

移住者のススメ



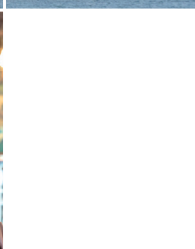
SASEBO
2020
JIKAN

佐世保時間



佐世保 「整う街」

わたしの暮らしが



SASEBO LIFE STYLE MAGAZINE

P04 特集:あの人はどうしてる?
私の暮らしが
整う時間

P16 遊びも学びも
九十九島特集

P20 移住者インタビュー
ママの子育て事情



週末のアソビ場には
困らない!

佐世保のとなり街。

皆さんこんにちは♪ 西九州させぼ移住サポートプラザの松丸です。
佐世保にはハウステンボスや九十九島の魅力あふれる大自然など、
充実した時間を過ごすスポットがたくさん整っています。
でも整っているのは、それだけではありません!
ちょこっと足を延ばすと、歴史や文化、体験、ローカルフードなど、
週末のご褒美タイムを楽しめるスポットにすぐに行けちゃう!
その距離感が、佐世保暮らしの魅力のひとつなんです。

移住コーディネーターが
おすすめ周辺スポットをご紹介します!



毎週、周辺の市町へ
取材に出掛けている!



移住コーディネーター
(広域担当)
松丸 美奈子さん



西九州させぼ
広域都市圏

佐世保市を中心とした近隣12市町が協
力し合い活性化していくためにつくれた
「西九州させぼ広域都市圏」。
移住サポートプラザ内には、これらの市
町の観光・移住に関するパンフレットや
物産品なども並んでいて、移住相談につ
いても連携体制ができています。また、移
住や地域に関する情報をメールで受け取
ることができる「西九州させぼ広域都市
圏サポーター」登録も募集中。



西九州させぼ
広域都市圏サイト

各SNSで情報発信中!

- Facebook @sasebokoikiUJI
- Twitter @sasebokoiki_UJI
- Instagram @sasebokoiki_uji
- YouTube

小値賀町

島人のおもてなしが心に残る島

農業や漁業を営む島人の民家に宿
泊して、実際に田舎暮らしを体験
する「島暮らし体験」を積極的
に行っている小値賀町。



ここでしか味わえない
島人のおもてなしの心を
感じてみてください!

新上五島町

祈りと癒やしの島

世界文化遺産の構成資産である「頭ヶ島の集
落」をはじめ、五島列島・新上五島町には、29
の教会があり、島の人々の祈りの場として今
も大切に守られています。



下五島

平戸市

オランダとの交流の先駆け

日本で最初の西洋貿易港として、オランダ
との交流が始まった地。西洋文化の橋渡し
となった平戸には、教会、史跡、菓子など、
海外交流の面影が今も残っています。



佐々町

清らかな川のまち

佐々川下流の堤沿い約1.5km
にわたり植栽された約260
本もの「河津桜」と、佐々町
の春の風物詩「シロウオ漁」
を同時期に楽しめます。



松浦市

アジフライの聖地

アジの水揚げ量日本一! お刺身でも食べられ
る新鮮な松浦のアジは、フライにしてもおい
しき抜群♪市内27店舗でサクサク・フワフワ
のアジフライを堪能することができます。



伊万里市

「秘窯の里」が生み出す焼き物



「秘窯の里」と呼ばれる焼き物
のまち、大川内山。毎年6月中
旬から8月下旬まで開催され
る「風鈴まつり」では、日本情
緒を感じさせる音色がまちに
響き渡ります。

個性の違う
焼き物巡りを
楽しんで♪



有田町

日本磁器発祥の地

17世紀初頭、有田・泉山で陶石が発見され、日
本で初めて磁器が焼かれました。「有田陶器市」
は120万人を超える来場者でにぎわいます。

波佐見町

伝統とモダン

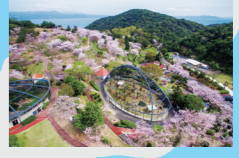
400年の伝統を持つ「波佐見焼」。時代の
トレンドや消費者のニーズを取り入れ
た、おしゃれで使いやすい「カジュアル
リッチ」な陶磁器です。



川棚町

紺青色の羽

川棚町のシンボルになっている「クジャク」
は、日印親善を記念してインドから
寄贈されました。「大崎くじゃく園」では
200羽のインドくじゃくが出迎えてく
れます。



西海市

海の幸の宝庫

豊かな漁場の西海市では、一年を
通じて豊富な種類の魚が水揚げさ
れます。アラカブやタイをモチ
ーフにした「お魚バス停」はSNS映え
すること間違いなし!



東彼杵町

日本一に輝いたお茶の名産地

全国茶品評会で3年連続日本一になった「そ
のぎ茶」は、ふくよかな味と香りが楽しめる
長崎県を代表する銘茶の1つです。おしゃれ
な古民家施設「Sorriso」も人気。
(ソリッソ リッソ)



私の暮らしが整う時間

My Totonoi Time

01

サウナで整う

慌ただしい日常に追われて、凝り固まってしまうココロとカラダ。それをやさしく解きほぐし、自然体な暮らしを取り戻してくれるひととき。整え方は人それぞれ。自分らしい場所や方法がきっと見つかります。

カプセルホテル「サウナサン」支配人
足立 琢哉さん (34)

専門学校を卒業後、一度は郵便局員として就職。五島で働きながら暮らしていたが、家を継ぐことを決意して佐世保市にUターン。



わたしの整い時間

サウナ後に外の風でクールダウン

すぐ近くのさせば五番街辺りの海辺に沿って軽く散歩すると、風が気持ちいいんです。サウナ後の余韻も大切な時間です。



心と体をリセットして
ありのままの自分に戻る

しっとりした熱気に包まれてサウナを満喫した後は、澄み切った水風呂へ。徐々に体を沈め慣らしていくと、水との境界がぼんやり曖昧に。椅子でしばらく休憩すれば、ふわふわとした夢心地……。これこそサウナを愛するサウナーたちが追い求める、とこのう。感覚。そんな体を芯から整えるような体験を、佐世保で満喫できる場所があります。創業から37年となるカプセルホテル「サウナサン」。名前の通りサウナが名物ですが、利用客はさまざま。出張中のビジネスマンはもちろん、仕事帰りの常連、アルバイト後の若者、そして全国から訪れる熱狂的なサウナーまで、それぞれ自分のペースでゆったりと過ごしています。支配人の足立琢哉さんは、以前よりニースの高まりを感じるそう。「モットーは『低価格でも心に贅沢を』。安さを売りにするのではなく、



サウナサン常務取締役

クラーク 香奈子さん (36)

弟の琢哉さんと共に「サウナサン」を運営。主にレストランを担当し、サウナ上がりの空腹を満たしてくれます。本格派の自衛隊カレーやタレに漬け込んだ唐揚げ、さらに日替わり定食も人気。



わたしの整い時間

九十九島を眺めながらの散歩

休日によく近所を歩いています。佐世保市はコンパクトな街なので、徒歩圏内でもいろんな景色を楽しむことができます。



サウナとおいしいご飯で日々の疲れを癒やす、そんな心の満足感を大切にしています。最近ではサウナブームの影響から若いお客さまも多く、自分の余暇を楽しむために来てくださる方が増えてうれしいですね。常連客の一人である山口拓士さんは「サウナサン」ならではの魅力をこう語ります。

「とにかくきれい。いつも浴室内まで清潔だし、もう水風呂なんかキラキラしてるもんね。サウナ室のマットは乾いてフカフカで、洗い場もいつも整ってる。たまに他のサウナに行くと、改めてこのサウナの快適さに気付かされるというか。いつも安心して体を預けられる場所ですね。」

3年前からは県内唯一のアロマ水を蒸発させる口ウリュウサービスを定期的開催。また、充滿した熱気をタオルでかき回すアフグースの「熱波師」としても活躍中の足立さんが、一心不乱に強烈な風をサウナーに送ります。山口さんは「サウナ室にいる人同士の不思議な連帯感が生まれ、風を受ける最前席を譲り合うこともあります」と笑顔。服も肩書きも取っ払い、裸一貫で平等に過ごす。そんなサウナ特有の豊かなひとときは、訪れた人たちの思いやりと、足立さんのおもてなしの心に支えられています。

熱狂的 (サウナファンの通称) 地元サウナーに聞く! サウナサンの魅力

もっと早くサウナに出会いたかった!



中尾 大樹さん (36)

山口さん(右)にサウナの楽しみ方を教えて以来、サウナサンの大ファンに。土曜の「ランチセットサウナ」の愛用者。

月3でサウナ



山口 拓士さん (36)

東京からUターンしてからの常連で、喫茶店の店主。仕事終わりの深夜にしばらくサウナを満喫しているそう。

週2でサウナ



水風呂

汗を流したらキレイな水風呂へ

そしてお待ちかねの水風呂。この爽快感がたまりません! 慣れてくると肌の周りに心地良い水の羽衣ができるんです。



休憩

「あーこの感じととのってきた」

体を拭いたら椅子に座って休憩。この時間にととのうことが多いですね。

フカフカマットのサウナ室
約90℃のサウナ室は適度な湿度に保たれているので、快適に体を温めることができますよ。



サウナ

九州チャンピオンの熱波がクセになる!

息が詰まるような熱風が正面からぶつかってきます。温度も急上昇しますが、ここはグッと我慢しましょう。

足立さんはアフグース九州チャンピオンの実力を持つ全国でも人気の熱波師

足立さんの熱波動画



サウナで「ととのう?」

サウナ・水風呂・休憩を繰り返すと、血管が収縮して体中の血液が循環。さらに酸素が脳を駆け巡り、深いリラックス状態になります。このととのうなく気持ち良い快感に達することを、サウナーたちは「ととのう」と呼びます!



カプセルホテル
サウナサン
(男性専用)
塩浜町6-15
TEL:0956-23-3000
@sanchan615

My Totonoi Time

02

スタイルを整える

古着屋「ドキドキ」オーナー
杉原鈴那さん (22)

高校時代は毎日のお店を巡るほどの古着好き。古着のバイヤーを夢見ていたこともあり、佐世保市の大学では経営学を専攻中。

turn

from 京都

ビ ビッドな色や柄、個性的かつユニークな素材感。見ているだけで心躍る服が並ぶ古着屋「ドキドキ」を営むのは、進学を機に京都から佐世保市に移り住んだ、現役の大学生でもある杉原鈴那さんです。

「レースやシースルーを取り入れた女性らしい服が人気です。そこにあえてメンズ服を合わせるのがマイブームで、インスタライブでもコーディネートを紹介しています」。

大学で経営に関する勉強をしながら、米海軍佐世保基地内での英語学習プログラムにも参加。縁もゆかりもない佐世保市で新しい環境に飛び込み、さまざまな人と関わる中で、佐世保市の若者が地元であり服を買っていないことを知り、

「私は高校時代から古着屋さんを巡る中で、すてきな出会いに恵まれました。だから自分なりに佐世保の若者のために何かできないかを考えて、古着のお店を始めることにしました」。

当初は周りから心配する声も多かったそうですが、やると決めたら一直線の杉原さん。



地元の関西で仕入れてきた1点モノの古着は、どれも手に取りやすい価格帯に設定している。



オリワンの個性を一期一会の古着で表現

My Totonoi Time

03

ボディを整える

バレエセラピスト
竹村佳倫さん (30)

バレエピラティス教室「Beauty Studio Elegance」講師。体を整える美ボディークラスと子ども向けのバレエクラスを開講中。

turn

from スウェーデン

体 の内側の筋肉から鍛えるピラティスに、バレエならではの女性らしい曲線の動きを組み合わせたバレエピラティス。体のゆがみを整えて、女性らしい美しさを追求します。講師の竹村佳倫さんは、元ミス・ユニバース・ジャパン長崎代表という経歴の持ち主。レッスンも厳しいのでは……と思いきや、佐世保弁も交じえながら、笑顔の絶えない和やかな雰囲気です。

「ポーズをキープしたりゆっくりと体を動かしたりするのは案外きついで、明るく楽しい教室を心掛けています」。

竹村さんはスウェーデンに留学し10代でプロのバレリーナとなりましたが、厳しいレッスンだけが悪化。その頃にリハビリの一環として出会ったのがバレエピラティスです。当時はまだ、佐世保市で暮らすことを想像もしていなかったそう。

「一時的に帰国して、佐世保市でバレエピラティスの教室を開いたんです。そしたら、あつという間に数十人もの生徒の方たちが集まってくださって。私が佐世保市出身なのを知ると、皆さん「お帰りのさい」



出会うには恵まれた故郷で女性らしい美しさを磨く



って温かく迎えてくれたんです。それに教室では、まだ20歳過ぎだった私の方こそ敬語やいろんな考え方を学ばせていただき、今でも本当に感謝しています。その恩返しの意味も込めて、今後も佐世保で美しい体づくりのお手伝いをしていきたいです。

感謝の気持ちを忘れず、いつもポジティブな竹村さん。内面の美しさや輝きも、凛とした立ち姿とすてきな笑顔に表れています。



「子どもたちが夢を追いかけられる環境を作りたい」と、熱心にバレエの指導をする竹村さん。



Beauty Studio Elegance
東山町20-12
@balletpilates.bse
レッスンは100人を超えるほど人気の教室。自宅で参加できるオンラインクラスもスタート。

Totonotta!

わたしの整い時間

津田水産の「ワイン仕込みさば」

昔から魚が大好きで、市場まで買いに行くこともあります。おいしい干物も佐世保なら手軽に手に入りますよ。



巖 選された豆の個性が際立つ
コーヒーを軸に、創業当時から純喫茶としてのスタイルを守り続ける「くにまつ」。カウンターに立つのは、二代目の國松弘樹さんです。

「今はどこでもコーヒーが飲める時代ですが、入れたての一杯をぎっかけに人と人がつながる空間は純喫茶ならではの。僕はその先導役になれたらうれしいですね」。

そんな國松さんの人柄とおいしいコーヒーの虜となった常連客が、木谷優太さん・早希さん夫婦です。転勤がきっかけとなり、2人は北海道から佐世保市に移住。初めてお店を訪れた時から、優太さんはすっかり魅了されました。

「カウンター越しのマスターとの距離感が心地良くて。休日は決まってカウンター席に座り、談笑しながらおいしいコーヒーを飲んでいきます。常連客の方と仲良くなって、妻へのプロポーズの場所をアドバイスしていたこともあったんですよ」。

変わらずそこにある老舗で
一人一人の物語が紡がれる



佐世保の人や情報が集まり
交流が自然と生まれる場所



じっくり時間をかけた水出しコーヒーはスッキリとした後味。好みに合わせた豆も提案してくれる。



板に描かれた船長の看板がお店の目印。店内の装飾も船をイメージしている。



わたしの響く時間

居酒屋「辰いち」で焼き鳥を堪能

気分を上げたいときに立ち寄り、同じ年の気心が知れた大将とくだらない話をしながら、おいしい焼き鳥とお酒を楽しみます。



も ともとお店を開いたのは國松弘樹さんの父・英樹さん。そのカウンターでの立ち居振る舞いはストイックで、良い意味での緊張感があつたそう。

「お客様の中には、コーヒーを飲みながら親父の真摯な仕事ぶりを見て、それを励みに仕事へ向かう方もおられたようです。まあ僕も修行時代は横で随分と叱られましたし、今でもコーヒーを入れる動作や細かなしぐさなど、当時教わったことが自然と残っていますね。もちろん性格の違いもあって、僕の代になつてからもう少しフランクな雰囲気になりましたけど、カウンターを挟んだお客様との距離感は、今でも特に大切にしています」。

何気ない挨拶や世間話のやりとり。そこから様子をうかがって、入力を繊細に微調整する國松さん。



木谷 早希 さん (30)
優太さんと同じく自衛隊で勤務。最初は2人で訪れていたが徐々に一人で通う機会も増えて、すっかり常連客となった。

珈琲専門店
くにまつ
上京町4-16
TEL:0956-25-2888



直火式のホットサンドメーカーでじっくり焼き上げる、昔ながらのホットサンド。

くにまつ特製
「コーヒーケーキ」



直木賞作家の
佐藤正午さん
時々お見えになります

佐藤先生のファン
の間で、くにまつは
聖地として知られて
いる。

良卓が整う

魚屋と肉屋の専門店対談

UI turn

from 群馬 愛知

旬の食材と店主の知識が豊かな食の源に

船山：地域の商店街の魅力といえば、やっぱりそこに集まっている専門店が魅力。魚屋さんに肉屋さん、野菜屋さん、それぞれ自分の扱うものに深い知識がある。もちろんスーパーに行けばなんでもそろそろかもしれないけれど、そこではただ商品を買うだけ。人との会話や素材の情報は、専門店にいったいあふれていると思う。
深堀：何の料理を作りたいか言ってもらったら、作り方から分量まで教えてくださいますよね。
船山：そうそう。例えばうちで人気の

もいからまず気軽に話し掛けてほしいかな。作りたい料理があるならそれを言ってくれたら。
船山：別に魚屋での買い物怖がらないで(笑)。うちも今日は何がありますか、この魚がおいしいですよってお互いに言葉を交わしていく。それが結局は人と人との信頼関係につながっていくし、そういう温かな交流がある暮らしっていいよね。

暮らしに密着した商売を

深堀：それにしても佐世保の商店街って、路面沿いに専門店があるから入りやすいし、平日でもにぎやかですよ。自分は名古屋のお店で8年間修行してから佐世保に戻ってきましたけれど、元氣な専門店が並ぶのは、昔から変わらないと思うな。
船山：そして魚も肉も野菜も、食べ物ごとにかく充実してる。特に海の幸は、もともと山に囲まれた県外で生まれ育った私なんかびびりすぎるくらい豊富でイキがいい。
深堀：確かに。やっぱり県外から来た方は驚きますもんね。この食材がこの値段で大丈夫なのって(笑)。ブランド牛の長崎和牛も、手が届きやすい価格で食べられますし。その品質と価格が、佐世保の人にとっては当たり前。食に恵まれていて贅沢ですよ。

船山：それと佐世保のまち自体、専

結婚を機に群馬県から移住して、全く未経験だった魚屋の世界へ。その快活なトークと気取らない性格は、まさに昔ながらの清々しい商売人。

ととや
魚魚
船山 和恵 さん(67)

株式会社 深佐屋
深堀 健太郎 さん(40)

東京の大学を卒業後、名古屋の精肉卸店で修行。その後Uターンして店を継ぐ。商店街が主体の行事やイベント運営にも積極的に参加している。

魚 肉



お刺身などの包装は昔ながらの薄板

朝取れた旬の魚をシンプルな味付けで食べるのが一番!

長崎和牛がローカル価格なのはかなり贅沢ですよ!



長崎和牛のブロック

魚魚
 本島町3-9
 TEL:0956-22-7322

株式会社
 深佐屋
 上京町1-1
 TEL:0956-24-4917



わたしの整い時間

佐世保日米協会が主催する英会話教室

自分から喋りたいことがあれば、英語でも言葉はどんどん出てくるもの。佐世保は教科書っぽくない、生の英語を学べる場所だよ。



わたしの整い時間

ゴルフ打ちっぱなし 時々コースに行く

お店が休みの日は、気分転換に親父とゴルフに行きます。でも雨が降ると、その日は一日中家族サービスですね。

アジなんか、大きいものはそのままお刺身でもいいけど、小さいものは南蛮漬けや、フライにすれば絶品。季節や時期、その日の仕入れによって品ぞろえも変わるから、それに合わせてメニューを考えるのが楽しいし、結局旬の素材に合わせた献立が一番おいしくて。素材に興味を持って自然とみんな残さず食べるし、心も豊かになる。
深堀：そういう食卓を支える僕ら専門店の仕事は、ずっと勉強ですよ。生き物を扱う以上、全く同じものなんてあり得ないし。経験に裏打ちされた知識が豊富だからこそ、希望のメニューに合う素材を自信を持って案内できる。だからお客様には、何で

門店とお客様の距離が近いだけじゃなく、暮らしと商売の距離が近いのも特徴的。うちは最初の頃、市場のすぐ近くでお店をしてたけど、子どもが学校から帰ってきてそのままだと迎えられる場所が商売をたくて今の場所に移転したの。
深堀：うちは住居の1階が店舗だから、小さい頃から親父が働く姿をすぐそばで見ながら育って。小学1年生くらいから配達も手伝ってましたよ。
船山：これから佐世保で暮らす人も、何か自分ができるのを見つけて挑戦してほしいね。それがきっかけで新しいつながりも生まれるし、佐世保全体がもっと面白くなると思う。
深堀：まだまだ専門店ができることもありますよ。
船山：今後も若い世代と一緒に、佐世保を盛り上げていかなきゃ。

お魚旬カレンダー

in Sasebo

佐世保近海で取れた海鮮食材が季節ごとに食卓を彩ります。

冬

九十九島のブランド



九十九島かき 九十九島とらふぐ

秋

高級鮮魚に負けない



ウチワエビ ヒオウギ貝

夏

脂の乗った青モノ



イカ 西海・瀬付き 恵あじ

春

味わい深い白身魚



タイ イサキ

食卓を支える佐世保の商店街

昔ながらの専門店が並ぶ



俵町商店街

街の中心部にある商店街



京町通り商店街

防空壕跡をそのまま利用したお店もある!



戸尾市場街



とんねる横丁

日本一長い直線1kmのアーケード



さるくシティ 403アーケード

06

ユニークな個性で整える



店主 横田周二さん(44)
おたしの整い時間
山登り・山登りイベント
古道具屋 mixer
三川内本町169
@mixer_sasebo

自由な感性のままに
心ときめくモノを発見



人 どの違いを楽しみながら個性として受け入れる。そんな多様性があふれる佐世保らしいお店があります。
大きな倉庫を埋め尽くすように、昭和レトロなヴィンテージ商品が並ぶ「mixer」。どこか懐かしい雑貨や家具など気ままに見ていると、ふっと心ときめかせるアイテムが目にとまります。「僕自身、お店に並べるモノを探す仕入れの時間が一番楽しいですもんね」と話す店主・横田周二さん。まるで幼い頃の宝探しのような、ワクワクする素直な気持ちを思い起こさせてくれる場所です。
そして横田さんの同級生である北川洋さんとシェフの大津博泰さんが2人で営むお店が「Makeinu No Toboe」。あえてふぞろいなアンティーク家具をセンス良く配置した空間には心躍る非日常感があり、ジャンルにとらわれないメニューは、素材の味とハーブの香りを生かした逸品です。「すんなり『おいしい』という言葉に収まらない、他では味わえない料理を意識しています」と語る大津さん。人と違うからこそ、むしろ輝きが増す魅力に自然と気付かされます。



Makeinu No Toboe
万津町7-13
@makeinuno_toboe



スモークローのセット
(オープンサンド)

オーナー 北川洋さん(43) オーナーシェフ 大津博泰さん(44)
おたしの整い時間
北川...MY.珈琲 大津...海辺で愛犬の散歩

どこにもないスタイルと
自分たちで築き上げる

07

暮らしのリズムを整える

佐 世保や平戸、佐賀県の有田を結ぶ、全長93.8キロの松浦鉄道。日本本土の最西端を走る路線で、その歴史は近代産業の発展とともにあります。

明治時代、有田から伊万里には海外輸出用の陶磁器が運ばれました。大正以降は佐世保市北部・北松浦地域の炭鉱で採れる石炭を、軍港佐世保まで届けるという大きな役割を果たします。

現在では通勤・通学など地元住民の生活に密着した乗り物として親しまれ、街と田園風景の中を走るローカル線の魅力に、全国からもファンが訪れます。車窓から景色を眺めつつビールが楽しめる恒例企画「ビール列車」(7~9月)は、発売後すぐに売り切れるほどの人気です。

そんな松浦鉄道(以下MR)の運転士、江頭さんはそれまでに技術職や接客業などさまざまな仕事を経験してきました。「運転士は自分の天職だと感じます。出勤が苦にならないどころかいつも楽しみなんです」と笑顔。「気を付けているのは体調管理。シフトに合わせた睡眠時間の調整、辛いものやコーヒーなど刺激物は控える。自分のコンディションを整



松浦鉄道は歴史的にも面白いんです!

松浦鉄道 運転士 江頭 祐治さん(36)



おたしの整い時間

佐世保では貴重な模型専門店、鉄道の模型を購入しては、家に飾って楽しんでいます。

西海模型



佐々~小浦(左上)・すえたちばな~江迎鹿町(右上) 浦ノ崎(左下)・潜竜ヶ滝~吉井(右下) 車窓から見える四季折々の風景、川や橋などローカル線ならではの風景が楽しめますよ。

江頭さんのおすすめ

左石駅



左石駅構内にある「駅カフェなごみ」は、駅の中で食事ができる珍しい駅。

今も昔も「いつもどおり」の毎日を支える人たち

えておくことが、安全な時間とおりの運行には欠かせません。
乗客との距離の近さもMRの特徴で、江頭さんは鉄道好きの子どもたちと仲良くなることもしばしば。列車が走るこの町らしい光景と子どもたちの夢は、今日も頼もしい運転士さんたちに支えられています。



松浦鉄道 運転士 長嶋 一哉さん(22)

トリテツ Photo Gallery 撮鉄の運転士さん



国際交流が整う

させばEチャンネル

小佐々 有希さん (44) 翻訳者
福本里枝さん (43) 通訳者

日本語と英語が並ぶバイリンガル情報サイト「させばEチャンネル」を運営。外国人や佐世保初心者でも分かりやすい情報を掲載。

異なる文化や言葉と交わり新しい可能性が広がる

英語

語を学びたい、佐世保のローカルな情報を知りたい。そんな願いを一度に叶えてくれるバイリンガル情報サイトが、英語翻訳者の小佐々有希さんと、英語通訳者の福本里枝さんが運営する「させばEチャンネル」。佐世保で暮らす2人の素直な興味から生まれた記事は、外国人や英語と佐世保の深いつながりが感じられます。

英語フレーズ集や佐世保弁の英語解説動画まで、サイトの情報はとにかく多種多様です。小佐々さんは関東からのUターン。記事の取材を通して、改めて地元の魅力を感じています。「コンパクトに充実していて、自然に囲まれつつ買い物にも困りません。またレストランでは英語対応に慣れている方が多く、さまざまな仕事で英語力を生かしやすいままだと思います。翻訳の仕事はリモート

が可能なので、都会から離れても不自由はありません。」

同じく関東から移住してきた福本さんも「子どもが遊ぶ場所が多くてうれしいです。それに通訳としての英語力は普段から話さないとなかなか使わないので、英語を話す機会が身近にあるのは、仕事の環境としても恵まれています」とのこと。福本さんの息子さんが通うサッカー教室には外国人のお子さんも当たり前に参加し、小佐々さんが通うフィットネスクラスにはオールイングリッシュのヨガ教室もあるそうです。

情報サイトの運営に当たって福本さんは「私は移住してきた一般的な佐世保市民なので、そういう自分の素直な興味や関心を大事にしています」と、等身大の視線を大切にしています。小佐々さんも「記事のキーワードを先に決め過ぎず、その場で相手から出てきた情報を尊重したい」と生の声を重視。グローバルな佐世保の魅力が伝わる記事が、新しい交流へのチャレンジを後押ししてくれます。



Yuki Kosasa



Rie Fukumoto

Sasebo E Channel

英語で交わる街SASEBOは「英語」が出前できる!?

Cooking

外国人に日本の料理を教えよう!
なおこ先生のWinWinな料理教室

「私も最初は英語があまり話せなかったの。でも共通の目的や伝えたいという思いがあれば、意外と通じるものなんです」。料理講師のなおこ先生は、米海軍基地の奥さまたちの間で話題の、日本の家庭料理教室の先生。この教室では、英会話を学びたい地元の方が料理のサポートスタッフとして参加することができます。試食タイムは言葉も忘れてみんな笑顔。料理を通じて、国際交流の楽しさを実感できるプログラムのひとつです。



英語で交わるプログラムを出前!
佐世保市の「English出前プログラム」



させばEチャンネルで日本料理のレシピを発信しています!



Ginger pork

Yummy!

料理講師歴10年 森なおこ先生



My Totonoi Time in SASEBO

わたしの整い時間

させばEチャンネルのお友達外国人に聞いてみました!

大学卒業後も人が熱い佐世保に住み続けたいです



SEWWANDI!

セワンディ・ペレラ (23)
from SRI Lanka

佐世保の大学に通って観光分野について学んでいます。まだ佐世保で暮らして1年半ですが、とにかく熱い気持ちを持った人ばかりで、友だちにも恵まれています。市内中心部をまち歩きするのが楽しいです。

買い物には困らず静かな場所もあり住みやすい街です



EMA

エマニエル・フェリシアーノ (35)
from PHILIPPINES

英語のALTとして働きながら、長崎を紹介する英語雑誌のライター兼ディレクターとして活動しています。もう佐世保に来て4年になりますが、ここは都市と田舎のバランスが絶妙で、心が安らぐ場所もたくさんあります。

イベントが多く国際的な佐世保を楽しんでいます



SARA

サラ・フォックス (26)
from USA

幼稚園で英語の先生をしながら、将来は佐世保で猫カフェを開きたいと考えています。佐世保は国際交流にとっても積極的な街ですね。アメリカンフェスティバルなどのイベントもあり、国籍関係なく交流できる機会があります。

Totonotta!



ハウステンボスで夕日を眺める

大学近くのハウステンボスは街並みもきれいですが、時間がある時は夕日が沈む時間帯を狙って景色を眺めます。

Totonotta!



近くの海辺でほっと一息

リラックスしたい時は海辺で過ごします。コーヒーを買ってよく鯨瀬公園(させばシーサイドパーク)に足を運びます。

Totonotta!



海や池で夫と釣りを楽しむ

夏は週末になるとよく釣りに出掛けます。佐世保育ちの夫に教わりながら海釣りやバス釣りなどを楽しんでいます。



Movie!

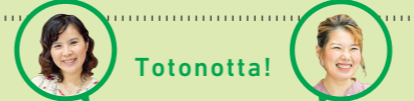
3人のインタビュー動画を公開中!



WebSite

させばEチャンネル @sasebo_echan

わたしの整い時間



Totonotta!

ヨガ教室で体のメンテナンス



英語翻訳という仕事柄、どうしても肩こりや眼精疲労に悩まされがちなので、時間を見つけてヨガに通っています。

着物を着てカフェ巡り



着物を着るのが好きなので、着物が似合うお店を見付けて、行って自撮りした写真をInstagramにあげています。

Skate

日常的に外国人の方と一緒に楽しめる場所が佐世保には多いです!

佐世保公園 スケートパーク

米海軍基地の目の前にある佐世保市運営のパークです。ベースの方も地元のスケーターも一緒になって技を競っていますよ。

スケートボードショップ BRIGHT IDEA 富田さん



2人もスケボーに挑戦中!



整った自然環境で育つ 「好奇心」という宝物。

「絶滅危惧種」との 出会い

小さい頃から生き物が大好きで、ある日公園で発見したゼリー状の物体を保育所の先生に見せたら、カスミサンショウウオという「絶滅危惧種」の卵だよと。珍しいものを見つけたのがすごくうれしくて。その後、自然観察のプロジェクト「ふるさと自然の会」に親子で参加するように。色、匂い、感触。図鑑と生で見るとでは大違いで、先生や仲間との観察は新たな発見や気づきの連続でした。九十九島の俵ヶ浦半島をはじめ、海や山、川などで出会った希少生物や絶滅危惧種を発見しては、記録を残し続けたいです。

小6の時、それまでの記録をまとめた自由研究が賞を取ったのですが、地元の自然に1人でも多くの人に興味を持ってもらいたいなと思うきっかけになりました。
高校2年の夏、少し自然から離れた時期にはまた自然が恋しくなっていました。九十九島でダイビングができることを知り、使わずに貯めつばなし



Kujukushima
ボクの学び場
くじゅうしま
九十九島
Islands

深堀 光太郎さん(18)
市内の高校3年生。幼少期から自然観察が趣味。その成果をまとめた小学校の自由研究は、下村脩ジュニア科学賞SASEBOにおいて最高賞を受賞した。



**九十九島の
生き物は楽しかよ!**

**ふるさと自然の会
川内野 善治さん(72)**
自然環境保全や自然観察会などの活動を行う「ふるさと自然の会」の会長。現在、九十九島の全島調査にも参加。環境カウンセラー・長崎県環境アドバイザーも務める。

条件が整った環境に 多様性が生まれた「九十九島」。

「1千万年ほど前に噴出した溶岩で台地が出来、その後の浸食により山や谷が出来た。これが佐世保の今の風景さ」。佐世保の地形の成り立ちを優しく教えてくれるのは、子どもたちが参加できる自然観察会を開催する「ふるさと自然の会」会長の川内野先生。光太郎さんが幼い頃、九十九島の干潟でたくさん生き物と出会ったのも、この川内野先生の観察会でした。

「豊かな山の栄養は相浦川や佐々川に集まり、それが九十九島の海域へと流れ出るやろ、この栄養こそが

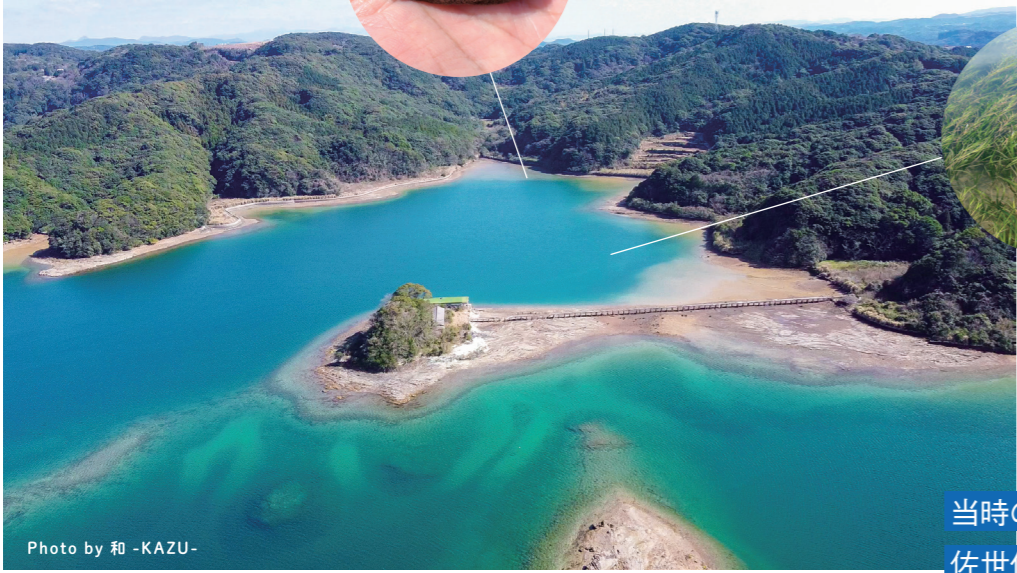
たくさんの生き物が生息できる九十九島の多様性ばつとるとさ」。川内野先生は、子どもたちに地形学や地質学、生物学に至るまで専門的な情報を分かりやすく説明し、好奇心の扉をその子の興味に合わせて開いてくれます。

「照葉樹の森を由来とする豊かな栄養、リアス海岸、いろいろな条件が重なって今の環境があるよ」。川内野先生の話は、小さなプランクトンから人間まで、ここ九十九島で共生していることを実感させてくれます。

光太郎さんと川内野先生が
観察会を行った



九十九島のひとつ 亀の子島



南九十九島を抱く俵ヶ浦半島は地形が複雑なために豊かな生態系をつくっている。画像の亀の子島は九十九島で唯一玄武岩で出来た島。潮が引くと干潟が現れ、島へ渡ることができる。

九十九島の自然に触れるなら



九十九島ビジターセンター
ビジターセンターでは九十九島の自然情報展示や自然に親しむイベントを実施。
鹿子前町1053-2(九十九島パルシーリゾート内)
TEL:0956-28-7919

ふるさと自然の会(事務局) TEL:0956-78-2865

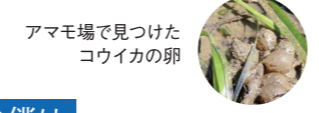


第6回下村脩ジュニア科学賞を受賞した
研究「僕がみってきた佐世保の自然」
6年間の自然観察を記録した総ページ364ページの超大作



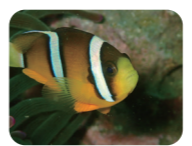
アマモ場

(別名:海のゆりかご)
海中に生える草で、アマモがたくさん生ずる場所を「アマモ場」と呼ぶ。稚魚の大切なすみかとなっている。



当時の僕は
佐世保の生き物たちに
夢中でした。

光太郎さんが九十九島の ダイビングで出会った 水中の生き物たち



DIVING MOVIE

SandyTripのKAZU-和-さんが
光太郎さんのダイビングを
空中と水中ドローンで撮影

撮影協力/水中写真提供
ダイブハウス わんだーらんど
鹿子前町986
(九十九島パルシーリゾート内)
TEL:0956-42-2002

福岡からUターン

北村 悠樹さん (36)

佐世保市出身。福岡での暮らしを経てUターン。佐世保の町おこしに特化した会社、株式会社えびすを立ち上げた。



わたしの整い時間
地元の新鮮な野菜や魚で料理をしている時間ですね。パツと作れるパスタが定番です。

株式会社えびす
キタムラ社長

移住体験バラエティ
佐世保ベース

ごっちゃんのはじめて体験記



株式会社えびす
ごっちゃん

東京から移住

五島 大督さん (37)

福岡県出身。東京でTVディレクターとして活躍後、大学時代の友人である北村さんの誘いで佐世保への移住を決意。

わたしの整い時間

佐世保の街を歩くこと。地元の人の日常が見れて、次の仕事へのやる気にもつながります。



YouTubeで街の魅力を全国へ!



佐世保ベース

新電力を使った町おこしの財源づくりや、官民連携での移住サポートを行う株式会社えびすの活動の一環としてユーチューブチャンネル「佐世保ベース」を2人で開設。企画、出演、撮影、編集まで全てを自らこなしながら、佐世保の魅力を世界に発信しています。「これから移住を考える人たちにも参考にしてもらえるような動画を目指しています!」。

SPECIAL インタビュー



おすすめ動画の解説や移住の感想について話していただきました。



From 佐世保ベース
佐世保ベースのタイトルから
イチオシの体験動画6選!



【後編】新米をかまどで炊くパーティー!
俄ヶ浦 # 農業体験

昔からの憧れ「かまどでご飯」が叶って感動!今でもあの新米のおいしさは忘れられない。



【貴重】大自然で「葉っぱ付き」の新玉ネギを収穫!
俄ヶ浦 # 農業体験

「玉ネギの葉っぱ、食べてごらん」て言われておいしいかと思ったらアツに辛かったし(笑)



新企画『佐世保バーガー全店制覇への道』はじまります!!
佐世保名物

バーガーもお店も1つ1つに個性があるから、直接足を運んで雰囲気ごと味わってほしい。



はじめてのレモンステーキを専門店食べる!
【レモンド レイモンド】 # 佐世保名物

動画史上、僕のテンションが一番高かった回かも!東京で食べたものよりウマイんだもの。



初心者は1時間でどこまで上達するのか?
【地元スケーターのトリックシーンあり】

老若男女、国籍も問わずみんながスケボーを楽しむ光景は、これぞ佐世保って感じ。



【奇跡】まさかの、エギで高級魚を釣る!!
エギング

イカの仕掛けで、まさかの高級魚!思い立ったらすぐ釣りに行けちゃう環境って最高。



世界で最も美しい湾クラブ

九十九島 × Instagram

SASEBO_KUJUKUSHIMA

CAMERA_MAN



「迷路島〜99Island」
appleman_jp



ドローンを使った空撮など、さまざまな視点から九十九島の絶景を世界へ発信しています(ミュージシャン:SandyTrip KAZU)。



「九十九島の友達」
sasebow99



市内の病院に勤務しています。九十九島ダイビングをきっかけに水中写真を始め、現在はにぎやかな佐世保の街を被写体に撮影をしています。



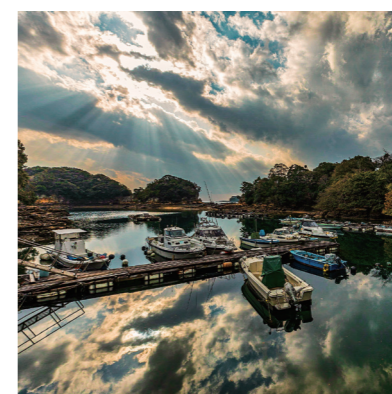
「夏海に jump!」
spman.koji



塗装業の傍らカメラマンの活動をしています。ドラマチックな九十九島の夕景が好きで、白浜などの海岸線でよく撮影をしています。



「映し雲。」
takeru_type_r



市内や近郊エリアを駆け巡っている写真大好きな会社員です。最近は佐世保重工業の工場夜景や星空などの撮影にハマっています。

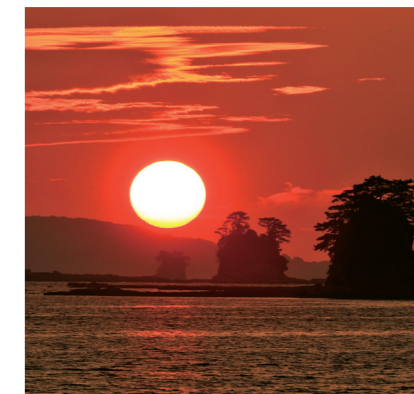
Photo Gallery



九十九島を撮影して、Instagramに投稿している市民カメラマンさんたちのおすすめ写真とアカウントをご紹介します。



「三ツ島に沈む夕日」
minoru1770



孫の誕生をきっかけにカメラをはじめ、会社を定年退職した現在はいろんな方たちとの出会いを楽しみながら佐世保の風景を撮影しています。



「日本本土最西端の地と天の川」
kouseipho



自然豊かな佐世保の風景が大好きな漁師です。漁船から九十九島を撮影したり、休日は九十九島の夕景や星空を撮影したりしています。

世界で最も美しい湾クラブとは?

平成30年4月19日、佐世保市「九十九島」はフランス・ヴァンヌを本部とするNGO「世界で最も美しい湾クラブ」に加盟認定されました。日本国内では、松島湾(宮城県)、富山湾(富山県)、駿河湾(静岡県)、宮津・伊根湾(京都府)の4つの湾が選ばれており、今回、国内5例目として九十九島湾が加盟しました。



詳細はこちらの特集ページへ



Fishing
穏やかで魚種も豊富!人気の釣りスポット。



SHIRAHAMA CAMP&BBQ

海辺でキャンプやBBQを楽しめる白浜キャンプ場は市民に大人気!



Seakayac
島の間を優雅に巡るシーカヤックは、まるで海のピクニック。



Desert island
ガイドの案内で無人島へ上陸!楽しい島・海遊び!

遊びが整う九十九島!

Activity



撮影協力
みんなの実家「モントブレア」

佐世保で子育て支援に関わる皆さんに、地元の子育て支援のこれからについて、今回のコロナ禍を通して感じたことなどをお聞きしました。

コロナ禍で強まった絆

山崎：いつまで続くのか出口が見えない中で、ママたちは今でも大きな不安を抱えています。実際に移住者ママの中には、コロナ禍で実家に帰れず佐世保で出産を経験した方もいらつしました。

突然の学校の休業に苦労した家庭も多かったです。でもこんな状況だからこそ、それぞれが「自分には何ができるか」と改めて考えたいきっかけになりましたね。

数山：子ども食堂やイベントが開催できずに、ママたちが顔を合わせられる機会が減って、「みんなで集まれる居場所」がどんなに大切だったか気が付かれました。

それに青年会議所の皆さんが無料弁当の配布をお手伝いしてくださったり、地元企業から食材の提供をしていただいたり。助け合い

座談会 地域で生まれる「つながり」、コロナに負けない子育てネットワーク

私たち、子育て応援隊。

いろんな境遇の方が気軽に寄れるカフェをやっています



つどい場 ゆいまーる
田中美貴さん
世代の垣根なく集えるカフェをきっかけに、地域共生型コミュニティを目指してさまざまなイベントを運営している。

親子で過ごせる居場所、子ども食堂をやっています



親子こいの広場 もくもく
数山 有里さん
親も子ども安心して思い思いの時間を過ごせる子ども食堂や、ママたちのスキルを発揮できる「もくもくの輪」を運営。

ファミリーサポート、産前産後サポートをやっています



NPO法人ちいきのなかま
山崎 翠さん
通院時などに子どもを預かる「ファミリーサポートセンター」事業や産前産後の家事サポート、きょうだい児支援などを行う。

わたしの癒い時間
「山暖簾」や嬉野温泉へ
佐世保の近くにはいい温泉がたくさん！一人でお出掛けしてリフレッシュします。



わたしの癒い時間
千織庵のスペシャルロール
外国人に人気のタイ料理とスシロールの店。おいしくて元気になれるんです。



わたしの癒い時間
オンライン読書会
オンラインのイベントで、いろんな方の考えやお話を聞けるので楽しいですよ。



「これからの子育て支援」

山崎：移住者ママに限らないのですが、子育て中に周囲に頼れる人が少なかったり情報が入りにくかったりして、孤独になってしまったり多いんです。でも地域には応援したいと思ってる方が同じくらいたくさんいらつしやることを、もっと伝えていきたいですね。

子どもさんをお預かりするファミリーサポートセンターでも、みんなの居場所であるカフェや子ども食堂でも、入り口はどこでも構いません。ほんのちよつと「はじめの一步」だけ勇気を出してもらえたら。後はみんなのネットワークで必要な時に必要な支援をお伝えすることができそうです。

田中：そうですね。私たちはかしこまった会議はしないけれど、常日頃から井戸端会議のように気軽にお互いの現状を共有して、お互いの経験から学びを深めています。「こんなお困り事があって」「あの人に相談してみたらこうだったよ」と具体的なケースを積み重ねて、自然と連携が図れる。決して「支援」



座談会の完全版はこちらのページからページに収まらなかった座談会の内容をご覧ください。



佐世保市の子育て情報
行政サービス施設・窓口などの子育て情報をまとめたポータルサイト

という形にとどまらないところも、これからの地域の在り方かもしれないですね。

数山：そうですね。障がい、介護、子育て、地域にはいろんな困難を抱えた人がいますが、それぞれ支援を「受ける」だけの存在ではないんです。以前、0歳児と高齢者の交流イベントを行ったとき、赤ちゃんに元気をもらった高齢者を見てママたちが「0歳児にもこんな役割があったんですね」と感動されていました。

最近ではコロナ禍で外出の機会が減った高齢者のために、子どもたちが文通を始めたんですけれど、お互いにお返事が楽しみでたまらないみたいです。

それぞれ役割を持ってつながることができるコロナにも負けない町づくりは、これからも続きます。



from 三重
Maiko
石田 舞子さん(39)

群馬県出身、佐世保在住歴1年。横浜、広島、東京、三重を経て佐世保へ。夫と息子(1歳)の3人暮らし。

from 沖縄
Mika
山本 美果さん(32)

千葉県出身、佐世保在住歴4年。沖縄の後、転勤で佐世保へ。夫と息子(3歳)の3人暮らし。

移住 × 子育て × 私の時間

転勤族ママさんが教える佐世保の子育て事情

温かい人たちと豊かな自然

Maiko：他と違って「ウエルカム」な雰囲気のままだな、というのが第一印象。移住者にとってこんなにありがたいことはないですね。

Mika：そうですね。子どもを連れてくるという人々が「かわいいね」と声を掛けてくれるんです。みんなが見守ってくれている感じ。人がすごく温かいんですよ。

Maiko：鉄道好きの息子を連れて松浦鉄道を利用するんですが、スタッフの方がベビーカーを抱えてくれたり、笑顔で息子に話しかけてくれたり。その親切さに感動しました。

Mika：都会では子連れでの電車移動は相当な覚悟が必要で「絶対に泣かせられない」というプレッシャーがあるんです。だから初めて佐世保でバスに乗ったとき、その温かい雰囲気一気に肩の力が抜けて。それ以来、気軽にお出掛けができるようになりました。

自然豊かなところもいいですね。動物園や水族館、安心して遊ばせられる公園も近くにあり。先日初めてMaikoさんのご家族を含むお友だち家族と一緒に白浜海水浴場に出掛けました。こんなに海と砂浜がキレイだなんて！生き物がたくさんで息子も大喜びでした。しかもすぐに行けちゃう距離。

Maiko：そうですね。あまりにもステキで翌週も訪れたら、Mikaさん家族とばったり！お互いリビートしちゃってたんだよね(笑)。佐世保で子育てをスタートできて本当に良かったです。

孤独にならず、つながれる場所

Mika：佐世保にはいろんな子育て支援があつて、マタニティ教室の時に情報もいただきました。Maikoさんと出会ったのも、親子で遊べる「よんぱら」という場所。その後も子ども食堂「もくもく食堂」でよく顔を合わせるようになりました。息子と2人の時間だけだと、どうしても息が詰まるので、こういった居場所があるのは助かります。

Maiko：実は最近入院することになって。市役所に行つてどんなサポートがあるか教えてもらい、一時保育やファミリーサポートセンターを利用しました。近所のママたちの応援もあつて、おかげで無事に退院できました。本当にありがたかったです。

Mika：またいつか転動しなきゃいけないと思うんですけど、ずっと佐世保にいたいですね(笑)。

Maiko：うんうん、私も。これまで住んだ町の中で、佐世保が一番好きです！

わたしの癒い時間

Totonotta!

どっほ
「独歩」で
ひとりラーメン

ホテルオークラJR
ハウステンボスのバイク

夫が子どもと出掛ける週末のひとり時間！お気に入りのラーメン屋さんに行ったり、集中して家の中を整理したりします。

夫も私もおいしいのが好き。このバイクは月1回の頻度で出掛けています。広いから子ども連れでも安心です。

撮影協力：カフェ ゆいまーる
常盤町5-5 サンクル3番館 / TEL:0956-76-8496
カフェとして、フリースペースとして、子どもから高齢者までどんな人も気軽に利用できる居場所。



Emigration Support



オンライン移住相談会

電話またはEメールで相談予約(平日9時~17時)
TEL : 0956-25-9251
MAIL : uji-turn@city.sasebo.lg.jp



専用お申し込みフォーム→

移住マネージャー
久保 佑介さん

移住コーディネーター
池田 倫さん

西九州させば移住サポートプラザでは、自宅にいながら簡単に対面で移住相談ができる「オンライン移住相談」を受け付けています。

「住んでみたい」が
オンラインでつながる
リモート窓口を開設。

西九州させば移住サポートプラザ

佐世保移住を検討中

安藤さんのプラザ活用術！



理想の物件かも

物件の内覧も移住マネージャーが同行！

プラザの方々の手厚いサポートで、佐世保をどんどん好きになっています。

最初は海外への移住を考えていたんですが、世の中の動きも変わってきて、国内での移住先を探していました。すると近所の米軍の方から「佐世保は良い所だよ」と聞いて、一度旅行を兼ねて行ってみると大好きなスペインの港町の雰囲気にそっくり。これが佐世保移住を考えてみたいと思うようになったきっかけです。その後、移住サポートプラザのことを知り、お試し住宅を貸していただきました。数カ月間、プラザの方々のサポートを受けながら自宅候補の物件を探したり、街の様子を家族にレポートしたりして、移住の検討を進めています。



プラザの共用スペースでリモートワーク！

移住検討者や移住者が利用できる多目的スペースは、街の中心に近いので、よく利用しています。



無料貸出しのモバイルWi-Fiがありがたい！

佐世保は可能性だらけだな～

東京在住

安藤 晃義さん(50)

東京でデザイン広告やイベント業を営む「有限会社カール」の代表。妻、娘2人の4人暮らし。



支援制度など移住に関することは

西九州させば移住サポートプラザ

佐世保市新港町8-1(新みなとターミナル1階待合ロビー横)

相談時間: 平日8時30分~17時15分
(土曜、日曜、祝日、夕刻は要予約)

TEL:0956-25-9251 FAX:0956-25-3311



移住応援 Tokyo Office - 佐世保市東京事務所 -

東京都千代田区平河町2-4-1(日本都市センター会館11階)

TEL:03-5213-9060 FAX:03-5213-9063 E-MAIL tokyo@city.sasebo.lg.jp

支援制度やプラザの詳細内容は専用サイトでチェック！



佐世保移住サポートサイト

さまざまな支援制度について、助成額や対象者などの詳しい情報がまとめて掲載されているサポートサイトです。

Work

させばお仕事情報プラザ

初めての転職もスムーズ
移住者のお仕事探しをサポート。

移住者の方のお仕事探しをサポートする「させばお仕事情報プラザ」。実際にここを利用して転職先を見つけ、家族との暮らしを楽しんでおられる石田大育さんにお話を聞きました。



Uターン 石田 大育さん(28)

佐世保市内の高校を卒業後、福岡の大学に進学。佐賀・唐津で3年間勤務の後佐世保にUターン。妻・明美さん(28)と2人の子どもの4人家族。

2年前に佐賀県唐津市から地元佐世保にUターンしてきました。全国転勤のある企業で営業を担当していた私には、数年おきに転勤の時期がやって来ます。今後わが子のことを考えたとき、家族の住む地元で落ち着いて暮らせたら、どんなにいいだろうかと考えるようになりました。同じ佐世保出身の妻も、家族のそばでの子育てなら心強いと同意してくれて、移住を決心しました。

しかし、仕事がないことには移住もかまいません。帰省の際にふらっと立ち寄った「させば移住サポートプラザ」で「させばお仕事情報プラザ」を紹介してもらい、早速利用してみることに。

こちらの希望する職種や業種を踏まえ、数社の情報を提示していただきました。情報プラザの担当の方は企業について詳しくご存知だったり、企業との間に入って連絡を取ってくださったりと、とても親切で頼もしかったです。また、

Totonotta!



わたしの整い時間
実家での団らん
父とお酒を飲む時間が何より幸せです。

佐世保に何度も足を運ぶことなく、電話やメールで連絡をくださったって候補が絞れたので、その分の時間を企業研究や住まい探しに充てることができ、大変助かりました。

初めての転職で、正直何かから手を付けていか分らなかったのですが、親身になってサポートしていただき、おかげでストレスなく希望の会社に就職することができました。

さらに、私たち夫婦が知らなかった制度についても教えていただいたおかげで、移住就業支援助成金や子育て移住応援制度を活用でき、スムーズな移住となりました。

両親や兄弟は子どもをかわいがってくれますし、私たちの繁忙期には子育てをサポートしてくれまます。週末には実家に家族全員で集まって、ごはんを食べたりおしゃべりしたり。こんな何気ない時間がとても幸せです。大好きな家族に囲まれながら、やりがいのある仕事に打ち込める地元での暮らし、とても気に入っています。

させばお仕事情報プラザについて

お仕事情報プラザ

連携

西九州させば移住サポートプラザ

ハローワーク

移住サポートプラザとの連携もバッチリです！

させばお仕事情報プラザでは、「ふるさと佐世保へ帰りたい」「佐世保に住んでみたい」とお考えのUターン希望者に対し、佐世保市内の企業への就職あっせん、職業相談、企業情報提供を行っています。移住サポートプラザやハローワークとも連携し、お一人お一人の希望職種や希望の働き方をお伺いし、それに沿えるお仕事が見つかるようお手伝いします。



させばお仕事情報プラザ

〒857-0052 佐世保市松浦町5-1
(佐世保市産業支援センター内)

TEL:0956-76-7713 / FAX:0956-76-8691

サポート内容3つのポイント

- 1 移住前・移住後もサポートしてくれる！
- 2 自分と企業が合っているかマッチングをしてくれる！
- 3 自分の代わりに企業から情報収集してくれる！
(給与や休みのことなど聞きづらいと思う情報も気軽に
お尋ねください。)

合計
20名様
に当たる!

Present

アンケートで当たる!
読者プレゼント企画



「佐世保時間」を読んでアンケートにご協力いただいた方の中から、抽選で佐世保の特産品や銘菓をお届けします。はがきかEメール、またはWeb専用フォームからアンケートに答えてご応募ください。



A 長崎和牛肩ロース肉 レモンステーキセット

5
名様

株式会社深佐屋

長崎和牛の極上のうま味とコク、脂の甘みを、佐世保のご当地グルメ、レモンステーキでお楽しみください。
株式会社深佐屋 ☎ 0956-24-4917

B 極上ひもの「雅」 津田水産

5
名様

津田水産

漁獲方法や新鮮さ、脂のりなどを最重視して仕入れた国内産の素材を、良質な塩で味付けし干物にしました。
※写真と内容は異なる場合があります。
津田水産 ☎ 0956-31-3723

C 九十九島 バラエティーセット

10
名様

九十九島グループ

九十九島せんべい、カステララグドシャ、焼きあご煎餅、はなかごの人気商品4種をセットにしました。
九十九島せんべい本舗 ☎ 0956-31-1147

応募方法

専用の応募フォームまたはEメール、はがきに①～⑧を明記して、下記の宛先にお送りください。

- ① ご希望のプレゼントを選択
- ② 本誌の感想 (4 択)
1.大変良い 2.良い 3.不満 4.大変不満
- ③ 郵便番号・住所
- ④ 氏名
- ⑤ 年齢
- ⑥ 性別
- ⑦ 電話番号
- ⑧ その他の感想やご意見

応募専用メールフォーム



スマホから
カンタン応募!

<宛先>

はがき

〒857-8585 住所不要
佐世保市役所秘書課「佐世保時間」事務局

Eメール

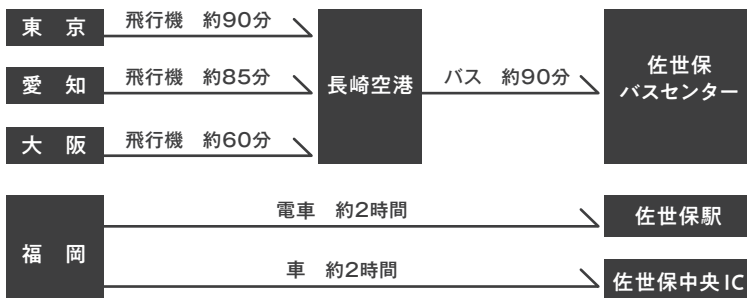
hishok@city.sasebo.lg.jp
(件名に「佐世保時間プレゼント」と記入してください)

締め切り

令和3年1月31日(日)

※はがきは当日消印有効。

Access・Map



令和2年10月1日発行

発行 佐世保市総務部秘書課広報係
〒857-8585 長崎県佐世保市八幡町1-10
TEL 0956-24-1111 FAX 0956-25-2184
Eメール hishok@city.sasebo.lg.jp

制作 有限会社 エスケイ・アイ・コーポレーション
〒857-0822 長崎県佐世保市山祇町19-13
TEL 0956-31-5656 FAX 0956-31-3407

掲載内容は、令和2年9月現在のものです。変更される場合がありますのでご了承ください。本誌の無断複写・転載を禁じます。掲載店舗や施設の営業日・時間に関しましては、事前にお問い合わせください。