



"笑い"でみんな元気に

主な内容

令和元年度東彼杵町表彰式 P2～P3

そのぎ茶特集 P4

健康・子育てだより P8

行政からのお知らせ P10～P13

『笑い』には、身体や心を健康に保つ効果があることが医学的に実証されつつあり、最近では病気の予防や治療においても注目を浴びています。

笑いを届けてくれる"笑活(ワラカツ)"で皆さん元気になっています！【詳細は16ページ(裏表紙)】



# 令和元年度 東彼杵町表彰式

永年に亘り町政の発展に尽力された方や、産業振興等の各分野において多大な功績を収められた方々を表彰する令和元年度 東彼杵町表彰式が11月23日(土)、役場議場で行われました。

自治功労をはじめとする12名と2団体に表彰状を贈り、功績を称えました。



前列左から 川原 悟様、寺崎 徳様、堀 進一郎様、岡田町長、三根 勝洋様、上野 年明様  
後列左から 尾上 範幸(東彼杵茶業部会会長)様、中山 公輔様、中山 雄太様、二瀬 浩志様、  
山口 弘子(芳希会)様、川原 浩様、山口 大二郎様(山口 忠好様代理)、尾上 和彦様

## 堀 進一郎 様 (自治功労)

平成15年から4期16年に亘り、町議会議員として町政の発展に貢献されました。

## 山口 忠好 様 (自治功労)

永年に亘り、森林監守員として山林の適正な保護育成に努められました。

## 上野 年明 様 (自治功労)

永年に亘り、森林監守員として山林の適正な保護育成に努められました。

## 川原 浩 様 (自治功労)

永年に亘り、森林監守員として山林の適正な保護育成に努められました。

## 川原 悟 様 (自治功労)

永年に亘り、スポーツ推進員 (旧体育指導委員) としてスポーツの振興及び町民の健康増進に尽力されました。

## 有限会社 茶友

代表取締役 松尾 政敏 様 (産業振興功労)

「日本茶 AWARD2018」において日本茶大賞及び農林水産大臣賞を受賞  
優れた製茶技術により、そのぎ茶の新たな需要・消費拡大に貢献されました。

## 有限会社 西海園

代表取締役 二瀬 浩志 様 (産業振興功労)

「日本茶 AWARD2018」においてプラチナ賞及びファインプロダクト賞を受賞  
優れた製茶技術により、そのぎ茶の新たな需要・消費拡大に貢献されました。

## 中山 雄太 様 (産業振興功労)

第73回全国茶品評会蒸し製玉緑茶の部1等1席 (第1位) 農林水産大臣賞受賞  
高い生産・製茶技術により、そのぎ茶の銘柄確立と茶業振興に貢献されました。

## 中山 公輔 様 (産業振興功労)

第73回全国茶品評会蒸し製玉緑茶の部1等2席 (第2位) 農林水産省生産局長賞受賞  
高い生産・製茶技術により、そのぎ茶の銘柄確立と茶業振興に貢献されました。

## 尾上 和彦 様 (産業振興功労)

第73回全国茶品評会蒸し製玉緑茶の部1等4席 (第4位) 日本茶業中央会会長賞受賞  
高い生産・製茶技術により、そのぎ茶の銘柄確立と茶業振興に貢献されました。

## JA ながさき県央 東彼杵茶業部会 様 (産業振興功労)

第73回全国茶品評会において、農林水産大臣賞及び産地賞など、組織一丸となって取り組まれ、そのぎ茶の日本一ダブル受賞3連覇に大きく貢献されました。

## 芳希会 様 (教育文化功労)

永年に亘り、民踊を通じて、日本の伝統文化継承と町民の文化向上に貢献されました。

## 寺崎 徳 様 (教育文化功労)

永年に亘り、児童生徒の農業体験に協力、食育の推進に貢献されました。

## 三根 勝洋 様 (徳行)

永年に亘り、地域の環境美化と子どもたちの交通事故防止や健全育成に尽力されました。

## 令和元年度県民表彰 (地方自治功労) を受賞

## 渡邊 悟 様 (地方自治功労)

地方自治など各分野で功績があった個人、団体をたたえる令和元年度県民表彰式が11月23日、長崎県議会議場で行われました。

東彼杵町長として多年に亘り、町勢の発展に尽力するとともに、地方自治の振興に貢献され、地方自治功労として表彰状が贈られました。





## 日本一のそのぎ茶を県内外でPR

全国茶品評会3年連続日本一のそのぎ茶の認知をさらに高め、販路拡大に繋げるため県内外でそのぎ茶振興協議会によるそのぎ茶日本一受賞記念のPRイベントを行っています。

日付	場所・イベント名	出店者(敬称略)
9月21日	トランスコスモススタジアムでのPR(Vファレンvs京都サンガ)	ヤバいお茶プロジェクトチーム (代表 山口亨平)
10月9日	県庁エントランスでのそのぎ茶日本一記念試飲販売会	中山雄太、中山公輔、尾上和彦他5社
10月12日	ベルナード観光通りでの祝日本一！秋のそのぎ茶まつり	中山雄太、中山公輔、尾上和彦他7社
10月19日～20日	長崎駅前かもめ広場でのそのぎ茶日本一受賞記念PR	月香園製茶(株)、(有)岡田商会、(有)酒井製茶他
10月26日～27日	天神中央公園での九州の観光と食マルシェ出店	(有)西海園、月香園製茶(株)
11月12日	長崎新聞社セカンドライフフェアでのそのぎ茶日本一PR	中山雄太
11月29日～30日	ベルナード観光通りでのそのぎ茶日本一フェア	中山雄太、中山公輔、尾上和彦他9社
12月10日	大相撲諫早場所でのそのぎ茶PR	中山雄太

各イベントにおいて県内外でそのぎ茶の認知度は向上しており、来場者の皆さんからは、「美味しいそのぎ茶をいつも飲んでいます。」「そのぎ茶有名になってきましたね！」という声を多数いただきました。



10/26～10/27 天神中央公園  
「九州の観光と食マルシェ」



10/12 ベルナード観光通り



11/12 長崎新聞社イベント

## みんなで助け合いを！

10月20日(日)第1回「支えあいのある地域づくり」勉強会を開催しました！！

東彼杵町では今年度から生活の困りごとを抱える高齢者や障害等を持つ方々を地域全体で支えるための仕組みづくり、住民主体による「支えあいのある地域づくり」を推進しています。

その一環として、住民の方々に理解を深めていただくため、総勢38名の方々にお集まりいただき、「東彼杵町の現状と将来推計について」の行政報告を行いました。



また、報告に引き続き、さわやか福祉財団 理事 鶴山芳子氏による「目指す地域像を考えよう～住民主体による助けあい・地域づくりによる効果～」と題した講話も行われ、参加された皆さん全員が真剣に聞き入っておられました。

最後に地域に必要な「助けあい」についてグループワークが行われ、そこでは皆さんが楽しく和気あいあいとした雰囲気の中で、意見や思いをそれぞれに出し合っておられました。終了後は参加者から地域づくりについて「わくわくする」「だんだんやる気になってきた」などといった声が聞かれました。12月21日(土)に第3回勉強会を開催する予定です。

興味や関心がある方は、東彼杵町地域包括支援センター高齢者支援係(☎46-1173)までご連絡ください。





## 東京から「ふるさと」東彼杵町に思いを馳せて…

令和元年10月26日、第109回東京東彼杵会総会が東京霞ヶ関の法曹会館で開催されました。

東京東彼杵会は、関東に在住する東彼杵町出身の皆さんの集まりです。明治43年に始まったこの会も、今回で109回となりました。

甚大な被害を出した台風19号に続き、あいにく前々日には台風20号が関東地方を通過しました。そのため当日は交通機関の乱れもあり、やむなく欠席された方もおられましたが、東彼杵町から岡田町長、吉永秀俊議長が参加し、同郷会から東京川棚会会長、東京波佐見会会長、東京大村会幹事長が来賓として出席されました。

今年亡くなられた会員の方、台風の被害者の方々への黙祷を終えると、東京東彼杵会の琴岡会長から今回の総会「いっちょん変わっとらんね！」のテーマのもと、挨拶がありました。

地元東彼杵町の現状や話題などを紹介し、地元名産品「そのぎ茶」が、3年連続日本一(W受賞)という快挙をあげたと報告されると会場から歓声が沸きあがりました。



総会のあと、川添東京東彼杵会幹事の彼杵弁を交えた乾杯の音頭で賑やかに懇親会が始まりました。

今回、初参加の皆さんの自己紹介と参加の動機などをお話いただき、それぞれの思いなどを感じ、「一層地元への愛着を新たにさせられた。」と話されました。藤波公子さんのフラメンコの踊りの披露に続いて、そのぎ茶のハッピを着た東京東彼杵会の幹事を先頭に、ひがしそのぎ音頭を全員で踊り、大いに盛り上がりました。

次回総会は110回になります。会の存在を知らない同郷人もいらっしゃるので、メンバーの増員とそのぎ茶音頭をもっと上手に踊れるようにしたいねと皆さん話されていました。

※会の情報など「東京東彼杵会」のホームページで随時更新中です。





# カメラ マチのあちこち

明るく楽しい話題がありましたら総務課までご連絡ください。  
総務課総務係 ☎46-1265 (直通)

## JRから感謝状が贈呈されました。

駄地長寿会と平似田長寿会は10年以上、千綿駅の環境・美化活動を続けられ、11月6日、JR九州から感謝状が両会に贈られました。

両長寿会は、定期的に花壇の整備や花の植栽、駅前の除草作業や剪定作業などを行っていただいています。

駄地長寿会の会長 高島 貞行さんと、平似田長寿会の会長 酒井 和幸さんは「千綿駅にはお客さんもたくさん来ているので綺麗にしたい。これからも千綿駅の良さを活かしていきたい。」と話されました。



▲ 高島 貞行さん(左)と酒井 和幸さん(右)

## そのぎ茶日本一W受賞 三連覇

日本茶業中央会が主催する「第73回全国お茶まつり」が愛知県西尾市で11月16日に開催され、今年の全国茶品評会蒸し製玉緑茶部門で日本一をW受賞した東彼杵町と中山雄太さんが表彰されました。

表彰式では岡田伊一郎町長と中山雄太さんにそれぞれ表彰状が、お茶娘の奥川百々さんに優勝旗が手渡されました。中山さんは「これまで東彼杵という産地のために頑張ってきた結果、個人でもこのような賞を頂き念願が叶いました。」と受賞の感想を述べられました。



▲ 表彰式での受賞後の皆さん

## 東彼杵町身体障害者福祉会 優勝!

第39回長崎県身体障害者ゲートボール大会が、9月20日(金)諫早市屋内ゲートボール場で開催されました。

当日は、台風の影響で参加できなかったチームもありましたが、8チームが熱戦を繰り広げ、東彼杵町身体障害者福祉会のチームが見事優勝を飾りました。

東彼杵チームは、令和2年10月に大分県で開催される九州大会に長崎県代表として出場されます。



▲ 東彼杵町身体障害者福祉会チームの皆さん





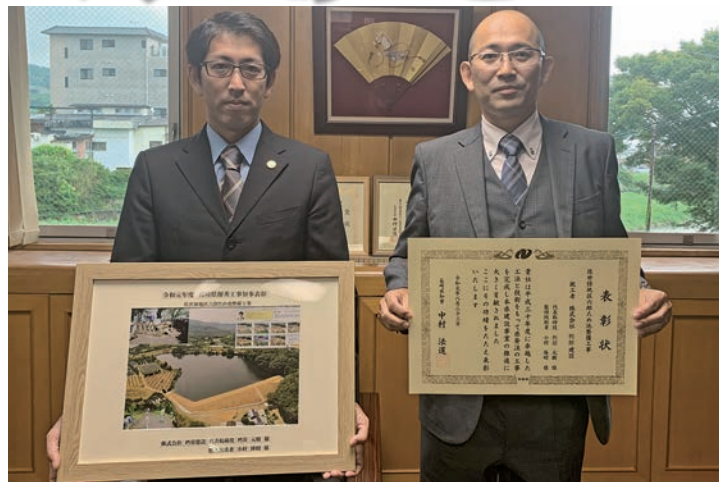
## マチのあちこち

### .....長崎県優秀工事知事表彰！.....

町内の株式会社 朽原建設が長崎県優秀工事知事表彰【地域貢献】を受賞されました。

同表彰は長崎県が、県内建設産業の資質の向上を図るため、他の模範となる優れた工事を完成させた企業を表彰されるものです。

この度佐世保地区六郎ため池整備工事が評価され受賞となりました。心よりお祝い申し上げます。



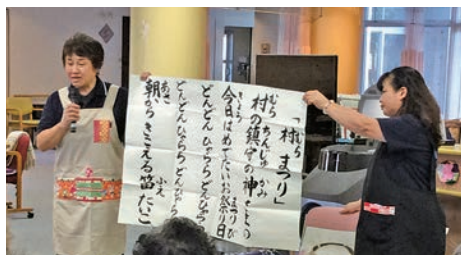
▲ 小村 隆昭さん(左)と朽原 元樹さん(右)

### .....読書週間に伴う読み語り開催.....

10月27日から11月9日までの2週間は秋の読書週間でした。

多くの人に本に親しむきっかけをつくろうと町内の読み語りサークル「ぼけっとくらぶ」と「クジラっ子」が同週間イベントとして町内の小中学校やグループホームで読み語りを行いました。

教育委員会主催の読み語りは、多目的ルームで行われ、乳幼児と学童保育の交流もあり、小さな子どもからお年寄りまで楽しい本との出会いに喜んでいました。



### .....うがい用お茶贈呈式.....

そのぎ茶振興協議会(岡田 金助会長)による「うがい用お茶贈呈式」が10月28日(月)、認定こども園つばさで行われました。

風邪が流行する季節を前に、そのぎ茶のうがいでの風邪予防をしてもらおうと、毎年、町内の小中学校とこども園など9箇所に、うがい用お茶を贈呈しています。

お茶に含まれるカテキンなどが、風邪予防に効果があることが研究成果で報告されています。子どもたちは「ありがとうございました！うがい頑張ります！」と元気に挨拶していました。



▲ 風邪引かないように、うがい頑張ります！

## 健康だより

### 健康相談

日時：1月9日(木) 13時30分～14時30分  
場所：総合会館2階 保健センター  
内容：「健診結果の見方がわからない」「血圧が高め」「健診で血糖値が高いと言われた」など、気になることはありませんか？保健師・栄養士が相談に応じます。お気軽にご相談ください。  
※健診結果があればお持ちください。



### 食生活改善推進員養成講座

日時：1月22日(水) 9時30分～  
場所：総合会館 和室・調理室  
内容：こどもや高齢者の食事で気を付けたいこと、カルシウムたっぷり献立  
持参する物については、開講式で配布した日程表で確認ください。

### 各種がん検診等

日付：1月21日(火)  
場所：総合会館2階 保健センター  
時間：受付8時30分～11時  
がん検診：胃・大腸・肺・前立腺 その他：肝炎ウイルス・ピロリ菌抗体検査  
受診票、大腸がんの検体容器をお持ちでない方はご連絡ください。



### トレーニング室利用講習会

初めてトレーニング室を利用される方は講習会を受講してください。  
1月分の予約は、12月20日以降に健康推進係に電話にて申込みください。  
日時：1月23日(木) 19時～21時  
場所：相談室(町総合会館 保健センター内)  
受講料：無料(東彼杵町に住居票が無い方は500円)  
準備するもの：顔写真2枚(横2cm×縦3cm)・運動ができる服装・室内用シューズ・タオル・飲み物



## 子育てだより

### 乳児相談(3～4か月児・8～10か月児)

日付：1月8日(水)  
場所：総合会館2階 保健センター  
受付：10時～10時30分 令和元年9月5日～令和元年10月8日生まれの赤ちゃん  
13時30分～14時 平成31年4月7日～令和元年6月8日生まれの赤ちゃん  
※対象者には通知します。



### 母子手帳交付

日付：1月14日(火)・1月27日(月)  
受付：9時30分～10時  
場所：健康推進係(役場6番窓口)  
必要な物：印鑑・マイナンバーカード又はマイナンバー通知書と運転免許証  
赤ちゃんに関する保健制度などを説明します。上記日時に来庁できない方は、事前にご連絡ください。



### 5歳児発達健診

日付：1月28日(火)  
受付：13時～13時30分  
場所：総合会館2階 保健センター  
対象：平成27年1月1日～平成27年4月1日生まれのお子様  
※対象者には通知します。



## 健康ひとくちメモ



東彼杵郡医師会  
川崎 千之（波佐見町）

### 『貧血について』

本日は「貧血」について解説いたします。

「貧血」というとよく「朝礼の時、貧血で倒れた」などと言ったりします。しかしこれらの多くは「起立性調節障害」により脳に行く血流が減少した事により起こる「脳貧血」の症状です。

医学的に貧血は「血液中の色素（ヘモグロビン）値が正常以下に減少した状態」と定義されます。したがって貧血があるかどうかは病院に行つて血液検査をして色素（ヘモグロビン）の値を調べないと分かりません。この検査は特殊な検査ではなく、基本的な検査です。色素（ヘモグロビン）の値には男女差があり、成人女性では12未満、成人男性では14未満が貧血となります。高齢になると男女とも12未満で貧血と考えます。

医学的な意味での「貧血」による症状は「息切れ、倦怠感」などです。これらの症状が出現する時には貧血は相応進んでいますので、そうなる前に検

査で発見される事の方が多です。

貧血の原因は多種多様ですが、中でも多いのは比較的若年の女性にみられる「鉄欠乏性貧血」です。これは毎月の月経により出血とともに鉄分が失われて発生するものです。一度貧血になつてしまうと治療できるほど大量の鉄分を食事だけでとることは困難です。そのため薬で鉄を摂取する必要があります。そのために、内服の鉄剤は吐き気などで飲めない方がかなり多く、そうした方には注射で鉄剤を投与します、しかし何回も注射を受けるのは大変ですし、血管炎を起こして痛みがあったり、鉄の補給はなかなか難しいのが実情です。

男性でも鉄欠乏性貧血になることがあります。思春期の男子であれば食事性の鉄欠乏のことが多いですが、中年の男性でこの貧血を見たら消化管出血が隠れていることがありますので要注意です。消化管出血の原因として癌の可能性もあるからです。

その他、透析患者さんでは造血ホルモンであるエリスロポエチンが不足して起こる腎性貧血がほぼ必発ですが、優れた薬剤の登場により腎性貧血はほぼ解決しました。

貧血の原因は本当にさまざまです。貧血と言われたら、その原因をはっきりさせる必要があると考えます。



### 12月・1月の休日在宅当番医

診療時間 9:00~17:00

22日	カナザワ内科クリニック	川 棚	0956-83-3727
29日	松尾医院	波佐見	0956-85-2001
30日	山住医院	東彼杵	0957-46-1162
31日	にいむら整形外科	川 棚	0956-82-6565
1月 1日	坂口医院	波佐見	0956-85-3000
2日	はすわ診療所	波佐見	0956-85-5221
3日	松村内科・消化器科	東彼杵	0957-47-0709
5日	田淵医院	川 棚	0956-82-2111
12日	八並整形外科・リハビリテーション医院	波佐見	0956-85-5775
13日	三島眼科医院	東彼杵	0957-46-0340

### 町民集いの広場 すくすくねんね



#### 1月のイベント予定 ※予約制です

8日(水)10時~	リンパマッサージ
14日(火)10時~	『1歳からの栄養』~成長期にとりにくくなる栄養成分の上手なとり方~:江崎グリコ管理栄養士
17日(金)10時~	クッキング
22日(水)10時30分~	季節の製作
24日(金)10時30分~	身体測定&おじいちゃんとおばあちゃんと交流
29日(水)10時30分~	ベビーマッサージ
31日(金)10時30分~	お誕生会

※12月29日(日)~1月3日(金)はおやすみです。  
※令和元年10月より月曜日も開所しています。



▲ ママ講座のときの様子

【お問い合わせ先】  
すくすくねんね TEL 46-0737

## まだ特定健診を受けていない方、 集団健診を1月21日(火)実施します！

平成30年度に引き続き、令和元年度も令和2年1月21日(火)に集団健診を追加で実施します。他にも東彼杵郡内の医療機関で受けられる個別健診等もありますので、まだ受診がお済みで無い方は、お忘れなく受診いただきますようお願いいたします。

お持ちいただくもの

### 特定健診受診券と保険証

対象となる方

- ・東彼杵町国民健康保険に加入している40歳から74歳までの方
- ・健診日現在に長崎県後期高齢者医療保険の被保険者である方

健診内容

問診、身体測定、診察、血圧測定、尿検査、血液検査など  
(脂質・血糖・肝機能など)



【集団健診】記念品を用意してお待ちしています。

日程	場所	受付時間	負担金
1月21日(火)	総合会館保健センター	8時30分～11時	無料

【個別健診】受診期間：令和2年3月末まで 負担金：無料

#### 《東彼杵町》

岩永医院 0957-47-0014	山住医院 0957-46-1162
松村内科・消化器科 0957-47-0709	山川医院 0957-46-0020

#### 《波佐見町》

いちのせ内科循環器科 0956-85-7770	中村内科医院 0956-85-7325
松尾医院 0956-85-2001	西の原野中医院 0956-85-3054
坂口医院 0956-85-3000	波佐見病院 0956-85-7021
こうの内科医院 0956-20-7500	はずわ診療所 0956-85-5221
八並整形外科医院 0956-85-5775	中尾野中医院 0956-85-3077
小鳥居内科・脳神経内科クリニック 0956-20-7027	

#### 《川棚町》

岡部内科医院 0956-82-5005	玉川医院 0956-82-4126
田淵医院 0956-82-2111	まつお産婦人科 0956-82-2038
本川医院 0956-82-2010	カナザワ内科クリニック 0956-83-3727

【情報提供】生活習慣病（高血圧・糖尿病・脂質異常症）等で通院中の方

期間	場所	負担金
令和2年3月末まで	県内・嬉野一部医療機関で定期的に検査を受けている方も健診対象者となります。 検査結果とご本人の承諾を得た情報提供書等の提出により特定健診を受診したことにかえることができます。	医療費だけで別途負担金は徴収いたしません。

問 健康ほけん課 国保年金係 ☎ 46-1202(直通)



# マイナンバーカード(個人番号カード)を作りますか？

## ■マイナンバーカードとは？

マイナンバー制度の施行以降、行政手続きを行う際、多くの場面において個人番号(マイナンバー)と本人確認の証明が申請者へ求められますが、マイナンバーカードがあれば1枚でそれらの証明が可能となり、手続きがスムーズに進められます。

今後は、健康保険証として使用できるようになります。マイナンバーカードをぜひともこの機会に申請ください。

## ■申請方法について

申請は、スマートフォンやパソコン、郵送でできます。

### 1. スマートフォンから

①スマートフォンのカメラで顔写真を撮影



②スマートフォンのカメラで交付申請書のQRコードを読み取り、申請用WEBサイトにアクセスして、メールアドレスを登録



③登録したメールアドレス宛に通知される申請書のWEBサイトにアクセス



④画面の案内にしたがって、必要事項を入力し、顔写真を添付して送信

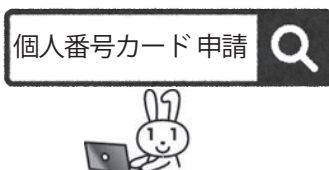


### 2. 自宅のパソコンから

①デジタルカメラなどで顔写真を撮影して申請するパソコンに保存



②申請用WEBサイトにアクセスし、メールアドレスを登録 \*1



③登録したメールアドレス宛に通知される申請書のWEBサイトにアクセス



④画面の案内にしたがって、必要事項を入力し、顔写真を添付して送信



\*1 申請書WEBサイトにアクセス後、そのURLが「<https://net.kojinbango-card.go.jp>」であることを確認することで、サイトが真正であることを確認してください。

※写真はメガネや帽子をはずして、後ろを無背景にして撮影してください。

### 3. 郵送で申請

①申請書に必要事項を記入する。

②写真を貼り付ける。

③申請書を封入、切手貼付けし、ポストに投函



【郵送先】 〒219-8650  
日本郵便株式会社 川崎東郵便局  
郵便私書箱第2号  
地方公共団体情報システム機構  
個人番号カード交付申請受付センター 宛  
※通知カードに付属の封筒をご利用する場合は、切手は不要です。

※引越しや婚姻などで住所や氏名に変更があった人は、通知カードに付属の申請書では受付できません。戸籍窓口に来庁していただき、正しい情報が記載された申請書を請求してください。申請からカード交付まで1ヶ月程度を要します。

## ■受け取りについて

申請した人に後日、町から交付通知書(はがき)を送付します。申請した本人(15歳未満の方は、保護者と同伴)が、交付通知書と通知カード、本人確認書類を窓口を持参されることで、マイナンバーカードを受け取ることができます。

代理人の受け取りは、身体上の理由があるなどに限られますので、詳しくは戸籍係までお問い合わせください。

## 税財政課からのお知らせ

### 1. 町税等の納付は口座振替が便利です!

東彼杵町では町税等の納付を、ご指定の預金口座から納期ごとに自動的に納付できる「口座振替」を推進しています。納期ごとに金融機関へ納付に行く必要がなく、納め忘れの心配がありません。

#### 【口座振替の可能な金融機関】

親和銀行、十八銀行、長崎県中央農業協同組合、大村湾漁業協同組合、ゆうちょ銀行

#### 【口座振替のお申し込み方法】

上記の金融機関、または役場窓口にあります「口座振替依頼書」にご記入いただき、口座振替を希望する預金口座のある金融機関に預金通帳・通帳届出印をご持参の上、ご提出ください。

#### 【口座振替日】

納期月の25日(25日が休日・祝祭日の場合は翌営業日)申し込みのあった月の翌月から口座振替を開始します。

### 2. 土地や家屋、償却資産の異動について

固定資産税は土地・家屋・償却資産(会社や個人で事業のために用いる機械・機器・備品等)を毎年1月1日現在所有している方に課税されます。

令和元年(平成31年)中に土地や家屋、償却資産に次のような異動がありましたら、役場 税財政課へ届出をお願いします。

1. 家屋等を新築・増築し、役場から評価に関する連絡がない方
2. 家屋を取り壊した方
3. 住宅用地を取得した方、又は住宅用地を住宅用地以外へ用途変更した方
4. 新たに事業を始め、償却資産を取得した方
5. 太陽光発電設備を取得した方(個人は10kw以上)

### 3. 町県民税申告について

令和2年度の町県民税の申告(令和元年分)について、簡易な町県民税申告で済む方を対象に『町県民税・国民健康保険税の申告書 **簡易**』を送付します。

令和2年1月末までに郵送します。対象となるのは次の方です。

1. 非課税所得(遺族年金、障害年金など)のある方
2. 前年の当初で未申告となっていた方
3. 収入が給与または公的年金のみで、農業所得が自家消費のみの方
4. 収入が給与または公的年金のみで、田んぼの貸付による不動産所得がある方
5. 収入が給与または公的年金のみで、個人年金所得がある方  
(個人年金所得…個人的に生命保険会社・郵便局・農協などで積立をしていた分を年金として受け取られた所得)
6. 生命保険の一時金や損害保険の満期返戻金等の一時所得がある方
7. 収入が給与または公的年金のみで、20万円以下のその他所得がある方

返信用封筒を同封しますので、記入・押印の上、役場へ郵送していただきます。

※前年の申告状況により発送いたしますので、今年の所得状況が変わっている方は、通常の申告が必要な場合や申告の必要が無い場合があります。



**お知らせ** ふるさと納税だより



**10月のふるさと納税受入額**

件数 792件 寄附額 21,903,902円

**令和元年度累計(10月末時点)**

件数 2,189件 寄附額 59,178,280円

誠にありがとうございました。

(※申込サイトや決済方法によっては受入額が申し込まれた月と異なる場合があります。)

先月東彼杵町にふるさと納税していただいた方々です。

東野 和正 様 道上 久幸 様

※氏名等の公表を希望された方のみ掲載しています。

**【寄附者様からの応援メッセージ】**

- ・子育て支援にぜひ使って下さい。
- ・微力ながらお力になれば幸いです。
- ・これからも期待しております。
- ・今年も応援しています！
- ・昨年に続き応援しています！
- ・次回帰省した時に、東彼杵町に立ち寄らせて頂きます。よろしく願い申し上げます。
- ・少額ではございますがお役立てください。

**お知らせ** 消費者ホットライン188とは？

消費者ホットライン188(局番なし)は、お近くの消費生活センター等の消費生活相談窓口をご案内することにより消費生活相談の最初の一步をお手伝いするものです。

「悪質商法等による被害にあった」「ある製品を使ってけがをしてしまった」などの消費者トラブルで困っていませんか？

「台風で雨漏りし修理してもらったが、さらにひどくなった」「役場の者だと名乗る人が自宅に来訪し義援金を求められた」などの災害に関するトラブルで困っていませんか？

そんなときは一人で悩まずに、全国どこからでも3桁の電話番号でつながる消費者ホットライン「188(いやや!)」にご相談ください。専門の相談員がトラブル解決を支援します。

**一人で悩まず、まずは相談**

大切なのは、すぐに相談することです。困ったときは一人で抱え込まないで「消費者ホットラインいやや! (局番なしの188)」までお電話を。



消費者庁 消費者ホットライン188 イメージキャラクター「イヤヤン」

**お知らせ** 運転中の携帯電話等の使用が厳罰化されます！



令和元年12月1日から運転中の携帯電話等の使用が厳罰化されます！

近年におけるスマートフォンの普及等に伴い、携帯電話使用等による交通事故の件数は全国で増加傾向にあり、平成30年中は2,790件で5年前(平成25年)の2,038件から約1.4倍に増加しています。また、携帯電話使用等による悲惨な交通死亡事故も発生しています。

このような情勢を踏まえ、改正法において携帯電話使用等に関する罰則が強化されるなどしたところですが、これに併せて携帯電話使用等に係る基礎点数及び反則金の額が引き上げられるものです。

◆通話・画面注視等

◆交通の危険を生じさせた場合(交通事故等)

改正前		改正後	改正前		改正後
罰則		5万円以下の罰金	6月以下の懲役 または 10万円以下の罰金	3月以下の懲役 または 5万円以下の罰金	1年以下の懲役 または 30万円以下の罰金
反則金	大型車	7,000円	25,000円	12,000円	なし (即、罰則適用)
	普通車	6,000円	18,000円	9,000円	
	二輪車	6,000円	15,000円	7,000円	
	原付車	5,000円	12,000円	6,000円	
違反点数		1点	3点	2点	6点(免許停止)



問 川棚警察署 ☎ 0956-82-3110

## 各種相談窓口

### 行政相談のお知らせ

- ①日時 1月14日(火)  
10時～12時  
場所 役場1階 第2会議室
- ②日時 1月27日(月)  
10時～12時  
場所 農村環境改善センター
- ☎ 役場総務課 ☎ 46-1265

### 心配ごと相談所開設

- 日時 1月10日(金)  
13時30分～16時  
場所 総合会館福祉センター相談室  
相談員 堀上 信男・田中 博子
- ☎ 社会福祉協議会 ☎ 46-0619

## お知らせ

### 年末年始のごみ・し尿収集 及び火葬業務について

- 火葬業務を休む日  
・令和2年1月1日(水)
- ごみ・し尿収集業務を休む期間  
・可燃ごみ  
12月31日(火)～1月3日(金)まで  
・不燃ごみ  
12月28日(土)～1月5日(日)まで  
・し尿  
12月28日(土)～1月5日(日)まで
- 注意事項  
年末の大掃除等のごみは、できるだけ早目に出してください。また、年内の清掃工場へのごみの持ち込みは、  
28日(土)8時30分から12時00分まで  
29日(日)8時30分から16時30分まで  
30日(月)8時30分から16時30分まで  
としています。
- なお、清掃工場へごみを持ち込みされる場合は、混雑する恐れがあります。  
年明けの可燃ごみは、1月4日(土)以降の予定日に出してください。
- 問い合わせ先  
・火葬(役場または組合事務局)  
☎ 46-1111(役場)  
☎ 46-1960(組合事務局)  
・ごみ(東彼地区清掃工場)  
☎ 0956-82-4265  
・し尿(東彼地区環境センター)  
☎ 46-1961

## 年末の交通安全県民運動

- 実施期間  
12月16日(月)～12月25日(水)
- スローガン  
その酒で 失う信頼 家族の未来
- 運動の重点  
○飲酒運転の根絶  
○高齢運転者の交通事故防止  
○子どもと高齢者の安全な通行の確保
- ◆「手のひら」で横断の意思表示  
信号機のない横断歩道では、運転者に「手のひら」を見せて、横断の意思表示をしてから横断するように心掛けましょう。
- ◆右左折時、進路変更時の確実な合図  
交差点での右左折はもとより、道路外の駐車場などに進入する際、進路変更する際には、合図をしなければなりません。確実に合図を出してから右左折、進路変更しましょう。

### 年末年始における 犯罪被害の防止

- 【盗難被害防止】
- 外出するときは玄関や窓などに必ず鍵をかけること。  
○自動車や自転車から離れるときは、必ず鍵をかけ、車内や荷籠に財布やかばんなどの貴重品を置いたままにしないようにすること。  
○初詣や買い物などの人ごみの中では、貴重品は肌身離さず、しっかり持つこと。
- 【特殊詐欺の被害防止】
- 高齢者宅を中心に警察官や金融機関の職員を装って「クレジットカードが悪用されている。」などという不審電話が相次いでおり実際に犯人が被害者宅を訪問し、キャッシュカードや通帳を言葉巧みにだまし取られ、現金を引き出されるという被害も発生しています。  
キャッシュカードなどは厳重に保管し、暗証番号は他人には絶対に教えないこと。
- 【痴漢・強制わいせつなどの被害防止】
- イヤホンをして音楽を聴いたり、スマートフォンの操作をしたりしながら歩かない。  
○防犯ブザーを持ち歩く。

## 高齢者いきいきフォーラム

- 高齢者が生きがいを持って活躍できる社会を目指して、下記日程でフォーラムが開催されます。
- 当日は、世界で活躍する84歳のプログラマー、若宮正子氏の講演や、各地区老連によるステージ発表があります。  
どなたでもご参加いただけますが、申込が必要です。
- 日時：令和2年1月31日(金)  
13時～16時30分
- 場所：アルカス SASEBO
- 申込方法：往復はがき または FAX  
※先着500名
- 申込先  
〒852-8104 長崎市茂里町3-24  
(公財)長崎県すこやか長寿財団  
いきいきフォーラム担当者 宛  
FAX 095-847-6181

### 放送大学入学生募集

- 放送大学はテレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど様々な目的で幅広い世代の方が学んでいます。
- ただいま2020年4月入学生を募集しています。詳しい資料を送付しますので気軽に問い合わせください。
- 募集学生の種類  
【教養学部】  
科目履修生  
(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)  
選科履修生  
(1年間在学し、希望する科目を履修)  
全科履修生  
(4年以上在学し、卒業を目指す)
- 【大学院】  
修士科目生  
(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)  
修士選科生  
(1年間在学し、希望する科目を履修)
- 出願期間  
令和元年11月26日～令和2年2月29日、3月1日～3月17日  
(インターネット出願も受け付けています)
- 資料請求(無料)・お問い合わせ先  
放送大学長崎学習センター  
〒852-8521 長崎市文教町1-14  
長崎大学文教キャンパス  
☎ 095-813-1317 FAX095-813-1325  
ホームページ <https://www.ouj.ac.jp>



# 図書館からのお知らせ〜おすすめの本〜

※本の読み語り 1月11日(土) 10時30分〜 多目的ルーム  
12時〜13時は職員休憩のため図書室を閉室いたします。



『じゃがいもむめんとさつまいもむめ』  
はらぺこめがね 作・絵



あるところに、とても仲の悪い姫たちがおりました。似たもの同士じゃがいも姫とさつまいも姫は、いつもけんかばかり。ふかしたら、どっちがほくほくかの勝負がはじまって・・・。

どちらもおいしいものに変身! 又、変身!。くいしんぼうのお友だちには、とつても楽しみで笑みがこぼれる絵本です。

『ALSOKが教えるおひとり女子が自分を守るための本』  
ALSOK 監修



ネットやテレビには、女性を標的とした犯罪のニュースが、いつも流れています。

この本は、警備会社ALSOKの監修で、主に一人暮らしの女性に向けての防犯指南書です。一人暮らしをする女性本人だけでなく、心配されているご家族やご友人が、本人に伝える知識としてもお勧めします。

これから年末にかけ、多くなる犯罪の防犯に、是非お役立てください。

『アスリート』  
あさの あつこ 著



中学の陸上大会で挫折を味わい落ち込んでいた沙耶は、親友の花奈に誘われ、全国でも屈指の難関進学校へ進学し、射撃部に入る事に。一般の運動部と違い射撃は、経験した事のない未知の世界に、独りで立つ自分との戦いであったが、戸惑いながらも練習に励み、次第にその魅力にはまっていくな。

この本で、あまり馴染みのない射撃の世界を身近に感じてみませんか?

○敬称は略させていただきます。  
○掲載希望の申出があったものだけを掲載しています。

ご結婚  
田崎 誠也 蔵本  
釜坂 友梨香 遠目

## 町長執務日誌から

### 11月の行動記録

- 1日 大村東彼地区食生活改善推進員研修交流会  
消防第1分団、第2分団、第5分団へ小型動力ポンプ軽積載車配備式
- 2日 西九州自動車道佐々々(一)〜佐世保大塔(一)間4車線化着工式典
- 3日 樋口地区敬老会・ふるさと芸能大会
- 6〜8日 区長会視察研修
- 9日 水辺からのまちおこし広場
- 10日 消防団秋季火災予防訓練・木場天満宮秋例祭
- 11日 長崎県及び県議会へ東彼杵道路要望活動
- 12日 九州国道整備促進総決起大会及び要望活動
- 13日 本町・東町地区町政懇談会
- 14日 第73回全国茶品評会表彰式
- 15〜16日 そのぎっ子フェスティバル
- 17日 コスモス苑ワークセンター合同収穫祭
- 18日 菅無田地区町政懇談会
- 19日 子育て応援講座・太ノ原地区町政懇談会
- 20日 町長杯グラウンドゴルフ大会
- 21日 東彼杵郡医師会との災害協定調印式
- 22日 中尾地区町政懇談会
- 23日 長崎県国民健康保険審査会・金谷地区町政懇談会
- 24日 町表彰式
- 25日 東彼杵郡学校保健会研究大会
- 27日 太ノ浦地区町政懇談会
- 28日 大村湾をきれいにする会国へ要望活動
- 29日 全国町村長大会
- 30日 国保制度改善全国大会
- 29日 JA肉牛枝肉共励会・地域おこし協力隊退任式
- 28日 清塚信也ピアノリサイタル

東彼杵町の人口(10月末日現在)

	10月末日	前月対比
総人口	7,870	+2
世帯数	3,156	+6
男性	3,774	-5
女性	4,096	+7
出生	4	死亡 13
転入	25	転出 13

東彼杵町内刑法犯認知状況

	10月中	2019年中
凶悪犯	0	0
粗暴犯	0	1
窃盗犯	1	2
知能犯	0	1
風俗犯	0	0
その他	0	3

東彼杵町内交通事故発生状況

	10月中	2019年中
人傷件数	1	25
死者	0	1
傷者	2	40
物件事故	20	177
飲酒	0	1
無免許	0	0



佐藤 <sup>りょうま</sup>涼真 くん  
(平成 30 年 10 月 15 日 生まれ)

【西宿】 父・慎哉さん 母・郁枝さん

「お兄ちゃん、お姉ちゃんに負けないくらい元気に育ってね♡」



## ～笑いで元気に！！～ "笑活(ワラカツ)" 事業

東彼杵町社会福祉協議会では"笑活"事業として楽しい笑いを届けることで介護予防のお手伝いをされています。今回は下蔵本のいきいきサロンに笑いを届けるとのことでお邪魔してきました。

"笑活"8回目を迎えた11月21日(木)の下蔵本いきいきサロンには19名が参加されていました。サロン会長の佐藤 昇一さんは「いつもはもっと多か」と笑顔。

この"笑活"事業は、"笑い"が身体や心を健康に保つ効果があり、地域の皆さんに笑いを届けよう！と社会福祉協議会が4年ほど前から始めた事業です。講座回数は4年間で80回を超えています。

いきいきサロンの皆さんも、ゲームなどを交えながら身体を動かし、声を出し大笑い！公民館は終始、笑いに溢れていました。



この笑活事業を行っている社会福祉協議会の山下 友浩さんは、長崎県で初めて行われた介護予防レクリエーション大会「N-1 グランプリ」に出場し、優勝した経歴を持たれています。

山下さんは「この栄誉は日頃より事業活動に対しまして、ご理解とご愛顧をいただいている地域の皆様のおかげと実感しています。「チーム笑活」は、今後も地域に楽しい笑いをお届けすることで、介護予防のお手伝いをさせていただきます。ご用命の際は、お気軽に社会福祉協議会へご相談ください。」と話されました。

☎ 社会福祉協議会 ☎ 46-0619

