



## 水道管の冬支度をしましょう

水道管は次のような条件のときに凍結しやすくなりますので、防寒対策をお願いします。

- 一日中氷点下の真冬が続いたとき
- 外気温がマイナス 3℃以下になったとき

### 対策①

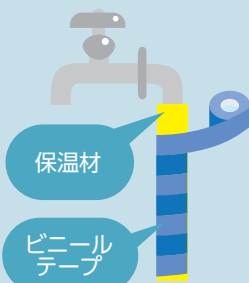
#### 保温材を巻いて水道管を保温する

##### 【用意する物】

- 保温材（保温材がない場合は布、ビニール袋で代用）
- ビニールテープ



保温材の巻き方は  
動画をご覧ください



### 対策②

#### 夜間に少しだけ水を出し続ける

使用した分の水道料金がかかります。たまった水は、水洗トイレ用水などの雑用水としてお使いください。



### 水道管が「凍結」したら

水道管に熱湯を掛けると、管が破裂することがありますので、絶対にしないでください。水道管が凍結したら次のどちらかの対応をお願いします。

**対応①** 自然に解凍するのを待つ

**対応②** 凍結している箇所をタオルで覆って、ぬるま湯をゆっくり掛ける  
※熱湯は絶対に掛けないでください。

### 水道管が「破裂」したら

メーターボックス内の止水栓を閉め、破裂した部分に布やテープを巻いて応急的に止水します。その後、修理を依頼してください。

修理依頼は指定給水装置工事業者に

詳しくは水道局ホームページをご覧ください。



水道局ホームページ  
(指定給水装置工事業者)

問い合わせ 水道維持課 ☎ 24-1151



編集・発行

令和 8 年 1 月 1 日発行 佐世保市総務部広報広聴課  
〒 857-8585 (市役所専用) 長崎県佐世保市八幡町 1-10 TEL 0956-24-1111 FAX 0956-25-2184  
印刷／(有)立山印刷

# 広報させぼ

Public relations SASEBO

1

2026

Vol.902

特集

基地と共に歩むまち佐世保

写真は、弓張岳から撮影した佐世保港





令和 8 年 年頭のごあいさつ

## 「選ばれるまち SASEBO」の実現に向けて

佐世保市長 宮島 大典

明けましておめでとうございます。市民の皆さまにおかれましては、健やかに令和 8 年の新春をお迎えのことと心より喜び申し上げます。日頃より市政運営に格別のご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

昨年を振り返りますと、全国各地で大雨や地震などの自然災害が相次ぎ、物価高騰の影響も続くなど、私たちの生活を取り巻く環境は依然として厳しい状況にあります。また、人口減少・少子高齢化や深刻化する労働力不足など、社会全体が大きな転換点を迎える一年でもありました。一方で、AI などのデジタル技術の急速な進展が、暮らしや行政サービスに新たな可能性をもたらしつつあります。このような社会環境のもと、市民の皆さまの温かいご支援とご協力によって、本市としても着実に歩みを進めることができました。

市政におきましては、市民の皆さまの暮らしを支えるため、さまざまな取り組みを進めました。子育て世代への支援では、中学校給食費の無償化の対象を市立中学校第 2 学年および義務教育学校第 8 学年まで拡大したほか、不妊に悩む方への支援として、市独自の特定治療に係る交通費助成を開始しました。高校生等福祉医療費については、償還払い

方式から現物給付方式へ移行するなど、安心して子どもを産み育てられる環境づくりを進めました。

4 月には、長崎県内で初めてとなる夜間学級を佐世保市立祇園中学校に開級し、学び直しの場としてだけでなく、不登校や不登校傾向にある生徒にとっての新たな選択肢として、学習の機会を提供することができました。

また、西海国立公園指定 70 周年記念事業や「ながさきピース文化祭 2025」「マイナビ ツール・ド・九州 2025 佐世保クリテリウム」などの開催によって、多くの市民や来訪者でにぎわい、本市の魅力発信と地域活性化につながりました。

さらに、本市の最重要課題である前畑弾薬庫の移転・返還について日米合同委員会での新たな合意に至ったことは、佐世保港のすみ分けにつながる大きな前進であり、今後のまちづくりを考える上で重要な節目となりました。

加えて、西九州自動車道の佐々 IC から佐世保中央 IC 間の 4 車線化が完成し、市内外の交通利便性と安全性の向上にも寄与しました。

令和 7 年はさまざまな課題と向き合いながら、着実な成果を積み重ねることができた一年となりました。

令和 8 年は、これまで積み重ねてきた政策・施策をさらに前へと進めるとともに、本市まちづくりの柱となる「第 7 次佐世保市総合計画（後期基本計画）」と、「子育て」「産業」「地域資源」「文化」を 4 つの柱とする「『選ばれるまち SASEBO』を創るシティブランディング・プロジェクト」の着実な推進を図るための検討を進め、取り組んでまいります。

まず、学校給食費の無償化の対象を市立中学校全学年に拡大するなど、全ての子どもたちが安心して学び、成長できる環境づくりを引き続き進めてまいります。

次に、令和 9 年に長崎国際大学で開設予定の理工系学部（情報学部）の設置を支援するとともに、産学官が連携して本市の将来の地域産業を担う人材の育成と地域社会のデジタル化を推進してまいります。

さらに、造船業を中心とする防衛関連産業の振興と基地を生かしたまちづくりに重点を置いた「佐世保市基地経済ビジョン（仮称）」の策定を進めます。これまで企業参入の障壁となってきた課題の解消に取り組むとともに、姉妹港としての関わりがある米国サンディエゴ市の取り組みなども参考にしながら、市内企業が力を発揮できる環境整備を図ってまいります。

そして、佐世保ならではの食文化を生かし、民間事業者との連携のもと、食をテーマとした取り組みを広げ、まちなかのにぎわいを創出してまいります。このほかにも地域資源を生かす取り組みとして、「半島地域の営みの維持」と「九十九島の景観の価値向上」を目指し、俵ヶ浦半島全体の自然観光公園化に向けたマスタープランの策定を、選定したパートナー事業者とともに進めてまいります。

加えて、令和 8 年には、日本遺産「鎮守府・佐世保」と「日本磁器のふるさと肥前・三川内焼」の認定 10 周年、「させぼ立神近代化歴史公園」のオープン記念行事などを予定しています。これらの取り組みを通じ、本市の歴史と文化を生かした発信に取り組むことで、市外からの誘客促進につなげてまいります。

また、昨年開催された「ながさきピース文化祭 2025」や「マイナビ ツール・ド・九州 2025 佐世保クリテリウム」は、佐世保の価値を改めて示す大きなレガシー（将来に引き継ぐ財産）となりました。令和 8 年は、こうした成果をまちの活力向上へ確実ににつなげていく一年です。ことしの秋に開催が決定している「ツール・ド・九州 2026 佐世保クリテリウム」や、見事 J1 に昇格された V・ファーレン長崎との連携をさらに強化し、スポーツを通じたまちのにぎわいづくりに取り組んでまいります。

結びに、本年が市民の皆さまにとって、希望に満ちた一年となりますようお祈り申し上げますとともに、皆さまと力を合わせ、「選ばれるまち SASEBO」の実現に向けて、全力で取り組んでまいります。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



車座集会「SASEBO 99 Talk M Café」



市長公式 YouTube NEWS M SASEBO



「マイナビ ツール・ド・九州 2025 佐世保クリテリウム」でテープカットを行う市長



ながさきピース文化祭 2025 の開会式出席に伴い本市を来訪された天皇后両陛下をお出迎えする市長



車座集会「SASEBO 99 Talk M Café」で参加者の皆さんと意見交換をする市長



公式 YouTube のシリーズ「佐世保市長がやってみた」で子どもパークレンジャーに参加した市長



## 特集

# 基地と共に歩むまち佐世保

自衛隊や米海軍基地が所在する本市では、基地に関連する経済活動が本市経済を支える大きな柱の一つとなっています。また、令和7年8月には、本市の最重要課題の一つであり佐世保港のすみ分けにつながる「前畑弾薬庫の移転・返還」が進捗しました。今後も「基地との共存共生」の方針の元に、基地を生かしたまちづくりを進めていきます。

## なぜ佐世保には防衛関連の仕事が多いのか

### 佐世保の歴史

明治22年(1889年)の佐世保海軍鎮守府開庁以降、造船や修理、補給などの軍需関連産業が集まり、軍港都市として発展した佐世保市。終戦に伴い、鎮守府は解体されましたが、米海軍基地、自衛隊(海上・陸上)が設置され、我が国有数の防衛拠点となりました。

### 佐世保の基地経済

本市は東シナ海に面し、朝鮮半島や中国大陆に近接する位置にあります。そのため我が国の南西地域の防衛に重要な役割を果たしており、明治期以来、艦船建造や修理など造船業を中心に防衛関連の仕事が多く、関連企業や商業活動を含めた基地経済が佐世保を支えています。

## 佐世保にある基地の概要・規模

### 米海軍基地



面積(米軍提供施設) 約3.93km<sup>2</sup>  
日本人従業員数 約1,800人(R7.4時点)

### 海上自衛隊



面積 約1.21km<sup>2</sup>  
隊員数 約5,400人(R7.4時点)  
護衛艦 16隻 補給艦 2隻

### 陸上自衛隊



面積 約1.83km<sup>2</sup>  
隊員数 約2,100人(R7.4時点)

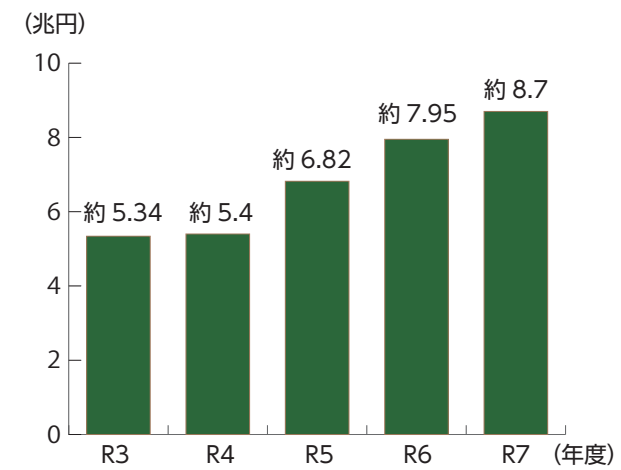
## 基地経済の現状

本市では、基地に関連する経済活動が活発に行われ、市内総生産の約1割を基地経済が支えています。また、安全保障関連3文書(国家安全保障戦略、国家防衛戦略、防衛力整備計画)の見直しの動きがあるなど、今後さらなる防衛力の強化、ひいては防衛産業の拡大が見込まれています。ここでは国と本市の基地経済の現状を紹介します。



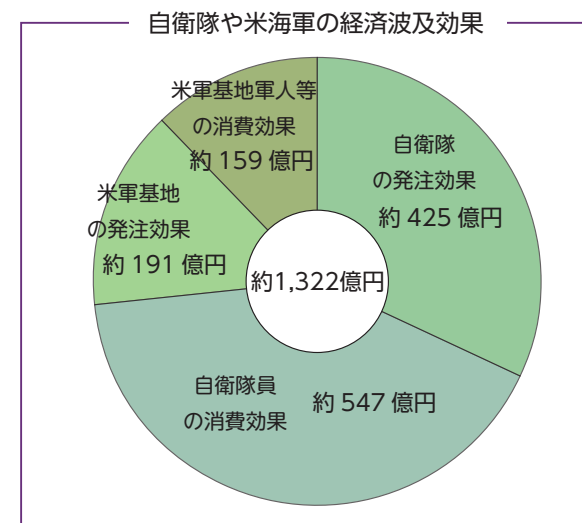
### 国の防衛予算増額の動き

令和7年度の防衛関係予算は約8.7兆円と、前年度比9.4%増となり、過去最大規模を更新しています。令和4年度に決定された防衛力整備計画に基づき、防衛費は令和5年度から9年度までで約43兆円程度とされており、防衛力の抜本的強化に向け防衛産業への投資が続く見込みです。



### 佐世保市基地経済等実態把握調査

令和6年度、本市に立地する自衛隊や米海軍基地、防衛関連企業を対象に、発注や受注の実態分析、ヒアリングやアンケートによる課題とニーズの把握、地域経済への波及効果を調査しました。その中から、自衛隊や米海軍の経済波及効果(基地関連の発注や自衛隊員の消費などが地域の生産活動・雇用・所得などにどのような影響を与えるか測定したもの)を紹介します。



### 造船能力拡大に向けた動き

令和7年10月、国内17社で構成する日本造船工業会は、2035年までに建造量を約2倍に増やす方針を示し、総額3,500億円規模の設備投資を表明しました。なお同月には、本市と長崎県が連携し、造船業の振興に向けた設備投資や人材育成などについて国へ要望しました。



### 佐世保市基地経済ビジョン(仮称)を策定へ

国の動向や基地経済等実態把握調査による報告、提案を踏まえ、基地という本市の強みを最大限に生かした地域経済活性化につなげるための羅針盤として、現在「佐世保市基地経済ビジョン(仮称)」を策定中です。

令和7年11月の米国サンディエゴ市やホノルル市の視察、また関係団体の意見を踏まえ、今年度内の完成を目指しています。





## 防衛関連の仕事をしている方に話を聞きました

### 海上自衛隊や米海軍基地から「ホームドクター」として頼られる存在でいたい

佐世保重工業株式会社（SSK） 艦艇営業課  
課長 樋渡 大顕 さん

#### 主な事業内容

当社は大きく「修繕部門（船の修繕）」と「機械部門」に分かれ、さまざまな船舶の維持・管理を担っています。特に修繕部門では、海上自衛隊艦艇の修繕が事業の中心であり、米軍艦艇や海上保安庁の巡視船、「飛鳥Ⅱ」のような客船の整備など、幅広く手掛けています。

#### 仕事のやりがい

防衛省や海上自衛隊からの業務を通じて、「日本の国防を支えている」という誇りと社会貢献の実感を持てることが、何よりのやりがいです。自分たちが修理した艦艇が、国際任務で活躍する様子を報道で目を見ると、「この仕事に携わっていて良かった」と強く感じます。船の修繕が無事に完了して、船を送り出す瞬間に、チーム全員で大きな達成感を共有できます。



#### SSKの魅力

海上自衛隊と米海軍基地に隣接した立地はSSKならではの大きな特徴です。急な修繕や特殊な作業にも素早く対応でき、「ホームドクター」として頼られる存在であり続けたいと思っています。

#### 今後の展望

現在、国の政策動向は防衛産業にとって追い風になっていると感じています。SSKとしても、この変化を確実に捉え、日本の国防や同盟国の支援に貢献できる強固な基盤を築いていくことが、私たちに求められている使命と考えています。

（取材日 11月27日）

### 佐世保には日本の安全を支える技術者がいることを知ってほしい

三波工業株式会社 佐世保事業所  
所長代理 澁谷 健二 さん

#### 主な事業内容

当社は海軍技術研究所と海軍工廠の技術者が設立した会社です。現在、売上の99%を防衛省とその関係先（造船所や装備メーカー）で占めており、護衛艦や航空機などに搭載されている電子機器の整備を専門に行っています。

#### 仕事のやりがい

「日本の安全・安心の一端を担っている」という自負を持てることが、大きなやりがいです。整備した機器を使う自衛隊員から直接感謝の言葉をかけられることも多く、仕事への励みになっています。また、整備業務は工場内だけでなく、停泊中の艦艇への出張作業や、場合によっては海外派遣先での修理を任されることもあるなど、貴重な経験を積むことができます。



#### 印象に残る仕事

新造船の進水式（船舶を初めて水に浮かべる儀式）や、完成後の引き渡し式に立ち会えたことは、非常に印象に残っています。

#### 今後の展望

これからも安定した事業運営を続け、地域の雇用に貢献していきたいと考えています。当社のような、防衛を技術面から支える企業の存在は、市民の皆さんにはあまり知られていません。佐世保には日本の安全を技術で支える人たちがいることを知ってほしいです。今後も裏方として、日本の安全を支えていくとともに、佐世保の一企業として誇れる会社でありたいと思います。

（取材日 11月28日）

## 米軍前畑弾薬庫の移転・返還

### 概要・位置図

前畑地区にある米軍前畑弾薬庫（正式名称：佐世保弾薬補給所）は、面積約58万㎡の広大な敷地を持つ施設です。昭和46年以降、本市では佐世保港のすみ分けの推進や跡地の活用を図るため、前畑弾薬庫の移転・返還を国に求めており、米国との協議促進や関連事業の着実な進展を繰り返し要望してきました。

その結果、令和7年8月に、移転先である米軍針尾島弾薬集積所の施設配置案について日米間で合意に至りました。このことは平成23年の日米基本合意以来の大きな前進と捉えています。これまでご理解とご協力をいただいた関係地域・団体の皆さまに感謝するとともに、移転・返還の実現に向け引き続き取り組んでいきます。



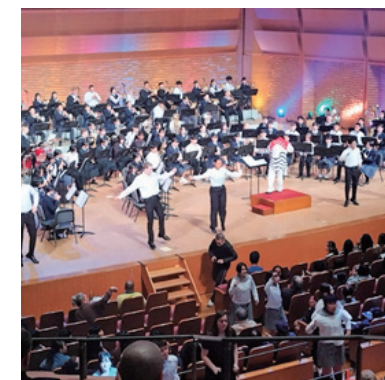
市 HP  
（日米合同委員会施設配置案合意）

### これまでの経緯と今後の見通し

昭和46(1971)年	返還要望開始(返還6項目)	令和8年度以降に	・調査、設計、環境影響評価手続き
平成10(1998)年	返還要望推進(新返還6項目)	国が行う事業	・公有水面埋立申請手続き
平成21(2009)年まで	移転に関する関係地域・団体の同意		・工事
平成23(2011)年	移転・返還を日米合同委員会で基本合意		※工事完了まで約20年程度かかる見通し。
平成30(2018)年	市による「前畑弾薬庫跡地利用構想」策定		
令和7(2025)年	針尾島弾薬集積所の施設配置案の日米合意		

## 基地関連のイベントなど

### 日米交流演奏会 2026 ～ Hand in Hand with Harmony ～



日程 3月7日(土)  
場所 アルカス SASEBO  
内容 市内の中高生と、米海軍佐世保基地のE.J. キングスクールの生徒などによる合同演奏会  
料金 無料  
〓九州防衛局企画部地方調整課地方協力確保室 ☎092-483-8816

### 「基地のお仕事紹介」動画 YouTube で公開中

令和4年10月から、海上自衛隊と陸上自衛隊の仕事を紹介する動画を公開中です。ぜひご覧ください。



web sasebocity  
（基地のお仕事紹介）

特集に関する問い合わせ 基地政策局 ☎24-1111





01

## 2月8日(日)は長崎県知事選挙および長崎県議会議員補欠選挙の投票日

2月8日(日)は長崎県知事選挙および長崎県議会議員補欠選挙の投票日です。投票日に用事などがある人は、期日前投票をしましょう。投票所整理券は、長崎県知事選挙の告示日(1月22日(木))前後に発送します。ただし、10月22日(水)～29日(水)に転入した人は、長崎県議会議員補欠選挙の告示日(1月30日(金))前後に発送します。

### 期日前投票の受付場所と期間

- 市役所 1 階イベントホール  
1月23日(金)～2月7日(土)8時30分～20時  
※1月23日(金)～30日(金)の期間は長崎県知事選挙のみ投票できます。長崎県議会議員補欠選挙は1月31日(土)から投票できます。
- イオン佐世保白岳店、まちなかコミュニティセンター  
1月31日(土)～2月7日(土)10～19時
- 早岐・相浦・大野・吉井・江迎地区コミュニティセンター

- 2月2日(月)～7日(土)10～18時
  - 宮、三川内、広田、針尾、江上、柚木、中里皆瀬、世知原、小佐々、鹿町地区コミュニティセンター  
2月2日(月)～6日(金)10～18時
  - 黒島地区コミュニティセンター  
2月4日(水)～6日(金)10～18時
  - 宇久行政センター  
2月2日(月)～6日(金)9～17時、2月7日(土)7～18時
  - 神浦町公民館  
2月7日(土)7～18時
- ※選挙公報や当日の投票など、詳しくは HP をご覧ください。



市 HP  
(選挙)



県 HP  
(長崎県知事選挙)

☎選挙管理委員会事務局 ☎ 24-1111

02

## 水道局職員採用試験

- 試験日** 2月1日(日)
  - 試験会場** 佐世保市水道局
  - 受付期間** 12月22日(月)～1月22日(木)
  - 募集職種** 水道および下水道技術職
  - 業務内容** 水道および下水道の計画設計業務、維持管理業務(夜間勤務、交代制勤務あり)
  - 受験資格** 次の要件を全て満たす人
    - ・平成2年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた人
    - ・その他、試験案内に示す要件を満たす人
  - 採用人数** 若干名(令和8年4月1日採用予定)
- ※受験資格や試験内容など、詳しくは水道局 HP をご覧ください。



水道局 HP  
(職員採用試験案内)

☎水道局総務課 ☎ 24-1151

03

## 償却資産の申告は2月2日(月)まで

市内に事業用の償却資産を所有している人は、地方税法の規定によって、毎年1月1日現在の当該償却資産を申告する義務があります。対象者は2月2日(月)までに資産税課に申告してください。

**対象** 土地や家屋以外の事業用有形資産(構築物、機械装置、船舶、器具、備品など)

※地方税ポータルシステム「eLTAX」を利用して電子申告もできます。

※申告がない場合、地方税法に基づき実地調査等を行うことがあります。

※申告書が必要な場合は資産税課へ連絡してください。



市 HP  
(償却資産とは)



eLTAX HP

☎資産税課 ☎ 24-1111

04

## 令和8年度体育施設利用者日程調整会

**対象** 令和8年度(野球場は令和8年3月～令和9年2月)の団体利用者 ※利用者は必ず出席してください。

開催日時	調整会議会場	対象施設	申込期限
① 2月7日(土) 14時	総合グラウンド野球場	総合グラウンド(野球場)、吉井野球場、千鳥越野球場	1月31日(土)
② 2月10日(火) 13時30分	体育文化館	体育文化館(大・小体育室)、総合グラウンド(体育館)、小佐々スポーツセンター、東部スポーツ広場体育館(メイン・サブアリーナ)	1月24日(土)
③ 2月13日(金) 14時	総合グラウンド庭球場	総合グラウンド(庭球場)、吉井テニスコート	2月3日(火)
④ 2月13日(金) 18時	県立武道館	県立武道館(柔道場、剣道場、弓道場)	1月23日(金)
⑤ 2月16日(月) 14時	総合グラウンド陸上競技場	総合グラウンド(陸上競技場、運動広場)、東部スポーツ広場(ラグビーサッカー場、ソフトボール場)、北部ふれあいスポーツ広場(多目的広場)、小佐々中央運動広場グラウンド	2月4日(水)

※詳しくはスポーツ情報サイト「PLAY!」をご覧ください。

☎①総合グラウンド野球場 ☎ 47-4764 ②体育文化館 ☎ 22-1522 ③総合グラウンド庭球場 ☎ 47-3125 ④県立武道館 ☎ 22-2194 ⑤総合グラウンド陸上競技場 ☎ 48-2510、スポーツ振興課 ☎ 24-1111



スポーツ情報サイト  
「PLAY!」

05

## 佐世保市オリジナル婚姻届受理証明書

市オリジナルの婚姻届受理証明書ができました。佐世保市の港からの景色や佐世保市らしいイラストが描かれた全3種類です。新たな門出の記念にぜひご利用ください。

### 請求方法

- 対象者** 佐世保市で婚姻届を提出した人
  - 受付場所** 戸籍住民窓口課、各支所、宇久行政センター
  - 料金** 1通あたり1,400円
  - 交付にかかる日数** 約10日
- ※詳しくは市 HP をご覧ください。



市 HP (佐世保市オリジナル婚姻届受理証明書)

☎戸籍住民窓口課 ☎ 24-1111





## 広報写真 2025 年の思い出

2025 年、本市では西海国立公園指定 70 周年を記念した事業や行事、「ながさきピース文化祭 2025」、「マイナビ ツール・ド・九州 2025 佐世保クリテリウム」などさまざまなイベントが開催された 1 年となりました。ここでは、市の広報写真を通して 2025 年の思い出を振り返ります。



- 1 3月16日、3年ぶりにライトアップされた国の重要文化財（建造物）「針尾送信所」
- 2 3月23日、西九州自動車道の佐々IC-佐世保中央IC間の4車線化が完成し、供用が開始
- 3 4月21日、長崎県内で初めてとなる夜間学級を、佐世保市立祇園中学校に開級
- 4 5月31日、福井洞窟が新たに特別史跡に指定されたことを祝して開催された「福井洞窟特別史跡指定記念式典」
- 5 6月20日～22日、本市初開催となった「PJF ピックルボールジャパンオープン佐世保 in 長崎」
- 6 7月6日、西海国立公園指定70周年×自衛隊周年連携企画「7・7・7 御朱印プロジェクト」
- 7 7月17日、日本船籍最大のクルーズ客船で新造客船の「飛鳥Ⅲ」が就航前に佐世保港に寄港
- 8 8月28日、ハウステンボス(株)と西九州させぼ広域都市圏において「広域周遊観光の促進に関する連携協定」を締結
- 9 9月14日、「ながさきピース文化祭 2025」開会式に先立ち体育文化館で演技を御覧になられた天皇后陛下
- 10 10月5日、「ながさきピース文化祭 2025」の分野別交流事業「太鼓の祭典」が開催
- 11 10月10日、本市では初開催となった「マイナビ ツール・ド・九州 2025 佐世保クリテリウム」
- 12 11月21日～12月25日、開催30回目を迎えた「きらきらフェスティバル in SASEBO」

# ながさきピース文化祭2025

11月30日（日）、9月14日の開幕から県内各地で文化の輪を広げてきた「ながさきピース文化祭 2025」がついにフィナーレを迎えました。本市では、「第9回渋谷佐世保短編映画祭」を最後に、多彩な催しが行われた文化の祭典は幕を閉じました。

地域発信事業では、「Mio Jazz Trio コンサート + 前田彩葉」<sup>いちは</sup>「SASEBO STREET MIX」「させば障がいふれあいフェス」など、市内各地でさまざまなイベントが開催され、多くの皆さんとともに「文化をみんなに」の思いを分かち合う時間となりました。

開催期間中、各イベントにお越しいただいた皆さん、そして運営を支えてくださった関係者の皆さん、ありがとうございました。



- 1 2 Mio Jazz Trio コンサート + 前田彩葉 3 ～ 5 SASEBO STREET MIX  
6 ～ 8 させば障がいふれあいフェス 9 第9回渋谷佐世保短編映画祭

### 広報させぼプラス



YouTube  
佐世保市チャンネル





1/10(土)～2/26(木)10:00～21:00 ※営業時間は日によって異なる。

## 白銀の世界 グランドフィナーレ



日本一のイルミネーションを象徴する「白銀の世界」が、この冬、ついにグランドフィナーレを迎えます。最後の開催となる今回は、これまでにない演出とスケールで心奪われるほどの感動体験をお届けします。ことしはシンボルタワー「ドムートルン」が“真っ白”のフラッシュライトにきらめく新しい演出によって、白銀の光がハウステンボス全体に降り注ぎ、幻想的な世界がcaつてないほどのスケールで広がります。



📍ハウステンボス総合案内ナビダイヤル  
☎ 0570-064-110

🔄 随時更新中

## 佐世保市イベント情報集約サイト



佐世保のイベント情報をぎゅっとひとまとめにした佐世保市イベント情報集約サイト。週末のお出かけの参考に、また、お気に入りのイベント探しなどにご利用ください。



📍広報広聴課  
☎ 24-1111

🔄 ～3/1の(土)(日)(祝)および年末年始

## 無料シャトルバス運行中



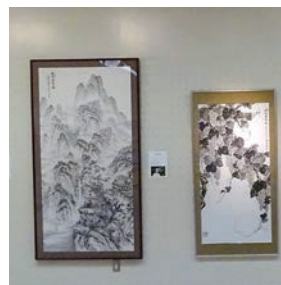
📍観光課  
☎ 24-1111

ハウステンボスと九十九島パールシーリゾートを結ぶシャトルバスの実証運行を実施しています。予約不要でどなたでも利用できます。

📍ハウステンボス⑦番バス乗り場、九十九島パールシーリゾート大型バス駐車場(水族館側)  
※1月10日(土)、11日(日)は運休。

🔄 1/15(木)～18(日)10:00～18:00

## 第21回長崎県選抜作家美術展



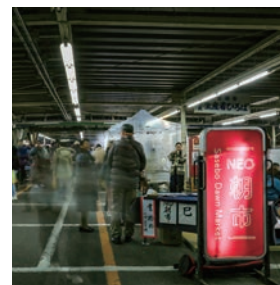
📍博物館島瀬美術センター  
☎ 22-7213

本県に在住する作家の優れた作品の展覧会です。

📍博物館島瀬美術センター  
料 400円

🔄 1/17(土)4:00～8:00

## NEO朝市



📍商工労働課  
☎ 24-1111

市内外から魅力あるお店が佐世保に集結し「(おそらく)日本一朝早いマルシェイベント」として開催されます。恒例の朝市ぜんざい(有料)をはじめ、お正月をテーマにしたさまざまなイベントが予定されています。

📍佐世保朝市会場(万津町)

🔄 1/17(土)18:00～19:30

## 土星・木星・すばるを観察しよう



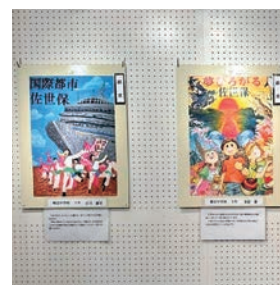
📍少年科学館  
☎ 23-1517

口径200mmの天体望遠鏡で、土星、木星、すばる、秋・冬の星座などを観察します。講師による天文に関する話や当日の星空解説も行います。

📍少年科学館  
定 50人程度  
料 高校生以上320円、4歳～中学生150円  
申 1/4(日)以降に電話か直接少年科学館へ

🔄 1/21(木)～26(日)10:00～18:00

## 市民憲章イメージポスター展



📍博物館島瀬美術センター  
☎ 22-7213

市民憲章イメージポスター入賞作品を展示します。

📍博物館島瀬美術センター  
料 無料

🔄 1～2月頃

## 九十九島の浮島現象



📍九十九島パールシーリゾート  
☎ 28-4187

島が浮いて見える浮島現象は、大気中の温度と海水温の差ができる1～2月頃に見ることができます。九十九島でも遊覧船に乗船中、海面に目を向けていると、この不思議な風景に出合えるかもしれません。

🔄 11/11(日)212月(祝)

## えぼし冬まつり



📍烏帽子岳高原リゾートスポーツの里  
☎ 24-6669

📍烏帽子岳高原リゾートスポーツの里

内 ①こどもこうむてん、餅まき、お年玉じゃんけん大会②ファミリーたこ作り教室、真冬の昆虫教室

🔄 1/22(木)～25(日)10:00～18:00

## 小学校図画工作児童作品展



📍博物館島瀬美術センター  
☎ 22-7213

市内小学校児童が図画工作の授業で制作した絵画や立体作品を展示します。

📍博物館島瀬美術センター  
料 無料

🔄 1/22(木)～25(日)10:00～18:00

## 第60回ふれあい作品展



📍博物館島瀬美術センター  
☎ 22-7213

市内の小中学校、義務教育学校、特別支援学校などに在籍する児童・生徒の作品を展示します。

📍博物館島瀬美術センター  
料 無料



2/1㊥～28㊥11:00～15:00

## 第25回九十九島かき食うカキ祭り・冬の陣



うま味がたっぷり詰まった新鮮な九十九島かきをご賞味ください

㊥ 2/1㊥、7㊥、8㊥、11㊥、14㊥、15㊥、21㊥、22㊥、23㊥、28㊥ 11:00～15:00 (焼き台の使用は 15:45 まで)

㊥ 九十九島パールシーリゾート

㊥ 九十九島殻付きマガキ(約 1kg) 1,200 円、木炭(約 1kg) 300 円 ※焼き台の使用は無料。  
※会場外からの飲食物の持ち込みはできません。

※カキは売り切れる場合や、状況によって中止になる場合があります。

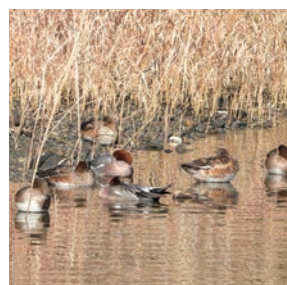
※直近の情報など、詳しくは九十九島パールシーリゾート HP をご覧ください。



㊥ 九十九島パールシーリゾート  
☎ 28-4187

1/24㊥10:00～12:00

## 相浦川でバードウォッチング



㊥ 相浦川周辺

㊥ 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

㊥ 10人程度

㊥ 200円(保護者も)

㊥ ファクス(28-7351)か公式HPから九十九島ビジターセンターへ

㊥ 1/10㊥

※荒天延期(予備日、2/7㊥)。



㊥ 九十九島ビジターセンター  
☎ 28-7919

1/24㊥13:30～14:15、15:00～15:45

## 2026New yearコンサート



㊥ 少年科学館  
☎ 23-1517

2026New yearコンサートin  
星きらり～音浴博物館がやってくる!～

㊥ 少年科学館

㊥ 67人

㊥ 高校生以上320円、4歳～中学生150円(3歳以下は無料。就学前幼児は大人1人につき1人無料)

㊥ 電話で少年科学館へ



2/1㊥12:30～15:30

## サイエンス広場で遊ぼう!



㊥ 少年科学館  
☎ 23-1517

さまざまなコーナーで科学の不思議やおもしろさを体験しながら学ぶことができます。

㊥ 少年科学館

㊥ 4歳以上(対象が決まっているコーナーもあります)

㊥ 無料

㊥ 電話か市HPまたは直接少年科学館へ

2/5㊥11:30～

## ランチタイムコンサートVol.38



㊥ アルカス  
SASEBO  
☎ 42-1111

生演奏が楽しめる人気シリーズに出演いただくピアニストの岡田奏さん。曲目の説明などの話を交えながら、フランス音楽の名曲の数々をお届けします。繊細な響きと色彩豊かな音色を、トークと共に楽しみください。

㊥ アルカスSASEBO

㊥ 一般1,000円、ペア券1,500円

©Makoto Kamiya

1/24㊥10:00～12:00

## 相浦川でバードウォッチング



㊥ 相浦川周辺

㊥ 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

㊥ 10人程度

㊥ 200円(保護者も)

㊥ ファクス(28-7351)か公式HPから九十九島ビジターセンターへ

㊥ 1/10㊥

※荒天延期(予備日、2/7㊥)。



㊥ 九十九島ビジターセンター  
☎ 28-7919

1/24㊥13:30～14:15、15:00～15:45

## 2026New yearコンサート



㊥ 少年科学館  
☎ 23-1517

2026New yearコンサートin  
星きらり～音浴博物館がやってくる!～

㊥ 少年科学館

㊥ 67人

㊥ 高校生以上320円、4歳～中学生150円(3歳以下は無料。就学前幼児は大人1人につき1人無料)

㊥ 電話で少年科学館へ



2/15㊥14:00～15:30

## 九十九島サロン「生月島の戦争遺構」



㊥ 九十九島ビジターセンター  
☎ 28-7919

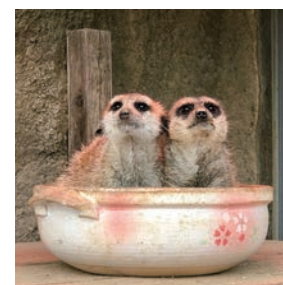
平戸市生月島には、西海国立公園の区域内であったため、戦時中に築かれた砲台などの戦争遺構が残っています。今回は、時を超えて残る遺構に光を当て、平戸・生月戦跡研究会の田中まき子氏が紹介します。

㊥ 九十九島ビジターセンター

㊥ 無料

～2月下旬頃

## ほかほかのミーアキャット鍋



㊥ 九十九島  
動植物園  
☎ 28-0011

冬の風物詩「ミーアキャット鍋」が登場。アフリカのサバンナで生活しているミーアキャットは寒さが苦手なので、毎年寒さをしのげる土鍋とヒーターを設置しています。土鍋で過ごすミーアキャットの様子をぜひご覧ください。

㊥ 九十九島動植物園

㊥ 無料(入園料が別途必要)

1/25㊥9:00～

## 佐世保のヤモード祭り



おおしめなわ  
豊作を祈願し、神社の大注連縄を作り替え、冬の間に山の神として山へ帰った田の神を田植え前に里へ迎え入れる県指定民俗文化財の祭りです。

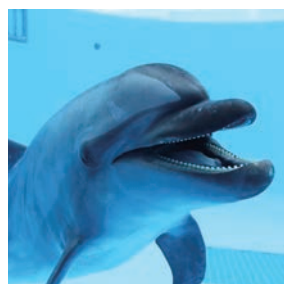
㊥ 淀姫神社(松原町)



㊥ 文化財課  
☎ 24-1111

2/1㊥～28㊥9:00～17:00

## ハンドウイルカ ニーハ展



㊥ 九十九島水族館  
☎ 28-4187

海きららにやってきて17年目となるハンドウイルカのニーハをテーマに、過去の写真やニーハに関するクイズパネルをイルカプール1階アクリル面に展示します。

㊥ 九十九島水族館

㊥ 無料(入館料が別途必要)



させぼ競輪 ☎ 31-4797

イベント等についてはさせぼ競輪 HP でお知らせします。



【昼開催】	日程	熊本F I 場外	27～29	松戸F I 場外	21～23
・取手F I 場外	1/12～14	・高松記念GⅢ in 小松島場外	29～2/1	・四日市F I 場外	24～26
・大宮記念GⅢ場外	15～18			・西武園F I 場外	27～29
・大垣F I 場外	15～17			・別府F I 場外	30～2/1
・立川F I 場外	19～21	【ナイター開催】			
・広島F I 場外	21～23	・岐阜F I 場外	1/12～14		
・いわき平記念GⅢ場外	22～25	・玉野F I 場外	15～17		
・小田原F I 場外	25～27	・武雄F I 場外	18～20		

※2/2㊥～4月中(予定)はメインスタンド工事のため、本場開催と場外発売を休止します。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。



## お知らせ

### 祝日の燃やせるごみの収集

1月12日⑧⑨＝収集します  
⑧廃棄物減量推進課 ☎ 32-2428

### 市民税・県民税の申告や確定申告には マイナンバーが必要です

法令の規定に基づき、本人や扶養親族、事業専従者のマイナンバーの記載が義務化されています。また、申告会場で申告をする際には、本人確認ができる身分証明書などが必要です。  
※詳しくは市 HP をご覧になるか、お尋ねください。



市 HP  
(市民税・県民税の申告)

⑧市民税課 (市民税・県民税)  
⑧佐世保税務署 (確定申告)  
☎ 22-2161

### 市税の証明と閲覧

市税の証明・閲覧を請求する場合は、マイナンバーカードや運転免許証などの本人確認書類が必要です。また、マイナンバーカードを利用して、所得課税証明書のコンビニ交付やオンライン申請をすることができます。

⑧市民税課

### 出張女性相談室 (無料)

DV や家庭問題などの悩みに女性相談員が応じます (相談無料、秘密厳守)。  
日程 1月24日⑩ 9～16時  
場所 スピカ

⑧人権男女共同参画課

☎ 24-6180 (予約・相談専用)  
☎ 23-3828 (当日連絡用)

### させばさんちの家計簿

本市の令和6年度 (令和6年4月1日～令和7年3月31日) の一般会計決算を、1年間の支出が500万円の家庭に例えて説明する「させばさんちの家計簿」を公表しました。



市 HP  
(させばさんちの家計簿)

⑧財政課

### 1月は市県民税第4期分、 国民健康保険税第8期分の納付月

忘れず納期内に納めましょう。納め忘れがなく便利な口座振替をご利用ください。口座振替の申し込みは、市 HP または各金融機関、各支所、宇久行政センター、収納推進課で受け付けています。  
⑧収納推進課

### 交通事故などに遭ったら

国民健康保険、後期高齢者医療保険の加入者が交通事故などに遭い、保険診療で治療を受ける場合は、すぐに警察に届け、必ず医療保険課へご相談ください。

⑧医療保険課

### マイナンバーカードの申請・ 受け取り等のための休日開庁

日程 1月25日⑩ 9～13時  
場所 戸籍住民窓口課  
内容 マイナンバーカード申請・受け取り、電子証明書の更新手続きなど  
⑧戸籍住民窓口課

### 20歳になったら国民年金

国内に住所がある20歳以上60歳未満の人は、国民年金に加入し保険料を納めることが義務付けられています。

市役所・中央保健福祉センターの各課へは  
☎ 24-1111 (代表) からおつながります。

保険料は月額17,510円 (令和7年度) です。所得が少なく保険料を納めることが困難な人は、納付免除制度や納付猶予制度、学生納付特例制度などの保険料免除制度を利用できます。  
※保険料が割引きになる前納制度もあります。  
⑧佐世保年金事務所 ☎ 34-1189

### ものづくり企業面談会

佐世保工業会会員企業との面談会を実施します。  
日程 2月3日⑩ 13時30分～15時30分  
場所 アルカス SASEBO  
※詳しくはハローワーク佐世保へお尋ねください。  
⑧ハローワーク佐世保 ☎ 88-2003

### 長崎県よろず支援拠点出張相談会

日程 ①1月15日⑩②1月28日⑩③2月2日⑩ ※全て9～17時。  
場所 ①九州ひぜん信用金庫佐世保営業部②西海みずき信用組合本店③県北振興局天満庁舎  
内容 事業者のための無料経営相談会  
⑧同よろず支援拠点 ☎ 095-828-1462

### 市道、法定外公共物 (里道、水路) 占有許可の更新手続き

市道、法定外公共物 (里道、水路) 占有許可の更新の時期を迎える人に「更新許可申請書」を送付しています。未提出の人は必要事項を記入して、土木管理課に提出してください。  
※詳しくは市 HP をご覧ください。



市 HP (道路・法定外公共物等の占有許可)

⑧土木管理課

### 着衣着火に気を付けましょう

着衣着火とは、調理中のガスコンロの火などが、着ている服に燃え移る現象です。

【予防するために】

- ・火を扱う時は袖や裾が広がっている衣服の着用を避ける
- ・ガスコンロの奥に物を置かない
- ・防災製品のエプロンやアームカバーを使用する
- 【衣服に火が付いてしまったら】
- ・火が小さいうちは叩いて消す
- ・近くに水があればかけて消す。水がなければ燃えている所を地面に押し付けて消す

※慌てて走り回るとさらに火が大きくなり危険です。

⑧消防局予防課 ☎ 23-2539

### 誘致企業採用説明会

日程 1月22日⑩ 13時30分～16時 (受け付け13時～)  
場所 ハローワーク佐世保  
内容 トランスコスモス(株)、(株)ディーソール HPI、SocioFuture (株)、パーソルビジネスプロセスデザイン(株)、アルティウスリンク(株)  
⑧企業立地推進室  
⑧ハローワーク佐世保 ☎ 88-2008

### コミュニティ助成事業

宝くじの社会貢献広報事業として、市少年消防クラブに「訓練用消火器」「煙体験用ポータースモークマシン」の助成を行いました。  
⑧消防局予防課 ☎ 23-2539

### 世知原少年自然の家 キャンプ場リニューアル

開所から50年を迎え、公募した56件の中から「さわがにキャンプ場」という愛称が決定しました。水洗・多目的トイレ、シャワー室を完備し、新たに生まれ変わったキャンプ場へぜひお越

しください。

料金 一般600円、大学生400円、高校～小学生300円、年少～年長200円

⑧世知原少年自然の家 ☎ 76-2769

### LGBTQ (性的少数者) の人権

人間の姿、価値観、感情などが人によって違うように、セクシュアリティもさまざまです。誰もが自分のセクシュアリティを尊重され、自分らしく生きることができる社会が望まれます。セクシュアリティに関する差別的な言動を見かけたら、みんなと一緒に笑わない、同調しないだけでなく、偏見を指摘する勇気も必要です。あなたの一言が社会をよりよく変えていくきっかけとなります。自分の性に不安や悩みをお持ちの人は女性相談室 (☎ 24-6180) にご相談ください。

⑧人権男女共同参画課

## 募 集

### 令和8年度「させば夢大学」受講生

日程 4～8月 (全8回)  
内容 各界の著名人を招いた講演会  
対象 18歳以上  
定員 2,000人 (応募多数の場合抽選)  
料金 年間19,000円 (早割りあり)  
申込 12月21日⑩～2月13日⑩に HP または電話でさせば夢大学へ



させば夢大学 HP

⑧させば夢大学事務局 ☎ 25-9555

### 令和7年度第4期市営・県営住宅 空家補充入居者

【市営住宅】 (用紙配布) 2月6日⑩から市営住宅管理センター、県住宅供給公社佐世保事務所、市役所住宅政策課・1階総合案内、各支所、宇久行政センター、市社会福祉協議会

申込 2月13日⑩～16日⑩にまちなかコミュニティセンターへ  
【県営住宅】 (用紙配布) 1月9日⑩から県住宅供給公社佐世保事務所、市営住宅管理センターなど

申込 1月23日⑩～26日⑩に県住宅供給公社佐世保事務所へ  
※市営と県営の併願もできます。

⑧市営住宅管理センター (市営) ☎ 25-9625

⑧県営住宅供給公社佐世保事務所 (県営) ☎ 22-9612

### 「佐世保市新型インフルエンザ等 対策行動計画」 (素案)

### に関するパブリックコメント

本市における新型インフルエンザ等への平時の準備や発生時の対策の内容を示す計画 (案) を作成しています。皆さんのご意見を募集しています。  
日程 12月23日⑩～1月22日⑩



市 HP (パブリックコメント)

⑧感染症対策課

### 自衛官

自衛官候補生＝通年募集  
対象 18歳以上33歳未満の人  
⑧自衛隊長崎地方協力本部佐世保出張所 ☎ 23-1231

### 市立図書館雑誌スポンサー

スポンサーとして雑誌の年間購読料を負担いただくと、提供雑誌の最新号カバーや市立図書館 HP、市立図書館内に広告を掲載します。  
対象 企業、個人事業主、団体  
申込 1月6日⑩～3月7日⑩に市立図書館 HP から申し込んでください



市立図書館 HP

⑧市立図書館 ☎ 22-5618

全館空調シェア No.1

空調革命

Z 空調

ゼックウチョウ

■ 桧家住宅 佐世保展示場

NBCハウジングさせぼ内 佐世保市大和町875-2

0800-200-3244

営業時間 / 10:00～18:00 定休日 / 火・水曜日

Instagram

Home page

あなたによりそう、十八親和銀行アプリ

- ✓ 残高・明細をいつでもチェック！
- ✓ 振込や振替もアプリで完結！
- ✓ 引落し予定も事前にお知らせ！

十八親和銀行

佐世保市島瀬町10-12 TEL:0120-122-312

平日 9:00～17:30 (銀行休業日を除く)

ダウンロードはこちら



**公共職業訓練  
施設見学・訓練体験会**

日程 2月9日㊤ 13時15分～16時30分

場所 ポリテクセンター佐世保


内容 各訓練コースの訓練内容、関連する就職職種や資格等について

対象 再就職を目指す人

申込 電話でポリテクセンター佐世保へ  
㊤ポリテクセンター佐世保 ☎58-3118

**させばeコイン加盟店**

登録料・決済手数料は無料です。事業者に向けた、加盟手続きサポートを行っていますので、させばeコインHPからお問い合わせください。

 **させばeコインHP**

㊤加盟店用コールセンター ☎050-3171-7058

**講演会など**

**地域福祉講演会**


「共に生きる地域づくり」に向けて、地域福祉への理解と関心を高めることを目的として「みんなで考えよう『地域共生社会』」を開催します。

日程 1月19日㊤ 18時30分～20時（開場18時）

場所 アルカス SASEBO

定員 300人 料金 無料

※詳しくは市社会福祉協議会HPをご覧ください。

 **市社会福祉協議会HP**

㊤市社会福祉協議会 ☎24-1695

**ジョブトーク倶楽部**

日程 1月29日㊤ 10時30分～12時

場所 産業支援センター

内容 データでみる自分の特長・適性診断体験会

対象 市内での就職を希望する女性

定員 10人

申込 電話でさせばお仕事情報プラザへ  
メ切 1月21日㊤

※雇用保険受給者の求職活動実績になります。

※託児あり（1週間前までに予約が必要）。  
※詳しくはお尋ねください。

㊤させばお仕事情報プラザ ☎76-7713


**危険物取扱者試験**

日程 3月15日㊤ 10時

場所 長崎県立大学

料金 甲種7,200円、乙種5,300円、丙種4,200円

申込 1月19日㊤～30日㊤に消防試験研究センターHPにて

 消防試験研究センターHP

㊤同センター長崎県支部 ☎095-822-5999

**甲種防火管理新規講習**


日程 2月19日㊤、20日㊤

場所 労働福祉センター

定員 先着110人

料金 8,000円

申込 1月8日㊤～15日㊤に日本防火・防災協会HPにて

 日本防火・防災協会HP

㊤同協会 ☎03-6263-9903

**子育て**

**たんぽぽ（0歳の会）**

第1子の赤ちゃんとその保護者、妊婦の会です。赤ちゃん体操や遊び、座談会などで交流を深めます。保健師、助産師や管理栄養士、臨床心理士、歯

科衛生士の育児相談や講話もあります。

日程 毎週月曜 14時30分～16時

場所 東部・北部子育て支援センター

定員 各25組程度（予約制）

㊤東部子育て支援センター ☎39-4002

㊤北部子育て支援センター ☎47-3329

**児童手当の手続きはお済みですか**

出生、転入、転出、児童を養育しなくなった、公務員に就職・退職したなどの場合は15日以内に届け出てください。

㊤子ども支援課

**出前保育「みんなよっといでー!!」**

日程 1月14日㊤ 10時30分～12時

場所 広田児童センター

内容 手遊び、ふれあい遊び、絵本の読み聞かせ、簡単な制作遊び

対象 未就園児とその保護者、妊婦

㊤葦ヶ丘幼児園地域子育て支援センター ☎34-4188


**親子ふれあい遊び**

日程 2月8日㊤ 10時30分～11時30分

場所 体育文化館 対象 乳幼児の親子

定員 200人程度 料金 無料

申込 1月9日㊤～2月6日㊤に申し込みフォームにて

 申し込みフォーム

㊤幼児教育センター ☎31-0550

**育児講座**

**「親子の時間術講座（番外編）」**

日程 2月16日㊤ 10時30分～11時30分

場所 子ども発達センター

対象 乳幼児の親子 定員 5組程度

申込 ジモイクにて

㊤子ども発達センター ☎23-3945

**出前保育「みんなであそぼう」**

日程 1月20日㊤、2月3日㊤ ※いずれも9時30分～12時。

場所 柚木地区コミュニティセンター

内容 手遊びや絵本の読み聞かせなど

対象 0～5歳の未就園児とその保護者、妊婦

㊤日野子育て支援センター ☎28-3264

**パパママ学級**

日程 1月25日㊤ 10時15分～11時30分

場所 子ども発達センター

内容 育児の悩み事や情報交換、ふれあい遊び、制作遊びなど

対象 生後2～8カ月の乳幼児と両親

定員 5組程度

申込 ジモイクにて

㊤子ども発達センター ☎23-3945

**豆まき交流会**

日程 2月3日㊤ 11～12時

場所 子ども発達センター

対象 乳幼児の親子と地域の人

定員 15組程度

申込 ジモイクにて

㊤子ども発達センター ☎23-3945

**高齢者と介護**

**高齢者の所得税・地方税上の障害者控除**


障害者手帳を交付されていない65歳以上の人で、身体障害や認知症状態が一定基準に該当すると市が認定した人へ、確定申告などによって税の控除を受けられる「障害者控除対象者認定書」を交付します。

対象 申告対象年の12月31日現在で、次の条件全てを満たす人

- ・佐世保市に住民票がある満65歳以上の人
- ・要介護1～5の認定を受けている人
- ・身体障害者手帳、精神障害者保健

福祉手帳、療育手帳の交付を受けていない人

申込 1月5日㊤以降に直接長寿社会課へ

 市HP（障害者控除対象者認定書）

㊤長寿社会課

**元氣アップ教室（随時募集）**

内容 登録事業所が提供するトレーニング（週1回、12回コース）

対象 65歳以上で、外出が週1回未満の人、外出目的が通院と買い物の人、家族または友人との定期的な交流がない人

定員 30人 料金 1回200円程度

申込 直接長寿社会課か各地域包括支援センターへ

㊤長寿社会課

**令和7年度市民啓発公開講座「認知症とともによりよく生きるについて考える～認知症専門医が教える最新の認知症予防～」**

日程 2月8日㊤ 14時～15時45分

場所 アルカス SASEBO

内容 認知症とともに自分らしい暮らしを最期まで生きるためのヒント

定員 500人 料金 無料

申込 電話かファクス（22-5952）または申し込みフォームで佐世保市在宅医療・介護連携サポートセンターか医療政策課へ

メ切 1月30日㊤

 申し込みフォーム

㊤同サポートセンター ☎22-5901

㊤医療政策課

**介護者交流カフェ**

在宅で要介護1以上の家族を介護している人が、交流や情報交換をして、日頃の疲れを癒やしてもらうカフェです。

日程 2月13日㊤ 13時30分～15時

場所 中央保健福祉センター

内容 介護者のこころの相談を担当している臨床心理士からのミニ講話と茶話会

対象 要介護1以上の人を在宅で介護している人

定員 先着25人 料金 無料

申込 電話で長寿社会課へ

㊤長寿社会課

**生活支援サポーター養成講座**

日程 2月14日㊤ 10～12時

場所 清水地区コミュニティセンター

定員 20人

申込 電話で清水地域包括支援センターへ

㊤同地域包括支援センター ☎59-7770

**脳の健康チェック**

タブレットを使ってゲーム感覚で行える認知症のスクリーニング検査（5分程度）を実施します。

日程 2月10日㊤ 11時30分～13時30分（最終受け付け13時）

場所 鹿町温泉やすらぎ館

㊤長寿社会課

**介護者の「こころ」の相談会**

介護をしている人が日頃の悩みを話すことで心も体も元気でいられるよう、臨床心理士による個別相談を行います。

日程 随時実施（事前予約制）

場所 中央保健福祉センター

料金 無料

申込 電話で長寿社会課へ

㊤長寿社会課

**認知症本人ミーティング**

日程 1月15日㊤ 13時30分～15時

場所 福祉活動プラザ

対象 認知症の診断を受けた人


※詳しくはお尋ねください。

㊤長寿社会課

佐世保のミライに炎を灯したい。

 **INSTAGRAM**

西部ガス佐世保 クッキングクラブ

 **西部ガス佐世保株式会社**

佐世保市万津町7番36号 TEL0956-23-5931

**競輪教室参加者募集!**

初心者大歓迎です! けいりんを楽しく遊びましょう!

時間:10:30～13:30

場所:佐世保競輪 前売投票所3Fウィンちゃんルーム

参加費:無料(昼食付き)定員30名

予約:電話受付 TEL0956-31-4797

**1/25 (日)**

【お問い合わせ】  
佐世保競輪事務所 Tel:0956-31-4797 千反町2-5  
●競輪は適度に楽しみましょう ●車券の購入は20歳になってから

**お知らせ**

2/1(日)を最終営業日としてスタンド工事に伴い、一時閉館とさせていただきます。  
※閉館中は非開催払戻を実施致しません。2/1までに払戻をお願い致します。

 **SASEBO KEIRIN**





## 健康づくり

### 慢性腎臓病 (CKD) 市民公開講座 知ろう、学ぼう、CKD ～腎臓を守る、ちょっとしたコツ～

CKD とは、たんぱく尿があるなど慢性的に腎機能が低下した状態のことで、国内の患者数は 20 歳以上の 5 人に 1 人といわれています。自覚症状がほとんどなく、進行すると徐々に腎臓の機能は失われていきます。人工透析が必要になる場合や心臓病、脳血管障害の原因となる場合があるため、早期発見と予防が重要です。

日程 2 月 11 日 ⑧ ⑨ 13 時 30 分～15 時 30 分

場所 アルカス SASEBO

内容 医師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士の話

定員 500 人 料金 無料

申込 申し込みフォームか電話またはファクス (23-5040) で医療保険課へ  
メ切 2 月 6 日 ⑩



申し込みフォーム

⑩医療保険課

### 介護食づくり教室

1 回目は栄養士が食べやすくする工夫について、2 回目は歯科衛生士が口腔ケアについての講話を行い、毎回調理実習を行います。1 回だけの参加もできます。

日程 ① 2 月 3 日 ⑪、10 日 ⑪ ② 2 月 6 日 ⑩、13 日 ⑩ ③ 2 月 20 日 ⑩、27 日 ⑩ (応用編) ※全て 10 時～12 時 30 分。

場所 ① 広田地区コミュニティセンター ② 相浦地区コミュニティセンター ③ 中央保健福祉センター

対象 在宅高齢者の食事づくりに関わる人、今後のために介護食について勉強したい人

定員 各日先着 10 人  
料金 各回 500 円 (材料費)  
申込 1 月 13 日 ⑩～初回開催日の 1 週間前までに電話か直接健康づくり課へ



市 HP  
(介護食づくり教室)

⑩健康づくり課

### 喫煙する際は周囲への配慮を

改正健康増進法では、喫煙する際は周囲の状況に配慮することが義務化されています。喫煙される場合は、歩きたばこをしない、周囲に人がいる所では吸わないなどの配慮をお願いします。

⑩健康づくり課

### 8020 認定証を発行します

佐世保市成人歯科健診 (委託歯科健診、所内歯科健診、離島歯科健診) を受診した、満 80 歳以上の市民で、自分の歯を 20 本以上持っている希望者に認定証を郵送します。

※歯科健診の際、8020 認定証希望の同意が必要です。

※歯数には、親不知の数も含まれますが、残根状態の歯は含みません。

申込 歯科医療機関または電話か直接健康づくり課へ



市 HP (8020 認定証  
を対象者へ発行)

⑩健康づくり課

### はたちの献血キャンペーン



献血者が減少傾向にある冬期に血液を安定的に確保するため、はたちの若者を中心に「はたちの献血キャンペーン」

を実施しています。献血へのご理解とご協力をよろしくお願いします。  
日程 1 月 1 日 ⑩ ⑪～2 月 28 日 ⑩  
対象 主に 20 歳を迎える人



市 HP (はたちの献血)

⑩感染症対策課

### ベジチェック (推奨野菜摂取量測定)

健康相談時にベジチェックを行います。手のひらをセンサーにかざすだけで測定できます。

日程 1 月 14 日 ⑩ 10～14 時

場所 老人福祉センターいでゆ荘

料金 無料 (入館料が別途必要)

⑩健康づくり課

## 生活衛生

### 冬は特にご注意ください！

#### ～ノロウイルス食中毒～

冬はノロウイルス食中毒が多発する時期です。ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口で感染し、人の腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。次のことに注意し、食中毒を予防しましょう。

- ・アルコール消毒だけではノロウイルスは死滅しません。調理や食事の前、トイレの後、嘔吐物やふん便を処理した後はせっけん<sup>おとうと</sup>と流水で十分に手を洗いましょう
- ・下痢や嘔吐などの症状がある場合には、調理を控えましょう
- ・食材はよく洗い、加熱できる食材は中心部まで十分に加熱しましょう
- ・包丁、まな板、布巾などの調理器具は十分に洗浄し、熱湯や漂白剤などで消毒しましょう



市 HP (ノロウイルス  
食中毒予防対策)

⑩生活衛生課

## 健診・検査など

### ①がん検診

区分		20代	30代	40代	50・60代	70歳以上
胃	内視鏡	—	—	3,000 円	—	1,500 円
	X 線	—	—	2,000 円	—	1,000 円
肺	X 線	—	—	800 円	—	400 円
大腸	便潜血	—	—	1,000 円	—	500 円
子宮	頸部 (けいぶ)	1,600 円				800 円
乳	エコー	—	1,400 円	—	—	—
	マンモ	—	—	1,600 円	1,200 円	600 円

場所 市内の登録医療機関

※本市国保加入者、生活保護受給者、節目検診対象者 (40・50・60 歳) は無料 (保険証が証明書が必要)。

### ②肺がん検診 (胸部レントゲン、65 歳以上は結核検診も兼ねる)

日程 毎週月～木曜 (祝日、年末年始を除く)

場所 中央保健福祉センター 対象、料金 ①と同じ

申込 電話で健康づくり課へ

### ③大腸がん検診

日程 2 月 26 日 ⑩ 9～11 時

場所 中央保健福祉センター 対象、料金 ①と同じ

申込 2 月 9 日 ⑩までに市公式 LINE か電話で健康づくり課へ

### ④乳がん検診 (マンモグラフィー)

日程 毎週月～木曜 8 時 50 分～11 時 30 分、13 時～16 時 30 分、第 1、3 金曜 13 時～16 時 30 分 (いずれも祝日、年末年始を除く)

場所 中央保健福祉センター 対象、料金 ①と同じ

申込 電話で健康づくり課へ

### ⑤成人歯科健診 (歯周病検診)

場所 登録医療機関 料金 自己負担 500 円

申込 直接登録医療機関へ

### ⑥総合健診 (胃・肺・大腸・子宮頸・乳がん検診、特定健診、 肝炎ウイルス検診) ※②は歯科健診も含む。

日程 ① 2 月 20 日 ⑩ 9～14 時

② 3 月 7 日 ⑩ 8 時 30 分～14 時

場所 ① 吉井地区コミュニティセンター

② 中央保健福祉センター

対象、料金 ①と同じ (ただし、胃がん検診は 74 歳以下、乳がん検診は 40 歳以上が対象)

定員 ①先着 115 人 ②先着 130 人

申込 ① 1 月 16 日 ⑩～2 月 3 日 ⑩ ② 2 月 3 日 ⑩～17 日 ⑩に  
電話か直接健康づくり課へ

### ⑦ HIV・性感染症相談・検査 (匿名、無料、要予約)

【相談】 ☎ 0120-104-783 (平日 8 時 30 分～17 時 15 分)

E メール shc783@city.sasebo.lg.jp

※フリーダイヤルか市公式 LINE で予約できます。

※検査内容は HIV、クラミジア、梅毒です。

### ⑧乳幼児健診 (約 1 カ月前に該当者に通知します)

4 カ月児健診 対象 3～4 カ月ごろ

1 歳 6 カ月児健診 対象 1 歳 6 カ月ごろ

3 歳児健診 対象 3 歳 6～7 カ月ごろ

⑩健康づくり課 (①～⑥)、感染症対策課 (⑦)、すこやか子どもセンター (⑧)

## 相談など

### 子どもの発達 (要予約)

⑩子ども発達センター (療育相談) ☎ 23-3945

⑩健康づくり課 (歯科保健相談)

障がい福祉 ⑩障がい福祉課

●高次脳機能障害当事者会・家族の集い

1 月 24 日 ⑩ 13 時

●佐世保断酒会

1 月 13 日 ⑩、18 日 ⑩、27 日 ⑩、2 月 10 日 ⑩ 13 時 30 分、2 月 7 日 ⑩ 19 時

●難病カフェ

1 月 11 日 ⑩ 13 時 30 分

●GA 佐世保 (ギャンブル依存当事者会)

1 月 14 日 ⑩、21 日 ⑩、28 日 ⑩、2 月 4 日 ⑩ 19 時

●ギヤマノン結 (依存症の家族の会)

1 月 14 日 ⑩、21 日 ⑩、28 日 ⑩、2 月 4 日 ⑩ 19 時 30 分

●ひきこもり家族会 (あのねの木)

1 月 21 日 ⑩ 10 時

●精神障がい者家族の会 (ゆみはり会)

1 月 17 日 ⑩ 13 時

●精神障がい当事者会 (ふたばの陽)

1 月 17 日 ⑩ 13 時 30 分

※開催場所など詳しくは、障がい福祉課にお尋ねください。

お口のお悩み相談 (歯周病検診含む)

⑩健康づくり課 1 月 13 日 ⑩、27 日 ⑩ 9 時～11 時 30 分

医療に関する相談 ⑩保健福祉政策課

⑩医療安全支援センター ☎ 25-9723

いじめ・不登校・非行問題相談窓口

⑩青少年教育センター ☎ 22-0077

生活にお困りの方への支援

⑩市社会福祉協議会 ☎ 23-0265

休日・夜間の救急医療体制

⑩急病診療所 ☎ 25-3352 休日・夜間の

⑩長崎県救急安心センター 救急医療体制等

#7119 または ☎ 095-801-1217

長崎県子ども医療電話相談

⑩ #8000 または ☎ 095-822-3308



家売ります!土地売ります!ありがとうございます!  
ステキな木の家作ります!リフォームします!

フリーダイヤル コー フ ク ツ ナ グ ミ ャ ナ  
不動産工務店 0120-529-279 (不動産)・307 (建築)  
宅地建物取引業 / 長崎県知事 (6) 第 3039 号、一級建築士事務所



株式会社 建吉  
佐世保市早苗町 106-6



ボートレース大村のレースを中心にSGレースや全国各地のレースも発売!

来場キャンペーン実施中!  
ボートレース チケットショップ 長崎佐々

無料駐車場完備!! 北松浦郡佐々町小浦免1219  
TEL0956-59-6351 公式HP





