

## 早めの受診を インフルエンザの感染予防

インフルエンザは患者の咳やくしゃみのしぶきを直接吸い込んで感染します。また、咳やくしゃみをした時に手にウイルスが付着し、その手で触ったドアのノブなどを介してうつることもあります。インフルエンザの予防のため、次のことを心掛けましょう！

### ① 予防接種を受けましょう

インフルエンザの予防接種はインフルエンザウイルスへの免疫力向上、かかった際の重症化抑制などの効果があります。高齢者や子どもの予防接種費用の助成については、市ホームページや広報させぼ10月号折り込みチラシをご覧ください。健康づくり課へお尋ねください。

### ② 手洗いを習慣に

外出先から帰宅した時は手をせっけん等で洗い、ウイルスを除去しましょう。

### ③ 咳エチケットの徹底

「咳エチケット」とは、咳やくしゃみが出る時、周囲にいる人と2m以上距離を置き、顔をそむける、ハンカチやマスクで覆うなどしてウイルスを広げないように心掛ける行為のこと。感染を拡大させないため、咳エチケットを徹底しましょう。

### ④ 適度な湿度に

空気の乾燥は鼻やのどの粘膜の防御力を弱めます。適度な湿度はウイルスの活動を抑制すると言われています。加湿器や濡らしたタオルなどで部屋の湿度を保ちましょう。

インフルエンザは急な高熱が特徴です。咳やのどの痛み、関節痛、倦怠感などの症状がある時は、早めにマスクをして医療機関を受診しましょう。



健康づくり課 ☎24-1111

## シリーズ 佐世保の景観⑤

地域の魅力を再認識するために本市が選定した「させぼ景観100選」から、とっておきの景観を紹介します。

### 浅子教会



浅子町に建つ浅子教会は、九十九島を臨む港の前にひっそりとたたずむ教会です。クリスマスの時期には、静かな町並みの中、イルミネーションの光で彩られた教会が美しく際立ちます。

### 針尾無線塔



大正11年に旧海軍により建設された巨大な3本の無線塔は、昭和16年12月2日に暗号「ニイタカヤマノボレ1208」を中継したと伝えられています。約136mの高さと一辺300mの正三角形に配置された姿は本市の歴史を物語る貴重な近代化遺産の一つとして数えられるとともに、ランドマークとして地域のシンボルにもなっています。本年3月6日、国の重要文化財に指定されました。

まち整備課 ☎24-1111

## がんばらんば国体・がんばらんば大会への協賛を募集

来年、本県で「長崎がんばらんば国体」「長崎がんばらんば大会」が開催されます。全国から訪れる多くの選手や監督、観覧者の皆さんを「おもてなしの心」でお迎えし、この国内最大のスポーツの祭典を成功させるためには、市内の企業や団体、個人の皆さんなどから協賛にご協力いただくことが必要です。本市では市民総参加で大会を推進していきたいと考えていますので、ご理解とご協力をお願いします。

### 募集期間

来年8月31日(日)まで

### 協賛物品例

- ・おもてなし装飾品(のぼり旗等)の提供
- ・広報啓発物品(がんばくんグッズ等)の提供
- ・大会運営物品(大会スタッフのユニフォーム等)の提供
- ・競技運営用事務機器等の提供や自動車等の無償貸与
- ・大会参加者への記念品やPR用配布物等の提供など

### 協賛者特典

- ・実行委員会ホームページでの紹介
- ・各競技プログラムへの掲載
- ・協賛品への協賛者名の掲載(実行委員会との協議が必要です) など

### 申込方法

事務局から連絡しますので、まずは電話かEメール(kokutai@city.sasebo.lg.jp)でお知らせください。



国体推進室 ☎76-7103

## 養殖トラフグ市町村別生産量 全国第2位 九十九島とらふぐ おいしさの秘密!

本市の養殖トラフグの市町村別生産量は全国第2位で、年間約600トンとなっています。その中でも、鹿町地域の若手生産者がブランド化に取り組んでいる「九十九島とらふぐ」は味が良く、関東圏でも高く評価されています。

### おいしさの秘密

#### ① 九十九島の恵み

208の島々が浮かぶ西海国立公園九十九島。複雑な地形が生み出す潮の流れと、島々からの滋養成分がおいしい魚介を育てています。九十九島だからこそ、おいしいフグが育つのです。



#### ② えさにこだわり「早摘みミカン」

近年では飼料として「早摘みミカン」を与えています。トラフグは大変デリケートで病気になるやすい魚ですが、このミカンは血流を良くし、さまざまな病気を防ぐと言われています。



#### ③ 飼育にこだわり「歯切り」

九十九島とらふぐの養殖には、フグ同士の「噛み合い」による傷付きを防ぐため、上下の歯を切り取る「歯切り」が欠かせません。作業は1匹残らず手作業で行い、出荷までに5〜6回繰り返します。こうした努力が高い評価につながっています。



### 九十九島とらふぐキャンペーン

九十九島とらふぐを使ったオリジナルメニューを提供するキャンペーン(「させぼ「はまる」プロジェクト」「九十九島漁業協同組合」共同事業)を開催します。詳しくは下記サイトをご覧ください。

期間 12月1日(日)〜31日(火)  
参加店舗 市内飲食店(30店舗程度)  
<http://www.sasebohamaru.jp/>



九十九島漁業協同組合 ☎69-3161

産業振興課 ☎24-1111