

県民ボランティア振興基金支援事業  
「60歳からの貯筋運動教室」参加者募集

寝たきり予防に効果的な、筋肉を使う「貯筋運動」を貯筋運動指導士が教えます。家庭でできる簡単な運動で健康寿命を延ばしましょう。

27年度実施(場所)	開始日(全12回)
広田地区公民館	9月25日(金)
相浦文化センター	9月30日(水)
日宇地区公民館体育室	10月 2日(金)

対象 60歳以上 料金 有料

定員 各会場先着30人

申し込み 各地区公民館に設置する申し込み用紙に必要事項を記入し、郵送するか、電話でスポーツ推進委員協議会へ

問い合わせ スポーツ推進委員協議会  
電話090-2082-5853(山本さん)

シリーズ総合型地域スポーツクラブ③ やまんだ倶楽部

「やまんだ倶楽部」では、健康で明るい地域づくりのため、スポーツや文化などの教室を開催しています。無料体験もありますのでぜひご利用ください。

料金 年会費2,000円、月会費1,500円～4,300円

スポーツ教室(筋肉レベル①初級、②中級、③上級)

メニュー	場所	時間
貯筋運動ステーション③	北地区公民館	木曜13時30分
自力整体②	北地区公民館	月曜10時15分
	中里地区公民館	月曜13時30分
	大野地区公民館	火曜10時15分
	やまんだクラブハウス	火曜13時30分
	清水地区公民館	水曜19時
エアロビクス③	北地区公民館	水曜10時45分
太極拳②	中里地区公民館	火曜10時
	清水地区公民館	火曜19時
	北地区公民館	木曜10時 木曜13時30分
	柚木地区公民館	木曜13時30分
ヴィンヤサヨガ③	やまんだクラブハウス	火曜19時10分
タヒチアンダンス③	やまんだクラブハウス	金曜19時
ヨガ①	清水地区公民館	月曜10時 火曜19時
	中里地区公民館	水曜9時30分
	やまんだクラブハウス	木曜9時30分 木曜10時45分
	柚木地区公民館	金曜19時30分
水中ウォーキング②	ビートスイミング相浦	水曜13時
ピラティス③	やまんだクラブハウス	火曜10時
	清水地区公民館	金曜10時30分
エアロ&ヨガ②	やまんだクラブハウス	水曜19時30分
骨盤ビューティーヨガ②	やまんだクラブハウス	金曜10時45分
呼吸セラピー①	清水地区公民館	火曜14時
太極拳ゆったり体操①	北地区公民館	お尋ねください

文化、キッズ応援、ママ応援教室

メニュー	場所	時間
美文字レッスン	北地区公民館	月曜10時
楽しいパソコン	北地区公民館	水曜13時 水曜15時
フラワーアレンジメント	北地区公民館	金曜13時30分
小学生ラグビー	北地区グラウンド	土・日曜15時
キッズカンファ太極拳	清水地区公民館	火曜19時
ママヨガ	やまんだクラブハウス	月曜11時30分
ママピラティス	やまんだクラブハウス	月曜10時
骨盤ビューティーヨガ	やまんだクラブハウス	金曜9時30分

やまんだ倶楽部

〒857-0011 春日町18-31 電話 090-8229-7763

Eメール yamanta371866@ezweb.ne.jp

ホームページ <http://yamanta.web.fc2.com/>

市長日記

中国訪問と女性が輝く社会づくり



7月の終わりに、佐世保市の友好都市である中国廈門市と上海市を訪問しました。

今回の廈門市訪問は、廈門市市長が2月に新しく就任されましたので、両市の青少年交流や文化交流をはじめ、

技術、経済、学術、職員間での交流など、今後の進め方について協議をいたしました。特に、これからは航空機のチャーター便やクルーズ船が頻繁に行き来するなど観光交流が盛んになることから、本市観光物産振興局長と旅游局長間で「観光交流協力の強化に関する覚書」を交わしました。

また、廈門市、上海市においては、日本への送客を主とする大手旅行社、クルーズ船の船社を訪問し、具体的な協議も行ってきました。中国では今後、クルーズ船市場が爆発的に拡大していくことを実感として肌で感じました。

今回、旅行社やクルーズ船社を訪問して感じたの



廈門市の旅行社に観光プロモーションを行う朝長市長

は、女性の社長やマネージャー、支社長が活躍していることでした。日本でも、政府は女性の登用を積極的に推進し、地方自治体や民間企業などにも呼び掛けています。

今後はさまざまな業界で人材確保が難しくなっていくことが予測されていますが、本市においても行政だけでなく、企業でも女性の力をさらに活用していくことが、今後の課題として大変重要ではないかと思えます。

佐世保市長 朝長 則男

させば市政だより キラっ都させば  
出会いをお手伝い！キューピッド de 婚活サポート

少子化対策として未婚の男女を対象に行う「キューピッド de 婚活サポート事業」について、朝長市長がお知らせします。



8月放送の様子。市HPから視聴できます

放送予定日	放送時間(放送局)
9月 5日④、19日④	9:25(NBC) 11:40(KTN)
9月12日④、26日④	11:40(NCC)
9月13日⑤、27日⑤	6:30(NIB)
毎週日曜	18:55(テレビ佐世保)

させば市政だより

- テレビ  
NBC 土曜9時25分～30分、KTN NCC 土曜11時40分～45分  
NIB 日曜6時30分～35分
- ラジオ  
NBC 日曜 9時25分～30分、FM長崎 火曜 9時5分～10分  
FMさせば 火曜10時30分～35分、日曜 9時30分～35分
- 新聞 長崎新聞 毎月第2・4火曜

人の動き(8月1日 現在)

- 総人口 252,927人(-236人)  
男性 118,830人(-138人)、女性 134,097人(-98人)
- 世帯数 105,957世帯(-55世帯)
- ※7月中の動き  
転入 572人、転出 786人、出生 215人、死亡 237人

德育通信⑫ 聞いて「徳」する話④ 横断歩道を渡る小学生を見て

先日、交差点を走って渡る少年を見て気持ちが温かくなりました。

私が車を運転中に、日宇町の交差点で信号待ちをしていたときでした。歩道の信号機が点滅を始めたとき、小学生の男児が走って信号を渡り始めたのです。私にも小学生の子どもがおり、「点滅信号になったら渡ってはいけない」と教えていたこともあり、「この男の子は危ないな」と思って見ていました。

そのとき、白い杖をついた目の不自由なご老人が同じ横断歩道の真ん中付近まで渡っていたのです。すると、その男の子は、一旦はご老人を抜いて通り過ぎましたが、歩道の信号が赤に変わったことに気付いたのか、ご老人のところまで戻って行ったのです。そして、一言二言声を掛けて、ご老人の左腕を支えて横断歩道をゆっくりと渡り切りました。すでに車道の信号は青になっていましたが、誰も発進せずに

待っていました。

渡り切った所で、ご老人が男の子に何やら話し掛けてみると、男の子はしっかりと頭を下げて歩き去って行きました。きっとご老人も心の目で男の子の礼儀正しい一礼を感じ取られたことだと思います。

市内在住 介護職員

「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」を募集しています。応募用紙に必要事項を記入し、事務局に応募してください。応募用紙は市HPからダウンロードできます。

【事務局】佐世保徳育推進会議(佐世保市教育会内)  
〒857-0054 栄町4番11号  
電話・ファクス 23-2856  
Eメール sasebotokuiku@alpha.ocn.ne.jp

※この德育通信を切り抜いてノートに貼り、「德育ノート」として家庭で保管しましょう！