

波佐見

広報

HASAMI Public relations magazine

No.563

1

January 2010



HASAMI CONTENTS

新年のごあいさつ……………	2	暮らしと情報……………	12
GO! GO! 郷!! (自治会紹介) ……	4	社協だより……………	14
役場からのお知らせ……………	5	『辺皿のひとりごと』……………	16
みんなのひろば……………	8	窓……………	17
スポーツ・波高だより……………	10	暮らしのカレンダー・食育だより…	18
病気一口メモ……………	11		

見事な門松完成!

12月23日、波佐見町みどりの少年団が、そば打ちとミニ門松づくりに挑戦しました。

ミニ門松づくりでは、悪戦苦闘しながら竹を切ったりして、“自分流”にアレンジした見事なオリジナル門松を完成させました。

迎春



新年のごあいさつ

波佐見町長

一瀬 政太



新年明けましておめでとうございます。町民の皆様方には、ご健勝にて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。

昨年は衆院選挙の結果、歴史的な政権交代が実現し、マニフェストに沿って事業仕分け等、大胆な改革が展開され、22年度予算の概要も示されたところです。

わが国の経済は、少子高齢化と財政悪化が進む中、デフレ基調が続き、株式市場も軒並み急落、為替相場も大きく変動しています。

一方、福祉、介護、保健、医療費等が増大し、国、地方ともに財政は逼迫しており、さらに制度改正、見直し等で末端行政の事務量は益々増大し複雑化しています。

町行政の使命は住民福祉

の向上であり、各市町村の最大の課題は雇用の創出、定住及び交流人口の増大です。その有効な施策となるのが企業誘致と観光事業の推進、地場産業の振興であります。

このような中、世界同時不況で延期されていましたが長崎キャノン(株)の新社屋の建設工事が昨年7月に再開され、本年4月の操業開始に向けて急ピッチで進められています。4月の操業開始時には社員800名体制でスタートされますが、新たな関連企業として2社の進出が決定し、さらに雇用が創出されるものと期待しています。

また、観光客誘致の最大の交流拠点となる波佐見温泉の温浴施設は(株)はさみプロジェクトにより、4月オープンを目標に諸準備が進められており、隣接の陶農レストランとともに地産地消、新規作物の産地化等、地域の活性化に大いに貢献できるものと思っております。

更に、1937年に建築された旧講堂が、国の登録有形文化財として答申され、今後

新たな文化の発祥の場になるものと期待しています。

この他、場外舟券売り場「ミニボートピア長崎波佐見」も本年7月にオープンされる予定です。

基幹産業である窯業については、需要低迷の中、販路拡大、新商品の開発等、懸命なご努力にも拘らず極めて厳しい経営状態が続いていますが、今年もさらに業界と行政が密接な連携の下、知名度アップや需要拡大、人材育成等に精力的に取り組んでまいります。

農林業については、高齢化による担い手不足や耕作放棄地等もありますが、国や県の補助制度を有効に活用し、従来の米、麦、大豆等の生産基盤を集約・高度利用を図りつつ、施設園芸、路地野菜等の普及も図り、安全・安心な農産物の生産を推進する考えです。また、有害鳥獣被害防止対策についても猟友会等のご協力を戴きながら充実し努めてまいります。

福祉保健については、高齢者及び障害者福祉の充実と

地域包括支援センターを核とした介護予防や相談支援等、総合的な推進を図り、特に、生活習慣病やその予備軍のための特定健康診査や保健指導を計画的に実施し、高齢者の生きがいのある町づくりに努めてまいります。

教育、文化、スポーツの振興につきましては、幼児教育の充実や子供たちの能力・個性に応じた教育の推進、生涯スポーツや競技スポーツの推進等とともに、本町の歴史、伝統文化の継承を一層図ってまいります。

本年も町民本位の開かれた町政を推進すると共に、更なる行財政改革の徹底を図り、「活力と潤いにみちた陶磁と緑のまち波佐見」と「地場産業とデジタルテクノが共生」できる町づくりを目指し、決意を新たにしているところでございます。

年頭にあたり町民皆様方のご多幸を祈念いたしますとともに、どうか本年も格段のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年のご挨拶いたします。

ご挨拶いたします。

波佐見町議会議長 松添 一道



新年明けましておめでと
うございます。輝かしい新春
を迎えるにあたり、町民の皆
様方のご多幸とご健勝をお
祈り申し上げますとともに、
日頃より町議会に対しまし
て温かいご理解とご協力を
賜り厚くお礼申し上げます。

私は、平成20年11月の臨時
町議会において、はからずも
議長の重責に就任させてい
ただき、町議会の円滑な運営
と山積する行政課題の解決
に向けて、誠心誠意取り組ん
でいるところでございます。

さて、皆様ご承知のように、
世界の経済は金融危機に陥
り、依然として混沌としてお
り、先行き不透明感が払拭で
きない情勢です。我が国にお
いては、歴史的政権交代の中、
景気回復のための諸施策が
講じられていますが、一刻も
早い回復を望むものであり
ます。

です。

今日、地方政治を取り巻く
環境はますます多難な時代
を迎え、その舵取りも厳しい
ものがありますが、本町にお
きましては、波佐見町総合計
画を基本とした各種事業の
推進、行財政改革、緊急経済
対策等諸事業に取り組みれ
ています。

今年4月からは、長崎キャ
ノン(株)が操業開始いたし
ますが、若者の雇用の確保、
定住人口拡大など、大きな期
待を寄せているところであ
り、また、新泉源開発事業
(温浴施設)や「ミニボート
ピア長崎波佐見」の建設が進
められ、今年の4月から7月
にかけてオープンとの予定で
す。

これらの事業が、基幹産業
である窯業、農業と一体とな
って、観光交流人口の拡大等、
新たな町の活性化へとス
テップアップに繋がること
を切望するものであります。

議会といたしましても、生
活基盤整備や町営工業団地
計画等直面する緊急な課題
について特別委員会を設置
し、調査を進めているところ
です。

また、県へは「主要地方道
佐世保嬉野線整備促進」「一
般県道平瀬佐世保線の整備
促進」「一般県道波佐見山内
線の整備促進」等を議会とし
て陳情いたしております。

このほか、教育問題や福祉
の向上等につきましても、課
題解決に向け総力を傾けて
いかなければならないと気
を新たにしているところで
す。

多難な財政状況と、依然と
して厳しい生活環境ではご
ざいますが、元氣あるまちづ
くりのため、町民皆様の一層
のご支援ご協力を賜ります
ようお願い申し上げます、この一
年が皆様方にとりまして輝
かしいものとなりますよう
お祈りして、新年のごあいさ
つといたします。



長崎県知事 金子 原二郎



新年明けましておめでと
うございます。県民の皆さま
には、おすこやかに新春をお
迎えのこととお慶び申し上
げます。

本県などを舞台としたN
HK大河ドラマ「龍馬伝」の
放送がいよいよ始まりまし
た。主役である本県出身の福
山雅治さんの活躍とともに、
「龍馬が愛した長崎」がどの
ように紹介されるかが大変
楽しみです。

県内では、長崎歴史文化博
物館とハウステンボスに大
河ドラマ館が設置されるほ
か、全国13都市で「龍馬伝」
をモチーフにした観光物産
展や「旅する長崎学」講座を
を開催することにしており、
長崎が舞台となるこのドラ
マが観光振興の起爆剤とな
るものと期待しています。

企業誘致関係では、延期さ
れていた長崎キャノン(株)

のデジタルカメラ工場の建
設が昨年7月から波佐見町
で始まり、今年4月からの操
業開始に向けて着々と準備
が進められています。また、
昨年10月に全日本空輪(A
N A)のコールセンターが長崎
市に立地することが決定す
るなどの明るいニュースは、
大変厳しい経済・雇用情勢が
続く中、本県にとつてこの上
ない喜びでありました。

来る平成26年には、「長崎
がんばらんば国体」が開催さ
れますが、昨年は、内村航平
選手の世界体操競技大会の
個人総合優勝や、清峰高校の
選抜高校野球優勝などの明
るい話題がありました。ス
ポーツに励む県内の子ども
たちに大きな誇りと夢を与
えてくれたと思っています。

なお、私は今期をもって長
崎県知事を退任いたします
が、これまでの皆さまの温か
いご支援やご協力に心から
感謝申し上げますとともに、
本年が、皆さまにとりまして
素晴らしい年となりますよう
お祈りいたしまして、新年
のごあいさつといたします。

甲長野郷



自治会長
松尾 春吉さん

甲長野郷は波佐見町の西端で、境界の一部は佐世保市と連なっています。南北にまたがる丘陵により東と西に区画され、その東側を長野、西側を長原と言っています。周囲は、緑なす山に囲まれています。環境の美化と郷民融和のため、45年前から町有林と郷有林の育林に取り組んできました。現在では、先輩方の努力によって緑深き深山をなしています。大雨や干ばつの自然災害から守り、大気汚染の浄化など環境保全にも役立ち、保安林としても機能を果たしています。そこを源とする長野川の流域と長原の2つの谷に広がる米、麦、大豆を中心作物とする農業主体の甲長野郷です。

以前は、集会場へ行くのにも車の通らない狭い道を行き来していましたが、昭和50年の圃場整備で道路網が整備され、両地区の往来が難なく可能になりました。また、皿山く長野線や長野く稗木場を結ぶ道路が高規格道路として整備され、交通量も増加してきました。人口の増減や異動はあまりなく、現在は男性115人、女性125人、世帯数は65戸です。

年間行事は春の慰霊祭、神事の後に郷民こぞってグラウンドゴルフ大会、終了後に直会。夏祭りは小学生、各班別の踊り、カラオケなどで賑わいます。秋には、甲長野郷鎮守の地藏様祭りです。神事の後にはグラウンドゴルフ大会、また、2年に一回の運動会を行っています。



▲甲長野郷の鎮守 地藏様

町民運動会では、見事躍進賞に輝き、二度とないことだと皆で喜びました。少数精鋭で一致団結できた賜物だと思います。

甲長野郷は、昔から純朴従順で人情に厚いとされ、少なからず私たちもそれを自負しています。温故知新「感謝と思いやりの精神でわが郷を美しく」を指標として、甲長野郷の全員もお互いに仲良くし合い、助け合い、世のため人のために努力したいものです。

平野郷



自治会長
松尾 訓司さん

平野郷は、波佐見町の最南端に位置し、町内最小地区で川棚町との町境が海の入江のように複雑な地形をしています。東に川棚川を挟んで岳辺田郷、北は志折川を両側に挟んで志折郷、南は川棚町中山郷と町境の郷です。

器時代の遺物で縄文時代よりも古く、1万4千〜5千年も昔に遡ります。これが栗林遺跡です。現在でも細石器が出土しています。また、大正年間以後は途絶えてしまったといわれる中山浮立もあります。その起源は定かではありませんが、波佐美神社の祭りを初め、祭り等に広く用いられていたそうです。正装して舞を奉納し、彼杵坂本浮立、川棚百津浮立とともに大船に分乗し、大村藩主の観覧に供していたと波佐見村中山郷浮立秘伝抜粹釈に記されています。

自治会活動については、年末に老人会と子どもたちで門松作り、元日には有志による餅つき会、4月は花見会、8月には夏越祭、9月は敬老会、11月は神待祭、そのほか、老人会では花いっぱい運動PTAは子ども通学路の草刈等を行っています。また、婦人部は駅伝の炊き出しを初め、炎まつりの青空農家レストランで自慢の料理を提供し、スポーツ会は、様々なスポーツ大会に出場するなど縁の下の力持ちです。

このような小さい郷でも皆が協力し合い、全てに参加して一生懸命頑張っています。また、全てにおいて団結力のある平野郷です。



▲小高い丘の上にある平野郷から

基をたどれば、川棚町の中山郷は波佐見町の中山郷でした。昭和31年以前の中山郷は町内でも有数の大きい地区でしたが、昭和31年に波佐見町と川棚町に分裂分割し、波佐見町に残ったのが、わずか20数戸でした。平野郷の原籍は波佐見町中山郷で、字名が平野の地名なので、波佐見町では平野郷と呼ぶようになりました。現在は39世帯3班と以前より増えています。平野郷の史跡を手繰れば、旧石

町営住宅山崎団地 入居者募集



平成22年3月に完成する山崎団地C棟の入居者を募集します。

◆住宅の概要

所在地	募集戸数	規格	家賃 (※1)	駐車場使用料 (※2)
折敷瀬郷 1880番地2	12戸	2DK (57.3㎡)	約22,000円 ～ 42,000円	2,000円

※1 入居される世帯の収入により決定します。

※2 1台・1ヶ月あたりの金額です。



間取り(参考)

◆入居者資格

- (1) 現在、同居又は同居しようとする親族がいること。※単身での入居は年齢等の要件があります。
- (2) 現在、住宅に困っていること。
- (3) 国税及び地方税等の滞納がないこと。
- (4) 入居しようとする方全員の収入が、公営住宅法で定められた収入基準に該当していること。
(収入が多すぎると、入居できません)
- (5) 入居しようとする方が暴力団員でないこと。

◆申込方法

2月5日(金)までに入居申込書のほか必要書類を提出してください。

◆選考方法の概略

入居者選考委員会において、住宅に困窮する度合いの高い方から入居者を決定します。

◆入居時期

平成22年4月上旬

◆その他

入居決定者は、敷金として家賃の3ヶ月分の納付及び、保証人請書を提出しなければなりません。

◆問い合わせ先

役場建設課 管理係 ☎85-2111 (内線141~143)

波佐見町ふるさとづくり応援寄附金の状況

今年度納付された波佐見町ふるさとづくり応援寄附金は **701,000円** です。
(平成21年12月末現在)

4月から12月に寄附をいただいた方々

千葉県習志野市	市原 実 様
神奈川県横浜市	岸川 美徳 様
埼玉県坂戸市	深澤 孝之 様
兵庫県川西市	藤崎 富喜 様
大村市	石橋 英憲 様
佐世保市	奥山 栄子 様
佐世保市	本山 征一郎 様
佐世保市	馬場 真琴 様
佐世保市	溝上 優太 様
東彼杵町	串島 佳織 様
東彼杵町	松添 博 様

匿名希望5名 (掲載を希望されない方については、氏名を伏せています)
波佐見高等学校2年4組 様 (炎まつり収益の一部を寄附)



▲鬼木棚田

波佐見町ふるさとづくり応援寄附金は、引き続き受け付けていますので、県外にお住まいのご家族やご親戚、友人に呼びかけをお願いします。



申告受付が始まります！

町県民税・国民健康保険料の申告 2月8日～

所得税の確定申告 2月16日～

3月15日まで

平成22年度町県民税・国民健康保険料の申告受付を行います。申告の際は、所得に係る必要な資料や印鑑を必ずご持参ください。

やむを得ず代理の方が申告される場合は、本人から所得状況等を確実に把握のうえご来場ください。

(相談日程の詳細は、次のページの表をご覧ください)

なお、昨年まで農村環境改善センターと勤労福祉会館で実施していました巡回相談を廃止し、全地区役場2階第4会議室で2月8日から実施します。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

町県民税の申告 国民健康保険料の申告

申告が必要な人

○平成22年1月1日現在、波佐見町に住所があり、平成21年中に所得のあった人
(年金・恩給・パート・内職も含む)

○勤務先から給与支払報告書が波佐見町役場に提出されていても、給与以外(農業・事業・家賃・譲渡・年金・恩給・生命保険など)の所得がある人。また、収入のない人もその旨申告してください。

申告に必要な書類など

① 給与所得

源泉徴収票または給与支払証明

② 年金(恩給)所得

年金・恩給受給者は「公的年金等の源泉徴収票」

③ 営業・事業所得(生地・鑄込・給付等も含む)

収入(納品先の支払証明)及び経費の内訳が明らかにできる書類・領収書。

④ 農業所得

収入及び購入した農機具など経費の内訳が明らかにできる書類(営農通帳、領収書等) 収支計算書は必ず作成の上、ご持参ください。

⑤ 一時所得

生命保険の一時金、または満期返戻金などを証明できる書類

⑥ 不動産所得

地代・家賃の収支を明らかにできる書類

⑦ 譲渡所得

売却した資産の所在地・種別(地目)・取得年月日及

⑧ 生命保険控除・個人年金保険控除・損害保険控除

が譲渡価格・譲渡費用のわかる書類(売買契約書等) ※道路等公共用地への譲渡で特別控除を受けられる場合は収用証明書等(県や町が発行したもの)

⑨ 社会保険料控除

国民健康保険料領収書か納入確認書(役場で発行可) 国民年金保険料領収書か控除証明書(役場で発行不可) 介護保険料領収書か納入確認書(役場で発行可)

⑩ 寄附金控除

後期高齢者医療保険料領収書か納入確認書(役場で発行可) 寄附金の証明書(領収書)

確定申告が必要な人

① 事業所得(商業、工業、農業、医業などから生ずる所得)がある人、不動産所得(地代、家賃などによる所得)がある人、土地・建物などの売却収入がある人、生命保険の満期による所得などで、平成21年中の所得の合計金額が所得控除の額を超える人

② 給与所得者で
▽給与の年収が2000万円を超える人
▽2カ所以上から給与を受けている人

▽給与所得や退職所得以外の所得が、20万円を超える人

● 正しい申告を
期限内に申告や納税をしなかったり、間違った申告をしますと、後で不足の税金を納めるだけでなく、加算税や延滞税も納めなければならぬこととなります。

● 申告のとき必要なもの
町県民税の申告と同じものです。

● 申告書
税務署から申告書が送られてきている人は、必ずその書類を使用してください。申告書がない人は、役場税務課にありますので、ご利用ください。

特に、国民年金保険料に係る控除は、右記の控除証明書(ハガキ)がないと適用が受けられません。控除証明書(ハガキ)は、通常の払込み通知書のほかに、社会保険庁から送付されてきます。詳しくは、諫早社会保険事務所へお問い合わせください。
☎0957・25・1666

平成22年度 町民税申告受付日程

期 日	対 象 地 区	場 所	受 付 時 間
2月8日(月)	岳辺田郷、甲長野郷	役 場 (2階 第4会議室)	8:30~ 12:00 13:00~ 17:00
2月9日(火)	乙長野郷、協和郷		
2月10日(水)	川内郷、志折郷、平野郷		
2月12日(金)	中尾郷、鬼木郷		
2月15日(月)	三股郷、永尾郷		
2月17日(水)	小樽郷、野々川郷、井石郷		
2月18日(木)	湯無田郷		
2月19日(金)	皿山郷、稗木場郷		
2月22日(月)	村木郷		
2月23日(火)	田ノ頭郷		
2月24日(水)	金屋郷		
2月25日(木)	宿郷(鹿山、鹿山団地、狩立)		
2月26日(金)	宿郷(風ノ木、濁淵、上宿、下宿)		
3月1日(月)	折敷瀬郷(舞相、荷土、江良山、江良山団地)		
3月2日(火)	折敷瀬郷(内ノ波、西、小熊、山崎団地)		

※2月16日(火)からは、所得税の確定申告相談も役場でお受けします。

ポイント



対象地区の申告受付日に、来場できない場合は、2月8日から3月15日(土日祝除く)までの都合がつく日に役場にきていただき、必ず申告を済ませられるようお願いいたします。ただし、営業・事業(大工・左官・外交員等)の所得者の方、並びに消費税の納税義務者(税務署から申告書が郵送された方)に該当される個人事業主の方は、原則として税務署が受付をします。なお、申告期間中の後半は非常に混み合い、待ち時間も長くなりご迷惑をおかけしますので、早めの申告をお願いします。不明な点は、役場税務課へお気軽にご相談ください。

☎ 85・2111
内線 121・122

Check!

公的個人認証サービスを利用してインターネット申告(e-Tax)を行うと大変便利です

公的個人認証サービスで発行された電子証明書を利用すると、インターネットを通じて確定申告の電子申告(e-Tax)が可能となります。

また、平成21年分の所得税の確定申告書の提出を本人の電子署名及び電子証明書を付して、e-Taxを利用して行うと、**所得税額から最高5,000円**の控除を受けることができます。(平成20年より前の確定申告で本控除の適用を受けた方は受けられません)

■個人向けの電子証明書は役場で発行しています

電子証明書は、役場で住民基本台帳カード(住基カード)を取得した後、申請書などを提出すると取得できます。

また、電子証明書付きとなった住基カードを読み込ませるICカードリーダーが必要です。

◆詳しくはe-Taxホームページ

(<http://www.e-tax.nta.go.jp>) をご覧下さい。

所得税の還付申告

サラリーマンで確定申告をする人の多くは、医療費控除や住宅取得控除などによって、所得税(国税)の還付を受けようとする場合です。

確定申告は、2月16日からですが、還付を受けるための申告は、その前でも受け付けてできます。

所得税が還付される場合

- ① マイホームをローンなどで新築・購入・増改築したとき
- ② 多額の医療費を支払ったとき
- ③ 災害や盗難にあったとき
- ④ 年の途中で退職し、再就職していないとき
- ⑤ 年金受給者で所得税を納めすぎになっているとき

●申告の注意点

- ① 勤務先から交付された源泉徴収票を必ず添付してください。
- ② 控除の種類に応じて領収書や証明書が必要です。
- ③ 還付申告をする場合、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計が20万円以下でも、それを含めて計算しなければなりません。

お忘れなく!

法定調書の提出期限は、平成22年2月1日(月)です。
※法定調書の用紙は、税務署の窓口でお受け取りください。



山下優君、山下陽平君（岳辺田）

兄弟で統計グラフ「特選」

長崎県統計グラフコンクールで、山下陽平君の作品が小学校3・4年生の部、山下優君の作品が小学校5・6年生の部で最高賞の『特選』に輝きました。

陽平君の作品「いつも明るい元気なあいさつ」は、あいさつの『元気度』や『気持ち』について明るく表現。優君の作品「たくさん食べよう日本の米」は、身近な食材『米』について、田植えの経験などを活かしてテーマを広げ、どちらも見ていて楽しくなる作品に仕上がっています。

今回の受賞について、陽平君は「昨年が続いて特選に選ばれて嬉しいです。調べてみると、色んなあいさつの種類がわかりました。これからもあいさつを広めていきたいと思います」、優君は「米について詳しく調べることで、波佐見町や日本中で作られる品種や収穫量、米を作る人達の苦労や同じ学年の子の気持ちなどが良く分かるようになりました」と話していました。



▲兄弟で特選！山下陽平君（左）と優君



▲「特選」に選ばれた陽平君の作品



▲「特選」に選ばれた優君の作品



第5回波佐見皿山器替まつり

おもてなしとエコ活動

12月5日・6日、「波佐見皿山器替まつり」が開催され、町内外から約8,500人の来場で大変にぎわいました。

万国旗が掲げられた13の参加店では、不用な器と交換に定価の半額で新しい器が購入できるとあって、来場者は1つ1つを熱心に品定め。交換された器はエコタイルとして生まれ変わり、トンネルなどで活用されています。

また、「心よりのおもてなし」をテーマにしたまつりの魅力、抹茶やいちご大福などの無料サービスも大好評でした。



▲1つ1つを熱心に品定め

旧波佐見町立中央小学校講堂兼公会堂

国の登録有形文化財へ文化審議会が答申

12月11日、文化審議会が旧波佐見町立中央小学校講堂兼公会堂（旧講堂）を、国の登録有形文化財として新たに加えるよう、文部科学大臣へ答申しました。

正式な登録については、2～3ヶ月後の官報で告示されます。



▲国の登録有形文化財として答申された旧講堂

平成22年 波佐見町成人式

234人が新たな門出

1月3日、波佐見町成人式が総合文化会館で行われました。今年は234人（男性134人、女性100人）が晴れて成人を迎え、再会や互いの成長を喜ぶ姿が見られました。

式典では、新成人を代表して棚倉大智さん（乙長野）と山口紗貴さん（折敷瀬）が新成人としての力強い決意を、北村一貴さん（湯無田）が両親や友人などへ感謝の気持ちを込めてお礼の言葉を述べました。



▲新たな決意を胸に参加した新成人



楠目 竜之介 くん
(宿郷)

H20.12.21生まれ

忠義 さん
幸子 さんの長男

※いつも女の子に間違えられる竜くん。
早く男らしくなってね。



よい子 つよい子 元気子

このコーナーでは、満1歳前後のこどもさんを募集しています。
掲載希望の方は役場商工企画課広報担当まで連絡してください。

中尾 尊仁 くん
(折敷瀬郷)

H21.1.10生まれ

善之 さん
絵美 さんの次男

※つよく、たくましく、
大きくなってね。



藤本レイさん (川内)

100歳おめでとうございます

町内で最高齢者の藤本レイさんが12月29日、めでたく100歳を迎えられ、一瀬町長が佐世保市のグループホームを訪れ、お祝いの花束を贈呈しました。

藤本さんは、100歳とは思えないほど背筋がピンとされてお元気で、笑顔で花束を受け取られた後には、はっきりとした口調でお礼の言葉を話されました。

これからもお元気で、長生きしてください。



▲めでたく100歳を迎えられた藤本レイさん



広報文芸

枝払い 玻璃戸に冬日ほしいまま 川崎 三郎

境内に散り敷く紅葉掃かでおく 河内ハルエ

石庭の冬日に浮かぶ謹吾の碑 田崎 學

阿蘇高原黄金に染み冬となる 古川 恭子

初霜の庭一面を華となし 松添 信子

冬ざれや雨に震える対抗戦 松村すずな

水仙の蕾ふくらむ日和かな 安弘千鶴子

花蕊を朱にしたたらす冬日かな 山口美由喜

折々に思いをはせて冬支度 山下 恵美

(波佐見若葉句会)

恙がなく生ききし今日や冬椿 川添マサ子

(西陲句会)

次回の広報文芸は4月号です。

輝け！ 長崎国体の星

女子サッカー

長崎県選抜選手

デサファイーゴ波佐見FC

林和希さん (村木)
松下彩乃さん (甲長野)



▲林和希さん(左)と松下彩乃さん

12月5日・6日、鹿児島県で開催された「JFA九州ガールズ・エイト(U-12)サッカー大会」に、デサファイーゴ波佐見FCに所属する林和希さんと松下彩乃さんが長崎県選抜選手として出場しました。

本町で活躍する女子サッカー選手の2人に話を聞きました。



▲「男子には負けたくない」と林さん

林さんと松下さんがサッカーを始めたのは小学校3年生の時に、「おもしろそう」と一緒に入部。「2人も練習にまじめで熱心」と福嶋監督が話すようにサッカーに打ち込み、6年生の今では県選抜選手として活躍するまでに成長しました。

林さんは県選抜チームでキャプテンを務め、精神的柱、プレーでも守りの要として活躍。松下さんは様々なポジションで出場し、足が速いオールラウンドプレイヤーとして活躍しました。

九州大会では「他県の選手に刺激を受け、技術や体力のレベルの高さを肌で感じる事ができた」と得たものは大きかったようです。



▲「シュート練習が楽しい」と松下さん

また、林さんは平成26年開催の長崎国体を担う有望選手にも選ばれており、将来を期待されている選手の一人。夢は大きく「なでしこJAPAN」とサッカーに注ぐ情熱は人一倍です。

長崎国体で、2人が技術・体力共に、ひと回り大きく成長してプレーする姿が楽しみです。

波佐見高校だより <Vol.123>

修学旅行と寄付活動

本校の修学旅行は、キャリア学習の一環として実施しており、集団行動を通して社会性、協調性を養うとともに、自ら行動することを目的としています。

12月8日、修学旅行団(二年生)は、空路東京入りし、東京タワーや江戸東京博物館を見学、夜は劇団四季等の芸術鑑賞を行いました。

9日は、修学旅行のメイン企画であるキャリア研修を行いました。この研修は、自分の職業選択・進路実現のために、班別で都内の企業や大学を訪問し、直接話を伺うもので、生徒だけで、都内各所へ出向きました。訪問先は、NHK、ソニー、品川プリンス、小学館、ミズノ、日本体育大学等で、貴重で有意義な経験をすることができました。

10日は、ドイツニールランドで終日過ごしました。みんな満面の笑みでホテルに戻りました。

11日は、浅草寺とフジテレビを見学し、午後の便で空路福岡に戻りました。

(写真)



新型インフルエンザの発症もなく、全員が無事に帰校できました。生徒たちにとって、自らの見聞を広め、将来の進路決定に向けての参考となる、有意義で楽しい修学旅行でした。

また、12月22日には、少しでも町のお役に立てばと、波高SHOPの代表取締役の収益から波佐見町と町社会福祉協議会に寄付をさせていただきました。その際、一瀬町長様には、励ましの言葉をいただき、ありがとうございます。

東京、波佐見、社会と触れあう波佐見高校です。





病氣一口メモ

282号

うつ病について

東彼杵郡医師会 小鳥居 衷 (波佐見町)



ここ12年間にわたって日本の自殺者は年間三万人を超えています。自殺者におけるうつ病あるいはうつ状態の占める割合はかなりのものであると推測されます。

うつ病の原因は多種多様なものがありますが、症状としては抑うつ気分、意欲の減退、不眠、食思不振、体重減少、全身倦怠感、易疲労感、不安、焦燥感、活動性の低下、悲哀感、興味・関心の喪失、思考の進み具合が緩慢となり、考えが頭に浮かばない、夕方は良いが午前中は調子が悪いなどの日内変動、さらには自殺を考えるようになり、実行に移すことも稀ではありません。

更に仮面うつ病といって、抑うつ気分や悲哀感はあるが、目に見えない。ふらつき、嘔気、身体各所の痛みや不調といったストレスの身体化症状や神経症様症状が強いうつ病もあります。また全般的な精神機能の低下のために、一見認知症のように見えることもあるため、認知症との鑑別が重要です。周囲にこのような症状の方がいられたら、ためらわずに先ず専門医受診を勧めてください。

一般的にうつ病は心の風邪と言われていますが、風邪をこじらせて肺炎になっただけでは取り返しのつかないことになる場合があります。早期治療が大事です。治療方法としては、専門医の診察、カウンセリングを受けて薬を飲み、状態に応じて十分な休養をとることです。近年うつ病の薬物治療として中心となっているSSRIやSNRIと呼ばれる新薬は口渇や便秘などの副作用も少なく大変服用しやすい薬です。

しかし、症状が軽くなってきたから、治ったからといって自己判断で服薬を中止したりすることはよくありません。再発、再燃の可能性もあるため必ず専門医の指導を受けていただきたいと思えます。

うつ病はよくなる病気で、そのためには周囲の理解と協力で心の傷を深めないことが肝要です。根性がないと無理じいは禁物です。焦らず、ゆっくり、確実に治していきましょう。

こんにちはは歯科医師です

大村東彼杵郡医師会高専業 第2弾
8020財団助成金事業をはじめました
無料で訪問歯科健診が受けられます

誰が？
東彼杵郡内の介護支援専門員から紹介を受けた在宅で自宅療養中の方が対象となります。

どうすれば？
1. まず、介護支援専門員(ケアマネージャーさん)に相談しましょう。
2. 次に、介護支援専門員(ケアマネージャーさん)と話し合って、担当の歯科医院を決めましょう。

どこで？
ご自宅や場合によっては施設などで行います。担当の歯科医院から依頼を受けた歯科衛生士さんが訪問します。

何をしてもらえるの？
1. お口の中の診査
現在のお口の中の状態を診査し、お知らせします。
2. 今後の治療・管理計画について説明
診査結果をもとに、今後の大まかな治療管理計画を説明します。リハビリの必要性も説明します。

〈問い合わせ先〉
大村東彼杵郡医師会 やまべ歯科医院 ☎20-7770

この訪問歯科健診にかかる費用は一切ありません。健診後の管理や治療に関しては費用が発生します。

健康テレホンプログラム	
佐世保 ☎23-4300	
1月	顔面神経麻痺
火	ブロック注射
水	熱性けいれん
木	低温やけど
金	高齢者のうつ病
土日	前立腺がん 治療のいろいろ
2月	脚のむくみ
火	大動脈瘤に対するステントグラフト治療
水	冬のかぜについて
木	今年の花粉症
金	歯ぎしり
土日	妊娠中の出血
*祝祭日は前日のテープが流れます。	

有田工業高等学校定時制聴講生募集

- 募集対象
陶磁器・デザイン業界に従事を希望する社会人
- 募集人数
窯業コース 7名
デザインコース 7名
- 修了年限
2年
(週3日 17:45~21:15 開講曜日未定)
- 応募書類配布
有田工業高等学校事務室で配布中。
ホームページからダウンロードも可
<http://www4.saga-ed.jp/ariko/>
- 出願期間
2月8日(月)~2月12日(金)
10:00~20:00
- 試験日(面接・作文)
2月22日(月) 18:00~
- 問い合わせ先
有田工業高等学校 定時制
☎0955-42-3136 (全日定時共用)

「日本年金機構」がスタート

- 社会保険庁が廃止され、1月1日から新たに「日本年金機構」がスタートしました。国民の皆様の信頼に応え、一層のサービス向上の実現を目指し、社会保険庁は組織・人員を一新し、「日本年金機構」として生まれ変わります。
- ◆現在ある社会保険事務所は、新たに「年金事務所」と名称が変わりますが、年金相談などの窓口として引き続きご利用いただけます。
 - ◆日本年金機構の設立に伴い、皆様方に何らかの手続きをしていただくことは一切ございません。
 - 問い合わせ先
諫早年金事務所 ☎0957-25-1663

固定資産税について

建物を取り壊したときは届け出を!

固定資産税は1月1日現在所有の方に課税を行いますので、建物を取り壊した場合は、役場税務課固定資産税係へご連絡ください。連絡がない場合、課税される場合がありますのでご注意ください。

※取り壊しの登記をされた場合は、法務局より連絡がありますので、届け出の必要はありません。

償却資産(固定資産税)の申告は2月1日まで

個人や会社を問わず工場や商店などの事業所(農業も含む)で、その事業のために使われる機械・器具や備品類などの償却資産を所有している方は、申告をしなければなりません。

これまでの対象者には、すでに申告書を送付していますので、2月1日までにご提出ください。

なお、申告もれの事業所や新たに事業を始められて対象となる事業所は早めにご連絡ください。

●問い合わせ・連絡先

役場税務課固定資産税係 ☎85-2111 (内線123、124)

太陽光発電システムで作られた電力の買取制度

◆買取対象

太陽光発電システムで作られた電力のうち、自家消費せずに余った電力が買取対象になります。

既に設置された太陽光発電システムも対象です。

◆買取期間

設置する用途や年度毎に買取価格は異なりますが、それぞれの価格を10年間固定して買取が行われます。

(発電設備等に変更がない場合)

◆買取費用

電力を使用する方々で負担いただきます。標準的な一般家庭で一ヶ月あたり数十円~100円未満の負担です。

※システム設置の際の強引な勧誘、制度についての誤った説明等には十分ご注意ください。

また、詳しくは買取制度ホームページをご覧ください。

<http://www.enecho.meti.go.jp/kaitori/>

●問い合わせ先

資源エネルギー庁太陽光発電買取制度室

☎03-3501-1511

統計調査にご協力ください(2010年世界農林業センサス)

平成21年2月1日現在で、全国一斉に“農林業の国勢調査”といわれる「2010年世界農林業センサス」が実施されます。

この調査は、今後の農林業政策に役立てるため、5年ごとに実施される極めて大切な調査です。農林業を営まれている皆様のとこに調査員が訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いしますので、ご協力をお願いします。

- 問い合わせ先 役場商工企画課 商工観光係 ☎85-2111 (内線225)





1月31日(日)

開場 13:30 / 開演 14:00

- ◆**ところ**
波佐見町総合文化会館
- ◆**チケット** () は当日券
一般 2,500円 (3,000円)
中高生 1,000円 (1,500円)
小学生 500円 (800円)
※前売券は総合文化会館で販売
☎85-2034
- 問い合わせ先**
劇団はぐるま座佐世保事務所
☎22-5216

後援: 波佐見町、波佐見町教育委員会 ほか

年金にかかる税金について

老齢年金は所得税法の雑所得として扱われ、所得税がかかります。65歳未満の方でその年の支払額が108万円以上、65歳以上の方で158万円以上の場合には原則所得税がかかります、各月に支払われる額から所得税が源泉徴収されます。老齢年金を受給されている方には、毎年1月中に「源泉徴収票」をお送りしています。また、亡くなった方の確定申告(準確定申告)に源泉徴収票が必要な場合は、ご連絡ください。

- 問い合わせ先**
ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
諫早年金事務所 ☎0957-25-1663

波佐見町図書館だより

今月の新着本



馳星周著
徳間書店

暴力団の金を持ち逃げした男が、軽井沢に潜伏した。金額は5億。臭いを嗅ぎつけた危険な連中が、閑静な別荘地を涉猟し始める…。圧倒的な筆致で現実世界に迫るアクション・ノワール。『問題小説』連載を単行本化。

沈黙の森

安藤優一郎著
日本経済新聞出版社



勝てば官軍の“政権交代”。誰が幕府を倒したのか。大政奉還から王政復古、戊辰戦争まで、わずかな数年間の体制変革劇に果たして“英雄”はいたのか。気鋭の歴史家が浮かび上がらせる、敗者から見た幕末維新の実像。

幕末維新 消された歴史 武士の言い分 江戸っ子の言い分

森正洋著
ランダムハウス講談社



火と土から独特なやきものを生み出した、わが国プロダクツ・デザイン界の鬼才・森正洋。その思想と行動の軌跡を、そして陶磁デザイナーとしてのあらゆる分野の仕事の全貌を捉えた作品集。

森正洋の全仕事 The Works of Masahiro Mori

山根一城著
誠文堂新光社



世界に類を見ない、贈り物を和紙で包む礼法「折形」。現代生活の中に取り入れやすい「折形」を紹介しながら、「折形」にこめられた礼の心、そして日本の伝統文化を解説する。

日本の折形 伝統を受け継ぐ型約七十点を掲載した包み方の手引き

多重債務相談(要予約)

- 日時・場所**
2月16日(火) 9:30~
メルカつきまち(長崎市)
- 予約受付期間・定員**
2月8日(月)~10日(水)
先着24名
- 予約先**
日本クレジットカウンセリング協会
☎0120-333-767

町の事業

- ◎12月に発注した事業です。
《事業費130万円以上》
- ▶町道井石本線道路改良工事
13,673,625円 (株)山口住建工業
 - ▶下原地区污水管渠布設工事(2工区)
13,650,000円 (有)田崎工務店
 - ▶湯無田地区雨水幹線整備工事
9,796,500円 (有)田崎工務店
 - ▶波佐見温泉・新泉源送湯配管設備工事(その2)
6,930,000円 (株)山口住建工業
 - ▶波佐見縦貫線工業団地入口配水管布設工事
5,355,000円 (有)百武建設
 - ▶町道不動佐線道路改良工事
1,774,500円 (有)中川建設
 - ▶佐々木地区畑災害復旧工事
1,512,000円 (有)長島建設
 - ▶塩井川地区水路災害復旧工事
1,386,000円 丈秀建設

波佐見町図書館 開館時間 10:00~18:00

☎26-7091(直通)

☆図書館休館日☆(1月・2月)

毎週月曜日、第3木曜日、祝日(2/11)

【臨時休館】3月8日(月)~3月15日(月)

システム入替、蔵書点検のため休館します。

※本、ビデオ、雑誌の返却は受付します。

◆絵本読み語り◆

毎月第2土曜日(10:30~ 総合文化会館)

心もぽかぽか 年に一度の昼食会 ～会食のつどい～

12月4日、総合文化会館で“会食のつどい”を開催しました。当日は給食サービスを利用しておられる方や、70歳以上の一人暮らしの高齢者の方、給食を作っておられるボランティアの皆さん、民生委員などおよそ180名が集いました。

今年は、アナンダ幼稚園ととどろき保育園の子ども達にかわいらしい歌や踊りなどを披露していただき、会場は笑顔と拍手に包



アナンダ幼稚園による合唱の様子

まれました。

演芸会では、カラオケや給食ボランティアの皆さんによる舞踊などで賑わい、また、今年は民生児童委員の皆さんからも踊りを披露していただきました。

会場のあちらこちらでは地域の高齢者の方とボランティア、民生委員の方々が楽しそうに談笑される光景も見られ、和やかな雰囲気の中終了しました。



民生委員の皆さんによる「愛の小鳩」



みんなで一緒に「波佐見節」

ご協力ありがとうございます

「会食のつどい」開催にあたり、オートピア様、割烹堀江様、長生苑様、魚博様に送迎用バスのご協力をいただきました。ここに厚くお礼申し上げます。

新・小学1年生 あつまれ!

～平成22年度新入学児童「黄色い帽子贈呈式」に参加できる新1年生を募集します～

小学1年生の皆さんの交通安全を守っている黄色い帽子。社会福祉協議会が寄贈しているこの帽子の贈呈式と交通安全祈願を、今年も下記のとおり開催します。新1年生および保護者の方はふるってご応募ください。

- 募集人数：12名（※応募者多数の場合は抽選になります）
- 期 日：平成22年4月2日(金) 10:00～11:00
- 場 所：波佐美神社（岳辺田郷）
- 申込期限：平成22年2月12日(金)
- そ の 他：保護者同伴で波佐美神社に集合できる方

<申込先>

波佐見町社会福祉協議会
TEL85-2240





クリスマスはサンタが大忙し!

～郷地域福祉活動計画

サンタクロースからの贈り物事業～



12月24日と25日の夜、大きな白い袋を背負い、赤い服を着たサンタクロースが中尾郷と皿山郷にやってきて、子どもたちにプレゼントを配ってくれました。

サンタクロースの思わぬ訪問に、子ども達は大はしゃぎでした。これからもサンタクロースが子どもたちの成長を見守ってくれることでしょう。



善意の窓

◆香典返しにかえて

岳辺田郷 山口 博幸 様

(御夫人故山口宏子様)

田ノ頭郷 牛罵 梅子 様

(御令姉故中島辻子様)

宿郷 井手 清巳 様

(御夫人故井手シク様)

小樽郷 平尾 昭子 様

(御主人故平尾勲様)

皿山郷 田崎 房代 様

(御主人故田崎明様)

◆金一封

協和郷 長生 苑 様

以上の方々から本町社会福祉事業資金に寄付していただきました。それぞれの寄付に対し厚くお礼申し上げます。

波佐見町社会福祉協議会



感謝の広場

◆収集ボランティア

(切手・書き損じはがき・カード等)

田中 幸男 様 (稗木場郷)

福田 フデ子 様 (湯無田郷)

松尾 千代子 様 (小樽郷)

西 春子 様 (村木郷)

とどろき保育園 様 (金屋郷)

(柳古賀物産・コガ生コン 様 (川棚町))

波佐見町婦人会 様

役場 農林課 様

匿名希望 四名 様

皆様のご協力に感謝いたします。

波佐見町ボランティア連絡協議会

～使用済み切手のゆくえ～

皆様からいただいた使用済み切手は長崎市にある収集ボランティア団体「夢豊会」を通じて愛好家に販売されています。その収益は、海外の子ども達へワクチンを寄付するなど主に医療支援に役立てられています。

辺鄙のひとりごと

波佐見町教育委員会 学芸員 中野雄二

第22回 海外輸出時代⑤

永尾の木場山窯で生産されていた青磁大皿は、いったいどこへ輸出されていたのでしょうか。

波佐見産の染付鉢はベトナム・カンボジア・タイなど多くの国々の調査で出土し、東南アジア全域にくまなく輸出されていたことが分かります。

しかし、青磁大皿については一部の地域で出土するのみで、この点から輸出先は非常に限られていたと考えられます。その地域はどこか。現



▲木場山窯出土青磁大皿

在のインドネシアとトルコです。インドネシアではジャワ島の王宮跡からたくさん出土し、トルコ、イスタンブールのトプカプ宮殿では所蔵品の中に波佐見の青磁大皿が確認されています。

輸出が盛んに行われていた17世紀後半代、インドネシアは主にバンテン王国が、トルコはオスマン帝国が支配しており、ともにイスラム教をあく信仰しイスラム文化が花開いていました。

このイスラムの社会では、青磁という器は、食品に毒が盛られた場合に变色すると信じられ珍重されていたのです。

つまり、青磁大皿は基本的にイスラム世界の求めに応じて作られた特注



▲波佐見産青磁大皿 (伝世品)



▲波佐見産青磁大皿 (伝世品)

品であったと言えるでしょう。発掘調査による出土状況もそれを裏付けています。

どのような商人が運んでいったのだろう。イスラムの王様—スルタン—が青磁大皿で何を食べていたのか？波佐見の山深い里、木場山からはじまった小さな想像は、海を越え遠く大きく拡がっていきます。

～社会の変化に対応した活力あるまちづくりをめざして～

第9回 波佐見町生涯学習のつどい **まなびフェスタ** in はさみ

★とき 1月24日(日) 13:00～

★ところ 波佐見町総合文化会館 (ウェイブホール)

★プログラム★

- ◎1部 波佐見町青少年意見発表会 13:05～
意見発表会では、町内各小学校や波佐見中学校、波佐見高校の代表が「町の将来」などについて自分の意見を力いっぱい発表します。
- ◎2部 実践活動発表 14:25～
今回の活動発表は、湯無田郷と稗木場郷です。それぞれの地域おこし活動を発表されます。
- ◎3部 アトラクション 15:10～
掛屋剛志くんコンサート



▲昨年の青少年意見発表会



善意の窓

窓

波佐見町図書館図書購入費寄附金
・アナンダ幼稚園 園友会様
(バザー収益金として)
から寄附をいただきました。
厚くお礼申し上げます。
波佐見町

戸籍の窓

(敬称略)

お誕生おめでとう

守木	知田	富永	山脇	辻	堀江	辻	井上	中尾	元	子の名	保護者	住所
雄斗	いずみ	彩葉	咲耶	蒼唯	柊翔	一希	結依	聡佑	心優			
雄也	誠	慶彦	祐也	孝志	大助	尚洋	隆太	康成	將哲			
協和郷	協和郷	乙長野郷	岳辺田郷	岳辺田郷	宿郷	折敷瀬郷	折敷瀬郷	井石郷	湯無田郷			

休日在宅当番医

※診療時間 午前9時～午後5時

1月17日	まつお産婦人科(川棚)	82-2038
	こうの内科医院(波佐見)	20-7500
24日	坂口医院(波佐見)	85-3000
	本川医院(川棚)	82-2010
31日	山川医院(東彼杵)	0957-46-0020
	はすわ診療所(波佐見)	85-5221
2月7日	山本整形外科(川棚)	82-2495
	山川医院(東彼杵)	0957-46-0020
11日	坂口医院(波佐見)	85-3000
	田渕医院(川棚)	82-2111
14日	青木耳鼻咽喉科医院(川棚)	83-3355
	松尾医院(波佐見)	85-2001
21日	はすわ診療所(波佐見)	85-5221
	本川医院(川棚)	82-2010
28日	山住医院(東彼杵)	0957-46-1162
	西の原野中医院(波佐見)	85-3054

人のうごき (12月末)	
人口	15,390人(+5)
男	7,226人
女	8,164人
世帯数	4,951世帯(+9)
転入	36人
転出	32人
出生	12人
死亡	11人
()は前月比	

森 77歳 稗木場郷
要 77歳 稗木場郷
おくやみ申し上げます

平成21年11月における犯罪発生状況

		波佐見町	東彼杵郡内
11月中発生件数		2	12
犯罪別認知件数	凶悪犯	0	0
	粗暴犯	4	5
	窃盗犯	30	104
	知能犯	2	7
	風俗犯	0	0
	その他	6	15
平成21年発生総数		42	131

交通事故発生状況

平成21年12月末現在(H21.1~)
※()内は前年比

	波佐見町	川棚町	東彼杵町	東彼杵郡内
人傷件数	48 (-10)	77 (-18)	48 (+11)	173 (-17)
死者	1 (±0)	0 (-1)	2 (+2)	3 (-1)
傷者	60 (-8)	113 (-9)	72 (+16)	245 (-1)
物損事故	136 (-12)	212 (+36)	131 (+7)	479 (+31)
飲酒	2 (+1)	1 (-1)	1 (-1)	4 (-1)

12月に発生した町内事故の特徴

交差点での安全不確認による衝突事故や、対向車線にはみ出しての正面衝突事故も発生。

【広告】

光根本療法で

冷え性改善・スポーツ傷害・つらい痛みの改善
シミ しわ ニキビなどのトラブルスキンケア
健康ダイエットで、らくらく痩せられる！
本気で良くなりたい方は今すぐお電話を！



光サロンTHB長崎東彼杵店

波佐見町宿郷403-3 内海整骨院内併設

THB

TEL. Fax 0956-85-7710 予約制

介護用品展示場 (湯口酒店横)

住所：波佐見町宿郷230-1

営業時間：9時～19時

店休日：日曜・祝日

波佐見店 電話番号 85-3026

本社(トーコー) 電話番号 22-8485

暮らしのカレンダー

※図書館休館日については、P13の図書館だよりに掲載しています。

けんこう

母子手帳交付	2月1日(月) 波佐見町役場 9:30~11:00
	2月15日(月) 波佐見町役場 9:30~11:00
乳児健康相談	[H21年7月生] 2月2日(火) 総合文化会館 9:30~10:30受付
	[H21年10月15日~11月8日生] 2月10日(水) 総合文化会館 13:20~13:50受付
	[H21年11月9日~11月24日生] 2月24日(水) 総合文化会館 13:20~13:50受付
3歳児健診	[H18年8月~9月生] 2月17日(水) 総合文化会館 13:00~13:20受付
子育てサークル	2月4日(木) 勤労福祉会館 10:00~
	2月18日(木) 勤労福祉会館 10:00~
健康相談	2月3日(水) 波佐見町役場 13:00~15:30

新型インフルエンザワクチン接種について

生活保護世帯、非課税世帯の方はみなさん接種料金が無料となりますので、役場保健衛生課 健康増進係へご連絡ください。 ☎85-2111 (内線132~134)

そうだん

心配ごと相談 (町社会福祉協議会 ☎85-2240)

◎水曜：役場第3会議室 ◎土曜：総合文化会館

1月20日(水)13:30~16:00	◎相談員	長崎重信;野添元義
23日(土)9:30~11:30	◎相談員	山崎章三;一瀬信子
27日(水)13:30~16:00	◎相談員	長崎重信;峯 巖
2月3日(水)13:30~16:00	◎相談員	山崎章三
10日(水)13:30~16:00	◎相談員	石橋安幸;野添元義
17日(水)13:30~16:00	◎相談員	峯 巖;一瀬信子
24日(水)13:30~16:00	◎相談員	山崎章三;石橋安幸
27日(土)9:30~11:30	◎相談員	長崎重信;峯 巖

※1月27日(水)と2月24日(水)は、行政相談と合同です。

人権相談 (役場相談室)	10:00~16:00
2月3日(水)	◎相談員 中村、溝上
年金相談 (役場相談室)	10:00~15:00
2月9日(火)	◎相談員 諫早年金事務所相談専門員
夜間納税相談 (役場相談室ほか)	17:15~20:00
1月25日(月)、2月25日(木)	◎相談員 税務課及び保健衛生課職員

来月の納金(2月)

- 固定資産税
- 水道使用料
- 国民健康保険料
- 介護保険料

1月の口座振替日は25日です

【食生活改善推進員養成講座】

2月16日(火)	13:00~15:00	農村環境改善センター
----------	-------------	------------

県内一斉
女性の悩みごと・子どもの人権相談所

★日時 1月23日(土) 10:00~16:00

★場所 波佐見町総合文化会館

★相談内容
・夫やパートナーからの暴力
・「いじめ」の問題 など

★相談担当者 人権擁護委員



催し物

※日程変更の場合があります

波佐見一周駅伝大会	1月17日(日)	中学校前スタート・ゴール
近接バドミントン大会	2月14日・21日(日)	体育センターほか
長崎県知事選挙	2月21日(日)	各投票所
東彼杵中学校バレーボール大会	2月27日(土)・28日(日)	体育センターほか
町壮年会駅伝大会	2月28日(日)	改善センタースタート・ゴール
町民音楽祭	2月28日(日)	総合文化会館

男女共同参画フェスタ 入場無料

～共につくろう男女(ひと)が輝くよかまち～

2 / 28

◆開場 13:30~

◆場所 川棚町公会堂

◆内容
・オープニングセレモニー
(日) ・記念講演(矢野大和氏)

オープニングセレモニーには、鹿山雷神太鼓が出演します。講演は、元大分県佐伯市職員の矢野大和氏で、笑って元気になる講演です。
(先着150名にぞんざいの無料配布があります)

食育だより

南小学校教諭 福田泰三 (波佐見町食育推進委員)

旬の野菜を見直して一物全体食

旬の野菜は、季節に応じて働きがあります。春野菜の山菜やタケノコ等のアクや苦味には、細胞を活性化させる働きがあります。夏野菜は身体を冷やしたり、夏バテに負けないようにスタミナが付くよう調整してくれます。食欲の秋には、根菜類やキノコ類などの食物繊維の豊富なものが多く、疲れ気味の胃や腸の調子を整える作用があります。冬野菜には抵抗力をつけるビタミンCやビタミンAが多く含まれ、身体を温める作用があります。旬の野菜は、気候に応じた発育により時期に育つので生命力が強く、栄養価も高いのです。

食べ方をちょっと工夫するだけで栄養も更に多くとれます。野菜を加熱処理して、味噌汁や鍋物などに入れると野菜丸ごとの栄養がとれます。特に、新芽の部分や普段捨ててしまいがちな芯などにある生長点や皮のところに栄養が集中しています。例えば、ゴボウは内側より皮付近に糖やタンパク質、アミノ酸が集中し、うま味成分のグルタミン酸の量が多いのです。ゴボウをおいしく食べるコツは、たわしで洗うか、皮をそぎ落とす程度で十分です。また、タマネギの茶色い皮にもポリフェノールが多く含まれています。鍋もの・シチューやカレー、味噌汁を作るときにちょっとタマネギの皮を入れて数分煮込み、取り出すだけで栄養がたっぷりとれます。食卓に鍋物が多い季節になります。食べ方をちょっと工夫するだけでより栄養がとれます。

