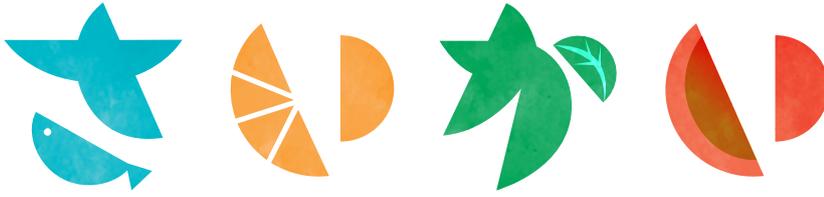


02

今月の特集

広報



2023  
(令和5年)

10

No.222

西海市



06

まちの話題

11

ほけんとふくし

16

環境ニュース

17

くらしの情報

24

募集

24

きょういくの広場



▲プラムの木の<sup>きんてい</sup>剪定作業の様子

▲産卵用タコつぼ投入の様子



西海市の  
第一次産業を支え  
未来につなぐために

# 農業・漁業を 全面サポート

西海市の基幹産業である農業・漁業。高齢化や後継者不足に伴い人手不足が深刻となり、従事者は減少傾向です。このままでは、これまで培ってきた技術や経験、豊かな資源を次世代へ受け継ぐことが難しくなります。そのような中、西海市では、新たに農業・漁業へ就こうとする方、そして親の代を継ぎたいと考えている方を中心に支援しています。具体的には、就業後の生活支援や就業に必要な施設・機械等の整備支援を行っています。

また、転職やUターン・Iターンした方に対しても、現在農業・漁業に携わっている方の知識やスキルを活用し、経験や知識のノウハウを伝承しながら、独立や後継者継承のサポートを行っています。

西海市では、一人ひとりの就業者が可能性を最大限に引き出し、地域資源を活用できるよう、全力で支援していきます。

## 担当者の声



農林緑推進課  
農業振興班  
とみなが  
富永主事

「私が作る農作物をいろんな方に食べてほしい」「安心安全な農作物の栽培方法をいろんな方に広めたい」。

実際に現地に行ったときに聞いた農家の方の声です。この農業に対する熱い思いを形にするため、農家の方と同じ気持ちにならなくてはなりません。また、少子高齢化による担い手不足や農業資材高騰という厳しい状況の中、農家の方の苦勞を少しでも緩和できるよう、市では様々な補助事業を実施しています。西海市の基幹産業である農業の維持発展のため、多くの方に市の補助事業を知っていただき、活用してほしいと思います。そして、これからは農家の方が丹精込めて作られた西海市産の味をたくさんの方に届けられるよう、全力でサポートしていきます。

農業に興味のある方、就農を考えている方、お気軽にご相談ください。



## 担当者の声



ふるさと資源推進課  
水産振興班  
みぞくち  
溝口主事

担当業務は、新規漁業就業者支援事業のほか、水産物販売促進事業や種苗放流、船底清掃事業等です。「現場の生の声を聴く」ことを大切に日々の業務に取り組んでいます。

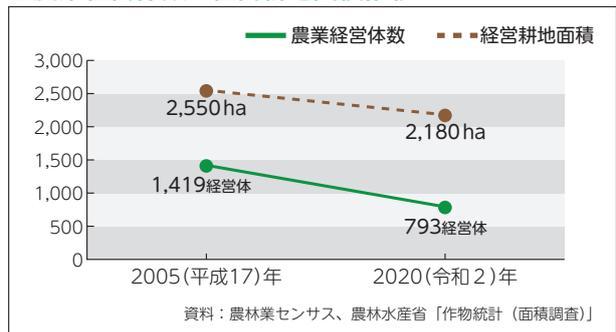
「漁業に興味があるけど何から始めればいいのか」「操業中に困ったことが……どうしよう」「今後の経営について相談がしたい」「活用できる事業はないかな」「どんなことでも構いません。お気軽にご相談ください。一緒に考えましょう！」

現場にもどんどん出て行きます。漁について来て良いよという方、ご連絡いただくと嬉しいです。漁業について教えてください！

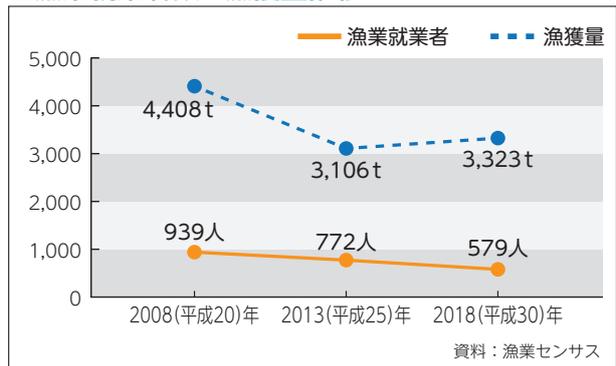


## 西海市の農業・漁業の現状を知る。

### ■農業経営体数・経営耕地面積推移



### ■漁業就業者数・漁獲量推移





## 農家さんに聞きました



おかもと こうへい  
岡本 航平さん

教員を経て妻の実家へ就農しました。妻と3人の子どもの5人家族です。就農したきっかけは、結婚前に妻の御両親が作ったプラムを食べたことです。そのおいしさに感動し、この味を絶やしてはいけない！農業をやりたい！と思いました。就農2年目で仕事にやりがいを感じています。

### Q 就農して良かった点を教えてください。

A 良かった点は子どもの学校行事に参加できるようになったことです。また、自然と触れ合える環境で子育てができることは良いことだと感じています。

雨の日でも私たちは作業をします。そんな日に子どもたちは、ビニールハウスの中で追いかっこをしたり、ピクニックをしたりして遊んでいます。

妻の父の農園ですので、隣に師匠がいて、分からないことはすぐに聞ける恵まれた環境で働いているなど日々感じています。

### Q 支援事業はどのように活用されていますか？

A 築30年のビニールハウスを大規模修繕しているところです。大切に使用されているビニールハウスですが、経年劣化した部分があります。

その修繕や防除機、配達用の車両購入などに活用でき助かっています。

### Q これから就農する方、または就農したいが迷っている方にアドバイスをお願いします。

A 就農している若者は意外と多いですよ。「青年農業者の会」という団体もあり、そこで意見交換や悩んでいることを相談する場として活用できます。また、西海市は補助事業も充実しており就農環境が良いと感じています。やってみたらおもしろいので一緒に頑張りましょう。



## 漁師さんに聞きました



いわもと たくみ  
岩本 巧さん

父と妻、3人の子どもと暮らす41歳です。祖父も父も漁業をしていた影響で、子どもの頃からずっと海で遊んでいました。その頃から「将来は漁師になるんだろうな」と漠然と考えていたのですが、実際に漁師として必死に頑張ってきて、あっという間に23年目になりました。

### Q 漁師になって良かった点を教えてください。

A 自分のタイミングで漁へ行くかどうかを判断できるので、時間の融通が効くところですかね。もちろん天気や潮の流れなどもみていますよ。

潮の流れが早すぎる時に漁に出ても、網が流されたりしてせっかく仕掛けたものが回収できないという事態になることがあります。そんな事は絶対に避けたいので、無理には漁に出ないようにしています。

### Q 利用して良かった支援事業などありますか？

A 漁船リース事業を活用しています。船が新しくなったことで、漁場の開拓などができ色々行けるようになりました。船も以前より大きくなったこと、エンジンが新しくなったことで安心して漁に出られるようになりました。

### Q これから漁師を目指す方へのメッセージをお願いします。

A どんな仕事でも同じだとは思いますが、やはり甘くはないです。漁師を目指す方にどれだけのやる気があるかだと思います。西海市には漁師を目指す方に向けての支援事業があります。

漁業研修体験なども利用できるのですが、様々な事業を活用し、ぜひ多くの方々に漁師を目指してもらえたら嬉しいですね。



## 西海市独自の事業（農業）

農林緑推進課 ☎37-0070

### 新たな就農者支援事業

#### 〔補助対象の経費および要件〕

##### 1 営農生活支援

新規就農者への生活支援

対象者 ①新規参入者 ②親元就農者

要件 就農2年以内、50歳以上61歳未満、県等の研修制度を経て就農、就農計画の認定、自治会加入など

#### 〔補助限度額〕

生活費

- ①は年間120万円×3年
- ②50歳未満は60万円×1年／50歳以上61歳未満は30万円×1年／40歳未満かつ西海市青年農業者の会加入者は1年目・60万円、2年目・30万円、3年目・30万円

##### 2 施設等整備支援

要件 61歳未満、就農2年以内、就農計画の認定、自治会加入など

対象経費 ハウスや機械、設備、資材等農業に関する経費

補助率 2分の1以内 補助下限額20万円、上限額400万円（1回のみ）

### 環境保全型農業推進事業（堆肥購入補助）

#### ●市内で生産された畜産堆肥購入の補助

##### 〔要件〕

西海市内で生産された畜産堆肥（200ℓ以上）であること。

##### 〔補助率〕

- ①西海市認定農業者連絡協議会会員または認定新規就農者 3分の2以内
- ②エコファーマー等、または認定農業者（それに準ずる方） 2分の1以内
- ③その他農業者 3分の1以内

※1人当たり年間10万円を上限（法人は30万円上限）

#### 〔補助限度額〕

補助単価 バラ堆肥3,000円／t以内、袋堆肥200円／袋以内

### 有害鳥獣被害対策事業

#### ●電気柵・ワイヤーメッシュ柵の購入補助

##### 〔要件〕

西海市内で1か所あたり10a以上の農地であること（離島地区は面積条件除外）。

##### 〔補助率〕 市内農業者…資材費の2分の1以内

#### ●イノシシからの生活環境被害対策（イノシシ撃退事業）

〔要件〕 事業実施主体が各自治会等で、ワイヤーメッシュ柵を設置できること

##### 〔補助率〕

- ①実費額 ワイヤーメッシュ柵設置に必要な材料費が対象
- ②上限額100万円 1地区1,000m、1mあたり1,000円以内



## 西海市独自の事業（漁業）

ふるさと資源推進課（水産振興班） ☎37-0066

### 〔新規就業者支援〕

#### 西海市漁業と漁村を支える人づくり事業

##### ●新規就業者生活支援事業

#### 〔補助対象の経費および要件〕

新規漁業就業者への生活費、家族手当

①国、県の漁業実践研修事業を2年以上経て独立する方

②県の研修事業（漁家子弟コース）を2年経て親元に就業する方

#### 〔補助限度額〕

支援期間3年間を限度

生活費 ①は年120万円、②は1年目60万円、2年目30万円、3年目30万円

家族手当 ①②とも同居扶養親族1人につき年10万円

##### ●漁具等購入支援事業

#### 〔補助対象の経費および要件〕

国、県の漁業実践研修事業を2年以上経て独立した新規漁業就業者の漁具および機器類の購入経費

#### 〔補助限度額〕

200万円

詳しくは、西海市ウェブサイトをご覧ください



### 〔推進機関・機器整備支援〕

#### 西海市新たにチャレンジ水産経営応援事業（意欲ある漁業者支援事業）

##### ●漁船推進機関整備事業

〔対象の取組〕 漁船推進機関オーバーホール、船外機の交換等

#### 〔補助率限度額〕

- ・2分の1以内 上限100万円（積立ぷらす加入者）
- ・3分の1以内 上限50万円

##### ●操業支援事業

#### 〔対象の取組〕

A・S設置、魚探、レーダー、プロッタ等の整備、船体改修、水中LED化等

#### 〔補助率限度額〕

- ・2分の1以内 上限10万円（補助対象経費が10万円以上に限る）



## 間接的に農業・漁業をサポート！

### 基盤整備事業

基盤整備事業とは、畑地や水田の整備を総合的に行い、農地・農業施設の災害防止、農業競争力の強化を図り、農業の活性化を目的とした事業です。

道路の拡張や区画の整理など、耕作しやすい環境を整備することで、農業所得の向上や経営規模の拡大が見込まれ、新たに農業を始める方や後継者の増加につながります。

西海市では、平成 29 年に西海町の丸田地区が完成し、西彼町の白崎地区・小迎地区と西海町の面高地区で基盤整備の工事を進めています。また、西海町の太田和地区・天久保地区、西彼町の下岳地区においても基盤整備の工事を計画しています。



▲白崎地区着工前(H30年8月) ▲白崎地区整備中(R4年9月)

### 水産資源増殖事業

資源増産により漁獲量を増加させ、漁業所得の向上による漁業経営の安定を図ることを目的に、市内漁協と漁業者等が協力し、主要魚種（イカ、マダコ、カサゴ、ナマコ）の産卵場造成、種苗の放流に取り組んでいます。



▲カサゴの稚魚放流

### 販路拡大・ブランド戦略

西海市では、生産者が丹精込めて生産した農産品・水産品を広く PR するために、「西海ブランド戦略」を策定し、現在 18 種類の商品を「西海ブランド戦略商品」に選定して販路拡大事業を行っています。

西海市の商品をブランド化し、県外の物産展で販売することで、西海市の農水産物の知名度向上・新たなファンの獲得を目指しています。物産展がきっかけとなり、直販で取引が始まるケースも生まれています。

そのほか、長崎市のおくunchi広場で、「西海市産みかん」や「うず潮カキ」のドライブスルー販売を行っており、こちらも好調な売り上げを記録しています。

今後も、市と生産者が一体となって、西海市の農水産物の販路拡大に取り組んでいきます。



▲「ぎゅぎゅっと西海フェア」  
(R4年11月 阪急大阪梅田駅)



▲西海ブランド戦略商品

## 農業・漁業のイメージを一新する デジタル技術

### 「きつい」「重労働」のイメージにさよなら！ デジタル化で作業の効率化を！

近年よく耳にする「スマート農業」「スマート漁業」とは、AI・IoTを活用することで農業・漁業の様々な業務や技術をデジタル化し、労働の効率化や生産性の向上を目指すスタイルのことを言います。

これまで就業者の経験や技術、勘に頼っていた部分をデータ化したり、収集したデータをもとに作業の一部を自動化することで、就業者の負担を大幅に軽減でき、生産性アップにも繋がります。

効率化・省力化が進めば、農業・漁業に対するイメージが変わり、新規参入者の増加にも期待できることから、西海市でも近年、各種講習会の開催やシステム導入に関する支援等を積極的に行っています。

#### ●スマート農業への取組

ドローンでの農薬防除やラジコン草刈り機の活用等の取組のほか、ハウス栽培でも、自動換気装置等の環境整備装置を活用した自動化が進んでおり、今後ますます農作業の効率化・省力化が進んでいくと見込まれています。



▲ドローン操作の資格取得講習会 ▲ラジコン草刈り機の実演講習会

#### ●スマート漁業への取組

漁業・養殖業の様々な作業や技術をデジタル化し、生産性の向上を目指すスマート漁業には大きな期待が寄せられています。

西海市においても魚群探知機やGPSプロッタ等のデジタル機器や遠隔給餌監視システムの導入など、最先端の技術を採用した水産業の取組に対して支援を進めています。



▲遠隔給餌監視システム



楽しい！美味しい！西海市。

# ぎゅぎゅっと！西海フェス 2023

豊かな自然の中で育まれた  
西海市自慢の「うまい！」がここに集結！  
西海市の魅力をぎゅぎゅっと詰め込んだ、  
子どもも大人も楽しめるイベントです！

**11.12日** 9:30～15:30  
大瀬戸総合運動公園陸上競技場

Event Information  
イベント盛りだくさん！

西海市の  
魅力ある店舗が  
多数出店！

詳しくはこちら→



## それいけ！アンパンマンショー

開催時間  
1回目 11:20～  
2回目 13:30～  
場所  
メインステージ  
観覧無料



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

※諸般の事情によりイベントが中止・変更になる場合があります。

かわいい動物たちがやってくる!!  
長崎バイオパーク  
移動動物園



※写真はイメージです。  
実際の動物とは異なる場合がございます。

空くじなし!! 新鮮な魚介類が当たる!  
挑戦!  
魚ガチャ!

午前の部・午後の部  
各先着50名様  
1回 500円

同時開催

子育て世代を西海市が応援!  
さいかい  
子育てフェスタ

○大瀬戸総合運動公園体育館  
○9:30～12:00



主催・お問合せ先／ぎゅぎゅっと！西海フェス実行委員会（西海市ふるさと資源推進課内）TEL 0959-37-0064

後援／NBC長崎放送・KTNテレビ長崎・NCC長崎文化放送・NIB長崎国際テレビ・エフエム長崎・長崎新聞社・西日本新聞社

【8月号おたより】今月7日、娘が次男を出産。本当は8月8日に計画出産だったのがまさかの前日陣痛で産まれました。名前も8にちなんで「えいと」だったのが再考になり生後1週間後にやっと決まりました。その間、名無しの権兵衛さんにちなんで「ゴンペ君」と呼ばれていました。勿論違っ名前になりましたよ。（60代女性）

# 西海市がも〜っと好きになる!そんな楽しいイベントをご用意しました!

## ステージイベント

**大地あきお 歌謡ショー**  
14:20~  
西海市出身! ほっとけない男!  
お祭りさかーど!



**宝餅まき抽選会**  
(特産品プレゼント)  
15:10~



## フィールドイベント

プロカメラマンが記念写真を撮影  
**ぎゅぎゅっと! 撮影会**



ぬりえを描いて西海市の特産品をゲットしよう!  
**ぬりえコンテスト**



西海市自慢の特産品をバルーンで表現!  
**ゆうじおじさんのバルーンパフォーマンス**




西海市内の5つの方面から午前と午後2便ずつ運行します。

### 無料バス時刻表 ※午後の便は13時30分、16時に会場を出発予定

大島西方面	太田尾	塔の尾	塩田	大島	黒瀬グラント	内浦	東馬込	寺島	運動公園
	8:16 10:00	8:18 10:02	8:22 10:06	8:27 10:11	8:38 10:22	8:43 10:27	8:46 10:30	8:50 10:34	9:20 11:04
大島・崎戸方面	本郷	蟻浦	中戸	蛤	徳万	間瀬	真砂	古子	運動公園
	8:29 10:01	8:34 10:09	8:38 10:13	8:42 10:17	8:44 10:19	8:46 10:21	8:48 10:23	8:55 10:30	9:20 10:55
西彼・西海方面	八木原	小迎	川内	畑下	水浦	小郡公民館	馬石	西海東小	運動公園
	8:32 10:03	8:36 10:07	8:40 10:11	8:45 10:16	8:47 10:18	8:49 10:20	8:51 10:22	8:55 10:26	9:20 10:51
西彼方面	白似田	亀岳	西彼総合支社前	烏加	大串	平山	白藤橋	下山	運動公園
	8:47 10:17	8:52 10:22	8:56 10:26	8:59 10:29	9:02 10:32	9:05 10:35	9:13 10:43	9:17 10:47	9:20 10:50
西海町方面	丹納	横瀬入口	横瀬	西海北小学校前	面高	天久保	黒口	太田和	JA長崎西彼中浦支社前
	8:19 10:08	8:22 10:11	8:24 10:13	8:27 10:16	8:31 10:20	8:37 10:26	8:42 10:31	8:48 10:37	8:54 10:43
	七ツ釜本郷	柳	JA長崎西彼多良前	小坂の浦	松島棧橋前	西海市役所前	運動公園		
	8:59 10:48	9:04 10:53	9:07 10:56	9:11 11:00	9:14 11:03	9:16 11:05	9:20 11:09		

8.25  
TOPIC

## 第45回少年の主張長崎県大会 今村心結さんが西海市代表として堂々と発表

「第45回少年の主張長崎県大会」がシーハットおおむらで開催されました。

この大会は、中学生が日常生活で感じていることや、未来への提言などを自分自身の言葉で発表することで、多くの大人へ現代の青少年に対する理解、関心を深めてもらうことを目的に開催されています。

今年度は、県内128校・9,940編の応募から選ばれた12名が出場。西海市からは今村心結さん（大崎中3年）が、『希望の未来へ』という演題で力強く発表し、審査の結果、優秀賞にあたる長崎新聞社賞に輝きました。



8.19・8.26  
TOPIC

## 夏の思い出ができました 日帰りキャンプと海岸清掃

大瀬戸小学校では、保護者主催の親子レクリエーションが行われ、5年生と6年生はそれぞれ夏休みのひと時を楽しく過ごしました。

8月19日、5年生の日帰りキャンプは、西海市の「子ども夢基金」を活用して、防災や食品ロス問題について学びました。

当日は、佐世保市東消防署大瀬戸出張所の救急隊員や日浦病院の看護師などを講師に招き、自動体外式除細動器（AED）の扱い方や毛布を使った簡易担架の作り方、救急車の見学などを行いました。その後、同病院の管理栄養士から食品ロスについて学び、カレーづくりに挑戦したほか、夕食後は花火や天体観測を楽しみました。



8.9  
TOPIC

## 西海市の産品が受賞！ DMM オンクレにっぽんの半島フード賞

国土交通省「半島の食のブランド化」推進のための官民連携体制構築実証事業において、西彼杵半島の産品として、西彼町の株式会社大地のいのちの「やわらか干しいも もっちりいも」がDMM オンクレ（オンラインクレーンゲーム）にっぽんの半島フード賞を受賞しました。

### ◆商品の特徴

九州産のさつまいも（紅はるか）をじっくり60日間熟成させ、甘さが引き出されています。添加物は使用せず、衛生的な機械干しで「もっちり半生」に仕上げているので、しっとりややわらかく自然のいもの甘みをご堪能いただけます。無添加でやわらかいので小さなお子様からご高齢の方まで安心してお召し上がりいただけます。

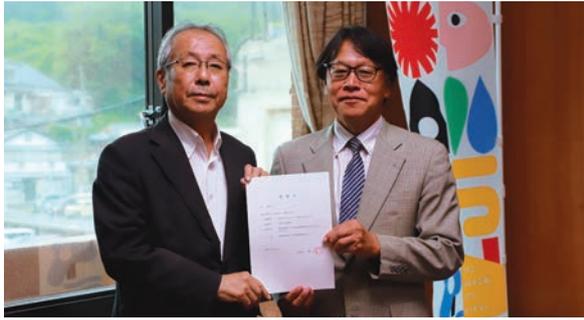


です！  
（40代女性）

【8月号おたより】

西海市は自然豊かな町なので子育てに充実しています。魚釣り、山につわとりやたくさん子供達に教えてきました。自然の中で育った子供達も、みんないい顔



9.1  
TOPIC地域おこし協力隊員着任  
雪浦の活性化をはじめ西海市の観光をPR

【雪浦地区活性化 やましたのりあき 山下憲昭隊員⑥】

9月1日に着任。大瀬戸町雪浦地区の「株ゆきのうら」に籍を置き、「雪浦ウィーク」の課題解決や「地域まるごとホテル化構想」の実現に向け、イベント業務の企画・運営・情報発信などに取り組み、雪浦地区の活性化を目指します。

## 山下隊員メッセージ

大島町生まれ、池島育ち、関西の旅行会社を経て福岡から単身西海市へ移住して来ました。雪浦の活性化、そして西海市の観光PRを行い、市外県外から多くの方々に来てもらえるよう活動を行います。西海市で現在活動している3名の若い隊員と一緒に西海市を盛り上げていきたいと思っています。

## 8.29

## TOPIC

下岳龍神祭  
「ここからお江戸は三百里…」4年ぶりの行列

「下岳龍神祭」が西彼町下岳地区の下岳神社で行われ、五穀豊穰、無病息災などを祈願しました。

当日は、警護、のぼり、しおくみ、はさみ箱など約130名の行列が「ここからお江戸は三百里、裸足で道中なるものか…」と囃子歌の歌声が響く中、4年ぶりに下岳神社から市杵島神社までを行列が往復しました。



## 8.26

## TOPIC

上岳八朔祭  
子ども奉納相撲に歓声と拍手

西彼町上岳地区で五穀豊穰、家内安全、無病息災を祈願する「上岳八朔祭」が行われました。

当日は、4年ぶりに行列と奉納相撲が行われ、のぼり、しおくみ、榊花など約120名行列は、上岳神社から生き生き交流館までを練り歩きました。

また、境内では奉納相撲が行われ、小学生16名の力強い取組に観客からは大きな歓声と拍手が送られました。



## 8.31

## TOPIC

世代間交流を夏休み最後の思い出に  
1日限りの石田地区ふれあい子供食堂オープン

西海市石田地区で1日限りの「石田地区ふれあい子供食堂」が石田集会所にオープンしました。

この子供食堂は、地域での交流が少なくなる中、地域の世代間交流を目的に同地区民生委員・児童委員協議会、老人クラブなどが主催したもの。

当日は、同地区と大島学童クラブの子どもたちをはじめ、地域の方など約80名が参加しました。

子どもたちは、ギター演奏、朗読会や竹細工、バームクーヘンづくりなどを楽しんだ後は、地域の方が前日から準備したカレーとそうめんを頬張り、夏休み最後の日に地域の方との交流を楽しみました。



8.1~8  
TOPIC

国際交流の貴重な体験

## 中学生6名がマレーシアを訪問

西海市国際交流協会の中学生マレーシア交流事業に、西海市の中学3年生4名と2年生2名が参加しました。

生徒たちは、同年代の子どもがいるホストファミリー宅にホームステイしながら、現地の中高一貫校に通って一緒に授業を受けるなど、マレーシアの多様な文化と宗教、また日本と異なる生活様式に触れることができました。

帰国報告会では、交流を通してマレーシアの「互いを尊重する心」を感じ、この経験を将来に生かしたいと報告がありました。そのほか、マレーシアと日本の衣食住の違いなど肌で感じたことや、英語が通じるか不安だったが、翻訳アプリなどを活用し自分の英語が通じ嬉しかったなどの感想が聞かれました。



▲マレーシア マラッカ州のハング・ガストゥリ中高等学校での様子



9.1  
TOPIC

いざという時に備えて

## 西海市総合防災訓練を実施しました

9月1日の防災の日に、地震や風水害を想定した「令和5年度西海市総合防災訓練」を大瀬戸総合運動公園で実施しました。

訓練には、自衛隊、警察、消防、消防団、自主防災組織など17機関から約300名が参加。大

規模災害発生時の対応訓練として、現地対策本部の設置や倒壊家屋および被災車両からの救助、炊き出し、ボランティアの受け入れ訓練など11の訓練を行い、関係機関相互の連携について確認しました。





## 高血圧予防に積極的に野菜を摂取しましょう

問 健康ほけん課 ☎ 37-0067

国保の健診結果によると、西海市には、高血圧治療の方が多く、年々メタボリックシンドローム該当者の割合が増えています。血圧を下げるなど高血圧予防の観点から、野菜の積極的な摂取が推奨されています。

小松菜はビタミンAや葉酸、カルシウムなどバランスよく栄養を摂取できる食材です。手軽にできる小松菜レシピを紹介します。

## ●小松菜白和え



エネルギー 80kcal 食塩相当量 0.2g

## 材料（2人分）

小松菜	100g
にんじん	30g
生しいたけ	20g
木綿豆腐	100g
A	
酒	小さじ 1
砂糖	小さじ 1
ねり白ごま	小さじ 1
白みそ	大さじ 1/2
焼きのり	適宜

## 作り方

1. 小松菜は3cm長さに切り、にんじんはせん切りにする。しいたけは薄切りにする。
2. 豆腐はペーパータオルまたはふきんで包み、重石をのせて水気をきる（約30分）
3. 鍋にたっぷりの湯を沸かし、にんじんをさっとゆでて取り出す。続いて小松菜としいたけをさっとゆでて冷水中に取り、粗熱が取れたら水気をしぼる。
4. ボウルに2の豆腐を一口大に割って入れ、Aを加え、泡立て器で滑らかになるまで混ぜ合わせる。3を加えてあえ、器に盛る。あればせん切りした焼きのりを飾る。

★豆腐の水切りは電子レンジの600wに3分加熱してもよい

★あえ衣はフードプロセッサーで作ってもよい

## ●小松菜のポタージュ



エネルギー 57kcal 塩分量 0.4g

## 材料（2人分）

小松菜	100g
じゃがいも	25g
玉ねぎ	40g
バター（有塩）	5g
塩	ひとつまみ
A	
水	1/2カップ
コンソメスープの素（固形）	1/4個
牛乳	1/2カップ

## 作り方

1. 小松菜は2～3cm長さに切る。じゃがいもは皮をむいて薄切りにする。玉ねぎは薄切りにする。
2. 鍋にバターを入れ、弱火で熱し1を入れ、塩とAを加えて煮立ったら弱火にし、蓋をして柔らかくなるまで煮る。
3. 2の荒熱がとれたら、フードプロセッサー（またはミキサー）にかけて鍋に戻し、牛乳を加えて弱火で沸騰直前まで温める。
4. 器に盛り、お好みで粗挽きこしょう、クラッカー、クルトン（分量外）などを散らす。



西海市では、国保の特定健診を受けた方に受診特典として小松菜の種を配布していますので、ぜひお試しください。

02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

まちの  
話題

11

ほけん  
と  
ふくし

16

環境  
ニュース

17

くらしの  
情報

24

募集

24

きょういくの  
広場

予防が大切!



## 季節性インフルエンザ予防接種実施のお知らせ

問 健康ほけん課 ☎ 37-0067

インフルエンザは毎年12月から2月頃に流行し、1月から2月に流行のピークを迎えます。

ワクチン接種を受けることで重症化を予防することができるほか、症状が出現する状態である発病を抑えることについても、一定の効果が認められています。

なお、接種による効果が現れるまでに、2週間程度を要するとされていますので、流行前に予防接種を受けることが大切です。

### ■接種費用の助成制度■

西海市に住所を有する次の方を対象に、接種費用の一部を助成します。

#### 1. 助成対象者

- ①接種日に65歳以上の方
- ②接種日に60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる機能障害を有する方（身体障害者手帳1級程度の方）
- ③生後6か月から高校生相当年齢（※平成17年4月2日～平成20年4月1日生まれ。高校の在籍要件は不問）の方

#### 2. 実施期間（接種期間）

10月1日～令和6年2月29日

#### 3. 助成回数および個人負担金

対象区分	助成回数	個人負担金
65歳以上の方	1回	1,800円
60歳以上65歳未満で心臓機能障害等がある方	1回	1,800円
小学生	1回	1,100円
中学生	1回	1,300円
高校生相当	1回	1,500円
生後6か月～就学前の乳幼児（接種間隔2～4週間）	2回	1回あたり800円

- 助成対象者のうち、生活保護受給世帯の方は、福祉事務局長が発行する証明書を提出すると無料で接種できます
- 接種の際は、事前に医療機関へ予約をお願いします。また、西海市民であることを確認するため、現住所記載の保険証等をお持ちください

### ■高校生相当年齢以下の接種■

#### ○母子健康手帳が必要でず

接種の際は、母子健康手帳を必ずお持ちくださ

い。手帳がない場合、接種を受けられないことがあります。紛失している場合は、事前に健康ほけん課までお問い合わせください。

#### ○予診票の署名および保護者同伴

被接種者	予診票署名 (自署欄)	保護者同伴
～13歳未満	保護者	必要※1
13歳～16歳未満	保護者	必要※2
16歳～	被接種者	不要

※1 保護者が同伴できない場合は、親族等が代わりに同伴することもできますが、あらかじめ保護者が委任状をご記入ください

※2 予診票に保護者が接種に同意する署名をしている場合に限り、保護者同伴を不要とします

### ■新型コロナワクチンと

#### インフルエンザワクチンの同時接種■

新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンは、昨年度から同時接種が可能となっています。

これは、必ず同時に接種しなければならないということではなく、2つのワクチンを接種間隔の制限なく接種可能とするものです。

なお、インフルエンザ以外のワクチンと新型コロナワクチンとの接種については、従来どおり、**13日間以上の間隔をあげる必要**がありますので、ご注意ください。

#### ○集団接種会場での同時接種

西海市の**新型コロナワクチン集団接種会場では、同時接種を実施しません**。接種体制およびインフルエンザワクチンの供給面の問題から、引き続き、新型コロナワクチンのみの対応（予約コールセンターを含む）となります。

#### ○医療機関での同時接種

新型コロナワクチンを個別接種している医療機関において、同時接種に係る対応が異なりますので、希望される場合は医療機関または健康ほけん課までお問い合わせください。

#### ○同時接種の判断

同時接種の可否については、接種する医師が最終的に判断することとなりますので、間隔をあげる必要があると説明があった場合は、その指示に従いましょう。

過去にワクチンで重篤な副反応が出たことがある場合は、ある程度、期間をあけての接種をお勧めされる場合があります。

■インフルエンザ予防接種 実施医療機関一覧（市内）

	医療機関名	所在地	電話番号	インフルエンザ 予防接種		新型コロナワクチンとの同時接種
				乳幼児～ 高校生相当	高齢者等	
西 彼	田中クリニック	西彼町喰場郷 1324-2	☎27-0035	○	○	
	せいひ中央 クリニック	西彼町鳥加郷 2201-2	☎28-1190	○	○	○
	真珠園療養所	西彼町八木原郷 3453-1	☎28-0038		○	
	八木原わたなべ クリニック	西彼町八木原郷 1523-1	☎28-1905	3歳以上	○	
	こむかえ クリニック	西彼町小迎郷 2542-5	☎23-0080	小学生 以上	○	
	長崎セント・ ノーヴァ病院	西彼町伊ノ浦郷 127	☎28-1185	○	○	
西 海	池田医院	西海町七釜郷 1622	☎33-2021	○	○	○
	たいら医院	西海町木場郷 528-2	☎32-2011	○	○	
	金森医院	西海町川内郷 1250	☎32-0006	小学生 以上	○	
大 島	さいかい クリニック	大島町 1876-59	☎34-3371	○	○	
	大島ながた クリニック	大島町 1895-3	☎23-0777	○	○	○
崎 戸	山崎医院	崎戸町蛸浦郷 1806-23	☎35-3337	○	○	
	江島診療所	崎戸町江島 2275-1	☎37-0110	○	○	
	平島診療所	崎戸町平島 741	☎0959- 47-2123	○	○	
大 瀬 戸	浦口医院	大瀬戸町瀬戸 檉浦郷 163	☎22-0015	小学生 以上	○	
	わたなべ クリニック	大瀬戸町瀬戸 西濱郷 720-6	☎23-3002	○	○	
	雪浦ひうら クリニック	大瀬戸町雪浦 上郷 254-17	☎22-9508	○	○	
	松島診療所	大瀬戸町松島 内郷 288	☎37-0130	○	○	

※上記医療機関のほか、県内の広域予防接種事業等に加入している医療機関であれば接種可能です。詳しくは、接種を希望される医療機関へ直接ご確認ください

※県外の医療機関等で接種をご希望の場合は、事前に健康ほけん課までお問い合わせください

※「新型コロナワクチン接種」については、引き続き、西海市が開設しているコールセンターまたは西海市公式LINEでの予約が必要です。医療機関での予約はできません

02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

まちの  
話題

11

ほけん  
と  
ふくし

16

環境  
ニュース

17

くらしの  
情報

24

募集

24

きょういくの  
広場

XBB 対応ワクチン接種について

新型コロナウイルス感染症関連情報

問 健康ほけん課 ☎ 37-0119

令和5年度秋開始接種について

9月20日以降実施しているXBB対応ワクチンを使用した秋開始接種の予約は受付中です。接種券等は対象の方へ8月下旬から順次発送しています。

※前回未接種の方で接種券等をお持ちの方は、その接種券等を使用してください

接種会場において介助が必要な方について

介助が必要な方については、ご家族など付き添いの方が接種完了まで必ず介助していただきますようお願いいたします。

【予約方法】

西海市  
新型コロナワクチン  
コールセンター

☎ 0959-33-9139  
(9:00~18:00 土日祝日も受付)

LINEは  
こちらから



電話がつながりにくい時はしばらくたってからおかけ直してください。

また、予約はLINEが非常に便利です。ご家族の方が代理で予約することもできますので、ご利用ください。

事前に意思表示をしておこう

10月は臓器移植普及推進月間です

問 健康ほけん課 ☎ 37-0067

1万6千人の移植希望者と少ない臓器移植

全国には、重度の病気となり移植でしか根治しないと診断された方のうち、移植希望登録をされている方は現在約1万6千人です。

日本では臓器提供者が少ないため、実際に移植を受けることができる方は年間約3%です。

4つの権利と意思表示

臓器提供と移植については、誰もが4つの権利を持っています。

- 臓器を提供する権利
- 臓器を提供しない権利
- 移植を受ける権利
- 移植を受けない権利

臓器提供意思表示カードは“提供したい・したくない”どちらも表示できます。自分の意思を記入しましょう。

臓器移植法が改正されました

臓器移植法が改正され、平成22年1月17日から親族に対し、臓器を優先的に提供する意思を書面に表示できるようになりました。

また、脳死下からの臓器提供においても、家族の承諾があれば、臓器提供ができるようになりました。

これにより、15歳未満の方からの脳死下での臓器提供が可能となりました。

話そう。大切な人と。

～知らせておこう自分のこと。

知っておこう家族のこと～

臓器の提供は、本人の意思が尊重されますが、最終的には家族の判断が必要になります。

家族が迷わないためにも、日頃から、臓器提供についての意思を表示することが大切です。

健康保険証・運転免許証に意思表示欄が設置されました

改正臓器移植法の施行に伴い、被保険者証および運転免許証の裏面に臓器提供に関する意思表示欄が設けられています。

ご自分の意思について、ご家族や友人と話し合ってお知らせをしておきましょう。

臓器提供を強要するものではなく、記入はあくまでも任意となります。

【問い合わせ先】

(公財) 長崎県健康事業団 総務課

☎ 0957-43-7131

認知症の人と家族にやさしい地域づくりに向けて



### オレンジカフェ “さいかい”

☎ 包括支援課 ☎ 37-0245



認知症の人やその家族を中心にどなたでも自由に参加することができます。専門家による相談もできますので、お気軽にご参加ください。

☎ 11/18 (土)

13:00 ~ 15:00

講話「認知症の人を地域で支えよう」

講師／福田健一郎さん (作業療法士)

※受講で認知症サポーターになることができます

☎ みかんドーム研修室 (西海町木場郷 496-1)

☎ 100 円

☎ ①カフェタイム

②講話

③相談・情報交換

☎ 電話 (予約必須・先着順)

☎ 真珠園療養所 担当: 福田・藤田

☎ 28-0038

薬はきちんと管理しましょう



### 10月17日から23日は「薬と健康の週間」です

☎ 健康ほけん課 ☎ 37-0067

薬を使用する際は、医師や薬剤師から適切な情報を受け、次のことなどに注意し、より安全に効果的に使用しましょう。

○使用する前に薬の説明書をよく読みましょう

○用法・用量を守りましょう

○薬の剤形にあった服用方法を守りましょう

○薬の飲み合わせに注意しましょう

○高齢者や子どもの薬の使用には特に注意しましょう

○薬は正しく保管しましょう

○古い薬の使用はやめましょう



介護について学ぼう



### 「介護に関する入門的研修」受講者募集

☎ 長寿介護課 ☎ 37-0024

長崎県では、県内の介護人材確保にかかる取組の一環として、「介護に関する入門的研修」を実施します。

☎ 10/28 (土)、10/29 (日)、11/4 (土)

☎ 西彼保健福祉センター (遊湯館)

☎ 無料 ※事前申込みが必要です

☎ 「基礎講座」3時間、「入門講座」18時間。「基礎講座のみ」か「基礎+入門講座」のいずれかの受講になります。

☎ (株)ニチイ学館 長崎支店

☎ 095-827-3705



02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

まちの  
話題

11

ほけん  
と  
ふくし

16

環境  
ニュース

17

くらしの  
情報

24

募集

24

きょういくの  
広場



## こども食堂

10月29日(日) ひる11時半~13時半

こども (中学生まで): **わりょう!**  
保護者の方がお食事される場合: 100 円  
(問) ジスコ子ども支援: 0957-27-1112

子ども支援株式会社では、子ども達への「ほめたいこと」「あげたいもの」「かなえたいこと」募集! 詳しくはHPを見てね! ▶



☎ = 日時 期 = 期日・期間 時 = 時間 所 = 場所 対 = 対象 定 = 定員 費 = 参加・受講料 講 = 講師 内 = 内容  
テ = テーマ 持 = 持ってくるもの 抽 = 抽選 選 = 選考 賞 = 賞品 申 = 申し込み 他 = その他 問 = 問い合わせ



## 10月11日～17日は 県内一斉スマートムーブウィーク

問 環境政策課 ☎ 37-0065

地球温暖化防止の取組を推進していくための活動の一環として「県内一斉スマートムーブウィーク」を実施します。

期間中は、できる範囲でマイカー利用を自粛し、徒歩、公共交通機関や自転車の利用をお願いします。

また、車を運転する場合は、地球と財布にやさしいエコドライブにチャレンジしましょう。

この運動に参加していただける個人や団体を募集しています。

### 【参加方法】

「スマートムーブ参加宣言」を長崎県地域環境課へご提出ください（長崎県のウェブサイトからダウンロードできます）。

### 【問い合わせ先】

長崎県地域環境課 ☎ 095-895-2512




## 温暖化対策への取組のお願い 「調理を省エネに」

問 環境政策課 ☎ 37-0065

### 1. 炊飯ジャーの保温をやめる取組

炊飯ジャーの保温をやめて、食べるときに電子レンジで温めなおすほうが省エネになります。

年間 24kg の CO<sub>2</sub> を減らし、電気代が 1,390 円お得になります。

### 2. 電気ポットで保温しない取組

電気ポットでは、保温のために多くの電気が消費されています。必要に応じてお湯を沸かすか、魔法瓶を活用しましょう。

年間 36kg の CO<sub>2</sub> を減らし、電気代が 2,090 円お得になります。

### 3. 食器洗いでお湯を出したままにしない取組

洗剤で洗っている時は、できるだけ、お湯を出す時間を短くしましょう。

油汚れは、先にふき取ると汚れも落ちやすく、すすぎも早く済みます。

年間 12kg の CO<sub>2</sub> を減らし、電気代が 1,580 円お得になります。

出典：うちエコ診断サービス排出量や金額は長崎県単身世帯の平均排出量・光熱費による



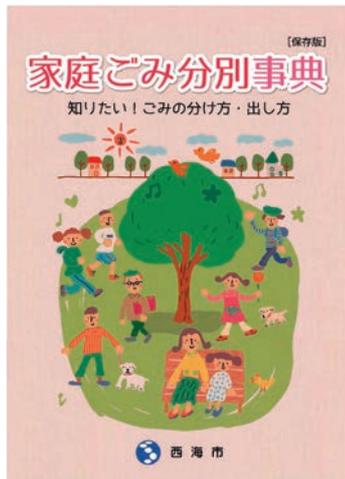
## ルールを守ってごみを出しましょう

問 環境政策課 ☎ 37-0065

ごみステーションや地区拠点に出しているごみのうち、ごみ出しのルールが守られていない場合は収集できません。収集できないごみには、収集できない理由を書いた黄色いシールをはっていますので、その場合はごみを持ち帰り、ルールに沿って収集日にお出しください。

また、もえるごみの袋に、缶やびん、乾電池、電化製品などが入っていることがあり、処理施設の機械の故障原因にもなりますので、ごみの分別を守りましょう。

ごみの分別方法は、「家庭ごみ分別事典」に掲載しています。この分別事典は、環境政策課、各総合支所・



出張所で配布しているほか、西海市ウェブサイトにも掲載しています。

### ●ごみ出しのルール

- 市の分別に従って出す
- 市指定のごみ袋で出す
- 粗大ごみはシールをはる
- 収集日の8時までに出す

※事業所のごみは、ごみステーションおよび地区拠点には出せません



▲黄色いシールをはった収集できないごみ

広報さいかいでは、随時おたよりの感想やちょっとした聞いて欲しい小話などを寄せさせていただきます。詳しくは裏表紙をご覧ください。

## お知らせ

年金の「未納」「未加入」「免除」期間がある  
60歳以上の方へ

### 国民年金任意加入制度について

問 市民課 ☎ 37-0164

やむを得ない事情により国民年金を納められなかった期間や、国民年金に加入していなかった期間があると、その期間に応じて年金額が少なくなってしまう。

国民年金には、ご本人の申し出により「60歳以上 65歳未満」の5年間、国民年金保険料を納めることで、65歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができる【任意加入制度】があります。

#### Q. 任意加入に条件はありますか？

##### A. 次の①～⑤のすべての条件を満たす方です

- ①日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方
- ②老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
- ③20歳以上60歳未満までの保険料納付月数が480月(40年)未満の方
- ④厚生年金保険に加入していない方
- ⑤日本国籍を有しない方の場合は、在留資格が「特定活動(医療滞在)」や「特定活動(観光等を目的とするロングステイ)」で滞在する方を除きます

##### ①～⑤のほか、

- ・年金の受給資格期間を満たしていない65歳以上70歳未満の方
- ・外国に居住する日本人で、20歳以上65歳未満の方

#### Q. 毎月の保険料はいくらですか？

A. 令和5年度の国民年金保険料は、月額16,520円です

#### Q. 任意加入の手続きはいつからできますか？

A. 60歳の誕生日の前日から可能です

#### Q. 任意加入はどこで手続きすればよいのですか？

A. 市民課、各総合支所で申込みできます

#### 【手続きの際にお持ちいただくもの】

- 年金手帳または基礎年金番号通知書
  - 預貯金等通帳、金融機関届出印
- ※任意加入は、口座振替の申込みが必須です



## 資源ごみの分別ルールを守りましょう

問 環境政策課 ☎ 37-0065

資源ごみの分別が不十分な状態でお出しされており、特に缶、びん、ペットボトルを分けずに資源袋に入れて出されていることが増えてきています。

**缶、びん、ペットボトルは、それぞれ資源袋に分けて、混ぜずに出してください。**

#### 【分別方法】

##### ●缶

飲料缶は、中をすすいで出してください。

スプレー缶は、屋外で中身を出し切り、穴を開けて出してください。

##### ●びん

フタは必ず取り外して、中をすすいで出してください。

プラスチック製のフタは、プラスチック製容器包装で出してください。

金属製のフタは、もえないごみで出してください。

##### ●ペットボトル

キャップとラベルは必ず取り外し、中をすすいで出してください。

キャップとラベルは、プラスチック製容器包装で出してください。



缶

びん

ペットボトル



## 西海市炭化センター(西海町)

休業日[10月25日(水)]のお知らせ

問 西海市炭化センター ☎ 32-9469

電気設備点検のため、10月25日(水)は終日休業します。当日は、ごみの受け入れができませんので、ご了承ください。

02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

話 まちの  
題 話

11

ふくほけんと  
くし

16

ニ環  
ュ境  
ース

17

情くらしの  
報

24

募  
集

24

広きよついくの  
場

イベント

秋の横瀬浦を楽しみませんか  
初開催！「メルカード横瀬浦」

問 西海総合支所 ☎ 37-0134

5月に発足した「横瀬<sup>まち</sup>地域づくり協議会」では、地元の豊かな恵みや人と人との交流を生かして、「メルカード横瀬浦」を開催します（メルカードとは、ポルトガル語で市場のこと）。

秋の味覚の横瀬産のみかん、さつまいも、新米など穫れたて農産物や焼き芋、パンなどの販売、町の人の手作り雑貨や陶器などの工芸品、お子さんも楽しめるお店が並ぶ予定です。

爽りの秋を満喫できる「メルカード横瀬浦」におでかけください。

【日時】 11/19(日) 10:00～14:00

【場所】 横瀬浦公園（西海町横瀬郷）

【問い合わせ先】

谷口地域マネージャー ☎ 080-1019-0448

イベント

第18回ながさき水産科学フェア開催

問 ふるさと資源推進課 水産振興班 ☎ 37-0066

【日時】 10/15(日) 9:30～15:00

【場所】 水産研究・教育機構長崎庁舎ほか  
(長崎市多以良町 1551)

詳しくはこちらをご覧ください。



【問い合わせ先】

長崎県総合水産試験場 ☎ 095-850-6293



行政手続きが便利に  
マイナンバーカードを作ろう

問 市民課 ☎ 37-0164

マイナンバーカードは、公的な本人確認書類として利用でき、様々な行政サービスを受けることができるようになる便利なカードです。

【公的な身分証明書になる】

個人番号の提示や本人確認が必要な場面で利用できます。

【各種証明書を取得できる】

全国のコンビニエンスストアで戸籍、住民票、印鑑証明、税証明等を取得することができます。



※戸籍は本籍地が西海市の場合に

限ります（住民登録が西海市以外の場合は事前登録が必要です）

※旧町の印鑑登録証をお持ちの方は、印鑑登録証明書を取得することができないため、西海市の印鑑登録証（黄色）への切替手続きが必要です

【健康保険証として活用できる】

事前に登録することで病院に行く際に健康保険証の代わりに提示することが可能です。

【各種行政手続きをオンラインで申請できる】

以下の手続きがオンラインで行えます。

- ※オンライン申請には、マイナポータルアプリのダウンロードが必要です
- ・子育て支援関係 ・介護関係
- ・被災者支援関係 ・転出関係など



【マイナンバーカードの申請サポート】

市民課や各総合支所での申請のほか、市民課職員が個人宅や事業所等へ訪問する出張申請も受け付けています。一人からでも申し込みできますので、お気軽にご利用ください。

1. 申込方法

出張申請受付フォームまたは電話（市民課 ☎ 37-0164 まで）



申込フォーム

2. 訪問時間

平日 9:00～16:30

3. 訪問当日に準備していただくもの

- ・通知カード  
(紛失している場合は申し出ください)
- ・本人確認書類（運転免許証、保険証など）
- ※申請当日に通知カードを返納し、本人確認書類を提示すれば、本人限定郵便でカードを自宅に郵送することができます

広報さいかいでは、随時おたよりに募集しています。広報さいかいの感想やちょっとした聞いて欲しい小話などをお寄せください。送ってくださった方の中から抽選で5名様に西海市の特産品をプレゼント！詳しくは裏表紙をご覧ください。

10・11月開催

## 初心者も安心！スマートフォンの使い方講習会受講者募集のお知らせ

☎ 情報推進課 ☎ 37-0170

西海市内各地区で開催するこの講習会は、総務省の「デジタル活用支援推進事業」の一環としてあらゆる世代のデジタル活用を支援するもので、次のような方におすすめの講習会です。

- スマートフォンを持っていない方
- これから活用してみたい方
- 今よりもっと便利に使いこなしたい方
- 操作に不安がある方

この機会に、あなたもご家族やご友人を誘って使い方を一緒に学んでみませんか。

講習会参加費用は無料ですが、**事前に申込みが必要**です。開催日程をご確認の上、**講習会申込受付先へ直接お申込み**ください。

### 【講習会申込受付先】

〈ドコモショップ西海店〉

☎ 0120-8585-07 申込受付時間 9:00～18:00 (定休日：第2水曜)

※ドコモユーザー以外の方も、もちろん講習会にご参加いただけます

※「西海市役所のスマートフォン講習会の件で……」とお伝えいただくとスムーズです

### 【10月開催会場・日程】

講習内容	番号	日程	時間	定員	開催場所	ご準備いただくもの
マイナンバーカードの申請方法	1	10/17 (火)	11:00～12:00	10名	西彼教育文化センター	①、②
	2	10/25 (火)	11:00～12:00	10名	大瀬戸コミュニティセンター	
マイナポータル の活用方法	3	10/17 (火)	13:00～14:00	10名	西彼教育文化センター	①、③
	4	10/25 (火)	13:00～14:00	10名	大瀬戸コミュニティセンター	
	5	10/26 (水)	11:00～12:00	10名	大島離島開発総合センター	
e-Tax の利用方法	6	10/19 (水)	11:00～12:00	10名	西海公民館	①、④
全国版救急受診 アプリ (Q助) の 利用方法	7	10/19 (水)	13:00～14:00	10名	西海公民館	①
	8	10/26 (水)	13:00～14:00	10名	大島離島開発総合センター	

【11月開催会場・日程】 ※11月中旬以降については次号の広報さいかいでお知らせします。

講習内容	番号	日程	時間	定員	開催場所	ご準備いただくもの
マイナンバーカード の申請方法	9	11/ 2 (水)	11:00～12:00	10名	西海公民館	①、②
	10	11/ 7 (水)	11:00～12:00	10名	大島離島開発総合センター	
マイナポータル の活用方法	11	11/ 2 (水)	13:00～14:00	10名	西海公民館	①、③
	12	11/ 7 (水)	14:00～15:00	10名	崎戸中央公民館	
e-Tax の利用方法	13	11/ 9 (水)	11:00～12:00	10名	西彼教育文化センター	①、④
	14	11/14 (水)	11:00～12:00	10名	大瀬戸コミュニティセンター	
全国版救急受診 アプリ (Q助) の 利用方法	15	11/ 9 (水)	13:00～14:00	10名	西彼教育文化センター	①
	16	11/14 (水)	13:00～14:00	10名	大瀬戸コミュニティセンター	

① Apple ユーザーは AppleID/ パスワード、Android ユーザーは Google アカウント ID/ パスワード

② 個人番号カード交付申請書 (QR コード付)

③ マイナンバーカード、利用者証明用電子証明書のパスワード (数字4桁)

④ マイナンバーカード、利用者証明用電子証明書のパスワード (数字4桁)、券面事項入力補助用のパスワード (数字4桁)

02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

まちの  
話題

11

ほけん  
とく

16

環境  
ニュース

17

くらしの  
情報

24

募集

24

きょう  
場の

お知らせ

## 10月22日(日)は衆議院小選挙区選出議員補欠選挙の投票日です

問 選挙管理委員会事務局 ☎ 37-0082

衆議院小選挙区選出議員補欠選挙（長崎県第4区）が10月22日に実施されます。

### 【投票日】

10/22(日) (江島、平島、松島地区は10/21(土))

### 【投票時間】

7:00～18:00 (松島地区は8:00～18:00)

### 【投票できる方】

次の要件を備え、西海市の「選挙人名簿」に登録されている方です。

- ①平成17年10月23日までに生まれた方（18歳から投票できます）
- ②令和5年7月9日までに転入届出をして、引き続き西海市に住民登録をしている方

### 【投票所入場券】

10月4日頃から各選挙人に郵送（はがき）でお届けする予定です。  
（入場券が届いていない場合でも、本人であることが確認できれば投票できます）

### 【投票所】

指定の投票所が投票所入場券に記載されていますので、ご確認ください。

### 【新型コロナウイルス感染症対策】

投票所では、新型コロナウイルス感染症の防止対策を実施します。来場者の皆さまも感染防止対策への協力をお願いします。

皆さんの意思を国政に  
反映させる大切な選挙です。  
貴重な権利を放棄せず、  
必ず投票しましょう！



## 投票日当日、投票に行けない方は期日前投票を！

投票日に仕事や旅行、冠婚葬祭等で投票に行けない方は「期日前投票」ができます。  
また、投票所の「密」を避けるため、「期日前投票」の積極的な利用をお願いします。

### 【期日前投票所】

西海市役所本庁および各総合支所（江島、平島、松島は各住民センター）

※期日前投票は、お住まいの地区に関係なく、どの期日前投票所でも投票することができます

### 【期日前投票期間（時間）】

10/11(水)～10/21(土) (8:30～20:00)

※江島、平島地区：10/16(月)～10/20(金) (8:30～17:00)

※松島地区：10/19(木)～10/20(金) (正午～20:00)

◆入場券裏面の「期日前投票宣誓書」をあらかじめ記入してお持ちいただくと、投票所窓口での記載が不要となり、投票がスムーズにできます。

また、選挙公報を閲覧できる二次元コードを入場券に掲載していますので、ご自宅への配布前に確認したい場合や届かない場合等は、ご活用ください。

## 市外に滞在中の方や入院・入所中の方は不在者投票を！

投票日に旅行や仕事の都合で、他の市区町村に滞在中の方や指定病院・老人ホーム等に入院・入所中の方は、滞在地の選挙管理委員会や入院中の病院などで「不在者投票」ができます。

※投票用紙の請求書は、西海市ウェブサイト（選挙管理委員会⇒不在者投票）からダウンロードできますので、お早めに請求をお願いします

※補欠選挙執行前に、衆議院が解散した場合は、日程等が変更になる場合があります

広報さいかいでは、随時おたよりを募集しています。広報さいかいの感想やちょっとした聞いて欲しい小話などを寄せください。送ってくださった方の中から抽選で5名様に西海市の特産品をプレゼント！詳しくは裏表紙をご覧ください。

## お知らせ

### 浄化槽は適正に管理しましょう

☎ 下水道課 ☎ 37-0073

10月1日は浄化槽の日です。浄化槽の適切な管理をお願いします。

#### (1)保守点検で浄化槽を適正な状態に保ちましょう

浄化槽管理士がいる長崎県の登録業者が装置の点検、消毒剤の補充などを行います。

#### (2)年に1回清掃を行いましょ

市が許可した清掃業者が浄化槽にたまった汚泥を引き抜き、機器類を洗浄、清掃します。

#### (3)浄化槽協会による法定検査を受けましょ

法に定められた検査を受けていただくことで浄化槽の状態が保健所へ報告され、公共の川や海的环境保全を図っています。

#### 【問い合わせ先】

(一財)長崎県浄化槽協会 ☎ 0957-47-7757  
西彼保健所 ☎ 095-856-5022



## お知らせ

### 水道料金および下水道使用料の適格請求書(インボイス)の発行について

☎ 上水道課 ☎ 37-0072  
☎ 下水道課 ☎ 37-0073

水道料金および下水道使用料の適格請求書(インボイス)については、仕入税額控除の適用を希望される事業者へ税率・税額および登録番号を表示した「消費税額明細書」を発行することで対応します。

10月1日以降、当分の間、検針票や納付書等はこれまでどおりの様式で発行しますので、「消費税額明細書」が必要な場合は、申込みフォームからお申込みください。

申込みフォームは、西海市ウェブサイトに掲載しています。

申込みフォーム二次元コード ⇒



02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

まちの  
話題

11

ほけん  
ふくし

16

環境  
ニュース

17

くらしの  
情報

24

募集

24

きょういくの  
広場

## 消費生活 ミニ情報

### 健康食品で体調不良 医師などに相談しま しょう

#### 〈事例1〉

**健康食品**を購入し、数日食べたところ、激しい**腹痛**と**下痢**を繰り返した。かかりつけ医に相談すると**健康食品**が**原因**ではないかと言われ、食べるのをやめると腹痛も下痢も治まった。販売店は「下痢を起こすような材料は入っていない。悪いものが身体から出ただけ」と言う。(70歳代)



●健康の維持・増進の基本は、「栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な休養」です。健康食品を摂る選択をする前に、今の自分にとって本当に必要かをよく考えましょ。

●健康食品を複数利用したり、医薬品的な効果を期待して利用したりしないようにしましょ。

●自己判断での医薬品との併用は避け、不調を感じたら必ず医師や薬剤師などに相談しましょ。

●一般的に「好転反応」と呼ばれるような、体調が良くなる過程で不調の症状が出たり、体調がより悪くなったりする現象は、科学的には存在しません。体調が悪くなるのはその健康食品が身体にあっていない証拠です。体調に異変を感じたらすぐに使用を中止しましょ。

●困ったときは、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 (いやや)  
消費生活センター ☎ 37-0145

医師などに  
相談してね!



見守るくん

注意!!

## たき火(雑草焼却等)は原則禁止です!!

☎ 防災基地対策課 ☎ 37-0028

西海市を含む佐世保市消防局管内では、たき火による火災が続いており、平成28年から7年連続で火災原因の第1位となっています。西海市でも、令和4年にたき火を原因とする火災が2件発生しています。

次のことに気を付けて、火災を起こさないようにしましょう。

- ①たき火は、農林漁業関係者のやむを得ない焼却行為を除き、法令上禁止されています。草刈り後の雑草や可燃ごみ等は、むやみに燃やさないようにしましょう。
- ②農林漁業関係者の方がやむを得ず焼却を行うときは、近くに可燃物が無いか、乾燥や強風などで火が大きくなる可能性が無いかを確認し、細心の注意を払うようにしましょう。  
また、違法性がない焼却行為であっても、煙や臭いなどの苦情が寄せられれば、佐世保市消防局から消火指導を行う場合があります。

見学・体験

## 公共職業訓練10月、11月 施設見学会および訓練体験会

☎ ふるさと資源推進課 ☎ 37-0064

### 【開催日時】

施設見学会：10/12(木)、10/18(水)、  
10/25(水)、11/15(水)  
13:00～15:00

訓練体験会：10/6(金)、11/7(火)、11/21(火)  
14:00～16:30

### 【内 容】

各訓練コースの訓練内容、関連する就職職種や資格等について担当指導員が説明します。

### 【携 行 品】

筆記具、お持ちであればキャップ(野球帽)  
※動きやすい服装、靴でお越しください

### 【申込方法】

ポリテクセンター佐世保に電話でお申込みください。

### 【申込・問い合わせ先】

佐世保訓練センター(ポリテクセンター佐世保)  
訓練課受講者係 金田、井上 ☎ 0956-58-3118

注意!!

## 119番は正しく利用しましょう

☎ 防災基地対策課 ☎ 37-0028

### (1)火災等の問い合わせについて

119番は「火災」、「救急」および「その他の災害」が発生した場合に利用する災害緊急通報用の専用回線です。119番への火災等についての問い合わせは災害緊急通報の支障となりますので、問い合わせの際は次の番号におかけください。

#### 火災等の問い合わせ

☎ 050-5536-6966

#### 休日や夜間の病院問い合わせ

☎ 0956-23-8199 (ニイサンハイキュウキュウ)

### (2)正しい通報をするために

消防隊、救急隊が迅速に災害現場に到着するた

めには、住所や災害の状況について正しい通報が必要です。いざという時に備えて、電話のそばに「住所、名前、目標物、電話番号」などを記入したメモを準備しておきましょう。

### (3)救急車を呼んでいいかわからないときは、全国版救急受診アプリ「Q助」を活用してください

急な病気やけがをしたとき、該当する症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が表示されます。

消防庁「Q助」案内サイト ⇒



広報さいかいでは、随時おたよりを募集しています。広報さいかいの感想やちょっとした聞いて欲しい小話などを寄せください。送ってくださった方の中から抽選で5名様に西海市の特産品をプレゼント！詳しくは裏表紙をご覧ください。

広告

# 2023 松島火力 発電所感謝デー

2023年10月15日(日)  
9:30～15:30(午後5時)

発電所見学

キャラクターショー

グルメ屋台

バルーンアートショー

ふわふわ遊具

手作り工作

場所: 松島火力発電所構内 (桟橋から発電所まで送迎あり)

問合せ: 0959-22-0484

〒857-2531  
長崎県西海市大瀬戸町松島内郷2573-3  
J-POWERジェネレーションサービス(株)

22

## お知らせ

### 宝くじの助成金（コミュニティ助成事業）により 地域活動のための備品を購入しました

問 総務課 ☎ 37-0061

この事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源としており、毎年度対象事業を公募しています。コミュニティセンター助成（地域集会施設の建設や大規模改修等の助成）については1団体につき1,500万円まで、一般コミュニティ助成（コミュニティ活動に必要な備品の購入助成）については1団体につき100万円から250万円までの助成を行っています（10万円未満端数を切り捨て）。

令和5年度は、市内1団体の事業が採択され、上ノ瀬自治会（大瀬戸町）が環境整備活動を行う刈払機等の備品整備および備品用保管庫整備や集

会施設のエアコン・冷蔵庫の整備を行い、この度完成しました。

今後の更なる地域住民の交流とコミュニティ活動の促進について、大きな効果が期待されます。

#### 【一般コミュニティ助成事業】

上ノ瀬自治会（西海市大瀬戸町）

購入品：エアコン2台、冷蔵庫1台、物置1棟、刈払機1台、充電式ヘッジトリマー1台、発電機1台、エンジンブローア1台、四脚足場台1台

事業費：1,100,370円

助成額：1,100,000円



## お知らせ

### ハロウィンジャンボ・ミニ 市役所臨時販売のお知らせ

問 財務課 ☎ 37-0022

【場所】 市役所本庁舎1階ロビー

【日時】 10/17(火)

11:00～14:00

宝くじの収益は、市町の事業に使われています。

Halloween Invitation  
ハロウィンジャンボ 5億円  
1等当選賞金5億円  
1等3億円、前賞金1億円  
当せんのチャンス広がる！  
ハロウィンジャンボミニ 5,000万円  
1等当選賞金5,000万円  
1等3,000万円、前賞金1,000万円  
9月20日(水)同時発売  
発売期間/9月20日(水)～10月20日(金) 抽せん日/10月27日(金)  
2023年度市町村民会費(1) 一般財団法人 全国市町村民会連合会 各1枚300円  
この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

～洗練されたシェフによる秋の味覚～  
お誕生日・記念日には  
オリーブベイホテル「レストラン Olive」へ  
ホテル特製カレー 1,800円 海の幸パスタ 2,000円  
メインが選べるランチコース 3,500円～etc.  
Olive Bay Hotel  
長崎県西海市大島町1577-8  
ご予約・お問合せ 0959-34-5511

広告

02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

話 まちの

11

ふくし ほけんと

16

環境 ニュース

17

情報 くらしの

24

募集

24

広場 きよついくの

④ 広報さいかいでは、随時おたよりの感想やちょっとした聞いて欲しい小話などを寄せください。送ってくださった方の中から抽選で5名様に西海市の特産品をプレゼント！詳しくは裏表紙をご覧ください。

**西海市「ふるさと発見講座」に参加しませんか**  
 ㊦ 社会教育課 ㊧ 37-0079

西海市の歴史・自然について、より深く知っていただくために、「ふるさと発見講座」を開催します。この機会にぜひ、ふるさとの歴史と一緒に学んでみませんか。

**【第1回】**  
**「西海市産の黒曜石と西海市の遺跡について」**  
 日時：11/16(木) 13:00～17:00  
 場所：大瀬戸コミュニティセンター  
 講師：隅田 祥光 長崎大学准教授  
 新久保 恒和(社会教育課主事(学芸員))  
 内容：近年行われた西海市の黒曜石の調査から判明したこと、令和2年度から行われている発掘調査と西海市の遺跡の概要について解説します。

**【第2回】**  
**「明治の教育者 宮原良平について」**  
 日時：11/22(水) 14:00～16:00  
 場所：大瀬戸コミュニティセンター  
 講師：柿田 佳央理(社会教育課学芸員)  
 内容：明治期の大瀬戸において子どもたちの教育に尽力した宮原良平について頌徳碑をもとに解説します。

**令和6年度から西海市の小学校で使用する教科書が決まりました**  
 ㊦ 学校教育課 ㊧ 37-0078

教育委員会では、教科書の採択を適正かつ公正に行うことなどを基本的な指針とし、教科書採択事務を行い、令和6年度から小学校で使用する教科書について、8月の定例教育委員会において決定しました。

新しく採用された教科書は、教育委員会内教科書展示室で公開しています。閲覧をご希望の方は、学校教育課までご連絡の上、お気軽にお越しください。

詳しくはこちらから ⇒



**11月1日を基準日に『漁業センサス』が行われます**  
 ㊦ 政策企画課 ㊧ 37-0063

**1. 調査の目的**  
 漁業センサスは我が国の統計調査のひとつで、漁業の生産構造および就業構造ならびに漁村および水産物流通・加工業等の漁業を取りまく実態を明らかにすることなどを目的に行われます。

**2. 調査対象**  
 海面漁業を営む漁業経営体  
 10月中旬から調査員が漁業関係者の方を訪問しますので、調査票に漁業の経営状況などの記入をお願いします。

**24時間回答ができる**  
**インターネット回答がおすすめです**  
 ※スマホ・タブレット・パソコンからいつでもログインできます

**「二十歳のつどい」での代表あいさつを募集します！**  
 ㊦ 社会教育課 ㊧ 37-0079

20歳になった今のあなたの「想い」を話してみませんか？

**【対象者】 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方**

**【募集人数】 2名**  
 (申込多数の場合は、社会教育課で選考します)

**【申込期限】 11/30(木)必着**

**【申込要領】**  
 あいさつ文の案(800字程度)を社会教育課までメール([shakai-edu@city.saikai.lg.jp](mailto:shakai-edu@city.saikai.lg.jp))またはお持ちください(郵送可)。

※封筒(件名)に「二十歳のつどい代表あいさつ」と記載してください

※連絡先は、住所、氏名、電話番号、メールアドレス(任意)の記載をお願いします

※選考結果は申込された方へ直接連絡します

**【送付先】**  
 〒857-2301 西海市大瀬戸町瀬戸板浦郷920番地12

**令和6年「二十歳のつどい」**  
**【日時】** 令和6年1月4日(木)  
 受付/12:00～ 開始/13:00～  
**【場所】** 大島文化ホール

## 令和6年度西海市奨学生（第1期）を募集します

☎ 教育総務課 ☎ 37-0077

### 【資格】

- 次の要件をすべて満たす方。
- 西海市に住民登録する者が扶養する方
  - 学校教育法その他の法令で定める学校、大学校または養成所等に在学する方または入学予定の方
  - 学業成績またはスポーツもしくは文化活動で良好な方
  - 学資の支弁が困難であると認められる方
  - 確実な連帯保証人（申請時60歳未満）を付することができる方
  - 他の公私団体等から奨学金の貸付けを受けていない方

### 【募集期間】

10/2～11/30

### 【貸与期間】

正規の最短修学期間。

### 【申請に必要な書類】

西海市ウェブサイトをご覧ください。



### 【返還期間】

貸付終了日の翌月から6か月を経過する月を開始月とし、10年以内に返還すること。

### 【返還の免除】

次の要件に該当する方は、返還の免除が受けられます（最大で55%返還免除）。

- 最終学校を卒業後、奨学金の返還が完了するまでの間に5年以上継続して西海市に住民登録を行っていること
- 遅滞なく奨学金を返還していること
- 市税を滞納していないこと

### 奨学金の貸付額

単位：円

区分	高等学校等		大学等		農業 大学校	その他 ※
	国公立	私立	国公立	私立		
自宅	20,000	25,000	30,000	35,000	20,000	35,000
自宅外	25,000	30,000	35,000	40,000	25,000	40,000

※「その他」は、保健師、助産師、看護師、理学療法士、作業療法士、社会福祉士、介護福祉士、栄養士、歯科衛生士を養成する学校等が対象

## 第74回九州地区公民館研究大会長崎大会 3名の方が長崎県 公民館連絡協議会表彰を受賞

☎ 社会教育課 ☎ 37-0079

8月24日、25日に長崎ブリックホールを主会場に「第74回九州地区公民館研究大会長崎大会」が開催されました。

1日目は、「自治公民館における地域づくり」などをテーマに5つの分科会が行われ、各分科会とも活発な意見が交わされました。

2日目の全体会では、長崎県公民館連絡協議会表彰式が行われ、西海市から3名の方が表彰を受けました。

また、記念講演では、デザイン・クリエイティブセンター神戸【KIITO】センター長である永田宏和氏を講師に『地域豊饒化と風、水、土、そして種の話』と題し「我々は『地域活性化』とは言わない『地域豊饒化』と言う」との視点から講演が行われました。永田氏から、まちづくり活動は地域住民の積極的な参加を促し、創造的な活動をするためにあえて不完全な形が良い、そこから生み出される活動が地域の魅力となるなど、これまで様々なジャンルの社会課題解決に取り組みされた内容が語られました。



## 広報さいかいに広告を掲載してみませんか



### ● 広告掲載料

1 枠（45mm×178mm）あたり月額1万円  
半枠（45mm×88mm）あたり月額5千円  
詳しくは政策企画課秘書広報班  
（☎37-0261）までお尋ねください。

02

特集

農業・漁業を  
全面サポート

06

まちの  
話題

11

ほけん  
と  
ふくし

16

環境  
ニュース

17

くらしの  
情報

24

募集

24

きょういくの  
広場

おススメの本

広報さいかいでは、随時おたよりを募集しています。広報さいかいの感想やちょっとした聞いて欲しい小話などをお寄せください。送ってくださった方の中から抽選で5名様に西海市の特産品をプレゼント！詳しくは裏表紙をご覧ください。



西彼地区  
約束した街  
伊兼源太郎  
(幻冬舎)

世の中のみだし者の幼馴染3人は、15年後の再会を約束する。かつてやり残した「宿題」を終わらせるために……。 「ある罪」によって繋がった仲間たちを描いた慟哭の長編ミステリー！



西海地区  
亀甲獣骨  
山本 一力  
(潮出版社)

金石学者の父の後を継いだ21歳の丁仁は、生菓「竜骨」に神秘的な図形などが刻まれていることを耳にし……。その真実をめぐるって繰り広げられる幻想的冒険譚。



大島地区  
アンリアル  
長浦 京  
(講談社)

両親の死の真相を探るため警察官になった19歳の沖野修也は、ある日、聞きなれない部署への出向を命じられた。そこは人知れず、諜報、防諜を行うスパイ組織であった……。



大瀬戸地区  
キッチン・セラピー  
宇野 碧  
(講談社)

すべての料理は、人を癒す「くすり」になる。森の中にある「町田診療所」。そこは温かくて不思議なキッチンで……。今夜、ひとりでキッチンに立ちたくなる一冊。

新刊情報



大瀬戸	崎戸	大島	西海	西彼	豊	一般書
こも調へ方整 替調へるこが大切かがわちる茶	レイワ怪談 上弦の章	おふるそうじきんぎょたい	ようかいサッカー	しゅわしゅわ村のゆかいなのりもの	恐竜タッグ最強王図鑑	ねぞうプロレス
茂木秀昭/監修	おちがうあひな	山村 浩二	ひろかわさこ	くせさなえ	實吉達郎/監修	ひらぎみつえ
大瀬戸	崎戸	大島	西海	西彼	豊	児童書
THE 藤井定食	私たちの世代は	最恐の幽霊屋敷	かっかごるごるごう	母の壁	温泉ごはん	88歳、しあわせデジタル生活
藤井 恵	瀬尾まいこ	大島 清昭	若竹千佐子	若宮 正子	高瀬 隼子	青山 七恵
大瀬戸	崎戸	大島	西海	西彼	豊	一般書
川原 瑞丸	菅井恵里子	齋藤 孝	まいのおやつ	村上しいこ	左巻 健男	エド・フランソワ
川原 瑞丸	菅井恵里子	齋藤 孝	まいのおやつ	村上しいこ	左巻 健男	エド・フランソワ
大瀬戸	崎戸	大島	西海	西彼	豊	一般書
鳥啼き魚の目は泪	科学でかなえる世界征服	生きものがつくる美しい家	梅雨物語	姜維	左利きさんのためのはじめてのかぎ針編み	前の家族
宇佐美まこと	ライアン・ソース	鈴木まもる	貴志 祐介	塚本 青史	佐野 純子	高瀬 隼子
宇佐美まこと	ライアン・ソース	鈴木まもる	貴志 祐介	塚本 青史	佐野 純子	高瀬 隼子

**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。

**西海市立図書館・図書室**

- 西彼図書館 西彼町喰場郷 736 ☎ 37-0228
- 大島図書館 大島町 1922-2 ☎ 37-0247
- 西海歴史民俗資料館図書室 西海町黒口郷 488-1 ☎ 37-0234
- 大瀬戸歴史民俗資料館図書室 大瀬戸町瀬戸西濱郷 61-1 ☎ 37-0268

開 火～金/10:00～18:00 土・日/9:00～17:00  
 ※8月1日からお昼休館(11:30～12:30)は土日のみとなります  
 休 月・祝・年末年始(12/29～翌1/3) 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/9:00～17:00 休 土・日・祝・年末年始(12/29～翌1/3) 蔵書点検期間

**おはなし会 おたのしみ会**

土曜日開催

絵本の読み語りや工作教室などを行っています。参加無料・申込不要です。

- 西 彼 10/7・11/4 10:30～
- 西 海 10/14・11/11 10:30～
- 大瀬戸 10/21・11/18 10:00～
- 大 島 10/28・11/25 10:30～

※団体でのご参加の際は3～4日前に各施設にご連絡をお願いします。



さいかい電子図書館サイト

スマートフォンからも本の検索などがご利用いただけます。二次元コードを読み取り、アクセスしてください。



市内図書館(室)蔵書検索サイト

# 「人と人が働く」世界から「人とAIが働く」世界へ！ 新・働き方 セミナー SAIKAI 2023 スタート！



小学生から大人まで、  
その可能性を最大化させ、  
アフターAI時代を担う、  
次世代のリーダーに向けて  
多彩なワークショップ型プログラム

今すぐCheck!  
詳しくは、  
専用サイトで

## 小・中学生向け

### SAIKAI 起業家教育プログラム

子どもたちの可能性を最大化させる！  
シリコンバレー式の起業家精神育成  
プログラム。

## 高校生以上大人向け

### SAIKAI Academy 2023

課題解決力から、設定力へ。スキル  
を身につけ「アフターAI時代の仕事  
を創る力」をつける。

## プロンプトエンジニアリング 3DCG・ノーコード開発

### クリエイティブ講座

目指せエンジニア！ 3Dモデリング、  
アプリ開発、AI。アイデアとスキルで  
世界を変えよう！

開催日時や、詳しい講座内容、申し込み方法などの詳細情報は、**次号の広報さいかいの  
折込でお知らせします。**また、上記の二次元コードにてアクセスできる  
「**公式ウェブサイト**」に**随時情報を追加していきます**のでご確認ください。

お問い合わせ 株式会社西海クリエイティブカンパニー / TEL.050 5213 7816 / Email.info@saikaicreative.co.jp

主催: 西海市 × SAIKAI CREATIVE COMPANY

令和5年度 西海市で輝く人モノしごと創出事業  
本事業は、西海市より株式会社西海クリエイティブカンパニーが  
委託を受けて実施します。



02

特集  
農業・漁業を  
全面サポート

06

話  
まちの

11

ほけん  
と

16

環境  
ニュース

17

情報  
くらしの

24

募集

24

きょう  
場

## 編集後記

とうとう市役所の業務にも文章系の生成AI  
が導入され、今月号の原稿作成に初めて使用し  
ました。使用にはもちろん一定のルールがあり  
ますが、しっかりとルールを守り使用すれば、  
業務効率化に大いに役立つと感じました。

しかしながら、広報担当として自分の中から  
ひねり出した言葉で表現したいというプライド  
と業務効率化の狭間で葛藤しそうです。悔しい  
かな、生成AI、良い表現してくるんですよ。  
さて、10月と言えば〇〇の秋。食欲、スポー  
ツ、読書など、何をやるにもいい季節ですね。  
皆様の〇〇には何が入りますか。今年は、各地  
区で運動会が開催されるなど、にぎやかな秋と  
なりそうです。  
それでは最後に、この編集後記を書いたのは  
私でしょうか、AIでしょうか。

正解は「プライド」です。

(きん)

## 西海市の人口の動き

令和5年 8月31日現在		計	前月比
人口	日本人	25,030	-43
	外国人	567	21
男	日本人	12,271	-23
	外国人	456	21
女	日本人	12,759	-20
	外国人	111	0
世帯数	日本人	11,855	-11
	混合	40	-1
	外国人	510	22
8月中			
	日本人	外国人	
転入	29	31	
転出	45	14	
出生	11	0	
死亡	35	0	

## さいがいアラカルト

西海市公式 SNS

スマホでさいかいの最新情報をゲットしよう！



### ウェブサイト



暮らしに役立つ情報や最新のお知らせ等を常時更新しています。

### Instagram



西海の見どころやオススメのお店等の紹介をしています。

### YouTube



キラキラの海、豊かな緑、豊富なグルメなど、西海の魅力を配信しています。

### 定住・移住情報「さいかい暮らし。」



西海に移住された方へのインタビューや各種支援制度等を掲載しています。

NEW 暮らしのカレンダーの情報をウェブサイトでも閲覧できます

西海市ウェブサイトのトップページ特集コンテンツ欄にカレンダー機能を追加しました。



各種相談や講習会、イベントなどの情報を随時更新していますので、ぜひご利用ください。



**おたよりに書いて  
特産品をもらおう!**

広報さいかいの感想やちょっと聞いて欲しい小話など、おたより大募集!送ってくださった方の中から抽選で5名様に西海市の特産品をプレゼントします!

**【応募方法】**

①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤今月号で興味を持ったコーナーまたは記事 ⑥感想などを必ず書いて、ハガキか西海市公式LINE等から応募してください。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

※個人情報は商品の発送のみに使用します

**ハガキの宛先** 〒 857-2392  
西海市大瀬戸町瀬戸樫浦郷 2222  
西海市役所 政策企画課あて

**ハガキの締切** 10/31 (火) 消印有効  
**LINE 等の締切** 10/31 (火) 23:59

**今月の特産品**

**五島灘の塩詰合せ(4種×2)**

五島灘の清澄な海水からつくられた、ご家庭用のお料理に毎日お使いいただける、安心でおいしいお塩です。

**問い合わせ先**

**ダイヤソルト株式会社 崎戸工場**  
西海市崎戸町瀬戸郷 1517-3  
☎ 0959-35-2345  
<https://gotonadanoshio.jp/>



市民目線でレポートする“さいかいびと”

**市民の活躍** Activities of the citizens

市民から市民へつなぐ、リレー形式のほっこりインタビュー



Vol.

06

崎戸町の民泊家庭として、  
修学旅行生などに  
『体験民泊』を提供して  
います!

はらだ みきこ  
**原田美喜子** さん

久留米市出身、5年前ご主人の出身地の崎戸に移住。WEB制作業の傍ら今年4月より「山と海の郷さいかい」民泊家庭に登録・提供する。

お宿はらだHP  
<https://oyadoharada.com>



**体験民泊を始めたきっかけは?**

主人が料理好きで、1日1組限定の宿を夫婦でやりたいと思っていました。

そんな時に、中高生の修学旅行(体験民泊)を知り、やってみようと思われ民泊家庭に登録したことがきっかけです。西海市を知ってもらえる良い機会だと感じています。

**どのような体験を提供し、子どもたちの反応は?**

魚釣り体験は特に喜ばれます。自分で釣った魚を自分たちでさばき、刺身や唐揚げ、お味噌汁にして食べると「美味しい!」と感激されます。いなりや押し寿司などを一緒に料理したり、お血洗い



等のお手伝いをしてもらって家族のように過ごします。

浜辺で石を拾いストーンアートもしますし、北緯33度線展望台へは必ず連れて行き西海市の海の景観を満喫してもらいます。  
**民泊家庭としての感想は?**

民泊にくる学生たちが、みんな本当に素直でかわいいです。

普段、私たちが見慣れた景色にも「凄い!綺麗!」と感激する姿を見ると、改めて西海市の素晴らしさを再認識させてもらっています。学生たちには、少しでも西海市の美味しい物を食べてもらい、普段できない体験を提供できるように工夫しています。  
**今後の目標は?**

『崎戸ならではの』の印象に残る体験が提供できるように、もっとプログラムの幅を広げていきたいです。主人の本業であるイラストなど自分たちの得意分野を活かし、雨の日でも楽しめたらいいと思います。



月	火	水	木	金	土	日
<b>9</b> ●救急医療在宅当番医 八木原わたなべクリニック(西彼) ☎28-1905	<b>10</b> ●障がい者就労支援相談 福祉事務所第1会議室 13時~15時	<b>11</b> .....	<b>12</b> .....	<b>13</b> ●就学時健康診断 大崎地区(大崎小) 大島離島センター 13時30分~ (13時から受付開始)	<b>14</b> .....	<b>15</b> ●救急医療在宅当番医 大島ながたクリニック(大島) ☎23-0777 松島診療所(大瀬戸) ☎37-0130 ●マイナンバーカード 休日申請交付日(予約制) 本庁市民課 9時~17時
<b>16</b> .....	<b>17</b> ●スマホ講習会(要事前申込) 西彼教育文化センター 2階小会議室 11時~12時・13時~14時	<b>18</b> .....	<b>19</b> ●スマホ講習会(要事前申込) 西海公民館1階研修室 11時~12時・13時~14時	<b>20</b> .....	<b>21</b> ●オレンジカフェ さいかい(予約必須) みかんだームさいかい 13時~15時	<b>22</b> ●救急医療在宅当番医 真珠園療養所(西彼) ☎28-0038
<b>23</b> .....	<b>24</b> <span style="color:blue">+</span> ●障がい者就労支援相談 福祉事務所第1会議室 13時~15時	<b>25</b> <span style="color:blue">+</span> ●スマホ講習会(要事前申込) 大瀬戸コメン住民研修室 11時~12時・13時~14時 ●就学時健康診断 西彼地区(とぎわ台小) 西彼保健福祉センター 13時30分~(13時から受付開始)	<b>26</b> <span style="color:blue">+</span> ●スマホ講習会(要事前申込) 大島離島センター 集会ホール 11時~12時・13時~14時	<b>27</b> <span style="color:blue">+</span> .....	<b>28</b> .....	<b>29</b> ●救急医療在宅当番医 池田医院(西海) ☎33-2021 ●マイナンバーカード 休日申請交付日(予約制) 本庁市民課 9時~17時
<b>30</b> .....	<b>31</b> <span style="color:blue">+</span> ●集合税5期納期限	<b>1</b> .....	<b>2</b> .....	<b>3</b> .....	<b>4</b> .....	<b>5</b> .....

※大瀬戸コメン：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  
 ※当番医は、急ぎ変更になることがありますので、出かける前に電話等でご確認ください。

## + 健康相談 (10月・11月)

	曜日	場所	時間
10/27・11/24	金	西彼保健福祉センター	9:30~11:00
10/25・11/29	水	西海保健センター	
10/26・11/30	木	大島保健センター	
10/24・11/21	火	崎戸中央公民館	
10/31・11/28	火	大瀬戸保健センター	
11/10	金	江島住民センター	10:30~14:30
11/10	金	平島住民センター	

※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。

## 救急医療在宅当番医

西彼杵医師会 ☎095-882-5268

※専門外に対しては診療できない場合があります  
 ※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

## マイナンバーカードの休日交付(申請)窓口について

市民課 ☎37-0164

マイナンバーカードを申請後、交付通知書が届いた方で、平日に受け取りに来られない場合などにご活用ください。

交付通知書に記載されている受取期限を過ぎても、当分の間、マイナンバーカードを受け取ることができます。また、これからマイナンバーカードを作りたい方のために、交付申請の補助(写真撮影等)も行っています。

何かご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

### 【休日交付窓口、予約先】

市民課 ☎37-0164

### 【時間】

9:00~17:00

### 【日程】

10/15、10/29、  
 11/12、11/26、  
 12/10、12/24

受取期限が過ぎてても大丈夫!





月	火	水	木	金	土	日
30	31	1	2 ●年金相談 (要予約→長崎北年金事務所 095-861-1354) 西彼総合支所 11時～15時	3 ●救急医療在宅当番医 金森医院(西海) ☎32-0006	4	5 ●救急医療在宅当番医 雪浦ひうらクリニック (大瀬戸) ☎22-9508
6	7	8 ●就学時健康診断 西彼地区(大串小、 西彼北小) 西彼保健福祉センター 13時30分～ (13時から受付開始)	9	10 <b>+</b>	11	12 ●救急医療在宅当番医 田中医院こむかえ クリニック(西彼) ☎23-0080 ●マイナンバーカード 休日申請交付日(予約制) 本庁市民課 9時～17時
13	14 ●障がい者就労 支援相談 福祉事務所第1会議室 13時～15時 ●就学時健康診断 西海地区(西海東 小、西海北小、西 海小) 西海スポーツガーデン体育館 13時30分～ (13時から受付開始)	15	16	17	18 ●オレンジカフェ さいかい(予約必須) みかんどームさいかい 13時～15時	19 ●救急医療在宅当番医 わたなべクリニック (大瀬戸) ☎23-3002 松島診療所(大瀬戸) ☎37-0130
20	21 <b>+</b> ●ファイナンシャル プランナー納 税相談 債権管理課 15時～20時	22	23 ●救急医療在宅当番医 田中クリニック(西彼) ☎27-0035	24 <b>+</b>	25	26 ●救急医療在宅当番医 浦口医院(大瀬戸) ☎22-0015 ●マイナンバーカード 休日申請交付日(予約制) 本庁市民課 9時～17時
27 ●西彼地区特設 人権・行政相談 西彼保健福祉センター 10時～15時	28 <b>+</b> ●西海地区特設 人権・行政相談 西海総合支所 10時～15時 ●障がい者就労 支援相談 福祉事務所第1会議室 13時～15時	29 <b>+</b> ●大島地区特設 人権・行政相談 大島離島センター 10時～15時	30 <b>+</b> ●崎戸地区特設 人権・行政相談 崎戸中央公民館 10時～15時 ●就学時健康診断 大瀬戸地区(大瀬戸小、雪浦小) 大瀬戸総合運動公園体育館 13時30分～ (13時から受付開始) ●集合税6期 納期限	1	2	3

**救急医療在宅当番医**  
西彼村医師会 ☎095-882-5268

※専門外に対しては診療できない場合があります。  
※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。

※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