

市内の名物や名所を題材にして、普段の生活の中で使える簡単な日常英会話をお知らせします。今回はおなじみの食べ物「佐世保バーガー」を題材にした会話です。

Zak Nahoko, I'm really hungry.
(なほ子、すごくおなかが減ったよ)

Nahoko Zak, let's go here!
(ザック、ここに入ってこない!)

Zak Oh, this is my favorite!
(お〜、これは私の大好物!)



Nahoko This is Sasebo Burger. Sasebo Burger is very popular...
(佐世保バーガーよ。佐世保バーガーはとても人気の...)

Zak Can I have two hamburgers, please?
(ハンバーガーを2個ください)

テレビ番組「キラっ都させば」放送スケジュール

- 第1土曜 NBC 9:25 ~ 9:30 KTN 11:45 ~ 11:50
- 第2土曜 NCC 16:25 ~ 16:30 第2日曜 NIB 6:30 ~ 6:35
- 第3土曜 NBC 9:25 ~ 9:30 KTN 11:45 ~ 11:50
- 第4土曜 NCC 16:25 ~ 16:30 第4日曜 NIB 6:30 ~ 6:35

※上記内容を1カ月先行して放送しています。

※YouTube版は右の画像を読み取ってご覧ください。

※「キラっ都させば」と文字情報の「させば市政だより」は週替わりで放送しています。



西九州させば広域都市圏オープンデータポータルサイト開設
広域都市圏で連携する各市町のオープンデータサイトへアクセスできるほか、サイト内のデータを一括検索することもできます。広報させば9月号の画像に不具合がありましたので、読み取りは右の画像からどうぞ。



情報政策課 ☎ 24-1111



小佐々西端太鼓演奏のお見送りイベントの様子

入港日時	出港日時	船名(トン数)	定員(人)
3日☽ 14:00	3日☽ 22:00	コスタ・セレーナ (114,261)	3,780
4日☽ 15:30	4日☽ 23:00	コスタ・ベネチア (135,225)	5,260
6日☽ 8:00	6日☽ 18:00	MSC スプレンドィダ (137,936)	3,929
9日☽ 12:00	9日☽ 20:00	★ダイヤモンド・プリンセス (115,875)	3,247
14日☽☽ 9:00	14日☽☽ 19:00	コスタ・ネオロマンチカ (56,769)	1,800
15日☽ 8:00	15日☽ 18:00	MSC スプレンドィダ (137,936)	3,929
21日☽ 7:30	21日☽ 17:30	★ル・ラペルーズ (10,038)	184
24日☽ 14:00	24日☽ 22:00	コスタ・セレーナ (114,261)	3,780

※★印は佐世保港初寄港のクルーズ船。

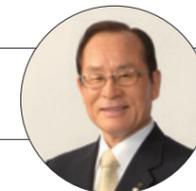
※18時までに、出港予定の場合は出港の約30分前からお見送りイベントを実施します。車で来場する場合は出港の約30分前から接岸場所付近に駐車できますので、交通整理員の案内に従ってご来場ください。

☎クルーズ船寄港関係 みなと振興・管理課 ☎ 22-6127

☎お見送りイベントなど 観光課 ☎ 24-1111

人の動き (9月1日現在)

- 総人口 247,086人 (前月比 - 239人)
男性 117,082人 (-159人)、女性 130,004人 (-80人)
- 世帯数 105,519世帯 (前月比 - 42世帯)
- 8月中の動き
転入 600人、転出 765人、出生 180人、死亡 254人



「健康寿命」については、市民の皆さまに一定ご理解をいただいていると思いますが、改めて「健康寿命」と「平均寿命」の違いを考えてみたいと思います。

「健康寿命」とは、日常生活に制限のない期間がどの程度あるかを示す指標で、平均寿命と健康寿命の差は日常生活に支障のある「不健康な期間」を意味するそうです。長崎県の男性の平均寿命は80.38歳、それに対し健康寿命は71.83歳なので、不健康な期間が8.55年とこのことです。女性の平均寿命は86.97歳、健康寿命は74.71歳で、不健康な期間は12.26年になっています(右図)。この不健康な期間をできる限り短くすることが健康寿命が延びることになります。

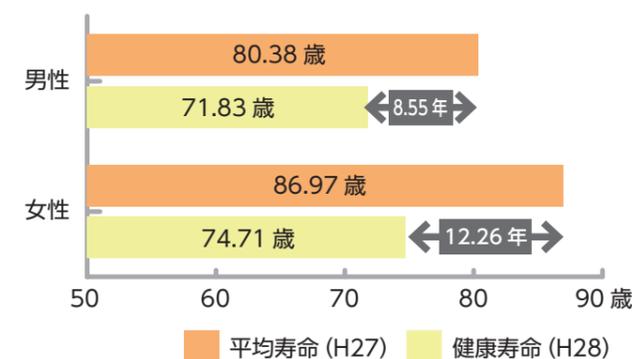
- この不健康な期間を短くするためには、「生活習慣病」を予防することが重要で、そのためには、
 - ◎子ども・若者世代のころから運動やスポーツを習慣にして、楽しく身体づくりを続ける
 - ◎働き盛り世代は1日9,000歩~1万歩を目安に歩くことを続ける
 - ◎高齢世代は生活機能を今のままに保つために、じっとしている時間をなるべく減らし、できる限り動くことを毎日続ける
- などとともに、「主食・主菜・副菜」をバランス良く組み合わせた食事を心掛けることが重要だといわれています。

そこで、佐世保市では健康寿命延伸プロジェクトの一環として、10月1日(火)から「させば健康ポイント事業」を

※健康サポートアプリ「健康サセボン」についての詳しい情報は右の画像を読み込んでください。



長崎県民の平均寿命と健康寿命



スタートしました(詳しくは本紙9月号16ページをご覧ください)。これはスマートフォンの健康サポートアプリ「健康サセボン」を活用して、楽しみながら健康づくりをしていこうというものです。

また、この事業は「健康経営」の側面もあり、「健康な人材」を育成し、その人材が活躍することによって事業を伸ばすことにつながるから、多くの市内企業にも協力していただいています。

市民の皆さまには、自分の健康は自分でつくるという思いを強く持っていただきますとともに、行政・企業・各種団体などと一体となって、健康づくりに取り組んでいただきますことを期待しています。

佐世保市長 朝長 則男

徳育通信 91 聞いて「徳」する話 52 帰ってきた傘~運転士さんに感謝~

先日、私は傘を無くしたことに気付きました。考えてみると、ある日のバスの中で、他に荷物があったため傘を手元から離してしまったことを思い出しました。そのバス会社に行くと、既に警察署へ引き渡したとのことでした。

後日、私は警察署の遺失物係へ行き、傘が届けられていないかを尋ねました。しばらく待っていると、紛れもなく自分の傘が目の前に差し出され、私は無事に愛傘に再会することができました。その際に係の人から「バスの運転士さんが発見されました」と言われ、私はこの運転士さんの仕事ぶりが心に強く響きました。私の誕生日にこの傘をプレゼントしてくれた妻も、「仕事に丁寧で、物を大事にする運転士さんに会えてよかったね」と言ってくれました。

年月が経ち、古くなった傘を忘れ物として大事に届けていただいたことに、私は心から感謝の気持ちと仕事の熱心に敬意を表したいと思いました。

(折橋町・近藤幹男)

「聞いて徳する話」募集中
身の回りで見つけた「聞いて「徳」する話」を募集中です。応募用紙は事務局で配布しており、市HPからダウンロードすることもできます。
事務局 佐世保徳育推進会議(佐世保市教育会内)
☎ 23-2856