



8月7日に「勾玉づくり体験」が行われました。
小学生1年生から6年生までの児童が参加し、児童たちは
楽しそうにオリジナルの勾玉を作っていました。

役場新庁舎建設事業通信(No.1)

新庁舎建設事業費として、令和8年度町当初予算の継続費に総額17億5千万円を町議会で決定いただきました。

令和11年12月末に新しい役場庁舎が完成し、翌年2月に開庁する計画です。

新庁舎建設事業の進捗状況を、通信として今後お知らせいたします。

今号は、新庁舎の建設を決定するまでの経過を中心にとりあげます。

※継続費とは、完成までに数年かかる大規模な公共事業などに対し、あらかじめ「総事業費」と「年度ごとの支払い計画（年割額）」を定めて議会の議決を得る予算制度です。

《庁舎建設の背景》

現庁舎建物の現状

- ・本館部分：昭和36年建築（現在築65年） 面積1,259㎡
法定耐用年数（50年）を大きく超えている
建物内部の床や壁に亀裂が入り、設備も陳腐化している
旧耐震基準の構造体
- ・新館部分：昭和60年建築（現在築40年） 面積806㎡
新耐震基準の構造体

庁舎敷地の状況

- ・河岸浸食区域内に位置（庁舎全体の倒壊発生のおそれあり）
- ・駐車場から国道までが急勾配（ブレーキの踏み間違いによる交通事故が発生）

役場業務を継続し、地震に備えるには、現庁舎敷地外での新築建替えや町有既存施設への機能移設を検討し、その方向性を決めることが喫緊の課題

※河岸浸食区域とは、洪水時の激しい川の流れにより川岸の地面が削り取られ、周囲の土地や家屋が流出・倒壊する危険性がある範囲を指します。

《方向性決定までの経過》

令和元年10月に町職員による庁舎整備検討委員会を設置し、専門家（建築士）調査の結果及び町議会の意見等に基づき、次の時系列で方向性を決定した。

時 期	検討結果
令和元年度	町職員により総合会館内の社会福祉協議会移転を前提とした検討を開始 結果：移転費用や移転先用地取得などの検討結果を総合的に判断し、「新庁舎建設による整備を目指す」ことを令和2年3月開催の町議会において表明
令和2年5月	長崎県から建築物の耐震改修の促進に関する法律に基づき令和7年3月までに除却工事に着手するよう命令を受ける



時 期	検討結果
令和 2 年 6 月	除却命令や庁舎整備基金の現在高などから再考した結果、可能なら「総合会館に移設する」ことを議会に表明
令和 2 年度 ～ 令和 3 年度	「総合会館への移設」の可能性について、客観的・専門的知見により庁舎整備の方向性を明確化することを目的に専門家調査を実施 結果：執務面積は、議会機能を現庁舎に残し、玄関ホール部分 2 箇所の 2 階部分の増床及び保健センターの全体、教育センターの一部を使った移転は可能
令和 3 年度	「総合会館への移設」について「執務面積確保可能」との結果がでたため内部改修や増床を施工する際の法令適合計画及び総合会館全体の建物、構造体並びに設備の現状等を調査する総合会館改修事前専門家調査を実施 結果：玄関ホール部分 2 箇所の増床に伴い建物全体の耐震診断が必要（耐震診断の結果次第では耐震補強工事が必要） ：官庁施設に求められる耐震性能を有していないⅢ類構造体 など
令和 3 年 9 月	町議会庁舎整備特別委員会の設置
令和 3 年 1 2 月	町議会庁舎整備特別委員会調査報告 ・総合会館は、Ⅲ類建築物であり自然災害に対する備えの脆弱性が指摘されております。行政の一義的役割は町民の生命、財産を守ることであり、それ故に役場庁舎は行政と防災の拠点であり、その機能を併設したものでなければなりません。係る現状を鑑みれば、数十年先を見据えた視点が重要であり、執行部からも議会としての方向性を早期に示して欲しいとの要望から建設に関わった議会として後世に誇れる庁舎を残すべきとの意見を多数決により決定し、新役場庁舎は、図書館、むつみ荘、農民研修センター等を解体し、既存施設を移転して、新庁舎（議会棟を含む）を建設することが望ましいとの結論に至りました。 (委員会調査報告書原文から一部抜粋記載)
令和 4 年 3 月	町議会のご意見並びに総合会館の構造体調査結果及び現庁舎敷地の問題などを総合的に判断し、「新庁舎建設による整備」を表明

※官庁施設に求められる耐震性能とは、次表のとおりです。

区分	施設の用途	耐震強度	目標とする損傷レベル			
			耐震基準法対象			法対象外
			中小地震 (震度 5)	中地震 (震度 6 弱)	大地震 (震度 6 強)	巨大地震 (震度 7)
Ⅰ 類	災害対策の指揮、 情報伝達のための 施設	1.5 倍	無被害		軽微な被害 (補修不要)	小破 (補修後使用可)
Ⅱ 類		1.25 倍	無被害	軽微な被害 (補修不要)	小破 (補修後使用可)	中破～大破 (補修後使用可)
Ⅲ 類	その他	1.0 倍	軽微な被害 (補修被害)	小破 (補修後使用可)	中破～大破 (補修後使用可)	大破 (再使用可)

彼杵児童体育館閉館のお知らせ

彼杵児童体育館は、12月31日（木）をもって閉館予定です。本体育館は、昭和51年3月完成、同年4月1日の供用開始から50年間に渡り、町民の方々に親しまれてきましたが、老朽化に加え耐震性能も不足しているため、解体することになりました。

彼杵児童体育館の閉館後は、既存の町体育施設（千綿児童体育館、千綿体育館【旧千綿小学校体育館】）及び蕪みどり集会施設、並びに町立小・中学校体育館（東彼杵中学校、彼杵小学校、千綿小学校。但し、学校教育活動に支障がない時間帯に限る。）等をご利用ください。

また、ご意見ご要望等を基に、既存体育施設の老朽化及び集約化等を踏まえて、（仮称）町民体育館の建設に向けた将来的な協議等を行なっていきます。なお、彼杵児童体育館跡地は、役場新庁舎建設地として利用予定です。

☎ 教育委員会 社会教育係 ☎ 46-0114



▲彼杵児童体育館

役場庁舎窓口受付時間の短縮について

東彼杵町では職員の働き方改革と行政サービスの質向上のため、下記のとおり各窓口での受付時間を4月1日から短縮していますが、このたび10月1日から正面玄関も16時30分から施錠することに至り、つきましては、あらかじめご連絡いただいた方やお急ぎの方は、1階側面出入口からお越しください。

窓口受付時間：9時00分～16時30分

☎ 総務課 総務係 ☎ 46-1265

「令和8年熊本地震災害義援金」受付



▲義援金箱

令和8年7月28日に発生した熊本県熊本地方を震源とする地震により、被災された多くの方々を支援するため、東彼杵町では、義援金箱を設置し、災害義援金を受け付けています。

義援金箱の設置場所は役場入口・総合会館ロビー・千綿支所の3か所です。

なお、救援物資の受け付けは致しておりませんのでご了承ください。また、災害に乗じた義援金名目等の詐欺には十分ご注意ください。

町民皆様の温かいご支援をよろしくお願いいたします。

☎ 総務課 総務係 46-1265

令和8年社会生活基本調査 ご協力をお願い

総務省統計局（長崎県）では、10月20日現在で社会生活基本調査を実施します。10月上旬から中旬にかけて、調査員が調査をお願いする世帯に伺いますので、ご回答をお願いします。

なお、「社会生活基本調査」をよそおった不審な訪問者や不審な電話・電子メールなどにご注意ください。

また、金銭を要求したりすることは絶対にありません。調査員は必ず「調査員証」を身に着けているほか、調査名が入った『下敷き』及び『手提げ袋』を携帯していますのでご確認ください。

☎ 総務課 企画係 46-1286



10月は土地月間です (10月1日は土地の日)

一定面積以上の土地について売買などの取引をした場合には、国土利用計画法により、売買の場合であれば買主は、契約締結の日から2週間以内に土地の利用目的などについて土地の所在する市町へ届出が必要です。

○届出の必要な土地取引面積

市街化区域 2,000㎡以上
市街化区域以外の都市計画区域 5,000㎡以上
都市計画区域以外の区域 10,000㎡以上
☎ 総務課 企画係 46-1286

令和8年度 秋の農作業賃金について

農業委員会では、次のとおり農作業賃金等標準額を設定しました。金額は基準・目安として設定したものです。当事者間で金額を決定してください。一般作業賃金は2026年8月時点の長崎県最低賃金額に基づいています。最低賃金改定(例年10月頃)により金額が変更となった場合は、改定後の額を適用します。

稲刈	バインダー	10aあたり	10,000円
	コンバイン	10aあたり	13,000円 ～16,000円
脱穀	ハーベスター	1袋(30kg)あたり	400円
一般農作業賃金		1日(8時間)あたり	8,248円～ (1,031円/h) ※長崎県の最低賃金 以上とする

また、農業委員会では、遊休農地の解消・発生防止を目的として、対象農地に植栽するためのオリーブやブルーベリー、柿などの果樹の苗木を配布しています。希望される方は令和8年12月25日(金)までに所定の申込書を提出してください。苗木の配布時期は令和9年2月から3月上旬を予定しています。

遊休農地とは、概ね1年以上耕作されておらず、今後も耕作されないと見込まれる農地です。

☎ 農業委員会 ☎ 46-1311



詳細はこちら

マンホールふたデザインコンテストを開催します

東彼杵町は平成9年4月に一部地域で下水道が供用開始され、令和9年に30周年を迎えます。

この30周年を記念し、下水道について関心と親しみをもっていただくため、マンホールふたのデザインコンテストを開催します。

開催期間 : 令和9年1月7日(木)まで

募集テーマ : 東彼杵町らしさや町の魅力が
ぎゅっと詰まったデザイン

応募資格 : なし

(居住地、プロ、アマ、個人、
グループを問いません)

最優秀賞 : 賞金5万円及び町の特産品
(1万円相当)

マンホールふた(プレート式)を
製作し町内1か所に設置します。

優秀賞 : (小・中学生部門)

図書カード5千円分及び町の特産品
(3千円相当)

(一般部門) 賞金5千円及び町の特産品
(3千円相当)

<下水道供用開始区域内にお住まいの方へ>

下水道は、生活排水をきれいにし海や川へ戻すなどの重要な役割を持っています。

子どもたちにきれいな河川や海を残していくためにも、区域内にお住まいの方は早期に接続をお願いします。

☎ 水道課 上下水道総務係

☎ 46-1327



詳細はこちら

障害者手帳をお持ちの方へ～障害者福祉医療のご案内～

福祉医療とは、保険証を使って医療機関で受診したとき、支払った保険診療金額の一部を助成する制度です。

対象の方には9月30日まで有効の受給者証を発行しています。10月1日以降の受給者証は所得審査のうえ対象者に送付します。

医療費に対する助成を受けるには、申請書と医療機関から発行された領収書（もしくは申請書裏面の医療機関等証明書）を役場社会福祉係に提出してください。

申請書は役場社会福祉係窓口または役場ホームページから取得できます。

○対象者と助成金額

身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の等級で助成金額が異なります。

（精神障害者保健福祉手帳1級の方は通院のみ対象）

身体	療育	精神	病院等（外来・入院）	薬局
1・2級	A級	1級	医療機関に支払ったひと月の合計金額が、自己負担額（※）を超えた場合にその差額を支給	全額助成
3級	B級	—	医療機関に支払ったひと月の合計金額が、自己負担額（※）を超えた場合にその差額の半額を支給	半額助成

※自己負担額

1つの医療機関に1日のみ通院（入院）した場合は自己負担額800円

1つの医療機関に2日以上通院（入院）した場合は自己負担額1600円

☎ 町民課 社会福祉係 ☎ 46-1155



詳細はこちら

令和9年4月入所新入園児の受付について

1号児と2・3号児で応募期間や方法が異なりますので、ご注意ください。

● 1号児（保育の必要性がなく、教育を希望する方）

希望する園へ申し込みをし、園が審査・決定（内定）をします。

	認定こども園つばさ 平似田郷 702 番地 47-0648	認定こども園やまだこども園 蔵本郷 1510 番地 46-0824	認定こども園ひまわりえん 彼杵宿郷 362 番地 1 46-1485
申込期限	10月17日（土）～ 10月30日（金）開園日 7:00～16:00	11月2日（月）～随時 開園日 8:00～17:00	12月1日（火） ～随時 開園日 9:00～16:00

● 2・3号児（保護者の就労等により、保育を必要とする方）

役場へ申込書類を提出し、町が決定をします。申込書類は役場窓口、町HP、町内各園にあります。

提出期間 令和8年11月4日（水）～令和9年1月8日（金）

①先着順ではありません。

②4月中に入所を希望される方はこの期間に提出してください。

令和9年5月14日以前に就職（復職）される方は、2週間の慣らし保育の期間を含めると4月入所となりますのでご注意ください。

☎ こども健康課 子育て支援係

☎ 46-1196



詳細はこちら

8月・9月は「事業承継推進月間」です

長崎県事業承継・引継ぎ支援センターは「国が設置した事業承継・事業引継ぎの相談所」です。8月・9月の2カ月間、中小・小規模事業者の事業承継を集中的に啓発いたします。事業者のみならず、事業承継に向けて第一歩を踏み出せるよう、きめ細やかな事業承継支援を推進します。

◎事業承継支援（親族・従業員・第三者）に関するご相談

◎事業承継診断 ◎事業承継計画作成支援 ◎M&A マッチング支援 など

相談無料

秘密厳守



長崎県事業承継・引継ぎ支援センターはあらゆる事業承継についてワンストップで相談できる公的な支援機関です。

安心してご相談ください

WEB 長崎県事業承継・引継ぎ支援センター

後継者がいる場合もない場合も、
中小企業の事業承継を支援する公的機関
長崎商工会議所
長崎県事業承継・引継ぎ支援センター
☎095-895-7080 にご相談ください。

平日 9時～17時
※年末年始、祝日除く
事前予約制

〒850-0031 長崎市桜町4-1 長崎商工会館1F

宝くじの収益の一部を財源にしたコミュニティ助成事業で整備

（一財）自治総合センターが宝くじの収益を財源に社会貢献広報事業として実施している「コミュニティ助成事業」を活用して、蔵本自治会、金谷自治会では、公民館等にイベント用テントや机、椅子などを、東彼杵町消防団では、消防活動で利用する可変性に優れた簡易水槽を整備しました。

自治会での一層のコミュニティ活動や消防団員の安全性向上と初期消火体制の充実・強化が見込まれます。



蔵本自治会 イベント用テント



金谷自治会 イベント用テント



簡易防火水槽



10月 健康・子育てなどに 関するイベント

○乳児相談（3～4か月児）

※対象者には通知します

日 付：10月5日（月）

時 間：受付10時～10時30分

場 所：総合会館2階 保健センター

○2歳児歯科健診

※対象者には通知します

日 付：10月16日（金）

※受付時間は通知をご覧ください。

場 所：総合会館2階 保健センター

○健康相談

日 付：10月14日（水）

13時30分～14時30分

場 所：総合会館2階 保健センター

必要な物：健診結果、お薬手帳があれば
お持ちください

○各種がん検診等

日 付：10月21日（水）農村環境改善センター

22日（木）総合会館大会議室

25日（日）総合会館大会議室

時 間：受付8時30分～11時（25日は午前のみ）

13時15分～14時30分

内 容：胃がん、大腸がん、結核・肺がん、前立腺がん検診、申込みされた方には4月にご案内を通知しています。肝炎ウイルス検査、ピロリ菌抗体検査をご希望の方は健診受付にて直接お申し出下さい。国保加入者の特定健診および後期高齢者医療保険加入者の健康診査も同時に実施します。今年度最後のがん検診ですので、受け忘れのないようご注意ください。

○食改養成講座

日 付：10月28日（水）

9時30分～12時30分

場 所：総合会館 和室研修室

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

○「元気なうちから手帳」書き方コーナー

10月2日（金）10時～15時

総合会館 2階相談室

○認知症カフェいけどき

日 付：10月17日（土）

時 間：12時30分～14時30分

場 所：総合会館 社協会議室

☎ 地域包括支援センター ☎ 46-1173

11月 健康・子育てなどに 関するイベント

○乳児相談（3～4か月児、7～9か月児）

※対象者には通知します

日 付：11月9日（月）

時 間：受付10時～10時30分（3～4か月児）

受付13時30分～14時（7～9か月児）

場 所：総合会館2階 保健センター

○健康相談

日 付：11月11日（水）

時 間：受付13時30分～14時30分

場 所：総合会館2階 保健センター

必要な物：健診結果、お薬手帳があればお持ち
ください

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

○「元気なうちから手帳」書き方コーナー

日 付：11月6日（金）

時 間：10時～15時

場 所：総合会館 2階相談室

○認知症カフェいけどき

日 付：11月21日（土）

時 間：12時30分～14時30分

場 所：総合会館 研修室

☎ 地域包括支援センター ☎ 46-1173

母子手帳交付について

日 時：随時（要予約）

予約方法：前日までに電話で予約をお願いします。

※ご希望の日時に沿えない可能性もありますので、交付希望日が決まりましたら早めにご連絡をお願いします。

場 所：役場子育て支援係（4番窓口）

☎ 0957-46-1196

必要な物：マイナンバーがわかるもの

・写真付身分証明書・届出する方の口座情報
がわかるもの



※赤ちゃんに関する保健制度などを説明します。

☎ こども健康課

子育て支援係 ☎ 46-1196

献血のお知らせ

日 付：11月26日（木）

時 間：9時～12時30分、14時～16時30分

場 所：総合会館 福祉センター前

～皆様のご協力をお願いします～

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

ヘルシーウォークのご案内

日 時：11 月 14 日（土）
 時 間：受付 9 時～9 時 30 分
 ～11 時 30 分終了予定
 集合場所：千綿児童体育館
 駐車場は、駄地公園駐車場をご利用ください。
 申込資格：小学生以上の健康な方
 （小学生は保護者同伴）
 ※参加者へ粗品進呈
 申込締切：10 月 30 日（金）
 申込方法：QR コードから入力いただくか、お電話で健康増進係（TEL0957-46-1200）にお申込みください。
 ※ベジチェック・血管年齢推計・骨ウェーブも同時実施！
 ※参加いただくと健康アプリ「歩こーで」20 チケット獲得できます！（ただし東彼杵町民の方に限る。）

ヘルシーウォーク
 詳細についてはこちら→



参加申し込みについては
 こちら→



☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

東そのぎ 8020 コンテスト募集！！

東彼杵町は、「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。該当される方はぜひご応募下さい。

【応募対象】

令和 8 年 4 月 1 日現在 80 歳以上の方で、20 本以上自分の歯を持っている東彼杵町在住の方

【申込方法】

10 月 31 日までに大安歯科医院（☎ 49-3337）または、やまさき歯科医院（☎ 46-0545）にお申し込み下さい。

応募者には歯科検診（無料）を受けていただきます。

【表彰】

厳正な審査を行い応募者の中から優秀賞 5 名を選出します。受賞者には表彰状と記念品を贈呈し「広報ひがしそのぎ」で紹介しします。

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

トレーニング室利用講習会

町のトレーニング室には様々なトレーニング機器があり、講習会を受講後、自由に使用できます。また「トレーニング機器の使い方を忘れてしまった」「自分にあった使用方法を知りたい」などの方も再度講習会を受講できます。

【講習会の詳細】

日 時：10 月 14 日（水）19 時～21 時
 10 月 18 日（日）10 時～12 時
 11 月 8 日（日）10 時～12 時
 11 月 11 日（水）19 時～21 時

場 所：保健センター相談室（総合会館 2 階）

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

予 約：10 月の予約は 9 月 18 日午前 9 時以降、
 11 月の予約は 10 月 20 日午前 9 時以降、お電話または町公式 LINE からご予約ください。

<利用登録がお済みの方>

住所や氏名を変更された場合、登録内容の変更手続きが必要です。該当される方は健康増進係までお電話ください。



HP
紹介



町
公式
LINE

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

B 型肝炎無料相談会のお知らせ

諫早・大村・東彼杵地区近辺にお住まいの B 型肝炎患者とそのご家族（ご遺族含む）のさまざまなお悩みや心配事にお応えするための「お悩みごと・給付金の相談会（参加費無料）」を開催します。当日は、和解者の経験談を聞くことが出来ます。ご相談（秘密厳守）は個別に対応しますので、お気軽にお越し下さい。

日 時：令和 8 年 10 月 3 日（土）
 14 時～16 時（開場 13 時 45 分）

場 所：諫早商工会館 3 階会議室
 （諫早市高城町 5-10）☎ 22-3323

予約受付 ☎ 095-825-2231
 （給付金の個別相談は予約優先）

主催：全国 B 型肝炎訴訟長崎弁護団・原告団
 ☎ 095-825-2231（平日 11 時～16 時）



☎ こども健康課 健康増進係
 ☎ 46-1200

インフルエンザ予防接種 費用助成

◎高齢者(定期接種)

対象者	・接種日に65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満の方で、次のア又はイに該当する方 ア：心臓、じん臓、呼吸器の機能障害により、身体障害者手帳1級の方 イ：ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害により、身体障害者手帳1級の方 ※対象者ア、イに該当する方は、受診時に身体障害者手帳をご持参ください。
自己負担額	・医療機関が定める接種料から町助成額2,700円を差し引いた額 ※生活保護世帯の方は無料（医療券または証明書の提示が必要です）
接種方法	○県内の医療機関（一部除く）で受ける場合 医療機関に直接予約してください。 ○その他の医療機関で受ける場合 ・事前に役場健康増進係へ申請が必要です ・接種後、助成金の申請を行ってください
接種期間	10月1日～令和9年1月31日

◎中学3年生までの方(任意接種)

対象者	・生後6か月～13歳未満（接種回数2回） ・13歳以上から中学3年生（接種回数1回） ※経鼻弱毒生ワクチン（フルミスト）は1回（2歳以上から中学3年生）
自己負担額	・医療機関が定める接種料から町助成額2,800円を差し引いた額 （フルミストは4,000円） ※生活保護世帯の方は無料（医療券または証明書の提示が必要です）
接種方法	○郡内・大村市内（一部除く）の医療機関で受ける場合 医療機関に直接予約してください。 ○その他の医療機関で受ける場合 ・事前に役場健康増進係へ申請が必要です。 ・接種後、助成金の申請を行ってください。
接種期間	10月1日～令和9年1月31日

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

新型コロナ予防接種 費用助成

◎高齢者(定期接種)

対象者	・接種日に65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満の方で、次のア又はイに該当する方 ア：心臓、じん臓、呼吸器の機能障害により、身体障害者手帳1級の方 イ：ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害により、身体障害者手帳1級の方 ※対象者ア、イに該当する方は、受診時に身体障害者手帳をご持参ください。
自己負担額	・医療機関が定める接種料から助成額9,500円を差し引いた額 ※生活保護世帯の方は無料（医療券または証明書の提示が必要です）
接種方法	○県内の医療機関（一部除く）で受ける場合 医療機関に直接予約してください。 ○その他の医療機関で受ける場合 ・事前に役場健康増進係へ申請が必要です。 ・接種後、助成金の申請を行ってください。
接種期間	10月1日～令和9年3月31日

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

10月は「臓器移植月間」です

「いのちへの優しさとおもいやり」

4つの権利と意思表示

臓器提供と移植については、誰もが4つの権利を持っています。

「臓器を提供する権利」「臓器を提供しない権利」

「移植を受ける権利」「移植を受けない権利」

それぞれの立場・考え・・・どれも尊重されなければなりません。各個人の受け止め方で判断、選択することができます。私たちはどの立場にもなる可能性があります、その時は突然訪れます。自分だったらどうするのか考えてみましょう。

運転免許証・マイナンバーカードに意思表示欄が設置されています。ご自分の意志についてご家族等でご話し合っ、記入してみましょう。

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

健康アプリ「歩こーで」
抽選会は9月30日まで！

「歩こーで」でためた30チケットを使って町の特産品が当たる抽選会にご応募ください。

○ながさき健康づくりアプリ

「歩こーで」について（QRコード）

○チケット数の確認方法

ホーム画面右上メニュー（3本の横棒）

→ポイント→ポイント・チケット履歴

→チケット履歴

○応募期間：9月1日（火）～9月30日（水）

○応募方法：町ホームページをご確認ください。

総合会館トレーニング室利用で1チケット／回獲得できます。

この機会にぜひご利用ください。

☎ こども健康課 健康増進係

☎ 46-1200



詳細はこちら

9月は“健康増進普及月間”です

健康寿命を延ばそう「SMART LIFE PROJECT」のサイト内の「健康イベント&コンテンツ」で、下記の動画がご覧いただけます。ご利用ください。

○おうちで+10（プラステン）超リフレッシュ体操

○毎日かんたん！ロコモ予防

○大人の相談室 女性の更年期障害って？

○睡眠教室ムービー、他



詳細はこちら

☎ こども健康課 健康増進係 ☎ 46-1200

「長崎いのちの電話」
記念公開講演会のご案内

長崎いのちの電話では、開局32周年記念公開講演会を開催します。

日時：令和8年10月31日（土）13時30分～

場所：長崎県庁大会議室（長崎市尾上町3-1）

演題：あなたも「いのちの番人（ゲートキーパー）」
になりませんか？

副題：～「ここに寄り添う相談対応」の

基本を学ぶ～

講師：西村 由紀 氏

（メンタルケア協議会副理事長・精神保健福祉士）

☎ 長崎いのちの電話事務局 ☎ 095-843-4410

10月 休日当番医予定

4日（日）	カナザワ内科 クリニック （川棚町）	0956-83-3727
11日（日）	八並整形外科・リハ ビリテーション医院 （波佐見町）	0956-85-5775
12日（祝）	まつお産婦人科 （川棚町）	0956-82-2038
18日（日）	山本整形外科 （川棚町）	0956-82-2495
25日（日）	小島居内科・ 脳神経内科 （波佐見町）	0956-20-7027

診療時間は、午前9時から午後5時まで

11月 休日当番医予定

1日（日）	藤下内科医院 （波佐見町）	0956-85-7325
3日（祝）	すが眼科 （波佐見町）	0956-20-7575
8日（日）	鈴木病院 （東彼杵町）	0957-46-0145
15日（日）	いちのせ内科 循環器科 （波佐見町）	0956-85-7770
22日（日）	三島眼科医院 （東彼杵町）	0957-46-0340
23日（祝）	はすわ診療所 （波佐見町）	0956-85-5221
29日（日）	ひろ皮ふ科 クリニック （川棚町）	0956-82-3001

診療時間は、午前9時から午後5時まで

健康一口
メモ「もうちょう」ってどんな病気？
原因と治療法について

長崎川棚医療センター 外科 徳永隆幸

「盲腸」という名前は広く知られていますが、医学的な正式名称は「急性虫垂炎（ちゅうすいえん）」です。大腸の始まりの部分にある「虫垂」という小さな突起に、細菌やウイルスが感染して炎症が起きる病気です。

初期症状としてよく見られるのが「みぞおちや胃のあたりが何となく痛む」、「食欲がない」、「吐き気がする」といった胃腸炎に似た症状です。炎症が進むにつれて数時間から半日の間に痛みが移動し、お腹の「右下」がはっきりと痛むようになり、熱が出ることもあります。右下腹部を押して、パッと手を離れたときに強い痛み（反跳痛）がある場合は、虫垂炎が強く疑われます。

かつて盲腸の治療は「手術ですぐに切る」のが一般的でしたが、現在は医療の進歩により治療の選択肢が広がっています。

① 抗菌薬による治療（薬で散らす）

炎症が初期段階で、虫垂に破れや強い膿（うみ）の溜まりがないと診断された場合、まずは入院または通院で点滴や飲み薬（抗菌薬）を用いて炎症を抑える治療が行われます。この方法で約90%の人が改善すると報告されています。ただし、治療後に再発する可能性が10～35%ほどあるため、医師と相談して後日改めて手術を検討することもあります。

② 手術による治療（虫垂の切除）

炎症が進行している場合や過去に再発を繰り返している場合、または早く確実に治したい場合には、虫垂を切除する手術が行われます。現在は、お腹に小さな穴をいくつか開けてカメラで行う「腹腔鏡（ふくくうきょう）手術」が主流となっており、傷跡が小さく、術後の回復が早いのが特徴です。

【予防とまとめ】

虫垂炎は、ストレスや過労、便秘、暴飲暴食などが引き金となって、腸内の環境が悪化し、虫垂の入り口が詰まることで起こりやすくなります。普段からバランスの良い食事を心がけ、規則正しい生活を送ることが予防につながります。「お腹の右下が痛い」「痛みがどんどん強くなる」という場合は、我慢せずに早めに医療機関を受診するようにしましょう。

健康一口
メモ9月は防災の月。家庭でできる
「健康BCP」のススメ

山住医院 山住 和之

9月1日は「防災の日」です。皆さんは日頃から、非常食や懐中電灯などの備えや、避難所・避難経路の確認はされていますか？防災を考えると、特に高齢の方・持病をお持ちの方に重要なのが「命をつなぐ医療の備え」です。

近年、企業や病院では災害時でも事業を続けるための計画「BCP（事業継続計画）」の策定が進んでいますが、これは私たちの家庭、特に健康管理においても同じことが言えます。災害という緊急事態が起きても、いつもの体調と生活を維持するための備え、いわば「健康BCP」を意識してみませんか。

高齢者の場合、避難生活や環境の変化によって持病が悪化したり、薬が途切れたりする二次被害のリスクが若年層より高くなります。いざという時のために、家庭で今日からできる二つの具体的な対策をご紹介します。

一つ目は「薬のローリングストック（日常備蓄）」です。災害時、かかりつけ医や薬局が開いているとは限りません。薬は「最低でも3日分、できれば1週間分」のゆとりを持てるよう、手元の薬が完全になくなる前に、早め早めの受診を心がけましょう。また万が一に備え、「お薬手帳」は常に持ち歩くか、最新のページをスマートフォンで撮影して記録しておくのがおすすめです。薬の実物がなくても記録があれば、救護所などで同じ薬を処方してもらいやすくなります。

二つ目は「医療情報の見える化」です。被災してパニックになったり、体調を崩して意識がはっきりしていない時、駆けつけた救急隊員や医師に自分の健康状態を正しく伝える必要があります。「かかりつけの病院名」「持病」「緊急連絡先」を書いたメモを用意し、自宅の「冷蔵庫の扉」に貼るか、財布の中に入れておく、または容器に入れて冷蔵庫の中に保管（救急安心カプセルなど）しておきましょう。実は、救急隊員が家の中で確認する場所の一つが冷蔵庫です。ここに情報があるだけで、一刻を争う処置の遅れを防ぐことができます。

「生き延びるための防災」から、その先の「健康に過ごし続けるための防災」へ。過ごしやすくなる9月のタイミングに、ぜひお薬手帳の整理や、冷蔵庫のメモ作りから始めてみてください。



8月8日に田中スエ子さん
(大正15年生まれ・瀬戸)が、100歳
を迎えられ、町から賞状や花束などを贈呈
しました。「お祝いしてもらいびっくりし
ています。施設の皆さんと面会に来てくれ
る皆さんのおかげです。ありがとうございます。」とコメントをいただきました。
これからもお元気でお過ごしください。

その他のお知らせ

図書だより



詳細はこちら

図書室の本を、千綿支所でも貸出しています。貸出カードも作れ、予約・取り寄せもできます。

詳しくは、当室か千綿支所へお尋ねください。 千綿支所 ☎ 47-1111

絵本の読み語り(乳幼児対象・要申込) 10月10日(土) 11月14日(土) 明治の民家にて いずれも 10:30～



ポケモン生態図鑑

株式会社ポケモン 著 きのしたちひろ イラスト

世界中に多くのファンを持つポケットモンスター。

ポケモンの姿や形、生活、ポケモン同士の関わり、移動能力・・・。

アイテム「ポケモン図鑑」を読み解いて明らかになったポケモンの生態を私たちの世界
に実在する動物になぞらえて、かわいいイラストで紹介してあります。

子どもはもちろん大人も楽しめるポケモン好きにお勧めの1冊です。

ありふれた家を建てる

榎野 道流 著

実家で仕事に没頭する娘を心配した母の「公私の別をつけなさい」という言葉から始
まった著者の家づくり。人間一人と猫一匹のための「雑に暮らせるありふれた家」を求
めていたのに、メーカーの担当者どこか話が合わずミスやトラブルが・・・。

もう家を建てた人や、建てる予定がない人も興味深く楽しく読め、これからの人は、
家づくりあるあるのトラブルを事前に知る事ができます。

ありふれた家を建てる
榎野道流



ファイア・ドーム

辻村 深月 著

25年前。北陸の地方都市で「百貨店受付嬢誘拐殺人事件」が発生。まもなく犯人は
逮捕されたが、同時期に同一市内で起こった児童轢き逃げ事件は、未解決のまま時効と
なった。その事から、自然発生した周りの心無い「噂」が被害者家族を苦しめ・・・。

そして今度は、その被害者家族の少年が行方不明に。前回の事件と関係があるのか？
著者入魂の社会派ミステリーです。

開室時間：月・水曜日～土曜日 10時～19時半 日曜日・祝祭日 10時～17時

休室日：毎週火曜日、年末年始

貸出期間：2週間(一人5冊まで)

☎ 東彼杵町図書室 ☎ 46-0705



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。

日付：10月8日(木)

場所：県北振興局 時間：10時～15時

日付：10月27日(火)

場所：大村市役所 時間：10時～15時

日付：11月12日(木)

場所：県北振興局 時間：10時～15時

日付：11月17日(火)

場所：諫早市役所高城会館 時間：10時～15時

※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

▶精神保健福祉専門相談

精神科嘱託医が応じます。秘密は厳守します。

(予約制で土日祝日を除く2日前まで)

日付：10月14日(水)・10月26日(月)

11月13日(金)

時間：14時～16時30分

場所：県央保健所ほか

対象者：原則として主治医のいない方

☎ 県央保健所地域保健課 0957-26-3306

▶心配ごと相談

日付：10月10日(土)・11月10日(火)

時間：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 ☎ 46-0619

▶無料弁護士相談

日付：10月20日(火)

時間：13時～16時

場所：町総合会館福祉センター相談室

※電話予約制

☎ 町社会福祉協議会 ☎ 46-0619

▶行政相談

日付：10月13日(火)・11月9日(月)

時間：10時～12時

場所：役場1階第2会議室

日付：10月26日(月)・11月24日(火)

時間：10時～12時

場所：農村環境改善センター

☎ 総務課 総務係 ☎ 46-1265

自衛隊長崎地方協力本部から (自衛官募集のお知らせ)

▶陸上自衛隊 高等工科学校生徒

○受験資格

15歳以上17歳未満(平成22年4月2日から平成24年4月1日までの間に生まれた者)の男子

○受付

ア 推薦試験 10月1日(木)～11月27日(金)

イ 一般試験 10月1日(木)～

令和9年1月14日(木)

○試験日

ア 推薦試験 令和9年1月9日(土)～令和9年1月11日(月)までの間の指定する1日

イ 一般試験(1次試験) 令和9年1月23日(土)

または24日(日)のいずれか指定する1日

▶一般曹候補生

○受験資格

18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)

○受付 9月15日(火)～11月20日(金)

○1次試験日 11月29日(日)～12月3日(木)

※いずれか1日を指定されます。

▶2等陸・海・空士(任期制自衛官)

○受験資格

18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)

○第4回

ア 受付 10月1日(木)～11月6日(金)

イ 試験

(ア)筆記試験(Web試験)

11月11日(水)～14日(土)のいずれか1日

(イ)口述試験・身体検査 11月23日(月)

○第5回

ア 受付 11月30日(月)～令和9年1月12日(火)

イ 試験

(ア)筆記試験(Web試験)

令和9年1月14日(木)～16日(土)のいずれか1日

(イ)口述試験・身体検査 令和9年1月20日(水)



詳細はこちら
スマートフォン



詳細はこちら
モバイル

詳しくは長崎地方協力本部ホームページをご覧ください。

☎ 自衛隊長崎地方協力本部 大村地域事務所

☎ 0957-52-6217

国民年金基金をご存じですか？

国民年金基金は、国民年金に上乗せして加入し、税金優遇を受けながら掛金を積立て、充実した年金を受取ることができる国民年金法により創設された公的な年金制度です。

○ その特徴は

- ①掛金が全額「社会保険料控除」で、受取る年金も「公的年金等控除」の対象です。
- ②受取る年金は、終身が基本で一生変動しません。
- ③万一の時はご遺族に一時金が支払われます。（遺族保証のないB型も選べます）
- ④掛金は、加入時の年齢で一定。お休みや増減もできます。
- ⑤国民年金基金は付加年金を代行しているため、付加保険料を納める必要がなくなります。

○ 加入できる方は

- ①国民年金の第1号被保険者（免除申請の方や農業者年金の方などを除きます）
- ②国民年金の任意加入者（60歳～65歳未満の方や海外在住の方）

☎ 全国国民年金基金 長崎支部
0120-65-4192（ローゴ・ヨイクニ）

司法書士による無料相談会 ～相続・遺言～

令和6年4月1日に義務化された相続による不動産の名義変更登記に続き、令和8年4月1日より所有者の住所等変更登記が義務化されました。そこで、司法書士による無料相談会を開催します。

日 時：10月3日（土）

午前10時～午後4時

場 所：佐世保市まちなかコミュニティセンター1階 講堂

料 金：無料

申 込：事前予約制（先着順）
（平日午前9時から午後5時）

連絡先：0956-25-7137
（松田信哉司法書士法人内）

主 催：長崎県司法書士会佐世保支部

後 援：長崎地方法務局佐世保支局、
佐世保公証役場、長崎県土地家屋
調査士会佐世保支部

備 考：相談時間 40分／相談1件
予約枠には限りがあります（予約枠
の上限40枠）。

相談資料等をご持参ください。駐車場はありません。周辺のコインパーキングをご利用ください。

☎ 長崎県司法書士会佐世保支部
☎ 0956-25-1737

社会を明るくする運動弁論大会開催

7月12日、第76回社会を明るくする運動中学・高校生（大村・東彼杵地区）弁論大会がシーハットおおむらで開催されました。

東彼杵中学校からは、俵坂結乃さん（山田）が出場。『私の「普通」とあの子の「普通』』と題して発表し、優秀賞を受賞されました。



▲発表中の俵坂結乃さん（山田）

長崎県茶品評会最高賞受賞

7月2日、製茶技術向上を目的として一番茶の品質を競う、第54回長崎県茶品評会が総合会館で行われました。

12人の審査員による慎重な審査の結果、蒸し製玉緑茶部門では尾上和彦さん（中尾）が最高賞の農林水産省賞農産局長賞に、一般茶部門では大山良貴さん（中尾）が最高賞の農林水産大臣賞に選ばれました。このたびの受賞、誠におめでとうございます。



▲厳正な審査中の様子

令和 8 年東彼杵町戦没者追悼式

8月1日、総合会館研修室で東彼杵町戦没者追悼式が執り行われました。遺族、来賓の方、学童保育の子どもたちなど120名を超える方々が出席され、祭壇へ心をこめて献花を行い、戦没者のご冥福を祈りました。



東彼杵郡町村会肉牛共励会で銅賞受賞

7月3日に佐世保市で第33回東彼杵郡町村会肉牛共励会が開催され、東彼杵町からは12頭の出品があり、山口孝義さん（八反田）が銅賞二席を見事受賞されました。この共励会は郡内の良質な肉牛づくりを目的に毎年開催されています。



▲受賞された山口孝義さん（八反田）

熊本地震 災害支援

令和8年7月28日16時27分に熊本県熊本地方を震源とする、マグニチュード7.1の熊本地震が発生しました。この地震を受け、被災地の復旧・復興活動を少しでも支援するため町職員2名を熊本県宇城市へ派遣し、現地での支援活動にあたりました。



藤川主事補

塚本主事



東彼杵町の人口（7月末現在）※（）内は対前々月比

総人口	世帯数	男性	女性
7,201 人 (-18)	3,209 世帯 (0)	3,469 人 (-12)	3,732 人 (-6)

出生	死亡	転入	転出	その他
2 人	32 人	45 人	34 人	1 人

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。

寄附お礼

ありがとうございました。

神近 一則（蕪） 香典返しとして金一封