



東京都から本市
に移住してきた
高橋さん家族

ブルーベリー・
マンゴードリンク
プレゼント P21



特集 移住者の皆さんに伺いました

佐世保の住み心地はいかがですか？

P12 フォトピックス (成人式など) P15 狂犬病予防防集注射日程

P16 市政通信 (吉井地区複合施設の新築オープン など)



「マチマチ」をご利用ください！

「マチマチ」は概ね半径1～10kmの範囲に住む利用者同士がコミュニケーションを取ることができるご近所限定のSNS (ソーシャル・ネットワーキング・サービス) です。本市ではこのサービスを町内会や地域の活動などに活用していただくために、1月20日(月)から導入しました。地域情報の発信や共有など、さまざまな活用事例がありますので、どうぞご利用ください。

主な特徴

- 1 スマートフォンから簡単に写真を添付して投稿できます。
- 2 地域の情報交換や交流の場として活用できます。
- 3 カテゴリ別に投稿を見ることができ、気になる情報を探することができます。
- 4 登録には実名 (表示名はニックネームを設定できます) と携帯電話番号によるSMS認証を利用します。
- 5 登録した地域の半径1kmから10km以内に住んでいる利用者同士で情報交換ができます。
- 6 登録料や利用料は無料です。
- 7 電話番号やEメールアドレスを知らなくてもつながれます。

登録方法

- 1 「マチマチ」ホームページにアクセスし、郵便番号を入力の上、「お住まいの地域を検索」をクリックする。
- 2 お住まいの住所をチェック、Eメールアドレス、パスワードを入力して送信する。
- 3 認証コードがSMS (携帯電話番号のショートメッセージサービス) で届き、認証コード入力で本人確認完了。
- 4 名前などのプロフィールを入力する。
- 5 登録完了！



「マチマチ」のホームページは
こちらからどうぞ

問い合わせ コミュニティ・協働推進課 ☎ 24-1111



画面イメージ

グループ内の
連絡ツールとして

町内会等の
ホームページ
として

地域行事を
地域の人に
発信！



会社で設計・制作した模型船の一部



制作ソフトを使いながら
模型船のデータを作る
平山さん



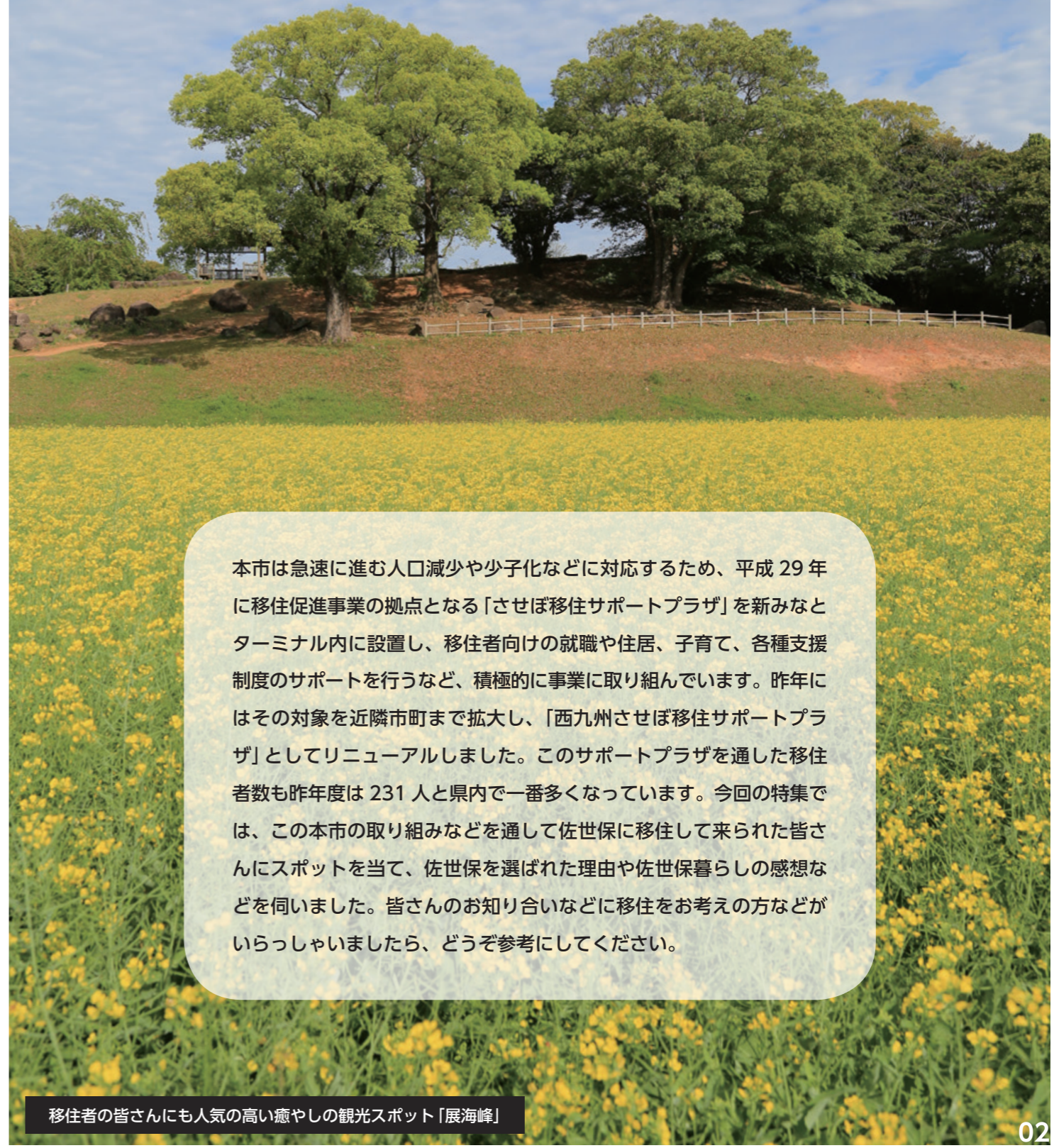
平山甚也さん



初めて来た
佐世保での
仕事と暮らし

特集
移住者の皆さん
に伺いました!

佐世保の住み心地は いかがですか？



本市は急速に進む人口減少や少子化などに対応するため、平成 29 年に移住促進事業の拠点となる「させぼ移住サポートプラザ」を新みなとターミナル内に設置し、移住者向けの就職や住居、子育て、各種支援制度のサポートを行うなど、積極的に事業に取り組んでいます。昨年にはその対象を近隣市町まで拡大し、「西九州させぼ移住サポートプラザ」としてリニューアルしました。このサポートプラザを通じた移住者数も昨年度は 231 人と県内で一番多くなっています。今回の特集では、この本市の取り組みなどを通して佐世保に移住して来られた皆さんにスポットを当て、佐世保を選ばれた理由や佐世保暮らしの感想などを伺いました。皆さんのお知り合いなどに移住をお考えの方などがいらっしゃいましたら、どうぞ参考にしてください。

妻との結婚を機に佐世保へ 職場や近所の人に恵まれています

平山 甚也さん

職場のサポートで楽しく仕事
近所の人との交流も楽しみ

「移住する前は佐世保に一度も来たことがありませんでしたが、佐世保出身の妻との結婚を機に、引っ越してきました」と話すのは五島出身で東京や福岡などで仕事をし、約 2 年前に移住してきた平山甚也さん。「小さいころは祖父母と一緒に五島に住んでいて、県外に引越した後も夏によく帰省していたので、佐世保は第二の故郷だと思っていました。五島に近いこともあり、佐世保移住への不安や戸惑いはあまり感じませんでしたね」と話します。

補助制度やお仕事情報プラザを活用して移住の準備を

「移住を考えていたときに、佐世保市が移住支援を行っていることを妻から教えてもらいました。実際に相談してみると、さまざまな制度があることが分かり、家賃の補助などをしてくださったので、助かりましたね」と振り返り、「仕事も探していたので、『お仕事情報プラザ』の存在もありがたかったです。求人や一度にたくさん見ることができましたし、何より市が運営しているから信頼して就職活動することができました」。

現在は市内で船舶コンサルタントを行う流体テクノ株式会社勤めており、試験のために使用する模型船の設計を行っています。「以前から佐世保は造船のまちというイメージを持っていたので、仕事をするなら船関係の会社に勤めたいと思っていました」と平山さん。東京や福岡では営業などの仕事をしてきたため、現在の職場では慣れないことが多かったとのことですが「職場の人が仕事を丁寧に教えてくださり、今は自分で設計したものが実際に形になるのが楽しいです」とうれしそうに話します。

佐世保の魅力について尋ねると「日常的に海が見えるところですね。長い間東京や福岡に住んでいたため、車で市内を運転中に海が見えるとすごく感動するんですよ」とのこと。佐世保暮らしについても「自然豊かで静かなまちに暮らせて本当に良かったと思います。近所の人や優しく、時々畑で採れた野菜をいただくこともあり、そういった交流も魅力の一つですね」と話していたそうです。

(取材日 1 月 21 日)

移住者の皆さんにも人気の高い癒やしの観光スポット「展海峰」

やりがいを感じる仕事をしながら

同級生たちと休日を満喫しています

竹内 正樹さん



「若い頃から、いずれ佐世保に戻るだろうなと思っていました」と話すのは本市出身の竹内正樹さん。専門学校を卒業後、東京都内でプログラマーとして働いていた竹内さんは、40歳を過ぎた頃から環境を変えたいと思い始め、約3年前に地元の佐世保に戻ってきました。「実家のことや子育てを考えないといけないと思っていましたし、東京で24年間働いていたことでいろいろなストレスも感じていたので、変化を求めていたんだと思います」と当時の心境を話します。

就職の心配を

お仕事情報プラザで払拭

「一番は自分の希望する職種に再就職できるかが心配でした」と移住前の気持ちを話す竹内さん。移住前に市内で就職をあっせんする「お仕事情報プラザ」を知り、約2カ月間利用しながら就職活動を行ったことで「事前の面談で、私が希望する職種や経歴を話していたので、希望に沿った会社を紹介してただけました。お仕事情報プラザのスタッフが実際に会社を訪問して会社の雰囲気や事前に教えてくれるので、安心して入社することができましたね」と振り返ります。

時間に余裕ができ

両親のサポートもできるよつに

現在市内でソフトウェアなどの開発を行う大新技研株式会社でシステムエンジニアとして働いており、「打ち合わせからプログラミング、納品まで幅広く仕事ができ、その分責任も重くなりますが、やりがいを感じています。また、東京では電車通勤でしたが、現在の会社では車通勤に変わったことで時間に余裕ができ、ストレスが大幅に減りました」と話す竹内さん。「プライベートの時間を確保しつつ、以前より仕事に取り組めているので、今の暮らしが私にとって合っているなど日々感じています」と笑顔で話します。

佐世保に戻ってきて1年間は東京とのギャップに戸惑うこともあったそうですが、同級生や友だちと会ったり、市内をドライブしたりして休日を満喫しているそうです。「両親についても近くでサポートがしやすくなり、今は一緒に新しい家を作る計画も進めているんですよ。そういったことも含め佐世保に帰ってきて良かったなと思います」と話していただきました。

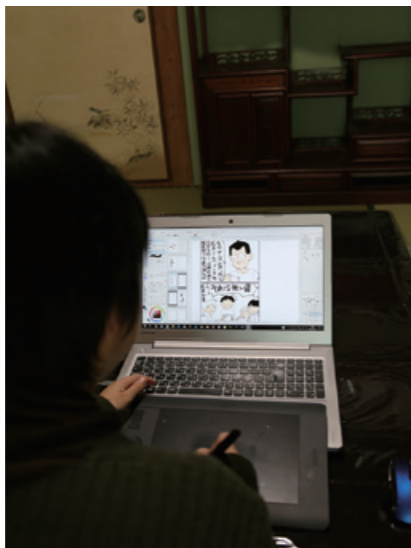
(取材日1月24日)

家族そろって記念撮影



子育てのため妻の地元に移住を決意

自宅で執筆するのり子さん



康則さんが好きな佐世保の風景



勤務中の康則さん



住みたかった海と山のまち

子育ても共働きも順調です

高橋 康則さん・のり子さん

栃木県出身で高校卒業後に上京し、東京で約15年間演劇の活動していた高橋康則さん。子育てをするために妻・のり子さんの地元である佐世保に家族4人で移住してきました。今まで夏や冬の帰省でのり子さんの実家を訪れることがあったことで「実家の近くから見えるS&Kのクレーンと海、山が一緒に見える景色が印象的で、以前から住んでみたいと思っていました」と移居前から佐世保の印象は良かったそうです。

佐世保で楽しく共働き

現在康則さんは市内の不動産会社に勤めており「佐世保の町名などを覚えるのに少し苦労しましたが、東京でも似た仕事をしていましたので楽しく仕事できています」とのこと。のりさんもWEB制作等を行う会社に勤めながら、フリーペーパーで家族の日常を描いた4コマ漫画を執筆しており、充実した生活を過ごしているそうです。「移住する際に県の移住サポートセンターで仕事を紹介していただけてすぐに仕事に就くことができ、大変助かりました」と振り返りました。

不安だった保育所にも入所でき、子どもの成長を両親に見てもらっています

移居前から佐世保での暮らしに対してあまり抵抗はなかったそうですが「子どもたちが保育所や環境に慣れるか不安でした」と康則さん。以前、佐世保市内の保育所の状況を知り合いに尋ねたところ、子ども2人が同時に入所するのは難しいと聞いていたそうですが、「保育コンシェルジュの方に相談し、市内の状況をいろいろ教えていただきました。それを基に妻が実際に保育所を巡り、納得のいく保育所を見つけたことができました」とのこと。2人とも入所でき安心したそうです。

佐世保での暮らしについては「東京で家を買うことも考えたんですが、子どもの成長を妻の両親に見てもらえることができるし、お互い仕事もできるので、佐世保に移住してきて良かったと感じています」とのこと。「最近では長男も佐世保弁を覚えるようになり、佐世保での生活を楽しんでます」と話していただきました。

(取材日1月19日)



オフィスでプログラミング作業をする竹内さん



竹内正樹さん

西九州させば移住サポートプラザ



佐世保市や西九州させば広域都市圏内の移住に関する情報を集約し提供しています。また、県や総務省が設置する関係機関と連携し、効果的、効率的に「させば移住」をサポートします。住まいや仕事などお気軽にご相談ください。

新港町 8-1 (新みなとターミナル内)

相談時間

平日 8時30分～17時15分

(土・日曜、祝日は要予約)

☎ 25-9251

Eメール uji-turn@city.sasebo.lg.jp

移住者を全力応援 移住支援制度

本市では移住に関するさまざまな支援制度をご用意しています。詳しくは「佐世保市移住応援 GuideBook」をご覧ください。西九州させば移住サポートプラザにお尋ねください。

移住支援制度

- 1 佐世保市子育て世帯移住応援助成金 (1世帯当たり)
移住助成金 70,000円
賃貸住宅助成金 限度額 100,000円など
- 2 佐世保市賃貸住宅入居支援助成金 (1世帯当たり)
賃貸住宅助成金 限度額 50,000円など
- 3 佐世保市住宅新築・購入助成金 (1世帯当たり)
市本土への移住者で中学生以下の子どものいる世帯
限度額 500,000円など
- 4 佐世保市空き家等改修事業補助金 (1世帯当たり)
市本土への移住者で中学生以下の子どものいる世帯
限度額 500,000円など
- 5 佐世保市移住就業支援助成金 (1人当たり)
国外や関東地方などからの移住 30,000円など
- 6 佐世保市奨学金返還サポート制度
上限年間 200,000円を最長 10年間など
- 7 東京圏からの移住支援金 (1世帯当たり)
100万円など (単身世帯は 600,000円)

※それぞれ要件や上限がありますので、詳しくはお尋ねください。

主な職業紹介機関

- させばお仕事情報プラザ 松浦町 5-1 ☎ 76-7713

創業のご相談

- 佐世保市産業支援センター 松浦町 5-1 ☎ 24-6051

お試し住宅

横尾町お試し住宅、江迎町お試し住宅、宇久町お試し住宅

お役立ちサイト

- 佐世保移住サポートサイト
<https://www.city.sasebo.lg.jp/99life/>
- 佐世保市空き家バンク「させば暮らし」
<http://sasebo-kurashi.jp/>

佐世保市移住応援
GuideBook



特集に関する問い合わせ 西九州させば移住サポートプラザ ☎ 25-9251

北野さんのご両親と一緒に記念撮影



自宅で鍼灸の施術を行う北野さん



北野謙市さん

両親のことを
考え地元へ
Uターン

移住を機に仕事のやり方に変化

ゆっくり会話しながら深いケアを

北野 謙市さん

時間のゆとりで仕事が充実
両親との会話も増えました

「両親の見守りや今後の介護のことを考えて、佐世保に戻ることを決めました」と話すのは本市出身で現在大岳台町で「東西医学北野はりきゅう院」を営む北野謙市さん。高校卒業後、福岡市内で大学に進学し、鍼灸・マッサージの国家資格を取得した後、鍼灸院を営んでいましたが、平成30年4月に奥さんと2人で佐世保に移住してきました。

当初の戸惑いも

近隣の方との交流で楽しい暮らしに

「福岡市に長年住んでおり、とても生活がしやすく、私も妻もすごく気に入っていたので、引っ越した当初は何かと比べてしまい、環境の変化に戸惑うことが多かったですね」と移住当時を振り返る北野さん。

「もうすぐ引っ越して2年が経ちますが、だんだんと今の環境に慣れてきて、近所の方ともよく会話をするようになりました。庭の木の剪定方法を教えていただいたり、道具を貸してくださったりして、近隣の人にすごく恵まれているなと感じています」と笑顔で続けました。

「佐世保での生活は時間にゆとりができて食生活や仕事などに変化があり、移住して良かったなと思いますね」と話す北野さん。以前は店舗を構え、日中は院内での施術、夜は往診、休日は勉強会などで時間に追われる生活をしていました。この一軒家で開業してからは予約をたくさん入れずに患者さん一人一人とゆっくり会話をしながら治療しています。会話の中からその人の生活環境や性格を知り、もっと深いケアができていると思いますね」と仕事の面でも変化を感じているそうです。

「佐世保に帰ってきたことで両親との会話も増えましたね。今まで聞いてこなかった父の若い頃の話や母の好きな俳優などささいな話ですが、そういった話から両親の性格を改めて知ることができました。最近では介護への意見を交わすことが増えてきて、親子の関係の変化も実感していますね」と話していただきました。

(取材日1月16日)

展海峰 菜の花情報

展海峰の花園では、3月下旬から4月上旬に15万本の菜の花が一齐に咲き誇り、一面が黄色に染まります。展望台から180度のパノラマで臨む「世界で最も美しい湾、九十九島」の絶景と併せてお楽しみください。

場所 展海峰(下船越町399)

【展海峰へのアクセス】

車：西九州自動車道佐世保中央ICから県道149号などで約20分
バス：佐世保駅前から路線バス「展海峰」行きで40分

☎観光課 ☎24-1111



肥前えむかえ繭玉まつり



宿場町の風情を残す江迎町の街中がたくさんの愛らしい繭玉で彩られる春の恒例行事です。ことしは「そば打ち体験」「しろおの踊り食い」「繭玉づくり体験」「とんちきや展示」などが楽しめます。早春の江迎町へ、繭玉を楽しむながらの散策にどうぞお越しください。

日程 3月15日④～4月5日④

場所 江迎町商店街通り

☎観光課 ☎24-1111

木場浮立研修発表会

県指定の無形文化財「木場浮立」。元禄3(1690)年に西有田の竜泉寺から農民の雨乞い行事として伝わり、伝承時の古式を現代に残す貴重な民俗行事です。地域の子どもたちによる伝承研修の成果をご覧ください。

日程 4月5日④14時

場所 木場浮立グラウンド(黒髪町)

※雨天時は木場浮立資料館(黒髪町)。

☎文化財課 ☎24-1111



ハウステンボス フラワーフェスティバル



ハウステンボスでは、季節の移り変わりを五感で楽しむ「フラワーフェスティバル」を開催中。いつ訪れても満開の花々が咲き誇るメイン会場「花の広場」では、この時期見頃を迎える色鮮やかなチューリップが華やかに彩り、辺り一面に広がる春の絶景はSNS映え間違いなし！春の訪れを祝うパレードやカラフルなドレスをまとったダンサーたちと一緒に踊るダンスのほか、花々に囲まれた空間の中で海外アーティストが奏でる生演奏などのエンターテインメントも充実。さらに、旬のフルーツをぜいたくに使用した期間限定の絶品スイーツも登場。そのほかにも、植栽スタッフによるチューリップガイドツアーや花束作り体験などイベントも盛りだくさんです。優しい春風が運ぶ花々の香りに包まれるハウステンボスへ、どうぞお越しください。

日程 6月28日④まで

☎総合案内ナビダイヤル

☎0570-064-110

日米交流演奏会 2020

佐世保東翔高校や聖和女子学院、EJキングスクールなど日米の中高生たちによる吹奏楽とコーラスの交流演奏会を開催します。

日程 3月28日④14時～17時10分

場所 アルカス SASEBO

料金 無料 ※申し込み不要。

☎九州防衛局企画部地方調整課

☎092-483-8816

イベント情報

お茶会

白岳自然公園でおはぎやお茶を味わいながら春分の日を過ごしませんか。

日程 3月20日④⑤14時～16時

場所 白岳自然公園

料金 300円 定員 先着20人

申込 3月10日④～16日⑤に電話で白岳自然公園へ

☎白岳自然公園 ☎66-9334

えぼし桜まつり



日程 3月28日④～4月5日④

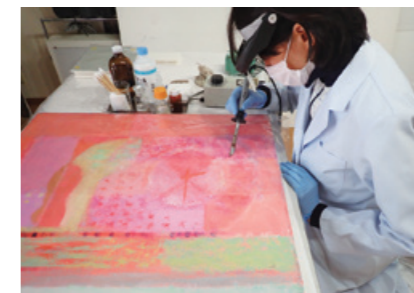
場所 えぼしスポーツの里

内容 ビンゴ大会、サッカーストラックアウト大会、インラインスケート教室など

※詳しくはお尋ねください。

☎えぼしスポーツの里 ☎24-6669

蘇った北村綱義の色修復展



今年度修復した北村綱義の作品を修復時の写真と共に展示します。

日程 4月1日④～12日④

※10時～18時(入館は17時30分まで。火曜休館)。

場所 博物館島瀬美術センター

料金 無料

☎博物館島瀬美術センター ☎22-7213

アルカス SASEBO 公演情報
☎42-1111

アルカス SASEBO 文化茶話 弦楽四重奏の魅力、楽しみ方



全国で年間70回以上の公演を行い、室内楽の普及に精力的に取り組んでいる、日本では数少ない常設の弦楽四重奏団「クアルテット・エクセルシオ」を迎え、弦楽四重奏の魅力や楽しみ方を演奏とお話を交えながらお届けします。「弦楽四重奏」って、少し難しそうだなと思っている人も、どうぞこの機会にお気軽にご参加ください。

日程 3月22日④14時開演

場所 イベントホール

料金 全席自由 ゴールド・オレンジ会員 無料、ホワイト会員500円、一般1,200円、学生500円

アルカス SASEBO 開館20周年記念 アルカス演劇サークル「佐世保の物語」プロジェクト 出演者募集

来年2月27日、28日に公演する市民演劇の出演者を募集します。今の佐世保でしかできないこだわりの詰まった作品と一緒に作りませんか。

対象 市内・近隣在住か佐世保に縁のある人で、稽古(5月～来年2月)に参加できる人 ※年齢、国籍は問いません。

料金 無料

定員 20人程度

申込 申込用紙をアルカス SASEBOへ

メ切 3月31日④

九十九島動植物園
☎ 28-0011

春の特別展「癒やしの生きもの展」



森きららに人気のミニブタ「チャイニーズポットベリー」や巨大なウサギ「フレミッシュジャイアント」など、愛らしい動物たちがやってきます。

日程 3月14日④～5月10日④
料金 ①②③無料④500円 ※①～④とも入園料が別途必要。

①チャイニーズポットベリーのお部屋
におじゃまします！
期間中の土・日曜、祝日
11時30分～12時30分

②ふれあい体験
フレミッシュジャイアントやハリネズミなど、特別展示場の動物たちと触れ合うことができます
不定期開催

③ハーブでリラックスタイム
ハーブのガイドを聞きながらハーブティーの試飲もできます
3月14日④、21日④、4月4日④
※アレルギーをお持ちの人や妊娠中の人は試飲をご遠慮いただく場合があります。

④アロマワックスサシェ作り体験



ドライフラワーと木の実を使ってオリジナルのサシェを作ります
3月28日④ 11時～15時
※定員30人で当日先着順で受け付けます。1人2個まで。

朝の森きらら

開園前に、普段は見るできないライオンの獣舎見学などを飼育スタッフの解説を聞きながら見学します。

日程 3月22日④、29日④、4月5日④ ※8～9時。

料金 高校生以上970円、4歳～中学生470円、3歳以下100円

定員 各日先着30人

申込 電話か公式サイトで前日までに九十九島動植物園へ

※動物の体調等で内容変更の場合あり。

動物たちに春の味覚をプレゼント

- ニホンザルに春の山菜プレゼント
3月14日④ 15時～15時15分
 - ゾウガメに春の山菜プレゼント
3月21日④ 15時～15時15分
 - テナガザルに春の花束をプレゼント
3月28日④ 12時～12時15分
- 料金 無料(入園料が別途必要)

少年科学館
☎ 23-1517

天体観望会～星きらりで

スターウォッチングしませんか？～
日程 3月28日④ 19時～20時30分
料金 高校生以上320円、小・中学生150円

定員 50人

申込 電話で少年科学館へ

※中学生以下は保護者同伴。

※雨天・曇天の場合はプラネタリウムで当日の星空解説を行います。

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・学校等の団体予約					季節の星座一巻
土曜	学習放映	ちびまる子ちゃん	ちびまる子ちゃん	火星によう	ちびまる子ちゃん	
日曜	火星によう					

※春休み期間中の平日は土曜の放映日程です。詳しくはお尋ねください。
料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円 ※3歳以下無料。4歳以上の未就学児は大人1人につき1人無料。

プラネタリウム特別放映

「こぐま座のティオ 星空だいぼうけん」
幼児のための特別放映を行います。

日程 3月22日④ 13時～13時30分
料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円 ※3歳以下無料。4歳以上の未就学児は大人1人につき1人無料。

定員 68人(先着順)

申込 3月11日④ 9時以降に電話か直接少年科学館へ

※同日程のちびまる子ちゃんは休映します。

市立図書館
☎ 22-5618

市民ギャラリー展示会

第3回高原廣行の絵画作品展

日程 4月4日④～4月26日④

今月のおすすめ図書



いとしい和の暮らし 人生のお祝い

平野恵理子 著(ヴィレッジブックス)
人生の節目から特別な日のお祝いまで、その由来や作法などを愛らしいイラストとともに詳しく紹介。文庫本とは思えない情報量が魅力です。

絵本 江戸のまち

太田大輔 作(講談社)

妖怪小僧が江戸の町をご案内。江戸時代の暮らしや町並みなどが細かく描かれています。それぞれの絵に詳しい解説がついており、江戸の生活がよく分かる1冊です。

九十九島パールシーリゾート
☎ 28-4187

海賊船みらいの謎Ⅲ
九十九島海賊団の新しい仲間を探せ！



大好評のみらい謎解きクルーズがリニューアル。超難問を解いて、九十九島海賊団の仲間になろう。

日程 3月14日④～5月10日④

料金 高校生以上1,500円、4歳～中学生750円

愛犬と楽しもうヨットセーリング



日程 3月14日④～18日④、27日④～29日④、4月3日④～5日④ ※11時頃、13時頃、15時頃出航予定。所要時間60分。

対象 4歳以上

料金 高校生以上2,200円、4歳～中学生1,100円、愛犬は無料

定員 1艇6人と4頭(最大2艇)

申込 希望日の前日までに九十九島遊覧船事務所(☎28-1999)へ

※乗船に当たり飼い主へのお願いがあります。詳しくはHPをご覧ください。

春の特別展

「こい！コイ！鯉！展」

色鮮やかなニシキゴイやサメに似たアポロシャーク、背びれが特徴的なイエンツィなど、コイの仲間約30種が大集合。ドクターフィッシュと呼ばれるガラルフアとのふれあい体験やコイの餌やり付きバックヤードツアーも実施します。

日程 3月14日④～5月10日④

料金 無料(水族館入館料が別途必要)

●ドクターフィッシュ体験

期間中の土・日曜 12時～12時15分

●コイのエサやりつき！バックヤードツアー

期間中の土曜 16時～16時10分

※対象は幼児から(小学3年生以下は保護者同伴)。

※定員5人(先着順、開始5分前に特別展会場入口看板前で受付)。

春休みお子様クルーズ

小型遊覧船とヨットに親しんでもらうため、6日間限定で中学生以下の子ども乗船料が500円になります。この機会にどうぞご利用ください。

日程 3月20日④～22日④、27日④～29日④

対象 4歳～中学生

料金 高校生以上2,200円、4歳～中学生500円

※小型遊覧船は3歳以下無料、ヨットは4歳から乗船できます。

さかな芸人ハットリの
スペシャルステージショー



日本さかな検定1級を持ち、魚に詳しいさかな芸人ハットリによる楽しいステージショーです。魚について歌と絵で楽しく学べます。

日程 3月29日④ 11時45分～12時15分

料金 無料(水族館入館料が別途必要)

ヨットの日キャンペーン

4月10日の「ヨットの日」にちなみ、4日間限定の特別料金を設定します。

日程 4月9日④～12日④

※10時10分頃から16時10分頃まで1時間おきに出航予定。

対象 4歳以上(3歳以下は不可)

料金 高校生以上990円、4歳～中学生500円

定員 1艇10人

はせぼん&たけぼんの
絵本と音楽とマジックショー



絵本作家の長谷川義史さんと、マジシャン・ミュージシャンの大友剛さんによるLIVE。子どもから大人まで楽しめます。

日程 4月5日④ 11時30分～12時

料金 無料(水族館入館料が別途必要)

子ども調査隊

～みて！感じて！図鑑を作ろう！！～
瀬渡し船で無人島に上陸し、そこで採集した生き物をスケッチして、親子でランプシェード図鑑を作ります。

日程 5月9日④ 11時30分～17時

場所 九十九島ビジターセンターなど

対象 小学3年生～中学3年生とその保護者(子どもだけの参加は不可。保護者は18歳以上で高校生不可。保護者1人につき子ども2人まで申し込み可能)

料金 500円

定員 20人(申し込み多数の場合抽選)

申込 3月14日④～4月12日④に公式サイトでの予約フォームで申し込んでください

九十九島ビジターセンター
☎ 28-7919

トビカズラウォーク

～神秘の花を歩いて発見！～

日程 4月25日④、26日④ 10時～12時

対象 小学生以上(小学3年生以下は保護者も参加)

料金 200円 定員 20人

※申込方法など詳しくはお尋ねください。



式典に参加する新成人の皆さん



二十歳の決意を述べる岩下さん



二十歳の決意を述べる高橋さん



式辞を述べる朝長市長



成人式典

1月12日、本市は令和2年成人式典をアルカスSASEBOで開催し、新成人の新しい門出を祝福しました。本年の式典のテーマは「**轍く明日へ**」。同年代の検討委員12人が企画・運営を行い、対象者2518人のうち約1750人の新成人が式典に出席しました。

二十歳の決意では、市立看護専門学校の高橋里奈さんと長崎国際大学2年の岩下新さんが登壇。高橋さんは「諦めずに努力して、患者の心と体に寄り添えるような思いやりのある看護師を目指したい」、岩下さんは「広い視野と関心を持ち、後輩の見本となるような社会人になりたい」とそれぞれ抱負を述べました。

また、式辞の中で朝長市長は「変化を恐れることなく挑戦し、自分の可能性を大いに広げ、思いやりと感謝の気持ち忘れずに、それぞれの未来を切り開いていただきたい」と激励の言葉を述べました。

開式前にはYOSAKOIチーム「佐世保よかよかっちえる隊」がお祝いの演舞を披露したほか、本市出身で俳優の岩永徹也さんと歌手の前川清さんからビデオメッセージが送られました。

◎社会教育課 ☎24・1111



お祝いのYOSAKOI 演舞



開式・閉式のあいさつや司会などを行う検討委員でことし新成人の皆さん



注連縄に差し込むわら人形づくり



荒縄を締め上げて作る注連縄づくり



禊を行うヤモード



完成した大注連縄を神社から運び出す皆さん



注連縄をより合わせて大注連縄を作る両町の皆さん



鳥居に架けられた大注連縄



神社の鳥居に大注連縄を架け換える皆さん



佐世保のヤモード祭り

長崎県指定無形民俗文化財

1月26日、五穀豊穡と家内安全を祈願する収穫儀礼「ヤモード祭り」が松原町の湍姫神社で行われました。

江戸時代から続くと言われるこの祭りは、冬の間山の神として山に戻っていた田の神を里に迎える行事で、矢峰町と松原町から選ばれた青年・ヤモード（山人）が使者となり、祭りをつかさどります。

祭りの目玉となる大注連縄の架け換えは毎年行われており、長さ8m、重さ約300キロの注連縄を両町でそれぞれ作り、より合わせて作られます。

注連縄づくりが始まった頃、ヤモードは近くの山のため池で「禊」を行い、打ち鳴らされる太鼓の音とともに池に飛び込み、魂と体を清めました。また、禊の後は神の葉を口に加え、水に浸した米を石臼と石杵でついて「糝」を作り、神前に供えました。

約6時間をかけて完成した大注連縄は、神社から運び出され、鳥居の上にかかることを許されたヤモードと力を合わせ、鳥居に架け渡されました。

地域の人が見守る中、最後には神宮による御払いや餅まき、神社内での平戸神楽の奉納等が行われ、にぎわいとともに祭りは締めくくられました。

◎文化財課 ☎24・1111

狂犬病予防集合注射日程



生後 91 日以上の飼い犬は、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（どの会場でも接種できます）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。
 ※会場、時間は昨年と変更している場合がありますのでご注意ください。
 ※荒天の場合など、集合注射を中止する場合があります。

実施日	会場	時間	会場	時間	会場	時間
4月9日 (木)	西海橋町内公民館	9:30 ~ 9:50	針尾支所	10:05 ~ 10:35	江上支所	10:50 ~ 11:15
	旧鹿町支所	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10日 (金)	大岳台町公民館	9:20 ~ 9:50	もみじが丘中央公園	10:05 ~ 10:25	東浜町一組公民館	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	鹿子前町二組公民館	10:35 ~ 11:05
4月12日 (日)	早岐支所	9:10 ~ 9:50	広田地区公民館	10:10 ~ 10:50	奥山町公民館	11:05 ~ 11:35
	ソレイユ吉井	9:30 ~ 10:10	世知原支所	10:35 ~ 11:25		
	相浦地区公民館	9:10 ~ 10:00	小佐々町田原地区公民館	10:20 ~ 10:40	小佐々ふれあいセンター(旧漁村センター)	11:00 ~ 11:30
4月14日 (火)	山澄地区公民館(潮見町)	9:25 ~ 9:50	総合教育センター(清水地区公民館)	10:10 ~ 10:35	北地区公民館	10:50 ~ 11:10
	江迎地区公民館	9:30 ~ 10:10	鹿町町崎公民館	10:40 ~ 11:00		
4月15日 (水)	花高第三公園	9:15 ~ 9:45	若竹台公民館	10:00 ~ 10:45	木風町2組公民館	11:15 ~ 11:30
	俵ヶ浦町公民館	9:30 ~ 9:50	野崎町公民館	10:05 ~ 10:20	庵浦町公民館	10:35 ~ 10:50
4月16日 (木)	黒島港	14:00 ~ 14:15	黒島支所	14:25 ~ 14:50	高島港	16:10 ~ 16:30
4月19日 (日)	高砂公園(保健所裏)	9:30 ~ 10:00	天神公園	10:40 ~ 11:20		
	三川内支所	9:20 ~ 10:10	黒髪小正門前	10:40 ~ 11:20		
	大野地区公民館	9:10 ~ 10:00	柚木支所	10:20 ~ 11:10		
4月21日 (火)	鹿町町活性化センター	9:30 ~ 10:00	長串公民館	10:25 ~ 10:40	小佐々町神崎地区公民館	10:55 ~ 11:15
	宮津町公民館	9:30 ~ 9:50	南風崎町一区公民館	10:10 ~ 10:30	東明公園	10:50 ~ 11:10
4月22日 (水)	日宇支所	9:10 ~ 9:55	上原町公民館	10:15 ~ 10:35	三川内山公園	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	下本山町公民館	11:00 ~ 11:15
4月23日 (木)	小佐々町新田公民館	9:30 ~ 9:45	浅子町公民館	9:55 ~ 10:10	相浦ニュータウン公民館	10:30 ~ 10:50
	上直谷公民館	9:30 ~ 9:50	岩谷口地区集会所	10:10 ~ 10:30	潜木公民館	10:55 ~ 11:15
5月24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24日(日)にフェリーが欠航した場合は5月31日(日)に延期します。	

- 上記会場での料金は 3,350 円(注射済票交付手数料 550 円+技術料 2,800 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「犬の転入届」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



出前授業で子どもたちに九十九島の魅力を話す宮本さん

九十九島と子どもたち

九十九島ビジターセンター センター長 宮本 博文 さん

私は生まれも育ちも大阪で、皆さんからは「もっさん」の愛称で呼ばれています。

私の記憶にある海といえば、大阪の人たちが泳ぎに行く兵庫県の瀬戸内海の海岸です。海面には日焼け止めの油がうっすらと浮いており、色は真っ黒で、口の中に入ってしまうとお腹を壊してしまうんじゃないかと思うくらい残念な海でした。当然、そのような海しか知りませんので、海を好きになるはずもなく、少年時代が過ぎ、大人になりました。

私は昨年4月から九十九島ビジターセンターで九十九島の魅力を伝える仕事をしています。ビジターセンターの展示物や企画展、館内や野外でのイベント、出前授業、受け入れ講座などさまざまなスタイルで

九十九島の魅力を発信しています。

仕事では子どもたちと接する機会が多く、イベントや受け入れ講座などで九十九島の島々や生き物などの話をするとき心掛けていることがあります。それは、今の子どもたちが進学や就職などで佐世保を離れるかもしれないときに「私たちの故郷には九十九島という素晴らしい場所があるんだ」と佐世保で育ったことを誇りに思えるような話をすることです。子どもの頃から九十九島が当たり前のように目の前にあると、九十九島の素晴らしさに気付かないかもしれません。しかし、私には黒い海の記憶しかありません。佐世保の子どもたちに「君たちは幸せ者なんだよ」ということをこれからも伝えていきたいです。



宮本博文さん



「うみかぜガイドウォーク」で九十九島の植物を観察する子どもたち

観光課 ☎ 24-1111

市制施行 118 周年記念式典の開催

市制施行 118 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(水) 10時30分～12時

場所 アルカス SASEBO

☎秘書課 ☎ 24-1111



吉井地区複合施設(仮称)イメージ図

吉井地区複合施設(仮称)が 5月7日(木)に新築オープンします

支所と地区公民館機能を備えた「吉井地区複合施設(仮称)」を5月7日(木)から供用開始します。この施設への移転に伴い、吉井地区公民館を右の日程で休館しますので、皆さんのご理解とご協力をお願いします。なお、当施設は「福井洞窟」の出土品を展示する「福井洞窟ガイダンス施設(仮称)」も新たに整備しており、令和3年春のオープンを予定しています。

(施設概要)

- 1階 支所、公民館事務室、和室、調理実習室など
- 2階 講堂、講座室

☎吉井地区公民館 ☎ 64-2100、吉井支所 ☎ 64-3111

**新施設移転に伴う
吉井地区公民館の休館日**

図書室休館日
4月6日(月)～5月6日(水・祝)

全館休館日
4月20日(月)～5月6日(水・祝)

3月、4月の休日窓口を ご利用ください

引越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29日(日) 9時～17時

4月 5日(日) 9時～17時

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。
廃棄物減量推進課 (本庁舎1階)	転入者への家庭系ごみの出し方の説明
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 (中央保健福祉センター4階)	児童手当、児童扶養手当、福祉医療手続き、保育所等の入所相談

※他の関係機関への問い合わせが必要な手続きは、後日改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

運転免許更新時講習を 受講できる場所が変わります

運転免許更新時講習は現在、県内のほぼ全ての警察署等で実施していましたが、運転免許保有数の減少などに伴い、実施場所を集約することになりました。佐世保市では以下のとおり変更になりますので、ご理解とご協力をお願いします。詳しくは運転免許試験場が最寄りの警察署にお尋ねください。

変更期日 4月1日(水)から

講習区分	講習を受講できる場所	
	3月31日まで	4月1日から
優良運転者	早岐警察署 佐世保警察署 相浦警察署 江迎警察署	早岐警察署 佐世保警察署 相浦警察署 江迎警察署
一般運転者	早岐警察署 佐世保警察署 相浦警察署 江迎警察署	佐世保警察署 江迎警察署
違反運転者 ・初回更新者	早岐警察署 佐世保警察署 相浦警察署 江迎警察署	運転免許試験場 (大村市) 長崎運転免許センター (長崎市、注1) 離島の警察署

※4月1日以降も市内の4警察署で運転免許の更新手続き申請を受理することはできません。

受付時間 9時～11時、13時～16時

注1 講習だけ受講することはできません。

☎運転免許試験場 ☎ 0957-53-2128

☎文化振興課 ☎ 24-1111



アルカス SASEBO ジュニアオーケストラの皆さん

**アルカス SASEBO
地域創造大賞を受賞**

1月17日(金)、アルカス SASEBO が地域創造大賞(総務大臣賞)を受賞しました。この賞は一般財団法人地域創造が地域における文化的な表現活動のための環境づくりに功績のあった公立文化施設を顕彰するものです。アルカス SASEBO は、鑑賞事業やロビーコンサート、ジュニアオーケストラを含む3つの楽団を立ち上げるなど、クラシック音楽を中心に事業を展開し、市民演奏団体等約100組が出演する「アルカス九十九島音楽祭」など、音楽を通じた交流により活力ある地域づくりに貢献したことが評価されました。今後とも音楽や舞台芸術などの取り組みを通じて芸術・文化の向上に努めていきますので、市民の皆さんのご協力をお願いします。

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＝令和2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

②台帳の閲覧＝令和2年度の固定資産税(土地・家屋・償却資産)の評価額などが記載された課税台帳

日程 ①4月1日(水)～4月30日(木)

②4月1日(水)～来年3月31日(水)

※平日8時30分～17時15分。

場所 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1日(金)以降は委任状が必要)、納税管理人、代理人(委任状が必要)、借地・借家人(対象物件だけ。賃貸借契約書などが必要)

※窓口では本人確認のため、運転免許証等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。

固定資産税路線価格と標準宅地の価格の閲覧

日程 4月1日(水)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

軽自動車税(種別割)についてのお知らせ

軽自動車税(種別割)は4月1日現在の所有者に課税されます

所有者変更、廃車、転出、盗難に遭ったなどの場合は、3月31日(火)までに手続きをしてください。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。

☎125cc以下の原付バイク、小型特殊車⇒資産税課 ☎24-1111

☎125ccを超えるバイク⇒佐世保自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2084

☎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(種別割)の減免

身体障害者手帳等の所有者や公益のための軽自動車を所有する法人などは、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2日(木)～6月1日(月)の平日

軽四輪車等の軽自動車税(種別割)の税額一覧

三輪以上の軽四輪車等は、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31年4月～令和2年3月に新規取得し、一定の環境基準を満たした新車は令和2年度分の種別割に限り軽減されます(表1)。

(表1) 軽課(グリーン化特例)

車種		軽四輪・家用	軽四輪・営業用	軽三輪
乗用	電気軽自動車等	2,700円	1,800円	1,000円
	令和2年度燃費基準+30%達成車	5,400円	3,500円	2,000円
	令和2年度燃費基準+10%達成車	8,100円	5,200円	3,000円
貨物	電気軽自動車等	1,300円	1,000円	1,000円
	平成27年度燃費基準+35%達成車	2,500円	1,900円	2,000円
	平成27年度燃費基準+15%達成車	3,800円	2,900円	3,000円

※軽課は令和2年だけ適用。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%低減達成車に限ります。

※平成31年度軽課適用車両の令和2年度の税額は、通常の税額(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・家用	乗用・営業用	貨物・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 (平成19年3月以前・経年車重課 ※注)	3,100円 (4,600円)	7,200円 (12,900円)	5,500円 (8,200円)	4,000円 (6,000円)	3,000円 (4,500円)

※注 令和2年度は車検証に記載された初度検査年月が平成19年3月以前(新規検査から13年経過)の車両が経年車重課の対象となります。

☎資産税課 ☎24-1111

シリーズ「予防救急」119番の上手なかけ方

自分の家や隣の家が火事になったり、家族が急に倒れたりすると、人は気が動転してしまい、119番通報など、日頃は普通にできることができなくなってしまいます。消防局に119番通報を行う際は、次の例を参考にして、慌てず落ち着いて通報することを心掛けてください。

119番通報の例(救急車を呼ぶ場合)

消防局：119番消防です。火事ですか、救急車ですか。
通報者：救急車です。

消防局：救急車が向かう場所はどこですか。
通報者：〇〇町〇番地です。

消防局：何か近くに目標になるものはありますか。
通報者：〇〇バス停の近くです。

消防局：どなたがどうしましたか。
通報者：55歳の夫が胸が痛いと言って苦しんでいます。

※消防局では119番通報の対応を必ず2人以上の職員で行っています。ここまでの情報で、最も早く到達できる救急隊を出動させますので、落ち着いて後の質問に答えてください。

消防局：救急車は出動しました。意識と呼吸はありますか。

通報者：呼び掛けに返事があり、呼吸は少し荒くて速いようです。

消防局：いつから、何をしていた、そのような状態になったのですか。

通報者：10分くらい前から急に胸が苦しいと言い出して、冷や汗をかいています。

消防局：かかりつけの病院はありますか。

通報者：〇〇病院の内科にかかっています。

消防局：分かりました。救急車が来ましたら、どなたか案内に出てください。また、救急車が着く前に容態が変わった時は再度119番通報をしてください。

消防局：最後にあなたのお名前と、今お掛けの電話番号を教えてください。

通報者：私の名前は〇〇〇〇です。電話番号は〇〇〇〇〇です。

☎消防局警防課 ☎23-2598

消防通信指令システムの全面更新を行いました

平成16年度に運用を開始して以来、連続稼働している消防通信指令システムの全面更新を行い、4月1日から運用を開始します。新しいシステムは最新技術を駆使しており、119番通報の受け付け等の指令業務や消防活動の円滑化を図り、住民の皆さんの安全・安心にさらに貢献していきたいと思っております。

① Net119 通報受信装置を導入

発語による通報ができない障がいのある人は、これまでファクスとEメールによる通報しかできませんでしたが、このシステムによってスマートフォン等で会話することなく、地図付きチャットによる通報が行えるようになります。

② 災害情報共有システムを導入

現在、台風等の複数災害発生時、指令台で得た

情報はファクスで各署に送信していますが、このシステムによって、データ送信ができるようになり、より迅速な対応が可能になります。

③ 現場映像共有システムを導入

現在、災害現場等とは無線や電話など音声による情報伝達しかできませんでしたが、この装置によって、映像を本部へ送信できるようになり、より細かな活動指示を行えるようになります。

☎消防局指令課 ☎23-5121

📧 お便り

市民の方から寄せられた市政へのご意見や感想などを紹介します。

質問 新型コロナウイルス感染症の情報はどこで見ることができますか。

回答 昨年12月以降、中華人民共和国湖北省武漢市を中心に新型コロナウイルス感染症の発生が複数報告されており、日本では国立感染症研究所や厚生労働省において、必要な情報の収集・公表が行われています。発生状況や対応状況などは随時更新されていますので、最新の情報はこれらの機関のホームページをご確認ください。

佐世保市ホームページでも、市民や医療機関向けに今回の関連情報をお知らせしているほか、関係機関ホームページの参考情報などをお知らせ

ていますので、どうぞご覧ください。

また、通常の風邪やインフルエンザが多い時期でもありますので、せきエチケットや正しい手洗いなど、日ごろから予防対策を徹底しましょう。

国立感染症研究所ホームページはこちらからどうぞ



厚生労働省ホームページはこちらからどうぞ



📞健康づくり課 ☎ 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

サポートプラザを通した移住者数も昨年度は○○○人と県内で一番多くなっています。

問題2

1月17日(金)、アルカス SASEBO が○○○○大賞(総務大臣賞)を受賞しました。

問題3

「○○○○」は概ね半径1～10kmの範囲に住む利用者同士がコミュニケーションを取ることができるご近所限定のSNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)です。

「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」か「Eメール」または「応募フォーム」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19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 ①130 ②設置 ③ビブリオバトル 1月号の応募状況 370通(正解364・不正解3・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)



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

ブルーベリー・マンゴードリンク 3名様
720ml 2本セット



佐世保産の完熟ブルーベリーを搾ったサラリとしてフルーティなドリンクと、佐世保産の鉢植えプリンセスマンゴーのおいしさをそのまま詰めた濃厚な甘さと酸味のドリンク2本セットをプレゼントします。

📍堀内フルーツファーム ☎ 76-7677



ニューススポーツレクリエーションの様子

「愛宕地区は人と自然が調和し、国際色豊かで佐世保を象徴する地域です」と話すのは、愛宕地区自治協議会で会長を務める柴田和夫さん。愛宕地区には、造船所で有名なSSKや西海国立公園九十九島、九十九島パールリゾートなどが点在し、巨大クレーンと美しい自然が絶妙に調和しています。また、近くには米海軍佐世保基地もあり、多くの外国人がこの地区で暮らしています。

目的とした「ニューススポーツレクリエーション」を開催し、子どもからお年寄りまで265人が参加しました。誰でも気軽に参加できるように年種目を見直し、各町内会でも当日に向けて自発的に練習しています。「こうした積み重ねが地域の皆さんの絆を強くしていると思います」と日頃の取り組みの成果を実感しています。

また、柴田さんが務めていた少年補導員の経験を生かし、毎年警察と連携した「特殊詐欺防止講演会」を実施しています。「年々巧妙になる特殊詐欺から守り、地域の皆さんが安全安心に暮らせるようにしていきたいですね」と思いを語ります。

今後の抱負について尋ねると、「一つの活動を通じて地域の皆さんとの輪を広げ、地区内の団体と協力しながら、みんなで支え合えるまちづくりをしていきたいです」と話していました。

(取材日 1月22日)

明るく楽しく集い ご縁をつなぐ愛宕地区

愛宕地区自治協議会 会長 柴田 和夫さん



シリーズ 地区自治協議会 会長さんに伺いました 21

ヘルシークッキングコンテスト

夏野菜てんこもり卵ピザ



作り方

- ①オクラは5mm幅に切り、ミニトマトは輪切りにする。トウモロコシはゆでて身を削り取り、アスパラガスはゆでて斜め切りにする。卵は溶いておく
- ②フライパンにバターを溶かし、チーズ(30g)を広げて入れる
- ③②で溶けたチーズの上に卵を流し入れ、①の野菜類をのせる
- ④残りのチーズを上からかけ、ふたをして火を通す

1人分の栄養価

熱量 306Kcal、たんぱく質 17.7g、脂質 18.9g
カルシウム 240mg、食塩相当量 1.2g

●令和元年度ヘルシークッキングコンテスト

「野菜たっぷり彩り弁当」「中・高校生の部・最優秀賞」



考えていただいた人

徳永 結子さん(清水中学校2年)

料理のワンポイント
佐世保の野菜を使って、ヘルシーな弁当にしました

材料(2人分)

オクラ	25g	卵	2個
ミニトマト	20g	バター	10g
トウモロコシ	150g	ピザ用チーズ	60g
アスパラガス	80g		

お知らせ

祝日の燃やせるごみの収集
3月20日(金)(春分の日)は収集し
ます

◎廃棄物減量推進課 ☎ 32・2428

税の申告受付は3月16日まで
市県民税・国民健康保険税等の申
告を中央保健福祉センター8階で
受け付けています。最終日近くに
なると大変混雑しますので、申告
は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8階でも受け付けます。

◎申告にはマイナンバーと本人確
認書類が必要です。

◎詳しくは本紙1月号折り込みや
2月号をご覧ください。

◎切 3月16日◎

◎市民税課(市県民税)

◎保険料課(国民健康保険税)

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間未納が続く
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
支えとなります。保険料の納め忘
れが続くと、老齢年金や障害年金、
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。納期限は翌月末です。納
期から2年経過すると時効によっ
て納めることができなくなります。
◎詳しくはお尋ねください。

◎佐世保年金事務所

☎ 34・1189

鹿町支所が鹿町地区公民館内に移
転します

建物の新しい老朽化に伴い、3月
23日(日)から鹿町支所が鹿町地区公
民館内(鹿町町下歌ヶ浦8の37)
に移転します。移転に伴う業務
内容や電話番号の変更はありません。

◎鹿町支所 ☎ 77・5111

出張女性相談室(無料)

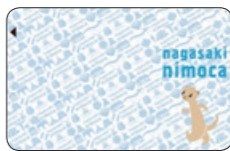
DV(配偶者や恋人等からの暴
力)や家庭問題等の悩みに女性相
談員が応じます(秘密厳守)。

◎日程 3月14日(土)、28日(土)

◎全て9~16時。

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)

交通系 ICカード「長崎ニモカ」のサービスが
3月1日から MR(松浦鉄道)で開始されます



全国相互利用交通系 IC カード「長崎ニモカ」が 3月1
日(日)から MR で利用できます。長崎ニモカは MR の
運賃をはじめ、加盟するコンビニや飲食店などの商
業施設で電子マネーとしても利用できますので、ど
うぞご利用ください。これに伴い、MR での「長崎スマ
ートカード」の利用は 5月31日(日)で終了します。

販売場所 MRの各有人駅と車内
販売価格 2,000円(利用可能額1,500円+預かり
金500円)

◎預かり金は IC カード返却時に返金します。
◎ MR 以外で導入予定の公共交通機関については、長
崎県バス協会(☎ 095-822-9018)にお尋ねください。

◎松浦鉄道 ☎ 25-2229
◎ニモカコールセンター ☎ 0570-092-111

場所 スピカ
◎市役所でも随時相談に応じます。
◎人権男女共同参画課
☎ 24・6180(予約・相談専用)
☎ 23・3828(当日連絡用)

人権シリーズ「同和問題」(部落差
別)
平成28年12月に「部落差別の解消
の推進に関する法律」が成立、施
行されました。同和問題は私たち
にとって「ひとごと」ではない現在
進行形の重要な人権課題の一つで
す。同和地区、被差別部落などと

呼ばれる特定地域の出身や、そこ
に住んでいることを理由に結婚を
妨げられるなどの差別が起こって
います。また、インターネット上
では差別を助長するような内容を
書き込む人もいます。同和問題を
正しく理解し、お互いの努力でみ
んなが人として尊重される差別の
ない社会を築いていきましょう。
◎人権男女共同参画課

選挙で投票できるように市外へ
引っ越す際は届け出を
住んでいる場所を正しく届け出て

いないと投票所整理券が届かな
かったり、投票できなくなったりす
ることがあります。引っ越しの際
は必ず住民票を移しましょう。進
学や就職で引越す際も忘れずに
手続きしてください。

◎選挙管理委員会事務局

「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28日(土)13~14時

◎場所 四ヶ町アーケード(島瀬公
園前)

◎農林整備課内・緑化推進協議会

道路安全のためのお願い

・市道の照明灯(街灯)が消えて
いるとき道路照明灯コールセ
ンター(☎ 0120・105・
557)へ

・市道に穴が開いているとき道路
維持課へ

・市道の占用(足場や看板の設置
など)、河川の占用(橋の設置
など)、市道の改造(歩道の切
り下げなど)は土木政策・管理
課へ

◎土木政策・管理課

◎道路維持課

資源集団回収報奨金の交付申請
対象 令和元年度後期分(10~3
月分)

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31日◎
◎申請期日を過ぎると報奨金を支

長崎地方気象台の電話窓口変更

4月1日(日)から長崎地方気象台の
電話窓口が変更になります。夜間・
休日の電話窓口が自動音声に変わ
り、旧佐世保測候所転送電話(☎
31・4348)も廃止されます。
◎平日(8時30分~17時15分) ☎
0955・8114861

◎夜間・休日(自動音声) ☎

0955・8244172

◎防災危機管理局 ☎ 23・9258

市収納代理・公営企業収納取扱金
融機関の取り直し

3月31日(日)付けで「商工組合中央
金庫」の市収納代理・公営企業収
納取扱金融機関としての指定を取
り消します。今後同金庫の各店舗
で市税や水道料金の支払い、口座
振替ができなくなります。
◎会計管理室(市税など) ☎
24・1151
◎水道局営業課(水道料金など)

転居のときは水道局に届け出を

水道の使用開始や中止の届け出は
早めにお願ひします。
申込 水道局ホームページ(24時
間手続きできます)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

中央公園(多目的広場)が
10月31日まで利用できます



名切地区再整備事業の進捗に伴い、4月1
日(日)から利用できなくなる予定だった中
央公園(多目的広場)が、10月31日(土)ま
で引き続きご利用いただけます。今回の
利用期間延長に伴い、利用方法が次のと
おり変更になりますので、ご理解とご協
力をお願いします。

期間 4月1日(日)~10月31日(土)
◎6~18時。ナイターの利用は
できません。

料金 3月31日(日)まで1コート1時間
100円、4月1日(日)以降は無料

申込 「公共施設予約システム」での予約
が必要で

◎予約システムは右の画像
からご覧いただけます。



◎事業の進捗によって利用期間を変更す
る場合があります。その際は本紙や市
ホームページなどでお知らせします。

◎公園緑地課

近代印刷LINE@
はじめました!

お気軽に
ご相談下さい!

創作料理 KAORI

山のかおり
海のかおり
土のかおり
人のかおり

祝事、法要後のお食事ご予約賜ります
大切なお客様の接待に...
[2名様から24名様まで御定食]詳しくはお問い合わせください。
ゆっくりとした空間の中で素敵な
ひとときをお過ごし下さい。
軽のお食事 2,000円より
夜の懐石 5,000円より(税別)

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

あなたの人生や
活動の記録を
「一冊の本」に
しませんか?

記念誌・社史・自分史
制作いたします。

- 完全データ入稿。制作が必要な場合は別途お見積り致します。
- 予算に合わせて制作いたします。●様々なサイズで制作いたします。

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-eigyo@aroma.ocn.ne.jp

お知らせ

指定管理者の指定

「佐世保市東部クリーンセンター」
余熱利用施設工コスバ佐世保(株)
協栄「佐世保市鹿町地区体育施設」
特定非営利活動法人スポーツ
クラブしまち

募集

市内路線バスモニター



市内路線バスの更なるサービスや
接客マナー向上を図るため、バス
乗車時のご意見や感想などを報告
していただく「市内路線バスモニ
ター」を募集します。

内容 任期 4月1日(水)～来年3
月31日(水)▽募集人数 10人▽報
酬 交通系ICカード(定額補
助)
対象 市内路線バスを利用して
いる18歳以上の人で、毎月モニ
ター通信用紙による報告(月1
回以上)とモニター会議(任期
中1、2回の意見交換)に参加
できる人

※応募多数の場合は利用状況など
を考慮して選考します。

申込 住所、氏名、性別、電話番号、
市内路線バスについての感想、
利用状況(目的、区間、1週間
当たりの利用回数)を明記して、
郵送(〒857-0858の8585、
住所不要)かファクス(25
9651)で地域交通課へ
メ 切 3月19日(水)(必着)
◎地域交通課

看護専門学校オープンキャンパス
日程 3月26日(水)13～16時
場所 市立看護専門学校(平瀬町)
内容 学校概要説明、模擬授業、
看護体験コーナーなど
対象 市立看護専門学校を志望す
る人、看護に興味がある人
申込 電話かファクス(24・73
29)で同校へ
◎市立看護専門学校
☎24・7329

佐世保市文化振興委員会「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。
内容 任期 5月下旬～令和
4年3月31日▽募集人数 若
干名▽報酬 会議1回につき
8800円
対象 20歳以上の市民
申込 3月23日(金)～4月3日(金)に

させば競輪開催日程 ☎31-4797



【昼開催】	
・松山記念GⅢ場外	3月12～15日
・平塚FⅠ場外	17～19日
・国際競技支援GⅢ(久留米)場外	20～22日
・名古屋FⅠ場外	23～25日
・ウィナーズカップGⅡ(福井)場外	26～29日
・広島FⅠ場外	30～31日
【ナイター開催】	
・いわき平FⅠ場外	3月13～15日
・本場FⅠ(ガールズ)	17～19日
・松戸FⅠ場外	20～22日
・玉野FⅠ場外	23～25日
・川崎FⅠ場外	26～28日
・別府FⅠ場外	29～31日

※4月以降のスケジュールは佐世保競輪
ホームページをご覧ください。

させば競輪「バンク開放」

佐世保競輪場のバンクを走ったり、ウォー
キングしたりしてみませんか。
日程 3月22日(日)10時～15時(雨天中止)

市民農園の利用者
場所 中里町高峯(将冠岳西側)
内容 利用期間 4月1日(水)～来
年3月31日(水)▽1区画 約30㎡
料金 年額3千円(1区画)
申込 利用申請書を農業畜産課へ

※申請方法や条件など詳しくは市
ホームページをご覧ください。
◎商工物産課
導を受ける事業③広告宣伝に關
する事業で、補助対象経費の2
分の1以内を補助(上限あり)
対象 市内の中小企業者など
申込 ①だけ 4月1日(水)～来年
2月24日(水)に商工物産課へ▽①
②③を組み合わせた事業 3月
18日(水)～4月8日(水)に商工物産
課へ

令和2年度の文化財発掘作業に従
事する作業員の登録を随時受け付
けています。発掘作業は不定期で
行われるため、雇用されない場合
やすぐに採用されないことがあり



文化財発掘作業員の登録

◎駐車場、トイレあり。
※詳しくは市ホームページをご覧
になるか、お尋ねください。
◎農業畜産課

普通救命講習Ⅰ(無料)
日程 3月22日(日)9～12時
場所 東消防署(広田一丁目)
内容 心肺蘇生法、止血法、異物
除去法、AEDの取り扱いなど
対象 中学生以上

講演会 など

自衛官
自衛官候補生 11通年募集
対象 18～33歳未満の人
◎自衛隊長崎地方協力本部佐世保
出張所 ☎23・1231

◎文化財課
お尋ねください。
◎東消防署 ☎38・2519

佐世保公園バーベキュー施設と
白浜キャンプ場の利用予約を受け付けます

佐世保公園バーベキュー施設
受付期間 3月16日(日)～10月31日(日)
※開場は3月21日(土)～10月31日(土)の土・日曜、祝日。
※7月18日(土)～8月31日(日)は毎日利用できます。
料金 1基2,130円、木炭3*。800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
受付期間 4月1日(水)～10月31日(日)
※開場は4月10日(金)～10月31日(日)。
内容 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時～16時30分(当日予約は15時まで)。
◎公園緑地課

中小企業向け各種補助金

◎文化振興課
◎文化財課
◎東消防署 ☎38・2519
◎自衛隊長崎地方協力本部佐世保
出張所 ☎23・1231
◎文化財課
お尋ねください。
◎東消防署 ☎38・2519



◎文化財課
◎東消防署 ☎38・2519
◎自衛隊長崎地方協力本部佐世保
出張所 ☎23・1231
◎文化財課
お尋ねください。
◎東消防署 ☎38・2519

◎文化財課
お尋ねください。
◎東消防署 ☎38・2519



◎文化財課
お尋ねください。
◎東消防署 ☎38・2519

◎文化財課
お尋ねください。
◎東消防署 ☎38・2519

◎文化財課
お尋ねください。
◎東消防署 ☎38・2519

360°回転画像を撮りませんか?
使い方は無限大! ウェブ・アプリ内コンテンツとして、ホームページやオンライン
ストアでの商品紹介、販売促進や営業ツールとしても最適です!
PC・スマホで
写真をくるくる
回転させられる!
お気軽に
ご相談下さい

株式会社 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-eigyo@aroma.ocn.ne.jp

佐々メモリードホール 佐々初出店!!
SAZA MEMOLEAD HALL GRAND OPEN
完成オープン
令和元年8月1日から、佐世保エリア6ヶ所、
葬祭場の名称が「メモリードホール」に統一されました。
新名称 春日メモリードホール (旧 佐世保中央斎場)
新名称 稲荷メモリードホール (旧 佐世保礼典館)
佐世保市春日町1-6 TEL 0956-25-7600
佐世保市稲荷町23-12 TEL 0956-31-7600
株式会社メモリード させば元町メモリードホール 佐世保市元町1-15 TEL 0956-23-0983

健康と福祉

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。

子育て

児童手当の申請は済みましたが
出生、転入、転出、児童を養育しなくなったなどの場合は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

児童手当の電子申請サービス開始
1月から内閣府が運営するウェブサイト「ぴったリサービス」で、児童手当関連の一部の手続きをオンラインで申請できるようになりました。どうぞご利用ください。
※電子申請にはマイナンバーカードによる電子署名が必要です。
※詳しくはお尋ねください。

ぴったリサービスへ
はこちらからどうぞ



子ども支援課

小中学生の福祉医療費の支給申請
小中学生の保険対象医療費は、自己負担額を除いて後日払い戻す方式です。平成28年8月以降のまだ請求していない月の領収書がある場合は、早めに申請してください。領収書をまとめて提出する場合でも、対象者1人につき申請書は1枚で申請できます。
場所 子ども支援課(郵送も可)、各支所
※自己負担額は1医療機関当たり1日上限800円、1カ月上限1600円。院外処方薬代は全額助成。
※領収書の提出期限は、支払日の翌日から5年です。
※詳しくはお尋ねください。
☎子ども支援課



みんなよつといで〜!

日程 3月16日(日)10時30分〜12時
場所 黒髪児童センター
内容 手遊び、絵本の読み聞かせ等
対象 未就園児と保護者、妊婦等
料金 無料
※当日は飲み物、タオルを持参。
☎重ヶ丘幼稚園子育て支援センター ☎34・4188

みんなであそぼう
日程 3月17日(火)、31日(土)、4月7日(日) ※9時30分〜12時
場所 柚木地区公民館
内容 手遊び、絵本の読み聞かせ等
対象 未就園児と保護者、妊婦等
料金 無料
☎日野子育て支援センター ☎28・3264

保育士が訪問します(無料)
保育士が家庭に訪問し、子育ての悩みや不安、遊びの紹介、子育て支援の情報などの相談に応じます。
日程 平日9時30分〜16時30分
対象 未就学児の親
※月・水・金・土曜は8時30分〜17時15分、火・木曜は13時〜17時15分受け付け。
☎各子育て支援センター
(東部) ☎39・4002
(中部) ☎32・1903
(北部) ☎47・3329

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
※受診できるかどうか事前に電話で確認し、保険証、福祉医療受給者証、お薬手帳などの持参を。
☎町4の11(一) ☎24・6992
☎佐世保市身体障害者団体連合会

障がい福祉

精神科医師による家族向け相談
日程 4月9日(水)13時30分
場所 中央保健福祉センター
対象 精神的な悩みなどを抱えている人の家族
※精神科に通院歴のある人を除きます。
申込 3月30日(月)までに障がい福祉課へ
☎障がい福祉課

福祉タクシー利用券の切り替え手続き
日程 3月31日(火)受け付け開始
場所 障がい福祉課
対象 平成31年度(令和元年度)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)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31年度(令和元年度)福祉課へ
☎障がい福祉課



「中級コース」
パソコン技能習得による身体機能回復と社会参加を図るための教室です。

ふれあい教室
①パソコン教室
社タクシー利用券、印鑑、身体障害者手帳(療育手帳)を持って障がい福祉課へ
※代理人の場合、代理人の印鑑と身分証明書が必要です。
※タクシー利用券を使い切った場合は表紙を持参してください。
☎障がい福祉課

日程 毎週水曜13〜15時
場所 サンアビリティーズ佐世保
【上級コース】
日程 毎月第1、3土曜13〜15時
場所 福祉活動プラザ(栄町)
②スマートフォン教室
スマートフォンでの操作を学ぶことで、情報取得技術の向上と社会参加を図るための教室です。
日程 毎月第4木曜10〜12時
場所 福祉活動プラザ(栄町)
③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 サンアビリティーズ佐世保
対象 ①〜⑤市内在住の内部・肢体障がい者
料金 ①2千円②③無料
申込 ①〜⑤とも電話か直接佐世保市身体障害者団体連合会(栄町4の11)へ
☎24・9407

点字・漢字講習会(無料)
点字・漢字の翻訳技術の習得と翻訳ボランティア養成の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。8月を除きます。
場所 福祉活動プラザ(栄町)
対象 市内在住で視覚に障がいのある人や一般の人
申込 電話で佐世保市視覚障害者協会へ
☎佐世保市視覚障害者協会 ☎24・9407

高齢者と介護
CDに録音した「広報させほ」市議会だより「社協だより」を郵送でお届けします。
対象 視覚に障がいのある人
料金 無料
申込 電話で佐世保市視覚障害者協会へ
☎佐世保市視覚障害者協会 ☎24・9407



介護教室
①3月13日(金)大岳台町内公民館
②3月16日(月)早岐地区公民館
※①10時〜11時30分②10時30分〜12時
内容 介護に関する技術や知識を題材とした講演、体験学習など
※詳しくはお尋ねください。
☎長寿社会課

手話通訳者養成講座



①入門・基礎編(全43回)
日程 4月14日(火)〜来年3月16日(火)の毎週火曜

②基礎編(全23回)
日程 9月15日(火)〜来年3月16日(火)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の入門編修了後、9月から②の基礎編と合流します。

対象 ①講座未受講者で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 ①②とも4,000円(テキスト代など)

定員 各35人

申込 はがきに住所、氏名(フリガナ)、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4-11)へ

メ切 3月31日(火)必着

☎障がい福祉課

介護者の「ミモロ」の相談会(無料)
日程 3月27日(金)13時30分〜15時30分
場所 吉井地区公民館
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
申込 3月19日(木)までに長寿社会課へ
☎長寿社会課

50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!



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 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「COCCAR2」
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!

QRコード
からも
ダウンロード
できます

KINDAI
ARを起動して
読み込んでください

求む 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”
YESTERSTATION
イイステーション

実録! 昨今の売却事情
子供の近くに住み替え
子供の近くに引っ越すことにしました。
子供達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。

ありがとうございます
何もしないと、
売れるタイミングは
ほとんど
逃げていく!

家 売ります!
土地 売ります!

株式会社 建吉 一級建築士事務所
〒857-0054 長崎県佐世保市早岐地区早岐1-1-1
TEL 0120-529-279

検診・検査 など

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		
大腸	—	—	600円		
子宮	頸部(けいぶ) 1,000円				
乳	—	1,500円	1,100円		
前立腺	—	—	—	400円	

場所 市内の登録医療機関

②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、中央保健福祉センター6階窓口へ提出してください。

日程 3月24日⑩ 9:00～11:00

対象、料金 ①と同じ

申込 提出日の10日前までに電話で健康づくり課へ

※①②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。

※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(保険証か証明書が必要です)。

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

【エイズ・クラミジア・梅毒抗体検査】(要予約)

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

④成人歯科健診、歯科相談(無料)

日程 火曜 9:00～11:00

場所 中央保健福祉センター

申込 電話か直接健康づくり課へ

※歯科健診は不定期で実施。詳しくはお尋ねください。

⑤乳幼児健診(約1カ月前に該当者に通知します)

4カ月児健診 対象 3～4カ月ごろ

1歳6カ月児健診 対象 1歳6カ月ごろ

3歳児健診 対象 3歳6カ月ごろ

☎健康づくり課(①～④) ☎子ども保健課(⑤)

麻しん(はしか)・風しんワクチン定期予防接種を受けましょう

現在首都圏を中心に「風しん」が流行しており、県内でも発症事例が報告されています。「麻しん(はしか)・風しん予防接種」の定期予防接種対象年齢となっている人は、対象年齢期間内であれば無料で接種することができます。予防接種が済んでいない人は期間内の接種をお願いします。

・「麻しん(はしか)」とは

ウイルス感染後、発熱・せき・鼻水などの症状が出始め、数日後に全身性発疹が現れ、さらに高熱が4、5日続きます。

・「風しん」とは

発疹・発熱・リンパの腫れが現れます。妊娠初期の女性が感染すると胎児が障がいや先天性風しん症候群を発症する可能性があります。

場所 市内実施医療機関または県予防接種広域化事業参加医療機関

対象 ①第1期=生後12カ月(1歳)～生後24カ月(2歳)までの人②第2期=小学校入学1年前の人(いわゆる年長組)

※①②各1回ずつ(全2回)の接種となっています。

※②は3月31日⑩までに接種してください。

料金 無料

※対象期間外に接種する場合は定期接種とならず、金額自己負担となりますのでご注意ください。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎健康づくり課

3月10日⑩ 広田地区公民館(約6.5km)、南地区公民館(約6.5km)



健康ウォーキング地区活動

慢性腎臓病(CKD) 3月第2木曜は世界腎臓デーです。CKDと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できますので、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。

健康教室 3月18日⑩ 14～15時 場所 総合医療センター 内容 テーマ「足の血管内治療について」 料金 無料 ※申込不要。 ☎総合医療センター ☎24・1515

健康づくり

生活衛生

フグの素人調理は大変危険です



フグはテトロドトキシンという猛毒を持っています。種類によって有毒部分が異なり、塩もみや加熱などの調理で無毒化されることはありません。有毒部分を食べると食後20分から3時間程度の短時間でしびれやまひ症状が現れ、まひ症状が重症の場合は呼吸困難で死亡することがあります。フグの調理には、専門的知識と技術が必要です。素人調理は大変危険ですので、自分で釣ったフグの調理は絶対にやめましょう。

☎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

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

① 3月10日⑩、24日⑩ 13:30 ② 3月15日⑩ 13:30、4月4日⑩ 19:00

③ GA 佐世保(ギャンブル依存当事者会)

3月11日⑩、18日⑩、25日⑩、4月1日⑩、8日⑩ 19:00

④ ギャモン結(依存症の家族、友人の会)

3月11日⑩、18日⑩、25日⑩、4月1日⑩、8日⑩ 19:00

⑤ ひきこもり家族会(あのねの木)

3月18日⑩ 10:00

⑥ 高次脳機能障害当事者会・家族の集い

3月14日⑩、28日⑩ 10:00

⑦ 精神障がい者家族の会(ゆみはり会)

3月22日⑩ 13:00

⑧ 精神患者当事者会(ふたばの陽)

3月22日⑩ 13:30

⑨ アジサイ会(脊髄小脳変性症・多系統萎縮症患者会)

3月27日⑩ 13:30

※②①中央保健福祉センター②③④⑥ 市民活動交流プラザ(戸尾町)⑤⑥⑨ 福祉活動プラザ(栄町)⑦中央公民館。

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

生活にお困りの方への支援

就労や家庭のことなど生活上の問題で困っている人の自立を目指した支援を行います

☎市社会福祉協議会 ☎23-0265

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」も利用できます。



【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

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

佐世保駅前の3つのホテル 2～200名 歓迎会ご予約承ります 先着順 マイクロバス 送迎無料!

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

レオプラザホテル 三浦町4-28 TEL 22-4141

最大200名

SASEBO de ENGLISH

市内の名物や名所を題材にして、普段の生活の中で使える簡単な日常英会話をお知らせします。今回は梅ヶ枝酒造を舞台に「お酒」を題材にした会話です。



Nahoko Zak, have you ever had sake?
(ザック、日本酒を飲んだことある?)

Zak No. What is sake made from?
(ないよ。日本酒は何からできているの?)

Nahoko It's made from rice.
(お米からできているのよ)

Zak Rice?
(お米?)

Nahoko This will be sake.
(これが日本酒になるのよ)

Zak Wow!
(すごいね!)

テレビ番組「キラっ都させば」
放送スケジュール

第1土曜 NBC 9:25 ~ 9:30
KTN 11:45 ~ 11:50

第2土曜 NCC 16:25 ~ 16:30

第2日曜 NIB 6:30 ~ 6:35

第3土曜 NBC 9:25 ~ 9:30
KTN 11:45 ~ 11:50

第4土曜 NCC 16:25 ~ 16:30

第4日曜 NIB 6:30 ~ 6:35

※左記内容を1カ月先行して放送しています。
※「キラっ都させば」と文字情報の「させば市政だより」は週替わりで放送しています。
※YouTube版はこちらからどうぞ。



お知らせ 4月から栄養成分表示が義務付けられます

「食品表示法」の食品表示基準に基づき、4月1日から一般用加工食品および添加物に栄養成分表示が義務付けられます。義務違反の場合は指示、命令、懲役・罰金の対象となる場合もありますので、ご注意ください。詳しくは本市や消費者庁のホームページをご覧ください。

健康づくり課 ☎ 24-1111

具体的な表示の例

必ず「栄養成分表示」と表示します

熱量・栄養成分の項目の表示の順番は決まっています

クッキー	
栄養成分表示 (1枚当たり)	
熱量	25kcal
たんぱく質	0.3g
脂質	1.1g
炭水化物	3.5g
食塩相当量	0.04g

食品単位は100g、100ml、1食分、1包装、その他の1単位のいずれかを表示します

表示される値は分析のほか、計算等によって求めた値を表示することが可能です

人の動き (2月1日現在)

- 総人口 246,384人 (前月比 - 183人) 男性 116,825人 (- 73人) 女性 129,559人 (- 110人)
- 世帯数 105,249世帯 (前月比 - 61世帯) ● 1月中の動き 転入 499人、転出 544人、出生 189人、死亡 327人

※「クルーズ船寄港情報」は新型コロナウイルスの影響等で変動する可能性が高いため掲載を見合わせています。

最新情報は「ながさき旅ネット」ホームページをご覧ください。

市長日記

命をつなぐ 計り知れないほど多くつながれてきた命を未来にも



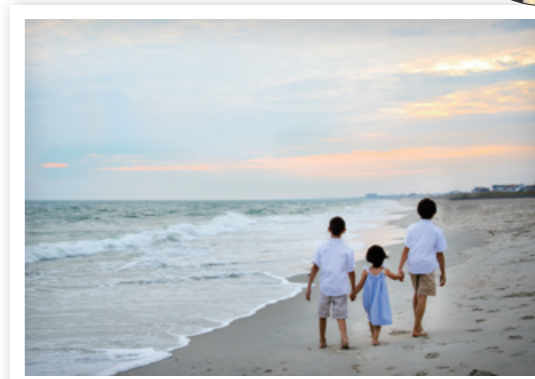
「命をつなぐ」という言葉は、これまで何度も聞き、そして、私自身も事あるごとに使ってきた言葉なのですが、地方創生担当大臣・北村誠吾先生の新年会において、大臣が「命をつなぐ」ことについて語られた時、今までにない感動を覚えると同時に、「命をつなぐ」ことの重要性を改めて考えさせられました。

地方創生担当大臣の立場から、地方の人口減少と少子化を我が国の大きな課題と捉え、地方創生を図っていくと決意を述べられた北村大臣。この決意には多くの人が賛意を持って大きな拍手を贈りました。

その中で、北村大臣は「あなたの命はご両親からつながれた命であるように、両親の命もそれぞれの両親、そして何万年、何十万年もさかのぼれば、計り知れない数のご先祖さまの命からつながっている。この非常に多くの人々がそれぞれに、自分のDNAが未来につながることを期待して、子どもたちに命をつないできたのではないかと」と話されました。

そして、「そうであれば、今の時代に生きる私たちは、イザナギノミコト・イザナミノミコトの神代から多くの人々のDNAがつなぎ合わされた命を自分だけの命として捉えるのではなく、『ご先祖さまからつないでと託された命』であり、次の世代につなぐことを最も重要な選択肢として考えることが大切なことではないか」と説かれました。

現在、私たちは人口減少社会を目の前にして、合計特殊出生率を上げようとさまざまな取り組みを進めています。人々のライフスタイルや考え方が多様化している今、命をつないでいくことにもさまざまな考え方がありますが、皆さんには「これまで計り知れないほど多くつながれてきた



画像はイメージです。本文とは関係ありません。

大切な命を未来につないでいく」という視点もぜひ持っていただきたいと思います。

また、皆さんの中にはそのような思いをお持ちでも、さまざまな事情で叶えられない方もいらっしゃると思います。そうした方たちにとって命をつなぐということは本当に貴重なことであると思います。このように大切な命ですので、経済的な理由などを含め、それぞれの方にそれぞれの事情があらわれると思いますが、どうか、この大切な命のこと、そして、命をつないでいくことを今一度考えていただきたいと思います。

今後このような機運を盛り上げていくためには、併せて国や地方自治体のサポートも必要不可欠です。本市では、市民の皆さんが健康で安心して暮らせるまちづくりを目指し、今後ともできる限りの施策を全力で進めていきますので、皆さんには引き続きご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。こうした機運の醸成とともに社会のサポートが実現できれば、結果的に人口減少に歯止めをかけることができるのではないかと改めて考えました。

佐世保市長 朝長 則男

徳育通信 96

聞いて「徳」する話 57 大人になって気付くこと 地域の皆さまに感謝

数年前に退職し、毎日スーパーに通う道すがら、自分も中学生の時に通った通学路が両側とも草が生え放題になっていました。私が通っていた時、草が生えていて嫌な思いをしたことがなかったので、その時はきっと地域の方が刈ってくださっていたのでしょう。私も少しでもお役に立てばと慣れない手つきで草を刈っていましたが、とうとう腰にきてしまいました。

自分のふがいなさを悲しく思いながらも、時々調子のいい時は行っていました。もうそろそろ本格的に草刈りをしなればと思っていた矢先、10月の市民大清掃で両側の草や生け垣の草をきれいに払ってくださり、すっきりと気持ち

ちよくなっていました。町内の方々が協力して刈ってくださったようです。子どもたちを見守るということも直接的でなくても、間接的にこのようなやり方もあることに気付く感謝でいっぱいです。

車の中から通学路を掃いてくださっている方々を見掛けることがあります。子どものときには気付かなくても大人になって気付くこともあるのですね。感謝しながら通っています。

佐世保徳育推進会議 ☎ 23-2856

(「聞いて徳する話」を随時募集しています。応募方法など詳しくはお尋ねください)