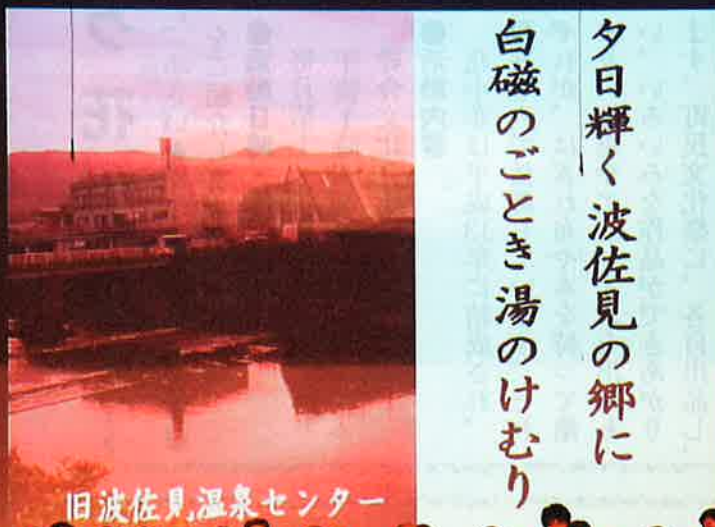



 広報  
**波佐見**  
 HASAMI Public relations magazine

No.581

7

July 2011



### HASAMI CONTENTS

- さあ広げよう！文化の輪…②
- 暮らしと情報……………⑫
- 節電について……………③
- 社協だより……………⑭
- 役場からのお知らせ……………④
- 波高だより……………⑯
- みんなのひろば……………⑧
- 窓……………⑰
- スポーツ……………⑩
- 暮らしのカレンダー・Wave通信…⑱
- 健康一口メモ……………⑪

### ～ふるさとを歌う～

6月12日に開催された東彼合唱祭。エンディングでは、参加者全員による「ふるさと東彼」が歌われ、館内いっぱい美しい歌声が響きわたっていました。



# 文化の



## 文化協会紹介

このコーナーでは毎月、町文化協会加盟団体（クラブ）を2団体ずつ紹介しています。  
興味ある団体がございましたら、問い合わせ先へご連絡ください。

さあ広げよう！

### パッチワーク花小布

大きい作品のできあがりを楽しみに、小さい布をつなぎ合わせ、布遊びをしている「パッチワーク花小布」をご紹介します。

#### ●活動日時・場所

毎月第1・第3水曜日  
午後1時～午後4時  
総合文化会館

#### ●活動内容

花小布は平成13年に結成され、現在9人で活動しています。それぞれが、はぎれ布や本を持って集まり、知恵やアドバイスを出しあい、いろいろな作品ができあがります。町民文化祭に、各自出品し、色とりどりで会場がにぎやかになります。

パッチワークに興味がある方、一緒におしゃべりをしながら布遊びを楽しみませんか。

#### ●問い合わせ先

代表 松林 整子さん

まで



▲活動中のコマ

### 波佐見囲碁愛好会

囲碁を愛し、交流を通じてまちおこしに貢献している「波佐見囲碁愛好会」をご紹介します。

#### ●活動日時・場所

毎週火・木・土曜日  
14時から17時30分頃まで  
宿郷 今里博信さん宅

#### ●活動内容

「波佐見囲碁愛好会」は、地域間・町民・世代間の交流を推進している、囲碁を愛する人の集まりです。毎月1回、定例囲碁を農村環境改善センターにて行っています。

また毎年5月3日には、陶器まつり協賛囲碁大会を開催し、県内外から130人が参加します。

囲碁は、創造力を育み集中力が身につく、脳の活性化に効力があるといわれ、老化防止によい競技と言われています。

初心者大歓迎です。お待ちしております。

#### ●問い合わせ先

会長 今里 博信さん

まで



▲波佐見陶器まつり囲碁大会

# 節電の取組みについて(お願い)

3月11日に発生しました東日本大震災により九州電力管内においても今後、夏場の電力供給に余裕がなくなることが懸念されます。

電力需要が増加する今夏に向けて、今一度、節電にご協力をお願いします。

## 節電のまめ知識

### エアコン

- ・夏場の設定温度は28℃とする。
- ・扇風機と併用してエアコンの空気の流れを循環させる。
- ・帰宅後に、エアコンを運転する際には、窓を開けて熱気を屋外に逃がしてから運転する。
- ・外出時は、カーテンを閉めて冷気を保つ。
- ・使わない時は、プラグを抜く。
- ・タイマー(1時間)を利用し、つけっぱなしにしない。
- ・外室する10分前には消す。
- ・フィルターはこまめに掃除する。
- ・すだれ、よしず、遮光ネットなどを利用して室外機にも日陰を!
- ・室外機の吹出口には、物を置かない。
- ・夜寝るまでは、1部屋で家族団らん。



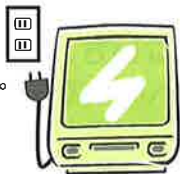
### 冷蔵庫

- ・設定温度を中～弱にする。
- ・無駄な開閉はしない(例えば買物は週1回にする)。
- ・保冷カーテンを付けて、冷気を逃がさないようにする。
- ・急速冷凍機能を極力使わない。
- ・熱いものは十分冷ましてから冷蔵庫に入れる。
- ・冷蔵庫は隙間を空けて入れる。
- ・冷凍室は詰めて入れる。
- ・物を入れるときは中央を空けて、庫内が見えるよう整理整頓を心がける。
- ・開閉時間を短くするため、物の位置を決めておく。(空いている所に適当に詰め込まない。)
- ・プラスチックトレイなどを利用し、出し入れをスムーズにする。
- ・壁から5cm程度間隔を空けて置く(冷蔵庫によっては、間隔を空けなくてもよいタイプもあります)。



### テレビ

- ・見ない時は主電源を切る。
- ・スイッチ付きタップで入・切をする。
- ・旅行等で長く不在の時はプラグを抜く。
- ・見ていない時はこまめに消す。
- ・必要な番組時間のみテレビを点ける。
- ・タイマー機能を使い、つけっぱなし時間を抑える。
- ・テレビ画面の明るさを下げる。
- ・音量を控える。
- ・画面のほこりをこまめに取り、明るさを保つ。
- ・夜寝るまでは、1部屋で家族団らん。



### 照明

- ・長時間使用する照明はLEDへ替える。
- ・トイレ、洗面所、浴室はLEDや電球型蛍光灯を使用する。
- ・照明器具の汚れやホコリを取る。(明るさアップ)
- ・廊下、階段など人がいない部屋や使っていない部屋の照明はこまめに消す。
- ・全照まで必要のない時は少し照度を下げる。
- ・家族が同じ部屋で団らんし、照明の量を減らす。
- ・インバーター式の蛍光灯は一段階暗くして使う。
- ・蛍光灯2本のうち1本を外す。
- ・出来る限り日中に家事を済ませ、夜の無駄な照明使用を避ける。



### 待機電力

待機電力とは、電源のスイッチを入れなくても、コンセントにつないでおくだけで消費する電力をいいます。  
長く使わない時はプラグを抜くか、スイッチ付きタップを使用して待機電力をカットしましょう。

待機電力の消費が大きい主な家電製品

・デスクトップPC	2.4W	・液晶テレビ	0.4W
・パソコン周辺機器	4.6~6.6W	・テレビゲーム	2.4W
・HDDレコーダー	3.4W		
・冷暖エアコン	2.4W		

出典:(財)省エネルギーセンター

●問い合わせ先 役場住民福祉課環境衛生係 ☎ 85-2111 (内線113)

資料提供:九州電力株式会社

## アナログテレビ放送は、7月24日（日）正午に終了します！

地上アナログテレビ放送は、7月24日（日）正午に終了し、地上波のテレビ放送は「地上デジタルテレビ放送」でしか見られなくなります。地上デジタルテレビ放送への移行がお済みでない方は、直ちに移行をお願いします。

地上デジタル放送を視聴するには、

- ①地上デジタル放送対応のテレビに買い換える
- ②地上デジタル放送対応の専用チューナーを買い足す
- ③波佐見ケーブルテレビに接続（加入）する

の各方法があり、①と②はUHFアンテナが必要です。（波佐見町内の従来のアンテナはUHFですので、この場合はアンテナを買い換える必要はありません。）

波佐見ケーブルテレビは、2015年まで地上デジタル放送を変換してアナログ放送が行われますので、ご加入の方は、現在お持ちのアナログテレビでもテレビが見られます。

なお、難視対策のアナ変対策で無料視聴されている方は、改めて波佐見ケーブルテレビの加入手続きが必要ですので、波佐見ケーブルテレビ（☎85-7044）へお尋ねください。

こんな時は、デジサポ長崎にご相談ください。

- テレビを買い換えたが全く受信できない。（電気店から電波が弱いと言われた。）
- 受信が安定しない。（映像が止まったりする。）
- 特定の放送局が受信できない。
- 周辺の方と共同でアンテナを設置していて、受信できるかわからない。
- 7月24日以降にテレビが映らなくなった。



7月24日以降にテレビが映らない時はデジサポ長崎へ！



デジサポ長崎（総務省長崎県テレビ受信者支援センター）  
☎095-804-5500（平日：9:00～21:00、土日祝：9:00～18:00）

### 地上デジタルテレビ放送受信無料相談会を開催します。

地上デジタルテレビ放送への切り替えが分からない方、テレビ機器等の使い方が分からない方、7月24日以降テレビが映らなくなった方などへ向けて、下記の日程で「デジサポ長崎」の相談員による臨時相談会を開催します。

相談は、無料で先着順ですので、お気軽にご相談ください。（予約等は必要ありません。）

- ◆ 日程 8月1日（月）～8月5日（金）
- ◆ 会場 波佐見町役場 1階 第2会議室他（役場正面玄関入って右奥）
- ◆ 時間 午前8時30分から午後5時15分まで
- ◆ 内容 個別相談（必要に応じ、現場の調査も行います。）

#### ●問い合わせ先

役場商工企画課電算情報係 ☎85-2111（内線223）





## 後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方へ

### 被保険者証(保険証)の更新について

= 8月から保険証が新しくなります =

- ◎現在ご使用いただいている保険証の有効期限は、平成23年7月31日までとなっています。**新しい保険証を7月末に郵送いたします**ので、大切にお使いください。なお、更新の際の手続きは必要ありません。有効期限が過ぎた保険証は、細かく裁断し破棄してください。
- ※**保険料の納付が滞っている方には、有効期間が短い保険証を交付する場合があります。**納付についてのご相談は、お早めに役場健康推進課国保年金係の窓口へご相談ください。

### 限度額適用・標準負担額減額認定証について

「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関窓口にて提示していただくことで、入院時の窓口払い(保険適用分)が自己負担限度額までになります。また、食事代が減額されます。

#### ■認定の対象となる方■

住民税非課税世帯に属している方(同一世帯の全員が住民税非課税の場合)

#### ■既に交付を受けている方■

現在使用されている認定証の有効期限は、平成23年7月31日までとなっています。引き続き対象となる方には、新しい認定証を保険証に同封して7月末に交付(郵送等)いたします。(申請の必要はありません。)

※「区分Ⅱ」の認定証をお持ちの方で、その交付を受けている期間に90日を超える入院(申請日から過去1年以内)がある場合は、さらに食事代が減額されます。(再度、申請が必要であり、適用は申請日からとなります。)

#### ■認定証の交付を受けるには■

役場健康推進課国保年金係の窓口で、申請の手続きを行ってください。(被保険者証と印鑑をご持参ください。)

- 問い合わせ先 役場健康推進課国保年金係 ☎85-2111(内線125~127)  
長崎県後期高齢者医療広域連合 ☎095-816-3930

## 宝くじ文化公演

# 伊藤多喜雄 & TAKIOBAND コンサート

パワフルな民謡ロック

ITOTAKIOが歌いあげるニッポンの歌謡

- ◆とき 9月10日(土) 18:30開場/19:00開演
- ◆ところ 波佐見町総合文化会館(ウェイブホール)
- ◆入場料 (前売券) 一般1,500円 高校生以下1,000円  
(全席指定席) ※当日券は、500円増。

※宝くじの助成により、特別料金となっております。

- ◆主催 波佐見町、波佐見町教育委員会、  
長崎県、(財)自治総合センター
- ◆チケットは、総合文化会館で好評発売中です。
- ◆問い合わせ先 波佐見町教育委員会 ☎85-2034





## 日本脳炎の予防接種について

日本脳炎の予防接種については、平成23年5月20日付で法律の改正に伴い、特例により対象が拡大されました。詳細は、以下のとおりです。

日本脳炎のワクチンの効果や目的、副反応などについてご理解のうえ、接種してください。接種料金は、無料です。

### ●改正の内容

平成7年6月1日から平成19年4月1日までに生まれた方で、1期・2期の接種が終了していないお子さんは20歳未満までの間、接種を受けることができるようになりました。

(平成17年度から21年度にかけての積極的勧奨の差し控えにより接種を受ける機会を逃した方)

※これまで定期接種ができなかった、7歳半～9歳未満、13歳以上20歳未満でも接種できるようになりました。

※一般的な高校1年生の年齢の方であっても、4月や5月生まれの方は対象となりませんので、ご了承ください。

※今年度は通常の3歳・4歳のお子さんに加えて、小学3年生・4年生のお子さんに積極的な接種勧奨を行っています。

### ●接種スケジュール

対象者	接種スケジュール
1期を全く接種していない人 (不足3回)	6日～28日までの間隔をおいて2回、さらに概ね1年経過後に1回接種する。
1期を1回しか接種していない人 (不足2回)	6日以上の間隔をおいて2回接種する。 ※前の接種から6日以上の間隔をおくこと。
1期を2回しか接種していない人 (不足1回)	1回接種する。 ※前の接種から6日以上の間隔をおくこと。
2期を接種していない人	9歳以上の方に1回接種する。 ※通常、1期接種終了後、概ね5年の間隔をおいて接種することが望ましいとされていますが、1期接種終了後、6日以上の間隔をおいて接種することも可能です。

●問い合わせ先 役場健康推進課健康増進係 ☎85-2111(内線131～133)

### ～ひとり親家庭等のための「悩みごと相談室」開設～

資格取得、仕事探し、母子寡婦福祉資金の貸付(母子のみ)、養育費等の福祉制度利用にあたり、困っておられることについて、母子自立支援員がご相談をお受けします。

■日時 8月26日(金) 10時30分～15時30分

■場所 波佐見町役場 1階相談室

■問い合わせ先 東彼・北松福祉事務所 ☎22-3211

役場住民福祉課子育て支援係 ☎85-2111(内線117)



## 町営住宅

### 入居者募集



募集する住宅は、下記の5戸です。

#### ◆住宅の概要

団地名	所在地	募集戸数	建築年	間取り	参考家賃(※)	申込世帯の目安
中尾団地	中尾郷	1戸	昭和47年	2K	5,000円～7,000円	—
小石原団地	小樽郷	1戸	昭和44年	2K	4,000円～6,000円	—
江良山団地	折敷瀬郷	2戸	昭和54年	3DK	16,000円～23,000円	2人～
山崎団地	折敷瀬郷	1戸	平成20年	3LDK	27,000円～40,000円	2人～

※家賃は、入居される世帯の収入により決定します。

#### ◆上記募集住宅の間取り

中尾団地



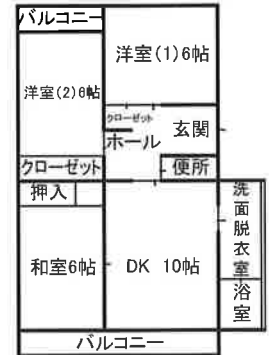
小石原団地



江良山団地



山崎団地3LDK(2階部分)



#### ◆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) 入居しようとする人全員の収入が、公営住宅法に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) 入居しようとする人が暴力団員でないこと。

#### ◆申込方法

8月19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23年9月中旬～下旬

#### ◆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の提出が必要です。

#### ◆問い合わせ先

役場建設課 管理係 ☎85-2111 (内線141～143)

### ～平成23年度下水道排水設備工事責任技術者試験～

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、かつ市町長が排水設備指定工事店として指定し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」を以下の要領で実施します。

- 日 時 10月30日(日) 13時00分～16時00分
- 場所 長崎ウエスレヤン大学(諫早市栄田町1057番地)
- 受験資格 学歴に応じて下水道の実務経験が必要。
- 受付日時 8月17日(水)～8月31日(水) 9時～17時(ただし、土・日を除く)
- 問い合わせ先 役場水道課下水道係 ☎85-2111(内線167, 168)または長崎県下水道協会 ☎095-829-1183





## 平成遣欧少年使節

# イタリアへ向け出発

今から429年前の1582年、キリシタン大名の使節として本町出身の原マルチノをはじめとする4少年による天正遣欧少年使節が公的使節として初めて、8年5か月という歳月をかけてヨーロッパを訪問しました。

その歴史を背景に天正遣欧少年使節の関係市町である宮崎県西都市、長崎県大村市、西海市、雲仙市、南島原市、波佐見町の市長と町長が集まり、毎年「天正遣欧少年使節ゆかりの地首長会議」を持ち回りで開催するとともに、天正遣欧少年使節の偉大な功績を、4少年達と同年代である現在の中学生が学び、後世に伝えていくことや関係市町の交流を互いに深めることを目的に海外派遣と国内交流事業を実施しています。

5回目の海外派遣の年となる今回は、7月28日から8月5日まで、イタリアへ各市町から中学生2人と随行員1人を派遣します。本町では、厳正に選考した結果、男子が2年生の原田太一君（鬼木）、女子が3年生の田崎さゆりさん（皿山）に決定しました。

今回の訪問では、ローマ法王との謁見やサンマリノ共和国の現地中学生との交流も予定されています。



▲平成遣欧少年使節に参加する田崎さゆりさん（左）と原田太一君（右）

# みんなのひろば



## 第14回東彼合唱祭

6月12日、総合文化会館で東彼合唱祭が開催されました。3町で持ち回り開催され、今年度は本町での開催に郡内から9団体（本町からは4団体）が出演しました。

それぞれの団体が趣向を凝らした合唱や居酒屋をモチーフにした合唱、オペラなどで会場を魅了しました。



▲オペラプラザ長崎



▲波佐見混声合唱団

## 田植えの時季

# おいしいお米をつくらう！

5月中旬から6月にかけて、町内各地で田植えが行われました。町内各小学校や地域団体でも田植え体験等が行われました。

中央小学校では、6月17日に5年生による田植え体験が、中央小学校前の田んぼで行われ、地域の方に手ほどきを受けながら丁寧に田植えをしていました。

南小学校では、7月1日に5年生による体験が行われました。南小学校では、児童が一生懸命に育てた苗も植え、泥だらけになりながらも自分達が育てた苗の成長を期待しながら、楽しく田植えをしていました。

6月26日には、稗木場郷資源環境保全会による「田んぼの学校」が稗木場郷で開催され、10人ほどが参加。時折、強い雨の降る中、もち米や黒米の苗を手に取り、熱心に田植えをしていました。

秋には、おいしいお米ができますように！



◀中央小学校の田植えの様子



◀南小学校では、田植えの前に苗の縛り方を教わりました



◀田んぼの学校の参加者の皆さん





### 県障害者スポーツ大会

## 本町出場選手準優勝

5月29日に、長崎市で第11回長崎県障害者スポーツ大会が開催されました。

天候不良のため、室内競技の「ユニカール競技」のみが行われ、本町から出場した東彼・北松Cチーム（1チーム・3人）が、決勝トーナメントに進出しましたが、決勝戦で西海市Dチームと対戦し、惜しくも3-8で敗れ準優勝となりました。

これまでの大会で、最高の成績を取められ、出場メンバーの中尾初男さん（湯無田）は、「参加者の応援で、いい成果が出た」と語っていました。これからの活躍を期待しています。



▲準優勝したメンバーと応援者の皆さん

### 波佐見・緑と水を考える会

## シーボルトの川づくり塾開講

6月26日、平成23年度シーボルトの川づくり塾が総合文化会館で開講しました。

今年度は、「アユの帰る川づくり」をテーマとして、3回の開催が予定され、1回目の今回は、川棚川に棲む貴重な魚の紹介や鮎が棲むための川棚川の状況について講師から説明があり、20人ほどの塾生は熱心に質問をして議論していました。

次回は、8月21日に開催されます。



### 町ゲートボール協会表彰

## これからもお元気で！

6月9日に開催された町ゲートボール協会大会において、森タケエさん（折敷瀬）と田村ツギさん（田ノ頭）の2人が永年表彰を受けられました。

今年3月に90歳をむかえられたお二人は、現在も元気にプレーされています。これからもお元気で競技されてください。



▲表彰された田村さん（左）と森さん（右）



# 広報文芸

滾つ瀬に万緑影を揺らしけり	川崎 三郎
蜘蛛の罠の一すじ光る雨の後	河内ハルエ
鬼蜘蛛の不意にたじろぐ俄雨	田崎 俊子
夏落葉煙に追はれ焼きにけり	田崎 房代
蛍呼ぶ声に合せて光増す	田崎 學
蜘蛛の子の糸にすがりて旅立ちぬ	久村 ムツ
新茶汲む終の滴の甘さかな	久村 洋子
それぞれに魂抱きて蛍飛ぶ	古川 恭子
遠くより聞こゆ蛙に雨仕度	松村すずな
蛙鳴く世の中平和と思いしも	安弘千鶴子
夕螢いつより余生といふべきや	山口美由喜
更衣捨てるか残すか思案顔	山下 恵美
木洩れ日の風に委ねる蜘蛛の糸	神近マサエ
【波佐見若葉句会】	
紫陽花の幾鞠つづく峡の家	川添マサ子
【西陲句会】	
夏料理冷たい水も材料かな	溝上 照美（宿郷）
降る松葉暇なかりし八十路ゆく	田中喜代子（宿郷）
【一般応募】	

※次回の一般募集は9月号、掲載は10月号です。

# 東彼杵郡中学校体育大会（陸上・水泳）

東彼杵郡中学校体育大会の陸上競技が6月14日、水泳競技が6月17日に開催されました。結果は次のとおりです。

## 陸上（波中の優勝者のみ）

【男子】

▼800m

2年 井手海夏太（2分22秒0）

▼3000m 共通

堤 海山（9分38秒7）

▼走幅跳

1年 堀江 亮太（4m81）

3年 広瀬 慎治（5m46）

▼走高跳

1年 浦山 大空（1m40）

2年 山口 晃一（1m43）

▼三段跳び 共通

福田 博一（10m61）

【女子】★は大会新記録

▼100m

1年 吉村沙弥香（14秒8）

3年 山口 未月（14秒1）

▼200m

1年 北川 莉子（30秒9）

3年 山口 未月（28秒9）

▼800m

1年 久野 智愛（2分48秒5）

2年 中尾 愛香（2分31秒4）

3年 村川 侑希（2分37秒5）

▼走幅跳

1年 村田 朋香（3m71）

3年 藤川 裕子（4m18）

▼走高跳

1年 吉村沙弥香（1m25）

2年 前田 藍香（1m37）

3年 浦山 佳菜（1m36）

▼1500m 共通

中尾 愛香（5分3秒1）

▼80m障害 低学年

前田 藍香（14秒4）

▼100m障害 共通

堀池 美穂（18秒9）

▼砲丸投げ 共通

古田 早紀（8m89）

▼4×100mリレー 1年

北川、村田、久野、吉村（58秒6）

▼4×100mリレー 2年

谷口、都留、水谷、前田（56秒2）

▼4×100mリレー 共通

山口、堀池、坂口、久田松（56秒6）

▼4×100mリレー 低学年

谷口、吉村、村田、都留（57秒7）

## 水泳（波中の優勝者のみ）

【男子共通】

▼100m自由型

松田 裕也（1分6秒51）

▼100m平泳ぎ

小山 涼（1分23秒44）

▼200m平泳ぎ

今里 研仁（3分44秒62）

▼200mバタフライ

松田 裕也（2分33秒78）

▼200m個人メドレー

小山 涼（2分36秒59）

▼400mリレー

松田、小山、今里、佐原（5分19秒8）

【女子共通】

▼100m背泳ぎ

田村 綾海（1分48秒64）

# 町民インディアカ大会

6月5日、第11回町民インディアカ大会が町体育センターで開催されました。大会結果は次のとおりです。

【男子の部優勝】



▲江良山Aチーム

【女子の部優勝】



▲火曜クラブAチーム

【混合の部優勝】



▲協和2号チーム

## スポーツ保険に加入しませんか？

対象となる団体	掛金 (一人年額)	傷害保険				賠償責任保険 (補償限度額)	共済見舞金
		死亡	後遺障害	入院(日額)	通院(日額)		
・スポーツ ・文化 ・ボランティア などを行う団体 (5人以上)	600円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	身体・財物 賠償 1人1億円 1事故5億円	突然死 (急性心不全、 脳内出血等) 180万円

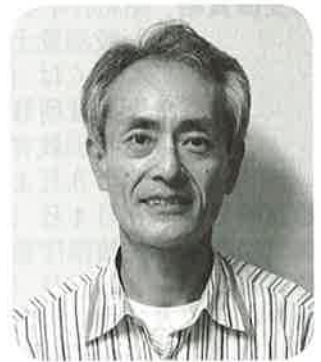
※上の表は、保険内容の一例です。詳しくは下記へお問い合わせください。

●問い合わせ先 町教育委員会 ☎85-2034



「睡眠時間より睡眠時刻」

東彼杵郡医師会 河野 宏 (波佐見町)



蒸し暑く、寝苦しい季節になってきました。今夏は節電のため、さらに眠りにくいかもしれません。睡眠不足になると昼間の集中力が落ちたり、体調が悪くなったりします。よい睡眠を得るには少し工夫が必要です。

①眠りたい時刻の約1時間前にぬるめの湯に入浴する  
②夜は部屋を暗くする・蛍光灯の使用を減らす

さて、私がお伝えしたいことは、**睡眠時間より睡眠時刻の大切さ**です。現代人は宵っ張りの人が増え、12時過ぎまで起きている方がざらです。これが問題なのです。同じ7時間の睡眠時間でも、午前1時から午前8時と午後11時から午前6時までの睡眠では、体の休まり方、疲労回復の度合いが全く違うの

です。そのことが東洋医学では以前からわかっており、明日に向かってエネルギーを蓄える時間が午後11時から午前2時までと2千年前の医学書にちゃんと書いてあるのです。まさにこの時間は**睡眠のゴールデンタイム**なのです。最近、現代医学の研究でもこの時間帯に成長ホルモンとメラトニンが最も多く分泌されることがわかったのです。この二つのホルモンは、

- ①体の成長促進
- ②病気の治癒と予防
- ③老廃物の排除
- ④種々の酵素の生産
- ⑤脳と精神のメンテナンス

などを果たしているのです。まさにアンチエイジングホルモンですね。午前様で睡眠をとっても、起きた時に体

がすっきりしないのは本当には体が休まっていけないからです。それが続くと気力が湧かない、疲れがとれないということになってしまいます。昔から早寝早起きが大事、早起きは三文の得と言われてきましたが、まさにその通りですね。(エコな生き方にもなります)

でも、そんな早く眠れないよといわれるかもしれません。宵っ張りに慣れた体のリズムを変えるのはちよつと努力が要ります。とにかく、まず早起きするのです。そうすれば、その夜は早く眠くなります。それを続けると日内リズムが変わります。さあ、今夜から始めましょう。そして、継続しましょう。

こんにちは 歯科医師です

学校の検診でむし歯なしだったのに、歯医者に行ったらむし歯と言われた。どうして??

それは、診査の環境の違いによるものです。

①**照明** 歯の治療の時、口に当てる照明が誤って目に入ると、そのまぶしさに驚きます。検診の部屋の明かりとは格段の差です。

②**エアースリンジ** 口の中を乾かすために強い風を送る器具ですが、検診会場にはありません。そのため、歯が唾液や歯垢で覆われたままで検診を行っており、小さなむし歯を見つけることは困難です。

③**レントゲン** 例えば、歯と歯の間にできたむし歯は、口の中をのぞいただけでは穴が開いているように見えなくても、レントゲン写真を見ると横のほうに穴が開いているのが分かります。

このように、検診の場では精密な検査や診断を行うことはできません。検診の目的は精査を必要とする人を見つけ出すこと(スクリーニング)です。

**検診の結果、受診を勧められた方は、早めに歯科医院に行きましょう。また、問題なしと言われた方も、歯科医院でしっかり定期検診を受けたほうが安心ですね。**

大村東彼杵郡医師会波佐見班 山邊 千恵

健康テレホンプログラム	
☎0120-555-203	
7 月	
月	酸基ホンを持ち歩かなければならなかったら
火	自宅でできるリハビリ
水	夏の子どもの事故
木	蜂に刺されたときの対処法
金	災害とPTSD
土	高齢者の頻尿
8 月	
月	頭痛のいろいろ
火	結腸憩室炎
水	おたふく風邪
木	黄砂と鼻炎
金	歯のマニキュアってなあに
土	最近増えてきた子宮体がん
*祝祭日は前日のテープが流れます。	

## 自衛官採用試験

### 【一般曹候補生】

- 受付期間 8月1日(月)～9月9日(金)
- 試験日 9月17日(土)
- 受験資格 18歳以上27歳未満の方

### 【航空学生】

- 受付期間 8月1日(月)～9月9日(金)
- 試験日 9月23日(祝)
- 受験資格 高卒(見込含む)で21歳未満の方
- 申し込み及び問い合わせ先  
自衛隊大村地域事務所 ☎0957-52-6217

## 長崎県職員(測量検定)募集

- 採用人数 1名程度
- 受験資格 昭和47年4月2日以降に生まれた方  
一般測量士国家試験を合格した方、  
もしくは(独)産業技術総合研究  
所測量研修センターが行う一般測  
量特別教育課程を修了または平成  
24年3月までに卒業見込みの方
- 試験日時 9月4日(日) 9時30分から
- 試験場所 長崎県庁第2別館3階会議室
- 募集期間 8月22日(月)まで
- 申し込み及び問い合わせ先  
長崎県県民安全課 ☎095-895-2310

## NHK学園受講者募集

NHK学園には、趣味・教養から語学・資格まで、幅広いジャンルの講座が200コース以上あります。通信講座で新しい趣味・スキルを身につけてみませんか。無料の案内書をお気軽にご請求ください。

- 主な講座  
俳句、短歌、川柳、書道、ペン字、写経、水彩画、  
絵手紙、写真、自分史、漢方薬膳、ハーブ、折り紙、  
ハンゲル、セルフ・カウンセリング、簿記など
- 受講期間 3か月～1年(講座によって異なります)
- 申込方法  
請求により案内書をお届けします。電話・FAX・ホームページからお申し込みいただけます。
- 申し込み及び問い合わせ先  
〒186-8001 東京都国立市富士見台2-36-2  
NHK学園 ☎042-572-3151  
FAX042-574-1006  
<http://www.n-gaku.jp/life>

## 交通遺児育成基金について

交通遺児育成基金制度は、自動車事故で亡くなられた方の残されたお子様(満16歳未満)が、損害保険会社などから支払われる損害賠償金等の中から、拠出金を交通遺児育成基金に払い込んで基金に加入すると、これに国や民間からの援助金を加えて安全・確実に運用し、お子様が満19歳に達するまで育成給付金を支給していく制度です。年利2.5%相当と有利な条件になっています。

お子様の教育資金として満19歳に達するまで育成給付金を送金いたします。

- 問い合わせ先  
財団法人交通遺児育成基金 ☎0120-16-3611

## 「第5回自殺対策シンポジウム in 県央」開催

本シンポジウムは自殺対策について広く県民の皆様に関心を持ち、理解を深めていただくことを目的に開催します。入場は無料ですので、多くの皆様の参加をお待ちしています。

- 日時 9月3日(土) 13時～16時
- 場所 大村市民会館(大村市東本町574番地)
- 内容 女優の音無美紀子さんによる基調講演、パネルディスカッション、自死者のパネルメッセージ展、相談会など
- 問い合わせ先  
長崎県長崎こども・女性・障害者支援センター  
☎095-846-5115

## 狩猟者適性検査(免許更新)

狩猟免許を所持している方で、有効期間が9月14日(水)で満了となる方、若しくは有効期間が9月14日以降であっても更新を希望する方に適性検査(免許更新)を実施します。

- 試験日 9月2日(金)
- 試験会場 諫早文化会館
- 申込締切 8月19日(金)
- 申し込み及び問い合わせ先  
県央振興局農林部農業振興課 ☎0957-22-0389  
役場農林課農政係 ☎85-2111(内線152)

## 交通事故巡回相談開設

県では、交通事故に遭われた方のために、巡回相談所を開設しています。8月の日程は下記のとおりで、県北振興局で開催されます。

- 日時 8月11日(木) 10時～16時  
8月18日(木) 10時～19時
- 問い合わせ先  
長崎県交通事故相談所 ☎095-824-1111



**農薬は正しく使いましょう**

6月から8月までの3か月間は、農薬危害防止運動月間です。農薬は、次の点に注意して正しく使いましょう。

- ①農薬を使う前にラベルをよく読んで、使用上の注意を守る。
- ②散布の際は、防除衣等をきちんとつける。
- ③周辺への飛散に気を付け、周囲の作物、人家、家畜や養蜂、河川などへの影響に注意する。
- ④散布後は十分に器具を洗浄する。
- ⑤保管場所には必ず鍵をかける。

なお、農薬の取扱や防除方法についての詳しいことは、県病害虫防除所、県央振興局農林部、農協などへお気軽にご相談ください。

**波佐見町図書館だより**

今月の新着本



巨大地震は繰り返す！東海・東南海・南海・首都直下が1年弱の間に続けて起きた江戸末期の安政地震をはじめ、過去に日本列島を襲った地震と津波の歴史を振り返り、今後とるべき備えを学ぶ。「産経新聞」連載に加筆・修正。



ベテラン助産師が行う「いのちの授業」を紙上再現！子育てに悩む保護者に「命の大切さ」をやさしく伝授。授業で話していることや、なぜそのことを授業で話すようになったのかを、背景となる著者の体験も交えて紹介する。



ヒトの細胞=60兆個、日本の首相の平均在任期間=25か月、人間が飲める地球の水の割合=0.01%…。人口・年収・寿命から、遺伝子・宇宙の元素まで、知れば世界と日本が違って見える数字を紹介。



省エネ・節電にもつながる緑のカーテンで、夏を快適に乗り切る！アサガオやブドウ、ゴーヤーなど、さまざまなつる性植物を使った緑のカーテンのつくり方を、豊富な写真でわかりやすく解説。

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★ (7月・8月)

毎週月曜日、第3木曜日

※図書館内での携帯電話の使用はご遠慮ください！

◇絵本読み語り◇

毎月第2土曜日 (10:30~ 総合文化会館)

【広告】

**ぴあの教室**

山口 みゆき  
 ☎: 090-5475-9770  
 波佐見町稗木場郷(稗木場バス停そば)  
 ♪ 幼児からシニアまで、出張レッスンもいたします ♪

**あたたか家族写真展 参加者募集**

カジュアルフォト カジュアルフォト

対象: 5ヶ月から3才までのお子様がいいらっしゃるご家族  
 6切り写真1枚・木製額入りでお渡しいたします。  
 参加費: 6,300円 限定50組 7/15~8/21まで

※ お子様 お一人増えるごとに <sup>プラス</sup>1,050円 平日撮影特典付き!!  
 ※ ロケーション撮影の場合 <sup>プラス</sup>1,575円 フォーマル撮影は対象外です。

詳しくはお電話または Web で [www.studiosyou.jp](http://www.studiosyou.jp)  
 ご予約・お問い合わせ

**0956-85-7280 Studio-頌-**

## 平成22年度 波佐見町社会福祉協議会の事業報告

### 【1】法人運営事業

- ・役員会及び各種委員会、調査会の開催
- ・福祉関係実習生の受け入れ（社会福祉士）

### 【2】町農村環境改善センター管理受託事業

- ・会館の管理事務（利用回数753回）
- ・「老人の日」事業推進（毎週木曜日・872人利用）

### 【3】助成事業

- ・町地域福祉推進協議会等への助成・活動促進（各郷の高齢者を対象とした食事会などへの助成等）
- ・準要保護世帯への入学支度金（8名） など

### 【4】地域福祉推進事業

- ・手話講習会の開催（6月3日～11月25日）
- ・地域の食事サービスボランティア講座（10月18日）
- ・点訳ボランティア養成講座（2月1日～26日）



- ・夏休み保育園幼稚園体験事業（54名参加）
- ・郷地域福祉活動計画の推進〔中尾郷・皿山郷〕（サンタクロースからの贈り物事業、支え合いマップづくり、電動車いす貸出事業視察研修ほか）



- ・ふれあいいきいきサロン支援事業（12サロン）
- ・福祉教育の促進・支援事業（5校・1団体） など

### 【5】共同募金配分金事業

- ・ふれあい型給食サービス（年8回）、会食のつどい
- ・ボランティア協力校助成事業 など

### 【6】善意銀行事業

- ・寄付金受付数 117件

### 【7】心配ごと相談所の開設

- ・心配ごと相談（毎週水曜日）
- ・弁護士相談（奇数月）
- ・土曜相談（毎月第4土曜日） 相談者のべ80名

### 【8】各種貸付事業

- ・[県]生活福祉資金貸付（39件・31,432,000円）
- ・[町]福祉資金貸付（5件・330,000円）
- ・[町]高額療養費貸付（9件・1,885,000円） など

### 【9】各種募金等の推進活動

- ・赤い羽根チャリティーグラウンド・ゴルフ大会
- ・24時間テレビ募金
- ・東日本大震災救援物資・義捐金 など



### 【10】その他の主な活動

- ・広報誌発行、ボランティア掲示板作成等の広報活動
- ・東彼杵郡社会福祉協議会の事業
- ・介護福祉機器の貸出・斡旋事業の推進
- ・福祉関連用具貸出事業（車いす48回、ポータブルトイレ3回、歩行器8回、介護用具11回） など

### 【11】介護保険等事業

- ・波佐見町居宅介護支援事業所の経営
- ・波佐見町ホームヘルプサービス事業所の経営 など

### 【12】災害ボランティア体制づくり実動演習事業

- ・災害時に設立するボランティアセンターの実動演習（11月13日総合文化会館で開催・自治会役員、ボランティア等約70名が参加）

〔災害ボランティアセンターで自分が活動するボランティアを探す様子(訓練)→〕



### 【13】その他の福祉推進事業

- ・町老人クラブ連合会事務局
- ・町ボランティア連絡協議会事務局
- ・町在宅介護者の会事務局
- ・日本赤十字社長崎県支部波佐見分区の運営
- ・長崎県共同募金会波佐見町分会の運営 など



# 平成22年度 決算

(収入) 単位：円

勘定科目	決算額
会費収入	1,915,645
寄付金収入	2,786,907
補助金収入	17,241,000
受託金収入	4,533,000
事業収入	113,400
貸付事業等収入	2,546,400
共同募金配分金収入	1,516,000
負担金収入	5,552,824
介護保険収入	47,359,609
利用料収入	47,380
自立支援費等収入	5,367,510
補助事業等収入	763,427
雑収入	2,297,050
受取利息配当金収入	111,021
経理区分間繰入金収入	23,526,161
積立預金取崩収入	13,892,013
退職共済預け金収入	5,432,730
前期末支払資金残高	31,335,290
収入合計	166,337,367

(支出) 単位：円

勘定科目	決算額
人件費支出	73,799,844
事務費支出	4,603,894
事業費支出	6,914,985
貸付事業等支出	2,304,000
助成金支出	1,388,571
負担金支出	251,553
経理区分間繰入金支出	23,526,161
積立預金積立支出	11,522,076
その他の支出	2,010,960
支出合計	126,322,044

※事業報告・決算の詳しい内容は  
社会福祉協議会で閲覧できます。

## 善意の窓

### ◆香典返しにかえて

- 村木郷 永田不二夫 様 (御母堂故永田イシ様)
- 永尾郷 辻 辰馬 様 (御子息故辻和裕様)
- 宿郷 有福 實 様 (御夫人故有福安子様)
- 永尾郷 野中ヨシエ 様 (御主人故野中諭様)
- 永尾郷 長壽ハル子 様 (御主人故長壽也寸志様)
- 野々川郷 柿本ハツヨ 様 (御主人故柿本弘様)
- 折敷瀬郷 中山ゆい子 様 (御主人故中山和憲様)
- 宿郷 馬場 敏代 様 (御主人故馬場靖行様)
- 井石郷 永田 博子 様 (御主人故永田亮三様)

### ◆金一封

湯無田郷 松葉保育園職員一同 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。それぞれに寄附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)
- 株式会社 ダイニチ 様 (湯無田郷)
- 有限会社 不二商店 様 (宿郷)
- 有限会社 西海軒 様 (佐世保市)
- 智 水 塾 様 (田ノ頭郷)
- 波佐見町 婦人会 様
- 波佐見町役場・住民福祉課 様
- 波佐見町役場・国保年金係 様
- 匿名 希 望 一名 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

## 東日本大震災義援金

- ※6月受付分・掲載希望団体のみ
- (社)シルバー人材センター 様
- 東彼合唱祭実行委員会 様
- 東彼民商波佐見支部 様

ご協力ありがとうございます。お預かりした義援金は長崎県共同募金会を通じて被災者の方々に配分されます。

# 波佐見町職員を募集します

波佐見町の職員を募集します。(平成24年度採用予定)

- 受付期間 平成23年7月14日(木)～平成23年8月19日(金) 当日消印有効
- 第1次試験日 平成23年9月18日(日)

試験区分	試験職種	職務内容	採用予定数	受験資格
大学卒業程度	行政	一般行政事務	若干名	昭和57年4月2日から平成2年4月1日までに生まれた者
高校卒業程度	一般事務	一般行政事務	若干名	平成2年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた者
	土木	土木技術	若干名	昭和57年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた者

- 申し込み及び問い合わせ先 役場総務課総務班 ☎85-2111(内線201)  
案内は、町のホームページにも掲載しています。

## 波佐見高校だより〈Vol.141〉

### 気分一新

6月13日から17日の期間を「長崎っ子の心を見つめる教育週間」に設定し、①授業公開 ②個人面談 ③人権標語作成 ④校内放送での語りかけ ⑤アンケート調査 ⑥挨拶声かけ運動を行いました。授業公開には、保護者の方々以外に地域の皆様にもご来校いただき、ありがとうございました。

6月16日、本校陶芸デザインコースの3年生18人が波佐見中学校を訪問し、1年生134人と一緒にマグカップの制作に取り組み、交流を深めました。これは波佐見町教育委員会が実施している中高連携陶芸教育「やきもの文化体験プログラム」の活動の一貫で、焼き物への理解を深め、地域の文化や活動に積極的に関わる姿勢を育むことを目的に実施されました。この日は、陶土を板状に切り分け、空き缶に巻き付けて取っ手を付ける型作りを行いました。8月に素焼き、9月に絵付け、10月に波佐見町村木郷の国指定史跡「畑ノ原登り窯」で焼成します。今から完成が楽しみです。

6月17日、本校の体育館や特別教室を会場に、2・3年生と保護者を対象に、「進路ガイダンス」を開催しました。目的は、進路を取り巻く厳しい状況を理解し、進路意識の一層の高揚を図り、早期に準備を始める体制づくりです。始めに、①大学・短大 ②専門学校 ③看護医療系 ④就職 ⑤公務員に分かれて説明会を実施、次に、①進学者対象の学科別説明会 ②就職者対象の面接講座 ③公務員対策講座を並行して行いました。

6月18日に第1回学校説明会を開催しました。昨年の143人を大幅に上回る318人の中学生と保護者の出席があり、本校に対する関心の高さに驚いています。6月に入って衣替えがあり、高総体が終了し、波高生は新たな目標に向かって気分を一新し、スタートしました。



▲進路ガイダンス



▲中高連携陶芸教育

## 「ダメ。ゼッタイ」正しい知識を身につけて!



覚せい剤や大麻などの薬物を乱用すると、心や身体をボロボロにするだけでなく、中には急性中毒によって死亡することもあります。また、幻覚、妄想などの精神障害に陥って自殺を図ったり、凶悪犯罪や重大な交通事故を起こすなど社会の安全も脅かされます。

薬物は、「覚せい剤」「大麻」など、本来の呼び名だけでなく、別名(隠語)で呼ばれることがあり、かっこいい呼び名に惑わされて安易に手を出したり、薬物とは知らずに手を出してしまって人生を台無しにすることがないように、正しい知識を身に付け、「ダメ。ゼッタイ」と断る勇気を持ちましょう。

- 問い合わせ先 川棚警察署 ☎82-3110

覚せい剤、大麻などの薬物の使用や所持などは法律で禁止され、違反すると重い刑罰が科せられます。

※おことわり 連載中の「はさみ再発見」はお休みします。





## よい子つよい子元氣子

### 掲載写真募集！！

『みんなのひろば よい子つよい子元氣子』のコーナーでは、満1歳前後のお子さんの写真を毎月募集しています。掲載を希望される方は、役場広報担当へご連絡ください。  
役場商工企画課 ☎85-2111 (内線222)

### 人のうごき (6月末)

人口	15,329人 (+17)
男	7,232人
女	8,097人
世帯数	5,015世帯 (+6)
転入	43人
転出	25人
出生	11人
死亡	12人
	( )は前月比

### 休日在宅当番医

7月17日	松村内科・消化器科 (東彼杵) 0957-47-0709
18日	カナザワ内科クリニック (川 棚) 83-3727
24日	中村内科医院 (波佐見) 85-7325
31日	にいむら整形外科医院 (川 棚) 82-6565
8月7日	小島居内科・脳神経内科クリニック (波佐見) 20-7027
14日	実松整形外科医院 (東彼杵) 0957-47-0278
21日	みやた小児科医院 (川 棚) 82-3735
28日	すが眼科 (波佐見) 20-7575

※診療時間・・・9:00~17:00

### 平成23年5月における犯罪発生状況

		波佐見町	東彼杵郡内
5月中発生件数		3	10
犯罪別認知件数	凶悪犯	0	0
	粗暴犯	0	1
	窃盗犯	17	40
	知能犯	0	3
	風俗犯	0	0
	その他	3	8
平成23年発生総数		20	52

### 交通事故発生状況

平成23年6月末現在(H23.1~)  
※ ( )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	29 (+11)	45 (+11)	29 (+5)	103 (+24)
死者	0 (±0)	1 (+1)	1 (+1)	2 (+2)
傷者	48 (+28)	54 (+11)	38 (+3)	140 (+33)
物損事故	63 (+6)	114 (+25)	52 (-6)	229 (+25)
飲酒事故	2	1	0	3
無免許事故	0	0	1	1

### 6月に発生した町内事故の特徴

負傷者数が増加しています。前方を注意しての運転に心がけてください。

### 要 check ! イベント情報

#### 川棚町

#### かわたな夏まつり

- 日時 8月14日(日) イベント16:00~ 花火20:30~
- 場所 川棚町新漁港(平島)
- 内容 クジャクマンショー、ペリーダンスショー、YOSAKOI演舞 大花火大会(1500発)、「夢うちわ」無料配布先着1000本

#### 東彼杵町

#### 第42回納涼花火大会

- 日時 8月16日(火) イベント16:00~ 花火20:30~
- 場所 彼杵新港埋立地
- 内容 花火、仕掛け花火、よさこい、盆踊り他イベント 日本を元気にする花火を打ち上げます!

### 平成23年度 長崎新聞金婚夫婦表彰

昭和36年に結婚され、結婚50年目を迎えられる、金婚ご夫婦を募集します。

受付期限：7月31日(日) 当日消印有効

応募方法：役場社会福祉係に備え付けの所定のはがきか郵便はがきに住所・氏名・電話番号・結婚年月日を記入し応募ください。

後援：長崎県、長崎県市長会、長崎県町村会

申込・問い合わせ先 〒852-8601長崎市茂里町3-1  
長崎新聞社事業部 ☎095-844-5261

# 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	8月1日(月) 波佐見町役場 9:30~11:00 8月22日(月) 波佐見町役場 9:30~11:00
乳児健康相談	[H23年1月1日~12日生] 8月2日(火) 総合文化会館 9:30~9:50受付 [H23年1月13日~21日生] 8月2日(火) 総合文化会館 10:00~10:20受付 [H23年4月28日~5月24日生] 8月24日(水) 総合文化会館 13:20~13:50受付
3歳児健診	[H20年2月~H20年3月26日生] 8月17日(水) 総合文化会館 13:00~13:20受付
5歳児発達健診	[H18年6月2日~9月16日生] 8月9日(火) 農村環境改善センター 13:00~13:20受付
子育てサークル	8月11日(木) 農村環境改善センター 10:00~ 8月25日(木) 農村環境改善センター 10:00~
健康相談	8月3日(水) 波佐見町役場 13:00~15:30

## そうだん

心配ごと相談 (町社会福祉協議会 ☎85-2240)

◎水曜：農村環境改善センター ◎土曜：総合文化会館

7月20日(水) 13:30~16:00	◎相談員 峯 巖;一瀬信子
23日(土) 9:30~11:30	◎相談員 長崎重信;谷添岩男
27日(水) 13:30~16:00	◎相談員 峯 巖;野添元義
8月3日(水) 13:30~16:00	◎相談員 一瀬信子;谷添岩男
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 長崎重信;峯 巖
24日(水) 13:30~16:00	◎相談員 野添元義;一瀬信子
27日(土) 9:30~11:30	◎相談員 石橋安幸;長崎重信
31日(水) 13:30~16:00	◎相談員 峯 巖;谷添岩男

※7月23日(土)は、ひとり親相談と合同です。

人権相談 (役場第2会議室)	10:00~16:00
8月3日(水)	◎相談員 人権擁護委員(峯、中村)
年金相談 (役場相談室)	10:00~15:00
8月3日(水)	◎相談員 諫早年金事務所相談専門員
行政相談 (総合文化会館)	9:30~11:30
8月27日(土)	◎相談員 行政相談委員(野添、長興)
夜間納税相談 (役場相談室ほか)	17:15~20:00
7月25日(月)、8月25日(木)	◎相談員 税務課及び健康推進課職員

## 来月の納金(8月)

- 町民税
- 国民健康保険料
- 介護保険料
- 水道使用料

## 7月の口座振替日は25日です

### 東日本大震災に便乗した義援金詐欺にご注意ください!

東日本大震災発生後、県内においても、義援金などと称して現金を口座に振り込ませようとする詐欺容疑事件が発生しています。今後も発生が予想されますので、だまされないようご注意ください。

●問い合わせ先 川棚警察署 (☎82-3110)

### 「県民祈りの日」

8月9日は、原爆犠牲者のご冥福をお祈りし、平和への誓いを新たにするため、1分間の黙とうをささげましょう。

### 8月は食品衛生月間です!

今年も食中毒が多発する季節がやってきました。食中毒を予防するには食中毒予防の4原則を守ることが大切です。

～食中毒の4原則～

- ・菌をもちこまない
- ・菌をつけない
- ・菌を増やさない
- ・菌をやっつける



調理する前、食事をする時は手を洗いましょう。

●問い合わせ先

長崎県食品衛生協会大村支部 (県央保健所内)  
諫早市栄田町26-49 ☎0957-26-4711

## 催し物

※日程変更の場合があります。

町民との交流ユニカル大会	7月24日(日)	体育センター
ハスポ杯学童野球大会	7月24日(日)	甲辰園グラウンド
親子交歓球技大会	8月7日(日)	体育センターほか
隣接婦人バレーボール大会	8月21日(日)	体育センターほか
はさみ夏まつり	8月28日(日)	はさみ温泉周辺
町民テニス大会	8月28日(日)	鴻ノ巣テニスコート
ライオンズ杯青空学童野球大会	8月28日(日)	甲辰園グラウンド
町民野球大会	8月28日(日)	鴻ノ巣グラウンド

### 【スポーツ少年団紹介】波佐見ジュニアバドミントンクラブ

こんにちは、波佐見ジュニアバドミントンクラブです。

平成18年に創部し、今年で6年目の若いクラブです。現在、町内3小学校から男子12人、女子14人で、小学1年生から6年生までの26人で活動しています。

「一打・集中」を基本とし、「元気よく、道具を大切に使う」をモットーに日々練習をしております。

年間10大会ほど参加しており、まだ結果は残せていませんが、子ども達は楽しく、元気に練習しています。

バドミントンをしてみたいという子ども達、入部は随時受け付けていますので、ぜひ一度見学にお越しください。

- 練習日時・場所 木または金曜日 18:30~20:00  
毎週土曜日 9:00~12:00  
波佐見町体育センター

●問い合わせ先 志方恒治さん



▲入部をお待ちしています!