

広報

# ひがしそのぎ 2

2020  
No.629



## 主な内容

マイナンバーカードについて P2

"支え合い"のまちづくり P3

役場国保年金係から P4～P5

健康・子育てだより P8

8020 コンテスト受賞 P10

行政からのお知らせ P11～P13

"つなぐ"のために走る!!



## 個人番号(マイナンバー)カードを作りたい・受け取りたい方に!

### 【申請サポートの開始】

『個人番号(マイナンバー)カードを作りたいけど、どのようにすればいいのかわからない』と  
思っている方に、申請に関することをサポートします。

個人番号(マイナンバー)カードを作りたいと思われる方は、写真付きの本人確認証  
(運転免許証など)を1つ、写真付きの本人確認証をお持ちでない方は、公的機関が発行した  
本人確認証、又はそれに準ずるもので「氏名・生年月日」または「氏名・住所」が記載されているもの(健康  
保険証、年金手帳、学生証、医療受給者証など)を2つと、印鑑、個人番号通知カードを準備して役場戸籍係  
までお越しください。



ただし、作業時間がお一人に20分ほどかかりますので、前日までに予約をお願いします。

### 【毎月1度、日曜日午前中の開庁】



『個人番号(マイナンバー)カードの交付申請はしたけど、平日に取りに行くのは難しい。』  
と  
思っている方に、3月から毎月1度、日曜日の午前8時30分から12時まで役場戸籍係で  
申請サポート及び個人番号(マイナンバー)カード交付事務を行います。

#### 開庁予定日

3月15日	4月12日	5月10日	6月14日	7月12日	8月23日
9月13日	10月11日	11月8日	12月13日	1月24日	2月7日

- ※ 日程は変更になる場合がございますので、予約の際に確認をお願いします。
- ※ 予約の受付は、平日午前8時30分から午後5時15分までをお願いします。
- ※ 持ってくるもの ①本人確認証・・・写真付きの場合 1つ  
写真無しの場合 2つ  
②印鑑  
③個人番号通知カード

【予約・問合せ】

町民課戸籍係 ☎ 46-1116

## 第20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令和2年5月31日(日)に長崎県立総合運動公園(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、水泳、ボウリング  
卓球(一般卓球、サウンドテーブルテニス)

申込締切：令和2年2月19日(水)



問 町民課福祉係 ☎ 46-1155

## そのぎ茶日本一3連覇を中村知事に報告

昨年11月の全国お茶まつり愛知大会褒章授与式で授与された優勝旗や賞状を携えて、中山雄太さんと岡田町長が1月10日(金)、県庁で中村知事にそのぎ茶日本一受賞報告を行いました。

報告会では、全国茶品評会の蒸し製玉緑茶の部で農林水産大臣賞に輝いた中山さんのお茶がふるまわれ、日本一のそのぎ茶を飲まれた中村知事は「甘いですね!」と驚かれ「県産茶のブランド化の強化にさらに取り組んでいきたい。」と話されました。

中山さんも「茶業界でそのぎ茶の知名度が一気に上がっている。これからも日本一をとりつづけるよう産地全体で取り組みます。」と次年度に向けての意気込みを述べられました。



▲ 中村知事(左)と中山 雄太さん(右)

## "支え合い"のまちづくりを考える

**【「思いやりと支えあいのある東そのぎ町」を目指しみんなで助けあいを!!】**

12月21日(土)3回目の「支えあいのある地域づくり」勉強会を開催しました。当日は、34名の方にお集まりいただきました。講師に公益財団法人さわやか福祉財団 理事 鶴山氏をお招きし、「目指す地域づくりを推進するチームを作ろう」と題し、助け合いを広める効果や仕組みづくりについて学びました。

また、「支えあいのある地域づくり」を共に考え、広めて行くチーム(協議体)のメンバーを参加者全員で選出しました。1月25日(土)にはメンバーも決まり、目指す地域像「思いやりと支えあいのある東そのぎ町」を掲げ、「支えあいのある地域づくり」に向けて動き出します。

この内容を東彼杵町のみなさんに知っていただき、一緒に動いてくれる仲間づくりを目的に、「支えあいのある町づくり」を考えるつどい in 東彼杵町を開催します。ぜひ、ご参加ください。



**【“支えあいの町づくり”を考えるつどい in 東彼杵町】**

『誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができる』ために、私たちができることはなんでしょう? みんなで支えあいについて考えてみませんか。

と き：令和2年3月7日(土)  
13:30～16:30 (開場13:00)  
ところ：東彼杵町総合会館 文化ホール



○基調講演「今、助けあいを広めるとき」  
公益財団法人さわやか福祉財団 会長 堀田 力 氏

○パネルディスカッション  
テーマ「地域での支えあい～今、私たちにできること～」  
パネリスト：支えあい活動に取り組んでいる方  
コーディネーター：さわやか福祉財団 会長 堀田 力 氏



《堀田力氏プロフィール》  
公益財団法人さわやか福祉財団 会長・弁護士。全国各地で絆のある地域づくりを強力に推進中。

※当日参加もできますが、準備の都合上、2月28日(金)までにお電話または下記担当窓口で参加申し込みをお願いします。

【お問い合わせ・お申し込み】東彼杵町地域包括支援センター(役場内) TEL46-1173

## 国民健康保険の異動届出は14日以内に

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・やめたときなど国民健康保険の資格に異動があったときは14日以内に届出をお願いします。

また、東彼杵町に住民票がない学生や施設入所等特別な事情で東彼杵町国民健康保険に加入されている方は、毎年4月以降に届出が必要です。届出に必要な書類は役場国保年金係へお問合せください。

### (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

## 令和元年度 特定健康診査について

個別健診として令和2年3月まで、郡内の医療機関(東彼杵郡医師会加入の医療機関)にて受診することができます。受診の際は、保険証と受診券が必要です。(受診券は、令和元年5月に対象者の方へ送付しております。)紛失等でお手元がない場合は、再発行ができますので役場国保年金係へご連絡ください。

問 役場国保年金係 ☎ 46-1202

## 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4,100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!**

※「口座振替納付申出書」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。

※「口座振替納付申出書」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。

※口座振替日が休日の場合は翌営業日に振替されます。

詳しくは諫早年金事務所(☎ 25-1663)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月分	2月末	4月末
	10月～3月分	8月末	10月末
1年	4月～翌年3月分	2月末	4月末
2年	4月～翌々年3月分	2月末	4月末

## 令和2年度総合人間ドックの申し込みについて

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の費用の助成事業を行っています。令和2年度の間人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56年3月31日までにお生まれになった方

2. 受付期間 令和2年3月16日(月)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でき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 令和2年5月1日から令和2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(県より8割補助)

6. 受診場所 検診コース 検診料金(自己負担額)

### 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	17,600円
日帰りドック+婦人がん	脳ドック(MRI)	日帰りドック+婦人がん
17,104円	15,814円	22,440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
6,820円	8,318円	8,800円

※ 長崎川棚医療センターの検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。)

※ 上記料金は令和元年度の自己負担額料金を表示しています。

令和2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へご連絡ください。

問 役場国保年金係 ☎ 46-1202



# 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)

## 長年、町政の発展に尽力されました。 高齢者叙勲(地方自治功労)受章

令和元年12月、瀬戸郷の川田 圭次さんが、永年地方自治の発展に貢献されるなどの功労者で88歳以上に贈られる高齢者叙勲(旭日単光章)を受章されました。

川田さんは、昭和62年から平成15年まで4期16年に亘り町議会議員として町政発展に尽力されたほか、町農業委員を12年、町監査委員を8年務められるなど地方自治の発展に貢献されました。

ご功績に敬意を表し心からお祝い申し上げます。



▲ 受章された川田 圭次さん(右)

## 今年は東彼三町合同で開催されました！ 令和2年消防出初式 開催

1月5日(日)、令和2年東彼杵町消防出初式並びに令和2年東彼杵郡消防団連合出初式が東彼杵町グリーンハートホールで開催されました。

本年は3年に一度の東彼杵郡三町合同で開催される連合出初式に郡内から670名の消防団員が一堂に会し、勤続表彰や精勤章など表彰を受けました。

式典終了後は市中行進と一斉放水が行われ、たくさんの方が応援に駆けつけました。三町消防団の一斉放水の迫力や、団員が素肌に江戸腹を身につけて纏を懸命に振る姿に、歓声が上がっていました。







令和元年秋の褒章で受章されました。  
**令和元年秋の褒章伝達式**

1月23日(木)、三根郷の中島 貞則さんが令和元年秋の褒章で黄綬褒章を受章され、伝達式が行われました。

黄綬褒章は、長きにわたり農業等に精励し人々の模範になる方に授与されるもので、いちご栽培への取組など地域農業の振興に努められた中島さんは、「身に余る光栄です。皆さんに支えられて、ここまで来ました。一生懸命やってきて良かった。これを励みに、受章に恥じないように努力していきたい。」と笑顔で話されました。

ご功績に敬意を表し心からお祝い申し上げます。



▲ 受章された中島 貞則さん(左)

みんなの思いを糧でつなぐ  
**第45回町民駅伝大会 開催**

1月26日(日)、町民駅伝大会が開催され、一般の部 16 チーム、オープンの部 7 チームが参加しました。

町民グラウンドをスタートし、やすらぎの里までの1~3区、ライスセンターを再スタートし広域農道を折り返し、総合会館までの4~6区を選手たちが力走しました。

Team 駅伝愛チームは「チーム愛ですね! 3位以内入賞を目標に、できれば優勝したいと思っていました!」とのこと。

彼杵中 OB 駅伝部からは「サイコー!!」と笑顔で一言いただきました。



▲ 一般の部優勝「Team 駅伝愛(工業団地)」



▲ オープンの部優勝「彼杵中 OB 駅伝部」

【一般の部】

優勝 Team 駅伝愛(工業団地)

準優勝 菅無田 A

【オープンの部】

優勝 彼杵中 OB 駅伝部

準優勝 里

【区間賞】(敬称略)

	一般の部	オープンの部
1区 (3.0km)	西浦 太一 (橋ノ詰)	福田 祐一郎 (彼杵中 OB 駅伝部)
2区 (2.0km)	原富 豊 (35年の時を経て今甦る元千綿中陸上部)	山口 詩穂 (東彼杵中野球部)
3区 (2.7km)	朝永 樹 (Team 駅伝愛(工業団地))	大安 慶吾 (彼杵中 OB 駅伝部)
4区 (3.0km)	尾上 大輔 (菅無田 A)	藤田 哲徳 (里)
5区 (3.4km)	木寺 光昭 (Team 駅伝愛(工業団地))	福田 智大 (本町)
6区 (2.4km)	池田 厚 (TEAM 龍)	西郷 義之 (里)

## 健康だより

### 食生活改善推進員養成講座

日時：3月18日(水) 13時30分～16時  
場所：総合会館2階 保健センター 健診ルーム  
内容：閉講式、私の町の健康づくりについて



### 健康相談

日時：3月11日(水) 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。

### 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20日以降に健康推進係へお電話ください。  
日時：3月12日(木) 19時～21時 3月15日(日) 10時～12時  
場所：相談室(町総合会館 保健センター内)  
受講料：無料(東彼杵町に住民票が無い方は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



### がん検診受診希望調査について

令和2年度がん検診の申込時期となりました。例年、区長さんを通じて「各種がん検診希望調査票」を配布していましたが、今年度より郵送します。記入後、返信用封筒にて返送ください。

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。

### 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。



## 子育てだより

### 乳児相談

日付：3月4日(水)  
場所：総合会館2階 保健センター  
【3～4か月】  
受付：10時～10時30分  
対象：令和元年11月6日～令和元年12月4日  
生まれの赤ちゃん  
【7～9か月】  
受付：13時30分～14時  
対象：令和元年6月8日～令和元年8月4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：3月9日(月)・3月23日(月)  
受付：9時30分～10時  
場所：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。上記日時に来庁できない方は、事前にご連絡ください。





## 健康 ひとくちメモ



長崎川棚医療センター  
川原 知瑛子 (川棚町)

### 「関節リウマチ」とは

今年1月より長崎川棚医療センターに赴任しました総合診療内科の川原知瑛子と申します。昨年6月から大野直義先生、小森一広先生が立ち上げた総合診療内科と一緒に頑張っています。

私はこれまで、長崎医療センター総合診療科で勤務して内科医として様々な経験を積み学んできました。今回は、その中のひとつである「関節リウマチ」という病気に関して寄稿させていただきます。

「関節リウマチ」という病気は、以前は「治らない病気」、「手足などの関節が変形して動かなくなる病気」というイメージがあるかと思いますが。現在はさまざまな研究によって、関節リウマチという病気の機序がわかってきて、早い段階で診断し治療をする事により、関節が壊れるのを防ぎ、関節の動き、については日常生活動作を維持できるよ

うになってきました。

「関節リウマチ」は免疫の異常により関節の滑膜を中心に全身に炎症がおきる病気です。関節の炎症が続くと、曲げるといった関節の機能が低下します。

それにより、日常生活が不自由になり、寿命にも影響する事があります。

関節以外にも、肺や血管に炎症がおき、肺や眼、皮膚に症状が出現したり、心臓や脳の血管の動脈硬化を促進し、心筋梗塞や脳梗塞を発症したりすることもあります。

関節リウマチの一般的な症状は、手や足の指、手首、足首などの関節の痛みであり、特に朝起きた時に、手足がこわばって動かしにくいという症状が特徴的です。

診断には診察や血液検査、レントゲン検査などが必要となります。すぐに診断がつかない場合もありますが、症状が気になる時は、ぜひ当院を受診してみてください。みなさんの困っていることに関して、一緒に原因をさぐっていきましょう。

(かかりつけ医がある場合には、主治医の先生に相談、予約を行っていただけますと受診がスムーズにできます。)



### 2月・3月の休日在宅当番医

診療時間 9:00~17:00

2月 16日	波佐見病院	波佐見	0956-85-7021
23日	小鳥居病院	波佐見	0956-85-3408
24日	岩永医院	東彼杵	0957-47-0014
3月 1日	山本整形外科	川 棚	0956-82-2495
8日	藤下内科医院	波佐見	0956-85-7325
15日	ひろ皮ふ科クリニック	川 棚	0956-82-3001
20日	小鳥居内科・ 脳神経内科クリニック	波佐見	0956-20-7027
22日	山川医院	東彼杵	0957-46-0020
29日	すが眼科	波佐見	0956-20-7575

### 町民集いの広場 すくすくねんね

#### 3月のイベント予定 ※予約制です

3日(火)10時30分~	ひな祭り会
6日(金)10時30分~	ベビーマッサージ
11日(水)10時~	リンパマッサージ
13日(金)10時~	江崎グリコ 管理栄養士のお話(相談会)~1歳からの栄養~
17日(火)10時30分~	身体測定&おじいちゃんとおばあちゃんと交流
27日(金)10時30分~	お誕生会

お問い合わせ先 すくすくねんね TEL 46-0737



▲ 離乳食栄養相談会の様子



## 東そのぎ8020コンテスト受賞者

東彼杵町と大村東彼医師会では、「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。今回受賞された方は、定期健診を受けて日頃から歯のケアを習慣にされている方が多いようでした。

朝昼晩、食後3回の歯みがきと糸ようじを使っています。  
食べ物は特に気にせず歯みがきだけはしっかりして、冗談など言いながら笑顔で過ごしています。



後城 一徳さん(菅無田)

歯を丈夫に生んでくれた両親に感謝しています。小さい頃から歯が丈夫で大人になるまで歯医者に行くこともありませんでした。神経質にならずに食後に磨くことを習慣にしています。



大安 和恵さん(蔵本)

歯の健康を保つために日頃から心がけていることを伺いました。



朝・夕の歯みがきは丁寧に磨くようにしています。歯間ブラシも使っています。  
健診で早期発見・早期治療が大切ですね。



宮崎 洋子さん(瀬戸)

食後には歯みがきをするようにしています！甘いものも食べるし食事も特に気をつけていません。昔から歯は丈夫で、あまり歯医者に行くこともありませんでした。



飯野 勇さん(飯盛)

朝・夕の歯みがきと歯間ブラシを使っています。お年玉年賀ハガキで当選したことをきっかけに電動歯ブラシを使い始めました。それを見た孫がプレゼントしてくれるようになり、ずっと使い続けています。



(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)

野田 榮美子さん(橋ノ詰)

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本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足できると言われています。

「8020」を達成するには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くことが大切です。わたくしたちも多くの方が美味しくたべることができ、楽しく人生を過ごせますようお力添えさせていただきます。

(大安歯科医院 大安 努、やまさき歯科医院 山崎 映)



## お知らせ ふるさと納税だより



## 12月のふるさと納税受入額

件数 2,150件 寄附額 72,378,723円

## 令和元年度累計(12月末時点)

件数 5,459件 寄附額 178,161,186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。

相澤 猛 様 矢野 清久 様 内山 文香 様 伊藤 建夫 様 長下 勝則 様 澤田 敏信 様  
田中 明人 様 土屋 一夫 様 小川 勝 様 幾田 キヨ 様 東野 和正 様 大塩 浩子 様

## 【寄附者様からの応援メッセージ】

- ・一度訪れてみたいと計画しています。魅力的な町・人づくりに使用してもらえると幸いです。
- ・東彼杵町の更なるご発展をお祈りいたします。
- ・魅力ある町づくりに役立ててください。
- ・水産業がこれからも末永く続くことを心よりお祈りしています。僅かばかりですが支援させて下さい。
- ・花いっぱい運動、頑張ってください。
- ・これからも日本の伝統を受け継いで、頑張ってくださいませ。
- ・東彼杵町の未来を築くお子様のためにご利用ください。
- ・町の発展に役立てください！
- ・老若男女、自然と融合して住みやすい町でありますように。
- ・これからも日本製の誇りとなる商品の開発、販売を期待しています！
- ・美しい街作りにご活用ください。

他にも多数の応援メッセージをいただいています。ありがとうございました。

## 相談

3月は自殺対策強化月間  
～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。

問 健康推進係 ☎ 46-1200

## 【こころの相談窓口】

長崎いのちの電話

☎ 095-842-4343

毎日 9時～22時

(第1・第3土曜日は24時間対応)



## 【よりそいホットライン】

☎ 0120-279-338 (24時間対応)

## 募集

## 自衛官募集について

一般幹部候補生 歯科・薬剤科幹部候補生

■受験資格(一般・飛行要員)

22歳以上26歳未満の者

20歳以上22歳未満の者は大卒、または大卒見込  
修士課程修了者(見込含)は28歳未満の者

■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 3月1日(日)～5月1日(金)

■試験日時 (一般)5月9日(土)

(飛行要員)5月9日(土)～5月10日(日)

(歯科・薬剤科)5月9日(土)

予備自衛官補

■受験資格(一般)18歳以上34歳未満の者

(技能)18歳以上(国家免許を有する者)

資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満

■受付 1月6日(月)～4月10日(金)

■試験日時 4月18日(土)

■お申し込み・お問い合わせ先

自衛隊長崎地方協力本部 大村地域事務所 ☎ 52-6217

## 役場への電話は直通(ダイヤルイン)をご利用ください

役場に電話をかける場合、用事がある課や係に直接電話がかけられるよう、直通電話番号(ダイヤルイン)を設けております。新たに直通番号が設けられた課や係がありますので、各課の業務内容と併せて掲載いたしますので、役場にご用の際には是非、ご活用ください。



課名	係名	業務内容	直通番号
町民課	戸籍係	住所変更届、戸籍届出、印鑑登録、外国人登録	46-1116
	福祉係	老人福祉、身障者・児童・母子福祉、子育て支援	46-1155
	環境衛生係	環境保全、狂犬病予防、廃棄物対策、墓地改葬、太陽光発電補助金、浄化槽補助金	46-1165
健康ほけん課	地域包括支援センター 高齢者支援係	高齢者に関する総合相談、高齢者の介護予防、高齢者の福祉サービス	46-1173
	介護保険係	介護保険に関する事項	46-1196
	健康推進係	母子健康手帳、乳幼児健康相談、予防接種、トレーニング講習会、がん検診	46-1200
	国保年金係	後期高齢者医療、国民健康保険、国民年金	46-1202
税財政課	財政係	ふるさと納税、財政一般	46-1205
	財政管財係	町有地の分譲、入札・契約・指名願	
	住民税係	町県民税、法人町民税、国保税、課税徴収事務全般、税証明発行	46-1261
	固定資産税係	軽自動車税、土地・家屋台帳、地籍図交付、評価証明、名寄帳交付	
総務課	総務係	広報、パスポート申請、自治会保険、NPO関係、交通災害、行政相談	46-1265
	防災交通係	町営バス、消防、防災、防犯、交通安全、消費者行政	46-0099
	地域情報センター	データ放送など情報発信業務	46-0132
まちづくり課	企画係	定住支援促進事業(持ち家奨励金・空き家バンク・新婚世帯補助)、空き店舗活用促進、まちづくり支援交付金、みどりの基金関連、統計、企業誘致	46-1286
	商工観光係	商工振興、観光全般	
農業委員会		農地の管理移動(売買)、転用許認可、農地の貸し借り、農業者年金関連業務	46-1311
農林水産課	農林水産係	農産物生産振興、営農生活改善指導、畜産振興、水産振興、造林、就農支援	46-1317
	上水道施設係	簡易水道事業、給水設備関連	46-1327
	下水道施設係	公共下水道、農業・漁業集落排水、排水設備関連	46-1352
上下水道業務係	水道使用料収納事務全般、水道の開始・休止関連		
建設課	建設係	土木建設工事全般	46-1354
	管理係	道路・河川・港湾等の管理、町営住宅	46-1363
議会事務局		議会事務全般	46-0177

※平日の時間外(8時30分～17時15分以外)や、休庁日に上記直通番号にかけられた場合は、すべて宿直室に繋がります。

### 町長執務日誌から

#### 1月の行動記録

- 31日 町成人式
- 30日 町消防出初式・郡消防団連合出初式
- 29日 仕事始め式・佐世保市消防出初式
- 28日 大村市消防出初式
- 27日 東彼商工会新春交流会
- 26日 県知事へそのぎ茶3年連続日本一受賞報告
- 25日 肥育牛部会新年会・郡森林組合新年会
- 24日 町こども食堂「あなたの居場所」視察
- 23日 町議会全員協議会
- 22日 町総合戦略推進本部会議
- 21日 坂本地区町政懇談会
- 20日 町学力向上研修会
- 19日 中島貞則氏黄綬褒章伝達授与式
- 18日 下三根地区町政懇談会
- 17日 第45回町民伝大会
- 16日 九州防衛局長との面談
- 15日 法音寺地区町政懇談会
- 14日 農業委員会懇談会
- 13日 山田地区町政懇談会
- 12日 株式会社シャルレ企業訪問
- 11日 町認定農業者連絡協議会
- 10日 定例総会



## 佐世保税務署からのお知らせ

～確定申告会場を、2月17日(月)から開設します～

所得税・贈与税の申告と納付は 令和2年3月16日(月)まで

個人事業者の消費税の申告と納付は 令和2年3月31日(火)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** 令和2年2月17日(月)から3月16日(月)まで**受付** 午前9時から午後4時まで

※ 土・日曜日、祝日は開設しておりません。

※ 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。



申告書等の作成は、ご自宅等から国税庁ホームページの  
「**確定申告書等作成コーナー**」で!

ご注意ください!!

申告書(所得税・消費税・贈与税)や各種届出書には、  
「**マイナンバー**」の記載が必要です。

ご不明な点など、お問合せは **【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。

3月16日までは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。

## ジェネリック医薬品を利用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、これまで有効性や安全性が実証されてきた新薬(先発医薬品)と同等と認められた低価格な処方薬です。新薬ですでに実証された有効成分を使用しているため、開発期間は短く、膨大にかかる開発費も低く抑えられます。

複数のお薬を服用している方や、長期服用が必要な方ほど、低価格なジェネリック医薬品を選ぶと、新薬を選んだ場合に比べ自己負担が軽くなります。



## ジェネリック医薬品に変更するときの注意

## ●自分の意志を伝える

ジェネリック医薬品への変更を希望する場合は、  
受診や調剤の際に医師や薬剤師に明確に告げましょう。

## ●お試し調剤からはじめる

飲みなれた新薬を一気に変更するのが不安なときは、  
短期間のお試しの処方で見ましょう。

## ●医師や薬剤師の説明をきちんと聞く

複数のジェネリック医薬品がある場合などは、  
それぞれの特徴の説明をきちんと聞いて選択しましょう。

## ●変更できない薬もある

すべての新薬にジェネリック医薬品があるわけでは  
ありません。医師の判断で変更不可になることもあります。

## 「ジェネリック薬品希望シール」をご活用ください

医療機関の窓口などで、ジェネリック薬品への変更の意思を表示するために、保険証やお薬手帳に貼ることのできる「ジェネリック薬品希望シール」を保険証交付と同時に配布しています。保険証の余白部分に貼ってお使いください。シールをお持ちでない方は、役場国保年金係へお尋ねください。

問 役場国保年金係 ☎ 46-1202

## 各種相談窓口

### 行政相談のお知らせ

- ①日時 3月9日(月)  
10時～12時  
場所 役場1階 第2会議室
- ②日時 3月23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 3月10日(火)  
13時30分～16時  
場所 総合会館福祉センター  
相談室
- 相談員 福田勝洋・福田家久子
- ☎ 社会福祉協議会 ☎ 46-0619

## お知らせ

### 春季全国火災予防運動

- 実施期間  
3月1日(日)～3月7日(土)  
までの7日間
- 実施目的  
この運動は、春先の空気が乾燥して火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災予防思想の一層の普及を図ることによって火災の発生を防止し、高齢者等を中心とする死者の発生を減少させ、財産の損失を防ぐことを目的として、毎年全国一斉に実施されているものです。
- 2019年度全国統一防火標語  
「ひとつずつ いいね!で確認 火の用心」



### 防火教室のご案内

消防局では、住宅火災を1件でも少なくするため、職員が出向き自治会単位等で防火講話、防火映画の上映、消火訓練などを行っています。

また、火災予防などに関するDVDの貸し出しも行っていますので、ご希望の場合は消防局予防課、または最寄りの消防署・出張所に遠慮なくご連絡ください。



- ☎ 佐世保市消防局予防課  
☎ 0956-23-2539
- 東消防署東彼出張所  
☎ 0957-20-1119

### 住宅用火災警報器について

住宅における火災を早期発見し、警報を発して知らせる「住宅用火災警報器」は、設置が義務化されて10年が経過します。

定期的に点検を行い、音がならない場合は本体ごと交換しましょう。

### 被害者支援員養成講座

被害者支援員養成講座の受講者を募集いたします。

#### ■目的

犯罪被害者支援活動に必要な知識、技術を習得し、支援活動に従事することができる人材(ボランティア)の育成を目的とする。

#### ■資格

- ・年齢20歳以上であること
- ・被害者の支援に関心があり、ボランティア活動に意欲があること
- ・全講座の7割以上受講可能であること
- ・所定の全講座修了後に行う実践的な研修(陪席研修)に参加できること

#### ■募集期間

4月1日～5月15日

- ☎ 公益社団法人  
長崎犯罪被害者支援センター  
☎ 095-820-4978

### 特殊詐欺の被害防止

身に覚えがない登録料金や利用料金をコンビニなどで販売しているギフトカードの購入を求める架空請求詐欺に注意しましょう。

このような電話があれば、警察に相談しましょう。

### 上級救命講習

- 実施日 2月23日(日)  
9時～18時まで  
(8時間)
- 実施場所 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

#### ■申込方法

受付期間

2月16日(日)8時30分から  
2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。)

電話またはFAXで下記の担当署へ申し込みください。

今回の担当署：佐世保市西消防署

☎ 0956-47-2076

FAX0956-26-2119

#### ■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)





# 図書館からのお知らせくおすすめの本く

※本の読み語り 3月14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。



『いぬのサビシー』  
サンディ・ファッセル 作  
タル・スワナキッド 絵



クリップさんの家には、友達からプレゼントされた子犬がいました。きちんと世話をしてくれますが、名前をつけてくれません。子犬は、自分に「サビシー」と名前をつけました。  
ある日、彼らは、サビシーを置いて、出て行きました。次の日やってきたのは、男の子がいる一家でした。新しい飼い主に不安を覚えたサビシーでしたが…郷愁をさそう子犬の表情や背景の絵の雰囲気胸がキュンとなります。

『スマホで旅行写真』  
庄子 利男 著



スマホは、今やオールマイティに活躍する機器です。カメラとしての機能にも優れ、思い立った時にいつでも写真が撮れるので、旅行のお供にもピッタリです。  
この本は、スマホカメラの基本的な操作や写真をもっときれいに撮る為のコツと裏ワザが紹介してあります。  
あなたもプロのような素敵な写真を撮ってみませんか？

『みちづれの猫』  
唯川 恵 著



14年前、進学の為上京しそのまま東京で就職した私。「忙しい」を理由になかなか帰省しなかった。  
4年ぶりに突然帰省を決めたのは、母から「ミヤアがそろそろ旅立ちそうです」と実家の猫の死期が近づいている事を知らせるメールが届いたからだ。  
「ミヤアの通り道」をはじめ、猫に癒され、救われた女性達を描く7つの物語。感動で胸がいっぱいになります。

## すこやかちゃん大募集!!

広報誌にお子さんの写真を掲載しませんか？  
記念に残る1冊になること間違いなしです😊  
たくさんのご応募お待ちしております！



対象者：東彼杵町内在住の未就学児  
応募方法：メール、または役場総務課に直接写真データをお持ちください。  
※応募者は保護者の方に限ります。

【お問合せ・お申し込み】  
役場総務課総務係 ☎ 46-1265  
メール：soumu@town.higashisonogi.lg.jp

○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。

## おこやみ

おこやみ申し上げます

樽 ヨシノ	73歳	西宿
山本 道広	71歳	太ノ浦
西 和広	53歳	菅無田
郷野 英俊	67歳	下三根

## 寄附お礼

ありがとうございます

廣瀬 フミヨ様(太ノ原) から香典返しとして金一封

### 東彼杵町の人口(12月末日現在)

	12月末日	前月対比
総人口	7,850	-6
世帯数	3,155	+3
男性	3,764	-3
女性	4,086	-3
出生	1	死亡 9
転入	21	転出 19

### 東彼杵町内刑法犯認知状況

	12月中	2019年中
凶悪犯	0	0
粗暴犯	0	1
窃盗犯	1	5
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

	12月中	2019年中
人傷件数	3	29
死者	0	1
傷者	6	48
物件事故	13	205
飲酒	1	2
無免許	0	0

すこやかちゃんの応募は総務課(☎46-1265)までお願いします。



泓 祐翔 くん

(平成29年1月30日 生まれ)

【駄地】 父・祐次さん 母・知弥子さん

「すくすく元気に育ってね ^\_^」



6年 富永 さくらさん  
作文「2学期頑張ったことと  
3学期の抱負」

長い2学期が終わりました。たくさんの行事や学習をし、思い出に残ることがたくさんありました。そこで、私が2学期頑張ったことと、3学期頑張りたいことを発表します。

私が2学期頑張ったことの一つ目は、委員会の仕事です。私は月曜日と金曜日に図書委員会の当番として仕事をしています。カウンターで本を貸したり返却の受付をしたり、図書委員としての仕事を頑張りました。ただ、最近図書室を利用する人が減っています。これからは全校のみなさんが、進んで本を借りに来てくれるような工夫をしていきたいです。

二つ目は、算数の学習です。私は算数が苦手な分らない時も多くありました。そこで、2学期は家で自主学習を続け、しっかりと復習をして授業にのぞみました。授業の中で分らないことが減り、苦手だった算数の学習が少しずつ楽しくなっています。これからも、算数の自主学習を続けていきたいと思ひます。

次に3学期の抱負を発表します。一つ目は国語と社会科の学習に力を入れることです。私は作文は好きですが、文章の読み取りは上手くできないことがあり、よく分らないまま終わらせることがよくありました。また、社会科の学習は楽しいのですが覚えなないといけなないことがたくさんあり、分らなくなってしまうことも時々ありました。3学期は国語や社会科の学習でも、復習や予習を頑張り、力を付けたいです。

二つ目は、普段の生活や学習で話をしっかりと聞くことです。先生や友達の話をしっかりと聞けると、学習で分かることも増え、もっと学習が楽しくなります。また、友達のこともたくさん知ることができ、もっと仲が深まります。しっかりと話を聞き、分かることを増やしたいです。

私達6年生は、あと3ヶ月で卒業します。めあてで決めたことを頑張り、胸を張って卒業式を迎えたいと思ひます。

## わたしの作品 ~千綿小学校~



4年 辻 向日葵さん  
習字「天空」



2年 松本 蒼汰さん  
版画「サイのけっこんしき」