

| 日   | 休日在宅当番医      | 電話番号    | 町名   |
|-----|--------------|---------|------|
| 6日  | 山北クリニック      | 86-4523 | 口之津町 |
|     | 明島整形外科医院     | 72-2023 | 布津町  |
|     | 朝永 歯科医院      | 38-3030 | 吾妻町  |
| 13日 | 前川 歯科医院      | 72-3117 | 布津町  |
|     | 森 医 院        | 87-3000 | 加津佐町 |
|     | 坂上 整形外科      | 82-1822 | 有家町  |
| 20日 | 土井 歯科クリニック   | 38-6400 | 吾妻町  |
|     | さとう 歯科クリニック  | 82-1771 | 有家町  |
|     | しおた内科胃腸科医院   | 86-4443 | 口之津町 |
| 27日 | いそ産婦人科       | 82-2430 | 西有家町 |
|     | 瑞穂 歯科医院      | 77-3770 | 瑞穂町  |
|     | あきらデンタルクリニック | 82-2352 | 有家町  |
| 22日 | 原 口 医 院      | 84-3123 | 北有馬町 |
|     | 伊 崎 医 院      | 82-2051 | 西有家町 |
|     | ねぎ 歯科医院      | 77-4182 | 瑞穂町  |
| 23日 | まつしま歯科医院     | 82-0600 | 有家町  |
|     | 泉 川 病 院      | 72-2017 | 深江町  |
|     | 堺 歯 科 医 院    | 78-2744 | 国見町  |
| 27日 | よしだ 歯科クリニック  | 82-2251 | 有家町  |
|     | 栗 原 医 院      | 87-2028 | 加津佐町 |
|     | 石川 内科医院      | 82-8822 | 西有家町 |
| 27日 | 徳永 歯科医院      | 78-3105 | 国見町  |
|     | 小嶺 歯科医院      | 82-3535 | 有家町  |
|     | 菜の花クリニック     | 85-3690 | 南有馬町 |
| 27日 | 池田循環器科内科     | 82-0993 | 有家町  |
|     | 小嶺 歯科医院      | 78-2366 | 国見町  |
|     | 前川 歯科医院      | 82-2255 | 西有家町 |

※変更になる場合がございますので、必ずお電話でご確認ください。

9月 健康テレホンサービス

長 崎 ☎095-826-5511  
佐世保 ☎0956-23-4300

- ☎ 膀胱がん
- ☎ 骨肉腫
- ☎ 小児がんの子どもたち
- ☎ 眼のがん
- ☎ がん患者への精神的アプローチ
- ☎ 腎臓がん

※祝日は、前日のテーブルが流れます。

**第2回危険物取扱者試験**  
12月6日(日) 午前10時～  
島原工業高等学校ほか  
試験の種類  
甲種、乙種(第1類～第6類)、丙種  
受付期間  
9月16日(水)～10月7日(水)  
消防試験研究センター長崎県支部  
☎095(822)5999  
〒850-0003 長崎市万才町6番38号明治安田生命長崎ビル1階

**日本年金機構が設立されます**  
平成22年1月に新しい公法人「日本年金機構」が設立されます。今回の設立は、社会保険庁が、すでに平成20年10月から政管健保の運営を行っている「全国健康保険協会」と今回設立される「日本年金機構」に分離するものです。日本年金機構では、公的年金の適用・徴収・記録管理・年金相談・年金給付等の運営業務を行うこと

**乳がん市民公開講座**  
皆さんの多くの参加をお待ちしています。  
講演  
・乳がんはこんなに増えています  
・乳がんはこうして見つけます  
・乳がんはこうやって治します  
・友達は乳がん友の会を支援しています。

9月13日(日) 午後2時～4時  
島原文化会館中ホール  
島原市内1丁目1177の2  
無料  
参加方法条件 どなたでも自由に参加いただけます。事前の申し込みは必要ありません。  
市民公開講座事務局  
☎0120(823)402

老齢福祉年金のお知らせ  
年齢が93歳以上  
(大正5年4月1日以前生まれ)の皆さんへ

老齢福祉年金とは、年齢が93歳以上(大正5年4月1日以前生まれ)の皆さんで次の条件を満たす人に対して支払われる年金です。  
老齢福祉年金は国民年金制度が発足した昭和36年4月当時、年齢などから老齢年金の受給資格期間を満たすことができない人に支給される年金(全額国庫負担)です。  
具体的には、生年月日が大正5年4月1日までの人のうち、保険料納付済期間が1年未満で、保険料納付済期間と保険料免除期間を合算した期間が、次の期間を超えている人となります。

| 生 年 月 日            | 期 間 |
|--------------------|-----|
| 明治45年4月1日以前        | 4 年 |
| 明治45年4月2日～大正2年4月1日 | 5 年 |
| 大正2年4月2日～大正3年4月1日  | 6 年 |
| 大正3年4月2日～大正5年4月1日  | 7 年 |

平成21年度の老齢福祉年金の年金額は、405,800円です。  
※受給者が年金を受給している場合や、受給者、受給者の配偶者または被扶養義務者の前年の所得が限度額以上の場合などに全額または一部が停止されることがあります。  
老齢福祉年金の受給資格があるにもかかわらず申請を行っていない人は、お問い合わせください。  
☎長崎社会保険事務局 ☎095(832)6254

南島原市健康づくり計画  
**ひまわりプランだより No.26**  
市民生活部 健康対策課 健康政策班 ☎050(3381)5141



**ひまわりプラン応援団体大募集**  
「ひまわりプランだより」であなたの団体を紹介してみませんか。  
南島原市ではひまわりプランの推進を行っています。その一環として、健康づくりに取り組んでいる団体を紹介しています。あなたの周りの団体を右記までお知らせください。

南島原市健康づくり計画「ひまわりプラン」応援隊養成講座受講者募集



「ひまわりプラン」応援隊養成講座は、受講後に学んだことを周囲にお伝えいただける人を対象に行う講座です。今回の講座は、4つ。いずれもみんなが「知りたい」、「やりたい」ことを集めました。受講は、1つだけでもOK。職場や家庭、お友だちなどと、元気で明るい「健康の輪」を広げてみませんか。

- 時 間 午後1時30分～4時
- 受講料 無料
- 申込方法 電話で申し込みください。
- 定 員 各講座20人 先着順
- 受講の条件  
受講して学んだこと、感じたことを周囲の人に知らせることができる人。詳細は、お問い合わせください。  
※例：自分の所属しているサークルや団体などで、簡単にやってみる。受講して得た知識を、家族と話し合う時間を設ける。

| 日時/場所                  | テ ー マ                               | 申 込 期 限   |
|------------------------|-------------------------------------|-----------|
| 9月16日(火)<br>北有馬保健センター  | 燃えやすい体を取り戻そう「ヨガ」                    | 9月11日(金)  |
| 10月7日(水)<br>布津保健センター   | アロマで足マッサージ                          | 10月2日(金)  |
| 10月27日(火)<br>加津佐保健センター | 野菜ソムリエを囲んで(H21朝ごはんコンテスト入選作品調理見学、試食) | 10月19日(月) |
| 11月11日(水)<br>有家保健センター  | 無理なくからだを動かそう                        | 11月6日(金)  |

☎市民生活部 健康対策課 ☎050(3381)5141

ひまわりプラン  
応援隊!!

今回の応援団体  
**かるちや21南島原(絵手紙会)**  
今回は、季節に感じたことを「絵手紙」という形で残しているグループ「かるちや21南島原(絵手紙会)」(会長 林田 喜久士さん)を紹介します。



かるちや21南島原は、7年ほど前、社会福祉協議会のリハビリ教室をきっかけに始まりました。現在の会員数は11人、平均年齢は70歳。毎月第1、第3木曜日の午後1時30分から2時間程度、絵手紙を描いています。



取ることもあるのだが、今では県外へと絵手紙の交流の輪が広がっています。「絵を描いている間は、何も考えなくて良いので楽しい」、「これまで見過ごしていたものも、気をつけて見るようになった」などの声も。  
これからも見た人を和ませる、そんな絵手紙をたくさん描いてください。



マッサージ屋 がいはいおひまわり  
テーマ「私がおじいちゃんおばあちゃんになったとき」 南島原市立大野木場小学校 3年 名前 櫻 本 康太郎