



特集 家庭と環境を救おう

誰でもできる！食品ロスを減らす4つの方法 P4



長崎和牛
サーロインステーキ
プレゼント！

P21

※写真は
イメージです。

P2 新型コロナウイルス感染症トピックス

P16 地元企業や住民の皆さんと
共につくる「九州・長崎 IR」

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。

「佐世保市事業者一時支援金」を支給しています

佐世保市では、長崎県独自の緊急事態宣言の発令やまん延防止等重点措置の適用によって、飲食店等の営業時間短縮や市民への不要不急の外出自粛が要請されたことに伴い、事業収入が大きく減少した市内事業者に対して一時支援金を支給しています。

- 支給額** 1事業者当たり減少要件を満たす月の売上減少額(最大2カ月分)を支給
売上減少率20%以上50%未満 最大20万円(最大10万円×2カ月)
- 対象** 売上減少率が20%以上50%未満で、次のいずれかの要件を満たす事業者
 - ①営業時間短縮要請に協力した市内飲食店・遊興施設と直接または間接の取り引きがあること
 - ②不要不急の外出自粛・移動自粛要請による直接的な影響を受けていること
- 支給要件** 次の要件を全て満たすもの
 - ・本年8月6日時点で本社(個人事業主は住所)が市内にあること
 - ・本年8月、9月の月間事業収入が令和2年または令和元年同月比で20%以上50%未満減少していること
 - ・本年8月、9月において、国の「月次支援金」、県の「大規模集客施設時短要請協力金」、各市町の「飲食店等営業時間短縮要請協力金」の対象でないこと
 - ・本年3月31日以前から事業を営んでいること
- 申請方法** 申請書に必要事項を記入し、郵送(〒857-0052、松浦町5-1)で「佐世保市産業支援センター内 佐世保市緊急経済雇用対策本部事務局」へ
- 申請期限** 12月10日(金)当日消印有効

支援金の種類	売上減少率	対象	支給額(最大金額)			申し込み先
			8月分	9月分	合計	
佐世保市事業者一時支援金	20%以上 50%未満	法人 個人	10万円	10万円	20万円	佐世保市緊急経済雇用対策本部事務局
月次支援金(国) ※国への申請が必要 要です。	50%以上	法人	20万円	20万円	40万円	月次支援金 ホームページ(※)
		個人	10万円	10万円	20万円	

※売上減少率が50%以上の月は、国の月次支援金の対象となる場合があります。詳しくは専用コールセンター(☎0120-211-240)にお尋ねください。また、佐世保市産業支援センター内に国の月次支援金の申請を補助するサポート会場(☎050-8881-8751)を開設していますので、どうぞご利用ください(要予約)。

事業者一時支援金ははこちらから



国の月次支援金ははこちらから



問い合わせ 佐世保市事業者一時支援金コールセンター ☎26-0211(平日9時~17時)



令和3年11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/㈱九大印刷



佐世保市公式
Instagram



佐世保市
公式LINE

国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者 医療保険料の減免手続きはお早めに

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた国民健康保険等の被保険者は、保険税(料)の減免を申請することができます。減免申請は期限がありますので、早めの手続きをお願いします。

対象となる保険税(料)

本年4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 ※特別徴収の場合は、本年4月～来年2月に年金から特別徴収され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。

申請期限

来年3月31日(木)まで

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
- ※減免は保険税(料)ごとに手続きが必要です。
※詳しくは市HPをご覧ください。

☎保険料課 ☎24-1111

飲食店応援クーポンの有効期限は 11月30日(火)まで

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「飲食店応援クーポン」の有効期限は11月30日(火)までです。

参加店や各店舗でのクーポンの利用方法など、詳しくは特設サイトに掲載していますのでご確認ください。

※参加店舗は、安全・安心に食事が楽しめるよう、長崎県の「ながさきコロナ対策飲食店認証制度」の認証を受けた店舗です。



参加店は特設サイトを
ご覧ください



☎飲食店来店応援事業コールセンター ☎37-9135
(平日9時～17時)

ながさきコロナ対策飲食店認証制度

ながさきコロナ対策飲食店認証制度(team NAGASAKI SAFETY)は、長崎県内

の飲食店を安心して利用できるよう、新型コロナウイルスの感染防止対策に取り組み、基準を満たした飲食店に対し、第三者認証を行う制度です。認証に必要な設備導入への補助制度もありますのでご利用ください。

☎ながさきコロナ対策飲食店認証実行委員会
☎0570-550-388 (平日9時～18時)

ご支援をいただき ありがとうございました

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、ご支援をいただき厚くお礼申し上げます。ご協力をいただいた方に感謝の意を込め、公表に承諾していただいた団体名等をご紹介します。

新型コロナウイルス感染症に関する物資等の支援

・長崎国際大学(パルスオキシメーター)

※10月13日時点。敬称略。

☎新型コロナウイルス感染症特別対策室
☎24-1111

新型コロナワクチン接種の実施体制を縮小します

本市では、新型コロナウイルスワクチンを1回以上接種した人の割合が対象者の8割を超え、ワクチン接種が一定終了に向かっていくことから、ワクチン接種体制を11月末までで縮小します。接種を希望し、まだワクチン接種が済んでいない人は、予約サイトやコールセンター(☎0570-022-558)、各医療機関で予約の上、接種をお願いします。

予約は次のA～Cのいずれかの方法で行ってください。

A ワクチン接種予約サイト

(24時間受付、予約開始日の9時～)

予約サイトは

右の画像からどうぞ



B ワクチン接種コールセンター

☎0570-022-558 (9時～18時)

C 「かかりつけ医」のいる医療機関

ワクチン接種の可否は事前に医療機関へご相談ください。

受診する医療機関によって予約方法が異なります。

2回目の接種予約が取れていない人の 予約を受け付けています

1回目のワクチン接種が済んだ人で、2回目の接種予約が取れていない人の予約を受け付けています。

接種日程 水・木曜14時～16時、土・日曜10時～12時、14時～16時

対象 ファイザー社製ワクチンの1回目を接種した人で、21日間(3週間)を過ぎても2回目接種の予約が取れていない人

申込方法 電話でワクチン接種推進チーム(2回目予約専用番号、☎25-8852)へ

申込期限 接種希望日の2日前の15時まで

※12歳～15歳の人のワクチン接種や本市の接種体制の縮小など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



※長崎県が設置する会場や一般開放をしている職域接種会場などは、県ホームページをご覧ください。



問い合わせ 佐世保市ワクチン接種コールセンター ☎0570-022-558

職場や家庭内での感染拡大にご注意を

最近の感染事例として、職場や家庭内で感染が拡大した事例が多く確認されています。まずは、職場や家庭内など感染が広まりやすい環境にウイルスを持ち込まないようにし、感染を拡大させないため感染症対策の徹底をお願いします。

感染が拡大した事例

- 体調が悪いと思いつつ、発熱していない(薬で熱が下がった)ので出勤したら、その後、陽性が判明。職場の同僚も検査をしたら感染が確認された。
- 陽性者が出勤した職場内で適切な換気や共有物の消毒ができていなかったため、複数の社員やその家族に感染が拡大してしまった。
- 自分が住んでいる地域(長崎県外)で陽性者と接触があったことを分かっていたが、症状がなかったので佐世保へ帰省した。その後発症し、家族が感染してしまった。

特に注意したい感染症対策

- 体調が悪い場合は「出勤しない」。
- 昼食時や休憩室などでの「黙食」や「距離の確保」を徹底する。
- 共用部分、共有物の「小まめな消毒」や「適度な換気」を行う。



1 食品ロスの原因を理解し食生活を改善する

食品ロスを減らすためには、食品ロスが発生する原因を正しく理解し、食品に対して正しい知識を身に付けることが大切です。食品を正しく理解すれば、自身の食生活を改善でき、心身ともに健康な生活を送ることにもつながります。

家庭から出る食品ロスの3つの主な原因と対策

(1) 食べ残し



- 食べきれぬ量を作る(作り過ぎない)
- 好き嫌いをせずに食べる

(2) 皮や脂身などの過剰除去



- 野菜や果物の皮を必要以上にむかない
- 食べられる部分を知り、うまく料理に活用する
例：石づきがあらかじめ取られているエリンギやマイタケなどは捨てる部分がありません。

(3) 賞味期限切れなどによる直接廃棄



- 買い過ぎに注意する
- 冷蔵庫を定期的に点検する
- 賞味期限と消費期限の違いを知る

賞味期限

未開封の状態に表示されている方法を守って保存した場合、「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のことです。期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。

消費期限

未開封の状態に表示されている方法を守って保存した場合、「安全に食べられる期限」のことです。

※開封後はどちらも期限にかかわらず早めに食べましょう。

食育とのつながり

食育とは「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。食品ロスを知ることは、食の循環や環境を意識した食育の推進にもつながっており、食品ロスの削減は、作り過ぎによる食べ過ぎ防止や好き嫌いによる偏食の改善など、健康への良い影響が期待できます。

特集 家庭と環境を救おう

誰でもできる！ 食品ロスを減らす4つの方法

作り過ぎや買い過ぎなどで、まだ食べられる食品であるにもかかわらず捨てられてしまう食品、いわゆる「食品ロス」。本市では1日に市民1人当たりおにぎり1個分の食品ロスが発生していると推測されています。今回の特集では、「食品ロス」が発生する原因をはじめ、食品の適切な保存方法やエコレシピ、家庭でできる食品ロス対策の方法、本市と民間企業の取り組みなどを紹介します。大切な未来を守るため、食品ロス削減にご理解とご協力をお願いします。

指定ごみ袋(小) 12枚分の食品ロス

本市では、1年間で推計9,288t(平成30年度)の食品ロスが発生しており、1人当たり年間約38kg、指定ごみ袋(小)に換算すると約12枚分の量が捨てられています。環境省によると、人によっては年間約6万円相当の食品を捨てていると推計されており、家計にも影響を与えています。

食品をごみとして捨てると、食品に含まれる水分などがごみの焼却処理に負担を掛け、二酸化炭素の排出量が増えてしまい、環境に大きな影響を与えます。

食品ロスがなくなれば、家計の無駄がなくなるだけでなく、ごみの削減やごみ処理時に発生する二酸化炭素などの排出量削減などにもつながります。

2015年には国連が「^{エスディジーズ}SDGs」を掲げ、日本国内でも2030年までに家庭から出る食品ロスを半減することが目標になっています。食品ロスを減らすために1人1人が食品ロス発生の原因や対策を正しく理解し、できることから始めましょう。

より良い世界にするためのみんなの目標「SDGs(持続可能な開発目標)」

地球環境や自然環境を守りながら、現代や未来の人々が人間らしく暮らしていくために必要なものが満たされる開発が行われる社会を目指す目標で、小・中学校などでも授業が行われています。17の目標のうち、食品ロス問題は「12：つくる責任つかう責任」に分類されています。

「つくる責任」

「つかう責任」

食材の保存方法の一例

キャベツ



- 新聞紙やラップに包み野菜室で保存しましょう。
- 芯の中心に切れ目を入れると、断面の膨らみを防げます。

レタス



- 芯部分に水でぬらしたペーパータオルを当て、新聞紙かラップで包み、芯を下向きにして冷蔵庫で保存しましょう。
- 外葉は捨てず、使いかけのレタスを包んで保存すると鮮度を保てます。

ホウレン草



- 湿らせた新聞紙で全体を包み、ビニール袋に入れ、葉を上に向けて野菜室で保存しましょう。
- 固めにゆでてラップで包めば、冷凍保存できます。

カボチャ



- 丸ごとなら常温で2～3カ月は保存できます。
- カットしたものは種とワタを取り除き、ラップで包み冷蔵庫で保存しましょう。固ゆでやゆでてつぶしたものは、冷凍保存できます。

キノコ類



- 洗わずそのまま冷凍保存できます。
- 冷凍保存したキノコ類は解凍せずそのまま調理できます。

大根



- 1本買った場合は、新聞紙で包み冷暗所で立てて保存しましょう。
- 半分に切ったものや使いかけのものは、断面を乾燥させないようにラップなどで包み、冷蔵庫に立てて保存しましょう。

玉ネギ



- 風通しの良い日陰で保存しましょう。使いかけのものはラップで包み冷蔵庫に保存しましょう。
- 炒めた玉ネギはラップに包んで冷凍保存できます。

肉・魚類



- 冷蔵する場合は、よく水分を取って保存しましょう。冷凍するときは再冷凍を避けるため、小分けにして保存しましょう。あらかじめ下味を付けておくと、解凍した際に出てくる水分が少なくなります。

消費者庁のキッチン

消費者庁では野菜の保存方法やリメイクレシピ、エコレシピなどを料理レシピサイト「クックパッド」で紹介していますので、どうぞご覧ください。

消費者庁のレシピは右の画像からご覧になれます



2 食品を長持ちさせる方法で保存する

食品にはそれぞれ適した保存方法があります。正しく保存すれば長持ちさせることができ、コツを押さえれば、誰でも簡単に取り組みますので、各家庭で実践してみましょう。

風通しの良い場所に保存する

原産地が暑い地方や夏に収穫される野菜の中には、低温で保存すると傷みやすく劣化が早くなる食材があります。冷蔵庫に入れず、風通しの良い場所で保存しましょう。

例：ゴーヤ、サヤエンドウ、ナス、カボチャ、トマト、キュウリ、エダマメなど



野菜室に立てて保存する

地面から上に向かって伸びる野菜は、寝かせて保存すると起き上がろうと成長します。栄養が使われ、鮮度やおいしさを落とす原因となりますので、湿らせた新聞紙などに包んだ上でビニール袋に入れ、冷蔵庫の野菜室に立てて保存しましょう。

例：ブロッコリー、ニラ、長ネギ、ホウレン草、コマツナ、アスパラガス、白菜など



冷暗所で保存する

イモ類や根菜類は寒いところが苦手です。乾燥や低すぎる温度は傷みが早くなる傾向がありますので、新聞紙などで包み冷暗所で保存しましょう。また、日光に当たると成長して芽が出やすくなるので注意しましょう。

例：ヤマイモ、サトイモ、ジャガイモ、サツマイモなど



冷凍して保存する

冷凍できる野菜や肉、魚などはすぐに下処理をして、新鮮なうちに冷凍しましょう。トレーなどに入っている肉類・魚類は、あらかじめフリーザーバッグやラップなどで小分けにして保存すると使いやすくなります。また、金属製のトレーやアルミホイルで包むと早く凍ります。



乾燥して保存する

野菜を薄く切り、重ならないようにざるなどに並べて風通しの良い場所に干しましょう。

1～2日ほど干し(夜は室内に戻す)、水分が抜けたら完成です。季節や条件によっては、カビが生える恐れがあるので注意しましょう。



エノキタケの石づきを使った キッシュ風オムレツ



材料 (2人分)

エノキタケ	20g	牛乳	小さじ 1
ニンジン	10g	チーズ	5g
ベーコン	10g	塩・コショウ	少々
卵	2個		

作り方

- ①エノキタケのおがくずが付いているところを切り、石づきはフォークで割いて、5mm幅に細かく切る
- ②ニンジンは5mm角、ベーコンは1cm角に切る
- ③ボウルに卵と牛乳、チーズ、①を入れて混ぜ、直径8cmほどのアルミカップに流し入れる
- ④オーブントースターで10分～12分焼く(途中で焦げそうになったらアルミホイルをかぶせる)
※オーブンの場合は、160℃で15分焼く。

ポイント

- 普段捨ててしまうエノキタケの石づきも、ひと手間でおいしく食べることができます

エダマメとカボチャの白和え



材料 (2人分)

カボチャ	100g	A	だし	22.5ml
冷凍エダマメ	60g		みそ	12g
木綿豆腐	50g		すりゴマ	6g
			砂糖	6g

作り方

- ①カボチャは種とワタを取り、きれいな皮はそのまま、ラップに包んで電子レンジ(600W)で3分加熱する
- ②冷凍エダマメは耐熱皿に出して電子レンジ(600W)で50秒加熱し、粗熱を取りさやから出しておく
- ③豆腐はキッチンペーパーに包んで電子レンジで40秒加熱し、荒く崩す
- ④Aを混ぜ合わせ、砂糖が溶けたら②を加えてよく混ぜ、①と③を加えてあえる

ポイント

- カボチャの皮もそのまま使えます
- 豆腐とAを合わせた白和えのベースは、いろんな食材に合います
- 食材の水気をよく切ってからあえましょう

3 栄養士おすすめエコレシピで無駄なく料理する

捨ててしまいがちな部分を有効に活用できる栄養士おすすめのエコレシピを紹介します。

牛乳たっぷりトマトの 冷製ポタージュ



材料 (2人分)

玉ネギ	1/4個 (50g)	牛乳	100ml
ニンジン	30g	コンソメ	小さじ 1/2
エノキタケ	20g	※固形の場合	1/4個
バター	5g	塩・コショウ	少々
トマト缶	1/4缶 (100g)		

作り方

- ①玉ネギは皮をむき、繊維を切るようにさいの目切りにする。ニンジンは皮をむかずに3mm幅の半月切りにする。エノキタケはおがくずが付いているところを切り、残りは石づきも含めて、みじん切りにする
- ②鍋にバターを熱し、玉ネギ、ニンジン、エノキタケを炒める
- ③ミキサーに②とトマト缶を入れ、かくはんする(ブレンダーでも可)
- ④牛乳を加えて弱火にかける。コンソメを加え、塩・コショウで味を調える
- ⑤粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす

ポイント

- ニンジンの皮、エノキタケの石づきは、そのまま使うことで過剰廃棄の削減になります
- 熟しすぎたトマトを細かくつぶして加えてもいいです
- 冷蔵庫の中で残りがちな牛乳をたっぷり使えます
- たくさん作って食べきれなかったポタージュは、ご飯とチーズを加えてリゾット風にしてもおいしいです

残りご飯でお好み焼き



材料 (2人分)

キャベツ	150g	豚バラ肉	50g
卵	2個	お好み焼きのソース	大さじ 2
冷ご飯	200g	マヨネーズ	大さじ 2
ネギ	40g	青のり	適量
塩・コショウ	少々	カツオ節	適量
		油	適量

作り方

- ①キャベツを千切りにする
- ②ボウルで卵を混ぜた後、ご飯を入れダマがなくなるまで混ぜる。キャベツ、ネギ、塩・コショウを入れて混ぜる
- ③フライパンに油を熱し、豚バラ肉と②を入れ、ふたをして焼く
- ④焼き目が付いたらひっくり返し、裏面も同様に焼く
- ⑤皿に移しお好み焼きのソース、マヨネーズ、青のり、カツオ節をかける

ポイント

- 混ぜる時にダマになりやすいのでよく混ぜてください。ナガイモをすりおろして入れても、おいしく食べられます

楽しく！おいしく！食品ロス削減！

アイディアクッキングコンテスト 2次審査 (WEB投票) 実施中

食品ロスを削減するために、本市が7月から募集した「楽しく！おいしく！食品ロス削減！『アイディアクッキングコンテスト』」に399作品の応募がありました。その中から1次審査を通過した上位8作品の2次審査を市ホームページで実施しています。PR動画をご覧ください、皆さんのお気に入りの5作品を選んで投票してください。

※得票数に応じて最終審査の際に加点されます。 ※WEB投票 11月17日(水)まで。

アイディアクッキング
コンテスト WEB投票
はこちらからどうぞ



サセボタバスケ

食品ロス削減マッチングサービス「サセボタバスケ」は、賞味(消費)期限が間近のため値引きされた食品をインターネット上で購入予約し、販売店舗で直接支払い・受け取りができるWebサービスです。登録・利用は全て無料で、購入者も販売店も負担なく始められます。利用者が拡大すると、購入者は欲しい商品が近場の店舗で購入でき、販売店は新規来客の増加につながるなどのメリットがありますので、積極的にご利用ください。

購入者のメリット

- 食品を安く購入できる
- 食品ロス削減に貢献できる
- 食育推進

賞味(消費)期限切れ直前でも安全に食べられるので、すぐに食べる予定がある商品であれば購入者はお得に購入できます。

販売店のメリット

- 食品ロスを減らせる
- イメージアップ
- 出品によるPR効果

食品ロスになりそうな食品を「サセボタバスケ」に値段を下げて登録し、購入してもらうことで、商品の廃棄や処分費用が抑えられ、一定の利益が確保できます。

使い方

- 1 サセボタバスケにスマートフォンかパソコンで登録(無料)をします。
- 2 欲しい商品やお店を検索し、受け取り日時を設定して購入予約をします。
- 3 購入予約完了後、「受け取りカード」が表示されます。予約時間にお店に行き、「受け取りカード」の画面を店員に見せ、商品を受け取り購入します。受け取りカードの画面を印刷したものでも利用できます。

サセボタバスケについての詳細は右の画像からご覧になれます



商品予約ページ見本



受け取りカード画面の見本

※受け取りカード画面は、ユーザー画面トップページ、またはユーザーメニューの削減量/履歴ページから確認できます。

段ボールコンポスト

「段ボールコンポスト」とは、段ボールの中に入れた基材(ピートモスやくん炭など)に、家庭で発生した食品廃棄物を投入し、微生物の働きによって堆肥を作るものです。電気式とは異なり初期費用も安く、電気代などの維持費も気にせず気軽に始められます。各家庭で「段ボールコンポスト」を活用して、完成した堆肥で自宅の花壇や家庭菜園などをしてみませんか。

※今後は完成した堆肥のさらなる利用先を検討していく予定です。



特集に関する問い合わせ 廃棄物減量推進課 ☎ 32-2428 健康づくり課 ☎ 24-1111

4 フードドライブなどの取り組みを利用する

本市では食品ロス削減のため、家庭や店舗で余っている食べ物を持ち寄り、フードバンクが必要とする団体などに無償で提供する「フードドライブ」などの取り組みを行っています。また、ことしから新たな対策として「サセボタバスケ」や「段ボールコンポスト」などにも取り組んでいます。食品ロスはさまざまな場面で発生しますが、いろいろな立場の人ができる範囲で取り組みを継続することで削減できますので、皆様のご協力をお願いします。

フードドライブ

フードドライブとは家庭や事業所で余った食品を集め、必要な人の元へ届けるシステムです。本市の「させぼフードドライブ」は行政だけでなく、民間企業や団体の皆さんの協力の下、成り立っています。本市には食品と関連のない業種でも、独自にフードドライブを実施して食品を必要とする施設などへ届けたり、市内で発生した食品ロスを利用先まで届けたりしている事業所があります。ここでは、食品ロス削減の取り組みを行っている事業所の一部を紹介します。

フードドライブの仕組みの流れ



食品ロス提供事業所

させぼフードドライブなどに食品を提供していただいている企業など
第一生命保険(株)佐世保営業支社、長崎県立大学、BAKERY TASHIRO、もみじの香り、(有)城野青果、(株)丸協食産、キリンフーズ(株)、九州電力送配電(株)佐世保配電事業所

フードバンク事業者

本市で単発的に行ったフードドライブで回収した大量の食品の目利きや、仕分けなどに協力していただいている企業
● 協和商工(株)

食品ロス輸送協力事業所

市内で発生した食品ロスを利用先まで無償で運搬していただいている企業
● アイティーエックス(株)佐世保営業所

食品ロス利用団体

フードドライブで食品を利用していただいている団体
させぼ子ども食堂ネットワーク各団体、市内児童養護施設、佐世保隣人愛の会(生活困窮者支援団体)、佐世保市社会福祉協議会、よりみちステーション(武雄市)

食品ロス削減協力店舗

47店舗(令和3年10月8日現在)



九十九島動植物園 ☎ 28-0011

動物園のドクターになってみよう



獣医師の仕事についての話や、普段は入ることができない動物病院の見学、動物の聴診などを行います。

日程 12月5日①、12日② 13時～15時

対象 小学4年生～中学3年生

料金 650円(入園料が別途必要)

定員 各日10人(応募多数の場合抽選)

申込 11月15日①～21日②に森きら公式サイト予約フォームから申し込んでください

※実際に動物に触って診察などの体験を行います。汚れてもいい服装でご参加ください。

※動物に触れない人や、動物アレルギーがある人はご遠慮ください。

ローズマリーのクリスマスリース作り



「魔除け」「豊作祈願」「新年の幸福」などの意味があるクリスマスリースを、園内で栽培しているローズマリーを使って作ります。

日程 12月11日① 11時～12時、14時～15時

料金 300円(入園料が別途必要)

定員 各回先着10人

※小学生以下は保護者同伴。

申込 11月10日①～12月10日②に電話かEメール(shokubutsu@morikirara.jp)で森きららへ

つしまのおうまさん「対州馬」ふれあい体験



日本の在来馬「^{たいしゅうば}対州馬」の歴史や保全の取り組みについての話や餌やり、ブラッシング体験などを行います。

日程 12月19日① 10時30分～12時15分

対象 小学4年生以上の親子

料金 1人500円(入園料が別途必要)

定員 15人程度(応募多数の場合抽選)

申込 11月1日①～30日②までに森きら公式サイト予約フォームから申し込んでください

少年科学館 ☎ 23-1517

プラネタリウム

(放映時間約45分、火曜、祝日休館)

料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円

定員 30人程度

※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。

※放映スケジュールなど詳しくは同館ホームページをご覧ください。

ナイトプラネタリウム

幻想世界を感動的な美しさで再現する番組「銀河鉄道の夜」の放映と当日の星空解説を行います。

日程 11月19日① 19時～19時45分

定員 30人程度

料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円

申込 電話で少年科学館へ

冬の天体観望会

「星きらり」の天体望遠鏡で、月や惑星、恒星などを観察する他、講師が天文の話や当日の星空解説を行います。

日程 12月11日① 18時～

料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円

申込 11月27日① 9時以降に電話で少年科学館へ

※雨天・曇天の場合は、プラネタリウムで天文に関する話や星空解説を行います。

市立図書館 ☎ 22-5618

市民ギャラリー展

佐世保に五所川原がやってきた！(太宰治の愛用品、ミニ立ねぶたの展示)

日程 11月30日①まで

今月のおすすめ図書

絵本に魅せられて

佐藤英和 著(こぐま社)



ことし生誕50周年を迎えた「こぐまちゃんえほん」など、長年子どもの心を捉えて離さない絵本を世に出した著者が語る、絵本への熱い思い。児童書ファン必読の一冊です。

ことばハンター

飯間浩明 著(ポプラ社)



国語辞典を作っている著者が、ことばハンターとしての生態や身近な言葉への疑問、辞書の作り方などをつづった大人にも読み応えのある一冊です。読むと辞書を開きたくなります。

九十九島パールシーリゾート ☎ 28-4187

園児オリジナルイラスト船尾旗



日野幼稚園の園児の皆さんが描いたオリジナルイラスト船尾旗を期間限定で九十九島海賊遊覧船みらいに掲揚します。

日程 11月7日①～来年2月28日②

※出航予定時刻や乗船料金など詳しくは公式サイトをご覧ください。

海のガーランド作り

折り紙で海の生き物を折り、オリジナルのクリスマスガーランドを作ります。

日程 12月5日① 11時～12時、14時～15時

場所 こどもひろば あまもば前

対象 幼児以上(小学3年生以下は保護者同伴)

定員 各回先着10人

料金 300円(保険料を含む、入館料が別途必要)

施設だより

申込 電話か直接海きららへ

九十九島ビジターセンター ☎ 28-7919

世界文化遺産「黒島の集落」(無料)



日程 11月20日① 14時～15時30分

場所 九十九島ビジターセンター

内容 山内一成氏(NPO法人黒島観光協会理事)による「潜伏キリシタン」の島として知られている黒島の集落についての講話

※状況に応じて、人数制限等を設ける場合があります。詳しくは同センターホームページをご覧ください。

九十九島動植物園 ☎ 28-0011

秋のローズフェスティバル2021

森きらら自慢のバラ園が香り豊かなバラであふれます。春のバラとは一味違った秋のバラの魅力を堪能ください。

日程 11月14日①まで ※9時～17時(最終入園は16時30分)

動植物園開園60周年記念植物スポットガイド～モミジ編～



日程 11月21日①、23日②、28日③ 10時30分、13時15分

場所 リスザル展示場付近

料金 無料(入園料が別途必要)

世界チーターの日～チーターについて学ぼう～



12月4日の「世界チーターの日」にちなんで、チーターの生態や園内で暮らす「キリ」を紹介します。オリジナルシールがもらえる、チーターに関するクロスワードパズルも行います。

日程 12月4日① 10時30分～11時
料金 無料(入園料が別途必要)

海きららのアイドル「アイル」みんなに笑顔をありがとう

令和3年9月13日、海きららのハンドウイルカ「アイル」が死亡しました。8月末から体調を崩し、スタッフが懸命に治療を行ったものの、残念ながら約3年間の生涯に幕を閉じることとなりました。

アイルは、平成30年9月27日に国内4例目となる人工授精によって誕生したイルカで、お母さんであるニーハヤナミと一緒に泳ぐかわいらしい姿や愛嬌たっぷりのパフォーマンスで人気を集めていました。

約1カ月間、館内に設置した献花台には、皆さまからたくさんのお花や手紙などが寄せられ、改めて多くの人に愛されていたのだと実感しました。

これまで、アイルを応援していただいた皆さまに厚くお礼申し上げます。

☎九十九島パールシーリゾート ☎ 28-4187



遊具で遊ぶアイル(写真上)、アイルの献花台写真(下) ※献花台の設置は終了しました。

**福井洞窟ミュージアム
サポーター養成講座(第2回)**

日程 11月27日④13時~15時
場所 福井洞窟ミュージアム
内容 文化財課学芸員による福井洞窟とミュージアムの運営に関する解説
対象 指定する4回の講座を受講でき、福井洞窟のボランティアガイドに興味のある18歳以上の人
メ切 11月20日④
※詳しくはお尋ねください。
☎福井洞窟ミュージアム ☎64-3830

きらきらフェスティバル

島瀬公園のイルミネーションを中心に、さまざまなイベントが開催される予定です。
日程 11月26日⑤~12月25日④
場所 島瀬公園ほか
※11月26日⑤に点灯式を行います。
※詳しくはお尋ねください。
☎きらきらフェスティバル実行委員会 ☎24-4411

**佐世保・瀋陽友好交流都市締結
10周年記念文化展(無料)**

本市と瀋陽市(中国)の友好交流都市締結10周年を記念して、両市の児童による絵画を中心とした展示会を開催します。
日程 12月1日⑧~6日⑧
場所 博物館島瀬美術センター
☎国際政策課 ☎24-1111

長崎県水産加工まつりイン佐世保
東浜の一風干しなど佐世保の水産加工品が勢ぞろい。お歳暮などにどうぞご利用ください。

日程 12月4日④、5日④10時~17時
場所 新みなと暫定広場
☎長崎県水産加工振興協会 ☎095-850-3861

**第6回郷土史体験講座「世界遺産
になった祈りの島~黒島天主堂~」**

相浦棧橋からフェリーに乗って黒島へ向かい、世界文化遺産の構成資産を散策します。
日程 12月11日④9時30分~16時30分(9時受け付け)
場所 相浦棧橋集合
定員 20人(応募多数の場合抽選)
料金 中学生以上1,390円、小学生以下710円(船賃)
※弁当、水筒、タオル、帽子を持参。マスクを着用し、運動靴など歩きやすい服装で参加してください。
※詳しくはお尋ねください。
☎文化財課 ☎24-1111

**烏帽子岳散策の森「きのこ園」
利用者募集**

シイタケを栽培する人を募集します。
期間 来年2月中旬から3年間
場所 烏帽子岳散策の森内 きのこ園
対象 市内在住の人
定員 10組(応募多数の場合抽選)
料金 3,000円(3年分)
メ切 12月10日④
☎農林整備課 ☎24-1111

**スポーツセンター杯
バドミントンダブルス大会**

日程 来年2月20日⑧9時
場所 小佐々スポーツセンター
定員 60組(120人)
料金 1組2,200円
※詳しくは佐世保市民スポーツ情報サイト「PLAY!」をご覧ください。
☎小佐々スポーツセンター ☎68-3787

**九十九島かき食うカキ祭り
秋の陣の開催中止**

九十九島かき食うカキ祭り・秋の陣は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止となりました。
☎九十九島パールシーリゾート ☎28-4187

**させぼ公共交通ふれあいフェスタ
の開催中止**

させぼ公共交通ふれあいフェスタは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止となりました。
☎西肥自動車 ☎23-2155、させぼバス ☎22-2822、松浦鉄道 ☎25-3900

**アルカス SASEBO 公演情報
☎42-1111**

**BLACK BOTTOM BRASS
BAND
のワールドプラスカーニバル
in SASEBO guest 伊東たけし
(T-SQUARE) & 花*花**



ジャズの街・佐世保ならではの企画として、ジャズの前身とも言われる「ニューオリンズプラスバンド」とゲスト2組によるワクワク・ドキドキが止まらない笑顔あふれるステージをお楽しみください。
日程 11月27日④19時開演
場所 大ホール
料金 全席指定 一般3,500円、大学生以下1,500円(当日は500円増)、アルカス会員500円

チェンバー・ソロイツ・佐世保
平成28年に結成したアルカス SASEBO オリジナル室内オーケストラ「チェンバー・ソロイツ・佐世保」。18人の名手が奏でる豪華絢爛な響きをご堪能ください。

日程 12月10日④19時開演
場所 中ホール
料金 全席指定 一般6,000円、学生3,000円(当日は500円増)

イベント情報

飲食店応援・忘年グルメイベント「させぼバル2021」

市内中心部の飲食店(約35店舗)の中から5店舗をほしごして楽しむグルメイベント「させぼバル」を初開催。チケット1枚で店自慢のおつまみとドリンク1杯を楽しめます。参加店舗は全て「ながさきコロナ対策飲食店認証制度」の認証店ですので、安心してお楽しみください。
日程 12月18日④12時~22時(各店舗閉店時まで)
料金 チケット1冊(5枚入り)3,900円(当日は4,400円)
※チケットは11月11日⑧から佐世保観光情報センター(JR佐世保駅構内)、くっけん広場(下京町)、川下レコード&スポーツ、FMさせぼで購入できます。
※余ったチケットは12月26日④まで使えます。
※1店舗の滞在時間は15分を基本とし、参加者のフェイスシールド着用や店舗の混雑状況をバル公式LINEでお知らせするなど、新型コロナウイルス感染症対策を徹底した上で開催します。

参加店舗など詳しくは右の画像からご覧になれます



☎させぼバル実行委員会(FMさせぼ) ☎37-0001



秋バラ



場内最大のガーデンに深い香りが広がる「アートガーデン」と、37カ国が加盟する世界バラ会連合が定めた殿堂入りのバラなどが集合した「パレスハウステンボス」の2スポットで、「秋バラ」をお楽しみいただけます。秋のバラは香りが強く、いわゆる「バラの香り」を感じられる「ダマスク・クラシック系」からフルーツの香りを感じるものまで6つの系統があります。特に朝方は香りが強いので、早朝の散策がおすすめです。そして夜は幻

想的なライトアップで演出された世界最大級のイルミネーションと共に、昼間とは違う夜のバラの雰囲気をお楽しみください。
日程 11月21日④まで
☎ハウステンボス総合案内ナビダイヤル ☎0570-064-110

**第10回させぼ文化マンス
楽園祭-Re-(無料)**



10回目を迎える文化の祭典「楽園祭」。「Re」をテーマに今だからこそ見てほしい佐世保の文化を発信します。

日程 11月13日④、14日④
※12時開演予定。
場所 アルカス SASEBO
☎文化振興課 ☎24-1111

みんなで歩こう ウォークイベント
専用アプリを使い、歩いた歩数に応じてがん患者やその家族に協賛企業を通じて寄付ができる「セルフウォークリレー」が開催されます。島瀬公園に集合し、市街地をウォーキングします。終了後には島瀬公園でステージイベントを行います。
日程 11月14日④9時~13時
場所 島瀬公園
料金 100円(保険代)

詳しくは募会ホームページをご覧ください



☎健康づくり課 ☎24-1111

令和3年9月定例市議会で可決等された主な議案

9月3日(金)～17日(金)に開かれた9月定例市議会で可決等された33議案の中から主な議案の概要をお知らせします。

主な条例・一般議案

- ・町の区域及び名称変更の件
白岳町、大塔町、大岳台町、卸本町及び日宇町の一部区域を新たな町として設立し、その名称を「ひうみ町」とするもの(令和3年12月1日適用)

☎建築指導課 ☎24-1111

補正予算

新型コロナウイルス感染症対策として実施するものや、国の補助決定などを受けて実施するものなど、40件の補正を行いました。

補正予算の主な内容(一般会計)

- ①新型コロナウイルス感染症対策によるもの

- 住居確保給付金支給事業費など7件 18億1485万円
- ②国の補助決定などに伴うもの
公的介護施設整備補助事業費など2件 1億4451万円
- ③災害関連
市民霊園墓地管理事業費など5件 3億4140万円
- ④その他
庁舎管理経費など26件 7億7429万円

補正予算の内訳

会計	補正額	補正後の予算額
一般	30億7505万円	1233億6977万円

☎財政課 ☎24-1111

「ふくおかフリエイト株式会社」の立地が決定しました



田中代表取締役社長と朝長市長

9月21日(火)、本市は「ふくおかフリエイト株式会社」と長崎県との間で、立地協定を締結しました。同社は、主に船舶の設計を行う会社として設立され、本市への事業所の立地を決定されました。今回の立地は厳しい状況にある本市造船業界において、船舶の設計人材の受け皿として期待されます。

親会社である福岡造船株式会社は、船舶の製造を主力事業として展開しています。特に各種化学薬品を搬送するケミカルタンカーの製造については、高度な造船技術が必要であり世界的にも高く評価されています。

立地協定の締結に際し、同社の田中代表取締役社長は、

「新卒者についても積極的に採用し、船舶の設計人材の育成に力を入れ、佐世保の地で未永く事業を継続したい」と述べました。朝長市長も「本市は旧海軍工廠をルーツとして造船業が地域経済を支え、これまで優秀な技術者を輩出してきたまち。その受け皿として同社が加わることを大いに期待し、本市としても操業支援や採用支援などを積極的に実施する」と期待の言葉を述べました。

同社は、5人体制で事業を開始しており、中途採用者に加え、工業高等専門学校や工業高校などからの新卒者の採用によって、5年間で31人の雇用を計画されています。

ふくおかフリエイト株式会社 佐世保事務所

事業内容 船舶の設計
立地場所 立神町 23-29
雇用計画 31人(5年間)

福岡造船株式会社

本社 福岡県福岡市中央区港 3-3-14
売上高 275億3000万円(令和2年3月期)
従業員数 153人(単体・令和2年3月期)

☎企業立地推進局 ☎24-1111

事業予定者が提案した九州・長崎 IR のイメージ(県 HP から引用)



全体延べ床面積の3%以下

TOPICS

地元企業や住民の皆さんと共につくる「九州・長崎 IR」

8月30日(月)に九州・長崎 IR の設置運営事業予定者に決定した「CASINOS ^{カジノ} AUSTRIA INTERNATIONAL JAPAN」(以下「CAIJ」という)。今回は CAIJ の林明男代表取締役は IR 構想や地域貢献などについて話を伺いましたので紹介します。

安全安心で幅広い世代の人々に魅力のある IR

私たち「CASINOS AUSTRIA INTERNATIONAL」グループはオーストリア共和国にある国有企業で、ヨーロッパなどを中心に世界各国で IR 関連事業を展開しています。世界35カ国での IR 開設に携わってきた世界屈指のノウハウと、国有企業独自の厳しい審査を受けた誠実な運営、世界最高峰の文化・芸術団体とのつながりなどの強みを生かし、これから九州・長崎 IR の実現に取り組んでいきます。これらの強みを生かしつつ、九州や長崎の歴史・文化を継承した伝統的で高級感のある IR 施設を九州や長崎の企業の人々と共に構築し、IR の経済効果を九州全体に波及させることを目的としています。

そのためにも、CAIJ では「安全安心」を最優先に掲げ、幅広い世代の人々にとって魅力のある IR となることを目指しています。

「地元調達100%」と「人材育成」で地域に貢献

IR には、周辺地域の皆さんや企業の協力が不可欠です。皆さんから信頼される組織であるために、CAIJ では不正などの有害な影響の排除とコンプライアンス(法令順守)



IR 構想について語る林代表取締役

の徹底に最も重点を置いた事業運営を行っていきます。

また、地方創生や地域経済への貢献という点において、IR の運営に必要な物資は「地元調達100%」を目指し、さらには県内の教育機関と連携し、IR の運営を支える人材育成にも力を入れていきます。

長崎の魅力を世界に発信する IR は、地方創生につながります。IR 区域認定に向け、長崎県や九州の企業、住民の皆さんと一体となって国の認定を勝ち取るよう努めていきますので、ご理解とご協力をお願いします。

☎ IR 推進室 ☎24-1111

市職員採用試験の実施

試験日 12月12日(日) **試験会場** 佐世保市役所
受付期間 11月1日(月)～26日(金)
試験職種 ①土木(大学)②土木(UJI)③保健師(UJI)④
看護師(UJI)⑤作業療法士
採用人数 ①②③④若干名⑤1人
受験資格

- ①平成3年4月2日以降に生まれ、大学の専門課程を卒業した人か、来年3月までに卒業見込みの人など
- ②③④昭和41年4月2日以降に生まれ、以下の要件などに該当する人
- ②一級土木施工管理技士、または技術士の資格を有する人
- ③保健師資格を有する人
- ④看護師資格を有する人
- ⑤昭和57年4月2日以降に生まれ、作業療法士の免許を有する人で、作業療法士としての勤務経験が2年以上ある人

試験案内 市ホームページからダウンロード
できます



☎職員課 ☎ 24-1111

「株式会社 Flight PILOT」が 鹿町町工場適地に進出決定



9月16日(木)、江迎町長坂に本社を置く「株式会社 Flight PILOT」が鹿町町工場適地(鹿町町深江湯)に進出しました。これに伴い、平成22年度から分譲を開始した鹿町町工場適地は完売しました。

株式会社 Flight PILOT

事業内容 ドローンの製造、ドローンスクールの運営、
ドローンを活用したスマート農業等の研究
立地場所 鹿町町深江湯 142-4
雇用計画 令和5年末までに15人の新規採用を予定
☎企業立地推進局 ☎ 24-1111

10月18日(月)から「佐世保市動物愛護センター」を供用開始しました

本市では、狂犬病予防法や動物愛護法の関連業務を行う施設として、大湯町に佐世保市動物愛護センターを整備し、10月18日(月)から供用を開始しました。

新たに整備した施設の機能を生かした犬や猫の譲渡会や、当センターの供用開始に合わせてリニューアルしたホームページなどを活用して、さらなる譲渡の推進を図ります。また、イベントなどを充実させ、動物愛護に関する市民の皆さんの理解が深まるよう取り組みを進めていきますので、ご理解とご協力をお願いします。

動物愛護センターの新たな機能

- 動物の検査や治療などを実施する診療室
- 月齢に応じた飼育管理ができる猫飼育室
- 譲渡希望者と犬猫が直接触れ合える見合い室
- 動物愛護の啓発講習や会議などを実施する講習室など

☎動物愛護センター ☎ 42-3300
☎生活衛生課 ☎ 24-1111



同センターホームページは
右の画像からどうぞ



市内でビジネスや創業でチャレンジする 事業者の皆さまを応援します

産業支援センターは、市内でビジネスを行っている人や創業を目指す人などを支援するための施設です。同センターでは常駐の産業コーディネーターによる窓口相談や企業訪問、創業者への事務所の提供などの支援を行っています。令和3年度からは市内企業のデジタル化やDX支援、スタートアップ、ベンチャー支援のため、事業構想段階から連携して支援する専門員としてビジネスアソシエイトを配置し、同センターやオンラインでの相談を受け付けていますので、気軽にお問い合わせください。

受付時間 9時～17時(水曜は20時まで) ※土曜、
第1・3・5日曜、祝日、年末年始は除く。

場 所 佐世保市産業支援センター(松浦町5-1)

同センターに関する詳細は
右の画像からどうぞ



☎商工労働課 ☎ 24-1111

事業承継に悩む中小企業・ 小規模事業者を支援します

長崎県事業承継・引継ぎ支援センターは国が設置している事業承継・事業引継ぎの相談所で、あらゆる事業承継についてワンストップで相談できる公的な支援機関です。中小企業や小規模事業者が抱えるさまざまな課題の解決に向けて、専門スタッフがアドバイスなどを行いますので、安心してご利用ください。

主な業務 事業承継支援(親族・従業員・第三者)に関する相談、事業承継診断、事業承継計画作成支援、M&A マッチング支援など

受付時間 平日9時～17時 ※年末年始、祝日除く。

場 所 長崎市桜町4-1 長崎商工会館1階
※相談は無料。事前の予約が必要です。

同センターホームページは
右の画像からどうぞ



☎長崎県事業承継・引継ぎ支援センター
☎ 095-895-7080

通学路の安全を確保するためにグリーンベルトを設置しています

グリーンベルトとは、歩道が整備されていない道路の路側帯を緑色に着色し、児童の通学路であることを明確にするためにしている安全対策の1つです。ドライバーが車道と路側帯を視覚的に、より明確に区分できるようにして、交通事故を防ぐことを目的として設置しています。

ドライバーの皆さんへ

グリーンベルトは、小学校の通学路に設置しています。登下校の時間帯は特にスピードを落とし、歩行者に注意して通行しましょう。

児童(保護者)の皆さんへ

グリーンベルトは児童の安全を守るために設置しています(歩行者専用の通行帯ではありません)。グリーンベルトが設置されている道路では、車両に注意してグリーンベルトの上を通行しましょう。

☎学校保健課、道路維持課 ☎ 24-1111



(上) 黒髪小学校校区のグリーンベルト(下校の様子)
(下) 小佐々小学校校区のグリーンベルト

📧 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 佐世保市内に日本本土最西端の地があると聞きました。どこにあるのでしょうか。

回答 観光PRの一環として島しょを除く北海道、本州、四国、九州における四極を「日本本土四極」と呼び、そのうち最西端の地が小佐々町の「神崎鼻公園」(小佐々町楠泊354-1)にあります。本市では、「神崎鼻公園」を訪れた人を対象に「日本本土最西端到達証明書」を発行しています。

また、最北端の北海道稚内市(宗谷岬)、最東端の北海道根室市(納沙布岬)、最南端の鹿児島県南大隅町(佐多岬)とも連携し、4カ所全ての証明書を集めると1枚の踏破証明書となっています。



神崎鼻公園から眺める夕日

公園内には最西端にちなんだモニュメントが設置され、澄み切った青い海や美しい夕日などをご覧ください。

※証明書は小佐々支所や佐世保観光情報センター(JR佐世保駅構内)で交付しています。

📍観光課 ☎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
食品ロスを減らすためには、食品ロスが発生する原因を正しく理解し、食品に対して正しい○○を身に付けることが大切です。

問題2
狂犬病予防法や動物愛護法の関連業務を行う施設として、大瀧町に佐世保市動物○○センターを整備し、10月18日(月)から供用を開始しました。

問題3
○○○○ベルトは、小学校の通学路に設置しています。

「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、11月22日(月)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(12月中旬)をもって代えさせていただきます。

10月号の答え ①31 ②移住 ③サセボタバスケット 9月号の応募状況 199通(正解194・不正解5)

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。

住人百色 37

身近なテーマでみんなが楽しめる演劇を
演出家 宮原 清美 さん



アルカス SASEBO 開館 20 周年を記念し、9月25日(土)、26日(日)に公演された「わが町 佐世保の物語」。その脚本・演出を手掛けたのは、本市出身の演出家・宮原清美さんです。

佐世保に暮らす人々が感じる日常の小さな幸せや生きる喜びをテーマに描かれた同作品。演劇好きの人だけでなく、普段演劇を見ない人にも楽しんでいただけるようにと宮原さんは脚本執筆に当たり道行く人の声に耳を傾け、皆さんが思う「佐世保ならではの面白さ」をストーリーの中に散りばめました。

今回の公演には小学生から80代の人まで32人が公募で参加。公演を終え、宮原さんは「年齢も育った環境も異なる皆さんが共に支え合い、世代を超えた関係性が築けました。当初に比べ出演者の意識も大きく変わり、皆さんの成長を感じています」と振り返ります。新型コロナウイルスや台風の影響で、本番当日まで出演者全員が集まることはなかったそうですが、宮原さんは常に前を向き、「今できることを、今いる人たちとやっつけていこう」と出演者の気持ちを奮い立たせて練習に臨みました。

始動から1年半、公演当日には300人近くの観客が集まりました。劇が始まると会場は観客の笑いとお客さんの想像力を借りて完成する芸術。一緒に作っていただき心から感謝します」と関係する全ての人へ感謝の気持ちを述べました。

今後の抱負を尋ねると、「若者が演劇に挑戦できる機会をつくりたいですね。演劇には想像力や他人への思いやりが欠かせません。演劇を通して人との接点が生まれると、日常が輝き出し、人間性が豊かになります。そのような人たちが増えれば、佐世保はもっと面白いまちになりますね」と笑顔で話してくれました。

(取材日 9月30日)

栄養士おすすめレシピ

黒豆とサツマイモの茶巾絞り



材料(2人分)
サツマイモ 100g 黒豆(甘煮) 20g
砂糖 大さじ1/2 または甘納豆

作り方
①サツマイモは皮をむき、2cm角に切る。ひたひたの水で軟らかくゆでる
②軟らかくなったら水気を切り、砂糖を加えてつぶす
③黒豆が甘納豆を加えて2等分にし、ラップで茶巾に絞る

1人分の栄養価
熱量 153kcal、たんぱく質 4.1g、脂質 1.9g
カルシウム 38mg、食塩相当量 0.4g

サツマイモの栄養成分
サツマイモには以下のとおりたくさんの栄養成分が含まれており、さまざまな特長があります。
・炭水化物が主成分で、エネルギー源になります
・ビタミンC、E、食物繊維が豊富です。他の野菜では調理時に損失しやすいビタミンCですが、イモ類ではあまり失われません。
※サツマイモを購入するときは、皮の色がきれいでなめらかなもの、ひげ根が生えていないものを選ぶと口当たりがよく、食べやすいです。

調理のポイント
市販の煮豆や甘納豆で手軽に作れ、おやつにぴったりです。おせち料理の一品にもおすすめです。

お知らせ

祝日の燃やせるごみの収集

11月23日(祝) (勤労感謝の日) 収集します

☎廃棄物減量推進課 ☎32・24288

社会保険料の控除証明書

本年1〜9月末に国民年金保険料を納付した人に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が11月上旬に送付されます。10〜12月に初めて納付した人は、来年2月上旬に送付されます。証明書は年末調整や確定申告で社会保険料控除を受ける場合に必要です。家族の保険料を納付した場合も本人の控除に加えることができますので、家族宛ての証明書を添付して申告してください。

年末調整の手順等を動画で配信

行政手続きのデジタル化に伴い、今年度から年末調整に関する説明は動画配信で行います。詳しくは国税庁HPをご覧ください。

☎佐世保年金事務所 ☎34・1189

11月は国民健康保険税第6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、保険料課で受け付けています。国保税を滞納すると診療費が一時的に全額自己負担になる場合があります。

年末調整用の各種納付額確認票

各種納付額の確認が必要な人に次の場所での納付額確認票を交付します。「国保税、後期高齢者医療保険料」保険料課、各支所、宇久行政センター「介護保険料」長寿社会課、保険料課、各支所、宇久行政センター

国民健康保険税の納付案内コールセンター

国民健康保険税の未納がある人にコールセンターから電話でお知らせしています。コールセンターでは口座番号を尋ねたり、指定口座への現金振込を求めたりすることはありません。心当たりのない不審な電話にはご注意ください。

国保の変更届は14日以内に

国保への加入手続きが遅れると、さかのぼって国保税を納めることとなります。また、他の健康保険

に加入しても、国保をやめる手続きをしていないと国保税が引き続き課税されます。世帯主(員)が医療保険課、各支所、宇久行政センターのいずれかで手続きしてください。国保をやめるときは必ず保険証を返還してください。

医療保険課

交通遺児福祉見舞金

交通事故で親を亡くされた市内在住の交通遺児(18歳以下で就学中の人に限り)を対象に、福祉見舞金6千円を支給します。

申込 11月30日(木)までに保健福祉

政策課へ

各地区コミュニティセンター・商業施設でのマイナンバーカード申請受け付け

日程 ①11月10日(火)②11月11日(水)③11月17日(火)④11月25日(水)⑤11月30日(日) ※①③④⑤10〜16時 ②10〜19時。

場所 ①江上地区②イオン佐世保白岳店③三川内地区④吉井地区⑤北地区コミュニティセンター
対象 本市に住民登録があり、マイナンバーカードを作ったことがない人
☎戸籍住民窓口課

マイナンバーカード受け取りなどのための平日時間外と休日受け付け
日程 ①11月18日(水)19時まで②11月28日(日)9〜13時
場所 戸籍住民窓口課
※②では事前の写真準備が不要のWeb申請サポートも行います。

戸籍住民窓口課

市政懇談会「おじゃまします」!

出席者を各地区自治協議会の役員の方々に限定し、少人数で開催します。

11月19日(金)日宇地区

11月22日(月)中部地区

女性の人権ホットライン強化週間

「女性の人権ホットライン」
☎0570・070・810
日程 11月12日(金)〜18日(木)の平日 8時30分〜19時、11月13日(土)14日(日)10〜17時

☎長崎地方方法務局佐世保支局 ☎24・4850
11月12日(金)〜25日(木)は「女性に対する暴力をなくす運動」期間
今年度のテーマは「性暴力を、なく

シリーズ選挙⑦ 期日前・当日投票所

本市には、期日前投票所が21カ所、当日投票所が94カ所あります。当日の投票は住所ごとに決められた投票所では投票できませんが、期日前投票は本市の選挙人名簿に登録されていれば、市内のどの期日前投票所でも投票することができます。ただし、市内で選挙区が分かれる衆議院議員選挙では、選挙区ごとに投票できる期日前投票所が指定されます。各投票所では、一番初めに投票する人に投票箱が空であることを確認していただきます。法律で定められた手続きですので、確認を依頼された場合はご協力をお願いします。

選挙クイズ

正解者の中から抽選で5名様に佐世保が描かれたバッグとポーチセットをプレゼントします(発送をもって発表とします)。



問題

各投票所で投票箱へ最初に投票する人にしていただくことは次のうちどれでしょうか。

- ①最初に投票したという証明書への記名
- ②投票箱が空であることの確認
- ③投票箱の施錠

応募 クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、シリーズ選挙に関するご意見・感想を明記し、はがき(〒857-8585、住所不要)かEメール(senkyo@city.sasebo.lg.jp)、応募フォームのいずれかで選挙管理委員会事務局へ



メ切 11月18日(日)(当日消印有効)

前回クイズ(10月号)の回答

正解 ③約600億円
全国の有権者を1億人と仮定すると一人当たり600円を負担していることとなります。

☎選挙管理委員会事務局

「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 11月13日(土)、27日(土)9〜16時
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)

「人権擁護委員に相談を」
日程 月々金曜8時30分〜17時15分
※祝日、年末年始を除く。
場所 長崎地方方法務局佐世保支局
内容 人権に関する相談や問題解決のお手伝いなど
☎長崎地方方法務局佐世保支局 ☎24・4881

し、児童虐待や体罰、いじめ等の深刻な問題が起こっています。子どもも一人の人間として最大限に尊重されなければなりません。学校、家庭、地域の連携を深め、子どもたちの人権を守りましょう。
☎人権男女共同参画課
長崎県の最低賃金改定
【10月2日改定】1時間821円
県内のパート・アルバイトなどを含む全ての労働者に適用されます。特定の産業には産業別最低賃金が定められています。
☎長崎労働局労働基準部賃金室 ☎095・801・0033

要です。無届けの設置は道路法に違反する不法占用です。
※詳しくはお尋ねください。
☎土木管理課
令和4年新年交歓会
日程 来年1月4日(日)11時30分
場所 ホテルフラッグス九十九島
料金 1500円
申込 11月4日(土)〜30日(木)に佐世保商工会議所へ
※開催中止となった場合は、交歓録の作成・配布だけを行います。
☎佐世保商工会議所 ☎22・6121
☎秘書課

業務委託

「オンライン申請システムを利用した手数料等収納業務」(株)グラフィア、S Bペイメントサービス(株)

2022年 年賀状 受付開始!!

年末 混み合うので お早めに!

近代印刷LINE@ はじめました!

詳しくは お問い合わせ ください

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

KASUGA MEMORIAL HALL RENEWAL OPEN

春日メモリアルホール リニューアルOPEN

2021 12月

工事期間中もご拜儀 ご利用いただけます

お問い合わせは 元町メモリアルホール 佐世保市元町1-15 TEL.0956-23-0983

株式会社メモリアル

早岐メモリアルホール 佐世保市早岐1丁目1-25 TEL.0956-39-0983
大塔メモリアルホール 佐世保市大塔町1730-8 TEL.0956-32-0983
稲荷メモリアルホール 佐世保市稲荷町23-12 TEL.0956-31-7600
日野メモリアルホール 佐世保市日野町1089-1 TEL.0956-28-7600
佐々メモリアルホール 佐世保市佐々町4番地523 TEL.0956-42-7979
相浦メモリアルホール 佐世保市新田町74-2 TEL.0956-48-7979

お知らせ

宅地内の漏水の修理はご家庭で
 宅地内の水道管(給水管)は、ご家庭の水道メーターから蛇口までの間で水漏れした場合、佐世保市指定の給水装置工事業者に直接修理を依頼してください。また、修理費用はご家庭で負担してください。事業者の一覧は水道局HPで確認するか、お尋ねください。
 ※道路に埋設する水道管から水道メーターまでの水漏れが分かった場合は、水道維持課が北部管理事務所、宇久営業所に連絡してください。

水道維持課 ☎24・1151

長崎県よろず支援拠点出張相談会

日程 ①11月12日(金)②11月18日(土)③11月24日(水) ※全て9～17時。
 場所 ①日本政策金融公庫佐世保支店②九州ひぜん信用金庫佐世保営業部③西海みずき信用組合本店
 内容 中小企業・小規模事業者のための経営相談会
 申込 電話か長崎県よろず支援拠点HPから申し込んでください
 長崎県よろず支援拠点 ☎095・828・1462

NAGASAKIしごとみらい博2021

若者の県内就職のための県内企業と学生の交流会が開催されます。

シリーズ「予防救急」
浴室・浴槽

主な原因

- ・浴室の湿った床や泡が残っている床はとも滑りやすく、転倒の危険性が高くなります
- ・浴槽では立ち上がる際の転倒や、長湯で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、浴室内の鏡や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喪失した場合は溺死する危険性も潜んでいます

予防と対策

- ・床が滑りやすい場合、滑りにくい素材に変えることを検討するとともに、小まめに清掃をするなど転倒防止を心掛ける
 - ・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する
 - ・飲酒後や睡眠薬などを服用した際の入浴は、事故になる危険性が高まるので避ける
 - ・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用する
 - ・同居者がいる場合、声を掛けてから入浴する
- ※これからの季節、浴室での事故の原因としてヒートショックがあります。ヒートショックとは寒暖差によって血圧の変動を起こすことで、心筋梗塞や脳梗塞の危険性を高めます。浴室と脱衣所の寒暖差をなくす対策を行いましょう。

消防局警防課 ☎23-2598

募集

公共賃貸住宅入居者

「市営・特定公共」小ヶ倉住宅(吉井町)、世知原中央住宅、平野住宅(江迎町)、シーサイド鹿町
 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」もみじが丘団地、須佐団地、花高団地、吉岡団地

対象 収入認定月額が家賃の3倍以上の世帯
 ※各定期募集で入居がなかった住宅は、通年随時募集しています。
 市営住宅管理センター (市営分) ☎25・9625
 県住宅供給公社佐世保事務所 (公社分) ☎22・9612

明るい選挙啓発ポスター・書写人賞作品展示会
 11月10日(水)～16日(火)世知原支所
 11月17日(水)～24日(火)小佐々地区コミュニティセンター
 11月25日(水)～12月1日(火)広田地区コミュニティセンター
 12月2日(水)～8日(火)イオン佐世保白岳店
 選挙管理委員会事務局 ☎092・833・7575

地雷撤去のための書き損じはがき

カンボジアでの地雷被害を一刻も早くなくすため、書き損じはがきなどを集めて換金し、地雷撤去団体への寄付を行っています。皆さんのご協力をお願いします。
 申込 来年3月31日(火)まで
 カンボジア地雷撤去キャンペーン事務局 ☎092・833・7575

「佐世保市DX戦略(案)」への意見

市のデジタル化を推進するための戦略に対する意見を募集しています。
 日程 11月30日(火)まで
 場所 DX推進室、市役所13階行政資料閲覧コーナー、各支所、宇久行政センター、市HP
 対象 市内在住が市内に通学・通勤する人、事務所・事業所がある人
 DX推進室

令和4年度佐世保市市政功労者表彰 表彰功労表彰候補者

市民の模範となる「善行功労表彰」の候補者(他薦だけ)を募集しています。審査の結果、該当した人や団体は来年4月の市政功労者表彰式で表彰する予定です。
 申込 推薦書に必要事項を記入し、郵送(〒857の8585、住所不要)かファクス(25・2184)、

メール(nishok@city.sasebo.jp)のいずれかで秘書課へ
 メ切 11月30日(火)
 ※詳しくは市HPをご覧ください。
 秘書課

自衛官

自衛官候補生Ⅱ通年募集
 対象 18～33歳未満の人
 ※詳しくはお尋ねください。
 自衛隊長崎地方協力本部佐世保出張所 ☎23・1231

公共職業訓練1月期受講生

日程 来年1月5日(火)～6月29日(火)
 場所 ポリテクセンター佐世保
 内容 CAD・生産サポート科、電気設備技術科、住環境コーディネート科、テクノカルメタルワーク科
 申込 12月1日(火)までにハロー

講演会 など

「いのちの遺言の日」講演会
 日程 11月15日(月)9時30分～11時40分
 場所 長崎地方法務局佐世保支局
 対象 終活について考えている人
 定員 10人程度(会場)、100人程度(Zoom)
 申込 電話かEメールのいずれかで長崎地方法務局総務課へ
 ☎095・820・5901

平和祈念展示資料館巡回展

日程 11月20日(土)～28日(日)
 場所 博物館島瀬美術センター

内容 抑留や引揚に関する資料展示
 平和祈念展示資料館 ☎03・532338711

普通救命講習(無料)

日程 11月28日(日)10～12時
 場所 中央消防署
 内容 心肺蘇生法、異物除去法、AEDの取り扱いなど
 対象 中学生以上 定員 15人
 申込 11月16日(火)～27日(土)8時30分～17時15分に電話かファクス(26・2119)で西消防署へ
 西消防署 ☎47・2076

佐世保空襲を語り継ぐ市民の集い

日程 12月4日(土)13時30分
 場所 まちなかコミュニティセンター
 内容 茨木兆輝氏、中島直氏による講話
 料金 無料
 佐世保空襲を語り継ぐ会(木原さん) ☎090・6897・6052

まちなかサロン(無料)

日程 12月9日(木)13時30分～15時
 場所 まちなかコミュニティセンター
 内容 免疫力の低下を防ぐために「腸内細菌」について知る講座
 対象 女性
 定員 先着40人
 申込 11月10日(火)以降に電話か直接まちなかコミュニティセンターへ
 まちなかコミュニティセンター ☎24・5571

させぼ競輪

☎31-4797



【昼開催】

・広島F I 場外	11月11～13日
・小松島F I 場外	14～16日
・本場F I	18～20日
・松戸F I 場外	18～20日
・平塚F I 場外	21～23日
・豊橋F I 場外	21～23日
・武雄G III 場外	25～28日
・松山記念G III 場外	12月2～5日
・和歌山F I 場外	6～8日
・広島記念G III 場外	9～12日

【ナイター開催】

・平塚F I 場外	11月10～12日
・本場F I	13～15日
・競輪祭G I 場外(小倉)	18～23日
・いわき平F I 場外	24～26日
・玉野F I 場外(松山)	27～29日
・別府F I 場外	12月2～4日
・豊橋F I 場外	5～7日
・西武園F I 場外	7～9日
・京王閣F I 場外	10～12日

トップくんフリーマーケットやバンク開放については、させぼ競輪ホームページでお知らせします。



SNSやビジネスにちょうどいい似顔絵お描きします
 coconala ¥2,000～
 スキルマーケットココナラに出品始めました!!
 近代印刷 ココナラ ページ
 株式会社 近代印刷 〒857-1162 長崎県佐世保市卸木町1-19 TEL 0956-33-3939

色々なおつまみをご用意しております。
 お得なセットも!!
 ご法要・お祝いのお席
 ご用意致します。
 会席料理 お一人様 3,500円～
 リニューアルしました
 期間限定 四季弁当
 セントラルホテル佐世保
 【レストラン 四季】
 特製弁当をご用意致しました。
 セントラルホテル佐世保 ☎0120-69-0511

健康と福祉

子育て

新入学児童に就学通知書を送付
 来年4月に小学校、義務教育学校へ入学する子どもがいる世帯に12月中旬までに就学通知書を送付します。通知書が届かない場合はご連絡ください。
 ◎学校教育課

市立小・中学校、義務教育学校の就学に関するお知らせ
 本市に住民登録している小・中学生は、登録地に基づいて就学する学校を指定しています。特別な理由で指定校以外の学校に通学を希望する場合は、就学指定校変更基準を基に教育委員会が審議しますので、期限までに学校教育課で手続きしてください。許可された場合の通学の安全は、保護者の責任で確保してください。
 申込 来年1月21日◎までに就学通知書と印鑑を持参して学校教育課へ

「幼児こども保育の教室」入級児募集
 言葉の発音や発達に悩みを抱える就学前の子どものための教室です。
 対象 平成28年4月2日～同29年4月1日生まれの5歳児、平成

子育て座談会(無料)
 日程 12月8日◎10時～11時30分
 場所 子ども発達センター
 対象 乳幼児の保護者
 定員 6組程度
 申込 電話か直接同センターへ
 ◎子ども発達センター
 ☎23・3945

地域子育て支援事業「もみじ」
 赤ちゃんの発達に合わせた運動遊びの紹介や育児相談などを行います。
 日程 毎月第1・3木曜9時30分～11時
 場所 子ども発達センター
 対象 1歳6カ月未満の親子
 料金 無料
 申込 電話か直接同センターへ
 ◎子ども発達センター
 ☎23・3945

11月は児童虐待防止推進月間
 児童虐待を防止するには、地域の皆さんの気付きが大切です。心配な場合はすぐに連絡してください(秘密厳守、匿名可)。
 ・子ども子育て支援センター(平

29年4月2日～同30年4月1日生まれの4歳児
 申込 11月8日◎～12月24日◎の平日8時30分～17時に電話で幼児こども保育の教室へ
 ※指導中は電話が取れない場合があります。留守番電話に氏名と電話番号をお知らせください。
 ◎幼児こども保育の教室
 ☎25・5695

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日以内に速やか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)
 ※オンラインで手続きできる「ぴったたりサービス」もご利用ください(電子署名が必要)。
 ◎子ども支援課

来年4月からの幼稚園・認定こども園・保育所の利用申し込み(2次)
 期間 12月1日◎～28日◎の平日
 場所 保育幼稚園課、宇久行政センター、各施設
 対象 施設を利用していない人、別の施設の利用を希望する人
 ※1月以降も順次受け付け。期間

障害がい福祉
 第10回視覚障害者の集い(無料)
 日程 11月28日◎13～15時
 場所 福祉活動プラザ
 対象 視覚に障害があり、日常生活で困っている人など
 申込 11月24日◎までに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(火・金・土曜、祝日休み)
 ☎24・9407

精神科医師による電話相談
 日程 12月9日◎13時30分～
 場所 障がい福祉課
 対象 市内在住で精神科に通院歴がない人の家族
 申込 11月29日◎までに障がい福祉課へ
 ※予約状況によってはお断りする場合があります。
 ◎障がい福祉課

障害者巡回歯科診療
 日程 ①12月1日◎、8日◎、15

内に提出した人を優先。
 ※詳しくはお尋ねください。
 ◎保育幼稚園課

みんなよついで！(無料)
 日程 ①11月11日◎10時30分～12時②11月24日◎10時30分～11時30分
 場所 ①広田児童センター②新田保育園
 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
 ※飲み物とタオルを持参。
 ◎重ヶ丘幼児園子育て支援センター
 ☎34・4188

みんなであそぼう(無料)
 日程 11月16日◎、30日◎、12月7日◎ ※9時30分～12時。
 場所 柚木地区コミュニティセンター
 内容 手遊び、絵本の読み聞かせ
 対象 未就園児と保護者、妊婦
 ◎日野子育て支援センター
 ☎28・3264

地域子育てこんだん会
 日程 ①11月26日◎②11月29日◎ ※10時～11時30分。
 場所 ①西地区コミュニティセンター②広田地区コミュニティセンター
 内容 ①にじいろ(大潟町)②佐世保祐生園(針尾西町)
 内容 虫歯治療、歯周治療など
 対象 障がいがあり①施設を利用している人②在宅の人
 ※一般の診療と同様に保険診療を実施します。
 申込 希望日の約1カ月前までに申込書を①施設で取りまとめ、長崎県口腔保健センターへ②障がい福祉課へ
 ※申込書は県国保・健康増進課HPからダウンロード可。
 ◎障がい福祉課

高齢者と介護
 介護者の「こころ」の相談会(無料)
 日程 申し込みに応じて随時
 ※13時30分～15時30分(1件45分程度)。
 場所 長寿社会課、各支所
 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 電話で長寿社会課へ
 ※臨床心理士との相談がありますので、早めに申し込みください。
 ◎長寿社会課

介護業務に関する入門的研修(無料)
 【基礎講座】11月27日◎
 【入門講座】11月27日◎、28日◎、12月4日◎(全3回)

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)。

父親向けオンライン育児講座(無料)
 テレビ・WEB会議ツールZoom^{スーム}を使って、父親の子育てについての講話を行います。
 日程 11月28日◎10～11時
 対象 市内在住の乳幼児の父親、これから父親になる人など
 定員 先着20人
 申込 11月10日◎～27日◎に市HP講座申し込みフォームから申し込みください
 ◎幼児教育センター
 ☎31・0550

離乳食オンライン講座(無料)
 テレビ・Web会議ツールZoom^{スーム}を使って、離乳食についての講話と調理実演を行います。
 日程 12月7日◎①9時30分～10時30分②11～12時
 対象 ①9～11、12～18カ月児向

老人福祉センターの歯科健康教育・歯科相談
 11月10日◎いでゆ荘(広田3丁目)11月19日◎あだご荘(愛宕町) ※10～14時。
 内容 お口の嚙下^{えんげ}体操や唾液腺マッサージ、個別歯科相談など
 料金 無料(入館料が別途必要)
 ◎健康づくり課

健康づくり
 いきいき元気食事づくり教室
 日程 ①11月25日◎、12月2日◎②11月26日◎、12月3日◎③11月29日◎、12月6日◎
 ※全て10～12時。
 場所 ①広田地区コミュニティセンター②相浦地区コミュニティセンター③中央保健福祉センター
 内容 栄養士などによる講話、調理実演など
 定員 各日先着8人
 ※③は男性だけ。
 申込 11月10日◎以降に電話か直接健康づくり課へ
 ◎健康づくり課

中部地区コミュニティセンター
 定員 先着40人
 申込 11月19日◎までに電話で二チイ学館長崎支店へ
 ※開催時間など詳しくはお尋ねを。
 ◎二チイ学館長崎支店
 ☎095・827・3705

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もり致します。
 ●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。
 お気軽に相談下さい!
 近代印刷LINE@ はじめました!
 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

むらなか酒店 MURANAKA LIQUOR SHOP
 美味しいお酒で楽しく過ごして頂けるよう 全国の地酒200種類・世界のワイン150種類
むらなか酒店が選ばれる3つの理由
 1. 店主が美味しいと感じただけをラインアップ!
 2. 作り手の人情味や愛情に共感したものを取り扱い!
 3. 創業80年以上の実績と、TPOに合わせた商品提案!
 〒858-0918 佐世保市相浦町2720
 Tel.0956-47-2036 Fax.0956-47-2013
 営業時間 月～木/PM5:00 金土/PM6:00(日曜日定休日)
 http://www.muranaka-sake.com むらなか酒店
 FOLLOW ME
 LINE @ubq1265h
 Facebook @akaymuranaka
 Instagram @muranakasaketen

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	時間	場所
11月11日⑩	9:00～11:00	北地区コミュニティセンター
	10:15～11:00	ダイソー矢峰店
11月15日⑩	9:00～11:00	大野地区コミュニティセンター
11月16日⑩	9:00～11:00	小佐々地区コミュニティセンター
11月17日⑩	9:00～11:00	日宇体育室(もみじが丘町)
11月25日⑩	9:15～11:00	相浦ニュータウン棚方第2公園横
	10:15～11:00	椎木町公民館
11月26日⑩	9:15～11:00	よかばい相浦駐車場
	10:15～11:00	美鳥ヶ丘バス停(日野町)
12月2日⑩	9:00～11:00	鹿町温泉やすらぎ館
	9:00～11:00	早岐地区コミュニティセンター
12月5日⑩	9:00～11:00	相浦地区コミュニティセンター
12月7日⑩	9:00～11:00	相浦地区コミュニティセンター
12月8日⑩	9:00～11:00	九十九地区コミュニティセンター
毎週月～木曜	予約優先、時間等はお尋ねを	中央保健福祉センター ※祝日、年末年始を除く。

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乳がん検診(マンモグラフィーだけ)

日程 ①毎週月～木曜 8:50～11:30、13:00～16:30
②毎週第1・3金曜 13:00～16:30
※①②とも祝日、年末年始を除く。

場所 中央保健福祉センター

対象、料金 ①と同じ

申込 電話で直接健康づくり課へ

※別途医療機関の受診が必要です。

④総合健診(胃・肺・大腸・子宮頸・乳・前立腺がん検診・特定健診・肝炎ウイルス検診、歯科健診)

日程 12月18日⑩ 8:30～14:00

場所 中央保健福祉センター

対象、料金 ①と同じ(ただし、乳がんは40歳以上、胃がんは74歳以下の人が対象)

定員 先着100人

申込 11月18日⑩以降に電話か直接健康づくり課へ

⑤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、12月7日⑩ 9:00～11:00に中央保健福祉センター6階窓口へ提出してください。

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

※①～⑤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。

※①～⑤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)。

⑥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

【休日相談】☎0120-104-783

日程 12月5日⑩ 13:00～16:20

場所 中央保健福祉センター

⑦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受診可(受診料500円)。

⑧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 4～5カ月ごろ

1歳6カ月児健診 対象 1歳7～9カ月ごろ

3歳児健診 対象 3歳9～10カ月ごろ

☎健康づくり課(①～⑦) ☎子ども保健課(⑧)

健康づくり

公開講座「膝・腰痛予防ストレッチ」

日程 12月10日⑩ 13時30分～15時

場所 南地区コミュニティセンター

対象 市内在住の人

定員 20人(応募多数の場合抽選)

申込 12月3日⑩までに電話か直接健康づくり課へ

※当日は公共交通機関を使ってお越しください。

☎健康づくり課

成人歯科健診節日年齢無料健診

かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受ける人を増やすため、ことし節目年齢を迎えた人に「無料健診はがき」を送付します。

対象 10月1日時点で本市に住民登録があり、昭和36・46・56年生まれで誕生日が6月1日～10月31日の人

※10月2日以降に本市へ転入し要件を満たす人は、健康づくり課に連絡してください。

☎健康づくり課

「8020認定証」を発行します

80歳以上で自分の歯を20本以上持ち、登録歯科医院で成人歯科健診を受診した認定証希望者に「8020認定証」を発行します。

※歯数には親知らずを含みませんが、残根状態の歯は含みません。

☎健康づくり課

「健康教室WEB配信(無料)」

11月のテーマは「糖尿病の治療」ここを守ればグッとよくなるポイント(糖尿病週間)です。ぜひご覧ください。



生活衛生

動画は下の画像からご覧になれます



☎総合医療センター
☎24・1515

狂犬病予防集注射(宇久町延期)

日程 11月21日⑩ 14時30分～15時30分

※船欠航の場合は11月28日⑩。

場所 ①宇久行政センター ②本館良公民館

対象 生後91日以上の飼犬

料金 3350円

☎生活衛生課

11～1月はノロウイルス食中毒予防強化期間

次のことに気を付け、食中毒を予防しましょう。

- ・調理や食事の前、トイレの後は十分な手の洗浄、消毒を行う
- ・包丁、まな板、ふきん等は洗浄と熱湯や漂白剤での消毒を行う
- ・下痢、嘔吐がある場合は調理を控え、嘔吐物やふん便を処理するときは周りを汚染させない

☎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。
- ☎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佐世保酒会 11月21日⑩ 13:30、12月4日⑩ 19:00
- ②GA佐世保(ギャンブル依存症当事者会) 11月17日⑩、24日⑩、12月1日⑩、8日⑩ 19:00
- ③ギヤマノン結(依存症の家族、友人の会) 11月17日⑩、24日⑩、12月1日⑩、8日⑩ 19:00
- ④高次脳機能障害当事者会・家族の集い 11月13日⑩、27日⑩ 13:00
- ⑤ひきこもり家族会(あのねの木) 11月17日⑩ 10:00
- ⑥アジサイ会(脊髄小脳変性症・多系統萎縮症患者会) 11月19日⑩ 13:30

- ⑦精神患者当事者会(ふたばの陽) 11月20日⑩ 13:30
- ⑧ギャンブル等依存症医療相談 12月7日⑩ 13:30(要予約)
- ※①～④市民活動交流プラザ(戸尾町) ⑤⑥福祉活動プラザ(栄町) ⑦⑧は障がい福祉課にお尋ねください。
- 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支援します。
- ☎市社会福祉協議会 ☎23-0265
- いじめ・不登校・非行問題相談窓口 教育相談担当職員が対応します。
- ☎青少年教育センター ☎22-0781

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。上記時間外は消防局の医療機関案内(☎23-8199)に確認して受診をお願いします。
※夜間や休日の時間外診療は、比較的症状の重い緊急の対応が必要な人に対するものです。体調が優れないときは、できるだけ診療体制の整った平日昼間に、かかりつけ医療機関を受診しましょう。



在宅当番医・歯科医(日曜・祝日など)の当番案内は右の画像からどうぞ

長崎県子ども医療電話相談
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

2022年 カレンダー 受付開始!!

近代印刷LINE@ はじめました!

〒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

詳しくはお問い合わせください

おせちご予約承ります

7寸3段重 ¥30,000(税込) ●各限定50個
9寸1段重 ¥15,000(税込) 詳細はお電話ください

大切なお客様の接待に...
【2名様から24名様まで個室完備】
詳しくはお問い合わせください。

佐世保市天満町2-20 シービービル4F 2F
電話 0956-37-3500
ホームページ http://t-pro.kaori.com/

創作料理 KAORI

SASEBO de ENGLISH

市内の名物や名所を題材に、普通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。今回は船越町にある「淡島神社」を題材にした会話です。



- Nahoko Are you interested in "power spots"?
(パワースポットに興味ある?)
- Emily Of course.
(もちろん)
- Nahoko This is a torii where your wishes come true.
(これは願いが叶う鳥居なのよ)
- Emily Wow.
(わお)
- Emily & Nahoko I wish everyone health and happiness.
(みんなが健康で幸せでありますように)



広報テレビ番組「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
毎週日曜 TVS 18:55～19:00

※上記内容を1カ月前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。



長崎和牛



恵まれた大自然の中で、職人の手によって1頭1頭丹精と愛情を込めて育てられている、本市のオンリーワン産品「長崎和牛」。

本市は県内有数の畜産地帯で、繁殖から肥育までを市内で一貫生産しており、母牛を飼子牛を産ませて育てる「繁殖農家」と、繁殖農家が育てた牛を家畜市場で購入し育てて出荷する「肥育農家」の両方が営まれています。また、市内の繁殖農家で生産された子牛を、市内の肥育農家が買い育てる「させば生まれ『させば育ち』長崎和牛」の生産にも取り組んでいます。

「長崎和牛」は赤身のうま味が強く、脂身もまろやかで、軟らかい食感とジューシーな口溶けが特長です。その味は全国でも認められており、全国から優秀な和牛を一堂に集め、5年に一度開催される和牛のオリンピックと称される「全国和牛能力共進会」では、長崎大会(平成24年)で「内閣総理大臣賞」を、宮城大会(平成29年)で特別賞の「交雑脂肪の形状賞」を受賞しています。

自宅などにいる時間が増えるこの時期に、どうぞ召し上がりください。

※長崎和牛の販売店・飲食店等は「長崎和牛銘柄推進協議会」HPからご覧になれます。



☎農業畜産課 ☎24-1111

人の動き(10月1日現在)

- 総人口 240,545人(前月比-159人)
男性 114,121人(-80人)、女性 126,424人(-79人)
- 世帯数 104,672世帯(前月比-89世帯)
- 9月中の動き
転入 452人、転出 517人、出生 162人、死亡 256人

「佐世保徳育推進会議」設立10年、徳育日本一のまちさせば



「つたえよう はずしていいよ ころのマスク」。

この標語は、令和3年度佐世保徳育推進会議「まちなか徳育標語コンクール」の入選作品で、福石小学校1年・川津羽衣さんの作品です。この作品以外にも、応募総数533作品(小学生172人、中学生345人、一般16人)の中から23作品(小学生7人、中学生15人、一般1人)が入選されており、これらの作品は令和4年度の徳育推進カレンダーに掲載される予定です。

さて、今年度は「佐世保徳育推進会議」が設立10年目を迎えました。早くから「徳育」を推進することの重要性については誰もが認めるところですが、実際に推進するとなると「人の心」にかかわることであり、どのように進めていけばいいのか思い悩み、市民の皆さまへの啓発活動は難しいのではないかとされていました。

しかし、平成23年から果敢に取り組まれたのが、長崎国際大学の木村勝彦副学長を会長とし、佐世保市教育会や商工会議所(女性会・青年部を含む)、PTA連合会、校長会、保育会、青年会議所、町内会連合会、老人クラブ、民生委員児童委員協議会など数多くの団体や市民で構成される「佐世保徳育推進会議」でした。

その活動は現在も続き、「徳育推進フォーラム」「一徳運動」「徳育推進標語コンクール」「徳育カレンダー(全世帯配布)」「広報させば・徳育通信(聞いて徳する話:本号で115回)」「佐世保市歌の普及」などが行われています。



佐世保徳育推進ロゴマーク

徳育に関してこれだけの活動を続けている都市は、本市をおいて他にないと確信していますし、市民として「徳育日本一のまち」と誇っていいことだと思います。

改めて、この10年を振り返り、ここまで本市の徳育を推進していただいた木村会長や役員の方々の皆さま、そして徳育の重要性を理解し、ご協力いただいている市民の皆さまに心から敬意を表し、感謝申し上げます。

ことしの徳育推進フォーラムのあいさつの中で、木村会長は古代ギリシャの哲学者アリストテレスの「人は繰り返し行うことの集大成である」という言葉を引用されました。徳育は一朝一夕にその効果や変化が出るものではありません。どの時代でも、どのような状況下でも、「徳育のともしび」をともし続けたいという強い意志を持ち続けた人がいたように、次の世代に繰り返し伝え続けることが現代に生きる私たちの務めではないでしょうか。

佐世保市長 朝長 則男

徳育通信 115

聞いて「徳」する話 76 親切な振る舞いが気付かせてくれたこと

先日、私が病院に行った時の出来事です。

年配の患者さんと看護師さんが何やらもめているようでした。そのやりとりを聞いていると、有効期限が切れて使えなくなった保険証を持って来ていることが原因だったようで、付き添いの人が一緒になって新しい保険証を探しながら、年配の患者さんをなだめていました。

私は、ご家族か親戚の人が付き添いに来ているのだろうと思っていましたが、その人はたまたまその場に居合わせただけの人の方でした。その人は年配の患者さんに「民生委員さんに相談してみてもどうですか?」「新しい保険証が見つからなかったら、市役所に聞いてみましょう」などと、親身になって相談に乗られていました。

見ず知らずの人を一生懸命手助けしている姿を見て、「親切な人は幸せです」という言葉が頭に思い浮かびました。

親切な人の振る舞いは、周りの人を幸せな気持ちにするだけでなく、自分以外の誰かに親切にすることの大切さを気付かせてくれた出来事でした。(匿名希望)

「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、市ホームページからもダウンロードできます。

☎佐世保徳育推進会議 ☎23-2856