

# 広報 ながと

Nagato City Public Relations

2020  
(令和2年)  
No. 242

8



市内小学校で国際交流を図る／英会話教室を開催（深川小学校）

## 主な内容

- 特集 自分に合った働き方を見つけよう ながとで働く 2～5ページ
- 特集 マイナンバーカードを取得して お得なマイナポイントを手に入れよう！ 6～7ページ
- 特集 コロナと共存 ながと版 新しい生活様式 8ページ
- 特集 ふるさと応援寄附金報告 ふるさとへの想いに感謝 9ページ
- 募集 長門市シティプロモーション部 てとてとながと第2期生募集 10ページ
- 長門の人 宿坊えんとき 田立 智暁さん 13ページ
- 暮らしの情報 14ページ～ ・期限が近づいています～特別定額給付金の申請期限、経営持続化支援金の申請期限、長門市民助け合い応援券の使用期限～ ・ごみ分別アプリの配信を開始

自分に合った働き方を見つけよう

# ながとで働く

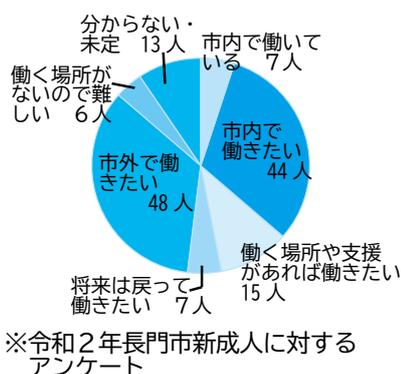
華やかな都会は若者にとって魅力的です。しかし、長門市にも違った魅力がたくさんあります。新型コロナウイルス感染症の拡大は、都会で暮らし続けることに、一度立ち止まって考えるきっかけを与え、オンラインやテレワークの普及は、どこにいても働くことができる可能性を示しました。あなたに合った働き方を長門市で見つけてみませんか。

## 続く人口減少

本市は、1955年（昭和30年）をピークに人口減少が続く、20年後の2040年には、現在の3分の2である約2万2千人にまで減少すると推測されています。また、進学や就職のため、若者の市外への転出も続いており、若年層の人口が少ないのが現状です。このままでは、活力が失われ、地域の維持が難しくなります。

## 本当は地元で働きたい

このたび、新成人となった20歳の若者に、働く場所に関する意識調査を行ったところ、長門



Q あなたは将来、長門市で働いてみたいですか？

市で働きたい、将来は長門市に帰ってきたいなど、その過半数が長門で働きたいと回答しました。企業が求める人材と若者が働きたいと思う企業とをマッチングさせることが課題となっています。

## 地元の企業を知っていますか？

NPO法人つなぐの主催により、高校生と地元企業をつなぐ「合同企業ガイダンス」が年に2回行われています。市内の企業が、就職を希望する高校生およびその保護者などを対象に、自社の魅力や仕事のやりがい、求めている人材をPR。高校生に直接企業と話をする良

話をする良



▲昨年度のガイダンスの様子



▲長門市しごとセンターには若者が集う

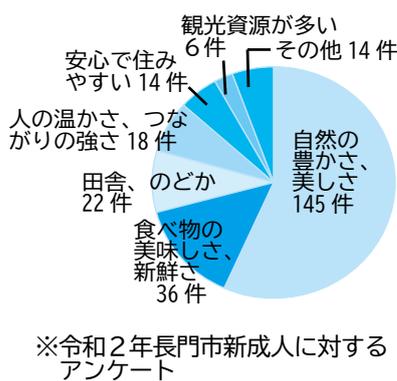
## 働きやすい環境づくりに取り組んでいます

い機会となります。地域、企業および学校の協力により、年々参加の機運が高まっており、地域企業の情報や魅力を若者に伝えることで、市内企業への就職や早期離職防止が期待されています。

アンケートでは、長門市は自然豊かで食べ物美味しく、安心なまちと多くの若者が回答しています。あらゆる世代の人が長門市で住みやすく、働きやすい環境をつくるために、市では次ページのとおり、さまざまな支援策を実施しています。

## ながとで働こう

都会に出る前に地元を知る、地元を知ってもらうために情報を届ける、それぞれがあと一歩踏み出すことで、「ながとで働く」につながっていきます。



Q 長門の良いところ、イメージは？

# 長門市は、あなたの「働きたい」を応援します

## NPO法人つなぐ

ながとの「まち」「ひと」「しごと」をつなぐことを目的に発足した団体です。市内で働く・働きたい人を応援します。

### 【実施しているイベント】

- ・パソコンスキルアップ研修
- ・若手向け合同研修
- ・リーダー育成研修
- ・中小企業診断士への無料相談（月1回）
- ・ながと起業塾（商工会議所が主催）
- ・『進路を考える若者に贈る地域企業ガイドブック』の発行
- ・市内企業と直接話す「合同企業ガイダンス」



▲地元 43 企業を掲載



▲ホームページで企業やイベントの紹介をしています

## 長門市しごとセンター

「出会い」「学び」「交流」を育む新価値創造空間

壁一面がホワイトボードになっている会議室やオンライン会議のできるシステムがあり、会社の枠を超えて一緒に何かを企画したり、創業に向け準備するなど、自由に使っていただけます。

さくさく動く Wi-Fi やリラックスできるソファもあり、テレワークにも最適です。

利用時間：10 時～ 22 時  
（火曜日と年末年始は休館）

### 【利用できるサービス】

- ・コワーキングスペース
- ・会議室（大）（小）
- ・オンライン会議システム
- ・プロジェクター、マイク
- ・ホワイトボード



▲長門市しごとセンター



▲施設の利用詳細はこちら

## 定住支援

市では、移住相談や空き家情報バンクを通じての移住者の受け入れ、定住のサポートを行っています。

### ■相談はオンラインでも受付中

ご自宅にしながら移住相談ができるようになりました。

長門市への移住に興味のある人、移住を検討している人に、定住支援員が懇切丁寧に対応します。



### ■空き家情報を募集します

市では、「空き家情報バンク」を設置しており、空き家を売却または賃貸したい所有者と田舎暮らしを希望される市外の人が、それぞれ情報を登録し、双方に情報を提供しています。

現在、多くの U J I ターン希望者から問い合わせをいただいています。空き家を売ってもよい、貸してもよい、興味があるから話を聞いてみたいという人は問い合わせください。（なお、市は空き家に関する交渉や売買・賃貸借の契約については関与しません。）

▶長門市定住支援ページはこちら



【企画政策課 TEL 23-1229】

## 就漁支援

漁業経験がなく、経営基盤が脆弱な新規漁業就業希望者が、漁業者のもとで漁業経営を開始する際に必要な技術・知識などの習得に係る研修を受ける場合、研修支援費などを補助します。

【農林水産課 TEL 23-1145】

## 就農支援

市内の法人などに雇用され農業技術を習得する際の雇用者支援や、市内に居住して営農を継続する者に奨励金の交付を行います。

【農林水産課 TEL 37-2113】

## 創業支援

市内で新たに起業する人に対し、経費の一部を補助します。

※創業補助金利用者数  
平成 27 年度～ 計 45 人

【産業戦略課 TEL 23-1136】

## 空き家リフォーム助成

空き家情報バンクに登録のある空き家を購入または賃貸した場合、リフォームまたは不要家財処分に必要な費用の一部を補助します。

【企画政策課 TEL 23-1229】

## 結婚新生活支援

結婚して市内で新生活を始める夫婦を応援するため、結婚の際の新居となる住宅の購入費や賃料、引っ越しなどにかかる費用を補助します。

【市民活動推進課 TEL 23-1185】

## 三世帯同居支援

新たに三世帯同居を始められる世帯（小学生以下の者を含む世帯）で、三世帯同居対応のための住宅取得費用または既存住宅増改築費用の一部を補助します。

【建築住宅課 TEL 23-1186】



## 地元就職

ヤマネ鉄工建設株式会社  
やまね りか  
山根 莉加さん (19歳)

長門市出身。萩商工高校を卒業後、昨年4月、ヤマネ鉄工建設株式会社に入社。現在、鉄骨量の積算業務を担当している。

高校では、簿記やパソコンなど事務全般を学びました。親のそばにいて働きたいと思っていたので、高校在学中から、卒業後は自宅から通える企業への就職を希望していました。小学生のときにヤマネ鉄工を社会見学したことがあり、地元で有名な会社なので、入社したいと思うようになりました。

現在は、鉄骨量が指示された数量や基準と適合しているかを確認する積算業務を担当しています。鉄骨についての知識がなく、慣れるまで時間がかかりました。また、東京の現場と距離が離れているため、現場でしか学べないことを理解するのに苦労しました。上司が勉強会を開き、理解するまで何度も教えてくれました。また、家族から「今が大変だけど、慣れたら大丈夫だよ」と勇気づけられ、安心したのを覚えています。

長門市は、安心して落ち着いて過ご



▲積算を行う山根さん。積算結果が契約金額に影響するため、慎重に行うよう心がけている

せる場所です。時々、車で山口市や福岡県に遊びに行くことはありますが、ひとり暮らしは不安なので、都会いに住みたいとは思いません。長門市に住んでいて不便を感じることはありませんが、もう少し若者が遊べる場所があったらいいなと思います。

あべのハルカスや東京スカイツリーのような都会にある建築物の建設に、田舎にいながら携われることが魅力です。これからもこの仕事を続けていきたいと考えています。

## はたらく魅力とは何ですか？



▲現在は「ながと」のほか、フリーランスで編集やライターの仕事をしている

大学でアニメーションを学び、東京でアニメーターやWebメディア編集に携わりました。Uターンのきっかけは、同じく山口県出身の妻との結婚です。「将来子どもが産まれたとき」を想像したら、長門で育った私が東京で子育てをするイメージがまったく浮かびませんでした。「帰り方」を模索する中で長門市の地域おこし協力隊募集を見つけ、応募しました。

協力隊では、観光担当として観光サイト「ななび」の運営やマップ作成、ローカルメディア「ながと」の運営

といった活動を展開。現在は「ながと」と並行し、地域の企業や団体からいただく編集/デザインのほか、ライターやカメラマンとしても仕事をしています。

「帰ってきて良かった」と感じるのは、〈季節〉を感じながら生活できることです。景色や気候の変化、旬の食べ物など、さまざまな事柄から「今年もこの時期がやってきたな」と、うきうきしながら暮らせています。

これまでの仕事と比べ、「地域に関わりながら、自分のスキルを活かして報酬をいただく」今のスタイルがいちばん充実していると感じています。一方で、インターネット環境がもつと充実すると、より仕事がいやいやと感じることもありますね(笑)。息子も生まれ、1歳半になりました。家族と楽しく暮らすため、精一杯、地域の役に立てよう頑張ります！

フリーランス編集者 / デザイナー

むらお えつろう  
村尾 悦郎さん (34歳)

長門市出身。大学を卒業後、東京都でアニメーション制作やWebメディアの仕事に約10年間携わる。2017年にUターンし、地域おこし協力隊に着任。任期終了後は、編集者/デザイナーとして、印刷物の制作やライター業を行う。長門市観光コンベンション協会のスタッフとしても活躍中。

## Uターンの



将来は、大きい社会構造に依存することなく、自立した生活をしていきたいという想いがあったことから、大学時代に自給自足生活サイトに掲載されていた長門市を旅行で訪れました。大学卒業後はデザイン会社に就職したのですが、移住したいという気持ちが抑えきれずに、一年で会社を辞めて油谷向津具に移住しました。

移住後は、地元の会社に勤務しながら、地域活動に携わりました。地元の人と関わりを深めていくなかで、自分のやりたいことが見え始め、現在は、イクリ（スモモの一種）や、長門ゆずきちなど山口県産食材や、棚田で自分たちが育てたハーブを使ったジェラート店を運営しています。

大阪では営業職だったので、売り上げなどのプレッシャーがあり、お金のために働いているという感じでした。長門では、働きながら地域の活動や社

## ジェラート むかつく

たじま だいき  
田島 大幹さん (28歳)

兵庫県芦屋市出身。大学卒業後、大阪のデザイン会社に勤務。その後、長門市のジェラート店「むかつく」に移住。棚田の保全、グラフィックデザインなども行う。

インタビュー



▲ジェラート店「むかつく」は、週末のみ営業。添加物、着色料、保存料は使用しない

会貢献をすることができ、やりがいを感じています。まわりに自然があり、散歩やサーフィンなどをして楽しむ時間を大切にしています。

ジェラート店以外に、移住したい人と地域の人をつないだり、余った食材を地域内で交換し合うコミュニティづくりの準備を進めています。人が少ない地域で人づくりをしたい、面白いまちをつくりたいという気持ちでこれからは持ち続けながら、いろんなことに挑戦していきたいと考えています。

## あなたにとって、長門で



▲女性の活躍支援もNPO法人つなぐの大事な役割のひとつ

NPO法人つなぐの岡藤と申します。私自身、生まれ育った長門市へUターンした一人です。自然、景観、食文化、歴史、人。一つひとつが素晴らしい、豊かな地域資源に恵まれた場所。帰郷して初めて気付くものが多かったように思います。

それぞれの地域には、雇用を守り、全国、世界へ挑戦する産業の存在があります。「企業は人なり」と言われますが、人が輝くことが企業や街の輝きに不可欠です。私たちは、今こそ、人を活かして育てる街を目指さなければいけません。そうすることで、人材が持

つ「想い」や「可能性」を相乗させ、AIや機械に置き換えることのできない「創造性」を発揮することができると思っています。

激動の時代となり、これまでとマーケットや価値観が変わってきている今、地方の持つ「本質の魅力」が大切になります。こだわりのある農作物や鮮魚、原点回帰できる唯一無二の眺望、ライフラインを命懸けで守る、心からのおもてなし、世界に誇る技術力、これらすべてが本質であり、ここ長門市には本質を追究している企業が数多く存在します。

NPO法人つなぐは、市内外の若い人へ地域や企業の魅力を伝える取組、次世代を支える人材育成の取組などを行っています。この街に暮らす人が、誇りと郷土愛を持てるよう、少しでもお手伝いできればと思っています。

## NPO法人 つなぐ

おかふじあきふみ  
理事長 岡藤 明史さん

大学卒業後、福岡の企業で5年間従事した後、長門市へ帰郷。ホテル楊貴館で観光業に従事している。次世代へ繋がる人材を地域で育てる必要性を強く感じ、NPO法人つなぐの理事長に就任。地元の高校生向けに、地域をつなぐ合同企業ガイドランスを実施するなどの活動をしている。

働くを支援



キャッシュレスで2万円の  
チャージまたは買い物で

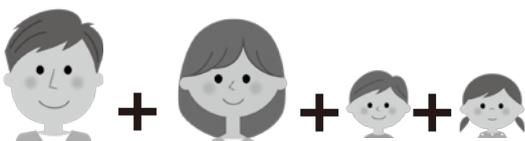
上限5,000円分のマイナポイント

マイナンバーカードを取得して



# お得なマイナポイントを手に入れよう!

【例：4人家族の場合】



5,000ポイント×4人  
= 20,000円分のマイナポイントが付与

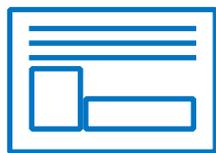
現在、マイナンバーカードを利用したポイントキャンペーン、マイナポイント事業が始まっています。

これは、登録したキャッシュレス決済サービスを使って買い物をする時、利用額の25%、上限5,000円分のポイントが付与されるものです（令和2年9月～令和3年3月末までのチャージ・買い物対象）。お得にマイナポイントを手に入れることができるこの機会を逃さないようにしましょう。

※15歳未満の未成年者も対象で、予約・申込みは法定代理人が行うことができます

## STEP 1

マイナンバーカードを取得



### ①マイナンバーカードの入手手順

- ①マイナンバーカードを申請
  - ②申請から3～4週間後に自宅に市から「交付通知書」が到着
  - ③交付通知書に記載の必要書類を持参して、指定の交付窓口で受け取る
- ※カード受取の際に設定する2種類のパスワードについては、忘れないよう控えを保管してください

※マイナポイントの申し込みが始まり、時間帯によっては窓口が混雑することがあります

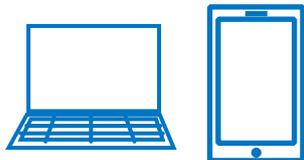
### ②申請はオンラインまたは郵送で

マイナンバーカードは、スマートフォンやパソコン、郵便による申請が可能です。詳しくは地方公共団体情報システム機構（J-LIS）が運営する「マイナンバーカード総合サイト」（右記QRコード）をご覧ください。総合窓口課窓口係（TEL：23-1127）へ問い合わせください。



## STEP 2

マイナポイントを予約



### ③マイナポイント申請の必要書類は？

- ・マイナンバーカード
- ・数字4桁のパスワード（マイナンバーカードの申請時または受取時に自身で設定したもの）
- ・登録したいキャッシュレス決済サービスのID/セキュリティコード

### ④スマートフォンや支援端末で予約・申し込みができます

#### 《自身の端末で》

自身のスマートフォン、パソコンで手続きができます。マイナポイントの予約・申し込みには専用のアプリ・ソフトのダウンロードが必要です。

※アプリのダウンロードはこちら



【Android】



【iPhone】

## STEP 3

マイナポイントの申し込み・取得



### ⑤申し込み・取得方法

- ①キャッシュレス決済サービスを1つだけ選択
- ②チャージまたは買い物
- ③選択したキャッシュレス決済サービスのポイントとしてマイナポイントを付与

※対象となる決済サービスは右記QRコードで確認できます



#### 《支援端末で》

全国各地に設置してある支援端末で手続きができます。

#### ■市内支援端末設置場所

- ・市本庁舎市民ロビー特設窓口または三隅支所、日置支所、油谷支所の窓口
- ・郵便局（簡易郵便局を除く）
- ・コンビニエンスストア
- ・携帯ショップ

※支援端末スポットは右記QRコードで確認できます



## マイナポイント関連

スマートフォンで予約・申し込み

### マイナポイントの予約方法

マイナポイントアプリをダウンロード

アプリの指示に従って  
マイナンバーカードを読み取り

マイナンバーカード申請時または取得時に  
設定した4桁のパスワードを入力

予約完了

※パスワードを3回連続で間違えると、市役所で再設定を行う  
必要があります

### マイナポイントの申し込み・取得方法

マイナポイントアプリを起動し、  
「マイナポイントの申し込み」をタップ。  
好きなキャッシュレス  
決済サービスを選んでください

↓令和2年9月～

選択したキャッシュレス決済サービスで  
チャージまたはお買い物

選択したキャッシュレス決済サービスの  
ポイントとしてマイナポイントが付与  
されます

## よくある質問

### マイナポイントはどこで使えるの？

選択したキャッシュレス決済サービス対応のお店で  
使用可能です

### マイナンバーカードは買い物の際に必要なの？

買い物の際には必要ありません。マイナポイントをも  
らう手続きにのみ必要です

### 申し込む際になりすまはされないの？

マイナンバーカードの「電子証明書」を使用するので、  
悪用は極めて困難です

### 何を買ったか国に監視されない？

国が買い物履歴を収集・保存することはできません

問い合わせ先

- ・マイナンバー総合フリーダイヤル  
Tel: 0120-95-0178
- ・マイナンバーカード発行関連  
総合窓口課窓口係 Tel: 23-1127
- ・マイナポイント関連  
マイナポイント特設窓口 Tel: 27-0324

## マイナンバーカード関連

### 9月から休日交付を開始

平日開庁時間中の来庁が難しい場合は、マイナ  
ンバーカードを休日の下記時間帯にお受け取りい  
ただくことができますようになります。

毎月第1日曜日 9:00～12:00 (9月から実施)  
※年始およびゴールデンウィークなどの休日の場  
合は翌週の日曜日

※休日交付の場所は本庁総合窓口課のみ  
※交付通知書に記載のある交付場所が本庁以外の  
場合は、受取希望日の5日前までに総合窓口課  
へご連絡ください

※毎週木曜日の窓口延長 (19:00 まで・本庁のみ)  
はこれまでどおり実施します



マイナンバーカード交付窓口

### 申請サポート実施中

市では、カード用写真の撮影とオンライン申請  
のお手伝いを無料で行っています。マイナンバー  
通知カードまたは運転免許証や健康保険証など本  
人確認ができる書類をお持ちいただき、本庁総合  
窓口課へお越しください。

### 出張申請受付を実施します

企業や地域団体などの皆さんからの申し込みに  
より、市職員が指定の複数の場所におうかがいし、  
マイナンバーカードの出張申請受付を行います。  
マイナンバーカードを市役所に行かずに作ること  
ができますので、ぜひご利用ください。

#### ■対象

市内に事業所を置く企業または市内の地域団体  
など概ね10人以上の参加が見込まれるもの  
※用意いただきたい書類の案内や、実施日時・場  
所などの打ち合わせが必要ですので、総合窓口  
課へご連絡ください

### 電子証明書には 有効期限があります

マイナポイントの申し込みにはマイナンバーカー  
ドの「電子証明書」が必要になります。電子証明書  
には5年間の有効期限があり、期限が近付いた人  
には「有効期限に関するお知らせ」が自宅に郵送さ  
れますので、総合窓口課窓口係または各支所で更新  
の手続きをお願いします。

更新手続きは期限の3カ月前から可能ですが、過  
ぎてしまっても再発行は可能です。

# ながと版 新しい生活様式



一人ひとりの行動が感染拡大防止につながります。  
「新しい生活様式」を取り入れた生活を実践し、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に努めましょう。

長門市新型コロナウイルス対策本部

Tel : 23-1132 Fax : 23-1168

**3密の回避**

密閉  
密集  
密接

**意識して距離を保とう**

2m  
最低1m

**症状なくてもマスク着用**

は適宜  
水分補給  
咳エチケットも守ってね

**こまめに手洗い**

30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗おう

**換気はこまめに**

対策バッチリ！気持ちもスッキリ長門の空気はおいしいよ

エアコンつけて熱中症にも注意しよう

**運動は時間や場所を選ぶ**

ウォーキングも距離をとろう

ラジオ体操やこぼん体操もおすすめです♪

**買い物は計画的に**

電子決済も活用しよう

特売日は混みます

**食事は宅配や持ち帰りも利用**

長門にも結構あるよ

料理は個々に

**感染情報をこまめにチェック**

出張、旅行、帰省は気を付けて

ほっちゃテレビ

テレビやインターネット、告知放送、ラジオなどで感染状況や感染対策情報をこまめにチェックしよう

**会議は対策を講じて慎重に**

オンライン会議も検討

**遊びに行くなら屋内より屋外**

長門の自然を満喫しよう！

**接触確認アプリの活用**

感染者と接触した可能性がわかるアプリがあるよ

厚生労働省はこちら

新型コロナウイルス 接触確認アプリ (略称: COCOA)



◀ 「ながと版 新しい生活様式」のダウンロードはこちらから



# 全国から寄せられるふるさと応援寄附金

## ふるさとへの想いに感謝

平成20年6月から始まった「ふるさと応援寄附制度（ふるさと納税）」。令和元年度も全国各地の2,340名の方から5,963万円の寄附をいただきました。林業成長産業化の取組や長門湯本温泉観光まちづくり整備工事の完了など、長門市への注目がいっそう高まっています。

これを機に、長門市出身者や関心のある人に向け、ふるさと応援の輪を広げていきましょう。

令和元年度 応援寄附金の状況 ※複数の使途指定をされる場合があり、件数と寄附者数は一致しません

使途の指定	令和元年度	平成30年度
①自然環境や景観の保全に関する事業	689件 / 1,783万円	1,109件 / 2,897万円
②伝統文化の保存継承に関する事業	126件 / 280万円	128件 / 324万円
③農商工連携およびニューツーリズムの推進に関する事業	176件 / 403万円	196件 / 479万円
④子どもの健やかな育成およびふるさとを担う人財育成に関する事業	646件 / 1,734万円	793件 / 2,251万円
⑤その他の事業（上記の指定なし）	720件 / 1,763万円	888件 / 2,234万円
合計	2,357件 / 5,963万円	3,114件 / 8,185万円

### ①自然環境や景観の保全



- ・花と緑のまちづくり推進
- ・散乱ごみの回収
- ・海岸漂着物 地域対策
- ・美しい農村再生 支援
- ・市有林の造林

### ②伝統文化の保存継承



- ・香月泰男企画展および記念事業開催
- ・くじら文化交流
- ・赤崎神社楽隊敷 周辺維持管理
- ・こども文化 パスポート
- ・市美術展の開催

### ③農商工連携・ニューツーリズム推進



- ・キジハタなどの 種苗放流
- ・農地集積・基盤強化推進
- ・IoTを活用した 農業の推進
- ・ツーリズムの推進
- ・キャトルステーションの実証プロジェクト

### ④子どもの健やかな育成・ふるさとを担う人財育成



- ・食育の推進
- ・児童や生徒の 通学費補助
- ・移動図書館 巡回サービス
- ・創業支援

### ⑤その他の事業



- ・敬老会の開催
- ・敬老事業
- ・防災対策
- ・健幸資源活用による まち・ひとづくり

事業	事業費	うち「ふるさと応援寄附金」
①	4,510万円	1,783万円
②	656万円	280万円
③	1,212万円	403万円
④	2,141万円	1,734万円
⑤	3,215万円	1,763万円
計	1億1,734万円	5,963万円

ふるさと納税の情報はホームページから

ふるさとチョイス 日本最大級のふるさと納税サイトです。

長門市ふるさと寄附応援サイト サイトから直接寄附ができ、長門ふるさとでも選択できます。

※市内の人への特産品送付はしていません  
問い合わせ 産業戦略課 Tel：23-1177



**振り込め詐欺に注意を**  
ふるさと納税をかたった詐欺行為には十分注意してください。寄附申し込みをしていない人に入金をお願いすることはありません。

長門市では、市外の人からいただいたふるさと納税を活用し、自然環境や景観の保全などに活用しています。市の発展のために、市外にお住まいの知人・友人・親せきなどに長門市へのふるさと納税を呼びかけ、PRしていきましょう！

**応援の呼びかけにご協力をお願いします**

# 2期生募集



▲「てとてとながと」  
Facebook ページ



▲「てとてとながと」  
Instagram



## 長門市シティプロモーション部 「てとてとながと」

昨年10月に発足した長門市シティプロモーション部「てとてとながと」。これまで、メンバーが各自長門市の魅力をもSNSで情報発信してきました。1年間の任期が9月末で終了することから、10月からの1年間を任期とする第2期生を募集します。

### 長門市シティプロモーション部第2期生募集要項 問 企画政策課 TEL 23-1117

事業概要	長門市シティプロモーション部は、大人の部活動のイメージで、市民が部員となり、ふるさとの良さを共通のSNS（Facebook、Instagram）アカウントで発信していきます。少子高齢化に伴う人口減少が進む中で、ふるさと長門市がいつまでも持続可能な地域となることを目指すため、長門市の魅力をも市内外に発信していきましょう。
対象者	市内在住または通学・通勤する人でFacebook・Instagramのアカウント（どちらかでも可）を持っている人
募集人員	15人（超えた場合には選考により選抜します）。任期：令和2年10月～令和3年9月
活動内容	長門市の良さ（自然、食、暮らしぶりなど）を、SNSを使って写真と文章で発信 セミナー（写真の撮り方、文章の書き方など）、フィールドワークへの参加 ※年間数回程度ミーティングを行う予定
応募方法	次のメールアドレスに住所、氏名、年齢、職業、連絡先、使用しているSNSを入力して送信してください Mail：koho@city.nagato.lg.jp 長門市ホームページにある応募フォームからも応募できます



◀ 応募フォーム

1期生がSNSに投稿した写真です

▼桜の木の下で



▼俵山のそば



▼三隅のハーブ園



▲青海島のどんど焼き



▲季節のスイーツ 桜餅



▲楊貴妃炎の祭典

# 長門の話題



## Topics



▲県の無形民俗文化財に登録されている



▲2体の人形「サバーサマ」と「サネモリサマ」

### 虫送りの伝統神事サバー送り

稲の害虫を追い払い、豊作を願う

7月4日(土)、江戸時代から行われている虫送り神事「サバー送り」が、東深川の飯山八幡宮で行われました。

今年も、6月27日に藤中地区の有志でわら人形を製作。人形には和紙に描かれた顔と神の兜、陣羽織、竹で作られた刀が添えられます。飯山八幡宮で神事が行われた後、今

年の引き受け地区である中山地区の5名により抱えられ、西深川境川方面に向けて出発しました。わら人形はその後、長崎、黄波戸、古市、油谷久寛人丸、河原、伊上を経て下関市豊北町粟野まで運ばれ、最後はぼろぼろになった時点で燃やされたり、海に流されたりすると言われています。

### 青空テイクアウトの開催

気軽に集い、交流しやすい庁舎利用を目指して

市本庁舎市民広場で青空テイクアウトが始まりました。

これは、市本庁舎建設事業におけるすべての工事が完了したことから、庁舎有効活用の一環として、試行的に実施するものです。実施日時は、毎週水・木曜日の10時30分から12時30分まで。市内5〜10店舗の販売店舗が並びます。



▲当分の間、開催される予定

### 一般社団法人リフォレながと

林業および木材産業の成長産業化を図る

7月1日(水)、一般社団法人リフォレながとの設立総会が開かれました。

これは、林業および木材産業の成長産業化を図ることを目的として設立されたもので、山口県西部森林組合と長門建設業協同組合、長門林産物需要拡大協議会、長門市が出資し、7月1日から始動しました。



▲法人は長門市林業センター2階に設置された

子どもたちの安心・安全を守るために

## 非接触型体温計の寄贈

6月26日(金)、長門ライオンズクラブから赤外線非接触型体温計が寄贈されました。

これは、新型コロナウイルス

感染症対策に取り組む子育ての現場を支援し、園児・児童・生徒や施設に従事する関係者の健康維持と、感染症の早期発見を目的として市内の

幼稚園・保育園・幼児園・小中学校に簡単に体温が測れる体温計を寄付されたものです。

寄贈された100台の体温計は幼稚園・保育園に30台、小中学校に70台に分けられた後、学校規模に応じて分配されました。

市民の声をしっかりと聞くために

## まちづくりミーティング開催

6月29日(月)、市長と協働のまちづくりミーティングが日置支所で開催され、地域づくり団体関係者、自治会関係者ら10人が出席しました。

これは市長が所信表明で述べた重点施策の一つである「市民目線のまちづくり」を進めるために、市民の声を

しっかりと聞く具体的な取組として開催するもので、原則月1回の開催が予定されています。

この日は事業所への支援、地域の子どもたちの安全を守るための活動、交通手段など多岐にわたる意見を交換していききました。



▲新型コロナウイルス感染症の影響で久しぶりの開催



▲長門ライオンズクラブの中原見弘会長らが訪問

英語でおもてなしができるように

## 観光英会話教室を開催

7月4日(土)、新型コロナウイルス

感染症収束後を見据えたインバウンド受入体制整備の一環として、長門湯本温泉の観光事業者を対象に観光英会話教室が開催されました。

地域おこし協力隊のフィリチャギナ・リーリヤさんが講師を務め、外国人旅行者の接客を想定した英会話の練習を

行いました。

リーリヤさんが、「間違っても大丈夫です。楽しく練習しましょう」と呼びかけると、受講者は身振り手振りを交えながら、あいさつなどの英単語を必死に口に出していました。

英会話教室は、9月まで全12回開催される予定です。



▲楽しい雰囲気の中で行われた

# 長門の People

悩みや不安を解消できる駆け込み寺に

## 田立 智暁さん (宿坊えんとき)

山口県初となる、食事や体験ができる宿坊を開いた油谷向津具にある二尊院住職の田立さん。以前から悩み相談を受けていましたが、相談者と信頼関係を築き、本音を話してもらっためには、より長く話を聞く必要があると感じ、それならばと宿泊施設を作ることになりました。

宿坊では、精進料理や滝行などのお寺体験のほかクルージング体験をすることもでき、交流人口の拡大や地域活性化に貢献することにより、文化財を守り伝えることも目的としています。田立さんは、「えんときとは、もつれた縁の糸を解いて、これからの人生を歩むのに必要な縁の糸だけを選んで結びなおすと。滞在している間はずっと癒され、身も心も軽くなっていたきたい。また、体験の拠点としていろんな人が行き交い、経済効果を生み出してほしい」と想いを語ってくれました。



▲非日常を体験してほしいと話す田立さん



詳細はこちら

▲滝行のほかに護摩行や座禅体験もできる

## 旬な人

待ちに待った開催

# おとずれ夜市じやらんじやらん

7月4日(土)、長門湯本温泉の音信川河川公園を会場に、「おとずれ夜市じやらんじやらん」が開催されました。

この日は久しぶりの開催ということで、地元の人や長門湯本温泉の宿泊客らが多く来場しました。会場では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、会場入口にアルコール消毒液を設置し、来場者にマスクの着用を促すほ

か、定期的に机やいすをアルコール消毒するなどの予防を徹底していました。

来場者は、やきとりや岩ガキ、サザエなど地元のおいしい食を味わったほか、射的やアコースティックライブなども催され、子どもから大人までの幅広い世代が祭りを楽しみました。

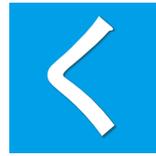
次回は8月1日(土)に開催が予定されています。



▲例年よりも来場者が多いとのこと



▲ステージからは美声が響き渡った



# らしの情報

## Information

くらしの情報

市からの

### お知らせ

#### 介護保険料の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した介護保険の第1号被保険者（65歳以上）で、次の要件を満たす人の保険料を申請により減免します。

#### ■対象者

①主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った第1

号被保険者

②次のすべての要件に該当する第1号被保険者

- ・ 事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入のいずれかが、前年に比べ10分の3以上減少する見込みであること
- ・ 収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の所得の合計額が40万円以下であること

#### ■保険料の減免額

- ①の被保険者 全額減免
- ②の被保険者

減免対象の保険料額に前年の合計所得金額に応じた減免割合を乗じた金額を減免

#### 減免対象の保険料額

(A×B/C)

- A 第1号被保険者の保険料額
- B 主たる生計維持者の減少が見込まれる収入にかかる前年の所得額
- C 主たる生計維持者の前年の合計所得額

#### ■計所得額

※申請には収入を証明する書類など要件に該当することが確認できる書類が必要です

#### ■問い合わせ

総合窓口課保険管理係

Tel 23・1143

高齢福祉課介護支援係

Tel 23・1158

#### 街頭献血&

#### キャンペーン

#### ■日時

8/6(木) 10:00～12:00

13:15～16:00

#### ■場所

フジ長門店駐車場

#### ■キャンペーン

景品抽選会、献血不適になつた人へのお菓子配布など

#### ■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

#### 申請期限が近付いています

#### 特別定額給付金

#### ■申請期限

8/17(月)まで

※郵送の場合は当日消印有効

※期限を過ぎて申請した場合は給付できません

※特別定額給付金の申請書が届いていない人や紛失した人は連絡をお願いします

8/31(月)まで

■問い合わせ 特別定額給付金窓口  
Tel 23・1121

#### 経営持続化支援金

新型コロナウイルス感染症の影響で、売上が減少している市内事業者に対して、経営を持続化させるための支援金を1店舗あたり15万円交付しています。

※幅広い業種が対象となります

が、県の協力金・支援金の対象業種（スナック・バー、飲食店など）は対象外です

※申請期間を過ぎると受け付けできません。期間内の申請をお願いします（郵送の場合は8月31日(月)消印有効）

#### ■対象者

- ・ 令和2年4月17日より前から営業実態のある市内事業者（個人の農林水産業を除く）
- ・ 最近1カ月の売上高が前年同月比で20%以上減少しているもの
- ・ 県の感染症拡大防止協力金および営業持続化支援金の対象業種以外の業種

15万円/1事業所

30万円/2事業所以上

■申請期間 8/31(月)まで

※当日消印有効

■問い合わせ 産業戦略課商工物産振興班

Tel 23・1136

#### 長門市民助け合い応援券の使用期限が近づいています

5月上旬に、市民一人あたり5,000円分の応援券（500円券×10枚）を配布しています。

新型コロナウイルス感染症による影響が特に大きい業種（ホテル・宿泊施設、旅行代理店、飲食店、タクシー、運転代行）を市民全員の消費で支えることを目的としています。

■使用期限 8/31(月)まで

#### ■使用可能店舗

市ホームページをご覧ください、下記まで問い合わせください

■問い合わせ 産業戦略課地域交通対策班  
Tel 23-1138



## ごみ分別アプリの 配信を開始

ごみの分別方法の検索や収集日の通知などの機能を搭載したスマートフォン用アプリ「さんあくる」を8月1日(土)から配信します。

住んでいる地域を登録すると収集日をカレンダー形式で確認できます。また、アラームで収集日を知らせる機能やごみの分け方・出し方・注意点を確認できます。ぜひ活用ください。

■問い合わせ 生活環境課廃棄物対策係  
Tel 23-1249



## 通話録音装置を 無料で貸し出します

この装置は、家庭の電話回線と固定電話機の間に接続し、電話に着信があると、詐欺被害防

止の警告メッセージが流れ、会話の内容が自動的に録音される機能を備えています。

日中、家に高齢者を残し、働きに出られる世帯も対象となりますので、詐欺目的の電話が不安な場合は、申し込みください。

■対象 市内在住の65歳以上の人で、左記のいずれかに該当する世帯

- ・高齢者のみの世帯
- ・日中、住居に高齢者のみとなる世帯

■貸出期間 通話録音装置を設置した日から6カ月間

■貸出台数 20台

■申請方法 「通話録音装置貸出申請書」を市役所、または各支所・出張所に提出

■問い合わせ 市民活動推進課 消費生活センター  
Tel 23-1115

## 菜の花を 育ててみませんか

遊休地を利用した景観づくりに取り組む市民または団体に、菜の花の種子を無償配布します。

■募集数 先着20件

■配布量 種子2kg相当まで

■配布開始時期 8月下旬

※配布後、開花した花の様子を写真撮影します

■募集締切 8/17(月)

■申込方法 市民活動推進課、各支所・出張所に備え付けの申請書類に必要事項を記入の上、申し込みください

■申し込み・問い合わせ 市民活動推進課活動推進係  
Tel 23-1172

## ともじ地域の課題解決へ 市民のちから応援補助金事業を 募集します

■募集期限 8/21(金)必着

■補助対象事業

- ・活動団体が自主的、かつ、主体的に企画し、市内で実施する公益性の高い事業
- ・市から他の補助金を受けていない事業

今年度末までに完了する事業

■補助の対象となる団体

- ・市内を活動拠点とし、まちづくり事業を行う、会則、事業計画、予算決算などを示すことができる団体

※その他、必要となる条件につ

いては問い合わせください

■補助対象経費 事業実施に必要な経費

※団体の組織維持のための運営費は対象になりません

■補助率と補助限度額

- ・事業費が25万円以下の部分 補助率 5分の4
- ・事業費が25万円を超える部分 補助率 2分の1

■補助限度額 40万円まで

■審査方法

公募委員などによる書類審査とプレゼンテーション審査

■その他

事業完了後は実績報告を市に提出するほか、事例発表を依頼することがあります

## お盆期間中の し尿収集業務

■休業期間 8/14(金)～16(日)

※8/10(月)も祝日のため休業

《長門・日置・油谷地区》

■し尿収集業者 有限会社長門環境管理センター  
Tel 26-2752

油谷営業所 Tel 32-2345

《三隅地区》

■し尿収集業者 有限会社馬場クリーン  
Tel 43-0303

■問い合わせ 生活環境課環境衛生係  
Tel 23-1134

## 「ながとの中学校」 「わがまちヒーロー」

■日時/場所 8/31(月)まで  
9:00～17:00  
ながと歴史民俗資料室

※土・日・祝日も開催

■内容 旧市町村ごとに分けた学校変遷図・写真など(全国大会の記録、油谷繁氏・奥村麻依選手のコーナー)

■入場料 無料

■問い合わせ 生涯学習・文化財課文化財保護室  
Tel 23-1264

# 子育て支援関連の手続き

申し込み・問い合わせ Tel 23-11187

## 児童扶養手当など 現況届の提出を

### 児童扶養手当とは

父母の離婚などにより父または母と生計を同一にしていな  
い児童（18歳に達する日以降  
の最初の3月31日までの間に  
ある人または20歳未満で特別  
児童扶養手当2級と同程度の  
障害の状態にある人）を監護  
している父、母または親に代  
わってその児童を養育してい  
る人に支給されます

### 特別児童扶養手当とは

身体や精神に重度または中度  
以上の障害を持つ20歳未満の  
児童を養育している人に支給  
されます

### 提出方法

児童扶養手当、特別児童扶養  
手当を受給しているすべての  
人に文書を郵送します。必要  
事項を記入の上、本庁子育て  
支援課まで提出ください

### 受付期間

児童扶養手当現況届

特別児童扶養手当所得状況届  
8/3月～31月  
8/12(水)～9/11(金)

## ひとり親世帯

### 臨時特別給付金

子育てと仕事を一人で担う低  
所得のひとり親世帯に、新型コ  
ロナウイルス感染症の影響によ  
る子育て負担の増加や収入の減  
少に対する支援を行うため、臨  
時特別給付金を支給します。

### 《基本給付》

ひとり親世帯などの人への給  
付

※児童扶養手当法に定める「養  
育者」も対象となります

### 対象者

- ①令和2年6月分の児童扶養手  
当が支給される人
- ②公的年金等(※1)を受給し  
ており、令和2年6月分の児  
童扶養手当の支給が全額停止  
される人(※2)
- ③新型コロナウイルス感染症の  
影響を受けて家計が急変する

など、収入が児童扶養手当を  
受給している人と同じ水準と  
なっている人

※1 遺族年金、障害年金、老  
齢年金、労災年金、遺族補償  
など

※2 既に児童扶養手当受給資  
格者としての認定を受けてい  
る人でなく、児童扶養手  
当の申請をしていれば、令和  
2年6月分の児童扶養手当の  
支給が全額または一部停止さ  
れたと推測される人も対象と  
なります

給付額 一世帯5万円、第2  
子以降1人につき3万円加算

### 《追加給付》

新型コロナウイルス感染症の  
影響を受けて家計が急変し、収  
入が減少している人への給付

対象者 基本給付対象者の①  
または②に該当する人のう  
ち、新型コロナウイルス感染  
症の影響を受けて家計が急変  
し、収入が減少した人

給付額 一世帯5万円

申請方法 基本給付①の人は  
申請不要(8月末ごろ児童扶  
養手当口座に振込)。基本給  
付②・③および追加給付は申  
請が必要です

## 市営住宅入居者募集

### 申込資格

・現に同居し、または同居しよ  
うとする親族がいる人  
・住宅の困窮が明らかでない人  
・法定の収入基準に該当する人  
・市税などの滞納がない人

### ※55㎡未満の住宅においては単 身の申し込み可

申込方法 所定の申込用紙と  
抽選会通知ハガキに必要事項  
を記入し提出

※抽選会通知ハガキには62円切  
手を貼ってください

※申込用紙などは、市ホーム  
ページからもダウンロード可  
受付期間 8/3月～14(金)

抽選会 8/21(金) 14:00～

入居可能日 10/1(木)以降

※1回の募集において、1世帯  
につき1戸の申し込みに限  
ります

※募集住宅は8月3日(月)から公  
開します。詳細は受付場所  
配布する募集案内や市ホーム  
ページで確認してください

※入居者募集後、申し込みの無  
かった住宅については、抽選  
会の翌日から一定期間随時募  
集を行います

申し込み・問い合わせ

建築住宅課住宅係

Tel 23-11186

三隅支所経済施設班

Tel 43-0277

日置支所経済施設班

Tel 37-2168

油谷支所経済施設班

Tel 32-1114

## 夏季休業中の 小・中学校の一斉閉庁

### 閉庁期間

8/11(火)～14(金)

### 緊急対応窓口

緊急時には市教育委員会学校  
教育課に連絡してください。

必要に応じて該当校に連絡し  
ます

### 閉庁中の注意

・部活動を含む全教育活動を一  
切行いません

・原則、学校施設を利用するこ  
とはできません。利用希望が  
ある場合は、事前に各公民館  
または学校に問い合わせくだ  
さい

### 問い合わせ

学校教育課指導係

Tel 23-1258

# 長門市国民健康保険 加入者の皆さんへ

## 限度額適用認定証などの 更新を受付中

更新を受付中

現在の「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」は、自己負担限度額の決定のために毎年所得判定が必要となりますので、7月末日を有効期限に設定しています。このため、8月以降も引き続き認定証の交付が必要な場合は、次のとおり更新の手続きを行ってください。

■受付開始 8/3(月)～

※9月以降の申請の場合、申請月初日からの適用となり、適用期間に空白が生じますので注意してください

■受付場所 総合窓口課、各支所地域窓口班、各出張所

■必要なもの

- ・国民健康保険証
- ・印鑑
- ・昨年度から引き続きⅡ、Ⅲの認定を受ける人で、過去1年

以内(8月申請の場合、前年9月以降)の入院期間が90日を超える場合は、入院期間を確認できるもの(医療機関の領収書など)

### 限度額適用認定証とは

各世帯の所得区分が記載された認定証のことで、医療機関でこれを提示することにより、窓口での支払いが下表の限度額までとなります。次に該当する人で認定証を利用する場合は、事前に交付申請をしてください。

■交付対象・交付証

- ・70歳未満で住民税非課税世帯以外の人、70歳以上で現役並Ⅰ・現役並Ⅱの世帯の人

「限度額適用認定証」

・非課税世帯の人

「限度額適用・標準負担額減額認定証」(併せて入院時の食事負担が減額となります)

※70歳以上で一般区分、現役並Ⅲに該当する人の限度額適用

認定証はありません  
申請方法 更新手続きと同じです(受付は随時で、申請月初日から有効)  
認定証利用時の留意事項  
複数の医療機関を受診した場合、医療機関ごとに限度額を計算します

一つの医療機関で外来と入院があった場合、別々に限度額を計算します  
限度額適用認定証を利用しない場合や、複数の医療機関にかかり限度額を超えた場合は、申請により高額療養費を支給します。印鑑、保険証、

領収書、通帳(振込口座確認用)を持参のうえ、申請してください  
※保険料滞納世帯には交付できませんので注意してください  
問い合わせ  
総合窓口課医療給付係  
TEL 23-1129

### ■自己負担限度額(月額)

#### 《70歳以上の人》

区分	住民税課税所得区分	外来(個人単位)	年3回目まで(※)		年4回目以降(※)
			外来+入院(世帯単位)		
現役並Ⅲ	住民税課税所得690万円以上	252,600円+(医療費の総額-842,000円)×1%		140,100円	
現役並Ⅱ	住民税課税所得380万円以上	167,400円+(医療費の総額-558,000円)×1%		93,000円	
現役並Ⅰ	住民税課税所得145万円以上	80,100円+(医療費の総額-267,000円)×1%		44,400円	
一般	住民税課税所得145万円未満	18,000円(年間14.4万円上限)	57,600円	44,400円	
Ⅱ	住民税非課税世帯	24,600円			
Ⅰ	住民税非課税世帯で年金収入80万円以下など	8,000円	15,000円		

#### 《70歳未満の人》

区分	世帯所得区分	年3回目まで(※)	年4回目以降(※)
ア	所得が901万円超	252,600円+(医療費の総額-842,000円)×1%	140,100円
イ	所得が600万円超901万円以下	167,400円+(医療費の総額-558,000円)×1%	93,000円
ウ	所得が210万円超600万円以下	80,100円+(医療費の総額-267,000円)×1%	44,400円
エ	所得が210万円以下	57,600円	44,400円
オ	住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

※過去1年間に、一つの世帯で高額療養費に該当した回数

- ・一つの医療機関あたり(入院、外来、歯科は別)21,000円以上自己負担があるものについては合算対象
- ・所得とは、国民健康保険料算定の基礎となる「基礎控除後の総所得金額等」をいう

J R 美祿線利用促進事業のお知らせ

# 乗ろうよ！美祿線



▲乗ろうよ！  
美祿線  
公式サイト

J R 美祿線利用に対して各種  
助成事業を実施しています。

ぜひご利用ください。

## 《列車旅行補助事業》

J R 美祿線を利用して、厚狭  
駅（場合によっては新下関駅お  
よび新山口駅も可）から博多駅  
以西および広島駅以東の駅まで  
新幹線を利用して県外旅行をす  
る市民（小学生以上）に対し、  
J R 運賃の一部を補助

## ■補助額

- ・ J R 往復利用 3,000円
- ・ J R 片道利用 1,500円
- ・ 小学生は補助額の2分の1

## 《回数乗車券購入補助金》

J R 美祿線を含んだ区間の回  
数乗車券の購入者に対し、購入  
費用の一部を補助

## ■補助対象

回数乗車券（J R  
厚狭駅から J R 長門市駅まで  
の区間を対象）

## ■補助率

100分の20

## 《通勤定期券購入補助金》

J R 美祿線を含んだ区間の通  
勤定期券の購入者に対し、購入

費用の一部を補助

## ■補助対象

通勤定期券（J R  
厚狭駅から J R 長門市駅まで  
の区間を対象）

## ■補助額

交付要綱に規定する  
補助額

## 《団体利用者乗車券購入補助金》

J R 美祿線を利用する団体に  
対し、購入費用の一部を補助

## ■補助対象

10人以上の団体が購入した J  
R 美祿線の区間を含む乗車券

## ■補助率

2分の1  
※1人片道400円、往復800円を上  
限

## 《社会学習利用助成事業補助金》

J R 美祿線を活用した社会学  
習を実施する学校などに対し、事  
業経費の一部を補助

## ■補助対象

学校が実施する J R 美祿線  
を活用した社会学習

## ■補助額

J R 厚狭駅から J R 長門市駅  
までの J R 美祿線区間の乗車  
券購入額

## 《イベント支援事業補助金》

J R 美祿線を活用した地域活  
性化イベントの主催者に対し、  
事業経費の一部を補助

## ■補助対象

J R 美祿線沿線住民へ周知  
し、J R 美祿線乗車による集  
客を行うイベント

## ■補助率

イベント開催経費の2分の1  
※10万円を上限とする

## ■申し込み・問い合わせ

産業戦略課地域交通対策班  
Tel 23・1138



▲ J R 美祿線（長門市行き）

長門市・新山口駅直行使  
ジャンボタクシー

運行日 毎日

## ■料金

中学生以上 2,000円  
小学生以下 1,000円

予約 原則不要ですが、事前  
予約をおすすめします

## ■予約先

富士第一交通有会社  
Tel 0120・39・2030  
お問い合わせ 産業戦略課  
Tel 23・1138

▲長門市 → JR新山口駅

乗り場	1便	2便
道の駅 センザキッチン	9:30	13:45
長門市駅	9:40	13:55
富士第一交通 湯本営業所前	9:52	14:07
長門湯本温泉	9:55	14:10
新山口駅 （北口）	11:00	15:15

▲JR新山口駅 → 長門市

乗り場	1便	2便
新山口駅 （北口）	11:15	15:25
長門湯本温泉	12:20	16:30
富士第一交通 湯本営業所前	12:23	16:33
長門市駅	12:35	16:45
道の駅 センザキッチン	12:45	16:55

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

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**

(株)清水林業 長門市仙崎2601 担当：清水  
TEL・FAX 0837-26-0343

## 令和2年度第2回 人権教育セミナー

- 日時 9/12(土) 10:00～11:30
- 場所 長門市しごとセンター  
セミナールーム3階
- 内容 ビデオフォーラム「ほんとの空」
- ※ビデオフォーラム後に、参加者でのグループ協議を予定
- 対象 市内に在住、または勤務・通学している人
- 受講料 無料
- 申込方法 各公民館・日置農村環境改善センター・図書館・生涯学習・文化財課に備え付けの参加申込書に必要事項を記入の上、各窓口へ提出
- 申込期限 9/3(木)
- その他
- 油谷支所・日置農村環境改善センター・通公民館・山口県漁協長門統括支店から無料送迎車を運行
- ※無料送迎車の利用希望者は生涯学習・文化財課に申し込みが必要(8/25(火)まで)
- 問い合わせ 生涯学習・文化財課 生涯学習スポーツ振興係

Tel 22-3526

## 減塩相談日

- 日程/場所
- ・8/27(木) 長門市保健センター
- ・8/28(金) 油谷保健福祉センター
- ・9/10(木) 三隅保健センター
- ・9/14(月) 日置保健センター
- 時間 9:30～11:30
- 内容 血圧測定、血管年齢測定、減塩食レシピの紹介、自分でつくった汁物の塩分測定
- 問い合わせ
- ・長門市保健センター  
Tel 23-1133
- ・油谷保健福祉センター  
Tel 33-3021
- ・三隅保健センター  
Tel 43-2444
- ・日置保健センター  
Tel 37-2193



## 「星空ウォッチング」 受講生募集

- 日時 8/11(火) 19:30～20:30
- ※天候不順により中止の場合有
- 会場 日置小学校天体ドーム
- テーマ 「出発!!銀河鉄道 天の川に流

れる大流星と夏の星」

- 講師 日置天文同好会
- 対象 市内居住者  
(中学生以下は保護者同伴)
- 定員 先着15人程度
- 参加料 無料
- 申込期限 8/4(火)
- 申込方法 各公民館に備え付けの申込書に記入の上、提出
- 申し込み・問い合わせ 日置農村環境改善センター  
Tel 37-2340

## 親子でラジオ体操を

- 市では、健康寿命の延伸に向けた取組を実施しています。夏休みを利用して、家族でラジオ体操をしませんか。
- 記録をつけて応募すると、応募した子ども全員に参加賞(鉛筆など)をプレゼントします。
- 実施期間 8/1(土)～31(月)
- 応募対象 市内の小学生以下の子どもで家族と一緒に10日以上ラジオ体操をできた人
- ※地域でのラジオ体操が中止になった人は、テレビやラジオを利用して自宅で実施しましょう

健康増進課に備え

- 応募方法 健康増進課に備え付けの、または各学校や保育園、幼稚園から配布される応募用紙に必要事項を記入し、応募用紙が配られた場所に提出
- 応募期限 9/4(金)まで
- 問い合わせ 健康増進課  
Tel 23-1132

くらしの情報  
みんなの

## 掲示板

### 夏休み50円バスの運行

- 対象者 小学生以下
- 料金 1乗車につき50円
- 路線 各バス事業者の路線
- 期間
- ・サンデン交通・ブルーライン交通 8/1(土)～23(日)
- ・防長交通 8/8(土)～17(月)
- 問い合わせ
- ・サンデン交通  
Tel 083-231-7133
- ・防長交通  
Tel 0834-22-7824
- ・ブルーライン交通  
Tel 083-786-0059

創る支える未来 広告

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

**ヤマネ鉄工建設グループ**

YAMANETEKKOU  
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

無料保険相談実施中♪ 広告

＜アフラック生命・オリックス生命募集代理店＞

**(有)うみやまファミリー**

0120-037-083  
(フジ長門店 1F)

【営業時間9:00～18:00】  
【定休日:水曜日】

LINEはじめました!お友達募集中!

## 県営住宅の入居者募集

### ■募集団地

東深川・江良・田屋

※入居申込書は（一財）山口県

施設管理財団山口支所または

長門立寄所（長門土木建築事

務所1階）に用意しています

### ■受付期間

8/20(木)～31(月) ※消印有効

### ■応募資格

- ・現に同居または同居しようとする親族（内縁関係にある人・婚約者を含む）がある人
- ・住宅の困窮が明らかでない人
- ・法で定める収入基準に該当する人
- ・申込者、同居または同居しようとする親族が、暴力団員でないこと

■入居予定時期 10月下旬ごろ

■申し込み・問い合わせ

（一財）山口県施設管理財団

Tel 083-934-2004

## 海技免許更新

■日時 9/13(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（住所変更のある人のみ）

④費用（小型免許）

・更新 8,800円

・再交付 14,700円

■申し込み・問い合わせ

関門海技免許センター

Tel 083-266-4029

## 小型船舶操縦免許更新講習

■日時 8/10(月) 9:00受付

■場所

山口県漁協長門統括支店3階

■持参物

免許証、写真2枚（縦4.5cm×横3.5cm）、住民票（変更のある人のみ）、受講料など

■申し込み・問い合わせ

株式会社日本海洋資格センター

〒長門連絡所

Tel 080-1641-8554

## 8月は食品衛生月間

夏期は、例年、カンピロバクター、腸管出血性大腸菌、黄色ブドウ球菌といった細菌性食中毒が多く発生しています。食品の取扱いには注意しましょう。

■食中毒予防の三原則は

清潔・迅速・温度管理

・調理や食事の前は、せっけんで手をよく洗いましょ

う

・食品は冷蔵庫などで保存しま

しょう

・食品は中まで火が通るように

十分に加熱しましょう。特に

肉類は十分な加熱調理をして

食べましょう

・調理済みの食品は早めに食

べ、保存する際は温度管理に

注意しましょう

■問い合わせ 長門健康福祉セ

ンター Tel 22-2811

## 自衛官募集

一般曹候補生

■受付期間 9/10(木)まで

■受験資格

18歳以上33歳未満の人（現在

32歳の人は問い合わせください

い）

■試験日

1次試験 9/18(金)～20(日)

2次試験 10/9(金)～14(水)

※いずれも1次・2次ともにい

ずれか1日を指定

■航空学生（空・海パイロット）

■受付期間 9/10(木)まで

■受験資格

空自…18歳以上21歳未満の人

海自…18歳以上23歳未満の人

※いずれも高卒（見込含）また

は高専3年次修了者（見込含）

■試験日

1次試験 9/22(火)

2次試験 10/17(土)～22(木)

※いずれか1日を指定

3次試験

空自…11/14(土)～12/17(木)の

指定する期間

海自…11/20(金)～12/16(水)の

指定する1日

■問い合わせ

自衛隊秋地域事務所

Tel 0838-22-2409

## 就学義務猶予免除者等の 中学校卒業程度認定試験

病気などやむを得ない事由により、就学義務を猶予または免除された人などに対し、中学校卒業程度の学力があるかどうかを認定するために国が行うもので、合格者には高等学校の入学資格が与えられます。

■日時 10/22(木)

■場所 山口県庁

■試験科目

国語、社会、数学、理科、外国語（英語）

■願書の受付期間

9/4(金)まで

※受験資格、出願書類など詳細は問い合わせください

■問い合わせ

山口県教育庁義務教育課

Tel 083-933-4595

## くらしの情報

## 文化情報

## ルネッサながと

Tel 26-6001

ご来場の際は必ずマスクの着用をお願いいたします。

## バックステージツアー

●とき

8/11(火) 13:30～15:00

●対象 小学生以上

●募集人数 30人

●応募締切

8/5(水) 17:00まで

※定員に達し次第締切

●参加料 500円（税込）

●会場 劇場

## 優秀映画鑑賞会

●とき／内容

●8／15(土)

10:00～ 西鶴一代女

出演：田中絹代、三船敏郎

13:00～ 浪華悲歌

出演：山田五十鈴、梅村蓉子

15:00～ 山椒大夫

出演：田中絹代、香川京子

●8／16(日)

9:30～ 山椒大夫

12:20～ 雨月物語

出演：京マチ子、田中絹代

14:40～ 西鶴一代女

●入場料(全席自由・税込)

一日券 300円

●会場 劇場

●発売日 発売中

## 「引揚港・仙崎」展

●とき 8／15(土)～9／6(日)

10:00～16:00

●入場料 無料

●会場 文化情報ギャラリー

## ルネッサ映画まつり

●とき／内容

「はあばは、だいじょうぶ」

●9／19(土) ①10:00～

②13:00～ ③16:00～

「フジコ・ヘミングの時間」

●9／19(土) ①19:00～

●9／20(日) ①10:00～

②13:00～ ③16:00～

●入場料(全席自由・税込)

●前売一般 1枚1,200円

2枚セット 2,000円

●当日一般 1枚1,500円

●当日学生(当日販売のみ)

1枚800円

※映画1本につきチケット1枚

が必要です

●会場 劇場

●発売日 発売中

## 中村雅俊コンサート

ツアー2020

●とき 10／17(土) 16:00開演

●入場料(全席指定・税込)

一律 5,500円

●会場 劇場

●発売日 発売中

## 白石加代子「百物語」

●とき 11／21(土) 14:00開演

●入場料(全席指定・税込)

一律 5,000円

●会場 劇場

●発売日

《友の会先行》

●Web先行 8／22(土) 9:00～

●電話 8／22(土) 10:00～

《一般》

●Web先行 9／1(火) 9:00～

●電話 9／1(火) 10:00～

※窓口販売は電話予約の翌日から

## TAO2020

●とき 11／28(土)・29(日)

両日とも①12:00開演

②16:00開演

●入場料(全席指定・税込)

●1階席 5,800円

●2階席 5,300円

●会場 劇場

●発売日

《友の会先行》

●Web先行 8／29(土) 9:00～

●電話 8／29(土) 10:00～

《一般》

●Web先行 9／5(土) 9:00～

●電話 9／5(土) 10:00～

※窓口販売は電話予約の翌日から

## ルネッサながと休館日

●休館日 8／17(日)

## 開催延期決定公演

●9／21(月) 精華女子高等学校

吹奏楽部コンサート(令和3

年1／24(日)開催予定)

## 香月泰男美術館

TEL43・2500

## 展覧会

香月泰男の表現 ―石と水―

「石」や「水」から皆さんは

何を連想されるでしょうか。本

展では石と水を切り口に、絵画

やオブジェなど香月の表現の多

様性に迫ります。丸みや凹凸の

形状や色といった視覚的なもの

から、音、動きなど想像を働か

せお愉しみください。

●会期 8／31(月)まで

●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

学生会によるギャラリートーク

展覧会の見どころなどをお話

します

●日時 8／22(土) 13:30～

※40分程度／事前申込不要

おもちゃづくり教室

天然の木を使って自分だけの

オブジェを作りましょう。

●日時 8／8(土)、9(日)

両日とも10:00～15:00

開催時間中随時受付

●場所 香月泰男美術館研修室

●講師 遊林クラブ

●参加料 300円

※事前申込不要／未就学児の参

加は保護者同伴／参加者はマ

スク着用

※一度に参加できる人数に制限

があります。上限を超えた場

合は順番にご案内しますの

で、時間に余裕をもってご参

加ください

●今月の一点

▲瀬(1962)



# 健康ガイド

## かかりつけ医を もちましよう

日ごろから健康診査を受けるなど身体の状態を知ってもらい、気軽に相談できる「かかりつけ医」を持ちましよう。

### かかりつけ医のメリット

- ・家族歴もわかり適切な診療が受けられ、緊急時に適切な対応がしてもらえる
- ・適切な専門医を紹介してもらえる

・薬や検査の重複を防ぎ、安全な診療・医療費の無駄が省ける

## 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
- ・月々水・金曜日

8:30～12:00

### 長門総合病院

TEL 22・2220

- ・木・土曜日 8:30～12:00
- 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

### 3歳児健康診査

- 対象 平成29年6・7月生まれの子
- 日時 8/25(火)
- 受付 13:00～13:30
- 会場 長門市保健センター
- 必要なもの  
母子健康手帳など

## 検診



- ※胃・子宮・乳がん検診・特定健診・後期高齢者健診について
- ※新型コロナウイルス感染症の

※予約が必要ですよ

状況により、延期となる可能性があります

### 子宮がん・乳がん検診

- 実施日/会場  
8/4(火) 長門市保健センター  
8/5(水) 長門市保健センター  
8/6(木) 長門市保健センター
- 受付時間 13:00～14:00

### 胃・大腸・肺がん検診・特定健診・後期高齢者健診

- 実施日/会場  
9/1(火) 8:30～11:00  
日置保健センター

### 肺がん・大腸がん検診

- 実施日時/会場  
9/1(火) 13:30～14:30  
黄波戸漁村センター

### 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

※対象者には詳細な要件があります。前日までに長門健康福

社センターへ連絡ください

- 日時 8/25(火)
- 受付 13:00～14:00
- 会場 長門健康福祉センター
- TEL 22・2811

## 相談



### 健康相談(成人対象)

- 内容 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  
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  
8/7(金) 9:30～11:30  
長門市保健センター

- 8/14(金) 10:00～11:30  
日置保健センター

- 8/19(水) 9:30～11:00  
油谷保健福祉センター
- 8/21(金) 9:30～11:30  
長門市保健センター

- 8/28(金) 9:30～11:00  
三隅保健センター

### 認知症相談会(要予約)

- 対象 認知症で相談したい人
- 日時 8/26(水) 9:00～11:30
- 会場 長門市役所

- 油谷保健福祉センター
- 地域医療連携支援センター
- 申し込み・問い合わせ  
長門市地域包括支援センター

TEL 23・1244

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★	8/1 (土) 11:00 ~ 8/15 (土) 15:00 ~
さっちゃんのかみしばい★	8/15 (土) 11:00 ~
たまごの会★	8/28 (金) 10:30 ~
おはなしの会★	8/22 (土) 15:00 ~
おもちゃの森(視聴覚室)	8/13 (木) 10:30 ~ 11:30
長門読書会(研修室)	8/22 (土) 14:00 ~
くずし字講座(研修室)	8/1(土)・22(土) 10:00 ~ 12:00
よみっこくらぶ(ゆや分館)	8/22(土) 15:30 ~

ぐるブック号運行中!

お近くのステーションをご利用ください。  
 ・通・三隅方面 8/6 (木)・20 (木)  
 ・湯本・俵山方面 8/12 (水)・26 (水)  
 ・日置・油谷方面 8/14 (金)・28 (金)

定例行事の中止やぐるブック号が運行停止になる場合は、ホームページなどでお知らせします

「本の予約」や「新着図書の検索」は、便利なホームページを活用ください

今月のオススメ本



『永遠の夏をあとに』

雪乃紗衣／著  
東京創元社／出版

幼い頃、神隠しに遭った小学6年生の拓人は、その間のことを思い出せずにいた。そんな拓人の前に、年上の少女・サヤが現れる。記憶が曖昧なまま、母が入院している夏休みの間、拓人はサヤと過ごすことになったのだがー。かけがえのない仲間たちと過ごした夏の物語。

開館時間延長中(本館のみ)  
 8月28(金)まで、本館のみ平日は19時まで開館時間を延長しています。  
**8月10(月)は祝日のため、本館は休館**  
 分館は9:00~17:00まで開館します。8月11日(火)は振替休館のため、本館・ゆや分館とも休館します。

図書館だより

# 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

- 8月の休館日 -  
 本館 3(月)・5(水)・10(月)・11(火)・17(月)・24(月)・31(月)  
 ゆや分館 3(月)・11(火)・17(月)・24(月)・31(月)

第3回長門市(図書館を使った調べる学習コンクール)作品募集

みんなのなぜ、どうしての疑問を、図書館で調べてまとめてみませんか。  
**■応募資格** 市内に在住・在学する小・中学生(応募者全員に参加賞あり)  
**■募集作品** 身近な疑問や不思議に思うこと、趣味や郷土に関して興味のあることなどで、長門市立図書館など「図書館」を使って調べまとめた作品  
**■募集部門** 小学生低学年の部、小学生中学年の部、小学生高学年の部、中学生の部  
 ※詳細は各学校を通じて配布したチラシをご覧ください  
**ぬいぐるみのおとまり会**  
 この夏は、みなさんにかわりぬいぐるみたちが夜の図書館を楽しみます。

**■期間** チェックイン... 8/23(日)  
 チェックアウト... 8/25(火)  
 ※マスクの着用をお願いします  
**■募集数** 10体(先着順)  
 ※お一人につきぬいぐるみ一体  
 ※ぬいぐるみの身長は10cm以上  
**■参加資格** 0歳~小学6年生  
**■持参物**  
 ぬいぐるみの布団用タオル  
 ※参加者全員におとまり会の様子を撮影した写真をプレゼント  
**■申込期間** 8/1(土)~16(日)の開館中  
**■申込方法** 来館または電話  
**☆新着案内☆(一部)**  
**(本館)** 「江戸の夢びらき」松井今朝子、  
 「銀花の蔵」遠田潤子 ほか  
**(分館)** 「法の雨」下村敦史 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	死亡不明者数
7月	1	0
令和2年計	2	0
元年同時期	1	0

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!

夏真っ盛りとなり、皆さんも海に触れ合う機会が多々あると思います。  
 仙崎海上保安部では、この夏の時期に合わせて、プレジャーボートの海難事故防止、ミニボート、シーカヤック愛好者など、皆さんの安全意識の高揚を目的とした夏季安全推進活動を実施しています。  
 海に行く際は、事前に気象・海象情報を確認し、荒天が予想される場合は海での活動を見合わせましょう。また、もしもの時に備えて「連絡手段(携帯電話)を確保する」、「ライフジャケットを着用する」など、安心して楽しむことができますようにしましょう。また、カヌー、ミニボートなどは他の船舶から見やすいように旗竿などを設置してください。

夏季安全推進活動実施中!

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

## チャレンジ



健康メモ No.88

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

## 高血圧の予防のため 今日から始めよう 運動・休養・減塩

「血圧」とは、心臓が全身に血液を送り出す時に、血液が血管の壁を押し出す圧力のことです。そしてこの力が正常な範囲を超えて強くなり、血管に負担がかかる状態が「高血圧」です。

高血圧特有の自覚症状はほとんどないため、放置してしまいがちです。高血圧状態が続くと、血管壁に過度の負担がかかり、動脈硬化を進行させ、さらに脳卒中、心筋梗塞、腎臓病や認知症などの病気を引き起こします。

上手に利用する。昆布・かつお節・煮干し・干しいたけなどから取れるだしを活用するなど)

高血圧には体質や遺伝の影響もありますが、生活習慣が深く関係しています。生活習慣を見直すことで予防したり、症状が軽いうちに改善することができ、いつまでも健康でいるため、生活習慣を見直してみま

高血圧を予防する生活習慣のポイント

減塩相談日に参加しよう

・ 過度な運動をする  
・ 週3回、一日30分程度(10分3回でも)のウォーキングなど有酸素運動を続けましょう  
・ 十分な睡眠と休養をとる  
・ 禁煙をする  
・ 適度な飲酒を心がける  
・ 長期多量飲酒は避け、週に1〜2日は休肝日をつくりましょう  
・ 食事に気をつける  
・ 塩分を控えましょう  
(塩辛や漬物、加工食品など塩分が多い食品を控える。減塩の製品を選ぶ。麺類のスープは残す。かけしゅうゆよりつけしゅうゆにする。柑橘類・薬味・香辛料などを

上手に利用する。昆布・かつお節・煮干し・干しいたけなどから取れるだしを活用するなど)

長門市では国保特定健診の結果説明会などに併せて、減塩相談日を開催します。ご家庭で作られた汁物の塩分測定や減塩食の紹介を行いますので、お気軽にご参加ください。



## 熱中症は予防が大事!

熱中症は、気温や湿度が高い中で作業することで、体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときにはけいれんや意識状態の異常など、さまざまな症状を引き起こす病気です。

また、就寝中などの屋内でも発症する可能性があるため注意が必要です。

### 熱中症予防のポイント

- ・ 栄養バランスの良い食事を摂り、体力づくりをしましょう
- ・ 部屋の温度をこまめに確認し、エアコンや扇風機を適切に使いましょう
- ・ のどが渇いてなくてもこまめに水分・塩分補給をしましょう
- ・ 外出の際は日焼け対策を行い、涼しい服装をこころがけましょう
- ・ 無理をせず、適度な休憩をとりましょう

夏の乗り切りましょう。

### 火災救急件数 [6月]

( )内は今年累計

建物	1 (3)
林野	0 (0)
車両	0 (2)
船舶	0 (0)
その他	1 (4)
合計	2 (9)

救急 139 (856)



長門市消防本部

中央消防署 Tel 22-0119

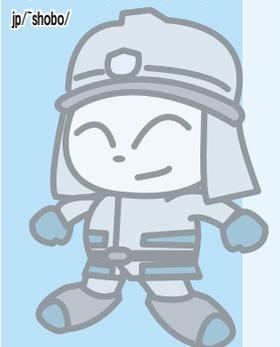
西消防署 Tel 32-1230

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/>



# みんなの力で

# まちが輝く

## 地域で活躍する集落支援員の取組を紹介



通地区集落支援員の國光初江です。生粋の通生まれ、通育ち、漁協職員を35年勤め、地元に大きな根を張っています。

仕事をリタイアした後、通地区発展促進協議会会長に声をかけていただき、支援員に就任し、早3年。支援員の仕事を、最初は慣れないワードに悪戦苦闘！日々が勉強です。しかし、いろいろな事業に参加し、たくさんの人に出会い、つながることが、私の宝になっています。

今年、新型コロナウイルス感染症拡大のため、軒並み大きなイベントが中止になっていますが、昨年、「夢プラン」素案づくり委員会を立ち上げ、試行錯誤の中、準備を進めてきた通地区の「夢プラン」が、4月に

完成し、ダイジェスト版をなんとか地区内全戸に配布することに漕ぎ着けました。

これも、協議会会員、出張所・公民館職員の助けがあつてのことで、協力いただいた皆さんには、感謝に堪えません。

今、私自身、一番やりがいを感じている活動は、昨年末に始めた「ふれあい折り紙教室」です。6月によく再開することができ、久々に地区の皆さんと作品づくりを楽しむことができました。毎週木曜日に開催していますが、皆さんに喜んでいただけることを楽しみに、次回作品は何にしようか考え、自宅で試作品づくりに取り組んでいます。

9月には海底清掃、10月には



旧通中学校校舎を活用したハロウィンイベントも企画しています。そして、これからは、通地区だけではなく、他地区ともコラボレーションしていきたいと考えており、仙崎地区の地域おこし協力隊員といろいろなお話をさせていただいております。

地区はもちろん、地区外の人とも積極的に交流し、自身の活動の場を拡げ、通地区の皆さんが少しでも元気になれるよう、活力あるまちづくりを目指して頑張ります！

こんにちは☆

## スポーツ推進委員です！

## ラジオ体操で健康（健幸）づくり

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う自粛生活が続いた中、筋力の低下が懸念されます。健康を維持するため

にも無理のない体操として、幼児から高齢者まで多くの人が参加できるラジオ体操があります。

長門市では、生涯「健幸」で元気に暮らせるまちを目指して、健康寿命を目的に市民総参加で健幸づくりを推進しています。その取組の第一歩として、いつでもどこでも

できるラジオ体操の普及啓発に取り組んでいます。

また、私たちスポーツ推進委員も「ラジオ体操講習会」などに参加し、正しい動作を身につけ、ラジオ体操指導員として、地域のイベント、出前講座などに参加してまいります。要望があればぜひ声をかけてください。

まずは市民の皆さんと一緒に楽しみながら筋力アップに取り組みでいきたいと考えています。

### ラジオ体操放送時間

- ・ ほっちゃんテレビ(土曜以外)
- ・ 6:50放送
- ・ NHKテレビ(Eテレ)
- ・ 6:25放送

※地域で集まって行う場合も3密を避け、十分な距離をとり、熱中症に気をつけながら行いましょう



▲夏期巡回ラジオ体操の様子



# プ リ ヴ ェ ー イ ズ ソ チ Привет из Сочи

～ソチ市からこんにちは～

## 第2回 ソチのおすすめグルメ

プリヴェー（こんにちは）！  
今回は、私がおすすめするソチ市のグルメをご紹介します。

ロシア料理というと、ビーツやお肉が入った赤いスープ「ボルシチ」を思い浮かべる人が多いと思いますが、私の一番のおすすめは、ロシアのアウトドア料理「シャシリク」です。牛肉・豚肉・鶏肉を串に刺して焼くところは長門市のやきとりにも似ていますが、一切れがとても大きく、家庭やお店によってレシピの異なるソースをつけて食べるのが特徴です。私の家では、新鮮な野菜やパンを添えて辛いソースで食べていました。

そんな料理に合わせる主食は、もちろんパン。白いパンだけでな

く、伝統ある「黒パン」もロシアならではの味わいです。甘くないパンケーキのような「ブリヌイ」も歴史が長く、生活に根付いた食べ物です。

また、ソチ市は果物や野菜も手に入りやすく、クラスノダール地方ではワインやシャンパンも作られています。

暑い夏には、チーズやイクラ、フルーツを添えて、お酒を味わうのもおすすめです！



ワインとおつまみ



シャシリク



ロシアのパン



ブリヌイ

「寺子屋リーリヤ」  
ほっちゃNEWS イブニング  
番組内で放送中！

地域おこし協力隊であるリーリヤ隊員がロシアの日常生活を紹介。コーナーの最後には「今月のロシア語」を1つレクチャーします。

## 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
8/2	日	長門市応急診療所	27-0199
		長門総合病院	22-2220
8/9	日	長門市応急診療所	27-0199
		岡田病院	23-0033
8/10	月	長門市応急診療所	27-0199
		斎木病院	26-1211
8/16	日	長門市応急診療所	27-0199
		長門総合病院	22-2220
8/23	日	長門市応急診療所	27-0199
		岡田病院	23-0033
8/30	日	長門市応急診療所	27-0199
		斎木病院	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

### 「必ず儲かる」とうたう 情報商材の広告に注意

#### トラブル事例

「必ず儲かる方法を教えます」と書かれた広告を見て、副業ビジネスの申し込みをした。約1万円で購入したマニュアルどおりに作業すると、最初だけ報酬を得られた。その後、高額な情報商材の購入を執拗に勧誘されているがどうすればよいか。

#### アドバイス

「必ず儲かる」「簡単に稼げる」などうたって消費者を誘引し、高額な情報商材を購入させる事例が発生しています。多くの場合、購入した情報商材には大金を稼ぐための具体的な方法は記載されておらず、実際に儲けを出すことは困難です。最初だけ報酬を振り込んで信用させるといった手口も確認されています。高額な情報商材の購入を勧められた場合は、契約する前に契約内容や金額をよく確認し、納得がいかなければ、はっきりと断りましょう。契約金額が高額な場合は、借金やクレジットカード決済をしてまで無理に契約をしないように注意しましょう。不安に思ったり、トラブルになった時は、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	土	
2	日	
3	月	
4	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（Tel0838-24-0500）
5	水	
6	木	●街頭献血&キャンペーン／フジ長門店駐車場／10時～12時、13時15分～16時 ●5歳児すこやか相談会／長門市保健センター／13時～16時
7	金	
8	土	●おもちゃづくり教室／香月泰男美術館／10時～15時
9	日	●おもちゃづくり教室／香月泰男美術館／10時～15時
10	月	<b>山の日</b> ●小型船舶操縦免許更新講習／山口県漁協長門総括支店3階／9時受付開始
11	火	<b>小・中学校一斉閉庁（14日まで） 上下水道使用料納期限（三隅・依山・東深川・西深川・深川湯本・渋木・真木地区）</b> ●星空ウォッチング／日置小学校／19時30分～20時30分／要申込（Tel37-2340） ●バックステージツアー／ルネッサながと／13時30分～15時／要予約 ●行政相談／三隅支所／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（Tel0838-24-0500）
12	水	
13	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（Tel0838-24-2158） ●長門市シルバー人材センター入会説明会／シルバー人材センター事務局・油谷事務所／長門会場：10時～・油谷会場13時30分～／Tel22-5639
14	金	
15	土	●優秀映画鑑賞会／ルネッサながと／10時～ ●引揚港・仙崎展／ルネッサながと／9月6日まで
16	日	●優秀映画鑑賞会／ルネッサながと／9時30分～
17	月	<b>特別定額給付金申請期限</b> ●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（Tel22-2811）
18	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（Tel0838-24-0500）
19	水	<b>ながと食の日</b> ●行政相談／ラポールゆや／10時～12時
20	木	●発達クリニック／長門健康福祉センター／13時～16時／要予約（Tel22-2811） ●人権・行政相談／市役所本庁市民相談室・日置支所／10時～12時
21	金	
22	土	●学芸員によるギャラリートーク／金子みすゞ記念館／11時～ ●学芸員によるギャラリートーク／香月泰男美術館／13時30分～
23	日	●ぬいぐるみのおとまり会／長門市立図書館／8月25日まで／要予約
24	月	
25	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（Tel22-2811） ●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～16時／有料・要予約（Tel0838-24-0500）
26	水	●無料法律相談／市役所本庁市民相談室／10時～15時／要予約（Tel23-1299）
27	木	●減塩相談日／長門市保健センター／9時30分～11時30分 ●5歳児すこやか相談会／長門市保健センター／13時～16時 ●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（Tel0838-24-2158） ●長門市シルバー人材センター入会説明会／シルバー人材センター事務局・同油谷事務所／長門会場：10時～・油谷会場13時30分～／要確認Tel22-5639
28	金	●減塩相談日／油谷保健福祉センター／9時30分～11時30分
29	土	
30	日	
31	月	<b>長門市民助け合い応援券使用期限 経営持続化支援金申請期限 市県民税第2納期限</b>

# ばあやのお話

金子みすゞ

ばあやはあれきり話さない、  
あのおはなしは、好きだのに。

「もうきいたよ」といったとき、  
ずるぶんさびしい顔してた。

ばあやの瞳には、草山の、  
野茨のはなが映ってた。

あのおはなしがなつかしい、  
もしも話してくれるなら、  
五度も、十度も、おとなしく、  
だまつて聞いてみようもの。



『金子みすゞ全集』（JULIA出版局）

## 表紙の説明

市内小学校で国際交流を図る

### 英会話教室を開催

7月1日(水)、ながとブルーエン  
ジェルスの選手が深川小学校を訪  
れ、外国語授業を行いました。

これは、児童らに選手と直接触  
れ合う機会を提供することで、国  
際交流を総合的に推進していくこ  
とを目的に実施されたもので、こ  
の日、深川小学校5年1組の児童  
を対象に外国語授業が行われまし  
た。チームからは2人が参加し、  
児童らに発音などを教え、交流を  
深めました。  
ながとブルーエンジェルズは他  
の市内小学校でもタグラグビーな  
どを通して国際交流を図りまし  
た。



▲油谷小学校ではタグラグビーを実施

## 長門市の DATA

(令和2年7月1日)

人口	33,261人	(-40)
男	15,427人	(-16)
女	17,834人	(-24)
世帯数	15,908世帯	(8)
( )内は先月比		
[6月分] 出生	13人	死亡 56人
転入	42人	転出 39人

## 編集後記

今回の特集では、コロナ禍の  
影響で、働き方を見直す動きも  
あることから、「ながとで働く」  
を特集しました。アンケート  
調査の結果を見ると、長門市  
の若者には、郷土愛があり、  
できれば長門市で働きたいと  
思っている人が少なくありま  
せん。▼しかし、長門でどん  
な働き方ができるかを知らな  
い、企業や行政が発信してい  
る情報が十分に届いていない  
といった理由から、長門では  
自分のやりたいことができな  
いと感じ、都会に出て行く人  
も多いようです。▼長門で働  
きたいという若者の希望が、  
ひとりでも多く実現できるこ  
とを願っています。

