

## 予防接種を早めに受けましょう

インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します

### 助成対象を中学生までに拡大します

インフルエンザは普通の風邪に比べて感染力が強く、高齢者や乳幼児にとっては肺炎や脳症などを併発し、生命に関わることもある危険な感染症です。予防接種を受けておくと、インフルエンザにかかりにくくなるだけでなく、かかっても症状が軽くてすみます。体調が良いときに早めに受けましょう。



**対象** 市内在住で、次のいずれかに該当する人

①乳幼児・小学生②中学生③65歳以上の人④60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓または呼吸器の機能に重度の障害がある人、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能障害がある人(身体障害者手帳等級が1級程度の人)

**期間** 10月1日(火)～令和2年2月29日(土)

**自己負担額** ①1,700円/回②1,700円、③④2,270円

※①～④に該当する人で、生活保護世帯に属する人は全額助成します。

**助成回数** ①は2回、②③④は1回

**申込** 指定医療機関に直接電話などで予約してください。

▶接種できない人

- ・37度5分を超える発熱がある
- ・重い急性疾患にかかっている
- ・ワクチンに含まれる成分で、ひどいアレルギー反応を起こしたことがある
- ・その他、医師が不適当な状態と判断したときなど

●①②こども家庭課 ☎54・9100

③④国保けんこう課(内線145)

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
ありやま小児科	49・6410	澤田胃腸科内科医院	55・1507	はら脳神経外科	47・9770
伊崎脳神経外科・内科	54・4230	篠原皮ふ科クリニック	50・1677	平松整形外科医院	27・4422
うえき心療内科クリニック	54・6000	下山耳鼻咽喉科医院	55・0648	フジイ胃腸科クリニック	54・8686
うえだ内科・脳神経内科クリニック	48・6886	須田小児科医院	54・7200	ふじもとこどもクリニック	47・8887
上田皮ふ科	47・6707	高島脳神経内科	48・7777	ほり内科クリニック	49・5090
おおむら海辺のクリニック	46・3663	田川小児科	52・4000	本田皮ふ科アレルギー科	55・6830
おおつか内科医院	53・8080	田崎医院	53・1234	前川漢方内科クリニック	53・6866
大村中央産婦人科	52・3850	たしろ医院	28・8686	牧山医院	55・7831
岡循環器内科	52・3000	たなか循環器内科	50・0320	南野クリニック	53・2233
おび産婦人科医院	54・1103	たなかみのるクリニック	47・6677	南野病院	54・8800
海江田耳鼻咽喉科	52・3329	谷口整形外科	48・6677	みね内科クリニック	55・5070
川田整形外科	46・3145	ちくばクリニック	56・9887	みやしたリウマチ・内科クリニック	47・5555
川本内科医院	54・5675	出口小児科医院	52・2252	むたクリニック	52・4501
神田クリニック	48・5648	寺井医院	52・3574	もとやまファミリークリニック	47・8555
北村理子クリニック皮ふ形成外科	47・5515	ともなが内科クリニック	54・5000	山口耳鼻咽喉科医院	52・2706
くしま記念クリニック	51・1256	長崎医院	55・8615	山下外科医院	54・7122
秋櫻醫院	53・9990	中澤病院	53・5072	山田整形外科スポーツクリニック	56・8000
後藤産婦人科	20・8123	中田外科胃腸科	54・0083	山道医院	53・2305
小松内科	48・6000	中牟田消化器内科クリニック	48・7000	吉田内科クリニック	52・1177
さくらクリニック	53・8819	中村医院	52・2733	よしだレディースクリニック	56・2227
貞松病院	54・1161	野口内科こども医院	52・2339	レディースクリニックしげまつ	54・9200
さわ小児科	56・2288	橋口整形外科医院	55・8739	わたなべ耳鼻咽喉科医院	52・2003

※諫早医師会加入の医療機関でも接種することができます。

## 令和2年度市立幼稚園・市立こども園（短時間部）園児募集

**対象** 市内に住民登録している、平成26年4月2日～平成29年4月1日の間に生まれた幼児

**受付期間** 10月1日(火)～11日(金)、  
(幼稚園)9時～16時、(こども園)9時～17時

**申込** 入園を希望する園に、直接お申し込みください。

**入園願配布場所** 各幼稚園・放虎原こども園・こどもセンター・市コミセン・市役所・市ホームページ

※複数園への同時申し込みはできません。

※入園希望者が多数の場合は抽選

▶利用者負担額(保育料)

無料です。給食費(主食費・副食費)は、1食230円です。市民税所得割課税額が77,100円以下の世帯と第3子以降の子は、副食費が免除になります。



市ホームページQRコード▲

「令和2年度大村市立幼稚園・大村市立こども園(短時間部)園児募集」

園名	3歳児	4歳児	5歳児	電話番号
大村幼稚園		30人	22人	52・2549
西大村幼稚園		30人	19人	52・4502
福重幼稚園		10人 ※1	15人	55・8741
放虎原こども園(短時間部)	5人	25人	15人	52・3564

※1 5歳児の応募数が募集人数未満の場合、4歳児は募集人数を超えて受け付けます。

●こども政策課 ☎54・9100

## 令和2年度保育所等入所児童募集

**対象** 令和2年4月1日現在、0～5歳の乳幼児で、次のいずれかの事情に保護者が該当する場合

- ①就労(月60時間以上)している
- ②妊娠中、または出産後間もない
- ③病气やけが、障がいなどがある
- ④同居の親族を介護または看護している
- ⑤震災・風水害・火災などの復旧に当たっている
- ⑥就労する意思があり、求職活動に専念している
- ⑦学校または職業訓練校に在学している
- ⑧児童虐待やDVを防止するために保育を必要としている
- ⑨育児休業取得中に、すでに保育を利用している子がいる
- ⑩その他の事情で保育を必要としている

**申込期間** 11月1日(金)～29日(金)(土・日曜日・祝日を除く)

※先着順ではありません。各自見学のうえ申し込みください。

※申し込みに必要な書類は、市ホームページ・こどもセンター・各保育所などで10月下旬から配布します。

▶利用者負担額(保育料)

3～5歳児クラスの児童は無償、0～2歳児クラスの児童は世帯の市民税所得割課税額を基に決定します(年齢は令和2年4月1日時点)。



※詳しくは市ホームページ・こどもセンター・各保育所などで配布する「令和2年度保育所等への入所手続きのしおり」をご覧ください。

区分	施設名
公立保育所	三城
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・ゆりがこ・おひさま・かしのき・たけまつ・千木の森やまびこ・サラナ・ぶれり・かめりあ天空の森(新設予定)
私立認定こども園	昊天宮・たんぼぼ・かめりあ・ひまわり・くじら・わんぱくはうす・すずた・フォルテ・キッズランド・いけだ
私立小規模保育施設など (対象児:0～2歳)	このみ・たけまつちっち・いるか・さくら・ちぎのもり・すこやか・かめりあ・かめりあ三城・キッズホーム・マーナ・のびやか・とみのはら・まつぼっくり・つぼみのおうち・かめりあ三城第二・かめりあ三城第三・どんぐり・エミー

●こども政策課 ☎54・9100

子育て

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 योग

**日時** ①10月21日(月)②30日(水)、  
いずれも10時15分～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** ①30組②20組(先着順)

**申込** 電話または窓口(10月2日(水)受付開始)

●おむらんど ☎47・6111



出前子育てのつどい

時間 10時～

10月	場 所	問い合わせ先
2日(水)	松原住民センター	にこにこ子育てサロン
4日(金)	竹松 //	//
	古賀島西公民館	ライオンキッズ
10日(木)	三浦住民センター	わいわいらんど
11日(金)	郡コミセン	にこにこ子育てサロン
16日(水)	萱瀬住民センター	//
25日(金)	古賀島西公民館	ライオンキッズ
	小路口光 //	にこにこ子育てサロン
30日(水)	福重住民センター	//

- 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

10月の市立幼稚園開放日

**内容** 園庭とプレイルームを開放  
します。親子でお楽しみください。

**対象** 0～5歳児とその保護者

▼大村幼稚園 ☎52・2549

**日程** 10月2日(水)

▼西大村幼稚園 ☎52・4502

**日程** 10月21日(月)

▼福重幼稚園 ☎55・8741

**日程** 10月24日(木)

※いずれも10時～11時30分

**親子クッキング**

**日時** 10月24日(木)、10時～12時

**場所** こどもセンター

**対象** 3歳以上(未就学児)の親子

**定員** 8組(新規優先)

**申込** 電話または窓口(10月2日(水)受付開始)

●おむらんど ☎47・6111

モトアナマブのおやこ絵本コンサート

**内容** プロの語り手と演奏家の、  
絵本の読み聞かせやアドバイ  
スなど。

**日時** 11月21日(木)、11時～11時  
30分

**場所** プラザおおむら

**対象** 市内在住の、未就学児と  
その保護者

**定員** 親子40組

**申込** 電話または窓口(10月21日(月)受付開始)

●おむらんど ☎47・6111



お子さんの発達が気になる人へ

**内容** お子さんと一緒に遊びなが  
ら、児童発達支援事業所の先  
生と、普段から気になっている  
ことをお話ししてみませんか?

**日程** 10月9日(水)・11月15日(金)・  
12月13日(金)・令和2年1月10日  
(金)・2月14日(金)・3月13日(金)

**場所** おむらんど

**対象** 未就学児とその保護者

●おむらんど ☎47・6111

パパと一緒にクッキング

**内容** 父子で本格西洋料理を  
作ってみよう

**日時** 10月20日(日)、10時30分～14時

**場所** プラザおおむら

**対象** 父親と子(小学生2人まで)

**料金** 1,000円(子2人の場  
合1,500円)

**定員** 12組(先着順)

**申込** 電話またはメール

**メ** 10月15日(火)

●男女共同参画推進センター

☎54・8715

✉ danjyo-s@city.omura.nagasaki.jp

asaki.jp

高齢者と介護

サロンおおむら桜

**内容** 高齢者が集う場です。

**日時** 毎週火曜日、11時～15時

※10月22日(火)はお休みです。

**場所** プラットおおむら2階

●総合福祉センター

☎53・1351

**認知症家族の相談会**

**日時** 10月16日(水)、13時30分～  
15時30分

**場所** プラットおおむら2階

●地域包括支援センター

☎20・7308

**介護サポート講座 クロバー**  
**内容** 「こんなこと知ってました?介護保険を使う時の心得!」  
**日時** 10月5日(土)、10時30分~  
**場所** プラットおおむら4階  
**料金** 無料(要予約)  
 ●まちなか保健室 ☎20・7115

**「大村市版人生ノート」づくり**  
**日時** 10月7日(月)、10時30分~11時30分  
**場所** 市コミセン **料金** 無料  
 ※参加者には大村市版人生ノートを配布します。

●地域包括支援センター  
 ☎53・8141

**障がい者福祉**

**みんなで語ろう!**

**ピアカウンセリング茶話会**

**内容** ハンデを越えて、仲間の輪を広げる茶話会です。

**日時** 10月16日(水)、13時~16時

**場所** プラットおおむら5階

**対象** 今の状態から一歩踏み出してみようと考えている障がい者の人、ご家族・サポーター  
**申込** 10月4日(金)

●市自立支援協議会事務局  
 ☎52・5063

**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

**日時** 10月19日(土)、13時~15時

**場所** プラットおおむら4階

●障がい福祉課 ☎20・7306

**健康**

**ふれあい健康講座**

**内容** 「介護に必用な床ずれ予防方法」~皮膚の観察ポイント~

**日時** 10月5日(土)、13時30分~14時30分

**場所** 大村市民病院

※自由に参加できます。

●大村市民病院 ☎52・2161

**10月は骨髄バンク推進月間です**

**内容** 骨髄ドナー登録にご協力ください。

**受付場所** 献血バス・献血ルーム(はまのまち)「西海・県立

保健所(県立保健所は要予約)  
 ※大村市では、ドナーとなった市民の皆さんに助成金を交付しています。

●国保けんこう課(内線152)

**10月17日~23日は「薬と健康の週間」です**

**内容** 薬は、次のことに注意し、より安全に効果的に使用してください。

- ・使用前に薬の添付文書をよく読みましょう
  - ・用法・用量を守りましょう
  - ・薬の剤形にあった服用方法を守りましょう
  - ・薬の飲み合わせに注意しましょう
  - ・高齢者や子どもの薬の使用には特に注意しましょう
  - ・薬は正しく保管しましょう
  - ・古い薬の使用はやめましょう
- 国保けんこう課(内線152)

**健康づくり推進員による10月のウォーキング**

**料金** 無料 **持参** タオル・飲み物  
 ※天候により中止の場合あり。

10月	集合時間	集合場所	距離	代表者
1日(火)	13:30	鈴田運動公園	4~5km	塩田 ☎52・2368
8日(火)	9:00	木場公民館	//	原田 ☎53・4238
10日(木)	8:50	大村公園 観光センター横	7km	田添 ☎54・2578
	9:00	杭出津公園	4km	川原 ☎54・3089
15日(火)	9:00	松並公園	5.5km	川島 ☎53・4282
	13:30	鈴田運動公園	4~5km	塩田 ☎52・2368
16日(水)	9:00	木場公民館	//	原田 ☎53・4238
22日(火)	9:00	//	//	//
24日(木)	9:00	水計公民館	5~6km	久田松 ☎54・2413
25日(金)	9:30	萱瀬住民センター	7km	山下 ☎42・3187
26日(土)	9:50	郡コミセン	4~5km	馬場 ☎55・3095

●国保けんこう課(内線171)

**10月の健康テレホンサービス ☎0120・555・203**

- 月曜…片頭痛について
- 火曜…ゴルフ肘
- 水曜…赤ちゃんの発熱
- 木曜…老眼について
- 金曜…口内炎か口腔がんか迷ったら?
- 土・日曜…排尿時の痛み

●県保険医協会 ☎095・825・3829

**10月は臓器移植普及月間です**

**内容** 家族と話し合い、臓器提供についての意思を表示することが大切です。臓器提供意思表示カードは、国保けんこう課に設置しています。

●国保けんこう課(内線152)

## 保健師と一緒に考えてみよう!

## 健康おおむら21通信



## 塩を摂りすぎるとどうなるの?

あなたは塩をどれくらい摂っていますか?体のしくみを知って、体にやさしく、美味しい減塩生活を送りましょう。

## 人類の進化と塩

生物は海水から生まれたため、私達の体の水分(体液や血液)は海水の成分と同じです。陸上で生活を始めた人類は、腎臓から塩(ナトリウム)を再吸収する仕組みを作って生命を維持してきました。塩を生成できるようになった現在は、余分に摂る時代になりました。

体の水分のバランスを保つ  
ナトリウムとカリウム

細胞の中と外は、塩(ナトリウム)とカリウムで水分のバランスを保っています。

## 摂りすぎた塩が排泄されるまで

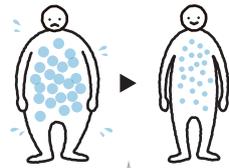
## 塩を余分に摂る

体は、血液の濃度を一定に保つように水を欲しがる



## 水を飲む

体の水分(体液や血液)が増える



## 余分なものを排出する

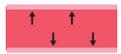
腎臓が血液をろ過し、尿や汗などで排泄される

体が水ぶくれしないよう尿からどんどん出します。

## なぜ摂りすぎるとよくない?

「尿として出せばいい」ということではなく、血液量が増えることで体にはさまざまな負担がかかります。

血圧が上がり、血管の内側が傷む



心臓の仕事量が増え、心筋や弁が疲れる



腎臓の仕事量が増え、疲れる



不明な点は国保けんこう課までお尋ねください。

●国保けんこう課(内線192)

## 市民病院だより

## 歯科口腔外科について

歯科口腔外科は虫歯治療や歯周病治療を行うまちの歯科医院とは異なり、口の中全般の外科治療(横向きに埋まっている親知らずの抜歯など)、全身疾患があり抗血栓療法(血液サラサラの薬を使用している)などの治療を受けている人の外科治療、歯科治療が怖くて治療を受けられない人の歯科治療、当院に入院し全身麻酔下に手術を受ける人の周術期口腔管理を専門にして診療を行っています。

親知らずは横向きに生えることが多く、周囲の歯茎の腫れや痛みが出たり、生涯必要となる手前の奥歯まで虫歯にしてしまいます。また親知らずの傍には重要な神経・血管が走行しており、通常の歯科医院では対応困難な場合が多く、多くの紹介をいただき処置を行っています。

また抗血栓療法を受けている人の抜歯が必要となった場合、現在のガイドラインではその薬剤を休薬しないことが推奨されています(治療中の原疾患への影響を考慮して)。歯科口腔外科では、そのような人に対しては異常出血に備え、入院で抜歯を行い、不測の事態が生じた際の備えを行っています。

歯科治療が怖くてなかなか歯科医院に行けない人、行っても治療が難しい人は多くおられます。歯科口腔外科ではそのような人

には点滴で少し眠っていただく静脈内鎮静法を採用しており、その間に歯科治療を行い、心身ともに負担ない治療を行っています。

周術期口腔管理についてですが、体のどこの部位であれ、全身麻酔下での手術あるいは薬物療法を受けると、全身抵抗力が低下します。その際、口の中に重度の歯周炎あるいは虫歯が存在すると、時として歯周病菌による重篤な感染症を起こすことがあります。歯科口腔外科では手術前に口の中の検査および応急処置を行い、菌性感染症の発症を予防しています。

当院の口腔外科担当医は厚労省認定日本口腔外科専門医で、専門は口腔がんです。最近、なかなか治癒しない口内炎は口腔がんではないかというニュースが流れ、不安を覚えている人もおられるのではないかと思います。担当医はこれまで大学病院などで多くの症例を経験しており、この分野は非常に得意としています。当院は基本的に紹介状が必要ですが、どなたでも受診可能です。予約制ですが、当日予約も受け付けています。口腔外科疾患および治療についてご相談・ご質問がありましたら、いつでもご連絡ください。

●大村市民病院 ☎52・2161

10月の健康・育児カレンダー

1	火	
2	水	
3	木	離乳食教室(5カ月前後) 身体測定
4	金	
5	土	
6	日	<p>➤ 出口小児科医院(小児科) 諏訪3丁目 ☎52・2252 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>🦷 俣野まさとし歯科診療所 大川田町 ☎27・4433(午前中のみ)</p>
7	月	0歳児のおへや
8	火	
9	水	乳幼児すくすく健康相談
10	木	3歳児健康診査 ピヨピヨえほんタイム
11	金	
12	土	
13	日	<p>➤ 長崎医院(内科・小児科) 寿古町 ☎55・8615 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>
14	月	<p>➤ 岡循環器内科(内科・循環器科) 東三城町 ☎52・3000 たかはた眼科クリニック(眼科) 小路口町 ☎27・4641</p> <p>🦷 いまみち歯科医院 本町 ☎52・1822(午前中のみ)</p>
15	火	
16	水	1歳6カ月児健康診査 1歳児のおへや
17	木	3歳児健康診査 献血(市役所前 9:30~11:00 / 12:30~16:00)
18	金	離乳食教室(10カ月前後)
19	土	
20	日	<p>➤ 澤田胃腸科内科医院(胃腸科・内科) 小路口本町 ☎55・1507 本田皮膚科アレルギー科(皮膚科・アレルギー科) 富の原2丁目 ☎55・6830</p> <p>🦷 南野歯科クリニック 乾馬場町 ☎56・8718(午前中のみ)</p>
21	月	ことばの相談室
22	火	<p>➤ 田崎医院(外科・胃腸科) 古町1丁目 ☎53・1234 平松整形外科医院(整形外科) 富の原2丁目 ☎27・4422</p> <p>🦷 南原歯科医院 皆同町 ☎55・1120(午前中のみ)</p>
23	水	3歳児健康診査
24	木	1歳6カ月児健康診査
25	金	
26	土	
27	日	<p>➤ ありやま小児科(小児科) 木場1丁目 ☎49・6410 前田ひふ科・アレルギー科(皮膚科・アレルギー科) 西大村本町 ☎50・1112</p> <p>🦷 もりもと歯科医院 木場1丁目 ☎50・1091(午前中のみ)</p>
28	月	ことばと心の相談室
29	火	
30	水	
31	木	

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

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

受付 13:00~13:20

場所 こどもセンター

対象 平成30年3月生(1歳7カ月~1歳11カ月)

▶3歳児健康診査

受付 13:00~13:20

場所 こどもセンター

対象 平成28年4月生(3歳6カ月~3歳11カ月)

▶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

※10カ月前後は要予約(先着10組)

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

▶0(1)歳児のおへや

時間 10:30~ 場所 こどもセンター

▶ピヨピヨえほんタイム

時間 10:30~ 場所 おむらんど

▶身体測定

時間 10:00~ 場所 おむらんど