

# ひがしそのぎ

平成30年

東彼杵町広報紙

2月

No.605

## 87名が新成人を迎えました

1月3日、東彼杵町成人式が総合会館グリーンハートホールで行われました。家族や友人たちと新たな門出を祝いました。おめでとうございます。



# 香田 勲男一軍投手コーチによる 野球教室と講演会を開催



12月24日、阪神タイガースの香田勲男一軍投手コーチ・江越 大賀 選手・松田 遼馬 選手をお招きし、野球教室と講演会が行われました。野球教室は町民グラウンド、講演会は総合会館文化ホールで行われ、町内外の小中学生の野球チームが集結しました。

## 野球教室

野球教室では、香田コーチの「目でできくこと」「個性を大事にすること」のアドバイスを受け、参加者全員で野球の基本であるキャッチボールを教えてくださいました。その後は投手と外野手ごとに分かれ、ピッチングや守備練習を指導していただきました。



香田コーチの動きを交えたピッチングの指導を、真剣なまなざしで見つめる投手たち



松田選手が見守る中、緊張しながらもボールをキャッチしようと頑張ります

## 講演会

講演会は、座談会のような和気あいあいとした雰囲気で行われ、香田コーチ・江越選手・松田選手の子どもの頃や学生時代のこと、今後の目標などを話していただきました。開催日がクリスマスイブということもあり、講演会の最後には抽選会が実施され、素敵なプレゼントが贈られました。



講演会の様子



抽選に当たった子どもたちは大喜び！

## 講演会の概要

### 子どものころは？

#### 香田コーチ

学校が終わって家に帰ったら、バットとグローブを持って同級生や仲間と一緒に三角ベースボールやソフトボールをやっていました。

その後少年野球チームが作られることになりましたが、グラウンドやマウンドがない状態からのスタートでした。今思えば子どもの頃にいろんな経験をさせてもらえたと思っています。

#### 江越選手

放課後、野球かサッカーをしていました。通った小学校の同級生の人数が4人で、全体の児童数もとても少なかったです。

#### 松田選手

江越選手と同じで放課後は野球やサッカーをしていました。学校の休み時間もやるならサッカーをしている子どもでした。

### 学生時代

#### 香田コーチ

学生時代は同級生や支えてくれる大人たちに恵まれました。

小さい頃はプロ野球選手を目指していましたが、中学生になると将来のことを考え体育の先生になりたいと思うようになりました。

野球の強い高校に進学し、甲子園に出場したこともあり、ドラフトで指名され、子どもの頃の夢をかなえることができました。

#### 江越選手

中学時代は基礎的な練習が多く、きつくて野球が嫌いになりましたが、その頃からプロ野球選手になることを意識し、野球のことばかり考えていました。

高校時代は甲子園に行くことはできませんでしたが、大学では「実力の東都」といわれる東都大学リーグでプレイし、最後の全国大会で優勝することができました。

#### 松田選手

中学では、プロ野球選手になるうとは考えず、皆で楽しく野球をやることを考えていました。

甲子園に出たくて、野球の強い高校に行ったのですが、練習がとてもハードで、たくさん走り込みを行いました。

念願の甲子園にも出場し、プロ野球か進学か迷いましたが、プロ野球選手になることを選びました。

### 昔の自分に戻れるとしたら

#### 江越選手

中学生の頃、家に帰ると父から素振りするようになるといつも言われて嫌々ながらやっていましたが、今思えば言われる前に自分からやっておけばよかったなと思っています。

チームでの練習時間ももちろん大切ですが、皆が見ているところではなく、それ以外の一人だけで行う練習を、自分なりに工夫してどれだけやれるかが大事なのでは今は思います。

#### 松田選手

もっとしっかり野球の練習と勉強をしておけばよかったと思っています。

あまり勉強していなかったため、社会人になってから恥をかくことがいっぱいありました。あいさつや返事の基本は野球で教わりましたが、それ以外に知らないことがすごく多くて、中学校の時から知っておけばそういう恥をかかなくてもすんだのかなと思います。

### 来シーズンに向けての意気込み、講演会に来てくれた小中学生へのメッセージ

#### 江越選手

野球教室と講演会を通して、皆さんに僕たちのことを知っていただいて、あの時の選手が活躍しているなどと思ってもらえるように一軍で活躍したいです。

一人でも多く僕たちのように、プロ野球選手になりたいと思ってもらえるように頑張ります。

#### 松田選手

来シーズンは僕たち若手が頑張り、先輩投手の方に休んでもらえるぐらいの成績を残して、チームが優勝できるように頑張りたいです。

皆さんには今野球ができることを当たり前と思わずに、周りの人に感謝し野球を楽しんでほしいと思います。

香田コーチ・江越選手・松田投手の3名の皆様には、お忙しい中ご指導、ご講演いただき、本当にありがとうございました。



▲入選された江口徳郎さん（左）

## お茶畑ロードレースの写真で入選

12月22日、第28回NHK学園生涯学習写真展で入選された江口 徳郎さん(大村市在住)が来庁されました。

江口さんは、昨年2月26日に開催されたお茶畑ロードレースで撮影した写真を作品として出品されました。

作品名は「デッドヒート」で、多くの選手たちがゴールを目指してひたむきに走る姿が撮影されています。おめでとうございます。



▲設置されたモニターで点火を確認できました

## ごみ処理施設改築本体工事火入式

12月25日、東彼地区保健福祉組合ごみ処理施設改築本体工事火入式が執り行われました。

現在の施設は、昭和56年4月に運転を開始しました。しかし、設備の老朽化やごみ質の変化などにより焼却能力が低下し、計画的なごみ処理に支障を生じていることから、長崎県ごみ処理広域化計画に基づき、施設を更新することとなりました。新しい施設においても、ごみ処理時に発生する排ガスが法令基準値を下回り、環境にも配慮されています。

今後新しい施設は負荷運転などが実施され、性能試験合格後に、引渡しが行われます。新工場棟(焼却炉)の本格稼働は平成30年4月1日の予定です。



▲誓いの言葉を述べる川原 麗奈さん（東町）

## 新成人を迎えて 第一歩を踏み出す

1月3日、総合会館グリーンハートホールで東彼杵町成人式が行われました。

式典には、87名の新成人中74名が参加。会場周辺では新成人者を祝おうと、ご家族や地域の皆さんが訪れ、賑やかな声が聞かれました。

新成人代表として、川原 麗奈さんが「成人式を迎えられたのは、これまで私たちを見守ってくれた皆様方のおかげです。社会人になるにあたり、困難もあるかもしれませんが、自分の目標・希望・夢をかなえるために、ひとつひとつ自分なりに乗り越え、未来に向かって頑張っていきたいと思います。」と誓いのことばを述べました。

新成人の皆さんおめでとうございます。

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

## 東彼杵町消防出初式

1月7日、東彼杵町消防出初式が行われ、消防団員255名を含めた、約370名が出席しました。

自治体消防制度が発足して70周年の節目の年に、東彼杵町消友会 浜田 勝英会長から、新しい消防団旗を寄贈していただきました。

町消防団 有川 末好 団長は「火災や災害に備えて、消防団員一同気持ちを新たに、地域の皆様の安全安心な生活を守るべく一層邁進していきます。」と挨拶されました。

総合会館の式典行事の後は、市中行進と放水演習が行われました。



▲市中行進の様子

## 第43回東彼杵町民駅伝大会

1月28日、第43回東彼杵町民駅伝大会が行われ、一般の部20チーム、オープンの部5チームが出場しました。

走者を応援しようと、町道には多くの人が集まり、温かい声援が送られました。

優勝は一般の部「TEAM 龍」、オープンの部「彼杵中学校野球部」となりました。おめでとうございます。

結果は以下のとおりです。

順位	一般の部	オープンの部
優勝	TEAM 龍	彼杵中学校野球部
準優勝	橋ノ詰 A	千綿中学校
第3位	菅無田 A	彼杵中学校サッカー部



▲一般の部優勝「TEAM 龍」

区間賞		
1 区	平松 達哉 (TEAM 龍)	片山 雅規 (千綿中学校)
2 区	菅田 修 (菅無田 A)	濱田 隆斗 (彼杵中学校野球部)
3 区	浦川 政裕 (橋ノ詰 A)	渡邊 泰地 (千綿中学校)
4 区	堤 隼人 (法音寺)	山脇 直哉 (千綿中学校)
5 区	丸山 裕樹 (菅無田 A)	大安 慶吾 (彼杵中学校野球部)
6 区	辻 大視 (橋ノ詰 A)	渡邊 美月 (彼杵中学校女子バレー部)



▲オープンの部優勝「彼杵中学校野球部」

## ボランティア作業を行っていただきました

12月16日にNEXCO西日本のパートナー企業である西日本高速道路メンテナンス九州(株)長崎保全センターから、町内公共施設の維持管理作業を対象としたボランティア作業を行っていただきました。

町内では町民グラウンドや小・中学校の高木剪定など専用の作業車も繰り出して作業していただきました。ありがとうございました。



## 彼杵キングドラゴンズが小学生ドッジボール大会で優勝！



1月7日に諫早市で開催された、第16回 KTN杯小学生ドッジボール大会 高学年リーグで彼杵キングドラゴンズが優勝しました。優勝おめでとうございます！



**彼杵キングドラゴンズ キャプテン  
岡 瑛太さん（彼杵小6年 金谷）**

ぼくたちは、1月7日に行われたドッジボール大会に出場しました。予選リーグを突破し決勝戦に出るという目標に毎週火曜日と金曜日 19時～21時に練習してきました。

しかし大会前にインフルエンザで集まることができず練習が無くなることもありましたが、チーム全員で助け合い、いちがんとり決勝戦まで出ることができました。

相手は福岡のチームできんちょうしましたが、なにがなんでもみんなで勝ちたいと思い、3セットマッチを2-1で優勝することができました。この時はひじの痛みを忘れるぐらいとても嬉しかったです。

1年生から6年生全員でベストを尽くせた試合だと思いました。これからも楽しく活動を続けたいと思います。

## 現在、光回線でインターネットを利用されている方 「光 BOX」 を申し込まれますか？



東彼杵町では**光 BOX** という機器を使い、東彼杵町の情報を掲載しています。まち・地域からのお知らせ、イベント等の動画や写真の配信、レシピ情報や町営バスの時刻表などもテレビで見ることができます。

インターネットを利用されている方なら**光 BOX** は**月額・工事料も無料**で設置でき、現在申請を受け付けています。

光 BOX を使えば茶子ちゃんねるの情報の他にも、ご自宅のテレビをパソコン代わりに使い、YouTube や Yahoo などを見ることができます。

パソコンの操作が難しいと思われる方もテレビリモコンでインターネットを始めることができます。

申込、お問い合わせは役場地域情報センター（☎ 46-0132）までお願いします。

### （実際のイメージ画面）



### －地域情報センターから注意のお知らせ－

光ブロードバンド回線の加入について業者が各家庭を訪問しているようです。

「役場から依頼されて来ました」、「どこの家もすべて光回線に変わることになっている」など、事実ではないことを伝えて加入を促していることがあります。

よく、わからない場合は契約などをせず連絡先など聞き、役場に相談されるか、インターネットの利用を希望されない方は断られますようお願いいたします。



# 佐世保税務署からのお知らせ

## ～確定申告会場を、2月16日（金）から開設します～

所得税・贈与税の申告と納付は 平成30年3月15日（木）まで

個人事業者の消費税の申告と納付は 平成30年4月2日（月）まで

会場 佐世保税務署 佐世保市木場田町 2-19 佐世保合同庁舎

期間 平成30年2月16日（金）から3月15日（木）まで

受付 午前9時から午後4時まで

※ 土・日曜日は開設していません。

※ 平成30年2月13日（火）から3月15日（木）までの間は駐車場の入口が変更（県北振興局側）になります。

※ 駐車場は狭あいで周辺の道路が大変混雑しますので、申告にお越しの際は、できる限り公共交通機関等をご利用ください。

申告書は、国税庁ホームページで作成できます！

ご自宅で！

作成コーナー

検索

## ～申告書には確実にマイナンバーの記載を！～

社会保障・税番号制度（マイナンバー制度）の導入に伴い、平成28年分以降の申告書にはマイナンバーの記載（申告者ご本人、控除対象配偶者、扶養親族及び事業専従者）が義務付けられています。

提出する際には、納税者本人の本人確認書類の提示又は写しの添付が必要です。

《本人確認書類の例》

例1 マイナンバーカード

例2 通知カード+運転免許証又は公的医療保険の被保険者証など

## ～平成29年分の確定申告で、医療費控除を受けられる方へ～

- ・平成29年分の確定申告から、「医療費控除の明細書」の添付が必要となります。（「医療費控除の明細書」は、国税庁ホームページからダウンロードできます。）
- ・医療費の領収書の添付又は提示は必要ありません。
- ・明細書の記入内容の確認のため、確定申告期限等から5年間、税務署から領収書（医療費通知に係るものを除く。）の提示又は提出を求める場合があります。領収書はご自宅等で保管してください。

※平成31年分の確定申告までは、領収書の添付又は提示によることもできます。

### ご不明な点等、お問合せはお電話で！

【佐世保税務署】0956-22-2161 ※自動音声によりご案内しております。

平成30年1月4日から3月15日の間における確定申告に関する一般的なご質問は「0」を選択してください。

なお、案内の途中でも選択いただけます。



## 福祉係からのお知らせ

### 1. 第15回 長崎県ねりんピック参加者募集

平成30年5月12日(土)、13(日)に開催される長崎県ねりんピックスポーツ交流大会及び文化交流大会の参加者を募集します。(ゴルフ・ボウリングは別日程。)

また、平成30年5月31日(木)～6月3日(日)に長崎県美術館で開催される生きがい作品展への出品も募集しています。

県内在住の60歳以上の方でしたら、個人でも団体でも応募できますので、参加を希望される団体及び個人の方は役場福祉係までお問合せください。

**スポーツ交流大会** 平成30年2月28日(水) 締切  
卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ゲートボール、  
ペタンク、マラソン、弓道、剣道、グラウンド・ゴルフ、太極拳  
ソフトバレーボール、サッカー、水泳、ターゲット・バードゴルフ  
わのわリング、ローンボウリス、バウンドテニス

平成30年3月23日(金) 締切 ボウリング

平成30年3月30日(金) 締切 ゴルフ

**文化交流大会種目** 平成30年3月23日(金) 締切  
囲碁(15歳以下も可)、将棋(60歳未満でも可)、健康マージャン

**生きがい作品展** 平成30年4月27日(金) 締切  
絵画、写真、書、工芸・彫刻の各部門につき一人一点



### 2. 第18回長崎県障害者スポーツ大会参加者募集

今年も障害者スポーツ大会が平成30年5月27日(日)に長崎県立総合運動公園トランスコスモスタジアム長崎(諫早市)他で開催されます。昨年は東彼杵町からも17名の方が参加され、スポーツを通して町内外の方と交流されました。昨年参加された方も、初めての方もふるってご参加ください。

**開催競技** 陸上、フライングディスク、ボッチャ、ユニカール、アーチェリー、  
卓球、サウンドテーブルテニス、水泳、ボウリング

**申込締切** 平成30年2月23日(金)



### 3. 平成30年度 障害者巡回歯科診療の申込について

一般の歯科診療所での治療・検診が困難な障害者の方を対象にした歯科検診が、下記の日程で行われます。予約が必要ですので、検診を希望される方は役場福祉係までお問合せください。

**実施日** 4月6、13、20、27日、5月11、18、25日(毎週金曜日10:30～)

**実施場所** 長崎慈光園(川棚町小串郷1956)

**申込締切** 診療開始月の1ヶ月前

なお、申込書は県のホームページからダウンロードすることもできます。提出先は役場福祉係です。

長崎県HP: <http://www.pref.nagasaki.jp/> から「組織で探す」→「福祉保健部」→  
「国保・健康増進課」→「歯の健康づくり」→「歯科巡回診療申込書」

問 役場 福祉係 ☎ 46-1155

## 国保年金係からのお知らせ

### 1. 現在お使いの国民健康保険被保険者証（保険証）について

現在お使いの保険証は、平成30年7月31日が有効期限となっておりますのでご注意ください。

また、東彼杵町に住民票が無い学生等で、東彼杵町国民健康保険を利用されている方は、平成30年4月以降に発行された在学証明書等を役場国保年金係まで提出してください。

#### <国保の手続き忘れていませんか？>

春は、引越し・就職のシーズンです。転入・転出、職場の健康保険に入ったとき・やめたときなどは、速やかに国民健康保険の取得・喪失の手続きを行ってください。

#### （国保に加入するとき）

- ・ 他市町村から転入してきたとき
- ・ 職場の健康保険などをやめたとき
- ・ 子どもが生まれたとき
- ・ 生活保護を受けなくなったとき

#### （国保をやめるとき）

- ・ 町国保に加入の方で東彼杵町から転出するとき
- ・ 職場の健康保険などに加入したとき
- ・ 死亡したとき
- ・ 生活保護を受けはじめたとき

### 2. 国民年金保険料の納付は口座振替での前納・早割が便利でお得です

口座振替の前納・早割を利用すると、国民年金保険料が割引されます。

#### 早割は月50円（年間600円）お得！

国民年金保険料の納付期限は翌月末ですが、当月末に口座振替する方法のことを「早割」といいます。

#### 6か月分、1年分、2年分をまとめて前納はさらにお得！

6か月前納は1,100円程度、1年前納は4,000円程度、2年前納は1万5,000円程度の割引となります。

#### お申し込みは簡単！

「口座振替申出書※」に必要な事項を記入・押印（金融機関への届出印）し、年金事務所へ郵送、または年金事務所や口座振替を行う口座のある金融機関の窓口へ提出してください。

※「口座振替申出書」は年金事務所の窓口、日本年金機構ホームページにあります。

お申し込み前に、必ず提出期限をご確認ください。また、郵送の場合は提出期限内に届くように、余裕を持って投函してください。

なお、早割は随時受付しています。

詳しくは諫早年金事務所（TEL25-1663）へお問い合わせください。

前納種類	前納期間	提出期限	口座振替日
6か月	4月～9月	2月末	4月末
	10月～3月	8月末	10月末
1年	4月～翌年3月	2月末	4月末
2年	4月～翌々年3月	2月末	4月末

### 3. 平成30年度総合人間ドックの申込についてのお知らせ

東彼杵町国民健康保険・長崎県後期高齢者医療制度では、疾病予防、健康増進の一環として人間ドック費用の助成事業を行っています。平成30年度の人間ドック受診を希望される方は以下のことに注意して、役場国保年金係窓口へ申し込みください。

1. 対象者 **東彼杵町国民健康保険または長崎県後期高齢者医療制度に加入している方で、昭和54年3月31日までにお生まれになった方**
2. 受付期間 平成30年3月16日(金)まで
3. 申込場所 東彼杵町役場国保年金係窓口  
 ※ 被保険者証を持参してください。  
 なお、本人または家族での窓口受付といたします。  
電話による申し込みは受付出来ませんのでご了承ください。  
 ※ 国民健康保険加入者は、検査結果に応じて町の保健師より特定健康診査の保健指導を受けていただきます。
4. 受診期間 平成30年5月1日から平成30年12月31日まで
5. 自己負担金額 (国 保)・・・人間ドック料金の4割(町より6割補助)  
 (後期高齢)・・・人間ドック料金の2割(町より8割補助)
6. 受診場所 **健診コース 健診料金**

#### 国民健康保険

日赤長崎原爆諫早病院	長崎川棚医療センター	大村市民病院
日帰りドック	日帰りドック	日帰りドック
13,392 円	16,636 円	17,280 円
日帰りドック+婦人ガン	脳ドック (MRI)	日帰りドック+婦人ガン
16,936 円	15,814 円	22,032 円

#### 後期高齢者医療

日帰りドック	日帰りドック	日帰りドック
6,696 円	8,318 円	8,640 円

- ※ 長崎川棚医療センターの健診コースは人間ドックと脳ドックを切り離して募集いたします。川棚医療センターを受診希望の方は日帰りドックか脳ドックのどちらかをお選びください。(後期高齢者医療加入者は日帰りドックのみとなります)
- ※ 上記料金は平成29年度の自己負担額料金を表示しています。  
 平成30年度料金に変更がある場合自己負担額は変更後料金の4割負担(後期は2割負担)となります。

ご不明な点がございましたら役場国保年金係まで連絡してください。

問 役場 国保年金係 ☎ 46-1202

## 東そのぎ 8020 コンテスト受賞者

東彼杵町と大村東彼歯科医師会では、「80歳になっても自分の歯を20本以上保ちましょう」という《8020(はちまる・にいまる)運動》を推進しています。

20本以上自分の歯を持っている町内在住の方のうち優秀者5名が表彰されました。

歯の健康を保つために日ごろ心がけていることを伺いました。



田崎 リシ子さん  
(里) 80歳

フロスと歯間ブラシをした後に歯みがきをしています。親に立派な歯をもらったので感謝しています。



西坂 ハル工さん  
(赤木) 83歳

歯みがきはしっかり行い、歯科医院で指導してもらったことを実践しています。小魚も食べています。



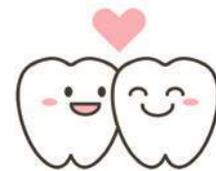
口木 一夫さん  
(口木田) 87歳

毎食後、歯間ブラシをしています。3ヶ月に1回必ず定期検診に通っています。



森 道子さん  
(蔵本) 82歳

歯を磨いた後は絶対食べません。歯間ブラシも使用し、日頃の努力をしてきました。



福田 葉子さん  
(橋ノ詰) 82歳

歯間ブラシを使い、朝・夕丁寧に磨いています。歯みがきを欠かすことはありません。

(お写真の掲載を希望されませんでしたので、お名前と受賞コメントのみ掲載しています)

東彼杵町 8020 コンテスト達成者の皆様、おめでとうございます。

「8020運動」とは、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という厚生労働省と日本歯科医師会が推進している運動です。20本以上の健康的な歯が残っていると、硬いものでも自分の歯で食べたり、好きなものをしっかりかんで食事ができると言われております。また、健康な歯の数が多い方ほど肥満が少なく、健康な方が多いというデータもあります。

毎日のブラッシングや歯科医院での定期検診など、お口の健康に関心を持っていただき、今後も、おいしく食べて、楽しく人生を過ごせますよう、応援しております。

(大安歯科医院 大安努、やまさき歯科医院 山崎 映)



## ❀ 3月の行事予定 ❀

☎ 役場健康推進係 ☎46-1200 (直通)

### ○乳児相談 (3~4か月児、8~10か月児) (対象者には通知します)

<日 付> 3月7日(水) <場 所> 総合会館2階 保健センター

時間 受付 10:00 ~ 10:30 平成 29 年 11 月 8 日 ~ 平成 29 年 12 月 7 日 生まれの赤ちゃん  
 受付 13:30 ~ 14:00 平成 29 年 5 月 11 日 ~ 平成 29 年 7 月 7 日 生まれの赤ちゃん

### ○食生活改善推進員養成講座

<日 時> 3月9日(金) 13:30 ~ 16:00

<場 所> 総合会館2階 保健センター 検診ルーム

<内 容> 閉講式、私の町の健康づくりについて

### ○母子手帳交付

<日 時> 3月12日(月)・3月26日(月) 受付 9:30 ~ 10:00

<場 所> 役場健康推進係(6番窓口) <必要な物> 印鑑・マイナンバー通知書・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。上記日時に来られない場合は、事前にご連絡ください。

### ○健康相談

<日 時> 3月14日(水) 受付 13:30 ~ 14:30 <場 所> 総合会館2階 保健センター

<内 容> 「血圧が高め」「健診で血糖値が高いと言われた」など、健康について気になることはありませんか?保健師・栄養士が健康相談に応じます。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)

## トレーニング室利用講習会について

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。3月分の予約は、2月22日以降に健康推進係へお電話ください。

日 時 3月11日(日) 13:30~15:30

3月15日(木) 19:00~21:00

場 所 相談室(町総合会館 保健センター内)

受講料 無料(東彼杵町に住民票が無い方は500円)

準備するもの 顔写真(横2cm×縦3cm)2枚・  
 運動ができる服装・室内用シューズ・タオル・飲み物

## がん検診受診希望調査について

平成 30 年度がん検診の申込時期となりました。「各種がん検診希望調査票」を各地区を通じて配布しますのでお申し込みください。

40 歳を過ぎるとがんにかかる率は高まります。自覚症状がないからと安心せず、年に一度はがん検診を受け、身体のチェックを行いましょう。



## 3月は自殺対策強化月間です ～一人で悩まず相談を～

自殺を考える多くの方が「うつ病」などにかかっています。健康の悩み、お金の悩み、仕事の悩みなど原因は身近にあり、決して特別な病気ではありません。身体や心の不調を感じたら専門の医師に相談し治療しましょう。役場健康推進係でも保健師による相談を受け付けています。お気軽にお電話ください。

### < 全国一斉こころの健康相談統一ダイヤル >

おこなう まもろうよ こころ  
0570 - 064 - 556

### こころの健康と睡眠（睡眠障害は生活習慣病にも影響します）

こころの健康とは、人がいきいきと自分らしく生きるための重要な条件で、「生活の質」に大きく影響するものです。特に睡眠不足は、疲労感をもたらし、情緒を不安定にし、適切な判断を鈍らせ、事故のリスクを高めるなど生活の質に影響します。睡眠障害はこころの病気の一症状として現れることも多く、再発や再燃リスクも高めます。さらに、睡眠不足や睡眠障害が肥満、高血圧、糖尿病の発症・悪化要因であること、心疾患や脳血管障害を引き起こし死亡率の上昇をもたらすことも知られています。

## 飼い犬のしつけ方教室・相談会

- 日 時** 平成30年3月11日(日)13:00～15:00(荒天時中止)  
**場 所** 長崎県県央保健所 車庫(長崎県諫早市栄田町26-49)  
**講習内容** 飼い犬と一緒に犬のしつけ方について学ぶ  
**講 師** 浦道 純子先生(堤動物病院) **参加費** 無料  
**定 員** 犬とその飼い主(ご家族での参加可)10組 ※要申込



**参加条件** 犬は管轄市町への登録・狂犬病予防注射・混合ワクチンの接種、飼い主さんが有る程度制御できること等、参加条件がありますので、お問合せください。  
犬を同伴しない方の見学は自由です。

**問合せ・申し込み先** 長崎県県央保健所 衛生課 0957-26-3305

**応募締め切り** 平成30年3月5日迄

## 空き家バンク制度の一部改正について（お知らせ）

東彼杵町空き家活用促進奨励金交付要綱について、空き家提供奨励金と移住等奨励金が平成30年4月1日から変わります。

### ○空き家提供奨励金

(変更前)40万円 → (変更後)20万円

### ○移住等奨励金

(変更前)町外移住者40万円 → (変更後)移住者1人につき10万円を20万円を上限

※町内転居世帯は10万円に変更ありません。

問 役場 まちづくり課 ☎ 46-1286

## 浄化槽使用廃止届について

使用していた浄化槽を廃止した場合、「浄化槽使用廃止届」を提出する必要があります。

### 【浄化槽使用廃止届が必要なケース】

- ・ 下水道等の集合処理施設への接続に伴い、使用していた浄化槽を撤去した場合
- ・ 使用していた浄化槽が故障するなどし、新しい浄化槽へ取り替える場合など

### 【必要書類】

- ・ 「様式第一号(第九条の三関係)浄化槽使用廃止届出書」・・・**2部**

※様式は届出機関もしくは長崎県ウェブサイトの「[長崎県申請書ダウンロードサービス](http://www.pref.nagasaki.jp/download/ApplicationSearch.php)」  
(<http://www.pref.nagasaki.jp/download/ApplicationSearch.php>) から入手できます。

### 【期間】

- ・ 浄化槽の廃止後30日以内

### 【届出先】

(一財)長崎県浄化槽浄化槽協会を經由し、設置場所を管轄する保健所等へ届出てください。

### 【連絡先】

機 関	課 名 等	連 絡 先	内 容
(一財)長崎県浄化槽協会	本所	095-887-3160	届出(経由)
(一財)長崎県浄化槽協会	佐世保支所	0956-20-0400	届出(経由)
長崎県県央保健所	環境課	0957-26-3305	届出・ご相談
長崎県環境部	水環境対策課	095-895-2664	ご相談

## 「桃の節句ーひなまつり」開催中

**期間** 平成30年4月2日(月)まで

**場所** 東彼杵町歴史民俗資料館 **入場無料**

毎年恒例のひなまつりを開催しています。  
皆様のご来場をお待ちしています。



問 歴史民俗資料館 ☎ 46-1632

## 淡路人形座公演

**時期** 平成30年3月11日(日)

**開場** 12時30分～ **開演** 13時00分～

**場所** グリーンハートホール **入場無料**

**共演** 千綿人形座

千綿人形芝居のルーツ、淡路人形座の公演です。  
今年は千綿人形座の共演もあります。  
お繰り合わせご来場ください。

問 教育委員会 ☎ 46-0114

# 健康ひとくちメモ

## 高齢者のてんかんについて

長崎川棚医療センター 戸田 啓介（川棚町）



皆さんは「てんかん」という病気についてご存知でしょうか？

多くの方々は、全身けいれんを起こし、口から泡を吹いたり、体に力が入り硬直するといった症状を思いおこすのではないのでしょうか。しかし、てんかんの症状は必ずしもそのような症状ばかりではありません。

一般的にてんかんは脳の慢性疾患です。病気を有している割合(有病率)が人口の約10%と言われており、日本では約100万人の患者さんがいると言われています。

てんかんは、乳幼児期に発症することが多いのですが、最近では高齢者になってはじめててんかんになる方も増えており、高齢者てんかんとして広く知られるようになってきました。高齢者てんかんの特徴は、全身けいれんがないにもかかわらず、意識が障害されることが多いことから、認知症と間違われることがあります。

症状として口をもぐもぐさせる。手まぜをする。体を揺るといった「自動症」や、突然動作が止まって一点を見つめる「動作停止・一点凝視」を生じます。これらの症状が出現しているときは意識がはっきりした状態ではなく、記憶の障害を伴うことが多いのも特徴の一つです。

高齢者てんかんの原因は、脳血管障害やアルツハイマー病などの神経変性疾患、頭部外傷や脳腫瘍などが挙げられますが、約30%は原因不明と言われています。診断には詳細な問診と、頭部画像検査(MRIなど)や脳波検査を行い、総合的に診断します。長崎川棚医療センターでは、間もなく長時間脳波ビデオモニター検査が導入されますので、より正確な診断が可能になります。

治療は抗てんかん剤の内服により、多くの患者さんは発作のコントロールが可能となります。ただし薬の副作用として眠気やふらつきなどを生じやすいため、少量より開始し徐々に増量していくことが大切です。また高齢者は、その他の病気を合併して薬を内服していることが多いため、抗てんかん剤との飲み合わせに注意する必要があります。

しかし適切な治療を受けることにより、てんかん発作による脳のダメージを回避することが出来、生活の質の向上が見込めます。



2月・3月の休日在宅当番医

診療時間 9:00~17:00

2月18日（日曜日）	山住医院	東彼杵町	0957-46-1162
2月25日（日曜日）	松尾医院	波佐見町	0956-85-2001
3月 4日（日曜日）	にいむら整形外科	川棚町	0956-82-6565
3月11日（日曜日）	坂口医院	波佐見町	0956-85-3000
3月18日（日曜日）	みやた小児科医院	川棚町	0956-82-3735
3月21日（春分の日）	はすわ診療所	波佐見町	0956-85-5221
3月25日（日曜日）	松村内科・消化器科	東彼杵町	0957-47-0709

# ふるさと納税だより

12月のふるさと納税受入額 2,605,000 円

東彼杵町へふるさと納税としてご寄附いただいた方々です。  
誠にありがとうございました。

栃木県 安納 順一様	神奈川県 小笠原 まゆみ様	大阪府 樋口 千賀子様
埼玉県 藤田 進様	神奈川県 鈴木 三夫様	大阪府 原田 佳明様
埼玉県 岡田 英嗣様	新潟県 遠藤 公一郎様	兵庫県 松尾 信二様
千葉県 中西 大紀様	愛知県 伊東 章二様	福岡県 土佐 美由紀様
千葉県 網代 久子様	愛知県 林田 篤様	福岡県 西島 健吾様
東京都 松崎 剛様	三重県 宇陀 秀晃様	福岡県 鯛中 淳子様
東京都 巻口 祐樹様	三重県 田中 克己様	福岡県 井上 善博様
東京都 下田 雅典様	大阪府 角岡 潔様	長崎県 大又 喜代勝様
東京都 千葉 浩一様	大阪府 山本 政信様	長崎県 道上 久幸様
神奈川県 桑田 辰雄様	大阪府 草野 貴史様	長崎県 (有)琴城電機工業様

※氏名等の公表を希望された方のみ掲載

## 寄附者様からの応援メッセージ

数多くの応援メッセージをいただいています。その一部を紹介します。

- 大村線に乗ると懐かしさがこみあげてきます。いつまでもその景色が残ることを祈っています。
- 頑張って魅力ある町にしていってください。
- たくさんの子供達が元気に生活できるよう祈ってます。
- 東彼杵の美しい森、川、海の保全に少しでも役立てばと思います。

## 町民集いの広場

## すくすくねんね

【お問い合わせ先】  
すくすくねんね ☎46-0737

場 所 総合会館2階保健センター  
開設日 火～土曜日 9時30分～15時30分

### 3月のイベント予定 ※予約制です

- 3月 2日(金) ひなまつり会(10:30～)
- 3月 8日(木) リンパマッサージ(10:00～)
- 3月16日(金) ヨガ(10:30～)
- 3月23日(金) 音楽ふれあい遊び&お誕生会(10:30～)
- 3月28日(水) 身体測定(10:30～)



▲2/2 節分会の様子

## お知らせコーナー

### 家畜所有者へ飼養状況報告のお願い

#### 家畜の所有者は「定期報告書」の提出が必要です

愛玩目的を含め、家畜を1頭(羽)でも所有する場合は、2月1日現在の飼養状況等を報告することが法律で義務付けられています。

牛・水牛・鹿・馬・めん羊・山羊・豚・いのしし及び鶏・あひる・うずら・きじ・だちょう・ほろほろ鳥・七面鳥の所有者は、3月31日までに農林水産課まで提出をお願いします。

問 役場 農林水産課 ☎ 46-1317

### 上級救命講習開催のお知らせ

日 時 平成30年2月25日(日)  
9時から18時まで(8時間)

場 所 佐世保市平瀬町9-2  
佐世保市消防局3階(防災学習室)

#### 内 容

- (1)心肺蘇生法及び止血法の指導
- (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)傷病者の管理法・外傷の手当要領・搬送法
- (5)その他の応急手当法の指導

#### 記事についてのお尋ね先

##### 【申し込み方法】

##### 受付期間

平成30年2月16日(金) 8時30分から  
2月24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。)

電話又はFAXで下記の担当署へ申し込み下さい。

今回の担当署 佐世保市西消防署

電 話 0956-47-2076

F A X 0956-26-2119

#### 特記事項

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)

### 川棚警察署からのお知らせ

#### 特殊詐欺に注意

ハガキやメールにより、お金をだまし取られる架空請求詐欺の被害が増えています。ハガキやメールに記載されている連絡先に電話するとお金を騙し取られますので、絶対に電話しないでください。

#### 東彼杵町内刑法犯認知状況(12月)

	粗暴犯	窃盗犯	知能犯	その他
12月中	0	0	0	0
平成29年中	2	9	3	5

#### 東彼杵町内交通事故発生状況(12月)

	人傷件数	死者	傷者	物件事故	飲酒	無免許
12月中	2	0	4	13	0	0
平成29年中	31	1	45	160	1	0

※飲酒・無免許は事故件数です

### 自衛官募集のお知らせ

#### 一般幹部候補生 歯科・薬剤科幹部候補生

##### 受験資格(一般)

22歳以上26歳未満の者

20歳以上22歳未満(大卒又は大卒見込み)

修士課程修了者(見込含)は28歳未満

##### 受験資格(歯科・薬剤科)

専門大卒(見込含)20歳以上30歳未満の者

薬剤は20歳以上28歳未満の者

##### 受 付

平成30年3月1日(木)~5月1日(火)

##### 試験日時

(一般) 平成30年5月12日(土)

(飛行) 平成30年5月13日(日)

(歯科・薬剤科) 平成30年5月12日(土)

##### 予備自衛官補

(一般) 18歳以上34歳未満

(技能) 18歳以上(国家免許を有する者)

※資格により年齢の上限があります

受付締切 平成30年4月6日(金)まで

試験日時 平成30年4月15日(日)

問 自衛隊大村地域事務所 ☎ 52-6217

## 行政相談のお知らせ

行政相談が次のとおり開催されます。  
相談は無料です。お気軽にお越しください。

3月12日(月) 役場 相談室  
3月26日(月) 農村環境改善センター  
いずれも10:00~12:00

## 心配ごと相談のお知らせ

日	時	相談員名
3/10(土)	13:30~ 16:00	堀上 信男 一瀬 義春

☎ 東彼杵町社会福祉協議会 ☎ 46-0619



## 図書館からのお知らせ~おすすめの本~



「おもかげ」  
浅田 次郎 著

定年を迎えた竹脇正一は、自分の送別会の帰りに地下鉄の車内で倒れ、集中治療室に運び込まれた。同期入社で社長になった友人、妻、娘婿、幼なじみが見舞いにかけて、それぞれの思いを眠り続ける竹脇に語りかける。

本人は、ベッドに眠る自分の体を抜け出し不思議な体験を重ねる。

そこ、ここに昭和をじっくり味わえる感動の物語です。



「夫の後始末」  
曾野 綾子 著

90歳、いたって健康であった夫が時々すんと倒れるようになった。検査の為に入院した短期間に、目に見えて夫の言動に衰えを感じ、急遽退院させた。

夫には、できれば死ぬまで自宅で普通にくらしてもらおう。その為に私が介護人になると決めたのである。

著者が、63年連れ添った夫・三浦朱門さんとの充実した「最後の1年」が綴られています。



「オレ、カエルやめるや」  
デブ・ペティ ぶん

「あのさ、お父さん。俺、猫になる事にする!」子どもの蛙が言うと、「お前は、猫にはなれないよ」と父さん蛙。

「じゃあ、兎になる!豚に!梟に!」子どもの蛙は、蛙が嫌なのです。濡れて、ヌルヌルしてるので、可愛いくてふさふさしているやつになりたいのです。そう言う蛙に、狼がいい事を教えてくれました。

さあ!どんないい事かな?みんなに読んで欲しい絵本です。

※本の読み語り 3月3日(土) 10:30~ 多目的ルーム  
月曜日休館、火~土曜日 9:00~20:00 日曜日・祝日 9:00~17:00

## けっこん

~いつまでもお幸せに~  
(敬称略)

川上 幸平 福岡市  
香田 悠稀 金谷

※「けっこん」「おくやみ」は掲載希望の申出があったものだけを掲載しています。

寄附につきましては、皆様の御好意に対し心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

## おくやみ

~おくやみ申し上げます~  
(敬称略)

三坂 満 (87) 坂本  
山田 文子 (93) 本町  
田川アツ子 (88) 金谷  
琴尾キヨノ (83) 大音琴  
朽原 ヤエ (93) 川内  
吉川 哲次 (88) 橋ノ詰  
福山 美春 (71) 里

出口 元治 (79) 瀬戸  
中里 政一 (91) 中尾

## 寄付お礼

香典返しとして

浦 レイ子 様 浦  
岸川 菊枝 様 木場  
浦 政則 様 浦  
朽原 安彦 様 川内

東彼杵町の人口(12月末日現在) 総人口 8,141 (-7) 男性 3,883 (-6) 女性 4,258 (-1)  
※ ( ) は前月対比 世帯数 3,135 (-2) 出生 1 死亡 16 転入 17 転出 10

 すこやかちゃん 

立山 <sup>さくあ</sup>桜愛 ちゃん  
(平成 27 年 3 月 25 日 生まれ)

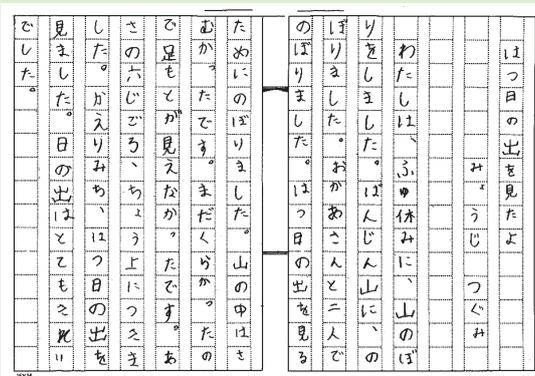
立山 <sup>たいおう</sup>大桜 くん  
(平成 29 年 2 月 12 日 生まれ)

【一ツ石】 父・進さん 母・絵美さん

「2人明るく 元気でいつまでも笑顔でいてね♡」



わたしの作品 ~彼杵小学校~



1 年 明時 紬妙



2 年 尾上 心



さあ うみを およぐぞ

1 年 森 結菜



海のそこのたんけん

2 年 山田 龍侍

