

広
報

さいかい

ぱりぐっど VARYGOOD

6

西海市
2019 (R1)
No.170

Contents

- 2 まちの話題
- 14 暮らしの情報
- 7 ほけんとふくし
- 26 きょういくの広場

満面の笑顔溢れる園庭
子どもに寄り添い
成長を見守る

あふ

詳細は5ページを
ご覧ください。



日本代表に!

ウェイトリフティング（重量挙げ）の世界ジュニア選手権の男子89kg級日本代表に選ばれた、西彼農業高校出身で西彼町伊ノ浦郷の面田裕さんが、5月13日に市長を訪れ、6月に開催される大会への出場決定について報告をしました。

面田さんは、「大会で頑張ってきます。今後は、大学チャンピオンになり代表選手に選ばれ、全日本学生選手権、国体、2024年パリ五輪に出場したい」と抱負を述べました。

現在、九州国際大学に通う面田さんに西海市の魅力を尋ねたところ、「西海市は自然が豊かで、家に帰るとやっぱり落ち着きます」と笑顔で答えてくれました。西海市を拠点に、今後ますますの活躍を期待します。



面田裕さんの経歴と受賞歴

- 平成 29 年度インターハイ 94 kg級トータル優勝
- 平成 29 年度全日本ジュニア選手権大会 85 kg級優勝
- 平成 29 年度西海市体育協会スポーツ優秀者受賞
- 平成 29 年度西海市教育委員会 教育・文化・スポーツ功労表彰受賞
- 平成 30 年度全日本ジュニア選手権大会 89 kg級優勝
- 平成 30 年度長崎県スポーツ賞受賞
- 2019 年世界ジュニア選手権大会(フィジー共和国開催) 出場予定

農林水産大臣賞・全国土地改良功労者表彰を受賞

丸田地区基盤整備事業推進委員会会長の富田和利さんと西海町土地改良区理事長の郡勝壽さんが4月16日に市長を訪れ、受賞の報告を行いました。

丸田地区推進委員会は、基盤整備事業による先駆的な農地改良の取り組みが評価され、2018年度「農業農村整備優良地区コンクール」の農業振興部門で最高賞の農林水産大臣賞を受賞されました。

また、郡さんは長年に渡る土地改良事業推進の功績が認められ、全国土地改良功労者表彰において、役員表彰を受けました。お二人の更なるご活躍を期待します。



▲左から、とみた かずとし富田 和利会長、市長、こおりかつとし郡勝壽理事長、みやもと けんいち西海町土地改良区事務局長 宮本健一さん

西田 裕さんが重量挙げ

市長が果敢に腕相撲に挑みましたが、西田さん強し。



にしだ ゆう 選手
西田裕 選手

ウェイトリフティングは中学の先輩に誘われ見学して「かっこいいな」と思い、高校1年生から入部して始めた。高校では先輩や先生に恵まれ良い環境で練習でき、全国で戦うまで成長できて感謝している。



(裕さんの父)
にしだ ひろゆき
西田裕之 さん

本人からウェイトリフティングを始めると聞いた時は驚いたが、面白いと思えば応援してきた。筋肉を付けるために妻が食事管理に協力し、鶏ムネ肉の調理方法を工夫して毎日飽きずに食べれるようにサポートしてくれた。



西海市ウェイトリフティング協会会長
とだしのぶ
戸田忍 さん

西彼農高の部員に指導が良く行き届き、選手の力がどんどん伸びている。顧問コーチが3名も付いてくれ心強い。



西彼農高ウェイトリフティング部監督
まつふじなつき
松藤夏樹 さん

西田君は1つのことをコツコツ続けることに秀でてた選手。基礎体力、身体能力もトップレベルで大会チャンピオンを狙う力がある。入部当初は体重68kgと細かったが、短期間で体を作ってきた。



▲西彼農高卒で九州国際大学に通う選手仲間と共に。
左から男子109kg級の吉岡直哉さん（大瀬戸出身）、
女子49kg級山道穂乃香さん、西田さん。



▲にしだ・ゆう（1999年生まれ。西彼町出身）

令和元年度の新任の行政区長を紹介します

行政区長の皆さまには、市と市民の皆さまとのパイプ役としてご協力いただきます。市からの配布物を届けていただくことや、各種事務連絡の伝達、地区要望のとりまとめ等をお願いし、より良い地域づくりのためにお世話いただくこととなります。

再任の方、任期中の方の紹介は割愛いたします。

西彼町（※敬称略）

行政区	行政区長名
八木原	いだ ひろし 井田 博
大串	なかむら しょうじ 中村 昭二
平原	ささき まもる 佐々木 守

大島町

行政区	行政区長名
中戸	こさき みつお 小佐々 光男
寺島	よしだ たかし 吉田 隆
中央	よしおか かおる 吉岡 薫

崎戸町

行政区	行政区長名
栗崎	しげまつ まさのり 重松 正憲
平島西	まえだ はるとし 前田 治利

※西海町については、交代なし。

大瀬戸町

行政区	行政区長名
柳	みねさき てるみ 峰崎 照実
上郷	なきり ゆう 菜切 優
平倉	おおぬき たけし 大抜 武
東浜	たけぐち かずゆき 竹口 一幸
西浜	いまい こういち 今井 功一
緑ヶ丘	ひらの さとる 平野 智
板浦	いわさき もとお 岩崎 源生
福島	やまぐち のりお 山口 典夫
向島	つぐち ひろき 津口 博喜
小松	にしかわ ひでとし 西川 英俊
南区	やまもと きんじ 山本 勤治
中区	しいば まさと 椎葉 正人
北区	いわさき としゆき 岩崎 敏幸
西区	ふなはし あきひろ 船橋 秋広
河通	かしま よしのり 加島 義則
上の瀬	さかくち たいじ 坂口 泰二
奥浦	むらかみ しょうじ 村上 昇二

第21回雪浦ウィークが開催されました

今年で21回目となる「雪浦ウィーク」が5月2日から5日までの4日間、大瀬戸町雪浦地区で開催されました。

期間中は天候に恵まれての散策日和で、生産、創作、趣味の場として開放された約50の店舗および民家に、市内外から多くの観光客を迎えて交流が行われました。

古民家を改築した趣のある「古屋ギャラリーりん」では、来客が書道体験をしたり、「川添酢造有限会社」では甘酒や飲むお酢等の試飲が人気でした。

「ゲストハウス森田屋」に宿泊された中国人男性旅行者は、「ここはきれいで快適に過ごすことができた。ちょうどイベントがあるので楽しんで行きたい」と感想を述べてくれました。

雪浦小学校の子ども達による手作りスタンプラリーも、雪浦ウィークを盛り上げました。



ウィークの看板と旗があちこちで迎えます

スタンプラリーめぐりも楽しそう!



いちごの飲むお酢を味見しています



直筆の書を持って記念撮影をする来場者





▲一番左が山下先生、左から2番目が八戸先生、一番右が野田先生

今月は、大島町にある「**太田尾保育園**」を訪れました。

カトリック太田尾教会に隣接する保育園で、山下秀子園長と4名の保育士の先生で、10名の園児をお世話しています。

お告げのマリア修道会を母体とする社会福祉法人聖ヨハネ会太田尾保育園は、昭和31年1月に開設し、「互いに愛し合いなさい」というカトリックの愛のところで、誰でも気軽に立ち寄れる開かれた園づくりを目指した保育を行っています。

表紙の写真は、園庭で遊ぶ子ども達を見守る山下先生です。今回は、保育士の先生3名にお話を伺いました。

※太田尾保育園は、今年度で閉園となります。

山下喜代美先生(主任)

好きな給食 豆腐ハンバーグ、里芋入りハンバーグ、手作りプリン

この職に就いたきっかけ 小学生の頃から小さい子のお世話をするのが好きで、幼稚園の先生になりたいと思っていました。

この仕事のやりがい 嫌なことがあっても、子ども達が癒して元気にしてくれる。

その他 子どもだけでなく、保護者の方とのコミュニケーションを大切にしています。

趣味 最近、多肉植物の寄せ植えにはまっている。

これからの目標 子ども達と触れ合う現場にいたい。

野田美穂先生(3歳以上児担任)

好きな給食 給食の先生の手作りはどれもおいしい。

この職に就いたきっかけ 幼少期からピアノを長く習っていて、高校入学の頃から保育士になるのが夢だった。

この仕事のやりがい 子どもの成長が見られて嬉しい。卒園した子ども達の成長した姿を見た時に感動する。母親代わりになってお世話ができるのが嬉しい。

これからの目標 ずっと保育士として勤めたい。

八戸恵先生(3歳未満時担任)

好きな給食 春雨と野菜のスープ、手作りプリン

この職に就いたきっかけ 高校時代には体育の教師になりたいと思っていたが、高校の先生から保育士を薦められたことがきっかけ。

この仕事のやりがい お母さん達のお手伝いができることを嬉しく思う。

その他 子ども一人ひとりの成長を近くで見ることが出来る。

その他 実は…ピアノが苦手(笑)。行事の時のピアノ伴奏をする時は緊張する。

趣味 孫の子守り

これからの目標 子どもと関わる仕事をしていきたい。

取材中にも「先生！」と子ども達が駆け寄ってきます



▲園舎のすぐ傍にあるカトリック太田尾教会

今年もアユの放流を行いました

大瀬戸町の淳心保育園の園児16名が4月19日、幸物河川公園、河通川河川プールから約3,000匹のアユを放流しました。

園児たちは、体長7m程度の稚魚に「大きくなって帰ってきてね」と願いを込めて放流しました。

稚魚の放流は、雪浦川内水面振興協議会の活動のひとつで、雪浦川の環境を守って魚を増やすために毎年行われています。

大きくなって帰ってきてね!!



ばりぐっどFROM BARIKAIな人を紹介!



今月の「ばりぐっどな人」では、今年3月、西彼町に新しくオープンした居酒屋「まるや」を営む小坂亜樹さん、小坂律子さん、川口久美子さんの3人をご紹介します!



居酒屋 まろや
【住所】〒851-3305 西彼町喰場郷1335-5
【TEL】0959-27-1317
【営業時間】17:00～23:00(オーダーストップ)
【定休日】月曜日・第3日曜日

— お店(飲食店)を開店するのが夢だったそうですが。
【小坂律子】私の母も私もお店を開くのが夢でした。息子(亜樹さん)は、小さい頃から「いつかお店をしたいね」と大人が夢を語り合う環境にいたことで、料理を作ることや人が集まる場所への興味が育ったようです(笑)。
— 夢物語のように楽しく会話していたことが、実現するとは思ってもいませんでした。
— そうなのですね!今回、その夢が実現することになったきっかけは?
【川口】半年ほど前に、たまたまこの場所でお店をする人を探しているという話を聞き、やってみようということになりました。それからオープンにむけて慌ただしく毎日が過ぎ、夢が現実になりました。
— 「夢は言葉にすると叶う」といいますが、まさにその通りですね!これからどんなお店にしていきたいですか?
【小坂亜樹】料理は小さい頃から好きでした。県外の飲食店で働いていた時には、毎日飲み歩くのが楽しみでした。地元である西彼町で居酒屋「まるや」を「みんなが集える楽しい場所」にしていきたいです。
【小坂律子】居酒屋「まるや」が、みなさん気兼ねなくゆつくり過ごしてもらえる場所になるといいなと思います。

ライタープロフィール

山口智子
ばりぐっどライター、子育て支援情報や音楽に関する記事などを担当。自宅でピアノ教室を開催。西彼町在住。

【川口】まだまだこれからですが、お子さん連れの方でも気軽に来てもらえるような、あたたかい雰囲気のお店を目指して頑張りたいと思います。
— 「まるや」という名前の由来は?
【小坂亜樹】飼っている猫の名前が「まる」で、そこから「まるや」と名づけました。
— 最後に「おすすめのメニュー」を教えてください!
【小坂律子】炭火で焼いた「串焼き」と「揚げ出し豆腐」がおすすめです。お客様には「チャーハン」が人気です!
— 小坂さん親子と川口さんから地元を元気にしたいという気持ちと、来た人をあたたかく迎え入れるやさしい雰囲気を感じ、「ぜひ、また行ってみたい!」と思いました。
みなさん、明るく気さくにお話してください!ありがとうございます!

居酒屋まるやについてクエスチョン♪

アクセス Map

生長の家

←至長崎 至西海橋→

西彼中学校

クリニック

長崎オランダ村、西海市西彼総合支所

長崎バイオパーク

問題1:居酒屋まるや の名前の由来は?
問題2:居酒屋まるや は西海市の何町にあるでしょうか?
答えがわかったかな?
ハガキでのご応募の方はばりぐっど編集部
〒851-3305 長崎県西海市西彼町喰場郷1686-3まで、
SNSでご応募の方はFacebookのばりぐっどアカウントへ
①お名前②ご住所③クイズの答えを記載してメッセージください!
正解者1名に「居酒屋まるや」500円分お食事券をプレゼントいたします

ローカルメディア[ばりぐっど] フェイスブックページ インスタグラムページ

ばりぐっど URL ご案内

該当するお子さんは、日本脳炎の予防接種を受けましょう

日本脳炎とは

日本脳炎ウイルスの感染で起こります。ヒトから直接ではなく、ブタなどの体内で増えたウイルスが蚊によって媒介され感染します。7～10日間の潜伏期間の後、高熱、頭痛、嘔吐、意識障害、けいれんなどの症状を示す急性脳炎になります。ヒトからヒトへの感染はありません。

近年では毎年10人前後の患者が西日本を中心に発生しています。飼育されているブタによる日本脳炎の流行は毎年6月から10月まで続きますが、この間に、地域によっては、約80%以上のブタが感染しています。感染者のうち100～1,000人に1人が脳炎を発症します。脳炎にかかった時の死亡率は約20～40%ですが、神経の後遺症を残す人が多くいます。

対象者と通知

第1期から第2期の時期を迎えられたお子さんに通知します。

第1期初回

3歳になられたお子さん

第1期追加

今年4歳になられるお子さんで第1期追加接種の時期を迎えられたお子さん

第2期

9歳で2期の時期を迎えられたお子さん。

その他の対象者

●平成19年4月2日から21年10月1日に生まれた方で、平成22年3月31日までに第1期が終了していない方で、9歳以上13歳未満にある方

●平成11年4月2日から19年4月1日までの間に生まれた方で、20歳未満の方

この対象者の方には、今年度は個人通知を行いませんが、予防接種をご希望の方はごども課へご連絡ください。

接種ができる医療機関

西海市内医療機関、県内の広域予防接種事業受託医療機関（希望する医療機関へお問い合わせください）

接種費用

無料

標準的な接種期間・回数

第1期

（3歳以上）初回接種として6～28日の間隔を置いて2回。2回目からおおむね1年後に追加接種を1回

第2期

（9歳以上13歳未満）1回

問い合わせ先

ごども課ごども健康班
☎37-00029



西彼保健所風しん抗体検査事業のご案内

妊娠した女性が風しんウイルスに感染した場合、赤ちゃんに難聴、心疾患、白内障などの障がい『先天性風しん症候群』が出る可能性があります。そこで妊婦への風しん感染を防止するため、保健所では風しんの抗体検査を無料で実施しています。まずは、お問い合わせください。

対象者

県内に在住（長崎市・佐世保市は除く）する次のいずれかを満たすもの

- ①妊娠を希望している女性（妊婦は除く）
- ②妊娠を希望している女性の夫・パートナー
- ③風しん抗体価が低い妊婦の夫・パートナー
- ④風しん抗体価が低い妊婦の同居者

検査日時

月曜日から金曜日 10時～16時30分
（水曜日は15時30分まで）

※前日17時30分までに御予約ください。

費用 無料

その他

検査結果が出るまでに最大4週間かかります。面談にて結果説明を行います。

問い合わせ先

長崎県西彼保健所 地域保健課
☎095-1856-50059

2019年度 西海市集団健診日程表

◎年齢基準は2020年3月31日

健(検)診	略語	対 象	健(検)診	略語	対 象	
特定健康診査	特	40～74歳の 国保 の方	子宮頸がん検診(細胞診・内診)	女	20歳以上の女性	
若年者健診	若	30～39歳の 国保 の方	乳がん検診(マンモグラフィ)	女	40歳以上の女性	
肺がん・結核検診	胸	40歳以上の方	その他	骨粗しょう症検診	骨	40・45・50・55・60・65・70歳の女性
大腸がん検診	大	40歳以上の方		肝炎ウイルス検査	特	40歳以上の方
胃がん検診(バリウム)	胃	40歳以上の方	前立腺がん検診	特	50～74歳の男性	
ピロリ抗体検査	胃	50～69歳の胃がん検診を受診した方				

※乳がん・子宮頸がん検診を昨年度、クーポン券で受診された方は今年度も受診できます。

※お住まいの地区にかかわらず、どの会場でも受診できます。

※胃がん検診を希望されない方は混雑が予想されますので、胃がん検診日程以外の日に受診されることをお勧めします。

※文字色は **西彼地区：緑**、**西海地区：青**、**大島地区：紫**、**崎戸地区：黒**、**大瀬戸地区：赤**

日 程	会 場	受付時間	特	若	胸	大	胃	女	骨
6月24日 (月)	雪浦地区公民館	8:30～10:00	特	若	胸	大			
	白似田構造改善センター	13:00～13:30			胸	大			
	平原公民館	14:30～15:00			胸	大			
6月25日 (火)	松島地区公民館	8:45～9:30	特	若	胸	大	胃		
	外平集会所	11:30～12:30	特	若	胸	大			
7月1日 (月)	大瀬戸保健センター	8:30～10:30	特	若	胸	大	胃		
	大瀬戸コミュニティセンター	11:30～12:00			胸	大			
	黒口公民館	14:00～14:30			胸	大			
	天久保公民館	15:00～15:30			胸	大			
7月2日 (火)	多良地区公民館	8:30～10:00	特	若	胸	大			
	中浦農業集落多目的集会所	11:00～11:30			胸	大			
		13:30～14:30	特	若	胸	大			
七釜公民館	15:00～15:30			胸	大				
7月3日 (水)	七釜公民館	8:30～10:00	特	若	胸	大			
	横瀬東公民館	11:30～12:00			胸	大			
	横瀬地区コミュニティセンター	13:30～14:30	特	若	胸	大			
	寄船公民館	15:30～16:00			胸	大			
7月4日 (木)	川内公民館	8:30～10:00	特	若	胸	大			
	畑下公民館	11:00～11:30			胸	大			
	水浦公民館	13:30～14:30	特	若	胸	大			
	小郡公民館	15:00～15:30			胸	大			
日 程	会 場	受付時間	特	若	胸	大	胃	女	骨
7月8日 (月)	西海保健センター	8:30～10:30	特	若	胸	大	胃		
	新田集会所	11:30～12:00			胸	大			
	横瀬東公民館	13:30～14:30	特	若	胸	大			
	木場公民館	15:15～15:30			胸	大			
7月9日 (火)	JA北部営農センター(小迎)	16:00～16:30			胸	大			
	太田和公民館	9:00～10:30	特	若	胸	大			
7月11日 (木)	徳万公民館	13:30～14:00			胸	大			
	蛤公民館	14:30～15:00			胸	大			
	崎戸中央公民館	8:30～10:30	特	若	胸	大			
7月12日 (金)	本郷公民館	13:00～13:30			胸	大			
	中戸集会所	14:00～14:30			胸	大			
	百合ヶ丘集会所	15:00～15:30			胸	大			
7月17日 (水)	崎戸中央公民館	8:30～10:30	特	若	胸	大	胃	女	骨
	西面体育館	13:30～14:00			胸	大			
	大島地区こども公民館	14:30～15:00			胸	大			
	大島農村勤労福祉センター	8:30～10:30	特	若	胸	大	胃		
7月18日 (木)	馬込東集会所	13:30～14:00			胸	大			
	黒瀬集会所	14:30～15:00			胸	大			
	西彼保健福祉センター	8:30～10:30	特	若	胸	大	胃		
7月19日 (金)	亀浦公民館	13:30～14:00			胸	大			
	風早公民館	14:30～15:00			胸	大			
	西彼教育文化センター	8:30～10:30	特	若	胸	大	胃		
	白崎生活館	13:30～14:00			胸	大			
7月19日 (金)	中山構造改善センター	14:30～15:00			胸	大			
	宮浦研修センター	15:30～16:00			胸	大			
日 程	会 場	受付時間	特	若	胸	大	胃	女	骨

がん検診(前立腺がん検診以外)は今年度も無料です!!

諸注意

健(検)診	略語	備考
特定健康診査	特	社会保険扶養者は各保険者へお尋ねください
若年者健診	若	特定健診と同等の検査を受診できます
肺がん・結核検診	胸	胸部エックス線検査、喀痰検査(後日提出) 妊娠中の方は受診できません
大腸がん検診	大	便潜血検査(2日法) 検体が2本ないと正確な検査ができません
胃がん検診(バリウム)	胃	胃がん検診を受けられる方は前日の午後9時以降の飲食・タバコはお控えください(就寝までは水は可) 当日、収縮期血圧180または拡張期血圧110mmHg以上の方、妊娠中の方は受診できません 通常服用されている処方薬は検査1時間前までに200ml未満のお水で服用してください
ピロリ抗体検査	胃	採血によるピロリ抗体の測定 今まで検査をしたことがない方 負担金：700円
子宮頸がん検診(細胞診・内診)	女	2年に1回 妊娠中の方は流産・早産の危険性がありますので主治医とご相談ください
乳がん検診(マンモグラフィ)	女	2年に1回 妊娠中、授乳中、断乳3か月未満、胸部の手術をされた方は受診できません
その他 骨粗しょう症検診	骨	課税状況の確認が必要ですのでご了承ください 負担金：600円
その他 肝炎ウイルス検査	特	今まで西海市で検査をされたことがない方
前立腺がん検診	特	血清PSA検査(血液検査) 負担金：1,728円

個別健康診査が始まりました!!

医療機関での健康診査を6月から実施しております。

受診に必要な受診券・受診票は、5月から随時発送していますのでご確認ください。

受診を希望される方は、受診券と一緒に同封されている説明書をご覧になり、希望する医療機関に直接お申込みください。

区分	特定健康診査	後期高齢者健康診査
対象者	①国保加入者で40歳～74歳になる者 ②実施年度中に75歳になる者で、75歳未満の者も含む	①健診の実施日において、後期高齢者医療の被保険者(75歳以上) ②65歳以上の方で一定の障害があり、制度に加入されている方
持参するもの	①受診券 - 青色 大きさ(葉書大) ②国民健康保険証 ③問診票	①受診券 - ピンク 大きさ(葉書大) ②後期高齢者医療被保険者証 ③問診票
健診実施期間	2019年6月1日～2020年3月31日	
個人負担金	無 料	
実施医療機関	(西海市内医療機関) 東内科医院・田中クリニック・真珠園療養所・長崎セント・ノーヴァ病院・せいひ中央クリニック・池田医院・たいら医院・金森医院・田中医院・さいかいクリニック・須山医院・山崎医院・江島診療所・平島診療所・浦口医院・わたなべクリニック・松島診療所・雪浦ひうらクリニック	
健診項目	問診・身体計測(身長・体重・腹囲)・ 診察・血圧・尿検査(蛋白・糖・潜血)・ 血液検査(貧血・肝機能・血糖・腎機能・ 血中脂質・尿酸)	問診・身体計測(身長・体重)・診察・血 圧・尿検査(蛋白・糖・潜血)・血液検査 (貧血・肝機能・血糖・腎機能・血中脂質・ 尿酸)
結果通知	西海市から各受診者へ郵送。ただし保 健指導の対象者へは説明しながら直接 結果をお返しします。	西海市から各受診者へ郵送します。

問い合わせ先 健康ほけん課 ☎37-0067

母子保健推進員を紹介します

西海市では、安心して子育てができるよう、親御さんの身近な相談相手として各地区に母子保健推進員を配置しています。健診等のお手伝いや地域と行政とのパイプ役も担っています。お気軽にご相談ください。(9名の方が今年4月以降新しく母子保健推進員になりました。)

生後4か月までの赤ちゃんを対象とした「こんにちは赤ちゃん訪問」では、母子保健推進員が母子保健サービスの紹介や乳児健診・相談のご案内等を行います。

問い合わせ先

こども課 こども健康班
☎ 3710029

	氏名	担当地区
西彼	山口 絹子	伊ノ浦
	葉山のり子 ※	小迎
	永尾 清美	八木原
	谷脇 房江	大串
	山田 優子 ※	平山
	田添 富乃 ※	鳥加
	江川さとみ ※	白崎
	岩永 フミエ	下岳
	中嶋 真由美	上岳
	一瀬 玲子	喰場
	相川 節子	平原
	伊東 邦子 ※	白似田
	樋口 美津代 ※	風早
	近藤 寿美子 ※	亀浦
坂口 美佐子 ※	宮浦	
西海	森 保子	中山
	平野 順子	丹納
	武藤 仁美	川内
	田崎 恵子	水浦
	山口 つよ子	横瀬東

※印は新任者

	氏名	担当地区
西海	谷上 浩子	横瀬西
	宮崎 千代子 ※	面高
	本山 章子	天久保
	竹本 知奈美	黒口
	山口 節子	太田和
	白山 久子	中浦
	岡 美恵子	七釜
	溝口 慶子	中央・間瀬・真砂
	今村 美紀	上記以外
	山川 マリノ	蛸浦
大島	蔵前 千恵子	水浦・本郷
	山下 テン子	江島
	合田 信子	平島
	石谷 聖子	松島
崎戸	森 はるみ	板浦
	吉田 満梨子	檜浦・福島・向島
	田島 喜久美	下山・羽出川・緑ヶ丘
	戸川 美代子	雪浦
	西尾 孝子	東濱・西濱
	富口 邦子	多以良
大瀬戸		

(敬称略)

健康に関する講話等について

西海市では、人生100年時代が叫ばれる中、さらに健康で長生きをして頂けるよう、高齢者の健康づくりや認知予防に関する講話等の取り組みを始めます。

各地区で開催する集まりや老人会、サロン活動において講話や運動、レクリエーション等を希望する場合は、直接申込みを受け付けます。希望される日時の1週間前までに直接ご連絡ください。

内容

- 健康(高血圧、糖尿病などの生活習慣病予防)
- 認知症の予防(講話・認知症サポート・養成)
- 成年後見制度、権利擁護関係
- 運動(いきいき百歳体操他)
- 栄養(低栄養・フレイル予防)
- 歯科に関する事 など

時間 30分〜2時間

従事者

保健師、看護師、栄養士、社会福祉士、歯科衛生士等

問い合わせ先

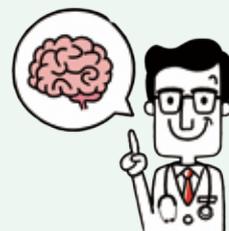
長寿介護課地域支援班
☎ 3710245

ご存知ですか？ 高次脳機能障害 — 相談窓口のご案内 —

高次脳機能障害(こうじのうきのうしょうがい)とは、脳卒中や交通事故などで脳に損傷を受けた後遺症として、記憶力、注意力、作業能力および感情コントロールの機能低下を呈し、日常生活に支障をきたしている状態をいいます。

高次脳機能障害にて、「生活のしづらさ」を感じ、お悩みの方(ご本人やご家族)は、是非ご相談ください。(診断がついてない方の相談もお受けいたします)

相談窓口 長崎県西彼保健所 地域保健課 保健福祉班
☎ 095-856-5159 (長崎市滑石1-9-5)



地域密着型サービス事業者募集のお知らせ

西海市では「西海市第7期介護保険事業計画および老人福祉計画（平成30～令和2年度）」に基づき、サービス基盤の整備を行うため、地域密着型サービス事業者（法人）の募集を行います。

1. 募集する地域密着型サービス

年度	地域密着型サービスの種類	整備地区	定員
令和元年度	認知症対応型共同生活介護（介護予防を含む）	西彼圏域	18人

2. 選定方法

- 事業者の選定は、地域密着型サービス運営協議会に意見を求め、市長が決定します。
- 審査の結果、「事業予定者なし」とする場合があります。
- 応募がない場合および事業予定者が決定しなかった場合は、再度募集を行うことがあります。

3. 募集手続

(1) 申し込み方法

- 応募される方は、事前にご相談ください。
- 事前相談終了後、応募申込書を提出してください。
- 応募にかかる費用は、すべて自己負担となります。

(2) 提出書類については、西海市ホームページに掲載中

プレゼンテーションの日時等詳細については、応募事業者事前に通知します。

(3) 提出および問い合わせ先

〒857-2392 西海市大瀬戸町瀬戸榎浦郷 2222 番地
西海市役所 長寿介護課 長寿政策班 ☎ 37-0024 ㊟ 23-3122

4. 募集日程等

- 質問受付期間 5月7日（火）～7月5日（金）まで
 - 質問回答時期および方法 回答時期 受付後1週間以内に回答します。
回答方法 西海市ホームページで回答書を公開します。
 - 事前相談期間 応募する方の事前相談は5月7日（火）～7月12日（金）まで
 - 応募書類の提出期間 7月16日（火）～7月31日（水）まで
- ※受付時間：質問、事前相談、応募書類の受付ともに午前8時30分～午後5時15分まで。
（土・日・祝日を除く）

5. その他

西海市ホームページ内で応募方法の確認や提出書類の様式がダウンロードできます。

通所型サービス事業

通所型サービス事業とは、高齢者の方が介護状態になることを予防し生きがいを持って生活できるように支援する事業です。

運動や物忘れを予防する活動を週1回実施します。基礎体力の向上、筋力の増強を目指して、個々に合ったプログラムを提供します。支援してくれるスタッフは、理学療法士や歯科衛生士、看護師などで、送迎も行います。

会場 大瀬戸ショッピングセンター
対象地区

大瀬戸町・西海町七釜地区

対象者 要支援1・2の判定を受けている方で、介護保険での通所サービスを利用していない方・事業対象者に該当する方

利用料金 1回200円

※昼食代は実費負担
定例日・時間 毎週水曜日

10時30分～13時（昼食含む）

利用期間

6か月以内

興味のある方は、長寿介護課地域支援班へご連絡ください。

問い合わせ先

☎ 37-0245



歯周疾患検診のご案内

～定期的に歯科検診を受けて80歳で20歯以上残しましょう～



歯・口で気になる症状はありませんか？

- 歯ぐきに赤くはれた部分がある
- 歯と歯の間の歯ぐきが、鋭角的な三角形ではなく、丸く膨らんだ形になっている部分がある
- 口臭が気になる
- ととき歯が浮いたような感じがする
- 歯ぐきがやせてきた
- 指でさわると、すこしぐらつく歯がある
- 歯と歯の間にものがつまりやすい
- 歯ぐきからウミが出る
- 歯を磨いたあと、歯ブラシに血がついたり、口をすすいだ水に血が混じることがある

対象者

40、50、60、70歳 ※総義歯、治療中の方は対象となりません

西海市内に住所を有する方

- 40歳(昭和54年4月1日～昭和55年3月31日生まれ)
- 50歳(昭和44年4月1日～昭和45年3月31日生まれ)
- 60歳(昭和34年4月1日～昭和35年3月31日生まれ)
- 70歳(昭和24年4月1日～昭和25年3月31日生まれ)

検診内容

問診とお口の中の検査
(歯や歯肉の検査など)

実施期間

令和元年6月1日～
令和2年2月29日

場所

西海市内 協力歯科医院8ヶ所

- ・ いちのせ歯科医院
- ・ 大串歯科医院
- ・ 石橋歯科医院(大島)
- ・ いのうえ歯科医院
- ・ 金森歯科医院
- ・ 西彼歯科医院
- ・ 石橋歯科医院(西彼)
- ・ 山口歯科医院

料金

無料

受診方法

- ① 個別通知で受診券を受け取る。
- ② 歯科医院へ予約をする。
- ③ 受診券を持って歯科医院を受診する。
- ④ 受診歯科医院で検診結果の説明を受ける。

健康ほけん課 健康づくり班
☎ 37-0067

歯と口の健康週間

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。

歯・口はおいしく、楽しい食事をするため、あるいはコミュニケーションを楽しむために重要な役割を果たしています。歯・口の健康状態は全身の健康状態と密接に関連しています。

歯周病は心筋梗塞や脳梗塞等に関連があることが分かっています。また、糖尿病の合併症のひとつとも言われています。最近では、歯周病になると糖尿病の症状が悪化するという逆の関係も明らかになってきています。このように歯周病が全身へ多くの影響を与えています。歯周病を予防することが全身の健康状態を保つことにつながります。

西海市では、歯周疾患検診を行っています。詳細は別紙案内をご覧ください。

セルフケアも大切ですが、定期的にプロの目で診てもらい、80歳で20本以上の歯を残して、全身の健康状態を維持しましょう。

健康ほけん課 ☎ 37-0067



手話の講座

今月は挨拶表現の「皆さんお久しぶり!元気ですか?」と指文字の「か・き・く・け・こ」を紹介します。

皆さんお久しぶり!

みんな

右手のひらを下に向け左側から半円を描く

ひさしぶり(ご無沙汰)

① ②

両手四指の背をつけあわせて指先を上にした状態から左右に引き離していく

元気ですか?

元気 **ですか?**

① ②

両肘をはり向かい合わせた両手こぶしを同時に2回下ろす

右手のひらを前に出すと同時にたずねる様に少し首を傾げる

指文字

か

アルファベットの「K」

き

きつねの形

く

数字の9

け

敬礼の時の手の形

こ

カタカナの「コ」の一部

75歳以上(※1)のみなさまへ 後期高齢者医療保険料のお知らせ

問い合わせ先
健康ほけん課 医療保険班
☎ 37-0067

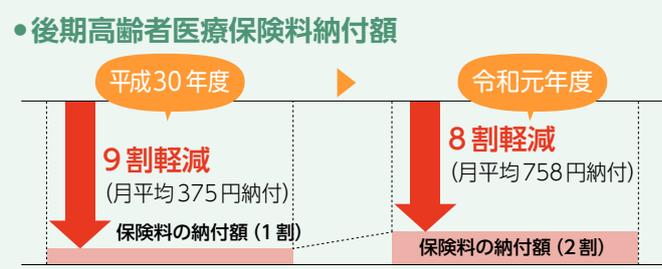
1. 後期高齢者医療保険料の均等割9割軽減(※2)の皆様へ

高齢者医療保険料の均等割について、これまで9割軽減となっていた方は、今年度、8割軽減に変わります。所得の低い年金受給者の方へは、今年10月から、年金生活者支援給付金の制度が始まります(14～15ページに掲載)。

介護保険料の一部負担軽減については広報7月号に掲載予定です。

(※1) 65歳以上の方で障害認定を受けて後期高齢者医療制度に加入している方も対象になります。

(※2) 同一世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等の合計が33万円以下の方のうち、被保険者全員が年収入80万円以下(その他各種所得なし)の世帯



※後期高齢者医療保険料を年金からの引き落としで納めている場合、引き落とし額への影響は10月からです。

2. 被用者保険の被扶養者であった方の軽減特例措置の見直しについて

後期高齢者医療制度の加入時に健康保険等(国民健康保険・国民健康保険組合は除く)の被扶養者であった方は、後期高齢者医療制度の資格取得後2年間は均等割額が5割軽減となります。

	平成30年度	令和元年度
均等割額	5割軽減	資格取得後2年間に限り5割軽減

※世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等の合計によっては、低所得者に対する軽減措置が適用されることがあります。

年金生活者支援給付金についてのお知らせ (2019年10月から制度開始)

年金生活者支援給付金は、消費税率引き上げ分を活用し、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

給付金を受け取るには、年金生活者支援給付金請求書の提出が必要です。なお、以下の支給要件に該当しない場合は支給されません。

請求の流れ

- 1、請求書に、個人番号(マイナンバー)または基礎年金番号・氏名・生年月日・住所などを記入して、**日本年金機構(年金事務所)**に提出。
※原則添付書類は不要です。
 - 2、審査結果の通知が日本年金機構から到着(2019年10月以降)
※年金の請求書と併せて提出の場合、給付金の通知は年金証書送付後となります。
 - 3、お支払い月の上旬に、日本年金機構から振り込み通知書が到着します。
 - 4、通知書に記載のある給付額が年金に上乗せ支給。
※2019年12月中旬以降のお支払いとなります。(請求時期によって異なります。)
- 給付金のお支払いは、2か月分を翌々月の中旬に年金と同じ受取口座に年金とは別途にお支払いします。
例えば10月、11月分を12月中旬(年金の支払日)に振り込みます。
 - 2020年1月以降に請求した場合は、請求した月の翌月分からのお支払いとなりますので、速やかに請求手続きをお願いします。

老齢(補足的老齢)年金生活者支援給付金の概要

支給要件 以下の要件をすべて満たしている方が対象となります。

- ①65歳以上^{※1}で、老齢基礎年金^{※2}を受けている
- ②請求する方の世帯全員の市町村民税が非課税となっている
- ③前年の年金収入額とその他の所得額の合計が879,300円以下である

※1 請求書は、65歳になる誕生日の前日以降に提出ください。

※2 旧法の老齢年金、旧共済の退職年金、その他の老齢・退職を支給事由とする年金であって、政令で定める年金についても対象となります。

給付額 月額5,000円を基準に、保険料納付済期間等に応じて算出され次の①と②の合計額となります。^{※1}

①**保険料納付済期間に基づく額(月額)** = 5,000円 × 保険料納付済期間^{※3} / 480月

②**保険料免除期間に基づく額(月額)** = 10,834円^{※2} × 保険料免除期間^{※3} / 480月

※1 前年の年金収入額とその他の所得額の合計が779,300円を超え879,300円以下の方には、①に一定割合を乗じた補足的老齢年金生活者支援給付金が支給されます。

※2 保険料全額免除、3/4免除、1/2免除期間は10,834円(老齢基礎年金満額(月額)の1/6)、保険料1/4免除期間は5,417円(老齢基礎年金満額(月額)の1/12)となります。毎年度の老齢基礎年金の額の改定に応じて変動します。

※3 給付額の算出の基となった保険料納付済期間等は、お手持ちの年金証書や支給額変更通知書等で確認できます。

給付額の例

- 納付済月数が420か月、全額免除月数が0か月の場合

① 5,000円 × 420 / 480月 = 4,375円 ② 10,834円 × 0 / 480月 = 0円
合計①4,375円 + ②0円 = 4,375円(月額)

- 納付済月数が60か月、全額免除月数が240か月の場合

① 5,000円 × 60 / 480月 = 625円 ② 10,834円 × 240 / 480月 = 5,417円
合計①625円 + ②5,417円 = 6,042円(月額)

障害年金生活者支援給付金の概要

支給要件 以下の要件すべて満たしている方が対象となります。

①障害基礎年金※₁を受けている

②前年の所得額が「4,621,000円+扶養親族の数×38万円※₂」以下である

※1 旧法の障害年金、旧共済の障害年金であって、政令で定める年金についても対象となります。

※2 同一生計配偶者のうち70歳以上の者または老人扶養親族の場合は48万円、特定扶養親族または16歳以上19歳未満の扶養親族の場合は63万円となります。

給付額 障害等級により次のとおりです。

- 障害等級2級 = 5,000円(月額) ●障害等級1級 = 5,250円(月額) (障害等級2級の1.25倍)

遺族年金生活者支援給付金の概要

支給要件 以下の支給要件をすべて満たしている方が対象となります。

①遺族基礎年金を受けている

②前年の所得額が「4,621,000円+扶養親族の数×38万円※」以下である

※同一生計配偶者のうち70歳以上の者または老人扶養親族の場合は48万円、特定扶養親族または16歳以上19歳未満の扶養親族の場合は63万円となります。

給付額 ●5,000円(月額)

ただし、2人以上の子が遺族基礎年金を受給している場合は、5,000円を子の数で割った金額がそれぞれにお支払いとなります。

給付の例

3人の子が遺族基礎年金を受給している場合(1人あたりの金額)

5,000円÷3 = 1666.666... ⇒ 1,667円(月額) ※50銭以上は切り上げて計算します。

給付金を受給するに当たっての留意事項

添付書類は不要

市町村からの所得情報により年金生活者支援給付金の要件を判定しますので、基本的に課税証明書等の添付は必要ありません。

※所得情報を確認できない場合など、提出をお願いする場合があります。

※所得に関する情報について、関係法令に基づき、申告義務がある場合に、正しく申告する必要があります。

- 支給要件を満たす場合、2年目以降のお手続きは原則不要となります。
- 支給要件を満たさなくなった場合、給付金は支給されません。

その際は「年金生活者支援給付金額不該当通知書」をお送りします。

給付額の改定

- 給付額は、毎年度、物価の変動による改定(物価スライド改定)があります。
- 給付額を改定した場合は「年金生活者支援給付金額改定通知書」をお送りします。

給付金が支給されない場合

- 次の①～③のいずれかの事由に該当した場合は、給付金は支給されません。
- ①または③の場合は必ず届出が必要となりますので、ねんきんダイヤルまたは年金事務所にご相談ください。
 - ①日本国内に住所がないとき
 - ②年金が全額支給停止のとき
 - ③刑事施設等に拘禁されているとき

問い合わせ先

- ねんきんダイヤル……………☎0570-05-1165(ナビダイヤル)
- 長崎北年金事務所国民年金課……………☎095-861-1354
- 市民課……………☎37-0164



「児童手当の現況届」をお忘れなく

6月末まで



市では、毎年6月に児童手当を受給中の方に現況届を提出していただき、所得や養育状況等の支給要件について審査を行っています。

このため、受給者の方へ児童手当現況届の用紙を6月上旬に発送します。用紙が届きましたら、6月28日までにこども課、本庁市民課または各総合支所市民課へ提出をお願いします。現況届を提出されない場合は、6月分以降の児童手当の支給を受けることができなくなりますので、くれぐれもご注意ください。

支給対象となる児童は、国内に住民登録をしている中学校卒業（15歳到達後最初の3月31日）までの児童です。また、手当を受給することができるとは、西海市内に住民登録があり、支給対象となる児童を養育している父母等となっています。児童1人当たりの児童手当月額額は、次のとおりです。

※児童手当は、資格があっても申請をしないと受給できません。提出が遅れた場合、原則として遅れた月分の手当は受給できませんので、忘れずに手続きを行ってください。

問い合わせ先

こども課 子育て支援班 ☎37-00029

児童一人当たりの児童手当月額

年 齢		所得制限未満（月額）	所得制限以上（月額）
0～3歳（3歳になる誕生月まで）		15,000円	（特例給付） 年齢に関係なく一律 5,000円
3歳～小学校終了前	第1子・第2子	10,000円	
	第3子以降	15,000円	
中学生		10,000円	

西海市就学相談のご案内

令和2年度～4年度に小学校へ入学するお子様（平成25年4月2日～平成28年4月1日生まれ）の保護者に対して、就学に向けての悩みや不安を解消するための相談および情報提供を行います。

この相談は、入学する学校を決定したり、お子様に対して検査や診断等を行ったものではありません。相談内容に関する秘密は固く守られますので、安心してご相談ください。

対象

- 小学校への入学に向け、心配や不安なことがある方
 - 入学に際し、お子様に、特別な指導や支援、教育的配慮等が必要だと思われる方
 - 特別支援学級の様子に関心があったり、特別支援学級への入級を検討したりされている方
- ※相談対象は保護者の方です。

受付期間

5月～10月中
（期間外であっても、随時お電話での相談は受け付けています。）

会場

西海市教育委員会
※各地区の公民館等で実施することもできます。

問い合わせ先

学校教育課 ☎37-00078

男女共同参画週間について

期間

6月23日（日）から6月29日（土）まで
キヤッチフレーズ

知る 学ぶ 考える 私の人生 私がつくる

今年度は、「学び」を通じて、一人ひとりが「多様な人生設計の形成と、選択ができる社会」の実現を目指します。

平成11年6月23日、男女共同参画社会基本法が、公布・施行されました。

毎年6月23日から29日までの一週間を「男女共同参画週間」と定めています。

男女がお互いの能力や個性を認め合い、共に力を発揮できるような社会の実現には、皆さん一人ひとりの取組が必要です。この機会に考えてみませんか。

馬込簡易郵便局（大島町）の閉局のお知らせ

平成31年3月末をもちまして、

馬込簡易郵便局は閉局しました。

長年のご利用ありがとうございました。今後はお近くの郵便局をご利用いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

近隣の郵便局

肥前大島郵便局
住所：大島町1905番地（間瀬地区）

☎34-2042

問い合わせ先 総務課 ☎37-00061

～西海市、長与町、時津町にお住いの方へ～

精神保健福祉相談のお知らせ

長崎県西彼保健所

◎こんなときはひとりで悩まず相談してみませんか？

- 「眠れない」、「意味も無くイライラする」、「不安で仕方ない」、「気分がゆううつ」、「何もやる気がおきない」
- 家族のこころ健康（不登校・ひきこもり、アルコールギャンブル・薬物依存など）について悩んでいる
- 精神疾患（疑い）のある人の治療や精神科医療機関について知りたい

など

西彼保健所では

こころの健康、思春期の相談、ひきこもりなど精神保健に関する相談について、医師や保健師、作業療法士、社会福祉職が相談をお受けしております。

お早めに相談されることが解決への一歩となります。お気軽にご相談ください。

相談実施日

■精神科医師による相談（予約制）

毎月第2金曜日 14：00～16：00

奇数月第4木曜日 14：00～16：00

■保健所職員（保健師・作業療法士・社会福祉職）による相談

平日 月～金曜日 9：00～17：30

（※土日・祝祭日・年末年始を除く）

*相談はいずれも無料です。

*相談の内容（個人情報）は秘密厳守いたします。

*ご家族、関係者の方のみ相談でも構いません。

問い合わせ先

長崎県西彼保健所

地域保健課 保健福祉班

住所 長崎市滑石1丁目9番地5号

☎095-856-5159



予告

今年度は3種類の商品券が発売されます！

(1) 「西海市プレミアム付商品券」

※次の方々を対象に、消費税引上げに伴う対応として、西海市が発行します

「西海市プレミアム付商品券」購入対象者は、西海市民で①②の方のみ

① 2019年度住民税非課税者（課税基準日2019年1月1日）*住民税課税者と生計同一者および生活保護者等を除く（後日、対象見込みの方に対し個別にお知らせする予定です。）

② 2016年4月2日から2019年9月30日の間に生まれた子が属する世帯の世帯主

(2) 「さいかいほっと券」通常版 ※商工会が発行します

(3) 「さいかいほっと券」高額版（購入額の大きい券） ※商工会が発行します

*販売方法等の詳細は、次号以降の広報さいかいでお知らせします。

問い合わせ先 (1) 「西海市プレミアム付商品券」については、福祉課 ☎37-0069

(2)、(3) 「さいかいほっと券」については、西海市商工会 ☎37-5400

避難勧告等に関するガイドラインの改定について

(平成31年3月28日 内閣府防災担当)

平成30年7月豪雨を教訓とし、内閣府及び消防庁は避難対策のため、ガイドラインを改定しました。

避難情報を警戒レベルを用いて5段階でお知らせします。



警戒レベル	住民がとるべき行動	行動を促す情報
警戒レベル5	命を守る最善の行動 (既に災害が発生している状況)	災害発生情報 (出来る範囲で発表)
警戒レベル4	避難	避難指示(緊急)・避難勧告
警戒レベル3	高齢者等は避難(他の住民は準備)	避難準備・高齢者等避難開始
警戒レベル2	避難行動の確認	注意報
警戒レベル1	心構えを高める	警報級の可能性



問い合わせ先
建設課 土木管理班
☎ 3710020

西海市が管理する道路の陥没などの通報にご協力ください!

市では、日頃からパトロールを行い、道路の保全に努めているところですが、近年、交通量の増加や舗装の老朽化などにより、道路の傷みも激しくなっています。

小さな陥没等でも事故につながる可能性があります。

道路に異常(陥没、舗装の段差等)を発見した場合、建設課までご連絡をいただきますよう、皆様のご協力をお願いします。

平成30年度は以下の事業に活用しました。

事業名	交付金額
小型動力ポンプ付積載車購入	17,000千円
横瀬浦公園改修工事 設計委託	1,512千円
防衛施設周辺公園管理基金	10,000千円
西海地区スクールバス運行事業基金	32,132千円



生活環境の維持改善等に寄与する事業に対し、国から交付されるものです。

平成30年度特定防衛施設周辺整備調整交付金事業について

特定防衛施設周辺整備調整交付金とは、防衛施設(米軍横瀬貯油所)の設置や運用による影響の軽減等を図るため、公共用の施設整備、

台風や大雨など 気象災害から 身を守るために



これから迎える梅雨や台風の時期は、長雨や集中豪雨が起きやすく、水害や土砂災害の危険性が高くなります。そこで、台風や大雨など気象災害から身を守るために、日頃から心がけておくことなどを考えてみます。

情報収集をしっかりと行いましょう

台風や大雨などの気象災害が発生する恐れがある場合には、気象庁から防災気象情報が発表され、テレビ・ラジオ・インターネットを通じて注意や警戒が呼びかけられます。

また、市からも防災行政無線などを活用し、注意や警戒を呼びかけることにしています。災害から身を守るためには、これらの防災気象情報をしっかりと収集し、その後の対応を落ち着いてとるようにすることが重要です。

早めに行動しましょう

- 窓や雨戸はしっかりとカギをかけ、必要に応じて補強する。
- 側溝や排水口は掃除して水はけをよくしておく。
- 風で飛ばされそうな物は飛ばないように固定したり、家の中へ格納する。
- 断水に備えて飲料水を確保するほか、浴槽に水を張るなどして生活用水を確保する。
- 大雨が降る前、風が強くなる前に行く。



避難場所を確認しておきましょう

- 学校や公民館など、避難場所として指定されている施設を確認しておく。
- 普段から家族で避難場所や連絡方法などを話し合っておく。
- 避難するときは、持ち物を最小限にして、両手が使えるようにしておく。

これまで、土砂災害の多くは木造の1階で被災していることが多いようです。どうしても避難場所への避難が困難なときは、次善の策として、近くの頑丈な建物の2階以上に緊急避難するか、それも難しい場合は家の中でより安全な場所（がけから離れた部屋や2階など）に避難しましょう。

非常持ち出し品を用意しましょう

以下は非常持ち出し品の一例です。

- 飲料水、乾パンやクラッカーなど、レトルト食品、缶詰、粉ミルク、哺乳ビン
- 救急医療品、常備薬、マスク、紙おむつ、生理用品、ティッシュ
- 現金（小銭も）、預金通帳、印鑑、健康保険証、身分証明書
- 下着、タオル、寝袋、雨具、軍手、靴
- ナイフ、缶切、鍋や水筒、懐中電灯、ラジオ、電池、マッチやライター、地図



以上、気象災害に備えた対策などをご紹介しましたが、このほかにも地域の実情に応じた対策など考えられますので、普段からの備えをしっかりとお願いします。また、各種災害に備えるため、行政区単位で設立した自主防災組織活動も大切です。今後も市民一体となって取り組んでいきましょう。

※詳しくは、市発行の「市民の便利帳」P28～37「防災・安心・安全」をご覧ください。避難場所一覧もあります。

高卒求人票の受付開始は6月1日から!

より良い人材確保のために、早めの求人提出を!

今春の高等学校卒業予定者を対象とした求人票受付開始は6月1日からです。今春卒業した就職希望の高校生の就職内定率は100%と高水準を維持し、市内就職の割合も増加傾向にあります。就職者の7割が市外や県外に就職している状況です。

将来を担う優秀な人材と若者の地元定着に向けて、早期に求人を出さずには、生徒の十分な検討時間の確保や就職意識を高める効果が期待できます。つきましては、来春の新規高卒者の採用枠拡大とハローワークへの早期求人申込みについて、よろしくお願ひします。

- ハローワークによる求人票の受付開始：6月1日
- 企業による学校への求人申込みおよび学校訪問開始：7月1日
- 学校から企業への生徒の応募書類提出開始：9月5日
- 企業による選考開始および採用内定開始：9月16日

問い合わせ先
ハローワーク西海
☎22-00033

税務職員(高等学校卒業程度)募集

受験資格

- 平成31年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日

の翌日から起算して3年を経過していない者および令和2年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者

- 人事院が1に掲げる者に準ずると認める者

試験の程度

高等学校卒業程度

受付期間

インターネット申込みの場合

6月17日(月)9時～6月26日(水)

[受信有効]

○インターネット申込み専用アドレス

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

○原則、インターネット申込みをしてください。ただし、インターネット申込みができない環境にある場合には、希望する第1次試験地を管轄する国税局(国税事務所)に問い合わせてください。

試験日

〈第1次試験〉 9月1日(日)

〈第2次試験〉 10月9日(水)～10月18日(金)のうち指定する日

問い合わせ先

申込み方法など詳細については、次の税務署または国税局までお尋ねください。

長崎税務署 総務課

☎095(822)4231

(内線2221または2231)

福岡国税局 人事第二課 試験研修係

☎092(411)0031

(内線2431または2432)

[国税庁ホームページ]

(<http://www.nta.go.jp/about/recruitment/zeimushoku/03.htm>)

にも募集内容を掲載しております。

プール監視員募集

募集内容

・職種 プール監視員

・採用人員 若干名

・応募資格

市内に在住している満18歳以上(高校生含)の健康な方で救助力を有し、通勤が可能な方。

・募集締切 6月21日(金)

・賃金 月額6,750円(交通費相当額別途支給)

・勤務時間 午前9時15分から午後6時まで

・勤務場所 3人体制(途中60分休憩有り)

・勤務場所 大島プール(西海市大島町1922番地26)

採用期間

7月20日から8月31日まで(毎週火曜日および8月13日から8月15日は休み)

・選考方法 本人面接により決定

面接日時

日時、場所等決定後、申込者へ文書にて送付し周知します。

申込方法

社会教育課および各地区に備え付けられているプール監視員申込書および西海市臨時職員登録申請書に必要事項を記入の上、社会教育課または各地区教育委員会担当まで提出ください。

その他

採用者には心肺蘇生法の講習を受けていただきます。

問い合わせ先

教育委員会 社会教育課

文化スポーツ班

大島地区(☎37-0148)

普通救命講習Ⅰのお知らせ

日時

6月23日(日)9時から12時まで(3時間)

場所 佐世保市平瀬町9番地2

佐世保市消防局3階防災学習室

内容

(1)心肺蘇生法および止血法の指導

(2)異物除去法の指導

(3)自動体外式除細動器(AED)の取り扱いについて指導

(4)その他の応急手当法の指導

受付期間

6月16日(日)8時30分から

6月22日(土)17時15分まで

※定員30名(定員になり次第締め切ります。)

受講対象者

受講対象者：中学生以上の方

受講者全員にテキストを配布し、修了証を交付します。(受講料は無料)

申込方法

電話またはFAXで左記の担当署へ申し込みください。

申込および問い合わせ先

佐世保市西消防署

☎0956-147-2076

☎0956-126-2119

西海市崎戸港ターミナルビル (3区画)利用者募集

募集期間 6月5日から6月24日まで
資格

- ・市内に住所を有する者
- ・税等を滞納していない者
- ・暴力団員でない者
- ※その他、要件有り

場所

西海市崎戸町蠣浦郷1791番地47
崎戸港ターミナルビル内

募集区画

- 2階 事務所A 106・82㎡
事務所B 74・24㎡
1階 事務所等 4・74㎡

施設使用料

- 2階 事務所A 月額 54,972円
事務所B 月額 38,448円
1階 事務所等 月額 3,240円

申し込み方法等

建設課および各総合支所に備え付けの申請書に記入のうえ、必要書類を添付し、建設課または各総合支所へ提出してください。
※西海市ウェブサイトでからもダウンロードできます。
※複数の申し込みがあった場合は、抽選等により決定いたします。
その他の要件等、詳しくは建設課土木管理班までお問い合わせください。

☎ 3710020

「市民参加の美しいまちづくり事業」の登録愛護団体を募集します

西海市では美しい海や緑豊かな自然環境を大切にすまちづくりに取り組みむ団体に対し、活動の支援を行ってまいります。

西海市内の美化活動にご協力いただける団体を募集しています。

団体登録の要件

市道および市が管理する河川、海岸等の清掃・美化活動に取り組みむ意思がある概ね5人以上で構成される団体が登録の対象となります。

(例) 自治会、老人会、婦人会、小中高等学校、企業、有志団体等

対象範囲

市道および市が管理する河川、海岸等における清掃美化活動

支給対象品

清掃美化活動において必要となるもの・清掃用品等

問い合わせ先

建設課土木管理班
☎ 3710020

6月は「不正改造車排除強化月間」です

国土交通省では、車両の安全確保および環境保全を図ることにより、国民の安全・安心を確実に確保していくため、関係省庁、自動車関係団体等と協力して「不正改造車を排除する運動」を全国的に展開し、特に6月を「不正改造車排除強化月間」として不正改造車排除活動に取り組んでいます。

安全確保と公害防止のため、次のような不正改造車を発見しましたら、長崎運輸支局まで情報提供をよろしくお願ひします。

不正改造車の例

- 窓ガラスへの着色フィルムの貼付
- 誤認を招く灯火の色の変更
- 土砂等を運搬するダンプのリアバンパーの切断・取り外し
- 騒音の増大を招くマフラーの切断・取り外し

○基準不適合マフラーの装着

○大型車の速度制御装置(スピードリミッター)の解除または不正な改変

問い合わせ先

九州運輸局 長崎運輸支局 整備部門
☎ 095183914749

広告欄

B型肝炎訴訟 (給付金請求) について

無料電話相談

対象者 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ
給付金 50万円～3,600万円
弁護士費用 着手金・相談料 無料 成功報酬制

(ご予約受付時間) ☎ 9:00～18:00 (完全予約制) ☎ 0120-013-621

弁護士 兼 経営者「あいばこういち」東京弁護士会所属 登録番号35029 東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A
プレシャス総合法律会計事務所 ☎ TEL 03-5363-6333 ☎ FAX 03-5363-6334

第25回参議院議員 通常選挙について

任期満了による参議院議員通常選挙が7月下旬に執行予定(日程は未定)となっております。皆さんの意思を国政に反映させる大切な選挙です。棄権することなく投票しましょう。



西海観光トピック



第22弾さいかい丼フェア 参加店募集

西海市の海の幸・山の幸をふんだんに使った丼が毎回大好評の「さいかい丼フェア」。今秋も開催が決定しました。

そこで、フェアに参加していただける飲食店を募集します。メインに西海市産の食材（肉は県内産でも可）を使った丼であれば、どんな丼でも大歓迎！各店の創意工夫が詰まったオリジナル丼のご提供をお願いします。

参加を希望される店舗は、商工観光物産課または各総合支所、西海市商工会、西海市観光協会の窓口に設置している参加申込書にご記入のうえ、7月12日（金）までに西海市商工会または商工観光物産課へご提出ください。

開催期間 9月7日（土）～11月4日（月・祝）
問い合わせ先

西海市商工会 ☎ 37-5400
西海市観光協会 ☎ 37-5833
商工観光物産課 ☎ 37-0064



創意工夫が
詰まった
オリジナル丼
大募集!!



音浴博物館割引キャンペーン

音浴博物館では、この夏 市民の方による「紹介キャンペーン」を行います。
今や、全国だけでなく海外からのお客様も来館する「大瀬戸やすらぎ交流拠点施設・音浴博物館」。
今年の夏は、市民の方にお客様をご紹介していただけるよう、市民の方が伴う方1名に対し紹介いただいた市民の方1名を無料といたします。
この機会に、ご親戚やご友人を誘って「音浴博物館」に出かけてみませんか？

- 期 間** 7月1日（月）から8月31日（土）
対 象 有料入館者1名以上を同伴された18歳以上の西海市民1名
西海市民であることを証明できる方
通常750円 → 無料
条 件 期間中は何度でも利用できますが、1日1回に限ります。
他の特典や、招待との併用はできません。

大瀬戸やすらぎ交流拠点施設「音浴博物館」
10時から18時（最終入館17時30分）
毎週木曜休館
入館料 一般……750円
小中学生……320円



期間中の催事

- 8月は 毎年恒例の「レコードで精霊流し」展
昨年の8月から今年にかけて 亡くなったアーティストのレコードジャケット展
8月15日は 展示のレコードでレコードコンサートを開催します。
レコード時計 工作体験……2,000円 木の枝鉛筆 工作体験……500円

小さな掛金、大きな補償 スポーツ安全保険®

対象となる事故

団体・グループ活動中の事故/往復中の事故

保険期間

2019年4月1日午前0時から
2020年3月31日午後12時まで



加入区分・掛金・補償額

加入対象者	補償対象となる団体・グループ活動	加入区分	年間掛金 (1人当たり)	傷害保険金額				賠償責任保険 支払限度額 (免責金額なし)	突然死葬祭 費用保険 支払限度額
				死亡	後遺障害 (最高)	入院日額 (1日目から/ 180日限度)	通院日額 (1日目から/ 30日限度)		
子ども (中学生以下) ※特別支援学校 高等部の生徒 を含む	スポーツ活動 文化活動 ボランティア活動 地域活動	A1	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	対人・対物賠償 合算1事故 5億円 (ただし、対人賠償は 1人1億円)	180万円
	上記団体活動に加え、個人活動も対象 上段: 団体活動中およびその往復中の補償額 下段: 上記以外(個人活動など)の補償額	AW	1,450円	2,100万円	3,150万円	5,000円	2,000円	対人・対物賠償 合算1事故 5億円 500万円 (ただし、対人賠償は 1人1億500万円)	
大人 (高校生以上)	スポーツ活動(指導・審判を含む) ※右記年齢の判断は、「2019年4月1日」と「掛金の支払い手続きを行う日」のいずれか遅い日の年齢を基準とします。 ※A2区分で対象となる活動も補償されます。	C 64歳以下	1,850円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	対人・対物賠償 合算1事故 5億円 (ただし、対人賠償は 1人1億円) ⚠️自動車事故によつて賠償責任を負った場合は、補償の対象となりません。	180万円
		B 65歳以上	1,200円	600万円	900万円	1,800円	1,000円		
	文化活動 ボランティア活動 地域活動 準備・片付け・応援・団体の送迎 ※スポーツ活動中の事故は補償の対象となりません。	A2 A2区分は65歳以上の方も加入できます。	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		
全年齢	危険度の高いスポーツ(指導・審判を含む)	D	11,000円	500万円	750万円	1,800円	1,000円		

年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。



公益財団法人 スポーツ安全協会 長崎県支部

〒852-8118 長崎市松山町2-5
長崎県営野球場内

((公財)長崎県体育協会内)

TEL 095-845-2926 電話受付時間 午前9時~午後5時(土、日、祝日を除く。)



ミニ知識

看板に「24時間最大〇〇円」とかいてあるコインパーキングに駐車して約10時間後に精算したら、5,900円の料金が表示された。よく見ると区画によっては割引がされないと書いてあり、さらに駐車場所を見ると、車止めにその旨が書いてあった。車止めは、駐車した後は車に隠れるのでほとんど気づくことができない。もっと分かりやすく表示すべきだ。(60歳代 男性)



見守り新鮮情報

コインパーキングの表示を しっかり確認しましょう

ひとこと助言

- コインパーキングの料金表示が分かりにくく、思っていた以上の料金を請求されるという相談が寄せられています。
- 大きな表示だけでなく、可能な範囲で入口付近や精算機付近の詳細案内に目を通し、入庫前に利用料金やその他利用条件を確認しましょう。24時間最大料金は千円~2千円程度に設定されていることが多いですが、その適用には、回数や場所、時間帯等に細かい条件が付いていることが多く注意が必要です。
- 「ゴールデンウィーク、年末年始、イベント開催時等の混雑時は特別料金だった」というケースも見られます。「特別料金が設定されていないか」「最大料金の適用外ではないか」等をもう一度確認しましょう。
- 困ったときには、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

問い合わせ先
西海市消費生活センター
☎37-0145

確認しよう



マダニに注意しましょう

春から秋にかけてマダニの活動が活発になります。農作業やレジャーなどで野山、畑、草むらなどに入る場合は、マダニに咬まれないように十分注意してください。

●マダニとは

森林や草地などの屋外に生息する比較的大型(3mm～8mm)のマダニです。食品や寝具などに発生する家庭内で見られるダニとは違います。



●マダニに咬まれたことにより感染する病気は

★重症熱性血小板減少症候群

SFTSウイルスを保有しているマダニに咬まれたことにより感染する病気です。主な症状は発熱、消化器症状(嘔吐・下痢)で重症化し、死亡することもあります。感染してから6日～2週間で発症します。なお、全てのマダニがウイルスを保有しているわけではありません。

★日本紅斑熱

主な症状は発熱(高熱)や頭痛、関節痛、体幹部や手足の発疹です。まれに死亡することもあります。感染してから2～10日で発症します。

●マダニに咬まれたら

マダニ類の多くは、ヒトや動物に取り付くと、皮膚にしっかりと口器を突き刺し、長時間(数日から、長いもので10日間)吸血します。無理に引き抜こうとするとマダニの一部が皮膚内に残ってしまうことがあるので、吸血中のマダニに気が付いた際は、できるだけ医療機関で処置してください。また、マダニに咬まれた後に、発熱、食欲低下、嘔吐等の症状があった場合には、早めに医療機関を受診してください。

●マダニからの感染を予防するためには

- ★草むらや藪、またその近くなどで活動する場合は、長袖、長ズボン、長靴、帽子、手袋などを着用し、首にタオルを巻くなど肌の露出を少なくすることが大事です。虫除け剤(ディート含有)を活用しましょう。
- ★野外活動のあとは、マダニに咬まれていないか確認しましょう。
- ★脱いだ衣服は放置せず、速やかに洗濯しましょう。
- ★吸血中のマダニに気づいたときは、できるだけ医療機関(皮膚科)で処置してもらいましょう。
- ★マダニに咬まれてから数日～2週間程度あとの、発熱等の症状があった場合は、医療機関を受診しましょう。

西彼保健所特定感染症等相談・検査事業について

当保健所では、長崎県立保健所特定感染症等相談・検査事業実施要領に基づき、下記のとおり特定感染症等相談・検査事業を実施いたします。

【来所相談】 月曜日から金曜日 9:00～17:00

【通常検査】 月曜日から金曜日 10:00～16:30

【夜間検査】 毎月第4月曜日 16:30～19:00

(水曜日は15:30まで)

【検査項目】 HIV(エイズ)、クラミジア、B型肝炎、C型肝炎、梅毒

【場所】 長崎県西彼保健所(長崎市滑石1-9-5)

【その他】 検査は匿名・無料です。前日の17:30までにご予約ください。

問い合わせ先

長崎県西彼保健所地域保健課

☎095-856-5059

西海市健康づくり推進協議会委員を公募します

西海市では、市民の健康づくりを進めるため「西海市健康づくり推進協議会」を設置しています。住民の方の意見を反映させるため、次のとおり委員を公募します。

応募資格 西海市に住所を有し、平成31年4月1日現在満20歳以上の方で、平日の昼間の会議に出席できる方

募集人員 若干名

任 期 2年（令和元年10月1日～令和3年9月30日）

職務の内容 健康づくりの推進、保健計画および健康づくりの知識の普及に関することなどを協議します。

報 酬 等 1回の会議につき、6,700円の報酬と、交通費を支給します。

募集期間 6月17日（月）～7月31日（水）

選考方法 応募者の中から若干名を選考します。

応募方法 健康ほけん課・市役所市民課および各総合支所に応募用紙を備えています。

必要事項を記入のうえ、提出してください。（郵送、FAX、メール可）

問い合わせ先

健康ほけん課健康づくり班 西海市大瀬戸町瀬戸榎浦郷 2222 番地

☎ 37-0067 ☎ 29-0025 メールアドレス health@city.saikai.lg.jp

6月は環境月間です

毎年環境省の呼びかけで、6月5日の「環境の日」を中心に、全国各地で環境に関する様々な行事や取り組みが行われます。この機会に美しいふるさとづくりへの意識を高めましょう。

STOP！不法投棄・野焼き

不法投棄

不法投棄とは、決められた場所以外に廃棄物を捨てることをいいます。不法投棄をした場合は法律により処罰されます。土地の所有者または占有者は、その所有等をする土地において、不適正に処理された廃棄物と認められるものを発見したときは、環境政策課へ通報してください。

また、行為者が不明な場合、不法投棄された廃棄物の撤去は、土地管理者で行っていただきます。このようなことにならないためにも、自分の管理する土地は、日頃から十分に管理してください。

《不法投棄されやすい場所》

- ①車や人がほとんど通らない道路付近の山林
- ②周りに民家がなく、人目にあまりつかない農地や山林
- ③雑草が生い茂った空き地

※不法投棄されないために、日頃から、土地の管理者が所有地の見回りをしたり、空き地の除草作業をしたりすることが重要となります。

野焼き

廃棄物の野外焼却、いわゆる野焼きは一部の例外を除き「廃棄物の処理および清掃に関する法律」により、禁止されており、処罰されます。また、地面に穴を掘っての焼却や、ドラム缶に入れての焼却なども野焼きと同じで、付近の住民の方への迷惑、有害物質を生じる恐れがあります。

《焼却禁止の例外》

- ①河川管理者が管理のために伐採した草木等の焼却
- ②災害時における木くず等の焼却
- ③地域行事における門松、しめ縄などの焼却
- ④農業者が行う稲わら等の焼却、林業者が行う伐採した枝等の焼却
- ⑤たき火・キャンプファイヤー等を行う際の木くずの焼却

※以上のような例外もありますが、例外となる行為であっても近隣より苦情がある場合は行政指導の対象となります。

今月のおすすめの本



●西彼地区
座席ナンバー7Aの恐怖
セバスチャン・フィツェック
「娘の命が惜しければ、今おまえが乗っている飛行機を落とせ。」飛行機恐怖症の精神科医クリューガーを見舞ったのは想像を絶する悪夢だった。事態の突破口を見出そうと恐怖に駆られつつ奔走するが…。ドイツのベストセラー作家が贈る閉鎖空間サスペンス。



●西海地区
みかんとひよどり
近藤 史恵
猟で遭難してしまった潮田は無愛想な猟師・大高に助けられる。夢を諦め、ひっそりと暮らす猟師・自由奔放でジビエへの愛情をもつオーナー・謎の趣味を持つ敏腕サービス係。人生のゆるやかな変化を、きめ細やかに描く、大人の成長物語。



●大島地区
真実の航跡
伊東 潤
太平洋戦争中、大日本帝国海軍の重巡洋艦「久慈」はイギリス商戦「ダートマス号」を撃沈、救助した捕虜を殺害した。戦後、BC級戦犯裁判で浮かび上がった驚愕の真実。真実を追い求めたとき、敗戦国・日本には何がもたらされるのか。



●大瀬戸地区
わたし、定時に帰ります。2 ハイパー
朱野 帰子
絶対に残業しない主義の結衣がとうとう管理職に。今度の相手は、手ごわい新人たちと、ハラスメントまみれの超絶ブラック企業!?
ドラマ「わたし、定時に帰ります。」の原作

新刊情報

地区	一般書	題名	著者
西彼	キリングクラブ		石川 智健
	尼子姫十勇士		諸田 玲子
	世界幻想とファンタジーの情景		バイインターナショナル/編著
西海	梟の一族		福田 和代
	KID		相場 英雄
	小さな庭のつくり方		戸倉 多未子
大島	魔眼の匣の殺人		今村 昌弘
	傑作はまだ		瀬尾 まいこ
	レトロ家電とミニ雑貨		宮市 稔子
崎戸	流星コーリング		河邊 徹
	狂歌		佐伯 琴子
	悪魔のご褒美 デビルサンド		木村 幸子
大瀬戸	瞳のなかの幸福		小手鞠 るい
	暮らしは今日も実験です		本多 さおり
	カラス博士と学生たちのどうぶつ研究奮闘記		杉田 昭栄

地区	児童書	題名	著者
西彼	そらまめくんとおまめのなかま		なかや みわ
	カイとティムよるのぼうげん		石井 睦美
	数字でわかる!からだのびっくり図鑑		藤本 幸弘/監修
西海	パンダかぞえたいそう		いりやま さとし
	いまのわたしにできること		リサ・バップ
	なるほど!魚の漢字		Gakken
大島	小学校では学べない 一生役立つお金の勉強		齋藤 孝
	おならくん		アダム・ニックル
	妖精のカレーパン		斉藤 栄美
崎戸	涙のウェディング・シュークリーム		工藤 純子
	お、しりませんでした		ただ はるよし
	妖怪一家のウェディング大作戦		富安 陽子
大瀬戸	日本なんでもランキング図鑑		池野 範男 ほか 監修
	てんしきらくごえほん		川端 誠

ごぞんじですか?

1枚の利用者カードで西海市内の公立図書館・図書室の本を借りることができます。ぜひ、ご利用ください。

なお、貸出期間は2週間です。借りたら期限内に返却をお願いします。

本は返却をお願いします 

おはなし会
おたのしみ会 

地区	日時	内容
西彼	6月 1日 10時～	絵本の読み語り・工作など
西海	6月 8日 10時30分～	絵本の読み語りほか
大瀬戸	6月15日 10時～	絵本の読み語り・工作など
大島	6月22日 10時30分～	絵本の読み語りほか

西海市立図書館・図書室

- 西彼図書館 西彼町喰場郷736 ☎37-0228
- 西海歴史民俗資料館図書室 西海町黒口郷488-1 ☎37-0234
- 大島図書館 大島町1922-2 ☎37-0247
- 大瀬戸歴史民俗資料館図書室 大瀬戸町瀬戸西濱郷6-1-1 ☎37-0268

開 火曜日～金曜日 10時～18時
毎週土・日曜日 9時～17時

休 毎週月曜日・祝日
年未年始(12月29日～翌年1月3日)蔵書点検期間

●崎戸中央公民館図書室 崎戸町鱈浦郷1645 ☎37-0158
開 月～金曜日 9時～17時 休 土・日曜日・祝日
年未年始(12月29日～翌年1月3日)蔵書点検期間

携帯電話からも本の検索などがご利用いただけます。QRコードを読み取り、アクセスしてください。




まちの話

ほけんごぶくし

くらりの情報

きょういくの広場

健康テレホンサービス

長崎 ☎095-826-5511

☎0120-555-203 (携帯電話不可)

2019年6月 テレホンテーマ

月	心臓が原因で起こる脳梗塞を予防しましょう
火	腰部脊柱管狭窄症の手術治療
水	心雑音を指摘されたら
木	「水いぼ」とは
金	入れ歯の着色はどうすればいいの？
土・日	高齢男性の排尿困難・尿閉

*祝祭日は前日のテープが流れます。

*朝9時から翌朝9時までの24時間、同じ内容のテープが3分間流れます。

*曜日毎にテーマが決められ(日替りメニュー)、月毎にかわります。

*内容は専門の医師・歯科医師がつくります。

長崎県
保険医協会

長崎市恵美須町 2-3-2F
TEL 095-825-3829 / FAX 095-825-3893
URL <https://www.vidro.gr.jp>
Eメール nagasaki-hok@doc-net.or.jp

お知らせ

一年間分の「健康テレホンサービス」放送原稿を収録した小冊子『健康一口メモ』(第28〜32集:1冊400円・送料別)を好評販売中です。

西海市の人口の動き

		平成 31 年 4 月 30 日現在	前月比	
人 口	日本人	27,313	-12	
	外国人	406	12	
男	日本人	13,288	10	
	外国人	321	12	
女	日本人	14,025	-22	
	外国人	85	0	
世帯数	日本人	12,233	49	
	混 合	35	0	
		外国人	359	13

		各町別				
		西彼	西海	大島	崎戸	大瀬戸
人 口		8,323	7,156	4,758	1,339	5,737
		25	13	336	3	29
男		4,004	3,394	2,410	648	2,832
		3	3	310	1	4
女		4,319	3,762	2,348	691	2,905
		22	10	26	2	25
世帯数		3,316	2,914	2,518	794	2,691
		9	5	12	2	7
		15	8	314	0	22

4 月中		
	日本人	外国人
転入	137	24
転出	80	11
出生	15	0
死亡	49	0

「は・あ・と・ふ・る運動」の展開について

西海市社会教育委員の会が主体となり標語を策定し、本年度から市独自の「は・あ・と・ふ・る運動」をスタートしました。

この運動は、優しく・たくましく・そしてふるさとを愛する子どもたちを育むことを目的としたものです。

デザインについては、「視覚的に訴えること」かつ「親しみやすさ」を重視したものを、西望平和賞を受賞した、西彼町在住の^{いちのせ ふみお}一瀬章雄氏に考案いただき、色は西海市の花木である「はまぼう」の黄色を基調として作成しました。各種イベント等を通じて、市民に根ざした活動となるよう本格的に運動を展開していきたいと思っておりますので、御協力をお願いいたします。

問い合わせ先 社会教育課 ☎37-0079



編集後記

映画「サバイバルファミリー」からは学ぶことが多い。突然にして日本列島から一切の電気が消滅し、廃墟化する町からの脱出を試みる一家の話で、とても他人事と思えないものでした。

西海市で発生した、昨年7月の台風災害による停電と断水の二重被害は記憶に新しいものです。

誰もが、一刻も早い生活ラインの復旧を待ち望み、関係機関による昼夜の電気復旧作業、給水活動、自治会および自主防災組織による避難支援活動など、大変な経験をしました。

その当時、飲食物の備蓄や簡易トイレ等を、災害時のために買い揃えたものの、危機感が薄らいだ今、しっかりと気持ちを引き締めたいものです。

これから梅雨に入ります。台風や地震等の災害に備え、家庭や地域で普段から話をして確認しておくこと、一人ひとりが、万一の事が起きたらと考えることが大切です。

今月の広報さいかい18、19ページに、防災関連について掲載していますので、是非ご覧ください。(かわぐち)





Vol.2

**西海
ブランド
とは**

西海市では、豊かな自然がもたらす恵み、交流によって育まれる歴史・文化、それらを活かす人々の想いによって、多くの産品が生み出されています。その中から、厳選した産品や観光資源をぎゅぎゅっと詰め込み、“ぎゅぎゅっと！西海”が誕生しました。



カラマンダリンの美味しさを
フレッシュに味わう
濃厚な **100%**
ストレートジュース

西海カラマンダリン
甘熟じゅりす

柑橘の王様カラマンダリンをそのまま瓶詰め

西海市自慢のカラマンダリンはカリフォルニアのキングマンダリンと日本の温州ミカンから生まれた春みかんです。

その濃厚な食味と温州みかんのような食べやすさは、まさに柑橘の王様。

ですがカラマンダリンは寒波に弱く栽培が難しいため、全国でも大村湾に面した温暖な地域など数カ所のみで栽培されている、希少なフルーツなのです。また、柑橘類のなかでも樹になっている期間が長く、一年樹上で完熟させ収穫します。



6

くらしのカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
	11	12	13	14	15	16 ●救急医療在宅当番医 池田医院(西海) ☎33-2021 松島診療所(大瀬戸) ☎37-0130
17	18	19	20 ●1歳6か月児健康診査 大瀬戸保健センター 12時50分~13時10分	21 ●母子健康手帳交付 市役所第1別館 9時30分~11時30分 13時30分~16時 ●乳幼児相談 大瀬戸保健センター 10時~11時30分	22	23 ●救急医療在宅当番医 金森医院(西海) ☎32-0006
24	25 ●愛の献血 (献血バスが来ます) 西海市役所(本庁者前駐車場)・9時~11時15分~ 12時45分~16時 ●障がい者就労相談 福祉事務所1階会議室 13時~15時 ●乳幼児相談 西彼保健福祉センター 10時~11時30分	26	27	28 ●母子健康手帳交付 市役所第1別館 9時30分~11時30分 13時30分~16時	29	30 ●救急医療在宅当番医 東内科医院(西彼) ☎27-0127

※各教室講座については、各担当部署にお問い合わせください。
 ※大瀬戸コミセン:大瀬戸コミュニティセンター ※大島離島センター:大島離島開発総合センター

健康相談 (6月・7月)

曜日	場所	受付時間
6月28日・7月26日	金 西彼保健福祉センター	9:30~11:00
6月26日・7月31日	水 西海保健センター	
6月27日・7月25日	木 大島保健センター	
6月25日・7月30日	火 崎戸中央公民館	
6月24日・7月29日	月 大瀬戸保健センター	

※身体や心の健康に関することなどご相談ください。
 保健師・管理栄養士などによる個別相談を行います。

すくすく相談

曜日	場所	時間	予約締切
7月3日	水	大瀬戸保健センター	6月26日
7月25日	木		7月18日
8月7日	水		7月31日

臨床心理士による子育てに関する相談を受付けています。
 乳幼児相談、乳幼児健康診査等の日程については、「西海市親子カレンダー」に掲載しています。西海市親子カレンダーは、母子保健事業実施時や各総合支所でも配布します。また、西海市ウェブサイトにも掲載します。

子どもの予防接種

※麻しん・風しん予防接種の対象は下記のようになっています。
 ●第1期: 生後12か月以上24か月未満。1歳の誕生日を迎えたら早めの接種を。
 ●第2期: 平成25年4月2日~平成26年4月1日生まれ

救急医療在宅当番医 ※専門外に対しては診療ができない場合があります。
 西彼杵医師会 ☎095-882-5268 ※当番医は変更になることがあります。
 ※ご利用の際は、当番医に電話で確認してください。

母子健康手帳交付

※毎週金曜日を定例日に設定し交付します。
 ※予約された方を優先し交付します。
 ※定例日以外の交付は予約制となります。こども課にご連絡ください。
 ※母子健康手帳交付には、印鑑、個人番号カード(マイナンバーカード)もしくは、個人番号通知カードおよび身元を確認できる証明書が必要です。

乳幼児相談

※就学前までのお子さんと保護者の方を対象に、身体計測・栄養相談・歯科相談・保健相談を行います。
 ※上記に併せて、お誕生相談(その月に1歳のお誕生日をむかえる方が対象です。事前に通知します。)、妊婦相談、おっぱい相談(予約優先)も行います。

乳幼児健康診査

4月から乳幼児健康診査が次のように変わりました。

乳児	平成30年度		平成31年度
	集団健診	個別健診	30年度と同様
1歳6か月児健診	おおむね4か月		30年度と同様
	1回目	7か月	
3歳6か月児健診	10か月		30年度と同様
	2回目	10か月	
1歳6か月児健診	1歳6~8か月		1歳7か月
3歳6か月児健診	3歳6~8か月		3歳7か月

※乳児集団健診と1歳6か月児健診、3歳6か月児健診は、大瀬戸保健センター1か所での開催となります。
 対象者には個別に通知します。
 ※乳児個別健診は医療機関に直接予約し受診してください。

くらしのカレンダー



月	火	水	木	金	土	日
1 ○集合税1期納期限	2	3 ●3歳6か月児健康診査 大瀬戸保健センター 12時50分～13時10分	4 ●年金相談(予約制) 西彼総合支所会議室 11時～15時	5 ●母子健康手帳交付 市役所第1別館 9時30分～11時30分 13時30分～16時 ●乳幼児相談 大島保健センター 10時～11時30分	6	7 ●救急医療在宅当番医 雪浦ひうらクリニック(大瀬戸) ☎22-9508
8 ●大島地区行政相談 大島離島センター 10時～14時	9 ●障がい者就労相談 福祉事務所1階会議室 13時～15時 ●乳幼児相談 西海保健センター 10時～11時30分	10 ●大瀬戸地区行政相談 大瀬戸コミセン 10時～15時	11 ●乳児健康診査 大瀬戸保健センター 13時10分～13時30分	12 ●西彼地区人権・行政・法律相談 西彼総合支所 10時～15時 ●母子健康手帳交付 市役所第1別館 9時30分～11時30分 13時30分～16時	13	14 ●救急医療在宅当番医 田中医院(西海) ☎32-0033
15 ●救急医療在宅当番医 わたなべクリニック(大瀬戸) ☎23-3002	16	17	18	19 ●母子健康手帳交付 市役所第1別館 9時30分～11時30分 13時30分～16時 ●乳幼児相談 大瀬戸保健センター 10時～11時30分	20	21 ●救急医療在宅当番医 田中クリニック(西彼) ☎27-0035 松島診療所(大瀬戸) ☎37-0130
22	23 ●障がい者就労相談 福祉事務所1階会議室 13時～15時 ●乳幼児相談 西彼保健福祉センター 10時～11時30分	24	25 ●1歳6か月児健康診査 大瀬戸保健センター 12時50分～13時10分	26 ●母子健康手帳交付 市役所第1別館 9時30分～11時30分 13時30分～16時	27	28 ●救急医療在宅当番医 須山医院(大島) ☎34-2123
29	30	31 ○集合税2期納期限	1	2	3	4

※各教室講座については、各担当部署にお問い合わせください。
 ※大瀬戸コミセン:大瀬戸コミュニティセンター ※大島離島センター:大島離島開発総合センター