

広報 ひがしそのぎ 1

Higashisonogi

2022
No.652



新春にあたり ごあいさつを申し上げます

令和4年 元旦
東彼杵町長 岡田 伊一郎



謹んで新春をお祝い申し上げます。
旧年中は大変お世話になり、誠に
ありがとうございました。

新型コロナウイルスのために、長期
間に亘り社会全体が閉塞したまま、
依然として先が見通せない状況であ
ります。

昨年の12月には感染者数も激減し、
町内も県内も連続して感染者数ゼロ
の日々の中、経済活動の再開も視野
に入った時期にオミクロン株という
新たな変異ウイルスが発生しました。

医学的にも未知数の部分が多く、
引き続き、手洗い、マスク、密を避
けていただき換気の徹底にご協力的
いただきますようお願い申し上げます。

3回目のワクチン接種につきまし
ても、再度、町内医療機関の先生方
と看護師の皆様方や関係皆様方のご
協力をいただき、実施いたしますの
で、よろしくお願いいたします。

昨年風水害が頻発し、農地や河
川、道路の被害が甚大なものになり、
多くの住民の方にも避難をお願いし
なければなりませんでした。

特に、8月11日から大雨になり、
8月14日午前2時15分に大雨特別警
報が発令され、真夜中ではありません
したが、命を守るための最善の行動を
とっていただくために警戒レベル5
の町の発令をいたしました。

このような時に避難所に移動する
のが危険な場合、崖から離れた部屋
や垂直避難などの行動をお願いいた
します。

国道205号も全面通行止めにな
るなど、8月の降水量としては、過
去15年間月間雨量の中で最大記録
(1,918mm)となりました。

現在では、海水表面温度の上昇に
より、台風の大規模化や線状降水帯の
発生が懸念されています。

お一人お一人の命を守っていただ
くために、以前の納税班規模での災
害時避難行動等につきまして、様式
の配布を計画しています。

ご高齢の方、障がいのある方、乳
幼児等、支援を必要とされる方など、
小さな単位での把握によって、避難
所等への移動が迅速にできるのでは
と考えています。



また、農地、河川、道路の災害に
つきましては、国、県の支援をお願
いし、限られた時間の中で対応と
なり、総力をあげて復旧に取り組み
なければなりません。そのために、
通常の町単独事業が少し遅れること
も予想されますが、地区の皆様方に
は、ご理解、ご協力をお願いいたし
ます。

昨年は、5年に一度の国勢調査
が実施され、町内の総人口が7,
721人となり、平成27年から
577人の減少となっております。

これは、国立社会保障・人口問題
研究所が人口の将来推計を発表して
いる数字が7,669人であり、実
際の人口がわずかに上回っています。
特に千綿地区に新規移住していただ
いていることが大きな要因と考えま
す。

本年も新たに蔵本郷に数十戸の建
売住宅の建設を民間で実施される計
画でありますし、千綿地区にも町営
住宅の建て替え計画も進めています。
令和2年の出生数は27名と減少を続
けていますが、移住、定住の新たな
施策を模索し、将来の人口減少を緩
やかにできないか、取り組んでまい
りたいと思います。

住み慣れた場所で、いつまでも安
心して暮らせる町にするための取り

組みとして「支えあいたい東そのぎ」協議体のモデル事業の一環として、蔵本郷では、くらもと集いの広場「桜」が開所され、ゲームやカラオケ、ボッチャなどを楽しまれ元気で過ごされています。



川内郷では、社会福祉協議会の車を利用した買物支援を始めていただきましたが、いずれの地域でもボランティアの方の支えあいによっての実施となりました。運転手の方や支援員の方などに心から感謝申し上げます。



さて、昨年も新型コロナウイルス感染症のために、各地区に出向くことができませんでした。本年は感染状況の推移を見極めながら、懇談会等も計画していきたいと思っています。

庁舎建設と将来の東彼杵中学校のあり方や、防災対策、道路、水路整備など、また、子育てや、地区の課題等につきましても、皆様のご意見をお聞きしたいと考えています。

町の具体的な政策を最終的に決定いただくのが議会であり、町議会議員の皆様とともに町政振興に向けて進めてまいりたいと考えています。

新成人として93名の皆様方が成人式を迎えられましたことを心からお祝い申し上げます。

今後、日本や世界においてご活躍されますことを祈念申し上げますと共に、自然豊かな「ふるさと東彼杵町」の発展のために、お力添えを賜ればと思っております。

むすびに、令和4年は東彼杵町がますます躍進する年になりますことと、町民皆様方のご健勝とご多幸、そして更なるご活躍を祈念申し上げます、ごあいさついたします。

令和4年 東彼杵町成人式

令和4年1月3日(月)、東彼杵町成人式が総合会館グリーンハートホールで挙行されました。

今年の新成人は93名で、出席者は74名。新型コロナウイルス感染拡大防止のため縮小された式になりましたが、久々の友人との再会を喜ぶ姿や、子の晴れ姿を見つめるご両親など温かい雰囲気の中、式典が執り行われました。





1, 2回目のコロナワクチン接種が未接種の方へ

下記掲載の、追加（3回目）接種の集団接種会場で1回目または2回目の接種を受けることができます。接種をご希望の方は、コールセンターまでお申し込みください。

※ 2回の接種を終えるまでに少なくとも3～4週間の期間が必要です。



新型コロナウイルス追加（3回目）接種について

東彼杵町では、12月中旬から追加（3回目）接種を開始しています。

【対象者】

2回目接種から原則8ヶ月以上経過した18歳以上の方

※ ただし、医療従事者や高齢者等一部の対象者は、8ヶ月を待たずに接種が受けられます。今後、国の方針により対象年齢の引き下げや接種が前倒しになる可能性があります。

【接種回数】

1回

【日程】 ※今後、接種間隔が見直された場合、変更の可能性があります。

主な対象者	集団接種	個別接種
● 町内の高齢者施設入所者及び従事者		1月～ 町内施設にて
● 7月までに2回目接種を終えた方	1月下旬～3月の水・木・土の午後	・ 6月～開始 ・ 町内4医院
● 8月以降に2回目接種を終えた方 (主に65歳未満の方)	5月の水・木・土の午後 (日曜日(午前中)も1回のみ実施)	

【ワクチンの種類】

・ファイザー社製またはモデルナ社製のワクチンを使用

※町における1～2回目の接種はファイザー社製でしたが、追加（3回目）接種では、1,2回目に接種したワクチンの種類にかかわらずモデルナ社製のワクチンでも接種できるようになりました。1,2回目とは異なる種類のワクチンを用いて接種した場合の安全性と効果については、同じ種類のワクチンを接種した場合と同様の報告がされています。

【通知】

対象となる方へ、順次、日時を指定した集団接種のご案内を送付します。

【当日持参するもの】下記4点を必ずお持ちください。

- ① (接種券つき) 予診票
 - ② 接種済証
 - ③ 身分証明書 (運転免許証、健康保険証、マイナンバーカード等)
 - ④ お薬手帳または薬の説明書 (持病等で薬を服用されている方のみ)
- 案内に同封されます。次ページをご覧ください。

肩を出しやすいように、
下に半袖の衣類を着用ください。



【その他】

・町は、新型コロナウイルス感染症のまん延を防止するため、町民の皆様へ接種をお勧めしていますが、この予防接種は強制ではありません。

【①（接種券つき）予診票】

【②接種済証】

【ワクチンに関するお申し込み・お問い合わせ先】
 東彼杵町ワクチンコールセンター（東彼杵町役場 健康推進係内）
 ☎ 46-0111（月～金（祝日を除く）8時30分～17時15分）



接種証明書をスマートフォンアプリで発行できます

新型コロナウイルスワクチン接種証明書
 (英語名: COVID-19 Vaccination Certificate)

- 2021年12月20日から App Store 及び Google Play で公開されています。
- 日本政府公式の新型コロナウイルスワクチン接種証明書アプリです。
- 日本国内用、海外用の接種証明書をアプリで発行できます。



接種会場で発行した「接種済証」も国内で使用できる正式な証明書です。接種済証をお持ちの場合、電子証明書を取得する必要はありません。ただし、海外で使用する場合は当該アプリまたは健康推進係窓口（身分証明書と接種済証をご持参ください）での申請が必要です。

利用手順 1

こちらをご用意ください。

- 電子証明書の発行申請には、「マイナンバーカード」と「4桁の暗証番号」（カード受け取りの際に設定した券面入力補助用の暗証番号）が必要です。

○マイナンバーカードをお持ちでない方

→役場健康推進係窓口で申請してください。書面にて証明書を発行します。

○暗証番号をお忘れの方

→役場戸籍係で再設定ができます。詳しくは役場戸籍係へお問い合わせください。

利用手順 2

スマホでアプリをインストール

こちらの二次元コードからダウンロード



App Store



Google Play

アプリの情報については、デジタル庁のウェブサイトでご案内しています。

新型コロナウイルスワクチン接種証明書アプリの利用の流れ

接種証明書の発行（国内の例）

用途の選択

接種証明書の用途を選択してください。両方のオプションを同時に選択することができます。選択された各オプションにつき、1枚の証明書が作成されます。

日本国内用

必要なもの

- 請求者本人のマイナンバーカード（券面事項入力補助用暗証番号（4桁）の入力が必要です）

海外用

必要なもの

- 請求者本人のマイナンバーカード（券面事項入力補助用暗証番号（4桁）の入力が必要です）
- 請求者本人の有効なパスポート

暗証番号の入力

マイナンバーカードの券面事項入力補助用の暗証番号（数字4桁）を入力してください。

マイナンバーカードの読み取り

下の図のようにマイナンバーカードを端末のNFC読み取り位置にぴったりと密着させます。読み取りが終わるまでカードを動かさないでください。

自治体の選択

ワクチン接種時にお住まいの自治体を選択してください。ワクチン接種記録を確認します。

都道府県

東京都

市区町村

荒川区

日本国内用か海外用のどちらを発行するか選択します。

マイナンバーカードを受け取った際に設定した4桁の暗証番号を入力します。3回間違えるとロックされるのでご注意ください。

スマートフォンにマイナンバーカードをぴったりと密着させて読み取ります。機種によって密着させる場所が違うのでご注意ください。

接種時に住民票のある市区町村を選択してください。1回目と2回目の接種を行う間に引っ越している方は、それぞれの市区町村が発行します。

接種証明書の発行（国内の例）

接種証明書の利用

ワクチン接種記録が見つかりました

表示された内容が正しいかご確認ください。実際の接種と内容が異なる場合は、お手続きをキャンセルの上で該当自治体へお問い合わせください。

発行に時間がかかることがありますが、バックグラウンドでアプリを起動しておけば、発行は継続されます。

有効 三十六

接種回数 2回

最終接種日 2021年08月31日

ワクチンの詳細

接種日時 2021年08月10日

ワクチンの種類 COVID-19 mRNA

メーカー ファイザー

新型コロナウイルス 感染症予防接種証明書

有効 三十六

接種回数 2回

最終接種日 2021年08月31日

接種日時 2021年08月10日

ワクチンの種類 COVID-19 mRNA

メーカー ファイザー

二次元コードを表示する

氏名を表示する

生年月日を表示する

接種回数 2回

最終接種日 2021年08月31日

ワクチンの種類 COVID-19 mRNA

メーカー ファイザー

内容が正しいかご確認ください。実際の接種と内容が異なる場合は、市区町村の窓口までお問い合わせください。

一度発行すれば、アプリを起動するだけでいつでもどこでも接種証明書を表示できます。

令和3年産いちご「ゆめのか」を贈呈

12月9日(木)、JAいちご部会北部支部の岡田広吉支部長が役場を表敬訪問。町長へいちご「ゆめのか」が贈呈されました。

支部長ほか役員3名が来庁され、「今年も天候に恵まれて生育は順調。竜巻被害があったが、会員一丸となって販売額4億円の達成を目指すため、よりPRに力を入れていきたい」と意気込みを語られました。

町長は、「甘くとても美味しい。PRや後継者・生産者の減少等の対策についても出来る限りの支援を行っていきたい」と述べました。



▲ いちご“ゆめのか”贈呈の様子

令和3年産みかんを贈呈

12月9日(木)、JAみかん部会北部地区部会東彼杵支部の大平稔支部長が役場を表敬訪問。町長へみかんが贈呈されました。

支部長ほか役員2名が来庁され、「高齢化により全国的に栽培面積は減少傾向の中、需要と供給のバランスがとれて販売単価は安定してきている。マルチ栽培の面積を拡大し、ブランド率向上に取り組みたい」とあいさつ。

町長は、「みかんの人気は高まってきている。町のふるさと納税にも貢献していただいております、ブランド率向上に向けた支援を継続します」と述べました。



▲ みかん部会より贈呈の様子

朽原建設が令和3年度長崎県優秀工事知事表彰 受賞

朽原建設(代表取締役 朽原元樹)が令和3年度長崎県優秀工事知事表彰の受賞され、12月13日、役場を訪れ、町長に受賞を報告されました。

同賞は、令和3年度県発注の工事1,200工事現場の中から特に施工技術が優れた20現場ほどを表彰され、今回朽原建設が施工された「小西浦地区急傾斜地崩壊対策工事」に知事表彰が贈られました。

受賞を受けて朽原さんは、「これからもこの賞に恥じぬよう精進してまいります」と話されていました。



▲ 受賞された朽原建設
代表取締役 朽原元樹さん(左)

「買い物支援サービスあたご」出発式

12月14日(火)、「思いやりと支えあいのある東そのぎ町」を目指して設置された「支えあいたい東そのぎ」協議体の移動支援モデル事業として、川内・飯盛地区「買い物支援サービスあたご」の出発式が行われました。

月に1回、自分で買い物に行くことが困難な高齢者を対象に地区のボランティアの方のご協力のもと買い物支援サービスが開始されました。川内・飯盛地区にお住まいの方で「買い物支援サービスを利用したい」または「ボランティアとしてぜひ参加したい」という方は、社会福祉協議会までお問い合わせください。

☎ 社会福祉協議会 ☎ 46-0619



▲ 買い物支援サービスで使用される「あたご号」の出発の様子

「一レツトライ！正しく知って、認知症ワンチームーin東彼杵」開催

11月25日(木)、東彼杵町総合会館文化ホールで、諫早総合病院 認知症疾患医療センターによる認知症講演会が行われ、100名の方にご参加いただきました。

当日は、長郷院長から「認知症について」、また、精神保健福祉士や心理士の方から、「認知症の検査内容」や「認知症の方への対応方法」などのお話がありました。

地域包括支援センターでは、認知症に関するご相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。

☎ 地域包括支援センター ☎ 46-1173



▲ 講演会の様子

認知症サポーター養成講座を開催しました！

11月19日(金)、東彼杵町地域包括支援センターでは、社会福祉協議会の協力を受けて千綿婦人会の方々を対象に「認知症サポーター養成講座」を開催しました。

「認知症サポーター」とは、認知症の正しい知識を持ち、認知症の方やご家族へ声掛けや見守りを行う人です。当日は18名に受講いただき、「認知症とは何か」や「認知症の方への対応方法」などについて寸劇を交えて説明しました。

最後はサポーターの証であるサポーターカードを持って記念撮影しました。講座終了後、「慌てさせず、やさしく接するよう心がけたい」「身近に困っている方がいたら教えてあげたい」などの感想をいただきました。今後も地域住民や職域団体に向けて開催していきますので、講座受講を希望される方は地域包括支援センターまでご連絡ください。



▲ サポーターカードを持って記念撮影

100歳のお祝い ～いつまでもお元気でお過ごしください～

満100歳を迎えられた岩永 シヲさんへ、お祝いをお届けしました。これからもお元気でお過ごしください。



▲ 岩永 シヲさん (蔵本)
大正10年12月10日お生まれ

彼杵小学校5年生 釜坂 美海さんが 第28回「おかあさんの詩」コンクールで佳作を受賞！！

彼杵小学校5年生の釜坂 美海さんが第28回「おかあさんの詩」コンクールで佳作を受賞しました。

「おかあさんの詩」コンクールは、家族や大切な人への思いを詩にするもので毎年行われています。受賞した釜坂さんは「とても嬉しいです。」と笑顔で話されました。

この作品は、2月下旬に佐世保市玉屋で行われる作品展に展示される予定です。



▲ 受賞した釜坂さん

「おかあさんのかくごい」

いつもいつも話を聞いてくれるお母さん
どんなことでも話せるお母さん

でもそんなお母さんがかくごいをした

お母さんは病気がだった

お母さんは手術をする

お話が出来なくなるかもしれない

お母さんが大好きだ

私にとって大事なお母さん

でもちゃんと話してくれたお母さん

お母さんと毎日いっしょ

お母さんが出来なくなったらことを私がするよ

私はお母さんが大好き

これからは私がたくさんお手伝いするよ

いつもいつもありがとう

いつもいつもごはん作ってくれてありがとう

お母さんが大好き

ねえお母さん

またいっしょにおしゃべりしようね

またいっしょにごはん作ろうね

健康と暮らしの情報

健康相談

日付：2月8日（火）

時間：13時30分～14時30分

場所：総合会館2階 保健センター



「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。）

食生活改善推進員実践講座

日付：2月15日（火）

時間：9時30分～12時

場所：総合会館2階 保健センター



内容：高血圧予防と適塩の工夫～適塩バランス食～
持参する物：エプロン、三角巾、手拭き用タオル、マスク、筆記用具

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。2月分の予約は、1月20日以降に健康推進係へお電話ください。

また、“トレーニング機器の使用方法を忘れてしまった”、“自分にあった機器の使用法を知りたい”方なども再度、講習会を利用いただけます。ご希望の方は、健康推進係へ予約をお願いします。

日時：2月14日（月）19時～21時 2月20日（日）10時～12時

場所：会議室2（総合会館2階 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（横2cm×縦3cm）2枚・マスク・運動ができる服装・室内用シューズ・タオル・飲み物



トレーニング室利用について

利用講習会開催時は、トレーニング室の利用ができませんのでご注意ください。

利用講習会は、原則 毎月第3日曜日10時～12時開催予定ですが、変更する場合があります。

日程は、町ホームページ・健康推進係（☎46-1200）へご確認ください。

トレーニング室を利用できない日時（2月分）

2月20日（日）10時～12時

※ 月曜日は、休館日のため講習会受講者以外の方の利用はできません。

インフルエンザの予防をしましょう

インフルエンザは例年12月～3月頃に流行し、1月～2月に流行のピークを迎えます。インフルエンザにかからないように外出後は手洗い・うがいをし、体力が低下しないよう十分な栄養と休養をとりましょう。

また、生後6ヶ月から中学生までと65歳以上の高齢者で、インフルエンザ予防接種費用の助成金を申請されている方は、請求期限が令和4年3月31日までとなっています。請求手続きがお済みでない方はお早めに役場健康推進係へお越しください。



長崎県の最低賃金 使用者も、労働者も、必ず確認、最低賃金。



最低賃金件名	最低賃金額（1時間）	効力発生日
長崎県最低賃金	821円	令和3年10月2日
特定最低賃金 はん用機械器具、生産用機械器具製造業	875円	令和元年12月7日
特定最低賃金 電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、 情報通信機械器具製造業	864円	令和3年12月29日
特定最低賃金 船舶製造・修理業、船用機関製造業	875円	令和元年11月29日

- 18歳未満または65歳以上の者、雇入れ後6か月未満の者であって技能習得中のもの、清掃、片付けまたは雑役の業務に主として従事する者には長崎県の最低賃金が適用されます。
- その他、特定最低賃金の種類により適用範囲が異なりますので、詳しくは長崎労働局賃金室（☎095-801-0033）かお近くの労働基準監督署へお問い合わせください。



子育てに関する情報



乳児相談（3～4か月児）

日付：2月7日（月）

受付：10時～10時30分

対象：令和3年10月18日～

令和3年11月7日生まれの赤ちゃん

場所：総合会館2階 保健センター

※ 対象者には通知します。



母子手帳交付

日時：2月14日（月）・28日（月）

受付：9時30分～10時

場所：役場健康推進係（6番窓口）

必要な物：印鑑・マイナンバーカード・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。



特定不妊治療費助成事業について

東彼杵町では長崎県が実施している特定不妊治療費助成事業に上乘せする形で、不妊治療の経済的負担の軽減を図るため、高額な医療費がかかる配偶者間の体外受精・顕微授精に要する費用の一部を助成しています。

助成金額：1回の治療につき上限10万円または5万円（治療内容により異なる）

詳しくは、役場健康推進係へお尋ねください。

すくすくねんね

2月3日（木） 節分の日 福豆プレゼント（5組限定・先着順）

2月8日（火）～10日（木） 身体測定週間（午前中・母子手帳持参・予約不要）

2月18日（金） リンパマッサージ（4組限定・参加費100円・要予約）

2月24日（木） みつろうバーム作り（4組限定・参加費300円・要予約）

☆イベントはコロナウイルス感染拡大等で中止になることもあります。

☆ひろば利用に関する変更（利用制限等）が多々あります。

直接お電話していただくか、FaceBookでも確認できます。

☆来所の際は、事務所前にて検温・マスク着用・手指の消毒をお願いします。



☎ すくすくねんね ☎ 46-0737

*****食品ロスについて考えましょう*****

【食品ロスとは】

本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことをいいます。家庭由来のもの、飲食店・食品製造業等の事業由来のものがあり、家庭由来のものが約半分を占めます。

食品を捨てることはもったいないということだけでなく、環境にも悪い影響があります。

【食品ロスが引き起こす問題】

大きなものとしては環境問題・食料問題があります。

環境問題としては、食品を焼却処分することにより余分な二酸化炭素を排出することとなり、地球温暖化につながります。

食料問題としては、現在、世界の約9人に1人が栄養不足といわれていますが、今後も世界の人口は増え続けると予測されており、食料不足はさらに深刻化していくこととなります。日本の食料自給率は37%と低く、世界の人口が増え続けると、輸入に頼っている日本にとっては食料不足が深刻な問題となることが予測できます。

【食品ロス削減に向けて】

家庭においては、食材を「買すぎない」、「使い切る」、「食べきる」ことを心がけることが大切です。

一人ひとりが意識を高めることで、「食品ロス」を減らすことができます。「食品ロス」を減らす機運をみんなで高めましょう。



町県民税・国民健康保険税の申告について

※感染症対策のため、会場では「マスク着用」「検温」「手指の消毒」にご協力ください※

町県民税・国民健康保険税の申告は、令和4年2月9日から3月15日までとなっています。役場税財政課では、下記日程表のとおり地区別の申告受付を行いますので、混雑を避けるため地区指定日に申告を済ませていただくよう、ご協力をお願いします。

なお、指定日に都合がつかない方は、2月16日から3月15日（土日・祝日を除く）まで町総合会館で受付いたします。また、佐世保税務署や町から、申告受付日時等が通知された方は、その指定日に申告をお願いします。

申告受付地区別日程

月日	時間	地区
2月9日(水)	9時30分～11時30分	太ノ浦・八反田・中岳・遠目・蕪・木場
	13時30分～16時	瀬戸・里・一ツ石
2月10日(木)	9時30分～11時30分	西宿・東宿
	13時30分～16時	駄地・平似田
2月14日(月)	9時30分～11時30分	小音琴・大音琴・浦・口木田・赤木・上杉・樋口
	13時30分～16時	蔵本・金谷・本町・山田・飯盛
2月15日(火)	9時30分～11時30分	川内・法音寺・菅無田・坂本・中尾・太ノ原
	13時30分～16時	東町・橋ノ詰・下三根

【申告に必要な書類】黒ボールペンなど筆記具をご持参ください。



1. 「給与収入」のある人は、源泉徴収票又は給与支払証明書。
2. 「営業・事業・地代家賃等の収入・個人年金・生命保険の満期金」のある人は収支の明細を明らかにできる書類。
3. 「山林収入」のある人は、譲渡した山林の植林費・取得に要した費用・育成費・管理費・伐採費・譲渡に要した費用及び譲渡価格のわかる書類。
4. 土地・家屋等を売却された方は、資産の所在地・種別・取得日・譲渡費用・譲渡価格などがわかる契約書等の書類。
5. 「国民年金保険料」を支払った人は、控除証明書。
6. 「生命保険・個人年金保険・介護医療保険」のある人は、令和3年中に支払った支払証明書。
7. 「地震保険・長期損害保険」のある人は、令和3年中に支払った支払証明書。
8. 「医療費」のある人は、令和3年中に支払った医療費の明細書又は領収書。また、高額医療等で還付を受けた人や生命保険等で給付を受けた人は、その金額を明らかにできる書類等。
9. その他、所得や控除対象になると思われるものがあれば、内容のわかる書類等。
10. マイナンバーカード。（※マイナンバーカードをお持ちでない方は、通知カードなどマイナンバーを確認できる書類と運転免許証など身元確認書類が必要です。）



【申告が必要な人】

1. 令和4年1月1日現在東彼杵町に住所があり、令和3年中に収入があった人。
2. 東彼杵町に住所がなくても令和4年1月1日現在、町内に事務所・事業所・家屋敷のある人。
3. 勤務先から給与支払報告書が提出されている人でも、給与以外の所得（農業・地代家賃・譲渡・雑所得など）がある人。
4. 国民健康保険の加入世帯。※収入がない方（無職の方）や非課税の遺族年金・障害年金等のみを受給されている方も、その旨申告してください。
5. 給与所得だけの人で、勤務先で年末調整が正しく済んでいない人。
6. 給与等（年金を含む）を2か所以上から受けている人。



【申告をしなくてもよい人】

1. 所得税の確定申告をされる人。
2. 給与所得以外の所得がなかった人で、勤務先から給与支払報告書が役場に提出された人（提出の有無については、事業所で確認してください）。
3. 公的年金等の収入金額が400万円以下で、かつ、所得が公的年金等のみの人。

【営業・農業などを申告される方】

前年度に営業、漁業及び農業を収支計算で申告された白色申告者の方については、町総合会館での申告受付日（2/16～3/15）を別途通知します。

【年金収入の方】

公的年金等の収入金額が400万円以下で、かつ、所得が公的年金等のみの場合は、申告の必要はありません。ただし、公的年金等の源泉徴収票に記載されている控除以外の各種控除の適用を受けるときは申告が必要です。

確定申告について

確定申告の受付期間は、2月16日（水）～3月15日（火）になっています（土日祝日を除く）。確定申告の受付会場は町総合会館で、時間は9時～11時30分・13時～17時です。期限内での申告をお願いします。

問 税財政課住民税係 ☎ 46-1261

佐世保税務署からのお知らせ

佐世保税務署の確定申告会場は、**2月7日（月）**から開設します。※土・日及び祝日は休み
受付時間：9時～16時

密 を 避 け て

ご自宅からスマートフォン・パソコンでe-Tax

すでに80%以上の方が、確定申告会場に来場せずに確定申告しています。

- 給与の源泉徴収票をスマートフォンで撮影すると自動入力できます
- マイナポータル連携の自動入力の対象にふるさと納税などが追加されました
- マイナンバーカードをスマートフォンで読み取れば、ICカードリーダーなしでe-Taxできます



確定申告特集ページ

密 を 作 ら な い

確定申告会場への入場には「入場整理券」が必要です。（※申告書等の提出のみの場合は不要。）

- ▶「入場整理券」は先着順に当日配布し、相談可能人数分の配布次第終了となります。
- ▶LINEから事前発行もできます。

来場される場合はお早めにお越しください。



国税庁
LINE公式アカウント

申告	所得税および復興特別所得税・贈与税	令和4年3月15日（火）まで
納税	消費税および地方消費税（個人事業者）	令和4年3月31日（木）まで

申告義務のない方が行う還付申告は5年間提出することができます。

年末調整済みの給与所得のみの方で、医療費控除や寄付金控除（ふるさと納税）により還付を受ける方などがこちらに該当します。

問 佐世保税務署 ☎ 0956-22-2161（※自動音声によるご案内）



令和4年度人間ドックの申込について

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費用の助成事業を行っています。令和4年度の間ドック受診を希望される方は以下の事に注意して、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58年3月31日までにお生まれになった方
2. 受付期間 令和4年2月1日(火)から令和4年3月15日(火)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、本人または家族による窓口受付のみといたします。
 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4年5月1日から令和4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. 受診医療機関・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
13,640円	17,235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
17,424円	16,685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	8,617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。(後期高齢加入者は日帰りドックのみとなります)
- ※ 上記料金は令和3年度の自己負担額料金を表示しています。令和4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(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東彼杵町役場国保年金係までお問い合わせください。

問 健康ほけん課国保年金係 ☎ 46-1202

そのぎ茶まつり開催

そのぎ茶振興協議会（会長 尾上範幸）は、10月29日～31日と11月20日～21日に長崎市浜の町にて毎年恒例のそのぎ茶まつりを開催しました。

会場では、生産者など延べ約20の出店者がそのぎ茶や町内産の農産物などのほかそのぎ茶を使った新作スイーツのPR・販売を行い、多くの来場者で賑わいました。

来場者からは「いつもそのぎ茶を飲んでます。目当ての生産者がいるので、そのお茶を楽しみに買いに来ました」といった声が聞かれました。



観光列車でそのぎ茶をPR

12月13日、九州の観光地を巡るJR観光列車「36ぷらす3」で、東彼杵町とそのぎ茶のPRを行いました。JR九州の特急型車両である787系という車両を大幅にリノベーションした同列車。「36」は九州が世界で36番目に大きい島ということ、「3」には“驚き、感動、幸せ”の意味が込められています。

県外、関東方面からのお客様で満席となった車内。初めてそのぎ茶を飲んだ方からは、「普段八女茶を飲んでいるが、長崎にこんなにおいしいお茶があったとは知らなかった」との声をいただきました。



お知らせ

毎月日曜日の個人番号カード 発行申請・交付受付窓口

毎月日曜日の個人番号カード発行申請・交付受付窓口の2月の開庁予定日は6日(日)9時～12時です。

なお、9日(水)17時15分～19時にも時間外受付窓口を設けておりますのでご利用ください。

- ※ 窓口は混み合うことがありますので、事前に予約をお願いします。
- ※ 予約のご連絡は平日8時30分から17時15分までをお願いします。
- ※ 持ってくるもの
 - ①本人確認書類・・・写真付きの場合 1つ
写真なしの場合 2つ
 - ②個人番号通知カード

予約・問合せ
町民課戸籍係 ☎46-1116

募集

長崎県すこやか長寿大学校「第9期 シニアいきいきカレッジ」受講生募集

開講場所

長崎校 長崎県総合福祉センター(長崎市茂里町)
佐世保校 佐世保市労働福祉センター(佐世保市稲荷町)

受講期間 令和4年5月～令和5年2月

※長崎校 毎週火曜 佐世保校 毎週木曜
長崎校、佐世保校いずれも13時30分～15時30分

応募資格 県内在住で55歳以上の方

定員 長崎校25名 佐世保校30名

受講料 年間10,000円(別途実費一部負担有)

申込 令和4年3月31日(木)

問合せ

(公財)長崎県すこやか長寿財団 ☎095-847-5212

長崎県シニアいきいきカレッジ 検索

お知らせ

お子さまの教育資金を「国の教育 ローン」がサポート!

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

ご融資額: お子さま1人あたり350万円以内

金利: 年1.65% 固定金利

※「母子家庭」、「父子家庭」、「世帯収入200万円(所得132万円)以内の方」または「子ども3人以上の世帯かつ世帯年収500万円(所得356万円)以内の方」は年1.25%

ご返済期間: 15年以内

※「交通遺児家庭」、「母子家庭」、「父子家庭」、「世帯根拠200万円(所得132万円)以内の方」または「子ども3人以上の世帯かつ世帯年収500万円(所得356万円)以内の方」は18年以内

お使いみち: 入学金、授業料、教科書代、アパート・マンションの敷金・家賃など

ご返済方法: 毎月元利均等返済(ボーナス時増額返済も可能)

保証: (公財)教育資金融資保証基金
(連帯保証人による保証も可能)

詳しくは、ホームページ(「国の教育ローン」で検索)または教育ローンコールセンター(0570-008686(ナビダイヤル)または03-5321-8656)までお問い合わせください。

お知らせ

施設見学会及び訓練体験会 開催

項目	月日	時間
施設見学会	1月19日(水)	13時～15時
	2月16日(水)	
訓練体験会	1月26日(水)	14時～16時30分
	2月22日(火)	

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。施設見学会では、実際に訓練風景を見学し、授業で使用する機器や施設の雰囲気を経験することができます。

訓練体験では、職業訓練の一部を体験していただけます。1回の参加で2コースまで体験できますので、受けたい訓練コースの選択に役立ちます。

○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までお電話ください。
※施設見学は開催日以外でも随時対応いたします。お気軽に当センターへご相談ください。

ポリテクセンター佐世保 ☎0956-58-3118

各種相談窓口

行政相談

- ①日時 2月14日(月) 10時～12時
場所 役場1階 第2会議室
- ②日時 2月28日(月) 10時～12時
場所 農村環境改善センター
どうぞお気軽にご相談ください。

問 総務課総務係 ☎ 46-1265

心配ごと相談所開設

日時 2月10日(木)
13時30分～16時
場所 総合会館福祉センター相談室
相談員 山本 千道子・宇都 繁敏

無料弁護士相談所開設

日時 2月16日(水)
13時～16時
場所 総合会館福祉センター相談室

問 社会福祉協議会 ☎ 46-0619

2月の交通事故巡回相談

開催日	時間	開催場所
2月10日(木)	10時～15時	県北振興局
2月22日(火)	10時～15時	大村市役所

相談の予約受付は、開催日の2日前(土・日、祝日を除く)までとなります。受付 長崎県交通事故相談所 095-824-1111(内線 3776、3777)

ひとり親家庭等のための「なやみごと相談室」

資格取得、仕事探し、母子父子寡婦福祉資金の貸付(中学、高校、大学等の費用他)、養育費等のお困りごとやお悩みごとについて、福祉事務所の母子父子自立支援員が各種福祉制度の案内などのご相談をお受けします。

新型コロナウイルス感染症の今後の状況によっては変更する場合がありますので、事前にお問い合わせください。

日時：令和4年2月10日(木)13時30分～16時

場所：東彼杵町社会福祉協議会

問合せ先：長崎県東彼・北松福祉事務所 ☎ 0956-22-3211

健康 ひとくちメモ



東彼杵郡医師会
若永 真一(東彼杵町)

『快便を目指して』

便は、食べた物から体に必要な栄養を吸収した後の「残りかす」です。残りかすが体に残っている「便秘」により、何となくイライラするなど体調に悪影響を及ぼす事があります。

また、便秘が原因で、痔や脱肛、糞便塞栓症(便が肛門近くに溜って固まり、指や器具で掻き出さなければならぬ状態)、大腸の潰瘍や穿孔(穴が開く)を起こす事があります。他にも、便秘により肌荒れや認知症の様な症状が現れる事もあります。

そんな便秘について、お話をさせていただきます。と思います。

便秘には以下の4タイプがあります。

1. 機能性便秘：最も多いタイプの便秘です。生活習慣やストレス、加齢などの影響を受けて腸の働きが乱れて起きます。さらに分けると、以下の3つがあります。

①弛緩性便秘 大腸を動かす筋肉が緩んで、ぜん動(便を通過させる動き)が弱り起きます。高齢者や食事摂取の習慣、運動不足など生

活習慣によります。

②痙攣性便秘 ぜん動がスムーズに連続しない事で便の通過に時間がかかり起きます。ストレスの影響が強いと考えられています。

③直腸性便秘 便意を習慣的に我慢する事で神経の感度が鈍り、直腸(肛門の近く)に便が来ても便意を催さなくなり起きます。最近ではウォシュレットの水を肛門の奥まで入れる事で神経の感度が鈍り、便秘になる人が増えています。

2. 器質性便秘：大腸がんなど病気のため、物理的に便がスムーズに通過できないため起きます。原因となる病気の治療が必要です。

3. 症候性便秘：甲状腺機能低下症や生理中などホルモンの影響、神経損傷や糖尿など神経の働きが不調となり起きます。

4. 薬剤性便秘：抗うつ薬や抗コリン薬(喘息や頻尿、パーキンソン病などの薬)、咳止めなどの薬の副作用で、大腸のぜん動が抑えられて起きます。

便秘には色々な原因があり、便秘薬にも種類があります。1日3食(特に朝食)をきちんと食べる、ウォーキングやラジオ体操など適度な運動をするなど自分でできる事を行いつつ、病気が隠れている事があるので、癌検診(検便検査)を受ける事や近くの病院を訪ねてみる事を考えてください。

12月の行動記録

1日	地域おこし協力隊辞令交付式 消防団新入団員辞令交付式 消防団正副分団長会議
3日	町村会全員協議会
8日	第4回議会定例会本会議
9日	J A いちご部会表敬訪問 J A みかん部会表敬訪問
10日	県土地改良事業団体連合会理事会 岩永シヲさん百歳お祝い
13日	朽原建設知事表彰報告来庁 川内・飯盛地区買い物支援サービス 出発式
15日	年末の交通安全県民運動立哨 第4回議会定例会本会議最終日 区長会
16日	J A 肥育牛部会要望来庁 長崎県農業農村整備事業推進大会
17日	J A 県央、J A 全農を訪問
20日	子育て支援会議
21日	九州 I R シンポジウム (福岡) いこいの広場跡地活用事業者選定委員会 健康づくり講演会
22日	東彼地区保健福祉組合議会
25日	町消防団年末警戒出動式
27日	西九州させば I R 推進説明会
28日	日本茶 A W A R D 準大賞受賞報告会 仕事納め式

ふるさと納税だより

	件数	寄付額	前年度同月比較	
11月のふるさと納税受入額	3,282件	68,427,749円	+1,017件	+6,252,749円
令和3年度累計(11月末時点)	9,317件	180,576,749円	+3,015件	+14,548,649円

11月にふるさと納税していただいた方です。

東野 和正 様 道上 久幸 様 石田 哲也 様 山田 文章 様 内山 勝史 様
日高 弘子 様 豆谷 光子 様 坂井 一也 様 梅澤 誠好 様 平山 有恒 様
鹿子島 寧々 様 名谷 清 様 渡海 由貴子 様

※氏名等の公表を希望された方のみ掲載しています。

寄附者様から応援メッセージをいただきました。

- ・こちらの町のお茶の大ファンです。お茶をいただいて「こんなおいしいお茶飲んだことない!」と感動しました。濃くて甘みがあっておいしいですね!
- ・全国のアスパラガスの中で1番美味しかったです!
- ・町民の皆様の人柄が大好きです。持ち家がなければ景色も良いし住みたい位です。町外にそのぎの魅力をどんどん発信して下さい。町が賑わい元気になるように願っています。

今月も多くのふるさと納税をいただき、誠にありがとうございました。

指定いただきました事業の実施に充てさせていただきます。

ふるさと納税に関するご質問等ありましたら、財政係までご連絡ください。 ☎ 46-1205



買わない暮らし
筆子 著

セールに行き、こんな気持ちになっていませんか?
「先月まで2万円だったジャケットが今日は半額なんで、とてもお得だ。」「せっかく来たんだから、買わないと損!」それ、本当は必要のないものかも!?

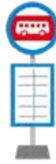
いらぬものは買わない。それだけで、気分よくお金を使うことができ、貯金が増え、部屋が片付き、不安や不満が減り、日々の暮らしが楽しくなります。

モノとお金の関係、ちょっと見直してみませんか?

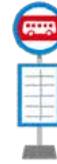


月下のサクラ
袖月 裕子 著

事件現場で収集した情報を解析し、解決へと導く機動分析係。森口 泉はそんな係を志望していたが実技試験に失敗。しかし、係長・黒瀬の強い推薦により、無事配属されることになった。特別扱いだとメンバーからは揶揄されてしまうが自分の能力を最大限に発揮し、事件を解決に導く。そんな折、会計課の金庫から1億円が盗まれていることが発覚。犯行は内部の者による線が濃厚で、やがて殺人事件へと発展してしまう…。



町営バスのバス停移設のお知らせ



道の駅改修工事に伴い、令和4年2月に町営バスセンター前バス停が総合会館前に移設されます。移設に伴いバス停名も変更されます。移設工事は令和4年2月に予定されており、工事日程がわかり次第インフォカナルと町ホームページでお知らせいたします。

●バス停の移設と名称変更

[現行] 町営バスセンター前 ➔ [新] 総合会館前



休日在宅当番医 (1月・2月)

診療時間 9時00分～17時00分

日	病院名	町	電話番号
1月16日	岩永医院	東彼杵	0957-47-0014
23日	田淵医院	川 棚	0956-82-2111
30日	山本整形外科	川 棚	0956-82-2495
2月6日	小鳥居内科・ 脳神経内科クリニック	波佐見	0956-20-7027
11日	鈴木病院	東彼杵	0957-46-0145
13日	すが眼科	波佐見	0956-20-7575
20日	小鳥居病院	波佐見	0956-85-3408

東彼杵町内交通事故発生状況

※飲酒・無免許は事故件数

	人傷 件数	死者	傷者	物件 事故	飲酒	無免許
11月中	2	0	5	16	0	0
2021 年中	23	0	29	142	0	0

山口 フミエ様(坂本)から
香典返しとして金一封

寄附お礼

ありがとうございます

田崎 作一	楠本 正治	樋口 照子	渡邊 イエ	音辻 喜代春
89歳	91歳	97歳	86歳	88歳
太ノ原	菅無田	樋口	太ノ浦	大音琴

おくやみ

おくやみ申し上げます

○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。

東彼杵町の人口(11月末日現在)※()内は前月対比

総人口	世帯数	男性	女性	
7,648 (+3)	3,147 (+4)	3,669 (0)	3,979 (+3)	
出生	死亡	転入	転出	その他
3	8	20	10	-2

図書館からお知らせと おすすめの本

まもなく、2021年本屋大賞のノミネート作品10冊が、発表されます。本屋大賞とは、毎年1/1～12/31までに発行された本のうち、全国書店員が選んだいちばん売りたい本の賞です。

当館にない本は、購入しますので、皆様も手に取って、読んでみませんか？

問 教育センター分室図書室 ☎ 46-0705



二平方メートルの世界で
前田 海音 文
はた こうしろう 絵

脳神経の病気で入退院を繰り返している9歳の少女。縦2メートル、幅1メートルの病室のベッドで、そのまわりをぐるりと囲うカーテンの中が少女の世界のすべて。ねる、食べる、遊ぶ、勉強するなど、だいたいのことはカプセルみたいな空間。そんなベッドの上で発見したのは……。

札幌の小学5年生の前田 海音さんが3年生のときに書いた作文をもとにした絵本です。



3年 濱野 静さん
スクラッチボード「輝き、生きる」
毛のタッチを部分によって変え、
リアルさを追求しました。



3年 滝川 桜さん
「フェルト絵本」
幼児が遊びながら生活習慣を学び、
手先の運動機能を高めるなど工夫
満載のフェルトの絵本です。



1年 藤本 優太さん
技術 木工作品「万能箱」

