

広報 させぼ

2018
vol.808

3



坂道のアポロン

3月10日
公開 P2

特集 みんなで延ばそう 健康寿命 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 フォトトピックス (Sasebo Expo 2018 など)
- P18 市政通信 P20 お便り、広報クイズ P21 住人百色など
- P22 暮らしの情報 P26 健康と福祉 P30 市長日記など
- P32 ペットボトルの分別排出のルールが変わります！

映画「坂道のアポロン」の関連グッズをセットにしてプレゼント！

P20

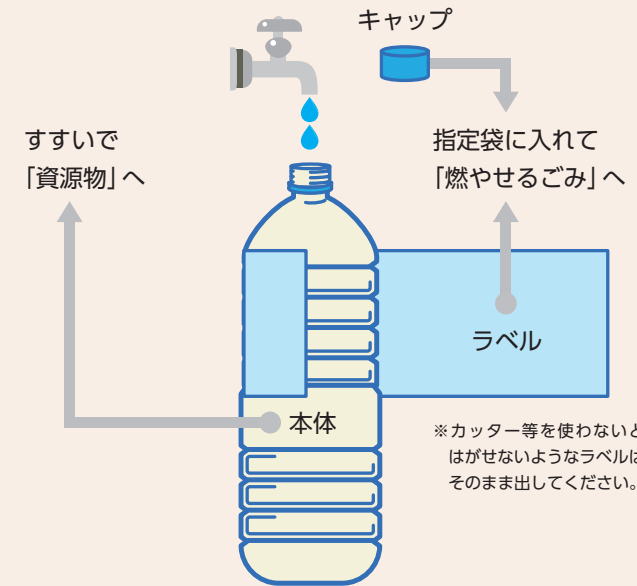


4月
から

ペットボトルのラベルをはがして分別を！

これまでペットボトルの「ラベル」は、はがさずにそのまま出していたのですが、4月からは「はがして」出していただくようにお願いします。

4月からのペットボトルの分別排出のルール



ペットボトルのリサイクルには、異なる素材が混ざらないことが大切です。ラベルをはがすことで異物が除去され、より効果的に品質の高いリサイクルを行うことができます。これまでラベルは、ペットボトル本体とラベルの重量差を利用して主に風力により選別・除去されてきました。しかし、近年ペットボトル本体が軽量化されてラベルとの重量差が小さくなり、選別・除去が難しくなっています。このためラベルをはがすことが求められるようになり、佐世保市においてもはがして出していただくこととしました。市民の皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

問い合わせ 廃棄物減量推進課 ☎ 32-2428





「川淵千太郎役」 中川大志



「迎律子役」 小松菜奈



3月10日から公開!

映画「坂道のアポロン」

一生もの友達
一生もの恋
ともに奏でた音楽
運命を変える出会いを描く感動作
僕とあいつと彼女の10年の夢物語
「坂道のアポロン」

本市出身の漫画家・小玉ユキさん原作の「坂道のアポロン」を実写化した映画がいよいよ3月10日⑤から全国一斉に公開されます。原作者も佐世保、舞台も佐世保、ロケも佐世保中心に行われ、かつて200人を超えるプロのジャズミュージシャンが全国から集まり「ジャズの街」と呼ばれていた佐世保にぴったりの映画ですので、どうぞご覧ください。

ストーリー
医師として病院に勤める西見薫。忙しい毎日を送る薫のデスクには1枚の写真が飾られていた。笑顔で写る3人の高校生。10年前の夏、一度と戻らない、特別なあの頃：あの夏、転校先の高校で、薫は誰もが恐れる不良、川淵千太郎と運

命的な出会いを果たす。
2人は音楽で繋がり、荒っぽい千太郎に、不思議と薫は惹かれていく。
ピアノとドラムでセッションし、千太郎の幼なじみの迎律子と3人で過ごす日々。
やがて薫は律子に恋心を抱くが、律子の想い人は千太郎だと知ってしまう。
切ない三角関係ながら、2人で奏でる音楽はいつも最高だった。
しかしそんな幸せな青春は長くは続かず。

主演・監督など
主演・薫を演じるのは、映画単独初主演となる知念侑李。薫の親友となる千太郎役に中川大志。2人は本作の出演に当たり、約10カ月にわたる猛特訓を重ね、本番では奇跡に近いセッションシーンを披露します。薫に想われる、千太郎の幼なじみ・律子役に小松菜奈。温かくも透明感のある存在感で二人を見守ります。
昨年4月から6月まで、市内のさまざまな場所でロケに臨んだ俳優の皆さん

など高い評価を得ており、今回満を持して映画化されました。

小玉ユキさんのコメント
最初にお話をいただいたときは、60年代という舞台、方言、そして何よりジャズの演奏シーンという障壁をどうやって乗り越えるのか想像がつきませんでした。しかし試写で目に飛び込んだのは「まさにこれが私が描きたかった世界だ」と思えるような映像でした。アポロンのキャラクターたちがあの時代、あの場所で生きていました。そして肝心の演奏シーンは予想をはるかに超えた素晴らしいシーンに仕上がっており、実写の演奏の迫力に鳥肌が立ち、涙があふれました。関わってくれたすべての人に感謝しています。

原作「坂道のアポロン」
2007年〜12年に「月刊flowers」(小学館)で連載。第57回小学館漫画賞(一般向け部門)受賞。このマンガがすごい!2009オンナ編 第1位に輝



ロケ現場に描かれた小玉ユキさんによる「坂道のアポロン」登場人物

キャスト
知念侑李、中川大志、小松菜奈
真野恵里菜 / 山下容莉枝、松村北斗
SIXTONS / ジャニス(ズ)、野間口徹
中村梅雀、ティーン・フジオカ
監督・三木孝浩 脚本・高橋泉
音楽・鈴木正人
制作プロダクション・アスミック・エース、C&Eエンタテインメント 配給・東宝・アスミック・エース
◎観光課 ☎24-1111

主な市内ロケ地
佐世保北高校、亀山八幡宮、坂道(峰坂町、八幡坂)、白浜海水浴場、浅子教会、黒島天主堂、外国人パー通り、眼鏡岩、聖和女子学院、旧花園中学校、早岐中学校、展海峰、石岳展望台など



詳しい情報は
こちらからどうぞ!

映画
「坂道のアポロン」
公式サイト



みんなで
延ばそう

健康寿命

特集 生涯現役社会を目指して

世界有数の長寿国である日本。急速に高齢化が進展する中、健康寿命を延ばし、平均寿命との差を小さくしていくことが大きな課題となっています。今回の特集では、この私たちの身近な健康に関し、本市が取り組んでいる「健康寿命延伸プロジェクト」や健康経営に取り組み企業の紹介、「食」「運動」「健康管理」の観点で取り組む健康づくりについてお知らせします。

長寿国の健康づくり運動

今や世界有数の長寿国となった日本。しかし、人口の急速な高齢化とともに、がんや糖尿病、脳血管疾患など生活習慣病の増加が深刻な社会問題になり、平均寿命だけでなく「健康寿命」（健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間）も伸びていく取り組みが求められるようになりました。このようなことを背景に、国は21世紀における国民の健康づくり運動として平成12年に「健康日本21」を策定しました。

本市も国の計画を踏まえ、14年に「けんこうシッポさせほ21（佐世保市健康増進計画）」を策定し、25年に見直しを行い「第2次けんこうシッポさせほ21」を策定しました。現在、この計画を基本に、さまざまな取り組みを行っています。

平均寿命と健康寿命の差を小さく

長崎県民の健康寿命と平均寿命表1、平成22年国民生活基礎調査から算定）を見てみると、平均寿命は男性が78・89年、女性が86・33年で、健康寿命は男

性が69・14年、女性が73・05年となります。その差は男性が9・75年、女性が13・28年となっています。

平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味しており、この差が拡大すると個人の生活の質の低下や医療費・介護給付費など社会保障関係費の増加につながるため、この差を小さくしていくことが今後の課題となっています。

死因の約5割は生活習慣病

佐世保市民の死因別割合（表2、平成27年）を見てみると、がんや心疾患などの生活習慣病が全体の約5割を占めており、全国の比率とほぼ同じような状況になっています。

代表的な生活習慣病といわれている糖尿病や高血圧、脂質異常症などの多くは、自覚症状が現れにくく、そのまま放っておくと心臓病や脳卒中、慢性腎臓病などの重大な病気を引き起こし、最終的には、生活機能の低下や介護を必要とする状態になることも多いといわれています。

表2 佐世保市民の死因別割合

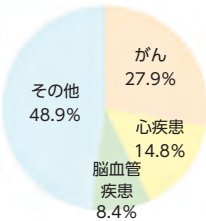
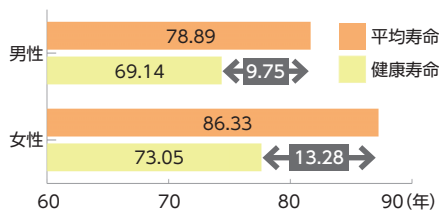


表1 長崎県民の健康寿命と平均寿命



このような生活習慣病の予防には、日常生活の中でバランスの取れた食事や適度な運動、禁煙などに日頃から心掛けるだけでなく、定期的に健康診断や検診を受診するなどして早期予防に努めることが必要です。

民間事業者と連携 健康寿命延伸プロジェクト

本市では生活習慣病の発症や重症化予防のため、特定健診や各種がん検診、歯科健診などに力を入れており、生活習慣の改善に努めています。

また、私たちの生活に欠かせない食生活や運動をはじめ、飲酒、喫煙、歯・口腔、休養、心の健康づくりなどについて、それぞれの関係機関と協力してさまざまな取り組みを進め、健康的な生活習慣の定着を図っています。

さらに、働き盛りの世代を中心に健康づくりに対する意識を高めてもらうため、昨年度から新たに「健康寿命延伸プロジェクト」を計画し、本年度から具体的な取り組みを開始しました。このプロジェクトでは、民間の事業者と連携し、職場から

従業員に対して健康づくりを積極的に働き掛ける「健康経営」の推進をはじめ、イベントなどを通じた健康づくりの機会提供、健康に対する知識の普及・啓発などを行っています。

健康寿命延伸プロジェクト

働き盛りの世代を中心に職場から健康づくりをアプローチ

- 生活習慣病の発症・重症化予防
 - ↓がん、循環器系疾患、糖尿病、慢性腎臓病など
- 生活習慣の改善、社会環境の整備
 - ↓食生活、運動、飲酒、喫煙、歯、口腔の健康づくりなど
- 市民企業の取り組み
 - 健康づくりの機会提供
 - ↓佐世保けんこうウィークなどのイベント開催
 - 健康経営の普及・啓発
 - ↓健康経営セミナーなど
 - 企業によるサービス提供
 - ↓ヘルシー弁当販売、スポーツジム無料体験、足型測定など



1月13日に中里皆瀬地域で行われた健康ウォーキングに参加する皆さん

健康寿命延伸プロジェクト

本市では市民の主体的な健康づくりの推進と地域経済の活性化などを目的として、官民協働で健康づくりを支援する「健康寿命延伸プロジェクト」を平成28年度に計画しました。昨年3月にはその将来的な実施主体となる「佐世保市健康寿命延伸推進協議会」を設立し、現在59の企業・団体等が加入しています。ここでは本年度の取り組みなどについてお知らせします。

「食」運動「測定」をテーマとしたイベントで、佐世保市健康寿命延伸推進協議会を中心に23の企業・団体等に協力していただき、昨年11月18日～26日に



けんこうウィークの会場の様子

「食」運動「測定」をテーマとしたイベントで、佐世保市健康寿命延伸推進協議会を中心に23の企業・団体等に協力していただき、昨年11月18日～26日に



ロコモティブシンドロームの測定を行う参加者

初開催しました。期間中は飲食店やスーパー等で健康に配慮した弁当や総菜の販売などが行われ、スポーツジムやスイミングクラブ等では体験教室や特別割引、薬局等では血圧や体組成データの測定サービスが行われました。最終日には中央公民館常盤町で集合イベントを開催し、ロコモティブシンドローム運動器症候群、運動器の障がいのために目立度が低下し、介護が必要となる危険性の高い状態の測定などを行い、たくさんの方が会場を訪れました。

各種イベントへの参加

昨年8月に総合グラウンド

(椎木町)で行われた「親子ふれあいスポーツ教室」では、ミスノと大塚製薬の2社に参加していただき、子育て世代の保護者や子どもたちを対象に、足型測定や熱中症予防のためのスポーツ飲料の飲み比べなどを行いました。また12月には、長崎国際大学で公開講座を行い、大塚製薬・管理栄養士の高尾洋香さんが「元気に毎日を過ごそう！健康な食生活について」をテーマに講演を行いました。



熱中症対策についての展示

健康経営セミナー
昨年11月と12月に企業・団体の経営者や総務・人事担当の管理職などを対象としたセミナー



健康経営セミナー(12月6日)

を開催しました。このセミナーでは、従業員の健康を経営資源の一つと考え、会社が積極的に従業員の健康や増進に取り組む「健康経営」についての説明や、医師による健康医学教室などを行いました。

健康経営の推進

健康寿命延伸プロジェクトでは、生活習慣病の予備群ともいわれる働き盛りの30代～50代の皆さんに職場を通して健康づくりを強く働き掛けていきたいと考えています。

定期健診や特定健診・人間ドックの推奨、メンタルヘルス、禁煙、心と体の健康増進などに取り組むことで、従業員の活力

健康経営に取り組む企業に話を伺いました



社員の健康は会社の「財産」

株式会社梅村組 取締役副社長 草刈 一光 さん

弊社では、私が入社する以前からラジオ体操や成人病集団健診(現在の生活習慣病予防健診)などを行っていましたが、社員が病気になったことを機に社内での健康意識が高まり、平成13年には全館禁煙、最近では歯科健診やメンタルヘルスなどに取り組むようになりました。

建築・土木工事現場の管理や積算・設計などが私たちの主な仕事ですが、建物も人間も健康という点では同じだと考えています。丈夫で長持ちする建物を作るためには、しっかりとした土台が必要です。人間も同じで、長生きするためには、毎日の食事や運動によって健康な体を作らなければなりません。また、一見頑丈そうに見えるコンクリートも見えないところから少しずつ老朽化が進んでいます。人間もけがや病気によって気付かないうちに症状が進行したり、加齢によって年々変化が生じたりしています。

どんなに建物の土台がしっかりしていても、放置しているとどんどん症状が悪化していきますので、日頃からの点検やメンテナンスが必要となってきます。

弊社では、お客さまが愛着を持ち永く使っていただけるように、真心と技術をもって仕事をしていきます。仕事は健康意識と深いつながりがあり、健康だからこそ、お客さまに喜んでいただけるような良い仕事ができると考えています。

私たちにとって社員は財産です。一人一人が健康でより良い仕事ができるように、これからも会社全体で健康づくりを応援したいと思っています。

これから長い人生を楽しく過ごすために、日頃から健康を心掛け、定期的に健診などを受診して自分をメンテナンスしていくことが大切だと思います。

(取材日 1月26日)



朝礼でラジオ体操を行う皆さん

や企業の生産性を向上させ、企業の業績や価値、イメージアップを図ることを目的としています。本市でも市職員を対象とした健康経営研修や階段利用の促進などを行い、健康経営を推進しています。

今後の取り組み

本市では、市民の皆さんが楽しみながら継続して健康づくりに取り組めるよう、運動や健診の受診などに対しポイントを付与し、商品などと交換できる「健康ポイント」の導入を目指しています。

また、「佐世保けんこうウィーク」についても、提供メニューの見直しや実施期間の延長、内容の充実などに努め、これからも市民の皆さんの健康づくりを支援していきます。



佐世保市健康寿命延伸プロジェクト
ロゴマーク

みんなで健康づくりを
応援しましょう



佐世保市健康寿命延伸推進協議会では、活動に賛同していただける会員企業・団体を随時募集しております。お問い合わせは、

佐世保けんこうウィークなど各種イベントでの出展、健康経営セミナーへの優先参加など年会費
100万円(100以上からお願ひ)です。

※申し込み方法など詳しくは同推進協議会ホームページ(<http://kenkojyunyo-enshin-sasebo.com/>)をご覧ください。健康づくり課へお尋ねください。



健康づくり課
24-1111

特定健診やがん検診などの受診を

本市では、生活習慣病やさまざまな病気の予防、早期発見・治療を目的に、特定健診やがん検診、歯科健診などさまざまな取り組みを行っています。

「特定健診(国保)」はメタボリックシンドロームに着目した健診で、40～74歳の人を対象としています。血圧測定や血液検査などを行い、生活習慣を見直すことで日頃からの予防に努めることを目的としており、病院などに通院している人も受診できます。

「がん検診」は、がんの早期発見・早期治療を目的としており、本市では6種類(胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺)の検診を実施しています。

医療の進歩により、さまざまな病気が治療できるようになった一方で、自覚症状がなく、症状が現れたときにはすでに進行しているという病気も少なくありません。発見が遅れてもいいという病気はなく、早期受診・早期発見によって心や体、経済的な負担を減らすことができます。日頃から生活習慣の見直しや定期的な健診などの受診に努め、早期予防を心掛けましょう。

本市の低い受診率 定期的な受診で健康状態の確認を

本市の特定健診(国保)の受診率(平成28年度)は35.5%で、6割以上の人が未受診という大変低い状況となっています。また、特に男性受診者のうち、40～64歳の約4人に1人、65～74歳の約3人に1人がメタボリックシンドロームの該当者となっています。さらに、がん検診の受診率も約24.6%で、特に大腸がんは18.5%、乳がんは23.8%と低い状況が続いています(平成27年度)。

近年「忙しい」「健康だから必要ない」といった理由でこれらを受診しない人が増えていますが、日頃からの予防が健康的な生活を送るための第一歩ですので、定期的な受診し、自分の健康状態を確認しましょう。

日頃から実践できる取り組み

(食) 毎日プラス一皿の野菜

いつもの食事にプラス一皿(70グラム)の野菜を。ちょっと意識して野菜を取ることで理想的な食事に変わります。温野菜などにして、一日350グラムの野菜を食べましょう。

(運動) 毎日プラス10分の運動

通勤時の速歩きや掃除、庭の手入れなど、日常での体の動きを増やすだけで健康生活に変わります。1日8,000歩を目安に歩きましょう。

(健康管理) 定期的な健(検)診を受診しましょう

本紙「健康と福祉」のページでは、毎月特定健診やがん検診、歯科健診などの日程を掲載しています。市内の登録医療機関などでご都合の良い日時に受診しましょう。

☎医療保険課(特定健診) ☎24-1111

☎健康づくり課(がん検診、歯科健診) ☎24-1111

健康だと思っても 定期的に受診を



NPO法人 葵会
代表 吉村 市代さん



葵会
問い合わせ
フォーム

乳がんの経験を生かして

私は平成18年に市から案内が届いたことがきっかけで乳がん検診を受診しました。検診によって翌年がんが見つかりましたが、幸い早期発見だったため、手術後間もなく社会復帰できました。

当時、私はそのうちと思いつつも、検診の案内がなければ自ら受診することはなかったと思います。私はこの命が助かった経験を生かし、たくさんの人にがん検診の大切さを伝えたいと思い、平成25年にNPO法人 葵会を設立しました。葵会ではSASEBOピンクリボン祭りなど県や市と協働でイベントを開催していますが、その中で、私と同じようにがんが見つかった人もいます。検診を受診しない人の中には病気が見つかるのが怖いという人もいますが、発見が遅くなると最悪の場合、命を落としてしまう可能性もありますので、あなたやあなたの家族のためにも受診してほしいと思います。

ほとんどのがんは初期の自覚症状がありません。不調を感じて病院へ行ったときには、症状が進行し生存率が下がるというデータもあります。今は何となくから検診は必要だと思うのは非常に危険です。また、がん検診に限らず年に一度の特定健診を受けて、自分のヘルスチェックをすることも大事だと思います。ことしは大丈夫でも、私のようにその翌年に病気が見つかる場合もあります。佐世保市では非常に安い料金や無料でサービスが提供されていますので、受診しないと損しますよ。

これから一人でも多くの方に検診の重要性をお伝えするとともに、がん患者さんへのサポート情報も発信していきますので、葵会にお気軽にお問い合わせください。(取材日 1月29日)

運動を始めるきっかけに 「歩く」ことから始めましょう



市運動普及推進協議会
会長 碓田 静也さん

地域で運動するきっかけを

私は地域の健康づくりを支える運動普及推進員として南地区で活動しており、月に一度「健康ウォーキング」を開催し、地域の皆さんと一緒に歩いたり、グラウンドゴルフをしたりしています。

忙しくて時間がなかったり、おっくうに思ったりする人もいるかもしれませんが、運動して汗を流せば心も体も健康になりますので、まずはできることから始めてほしいですね。「健康ウォーキング」では、地域の皆さんと会話をしながらいろいろなコースを歩きますので、楽しみながら運動できると思います。

私も若いころからランニングや登山などで積極的に体を動かしていたおかげで、風邪やインフルエンザなどの病気にかかりませんし、84歳になる今も元気に毎日を過ごしています。特に働き盛りの30代、40代の皆さんは運動不足になりがちですので、日頃から運動を意識することで生活習慣病などの予防にもなると思います。

「歩く」ことから始めましょう

最近ではジムなどに通うことをよく耳にしますが、まずは「歩く」ことから始めてはいかがでしょうか。家の周りを歩いたり、エレベーターを使わずに階段を上り下りしたりするだけでもいい運動になると思います。私自身、「階段は元気のバロメーター」と思っていて、すいすいと順調に上れるときもあれば疲れるときもあり、その日の体調を知ることができます。できることからでいいので、日頃から運動を習慣化して、健康で楽しい毎日を過ごしてほしいですね。

(取材日 1月16日)

「食事」は日頃からの積み重ね 私たちの健康は私たちの手で



市食生活改善推進協議会
会長 岡 タツ子さん

1日3食規則正しい食事を

私たち食生活改善推進員は、各地区公民館を中心に料理教室など食に関するボランティアを行っています。

食事は私たちの生活に欠かせないものであり、日頃からの心掛が大切です。バランスの取れた適切な量と質の食事を1日3食規則正しく食べることが、健康な体の土台となります。また、食事だけでなく適度な運動や休養も必要で、私も毎週フォークダンス教室に通っているおかげで、病気になったことがありません。

毎年、小・中学校で食育講座を行っていますが、毎回子どもたちに人気で「また教えに来てほしい」と話してくれます。子どものときから食の大切さを学び、これから健やかに成長してほしいと思います。

「減塩」で生活習慣病を予防

私たちは健康を意識した食生活改善の料理教室を行っていて、教室では毎回「減塩」の話をしています。塩分の過剰摂取は高血圧や生活習慣病の原因になりますので、調味料やだしの使い方を工夫したり、減塩食品を活用したりして予防しましょう。時間のある人は、ぜひ地域の料理教室にご参加ください。

また、1日の終わりにその日食べたものを振り返り、バランスよく食事ができたか、栄養に偏りがなかったかを意識するだけで、翌日からの食事の仕方も変わると思います。私たちの健康は私たちの手で守っていかねばなりません。食事は日頃からの積み重ねですので、健康を意識しながら食生活を楽しんでください。

(取材日 1月23日)

九十九島パールリゾート
〒858の0922
鹿子前町1008
☎28・4187

春の特別展「海きららの水中動物ファン」

陸上の動物や植物などの名前がついた約23種150匹の水中動物が大集合します。
日程 3月17日④～5月13日⑥
料金 無料(入館料が別途必要)

小島よしおスペシャルイベント
一世を風靡した「その名の関係ねえ!」の小島よしおさんが海きららに登場! 楽しいステージを繰り広げます。
日程 3月18日⑥11時30分、14時30分
場所 丘の上広場(雨天時は九十九島湾大水槽前)
料金 無料(入館料が別途必要)

アキラボーイデジタルショー
日本で初めてプロジェクトの映像と融合した芸を提案したアキラボーイさんが「深海の大冒険」をテーマにしたステージを開催します。
日程 3月25日⑥11時30分、14時30分

磯の生き物を見つけるコツを学んだ後、生き物を探集して観察します。また、漂着海藻を使ってオリジナルカレンダー作りも行います。
日程 4月29日⑥10時45分～16時
場所 白浜海水浴場 ※雨天時は室内プログラムに変更。
対象 新小学3～6年生とその保護者
料金 500円



親子で行う「子どもも調査隊」世界に1つだけの海そうカレンダー作り!
日程 3月1日④～31日⑥まで
申込 公式サイトで
※弁当を持参してください。
海賊船みらい謎解きクルーズ(仮称)
九十九島海賊遊覧船みらいの船内を舞台に行う体験型の謎解きゲームです。船内に置かれた問題を解きながら脱出を目指します。
日程 3月17日④～5月6日⑥
料金 無料(乗船料が別途必要)
定員 各便200人

九十九島海賊遊覧船みらい探検ツアー
普段入ることができないみらいの機関室などを探検することができます。
日程 3月24日④、31日⑥ ※16時～
料金 無料(小学生以下は保護者同伴)
定員 各日10人(応募多数の場合抽選)
申込 希望日の10日前までに公式サイトで

定員 20人(応募多数の場合抽選)
申込 3月1日④～31日⑥まで
公式サイトで
※弁当を持参してください。



トビカズラウォーク〜神秘の花を歩いて発見!〜
九十九島ビクターセンター
〒858の0922
鹿子前町1053の2
☎28・7919

日程 4月21日④10時～12時
対象 小学生以上
料金 200円(小学3年生以下は保護者同伴)
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、電話番号を記入し、はがきかファクス(28・7351)、公式サイトで同センターへ
み切 4月10日必着



九十九島動植物園
〒857の1231
船越町2172
☎28・0011
森きらら春の特別展「砂漠の生き物展」

日中の気温は約60度まで上がり、夜にはマイナス20度まで下がる。ところもあるところ砂漠。そこに生息する植物や爬虫類を紹介します。期間中の土・日曜、祝日は生き物タッチングガイドも行います。
日程 3月17日④～5月6日⑥
料金 無料(入館料が別途必要)

少年科学館「プラネタリウム」

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、保育所、学校等の団体予約					季節の星座「春」
土曜	学習放映	ドラえもん	実験プラネタリウム	ドラえもん	ドラえもん	
日曜	実験プラネタリウム	ドラえもん	ドラえもん	実験プラネタリウム	実験プラネタリウム	

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。
※放映時間は約45分間。
※春休み期間中の平日(3月26日～4月5日)は土曜日のスケジュールで放映します。
※火曜・祝日は休館。

昆虫写真家・栗林先生の昆虫教室
平戸市在住の写真家、栗林慧さんによる昆虫の魅力やアリの目カメラについての講演会や園内で昆虫観察を行います。
(講演会)
日程 4月22日④14時～14時30分
料金 無料(入館料が別途必要)
※申込不要。

(昆虫観察)
日程 4月22日④14時45分～15時15分
料金 無料(入館料が別途必要)
定員 30人(応募多数の場合抽選)
申込 3月22日(木)までに電話か公式サイトで

少年科学館
〒857の0031
保立町12の31
☎23・1517

サイエンスプラネタリウムナイト「はるか地球をのぞく」
日程 3月23日④18時～18時45分、19時～19時45分
料金 高校生以上310円、小・中学生150円
※小・中学生は保護者同伴。
定員 各回68人
申込 3月3日④から電話か直接少年科学館へ(受け付けは9時～17時)



天体望遠鏡を使って月のクレーターや冬の星座を観察します。

市立図書館
〒857の0026
高地町3の4
☎22・5618

市民ギャラリー展示会
佐世保大和会「なんとびつくり! 戦艦大和を造ったのは佐世保の人でした!」
日程 3月11日④～4月8日⑥

今月のおすすめ図書
生き心地の良い町
岡権 著(講談社)

全国でも極めて自殺率の低い「自殺最希少地域」。その秘密を4年にわたる現地調査で解き明かします。「ゆるやかな絆」と「やり直しのきく生き方」などの言葉が印象に残る一冊です。



世界を救うパンの缶詰(仮称出版)
阪神・淡路大震災の被災者の声を受けて一人の男性が立ち上がりました。試行錯誤の末に完成したパンの缶詰は、日本だけでなく世界中の被災地に届けられます。そんな一つのプロジェクトをやり遂げた町のパン屋さんのお話です。
はじめてのちいさな いっぽ
サイモン・ジエームス 作
小川仁央 訳(評論社)

歴史の福井各体験ツアー

福井洞窟や吉井地域の歴史・文化財をバスで巡り、弓矢体験や戦後時代の弁当(腰兵糧)づくり体験などを行います。

日程 3月10日(土)9時30分〜15時30分

料金 無料 定員 30人

※申し込み方法など詳しくはお尋ねください。水筒、タオル、帽子、軍手、山歩きできる服装で参加してください。

◎吉井エコツーリズムの会
☎09079879506

海軍さんの港まちスタンプラリー 日本遺産「鎮守府を巡る好評実施中！」

横須賀・呉・佐世保・舞鶴の4都市合同企画です。各都市に5カ所ずつスタンプポイントを設置し、スタンプ数に応じて素敵な賞品が当たります。スマホでスタンプすることもできます。

日程 3月11日(日)まで
※スタンプポイント ①佐世保 鎮守府記念館、針尾送信所 針尾無線塔、無窮洞、東公園、佐世保観光情報センター
◎観光課 ☎24-1111

もしマテない！魚貝まつり



針尾瀬戸で育まれた新鮮な赤マテ貝をご賞味ください。針尾うずしお祭りも同時開催されます。

日程 3月11日(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

三遊亭歌之介講演会
日程 3月21日(金)14時30分〜16時

場所 江迎地区文化会館インフォニクス
料金 無料
申込 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望人数(2人まで)を

SASEBO クルーズバス海風 3周年ありがとうキャンペーン



期間中は市民料金が適用されますので、この機会にどうぞご利用ください
日程 3月10日(土)〜25日(日)
対象 市民とその同行者
料金 中学生以上1,800円→1,600円、小学生900円→800円

※佐世保駅みなと口発着に限り適用します。
※チケットは佐世保観光情報センターだけで販売します。購入時に身分証の提示をお願いします。
◎佐世保観光情報センター
☎22-6630

岳自然公園へ ※申し込みは1組2人まで。
◎白岳自然公園 ☎66-9334

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ができます。市営バスでは「展

えぼし桜まつり

日程 3月25日(日)〜4月1日(日)
※3月29日(木)は定休日。
場所 えぼしスポーツの里
内容 おもしろ自転車競走、インラインスケート教室など
◎えぼしスポーツの里
☎24-6669

佐世保港クルーズ&西海橋の桜ツアー

日程 4月1日(日)9時45分〜16時
内容 佐世保港を出発し、海からの佐世保を楽しみながら、西海橋までクルージング。お花見して、おいしい食事の後は針尾無線塔、浦頭引揚記念資料館の見学
料金 9500円(クルーズ代、バス代、ガイド代、昼食、保険料含む)
定員 30人(最少催行15人、定員になり次第締め切ります)
申込 3月10日(土)から電話で佐世保観光情報センターへ
◎佐世保観光情報センター
☎22-6630

長串山つつじ&日本本土最西端の地をゆく西の海風旅

日程 4月21日(土)9時50分〜16時
内容 日本本土最西端のまちの小佐々地域やつつじの名所鹿町地域の長串山をバスで巡ります。長串山の斜面をピンクに彩るつつじと九十九島は絶景。お昼は漁師まちでの食事をお楽しみください
料金 8500円(バス代、ガイド代、入場料、昼食、保険料含む)
定員 30人(最少催行12人、定員になり次第締め切ります)
申込 3月10日(土)から電話で佐世保観光情報センターへ
◎佐世保観光情報センター

第27回本陣蔵開き〜春の陣〜

日程 4月7日(土)、8日(日)
※10時〜17時(8日は16時まで)
場所 潜龍酒造(江迎町長坂)
◎潜龍酒造 ☎65-2209



させば濃い活「しかまちカヤックフェスティバル」

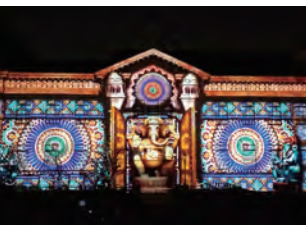
日程 4月15日(日)9時30分〜15時30分
場所 鹿町海洋スポーツ基地
内容 カヤック体験、ビンゴゲームなど
対象 30〜55歳の独身男女
料金 3500円
定員 男女各10人(応募多数の場合抽選)
申込 電話で鹿町海洋スポーツ基地へ
◎同イベント実行委員会
☎73-2050



三浦文彰 ©Yuji Hori

ために集まり、奏でられるコンサートにご期待ください。
日程 3月25日(日)14時開演
場所 中ホール
料金 全席指定 一般6千円、学生3千円
※未就学児は入場できません。託児あり(有料・要予約)。
アルカスSASEBO文化茶話 没後100年ドビュッシーの想像の旅「前奏曲集第1巻」をめぐって

世界初！ プロジェクトマッピング 世界大会 プロローグ



世界のトップクリエイターがプロジェクトマッピングで技を競う唯一無二の国際大会を開催します。作品テーマは「HANA(花/華)。クリエイター各々の個性を表現した約1分の作品がオランダの宮殿を忠実に再現した「パレス ハウステンボス」の壁面に投影されます。国際性あふれるハイレベルな作品を一堂にご覧いただけるハウステンボスへどうぞお越しください。

日程 3月10日(土)〜5月20日(日)
場所 ハウステンボス
◎ハウステンボス総合案内ナビダイヤル ☎0570-064-110

アルカスSASEBO公演情報 ☎42-1111

アルカスSASEBO オリジナル室内オーケストラ「チェンバー・ソノリスト」佐世保本公演のために結成された国内外の第一線で活躍する若きソリスト、コンサートマスターなど豪華メンバーによる第2回目のオリジナル演奏会。佐世保の

各界の知の達人を招いた講演会。今回はピアニストであり、文筆家である青柳いづみこさんをお迎えし、こししのアルカスSASEBO Mプロジェクトのテーマ「ドビュッシー」について、演奏を交えながら魅力を語っていただきます。
日程 4月21日(土)14時開演
場所 イベントホール
料金 全席自由 一般1200円、学生500円
※未就学児は入場できません。

軽自動車税のお知らせ

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30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から返納してください。

【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
- 250ccを超える二輪小型車⇒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

身体障害者手帳等を所有する人や公益のための軽自動車などは、期間中に申請すると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。申請期間は4月2日(月)～5月31日(木)の平日です。

軽四輪車等のグリーン化特例(軽課)と軽自動車税の税額一覧

軽自動車は、車検証に記載された初度検査年月によって税率が異なります。平成29年4月～平成30年3月に新規取得(新車)し、一定の環境基準を満たした三輪以上の軽自動車については、平成30年度分の軽自動車税に限り、軽課が適用されます(表1)。

(表1) 軽課

車種		自家用	営業用
軽四輪・乗用	電気軽自動車等	2,700円	1,800円
	平成32年度燃費基準+30%達成車	5,400円	3,500円
	平成32年度燃費基準+10%達成車	8,100円	5,200円
軽四輪・貨物	電気軽自動車等	1,300円	1,000円
	平成27年度燃費基準+35%達成車	2,500円	1,900円
	平成27年度燃費基準+15%達成車	3,800円	2,900円

※軽課は平成30年度だけ適用。ガソリン・ハイブリッド車は平成30年排出ガス基準50%低減車または平成17年排出ガス基準75%低減達成車に限りです。

※平成29年度軽課適用車両の平成30年度の税額は、本来の税額(表2)となります。

(表2) 通常の税額

初度検査年月	軽三輪	軽四輪			
		乗用・自家用	乗用・営業用	貨物・自家用	貨物・営業用
平成27年4月以後	3,900円	10,800円	6,900円	5,000円	3,800円
平成27年3月以前	3,100円	7,200円	5,500円	4,000円	3,000円
平成17年3月以前 (経年車重課) ※注	4,600円	12,900円	8,200円	6,000円	4,500円

※注 平成30年度は初度検査年月が同17年3月以前の車両が経年車重課の対象となります。初度検査年月は車検証に記載しています。

☎資産税課 ☎24-1111

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10日(火)	西海橋公民館	9:30～9:50	針尾支所	10:05～10:35	江上支所	10:50～11:15
	鹿町支所	9:30～10:10	南鹿町公民館	10:25～10:45	志戸氏公民館	11:05～11:20
4月11日(水)	大岳台町公民館	9:20～9:50	もみじが丘中央公園	10:05～10:25	東浜1組公会堂	10:50～11:10
	船越町公民館	9:20～9:50	愛宕地区公民館	10:10～10:30	東鶴渡越町公民館	10:50～11:05
4月12日(木)	鹿町町活性化センター前	9:30～10:00	長串公民館	10:20～10:35	神埼公民館	10:50～11:10
	東小佐世保公民館	9:20～9:40	山祇公民館(神社)	9:55～10:20	田代町公民館	10:40～10:55
4月13日(金)	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	10:50～11:10
	坂の上公民館	9:20～9:40	吉岡公園集会所(吉岡第3集会所)	10:05～10:20	下本山公民館	10:40～11:00
4月15日(日)	早岐支所	9:10～9:50	広田地区公民館	10:10～11:00	宮支所	11:15～11:45
	吉井地区活性化センター(ソレイユ吉井)	9:30～10:10	世知原支所	10:35～11:25	小佐々ふれあいセンター(旧漁村センター)	10:55～11:25
	相浦文化センター	9:10～9:40	小佐々町田原地区公民館	10:05～10:35		
4月17日(火)	山澄地区公民館(潮見町)	9:25～9:50	折橋公園	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	大湯町1組公民館	10:20～10:40	母ヶ浦公民館	11:00～11:20
4月18日(水)	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19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20日(金)	前平公民館	9:30～9:45	三川内山公園	10:05～10:25	重尾町公民館	10:45～11:05
	江迎地区公民館	9:30～10:10	鹿町町柳崎公民館	10:40～11:00		
4月22日(日)	三川内支所	9:30～10:20	黒髪小正門前	10:50～11:40	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	柚木支所	11:00～11:50
	北地区公民館	9:10～9:40	大野支所	9:55～10:45		
4月24日(火)	北大和公民館	9:10～9:30	日宇支所	9:50～10:35	上原町公民館	10:55～11:15
	江迎地区文化会館 インフィニタス	9:30～10:00	吉田乃館	10:15～10:40	小川内公民館 (妙観寺トンネル下)	10:55～11:15
4月25日(水)	小佐々町新田公民館	9:30～9:50	浅子町公民館	10:00～10:15	潜木町公民館	10:55～11:15
	上直谷公民館	9:30～9:50	岩谷口集会所	10:10～10:30		
5月20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20日(日)にフェリーが欠航した場合は5月27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。

☎生活衛生課 ☎24-1111



文化×学び×出会い Sasebo Expo 2018

2月3日(土)、日本と外国の文化をそれぞれ紹介し、体験しながら相互理解を深めるイベント「Sasebo Expo 2018」が市民文化ホールで開催されました。本市が本年度から取り組んでいる「英語で交わるまち SASEBO プロジェクト」の一環で、同プロジェクトではこのほか、フェイスブックで英語等に関する情報発信を行う「Sasebo E Channel」の開設や外国人との交流バスツアーなどに取り組んできました。会場は和楽器体験や英語でのストーリーテリングなど8つのブースが設けられ、多くの参加者がそれぞれの文化を体験しました。ステージでは日本人と外国人の合同による琴や和太鼓の演奏が披露され、イベントの最後には「節分」に合わせ、日本の伝統行事「豆まき」が行われました。「鬼は外、福は内」の掛け声とともに豆がまかれると、会場は大きな歓声に包まれ、大いに盛り上がりました。

- 1 日頃の練習の成果を披露する ILS させぼ琴チームの皆さん
- 2 龍王太鼓保存会の皆さんと合同で太鼓演奏を披露するサセボエレメンタリースクール太鼓チームの皆さん
- 3 参加者に福が来ることを願い、多くの皆さんが参加した「豆まき」



1



3



2



会場内の様子

歌会始出席を市長に報告



1月22日(月)、ことしの「歌会始の儀」に戦後最年少で入選した中島由優樹さん(清水中1年)が市役所を訪れ、皇居で行われた歌会始の儀に出席したことなどを朝長市長に報告しました。中島さんは「緊張してよく覚えていませんが、天皇、皇后両陛下はとてもまぶしく見えましたと振り返り、陛下に今後も歌を書きたくてと尋ねられ「はい」と答えたことなど話しました。朝長市長は「大変名誉なこと、多くの市民の励みになりました」と中島さんの功績をたたえました。

観光マイスターシルバード認定証授与式



1月30日(火)、「海風の国」佐世保・小値賀観光マイスターシルバード認定証授与式が行われ、過去最多となる51人の合格者に

認定証が交付されました。観光PRができる人材育成を目的に佐世保観光コンベンション協会が平成24年度から実施しており、合格者は延べ159人となりました。タフシー運転手の松永幹朗さん(写真)は「佐世保の魅力を発信するのが私たちの使命。多くの人に良さを伝えていきたい」と合格者を代表し、あいさつしました。

芸能生活50周年

佐世保観光名譽大使 前川清さん



1月31日(水)、本市出身で、佐世保観光名譽大使を務める前川清さんが市役所を訪れ、朝長市長に近況などを報告しました。芸能生活50周年を記念したコンサートを開催予定の前川さんは「佐世保での思い出話やテレビ番組の裏話などを交え、楽しいコンサートにしたい」と意気込みを語り、「佐世保に育てられて本当に感謝しています。テレビ番組などを通して佐世保をさらにPRしたい」と話しました。

前川清コンサート

5月24日(土) アルカス SASEBO

● ソフト 22・2036

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25日(日)、4月1日(日)、8日(日)

※9時～17時。保険料課は8日(日)は閉庁します。

窓口	取り扱い業務
戸籍住民窓口課 (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 ※マイナンバーカードのWeb申請サポート、パスポート、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。

☎戸籍住民窓口課 ☎24-1111

市制施行記念式典



市制施行116周年記念式典を開催します。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するほか、記念講演を行う予定です。市民の皆さんのご参加をお待ちしています。

日 程 4月1日(日) 10時30分～12時

場 所 アルカス SASEBO 中ホール

☎秘書課 ☎24-1111

長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産 教会堂見学は事前連絡をお願いします



世界遺産候補に含まれる教会堂は今も祈りの場として使用されています。ミサ・冠婚葬祭などで見学できない場合や一度に多くの見学者を受け入れられない場合もあるため、見学を希望される際には事前連絡をお願いします。

市内の対象施設 黒島天主堂

問い合わせ 長崎の教会群インフォメーションセンター

電話 ☎095-823-7650

H P <http://kyoukaigun.jp/>

☎観光課 ☎24-1111

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・家屋価格などの縦覧・閲覧

①帳簿の縦覧

平成30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。

日 程 4月2日(月)～5月1日(火)の平日

※8時30分～17時15分。

場 所 資産税課、各支所、宇久行政センター

※支所、宇久行政センターは管内分だけ。

対象 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台帳の閲覧

平成30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。

日 程 4月2日(月)～来年3月29日(金)の平日

※8時30分～17時15分。

場 所 資産税課、各支所、宇久行政センター

対象 納税義務者とその同居家族(5月2日(水)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。賃貸借契約書等が必要)

※①②とも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。納税通知書や課税資産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

日 程 4月2日(月)以降の平日

※8時30分～17時15分。

場 所 資産税課、6階・行政資料閲覧コーナー

☎資産税課 ☎24-1111

債権管理対策室が担当課と連携し 徴収を強化していきます

市の債権は、市税や保険料をはじめ、保育料、使用料、手数料、貸付金などさまざまですが、大多数の人がきちんと納付されている一方で、一部の人は納付を怠り滞納しています。本市では、行政サービスの負担の公平性・公正性の観点から、差し押さえや訴訟などの法的手続による徴収を行っています。平成29年4月には徴収体制の強化を目的に、専門部署である「債権管理対策室」を新設し、担当課と連携しながら、さまざまな方法で徴収を強化しています。

悪質な滞納には厳正に対応していきます

勤務先から支払われる給与や預貯金、車両等の財産が差し押さえの対象になります。また、連帯保証人がいる場合は連帯保証人に請求し、訴訟や支払督促など裁判所を通じた徴収も行っています。特に、給与や財産があるにも関わらず滞納しているような悪質な滞納については、差し押さえや訴訟などの法的手続を使って厳正に対応していきます。



納付は納期にしましょう

納期内の納付が原則です。納期限を過ぎた場合は、延滞金等が課され、納付額が増える場合があります。必ず納期内に納付してください。

滞納がある場合は、まず連絡・相談を

督促状や催告書を無視しても何の解決にもなりません。そのまま放置せず、まずは納付書や督促状に記載されている債権の担当課に連絡・相談してください。また、病気や失業、災害など、やむを得ない事情により、納期内の納付が難しいといった事情がある人は、必ずご相談ください。

☎債権管理対策室 ☎24-1111

防災行政無線を活用した 火災発生のお知らせ方法が変わります

消防局では火災発生時に防災行政無線を活用して消防団を召集しています。吉井・世知原・小佐々・江迎・鹿町地域ではこれまで町単位で全ての分団を召集していましたが、4月1日からは火災現場に最も近い消防団を自動させる方法に変更します。今後は火災が発生した町に隣接する町の防災行政無線を活用して消防団を召集する場合もありますので、ご理解とご協力をお願いします。

火災情報案内(電話) ☎0180-999-999

災害情報配信サービス(メール)

メールで携帯電話などに災害情報をお知らせします。市HPなどから登録してください。

市HP → 安全・安心 → 消防・防災 → 災害情報配信サービス

☎消防局指令課 ☎23-5121

税の申告は3月15日まで

市県民税・国保税等の申告を3月15日(木)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・年金収入だけの人は中央保健福祉センターで受け付けます。

※申告にはマイナンバーと本人確認書類が必要です。

※町別の日程など、詳しくは本紙1月号折り込みや2月号をご覧ください。

☎市民税課(市県民税) ☎24-1111

☎保険料課(国民健康保険税) ☎24-1111

住人百色 20

音声訳をもっとたくさんの人に

佐世保音声訳の会・会員
大島 智恵子さん



「これまでの人生でたくさんの人にお世話になったので、今度は私が皆さんに恩返ししたいと考えようになりました」と話すのは、佐世保音声訳の会の大島智恵子さん。佐世保音声訳の会では、県や市が発行している広報紙や一般図書、雑誌などを音声訳化し、県視覚障害者情報センターや市視覚障がい者協会を通じて視覚障がい者に提供しています。

元々マイクを持って話す仕事をし、朗読も学んでいた大島さん。たまたま音声訳の会の募集を見掛け応募したことがきっかけで、これまで7年近く目の不自由な人にさまざまな情報を音声訳化して届けるお手伝いをしています。

音声訳をする上で気を付けていることを尋ねると、「目の不自由な人に代わって情報を伝えるため、地方の訛りがあると聞き取りづらくなります。そのため、アクセントや滑舌には特に気を付けています」とのこと。外部講師による音声訳技術の研修を受けたり、元アナウンサーの人から発声法を学んだりすることもあるそうです。

また、録音するときにも、顔の角度によって声の高さが変わるため、マイクの位置を調整するなど音声聞き取りやすいように工夫を施しています。

「利用者からお礼のお手紙や実際に会ってアドバイスをいただくこともあります。そういう声を聞くとモチベーションが上がりますね」とやがいを話す大島さん。「まだまだ音声訳の認知度は低く、『読み聞かせでしょ?』と言われることもありますが、音声訳をもっとたくさんの人に知っていただき、音声訳をやりたいという人が増えたらうれしいですね」と、これからの意気込みを笑顔で話しました。

(取材日：1月29日)

1品料理で
主食・主菜・副菜がそろったレシピ

野菜たっぷり 丸ごとパプリカドリア



材料(2人分)

パプリカ(赤色)	2個	ごはん	80g
ニンジン	20g	カレールウ	1と1/3かけ
タマネギ	40g	絹ごし豆腐	60g
ジャガイモ	20g	スライスチーズ	2枚
合いびき肉	60g	パセリ	少量

作り方

- ① 細かく切ったニンジン、タマネギ、ジャガイモ、合いびき肉を炒める
- ② ①に水80ml、豆腐、カレールウを混ぜ、最後にごはんを入れる
- ③ 上部を切ったパプリカに②を入れて、スライスチーズをのせる
- ④ 250℃のオーブンで、チーズに焦げ目ができるまで焼く
- ⑤ パセリを散らしたら完成

1人分の栄養価

熱量 365Kcal、たんぱく質 14.9g、脂質 17.3g
カルシウム 179mg、食塩相当量 2.1g

●平成29年度ヘルシークッキングコンテスト「優秀賞」



考えていただいた人
鳥羽乃愛さん
(佐世保北高等学校1年)

●料理のワンポイント
ごはんの一部に豆腐を加え、ヘルシーにしました。野菜もたっぷり取れます

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 最近、テレビや新聞などで高齢者が関わる交通事故のニュースをよく目にします。自分も高齢者で、日頃から安全運転を心掛けているつもりですが、どのようなことに注意すればよいでしょうか。

回答 近年、「アクセルとブレーキを踏み間違えた」「(高速)道路を逆走した」「認知症がありながら運転していた」など高齢者が関わる交通事故が全国的に増えています。本市においても昨年は968件の交通事故が発生しましたが、そのうち3件に1件は高齢者が関わっており、亡くなられた5人全員が高齢者でした。

人は誰でも年齢を重ねるにつれて、身体能力や判断能力、視力などが低下します。高齢の運転者

は、自分では安全運転を心掛けているつもりでも、他人が見ると危険運転をしていることがあります。自らの運転を過信することなく、自分の体調と相談しながら安全運転に努めましょう。

また、高齢者が交通事故を起こさない、加害者とならないために次の取り組みを参考にして交通事故のない安全安心な社会を目指しましょう。

- 身体能力、判断能力、視力などの低下を自覚した運転を心掛けましょう
- 天気が悪いとき、夕暮れ時や夜間、体調が悪いときは無理せず運転を控えましょう
- 運転免許の自主返納を家族と相談しましょう

市民安全安心課 ☎24-1111

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

本市出身の漫画家・小玉ユキさん原作の「坂道のアポロン」を実写化した映画がよいよ3月○○日○から全国一斉に公開されます。

問題2

急速に高齢化が進展する中、○○寿命を延ばし、平均寿命との差を小さくしていくことが大きな課題となっています。

問題3

これまでペットボトルの「○○○」は、はがさずにそのまま出していたていましたが、4月からは「はがして」出していただくようにお願いします。

「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22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 ①四百 ②Eチャン ③J1 1月号の応募状況 220通(正解219・不正解1・無効0)

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)



左記の画像を読み込むと応募画面が表示されます。

3月号プレゼント

映画「坂道のアポロン」関連グッズセットを3人に!



映画「坂道のアポロン」の公開を記念して、関連グッズ(非売品)の台本ノート、スマホケース、マスキングテープをセットにして3人にプレゼントします。

※スマホケース対応機種 W75×H145×D100mm以下

観光課 ☎24-1111

お知らせ

祝日の燃やせるごみの収集
3月21日(※)春分の日に収集します
●廃棄物減量推進課
☎24・2428

資源集積回収報奨金の交付申請
対象 平成29年度後期分(10〜3月分)
申込 平日8時30分〜17時15分
廃棄物減量推進課(稲荷町)・市役所本庁舎・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30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
☎32・2428

3月は国民健康保険税第10期分の納付月
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
☎32・2428

市営バスのダイヤ改正
4月1日(日)から佐世保市営バスのダイヤ改正を予定しています。新しい時刻表は3月下旬に各バス停に掲示します。
●交通局業務課 ☎25・5111



シリーズ人権 [LGBT に対する人権]



LGBT(エルジーピーティー)とは、女性の同性愛者「レズビアン」、男性の同性愛者「ゲイ」、両性愛者の「バイセクシャル」、体と心の性不一致「トランスジェンダー」、それぞれの英語の頭文字から取った性的少数者の総称です。

男性が男性を好きになる、女性が女性を好きになる、といった性的指向に対しては根強い偏見や差別があり、苦しんでいる人たちがいます。また、体と心の性の食い違いに悩みながら、周囲の心無い好奇の目にさらされ、苦しんでいる人たちもいます。こうした性的指向や性自認を理由とする偏見や差別をなくし、理解を深めることが必要です。

●人権男女共同参画課

小学校新入学生の交通安全教室
交通マナーやルールを楽しく学ぶ

●交通公園 ☎23・2869



る教室です。参加者はゴーカートも無料で利用できます(1回だけ)。
日程 3月1日(日)〜4月8日(日)
※10、11、14時(約60分)。
場所 交通公園
対象 ことし小学校に入学者の料金 無料(申込不要)
※3月5日(日)、12日(日)、19日(日)、22日(水)、26日(日)、4月2日(日)は休園します。
●交通公園 ☎23・2869

国民年金保険料の納め忘れに注意ください
国民年金は、老後の生活や障がい、死亡などのときに大きな支えとなります。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

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。
申込 水道局 HP(24時間手続き可) または電話で水道局営業課、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

人権擁護委員会にご相談を
人権問題について気軽に相談ください。相談無料、秘密厳守。
▽江口たつ子さん(小佐々町)▽長峯フジエさん(吉井町)▽江口治憲さん(東浜町)▽山口芳雄さん(塩浸町)
●長崎県方法務局佐世保支局 ☎24・48500

火災の煙に気を付けましょう

火災で犠牲になった人の多くが煙によるものです。火災の煙に含まれる高濃度の一酸化炭素を吸うと、一瞬で意識を失い死に至る場合もあります。火災の煙を吸わずに避難するため、次のことに気を付けましょう。

- ・避難するときはタオルなどで口と鼻を押さえ、低い姿勢で壁に手を当て、方向を確認しながら避難する
- ・煙の中では走らない
※煙を拡散させ、視界が低下します。
- ・可能であれば、燃えている部屋のドアを閉めて避難する
- ・一度避難したら戻らない



●消防局予防課 ☎23-2539

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。

出張女性相談室
日程 3月24日(日)9〜16時
場所 スピカ
内容 女性の悩みなどに女性相談員が応じます(相談無料、秘密厳守)
※市役所でも随時相談に応じます。

地籍調査完了に伴う登記内容の変更
次の地域で登記内容の変更が完了しました。
対象 梅田保立地区(梅田町・保立町の全域、中通町の一部)
●地籍調査課
●人権男女共同参画課
☎24・61800(予約・相談専用)
☎23・3828(当日連絡用)

させばお仕事情報プラザ(無料職業紹介事業所)のご利用を
専門スタッフが市内就職あっせんや職業相談、企業情報提供を行います。お気軽にご相談ください。
場所 産業支援センター内・させばお仕事情報プラザ(松浦町)
対象 佐世保へのU・Iターンを希望する人、出産・子育て、介護などではばらく仕事から離れてみたい女性など
●させばお仕事情報プラザ ☎76・7713

選挙で投票できるよう、進学・就職で市外に引越す際は届け出を
住んでいる場所を正しく届けでない場合は投票所整理券が届かないなど、投票できない恐れがあります。引越すの際は必ず住民票を移しましょう。進学や就職で引越すときも忘れず手続きしてください。



世知原地区公民館、図書室の休館
世知原支所への移転に伴い、世知原地区公民館と同館図書室を休館します。ご理解とご協力をお願いします。

●選挙管理委員会事務局

世知原地区公民館
日程 同館図書室 3月13日(日)〜
▽地区公民館 3月22日(水)〜
※移転後は4月1日(日)から利用できます。

緑の募金 街頭募金
募金した人には花苗などを進呈します(先着順)。
日程 3月24日(日)13〜14時
場所 四ヶ町アーケード(島瀬公園内)
●農林整備課内・緑化推進協議会

相浦地区公民館、図書室の休館
相浦地区複合施設(川下町)への移転に伴い、相浦地区公民館と同館図書室を休館します。ご理解とご協力をお願いします。

道路占用料の単価を改定
4月1日(日)から道路占用料の単価を改定します。単価や変更内容など詳しくは、市HPをご覧ください。
●土木政策・管理課

同館図書室 4月6日(日)〜
▽地区公民館 4月21日(日)〜
※相浦地区複合施設は5月7日(日)から供用開始します。

指定管理者の指定
「宇久及び江迎高齢者生活福祉センター」佐世保市社会福祉協議会
●長寿社会課

相浦地区公民館 ☎47・5775

豊かな自然に包まれた **地域最大級の公園墓地**

聖雅霊園 TEL 0956-22-5822

永代供養納骨壇 **「煌霊殿」** 大好評販売中!

骨ツボ収納数1個 おひとり用タイプ 永代供養料 **20万円**

骨ツボ収納数2個 ご夫婦用タイプ 永代供養料 **30万円**

継承者のいない方や身寄りのない方に安心してご利用いただけます。

佐世保市小佐世保町1-1 山紙交差点より車で1分 毎週月曜日休園

創作料理 **KAORI**

歓迎迎会のご予約賜ります 大切なお客様の接待に・・・

日・祝日 営業

山のかおり 海のかおり 土のかおり 人のかおり

ゆつくりとした空間の中で 素敵なひとときを 過ごして下さい。

夜のお食事 土・日・月曜 17時〜21時

佐世保市天満町2-29 シービル2F 電話 0956-37-3500
ホームページ http://t-pro-kaori.com/

募集

中小企業者向け各種補助金



平成30年度中小企業創造的技術開発支援事業補助金
新しい技術・製品 システム等の研究開発に必要な経費の一部を補助します。

対象 市内の中小企業者など
内容 補助対象経費の2分の1以内を補助(上限あり)。事業の内容により上限が異なります。
申込 3月14日(金)～4月6日(金)に商工物産課へ
平成30年度中小企業販路開拓支援事業補助金
新製品の新たな販路開拓に必要な経費の一部を補助します。

対象 市内の中小企業者など
内容 補助対象経費の2分の1以内を補助(上限あり)。
申込 展示会などの開催・出席
3月14日(金)～来年3月1日(金)に商工物産課へ
調査や専門家からの指導、広告宣伝に関する事業
3月14日(金)～4月6日(金)に商工物産課へ

文化振興委員会「市民委員」文化に関する行政施策や地域文化を担う人材の育成について提言などを行う委員会の市民委員を募集します。
対象 20歳以上の市民
内容 任期は5月中旬から2年間
募集人数は若干名
報酬は会議1回につき8,800円(予定)
※会議は年6回程度、平日に開催します。
申込 3月27日(金)～4月9日(日)に文化振興課へ
※応募方法など詳しくは市HPをご覧ください。お尋ねください。

させば競輪開催日程

☎ 31-4797

- ・玉野記念場外 3月8～11日
- ・四日市F I(Ⅱ)場外 9～11日
- ・熊本F I(Ⅱ)場外 11～13日
- ・川崎F I(Ⅱ)場外 12～14日
- ・高松F I(Ⅱ)場外 15～17日
- ・久留米F I(Ⅱ)場外 15～17日
- ・伊東温泉F I(Ⅱ)場外 18～20日
- ・本場開催F IIミッドナイト 18～20日
- ・ウィナーズカップG II(松山)場外 18～21日
- ・小倉F I(Ⅱ)場外 21～23日
- ・国際競技支援G II(小松島)場外 23～25日
- ・いわき平F I(Ⅱ)場外 24～26日
- ・福井F I(Ⅱ)場外 26～28日
- ・玉野F II(Ⅱ)場外 27～29日
- ・野別F I(Ⅱ)場外 29～31日
- ・伊東温泉F II(Ⅱ)場外 30～31日

※ミッドナイト競輪は、電話かインターネット投票だけの発売となります。



V・ファーレン長崎
ホームゲーム情報
☎ 0957-43-2095

- ・サガン鳥栖 3月3日(土) 19:00
- ・浦和レッズ 3月10日(土) 14:00
- ・湘南ベルマーレ 3月14日(金) 19:00
- ・サガン鳥栖 4月4日(日) 19:00
- ・FC東京 4月8日(木) 14:00

【場所】トランスコスモススタジアム長崎(諫早市)
※試合によってはチケットが完売する場合がありますのでご了承ください。
※スタジアム周辺の渋滞緩和のため、公共交通機関の利用にご協力ください。
☎ スポーツ振興課

講演会など

普通救命講習
日程 3月25日(日)9:12時
場所 東消防署(広田1丁目)
内容 心肺蘇生法、止血法、AEDの取り扱い
対象 中学生以上
料金 無料
定員 先着30人
申込 3月16日(金)～24日(木)8時30分～17時15分に電話かファクス(38-1119)で東消防署へ
☎ 東消防署 ☎ 2519
市体育協会スポーツ教室
市体育協会では、生涯スポーツの振興を目的に、子どもから大人まで気軽に参加できるさまざまなスポーツ教室を開催しています。皆

さんの参加をお待ちしています。
内容 かけっこ、テニス、バドミントン、太極拳など
※詳しくは、市民スポーツ情報サイト「PLAY」(<http://www.sasports.com/>)をご覧ください。
☎ 総合グラウンド管理事務所 ☎ 47・3125
被害者支援員ボランティア養成講座
日程 6月11月の第2・4土曜
※13～16時。
場所 長崎犯罪被害者支援センター研修室(長崎市)
対象 20歳以上の健康な人など
料金 無料
定員 10人程度
申込 4月9日(日)～5月18日(金)に

必要書類を長崎犯罪被害者支援センターへ提出
※詳しくは、同センターHPをご覧ください。
☎ 長崎犯罪被害者支援センター ☎ 095-8204678
不動産鑑定士による不動産の無料相談会
日程 4月4日(日)10～16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、交換などの相談
料金 無料 ※申込不要。
☎ 長崎県不動産鑑定士協会 ☎ 095-8223471

就学一時金の貸し付け

対象 4月に大学・短期大学・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課程)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。
申込 3月1日(日)～30日(金)に教育委員会総務課へ
☎ 教育委員会総務課
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、古里住宅(小佐々地域)、平野住宅(江迎地域)

市民農園の利用者

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、花高団地、須佐団地、もみじ丘団地
対象 収入認定月が家賃の3倍以上の世帯
※その他、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 ☎ 25・9625
☎ 県住宅供給公社佐世保事務所 (県営分) ☎ 22・9612
中里町高善(冠冠岳西側)場所 利用期間は4月1日(日)～来
年3月31日(日)▽一区間約30m
料金 年額3千円(一区間)
申込 利用申請書を農業畜産課へ
※駐車場、トイレあり。
※詳しくは、市HPをご覧ください。
☎ 農業畜産課



佐世保公園バーベキュー施設
白浜キャンプ場の利用を受け付けます

佐世保公園バーベキュー施設
予約受付期間 3月12日(日)～10月31日(金)
※開場は3月17日(土)～10月31日(金)の土・日曜、祝日。
7月21日(土)～8月31日(金)は毎日利用できます。
料金 1基2,090円、木炭3kg800円、網などの備品レンタル410円
申込 予約専用番号(☎ 090-4990-2989)へ
※受付は10時30分～17時。

白浜キャンプ場
予約受付期間 4月1日(日)～10月31日(金)
※開場は4月10日(日)～10月31日(金)。
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(☎ 28-6006)へ
※受付は9～15時。

☎ 公園緑地課

LINEスタンプ好評発売中!
近代印刷LINEスタンプ作成しました!
あなたも世界で一つだけのオリジナルスタンプを制作してみませんか?
お気軽にご相談下さい。
近代印刷LINE@より情報発信中!
右のQRコードを読み込んで、ぜひ友達になってください!
有限会社 近代印刷
〒857-1162 長崎県佐世保市加本町1-19
TEL 0956-33-3839 FAX 0956-33-3982 [mail]kindai-eigy@aroma.ocn.ne.jp

佐世保駅前の3つのホテル 法要ご予約承ります 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 潮見町12-7 TEL 32-8011
グリーンホテル 三浦町4-1 TEL 25-6261

子育て

児童手当の申請は済みましたが出生、転入、転出などの場合は15日以内に届け出てください。公務員は勤務先で手続きしてください。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

佐世保共済病院の小児科夜間診療
 日程 毎月第1・3日曜
 【受付時間】19時30分～22時45分
 【診療時間】20～23時
 ※診療できるかどうか事前に電話で確認を。保険証、福祉医療受給者証、お薬手帳などを持参してください。

※診療費は休日・時間外の場合が発生します。
 ◎佐世保共済病院 ☎22・5136

保育コンシェルジュのご利用を
 保育コンシェルジュは、子どもを預けたい人に市内100カ所以上の保育・教育施設の中から、各家庭の状況に応じたサービスを案内します。その他にも子育て支援センターや各手続きの窓口などの紹介も行いますので、お気軽にご利用ください。

日程 月・金曜、9～17時(祝日、年末年始を除く)
 場所 中央保健福祉センター
 ※事前に電話で子ども政策課にお問い合わせてください。
 ◎子ども政策課



い、「佐世保子育てポータルサイト」を公開しました。今回、子育てに関する手続きや相談先、施設等をライフイベントごとに分類するなど、一目で分かりやすいようにしましたので、どうぞご利用ください。
 ※市ホームページのトップページにあるパナー画像からアクセスするか、左の画像を読み取ってご覧ください。

佐世保子育てポータルサイト



日程 3月20日(木)、4月3日(火)
 ※9時30分～12時
 場所 旭木地区公民館
 内容 手遊び、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
 ◎日野子育て支援センター ☎28・3264

「佐世保子育てポータルサイト」を公開
 市ホームページ上の子ども・子育てに関する内容の見直しを行

市役所・中央保健福祉センターの各課へは ☎24・1111(代表)からおたずねします。

高齢者と介護

介護教室
 日程 3月17日(土)14時～15時30分
 場所 北地区公民館
 内容 認知症について
 料金 無料(予約不要)
 ◎長寿社会課



介護者の「こころ」の相談会

◎子ども政策課
ファミリーサポートセンター佐世保をご利用ください
 ファミリーサポートセンターでは、育児のサポートを受けたい人とサポートをしたい人が会員となり、依頼に応じてサポートを行ってける提供会員を紹介しています。親が急な病気や外出のときなどに安心して子どもを預けることができます。会員登録や利用方法など詳しくはお尋ねください。
 ◎ファミリーサポートセンター ☎42・1848

障がい福祉

障がい者巡回歯科診療
 日程 4月2日(日)9日(日)、16日(日)、23日(日)
 場所 にじいろ(大湯町)

手話通訳者養成講座



①入門・基礎編(全43回)
 日程 4月17日(木)～来年2月26日(木)までの毎週火曜
 ②基礎編(全23回)
 日程 9月11日(木)～来年2月26日(木)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の入門編終了後、9月から②の基礎編と合流します。
 対象 ①講座の未受講者で、18歳以上の入
 ②入門編の修了者
 場所 福祉活動プラザ
 料金 ①②とも4,000円(テキスト代など)
 定員 各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
 メ切 4月5日(金)必着

◎障がい福祉課

福祉タクシー利用券の切り替え手続きを
 日程 3月30日(金)から受け付け場所 障がい福祉課
 対象 平成29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)

点字・漢字字講習会
 点字・漢字の翻訳技術の習得と翻訳ソフトをインストールするための講習会を行います。
 日程 4月～来年2月までの第2日曜 ※13～15時
 場所 福祉活動プラザ
 対象 市内在住の視覚障がい者
 料金 無料

申込 電話で視覚障害者協会へ
 ◎視覚障害者協会 ☎24・9407
ふれあい教室
 ①ハンドベル教室
 音楽を通して機能回復、精神の安定と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 サンアビリティス佐世保(千原町)
 料金 無料
 ②パソコン教室
 パソコン技能習得により身体機能回復と社会参加を図るための教室です。
 【初級コース】
 日程 毎週水曜13～15時
 場所 サンアビリティス佐世保
 【中級コース】



◎佐世保市身体障害者団体連合会 ☎24・6992

声の「広報させほ」市議会だより」
 「社協だより」をお届けします。
 CDに録音した「広報させほ」「市議会だより」を郵送でお届けします。
 対象 視覚障がい者
 料金 無料
 申込 電話で視覚障害者協会へ
 ◎視覚障害者協会 ☎24・9407

難病患者・家族自助グループ

難病患者の会
 日程 3月15日(日)13時30分～
 「アジサイ会(青髓小脳変性症・多系統萎縮症患者会)」
 日程 3月16日(日)13時30分～
 場所 福祉活動プラザ(栄町)
 申込 新規参加者は事前に障がい福祉課へ

◎障がい福祉課

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!
 出版・図書出版のお手伝い!
 ホームページ制作!

AR スマホをかざすと広告が動き出す!

まずは無料のアプリをインストール
 App Store または Google play で「AR2022」をダウンロード!

下の画像をスキャンすると動画がスタート!

50 年 以上 の 実 績

有限会社 近代印刷
 〒857-1162 長崎県佐世保市御本町1-19
 TEL 0956-33-3939 FAX 0956-33-3962 [mail] kindai-eigy@aroma.ocn.ne.jp

ARで見る 夢のある街、愛のある家。 新築から売家のことまで、小川工務店にご相談下さい。 ARで見る

おがわの テラスハウス 株式会社 小川工務店 査定無料 相談無料

TEL 0956-49-2611

佐世保市吉岡町1981-7 http://ogawakoumuten.co.jp

Healing Villa. 紹介ビデオ公開中!

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		無料
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				
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	場所	時間
毎週月～木曜	中央保健福祉センター ※祝日、年末年始を除く。	予約優先、時間等はお尋ねください

対象、料金 ①と同じ

③大腸がん検診

検体採取キット (自宅へ郵送) で2日分の便を採取し、①3月13日②3月22日③の9:00～11:00に中央保健福祉センター6階健診室に提出してください。

対象、料金 ①と同じ

申込 提出日の5日前までに電話で健康づくり課へ

※①～③とも同一検診の受診は年度内 (4月1日～翌年3月31日) に1回だけ。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。

※①～③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)。

④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

【エイズ検査・クラミジア抗体検査】

日程 火曜 13:15～16:15

木曜 9:00～11:00 (祝日を除く)

場所 中央保健福祉センター

※エイズ検査の結果は採血後約30分後渡し (要予約)。

※クラミジア検査の結果は翌週渡し (要予約)。

⑤成人歯科健診、歯科相談

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

お子さんの成長と発達に欠かせない大切な健診です。仕事などで忙しいと思いますが、受診をお願いします。

4ヵ月児健診 対象 3～4ヵ月ごろ

1歳6ヵ月児健診 対象 1歳6ヵ月ごろ

3歳児健診 対象 3歳6ヵ月ごろ

※約1ヵ月前に該当者に通知します。

☎健康づくり課 (①～⑤) ☎子ども保健課 (⑥)



年度内に特定健康診査の受診を
対象 市国保に加入する①35～39

慢性腎臓病 (CKD) を知っていますか?
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。尿検査、血液検査で早期に発見することができまますので、日頃の生活習慣を見直し、定期的に健康診断を受診しましょう。

3月24日は世界結核デーです
日本では年間約1万8千人の新しい結核患者が発生し、2千人が命を落とされています。咳やたんの症状が2週間以上続く場合は病院を受診しましょう。また年に1回は胸部レントゲン検査を受けましょう。

健康教室
日程 3月22日 (木) 14:15時
※今月は第3木曜の開催です。
場所 総合医療センター
内容 テーマ「あなたの腎臓は大丈夫?」糖尿病よりも多い慢性腎臓病」
料金 無料 (申込不要)
☎総合医療センター
☎24・1515

生活衛生

アニサキスによる食中毒を予防しましょう

サバなどを生で食べる場合には、アニサキス (寄生虫) に注意が必要です。次のことに気を付けましょう。

- ・できるだけ鮮度の良い魚を選び、早急に内臓を除去し、低温 (4℃以下) で保存する。
- ・刺身の状態で購入した場合でも、食べる前にはアニサキスが付いていないか、よく観察し、見つけたアニサキスは確実に取り除く。
- ・筋肉中に見つけた場合は、しっかりと冷凍するか、加熱調理してから食べる

☎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
障がい福祉 ☎障がい福祉課

①依存症相談 (随時、障がい福祉課)

②佐世保断酒会

【中央保健福祉センター開催分】

3月13日②、27日② 13:30

【市民活動交流プラザ開催分】

3月18日③ 13:30、4月7日③ 19:00

③GA佐世保 (ギャンブル依存症当事者)

3月14日③、21日③④、28日③、

4月4日③ 19:00

④ギャマンノ結 (依存症の家族、友人)

3月14日③、28日③ 19:00

⑤ひきこもり家族会 (あのねの木)

3月21日③④ 10:00

⑥高次脳機能障害当事者・家族の集い

3月10日③、24日③ 13:00

⑦精神障がい者家族の会 (ゆみはり会)

3月17日④ 13:00

⑧精神患者当事者会 (ふたばの陽)

3月17日④ 13:30

※②は要予約、⑤⑥の新規参加者は事前に障がい福祉課へ。その他は予約不要。

※開催場所などは障がい福祉課にお尋ねを。

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)

☎クラミジア呼吸器感染症「オウム病」

にご用心

☎寝ちがえ

☎小児の救急シリーズ④脱水

☎ひび割れ、あかぎれの原因と対策について

☎パニック障害について

☎委縮性肺炎

☎長崎県保険医協会 ☎095-825-3829

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人数が分かる「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、俵町浜野病院

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



広報させぼ 広告募集

広報させぼに広告を掲載しませんか? させぼに情報発信!

佐世保市全世帯約10万部にお届けする広告媒体!

AR スマホをかざすと広告が動き出す!

まずは無料のアプリをインストール

下の画像をスキャンすると動画がスタート!

50 50 YEARS AND COUNTING

有限会社 近代印刷

〒857-1162 長崎県佐世保市卸本町1-19
TEL 0956-33-3939 FAX 0956-33-3962 [mail] kindai-eigy@aroma.ocn.ne.jp

求む 子供の近くに住み替え

実績! 昨今の売却事情

子供は近くに引っ越しにしました。子供は地元に戻らないことから将来の相続のことを考え、家を売却することにしました。

不動産 (土地・建物) 中古住宅

「思い出を、つぎの家族の思い出に」

フリーダイヤル コーフク ツナグ

0120-529-279

住居市早稲町100-61早稲町1丁目5号501号

住み替え 売りたい 買いたい かなえたい

株式会社 けんきち

一級建築士事務所、宅地建物取引業

長崎県長崎市南堀町2-10-10

シリーズ地域おこし協力隊⑤
任期後も黒島の皆さんと一緒に島づくりを 黒島地域担当 三原直也

皆さん、こんにちは。地域おこし協力隊として黒島地域で活動する三原です。私は佐世保市の第1期生の地域おこし協力隊として3年前に黒島に着任しました。出身は広島県で、東京や福岡でサラリーマンとして働いていましたが、縁あって黒島のことを知り、不思議な魅力に引かれてやってきました。



例えば、深刻な人手不足と超高齢化、漁獲量が減少していく漁業、そして児童生徒数が10人前後となった小・中学校など。地域の課題はかなり広い範囲にわたっていて、解決は簡単ではありません。しかし、私が最も驚いたのは、その課題に対し決して諦めたりせず、笑い合い、助け合いながら課題に挑んでいく地域の皆さんでした。私はその姿に励まされ、勇気付けられ、胸がいっぱいになったことを覚えています。

主な活動は黒島での観光業の推進です。3年前に着任した当時は観光拠点施設である「黒島ウェルカムハウス」のオープンが決まっていたものの、お土産品や観光用ホームページなどもなく、観光客の方々を受け入れる態勢が十分に整っていない状況でした。着任して間もないこともあり、地域の皆さんの言葉(方言)すらほとんど聞き取れない状況でしたが、地域行事などに参加しながら人間関係を築き、活動を進めていきました。初めての離島生活で慣れないことも多い日々でしたが、実際にはそれとは裏腹に、毎日が新鮮で充実感のある生活になっていったことを思い出します。

私は地域おこし協力隊として活動をしていく中で、次第にこれらの課題をうまく解決できないかと興味を持ち始めました。私はことしの3月で地域おこし協力隊としての任期を終了しますが、引き続き黒島に住みながら、課題を解決するお手伝いをしていきたいと考えています。具体的には島づくりを行う組織を立ち上げ、将来的な黒島の発展を地域の皆さんと一緒に実現していくつもりです。市民の皆さんもぜひ「黒島」に興味を持っていただき、黒島に来ていただけると嬉しいです。皆さんのご来島を心からお待ちしております！

また、3年間地域に密着して活動していると、地域を取り巻くさまざまな課題が見えてくるようになりました。

◎地域政策課 ☎24-1111

市長日記

災害時相互応援協定の締結 渋谷区とのさらなる交流を

1月24日、本市は「渋谷区及び佐世保市災害時相互応援に関する協定」を締結しました。締結式は長谷部健渋谷区長に出席していただき、渋谷区役所で行いました。

この協定は、どちらか一方の自治体で大規模災害が発生し、被災した自治体だけでは十分な応急措置ができない場合に、被災した自治体の要請により、他方の自治体が応急物資や資器材の提供、復旧に必要な職員の派遣などを行い、被災自治体の応急対策や復旧対策が円滑に行われることを目的としたものです。渋谷区と佐世保市は遠隔地にあり、同時期に同じ大災害に見舞われる確率が低いことから相互応援協定を結び意義があるとの考えが一致し、今回の協定締結となりました。

この協定は「平時における人的・文化的交流を深める」という内容を盛り込んでいるところが特徴です。これまで相互交流としては、渋谷センター商店街と四ヶ町商店街との姉妹商店街としての交流や、渋谷センター商店街電飾広告塔を利用しての九十九島PR、「渋谷短編映画祭クライマックス at 佐世保」の開催など、さまざま活動を続けてきましたが、今後はさらに観光交流や文化交流、教育交流なども行っていきたいと思います。こうし



長谷部渋谷区長(左)と朝長市長(右)

た交流が、いざというとき災害時相互応援協定を有効に機能させることにつながるのではないかと考えています。

この協定は災害時における協定ですが、日頃から両区・市民の交流を深めていこうという意味合いも込められています。市民の皆さんも上京される機会があれば、ぜひ渋谷区を訪ねていただき、渋谷駅ハチ公前広場にある旧東横線電車を改造した渋谷区観光案内所や、スクランブル交差点からすぐの渋谷センター商店街などにお立ち寄りいただきたいと思います。

また、渋谷区から佐世保市への観光客も、この協定を機に増えるかと思しますので、おもてなしの心と親しみを持ってお迎えいただけますようよろしくお願いいたします。

佐世保市長 朝長 則男

地域おこし協力隊活動報告会



本市で活動する6人の地域おこし協力隊の皆さんによる活動報告会を開催します。平成29年度の活動状況を振り返り、今後の活動などについて説明します。

日時 3月10日(土) 18時～20時
場所 アルカス SASEBO
料金 無料(申込不要)

◎地域政策課 ☎24-1111

人の動き

2月1日 現在
総人口 251,072人 (前月比-216人)
男性 118,536人 (-95人)、女性 132,536人 (-121人)
世帯数 105,234世帯 (前月比-76世帯)
1月中の動き
転入 442人、転出 456人、出生 186人、死亡 388人

させぼ市政だより

テレビ
NBC 土曜 9:25～9:30、NCC 土曜 11:40～11:45
KTN 土曜 11:45～11:50、NIB 日曜 6:30～6:35
ラジオ
FM長崎 火曜 9:05～9:10
FMさせぼ 金曜 13:00～13:55、土・日曜 8:00～8:55 (再放送)
新聞 長崎新聞 毎月第2・4火曜

徳育通信 72

聞いて「徳」する話 34 気持ちの良い言葉の掛け合い

先日、お正月ということもあり、親戚一同が集まる機会がありました。我が家のいとこは数が多いのもさることながら、上は40代から下は小学生と幅広い年代がいます。

しばらくすると、一番年下の小学生のいとこが一人廊下で泣いているところに遭遇しました。「どがんとしたと？」と聞くと、「恥ずかしかった」と一言。小学生のいとこは「みんなちゃんとあいさつしよるけん、私も大きな声であいさつしたら、うるさかってお父さんから怒られた」と話します。とてもまじめに、一生懸命あいさつをしたのに怒られてしまったことが、本人には悔しく恥ずかしかったようでした。

その様子を見て、大人は子どもが一生懸命頑張っているのを見て、まずはほめてあげることが一番なのではな

いかと感じました。そこから子どもが自分で考えて、伸び伸びと成長していくのではないかと思います。私自身、まだ子育てをしたことはありませんが、しっかり子どもの考えを尊重できる親になっていければと思いました。

(30代・男性)

「聞いて徳する話」募集中

身の回りで見つけた「聞いて「徳」する話」を募集中です。応募用紙は事務局で配布しており、市HPからダウンロードすることもできます。

事務局
佐世保徳育推進会議(佐世保市教育会内)
〒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

お詫びと訂正 本紙2月号特集「三川内焼歴史探訪」3,4ページで牛石窯を「新替町」と掲載しましたが、正しくは「新行江町」の誤りでした。お詫びして訂正します。