

広報 ひがしそのぎ

2025
4月号
NO.690



4月から高校生になる、東坂ゆずさんと
中原充奈子さん。「新しい生活にドキドキ
していますが、ワクワクもいっぱいです」。
場所は下三根地区の彼岸川沿い。

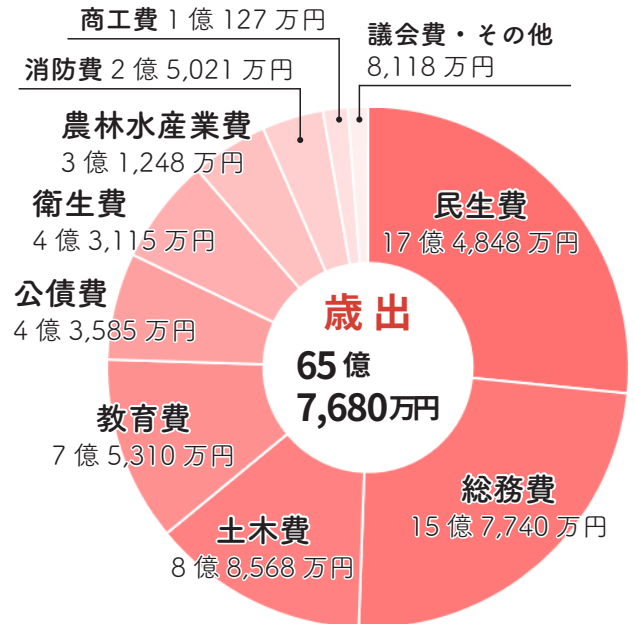
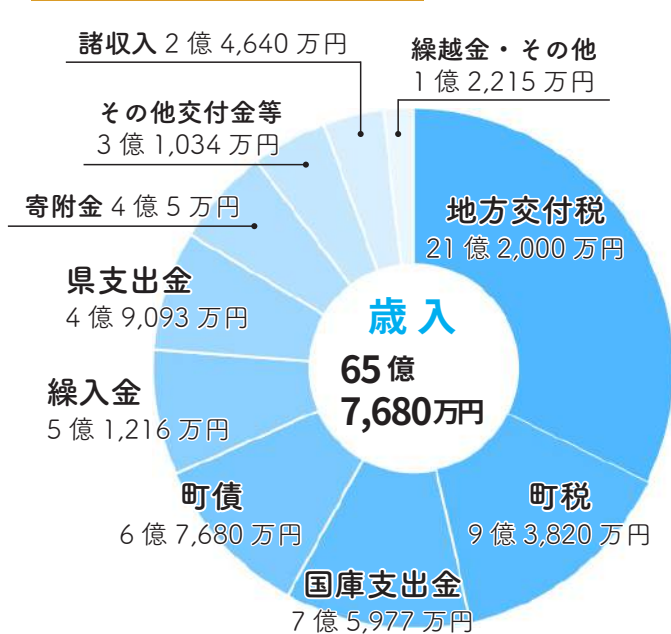
まちのおサイフ 当初予算

一般会計予算
65億7,680万円

前年度比
6億6,320万円減

3月6日から19日まで開催された町議会第1回定例会で、令和7年度の当初予算が決まりました。行政サービスの基本的な収入と経費を中心に、その概要と主な事業をお知らせします。※金額は全て端数を省略し、概数で表記しています。

一般会計の内訳



【歳入の主な増減】

- ◆繰入金 保育料完全無償化やまちづくり関連補助金等の財源として6,646万円増加。
- ◆町債 教育センター分室の解体や文化ホール機器更新に係る財源等を追加したが、昨年の駄地団地建替費用を財源とした町債が無くなり、町債全体では6億7,380万円減少。

【歳出の主な増減】

- ◆総務費 大阪・関西万博出展業や、オランダとの国際交流事業、教育センター分室他解体委託費用など3億9,926万円増加。
- ◆教育費 中学校の大規模改修や小・中学生用タブレット端末購入、総合会館文化ホール照明操作卓更新費用など2,697千万円増加。

詳細はこちら



詳しくはHPをご覧ください



各会計別当初予算総額

会計名	令和7年度	令和6年度	前年度比	
一般会計	65億7,680万円	72億4,000万円	▲9.2%	
特別会計	国民健康保険	11億500万円	11億2,000万円	▲1.3%
	介護保険	8億8,700万円	8億4,300万円	5.2%
	公共用地取得造成	31万円	32万円	▲0.6%
	後期高齢者医療	1億5,010万円	1億4,430万円	4.0%
	小計	21億4,241万円	21億762万円	1.7%
企業会計	水道事業	4億3,666万円	4億6,673万円	▲6.4%
	下水道事業	5億1,339万円	5億1,586万円	▲0.5%
	小計	9億5,005万円	9億8,259万円	▲3.3%
合計	96億6,926万円	103億3,021万円	▲6.4%	

問 財政管財係 ☎ 46-1205

ずっと暮らし続けたいまちへ

令和7年度の主要な事業を紹介します

ICT教育と子育て支援



G I G Aスクール構想に伴い、小中学生にタブレットを540台購入します。また、各種子育て支援策により子育て世代の負担軽減を図ります。

町の子育て支援策

乳幼児期

出産祝い金支給、保育料完全無償化

児童期

給食無償化、小中学校入学祝い金支給

青年期

高校・大学等への通学費支援

このほかにも様々な支援を行っています。
詳しくは町ホームページをご覧ください。

より便利な移動手段へ



デマンド交通の本格運行開始や高齢者に対するタクシー券の配布など、マイカー無しでは生活できない地域の方の移動手段確保に取り組めます。

デマンド交通の概要

運行日時

平日の午前7時～午後5時

利用料金

1回200円 ※タクシー券も利用可

乗降場所

各地区や商店・病院など102か所

利用方法

利用登録（初回のみ）と予約が必要

町を世界へPRします

大阪・関西万博出展

4月13日、大阪市夢洲にて大阪・関西万博2025が開幕します。東彼杵町はこの機会を最大限に活用し、世界にPRしていきます！



文化と食を全国へ

ながさきピース文化祭

9月中旬から開催される国民文化祭、全国障害者芸術・文化祭「ながさきピース文化祭」で町の伝統芸能や食文化を全国へ発信します。



農林水産業の推進

継続的な支援の実施

そのぎ茶日本一奪還に向けた手摘み経費等の助成や、施設園芸に必要なハウスに対する補助など、農林水産業の振興に継続して取り組めます。



データ活用で地域活性化



写真左から：岡田町長、長大データバンク神山准教授

3月4日、東彼杵町と長崎大学総合生産科学域長大データバンクは、町公共交通の活性化や持続可能な地域づくりを目的として「データ活用包括連携に関する協定」を締結しました。

今後は4月1日から町内全域にエリアが広がるデマンド交通の効率的な運行や利便性向上、人流データを生かしたまちづくりなどの取組みが展開されます。

ミライシード AWARD 地域特別賞



3月18日、ベネッセコーポレーションが主催する「ミライシード AWARD」で地域特別賞を受賞した公立小中学校の先生が町長へ受賞報告を行いました。

ミライシードはタブレット上で使用する学習支援ソフトで、様々な授業に使用されています。先生達は「限られた授業時間の中で意見を紙で共有するのは難しい。」「発表が苦手な生徒もいる。」「協働的な学びに最適」と話されました。

ドッジボール選手権九州大会出場



3月24日、第34回春の小学生ドッジボール選手権九州大会で大村市内のチームと合同で出場し、4位を獲得した彼杵キングドラゴンズの子どもたちが、町長へ報告を行いました。

大会に出場した原楓雅さん（小学6年生、本町）は「最後の大会で全力を出し切り、九州大会4位という結果を残せて良かったです」と話してくれました。

やすらぎの里でさくらまつり開催



△フラダンスの披露と観客

3月22日、里地区実行委員会主催による「さくらまつり」が河川公園やすらぎの里で開催されました。

今年は桜の開花が平年よりやや遅く、桜を楽しむことは出来ませんでした。実行委員会による軽食販売のほか、フラダンスやバンド演奏、もちまきなど様々な催し物が用意され、多くの人で賑わいました。



△グラウンドゴルフでホールインワンに挑戦！



△実行委員会による軽食の販売

3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
2日	東彼杵町消防団春季火災出動訓練 春季全国火災予防運動防火パレード出発式	18日	彼杵小学校卒業式 ベネッセ ミライシード AWARD 受賞報告
4日	特別町民とお茶会 長崎大学データセンター連携協定締結調印式	19日	令和7年第1回東彼杵町議会定例会本会議
6日	令和7年第1回東彼杵町議会定例会本会議	20日	上杉地区町政懇談会
7日	令和7年第1回東彼杵町議会定例会本会議	21日	太ノ原林業研究会総会
9日	第34回町民ソフトバレーボール大会	22日	西九州自動車道佐々～佐世保4車線化完成式典
11日	長崎県町村会副会長会	23日	彼杵遺族会戦没者慰霊祭 中岳、遠目、一ツ石地区町政懇談会
12日	東彼杵中学校考案オリジナルキャラクター提案	24日	土地改良事業団体連合会総会 小学生ドッジボール九州大会出場報告
14日	東彼杵中学校卒業式 区長会	26日	そのぎ茶ヌードルお披露目会 東彼地区保健福祉組合管理者会議・議会定例会
15日	やまだこども園卒園式	27日	赤木地区町政懇談会
16日	下三根地区町政懇談会	28日	西九州させば広域都市圏 第3回協議会

万博で東彼杵町を世界にPRします！

4月13日、大阪市夢洲にて大阪・関西万博2025が開幕します。 ☎ 企画係
東彼杵町はこの機会を最大限に活用し、世界にPRしていきます！ ☎ 46-1286

地方創生SDGsフェス



5月28日から6月1日まで万博会場内「WASSSE」で開催される地方創生SDGsフェスに出展！

東彼杵町が取り組みを目指す「AIキャリア教育システム」を紹介、体験いただきます！

国際交流プログラム



9月にオランダ王国パビリオンでそのぎ茶会を開催！

オランダ大使館の協力をいただき、東彼杵町とオランダの歴史的・文化的なつながりを発信します。

TEAM EXPO2025プログラム

～2024年の主な活動～

昨年7月、町は県内で唯一「TEAM EXPO プログラム」共創パートナーに登録され6つの共創チャレンジを支援しています。共創パートナーは万博のテーマ「いのち輝く未来社会のデザイン」やSDGsの達成に向けた活動を行う人たちを支援します。



香川県の石丸製麺に西海園からそのぎ茶を提供。「SONOGI茶NOODLE」を協同開発しました！

詳細はこちら



「テーブルスタイル茶道椿の会」へそのぎ抹茶を提供。海外を含む約8,000名の方に飲んでいただきました！

詳細はこちら



「まちごと万博」を掲げて活動するdemoexpoの岡本栄理氏をお招きしEXPO酒場東彼杵店を開催しました！

詳細はこちら



軽自動車税の納期限は5月31日

軽自動車税は、毎年4月1日現在のバイクや軽自動車等の所有者または使用者に課税されます。対象の方には納税通知書を送付しますので、納期限までの納付をお願いします。

詳細はこちら



▶四輪、三輪の軽自動車の税額

区分	平成 27 年 4 月 1 日以降の新車				平成 27 年 3 月 31 日までに 初度検査を受けた軽自動車	
	年税額	グリーン化特例（軽課）			経年重課	左記以外のもの
		75%軽減	50% 軽減	25% 軽減		
乗 用（自家用）	10,800 円	2,700 円	－	－	12,900 円	7,200 円
貨物用（自家用）	5,000 円	1,300 円	－	－	6,000 円	4,000 円
乗 用（営業用）	6,900 円	1,800 円	3,500 円	5,200 円	8,200 円	5,500 円
貨物用（営業用）	3,800 円	1,000 円	－	－	4,500 円	3,000 円
三輪の場合	3,900 円	1,000 円	2,000 円	3,000 円	4,600 円	3,100 円

※税率の軽減や経年重課については町ホームページをご覧ください。

▶原動機付自転車等の税額

区分	年税額
原付一種 総排気量 50cc 以下または定格出力 0.6kW 以下	2,000 円
原付一種 総排気量 125cc 以下かつ最高出力 4.0kW 以下	2,000 円
原付一種（特定原付：キックボード） 定格出力 0.6kW 以下	2,000 円
原付二種 乙 総排気量 90cc 以下または定格出力 0.8kW 以下	2,000 円
原付二種 甲 総排気量 125cc 以下または定格出力 1.0kW 以下	2,400 円
原付（ミニカー）	3,700 円
二輪の軽自動車 125cc 超 250cc 以下または 1.0kW 超	3,600 円
二輪の小型自動車 250cc 超	6,000 円
小型特殊自動車 農耕作業用（トラクター等）	2,400 円
小型特殊自動車 その他（フォークリフト等）	5,900 円

▶減免申請のご案内

要件を満たす方は、減免措置を受けられる場合があります。減免申請をされる方は納税通知書が届き次第、固定資産税係窓口で手続きをお願いします（**申請前に納付した場合は減免対象外**）。なお、納期限を過ぎた場合は減免を受けることができません。

▶車検に納税証明書は原則不要です

令和 5 年 1 月から車検の際の納税証明書の提示が原則不要となりました。

これに伴い、口座振替やスマートフォン決済アプリで納付された方への**納税証明書の送付は廃止**しておりますのでご注意ください。

☎ 固定資産税係 ☎ 46-1261

町営住宅入居者募集中

町営住宅の入居者を募集しています。詳しくは町ホームページまたは建設課管理係に備え付けの募集要項をご覧ください。

▶ **募集締切** 5月15日(木) ⑩ 管理係 ☎ 46-1363

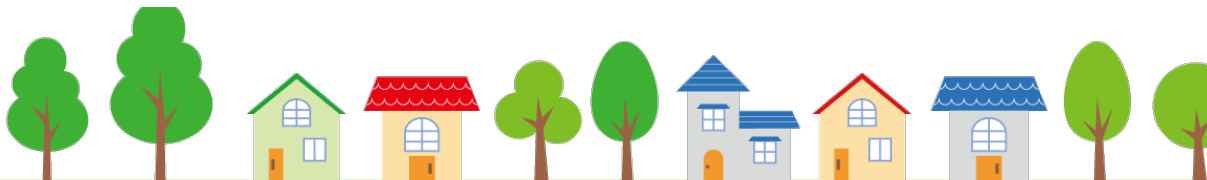
▶ **地域活性化住宅 セントラルハイツそのぎ (蔵本郷)**

詳細はこちら



募集中の物件	セントラルハイツそのぎ【301】
広さ・駐車場	【301】3LDK、駐車場1台あり、2台目は1,000円
家賃	【301】50,000円
敷金	家賃3か月分
申込資格	①事業所に勤務(予定含む)の方で、引き続き6月以上町内に居住していない方。 ②3LDKについては同居する親族がいること。 ※詳細は町ホームページまたは建設課窓口にて備え付けの募集要項をご覧ください。

▼301



春の農作業賃金をお知らせします

以下の農作業賃金は、町農業委員会で協議したものです。双方の合意があれば農地等の条件に合わせた賃金に決定することができます。 ⑩ 町農業委員会 ☎ 46-1311

▶ **賃金単価**

区分	単位	単価
茶摘採(可搬式)	1時間あたり	3,000円
茶摘採(乗用摘採機)	1時間あたり	6,000円
耕運機・トラクター(春田耕)	10aあたり	7,000円～8,000円
耕運機・トラクター(代かき)	10aあたり	7,000円～8,000円
田植機	10aあたり	7,000円～8,000円
育苗請負額	農協の基準に準ずる	
一般農作業賃金	1日(8時間)あたり	7,630円(953円/h)

詳細はこちら



高齢者タクシー利用券をご利用ください

町では移動手段を持たない高齢者の外出を支援するため、対象の方にタクシー利用券を交付しています。令和7年度分は3月下旬頃郵送でお届けしています。

▶対象者（以下の全ての条件を満たす方）

- ・75歳以上の方
- ・4月2日現在において町内に住所を有し、現に居住している方
- ・運転免許証を持っていない方（失効している方を含む）

詳細はこちら



▶利用券の交付枚数

500円券×18枚、100円券×10枚

※100円券は町営バス・デマンド交通でも利用できます。

※中尾、太ノ原、太ノ浦、中岳、遠目、蕪、一ツ石にお住まいの方は500円券を10枚追加交付します。



▶75歳になる方は誕生日前でも申請可能！

令和7年度中に75歳になる方（昭和26年4月1日以前に生まれた方）は令和7年4月1日から申請ができます。（要件を満たせばタクシー利用券を即日交付します）

☎ 長寿支援係（町地域包括支援センター） ☎ 46-1173

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43歳未満であること
- ・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

詳細はこちら



※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

特定健診を受けましょう！

特定健診は年に1度、自分の体調を知る良い機会です。忘れずに受けましょう！
なお、事前に申込みれていた方は、集団健診の際にがん健診も一緒に受診できます。

▶注意事項

- ・受診の際は**受診券**と**マイナ保険証**（または紙の保険証や資格確認書）が必要です。受診券は5月上旬に対象者へ送付します。
- ・空腹時の健診になりますので、午前受診予定の方は朝食を、午後受診予定の方は昼食をとらずに受診ください。
- ・マイナ保険証を利用した受付では、国保加入者か、後期高齢者かだけを確認する資格限定照会を行います。通院履歴や登録口座情報などの詳細情報が表示されることはありません。

詳細はこちら



▶対象となる方

- ・町国民健康保険に加入している40歳から74歳までの方
- ・町内在住で長崎県後期高齢者医療保険に加入している方



▶集団健診の日程 ※受付時間が昨年より遅くなっています

実施日	場所	受付時間	負担金
5月19日（月）～20日（火）	農村環境改善センター	8時～11時 13時15分～14時30分	無料
5月21日（水）～23日（金）	総合会館2階 大会議室	8時～11時 13時15分～14時30分	無料
7月23日（水）	農村環境改善センター	8時～11時 13時15分～14時30分	無料
7月24日（木）～26日（土）	総合会館2階 大会議室	8時～11時 13時15分～14時30分 ※26日（土）は午前のみ	無料
10月22日（水）	農村環境改善センター	8時30分～11時 13時15分～14時30分	無料
10月23日（木）	総合会館2階 大会議室	8時30分～11時 13時15分～14時30分	無料
10月26日（日）	総合会館2階 大会議室	8時30分～11時	無料

▶個別健診 町外でも東彼杵郡医師会加入の医療機関であれば受診可能です

医療機関	電話番号	負担金	医療機関	電話番号	負担金
岩永医院	0957-47-0014	無料	山住医院	0957-46-1162	無料
松村内科・消化器科	0957-47-0709	無料	山川医院	0957-46-0020	無料

▶情報提供 ※高血圧・糖尿病・脂質異常症等で通院中の方へ

県内または嬉野市の一部医療機関で定期的に検査を受けている方は、治療データをほけん年金係へ提出することにより、特定健診を受診したことに替えることができます。希望される方はかかりつけ医へご相談ください。

☎ ほけん年金係 ☎ 46-1202

高齢者肺炎球菌の予防接種

高齢者肺炎球菌の予防接種は肺炎の感染予防・重症化予防のためのワクチン接種です。対象の方は町の助成を受けられます。

詳細はこちら



▶対象者

- ・ 65歳（65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前々日まで）
- ・ 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器に日常生活が極度に制限される程度の障害や、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方（身体障害者手帳1級）

※肺炎球菌ワクチン（ポリサッカライド）の接種助成を受けたことがある人は対象外

▶自己負担額

医療機関が定めた額から町助成額3,055円を差し引いた額（医療機関により異なるが、自己負担額は5,000円程度）

▶接種場所

県内の医療機関（一部除く）

※必ず予約をしてください。

詳しくはお問い合わせください。

☎ 健康増進係 ☎ 46-1200



带状疱疹ワクチンが定期接種になります

4月1日から、带状疱疹ワクチンが定期接種となるため、対象の方へ費用の一部を助成します。

☎ 健康増進係 ☎ 46-1200

詳細はこちら



▶対象者

- ・ 今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上になる方（令和12年3月末までの経過措置。ただし、100歳を超える方は今年度のみ）
- ・ 60歳以上65歳未満の方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

▶自己負担額

不活化ワクチン：医療機関が定めた額から町助成額10,000円を差し引いた額（医療機関により異なるが、自己負担額は10,000円程度）

生ワクチン：医療機関が定めた額から町助成額4,000円を差し引いた額（医療機関により異なるが、自己負担額は4,000円程度）

▶接種場所

県内の医療機関（一部除く）

※必ず予約をしてください。

▶接種期間

令和8年3月31日まで

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。



映画「オレンジ・ランプ」の上映会を行いました！

認知症への理解を深めることを目的として、若年性認知症の方をモデルにした映画「オレンジ・ランプ」の上映を2月21日(金)に行い、411名の方にご来場いただきました！

地域包括支援センターでは、これからも認知症への理解を深めるための取組を行っていきます。

認知症の講話をご希望の方は、地域包括支援センターまでご連絡ください。

☎ 町地域包括支援センター
☎ 46-1173



健康一口メモ

痛み止めとの向き合い方

東彼杵郡医師会 八並 幹 (波佐見町)



整形外科は痛みと向き合う診療科です。関節痛、神経痛、筋肉痛等様々な痛みを抱えて患者さんが来院されます。痛みを緩和して皆さんの日常生活上のストレスを軽くする事が整形外科医の使命です。その際に最もよく使うのが痛み止め(非ステロイド性消炎鎮痛薬、以下NSAIDs)です。日々の診療で処方しており相棒といっても差しつかえない存在です。様々な痛みに対して安定した効果が期待できる有効な薬剤と言えます。ただ副作用もあり、重篤化する事があるため注意を要します。

1つは胃粘膜障害です。NSAIDsにより胃粘膜が刺激を受け、胃炎や胃潰瘍を生じる事があります。最悪の場合は穿孔(胃に穴が開く事)を起こして手術を要する事もあるので注意を要します。胃粘膜保護薬等を予防的に処方して受診される度に胃の不快感がないかを必ず確認し、症状があれば減量、刺激の少ない薬剤への変更、もしくは投与を中止します。

もう1つは腎機能障害です。元々加齢とともに腎機能は徐々に低下します。腎機能低下の原因としては高血圧症、脂質代謝異常といった生活習慣病や喫煙、飲酒といった嗜好品の摂取もNSAIDsの原因

の一つに挙げられます。具体的にはNSAIDsは腎臓の血流低下を生じる作用があり、腎機能の低下した方に投与する事で更なる腎機能悪化を招く恐れがあります。

治療薬で患者さんの状態悪化を招くのは本末転倒になりますので、日々の診療においては、特に中高年の方には内臓の障害を指摘された事が無いかを必ず聞くようにしています。お薬手帳を確認する事である程度の把握はできますが腎機能の評価でベストなのは採血で確認する事です。かかりつけ医での採血や検診の結果があれば次の受診の時に持ってきて下さい。かかりつけ医がない、もしくは採血を殆どされていない方に対しては当院で採血を行い評価します。腎機能低下を認めた場合はNSAIDsと系統が異なる機能の影響が少ない薬剤に切り替えて疼痛の軽減に努めます。

個々の患者さんの状況に応じて薬剤を使い分ける事で疼痛の軽減を図り、日常生活上の支障、ストレスの緩和を目指しておりますので痛みで気になることがあれば整形外科に御相談下さい。



子育て・健康カレンダー

子育て情報
 健康情報
 休日当番医

日	曜日	内容	場所・開始時間・その他	問い合わせ先
1	木			
2	金	IPPO講座④	すくすくねんね、10時 対象者限定、6回連続講座、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
		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時半、8組限定、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
3	土	松村内科・消化器科	東彼杵町	☎ 0957-47-0709
4	日	波佐見病院	波佐見町	☎ 0956-85-7021
5	月	岩永医院	東彼杵町	☎ 0957-47-0014
6	火	いちのせ内科循環器科	波佐見町	☎ 0956-85-7770
7	水	母の日プレゼント週間	すくすくねんね、先着25名	すくすくねんね ☎ 46-0737
8	木	母の日プレゼント週間	すくすくねんね、先着25名	すくすくねんね ☎ 46-0737
9	金	IPPO講座⑤	すくすくねんね、10時 対象者限定、6回連続講座、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
10	土			
11	日	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
		すが眼科	波佐見町	☎ 0956-20-7575
12	月	乳児相談(3~4、7~9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
		大きくなったかな?	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
13	火			
14	水	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
		助産師相談会、個別相談会	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
15	木			
16	金	IPPO講座⑥	すくすくねんね、10時 対象者限定、6回連続講座、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
17	土			
18	日	こうの内科医院	波佐見町	☎ 0956-20-7500
19	月	リンパマッサージ	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
20	火	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
21	水			
22	木	風水さんのカラフル書道	すくすくねんね、10時、4組限定 要予約、参加費500円	すくすくねんね ☎ 46-0737
23	金	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
24	土			
25	日	三島眼科医院	東彼杵町	☎ 0957-46-0340
26	月			
27	火	ふみちゃんのみそ作り	すくすくねんね、10時、4組限定 要予約、参加費1,000円	すくすくねんね ☎ 46-0737
28	水			
29	木			
30	金	気ままにおしゃべり会	すくすくねんね、10時、6組限定、要予約	すくすくねんね ☎ 46-0737
31	土			

※この内容は3月末現在のものです。日程変更にはご注意ください。



子ども読書週間が4月23日から始まります。図書室では、歴史民俗資料館に移設後に楽しいイベントを予定しています。この機会にぜひご来室ください。

5月は読書フェスティバルも実施予定です。



『こねこねのねこピッツァ』
くさかみなこ作

皆さんは、ピッツァが好きですか？チーズにトマト、きのこ、ツナマヨにコーン、甘いイチゴホイップやチョコバナナがのったピッツァ。

7匹の猫のきょうだい、生地をこねこねしておいしいピッツァを作ります。

こねこねピッツァこねピッツァ、ねこがこねこね、ねこピッツァ・・・と今日も猫型トラックにのった猫達が歌いながらやって来ます。読んで歌って楽しい絵本です。



『私のまんまで生きてきた』
平野レミ著

「自分に素直に、自然にやるだけ」「お料理を楽しむために手抜きをする」「ごはんのときには、小言はナシ」。

ずっと元気で生きる為の考え方や料理に対する心構え、息子達の子育て方針など、これまで生きてきた事をふり返り、自分が自分らしく生きるための言葉を掲載。

言葉がレミさんの声になり心にスッと入ってきて、自身自身の問題に前向きになり元気がでてくるエッセイです。



『アルプス席の母』
早見和真著

秋山菜々子は夫と死別し、看護師をしながら一人息子の航太郎を育てている。

神奈川のシニアリーグで活躍する航太郎は、いくつもの強豪校から声がかかるが、亡き父と応援していた甲子園常連校の山藤学園からはかからなかった。山藤と同じ大阪の新興校である希望学園の監督から誘いを受け、山藤を倒して甲子園を目指す事に。奈々子も大阪に引っ越し近くで息子を支える事にしたが・・・。

詳細はこちら



開室時間：月・水曜日～土曜日 10時～19時半 休室日：毎週火曜日、年末年始
日曜日・祝祭日 10時～17時 貸出期間：2週間（一人5冊まで）

地域おこし協力隊日記：松野 隆太

大分暖かくなり、ドライブにぴったりな季節になってきましたね！

私は東彼杵町に来るまでペーパードライバーの座を死守してきましたが、車なしの生活に限界を感じ、車を入手！教習所にも通い、入念な準備をして車生活をスタートしたのですが、納車2か月で事故に遭い、泣。

武雄までドライブして樹齢3000年以上の大楠を見て、大自然パワーを感じてきましたが、私が今一番感じたいのは交通安全パワーです。

皆さん交通安全で有名なオススメの神社がありましたら教えてください。教育委員会でお待ちしていますね！



東彼杵町観光協会通信

「よかマルシェ」で そのぎ茶アレンジドリンクをテスト販売！

3月8～9日、道の駅いちご祭りにあわせて「東そのぎよかマルシェ」を開催しました。観光案内所前には、新鮮ないちごやスイーツ、そのぎ茶、雑貨などのテントが並び、2日間で約9千人の来場がありました。

観光協会は、大村湾パーキングエリアを起点とした地域創生プロジェクトで町内のお茶農家や茶商、特別町民、大学生などと開発したそのぎ茶アレンジドリンクを販売。今後は大村湾パーキングエリア「東そのぎリアカー商店街」で販売する予定です。



☎ 東彼杵町観光協会
☎ 0957-46-1909

諫早年金事務所からのお知らせ

令和7年度国民年金保険料額について

令和7年度の国民年金保険料の金額は1か月17,510円です。

保険料を毎月自動的に引き落とす口座振替は、納め忘れがなく確実です。また、前納した場合はその期間に応じて、保険料の割引があります。詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。

期間	金額	割引内容
6か月前納（口座振替）	103,870円	1,190円割引
6か月前納（現金納付）	104,210円	850円割引
1年前納（口座振替）	205,720円	4,400円割引
1年前納（現金納付）	206,390円	3,730円割引
2年前納（口座振替）	408,150円	17,010円割引
2年前納（現金納付）	409,490円	15,670円割引

※クレジットカード納付は現金納付と同じ金額になります。

東彼杵町の人口（2月末現在）※（）内は対前月比

総人口	世帯数	男性	女性	
7,326人 (-14)	3,189世帯 (-14)	3,532人 (-4)	3,794人 (-10)	
出生	死亡	転入	転出	その他
1人	18人	26人	22人	1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
2月中	2	0	2	14	0	0
令和7年中	5	0	6	28	0	0

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。

おくやみ

本田 美代子（東町） 84歳

各種相談窓口

▶交通事故巡回相談

交通事故でお困りの方はご相談ください。

①日時：5月8日（木）10時～15時

場所：県北振興局

②日時：5月20日（火）10時～15時

場所：諫早市役所 高城会館

※相談予約は、開催日の2日前（土日、祝日を除く）までとなります。

☎ 県交通事故相談所 ☎ 095-895-2342

▶行政相談

①日時：5月12日（月）10時～12時

場所：役場1階 第2会議室

②日時：5月26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

▶心配ごと相談

日時：5月10日（土）

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

▶年金出張相談

日時：5月20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ご連絡ください。

☎ 諫早年金事務所 ☎ 0957-25-1662



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

レモンを加えることで、さっぱりとおいしくいただけます。やわらかく甘味のある新玉ねぎで作っててください。

1人あたりの栄養価

エネルギー：273kcal、たんぱく質：12.5g
脂質：18.2g、食塩相当量：1.1g

＼春を感じる／

「豚肉と玉ねぎの レモンしょうゆ炒め」

材料 2人分

- ◎玉ねぎ1個 ◎スナップエンドウ10さや
- ◎豚ロース薄切り肉120g ◎塩、こしょう少々
- ◎片栗粉 小さじ1 ◎レモン（薄い輪切り）4枚
- ◎オリーブオイル 大さじ1
- レモン汁 小さじ1と1/2
- しょうゆ 小さじ2 ●みりん 小さじ2
- 塩、こしょう 少々

作り方

- ①玉ねぎをくし形に切る。
- ②スナップエンドウの筋を取ってゆでておく。
- ③豚肉を一口大に切り、塩、こしょう、片栗粉をまぶす。
- ④フライパンを熱し、半量のオリーブオイルを入れて玉ねぎを炒め、取り出す。
- ⑤残りのオイルを入れて熱し、③の豚肉を炒める。火が通ったら●を加えて絡め、④の玉ねぎ、②のスナップエンドウを加え炒め合わせる。
- ⑥皿に盛り、飾り用のレモンを添える。