

予防接種を受けましょう

インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します

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済みます。体調が良いときに受けましょう。

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(金)～令和4年2月28日(月)

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人
- ・重い急性疾患にかかっている人
- ・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人
- ・医師が接種できないと判断した人 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
ありやま小児科	49・6410
伊崎脳神経外科・内科	54・4230
うえき心療内科クリニック	54・6000
うえだ記念内科クリニック	48・6886
上田皮ふ科	47・6707
おおむら海辺のクリニック	46・3663
おおつか内科医院	53・8080
大村中央産婦人科	52・3850
岡循環器内科	52・3000
海江田耳鼻咽喉科	52・3329
川田整形外科	46・3145
川本内科医院	54・5675
神田クリニック	48・5648
北村理子クリニック皮ふ形成外科	47・5515
くしま記念クリニック	51・1256
秋櫻醫院	53・9990
小松内科	48・6000
さくらクリニック	53・8819
貞松病院	54・1161
さわ小児科	56・2288
澤田胃腸科内科医院	55・1507
篠原皮ふ科クリニック	50・1677

医療機関名	電話番号
下山耳鼻咽喉科医院	55・0648
すだこどもクリニック	54・7200
高島脳神経内科	48・7777
田川小児科	52・4000
田崎医院	53・1234
たしろ医院	28・8686
たなか循環器内科	50・0320
たなかみのるクリニック	47・6677
つねとう内科・循環器内科	55・8855
谷口整形外科	48・6677
ちくばクリニック	56・9887
出口小児科医院	52・2252
寺井医院	52・3574
ともなが内科クリニック	54・5000
ながさき・おおば内科・消化器内科クリニック	55・8615
中澤病院	53・5072
中田外科胃腸科	54・0083
中牟田消化器内科クリニック	48・7000
中村医院	52・2733
野口内科こども医院	52・2339
橋口整形外科医院	55・8739
はら脳神経外科	47・9770

医療機関名	電話番号
平松整形外科医院	27・4422
フジイ胃腸科クリニック	54・8686
ふじもとこどもクリニック	47・8887
ほり内科クリニック	49・5090
本田皮ふ科アレルギー科	55・6830
前川漢方内科クリニック	53・6866
牧山医院	55・7831
南野クリニック	53・2233
南野病院	54・8800
みね内科クリニック	55・5070
みやしたリウマチ・内科クリニック	47・5555
むたクリニック	52・4501
もとやまファミリークリニック	47・8555
山口耳鼻咽喉科医院	52・2706
山下外科医院	54・7122
山田整形外科スポーツクリニック	56・8000
山道医院	53・2305
吉田内科クリニック	52・1177
よしだレディースクリニック	56・2227
レディースクリニックしげまつ	54・9200
わたなべ耳鼻咽喉科医院	52・2003

令和4年度市立幼稚園・市立放虎原こども園(短時間部)園児募集

対象 市内に住民登録している、または4月の入園までに住民登録を予定している、平成28年4月2日～平成30年4月1日の間に生まれた幼児(こども園は平成28年4月2日～平成31年4月1日生まれ)

受付期間 10月6日(水)～15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。市民税所得割額が77,100円以下の世帯と第3子以降の子は、副食費1食205円が免除になります。

幼稚園名	3歳児	4歳児	5歳児	電話番号
大村幼稚園			23人	52・2549
西大村幼稚園			22人	52・4502
福重幼稚園		10人	17人	55・8741
放虎原こども園(短時間部)	5人	25人	23人	52・3564

※ 大村幼稚園・西大村幼稚園は、令和4年度(令和5年3月31日)をもって閉園します。

※ 募集人数は、各園の在園児数により、若干の増減があります。

●こども政策課 ☎54・9100

令和4年度保育所等入所児童募集

対象 令和4年4月1日現在、0～5歳の乳幼児で、保護者が次のいずれかの事情により、保育を必要とする人

- ①月60時間以上就労している
- 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(入所済みの児童のみ利用可)
- ⑩その他の事情で保育を必要としている

申込 必要書類をこどもセンターに提出。

申込期間 11月1日(月)～30日(火)(土・日曜日・祝日を除く)

※先着順ではありません。各自見学の上お申し込みください。

※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4年4月1日時点)。

区分	施設名
公立認定こども園	放虎原
私立保育園	萱瀬・植松・久原・三浦・松原・わかば・常盤・諏訪・かたまち・新城・桜馬場・ゆりかご・おひさま・かしのき・たけまつ・千木の森やまびこ・サラナ・ぷれり恵光・かめりあ天空の森・エミー・このみ
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・福重みょうせんじ・ふるまち
私立小規模保育施設 など (対象児:0～2歳)	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・かめりあ第二・かめりあ三城・かめりあ三城第二・かめりあ上諏訪・キッズホーム・マーナ・とみのはら・まつぼっくり・つぼみのおうち・どんぐり

※ 対象施設は、8月現在の施設です。

※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4年度保育所等への入所手続きのしおり」をご覧ください。

●こども政策課 ☎54・9100

子育て

ベビー&マタニティのおしゃ

内容 ①ベビーマッサージ

②ベビィヨガ

日時 ①10月13日(水)②20日(水)、

いずれも10時15分～10時45分、

11時15分～11時45分

場所 おむらんど

対象 ①2～6カ月児・妊婦

②7～11カ月児

定員 いずれも先着12組

申込 電話・窓口

①10月4日(月)②10月11日(月)

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
1日(金)	古賀島西公民館	ライオンキッズ
	竹松住民センター	にこにこ子育てサロン
6日(水)	松原 //	
13日(水)	萱瀬 //	
14日(木)	三浦 //	わいわいらんど
15日(金)	郡コミセン	にこにこ子育てサロン
22日(金)	古賀島西公民館	ライオンキッズ
27日(水)	福重住民センター	にこにこ子育てサロン
29日(金)	小路口光公民館	

- ・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・5057

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。(大村幼稚園は運動会

を開催します)

対象 0～5歳児とその保護者

▼大村幼稚園 ☎52・2549

日程 10月16日(土)

※運動会は9時～11時30分

▼西大村幼稚園 ☎52・4502

日程 10月13日(水)

▼福重幼稚園 ☎55・8741

日程 10月14日(木)

※いずれも10時～11時

※検温とマスク着用など感染予

防対策をしてお越しください。

DVD視聴による

保育サポーター説明・研修

内容 県内の医師が仕事と生活

の両立ができるように、子育

てを援助する保育サポーター

についての説明・研修会が開

催されます。

日程 11月16日(火)、2時間程度

(その他の日程も可)

場所 長崎大学病院または自宅

での視聴

申込 電話・メール

メ 11月9日(火)

●長崎大学病院メディカル・

ワークライフバランスセンター

☎095・819・7979

✉info01@nagasaki-ajisai.jp

高齢者と介護

介護サポート講座クローバー

内容 「あらためて、介護保険つ

てなあれ？」

日時 10月2日(土)、10時30分～

11時30分

場所 プラットおおむら5階

定員 30人

料金 無料(要予約)

※新型コロナウイルスの感染状

況によっては開催を中止する

場合があります。

●まちなか保健室 ☎20・7115

介護予防教室「楽笑会」

受講団体の募集

内容 介護予防に関する体操な

どの講座

日程 週に1回2時間、4週連続

場所 地域の公民館など

対象 65歳以上の人を5人以上

含むグループ

料金 無料

申込 窓口・電話・ファクス・メ

ール

メ 11月30日(火)

●地域包括支援センター

☎53・8141 ☎53・8334

✉chouju@city.omura.nagas

aki.jp

大村市高齢者作品展

内容 手芸・文芸・写真・絵画・

書・工芸・盆栽・生花など、高齢

者(65歳以上)の趣味・経験を

生かした作品、生きがいを高

めるために創作した作品を発

表します。

展示期間 11月1日(月)～4日(木)

場所 市コミセン

申込 電話(作者名・作品名・出

展数)

※搬入出の日程については、申

込時に伝えます。

メ 10月15日(金)

●大村市老人クラブ連合会事務局

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、13時30分～15時30分

場所 プラットおおむら2階

※新型コロナウイルスの感染状況によっては開催を中止する場合があります。

● 社会福祉協議会

☎ 53・1351

認知症の人と家族の会

日時 10月20日(水)、13時30分～15時30分

場所 プラットおおむら2階

※新型コロナウイルスの感染状況によっては開催を中止する場合があります。

● 地域包括支援センター

☎ 53・8141

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 10月16日(土)、13時～15時

場所 プラットおおむら4階

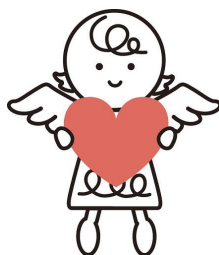
● 障がい福祉課 ☎ 20・7306

健康

10月は臓器移植普及月間です

内容 臓器提供について日頃から家族と話し合い、意思を示すことが大切です。臓器提供意思表示カードは、国保けんこう課の窓口を設置しています。

● 国保けんこう課(内線152)



10月は

骨髄バンク推進月間です

内容 18～54歳までの健康な人なら、骨髄ドナー登録ができます。

※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。

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

● 国保けんこう課(内線152)

集団健康診査(無料)のお知らせ

日時 10月17日(日)、9時～12時

場所 市コミセン

料金 無料

予約 国保けんこう課へ事前に予約してください。

健診

▶ 大村市国民健康保険加入者
※令和4年3月末時点で19歳以上

持参 受診券・保険証

▶ 大村市後期高齢者医療保険加入者

持参 保険証



マスク着用をお願いします

▶ 任意で追加可能な検査

肺がん検診(150円)、大腸がん検診(150円)など

※歯科相談が受けられます。(無料、景品あり)

※社会保険や共済保険などの被扶養者も申し込み可能。

※新型コロナウイルス感染症の発生状況により中止する場合があります。

● 国保けんこう課(内線145)

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)

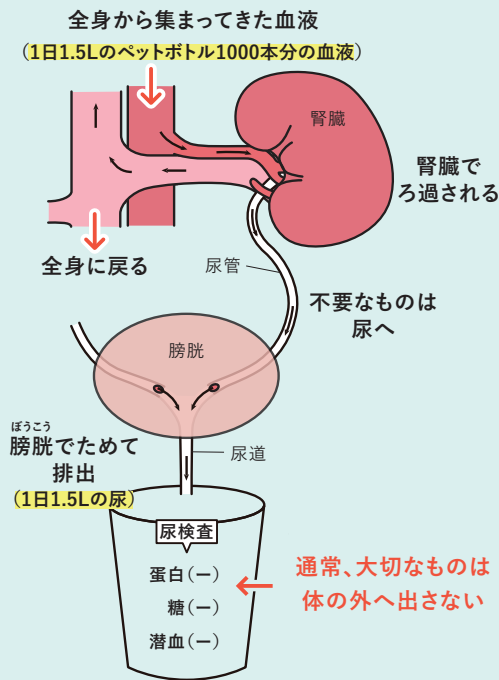
※天候により中止の場合あり。

※新型コロナウイルス感染症の発生状況により中止となる場合あり。

10月	集合場所	距離	代表者
10日(日)	9:00 杭出津公園	4km	川原 ☎54・3089
12日(火)	9:00 木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238
14日(木)	8:50 大村公園 観光センター横	7km	田添 ☎54・2578
	13:30 鈴田運動公園	4～5km	塩田 ☎52・2368
15日(金)	9:00 松並公園	3.5km	川島 ☎53・4282
20日(水)	9:00 木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238
21日(木)	9:00 水計 //	4～5km	久田松 ☎54・2413
23日(土)	9:50 黒丸スポーツ広場	4～5km	馬場 ☎55・3095
26日(火)	9:00 木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238

● 国保けんこう課(内線171)

健康おおむら21通信

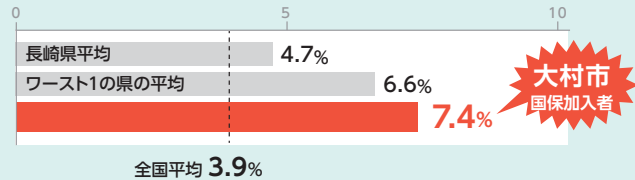


たんぱく『尿蛋白』ってご存知ですか？

大村市国民健康保険加入者の特定健診の結果、尿蛋白(+)以上の割合が7.4%でした。全国平均、長崎県平均と比べると、非常に高い割合です。

尿蛋白(+)以上の人の割合

H29NDBデータ(レセプト、特定健診情報のデータベース)より



尿蛋白って？

腎臓で尿をろ過するとき、タンパク質は体に必要なもので、通常はほとんど尿には出ません。しかし、腎臓の病気や高血圧、高血糖、脂質異常症などにより、腎臓の血管の内側が傷ついた状態が続くと、蛋白尿(150mg/日以上)の蛋白が持続的に排泄されている状態)になります。

運動や発熱などにより尿蛋白(+)となることがあります。早朝の尿での検査がおすすめです。

年に1回は健診、尿検査を受けましょう。

●国保けんこう課(内線192)

市民病院だより

心不全はどんな病気？

心不全は心臓のポンプ機能の低下により、身体にさまざまな症状が現れます。心不全の症状は、坂道や階段での息切れ、尿量の減少、手足が冷たい、身体の怠さなどさまざまです。

ほかにも体重の増加、夜間の尿量の増加、むくみ、就寝時の呼吸困難や咳などがあります。普段は安定していても、生活習慣の偏りや過労などで症状が悪化することがあります。また心不全は、治療により症状が改善しても、治ることはありません。適切な管理(通院、内服、自己管理)をしなければだんだん悪くなっていきます。簡単にいうと「心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気」です。

疾患別死亡率を見ると、第1位は悪性新生物(がん)、第2位は心疾患で、そのうち4割の人が心不全で亡くなっています。がん全体の10年生存率は約58%ですが、心不全は5年生存率で60%程度です。治療法の進歩により心不全の予後は改善していますが、重度の心不全では1年で50~60%の人が、症状の軽い状態でも1年に5~10%の人が亡くなっています。

心不全は高血圧や心筋梗塞、弁膜症などの終末像で、65歳以上の

10%以上が心不全と言われています。超高齢社会を迎えた現代において、今後ますます増加すると予測されています。ですから、心不全を予防すること、また心不全と言われたことがある人は、悪化を予防することが非常に重要になります。

予防の第一は自己管理(セルフケア)です。一般的に健康に良いとされるものと変わりありません。血圧の管理、バランスの良い食事、塩分の制限、適度な運動、適正体重の維持、節酒、禁煙などです。ご自身の身体や症状の変化に気がつくことも大切です。例えば、むくみがある、体重が増えた、いつもの家事や作業をしながら息切れするようになった、などの変化に気づいたら、早い段階でかかりつけの医師に相談してみてください。お薬を飲んでいる人は忘れずに飲むことも大切なことです。飲み忘れが多い人は、かかりつけの医師や薬剤師へ相談したり、ご家族の協力や社会福祉サービスの利用も良いかもしれません。



心不全は治りませんが、悪化を予防することはできます。皆さんもぜひ、自己管理(セルフケア)を生活の中に組み込んでみてください。

●大村市民病院 ☎52・2161

10月の健康・育児カレンダー

1	金	
2	土	
3	日	 中田外科胃腸科(外科・胃腸科) 古賀島町 ☎54・0083  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 ☎47・5515  俣野まさとし歯科診療所 大川田町 ☎27・4433(午前中のみ)
4	月	ことばの相談室
5	火	
6	水	
7	木	離乳食教室(5カ月前後)
8	金	乳幼児すくすく健康相談
9	土	
10	日	 さくらクリニック(内科・消化器科) 池田1丁目 ☎53・8819  篠原皮膚科クリニック(皮膚科・アレルギー科) 上諏訪町 ☎50・1677  まつかわ歯科医院 西大村本町 ☎54・3988(午前中のみ)
11	月	
12	火	
13	水	1歳6カ月児健康診査
14	木	3歳児健康診査 ピヨピヨえほんタイム
15	金	離乳食教室(10カ月前後)
16	土	
17	日	 すだこどもクリニック(小児科) 植松3丁目 ☎54・7200  たかはた眼科クリニック(眼科) 小路口町 ☎27・4641  南野歯科クリニック 乾馬場町 ☎56・8718(午前中のみ)
18	月	
19	火	献血(市役所玄関前 9:30~11:00 / 12:30~16:00)
20	水	3歳児健康診査
21	木	1歳6カ月児健康診査
22	金	
23	土	
24	日	 寺井医院(内科・消化器科) 玖島1丁目 ☎52・3574  佐伯皮膚科医院(皮膚科) 東本町 ☎52・4330  南原歯科医院 皆同町 ☎55・1120(午前中のみ)
25	月	ことばと心の相談室
26	火	
27	水	1歳6カ月児健康診査
28	木	3歳児健康診査 みんなであそぼう
29	金	
30	土	
31	日	 フジ胃腸科クリニック(胃腸科・内科) 東本町 ☎54・8686  楠木眼科医院(眼科) 東三城町 ☎52・2711  村上歯科医院 東本町 ☎52・3460(午前中のみ)

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 ※要予約

時間 13:00~16:30
 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 ※要予約

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 ※要予約

受付 10:20~10:30
 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

▶ピヨピヨえほんタイム

時間 10:15~10:45/11:15~11:45
 場所 おむらんど
 定員 先着12組(要予約)

▶みんなであそぼう

時間 10:15~10:45/15:00~15:30
 場所 おむらんど
 定員 先着12組(要予約)