

# 広報 させぼ

2017  
vol.796

3

年間百万人が佐世保に！  
佐世保港が国際クルーズの  
拠点港に選定されました

P2



特集 食から始まる豊かな暮らし

## 食育実践都市 さ・せ・ぼ P4

- P10 施設だより P12 イベント情報 P14 狂犬病予防集合注射日程
- P16 市政通信 P20 お便り、広報クイズ P21 住人百色、変身レシピ
- P22 暮らしの情報 P26 健康と福祉 P30 市長日記、徳育通信
- P31 シリーズ国際交流 など P32 ながさき地おこマルシェ

日本一の  
九十九島  
いりこ  
プレゼント

P20



**ながさき地おこマルシェ**

第1回

入場無料

3月10日(金) 13時～19時  
11日(土) 10時～16時  
佐世保新みなとターミナル

- 宇久島: 佐世保の秘境島が育んだ海山物が育んだ海山物
- 川棚町: 樽のクジャク商品 レザークラフト
- 長崎市: 琴海からのおいしい贈り物
- 佐々町: 和洋菓子、お茶業 佐々のソウルフード
- 平戸市: 平戸発！新感覚ファストフード
- 高島: 島育ちのカキ 手摘み天然あおさ
- 黒島: 島外不出！ 幻のふくれ饅頭
- 小値賀町: 栄養たっぷりの赤土で育った落花生・シヨウガ商品
- 佐世保市北部: 北部のうま味 ぐんぐん堪能

新みなとターミナル

させぼ五番街  
県道11号線  
佐世保駅(みなと口)

長崎県内の地域おこし協力隊が中心となり、各地域の特産品や加工品を販売します。グルメはもちろん、クラフトなど長崎のローカルならではの魅力で皆さんをおもてなしします。この機会に長崎の魅力をまとめて堪能してみませんか。

皆様のご来場をお待ちしています。  
主催 ながさき地おこマルシェ実行委員会

後援 長崎県、佐世保市

問い合わせ 地域政策課 TEL 24-1111



## 佐世保港が国際クルーズの

## 拠点港に選定されました

1月31日、国土交通省港湾局が募集していた「官民連携による国際クルーズ拠点形成する港湾」に佐世保港が選定されました。国、港湾管理者、クルーズ船社が連携し、全国各地に国際クルーズ拠点を整備する新しい取り組みで、本市は昨年12月、クルーズ船社「カーニバル・コーポレーション&PLC」と連名で申請していました。今回は佐世保港の他、横浜港（横浜市）や八代港（熊本県八代市）など、全国で6港が選定されました。

本市の計画は、整備が進む「三浦地区」に加え、新たに「浦頭地区」においても港を整備するというものです。国が海底土砂のしゅんせつ工事や栈橋を、本市が駐車場や周辺の道路を、カーニバル・コーポレーションが浦頭地区の旅客ターミナルの整備を行います。

佐世保港へのクルーズ船の平成28年の寄港数は64隻でしたが、計画では平成32年に約200隻、36年には約300隻の寄港を見込んでいます。

この計画に関し、国交省からは、①アジアのゲートウェイ（玄関口）として、多くのクルーズ船を受け入れる計画であること②限られた開発空間を有効活用するため、既存の三浦地区の他、浦頭地区を活用することとしていることという点が評価されました。今後は漁協や地元自治協議会など、関係の皆さまにご理解とご協力をいただきながら、平成32年の供用開始を目指し、国、市、船社の三者で整備を進めていきたいと思えます。

日本有数の国際クルーズ拠点港を目指し、カーニバル・コーポレーションと連携しながら「SASEBO」の魅力の世界へ発信していきたいと思えますので、皆さまのご理解とご支援をよろしく願います。



カーニバル・  
コーポレーション& PLC

世界最大のクルーズ会社で、傘下にコスタ・クルーズやプリンセス・クルーズなどのブランドを有しています。今回の計画で旅客ターミナルを整備するカーニバル・コーポレーションは、浦頭地区の港を優先的に使用する予定で、将来的な目標として、佐世保港へ年間300回の寄港、100万人の観光客の送客を計画されています。

※写真はカーニバルグループの  
コスタピクトリア号





## 「食」に関する正しい情報の選択を

「食」は命の源です。私たちが生きていくために食は欠かすことができません。健全な食生活を実践し、おいしく食べることは生きる楽しみや喜びを与え、健康で心豊かな日々を実現させてくれます。

しかし、社会環境の変化とともに、食に関する価値観やライフスタイルなどの多様化が進み、健全な食生活を実践することが難しくなっています。食に関する情報が溢れる中で、生涯にわたって健康的な食生活を送るためには、市民一人一人が自分のライフスタイルに合った正しい情報を適切に選択し、食育を継続して実践していく必要があります。

## 「第3次佐世保市食育推進計画」を策定

本市では「食」から始まる豊かな暮らし、食育実践都市「させぼ」を基本理念として食育の推進

に努めてきました。平成23年に策定された「第2次佐世保市食育推進計画」に基づく取り組みの結果、正しい箸の持ち方ができる子どもやよくかんで味わって食べる人、定期的に歯科健診を受ける人が増えるなどの改善が見られました。一方で、食事バランスなどの意識については課題が残る結果となりました。

このような現状を踏まえ、これまでの食育推進計画を引き継ぎながら、本市の特性を生かした食育を市民の皆さんとともに推進する「第3次佐世保市食育推進計画」を策定しました。この計画には、「さ・せ・ぼ」を頭文字とする3つの重点課題があり、今後はこの重点課題に基づいた食育を推進していきます。

次ページからは食に関する本市の現状や、皆さんに実際に食育に取り組んでいただけるような情報などを紹介します。

## 特集 食から始まる豊かな暮らし 食育実践都市



私たちが生きていくために欠かすことができない「食」。食に関する価値観などが多様化する現在、市民の皆さんが自分に合った正しい食の情報を選択できるように、本市では「食育」を進めています。今回の特集では、今年度新しく策定した「第3次佐世保市食育推進計画」や本市の食に関する現状、栄養士のお勧めレシピや「健康づくり応援の店」などについてお知らせします。

### 第3次佐世保市食育推進計画の重点課題

さ

#### 佐世保市の健康寿命の延伸につながる食育の推進

毎食「主食・主菜・副菜」を組み合わせた食事の習慣化

毎食主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスの良い食事を取ることは、生活習慣病の予防や改善につながります。

せ

#### 生産から消費までの食の循環や環境を意識した食育の推進

本来食べられるはずの食品が廃棄されてしまう「食品ロス」は、1日約136g(茶碗約1杯分のご飯の量)が発生していることになります。

ぼ

#### 僕たち私たちの若い世代への食育の強化

これから親になる世代である20～30代の若い世代の人たちは、外食などを利用する機会が多い傾向にありました。健康づくり応援の店などでの健康情報を参考にしながら、適切な食の選択ができるような取り組みを行います。



栄養士のお勧め「減塩で野菜たっぷりのヘルシーメニュー」

(7Pにレシピ掲載)で使う食材(調味料などは除く)。

1日の野菜摂取目標量の半分以上を取ることができます



毎月19日は  
「みんなで囲むうちごはんの日」

## 減塩で野菜たっぷりのヘルシーメニュー

主食・主菜・副菜がそろい、野菜もたっぷり取ることができる  
体にうれしいヘルシーメニューをご紹介します

栄養士のお薦め



### 主菜

#### こりこり宝袋

##### 材料(2人分)

豚ひき肉 80g 油揚げ 4枚  
レンコン 40g しょうゆ 小さじ2  
玉ネギ 40g みりん 小さじ1  
小ネギ 2本 七味唐辛子 少々  
片栗粉 小さじ2

##### 作り方

- ①レンコンは5mm角に切る。玉ネギは粗みじん切りにする。小ネギは小口切りにする
- ②油揚げは湯通しして一辺だけ切り落とす。切れ端は粗みじん切りにする
- ③①と豚ひき肉、油揚げの切れ端、片栗粉、しょうゆ、みりんをボウルに入れて混ぜ合わせ、1人当たり2個になるように等分する
- ④③を油揚げの中に詰め、つまようじで口を留める
- ⑤フライパンに④を並べて約100mlの水を加え、ふたをして中火で蒸し煮にする
- ⑥水分がなくなったら、表面に焼き色をつけて器に盛る
- ⑦お好みで七味唐辛子をかける

●一人分の栄養価 熱量569kcal、タンパク質21.5g、脂質16.7g、カルシウム259mg、食塩相当量2.5g

### 副菜①

#### 和！ニンジンサラダ

##### 材料(2人分)

ニンジン 100g 【合わせ酢】  
ごま油 小さじ1/2 酢 小さじ2  
すりごま 小さじ2 砂糖 小さじ1  
サラダ菜 2枚 塩 小さじ1/8

##### 作り方

- ①ニンジンは3、4cmの長さの千切りにする
- ②酢、砂糖、塩を混ぜて合わせ酢を作る(市販のすし酢などで代用可)
- ③フライパンに油を熱し、ニンジンをシャキシャキ感が残る程度にさっと炒め、合わせ酢を加えて火を止める
- ④器に盛り付けてすりごまをかけ、サラダ菜を添える

※やわらかめが好み場合は、ニンジンを斜めに切って千切りにすると、やわらかく仕上がります。

### 副菜②

#### 九十九島いりこの食べるみそ汁

##### 材料(2人分)

玉ネギ 100g イリコ(小さめ) 6g  
シメジ 50g だし昆布 3g  
コマツナ 40g みそ 大さじ1  
水 350ml

##### 作り方

- ①鍋に水を入れ、イリコと小さめに切っただし昆布をつけておく
- ②玉ネギは薄切りにする。シメジは石づきを取ってほぐす。コマツナは2、3cmのざく切りにする
- ③鍋を中火にかけ、ふつふつしてきたら玉ネギ、シメジを入れて途中にコマツナを加え、火が通ったらみそを溶き入れる

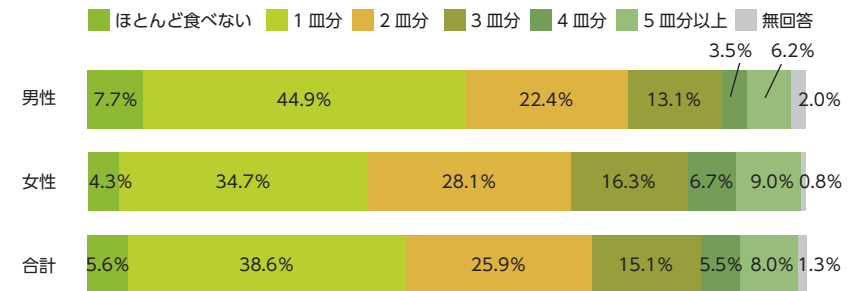


みそは大さじですりきり1杯が適量(2人分)

## 課題は野菜の摂取量や栄養バランス

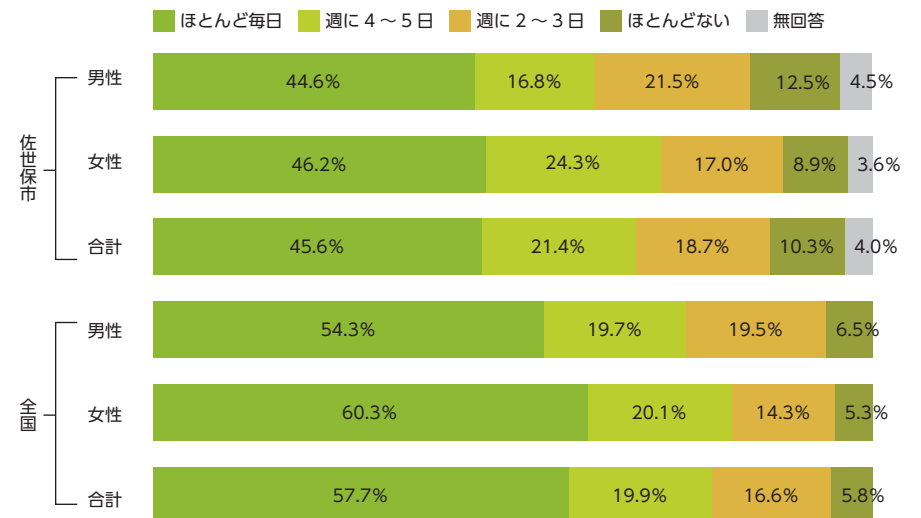
日本人の1日の野菜摂取目標量は350gとされています。平成28年9月に市民を対象に実施した「食育に関する市民アンケート調査」の結果を見ると、野菜を1日に1皿分しか食べないという人が最も多いことが分かりました(グラフ1参照)。小・中学生などを対象としたアンケートでは、野菜を食べない理由を「食卓に出てこないから」と答えた割合が高くなるなど、日常的に野菜を取る機会が少ない子どももいるようです。また、「主食・主菜・副菜をそろえて食べる人」の割合も全国に比べて低く(グラフ2参照)、野菜の摂取量や栄養バランスを意識した食事については課題が残る結果となりました。

グラフ1 佐世保市民の1日の野菜摂取量(1皿＝約70g)



※各数値(%)は四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

グラフ2 主食・主菜・副菜をそろえて食べるのが1日2食以上ある日は週に何日ですか



※各数値(%)は四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。



中川博一さん

「昔から料理を作るのが好きでした。お客さまにおいしいものを食べて喜んでもらいたいという気持ちでいつも料理を作っています」と話す中川博一さんは、シェフ歴25年。10年前から空のシェフとして料理を作っています。

「健康づくり応援の店」に加盟している空では、野菜や魚介をふんだんに使用し、バランスの取れたヘルシーメニューを提供しています。

「当店で一番人気の『空 kuu おまかせコンボ』はポリウームのあるメニューですが、魚介類や野菜をしっかり取れるように考えて作っています。調理のときは乳製品の代わりに豆乳を使ったり、肉料理は赤外線を使用して余分な脂を落としたりしてカロリーにも配慮しています」

食材は主に地元の直売所などで、当日仕入れていきます。「なるべく旬のもので、地元

## 「健康づくり応援の店」加盟店 空 kuu 早苗店 地元の新鮮な食材で体と心にやさしい料理を

の新鮮なものを使いたいですね。おまかせコンボの前菜、スープ、デザートはその日仕入れた食材によって内容を変えています。ソースやドレッシングもすべて手作りで、お客さまの体と心にやさしい料理を心掛けています」

### 特別な時間を過ごしてほしい

中川さんにお店で大切にしていることを尋ねると、「この店は焼きカレーから始まった店です。開店当初からのメニューも大切にしながら、新しいものも取り入れていきたい」とのこと。「お客さまの中には、特別な日に来店するという人も多くいらっしゃいます。家族や恋人、友人などおいしいものを食べてもらい、当店で特別な時間を過ごしてもらいたいです」と話してくれました。

### 楽しい食事を大切に

「ヘルシー」という言葉を聞くと、ご飯の量やカロリーを減らすことを考えがちですが、多くの野菜を食べたり、バランスの良い食事をすることも健康な体づくりに必要なことです。また、家族や友人などご飯を食べ、楽しく過ごすのも食事の大切な要素の一つ。健康づくり応援の店で、楽しい食事の時間を過ごしませんか。

(取材日 1月27日)



お店で人気No1の「空 kuu おまかせコンボ」



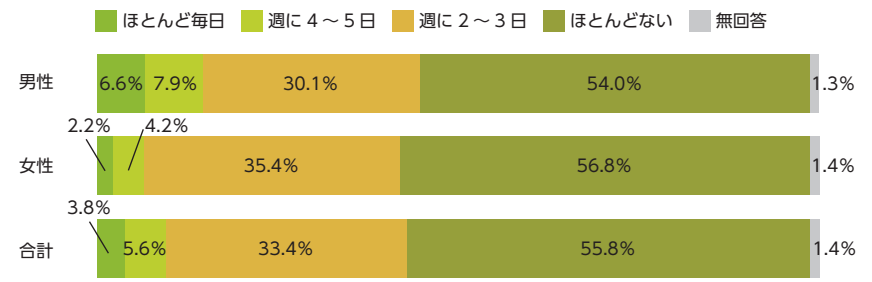
cafe Restaurant + Zakka  
空 kuu 早苗店  
早苗町 444-5 ☎ 26-5305  
営業時間 11時～22時(不定休)

特集に関する問い合わせ 健康づくり課 ☎ 24-1111

## 外食と中食は上手に利用を

核家族や単身世帯の増加、高齢化などの社会環境の変化やライフスタイルの多様化により、「外食」や「中食」(市販の惣菜など、家庭外で調理・加工された食品を家庭などで利用すること)の機会が若い世代を中心に増加しています。このような現状の中、市民一人一人が自分の健康状態などを考え、適切な食の選択をすることが大切です。本市では、食を通じて皆さんの健康づくりをサポートする「健康づくり応援の店」の取り組みを進めています。健康づくり応援の店に登録している飲食店では、栄養成分の表示や、健康に配慮した「ヘルシーメニュー」の提供など、それぞれの店に応じた取り組みが実施されています。健康づくり応援の店で栄養バランスなどを考え、適切な食の選択をすることで、外食や中食を上手に利用しましょう。

佐世保市民の外食・中食の利用頻度



※各数値(%)は四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

## 市民の健康をサポートする「健康づくり応援の店」

下記の3つの項目のうち、いずれかを実施している店が「健康づくり応援の店」として市内で83店舗登録されています(平成29年2月現在)。

- 栄養成分の表示  
エネルギー・脂質・塩分などを表示している
- ヘルシーメニューの提供  
野菜、カルシウム、鉄分など、特定のものを多く摂取することができる「たっぷりメニュー」や、エネルギー、脂質、塩分など特定のものを控えめにした「ひかえめメニュー」を提供している
- ヘルシーオーダーの実施  
ごはんや塩分、脂質を控えめにしたり、アレルギーに対応したりするなど、健康に配慮したオーダーができる

「みんなの食ナビ」を配布しています  
「みんなの食ナビ」には、「健康づくり応援の店」が掲載されています。また、健康づくり応援の店は市HPでも見ることができますので、ご利用ください。

配布場所  
市役所、中央保健福祉センター、各地区公民館、各支所、宇久行政センター、図書館、健康づくり応援の店の登録店舗





## 市立図書館

市民ギャラリー展示会の出展者を募集します



個人やサークルで制作した絵画、書道、手芸品、写真などの作品を市立図書館に展示してみませんか。

日程 4月1日㊤から常設

※1企画当たり2週間～1カ月。

場所 市立図書館中2階ロビー・展示ケース

料金 無料

※詳しくは図書館HPをご覧ください。お尋ねを。

### 今月のおすすめ図書



#### 時に海を見よ

これからの日本を生きる君に贈る

渡辺憲司 著 (双葉社)

2011年3月、震災で卒業式ができなかったある学校の校長先生が、学校のホームページで卒業生に向けて言葉を贈りました。これからの生きる高校生にぜひ読んでほしい一冊。

#### 青い約束

田村優之 著 (ポプラ社)

20数年前に起きた一つの事件で、男同士の友情、男女の恋愛が崩れてしまう。月日が経ち、親友と再会したことで事件の真相が次々と分かり…想像もしていなかった結末に涙します。

〒857-0026 宮地町3-4 ☎22-5618

## 少年科学館

おもしろ工作ひろば



身近な科学の力を使った工作をしてみませんか。

日程 毎週土・日 10時30分、11時30分、13時30分、14時30分

春休み期間(3月25日㊤～4月5日㊤、火曜休館)

平日9時30分～12時、13時～15時

内容

3月11日㊤、12日㊤ 電気パンを作ろう

18日㊤、19日㊤ ビービーラップを作ろう

25日㊤、26日㊤ びっくりイライラ棒を作ろう

4月1日㊤、2日㊤ プラ板キーホルダーを作ろう

8日㊤、9日㊤ 踊る人形を作ろう

春休み期間の平日 プラ板キーホルダーを作ろう

料金 50円～150円(工作によって異なる)

※申し込み不要。材料がなくなり次第受け付けを終了します。

### プラネタリウム(放映時間約45分・火曜休館)

テレビや漫画で大人気のワンピース、妖怪ウォッチのプラネタリウムをぜひご覧ください!

放映開始	10時10分	11時10分	13時	14時	15時	16時
平日	幼稚園、保育園、学校等の団体予約					季節の星座「春」
土曜・春休みの平日	学習放映	妖怪ウォッチ	ワンピース	妖怪ウォッチ	ワンピース	
日曜	ワンピース	ワンピース	妖怪ウォッチ	ワンピース	妖怪ウォッチ	

※春休み(3月25日㊤～4月5日㊤)の平日は、土曜のスケジュールで上映します。

料金 高校生以上310円、4歳～中学生150円

※市民は学習放映が無料です。

〒857-0031 保立町12-31 (市総合教育センター内)

☎23-1517

## 九十九島パールシーリゾート

春の特別展

「水の忍者展～海きららに参上～」

水鉄砲の術や水遁の術など、忍者のような生態を持つ生き物約15種55匹を展示。会場にはまきびし体験や記念撮影コーナーなどもあります。

日程 3月11日㊤～5月14日㊤

料金 無料(海きらら入館料が別途必要)

### 「ヨットの日」特別料金乗船キャンペーン

4月10日の「ヨットの日」にちなみ、ヨットセーリングを気軽に体験してもらうキャンペーンを実施。舵取りやセール操作などを体験してみませんか。

日程 4月8日㊤～10日㊤

料金 高校生以上990円、4歳～中学生500円

定員 1艇当たり10人 ※電話で事前予約できます。

### こどもひろば お楽しみ会

日程 毎週土曜11時30分、14時30分(約30分)

場所 こどもひろば あまもば 内容 読み語りなど

対象 幼児～(小学3年生以下は保護者同伴)

料金 無料(海きらら入館料が別途必要)

### 九十九島ビジターセンター

#### 九十九島サロン「福江島の野鳥と自然」

五島・福江島の野鳥と自然について語り合います。

日程 3月5日㊤13時～15時

場所 九十九島ビジターセンター

内容 講師＝出口敏也さん(鏡瀬ビジターセンター)

料金 無料 定員 30人程度 ※申し込み不要。

### 弓張岳～将冠岳 春のトレッキング

春の山歩きを楽しみ、自然を満喫します。

日程 3月25日㊤10時～15時 ※荒天時は中止。

場所 弓張岳展望台駐車場集合

対象 小学3年生以上(小学3年生は保護者も参加)

料金 300円 定員 20人

申込 参加者全員の氏名(ふりがな)、生年月日(学年)、性別、代表者の住所と電話番号を記入し、はがきかファクスでビジターセンター「春のトレッキング」係へ。HPからの申し込みもできます

メ切 3月13日㊤必着(応募者多数の場合は抽選)

(パールシー) 〒858-0922 鹿子前町1008 ☎28-4187

(ビジターセンター) 鹿子前町1053-2 ☎28-7919

ファクス 28-7351

## 九十九島動植物園

春の特別展「イチバン展 すごい生き物大集合」



一番大きい・小さい・速いなど、いろんな一番の動植物を紹介。会場では世界最大のカブトムシ、日本一大きいコウモリの一種などの展示や、ダチョウの卵の試食イベントなどもあります。

※展示生物は最大・最小のものではありません。

日程 3月18日㊤～5月14日㊤

料金 無料(森きらら入園料が別途必要)

### バラと木の実のリース作り体験

日程 5月14日㊤、21日㊤、28日㊤

料金 500円(森きらら入園料が別途必要)

定員 各回先着20人

申込 名前、電話番号、参加希望日、参加人数(作る人・付き添いの人)を電話かEメール(shokubutsu@morikirara.jp)で森きららへ ※4月1日㊤受付開始。

### 春の整形花壇



森きららの整形花壇では、たくさんのお花が見ごろを迎えています。ピオラやネモフィラに加え、ハナナや色とりどりのチューリップが次々と開花し、園内は鮮やかな花と香りに包まれます。日差しと春風が心地よい季節に、ぜひ森きららにお越しください。

### 動物の収容時間を変更します

動物の収容時間を16時から16時30分に変更します。

日程 3月1日㊤から

〒857-1231 船越町2172 ☎28-0011



### ハウステンボス 25周年！春のおすすめイベント

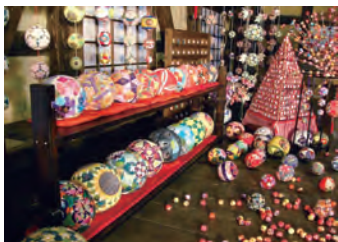
3月25日㊤で創業25周年を迎えるハウステンボスでは、25年分の感謝を込めた史上最大100万本超え200品種のチューリップが開花する「チューリップ祭」を4月17日㊤まで開催します。

また、世界一の花火師を決める「第9回世界花火師競技会」の国内予選を3月11日㊤、18日㊤、19日㊤に実施。国内代表決定戦は4月1日㊤の「春の九州一花火大会」内で開催します。夜景日本一に輝くハウステンボスで行われる、音楽と花火が融合した、迫力ある国内唯一の花火の世界大会です。ぜひご注目ください。

さらに、3月4日㊤には日本最大のバーチャルリアリティ体験ができるVR施設「VRの館」もプレオープンします。

25周年と春の喜びが詰まったハウステンボスへどうぞお出掛けください。

㊤ハウステンボス総合案内ナビダイヤル ☎0570-064-110



### 肥前えむかえ繭玉まつり

「幸せを招く」といわれる繭玉は、発砲スチロールの玉に切れ目を入れ、色とりどりの布を押し込んだ飾り玉のことで、商店街の軒先に約3,000個もの繭玉が飾られます。年間を通して実施している繭玉づくり体験では、自分だけのオリジナル繭玉を作ることができます。

日程 3月3日㊤～4月9日㊤

場所 江迎町商店街一帯

㊤観光課 ☎24-1111

### あつまれ！こどもの広場

人形劇や紙芝居、バルーンアートなどを間近で楽しめるイベントです。

日程 3月11日㊤10時～12時

場所 中央公民館

対象 未就学児とその保護者

定員 約60組

申込 電話かファクス(24-2021)、または直接中央公民館へ

㊤中央公民館 ☎24-5571

### もうマテない！魚貝まつり



旬を迎えた赤マテ貝をご賞味ください。

日程 3月12日㊤9時30分～14時30分

場所 浦頭埠頭広場

内容 赤マテ貝の販売、つかみ取り、海鮮バーベキューなど

㊤針尾漁業協同組合 ☎58-2019

### 西海橋 春のうず潮まつり



日本三大急潮の一つ、針尾瀬戸の渦潮と美しい桜をお楽しみください。

※渦潮の見頃 3月26日㊤～4月2日㊤、4月9日㊤。

場所 西海橋公園など

内容 出店、ふれあい動物園・太鼓の競演(4月2日㊤)、ぼんぼり点灯(桜開花期間18時30分～21時30分)など

㊤西海橋公園管理事務所 ☎58-2004

### イベント情報

#### 展海峰に市営バスで行こう



3月下旬から4月にかけて、15万本の菜の花が一斉に咲き誇る展海峰。九十九島の美しい景色や夕焼けとともに楽しむこともできます。市営バスでは「展海峰行き」を運行していますので、どうぞご利用ください(運行時刻は交通局HP、または主要バス停に掲示する時刻表でご確認ください)。

※夜間ライトアップは実施しません。

㊤観光課(菜の花情報など) ☎24-1111

㊤交通局業務課(市営バス) ☎25-5111

#### 長尾半島ガイドウォーク

春の長尾半島で自然観察します。

日程 3月25日㊤13時～15時

場所 長尾半島

対象 小学生以上の市民

料金 無料

定員 30人(申し込み多数の場合抽選)

申込 3月16日㊤までに電話で環境保全課へ

㊤環境保全課 ☎26-1787

#### 潜龍酒造 春の蔵開き



日程 4月8日㊤、9日㊤

場所 潜龍酒造(江迎町長坂)

内容 利き酒、そば打ち、新酒販売など

㊤潜龍酒造 ☎65-2209

#### アルカス SASEBO 公演情報

☎42-1111

#### オーケストラとふれあおう！



オーケストラで使われる弦楽器や木管楽器、金管楽器に打楽器。ジュニアオーケストラ講師と一緒に楽器を体験してみましょう。「アルカス SASEBO ジュニアオーケストラ」の練習も見学できます。

日程 4月8日㊤14時～15時30分

場所 大ホールホワイエ

料金 無料

#### アルカス SASEBO 文化茶話 トーク&ミニコンサート

#### シューベルトの優しさと哀しさ



各界の知の達人による講演会。今回はピアニストの今井顕さんを迎え、Mプロジェクトの新年度のテーマである「シューベルト」にまつわるトークとミニコンサートを開催します。

日程 4月21日㊤19時開演

場所 イベントホール

料金 一般1,200円、学生500円



# 春爛漫の旅



長串山のツツジと九十九島

## 春爛漫 佐世保港クルーズ & 西海橋の桜ツアー

春風を感じながらの佐世保港クルーズと西海橋の桜をお楽しみいただくツアーです。昨年、日本遺産に認定された針尾無線塔見学や魚魚市場でのお買い物など、春のお出掛けをお楽しみください。

日程 4月1日(土)  
 料金 9,800円(昼食、ガイド料等を含む)  
 申込 3月25日(土)までに佐世保観光コンベンション協会へ  
 行程 9:50 佐世保観光情報センター(佐世保駅構内)に集合  
 10:00 佐世保港クルーズ  
 10:40 魚魚市場到着  
 10:50 花見&魚魚市場でお買い物、西海橋散策  
 12:00 昼食  
 13:30 針尾無線塔見学  
 14:20 浦頭引揚記念資料館見学  
 15:20 出発  
 16:00 JR佐世保駅到着・解散  
 定員 28人(最少催行15人)  
 ※歩きやすい靴でご参加ください。

## 長串山つつじ & 日本本土 最西端の地に行く西の海風旅

ツツジの花が斜面をピンク色に染める長串山や、そこから見える九十九島の景色をお楽しみいただける春ならではの限定ツアーです。日本本土最西端の地「神崎鼻公園」や道の駅「させぼっくす99」など、魅力満載の内容です。

日程 4月22日(土)  
 料金 8,500円(昼食、ガイド料等を含む)  
 申込 4月15日(土)までに佐世保観光コンベンション協会へ  
 行程 9:50 佐世保観光情報センター(佐世保駅構内)に集合  
 10:00 出発  
 11:00 長串山到着・自由散策  
 12:00 長串山出発  
 12:20 寿司割烹「橋」で食事、九十九島漁協でお買い物  
 13:20 神崎鼻公園(日本本土最西端の地)  
 15:30 させぼっくす99  
 16:00 JR佐世保駅到着・解散  
 定員 20人(最少催行15人)  
 ※歩きやすい靴でご参加ください。

問い合わせ・申し込み

(公財)佐世保観光コンベンション協会(佐世保駅構内、年中無休9時~18時、☎22-6630)

長崎県知事登録第2-147号(一社)全国旅行業協会正会員 総合旅行業務取扱管理者 赤木望

## 狂犬病予防集合注射日程

生後91日以上飼育犬は、毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。下記日程表の会場(どの会場でも接種可)か、市内・佐々町・平戸市・松浦市の各動物病院で接種をお願いします。

実施日	会場	時間	会場	時間	会場	時間
4月6日(木)	西海橋公民館	9:30 ~ 10:00	針尾支所	10:20 ~ 10:50	江上支所	11:05 ~ 11:30
	鹿町支所	9:30 ~ 10:10	南鹿町公民館	10:25 ~ 10:45	志戸氏公民館	11:10 ~ 11:30
4月7日(金)	大岳公民館	9:20 ~ 10:00	もみじが丘中央公園	10:15 ~ 10:35	東浜1組公会堂	11:00 ~ 11:20
	船越町公民館	9:20 ~ 10:00	愛宕地区公民館	10:20 ~ 10:40	東鶴渡越町公民館	11:00 ~ 11:20
4月9日(日)	早岐支所	9:10 ~ 9:50	広田地区公民館	10:10 ~ 11:10	宮支所	11:35 ~ 12:15
	吉井地区公民館体育室	9:30 ~ 10:30	世知原支所	10:50 ~ 11:50	柚木支所	11:20 ~ 12:20
	北地区公民館	9:10 ~ 9:50	大野支所	10:05 ~ 11:05		
4月11日(火)	宮津町公民館	9:30 ~ 9:50	南風崎町1区公民館	10:10 ~ 10:30	東明公園	10:55 ~ 11:25
	坂の上公民館	9:20 ~ 9:50	吉岡公園集会所(吉岡第3集会所)	10:15 ~ 10:30	下本山公民館	10:50 ~ 11:10
4月12日(水)	山澄地区公民館(潮見町)	9:25 ~ 9:50	折橋台公園	10:15 ~ 10:35	総合教育センター(清水地区公民館)	10:50 ~ 11:10
	相浦ニュータウン公民館	9:30 ~ 9:55	大淵町1組公民館	10:20 ~ 10:40	母ヶ浦公民館	11:00 ~ 11:20
4月13日(木)	鹿町町活性化センター前	9:30 ~ 10:15	長串公民館	10:40 ~ 11:00	神埼公民館	11:15 ~ 11:35
	東小佐世保公民館	9:20 ~ 9:40	山祇公民館(神社)	10:05 ~ 10:35	田代町公民館	10:55 ~ 11:10
4月14日(金)	花高第3公園	9:15 ~ 9:50	若竹台公民館	10:05 ~ 10:40	木風2組公民館	11:10 ~ 11:30
	俵ヶ浦公民館	9:30 ~ 9:50	野崎公民館	10:05 ~ 10:20	庵浦公民館	10:35 ~ 10:50
4月16日(日)	三川内支所	9:30 ~ 10:30	黒髪小正門前	11:00 ~ 11:50	高砂公園(保健所裏)	11:25 ~ 11:55
	天神公園	9:20 ~ 10:10	鹿子前2組公民館	10:35 ~ 11:05		
	相浦文化センター	9:10 ~ 9:50	小佐々町田原地区公民館	10:15 ~ 10:55	小佐々ふれあいセンター(旧漁村センター)	11:15 ~ 11:55
4月18日(火)	前平公民館	9:30 ~ 9:45	三川内山公園	10:05 ~ 10:35	重尾地区公民館	10:55 ~ 11:15
	江迎地区公民館	9:30 ~ 10:10	鹿町町榑崎公民館	10:40 ~ 11:00		
4月19日(水)	北大和公民館	9:10 ~ 9:30	日宇支所	9:50 ~ 10:35	上原町公民館	10:55 ~ 11:20
	江迎地区文化会館インフィニタス	9:30 ~ 10:10	吉田乃館	10:30 ~ 10:55	小川内公民館(妙観寺トンネル下)	11:10 ~ 11:30
4月20日(木)	黒島港	14:00 ~ 14:15	黒島支所	14:25 ~ 14:50	高島	16:10 ~ 16:30
4月21日(金)	小佐々町新田公民館	9:30 ~ 10:00	浅子町公民館	10:15 ~ 10:35	潜木町公民館	11:05 ~ 11:25
	上直谷公民館	9:30 ~ 10:00	岩谷口集会所	10:20 ~ 10:40		
5月21日(日)	宇久行政センター	13:40 ~ 14:40	本飯良公民館	15:10 ~ 15:30	※5月21日(日)にフェリーが欠航した場合は5月28日(日)に延期します。	

- 上記会場での料金は3,250円(注射済票交付手数料550円+技術料2,700円)の予定です。病院での料金は各病院にお尋ねください。
- 初めての犬は登録が必要ですので、上記会場か動物病院で登録し、注射を受けてください(登録料3,000円)。
- 本市以外で登録が済んでいる犬は、注射前に生活衛生課で「犬の転居届」を済ませてください(上記会場では手続きできません)。
- 予防注射の際に犬の健康状態に不安がある場合は注射会場か、かかりつけの獣医師にご相談ください。



### 3月 は自殺対策強化月間

#### 自殺は現代における社会問題

ストレス社会といわれる現代では、さまざまなストレスを感じ、どこか心の調子がよくなかったり、悩んだりすることも珍しくありません。ストレスを発散できずにため続けると「うつ病」になり重症化し、自ら命まで絶ってしまうケースもあります。この自殺も大きな社会問題となっています。県内の平成27年の自殺者数は262人で、年齢別では50歳代が最も多く、次いで70歳代、30歳代の順になっています。

#### あなたにもできる自殺予防運動

##### 家族や仲間の変化に気付き、声を掛ける ～気付き～

- ・発言や行動、体調の変化など心の悩みやさまざまな問題を抱えている人が発するサインになるべく早く気付きましょう
- ・変化に気付いたら「眠れますか」など自分にできる声掛けをしましょう

##### 本人の気持ちを尊重し耳を傾ける ～傾聴～

- ・悩みを聞くときは時間をかけて、できるかぎり傾聴しましょう
- ・話題を変える、訴えや気持ちを否定する、表面的な励ましをすることは逆効果です。本人の気持ちを尊重し、共感し、自分が相手を大切に思う気持ちを伝えましょう

##### 早めに専門家に相談するよう促す つつなぎ～

- ・公的相談機関、医療専門機関などの専門家への相談につなげましょう
- ・相談を受けた側も一人で抱え込まず、プライバシーに配慮して家族などの協力を求め、連携しましょう
- ・温かく寄り添いながら、じっくりと見守る ～見守り～
- ・自然な雰囲気の中で声を掛け、焦らずにやさしく寄り添いながら見守りましょう
- ・必要に応じてキーパーソンと連絡を取り、専門家に情報を提供しましょう

#### 抱え込まず、関係機関に相談を

- ・長崎いのちの電話 ☎095-842-4343 (9時～22時、毎月第1・3土曜日は24時間)
  - ・東京自殺防止センター ☎03-5286-9090 (20時～翌朝6時、年中無休。火曜日は17時～翌朝6時)
- ※うつ病や精神疾患などのご相談や精神科医療機関などの問い合わせは障がい福祉課へどうぞ。

☎障がい福祉課 ☎24-1111

### 3月、4月の休日窓口をご利用ください

引越し時期の混雑を避けるため、市役所本庁舎と中央保健福祉センターの休日窓口をご利用ください。

開庁日 3月26日(日)、4月2日(日) 9時～17時

窓口	取り扱い業務
戸籍住民課 (本庁舎1階)	転入・転出に伴う住民異動届、戸籍届、各種証明書の交付、印鑑登録など ※広域交付住民票の取り扱いはできません。
保険料課 (本庁舎1階)	転入・転出に伴う国保税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の賦課、納付相談
学校教育課 (本庁舎11階)	新小学1年生・新中学1年生の就学通知書の交付、指定外通学の相談
子ども支援課 (すこやかプラザ4階)	児童手当、児童扶養手当、子どもの医療費助成、保育所の入所相談

※他の関係機関への問い合わせが必要な手続きは、後日あらためて来庁していただく場合があります。

☎戸籍住民課 ☎24-1111

### 臨時福祉給付金(経済対策分)

消費税率引き上げによる影響を緩和するため、昨年度に引き続き、所得の低い方々を対象に臨時福祉給付金(経済対策分)を支給します。対象者と思われる人には3月31日(金)から順次申請書を送付しますので、早めの手続きをお願いします。

**対象者** 平成28年1月1日時点で本市に住民登録があり、平成28年度市民税(均等割)が課税されない人(対象者を扶養する人が課税されている場合や生活保護の被保護者は対象外)

**給付額** 対象者1人当たり15,000円(1回だけ)

**申請期間** 4月3日(月)～8月31日(木)

※申請方法など、詳しくは広報させば4月号や市HPに掲載します。詳しくはお尋ねを。

#### DV被害者の事前申し出

配偶者からの暴力を理由に住民登録ができていない人で一定の要件に該当する場合は本市で申請できます。

☎臨時福祉給付金事務局 ☎25-9711

### 固定資産税についてのお知らせ

#### 固定資産税にかかる土地・家屋価格などの閲覧・縦覧

- ①帳簿の縦覧＝平成29年度の固定資産税(土地・家屋)の基礎となる評価額が記載された縦覧帳簿を見ることができます
- ②台帳の閲覧＝平成29年度の固定資産税(土地・家屋・償却資産)の評価額等が記載された課税台帳を見ることができます

と き ①4月3日(月)～5月1日(月)

②4月3日(月)～来年3月30日(金)

※平日8時30分～17時15分。

ところ ①②とも資産税課、各支所、宇久行政センター

※①の支所、宇久行政センターは管内分だけ。

対 象 ①納税者とその同居家族、納税管理人、代理人

(委任状が必要)

- ②納税義務者とその同居家族(5月2日(火)以降は委任状が必要)、代理人(委任状が必要)、納税管理人、借地・借家人(対象物件だけ。賃貸契約書等が必要)

※窓口では本人確認のため、運転免許証などの身分証明書の提示が必要です。納税通知書や課税明細書を持っている人は持参してください。

#### 固定資産税路線価と標準宅地の価格の閲覧

と き 4月3日(月)以降の平日8時30分～17時15分

ところ 資産税課、6階・行政資料閲覧コーナー

☎資産税課 ☎24-1111

### 軽自動車税についてのお知らせ

#### 軽自動車税は4月1日現在の所有者に課税されます

持ち主の変更、廃車、転出、盗難に遭った場合などは、3月31日(金)までに手続きしてください。原付バイク等を廃車にするときは、必ずナンバープレートを取り外してください。

#### 問い合わせ

- ・125cc以下の原付バイク、小型特殊車⇒資産税課 ☎24-1111
- ・二輪小型車  
⇒佐世保自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2084
- ・軽二輪、軽三輪、軽四輪⇒軽自動車協会 ☎31-1385

#### 身体障がい者等の軽自動車税の減免

身体障害者手帳の所有者や公益のための軽自動車を所有し、かつ一定の条件を満たす法人などは、軽自動車税の減免が受けられる場合があります。詳しくはお尋ねください。

申請期間 4月3日(月)～5月31日(水)の平日

#### グリーン化特例(軽課)の延長

平成28年4月～平成29年3月に新規取得した軽四輪車等で、次の基準を満たす車両について、平成29年度分の軽自動車税に限り、軽課が適用されます。

#### 軽四輪車等の平成29年度の軽課適用税額一覧

車種	軽課			通常の税額(参考)		
	電気軽自動車等	乗用＝平成32年度燃費基準+20%達成車 貨物＝平成27年度燃費基準+35%達成車	乗用＝平成32年度燃費基準達成車 貨物＝平成27年度燃費基準+15%達成車			
軽三輪	1,000円	2,000円	3,000円	①平成27年3月以前に取得 ②平成27年4月以後に取得 ③平成16年3月以前に取得(経年車重課)		
軽四輪	乗用	自家用	2,700円	5,400円	8,100円	①7,200円 ②10,800円 ③12,900円
		営業用	1,800円	3,500円	5,200円	①5,500円 ②6,900円 ③8,200円
軽四輪	貨物	自家用	1,300円	2,500円	3,800円	①4,000円 ②5,000円 ③6,000円
		営業用	1,000円	1,900円	2,900円	①3,000円 ②3,800円 ③4,500円

※軽課は平成29年度だけ適用。ガソリン車・ハイブリッド車は平成17年排出ガス基準75%低減達成車に限りです。

※平成28年度軽課適用車両の平成29年度の税額は、通常の税額(上記の表②)となります。

☎資産税課 ☎24-1111

市制施行 115 周年記念式典 ～市政功労者表彰式～



本市はこし115周年の節目を迎えます。記念式典では地方自治や社会福祉、教育文化などさまざまな分野で功績があった皆さんを市政功労者として表彰します。

**と き** 4月1日(土)10時～12時

**と ころ** アルカス SASEBO・中ホール

**内 容** 記念講演「115周年の節目を記念して、これからの市政の取り組みについて(佐世保市長 朝長則男)」、クルーズ船のお見送りでおなじみのスターライトスクールによるパフォーマンスなど

☎秘書課 ☎24-1111

本庁舎 1 階リニューアル工事完了に伴い窓口を移動します



リニューアル後の窓口(イメージ)

本庁舎1階のリニューアル工事が完了し、工事期間中に13階で業務を行っていた窓口を全て1階に移動します。今後も市民の皆さんにとって使いやすい窓口を目指していきますので、ご協力をよろしくお願いします。

**業 務 開 始 日** 3月13日(月)

**移 動 する 窓 口** 戸籍住民課の全ての窓口、医療保険課の一部の窓口(国民年金、特定健診、特定保健指導に関する手続き)

※リニューアルに伴い移設していた「証明書自動交付機」は、引き続き「すこやかプラザ1階」に設置しています。

☎戸籍住民課 ☎24-1111

「長崎と天草地方の  
潜伏キリシタン関連遺産」  
のユネスコへの推薦が決定

1月20日に開催された閣議で、本市の黒島の集落を含む「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」について、推薦書(正式版)をユネスコ世界遺産センターへ提出することが了解されました。

昨年2月の推薦取り下げからわずか1年で再び正式な推薦を受けることとなったことは、関係団体の皆さん、地元黒島地区の住民の皆さんなど多くの方々のご理解とご協力のたまものであり、改めてお礼を申し上げます。

2月1日には、推薦書(正式版)が国からユネスコに提出されることになり、ことし秋にはイコモス(国際記念物遺跡会議)による現地調査等が行われる予定です。

平成30年の世界遺産登録実現を目指して、国・県をはじめ関係自治体の皆さんとの連携を一層密にするとともに、市民の皆さんと一体となって全力で取り組んでいきます。





## 住人百色 ⑧

とれたての黒島の魚を観光客の皆さんに



「人は食べるのが一番でしょう？だから飲食店を開こうと思ったんです」と話すのは末吉順子さん。おとし、末吉さんは黒島の本村地区で食事処「さざんか」を開業しました。お昼に食事や弁当を提供するほか、夜は地元の人たちが集い、観光客はもちろん、島の人たちの憩いの場にもなっています。提供するのは漁師のご主人や息子さんが地元の海で取った魚や黒島の赤土で育った野菜を使った家庭料理。「できるだけ地元のものを使うようにしてます。特に魚はその日の朝に取れたものなので本当においしいんです。観光客の皆さんにはぜひ食べてほしいですね」

黒島では黒島天主堂を含む「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の世界遺産登録に向け、島を挙げた取り組みが進んでいます。観光客が増えていく今、末吉さんも仕事の傍ら、観光客向けに島に昔から伝わる「ふくれまんじゅう」や「黒島豆腐」の体験講座を開いたり、島の豊かな海産物を使った土産品を開発したりしています。「これからも世界遺産登録に向けて島の人たちを巻き込んでいきたい。アイデアはたくさんあるんですよ」と末吉さん。末吉さんの素敵な笑顔を通して、黒島の魅力を改めて実感しました。

(取材日 2月3日)

☎ 海鮮味処さざんか(黒島町144) ☎ 56-2807

※利用する際は事前に予約が必要です。

「ひじきの煮物」からの変身レシピ！

## ひじきのはんぺん焼き



### 材料(2人分)

ひじきの煮物 10g 枝豆(冷凍) 10g  
はんぺん 2枚 油 大さじ1/2

### 作り方

- ①はんぺんをフードプロセッサーですりつぶし、生地を滑らかにする  
※はんぺんはすり鉢ですりつぶしてもよい。  
まとまりが悪い場合は、様子を見ながら溶き卵を入れる。
- ②ひじきの煮物と枝豆を混ぜ合わせる
- ③②とはんぺんを混ぜ合わせる
- ④③を1口サイズで丸く平らに形を整え、両面をこんがり焼く

考えていただいた人  
西村茶香さん(大野中1年)



●料理のワンポイント  
はんぺんやひじきに味が付いているので、調味料を使わず簡単に作れます。

●平成28年度ヘルシークッキングコンテスト「優秀賞」

※このコーナーでは、料理の残り物や市販の既製品・惣菜にひと工夫した変身レシピを紹介しています。

## お便り

市民の方から寄せられた市政への質問などに回答します。

**質問** 3月で佐世保を離れることになりました。引っ越し時のごみはどうすればよいですか？

**回答** 家庭から一時的に出る大量の引っ越しごみは、地域のごみステーションには出さずにクリーンセンターへ直接持ち込むか、一般廃棄物収集運搬許可業者に依頼してください。持ち込む際は下記の点にご注意ください。

### 分別について

粗大ごみ、燃やせるごみ、燃やせないごみ、資源物に分別し、資源物以外は市指定のごみ袋へ、資源物は種類ごとに分別してください。指定ごみ袋(大)に入らないものは粗大ごみとなります。資源物以外のものを直接持ち込む場合、指定ごみ袋に入っていないものは重量に応じて手数料が掛かります。

### 粗大ごみの取り扱い

直接持ち込めないときは回収に伺うこともできます。事前に「粗大ごみ受付センター」に連絡してください。処理手数料が必要ですので、スーパーやコンビニエンスストアなどで「粗大ごみ処理券」を購入してください(クリーンセンターへ持ち込む場合はその場で払うので処理券は不要です)。

※分別はごみ収集カレンダー・分別表で確認を。

ごみの持ち込み⇒クリーンセンター

東部 ☎ 31-3815 西部 ☎ 47-5292

粗大ごみ⇒粗大ごみ受付センター ☎ 46-5300

☎ 廃棄物減量推進課 ☎ 32-2428

## 広報クイズ

問題の○に当てはまる文字等をお答えください。ヒントは紙面の中にあります。

### 問題1

1月31日、国土交通省港湾局が募集していた「官民連携による国際○○○拠点形成する港湾」に佐世保港が選定されました。

### 問題2

食に関する価値観などが多様化する現在、市民の皆さんが自分に合った正しい食の情報を選択できるように、本市では「○○」を進めています。

### 問題3

本庁舎1階のリニューアル工事が完了し、工事期間中に13階で業務を行っていた○○を全て1階に移動します。

### 「広報させば」満足度アンケート

次の①～④のうち、当てはまる番号をお答えください。

①大変良い ②良い ③不満 ④大変不満

### 応募方法

「はがき」または「Eメール」に、①クイズの答え②「広報させば」満足度アンケートの該当番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦広報紙へのご意見を書いて、3月23日(木)までに(消印有効)広報係へ。※応募は1人1通、全問正解者の中から抽選します。発表は発送(4月中旬)をもって代えさせていただきます。

2月号の答え ①佐世保 ②愛宕 ③証明 1月号の応募状況 172通(正解162・不正解7・無効3)

宛て先 はがき 〒857-8585(住所不要) 佐世保市役所秘書課広報係宛て  
Eメール hishok@city.sasebo.lg.jp(携帯電話からも可)

### 3月号プレゼント 日本の「九十九島いりこ」 を3人に!



生産量日本一を誇る九十九島いりこ。おいしいが取れることで、近年さらに人気が高まっています。その中でも、今回は九十九島漁業協同組合が厳選したイリコをプレゼントします。

☎ 九十九島漁業協同組合 ☎ 69-3161

お知らせ

**祝日の燃やせるごみの収集**  
3月20日(春分の日)より収集します  
●廃棄物減量推進課 ☎24・2428

**資源集団回収報奨金の交付申請**  
対象 平成28年度後期(10/3月)申込 平日8時30分~17時15分に廃棄物減量推進課(稲荷町)、市役所・中央保健福祉センター玄関案内、コミュニティ・協働推進課、各支所に申請書を提出  
×切 3月31日  
※申請期日を過ぎると報奨金を支給できない場合があります  
※新たに実施を希望する団体は登録申請書を提出してください  
●廃棄物減量推進課 ☎24・2428

**転居のときは水道局へ届け出を**  
水道の使用開始や中止の届け出は早めにお願います。  
手続 水道局HPからインターネット申し込み(24時間)か電話で営業課、宇久営業所へ  
※電話受け付けは平日8時30分~17時15分  
●水道局営業課 ☎24・1151  
●宇久営業所 ☎0959・57・3145

**3月は国民健康保険税第10期分**  
●公園緑地課 ☎28・6006  
●白浜キャンプ場管理事務所 ☎28・6006



白浜キャンプ場の受け付け

**期間** 4月1日(土)~10月31日(土)  
**内容** テント、バーベキュー棟、オートキャンプ場、シャワー等  
**料金** 設備によって異なる  
**申込** 電話で白浜キャンプ場へ

選挙で投票できるよう進学・就職で

市外に引っ越し際は届け出を

住民票を移さないと、転出先の市区町村で選挙人名簿に登録されず、投票できない場合があります。進学や就職で引っ越しときは、必ず住民票を移しましょう。



●選挙管理委員会事務局

シリーズ人権「同和問題」

同和問題とは、歴史の中で作られた身分制度に基づいて、一部の人が長い間にわたって経済的、社会的に低い地位に置かれ、日常生活でもさまざまな差別を受けてきた重大な人権問題です。現在でも、差別的な発言やインターネット上で差別を助長する内容の書き込みがされるなど、いわれない差別を受けることがあります。また、同和問題に対する正しい知識がないために、気付かないうちに偏見を持ったり、差別したりすることがあります。同和問題を正しく理解し、全ての人が尊重される社会を築いていきましょう。

●人権男女共同参画課

**の納付月**  
忘れず納期内に納めましょう。特別な事情がなく長期未納が続くと、調査や差し押さえなどの滞納処分を行うことがあります。  
●保険料課

**国民年金保険料の納め忘れにご注意ください**  
国民年金は、老後の生活や障がい、死亡などのときにあなたの大きな支えになります。保険料の納め忘れが続くと、将来の年金や障害年金、遺族年金を受け取れない場合があります。もしものときに後悔しないよう、保険料は納期内に納めましょう。納期は翌月末です。納期から2年経過すると時効により納められなくなります。  
※詳しくはお尋ねください。  
●佐世保年金事務所 ☎34・1189

**税の申告受付は3月15日まで**  
市県民税・国保税等の申告を3月15日(土)まで中央保健福祉センター8階で受け付けています。最終日近くは大変混雑しますので、早めに済ませましょう。所得税の確定申告は佐世保税務署 ☎22・2161で、給与・年金収入だけの方は中央保健福祉センターで受け付けます。期間内に必ず申告してください。

佐世保公園バーベキュー施設  
利用を受け付けます



**期間** 3月13日(土)~10月31日(土)  
※開場は3月18日(土)~10月31日(土)の土・日曜、祝日(7月15日(土)~8月31日(土)は毎日開場)。  
**料金** 1基2,090円、木炭3kg 800円、網など備品レンタル410円  
**申込** 予約専用番号(☎090-4990-2989)へ  
※受け付けは10時30分~17時。  
●公園緑地課

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



「緑の募金」街頭募金

**日時** 3月25日(土)13~14時  
**場所** 四ヶ町アーケード・島瀬公園前  
※募金した人に花苗などを進呈します(先着順)。  
●農林整備課内・緑化推進協議会

**させばお仕事情報プラザをご利用ください**  
専門スタッフが佐世保市内への就職あっせんや職業相談、企業情報の提供を行います。  
対象 佐世保へのU・J・Iターソンを希望する人

期間 3月15日(土)まで

●市民税課(市県民税)  
●保険料課(国民健康保険税)  
**差し押さえ不動産の公示**  
期間 3月21日(土)~27日(土)の平日  
場所 市役所2階・納税課  
※物件情報や申込方法など、詳しくはお尋ねください。  
●納税課  
**出張女性相談室**  
日程 3月11日(土)、25日(土)、4月8日(土) ※9~16時  
●長崎地方裁判所佐世保支局 ☎24・4850

●させばお仕事情報プラザ(産業支援センター内)  
☎76・7713

**交通公園の休園日**  
〔休園〕3月6日(日)、13日(日)、21日(日)  
〔開園〕22日(月)、27日(土)、4月3日(日)  
●交通公園 ☎23・2869

**指定管理者の指定**  
〔江迎特別養護老人ホーム老福祉〕社会福祉法人白寿会  
●長寿社会課

募集

**公共賃貸住宅入居者**  
〔市営・特定公共〕小ヶ倉住宅(吉井地域)、世知原中央住宅、平野住宅(江迎地域)  
対象 公営住宅の収入基準を超える世帯(上限あり)  
〔公社・特定優良アルファ(三浦町)対象 公営住宅の収入基準を超える世帯  
〔公社・公社賃貸〕吉岡団地、花岡団地、須佐団地、もみじが丘団地  
対象 収入認定月額が家賃の3倍以上の世帯  
※このほか市営住宅で入居がなかった住宅は通年募集しています。  
●市営住宅管理センター(市営) ☎25・9625  
●県住宅供給公社佐世保事務所(公社) ☎22・9612

佐世保駅前の3つのホテル

**法要ご予約承ります** お経・焼香も納り行えます

**先着順 マイクロバス送迎無料!**

- レオプラザホテル** 三浦町4-28 TEL 22-4141
- ワシントンホテル** 瀬見町12-7 TEL 32-8011
- グリーンホテル** 三浦町4-1 TEL 25-6261

**お葬式・おんしん事前相談会** 毎日受付中

葬祭ディレクターがまごころ込めてお応え致します。

- Q.なぜ事前相談を?
- 自分の希望の葬儀ができる
- もしもの時に慌てなくてすむ
- 費用が事前にわかる

お申込み・お問い合わせは各飛鳥会館へ

**飛鳥会館**  
元町 10月フリーダイヤル ☎0120-243-238  
佐世保市元町4-23  
早大野 ☎(0956)38-4949  
北部中里 ☎(0956)41-4949  
☎(0956)47-4044



**募集**

「キュービッド」婚活サポートに登録する独身男女



市が行う登録制の婚活支援事業です。データベースに登録すると、閲覧してお見合い相手を探すことができ、キュービッド役の仲人からお見合い支援や結婚相談を個別に受けられます。

対象 登録時に20～45歳で、市内在住の独身男女  
申込 登録申込書に必要書類を添付してコミュニティ・協働推進課へ

※詳しくは市HPか、市役所・支所などで配布するパンフレットをご覧ください。

市役所・支所などで配布するパンフレットをご覧ください。

高度専門士の称号が付与される課程・学科に限る）、高校・高専に進学予定または在学中の内容  
内容 貸与月額Ⅱ大学、短大、専修学校、私立高校Ⅲ2万円Ⅳ公立高校Ⅴ1万2千円  
申込 大学奨学生Ⅵ3月1日⑧、4月21日⑨に教育委員会総務課へ▽高校・高専Ⅶ4月3日⑩、28日⑪に各学校へ

就業一時金の貸し付け  
対象 4月に大学、短大、修業年限2年以上の専修学校専門課程（専門士、高度専門士の称号が付与される過程・学科に限る）に進学する予定の子を持つ市内在住者

内容 貸与額35万円  
※貸し付け後1年間は据え置き。10年以内に全額を年賦・半年賦、月賦で返還してください。

市民農園の利用者  
場所 中里町高宮（将冠岳西側）  
内容 利用期間Ⅱ4月1日～来年3月31日Ⅲ1区画Ⅳ約30㎡  
料金 1区画年額3千円  
申込 直接、農業畜産課へ  
※駐車場、トイレあり。

農業畜産課  
※参加者はブローカーに無料で乗車できます（1回だけ）。

**講演会 など**

小学校新入学生の交通安全教室



日時 3月1日⑧～4月9日⑩  
※10時、11時、14時。休園日（本紙23ページ参照は実施しません）  
内容 交通マナー、ルールを学ぶ  
対象 小学校新入生  
料金 無料  
※当日申し込みできます。

**大学等卒業予定者合同企業説明会**



※参加者はブローカーに無料で乗車できます（1回だけ）。

**男女共同参画セミナー「パパと一緒になるコレレーションゲーム」**

日時 3月26日⑩13時  
場所 スピカ  
内容 父親と子どもでゲーム作りを体験  
対象 男性の保護者と年長児小学6年生の子ども  
料金 1組800円  
定員 8組  
申込 3月6日⑨9時から電話か直接スピカへ  
※エプロン、三角巾、タオルを持参してください。

**普通救命講習Ⅰ**



日時 3月26日⑩9～12時  
場所 消防局（平瀬町）  
内容 心肺蘇生法、止血法、異物除去法、AED（自動体外式除細動器）の取り扱いなど  
対象 中学生以上  
料金 無料

**市体育協会スポーツ教室**



定員 先着30人  
申込 3月16日⑧～25日⑧8時30分  
分17時15分に電話かファクス（26・2119）で西消防署へ  
④西消防署 47・2076

**不動産鑑定士による不動産の無料相談会**

日時 4月3日⑩10～16時  
場所 交通会館（栄町・市立図書館前）  
内容 不動産の売買、相続、賃貸借、担保、訴訟などの相談  
料金 無料 ※申し込み不要。  
④長崎県不動産鑑定士協会  
095・822・3471

**させび競輪 31-4797 ※㊦=ナイター**

- 小倉F I ⑩場外 3月9日
- 大垣記念場外 9～12日
- 伊東温泉F I ⑩場外 10～12日
- 久留米F I ⑩場外 13～15日
- 岐阜F I ⑩場外 14～16日
- 京王閣F I ⑩場外 16～18日
- 高松G Ⅱウイナーズカップ場外 17～20日
- 小倉F I ⑩場外 19～21日
- 和歌山F I ⑩場外 21～23日
- いわき平F I ⑩場外 22～24日
- 高知F I ⑩場外 24日
- 前橋F Ⅱ⑩場外 25～27日
- 松阪記念場外 25～28日
- 川崎F Ⅱ⑩場外 28～30日
- 武雄F I ⑩場外 29～31日

**トップくんフリーマーケット**

日時 毎月第4日曜  
※出店希望者は毎月第2日曜までに受け付け係（☎66-4797）に申し込みを。

40年以上の実績で、みなさまの売上UPをサポートいたします！  
販売促進・売上アップツール！  
AR スマホをかざすと広告が動き出す？  
ホームぺージ制作！  
近代印刷

新築から売家のごとまで、小川工務店にご相談下さい。  
おがわのテラスハウス  
Healing Villa.  
小川工務店  
TEL 0956-49-2611

子育て

児童手当の申請は済みましたか  
出生、転入、転出、児童を養育し  
なくなつたなどの場合は15日以内  
に届け出て下さい。公務員は勤  
務先で手続きして下さい。  
対象 中学3年生までの児童を養  
育している人(所得制限あり)  
子ども支援課

出前保育

この指とまれ!!  
① 3月13日⑧イオン大塔2階  
② 3月17日⑧針尾保育園  
③ 3月21日⑧クレールの丘自治会館  
④ 3月23日⑧楠橋保育園  
⑤ 3月27日⑧イオン大塔2階  
※①⑤13時30分②④  
③④11時30分  
内容 制作、絵本の読み聞かせなど  
対象 未就園児と保護者、妊婦  
料金 無料  
※水筒、タオル、着替え持参。  
ルンビニ子育て支援センター  
「サー」の終了

高齢者と介護

介護教室  
日程 3月12日⑧14時～15時30分  
場所 早岐地区公民館  
内容 介護予防についての講話  
料金 無料 ※予約不要。  
◎長寿社会課

みんなであそぼ!  
日程 3月21日⑧、4月4日⑧  
※9時30分～12時。  
場所 杣木地区公民館  
内容 保育士と一緒に親子で遊ぶ  
対象 未就園児と保護者、妊婦  
料金 無料  
◎日野子育て支援センター  
☎28・3264

育児講座「幼児の食事」

日程 3月10日⑧  
14時30分～15時30分  
場所 子ども発達センター  
内容 市の管理栄養士による講話  
など  
対象 1歳以上の子どもの保護者  
料金 無料  
定員 12組程度  
申込 電話か直接子ども発達セン  
ターへ  
◎子ども発達センター  
☎23・3945

4月に「佐世保市立幼児まどか教室」  
(キンダーまどか)を開設します

「キンダーまどか」の特徴



- ・週に1回、90分のクラスに通いながら小グループ指導、個別指導を行います
  - ・一人一人の興味や関心、生活に必要な力を身に付けられるようにしていきます
  - ・市内の幼稚園や認定こども園、保育所などに在籍しながら通うことができます
  - ・必要に応じて在籍する園や小学校と連携を図りながら指導に当たります。
- ※通級は予約制です。詳しくはお尋ねください。

子どもの成長は一人一人違います。「言葉が少ない」「話していることが分かりにくい」「落ち着きがない」「先生や友達になじめない」など、子育ての中で気になる姿はありませんか?本市では、4月1日④から主に情緒を中心とした発達に心配のある幼児を対象に、幼児まどか教室「キンダーまどか」を開設します。どうぞお気軽にご相談ください。

とき 4月1日④から随時相談受け付け  
ところ 白南風小学校内(山祇町387)  
対象 市内在住で主に情緒を中心とした発達に心配のある就学前の子ども

◎市立幼児まどか教室 ☎32-7701

老人の認知症や心の相談

専門の医師が認知症や老人性うつ病などの相談に個別に応じます。  
日程 3月16日⑧13時30分～15時  
場所 中央保健福祉センター  
料金 無料  
※要予約。専門医療機関を受診中の人はご遠慮ください。  
◎長寿社会課

介護者の「みんな」の相談会

日程 3月23日⑧13時30分～15時30分  
場所 中央保健福祉センター  
内容 臨床心理士による個別相談  
対象 在宅で介護している人  
料金 無料 ※要予約。  
◎長寿社会課

認知症サポーター養成講座



認知症の種類、症状、対応の方法など基本的な知識を学ぶ講座です。  
日程 3月13日⑧14時～15時30分  
場所 福祉活動プラザ(栄町)  
料金 無料 ※要予約。  
申込 30人程度  
申込 事前に福祉活動プラザへ  
◎福祉活動プラザ ☎23・0018

障がい福祉

福祉タクシー利用券の切り替え手続きを  
日程 3月31日⑧から受け付け  
場所 障がい福祉課  
対象 平成28年度に福祉タクシー券の交付を受けた在宅の障がい者で、次の条件のいずれかに該当する人  
①、②級の身体障がい者(下肢、体幹を含むもの)だけで、常時車椅子を利用する人  
・知的障がい者  
・1級の視覚障がい者  
手続 平成28年度福祉タクシー利用券、印鑑、身体障害者手帳(療育手帳)を持って障がい福祉課へ  
※タクシー利用券を使い切った場合は表紙を持参して下さい。  
◎障がい福祉課

障がい者巡回診療

日程 4月3日⑧、10日⑧、17日⑧、24日⑧  
場所 にじいろ(大湯町)  
内容 虫歯治療、歯周治療、予防処置、摂食指導など  
対象 在宅で障がいのある人  
※一般の診療所と同様に保険診療を実施します。  
申込 電話で佐世保地域歯科医療連携室(へ)金曜9～12時受け付け  
◎佐世保地域歯科医療連携室 ☎24・2420

手話通訳者養成講座

①入門・基礎編(全4回)  
4月18日⑧、来年2月13日⑧までの毎週火曜  
②基礎編(全22回)  
9月5日⑧、来年2月13日⑧までの毎週火曜  
※①②とも朝の部(10～12時)と夜の部(18時30分～20時30分)を開催。  
※①の終了後、9月から②の基礎編と合同します。  
対象 ①講座の未受講者で、18歳以上の人②入門編の修了者  
場所 福祉活動プラザ  
料金 4千円(テキスト代など)  
定員 ①②とも40人  
申込 はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、希望する講座名(入門・基礎編または基礎編)と朝の部または夜の部を明記して、長崎県ろうあ協会佐世保支部(〒857・0054、栄町4番11号)へ  
◎障がい福祉課

ふれあい教室

①ハンドベル教室  
音楽を通して機能回復や精神の安定、親睦を図るための教室です。  
日程 毎月第1、3火曜10～12時  
場所 サンアビリティーズ佐世保(千尺町)  
◎パソコン教室  
パソコン技能習得により身体の機能回復と社会参加を図るための教室です。

健康づくり

健康教室  
日程 3月15日⑧14～15時  
場所 市総合医療センター  
内容 がんの痛みやつらさを我慢しないで、緩和ケアって何?料金 無料(予約不要)  
※当日は看護師が相談を受け付けます。  
◎市総合医療センター ☎24・1515

オール電化で暮らしにもっと、プラスを。

エコキュートで省エネ  
割安な夜間電力利用で光熱費がおトク!



IHを使った料理体験教室開催中!  
参加料は無料です。

お申込みお待ちしております  
九州電力  
ずっと先まで、明るくしたい。  
佐世保営業所  
〒857-8558 佐世保市福石町4番12号  
TEL:0120-986-402

3/19日 美術品 鑑定・査定 無料 骨董品 無料 お宝無料鑑定会 in 佐世保  
アルカス佐世保 3F 10:00～17:00  
中国美術・絵画 掛け軸・刀剣・宝石 高額買取!  
当日お買取承ります  
本郷美術骨董館九州支店 福岡市博多区博多駅前2-10-19 福岡ファッションビル1F  
0120-518-100 本郷美術 検索



①がん検診

区分	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～69歳	70歳以上
胃	—	3,000円	1,000円		
肺	—	—	X線400円 X線+喀痰900円(50歳～)		
大腸	—	—	600円		
子宮	頸部(けいぶ) 1,000円				無料
乳	—	視触診・エコー 1,500円	視触診・マンモグラフィ 1,500円	視触診・マンモグラフィ 1,100円	
前立腺	—	—	—	400円	

場所 市内の登録医療機関

②総合がん健診(胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺がん、肝炎ウイルス検診)

日程 4月24日⑨ 9:00～14:00

場所 JAながさき西海針尾支店

対象、料金 ①と同じ。乳がんは40歳以上、胃がんは74歳未満が対象。肝炎ウイルスは20歳以上の検査未受診者(無料)

定員 先着200人(乳がん・胃がん・肝炎ウイルスは100人)

申込 4月3日⑨から電話で健康づくり課へ

※定員になり次第締め切ります。早めの申し込みを。

※①②とも職場等で同様の検診を受診できる人は対象外となる場合があります。

※①②とも本市国保加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料(保険証が証明書が必要です)。

③エイズ・性感染症相談・検査(匿名、無料)

【相談】 ☎0120-104-783(平日8:30～17:15)

Eメール shc783@city.sasebo.lg.jp

【検査】 場所 中央保健福祉センター

・エイズ通常検査・クラミジア抗体検査

日程 水曜13:00～16:30(祝日を除く)

※予約不要、結果は翌週渡し。

・エイズ即日検査(要予約)

日程 火曜13:00～16:00、木曜9:00～11:00(祝日を除く)

※要予約、結果は採血後約40分後渡し。

④肝炎ウイルス検査(要予約・無料)

日程 水曜13:00～16:00 場所 中央保健福祉センター

対象 感染の不安があり、肝炎ウイルス検査未受診の人

※20歳以上の検査未受診者は、市内登録医療機関でも受診できます。

※中央保健福祉センターでの肝炎ウイルス検査は3月29日

⑩で終了します。

⑤成人歯科健診、歯科相談(要予約・無料)

日程 火曜9:00～11:00

場所 中央保健福祉センター

※歯科健診は指定の火曜日だけ。実施日はお尋ねください。

※市内の登録歯科医療機関でも受診できます

(受診料500円)。

⑥乳幼児健診(約1カ月前に該当者に通知します)

お子さんの成長と発達に欠かせない大切な健診です。

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カ月ごろ

健康づくり課(①～⑤) 子ども保健課(⑥)



【集団健診】

今年度の特定健診受診券の有効期限は3月31日⑩までです。まだ受診していない人は、早めを受診しましょう。



特定健康診査を受け忘れていませんか

健康づくり課

CKDは、慢性に経過する全ての腎臓病のことで、20歳以上の成人の8人に1人がかかるともいわれる身近で危険な病気です。本市は他市に比べて、高血糖や高血圧の人が多く、腎機能の低下が考えられます。CKDは初期の自覚症状はなく、早期発見と予防が重要です。尿検査、血液検査で早期発見ができますので、日頃から腎臓にやさしい生活習慣を心掛け、定期的に健康診断を受診しましょう。

慢性腎臓病(CKD)を知っていますか

健康づくり

3月10日⑩早岐地区公民館  
3月13日⑩中央保健福祉センター  
※予約不要。肺がん・大腸がん検診を受診できます。

医療保険課

生活衛生

新しい食品衛生管理

HACCP(ハサップ)

HACCPという言葉を知っていますか。ハサップは、安全で衛生的な食品を製造するための管理方法の一つです。最終製品の検査で食品の安全を確認するのではなく、製造段階で発生する恐れのある危害(Hazard)を事前に分析(Analysis)し、製造工程の重要管理点(Critical Control Point)を決めて監視するもので、現在、多くの食品製造施設などで取り入れられています。次のように家庭でもこのハサップの考え方を応用することで食中毒予防につながります。

- ・つかない手や食材をこまめによく洗う、生食用と加熱用の食材は接触させない
- ・増やさない(食材に合った温度で保存し、期限内に食べる)
- ・やっつき火を通す、調理器具はしっかり洗う

生活衛生課

相談など

子どもの発達

・療育相談(要予約) ※遊びの広場あり。

☎子ども発達センター ☎23-3945

・歯科保健相談(要予約) ☎健康づくり課

※会場は090-2509-1381にお尋ねを。

⑧精神患者当事者会(ふたばの陽)

3月18日⑩ 13:30 福祉活動プラザ

※①⑦は予約不要。②は要予約、その他の新規参加者は事前に障がい福祉課へ連絡を。

医療に関する相談 ☎保健福祉政策課

平日8:30～17:15

医療安全支援センター ☎25-9723

3月の健康テレホン

☎0120-555-203(携帯電話不可)

☎低血圧

☎食道がん、あなたは大丈夫?

☎入園・入学にそなえて

☎乾燥肌とかゆみ

☎盗難られ妄想

☎腎臓がんについて

☎長崎県保険協会 ☎095-825-3829

障がい福祉

①依存症(アルコール・ギャンブルなど)

相談(随時受け付け) 障がい福祉課

②佐世保酒会 中央保健福祉センター

3月14日⑩、28日⑩ 13:30

③発達障がいデイケア 毎月第3金曜

10:00 中央保健福祉センター

④膠原病の会

3月16日⑩ 13:30 福祉活動プラザ

⑤ひきこもり家族会(あのねの木)

3月15日⑩ 10:00 福祉活動プラザ

⑥高次脳機能障害当事者・家族の集い

3月11日⑩ 13:00

市民活動交流プラザ(戸尾町)

⑦精神障がい者家族の会(ゆみはり会)

3月18日⑩ 13:00

救急医療体制

休日・夜間の救急医療体制

【市立急病診療所】 ☎25-3352

月～土曜20時～23時(内科・小児科)、

日曜・祝日10時～18時(内科・小児科・外科)

※受付は診療終了時間の15分前まで。上記時間外は当番病院を確認(☎23-8199)して受診を。

※電話やインターネットから予約して

待ち時間が分かる「診療予約システム」をご利用ください。



【当番病院】(輪番制) ☎医療政策課

内科・外科 = 総合医療センター、中央病院、共済病院、労災病院、杏林病院、三川内病院

外科 = 福田外科病院、俵町野病院

内科 = 久保内科病院、京町内科病院、千住病院

長崎県小児救急電話相談

お子さんの急な病気やけがなどのとき、経験豊富な看護師がアドバイスします(診断ではありません)。

月～土曜18時～翌朝8時(日曜、祝日は24時間)

☎#8000 ダイヤル回線 ☎095-822-3308

シリーズ国際交流⑩  
「それぞれの1年を振り返って」

昨年4月に坡州市に来て間もなく1年になります。坡州の皆さんに歓迎していただき、所属チームでは生活面までサポートしてもらったおかげで、1年間無事に過ごすことができました。坡州市役所では、国際交流担当チームや文化観光課で坡州市の行政について学びました。そのほか、図書館で絵本の読み聞かせを行ったり、月1回、坡州市のウェブニュースに佐世保や日本文化のことを紹介したりするなど、さまざまな経験ができました。韓国の言葉や文化、習慣に戸惑うこともありましたが、その度に韓国人に助けられました。親切にしてもらい、本当に感謝しています。また、佐世保を離れて生活したことで、生まれ育った佐世保の良さを再認識できました。4月には佐世保に戻りますが、今後はこの経験を生かして、坡州と佐世保の交流促進に貢献していきたいと思っています。



佐世保市職員(坡州市派遣) 濱崎 崇

アンニョンハセヨ。交換公務員として坡州市から来た朴鏡善(パク・キョンソン)です。佐世保に来てあまり時間が経っていない感じがしますが、もうすぐ1年が経ち、坡州に帰る時期になったと思うと名残惜しいです。佐世保での1年間が夢だったのではないかとつくづく思います。九十九島や眼鏡岩など美しい佐世保の自然、よさこいチームのみんなど汗をかいて過ごした暑くて熱い夏、パールシーの研修で新しい経験をし、いろんな人と出会った秋、きらきら光るアーケードでパーティをして楽しかった冬、一つ一つの大切な思い出を心に留めて帰ります。坡州に帰ったら、佐世保の皆さんの温かい心を伝えたいです。坡州と佐世保のつながりになれるよう一生懸命頑張ります。一生忘れない思い出を作ってくれた皆さんに本当に感謝しています。



坡州市交換公務員 朴 鏡善

させば市政だより キラっ都させば  
「させば移住サポートデスク!」

昨年4月から移住希望者のサポートを行っている「させば移住サポートデスク」など、本市の移住促進の取り組みについて朝長市長がお知らせします。

放送スケジュール	
3月4日(土)、18日(土)	9時25分 NBC 11時45分 KTN
3月11日(土)、25日(土)	11時40分 NCC
3月12日(日)、26日(日)	6時30分 NIB
毎週日曜	18時55分(テレビ佐世保)

※スマートフォンなどでの視聴はこちらからどうぞ!



☎秘書課 ☎ 24-1111

広報させばを  
一部リニューアルしました



見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを使用しています

編集ソフトなどの制作環境が変わったことに伴い、今月号から広報させばの一部をリニューアルしています。リニューアル後の紙面では、従来のフォント(字体)よりも読みやすく、判読しやすいユニバーサルデザイン対応フォントを本文などに使用しています。これからもあらゆる人にとって読みやすく、親しみやすい紙面づくりに努めていきますので、引き続きご愛読いただきますようお願いいたします。

☎秘書課 ☎ 24-1111

市長日記



私は10年前の1期目の市長就任の際、市職員に私の政治姿勢として、3つの「C」の話をしました。

Challenge(チャレンジ・挑戦)  
Change(チェンジ・変革)  
Communication(コミュニケーション・意思疎通・対話)

その後、新年の仕事始め式の際に、その年に特に心掛けてほしいことを、「C」の頭文字のキーワードにして職員に伝えていますが、今回はその言葉を紹介したいと思います。

まず、4つ目のCは「Chance」(チャンス・好機)です。「チャンスは、いつもあるものではない、好機と思えるときは、果敢に政策に取り入れ実行すべきである」という思いを伝えました。

5つ目は「Create」(クリエイティブ・創造する)です。「行政は、どうしても保守的になってしまう傾向があるので、それを打ち破るには、クリエイティブの気持ちを持ち続けることが肝要である」という話をしました。

6つ目は「Check(チェック)」の重要性の話をしま

7つ目の「C」 Confidence 信頼

した。「よい仕事、完璧な仕事にするためには、チェックが必要であると同時に、自身の健康チェックも重要であることを認識しよう」と呼び掛けました。

そして、ことしの1月4日、仕事始め式で7つ目のCの話をしました。7つ目は、「Confidence」(コンフィデンス・信頼)です。

「市民の皆さまの大多数には、市役所や市職員を信頼していただいている。それ故に信頼を汚すような事件や事故、あるいは事案が起こると、市民の皆さまの怒りは大きなものになる。市民の皆さまの信頼を裏切らない市役所、市職員であろう」という話をしました。

最初の3つのCは仕事に対する基本的な心構えですが、後の4つのCも大変重要な視点であり、今後も職員に常に意識してもらおうよう促していきたいと思っています。また私自身も佐世保市政を預かるものとして、この7つのCを常に念頭に置きながら、引き続き全力で市政運営に取り組んでいきたいと思っております。市民の皆さまにはどうぞよろしく願いたします。

佐世保市長 朝長 則男

特育通信 60

聞いて「徳」する話 22 旅先のエスカレーターにて

一週間の京都一人旅を終え、佐世保へ帰るある夕方のこと。京都駅でエスカレーターを降りた瞬間、キャリーバッグとともにつまづき、大勢の中を転倒してしまいました。我ながら大変なことになったと気が動転した瞬間、たくさんの方が心配して私を起こしてくださり、「骨折していませんか」「歩けますか」と背中をさすり、私の顔を見て「無事で良かった」と笑顔で手を振って、それぞれ帰りを急がれました。

これほど見知らぬ方に助けられ、まさしく「旅は道連れ、世は情け」とありがたく感謝の気持ちでいっぱいです。

助けてくださった京都の皆さま方、私は家族の待つ佐世保へ無事に帰りました。日々の何気ない暮らしの中であって、老齢の私に思いもよらない喜びと感動

というたくさんの方のプレゼントをありがとうございました。遠い果てからではありますが、厚くお礼を申し上げます。

若竹台町 峯 佐知子(70代)

「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。応募用紙は市ホームページからどうぞ。

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

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

人の動き

2月1日 現在  
総人口 253,149人 (-269人)  
男性 119,339人 (-109人)、女性 133,810人 (-160人)  
世帯数 105,256世帯 (-116世帯)  
1月中の動き  
転入 454人、転出 563人、出生 176人、死亡 336人

させば市政だより

テレビ  
NBC 土曜9時25分~30分、NCC 土曜11時40分~45分  
KTN 土曜11時45分~50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