

春を告げる  
相浦愛宕市



450年以上の歴史を誇る相浦の伝統的なお祭り「相浦愛宕市」が3年ぶりに開催されます。当日は相浦本通りが歩行者天国となって、沿道に植木や苗木、竹細工などの特産品の露店が並び、鉢花などが当たる恒例の福袋付きシャモジ「福しゃもじ」も販売されます。春を感じる相浦愛宕市にどうぞお越しください。

日程 2月25日(土)、26日(日)

場所 相浦町本通り一帯

☎相浦商工振興会内・愛宕祭協賛会

☎ 47-2754

交通規制

- 車両通行禁止  
相浦橋～NCTプロバイク店  
※ 10時～17時。
- バスの運行経路変更  
日野木宮町経由⇒日野大湯経由  
大野木宮町経由⇒大野大湯経由  
※ 全て相浦棧橋ニュータウン・真申・佐々行き。  
※ 一部停車バス停が変更になる場合があります。詳しくは各乗車バス停で確認していただくかお尋ねください。

人の動き(1月1日現在)

- 総人口 236,784人(前月比-282人)  
男性 112,251人(-145人)、女性 124,533人(-137人)
- 世帯数 103,672世帯(前月比-89世帯)
- 12月中の動き  
転入 405人、転出 516人、出生 130人、死亡 301人

編集・発行

令和5年2月1日発行 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/株式会社大印刷

市広報  
ポータル  
ページ



特集

人生にスポーツを!

スポーツで、ひともまちも元気な佐世保に

P8 市県民税・国民健康保険税等の申告受け付け

フォトトピックス

P9 SASEBO グローバルキッズ・チャレンジ

フォトトピックス

P12 針尾送信所建設 100年記念祭



梅ヶ枝酒造  
あまざけセット  
プレゼント!

P22

特集

# 人生にスポーツを！

## スポーツで、ひともまちも元気な佐世保に

よく「スポーツをした方がいい」ということが言われますが、そもそも「なぜ？」と思う人も多いのではないのでしょうか。最近ではスポーツに関するさまざまな研究が進み、スポーツをすることでいろいろな「いいこと」があると分かってきました。

そこで今回の特集では、スポーツによるさまざまな効果や令和5年4月から始まる「佐世保市スポーツ推進計画」の4つのビジョン、計画の中で位置付けている佐世保らしいスポーツの活用などについてお知らせします。

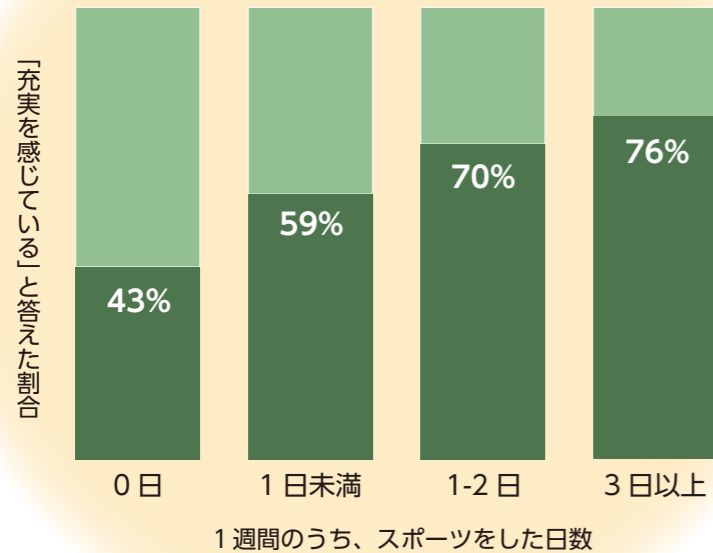
スポーツには、次のような良い効果が期待されます！

(各資料出典元：スポーツ庁ウェブ広報マガジン「デポルターレ」)



### スポーツをすると生活の充実感が向上！

スポーツの頻度と日常生活における充実感



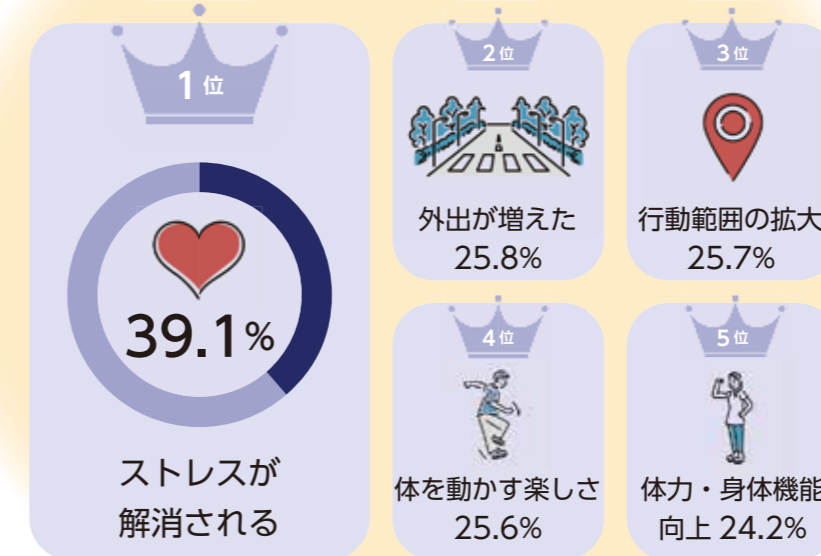
出典：スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(2019年1月)

### 体力と学力には関係が！

子どもたちの総合的な体力調査と、学力テストの成績との関連性を分析した研究では、体力調査での成績が高い子どもほど、学業の成績も優秀な傾向があることが確認されています。  
また、運動をすると脳神経細胞の増加や記憶をつかさどる海馬が大きくなるのが分かっています。運動後は脳への血流が増し脳が活性化して、思考力や集中力が飛躍的に高まる機会となるので学習をするチャンスです。

### スポーツ・レクリエーションにはさまざまな効果が！

スポーツ・レクリエーションをやって良かったこと

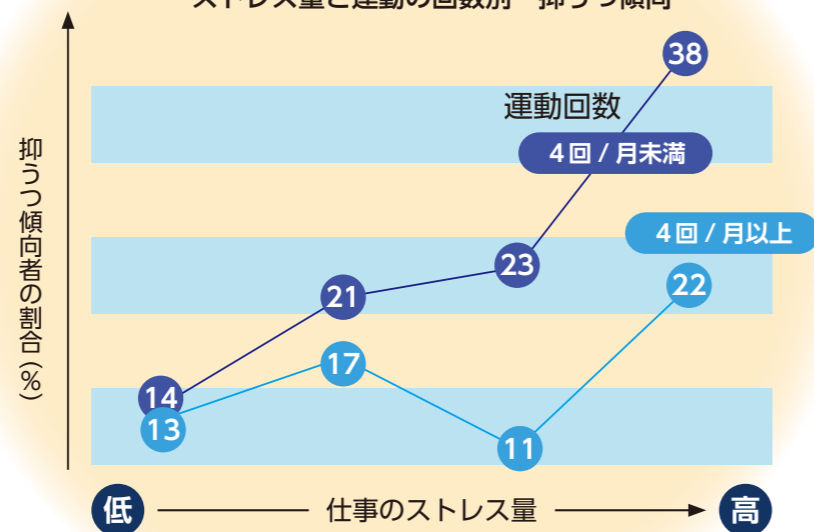


出典：笹川スポーツ財団「地域における障害者スポーツ普及促進事業」(2018年3月)



### 心の健康にも効果的！

ストレス量と運動の回数別 抑うつ傾向



出典：甲斐裕子、永松俊哉、志和忠志、杉本正子、小松優紀、須山靖男  
「職業性ストレスに着目した余暇身体活動と抑うつとの関連性についての検討・体力研究」(2009年)

### プラス10～20分の歩行で生活習慣病予防に効果！

1日に7,000～8,000歩歩くとがんや糖尿病などの病気の予防に効果があると言われています。  
例えば、「仕事中は1階上のトイレを使い、階段を上る癖を付けてみる」「デスクワークが疲れたら片道5分の距離を歩いてみる」といったように、生活の負担にならない程度のちょっとした工夫で1日の歩数を増やしてみましょう。

### きれいの鍵はスポーツ！

成功したダイエットランキング



出典：株式会社エネージャ「『ダイエット』に関する実態調査」(2014年4月・5月)

## 「佐世保市スポーツ推進計画」を策定しました

本市におけるスポーツ施策の方向性を明確にし、関係団体と目標の共有を図るとともに、必要に応じてスポーツ以外の分野の取り組みとの連動や民間等との連携によって、相乗的な効果を発揮できるよう策定しました。本計画では、4つのビジョンの下、施策の目的ごとにミッションを設定します。



### スポーツ × 地方創生

ミッション1 スポーツによるまちの活性化

ミッション2 若い世代の競技者層の充実



### スポーツ × 健康

ミッション1 生涯スポーツの推進

ミッション2 子どもの運動習慣の確立、体力の向上

ミッション3 スポーツによる健康増進



### スポーツ × 地域

ミッション1 地域におけるスポーツ活動の活性化

ミッション2 スポーツを支える人々の育成、支援



### スポーツ × 環境

ミッション1 市民のスポーツを支える環境づくり



### 仲間ができることにスポーツの魅力を感じます

佐世保市スポーツ推進委員協議会  
会長 梶山 直行さん

スポーツ推進委員は、佐世保市のスポーツ行事の支援やニュースポーツの普及のために、地域や学校に出向き、楽しさを伝える活動を行っています。地域の方々や生徒たちから「楽しかった」「またしたい」と思ってもらえることが、何よりもうれしいです。私は体を動かすことの楽しさの他に、仲間ができることにスポーツの魅力を感じており、現在42人いるスポーツ推進委員ともなるべく多く集まって一緒に活動や指導を行っています。年齢に関係なく、誰とでも始めれば楽しいと思えることがスポーツの力です。ニュースポーツ普及講習会などに一回でも参加してもらい、「楽しいな」「自分も指導したいな」と感じた人や、スポーツに興味のある人が1人でも多く委員になってくれることを今後の目標としています。

(取材日 12月19日)



スポーツ推進委員研修会の様子



市 HP (ニュースポーツ普及講習会)

## 佐世保らしいスポーツを活用します！

スポーツを通じたまちのにぎわいづくりや、スポーツによる健康増進などのために、今後のスポーツ施策に、本市の特性や本計画の特徴を踏まえた「佐世保らしいスポーツ」の活用を図ります。

### アーバンスポーツ

本市には米海軍基地の存在があり、国籍や言語に関係なく、バスケットボールやスケートボード、BMX(自転車競技)などのスポーツを楽しむ人々の姿が見られます。本市の特性と言える「アメリカ文化との親和性」や、「1人でも気軽に参加できる」「達成感が得られやすい」といった要素を持つアーバンスポーツの活用を進めます。



BRIGHT IDEA SKATESHOP  
代表 辻 拓郎さん

スケートボードは簡単そうに見えるかもしれませんが、トリック(技)を習得するためには、努力の積み重ねが必要です。トリックができるようになると、とてもうれしいですし、その喜びを仲間と共感できることもスケートボードの魅力の1つです。市内には小学生ぐらいから70代までスケートボードをしている人がいて、実は幅広い世代の人が楽しめるスポーツでもあります。さらに、スケートボードを通じたアメリカ人との関わりも強くあり、スポーツという面だけでなく、コミュニケーションツールとしての一面も持ち合わせたスポーツです。

(取材日 12月22日)



みてみゅー「佐世保でスケボー！」



### ウォーキング

ウォーキングは、「いつでも誰でもできる運動」です。本市の地理的特徴である「坂道が多い」というマイナスに捉えがちな点も、「坂道はウォーキングの効果を高められる要素」とプラスに捉えて活用していきます。全世代で「ウォーキングをする」という意識が高められ、実践されるような施策を幅広く展開します。



佐世保市  
朝長 則男市長

50歳から健康のため、定期的に行える運動としてウォーキングを始めました。毎朝6時から約1時間、雨の日や出張の日でも歩くことを習慣としています。朝歩きながら、1日のスケジュールを把握したり、頭の中を整理したりする時間に活用しています。過去には105kmのウォークラリーに挑戦し、3回完歩することができました。ウォーキングを継続することで、体力を維持できていると実感しています。無理をせず、少しずつ距離を伸ばしながら速歩で歩くことを意識すると、より効果的です。

(取材日 12月22日)



ウォーキングする朝長市長

### スポーツを始めませんか？

#### 親子室内サッカー教室

日程 3月21日(木) 9時30分～12時  
場所 体育文化館  
対象 年少～小学3年生と保護者  
定員 30組  
料金 1人500円  
申込 2月21日(木)以降に電話で体育文化館へ  
◎体育文化館 ☎22-1522

#### 少年剣道体験教室

日程 3月26日(日) 9時～10時30分  
場所 県立武道館  
対象 年少～小学6年生  
定員 20人  
料金 500円  
申込 2月26日(日)～3月19日(日)に電話で県立武道館へ  
◎県立武道館 ☎22-2194

#### スケートボード体験会

日程 3月25日(土) 10時～12時  
場所 北部ふれあいスポーツ広場  
対象 年中～小学6年生  
定員 30人(応募多数の場合抽選)  
料金 1,000円  
※申し込み方法など詳しくは市HPをご覧ください。  
◎スポーツ振興課 ☎24-1111



特集に関する問い合わせ スポーツ振興課 ☎24-1111



## 12月定例市議会で可決等された主な議案

12月定例市議会（12月2～21日）で可決等された29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

- 佐世保市産業支援センター条例の一部改正の件  
佐世保市産業支援センターの施設機能拡充と利便性向上を目的として、同センターにビジネス私書箱を設置するため、新たに規定を設けるもの  
☎総務課 ☎24-1111

### 補正予算（令和4年度）

給与条例の一部改正に伴い実施するものや国補助決定を受けて実施するもの、指定管理施設・直営施設などの光熱費等の追加など、一般会計と特別会計5会計および企業会計1会計で補正を行いました。

#### 一般会計補正予算の主な内容

- ①国の「電気・ガス・食料品等価格高騰対策」によるもの（障がい福祉サービス事業所等支援事業費など15件）  
4億2850万円
- ②国の「コロナ禍における『原油価格・物価高騰等総合緊急対策』」によるもの（基幹公共交通持続化支援事業費など3件）  
6116万円
- ③人件費補正（人件費など2件）  
△3405万円
- ④国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）  
5945万円

- ⑤災害関連（宇久衛生センター一般管理費など9件）  
1億7671万円
- ⑥その他（医療扶助オンライン資格確認導入事業費など7件）  
2億9971万円

#### 特別会計補正予算の主な内容

- ①住宅事業特別会計（人件費）  
269万円
- ②卸売市場事業特別会計（人件費など5件）  
3473万円
- ③介護保険事業特別会計（人件費）  
△74万円
- ④交通船事業特別会計（人件費など2件）  
△214万円
- ⑤港湾整備事業特別会計（鯨瀬ターミナルビル管理事業費など3件）  
352万円

#### 企業会計（水道事業会計）補正予算の主な内容

- ①配水管破裂事故に伴う補償金  
236万円

会計	補正額	補正後の予算額
一般	9億9148万円	1279億3545万円
特別	3806万円	877億4809万円
企業	236万円	288億3454万円

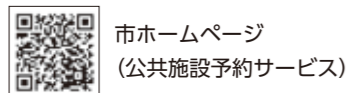
☎財政課 ☎24-1111

## 公共施設予約管理システムが 新しくなりました

公共施設予約管理システムが1月23日（月）から新しくなり、使いやすくなりました。便利なオンライン予約機能をどうぞご利用ください。

### 公共施設予約管理システムでできること

- パソコンやスマートフォンから、市内の体育施設等の予約や空き状況の照会ができます
- ※公共施設予約サービスの利用には、利用者登録が必要です。以前のシステムに登録している人の情報は新しいシステムに引き継がれます。
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください。



☎DX推進室 ☎24-1111

## 2月からキャッシュレス決済を 利用できる窓口が増えます

2月から、キャッシュレス決済（クレジットカード、電子マネー、コード決済）を利用できる窓口が増えます。

### キャッシュレス決済を利用できる窓口

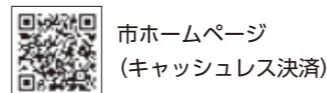
戸籍住民窓口課、市民税課、各支所、宇久行政センター

### 窓口でキャッシュレス決済ができる対象

住民票などの証明手数料

※市税等の納付書は対象外です。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。



☎DX推進室 ☎24-1111

## 市民の視点に立った行政基盤の 整備のための Web アンケートを実施

本市では第7次佐世保市総合計画を推進する中で「市民の視点に立った行政基盤の整備」に取り組んでいます。これまでの取り組みの振り返りや、これからの取り組みの参考とするため、アンケートを実施します。

期間 1月24日（火）～2月23日（木・祝）

内容 市職員の対応、市の情報提供に対する満足度、ICT（情報通信技術）を活用した行政サービス（オンライン申請など）の利便性向上などについて

※Webアンケートは市ホームページで行っています。詳しくは市ホームページをご覧ください。



市ホームページ  
(Webアンケート)

☎職員課 ☎24-1111

## 低所得の子育て世帯に対する 給付金の申請は2月28日（火）まで

対象 平成16年4月2日～令和5年2月28日に出生した児童（障がい児は平成14年4月2日以降の出生）を養育する人

支給額 児童1人当たり一律5万円

申請方法 申請書や必要書類を郵送（〒857-0042、高砂町5-1）か直接子ども支援課へ

申請期限 2月28日（火）必着

※申請が不要なひとり親世帯には令和4年6月末に、ひとり親世帯以外には令和4年7月末に支給済みです。

※給付金の支給は1回限りです。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。



市ホームページ  
(ひとり親世帯分)



市ホームページ  
(ひとり親世帯以外分)

☎子ども支援課 ☎24-1111

## 令和5年春季全国火災予防運動

3月1日（水）～9日（木）の期間、春季全国火災予防運動が全国一斉に実施されます。春先は空気が乾燥して火災が発生しやすい時季です。火災予防の意識を高めて火災を防ぎ、大切な命と財産を守りましょう。

### 全国統一防火標語

「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

### 火の用心のポイント

- 火のそばを離れるときは必ず火を消す
- 寝たばこは絶対にしない、させない
- 電気器具などは正しく使用し、たこ足配線は絶対にしない

### 住宅用火災警報器の設置と定期点検を

住宅での火災を早期発見し、警報を鳴らす「住宅用火災警報器」の設置は義務です。寝室など適切な場所に設置し、定期的な点検を行いましょ。

☎消防局予防課 ☎23-2539

## 国民健康保険税、介護保険料などの 減免申請は3月31日（金）まで

### 対象となる保険税（料）

令和4年4月1日～令和5年3月31日に普通徴収の納期限が設定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  
※特別徴収の場合は、令和4年4月～令和5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。

### 対象

- 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場合
- 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る場合（複数要件あり）

### 申請期限

3月31日（金）必着

※減免は保険税（料）ごとに申請が必要です。

※対象となる要件や申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎医療保険課 ☎24-1111

## 市県民税・国民健康保険税等の申告受け付けを行います

3月15日(水)までの平日に申告受け付けを行います。申告した内容は、市県民税、国民健康保険税などの算定に使われます。扶養、医療などの各種申請手続きに必要な「所得課税証明書」は、申告された内容を基に発行しています。収入の有無にかかわらず(家族の扶養親族になっている人も含む)、各種手続きをする人は申告を行ってください。

### 受け付けの日程

#### ●本庁管内

期間 2月7日(火)～3月15日(水)の平日  
※9時～11時30分、13時～16時。

場所 市役所13階 税務会議室

#### ●支所・宇久行政センター管内

期間 2月6日(月)～3月14日(火)の平日  
※9時30分～11時30分、13時～15時30分。  
※黒島・高島・宇久地区は受付時間が異なりますので、ご注意ください。

場所 下表のとおり

※町別の指定日は、本紙1月号折り込み「申告受付特集号」をご覧ください。

※期間前の受け付けや事前予約はできません。

### 支所・地区コミュニティセンターなどでの申告会場

受付日	申告会場	
2月6日(月) 7日(火)	鹿町地区コミュニティセンター (旧鹿町町文化会館)	
2月8日(水) ～10日(金)	江迎地区文化会館インフィニタス	
2月13日(月)	江上地区コミュニティセンター	
2月13日(月) 14日(火)	黒島地区コミュニティセンター (13日)13時～16時 (14日)9時～12時、13時～14時	
2月14日(火)	高島漁業体験館 11時～12時、 13時～15時	宇久行政センター (14日) 14時～16時
2月15日(水)	針尾地区コミュニティセンター	(15日、16日) 9時～11時30分、 13時～16時
2月16日(木)	宮地区コミュニティセンター	(17日) 9時～11時
2月17日(金)	柚木地区コミュニティセンター	
2月20日(月) 21日(火)	小佐々地区コミュニティセンター	

### 感染症対策にご協力をお願いします

会場での3密を避けるため、時間ごとに受け付け人数を制限する他、検温や手指の消毒などの感染症対策を行います。ご理解とご協力をお願いします。



### 会場での感染症対策

- 時間ごとの受け付け人数を制限します  
(例)9時30分～10時⇒受け付け人数20人  
※受け付けで整理券を配布します。整理券に記載された指定時間に申告会場へお越しください。  
※整理券を受け取るため早朝から並ぶことはご遠慮ください。
- ※待合席の数も制限します。
- 受け付け前に検温を行います
- マスクの着用、手指の消毒をお願いします

受付日	申告会場
2月22日(水)	広田地区コミュニティセンター
2月24日(金)	中里皆瀬地区コミュニティセンター (文化ホール)
2月27日(月) 28日(火)	吉井活性化センター (ソレイユ吉井)
3月1日(水) 2日(木)	世知原支所
3月3日(金)	三川内地区コミュニティセンター うつわ歴史館2階ホール
3月6日(月)	大野地区コミュニティセンター
3月7日(火) 8日(水)	相浦地区コミュニティセンター
3月9日(木) 10日(金)	早岐地区コミュニティセンター (旧東部住民センター)
3月13日(月) 14日(火)	日宇地区コミュニティセンター

※江迎地区と三川内地区は昨年と申告会場が異なりますのでご注意ください。

市県民税⇒市民税課、国民健康保険税⇒医療保険課 ☎24-1111

確定申告⇒佐世保税務署 ☎22-2161



## 「SASEBO グローバルキッズ・チャレンジ」最終プログラムを開催!



1 英語で出題されるクリスマス関連のクイズゲーム 2 3 外国人講師との1対1の対話を楽しむ参加者 4 SASEBO グローバルキッズ・チャレンジに参加した小学生と関係者の皆さん 5 修了証を受け取る参加者 6 7 閉会式であいさつする Zak 講師と山崎教授

12月3日(土)、本市のリーディングプロジェクト「英語が話せる街 佐世保」の事業として実施している「SASEBO グローバルキッズ・チャレンジ」の最終プログラムをまちなかコミュニティセンターで開催しました。

同事業には市内の小学6年生12人が参加し、長崎県立大学・山崎祐一教授を中心とした英語異文化教育研究会 PIEES 講師陣の指導の下、英語を楽しく実践しながら外国文化を理解し、英語本来の発音や英会話のマナーなどを学びました。

最終プログラムでは、英語で出題されるアメリカのクリスマス文化に関するクイズや、外国人の講師と英語で対話する

チャレンジなどが行われ、子どもたちはこれまで学んできたことを生かして英会話を楽しんでいました。

閉会式で外国人講師の Zak 先生は「継続は力なり。これからも英語の学習を続けてください」と、山崎教授は「Set your own goal. 自分自身の目標を決めて夢に向かって頑張ってください」とあいさつしました。

同事業は来年度も開催する予定で、5月ごろに募集を行う予定です。プログラムの内容など、詳しくは本紙や市ホームページなどでお知らせします。

社会教育課 ☎24-1111

## イベント情報

### フラワーフェスティバル ～花と光のイースター～



100万本のチューリップと共に春の訪れを楽しめる、毎年好評のフラワーフェスティバルをことしも開催。「イースター」をテーマに、ウサギや卵などをモチーフにしたかわいいグッズやグルメ、フォトスポットが登場します。オリジナルマスコットキャラクターが登場するイースターパレードも必見。夜は春限定の幻想的なイルミネーションに包まれ、特別なひとときを過ごすことができます。

日程 2月25日④～4月28日④  
 ④ハウステンボス総合案内ナビダイヤル ☎0570-064-110

### 市民ギャラリー展示会

写真展「烏帽子岳と将冠岳の四季」  
 日程 2月26日④まで  
 場所 市立図書館  
 ④市立図書館 ☎22-5618

### 佐世保学園パネル展「<sup>つくも</sup>九十九」

ことし4月1日④に閉庁し、73年の歴史に幕を下ろす佐世保学園。少年院としての教育活動を行えたことに感謝の意を含め、パネル展を開催します。

日程 2月28日④までの平日、2月18日④、19日④9時～11時、13時～16時  
 場所 佐世保学園  
 料金 無料  
 ④佐世保学園 ☎31-8277

### ツルの北帰行情報ボード設置

鹿児島県出水市<sup>いずみ</sup>で冬を越したツルたちが、繁殖地のシベリアに帰る

<sup>ほつきこう</sup>「北帰行」。九十九島動植物園は3つほどあるルートの1つにあたるため、北帰行を観察できる可能性があります。期間中、入園口に北帰行情報ボードを設置し、北帰行の有無や時刻、羽数などを掲載する他、園の上空を通過する際は園内アナウンスを行います。

日程 3月31日④まで  
 場所 九十九島動植物園  
 料金 無料(入園料が別途必要)  
 ④九十九島動植物園 ☎28-0011

### ひな祭り水槽

ひな人形の近くに金魚を置く江戸時代からの風習にちなみ、金魚を展示した特設水槽が登場します。

日程 2月4日④～3月3日④  
 場所 九十九島水族館  
 料金 無料(入館料が別途必要)  
 ④九十九島水族館 ☎28-4187

### 春の植木市

庭木、花苗、果樹苗、盆栽など約300種類1万本の展示販売を行います。樹木に関する相談も受け付けます。

日程 2月11日④⑤～19日④9時～17時(19日④は16時まで)  
 場所 松浦公園  
 ④佐世保みどりの会(倉富さん) ☎080-5274-1636

### ナイトプラネタリウム

「太陽～私たちの母なる星～」  
 日程 2月17日④18時～18時45分  
 場所 少年科学館  
 定員 67人  
 料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円(3歳以下は無料。4歳以上の未就学児は大人1人につき1人無料)  
 申込 2月16日④までに電話か直接少年科学館へ  
 ④少年科学館 ☎23-1517

### 市立図書館とプラネタリウムの コラボイベント

「クイズで楽しむ『星の王子さま』」  
 日程 2月19日④14時～15時45分  
 場所 少年科学館  
 定員 67人  
 料金 高校生以上320円、4歳～中学生150円(3歳以下は無料。4歳以上の未就学児は大人1人につき1人無料)  
 申込 2月3日④以降に電話か同館HPまたは直接同館へ  
 ④少年科学館 ☎23-1517

### セレクション・コレクション 収蔵品の写真を撮ろう！展

博物館が収蔵している民俗資料を展示し、古い道具や昔の暮らしを紹介。写真家指導の下、自由に民俗資料の撮影もできる展覧会です。

日程 2月22日④～26日④10時～18時(最終入館17時30分)  
 場所 博物館島瀬美術センター  
 料金 無料  
 ④博物館島瀬美術センター ☎22-7213

### 「北半球のペンギン」 カムリウミスズメの話



世界でも日本周辺海域だけに生息する国指定天然記念物「カムリウミスズメ」。講師の山口典之氏(長崎大学大学院水産・環境科学総合研究科教授)が生態や調査内容を紹介し、

日程 2月25日④14時～15時30分  
 場所 九十九島ビジターセンター  
 料金 無料  
 ④同ビジターセンター ☎28-7919

## 梅ヶ枝酒造 春の蔵開き



創業230年余り、米作りから酒造りまでこだわりの製法を守り続けている梅ヶ枝酒造。蔵開き当日は、酒蔵コンサートや新酒・限定酒の販売、蔵見学などが予定されています。

日程 2月11日④⑤、12日④10時～15時  
 場所 梅ヶ枝酒造  
 ※期間中はハウステンボス駅から無料シャトルバスを運行します(9時30分から随時運行)。  
 ④梅ヶ枝酒造 ☎59-2311

### 天体観望会「月・火星・すばる・ 冬の夜空を観察しよう」

講師の先生による天文に関するお話や、当日の星空解説を行います。

日程 2月25日④18時30分～20時  
 場所 少年科学館  
 定員 先着40人程度  
 料金 高校生以上320円、小・中学生150円(未就学児は無料)  
 申込 2月10日④以降に電話か直接少年科学館へ  
 ④少年科学館 ☎23-1517

### 海彦・山彦

～魚とお茶のフェスティバル～  
 世知原、佐々、松浦の県北茶グループと東浜水産加工グループが連携し、海と山の幸のPR販売を行います。

日程 2月25日④、26日④10時～16時  
 場所 島瀬公園  
 ④農政課 ☎24-1111

### 九十九島工房

#### 「オーシャンドラムづくり」



日程 2月26日④11時～12時、14時～15時  
 場所 九十九島水族館  
 対象 幼児以上(小学3年生までは保

護者同伴)  
 定員 各回10人  
 料金 350円(保険料含む、入館料が別途必要)  
 申込 当日までに電話か直接九十九島水族館へ  
 ④九十九島水族館 ☎28-4187

### 四季の映画祭「冬」

アカデミー賞作品賞を受賞した作品など、注目の3作品を上映します。

日程 3月4日④、5日④  
 場所 アルカス SASEBO  
 料金 1作品鑑賞券1,000円、全3作品セット券2,200円、アルカスクラブ会員はそれぞれ半額  
 ※詳しくはイベントチラシやアルカス SASEBO のHPをご覧ください。  
 ④アルカス SASEBO ☎42-1111

### 福井洞窟ミュージアム サポーター養成講座

日程 3月12日④10時～12時  
 場所 福井洞窟ミュージアム  
 内容 福井洞窟の歴史やミュージアム運営について  
 対象 ボランティア活動に関心のある18歳以上の人  
 定員 10人(応募多数の場合抽選)  
 申込 電話かファクス(64-3830)で福井洞窟ミュージアムへ  
 料金 無料  
 メ切 3月1日④  
 ④福井洞窟ミュージアム ☎64-3830

### 子ども調査隊～無人島で生きもの 図鑑をつくろう！～

九十九島の環境を学んだ後、瀬渡し船で無人島に上陸して生き物を観察し、オリジナルの図鑑を作ります。

日程 4月22日④12時～17時  
 場所 九十九島ビジターセンター  
 対象 小学3年生～中学3年生と保護者(保護者1人につき2人まで)  
 定員 20人(応募多数の場合抽選)  
 料金 1人500円  
 申込 2月11日④⑤～3月26日④に公式HPから申し込んでください  
 ④九十九島水族館 ☎28-4187

### 寒さに強い動物たち

冬毛姿のツシマヤマネコやアライグマを見ることができます。

場所 九十九島動植物園  
 料金 無料(入園料が別途必要)  
 ④九十九島動植物園 ☎28-0011

### 今月のおすすめ図書



一生に一度は見てみたい  
 空の見つけかた事典  
 武田康男 / 著(山と溪谷社)  
 身近な景色から一目見たい珍しい空模様まで、その見つけ方を美しい写真と共に紹介する一冊です。  
 ④市立図書館 ☎22-5618



ライトアップされた針尾無線塔



## 針尾送信所建設 100 年記念祭

令和 4 年 11 月 3 日 (木・祝) ~ 12 月 18 日 (日)、本市は針尾送信所の建設 100 年を記念し「針尾送信所建設 100 年記念祭」を開催しました。

期間中は針尾送信所をアートで彩る「SASEBO <sup>アート</sup> ART <sup>コネクト</sup> CONNECT <sup>フェスティバル</sup> FESTIVAL」や各種コンサートなどさまざまなイベントを行い、多くの来場者でにぎわいました。週末には高さ約 136m の無線塔のライトアップを行い、無線塔を初めて見た来場者の中には、その迫力ある大きさと幻想的に照らされる美しさに感嘆の声を上げる方もいました。無線塔ライトアップの様子を動画にまとめましたので、右の画像を読み取ってご覧ください。



無線塔  
ライトアップ



1



2



3



4



6



5



電信室内部のアート空間



佐世保駅構内に展示された 1/2 スケールの無線塔 (底部)

- 1 ライトアップされ青色に輝く無線塔 (3 号塔)
- 2 地面に描かれた SASEBO ART CONNECT FESTIVAL のロゴ
- 3 敷地内に展示されたアート作品
- 4 海辺のコンサート
- 5 昭和歌謡ヒットパレード
- 6 歴史を感じる電信室外観

## SASEBO de ENGLISH

市内の名物や名所等を題材に、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「着物」を題材にした英会話です。



Nahoko I feel refreshed when I wear a kimono.  
(着物を着ると気持ちがシャキッとなるわ)

Emily I've always wanted to wear one.  
(ずっと着物を着たいと思ってたの)

Emily Yes. But...How do I look?  
(そうだね。でも…似合ってるかな?)

Emily My dream came true.  
(夢が叶ったわ)

Nahoko You look great!  
(とっても似合ってるよ!)

### させぼ市政だより

テレビ NBC 土曜 9:25 ~ 9:30、KTN 土曜 11:45 ~ 11:50、NCC 土曜 16:25 ~ 16:30、NIB 日曜 6:30 ~ 6:35  
ラジオ FM長崎 火曜 9:05 ~ 9:10、FMさせぼ 金曜 13:00 ~ 13:55、土・日曜 10:00 ~ 10:55 (再放送)、  
月曜 22:00 ~ 22:55 (再放送) 新聞 長崎新聞 毎月第2・4火曜

### 佐世保で頑張る若者紹介 9

## 自分が組み立てた設備を通じて 地元へ貢献できていると感じます

八天工業株式会社  
福田 優斗さん

世知原町で、交通インフラ工事に使用するベルトコンベヤーやリフトなどの工事設備の設計・製造・組み立て・メンテナンスを行っている八天工業株式会社。同社が製造する設備の組み立てやメンテナンスを行っているのが、今回紹介する福田優斗さんです。

本市出身の福田さんは、鹿町工業高校の機械科を卒業後、同社が製造する大規模な工事設備に引かれ入社しました。

「設備は現場で組み立てた時に不具合が起きないように、一度、工場で組み立てのテストをしてから、現場に提供しています。少しでも部品のずれや緩みがあると、設備の稼働に支障を来すので、部品一つ一つを丁寧に取り扱っています。作業の進め方は、人それぞれのやり方がありますが、先輩方から教えていただいたことを、自分なりに解釈して、自分のものにできるよう工夫しています」

と仕事でのこだわりを話す福田さん。入社3年目と社内ではまだまだ若手ですが、頼りになる先輩方の指導の下、さまざまな設備に触れ、日々経験を積んでいるようです。

仕事のやりがいについて尋ねると「入社してすぐ、弓張トンネルの工事に関わらせていただきました。自分が組み立てた設備によって、地元へトンネルが造られている現場を見て、地元への貢献と、達成感を感じることができました」と自身の経験を交えながら話してくれました。

最後に佐世保で働くことについて尋ねると「現場での作業のため、長期間、佐世保を離れることがあり、市外に出ると佐世保の住みやすさ、居心地の良さを感じます。生まれ育った佐世保で働き、家族の近くで過ごすことで、親孝行にもなっていると思います。親孝行しつつ、地元へ貢献できていることをうれしく思っています」と佐世保への愛をうかがうことができました。

(取材日 12月14日)

## 自衛隊だけでなく 全ての船の安全な航海のために

海上自衛隊 第2掃海隊「ひらしま」  
1等海士 籠谷 健斗さん



「レーダーで情報を収集し、安全かつ円滑に航海するためのサポートを行っています」と話すのは、海上自衛隊第2掃海隊「ひらしま」の船務要員で東京都出身の籠谷健斗さん(26歳)です。

掃海艇の役割は「掃海艇は海中に設置された機雷を除去することが主な任務です。自衛隊の艦艇だけでなく、貨物船などのさまざまな船が安全に航海できるよう尽力しています」と話す籠谷さん。艇の特徴については「磁気や音響に反応して爆発する機雷に反応しないよう、『ひらしま』は木造です。新しい型の掃海艇は繊維強化プラスチック製で、『ひらしま型』は海上自衛隊最後の木造船なんです」と護衛艦との違いも教えてくれました。

ご自身の仕事について尋ねると「瞬時の判断が求められることが多く、先輩たちの動きを見習っています。また、専門的な内容でまだ分からないこともあるため、勉強に



レーダーで情報収集を行う籠谷さん



取材時の様子を動画でもご覧ください

励んでいます」と話します。

最後に「私たち海上自衛隊は24時間365日、いつでも海を守る態勢を整えています。自衛官が多くいる佐世保で、佐世保に自衛隊があることを誇りに思ってもらえるような存在になりたいと思っています。応援していただければ幸いです」と真摯な思いを話していただきました。

(取材日 12月22日)

### 手軽に作れるアイデアレシピ

## 電子レンジでふわふわカニ玉



### 材料(1~2人分)

豆腐(4個パック)	1パック	A	麵つゆ	大さじ1
卵	1個		(3倍濃縮)	
白だし	大さじ1		水	大さじ4
カニカマ	1本		片栗粉	小さじ2

令和4年度ヘルシークッキングコンテスト  
主菜部門 最優秀賞



考えていただいた人  
徳久 由羅さん(佐世保商業高等学校3年)  
料理のワンポイント  
どの家にもあるようなもので材料がそろうので作りやすいと思います

### 作り方

- 1 耐熱皿(耐熱ボウル)にラップを敷き、豆腐を入れ滑らかなるまで混ぜる
- 2 ①に卵を割り入れ、むらなく混ぜ、白だしを入れて全体的に混ぜる
- 3 カニカマを割いて②に入れ軽く混ぜる
- 4 ③にラップをかけ電子レンジ(600W)で4分40秒加熱後、ラップを外して電子レンジ(600W)で1分加熱する
- 5 耐熱皿でAを混ぜ、ラップをかけ電子レンジ(600W)で1分30秒加熱し、④にかけて完成

### 1人分の栄養価

熱量 99 kcal、たんぱく質 8.1 g、脂質 4.2 g、カルシウム 66 mg、食塩相当量 1.8 g

## 祝事、法要、接待ご予約承ります

創作料理

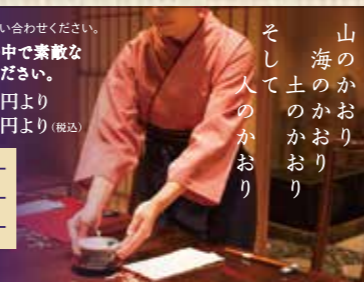


大切なお客様の接待に...

[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。

ゆっくりとした空間の中で素敵なひとときをお過ごしください。  
昼のお食事 2,200円より  
夜の懷石 6,600円より(税込)

大野	国道	島前
車庫	中央保健福祉センター	旧県北会館
古賀	●100円	●100円
文具	●ハート	●ハート
●佐世保警察署		



山のかおり  
海のかおり  
土のかおり  
人のかおり

## ボートレース大村のレースを中心にSGレースや全国各地のレースも発売!



無料駐車場完備!! 北松浦郡佐々町小浦免1219  
TEL0956-59-6351

公式HP



詳しくはこちら

ボートレース大村 BTS 長崎佐々





お知らせ

祝日の燃やせるごみの収集

2月11日(土)☉=収集します  
2月23日(木)☉=収集します  
☎廃棄物減量推進課 ☎32-2428

国民年金保険料の控除証明書

国民年金保険料は、全額が社会保険料控除(非課税)の対象です。確定申告で国民年金保険料を申告するための「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が10月下旬から11月上旬に送付されています。昨年10月1日から12月31日までに初めて国民年金保険料を納付した人には、2月上旬に送付されます。家族の国民年金保険料の場合も、本人の社会保険料控除に追加できます。  
※詳しくはお尋ねください。  
☎佐世保年金事務所 ☎34-1189

2月は国民健康保険税第9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、便利な口座振替をご利用ください。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、収納推進課で受け付けています。  
※納税通知書(納付書)、預金通帳、届け出印を持参していただくと、その場で手続きできます。  
☎収納推進課

いつでもどこでも利用できる

「キャッシュレス決済」のご利用を  
市が発行する納付書でバーコードが印字されているものは、スマートフォン決済アプリ「PayPay」「LINE Pay」やクレジットカード、インターネットバンキングで納付できます。  
☎収納推進課

市税の納め忘れはありませんか

4月になると新しい年度の税金がかかるようになります。市税の納め忘れがある場合、早めに納付をお願いします。納期限を過ぎると延滞金が発生しますので確実に納期内に納付しましょう。  
※納付に関する相談や口座振替など、詳しくはお尋ねください。  
☎収納推進課

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、宇久行政センターで手続きしてください。  
☎医療保険課

所得課税証明の発行

所得課税証明書を取得するためには、令和4年1月から12月までに収入がなかった人も申告が必要です。申告期間中に申告を行ってください。所得課税証明書は、マイナンバーカードの利用でコンビニなどでも取得できます。  
※詳しくはお尋ねください。  
☎市民税課

給水装置所有者の名義変更

給水装置の所有者が変わった場合、名義変更届を水道局に提出してください。  
☎水道維持課(旧市内) ☎24-1151  
☎北部管理事務所(北部エリア) ☎64-4010  
☎宇久営業所 ☎0959-57-3145

マイナポータルで転出届を出せませ

2月6日(日)からマイナポータルを通じ

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。

てオンラインで転出届を届け出られるようになりました。



市 HP  
(マイナポータル)

☎戸籍住民窓口課

マイナンバーカードの申請・受け取りのための臨時受け付け

【休日開庁・平日時間外】  
日程 2月12日(日)、18日(土)9~13時、2月16日(水)19時まで  
場所 戸籍住民窓口課  
内容 マイナンバーカード申請・受け取り、電子証明書の更新手続き  
☎戸籍住民窓口課

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 2月18日(土)9~16時  
場所 スピカ  
☎人権男女共同参画課  
☎24-6180(予約・相談専用)  
☎23-3828(当日連絡用)

3月8日は国際女性デー

イタリアでは男性が日頃の感謝を込めて、周りの女性にミモザの花を贈ることから「ミモザの日」と呼ばれています。スピカでは、ミモザのリースを飾る他、関連書籍の紹介などを行います。  
☎男女共同参画推進センター「スピカ」 ☎23-3828

第4次佐世保市男女共同参画計画(案)のパブリックコメント

少子高齢化、経済活動の成熟化など社会の変化に対応する上で、男女が互いに人権を尊重しつつ責任も分かち合い、

性別に関わりなく、個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会の実現に向けた計画への意見を募集します。  
日程 1月18日(土)~2月16日(木)



市 HP  
(パブリックコメント)

☎人権男女共同参画課

第3期佐世保市地域コミュニティ推進計画(案)のパブリックコメント

本市の豊かな地域コミュニティを維持、活性化し、市民の皆さんが地域の一員である認識を深め、互いに支え合い、安心して暮らせる地域社会の実現を目指す計画への意見を募集します。  
日程 1月下旬~2月下旬



市 HP  
(パブリックコメント)

☎コミュニティ・協働推進課

ビジネス私書箱を設置しました

産業支援センターでは創業相談に加え、新たに住所登録できる私書箱を設置しましたので、ご利用ください。  
☎商工労働課

着衣着火に気を付けましょう

着衣着火とは調理中のガスコンロの火などが着ている服に燃え移る現象です。  
【予防するために】  
・袖や裾が広がっている衣服、綿やレーヨンなどが多く使われた素材の衣類の着用を避ける  
・ガスコンロの奥に物を置かない  
【衣服に火が付いたら】  
・火が小さいうちはたたいて消す  
・近くに水があれば、掛けて消す。なければ、燃えているところを地面に押し付けて消す  
※慌てて走り回るとかえって火が大きくなり危険です。  
☎消防局予防課 ☎23-2539

開発・工事の前は遺跡該地の確認を  
本市には、分かっているだけでも約500件の遺跡があり、今後も新たな遺跡が見つかる可能性があります。市内で開発・工事を行う際は、事前に遺跡地に該当するかを確認してください。また、遺跡内や隣接地で開発・工事を行う際は、工事着手の60日前までに文化財課に届け出てください。



市 HP  
(埋蔵文化財発掘届出)

☎文化財課

長崎県特定(産業別)最低賃金

長崎県地域別最低賃金は1時間853円(令和4年10月8日改定)です。特定産業には「特定最低賃金」が適用されます。  
・はん用機械器具、生産用機械器具製造業⇨875円(令和元年12月7日発効・改定なし)  
・電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業⇨864円(令和3年12月29日発効・改定なし)  
・船舶製造・修理業、船用機関製造業⇨875円(令和元年11月29日発効・改定なし)  
☎長崎労働局労働基準部賃金室 ☎095-801-0033  
☎佐世保労働基準監督署 ☎24-4161

募集

公共賃貸住宅入居者

【市営】小ヶ倉住宅(吉井町)、世知原中央住宅、平野住宅(江迎町)、愛の里住宅(宇久町)  
対象 公営住宅の収入基準を超える世帯(上限有り)  
【公社賃貸】①アルファ(三浦町)、須佐団地、もみじが丘団地②花高団地、吉岡団地  
対象 ①公社住宅の収入基準を超える

世帯②収入認定月額が家賃の3倍以上の世帯  
※定期募集で入居がなかった市営住宅は、通年随時募集します。  
☎市営住宅管理センター(市営) ☎25-9625  
☎県住宅供給公社佐世保事務所(県営・公社) ☎22-9612

犯罪のない安全・安心まちづくり推進協議会委員

犯罪のない安全・安心なまちづくりに関して協議、審議する委員を募集します。  
内容 任期=委嘱日から2年間▷報酬=会議1回につき8,800円▷頻度=年1~2回程度  
対象 18歳以上で市内在住の特定員 1人  
申込 3月10日(金)までに住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、経歴を明記し、「安全で安心できるまちづくりのために必要なこと」をテーマとする作文(800字程度、様式自由)を添えて、郵送(〒857-8585、住所不要)かEメール(simian@city.sasebo.lg.jp)で市民安全安心課へ  
☎市民安全安心課

市立看護専門学校の次年度入学生一般入学試験(後期)

日程 3月14日(日)9時~12時30分  
対象 高校を卒業した人またはことし3月卒業見込みの人  
定員 若干名  
申込 2月28日(日)~3月8日(土)の平日に願書を郵送(〒857-0056、平瀬町3-1)か直接同校へ  
※郵送の場合は3月8日(土)必着。  
☎市立看護専門学校 ☎24-7329

自衛官

自衛官候補生=通年募集  
☎自衛隊長崎地方協力本部佐世保出張所 ☎23-1231

LANDARC ランドアーク友の会  
**LA倶楽部**  
会員募集中!!  
ランドアーク株式会社

入会金・会費 無料!

LA倶楽部は、ランドアークが分譲・販売するマンションの、最新の物件情報をいち早く効率的に入手できる無料のサービスです。当クラブでは、マンション取得のための最新情報など、皆様の住まい探しに役立つコンテンツをメール等を通じて、ご提供いたします。

【お問い合わせ】〒857-0876 長崎県佐世保市塩浜町8番50号 ランドアーク五番街1F  
☎0120-24-8380 https://www.landarc.co.jp/

株式会社メモード  
グループ斎場187施設、年間18,344件の実績  
「充実の設備」「歴史と実績」「細やかなおもてなし」  
※2021年5月現在

元町メモードホール 佐世保市元町1-15 TEL0956-23-0983	春日メモードホール 佐世保市春日町1-6 TEL0956-25-7600	稲荷メモードホール 佐世保市稲荷町23-12 TEL0956-31-7600	日野メモードホール 佐世保市日野町1089-1 TEL0956-28-7600
早岐メモードホール 佐世保市早岐1丁目1-25 TEL0956-39-0983	大塔メモードホール 佐世保市大塔町1730-8 TEL0956-32-0983	相浦メモードホール 佐世保市新田町74-2 TEL0956-48-7979	佐々メモードホール 北松浦郡佐々町本原52-3 TEL0956-42-7979

**公共職業訓練 4 月期受講生**  
 日程 4月5日㊤～9月28日㊤  
 場所 ポリテクセンター佐世保  
 内容 CAD・生産サポート科、溶接施工科、電気設備技術科、住環境コーディネート科  
 申込 最寄りのハローワークへ  
 メ切 2月24日㊤  
 ㊤ポリテクセンター佐世保 ☎58-3118

**岡田甲子男記念奨学財団奨学生**  
 内容 月額3～5万円  
 対象 高等専門学校、大学生など  
 申込 2月22日㊤～4月24日㊤に同奨学財団へ  
 ㊤同奨学財団 ☎24-0011

**日本公庫「国の教育ローン」**  
 内容 子ども1人当たり350万円以内  
 対象 高校・大学等に入学・在学する子どもがいる家庭  
 ㊤日本政策金融公庫佐世保支店 ☎22-9155

**農業委員会の委員**  
**農地利用最適化推進委員**  
 現在の農業委員会の委員、農地利用最適化推進委員がことし7月19日で任期満了のため新たな委員を募集します。  
**【農業委員会の委員】**  
 内容 農業委員会総会への出席と審議、農地の権利移動や転用等に係る現地調査など▷任期=7月20日～令和8年7月19日  
 定員 佐世保市全域で19人  
 申込 2月1日㊤～28日㊤の平日8時30分～17時15分に農政課へ  
**【農地利用最適化推進委員】**  
 内容 農業委員会総会への出席、担当区域内の農地の権利移動や転用等に係る現地調査など▷任期=任命日～令和8年7月19日  
 定員 佐世保市全域で18人  
 申込 2月1日㊤～28日㊤の平日8

時30分～17時15分に農業委員会事務局へ  
 ㊤農政課(農業委員会の委員)  
 ㊤農業委員会事務局(農地利用最適化推進委員)

**第56回佐世保美術展作品**  
 日程 受け付け・搬入日=5月1日㊤～7日㊤▷会期=5月13日㊤～21日㊤  
 場所 博物館島瀬美術センター  
 対象 西九州させば広域都市圏在住者か市内に通勤、通学する15歳以上の人  
 ※詳しくはお尋ねください。  
 ㊤博物館島瀬美術センター ☎22-7213


**講演会 など**  
**防災リーダー養成講習会(無料)**  
 日程 2月18日㊤9時30分～12時30分  
 場所 まちなかコミュニティセンター  
 内容 地域の防災活動をけん引する人材を養成するための講習など  
 定員 先着20人  
 申込 2月10日㊤～16日㊤に電話で防災危機管理局へ  
 ㊤防災危機管理局

**普通救命講習**  
 日程 2月26日㊤9～12時  
 場所 中央消防署  
 内容 心肺蘇生法など  
 対象 中学生以上 定員 先着15人  
 申込 2月15日㊤～25日㊤の8時30分～17時15分に電話かファクス(26-2119)で西消防署へ  
 ※参加者は事前にWEB講習を受講し、受講証明書を持参してください。  
 ㊤西消防署 ☎47-2076

**フォーカシング・ワークショップ**  
**仕事就活編(無料)**  
 日程 2月24日㊤10時30分～12時

場所 産業支援センター  
 対象 佐世保市で就職を希望する女性  
 定員 先着8人  
 申込 2月10日㊤以降にさせばお仕事情報プラザへ  
 ㊤させばお仕事情報プラザ ☎76-7713

**「スピカ」セミナー**  
**「パパと一緒にクッキング」**  
 「国際女性デー」にちなみ、男性の家事・子育てへの参加促進セミナーを開催します。親子でミモザケーキとクッキーを作ります。  
 日程 3月11日㊤10時30分～12時30分  
 場所 スピカ  
 対象 男性の保護者と小学生  
 定員 先着8組16人  
 料金 1,000円  
 申込 2月10日㊤9時以降に申し込みフォームから申し込んでください  
 ※当日はエプロン、三角巾、水筒を持参してください。

 申し込みフォーム  
 ㊤男女共同参画推進センター「スピカ」☎23-3828


**価値観ババ抜き・自分発見**  
**価値観カードワークセミナー(無料)**  
 日程 3月14日㊤10時30分～12時  
 場所 スピカ  
 対象 佐世保市で就職を希望する女性  
 定員 先着8人  
 申込 2月10日㊤以降にさせばお仕事情報プラザへ  
 ㊤させばお仕事情報プラザ ☎76-7713

**シリーズ**  
**予防救急「ぶつかる」**  
**【主な原因】**  
 ・何かをしながらか(スマートフォンを見



ながらなど)歩いて人や物にぶつかる  
 ・テーブルの角に頭や足をぶつける  
 ・半開きのドアや開閉時のドアにぶつかる  
 ・公園などで遊具や友達にぶつかる  
 ・ガラス張りの窓に気付かずぶつかる  
**【予防と対策】**  
 ・歩行中は周りに注意し、スマートフォンなどを操作するときは立ち止まる  
 ・通路には物を置かず、家具はぶつかる危険がないように配置する  
 ・ドアの開閉はゆっくり操作し、壁の突起物にも注意する  
 ・公園などで遊ぶ時は、周りに注意する  
 ・ガラスに衝突防止シールを張り、一目で分かるようにする  
 日頃から、身近に起きるけがに注意し、安全で健やかな生活を送りましょう。  
 ㊤消防局警防課 ☎23-2598

**人権「アイヌの人々に対する偏見や差別をなくしましょう」**  
 アイヌの人々が民族としての誇りを持って生活することができ、その誇りが尊重される社会の実現のため、アイヌの人々の独自の文化に対する理解を深め、偏見や差別をなくしましょう。  
 ㊤人権男女共同参画課

**選挙㊤「インターネット選挙運動について」**  
 有権者は、ウェブサイト等(ホームページ、フェイスブックなどのSNS、動画共有サービスなど)を利用した選挙運動はできますが、電子メールを利用した選挙運動は禁止されています。候補者・政党等は、ウェブサイト等や電子メールを利用した選挙運動ができます。  
**【注意点】**  
 ・18歳未満の人は、インターネット選挙運動を含め、選挙運動をすることができません  
 ・選挙運動は、公示・告示日に立候補

の届け出がされてから投票日の前日までしかできません  
 ・選挙運動用のホームページや、候補者・政党等から届いた選挙運動用の電子メール等を印刷して頒布してはいけません  
**【選挙クイズ】**  
 正解者の中から抽選で5人にQUOカード(2,000円分)をプレゼント(発送をもって発表とします)。  
 問題 禁止されていない選挙運動はどこでしょうか。  
 ①有権者がSNSを使って投票を呼び掛ける  
 ②有権者が電子メールを使って投票を呼び掛ける  
 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 2月21日㊤(当日消印有効)  
**【前回クイズ(1月号)の回答】**  
 正解 ②  
 応募フォーム  
 ㊤選挙管理委員会事務局

**子育て**  
**児童手当の手続きはお済みですか**  
 出生、転入、転出、公務員に就職・退職した、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。  
**【児童手当の支払い日】**  
 令和5年2月期(10～1月分)の支給日は、2月15日㊤です。  
 ㊤子ども支援課

**させば競輪**  
 ☎31-4797  
  
**【昼開催】**  
 ・小松島F I 場外 2月13～15日  
 ・伊東温泉G II 場外 16～19日  
 ・熊本F I 場外(久留米) 18～20日  
 ・玉野F I 場外 20～22日  
 ・全日本選抜GI 場外(高知) 23～26日  
 ・別府F I 場外 24～26日  
 ・大垣F I 場外 27～3月1日  
 ・取手F I 場外 1～3日  
 ・大垣記念G II 場外 4～7日  
 ・本場F II モーニング7 (ガールズ) 7～9日  
 ・大宮F I 場外 8～10日  
**【ナイター開催】**  
 ・小倉F I 場外 2月12～14日  
 ・本場F I 15～17日  
 ・四日市F I 場外 18～20日  
 ・京王閣F I 場外 21～23日  
 ・前橋F II 場外 24～26日  
 ・久留米F I 場外 3月1～3日  
 ・玉野F I 場外 4～6日  
 ・小倉F I 場外 6～8日  
 ・松山記念G II 場外 9～12日  
**【ミッドナイト開催】**  
 ・本場F II 2月24～26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、させば競輪HPでお知らせします。  


**ファミリーサポートセンター**  
**会員養成講座(無料)**  
 日程 2月21日㊤、22日㊤、28日㊤、3月1日㊤(全4回) ※全て10～16時。  
 場所 ボランティアセンター別館  
 内容 子どもを預かる会員の養成講座  
 申込 電話でファミリーサポートセンター佐世保へ  
 ㊤同センター ☎42-1848

リフォーム(内装・外装工事)/インテリア

 **株式会社リンク コーポレーション**  
 【遺品整理士在籍】 ☎857-1162 佐世保市卸本町23-4  
 シニアライフカウンセラー TEL0956-37-8279

襖、障子、網戸の張替え、カーテン、ブラインド、玄関網戸

 **香沢屋**  
 KANAZAWAYA  
 お家のお困りごとなんでもご相談ください ☎0120-967-098

佐世保駅前3つのホテル 2～200名様 **ご法要・お祝い事** マイクロバス送迎無料(先着順) **ご予約承ります**

**ワシントンホテル** 潮見町12-7 TEL 32-8011 完全個室で安心

**グリーンホテル** 三浦町4-1 TEL 25-6261 仕出し始めました

**レオプラザホテル** 三浦町4-28 TEL 22-4141 200名大ホールあります

**子育て情報**

出前保育や育児講座など、子育て関連情報は佐世保市子育て応援サイト「すくすく SASEBO」をご覧ください。



すくすく SASEBO

**訪問型子育て支援事業**

**保育士が訪問します(無料)**

公共育児サービスや地域の情報を紹介します。また、子育てで心配なことや分からないことがあった時にご連絡ください。

日程 月・水・金曜 9時30分～16時30分、火・木曜 14時～16時30分

場所 東部・北部子育て支援センター  
対象 市内在住で乳幼児を子育て中の保護者

申込 電話で各子育て支援センターへ  
☎東部子育て支援センター ☎39-4002

☎北部子育て支援センター ☎47-3329

**幼児向け性教育「いのちのお話会」**

**スタッフ養成講座(無料)**

日程 2月27日①、3月6日②、16日③、20日④(全4回) ※全て14～16時。

場所 中央保健福祉センター

対象 「いのちのお話会」実践スタッフとしてボランティア活動ができる人

定員 15人

申込 電話で子ども保健課へ

メ切 2月22日④

☎子ども保健課

**親子のつどい(無料)**

日程 3月1日① 10時～11時45分  
場所 清水地区コミュニティセンター

内容 歯科相談、親子ヨガ、かけっこ、ハイハイレースなど

対象 市内在住の未就学の子どもとその保護者

定員 30組程度

申込 電話かEメール(youjik@city.sasebo.lg.jp)で幼児教育センターへ  
☎幼児教育センター ☎31-0550

**健康づくり**

**「健康診査」を受けましょう**

特定健康診査は生活習慣病の予防と早期発見が目的です。仕事などで忙しい人や健康に自信がある人も、ご自身と家族のために健診を受けましょう。

対象 市国保に加入する①30～39歳②40～74歳③後期高齢者医療制度加入の人

※①③に該当する人とことし3月31日④までに75歳の誕生日を迎える人は受診券の申し込みが必要です。

料金 ①自己負担千円②③無料

☎医療保険課

**健康づくり運動講座**

**～ウォーキングと健康遊具の使い方講座～**

日程 3月6日① 10時～11時30分  
場所 相浦地区コミュニティセンター

内容 健康寿命を延ばすためのウォーキングや健康遊具の活用方法などの運動講座

対象 市内在住の人

定員 30人(応募多数の場合抽選)

申込 電話か直接健康づくり課へ

メ切 2月27日①

☎健康づくり課

**成人用肺炎球菌ワクチン予防接種**

日程 3月31日④まで

場所 市内の実施医療機関

対象 次のいずれかに該当する人

・今年度65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳となる人

・60～64歳で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによって免疫機能に障がいがある

あり、この障がいによる身体障害者手帳1級を所持する人

※いずれも今までにワクチンを接種したことがない人に限ります。

申込 直接市内の実施医療機関へ

料金 医療機関によって異なる

※期間を過ぎた場合、全額自己負担です。

☎健康づくり課

**「健康教室」WEB配信**

最新動画は「ロボット支援手術～消化器外科 直腸編～」です。



総合医療センター(健康教室)

☎総合医療センター ☎24-1515

**生活衛生**

**カンピロバクター食中毒にご注意を**

カンピロバクター食中毒は、水溶性の下痢や腹痛などを引き起こします。主に生や加熱不十分な鶏肉料理が原因として挙げられます。予防のため、次のことに注意しましょう。

・生肉を扱った後の手指や器具はしっかり消毒・殺菌する

・食肉は中心部まで十分加熱し、生食を避ける

・特に、抵抗力の低い高齢者や小さい子どもは、加熱不十分な食肉に気を付ける

☎生活衛生課

**ねこといっしょにあゆもう**

**～ねこの譲渡会&パネル展～**

日程 2月19日① 13～16時

場所 動物愛護センター

※詳しくは動物愛護センターHPをご覧ください。



動物愛護センターホームページ

☎動物愛護センター ☎42-3300

**検診・検査 など**

**①がん検診**

区分	20代	30代	40代	50・60代	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)**

・2月14日①江上地区コミュニティセンター

・2月17日②江迎地区文化会館

※①9～11時、②13～14時。

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

対象、料金 ①と同じ

**③エイズ・性感染症相談(匿名、無料)**

【相談】☎0120-104-783

(平日8時30分～17時15分)

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)

※指定日はフリーダイヤルでお問い合わせください。

**④乳がん検診(マンモグラフィ)**

日程 毎週月～木曜 8時50分～11時30分、13時～16時30分、第1、3金曜 13時～16時30分(いずれも祝日、年末年始を除く)

場所 中央保健福祉センター

対象 40歳以上

料金 ①と同じ

申込 電話で健康づくり課へ

**⑤成人歯科健診(歯周病検診)**

場所 登録歯科医療機関

料金 自己負担500円

申込 直接登録医療機関へ

**⑥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6～8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(①～⑤)、子ども保健課(⑥)



**相談 など**

**子どもの発達(要予約)**

☎子ども発達センター(療育相談) ☎23-3945

☎健康づくり課(歯科保健相談)

障がい福祉 ☎障がい福祉課

●ギャンブル等依存症夜間ミーティング

2月13日①、27日② 18時30分

●佐世保断酒会

2月14日③、19日④、28日⑤ 13時30分、3月4日⑥ 19時

●AA(アルコール依存症当事者会)

2月12日⑦、26日⑧ 15時

●GA 佐世保(ギャンブル依存当事者会)

2月15日⑨、22日⑩、3月1日⑪、8日⑫ 19時

●ギャンノン結(依存症の家族、友人の会)

2月15日⑬、22日⑭、3月1日⑮、8日⑯ 19時

●高次脳機能障害当事者会・家族の集い

2月11日⑰⑱、25日⑲ 13時

●ひきこもり家族会(あのねの木)

2月15日⑳ 10時

●精神障がい者家族の会(ゆみはり会)

2月18日㉑ 13時

●精神患者当事者会(ふたばの陽)

2月18日㉒ 13時30分

認知症本人ミーティング ☎長寿社会課

毎月第4木曜 13時30分～15時  
※開催場所など詳しくはお尋ねください。

**医療に関する相談**

☎保健福祉政策課

☎医療安全支援センター ☎25-9723

生活にお困りの方への支援

☎市社会福祉協議会 ☎23-0265

いじめ・不登校・非行問題相談窓口

☎青少年教育センター ☎22-0077

休日・夜間の救急医療体制

☎急病診療所 ☎25-3352

☎消防局医療機関案内

☎23-8199

長崎県子ども医療電話相談

☎#8000 ダイヤル回線 ☎095-822-3308



休日・夜間の救急医療体制等

**私たちはシーヴィテック九州です**

シーヴィテック九州は国内で唯一の、自動車用無段変速機(CVT)用ベルト専門メーカーです。CVTは滑らかな走りと低燃費が特徴で、世界的にニーズが高まっており、着実に成長を続けています。

株式会社シーヴィテック九州 〒857-0401 長崎県佐世保市小佐々町黒石332-1 TEL(0956)55-1300

一緒に働きませんか? こちらをチェック!▶

**ローンも、保険も、資産づくりも、全部まとめて相談したい。**

そんな時は!

**佐世保ライフプランセンター** 土日も営業

佐世保市三浦町1-6 TEL:0120-45-4862 (平日・土曜・日曜 10:00～18:00)

十八親和銀行

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。

**意見** マイナンバーカードを取得しましたが、マイナポイントの受け取り方が分かりません。スマートフォンを持っていない場合はどうしたらいいですか？

**回答** マイナポイントは電子マネーやプリペイドカード、クレジットカードなどのキャッシュレス決済サービスで受け取ることができます。マイナポイント第2弾では①マイナンバーカードとキャッシュレス決済の新規ひも付け②健康保険証としての利用登録③公金受取口座の登録の3つが対象となります。

いずれの申し込みも、1台のスマートフォンからご家族複数の方の申し込みができますが、パソコンやスマートフォンなどをご自身を含めてお持ちでない場合、①②の手続きは市内各所にあるマイナポイント受付スポットで、③の手続きは市役所1階戸籍住民窓口課で行うことができます。

※一部の決済サービスでは、決済サービスアプリからしか申し込みができないものもあります。

【マイナポイント受付スポット】

- 郵便局
  - au ショップ、ドコモショップ、ソフトバンク
  - セブンイレブン、ローソン
  - イオングループなど
  - 市役所1階戸籍住民窓口課
- 【申し込みに必要なもの】
- マイナンバーカード
  - 利用者証明用電子証明書(カード発行時等に設定した4桁の暗証番号)
  - お使いのキャッシュレス決済サービス(決済サービスIDとセキュリティコードが必要)



マイナポイント HP

☎マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

☎戸籍住民窓口課 ☎24-1111

「広報させば2月号」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「広報させば」満足度アンケートの該当番号②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥広報紙(特集)へのご意見⑦広報紙(特集以外)や市政に関するご意見を書いて、2月21日(火)までに広報係へ(消印有効)。※応募は1人1通、応募者の中から抽選で決定します。発表は発送(3月中旬)をもって代えさせていただきます。

12月号のアンケート 209通

2月号プレゼント

5名様

梅ヶ枝酒造あまざけセット



梅ヶ枝酒造の「あまざけ」と、すりおろしたモモの果肉が入った「もものあまざけ」(各500ml)の2本セットを5名様にプレゼントします。

※いずれもノンアルコールです。

☎佐世保物産振興協会 ☎30-7744

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

新時代が求める政策を果敢に実行できる新市長へバトンを



昨年11月28日の市長定例記者会見において、次期佐世保市長選挙には立候補せず、任期満了をもって退任する決意を述べました。

その後、多くの方から「なぜ?」「もう1期」「最後の仕上げを」「元氣なのに」などの疑問や言葉をいただくと同時に、「ご苦労さま」「ありがとう」など、いたわりの言葉もたくさん賜りました。市民の皆さまの温かい心情に触れ、感激とともに感謝の思いで胸がいっぱいです。

今回退任を決意するに至った大きな要因の一つに「高齢」ということがありました。ことし4月に実施される選挙の時は74歳ですが、任期満了を迎える時には78歳の後期高齢者となります。今はすこぶる健康ですが、これからは、健康、行動、発言、誤判断、健忘など、さまざまなリスクを想定せざるを得ない年代となります。首長は、「体力」「知力」「気力」が充実していないと、とても務まる仕事ではありません。このようなリスクを抱えた状態で、24万人の都市・佐世保市のかじ取りを担うわけにはいかないという思いから退任を決意した次第です。市民の皆さまにはご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

ところで、日本の人口構成を見ますと、昭和後期か

ら平成、令和初期までは、戦後に生まれた方々、いわゆる「団塊の世代」が政治や経済、社会生活における中心的な役割を担ってきました。しかしながら、この団塊の世代が、ここ数年で一挙に後期高齢者となり、これまで社会を支えてきた中心が大きく動くこととなります。

また、「人口減少社会」という、これまでに日本が経験したことのない時代にも入ってきました。これからは、人口が減少する中で、どのような市政に取り組むか、政策のより厳しい取捨選択が求められてきます。これまでは、予算の重点配分に主眼を置くことができましたが、これからは、財源総額の確保がますます厳しくなることから、今まで以上に適切な政策の選択と展開、それに伴う予算配分が重要になってまいります。

そのような視点からも、新しい時代や世代が求める政策を果敢に実行できる、新市長にバトンタッチするタイミングであると考え、退任を決意いたしました。

私自身の任期は4月29日までと、残すところあと数カ月ですが、山積している課題や懸案事項にしっかりと取り組んでまいりますので、引き続きご指導とご支援を賜りますようよろしくお願いいたします。

佐世保市長 朝長 則男

聞いて「徳」する話 90 変わらないことの大切さ

5年ぶりに沖縄から佐世保へ帰省した時の話です。

5年という月日は想像していたよりも長いもので、めっきり変わってしまった佐世保の街並みを懐かしく感じながら生まれ育った古里の地を散歩していました。

5年前はなかったピザ屋で昼食を取り、次はどこに行こうかとワクワクしながら歩いていると、さっきまであったはずの財布がなくなっていることに気が付きました。大慌てで通ってきた道を引き返すも見付からず、せっかくの帰省なのに、残念な気持ちになりながら警察署へ行き、紛失届を書いていました。

すると、私の隣の窓口から「財布が落ちていたので届けにきました」という声が聞こえ、見てみるとまさしく私の財布でした。財布を届けてくれたのは、昼食を取ったピザ屋の配達担当の人(若い男性)でした。彼に尋ねると、ピザ屋の近くに落ちていたらしく、次の配達があるにも関わらず大

急ぎで届けにきてくれたとのことでした。彼の思いやりにあふれる行動のおかげもあってか、財布の中身も無事でした。

長い間、佐世保の地を離れ、慣れ親しんだ景色が少しずつ変わっていたことに寂しさを感じていましたが、佐世保に住む人の心は昔と変わらず温かく、思いやりで溢れているなど強く感じた出来事でした。(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