



加盟店募集!

「させぼeコイン」とは、本市が導入している電子地域通貨のことで、市内で利用できるスマートフォン専用の支払い手段です。利用者は専用アプリにチャージした「させぼeコイン」やチャージ金額に付与された「させぼeポイント」を利用して買い物ができるようになります。広く市民や観光客の皆さんが利用できるよう、「させぼeコイン」が使える店舗を募集します。店舗は申し込み後、二次元コードを設置するだけで「させぼeコイン」を導入することができます。佐世保のまちを一緒に盛り上げるため、どうぞお申し込みください。

申込方法など

- 募集** 7月上旬～(令和4年度させぼe振興券加盟店にはEメールで案内しています)
- 加盟条件** 市内店舗(大型店を含む)
- 申込方法** させぼeコイン特設サイト内に設けている専用フォームに必要事項を入力し、加盟店規約に同意した上で、申し込んでください



させぼeコイン特設サイト



申し込みフォーム

申し込みの流れ

- ①申し込み** 申し込みフォームに必要事項を入力し、登録してください
- ②審査** 審査の結果は、申し込み時に登録したメールアドレスに送付します
- ③スタートキット送付** 店頭を設置する二次元コードなどのスタートキットを郵送します
- ④管理システムログイン確認** 加盟店向けの管理システムにログイン確認ができたら準備完了です

問い合わせ



させぼeコイン加盟店向け問い合わせフォーム

させぼeコイン加盟店向けコールセンター ☎ 050-3171-7058

※電話はお待たせすることが多いため、なるべく「問い合わせフォーム」をご利用ください。

人の動き(6月1日現在)

- 総人口 234,407人(前月比-262人)
男性 111,168人(-115人)、女性 123,239人(-147人)
- 世帯数 103,256世帯(前月比-72世帯)
- 5月中の動き
転入 491人、転出 582人、出生 139人、死亡 310人

編集・発行

令和5年7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/有立山印刷



特集

開館50周年 佐世保の プラネタリウム



天体観望会(5月20日)

- P11 白浜・大浜・鹿町 海開き情報
- P12 フォトピックス 長崎ヴェルカ B1 昇格報告会
- P14 新シリーズ 中央公園



森きらら
ペア
入園招待券

P22



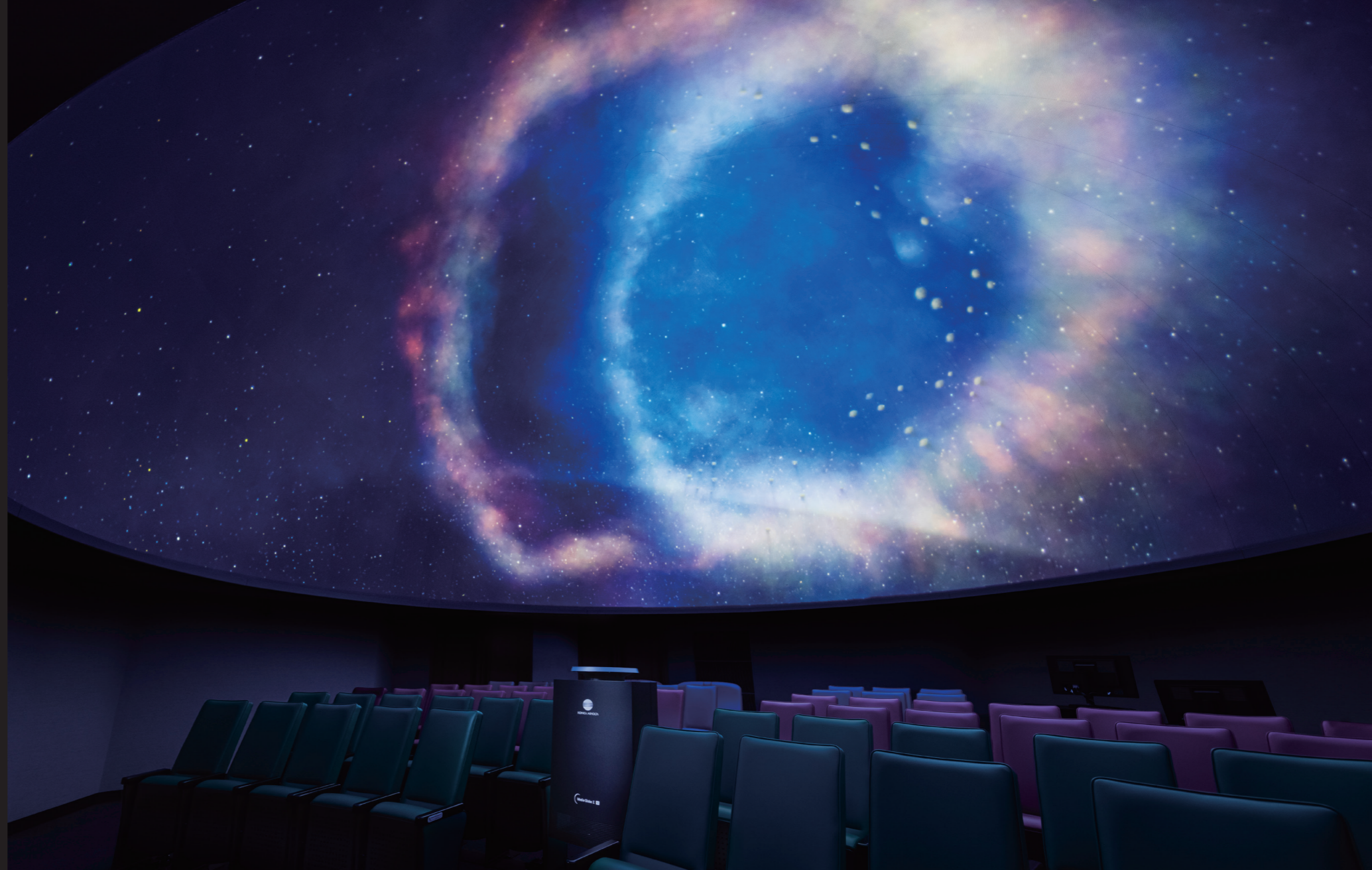
開館 50 周年

佐世保のプラネタリウム

ドーム状のスクリーンに明るく輝く星空を映し出すプラネタリウム。今から 100 年前の 1923 年にドイツで「光学式プラネタリウム」が誕生し、世界中に広まりました。

本市のプラネタリウムは昭和 48 (1973) 年の佐世保市制施行 70 周年を記念して児童文化館に作られた、県下で初めてできた一般用プラネタリウムでした。その後児童文化館から少年科学館にプラネタリウムは移り、ことしで設置から 50 周年となります。

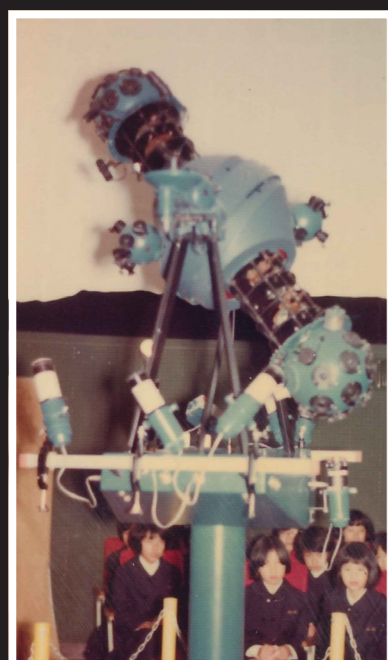
今回の特集では、本市のプラネタリウムの移り変わりや星空を楽しむ話などを紹介します。家族や友達などと一緒に、プラネタリウムで雄大な星空を楽しんでみませんか。



佐世保にプラネタリウムが開館して 50 年

光学式プラネタリウム

昭和 48 (1973) 年 4 月 3 日、児童文化館 (熊野町) の隣にプラネタリウム館が開館しました。開館当日は約 100 人の子どもたちがオープンを待っていたそうです。導入された光学式プラネタリウム投映機「MS-8」は児童文化館が閉館する平成 22 年まで 37 年間使用され、現在は総合教育センターに展示されています。



光学式プラネタリウム投映機「MS-8」



MS-8 の投映



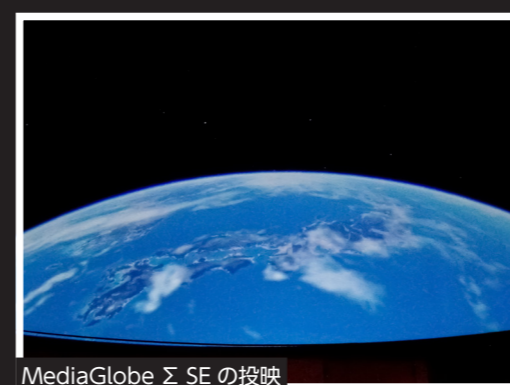
児童文化館とプラネタリウム館



開館初日 (昭和 48 年 4 月)

デジタル式プラネタリウム

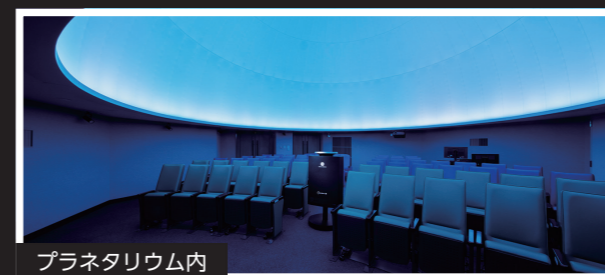
平成 22 年の少年科学館開館時にデジタル式プラネタリウム投映機を導入。令和 3 年に投映機を「MediaGlobe Σ SE」にリニューアルし、現在は 1590 億個以上の恒星、40,000 個の散開星団やブラックホール、星雲などの多様な天体に加えて ISS (国際宇宙ステーション) など普段見ることができない視点の映像なども、高精細な 3D で表示されるようになりました。



MediaGlobe Σ SE の投映



現在の投映機



プラネタリウム内




スクリーンに投映された月



宇宙から見た ISS

星空の専門家に聞いてみました！



**たくさんの星の中の地球に
自分がいることを感じてほしい**

少年科学教室
特別講師 久野 正明先生


昭和 63 (1988) 年に児童文化館の指導主事になり、プラネタリウムに携って来ました。最初は赴任して1週間でプラネタリウムのシナリオや投映操作などを全て覚えなければならず大変でした。元々教員だった私にとって新しい世界は知ることが多く、第二の仕事の出発として、とても勉強になり、楽しかったです。

プラネタリウムの良いところは、時間や天候に関係なく星が見られることです。学校では実際の夜空を見て学習できないので、プラネタリウムで学習できることは恵まれていると思います。50年前の落成式で当時の辻市長が話された「プラネタリウムで星空のような美しい心と宇宙のような広い心を育ててほしい」という思いにとっても感動しました。佐世保の子どもたちにこのように育ててほしいという思いは、プラネタリウムがあることで今も続いていると思います。

今はまちの明るさによって星が肉眼で見えにくくなっていますが、プラネタリウムでは星のきれいさや数の多さ、明るさがはっきりと分かります。たくさんの星の中にある小さな地球に自分がいることを感じてほしいです。ぜひプラネタリウムの美しい夜空を見に来てください。
(取材日 5月25日)



当時、児童文化館のプラネタリウムの操作盤を操作する久野先生



**季節の星座や日食など
幅広い事象に面白さを感じて**

長崎県天文協会
会長 松本 直弥さん

天体観望は高校生の頃に趣味で始めました。きっかけは昭和 45 (1970) 年にベネット^{すいせい}彗星を見たことです。望遠鏡がなくても見える明るい彗星で、とても印象に残っています。

私が子どもの頃、私のように天文を教える人が身近にいたら良かったのという思いがあり、星が好きな人の手助けをしています。児童文化館に天体観望室がオープンした昭和 55 (1980) 年から天体観望会の講師として携わり、ことしで 44 年になりました。天体観望会では自分の体験をベースに星空解説を行っています。少年科学館は天体観望会の当日が曇りや雨でも、プラネタリウムでその日の星を見られるところがいいですね。

現在星座は 88 個あり、九州で見える星座は 70 個ほどあります。季節ごとに目印になる星を覚えると星座は見つけやすくなりますし、星座を覚えると星空を見る楽しみが増えます。佐世保はまちの明かりが少ないところだと天の川が見えるほどの環境でもあります。

天文は季節の星座という日常的なものから、日食や月食、彗星などという非日常的なものまで幅広い事象があります。それぞれの面白さを感じてほしいですね。
(取材日 5月20日)



天体観望会で星空解説を行う松本会長



少年科学館「星きらり」ではプラネタリウム投映や天体観望会の他、科学に関するイベントを行っています。夏休み期間のイベント情報や申し込み方法など、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
(少年科学館)

7月のプラネタリウム投映スケジュール

| 時間 | 土曜・学校休業日の平日 | 日曜 |
|-------|---------------------|----------------------------------|
| 10:10 | 学習投映 ※佐世保市民は無料。 | よもやま学園天文部 地球・月・太陽、 身近な天体たち |
| 11:10 | ワンピース プラネタリウム | ナットのスペース アドベンチャー |
| 13:00 | こぐま座のティオ | ラビくんの うちゅうりょう |
| 14:00 | ワンピース プラネタリウム | |
| 15:00 | ナットのスペース アドベンチャー | オデッセイ 果てしなく美しい宇宙 |
| 16:00 | 季節の星座 | |

料金 高校生以上 320 円、4 歳～中学生 150 円、3 歳以下無料
(4 歳以上の未就学児は、大人 1 人につき 1 人無料)

申込 電話か直接少年科学館へ

ナイトプラネタリウム投映スケジュール

| 時間 | 7月16日(日) | 7月30日(日) |
|-------|---------------------|---------------------|
| 18:00 | ワンピース プラネタリウム | ナットのスペース アドベンチャー |
| 19:00 | ナットのスペース アドベンチャー | ワンピース プラネタリウム |

7月の新番組



©nWave Pictures



©尾田栄一郎/集英社・フジテレビ・東映アニメーション

天体観望会「月の写真を撮ってみよう」

口径 200mm の天体望遠鏡で、月・金星・火星・恒星などを観察したり、スマートフォンのカメラで月を撮影したりします。本紙 4 ページで紹介した松本会長の天文に関するお話や当日の星空解説も行います。

※雨天・曇天の場合はプラネタリウムで開催します。

日程 ① 7月 22 日(土) ② 7月 29 日(土) ※全て 19 時～ 20 時 45 分。

定員 各日 40 人(予約優先)

申込 ① 7月 10 日(月) ② 7月 20 日(木) 以降に電話か直接少年科学館へ

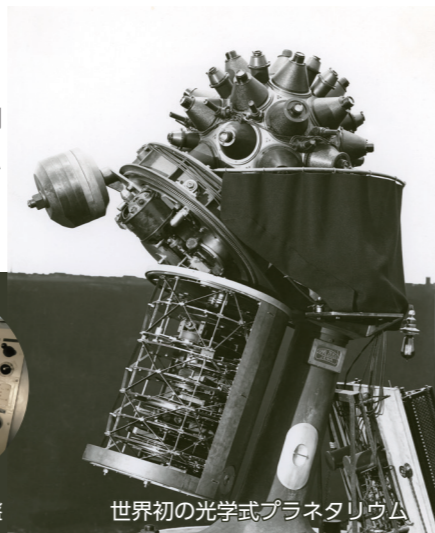


みてみゅー
「のぞいてみよう天体の世界」

プラネタリウム 100 周年
・佐世保プラネタリウム 50 周年記念イベント

プラネタリウムの発明 100 周年と本市のプラネタリウム開館 50 周年の節目の年にちなみ、プラネタリウムの歴史や本市のプラネタリウムの歩みを振り返るパネル展を行います。

日程 7月 22 日(土)～ 11月 12 日(日) 場所 少年科学館



世界初の光学式プラネタリウム



落成式(昭和 48 年 4 月)



当時のパンフレット



閉館日(平成 22 年 9 月)



MS-8 の操作盤

Photo: Courtesy ZEISS



開館案内・アクセス

開館時間 9 時～ 17 時

休館日 火曜、祝日(子どもの日を除く)、年末年始
※火曜が祝日の場合は翌日も休館。

車 国道 204 号線から宮田郵便局側へ交差点を曲がりそのまま直進
バス 総合教育センター行き、清水循環(保立町で下車後徒歩 2 分)、
矢峰行き(宮田町で下車後徒歩 6 分)

特集に関する問い合わせ 少年科学館 ☎ 23-1517



市税等の納期限を守りましょう

市税等はさまざまな行政サービスを行うための費用として、市民の皆さんに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

期限までに納付がないことを滞納と言います。滞納となった場合、督促状が送付され、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。滞納は納付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等から多くの費用が使われることとなります。



市ホームページ
(納期限を守りましょう)

滞納となる前にご相談を

病気や災害などで納付が難しい場合は、滞納となる前にご相談ください。滞納したままにしておくと延滞金が加算され、財産の差押えなどの滞納処分を受けることとなります。

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。手続きなど、詳しくはお尋ねください。



市ホームページ
(口座振替)

☎ 収納推進課 ☎ 24-1111

低所得の子育て世帯に子育て世帯生活支援特別給付金を支給

食費等の物価高騰に直面し、影響を特に受ける低所得の子育て世帯に対し、実情を踏まえた生活支援を行うため、特別給付金を支給します。

- 支給要件**
- ① 次のいずれかに該当するひとり親世帯の人
 - ① 令和5年3月分の児童扶養手当受給者
 - ② 公的年金等の受給者で、令和5年3月分の児童扶養手当の支給を受けていない人
 - ③ 食費等の物価高騰の影響を受けて家計が急変し、児童扶養手当を受給する人と同じ水準の収入の人
 - ② 次のいずれかに該当するひとり親世帯以外の人
 - ① 令和4年度の同給付金(ひとり親世帯以外分)受給者
 - ② 平成17年4月2日(障がいがある場合は平成15年4月2日)～令和6年2月

29日に出生した子どもを養育する①以外の人で、次のいずれかに該当する人

- ・ 令和5年度住民税均等割が非課税の人
- ・ 食費等の物価高騰の影響を受けて家計が急変し、令和5年度住民税均等割が非課税の人と同じ水準の収入の人

給付額 児童1人当たり一律5万円

手続き ①②③、②②⇨令和6年2月29日(木) (令和6年2月生まれの人は令和6年3月15日(金))までに郵送か直接子ども支援課へ

①①、②①⇨申請不要で、令和5年5月31日(水)に支給済み

☎ 子ども支援課 ☎ 24-1111

令和5年度住民税が非課税の世帯に臨時給付金を支給します

電力や食料品などの価格高騰による負担を軽減するため、住民税非課税世帯に臨時給付金を支給します。

対象 世帯全員の令和5年度分の住民税均等割が非課税である世帯

※住民税均等割が課税されている人の扶養親族等だけからなる世帯を除く。

※対象世帯には、7月末までに確認書を送付予定です。

支給額 1世帯当たり3万円

※スケジュールなどの詳細は、決定次第市ホームページなどでお知らせします。



市ホームページ
(住民税非課税世帯臨時給付金)

☎ 住民税非課税世帯臨時給付金事務局 (7月10日(月)まで)

☎ 25-0132

☎ 佐世保市住民税非課税世帯臨時給付金コールセンター (7月11日(火)から)

☎ 050-3114-6566 (平日9時～17時)

水道局職員採用試験 (UJI)



- 一次試験** 申込書や職務経歴書などによる書類選考を行います
 - 受付期間** 7月1日(土)～26日(水)
 - 応募方法** ぴったりサービス(電子申請)にて
 - 募集職種** 水道及び下水道技術職
 - 業務内容** 水道及び下水道施設の計画設計業務・維持管理業務(夜間勤務、交代制勤務あり)
 - 採用人数** 若干名
 - 採用予定** 令和5年10月1日
- ※試験案内など、詳しくは水道局ホームページをご覧ください。



水道局ホームページ
(採用試験)

☎ 水道局総務課 ☎ 24-1151

福祉医療費の高校生等への対象拡大に伴う認定申請について

福祉医療費の対象を、令和5年4月1日以降診療分から高校生等へ拡大しました。助成を受けるためには認定申請が必要です。対象者には6月末に通知していますので、申請してください。

対象 16歳になる年度の4月1日から18歳になる年度の3月31日までの間にある人

申請 7月1日(土)以降にオンライン申請システムか、直接子ども支援課、各支所、宇久行政センターへ

※支給申請書の受け付けは10月2日(月)からです。

※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
(高校生等福祉医療費制度)

☎ 子ども支援課 ☎ 24-1111

子育て支援アイデアを募集しています

市民の皆さんの「夢のある地域版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、提案者にはそのアイデアを実際に実施していただきます。

募集期間 6月19日(月)～7月18日(火)

募集内容 身近な地域(おおむね中学校区～支所管内)で、子育て世代を支えていくアイデアや子育て世代がより心地よく過ごすためのアイデアなど(来年2月までに実施できるもの)

対象 次のいずれかに該当する人や法人など

- ・ 佐世保市民
- ・ 市内に勤務か通学している人
- ・ 主たる活動の場が市内で、市民2人以上で構成された団体
- ・ 市内に事業所がある民間法人

※申し込み方法など、詳しくはお尋ねください。

☎ 子ども政策課 ☎ 24-1111

子育て情報を「すくすくSAEBO」や「させぼっ子ナビ」で発信しています

行政情報や各種手続きの情報の他、公園・地域子育て支援センター情報、親子で楽しめるイベントなどのお出掛け情報を子育て応援サイト「すくすくSAEBO」や子育て応援アプリ「させぼっ子ナビ」で発信しています。どうぞご利用ください。



すくすく
SAEBO



させぼっ子ナビ

イベント情報

光と運河のサマーフェスティバル



水上でランタンが夜空を彩る、世界初の演出を加えた「スペクタクルランタンナイトショー」や、ヨーロッパの街中で水上エンターテインメント・グルメが楽しめる「運河テラスバル」を初めて開催。日本にいないとは思えないような、この夏だけの絶景が目の前に広がります。ことしの夏は大切な人と、かけがえのない時間を過ごしてみたいかでしょうか。

日程 7月7日(金)～9月10日(日)
 ◎ハウステンボス総合案内ナビゲイタル ☎0570-064-110

プール開き

総合グラウンドプール
 日程 9月3日(日)まで9時～17時
 ※火曜休み(夏休み期間は除く)。
 料金 高校生以上500円、小・中学生200円、幼児120円
 ◎総合グラウンド管理事務所 ☎47-3125

小佐々海洋センタープール
 日程 9月30日(土)まで9時～21時
 ※火曜休み(夏休み期間は除く)。
 料金 一般220円、高校生以下110円
 ※必ずスイミングキャップを着用してください。
 ◎小佐々海洋センター ☎68-3377

市民ギャラリー展示会

日程 ①7月2日(日)～30日(日)②8月1日(日)～13日(日)
 場所 市立図書館
 内容 ①写真展「花」②ふれんず俳句

「器の会」写真俳句展
 ◎市立図書館 ☎22-5618

夏の特別展

「キラキラ水中の星空展」

星や星座をテーマにした生き物約20種100匹が大集合！星座にまつわる生き物について学びます。

日程 7月15日(土)～9月24日(日)9時～18時(最終入館17時30分)
 場所 九十九島水族館
 料金 無料(入館料が別途必要)
 ◎九十九島水族館 ☎28-4187

工作教室

貝殻や流木などで工作を楽しめます。

日程 7月15日(土)～8月31日(日)11時～16時30分(最終受け付け16時)
 場所 九十九島水族館
 料金 800円(入館料が別途必要)
 ◎九十九島水族館 ☎28-4187

博物館島瀬美術センター企画展

日程 7月15日(土)～9月3日(日)10時～18時(最終入館17時30分)
 場所 博物館島瀬美術センター
 内容 ①ミニチュアベーカーリーの世界展②西本喜美子写真展～もっと遊ばかね！～
 料金 ①中学生以上800円(前売り券700円)②中学生以上500円
 ※①②とも小学生以下や障害者手帳・療育手帳を提示した人は無料。
 ◎同センター ☎22-7213

ランチタイムコンサート Vol.30 「LEO 箏リサイタル」

日程 7月19日(日)11時30分開演
 場所 アルカス SASEBO
 料金 一般1,000円、ペア券1,500円、アルカスクラブ会員500円
 ◎アルカス SASEBO ☎42-1111

無人島上陸とエサやり体験クルーズ



日程 7月22日(土)～8月27日(日)10時30分、11時45分、13時(臨時便あり)
 場所 九十九島遊覧船ターミナル集合
 対象 4歳以上
 定員 各便10人
 料金 高校生以上2,400円、4歳～中学生1,200円
 申込 電話か直接九十九島遊覧船事務所へ
 ◎同事務所 ☎28-1999

あぁあつしが教える！九十九島パールシーリゾートの撮り方！

動画クリエイターによる動画撮影の実践講座です。

日程 7月22日(土)11時～11時30分、12時30分～13時
 場所 九十九島水族館
 料金 無料(入館料が別途必要)
 ◎九十九島水族館 ☎28-4187

どうくつ体験リレー講座 「旧石器・縄文時代の人と植物の関係を探る」(無料)

日程 7月22日(土)14時～16時30分
 場所 吉井地区コミュニティセンター
 内容 講師=学習院女子大学 工藤雄一郎氏
 定員 30人(応募多数の場合抽選)
 申込 7月13日(日)までに電話かファクス(64-3830)、Eメール(bunzai@city.sasebo.lg.jp)または直接福井洞窟ミュージアムへ
 ◎福井洞窟ミュージアム ☎64-3830

夜の森きらら



ことしは「星座」がテーマ！期間中は開園時間を20時30分まで延長し、夜の動物たちや星座についてのガイドの他、さまざまなイベントを実施します。

日程 7月22日(土)、29日(土)、8月5日(土)、11日(日)、12日(土)、13日(日)、19日(土)、26日(土)(最終入園20時)

料金 無料(入園料が別途必要)

期間中の関連イベント

- ①動植物ガイド**
 日程 同上
 内容 キリン(17時15分)、トカゲ(17時40分)、ウサギ(18時5分)、アライグマ(18時30分)、クマ(18時55分)、夜に咲く植物(19時15分)
- ②森きららラリー**
 クイズラリーの全問正解者に動物のオリジナルシールをプレゼントします。
 日程 同上17時～20時(用紙配布は19時30分まで)
- ③森のプラネタリウム**
 日程 同上18時～19時45分
- ④夜の森きららお楽しみクイズ**
 全問正解者にオリジナル缶バッジをプレゼントします。
 日程 同上19時50分～20時
- ⑤九十九島に学ぼう！**
 九十九島の星や自然、生き物についての講座を行います。
 日程 8月11日(日)～13日(日)19時30分～19時45分
 ◎九十九島動植物園 ☎28-0011

サマーワークショップ

日程 7月23日(日)～8月27日(日)10時～16時
 場所 福井洞窟ミュージアム
 内容 ①縄文アートバッグ②どんぐりサマークラフト
 対象 小学生以上
 定員 材料がなくなり次第終了
 料金 材料費を実費
 ◎福井洞窟ミュージアム ☎64-3830

めにみえないみみにしたい

しゃぼん玉やじゃんけん、しりとりなど、物語に参加できる演劇作品です。

日程 7月25日(日)15時開演
 場所 アルカス SASEBO
 料金 一般2,500円、高校生以下1,000円、2歳以下の膝上鑑賞は無料(保護者1人につき1人まで)
 ◎アルカス SASEBO ☎42-1111

夏休み高齢者・障がい者疑似体験教室(無料)

日程 7月26日(日)、31日(金)、8月2日(日)、7日(金)、9日(日)9時30分～12時

場所 福祉活動プラザ
 内容 高齢者・障がい者の疑似体験、車いす利用体験、簡易な福祉用具の工作教室
 対象 小学3年生以上
 定員 各日先着20人
 申込 7月10日(日)以降に電話で福祉活動プラザへ
 ◎福祉活動プラザ ☎23-0018

九十九島遊覧船パールフィーン



バックヤードツアー
 日程 7月28日(金)、8月4日(金)、18日(金)16時15分～16時55分
 定員 各日先着10人(小学生以下は保護者同伴)
 料金 300円(3歳以下無料)
 申込 7月10日(日)以降に電話で九十九島遊覧船事務所へ

サンセットクルーズ
 日程 8月～10月の土・日曜、祝日(8月11日(日)～14日(日)は毎日)
 ※出航時刻はお尋ねください。
 定員 各日先着280人
 料金 高校生以上1,800円、4歳～中学生900円(3歳以下無料)



◎九十九島遊覧船 HP
 ◎同事務所 ☎28-1999

SASEBO JAM FESTIVAL 2023 ～笑顔が広がる食と音楽の夏祭り～

アーティストライブやS-1グランプリなど、食や音楽を楽しめるイベントが目白押しです。
 日程 7月29日(土)、30日(日)10時～20時
 場所 中央公園



SASEBO JAM FESTIVAL 公式Instagram
 ◎SASEBO JAM FESTIVAL 実行委員会 ☎46-6868

郷土史体験講座

隠れた真実 写すは鏡～魔鏡づくり～
 日程 7月29日④ 9時30分～12時30分
 場所 東漸寺(中里町)
 定員 40人(応募多数の場合抽選)
 料金 300円
 申込 7月18日④までに電話かファクス(25-9682)、Eメール(bunzai@city.sasebo.lg.jp)または直接文化財課へ

想いを伝える 洞窟アート ～岩絵の具作り・火おこし～

日程 8月19日④ 18時～20時
 場所 福井洞窟ミュージアム
 定員 20人(応募多数の場合抽選)
 料金 無料
 申込 8月8日④までに電話かファクス(25-9682)、Eメール(bunzai@city.sasebo.lg.jp)または直接文化財課へ

④文化財課 ☎24-1111

させぼくるくる市

身近にある「まだ使えるもの」を持ち寄る無料のフリーマーケットです。出品する人は事前に申し込みが必要です。
 日程 7月29日④ 13時30分～15時
 場所 旧戸尾小学校
 定員 先着25人
 申込 7月10日④～27日④にさせぼエコラボHPから申し込んでください



させぼエコラボHP

④させぼエコラボ ☎76-8553

九十九島(夏休み子ども)サロン 「動物探偵養成講座」(無料)

津田堅之介氏を講師にお招きし、昼間は隠れて姿を見せない野生動物を探すヒントをお話しいたします。
 日程 7月29日④ 14時～15時30分
 場所 九十九島ビジターセンター
 ④九十九島ビジターセンター ☎28-7919

体験! お肉ができるまで ～と畜場見学会～(無料)

日程 7月31日④～8月4日④ 13時～15時
 場所 食肉衛生検査所
 対象 小学5、6年生(保護者同伴)
 定員 各日1組(応募多数の場合抽選)
 申込 7月18日④までにファクス(33-5846)かEメール(syokun@city.sasebo.lg.jp)で食肉衛生検査所へ

④食肉衛生検査所 ☎33-5843

SASEBO 消防キッズチャレンジ!

3つのチャレンジに参加するとプレゼントがもらえます。
 日程 8月5日④ 13時～16時
 場所 くっけん広場前
 ④消防局予防課 ☎23-2539

夏休み郷土学習教室(無料)

市内の史跡の学習と見学を行います。
 日程 8月5日④ 9時
 場所 まちなかコミュニティセンター
 対象 小学生以上 定員 60人
 申込 7月26日④までに市立図書館HP、または直接市立図書館へ
 ④市立図書館 ☎22-5618

夏休み親子体験ツアー「佐世保水道の歴史と水づくりを学ぼう!」(無料)



日程 8月6日④ 9時30分～12時
 場所 山の田浄水場
 対象 小学生4年生以上(保護者同伴)
 定員 10組(1組最大4人まで、応募多数の場合抽選)
 申込 7月21日④までにファクス(25-9685)、Eメール(suijsi@city.sasebo.lg.jp)で水道施設課へ
 ④水道施設課 ☎24-1151

朝の海きらら

開館前にイルカの健康チェックや大水槽への餌やりなど、水族館の朝の様子を見学できます。
 日程 8月6日④、11日④、13日④、20日④、27日④ 8時～9時
 場所 九十九島水族館
 定員 各日先着20人
 料金 無料(入館料が別途必要)
 申込 7月10日④から参加希望日前日までに電話か九十九島水族館HPから申し込んでください
 ④九十九島水族館 ☎28-4187

動物愛護センターお仕事体験(無料)

日程 8月13日④ 9時～11時、13時～15時
 場所 動物愛護センター
 対象 小学生(親同伴)
 定員 各回10組(応募多数の場合抽選)
 申込 7月17日④～23日④にEメール(douaic@city.sasebo.lg.jp)で同センターへ
 ④同センター ☎42-3300

海のいきもの観察教室

カヌーに乗って、施設周辺に生息している海洋生物を観察します。
 日程 8月19日④ 9時～13時
 場所 小佐々海洋スポーツ基地
 対象 小学4～6年生
 定員 先着20人 料金 1,000円
 申込 7月20日④以降にEメール(moushikomi@fou-sasebo.sports.org)で同基地へ
 ※詳しくは、スポーツ情報サイト「PLAY!」をご覧ください。
 ④同基地 ☎68-3378

今月のおすすめ図書

限りある時間の使い方
 オリバー・パークマン / 著
 高橋璃子 / 訳(かんき出版)
 技術の進歩や効率化でも変わらぬ日々疑問を感じる方へ。自分の時間について考えさせられる一冊です。
 ④市立図書館 ☎22-5618



白浜・大浜・鹿町 海開き情報!



①白浜海水浴場(俵ヶ浦町)

日程 7月8日④～8月20日④
 時間 平日9時～17時
 土・日曜、祝日9時～18時
 料金 中学生以上420円
 3歳～小学生260円
 ※シャワー利用料含む。
 海の家利用料 浅敷1枚520円
 駐車場 約250台(無料)
 ④白浜海水浴場運営委員会 ☎28-6099

②大浜海水浴場(宇久町)

日程 7月8日④～8月20日④
 時間 9時～17時
 料金 無料
 ※シャワー1回200円。
 駐車場 27台(無料)
 ④宇久行政センター ☎0959-57-3111



市ホームページ
(白浜海水浴場・大浜海水浴場)

③鹿町海水浴場(鹿町町)

日程 7月15日④～8月13日④
 時間 9時～17時(シャワーの利用時間含む)
 料金 無料
 ※シャワー1回5分100円。
 駐車場 38台(無料)
 ④鹿町海洋スポーツ基地 ☎73-2050



市ホームページ
(鹿町海洋スポーツ基地)

問い合わせ ①②公園緑地課③スポーツ振興課 ☎24-1111



長崎ヴェルカ B1 昇格報告会 in 佐世保

5月27日(土)、プロバスケットボールクラブの長崎ヴェルカが「B1 昇格報告会 in 佐世保」を島瀬公園で開催し、多くのファンやブースター(熱狂的なファン)がお祝いに駆け付けました。

2020年に創設された長崎ヴェルカは、1年目の2021-22シーズンでB3を優勝。さらに今回2022-23シーズンでB2を準優勝し、最速でB1へ昇格するという快挙を成し遂げられました。

報告会でキャプテンの高比良選手は「B1の舞台を勝ち取ることができたのは、僕たちの力だけでなく、ファンやブース

ターの皆さんの声援があったからです。本当にありがとうございました」という感謝の言葉とともに、「B1でもヴェルカスタイルを発揮していきますので、皆さんも一緒に戦ってください」と意気込みを述べました。

2023-24シーズンは10月から。これまでに引き続き、体育文化館でも試合が行われる予定です。



長崎ヴェルカ
ホームページ



キャプテン高比良選手インタビュー



厳しい状況も多かった2022-23シーズンでB1に昇格できたのは、選手・スタッフ一人一人が現状に満足せず、前を向いて頑張った結果と皆さんの声援のおかげです。特に直近の佐世保の試合で、5月にあった熊本戦でビハインドから勝てたのは、会場の雰囲気のおかげでした。2023-24シーズンも厳しい戦いになると思いますが、最大限の声援を待っています。ありがとうございました。

1 2 会場に集まった多くのファン・ブースター 3 前田ヘッドコーチのあいさつ 4 5 6 選手たち 7 花束を受け取る松本選手と前田ヘッドコーチ 8 演奏で会場を盛り上げる佐世保市消防音楽隊 9 高比良キャプテンの選手あいさつ



B1への昇格が決定したアルティリー千葉との試合の様子

イベントレポート
「SDGs フェスティバル」

5月13日(土)、14日(日)、「SDGs フェスティバル」を開催しました。SDGs(持続可能な開発目標)とは、世界中の環境や差別、貧困、人権などの問題を、2030年までにみんなで解決しようという取り組みです。当日は42社の企業が参加し、汚水を真水に変える装置の



利用や植林体験、発電体験など、各社が行っているSDGsの取り組みを紹介しました。参加者からは「子どもにも分かりやすく、SDGsに関心を持つことができました」などの声を聞くことができました。

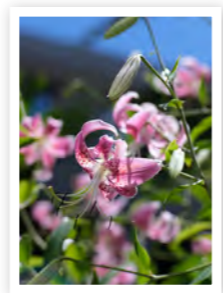


最新の情報はこちらをご覧ください
(中央公園インスタグラム)

※このコーナーでは、昨年4月にリニューアルオープンした中央公園でのイベントや季節の見どころなどを紹介します。

公園だより「カノコユリ」

7月下旬、中央公園の芝生広場に咲くカノコユリが見頃を迎えます。カノコユリは市制施行100周年の際に「市の花」に制定された花です。めくられるように反ったピンクの花弁と「鹿の子斑点」が特徴のカノコユリを、ぜひ探してみてください。



今後のイベント

- 7月15日(土) よるマルシェ
- 7月29日(土)、30日(日) SASEBO JAM FESTIVAL

☎中央公園管理室 ☎ 37-8488

平時だからこそ

訓練ができています



「偵察中隊は離島や島しょへ、最初に上陸して水陸機動団の作戦に必要な情報の収集や処理をする部隊です」と話すのは、陸上自衛隊水陸機動団偵察中隊に所属する土山周一郎さん(27歳)です。

土山さんの斥候陸曹としての主な任務は、水陸機動団が上陸しても問題がないかなどを判断するために必要な地形や敵兵などの情報を収集することです。専用の車両や機械ではなく、合計で約50kgになる装備や荷物を背負い、自分たちの足で島しょ等を偵察します。

土山さんにとって印象深い仕事の思い出を尋ねると「海外で行った海からビーチに対して上陸する訓練で、日本と違ってサーフゾーン(崩れた波が押し寄せてくる部分)が大きく、また間隔も短いため、溺れそうになりながら訓練したことです」また「演習等を通して、日頃からの訓練が生かして任務が達成できたときにやりがい

陸上自衛隊水陸機動団 偵察中隊
3曹 土山 周一郎さん



約50kgの装備で歩行訓練を行う土山さん



取材時の様子を動画でもご覧ください

感じます」と話してくれました。

最後に「自分たちは平時だからこそ訓練ができていますと考えています。自衛隊と水陸機動団の仕事や訓練については、分からないことなども多いと思いますが、温かい目で見守っていただけたらと思います」と、平和であることへの感謝の気持ちなどを話していただきました。

(取材日 5月22日)

利用者からの「ありがとう」の言葉が
やりがいとモチベーションです



東浜町にある「特別養護老人ホーム 音羽の浜」で介護士として働く西海市出身の吉本怜哉さんと平戸市出身の綾香里桜さん。二人は共に介護士である家族の影響を受け、高校卒業後の昨年4月、同施設に就職しました。

「高校では工業系の勉強をしていたので、分からないことだらけでした。ただ、先輩方から丁寧に指導していただき、日に日にできることが増えていくことに、やりがいを感じます」と就職当初の苦労を話す吉本さん。同施設では、新入職員が仕事に慣れるよう、一人一人に先輩職員がインストラクターとして付き添い、業務の指導やサポートを行っています。

二人は日々の業務で、利用者の食事などの介助や見守りを行っています。綾香さんは「介護は人と人とのコミュ

特別養護老人ホーム 音羽の浜
吉本 怜哉さん
綾香 里桜さん

ニケーションなので、利用者さんに伝わる言葉選びや、できるだけ簡潔に伝えることを心掛けています」と話します。さまざまな利用者と接する中で、利用者に寄り添うことを大切にしていることが伺えました。

仕事でのうれしかったことを尋ねると、二人そろって「利用者さんから『ありがとう』と声を掛けてもらった時です」と笑顔で話してくれました。

最後にお互いがどのような存在か尋ねると、吉本さんは「同い年なのと同じタイミングで働きはじめたので、相談しやすく頼りになる存在です」と、綾香さんは「仕事だけでなくプライベートの話もできる関係で、日々情報共有しながら助け合っています」と二人の信頼関係と仲の良さを伺うことができました。

(取材日 6月6日)

手軽に作れるアイデアレシピ

さっぱりおにぎり



レシピはクックパッドでも紹介しています

作り方(おにぎりA)

- 1 キュウリはスライスし、塩もみをして水気を切る
- 2 大葉をちぎり、梅干しをほぐす
- 3 ご飯に①②と塩昆布、白ゴマを混ぜ合わせ、4等分にして握る

作り方(おにぎりB)

- 1 プロセスチーズを角切りに切る
- 2 エダマメは加熱してさやから取り出す
- 3 ご飯に①②とちりめんじゃこ、コーン、白だしを混ぜ合わせ、4等分にして握る

◎令和4年度ヘルシークッキングコンテスト 主食部門 最優秀賞



考えていただいた人
岡野有希さん(佐世保商業高等学校3年・当時)
料理のワンポイント
さっぱり食べられるように大葉や梅干しを入れました

材料(各4個分)

| | | | | | |
|---|------|------|---|------------|------|
| A | キュウリ | 1本 | B | プロセスチーズ | 3個 |
| | 塩 | 0.5g | | エダマメ(さや付き) | 100g |
| | 大葉 | 5枚 | | ご飯 | 200g |
| | 梅干し | 3個 | | ちりめんじゃこ | 20g |
| | ご飯 | 200g | | コーン缶 | 10g |
| | 塩昆布 | 10g | | 白だし | 大さじ4 |
| | 白ゴマ | 小さじ1 | | | |

1個分の栄養価

おにぎりA 熱量97kcal、たんぱく質2.2g、脂質0.6g、カルシウム29mg、食塩相当量1.3g
おにぎりB 熱量145kcal、たんぱく質6.6g、脂質3.4g、カルシウム81mg、食塩相当量1.7g



新築分譲 マンション 「ランドアーク島瀬」

マンションギャラリー公開 [完全予約制]

予約申込 ▶ [お問い合わせ]
ランドアーク株式会社
〒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
営業時間 AM10:00~PM6:00 (毎週火・水曜日定休 ※祝日を除く)
☎ 0120-24-8380

7/30(日)土用の丑の日
蒲焼き・お弁当ご予約承ります

- ◆蒲焼き・白焼き(各1本).....4,200円(税込)
- ◆丑特(8切れ).....4,300円(税込)
- ◆丑松(6切れ).....3,300円(税込)
- ◆丑竹(4切れ).....2,150円(税込)

鰻さすが
(0956)25-5539
佐世保市天満町1-4
年中無休
営業時間 11:00~22:00 (オーダーストップ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。



お知らせ

祝日の燃やせるごみの収集

7月17日(海の日) = 収集します
◎廃棄物減量推進課 ☎ 32-2428

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、収納推進課で受け付けています。納税通知書(納付書)と預金通帳、届け出印を持参すると、その場で手続きできます。
◎収納推進課

国民健康保険証、

後期高齢者医療被保険者証等の更新

現在の国民健康保険証と後期高齢者医療被保険者証、後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は7月31日(日)です。新しい保険証は7月下旬ごろ該当者に送付しますので、8月1日(日)以降は新しい保険証を使用してください。また、認定証を持ち8月以降も引き続き該当する人には、保険証に同封して送付します。有効期限が切れた保険証等は8月以降に返還するか、細かく裁断して処分してください。
◎医療保険課

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を持ち、8月以降も必要な人
手続 7月3日(日)～8月31日(日)に保険証、世帯主と対象者のマイナンバーが分かるもの、届け出者の顔写真付きの身分証を持参して、医療保険課か各支所、宇久行政センターへ
◎医療保険課

後期高齢者医療保険料納入通知書を送付

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。
◎医療保険課

国民年金の免除申請は忘れずに手続きを

国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請手続きによって保険料の納付が免除される「国民年金保険料免除制度」があります。保険料を未納のまま放置すると、将来の「老齢基礎年金」やいざというときの「障害基礎年金」「遺族基礎年金」を受け取ることができない場合がありますので、必ず保険料を納付するか免除制度をご利用ください。免除は、過去2年(申請月の2年と1カ月前)までさかのぼって申請することができます。
※本年7月分から来年6月分は7月以降に手続きしてください。
◎佐世保年金事務所 ☎ 34-1189

夏の交通安全週間

7月14日(金)～20日(木)は夏の交通安全週間です。高齢者が関わる事故が多発しています。子どもや高齢者をはじめとする歩行者の安全確保のため、横断歩道の手前に歩行者がいるときは道を譲りましょう。
◎市民安全安心課

「県民祈りの日」に黙とうを

原子爆弾の犠牲者のご冥福をお祈りするため、次の日程でサイレンを鳴らしますので、黙とうをお願いします。
日程 8月6日(日) 8時15分、8月9日(水) 11時2分
◎市民安全安心課

市役所・中央保健福祉センターの各課へは ☎ 24-1111 (代表) からおつながります。

原爆写真パネル展

原爆被爆の悲惨さや平和の尊さについて、理解を深めましょう。
日程 7月19日(水)～8月25日(金)
場所 高砂駐車場連絡通路
◎人権男女共同参画課

出張女性相談室

DVや家庭問題などの悩みに女性相談員が応じます(無料、秘密厳守)。
日程 7月22日(土)、8月5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)

インターネットによる人権侵害

生活を便利にするインターネットですが、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にした犯罪が大きな社会問題となっています。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ありません。発信する前によく考えて、お互いの人権を守る行動を取りましょう。
◎人権男女共同参画課

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

【平日時間外、休日開庁】
日程 7月13日(水)、8月10日(水) 19時まで、7月23日(日) 9～13時
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、電子証明書更新手続き
◎戸籍住民窓口課

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杯程度の水を、飲み水以外に使いましょう。
・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月以前に建て、鉛管を使用した建物
◎水道維持課 ☎ 24-1151

夜間漏水調査にご協力を

水道管の漏水調査は、かすかな漏水音を聞き取らなければならないため、車両の騒音や水道の使用が少ない夜間に区域を決めて実施しています。漏水の早期発見と道路陥没などの二次災害防止のため、皆様のご理解とご協力をお願いします。
◎水道維持課 ☎ 24-1151

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

沿道地権者は樹木等の適切な管理を

沿道にある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くなったり、道路標識・カーブミラーが隠れたりする場合があります。安全な通行を妨げるだけでなく、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。緊急時など特別な理由がない限り、所有権の問題で行政が剪定などを行うことはできません。管理者の皆さんは適切な管理をお願いします。
◎土木管理課

台風期に備えため池保全管理の徹底を

ため池の越流や決壊を未然に防ぐため、台風の発生や進路などを事前に把握するとともに水路の確認や水位の状況など、維持管理対応指針を参考に安全管

理の徹底をお願いします。

◎農林整備課

長崎県よろず支援拠点出張相談会

中小企業・小規模事業者のための経営相談会を開催します。
日程 ①7月14日(金) ②7月20日(木) ③7月26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
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
◎同よろず支援拠点 ☎ 095-828-1462

市立看護専門学校オープンキャンパス

日程 8月5日(土) 9時30分～12時10分
場所 市立看護専門学校
内容 学校概要説明、模擬授業、体験型学習、個別相談など(記念品あり)
申込 7月10日(日)～31日(日)にファクス(24-7329)かEメール(kangos@city.sasebo.lg.jp)で市立看護専門学校へ
◎市立看護専門学校 ☎ 24-7329

消防情報配信メールの登録を

佐世保市消防局管轄区域の火災発生に関する情報をメールで配信しています。



消防情報配信メール登録

◎消防局指令課 ☎ 23-5121

夏のレジャーは火の始末を確実に

屋外で花火などの火を扱うときは、次の点に注意し火災を防ぎましょう。
・花火は使用方法や警告等を守りましょう
・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周囲の環境にも配慮しましょう
・花火や炭火などを使用する際は水バケツなどの消火準備をし、確実に火の始末をしましょう
◎消防局予防課 ☎ 23-2539

防災行政無線テレホンガイドの

電話番号が変わりました

防災行政無線の放送内容を確認できるテレホンガイドの電話番号が、6月1日(日)から☎050-5536-2943に変わりました。



市HP (防災行政無線の放送内容)

◎防災危機管理局

業務委託

【コンビニエンスストア等による証明書交付手数料収納】地方公共団体情報システム機構【住宅使用料、駐車場施設使用料収納(令和6年度まで)】(株)十八親和銀行、地銀ネットワークサービス(株)、提携コンビニエンスストアおよびスマートフォン等の電子機器による決済サービスにかかる提携先【道路法定外公共物等占用料、総務管理使用料、市有財産賃賃料、アルファビル共益費、佐世保市民霊園使用料、港湾使用料収納(令和6年度まで)】(株)十八親和銀行、地銀ネットワークサービス(株)、提携コンビニエンスストアおよびスマートフォン等の電子機器による決済サービスにかかる提携先【白浜キャンプ場公金徴収】白浜キャンプ場運営委員会【烏帽子岳高原リゾートスポーツの里公金徴収】ビオトピアえぼし有限責任事業組合【犬の登録手数料と狂犬病予防注射交付手数料収納】アトム動物病院、(同)いけだ動物病院、(株)H.V.H、(株)カイゼアニマルホスピタル、(株)松尾孝彦商店、(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、ペットクリニックいわきり、(有)ツルノ動物病院、富永動物病院(有)、ノアズアーク動物病院

ポートル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!
ポートルース チケットショップ 長崎佐々
無料駐車場完備!! 北松浦郡佐々町小浦免1219 TEL0956-59-6351
公式HP

ローンも、保険も、資産づくりも、全部まとめて相談したい。
佐世保ライフプランセンター 土日も営業
TEL:0120-45-4862 (平日・土曜・日曜 10:00~18:00)
十八親和銀行

募集

公共賃貸住宅入居者

【市営】小ヶ倉住宅(吉井町)
対象 公営住宅の収入基準を超える世帯(上限あり)

【公社賃貸】①アルファ(三浦町)、須佐団地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、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

コミュニティ助成事業

コミュニティ助成事業は、(一財)自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として集会施設やコミュニティ活動用品の整備など、地域活動の充実・強化を図るための助成事業です。

※募集期間や助成金額など詳しくは市ホームページをご覧ください。



市HP(コミュニティ助成事業)

☎コミュニティ・協働推進課

長崎医師保育サポートシステム「保育サポーター」

市内で働く医師の育児をサポートする「保育サポーター」の養成研修を随時行っています。保育経験や子育てキャリアを生かして活動してみませんか。

☎長崎大学病院メディカル・ワークライフバランスセンター ☎095-819-7979

文化芸術プロジェクト

文化芸術に関する事業へのチャレンジを、佐世保市がクラウドファンディン

グで応援します。

申込 申請書等を文化国際課へメ切 7月31日(日)



市HP(「文化・芸術プロジェクト」募集)

☎文化国際課

浄化槽設置補助金

浄化槽設置費用の一部を助成します。補助額は地域や浄化槽の大きさなどで異なります。単独浄化槽から合併浄化槽への入れ替えに伴う撤去費や宅内配管工事費の補助も行っています(新築は対象外)。



市HP(浄化槽設置補助金)

☎環境保全課 ☎26-1787

公共職業訓練10月期受講生

日程 10月3日(日)～来年3月29日(金)
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

料金 無料(テキスト代等は自己負担)
申込 7月20日(日)～8月28日(日)にハローワークへ

☎ポリテクセンター佐世保 ☎58-3118

自衛官

自衛官候補生、航空学生、一般曹候補生を募集しています。

※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

放送大学入学生

約300の授業科目をインターネットなどで学べ、卒業すれば学士の学位を取得できます。

☎放送大学長崎学習センター ☎095-813-1317

講演会 など

防火・防災管理新規講習(併催)

日程 9月14日(日)、15日(金)9時30分～16時50分

場所 労働福祉センター

定員 先着65人

料金 10,000円

申込 8月1日(日)～8日(日)に日本防火・防災協会HPから申し込んでください

☎同協会 ☎03-6263-9903

再就職支援セミナー(無料)

日程 8月8日(日)10時30分～12時
場所 スピカ

内容 テーマ「応募書類と志望動機」

対象 市内での就職を希望する女性

定員 12人

申込 7月10日(日)～8月7日(日)にさせぼお仕事情報プラザへ

☎同プラザ ☎76-7713

小学生看護セミナー2023(無料)

日程 7月22日(土)9時30分～12時
場所 市立看護専門学校

内容 テーマ「看護学生と一緒に体のしくみを学ぼう」

対象 市内の小学5、6年生

定員 先着60人

申込 7月10日(日)以降に、学校で配布した案内から申し込んでください

☎市立看護専門学校 ☎24-7329

かけっこ教室(第2期)

日程 8月26日(土)15～17時

場所 総合グラウンド陸上競技場

対象 小学生 定員 先着50人

料金 2,000円

申込 7月26日(日)以降にEメール(moushikomi@fou-sasebosports.org)で総合グラウンド陸上競技場へ

※詳しくはスポーツ情報サイト「PLAY!」をご覧ください。

☎同陸上競技場 ☎48-2510

グラウンドゴルフ練習会

日程 9月4日(日)～2月21日(日)9～12時(全12回)

場所 総合グラウンド運動広場

定員 先着30人

料金 1カ月400円

申込 8月1日(日)以降に総合グラウンド陸上競技場へ

※詳しくは、スポーツ情報サイト「PLAY!」をご覧ください。



スポーツ情報サイト「PLAY!」

☎総合グラウンド陸上競技場

☎48-2510

子育て

児童手当の申請はお済みですか

出生、転入、転出、児童を養育しなくなった、公務員に就職・退職したなどの場合は15日以内に速やかに届け出てください。

場所 子ども支援課、各支所、宇久行政センター

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)

※公務員は勤務先からの支給です。

※申請しないと、手当は受けられません。

※オンラインで認定請求書等を提出できる「ぴったりサービス」も便利ですので、ご利用ください。



ぴったりサービス

☎子ども支援課

子育て情報

出前保育や離乳食講座、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

高齢者と介護

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(日)から1年間有効です。

☎長寿社会課

介護保険施設入所者等の

食費・居住費の負担限度額認定の更新

介護老人福祉施設等を利用し、食費・居住費の軽減を受けている人で、引き続き認定を受けたい場合は更新が必要です。

申込 7月3日(日)～8月31日(日)に長寿社会課か各支所、宇久行政センターへ

※詳しくはお尋ねください。

☎長寿社会課

介護者の「こころ」の相談会

介護をすることで肉体的にも精神的にも辛くなってしまふことはありませんか。介護をする人が日頃の悩みを話すことで心も元気でいられるよう、臨床心理士による個別相談を行います。カウンセラーと一緒に気持ちの整理を行い、認知症高齢者などへの関わり方のアドバイスを受け、負担を少し軽くしてみませんか。

日程 申し込みに応じて随時

場所 長寿社会課、各支所

対象 高齢者を介護する市内に住む人

申込 電話で長寿社会課へ

※臨床心理士との日程調整がありますので、早めに申し込みください。

☎長寿社会課

障がい福祉

家族による家族学習会

日程 8月27日(日)、9月24日(日)、10月1日(日)、29日(日)、11月26日(日) ※全て13～16時。

させぼ競輪

☎31-4797



【昼開催】

| | |
|----------------|----------|
| ・富山F I 場外 | 7月12～14日 |
| ・本場F II モーニング7 | 15～17日 |
| ・高松F I 場外 | 15～17日 |
| ・和歌山F I 場外 | 18～20日 |
| ・防府F I 場外(玉野) | 20～22日 |
| ・福井記念G III 場外 | 22～25日 |
| ・本場F I | 27～29日 |
| ・名古屋記念G III 場外 | 27～30日 |
| ・小田原F I 場外 | 31～8月2日 |
| ・富山記念G III 場外 | 3～6日 |
| ・立川F I 場外 | 6～8日 |
| ・防府F I 場外(玉野) | 8～10日 |

【ナイター開催】

| | |
|---------------------------|----------|
| ・京王閣F I 場外 | 7月12～14日 |
| ・サマーナイトフェスティバルG II 場外(函館) | 15～17日 |
| ・久留米F I 場外 | 18～20日 |
| ・平塚F I 場外 | 21～23日 |
| ・小倉F I 場外 | 23～25日 |
| ・玉野F I 場外 | 27～28日 |
| ・前橋F I 場外 | 29～30日 |
| ・玉野F I 場外 | 31～8月2日 |
| ・いわき平F I 場外 | 2～4日 |
| ・小倉F I 場外 | 5～7日 |
| ・青森F I 場外 | 8～9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HPでお知らせします。



場所 ボランティアセンター別館
対象 統合失調症など精神疾患のある人を家族に持ち、原則5日間参加できる人

料金 2,000円(5日分、テキスト代等)

申込 電話でゆみはり会(精神障がい者家族の会)事務局へ

メ切 7月31日(日)

☎同事務局(増田さん)

☎080-7892-7607

自分史 記念誌 句集 画集 旅行記 郷土史 など

長崎佐世保で 出版ひとすじ70年!

自費出版なら **芸文堂**

おかげさまで1,000件以上の出版実績となりました

あなたの想いを本に **かたち** 無料

ご相談・お見積り **無料**

お任せください! **出版の仲人** がお手伝いします。

専門スタッフがお話を伺いながら、原稿を作成いたします。

☎0956-31-5656

佐世保 出版 検索

info@sk-i.net www.sk-i.net

佐世保市山紙町19-13

当社サイトはこちら

本場開催時は先着100名様に、車券購入に使用できるクーポンを配布!

★F2 モーニング7 オッズパーク杯★

7/23(日) 競輪教室 参加者募集 定員50名 10:30～13:30 ※申込は電話のみ

参加費無料、お弁当・ドリンク付き お一人様でも大歓迎です!

7/15(土) 7/16(日) 7/17(月) 競

1R発走 予定時刻 8:30(全日) 最終R発走 予定時刻 10:45(全日)

★F1 テイ CTC 杯★

7/27(木) 7/28(金) 7/29(土)

1R発走 予定時刻 10:50(全日) 最終R発走 予定時刻 16:30(全日)

【お問い合わせ】佐世保競輪事務所 Tel:0956-31-4797 千原町2-5

●競輪は適度に楽しみましょう ●車券の購入は20歳になってから

SASEBO KEIRIN

依存症回復プログラム

～「今の自分を変えたい」あなたに～
 日程 8月18日(金)、9月15日(金)、
 10月20日(金)、11月17日(金) ※
 全て15～17時。途中参加可。
 場所 長崎こども・女性・障害者支援
 センター(長崎市)
 対象 アルコールや薬物、ギャンブル
 などの使用や利用を改めたい人
 申込 電話で長崎こども・女性・障害
 者支援センターへ
 メ切 7月21日(金)
 ☎同センター ☎095-846-5115

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、健康に自信がある人も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や来年3月31日までに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



市HP (健診)

☎医療保険課

熱中症予防

毎年暑くなり始めるころから熱中症が発生します。炎天下はもちろん、直射日光の当たらない室内でも熱中症は発生しています。毎年熱中症による健康被害が多数報告されており、熱中症予防が重要です。「熱中症警戒アラート」は、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される日の、前日夕方から当日早朝に都道府県ごとに発表されます。発表されている日には、外

出を控える、エアコンを使用するなど、熱中症の予防行動を積極的に取りましょう。「熱中症警戒アラート」は環境省のLINEアカウントと環境省熱中症予防サイトで情報を取得できます。



市HP (熱中症にご注意)

☎健康づくり課

運動普及推進員養成講座

地域で健康づくりのための運動を普及するボランティアを養成します。修了者は運動普及推進員として地区活動を行っていただきます。
 日程 8月17日(金)、22日(水)、29日(水)、
 9月7日(金)、14日(金)、21日(金)、10月12日(金) ※全て14～16時。
 場所 中央保健福祉センターなど
 対象 市内在住で、市内で運動普及推進員として活動できる人
 定員 20人
 申込 電話か直接健康づくり課へ
 メ切 7月31日(月)



市HP (運動普及推進員)

☎健康づくり課

7月は愛の血液助け合い運動月間

ことしの標語は「助けたい 思いが届く 献血で」です。献血は医療のための大切な支援です。皆さんの温かいご支援と積極的な参加をお願いします。
 ☎健康づくり課

「健康教室」WEB配信

新着動画は「間質性肺炎、その中でも特発性肺線維症とは？」です。どうぞご覧ください。



総合医療センター (健康教室)

☎総合医療センター ☎24-1515

公開講座(膝・腰痛のストレッチ)

講師を招いて膝・腰痛のストレッチに関する講座を開催します。
 日程 7月20日(金)10時～11時30分
 場所 柚木地区コミュニティセンター
 定員 20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 7月14日(金)
 ☎健康づくり課

生活衛生

食中毒にご用心ください

高温多湿な環境では、細菌性食中毒が発生しやすくなります。季節を問わず、次の三原則を守って食中毒を防ぎましょう。

【細菌を付けない】

- ・調理を始める前、トイレ使用後はよく手を洗いましょう
- ・肉や魚を切った包丁、まな板は洗浄・消毒しましょう
- ・バーベキューなどで生肉を扱う際は生肉専用トングを用意し、取り分けるトングや箸などとは使い分けましょう

【細菌を増やさない】

- ・生ものや冷凍食品は買い物の最後に購入し、保冷剤や保冷バッグを利用して持ち帰りましょう。また、帰宅後はすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう
- ・調理後の料理はすぐに食べるか、菌の増殖温度帯(10～65度)を避けて、なるべく早く消費しましょう

【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しましょう
- ・使用後は包丁やまな板、タワシなどに熱湯をかけ、よく乾燥させましょう



市HP (食中毒に関する情報)

☎生活衛生課

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)

- ・7月13日(金)①城間集落センター②瀬道町公民館
- ・7月14日(金)①開作集会所②デイリーヤマザキ世知原店
- ・7月19日(水)①宮津町バス停②奥山町公民館
- ・7月20日(金)①岩谷口地区集会所②長田代公民館
- ※①9時20分～10時②10時20分～11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
- 対象、料金 ①と同じ 申込 電話で健康づくり課へ

③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

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) ※①③は歯科健診も含む。

日程 ①8月20日(金)8時30分～14時②9月7日(水)9～14

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

7月10日(月)18時30分

●佐世保断酒会

7月11日(火)、25日(火)、8月8日(火)13時30分、7月16日(土)13時30分、8月5日(土)19時

●GA 佐世保(ギャンブル依存当事者会)

7月12日(水)、19日(水)、26日(水)、8月2日(水)、9日(水)19時

●ギャンノン結(依存症の家族、友人の会)

7月12日(水)、19日(水)、26日(水)、8月2日(水)、9日(水)19時

●高次脳機能障害当事者会・家族の集い

7月22日(土)13時

●ひきこもり家族会(あのねの木)

7月19日(水)10時

●精神障がい者家族の会(ゆみはり会)

7月15日(土)13時

●精神患者当事者会(ふたばの陽)

7月15日(土)13時30分

●認知症本人ミーティング ☎長寿社会課

7月20日(水)13時30分

※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 休日・夜間の救急医療体制等

☎23-8199

長崎県子ども医療電話相談

☎#8000 ダイヤル回線 ☎095-822-3308



佐世保駅前の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

| | | |
|--|---|---|
| <p>ワシントンホテル 潮見町12-7 TEL 32-8011 完全個室で安心</p> | <p>グリーンホテル 三浦町4-1 TEL 25-6261 仕出し始めました</p> | <p>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</p> |
|--|---|---|

人とエネルギーで佐世保の**ミライ**を変える

西部ガス佐世保株式会社

佐世保市万津町7番36号 TEL0956-23-5931
 https://www.saibugas.co.jp/sasebo/

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 産後で「おもいやり駐車場利用証」を持っており、車いすマークに駐車しようとしたところ、一般の人から強く注意を受けました。おもいやり駐車場利用証の制度を皆さんにも知ってほしいです。

回答 長崎県おもいやり駐車場制度(旧パーキング・パーミット制度)は駐車場の利用に配慮が必要な人(身体・知的・精神の障がいまたは要介護、難病によって歩行が困難な人や妊産婦など)におもいやり駐車場利用証を交付し、専用駐車スペースを利用できる人を明確にすることで適正利用を図る制度です。

車いすの人だけでなく、外見からは分からない難病の人などが利用している場合もあります。制度についてご理解とご協力をお願いします。

※詳しくは、保健福祉政策課(けが・病人など)、障がい福祉課(身体・知的・精神の障がい)、長寿社会課(要介護)、子ども保健課(妊産婦)へお尋ねください。

保健福祉政策課、障がい福祉課、長寿社会課、子ども保健課 ☎ 24-1111



市 HP (長崎県おもいやり駐車場制度)

広報アンケート

「広報させば7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、7月20日(木)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(8月中旬)をもって代えさせていただきます。

5月号のアンケート 345通

7月号プレゼント

ペア5組

九十九島動植物園 ペア入園招待券



夏休み期間中、開園時間を延長し「夜の森きらら」を開催します。普段見られない夜の動物たちを見に行きませんか。
 ※イベントの詳細は本紙9ページで紹介しています。

九十九島動植物園 ☎ 28-0011

宛先

はがき 〒 857-8585 (住所不要) 佐世保市役所秘書課広報係宛
 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

ようこそ佐世保へ！皆さんの声を紹介します

市役所には日々、市民の皆さんからさまざまな声が届いています。今回は、広報アンケートなどでお寄せいただいた声の中から、佐世保市に転入して来られた方のご意見や感想の一部を紹介します。

- 佐世保に住み始めて、広報紙からたくさん情報をいただいています。私にとって佐世保のことを少しずつ知るために、とても大切なものです。今後も市民に必要な情報をお願いします。(40歳代)
- 佐世保の出身ではないので、市内の地名に詳しくありません。そのため、広報紙の中に出てくる地名や場所が分からないことがよくあります。機会があれば地名と場所の特集をお願いします。(30歳代)
- 知らないことばかりで外出もできていない状況でしたが、イベント情報や病院受診など、大変参考になりました。佐世保のグルメをいろいろ食べてみたいので、特集があると嬉しいです。(30歳代)
- 引っ越してきて1年になります。記事に知っている人が出ていないかなど、夫婦の話題の一つにもなっています。夏に出産を予定しているので、子育てに関する情報があるとうれしいです。(20歳代)
- 徳育通信に感動しました。最近引っ越してきたのですが、このメッセージのおかげで病気になっても助けてくれる人がいると安心することができました。(20歳代)
- 知人や友人もいない、未知の町にきた私にとって、4月号(市政方針・当初予算)の特集はとても役に立ちました。地に足がついた感覚です。希望と期待を持って住み続けようと思いました。(50歳代)

佐世保市 LINE 公式アカウントでも質問・問い合わせできます

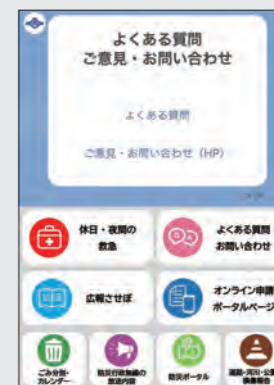
本市では佐世保市 LINE 公式アカウントで、質問や問い合わせを受け付けています。チャットボット機能で、市民の皆さんからのよくある質問に自動で回答する他、市ホームページのご意見・お問い合わせフォームにリンクしています。お持ちのスマートフォンなどから手軽に知りたい情報を取得できますので、どうぞご利用ください。

利用方法

- ① LINE で「佐世保市 LINE 公式アカウント」を友だち登録
- ② リッチメニューから「よくある質問・お問い合わせ」を選択
- ③ 案内に沿って、質問や問い合わせしたい項目を選択



友だち登録はこちらからどうぞ



問い合わせ 秘書課 ☎ 24-1111

徳育通信 135

聞いて「徳」する話 95 思いやりのある行動

4月上旬、眼科での診療を終えた母を車で迎えに行った際の出来事です。病院に着くと、母が駐車場付近で若い女性と2人で私の迎えを待っていました。私はその若い女性と面識がなかったので、車中で母に「さっきの若い女性は知り合いの人？」と尋ねたところ、全く知らない人だと言うので、「なぜ2人で待っていたの？」と聞きました。すると、診療を終えた母が薬局で目薬をもらい、駐車場へ向かって歩いていたところを、女性が見かけ、介助してくれたとのことでした。

母は、心臓や腰に疾患があり、日頃からヨロヨロとした足取りで歩きます。しかも、この日はあいにくの雨で傘を差しており、余計にふらついて見えたのでしょう。その様子を見て心配になった女性が、このような親切な対応をしてくれ、私が到着するまで母に同行してくれたとのことでした。

その若い女性の名前も住所も分かりませんが、思いやりのある行動に感謝しかありません。この場をお借りして心よりお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

(64歳 横岩 龍治)

「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