#### シリーズ「予防救急」 浴室・浴槽

#### 主な原因

- 浴室では、湿った床や泡が残っている床でとて も滑りやすくなっているため、転倒の危険が高 くなります
- ●浴槽では立ち上がる際の転倒や、長くお湯に浸 かっていると意識がもうろうとなり溺れる危険 があります
- 転倒した場合は浴室内の鏡や浴室ドアのガラス などによって、多量の出血を起こす大けがの危 険もあり、転倒によって意識を消失した場合は 溺死する危険性も潜んでいます

#### 日頃の予防と対策

- ●床が滑りやすいと感じたときは、滑りにくい素 材に変えることを検討するとともに、こまめに 清掃するなど、転倒防止を心掛けましょう
- ●浴槽からはゆっくりと立ち上がり、お湯に漬か る時間も体調に合わせ、長湯にならないように しましょう
- 飲酒後や睡眠薬などを服用した際の入浴は、事 故につながる危険性が高くなりますので、避け るようにしましょう
- 浴室と脱衣所の段差をなくし、手すりを付ける などの転倒防止をするとともに、浴室ドアには 割れにくい素材のものを使うことをおすすめし ます
- ●同居者がいる場合は入浴する前に一声掛けてか ら入りましょう
- ※寒暖差で血圧の変動を起こすヒートショックも 浴室での事故の原因として挙げられます。体に 大きな負担が掛かることで心筋梗塞や脳梗塞の 危険が高まりますので、浴室と脱衣所の寒暖差 をつくらないように対策を行いましょう。

⑤消防局警防課 ☎ 23-2598

市役所本庁舎7階の改修工事

※電話・ファクス番号は変更あ 【新住所】 北松浦郡佐々町 免41番地17

⊕消防訓練所☆2・2538

りません。

西消防署佐々出張所 新庁舎

@戸籍住民窓口課 本市に住民登録がある人 させぼ五番街

対象

# 西消防署佐々出張所の移転

@人権男女共同参画課 ※市役所でも随時相談に応じます 相談員が応じます (秘密厳守)。 DVや家庭問題等の悩みに女性 出張女性相談室 (無料) スピカ 月23日①9~16時

24 6 1 ☆23・3828 (当日連絡用) 80(予約・相談専用)

ティに関する差別的な言動を見 ことのできる社会が望まれま を尊重され、 誰もが自分のセクシュアリティ シュアリティもさまざまです 人によって異なるように、 L G B T 人間の姿、価値観、感情などが もしあなたがセクシュアリ (性的少数者)の人権 自分らしく生きる セク

分です。 掛けたら、 日8時30分~17時、 摘する勇気も必要です。 年始を除く)。 6180) にご相談ください の性に不安な人や悩みを聞いて いくきっかけとなります。 の一言が社会をよりよく変えて 同調しないだけでは不十 人は女性相談室(☎ 間違っていることは指 みんなと一緒に笑わ

自分

### 収納事務の 委託

日程

個人権男女共同参画課<br/>

通徴収) および保育料のスマ 税(種別割)、国民健康保険税(普 資産税・都市計画税、 市 トフォンなどの電子機器での決 ・県民税 (普通徴収)、 軽自動車収)、固定

> 心納税課、 Р а у 収納)の取り扱い開始に伴う収 地銀ネットワークサ 納事務の委託】㈱十八親和銀行、 済サービスによる収納 (スマホ a y 保険料課、 а у (株) 子ども支 ・ビス株、 N E

あなた

## 第11回特別弔慰金の受付会場 戦没者等のご遺族に支給される特

伞

別弔慰金の受け付けを行います。 時 30 分 と異なる場合はご相談を) て受付会場へ(前回の請求者 戸籍抄本と印鑑を持参 宮地区公民館 1月26日※10時3分~15

申 込

心市民安全安心課 ています。

心市民安全安心課 会長表彰を受賞されました。 の功績が評価され、 年にわたる行政相談委員として 嘱されている山本由美子氏が多 人全国行政相談委員連合協議会 市担当の行政相談委員として委 行政相談委員が表彰されました 公益社団法

路) 占用許可の更新手続き 法定外公共物(里道、

市道、

法定外公共物 (里

水路) 占用許可の更新時

お掛け ※改修工事は防衛省の民生安定 力をお願い が13階に移転します。 7階の各課と5階の基地政策局 事を行います。 ら5月下旬 (予定) まで改修工 ルするため、 市役所本庁舎7階をリニューア 施設助成事業で実施します。 しますが、 します。 ことし2月上旬か 工事期間中は、 ご理解とご協 ご不便を

申 込 ・管理課 土木政策・ 期を迎える人 必要事項を記入した申請書を 書」を送付します 対象者には「更新許可申請 2月初旬~ 管理課 2月22日側に

※市民安全安心課でも受け付け

市道、

対 象

⑥資産税課

国民健康保険税の夜間・日曜相

**®佐世保年金事務所** に年金の種類別に送付します。 月中旬から下旬

集します

祝日の燃やせるごみの収集

お知らせ

月11日 同徳 (成人の日) =収

®廃棄物減量推進課☎3・2428

マイナンバ 本人や扶養家族、事業専従者の マイナンバ 市県民税の申告や確定申告には イナンバ ーの記載が義務化さ ーが必要です ー法の実施に伴い

心保険料課

※出入口は高砂駐車場側の南口

保険料課

をご利用ください

保険の加入者が交通事故などに

保険証を使って治療を受け

必

国民健康保険、

後期高齢者医療

交通事故などに遭ったら

ください ページをご覧になるか、 が必要です。 れています。 人が確認できる身分証明書など が確認できる書類と本 詳しくは市ホ 申告の際には、 お尋ね マ

@佐世保税務署 (確定申告) ⑧市民税課 (市県民税の申告) 6

の申 ⑧納税課 (市県民税) 保険料課で受け付けています 所、宇久行政センター 納め忘れがなく便利な口座振替 忘れず納期内に納めましょう。 健康保険税第8期分の納付月 し込みは各金融機関、 納稅課 各支

@佐世保年金事務所

(国民健康保険税)

ドの申請受け付けを行い

ます。

1月26日※10~19時

もあります。

34 •

89

※保険料が割引になる前納制度 を利用することができます。 特例制度などの保険料免除制度 な人は納付猶予制度や学生納付 染症の影響によって納付が困難 難な人や新型コロナウイルス感

> 源泉徴収票を1 収票の送付 令和2年分公的年金等の源泉徴

【夜間】 1月18日 月 【日曜】 1月7日 日、 時まで 24 日 9 22 日 金 20

9 、イナンバ 申請等のための休日窓口 , 13 時 戸籍住民窓口課 月24日 (1) カー 2月7日回 の受け取

※交付場所が「戸籍住民窓口課」 ※当日は事前の写真準備が不要の Web申請サポー カ 以外の人は交付手続きを行い ドは後日送付 トや電子証明 します

月 額 1

方

6540円(令和2

している人を除く)。

保険料は

られています (厚生年金に加入 保険料を納めることが義務付け 未満の人は、

国民年金に加入し

国内に住所がある20歳以上60歳 20歳になったら国民年金 心医療保険課

ず医療保険課へご相談ください。 る場合は、すぐに警察に届け、

年度) です。

保険料の納付が困

月は市県民税第4期分、

国民

商業施設でのマイナンバ ⑧戸籍住民窓口課 ※詳しくはお尋ねください。 書の更新手続きも行います。 イナンバー カード申請臨時窓

#### 償却資産・軽自動車税 (種別割) の申告

本市に住民登録があり

交付通知書が届いている人

#### 償却資産

1月1日現在、市内で事業を営み償却資産を所有している 人は、2月1日 周までに資産税課に申告してください。

※電子申告も利用できます。詳しくは eLTAX (エルタック ス、http://www.eltax.lta.go.jp/) で確認してください。 対象 土地、家屋以外で事業に使用している構築物、機械

装置、船舶、器具、備品などで耐用年数1年以上、取得 価額 10 万円以上のもの

※取得価額10万円未満のものでも、固定資産として計 上し個別に減価償却しているものや、租税特別措置法 を適用して損金算入した少額資産は該当します。

※取得価額20万円未満で法人税法、所得税法の規定で事業 年度ごとに一括して3年間で償却するものは対象外です。

※申告書がない場合は資産税課にご連絡ください。

※令和3年度課税の1年度分に限り、新型コロナウイルス 感染症の影響に係る固定資産税・都市計画税の軽減制度 があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

#### 軽自動車税 (種別割)

4月1日現在の登録者に課税されます。持ち主の変更、廃車、 転出、盗難に遭ったなどの場合は、3月31日®までに手続きを。 ※公道走行の有無に関わらず、車両を所有している場合は 登録手続きが必要です。

※原付バイク等を廃車する場合は、必ずナンバープレート を取り外してください (廃車申告に必要です)。

※ 125cc 以下のバイク、小型特殊車の廃車申告は、資産税 課、各支所、宇久行政センターで手続きできます (ナンバー プレート、所有者の印鑑を持参してください)。

※譲渡や廃車で車両がない場合でも、廃車申告等の手続き をしないと引き続き課税されますのでご注意ください。

※自賠責保険(共済)加入は法律上の義務です。契約が切れ ている場合は最寄りの取り扱い店で加入手続きを。

⑥ 125cc 以下のバイク、小型特殊車⇒資産税課 軽二輪・二輪小型車⇨佐世保自動車検査登録事務所 **2** 050-5540-2084

三輪・四輪⇒軽自動車協会 ☎ 31-1385

心資産経営課

館で

文化財防火デー

※詳しくはお尋ねください。で市営住宅を受け付けます。※宇久行政センターは日時限定

災で焼失したことをきっかけにある法隆寺の金堂壁画が火昭和24年1月26日に奈良県斑鳩

●市営住宅管理センター

毎年1

月26日を「文化財防

本市

#### 水道管の冬支度をお願いします

冬場は地上に露出した水道管や屋外の蛇口・メーターボックス内などが凍結し、水が出なくなった り破裂したりすることがあります。事前に各家庭で水道管の確認や防寒対策をお願いします。

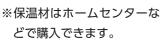
#### ●水道管を「凍結させない」ためには

水道管は、次のような条件のときに凍りやすくな りますので、防寒対策をお願いします。

- ・一日中氷点下の真冬日が続いたとき
- ・日当たりが悪く、風が吹き抜ける場所 など

#### 対策1

水道管に布や保温材を巻いて ビニールテープ等で濡れない ように覆い保温する。



#### 対策2

夜間に少しだけ水を出し続け る。

※水道料金がかかりますの で、たまった水は雑用水な どにお使いください。



#### ●水道管が「凍結」 したら

水道管に熱湯をかけると、管が破裂することがあ りますので、絶対にしないでください。水道管が 凍結したら、次のどちらかの対応をお願いします。

- ・自然に解凍するのを待つ
- ・凍結している場所をタオルなどで覆って、ぬる ま湯をゆっくりかける

#### ●水道管が「破裂」 したら

メーターボックス内の止水栓を閉めた上で、破裂 した部分に布やテープなどを巻いて、応急的に止 水します。その後、水道局の指定給水装置工事事 業者に連絡し、修理を依頼してください。詳しく は水道局ホームページをご覧になるか、お尋ねく ださい。

⑧水道維持課 ☎ 24-1151

#### 令和 3 年度 体育施設利用者日程調整会議

対象 令和3年度(野球場は令和3年3月~翌年2月分)の団体利用者 ※利用者は必ず出席してください。

施設名	開催日時	調整会議会場	調整対象施設
1野球場	2月9日※14時	総合グラウンド野球場 会議室	総合グラウンド野球場、吉井野球場 千鳥越野球場
2体育館	2月10日® 13時30分	体育文化館 集会場(小体育室)	体育文化館 (大・小体育室 )、総合グラウンド体育館 小佐々スポーツセンター 東部スポーツ広場体育館 (メイン・サブアリーナ)
3庭球場	2月12日	総合グラウンド陸上競技場 南棟ミーティングルーム	総合グラウンド庭球場 吉井テニスコート
<b>④</b> グラウンド	2月15日 14時	総合グラウンド陸上競技場 南棟ミーティングルーム	総合グラウンド (陸上競技場・運動広場) 東部スポーツ広場 (ラグビーサッカー場、ソフトボール場) 北部ふれあいスポーツ広場 (多目的広場) 小佐々中央運動広場グラウンド
5武道館	2月12日	県立武道館 3 階会議室	県立武道館 (柔道場・剣道場・弓道場)

働 1 総合グラウンド野球場☎ 47-4764 2 体育文化館☎ 22-1522 8 総合グラウンド管理事務所☎ 47-3125 4 小佐々海洋セ ンター☎ 68-3377 5県立武道館☎ 22-2194

所などで配布 じます。 Ź 月 1

⑨(土日を含む)に中央公民受付】1月29日逾~2月1日

【受付】1月29日金~

、用紙配布】 1月2日 ⊜から市 営住宅管理セン

県住宅

尋ねください 登録料は無料です。 令和2年度

第4期公営住宅空

主の方に紹介する仕組みです みに応じ、その方の連絡先を家 空き家利用希望者からの申し込 集しています。市に登録された 売買を検討している空き家を募

対象

令和2年度入札参加資格

場所
契約課

~ 17 时 15 分

集します。

【ファミリ

ーフォトコンテスト】

まつりのパネル企画展作品を募

の平日8時3分~12時、

12 2 時、12 13 日 島

【登録の更新】

詳しくはお

業務②物品等、

業務委託等

賞者に記念品を贈呈します。

を添えて応募してください う写真をタイトルとエピソ 家族で協力して家事や育児を行

入

で

対 象

町

がある①建設コンサルタント

※①は市内に本社または支店

をお願い.

いますので、

ご理解とご協力

「させぼ暮らし」では、佐世保市空き家バンク

ンク

日程

1月12日災

営業種目変更

SASEBOで開催するスピカ2月20日①~24日③にアルカススピカまつりパネル企画展作品

人札参加有資格者の登録更新・

賃貸や

防署と消防団合同で消防訓練を 文化財防火デーに合わせて、 な文化財を火災から守るため、 の連携・協力が必要です。

⊕消防局予防課☎23・2539

供給公社佐世保事務所、 ※県営住宅は1 社会福祉協議会で 県住宅供給公社佐世保事務 市役所1階総合案内、 宇久行政センター、 月15日金から 住宅 市 各

申込

平日8時3分

, 17時15分

に都市政策課へ

※すでに不動産業者に依頼中の

【営業種目の変更】

応募してください。

抽選で5人

に記念品を贈呈します。

ている業者だけ。

営業所があり、

本市に納税

日頃の感謝の気持ちを手紙(最

へのラブ

レタ

料金

ಕು

大A4サイズ3枚まで) にして

物件は除く。

が必要な空き家など

市内にある空き家、

心都市政策課

こちらからどうぞ



対象(②の有資格者で営業・業 お尋ねください 種種目を変更する業者

※手続き方法など詳しくは市 ムページをご覧になるか、

申込

作品と氏名、

住所、

電話

番号を明記し郵送か直接スピ

メ 切 カヘ

月31日 🗐

◎男女共同参画推進センタ 「スピカ」☆3・3828

母長崎県消防設備協会 **☎** 095.827.4756 お尋ねください

申 込 ※令和2年度から申 ジで申し込んでください が変更されました。 本防火・防災協会ホ し込み方法 詳しくは

ムペ

1月7日※~14日※に日 10人 で含

要がある事業所等の関係者 資格を取得し選任する必 現在防火管理者が不在 8千円 (テキスト代

労働福祉センター 19日金9 (稲荷 嵵

日程 甲種防火管理新規講習 50分~16時50分(2日間) 講演会 など 2月18日余、

※ミッドナイト競輪は電話かインターネッ トだけの販売です。

※バンク開放等のイベント実施状況はさせ ぼ競輪ホームページをご覧ください。

させぼ競輪開催日程 ☎31-4797

@ 県住宅供給公社佐世保事務所

(市営) 25・9625

(県営) ☎2・9612

#### 【昼開催】

係機関だけでなく、

地域住民と

貴重

守るためには文化財関係者や関

があります。

文化財を火災から

や県指定「楠本瑞山旧宅」など には国重要文化財[黒島天主堂] 火デー」と定めています。

空き家バンク物件

・大宮記念 G Ⅲ場外 1月14~17日 岐阜F I 場外 18 ~ 20 ⊟ ·松山記念 G Ⅲ場外 21 ~ 24 ⊟ · 前橋 F I 場外 25~27日 · 豊橋記念 G Ⅲ場外 28 ~ 31 ⊟ 2月1~3日 · 武雄 F I 場外 · 高松記念 G Ⅲ場外 4~7∃ ·松阪FI場外 8 ~ 10 ⊟

#### 【ナイター開催】

·別府FI場外

· 奈良 F I 場外

1月11~13日 14 ~ 16 ⊟ 17~19日

·伊東温泉 F I 場外 小倉FI場外

20 ~ 22 ⊟ 23 ~ 25 ⊟ ・四日市 F I 場外

26 ~ 28 ⊟ · 久留米 F I 場外

・松山 F I 場外

29 ~ 31 ⊟ · 奈良 F I 場外 2月1~3日

・西武園 F I 場外 4~6∃ 7~9日 ·小倉F I 場外

·川崎 F I 場外 10~12日

【ミッドナイト開催】

·本場 F Ⅱ 1月30~2月1日 ・本場 F Ⅱ ガールズ 5~7日

25