



Contents

- 特集1 『健康診査のしくみが変わります』～特定健診・特定保健指導～
- 特集2 『市内プチお出かけガイド』～市内のお出かけスポットのご紹介～
- 長門の話題 ● 長門の人
- 暮らしの情報
 - ・ 第2回ながとお魚まつり
 - ・ 長門市総合公園完成記念NHK公開番組「行くよ！後輩 ほいきた！先輩」観覧者募集
- 文化情報 ● 健康ガイド ● 5月のカレンダー

① 腹囲	男性 85 cm 以上 女性 90 cm 以上
② 高血糖	空腹時の血糖値 110 mg/dl 以上 (特定健診では 100 mg/dl 以上)
③ 高血圧	最高血圧 130 mmHg 以上 かつ/または 最低血圧 85 mmHg 以上
④ 脂質異常	中性脂肪 150 mg/dl 以上 かつ/または HDLコレステロール値 40 mg/dl 未満

メタボリックシンドロームの診断基準

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうち2つ以上にあてはまる状態です。内臓脂肪型肥満かどうかは腹囲によって判断されます。

メタボリックシンドロームを放置しておくと、動脈硬化を進行させ、生活習慣病の原因となります。こうした状態にならないよう予防・解消をするためには、内臓脂肪を減らす努力が必要です。

メタボリックシンドロームを正しく知ろう



健康診査のしくみが変わります

特定健診・特定保健指導がはじまります

不健康な生活習慣が続いていると内臓脂肪が蓄積し、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の原因となります。それを放置しておくと、脳卒中や心臓病、糖尿病合併症などの生活習慣病を引き起こす危険が増大します。

生活習慣病予防のために新しく始まる健康診査・保健指導を積極的に利用し、バランスのとれた食生活、適度な運動習慣を身につけましょう。

実施主体が市から医療保険者になります

これまで老人保健事業として市町が実施していた基本健診は特定健康診査に変わり、平成20年度以降は国民健康保険、被用者保険などの医療保険者が実施の主体となります。

特定健診・保健指導の内容

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）およびその予備群の人を発見し、生活習慣改善の必要度に応じた保健指導

が行われます。

なお、内臓脂肪蓄積の危険度を判定するため、「腹囲測定」の検査項目が新しく加えられます。

特定健診等の受け方

実施主体である国民健康保険などの医療保険者から、受診機関や受診日などについてのお知らせや受診券・利用券などが送られますので、指定された場所を受診してください。特定健診・特定保健指導は年に1回受けるようになります。

健診データの管理・活用

健診結果のデータ管理は、国民健康保険や被用者保険などの医療保険者に義務づけられます。そのため、過去の健診データと比較・分析するなど、効果的な保健指導が可能になります。

健診結果や質問票の判定により、生活習慣改善の必要度に応じて特定保健指導が行われます。指導のレベルは情報提供、動機づけ支援、積極的支援の3段階に分けられています。

①のほか②～④のうち2以上に該当すると、メタボリックシンドロームと診断されます。

また、①のほか②～④のうち1つに該当すると、予備群と診断されます。

生活習慣病を改善するには

メタボリックシンドロームの原因は、不適切な食生活や運動不足です。また、喫煙は動脈硬化を進行させる原因のひとつとなります。

①適切な食生活

- ・栄養バランスのよい食事をする
- ・腹八分目を心がける
- ・間食を控える
- ・よくかんで食べる
- ・飲酒の量を減らす

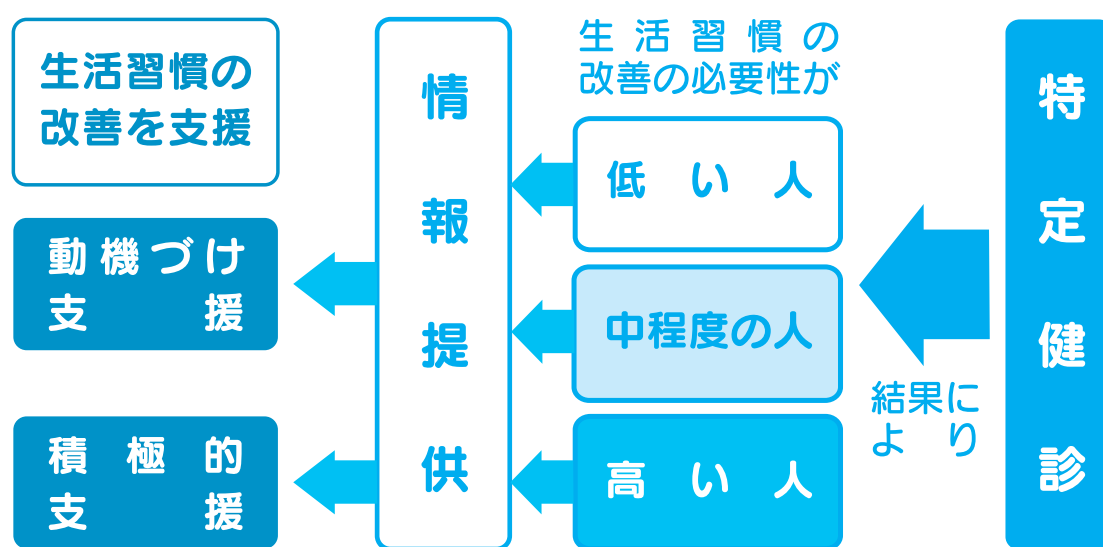
②運動の習慣

- ・毎日歩く習慣をつける
- ・エレベーターやエスカレーターを使わず、できるだけ階段を利用する
- ・ウォーキングなどの有酸素運動で脂肪を燃焼させる

■問い合わせ

長門市役所 市民福祉部
市民課 国民年金医療係
TEL 23-1143

特定健診・保健指導の流れ



長門市「特定健康診査等

実施計画」を策定しました

1 計画策定にあたって

①計画策定の趣旨

特定健康診査および特定保健指導が、平成20年4月から40歳以上75歳未満の被保険者を対象として、各医療保険者に義務付けられることから、本市の国民健康保険においても実施に向け、国の基本指針に即し、事業の円滑な推進を図るため、特定健康診査等実施計画を策定しました。

計画の期間は平成20年度から平成24年度までの5年間とします。また、5年ごとに見直しを行います。

2 目標値

厚生労働大臣が定めた特定健康診査等基本指針を踏まえ、本計画の実施により、平成24年度までに特定健康診査実施率を65%、特定保健指導実施率を45%とし、また、内臓脂肪症候群の該当者・予備群の10%減少を目標とします。

3 対象者数

平成20年度から平成24年度までの特定健康診査等の対象者数

区 分	20 年	21 年	22 年	23 年	24 年
特定健康診査	2,496 人	2,930 人	3,822 人	4,674 人	5,943 人
特 定 保健指導	情 報 提 供	2,496 人	2,930 人	3,822 人	5,943 人
	動機付け支援	80 人	145 人	220 人	308 人
	積極的支援	37 人	65 人	97 人	135 人

▲特定健康診査等の対象者数の計画

の計画については次のとおりと
しています。

4 実施方法

一部負担金

【特定健康診査】
1、500円
【特定保健指導】
無料

実施項目

ア 特定健康診査

健診項目

質問票、身体計測（身長・体重・肥満度・腰囲）、理学的検査（身体診察）、血圧測定、脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール）、肝機能検査（GOT、GPT、γGTP）、血糖検査（空腹時血糖又はヘモグロビンA1c）、尿検査（尿糖、尿蛋白）
心電図検査、貧血検査（ヘマトクリット値、血色素量、赤血球数）

イ 特定保健指導

・情報提供
特定健康診査の受診者全員に特定健康診査の結果を、個人の生活習慣やその改善に関する基本的な情報とあわせて提供します。

・動機付け支援

対象者が、自分の生活習慣の改善点・伸ばすべき行動等に気づき、自ら目標を設定し、行動に移すことができるよう面談による支援を行い、6カ月後に評価を行います。

・積極的支援

対象者が、生活習慣を変える必要性を実感できるような働きかけを行い、実践可能な行動目標を選択できるように3カ月以上継続的に支援します。

実施方法の詳細

受診券の発行

対象者全員に、受診券・質問票を郵送します。

特定健康診査の実施

市内契約医療機関において実施し、受診日等は対象者と医療機関が相談して設定します。

◆個別方式

契約検診機関が、各保健センターおよび各地区で決められた日程で実施します。

特定保健指導の実施

・特定健康診査受診後、情報提供を行います
・動機付け支援・積極的支援対象者には利用券を郵送します
・各支援は各保健センターまたは委託機関で実施します

長門市の健診はこうなります

◆国保被保険者は

長門市国民健康保険に加入されている40歳から74歳までの方には、国保が実施する特定健診および保健指導を受けていただくこととなります。受診券は6月中にお送りします。

受診を希望される方は、受診券発送以降、あわせてお送りする市内契約医療機関表に記載の医療機関を選択、電話予約のうえ、個別方式の特定健診を9

月末までに受けていただくか、10月・11月に契約検診機関が各地区で実施する集団検診を受けていただくこととなります。受診時には、一部負担金（1、500円）をお支払いください。なお、受診の際には、受診券等と被保険者証を必ずお持ちください。

◆社会保険等の被保険者・被扶養者は
被用者保険の被保険者または被扶養者で40歳から74歳までの方は、それぞれの保険者が実施する特定健診・保健指導を受診することとなります。それぞれの保険者におたずねください。

◆長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の方は

75歳以上または65歳から74歳の一定の障害をお持ちの長寿医療制度（後期高齢者医療制度）被保険者は、山口県後期高齢者

医療広域連合の実施する健康診査を受診します。
この健康診査は、受診券発送後、年度末まで広域連合が契約する医療機関で受けることができます。
現在、被保険者の方については、5月以降、健康診査受診券が送付されますので、被保険者証と併せ、電話予約のうえ、決定した受診日に医療機関で受診してください。その際、受診者負担金として500円をお支払いいただきます。
なお、年度内に75歳を迎えられ、長寿医療制度に移行される方については、その誕生日以降に受診券が送付されますのでご注意ください。

◆国保人間ドック

これまで、国保で実施していた人間ドックについては、特定健診・保健指導の開始により、実施年齢・内容を見直し、30歳から39歳までの国保被保険者を受診対象とし、6月から実施する予定です。
歯科健診については、申込方法・内容に変更はありませんが、人間ドックに開始日をあわせ実施します。

国保特定健診年間スケジュール

月	特定健康診査	特定保健指導
4月	対象者の抽出	
5月		
6月	受診券・質問票の送付 ↑個別健診（医療機関）	
7月		
8月	健診データ受取 健診結果・情報提供送付 ↑利用券の送付	
9月		保健指導
10月	↑集団検診（検診機関）	
11月		
12月		
1月		
2月		
3月		

市内プチお出かけガイド

若葉がきらめく行楽シーズンの到来です。大型連休中はどこへ出かけても人の波。それなら市内の公園でゆっくりとすごしてみませんか。市内のお出かけスポットをご紹介します。

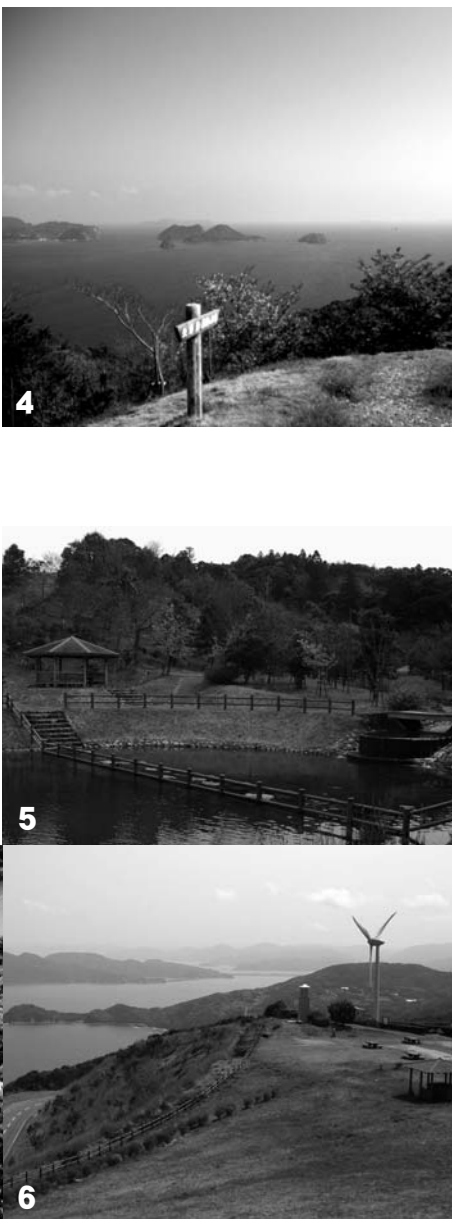
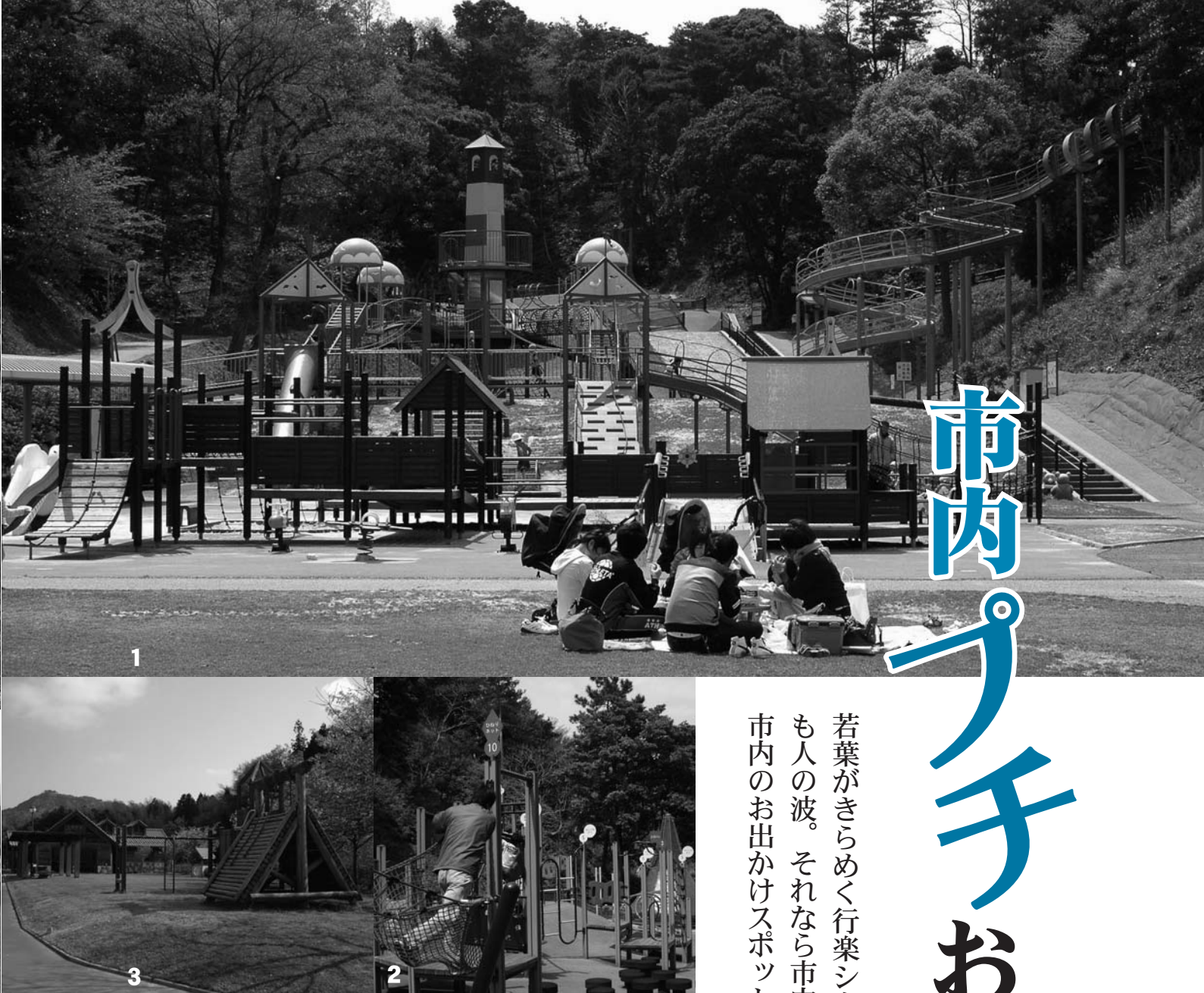
長門市総合公園

園内にルネッサながとや市立図書館があるこの公園は子どもたちにとってはたまらない遊びのスポット。わんぱく広場やぼうけん広場にはたくさんの遊具が整備されていて、新しくちびっこゲレンデも完成しました。広い芝生もありシートを敷けてお昼ご飯もいいですね。休日はたくさんの家族連れでにぎわっています。

いこの森三隅

飯井へ向かう途中左手に入り口があります。遊歩道が整備されていて、山頂から眺める日本海のパノラマは絶景。駐車場からはかなりの高低差がありますので運動靴は必須アイテム。

①長門市総合公園 このほどすべての整備が終わり4月24日に記念式典が行われた。最近ちびっこゲレンデと山頂の遊歩道が完成した。わんぱく広場からぼうけん広場を抜けて登っていくと山頂広場へ出る。そこから古墳広場や白はげ山へと遊歩道が続いている。②長門市総合公園内のぼうけん広場ニッケルパーク 忍者になるための秘密のトレーニング施設という設定。難易度により3つのコースが設けられているので友達どうしで競い合える。③三隅総合運動公園 ちょっとした遊具が設置されている。グラウンドの周りは遊歩道になっていてウォーキングが楽しめる。香月ロードやハーブ園へ足をのばしてみるのもいい。



④いこの森三隅の山頂からの眺望 駐車場から歩いて15分程度徒歩で上ると視界が開けて日本海を一望できる。⑤依山頭振川みどりの砂防公園 散策していくとめずらしいスリット型の砂防ダムが姿を現す。⑥千畳敷 広場や遊具で遊んだ後はベンチでお弁当を。⑦菅無田公園 5月にはつつじが見頃に。⑧阿惣ダム公園 湖のほとりでちょっとしたリゾート気分。⑨大滝 阿惣ダム公園の奥まったところにある。⑩妙見山展望公園 風力発電のブレードが風を受けて回っている。芝生に寝転がると雲が通りすぎていく。

つんぶりがわ 頭振川みどりの砂防公園

依山の頭振川みどりの砂防公園と熊野山公園でゆっくり一日を過ごしてみたいか。砂防公園にはローラー滑り台や野鳥観察小屋が設置されています。熊野山公園には約1万本のつつじが植栽されています。

千畳敷・菅無田公園

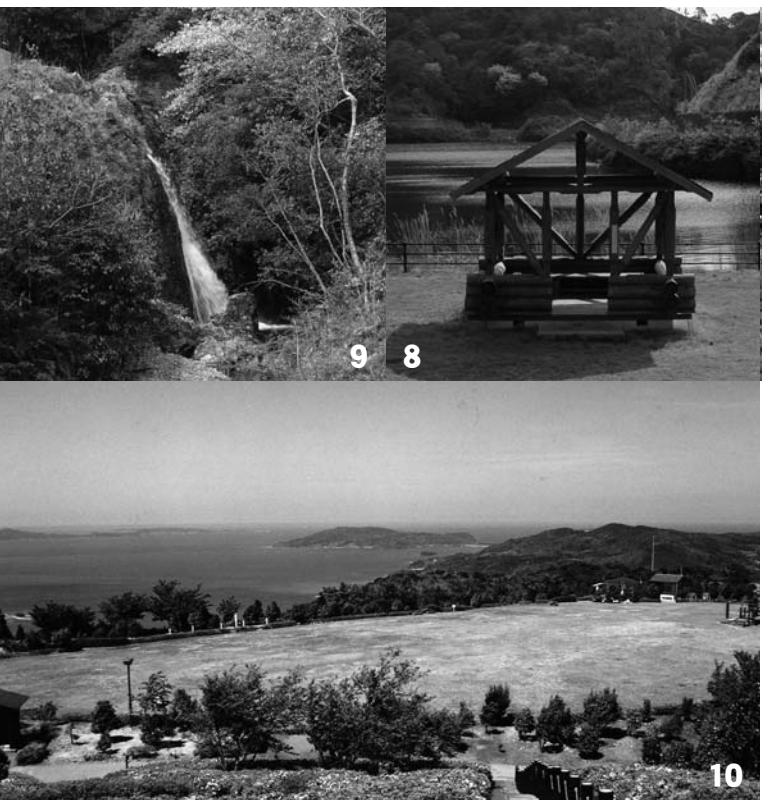
高台に草原が広がる千畳敷。標高333mから青海島を一望できます。菅無田公園には1万8千本のつつじが植栽されていて新緑とつつじのピンクのコントラストがみごとです。

妙見山展望公園

風が通り抜ける芝生の広場には遊具が設置されています。山頂からはすそ谷に風力発電所が見えます。日本海と油谷湾の360度のパノラマが望めます。ここには1万5千本のつつじが植えられています。

阿惣ダム公園

周囲約2・5キロメートルの遊歩道はジョギングやウォーキングには最適です。遊歩道の一番奥まった場所には、「大滝」があります。ゆったりと一日を過ごせる隠れスポットです。



NAGATO news

長門の話題

あなたのまちの身近な話題をお寄せください
 広報広聴係 ☎ 23-1117 Fax 22-5358
 e-mail = koho@city.nagato.yamaguchi.jp

ホームページ <http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/>



湯本温泉・恋人の聖地

記念碑除幕式

4月6日、「恋人の聖地記念碑」の除幕式が湯本温泉音信川で行われました。恋人の聖地は地域活性化と少子化対策を目的に現在全国で55カ所が選定されており、平成18年10月に湯本温泉もそのひとつとして選定され、このほどこれを記念して記念碑が建立されたものです。当日は松林市長をはじめ関係者が出席し記念碑の除幕が行われました。

完成した記念碑は縦1m、横1.2mの黒御影石で、中心に「恋人の聖地」と刻印された黄金色に輝くプレートがはめ込まれています。



大きくなって帰ってきてね 三隅川でアユ放流

4月12日、三隅川でアユの稚魚の放流が行われました。

この事業は三隅地域環境パートナーシップ会議（山下榮会長）が三隅川の環境保全活動の一環として毎年行っているもので、この日は三隅川沿いの9カ所で行われ、あわせて約1万匹のアユの稚魚が放流されました。

三隅川河川公園「清流」では三隅保育園や宗頭幼稚園の園児や保護者、同会議のメンバーなど約100人が参加。児童たちは「わたしたちは三隅の川をきれいにします。ゴミは絶対に捨てません」と誓いの言葉を言った後、「大きくなってね」、「元気に帰ってきてね」などと声をかけながら体長7cmほどに成長したアユの稚魚を川に放ちました。



交通安全街頭キャンペーン 安全運転を呼びかけ

4月7日、春の交通安全街頭キャンペーンが長門警察署前交差点で行われました。

市や警察、JA長門大津、JA深川養鶏、長門商工会議所、長門市婦人会連絡協議会、市交通指導員など約50人が参加し、停車中のドライバーに反射材やキーホルダーなどの交通安全啓発グッズを手渡すとともに交通安全を呼びかけました。

なお、今春の交通安全運動期間中の長門警察署管内の交通事故発生状況は、事故件数17件（昨年比12件減）、負傷者数4人（昨年比1人減）でした。



俵山温泉まつり 子ども歌舞伎に喝采

4月19日と20日、俵山温泉まつりが俵山の湯町で行われました。これは毎年この時期に熊野神社の春祭りに合わせて行われているもので、ふるさと市場での地元産品の販売や地元の子どものパレードなどが行われ終日にぎわっていました。

また、この祭りでは恒例となっている俵山子ども歌舞伎の奉納。会場となった湯町区公民館には、開演前からたくさんの方がつめかけていました。楽屋では俵山女歌舞伎保存会のみなさんが子供たちの化粧や着付けに大忙し。本番では、「五人三番叟」と「白浪五人男」が上演され、子どもたちの熱演に会場からは威勢のいい掛け声とともに大きな拍手が送られていました。



新しい学校生活をスタート 小中学校で入学式

4月8日と9日、市内の各小中学校で入学式が行われました。

神田小学校では、新入生6人が真新しい制服に袖を通し、在校生や保護者などからのあたたかい拍手に迎えられながら入学。在校生を代表して宮崎明香里さんが「この学校には楽しい行事がたくさんあります。早く仲良くなってい一緒に遊びましょう」と歓迎の言葉を述べました。

今年度、市内では小学生267人、中学生305人が入学。それぞれが期待と不安に胸をふくらませながら、新しい学校生活をスタートさせました。

私達の学校、仙崎小学校は、さわやか海岸のすぐそばにあります。夏には、全校でこの海岸で泳ぎ、とても気持ちいいです。

また、月ごとに金子みすゞさんの詩を決め、朝の「みすゞタイム」には、全校でその詩を読んでいます。私はみすゞさんの詩の中でも「私は好きになりたいな、なんでもかんでもみいんな」というところが、大好きです。

5、6年生は「瀬戸崎鯨唄」や金管パレードにも取り組んでいます。地域の方に教えてもらったり、色々な行事に出演したりします。練習はたいへんですが「みすゞ七夕笹まつり」などでは、地域の方が応援の声をかけて下さったり、

連絡帳 仙崎小学校

あたたかい
ふるさと仙崎



ながせ みさき さん
長瀬美咲さん
仙崎小学校 6年

拍手をして下さったりするのがとてもうれしく、元気が出てきます。「がんばって練習してよかった」と思います。

地域の方々の心が温かい町、仙崎で、これからもたくさんの方のことを学びたいと思います。そして、もらった元気のお返しができるよう、笑顔であいさつをたくさんしていきたいです。



みすゞ七夕笹まつりの様子

大津高等学校 連絡帳

夏に向けて



はらだ りょう さん
原田亮さん
大津高等学校 3年

私たちの大津高軟式野球部は今年春新入生13名を迎え、3年10名、2年14名、マネージャー3名の計40名で元気に活動しています。

今年のチームの目標は「全国制覇」で、チームカラーとして「日本一野球の好きなチーム」「小技の上手いチーム」というのを掲げています。

そして今年のチームには例年のチーム以上に「笑い」という特徴があります。試合の朝には部員の何人かが一発芸をして緊張感をほぐし、試合へ臨みます。チームにこの技があるからこそ試合の時には無駄な力が抜け、自分たちらしい試合ができるようになりました。今はまだ発展途上で、走・攻・



守、全ての面において甘さがあります。ただ秋から冬にかけて鍛錬したことが今から今からの練習が7月、8月に発揮されると思います。がんばり、この夏も「大津旋風」を巻き起します。

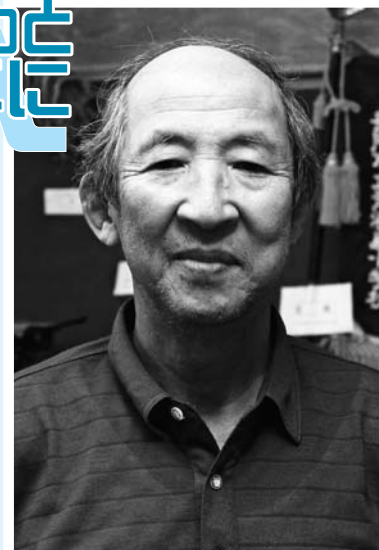
長門市のみなさま、どうぞ今後ともよろしくお願いいたします。

people NAGATO 長門の人

あなたのまちの有名人をご紹介します（自薦他薦不問）
広報広聴係 ☎ 23-1117 Fax 22-5358
e-mail = koho@city.nagato.yamaguchi.jp

ちよつと小耳に

共和国を拠点に
青海島の活性化を



はまの たつお さん
濱野達男さん
青海島共和国 代表

「廃校を何とか活用したい」との思いから活動を始めました。この地を住民の憩いの場、観光客との交流拠点とし、青海島全体の活性化につなげたいですね」と話すのは青海島共和国代表の濱野達男さん。

青海島共和国は平成18年度末をもって閉校した青海島小学校の跡地を活用し「魅力ある青海島づくり」を目指して今年4月に開所。大日比、大泊、青海地区の住民を中心に約40人で活動されています。

校舎の教室を利用して漁具や農具などを展示した資料室、昔の青海島の風景などを撮影した写真展示室が設けられ、

地区住民が気軽に集える談話室も用意されています。

これまで、広島県や熊本県への先進地視察や、外部の若者の意見を聞くため下関市立大学の学生を招き交流を図るなど、開所に向けた様々な準備をされてきたとのこと。

6月22日には「建国祭」を予定。グストに仙崎出身のマラソンランナー油谷繁さんを招き、建国を祝う催しが行われます。



熱血! 新鮮力

小さな気配りを大切に



おかもと ほなみ さん
岡本穂奈美さん
ホテル楊貴館 勤務

※仕事は 4月に入社し、現在は研修生として楊貴館の様々なることを勉強しています。お客様が喜んでくれることが一番うれしいですね

※初給料は なにか家族のために使いたいと思っています。社会人になって家族の大切さを強く感じました

※趣味は 韓国語です。中学2年のときに韓国にホームステイをしたことを機に、勉強をしています。あとは、野球観戦も好きですよ

※休日は 友人とショッピングやドライブによく出かけます。長門は自然のきれいなところなので、いろいろ

※好きなタイプは ソフトバンクホークスの田村選手のような人がいいですね。結婚は27歳までにできれば…

※今年の抱負 楊貴館のいいところを多くの人に知ってもらいたいです。ぜひ一度お越しください



■講習会日程

開催日	時 間	内 容
5/13 (火)	13:30~16:00	初めてのボール運動（バランスボール） トレーニング機器の使用方法
	17:30~20:00	
7/8 (火)	13:30~16:00	転倒予防運動（高齢者向け） トレーニング機器の使用方法
	17:30~20:00	おなかをすっきりさせる運動 トレーニング機器の使用方法
9/9 (火)	13:30~16:00	しっかりストレッチ トレーニング機器の使用方法
	17:30~20:00	
11/11 (火)	13:30~16:00	転倒予防運動（高齢者向け） 運動についての個別相談会（希望者） トレーニング機器の使用方法
	17:30~20:00	初めてのボール運動（バランスボール） トレーニング機器の使用方法
1/13 (火)	13:30~16:00	おなかをすっきりさせる運動 トレーニング機器の使用方法
	17:30~20:00	
3/10 (火)	13:30~16:00	肩こり腰痛予防運動 トレーニング機器の使用方法
	17:30~20:00	

・開催場所 油谷保健福祉センター 健康増進室
・持参するもの 運動のできる服、室内用運動靴、タオル
・定員 20名 ・申込受付 随時

油谷保健福祉センターでは、健康増進室に設置しているトレーニング機器を正しく、効果的かつ安全に利用していただくため、利用前に講習を受講していただいています。

運動不足を解消したいがなかなか実行に結びつかないという人は、この講習会をきっかけに運動をはじめてみませんか。健康運動指導士のアドバイスも受けられ効果的な方法をみなで楽しく学ぶことができます。



トレーニング器具を使った運動以外にも簡単に自宅で行える体操なども行いますのでお気軽にご参加ください。一度受講された人でも繰り返し受講できますのでお問合せください。

■申し込み・問い合わせ
油谷保健福祉センター

油谷支所
油谷保健福祉センター
Information ☎ 23-1117

第2回 山口県総合芸術文化祭 メインフェスティバル 「創作舞台公演」出演者募集!!

平成 19 年度から国民文化祭やまぐちの成果を引き継ぐ文化イベントとして「山口総合芸術文化祭」がスタートしました。第2回山口県総合芸術文化祭メインフェスティバルでは、国内トップレベルの舞台機構を備えたルネッサながとを会場として、歌舞伎の演出方法を取り入れた「創作舞台公演」に挑戦します。「スーパー歌舞伎」等に出演している市川笑三郎氏に脚本・演出をお願いし、その指導を受けながら、オリジナルの舞台を作っていきます。他では決してできない貴重な体験です。山口県総合芸術文化祭にぜひご参加ください！

募集人数 50 人程度（小学校5年生以上） ※応募者多数の際、審査を行う場合があります

応募方法 応募用紙に必要事項を記入し、写真を貼って山口県文化連盟まで郵送して下さい（持参可）
応募用紙はルネッサながと、ラポールゆや、市内各公民館にあります。ホームページからもダウンロードすることができます。なお、応募書類は返却しません

応募締切 5月23日（金） ※当日消印有効

応募資格 山口県内に在住または通勤・通学していること（国籍・性別は問いません）
練習および本番に継続的に参加できる熱意のある人
18 歳未満の人は保護者の同意が必要となります
※練習参加に要する交通費等は参加者の負担となります

公演日程 11月2日（日） ルネッサながと

練習日程 ①6月1日（日）「ながと歌舞伎ゼミナール」に参加 ※指導者との顔合わせを行います
②7～8月 稽古を学ぶワークショップ等
③9月 舞台稽古 ※ここで集中して舞台稽古を行います
④10月 リハーサル（2回程度）
⑤11月1日（土） 最終リハーサル ※練習は土曜日・日曜日を中心に行います

練習会場 ルネッサながと

そ の 他 持病をお持ちの人は医師にご相談のうえ応募してください
衣装は主催者で用意しますが、手持ちのものを使用いただく場合があります

応募・問い合わせ ▶ 山口県文化連盟

〒753-8501 山口市滝町 1-1 山口県文化振興課内 TEL 083-933-2610 FAX 083-933-4829
http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a19300/index/

information

くらしの情報

広報広聴係 ☎ 23-1117 Fax 22-5358
 e-mail = koho@city.nagato.yamaguchi.jp
 ホームページ http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/

企画総務部・企画政策課
企画調整係
Information ☎ 23-1116

長門市食育推進会議 委員募集

市では、食育推進計画を策定して、市の食育に関する施策を総合的かつ計画的に進めていきます。この計画の策定にあたっては「長門市食育推進会議」を設置して審議することとしていますが、幅広く市民の皆さんの意見を聞くため、委員を募集します。

■応募資格

食育に関し広く関心を持つ市内在住の20歳以上の人

■募集人数 2人（応募者多数の場合は選考）

■任期

委嘱の日から平成22年3月31日（予定）まで

■活動内容

食育推進計画策定・審議のため、平日の昼間に会議を年3回程度開催

■応募期限 5/30（金）

■応募方法

本庁企画政策課、各支所総合窓口課に備え付けの応募用紙に必要事項を記入のうえ企画政策課に持参、郵送またはEメールにより提出してください。応募用紙は市ホームページ

ジからもダウンロードできます。応募結果は文書でお知らせします

■応募・問い合わせ

〒759-4101 長門市東深川1339-2
長門市役所企画総務部

企画政策課企画調整係

TEL 23-1116

Eメール

choses@city.nagato.lg.jp

市民福祉部・地域福祉課

Information ☎ 23-1245

長門市戦没者追悼式

市では、先の大戦における戦没者に対し追悼の誠をささげるため、戦没者追悼式を次のとおり開催します。

■日時 5/19（月） 10:00～

■会場 ながと総合体育館

■式典 献花方式

■問い合わせ 地域福祉係

建設部・都市建設課

Information ☎ 23-1147

市営住宅入居者募集

市では、市営住宅の入居者を募集します。なお、今回から申込方法等を一部変更しましたの

でご注意ください。

■申込資格

①現に同居し、または同居しようとする親族がいる人

②住宅に困っていることが明らか

③法定の収入基準に該当する人

④市税の滞納がない人

■受付期間

5/20（水）～6/2（月）

■入居可能時期 6月下旬以降

■申込方法

所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、市役所本庁都市建設課または各支所経済施設課に提出

■その他

1回の募集で、1世帯につき1戸の申し込みに限ります

■変更箇所

■申込方法の変更

申し込みに必要なものは、入居申込書と認印のみとし、住民票、所得証明、完納証明等の添付は不要となります。添付書類については、当選者のみ提出していただきます

■多数回応募者の優遇措置

今回以降の抽選において、4回以上落選された人に対し優遇措置を実施します

①優遇措置の内容

申し込んだ住宅について、2回抽選できることとします

②落選回数算定

■募集を行う市営住宅

団地名	所 在	棟・部屋	建設年	間取り (㎡)	家 賃 (円)	募集可否
小 浜	白潟1区	A401	昭57	3DK 60.00	11,600～25,600	不可
小 浜	白潟1区	B101	昭58	3DK 59.25	11,600～25,600	不可
※ 上川西	上川西2区	C403	昭52	3DK 52.60	9,400～13,500	不可
立 野	河原区	7-1	昭42	2K 34.10	5,100～9,200	可
田屋床	板持4区	A102	平 7	3LDK 70.90	20,900～46,000	不可
殿村新開	殿村新開	C-106	平13	3DK 67.90	18,500～40,500	不可
※ 殿村新開	殿村新開	D-303	平13	3LDK 88.40	44,000～81,000	不可
長 崎	長 崎	2-6	昭59	3DK 62.00	12,400～27,200	不可
河原浦	油谷河原	101	昭55	3DK 63.50	11,900～26,200	不可

※上川西C403は改良住宅、殿村新開D303は特定公共賃貸住宅（申込資格が他の住宅と異なります）

今回の募集から落選回数を算定します。優遇措置の対象となるのは最短でも平成21年5月募集以降となります

■申し込み・問い合わせ

都市建設課管理係

TEL 23-1147

三隅支所経済施設課

TEL 43-0277

日置支所経済施設課

TEL 37-2193

油谷支所経済施設課

TEL 32-1114

**プールでウォーキング
 第1弾 参加者募集**

日々の生活の中で「腰が痛い」「歩くと膝や足が痛くなる」とお困りの人はいらっしゃいますか。そんな人にお勧めな水中運動教室を開催します。
 水中では浮力により体がぐんと軽くなるので、関節などへの負担が少なく、無理なく体力・筋力の維持向上を図ることができます。この機会に、気軽に参加してみませんか。仲間と楽しく運動して健康な体をつくりましょう。

対象

市内在住の65歳以上の人で医師から水中運動を禁止されていない人（19年度の受講者を除く）

内容

ヘルスチェック、ストレッチ、水中ウォーキング、水中トレーニング、水中レクリエーション、リラクゼーションなど

開催日

6/6～8/29までの毎週金曜日（全12回）
 ※8/15は除きます

時間

13：30～15：30

場所

太陽フィットネススクラ

浦長門（旧長門スイミングスクール）
 募集人員 30人（先着）
 参加料 4,200円（12回分）

申込方法
 高齢福祉係へ電話で申し込む

申込期限 5/23（金）

必要なもの

水着、水泳帽、運動着、室内シューズ（お持ちでない人は相談に応じます）

申し込み・問い合わせ

高齢福祉係



**春の行政相談週間が
 はじまります**

総務省では、行政相談制度を広く皆さんに知っていただき、

利用していただくため、5月19日（月）から25日（日）までを「春の行政相談週間」としています。

国・県・市の仕事について、制度や手続きがわからないといった相談ごとをお持ちの人は、お気軽にご相談ください。

相談は無料で、相談内容などの秘密は守られます。市内各地区の相談日時等は次のとおりです。

長門地区

日時 毎月第3水曜日

場所 市役所本庁1階

三隅地区

相談員 開作一明さん

（行政相談員／板持4区）

日置地区

日時 随時 ※要電話予約

相談員 松野圭子さん

（行政相談員／野波瀬）

連絡先

43-0653

油谷地区

日時 毎月第1月曜日

場所 日置地域福祉センター

相談員

上野勘一さん

（行政相談員／東坂本）

油谷地区

日時 毎月第2火曜日

場所 油谷中央公民館

相談員

蘭 純精さん

（行政相談員／大江）

共通事項

その他

山口行政評価事務所でも相談を受け付けています（電話・手紙・FAX・Eメール可）
 〒753-0088 山口市中河原町6-16
 TEL 0570-090110
 FAX 083-922-1591
 Eメール 110yamaguchi@sounu.go.jp

問い合わせ

市民活動推進室

窓口係

市民福祉部・市民課
 information ☎23-1128

**住民票・戸籍の証明書請求
 時に本人確認を実施します**

**「本人確認」が
 法律上のルールになります**

5月1日（木）から住民基本台帳法・戸籍法の一部改正により交付請求時に、窓口に来られた人の本人確認を行います。

これは、他人が本人になりすまして、住民票の写しや戸籍謄本等の交付請求をすることを防止するためです。

住民票・戸籍の証明などの申請には、本人確認ができる書類が必要になりますので、窓口に来られるときは、つぎの書類をお持ちください。

なお、同一世帯外・同一戸籍外（第三者）の人が交付申請を

する場合には、窓口に来られる人の本人確認書類のほか、証明書の必要な人からの委任状および使用目的などのくわしい記入が必要になります。皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。くわしくは窓口係までお問合せください。

問い合わせ

窓口係

本人確認のための書類一覧

本人確認証の種類		持参する種類
(ア)	運転免許証、旅券（パスポート）、住民基本台帳カード（顔写真付）、療育手帳、身体障害者手帳、外国人登録証、船員手帳、小型船舶操縦免許証、猟銃・空気銃所持許可証、戦傷病者手帳、宅地建物取引主任者証、無線従事者免許証、官公庁が発行する証明書および各種免許証（顔写真付）など	1種類
(イ)	健康保険被保険者証、介護保険被保険者証、年金手帳（または証書）、恩給証書、交付請求書上に押印した印鑑に係る印鑑登録証明書、住民基本台帳カード（顔写真なし）など	2種類
(ウ)	学生証、法人（国もしくは地方公共団体を除く）が発行した身分証、国もしくは地方公共団体の機関が発行した写真付きの資格証明書	(イ)+(ウ)の2種類

市営公衆浴場入浴料の割引について

市内在住の70歳以上の人は市営公衆浴場入浴料の割引を受けることができます。利用される場合は次の手続きが必要です。

手続き開始日

70歳の誕生日当日から

受付場所

本庁高齢障害課
 通・仙崎・俵山出張所
 三隅保健センター
 日置保健センター
 油谷保健福祉センター
 湯免ふれあいセンター

手続きに必要なもの

・本人あて通知はがき（70歳の誕生日の前月に郵送します）
 または本人確認ができる免許証・健康保険証等
 ・割引証に貼付する写真
 （縦33mm×横26mm）

割引対象浴場および割引後の入浴料金

・湯本公衆浴場
 「恩湯」「礼湯」／100円
 ・日置農村活性化交流センター（黄波戸交流センター）／300円
 ・湯免ふれあいセンター／400円
 ■申し込み・問い合わせ
 高齢福祉係

第2回 ながとお魚まつり

みずぶを育んだ海 来て 見て 食べて 長門のさかな

イベント案内

ながとの鮮魚・活魚大直売会

おいしい長門のお魚たちが勢揃い。新鮮な魚介類を格安で販売します。

油谷本マグロの解体実演販売

日本海初の養殖マグロ。低水温でゆっくり育った良質のマグロをブロの捌き士が手際よく解体し、格安で販売します。

セリ体験

セリの雰囲気を実験してみませんか？誰でも自由に参加でき、競り落とせます。

魚のつかみ取り

ちびっこ漁師集まれ。泳ぎ回る魚たちを見事ゲットしてください。（小学生限定・参加料無料・10時から先着順で整理券配布）

ステージイベント

「青波」による和太鼓の演奏、鯨唄の披露、豪華商品が当たるお楽しみ抽選会、もちまきなど

ちびっこコーナー（常設）

ふわふわドーム、タッチングプール

無料試食コーナー

ながとブランド魚無料試食会 300食（先着順）
 くじ汁 600杯（先着順）

飲食コーナー

鯛寿司、ウニめし、うどん、焼き鳥など

特産品コーナー

蒲鉾・ちくわ・いりこなどの水産加工品など

体験イベント

巡視船「かつら」の体験航海（10時と13時15分の2回出航。要事前電話予約）

展示コーナー

海と魚の児童絵画展、外海水産研究センター・県立水産高等学校の研究発表展示など

**日時 5月18日（日）
 9：00～15：00**

**会場 山口県漁協仙崎地方卸売市場
 （仙崎漁港魚市場）**

スケジュール

9：00 オープニングセレモニー
 9：30 ながとの鮮魚・活魚直売開始
 和太鼓演奏
 10：30 セリ体験
 11：00 ながとブランド魚無料試食
 11：30 鯨唄披露
 12：00 魚のつかみ取り
 13：00 油谷本マグロ解体実演販売
 14：00 お楽しみ抽選会
 15：00 フィナーレ・もちまき

【同時開催】

第16回わんぱく相撲長門場所

in ながとお魚まつり
 小学生なら誰でも参加OK！4・5・6年男子の部優勝者は8月に両国国技館で開催される全国大会に出場できます。（要事前申込み・くわしくは市広報4/15号に掲載しています）

9：30 受付開始 9：45 開会 12：30 終了予定
 （申し込み・問い合わせ）
 （社）長門青年会議所（雪野）
 TEL22-2266 FAX22-4920

問い合わせ

ながとお魚まつり実行委員会事務局

（山口県漁協長門統括支店内）

長門市役所経済振興部水産課

☎26-1313

☎23-1145

募 集

山口国体イメージソング
歌詞募集

第66回国民体育大会山口県準備委員会では、平成23年に開催する「おいでませー山口国体」のイメージソングの歌詞を募集しています。

- 作品の内容
スポーツの競技会にふさわしく、山口での開催をイメージできるもの（3番以内で5分以内の楽曲となるもの）
- 応募方法
作品と題名、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、職業

- ルネッサながと・キッズピアノリレー
ルネッサながとで「フルコンサートピアノ」を弾いてみませんか。
- 演奏形態
・ピアノ演奏・連弾・ピアノと他の楽器の伴奏などピアノを演奏に使う形であれば何でもOKです
- ・グループ演奏の定員は各グループ5人まで
- ・ピアノ用補助台、補助ペダル、アンサンブル用の譜面代が必要な場合は各自で用意してください
- 演奏時間
入退場含めて7分以内
- 審査
審査形式をとりませんが、ピアノ演奏の技量に対する優劣を決めるものではありません。演奏を楽しむ姿、パフォーマンスなどを考慮して審査します。観客による人気投票も実施します

- （学生の場合は学校名）を明記のうえ郵送、FAX、インターネットいずれかの方法で応募してください
- 応募期限
6/30（消印有効）
- その他
・最優秀賞および優秀賞を選定し、賞状と賞金を贈呈します
- ・最優秀作品には曲を付けイメージソングとして広報活動などに使用します
- ・採用された歌詞の著作権は主催者に帰属します
- 応募・問い合わせ
〒753-8501 山口市滝町1-1
県政資料館2階

- 第66回国民体育大会
山口県準備委員会事務局内
イメージソング歌詞募集係
TEL 083-9333-4790
FAX 083-9333-4799
http://www.pref.yamaguchi-ig.jp/gyosei/kokutai/

タグラグビーフェスタ
参加チーム募集

タグラグビーは、難しい技術は何もありません。腰につけた2本のタグをお互いが取ったり取られたりしながら、だ円形のボールを持ってコートを自由自在に駆け回り、相手のゴールを目指すスポーツです。キックも

- 表彰
グランプリ、準グランプリ、理事長賞、オーディエンス賞（聴衆投票）、準オーディエンス賞（聴衆投票）
- 申込方法
ルネッサながとに備え付けの出演申込書に記入のうえ提出（FAX可）
- 申込締切
6/15（日）
- 問い合わせ
ルネッサながと
TEL 26-6001
FAX 26-6002

山口県要約筆記奉仕員
養成講座受講者募集

- 要約筆記とは、聴覚に障害のある人などに話の内容をその場で要約し、文字化して伝える筆記通訳のことです。OHP、ノートテイク、パソコンを使った要約筆記の技術等を学びます。
- 講座内容
厚生労働省が定めたカリキュラムに基づき、講義、基本的な実技および現場実習を履修します
- 開催日（全日程とも土曜日）
①基礎課程共通科目（18時間）
6/7、21、28
- ②基礎課程選択科目
手書きコース（14時間）
7/5、12、19
パソコンコース（14時間）
7/26、8/2、9
- ③応用課程選択科目
手書きコース（16時間）

- なく、スポーツが苦手な人でも大丈夫です。
- 日時
5/25（日） 9:00～
- 場所
依山多目的交流広場
- 内容
タグラグビーの講習と試合を行います
- ・試合は小学生4・5年生の部、小学生6年生の部、一般男子の部、一般女子の部に分かれて行います
- チーム編成
5名以上
- 参加料
1人100円（保険料）
- 申込期限
5/10（土）
- 申し込み・問い合わせ
長門市ラグビーフットボール協会（渡辺）
TEL 22-1318

住み良きジャンプアップ
協働研究事業募集

- 県では「住み良き日本一の山口県」の実現をめざし、県民総参加による「住み良き日本一の県づくり県民運動」を展開しています。この運動を推進するため、県民の皆さんが市町職員や県職員と協働で行う住み良き向上のための調査・研究を支援します。
- 支援の対象
防犯対策、環境保全、健康増進、子育て支援、地域おこし、働きやすい環境づくりなど、

- 8/16、30、9/6
パソコンコース（16時間）
9/13、20、27
- ④応用課程共通科目（4時間）
10/4
- ※選択科目は両方受講可
- 時間
10:00～17:00
- 場所
山口県聴覚障害者情報センターほか
- 受講条件
県内在住で全課程修了後に山口県要約筆記奉仕員として活動できる人
- ・パソコンコース希望者は、ノートパソコン（ウィンドウズ98SE以上のOS）を持参でき、基本操作やタッチタイピングができる人
- 定員
各コース20人程度
- 受講料
無料（ただし教材費、テキスト代等2、500円必要です）
- 申込方法
市役所本庁高齢障害課に備え付けの申込書に記入のうえ80円切手を貼りつけ返信先を明記した長形3号の返信用封筒を同封して郵送
- 申込期限
5/27（水）
- その他
受講決定通知書等は6月3日頃までに送付します
- 申し込み・問い合わせ
〒747-1221 山口市鑄銭司南原2364-1 山口県聴覚障害者情報センター
TEL 083-985-0611

- 住み良さを高める取組を進める上での課題を解決したり、取組のアイディアを実現したりするために、次の要件を満たす2人以上のグループが、市町職員や県職員と一緒に研究グループを組織し、実施する調査・研究
- ①県内在住の人で構成、または県内に活動拠点を置く民間の非営利団体（例：NPO法人、JC、商工会議所、子育てサークル等）
- ②事業を遂行するために必要な体制が確保されていること
- ③宗教活動団体、政治活動団体、暴力団関係団体でないこと
- 募集する調査・研究数
10件
- 支援の内容
調査・研究に必要な経費に対する補助金の交付
- 補助金上限額
1件50万円
- 応募方法
長門市役所本庁企画政策課に備え付けの申込用紙に必要事項を記入のうえ山口県政策企画課政策班に提出（郵送可）
- 応募期限
5/30（金） 17:00（必着）
- 応募・問い合わせ
〒753-8501 山口市滝町1-1
山口県総合政策部
TEL 083-9333-2516
FAX 083-9333-2088

県営住宅入居者募集

- 募集団地名
東深川、江良、田屋
- ※団地および住戸タイプが同一の募集住戸が2戸以上ある場合は高齢者世帯等だけで抽選を行う「優先枠」があります
- 申込資格
・現に同居または同居しようとする親族（婚約者、内縁関係にある人を含む）がある人（単身での申し込みには制限があります）
- ・住宅に困っていることが明らかでない人
- ・法で定める収入基準に該当している人
- ・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
- 申込方法
山口県住宅供給公社に入居申込書を郵送
- ※申込書は山口県住宅供給公社および長門土木建築事務所にあります
- 申込期間
5/20（火）～31（土）（消印有効）
- 入居予定時期
7月下旬
- 申し込み・問い合わせ
〒753-8532 山口市水の上町1-7
山口県住宅供給公社
県営住宅室 県営住宅班
TEL 083-934-2004



長門市総合公園完成記念
「行くよ！後輩 ほしいきた！先輩」
公開録画 観覧者募集

- 市とNHK山口放送局では、長門市総合公園の完成を記念して、NHK公開番組「行くよ！後輩 ほしいきた！先輩」の公開録画を実施します。
- 入場をご希望の人は、つぎの要領でお申し込みください。
- 日時
6/29（日）
開場 14:30 開演 15:15
終演（予定） 17:30
- 会場
ルネッサながと
- 出演
松本明子、細川たかし、マギー審司ほか

- 観覧申し込み
観覧は無料ですが、入場整理券が必要です（1枚2名様まで入場可能。1歳以上から必要です）。観覧をご希望の人は往復ハガキの往信裏面に郵便番号、住所、名前、電話番号、また返信表面に郵便番号、住所、名前をご記入のうえお申し込みください。応募多数の場合は抽選となります（抽選結果の発送は6月中旬の予定）
- あて先 〒759-4192 ※住所不要
長門市役所企画政策課
- 「NHK行くよ！後輩」係

- ※ご応募の際にいただいた情報は、抽選結果のご連絡に使用させていただきますほか、NHKでは受信料のお願いに使用させていただきますことがあります
- 申し込み締切
6/4（水）必着



▲ マギー審司さん



▲ 細川たかしさん



▲ 松本明子さん

- 放送予定
8/9（土） 18:00～18:53
（衛星第2テレビ／全国放送）
8/11（月） 16:00～16:53
（衛星ハイビジョン／全国放送）
- 問い合わせ
長門市役所企画政策課
TEL 23-1116
（平日 8:30～17:15）
- ・NHK山口放送局
TEL 083-921-3733
（平日 9:00～18:00）
http://www.nhk.or.jp/yamaguchi/

自衛官募集

自衛隊募集事務所では、平成20年7・8月入隊の自衛官を次のとおり募集しています。

- 募集種目
自衛官2等陸・海・空士
- 受験資格
18歳以上27歳未満の男子
- 試験日
5/25(日)
- 試験会場
陸上自衛隊山口駐屯地
- 受付期限
5/23(金)
- 問い合わせ
〒758-0025 萩市土原490-3
自衛隊募集事務所
TEL 0838-22-2409

お知らせ

シルバー人材センター 入会説明会

(社)長門市シルバー人材センターでは、次のとおり入会説明会を開催します。満58歳以上の健康で働く意欲のある人をお待ちしています。

- 開催日
毎月第2木曜日
- 時間・場所
・長門会場 10:00～
シルバー人材センター事務局
(東深川正明市4区)

・油谷会場 13:30～
シルバー人材センター油谷事務所(油谷新別名)

■所要時間 約1時間30分
■その他
・現在、雇用保険(失業保険)を受給中の人がセンターの仕事をするため保険が停止します。不都合のある人は終了後の入会をお願いします。
・都合により日程等を変更することがあります。電話でご確認のうえお越しください

■問い合わせ
(社)長門市シルバー人材センター
TEL 22-5639
三隅事務所 TEL 43-2588
日置事務所 TEL 37-2515
油谷事務所 TEL 33-0009

海技免許の更新講習

関門海技免許センターでは次のとおり海技免許の更新講習を実施します。

- 日時
5/18(日)
受付 9:30～講習 10:00～
- 場所
ルネッサながと
- 持参するもの
・海技免許
・写真2枚(縦4.5cm×横3.5cm・スピード写真可)
・本籍地記載の住民票1通(旧免許証の人および住所変更の

ある人のみ)
■費用
小型免許更新講習
8、100円

※大型受有者は事前にお問い合わせください
■申し込み・問い合わせ
関門海技免許センター
TEL 083-266-4029
<http://kanmon-k.jp>

自衛隊展

萩市自衛隊協力会、萩市自衛隊父兄会および山口県隊友会秋支部では、次のとおり自衛隊展を開催します。

- 日時
5/3(土)・4(日)
9:00～15:00
- 場所
アトラス萩店
(萩市大字御許町42-1)
- 内容
陸上自衛隊車両展示(軽装甲車・高機動車・偵察用オートバイ ※軽装甲車は北浦地区初登場)、自衛隊パネル展示、DVD放映、ミニ制服試着による写真撮影、災害宿泊施設展示
- イベント協力部隊等
自衛隊山口地方協力本部、陸上自衛隊第17普通科連隊(山口)、

航空自衛隊見島分屯基地
■問い合わせ
自衛隊萩地域事務所
TEL 0838-22-2409

ながと歌舞伎ゼミナール

■歌舞伎は 知れば知るほど面白い!
第2回山口県総合芸術文化祭メインフェスティバル・プレイベントおよび平成20年度文化庁「文化芸術による創造のまち」支援事業として次のとおり開催します。多くの皆さんのお越しをお待ちしています。

- 日時
6/1(日)
開演 13:30(開場 13:00)
- 場所
ルネッサながと
- 入場料
無料(要入場整理券)
- 整理券配布開始日
5/1(木)
- 整理券配布場所
ルネッサながと、ラポールゆや、市内各公民館、山口県文化連盟
- プログラム
13:30～14:10
講演「歌舞伎のいろは」

400年の歴史を持ち世界中に高く評価されている歌舞伎は、本来江戸時代の庶民の芸能だったので決して難しいものではないはずです。果たしてど

のような歴史と特徴をもっているのか、またどのような楽しみ方があるのかをわかりやすく解説します

歌舞伎ゼミナール

スーパースター歌舞伎にも出演している市川猿之助門下の3名の役者が歌舞伎の立ち回りなど実演を交えて歌舞伎をわかりやすく解説し、歌舞伎の世界に皆さんをご案内します

【出演】市川笑三郎ほか
■問い合わせ
ルネッサながと
山口県文化連盟
TEL 26-6001
TEL 083-933-2610



市川笑三郎さん



小坂弘治さん

長門税務署からの お知らせ

税務署や市役所、社会保険庁の職員をかたった不審な電話にご注意ください

最近、山口県下で税務署の職員を名乗り「市県民税の還付があるのでフリーダイヤル0120-XXXX-XXXXに連絡してください」や「税金の還付が〇〇円ある。手続きは本日中午のうちにATMに行ってください。疑問があればフリーダイヤル0120-XXXX-XXXXに連絡してください」などという

不審電話があったとの情報が寄せられています。

税務署や市役所、社会保険庁の職員を装い、現金自動預け払い機(ATM)を操作させ振込を行わせる「振り込め詐欺」による被害が後を絶ちません。

税務署や市役所では、還付金受取のために金融機関等のATMの操作を求めたり、納税のために金融機関の口座を指定して振込を求めたりはありません。不審な電話がかかってきた場合には、相手の部署や氏名、電話番号を聞いたうえで一度電話を切り、税務署にお問い合わせ

ください。

■問い合わせ

長門税務署
TEL 22-2441

インターフェロン 治療費助成

山口県では、4月1日からウイルス除去を目的としたインターフェロン治療費助成を開始しました。

■対象となる人

県内に住民票を有し、医療機関で治療を要すると診断された人のうち、県の審査会において認定された人

■助成の内容

B型・C型ウイルス性肝炎のインターフェロン治療のうち保険適用分について世帯の所得に応じた自己負担額を超える医療費を公費負担します

■助成の期間
申請書を受理した月の初日から1年間

■受給手続
長門健康福祉センターに申請書類を提出して、

助成対象の認定を受ける必要があります。くわしくはお問い合わせください

■申し込み・問い合わせ

山口県長門健康福祉センター
TEL 22-2811

未来日記

Part 36

長門市長 松林正俊

やきとり交流

長門市が「日本一の焼き鳥のまち」宣言をしたのは、3年前の平成17年のことです。その後、「焼き鳥の長さ世界一」に2度挑戦し、見事記録を達成したのはご存知のとおりです。その2度目の達成記録20m71cmがこの度会津若松市において破られました。

幕末、会津藩は幕府軍の主流として最後まで官軍と戦いました。鶴ヶ城でのろう城戦と白虎隊の悲劇は、戊辰戦争の象徴的な出来事として今も語り継がれています。その戊辰戦争において官軍であった長州人は、会津の人々に敵軍の代表として長く

今日まで敵がい心に近い感情を抱かれています。その会津若松市で、4月13日に「焼き鳥の長さ世界一」の挑戦が行われました。《会津地どり》で《長州どり(取り)》と、会津養鶏協会や地元青年会議所の皆さんなどで結成された実行委員会は戊辰戦争の敵討ちと言わんばかりの意気込みで臨まれました。新記録の20m85cmの長さは、戊辰戦争140年目にこだわって140mmの更新であります。

私たちが見れば全てが意識過剰に思える今回のイベントでしたが、140年間の冷めた関係が少しでも変わるきっかけになっ

こんにちは市長室

- 三隅支所(2階会議室)
5月7日(水) 9:00~11:30
- 日置支所(市民相談室)
5月13日(火) 9:00~11:30
- 油谷支所(2階応接室)
5月21日(水) 9:00~11:30
- 通公民館(1階会議室)
5月28日(水) 9:00~11:30
- 問い合わせ 秘書係 Tel 23-1113

私と未来を語りませんか?

こんにちは市長室

●会期 5/25(日)まで
●開館時間 9:00~17:00
(入館は16:30まで)

太陽、月、星、鳥、虫
「変わるものたち」
遠く離れた満州やシベリヤの地で、ふとしたおりに見上げた太陽、月、星などの変わらぬ美しさが、画家の心に深く刻まれ、望郷の念とともに、「朝陽」、「星」(有刺鉄線)「夏」など、代表作「シベリヤ・シリーズ」のモチーフにもなりました。
戦争と平和を描き続けた香月泰男画伯の、荘厳な空の風景をお楽しみください。

「私の」空展



次回予告
5/31~9/28
「私の」生きもの展



恒久の詩情を歌う
「私の」空展
香月泰男美術館で実施しているアンケートから、来館者の声を紹介します。
去年、金子みすゞ記念館を観に来た時に時間が無く来られなかったから、今回来ることができてとても嬉しい。以前知っていた香月のシベリア作品だけのイメージから、おもちゃや素描、絵付の素晴らしい作品を知ることができて大変感動した。これからこの素晴らしい芸術をいつでも展覧してください。ありがと。(兵庫県60代男性)

来館者の声

●入館料(20人以上団体)
・一般 500円(400円)
・大学生 300円(240円)
・高校生以下無料

香月泰男美術館で実施しているアンケートから、来館者の声を紹介します。

公演は、11月30日(日)に開催する予定です。



ゆや子どもミュージカル
結団式を開催
油谷子どもミュージカル第7作「ZOZO〜ぼくたちの反乱〜」の制作にあたり、4月5日(土)に結団式を開催しました。
今回出演するのは、新入団員12人を含む33人。式では、脚本・演出を手掛ける伊藤寿真男さんが「この舞台は1人欠けてもだめ。みんなで作らなければならぬ」と意気込みを語りました。

ゆや子どもミュージカル 結団式を開催



友愛学級
長門市中央公民館高齢者学級の「友愛学級」は、今年度は昨年度より若干少ない73人が入会され、新たな年度がスタートしました。平均年齢は77歳です。
毎年一歳ずつ確実に増えていく年齢ですが、学級生のみならずはともお元気で、いろいろなことに取り組まれています。
昨年度は「災害のとき、自分たちはどうしたらいいかわからない」という意見を受け、消防署と市役所の担当者から話を聞きました。また、裁判員制度についても検察庁の担当者からビデオを見ながらわかりやすく説明を受けました。3月の閉講式での講演

友愛学級
長門市中央公民館高齢者学級の「友愛学級」は、今年度は昨年度より若干少ない73人が入会され、新たな年度がスタートしました。平均年齢は77歳です。
毎年一歳ずつ確実に増えていく年齢ですが、学級生のみならずはともお元気で、いろいろなことに取り組まれています。
昨年度は「災害のとき、自分たちはどうしたらいいかわからない」という意見を受け、消防署と市役所の担当者から話を聞きました。また、裁判員制度についても検察庁の担当者からビデオを見ながらわかりやすく説明を受けました。3月の閉講式での講演



友愛学級の様子

では感動の涙を流しながら講師の話を楽しみました。
「すぐ忘れるからねー」と帰りの声。でもいいんです。忘れても忘れても、めげずに学習するのが友愛学級生なのです。
年をとると足腰が弱ってきます。友愛学級では楽しく足腰を鍛えるため、フォークダンスを毎月2回楽しんでいます。このフォークダンスのおかげで寝たきりにならずにいる人が、あるいはいるかもしれません。そして、適度な運動とゲームを楽しむグラウンドゴルフも年間数回開催されます。皆さん思い思いに参加されます。
新年度、友愛学級の元気な学級生はどこに向かうのでしょうか。



ルネッサながと
のあの人気公演の招待券が当たるチャンス！
平成20年度開催予定のイベントへ無料で招待するチケットプレゼントの大抽選会を開催します。会場では依山こども歌舞伎による「白浪五人男」、秋吹奏楽団「サマーオレージズ」によるウェルカム公演もあります。またロビーでは、さつきや盆栽、鉢物の展示即売会を予定しています。
●とき 5/6(火) 14:00~
●入場無料
※入場整理券を配布しています。先着800人、1人4枚まで(電話予約可)

チケット大抽選会



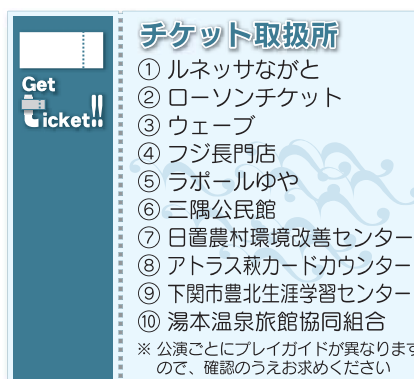
●とき 5/25(日) 13:00~
●出演 鼓波会、みずき音頭を育てる会「青波」、三隅清風太鼓、長門和太鼓オーケストラ「翔門」
●入場料(全自由席・当日同額) 一般/1,000円
●高校生以下 500円
●チケット取扱所 ①、③、⑩
●チケット好評発売中

第4回
ながと和太鼓フェスティバル
2008
長門市内で活動中の和太鼓グループ4団体、ルネッサながとの舞台に「一挙集結」！それぞれの個性を活かしつつも、それらを今まで以上に融合させた一体感ある「ひとつの舞台」をお届けします。
長門ならではの「長門の和太鼓」、どっしり期待ください。



●とき 8/27(水) 18:30~
●入場料(全指定席) 5,800円
●チケット発売日 友の会 5/10(土) 10:00~
●一般 5/21(水) 10:00~
●チケット取扱所 ①、②
●ローソンコード: 67802
●5/21チケット一般発売開始

ザ・ベンチヤーズ
Japan tour 2008
現在の日本のロックの基礎を築いたエレキの王者、現役最長ロック・グループ「ザ・ベンチヤーズ」がルネッサながとに初上陸です。
あの日聞いた彼らの熱いビートが今、よみがえる！この夏、エレキ・ブームの大旋風がルネッサながとに巻き起こること間違いなし！どっしり期待ください。



●とき 6/22(日) 13:30~
●演目 「コーヒーをもう一杯」(霧のかなた)
●入場料(全指定席) S席/4,000円
●A席/3,500円
●チケット取扱所 ①、②
●ローソンコード: 67249
●チケット好評発売中

風間杜夫ひとり芝居
風間杜夫が衰えを知らない精神と体力と演技力を駆使し、団塊の世代を代表して、そして万感の思いを込めて、演じます、ハジケます！
数々の賞を受賞し、日本全国、海外を笑いと感動の渦に巻き込んだひとり芝居の待望の新作2本立てです。どっしり期待ください。



整腸作用にオススメ！

豆乳のコーンスープ

栄養価 (1人分)

エネルギー…148 kcal 脂質…5.4 g
塩分相当量…1.0 g たんぱく質…10.1 g



材料 (4人分)

豆乳 …1.5カップ
コーン …1.5カップ
鶏ささみ …60g
卵 …小2個
スープ …4カップ
塩 …少々
コショウ …少々
片栗粉 …少々
パセリ、クルトン …適宜

作り方

- ① 鶏ささみは筋を取って細かく切り、コーン、卵、スープ、塩と一緒にミキサーにかける
- ② ①を鍋に移し火にかけ、煮立ったら豆乳を加える。水溶き片栗粉でとろみをつけ、コショウで味を調える
- ③ 器に盛って、クルトン（ガーリックトーストなど）を浮かせ、刻みパセリを散らす

ワンポイントアドバイス

スープにブイヨンを使用すると塩分があるので、塩を加えなくてもおいしくいただけます



ほっちやテレビ 放送予定 5/4 (日)・5/9 (金)



お医者さんハシするより かかりつけ医
そのためにはまず「かかりつけ医」を持つことです。
・家の近くにある
・普段の体の様子も知っている
・時間やお金のむだなく、じょうずにかしく医療を受けるため、次のことを心がけましょう。

保健MEMO

わたしたちは病気やケガをしたとき、受診し、加入している医療保険によって、少ない負担で自由に医者にかかることができます。

医療費の財源は、わたしたちの保険料です。かかった医療費の増減に伴って、払う保険料も増減します。

時間やお金のむだなく、じょうずにかしく医療を受けるため、次のことを心がけましょう。

今月のテーマ

じょうずに受診のすすめ

- ・なんでも話ができる
- ・きちんと説明してくれる
- ・十分な情報が得られる
- など「かかりつけ医」はあなたの強い味方です

まずかかりつけ医に診てもらい、必要に応じて大きな病院など専門医を紹介してもらうのがじょうずな受診の基本です。

伝えよう 使用薬と過去の病気
症状は的確に

いつから？程度は？他院での受診は？のんではいた薬は？などメモしていきましょ。別の病院を受診するときは、現在の病院でいる薬や検査データをもっていくと、むだな検査は省けますし、薬の副作用も避けることができます。

乳幼児では、気になる便や吐物を持っていきましょ。

なるべしけいけい

時間外や休日受診

空いていると思いき、診療時間終了間際に受診するのでなく、できるだけ診療時間内に早めに余裕をもって受診しましょ。時間がたてば重症化する恐れもあり、その分治るまでに時間や手間もかかります。



健診をうけて健康管理を

わたしたち一人ひとりが、日ごろから自らの健康づくりに心がけるとともに、早期発見のための健診を受けて自分の健康管理に役立てましょ。

health

NAGATO

健康ガイド

長門市保健センター（健康増進課） ☎ 23-1132 Fax 23-1168

三隅保健センター ☎ 43-2444 Fax 43-2814

日置保健センター ☎ 37-5100 Fax 37-5101

油谷保健福祉センター ☎ 33-3021 Fax 33-3022

健康診査

- 乳児健康診査**
- 岡田クリニック TEL 22-2717
 - 3カ月児・7カ月児健康診査
 - ・月～金曜日 8:30～17:00
 - ・土曜日 8:30～12:00
 - ※5/3(土)、5/5(日)、6/6(火)は休み
 - 長門総合病院 TEL 22-2220
 - 3カ月児健康診査(110日以降)
 - ・毎週火曜日 13:00～14:00
 - ※5/6(火)は休み
 - 7カ月児健康診査
 - ・5/1(木) 15:00～14:00
 - ・5/13(火) 14:00～14:30
 - 木村クリニック TEL 32-0008
 - 3カ月児・7カ月児健康診査
 - ・5/13(火) 14:00～14:30
 - 友近内科循環器科医院 TEL 32-1180
 - 3カ月児・7カ月児健康診査
 - ・5/8(木) 14:00～14:30
 - 共通事項 母子健康手帳と乳児一般健康診査受診票を持参のこと
- 1歳6カ月児健康診査**
- 対象 18年10月生まれの子
 - 日時 5/14(水) 13:00～13:30
 - 会場 長門市保健センター
 - 必要なもの 母子健康手帳等
- 3歳児健康診査**
- 対象 17年4月生まれの子
 - 日時 5/27(火) 13:00～13:30
 - 会場 長門市保健センター
 - 必要なもの 母子健康手帳等

相談

- 健康相談**
- 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
 - 5/7(水) 9:00～11:30
 - ・黄波戸漁村センター
 - 9:30～11:30
 - ・川尻老人憩いの家
 - 13:00～15:00
 - ・日置保健センター
 - 5/8(木) 9:00～12:00
 - ・三隅保健センター
 - 5/12(月) 9:30～11:30
 - ・宇津賀集落センター
 - 5/20(火) 9:30～11:30
 - ・向津具公民館
 - 5/23(金) 9:30～11:30
 - ・油谷保健福祉センター
- 育児相談**
- 日時・会場
 - ・5/2(金) 16:00
 - ・9:30～11:30、13:00～15:00
 - ・長門市保健センター
 - 5/2(金) 10:00～11:30
 - ・日置保健センター
 - 5/7(水) 10:00～11:30
 - ・黄波戸漁村センター
 - 5/21(水) 9:30～11:30
 - ・油谷保健福祉センター

心の健康相談(要予約)

- 対象 乳幼児と保護者
- 日時・会場
 - ・5/20(火) 13:00～14:00
 - ・長門健康福祉センター
- 申込方法 事前に長門健康福祉センターへ申し込む
- TEL 22-2811

禁煙相談(要予約)

- 日時・会場
 - ・5/13(火) 13:00～16:00
 - ・長門健康福祉センター
- 申込方法 事前に長門健康福祉センターへ申し込む
- TEL 22-2811

育児学級

- 日時・会場
 - ・5/20(火) 13:30～15:00
 - ・長門市保健センター
- ※生後4、5カ月の保護者

検診

事前の申し込みが必須です

大腸がん・胃がん検診

- 日時・会場(受診票が必要です)
 - ・5/15(木) 16:00～17:30
 - ・三隅保健センター
- 5/20(火) 7:30～9:30
 - ・三隅上地区健康管理センター
- 5/21(水) 7:30～9:30
 - ・山口県漁協野波瀬支店(旧魚市場)

予防接種

小児マヒ(ポリオ) ワクチン接種

- 対象
 - ・生後3カ月から90カ月未満児(なるべく生後3カ月から18カ月までに済ませてください)
 - 投与回数 41日間以上の隔で2回投与(春と秋に2回実施)
- 日時・会場
 - ・5/1(木) 13:30～14:00
 - ・三隅保健センター
- 5/8(木) 13:30～14:00
 - ・長門市保健センター
- 5/15(木) 13:20～13:50
 - ・油谷保健福祉センター
- 必要なもの 母子健康手帳等
- 問い合わせ 長門市保健センター
- TEL 23-1132

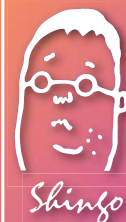
肺がん検診

- 日時・会場(受診票が必要です)
 - ・5/13(火) 16:00、19(日) 22(木)
 - ・長門地区内巡回
- 5/30(金) 7:15～8:00
 - ・大日比公会堂
- 8:50～10:00
 - ・山口県水産研究センター
- 5/22(木) 23(金) 7:30～9:30
 - ・三隅勤労者スポーツセンター
- 5/28(水) 29(木) 7:30～10:00
 - ・徳山公民館

尾崎眞吾の

みずぎギャラリー

vol.75



喧嘩のあと

金子みすゞ

ひとりになった
一人になった。
むしろの上はさみしいな。

私は知らない
あの子が先よ。
だけでもだけでも、さみしいな。

お人形さんも
ひとりになった。
お人形抱いても、さみしいな。

あんずの花が
ほろほろほろり。
むしろの上はさみしいな。

『金子みすゞ全集』（JULIA 出版）



ムが水バケツ消火に参加しました。
大会結果は次のとおりです。【消防団の部】1位日置分団第3部隊、2位三隅第2分団中村部隊、3位深川北分団第3部隊【女性の部】1位BLUE・WIND・GIRLS（湯免清風園）、2位日置婦人防火クラブ、3位長門総合病院

Camera Report カメラリポート 表紙の説明



日頃の訓練の成果を競う 長門市消防操法大会

4月20日、旧青海島小学校グラウンドで第3回長門市消防操法大会が行われました。

この大会は、消防団員の消防技術の向上と士気の高揚、女性の初期消火活動の迅速・確実さの向上を図るもので、市内消防団9チームが応急操法に、婦人防火クラブなど8チー

長門市広報

NAGATO

Public Relations

あなたと市役所を結ぶ『かけ橋』

編集・発行 長門市役所 企画総務部 秘書広報課 広報広聴係
〒759-4192 山口県長門市東深川1339番地2
TEL 0837-23-1117 FAX 0837-22-5358
ホームページアドレス <http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/>
Eメールアドレス koho@city.nagato.yamaguchi.jp



交通事故発生状況

	事故件数	死者数	傷者数
長門市	本年累計	42 件	0 人
	前年対比	- 9 件	- 4 人
	昨年中の交通事故死者数		7 人
山口県	本年累計	2,477 件	23 人
	前年対比	- 212 件	- 19 人
	昨年中の交通事故死者数		115 人

〔平成20年4月20日現在概数〕