

広報 ながと

Nagato City Public Relations

2020
(令和2年)
No.235

1



迫真の歌と演技に魅了／油谷こどもミュージカル定期公演

主な内容

- 新年のごあいさつ 2～3ページ
- 特集 木育を教育へ 4～5ページ
- 特集 人権を考える Part2 6～7ページ
- 長門の人 澤村直樹さん（アームレスリング） 9ページ
- 暮らしの情報 10ページ～
 - ・就学指定校変更の申し立て ・5歳児すこやか相談会 ・大臣表彰／県選奨 ・税金の申告準備を
 - ・発掘された山口 ・風しんの無料クーポン券は届いていますか ・会計年度任用職員募集
 - ・農林業センサスを実施 ・みずゞ児童作品コンクール ・第26回長門市美術展

令和2年 謹賀新春

2 020年の輝かしい新春

を迎え、市民の皆様に謹んで新年のお慶びを申し上げます。また、平素から市政の推進に格別のご支援とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

私は、昨年11月に市民の皆様への温かいご支援をいただき、4代目市長として市政を担わせていただくこととなりました。大変光栄であり、その職責の重さに身の引き締まる思いです。新しい年を迎え、市民の皆様の幸せのため、長門市の限らない発展のため、全力を尽くす決意を新たにいたしました。

さて、今年3月には新市誕生15周年を迎えますが、歯止めがかからない人口減少や基幹産業における後継者不在など、本市を取り巻く社会経済環境は年々厳しさを増しています。そこで私は、まずはさまざまな角度から本市の現状と課題を整理し、その上で、優先順位を付けて課題解決に向かう「選択と集中」により、私の基本理念であります「市民のいのちと生活を守る」まちづくりを早急に実現してまいります。

そのための重点施策として、私は3項目を掲げます。1点目は「市民目線のまちづくり」です。

課題解決に必要な施策については、市民の皆様と一緒に考えていく仕組みを設け、真に必要な施策を立案し、実行過程、費用対効果の検証まで、情報を公開しながら進めます。特に支所の機能拡充と権限強化、さらには、地域リーダーなどを育成する養成塾の設立、移住施策の強化に取り組んでまいります。

2点目は、「生活基盤の充実によるまちづくり」です。本市が「住みたいまち」「住み続けたいまち」として多くの方々を選ばれるためには、市民の皆様が心豊かで、生活の安全・安心が確保される生活基盤の充実が必須です。そこで、「交通弱者対策」「地域医療体制の強化と『健幸』のまちづくり」「災害に強い基盤の構築と防災体制の強化」「子育て世代に選ばれるまちの充実」を柱に取り組んでまいります。

3点目は、「地域経済の活性化によるまちづくり」です。豊富な地域資源や観光資源を活か

し、足腰の強い長門市となるよう、まずは市民の皆様や関係団体の意見をしっかりと取り入れ、地域経済活性化の新たな指針として『ながと活き活き事業構想（仮称）』を策定します。その柱として、「企業誘致の強化」「光ファイバー網の整備」「観光地ブランドの確立」「先端情報技術を活用した第一次産業の活性化」に取り組んでまいります。

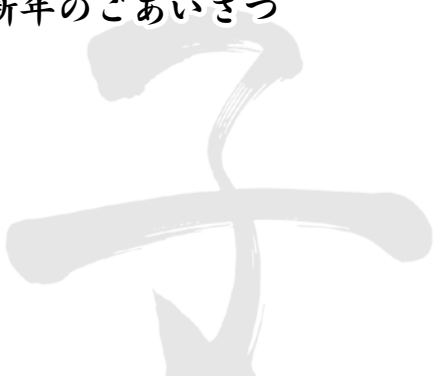
今年の十二支は、種が新たに芽生え、いろいろな方向に育ち始める意とされる「子」です。私も、新たな気持ちで市政運営に取り組むことをお約束するとともに、この一年が市民の皆様にとりまして、素晴らしい年となりますよう祈念申し上げます。年頭のごあいさつといたします。

「市民のいのちと生活を守る」まちづくりに
市民目線で取り組みます

長門市長 江原 達也



新年のごあいさつ



市民の皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい初春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

また、平素から議会活動に對しましてご理解とご支援を賜り、厚く御礼を申し上げます。長門市のさらなる発展のために、信頼される市議会を念頭に置き、議会運営に努めてまいりたいと決意を新たにしております。

昨年を振り返りますと、市役所新庁舎の完成に伴い、議論の活性化を目的に議場のレイアウトを変更したほか、議員の報酬・期末手当等および定数については研究調査を終え、報告書をまとめました。アンケートにご協力いただきました市民の皆様には改めて感謝を申し上げます。報告書には『「協働型政策議会」を目指して』とのサブタイトルを付し、議員個々の資質の向上を図り、もって「議会の力」となるよう努力してまいります。

議会改革についても引き続き取り組み、議会報告会では市民の皆様のもとへ出向き、声なき

声をお聞きするとともに、議会への貴重な提言を賜りました。議会・議員活動の基本原則を明確にした議会基本条例についても、平成28年の条例施行以降初めて各項目の検証作業を行いました。これまでの議会改革の歩みを振り返りつつ、今後とも「市民に信頼される議会」の実現に向けて活動してまいります。

ラグビーワールドカップTM2019に出場したカナダ代表チームのキャンプや、全国棚田（千枚田）サミットの開催により、世界各国・日本各地から多くの人が長門市にお越しいただき、交流人口の増加が図られ、長門市の知名度も向上いたしました。さらに湯本地区では、長門湯本温泉観光まちづくり計画に基づく各種の事業が着実に進んでおり、今年度の3月には施設整備事業が完了する見込みです。市議会においてもさまざまな議論がされたところではありますが、再び魅力的な温泉街となるよう期待しているところです。

また、昨年11月に市長選挙・

市議会議員補欠選挙が行われ、市長選挙においては江原市長が初当選されました。民間企業での勤務や市議会議員の経験を生かされ、長門市の魅力をさらに高める諸施策の実行を期待するとともに、市議会といたしまして、力を合わせて市政発展のために努力してまいります。また、市議会議員補欠選挙において一名の新たな議員を迎えました。総勢18名が一丸となつて市民の皆様の負託にしっかりと応えられるよう議会活動に取り組んでまいります。

市民の皆様には、本年も引き続き、ご支援、ご協力をいただきますようお願い申し上げます。年でありませう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



議員個々の資質を高め、議会改革に取り組み、
「市民から信頼される議会」を目指します

長門市議会議員 武田 新二



ながと型木育によるオリジナル教育プログラム

木育を教育へ

長門市が推進する「木育」を教育に活用し、長門市オリジナルの教育プログラムをつくりあげることが目的に、今年度、日置中学校1年生を対象にした「ながと型木育によるオリジナル教育プログラム」がスタートしました。

10月3日(木)から12月16日(月)まで全9日間実施された教育プログラムを振り返ります。

森林づくりを学ぶ キャリア教育

この教育プログラムは、森林資源を利用する林業・木材産業について、川上から川下まで一連の流れの中で「感じる」↓「知る」↓「つくる」を体験し、森林づくりの必要性が理解できる内容となっており、長門市とNPO法人人と木、長門Nセンターが連携して実施しました。

10月3日(木)にキックオフミーティングが開かれ、木のおもちゃを制作して日置保育園児に届けることを目標に、森林に入る準備を話し合うことからプログラムがスタートしました。

感じる〜森林を五感で感じる〜

10月7日(月)、生徒らはへき千年の森へ。山口県西部森林組合職員らの案内で、森の中にあるクヌギやシイノキ、スギ、ヒノキなど木の特徴の説明を受けながら、実際に幹に触ったり葉の匂いを嗅いだりして、森を五感で感じました。また、実際に木を伐り出す作業を見学し、林業の現場を肌で感じました。

知る〜木材の加工場を見学〜

10月15日(火)、生徒らは市内の製材加工場へ。長門市の森の特徴やシイノキの活用方法など森の価値の説明を受けた後、製材加工場を見学しました。

木が伐採され、森から運ばれた後どのように商品として加工されるかを、実際の施設や工程を自分の目で見て、学びました。

つくる〜木のおもちゃ制作〜

11月5日(火)から4回に分けて、ものづくりの授業がスタート。NPO法人「人と木」の川浪理事の指導のもと、日置保育園児が遊ぶ木の積み木おもちゃの制作に取りかかりました。

生徒らは積み木の図案づくりから始め、おもちゃの楽しみ方など必要な事柄を絞り込み、アイデアに活用。その後、アイデアスケッチをもとに「魚」と「木」をテーマにした積み木づくりに取り組み、糸鋸で型を切断した後、保育園児がけがをしないようにしつかりと紙ヤスリで研磨しました。

届ける〜保育園児と遊ぶ〜

12月16日(月)、完成した積み木おもちゃを持って日置保育園へ。生徒は園児に木の種類や木がさまざまな製品に加工される流れなど、プログラムを通じて学んだことを伝え、木の積み木おもちゃを手渡しました。

生徒たちは全9日間の教育プログラムを振り返り、「今まで知らなかった日置の魅力を改めて知った」「プログラムを通じて人前で発表することが恥ずかしくなくなった」「みんなでの目標に向かっていくことの楽しさややりがいを感じた」な



▲へき千年の森で森林の様子を学ぶ



▲葉の匂いを嗅ぐなど、五感をフル活用



▲切り株を触って、感触を確かめる



▲園児がけがをしないよう、積み木を紙ヤスリで磨く



▲授業を通じて何を学んだか、振り返りを行う

どの感想を話しました。また、学校側も「さまざまな体験学習を通じて生徒の心が豊かになり、感性が高まった。ふるさとへの思いを一層深めることもでき、教室の中ではできない貴重な学びであったと思う」と授業の総括を行いました。

長門市オリジナルの教育プログラムの

グラムにより、多くの学びを体験できる体制をつくります。木育教育プログラムは、子どもたちが主体的に学び、行動できる能力を育みます。この取組を長門市オリジナルの教育プログラムとして広げていくことで、子育て世代に選ばれるまちにつなげていきます。

長門市では木育推進基本計画において、「木育を核とした子育て世代に選ばれるまちづくり」を目指しています。0歳から18歳まで子どもが成長する間の各ステージで、市の自然を活かした魅力のある木育教育プログラム

木育教育プログラム・ものづくり体験講習会作品展示

■期間 1/6月〜1/31(金)

■場所 市役所1階市民ロビー

■内容 木育教育プログラムで生徒が制作した木のおもちゃおよび「ものづくり体験講習会」で制作された作品を展示



▲糸ノコで型通りに切り抜く



▲木材加工の現場を見学



▲生徒が制作した魚と木をテーマにした積み木おもちゃ



令和元年度活動報告

市民一人ひとりの人権が尊重された 心豊かな地域社会を目指して

市では、「長門市人権教育推進委員会」を中心として、市民一人ひとりの人権が尊重された心豊かな地域社会の実現に向け、地域に密着したきめ細かい人権教育・人権啓発活動を推進しています。



▲山口県人権推進指針

すべての人権課題の 解決に向けて

今年度は、「山口県人権推進指針」に掲げられているすべての人権課題の解決に向けた取組を念頭に、人権教育セミナーと人権フェスティバルにおいて幅広く人権課題を扱うことで啓発に努めました。

本市においても、さまざまな人権課題が幅広く存在しており、社会の変化などによって、人権に関する新たな課題もみられるようになりました。

このような状況を踏まえ、すべての人々の人権が尊重された社会の実現を目指していくためには、市民一人ひとりが人権尊重の理念について正しく理解し、日常生活において人権への配慮がその態度、行動に表れるような人権感覚や、人権の大切さに気付く豊かな感性を育むことが大切です。

本市では、身近にある人権課題の現状把握や課題解決に向けた具体的な対策について研修を深めるため、各種人権教育セミナーや人権フェスティバルの機

会を活用して、積極的に市民への啓発に取り組んでいます。

第1回 長門市人権教育セミナー

- 開催日 7/24(水)
- 場所 長門市地域医療連携支援センター
- 参加者 約150人

Cococomi(ここえみ)代表小林洋子氏を講師として、「よりよい人間関係を築くためのアンガーマネジメント」という演題で講演を行いました。



▲講演の様子

人と人をつなぐ第一歩は「言葉」です。言葉の選び方や言葉かけ、また、コミュニケーションスキルを向上させる方法について、演習も交えながら分かりやすく説明されました。会場は満席となり、参加者は、最後まで熱心に講演に耳を傾けていました。

【参加者の声】

▼今まであまり考えたこともなかったので、自分自身の日ごろの行動を振り返る時間となりました。イライラを減らす努力をすることが、よりよい人間関係を築くことにつながるし、自分が楽に生きられるのだなと思いました。

▼年を重ねるにつれて、自分の価値観がこり固まり、怒ることが増えたように思います。物事の多様性や価値観を認め、自らの考え方を見つめ直していきたいと思いました。

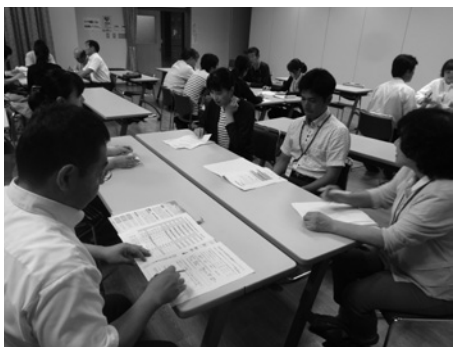
第2回

長門市人権教育セミナー

- 開催日 9/21(土)
- 場所 市役所三隅支所
- 参加者 約30人

本セミナーでは、昨年度と同様にビデオフォーラム・参加者意見交流会を実施しました。

今年度は、すべての人権課題の解決を目指した取組に力を入れることとしており、ビデオでは「女性の人権」、「子どもの人権」、「障害のある人の人権」、「外国人の人権」など多種多様な課題について考えを深められるよう配慮しました。参加者は、多様な人権課題にふれながら、「人権尊重」の実現に向けて真剣に意見を交わしていました。



▲ビデオフォーラム後の意見交流会

【参加者の声】

▼意見交流で、いろいろな意見を聞くことができてよかったです。人として相手を認め、尊重しあうことの大切さ、次の世代、子どもたちに教え導いていく責任の重さを実感しました。

▼普段生活する中で、あまり人権を意識することがないので、このような場で、いろいろな人権を知り、改めて考えることで、意識が芽生え、良い機会だと思います。ビデオのどの項目も、法律はたくさんできていますが、一人ひとりが意識を変えていくことが大切なのだと思います。

長門市人権フェスティバル

- 開催日 11/10(日)
- 場所 ラポールゆや
- 参加者 約170人

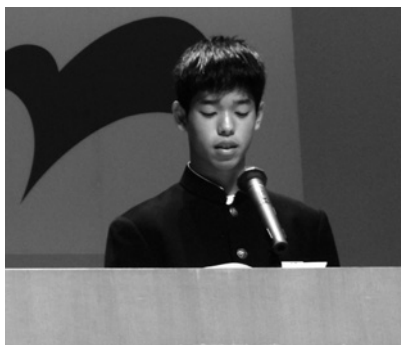
山口県人権啓発活動地域ネットワークによる「人権の花」、「人権作文」の表彰の後、弁護士仲岡しゅん氏を講師とし、「性的マイノリティってなに？楽しく学ぶ、ジェンダー、セクシュアリティ」という演題での講

演を行いました。

仲岡氏は戸籍上の性別は男性ですが、女性として弁護士登録をしているトランスジェンダーです。弁護士として日々多くの相談にあたり、新聞、雑誌、テレビなどのメディアでも活躍する豊富な経験をもとに、「互いの存在や人権を認め、尊重しあうことの大切さ」について語りました。



▲人権について学ぶ



▲人権作文の発表

▼テレビでトランスジェンダーという言葉は知っていました。

講演を通して「言えない」ということが問題かなと思います。一人の人間」という存在

が一つの価値をもっていること、性別で分けてしまうことで不便さを与えてしまうことがあるのではないかと考えました。

第3回

長門市人権教育セミナー

- 開催日 12/1(日)
- 場所 日置農村環境改善センター
- 参加者 約130人

本セミナーは、「第40回日置地区あたたかいふるさとづくり研修大会」を兼ねての開催となりました。

開会行事では、日置女声合唱団「白い風車」による合唱が行われ、続いて長門市青少年育成市民会議日置支部長から「絵手紙」優秀作品の表彰があり、11人の園児・児童・生徒に賞状が授与されました。日置地区の小学校児童、中学校・高校の生徒による意見発表も行われました。講演会では山口県A・D・H・Dを考える会世話人堀川貴美子氏が「子どもの個性と100通りの子

育て〜たくさん笑顔〜」という演題で講演を行いました。



▲講演の様子



▲「絵手紙」優秀作品の表彰

【参加者の声】

▼発達障害。私も子どもがいるので何度も耳にする言葉です。分かっていてるようで、分かっていなかったなと思いました。それは、当事者でないからだと思います。しかし、今日の講演を聞いて、うまく言葉にできませんが、少し自分の中で何かが変わったような気がします。

▼いろいろなことを乗りこえた人の言葉は強く心に刺さりまます。「すみません」と言わなくて良いですよ。「大丈夫ですよ」と言ってあげられる社会にしたいと思います。



市民のいのちと生活を守る行政を

江原達也市長が初登庁

11月27日(水)、江原達也市長が初登庁し、職員や市民ら約200人が出迎えました。

職員から花束を贈られた江原市長は「これから4年間、市民のいのちと生活を守る行政をしっかりやっていきたい。職員の皆さん、ぜひご協力をお願いします」とあいさつしました。
また、幹部職員を前にした

訓示では、「現在の長門市は人口減少と少子高齢化の真只中にあり、長門市全体がワンチームとなり、この問題と戦っていかねければなりません。私と一緒に市民の皆さんに本当に信頼される日本一のとたかろう市役所をつくっていきましょう」と述べました。
市長の任期は2023年11月26日までの4年間となります。



▲出迎えた市民や職員らにあいさつ



▲約40人の幹部職員を前に訓示

地元高校生と在住外国人が料理を通して国際交流

ナガトdeクッキングを開催

12月9日(日)、市内在住の外国人と地元高校生が料理で交流する「ナガトdeクッキング」が長門市保健センターで初開催されました。「けんちょう」「わかめむすび」のほか、ブラジル料理の「ケイジャジーニャ」などの計4品を一緒に調理し、交流を深めました。



▲調理をしながら国際交流を図る

健幸で元気に暮らすために

食育体験プログラム開講

12月4日(水)、深川小学校体育館で食育体験プログラムが開講され、児童53人が参加しました。講座は3日に分けられ、初日には、食事に関するアンケートに答えた後、箱に手を入れて中にある食材が何かをあてるゲームなどを通して、楽しみながら食について学びました。



▲深川児童クラブの53人が参加

長門のPeople

来年も全日本チャンピオンに

澤村直樹 さん (アームレスリング／東深川)



第37回JAWA全日本アームレスリング選手権
で男子86kgレフトハンド（左腕）の部で優勝

「第37回JAWA全日本アームレスリング選手権」で男子86kgレフトハンド（左腕）の部で優勝した澤村直樹さん。

地元の先輩に誘われ、高校から本格的にアームレスリングを始め、社会人となった今でも週3日、アームレスリングチーム「海聖」で練習をしています。その結果、県内でトップレベルの選手へと成長し、大会で何度も優勝に輝くほどの力をつけました。

全国大会には約20人がエントリー。

澤村さんは順調に勝ち進め、決勝では握力が160kgもある相手に、強い精神力ですぐに技を仕かけ、見事勝利し優勝を飾りました。

澤村さんは「決勝の相手を予選の段階でチェックしたときに、自分には相性が良い相手だと感じた。来年も全日本チャンピオンとなり、世界を目指したい。そして、もっとアームレスリングをメジャーなスポーツにしていけたら」と今後の抱負を語りました。



▲ライトハンドでも2位に輝いた

旬な人

長門市健幸づくりのつどい・ながと健幸ライフスタイルフェア 健幸を見直すきっかけに

12月15日(日)、長門市中央公民館周辺で「長門市健幸づくりのつどい・ながと健幸ライフスタイルフェア」が開催されました。

市内の事業所によるピラティス・ヨガ体験、健康サポート機器展示、管理栄養士による健康弁当販売などの健康体験のほか、ラジオ体操をテーマにした映画「体操をしよう

よ」の上映会、これからの医療・介護とシニア層の活躍を提案する講演会、各種健康相談が開催され、訪れた市民は体験を通して、自分の健幸を見直す機会としていました。

また、「第3回ながとお料理コンクール」の表彰式も行われ、148点の応募の中から選ばれた優秀賞3点の応募者が表彰されました。



▲管理栄養士による栄養バランスのチェック



▲お料理コンクールの優秀賞の受賞者



らしの情報

Information

くらしの情報

市からの

お知らせ

就学指定校

変更の申し立て

教育委員会では、住所により入学する小・中学校を指定してありますが、「家庭の事情」「登下校の安全」「教育的配慮」「部活動」などの理由がある場合には、就学指定校の変更について申し立てを行うことができます。

■**受付期間** 1/15(水)～31(金)
※期限を過ぎた後に変更を申し立てたい理由が生じた場合は、その時点で相談してください

■**受付・問い合わせ**
学校教育課学事係
Tel 27・0320

5歳児すこやか相談会

就学まで1年以上あるこの時期に、お子さんの発達について、保護者と幼稚園・保育園の先生と一緒にチェックしてみませんか。市内在住の年中児対象の発達相談を行います。

■**日時** 2/6(木)、13(木)
13:00～16:00

■**場所** 長門市保健センター

■**対象** 年中児および保護者

■**内容** 小児科医、臨床心理士、言語聴覚士、地域コーディネーター、保健師などが相談に応じ、適切な支援についてアドバイスします

■**申込方法** 幼稚園・保育園を通じて配布する申込用紙に必要事項を記入のうえ、各幼稚園・保育園に提出してください。未就園児の保護者の人は、

左記まで連絡してください
問い合わせ
学校教育課指導係
Tel 23・1258

令和元年度 重度障害者福祉手当

申請受付期間

1/6(月)～3/31(火)
※期限内に申請がない場合は受付できません

申請受付場所

地域福祉課障害者支援係、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、各出張所

対象者

■**障害児(満20歳未満)**
・身体障害者手帳1～3級の人
・療育手帳の交付を受けた人
・精神障害者保健福祉手帳の1～3級の人

重度障害者(満20歳以上)

・身体障害者手帳1級の人
・療育手帳Aの人
・精神障害者保健福祉手帳1級の人
・身体障害者手帳2～3級で、療育手帳Bまたは精神障害者保健福祉手帳2～3級の人

全国大会出場 おめでとうございます

出場選手・大会名は
次のとおりです(敬称略)

●第6回全日本女子総合選手権
(ドッジボール) / 12月1日
/ スカイホール豊田(愛知県豊田市)

松田 心凜(深川小6年)
寺戸 夢翔(深川小6年)
平井 未央(深川小6年)
池永 心(深川小5年)



▲(左から)松田さん、池永さん、寺戸さん、平井さん

その他障害者(満20歳以上)

・身体障害者手帳2～3級の人
・療育手帳Bの人
・精神障害者保健福祉手帳2～3級の人

受給資格

令和2年3月1日に長門市の住民基本台帳に記載されている保護者または障害者単身世帯の障害者本人

※保護者とは、親権者・配偶者・成年後見人・保佐人など

※重度障害者・その他障害者にあつては、障害者本人が令和元年度市民税所得割非課税世帯に属し、令和2年3月1日に社会福祉施設に入所または

3カ月以上医療機関に入院を
していないことが要件

■**提出書類(障害者同一世帯に保護者がいる場合)**

障害者手帳、認印(保護者)、
振込先口座の通帳(保護者)
※障害者単身世帯は、振込先口座の通帳、認印は本人のもの
で可

手当の額(資格認定後に支給)

年額一人あたり
・障害児 30,000円
・重度障害者 15,000円
・その他障害者 5,000円

問い合わせ

地域福祉課障害者支援係
Tel 23・1243

大臣表彰

令和元年県選奨

受賞おめでとう
ございます

受賞おめでとう
ございます

法務大臣表彰

保護司

埤村 浩さん

72歳（油谷後畑）



社会福祉功労

山口県遺族連盟副会長

藤本 健さん

84歳（日置上）



障害者控除、医療費控除 を受けられる人へ

高齢者の障害者控除対象者認定書
障害者控除を受けるために必
要な書類です。

■対象

令和元年12月31日現在、精神
や身体に障害があり、身体障
害者手帳などを持っていない
65歳以上の高齢者で、市で定
める認定基準に該当する人
おむつ使用確認書

医療費控除のおむつ代を受け
るために必要な書類です。

■対象

次の①、②の両方を満たす人
①医療費控除のおむつ代を受け
るのが2年目以降の人
②有効期限が令和元年（平成31
年）中の要介護・要支援認定
を持ち、一定の基準を満たす
人

■共通事項

申請に必要なもの 印鑑
※親族の人が申請する場合は、

親族の人の印鑑も必要

■受付開始 1/6(月)

※申請から書類交付までは1週
間程度かかりますので、余裕
を持って申請してください

■受付・問い合わせ

高齢福祉課介護支援係

TEL 23・1158

長門市プレミアム付 商品券の申請期限延長

■非課税者分申請受付期限

・商品券購入期限 1/31(金)

・商品券使用期限 2/28(金)

・商品券使用期限 3/31(火)

■申請場所 地域福祉課、各支
所・出張所

■その他 購入対象者（非課税
者分）には8月27日に申請書
を送付しています。申請書を
紛失した人は連絡をお願いし
ます。また、施設などに入所
中のため本人が使用できない
場合、家族が使用することが
できます。購入引換券の交付
申請、商品券の購入も家族が
代わりに行うことができます

■問い合わせ 地域福祉課プレ
ミアム付商品券窓口

TEL 27・0313

資料をそろえて円滑な申告を

税金の申告準備を

令和元年（平成31年）分所得
の市・県民税、所得税の申告時
期が近づいてきました。所得税
の確定申告が不要な人でも、市・
県民税申告が必要な場合があります。

市・県民税申告の必要な人が
申告をしなかった場合、国民健
康保険などの各種保険料や公営
住宅、保育園などの料金が正し
く算定できなかったり、各種給
付などの行政サービスを適切に
受けられない場合があります。

また、所得証明書や市・県民税
の課税証明書などの交付を受け
られません。

収入が遺族年金や障害者年金
だけの人は市県民税申告が必要
です。

市・県民税申告が必要かどう
かの判定は、広報紙と同時に配
布される別冊（市・県民税申告
特集号）で確認できます。

今年も申告相談を開催しま
す。日程は広報2月号で掲載
します。

■申告する人は必ず準備

・給与や公的年金の源泉徴収票
・マイナンバーカードもしくは
マイナンバー通知カード
・社会保険料控除や生命・地震保
険料控除を受ける人

・各種支払証明書や領収書
・医療費控除を受ける人
・領収書や支払証明書

※人および病院、薬局ごとに必
ず整理・集計をお願いします
各種事業所得のある人
・記帳の整理

・申告に必要な領収書など
満期になった生命保険金や民間
の個人年金の支給を受けた人

・保険金支払明細書や年金支払
証明書
※医療費控除および記帳の整理
をしておくと申告にかかる時
間を短縮できます

■問い合わせ

・税務課市民税係
TEL 23・1124

・長門税務署
TEL 22・2441



リサイクル新時代

～新しい時代をきれいな社会へ～

紙製容器包装の

「うっかり間違い」にご注意を①

リサイクルできないものが混ざっていると、収集されないだけでなく、リサイクル製品が作れなくなります。下記の間違いに注意しましょう。

- ・窓あき封筒、ラップ・トイレットペーパーの芯は燃えるごみに出してください
- ・チラシ、広告は古紙として出してください



▲このマークが目印です



■問い合わせ

生活環境課廃棄物対策係

TEL 23 - 1249

「発掘された山口」

山口県埋蔵文化財

センター巡回展

■日時／場所 1 / 27(月)まで

9:00～17:00
ながと歴史民俗資料室

※土・日・祝開館

12 / 28(土)～1 / 5(日)休館

■内容 長門深川廃寺(軒丸瓦)

荒人遺跡(帯金具)、長州藩
銭座跡(寛永通宝)など県内
13市5町の資料約300点を展示

巡回展講演会・展示説明会

■日時／場所 1 / 11(土)
10:00～11:30

旧長門市教育委員会別館2階

■講師 岩崎仁志氏

(山口県埋蔵文化財センター
調査第一課長)

■演題 「縄文の風景」

■受講料 無料

■問い合わせ 生涯学習スポー

ツ振興課文化財保護室

TEL 23 - 1264

街頭献血

■日時

1 / 23(木)
9:30～11:30

■場所 法蓮寺前の駐車場
12:45～16:00

■献血

・400ml限定の献血を行います

・献血カードまたは献血手帳、
免許証などの本人確認書類を
持参してください

■問い合わせ 地域福祉課地域

福祉係 TEL 23 - 1245

学校給食センター

物資納入業者募集

■登録申請要件

- ・市内に事業所を有していること
- ・ただし、教育委員会が特に認める場合を除く
- ・食品に関する法律および諸規程を順守していること
- ・発注する食材の品質、規格および数量を確保でき、指示する日時および場所に確実に納入できること

■提出書類

- ・学校給食用物資納入業者登録申請書
- ・身分証明書(個人の場合)
- ・市税の滞納がないことの証明(完納証明書)
- ・営業に必要な許可証の写し
- ・収支を明らかにする書類
- ※個人の場合は、損益計算書または収支内訳書

はじめよう!

マイナンバーカード

第3回 不審な勧誘などにはご注意を



マイナンバーに便乗した不正行為に関する情報が寄せられています。

- ①電話・郵便・メールなどで官庁や自治体などを装い、口座番号、暗証番号などの情報を聞き出そうとする
- ②有料サイトの未払い、マイナンバーの提供など架空の事案で訴訟費用を要求する
- ③電話・訪問などで不安をあおり、マイナンバーの安全対策グッズを売りつける
- ④マイナンバーカードの管理を口実に金銭やキャッシュカードを要求する…などの行為です。

国の省庁や地方自治体などがマイナンバーの手続きで①のように情報を得ようとしたり、金品を要求したりすることはありません。②のように有料サイトとマイナンバーはつながっていません。人を欺くなどして他人の番号を取得することは犯罪です。③のような過度の対策グッズは不要です。④は架空請求と呼ばれる犯罪です。

以上のような点に注意し「不審な手紙・メールは開封しない」「不審な電話・訪問には対応しない」ことが大切です。

■問い合わせ 総合窓口課窓口係 TEL 23-1128

※法人の場合は、貸借対照表および損益計算書

■申請できない人

- ・地方自治法施行令第167条の4に該当する人
- ・営業に際して必要とされる許可などを受けていない人
- ・市税を滞納している人

■受付期間 2 / 3(月)～19(水)

※土・日・祝日は除く

■受付時間

8:30～17:00

■受付場所 長門市学校給食センター(東深川236番地2)

■提出方法 持参または郵送

※郵送の場合は2 / 19(水)必着

■登録期間

4 / 1(水)～令和3年3 / 31(水)

■審査結果 3月中旬に郵送通知

■問い合わせ 長門市学校給食

センター TEL 23 - 1333

風しんの無料クーポン券は届いていますか

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性に、風しんの抗体検査を無料で受けることができるクーポン券を令和元年6月に送付しています。

クーポン券

現在送付しているクーポン券の有効期限は3月31日までです。紛失した人は再発行もできません。

抗体検査

医療機関や職場健診の際に、クーポン券、本人確認書類(運転免許証など)により抗体検査

査を無料で受けることができます(抗体検査は血液検査で行われます)

実施場所

実施医療機関であれば全国どこでも受けることができます。予約などが必要な場合がありますので事前に医療機関に問い合わせください。なお、市内の指定医療機関は左記のとおりです

※抗体検査から予防接種までの流れなど詳細については、クーポン券同封の案内をご覧ください

問い合わせ

長門市保健センター
Tel 23-1132

地区	指定医療機関	電話番号
長門	天野内科胃腸科医院	22-2210
	岡田クリニック	22-2717
	岡田病院	23-0033
	斎木病院	26-1211
	斉藤医院	22-0826
	しみず循環器科内科医院	22-2205
	長門総合病院	22-2220
	半田内科クリニック	23-3030
	長門診療所	22-2440
	宮尾医院	26-0559
	持山外科整形外科医院	22-1555
	吉村内科	22-3322
三隅	桑原医院	43-0010
日置	福永病院	37-3911
油谷	木村クリニック	32-0008
	友近内科循環器科医院	32-1180
	戸嶋医院	34-0003

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/>

駐車場・公共交通・工事のお知らせ

駐車場がいよいよ完成します

温泉街に新たな駐車場を整備し、1月中旬に開業します。

営業時間

24時間

料金(一般車)

平日: 入庫から60分100円
以降1時間100円

土日祝: 入庫から60分200円
以降30分100円

※24時間の最大料金は平日・土日祝ともに1,000円

駐車場に関する問い合わせ

指定管理者: 長門湯守(株)

1/8まで Tel 27-0281

1/9から Tel 25-4100

2月から停留所が変わります

名称 長門湯本温泉停留所

懐かしの湯本フォト



写真提供: 湯本まちかど資料館 吉富尊一館長

場所

駐車場ロータリー内

変更日

2/1(土)

停車する公共交通の路線

サンデン交通の路線バス

・新山口駅直行使

・渋木・真木乗合タクシー

・既存の停留所の名称変更

・サンデン交通「湯本温泉入口」

・新山口駅直行使「長門湯本温泉」

・湯本営業所前」に変更(湯本地区には2カ所に停車)

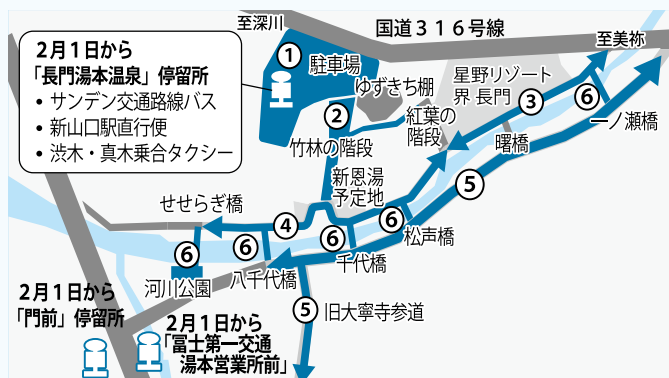
※運行ダイヤなどの詳細は市ホームページなどで確認ください

公共交通に関する問い合わせ

商工水産課 Tel 23-1136

公共工事の予定について

今年度完成を目指して工事を進めています。



番号	場所	期間(予定)
①	駐車場	1月中旬まで
②	竹林の階段	3月末まで
③	市道湯端平町線(紅葉の階段~一の瀨橋)	1月末まで
④	市道湯端平町線(紅葉の階段~恩湯)、市道湯本東線	3月末まで
⑤	市道湯本線、旧大寧寺参道	3月末まで
⑥	照明設備工事(せせらぎ橋、河川公園、八千代橋、千代橋、松声橋、一の瀨橋)	3月末まで

会計年度任用職員募集

令和2年4月1日から、現在の臨時職員・嘱託職員は会計年度任用職員となります。これに合わせ、市では下記のとおり会計年度任用職員を募集します。



◀ 下記の詳細は市ホームページで確認ください
(1/1以降公開)

1 募集職種

一般事務	保育士	保育士（幼稚園教諭）	司書
保険料収納員	ごみ収集員	定住支援員	ボイラー業務員
特別支援教育補助教員	教員業務アシスタント	教育支援センター相談員	学校図書館支援員
調理員	アレルギー専用調理員	給食配送運転員	給食配膳員
道路整備員	栄養士	管理栄養士	保健師
子育て支援員	放課後児童支援員	家庭児童相談員	母子父子自立支援員
清掃工場作業員	障害福祉相談員	公園管理員	公園維持管理員
地域連携アシスタント	介護保険要介護認定調査員	介護認定支援員	相談支援包括化推進員
地域包括支援センター主任専門員	地域包括支援センター専門員	建築技術専門員	

2 応募方法

希望者は登録が必要です。申込書を記入のうえ、申込先まで持参または郵送してください。
※令和元年度までに市の臨時職員や嘱託職員で勤務経験があり、既に退職した人も応募が可能

受付期間 申込先 雇用条件	持参・郵送	職種によって異なります。募集要項で確認ください ※資格が必要な職種は、資格証の写しの提出も必要
募集要項 登録申込書 の取得方法	配布	総務課、各支所、各出張所で配布
	郵送請求	郵便で受験申込書を請求する場合には、120円分の切手を貼り郵送先を記入したA4の紙が入る封筒（角2）を同封のうえ、総務課人事係に請求
	ダウンロード	長門市ホームページ（ http://www.city.nagato.yamaguchi.jp ）から

3 選考方法

職種	日程	内容
全職種共通	申込受付後、個別に通知または連絡	登録申込書による書類審査および面接 ※一部の職種は左記以外の選考を行う場合があります

4 その他

採用の時期・報酬	<ul style="list-style-type: none"> すべての職の任用期間は原則1年となります。（一部の職で1年未満の任用機関があります）翌年度以降は、勤務成績が良好な場合は任期の更新や、再度選考を行うことで改めて任用を行うことがあります 職種や同一職種での経験年数に応じて、個人ごと・年度ごとに報酬を決定します 1週間当たりの勤務時間が30時間以上かつ任用期間が6カ月以上となる場合、期末手当が支給されます
その他	<ul style="list-style-type: none"> これまで臨時職員・嘱託職員には整備されていなかった新たな休暇制度が設けられます（勤務条件によっては取得対象とならない場合があります）

5 申し込み・問い合わせ

〒759-4192 長門市東深川1339番地2 長門市役所総務課人事係 TEL23 - 1114

農林業センサスを実施

5年ごとに実施し、日本の農林業・山村地域の実態を明らかにする調査です。

1月中旬から調査員が農林業を営んでいる人のもとに伺いますのでご協力をお願いします。

調査票に記入された事項は統計以外の目的には使用しません。

問い合わせ 企画政策課企画調整係
TEL 23 - 1116

ウォーキング教室



日時 1 / 17 (金)

集合場所 三隅保健センター

内容 血圧測定、ラジオ体操、ストレッチ、ウォーキング

持参物 タオル、飲み物、運動のできる服装、万歩計

(持っている人)

参加料 無料

申込締切 1 / 14 (火)
※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

三隅保健センター

TEL 43 - 2444

みすゞ児童作品

コンクール

令和元年度「みすゞ児童作品コンクール」最優秀作品の表彰式が11月25日(月)、長門市物産観光センターで行われました。

このコンクールは、市内小学校の児童を対象に、金子みすゞの詩を読んだ感想文・感想画・自由詩を募集したもので、3部門で計366点の応募がありました。入賞者は次のとおりです。(敬称略)

《感想文の部》

○大賞 倉永 勇和 (向陽小4年)

○最優秀賞 椎野 彩佳 (神田小5年)

木村 宇寿 (深川小6年)

《感想画の部》

○大賞 美濃穂乃花 (仙崎小5年)

○最優秀賞 西本悠希子 (深川小4年)

植村 成美 (深川小6年)

《自由詩の部》

○大賞 柴田 歩佳 (向陽小1年)

○最優秀賞 今津 結音 (油谷小2年)

渡邊 湊音 (仙崎小3年)

森本 莉子 (仙崎小4年)

植中 和葉 (深川小5年)

松岡 英史 (深川小6年)



第26回長門市美術展

■会期 2/1(土)～2/9(日)

10:00～17:00

■会場 ルネッサなごと

文化情報ギャラリー

■入場料 無料

(作品応募・審査発表・表彰式)

■応募資格

《一般部門》市民および市内の

事業所に就業している人(中学生以下を除く)

《高校生チャレンジ部門》

市内在住の高校生および市内の

高校に通学する人

■出品 《一般部門》

・工芸・彫塑 最大で人力(2人～3人)で運ぶことができ

る程度のものであること

・絵画 10号以上50号以内の作

品とし、額に納め、つり下げ

られるようにしてあること

・書 半切以下とし、裏打ちが

してあるもの、または額入り

にしてあるもの

・写真 半切程度でマット張り

にし、つり下げられるように

してあること

《高校生チャレンジ部門》

・半切以下の「書」

■出品にあたっての留意点

・作品は、おおむね1年以内に

自己の創作した未発表のもの

・額装作品は、アクリル張り

可、ガラス張りは不可

・作品には、所定の出品票を裏

面の見えにくい箇所貼り付

け、作品とともに出品目録を

あわせて提出すること

・書は、所定の説明用紙により

積文を必ず添付すること

・作品は1人2点まで(高校生

チャレンジ部門は1人1点)

・著作権、肖像権を侵害しない

作品であること

■出品料 無料(参加賞あり)

■作品の搬入・受付

1/23(木)～24(金)

10:00～18:00

■作品の搬出

2/10(月)～11(火)

10:00～18:00

■作品の搬入・搬出場所

ルネッサなごと

文化情報ギャラリー

■審査発表・表彰式

2/1(土) 10:00～

■その他 搬入から搬出までの

間における不可抗力の災害な

どによる作品の汚損・亡失な

どは責任を負いかねます

■申込方法 本庁企画政策課、

各支所地域窓口班、各公民

くらしの情報

みんなの

掲示板

国有林モニター募集

■任期

4/1(水)～令和3年3/31(水)

■目的 国有林の事業運営など

について、国民の理解を深め

るとともに、意見や要望を聞

いて国有林野行政に反映させ

るため

■対象 県内在住で、森林・林

業および国有林に関心のある

成人の人

■応募締切 1/31(金)まで

※募集の詳細は近畿中国森林管

理局国有林ホームページでご

確認ください

■問い合わせ 近畿中国森林管

理局総務企画部企画調整課林

政推進係

Tel 06・6881・3406

長門市民駅伝大会 交通規制に協力を

「第66回長門市民駅伝大会」が1月26日(日)に開催されます。例年、応援者などの車で道路が渋滞し、選手の走路妨害とともに交通事故の危険性が指摘されています。駅伝コースにあたる道路では、選手が通過するまでの間、車両などの通行を制限することがありますので、警備役員などの指示に従ってください

い。コース、選手の通過予定時間などは次のとおりです。大会が安全に進行できるように、皆さんの協力をお願いします。

問い合わせ 長門市体育協会
Tel 22-3540

長門市民駅伝大会コース

■日時 1/26(日) 10:50~12:50
■区間 通大湊交差点～長門市役所南側市道

男子/中・高女子 第1中継所 海上レストラン紫津浦前
男子/中・高女子 スタート 通大湊交差点
男子/中・高女子 第2中継所 大日比公会堂前
男子/中・高女子 第3中継所 大泊新谷宅前
男子/中・高女子 第4中継所 宮尾医院前
男子/中・高女子 第5中継所 友愛荘前
一般女子/小学生 第1中継所 吉田宅前
一般女子/小学生 スタート 八坂神社前
一般女子/小学生 第2中継所 友愛荘前
一般女子/小学生 第3中継所 友愛荘前
一般女子/小学生 第4中継所 友愛荘前
一般女子/小学生 第5中継所 田屋公会堂前
男子/中・高女子 第4中継所 立正佼成会前
男子/中・高女子 第2中継所 立正佼成会前

■市役所前から長門簡易裁判所前の市道は、大会当日11時～13時30分の間、車両通行止めになります

男子/中学・高校女子	10:50	11:04	11:13	11:22	11:34	11:44	11:58
1区	2区	3区	4区	5区	6区		
4.26 km	3.00 km	2.51 km	3.76 km	2.90 km	4.10 km		
通大湊交差点	紫津浦	大日比公会堂	新谷宅前	立正佼成会	宮尾医院	市役所	

10:50	10:56	11:02	11:08	11:13	11:20	11:28
1区	2区	3区	4区	5区	6区	
1.74 km	1.90 km	1.50 km	1.40 km	1.85 km	2.25 km	
八坂神社前	吉田宅前	立正佼成会	友愛荘	宮尾医院	田屋公会堂	市役所

合同企業ガイダンス

日時/場所 2/6(木) 13:30~17:00

ルネッサながとアリーナ

■対象 高校生、教員、保護者、地域企業など興味のある人

■参加料 無料

■その他 履歴書不要、出入自由、服装自由、事前申込不要

■問い合わせ

NPO法人つなぐ

Tel 27-0360

くらしの情報

文化情報

香月泰男美術館

Tel 43-2500

香月泰男 風景へのまなざし

ニユーヨークとギリシャ編

ニユーヨークとギリシャで描かれたスケッチを中心に紹介します。1966年9月から11月のニユーヨークでは都会の喧騒の中の日常を、1972年5月から6月

のギリシャでは観光地の中のものどかな景色を描いています。約50年前に香月が観た風景をご覧ください。

●会期 1/13(月)まで

蘇一香月泰男作品修復の足跡

美術館は作品を「展示すること」「護り・伝える」「使命を担っています。作品は経年劣化に加え、光、温湿度や保存環境などが原因で劣化が進みます。本展では当館所蔵の油彩画の中から、近年修復を行い、よみがえった作品を紹介します。

●会期 1/19(日)~5/24(日)

●開館時間 9:00~17:00

●入館料 16:30まで

●休館日 火曜日

●入館料 一般 500円 小中高生 200円

●入館料 一般 500円 小中高生 200円

●入館料 一般 500円 小中高生 200円

※市内在住者は、住所のわかるもの(運転免許証など)を提示すると、無料入館できます

●今月の一点

「パルテノン」(1972年)



60歳以上のシニア割引
英会話レッスン

★60歳以上の方が対象 ★火曜日・木曜日午前中限定
★週1回45分(年46回) ★日本人講師担当

1対1クラス 12,000円/月
2名クラス 6,000円/月
3名クラス 5,000円/月

お問合せ ☎0837-22-3393 正明市2区 長門市消防署前

心あたたまるご葬儀を
-心のかよう-

coop 葬祭

せしモニーホール miniホール 長門店 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

ラポールゆや

TEL 33-0051

ピアノリサイタル

第22回子どものピアノリサイタル
(高校生以下)

●とき 1/11(土)

8:30開場 9:00開演

第14回大人のピアノリサイタル
(一般)

●とき 2/2(日)

13:00開場 13:30開演

共通事項

●入場料(全席自由) 無料

ルネッサながと

TEL 26-6001

精華女子高等学校 吹奏楽部コンサート

●とき 1/19(日) 14:00開演

●入場料(全席指定・税込)

・南席 1,500円

・高校生以下 1,200円

※3歳未満入場不可

※残席わずか

※正面席・北席は受付終了

●会場 アリーナ

●発売日 発売中

第15回和太鼓

ワークシヨップ

●とき 2/2(日)

13:00~15:00

●会場 劇場ほか

●講師

長門市和太鼓連盟の皆さん

●募集対象

一般の部 中学生以上

●募集人数 20人

●応募締切 1/17(金)

※定員に達し次第締め切り

※子ども部は受付終了

●参加料 500円(税込)

狂言教室

●とき 2/8(土) 11:00開演

●内容

ワークシヨップ

高野和憲

・狂言「盆山」

石田淡朗、飯田豪

●参加料(全席自由・税込)

・一般 500円

・小中高生 無料

(本公演のチケット提示で一般も無料)

●会場 劇場

●発売日 発売中

第20回万作・萬齋狂言公演

●とき 2/8(土) 14:00開演

●出演

・解説 野村萬齋

・狂言「蚊相撲」 深田博治、高野和憲、月崎晴夫 / 「魚説法」

野村万作、石田幸雄 / 「首引」

野村萬齋、野村太一郎、岡聡

史、中村修一、内藤連、飯田豪、石田淡朗

●入場料

・1階席 5,700円

・2階席 5,200円

※全席指定・税込

※1階席残席わずか

●会場 劇場

●発売日 発売中

おやじバンド祭り Vol 16

●とき 2/23(日) 13:30開演

●入場料 1,000円

※全席自由・税込

※未就学児無料

●会場 劇場

●発売日 1月中旬予定

バックステージツアー

●とき 3/28(土)

●対象 小学生以上 13:00~15:00

●募集人数 30人

●応募締切 3/21(土)まで

※定員に達し次第締め切り

●参加料 500円(税込)

●会場 劇場

松竹大歌舞伎

●とき 4/12(日)

① 12:00開演 ② 16:30開演

●内容

① 舞踊「正札附根元草摺」

② 芝居「義経千本桜」木の实、小金吾討死、すし屋

●出演 片岡仁左衛門 ほか

●入場料

・1階S席 8,000円

・1階A席 6,000円

・1階敷席 8,000円

・2階席 5,000円

・学生席(2階席のみ) 4,000円

※全席指定・税込

●会場 劇場

●発売日 発売中

ルネッサながと休館日

●休館日 年末年始・1/20(月)

困った **大木** 切ります!
大変な **庭木の剪定**
お任せください!

スギヤヒノキの買い取りも行っております。
※樹齢によっては買い取りできない場合もございます。

お見積無料
お気軽にお電話下さい!!

090-7990-2618
清水林業 長門市仙崎2601 担当:清水
TEL・FAX 0837-26-0343

創る 支える 未来

みんなの知っている建物も、見えないところで支えている。
鉄で 未来をつくる会社

YAMANE ヤマネ鉄工建設グループ

0837-37-4141 | saiyou@yamanetekkou.co.jp | www.yamanetekkou.co.jp
〒759-4401 山口県長門市日置上885番地

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

・月～水・金曜日

8:30～12:00

13:30～17:00

木・土曜日 8:30～12:00

● 長門総合病院 Tel 22・2220

● 1カ月児健康診査(28日以降)

毎週月曜日 13:00～14:30

● 3カ月児健康診査(110日以降)

毎週火曜日 13:00～14:30

● 7カ月児健康診査

毎週木曜日 13:00～14:30

● 共通して必要なもの

・母子健康手帳

・乳児一般健康診査受診票

1歳6カ月児健康診査

● 対象

平成30年5・6月生まれの子ども

● 日時 1/8(水)

受付 13:00～13:30

● 場所 長門市保健センター

● 必要なもの 母子健康手帳など

● 場所／申し込み／問い合わせ

長門市保健センター

Tel 23・1133

教室(要予約)

赤ちゃん教室

● 日時 1/22(水)

13:30～15:00

● 対象 生後4・5カ月児の保護者

● もぐもぐ赤ちゃん教室

● 日時 1/24(金)

13:30～15:00

● 対象 生後6・7カ月児の保護者

● 内容 離乳食の進め方、育児

● 場所／申し込み／問い合わせ

長門市保健センター

Tel 23・1133

● 必要なもの 母子健康手帳

● 場所／申し込み／問い合わせ

長門市保健センター

Tel 23・1133

パパママ入門教室

● 日時 1/19(日)

13:30～16:00

● 内容 お風呂の入れ方、オムツの替え方、抱っこの仕方

● 必要なもの 母子健康手帳

● 場所／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

● 内容 生活習慣病など健康相談、血圧測定、尿検査

● 日時／場所 毎週木曜日 9:00～11:30

長門市保健センター

● 日時／場所 1/7(火)

9:30～11:00

川尻老人憩いの家

● 日時／場所 1/8(水)

9:30～11:00

黄波戸漁村センター

● 日時／場所 1/9(木)

9:30～11:30

三隅保健センター

● 日時／場所 1/10(金)

9:30～11:00

宇津賀集落支援センター

● 日時／場所 1/21(火)

9:30～11:00

向津具公民館

禁煙相談(要予約)

● 日時／場所 1/14(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／場所 1/17(金)

14:00～16:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811

※予約は1週間前までに

検診

風しん抗体検査(要予約)

● 対象 妊娠を希望する女性・その配偶者、妊娠中の女性の同居者・配偶者

● 日時／会場／問い合わせ 1/28(火)

13:00～14:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811

※対象者には詳細な要件があるので、前日までに連絡をお願いします

● 日時／会場／問い合わせ 1/28(火)

13:00～14:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811

※対象者には詳細な要件があるので、前日までに連絡をお願いします

● 日時／会場／問い合わせ 1/28(火)

13:00～14:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811


アニメ・DVD上映会 (視聴覚室・入場無料)	
タイトル	上映日時
Love スヌーピー (88分)	1/25(土) 13:30～
学研図鑑「宇宙」	1/5(日) 14:00～14:50

定例行事 (★の会場はおはなしのへや)	
行事名	開催日時
かみしばいの会★	1/18(土) 15:00～
おもちゃの森(視聴覚室)	1/9(木) 10:00～11:30
おはなしの森★	1/11(土) 15:00～
絵本を楽しむ会★	1/16(木) 10:30～11:30
さっちゃんのかみしばい★	1/18(土) 11:00～
たまごの会★	1/24(金) 10:30～
長門読書会(研修室)	1/25(土) 14:00～
くずし字講座(研修室)	1/25(土) 10:00～12:00
おはなしの会★	1/25(土) 15:00～
よみっこくらぶ (ゆや分館)	1/11(土) 15:30～
ゆりかご(ゆや分館)	1/21(火) 10:30～

ぐるブック号運行中!

・通・三隅方面	1/9(木)・23(木)
・湯本・俵山方面	1/15(水)・29(水)
・日置・油谷方面	1/17(金)・31(金)

今月のオススメ本
『天保十四年のキャリーオーバー』



五十嵐貴久/著 PHP 研究所/出版
天保の改革の時代、町奉行・鳥居の私欲のために理不尽な思いをした市川團十郎、矢部鶴松、立川談志、お葉。金が何より大事な鳥居への復讐を誓う4人は、富くじの裏で貯め込んだ100万両を根こそぎ奪うことを企てる。いかような方法で奪い取るのか!?

年始の開館について
本館は1月5日(日)から、分館は1月4日(土)から開館します。
1月13日(月)は本館のみ休館します
1月13日(月)は、成人の日で祝日のため、本館は休館します。分館は開館しますので、ご利用ください。

図書館だより
Let's Go to the Library!

図書館へ行こう!

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

- 1月の休館日 -
本館 1(水)～4(土)・6(月)・13(月)・14(火)・20(月)・27(月)
ゆや分館 1(水)～3(金)・6(月)・14(火)・20(月)・27(月)

- ・分館開館時間 9:00～17:00
なお、翌14日(火)は、振替休館となるため、本館・分館とも休館します。
- ・コーティング講座
日時 2/9(日)
- ① 10:00～11:30 ② 14:30～16:00
- ・対象 小学5年生以上
- ・定員 各10人
- ・持参物 本(5冊程度)、はさみ、定規(30cm程度)
- ・申込期間 1/15(水)～1/31(金)
- ・年金に関する市民講座
日時 1/21(火) 13:00～14:00
- ・場所 市立図書館2階研修室
- ・テーマ 年金基礎講座
- ・講師 萩年金事務所職員
- ・定員 20人程度
- ・申込方法 電話または来館
- ・申込締切 1/15(水)まで

映画上映会のお知らせ(入場無料)
■上映期間 1/15(水)～19(日)
■上映タイトル
「バイオハザード2 アポカリプス」
「バイオハザード2 アポカリプス」(94分)「あなたに降る夢」(101分)
※字幕:日本語 音声:英語

14:00～	10:00～	14:00～	10:00～
1/16・18	1/15・17・19	1/15・17・19	1/16・18
	2 アポカリプス		あなたに降る夢

新着図書(一部)／本館
「落日」／湊かなえ、「逃避行」／小杉健治、「三体」／劉慈欣、「ヒト、犬に会う」／島泰三ほか
新着図書(一部)／分館
「齋藤孝のざっくり!方葉集」／齋藤孝、「楽園の真下」／荻原浩、「頂上捜査」／安東能明ほか

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
11月	0	1
令和元年計	9	9
30年同時期	7	7

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!

海のもしものは『118番』
新年明けましておめでとうございませう。仙崎海上保安部では、本年も長門の海の『安心』・『安全』を守るべく努めてまいります。
海上保安庁では毎年、1月18日を『118番の日』と定め、周知活動を行っています。
118番は、海の交通事故に迅速かつ的確に対応するため、海上保安庁の緊急通報用電話番号として平成12年5月に運用が始まりました。
海で船の事故や遭難、密輸・密航・密漁などを目撃した際は、『118番』まで通報をお願いします。

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

「健幸」づくり にチャレンジ



健康メモ No.81
長門市保健センター
Tel 23-1133

「健幸」とは、「ひと」と「やさしさ」のつながりにより、地域のみんなが健康で幸せを感じることができる「くらし」をいいます

あなたの健幸のために上手に減塩

食塩の過剰摂取は高血圧を招きます

します。

一日の食塩摂取量の目安は？

食事で食塩を大量に摂ると、その食塩は体内で塩素とナトリウムに分かれ、ナトリウムは血液の中に入り込みます。血液中にはもともとナトリウムがありますので、それが一定の割合を超えてしまうと、体内の水分が血液中に移動してきて、血液量が増えます。血液量が増えると、心臓は以前よりもっと高い圧力をかけてポンプを押しさなければなりません。これが高血圧の状態です。

男性8g未満、女性7g未満が一日の食塩摂取量の目安ですが、高血圧の人は6g未満が理想的です。しかし、国民健康・栄養調査（平成27年）では、一日の塩分摂取量の平均は男性で11g、女性で9.2gであり、食塩を摂りすぎていることがわかります。日々の食生活を見直し、減塩を心がけましょう。

減塩のコツ

高血圧は動脈硬化を招きます

汁は残す
そば、うどん、ラーメンなど麺類の汁には、食塩が多く含まれています。全部飲み干すのはやめましょう

と、血管は次第に硬く厚くなり、動脈硬化を招きます。動脈硬化を放置すると、脳出血、大動脈瘤、慢性腎臓病、腎不全など、命に関わる重大な病を引き起こ

調味料に含まれる塩分量を意識する
調味料によって食塩の含有量には差があります。減塩のもの

命に関わる重大な病を引き起こ

には差があります。減塩のもの

のなど食塩含有量の少ない調味料を上手に利用しましょう

旬の食材を選ぶ
新鮮な旬の食材を選び、食材そのものの美味しさを楽しみましょう

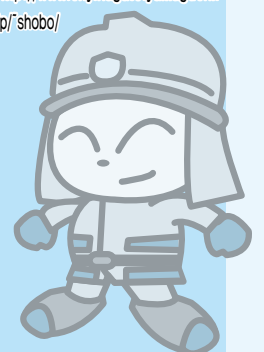
酸味を活かす
酢やレモン、かぼす、ゆずきなど柑橘類は、無塩の調味料です。活用しましょう

香辛料や香味野菜を上手に使う
カレー粉、しょうがなどの香辛料や、しそ、ねぎ、パセリなどの香味野菜を上手に使うことで、食塩の使用をおさえることができます

天然食品でだしをとる
昆布、鰹節、煮干し、干ししいたけなど天然食品からは塩味が少なくても美味しく感じる「うまみ」が出ます

こちし 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/>



毎年1月26日は文化財防火デー

文化財防火デーの制定は、昭和24年1月26日に、現存する世界最古の木造建築物である奈良県の法隆寺金堂が炎上し、壁画が焼損したことを契機としています。

日を「文化財防火デー」と定め、毎年全国的に文化財防火運動を展開しています。

この事件は国民に強い衝撃を与え、文化財保護の危機を深く憂慮する世論が高まり、その後、文化財保護思想の第一層の強化徹底を図るために普及活動事業が行われるようになり、その一環として、法隆寺金堂の焼損した日であること、火災が発生しやすい時期であることから、1月26

長門市にも国指定文化財「早川家住宅」をはじめ、多くの文化財があります。かがえのない貴重な財産を守るため、一人ひとりの防火意識を高め、災害を未然に防ぎましょう。



▲「文化財防火デー」に合わせ消防訓練を実施

火災救急件数[11月]

()内は今年累計

建物 3 (7)

林野 0 (1)

車両 0 (1)

船舶 0 (0)

その他 1 (9)

合計 4 (18)

救急 138 (1,622)

まちを変える新たな力！

われら地域おこし協力隊

ソチ市からやってきましたリーリヤです

今年の10月に国際交流推進担当に着任したフィリチャギナ・リーリヤです。

長門市コンベンション協会のご支援のもと、インバウンドに対応した長門市のプロモーション活動や市内在住の外国人の生活支援などの活動をさせていただいています。

私はロシア・ソチ市の出身で、2017年に日露青年交流センターの事業で初来日し、長門市を訪れました。この時、棚田での農作業体験や豊かな自然に触れたこと、また、長門市とソチ市の姉妹都市協定締結のため、市代表団がソチ市を訪問した際に現地通訳を務めたことで、長門市に興味を持つようになりまし。その後、山口市の英会話教室で働いていたときに、長門市で国際交流の地域お

こし協力隊の募集をしていることを知り、応募させていただきました。

これからは、文化・教育・スポーツにおける少年交流の促進や長門市の魅力・人の温かさをロシアだけでなく、世界中の人に届けること、山口市の英会話教室で働いた経験を活かして、長門市の英語教育を普及させる



▲ロシアでの観光プロモーションで長門市をPR

ことを目標に活動していきたいと思っています。

みなさんどうぞよろしくお願います。



Здравствуйте!
Разрешите представиться.
Меня зовут Филлиагина Лилия.
Рада встрече!

(こんにちは！はじめまして。
フィリチャギナ・リーリヤと申します。
よろしくお願います)

こんにちは☆

長門市地域包括支援センター

TEL 23-1244

地域包括支援センターです！

肺炎を予防しよう

長門市の死因第3位は肺炎（平成29年）です。特に高

齢者は、風邪やインフルエンザが長引き、重症化すると肺炎にかかるリスクが高まること、誤嚥性肺炎にかかりやすいことから、注意が必要です。

肺炎の症状
発熱・咳・たん・息苦しさ・胸の痛みなど

誤嚥性肺炎とは
誤嚥（むせ）により、口中の食べかすなどが誤って肺に入り、細菌が増殖することで発症します

肺炎の予防
・日頃から3食しっかり食べ、休養をとり、体力をつける

誤嚥性肺炎の予防
歯磨きや入れ歯の手入れをして、口の中を清潔に保つ

・インフルエンザ予防接種や肺炎球菌予防接種を受ける（予防接種を受けることで、重症化を防ぎ、肺炎を予防

・入れ歯は毎食後、流水で流しながらブラシで洗う（歯磨き粉は入れ歯を傷つけるので使用しない）

※特に高齢者では、熱や咳も出ないのに体がだるい、食欲がわかないなど、症状がわかりにくい場合があります

・歯ブラシは、鉛筆を持つように親指と人差し指で軽くつまむように持つ（力をいれすぎない）

・寝るときは、入れ歯安定剤の入った容器につける

・寝るときは、入れ歯安定剤の入った容器につける

・寝るときは、入れ歯安定剤の入った容器につける

・寝るときは、入れ歯安定剤の入った容器につける

・寝るときは、入れ歯安定剤の入った容器につける

・寝るときは、入れ歯安定剤の入った容器につける



長いものふわふわ汁 - 手軽にできる体温まるお汁です -

材料 (4人分)

- ・長いもの … 80g
- ・卵 … 1個
- ・小ねぎ … 2本
- ・うすくちしょうゆ … 大さじ1
- ・酒 … 小さじ2
- ・塩 … 1g
- ・だし汁 (かつお) … 600ml

作り方

- ①だし汁を加熱し、うすくちしょうゆ、酒、塩を入れて味を整える
- ②すりおろした長いものを①に入れ、煮立ったら、溶き卵を流し入れる
- ③器に盛りつけ、小口切りにした小ねぎを飾る



主食	ごはん
主菜	さけのムニエル
副菜	小松菜のおひたし
汁物	長いものふわふわ汁

おすすめ料理を含めたバランスのよい献立例です。主食・主菜・副菜をそろえた食事を心がけましょう

長いものふわふわ汁の栄養価

エネルギー	…54kcal	炭水化物	… 6.2g
たんぱく質	… 3.5g	塩分相当量	… 1.0g
脂質	… 1.5g		

ほっちゃんテレビ放送予定
「ほっちゃん NEWS イブニング」
1/20 (月) 18:00 ~

毎月19日は「ながと食の日」

ワンポイントアドバイス



だしをしっかり取ることで、減塩でおいしく仕上がります

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
1/1	水	長門市応急診療所	27-0199
		斎木病院	26-1211
1/2	木	長門市応急診療所	27-0199
		長門総合病院	22-2220
1/3	金	長門市応急診療所	27-0199
		岡田病院	23-0033
1/5	日	長門市応急診療所	27-0199
		斎木病院	26-1211
1/12	日	長門市応急診療所	27-0199
		長門総合病院	22-2220
1/13	月	長門市応急診療所	27-0199
		岡田病院	23-0033
1/19	日	長門市応急診療所	27-0199
		斎木病院	26-1211
1/26	日	長門市応急診療所	27-0199
		長門総合病院	22-2220
2/2	日	長門市応急診療所	27-0199
		岡田病院	23-0033

※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、注意してください

消費生活センターからのお知らせ

携帯電話会社をかたる偽SMS (ショートメッセージサービス) に注意

事例

「怪しいメール」に注意するように言われても見分けるのは難しいです。

最近、携帯電話会社をかたったメールがきっかけで被害に遭うこともあると聞きますが、どのようなことに気を付けたらよいか。

アドバイス

送られてきたSMSやメールに記載されたURLは、絶対に開かないでください。

実在する事業者名で届いた偽SMSから本物そっくりの偽サイトへ誘導され、そこでID、パスワードなどを入力したことで、キャリア決済が不正利用されたという相談が寄せられています。

被害に遭わないためには、SMSに記載されたURLは絶対に開かないことです。もし、開いても、個人情報を入力しないでください。万が一、入力した場合は、すぐに、正式なサイトからアクセスし、IDなどを変更し、キャリア決済の限度額の引き下げや、利用を停止してください。

不安を感じたら、すぐに、長門市消費生活センターまたは山口県消費生活センターに相談してください。

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

1	水	元日 ●金子みすゞ記念館・香月泰男美術館・くじら資料館・村田清風記念館臨時開館／10時～17時 ●道の駅センザキッチン／休業
2	木	●金子みすゞ記念館・香月泰男美術館・くじら資料館・村田清風記念館／通常開館 ●道の駅センザキッチン／通常営業
3	金	●長門市成人式／ルネッサなごと／10時30分～(受付10時～) ●金子みすゞ記念館・香月泰男美術館・くじら資料館・村田清風記念館／通常開館 ●道の駅センザキッチン／通常営業 ●長門おもちゃ美術館開館／10時～16時
4	土	●長門市ただいま。／ラポールゆや／14時開演
5	日	花壇の日
6	月	公務始め ●木育教育プログラム・ものづくり体験講習会作品展／市役所1階市民ロビー／1月31日まで ●令和元年度重度障害者福祉手当受付開始／本庁ほか／3月31日まで
7	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～15時／有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)
8	水	●無料法律相談／日置支所／10時～15時／要予約 (Tel.23-1299)
9	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)
10	金	●小型船舶操縦免許更新講習／県漁協長門総括支店／9時30分～
11	土	●第22回子どものピアノリサイタル／ラポールゆや／9時開演 ●「発掘された山口」巡回展講演会・展示説明会／旧長門市教育委員会別館2階／10時～
12	日	●長門市消防出初式／ルネッサなごと／9時30分～
13	月	成人の日
14	火	●行政相談／三隅支所／10時～12時 ●禁煙相談／長門健康福祉センター／13時～16時／要予約 (Tel.22-2811) ●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～15時／有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)
15	水	●行政相談／ラポールゆや／10時～12時
16	木	●行政相談／市役所1階相談室・日置支所／10時～12時
17	金	●心の健康相談／長門健康福祉センター／14時～16時／1週間前までに要予約 (Tel.22-2811) ●ウォーキング教室／三隅保健センター／9時30分～11時
18	土	
19	日	ながと食の日 ●精華女子高等学校吹奏楽部コンサート／ルネッサなごと／14時～ ●香月泰男美術館展覧会「蘇一香月泰男作品修復の足跡」／香月泰男美術館／5月24日まで
20	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)
21	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～15時／有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)
22	水	●無料法律相談／市役所1階市民相談室／10時～15時／要予約 (Tel.23-1299)
23	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) ●街頭献血／法蓮寺前の駐車場／9時30分～11時30分、12時45分～16時
24	金	
25	土	●おもちゃ学芸員養成講座(第7期)／仙崎公民館／10時～
26	日	●第66回長門市民駅伝大会／10時50分スタート ●海技免許更新／長門市立図書館／9時30分～ ●おもちゃ学芸員養成講座(第7期)／仙崎公民館／10時～
27	月	ながと生涯学習の日
28	火	●骨髄バンク登録受付・C型B型肝炎検査・エイズ抗体検査／長門健康福祉センター／前日までに要予約 (Tel.22-2811) ●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～15時／有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)
29	水	
30	木	
31	金	市県民税第4期納期限 長門市プレミアム付商品券申請期限(非課税者分)



噴水の亀

金子みすゞ

お宮の池の噴水は
水を噴かなくなりました。

水を噴かない亀の子は
空をみあげてさびしさう。

濁った池の水の上
落葉がそつと散りました。



「金子みすゞ全集」(JULA出版局)

表紙の説明

油谷こどもミュージカル定期公演
迫真の歌と演技に魅了

12月1日(日)、油谷こどもミュージカル第18回定期公演「見習い魔女マジヨリカ」がラポールゆやで行われ、午前の部、午後の部を合わせて約1,000人が来場しました。

油谷こどもミュージカルには、市内の小学4年生から高校2年生までの29人が在籍しており、昨年4月から厳しい練習を行ってきた成果をステージで披露。迫真の歌と演技に会場からは惜しみない拍手が送られていました。



▲子どもたちははつらつとした表情がステージで輝く

長門市のDATA

(令和元年12月1日)

人	33,611人	(-21)
男	15,621人	(-7)
女	17,990人	(-14)
世帯数	15,922世帯	(+3)

()内は先月比

(11月分)出生	17人	死亡	45人
転入	67人	転出	60人

編集後記

新年あけましておめでとうございます。今年も「広報ながと」をよろしくお願いいたします。▼今年は日本でオリンピック・パラリンピックが開催されます。昨年は、ながとブルーエンジエルスが年間総合優勝、ラグビーカナダ代表チームの公認キャンプ地となるなどスポーツの面でも大いに盛り上がりました。長門の人で紹介した澤村さんもアームレスリングの全国チャンピオンで最近の熊本大会でも優勝したとのこと。▼今後も「広報ながと」ではさまざまな分野で活躍する人を紹介していきます。今年一年が皆さんにとって、健康で過ごせる年となることをお祈り申し上げます。

