広報 さざ

9月号
vol.533
2019.9.1

佐々町人事行政の運営等の状況　②・③
特定健診・がん検診はお済みですか？　④・⑤
プレゼント＆アンケート　⑫

表紙：“佐々っ子応援団”登校時の見守り風景

佐々町人事行政の運営等の状況の公表

令和元年度の佐々町における人事行政の運営等の状況をお知らせします。　（総務課：☎62-2101）

これは、「佐々町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき公表するものです。

1　職員の任免および職員数に関する状況

(1) 平成30年度における職員の採用および退職状況（H30.4.1～ H31.3.31）　（単位：人）

区分	採用	退職					30年度末職員数
		定年	勧奨	普通	その他	計	
行政職	4	2	1	2	0	5	89
医療職	1	0	0	0	0	0	6
技能労務職	0	0	0	0	0	0	2
計	5	2	1	2	0	5	97

注1　行政職は、医療職および技能労務職以外の職員　（H31.3.31退職者除く）
注2　医療職は、看護師、保健師および栄養士の職員
注3　技能労務職は、学校および保育所の調理員の職員

(2) 部門別職員数の状況（各年度4月1日現在の町長、副町長および教育長を除く一般職員の職員数）　（単位：人）

区分 部門	職員数 平成30年度	職員数 平成31年度	対前年増減数	職員数増減の主な要因
議　　会	3	3	0	
総　　務	23	22	△1	総務課付育休職員の民生部門異動による減
税　　務	7	7	0	
民　　生	13	14	1	総務課付育休職員の民生部門異動による増
衛　　生	11	12	1	H29退職保健師の補充採用による増
労　　働	0	0	0	
農林水産	6	6	0	
商　　工	2	2	0	
土　　木	11	11	0	
教　　育	7	7	0	
普通会計部門計　①	83	84	1	
病　　院	0	0	0	
水　　道	6	6	0	
下 水 道	4	4	0	
そ の 他	8	8	0	
公営企業等会計部門計　②	18	18	0	
職員数合計　①＋②	101	102	1	

2　職員の人事評価の状況

町では職員一人ひとりの勤務実績や能力について公正かつ的確に評価することで、効果的・効率的な人材育成・能力開発を促進することにより組織力の向上、業務の効率化へつなげることを目指し、平成28年度から人事評価制度を導入しております。

3　職員の給与の状況

(1) 人件費の状況（平成30年度普通会計決算）

住民基本台帳人口（H31.3.31）	歳出額（A）	人件費（B）	人件費率（B／A）	人件費のうち職員給与費 給料	人件費のうち職員給与費 職員手当	人件費のうち職員給与費 計（C）	職員給与費率（C／A）
13,951人	6,041,865千円	821,215千円	13.6%	271,113千円	159,899千円	431,012千円	7.1%

注1　人件費には、職員給与費のほか、町長や議員、各種委員などの特別職に支給される給料、報酬等を含みます。
注2　普通会計とは、各地方公共団体の財政状況等を比較するなど、一定の基準で区分しなおした統計上の会計です。

(2) 職員平均給料月額、給与月額および平均年齢の状況　（H31.4.1現在）

行政職 平均給料月額	行政職 平均給与月額	行政職 平均年齢
288,101円	359,610円	38.2

注1　平均給与月額は、給料のほか扶養手当、通勤手当、住居手当など毎月支払われる諸手当を合計したものです。

(3) 職員の初任給および経験年数別・学歴別平均給料月額（H31.4.1現在）

区分		初任給	経験年数 10年	経験年数 15年	経験年数 20年
行政職	大学卒	180,700円	253,800円	289,000円	341,100円
	高校卒	148,600円	214,700円	253,800円	289,000円

(4) 行政職の級別職員数の状況（H31.4.1現在）

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	計
標準的な職務内容	主事　技師 主事補 技師補	主事　技師	係長 主査 主任	係長 課長補佐	参事 所長 課長補佐	会計管理者 課長	理事課長	
職員数	13人	14人	37人	12人	6人	10人	2人	94人
構成比	13.8%	14.9%	39.4%	12.8%	6.4%	10.6%	2.1%	100.0%

(5) 職員手当の状況（平成30年度）

期末勤勉手当支給割合 区分	期末勤勉手当支給割合 期末手当	期末勤勉手当支給割合 勤勉手当	国の制度との比較
6月期	1.225月	0.900月	同
12月期	1.375月	0.950月	同
計	2.600月	1.850月	同

時間外勤務手当	
支給総額	34,318千円
職員1人あたり支給年額	424千円

退職手当支給割合(佐々町)			国の制度との比較	参考(国の退職手当支給割合)		
区分	自己都合	勧奨・定年		区分	自己都合	勧奨・定年
勤続20年	19.6695月	24.586875月	同	勤続20年	19.6695月	24.586875月
勤続25年	28.0395月	33.27075月	同	勤続25年	28.0395月	33.27075月
勤続35年	39.7575月	47.709月	同	勤続35年	39.7575月	47.709月
最高限度	47.709月	47.709月	同	最高限度	47.709月	47.709月

特殊勤務手当	平成30年度は、支給実績ありません。

その他の手当	支給月額		国の制度との比較	職員全体に占める手当支給割合	1人あたり平均支給月額(H31.4実績)
扶養手当	配偶者 子 ※15歳～22歳までの子5,000円加算 配偶者、子以外の扶養親族(父母等)	6,500円 10,000円 6,500円	同	45.1%	22,000円
住居手当	借家・借間(限度額)	27,000円	同	24.5%	25,300円
通勤手当	交通機関等利用者(限度額) 自動車等利用者(距離に応じ)	55,000円 2,000円～15,800円	同	59.8%	4,510円
管理職手当	理事 課長 参事 保育所長	66,400円 51,900円～59,500円 36,300円 31,100円		18.4%	48,263円

(6)特別職の報酬等の状況(平成30年度)

区分	月額		期末手当		退職手当
給料	町長	750,000円	6月期 12月期 計	1.575月 1.775月 3.35月	750,000円×5×在職年数
	副町長	605,000円			605,000円×3×在職年数
	教育長	575,000円			575,000円×2.5×在職年数
報酬	議長	310,000円	6月期 12月期 計	1.575月 1.775月 3.35月	
	副議長	249,000円			
	委員長	235,000円			
	議員	226,000円			

4　職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1)勤務時間の状況(H31.4.1現在)

区分	範囲
勤務時間(休憩時間を除く)	午前8時30分から午後5時15分まで
休憩時間	午後0時から午後1時まで
週休日	土曜日、日曜日
休日	国民の祝日、12月29日から1月3日まで

(2)年次有給休暇の取得状況(平成30年)

区分	平均取得日数	消化率
行政職	8.9	22.1%
医療職	5.4	17.3%
技能労務職	11.5	41.1%
全職種	8.7	22.2%

(3)特別休暇の概要(主なもの)

事由	期間
産前休暇	出産予定日以前8週間以内
産後休暇	出産日の翌日から8週間以内
結婚休暇	5日以内
忌引休暇	親族の種別により1日～10日以内
夏季休暇	7月～9月の期間のうち3日以内

5　職員の分限および懲戒処分の状況

(1)分限処分者数の状況(平成30年度)

区分	降給	降任	休職	免職	計
全職種	0人	0人	1人	0人	1人

注1　分限処分とは、一定の事由がある場合に職員の意に反する不利益な身分上の変動をもたらす処分のことです。

(2)懲戒処分者数の状況(平成30年度)

区分	戒告	減給	停職	免職	計
全職種	0人	0人	0人	0人	0人

注2　懲戒処分とは、一定の義務違反に対してその責任を追及して行う処分のことです。

6　職員の服務の状況

職務の遂行・服務規律の確保に努めるため、適宜指導等を行いました。

7　職員の退職管理の状況

地方公務員法第38条及び佐々町職員の退職管理に関する規則に基づき、職員の退職管理を行いました。

8　職員の研修の状況

平成30年度の職員研修実績(のべ人数)

研修名	受講者数
長崎県市町村行政振興協議会研修	47人
独自研修(人事評価研修)	86人
その他研修(アカデミー研修など)	3人
計	136人

9　職員の福祉および利益の保護の状況

(1)職員の厚生活動事業

全職員を対象に健康診断及びストレスチェックを実施(年1回)

(2)公務災害の発生状況(平成30年度)

認定件数1件

10　勤務条件に関する措置の要求および不利益処分に関する不服申立ての状況

地方公務員法第7条第4項の規定に基づき、公平委員会の事務を長崎県人事委員会に委託していますが、
平成30年度中の勤務条件に関する措置の要求および不利益処分に関する不服申立ての該当事案はありませんでした。

特定健診・がん検診はお済みですか？

7月20日～7月27日の間に実施しました各種検診の受診は、みなさま、お済みでしょうか？
今年度も9月20日から9日間、前期日程での未受診の方を対象に、下記のとおり後期日程を設定しています。無料で受診することができます。年に一度、ご自身の健康状態を確認するためにも、この機会に、ぜひ受診してください。

◆実施期間　**後期日程　9月20日㈮～9月28日㈯**
◆時　　間　**開場 6時30分　受付 7～11時　開始 7時**
◆場　　所　**健康相談センター**（市場免 23 番地 1）
◆受診費用　**無　料**

【健康診査等の種類および対象者】　令和2年3月31日の年齢で受診対象者を設定しています。

検診の種類	受診対象者
若年層健康診査	30～39歳の方
特定健康診査	平成31年4月1日以前から佐々町国民健康保険に加入し、今年度中に40歳以上で受診日当日74歳以下の方
後期高齢者健康診査（※1）	① 75歳以上の方 ② 65歳以上75歳未満で一定以上の障がいがあり認定を受けた後期高齢者医療被保険者の方
基本健康診査	40歳以上で生活保護を受給されている方
結核・肺がん検診	40歳以上の方（ただし、結核検診は65歳以上の方）
胃がん検診	40歳以上の方（50歳以上の年度末年齢が偶数の方は委託医療機関での胃内視鏡検診（胃カメラ）のどちらかを選択して受診してください。→対象の方へはお知らせ済みです。広報さざ7月号もご参照ください。）
大腸がん検診	40歳以上の方
子宮頸がん検診（※2）	20歳以上で昨年度未受診の方またはがん検診無料クーポン券の送付があった方
乳がん検診（※2）	40歳以上で昨年度未受診の方またはがん検診無料クーポン券の送付があった方
前立腺がん検診	50歳以上の方
腹部超音波検査	40歳以上の方
肝炎ウイルス検診	①40歳の方 ②41歳以上でこれまでの肝炎ウイルス検診を受けていない方
骨粗鬆症検診	30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性
歯周疾患検診	40・45・50・55・60・65・70歳の方
胃がんリスク検診	40歳以上で5歳節目の方（例：40歳、45歳、…）※1回限り ＊現在の治療状況や既往歴などによっては検査の対象とならない場合があります。
動脈硬化検診	40歳以上で偶数年齢の方（例：40歳、42歳、…）

（※1）対象年齢は受診日当日の年齢です。
（※2）対象者以外（子宮頸がん検診20歳以上、乳がん検診30歳以上）の方でも自己負担で受診できます。

「通院している」、「服薬している」、「昨年受診した」、「健康に自信がある」などの理由で、今年度の健診を受けていない方はいらっしゃいませんか？

受診券の送付があった方は全員「受診対象者」です。

【町内会別割当】

健　診　日	対象町内会 （都合が悪い方は、期間内いつでも受診できます）
9月20日㈮	市瀬、鴨川、松瀬、北、江里、大茂
9月21日㈯	古川、志方、中央通、里山、千本
9月22日㈰	期間中の他の日で都合が悪い方
9月23日㈪	神田、さざん花、若佐、野寄
9月24日㈫	栗林、新町、東町、西町、真申
9月25日㈬	口石、木場、佐々南
9月26日㈭	里、角山、牟田原、芳ノ浦
9月27日㈮	四ツ井樋、水道、浜迎、土手迎、沖田
9月28日㈯	期間中の他の日で都合が悪い方

◎受診の際は、7月上旬にお送りしました案内をご覧になり、受診票（希望の検診分）に、鉛筆でご記入のうえ、当日会場へお持ちください（紛失されている場合は事前にお申し出ください）。
◎国民健康保険および後期高齢者医療の被保険者は、**被保険者証**と7月にお送りした**受診券**をお持ちください。
◎駐車場が限られておりますので、できるだけお車は乗り合わせでお願いします。
◎今年6月中旬以降に転入の手続きをされた方で、今年度まだ特定健診・がん検診を受けていない方は、お問い合わせください。　**健康相談センター　☎63-5800**

Let's go to the library 図書館へ行こう！

★9月の読み聞かせ

◎乳幼児向け

㈫・15時～15時30分
3日・たんぽぽ

㈭・11時～11時30分
5日・19日・きゅーちゃん／12日・26日・ぴーちゃん

㈯・11時～11時30分
7日・ラッコ／14日・バンビ／28日・こぐま

◎幼児・学童向け

㈯・13時30分～14時
7日・ラッコ／14日・バンビ／21日・うさぎ／28日・こぐま

◎『おはなしＢＯＸ』
21日㈯　11時～11時30分

◎『よっといで おはなしの世界へ』
8日㈰　11時～12時

☆佐々中学校職場体験学習

9月18日㈬から20日㈮までの3日間、佐々中学校では2年生を対象に「職場体験学習」が行われます。

図書館では、カウンター業務や書架の整理作業などを体験し、職場への理解と仕事の大変さを学びます。このような活動を通して、図書館が活用され親しみのある場所になっていくことを願っています。

☆特別休館日のお知らせ

9月11日㈬に、夏休みの利用増加で散在している資料の整理と、読書の秋に向けての館内整理作業を行います。

なお、ボランティア活動としてご協力いただける方を募集しています。くわしくは図書館までおたずねください。

利用者のみなさんにはご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。

☆佐々っ子土曜学習プログラム『よっといで おはなしの世界へ』のお知らせ

佐々町内の子どもたち（小学校1～3年生）を対象として、お話会を開催しています。参加費は無料です。引率された保護者、ごきょうだい、お友だちもご一緒にどうぞ。

●と　き　9月8日㈰　11時～12時
●ところ　佐々町立図書館（学習コーナー）
※開催日は、10時～12時まで学習コーナーは使用できませんので、あらかじめご了承ください。

☆7月の利用状況	
入館者数	10,434人
貸出人数	3,976人
貸出冊数	12,977冊

☆9月の休館日
2・9・30日の月曜日と、11日㈬の館内整理特別休館日と、月曜祝日開館の振替17・24日㈫です。

新着本のご案内

一般書

椿宿の辺りに
梨木　香歩　著／朝日新聞出版

三十肩と鬱で難儀している皮膚科学研究員の山幸彦。外祖母・早百合の夢枕に立った祖父からの伝言を託され、山幸彦は祖先の地・椿宿へと向かう…。

長崎の痕大石芳野写真集
大石　芳野　著／藤原書店

戦後70年以上、想像を絶する心身の傷を抱いてきた被爆者たち。その記憶に向き合い、失われた命に目を凝らす－。20年にわたり長崎の被爆者を撮り続けてきた写真家・大石芳野による、渾身の221枚を収録する。

児童書

鬼遊び　鬼よぶわらべ歌
廣嶋　玲子　作／おとない　ちあき　絵／小峰書店

知らない子どもがそばにいる。知っている子どもが消えている。鬼の遊びはほんとにこわい。負ければみんな鬼のもの…。鬼をよびよせてしまった子どもたちに訪れる「静かな恐怖」を描く連作短編集。

ざんねんな歴史人物　それでも名を残す人々
真山　知幸　著／学研プラス

ワガママだったり、とんでもない性格を持っていたり…。伊藤博文、源頼朝、コロンブスら、歴史に大きな影響を与えた64人の歴史人物たちの「ざんねん」な部分にスポットライトをあてて紹介する。

（©TRC）

☆**図書館からのお願い**　◎本の貸出期間は2週間、雑誌は1週間です。返却日が過ぎている本をまだお持ちの方は、早めに返却してください。

図書館の施設運用費には、サマージャンボ宝くじ基金交付金が活用されています。

社会福祉協議会だより

9月の総合相談（相談無料・秘密厳守）

「心配ごと相談・子ども相談」

相談内容や個人のプライバシーは厳守しています。ひとりで悩まずに、まず相談してみましょう。

電話相談、ＦＡＸ相談、出張相談も行いますので、お急ぎの相談はご連絡ください。

●日　時　9月9日(月)
13時30分～15時30分
※その他随時受付けております。
●ところ　社会福祉協議会
●相談員
阿曽　正文
末永　嘉代子
※相談員は交代で対応いたします。

「弁護士無料法律相談」

無料の法律問題の相談です。

●日　時　9月20日(金)
13時～16時
●ところ　社会福祉協議会
●担　当　樋口弁護士
●申込み　「予約」制です。
※事前に社会福祉協議会へご連絡をお願いします。

伝統芸能伝承活動「観月会」のご案内

仲秋の名月、古き時代より佐々町北部の神田地区に代々受け継がれている郷土の伝統芸能である「神田雅楽」（佐々町文化財）の演奏、その他、短歌・川柳の発表に大正琴の演奏、フラダンス、佐々町少年少女合唱団の出演も予定しております。

また、食改みどり会による伝統食も準備しております。

皆様、ぜひ、お誘い合わせのうえ、ご参加ください。

●日　時　9月13日(金)
19時～20時30分
●ところ　福祉センター
2Ｆ大広間
●参加料　無料
※伝統食は120食限り

「仲秋の名月」
今年は9月13日です。

「ふくしの心」を育む（夏休みの福祉体験）

8月1日「福祉スクール」を開催しました。当日は佐々・口石両小学校から24名の参加があり、「車イス」の体験や食育・「調理実習」を行いました。

「調理実習」の様子

午後からは、高齢者との交流活動を行いました。

「木製のパズル作り」の様子

「介護者の会」のご案内

今月は、福祉に関する勉強会として、地域包括センター主催の講演会があります。

ご家族の介護に当たっておられる方々をはじめ、どなたでもご参加できます。

●日　時　9月27日(金)
13時30分～15時30分
●ところ　文化会館中ホール
●内　容
シニアのため！
「年齢を重ねたからこそ、新しいことにチャレンジ」
●講　師
精神保健福祉士
稗田　幸則　氏

日本赤十字社活動資金お礼と報告

5月に各町内会を通して、募集しました日本赤十字社の活動資金につきましては、多くのみなさまのご理解とご協力をいただき誠にありがとうございました。

日本赤十字社

活動資金　実績額
1,402,564円
（7月31日現在）

ご寄付のお礼　社会福祉事業へ

◎香典返しとして
（8月7日受付分まで）
故　船津　敏光　様（さざん花）
　船津　明子　様
故　松田　レイ子様（水道）
　松田　史郎　様
故　前田　昇　様（木場）
　前田　啓治　様

多額のご寄付をいただき、誠にありがとうございました。

ご寄付は、佐々町の地域福祉増進のために活用させていただきます。

佐々町社会福祉協議会
会長　大浦　春光

毎月19日は『食育の日』です

食品の保存レッスン『⑥大豆製品編』

豆腐や納豆、油揚げなどの大豆製品はいずれも冷蔵庫で保存しましょう。
豆腐が残ったら密閉容器に入れ、かぶるくらいの水につけて冷蔵し、なるべく早めに使い切るようにします。

パックの豆乳は未開封の状態であれば常温保存ができますが、開封したら冷蔵庫で保存し、早めに飲みきりましょう。

油揚げや納豆は冷凍ができます。油揚げは熱湯をかけて油抜きをし、水気を絞って冷凍することで酸化を防ぎ、味が落ちにくくなります。納豆はパックのままラップで包み、フリーザーバッグに入れて保存し、食べる前日に冷蔵庫に移して解凍しましょう。

毎日の食事と生活習慣病予防　保険環境課・健康相談センター・佐々町食生活改善推進連絡協議会（みどり会）

今月のレシピ　にらと豆腐のサンラータン

○材料／2人分○

- にら…1/2束（50g）
- 木綿豆腐…1/4丁
- A
  - 水…300mℓ
  - 酒…大さじ1
  - 顆粒鶏ガラだし…小さじ1/3
- しょうゆ…小さじ1
- こしょう…少々
- B
  - 片栗粉…小さじ2
  - 水…大さじ1
- 酢…小さじ2
- 塩…少々
- ラー油…適量

（1人分）
エネルギー：63kcal
たんぱく質：3.1g
脂　　質：2.6g
塩　　分：1.2g

○作り方○

①にらは3cm長さに切る。豆腐は水切りし、2cmの角切りにする。
②鍋にAを入れて煮立て、豆腐を加えてひと煮する。しょうゆとこしょうを加え、Bでとろみをつける。
③にらと酢を加えてひと煮立ちし、塩で味を調える。
④器に盛り、好みでラー油をかける。

今月のいきいきママさん

わが家は、しっかり者の5歳の娘と、いつでも食欲全開の3歳の息子がいます。毎日ヤンチャすぎる2人に戸惑うことも多々ありますが、たくさんの元気パワーと癒しを与えてくれるのも、この子たちです。夫婦共働きで、平日は子どもたちとの時間をゆっくりとることが出来ませんが、休日は思いきり遊ぶ！話す！食べる！唄う！寝る！と決めています。これからも周囲の方々の支えや協力に感謝しつつ、家族みんなで毎日を大切に過ごしていきたいと思います。

父：本山　遼さん　母：厚美さん　長女：優莉（ゆうり）ちゃん（5歳8か月）　長男：颯人（はやと）くん（3歳3か月）

健康相談センターだより

令和元年度県北地区ギャンブル依存症家族教室の開催ご案内

県北保健所は、長崎こども・女性・障害者支援センターと共催で、ギャンブルの問題で悩んでいるご家族や知人の方を対象にギャンブル依存症家族教室を開催します。精神科医師や弁護士などの講話や不安や悩みの語り合いを予定しています。

●開催時期
10月15日、11月19日、12月17日
（13時30分～15時30分）

●場所
佐世保市中央保健福祉センター（すこやかプラザ）3階デイケア室（佐世保市高砂5－1）

●参加費
無料（事前にお電話でお申し込みください）

●問い合わせ
長崎こども・女性・障害者支援センター精神保健福祉課
☎095・846・5115

口臭のお話

口の臭いを気にされたことはありますか？口臭にはいくつか種類があり、大きく以下の5つに分けることができます。

・生理的口臭…健康な人にもある軽い口臭
・一時的な口臭…飲食物の成分により呼気からくる口臭など
・病的な口臭…体の疾患が原因となる口臭
・ストレスによる口臭…ストレスにより唾液量が減少して口が匂う
・心理的口臭…自分自身で口臭があると思い込む場合

病的な口臭には糖尿病や呼吸器系、消化器系の病気などが原因の場合もありますが、口の中が原因となる場合も多数あります。

口臭に特徴的に表れる原因物質は硫黄化合物というガスで『卵が腐った』『玉ねぎが腐った』『生ごみ』の臭いと表現されます。実は口の中の細菌、特に歯周病菌（歯と歯茎の溝にいる）はタンパク質を分解する際にこのガスを発生させます。歯周病が進むと菌が増え、歯と歯茎の溝だけでなく舌の上にも住み着き、強いにおいを発するようになります。歯や舌を磨けば一時的に効果はありますが、歯周病の治療をしなければ細菌が次々供給されるため歯科医院での歯周病治療が必要になってきます。

むし歯が出来て、穴に溜まった食べかすも口臭の原因になります。またむし歯が進行して神経が腐ると強烈な臭いがします。

唾液には口の中を洗い流す、細菌の増殖を抑える、口の粘膜を保護する作用があり、口臭予防にも重要な役割を担っています。タバコやストレス、身体の疲れは免疫力を低下させ口臭のリスクになり、さらに唾液の分泌量の低下にもつながります。加齢や薬の副作用によっても唾液は減りますが、食事の際よく噛んで食べたり、耳の斜め下やあごの下を刺激する唾液腺マッサージを行うことで唾液を増やすこともできます。

口臭は身体に異常があることのサインとなる場合があります。気になられる方はかかりつけの医院で相談されてください。

文責　はただ歯科医院　畑田健志

体力づくりコラム

秋にやさしく筋肉をつける

涼しくなる秋は、代謝も上がり、筋肉を増やすチャンス！今こそ試したいやさしい筋トレ法をご紹介します。ズバリ、筋肉は「伸ばすときこそ、ゆっくり頑張る」と効くのです。

『腕立て伏せ』
①腕立てのポーズになります（膝をついても可）。
②5秒かけて腕をゆっくり曲げていきます。最後は、床に体を着けても大丈夫。腕や胸の筋肉をゆっくり伸ばすことがポイントです。

『腹筋』
①床に座り膝を立てます。腕は胸の前で交差し手は肩に当てます。
②5秒かけて後ろにゆっくり倒れながら、最後は床に背中を着けます。
※お腹の筋肉は倒す際に伸びるので、この時にゆっくり倒れることが大切です。

文責　健康運動指導士　末永貴久

健康相談センターだより

9月10日～9月16日は自殺予防週間です

毎年3万人を超えていた自殺者は年々減少傾向にありますが、依然として多くの方が自殺によって亡くなっています。全体では働き盛りの中高年の割合が高いのですが、若者の占める割合が増えており、15～34歳では自殺が死因の第1位となっています。自殺は深刻な社会問題です。一人ひとりが身近な人の様子を気にかけ、からだのサイン・こころのサインに気づき、声をかけることで大切な人のいのちを守ることに繋がります。

■からだのサイン

□疲れやすくなった
□体全体がだるい
□頭痛、肩こり
□眠れない、朝早く目が覚める
□ご飯がおいしくない
□息切れ、動悸
□体調不良の訴えが多くなる

■こころのサイン

□憂うつな気分、不安
□ものごとが決断できない
□やる気、興味がでない
□集中できない
□イライラ、落ち着かない
□以前と比べて暗く、元気がない

【相談窓口】

●こころの健康相談統一ダイヤル
☎0570・064・556
（相談対応日・時間は都道府県によって異なります）

●よりそいホットライン
☎0120・279・338
（24時間対応）

●長崎いのちの電話
☎095・842・4343
（9時～22時（年中無休）
1・3土曜9時～翌9時）

●フリーダイヤル自殺予防いのちの電話
☎0120・783・556
（毎月10日　8時～翌8時）

●こころの電話
☎095・847・7867
（9時～12時　13時～15時15分　(月)～(金)（祝日は除く））

あなたの「せき」、結核ではありませんか？

～9月24日から30日は結核予防週間です～

●結核の初期症状は、風邪によく似ています

①咳やたんが2週間以上続く
②37度程度の微熱が続く
③体がだるい

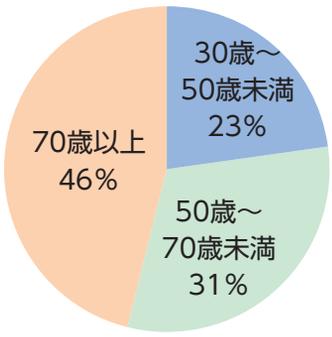
また、体重が減る、食欲がない、寝汗をかく、などの症状もあります。

●結核は〝過去の病気〟ではありません

近年の医療の進歩などにより、患者数は減少していますが、全国では年間約2万人弱、県北保健所管内でも毎年約10名前後の新しい患者が報告されています。

平成30年の新登録患者数（新たに結核患者として診断され、保健所へ登録された者の数）は13名でした。年齢別では、高齢者の方の発病が多く、半数以上を占めます。

平成30年県北保健所館内
年齢別新登録者の割合



長崎県は
全国ワースト2位

全国及び長崎県の状況（平成29年）

	新登録患者数（人）	り患率
長崎県	227	16.8
全　国	16,789	13.3

＊り患率：新登録患者数を人口10万対率で表したもの

●結核とは

結核菌によって、主に肺に炎症を起こす病気です。結核が進行した患者の咳などのしぶきに含まれる結核菌が空気中に飛び散り、それを吸い込むことにより「感染」します。

結核に感染しても、通常は免疫機能が働いて結核菌の増殖が抑えられ、全ての人が「発病」するとは限りません。栄養状態が悪かったり、加齢とともに体力が衰えてきたりすると、免疫力が結核菌に負けて「発病」します。現在、特に高齢者の発病が増えています。

●結核の予防と早期発見のポイント

結核は、正しい服薬で治る病気です。自分自身の健康を守り、家族や友人などへの感染を防ぐためにも、早期発見・早期治療につとめましょう。

①せきや痰など風邪のような症状が2週間以上続いたら、医療機関を受診しましょう。
②免疫力が低下しないよう、規則正しい食生活を心がけましょう。
③年に1回は定期的に胸部エックス線検査を受けましょう。精密検査が必要な場合は、必ず受診しましょう。
④乳幼児の結核予防には、BCGワクチンの接種が有効です。

■問い合わせ先

県北保健所　地域保健課　健康対策班
☎0950・57・3933

【広報さざ8月号いきいきママさんにかかる文中のお詫びと訂正】

8月号で掲載しました「いきいきママさん」のお子さまの名前の読み仮名に誤りがありました。ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げ、謹んで訂正させていただきます。

父：福井　匡亮さん　母：志織さん
長女：柚葵（ゆずき）ちゃん　次女：杏菜（あんな）ちゃん

健康相談センターだより

「働き盛り世代健康づくりスタートプログラム」（第2期）の参加者を募集します。

健康寿命を延ばすためには、若いころから自分の健康に関心を持ち、適度な運動・適切な食生活・年1回の健診受診をとおして、一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むことが重要です。そこで、健康に関心が高まり始める働き盛り世代の方を対象に、運動をとおした健康づくりを支援します。健康運動指導士などの指導のもと、日常生活の中の「スキマ時間」を活用して運動習慣づくりのきっかけにしてみませんか。

対象者	町内に住所がある方で、10月1日現在において40歳以上60歳未満の方 ※期間をとおして継続して参加できる方に限ります。
内容	健康運動指導士などによるストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動などの運動指導および身体計測・結果管理
期間	10月～12月（月8回×3か月）　※1回あたり1時間程度
場所	エクサスフィットネス　エクサスプラス
募集人数	10人（先着順で定員に達し次第受付終了） ※本プログラムの参加は1人1回（3か月）を限度とします。
自己負担	月2,500円
申込方法	「佐々町働き盛り世代健康づくりスタートプログラム事業利用申請書」を健康相談センターに提出してください。（申請書は健康相談センターにあります。）
申込期限	9月30日(月)
その他	第3期（1～3月分）は広報さざ12月号で募集します。 くわしくは、健康相談センター（☎63-5800）へお問い合わせください。

特定公共賃貸住宅（口石団地Ｂ棟）の入居者を募集しています

●特定公共賃貸住宅とは・・・
- 公営住宅に入居できない中堅所得者向けの賃貸住宅です。

●所在地、空室戸数、構造、家賃など
- 所在地　：口石団地Ｂ棟（口石免1313番地1）
- 空室戸数　：7戸（3LDK）　※8月1日現在
- 構造　：鉄筋コンクリート造4階建
- 家賃　：57,600円
- 共益費　：1,700円
- 駐車場　：2,000円（1台／戸）※予備駐車場あり
- 敷金　：3ヶ月分

●入居者資格
- 暴力団員でない方（同居される方も含みます）
- 月額所得が、15万8千円以上48万7千円以下である方

※月額所得とは、年間所得金額から控除額を差し引き12月で割った金額です。
※単身での入居はできません。

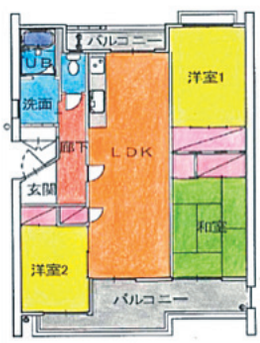
●入居申込方法
- 申込期間：随時募集中（空室がなくなり次第、終了となります）
- 申込場所：建設課（役場2階）

※申込用紙などは建設課窓口もしくは佐々町ホームページで入手できます。

●結果について
- 書面にて郵送で通知します。

●問い合わせ先
- 建設課総務班

※そのほか、くわしい情報は佐々町ホームページにも掲載しています。



3名様

広報クイズ＆特産品プレゼント

アンケートとクイズにお答えいただいた方の中から抽選で佐々町の特産品をプレゼントいたします。どしどしご応募よろしくお願いします。

①問　題

消費者ホットラインの番号は何番でしょうか？

②「広報さざ」満足度アンケート

Ⓐ全体を通して、次の①～④のうち、当てはまる番号をお答えください。
①大変良い　②良い　③不満　④大変不満

Ⓑ特によかった記事があればお聞かせください。(例：P3陶器づくり)

Ⓒ「広報さざ」に取りあげて欲しい話題・人物などがありましたら、教えてください。

応募方法：「はがき」に①クイズの答え②「広報さざ」満足度アンケートの該当番号●住所●氏名●年齢●電話番号●広報紙へのご意見を書いて、9月13日までに(消印有効)佐々町役場企画財政課へ。

62
8 5 7 0 3 9 2
佐々町役場
企画財政課 宛

①クイズの答え
②「広報さざ」アンケート

住所
氏名
年齢
電話番号
広報紙へのご意見

※町外からのご応募もお待ちしております。
※応募は、1人1通、正解者の中から抽選します。発表は発送(10月中旬)をもって代えさせていただきます。

宛て先　〈住所不要〉
〒857-0392　佐々町役場
企画財政課　宛

クイズとアンケートで
プレゼント

お菓子詰め合わせ
「マドレーヌ」「クッキー」といった、店頭でも人気の商品の詰め合わせです。
プチサイトウ
佐々町本田原免191　☎62-2774

8月号の解答は「**金栗四三**」でした。応募総数は10通でした。ご応募、ありがとうございます。

佐々俳句会

病棟の夜の長さや梅雨に入る　清水　紘子
亡き母の羅解くや小糠雨　山之内智枝
声かけに傾きかざす夏日傘　松尾八重子
古寺をさがしもとめる小暑かな　松永　泰子
梅漬ける一瞬に散る紅の色　原　泰翠
降りそうで降らぬ一日半夏生　山田　都
灯の涼し胸の高さの祠仏　大坪　洋子
指図する親方の手の渋団扇　植松　秀子
丸木舟より笑み喝采みな日焼け　百田　直代
一陣の風の抜け道青田風　久我　直子
大蚊遣太き読経に揺らぎをり　藤永　共園
とうすみの青き一閃羽虫捕る　松田　敬藏
日々緑濃さ増しゆける青田かな　畑中　榮治
春愁や頼りし子ほど遠く住み　山口　城春
鮑海女白き足裏の沈みゆく　縣　恒則

あけぼの短歌会(佐々支部)

露天商のはだか電球ゆれだして
　片付け前のタコ焼きを買ふ　山本　久子
歩くこと教へてくれし亡夫想ふ
　一人で登る山寺参道　前川　恵子
剪定をシルバー庭師に依頼して
　内科と歯科へ今日も出掛くる　川野　安子
亡き母の三弦の琴遺されて
　店に飾りてありし日しのぶ　川副　昌子
わが脳は最早枯れしか歌一つ
　詠めぬを嘆く月末迫まる　田口　初音
スイマーの筋骨隆りゅう見てをれば
　飢ゑし昭和の想ひ出の顕つ　田端　道子
遅々としてすすまぬ二人の畑しごと
　雑草だけは勢ひのあり　浜野　美江
わが主治医脈を取りつつ笑顔にて
　短歌詠んでますと励ましくるる　山本　昌子

地域包括支援センターだより

参加費
無　料

シニアのための！

年齢を重ねたからこそ、新しいことにチャレンジ!!

【内容】　環境が変わると人付き合いも大きく変わり気苦労が多く新しいことにチャレンジすることは怖いものです。しかし、あなたの積み重ねた経験はきっとあなたを何倍にも本当の意味で強く、賢く成長させあなたの魅力をより増し加えます。
経験を味方に、もっともっと人に出会い、充実した人生を送りましょう！

【日時】　2019年9月27日(金)13:30～15:30

【会場】　佐々町文化会館　中ホール　(佐々町本田原免146番地)

【講師】　医療法人　志仁会　西脇病院　医療福祉相談課課長
精神保健福祉士　稗田　幸則　氏
長崎純心大学　非常勤講師
長崎ウエスレヤン大学　非常勤講師

【対象】　おおむね60歳以上の方

【定員】　１００名

※ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せください。

◆お問合せ先◆

佐々町地域包括支援センター
TEL 0956-62-6122　(担当：江田・上村)

【共催】　佐々町地域包括支援センター　ながさき生涯現役応援センター

【後援】　佐々町社会福祉協議会　佐々町介護者の会

令和2年度 佐々町提案公募型活動事業
～協働のまちづくりを促進するための対象事業を募集します～

企画財政課

佐々町では、住民みなさまからの提案による補助金制度を設けています。

この補助制度は、住民が自ら企画・立案し、実施しようとする公益性が高い事業の提案に対して、町が支援を行うものです。

日頃からボランティア活動を行っておられる方や、まちづくりに関するアイデアをお持ちの方など、意欲ある住民のみなさまにその企画力や行動力を発揮していただくことで、住民と行政のパートナーシップを形成し、魅力的で活力ある佐々町を築いていくことを目的としています。

●対象となる団体

構成員のうち3人以上が町民により構成され、町内に活動拠点および実態を有する団体（法人格の有無、既設・新設の別は問いません。）を対象とします。ただし、次のいずれかに該当する団体は対象になりません。

①宗教活動または政治活動などを目的とする団体

②暴力団または構成メンバーに暴力団員などが含まれ、もしくは暴力団員などの統制下にある団体

●対象となる事業

①自然環境保全活動

②福祉活動

③防災、救護活動

④地域活性化に資する活動

●対象となる要件

次の要件をすべて満たすものを対象とします。

①団体自らが企画・立案し、実施すること。

②不特定の町民の福祉の向上および利益の増進に寄与することが明白であること。

③事業の実施計画および達成しようとする成果が明確に定められており、その成果が、町の施策方針および町民ニーズに合致していること。

④国または他の地方公共団体などとの共催による事業でないこと。

⑤一切の法令などに違反しない事業であること。

●対象となる経費

補助の対象となる事業の実施に直接必要となる経費であれば、対象になります。ただし、次の経費は、原則として対象になりません。

①親睦目的の食糧費

②交際費

③慶弔費

④積立金

⑤他の組織などへの負担金および補助金

⑥充当する収入（寄附金や他団体（国県など）からの補助金など）を有する経費のうち、収入から充当される額

⑦提案公募型補助金以外の収入で賄うことが適当と判断される経費

⑧予備費

⑨余剰金

●募集期間

9月2日(月)～9月30日(月)

●提出先

佐々町役場 企画財政課

※くわしくは、企画財政課へお問い合わせください。

嘱託職員を募集します

建設課

佐々町では、建設課における作業班（道路維持補修員）の嘱託職員を次のとおり募集します。

応募される方は、履歴書（資格を有する方は、それを証明する書類の写しを含む）を次の受付場所まで提出してください。

●応募資格

佐々町内に住所を有する方

●業務内容

佐々町内における道路・公園・河川などの維持補修など

●受付期間

9月2日(月)～9月20日(金)
8時30分～17時15分まで
（金曜のみ19時まで）
※ただし、土日祝日を除きます。

●受付場所

役場2階 建設課

※町のホームページに掲載しています「臨時職員等名簿登録申込書」に必要事項を明記のうえ提出してください。

※申込書は、総務課窓口にも用意しています。また、履歴書などの任意の様式でもかまいません。

※郵送による申込は不可とします。

●雇用期間

令和元年10月1日～令和2年3月31日

●報酬

155、000円（月額）

●勤務時間

月曜日～金曜日のうち週29時間

●採用予定人員　1人

●その他

書類選考（必要に応じて面接）を行い、候補者は健康診断を受診していただくことになります。

採用日は、10月1日を予定しています。

●問い合わせ先

建設課　☎62・2101

「子どもの人権・女性の悩みごと」の特設相談所の開設

住民福祉課

女性に関する夫やパートナーからの暴力、職場などにおけるセクシュアル・ハラスメント、ストーカー問題、その他女性の悩みに関する問題や子どもに関する「いじめ」の問題、児童虐待の問題、その他子どもの人権に関する問題について相談することができます。

相談は無料で、秘密は堅く守られますので、お気軽にご相談ください。

●日時

9月25日(水)
10時から15時まで

●ところ

佐々町文化会館　第1研修室

●担当者

人権擁護委員

障がいをお持ちの方、何か相談ごとはありませんか？

住民福祉課

障がいをお持ちの方の相談については随時、住民福祉課福祉班で受け付けております。

しかし、役場までは遠い、役場では話しにくいなどの理由で相談できないことがありましたら、県から委託を受けた地域相談員がおられますので、お気軽にご相談ください。

【地域相談員】

（身体障がい）

福田海朗　氏

佐々町小浦免219−35

☎62・6219

080・1708・4571

（知的障がい）

藤田敦子　氏

佐々町羽須和免574−6

☎63・2796

第19回全国障害者スポーツ大会に出場されます

住民福祉課

5月26日に開催された第19回長崎県障害者スポーツ大会の卓球競技で朝永航さん（市瀬町内会）が優秀な成績を収められ、10月12日から14日の3日間、茨城県で開催される第19回全国障害者スポーツ大会「いきいき茨城ゆめ大会」に長崎県代表として出場されます。

みなさまの応援をよろしくお願いします。

「全国一斉！法務局休日相談所」開設

長崎地方法務局

長崎地方法務局では、関係団体の協力を得て、登記、戸籍、人権など、生活に身近な問題に関する相談所および相続登記に関する講演会を開設します。

相談および講演会については、お問い合わせ先の電話番号で、9月9日㈪から10月4日㈮まで、予約を受け付けます（土・日、祝日を除く、9時から17時まで）。講演会は予約の必要はありません。

なお、相談は無料で、秘密は守られます。

①開設日

10月6日㈰

②相談所の開設時間

10時から15時まで

③相談内容

●相続、贈与、抵当権抹消などの登記に関すること

●土地の境界に関すること

●会社・法人の設立、変更の登記に関すること

●いじめ、差別、職場や近隣トラブルなど人権に関すること

●遺言、公正証書、定款認証などに関すること

など

④講演会の開講時間

10時から11時まで

演題「相続登記のすすめ」

⑤場所

長崎市万才町8番16号

長崎地方法務局

⑥問い合わせおよび予約先

長崎地方法務局総務課

☎095・820・5901

水道メーター取り替えについて

水道課

8月下旬から令和2年2月末までのあいだ、水道メーター取替業務を実施いたします。本業務は計量法に基づき実施します。

水道メーター取り替えは、請負業者である有限会社浜空調設備の社員が町水道課が発行した身分証明書と腕章をつけて伺います。

なお、水道メーター取り替えに伴い、敷地内へ立ち入らせていただきますので、取り替え対象となるご家庭、事業所のみなさま方にはご理解とご協力をお願いします。

※水道メーター取り替えは無償で実施いたします。

●問い合わせ先

佐々町役場　水道課

☎62・2101

「令和元年度下水道排水設備工事責任技術者試験」の実施について

水道課

平成12年4月から指定工事店制度が改正され、長崎県内において公共下水道の水洗化を行うなどの排水設備工事は、長崎県下水道協会が認定した「下水道排水設備工事責任技術者」が専属する工事店で、かつ、各市町において、排水設備指定工事店として指定された工事店でしか工事ができないこととなっています。

この県内統一の「下水道排水設備工事責任技術者試験」を次のとおり実施します。

①試験日時

11月10日㈰13時～16時

②試験内容

下水道の一般的分野および技術的分野

③試験会場

公益財団法人長崎県建設技術研究センター

大村市池田2丁目1311番3

④受付期間

9月2日㈪～9月17日㈫

9時～17時

（土曜日・日曜日・祝日を除く。）

⑤受験資格

学歴に応じて下水道工事等の実務経験が必要です。

⑥受験料　8,000円

⑦受験案内書

NBC情報システム株式会社のホームページからダウンロードしてください。

（https://www.nbcis.co.jp/）

⑧申込受付

NBC情報システム株式会社

ビジネスアウトソーシング事業部　下水道責任技術者係へ直接ご持参いただくか、郵送（簡易書留）でお願いします。

⑨実施団体

長崎県下水道協会

⑩申込・問い合わせ先

NBC情報システム株式会社

ビジネスアウトソーシング事業部　下水道責任技術者係

〒850−0056

長崎市恵美須町4−5

NBC3rd Bldg.

☎095・825・1541

「動物愛護フェスティバル2019」の開催について

保険環境課

「動物の愛護及び管理に関する法律」では、国民の間に広く動物の愛護と適正な飼養についての理解と関心を深めていただくため、9月20日から26日を動物愛護週間と定めています。

長崎県獣医師会北松支部では、動物愛護週間の事業の一環として、「動物愛護フェスティバル」を開催します。

モデル犬によるデモンストレーション、犬のしつけ方教室、パネル展示、迷子札を作ってみよう!や犬猫の健康相談などを予定していますので、みなさんお誘いあわせのうえ、ご来場ください。

●犬のしつけ方教室
(※事前受付制、先着約10名まで)
飼い犬と一緒にしつけ方を学ぶ飼い主を募集します。参加希望の方は開催の1週間前までに県北保健所にご連絡ください。

●開催日時
9月28日㈯
午前10時~12時(雨天中止)

●開催場所
松浦市文化会館イベント広場(松浦駅横　芝生エリア)

●入場料　無料

●問い合わせ先
県北保健所　衛生環境課
☎0950・57・3933

一部免除を受けた方は、必ず残りの保険料を納めてください

保険環境課

国民年金保険料の免除を申請され、一部免除の承認を受けられた場合は、残りの一部保険料を納めていただく必要があります。

承認された残りの納めるべき保険料(3/4免除↓1/4分、1/2免除↓1/2分、1/4免除↓3/4分)を納めなかった場合は「未納」となり、年金を受け取るための期間として計算されず、また、年金額にも反映されません。

「免除承認通知書」が届いた後に、承認された残りの納めるべき保険料の納付書が届きます。

納期限をご注意のうえ必ず納めてください。

くわしくは、佐世保年金事務所へおたずねください。

佐世保年金事務所
☎34・1189

佐々町「生ごみ処理機器」購入補助金のご紹介

保険環境課

佐々町では、各家庭から日々排出されるごみの減量化や資源化を図ることを目的として、生ごみ処理機の購入に対して補助を行っています。

ご家庭で手軽にできる家計にも環境にもやさしい取り組みです。この機会に、町補助金を活用した生ごみ処理機の購入について、ご検討ください。

●補助対象
町内に居住される「ご家庭」を対象とし(事業所は対象外です)、取扱店舗(町内外を問わない)から処理機を購入して設置する方に申請していただきます。

「電動式」の生ごみ処理機については、1世帯1台まで「容器式」の生ごみ処理機については、1世帯3台までが対象となります。

※以前、補助金を活用して購入された製品が壊れたり、古くなったりといった理由で買い替えられる場合も補助の対象となる場合もありますので、事前に保険環境課環境衛生班にご相談ください。

●補助金額(率)
「電動式」の生ごみ処理機は、1台につき購入額(消費税を含む)3分の1の額、上限20,000円、「容器式」の生ごみ処理機は、1台につき購入額(消費税を含む)2分の1の額、上限3,000円を補助金としてお支払いします。

※補助金の額に100円未満の端数を生じる場合には、切り捨てとなります。

●手続き
購入された生ごみ処理機の「領収書」、「印かん」、申請者ご本人名義の「預貯金通帳」などをご用意して、役場1階保険環境課の窓口へお越しください。

申請書は役場1階保険環境課の窓口にて配布いたします。

●問い合わせ先
保険環境課　環境衛生班

緑の募金へのご協力ありがとうございました

保険環境課

今年度、各ご家庭や事業所にお願いしておりました緑の募金につきましては、みなさまの温かいご理解とご協力をいただき誠にありがとうございました。

お寄せいただいた募金につきましては、全額を社団法人長崎県緑化推進協会へ送金し、県内の市町、企業、自治会、学校、ボランティアなど各種団体の緑化推進活動に役立てられます。

募金総額
468,448円
うち家庭募金
324,148円
うち職場募金
144,300円
(町内14事業所)

令和元年度 長崎県里親育成支援事業　里親育成センターすくすく主催

里親出前講座のご案内

社会福祉法人光と緑の園　里親育成センター「すくすく」は平成26年度より長崎県から委託を受け、里親出前講座を県内各所で行っています。

里親に関心をお持ちの方は、この機会にぜひお越しくださいますようご案内いたします。

日時・場所：**令和元年9月27日㈮**
佐々町地域交流センター
（住所：佐々町本田原免123番地）
13時～14時

内　　容：**里親制度の説明・里親体験談・意見交換など**

対 象 者：**里親になりたい方、里親に興味がある方**
※お申込み不要でお住まいの市町以外の会場でもどなたでもご参加いただけます。お気軽にご参加ください♪

里親とは？

日本では家庭のさまざまな事情で親と暮らせない子どもたちがおよそ45,000人います。

この子どもたちを家族の一員としてあたたかく迎え入れ、保護者の代わりに理解と愛情をもってご家庭で育ててくださる方を「里親」といいます。

長崎県では里親になってくださる方を募集しています。少しでも子どもが豊かに育つ地域社会をつくりたいと願っています。

主催：社会福祉法人　光と緑の園　長崎県里親育成センター「すくすく」
お問い合わせ：〒856-0813　大村市西大村本町127-3
TEL：0957-53-7343　FAX：0957-53-7423
MAIL：sukusuku@hikaritomidori.jp
事務担当：浜洲　里親支援専門相談員：田添、三浦

すくすく公式HP

連載 第42回

消費生活トラブルにご用心!

水漏れ！広告では「見積もり無料」でも、作業費は請求！？

みなさんの身近に潜む消費者被害やトラブルを防止するため、最近発生している消費生活問題の警戒情報や対処方法などを連載しています。記事を参考に、消費生活トラブルにあわないように気をつけましょう。

事例

蛇口から水が漏れたので「見積もり・出張無料」と書かれたチラシの事業者に見積もりを依頼した。来訪した事業者は「くわしい見積もりのため水道管の内部を見る」と蛇口を取り外し、「内部の状態もよくない。給水設備全体の交換が必要」と50万円の見積書を出した。「高額なのですぐには返事できない」と言ったら、蛇口を取り外したまま帰った。その後、電話で工事を断ったところ、「断るなら蛇口取り外し料金約2万円を支払って」と言われた。　（70歳代　女性）

ひとこと助言

★広告に「見積もり無料」とあったのに、実際は調査費や見積もりにかかった作業費などを請求されたという相談が寄せられています。
★広告をうのみにせず、見積もりに来てもらう場合は見積もりにあたって料金は発生するのか、キャンセル料が発生するのかなどを、あらかじめ確認することが大切です。
★事業者に契約をせかされても慌てず、料金や内容を確認し、納得できない場合はその場で契約しないようにしましょう。
★急を要するトラブルに備え、安心して依頼できる事業者の情報を日ごろから集めておいたり、自宅の止水栓の位置と締め方を確認しておいたりすることもよいでしょう。
★困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センターなどにご相談ください（消費者ホットライン188）。

おかしいなと思ったら、一人で悩まず、すぐに消費生活相談窓口（産業経済課）にご相談ください。

出典　独立行政法人国民生活センター　見守り新鮮情報　第337号

消費者ホットライン188とは？

消費者ホットライン188（局番なし）は、お近くの消費生活センターなどの消費生活相談窓口をご案内することにより、消費生活相談の最初の一歩をお手伝いするものです。

「悪質商法等による被害にあった」「ある製品を使ってけがをしてしまった」などの消費者トラブルで困っていることはありませんか？

そんなときは一人で悩まずに、全国どこからでも3桁の電話番号でつながる消費者ホットライン「188（いやや！）」にご相談ください。専門の相談員がトラブル解決を支援します。

消費者庁　消費者ホットライン
188イメージキャラクター
「イヤヤン」

一人で悩まず、まずは相談

大切なのは、すぐに相談することです
困ったときは、一人で抱え込まないで「消費者ホットライン**「いやや」（局番なしの188）」**までお電話を

『泣き寝入りは超いやや（188）！』
で覚えてね

警察官を名乗る不審電話が連続発生!!

現在、佐世保市内で警察官を名乗る人物から
・詐欺グループを捕まえている
・犯人が持っていたリストにあなたの写真が載っていた
・あなたも被害に遭っているかもしれないので通帳を確認したい
という内容の不審電話が連続してかかってきています。
今後犯人が自宅に訪れ、通帳やキャッシュカードを奪われる被害が発生するおそれがあります。
今後、佐々町内でも同様の不審電話が発生する可能性がありますので注意してください。

～被害防止ポイント～

・警察官が通帳やキャッシュカードを預かることはありません。
・警察官を名乗る電話であっても、電話でお金の話が出たらすぐに電話を切り、まずは家族や警察に相談しましょう。

罪種	R1.7月末	前年比
刑法犯総数	34	+13
窃盗犯総数	27	+11
侵入盗(空き巣等)	3	+3
乗り物盗	4	+2
(自転車盗)	4	+2
施錠あり	0	−1
施錠なし	4	+3
非侵入窃盗	20	+6
(万引き)	5	±0
(車上ねらい)	0	−2
(その他)	15	+2

秋の全国交通安全運動が実施されます

●期　　間　令和元年9月21日(土)～9月30日(月)
●実施スローガン　登下校　いつもの道こそ　要注意
●運動の重点
・子どもと高齢者の安全な通行の確保
・高齢運転者の交通事故防止
・夕暮れ時と夜間の走行中・自転車乗車中の交通事故防止
・全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
・飲酒運転の根絶
●特別広報
脇見・ぼんやり運転の防止
「手のひら」で横断の意思表示

※9月　夕暮れ時の早め点灯目安時間　17:30です。

江迎警察署　☎66-3110番、緊急の場合は110番

佐々町男女共同参画推進懇話会コラム

昔は貧困と言うと、金銭的問題などで食べる物が少なく、食べたくても食べられないという事でした。しかし、現代の子どもと昔の子どもとでは貧困の意味が違うように感じます。その違いは、心の貧しさにあるのではないでしょうか。

共働きで忙しい親と、塾や習い事で忙しい子ども達が一つのテーブルを囲んで食事をしないことにより、食事の中で大切なことを学ぶ機会をなくしてしまっているように思えます。何を食べるのかも大切ですが、もっと大切なのは誰と食べるのかということではないでしょうか。

現代の食は選べるほどに溢れているため、食べ残しをすることにも罪悪感を無くしています。時代が変わっても、食べて生きることは決して変わらないはずです。

今一度、温かく楽しい食事とは何かを家族で考え、より多くの家庭から子どもの心の貧困がなくなることを強く願います。

佐々町男女共同参画推進懇話会委員
(長崎県男女共同参画推進員)
中川　由美恵

相談窓口
○配偶者暴力相談支援センター
(月～金　9時～17時45分)
長　崎　☎095-846-0560 または ☎095-846-0565
佐世保　☎24-5125
○長崎県男女共同参画推進センター
相談窓口専用電話
(月～金　9時30分～17時)
☎095-822-4730
○男性のための相談窓口
(毎月第2・4水曜日　18時～21時)
☎095-825-9622
○女性ほっとラインながさき
(民間団体　DV 防止ながさき)
(月・水曜日　13時～17時・19時～21時、土曜日13時～17時)☎095-832-8484
○女性ほっとラインさせぼ
(民間団体　DV 防止ながさき)
(火曜日17時～20時)☎080-2794-8022

9月 教育委員会主催講座・公民館講座のごあんない

【教育委員会主催講座】

10日㈫
あひる学級
（子どもの感染症とその対処法）
●開催時間　10時30分～12時
●開催場所　佐々町地域交流センター2階会議室
●講　師　長崎県立大学　准教授　林田　りか　氏

11日㈬
明生大学・さざんか教室合同講座
（学校訪問（授業見学・給食試食などを実施））
●開催時間　10時～12時30分
●開催場所　佐々小学校（現地集合）
※町公民館に事前申込みが必要

【公民館講座】

17日㈫　料理教室（第3回）
調理実習『ノンオイル油控えめメニュー・野菜たっぷりのおかず！』
●開催時間　9時30分～12時
●開催場所　佐々町公民館2階調理実習室
●講　師　中野　正子　氏

参加・受講についてのくわしい内容は、町公民館へお問い合わせください。

9月定例教育委員会の開催日について

●とき　9月25日㈬14時から（予定）
●ところ　役場別館2階会議室（予定）
※会議は傍聴できます。会議録はホームページで公開しています。

教科書展示会

令和2年度使用小学校教科書および中学校道徳科以外の教科書展示会を行います。
本年度採択した教科書をどなたでもご覧になれます。
●とき　9月2日㈪～9月27日㈮の平日　9時～17時
●場所　佐々町教育委員会

「佐々中学校 吹奏楽部定期演奏会」の開催について

私たち佐々中学校吹奏楽部は、37名の部員で日々の練習に励んでいます。年間を通して、学校行事や地域行事での演奏をはじめ、施設での訪問演奏、コンクール出場など幅広く音楽活動に取り組んでいます。
今年度も、10月13日㈰に佐々町文化会館において吹奏楽部定期演奏会を開催します。地域のみなさまをはじめ、多くの方々に私たちの音楽を届け、楽しい時間を一緒に過ごしていただけたらと思います。たくさんのご来場をお待ちしております。

【定期演奏会日程】
●とき　10月13日㈰
●ところ　佐々町文化会館大ホール
開　場　13時30分
開　演　14時

就学時の健康診断の実施について（お知らせ）

令和2年度小学校入学予定者の就学時の健康診断を行います。基準日である10月1日以降に対象者へ別途通知をしますが、当日は、保護者または保護者に代わる方の付き添いが必要となりますので、対象のご家庭はお早目の日程調整をお願いします。
①対象者
令和2年度小学校入学予定者
（平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ）
②期　日
佐々小学校区　10月16日㈬
口石小学校区　10月17日㈭
③受　付　13時～14時
④健診開始　13時30分～
⑤場　所
佐々町健康相談センター（佐々町市場免23－1）
※駐車台数に限りがありますので、お近くの方は、徒歩での来場に協力をお願いします。

板垣　勇さん「第7回世界なぎなた選手権大会」で世界一！

昨年12月に行われた日本代表選考会での好成績を受けて、板垣勇さん（中央通町内会）が、7月6日にドイツで開催された「第7回世界なぎなた選手権大会」の日本代表選手として4度目の出場を果たされました。
男子団体戦（大将として出場）と型の2種目で見事優勝され、日本チームの総合優勝に大きく貢献されました。
今後は松浦高校教諭として、なぎなた部の指導に専念されるということです。
板垣さんの今後ますますのご活躍を期待しています。

更なる飛躍に期待！
～長崎県中学校総合体育大会～

7月27日㈯から29日㈪、長崎県中学校総合体育大会が開催されました。

佐々中学校選手団の3位以上入賞の成績は、次のとおりです。

※◎がついている選手は、8月に開催された九州大会に出場されています。

〈団体の部〉
●第3位　ソフトテニス男子

〈個人の部〉
●優勝・第1位
水泳女子共通　800m　自由形
◎赤木　涼華
●準優勝・第2位
体操個人
◎坂本　真菜
水泳女子共通　200m　自由形
◎福田　礼衣
●第3位
陸上女子3年　100m
田中　李
水泳男子共通　200m　平泳ぎ
河上　偉月
水泳女子共通　400m　自由形
福田　礼衣

「サマーキャンプ2019（佐々町スポーツ推進委員会主催）」が実施されました

7月26日㈮、27日㈯、農業体験施設において、「サマーキャンプ2019」が実施されました。今年で7回目を迎えるこのキャンプは、町内の子どもたちが、自主性や集団行動の大切さを学び、夏休みの思い出づくりを目的に開催しています。

キャンプ当日は、佐々・口石小学校の4年生から6年生までの児童44名が、スポーツ推進委員の指導のもと、カレーライスなどの食事づくりやキャンプファイヤーを楽しんでいました。

「第19回全日本少年少女空手道選手権大会」へ佐々町から5名出場!!

5月に島原市で行われた第35回長崎県少年少女空手道選手権大会の結果を受けて、8月3日～4日に東京武道館で行われた「第19回全日本少年少女空手道選手権大会」の長崎県代表として、次の5名の選手が出場されました。

佐々小学校2年　濱野　聖那（神田町内会）
口石小学校1年　笠井　あや（水道町内会）
口石小学校6年　山下　康輝（里町内会）
口石小学校6年　石井　小蒔（千本町内会）
口石小学校4年　青﨑　きらら（口石町内会）

出場された皆さんの今後ますますのご活躍を期待しています。

青﨑きららさん

左から、笠井あやさん、濱野聖那さん、山下康輝さん、石井小蒔さん

町民運動会を開催します

令和元年度「町民運動会」を開催します。幼児から大人まで楽しめるプログラムを予定していますので、多数ご参加くださいますよう、お知らせします。

●と　き
9月29日㈰　8時30分開会
※雨天中止
●ところ　佐々中学校グラウンド

（前回大会の様子）

普通救命講習

佐世保市消防局で救命講習が開催されます(受講料無料)。受講者全員にテキストが配布され、修了証が交付されます。

■日時
9月22日㈰　9時～12時

■場所
佐世保市東消防署3階防災研修室
(佐世保市広田1丁目15番20号)

■対象　中学生以上

■内容
①心肺蘇生法および止血法の指導
②異物除去法の指導
③自動体外式除細動器(AED)の取り扱いについて指導
④その他の応急手当法の指導

■定員　30人(先着順)

■申込み
9月16日㈪～21日㈯の間に左記に電話またはFAXで申し込み

■問い合わせ先
佐世保市東消防署
☎38・2519
FAX38・1119

夏の交通安全県民運動

7月10日から19日まで行われた夏の交通安全県民運動の一環として、7月15日㈪に佐々町出身の元マラソン日本代表の藤永佳子さん(現諫早高校教諭)を1日江迎警察署長に任命し、江迎警察署から佐々町まで車両パレード後、マックスバリュー佐々店において、交通安全キャンペーンを実施しました。会場には地域住民も多数訪れ、盛況のうちに終了しました。

甲種防火管理新規講習

①実施日
10月24日㈭から25日㈮　2日間

②受付時間
9時10分から9時40分まで

③講習時間
9時40分から16時20分まで

④講習場所
佐世保市労働福祉センター
(佐世保市稲荷町2-28)

⑤講習内容
消防法施行令第3条第1項の規定に基づく講習

⑥受講料
7,500円(テキスト代を含む)

⑦申込用紙
佐世保市消防局予防課および各消防署(出張所)に準備しております。

⑧申込期間
9月11日㈬～10月1日㈫

⑨定　員　150人

危険物取扱者試験

①実施日
11月23日㈯

②実施場所
長崎県立大学
(佐世保市川下町123)
佐世保工業高等学校
(佐世保市瀬戸越3-3-30)

③試験種類
甲種、乙種(全類)、丙種

④受験料
甲種　6,500円、
乙種　4,500円、
丙種　3,600円

書面申請：郵便局にて振り込み。
電子申請：クレジットカード・コンビニエンスストア・ペイジー

⑤申込用紙
県北振興局および消防局(各消防署、各出張所)に準備しております。

⑥受付期間
書面申請：9月9日㈪から20日㈮まで
電子申請：9月6日㈮から17日㈫まで

飲食店などの消火器設置・点検の義務化について

消防法令の一部改正により、令和元年10月1日から飲食店などの消火器設置・点検が義務化となります。

■対象
ガスコンロなどの調理を目的とした火を使用する設備または器具を設置している飲食店で、次の3点の安全機能のうち一つも有していないもの。
①調理油加熱防止装置
②自動消火装置
③圧力感知安全装置など
なお、火を使用しないIH調理器や電子レンジなどについては設置の対象となりません。
※消火器は業務用消火器を設置してください。
※消火器設置後は半年ごとに点検、1年ごとに消防署への報告が必要です。

令和元年度自衛官等募集案内

募集種目	受付期間	試験期日・会場	応募資格
防衛医科大学校（看護学科）	9月5日～9月30日	1次：10月19日(土) 佐世保合同庁舎 2次：11月30日(土)/12月1日(日)	18歳以上21歳未満の者高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)
防衛医科大学校（医学科）		1次：10月26日(土)・27日(日) 北九州予備校長崎校 2次：12月11日(水)～12月13日(金)	
防衛大学校（推薦）	9月5日～9月9日	9月28日(土)・29日(日) 防衛大学校	18歳以上21歳未満の者高卒(見込含)または高専3年次修了(見込含)で成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者
防衛大学校（総合選抜）		1次：9月28日(土) 2次：11月2日(土)・3日(日) 防衛大学校（1泊）	18歳以上21歳未満の者(自衛官は23歳未満)高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)
防衛大学校（一般）	9月5日～9月30日	1次：11月9日(土)・10日(日) 佐世保合同庁舎 2次：12月10日(火)～12月14日(土) 福岡駐屯地	

※くわしい内容につきましては下記までお問い合わせください

●問い合わせ先

自衛隊長崎地方協力本部佐世保出張所

所在地：佐世保市木場田町2-19(佐世保市合同庁舎2階)　☎23-1231

佐々町情報公開制度の実施状況

佐々町では、公正に開かれた町政を推進するため、情報公開制度を実施しています。

情報公開制度とは、町内に住所を有する方、もしくは町内に事務所または事業所を有する個人および法人など、佐々町が行う事務事業に利害関係を有する方が、町が保有する公文書の公開を求めることができる制度です。

この佐々町情報公開条例第16条に基づき、平成30年度における情報公開制度の実施状況をお知らせします。

①公文書の公開請求の件数　　46件

■内　訳

総務課	企画財政課	住民福祉課	保険環境課	建設課	産業経済課	水道課（下水道）	税務課
5	3	4	2	13	8	2	—
水道事業（上水道）	出納室	教育委員会	選挙管理委員会	監査委員	農業委員会	固定資産評価審査委員会	議会事務局
3	—	4	—	1	—	—	1

②公文書の公開請求に対する決定件数　　43件

■処理状況

公開		非公開	不受理	拒否	不存在	取下げ
全部	部分					
24	5	2	3	—	9	—

※処理状況の中の公開には、全部を公開する場合と、個人情報の保護等により文書の一部分のみ公開する部分公開があります。

③不服申立ての状況

平成30年度においては、情報公開制度に係る不服申立はありませんでした。

お誕生おめでとうございます！

出生児氏名	性別	父名	母名	町内会
山﨑　亮輔（りょうすけ）	男	翔一郎	綾　香	江里
福田　楓（かえで）	女	展　久	由　記	東町
福田　悠（はるか）	女	展　久	由　記	東町
田渕　暖（だん）	男	喜　一	真麗奈	口石
北島　匠真（しょうま）	男	大　輔	幸　子	水道
馬津川光希（みつき）	男	智　章	早　織	新町
谷川れなみ	女	浩　介	やよい	新町
坂口　翔星（しょうせい）	男	大　介	祐　香	松瀬
家高　颯志（そうし）	男	明　良	笑美加	佐々南

ご結婚おめでとうございます！

夫氏名	妻氏名	町内会
金子　大誠	村本　美幸	市瀬

おくやみ申し上げます

死亡者氏名	年齢	町内会
濱田スミエ	96	中央通
小林　泰輔	80	市瀬
池田八重子	87	土手迎
松田レイ子	88	水道
川瀬ミヨ子	95	北
前田　茂隆	66	市瀬
橋川　重次	90	木場

（敬称略7月1日から7月31日受付分まで）　承諾された方のみ掲載しています。広報紙へ掲載希望の方は、住民福祉課住民班までご連絡ください。

9月中の交通事故巡回相談実施表

開催日	時　間	開催場所	相談員
9月12日㈭	10時～16時	県北振興局	熊屋晋太

長崎県交通事故相談所　☎095-824-1111

相談は完全予約制です。
予約受付は開催日の2日前（土・日・祝日を除く）までです。

まちの人口

【令和元年7月31日現在】		【平成30年7月31日現在】	
総人口	14,010（46）人	総人口	13,910（36）人
男	6,640（18）人	男	6,582（15）人
女	7,370（28）人	女	7,328（21）人
世帯数	5,935　世帯	世帯数	5,865　世帯
【令和元年7月中の動き】		**【平成30年7月中の動き】**	
出生	10　人	出生	14　人
死亡	10　人	死亡	12　人
転入	52　人	転入	49　人
転出	48　人	転出	45　人

※外国人を含めた集計です。（　）は外国人の数です。

佐々町内の定期予防接種対応医療機関一覧

※医療機関名は50音順

医療機関名	受付時間 月～金	受付時間 土	B型肝炎	ヒブ	小児用肺炎球菌	四種混合	不活化ポリオ	BCG	MR（麻しん風しん）	水痘	日本脳炎	二種混合	子宮頸がん予防	高齢者肺炎球菌	備考
かわかみ皮フ科クリニック　☎41-1017	9:00～12:30 14:00～18:00	9:00～12:30 14:00～16:00	×	×	×	○	○	○	○	○	○	○	×	×	木曜日午後は休診
かわむら内科　☎62-6789	8:30～12:30 14:00～18:30	9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	水曜日16時まで
徳田医院　☎62-2025	9:00～12:00 14:00～17:30	9:00～12:00	×	×	×	×	×	×	○	×	○	○	×	○	木曜日午後は休診
とくだ眼科　☎41-1717	8:30～11:30 13:30～17:30	8:30～11:30 13:30～17:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	水・木曜日午後は休診
平井産婦人科　☎62-3903	14:00～17:00	14:00～17:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	
前田外科胃腸科医院　☎62-6868	9:00～12:00 14:00～18:00	9:00～12:00	○	×	×	×	○	×	○	○	○	○	○	○	水曜日午後は休診 ※同時接種は対応しておりません
やまぐち小児科　☎41-1661	9:00～12:30 14:00～18:00	9:00～12:30 14:00～17:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	木曜日午後は休診
山田医院　☎63-3611	9:00～12:00 15:00～17:30	9:00～12:00	×	×	×	×	×	×	○	×	○	○	○	○	◇ 火・金曜日午後は16時30分～17時30分 ◇ 木曜日午後は休診

※町内・町外の医療機関に限らず、接種を希望される際には事前に必ず予約してください。また、母子健康手帳を持参し、お子さまの健康状態がわかる方が同伴してください。

広報さざ
令和元年9月
vol.533
■編集・発行／長崎県佐々町企画財政課　〒857-0392 佐々町本田原免168-2 ☎62-2101
■印　　刷／有限会社 立山印刷

9月の保健事業　健康相談センター　☎63-5800

項　目	日　程	時　間	対　象　者　・　内　容
健康なんでも相談	9/2(月)	9時～11時30分	血圧測定、検尿、運動・栄養・こころの相談、母子健康手帳交付、乳幼児身体測定、予防接種の受け方、その他健康に関するご相談に応じます。
健診結果説明会	9/3(火)	9時～11時30分 13時30分～16時	特定健診（佐々町国民健康保険に加入の40～74歳）、基本健診・若年健診を受診された方へ結果の返却をいたします。 7/20～27に受診された動脈硬化検診についても結果説明します。
マザークラス	9/4(水)	9時30分～12時	【保健編】赤ちゃん人形沐浴体験、妊娠中のからだの変化など 【栄養編】妊娠中の食生活
３歳児健診 (3歳6か月～3歳8か月児対象)	9/5(木) (次回11/7(木))	受付時間 13時～13時30分	平成28年1月1日～平成28年2月29日生まれ ※既に個人通知をしております。
エクササイズ栄養教室	9/6(金)	9時45分～12時30分	今回のテーマは「運動と食事」です。 ※毎週金曜日のエクササイズ参加の方が対象です。
男性料理教室	9/11(水)	10時～12時30分	今回のテーマは「ロコモティブシンドローム予防」です。
幼児歯科検診 (2歳・2歳6か月・3歳児対象)	9/12(木) (次回10/24(木))	受付時間 13時～13時30分	2歳児：平成29年9月1日～平成29年9月30日生まれ 2歳6か月児：平成29年2月1日～平成29年2月28日生まれ 3歳児：平成28年9月1日～平成28年9月30日生まれ ※既に個人通知をしております。
赤ちゃん相談	9/18(水) (次回10/9(水))	受付時間 13時～14時	生後12か月までのお子さまが対象 身長・体重測定、発育・発達に関する相談、離乳食相談を行います。
赤ちゃん健診	9/19(木) (次回11/14(木))	受付時間 13時～13時30分	生後4～5か月頃のお子さまが対象 平成31年3月19日～令和元年5月19日生まれ 身長・体重測定、医師の診察、発育・発達に関する相談、離乳食相談を行います。 ※ブックスタート（絵本を開く楽しい体験と絵本の手渡し活動）も行います。 ※既に個人通知をしております。
エクササイズ	9/6(金) 9/13(金)	9時～9時30分	運動習慣をつけたい方、どうぞご参加ください。 「健康ながさき21 エクササイズ」にそって、ストレッチ・エアロビクス・筋力トレーニングを30分間行います。 希望者には体重・体脂肪・腹囲などの測定をしています。
住民健診（後期）	9/20(金)～9/28(土)	開場6時30分～ 健診開始7時 受付終了11時	くわしい日程・内容・年齢対象など、該当される方へは7月上旬に個別にご案内しております。 ※広報さざ9月号（4ページ）もご覧ください。
5歳児健診	10/1(火) (次回11/26(火))	受付時間 12時30分～12時50分	平成26年8月1日～平成26年9月23日生まれ ※既に個人通知をしております。
1歳6か月児健診	10/3(木) (次回12/5(木))	受付時間 13時～13時30分	平成30年2月1日～平成30年3月31日生まれ ※既に個人通知をしております。

＊土曜日は12時まで開館しています。＊開館日は常時リハビリ室を開放していますので、お気軽にご利用ください。

「もの忘れ外来」診療日などのお知らせ　佐々町国民健康保険診療所　☎62-2405

日　程	時　間	内　容
9/2(月) 9/9(月) 9/30(月)	9時～16時	・「もの忘れ」外来専門の診療所となっています。 専門の医師が診察いたしますので、ご家族やご本人様にご心配なことがありましたら、ご相談ください。 受診の際には保険証が必要です。（お薬手帳をお持ちの方はご持参ください。） ・予約制となっておりますので、事前にご連絡ください。 月曜日以外は、健康相談センターに転送され、対応いたします。 ※予防接種、健診などは実施しておりませんのでご了承ください。

休日在宅当番医日程表

月	日	曜	医療機関名	電話番号	備　考
9	1	日	山田医院	☎ 63 - 3611	当番日以外の日曜祝日については、救急病院などをご利用ください。
	8	日	佐々病院	☎ 62 - 2184	
	15	日	平井産婦人科	☎ 62 - 3903	
	29	日	平井産婦人科	☎ 62 - 3903	

UD FONT by MORISAWA
ユニバーサルデザイン（UD）の考え方に基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

健康テレホンサービス　☎0120-555-203

（携帯電話からは☎095-826-5511をご利用ください）

月	心筋梗塞にならないために
火	気胸
水	任意接種ワクチンの重要性
木	AGA（男性型脱毛症）について
金	もの忘れの薬を飲むようになってから、なんだか、怒りっぽくなったみたい…
土日	子宮筋腫の症状と保存的治療

祝日は前日のテープが流れます。朝9時から翌朝9時までの24時間、同じ内容のテープが3分間流れます。
＊内容は専門の医師・歯科医師がつくります。

2019 令和元年 9月 くらしのひろば

佐々町役場 ☎62-2101
※壁などに貼ってご利用ください。

日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
1 (休日在宅当番医) 山田医院 ☎63-3611	**2** ★なんでも相談 ■もの忘れ外来 (町立診療所) ▲生きがい教室	**3** ★健診結果説明会 (動脈硬化検診結果説明も同時実施) ◆元気カフェ ぷらっと ◆角山 地域づくり出前講座	**4** ★マザークラス ◆元気カフェ ぷらっと	**5** ★3歳児健診 ▲生きがい教室	**6** ★エクササイズ ★エクササイズ 栄養教室 ◆元気カフェ ぷらっと ◆大茂 地域づくり懇談会	**7** ◆木場・牟田原 地域づくり懇談会
8 (休日在宅当番医) 佐々病院 ☎62-2184	**9** ■もの忘れ外来 (町立診療所) ▲生きがい教室 ▲心配ごと・子ども相談	**10** ●あひる学級 ◆元気カフェ ぷらっと	**11** ●明生大学・さざんか教室合同講座 ★男性料理教室 ◆元気カフェ ぷらっと	**12** ★幼児歯科検診 ▲生きがい教室	**13** ★エクササイズ ◆元気カフェ ぷらっと ◆おとこ料理クラブ ▲観月会	**14**
15 (休日在宅当番医) 平井産婦人科 ☎62-3903	**16**	**17** ●公民館講座 (料理教室) ◆元気カフェ ぷらっと	**18** ★赤ちゃん相談 ◆元気カフェ ぷらっと ◆里 地域づくり懇談会	**19** ★赤ちゃん健診 ▲生きがい教室	**20** ◆元気カフェ ぷらっと ▲弁護士無料法律相談 ★住民健診(後期)→	**21** →
22 ★住民健診(後期)→	**23** →	**24** ◆元気カフェ ぷらっと →	**25** ◆元気カフェ ぷらっと ◆栗林 地域づくり出前講座 →	**26** ▲生きがい教室 →	**27** ◆元気カフェ ぷらっと ◆介護を地域で支える講演会 ▲介護者の会 →	**28** →
29 ●町民運動会 (休日在宅当番医) 平井産婦人科 ☎62-3903	**30** ■もの忘れ外来 (町立診療所) ▲生きがい教室	1 ★5歳児健診 ◆元気カフェ ぷらっと	2 ◆元気カフェ ぷらっと	3 ★1歳6か月児健診 ▲生きがい教室	**救急病院** 北松中央病院……☎65-3101 長崎労災病院……☎49-2191 佐世保市総合医療センター…☎24-1515 佐世保共済病院……☎22-5136	

※●は教育委員会、★は健康相談センター、◆は佐々町地域包括支援センター、■は佐々町立診療所、▲は社会福祉協議会の行事です。

くらしのダイヤル

(市外局番　0956)

教育委員会	☎62-2128	佐々郵便局	☎62-2042
住民総合センター(公民館)	☎62-6294	佐々町社会福祉協議会	☎63-5900
町立図書館	☎41-1800	ゴミ処理場(クリーンセンター)	☎62-3512
サン・ビレッジささ	☎62-3338	佐々交番	☎62-2051
健康相談センター	☎63-5800	消防佐々出張所	☎41-1119
佐々町地域包括支援センター	☎62-6122	佐々町立診療所	☎62-2405