

# ながよ

NAGAYO TOWN  
PUBLIC RELATIONS MAGAZINE 2016

平成28年(2016)

6

June No.723

- P2 吉田慎一町長就任あいさつ
- P4 防災特集



吉田慎一町長  
就任  
あいさつ

# 幸福度 日本一のまちへ

長与町政2期目を務めさせていただくこととなりました  
吉田慎一でございます。

再選させていただきました時には、以前にも増して責任の重さ・大きさに身の引き締まる思いがいたしました。今、国や地方を取り巻く環境は「少子化」と「高齢化」が一挙に進み、地方創生の下でいかに出生率を高め、地域を活性化できるかが問われる時代と言えます。私がこの4年間取り組んでまいりましたことは、主に行財政改革ではなかったかと思っています。

長与町の財政も厳しくなってまいります。これからは税収入を増やしていく施策を考えることや、節約を図る努力が必要となります。その中で『ハード』対策として、昨年完成しました長与クリーンパークがあります。これによつてこれまで他市に依頼していたゴミ処理費の縮減と国道206号(西時津三菱電機前)に繋がる道路が確保できました。またシーサイドパークの造成で駐車場や体育施設・総合グラウンドの整備が終了し、各種運動競技の拠点もできました。それから農・漁業品などの直売所「まんてん」に隣接した農産物加工施設(長与カラフル)が完成し、6次産業化を始め、新たにオリーブのブランド化もすすめています。

今後は組合施行ですすめられており、「榎の鼻土地区画整理事業」の完成と「高田南土地区画整理事業」の早期完成へ向けた道筋をたてていければと思っています。それによって町民の皆さまからの要望が高い、買い物ができる店舗数の確保や雇用の場の増加といった改善が図れるようになります。交通網についても榎の鼻を結節点にさらに交通体系の整備・充実を



図つてまいります。新図書館建設につきましては、財政状況を勘案し、関係各位の意見も踏まえ、できるだけ早い時期に長与町サイズの図書館建設を検討してまいります。

『ソフト』対策としまして、町民皆さま方の目線で行政ができるように、土曜日開庁やほっとミーティング・まちづくり提案箱の設置、そして職員提案制度の充実や機構改革などに取り組んでまいりましたが、引き続き行政改革を加速化させたいと考えています。今後の課題である少子化と高齢化に備えたキーワードとして「子育て」「教育」「介護」の3点があげられます。子育てにつきましては、町民の皆さまの高い意識のもとにボランティア活動にも取り組んでいただき、子育ての環境や支援の県内アンケートの満足度では高い評価を頂きました。また教育部門でも教育関係者や自治会関係者の皆さま方のご努力で「教育のまち長与」として育てていただいている。高齢者福祉では地域包括ケアの充実、そして健康づくりのためのスポーツ教室や集えるサロンの充実を図り、生き甲斐づくりにも力を入れた施策を展開してまいります。特に今年はねんりんピックを控えていますので、町民一体となって「長与町ならでは」のおもてなしの心で大会を盛り上げていきたいと思っています。

今後も町民の皆さまと手を携えて、町職員とともに町議会議員の皆さまのお力を頂きながら町づくりに取り組み「住みたい」「住み続けたい」「住んで良かった」「幸福度日本一」の町を目指して努力してまいります。どうか、皆さま方の限りないご支援とご協力を賜りますよう心からお願い申し上げ、就任のあいさつといたします。

## これまでの 取組



長与シーサイドパークの整備



クリーンパーク長与の整備



ほっとミーティングの開催



榎の鼻土地区画整理事業の推進



当選証書を受ける吉田慎一氏

### 町長選挙 吉田 慎一 氏が無投票当選

任期満了に伴う、長与町長選挙が4月19日告示され、現職の吉田慎一氏(65歳)以外に立候補がなく、無投票当選となりました。

任期は、平成28年5月5日から平成32年5月4日までの4年間です。

広報  
ながよ  
平成28年(2016) June No.723 6

もくじ  
2 吉田慎一町長  
就任あいさつ

4 防災特集



10 情報通

14 町民が参加する  
地域のチカラ

15 暮らしの情報

26 スポーツ広場

28 健康テラス

29 読書が大好き!!  
図書館だより

30 子育てランド

31 カレンダー

33 長与町選挙管理委員会  
からのお知らせ

34 まちづくりに関する  
皆さまのご意見を  
お待ちしています

# 防災

4月16日に発生した「平成28年熊本地震」の本震では、長与町で震度3を記録し、長与町においても地震とは無縁ではないことが再確認されました。これからは、風水害だけでなく、地震への備えも必要です。災害はいつ発生するかわかりません。被害を最小限に防ぐために日頃の備えについてもう一度点検しておきましょう。

## 被災地の支援状況

### 職員派遣

長与町では、被災地のライフラインの復旧を最優先に考慮し、4月14日の地震発生直後の4月15日から熊本県益城郡御船町で給水車による給水活動を行って参りました。その他にも避難所の応援や支援物資の仕分けなどで菊池市や宇城市などに職員を派遣しており、現在までに延べ14人の職員が支援に駆けつけました。

### 派遣職員の感想

健康保険課職員  
坂元 竜堂

長崎県派遣団の一員として、熊本県菊池市で避難所支援業務を行いました。

業務の内容は、避難されている方々の状況把握や食事の提供、物資の管理など、多岐に渡るものでしたが、一番重要な役割は避難されている方々の不安を和らげることだったと思います。

まだまだ多くの方が長引く余震に不安を感じて自宅に戻れず、避難所生活も長期化している状況でしたが、長崎県のゼッケンを見て、「支援に来てくれてありがとう」と笑ってくださる方が多かったことがとても印象的でした。

### 救援物資・義援金

4月21日から4月26日まで、長与町役場で被災地への救援物資の募集を行ったところ、380人の町民の皆さんから、保存食や紙おむつなどの物資をお持ちいただきました。集まった物資は長与町社会福祉協議会ボランティアセンターや長崎県立大学シーボルト校の学生ボランティアの皆さんとの協力のもと、仕分けや箱詰めを行い、段ボール箱約370箱の物資を4月28日に熊本県宇土市にお届けしました。皆さんのあたたかいご協力誠にありがとうございました。

なお、義援金については6月末まで役場や公民館など町内8か所で引き続き募集しておりますので、ご支援よろしくお願いいたします。



# 地震に備える

過去の地震では、多くの方が倒れた家具の下敷きになって、尊い命を失ったり、大けがをしていましたが、実際に家具の転倒防止対策を講じている人の割合はまだ少ないのが現状です。「大地震では家具は必ず倒れるもの」と考えて、日頃から家具の固定や配置の見直しで「安全空間」を作りましょう。

### 家具の固定

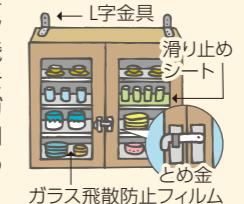
#### タンス

ポール式器具はタンスの奥の方（壁側）で、天井や家具の硬いところに取り付けます。また、天井側だけでなく床の側もストッパーなどで固定し、上下に分かれている家具は連結しておきましょう。



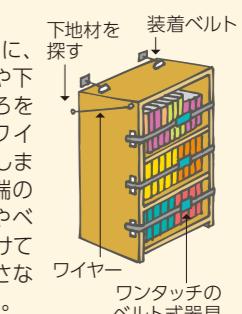
#### 食器棚

食器棚の本体はタンスと同じように金具などを用いて固定します。また、開き戸が開かないようにとめ金を付けたり、ガラス部分にガラス飛散防止フィルムを貼ったりして、ガラスや食器が凶器にならないよう工夫しましょう。



#### 本棚

タンスと同じように、壁の中の硬い所や下地材のあるところを探して、金具やワイヤーなどで固定します。また、本棚の端の硬い部分にヒモやベルトなどを取り付けて中の本が飛び出さないようにしましょう。



### 家具の配置

#### 家具を置かない

寝室や子ども部屋など、家族やお子さまが長時間過ごす部屋には、できるだけ家具を置かないようにしたり、背の低い家具だけをおくようにしたりして、工夫しましょう。

#### 家具の向きと配置

万が一家具が倒れてきたときに、寝ている人や、座っている人に家具が直撃しないように、また、出入口をふさいでしまわないように、家具の向きや配置を工夫しましょう。

### 「緊急地震速報」を聞いたら

「緊急地震速報」は、地震による強い揺れが来ることを、携帯電話や防災行政無線などを通じて皆さんにすばやくお知らせする情報です。「緊急地震速報」を見聞きした場合は、まわりの人にも声をかけながら、あわてずに身の安全を確保しましょう。

#### 家庭では

- 頭を保護し丈夫な机の下などに隠れる
- あわてて外に飛び出さない
- 無理して火を消そうとしない



#### 家の耐震化や家具を固定するなどして、逃げる場所を確保しましょう。

#### 自動車運転中では

- あわててスピードをあとさない
- ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意を促す
- 急ブレーキはかけず、緩やかに速度をとどめ
- 大きな揺れを感じたら、道路の左側に停止する



#### 鉄道・バス乗車中では

- つり革、手すりにしっかりとつかまる

#### 人がおおぜいいる施設では

- 隅員の指示に従う
- 落ちついて行動する
- あわてて出口に走り出さない

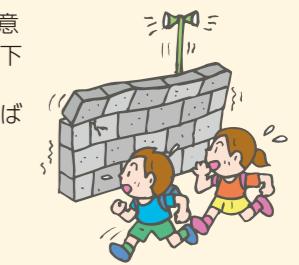


#### エレベーターでは

- 最寄りの階で停止させ、すぐに降りる

#### 屋外では

- ブロック塀の倒壊などに注意
- 看板や割れたガラスの落下に注意
- 丈夫なビルのそばであればビルの中に避難する



#### 山やがけ付近では

- 落石やがけ崩れに注意

# 大雨に備える



## 大雨が来る前に!!

土砂災害ハザードマップなどを活用し、家庭で避難場所、避難ルート、家族との連絡方法を確認しておきましょう。また、非常用持ち出し袋を準備し、すぐに持ち出しきれるところに備えましょう。

※ハザードマップは町ホームページでダウンロードできます。また、地域安全課窓口でも配布しています。

## 台風や大雨が近づいてきたら!!

テレビ、ラジオやインターネットを活用して情報収集しましょう。

## 危険がせまつたら!!

不安や危険を感じたら、近所の人と声をかけあい、早めに避難しましょう。

避難所まで行く余裕がない災害が切迫した状況では、近隣のより安全な建物への避難や屋内より安全な場所への移動も有効です。

## 町から出される 避難情報

### 1.自主避難

### 2.避難準備情報

### 3.避難勧告

### 4.避難指示

※2~4の避難情報は、災害の危険が高まった時に町から出される情報で、防災行政無線やホームページなどを通じてお知らせします。

## 非常用持ち出し品 チェックリスト

懐中電灯(予備電池も)  
停電に備えて  
できれば1人に1つずつ



筆記用具  
メモ帳とペン



現金・小銭、貴重品  
10円、100円硬貨  
(公衆電話用、自動販売機用)

ホイッスル、笛  
SOSを知らせる道具



救急用品  
応急手当用、胃腸薬、  
鎮痛剤など

持病薬  
合わせてお薬手帳も



マスク  
感染症予防



簡易トイレ  
待てない時も考えて

ウェットティッシュ  
断水時にからだを清潔に保つ

ティッシュペーパー  
普段から多めに買ひだめ

使い捨てカイロ  
防寒用



できれば1人に1つずつ

タオル  
防寒、からだ拭き

手ぬぐい、ふろしき  
お手ふき、アイマスク、  
包帯など幅広く

歯ブラシ  
お口のケアは感染症や肺炎予防  
のために重要です。

ポリ袋  
ゴミ袋など

大小あわせて10枚ほど

雨具(雨よけ)

生理用品  
ガーゼの代用としても利用できる。

ライター、マッチ、ろうそく  
火をおこす、あかり

運動靴  
避難時動きやすいように

携帯電話(充電器、バッテリーも)  
連絡手段

飲料水・非常食料  
家庭3日分が目安  
飲料水1人1日3ℓ  
定期的に賞味期限をチェック

携帯ラジオ(予備電池も)  
乾電池

定期的に使用期限を  
チェック

貴重品  
通帳のコピー、印鑑

手袋  
丈夫な素材のもの

毛布

万能ナイフ  
はさみ、ナイフ、缶切りなど

ヘルメット、  
防災ズキン

身分証明書(コピー)  
健康保険証、運転免許証、  
パスポート、外国人登録証など

乳幼児用品  
粉ミルク、ほ乳びん、紙おむつ、  
おむちや、母子手帳など

## 長与町の防災・行政情報を、 電話・メールで確認できます！

### 電話での確認方法

フリーダイヤル 080-0600-9966

### メールでの確認方法

登録したアドレスにメールで配信します。あらかじめ登録が必要です。

#### 登録方法

①下記アドレスをメールの宛先に入力し、空メールを送信します。

もしくは、バーコードリーダーで右のQRコードを読み込みます。

[bousai.nagayo-town@raiden.ktaiwork.jp](mailto:bousai.nagayo-town@raiden.ktaiwork.jp)

②数分以内にメールが届くので、URLから接続します。

③町民を選択し、「次へ」を押します。

④入力内容を確認のうえ、「登録」を押します。

⑤登録完了のお知らせメールが届いたら、登録完了です。



QRコード



※登録に必要な個人情報はメールアドレスのみです。情報はこのサービスのためだけに使用します。

※登録料は無料ですが、メール受信にかかる通信料(1通あたり1~2円)は利用者の負担となります。

※迷惑メール防止機能をご使用の場合は、登録する前に「nagayo-town@raiden.ktaiwork.jp」からのメールを受信できるように設定してください。

## 災害用伝言ダイヤル『171』

災害発生時には、電話の利用が急激に増加し、電話がつながりにくい状況が続きます。この状況を緩和するため、災害発生時には、NTTの災害用伝言ダイヤル『171』が利用できます。

#### 伝言の録音方法

- ①②①に電話をかけます。
- ②「録音」を押します。
- 被災地の**固定電話**の番号を市外局番からダイヤルします。
- メッセージを録音します。

※ガイダンスが流れますので、落ち着いて指示に従ってください。

#### 伝言の再生方法

- ①②①に電話をかけます。
- ②「再生」を押します。
- 被災地の**固定電話**の番号を市外局番からダイヤルします。
- メッセージが再生されます。

## 『171』の体験利用ができます！

災害時以外にも、災害用伝言ダイヤル『171』を体験できる  
ように「体験利用日」が設定されています。

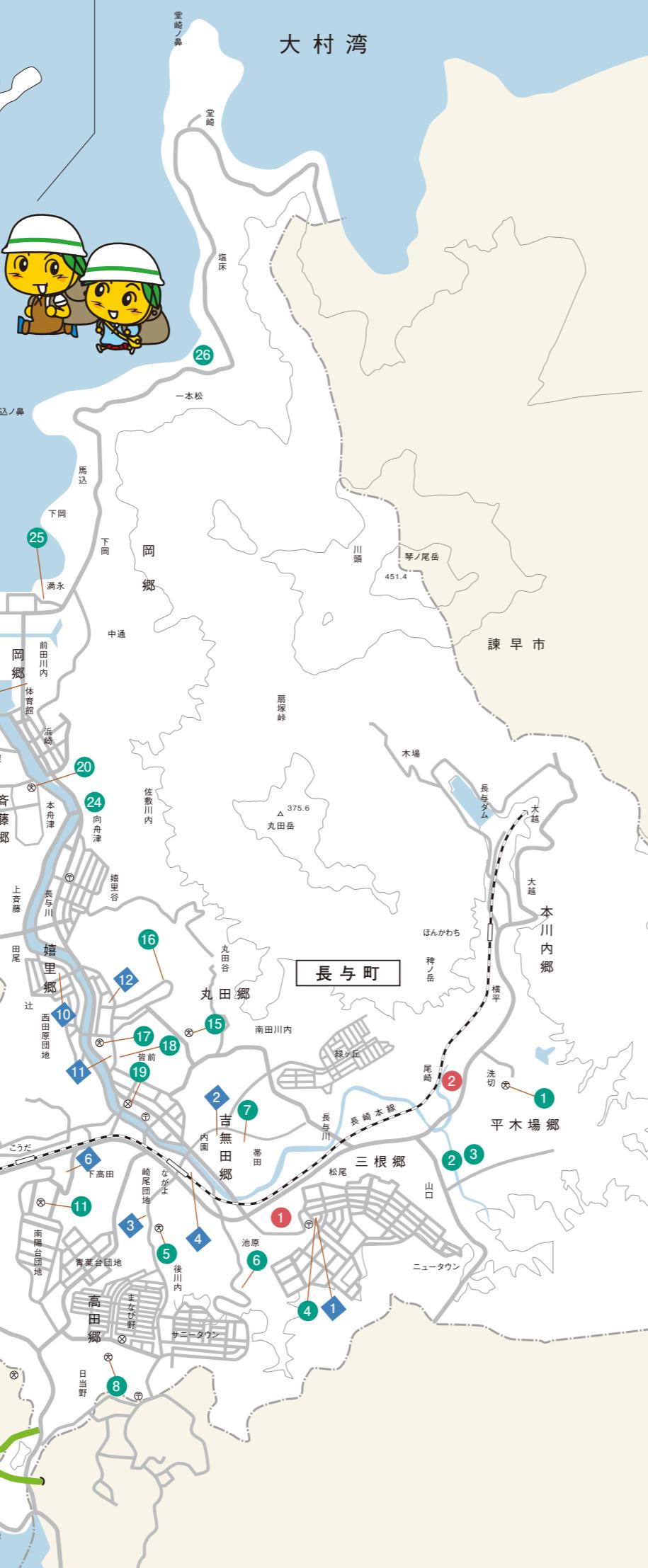
いざという時のために体験してみませんか。

#### 体験利用日

- 毎月1日・15日
- 正月三が日(1月1日~3日)
- 防災とボランティア週間(1月15日~21日)
- 防災週間(8月30日~9月5日)

# いろいろな避難所

問 地域安全課消防防災係 ☎883-1111  
長与町内には、避難所の用途により、次のような避難所があります。避難所は常時開設されているわけではありませんので、町指定避難所の開設状況については地域安全課にお尋ねくださいか、町ホームページをご覧ください。



## 指定避難所

避難生活を送るための町が指定した公共施設です。

町指定避難所の開設時は町内放送やホームページなどでお知らせします。

1 洗切小学校 体育館	平木場郷151	☎883-2025	14 長崎北陽台高等学校 体育館	高田郷3672	☎883-6844
2 上長与体育館	平木場郷41-1	☎883-7711	15 長与中学校 体育館	丸田郷194	☎883-2009
3 上長与公民館	平木場郷41-1	☎883-7711	16 働く婦人の家	丸田郷351-2	☎883-1583
4 上長与児童館	三根郷52-30	☎887-2616	17 長与小学校 体育館	嬉里郷659-2	☎883-2004
5 長与第二中学校 体育館	吉無田郷322	☎883-6259	18 長与町武道館	嬉里郷639	☎883-1111
6 長与南交流センター	吉無田郷1163-193	☎883-5120	19 老人福祉センター	嬉里郷431-1	☎883-7760
7 長与町民文化ホール	吉無田郷73-1	☎883-8731	20 長与北小学校 体育館	斎藤郷370	☎883-2522
8 長崎県立大学シーポルト校 体育館アリーナ	まなび野1-1-1	☎813-5500	21 海洋スポーツ交流館	斎藤郷841-31	☎883-1111
9 高田小学校 体育館	高田郷2207	☎856-1709	22 クリーンパーク長与	斎藤郷1073	☎865-6477
10 高田中学校 体育館	高田郷1912-1	☎857-5220	23 長与町民体育馆	岡郷614-4	☎887-2781
11 長与南小学校 体育館	高田郷1196-80	☎883-2959	24 長与北部地区多目的研修集会施設	岡郷95-2	☎887-0392
12 ふれあいセンター 体育館	高田郷2005-3	☎855-8128	25 つどいの家	岡郷1475	☎887-0898
13 長崎高等技術専門校 体育館	高田郷547-21	☎887-5671	26 潮井崎交流館	岡郷2541-1	☎883-3312



→この表示板が目印です

## 指定緊急避難場所

切迫した災害の危険性から緊急的に避難するための町指定の一時避難場所です。

上記の指定避難所に加え、学校のグラウンドや公園などの広場を指定しています。

詳細は町のホームページをご覧ください。



## 福祉避難所

高齢者や障がいをお持ちの方など、通常の避難所では生活が困難な方が避難生活を送るための施設です。

長与町では下記の2施設と協定を結んでいます。

災害時に福祉避難所の開設が必要と町が判断した場合に、町から下記施設管理者へ要請し、福祉避難所の開設をしていただくこととなります。

しかし、緊急を要する場合は、下記施設へ直接連絡し、避難していただいても結構です。

1 社会福祉法人のぞみ会 のぞみの杜	吉無田郷1578 ☎887-3333
2 社会福祉法人ながよ光彩会 特別養護老人ホームかがやき	本川内郷2-3 ☎894-5555



→この表示板が目印です

## 自治会避難所

町の指定避難所ではありませんが、各自治会で避難所や防災拠点として利用している施設です。

災害時の利用については各地域の自治会長にお尋ねください。

1 ニュータウン防災センター	三根郷52-179	7 高田越防災拠点施設	高田郷2145-5
2 内園自主防災センター	吉無田郷82-5	8 高田コミュニティ消防センター	高田郷2179-11
3 辻後自主防災センター	吉無田郷535-8	9 西高田防災センター	高田郷3430-1
4 井手本自主防災センター	吉無田郷2028-7	10 嬉里中央自主防災センター	嬉里郷130-16
5 道の尾防災センター	高田郷291-3	11 皆前自主防災センター	嬉里郷594-2
6 下高田防災センター	高田郷1194-3	12 定林防災センター	嬉里郷3100-2

# 長与町第2次地域福祉計画が完成しました!

問 福祉課 ☎883-1111

本町では、このたび町民の皆さまのご協力を経て、「長与町第2次地域福祉計画」(平成28~33年度)を策定しました。

この計画は「長与町地域福祉計画」を継承し策定したもので、保健福祉関連施策について、地域福祉の視点から具体化を図っています。

「地域福祉」とは、すべての住民一人ひとりの生活を大切にしながら、安全に安心していきいきと暮らすことができるまちをつくる取組です。

実現していくためには、下記の自助・共助・公助の役割分担を明確にしていく必要があります。

【自助】:住民自らができるることは自らが行うこと

【共助】:自立した個人が相互に助け合い・支え合うこと(社会福祉協議会がサポートします!)

【公助】:自助や共助では解決できない問題に行政が対応すること(行政がサポートします!)



## 基本理念(長与の地域福祉像)

計画策定にあたり、団体アンケート・住民ワークショップを実施し、様々なご意見をいただきました。

そのご意見を基に地域福祉計画策定委員会で協議を重ね、その結果、本計画では、“深さより広がり”を重視することとし、次の基本理念(長与の地域福祉像)を設定しました。

きずな  
あたたかな絆が結ぶ ながよの幸せづくり

## 基本目標と方針

### 1 住み慣れた地域で暮らすために

#### 1-1 困りごとはみんなで解決する

- みんなが主体的に福祉サービスを利用できるよう協力しましょう
- 一人の孤立者も出さない地域づくりに協力しましょう

#### 1-2 生活に必要な多様なサービスをつくる

- 住み慣れた地域でいつまでも暮らすことができるよう、気軽にできることに参加しましょう

### 2 誰もが参加できる福祉のまちづくりのために

#### 2-1 支え合いの人の輪を広げる

- 支え合い、助け合いについて考え、地域の方々が交流・連携する機会に参加しましょう

#### 2-2 支え合いの場をつくる

- 無理なくできる支え合い・助け合いを見つけ、参加しましょう

### 3 誰もが安全・安心・健康に暮らすために

#### 3-1 安全・安心に暮らす

- 地域ぐるみで安全、安心なまちづくりに取り組みましょう

#### 3-2 いつまでも健康に暮らす

- 地域のみんなで健康づくりに挑戦しましょう

## 取組について

今後は、計画に基づき町・社会福祉協議会・地域(住民)が、それぞれの役割において様々な取組を行っていくことになります。また、町は47の各種事業に取り組みます。町社協も第2次地域福祉計画に基づき、様々な取組を行います。

これからの町・社協・地域(住民)の“共通の取組みとその目標値”を掲載いたしますのでご覧ください。

### 〈町・社協・地域(住民)の共通の取組〉

項目名	基準値(平成26年度)	目標値(平成32年度)
1 老人クラブ出前講座回数	27回/年	40回/年
2 見守り支援活動実施自治会数	10地区	20地区
3 ファミリーサポートセンター会員数	675人	750人
4 認知症サポーター養成講座延べ受講者数	989人	2,000人(平成33年度末)
5 シルバー人材センター会員数	274人	320人
6 専門ボランティア登録数	40団体・65人	増加
7 要約筆記、手話通訳派遣数	183人	250人
8 地域福祉懇談会開催回数	未実施	5回/年
9 自治会加入率	72.5%	75.0%
10 老人クラブ会員数	1,741人	2,000人
11 子ども会加入率	52.6%	50%を維持する
12 放課後児童クラブ数	7クラブ	10クラブ
13 いきいきサロン数	18団体	30団体
14 自主防災組織率	92.6%	100%
15 子ども110番の車登録台数	131台	150台
16 特定健康診査受診率	41.2%	60%
17 自治会における健康・食育に関する講座回数	11回	年間10回以上

## 進行管理

PDCAサイクル(策定→実施→評価→見直し)により、毎年度、進捗状況の評価結果の反映、施策の見直しを行います。



以上が長与町第2次地域福祉計画の概要です。なお、本計画の全文は、福祉課で閲覧が可能です。また、本町ホームページでも閲覧とダウンロードが可能です。

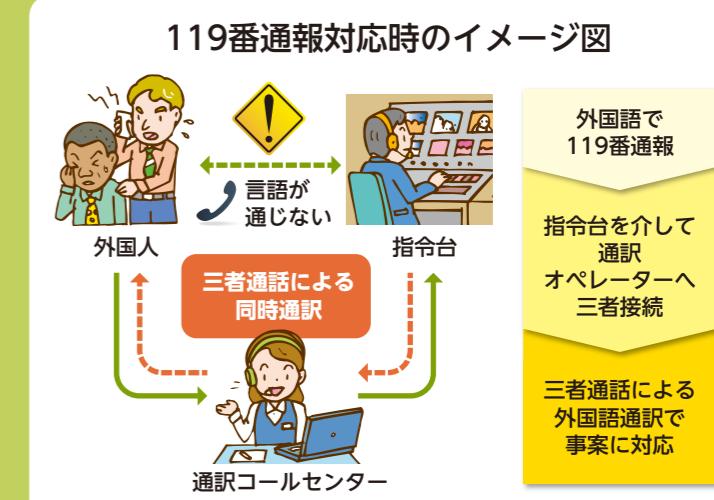
## 外国人の方も安心して119番通報できます!

問 長崎市消防局指令課 ☎822-0461

長崎市消防局では、近年増加している外国人観光客や在住外国人に対する安全・安心への支援策として、119番通報や救急現場などの対話を円滑に行うため、通訳コールセンターを介した多言語対応を4月1日から開始しました。

利用時間…24時間365日

対応言語…5言語(英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語)



## 夏休み短期講座生募集

町立公民館などの施設では、小学生を対象に夏休み短期講座の受講生を募集します。

申 各施設へ。直接窓口、または、電話・FAX・メール※のいずれかで申し込んでください。

時 10時～12時 他 申込み多数の場合は、抽選となります。

施設名	講座名	定員	講師名	開催日	締切	受講料
勤労青少年ホーム ☎883-6224 ㈹883-5015	クワガタ虫講座	15人	山之内 豪樹	7月23日㊁	7月11日㊁	1,000円 (クワガタ虫2匹+飼育セット)
	絵てがみ講座	15人	石本 邦彦	7月29日㊁		200円
北部地区多目的研修集会施設 ☎887-0392 ㈹883-2035	こどもエコクラフト教室	15人	大橋 陽子	8月3日㊁～4日㊁ ※2日間で完成させます	7月19日㊁	実費
長与町公民館 ☎883-2854 ㈹883-8414	子ども押し花教室	15人	田崎 ふみ子	7月27日㊁ 8月3日㊁	7月15日㊁	実費
高田地区公民館 ☎856-2779 ㈹855-0050	子ども料理教室	15人	江藤 美也子	7月25日㊁ 8月1日㊁	7月12日㊁	実費

※✉ouboko.yoiku@nagayo.jp (生涯学習課経由) でも受付をいたします。

メール件名に「子ども講座」と入れてください。住所・氏名・電話番号・学校名・学年・保護者名・講座名を忘れずに入力してください。

## 子どもわくわく体験講座

町立公民館などの施設では、土曜日に小学生を対象に「子ども向け体験講座」を開設しています。

申 各施設へ。直接窓口へ、または、電話・FAX・メール※のいずれかで申し込んでください。

時 10時～12時 他 申込み多数の場合は、抽選となります。

施設名	講座名	講師名	内容	定員	開催日	締切
長与町公民館 ☎883-2854 ㈹883-8414	わくわく科学 「ミクロの世界」	岩永 浩	塩、砂糖、アリの複眼、クモの糸、タイのうろこ、人工ダイヤなどの顕微鏡観察をします。電子顕微鏡写真の画像を見たり、写真のクイズを行います。	20人	6月25日㊁	6月17日㊁
北部地区多目的研修集会施設 ☎887-0392 ㈹883-2035	DVD鑑賞会 「長くつしたピッピの冒険物語」	職員	私ピッピ！イタズラ大好き、おてんばでとっても力持ち！赤毛にそばかすだらけの女の子の冒険物語。	50人	7月26日㊁	7月14日㊁

※✉ouboko.yoiku@nagayo.jp (生涯学習課経由) でも受付をいたします。

メール件名に「子ども講座」と入れてください。住所・氏名・電話番号・学校名・学年・保護者名・講座名を忘れずに入力ください。

## 働く婦人の家講座生募集!

問 働く婦人の家 ☎883-1583 ㈹883-2005

申 施設へ直接、または、電話・FAXのいずれかで申し込んでください。※申込み多数の場合は抽選となります。

講座名	回数	開催日時	定員	講師名	内容	締切
お父さん! 一緒に遊びましょう	1回	7月9日㊁ 10時～10時50分	10組	河内 淳 山崎 るみ	2～4歳児を対象に、父子ならではの遊びなどに興じることで、面白い発見があります。参加してみませんか？	6月30日㊁



## 長与町結婚相談事業第5回出会いイベント 「恋♥来バーベキュー」Second

問 長与町社会福祉協議会

〒851-2128長崎県西彼杵郡長与町嬉里郷431-1

☎883-7760 (金崎・竹山)

時 7月31日㊁10時30分～

所 崎野自然公園 集合場所 老人福祉センター

対 20歳以上の独身男女

定 男女各15人 料 男女共3,000円

申 申込用紙に記入のうえ、長与町社会福祉協議会へ持参または郵送。

メ 7月20日㊁17時

他 長与町外の方も参加可

## 小学生のパソコン教室

### (Word・Excel)

夏休みを利用して、パソコンを学んでみませんか？  
お気軽に申し込みください！

#### 低学年向け (1～3年生)

Wordを使ってローマ字入力の練習、マウス操作の練習、図形で国旗を描いてみよう。

◆テキスト：こちらで準備いたします。

時 7月22日㊁・26日㊁・28日㊁・29日㊁  
10時～11時

所 勤労青少年ホーム4階 パソコン室

対 町内の小学校に通う小学生

定 各10人

料 無料

メ 7月8日㊁

他 決定通知 結果は申込者全員に文書でお知らせします。

※申込多数の場合は抽選。

※サポーターが付きます。

問 長与町教育委員会生涯学習課

〒851-2185 長与町嬉里郷659-1

☎801-5682 ㈹883-7151

✉ouboko.yoiku@nagayo.jp



#### 高学年向け (4～6年生)

Wordを使って、ローマ字での文字入力からタイピングの練習、図形の挿入や写真の編集、夏休みの宿題に提出できそうなTシャツの作成を行います。

また、Excelの基本的な操作からデータ入力の仕方も学びます。

◆テキスト：こちらで準備いたします。

時 7月25日㊁・27日㊁・8月1日㊁・3日㊁  
9時30分～11時30分

申 下記のいずれかの方法で申込み

①役場2階生涯学習課窓口で受講申込書に記入のうえ提出。

②FAX ③メール

※②③の場合、住所・氏名・学年・電話番号、希望講座を記入のうえ、生涯学習課へ。

## Baby Massage



ベビーマッサージ講座 ～あかちゃんとママの“こころ”と“からだ”をつなぐ～

ベビーマッサージは、ママからの心地よいスキンシップにより、赤ちゃんの「こころ」と「からだ」の発達を促したり、親子の信頼関係を強くする効果がとても高いといわれています。ベビマを通して、仲間づくりもできますよ♪

時 7月7日㊁・14日㊁・21日㊁10時～12時

所 ほほえみの家

(子育て支援センターおひさまひろば)

対 町内在住の生後3か月（首がすわる頃）～6か月（ハイハイする前まで）の赤ちゃん  
※3回すべてに参加できる親子

内 ①ベビマについての説明（効果、オイルなど）、②親子で楽しくマッサージ、③トークタイム

定 9組 ※申込多数の場合は、抽選とさせていただきます。

料 無料

申 ①お母さまのお名前 ②お子さまのお名前 ③マッサージを受ける子以外に同伴するお子さまのお名前  
④お子さまの生年月日 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦メールアドレスを記入の上、電話、FAX、メール、もしくは直接提出申込み。

メ 6月21日㊁

他 準備品 いつものお出かけセット

（ミルク、おむつ、バスタオルなど）

主催 長与町教育委員会生涯学習課

共催 こども政策課（おひさまひろば）



問 長与町教育委員会生涯学習課

長与町嬉里郷659-1

☎801-5682 ㈹883-7151

✉ouboko.yoiku@nagayo.jp

# 平成28年熊本地震への募金活動を報告

4/28 長与中学校

5/17 長与・洗切小学校

4月28日に長与中学校、5月17日に長与小学校・洗切小学校の生徒・児童が役場を訪れました。

長与中学校では、4月20日から22日までの3日間、授業前に生徒玄関にて募金活動を行いました。卒業生からの募金も合わせて、140,020円が集まりました。

長与・洗切の各小学校でもそれぞれ募金活動を行い、児童たちは「熊本で被災された方のために使ってください」と吉田町長に募金を手渡しました。

募金は長与町社会福祉協議会を通して、被災地に届けられます。ありがとうございました。



- 5/8  
第41回 早朝  
第37回 一般男子ナイター  
第38回 壮年スローピッチ  
第25回 実年スローピッチ  
第8回 シニアスローピッチ

ソフトボールを通じて  
地域の融和を！

ソフトボール5大会(町体育協会・町ソフトボール協会主催)の合同開会式が、天候不良のため町民体育館で開かれました。

今年は50チームが参加し、百合野自治会チームの村川尚也さんが選手宣誓を、池山自治会チームの本田俊平さんが交通安全宣言を行いました。今年も、ふれあい広場で熱戦が繰り広げられます。



## 災害に備えて 長与町消防団「礼式訓練」

5/14

ふれあい広場で長与町消防団礼式訓練が行われました。浜田出張所の指導のもと、団体行動の基礎的な所作や消防ホース延長操作が行われ、今年新たに入団した16人の新入団員も先輩団員に交じり、熱心に訓練に取り組んでいました。



## 5/21 農産物加工施設“長与カラフル”オープン



長与町生活研究グループが事業主体となり、岡郷まんてん直売所横で整備が行われていた「農産物加工施設」落成式が開催されました。

式では、吉田町長をはじめ多くの来賓の方々にご出席いただく中テープカットが行われ完成を祝いました。

これまで三根郷の加工施設で製造されていたジャムや味噌などもリニューアルされたほか、今年の秋からは町内産オリーブを使用したオイルや新漬けなども製造される予定です。

## 町民が参加する 地域 の チカラ

## 暮らしの情報

**【再募集】** ※平成27年度申込みをされた方は、再度申し込み必要はありません。

### おいしい機能性食品を評価してみませんか！

参加  
無料

長崎県内には様々な機能性を持ち健康に良いとされる農作物から作られた食品がたくさんあります。長崎県と長崎県立大学シーボルト校、長与町では、この機能性食品に着目し健康増進を進める取組を始めました。健康に関心があり、機能性食品を科学的に評価する試験に参加していただく方を募集しています。

#### 申込方法

機能性評価試験にご協力いただける方は、下側のハガキを切り取り、必要項目をご記入のうえ使用済みのハガキまたは厚紙に貼ってポストに投函くださいか、必要項目をE-mail (chiken@sun.ac.jp) で送付ください。後日、説明会のご案内を送付します。

#### 参加いただいた場合には、こんなメリットがあります。

**メリット1** 血管の柔軟性、内臓脂肪を測定でき、健康チェックとして活用できます。(応募者全員)

**メリット2** 機能性を持つ食品を無料で試飲・試食できます。(試験参加者)

**メリット3** セミナー案内など健康に関する情報が提供されます。(説明会参加者)

#### 平成28年度の機能性食品の評価

平成28年度は長崎県、長崎県立大学、長崎大学、九州大学が共同開発したみかんと茶葉を原料とした高機能発酵茶の機能性を評価したいと考えています。みかん混合発酵茶は血圧が高めの方の血流改善や体脂肪蓄積を抑えるのに役立つとされ、血管の柔軟性を高める効果や、内臓脂肪を減少させる効果が分かっています。そこで、8週間飲用していただき、血管の柔軟性、内臓脂肪の推移を調査する計画です。参加いただいた方には健康診断の結果をお返しします。※また、評価試験にご協力いただいた方には参加協力費をお支払いいたします。

#### 参加者募集中 今後の機能性食品試験計画

- 応募いただいた方にご案内を送付し、血管の柔軟性、内臓脂肪を測定させていただきます。測定した血管の柔軟性、内臓脂肪のデータは参加していただいた方にお返しします。

調査予定 日時：7月9日④または10日⑤  
9時～12時

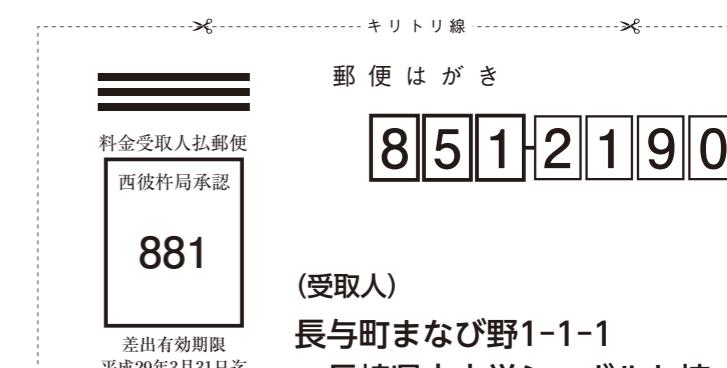
場所：長崎県立大学シーボルト校

- 応募いただいた方から、機能性評価試験に適合する方を約40人選抜させていただき、改めて試験のご案内をいたします。

- みかん混合発酵茶、またはプラセボ（対照飲料）を8週間連続して飲用いただき、4週ごとに血管の柔軟性、内臓脂肪、血液検査を行います。

検査予定 日時：8月末～10月末

※血圧の薬やサプリメントを服用されている方は参加いただけません。予めご了承ください。



※申込みは何名でも結構です

フリガナ	性別	年齢
お名前	男・女	
フリガナ	性別	年齢
お名前	男・女	
フリガナ	性別	年齢
お名前	男・女	
ご住所		
お電話番号	( )	-

#### お問い合わせ先

長崎県立大学シーボルト校  
看護栄養学部 栄養健康学科  
教授 田中 一成 ☎095-865-6315

## 福祉

### 子育て支援センターへ遊びにおいでよ！

親子で自由に集える遊びの広場です。相談、親子のふれあい、友達づくり、情報交換の場としてご利用ください。

開館日 月～金曜日  
対 町内在住の0歳（生後2か月位）～  
就学前の子どもと保護者・妊婦の方

### 「おひさまひろば」

時間 10時～12時  
13時～16時



#### ★『にこにこ相談』（要予約）

専門カウンセラーによる子育て相談（就学前の親子が対象）  
6月14日㊁・28日㊁、7月26日㊁

10時～15時

#### ★ツインズの会（多胎児親子対象）

6月21日㊁10時～11時  
★マタニティ広場助産師さんの日  
助産師さんへの相談・ひろばの親子さんとの交流など

7月5日㊁11時～12時

#### ★子育て講座②パパ講座

7月10日㊁10時～12時

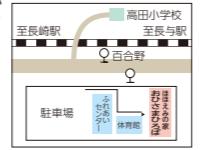
#### ★絵本よみきかせ

毎週月曜日11時30分～

毎週金曜日15時30分～

#### 所・間 おひさまひろば

（ほほえみの家内）



高田郷2005-2

☎855-8551

#### 「てんてんくらぶ」

時間 10時～15時

#### ★みんなで遊ぼう

6月14日㊁・16日㊁・21日㊁・23日

㊁・28日㊁、7月5日㊁・7日㊁

#### ★誕生会（6月生）

6月30日㊁

#### ★夏野菜ピザ作り講座

7月12日㊁

※15組申込制

#### ★自主活動

7月14日㊁

※他の日は自主活動になります。

※帽子・お茶持参。動きやすい服装。

※詳しくは園まで。



所・間 あじさい保育園

吉無田郷1221-155

☎883-8853

## 「さくらんぼ」

時間 10時～12時



13時～16時

※予約不要。日時は変更になる場合があります。

#### ★嬉里中央公園でみんなで遊ぼう

7月5日㊁10時～11時

※現地集合。帽子・水筒・タオル持参。

#### ★おはなし会

6月21日㊁、7月19日㊁

10時30分～

#### ★園庭で遊ぼう

6月23日㊁、7月15日㊁

10時～11時

※帽子・水筒・タオル持参。

#### 所・間 長与保育園

嬉里郷675

☎883-2538

## 第13回老連演芸発表会

時 7月28日㊁9時20分～

所 老人福祉センター（大ホール）

こんにちは、じどうかんです！

## 「ミカンちゃんひろば」のご案内



### 6・7月スケジュール

児童館名	開催日	内容
高田児童館 ☎857-4500	6月23日㊁ 7月14日㊁	好きな遊具で遊ぼう 手型で遊ぼう
上長与児童館 ☎887-2616	6月21日㊁ 7月 5日㊁	七夕飾りをつくろう 好きな遊具で遊ぼう
長与北児童館 ☎887-3319	6月23日㊁ 7月 7日㊁	好きな遊具であそぼう 七夕を楽しもう
長与南児童館 ☎883-3996	6月17日金 7月 1日金	※親子でリトミック (外部講師) 七夕飾りをつくろう
長与児童館 ☎883-6399	6月24日金 7月 8日金	お魚つりごっこ ※親子バスハイク (ペンギン水族館)

親子でほっと一息楽しい時間を過ごしましょう。自由参加のひろばです。登録は必要ありませんので、お気軽にお越しください。

時 10時30分～11時30分

所 各児童館

対 町内にお住まいの乳幼児とその保護者

内 自由あそび・手あそび・リズムあそび・読みきかせなど  
(都合によりスケジュールが変更になることがあります。

ご了承ください)

※は申込みが必要です。

#### 親子でリトミック（外部講師）

申 6月6日㊁～ 対 未就園児（生後6か月～）

定 親子12組（定員になり次第締切）他 電話受付可

#### 親子バスハイク（長崎ペンギン水族館）

申 6月20日㊁～ 定 親子12組（定員になり次第締切）

他 雨天決行、電話受付可

## 6月分以降の児童手当を受けるには、現況届が必要です！

問 こども政策課子育て支援係

☎801-5886

現況届は、毎年6月1日における状況を記載し、児童手当を引き続き受けれる要件を満たしているかどうかを確認するためのものです。この届の提出がないと、6月以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。対象となる方には、6月中旬頃に郵送でお知らせいたします。

#### ●現況届に必要な添付書類

・父母の健康保険証の写し  
・平成28年度（平成27年分）所得証明書（平成28年1月1日に長与町に住所がなかった方のみ必要）

※このほかにも、必要に応じて提出していただく書類があります。

#### ●手当月額（所得制限額内の方）

・3歳未満 15,000円

・3歳～小学校修了前

第1・2子 10,000円

第3子以降 15,000円

・中学生 10,000円

※所得制限額以上の方は児童1人につき月額一律5,000円です。

※18歳の年度末前（高校卒業前）の児童を上から第1子、第2子と数えます。

#### 所得制限限度額表

扶養人数 (H27.12.31時点)	所得制限 限度額
0人	622万円
1人	660万円
2人	698万円
3人	736万円
4人	774万円
5人	812万円

※所得には一定の控除があります。

## 「戦没者遺児による慰靈友好親善事業」参加者募集

申・問 (一財)長崎県連合遺族会

☎843-3585

〒852-8034

長崎市城栄町41-20

先の大戦で亡くなられた戦没者の遺児を対象として、父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰靈追悼をおこなうとともに同地域の住民と友好親善をはかることを目的として、慰靈友好親善事業が実施されます。

#### 実施地域

①旧満州 ②旧ソ連 ③西部ニューギニア ④マリアナ諸島 ⑤トラック・パラオ諸島 ⑥東部ニューギニア ア ⑦ボルネオ・マレー半島 ⑧フィリピン ⑨ソロモン諸島 ⑩ミャンマー ⑪台湾・バシー海峡 ⑫中国 ⑬ビスマルク諸島 ⑭マーシャル・ギルバート諸島

対 戦没者の遺児

料 10万円

※集合場所までの往復交通費、帰国時宿泊代、渡航手続き手数料は含まれていません。燃料費の高騰、円安などの事情により値上がりする場合があります。

## 平成28年度慰靈巡回実施のお知らせ

問 長崎県原爆被爆者援護課

☎895-2429

外地で亡くなられた戦没者の慰靈巡回が実施されます。実施地域は、ハバロフスク地方、イルクーツク州、樺太、沿海地方、中国東北地方、東部ニューギニア、硫黄島、ビスマルク・ソロモン諸島などが予定されています。実施時期、参加費、参加条件など詳細はお問い合わせください。

## 教育

### タブレット＆スマートフォン講座

問 生涯学習課社会教育班

〒851-2185長与町嬉里郷659番地1

☎883-1111 電883-7151

✉oubu.kyoiku@nagayo.jp

スマートフォン、タブレットに触れたことがない方、今から購入を考えている方、楽しく勉強してみませんか？

時 はじめてのタブレット＆スマートフォン講座（計2回）  
①6月21日㊁・22日㊁（計2回）  
13時～14時

②6月21日㊁・22日㊁（計2回）  
15時～16時

所 北部地区多目的研修集会施設

1階研修室

対 18歳以上の長与町在住の方

内 スマートフォン 電話・メール

タブレット インターネット検索・カメラ・地図アプリ・通信アプリなど

定 5～10人

※応募者多数の場合は抽選となります。応募者全員に結果を発送します。

※5人に達しなかった場合は中止。

## 教育

### 長与の子の心を見つめる教育週間

時 6月27日㊁～7月3日㊂

教育週間は、家庭・地域・学校が協力し合い、心豊かな長与の子に育つことを願って設けられました。

教育週間中は、各小中学校で道徳の授業が公開されるほか、中学校3年生による「中学校弁論大会」(6月30日 ④町民文化ホール)など、様々な行事が計画されています。

#### ○各学校の教育週間中の特色ある活動

長与小学校 お話し会  
(命の大切さを伝える読み聞かせ)

時 6月27日㊁、7月1日㊂

9時40分～12時15分  
高田小学校 平和コンサートinながよ  
アウトリーチコンサート

時 6月28日㊂午前  
洗切小学校 平和コンサートinながよ  
アウトリーチコンサート

時 6月28日㊂午後  
長与北小学校 平和コンサートinながよ  
アウトリーチコンサート

時 6月29日㊃午前  
長与南小学校 平和学習(語り部講話)

時 6月28日㊂9時30分～11時30分  
6月29日㊃、7月1日㊂

10時30分～11時30分

長与中学校 デートDV防止教室

時 6月27日㊁13時45分～15時35分

長与第二中学校 教育講演会

時 6月29日㊃13時55分～15時45分

高田中学校 デートDV防止教室(予定)

ぜひ、この機会に多くの町民の皆さんに来校いただき、生き生きと活動する子どもたちの姿や各校の教育活動の様子をご覧いただきたいと思います。詳しい活動内容については、町ホームページをご覧ください。多くの皆さまの来校をお待ちしています。

## 21世紀ふれあい基金助成金を活用しませんか(青少年研修補助金)

申・問 生涯学習課 ☎801-5682

21世紀を担う青少年の健全育成を図るため、青少年(小学生以上29歳以下)を対象とする体験活動に参加した方に助成金を交付します。

#### 助成の対象となる活動

原則として国・県及び関係機関(青少年教育施設など)が主催、または共催する研修活動

(例) キャンプや自然観察などの自然体験活動、科学体験活動、文化・芸術、スポーツなどを通じた交流体験活動、社会奉仕体験活動、職場体験活動、その他の体験活動

○ 参加費の50%に相当する経費を助成します。その他助成がある場合は、助成額を差し引いた額で算出。



### 「就学相談」のご案内

問 学校教育課 ☎801-5681

※「就学相談」とお伝えください。来年度小学校入学予定のお子さまがいらっしゃる保護者の方を対象に就学相談を行っています。

たとえば、友達と関わるのがとても苦手で心配、集中して活動できる時間が短い気がする、特別支援教育について相談したいなど、入学について気になることや心配なこと、知りたい情報などがありましたら、お気軽にご相談ください。

## 環境

### 4～6月は狂犬病予防注射接種期間です

犬の飼い主は年1回この期間に、飼い犬に狂犬病予防注射を受けさせなければなりません。(狂犬病予防法第11条) 小型犬だからとか、室内犬だからという例外ではなく、生後91日以上の犬は必ず狂犬病予防の注射を受けさせなければなりませんので、まだ受けさせていない方は、早めに狂犬病予防注射を受けさせてください。

「注射と登録」は人と犬とが安心して暮らすための社会のルールです。

○ 留守中の鳴き声でご近所に迷惑をかけませんか?

たしかに犬は吠えるものですが、必要以上の鳴き声は迷惑です。犬は自分で学習しません。犬に無駄吠えしないように教えるのは飼い主の責任です。

○ 散歩中の愛犬の粪は必ず持ち帰ってください。

穏やかなペットの存在は心を癒してくれますが、周辺環境に配慮しない飼い主や身勝手な餌やりをしていると近隣とのトラブルの原因になったりします。また、犬・猫の嫌いな人を増やす原因になっています。中途半端で無責任な接し方はやめましょう。

### 平成27～28年度 一般家庭からのもやせるゴミ排出量

月	月別排出量(t)		1日1人当たりの排出量(g)	
	27年度	28年度	27年度	28年度
4	634.79	626.25	498	491
5	648.96		493	
6	656.37		514	
7	615.88		466	
8	594.17		450	
9	587.84		460	
10	584.75		442	
11	563.73		440	
12	627.54		474	
1	580.57		439	
2	536.54		449	
3	619.14		470	
合計	7,250.28	626.25	5,595	491

・草が茂る時期になってきております。草刈などを行い処理をする場合は、刈った草の天日干しを行い、水分を飛ばしてから袋に入れ、お近くのごみステーションに出すようお願いいたします。

## 食中毒を防ごう!

食中毒とは、食品が原因で起こる健康障害の総称で、ウィルスや細菌などが原因で起こります。気温・湿度が高くなる初夏から初秋にかけては食中毒が発生しやすい時期です。皆さんのご家庭でも食品の取扱いには十分注意しましょう!

### 食中毒予防の三原則



### ○家庭内でできる食中毒予防の6つのポイント

#### ①新鮮な食材を選びましょう!

期限表示を確認し、食材を選びましょう。

#### ②温度管理を確実に行いましょう!

温度管理が必要なものはすぐに保管しましょう。(冷蔵10℃以下・冷凍-15℃以下)

#### ③台所を清潔にしておきましょう!

肉や魚を切った後は包丁やまな板を熱湯で消毒しましょう。

#### ④十分加熱しましょう!

料理をするときは食品を中心部までよく加熱し、長時間の室温放置はやめましょう。

#### ⑤手をよく洗いましょう!

調理前・食卓に着く前に手を洗いましょう。

#### ⑥余った食べ物に注意しましょう!

余った食べ物を温め直すときは85℃を目安に十分加熱し、時間がたちすぎたら思い切って捨てましょう。

### ○食品別の取扱いの注意点○

卵→割卵後はすぐに使用しましょう。保管するとサルモネラ菌が発生する可能性があります。

肉→肉の表面にはサルモネラ菌などが付着している可能性があります。十分に加熱しましょう。

魚介類→十分に水道水で洗って腸炎ビブリオを洗い流してください。

牡蠣→感染力の強いノロウイルスを蓄えている可能性があります。十分に加熱しましょう。

また、衛生的な食材を利用しても、自分の手が汚れていては意味がありません。まずはどんな場合でも手洗いをするよう心がけましょう!

## 節電にご協力をお願いします

今冬の節電へのご協力誠にありがとうございました。電力の過剰な利用は、エネルギー使用の無駄のみではなく、二酸化炭素の発生にも繋がります。今も猛暑が予想されておりますので、ご家庭や事業所などでの生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲で可能な限り、節電にご協力をお願いします。



## 保健

### 平成28年度成人用肺炎球菌予防接種

問 健康保険課健康増進係

☎801-5820

対 平成28年度に各年齢となる方

65歳 (S26.4.2～S27.4.1生)

70歳 (S21.4.2～S22.4.1生)

75歳 (S16.4.2～S17.4.1生)

80歳 (S11.4.2～S12.4.1生)

85歳 (S6.4.2～S7.4.1生)

90歳 (T15.4.2～S2.4.1生)

95歳 (T10.4.2～T11.4.1生)

100歳 (T5.4.2～T6.4.1生)

※60歳～64歳の方で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスの障害手帳1級相当の方も対象。

※すでに接種したことのある方は対象外です。

料 自己負担額 2,000円

生活保護世帯の方は自己負担が免除されますので、生活保護世帯証明書を役場で発行し、医療機関へご持参ください。

## 「健康も 楽しい食事も いい歯から」

問 健康保険課健康増進係

☎801-5820

6月4日㊁～10日金は、歯の衛生週間です。歯の健康状態は食べることだけでなく、食事や会話を楽しみ、いきいきとした生活を送るための基礎となります。歯を失う原因となるのは、虫歯と歯周病です。定期検診は受けていますか。歯の疾病を早期発見及び早期治療することにより、歯の健康を保ちましょう。

### 歯周疾患検診

対 40歳・50歳・60歳・70歳になる方

料 500円(ただし、70歳の方、生活保護世帯の方、町民税非課税世帯の方は無料)



## 保健

### 特定健診・保健指導・がん検診のお知らせ

#### 問 健康保険課健康増進係

☎801-5820

年に一回は健診を受けて、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。

#### 健診の対象と種類

対 国民健康保険に加入で40歳以上の方、及び後期高齢者医療制度加入の方 特定健診または後期高齢者健診・各種がん検診・肝炎ウイルス検診・前立腺検診・骨粗鬆症検診・胃がんリスク健診  
※特定健診・後期高齢者健診・胃がんリスク健診には受診券が必要です。

国民健康保険に加入の男性で20～39歳の方 国保成人健診  
20～39歳の女性の方 婦人の健診・子宮がん検診  
40歳以上の方 各種がん検診・肝炎ウイルス検診・前立腺検診・骨粗鬆症検診

#### 個別健診

#### 所 委託医療機関

#### 時 特定健診・後期高齢者健診

平成29年3月31日㊁

(祝日、休診日除く)まで

婦人の健診・国保成人健診・各種がん検診・肝炎ウイルス検診

11月30日㊁まで

(祝日、休診日除く)

他 ※個別がん検診は、予約の状況次第で受けられないことがありますので、早めにご予約ください。

※各種がん検診は、該当する疾患の治療を受けていない方が対象です。

※詳しくは4月、各世帯配布の「平成28年度長与町成人健康診査のお知らせ」をご覧ください。



### お口の健康指導を受けてみませんか？

#### 問 長崎県後期高齢者医療広域連合

☎816-3932

#### 役場健康保険課保険係

☎801-5821

疾病予防や身体機能の向上を目的とした、『お口“いきいき”健康支援（口腔ケア）事業』を実施しています。

お口の中の衛生、かむ力、飲み込む力といった口腔機能の向上は、食事をおいしく食べるだけでなく、全身の健康や生活全体の活性化につながります。

対 長崎県後期高齢者医療の被保険者の方（県外居住の方や医療機関などへ入院（所）の方は除きます）

内 受診希望の歯科医院に、広域連合から交付される受診券を提示することで、3回を限度にお口の健康指導が受けられます。

料 無料

申 上記問合せ先へ電話などで申し込むか、受診を希望の歯科医院を通じて申込み。

〆 12月28日㊁まで

他 受診できる歯科医院は、長崎県歯科医師会加盟の歯科医院、小値賀歯科診療所及び長崎市高島国民健康保険診療所

妊娠体験・リラクゼーション・出産についてなどを予定しています。

### 第36回ながよヘルシーウォーキング大会

歩くことは体力維持増進だけでなくリフレッシュ効果もあります。ご家族やご友人、ご町内の皆さんと一緒に歩きませんか？ゴールでは甘酸っぱいレモン白玉もご用意しています。

時 6月25日㊁※小雨決行  
(中止の場合8時に町内放送)

受付時刻 9時～9時30分  
(10時スタート～12時ゴール予定)

所 集合場所 中尾城公園第一駐車場

他 コース ①6.0kmコース  
②3.0km親子・子どもコース  
※ペットの同伴やベビーカーの参加はご遠慮ください。



## くらし

### 防犯灯の故障（球切れなど）は

#### 問 地域安全課交通防犯係

☎801-5662



### パパママ学級

#### 申・問 こども政策課母子保健係

☎801-5881

もうすぐパパ・ママになる方のための妊娠～出産～育児の教室です。ご家族の参加も大歓迎！「妊娠・出産編」「育児編」の2部構成で開催します。

時 7月9日㊁13時～15時30分

所 健康センター 4階

内 「育児編」沐浴体験・先輩パパママ体験談・赤ちゃんの抱っこ体験  
定 先着20組  
〆 7月1日㊁

他 「妊娠・出産編」は9月10日㊁に

## 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付け、解決や改善を図ります。

時 6月29日㊁13時30分～16時

所 上長与地区公民館

行政相談委員 堤恵美子 ☎856-4851

草野 洋 ☎887-2457

長崎行政評価事務所 ☎849-1100

## 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付け、問題解決のお手伝いをします。相談は無料で、秘密は堅く守られます。

#### 【特設相談所】

時 6月28日㊁13時～16時

所 長与町公民館

#### 【常設人権相談所】

時 土曜・日曜及び祝日を除く毎日

8時30分～17時15分

所 長崎地方法務局 ☎0570-003-110

問 総務課行政係 ☎801-5781

### 子どもの人権110番強化週間

☎0120-007-110

長崎地方法務局、長崎県人権擁護委員連合会では、「子どもの人権110番」強化週間を設け、いじめや体罰などの子どもの人権相談に応じるため、相談所を開設します。ひとりで悩まず、電話してください。

時 6月27日㊁～7月3日㊁

8時30分～19時

(土日は10時～17時)

問 長崎地方法務局 ☎826-8127



### 役場の一部窓口を、第2・第4土曜日に開庁しています

#### 問 各課へ ☎883-1111 (代表)

一部窓口の開庁は、庁舎1階の住民福祉部（住民環境課、こども政策課、福祉課）、健康保険部（健康保険課、介護保険課）です。

時 6月11日㊁・25日㊁

7月9日㊁・23日㊁

9時～12時30分

※正面玄関をご利用ください。

#### 利用時の注意点

・国の機関や県、他の市町村への照会や確認などが必要な業務は、当日対応できません。また、内容によっては、お待ちいただいたり、受付できない場合もあります。

・取扱いできる業務の詳細は、事前（平日）に各課へご確認いただきますようお願いいたします。

### 税務職員を募集します

#### 問 長崎税務署総務課 ☎822-4231

福岡国税局人事第二課

☎092-411-0031(内線2117・2143)

資格 平成29年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業見込みの者及び平成28年4月1日時点において卒業後3年を経過していない者

試験の程度 高等学校卒業程度

受付期間 〈インターネット申込〉6月20日㊁9時～29日㊁(受信有効)できるだけインターネット申込みをご利用ください。

○インターネット申込専用アドレス  
<http://www.jinji-shiken.go.jp/jukun.html>

#### 〈郵送または持参〉

6月20日㊁9時～22日㊁(消印有効)人事院九州事務局宛(福岡市博多区博多駅東2-11-1)

1次試験 9月4日㊁(2次試験あり)

他 詳細はお問い合わせください。

### 町県民税第1期の納期限は6月30日㊁です

#### 問 税務課住民税係 ☎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お納めください。(口座振替の方は、6月30日㊁に引き落とされますので、残高をご確認ください)

平成28年度課税証明など(平成27年1月から12月までの所得の証明)の発行は、6月10日㊁からの予定です。

### 水洗化のお願い

#### 問 下水道課 ☎801-5832

下水道は、快適で豊かな生活を営むための生活基盤であり、暮らしに欠かすことのできないライフラインの一つです。そのため、生活環境の改善や河川の水質保全のために下水道への接続が必要不可欠です。

これからも町民の皆さまがよりいっそう清潔で快適な生活を送れるよう、また、私たちの生活を支える大切な財産である「水」を守るために、水洗への切替が可能な区域で、切替がお済みでない世帯の方々につきましては、早期の水洗化への改造をお願いします。



### 平成28年度長崎県立大学春開講公開講座

#### 問 長崎県立大学シーボルト校

地域連携センター ☎813-5500

時 6月25日㊁・7月2日㊁・9日㊁

13時30分～15時40分

所 長崎県立大学シーボルト校

(7月2日㊁は遠隔会場)

他 講座の内容など詳しくはお尋ねください。



6月23日㈯から29日㈰は  
「男女共同参画週間」です

「意識をカイカク。男女でサンカク。社会をヘンカク。」が今年の男女共同参画週間のキャッチフレーズに選ばれました。

旧来の慣習や意識を変え、女性も男性も多様な暮らしや働き方が可能な社会を作るためには一人ひとりの取組が必要です。私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？



#### 公開講座「発達障害について～発達障害診療の現場より～」

問 長崎県保険医協会（永田）

☎825-3829

発達障害の特性はどのように気づかれ、どうやって医療機関を訪れるのか。そこでの診断や療育はどう進められ、その子に活かされていくのか、日々診療にあたる医師からのお話です。

時 6月16日㈯14時～15時30分

所 フコク生命ビル8階会議室  
(長崎市恵美須町2-3)

料 無料

他 講師 長崎市障害福祉センター  
診療所長 松崎淳子 氏

#### 長崎県立鶴南特別支援学校高等部 学校公開及び一日体験入学

問 長崎県立鶴南特別支援学校

〒851-0401長崎市蚊焼町721  
(教頭高谷)

☎892-0696 (高等部直通)  
 Fax 892-3880

授業参観や授業体験などを通じて、学校生活の様子をご覧いただき、特別支援学校の教育を理解していただくとともに、教育や進路などに関する相談を行います。

##### 学校公開

時 7月6日㈯9時40分～12時  
(9時受付開始)

##### 一日体験入学

時 9月27日㈰9時30分～12時  
(9時受付開始)

他 授業参観や一日体験入学を希望される方、詳しい日程を知りたい方は、お気軽にお尋ねください。

#### 長崎大学教育学部附属特別支援学校 学校公開（授業参観、学校説明など）

問 長崎大学教育学部附属特別支援学校

(教頭山田)

☎845-5646 Fax 845-0521

時 7月12日㈯9時～12時

所 長崎大学教育学部附属特別支援学校  
(長崎市柳谷町42-1)

他 事前にご連絡ください。

#### 交通事故発生状況

	4月中			本年累計（対前年比）		
	件数	死者	傷者	件数	死者	傷者
長与町	8	0	8	41 (-12)	1 (+1)	55 (-7)
時津町	15	0	19	83 (+25)	2 (+2)	107 (+33)
県 下	449	4	569	1782 (-197)	15 (+4)	2303 (-213)

※交通事故相談

長崎県交通事故相談所 長崎市万才町4-12（日本生命ビル旧館1階）  
☎824-1111 内線3776・3777 9時～16時（土日祝日は休み）

## 年金生活者等支援臨時福祉給付金（高齢者向け）のお知らせ

問 福祉課臨時福祉給付金係 ☎883-1111

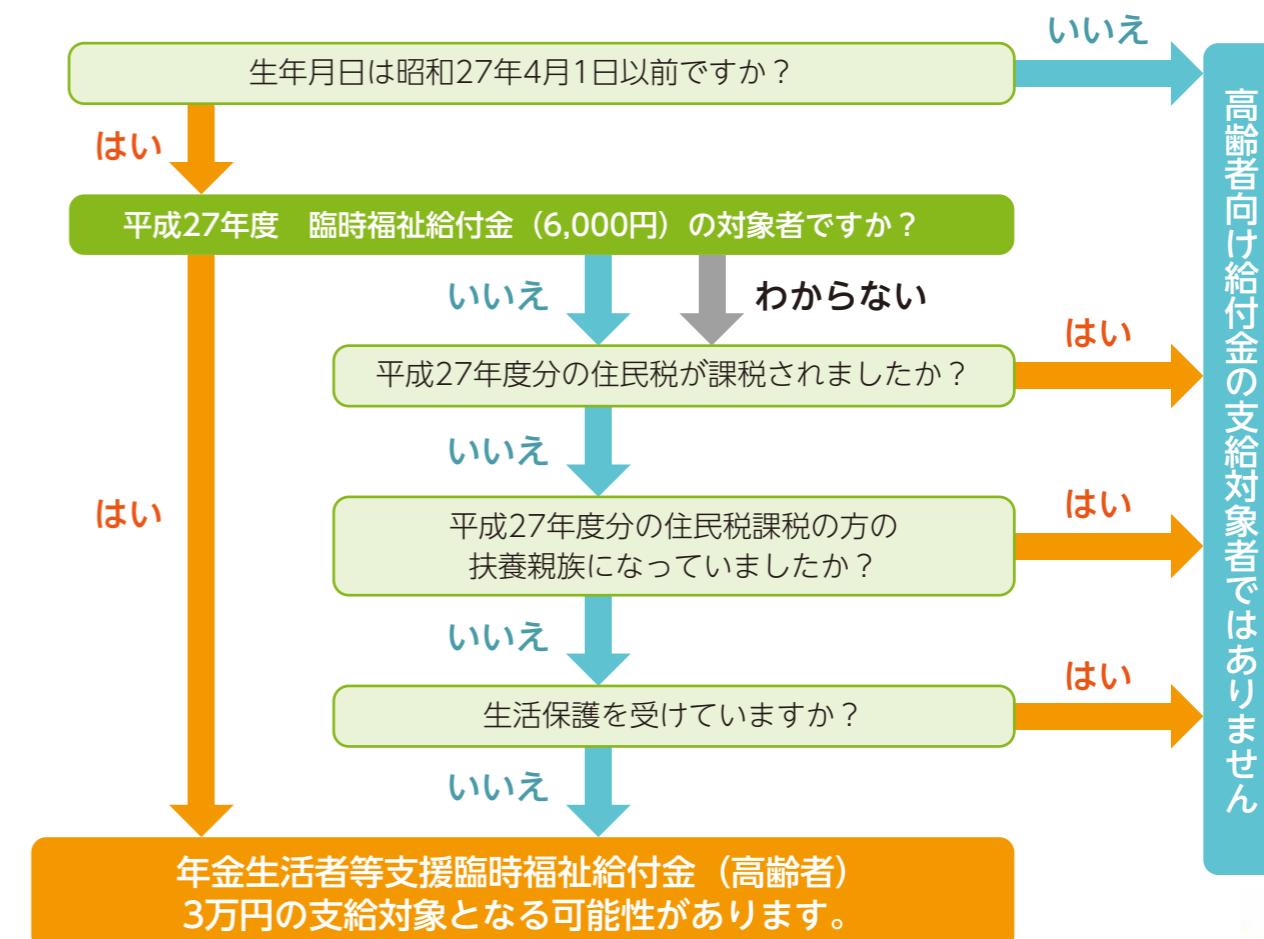
一億総活躍社会の実現に向け、賃金引上げの恩恵が及びにくい低所得の高齢者の方を対象に年金生活者等支援臨時福祉給付金を支給します。支給は1回です。

※申請関係書類は、基準日（平成27年1月1日）時点で住民票が長与町にある方の税情報に基づいて、対象者の可能性がある方にお送りしています。提出書類を確認のうえ、受付期限（7月29日）までに忘れずに申請してください。

※所得があるご家族（配偶者や子など）が長与町以外にお住まいの場合は、そのご家族が住民税課税者である扶養者であれば、案内が届いても対象外となりますので、申請前にご確認をお願いいたします。

書類が届いていない方は、下記にてご確認ください。

### 高齢者向け給付金対象者診断チャート



申請書の審査が終了した方から、順次支給いたします。支給日は15日または30日（土・日、祝日は翌営業日）の予定です。支給日の前に決定通知をお送りしますので、内容をご確認ください。

# ニコニコよか・とき! 長与

長与町国際交流協会では町内にお住いの外国籍住民の方に長与町をどのように感じいらっしゃるかインタビューしています。

今回は、丸田郷にお住まいのミッタルさんご夫婦に伺いました。

Q1. どこの国の出身ですか?

インドです。

Q2. いつから長与町に住んでいますか?

4年前からです。

Q3. 長与町に住んでみて分かった事や他の今まで住んでいた町に比べていいなと思ったことなどを教えてください。

長与の町は好きです。自然が多いし人は少ないし、皆さんとてもフレンドリーです。そして安全な町だと思います。



Q4. 長与の魅力を自國の人に伝えるとしたらどこが一番の売り込みポイントですか?

子育て支援が充実していると思いました。初めての子どもたちの子育てをしていますが、母子推進員さんや役場の方にいろいろと丁寧に教えていただいてとても助かっています。インドではこんな親切なサポートはありません。

Q5. 長与で一番好きな場所は?

さくらんぼ(長与保育園の子育て支援センター)、お買い物物によく行く時津のイオンも何でも揃うので大好き。

Q6. 長与で一番困った事は?

車を運転しないので、公共交通機関が少ないのがちょっと不便だと思います。それと、夜間救急病院がないので、長崎市まで行かないといけないのが大変でした。

Q7. 長与を一言で表すと?

子育てをするのにとてもいい環境の町。

Q8. 長与の皆さんにメッセージをください。

いい季節になって子どもを連れてお散歩によく出かけると思います。お友達になって一緒に遊んでください。

ミッタルさんありがとうございました。

## 消費者注意報

### 震災に便乗した悪質商法や詐欺にご注意!

熊本地震の被災者の皆さんに、心よりお見舞い申し上げます。さて、過去に自然災害が発生した際には、災害に便乗した様々な詐欺商法が出現しており、今回も同様の事例が出てくる危険性があります。慌てて契約せずに、不必要な契約はきっぱり断りましょう。

#### 過去の事例

##### ①家の修理に関するトラブル

「家の基礎が壊れている。詳しく見てあげる」と訪問してきた業者が床下にもぐった後、「早急に補修工事しないと大変なことになる」と言ったので驚いて契約してしまった。

##### ②訪問販売

「万が一に備えて、防災グッズセットを買いませんか?」と言って業者が訪問してきた。ホームセンターで買うよりも何倍も高い価格を請求された。

##### ③義援金詐欺

「被災地への寄付金を集めています」と電話があつたので、指定された口座に振り込んだが、実在しない団体だった。

#### アドバイス

- 直ちに依頼をしないで、業者からの説明を聞き、家族などと相談をしましょう。業者の説明を鵜呑みにしないで、複数の業者から見積りを取り、十分な検討をしたうえで契約しましょう。
- 被災地支援の寄付金、義援金を装って金銭を騙し取る義援金詐欺に注意しましょう。
- 訪問販売・電話勧誘販売で契約した場合、契約書面を受けとった日から8日以内であればクーリング・オフができます。その他、不審なことなどがあれば、消費生活センターまたは長与町消費生活相談窓口へご相談ください。

困ったときは消費生活センターまたは長与町役場相談窓口へご相談ください。

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

※長与町ホームページでも消費生活に関する情報をお知らせしています。

町ホームページ→相談窓口→消費生活相談

## 介護保険のしくみ

### 介護保険料

介護保険はみなさまにご負担いただいている保険料が大切な財源となっています。大変なご負担ですが、保険料の納期内納付にご理解・ご協力をお願いいたします。

今回は、平成28年度の県内市町の介護保険料を比較したいと思います。

(例) 世帯のどなたかが住民税を支払って、本人の収入が年金120万円のみという場合

市町名	長与町	長崎市	時津町	県内平均
介護保険料	67,900円	73,000円	67,200円	69,240円

### ご負担いただく介護保険料

#### 本人・世帯どちらも非課税の場合

年金収入額と合計所得金額の合計が	80万円以下	30,600円
	80万円超～120万円未満	44,200円
	120万円超	50,900円

#### 本人→非課税、世帯→課税の場合

年金収入額と合計所得金額の合計が	80万円以下	61,100円
	80万円超	67,900円

#### 本人→課税の場合

合計所得金額が	120万円未満	74,700円
	120万円以上～190万円未満	84,900円
	190万円以上～280万円未満	101,900円
	280万円以上	112,100円

問 介護保険課 ☎883-1111

※老齢福祉年金、生活保護を受給されている方の保険料は30,600円です。

※合計所得額は、収入金額から経費を差し引いた金額で、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。

#### ●介護保険料の納め方

65歳以上の方の介護保険料の納め方は受給されている年金額で分かれています。

#### ●年金額が年額18万円未満の方【普通徴収】

6月～翌年3月の10回に分けて納付書で納めていただきます。※65歳を迎えた方、または転入された方は、その日から約6か月間は、普通徴収の対象になります。

※口座振替にすると納めに行く手間が省け、納め忘れの心配もありません。通帳、届出印、納付書をご持参の上、指定金融機関でお申込みください。

#### ●年金額が年額18万円以上の方【特別徴収】

年6回に分けて年金からの天引きで納めていただきます。※対象者は65歳を迎えてからおよそ6か月後に普通徴収から特別徴収に移行します。手続きは不要です。

#### ※仮徴収

年間の保険料は前年の所得が確定する6月に決定します。4、6、8月は仮に算定された保険料を納めていただきます。

#### ※本徴収

6月に確定した保険料の年額から仮徴収分を差し引いた額を10、12、翌年2月の3回に分けて納めていただきます。

日本年金機構長崎北年金事務所 ☎861-1354

☎883-1111

## 年金だより

問い合わせ

### 思わぬ、病気やケガで障害が残ったら… 障害基礎年金の請求ができます。

国民年金加入中に、病気やケガ、心の病などのために重い障害が残り、国民年金法により定められた障害等級表1級・2級の状態にある時に支給される年金です。

#### 障害基礎年金を受けるための要件

次の1～3のすべての要件を満たした場合に支給されます。

- 初診日(病気やケガで初めて医師の診療を受けた日)において、国民年金の被保険者であること。または、国民年金の被保険者であった60歳以上65歳未満の方(老齢基礎年金を繰り上げて受給している方を除きます)で、日本国内に住所を有していること。
- 初診日のある月の前々月までの被保険者期間において、保険料納付済期間と保険料免除期間が3分の2以上であること。または、初診日に65歳未満の方で、初診日のある月の前々月までの1年間において、保険料が未納でないこと。
- 障害認定日において、法令で定められた障害等級表による1級、または2級の障害であること。

※障害認定日とは、病気やケガにより初めて医師の診療を受けた日(初診日)から1年6か月を経過した日。または、下記により1年6か月前に症状が固定した日。

①咽頭全摘出日、人工骨頭・人工関節・胸部大動脈瘤や胸部大動脈解離による人工血管の挿入置換日、心臓ペースメーカー・植え込み型除細動器・CRT・CRT-D・人工弁装着日、在宅酸素療法開始日、肢体の切断または離断日、人工肛門・新膀胱造設日、尿路変更術日など。

②人工透析療法開始日から3か月を経過した日など。

③脳血管障害による機能障害で、初診日から6か月を経過した日以後。

※20歳前に初診日があるときは、20歳に達した時に障害基礎年金を請求し、障害等級表の1級・2級のいずれかに該当する場合、支給されます。

#### 障害基礎年金額(平成28年度)

●1級障害…年額975,100円

●2級障害…年額780,100円

※詳しくは、日本年金機構長崎北年金事務所、または、役場健康保険課年金係へお問い合わせください。

# スポーツ広場

長与町体育協会  
☎・FAX 887-5374  
(長与町民体育館内)



## 「町営プール」7月15日金オープンです!

みんなで楽しい夏の思い出をつくりましょう!ご家族やお友達と一緒に、ぜひご利用ください。

時 7月15日金～8月31日㊈ 9時～17時 (8月31日㊈は午前中まで)

料 ○一般・高校生 320円(回数券11回分3,200円)

○小・中学生 100円(回数券11回分1,000円)

○幼児 50円(回数券11回分 500円)

※回数券は、町営プールで購入できます。

※小学4年生以下は、危険防止のため保護者同伴でないと入場できません。

家族や友だちみんなで  
町営プールに行こう!!



## 従業員を募集します!

申・問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎801-5683

時 7月13日㊈～8月31日㊈

対 町内在住の18歳以上75歳未満の方(受付員は女性のみ)※高校生不可

〆 6月17日金 ※受付時間9時～17時

①監視員

定 約24人

他 8時30分～17時30分

時給808円 隔日勤務

②受付員

定 約4人

他 9時～17時

時給733円 隔日勤務

## スポーツでリフレッシュしませんか!

### 「エンジョイスポーツ」参加者随時募集中

申・問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎801-5683

「エンジョイスポーツ」とは、子どもからお年寄りまで、男女を問わずに誰でも参加できる軽スポーツ・レクリエーションです。日ごろ、運動不足の方やリフレッシュしたい方、どなたでも気軽にご参加ください。家族(子ども可)やグループでの参加もお待ちしております。

時 6月14日㊈・22日㊈・30日㊈

受付 19時15分～ 開催 19時30分～21時

所 町民体育館

内 ソフトバレー・ユニカール・キンボールなど

他 動きやすい服装で室内シューズを持参してください。



## ゲートボールを楽しみましょう!

申・問 町ゲートボール協会

会長 森 勝美 ☎883-5222

男女、年齢を問わず、誰でも楽しめるスポーツです。最初にボールを打つこと、簡単なルールを覚れば、すぐにゲームに参加できます。ゲームの内容を知れば知るほど、奥の深い競技です。生涯スポーツとして楽しみましょう。道具は何もいりません。ゲート場に来てください。

時 毎週火・木曜日

所 シーサイドパークミニイベント広場

## 「第13回長与町太極拳協会交流大会」 開催のお知らせ

1年間の練習の成果を発表します。見学は自由です。  
この機会にぜひご覧ください。

時 6月25日㊈10時～12時30分

所 町民体育館

内 各グループによる太極拳演武

## 長与町ソフトテニス夏季大会 長与町ソフトテニス協会講習会募集

申・問 長与町ソフトテニス協会

(永田) ☎090-6291-6455

(井上) ☎090-1137-4968

### 長与町ソフトテニス夏季大会

時 6月12日㊈9時～

所 長与総合公園テニス広場

対 町内在住・在職者、中学生以上で現役を引退した学生

料 1,000円

申 当日会場で。1人でも参加可。

他 クラス Aクラス(上級)、Bクラス(中級)、  
Cクラス(初心者)

### 長与町ソフトテニス協会講習会

時 7月10日㊈・24日㊈、8月28日㊈、10月9日㊈・

23日㊈、11月13日㊈、12月11日㊈・25日㊈、

平成29年1月8日㊈・22日㊈、2月12日㊈・26日㊈、

3月26日㊈の計13回 9時～13時

所 長与総合公園テニス広場

対 町内在住・在職者

料 3,000円/13回

申 随時受付

## テニス講習会参加者募集

問 長与町テニス協会(山口)

☎090-4514-7753

✉kaz.yamaguchi@ngs2.cncm.ne.jp

長与町テニス協会では、町内在住の方でテニスを始めたいと思っている人、練習してもっと上達したい人を対象に講習会を開催します。

時 6月12日㊈9時～12時(以降、平成29年3月までの毎月第1・第3日曜日9時～12時)

所 長与総合公園テニス広場(A・Bコート)

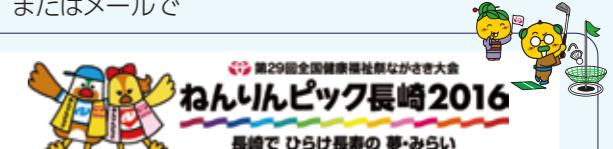
対 町内在住・在職者でテニスの初心者から中級者まで

内 ①ボール出しによるストローク練習、②ボレー対ボレー、③ボレー対ストローク、④ストローク・ボレー・スマッシュの総合練習、⑤スマッシュ、⑥サービス ※途中からの参加や退出可

申 住所・氏名・電話番号を記入の上、郵送

(〒851-2127長与町高田郷1629-7 山口和彦宛)

またはメールで



問 介護保険課ねんりんピック推進係

長与町では、ターゲット・バードゴルフ交流大会が開催されます。

## 「平和コンサートinながよ」Facebookページ開設!

毎年8月に開催される「平和コンサートinながよ」のFacebookページを開設しました。8月7日㊈のコンサート当日まで、練習風景や見どころなどを随時ご紹介していくので、ぜひご覧ください。

## 2016 「平和コンサートinながよ」 Vol.17

問 生涯学習課文化振興班

☎801-5682 FAX883-7151

n-shogai659-1@nagayo.jp

時 8月7日㊈ 開場13時30分 開演14時

所 町民文化ホール



平和コンサートinながよ Facebook  
(QRコード)



## 町内事業者さまへ 長与町「暮らしの便利帳」の広告を募集します

問 株式会社サイネックス西九州支店 ☎0952-24-6550

役場秘書広報課 ☎801-5780

町は(株)サイネックスとの官民協働事業により、長与町「暮らしの便利帳」を発行します。役場における各種手続きや施設案内などのお役立ち情報や、長与町の自然景観や歴史文化などの情報を掲載します。便利帳には広告掲載枠があり、町民の皆さんに事業者さまを知つもらう機会になります。

6月から7月にかけて、(株)サイネックスの担当者が事業者さまを訪問することができます。PRの機会として、ぜひご活用ください。

時 営業期間6月～7月 (予定)

配布10月に町内全域 (予定)

対 町内事業者さま

他 規格A4版、フルカラー、100ページ (予定)

部数18,000部

# 健康テラス

## 腰痛と ペインクリニック



都クリニック  
都 正彦

一生のうち腰痛を経験する人は、全人口の約80%と言われ、原因は、椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症、骨粗しょう症、圧迫骨折のように多種多様であります。

痛みは神経根および知覚神経終末の刺激、圧迫、炎症、循環障害などにより発生します。

腰痛の効果的治療は系統的に、しかも短期間にやって痛みを軽減させることができ、治療と診断を並行して行なうながら保存療法を行うには、神経ブロックは最適の治療法であります。

ペインクリニックでの治療は、神経ブロックや薬によることが中心で、症状や重症度により、いくつかの種類の神経ブロックを使い分けたり併用したりします。

特に著名な効果を示すのは、急性腰痛、腰痛の憎悪期に対してであり、理由は局所麻酔薬の作用によりただちに痛みをとり、悪循環に陥っている病態を是正する作用を持っているからです。

また慢性期でも日常生活と動作の改善に役立ち、リハビリテーションを行いやすくするという効果がありますが、心因性要素が加味された場合は、症状回復を困難にする事も少なくありません。

## 耳鳴りについて



宮崎耳鼻咽喉科  
宮崎 充

「耳鳴り」は静かな場所では多くの人が感じるものですが、日常生活を送るうえで「どうしても気になってしまって不愉快」という場合に病的な症状として扱われます。「耳鳴り」の原因にはいろいろあり、耳の病気(外耳、中耳、内耳の障害)、脳の病気(腫瘍、血管障害)、自律神経や精神的な不調(ストレス、睡眠障害)、頸関節や頸椎の異常などでも出現することがあります。脳腫瘍や脳血管障害などで生命にかかわる症状として出てくることもありますが、一般的にはそのような例は少ないので過大な心配は必要ありません。耳鼻科で最も多いのは高齢者の方で年齢の進行とともに聴力が低下(老人性難聴)して「耳鳴り」が合併してくる例です。高齢者の増加に伴って「耳鳴り」を訴える患者さんが増えています。また、最近よく知られるようになったメニエール病では「めまい」と「難聴」を伴って「耳鳴り」が出現してきます。治療法は薬物療法、理学療法、手術などが一般的ですが、時には補聴器を使用することによって聴力の改善と「耳鳴り」の軽減が得られることがあります。いずれにしても原因によって対処法が変わりますのでどうしても「耳鳴り」が気になりだしたら一度、専門医を受診することをお勧めします。

## 新しく入った本

### ◎文学

『ソウル行最終便』 安東 能明／著 新潮社  
『大きくなる日』 佐川 光晴／著 集英社  
『天下一の軽口男』 木下 昌輝／著 幻冬舎  
『辛夷の花』 葉室 麟／著 德間書店  
『彼女に関する十二章』 中島 京子／著 中央公論新社  
『おめかしの引力』 川上 未映子／著 朝日新聞出版

### 《今月の特集展示》

- 大人向け…「時間と暦」
- 児童向け…「川や田んぼの生きもの」  
(長与っ子の心を見つめる教育週間)特集  
※特集展示は、自動扉内側に設けています。  
どうぞ、ご利用ください。

### おはなし会のご案内

- おはなし会  
時 6月18日㊁・25日㊁、7月2日㊁・9日㊁・16日㊁・23日㊁・30日㊁11時～  
所 たたみコーナー
- ぴよちゃん おはなし会  
時 6月15日㊁、7月6日㊁・20日㊁11時～  
所 2階和室

### 『夏の子ども読書クラブ』のご案内

- 時 ①7月28日㊁、②8月4日㊁  
10時～11時30分(1回のみの参加もできます)  
所 長与町図書館3階ホール  
対 町内在住の小学1・2年生  
内 本の紹介や工作・ゲームなど  
定 各回とも30人(定員になり次第締切)  
申 本人または保護者の方が、直接図書館に申込み。  
△ 7月2日㊁～8日㊁

### 平成27年度月別貸出状況

月	貸出点数(点)	利用者数(人)
4	13,599	4,349
5	13,406	4,409
6	14,609	4,429
7	16,998	4,794
8	17,918	4,812
9	15,096	4,137
10	15,377	4,482
11	15,018	4,153
12	15,938	3,810
1	14,244	3,731
2	14,503	3,972
3	18,366	3,416
合計	185,072	50,494
平均(月)	15,423	4,208
平均(日)	675	184

昨年度の貸出実績です。今年度も多くの方のご利用をお待ちしています。

大好き!!  
読書が

図書館だより  
No.322

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。

パソコン <http://nagayo-lib.jp>

長与町図書館  
☎883-1799 ☎883-7222  
開館時間 10時～18時



## 図書館カレンダー

6	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			

7	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						

ほほえみ号  
巡回予定日  
(火曜日コース) □印  
(土曜日コース) ■印  
休館日 ●印

※大雨などにより、巡回ができない場合があります。図書館へお問い合わせください。

## 新しい図書を考える ⑩

## 27年度図書館貸出実績の向上

図書館の平成27年度貸出数が向上しました。26年度までは微減傾向が続いており、貸出総数は、前年比で3~7%ずつ減少していました。児童書では10%台に及ぶ減少幅でしたが、27年度の貸出総数は前年度比で15%増加しており、内訳を見ると特に児童書が顕著で、22%も増加していました。

その理由としては、これまで毎週土曜日に行っていた「おはなし会」に加え、新たに2歳児以下を対象とした「ぴよちゃん おはなし会」を、第1・3水曜日に実施するようにしたこと。8月から「ブックスタート事業」を開始したことなどが考えられます。

前号でもご紹介したように、ブックスタート事業に関する事後アンケートでは99%の方が満足しており、このうち8割近くの方が、家でも読みかたりをし、5割以上の方が絵本を買ったり図書館で本を借りたりするようになったと回答されています。確かに親子連れの来館者が増えており、これらのことから、貸出増加の一因となったと考えられます。

子どもの望ましい成育のために読書環境を整え、読書習慣を定着させることはとても重要なことです。親子で読書に親しむ「家族の10分間読書活動」にも、ぜひ多くのご家庭で取り組んでいただきたいと思います。

(長与町教育委員会生涯学習課)



No. 280 ラ子育て  
ドン

つぶやき

今年も、子どもたちのかわいい“つぶやき”がいっぱいです。ほっとひといき和みませんか?

### 『食事の時間』

給食の人参を残していたMちゃん。  
保育士「うさぎさんはね、人参が好きなんだよ～」  
Mちゃん「にんじんは○○(わたし)のこと、すき??」  
すきだと伝えると、嬉しそうにぱくっと食べました。

### 『童謡:かわいいかくれんぼ』

「すずめがね、おやねでちゅんちゅんかくれんぼ～♪」と歌いたかったSちゃん。だけど、「つみれがね～」と歌いだしたから、たいへん!  
すずめさん、食べられないようにしっかり隠れてね!

### 『5歳児 女の子』

お友達がけがをしてしまい、心配したクラスの子どもたちは、けが=救急車を呼ばなきや!と思った様子。突然、窓を開けて「おーい!おーい!」と周囲に呼びかけ始めたTくん。  
勇敢だね!

### 『5歳児 男の子』

### 『変身?』

布団にくるまり、「せんせい～」と呼ぶRちゃん。「なにしてるの?」と尋ねると、「おきたら、ちょうどくなるの」  
さなぎさんになりきってたんだね!  
(3歳児 女の子)

### 『はいてますか?』

突然、自分のズボンを下げ始めたRちゃん。「あんしんしてください、お姉ちゃんパンツはいてますよ!」話題の芸人さん登場!?履いていてよかったよかったです。(3歳児 女の子)

### 『せんせいもがんばるね』

土曜保育で子どもも少なく、クラスの保育士が一人になったときのこと。「せんせい、たいへんね」とRちゃん。じーんと心うたれました(笑)  
(3歳児 女の子)

文責 長与町立高田保育所

子育て  
ランド

### 子育てのポイント「標語」

### 愛されている その自信が子どもの心の出発点

- 0歳児 『泣き声は 家族をつなぐメッセージ まずは声かけ抱き寄せて』
- 1歳児 『イヤイヤは 人生初の自己主張 こんな時期だと楽しんで』
- 2歳児 『「自分でする」強気な姿勢を見守って そっと差し出す支えの手』
- 3歳児 『何度も言つても繰り返す 大目にみてね いたずらも』
- 4歳児 『大きくなったと思っても まだまだいっぱい抱っこして』
- 5歳児 『認めよう!やる気を信じて待つことで 頭も体も使う子に!』



カレンダー 2016 6月～7月						
5月 29 日	月 30	火 31	6月 1 水	木 2	金 3	土 4
				ソーシャルクラブ (老人福祉センター10:00～)	健康相談 (丸田荘13:30～)	
町民一斉清掃	マタニティ広場 (おひさま広場 10:00～) 3～4か月児健診 (健康センター 12:45～)	モグモグ教室 (健康センター 9:45～) フツ素塗布事業 (健康センター 1.3・2.3・2.9歳 12:45～)	モグモグ教室 (健康センター 9:45～) モグモグ教室 (健康センター 10:00～)	マタニティクッキング (ふれあいセンター 9:45～) すてっぷ&ほっと (健康センター 10:00～) 健康相談 (上長与公民館 13:30～)	役場一部開庁日 (9:00～12:30) [P21] 長与町結婚相談所開所日(社会福祉協議会10:00～16:00)	
囲碁大会 (老人福祉センター 10:00～17:00)	こども相談 (健康センター) 要予約	3歳児健診 (健康センター 12:45～)	1歳9か月児健診 (健康センター 12:45～)	ソーシャルクラブ (老人福祉センター 10:00～)	健康相談(長与町役場9:30～) 特定健診・がん検診(健康センター) 要予約	特定健診・がん検診(健康センター) 要予約 町文化協会発表大会 (芸能部門・展示発表) (町民文化ホール 芸能部門10:30～、展示発表9:00～)
町文化協会発表大会 (音楽部門・展示発表) (町民文化ホール 音楽部門13:30～、展示発表9:00～)	特定健診・がん検診(町民体育館) 要予約	1～2か月児相談 (健康センター 9:45～) 3～4か月児健診 (健康センター 12:45～)	お誕生相談 (健康センター 9:30～) 離乳食教室 (健康センター 9:30～) 要予約	健康相談 (まんてん9:30～) すてっぷ&ほっと (健康センター 10:00～)	第36回ヘルシーオーキング大会(中尾城公園駐車場9:00～) [P20] 役場一部開庁日 (9:00～12:30) [P21] 長与町結婚相談所開所日(社会福祉協議会10:00～16:00)	
			3歳児健診 (健康センター 12:45～)	1歳9か月児健診 (健康センター 12:45～)		
3	4	5	6	7	8	9
	マタニティ広場 (おひさま広場 10:00～) 3～4か月児健診 (健康センター 12:45～)	モグモグ教室 (健康センター 9:45～) ソーシャルクラブ (老人福祉センター 10:00～) フツ素塗布事業 (健康センター 1.3・2.3・2.9歳 12:45～)	モグモグ教室 (健康センター 9:45～) ソーシャルクラブ (老人福祉センター 10:00～) 健康相談 (丸田荘13:30～) パパママ学級 (健康センター 13:00～) 要予約			

## 24時間緊急手術体制

長崎百合野病院 ☎857-3366

長崎市夜間  
急患センター ☎820-8699  
やかんにはハローきゅうきゅう

長崎市栄町2番22号 長崎市医師会館1階

### ■診療科目受付時間

月曜日～金曜日	内科・耳鼻咽喉科	20:00～23:30
	小児科	20:00～翌朝6:00
土曜・日曜・祝日	内科・小児科	20:00～翌朝6:00
12/31～1/3	内科・小児科	10:00～17:00及び 20:00～翌朝6:00

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

♥ 心の健康相談 ♥ お気軽にご相談ください。

### ◎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
- ◎役場健康保険課 ..... ☎801-5820

健康センター ☎855-8902 FAX 855-8913

### 悩むより かけて安心 #9110

ストーカー事案・夫婦間の暴力・児童虐待少年非行・  
悪質商法、交通問題など

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

### 長崎県小児救急電話相談 #8000へ

毎日19時～翌朝8時

お子さんの急な病気やケガなどで心配なとき、  
ご相談ください。

(ダイヤル回線の方は ☎822-3308へ)

24時間電話を通じて健康をお届けします。

健康テレホンサービス ☎826-5511

☎0120-555-203

6月のテーマ

月 大人の肥満

火 外反母趾

水 子どもの発熱と熱冷まし

木 脱毛(抜け毛)の予防

金 骨粗しょう症治療中の歯科受診

土・日 男と女の産み分け方



### 月～金曜日 ひばり学級

お子さんの発育や子育てに不安がある親子に対し、専門スタッフが相談・療育を行い、よりよい発達を促していきます。

会場：ほほえみの家

時間：9:00～16:00

問 ひばり学級 ☎855-8568

### 第1・3木曜日 ソーシャルクラブ

精神の病気をもつ方の交流の場です。

会場：老人福祉センター

時間：10:00～15:00

問 福祉課 ☎801-5827

### 毎週火・水・金曜日 お元気クラブ

対象：65歳以上の方

水曜日

会場：南交流センター 時間：9:45～14:00

火曜日

会場：老人福祉センター 時間：9:45～14:00

金曜日

会場：長与町ふれあいセンター 時間：9:45～14:00

問 介護保険課 ☎883-1111

時間：9:45～14:00

対象：65歳未満で心や体の機能低下や閉じこもり予防が必要な方

会場：健康センター 時間：10:00～14:00

問 健康保険課 ☎801-5820

(注)祝日は変更することがあります。実施日は上記と異なることがあります。

カレンダーでご確認ください。

### 第2・4金曜日 すてっぷ&ほっと

対象：65歳未満で心や体の機能低下や閉じこもり予防が必要な方

会場：健康センター 時間：10:00～14:00

問 健康保険課 ☎801-5820

(注)祝日は変更することがあります。実施日は上記と異なることがあります。

カレンダーでご確認ください。

### 6・7月の救急医療在宅当番医

6月	5日	都クリニック(麻・ペイ・内)	☎855-9777	長与
	6日	鍼先医院(内・外)	☎882-2622	時津
12日	13日	宮崎耳鼻咽喉科医院(耳・小・呼)	☎887-2841	長与
19日	20日	清水病院(内)	☎882-1225	時津
26日	27日	小川クリニック(胃・外・肛)	☎813-5588	長与
7月	1日	中山整形外科医院(整)	☎882-5865	時津
	2日	こが内科外科クリニック(内・外・小)	☎883-4535	長与
	3日	永石眼科医院(眼)	☎882-6760	時津
	4日	もり小兒科(小)	☎887-3458	長与
	5日	やまもと内科(内・呼)	☎882-8828	時津
	6日	馬場耳鼻咽喉科医院(耳・鼻)	☎887-1235	長与
	7日	しもむらクリニック(小・内)	☎882-7595	時津

24時間緊急手術体制 長崎百合野病院 ☎857-3366

※当番医は変更する事がありますので、当日の新聞などで確認してください。

※当日の診療科目は直接医療機関へおたずねください。

### 6・7月の水道トラブル担当業者

6月	4日	星野管工設備(株)	☎856-1161
	5日	(株)新三重	☎850-1000
12日	13日	(有)長崎住宅設備	☎842-7020
19日	20日	小林設備	☎801-7831
26日	27日	長冷工業(有)	☎887-1270
7月	1日	山口設備	☎883-1439
	2日	(株)徳長与管工設備工業所	☎883-2580
	3日	(株)ユートピア	☎861-0840
	4日	田中設備	☎883-1284
	5日	松添設備工事	☎849-0032
	6日	(株)イワナガ	☎883-3392
	7日	(有)島田設備工業	☎882-4456

## 「選挙は、私たち一人ひとりのために」

～長与町選挙管理委員会からのお知らせ～



第24回参議院議員通常選挙が、7月に予定されています。

参議院選挙へ Let's投票!!

問長与町選挙管理委員会  
☎801-5781

### 投票所一覧

投票所	投票区の区域
第1投票所	長与町役場町民ホール 嬉里郷659-1
第2投票所	上長与体育館 平木場郷41
第3投票所	長与町健康センター (ふれあいセンター3階) 高田郷2005-3
第4投票所	長与北小学校玄関ホール 斎藤郷370
第5投票所	長与南小学校玄関ホール 高田郷1196-80
第6投票所	ニュータウン自主防災センター 三根郷52-30
第7投票所	長与駅コミュニティホール 吉無田郷275
第8投票所	県立大学シーボルト校東棟 まなび野1-1-1
第9投票所	長与町民体育館 岡郷614-4

参議院議員選挙より、選挙権年齢の引下げにより、  
18歳、19歳の皆さんも投票できます。

### 編集後記

今年もムシムシ、ジメッとした梅雨の季節がや  
ってきますね。せめて気持ちだけでも明るくしたい…!と思  
い、折り紙で作った傘を表紙にしてみました。子どもの頃以來となる折り紙に悪戦苦  
闘。右に折るべきところを逆に折ったり、途中同じ工程を何度も繰り返したりと、回り道をしながらも無事完成できました。ホッと胸を撫で下ろしながら隣を見てみると、私が傘を折っている間に、先輩が折り紙で折った立派なかたつむりがお出迎え。手先が器用なのがうらやましい!先輩!今度作り方を教えてください。

(岩と村とまこと)



### 投稿要領

写真・投稿者の氏名(匿名希望・ペンネームも可)・自治会名・広報ながよを読んでの感想を添えてください。

※人を撮られる場合は、広報ながよに掲載することの承諾を受けてください。

### 地元再発見(200字程度)

題材は自由です。ジャンルを問わずご紹介ください。

### ガンバリスト(400字程度)

町内にお住まいの方で結成されたグループや団体などをご紹介ください。

- 郵 送 ☎851-2185 長与町嬉里郷659-1長与町役場  
秘書広報課「掲載希望のコーナー名」(例)「地元再発見」行とご記入ください。
- 持 参 役場3階秘書広報課窓口
- メール nagayo@nagayo.jp  
件名に「掲載希望のコーナー名」をご記入ください。
- 《期 限》原則として、毎月5日までに投稿された場合は翌月号に、6日以降の場合は翌々月号への掲載となります。

※なお、掲載された写真・氏名(匿名)・コメントなどは公開されます。その他、広報として適当でないと思われるものは掲載できません。また、全ての原稿を掲載できるわけではありません。何卒ご了解ください。

### 人口のうごき

※住基法の改正により、2012年7月より外国人居住者数も含まれています

平成28年5月1日現在(前年比)

4月中のうごき

人口 42,504人(+51) 男 20,309人(+53) 出生 33人 転入 295人

世帯 16,934世帯(+214) 女 22,195人(-2) 死亡 28人 転出 214人</p

# ＼あなたの声を町に届けませんか／

## まちづくりに関する皆さまのご意見をお待ちしています

長与町では以下のように様々な形で、町民皆さまのご意見をお待ちしております。

### ①ほっとミーティング

町長が地域に出向いて行政報告を行い、地域住民の課題などについて意見交換をするものです。日頃の疑問や提案などを町長と膝を交えて話してみませんか。お申込みは、団体やグループ単位で随時受け付けています。これまで自治会やサークル団体などとミーティングを行いました。

### ②ホームページからのご意見

長与町役場ホームページ(トップページ)左下の「お問合せ・ご意見」から、疑問やご意見など何でもお寄せください。返送先メールアドレスが明記されていれば、担当課から回答させていただきます。

### ③まちづくり提案箱

まちづくりに関する皆さまの建設的なご意見・ご提案を募集しています。長与町政について日頃思っている事や疑問を感じている事など、率直なご意見をお待ちしています。



まちづくり提案箱 平成27年度下半期 投函数(役場受付日で区分)

10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
1	2	0	1	4	1	9

#### まちづくり提案箱設置場所(6施設)

長与町役場1階、長与町公民館、上長与地区公民館、ふれあいセンター、長与北部地区多目的研修集会施設、長与南交流センター

上記①～③のいずれの方法でも、いただいたご意見に対しては責任を持って回答させていただきます。しかしながら、連絡先のご記入がないご意見には、回答を差し上げることができません。ご意見の内容を正確に把握するために、役場から内容確認の連絡などを差し上げることもありますので、必ずお名前とご連絡先の記入をお願いします。連絡先は、回答目的以外には使用いたしません。

問 秘書広報課 ☎801-5780



環境に配慮し再生紙と薄型  
ペーパーを用いて印刷されています。  
VEGETABLE INK