



SASEBO

City Public Relations magazine

7
2020
vol.836

1人3冊まで購入可能

1冊 5,000 円で
5,750 円分のお買い物

15%
プレミアム

させぼ 振興券

7月11日
販売開始



新型コロナウイルス関連 緊急経済対策 など P2

特集 第2期新させぼっ子未来プランを策定
子育てしやすいまちを目指して P6



※写真はイメージ。

させぼロールと海軍さんの
宝箱をプレゼント! P21

新型コロナウイルス感染症の影響で催しの日程などが変更される場合もありますので、最新情報は各問い合わせ先にご確認ください。

お店でもらえる
2,000円分のお得なクーポンをお見逃しなく!



数量限定!
期間限定!

新型コロナウイルス感染症の影響で来店客が減少している市内飲食店を応援するため、本市では、お得な「飲食店応援クーポン」を発行し来店を促す事業を実施しています。

市内の飲食店を

お得に
おいしく

応援しよう!

この機会にお得なクーポンを使って飲食店を応援してみませんか。登録店舗や各店舗で定めるクーポン券の配付方法などは、市ホームページで確認するか、利用希望店舗に直接お尋ねください。

有効期間
8月31日(月)
まで

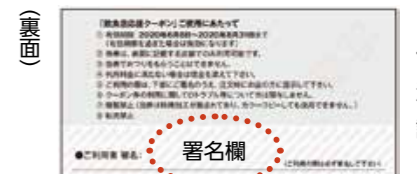


登録店舗の確認方法

- 佐世保市のホームページを検索
- 飲食店来店応援事業「登録店舗一覧」(約900店舗見込み)で登録店舗や各店舗の活用方法を確認
- お目当てのお店を探してお出掛けください

クーポンの使用方法

- クーポンは表面に記載している店舗だけで利用できます
- 有効期限は8月31日(月)までです
- 裏面に利用された方の氏名を記入してください



使用前に裏面の
注意事項もご確
認ください

問い合わせ 緊急経済対策給付金事務局クーポン係 ☎ 24-1111 (7月1日～)
飲食店来店応援事業コールセンター ☎ 38-3025 (6月30日まで)



令和2年7月1日発行 編集・発行/佐世保市総務部秘書課広報係
〒857-8585 (市役所専用) 長崎県佐世保市八幡町1-10 TEL 0956-24-1111
FAX 0956-25-2184 MAIL hishok@city.sasebo.lg.jp 印刷/南井手写真製版

防災行政無線テレホンガイド ☎ 0180-999-987
防災行政無線で放送された内容を聞くことができます
(通話料がかかります)

「新しい生活様式」に取り組みましょう

「新しい生活様式」とは新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、一人一人が日常生活で心掛ける新たな生活様式です。自らの感染と周囲への感染拡大を防ぐため、できることから取り組みましょう。

3つの基本

距離の確保



ソーシャルディスタンス

マスクの着用



手洗い



※手指消毒液でも可。

日々の暮らしのポイント

- 人との間隔を約 2m 空ける (最低 1m)
- 遊びに行くなら屋内よりも屋外へ
- 外出時や会話をするときは症状がなくてもマスクを着用する
※熱中症予防のため、屋外で人と十分な距離 (2m 以上) を確保できる場合はマスクを外す。

移動の際のポイント

- 感染流行地からの移動、感染流行地への移動は控える
- 帰省や旅行は控えめに、出張はやむを得ない場合に

その他のポイント

- 買い物は 1 人または少人数で空いた時間に行い、レジでは前後に間隔を空けて並ぶ
- 狭い部屋での長居は避け、筋トレやヨガは自宅で動画を活用して行う
- 公共交通機関の利用の際には会話を控え、徒歩や自転車も併用する
- 食事は出前やデリバリーも活用し、多人数での会食は避ける
- 発熱や風邪の症状がある場合は行事などに参加しない
- 働き方改革の新しいスタイルとしてテレワークやローテーション勤務を導入する



※強いだるさや息苦しさ、高熱等の強い症状のいずれかがある場合は「帰国者・接触者相談センター」(☎ 25-9809) に、感染症全般に関することは「一般相談窓口」(☎ 25-9646) にお尋ねください。

問い合わせ 新型コロナウイルス感染症特別対策室 ☎ 24-1111

7月11日
販売開始

お得に買い物して地元のお店を応援しよう！
「させば振興券」をご利用ください

本市の「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」の一つとして、5,000 円で 5,750 円分の買い物ができるプレミアム付商品券「2020 させば振興券」を販売します。全ての市民の皆さんに利用していただけるよう、各世帯主宛てに「購入引換券 (はがき)」を 7 月上旬に郵送します。7 月 11 日 (土) から市内各所で販売を開始しますので、お得なこの機会にぜひご利用ください。

1人3冊まで購入可能

5,000円

15%
プレミアム

させば
振興券

500円券(10枚)
+750円券(1枚)

750円
お得!

販売単位 5,000 円 / 冊 (500 円券 × 10 枚 + 750 円券 × 1 枚)

発行総額 42 億 7800 万円 (5,750 円 × 744,000 冊分)

発行日 ① 第 1 次販売 7 月 11 日 (土) ~ 8 月 30 日 (日)

② 第 2 次販売 9 月上旬 (予定)

※①で上限まで購入した人でも、②で再度購入できます。

※②は振興券が無くなり次第販売を終了します。

使用期限 来年 1 月 10 日 (日) まで

購入方法 各世帯主宛てに送付する「購入引換券 (はがき)」に必要事項を記入し、販売店舗に持参して購入してください

※①②とも購入時に「購入引換券 (はがき)」が必要です。紛失しないようご注意ください。

※販売店舗はさせば振興券特設サイトをご覧ください。

購入上限 ① 第 1 次販売 1 人当たり最大 3 冊 (購入金額 15,000 円) まで購入できます

② 第 2 次販売 第 1 次販売の状況に応じて決定します

取扱店舗 さまざまな業種で利用することができます。振興券で買い物ができる店舗などは特設サイトをご覧ください

※「させば振興券特設サイト」は右の画像からご覧いただけます。



問い合わせ させば振興券事務所 ☎ 37-8085

国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の減免

新型コロナウイルス感染症の影響によって収入等に影響を強く受けている国民健康保険等の被保険者に対して保険税(料)を減免します。

対象となる保険税(料)

本年2月1日～来年3月31日に普通徴収の納期限となっている国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料

※特別徴収は特別徴収対象年金給付の支払日。

申請期間 7月1日(水)～来年2月26日(金)

対象 次の①②のいずれかを満たす人

①新型コロナウイルス感染症によって世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った人

②新型コロナウイルス感染症の影響によって世帯の主たる生計維持者の事業収入等の減少が見込まれ、次の要件を全て満たす人

- ・事業収入等のいずれかの減少額が前年の当該事業収入等の額の10分の3以上であること
- ・前年の合計所得金額が1000万円以下であること(介護保険料を除く)
- ・減少見込みの事業収入等に係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

※新型コロナウイルス感染症にかかる減免制度は今年度限りで、申請が必要です。申請方法など詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎保険料課 ☎ 24-1111

新型コロナウイルスに感染された被用者等に傷病手当金を支給

新型コロナウイルス感染症に感染された国民健康保険の被用者等に傷病手当金を支給します。

該当期間 本年1月1日～9月30日で療養のため労務に服することができない期間

対象 次の要件を全て満たす人

①本市の国民健康保険被保険者で勤務先から給与の支払いを受けている人

②新型コロナウイルスに感染または発熱等の症状で感染の疑いがあり、就労できなかった期間が3日間を超える人

③②の期間に対し給与の支給がない人

支給額 (直近の継続した3カ月の給与収入の合計額を就労日数で除した金額) × 2/3 × 支給対象日数

※申請方法など事前で電話でお尋ねください。

※後期高齢者医療制度も同様の制度がありますので、長崎県後期高齢者医療広域連合(☎095-816-3930)にお尋ねください。

☎医療保険課 ☎ 24-1111

指定ごみ袋購入補助券を10月に配付

毎年11月～12月に配付していますが、ことしは新型コロナウイルス感染症拡大防止による外出自粛などで家庭ごみが増加したため、来年分に1人当たり1枚を追加(合計6枚)し、10月中に送付します。

☎廃棄物減量推進課 ☎ 32-2428

市税等の納付が困難な方はご相談を

新型コロナウイルス感染症の影響によって収入等が著しく減少し、納付が困難な場合は市税等の納付猶予を受けられる場合があります。お困りの場合は早めに各担当部署にご相談ください。



①市税の納付猶予

対象となる市税

本年2月1日～来年1月31日の納期限となっている市税(市県民税、固定資産税、法人市民税)

対象

次の要件を全て満たす人

- ・新型コロナウイルス感染症の影響によって本年2月以降の任意の期間(1カ月以上)に収入が前年同期に比べおおむね20%以上減少していること
- ・一時的に納付を行うことが困難であること

申し込み

市県民税、固定資産税、法人市民税の各納期限までに「申請書」「前年同期の収入と比較できる資料」などを納税課に提出してください

※猶予期間中は延滞金が免除されます。

※詳しくは市ホームページをご覧くださいか、お尋ねください。



②市税以外の納付猶予

国民健康保険税などについても納付が困難な場合は納付猶予を受けることができます。詳しくは各担当部署にお尋ねください。

納付猶予の主な問い合わせ先

内容	問い合わせ先	電話番号
市税(市県民税、固定資産税、法人市民税)	納税課	☎ 24-1111
国民健康保険税等(国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料)	保険料課	
道路占用料、法定外公共物占用料	土木政策・管理課	
市営住宅使用料	住宅課	
奨学資金貸付返還金	教育委員会総務課	☎ 24-1151
水道料金・下水道使用料	水道局営業課	

※上記以外の納付については、納付書を発行している担当部署にご相談ください。

市内外の皆さまから多くの「支援をいただきました」

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、市民をはじめ、市内外の団体・法人の皆さまから寄付金やマスクなどの物資を支援していただきました。ご支援いただいた皆さまには厚くお礼を申し上げます。いただいた寄付金の一部は、医療従事者の皆さまへの食事提供(デリバリー)に活用したほか、マスク等は市内医療機関や福祉施設などで活用させていただきます。ここではご支援いただいた皆さまに感謝の意を込め、公表に承諾された方のお名前と支援内容を紹介します。

寄付金

- ・佐世保市法面技術協同組合(100万円)
- ・(一社)日本競輪選手会長崎支部(11万1千円)
- ・(株)アベシオン(1千万円)
- ・(株)山口組(100万円)
- ・(有)創研(マスク)
- ・平戸市(マスク)
- ・双葉産業(株)長崎工場(マスク)
- ・(株)日本理工医学研究所(マスク)
- ・山口 茉紀(マスク)
- ・(株)渡辺商店(マスク)
- ・エーザイ(株)(マスク、抗菌スプレー等)
- ・松尾 宏之(レインスーツ)
- ・大石建設(株)(非接触型体温計)
- ・岡 徠華(マスク)
- ・(有)KOSEN(マスク)
- ・蓮見 優子(次亜塩素酸水キット)

- ・(有)宮下印刷(マスク)
- ・佐世保インターナショナルレディーズクラブ有志一同(マスク)
- ・中国・廈門市人民政府(マスク)
- ・T&K(株)(マスク、次亜塩素酸水)
- ・(医)佐世保同仁会 サン・レモリハビル病院(マスク、ゴーグル等)
- ・(株)長崎地研(マスク、二酸化塩素水)
- ・北京恒信国際旅行社(マスク)
- ・永田宝石店(マスク)
- ・水口 実(グリーン服)
- ・(株)モア(マスク)
- ・(有)むすび会(マスク)
- ・エス・ビー・ケイ(有)(マスク)
- ・フクシン機材(マスク)
- ・(株)富永(マスク)
- ・第一生命保険(株)佐世保営業支社(マスク)
- ・(株)新興(次亜塩素酸水)
- ・釜谷 洋史(マスク)
- ・(有)酒の一斗(次亜塩素酸水)
- ・(株)エバーグリーン(マスク)
- ・キャントレル・敬子(マスク)
- ・長島 學(マスク)
- ・石橋 和子(マスク)
- ・第一生命保険(株)長崎支社佐世保職域営業オフィス(マスク)
- ・中山 卓也(マスク)
- ・放課後等デイサービスいろえんぴつ(マスク)
- ・(株)アンジエ(マスク)
- ・コカ・コーラボトラーズジャパン(株)佐世保支店(エナジードリンク)
- ・木村 優作(マスク)
- ・(有)ハート美装サービス(マスク)

※5月31日時点。敬称略、順不同。
☎新型コロナウイルス感染症特別対策室 ☎ 24-1111

第2期新させぼっ子未来プラン



佐世保市が目指す姿

子どもを安心して生み、楽しく育て、子どもが健やかに成長できるまち

子育てしやすいまちを実現する3つの柱

①母子保健の推進と安心な育児環境の充実

安心して妊娠や出産、子育てができるよう切れ目のない支援を行い、児童虐待を未然に防止するなど育児不安の軽減に取り組みます。また、子育て家庭の経済的支援を充実させます

②地域での子どもと子育ての支援

地域の子育て支援を充実させ、地域全体で支え合える環境づくりを行います

③幼児教育・保育の充実

幼児教育・保育の量を確保しながら質を向上させ、市民のニーズに合ったサービスを展開します

具体的なプランの内容など、詳しくは右の画像からご覧いただけます



特集 第2期新させぼっ子未来プランを策定
子育てしやすいまちを目指して

本市では、子どもを安心して産み、楽しく育て、子どもが健やかに成長できるまちを目指し、次世代の子どもたちや子育てを支援しています。今回の特集では、本年4月に策定した「第2期新させぼっ子未来プラン」の概要や、身近な地域での子育て支援の取り組みなどについてお知らせします。

子育てしやすいまちを実現させる「新させぼっ子未来プラン」

本市では、心豊かな人を育むまちを目指して平成27年に「新させぼっ子未来プラン」を策定し、子ども・子育てに係るさまざまな施策や事業に取り組んできました。しかし、少子化や核家族化、女性の社会進出に伴う共働き家族の増加などによって子どもを取り巻く環境は大きく変化し、これまで以上に子ども・子育て支援の充実が求められるようになってきたため、プランの見直しを行い、本年4月から新たに策定した「第2期新させぼっ子未来プラン」を推進しています。

地域のニーズや実情に合わせたプランの見直し

プランを見直すに当たっては、地域のニーズや子ども・子育てに関する実情を把握するため、市民アンケートや関係者へのインタビューなどを行いました。その結果、共働き家族の増加や生活様式の多様化など、子どもを取り巻く

環境が大きく変化していることが分かりました。そうしたことを背景として、子育ての悩みを誰にも相談できず孤立してしまっている人がいること、身近な地域で相談できる相手や助け合う機会が必要なことなどの課題が明らかになりました。

また、子育てに経済的な負担を感じている人が増えたり、社会変化によって子どもの放課後の過ごし方が多様化したりしていることも分かりました。

このほか、行政には年度途中の保育所等の待機児童の解消や幼児教育・保育の質の向上も求められており、本市では、保護者や子ども・子育て支援関係者、学識経験者などを委員とする「佐世保市子ども・子育て会議」で意見を聞きながら、プランの見直しを進めていくこととしました。

本市の子育てを支える3つの柱

同会議の意見等を踏まえ、新しいプランでは、①母子保健の推進と安心な育児環境の充実②地域での子どもと子育ての支援③幼児教育・保育の充実を柱として、各種事業に取り組んでいくこととしました。本市が目指す子育てしやすいまちを実現するためには、行政だけでなく市民や事業者などによる子育て支援が必要となります。次ページ以降では身近な地域での子育て支援の取り組みについて紹介します。

各地域での子どもの見守り活動



本市では昨年、地域の方をはじめ、警察署や道路管理者などの関係機関と連携し、保育所等における散歩道の安全点検を行いました。また、小・中学校に通う子どもたちの通学路等の点検を適宜行い、子どもたちの安全・安心な暮らしを見守っています。そのほか、地区自治協議会や町内会等でも朝の見守り活動、夜間の補導パトロールなどの取り組みが行われており、放課後には地区公民館に集まり勉強をする「地域塾」を行っている地域もあるなど、関係機関だけでなく地域全体で子どもたちの成長をサポートしています。

☎子ども支援課、学校保健課、コミュニティ・協働推進課
☎24-1111

子ども食堂



「子ども食堂」は、子どもが1人でも安心して訪れることができ、ほっとできるみんなの居場所です。食事を提供するだけでなく、子どもたち同士や地域のさまざまな大人たちと触れ合うことができる交流の場となっており、まちづくりの拠点として全国に広がっています。市内でも11カ所の子ども食堂があり、各団体が活動されています。子ども食堂の取り組みなど、詳しくはながさき子ども食堂ネットワークのホームページをご覧ください。

子ども食堂の取り組みなどは右の画像からご覧いただけます



☎ながさき子ども食堂ネットワーク ☎090-5947-1943

地域子育て支援センター



「地域子育て支援センター」は、子育て中の親子と妊婦を対象とした出会いと交流の場を提供する施設です。市内には10カ所の支援センターがあり、子育て相談や育児講座、子育て支援講座などを行っています。交流を通して、親同士の支え合いや子どもたちの成長の場所として多くの人々が利用しているほか、先輩ママたちの話など妊娠中の方の支えの場所としても利用されています。また、市内に37カ所ある「認定こども園」では、就学前の親子を対象とした「親子広場（園庭・園舎開放）」や、各施設の特色に応じた相談事業なども行われています。各支援センターで毎月予定されている催しなどは市ホームページにまとめて掲載していますので、どうぞご覧ください。

※詳しくは各施設にお尋ねください。

支援センターの催しは右の画像からご覧いただけます



【各地域子育て支援センター】

実施場所	住所	電話番号
東部子育て支援センター	広田 2丁目 1-1	39-4002
中部子育て支援センター	稲荷町 2-25	32-1903
北部子育て支援センター	上相浦町 5-13	47-3329
幼児教育センター	山祇町 387	31-0550
子ども発達センター	常盤町 6-1 サンクル 4番館	23-3945
日野子育て支援センター	日野町 780-5	28-3264
菟ヶ丘幼児園地域子育て支援センター	黒髪町 2-10	34-4188
おはし子育て支援センター	吉井町橋川内 481-3	64-3525
親子ひろば「よんぶらこ」	本島町 4-15 3階	080-1730-0181
ゆりかごくらぶ	世知原町栗迎 120-26	76-2246

「佐世保市陣痛タクシー」制度を始めています

陣痛が始まった妊婦の方を病院まで送り届ける際のタクシー利用料金の一部を助成する制度を始めています。このサービスは、近くに支援者がいないなど妊婦がいざという時の安心のために登録しておくもので、研修を受けた乗務員が安全に病院へ送り届けます。



対象 ことし4月1日以降に母子健康手帳が交付された妊婦、本市に住民登録があり事前登録されている妊婦、近くに支援者がいない妊婦、支援者の出張等によって1人でいることが多い妊婦 など

内容 陣痛時の通院にかかるタクシー利用料金を助成(上限2,000円)
※上限を超える金額は自己負担となります。

申込 「佐世保市陣痛タクシー登録申請書」に必要事項を明記して、直接子ども保健課へ

※申請書の配布場所など、詳しくはお尋ねください。
※利用回数は1回だけ。出産に至らなかった場合も1回とみなします。

【利用方法】

- 1 申し込みをした後、タクシー会社から連絡があり、事前打ち合わせなどを行います
- 2 陣痛が始まったら、出産予定の病院に本人が電話して受診の指示を受けます
- 3 受診の指示があったら、登録しているタクシー会社に電話します
- 4 タクシーが安全に病院へお送りします
- 5 降車する際に「陣痛タクシーチケット」を乗務員に渡します。自己負担が生じた場合は、残りの料金の支払いをお願いします

☎子ども保健課 ☎24-1111

ファミリーサポートセンター佐世保

「ファミリーサポートセンター」は、子育て中で援助が必要な人(依頼会員)と援助を行う人(提供会員)、子育てしながら援助もしたい人(両方会員)がそれぞれ登録しています。依頼会員が「残業などで保育所のお迎えができないとき」などに提供会員がお手伝いをする支援サービス

です(有料)。気軽にご利用ください。
※登録方法など詳しくはホームページをご覧ください。
ホームページは右の画像からご覧いただけます



☎ファミリーサポートセンター佐世保 ☎42-1848

子育てお役立ち情報

ままんちさせば



不安や悩みの多い妊娠中から産前産後、子育て期まで、ママやパパが安心して生活できるように、「母子保健コーディネーター」や「ママサポーター」などの専門スタッフが、電話相談や家庭訪問などを行います。気軽にご相談ください。

日程 平日 8時30分～17時15分

場所 中央保健福祉センター 4階 子ども保健課内
 ☎ままんちさせば ☎25-9778

産後ケア

退院後も授乳などのサポートを助産師等の専門スタッフから受けられる「産後ケア」事業を産婦人科医院や開業助産師に委託して実施しています。産後ケアをうまく利用しながら、不安や悩みを解消しましょう。
 対象 本市に住民登録があり、出産後2カ月以内の人
 ※実施機関など詳しくはお尋ねください。

☎子ども保健課 ☎24-1111

子育て応援ホームページ すくすく SASEBO



子育て世代の目線を大切にしたい情報を発信するため、子育て応援ホームページ「すくすく SASEBO～みんな de 子育て応援ひろば～」を開設しています。親子で楽しめるイベントやお出掛け、遊び場、行政サービスなどの情報を掲載しています。また、実際の子育て支援の活動や取り組みなどを取材した「子育てすくすくレポート」も紹介していますので、皆さんの子育てにどうぞご利用ください。

すくすく SASEBO は右の画像からご覧いただけます



☎子ども政策課 ☎24-1111

子育て支援のための寄付を受け付けています

本市では「子ども未来基金」と「交通遺児救済基金」の2つの基金を設けており、皆さんからいただいた寄付金は子育て支援のためのさまざまな事業に活用しています。皆さんからの温かい気持ちをお待ちしています。

子ども未来基金

子育てしやすいまちづくりのための取り組みに活用しています

イベント

毎年5月の児童福祉週間行事として、親子で遊べるイベント「させばわんぱくひろば」の開催に活用しています

公園整備

佐世保公園内「きららパーク」の大型遊具の修繕に活用しています



交通遺児救済基金

交通事故で親を亡くされた子どもの健やかな成長のため、学校への進学時などに支給する支援金に活用しています

申込 子ども政策課で随時受け付けています

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎子ども政策課 ☎24-1111

特集に関する問い合わせ 子ども政策課 ☎24-1111

子育てアイデアで地域の子どもたちやママを支援

他人を認め、尊重し合い、 みんなが安心して暮らせる地域を目指して

器の会 迎 純子さん



令和元年度「子育てアイデア実現化奨励金事業」を活用し、崎辺地区に住む子どもやお母さんを対象に、高齢者と一緒に料理を作り食事会を行う「多世代交流イベント」を実施した迎さんに話を伺いました。

私は普段、1歳未満の子どもを育てるお母さんを対象とした育児の悩みや不安を気軽に話し合う「ママ・ほっと♥(0歳の会)」や、崎辺地区で一人暮らしの高齢者を対象とした認知症予防のための料理教室「器の会」を地域の方と一緒にしています。

活動する中で話を伺うと、若い世代や転勤で引っ越してきたお母さんが子育てに困ったときに相談できる相手がいらないこと、地域で孤立している家族がいること、小・中学生が地域で交流する機会が減ってきていることなどに気がきました。

一方で、元気な高齢者の中には地域での役割を探している方もいて、これらをどうにかうまくつなげ、全ての世代が顔見知りになれる場所をつくれなかと考えるようになりました。

そうした時、佐世保市の「子育てアイデア実現化奨励金事業」を知り、それを活用して子どもや若い世代の子育て中のお母さん、地域の高齢者などが一緒に料理をしたり、食事をしたりする「多世代交流イベント」を昨年度に3回開催しました。

初回は50人が参加し、一緒にカレーライスを作りました。普段は子どもを見ながら食事をするお母さんたちですが、この日は高齢者の方が代わりに見てくれたので、「久しぶりにゆっくり食べられた!」といった声も上がり、とても喜んでいましたね。また、小・中学生が参加した回では、学生がご飯の炊き方や卵焼きの作り方を高齢者の方に教えてもらい、最後は高齢者の方に代わって重た

い荷物や道具の片付けを率先して行ってくれました。

その他にも「赤ちゃんを抱っこしてもいい?」「ご飯おいしいね」といった会話が料理や食事を通じて生まれ、気兼ねない話でにぎわっていました。イベントが終了した後は、「また開催してほしい」「良い気分転換になった」などのご意見もいただき、お母さんたちも地域の高齢者と顔見知りになれたことで、困ったときに助けてもらえる存在が身近にいることを知る良いきっかけになったのではないのでしょうか。

多世代交流で大切なことは「他人を認めること、尊重すること」だと思っています。それぞれ生き方は違うけど、「違っていいんだ」と分かると安心できますし、誰でも受け入れてくれる地域になることが一番の目標ですね。知らないから声を掛けない、あいさつしないのではなく、常に地域の人の顔が見え、声が聞こえ、子どもから高齢者までが一方通行でなく素直に声を掛け合えるようになってほしいと思います。



多世代交流イベントで卵焼きの作り方を教わる中学生

(取材日 5月20日)

地域版子育て支援 アイデア募集!

市民の皆さんの夢のある子育て支援アイデアを募集します。採用されたアイデアには最大5万円の奨励金を交付し、提案者の方にはそのアイデアを実際に実施していただきます。身近な地域で「夢のある子育て支援アイデア」を実現してみませんか。皆さんからのご応募をお待ちしています。

募集内容 身近な地域で子育て世代を支えていく意識を高めるアイデアや、子育て世代が安心して楽しく子育てができるようになるアイデアなど

奨励金 アイデア1件につき最大5万円

※応募方法など詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎子ども政策課 ☎24-1111



令和元年度に実施した「親子で農業体験」の様子

九十九島動植物園 ☎ 28-0011

動物たちへおもちゃをプレゼント



飼育スタッフと一緒におもちゃを作り、動物たちにプレゼントします。アライグマ 7月18日④、25日④ リスザル 7月19日④、26日④ ※全て13時～14時。対象 小学生以上 料金 無料(入園料が別途必要) 定員 各日先着5組(1組5人まで) ※申し込みなど詳しくはお尋ねを。

夜の森きらら～のぞいてみよう！ 夜のどうしょくぶたち～

日程 8月1日④、8日④、13日④、14日④、15日④、22日④、29日④ ※営業時間を20時30分まで延長します(最終入園は20時まで)。内容 動物たちのガイドなど 料金 無料(入園料が別途必要)

カノコユリ



カノコユリが見頃を迎えます。名前の由来にもなっている鹿の子模様の斑点が特徴的で、佐世保市の花として親しまれています。日本では四国や九州に自生しており、九十九島でも見られますが、絶滅が危惧されている希少な花です。日程 7月下旬～8月上旬 料金 無料(入園料が別途必要)

少年科学館 ☎ 23-1517

プラネタリウム新番組の投影開始 小惑星探査機はやぶさ2 ～太陽系の起源を探る大いなる冒険～



©カンテレ

太陽系の起源を探るといふ壮大な冒険に溢れたプロジェクトをCGで分かりやすくご覧いただける作品です。

よもやま学園 天文部 ～地球・月・太陽、身近な天体たち～



©LIBRA/nobo/yokot

地球上と宇宙空間。2つの異なる視点から天体の動きを見る、ちょっと変わった方法で分かりやすく解説します。

放映日程(7月25日④以降)

放映開始	10時10分	11時10分	13時	14時	15時	16時
平日	学習 放映	はやぶさ2	はやぶさ2	よもやま学園	はやぶさ2	季節の 星座「夏」
土曜						
日曜	よもやま 学園					

※7月中の平日10時10分～15時は幼稚園・学校等の団体予約を受け付けています。※休館日は火曜、祝日(7月23日④⑤、24日④⑤)です。料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円

天体観望会～星きらり～ スターウォッチングしませんか?～

日程 8月8日④ 19時30分 料金 高校生以上320円、小・中学生150円 定員 30人 申込 7月18日④以降に電話で少年科学館へ ※天候、気象条件によって観測できない場合があります。 ※中学生以下は保護者同伴です。 ※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。

市立図書館 ☎ 22-5618

市民ギャラリー展示会 終戦75年企画「戦艦大和進水80年 模型で綴る芳井一夫氏の生涯」

日程 7月7日④～8月7日④

今月のおすすめ図書



九州の100冊

西日本新聞「九州の100冊」取材班著(九州文化協会発行 忘羊社発売)九州・沖縄にゆかりのある作品を紹介しています。まだ知らない佐世保のことを発見できるかもしれません。明治、昭和、平成。どの時代にタイムスリップしましょうか。

ヒロシマ 消えたかぞく

指田和著 鈴木六郎写真(ポプラ社)家族のアルバムが載った本。ページをめくるたび愛があふれています。違うのはこの後、家族は原爆で全滅したことができます。この夏、そのことをまたかみしめましょう。

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～



海賊船みらいの船内を舞台にした夏休み限定の謎解きクルーズ。難問を解いて、九十九島海賊団の仲間入りを目指そう。日程 7月18日④～8月31日④ ※10時30分頃、11時30分頃、13時30分頃、14時30分頃、15時30分頃出航予定。臨時便あり(所要時間50分)。料金 高校生以上1,500円、4歳～中学生750円、3歳以下無料

九十九島遊覧船パールフィーン「サンセットクルーズ」

日程 8月1日④～10月31日④の土・日曜、祝日(所要時間60分)。 ※出航予定時刻はお尋ねください。料金 高校生以上1,500円、4歳～中学生750円、3歳以下無料

無人島上陸とエサやり体験クルーズ

九十九島の無人島に上陸し、島の自然を観察後、マダイの養殖筏に移動して餌やり体験ができるクルーズです。日程 7月21日④～8月31日④ ※10時30分頃、11時45分頃、13時頃出航予定。土・日曜、祝日は14時15分頃もあり(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

施設だより

シーカヤック体験

日程 7月21日④～8月31日④ ※受け付けは11時～15時30分(所要時間45分)。対象 4歳以上 料金 1人乗り艇600円、2人乗り艇1,200円

夏の特別展「生きた化石展」



1億5千万前から姿を変えていない魚「スポテッドナイフフィッシュ」や肺呼吸をする魚「プロトテリスエチオピクス」など、古代から生き続けている生き物たち15種200匹が大集合。日程 7月18日④～10月25日④ 料金 無料(入館料が別途必要)

朝の海きらら



オープン前の水族館と九十九島のクルージングがセットになった期間限定の大人気プログラムです。水族館では朝の魚たちやイルカ健康チェックの様子などを見学できます。日程 8月2日④、9日④、10日④⑤、16日④、23日④、30日④ ※受け付けは7時50分。料金 高校生以上3,950円、4歳～中学生2,350円、3歳以下100円 ※保険料、入館料、遊覧船乗船料を含む。定員 各日先着20人 申込 希望日の前日までに電話または公式サイトからの予約フォームから

申し込みください

※小学生以下は保護者同伴。ヨットは4歳から乗船できます。

イルカのプログラム「スプラッシュドルフィン」



スピンジャンプ、フロントフリップなどのジャンプやイルカの尾びれでバシャバシャと容赦なく水しぶきをかける夏限定の人気プログラムです。ぜひ濡れ覚悟でお楽しみください。日本初の大技「イルカ同士のジャンピングキャッチボール」も披露します。日程 7月23日④⑤～8月31日④ ※10時20分、13時20分、15時20分(約20分間)。料金 無料(入館料が別途必要)

海の日特別イベント「海で楽しくあそぼう！」

飼育スタッフが「磯」や「海水浴場」をテーマにクイズを出題し、パネルや動画を使って解説する海の日特別イベントです。生き物の観察方法や磯での遊び方なども紹介します。日程 7月23日④⑤ 11時、16時(約20分間) 料金 無料(入館料が別途必要)

九十九島ビジターセンター ☎ 28-7919

九十九島なんでもクイズ

初心者大歓迎！ビジターセンターを回って、九十九島に関するクイズを解こう。挑戦は随時受け付けています。日程 7月18日④～8月31日④ 料金 無料

「福井洞窟」の出土品を「国重要文化財」に 指定するよう答申が行われました

3月19日、国の文化審議会は国指定史跡「福井洞窟」で見つかった出土品 630 点を国重要文化財（美術工芸品）に指定するように文部科学大臣に答申しました。これら出土品は「旧石器時代から縄文時代の石器群の変遷と、縄文土器出現期の様相を知る上で、極めて高い学術的価値がある」と審議会で評価され、本年度の国の告示をもって、正式に国指定重要文化財となる予定です。旧石器時代の出土品としては全国で 11 例目、本市の考古資料が国の重要文化財に指定されるのは平成 8 年の泉福寺洞窟の出土品以来 24 年ぶりとなります。福井洞窟の出土品は来年春オープン予定の福井洞窟ガイダンス施設（仮称）で展示公開します。



福井洞窟の出土品（土器・石器）

平成 23 年から 24 年度にかけて本市が実施した半世紀ぶりの再発掘調査で新たに発見された出土品。再発掘調査では旧石器時代から縄文時代草創期の地層が層位的に確認され、各地層から土器や石器が数多く出土しました。



福井洞窟（国指定史跡）

旧石器時代から縄文時代への文化の移り変わりが認められた貴重な遺跡で、昭和 53 年に国の史跡として指定を受けました。旧石器時代の洞窟遺跡としては国内初となる炉跡も見つかっています。

見学時間 9 時～17 時（年末年始を除く）

所在地 吉井町福井 1013

アクセス 車：国道 204 号「住吉」交差点から県道 40 号に入り福井洞窟・直谷城跡方面へ

バス：西肥バス松浦行・下福井バス停下車徒歩 3 分

料金 無料 ※駐車場あり。



自宅から福井洞窟を見学しよう！

福井洞窟のことや周辺エリアを含む見学コース、アクセス方法などを文章や音声、動画などで紹介・解説している「福井洞窟 WEB ガイド」をどうぞご覧ください。

※福井洞窟 WEB ガイドは
こちらからご覧ください。



問い合わせ 文化財課 ☎ 24-1111

イベント情報

海水浴場がオープン！

白浜海水浴場

日程 7月11日④～8月20日④ 9時～18時 ※平日は17時まで。

料金 中学生以上 420 円、3 歳～小学生 260 円（シャワー料を含む）、海の家利用料 520 円

☎白浜海水浴場運営委員会 ☎ 28-6099

大浜海水浴場

日程 7月11日④～8月20日④ 9時～17時

料金 無料（シャワー 1 回 200 円）

☎宇久行政センター ☎ 0959-57-3111

ハウステンボス「水の王国」



ことしの夏のハウステンボスは大人気の「水の王国」で盛り上がり！巨大プールやスライダーなど家族そろって楽しめる「ガーデンプール」や、フロートの上で飛び跳ねるなど約 40 種類のアイテムがそろった「海キング」、日焼けや天候を気にせず楽しめるリゾート室内型プール「森のプール」などバラエティに富んだウォータースポットが集結！涼しい夏のハウステンボスで、暑い夏をクールにお過ごしください。

日程 7月18日④～8月31日④

☎ハウステンボス総合案内ナビダイヤル ☎ 0570-064-110

第 16 回させぼシーサイドフェスティバル 2020 を延期します

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、8 月の開催を延期し、12 月の開催を検討しています。

☎同フェスティバル実行委員会 ☎ 46-6855

ルーヴル美術館の銅版画展



ルーヴル美術館のカルコ・グラフィックコレクション約 13,000 点の中から、日本特別公開のために当時の版で刷られた貴重な銅版画約 130 点をご紹介します。

日程 7月23日④～8月31日④ 10時～18時（入館は17時30分まで）

場所 博物館島瀬美術センター

料金 高校生以上 1,000 円、小・中学生 600 円（当日は 200 円増し）

☎長崎国際テレビ ☎ 095-826-2266

森の時計製作会

枯れ枝や葉っぱを使い時計を作ります。

日程 7月25日④ 14時～17時

場所 白岳自然公園

料金 1,500 円

定員 先着 20 人

※小学生未満は保護者同伴。

申込 7月10日④～22日④に電話で白岳自然公園へ

☎白岳自然公園 ☎ 66-9334

夏井いつき「句会」ライブ in 佐世保

芸能人の俳句を一刀両断する辛口の俳句指導者としてバラエティ番組で大人気の俳人・夏井いつき先生の句会ライブが県内で初めて開催されます。

日程 7月26日④ 13時30分開演

場所 アルカス SASEBO

料金 全席指定 S 席 2,500 円、A 席 1,500 円

☎ FM させぼ ☎ 37-0001

郷土史体験講座（無料）

①夏休み歴史めぐり～炭鉱のおはなし～

日程 8月8日④ 9時～12時30分

場所 中部地区公民館、世知原炭鉱資料館

②勾玉づくり

日程 8月22日④ 13時30分～16時30分

場所 相浦地区公民館

定員 ① 40 人 ② 50 人

※①②とも応募多数の場合抽選。

申込 ①②とも参加者の住所、氏名、電話番号、生年月日、希望講座名を書いて、ファクス（25-9682）、はがき（〒857-8585、住所不要）、Eメール（bunzai@city.sasebo.lg.jp）または電話のいずれかで文化財課へ

メ切 ① 7月20日④必着 ② 8月3日④必着

☎文化財課 ☎ 24-1111

海のいきもの観察教室

海洋生物の観察やミニ図鑑を作ります。

日程 8月23日④ 9時～16時

場所 小佐々海洋スポーツ基地

対象 小学 4～6 年生

料金 1,000 円

定員 20 人（応募多数の場合抽選）

メ切 8月5日④

※申し込み方法など、詳しくはお尋ねください。

☎小佐々海洋スポーツ基地 ☎ 68-3378

アルカス SASEBO 公演情報
☎ 42-1111

ミュージカル いのちてんでんこ

被災地から未来へ、いのちの伝言。津波が奪い去った町、傷だらけの大地で人は何かを見つけた。音楽、ダンス、パフォーマンス。圧巻のパフォーマンスで、喪失と再生の新しい神話をお届けします。

日程 8月9日④ 14時開演

場所 大ホール

料金 全席指定 一般 3,000 円、学生 1,000 円（当日は 500 円増し）

市立小・中学校、義務教育学校 空調設備運用と夏季休業の短縮

空調設備の運用

夏季の熱中症予防など児童生徒の健康面への配慮と快適な学習環境整備の一環として、市内の市立小・中学校、義務教育学校に空調設備を整備しました。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、換気に注意しながら運用していきます。

運用期間

6月1日(月)～9月30日(水)

夏季休業期間の短縮

新型コロナウイルス感染症対策として、市立小・中学校、義務教育学校を臨時休業していましたが、児童生徒の学びの機会を保障するため令和2年度の夏季休業期間を下記のとおり短縮します。

夏季休業期間

8月1日(土)～23日(日)

☎学校保健課(空調管理) ☎24-1111

☎学校教育課(夏季休業) ☎24-1111

市役所窓口が多言語音声翻訳機を 導入しました



市役所での各種窓口手続き等において、在住外国人の方々が多言語によるコミュニケーションを図るため、多言語音声翻訳機(10カ国語対応)を導入しました。利用を希望される方は各窓口の職員に気軽にお声掛けください。

設置場所

市役所本庁舎、中央保健福祉センター

対応言語

英語、中国語(簡体字)、韓国語、インドネシア語、タイ語、ベトナム語、ミャンマー語、ポルトガル語、フランス語、スペイン語

☎国際政策課 ☎24-1111

九州・長崎 I R 基本構想と実施方針(案)を策定しました

本市では新たな雇用の創出や交流人口の拡大を目指し、8つのリーディングプロジェクトの一つとして「特定複合観光施設(I R)誘致」に取り組んでいます。ここでは4月に策定した基本構想と実施方針(案)、今後の想定スケジュールについてお知らせします。

九州・長崎 I R 基本構想

本市と長崎県で組織する I R 推進協議会が策定しました。ハウステンボス地域における特定複合観光施設(I R)の実現に向けて、九州・長崎 I R の基本コンセプトや目指す方向性に加え、ギャンブル依存症対策や治安維持対策等の懸念事項への取り組みなどをまとめています。

九州・長崎特定複合観光施設区域整備実施方針(案)

長崎県が上記基本構想を踏まえ策定しました。I R の設置運営を行う事業者の公募・選定を実施するため、九州・長崎 I R 区域整備の目標と方針、民間事業者の募集と選定に関する事項等を定めています。

※基本構想と実施方針(案)の全体版や概要版は長崎県ホームページでご覧いただけます。

県ホームページには
こちらからどうぞ



今後の想定スケジュール

スケジュール(予定)	内容
令和2年夏ごろ	募集要項等の公表
令和2年冬ごろ	設置運営事業予定者の選定、基本協定の締結
令和2年冬～3年夏	区域整備計画の作成と公聴会等の実施
令和3年春～夏	区域整備計画に係る県・市議会の同意、区域整備計画の国への申請
令和3年冬ごろ	国の区域整備計画の認定
令和4年春～	実施協定の締結
令和4年夏～	土地の引き渡し、工事着工
令和7年～8年ごろ	開業

※全体のスケジュールは6月1日時点の想定です。
※開業予定時期は応募者の提案等によって変更になる場合があります。

☎ I R 推進室 ☎24-1111

国重要文化財「針尾送信所」で多言語解説を始めました

国重要文化財「針尾送信所」の説明板を多言語(10カ国語)で解説するアプリを導入しました。アプリを通して多言語での音声解説と説明をご覧になれます。どうぞご利用ください。

対応言語

日本語、英語、中国語(繁体字)、中国語(簡体字)、韓国語、タイ語、インドネシア/マレー語、ベトナム語、フランス語、ポルトガル語

使い方

- ①スマートフォンやタブレット端末にアプリ「針尾送信所 多言語ガイド」をインストールする
- ②アプリを起動し、「ガイドを受ける」から使用する言語を選択する
- ③針尾送信所の現地説明板(11カ所)にそれぞれ表示している二次元コードを読み取る
- ④選択した言語で音声解説が流れ、画面上には説明文が表示される



iPhone
はこちら



Android
はこちら

☎文化財課 ☎24-1111

精霊流しは「密接」「密集」を避けましょう

ことしの精霊流しは新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、精霊船を小型のものにしていただくなど、例年と実施方法が異なりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

精霊流し会場の開設

精霊流しは主催者が呼び掛けて行う行事とは異なり、それぞれのご家族が故人を悼み、弔うための伝統的慣習のため、本市では一部を除き例年通り精霊流し会場を開設します。

日程 8月15日(土)

会場 名切会場(中央公園スポーツ広場)など

※日宇会場(佐世保高専グラウンド横)は開設しません。

※各会場の開設時間などは本紙8月号や市ホームページでお知らせします。

感染拡大を防ぐためのお願い

- ・マスクを着用してください
- ・精霊船は小型(2m未満)のものにしてください
- ・持ち込む人数は原則2人程度としてください
- ・人と人との距離を十分に取り、持ち込み・参拝後は速やかに退場してください
- ・会場や沿道での見物は控えてください

☎環境政策課 ☎31-6520

避難所における新型コロナウイルス感染症対策

近年、全国各地で集中豪雨による被害が多発しており、日頃から非常持ち出し品の用意や洪水ハザードマップ等による自宅周辺の危険箇所の確認など、災害に備えておくことが必要です。また、新型コロナウイルスへの感染を防ぐため、避難所以外の避難先の検討や避難所での感染症対策などにご協力をお願いします。

市が開設する避難所以外の避難先の検討を

災害時には断水などによって手指の流水洗浄ができない場合があります。避難所などの密集した環境下では新型コロナウイルスなどの感染リスクが高まります。そのため、自宅で安全が確保できる部屋への避難（自宅避難）や、自宅以外でも親戚や知人宅など市が開設する避難所以外の場所への避難（分散避難）を検討するなど、事前の準備をお願いします。

避難所へ行く前に必ずマスク着用と健康状態の確認を

避難所には水や食料、常備薬、衣類、体温計などを持参し、感染症対策としてマスクを必ず着用してください。避難所へ行く前には必ず検温を行い、健康状態を確認してください。発熱や風邪などの症状がみられる場合には、「帰国者・接触者相談センター」（☎ 25-9809）に相談することも検討してください。

避難所における具体的な感染症対策

避難所における感染症対策として、本市では国の対策などを踏まえ、次の具体的な取り組みを行います。

- ① 避難受付時における避難者の健康状態の確認
- ② 手洗いやせきエチケットなどの基本的対策の徹底
- ③ 十分な換気の実施、スペースの確保
3密に配慮して十分な換気や避難者同士の感染リスクを避け、対人距離を確保（2m）
- ④ 避難所の衛生環境の確保
複数人の手が触れる場所や物品の定期的な消毒
- ⑤ 定期的な避難者の健康管理（体調不良等の確認・把握）
体温計を準備し、定期的な声掛けや体調確認を実施
- ⑥ 発熱やせき等の症状がある人の専用スペースの確保
避難中に発熱等の症状がある人にはマスクを着用させ、できる限り個室や専用スペースを設ける（パーテーションの活用を含む）

☎防災危機管理局 ☎ 24-1111

予防救急シリーズ「熱中症」

熱中症は、室温や気温が高い中での作業や運動によって、体の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調整機能が働かなくなり、めまいなどさまざまな症状を引き起こす病気です。ことしの夏は、新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」によって、これまでとは異なる生活環境となります。熱中症の予防法を知り、例年以上に熱中症に気を付けましょう。

症状と対策

- （軽度）めまい、たちくらみ など
⇒涼しい場所に移動し、衣服をゆるめ、体を冷やしましょう。水分や塩分を補給しましょう
- （中度）頭痛、吐き気、倦怠感 など
⇒軽度の対応に加え、脇の下や首などを冷やしましょう。自分で水分が摂取できないときは救急車を呼びましょう
- （重度）けいれん、意識障害 など
⇒救急車を呼びましょう

発生しやすい条件

- ・気温と湿度が高いとき
- ・日差しや照り返しが強く、風が弱いとき
- ・運動や作業に夢中になり、高温環境が長く続くとき

予防方法

- ・外出時には帽子を着用し、日陰など涼しい場所でこまめに休憩しましょう
- ・室内では扇風機やエアコンを使い温度調整しましょう
- ・通気性・速乾性のある涼しい衣服を着用しましょう

- ・喉が渇いたと感じる前に水分を取り、こまめな水分補給を心掛けましょう
- ・めまいや頭痛、気分不良などがあれば、日陰や涼しい場所に避難しましょう

上手な水分補給を

飲み物の適温は体内への吸収率と冷却効果から5～15℃が適しています。利尿作用があるカフェインを含む飲み物や、水分の吸収率が悪い糖分を含むジュースなどではなく、水や麦茶で水分補給しましょう。また、運動するときや大量に汗をかくときは、スポーツ飲料で水分補給しましょう。

※病院のお問い合わせは「☎ 23-8199（兄さんハイ救急）」をご利用ください。

※小児救急は長崎県小児救急電話相談センター「#8000」や「☎ 095-822-3308」にお問い合わせください（午後6時から翌朝8時まで）。

☎消防局警防課 ☎ 23-2598

☎健康づくり課 ☎ 24-1111

新日本無線株式会社と立地協定を締結

5月27日（水）、本市は半導体・電子デバイス製品の設計・製造大手で日清紡グループの「新日本無線株式会社」（資本金：52億2千万円、従業員数：1,352人）と長崎県との間で、同社製品の設計・開発を行う「長崎テクニカルセンター」の立地協定を締結しました。同社の森田代表取締役社長は「佐世保市周辺に居住する専門性の高い優秀な人材を確保できることが期待でき、行政の企業立地支援が積極的に行われていることなどから、新たな開発拠点として進出することを決めました」と本市に立地を決めた理由を述べました。また、朝長市長も「今回の立地が雇用の場を創出するとともに、新型コロナウイルス感染症の拡大によって大きな影響を受けている本市経済の回復の兆しとして、市民の皆さんにお伝えすることができ、大変喜ばしく思います」と述べました。同社では工業系の学生を中心に、中途採用を含め5年間で23人を雇用する予定です。



協定書を手にする朝長市長と森田代表取締役社長（右）（6月10日撮影）

新日本無線株式会社 長崎テクニカルセンター

IC（半導体集積回路）と電子デバイス製品の検査のための回路設計、基盤設計、ソフトウェアの開発などを行います。

立地場所 三浦町 2-1（アルファビル内）

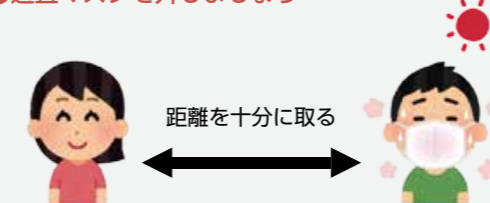
操業開始 来年4月1日（予定）

雇用計画 23人（5年間）

☎企業立地推進局 ☎ 24-1111

「新しい生活様式」での熱中症予防ポイント

① 適宜マスクを外しましょう



- ・気温や湿度が高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合には、マスクを外す
- ・マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で適宜マスクを外して休憩する

② 日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェックをする
- ・体調が悪く感じたときは、無理せず自宅で療養する

③ 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動する
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で行う
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度の運動を毎日30分程度行う

☎健康づくり課 ☎ 24-1111

📧 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 最近、レジ袋を有料化するお店が増えてきました。全てのお店でレジ袋が有料化されると聞いたのですが、いつごろから始まるのでしょうか。

回答 ことし7月1日から全国一律でプラスチック製買い物袋(レジ袋)の有料化が始まります。これは海洋プラスチックごみ問題や地球温暖化などの解決に向けた第一歩として始められた取り組みで、レジ袋の有料化を通じてエコバックの持参など皆さんのライフスタイルの変革を促すことを目的としています。すでに一部のお店ではレジ袋の有料化に取り組まれています。7月1日以降はレジ

袋を扱う小売業を含む全ての事業者が対象となり、レジ袋の価格や売り上げの使途については、それぞれのお店で決めることとなっています。

今回のレジ袋有料化をきっかけに、毎日の生活の中で私たちが環境のためにできることを考えていただき、エコバックを持ち歩くなど皆さんのご理解とご協力をお願いします。

レジ袋有料化については右の画像からご覧ください。



📍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

5,000 円で 5,750 円分の買い物ができるプレミアム付商品券「2020 ○○○振興券」を販売します。

問題 2

屋外で人と十分な距離 (2m 以上) を確保できる場合には、○○○を外す

問題 3

本市では、お得な「飲食店応援○○○○」を発行し来店を促す事業を実施しています。

「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」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、7月22日(水)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(8月中旬)をもって代えさせていただきます。

6月号の答え ①軍転法 ②nimoca ③防災 5月号の応募状況 208通(正解206・不正解1・無効1)

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。

7月号プレゼント

させばロールと海軍さんの宝箱 3名様



※写真はイメージ。

ふわふわのシフォン生地に自慢のクリームをサンドした「させばロール」(2種類)と、新鮮な地元の素材で濃厚に作り上げたジェラート(5個)のスイーツセットです。

📍させばスイーツいくた ☎ 33-9048



防災フェスティバルの様子

早岐瀬戸や小森川、隠居岳など豊かな自然を有し、昔から交通の要所として栄える早岐地区。奈良時代に編集された「肥前風土記」に「速来(はやき)の門」と記されたことが由来とされる早岐地区で地区自治協議会の会長を務める横尾英彦さんは「住民の方がこれからはますます住みたいと思えるまちにしたい」と話します。

地域の皆さんがこれからもずっと住みたいと思うまちを目指して
早岐地区自治協議会 会長 横尾 英彦さん



られています。

特に最近では、多発する大雨などに備え、地域全体で防災対策に力を入れていくそう。早岐地区では「昭和42年7月豪雨」による大水害を教訓に自主防災組織の結成など地域防災に取り組んできました。小さい頃から防災意識を持ってもらいたい、年に一度、子どもたちも対象とした「防災フェスティバル」を開催して、防災の大切さを伝えていくんです」と横尾さんは話します。

また、いざという時に地域で互いに助け合う「地域力」を高めるため、早岐文化祭や体育大会などの催しを開催し、住民同士の交流と親睦を深める場を提供しています。

「今後は、R誘致やクルーズ船などの動向を見ながら、どう対応していくかが地域の課題です。大きな転換期を迎えた早岐地区がこれからも発展し続けていけるように自治協として取り組んでいきたいです」と意気込みを話していただきました。

(取材日 5月22日)

ヘルシークッキングコンテスト

即席ナムル



作り方

- ①キュウリ、ニンジン千切りにして塩もみをする
- ②モヤシはさっと茹でてザルに上げ、水気を切る
- ③ボウルにAの調味料を混ぜ、水気を絞った①②を入れてあえる
- ④汁気を切り、盛り付ける

1人分の栄養価

熱量 17Kcal、たんぱく質 0.5g、脂質 0g
カルシウム 7mg、食塩相当量 0.6g

●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」[おとな(幼児向け)の部・最優秀賞]



考えていただいた人

岡村 彩加さん(長崎短期大学1年・当時)

料理のワンポイント
野菜をモヤシの大きさに合わせて切ると、均等に味付けできます

材料(2人分)

キュウリ	20g	A	砂糖	4g
ニンジン	20g		しょうゆ	4g
食塩	2つまみ		酢	10g
モヤシ	20g		水	10g

お知らせ

祝日の燃やせるごみの収集

7月23日(水)・(海の日) 収集します

7月24日(金)・(スポーツの日) 収集します

32・2428

後期高齢者医療保険料の納入通知書を送付

7月中旬ごろ、普通徴収の対象者に納入通知書を送付します。保険料は納期内に納めましょう。

国民健康保険証、後期高齢者医療被保険者証等の更新

現在の保険証の有効期限は7月31日(金)です。7月下旬ごろ該当者に新しい保険証を送付します。8月1日(土)以降は新しい保険証を使用してください。

※有効期限が切れた保険証は、返還するか細かく判断して処分してください。

※後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証を持ち、引き続き該当する人には新しい認定証を同封します。

7月は固定資産税、国民健康保険税の第2期分の納付月

忘れず納期内に納めましょう。

納め忘れがなく便利な口座振替の申し込みは各金融機関、各支所、宇久行政センター、納税課、保険料課で受け付けています。保険税を滞納すると保険証の有効期間が短くなったり、診療費が一時的に全額自己負担になったりする場合があります。

国民健康保険税の夜間・休日相談

【夜間】7月15日(水)～17日(金)、20日(日)、21日(月)20時まで

【休日】7月18日(土)、19日(日)9時～16時

場所 保険料課

※新型コロナウイルス感染症の影響によって収入が減少した場合、一定の要件を満たす場合は減免制度を利用できます。詳しくは本紙5ページをご覧ください。

国民健康保険限度額適用認定証等の更新

対象 国民健康保険限度額適用認定証等を所持し、8月以降

市税の納期限を守りましょう

市税はさまざまな行政サービスを行うため、市民の皆さんの所得や資産に応じて公平に負担していただいているものです。納期限内の納付にご協力をお願いします。

納期限を過ぎてしまったら

納期限までに納付がないことを「滞納」といいます。滞納となった場合、督促状を発送するための督促手数料が加算されます。また、納期限の翌日から納めた日までの日数に応じて延滞金が加算される場合があります。滞納は納税する人にとって不利益になるだけでなく、その事務処理のために市民の皆さんの貴重な市税から多くの費用が使われることとなります。

滞納となる前にご相談を

病気や災害などで納付することが難しい場合は、滞納となる前にご相談ください。滞納したままにしていると延滞金が加算され、財産の差し押さえなどの滞納処分を受けることになります。

便利な口座振替のご利用を

納め忘れがなく、便利な口座振替をご利用ください。手続き方法など詳しくはお尋ねください。

納税課 ☎ 24-1111

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。

※国土交通省HPでも閲覧可。資産経営課

出張女性相談室(無料)



DVや家庭問題などの悩みに女性相談員が応じます(秘密厳守)。

日程 7月11日(土)、25日(土)、8月8日(土)9時～16時

場所 スピカ

地価公示価格の活用を

場所 市役所6階・行政資料閲覧コーナー、各支所、宇久行政センター、市立図書館

☎ 佐世保年金事務所 ☎ 34・1189

ましよう。

日程 7月20日(日)～8月15日(土)

場所 市役所・すこやかプラザ 連絡通路

☎ 人権男女共同参画課

政治家のあいさつ状の禁止

答礼のための白筆のものを除き、政治家が選挙区内の人に暑中・残暑見舞いなどのあいさつ状を出すことは禁止されています。

☎ 選挙管理委員会事務局

中小企業退職金共済制度の活用を

中小企業のための退職金制度で、国からの助成があり、掛け金は全額非課税扱いになります。パートタイマーの加入もできます。

☎ 中小企業退職金共済事業本部 ☎ 03・6907・1234

市営住宅家賃等債務保証制度の活用を

令和2年度から市営住宅へ入居する際の連帯保証人に債務保証業者を利用できるようになりました。債務保証業者の利用には審査と契約が必要です。

☎ 市営住宅管理センター ☎ 25・9625

沿道の樹木や枝葉は適切な管理を

沿道にお住いの方の樹木の枝葉が張り出したり、木が倒れたりすると道路や歩道の見通しが悪

マイナンバーカードの電子証明書の更新手続き

日程 平日8時30分～17時15分
場所 戸籍住民窓口課、各支所
対象 「地方公共団体情報システム機構」から通知書が届いている人
※電子証明書の有効期限は発行して5回目の誕生日までです。

マイナンバーカードの受け取り、申請などのための休日窓口

日程 7月18日(土)9～13時
場所 戸籍住民窓口課
対象 本市に住民登録があり、交付通知書が届いている人
※交付場所が「戸籍住民窓口課」以外の人は交付手続きを行い、カードは後日送付します。
※当日は事前の写真準備が不要のWeb申請サポートや電子証明書の更新手続きも行います。

持参するもの
交付通知書、運転免許証などの本人確認書類、通知カードを持参してください。健康保険証や年金手帳など、顔写真がない身分証は2点以上必要です。また本人確認書類は住所・氏名が最新のものが必要です。
※詳しくはお尋ねください。

☎ 戸籍住民窓口課



インターネットによる人権侵害

私たちの生活に欠かせないインターネットですが、ネット上の人権やプライバシーの侵害につながる行為は後を絶ちません。近年ではネットいじめや子どもをターゲットとした犯罪が大き

な社会問題となつていきます。被害者になるだけでなく、意図せず加害者になることも少なくないことから、インターネットを利用するときは「人の心を傷付けない」という人権の視点に立った意識を持つことが大切です。

※相談はみんなの人権110番(☎0570・003・110)かインターネット人権相談受付窓口からどうぞ。

インターネット

人権相談受付窓口



☎ 人権男女共同参画課

計量器定期検査の日程

日程 ①7月15日(水)10～15時 ②

7月17日(金)9時30分～16時
場所 ①小佐々支所②青少年教育センター
※家庭用計量器は検査料が無料。
☎ 消費生活センター

☎ 市民安全安心課

☎ 原爆写真展

ことしは被爆から75年の節目の年です。原爆被爆の悲惨さや平和の尊さについて、理解を深め

くなつたり、道路標識・カーブミラーが隠れたりする場合があります。安全に通行できなくなるだけでなく、交通事故の原因になることもあり、その場合は管理者の責任も問われます。管理者の皆さんは適切な管理をお願いします。

※道路アスファルト舗装の劣化や路肩・法面の崩落を防ぐため、道路周辺での除草剤の散布は控えてください。
☎ 土木政策・管理課

PCB使用安定器は期限内に処分をお願いします

PCB(ポリ塩化ビフェニル)は電気機器の絶縁油等として使用され、昭和47年以降は製造や新たな使用が禁止されました。昭和52年3月以前に建築された事業用建物やアパート・マンション等の共用部分の照明器具安定器にはPCBが使用されている恐れがあり、保有事業者(個人事業主を含む)は来年3月31日までに廃棄処分しなければなりません。また、PCB使用安定器は専用の処理施設でなければ処分できず、クリーンセンターへの持ち込みはできません。

☎ 廃棄物指導課 ☎ 20・0660

お知らせ

7月は下水道受益者負担金の納付月
 受益者負担金は下水道整備に欠かせない大切な財源です。期限内に納付をお願いします。
 下水道事業課 ☎24・1151



安全でおいしい水を飲むために
 次の場合は使い始めのバケツ1杯程度を飲み水以外に使いたしません。
 ・長期間留守にしたとき
 ・朝一番に水を使用するとき
 ・昭和53年3月以前に水道工事を行った家庭（鉛管が使用されている場合、健康上問題はありますが、鉛が溶け出す場合があります）
 水道維持課 ☎24・1151

夏のレジャーは火の始末を確実に



夏は花火やバーベキューなど火

を扱う機会が増える季節です。火を扱う際には近くに燃えやすいものがないか、強風等による飛び火の危険がないかなど、周囲の環境にも十分配慮しましょう。また、火の後始末は確実に、バケツに水を用意するなど万が一に備えた消火準備をしましょう。
 消防局予防課 ☎23・2539

コミュニティ助成事業

宝くじの社会貢献広報事業を使って、消防局の「119番通報訓練装置」の購入に助成を行いました。地域で行う防火訓練などへ貸し出しを行いますので、希望する場合はご相談ください。
 ※装置は主に小学生等を対象としたものです。
 消防局予防課 ☎23・2539

令和2年度委託業務

〔ごみ処理手数料(公金) 収納事務〕(株)エコシヨウ〔市・県民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税(普通徴収)、奨学資金貸付返還金の収納業務(令和6年度まで)〕(株)親和銀行、地銀ネットワークサービス(株)及び提携コンビニエンスストア〔犬の登録手数料と狂犬病予防注射交付手数料の収納〕アトム動物病院、(同)いけだ動物病院、(株)H・V・H、(株)イゼアニマルホスピタル、(株)尾孝彦商店、(株)リングスリー、杉谷獣医科馬場動物医院、パール動物病院、(同)ひなた動物病院、ひろた犬猫クリニック、メリー動物病院、ヤマナカ動物病院、やまもと犬猫病院、ペックトリニックスいわきり、(有)ツルノ動物病院、有川動物病院、富永動物病院(有)、ノアズアーク動物病院

子育て応援住宅補助金の活用を

子育て支援や既存住宅の利活用を目的に、多子世帯や新たに3世代で同居や近居をする世帯が中古住宅の取得や既存住宅の改修をする際の費用の一部を補助します。

補助対象

- ① 3世代で同居をするために中古住宅を取得する場合または自ら所有する住宅を改修する場合
 - ② 3世代で近居をするために中古住宅を取得する場合
 - ③ 多子世帯で中古住宅を取得する場合または中古住宅を取得し改修する場合
- ※対象となる改修工事＝間取りの変更、トイレなどの増築、バリアフリー改修、断熱改修、浄化槽の設置など。

※全て補助金交付決定後に行うものであること。

補助額

改修費用または取得費用の5分の1(上限40万円)
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。

都市政策課 ☎24-1111

募集

公共賃貸住宅入居者

〔市営・特(公)賃〕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)

講演会 など

甲種防火管理新規講習

日程 8月20日(水)、21日(木)2日間 ※9時50分～16時50分。
 場所 労働福祉センター(稲荷町) 対象 現在防火管理者が不在で、資格を取得し選任する必要がある事業所等の関係者
 料金 8千円(テキスト代を含む) 定員 150人
 申込 7月9日(水)～16日(火)に日本防火・防災協会ホームページで申し込みを
 ※今年度から申し込み方法が変更されました。詳しくはお尋ねください。
 消防局予防課内・長崎県消防設備協会 ☎24・5385

夏休み短期水泳教室



日程 7月23日(水)～24日(木)2日間 ①15～16時 ②17～18時
 場所 温水プール(平瀬町) 対象 満5歳児～小学6年生
 料金 2200円(保険料を含む) 定員 ①②とも先着30人
 申込 7月10日(金)以降に電話で
 温水プール ☎23・5455
 かけっこ教室(第3期)



日程 8月29日(土)、9月5日(土)、12日(土)、19日(土)〔全4回〕 ※15～17時。
 場所 総合グラウンド陸上競技場 対象 小学生
 料金 1300円 定員 30人(応募多数の場合抽選) 申込 8月10日(日) ※申込方法など、詳しくはお尋ねください。
 総合グラウンド管理事務所 ☎47・3125

☎24・7329

指定管理者(白岳自然公園)

【指定期間】来年4月1日から5年間
 申込 7月29日(水)～8月28日(金)に直接公園緑地課へ
 ※詳しくは市HPをご覧ください。
 公園緑地課

指定管理者(体育文化館、温水プール、東部スポーツ広場)

【指定期間】来年4月1日から5年間
 【募集要項配布】7月15日(水)～31日(金)
 申込 9月7日(月)～18日(金)に直接スポーツ振興課へ

※詳しくは市HPをご覧ください。
 教育委員会総務課

市の奨学生

内容 貸与月額11大学、短大、専修学校、私立高校2万円
 公立高校1万2千円
 対象 市内在住者とその子で、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課程・学科に限る)、高校、高専に進学予定または在学中の人
 申込 7月31日(金)までに教育委員会総務課へ(高校と高専は各学校へ)

させば競輪開催日程 ☎31-4797



【昼開催】

- 岸和田 F I 場外 in 和歌山 7月13～15日
- 弥彦記念 G III 場外 18～21日
- 福井記念 G III 場外 23～26日
- 高松 F I 場外 27～29日
- 富山記念 G III 場外 30～8月2日
- 武雄 F I 場外 1～3日
- 高松 F I 場外 4～6日
- 富山 F I 場外 6～8日
- 本場 F II モーニング7 8～10日
- 広島 F I 場外 9～11日

【ナイター開催】

- 別府 F I 場外 7月13～15日
- 松戸 F I 場外 16～18日
- 小倉 F I 場外 19～21日
- 玉野 F I 場外 22～24日
- 函館 F I 場外 25～27日
- 久留米 F I 場外 28～30日
- 玉野 F I 場外 31～8月2日
- 川崎 F I 場外 3～5日
- 函館 G III 場外 7～10日

【ミッドナイト開催】

- 本場 F II 7月23～25日

トップくんフリーマーケット

定期的にさせば競輪場でフリーマーケットを開催しています。

日程 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

(☎66-8770)へ。

健康と福祉

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。公務員退職した人を除く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

みんなであそぼう

日程 7月21日①、8月4日②
9時30分～12時

場所 柚木地区公民館
内容 手遊び、絵本の読み聞かせなど

対象 未就園児と保護者、妊婦

料金 無料

①日野子育て支援センター
☎28・3264

みんなよつといで〜!

①7月16日②10時30分～12時

②8月5日③10時～11時30分

場所 ①広田児童センター②藤原幼児園

内容 手遊び、ふれあい遊び、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

※当日は飲み物、タオルを持参。
園ヶ丘幼児園子育て支援センター
☎34・4188

保育士が訪問します



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。引越してきたばかりで地域の遊び場が分からない、初めての子育てで赤ちゃんとうとう接していか分からないなど、子育てについて保育士とゆつくりお話ししてみませんか。

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。

料金 無料

①各子育て支援センター
(東部) ☎39・4002
(中部) ☎32・1903
(北部) ☎47・3329

おひさま教室

子育てに悩みや不安を感じている人を対象に、臨床心理士や保育士

新しい「病児保育室」を吉岡町に開設しました



新たに「病児保育室 Teddy's」を吉岡町に開設しました。病児保育室は小学6年生までの児童が病気などで集団生活が難しいと診断され、保護者の就労などの理由で家庭での保育ができない場合に一時的に預かる施設です。
利用時間 月～土曜8時30分～18時(日曜、祝日、医療機関の定める休診日を除く)
場所 やまさきこどもクリニック内(吉岡町1747-5)
料金 1日1回2,000円(減額制度あり)
※連絡文書料500円が別途必要です。
※当日は弁当、ミルク、処方薬等を持参してください。
※病児保育室の利用は事前登録が必要です。詳しくはホームページをご覧ください。

子ども支援課

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。

障がい福祉

☎31・0550

障がい者巡回歯科診療

日程 8月5日①、12日②、19日③、26日④ ※全て11時～

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
※一般の診療と同様に保険診療を実施します。

健康を維持しましょう



新型コロナウイルス感染症拡大の影響によって外出を控えている高齢者の方も多いと思います。自宅ですぐず時間が増える今、次の5つのポイントを実践し、健康を維持しましょう。

- 規則正しい生活をしましょう
・起床時刻、就寝時刻を決めて、おおむね7時間は睡眠をとる
- 適度な運動をしましょう
・散歩の時間を30分程度確保する
・介護予防体操を活用する
- 食事はしっかり食べましょう
・たんぱく質が不足しないように、牛乳・ヨーグルト・魚・肉・豆・豆腐などを意識して取る
・バランスの取れた食事を心がける
- お口の健康を保ちましょう
・口を清潔に保つ
・毎食後に必ず歯磨きをして、義歯の手入れも忘れない
・お口周りの筋肉を保つ
・3食しっかり噛んで食べたり、電話で会話したりして口の筋肉を維持する
- 頭の体操をしましょう
・新聞の puzzles があれば解く
・テレビのクイズ番組を見ながら考える

☎長寿社会課

高齢者と介護

介護保険施設入所者等の居住費・食費負担限度額認定の更新



介護老人福祉施設や介護老人保健福祉施設、介護療養型医療施設、介護医療院に入所またはショートステイを利用し、居住費・食費の軽減を受けている人で、引き続き

介護保険負担割合証の更新

介護認定を受けている人や総合事業サービスを利用している人に、7月中旬ごろ「介護保険負担割合証」を送付します。新しい「介護保険負担割合証」は8月1日①から1年間有効です。
※詳しくはお尋ねください。
☎長寿社会課

救急医療情報キット・緊急時連絡カード をご利用ください

自宅や外出時の急な容態変化に備え、救急隊員や医療機関に必要な情報を的確に伝達する「救急医療情報キット」や「緊急時連絡カード」をご利用ください。

救急医療情報キット



薬の服用情報や持病、緊急連絡先などの救急情報を容器に入れて自宅の冷蔵庫に保管するものです。

(使用方法)

- 救急医療情報キット(容器)に救急情報用紙と合わせて薬剤情報提供書や健康保険証のコピーなどを入れる
- 玄関の内側と容器を入れた冷蔵庫にマークシールを貼る

緊急時連絡カード



薬の服用情報や持病、緊急連絡先などの救急情報を名刺サイズのカードに記入して常備します。

【配布場所】

保健福祉政策課、市役所・中央保健福祉センター玄関案内、各支所、市社会福祉協議会など

※内容に変更があった場合は常に新しい情報に更新してください。

☎保健福祉政策課

7/21(火)土用の丑の日
蒲焼きとお弁当ご予約承ります

- ◆蒲焼き.....4,000円
- ◆特弁当.....4,000円
- ◆上松弁当.....3,000円
- ◆上竹弁当.....2,000円税別

配達も承ります



優やすが
(0956) 25-5539
佐世保市天満町1-4

年中無休
営業時間 11:00～22:00
(オーターストップ21:30)

数に限りがございますので、早めのご注文お願い致します。

ローンが残っているけれど売れるかどうか...
実家を相続。どうしたら...
古家の管理が大変

不動産売却王 佐世保

「思い出を、つぎの家族の思い出に」
YEYESTATION
0120-529-279

株式会社 建吉
一級建築士事務所
宅地建物取引業
建設業(般-27)第8946号 宅建業(5)第3039号
佐世保市早苗町106-6(早鏡駅より徒歩6分)

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 毎週月～木曜(祝日、年末年始を除く)
※予約優先、時間等はお尋ねください。

場所 中央保健福祉センター

対象、料金 ①と同じ(50歳以上で喀痰細胞検査を受ける人は900円)

③総合健診(胃・肺・大腸・子宮頸・乳・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、特定健診)

日程 8月23日④ 8:30～11:00

場所 卸団地組合会館

対象、料金 がん検診は①と同じ。その他の健診はお尋ねを
定員 先着 65人

申込 7月22日④以降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。

※市内の登録歯科医療機関でも歯科健診を実施しています(受診料500円、要予約)。

⑤乳幼児健診

- ・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

※該当者には約1カ月前にお知らせします。

④健康づくり課(①～④) ⑤子ども保健課(⑤)

「成人歯科健診節目年齢無料健診」を受診しましょう

本市では、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受ける市民を増やすため、ことし節目の年齢を迎える人に対し「無料健診はがき」を送付しています。この機会にどうぞご利用ください。

期間 10月31日④まで

対象 ことし5月1日時点で本市に住居登録があり、昭和35年・45年・55年生まれで誕生日が1月1日～5月31日の人(満年齢40歳、50歳、60歳の人)

※5月2日以降に本市へ転入し、上記要件に該当する人は健康づくり課にご連絡ください。

※市外に転出した人は利用できません。

料金 無料

※左記の対象者以外でも20歳以上の人は500円で受診できます。

※6～10月生まれの人には11月ごろ送付します。

※詳しくはお尋ねください。

④健康づくり課



健康づくり
7月は「愛の血液助け合い運動」月間



献血はたくさんの方々の人々の善意によって支えられています。特に不足しがちな400ml献血と成分献血にご協力をお願いします。皆さんの温かいご支援と積極的な参加をお願いします。

④健康づくり課

8月から公民館などでの特定健診を再開します

新型コロナウイルス感染症の影響で中止していた公民館などでの特定健診を8月23日④から再開します。ことし4月1日時点で市国保に加入する40～74歳を対象に6月下旬から随時受診券を送付していただきますので、来年3月31日④までに早めの受診をお願いします。

場所 登録医療機関など
料金 無料

※当日は同封の受診券、質問票と保険証を持参してください。
※市国保に加入する30～39歳の方は自己負担千円で、来年3月31日までに75歳になる人や後期高齢者医療制度に加入している人は無料で受診できますが、事前

に受診券発行の申し込みが必要です。
※申し込み方法など詳しくはお尋ねください。
④医療保険課

生活衛生

夏の食中毒にご注意ください



梅雨時から9月までは高温多湿な状況が続く、細菌性食中毒が発生しやすい時期です。次の3原則を守って、食中毒を防ぎましょう。

①細菌を付けない
調理を始める前、トイレに行ったら後はよく手を洗う。魚や肉を切った包丁やまな板は洗浄・消毒する

②細菌を増やさない
生ものや冷凍食品を購入するときは最後に買い、帰宅後はすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。食材は冷蔵庫や冷凍庫を活用して保存し、調理後は早めに食べる

③細菌をやっつける
加熱調理する場合は、食材の中心部まで十分火を通す。使用後の包丁やまな板、タワシなどは熱湯をかけ、よく乾燥させる
④生活衛生課

相談 など

子どもの発達

・療育相談(要予約)
遊びの広場もあります。気軽にご来場ください
④子ども発達センター ☎23-3945

・歯科保健相談(要予約) ④健康づくり課
障がい福祉 ④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

①7月14日④、28日④ 13:30 ②7月19日④ 13:30、8月1日④ 19:00

③GA 佐世保(ギャンブル依存当事者会)
7月15日④、22日④、29日④、8月5日④ 19:00

④ギャモン結(依存症の家族、友人の会)
7月15日④、22日④、29日④、8月5日④ 19:00

⑤高次脳機能障害当事者会・家族の集い
7月11日④、25日④、8月8日④ 13:00

⑥精神障がい者家族の会(ゆみはり会)
7月18日④ 13:00

⑦アジサイ会(脊髄小脳変性症・多系統萎縮症患者会)
7月17日④ 13:30

⑧ひきこもり家族会(あのねの木)
7月15日④ 10:00

※②①中央保健福祉センター②③④⑤
市民活動交流プラザ(戸尾町) ⑥ボランティアセンター別館(花園町) ⑦⑧福祉活動プラザ。

医療に関する相談 ④保健福祉政策課
平日 8:30～17:15

④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
④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)して受診をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症対策のため、熱がある人は必ず事前に電話で予約してください。

【当番病院】(輪番制) ④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 = 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

放送大学10月入学生募集中!

学生種	入学科	授業料
全科履修生	24,000円	1科目(2単位) 11,000円(教材費含む)
選科履修生	9,000円	
科目履修生	7,000円	

TV・インターネットで学ぶ正規の大学です。入試試験はありません。個別相談や見学は随時受付中。お気軽にどうぞ!

095-813-1317

www.ouj.ac.jp 放送大学 検索

我が家のリニューアル大作戦

大切なマイホームだから 塗り替えて ▶ 綺麗 + 劣化防止

まずはお気軽に見積を

屋根 □塗装の剥がれ・さび □色あせ
ベランダ・床 □汚れが取れにくい □触ると色がつく □ペンキの剥がれ □漂やコケ
鉄部・木部 □サビ。剥がれ □色あせ

外壁 □黒ずみ。黄ばみ □ひび割れ □汚れが取れにくい □触ると色がつく □ペンキの剥がれ □漂やコケ □色あせ

見積無料

船津建装工業株式会社

佐世保市広田 3丁目39-17 ☎0120-38-6322

西九州させば広域都市圏で取り組む事業の中で生まれた「西九州食財」。西九州にはいまだに知られていない、国内外のお客さんに感動を届けられる産品がたくさん存在します。今月号からスタートするこのコーナーでは、この「西九州食財」を題材に、産品の特長やこだわりなどを紹介します。

プリンセスマンゴー



「プリンセスマンゴー」は、農業生産法人「フロンティア・アグリカルチャーながさき」（光町）が地域ブランド作物の創出を目的に栽培しているマンゴーです。糖度が17度～21度と高濃度でバランスの良い酸味があり、繊維が少なく滑らかでしっかりとした濃厚な味が特長です。その品質は高く評価されており、昨年開催されたG20サミットの首脳晩さん会（大阪）で各国首脳に振舞われたほか、JRスイーツ列車「或る列車」などでも提供されています。

プリンセスマンゴーは、こだわりのハウスポット栽培で実る個数を1鉢30個に制限し、徹底した品質管理の下、生産されています。6月中旬～8月中旬に旬を迎え、樹上で紫から赤色になり、完熟後に収穫したマンゴーは果肉が濃いオレンジ色をしています。

現在は果実以外にもジュースやシロップ、カレーなどに加工され、市内で販売されています。

主な販売場所

- 食彩の里よかばい相浦 ☎ 0120-831-481
- 堀内フルーツファーム ☎ 76-7677

※ホームページでも購入できます。



「西九州食財」(要旨・抜粋)

- ① 西九州の恵まれた自然環境を生かし、生産された産品
- ② 生産方法やおいしさを追求したこだわりの産品
- ③ 事業を構成する佐世保市、松浦市、川棚町、新上五島町、伊万里市、佐々町が特に推奨している産品の要件を全て満たす食財です

☎ 農業畜産課 ☎ 24-1111

見て！聞いて！本市の広報番組

キラっ都させば



6月放送分の収録の様子

朝長市長が自ら市の施策などをお知らせする広報テレビ番組「させば市政だより～キラっ都させば～」。7月は「させば振興券」でまちに元気と活力を」をテーマにお知らせします。素敵なプレゼントも用意していますので、どうぞご覧ください。

【放送スケジュール】

- 7月4日(土)、18日(土) ⇨ 9:25 NBC、11:45 KTN
- 7月11日(土)、25日(土) ⇨ 16:25 NCC
- 7月12日(日)、26日(日) ⇨ 6:30 NIB
- 毎週日曜 ⇨ 18:55 テレビ佐世保

※ YouTube 版は右の画像からどうぞ！



キラっ都させばラジオ版

さまざまな市政情報をFMさせばのパーソナリティ・橋口修平さんとさせば観光大使の川前奈々さん、担当の市職員が対話形式で分かりやすくお知らせする番組「キラっ都させば ラジオ版」。市民の皆さんから寄せられた疑問にお答えするコーナーや週末のイベント情報、佐世保にゆかりのある音楽の紹介など盛りだくさんの内容で放送します。

放送日 毎週金曜 13時～13時55分

16時～16時55分(再放送)

毎週土・日曜 10時～10時55分(再放送)

放送局 はっぴいFM(FMさせば)

☎ 秘書課 ☎ 24-1111

人の動き(6月1日現在)

- 総人口 244,554人(前月比 -163人)
男性 115,980人(-84人)、女性 128,574人(-79人)
- 世帯数 105,096世帯(前月比 -17世帯)
- 5月中の動き
転入 362人、転出 413人、出生 138人、死亡 250人



ことしの春から初夏にかけて、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、さまざまな催しやイベントが中止・延期・自粛せざるを得なくなりました。市民の皆さまには、緊急事態宣言で外出や人との触れ合い、仕事の制限など大変辛い期間を過ごされたことと思います。

第1波は、国民の協力と医療関係者の献身的な働きによって何とか収束しつつありますが、今後も秋から冬にかけて第2波、第3波への警戒を怠ることはできません。ワクチンや治療薬の早期完成を願うばかりです。

さて、ことしは新型コロナウイルスの影響によって、本市の初夏を代表し、毎年5月に開催されている400年来の伝統的催し「早岐茶市」が中止に、お茶どころ世知原地区での新茶まつり「世知原じげもん市」が延期となりました。生産者、関係者はもとより、楽しみにされていた市民の皆さまにとっても、大変残念なことでした。茶市などが中止・延期されたことで、ことしはお茶の売れ行きが悪くなるのではないかと、少し心配しています。

ところで、早岐茶市では昔から「茶市ん風に吹かるっぎんた、そん年は風邪ひかんとバイ」という言い伝えがあります。昔の人は「お茶の効用」を知っており、早岐茶市のキャッチコピーにもしていたのでしょうか。そこで、お茶でうがいをする風邪やインフルエンザの予防になるとの専門家の定説もあることから、新型コロナウイルスの予防にもなるのではないかと思い調べてみました。

さすがに、新型コロナウイルスは今始まったばかりで、その研究までには至っていませんでしたが、「お茶の効用」について記してありましたので、ご紹介いたします。

お茶の効用の多くは、お茶独特の渋みの元となる「茶カテキン」や「タンニン」によるものだそうで、実に多くの効き目を持つといわれています。

緑茶はウーロン茶や紅茶と違い、お茶の葉を発酵させず

お茶の効用

- 発がんを抑える作用(緑茶に含まれるポリフェノールとカテキンが細胞のガン化を予防し、ビタミン類が発がん物質の作用を抑制する)
- 血液中のコレステロールを低下させる作用
- 血圧の上昇や血糖値の上昇を抑える作用
- 老化を防止する作用
- 抗菌・抗ウイルス作用(食中毒の腸炎ビブリオ菌、毒素型ブドウ球菌、大腸菌O157などを殺菌する力、風邪やインフルエンザを予防する力)
- 虫歯を防ぎ、口臭を予防する作用(緑茶に含まれるフッ素は歯を強くし、虫歯にならない抵抗力をつける。また、タンニンの殺菌力も有効)
- ダイエットの強い味方(タンニンが脂肪を分解する酵素の働きを高める)



に作られるため、健康に良い生葉の成分をそのまま残すことができるそうです。

次にペットボトルの緑茶飲料との違いです。急須でお茶を入れると湯飲みの底に粉のような細かい茶葉が沈殿しますが、この沈殿物こそ緑茶の栄養成分が豊富に含まれています。ペットボトルの緑茶飲料は、大事な栄養成分の多くが除去されているとのこと。

このような緑茶の効用を今一度見直していただき、緑茶によるご自身の健康づくりと合わせて「お茶の産地づくり」にもご協力いただければ幸いです。

佐世保市長 朝長 則男

聞いて「徳」ある話 61

自ら進んで行動を

私の通う学校では年に一度、全校生徒が街の清掃を行う日が設けられています。授業2時間分程度の時間を使用して、草むしりやごみ拾いなどを行っています。生徒にはグループで1つのごみ袋が渡され、2時間経過後にグループが先生になるのですが、あるグループが先生に2袋目をもらっているのが目に入りました。同時に1袋目のごみ袋を先生に渡していたのですが、私たちのグループが2時間かけても集められないくらいのごみが詰まっていた、袋が破れそうでした。あまりの早さに先生も驚いていて、私は真剣にごみ拾いに取り組んでいる彼らに感心しました。そのグループは他のグループも手伝い、2袋目もごみでいっぱいにして清掃を終えました。ごみ拾いは自ら進んで行うには少し勇気が必要だと思いますし、誰もがやりたいというものではないかもしれません。しかし、真剣に取り組んでいたグループを見て、このような行動が広がればいいと思います。

匿名希望
☎ 佐世保徳育推進会議 ☎ 23・2856
「聞いて徳ある話」を随時募集しています。詳しくはお尋ねください。