

広報 ながと

Nagato City Public Relations

2018
(平成30年)
No.216

6



大津緑洋高校ラグビー部が17年ぶりの優勝/第61回中国高等学校ラグビーフットボール大会山口県予選

主な内容

- 特集 6月は「土砂災害防止月間」危険にどう備えますか 2～3ページ
- 特集 財政状況公表 4～5ページ
- 長門の人 キッズクルーズ船 船長 田村 昌美 さん 7ページ
- 暮らしの情報 8ページ～
 - ・長門市職員採用試験 ・ガストロノミーウォーキング in 長門・俵山温泉 ・クルーズ客船「にっぽん丸」
 - ・集落支援員募集 ・ラグビーW杯公認キャンプ地に決定 ・結婚新生活の新居にかかる費用を補助
 - ・65歳以上の介護保険料のお知らせ ・人間ドック・歯科健診の受付を開始 ・6月は環境月間
 - ・第60回水道週間 ・水中ウォーキング教室の参加者募集 ・男女共同参画週間

まさかの出来事は突然やってくる！土砂災害防止月間！

危険にぞろぞろ備えますか

6月は「土砂災害防止月間」です。梅雨を迎え、土石流やけ崩れなど土砂災害の危険度が高まる時期。自然災害は突然やってきます。被害を最小限に抑えるためにも日頃から災害時を想定した準備をしておきましょう。



備 防災情報をチェック

災害発生時には、まず状況を把握することが必要不可欠です。災害発生時には防災行政無線・告知放送・テレビ・ラジオ・防災メール・インターネットを活用し、気象情報や避難情報を入力しましょう。

■ 防災行政無線

緊急情報をサイレンや音声で伝えるシステムです。「避難に関する情報」や「全国瞬時警報システム（Jアラート）」による気象庁からの気象情報などを市内65カ所に設置した屋外拡声子局から伝達します。
※大雨時や豪雨時には防災行政無線の音声聞き取りにくくなります
※放送内容（時報・サイレンを除く）

は、放送後24時間、電話で確認できます（TEL 23・5705）

■ 告知放送

「避難に関する情報」や「全国瞬時警報システム（Jアラート）」による気象庁からの気象情報などをお知らせします。
※録音機能があるので再確認できます



■ L字放送

災害時には、ほっちゃテレビで災害・避難情報をテロップで流します。

■ 防災メール

あらかじめ登録（無料）しておいた携帯端末やパソコンに、市から気象情報・避難情報などの防災情報がメール配信されるサービスです。

・登録方法

- ① e-ngato@xpressnai.jpへ空メールを送信
- ② 折り返し、登録用メールが届きますので案内に従って登録してください

最新の防災情報は、次のホームページでも確認できます。

■ 土砂災害警戒情報

<http://d.keikai.pref.yamaguchi.lg.jp/dosya/>

■ 県土木防災情報システム

<http://y-bousai.pref.yamaguchi.jp/>
・携帯電話
<http://y-bousai.pref.yamaguchi.jp/>

■ 土砂災害警戒区域の問い合わせ

- ・ 三隅・日置・油谷地区の土砂災害警戒区域については、各支所でも確認できます。
- ・ 防災危機管理課 TEL 23・1111
- ・ 三隅支所 TEL 43・0277
- ・ 日置支所 TEL 37・2168
- ・ 油谷支所 TEL 32・1114



平成29年6月4日、黄波戸地区防災訓練の様子



非常時に備えて 持ち出し品の用意を

非常時に備えて当面の生活に必要な物品を用意し、避難するときに両手か使えるようリュックに入れ、定期的に点検を行いましょ。

《非常時持ち出し品》

- 飲料水 ミネラルウォーター
- 非常食 乾パンや缶詰など調理せずに食べられるもの
- 懐中電灯 予備電池も必要
- 携帯ラジオ FM・AMの両方が聞けるもの（予備電池も必要）

■ 救急薬品・常備薬・処方薬

消毒液、ばんそうこう、傷薬、包帯、ガーゼ、風邪薬、日ごろ服用している薬とお薬手帳、胃腸薬、鎮痛剤など

■ ヘルメット（防災ずきん）

■ 現金・貴重品

その他 ライター、軍手、衣類など



「防災出前講座」開催中

市では、自治会集会やサロンなどで防災意識を高めるため、防災危機管理課職員による出前講座を実施しています。休日などでも講座を実施します。

■ 問い合わせ 防災危機管理課 TEL 23・1111



避難行動要支援者制度

この制度は、高齢者や障害のある人などが、災害発生時に家族などによる支援が困難で手助けを必要とする場合に、自治会や自主防災組織、民生委員などが連携して支援する制度です。

■ 避難行動要支援者の対象

- ① 身体障害者手帳の旅客運賃割引区分1種
- ② 療育手帳A
- ③ 精神障害者保健福祉手帳1級
- ④ 要介護認定3級～5級
- ⑤ 65歳以上ひとり暮らし高齢者から申

災害の兆しが見えたら

災害の兆しが見えたら、次の関係機関に場所や状況を連絡するとともに、避難の準備を始めてください。

- ・ 防災危機管理課 TEL 23・1111
- ・ 長門市消防本部 TEL 22・0119
- ・ 長門警察署 TEL 22・0110

危険を感じたらすぐ避難 ～避難情報と避難場所～

■ 避難情報

長門市は、気象状況などから避難が必要と判断した場合は、次のとおり避難情報を発令し、告知放送や防災メール、HP などでお知らせします。

危険度	区分	取るべき行動
	自主避難	自分が危険であると判断したときは、自主的に避難しましょう
	避難準備・高齢者等避難開始	避難に時間のかかる人は避難を開始し、それ以外の人は避難の準備をしましょう
	避難勧告	被害発生の可能性が高いため、避難を開始しましょう
	避難指示（緊急）	被害発生が非常に高い、または被害が発生している状態のため、すぐに避難しましょう

※「自主避難」はご自身での判断となります

■ 避難場所の種類

災害の危険が切迫する場合には、市民の皆さんの安全な避難先を確保するため、災害区分（土砂災害、水害、地震、津波、高潮など）に応じて避難場所などを開設します。自宅近くの避難場所や避難経路を確認しておきましょう。

地区一時避難場所	指定緊急避難場所	指定避難所
災害が発生し、または発生するおそれがある場合に、切迫する危険から一時逃れるための避難場所として、自治会や自主防災組織などが決めた施設または場所	災害が発生し、または発生するおそれがある場合に、その危険から逃れるための避難場所として、災害の種類ごとに市が指定した施設または場所	災害の危険性があり、避難した市民などが危険性がなくなるまで必要な期間滞在し、または災害により家に戻れなくなった市民が一時的に滞在するための市が指定した施設

特別会計予算の執行状況

特別会計は、特別な事業を行う場合に特定の収入（例えば保険料や使用料など）をその事業費にあて、一般会計から切り離すことによって、経理上その内容が明確になるように設けられています。

(単位：万円)

区分	予算額	収入		支出	
		収入済額	執行率	支出済額	執行率
国民健康保険事業	582,570	519,977	89.3%	519,461	89.2%
湯本温泉事業	25,939	2,412	9.3%	9,954	38.4%
介護保険事業	409,051	347,933	85.1%	353,792	86.5%
電気通信事業	9,839	9,672	98.3%	9,672	98.3%
後期高齢者医療事業	67,299	62,811	93.3%	58,738	87.3%



国民健康保険事業

国民健康保険料などの収入をもとに、被保険者の疾病、負傷、出産または死亡などに関して必要な保険給付を行う事業



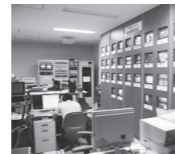
湯本温泉事業

市営公衆浴場の運営および湧出温泉の各施設への配湯により、市民の健康増進ならびに観光客の招致を行う事業



介護保険事業

要介護者・要支援者に対する保険給付のほか、介護予防・生活支援サービスなどの地域支援事業を行う事業



電気通信事業

長門市ケーブルテレビの伝送路を利用したインターネット接続サービスの提供、維持および運営に関する事業



後期高齢者医療事業

後期高齢者保険料などの収入をもとに、被保険者の疾病、負傷、死亡などに関して必要な保険給付を行う事業

市債の状況

建設事業などを行うために借り入れた市債（長期資金）の現在高です。

(単位：万円)

会計名	現在高
一般会計	2,040,235
湯本温泉事業	1,862
総額	2,042,097

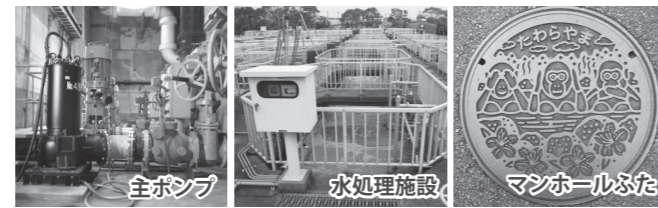
市有財産の状況

市有財産の現在高です。

土地（山林を除く）	2,368,738 m ²
山林	52,923,430 m ²
建物	251,687 m ²
その他（基金）	71 億 4,032 万円
その他（出資金）	2 億 5,696 万円

下水道事業の業務状況

地方公営企業法第40条の2第1項に基づき、平成30年3月31日現在における長門市下水道事業の業務状況を公表します。



収益的収入および支出（平成30年3月31日現在）(単位：千円)

収入			
区分	予算額	執行額	%
下水道事業収益	1,725,152	1,711,512	99.2
下水道使用料	514,538	539,140	104.8
他会計負担金	440,255	462,759	105.1
他会計補助金	124,889	93,294	74.7
その他	645,470	616,319	95.5

支出			
区分	予算額	執行額	%
下水道事業費用	1,704,051	1,686,052	98.9
動力費	78,784	78,784	100.0
人件費	115,364	114,458	99.2
維持管理費など	377,330	362,617	96.1
支払利息	137,935	135,568	98.3
減価償却費	984,572	984,396	100.0
資産減耗費	10,066	10,229	101.6

資本的収入および支出（平成30年3月31日現在）(単位：千円)

収入			
区分	予算額	執行額	%
資本的収入	975,422	957,104	98.1
企業債	343,400	333,800	97.2
負担金および分担金	39,440	1,920	4.9
補助金	367,855	349,521	95.0
出資金	224,727	271,863	121.0

支出			
区分	予算額	執行額	%
資本的支出	1,425,100	1,393,912	97.8
建設改良費	755,372	724,186	95.9
企業債償還金	669,728	669,726	100.0

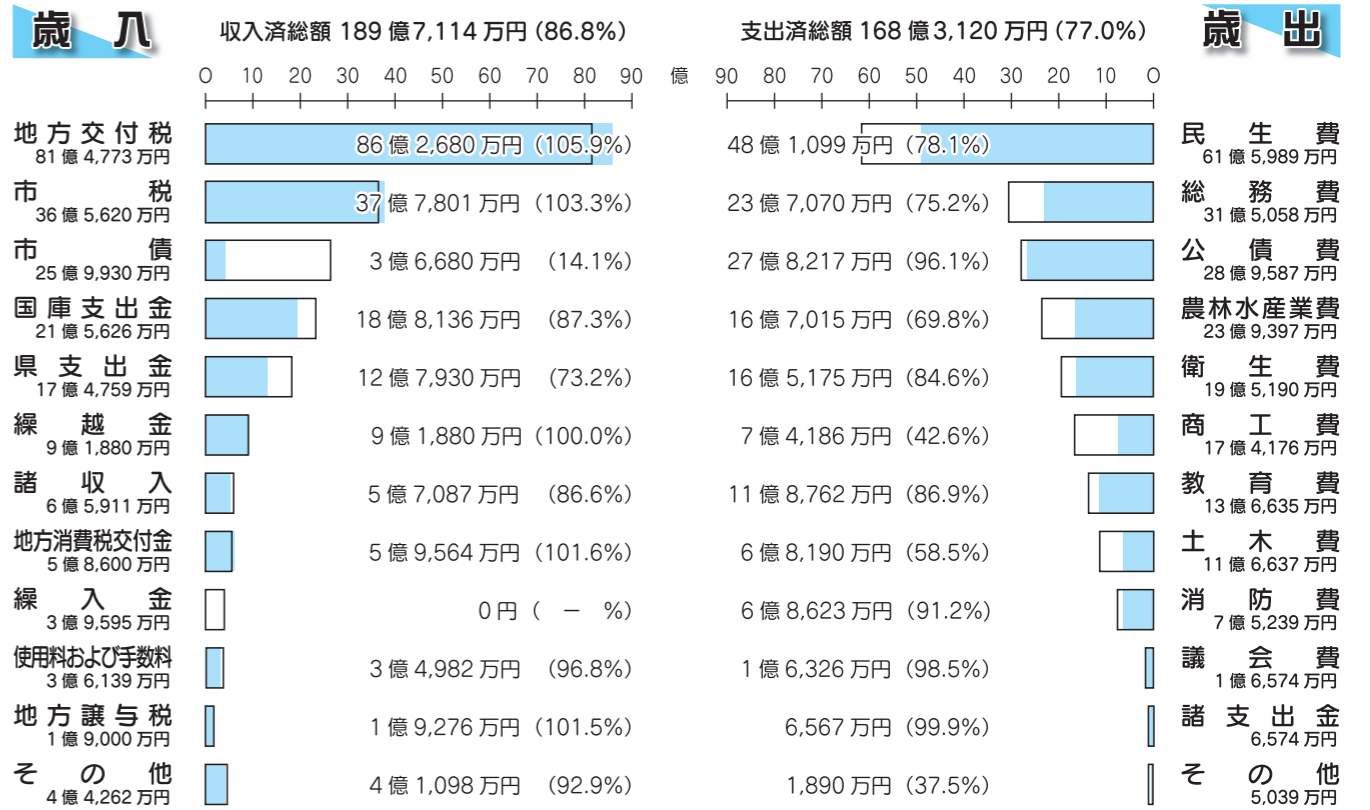
財政状況公表

地方自治法第243条の3第1項に基づき、平成30年3月31日現在における財政状況を公表します。同日現在における予算総額は、一般会計、特別会計を合わせ328億793万円で、各会計の予算執行の状況は下記のとおりです。

一般会計予算の執行状況

予算総額 218 億 6,095 万円

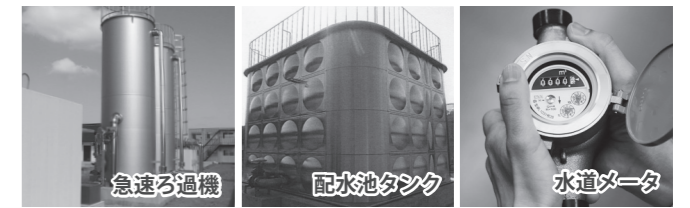
グラフの見方
▲予算額 ▲執行済額



※ 前年度からの繰越分 9 億 8,841 万円を含む。() 内は執行率

水道事業の業務状況

地方公営企業法第40条の2第1項に基づき、平成30年3月31日現在における長門市水道事業の業務状況を公表します。



収益的収入および支出（平成30年3月31日現在）(単位：千円)

収入			
区分	予算額	執行額	%
水道事業収益	744,760	753,472	101.2
給水収益	555,500	566,782	102.0
給水負担金	3,423	4,169	121.8
他会計補助金	152,801	148,781	97.4
その他	33,036	33,740	102.1

支出			
区分	予算額	執行額	%
水道事業費用	705,281	699,048	99.1
動力費	68,102	68,102	100.0
人件費	96,415	94,500	98.0
維持管理費など	184,150	178,331	96.8
支払利息	75,426	72,780	96.5
減価償却費	270,717	270,679	100.0
資産減耗費	10,471	14,656	140.0

資本的収入および支出（平成30年3月31日現在）(単位：千円)

収入			
区分	予算額	執行額	%
資本的収入	319,075	273,826	85.8
企業債	231,000	191,000	82.7
分担金	10,900	4,425	40.6
補助金	58,785	58,785	100.0
出資金	18,390	18,390	100.0
固定資産売却代金	0	1,226	-

支出			
区分	予算額	執行額	%
資本的支出	717,139	654,862	91.3
建設改良費	501,154	438,877	87.6
企業債償還金	215,985	215,985	100.0



長門の話題

Topics

道の駅「センザキッチン」がグランドオープン 食べる・遊ぶ・つなぐ交流拠点へ

4月20日(金)、道の駅「センザキッチン」がグランドオープンし、関係者ら約140人が出席して記念式典が行われました。

式典では大西市長が「センザキッチン」を目的に来てもらい、ここから元乃隅稲成神社や千畳敷、温泉などに足を運んでほしい」とあいさつ。式典後、関係者らでテープカット



▲テープカットとくす玉割りでオープンを祝う



▲長門市のグルメを求める来場者で賑わう軽食コーナー

トとくす玉割りを行い、オープンを祝いました。

センザキッチンは平成27年度から平成30年度にかけて長門市が仙崎地区に整備。平成29年10月7日に農林水産物等直売所・レストラン棟がプレオープン、同年11月17日に国土交通省により県内24番目の道の駅として登録され、この日全面開業しました。

人気観光地へのアクセスが便利に 新たに交流施設と駐車場が完成

龍宮の潮吹一帯の渋滞緩和を目的に整備が進んでいた「龍宮の潮吹第1駐車場」が完成し、4月28日(土)、利用が開始されました。

駐車場とあわせて新設された「龍宮の潮吹交流施設」の管理・運営は、地元の津黄地区活性化協議会(会長・岡村利明)が行っており、地元で取れたイカやワカメのほか、



▲大型連休中、多くの観光客が訪れた第1駐車場

蒲鉾、瓶詰めウニ、ゆずきちゼリーなどの特産品を扱っています。大型連休中は、市内外からの多くの観光客であふれかえり、特産品を手にとつては、買い求める姿が見られました。

第1駐車場は乗用車92台、二輪車約20台、バス6台が駐車可能で、第2駐車場は有料となりました。



▲交流施設は販売所とトイレを兼ね備え、利便性が向上

長門のPeople

木のおもちゃと一緒に海のクルーズへ。

田村 昌美さん

(青海島観光汽船株式会社 キッズクルーズ船船長/東深川在住)



青海島観光汽船株式会社に勤務する田村昌美さん。4月にセンザキッチンにオープンした長門おもちゃ美術館の目玉の一つ、海上を運航するキッズクルーズ船「弁天」の船長を務めています。

「乗船してくれた子どもたちは、船長体験や木のおもちゃを楽しく遊んでいます。橋の下をくぐった時とか声をあげて喜んでますよ」と船内の様子を話す田村さん。キッズクルーズ船の魅力について「長門の木をふ



▲キッズクルーズ船は長門おもちゃ美術館で乗船可能

旬な人

「のむおまもり」を商品開発

甘酒を通して向津具地区を多くの人に知ってもらいたい

向津具地区を担当する地域おこし協力隊の大迫思織隊員が、向津具の棚田米を使った日本酒の酒粕を使い「のむおまもり 向津具の甘酒」を商品開発し、4月26日(木)、市役所を訪れ大西市長に完成を報告しました。この甘酒はセンザキッチンや龍宮の潮吹交流施設などで販売されます。



▲「観光客への新たなお土産物に」と大迫隊員

大型連休にあわせ、みずぎ通りを歩く魅力づくり

「仙崎軒先MARKET」開催

5月3日(木)、4日(金)の2日間、みずぎ通りを中心に「仙崎軒先MARKET」が開催されました。仙崎地区を担当する地域おこし協力隊の中田晃司隊員が企画したもので、家の軒先や空きスペースなどを利用して特産品や手作り雑貨などが販売されました。



▲手作り雑貨などを軒先で展示・販売



くらしの情報 Information

くらしの情報 市からの お知らせ

長門市職員採用試験 (上級・大学卒業程度)

- 職種／採用予定人員
 - ・行政 5人程度
 - ・土木 3人程度
 - ・電気 1人程度
- 受験資格
 - ・行政 平成3年4月2日～平成9年4月1日生まれの人

- ・土木 昭和63年4月2日～平成9年4月1日生まれの人
- ・電気 昭和63年4月2日～平成9年4月1日生まれの人
- 試験日時
 - ・1次試験 7/22(日) 受付 8:30～8:50 試験 9:10～17:00
 - ・2次試験 8月下旬(予定)
- 試験会場 市役所本庁ほか
- 試験方法
 - ・1次試験(行政) 教養試験、専門試験(憲法、行政法、民法、経済理論、経済政策・経済事情、財政学・金融論、社会政策、政治学・行政学、国際関係、社会学・教育学の10分野から8分野を選択し回答)、適性検査、論文試験
 - ・1次試験(土木) 教養試験、専門試験(数学、物理、応用力学、水理学、土質工学、測量、土木計画、都市計画、材料・施工)、適性検査、論文試験
 - ・1次試験(電気) 教養試験、専門試験(数学、物理、電磁気学、電気回路、電気計測・制御、電気機器・電力工学、電子工学、情報・通

- 信工学)、適性検査、論文試験
- 合格発表
 - ・1次試験合格者 8月初旬
 - ・2次試験合格者 9月初旬
- ※文書で受験者に通知します
- 受験申込書 本庁総務課・受付窓口、各支所、各出張所に設置。郵便請求する場合には120円分の切手を貼り、宛先を記入したA4の紙が入る封筒(角2)を同封し、総務課人事係に請求してください
- 申込方法 申込書に自筆で必要事項を記入し、写真を1枚貼付して総務課人事係に提出
- 受付期間 6/25(月)まで
- ※土・日曜日を除く
- ※電子申請の場合 6/18(月) 17:00まで
- ※郵送の場合は封筒の表に「受験申込書在中」と朱書きし簡易書留で郵送してください。6月25日までの消印のあるものは有効ですが、6月25日に発送する場合は、簡易書留の速達で郵送してください
- 申し込み・問い合わせ 総務課人事係 TEL 23-1114

検定満期の水道メータを交換

水道メータは、計量法により8年(検定満期)ごとの交換が義務付けられています。上下水道局では、水道メータの性能を一定に保ち、計量の正確性を確保するため、検定満期に近づいたものから順次交換しています。

■交換時のお願い

- ・上下水道局が委託した取替業者が各家庭を訪問し、日程を確認のうえ交換します。その際の立ち会いは不要です。また留守の場合でも交換します

- ・取替業者は上下水道局発行の腕章をしています
- ・交換のため敷地内に入ります。作業に要する時間は一般家庭の場合、10分程度です
- ※交換の際は断水を伴います。作業後は、水を少し流し、水道管内の空気や水を排出してください
- 水道メータは上下水道局の有物のため、交換作業に伴う料金を請求することはありません
- 問い合わせ 上下水道局管理課業務班 TEL 23-1171

教科書展示会開催

平成31年度用小学校教科用図書および平成31年度以降用中学校教科用図書「特別の教科 道徳」の見本を展示し、広く多くの方々に閲覧していただくため教科書展示会を開催します。

■期間 6/1(金)～7/26(木)

■場所 長門市教科書センター1 (長門市教育委員会2階)、長門市立図書館

■問い合わせ 教育委員会学校教育課指導係 TEL 23-1258

参加者中 加集 ガストロノミーウォーキング in長門・俵山温泉

温泉地を歩きながら、食や歴史、文化を楽しむ「ONSEN・ガストロノミーウォーキング」の参加者を募集します。

■開催日時 6/16(土)

・開会式 10:15

・スタート(3部に分かれる) 10:30、10:45、11:00

※最終ゴール15:00まで

■場所・コース 俵山温泉一帯(温泉街↑上政↓上安田↓下安田↓温泉街 約9km)

※受付・出発式の会場は俵山温泉駐車場(熊野神社横)

■メニュー(抜粋)

鹿のそぼろ、地酒「瀬祭・俵山ほればれ」、三種盛り「カルパッチョ風サラダ・枝豆豆腐・鶏むね肉のハム」、猪のホイル焼き、あかもく・釜揚げ丼、季節の野菜すいもの、トマトの寒天 ほか

▲あかもく・釜揚げ丼

■参加料 4,900円 (原則中学生以上)

※小学生以下も無料で参加可(保護者の責任のもと同伴の場合に限り、食事は一部のみ)

■特典 参加者はイベント終了後、俵山温泉に無料で入浴可

■申込方法

①電話・FAX・メールで申込
長門市観光コンベンション協会に、参加者の氏名、年齢、性別、住所、電話・FAX番号、メールアドレスを連絡

②インターネット申込
「スポーツエントリー」のサイトから申込

※入金後に送付される「入金確認メール」を印刷し、当日受付で提示してください

(メール画面の提示でも可)

■申込期限 6/9(土)

■申し込み・問い合わせ 一般社団法人長門市観光コンベンション協会
TEL 27-0074
FAX 27-0079
MAIL post@nanavi.jp

経営課題の早期解決に向けて

■相談日 6/21(木)、8/16(木)

※偶数月の第3木曜日に開催します

■場所 長門市中央公民館会議室1

※行事などにより、会場が変更となる場合があります

※10月以降会場の変更を予定しています。詳しくは9月広報にて確認ください

■相談内容 IT化、売上拡大、デザイン、販路開拓、創業など経営上のあらゆる悩みに専門のコネクターが応じます

■申込方法 長門市物産観光センターに備え付けの相談窓口受付表を事前に商工水産課まで提出してください

※事前予約制になりますので、相談内容に応じてスケジュールを調整します

■相談料 無料

■申し込み・問い合わせ 商工水産課商工振興室 TEL 23-1136

クルーズ客船「につぼん丸」入港歓迎行事

豪華クルーズ客船「につぼん丸」が6/9(土)に仙崎港沖合いに入港します。入港に合わせて、センザキッチンを中心に入港歓迎行事を開催します。

■入港スケジュール

8:00 入港(沖合)

8:30頃 上陸開始・地元保育園児等によるお出迎え

11:00頃 俵山温泉の足湯等開始(予定)

19:30 出航(お見送り花火の打上げ)

※船内見学会はありません

■問い合わせ 観光課観光振興係 TEL 23-1137

叙勲受章 おめでとうございます

瑞宝小綬章

元公立高等学校長

平川 芳孝 さん

70歳(三隅下)



瑞宝双光章

「危険業務従事者叙勲」

元長門市消防本部消防長

大林 育美 さん

68歳(西深川)



瑞宝単光章

元長門市消防団三隅方面隊長

西村 良一 さん

65歳(三隅下)



平成30年度

65歳以上の介護保険料のお知らせ

介護保険料は介護サービスの利用状況の推移等を踏まえ3年毎に見直しをしています。市では「第7次長門市高齢者健康福祉計画」を策定し、その中で平成30年度から平成32年度までの65歳以上の人(第1号被保険者)の保険料を次のとおり決定しました。
みなさんの新しい保険料額は、6月中旬に郵送する「介護保険料納入通知書(介護保険料決定通知書)」によりお知らせします。
なお、第1段階の保険料については、低所得者の負担軽減を図るため、保険料率が0.5から0.45に軽減されます。

■平成30年度の介護保険料段階【基準額59,880円(月額4,990円)】

段階	対象者	保険料率	年間保険料(年額)
第1段階	生活保護受給者、老齢福祉年金受給者で世帯全員が市民税非課税の人	基準額×0.50 (軽減後0.45)	29,940円 (26,946円)
	世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円以下の人		
第2段階	世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円超120万円以下の人	基準額×0.75	44,910円
第3段階	世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が120万円超の人	基準額×0.75	44,910円
第4段階	市民税本人非課税(世帯に課税者がいる)で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円以下の人	基準額×0.90	53,892円
第5段階	市民税本人非課税(世帯に課税者がいる)で、第4段階に該当しない人	基準額	59,880円
第6段階	市民税本人課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	基準額×1.20	71,856円
第7段階	市民税本人課税で、前年の合計所得金額が120万円以上125万円未満の人	基準額×1.25	74,850円
第8段階	市民税本人課税で、前年の合計所得金額が125万円以上200万円未満の人	基準額×1.30	77,844円
第9段階	市民税本人課税で、前年の合計所得金額が200万円以上300万円未満の人	基準額×1.50	89,820円
第10段階	市民税本人課税で、前年の合計所得金額が300万円以上の人	基準額×1.70	101,796円

■保険料の納付方法

保険料の納め方は受給している年金の額によって2通りに分かります。

- ・年金額が年額18万円以上の人…
特別徴収(年金からの天引き)となります
- ・年金額が年額18万円未満の人…
普通徴収(納付書または口座振替による納付)となります

※ただし、年金額が18万円以上であっても、長門市に転入して間もない人や65歳を迎えたばかりの人は特別徴収の準備が整うまでの間、普通徴収となります

■保険料の軽減・減免制度

火災や地震などにより財産に著しく損害を受けた場合や、収入が少なく生活が困窮している人で所定の要件を満たす人は、介護保険料や介護サービスの利用料が軽減・減免になる場合があります。詳細については問い合わせてください。

■保険料滞納の場合

特別な事情がなく介護保険料を納めないでいると、サービスを受けた時に費用の全額をいったん支払うことになったり、自己負担額が増えたりする場合があります。

■問い合わせ

- ・介護保険料に関すること 総合窓口課保険管理係 TEL 23 - 1143
- ・介護サービスに関すること 福祉課介護支援係 TEL 23 - 1158

結婚新生活の新生活にかかる費用を補助

市では、市内で新生活を始める新婚世帯を応援するため、新居にかかる費用を補助します。

■補助額

上限30万円/1世帯

※予算の範囲で先着順

■対象期間

4/1(日)～平成31年3/31(日)

■対象者

次の条件のすべてを満たす世帯

- ・平成30年4/1以降に婚姻届を提出し、市内に住民票がある世帯
- ・夫婦ともに婚姻日における年齢が34歳以下であること
- ・夫婦の平成29年分(平成29年1/1～平成29年12/31)の所得額の合計が340万円未満であること

※所得額とは、収入額ではない
※申請時において無職の場合は、所得なしとする

※貸与型奨学金の返済を現に行っている場合は、所得額から年間返済額を控除する
・夫婦のいずれもが市税等を滞納していないこと

- ・婚姻後3年以上長門市に定住する意志があること
- ・長門市暴力団排除条例に規程する暴力団員などではないこと
- ・生活保護による住宅扶助を受けていないこと

■対象費用

- ①住宅の購入費
- ②土地の購入費は対象外
- ③住宅を賃借した場合の費用(家賃、敷金、礼金、共益費、仲介手数料等)
- ④引越し費用

(引越し業者や運送業者等に支払った費用)
※不用品の処分費用や自ら引越した場合は費用は対象外

■申請方法

市民活動推進課・本庁窓口係・各支所・各出張所に備え付けの申請書に必要事項を記載して必要書類を添付のうえ、市民活動推進課(長門市中央公民館内)へ提出する
※申請書等は、市ホームページからダウンロードできます

■申請期間

6/1(金)～平成31年3/31(日)

■問い合わせ

市民活動推進課活動推進係

TEL 23 - 1185

児童手当受給者は現況届の提出を

児童手当を受けている人は、毎年6月に「現況届」を提出しなければなりません。提出がない場合は、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、必ず提出をお願いします。

■対象者

児童手当を受給している人(公務員は勤務先での手続きとなります)

■提出方法

児童手当を受給しているすべての人に「現況届」を郵送します。必要事項を記入のうえ、本庁子育て支援課、三隅支所地域窓口班、日置支所地域窓口班、油谷保健福祉センターに提出してください
※必要に応じて添付書類の提出をお願いします

■提出期限

6/29(金)

■手当月額

- ・3歳未満 15,000円
- ・3歳以上小学校修了前 第1・2子 10,000円
- ・第3子以降 15,000円
- ・中学生 10,000円

※児童を養育している人の所得が所得制限限度額以上の場合

重度、心身障害者医療費受給者証の更新と申請

市では、重度障害者を対象に医療費の助成を行っています。次の要件の該当者は自動更新し、対象者に6月中に新しい受給者証を送付します。

なお、平成30年1月2日以降に転入した人など、市で課税状況や扶養状況がわからない人は、更新申請手続きが必要になります。

■自動更新の要件

対象者本人の障害要件および平成30年度の所得課税情報がある市公簿で確認できる人

■受付期間

自動更新以外の人

6/1(金)～15(金)

■受付場所

本庁福祉課、三隅支所、日置支所、油谷保健福祉センター、各出張所

■対象

身体障害者手帳1～3級、障害基礎年金1級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級 ※印鑑、健康保険証、障害者手帳、年金証書などが必要です
※本人の所得制限があります

※今年、市外から転入した人または市外に住民票がある人は平成30年度の所得課税証明書などが必要

■所得に異動のあった人

平成29年度の申請で、所得要件により認定されなかった人などで、平成29年の所得に異動のあった人(退職・収入減など)は、今回の申請で新たに認定されることがありますので問い合わせください

■県の制度改正に伴う一部負担金

市費から助成しますので窓口負担はありません

■問い合わせ

福祉課障害者支援係

TEL 23 - 1243



6月10日(日) 6:00 スタート!

第2回 JAL 向津具 むがつく ダブルマラソン

本大会では、ダブルフルマラソン・シングルフルマラソン・棚田ウォークの3種目を行います。大会中は交通混雑や声援などへのご理解、ご協力をお願いします。

車両の規制

本大会は、通行止めなど一般車両の規制は行いません。なお、コースは道幅も狭く、コーナーも多いため、応援車両の伴走やコース乗り入れは禁止します。

声援とエイド

沿道での応援は、選手の励みになります。庭先や2階のベランダなどからの応援も喜ばれることから、コースの近くに居住する皆さんの声援もお待ちしております。また、本大会では、私設エイドの設置を禁止していま

せん。設置する場合は、ランナーは進行方向の左側を走りますので、私設エイドを設置する場合は、進行方向に向かって左側に安全確保し、個人の責任において行ってください。

■私設エイドとは
大会主催者が用意するエイドステーション(給水・給食所)とは別に、個人ができる範囲で選手をサポートする食糧や飲料を提供するものです。

■問い合わせ
生涯学習スポーツ振興課
スポーツ振興係
Tel. 23-1295



大会ゲスト あらい やしげる 油谷 繁 さん

第2回のゲストとして、オリンピック・パラリンの協力で、中国電力陸上競技部の油谷繁監督が参加します。

プロフィール

- 1977年生まれ、長門市出身
- 出身校 山口県立美祢工業高校 (現：美祢青嶺高校)
- 自己ベスト マラソン 2時間7分52秒
- 主な経歴
1995年 中国電力入社
2001年「世界陸上(エドモントン大会)」 2時間14分7秒(日本人トップ5位)
2003年「世界陸上(パリ大会)」 2時間9分26秒(日本人トップ5位)
2004年「アテネオリンピック」 2時間13分11秒(日本人トップ5位)

Join!
長門湯本観光まちづくり
みんなの力で湯ノバージョン

成長戦略推進課 Tel. 23-1234
長門湯本みらいプロジェクトHP
http://yumoto-mirai.jp/

懐かしの湯本フォト



写真提供：湯本まちかど資料館館長 吉富尊一

ワクワクを共有し楽しくまちづくり 〜長門湯本みらいプロジェクトの情報発信〜

長門湯本温泉では温泉街の再生を目指し、「長門湯本温泉観光まちづくり」の取組が進んでいます。

観光まちづくりのプロジェクトが本格始動して1年。さまざまな取組が進む中、長門湯本温泉ではまちづくりの様子を発信しています。

市外に長門湯本温泉のことを知っていただき来ていただくことはもちろん、まちづくりの間を増やすためには「何かこの地域で起こっているんだろっ」を知ってもらう、継続的な情報発信が欠かせません。まちづくりは特に、さまざま

な取組が同時進行で動くため、それらを分かりやすく伝える方法を考えることも必要です。効果的に発信するには「デザイン」がとても大きな役割を果たします。読みやすいことはもちろん、良いデザインは多くの人に選ばれ、記憶に残っています。闇雲に発信するのではなく、デザインに気をつけて情報を積み重ねていくことは、大きな目標にむかって動くまちづくりのプロジェクトにはとても大切なことです。

長門湯本温泉では、良い情報発信をこころがけ、それらが積み重なることで、温泉街の価値



▲紙媒体でのお知らせも発行中

を高めていくことも目標のひとつとしていきます。これからも広報や説明会などはもちろん、インターネットや瓦版を通じて、地域のみなさんにワクワクをお届けする予定です。

まちづくりに興味や関心があるみなさん、まずは新しい情報に触れてみませんか？

ウェブサイトで最新情報をお届けしています

未来に向けて変わっていく温泉街の様子やワクワクするようなどをウェブサイトで発信しています。ぜひご覧ください。
長門湯本みらいプロジェクト
http://yumoto-mirai.jp/

まちづくりのキーパーソン



《略歴》
1967年生まれ。長門市在住。株式会社ファンタズ代表取締役。趣味：映画鑑賞 特技：イラスト、大工仕事

白石慎一さん (長門湯本温泉観光まちづくりデザイン会議委員)

長門湯本温泉観光まちづくりで情報発信とデザイン監修を担当している市内在住の白石さん。これまでロンドンや東京を拠点にイラストレーターとして活動し、長門市に戻ってきてからもインターネット関係の仕事に携わってこられました。

まちづくりに関わるきっかけは、熱い想いを持ったメンバーとの出逢いだそうで、「このプロジェクトに前のめりなくらいのがいる。実際に汗をかく人たちがいる。関わるからには自分も一緒にやってやりたい」と参加を決定しました。

長門湯本温泉の魅力や「新しいアイデアや試みに対し、できるだけ取り入れて支えようとする地域の人が多く、未来をつくる可能性が大きいこと」と話す白石さん。担当する情報発信について「これまで地域のみなさんと協議したことや準備してきたことが、これからの2年間で目に見える形で動き出します。その動きを知ってもらえるようしっかりと情報発信しますし、みなさんにもぜひホームページなどにアクセスして、今何が起きているのかを知ってほしい」と意気込みを語りました。

コースマップ

※エイドは予定

時間	スタート・ゴール
6:00	ダブルフルマラソンスタート
9:00	シングルフルマラソンスタート
9:05	棚田ウォークスタート
17:00	シングルフルマラソンゴール制限時間
19:00	ダブルフルマラソン・棚田ウォークゴール制限時間

種目	参加申込者数
ダブルフルマラソン (84.39km)	476人
シングルフルマラソン (42.195km)	549人
棚田ウォーク (約30km)	322人

国民健康保険加入の皆さんへ 人間ドック・歯科健診の受付を開始します

■問い合わせ 総合窓口課医療給付係 Tel.23-1129

6/1(金)から受付を開始します。

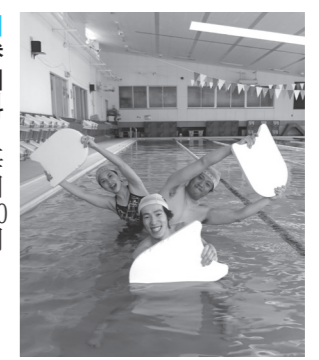
	人間ドック	歯科健診
対象者	・長門市国民健康保険加入者で30歳以上40歳未満の人 ・4月2日以降に長門市国民健康保険の資格を取得した40歳以上の人(注)	長門市国民健康保険加入者で30歳以上の人
検査項目	身体計測、血圧測定、血液検査、心電図検査、尿検査、大腸がん検査、肺がん検査、胃がん検査(X線または内視鏡)、腹部超音波、眼底検査など	口腔清掃、歯石沈着、歯周疾患、不正咬合、口腔粘膜疾患
実施医療機関	長門総合病院、岡田病院、斎木病院、天野内科胃腸科医院ほか ※医療機関によって検査項目と費用が異なります。詳しくは申し込み時に確認してください	市内の歯科医院で受診 ※詳しくは申込時に確認してください
検査費用	自己負担額 6,060円～6,480円 ※今年度30歳、35歳になる人は無料	自己負担額 300円 ※今年度30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる人は無料
実施期間	6/1(金)～12/25(火) ※定員(人間ドック30人、歯科健診50人)になり次第、申し込みを締め切ります	
申込方法	6/1(金)から受付を開始します。印鑑と保険証を持参のうえ、本庁総合窓口課または各支所・各出張所で申し込んでください。その後、利用券を送付しますので、医療機関へ直接予約のうえ受診をお願いします。	

(注) 平成30年4月1日以前から引き続き国民健康保険に加入している40歳以上の人は、特定健診を受診してください。特定健診については、5月中旬に受診券を送付していますので確認してください

プールで健康と仲間づくり！ 水中ウォーキング教室に 参加してみませんか

水中ウォーキングは、水中で浮力により体が浮くため、体重が気になる人、ひざや腰の悪い人でも簡単に行える運動です。健康づくりを通して仲間づくりを始めませんか。

- 対象 市内在住の40歳以上で、要介護認定を受けておらず、医師から水中運動を禁止されていない人
- 募集人数 各30人
- 日程
 - ・昼の部(全12回) 7/4～9/26 毎週水曜日 9:30～11:30 ※8/15を除く
 - ・夜の部(全12回) 7/5～9/27 毎週木曜日 19:00～21:00
- 場所 太陽フィットネスクラブ長門
- 内容 専門のスタッフが個々に作成したプログラムのもと、水中ウォーキングを中心に体力測定、ストレッチなどを実施



▲専門のスタッフと運動できる

- 参加料 毎回350円
- 申込期限 6/27(水)
- 持参物 水着、水泳帽、室内シューズ、運動ができる服装 ※持参できない人は相談に応じます
- 29年度参加者の感想・効果

腰痛が緩和して、ウォーキングができるようになった	33人中25人(75.8%)
楽しく通うことができ、身体が軽くなった	33人中20人(60.6%)
- 申し込み・問い合わせ 地域包括支援センター
Tel.23-1244

商品量目監視員募集

- 内容 自家消費のために購入した食料品などのうち、内容量が不足しているものについて、月に1回、山口県計量検定所へ報告
- ※7月中に説明会を開催
- 募集人数 1人

- 期間 8/1(水)～平成31年1/31(木) (6ヶ月間)
- 対象者 本事業を理解し、協力できる一般消費者
- 報償費 2,200円/月
- 申込期限 6/13(水)
- 申し込み・問い合わせ 商工水産課商工振興室
Tel.23-1136

後期高齢者医療保険 保険証に点字シールを

後期高齢者医療制度の被保険者には、8月の更新に伴い、新しい保険証を7月下旬に発送します。希望する人には、点字シール(封筒に「保険証在中」、保険証に「保険証」と点字を打刻したもの)を貼って送付することができますので、申し込みください。

- 申込期限 6/22(金)
- 申し込み・問い合わせ 総合窓口課保険管理係
Tel.23-1143

市長の資産公開

「政治倫理確立のための長門市長の資産等の公開に関する条例」に基づき、7月2日(月)から市長の資産等報告書を閲覧することができます。

- 閲覧場所 本庁総務課
- 閲覧時間 8:30～17:15
- ※土日・祝日・年末年始除く
- 問い合わせ 総務課行政係
Tel.23-1112

第68回長門市“社会を 明るくする運動”推進大会

すべての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする運動の推進大会を開催します。

- 日時 6/25(月) 13:30～15:00
- 場所 長門市地域医療連携支援センター 研修室1・2・3
- 内容 更生保護に関する講演、ビデオ鑑賞など
- 問い合わせ 福祉課地域福祉係
Tel.23-1245

おいで〜や(家)カフェ

情報交換や脳の活性化を目的とした活動を行い、居心地のよい時間を過ごしませんか。認知症や介護などの個別相談も行います。

- 日時 毎月第3金曜日 10:00～13:00

ウォーキングで 健康づくり

情報交換、脳活性化を目的とした活動、個別相談
参加費 お茶代100円
問い合わせ 地域包括支援センター
Tel.23-1244

ウォーキングで 健康づくり

- 日時 6/15(金) 9:30～11:30
- 集合場所 妙見山公園駐車場
- 内容 血圧測定、グループワーク、ウォーキング(2～3km程度)
- 持参物 タオル、飲み物、運動ができる服装、万歩計(持っている人)など
- 参加料 無料
- 申込期限 6/12(火)
- ※申込後に都合が悪くなった場合は当日までに連絡ください
- 申し込み・問い合わせ 油谷保健福祉センター
Tel.33-3021

長門市と下関市の情報交換コーナー

潮彩だより

明治維新150年記念 下関スタンプラリー

下関市内5ヶ所にあるスタンプ2個以上を集めて応募すると、抽選で「ふくさしセット」や「幕末・維新グッズ」など素敵な賞品が当たる！
詳しくは下関観光ホームページ(<https://shimonoseki.oravel>)内のしものせき観光キャンペーンをチェック

■期間 12/25(火)まで
■問い合わせ しものせき観光キャンペーン実行委員会
Tel.083-231-1350

▲下関スタンプラリーガイドブック

150th

1868 ●●●●●●●●●● 2018
MEIJI ISHIN

▲明治維新150年記念ロゴ

耐震診断・耐震改修補助申請受付開始

民間住宅などの耐震診断や耐震改修をする場合には補助制度があり、木造一般住宅についての耐震診断は補助制度を利用して、無料で受けることができます。また、耐震改修補助制度の利用には事前に耐震診断を行う必要があります。

※各制度とも要事前申請

■耐震診断補助対象
一般住宅(二戸建て木造住宅)
※昭和56年5月31日以前に着工したもの

■受付期間
6/1(金)～10/31(水)(予定)

■申し込み・問い合わせ
建築住宅課住宅係
Tel. 23・1186

土砂災害対策改修費用等補助申請受付開始

がけ地の崩壊などにより、市民の生命に危険を及ぼす恐れのある区域内に建っている危険住宅の移転を促進するため、移転者が危険住宅の除去などに要する経費や土砂災害特別警戒区域

内にある危険住宅の土砂災害対策改修費用の一部を助成する制度があります。

※各制度とも要事前申請

■補助対象区域
がけ地近接等危険対象区域(山口県が指定する土砂災害特別警戒区域等)

■受付期間
6/1(金)～10/31(水)(予定)

■申し込み・問い合わせ
建築住宅課住宅係
Tel. 23・1186

男女共同参画週間「走り出せ、性別のハードルを超えて、今」

このキャッチフレーズを掲げ、全国一斉に男女共同参画週間が始まります。男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」実現のためには、市民一人ひとりの取組が必要です。この機会に、男女のパートナーシップについて考えてみませんか。

■期間 6/23(土)～29(金)

■問い合わせ 市民活動推進課 活動推進係 Tel. 23・1172

6月は「環境月間」です

6月5日は「環境の日」です。多くの人が身近なところから、省エネに取り組むことが大切です。家庭でできる節電を実践してみましょう。

《家庭で実践できる節電》

①こまめにスイッチオフ
電気の使用は必要最小限に!

②待機電力削減
使用していなくても電力が消費される待機電力を削減!

③エアコンの節電
フィルターを掃除して冷却効率アップを!

④冷蔵庫の節電
扉の開閉時間を短く、入れる量も考えて!

⑤照明の節電
明るさや消灯時間を調節!

⑥テレビの節電
主電源オフ、明るさ調節を!

《CO2削減県民運動》 緑のカーテン

ゴーヤや朝顔などのつる性の植物で自然のエアコンを作ってみましょう



▲平成29年度最優秀賞

期間は5月～9月です

※広報ながと7月号で今年度の「緑のカーテンコンテスト」の詳細をお知らせします

ノーマイカー

通勤や買い物など日常生活におけるマイカーの使用を見直し、公共交通機関や自転車を利用して温暖化ガスの排出を減らしましょう

※市役所では、月に2回、ノーマイカーデーを設定し取り組んでいます

ライトダウン

事業所や家庭で可能な限り照明を消して、二酸化炭素の削減に取り組みしましょう

※取組期間
6/21(木)～7/7(土)

■問い合わせ
生活環境課環境衛生係
Tel. 23・1134

第26回 Let's Try!! ラグビー 長門市が公認キャンプ地に内定!

4月20日に、ラグビーワールドカップ2019組織委員会から、ラグビーワールドカップ2019™公認チームキャンプ地の内定状況が発表され、長門市は、敗者復活予選優勝チームの公認チームキャンプ地に内定しました。

敗者復活予選優勝チームは、平成30年11月頃に決定する予定で、まだ、どのチームがやってくるのかは分かりませんが、国の代表チームが長門市を訪れることは、国際社会に向けて長門市をPRする大きなチャンスとなります。

これから、トップアスリートやその関係者、市民の皆さんとで交流を行える機会を設け、異国の文化や風習等を学べるような取組も行っていきます。

大会開催まで、みんなでラグビーワールドカップを盛り上げていきましょう。

■問い合わせ
長門市世界大会等キャンプ招致委員会 Tel. 23-1196

集落支援員募集

募集人員 各地区(三隅・通・仙崎・深川・俵山・日置・油谷地区) 各1名

雇用形態 嘱託職員

勤務場所 各地区社会福祉協議会内

雇用期間 7/1(日)～平成31年3/31(日) (更新あり)

勤務時間 8:30～17:00

勤務内容 住民・行政との連絡調整および高齢者世帯の巡回など(詳しくは連絡ください)

報酬・手当など 月額170,000円

※通勤手当あり、社会保険適用

必要な資格 保健師または看護師資格、普通自動車免許

選考方法 面接

申込方法 履歴書・申込書を市民活動推進課へ持参または郵送

申込期限 6/15(金)

問い合わせ 市民活動推進課活動推進係
Tel. 23・1185

第60回 水道週間

「水道水 安全 おいしい 金メダル」
6/1(金)～7(木)

期間中、浄水場見学、蛇口コマの無料配布を行います。

- 施設見学を希望する人は、浄水場へ連絡してください
・下郷浄水場 Tel. 22-2145
- 上下水道局では、蛇口コマの無料配布を行っています
・上下水道局管理課 Tel. 22-8378 23-1169

「星空ウォッチング」受講生募集

日時 6/16(土) 20:00～21:00

※天候状況により中止の場合あり

場所 日置小学校天体ドーム

テーマ 月と金星と木星を見てみよう

講師 日置天文同好会

対象 市内に在住する社会人

定員 先着10名程度

参加料 無料

申込期限 6/11(月)

申込方法 各公民館に備え付けの申込書に記入し提出

問い合わせ 日置農村環境改善センター
Tel. 37・2340

文化講演会

日時 6/24(日) 14:00～

場所 ラポールゆや コミュニティーホール

演題 向津具本郷遺跡を中心とする古代文化について

講師 山口県埋蔵文化財センター 宮下孝優氏

参加料 無料

主催 油谷の文化を高める会

問い合わせ ラポールゆや
Tel. 33・0051

困った大木切ります!

スギやヒノキの買い取りも行ってあります。

※樹齢によっては買い取りできない場合がございます。

庭木の剪定などもお任せください!!

お見積 無料

お気軽にお電話下さい!!

090-7990-2618 担当 清水

清水林業 TEL FAX 0837-26-0343
長門市仙崎2601

年齢筋力応援 長白仙参

1H1本目安に 20g×30本(約1ヶ月分)

まずは無料3本セットをお試しください

送料無料

申し込み番号 FG758

お申し込みはこちら 0120-777-444 再春館製薬所
(8時～22時・年中無休)携帯電話からもご利用可能です。

近頃、何でもない事ができなくなってきた。下りの階段が怖い。何でもないところでもつまづく。バランスの良い食事と適度な運動に加えて長白仙参を。

マーシユ 英会話教室

アメリカ人講師と日本人講師によるペアティーチング!

生徒募集

英検対策レッスン 文法レッスンあり

お問合せ▶ 0837-22-3898 正門市2区大賀ビル1F

心あたたまるご葬儀を

—心のかよう—

葬祭

セレモニール miniホール 長門市 長門市東深川785番地10(駅前区)
☎0837-22-4444 ☎0120-02-0405

[HP] <http://www.coop-s.co.jp/>

年中無休 24時間受付

シャボン玉の世界のはじまりはじまり

- 日時 7/8(日) 13:30開演 (13:15開場)
- ※飲食、ワークシヨップあり
- 場所 長門市中央公民館 (11:00開始) (2F大講堂)
- 演者 ミケレ・カファッジ (イタリアより来日)
- 入場料(前売券) 高校生以上 1,000円 3才以上中学生以下 500円 ※当日は200円増し、前売券が無くなり次第販売終了
- チケット取扱先 チケットぴあ(webおよびウェブインレブ)、中央公民館、三隅公民館、ラポールゆや
- 問い合わせ 長門市中央公民館 TEL 23・1181

スーパー・店舗等 販売業務講習

シルバー人材センターの会員になって、スーパー・店舗等で販売スタッフとして活躍しませ

んか。

- 内容 スーパー・店舗等販売業務講習
- 実施期間 6/19(火)〜22(金)(全4日間) 10:00〜16:00
- 場所 ルネッサなかと
- 内容 1・2日目 「スーパー等店舗の仕組みや仕事を知らう」 3・4日目 「チラシ等をパソコンで作成してみよう」
- 受講料 無料
- 定員 10名
- 締切 6/7(木)
- 申し込み・問い合わせ (公社) 山口県シルバー人材センター連合会 TEL 083・921・6070

山口めぐりとカード発行

明治150年オリジナルデザイン「山口めぐりとカード」を発行します。「幕末維新回廊」をめぐるポイントが付くICカードになっており、素敵な賞品が当たるポイントラリーに参

加できます。

- 販売場所 マックスバリュ、ザ・ビックなどイオン各店舗
- 販売額 300円
- その他 W A O Nカードになっており、W A O Nとして使用した金額の一部が、歴史資料・遺産の保存とレノファ山口への支援に活用されます
- 問い合わせ 山口県明治150年プロジェクト推進室 TEL 083・933・2425 <https://mejil50.net/bakumatsu>
- 海技免許更新
- 日時 7/8(日) 9:30受付
- 場所 長門市立図書館
- 持参物 ①海技免許証 ②写真2枚(縦4.5cm×横3.5cm) ③本籍地記載の住民票1通 ※住所変更のある人のみ
- ④費用(小型免許) 更新 8,500円 再交付 14,400円
- 申し込み・問い合わせ 関門海技免許センター TEL 083・266・4029

みすみハーブを愉しむ日

- 日時 6/10(日) 9:30〜14:30(雨天決行)
- 会場 香月泰男美術館周辺
- 内容 ハーブと花の摘み取り体験 ハーブ園のスケッチ ハーブクラフト(リース作り) ハーブカフェ ハーブと花の苗、グッズ販売 ハーバリウムワークショップ 乗馬体験 香るバブルアトラクション パルーンアートショー 飲食バザーほか
- 問い合わせ みすみハーブを愉しむ日実行委員会事務局(三隅支所内) TEL 43・0080

外国人に伝わりやすい「やさしい日本語講座」

- 日時 7/7(土) 13:00〜16:00
- 場所 長門市物産観光センター
- 定員 50名(先着順)
- 対象 外国人に分かりやすい日本語の話し方・書き方に興

味のある人

- 内容 「やさしい日本語」に関する講演およびワークショップ
- 参加費 無料
- 申込方法 電話・FAX・メール 来所のいずれかによる
- 応募締切 6/30(土)
- 定員 応募者になり次第締切
- 申し込み・問い合わせ 公益財団法人山口県国際交流協会 TEL 083・925・7353 FAX 083・920・4144 MAIL yiea.info@yiea.or.jp

日本語ボランティア講座

- 日時 ①7/14(土) 13:00〜16:00 ②7/21(土) 13:00〜16:00
- 場所 長門市物産観光センター
- 対象 外国人に日本語を教えるボランティアに興味のある人
- 定員 各回50名(先着順)
- 講師 日本語クラブ山口 吹屋葉子氏
- 受講料 各回500円 ※平成30年度賛助会員無料
- 申込方法 電話・FAX・メール 来所のいずれかによる
- 応募締切 6/30(土)

申し込み・問い合わせ

- 公益財団法人山口県国際交流協会 TEL 083・925・7353 FAX 083・920・4144 MAIL yiea.info@yiea.or.jp

自衛官募集

- 一般曹候補生 ①受付期間 7/1(日)〜9/7(金)必着 ②受験資格 18歳以上27歳未満 ③試験日 9/21(金)〜23(日)のいずれか1日
- 自衛官候補生 ①受付期間 年間通じて受付 ②受験資格 18歳以上27歳未満 ③試験日 受付時に通知
- 航空学生 ①受付期間 7/1(日)〜9/7(金)必着 ②受験資格 海上 高校卒業(見込含む) 23歳未満の人 航空 高校卒業(見込含む) 21歳未満の人
- 試験日 9/17(月)(一次)
- 試験・資格詳細は問い合わせ
- 試験日 9/17(月)(一次)
- 問い合わせ 自衛隊萩地域事務所 TEL 0838・22・2409

汗汗フェスタ2018 in千畳敷 参加者募集

- マウンテンバイク 3時間耐久レース
- 日時 8/5(日) 受付・試走 7:30〜9:00 耐久レース 10:00〜13:00
- 場所 千畳敷(日置中北山)
- 参加資格 中学生以上の健康な人(18歳以下は保護者の同意が必要)
- 出場クラス ・ソロ(1人) ・チーム(2〜4人)
- 参加料 4,500円/人
- ※インターネットでの申し込みは 3,800円/人
- 募集人数 700人程度
- 申込期限 6/30(土)
- サイクルアスレチック ライディングコンテスト 丸太を越えたり、一本橋を渡ったり、マウンテンバイクに乗って行うアスレチック競技です
- 日時 8/4(土) 15:00〜
- ※定員あり、要予約、参加無料
- その他 詳細はホームページで確認ください <http://www.gotjp.com/mtb/>
- 問い合わせ TEL 759・4106 長門市仙崎鳥越2区 日出男商會内「千畳敷MTB実行委員会事務局」 TEL 26・0955



長門ヨットフェスタ2018 参加者募集!

- キッズトライアスロン ①日時 7/15(日) 10:00スタート ②場所 仙崎さわやか海岸周辺 ③対象 Aクラス⇒小学1〜3年生 Bクラス⇒小学4〜6年生 ④定員 各クラス40人程度(申込先着順) ⑤参加料 500円/人 ⑥応募締切 6/22(金)
- 海上保安部巡視船の一般公開 ①日時 7/15(日) 10:00〜15:00 ②場所 長門市仙崎 センザキッチン ③参加料 無料 ④応募 不要
- バナナボート体験 ①日時 7/15(日) 11:45〜 ※全6回(1回15分程度) ②場所 仙崎さわやか海岸 ③定員 6組 (4人1組・応募多数の場合は抽選) ④参加料 500円/人 ⑤応募締切 6/22(金)
- ヨットレース観戦クルーズ ①日時 7/15(日) 9:40発 ②集合場所 青海島観光汽船乗り場 ③定員 25人(申込先着順) ④参加料 500円/人 ⑤応募締切 6/22(金)
- シュノーケリング体験 ①日時 7/15(日) ②12:00〜 ③13:00〜 ④場所 仙崎さわやか海岸 ⑤対象 小学生以上 ⑥定員 各回6人(応募多数の場合は抽選) ⑦参加料 500円/人 ⑧応募締切 6/22(金)
- 応募方法 市役所観光課に備え付けの申込書または長門ヨットフェスタ2018公式サイト(<http://www.gotjp.com/nagato-yacht/>)からダウンロードした申込書に必要事項を記入して応募してください
- 申し込み・問い合わせ 【キッズトライアスロン】(公社)長門青年会議所 TEL 22-2611 FAX 22-4920 【キッズトライアスロン以外】長門ヨットフェスタ2018事務局(観光課内) TEL 23-1137 FAX 22-6487 ※荒天の場合は中止になります

**長門法人会
公開講演会・セミナー**

健康経営のすすめ
■日時 6/13(水) 17:00～18:00

■講師 全国健康保険協会山口支部
企画総務グループ長 土田真平氏

笑いをあなたに
松鶴家一若の笑い健康講演
■日時 6/19(火) 17:00～18:00

■講師 漫談家 松鶴家一若氏
■応募締切 6/5(火)

【共通事項】

■会場 長門商工会議所3階
■定員 50人
■参加料 無料
■申込方法 無料

長門商工会議所2階にある長門法人会備え付けの申込用紙に必要事項を記入しFAX
■申し込み・問い合わせ 公益社団法人長門法人会
Tel 23・0200
Fax 23・0210

**第34回秋・阿武・長門
合同短歌大会**

■日時 10/27(土) 9:30～15:30

■場所 萩総合福祉センター
■出詠料 1,000円
■申込期限 7/1(日)
※当日消印有効

■申し込み・問い合わせ 第34回秋・阿武・長門合同短歌大会事務局(西元)
Tel 0838・28・1444

文化情報

くらしの情報

香月泰男美術館

Tel 43・2500

展覧会

香月泰男 風景へのまなざし ー日本編ー

本展では、香月が日本国内の旅先で描いた風景画を中心に紹介しています。
「ここが(私の)地球」と、三隅での日常をこよなく愛した香月がとらえた北海道、山陰、

九州などの景色をご覧ください。
●会期 開催中(7/5(木)～)

●開館時間 9:00～17:00
※入館は16:30まで

●休館日 火曜日

●入館料

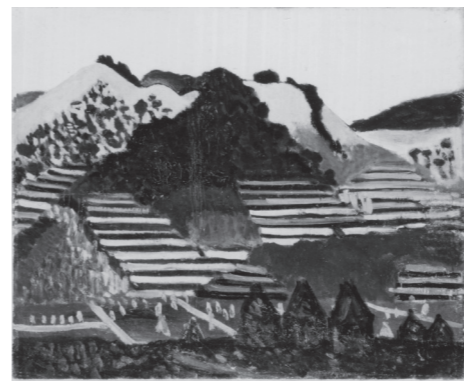
・一般 500円
・小中高生 200円

※市内在住者は、住所の分かるもの(運転免許証など)を提示すると、無料入館できます
●学芸員によるギャラリートーク
展示作品の見どころや展示作品について解説します。

●日時 6/30(土) 11:00～

※30分程度/事前申込不要
●今月の一点
展示作品の中から注目的一点を紹介いたします

雨乞山景(1935年)



ルネッサながと

Tel 26・6001

**「近松人形の
花形たち」展**

●会期

6/23(土)～7/22(日) 10:00～16:00

●入場料 無料

●会場 文化情報ギャラリー

第6回ながと近松文案

●とき

7/8(日) 13:00開演

●プログラム 「出世景清」

●入場料(全席指定・税込)

1階特等席 6,500円

2階松席 5,500円

3階梅席 4,000円

4階敷席 4,000円

5階敷席 4,000円

6階敷席 2,000円

7階敷席 2,000円

8階敷席 1,000円

9階敷席 1,000円

●会場 劇場

●発売日 発売中

**第14回ながと和太鼓
フェスティバル**

●とき 7/15(日) 13:00開演

●出演

・長門和太鼓オーケストラ翔門
・みずゝ音頭を育てる会 青波
・三隅清風太鼓
・和太鼓 鼓波会

●入場料(全席自由・税込)

・一般 1,000円

・高校生以下 500円

※未就学児無料

●会場 劇場

●発売日 発売中

**第3回ルネッサシネマ
市民名画劇場**

●とき 7/21(土)

①10:30開演 ②14:00開演

●上映作品 リメンバー・ミー

※日本語吹替版

●入場料(全席自由・税込)

一般 1,200円(前売)

学生 700円(前売)

※当日券は各300円増し

※3歳以下膝上鑑賞無料

●会場 劇場

●発売日 発売中

検診



胃がん・大腸がん検診

●実施日/会場

・6/1(金) 旧大畑小学校 殿台公会堂

・6/4(月) 大日比公会堂

・6/5(火) 旧青海島小学校

・6/6(水) 油谷保健福祉センター

・6/7(木) 仙崎公民館

・6/8(金) 三隅保健センター

・6/11(月) 長門市保健センター

・6/12(火) 上地区健康管理センター

・6/13(水) 三隅保健センター

・6/14(木) 通公民館

・6/15(金) 県漁協野波瀬支店

・6/18(月) 長門市保健センター

・6/19(火) 俵山公民館

・6/21(木) 長門市応急診療所

・6/22(金) 黄波戸漁科センター

・6/28(木) 日置保健センター

(大腸がんのみ)

※受付時間は会場により異なります

ゲスト出演

シャオ・ロン(中国琵琶)

●入場料(全席指定・税込)

1階S席 3,500円

1階A席 2,500円

2階A席 2,500円

2階B席 2,000円

(学生 1,500円)

●会場 劇場

●発売日 発売中

友の会 一般 6/5(火) 10:00

※発売初日は電話・web受付のみ

ルネッサながと休館日

●休館日 6/4(月)

くらしの情報

健康ガイド

健康診査

乳児健康診査(要予約)

岡田クリニック Tel 22・2717

●1カ月児・3カ月児・7カ月児健康診査

●必要なもの 母子健康手帳等

●必要なもの 母子健康手帳等

**「ザ・空気 ver.2
誰も書いてはならぬ」**

●とき 8/12(日) 14:00開演

●出演

安田成美、眞島秀和、馬淵英里何、柳下大、松尾貴史

●入場料(全席指定・税込)

・1階S席 6,000円

・1階A席 5,000円

・2階A席 4,000円

・2階B席 3,000円

●会場 劇場

●発売日 発売中



**精華女子高等学校
吹奏楽部コンサート**

●とき 9/16(日) 14:00開演

●入場料(全席指定・税込)

正面席 2,000円

北・南席 1,500円

高校生以下 1,200円

※3歳未満入場不可

●会場 アリーナ

肺がん検診

●実施日 6/1(金) 4月、14(木)、19(火)
●実施日 6/15(金)
●実施日 6/22(金)、28(木)
※受付時間は会場により異なります

子宮がん・乳がん検診

●実施日/会場 6/7(木) 日置保健センター
●受付時間 13:00~14:00

特定健診・後期高齢者健診

●実施日/会場 6/1(金) 三隅勤労者スポーツセンター
●6/5(火) 油谷保健福祉センター
●6/6(水) 油谷保健福祉センター
●6/7(木) 仙崎公民館
●6/11(月) 長門市保健センター
●6/13(水) 三隅保健センター
●6/14(木) 通公民館

●6/18(月) 長門市保健センター
●6/19(火) 俵山公民館
●6/21(木) 長門市応急診療所
●6/22(金) 黄波戸漁村センター
●6/28(木) 日置保健センター
●受付時間 7:30~10:00

休日総合健診

●実施日/会場 7/1(日) 長門市保健センター
●受付時間 7:30~11:00
(子宮・乳がんは8:30~10:00)
●子宮・乳がんのみ要予約
●申し込み・問い合わせ 長門市保健センター
Tel. 23-1133

相談



健康相談(成人対象)
生活習慣病など健康に関する相談、血圧測定、尿検査
●日時/会場 毎週木曜日 9:00~11:30
13:00~15:00
長門市保健センター

育児相談

●対象 乳幼児と保護者
●日時/会場 6/1(金) 9:30~11:30
6/8(金) 10:00~11:30
6/15(金) 9:30~11:30
6/20(水) 9:30~11:00
6/22(金) 9:30~11:30
6/28(木) 9:30~11:00
7/7(木) 9:30~11:00
7/11(月) 9:30~11:00
7/14(木) 9:00~11:30
7/21(木) 9:30~11:00
7/22(金) 9:30~11:30
7/30(木) 9:30~11:30
8/1(金) 9:30~11:30
8/8(金) 10:00~11:30
8/15(金) 9:30~11:30
8/20(水) 9:30~11:00
8/22(金) 9:30~11:00
8/28(木) 9:30~11:00

認知症相談会(要予約)

●対象 認知症で相談したい人
●日時/会場/申し込み 6/27(水) 9:00~11:30
三隅保健センター
Tel. 43-2444

禁煙相談(要予約)

●日時/会場/申し込み 6/12(火) 13:00~16:00
長門健康福祉センター
Tel. 22-2811

心の健康相談(要予約)

●日時/会場/申し込み 6/19(火) 14:00~16:00
長門健康福祉センター
Tel. 22-2811
※予約は3日前までに

教室(要予約)

健やかマタニティ教室
●対象 妊婦
●日時 (全3課) 6/13・14・15・16・17

むし歯予防教室

●対象 乳幼児と保護者
●日時 6/14(木) 10:00~11:30
●会場 日置保健センター
●内容 歯科衛生士による講話、ブラッシング指導、母子保健推進員によるエプロンシアター、食生活改善推進員による手作りおやつプレゼント
●必要なもの 母子健康手帳
●申し込み・問い合わせ 日置保健センター
Tel. 37-2193

図書館だより
図書館へ行こう!
Let's Go To the Library!
長門市立図書館 Tel. 26-5123
ゆや分館 Tel. 33-0051
http://www.lib-nagato.jp/
e-mail library@lib-nagato.jp
- 6月の休館日 -
本館・ゆや分館
4(月)・6(水)・11(月)・18(月)・25(月)

開館時間延長中(本館のみ)
本館の開館時間検討のため試験的に開館時間を9:00に変更しています。
平日 9:00~18:00
土・日・祝日 9:00~17:00
男性陣が皆さんにおはなしの世界を

2017年度 ベストリーダー&ベスト予約(本館のみ)

	ベストリーダー編	ベスト予約編
第1位	『蜜蜂と遠雷』 恩田陸	『蜜蜂と遠雷』 恩田陸
第2位	『危険なビーナス』 東野圭吾	『九十歳。何がめでたい』 佐藤愛子
第3位	『素敵な日本人』 東野圭吾	『アキラとあきら』 宮部みゆき
第4位	『継続捜査ゼミ』 今野敏	『この世の春(下)』 宮部みゆき
第5位	『サーベル警視庁』 今野敏	『かがみの孤城』 辻村深月

届けます。いつもとは少し雰囲気の違い。おはなし会をお楽しみください。
●日時 6/17(日) 15:00~15:30
●場所 絵本コーナー
●館内でおはなし会を開催するため、騒がしくなる時間帯があります

映画上映会のお知らせ(入場無料)

●上映タイトル 「やさしい本泥棒」(131分)
●音声・英語 字幕・日本語
●上映日程 10:00~10:00
14:00~14:00
18:00~18:00

新着図書

(本館) 「にらみ」長岡弘樹、「悪徳の輪舞曲」中山七里、「いろいろあった人へ」伊集院静、「家庭でもできる子どもを食品添加物・農薬から守る方法」増尾清、「明治維新とは何だったのか」一坂太郎ほか
(分館) 「極小農園日記」荻原浩、「刑事の怒り」葉丸岳、「牛天神」山本一力、「調べるチカラ」野崎篤志、「日本の伝統発酵の科学」中島春紫、「100歳まで生きる手抜き論」吉沢久子ほか

ぐるブック号運行中!

●通・三隅方面 6/7(木)・21(木)
●湯本・俵山方面 6/13(水)・27(水)
●日置・油谷方面 6/8(金)・22(金)

今月のオススメ本

『消えない月』 畑野知美/著 新潮社/出版
マッサージ師さくらは感じの良い客、松原から誕生日プレゼントをもってから親しくなる。これを機に、さくらの生活は一変する。ストーリー-被害者と加害者、それぞれの視点からその心情を生々しく、リアルに描かれている。恋愛小説で知られる作者の真の方向へ思いを綴った衝撃作

愛します! 守ります! 長門の海!
118 仙崎海上保安部
山口県長門市仙崎1026-2
☎ 26-0240
仙崎海上保安部ホームページ
http://www.kaiho.mlit.go.jp/
07kanku/senzaki/
jcg7senzakikotsu2-4k7w@mlit.go.jp

綺麗な長門の海を 未来に残そう!
海上保安庁では、「未来に残そう青い海」をスローガンに、6月1日から同月30日までの1カ月間を「海洋環境保全推進月間」と定めています。
仙崎海上保安部においても、市民の皆さんに対する海洋汚染の未然防止や海洋環境保全に関する意識の向上を目的とした啓発活動を展開します。
皆さんも、綺麗で豊かな長門の海を未来へ残していくために、日常生活で生じるゴミを減らすなど、家庭でできる取組について、この機会にもう一度考えてみましょう。

船舶海難・人身事故発生状況
仙崎海上保安部管内(長門市)

	船舶海難		人身事故	
	隻数	死亡不明者	人数	死亡不明者
4月	3	0	0	0
平成30年計	4	0	1	1
29年同時期	8	0	5	2

ライフジャケットを常時着用しよう!
携帯電話など連絡手段を確保しよう!
海のもしものは「118番」へ!

「健幸」づくりチャレンジ

「いつ」「何を」「どのように」食べる

～時間栄養学から生活習慣病を予防しよう～



健康メモ No.62
長門市保健センター
Tel 23-1133

「体がだるい」「集中できない」「メタボが気になってきた」…こうした体の不調は、食べる時間に問題があるかもしれない。食べる時間を考えれば、体調は整えられます。

「時間栄養学」から見た食生活のポイントをご紹介します。

朝ごはんはキホンのキ

私たちの体内時計は、毎日、朝の光と朝食でリセットされます。朝食をとることで、脳が活性化し、仕事の効率や勉強の成績がアップします。また朝食を欠食する人は、1・75倍も肥満になりやすいとも言われています。

さらに朝からバランスの良い食事をとることは体温を上げ、排便を促します。

昼食はしつかり

昼間は一日の中で一番活動量が多いので、エネルギー源となる栄養素をしっかりと取りましょう。脂っこいものやカロリーの高いものは昼食に食べることをおすすめします。

夕食は20時までに

夕食はしつかり食事をする方が多いと思いますが、夕食後はエネルギーを使うことがほとんどありません。特に20時以降にとった食事は体に蓄積されやすいので、腹八分目の食事を心がけましょう。夕食が遅くなる場合は、19時くらいに主食をとり、帰宅後に主菜・副菜をとることで、体内時計も乱れにくくなります。また就寝2時間前の食事は控えましょう。

■次のことにも気をつけましょう

「食べる速度」

ゆっくり味わって食べることで肥満を予防します。一口20回以上噛むことを目指しましょう

「食べる順番」

野菜から食べることで血糖上昇を緩やかにします

「食べる量」

朝：昼：夕＝4：3：3の割合で決まった時間に食べて、体内時計を整えましょう



本にバランスよく食べることが、体に負担なく、効率的にエネルギーとなり、消化吸収もよくなります。食べる時間から体のリズムを整え、規則正しい生活習慣を心がけましょう。

ゆくて通信

観光コラム
YUKUTE REPORT

道の駅センザキッチン
観光案内所「YUKUTE」

(一社)長門市観光
コンベンション協会
TEL 0837-27-0074
FAX 0837-27-0079
MAIL info@nanavi.jp

長門市をつなぐ新観光案内所『YUKUTE』オープン!

道の駅センザキッチンにオープンした観光案内所「YUKUTE」は、市内の観光地・食・温泉・体験と、長門市を訪れるゲストをつなぐ場所です。長門市の旅が始まる観光拠点として、次の3つの業務を担当し、ゲストの皆さんに最適な「ゆくて(＝行く先)」を提案します。

■観光案内

ゲストの声を直接聞き、ニーズに合った案内を行います

■レンタサイクル(有料)

市内散策を満喫できる4種類の自転車を用意しています

■土産品の販売

限定マスクングテープをはじめ、オリジナル商品を販売中



▲お気軽にお立ち寄りください

サポーター募集中!
旬な情報を教えてください

現在、案内所には各地域の花の見過ろや撮影スポットの最新情報など、連日多数の問い合わせがあります。

「YUKUTE」では、観光情報が集まる拠点を目指し、地域の旬な情報をご提供いただける「YUKUTEサポーター」を募集しています。



▲センザキッチンにオープンした観光案内所「YUKUTE」

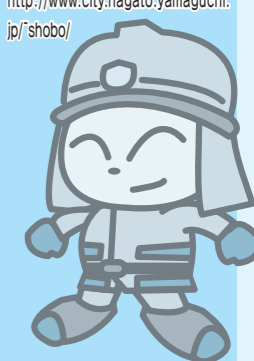
「今日は花が8分咲き」「今夜がシャッターチャンス」などの情報に加え、ぜひ見てほしい地域の絶景ポイントや面白いスポットなど、観光客に向けた情報を寄せてください。

《情報提供の方法》

情報提供は、「YUKUTE」まで電話・FAX・メールでお願いします。また、直接お越しいただいても構いません。情報は観光サイト「ななび」をはじめ、案内所を通じて広く発信。今後、こちらから情報をお聞きすることもありますので、ぜひご協力をお願いします。地域の魅力を発掘し、みんなが発信していきましょう!

119

長門市消防本部
中央消防署 Tel 22-0119
西消防署 Tel 32-1230
火災時の問い合わせ Tel 22-1414
ホームページ
http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/shobo/



危険物安全週間

平成30年度危険物安全週間推進標語
「119の119 無事故へ みんなの願い」

危険物を取り扱う関係事業所をはじめ、広く国民に危険物の安全確保を呼びかけるため、毎年6月の第2週(平成30年度は6月3日(日)から6月9日(土)まで)を「危険物安全週間」とし、危険物に対する意識の高揚および啓発を全国的に推進しています。

消防法で定める危険物とは、火災発生の危険性が高く、消火の困難性が高い物品であり、身近なものではガソリン・灯油はもちろん、塗料やスプレー缶なども含まれます。

危険物の事故を防ぐポイント
・火気の周囲で危険物を取り扱わない
・子どもが触れないように保管する
・高温になる場所には保管しない
・屋内で危険物を取り扱ったときは定期的に換気する

火災 救急 件数 [4月]	
()内は今年累計	
建物	0 (5)
林野	1 (2)
車両	0 (1)
船舶	0 (0)
その他	0 (6)
合計	1 (14)
救急	142 (667)

スポーツ推進委員です!

各部門に分かれて活動しています

長門市スポーツ推進委員は総勢45人です。委員は総務部・研修部・広報部の3部門に分かれて所属し、活動を進めています。

総務部は市民の皆さんがスポーツに触れ、楽しんでいただけるようにアイデアを出し合っています。「パター・de・ビンゴ」は長門市独自のニュースポーツとして普及に取り組んでいます。これからは「ひらめきと行動力」でスポーツを通じて長門市を盛り上げていきます。

研修部は各地域や学校に向いてニュースポーツの普及に努める「出前講座」を企画しています。ニュースポーツの中には「チャレンジ・ザ・ゲーム」という種類が豊富で、子どもから大人まで楽しめるイベントや健康づくりに適したゲームがあります。私たちが一緒に楽しくスポーツしませんか。

広報部は広報紙の掲載内容を考えたり、行事の際に写真を撮影し、広報に活用したりしています。Facebookはぜひ「長門市スポーツ推進委員会協議会」のページを検索してみてください。「パター・de・ビンゴ」の競技動画などを紹介していますので、ぜひご覧ください。



▲Facebook ページで情報を発信

1 金	「水道週間」(7日まで)「土砂災害防止週間」(30日まで)「かけ崩れ防災週間」(7日まで) ●教科書展示会/長門市教科書センター(長門市教育委員会2階)、市立図書館/7月26日まで ●人権特設相談/市役所市民相談室・三隅支所・日置支所・ラポールゆや/10時~12時
2 土	●三隅上地区ホタル祭り/宗頭文化センター周辺/17時30分~
3 日	「危険物安全週間」(9日まで) ●第14回長門市タグラグビー祭/油谷コミュニティパーク/9時~
4 月	
5 火	「環境の日」 ●法律相談/長門市地域福祉センター/13時~16時/有料・要予約(Tel.0838-24-0500)
6 水	
7 木	
8 金	
9 土	●クルーズ客船「にっぽん丸」入港/仙崎湾・センザキッチン/8時~ ●大畑蛍のふるさと祭り/JR渋木駅周辺/18時~ ●手作り蛍祭in俵山/頭振川緑の砂防公園駐車場/18時~
10 日	●JAL向津具ダブルマラソン/向津具半島周辺/6時~19時 ●みすみハーブを愉しむ日/香月泰男美術館周辺/9時30分~14時30分
11 月	上下水道使用料納期限(三隅・俵山・東深川・西深川・深川湯本・渋木・真木地区)
12 火	●行政相談/三隅支所・ラポールゆや/10時~12時 ●法律相談/長門市地域福祉センター/13時~16時/有料・要予約(Tel.0838-24-0500) ●禁煙相談/長門健康福祉センター/13時~16時/要予約(Tel.22-2811)
13 水	●長門法人会 公開セミナー/長門商工会議所/17時~18時/要申込(Tel.23-0200)
14 木	●社会保険年金相談・申請/市役所本庁会議室/10時~15時/要予約(Tel.0838-24-2158)
15 金	●ウォーキングで健康づくり/妙見山公園駐車場集合/9時30分~11時30分/要申込(Tel.33-3021)
16 土	●ガストロノミーウォーキングin長門・俵山温泉/俵山温泉周辺/10時15分~ ●星空ウォッチング/日置小学校天体ドーム/20時~21時/要申込(Tel.37-2340)
17 日	●父の日おはなし会/市立図書館/15時~15時30分
18 月	●お酒に関する困り事相談/長門健康福祉センター/15時~16時/要予約(Tel.22-2811)
19 火	「ながと食の日」 ●長門法人会 公開講演会/長門商工会議所/17時~18時/要申込(Tel.23-0200) ●法律相談/長門市地域福祉センター/13時~16時/有料・要予約(Tel.0838-24-0500) ●心の健康相談/長門健康福祉センター/14時~16時/3日前までに要予約(Tel.22-2811)
20 水	
21 木	●行政相談/日置支所/10時~12時 ●人権・行政合同相談/仙崎公民館/10時~12時 ●発達クリニック/長門健康福祉センター/13時~16時/要予約(Tel.22-2811)
22 金	
23 土	「男女共同参画週間」(29日まで) ●「近松人形の花形たち」展/ルネッサながと/7月22日まで ●文化講演会/ラポールゆや/14時~
24 日	
25 月	「ながと生涯学習の日」 ●第68回長門市"社会を明るくする運動"推進大会/長門市地域医療連携支援センター/13時30分~
26 火	●法律相談/長門市地域福祉センター/13時~16時/有料・要予約(Tel.0838-24-0500) ●骨髄バンク登録受付・肝炎(B型・C型)ウイルス検査・エイズ抗体検査/長門市健康福祉センター/前日までに要予約(Tel.22-2811)
27 水	●無料法律相談/市役所市民相談室/10時~15時/要予約(Tel.23-1299)
28 木	●社会保険年金相談・申請/市役所本庁会議室/10時~15時/要予約(Tel.0838-24-2158)
29 金	
30 土	●学芸員によるギャラリートーク/香月泰男美術館/11時~

ゆで鶏のにらじょうゆ

- にらじょうゆは万能たれかつ免疫力アップに -

材料(4人分)

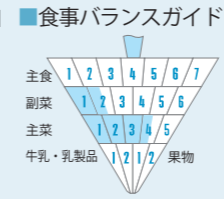
- ・鶏もも肉…2枚(460g) ※ にらじょうゆ
- ・塩 …小さじ2/3
- ・水 …5カップ
- ・長ねぎの青い部分 …10cm
- ・しょうがの薄切り …1かけ
- ・酒 …大さじ2
- ・レタス …1/2個
- ・トマト …1個
- ・にら …1/2束(50g)
- ・ごま油…大さじ1
- ・しょうゆ…大さじ2
- ・オイスターソース …小さじ1
- ・酢…大さじ2
- ・鶏肉のゆで汁 …大さじ1

作り方

- ①鶏肉は縦半分になり、塩をもみ込む。
- ②鍋にAを入れて強火にかけ、煮立ったら鶏肉を入れて中火で12~13分茹でる。火からおろし、ゆで汁につけたまま粗熱がとれるまでおく。
- ③にらじょうゆを作る。ボウルにみじん切りにしたにらと、ごま油を加えてざっと混ぜる。そこにBを加えてよく混ぜ、15分以上おいて味をなじませる。
- ④②の鍋から鶏肉を引き上げ、斜めに薄くそぎ切りにする。レタスは細切りにする。
- ⑤器にレタスを敷いて鶏肉を盛り、くし形切りにしたトマトを添える。食べる直前に③のにらじょうゆをかける。

栄養価(1人分)

エネルギー…201kcal
たんぱく質…23.4g
脂 質…7.6g
塩分相当量…2.0g



ほっちゃんテレビ放送予定
6/11(月)・17(日)

毎月19日は「ながと食の日」

残った鶏肉のゆで汁は、香味野菜を除いて中華風のスープに使えます。



ワンポイントアドバイス

休日当番病院 まずは長門市応急診療所へ

月/日	曜	当番病院	電話番号
6/3	日	長門市応急診療所 岡田病院	27-0199 23-0033
6/10	日	長門市応急診療所 斎木病院	27-0199 26-1211
6/17	日	長門市応急診療所 長門総合病院	27-0199 22-2220
6/24	日	長門市応急診療所 岡田病院	27-0199 23-0033
7/1	日	長門市応急診療所 斎木病院	27-0199 26-1211

※発熱や腹痛など、比較的軽症な場合は、**長門市応急診療所**を受診してください
●診療科…内科・小児科
●診療日・時間…平日 19時~22時/日曜・祝日・年末年始 9時~正午・13時~17時(受付は診療終了30分前まで)

水道の修繕・トラブル

地区	道路部分	宅地部分
全地区	長門市 上下水道局 Tel.23-1171(平日) Tel.22-2111(休日・夜間)	長門市給水装置工事指定業者に依頼してください。なお、指定業者は市ホームページに掲載しています

※長門市給水装置工事指定業者以外で修繕すると、水道料金の減免を受けられませんので、ご注意ください。

消費生活センターからのお知らせ

架空請求はがきにご注意ください

トラブル事例

「法務省管轄支局 民間訴訟告知センター」から「消費料金に関する訴訟最終告知のお知らせ」というはがきが届きました。
契約不履行による民事訴訟として、訴状が提出され、連絡がない場合は給料や不動産を差し押さえると書かれてあります。まったく心当たりはありませんが、連絡を取るべきでしょうか。

アドバイス

このようなはがきは、架空請求といわれる詐欺の手口で、全国の消費生活センターには多くの相談が寄せられています。
はがきには「民事訴訟」「取り下げ最終期日」など不安をあおる言葉が書かれ、問い合わせ窓口には本人から連絡するように記入してあります。慌てて電話をかけると、コンビニへ誘導し、プリペイドカードでの支払いを強要してきます。
裁判所からの正式な文書にはがきが使われることはありませんし、郵便受けに投げ込まれることもありません。
はがきやメールで利用した覚えがない架空請求が届いても無視し、絶対に相手に連絡したり、支払いをしてはいけません。不安を感じた場合や心配なときは消費生活センターにご相談ください。

問い合わせ - 困ったときは、まず相談 -

- ・長門市消費生活センター Tel.23-1115
- ・山口県消費生活センター Tel.083-924-0999



たもと

金子みすゞ

袂のゆかたは
うれしいな
よそ行き見たいな
気がするよ。

夕顔の
花の明るい背戸へ出て
そつと踊りの真似をする。

とん、と、叩いて、手を入れて
誰か来たか、と、ちよいと見ると

藍の匂の新しい
ゆかたの袂は
うれしいな。



「金子みすゞ全集」(JULA出版局)

表紙の説明

大津緑洋高校ラグビー部

17年ぶりの優勝に歓喜

4月22日(日)、第61回中国高等学校ラグビーフットボール大会山口県予選決勝戦が俵山スタジアムで開催され、大津緑洋高校ラグビー部が萩商工に勝利し、17年ぶりの優勝を飾りました。同校ラグビー部は1回戦高川学園(防府)、2回戦山口高(山口)を下し、萩商工の待つ決勝へ進出。前半から得点を重ね、57対12で勝利し、中国大会への出場を決めました。

5月12日(土)、13日(日)に山口市の維新百年記念公園で行われた中国大会では2試合を戦い、3位となりました。



▲全国レベルの強豪校と対戦し、貴重な経験を得た

長門市の DATA

(平成30年5月1日)

人	34,546人	(-41)
男	16,026人	(-14)
女	18,520人	(-27)
世帯数	16,058世帯	(+30)

()内は先月比

(4月分)	出生 13人	死亡 46人
	転入 169人	転出 177人

編集後記



海の向こう、メジャーリーグで大谷翔平選手が二刀流へ挑戦し、めざましい活躍を見せています。投手、打者のどちらか一方で成績を残すことさえ難しい世界で、両方で結果を出すということは才能もありますが、人の二倍の努力を積み重ねてきた結果なのではないでしょうか。

▼私も市職員、市民という二つの顔があり、どちらも一流とは言えませんが二刀流です。それぞれの役割を一つずつこなし、努力を積み重ねることで、地域に貢献できたらと思います。▼

多くの人が無謀だと思った二刀流。努力に限界がないことを示した大谷選手を見習い、がんばろうと思う今日この頃です。