬場 ☎55・3095
25日(火) 8:30	木場公民館	//	原田 ☎53・4238

●国保けんこう課(内線140)



受動喫煙防止は“マナー”から“ルール”へ

受動喫煙のない社会を!

原則屋内禁煙義務化

4月1日から、多くの人を利用する事業所・工場・ホテル・旅館(客室を除く)・飲食店(第二種施設)は、**原則、屋内禁煙**が義務化されました。喫煙を認める場合は、「喫煙専用室」などの設置が必要です。



経過措置

次の要件を満たす飲食店は、経過措置として喫煙可能な場所(喫煙可能室)であることを掲示することで、店内での喫煙が可能となります。

- 令和2年4月1日現在で営業している店舗
- 資本金または出資金の総額が5,000万円以下
- 客室面積が100㎡以下

この機会に禁煙を考えてみませんか?

禁煙が難しいのは、たばこに含まれるニコチンに強い依存性があるからです。そのため、禁煙しようとするとうらやストレスを感じるようになります。



> 禁煙外来・禁煙補助剤を活用しよう

禁煙するには、自力で禁煙する以外に、禁煙外来や禁煙補助剤などを活用し、自分に合った方法で禁煙に取り組むことが可能です。禁煙外来を受診する場合は、医療機関に連絡のうえご利用ください。

▼ 禁煙支援医療機関を調べる

[長崎県ホームページ→上手に禁煙しよう](#) で検索

● 国保けんこう課(内線192)

市民病院だより

アレルギー性鼻炎について

アレルギー性鼻炎とは、鼻内の粘膜にアレルギーの原因物質である抗原が接触し、血液中のリンパ球などが産生する抗体と反応することによって起こる疾患です。2018年に行われた統計では日本人の約51%がアレルギー性鼻炎に罹患しているとされています。通年性(季節を問わず一年中症状があり、ダニ、ハウスダスト、ペットのフケなどが抗原となる)と季節性(抗原となるスギ、ヒノキ、ヨモギ、イネなどの花粉の飛散時期だけに症状が出現する)に分類され、くしゃみ・鼻水・鼻づまりが主な症状です。一般的に「花粉症」と呼ばれているのは、季節性アレルギー性鼻炎にあたります。通年性でもスギやヒノキにも抗体を持っている場合は、その花粉の飛散時期には特に症状が強くなります。また最近では、黄砂やPM2.5の飛散によって症状が強くなることもわかっています。

治療は大まかに薬物治療、手術的治療、舌下免疫療法の3つに分けられます。薬物治療はアレルギー反応を抑制する抗アレルギー剤を内服したり、鼻粘膜に作用するステロイド点鼻薬を点鼻したりします。ただしこれはアレルギーを「治す」治療ではなく「症状を抑える」治療ですので、症状が改善しても治療を継続する必要があります。手術的治療は薬物治療と併用して行うことが多く、

アレルギー反応の場である鼻粘膜を炭酸ガスレーザーで焼灼したり、強く曲がっている鼻中隔(左右の鼻腔を隔てる真ん中の仕切り)の矯正をしたり、アレルギー反応によって腫れている下鼻甲介の減量を行ったりします。前者は外来でも行えますが効果は1年~2年程度です。後者は鼻づまりの改善を目的として行うものであり、全身麻酔下での手術となります。また手術を行っても抗アレルギー剤の内服は継続する必要があります。治療薬を舌の下に投与する舌下免疫療法の薬物治療や手術的治療とは異なり、アレルギーを「治す」治療です。スギとダニに対する舌下免疫療法が可能であり、治療期間は3年前後です。治療終了後は7~8割の人で症状が消失し、抗アレルギー剤の内服などが不要になります。ただし、重症の喘息の人や妊娠中の人、ある種の降圧剤を内服している人などは舌下免疫療法は行えません。

当院では薬物治療に加え症状に応じて手術的治療を併用したり、適応のある方には舌下免疫療法を提案させていただいています。アレルギー性鼻炎でお困りの人は、ぜひ一度ご相談ください。

● 大村市民病院 ☎52・2161

8月の健康・育児カレンダー

1	土	
2	日	<p>☒ もとやまファミリークリニック(内科・小児科) 古賀島町 ☎47・8555 大村中央産婦人科(産婦人科) 水主町2丁目 ☎52・3850 (子宮がん・乳がんエコー検診を受診できます。要予約。)</p> <p>☒ なりすえ歯科医院 池田1丁目 ☎54・8080(午前中のみ)</p>
3	月	ことばの相談室
4	火	
5	水	1歳6カ月児健康診査 ピヨピヨえほんタイム
6	木	離乳食教室(5カ月前後) 3歳児健康診査
7	金	乳幼児すくすく健康相談
8	土	
9	日	<p>☒ みやしたリウマチ・内科クリニック(リウマチ科・内科) 幸町 ☎47・5555 伊崎脳神経外科・内科(脳神経外科・内科) 東本町 ☎54・4230</p> <p>☒ 橋口歯科医院 竹松本町 ☎55・5095(午前中のみ)</p>
10	月	<p>☒ たなかみのるクリニック(内科・消化器内科) 宮小路3丁目 ☎47・6677 神田クリニック(外科・内科) 木場1丁目 ☎48・5648</p> <p>☒ マイン歯科クリニック 沖田町 ☎28・8241(午前中のみ)</p>
11	火	
12	水	みんなであそぼう
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	<p>☒ くしま記念クリニック(内科) 玖島2丁目 ☎51・1256 海江田耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉科・アレルギー科) 三城町 ☎52・3329</p> <p>☒ またの歯科口腔外科クリニック 竹松本町 ☎55・8261(午前中のみ)</p>
17	月	
18	火	
19	水	3歳児健康診査
20	木	1歳6カ月児健康診査
21	金	離乳食教室(10カ月前後)
22	土	
23	日	<p>☒ 山下外科医院(消化器内科・外科) 西三城町 ☎54・7122 野田耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉科) 大川田町 ☎28・8733</p> <p>☒ 俣野まさとし歯科診療所 大川田町 ☎27・4433(午前中のみ)</p>
24	月	ことばと心の相談室
25	火	
26	水	1歳6カ月児健康診査
27	木	3歳児健康診査
28	金	
29	土	
30	日	<p>☒ 中村医院(内科・小児科) 東本町 ☎52・2733 山道医院(外科・肛門科) 桜馬場2丁目 ☎53・2305</p> <p>☒ まつかわ歯科医院 西大村本町 ☎54・3988(午前中のみ)</p>
31	月	ことばと心の相談室

休日在宅当番医

☒ 病院 9:00~18:00

☒ 歯科医院 9:00~12:00

※変更になる場合あり。受診前に確認を。

市夜間初期診療センター

内科と小児科の夜間初期診療を行っています。

診療時間 19:00~22:00(毎日)

場所 こどもセンター内

☎54・9911

新型コロナウイルス感染症対策のため、必ず事前に電話で連絡をお願いします。

予防接種を受けましょう

お子さんの体調の良いときに、指定医療機関を予約して受けてください。生後2カ月から開始しましょう。

●こども家庭課 ☎54・9100

大村市こうのとりのダイヤル

妊娠・不妊・不育相談を受け付けています。

●専用ダイヤル ☎54・9119

子育て・健診・相談

●こども家庭課 ☎54・9100

▶1歳6カ月児健康診査

場所 こどもセンター

対象者には、個別に通知します。

▶3歳児健康診査

場所 こどもセンター

対象者には、個別に通知します。

▶ことば(と心)の相談室

時間 13:00~16:30(要予約)

場所 こどもセンター

対象 就学前の子どものことばの発達や
育児などでお悩みの人、または親子

持参 母子手帳

▶乳幼児すくすく健康相談

受付 9:30~11:00/13:30~13:50

場所 こどもセンター

内容 計測、育児・栄養・歯科相談

持参 母子手帳

▶離乳食教室

受付 10:20~10:30(要予約)

場所 こどもセンター

持参 母子手帳

乳幼児のおへや

●おむらんど ☎47・6111

▶みんなであそぼう(先着8組:要予約)

時間11:00~ 場所 こどもセンター

▶ピヨピヨえほんタイム(先着8組:要予約)

時間11:00~ 場所 こどもセンター