

市役所からのお知らせ

11月30日(いいみらい)は「年金の日」です

問 健康ほけん課国保・年金係
 内線 109・125・126
 佐世保年金事務所
 0956-34-1189

健康づくり市民公開講座を開催します

問 いきいき松浦事業実行委員会事務局(健康ほけん課健康推進係)
 内線 129

【講師】

長崎県理学療法士協会

平瀬達哉先生(長崎大学)

村山謙治先生(平戸市民病院)

【参加費】

無料

【申込期限】

11月30日(火)

※感染症対策のため、事前申し込みにご協力ください。

【申込方法】
 問合せ先までお電話ください。

【申込方法】
 問合せ先までお電話ください。

◀平成30年開催時の様子



「年金定期便」や「ねんきんネット」でご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンから確認できるサービスです。いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、年金記録を基にさまざまなパターンを試算することもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページで確認するか、佐世保年金事務所または市役所健康ほけん課にお問い合わせください。

長崎県や松浦市では、高齢者の骨折が多いことを知っていますか。その原因の一つとなるのが骨粗しょう症です。

今年度は骨粗しょう症の予防をテーマに市民公開講座を開催いたします。

受講を希望する人は、事前申し込みをお願いします。

※健康ポイント対象事業になります。(30ポイント)

【日時】
 12月11日(土)
 午後1時30分～3時30分
 (受付午後1時から)

【会場】
 文化会館ふれあいホール

【演題】
 「骨折予防対策としての運動の重要性」

健康づくり教室に参加しませんか

問 健康ほけん課健康推進係 内線 129・166

【参加者募集】

生活習慣病予防に役立つ食事のとり方や運動の取り入れ方をテーマに健康づくり教室を開催します。生活習慣を振り返るきっかけづくりのために、ぜひご参加ください。

※この教室は、健康ポイント対象事業になります。(30ポイント)

【日程・場所】 ○志佐地区 11月22日(月) 松浦市保健センター(すこやか青プラザ3階)
 ○御厨地区 11月26日(金) 御厨公民館
 ○今福地区 12月3日(金) 東部交流センター

【時間】 午前10時30分～正午(受付午前10時から)

【内容】 健康づくりに関する講話および運動実技

【対象】 健康づくりに関心のある方

【準備する物】 ご家庭のみそ汁、健康診断の結果
 ※当日は動きやすい服装でご参加ください。

【申込期限】 開催日の1週間前まで

【申込方法】 問合せ先までお電話ください。



市役所からのお知らせ

令和4年度保育所・認定 こども園等の入所申込

問 子育て・こども課子育て支援係

☎内線171

令和4年4月から保育所（園）や認定こども園などの利用を希望される人は、申請書を提出してください。

ただし、現在市内の保育所（園）などに入所中で、令和4年度も引き続き同じ保育所（園）などを希望する人は申し込みの必要はありません。

【対象者】

① 新たに入所・転園を希望する人

② 市外の保育所（園）などに入所継続・新規入所を希望する人

③ 認定こども園をご利用中の人で、新年度から認定区分の変更を希望する人

【受付期間】

11月15日（月）

～12月14日（火）

【受付場所】

○ 保育所（園）…各保育所（園）、子育て・こども課、各支所・出張所

○ 認定こども園…各認定こども園

※ 入所希望者が多い場合など、希望する保育所（園）などに入所できない場合があります。

※ 待機児童がいる場合は、来年4月以降新規の入所申し込みについては優先順位を決めさせていただくこととなります。

※ 申込に必要な書類は、子育て・こども課、各保育所（園）・認定こども園または各支所・出張所に用意しています。

※ 保育所（園）などへの入所には、保護者の就業状況等について基準があります。

詳しくは子育て・こども課にお問い合わせください。

11月は児童虐待防止推進月間です

問 子育て・こども課こども未来係 ☎内線 167

子育てをしていると、子どもが言うことを聞いてくれなくて、イライラすることもあります。つい、叩いたり怒鳴ったりしたくなることもあるかもしれませんが、子どもへの体罰は法律で禁止されています。

幼児期の体罰によって、子どもから親への信頼や愛情が損なわれたり、うつ、著しい不安・多動などの精神的な問題を持ったりすることがあります。また、感情的にキレやすく攻撃性が強くなったりすることもあり、その影響は成人になってからも続くことがあります。

「体罰はいけないこと」と理解していても、ストレスや身体的な不調により、思わず子どもにあたってしまいそうなきには、ひとりで抱えずに相談してください。子育て・こども課は、皆さんの子育てを応援しています。

周囲に気になる親や子どもがいたら、まずは声をかけてみましょう。虐待が疑われる場合には、すぐに電話で相談してください。あなたの1本の電話で救われる子どもがいます。

子どもたちの笑顔を守るために、地域ぐるみで子育て家庭を支えていきましょう。

※ 189番は、児童虐待かもと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。通告・相談は、匿名で行うこともでき、通告・相談をした人、その内容に関する秘密は守られます。

