

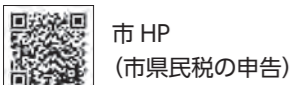


お知らせ

1月は市県民税第4期分、国民健康保険税第8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。
☎収納推進課

市県民税の申告や確定申告にはマイナンバーが必要

法令の規定に基づき、本人や扶養家族、事業専従者のマイナンバーの記載が義務化されています。申告の際には、マイナンバーが確認できる書類と本人確認できる身分証明書などが必要です。
※詳しくは市HPをご覧ください。



市HP
(市県民税の申告)

☎市民税課(市県民税)
☎佐世保税務署(確定申告)
☎22-2161

20歳になったら国民年金

国内に住所がある20歳以上60歳未満の人は、国民年金に加入し保険料を納めることが義務付けられています。保険料は月額16,520円(令和5年度)です。所得が少なく保険料を納めることが困難な人は、納付猶予制度や学生納付特例制度などの保険料免除制度を利用できます。
※保険料が割り引きになる前納制度もあります。
☎佐世保年金事務所 ☎34-1189

交通事故などに遭ったら

国民健康保険、後期高齢者医療保険の加入者が交通事故などに遭い、保険証を使って治療を受ける場合は、すぐに警察に届け、必ず医療保険課へ相談してください。
☎医療保険課

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

日程 1月20日⑨～13時
場所 戸籍住民窓口課
内容 マイナンバーカードの申請・受け取り、電子証明書の更新手続きなど



市HP
(申請・受け取り方法)

☎戸籍住民窓口課

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 1月13日⑨、27日⑨、2月10日⑨ 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)

地雷撤去のための

書き損じはがきを集めています
カンボジアの地雷被害をなくすため、書き損じはがきなどを集めて換金し、地雷撤去団体に寄付しています。皆さんのご協力をお願いします。
申込 郵送(〒814-0002、福岡県福岡市早良区西新1-7-10-702)でカンボジア地雷撤去キャンペーン事務局へ
メ切 3月31日⑩必着
☎同事務局 ☎092-833-7575

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。

1月26日⑩は文化財防火デー



昭和24年1月26日に法隆寺(奈良県)の金堂壁画が火災で焼失したことを機に、毎年1月26日は「文化財防火デー」と定められています。「黒島天主堂」をはじめ、本市の貴重な文化財を火災から守るため、消防署と消防団合同で消防訓練を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。
☎消防局予防課 ☎23-2539

長崎県よろず支援拠点出張相談会

日程 ①1月12日⑩、2月9日⑩②1月18日⑩③1月24日⑩④2月5日⑩
※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④県北振興局天満庁舎
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
☎同支援拠点 ☎095-828-1462

市道、法定外公共物(里道・水路) 占用許可の更新手続き

市道、法定外公共物(里道・水路) 占用許可の更新時期を迎える人に「更新許可申請書」を送付しています。必要事項を記入して1月31日⑩までに土木管理課に提出してください。
☎土木管理課

募集

アルカス SASEBO ロビーコンサート出演者



気軽に楽しめる無料のコンサートとして毎年開催している「アルカス SASEBO ロビーコンサート」の出演者を募集しています。
対象 音楽活動をしている個人、団体(プロ・アマチュア・ジャンル不問)
申込 申込用紙とプロフィール写真、演奏を記録したものの(CD、DVDなど)を郵送(〒857-0863、三浦町2-3)かメール(bosyu@arkas.or.jp)または直接アルカス SASEBO へ
メ切 1月31日⑩
※申込用紙は、アルカス SASEBO のHPでダウンロードできます。



アルカス SASEBO HP
(ロビーコンサート)

☎アルカス SASEBO ☎42-1111

アルカス SASEBO ホールボランティア

内容 チケットのめざりや客席案内など
対象 18歳以上で積極的に活動に参加できる人(経験不問)
申込 申込用紙を郵送(〒857-0863、三浦町2-3)かメール(bosyu@arkas.or.jp)または直接アルカス SASEBO へ
メ切 3月31日⑩
※申込用紙は、アルカス SASEBO のHPでダウンロードできます。



アルカス SASEBO HP
(ホールボランティア)

☎アルカス SASEBO ☎42-1111

パブリックコメント

「佐世保市老人福祉計画・第9期佐世保市介護保険事業計画(案)」への意見を募集します。
日程 1月16日⑩～2月15日⑩



市HP
(パブリックコメント)

☎長寿社会課

令和5年度第4期市営・県営住宅 空き家補充入居者

【市営住宅】
(用紙配布)1月26日⑩から市営住宅管理センター、県住宅供給公社佐世保事務所、市役所住宅課・1階総合案内、各支所、宇久行政センター、市社会福祉協議会
申込 2月2日⑩～5日⑩にまちなかコミュニティセンターへ
【県営住宅】
(用紙配布)1月12日⑩から県住宅供給公社佐世保事務所、市営住宅管理センターなど
申込 1月26日⑩～29日⑩に県住宅供給公社佐世保事務所へ
※市営と県営の併願もできます。
☎市営住宅管理センター(市営) ☎25-9625
☎県営住宅供給公社佐世保事務所(県営) ☎22-9612

中小企業輸送費支援事業補助金

製造業を営む中小企業者の受注競争力を強化し販路拡大を図るため、九州圏外への新たな販路開拓を行う際の輸送費を一部補助します。
対象 市内に主たる事業所を有し、製造業を営む中小企業者
メ切 2月29日⑩



市HP
(輸送費支援事業)

☎商工労働課

LINE アカウント

「させぼエコラボ友の会」会員登録イベント情報などを配信しています。その他、市内協力店舗のお得なサステナブル商品やサービスに関する情報、クーポンなども入手することができます。



LINE アカウント
(させぼエコラボ友の会)

☎させぼエコラボ ☎76-8553

市立図書館雑誌スポンサー

スポンサーとして雑誌の年間購読料を負担いただくと、提供雑誌の最新号カバーと市立図書館HPに広告を掲載します。
対象 企業、個人事業者、団体
申込 1月4日⑩～2月29日⑩に申込用紙を郵送(〒857-0026、宮地町3-4)か直接市立図書館へ
※申込用紙は、市立図書館HPでダウンロードできます。



市立図書館 HP

☎市立図書館 ☎22-5618

自衛官

自衛官候補生=通年募集
対象 18歳以上33歳未満の人
☎自衛隊長崎地方協力本部佐世保出張所 ☎23-1231

令和6年度「させぼ夢大学」受講生

日程 4月～来年1月(全10回)
内容 各界の著名人を招いた講演会
対象 18歳以上
定員 2,000人(応募多数の場合抽選)
料金 年間20,000円(早割あり)
申込 1月12日⑩～31日⑩に電話でさせぼ夢大学へ



させぼ夢大学 HP

☎させぼ夢大学 ☎25-9555

4月入学生募集中!

出願期間

第1回募集 ……～2024.2/29
第2回募集 ……3/1～3/12

TV・インターネットで学ぶ通信制の大学です。入学試験はありません。

個別相談や見学は随時受付中。お気軽にどうぞ!

詳しくは資料をご請求ください。無料で送付いたします。



長崎学習センター ☎095-813-1317
〒852-8521 長崎市文教町1番14号(長崎大学文教キャンパス内)



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



講演会 など

再就職支援セミナー (無料)

日程 2月13日⑩ 10時30分～12時
場所 スピカ
内容 テーマ「カードワークで仕事の価値観を考える【就活・価値観ババ抜き】」
対象 就職を希望する女性
定員 10人
申込 1月4日⑩～2月9日⑤に電話かファクス(76-8691)でさせぼお仕事情報プラザへ
☎させぼお仕事情報プラザ ☎76-7713

公共職業訓練

日程 ①1月24日⑩、2月1日⑩ 13～15時② 2月7日⑩、15日⑩ 14時～16時30分
場所 ポリテクセンター佐世保
内容 ①施設見学会②訓練体験会
対象 再就職を目指す人
申込 電話でポリテクセンター佐世保へ
※開催日以外の施設見学はポリテクセンター佐世保に相談してください。
☎ポリテクセンター佐世保 ☎58-3118

防災リーダー養成講習会 (無料)

地域の防災活動を担う人材を養成する講習会を行います。
日程 2月10日⑩ 9時30分～12時30分
場所 まちなかコミュニティセンター
定員 先着20人程度
申込 1月10日⑩～26日⑤に電話で防災危機管理局へ
☎防災危機管理局

省エネ・健康住宅無料セミナー

子育て世代やシニア世代を対象に、住まいの光熱費ゼロを目指す仕組みや断熱による効果を学びます。快適に長く住み続ける住まいについて考えましょう。
日程 1月28日⑩ 13時～14時30分
場所 佐世保中央公園

申込 申し込みフォームから申し込んでください

メ切 1月25日⑩



させぼエコラボ HP

☎させぼエコラボ ☎76-8553

危険物取扱者試験

日程 3月17日⑩ 10時
場所 長崎県立大学
料金 甲種6,600円、乙種4,600円、丙種3,700円
申込 【書面申請】1月22日⑩～2月2日⑤【電子申請】1月19日⑤～30日⑩



消防試験研究センター HP

☎消防試験研究センター長崎支所

☎095-822-5999

シリーズ

人権 [LGBTQ (性的少数者) の人権]



人間の姿、価値観、感情などが人によって違うように、セクシュアリティもさまざまです。誰もが自分のセクシュアリティを尊重され、自分らしく生きることのできる社会が望まれます。セクシュアリティに関する差別的な言動を見掛けたら、みんなと一緒に笑わない、同調しないだけでは不十分です。偏見を指摘する勇氣も必要です。あなたの一言が社会をより良く変えていくきっかけとなります。女性相談室(☎24-6180)では、自分の性への不安や悩みの相談を受け付けています(平日8時30分～17時、祝日・年末年始を除く)。
☎人権男女共同参画課

子育て

子育て情報

出前保育や離乳食講座など、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

低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金の 申請は2月29日⑩まで

支給要件に該当する人で、昨年5月31日の支給を受けていない人は、申請が必要です。

対象 対象児童を養育する人で、収入が児童扶養手当受給者や令和5年度住民税均等割非課税者と同じ水準の人
給付 児童1人当たり5万円



市 HP (ひとり親世帯分)



市 HP (ひとり親世帯以外分)

☎子ども支援課

児童手当の手続きはお済みですか

出生、転入、転出、児童を養育しなくなった、公務員に採用された、または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。

対象 中学3年生までの児童を養育する人(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などを提出できる「ぴったりサービス」をご利用ください。



市 HP (児童手当)

☎子ども支援課

託児スタッフ募集

幼児教育センターや東部・北部子育て支援センターで実施する各講座に保護者が参加している間、託児するスタッフを募集します。

対象 保育士・看護師の資格を有する人、子育て支援員、子育てサポーター養成講座の受講修了者など
定員 20人程度
申込 1月10日⑩～31日⑩に電話で保育幼稚園課へ
☎保育幼稚園課

幼児向け性教育「いのちのお話」 スタッフ養成講座 (無料)

日程 2月5日⑩、19日⑩、3月4日⑩、11日⑩ 14～16時
場所 中央保健福祉センター
対象 幼児期の子どもの性教育に関心があり、実践スタッフとしてボランティア活動に参加できる人
定員 15人
申込 電話で子ども保健課へ
メ切 1月31日⑩
☎子ども保健課

親子ふれあい遊び (無料)

澤井雅志氏(運動遊び・体づくり(体操運動指導者))を講師に迎え、親子で一緒に体を動かす遊びを紹介します。当日は動きやすい服装でお越しください。
日程 2月11日⑩ 10時30分～11時30分
場所 体育文化館
対象 1歳半～就学前の幼児とその保護者、乳幼児教育・保育施設職員など
定員 先着200人程度
申込 1月10日⑩～2月10日⑤に申し込みフォームから申し込んでください



申し込みフォーム

☎幼児教育センター ☎31-0550

保育士コール (無料)

乳幼児の子育てに関するさまざまな相談に応じます。必要に応じて関係機関と連携しながらサポートを行います。

日程 平日9～16時
場所 東部・北部子育て支援センター
対象 乳幼児の保護者
☎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

地域子育て支援メニュー 「ツインズちゃん」 (無料)

日程 毎月第1・3金曜9時30分～11時
場所 子ども発達センター
内容 育児相談、情報交換、親子遊びなど
対象 多胎児とその保護者
申込 電話か直接子ども発達センターへ
☎子ども発達センター ☎23-3945

ツインズちゃんパパママ学級 (無料)

日程 1月28日⑩ 10時15分～11時15分
場所 子ども発達センター
内容 情報交流会
対象 0～3歳程度の多胎児とその保護者(子どもが就園している人も参加できます)
定員 8組程度
申込 電話か直接子ども発達センターへ
☎子ども発達センター ☎23-3945

出前保育「みんなよっといで～!!」

日程 1月17日⑩ 10時30分～12時
場所 春日幼児園
内容 手遊び、ふれあい遊び、絵本の読み聞かせなど
対象 未就園児とその保護者、妊婦
※飲み物とタオルを持参ください。
☎壱ヶ丘幼児園子育て支援センター ☎34-4188

させぼ競輪

☎31-4797



【昼開催】

- 小田原 F I 場外 1月10～12日
和歌山記念 G III 場外 11～14日
高松 F I 場外 14～16日
川崎記念 G III 場外 18～21日
名古屋 F I 場外 21～23日
宇都宮 F I 場外 22～24日
いわき平記念 G III 場外 25～28日
平塚 F I 場外 29～31日
静岡記念 G III 場外 2月1～4日
宇都宮 F I 場外 5～7日
小松島 F I 場外 6～8日
全日本選抜 G I (岐阜) 場外 9～12日
取手 F I 場外 10～12日
【ナイター開催】
四日市 F I 場外 1月11～13日
小倉 F I 場外 13～15日
本場 F I 18～20日
小倉 F I 場外 21～23日
松戸 F I 場外 24～25日
久留米 F I 場外 26～28日
名古屋 F I 場外 29～30日
小倉 F I 場外 31～2月2日
いわき平 F I 場外 3～4日
豊橋 F I 場外 5～7日
川崎 F I 場外 7～9日

【ミッドナイト競輪】

- 本場 F II ・ガールズ 1月28～30日

トップくんフリーマーケット、バンク開放についてはさせぼ競輪 HP でお知らせします。



出前保育「みんなであそぼう」

日程 1月16日⑩、30日⑩、2月6日⑩ 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、絵本の読み聞かせなど
対象 0～5歳の未就園児とその保護者、妊婦
☎日野子育て支援センター ☎28-3264

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

1/1(月)・2(火)・3(水) FII ミッドナイト オッズパーク杯
★1R発走予定時刻 全日20:58
★最終R発走予定時刻 全日23:22
1/18(木)・19(金)・20(土) FI ナイター 道の駅 させぼくす99賞
★1R発走予定時刻 全日15:50 ※開門時刻9:50
★最終R発走予定時刻 全日20:20
1/28(日)・29(月)・30(火) FII ミッドナイト ウィンケ ミッドナイト競輪
★1R発走予定時刻 全日20:40
★最終R発走予定時刻 全日23:20
Tel:0956-31-4797 ●競輪は適度に行きましょう ●車券の購入は20歳になってから

3B 体操 (無料)



ボール、ベル、ベルターの3つの用具を使った体操です。

日程 1月25日⑩ 11～12時
 場所 子ども発達センター
 対象 乳幼児とその保護者
 定員 10組程度
 申込 電話か直接子ども発達センターへ
 ⑩子ども発達センター ☎23-3945

高齢者と介護

地域支え合いフォーラム～支え合いから繋がる、活力ある地域づくり～

日程 1月20日⑤ 13時30分～16時
 場所 体育文化館(コミュニティセンターホール)
 内容 地域での支え合い活動に関する発表、九州文化学園高等学校吹奏楽部による演奏など
 定員 500人
 申込 電話かファクス(25-9670)で長寿社会課へ
 ⑩長寿社会課

障害者控除

障害者手帳を交付されていない65歳以上の人で、身体障害や認知症状態が一定基準に該当すると市が認めた人に対し、確定申告等で税の控除が受けられる「障害者控除対象者認定書」を交付します。
 対象 申告対象年の12月31日現在で、次の条件を満たしている人
 ・佐世保市に住民登録がある満65歳以上の人
 ・要介護1～5の認定を受けている人
 ・身体障害者手帳、精神障害者手帳、療育手帳の交付を受けていない人

申込 直接長寿社会課へ



市 HP (障害者控除対象者認定書)

⑩長寿社会課

介護者のこころの相談会 (無料)



介護をしている人が日頃の悩みを話すことで心も体も元気でいられるよう、臨床心理士による個別相談を行っています(随時開催)。
 場所 長寿社会課、各支所
 対象 高齢者を介護している人
 定員 各回2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、早めに申し込んでください。
 ⑩長寿社会課

介護教室 (無料)

日程 2月8日⑩ 10時～11時30分
 場所 大野地区コミュニティセンター
 内容 テーマ「認知症について」
 申込 電話でドリームケア矢峰へ
 ⑩ドリームケア矢峰 ☎42-8760

健康づくり

1月1日⑩～2月29日⑩は たちの献血キャンペーン



献血者が不足しがちな冬期に安全な血液製剤を安定的に確保するため、たちの若者を中心に「たちの献血キャンペーン」を実施しています。献血へ

のご理解とご協力をお願いします。

⑩感染症対策課

市民公開講座「健康教室」(無料)

日程 1月23日⑩ 14～15時
 場所 総合医療センター
 内容 テーマ「遺伝性腫瘍について学びませんか?(HBOC)」

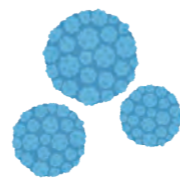


総合医療センター (健康教室)

⑩総合医療センター ☎24-1515

生活衛生

冬は特にご注意ください！ ～ノロウイルス食中毒～



冬はノロウイルス食中毒が多発する時期です。ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口で感染し、人の腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。次のことに注意し、食中毒を予防しましょう。

- ・調理や食事の前、トイレの後はせっけんを使って十分に手を洗う
 - ・下痢や嘔吐などの症状がある場合は、調理を控える
 - ・食材はよく洗い、加熱できる食材は中心部まで十分に加熱する
 - ・包丁、まな板、布巾などの調理器具は十分に洗浄し、熱湯や漂白剤などで消毒する
- ※詳しくは市 HP をご覧ください。



市 HP (ノロウイルス)

⑩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	

※乳がん検診の30代はエコー検査、40代以上はマンモグラフィ検査。
 ※本市在住の国保加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料。

場所 市内の登録医療機関

②肺がん検診(胸部レントゲン、65歳以上は結核検診も兼ねる)

日程 毎週月～木曜(祝日を除く)

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 電話で健康づくり課へ

④女性がん検診(肺・大腸・子宮頸・乳がん検診)

日程 ①2月24日⑤ 8時30分～14時②3月6日⑩ 9～14時
 場所 ①中央保健福祉センター②広田地区コミュニティセンター

相談 など

子どもの発達(要予約)

⑩子ども発達センター(療育相談) ☎23-3945
 ⑩健康づくり課(歯科保健相談)

障がい福祉 ⑩障がい福祉課

- 佐世保断酒会
1月21日⑩、1月23日⑩ 13時30分、2月3日⑤ 19時
- GA 佐世保(ギャンブル依存当事者会)
1月10日⑩、17日⑩、24日⑩、31日⑩、2月7日⑩ 19時
- ギャマノン結(依存症の家族、友人の会)
1月10日⑩、17日⑩、24日⑩、31日⑩、

2月7日⑩ 19時

- 高次脳機能障害当事者会・家族の集い
1月13日⑤、27日⑤ 13時
- ひきこもり家族会(あのねの木)
1月17日⑩ 10時
- 精神障がい者家族の会(ゆみはり会)
1月20日⑤ 13時
- 精神患者当事者会(ふたばの陽)
1月20日⑤ 13時30分

認知症本人ミーティング ⑩長寿社会課

- 認知症本人ミーティング ⑩長寿社会課
1月18日⑩ 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 ⑩保健福祉政策課

⑩医療安全支援センター ☎25-9723
 生活にお困りの方への支援

⑩市社会福祉協議会 ☎23-0265

いじめ・不登校・非行問題相談窓口

⑩青少年教育センター ☎22-0077

休日・夜間の救急医療体制

⑩急病診療所 ☎25-3352

⑩消防局医療機関案内 ☎23-8199

長崎県子ども医療電話相談

⑩#8000 ダイヤル回線 ☎095-822-3308



休日・夜間の救急医療体制等

祝事、法要、接待ご予約承ります



[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。
 ゆった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
 夜の懐石 6,600円より(税込)

大野	国道	島原
●中央保健福祉センター	●古賀文具	●旧県北会館
●佐世保警察署	●佐世保警察署	●長崎大学

[ホームページ] <http://t-pro-kaori.com/> 佐世保市天満町2-29シービル2F 電話 0956-37-3500 火曜定休

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

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