

広報 ひがしそのぎ

2024

5月号

NO.679



4月の終わりに差し掛かると、町は茶摘みの
せわしなさがいっぱいになり、この町独特の
季節の移ろいを感じさせます。茶工場は、
そのぎ茶特有の甘涼しい香りで溢れ、どこか
懐かしささえ感じさせる空間となっていました。

写真／後城覚さん（菅無田）

特集 | 東彼杵のひと | 茶農家 後城覚さん

東彼杵のひと

vol.7

ごじろ さとる
後城 覚さん

茶農家
1948(昭和23)年生まれ
菅無田郷出身・在住



町内各所の茶畑で、多くの人々が一番茶の収穫に汗を流した4月下旬。ひととき特別な思いで新茶の季節を終えようとする人がいました。今年を最後にお茶作りを引退するという、菅無田郷の後城覚さんです。

農家の長男に生まれて

後城さんは、この地でおよそ60年にわたり、お米とお茶を作り続けてきました。「親の時代はお米とお茶の栽培、肉牛もしよった。昔は今と違って、長男が後継ぐのが当たり前のような時代やったけん、自然と同じ道に進んだね。お茶の加工はよそに任せて、栽培だけしよったと」

40代で茶工場を開設

牛舎があった場所に工場を作り、栽培から荒茶加工まで一貫して行うようになったのは、働き盛りの40代のころ。「ここは山間地で霧の多かけん、何よりお茶が一番よう育つ。町全体にもお茶作りの機運が高まったし、いっちょ頑張ってみゅーか、と思って。他に比べたら小さな規模けどね」

それまで主流だった釜炒り茶ではなく、新しい時代が求める"蒸し製"の機械を導入し、最盛期には1番茶から3番茶まで、収穫と加工に精を出しました。

農業 × 土木建築

若い頃から農作業が一段落する冬場は、土木建築の仕事に励んできた後城さん。建築機械の免許を持っているので、75歳の今もあちこちの現場で引っ張りだこです。建設会社の仕事では、町内の展望台や宅地の造成、土砂災害の復旧にも携わってきました。

その能力は農業にも大いに役立ったそうです。自ら重機で荒地を開墾し、石垣を築いて茶畑を大きくしたり、整備して機械の入る畑に変えたり。自分の畑だけでなく町内全体の農地整備に取り組み、作業しやすく生産性の高い畑づくりに貢献しました。



現場で後城さんになついた、珍しくてかわいい猪との思い出。



寂しさはあるけれど

「お茶ば辞めると思えば、やっぱり寂しか。でもだんだんと思うように働けんやったり、体力の限界は感じることも増えてね。後期高齢者になったし、あんまり無理せんで元気なうちに、幕引きした方がよかなと思って決断した。肥料も燃料も値上がりして、お茶の値段は上がらんごとなって、商売として難しゅうなったこともきっかけの一つね」



「この休憩室は、仕事終わりに1人で焼酎飲むのにも最高よ」

家族と仲間に感謝

「これまでずっとお茶作りばしてこられたとは、手伝ってくれる家族と仲間のおかげ。茶摘みの時期には、毎年子どもと孫たちが泊まり込んで加勢してくれた。近所の仲間もずっと来てくれた。この休憩室で、昼休みにみんなで弁当

食べながら語ったり笑ったりする時間は、一番の楽しみやったね」。茶畑が見渡せる茶工場横の休憩室は、これまでの思い出がたくさん詰まった、後城さんの特等席です。



早朝7時半頃、わずかな時間だけ見られる幻想的な光景。

元気なうちは働くよ

最後にお茶作り引退後のこれからの過ごし方について尋ねました。「米作りは続けるし、土木建築の仕事も声が掛かる間は行くよ。元気なうちは働きたかね。よその茶畑の手伝いも、グラウンドゴルフにも行きたか。まだまだしばらくは忙しかねあ」そう話す後城さんの笑顔は明るく輝いていました。

後継ぎ募集！

引退に伴って「希望者があれば茶畑や荒茶加工の工場を引き継ぎたい」と後城さん。年々人気が高まっている、おいしいそのぎ茶の作り手になりませんか？

祝！100歳～これからもお元気で～



△森サツエさんご家族



△喜々津ミネさん

3月16日に森サツエさん（大正13年生まれ・西宿）が、3月18日に喜々津ミネさん（大正13年生まれ・里）が100歳を迎えられ、町から賞状や花束などが贈呈されました。これからも元気で過ごしてください。

令和6年度東彼杵町消防団辞令交付式



町民の生命や財産を守る東彼杵町消防団の新たな体制が決まり、4月1日付で浦団長から辞令が交付されました。

【消防団幹部紹介】

※今年度新たに幹部になった方

役 職	氏名（敬称略）
本部主事	隅 英 幸
第2分団分団長	山 本 伸 也
第3分団分団長	山 口 洋 史
第7分団分団長	田 中 康 博



【新入団員紹介】

分 団 名	氏名（敬称略）
第3分団	江 川 慶 祐
第3分団	松 尾 晋 吾
第5分団	二 瀬 真 次
第6分団	西 坂 悠 矢
第7分団	米 村 制 高
第7分団	小 村 裕 哉
第7分団	浜 田 恋 音



【新入補助団員紹介】

分 団 名	氏名（敬称略）
第1分団	中 尾 広 志
第2分団	溝 下 秀 則
第3分団	泉 和 則
第4分団	川 原 耕 太
第7分団	大 安 勝

交通安全を願って



4月5日、彼杵神社で交通安全祈願祭が執り行われました。

祈願祭後は、川棚地区交通安全協会から、ランドセルカバーが千綿・彼杵小学校の1年生へ、ペンライトが東彼杵中学校の1～2年生へ贈呈されました。

同協会は子どもたちへ交通事故防止グッズの贈呈や、交通安全教室の実施などにより地域の交通安全の推進に取り組まれています。

めざせ日本一！



△一番茶の収穫の様子

4月13日、尾上和彦さん（中尾）の茶畑で一番茶の収穫が始まりました。

尾上さんは「2月が温かく3月が寒かったため心配したが、茶葉としては良い出来。日本一を奪還し、そのぎ茶を全国に広めたい」と意気込んでいました。

また、4月14日～27日にかけて、延べ700人を超えるボランティアの皆さんの協力により、全国茶品評会に出品するお茶の手摘みが行われました。



△ボランティアの皆さんによる手摘み

「そのぎんサーモン」 出荷開始



写真左から：岡田町長、野村一社長

4月15日、NOMURAの野村一社長が町長へ「そのぎんサーモン」を贈呈され、試食会が行われました。

そのぎんサーモンは、クラウドナインそのぎ（中岳）で昨年6月に陸上養殖が開始されたサーモン。方言で「東彼杵のサーモン」を意味し、ホテルや大手スーパーへ納品されています。

野村一社長は「町のふるさと納税にも貢献できれば」と話されました。

私達の健康は私達の手で



4月17日、東彼杵町食生活改善推進協議会の総会が町総合会館で開催され、活水女子大学の堀由美子教授による「みんなで育む東彼杵町健康」と題した研修会も実施されました。

令和6年度は「プラス野菜、マイナス食塩を地域に広げよう」をテーマに、みそ汁の塩分測定や野菜摂取の推進、健診受診勧奨など、健康づくりの普及啓発活動が実施される予定です。

4月の町長執務日誌

※スペースの都合により一部省略しています。

期日	行事	期日	行事
1日	町内小中学校転入教職員辞令交付式 町消防団幹部・補助団員辞令交付式	14日	消防団新入団員辞令交付式 そのぎ桜歌まつり
2日	東彼杵郡森林組合辞令交付式	15日	教育委員辞令交付式、区長会 そのぎんサーモン贈呈
3日	大野原演習場自衛隊基地協力会総会	17日	食生活改善推進協議会総会・研修会
4日	そのぎ茶振興協議会定期総会	18日	NEXCO西日本との地域創生連携協定締結式
5日	交通安全祈願祭 町青年農業者連絡協議会総会	19日	大村湾パーキングオープン記念式典 東三根鳳凰会総会
6日	令和6年度自衛官候補生課程教育入隊式 消防団正副分団長会議	21日	県消防ポンプ操法大会安全祈願祭及び結団式
9日	東彼杵中学校入学式 土地改良事業団体連合会理事会	22日	首長ホットライン疎通訓練 健康づくり推進員会議
10日	彼杵小学校入学式 町議会全員協議会	23日	東彼杵郡森林組合理事会

学校給食費を無償化します

町ではこれまで、新型コロナウイルスの影響に伴う保護者の負担軽減などを目的として、学校給食費を無償化してきました。**令和6年度以降**はこのような理由に関係なく、**学校給食費を完全無償化**します。

将来を担う子どもたちの成長を町全体で支え、安全・安心な学校給食の提供を行っていきますので、皆様のご協力をお願いいたします。

☎ 学校給食センター ☎ 46-1758



鯉のぼりをお譲りください

家に眠っている飾らなくなってしまった鯉のぼりを歴史民俗資料館へお譲りください。

お譲りいただいた鯉のぼりは、歴史民俗資料館の敷地内で展示させていただきます。

【受付場所・期間】 町歴史民俗資料館で随時受付中

☎ 町歴史民俗資料館 ☎ 46-1632



令和6年度区長紹介

住民と行政を結ぶパイプ役として、1年間地域活動をお世話いただく各地区の区長さんをご紹介します。

地区	氏名（敬称略）	地区	氏名（敬称略）	地区	氏名（敬称略）
小音琴	本 山 俊 忠	山 田	山 田 聡	西宿	多 古 美 佐 代
浦	平 島 英 之	樋口	樋 口 利 秋	東宿	小 山 田 武
大音琴	音 辻 喜 代 人	川内	丹 生 厚	瀬戸	久 保 田 要
口木田	西 田 健 一	飯盛	飯 野 敏 美	駄地	坂 本 和 彦
蔵本	三 根 行 親	法音寺	白 丸 貴 雄	平似田	金 井 忠 信
金谷	香 田 勝 也	菅無田	二 瀬 秀 幸	中岳	山 口 和 信
本町	開 晴 巳	坂本	釜 坂 松 美	遠目	田 中 正 彦
東町	小 路 正 明	中尾	中 岳 正 幸	蕪	上 野 澄 夫
橋ノ詰	内 嶋 信 行	太ノ原	大 場 貞 見	木場	佐 藤 和 則
赤木	田 中 弘 明	太ノ浦	下 川 節 男	里	池 本 洋 一
上杉	田 中 寛	八反田	山 口 芳 孝	一ツ石	大 浦 敬 司
下三根	三 根 多 久 治				

☎ 総務係 ☎ 46-1265

下水道に異物を流さないでください

「少しくらいなら」と軽い気持ちで生ごみなどを流すと、管を詰まらせ、下水道が使えなくなってしまう。次のようなものを下水道に流すのはやめましょう。

食べ物のくず

- ・野菜くず
 - ・天ぷら油等の廃油
 - ・ガム など
- 燃えるゴミとして処分してください。

水に溶けない紙類

- ・ティッシュペーパー
- ・紙おむつ
- ・生理用品 など

その他

- ・タバコ
 - ・アルコール
 - ・ガソリン
 - ・農薬
 - ・ペンキ など
- 有害物を流すと、管の中で爆発することがあります。絶対に流さないでください。

詳細はこちら



問 下水道施設係 ☎ 46-1352

簡易ハウスで野菜を作ろう！

町では地産地消・産地直売の推進等を図ることを目的に、簡易的な農業用ハウスの設置に対する助成事業を実施します。ご希望の方は6月28日までに申請ください。

【補助対象経費】

ハウス資材の購入経費（ハウスの組み立て、設置費用は対象外）

【対象者】

町内に住所を有し、多品目野菜の生産、販売、地産地消の推進等を目的とする方

【補助率・上限額】

補助率5分の4以内。上限30万円、1戸あたりの上限面積100㎡
※変更になる場合があります。

問 農林水産係 ☎ 46-1317



詳細はこちら



史談会、会員募集中！

町史談会は、まちの歴史や文化を学び、共有する取り組みを行っています。過去から学び、未来へつなげる町史談会にぜひ参加しませんか？

【例会】毎月第1水曜日10時～12時、資料館にて開催

問 歴史民俗資料館 ☎ 46-1632

令和5年度の予算執行状況をお知らせします

金額は3月31日現在のもので、決算額ではありません。町の出納閉鎖は5月31日のため、決算の状況は改めてお知らせします。

【表1 令和5年度一般会計予算執行状況（前年度からの繰越事業を含む）】

歳入

科目	予算額	収入済額
地方交付税	20億3,529万円	21億5,403万円
町債	10億5,853万円	2億6,444万円
町税	9億2,919万円	9億2,310万円
国庫支出金	9億1,128万円	7億1,163万円
県支出金	5億9,550万円	4億3,027万円
繰入金	3億4,140万円	0円
繰越金	3億152万円	3億152万円
地方譲与税 各種交付金	3億634万円	3億10万円
その他	7億795万円	5億2,885万円
合計	71億8,700万円	56億1,394万円

歳出

科目	予算額	支出済額
民生費	18億396万円	14億1,250万円
土木費	14億8,210万円	6億8,317万円
総務費	12億389万円	7億8,806万円
農林水産費	6億6,164万円	4億2,300万円
教育費	5億9,429万円	4億9,544万円
衛生費	4億6,716万円	4億2,149万円
公債費	4億6,171万円	4億5,440万円
消防費	2億6,585万円	2億626万円
商工費	1億3,561万円	8,498万円
議会費	7,059万円	6,759万円
災害復旧費	3,186万円	2,376万円
その他	834万円	0円
合計	71億8,700万円	50億6,065万円

【表2 令和5年度全会計予算執行状況】

会計区分	収入予算額	収入済額	収入率	支出予算額	支出済額	執行率
一般会計	71.8億円	56.1億円	78.1%	71.8億円	50.6億円	70.4%
特別会計（6会計）	22.2億円	19.9億円	90%	22.2億円	19.4億円	87.4%
企業会計（2会計）	9.5億円	6.7億円	70%	10.2億円	5.1億円	50%
合計	103.6億円	82.8億円	79.9%	104.3億円	75.1億円	72.5%

【表3 借入先別地方債現在高（全会計）】

借入先	金額
財政融資資金（財務省）	50億5,601万円
地方公共団体金融機構	8億9,730万円
日本郵政株式会社	4億6,876万円
市中銀行（JA含む）	3億4,029万円
市町村振興協会	1億5,212万円
全国自治協会	1,520万円
合計	69億2,968万円
町民1人当たりの額	94万円

※3月末現在の人口7,384人から算出

【表4 一時借入金の状況（7会計）】

借入残高	2億円
------	-----

【表5 令和5年度基金残高】

基金名	3月末残高
ふるさと創生事業基金	5億3,480万円
一般会計財政調整基金	4億6,838万円
庁舎整備基金	4億4,373万円
介護保険給付費準備基金	2億7,101万円
国保特別会計財政調整基金	2億6,930万円
減債基金	2億1,613万円
教育文化施設整備基金	1億7,532万円
下水道事業基金	1億4,825万円
地域福祉基金	1億3,572万円
その他（5基金）	9,356万円
合計	27億5,620万円

① 財政管財係
☎ 四六―一二〇五

町職員の人事異動をお知らせします

4月1日付で、以下のとおり人事異動を行いました。 問 総務係 ☎ 46-1265

氏名	新	旧
岡木 徳人	理事 兼 水道課長	水道課長
小林 竹哉	町民課長 兼 千綿支所長	町民課長 兼 千綿支所長 兼 戸籍係長
山口 大二郎	税財政課 課長補佐	教育委員会 参事
野田 泰徳	町民課 課長補佐 兼 戸籍係長	千綿支所 参事
駒田 次男	千綿支所 参事補	教育委員会 参事補
富永 和彦	教育委員会 参事	町民課 課長補佐 兼 社会福祉係長
木場 香	農業委員会 係長	農業委員会 参事補
梶川 美穂	議会事務局 主任書記	会計課 会計係長
三根 幸博	教育委員会 参事 兼 総務係長 兼 学校教育係長	こども健康課 子育て支援係長
山下 美華	会計課 係長	議会事務局 主任書記
村田 俊輔	産業振興課 商工観光係長	産業振興課 農林水産係長
遠岳 祐二	産業振興課 農林水産係長	教育委員会 総務係長
滝川 恵	こども健康課 子育て支援係長	こども健康課 子育て支援係
前田 篤史	長寿ほけん課 ほけん年金係長	農業委員会 係長
池本 雄亮	こども健康課 子育て支援係	総務課 総務係
岩本 ゆかり	建設課 管理係	税財政課 固定資産税係
坂本 修一	農業委員会	建設課 管理係
竹下 由紀子	長寿ほけん課 長寿支援係	産業振興課 農林水産係
古門 雅	産業振興課 農林水産係	税財政課 住民税係
田崎 純士郎	税財政課 住民税係	建設課 建設係
小田崎 千夏	町民課 社会福祉係	町民課 戸籍係

【退職職員】

氏名	氏名	氏名
有川 寿史（ほけん年金係長）	中山 雄一（商工観光係長）	田中 美祥（長寿支援係）

【新規採用職員】



滝川 雄（たきがわ ゆう）
税財政課 固定資産税係

約18年ぶりに地元に戻りました。1日でも早く皆様の役に立てよう精進します。



栗本 修嗣（くりもと しゅうじ）
水道課 上水道施設係

町のために役に立てよう何事にも全力で取り組んでいきます。



森内 洋輔（もりうち ようすけ）
長寿ほけん課 長寿支援係

少しでも皆様のお力になれるよう精一杯頑張ります。よろしくお願ひします。



福田 世奈（ふくだ せな）
建設課 建設係

地元東彼杵町に貢献できるよう頑張っていきます。

不妊治療費（先進医療）を助成します

不妊治療費のうち、保険診療と併せて実施した「先進医療に係る費用」を助成します。保険診療分は対象外となりますのでご注意ください。

【対象者】以下の全ての条件に該当する方

- 夫婦またはそのどちらかが、1回の治療周期の終了日から助成申請日までの間、継続して町内に住所を有すること（事実婚含む）
- 令和6年4月1日以降に治療を開始していること（1回の治療周期の初日が4月1日以降）
- 治療開始時の妻の年齢が42歳以下であること
- 長崎県の不妊治療費の助成を受けていること

☎ 健康増進係 ☎ 46-1200

【助成額】

最大5万円（他の自治体から助成を受けた場合、その費用を除く）

【助成回数】

治療期間の初日（※）における妻の年齢	助成回数
40歳未満	6回まで
40歳以上から43歳未満	3回まで

※治療期間の初日とは、医療機関で治療計画を作成された日



「食改さん」になりませんか？

食改（食生活改善推進員）は、食を通じた健康づくりのボランティアです。

町では30歳代以上の食改さん約70名が活動していて、男女問わず、全世代へ健康づくりの輪を広めています。

食改さんになるために、まずは養成講座を受講ください。

☎ 健康増進係

☎ 46-1200

養成講座

開催月：6月、8月、9月、10月、12月
1月、2月に月1回ずつ計7回

内 容：栄養の基礎知識、生活習慣病予防等
についての講話、調理実習など

場 所：町総合会館

申込み：6月10日（月）までに電話または
町ホームページから



△小学生への食育教室の様子

【食改の活動内容】

みそ汁塩分測定、減塩・野菜摂取のすすめ、健診のすすめ、男性料理教室、食育教室、郷土料理の継承、視察研修 など

詳細はこちら





子育て・健康カレンダー

子 子育て情報
健 健康情報
休 休日当番医

日	曜日	内容	場所・時間・その他	問い合わせ先
1	土			
2	日	医 藤下内科医院	波佐見町	☎ 0956-85-7325
3	月	子 乳児相談(3～4か月児)	総合会館2階 保健センター ※対象者には通知します。	健康増進係 ☎ 46-1200
		子 大きくなったかな?	すくすくねんね、午前中	すくすくねんね ☎ 46-0737
4	火			
5	水	子 助産師相談会	すくすくねんね、10時、3組限定、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
6	木			
7	金	子 リンバマッサージ	すくすくねんね、10時、5組限定 要予約、参加費 100円	すくすくねんね ☎ 46-0737
8	土			
9	日	健 トレーニング室利用講習会	総合会館2階 保健センター、10時、要予約	健康増進係 ☎ 46-1200
		医 松村内科・消化器科	東彼杵町	☎ 0957-47-0709
10	月			
11	火			
12	水	健 トレーニング室利用講習会	総合会館2階 保健センター、19時、要予約	健康増進係 ☎ 46-1200
		子 虫よけアロマスプレー作り	すくすくねんね、10時、6組限定 要予約、参加費 200円	すくすくねんね ☎ 46-0737
13	木			
14	金	子 父の日のプレゼント製作	すくすくねんね、10時、8組限定 要予約、参加費 100円	すくすくねんね ☎ 46-0737
15	土			
16	日	医 はすわ診療所	波佐見町	☎ 0956-85-5221
17	月			
18	火	子 おじいちゃんおばあちゃんに 会いに行こう	すくすくねんね、10時、8組限定、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
19	水	子 原味噌さんのみそ玉作り	すくすくねんね、10時、8組限定 要予約、参加費 300円	すくすくねんね ☎ 46-0737
20	木			
21	金	子 5歳児発達健診	総合会館2階 保健センター ※対象者には通知します。	健康増進係 ☎ 46-1200
22	土			
23	日	医 田淵医院	川棚町	☎ 0956-82-2111
24	月			
25	火	健 食改養成講座	総合会館2階 保健センター、13時半	健康増進係 ☎ 46-1200
26	水	子 ヨガ	すくすくねんね、10時、6組限定 要予約、参加費 100円	すくすくねんね ☎ 46-0737
27	木			
28	金	子 誕生会	すくすくねんね、10時、10組限定、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
29	土			
30	日	医 いちのせ内科循環器科	波佐見町	☎ 0956-85-7770

※この内容は4月末現在のものです。日程変更にはご注意ください。

地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは、高齢者ができるだけ長く健康に過ごすことができるよう、介護・福祉・医療の面から総合的な支援をしています。困りごとはお気軽にご相談ください。



いきいき百歳体操で楽しく長生き！～東宿地区編～



△東宿地区いきいき百歳体操グループの皆さん

町では高齢者の介護予防と健康づくりのため、いきいき百歳体操を推奨しています。東宿地区は百歳体操だけでなく、ほかの体操にも取り組まれ、身体も心も元気に活動されています！

東宿地区いきいき百歳体操

活動日時：毎週火曜日 8時30分から

活動場所：東宿コミュニティセンター

☎ 町地域包括支援センター ☎ 46-1173

健康ひとくちメモ

「歯周病と全身疾患の関係 ～お口の健康から全身の健康へ～」

大村東彼歯科医師会 尾崎 隆海（川棚町）

歯周病は歯周ポケット（歯と歯肉の間の溝）の中で細菌が増殖して、それらが炎症を引き起こして赤く腫れたり、出血したりする病気です。お口の中には300～400種類の細菌がいます。よく歯磨きをする人の口の中でも1000～2000億個の細菌がいて、あまり磨かない人はその倍以上の細菌がいます。

それだけ聞くとゾッとしますが、その中には善玉菌と悪玉菌、どちらにも変化する日和見菌といった菌種がいて、特に歯周病を悪化させる原因の細菌はこの中で数種類です。そしてその細菌が栄養とする1つが血液中のヘミン鉄という鉄分です。勿論、歯垢（汚れ）の除去は必要不可欠ですが、歯茎からの出血（炎症のサイン）をなくす事、出血しないように適切なお口のケアをする事で悪玉菌の働きを防ぎ、数を減らし歯周病を予防する事ができます。

一方、歯周病により炎症が起こっている部分では潰瘍が形成され、そこから細菌や細菌が出す毒素が血管

を通して全身に運ばれます。同時に「炎症が発生していますよ」と身体の免疫機構に知らせる炎症性の物質も、血管を通して全身に運ばれ悪影響を及ぼすと言われています。これを「血行性伝搬（けっこうせいでんぱん）」と言いますが、これだけでは説明がつかない事が多く、近年では唾液として飲み込んだお口の中の細菌が、腸内細菌に悪い影響を与えることで、全身に影響を及ぼすのではないかと考えられています。

また炎症性物質は、血糖値を下げるインスリンの働きを低下させ（糖尿病）、早産・低体重児出産、肥満、血管の動脈硬化（心筋梗塞・脳梗塞）にも関与しています。また、歯周病菌のなかには、誤嚥（ごえん）により気管支から肺にたどり着くものもあり、高齢者の死亡原因でもある誤嚥性肺炎の原因となっています。

最近では、大腸がんの人の便の中には、健康な人の便より、口の中の歯周病菌が多数存在している事も研究で分かってきており、がんの発生や進行に大きく関与している事も分かってきています。

歯周病の予防・治療を行う事で、全身の様々な病気のリスクを下げる事は健康寿命を延ばす事にもつながります。

日々の歯磨き・口腔ケアを見直し全身の健康につなげましょう。



ミライ on 図書館の本を探す、取り寄せるシステム「とりよせくん」をご存じですか？パソコンやスマホから利用できます。詳しくはお尋ねください！

絵本の読み語り（乳幼児対象・要申込）
6月22日（土）10時30分から



『いじわるパグのブー』
アーロン・ブレイビー 作

パグって犬をしってるかな？ブーは、パグなんだ。パグって何だかわいいよね。でもブーの性格は最悪なんだ。欲張りで、わがままで、威張ってて。一緒に住んでるダックスフントのトレバーにも絶対おもちゃを貸さない。「おもちゃはぜんぶ、お・れ・の・も・の！」。そんな意地悪ばかりしていると……。分かち合う事の大切さを教えてくれる絵本です。



『おきらく麺ごはん』
のんすけ 著

最近ちまたでは、体にやさしい麺ごはんが人気です。この本は、いつもの調味料を置き換えるだけで「簡単×おいしい×腸活ができて身体に良い」の塩麺、コンソメ麺、中華麺など、様々な麺調味料の作り方と、それらを使ったレシピを紹介します。通常の塩や醤油との置き換えの分量や作り方もとても丁寧に書いてあるので、麺がない時でもレシピ本として大活躍します。



『墓じまい ラブソング』
垣谷美雨 著

「絶対にお父さんと同じ墓に入れなくて約束しようだい」。姑は、死ぬ3か月くらい前から言い続けていたと義姉から電話がかかった。四十九日法要を目前に、突然明らかになった遺言に慌てる兄妹。騒動の行方をわくわくしながら見ていた五月だが、自分の娘達にも結婚後の苗字などをめぐる問題が……。墓じまいと夫婦別姓など、身近な問題をわかりやすく取り上げた小説です。

詳細はこちら



開室時間：火曜日～土曜日 9時～19時半 休室日：毎週月曜日、年末年始
日曜日・祝祭日 9時～17時 貸出期間：2週間（一人5冊まで）

新小学1年生に鉛筆立てを贈呈

3月25日、浦信夫さん（浦）が町立小学校の新1年生へ手作りの鉛筆立てをプレゼントされました。

今年は、小さな可愛いマウスを形どった鉛筆立てで、「なかよく」とメッセージが入っています。

浦さんは、毎年新1年生に手作りの鉛筆立てを寄贈され、今回で20数年目。

寄贈されたあと、早速、来年に向けての製作に取り掛かり「来年はどのような鉛筆立てになるか楽しみに待っていてください」と話されていました。



各種相談窓口

【人権相談】

6月1日は人権擁護委員法が施行された日です。家庭内のもめ事や隣近所とのトラブルなど、お気軽にご相談ください。

日時：6月1日（土）10時～15時

場所：町総合会館

☎ 役場戸籍係 ☎ 0957-46-1116

【年金出張相談】

日時：6月4日（火）10時～15時

場所：町総合会館 研修室

※相談を希望される方は事前に役場ほけん年金係へご連絡ください。

☎ 役場ほけん年金係 ☎ 0957-46-1202

【心配ごと相談】

日付：6月10日（月）13時30分～16時

場所：町総合会館 福祉センター相談室

※電話、匿名での相談可。

☎ 町社会福祉協議会 ☎ 0957-46-0619

【無料弁護士相談】

日時：6月19日（水）13時～16時

場所：町総合会館 福祉センター相談室

※事前に予約が必要です。

☎ 町社会福祉協議会 ☎ 0957-46-0619

【行政相談】

①日時：6月10日（月）10時～12時

場所：役場1階 第2会議室

②日時：6月24日（月）10時～12時

場所：農村環境改善センター

☎ 役場総務係 ☎ 0957-46-1265

【精神保健福祉専門相談】

精神科医師が相談に応じます。（予約制）

日付：6月12日（水）14時～

場所：県央保健所ほか

対象：原則として、主治医のいない方

☎ 県央保健所 地域保健課 保健福祉班

☎ 0957-26-3306

地域おこし協力隊日記

モリッシー（森島 剛）

2024年10月開業予定の「長崎スタジアムシティ」。

その開館セレモニーにあたり、長崎県下21市町長全員の写真撮影がなされています。我がまち岡田町長の写真は、元皇室専属カメラマンのモリッシーにて撮影を完了。

この写真は、長崎スタジアムシティの公式ホームページに掲載される予定です。



インスタグラムで情報発信中です！

敬称は省略させていただきます。また、掲載希望があったものだけを掲載しています。

ご結婚

おめでとうございます。

松尾 夏樹（木場）・中小路 みゆき（長崎市）

寄附お礼

ありがとうございました。

福田 勝子（駄地）香典返しとして金一封

東彼杵町の人口（3月末現在）※（）内は対前月比

総人口	世帯数	男性	女性
7,384 人 (-19)	3,196 世帯 (+11)	3,552 人 (-4)	3,832 人 (-15)

出生	死亡	転入	転出	その他
2 人	11 人	51 人	61 人	0 人

事故等発生件数（東彼杵町）

	人傷 件数	死者	傷者	物件 事故	飲酒	無免許
3 月中	1	0	1	21	0	0
令和 6 年中	5	0	7	51	0	0

HAPPY BIRTHDAY !!

広報ひがしそのぎでお子様のお誕生をお祝いしませんか？応募方法など詳しくは町ホームページをご覧ください。



水溜 こりんちゃん(金谷)

令和5年12月11日生

ぶにぶにほっぺかわいいね♡

水溜直樹さん、友紀子さんより



宝くじ文化公演 中孝介×竜馬四重奏 SPECIAL LIVE 2024

【イベント詳細】

日 時：7月21日(日) 開場13時、開演13時30分

会 場：町総合会館 文化ホール

入場料：全席指定 高校生以下1,000円、一般2,000円

※宝くじの助成により、特別料金となっています。

※未就学児の入場はご遠慮ください。

※当日販売は500円増となります。

前売券：5月21日(火) 9時から

教育委員会窓口で販売

☎ 町教育委員会 社会教育係 ☎ 46-0114



食改さんオススメ料理

美味しさと栄養バランスを兼ね備えた
“食改さん”のオススメ料理をご紹介します！



◆おすすめポイント

アスパラをホウレン草に変えたり、しめじを加えるなど、様々な食材で楽しめます！

栄養価 ※1人あたり

◎エネルギー 479kcal ◎たんぱく質 23.5g

◎脂質 15.2g ◎食塩相当量 2.7g

＼フライパン1つで簡単／ 「シーフードとアスパラの スープパスタ」

材料 2人分

- ◎シーフードミックス 150g ◎アスパラ 6本
- ◎たまねぎ 1/2個 ◎スパゲティ 160g
- 水 500ml ●コンソメ顆粒 大さじ1
- ニンニクチューブ 約1cm程度
- 赤唐辛子 お好み ◎オリーブオイル 大さじ2

作り方

- ①シーフードミックスを表示どおり解凍する。アスパラは根本の皮をピーラーでむき、斜め切り。玉ねぎは細切り。
- ②フライパンにオリーブオイルを中火で熱し、シーフードミックス、アスパラ、玉ねぎを炒める。
- ③●を加えて沸騰したら弱火にし、スパゲティを加えて30秒ほど混ぜながら加熱し、ふたをして6～7分、パスタに火が通るまで煮る。
- ④お好みで塩こしょうをふり、器に盛る。