

2020

1

January  
No.766

# ながよ

NAGAYO TOWN  
PUBLIC RELATIONS  
MAGAZINE 2020

長与の情報をあなたにお届け

広報

- 新年あいさつ ..... P 2
- 50周年記念特集 ..... P 4



## CONTENTS

## 特集

- 2 新年あいさつ  
・長与町50周年記念事業

## 5 Nagayoの情報通

## 13 地域POWER!!

## 15 長与よかとこめぐり

## 16 子育てランド、子育てガイド

## 20 くらしの情報

27 インフォメーション  
(各種イベント・講座情報)

## 29 スポーツ広場

## 30 ガンバリスト

## 31 図書館だより

## 32 健康テラス

## 33 カレンダー

## 34 緊急連絡先・相談窓口

## 36 お年玉クイズ

2020

令和2年

## あけましておめでとうございます



長与町長  
吉田 憲一



長与町議会議長  
山口 憲一郎

あけましておめでとうございます。

皆さまにおかれましては、輝かしい新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。平素から町政推進につきまして、ご支援やご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと本町では、町制施行50周年という記念すべき年を迎えることが出来ました。

記念式典におきましては、公私ともにご多用のなか、長崎県知事 中村法道様、農林水産副大臣 加藤寛治様、参議院議員 古賀友一郎様をはじめ、数多くのご来賓の皆さまにご臨席を賜り、町民の皆さまとともに、数々の祝意を賜りました。

また、郷土芸能大会におきましても、各郷土芸能保存会の皆さまのご尽力によりまして、50周年の御祝いに花を添えていただきました。

他にも、1年を通じて数多くの記念事業などが開催され、町民の皆さまに改めて町の誇りや愛着を深めていただけた、記憶に残る1年となりました。

この節目の年を迎えられることは、町民の皆さま方をはじめ、町の発展にご尽力いただきました、関係者の皆さまのご支援とご協力の賜物であり、改めまして感謝申し上げます。

さて昨年は、元号が「平成」から「令和」へと変わり、新しい時代が始まりました。

また、ラグビーワールドカップが日本で開催され、日本がベスト8入りを果たすなど、日本中を熱狂の渦に巻き込みました。

今年は東京オリンピック・パラリンピックの年であり、長与町の水本圭治選手（株式会社チョープロ所属）が、カヌー・スプリント男子カヤックフォア500m

で東京五輪枠を獲得するなど、日本人選手の活躍に大いに期待するところです。

現在、本町では、まちづくりのテーマに「住みたい、住み続けたい、住んでよかったと言われるような幸福度日本一のまち」を掲げ、人に優しい持続可能で成熟した地域社会を創るために施策に取り組んでおります。

特に、「子育て」「教育」「健康づくり」の3点をキーワードに、様々な事業を進めていく所存です。

「健康づくり」におきましては、健康長寿日本一に取り組む長崎県から、健康づくりのための先進的な活動や独自の工夫により、成果をあげている団体として、県内の自治体ではじめて「ながさきヘルシーアワード」を受賞することができました。

高田南土地区画整理事業の整備など、多くの課題や行事などがありますが、今後とも町政の推進にあたっては、職員一丸となって邁進してまいりますので、町民の皆さまにはご指導・ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願ひいたします。

私は、町民の皆さまと、50周年をともに作り、盛り上げ、お祝いすることができ、大変嬉しく思っております。50年という節目は、これから長与町の50年を始める第1歩です。これからまた10年、20年、30年と長与町は続いてまいります。「幸福度日本一のまち」を目指してこれからも取り組んでまいりますので、皆さまのなお一層のご指導ご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

新年の門出にあたり、町民皆さまにとって素晴らしい1年になりますよう、ご健康とご多幸をご祈念申し上げ年頭の挨拶といたします。

あけまして、おめでとうございます。

町民の皆さまにおかれましては、新しい年の幕開けを健やかにお迎えのことと、心からお慶びを申し上げます。

年頭にあたり、長与町議会を代表いたしまして、謹んでご挨拶を申し上げます。

日頃より長与町議会への深いご理解と議会活動に対する温かいご支援・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年も豪雨や台風による洪水や地震などの自然災害が全国各地で多発し、被害に見舞われた年がありました。ここ数年、異常気象などによる自然災害が頻発しており、改めて災害に強いまちづくりの必要性を強く感じております。また、急激に進行しつつある少子化問題は、これからまちづくり、地域づくりの課題であり、産業の育成、教育行政、福祉政策にも関わります。議員一丸となって町政の前進のために努力する議会を目指すことはもちろん、議員一人ひとりが地域のニーズや課題を真摯に受け止め、討議し、町民の皆さま方が日々の暮らしの豊かさを実感できるようなまちづくりに取り組んでまいります。

昨年、長与町議会も50周年を迎えました。今年は、将来の50年を考えるスタートの年でございます。これまで以上に安心・安全に暮らせる「まちづくり」に努めてまいりますので、引き続き、より一層のご支援、ご指導を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい年が町民の皆さま方にとりまして、光輝くすばらしい有意義な年になりますよう心よりご祈念申し上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



# 長与町町制施行50周年記念事業

## 町制施行50周年記念 SOMPOボールゲームフェスタ



12月1日、町民体育館をメイン会場に開催され、総勢約130人の子どもたちが参加しました。元ラグビー日本代表の大西将太郎さんらトップアスリートをお招きし、子どもたちにスポーツの楽しさを教えていただきました。

午前の「ボールあそぼう」では、親子で気軽に取り組める運動やボールあそびなど親子のふれあいを通して体を動かす楽しさを体験し、会場は笑顔に包まれていました。

## 当日券ごくわずか! 「出張! なんでも 鑑定団in長与」 鑑定団

問 政策企画課 ☎801-5661

台風の接近により中止となりました「出張! なんでも鑑定団in長与」は、下記の日程にて延期開催となりました。つきましては、わずかですが当日会場にて「当日券」を発券します。

時 2月16日(日)

開場 12時 前説 12時50分開始(開演13時)

\*12時30分より当日券の受付を開始します。

\*場所は文化ホール2階です。なお、文化ホールの開館は11時です。

### 町民文化ホール

- ・当日券は数に限りがありますので、多数の場合は、立ち見やホワイエでのテレビ観覧となる場合があります。何卒ご了承ください。
- ・駐車場には限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。
- ・9月開催時に当選された方には、別途入場券をお送りします。

## 町制施行50周年記念協賛事業 第1回長与町レクリエーション ボッチャまつりを開催しました!



12月1日、子どもから高齢者、障害のある方など、誰もが楽しめるレクリエーションボッチャの交流大会を開催されました。レクリエーションボッチャは、2チームが、目標の白い球に、赤や青の球をいかに近づけられるかを競うもので、1球ごとに試合展開が変わる楽しさもあり、参加者たちは白熱した試合を見せていました。

県レクリエーションボッチャ協会によると、町単位での交流大会は全国でも珍しいそうです。



Topics and News ➤

Nagayoの情報通

## 長崎北陽台高校ラグビー部 花園出場! がんばれ北陽台!



第99回全国高校ラグビー大会に、長崎県代表として長崎北陽台高校が、2年連続18度目の出場を決めました。

11月28日には、吉田町長への花園出場報告と健闘を誓いました。吉田町長は「皆さんの活躍は、中学生の憧れであり、凄い影響力がある。皆さんの思いが叶う試合になるよう応援しています」と激励。岡崎颯馬主将ら3人は「昨年のベスト8では嬉しさと悔しさがあった。悔しさを晴らせるよう頑張りたい。花園で青い旋風を起こします。」と力強く抱負を述べました。

「ながよミックンポイント」事業  
ながさきヘルシーアワード(優良事例表彰)受賞!



11月16日に行われた健康長寿日本一長崎県民会議において、本町の「貯めんば損たい! ながよミックンポイント」事業での取組が、「ながさきヘルシーアワード(自治体部門)」を受賞しました。

「ながさきヘルシーアワード」とは、健康づくりのための先進的な取組により成果をあげた企業団体などを表彰する制度で、今年度から新たに長崎県が創設したものです。

## 支えあい「ながよ」推進協議会 便り

問 介護保険課包括支援係 ☎801-5822



~ユニークな活動で地域に憩いの場ができました~

写真に写っているのは、公園に生えた雑草を食べるヤギのカブリコ。公園に生い茂る雑草に手を焼いていたニュータウン東区自治会と、耕作放棄地などに動物を連れて行き、地域に憩いの場を作りたいという本川内在住の方の思いがつながり、実現に至ったのこと。

地区住民からは、「体力低下で引きこもりがちだった方が、カブリコを見に公園まで頑張って歩いて移動するようになった」「(ヤギを見に来る)子どもたちの元気な声を聞いて元気になった」などの意見をお聞きしました。

現在はカブリコが妊娠中のため、地域での活動をお休みしているものの、今後も活躍できる場を募集中とのことです。

## ご寄付をいただきました



ビーズアクセサリーショップ「夢」の管田多津子様より、「いのりの折り鶴」と名付けられたアクセサリーの売り上げの一部をご寄付いただきました。

寄付金はご意思に沿って、小中学生の平和教育に活用させていただきます。誠にありがとうございました。





## 民生委員・児童委員の活動をご存知ですか？

問 福祉課地域福祉係 ☎ 801-5826

民生委員制度は、大正6年に岡山県で創設された「済世顧問制度」に始まり、平成29年に制度創設100周年を迎えた全国共通の制度です。

本町にも多くの「民生委員・児童委員」(民生委員は児童委員を兼ねています。以下、「民生委員」と称します)が活躍されていますことから、民生委員の活動などについてご紹介いたします。

## 民生委員とは？

住民の立場にたって、まちの福祉を担う無報酬のボランティアです。法律により厚生労働大臣から委嘱されています。全国共通の制度として、約23万人の民生委員が活動しています。

また、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する主任児童委員も活動しています。

長与町では、令和元年12月に行われた一斉改選を受け、現在52人の民生委員が活動しています。任期は令和元年12月1日からの3年間です。

## 民生委員はどんな活動をしているの？

## ①身近な相談相手として

民生委員は、担当する地域の身近な相談相手として、地域住民からの生活上の心配ごとや困りごと、介護・子育ての不安などの相談に応じています。

法に守秘義務が定められていますので、安心して相談してください。



## あなたの地域の民生委員をご紹介します。(令和元年12月1日現在)

葉山 義文さん(木場・大越・横平)

松本 尚由さん(上平)

熱田 絵美さん(三根)

有馬 美穂さん(緑が丘)

鶴巻 秀昭さん(ニュータウン東Ⅰ)

平野務津子さん(ニュータウン東Ⅱ)

小岩 貢さん(ニュータウン中央Ⅰ)

三浦美樹子さん(ニュータウン中央Ⅱ)

中村 豊美さん(ニュータウン西Ⅰ)

林田わかえさん(ニュータウン西Ⅱ)

鶴田 輝男さん(池山東部)

瀧口 正人さん(池山西部)

小山田清人さん(サニータウン南部)

菅原 康夫さん(サニータウン北・東部)

井川 剛一さん(まなび野東)

上島カヲルさん(日当野・女の都台)

福江 直子さん(辻後)

高原 信幸さん(青葉台北部)

八田 賢一さん(青葉台南部)

園田 瞳子さん(南陽台北部)

内本 照子さん(道の尾南部)

馬場ミチ子さん(高田越北部)

森 久則さん(高田越南部)

渕野 修身さん(百合野南部)

堤 繼治さん(百合野第2団地北部)

松尾 隆さん(百合野第2団地南部)

内山 裕司さん(東高田)

松田 尚子さん(下高田)

窪田 恵子さん(西高田西部)

下野 康文さん(西高田東部)

緒方 直子さん(フォーレ北陽台)

山本美智恵さん(南田川内西部)

福島 春子さん(南田川内東部)

尾崎 福義さん(丸田谷)

上杉 文子さん(丸田アパート)

前田 弘子さん(皆前東部)

前田ノリ子さん(皆前西部)

吉田 麻子さん(北陽台Ⅰ区)

渡部 公介さん(嬉里中央南部)

木口カズ子さん(嬉里中央西部)

山川 洋一さん(嬉里谷)

森 茂毅さん(三彩西部)

平野 義久さん(三彩東部)

蒂田 直康さん(上齊藤・毛屋白津)

東川 智敏さん(舟津)

山中 武司さん(佐敷川内)

久松 義男さん(前田川内・浜崎・岡岬)

辻 初義さん(岡中央)

松本 敏江さん(馬込一本松・塩床・川頭)

林田 薫さん

(主任児童委員[長与第二中])

古川美千代さん

(主任児童委員[高田中])

開 明恵さん

(主任児童委員[長与中])

○令和元年11月末をもちまして、以下の方々は任期満了に伴い退任されました。  
長い間のご尽力に感謝いたします。



平田 輝義さん(下平)	樋口 隆則さん(道の尾南部)
伊藤 又藏さん(三根)	有馬シヅ子さん(道の尾北部)
山口智佐子さん(ニュータウン西Ⅱ)	市川 恵子さん(百合野北部)
八木 通正さん(サニータウン南部)	池田 悅子さん(フォーレ北陽台)
川崎多美子さん(まなび野西)	松尾 勝秀さん(定林)
高月美恵子さん(内園)	竹松 庸一さん(舟津)
谷川 吉晴さん(井手本)	高月 昭利さん(佐敷川内)
伊藤かおるさん(南陽台南部)	森 一久さん(前田川内・浜崎・岡岬)



## 2月4日火から町県民税(住民税)申告が始まります

問 税務課住民税係 ☎ 801-5785

時・所 9時～11時、13時～16時  
2月4日火～14日金 役場税務課  
2月17日月～3月16日月 長与町申告会場(水道局3階)  
※申告会場は毎年大変混み合いますので、可能な限り2月14日金までにお越しください。

※3月16日月の13時～16時は役場税務課での受付となります。

- 他 必要なもの
- 町県民税(住民税)申告書  
(郵送にて申告書が送付された方のみ)
  - 印鑑
  - マイナンバーがわかる書類など  
(申告者および扶養者)
  - 収入・控除の内容を証明するもの  
(源泉徴収票・控除証明など)





## 「しおり」をいただきました

「長崎地区保護司会」「長崎更正保護女性会」の皆さまから、読書の際に役立ててほしい、と図書館へ手作りの「しおり」をいただきました。

しおりの表には、千代紙を使ってかわいい人形が表現され、裏には「犯罪やいじめのない明るい社会になりますように」という願いをこめて、子どもたちが考えた標語が記載されています。

来館者の皆さんにご利用していただくようカウンターに配置しました。ありがとうございました。



## 「長与町の子どもたちに読んでほしい200冊の本」完成！

図書館開館30周年を記念して、「長与町の子どもたちに読んでほしい200冊の本」の改訂を、町内小・中学校の協力を得て行うことができました。

200冊の本は、図書館に配架するとともに、図書名などを記した一覧表を、学校や公民館などに配布しています。小学生のみならず、すべての方に選書の参考にしていただければありがとうございます。



## プレミアム付商品券購入引換券の交付申請は2月14日(金)までです！

下記①の方に対して7月中旬にプレミアム付商品券購入引換券交付申請書を郵送しています。

商品券の購入を希望される方は、**令和2年2月14日(金)(消印有効)**までに申請してください。

交付申請書を紛失されている方は、お問い合わせください。

**※引換券の再発行はできませんのでご注意ください。**

問 福祉課プレミアム付商品券担当  
☎801-5826

### ●対象者(下記①②のいずれかを満たしている人)

①平成31年度(令和元年度)住民税非課税者(課税者の被扶養者、生活保護受給者などを除く)

長与町プレミアム付商品券購入引換券交付申請書を長与町役場に申請かつ、交付決定された方

②平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子どもがいる世帯の世帯主

**※希望されない場合は購入する必要はありません。**

### ●その他期間

**商品券購入期間** 令和2年2月28日(金)まで

**商品券使用期間** 令和2年3月31日(火)まで



### ●対象店舗

長与町内の加盟店(130店舗)。詳しくは、長与町ホームページまたは、西そこの商工会ホームページ(<http://www.nishisonogi.biz/>)をご覧ください。

**～特殊詐欺や個人情報の搾取にご注意ください！～**

## 移住のご相談してみませんか

長崎暮らしの実現をサポートします。  
ご家族や知人の方もお気軽にご相談ください。



### 移住相談の総合窓口

#### ながさき移住サポートセンター

長崎県への移住・定住までワンストップ窓口で支援します。

##### 相談できること

- 仕事・住まい・生活環境など
- 就職・転職支援

無料職業紹介所として職業紹介事業を行っています。県内の企業や事業所などからお預かりした求人案件を、県外在住で長崎県での就業を希望されている方にご紹介します。

- ・ホームページながさき移住ナビ <https://nagasaki-iju.jp/>
- ・インスタグラムアカウント [nagasaki\\_iju\\_navi](https://www.instagram.com/nagasaki_iju_navi)



#### ながさき移住俱楽部

#### 登録料・会費無料

現在県外にお住まいの方で長崎県への移住に関心がある方を対象にした無料の会員制度です。ぜひご入会ください。

##### 【特典例】

- ・県内の情報を定期的にお届け
- ・引越し料金の割引:基本料金より20%割引
- ・住宅リフォームローン:金利優遇
- ・リフォーム・新築工事費:工事費の10%割引
- ・電力会社のIJUターン応援プラン: 5%割引  
(1年間)

※協力会社が対象です。各社により条件が異なります。

### お仕事探しのHP

#### お仕事探しは「Nなび」へ

「Nなび」は長崎県が運営する無料の求人・求職者情報サイトです。希望求人の自動メール、問い合わせ、イベント・セミナー情報などをお知らせします。就職活動をサポートする保護者の皆さんも登録できます。ぜひご利用ください。

問 長崎県総合就業支援センター  
(長崎西洋館2階)  
☎842-5424

他 ホームページ: <https://n-navi.pref.nagasaki.jp/>  
アプリ: 「Nなび」で検索



Nなび

### 移住相談会

#### 長崎市・長与町・時津町合同 移住相談会in福岡

予約優先・参加無料

働くのにちょうどいい！住むのにちょうどいい！長崎市・長与町・時津町あなたにとってちょうどいい暮らしを探してみませんか。

時 1月18日(土) 12時～17時  
所 JR博多シティ10階会議室G+H  
(福岡市博多区博多駅中央街1-1 JR博多駅直結)

申・問 ながさき移住サポートセンター  
☎894-3581 (直通) FAX894-3586  
✉iju@pref.nagasaki.lg.jp

ホームページ(ながさき移住ナビ) <https://nagasaki-iju.jp/>  
お申込みはこちら



### ご相談はこちら

#### ながさき移住サポートセンター

##### 長崎本部(長崎県庁内)

時 月曜日～金曜日9時～17時  
(祝日、12月29日～1月3日を除く)

所 長崎市尾上町3-1  
☎894-3581

##### 東京窓口(東京交通会館8階)

時 火曜日～日曜日10時～18時  
(祝日、8月11日～16日、12月27日～1月5日を除く)

所 東京都千代田区有楽町2-10-1  
ふるさと回帰支援センター内  
☎080-7735-3852

#### 長与町移住相談窓口

##### 長与町役場3階(政策企画課)

時 月曜日～金曜日  
8時45分～17時30分  
(祝日、12月29日～1月3日を除く)  
☎801-5661





## 生ごみ処理機器購入補助金

問 住民環境課環境係 ☎801-5824

対 長与町に住民票を有している方  
内 補助額

補助対象機器	補助金	限度額
生ごみ処理容器	購入費(税抜価格) の2分の1 ※100円未満切捨て	1基あたり 5,000円
電動式生ごみ処理機		1基あたり 25,000円
非電動式生ごみ処理機		

## 申 申請に必要なもの

- 指定申請用紙(住民環境課窓口、町ホームページにあり)
- 領収書(世帯主氏名、機器品名、購入金額が確認できるもの)
- 印鑑(認印可)
- 補助金の振込先口座が確認できるもの(口座名義が世帯主以外の場合は委任状必要)
- 処理機設置後の写真  
(電動式・非電動式生ごみ処理機のみ)

## 【補助対象基準(1世帯あたり)】

生ごみ処理容器 1年間 2基まで

電動式・非電動式生ごみ処理機 5年間 1基まで



## 災害発生時に飼い主がやるべきこと

今回は避難勧告が出た時(もしくは家が倒壊したり、家が倒壊しそうな時)に、ペットの飼い主として実際に取るべき行動についてお知らせします。(災害が起きる前の心構えについて、10月号をご覧ください。)



災害が発生した場合はペットと共に避難する同行避難(※)が基本となります。

過去の災害では逃げたペットが町を放浪したり、トイレをすることで被災地の衛生環境が悪化しています。飼い主の皆さん、普段からペットのしつけや所有者の明示などの備えをおこないましょう。

\*同行避難とは?…避難所へペットと共に避難することです。避難所での人とペットの同居を意味するものではありません。

## &lt;避難する際に確認すること&gt;

- ・犬はリードが付いており首輪が緩くなっていないか、鑑札・狂犬病予防注射済票を付けているか確認。
- ・小型犬や猫についてはキャリーバッグまたはケージに入れます。(犬はリードを付けたままがよい。)
- ・ペット用防災用品を確保します。(内容については広報10月号をご覧ください。)
- ・避難の際、逃げないよう扉をガムテープなどで固定るようにしておくとよいです。



## &lt;避難所に着いてから&gt;

## 避難所で飼養する場合

各避難所にて定められたルールに従い、飼い主が責任もって飼養します。他の動物アレルギーを持った避難者や動物との暮らしが苦手な方への配慮を充分にしなければなりません。衛生面を考慮し、基本的に飼い主とペットは場所を分けて避難所で過ごすことになります。

## 2月1日土からごみを直接処理施設へ搬入する場合は、「申請書」の提出が必要です。

問 申請方法など  
長与・時津環境施設組合 ☎865-9386ごみの分別方法  
住民環境課 ☎801-5824

2月からクリーンパーク長与、時津クリーンセンターへ直接ゴミを搬入する場合は、「一般廃棄物処理申請書」の提出が必要です。

申 申請書に必要事項を記入し、ごみ搬入時に各施設の受付へ提出してください。また、本人確認のために、運転免許証等の証明書の提示をお願いします。

※申請書の提出がない場合や本人確認等ができない場合または町外からの場合は、ごみの搬入はできません。

※「申請書に未記載のごみ及び産業廃棄物や施設で処理しないごみ」は、搬入できません。

## 申請書の取得方法

長与・時津環境施設組合または町ホームページからダウンロードするほか、長与・時津環境施設組合または長与町役場住民環境課および管理者が常駐する公民館などの窓口で取得できます。

## 町民参加の地域POWER!!



8月～11月

## 幼児の手洗い健康教育



今年度も長崎県立大学看護学科・こども政策課の連携事業『幼児の手洗い健康教育』を実施しました。8月～11月にかけて町内12か所の保育園・幼稚園・認定こども園を巡回し、総勢422人の園児が参加しました。

- ①紙芝居を通して手洗いの大切さを理解
- ②「あわあわ手あらいのうた」で6種類の洗い方をマスター
- ③特殊なブラックライトを当てて洗い残しをチェック



今年で2年目となります。歌を覚えていてくれた園児たち。「わたし、覚えてるよ～」「上手に洗えたよ♪」とうれしそうに話してくれました。

洗い残しが多かったベスト3、手の甲(カメさん)、指と指の間(おやま)、手首(つかまえた!)でした。これからインフルエンザや嘔吐下痢など流行が予想されますので、園や家庭で子どもたちと一緒に取り組んでください。

11  
9

## 親子芋ほり体験



11月9日、平木場郷にある鳴門金時のサツマイモ畑で実施しました。見事な秋晴れで芋ほり日和の中、11家族38人が参加しました。小さなお子さんもスコップで土を掘り返し、中からたくさんのサツマイモが出てくると喜びの声があがりました。1時間ほどで抱えきれないほどたくさんのサツマイモを掘ることができたほか、焼き芋やヤギとの触れ合い体験もでき、参加された皆さまからは「すごく楽しかった」、「子供たちと貴重な体験ができた」、「また参加したい」などの感想を頂きました。

11  
17

## 勤青ながよまつり



老人福祉センター大ホールにて、勤青ながよまつりが行われました。展示部門では、書道やフラワーアレンジメントなど各講座の成果を発揮する力作が揃い、ステージ部門ではダンスや民謡など各講座の成果を発表したり、全員で体操したりと会場一体となって盛り上がりました。

# 町民参加の地域POWER!!

11  
23

豊かな心を持つ青少年の育成を目指して!  
-青少年健全育成町民のつどい-



町民文化ホールで行われ、町立中学校の生徒3人による進行のもと、町内小・中学生による「家庭の日」・「人権」作文及び「家庭の日・オアシス運動」・「人権」標語コンクールの入賞作品表彰、最優秀賞受賞者による作文発表が行われました。その後、「今を生きる 未来を生きる」と題し、三上洋一郎さんによる講演が行われました。

12  
2

## 行政相談出前教室



長与中学校において3年生を対象に、長与町の行政相談委員と総務省行政監視行政相談センター職員が、行政相談出前教室を開催しました。

教室では、国や行政活動の仕組みや行政相談委員の役割についての講演が行われました。スライドの写真を見ながら、改善事例の紹介がクイズ形式で行われ、生徒たちは活発に問題の箇所を探す声が上がっていました。

11  
23 ~ 11  
24

## ながよ中央公民館まつり



長与町公民館にて、講座や自主活動での成果を披露するながよ中央公民館まつりが開催されました。展示部門では、力作が揃い、ステージ部門では、自主グループによる合唱やダンスなどすばらしい発表が行われました。

また、長与小音楽クラブや長与中吹奏楽部からも出演いただき、今年度もすばらしい盛り上がりとなりました。

12  
17

## 年末の交通安全県民運動 パレード出発式



-その酒で 失う信頼 家族の未来 -

12月16日から25日までの年末の交通安全県民運動に合わせて、時津地区交通安全協会長与支部により実施されました。

パトカー、スローガンを掲げたトラックなどが、交通安全を呼びかけながら師走の町内を巡回しました。

元気な  
西そのぎ商工会の  
お店を紹介します

## 長与 よかとこ めぐり

長与町商店街連合会

## 割烹たなか 長与店



住所:長与町嬉里郷456  
☎883-6133 FAX883-6135  
営業時間:11時~22時(L021時20分)  
平日15時~17時  
ドリンク・デザートのみ営業  
定休日:12月29日~1月1日



▲刺身盛り合わせ



▲人気メニューの鯛の荒焚き



▲昼の松花堂御膳

▲スタッフの皆さん (上段中央が店長の田頭 寛和さん)

## ゆったりくつろげる和食料理店“割烹たなか 長与店”

ながよ中央商店街入口付近にある「割烹たなか 長与店」。

“お子さまからお年寄りまですべての方がくつろげる和食料理店”をコンセプトに、鮓・刺身・荒焚き・角煮・天ぷら・茶碗蒸しなどを提供しています。45年ほど前は1階部分で市場を運営しており、2階部分に空きがあったため、割烹として営業を始めたそうです。まず一番のこだわりは魚の鮮度。他社では真似できない自社独自の仕入ルートと併せて生け簀を活用することで、鮮度抜群の魚を提供しています。

開業当初からの人気メニューである「荒焚き」は水を一切使わずに焚き上げる、「豚の角煮」は5日間かけて仕上げるなど料理製法にもこだわりを持っています。お子さまメニューも多数用意しており、広々とした座敷で子ども連れで食事を楽しむことができます。

また、その他にも仕出し料理の配達や中学生の職場体験の受け入れを行っているそうです。

お客様からお帰りの際に言っていただける「おいしかったよ」の一言がやりがいに繋がっているとのこと。

店長の田頭さんは「ご家族連れから大規模な宴会まで、用途に合わせて活用できるアットホームなお店です。ぜひ一度ご来店ください。」と笑顔で話してくれました。

### 取材メモ♪

今回撮影のために出来立ての料理を準備してくださいました! 美しく盛付られてあり、見ただけでも魚の鮮度が十分伝わってきました。

個人的に一番好きなメニューの「荒焚き」。田頭店長も「この味を次世代へと受け継いでいきたい」と話されていました。

3階には宴会場もあり、飲み放題付コース料理など金額に応じたプランも用意されています。皆さんも新年会などで、ぜひご利用されてみてはいかがでしょうか?



▲豚の角煮



## 子どものつぶやき

子どもたちの日々の生活の中でのつぶやきをご紹介します。  
子どもの感性に、ほんわかとしたつぶやきに、心も癒されます。

### あら大変!!

(2歳児・女の子)  
Aちゃん：「先生ー!おねつ、おねつ!!」と  
お鼻を指さしてやってきたAちゃん!  
先生：「それは鼻水だね!」

お熱とお鼻のかわいい間違いました。

お熱が出なくて良かったね!

### ハロウィン…

(3歳児・男の子)  
ハロウィンのこと。  
お菓子をもらえる魔法の言葉  
「トリック オア トリート!」を教えると、  
Yくん：「え?トイレットペーパー?」と  
ビックリ顔。

確かに似てるね~。

### 朝の登所時間…

(5歳児・女の子)  
保育所に入所して、  
慣れずに泣いている赤ちゃんを見てIちゃんが一言  
「ねえ、なんでそんなにテンション低かー?」

あらあら(笑)

Iちゃんも赤ちゃんの時は泣いていた  
んだよー。赤ちゃんをよろしくね。

### バイオパークで…

(5歳児・男の子)  
芋ほり遠足でバイオパークに行き、カンガルーに  
エサやりをしたKくん。  
スプーンにエサをのせて差しだすとカンガルーが  
パクッとたべてくれました。  
すると、「わあーなんだか夢みたい!!」と  
走っていました。

Kくん夢じゃないよ~!カンガルーと  
の忘れられない思い出できたね~。

### ひつじのコーナーに着いた時

(5歳児・男の子)  
Yくん：「ねえ!知つった?ひつじの毛を全部剃つ  
たらヤギになるとばい!」と得意気!  
周りの子たちも「へ~そなだ~!」と納得。

ひつじとヤギ、確かに毛がないと

似た者同士だね!

寒くなったら毛を分けてねー byヤギ



文責：町立高田保育所

# 子育てガイド

子育てに役立つ情報を提供しています

長与の結婚・子育て応援サイト  
**大きくなれ**・プラス



## 親子で自由に集えるあそびの広場 子育て支援センター おひさまひろば

問 おひさまひろば(ほほえみの家内) ☎855-8551

時 月曜日～金曜日

10時～12時・13時～16時  
(土日祝日、お盆、年末年始休み)

対 町内在住のおおむね生後2か月～就学前の子ども、保護者、妊婦の方

料 無料

### ●お知らせ

気象庁の発表で警報と避難勧告  
が出来ている場合は、穏やかな天気で  
も休館になる場合があります。ご不  
明な場合は、おひさまひろばに確認  
をお願いします。

日時

絵本の日(絵本の読み語り) 1月27日月 11時30分～

わらべうたの日(親子わらべうた) 2月10日月 11時30分～

おひさまフライデー(ふれあい遊びなど) 毎週金曜日 15時30分～

にこにこ相談  
(臨床心理士への1時間個別相談  
・託児付・予約制) 2月19日火 10時～、11時10分～、  
13時30分～

ツインズの会  
(双子・三つ子ちゃん交流会) 2月5日水 13時～  
(駐車場までお迎え要連絡)

げんきっこひろば  
(ひばり学級とおひさまひろばでの  
自由遊び) 2月14日金 13時30分～  
※ひばり学級での遊びは  
15時30分まで



長与町子育て  
支援センター  
おひさまひろば

健康センター  
4階

ひばり学級  
おひさまひろば  
(受付  
おひさまひろば)

## はじめての子育てが楽しくなる♪ はじめのはじめのいっぽ

時 2月7日金・13日木・20日木・28日金  
10時30分～12時30分(全4回参加できる方)

所 健康センター 4階

対 町内在住、2月7日現在で第1子2か月～おおむね  
4ヶ月

内 わらべうた、ベビーマッサージ、ティータイム、お  
しゃべり会など

定 9組

料 500円(おやつ代、わらべうた布代として)

△ 1月21日火 16時(応募多数の場合抽選、当落郵送)

## パパママこそだて座談会

「子どもの発達を知り、子育てを楽しく♪」

時 2月9日日 10時～12時

所 長与町子育て支援センター おひさまひろば

対 町内在住、未就学児とそのお父さま、お母さま

内 親子ふれあい遊び、伊藤先生を囲んでの子育て座談会  
定 8組程度

△ 1月28日火(応募多数の場合抽選、当落電話連絡)

他 講師 伊藤 勢津子 先生(臨床心理士)

## 麻しん風しん混合ワクチン(MR)の定期接種(第Ⅱ期)はお済みですか?

来年小学生になるお子さんは、小学校入学前に2回  
目の麻しん風しん混合ワクチン(MR)を受けましょう。

時 5歳～7歳未満で小学校就学前の1年間  
(年長の年度末まで)に1回。

接種期限 令和2年3月31日火まで

所 長与町、時津町、長崎市、県下全域の一部の医療機関  
(直接医療機関へお問い合わせください)

対 来年小学生になるお子さま  
(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)

料 無料

## マタニティクッキング

申・問 こども政策課母子保健係  
☎801-5881

時 2月14日金 10時～13時

所 ふれあいセンター1階

内 妊娠中の栄養についての  
学習(調理実習)

料 400円

△ 2月7日金



## 親子で自由に集えるあそびの広場 ミカンちゃんひろば

時 10時30分～11時30分 対 町内在住の乳幼児、保護者  
内 自由あそび・手あそび・リズムあそび・読み聞かせなど



	日程	内容	備考
高田児童館 ☎ 857-4500	1月16日(木)	好きな遊具で遊ぼう&おゆずり会	※子育て専門員による育児相談
	1月23日(木)	節分遊び	
	2月6日(木)	ボールで遊ぼう	
	2月13日(木)	3月のカレンダーを作ろう	
上長与児童館 ☎ 887-2616	1月21日(火)	絵本の世界を楽しもう	
	1月28日(火)	節分遊びを楽しもう	
長与北児童館 ☎ 887-3319	1月14日(火)	親子ふれあいストレッチ	定12組 申1月6日(月)～受付開始・電話可
	1月21日(火)	節分遊び	
	2月4日(火)	風船遊び	
長与南児童館 ☎ 883-3996	1月17日(金)	自由遊び&おしゃべり	
	1月31日(金)	節分遊び	
	2月7日(金)	好きな遊具で遊ぼう	※子育て専門員による育児相談
長与児童館 ☎ 883-6399	1月16日(木)	昔遊びを楽しもう	
	1月30日(木)	節分遊び	
	2月13日(木)	大型遊具で遊ぼう	

子育て支援センター開設日時(各児童館でも子育て支援センターを開設しています)

月曜日～金曜日10時～12時・13時～14時(長与児童館・上長与児童館は10時～12時・13時～16時)

ミカンちゃんひろばで撮影した写真は、町の広報・ホームページ等に掲載することがあります。  
ご了承ください。



あつまれ!  
長与のこどもたち じどうかん劇場  
『伝統芸能にふれよう  
～変面ショーと和太鼓演奏～』

11月9日、長与南交流センターにて行われました



和太鼓演奏体験のようす

## 子育て支援自主サークル

問 こども政策課母子保健係 ☎ 801-5881

※祝日は原則休み

	日時	場所	対象
うれりっこ。	第4火曜日 10時～12時	嬉里谷 集落センター2階	0歳 子ども、就学 前までの 保護者
なかよし キッズ	毎週金曜日 10時30分～12時 ※1月3日(金) はお休み	長与北児童館	
らっくら クラブ	毎週金曜日 10時30分～ 11時30分 ※1月3日(金) はお休み	上長与児童館	
つくしんぼ	第2水曜日 10時～11時30分	サニータウン南 公民館	0歳 子ども、就園 前までの 保護者
さくらんぼ	第1・2・3月曜日 10時30分～12時 ※1月6日(月)、13日 (月) はお休み	嬉里中央 自主防災センター	
“かぜっこ” サークル	第2木曜日 10時～12時	緑ヶ丘団地 集会所	
ぴよぴよ くらぶ	第1木曜日 10時～12時 ※1月はお休み	井手本 自主防災センター	0歳児、 保護者
さくら クラブ	第1金曜日 10時～11時45分 ※1月はお休み	長与町公民館 2階和室	
こつこ くらぶ	第3木曜日 10時～12時	北陽台公民館	

## 1月15日(水)から

「ぴったりサービス」で  
電子申請接続サービスを開始します

問 制度について

こども政策課 ☎ 801-5886

マイナンバーカードについて

住民環境課 ☎ 801-5825

「ぴったりサービス」とは…

子育てに関する手続きを検索したり、申請や届出などをオンライン上で行うことができるサービスです。



スマートフォンからも利用ができます。

時 利用可能時間 24時間

内 サービス内容

- ・知りたい制度・手続き方法の検索
  - ・申請書をオンラインで入力・印刷
  - ・オンラインによる申請(一部手続きのみ)
- ※オンライン上で手続きの申請や届出を行う際には、署名用電子証明書用の暗証番号を設定したマイナンバーカードが必要です。

他 詳しくは、ホームページでご確認ください。

ぴったりサービス 検索

## 「第2期長与町子ども・子育て支援事業計画」パブリックコメントによる意見等募集について

申・問 こども政策課 ☎ 801-5886 (直通) FAX:883-2061  kodomo@nagayo.jp

〒851-2185 西彼杵郡長与町嬉里郷659番地1

長与町では、子ども・子育て支援施策の総合的な計画として、平成27年から5年間の「長与町子ども・子育て支援事業計画」を策定し、子どもの成長と子育て支援に向けた各種施策を実施しています。

このたび、令和2年度から新たに5年間の第2期計画について検討を行い、「第2期長与町子ども・子育て支援事業計画」の素案を作成いたしました。

この計画(素案)に関して、広く町民の皆様のご意見・ご提案を反映させるため、パブリックコメント(意見公募手続)による意見募集を行います。

時 1月10日(金)～1月31日(金)(必着)

対 ・町内に居住、在勤、在学の方

・町内に事業所等を持つ法人、その他の団体

内 内容閲覧方法(上記期間中に閲覧できます)

・長与町ホームページで閲覧

・下記公共施設で閲覧

こども政策課、おひさまひろば、高田児童館、上長与児童館、長与北児童館、長与南児童館、長与児童館

申 所定の記入用紙(上記施設に備え付け、またはホームページよりダウンロード)に氏名・住所・連絡先・ご意見などを記入し、持参・郵送・FAX・電子メールのいずれかの方法で役場こども政策課へ提出

# くらしの情報

Information Board

## 健康・福祉・介護

### 集団健診のお知らせ

申・問 健康保険課健康増進係  
☎ 801-5820

年に1回は健診を受けて、健康状態を確認し、生活習慣病の予防・改善に努めましょう。

時 2月8日㊁ 午前中 所 長与町公民館  
対・内

#### 国民健康保険に加入の方

- 特定健診:40~74歳の方
- 胃がんリスク健診:30・35・40・45・50・55・60・65歳の方

#### 後期高齢者医療制度加入の方

- 後期高齢者健診:75歳以上の方

申 電話にて申込み  
△ 1月31日㊁

\*特定健診、後期高齢者健診、胃がんリスク健診には受診券(5月発送済み)が必要です。

上記健診は、医療機関での受診も可能です。詳しくは、4月に各世帯へ配布しております「2019年度長与町健康診査のお知らせ」をご覧ください。

#### 集団健診について



### 知的障害「ピアサポート相談会」

問 町手をつなぐ育成会事務局  
山口 ☎ 090-8831-0706  
調枝 ☎ 090-4351-3750

1人で抱え込まず、知的障害児(者)に関わる皆さまで悩みを話し合いませんか?ピア(当事者・家族)だからこそ分かること、話せることがきっとあると思います。(年齢・会員不問)

時 2月4日㊁ 10時30分~12時

所 町手をつなぐ育成会事務局(老人福祉センター2階)

対 年齢・会員不問

問 問い合わせ 時 とき 所 ところ 対 対象 内 内容 定 定員 料 料金

申 申込み 締 締切 他 その他

老人クラブ連合会催し  
問 町老人クラブ連合会事務局  
(町社会福祉協議会内)  
☎ 883-7760

●町老連 第4回理事会  
時 2月26日㊁ 所 町老連事務所  
他 詳しくはお問い合わせください。

長与町認知症カフェ  
「ながよみかんカフェ」開催  
問 町社会福祉協議会  
☎ 883-7588  
介護保険課包括支援係  
☎ 801-5822

●1月のテーマ  
介護サービス・介護予防事業の説明  
時 1月24日金 13時~15時  
所 老人福祉センター大ホール  
料 100円

## 環境

### 一般家庭からの もやせるゴミ排出量の比較

月	排出量(t)		
	2018年度	2019年度	増減
4月	649	649	0
5月	667	667	0
6月	605	552	-53
7月	636	611	-25
8月	566	474	-92
9月	526	572	46
10月	607	589	-18
11月	571	543	-28
累計	4,827	4,657	-170

●朝の冷え込みが厳しくなってきておりますが、ごみを出す際は必ず朝の8時までにお出しください。

### 長与町内から出る資源量(kg) (主に拠点回収分の紙類)

分類	11月	累計(kg)
新聞	11,190	92,420
雑誌・雑紙	20,130	161,640
段ボール	10,580	102,470
紙パック	1,140	7,790

## くらし

### 2020年農林業センサスに ご協力ください

問 政策企画課 ☎ 801-5661

2月1日㊁を基準日として「2020年農林業センサス」を実施します。

この調査は、わが国の農林業の生産構造や就業構造、農山村の実態とその変化を明らかにし、農林業施策の企画・立案・推進のための基礎資料の作成・提供を目的とした5年ごとに農林水産省が行う統計調査です。

対象となる世帯へは、知事から任命を受けた調査員が訪問いたしますので、調査へのご理解・ご回答をよろしくお願いします。



### 人権相談・行政困りごとなんでも相談

問 総務課行政係  
☎ 801-5781

合同相談所を開設しています。事前予約は必要ありませんので、お気軽にお越しください。相談は無料で、秘密は堅く守られます。

【人権相談・行政困りごとなんでも相談】  
13時~16時  
時 令和2年1月21日㊁  
所 北部地区多目的研修集会施設

### 人権相談

法務大臣から委嘱された人権擁護委員が、いじめ、隣近所とのトラブルなど、人権に関する様々な相談を受け付けます。

【常設人権相談所(長崎地方法務局)】  
時 月曜日~金曜日の8時30分~17時  
15分(祝日を除く)  
所 長崎地方法務局 ☎ 0570-003-110

### 行政困りごとなんでも相談

総務大臣から委嘱された行政相談委員が、国の仕事など、行政に関する苦情や要望を受け付け、解決や改善を図ります。

行政相談委員 堤恵美子・草野洋  
長崎行政監視行政相談センター  
☎ 849-1100

### 令和2年度建設工事等競争入札 参加資格審査申請書(追加分)の 受付について

申・問 長与町役場 総務部 契約管財課  
契約管財係 ☎ 801-5784  
〒851-2185 嬉里郷659番地1

#### 時 受付期間

2月3日月~28日金 9時~17時  
(土・日・祝日および12時~13時を除く)

郵送の場合は2月28日金 消印有効

#### 所 受付場所

契約管財課 契約管財係

他 申請に関する提出要領および様式は、  
町ホームページの入札・契約のページに掲載(ダウンロード可)

※今回は中間受付ですので、有効期間は、  
令和2年4月1日㊁から令和3年3月  
31日㊁までの1年間です。平成31年に  
申請済みの場合は、新たに申請する必  
要はありませんが、経営規模等評価結果  
通知書・総合評定値通知書につきま  
しては最新のもの(写し)を隨時提出し  
てください。

### テレビの「受信障害」対策を 実施しています

問 700MHz  
テレビ受信障害対策コールセンター  
☎ 0120-700-012(フリーダイヤル)

携帯電話などで利用する電波帯の拡大  
に伴い、町内の一部地域において、テレ  
ビの映像が乱れる可能性があります。  
(※ケーブルテレビや光ケーブルで地デ  
ジをご覧の場合は影響ありません。)

受信障害が起きそうなお宅や、そ  
うなる可能性が高いお宅には、対策員が訪  
問・確認の上、対策作業を無料で実施し  
ます。

※対象となる地区には、あらかじめお知  
らせをお届けしています。

費用は一切かかりません。また物品の販  
売をすることもありません。

対策員は身分証明書(テレビ受信障害  
対策員証)を持っています。不審に感じ  
られた際は、コールセンターへお問い合わせ  
ください。

受付時間:9時~22時(年中無休)

### 長与町長選挙

#### 立候補予定者説明会を開催します

問 長与町選挙管理委員会  
☎ 801-5781 FAX883-1464  
✉ somu@nagayo.jp  
〒851-2185 長与町嬉里郷659番地1

#### 時 受付期間

2月3日月~28日金 9時~17時  
(土・日・祝日および12時~13時を除く)

郵送の場合は2月28日金 消印有効

#### 所 受付場所

契約管財課 契約管財係

他 申請に関する提出要領および様式は、  
町ホームページの入札・契約のページに掲載(ダウンロード可)

会場の都合により、出席者は立候補  
予定者1人につき3人以内とします。

### 令和元年度第3回 危険物取扱者試験準備講習会

問 (一社)長崎県危険物安全協会  
☎ 825-8479 FAX825-8481

時 1月21日㊁~22日㊂ 9時~17時  
所 長崎県勤労福祉会館3階大会議室  
対 乙種第4類

#### 内 講習科目

- ①危険物に関する法令
- ②危険物施設の技術上の基準
- ③基礎的な物理学及び基礎的な化学
- ④危険物の性質並びにその火災予防  
及び消火の方法

料 会員・学生 11,500円

非会員 14,400円

申 詳細はお問い合わせください

△ 1月15日㊁

### 子ども110番の家の登録に ご協力ください

問 生涯学習課  
☎ 801-5682 FAX883-7151

子どもが「誘拐や暴力、痴漢」などの被  
害に遭いそうになったと助けを求めてきた  
時に、その子どもを保護するとともに、  
警察、学校、家庭などに連絡するなどして、  
地域ぐるみで子どもたちの安全を守って  
いくボランティア活動のことです。現在、  
町内で335箇所、一般住宅や事業所にご  
協力をいただいている。地域で子どもたち  
の安全を見守るためのひとつの手段  
として、「子ども110番の家」の登録をお  
願いします。

1月10日㊁は「110番の日」  
110番は事件・事故の際の緊急電話です

問 時津警察署 ☎ 881-0110  
警察相談専用電話 #9110

- 運転免許証の更新、落とし物の届出など緊急でない要件は時津警察署へ
- 相談に関することは、警察相談専用電話または時津警察署へ

携帯電話で110番通報を行う場合の  
注意事項

- 発生場所の地番、目標物を確認してください。
- (例)コンビニエンスストア、バス停、ガソリンスタンド、九州電力の電柱に取り付けられている数字(下から2メートルくらいの高さにある縦長の白色プレートに記載)など
- 通話中は可能な限り移動しないでください。

1月31日㊁は町県民税第4期  
の納期限です

問 税務課住民税科  
☎ 801-5785

納期限までに、お近くの金融機関またはコンビニエンスストアで納めましょう。  
口座振替の方は残高不足にご注意ください。

## 求人

### 令和2年度学校図書校務員募集

問 長与町公共施設等管理公社事務局  
☎ 883-1106  
〒851-2128 長与町嬉里郷659-1  
(平日 9時~17時)

時 第一次試験 2月2日㊁  
第二次試験 一次合格者のみ後日通知  
対 町内在住の図書司書資格者で、パソ  
コン操作ができる方

※4月1日㊁から勤務できる方  
定 1人  
申 JIS規格履歴書に写真を貼付し公社  
事務局へ提出(郵送可)

△ 募集期間 1月6日月~1月24日金  
(当日消印有効)

## 長与町立児童館児童厚生員を募集します

問 こども政策課子育て支援班  
☎801-5886

職種	児童館児童厚生員
職務内容	児童に健全な遊びを与えて、その健康を増進し、情操を豊かにすることを目的として、児童の集団的及び個別指導を行うとともに、地域児童の健全育成に努め、必要な活動を行いながら児童福祉の増進に寄与する。また、子育てに関する相談に応じ、必要な場合は関係機関と連携してその問題解決に努める。
募集人員	若干名
受付期間	1月6日㈪～1月24日㈮
応募資格	平成12年4月1日以前生まれの町内在住者で、次の1または2の条件を満たす者。 1. 母子指導員の資格を有する者 (次の①から③のいずれかに該当する者) ①厚生労働大臣の指定する児童福祉施設の職員を養成する学校、その他の養成施設を卒業した者 ②保育士の資格を有する者 ③学校教育法の規定による高等学校を卒業した者若しくは通常の課程による12年の学校教育を修了した者、または文部科学大臣がこれと同等以上の資格を有すると認定した者であって、2年以上児童福祉事業に従事した者 2. 学校教育法の規定により、幼稚園、小学校、中学校、高等学校若しくは中等教育学校の教諭となる資格を有する者
応募方法	次の①から③の書類を役場こども政策課へ、募集受付期間内に提出してください。 ①長与町立児童館児童厚生員(嘱託職員)採用試験受験申込書(兼面接カード)※こども政策課にあります。町ホームページからもダウンロードできます。 ②写真(3cm×4cm)※①に貼り付けてください。 ③資格・免許等を証する書類(写し)
採用試験日	令和2年2月初旬(予定)※後日連絡します。
試験内容	作文試験・面接試験
雇用条件	会計年度任用職員としての雇用となります。詳しくは、お問い合わせください。
採用予定日	令和2年4月1日㈫ ※事前に研修を行う場合があります。

## 長与町立高田保育所の保育専門員および看護師を募集します

問 長与町立長与保育所  
☎856-2333・856-2401

職種	保育専門員	看護師
職務内容	①保育所の保育に関すること ②保育所の事業に関すること ③その他保育所に関する必要な業務	①保育における医療的行為 ②その他保育所に関する必要な業務
募集人員	若干名	1名
受付期間	1月6日㈪～1月31日㈮	
応募資格	①保育士の資格を有する者 ②幼稚園の教諭の資格を有する者 ③養護教諭の資格を有する者	看護師の資格を有する者
応募方法	次の①から③の書類を長与町立高田保育所へ、募集期間内に提出してください。 ①長与町立高田保育所保育専門員(嘱託職員)採用試験受験申込書(兼面接カード) または長与町立高田保育所看護師(嘱託職員)採用試験受験申込書(兼面接カード) ※高田保育所にあります。町ホームページからもダウンロードできます。 ②写真(3cm×4cm)※①に貼り付けてください。 ③資格・免許等を証する書類(写し)	
採用試験日	令和2年2月初旬(予定)※後日連絡します。	
試験内容	作文試験・面接試験	
雇用条件	会計年度任用職員としての雇用となります。詳しくは、お問い合わせください。	
採用予定日	令和2年4月1日㈫ ※事前に研修を行う場合があります。	

## 第3回 長与町健康のまち宣言コラム

問 健康保険課健康増進係 ☎801-5820

町制施行50周年を記念して行った、「長与町健康のまち宣言」の5か条の宣言内容を皆さんにより詳しく知つてもらうために、5回シリーズのコラムを掲載しています。

### ③「適度な運動・スポーツを通じて、健康的なからだをつくります。」

WHO(世界保健機関)が発表した死亡リスク上位5つは、高血圧、喫煙、脂質異常症、運動不足、肥満の5つです。このうち喫煙を除く4つの項目については、適度な運動を行うことで改善します。だから運動しましょう!・・・わかっているけど、日頃から取り組んでいなければ難しいものです。

運動の習慣化として現在長与町が行っている健康ポイント事業「ながよミックンポイント」では、「歩くこと」を推奨しています。歩く目安として、1日8千歩から1万歩を目標にしています。

では、毎日歩いてさえいれば健康を維持できるのでしょうか?足を上げず、小股で運動の刺激が弱いウォーキングと、しっかり足を上げて大股や早歩きなどで運動の刺激が強いウォーキング、どちらが効果的でしょう。「どれだけ歩いたか」だけでなく、「適度な運動刺激のあるウォーキング」が大切です。

ここで新たな疑問が・・・「適度な運動刺激のあるウォーキング」とは、どういうウォーキングなのでしょうか?「汗ばむ程度の運動」と答えたあなた!おしいですね。汗は体温調節機能のため、体質に影響されます。汗かきの人とそうでない人では、「汗ばむ程度」の汗をかく運動強度が違います。また、季節や湿度でも異なります。「なんとか会話ができる程度の早歩き」が中等度の運動でお勧めです。

家の中でも、ストレッチなど座ってできる体操や、立ったついでにスクワットなどの筋トレをするなど、身近なところから始めてみてください。何をすればいいかわからない時は、スポーツクラブや公民館の運動サークルなどに参加して、色々な運動を体験して自分に合う運動を探してみるのもいいと思います。

運動は身体面の健康だけでなく、ストレス発散などの精神面の健康にも効果がありますので、食事や睡眠のように、普段の生活で当たり前に行うものと考えて、できることから始めてみましょう。

来月は「④十分な睡眠・休養をとり、心やすらぐ時間を大切にします。」です!

理想的な  
歩くフォーム



## 介護保険のしくみ

問 長与町地域包括支援センター ☎887-3008  
介護保険課 包括支援係 ☎801-5822

### 「長与町在宅医療介護連携推進協議会」「長与町認知症初期集中支援チーム」を紹介します

いつまでも自分らしく誰もが住み慣れた「ながよ」で生活し続けることができるよう「長与町地域包括ケアシステム」構築を目指して、地域包括支援センター（介護保険課）では、さまざまな取り組みを行っています。

#### 長与町在宅医療介護連携推進協議会

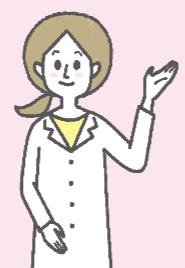
平成28年12月に20人の委員（町内医師、歯科医師など医療関係者や介護関係者、民生委員、行政職員など）による協議会を発足しました。

取り組みとしては、医療・介護関係者の連携を推進するため研修会の開催、地域住民に向けての周知活動などを行っています。10月の健康まつりでは「アドバンス・ケア・プランニング（人生会議）」活動として、もしバナゲームを実施しました。また昨年より「長与町在宅医療・介護相談窓口」を長与町地域包括支援センター内に設置しています。



#### 長与町認知症初期集中支援チーム

昨年より認知症初期集中支援チームが設置されました。ご本人やご家族、地域の方や支援者からの相談を受け、認知症の方や認知症が疑われる方の自立した生活に向けて、医療職と介護職がチームとなって半年間集中的にサポートします。お一人お一人の困りごとの確認をさせていただき、その方に応じた支援方法を検討、サポートをしていきます。



何かあれば、  
お気軽にご相談  
ください！

## 令和元年度 長崎県サロンリーダー養成研修受講生募集

申・問 社会福祉法人のぞみ会 のぞみの杜 ☎887-3333

活動方法やポイントを身に付けて、一緒に介護予防活動（サロン活動）を広めていきましょう！

時 2月29日㊐、3月14日㊐ 13時30分～16時30分

所 元気の湧 のぞみの杜（長与町吉無田郷1578）

対 町内在住の方で高齢者の介護予防活動に関心があり、実際にサロン活動を行いたいと考えている方（2日間とも参加できる方）

内 介護予防活動の実施方法、留意点などについて講話及び実技

定 30人

〆 2月21日㊐

## ふくし通信

### 医療費の助成（自立支援医療・福祉医療）制度について

問 福祉課障害者福祉係 ☎801-5827

#### 自立支援医療（更生医療・精神通院）

自立支援医療（更生医療・精神通院）は、心身の障害を除去・軽減する為の医療について、医療費の自己負担額を軽減する公費負担医療制度です。

	対象
更生医療	18歳以上で身体障害者手帳の交付を受けている方 (障害の種別・等級、手術の内容により該当にならない場合があります) <b>対象例</b> 人工透析、心臓疾患、肝臓移植、関節手術など
精神通院	精神科疾患により継続的に通院による治療が必要な方 <b>対象例</b> 統合失調症、うつ病・躁うつ病、てんかん、認知症など

※認定には所得制限があります。

※事前申請が必要です。

#### 障害者福祉医療費助成

障害者である支給対象者が医療機関で支払われた保険診療金額の一部を助成することにより福祉の増進を図ることを目的とした制度です。助成を受けるためには認定手続きが必要です。（所得制限有）

対 下記のいずれかをお持ちの方

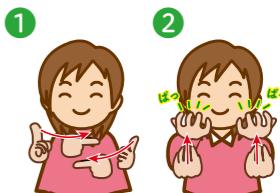
- ・身体障害者手帳1級・2級・3級
- ・療育手帳A1・A2・B1
- ・精神障害者保健福祉手帳1級
- ・特定疾患医療受給者証

### やってみよう！手話♪ 「あけましておめでとう」

【解説】

①両手の人差し指を外側に向けた状態から手首を返して並行に上下に並ぶようにします。（一月一日の手話表現）

②①のあとに握った両手こぶしを上に上げながらぱっ、と開きます。（「おめでとう」の手話表現）



## 年金だより

### 新成人の皆さん おめでとうございます

問 日本年金機構長崎北年金事務所 ☎861-1354 役場健康保険課年金係 ☎801-5821

#### 20歳になったら国民年金

公的年金制度は、みんなで暮らしを支え合うという考え方で作られた「世代と世代の支え合い」の制度です。国内に居住する20歳以上60歳未満の人は、国民年金・厚生年金のどちらかの制度に加入し、保険料を納めることになります。

国民年金に加入している人で保険料の支払いが困難な場合は「学生納付特例制度」（学生のみ）、「保険料免除制度」や「納付猶予制度」（50歳未満）があります。

※審査は前年所得を基とするので必ずしも承認される訳ではありません。

国民年金や厚生年金などに加入すると“年金手帳”が交付され、あなただけの「基礎年金番号」が記されています。年金に関する問い合わせや手続き、就職する時にも必要ですので、大切に保管してください。

#### 国民年金（基礎年金）3つのメリット

1. 老後を支えます……………老齢基礎年金
2. 病気やけがで障害の状態になったときに支えます……………障害基礎年金
3. 加入者が亡くなったとき、子のある配偶者、子（18歳到達年度末日までにある子、または、障害のある20歳未満の子）を支えます……………遺族基礎年金

# 消費者 注意報

## 「お試しの」のつもりが定期購入に! 通信販売の利用にご注意ください。

問 消費者ホットライン ☎局番なし 188 長崎県消費生活センター ☎824-0999 長与町消費生活相談窓口 ☎883-1111

「1回目90%OFF」「初回実質0円(送料のみ)」などの広告を見て「お試し」「1回だけ」のつもりで健康食品や化粧品等を注文したところ、数ヶ月間の定期購入が条件だったというトラブルが増えています。

また、定期購入と分かって注文しても、商品が体に合わないので返品したいというケースもあります。

通信販売を利用する際には、相手のことをよく調べる等、注意した上で利用しましょう。



### 【相談事例】

1、1か月前、ダイエットに酵素が良いというテレビ番組を見て試したくなり、スマホで健康食品を検索し「初回500円」というサイトで申し込み、試したが効果がないので飲まなくなってしまった。昨日、注文もしていないのにまた健康食品が送られてきた。5千円の請求書も同封しており、業者に問い合わせると4か月の定期購入で2回目以降の代金5千円が条件と言われた。申込時は分からなかった。

2、スマホに化粧品の広告が送られてきて、見ると化粧品が「お試し期間中、格安」の表示に、1回だけの「お試し」のつもりで商品の注文を行った。商品は、注文通り届いたが、1ヶ月後、同じ商品が届き、定期購入になっているのが分かり、解約しようと業者に電話すると「6ヶ月購入しないと解約できない」と断られた。代金も正規の代金を請求された。定期購入なら購入していない。どうしたらいいだろうか。

### 消費者へのアドバイス

☆インターネット通信を始め通信販売では、クーリング・オフ制度がありません。

☆注文するときは、商品の印象やお得感ばかりに気を奪われがちですが、契約内容や解約条件を見逃さないようにしましょう。とくに定期購入が条件となっていないか、条件となっているならその期間や支払総額などは確認をしてください。

☆また、体に合わない、期待した効果がないからと言って、解約・返品できるとは限りません。商品を注文する際は「解約・返品できるかどうか」「解約・返品できる場合の条件」などの解約条件も確認してください。

☆業者に電話しても繋がらず、解約期間を過ぎてしまうケースも見られます。業者に連絡をした証拠として、電話、ファックス、メールなどの記録は残しておきましょう。

※通信販売を行っている事業者はサイト上に「特定商取引法に基づく表示」として事業者の所在地や連絡先等を明記してあることが多いです。商品についてだけでなく、相手の事もよく調べた上で注文するようにしましょう。

困ったときは長与町役場相談窓口又は長崎県消費生活センターへご相談ください。

## インフォメーション

### 長与町消防出初式

問 地域安全課消防防災係 ☎801-5782

時 1月9日(木)

内 式典 10時～ 町民文化ホール  
市中行進 11時20分～ 中尾城公園～役場  
分列行進 11時45分～ 町図書館前  
放水演習 12時～ 皆前橋付近



### 第21回西彼杵郡人権教育研究大会 ～人のぬくもりと 心の豊かさが実感できる まちづくり～

問 生涯学習課 ☎801-5682

時 2月4日(火) 開会 13時30分～16時10分(予定)

受付 13時～

所 とぎつカナリーホール 対 どなたでも参加可  
内 講演「つながりのある子育て」  
講師:長崎こども・女性・障害者支援センター  
所長 柿田 多佳子さん

料 無料

他 主催 西彼杵郡人権教育研究大会実行委員会  
後援 長崎県、長崎県教育委員会、部落解放同盟長崎県  
連合会、長崎県人権教育研究協議会

### 長崎県立長崎工業高等学校吹奏楽部 第16回定期演奏会

問 長崎工業高等学校(担当:馬場) ☎856-0115

✉ baba2270@news.ed.jp

今年度の県大会では、本校初の「金賞」を受賞することができました。地域の皆さんへの日ごろの感謝の気持ちを込めて、老若男女だれもが楽しんでいただけるような楽しいコンサートを一生懸命やりますので、ぜひ見に来てください!

時 1月5日(日) 開場 13時30分 開演 14時～

所 チトセピアホール 料 無料

### 高田まつり

問 高田地区公民館 ☎856-2779

所 高田地区公民館

他 駐車場 町ふれあいセンター上段  
(高田地区公民館は駐車不可)

#### ●作品展示の部

時 1月25日(土) 13時～16時  
1月26日(日) 9時～15時10分

内 南画、革工芸、水彩画、俳句、写真、毛筆習字(小筆)、  
フラワーアレンジ、折り紙、パッチワーク、生花、  
小・中学生作品 他

#### ●ステージの部

時 1月26日(日) 12時30分～15時10分  
内 民踊、合唱、太極拳、詩吟、フラダンス、小学生英語  
劇、吹奏楽(高田中)、獅子舞(高田小)、わらべうた  
(高田保育所)他

#### ●出店の部

時 1月26日(日) 10時～15時10分  
内 新鮮野菜果物、バザー用品他  
食事コーナー うどん・いなり(11時～13時)  
所 高田児童館1階

### 働く婦人の家交流発表会

問 働く婦人の家 ☎883-1583

時 2月1日(日)

所 働く婦人の家

他 駐車場 三菱グランド、丸田谷公園臨時駐車場(雨天時駐車不可)※当日は、丸田温泉は休み。

#### ●展示発表(10時～15時20分)

写真の部 親子教室、男のパン、男の料理、ヨガ、ズンバゴールド、ピラティス、お父さん一緒に遊びましょう、夏休みミニ四駆作り

作品の部 人形、生け花、押し絵

#### ●ステージ発表(13時～15時20分)

太極拳、ダンス、健康体操、コラス、民謡、舞踊など

#### ●その他

手作りパンの販売(9時30分～)

お茶席コーナー(11時～) お茶券販売200円

## インフォメーション

Information

### はじめてのスマートフォン&タブレット講座

問 生涯学習課 ☎851-2185 長与町嬉里郷659番地1 ☎801-5682 FAX883-7151 ✉oubu.kyoiku@nagayo.jp

開催月	コース	日 時	講座内容	場 所	締 切
2月	A	19日㊁ 13時～15時	LINEを使ってみよう	高田地区公民館 2階講座室	2月10日㊂ 必着
	B	20日㊁ 13時～15時	タブレットを使ってみよう		
	C	27日㊁ 10時～12時	アプリを使ってみよう		
	D	27日㊁ 13時～15時	スマホを使ってみよう		
3月	A	18日㊁ 13時～15時	タブレットを使ってみよう	多目的研修集会施設 1階研修室	3月9日㊂ 必着
	B	19日㊁ 13時～15時	らくらくスマホを使ってみよう		
	C	26日㊁ 10時～12時	地図で探してみよう		
	D	26日㊁ 13時～15時	カメラを楽しもう		

※ 5月～令和2年3月までの原則毎月第3水曜日・木曜日13時～15時、第4木曜日10時～12時、13時～15時

【全44回】(毎月の広報にて、2月分ずつ募集。)

対・スマートフォン・タブレットに興味があり、まずは体験してみたい方  
・スマートフォン・タブレットをいまいち、使いこなせていない方(いずれも18歳以上の町内在住者)

定 5～10人 (応募者多数の場合、抽選。応募者全員に結果を発送。)

料 無料

申 講座開催月、希望コース(A～D)、氏名、年齢、住所、電話番号、希望講座の受講経験の有無を記入の上、生涯学習課へ提出してください。(生涯学習課窓口、郵送、FAX、メール可)

※複数のコースへの申込を希望される方は、希望コースを希望順位の高いものからご記入ください。

他 持参品 抽選結果はがき ※スマートフォン・タブレットはこちらで準備します。(スマートフォン・タブレットの持込可)

### ノルディックウォーク in ながよ

問 特別養護老人ホームかがやき ☎894-5555

時 9時45分～12時 (9時30分～受付)

第1火曜日および第3木曜日

対 初 初心者対象:ウォーキング教室&ショートコース

経 経験者対象:ロングコース

定 20人 料 無料

他 希望者にはポールを無料で貸し出します。雨天時の開催については、お問い合わせください。

開催日時	集合場所
1月 7日㊁	初 特別養護老人ホームかがやき
1月16日㊁	経 特別養護老人ホームかがやき
2月 4日㊁	初 特別養護老人ホームかがやき
2月20日㊁	経 特別養護老人ホームかがやき

### 野菜栽培講習会

問 産業振興課 ☎801-5836

J Aと町の共催で開催します。農家の方だけでなく、家庭菜園や市民農園を利用されている方、野菜作りに興味のある方など、どなたでも気軽に越しください。

時 1月22日㊁ 13時30分～(2時間程度)

所 老人福祉センター 大ホール

※玄関前駐車場は使用不可

料 無料



### 第44回長与町ロードレース大会

問 町体育協会事務局 ☎887-5374・887-2781

時 所 2月2日㊁(雨天決行)  
受 付 8時～9時 町民体育館  
開 会 式 9時10分～ 運動公園広場  
競 技 9時40分～(種目によって異なる)  
他 参加申込は締め切りました

※大会当日は、運動公園広場付近一帯の交通規制を行います。コース近隣の住民の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。



### 第17回長崎県ねんりんピック参加者募集

問 (公財)長崎県すこやか長寿財団 ☎847-5212

対 県内在住の60歳以上の方  
(昭和36年4月1日以前に生まれた方) 料 競技により異なる  
申 各競技団体へ(申込用紙は役場福祉課にもあり)

### スポーツ交流大会

時 所 ゴルフ … 4月1日㊁ 長崎市  
ボウリング … 4月25日㊂ 佐世保市  
グラウンド・ゴルフ … 5月9日㊂ 大村市  
テニス、ソフトテニス … 5月16日㊂ 長崎市  
水泳 … 5月16日㊂ 佐世保市  
卓球 他 12種目 … 5月23日㊂ 謙早市、大村市、長与町  
ソフトボール … 5月23日㊂～24日㊃ 謙早市

□ 申込期間 2月28日金まで  
※ボウリングは、3月23日月まで  
※ゴルフは、2月26日㊁～3月18日㊁



### 文化交流大会

□ 申込期間 3月23日月まで

#### 【囲碁交流大会】

時 4月25日㊂  
所 長崎県勤労福祉会館  
対 アマチュア愛好者(15歳以下も可)



#### 【ふれあい三世代交流将棋大会】

時 5月10日㊁  
所 三菱記念会館  
対 アマチュア愛好者(年齢制限なし)



### 健康マージャン交流大会

時 5月24日㊁  
所 マージャンハウスいでがみ  
対 アマチュア愛好者



### 生きがい作品展

時 6月  
所 長崎県美術館  
対 アマチュアの方  
内 部門 絵画、写真、書、工芸、彫刻  
※出品は1部門につき1点  
□ 申込期間 4月30日㊁まで



## ■エンジョイスポーツ「ユニカール」参加者募集

申問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎801-5683  
✉ oubu.kyoiku@nagayo.jp

時 1月15日㈬、29日㈬、2月12日㈬、26日㈬  
19時30分~21時(予定)

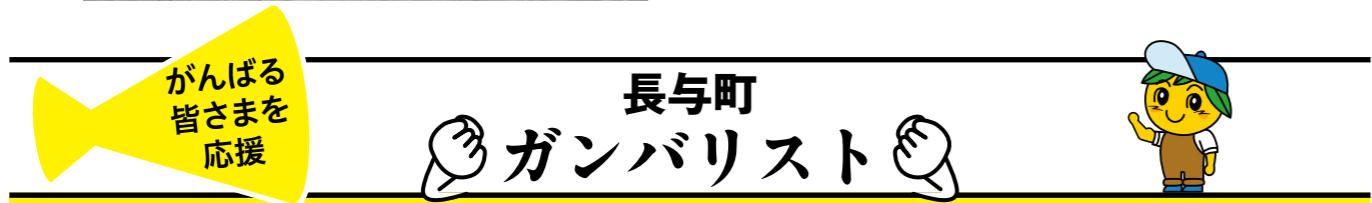
所 町民体育館  
対 小学5年生以上  
料 無料  
申 電話かメールで申込み。  
メールの場合は、件名に「ユニカール参加申込」、本文に  
参加者の①氏名②年齢③住所④電話番号を記入し、送信。

他 持参品 屋内用シューズ、飲み物  
主催 町スポーツ推進委員会

## 総合公園のブランコが新しくなりました!



更新にあたっては、酒のパワーズ(代表:田上俊光)様の寄付および皆さまからいただいた施設使用料を活用させていただきました。ぜひ、公園に足を運んでみてください。



## 自主サロン『輝け いきいきサロン』

サロンの仲間、現在12~13人の参加者で楽しい笑いのある活動を行っています。年齢に関わらず、誰でも参加できる自主サロンとして「笑って楽しい一時を過ごす」ことを活動の目的としており、リーダー、スタッフのもと、皆さまが「また参加したいなあ」と言って頂けるサロンを目指して頑張っています。令和2年1月は「笑いヨガ」を実施予定です。皆さまの参加をお待ちしています。



▲スクエアステップで  
軽い運動を楽しむ  
参加者の皆さま

問 代表 福田 ☎080-6466-3489  
時 毎月第3木曜日10時~13時  
所 特別養護老人ホームかがやき  
1階地域交流センター

## 結果 第70回県民体育大会 グラウンド・ゴルフ競技

時 11月9日 所 諫早市総合運動公園  
他 参加者 192人

### 女子団体の部

①西彼杵郡チーム(長与町選抜)

東 徳子(百合乃会)、岡村 チサ子(岳洋会)、  
山崎 光子(えびすクラブ)、岩下 淑子(二丁間クラブ)、  
田中 サヨ子(ふれあいクラブ)、  
中西 支洲子(長与シニア)

### 女子個人の部

②岩下 淑子(二丁間クラブ)

vol.365

# 図書館だより

## おすすめの本

### 「子育てとばして 介護かよ」

島影 真奈美/著 川/マンガ  
KADOKAWA

人生設計は狂うもの?出産のリミットが近づいた時にやってきたのは、義父母の介護。今的生活を維持し乗り切れるか!?



### 「さんかく」

千早 茜/著  
祥伝社

食の趣味が合う先輩・夕香と再会した正和。京町屋の夕香の家に同居することになっても恋人・華には言えない今まで…。



## 今月の特集展示

※正面玄関入口近くに設けています。

大人向け  
①『成人の日』特集  
②こんなに便利!手帳活用術

児童向け  
福よ来い来い、お正月

図書館カレンダー						
1月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

■ほほえみ号巡回予定日(火曜日・土曜日) ■休館日  
※大雨などにより、巡回ができない場合があります。お問い合わせください。

長与町図書館 ☎883-1799 開館時間:10時~18時  
FAX883-7222 ホームページhttp://nagayo-lib.jp

パソコンや携帯、スマートフォンから資料の検索や予約ができます。電話・FAXでの予約もできます。

## 新年のごあいさつ

あけましておめでとうございます。

皆様には、夢と希望に満ちた新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

旧年中は、たくさんの方々に御利用いただき、ありがとうございました。

また、「ブックリサイクル」や「雑誌スポンサー制度」にも御理解と御協力を賜り、重ねてお礼申し上げます。

昨年は、開館30周年という記念の年にあたり、様々な取組を行ってまいりました。その都度、多くの皆様の御支援と御協力をいただき、所期の目的を達成することができました。本当にありがとうございました。

また、町内小・中学校の協力を得て、「長与町の子どもたちに読んでほしい200冊の本」の改訂を行うことができました。先生方に感謝いたしますとともに、児童・生徒の読書活動を支える一助になれば、と願っています。

新しい年を迎え、皆様に親しまれる図書館づくりに一層精進しよう、と職員一同心新たにしているところです。本年も、なにぞよろしくお願いいたします。

## お知らせ

●<長与町の子どもたちに読んでほしい200冊の本>の改訂をしました!

一覧表は、図書館に配置しているほか、図書館ホームページからダウンロードすることもできます。図書は児童書コーナーにまとめてありますので、どうぞご利用ください。

## イベント情報

イベント名	日時・場所
おはなし会	1月11日㈯・18日㈯・25日㈯ 2月1日㈯・8日㈯・15日㈯ 22日㈯・29日㈯
時 11時~ 所 児童書たたみコーナー	
ぴよちゃん おはなし会	1月8日㈬・15日㈬ 2月5日㈬・19日㈬
時 ①11時~②14時~ (①②は同じプログラム) 所 2階和室	

## 新着図書

- 『どうしても生きてる』朝井 リョウ/著 幻冬舎
- 『まほり』高田 大介/著 KADOKAWA
- 『記憶の盆をどり』町田 康/著 講談社
- 『きみの正義は』水生 大海/著 文藝春秋
- 『ライオンのおやつ』小川 糸/著 ポプラ社
- 『小箱』小川 洋子/著 朝日新聞出版
- 『生命式』村田 沙耶香/著 河出書房新社
- 『老人の美学』筒井 康隆/著 新潮社
- 『ひみつのしつもん』岸本 佐知子/著 筑摩書房
- 『カッティング・エッジ』ジェフリー・ディーヴァー/著 文藝春秋



# 健康テラス

## 高齢者肺炎について

本来、食道に入るべき食べ物や唾液が誤って気管に入ることを誤嚥(ごえん)といいますが、この誤嚥によって起こる肺炎を誤嚥性肺炎と呼びます。特殊な肺炎と思われるがちですが、肺炎による死亡のほとんどを占める高齢者肺炎は、誤嚥性肺炎であることがわかつてまいりました。睡眠中は飲み込みの機能が低下するため、誤嚥が起りやすくなります。唾液中にはお口に棲みついたたくさんの細菌が混じっているため、細菌が気管、肺の中に侵入することになります。しかし、歯磨きなどお口の手入れを丁寧にされている方のお口には、肺炎を起こしやすい細菌は棲みつきにくいことが明らかになってきました。また、高齢になると、歯磨きなどお口の手入れが不十分になり衛生環境が悪くなるため、肺炎を起こしやすい細菌が棲みつき易くなります。多くの高齢者の方には、動脈硬化が進んで、手足の麻痺などの症状はありませんが、睡眠中の誤嚥が起り易くなる、無症候性脳梗塞が認められると言われております。ですから、予防に重要なのは、歯磨きなどお口の手入れを丁寧に行い、きれいにしておくことです。また、唾液の誤嚥により細菌が気道内に入ってしまっても、気道の表面に存在する防御機構や咳により気道から排除されますが、この防御機構の働きを低下させる低温や乾燥した冬場の環境に対しては保温や加湿が有効です。特に、肺炎をおこしたことのある高齢者の方は、口腔衛生環境の悪化や飲み込みの機能低下が潜んでいる可能性が高く、対策が重要となります。



そのだ内科クリニック  
苑田 文成

## 高血圧と腎臓病の関係

高血圧と腎臓病は、車の両輪の様な関係であり、お互いが影響を与えながら病状を進めていきます。普通、車の両輪と言えば、前進するためであり、良い意味で使われることが多いようですが、高血圧と腎臓病の場合は、お互いが悪影響を与えながら、動脈硬化などを、進めていきます。高血圧だけの場合に比べ腎臓病を合併すると、心臓や、脳の血管障害(心筋梗塞や脳卒中など)を引き起こすことが多くなります。腎臓病に影響を与える因子として、糖尿病、高脂血症、高尿酸血症などがありますが、日本人にとって最も影響をうけるものは、高血圧です。したがって、高血圧を、指摘された場合、高血圧の治療を受けることが一番大事なことですが、腎臓病の検査も受けるようにして下さい。具体的には、検尿検査(尿蛋白など)、血液検査(尿素窒素、クレアチニン、尿酸など)を、受けるようにして下さい。年に1～2回で良いと思います。



(医)修樹会平井内科  
平井 義修

手で切り離せます

1月～2月

カレンダー Calendar 2020

3月・6月・9月・12月は長与町議会定例会が開催されます

日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
			1 元日	2	3	4
5	6	7 ★3～4か月児健診 ●ノルディックウォーク inながよ(特別養護老人ホームかがやき 9:30～)[P28] ●お元気クラブ(老人福祉センター)	8 ■結婚相談所(13:00～17:00) ★つくしんば[P19] ●お元気クラブ(長与南交流センター)	9 ●長与町消防出初式 ★モグモグ教室 ★フッ素塗布事業 ★“かぜっこ”サークル[P19]	10 ★らっこクラブ[P19] ★なかよしキッズ[P19] ●健康相談(長与町役場9:30～) ●お元気クラブ(ふれあいセンター)	11 役場一部開庁(9:00～12:30)[P35] ■結婚相談所(10:00～16:00)
12 ●長与町成人式	13 成人の日	14 ★3歳児健診 ●お元気クラブ(老人福祉センター)	15 ■結婚相談所(13:00～17:00) ★1歳9か月児健診 ●お元気クラブ(長与南交流センター)	16 ●育児相談(高田児童館) ★こっこクラブ[P19] ●ノルディックウォーク inながよ(特別養護老人ホームかがやき 9:30～)[P28]	17 ★らっこクラブ[P19] ★なかよしキッズ[P19] ●お元気クラブ(ふれあいセンター)	18 ★パパママ学級(要予約)
19	20 精神障害者家族のつどい ★さくらんぼ[P19]	21 ■人権相談・行政困りごとなんでも相談[P20] ★1～2か月児相談 ★3～4か月児健診 ●お元気クラブ(老人福祉センター)	22 ■結婚相談所(13:00～17:00) ★お誕生相談 ●お元気クラブ(長与南交流センター)	23 ●離乳食教室(要予約)	24 ★ことばの相談(要予約) ★らっこクラブ[P19] ★なかよしキッズ[P19] ●健康相談(まんてん9:30～) ●お元気クラブ(ふれあいセンター)	25 役場一部開庁(9:00～12:30)[P35] ■結婚相談所(10:00～16:00)
26	27	28 ★3歳児健診 ★うれりっこ[P19] ●お元気クラブ(老人福祉センター)	29 ■結婚相談所(13:00～17:00) ★1歳9か月児健診 ●お元気クラブ(長与南交流センター)	30	31 ★らっこクラブ[P19] ★なかよしキッズ[P19] ●お元気クラブ(ふれあいセンター)	2/1
2 ●第44回長与町ロードレース大会	3 ★さくらんぼ[P19]	4 ★3～4か月児健診 ●ノルディックウォーク inながよ(特別養護老人ホームかがやき 9:30～)[P28] ●お元気クラブ(老人福祉センター)	5 ■結婚相談所(13:00～17:00) ●お元気クラブ(長与南交流センター)	6 ★モグモグ教室 ★フッ素塗布事業 ★ぴよぴょくらぶ[P19]	7 ●育児相談(南児童館) ★らっこクラブ[P19] ★なかよしキッズ[P19] ★さくらクラブ[P19]	8 役場一部開庁(9:00～12:30)[P35] ■結婚相談所(10:00～16:00)

手で切り離せます

# 緊急連絡先・相談窓口

24時間緊急手術体制 長崎百合野病院 ☎857-3366

夜間急诊センター 長崎市栄町2-22 やかんに は ハ ローきゅうぎゅう  
長崎市医師会館1階 ☎820-8699

月曜日～金曜日	内科・耳鼻咽喉科	20時～23時30分
	小児科	20時～翌朝6時
土曜・日曜・祝日	内科・小児科	20時～翌朝6時
12月31日～1月3日	内科・小児科	10時～17時および 20時～翌朝6時

## 長崎県小児救急電話相談 #8000へ

毎日19時～翌朝8時(ダイヤル回線☎822-3308)  
お子さまの急な病気やケガなどの相談

## 救急医療在宅当番医

1 水	長崎けやき医院(外・内・呼・小)	☎840-5111	長与
	道ノ尾みやた整形外科(整・リハビリ)	☎856-0001	長与
	たなか小児科クリニック(小)	☎865-9550	時津
2 木	おひさまこどもクリニック(小)	☎800-2187	長与
	戸田内科(内・循)	☎881-3888	時津
	えのもと整形外科(整)	☎881-0012	時津
3 金	かたやまハートケアクリニック(循・内)	☎865-7064	長与
	森の木脳神経脊髄外科(脳)	☎855-3311	長与
	長崎北病院(内・神内)	☎886-8700	時津
5 土	小川クリニック(胃・外・肛)	☎813-5588	長与
	なかむら整形外科(整・リハビリ)	☎813-5515	長与
	藤本クリニック(消・内・外)	☎801-8862	時津
12 日	川崎胃腸科外科医院(内・外・整)	☎883-0002	長与
	ホームホスピス中尾クリニック(緩和ケア・外)	☎801-5511	長与
	もとかわ耳鼻咽喉科(耳・アレルギー)	☎886-8133	時津
13 月	こが内科外科クリニック(内・外)	☎883-4535	長与
	都クリニック(内・麻酔・ペインクリニック)	☎855-9777	長与
	安永脳神経外科(脳)	☎813-2001	時津
19 日	佐藤内科医院(内・消・小)	☎883-5511	長与
	宮崎耳鼻咽喉科医院(耳・小・呼)	☎887-2841	長与
	もりハートクリニック(内・循)	☎813-2670	時津
26 日	長沢医院(内・小)	☎883-5622	長与
	モロキ内科(内・循・小)	☎883-1105	長与
	おがわ眼科クリニック(眼)	☎886-8757	時津
2 月	長与病院(内・外)	☎883-6668	長与
	山中内科消化器科医院(内)	☎860-8811	時津
	中山整形外科医院(整)	☎882-5865	時津
9 日	成田内科医院(内・小)	☎883-2011	長与
	もとやま心のクリニック(心・精)	☎856-3033	長与
	やまと内科(内・呼)	☎882-8828	時津
11 火	西田医院(内・消・小)	☎887-0202	長与
	黒崎医院(内・小・外)	☎882-2125	時津
	永石眼科医院(眼)	☎882-6760	時津
16 日	原田外科胃腸科クリニック(外・内・胃)	☎844-9100	長与
	てつ耳鼻咽喉科(耳・アレルギー)	☎801-3005	長与
	鍼灸医院(内・外)	☎882-2622	時津
23 日	平井内科医院(内)	☎883-6565	長与
	吉田整形外科クリニック(整・リハビリ・リウマチ)	☎860-5515	長与
	近藤医院(内・外・胃・呼・リハビリ)	☎882-7060	時津
24 月	女の都病院(内・小)	☎847-8383	長与
	清水病院(内)	☎882-1225	時津
	つかざき皮ふ科(皮)	☎813-2345	時津

(注)変更することがあります。当日の新聞や直接医療機関に確認してください。

長崎県救急医療情報 <http://www.pref.nagasaki.jp/kyukyu>

## 水道トラブル担当業者

1 水	島田設備工業	☎882-4456
2 木	株長与管工設備工業所	☎883-2580
3 金	有住吉設備	☎844-5364
4 土	株イワナガ	☎883-3392
5 日	有アキヤマ住工	☎847-4895
11 土	株リドーム	☎850-8850
12 日	小林設備	☎801-7831
13 月	株松栄設備	☎824-1793
18 土	三昌商事(株)	☎844-1393
19 日	山口設備	☎883-1439
25 土	有ミズヤ設備	☎090-3010-7302
26 日	松添設備工事	☎849-0032
1	有長崎住宅設備	☎842-7020
2	小林設備	☎801-7831
8	三昌商事(株)	☎844-1393
9	滑石設備株	☎856-2512
11 火	有池田設備	☎827-8179
15 土	星野管工設備(株)	☎856-1161
16 日	長冷工業(有)	☎887-1270

※対応時間は8時～17時です。

## 町内放送内容確認サービス

問 地域安全課消防防災係 ☎801-5782

●電話での確認  
☎0800-200-3312(フリーダイヤル)

●メールでの確認【要登録】

- ①登録用サイトにアクセス  
<http://mobile.nagayo.jp/mail/mobile/>
- ②空メール送信
- ③ガイダンスに従って登録  
「広域地域から選ぶ」を選択



## 心の健康相談

- こども、女性、障害者支援センター
  - ・精神障害の相談 ..... ☎846-5115
  - ・こころの電話 ..... ☎847-7867
- 西彼保健所 ..... ☎856-5159
  - ・精神科医師による面接相談(予約制)
  - ・保健所職員による電話相談(随時)
- 役場健康保険課健康増進係 ☎801-5820

## 悩むよりかけて安心 #9110

ストーカー・妻夫間の暴力・児童虐待少年非行・  
悪質商法・交通問題などの相談

- 警察安全相談電話 ..... ☎823-9110
- 時津警察署 ..... ☎881-0110

## 交通事故相談

長崎県交通事故相談所 ..... ☎824-1111

## 防犯灯の故障(球切れなど)は

地域安全課交通防犯係  
..... ☎801-5662

手で切り離せます

切り取り線

手で切り離せます

## 自動交付機稼働終了のお知らせ

役場正面玄関にある自動交付機につきましては、令和2年9月30日をもって稼働終了となります。

日頃より自動交付機をご利用の皆さまには、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

### 重要

現在お持ちのふれあいカード(印鑑登録証)は、自動交付機終了後も窓口で印鑑登録証明書を取得する際に必要となりますので、処分せず、引き続き大切に保管してください。



## 第2・第4土曜日の役場窓口の開庁について

問 住民環境課住民係 ☎801-5825

時 1月11日(土)・25日(土)、2月8日(土)・22日(土)、3月14日(土)・28日(土)  
9時～12時30分(正面玄関利用)

### 【取扱業務】

- 住民環境課住民係(役場1階)
- マイナンバーカード(個人番号カード)交付・申請
  - 各種証明書の発行(住民票、印鑑証明書、戸籍謄抄本など)  
※広域交付の住民票を除く
  - 印鑑登録・廃止
  - 通知カード記載(住所・氏名変更)・通知カードの再交付受付
  - 各種戸籍届出の受理(出生・死亡・婚姻・離婚など)  
※上記、申請および届出については、身分証明書にて本人確認が必要です。
  - 火葬許可証の発行  
(注)「転入」「転出」「転居」などの異動届は、取扱いできません。  
従来どおり「自動交付機」も利用できます。

土曜開庁業務は、  
令和2年3月末をもって終了いたします。



## 2月1日(土)から ハローワークプラザ長崎の 土曜開庁日が変更になります

問 ハローワークプラザ長崎  
(メルカつきまち3階) ☎823-1001

現 行: 毎週土曜 10時～17時  
変更後: 第2・第4土曜 10時～17時

他 1月6日(月)から、ご自宅のパソコンやスマートフォンで、ハローワーク内に設置されたパソコンと同じ求人情報を見ることができます。  
(通信料 本人負担)

## 人口のうごき

令和元年12月1日現在(前年比)

人口	41,624人	(-304人)
世帯	17,057世帯	(+61世帯)
男	19,864人	(-146人)
女	21,760人	(-158人)

11月中のうごき

出生	28人	転入	102人
死亡	29人	転出	122人

## 編集後記

皆さま、あけましておめでとうございます。  
新年号の表紙は、お正月らしくもちつきの写真を選びました。使っているのは、北小の子どもたちが苗から育て収穫したもち米。臼と杵でついたものはコシが強く仕上るそうです。ところで、皆さまは正月になぜおもちを食べるのはご存じでしょうか?正月にもちを吃るのは、平安時代から宮内で行われていた「歯固めの儀」に由来し、「歯を丈夫にして健康で長生きしよう!」という願いが込められているそうです。たしかに年齢の「歳」の漢字にも「歯」という字が入っています。(また、食べると長く伸びるので長寿を願うのに縁起が良いとも言われています。)  
2020年が皆さまにとって素晴らしい一年になりますようお祈りいたします。新年もどうぞよろしくお願ひいたします。

(村・里・三・平)

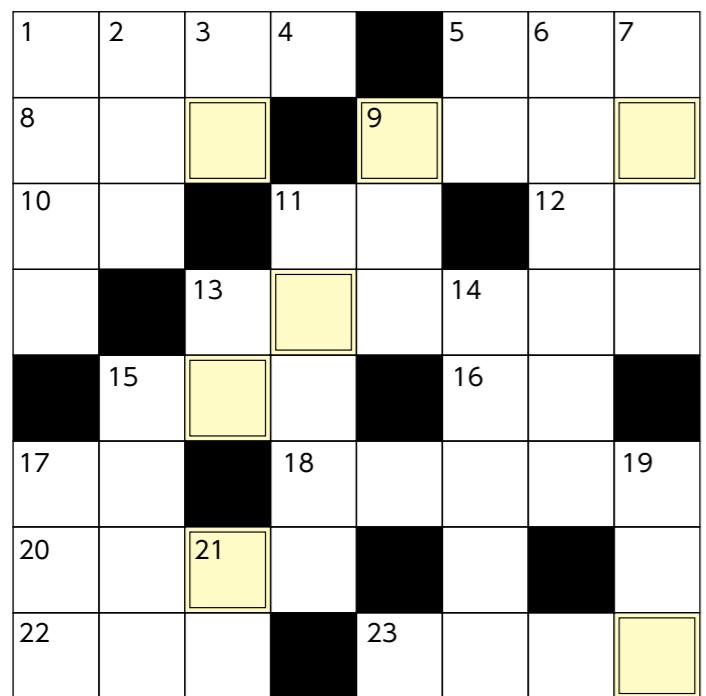


# お正月お年玉クイズ

Q1

## クロスワードパズル

ヨコのかぎ、タテのかぎを参考に、空いた枠の中に文字を入れていきましょう。二重枠の中の文字を組み合わせると、ある人の名前になります。それを答えてください。



ヒント

2019年に活躍した男性です。



### お年玉クイズ応募方法

ハガキにQ1、Q2、Q3の答えと、住所・氏名・電話番号・広報ながよを読んでの感想を記入し、令和2年1月31日金(必着)までにお送りください。全問正解者の中から抽選で30の方に粗品を進呈します。(当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます)

《オモテ》

63円 切手	8512185
長与町役場 秘書広報課	
「お年玉クイズ」係	

《ウラ》

Q1 ○○○○○○
Q2 ○
Q3 ○○○○
住 所 _____
姓 氏 名 _____
電 話 番 号 _____
感 想 _____

※応募される際に記入された個人情報は、賞品の発送以外の目的では利用しません。

Q2

A

### まちがいさがし

AとBの絵をよく見てみて!  
AとBの絵にはちがうところがあるよ。  
さあ、ちがいがいくつあるかわかるかな?

- ① 6個
- ② 7個
- ③ 8個



B



Q3

### 漢字クイズ

真ん中のマスに1字の漢字を入れて、4つの2文字熟語を完成させてください。  
4つのマスに入る漢字を並べ替えて組み合わせると、ある言葉になります。それを答えてください。

文 寒 迎 川  
貢 □ 上 台 □ 神 新 □ 雨 参 □ 下  
身 習 色 映

こたえ

□	□	□	□
---	---	---	---

# マイナンバーカードを使って コンビニで住民票などを 取得できます！

**令和2年1月15日スタート！**



マイナンバーカード(個人番号カード)を利用して、  
住民票の写しや印鑑登録証明書などが、  
全国のコンビニエンスストア等で取得できるようになります。

## サービスが利用できる店舗

- セブン-イレブン
  - ファミリーマート
  - ローソン ●イオン九州
  - マックスバリュ九州…他
- ※マルチコピー機を設置している店舗に限る

## 取得できる証明書

- 長与町に住民登録をしている方
- 住民票の写し ●住民票記載事項証明書
  - 印鑑登録証明書※事前に印鑑登録が必要です
- 長与町に本籍がある方
- 戸籍全部(個人)事項証明書
  - 戸籍の附票の写し
- ※最新の戸籍のみ取得できます。

## ご利用可能時間

**6時30分～23時**

(12月29日～1月3日、  
システム保守点検日を除く)

ご利用にあたっては、マイナンバーカード  
(電子証明書搭載のもの)が必要となります。

## コンビニ交付 安心のポイント

- ・店舗内のマルチコピー機をご自身で操作するので安心です。
- ・証明書取得後のデータは一切残りません。

詳しくは **コンビニ交付**

検索Q

または、右記のQRコードよりサイトにアクセス  
してください。<https://www.lg-waps.jp>



コンビニ交付及び  
マイナンバーカードに関する  
お問い合わせ先はこちら

長与町役場 住民環境課 住民係  
☎ 801-5825 ☐ jumin@nagayo.jp

コンビニ交付は、地方公共団体情報システム機構が運営しているサービスです。

