

広報 ながと

Nagato City Public Relations

2009
(平成21年)
No.103



新商品！黒豆あんぱんはいかが？／日置農業高等学校

主な内容

- フォトルポほたるまつり探訪 2～3 ページ
- 「刷新と対話」市長所信表明の概要 4～7 ページ
- 「ふるさと納税」使い道のご報告 8～9 ページ
- 暮らしの情報 14 ページ～

・ほっちゃテレビ利用料等の減免申請 ・長門市人権教育セミナー
・社会を明るくする運動 ・国保保険料免除制度 ・こども文化パスポート



10



12



11



14



13



15



5



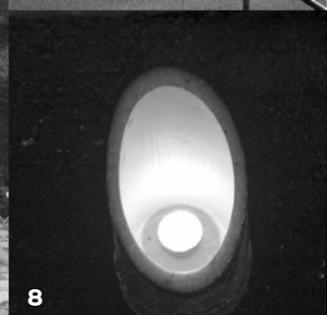
7



6



9



8



1



3



2



4

フォト
ルボ

ほたるまつり探訪

6月中旬になると市内ではたくさんのおぼたるが鑑賞できる。それにあわせて、各地で工夫を凝らした「ほたるまつり」が開催され、たくさんのおぼたるが活躍している。6月13日(土)に開催された3カ所の「ほたるまつり」取材してみた。

蛍のふる里まつり IN 大畑

深木「長門市農村婦人の家」前を会場に、「蛍のふる里まつり IN 大畑」が開催された。これは、大畑小学校の閉校記念事業として地元の有志で組織する「大畑小学校閉校記念事業実行委員会」と地元グループ「クラブネッツ大畑」が実施したもの。大畑小学校の児童12人一人ひとりが挨拶をした後、全員で校歌を歌った。来場者からは、温かい拍手が贈られた。会場では、焼き鳥や焼きそばなどのパザいや、ほたるスポットを巡るスタンプラリーが行われるなど大勢の来客で賑わい、深川川を乱舞するホタルを楽しんだ。

蛍のふる里まつり IN 大畑
①まつり会場のようす(パザーに並ぶ人たち) ②校歌を歌う大畑小学校の児童 ③スタンプラリーを終えた子どもたちが景品のくじを引いているところ ④深川川には無数のほたるが乱舞していた

手づくりほたる祭り in 俵山
⑤恒例のビンゴゲームで子どもも大人も大興奮。数字が読み上げられるたびに歓声が上がっていた ⑥ビンゴゲームのために用意された豪華な景品 ⑦下関市立大学の学生がお手伝いをしていた ⑧ほたる鑑賞会場「七重河川公園」には竹の筒にろうそくが灯っており、足下を照らすとともに幻想的な雰囲気を演出していた ⑨河原に降りてほたるを鑑賞する参加者

手づくりほたる祭り in 俵山
俵山頭振川みどりの砂防公園駐車場では、手づくりほたる祭り in 俵山が行われた。これは、俵山の若い有志が中心となって地域を活性化しようと毎年開催しているものだ。会場内のパザーでは、焼き鳥や焼きそば、飲み物、綿菓子などが販売され、多くの人が列を作っていた。祭りは恒例のビンゴゲームで最高潮に。日が暮れ、辺りが暗くなると、無料のシャトルバスが運行され、親子連れなどが七重河川公園でほたるを観賞した。

三隅上地区ホタル祭り
⑩会場はたくさんのおぼたるが活躍していた ⑪人気の焼きそばのコーナーは大忙し ⑫にぎわう各種パザーの出店 ⑬ほたるかごづくり大会では、子どもたちは、地区のお年寄りの手ほどきを受けながら、一生懸命竹ひごと麦わらでかごを編んでいた ⑭木工クラフトコーナーでは木の枝や木片を使って思い思いにオブジェを作っていた ⑮完成したほたるかご

三隅上地区ホタル祭り
三隅の宗頭文化センターでは「第12回三隅上地区ホタル祭り」が開催された。これは環境啓発の一環として行われている。会場では、各種のパザーや木工クラフトコーナー、竹ひごや麦わらを使ったほたるかごづくり大会が行われ、多くの家族連れで賑わっていた。日が暮れて辺りが薄暗くなると、参加者は、樅の木橋の周辺に移動し、ほたるの鑑賞会を楽しんだ。

「刷新と対話」市長所信表明の概要

6月定例会市議会で、南野市長が平成21年度予算に対する補正予算案を上程しました。この補正予算は、骨格予算であった平成21年度当初予算に対する肉付けの意味を持っており、南野市長は、上程に先立って所信を表明し、基本的な考え方や主要な施策について説明しました。その主な部分を抜粋してご紹介します。

はじめに

市長に就任し、早1カ月余りが経過しました。ここに所信の一端を申し述べ、議員各位、並びに市民の皆様にご理解とご協力をお願い申し上げます。

今日、合併後の長門市は、人口が減少する上に少子高齢化が進み、地域産業は全国的な景気の落ち込みと同様に低迷している状況にあります。行政においても、主要な財源である地方交付税が減額されるなど、たいへん厳しい行政運営を迫られています。私も議長として、この4年間を経験し、松林前市長におかれては、合併の実現、さらに合併後には、厳しい財政運営を迫られる中において、ケーブルテレビ網の整備や下水

道の整備など、新市建設計画の実現に尽力され、その功績は高く評価されるものと思っています。しかしながら、地域の閉塞感、合併後ますます大きくなっているように感じられ、第1次産業の農林水産業を重点に、地場産業の振興を図るといった、市全体の景気浮揚が求められています。

市政の刷新

こうした現状を踏まえ、私は、選挙期間中に「市政を刷新」して、長門市の閉塞感を打破し、失速した長門市政の立て直しを呼びかけてきました。刷新とは、「悪いところを取り除いて、まったく新しくすることです。そのためには、どこに問題があり、どのような対策が有効なの

か、地域の課題を明らかにする必要があります。刷新にあたっては、当面の対応策を三つに絞り、スピード感を持って対処します。

まず、一つ目は「徹底した行財政改革」であります。今後6年間で、合併特例法に基づく合併特例債などの優遇措置が切れます。この間に行財政改革を徹底させ、財政健全化の道筋をつけなければなりません。

そこで、現行の経営改革「プラン」は、平成22年3月までが計画期間となっていることから、本年1年間はそのプランの中で、的確に具体的な進捗を図ることとします。そして、新たなプランの策定にあたっては、市民の目線による徹底した行財政改革を行う必要があることから、「長門市行政改革懇話会」を設置します。既に2名の公募委員を募集していま



▲所信表明をする南野市長

す。本年度中には、新たな「経営改革プラン」を策定し、財政健全化の方策を示したいと考えています。

次に、二つ目は「産業振興による地域活性化」です。この地域の閉塞感を払拭するには、第1次産業、第2次産業、第3次産業、それぞれに対し、行政として何らかの支援をする必要があります。そこで、その方策について、民間委員による議論・助言をいただくため、「ながと地域再生戦略会議」を立ち上げます。戦略会議では、総合計画で示す戦略プロジェクトに関し、行政の枠にとらわれない斬新な感覚で幅広い意見を

求めています。

そして、三つ目は「行政経営会議の設置」です。この行政経営会議は、市長の総合的判断をサポートするもので、市長を始めとする特別職、およびすべての部門の責任者を会議メンバーとします。会議では、長門市の現在および将来の課題、それに対する施策案に関して、施策・事業の選択の確性、他部門への影響などを協議することで、より良い選択を行い、効果のある行政運営を目指します。

基本構想と公約

■自然と人がやすらぐ安全なまち

老朽化が進むごみ処理施設の建設については、建設費や管理運営費削減の観点から単独設置の方針を見直し、萩市との共同設置に向け協議を進めます。

景観の保全については、行政と市民が協働する取り組みを促進します。特に、海岸清掃は、多くの市民のご理解とご協力によって、確実に成果が現れてきています。

一方、海岸線への漂着ごみは依然として多いことから、下関市とともに行う実態調査を継続し、10月には両市の共催で「海ごみサミット」を

開催します。また、環境省の事業を活用し、油谷大浜海岸の漂着ごみを撤去します。

道路整備については、市民生活や社会・経済活動を支える重要な役割を担っており、本市にとって生命線とも言えるほど重要な課題です。中でも、「山陰自動車道」の整備は、本年3月13日に、将来の「山陰自動車道」の一部となる「長門・俵山道路」が国直轄事業として事業化されました。今後は、「長門・俵山道路」の早期完成と、「長門・下関間」全線の早期事業着手に向けた取り組みを強力に推進していきます。

■6次産業が栄えるまち

私は6次産業を否定するものではありません。これまでの6次産業の成果は評価すべきものと思っています。しかし、「6次産業」という言葉は分かりにくい、という声があることから、その活動の実態に即し、これを新たな地域おこしとなる「農工商連携」と、その地域ならではの観光となる体験・交流の「ニューツーリズム」に区分し、これら事業を実施計画の中で推進していきます。

農林業の振興については、農業者相談窓口を設置するとともに、「農商工連携」の土台となる農産物の供給



▲高校生修学旅行の受け入れ(ニューツーリズム)

体制の確立に向けた事業を推進します。現在、農業従事者の高齢化、後継者不足などによる担い手の確保が重要な課題となっています。その解決のためには、「人づくり」が重要であり、対策として、法人化などによるより生産性の高い集落営農を推進し、地域の特性を活かした水田農業や、産地育成の推進などを支援します。

水産漁業の振興については、県漁協長門統括支店において、仙崎新市場の建設が平成23年度に予定されています。市としても、この早期実現に向け、積極的に支援します。

次に、観光振興については、隣接する自治体との広域連携を一層推



▲市民の皆さんとの協働により成果が現れている海岸清掃

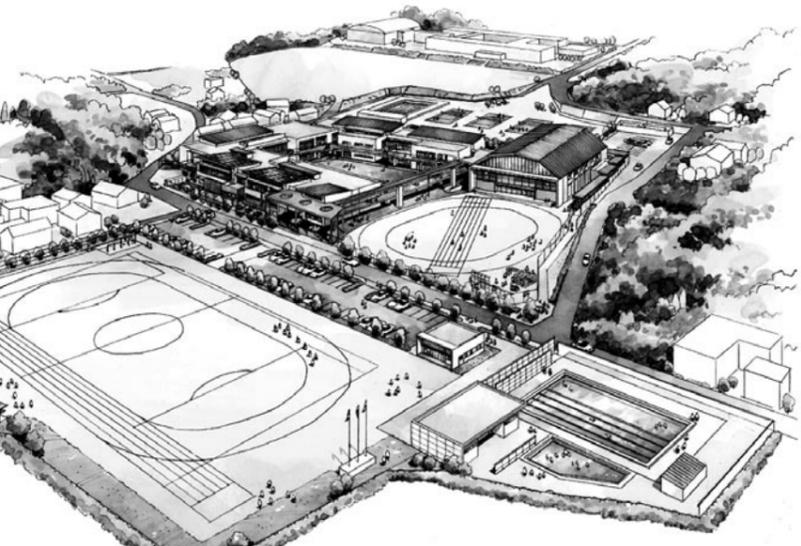
進し、交流人口の増加を図ります。今年、「全国やきとリンピックin長門」を、「ながとふるさとまつり」にあわせて開催します。こうした具体的な取り組みやイベントを通じて、1次産業を軸とする産業振興を図ります。

■生きがいと笑顔があふれるまち

新型インフルエンザが、急速に世界的な広がりを見せ、大きな社会的影響をもたらしています。また、県内での発生が確認されたことを受け、新型インフルエンザ対策本部会議を開催し、市民への情報提供を行うとともに、学校や保育園、福祉施設などに対し、予防対策の周知を図ったところです。感染症発生に備えた行動計画の整備と危機管理対策の充実を図ります。

次に、地域福祉の充実については、高齢化率の高い宇津賀・向津具地区において、ひとり暮らしの高齢者世帯などの日常生活における利便性の確保や見守りなどを組織的に展開する事業にも取り組みます。

福祉医療制度については、本年度から県の制度見直しにより、本人にも一部負担金が必要となることですが、これを市が負担することとし、無料化を継続します。



▲深川小学校完成予想図

次に、アウトソーシングの推進ですが、平成20年3月に策定されたアウトソーシング推進計画を着実に実行するとともに、新たに民間委託できる分野の検討を進めます。特に、ケーブルテレビの番組制作と図書館業務は、具体的な検討を進めます。

財政運営の効率化については、本市の歳入財源が、その多くを地方交付税や地方譲与税などに依存しており、市税などの自主財源は約3割で財政基盤は弱いと言わざるを得ない状況です。今後も財政健全化を図り



▲給食センターの完成予想図

■個性豊かな人が輝くまち

学校給食施設については、高い衛生水準と安心・安全で栄養バランスのとれたおいしい給食を提供するため、2,400食規模の学校給食センター建設工事に着手し、平成22年9月の供用開始を目指します。これに伴い、食材の供給システムの構築を加速させ、地場産食材を積極的に使用するなど、地産地消を推進します。

次に、学校施設の耐震化推進については、国の「経済危機対策」を活用し、向陽小学校の屋内運動場、仙崎中学校校舎および屋内運動場、並びに深川中学校校舎について、耐震

つつ、持続可能な財政運営をしなければならないなりません。そのためには、「身の丈にあった財政規模」を目指し、限られた財源をいかに有効に活用するかという「事業の選択」が最大の課題であり、予算編成にあたっては、民間企業の感覚で整理し、収入に見合う支出の構築を図る必要があります。

財政状況は極めて厳しい状況下ではありますが、学校給食センター、深川小学校、およびごみ焼却場の改築など、実施しなければならぬ大型事業を控えていることから、将来を見据えた計画的かつ健全な財政運営に努めます。

広域行政の推進については、これまでと同様に下関市との連携を継続するとともに、近隣市である萩市、美祿市とも連携が可能な事業については、積極的に推進していきたいと考えています。

■終わりに

最後に、「刷新」と並んで、私の基本姿勢である「対話」について、ご説明します。私は、市長就任以来、「風通しの良い政治」を目指し、市長室のドアを開けています。また、時間の許す限り、市民の皆さんとの「対

3次診断および耐震補強計画を実施します。

■みんなで創り、自分発信するまち

合併したことにより地域の格差が広がったという声を真摯に受け止め、その対策の一つとして、合併時に旧1市3町ごとに設置された地域審議会において、合併後の課題を検証し、市の周辺部が衰退しない方策を推進します。なお、この検討にあたっては、4地区の地域審議会ですべて「地域審議会連絡協議会」を設置し、「市が全体としてどうあるべきか」という視点からご意見をいただきます。市政運営に反映させていただきます。

また、市民相談の充実については、各地域で問題となっていることについて、様々な要望などを出していただき、スピード感をもって解決することで行政の信頼を取り戻したいと考えています。そこで、5月1日の組織改革において、企画政策課内に「すくすくやる係」を設けたところです。この「すくすくやる係」では、地元要望などをとりまとめ担当課との調整、そして、要望事項の進捗管理を行います。

次に、効率的な行政運営の推進については、まず、定員適正化計画では、合併時の職員数を「10年間で100

話」の時間を設けるように努めています。顔を合わせ、ひざを交えて聴き、話すことにより、市民のニーズや市政における不足するところを知る事ができると考えるからです。「対話」を通じて、市民との、また各団体との、そして職員とのパイプを太くし、情報を共有することにより、山積する課題解決の糸口が見えて来るし、相互の信頼関係も構築できるものと思っています。

厳しい財政環境にあっても、行政には常に市民福祉の向上を目指し、総合的、計画的に施策を推進することが求められております。地方分権の時代にふさわしい自治体となるためにも、行財政改革の理念に沿って、事務事業の絶えざる見直しを行うなど、効率的かつ合理的な行政経営に努め、主要な課題の実現に向けて全力で取り組みます。市民、議員の皆様のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

■主な補正予算の内容

分野別	事業名	事業費 (単位：千円)
農業振興	ため池改修事業	1,502
	農道舗装事業	6,003
	県営農道保全対策事業	3,875
	団体営調査設計事業	1,890
漁業振興	水産物基盤ストックマネジメント事業	3,001
	仙崎漁港単独漁港建設改良事業	2,400
道路改良	市道湯本線道路改良事業	14,600
	市道稲石・上小田線道路舗装改良事業	5,000
住宅管理	市営住宅水洗化事業	6,238
	住宅・建築物耐震化促進事業	2,000
教育振興	深川小学校改築事業	52,818
	油谷小学校改築事業	17
	向陽小学校耐震補強事業	6,794
	仙崎・深川中学校耐震補強事業	31,994
	学校給食センター建設事業	734,671
文化振興	金子みすゞ没後80年記念事業	684
	香月泰男生誕100年記念事業	115



▲民間委託が検討されるケーブルテレビの番組制作

人削減する」としていましたが、人口規模や産業構造が類似している自治体との比較では、さらなる職員数の削減が必要と考えています。そこで、本年度中に新たな「定員適正化計画」を作成し、適正な職員の人員規模の目標数値を示します。また、組織のスリム化と同時に、機動性の向上が求められます。支所については、「本庁に照会しなければ、対応策が決まらない」といった不満も聞かれることから、支所長の権能を増す工夫など、本年度中に、内部組織である組織検討委員会で検討し、市内全域に自配りできる組織・機構に再編していきます。

寄附金の使途

寄附金は、平成21年度長門市一般会計予算において、次表に掲げる各事業に充当し、本市のまちづくりに活用することとさせていただきます。

充当事業	総事業費	うち応援寄附金
① 自然環境や景観の保全に関する事業	3,016 千円	1,715 千円
② 伝統文化の保存継承に関する事業	4,087 千円	330 千円
③ 6次産業の振興に関する事業 (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)	1,136 千円	422 千円
④ その他の事業	22,329 千円	1,519 千円
合計	30,568 千円	3,986 千円

◆ふるさと納税とは
この制度により地方公共団体に寄附した場合、翌年の確定申告に寄附金の領収書を添付することにより、寄附額から5千円を差し引いた額が、住民税と所得税の合計額から住民税所得割額の10%を限度に控除されます。

◆ふるさと納税(寄附)の手続き
寄附申込書を企画政策課まで電子メール、郵送、ファックス等により送付してください。受付後、市から入金に必要な書類を郵送しますので、所定の金融機関等からご入金ください。
※6月から「Yahoo! 公文支払」を通じてクレジットカードによる入金もできるようになりました
※寄附申込書は、長門市公式ホームページからダウンロードできます。
そのほか、企画政策課まで電話、電子メール等でも請求できます。

◆ふるさと納税(寄附)の使途
・自然環境や景観の保全に関する事業
・伝統文化の保存継承に関する事業
・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

◆ふるさと納税(寄附)の使途
【ふるさと産品】
①仙崎かまぼこ等「水産加工品詰め合わせセット」
②長州赤どり「たきセット」
③長州どり「焼き鳥セット」
④長門和牛「すきやき用」
⑤野菜など「長門の味セット」
⑥鶏卵せんべいなど「菓子詰め合わせセット」
⑦お米(「長門大津穂垂米」)、「楊貴妃の夢」から選択

◆応援の呼びかけをお願いします
市外にお住まいのお知り合いへの呼びかけにご協力をお願いします。

◆問い合わせ 企画政策課企画調整係
TEL 23・1116

ふるさと応援寄附金制度 たくさんの方の応援をいただきました

『ふるさと応援寄附金制度』が始まって1年が経過しました。

この間、全国各地の方からたくさんのご寄附をいただきました。お寄せいただいた寄附金は市のまちづくりのために大切に使用させていただきます。

なお、市では引き続き受付を行っています。長門市出身の方や長門市に関心がある方などに呼びかけていただき、『ふるさと長門』への応援の輪を広げていきましょう。

応援寄附金の状況

平成20年6月2日から12月31日までで296名の方から3,986,100円の寄附をいただきました。

寄附金の使途の指定	寄附金額	
① 自然環境や景観の保全に関する事業：130件	1,714,600円	
② 伝統文化の保存継承に関する事業：32件	329,500円	
③ 6次産業の振興に関する事業：42件	422,000円	
④ その他の事業(上記の指定なし)：113件	1,479,000円	
その他の指定事業	精神保健デイケア事業：1件	1,000円
	福祉・医療の充実：1件	10,000円
	バス廃止地域への交通費援助：1件	30,000円
合計：320件*	3,986,100円	

(※) 複数の使途指定をされる場合があり、件数と寄附者数とは一致しません



長門の話題

Topics

第5回長門市ラグビー祭

トライに向かって走れ!

5月31日(日)、第5回長門市ラグビー祭が、俵山多目的交流広場で行われ、小学生から大人まで、28チーム約230人が参加しました。

簡単な講習の後、小学5年生以下の部、6年生の部、一般男子の部、女子の部に分かれてゲーム開始。選手達は腰につけた2本のタグを取った



り取られたりしながら、コートを駆け回っていました。ラグビーはタックルがなく危険性が低いため、性別や年齢に関係なく楽しめるスポーツとして人気があります。

参加者からは、「仲間と一緒に楽しめてよかったです。全力疾走は久しぶりですごく疲れました」「この後、俵山温泉に入ったり、打ち上げするのが楽しみです。来年もぜひ出場したいと思います」などの声が聞かれ、とても満足げな様子でした。



水産高校遠洋航海実習出港式

「青海丸」最後の航海実習

5月26日(火)、遠洋航海実習のためハワイに向け出航するため水産高校の実習船「青海丸」の出港式が仙崎観光基地海浜広場で行われました。

実習に参加する生徒は専攻科の1・2年生22人。64日間の日程でサンマの資源調査や海洋観測などを行います。

実習生を代表して、岡村有

菜さんが「期待と不安でいっぱいですが、充実した実習になるよう頑張ります」と挨拶。式終了後、生徒や保護者などに見送られ出航しました。

なお、この実習は来年度から山口、福岡、長崎の3県合同で実施することが決まっております。今回が最後となります。



向陽小学校伝統行事

萩焼づくり挑戦

6月18日(木)、向陽小学校で萩焼作りが行われました。

これは、昭和63年から毎年行っている行事で今年で21年目。今回は、今年度で閉校する大畑小学校の児童12名も招待し、一緒に取り組みました。

児童たちは、講師の萩焼窯元「盤石窯」の金本明夫さん

からアドバイスを受けながら、それぞれ事前に用意した設計図をもとに花びんや茶碗、動物など様々な作品を作っていました。

形のできた作品は、乾燥させた後、7月に素焼き・本焼きを行い8月中旬に窯出しをして完成となります。



みすみハーブを愉しむ日

芳香に包まれスケッチ

6月14日(日)、香月泰男美術館周辺をメイン会場に「みすみハーブを愉しむ日」が開催されました。ハーブの摘み取りや、ハーブ園スケッチなどが行われたほか、ハーブティーなどが味わえるハーブカフェも用意され、来場者は会場いっしょに広がるハーブの香りを満喫しました。



向津具小学校三世交代交流田植え

愛情込めて植えたよ!

6月3日(水)、向津具小学校の全校生徒43人が学校の近くの学習田で田植えをしました。これは、三世交代交流田植えとして、収穫の喜びや地区の人たちへ感謝することを学ぼうと毎年行われているものです。地区老人クラブ「千歳会」会長の松岡實さんが、「愛

情を込めて丁寧に植えてください」と呼びかけました。

その後、全員が苗を持って田んぼへ入り、お年寄りの指導のもと、紐の定規の印に沿って丁寧に苗を植えていきました。植えたのは餅米の苗で、秋にはダイガラを使った餅つきをする予定です。



梅雨時期を前に危険箇所を確認

ため池点検パトロール



5月26日(火)と27日(水)、市内にある危険なため池の点検パトロールが行われました。これは、ため池決壊による土砂災害を防止するため、毎年梅雨前にしたこの時期に行われているものです。

県や市の職員、ため池管理者などが参加し、市内17カ所のため池を点検しました。

「三気」をめざして

ぼくたち深川小学校には、3つの校訓「本気」「根気」「元気」があります。「本気」とは、一人一人が勉強や運動を力いっぱい一生懸命取り組むことです。「根気」とは、何事にもとちゅうであきらめず最後までがんばることです。「元気」とは、みんなで力を合わせて毎日楽しく明るく生活することです。

ぼくは、今、6年生。深川小学校の最上級生として、決心したことがあります。1つ目は、行事に真げんに



すぎたに たつや
楢谷 達也さん
(深川小学校6年)



縦で割り班遊びの様子

取り組むことです。運動会やさじき集会などに全力でむかひ、本気でがんばっていききたいです。

2つ目は、いやなことや苦手なことがあってもねばり強くやりぬくことです。ぼくは、スポーツ少年団のサッカー部に所属しています。試合で負けそうになったときでも、最後まで根気強くプレーしたいです。

3つ目は、地域の人や先生、友達に元気よく明るくあいさつをしたいです。

3つの「気」をめざして、下級生のお手本になれるようがんばります。



まつもと ゆういち
松本 悠一さん
(三陽中学校3年)

三中の愉快的仲間たち

僕は三陽中の生徒会長、松本悠一です。でもまだまだ胸を張って生徒会長とは言えません。生徒会長になってまだあまりたつていなくて、自信がありません。自分が生徒会長になるとは思いもしませんでした。本当に生徒会長が僕でいいのかと思うこともあります。仕事をして失敗したり、つまずいたりします。

そんな時、生徒会のみんなが救いの手を差し延べてくれます。

生徒会のメンバーはみんな頼もしいです。その場を明るくして和やかな雰囲気にしてくれたり、活発に意見を出してみんなをまとめてくれたり、僕も負けてはいられません。それほどみんな頼りになります。そして三中の生徒会の自慢はチームワークです。普段はまとまりがなさそうに見えるけれど、大事な時にみんな一致団結してどんな困難でも立ち向かっていきます。こんな三中の生徒会が僕はいと思います。これから三中の愉快的仲間たちと学校のためにがんばっていききたいです。みなさんこれから三中の進化を期待してください。



生徒会メンバー



今年で結成 10 周年 思い出に残る公演に

劇団「未来」

ちょっと
小耳に

萩市に拠点を置く劇団「さくら組」の中村浩司さんの指導のもと、現在は日置中学校の生徒4人、日置小学校の児童5人で活動中です。

上演された作品は「ティファニー」というある町のおいしいパン屋さんを舞台にした物語。本番に向け半年前から練習を重ねてきました。

本番を前にメンバーたちは、「10周年なので、みんなの心に残るステキな公演にしたいです」と抱負を話してくれました。

本番では、大勢の観客の見守る中、子どもたちは堂々と演技を披露。舞台が終わると会場からは盛大な拍手が沸き起り、記念公演は大成功に終わりました。



記念公演のようす

日置地区の児童・生徒で構成する劇団「未来」がこのたび結成10周年を迎え、その記念公演が、6月21日、日置農村環境改善センター多目的ホールで行われました。

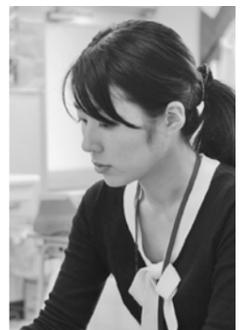
劇団「未来」は、平成11年12月に、演劇を通じて21世紀を担う子どもたちに夢を持って、いきいきと過ごして欲しいという願いと、子どもたちの心のメッセージをできるだけ多くの人たちに受け止めて欲しいという思いから設立されました。

心のケアも大切に

にしじま けいこ
西島 恵子さん(通中学校養護教諭)

※仕事は 養護教諭として通中学校に勤務し、保健室で生徒たちの心や体のケアを行っています。生徒の話はしっかりと聞いて、体の調子はもちろん、小さな心の変化にまで気づいてあげられるようにいつも心がけています。

※趣味は 旅行です。いつか、北欧までオーロラを見に行ってみたいですね。国内の温泉めぐりなんかも好きですよ。



※好きなタイプは 妻夫木聡 みたいな、さわやかな人です。

※自由に一言 勉強や部活も大事だけど、心と体が健康でいられる事が何より大切です。みんな元気に学校生活をおくってくださいね。



くらしの情報 Information

くらしの情報

市からの お知らせ

ほっちゃテレビ 加入負担金・利用料減免

長門市ケーブルテレビ（ほっちゃテレビ）では、一定の要件を満たしている人について、加入負担金と月額利用料を減免しており、適用を受けるためには毎年申請手続きが必要です。平成21年度の減免申請をされ

- **半額免除**
次のいずれかに該当する人
① 日本放送協会（NHK）受信料免除基準の「1 全額免除」に該当する人
② 70歳以上の一人暮らしの世帯
③ 65歳以上のみの世帯で、その中に70歳以上の人が含まれかつ全員市民税非課税の場合
④ 母子・父子のみの世帯で、かつ全員市民税非課税の場合
■ **申請受付期間**
7/1(水)～31(金)
※減免適用期間は8/1(土)から

■ **申請方法**
ケーブルテレビ放送センター

■ **戦没者等の遺族に対する特別弔慰金について**
第9回特別弔慰金が支給されます
戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成17年4月1日から平成21年3月31日までの間に、公務扶助料や遺族年金などの受給者がすべて亡くなり、平成21年4月1日時点において受給者がいない場合、第9回特別弔慰金が支給されます。対象のご遺族は次の順番による先順位のご遺族

- ① 弔慰金の受給権者
 - ② 戦没者等の子
 - ③ 戦没者等と生計関係を有しており、かつ戦没者等と氏が同じである父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
 - ④ 右記③以外の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
 - ⑤ 右記①～④以外のご遺族で戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた3親等内の親族
- **支給内容** 額面24万円、6年償還の記名国債
- **請求期限** 平成24年4/2(月)
- ※第8回特別弔慰金をすでにご遺族代表者が受給している場合や、時効により失権した場合は該当しません
- ※対象者が平成21年4月1日以降に亡くなられたときは、そのご遺族の相続人から請求できます

- **請求窓口**
本庁地域福祉課地域福祉係
各支所総合窓口課、各出張所
- **問い合わせ**
地域福祉課地域福祉係
Tel 23・1245
- **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** 教育委員会生涯学習スポーツ振興課・図書館・各公民館・日置農村環境改善センターに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、提出
- **申込期限** 7/10(金)
- **その他** 油谷支所・日置農村環境改善センター・市役所南側駐車場・三隅農業者トレーニングセンターから無料バスを運行します
- **問い合わせ** 教育委員会・生涯学習スポーツ振興課生涯学習係
Tel 23・1259

国民年金保険料免除制度

国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請をして承認されると、保険料の納付が免除される申請免除制度があります。保険料の全額が免除される全額免除と、保険料の一部を納付し、残りが免除される一部納付があり、一部納付には、4分の1、半額、4分の3納付の3種類があります。

■ **妊婦歯科健診のお知らせ**
妊娠中は普段よりお口の中の環境が悪くなりがちです。また、歯周病などがあると、早産や低体重児の出産を引き起こす可能性が高くなります。妊娠中に一度は歯科健診を受けておきましょう。

■ **日時** 毎月第2水曜日 13:30～

※1歳半健診と同じ日です
※ご希望の人は前日までに電話でご連絡ください

■ **場所** 長門市保健センター

■ **問い合わせ** 健康増進課母子保健係
Tel 23・1132

社会を明るくする運動

7月は「社会を明るくする運動」の強調月間です。これは、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。市では、この運動の一環として次のとおり広報番組をほっちゃテレビで放送します。

■ **番組タイトル** 「心の家路」

■ **日時** 7/7(火) 6:00～

■ **農家の皆さんへ**
農家基本台帳整備のためお願い
農業委員会では、農家の耕作状況等を把握するため、農家基本台帳を備え付けています。これは農家にとって重要な役割を持つ台帳であり、農政活動全般に利用されていますので常に正しい記載内容でなければなりません。記載事項に変更が生じた場合は、速やかに農業委員会事務局へ届出をお願いします。

■ **記載事項の変更例**
・ 農業経営主が亡くなったとき
・ 相続をしたとき
・ 農業者年金の受給者が亡くなったときや、後継者が転出したときなど

※台帳は農地の売買・賃貸借、農地転用、農業者年金、耕作証明書の発行など事務手続きや書類作成の際に利用

■ **問い合わせ** 農業委員会事務局
Tel 23・1165

■ **戦没者等の遺族に対する特別弔慰金について**
第9回特別弔慰金が支給されます
戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成17年4月1日から平成21年3月31日までの間に、公務扶助料や遺族年金などの受給者がすべて亡くなり、平成21年4月1日時点において受給者がいない場合、第9回特別弔慰金が支給されます。対象のご遺族は次の順番による先順位のご遺族

1人です。

■ **対象者**
① 弔慰金の受給権者
② 戦没者等の子
③ 戦没者等と生計関係を有しており、かつ戦没者等と氏が同じである父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
④ 右記③以外の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
⑤ 右記①～④以外のご遺族で戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた3親等内の親族

■ **支給内容** 額面24万円、6年償還の記名国債

■ **請求期限** 平成24年4/2(月)

※第8回特別弔慰金をすでにご遺族代表者が受給している場合や、時効により失権した場合は該当しません

※対象者が平成21年4月1日以降に亡くなられたときは、そのご遺族の相続人から請求できます

■ **請求窓口**
本庁地域福祉課地域福祉係
各支所総合窓口課、各出張所

■ **問い合わせ**
地域福祉課地域福祉係
Tel 23・1245

情報公開条例・個人情報保護条例 市民パブリックコメント手続要綱に基づく実施状況

情報公開条例
長門市情報公開条例第18条に基づき、平成20年度の実施状況は左表のとおりです。

この制度は、市民の皆さんの市政への参加の促進と公正で透明性の高い行政運営をめざすため、市民の皆さんの求めに応じて市の情報（公文書等）を公開する制度です。

個人情報保護条例
長門市個人情報保護条例第33条に基づき、平成20年度の運用状況は左表のとおりです。

この制度は市民の皆さんへの説明責任を果たすとともに、皆さんの声を政策に反映させ、開かれた市政を推進するための制度です。

総務課行政係
Tel 23・1112

実施期間	市長			教委			計
	全部公開	部分公開	非公開	全部公開	部分公開	非公開	
決定内訳	1	0	0	1	0	0	1
不服申し立て	0	0	0	0	0	0	0

請求件数	決定内訳		
	開示	利用停止	訂正・削除
0	0	0	0
0	0	0	0
0	0	0	0
0	0	0	0

案件	意見件数
長門市男女共同参画推進条例(案)	1
第4次長門市高齢者健康福祉計画(案)	0

生活機能の低下をチェックしましょう

介護が必要になることを予防するためには高齢者に起こりやすい足腰の衰えや栄養の衰えはないかなど、危険な老化のサインを早期に発見する事が大切です。いくつになっても、自分らしく生き生きと暮らしていくためには、まず今の自分の状態を知ることが必要です。下の表を利用し、生活機能の衰えがないかチェックしましょう。

生活機能の低下の有無を知るには

下の「基本チェックリスト」の質問に「はい」と「いいえ」でチェックし、高齢障害課に電話でご連絡下さい。下記の①～④のいずれかに該当した場合は生活機能低下の恐れがあります。

- ①質問6～10までで、「1」に○が付いた数が3項目以上
- ②質問11と12の両方で「1」に○が付いた人
- ③質問13～15までで「1」に○が付いた数が2項目以上
- ④質問1～20までで「1」に○が付いた数が10項目以上

■対象者 65歳以上で要支援・要介護認定を受けていない人
 ■問い合わせ 高齢障害課高齢福祉係 TEL 23-1157

各質問のあてはまる方に○をつけてみましょう

質問項目	回答	
1 バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ
2 日用品の買い物をしていますか	0. はい	1. いいえ
3 預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ
4 友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ
5 家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ
6 階段を手すりや壁を伝わらずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
7 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
8 15分くらい続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
9 この1年間転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ
10 転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ
11 6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	0. いいえ
12 BMI(※)が18.5未満ですか (BMI=体重kg÷身長m÷身長m) (例) 体重60kg、身長165cmの人の場合 60÷1.65÷1.65=22	1. はい	0. いいえ
13 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ
14 お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	0. いいえ
15 口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ
16 週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ
17 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ
18 周りの人から「いつも同じことを聞く」と言われますか	1. はい	0. いいえ
19 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ
20 今日が何月何日か、わからないときがありますか	1. はい	0. いいえ
21 (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ
22 (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	0. いいえ
23 (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今はおっくうに感じられる	1. はい	0. いいえ
24 (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	0. いいえ
25 (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ

※BMIとは身長と体重による肥満度の判定方法です

いづも文化パスポート

長門市、下関市、北九州市には歴史・文化・自然を楽しむ学びながら遊べる施設がたくさんあります。これらの施設に「子ども文化パスポート」を提示することで期間中、無料で入場(海響館は平常開館時入館料の半額、帆柱ケールはケールカードの利用料金の半額)できます。「子ども文化パスポート」を利用して、楽しい夏休みの思い出をつくりませんか。

■期間 7/18(土)～8/31(月)

■対象 長門市、下関市、北九州市都市圏に在住、在校している小・中学生、特別支援学校の児童・生徒と3歳児以上の幼稚園・保育園等の幼児

■配布方法 市内各小・中学校および幼稚園・保育園等を通じて配布

■対象施設

- ・長門市 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
- ・下関市 海響館 / 下関市立美術館 / 長府博物館 / 考古博物館 / 土井ヶ浜遺跡・人類学ミュージアム / 豊田ホテルの

- 里ミュージアム / 長府庭園 / 長府毛利邸 / つのしま自然館 / 下関市豊田農業公園
- 「みのりの丘」 / 道の駅「きくがわ」 / 下関市リサイクルプラザ / 豊田湖畔公園 / 道の駅「蛸街道西ノ市」 / 下関市菊川自然活用村 / 捕鯨船「第二十五利丸」 / 動物ふれ愛ランド 下関
- ・北九州市 九州鉄道記念館 / 海峡ドラマシップ / 旧門司三井倶楽部 / 旧大阪商船 / 門司港レトロ展望室 / 出光美術館 (門司) / 門司麦酒煉瓦館 / 小倉城 / 小倉城庭園 / 松本清張記念館 / 北九州市立文学館 / 水環境館 / 北九州市立美術館 / 館分館 / センリン地図の資料館 / 福祉用具プラザ北九州 / 到津の森公園 / 山田緑地 / 北九州市ほたる館 / TOTO歴史資料館 / 平尾台自然の郷 / 総合農事センター / 平尾台自然観察センター / 響灘緑地グリーンパーク / 脇田海釣り桟橋 / エコタウンセンター / 白島展示館 / 帆柱ケール / いのちのたび博物館 / 環境ミュージアム / 北九州イノベーションセンター / 児童

福祉医療費受給者証 交付・更新申請

市では乳幼児、ひとり親家庭の皆さんの医療費助成を行っています。受給を希望される人は、窓口にて手続きをお願いします。また、すでに受給者証をお持ちの方は期間内に更新手続きをお願いいたします。

■問い合わせ 市民活動推進室 TEL 23-1115

文化科学館 / 長崎街道木屋瀬宿記念館 / 子どもの館 / 北九州市立美術館

■問い合わせ 市民活動推進室 TEL 23-1115

■申請場所 本庁地域福祉課、三隅保健センター、日置支所、油谷保健福祉センター、各出張所

※印鑑、健康保険証が必要ですよ

■対象

- ・乳幼児：義務教育就学前児童(21年度の父母の市民税所得割額の合算額が136,700円以下の世帯)
- ・ひとり親家庭：ひとり親家庭の母または父及び児童、父母のいない児童

(21年度の市民税所得割額が非課税の世帯)

後期高齢者(長寿)医療制度 保険証更新について

現在発行している後期高齢者医療制度の保険証は有効期限が7月31日までとなっています。新しい保険証(大きいサイズ)は7月下旬に簡易書留で郵送されます。古い保険証は各自処分してください。

■問い合わせ 市民課国保年金医療係 TEL 23-1129

※乳幼児医療では電子申請でも更新手続きができます。長門市ホームページ内の「やまぐち電子申請サービス」をご利用ください

■制度改正に伴う変更点

- ・ひとり親家庭医療費助成制度 これまで母子家庭が対象でしたが、8月1日より父子家庭も対象になります
- ・一部負担金について 長門市では山口県の制度改正に伴う一部負担金は市費から助成致しますので窓口での負担はありません

■問い合わせ 地域福祉課地域福祉係 TEL 23-1245

学校法人 福岡保健学院

下関リハビリテーション学院

下関リハ学院 検索 広告

平成22年4月 看護学科新設 (予定)

7/12(日) 7/26(日) オープンキャンパス開催

12:30~ 受付開始

●体験授業・保護者説明会・個別相談会・AO入試エントリー など

〒750-0025 山口県下関市竹崎町3-4-17 ☎0120-301-401 FAX:083-222-8906

長門市で

つながることに、こだわるドコモ。

● 2009年6月・7月のエリア拡大・品質向上地区

● 長門市真木地区

あしたにつながる品質レポート

手のひらに、明日をのせて。 **docomo**

※FOMAは無線を使用しているため、サービスエリア内でも一部電波の届かないところでは、ご利用になれない場合があります。

あしたにつながる 検索

後期高齢者（長寿）医療制度のお知らせ

◎保険料の軽減措置について

平成21年度は、従来の保険料軽減措置（均等割の7割、5割または2割軽減措置）に加え、以下の軽減措置を行います。「保険料額決定通知書」に軽減額が記載されていますのでご確認ください。

■軽減措置

- ①世帯の所得水準等によって「均等割額（47,272円）」が、次のとおり軽減されます
 - ・33万円+（35万円×世帯の被保険者数）を超えない世帯→**2割軽減**
 - ・33万円+（24.5万円×世帯主を除く被保険者数）を超えない世帯→**5割軽減**
 - ・33万円を超えない世帯→**8.5割軽減**（平成20年度の軽減率を継続）
 - ・33万円を超えない世帯のうち、被保険者全員が年金収入80万円以下で他の所得がない世帯→**9割軽減**（平成21年度～）
 - ・後期高齢者医療制度に加入する直前は「会社などで加入していた健康保険の被扶養者」であった人→**9割軽減**（平成21年度～）
- ②所得割額を負担する人のうち、賦課のもととなる所得が58万円以下の人は、所得割額が**5割軽減**されます

◎年金天引きから口座振替への変更について

保険料の納付が「年金天引き」の人も、申し出により「口座振替」に変更できます（随時受付中）。

■手続場所

本庁、各支所、各出張所

■必要なもの

振替口座の預金通帳、通帳の届け印、後期高齢者医療制度の保険証

■変更に関する注意点

- ・手続きは口座振替依頼書の提出が必要です
- ・7月31日（金）までに申し出があれば、10月分から口座振替が可能です
- ・世帯主又は配偶者の口座からのお支払いに変更した場合、その社会保険料控除は、口座振替により支払った方に適用されます。これにより、世帯全体の所得税額や住民税額が少なくなる場合があります
- ・これまでの納付状況等から、口座振替への変更が認められない場合があります

◎限度額適用・標準負担額減額認定証について

後期高齢者医療制度の被保険者で、住民税非課税世帯の人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」（減額認定証）の交付を受けることができます。入院時にこの減額認定証を医療機関に提示することで、下表の通り食事代や居住費が減額され、医療機関での窓口負担も一定額までとなります。交付を受けるには申請が必要です。随時受け付けておりますが、減額認定証は、申請を行った月の初日から有効となります。

現在交付されている減額認定証の有効期限は、7月31日までです。8月以降も認定が可能なのは、7月中旬に山口県後期高齢者医療広域連合から申請書が送付されますので、必ず8月31日までに申請を行って下さい（減額認定証は申請を行った月の初日から有効となりますので、9月1日以降に申請すると、減額認定されない空白の月が生じます）。なお、現在「区分II」の減額認定証をお持ちの方で、その減額認定証の有効期間内の入院日数の合計が91日以上の場合は、申請することで食事代がさらに減額されます。

	自己負担限度額 (月額)	食事代 (1食)	療養病床入院の場合（※3）	
			食事代（1食）	居住費（1日）
減額認定書がない場合 （「一般」区分の人と同じ負担となります）	44,400円	260円	460円 （※4）	320円
減額認定書 がある場合	区分II （※1）	入院日数90日以下	210円	320円
			160円	320円
	区分I （※2）	老齢福祉年金受給者以外	100円	320円
			100円	0円

- ※1 区分II：世帯の全員が住民税非課税である世帯に属する人
- ※2 区分I：世帯の全員が住民税非課税であり、各種収入から必要経費・控除を差し引いた所得が0円となる世帯に属する人（収入が年金のみの場合は、年金収入80万円以下の人）又は老齢福祉年金受給者
- ※3 入院医療の必要性が高い人（人工呼吸器・中心静脈栄養を要する人、脊椎損傷で四肢麻痺が見られる状態の人、難病の人など）、回復期リハビリテーション病棟に入院している人などは、通常の食事代と同額になります（居住費はかかりません）
- ※4 入院時生活療養（II）を算定する医療機関に入院の場合は420円となります

■申請場所

本庁、各支所、各出張所

■必要なもの

- 1、後期高齢者医療制度の保険証
- 2、平成20年度の減額認定証
- 3、現在「区分II」の減額認定証をお持ちの人で、その認定期間内の入院日数の合計が91日以上の場合、入院日数が確認できる書類（病院の領収書など）

■問い合わせ 市民課国保年金医療係
Tel 23-1129

交通安全土曜塾

車を作って運転したり、親子で交通安全について考える土曜塾を開催します。

- 日時 8/1(土)
- 場所 山口県交通安全学習館
- 対象者 小学生とその保護者
- 定員 ペア20組(40人以内)
- ※参加人数が多い場合は先着順
- 参加料 無料(昼食は持参)
- 申込方法 市役所総務課または各支所、出張所に申し出る
- 申込期限 7/17(金)
- 問い合わせ 総務課地域安全係
Tel 23-1111

むし歯予防教室参加募集

- 日時/場所 7/10(金) 13:30～
長門市保健センター
- 対象 乳幼児とその保護者
- 内容
 - ・歯科衛生士による歯みがき実習
 - ・手づくりおやつ・レシピの配布
- 応募・問い合わせ 健康増進課母子保健係
Tel 23-1132

くらしの情報

みんなの

掲示板

プロムジカ女声合唱団

in温泉閣

- 心揺さぶる黄金のハーモニー
ハンガリーの「プロムジカ女声合唱団」は高校生、大学生の少女達の合唱団です。あらゆる音楽コンクールでグランプリをとる実力があり、聞く人たちに深い感動を与えてくれます。
- 日時 7/6(月) 14:00～
- 場所 俵山温泉閣
- チケット 2,000円
- 問い合わせ 俵山公民館
Tel 29-0063

障害者福祉スポーツ大会

- 日時 8/2(日)
10:00～14:30
- 内容 長門市身体障害者福祉協会では障害者相互の交流を目的としてスポーツ大会を開催します。協会の会員でない人も障害手帳をお持ちなら参加できます。

ダム見学会のお知らせ

大坊ダム見学会

- 日時 7/25(土)～7/31(金) 毎日 10:00～16:00
- 場所 大坊ダム(油谷河原坂根)
- 内容 管理所内ゲート操作室の見学、ダム本体内部の見学
- 問い合わせ 山口県長門土木建築事務所 ダム管理課(大坊ダム管理所)
Tel 32-0960

湯免ダム見学会

- 日時 7/21(火)～7/27(月) 毎日 10:00～16:00
- 場所 湯免ダム(三隅中)
- 内容 管理所内の見学、ダム本体内部の見学
- 問い合わせ 山口県長門土木建築事務所 工務第2課
Tel 22-2949

クジラの歴史をウォッチング〜ツアー

- 日時 8/9(日) 9:00～18:00
- 集合場所 長門市役所南側駐車場(8:50集合)
- 見学場所 下関市立考古博物館、第25利丸(キャッチャーボート)、海響館、鯨料理の昼食など
- 参加料 大人1,800円、子供1,300円(昼食代込)
- 対象 長門市内在住の小学生とその保護者
- ※必ず保護者同伴(続柄不問)
- ※保護者1人に子供5人まで
- 定員 40人
- ※応募多数の場合は抽選
- 応募方法 はがきに郵便番号、住所、電話番号、参加者全員の氏名、ふりがな、年齢、性別、職業または学年を記入のうえ事務局に郵送
- 申込期限 7/17(金)必着
- 申し込み・問い合わせ 〒759-4192長門市東深川1339-2 長門市役所水産課内 下関・長門鯨文化交流事業推進協議会事務局
Tel 23-1145

海の探検隊参加募集

- 日時 7/25(土) 11:30～12:30
- 場所 山口県油谷青年の家
- 内容 海水浴、シーカヤック、バーベキュー、ぬりえ、ひこうき作り、花火大会、砂あそび
- 参加費 大人 2,800円、子供 2,500円
- 対象 (食事・保険・写真代込) 4・5歳児とその家族(10家族約40名で、申込多数の場合は抽選)
- 持参物 初日昼食のお弁当、洗面用具、着替え、水着、海浜活動用具、体育館シューズ、健康保険証
- 申込方法 はがきかファック
- 申込締切 7/10(金)
- 申し込み・問い合わせ 〒759-4505長門市油谷伊上1068 山口県油谷青年の家
Tel 32-1000 Fax 32-0979

ながと観光アテンド募集について

長門市観光協会では観光宣伝や市内外で行われる様々なイベントに参加し、観光PRのお手伝いをしていただける人を募集します。

- **応募資格** 市内に在住または勤務している、満18歳以上の女性。選出日から年間約10回程度の行事に参加できる人
- **応募方法** 所定の応募申込書による(事務局窓口等に用意してあります)
- **任期** 平成21年度ながとふるさとまつりから2年間
- **募集人員** 3人
- **応募締切** 8月末
- **審査** 9月中旬を予定
- **発表** 10/24(土) ふるさとまつり会場
- **特典**
 - ①賞金3万円
 - ②副賞 旅行券10万円
 - ③観光PR役の統一制服を支給
 - ④勤務に際しては謝礼を支給
- ※推薦者1万円贈呈
- **申し込み・問い合わせ** 長門市観光協会
Tel 22・8404

税に関する高校生の作文募集

- **応募資格** 高校生であればどなたでも応募できます
- **テーマ** 税に関することであれば何でも結構です
- ※本人創作の未発表のものに限る
- **文字数** 1,200字程度
- ※冒頭に題名、学校名、学年、氏名(ふりがな)を記載
- **応募数** 1人1編
- **応募先** 長門税務署
- **締切** 9/7(月)
- **表彰** 優秀作品には賞状と記念品を贈呈します
- **発表** 優秀作品については都道府県名、学校名、学年、氏名とともに国税庁ホームページや広報紙等に掲載するほか、報道機関等に資料を提供するなど、広く発表します
- **その他** 応募していただいた作品は返戻しません。作品の著作権は国税庁に帰属します
- **個人情報** 応募に関する個人情報(表以外)は使用しません
- **問い合わせ** 長門税務署 Tel 22・2441 (選択番号②)

サマージャンボ宝くじ

- **全国宝くじ売り場でサマージャンボ宝くじが発売されます。1等・前後賞合わせて3億円。当たり実感のある少額賞金も豊富です。**
- **価格** 1枚300円
- **発売期間** 7/13(月)～31(金)
- **抽選日** 8/11(火)
- **その他** この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます
- **問い合わせ** (財)山口県市町村振興協会
Tel 083・924・8977

求人確保について

- **求職活動を行う人が大幅に増加しています。**
- **求人募集の計画がある事業主の皆さんは、ぜひハローワークへの求人申し込みをお願いいたします。**
- **問い合わせ** ハローワーク萩長門分室
Tel 22・8609

プロジェクトMギネス記録にご協力を

- **マツダズームズームスタジアムに写真を撮りに行きませんか?**
- **みずぐ燦参SUN実行委員会では、12万枚の顔写真を集めて巨大モザイク画をつくり、ギネス記録に挑戦する「プロジェクトMギネス」に取り組んでいます。そこで、顔写真をたくさん集めるため、マツダズームズームスタジアムに行き、観客の顔写真を撮影するツアーを企画しました。参加者は撮影後、試合観戦も楽しめます。参加をお待ちしております。**
- **日時** 7/19(日) 雨天中止
- **場所** 広島市マツダズームズームスタジアム(広島×ヤクルト戦)
- **参加条件** プロジェクトMギネスに協力していただける人
- **参加料** 2,000円
- **募集人員** 20人(先着)
- **持参物** デジタルカメラ(参加者1人につき1台)
- **スケジュール**
 - ・12:00 長門市出発
 - ・15:00 マツダズームズームスタジアム着
- **参加条件** プロジェクトMギネスに協力していただける人
- **参加料** 2,000円
- **募集人員** 20人(先着)
- **持参物** デジタルカメラ(参加者1人につき1台)
- **スケジュール**
 - ・12:00 長門市出発
 - ・15:00 マツダズームズームスタジアム着

写真撮影 試合開始

- ・15:30～ 写真撮影
- ・18:00～ 試合開始
- ・23:30 長門市着(予定)
- **申し込み・問い合わせ** みずぐ燦参SUN実行委員会
Tel 22・2266

海技免許更新について

- **日時** 7/26(日)
- **受付** 9:30～
- **講習開始** 10:00～
- **場所** ルネッサながと
- **持参するもの**
 - ①海技免許
 - ②写真2枚(縦45cm×横35cm)
 - ③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)
 - ④費用
 - ・小型免許更新講習 8,100円
 - ・小型免許失効再交付講習 13,990円
- ※大型(海技士、航海・機関)受有者は事前に問い合わせください
- **問い合わせ・申し込み** 関門海技免許センター
Tel 083・266・4029

ながと歌舞伎ゼミナール

歌舞伎観劇がより楽しくなる講座です。ぜひ参加ください。

- **日時** 7/16(木) 19:00～
- **会場** 三隅農業者トレーニングセンター(三隅公民館)
- **受講料** 無料(先着30名)
- **申込方法** 電話で申し込みください
- **申し込み・問い合わせ** 三隅公民館 Tel 43・0811

やまぐち森林づくり 県民税意見交換会

山口県では、「やまぐち森林づくり県民税」の導入効果を検証し見直しを検討しています。ついでには次のとおり市民の皆さんからのご意見をいただくため意見交換会の開催を予定しております。

- **日時** 7/23(木) 13:30～15:30
- **場所** ルネッサながと軽運動室
- **対象** どなたでも参加可能
- **申し込み** 不要
- **問い合わせ** 山口県農林水産部森林企画課
Tel 083・933・3464

狩猟免許試験のお知らせ

9/6(日) 9:00～16:00

- **場所** 下関市菊川ふれあい会館
- ※試験前日に同会場で山口県猟友会主催の狩猟者講習会が開催されます
- **申請書** 各農林事務所配布
- **申請手数料**
 - ①新規受験者 5,200円
 - ②既に免許を所持しており、さらに他の免許を受験する人 3,900円
- **申請方法** 試験実施日の7日前までに下関農林事務所へ提出
- **申請・問い合わせ** 下関農林事務所森林部
Tel 083・766・1182

ちびっ子ヤング大会

- **日時** 7/25(土) 8:00～16:00
- **場所** 海上自衛隊小月航空基地(駐車場あり)

内容

- ・少年少女スポーツ大会
- ・ソフトボール、ポルトボール、剣道
- ・各種展示等
- ・T-5曲技飛行、航空機展示、コックピット見学
- ・催し シミュレーター体験、自衛隊探検ラリー、など
- ・模擬店 海軍カレー
- **その他** ペット等の同伴はご遠慮ください
- **問い合わせ** 海上自衛隊小月教育航空群広報室
Tel 083・282・1180

山口県くらしの安心推進員

- **悪徳商法等による消費者被害の未然防止や拡大防止をため「山口県くらしの安心推進員」に、長門市では小林孝子(油谷伊上)さんが委嘱されました。**
- **市民への声かけや消費者被害の情報発信を行いますのでご協力をお願いします。**
- **問い合わせ** 山口県県民生活課
Tel 083・933・2608
- **市民活動推進室** Tel 23・1115

2009 通くびら祭り

- **日時** 7/20(月) 15:00～22:00
- **場所** 通小浦埋立地ほか
- **和船競漕大会出場チーム募集!**
 - ・内容 ペーロン船によるタイムレース
 - ・1チーム 8人
 - ・申込期限 7/10(金)



- **内容**
 - ・15:00～ 第31回 和船競漕大会 各種バザー(焼イカ、焼き鳥ほか)
 - ・17:30～ 海上古式捕鯨実演 かつて捕鯨で栄えた通地区伝統の古式捕鯨を、全長13.5mのくじら船を使って再現
 - ・18:30～ 通中学校鯨唄演奏
 - ・18:50～ 鯨汁の無料配布(先着350人分)
 - ・19:00～ 歌謡ショー&お楽しみ抽選会 通小学校鯨唄演奏 城みちるコンサートほか

- **問い合わせ** 通公民館 Tel 28-0008

健康ガイド

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
 ※7/20(月)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 13:00～14:30
 ●7カ月児健康診査
 ・7/2(木)、16(木)、23(木)
 13:00～14:30
共通事項
 ●必要なもの 母子健康手帳と乳児一般健康診査受診票

1歳6カ月児健康診査

●対象 19年12月生まれの子
 ●日時 7/8(水)
 13:00～13:30

●場所 長門市保健センター
 ●必要なもの 母子健康手帳等

3歳児健康診査

●対象 18年6月生まれの子
 ●日時 7/28(火)
 13:00～13:30
 ●場所 長門市保健センター
 ●必要なもの 母子健康手帳等

検診

(事前の申し込みが必要です)

大腸がん・胃がん検診

●日時/場所
 ・7/6(月)、7(火) 7:00～10:00
 日置保健センター
 ・7/8(水)、9(木)、10(金) 7:00～10:00
 黄波戸漁村センター
 ●必要なもの 受診票等

肺がん検診

●実施日 7/1(水)・2(木)
 ●場所 油谷地区内巡回
 ●必要なもの 受診票等

乳がん・子宮がん検診

●日時/場所
 ・7/2(木)・3(金) 13:00～14:00
 三隅保健センター
 ●必要なもの 受診票等

相談

健康相談

●対象 成人
 ●日時・場所
 ・毎週木曜日 9:00～11:30
 13:00～15:00
 長門市保健センター
 ・7/1(水) 9:00～11:30
 黄波戸漁村センター
 ・7/1(水) 13:00～15:00
 日置保健センター
 ・7/7(火) 9:30～11:30
 川尻老人憩いの家
 ・7/9(木) 9:00～12:00
 三隅保健センター
 ・7/10(金) 9:30～11:30
 宇津賀集落センター
 ・7/21(火) 9:30～11:30
 向津具公民館

育児相談

●対象 乳幼児と保護者
 ●日時・場所
 ・7/1(水) 10:00～11:30
 黄波戸漁村センター
 ・7/3(金) 9:30～11:30
 13:00～15:00
 長門市保健センター
 ・7/3(金) 10:00～11:30
 日置保健センター
 ・7/15(水) 9:30～11:30
 油谷保健福祉センター
 ・7/17(金) 9:30～11:30
 13:00～15:00
 長門市保健センター

講座・教室

育児学級(要予約)

●日時・会場
 ・7/21(火) 13:30～15:00
 長門市保健センター
 ※対象…生後4、5カ月児の保護者
 ・7/24(金) 13:30～15:00
 長門市保健センター
 ※対象…生後6、7カ月児の保護者

家族学級(要予約)

●日時・会場
 ・7/11(土) 13:30～16:00
 長門市保健センター
 ※対象…妊婦とその家族

・7/24(金) 9:30～11:30
 油谷保健福祉センター

文化情報

ルネッサながと

Tel.26・6001

優秀映画鑑賞会

伊藤大輔、内田吐夢の戦後代表作を紹介します。
 ●日時/上映作品
 ・7/25(土) 「王将」
 10:00～ 「血槍富士」
 13:00～ 「血槍富士」
 ・7/26(日) 「弁天小僧」
 10:00～ 「弁天小僧」
 13:00～ 「饑餓海峡」
 ●入場料 2日券 800円
 1日券 500円
 ●チケット発売日 発売中
 ●チケット取扱所 ルネッサながと、ラポールゆや、ウエーブ、フジ長門店、アトラス萩店



弁天小僧

夏休み特別映画上映会

旭山動物園物語

ペンギンが空を飛ぶ

「生き生きと躍る動物を見せたい!」「ペンギンを飛ばせたい!」動物園の新しい第一歩を踏み出した、園長と飼育係たちの感動のサクセスストーリー!!
 ●とき 8/2(日)
 ①10:00～ ②12:30～
 ③15:00～
 ●出演 西田敏行、中村靖日、前田愛、堀内敬子、笹野高史、梶原善、吹越満ほか
 ●入場料
 一般 1,000円
 小学生～高校生 300円
 未就学児 無料
 ●チケット発売日 発売中
 ●チケット取扱所 ルネッサながと、ラポールゆや、日置農村環境改善センター、ウエーブ、フジ長門店、アトラス萩店



金子みすゞ記念館

Tel.26・5155

入館者11万人突破記念ポストカードプレゼント

金子みすゞ記念館では、平成20年度も入館者が11万人を突破することができました。しかも111,111人と驚きの数字になってしまっておまけ付き。これを記念し、また入館していただいた方々への感謝の気持ちを込めて、期間中に入館された方先着111名に「みすゞふるさと大使」小林綾子さんのサイン入りポストカードをプレゼントします。
 ●期間 7/11(土) 9:00～
 ●対象 入館者111人 (先着順)



・7/24(金) 9:30～11:30
 油谷保健福祉センター

育児相談

●対象 乳幼児と保護者
 ●日時・場所
 ・7/1(水) 10:00～11:30
 黄波戸漁村センター
 ・7/3(金) 9:30～11:30
 13:00～15:00
 長門市保健センター
 ・7/3(金) 10:00～11:30
 日置保健センター
 ・7/15(水) 9:30～11:30
 油谷保健福祉センター
 ・7/17(金) 9:30～11:30
 13:00～15:00
 長門市保健センター

講座・教室

育児学級(要予約)

●日時・会場
 ・7/21(火) 13:30～15:00
 長門市保健センター
 ※対象…生後4、5カ月児の保護者
 ・7/24(金) 13:30～15:00
 長門市保健センター
 ※対象…生後6、7カ月児の保護者

家族学級(要予約)

●日時・会場
 ・7/11(土) 13:30～16:00
 長門市保健センター
 ※対象…妊婦とその家族

香月泰男美術館

Tel.43・2500

自然のしあわせ <私の>夏景色展

好きな仕事をしておれば夏冬構うものではない。噴き出る汗も、またよろし。—香月泰男
 復員後に発表した、「水浴」「游泳」「密舟」などは、香月画伯が好きだった夏の風物詩です。巡る季節の中で、懸命に生きる虫や草花にも画家の慈しみの眼が向けられています。
 ●会期 5/30(土)～9/27(日)
 ●開館時間 9:00～17:00
 (入館は16:30まで)
 ●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



●日時・場所
 ・7/14(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電話で申し込む
 Tel.22・2811

講座・教室

育児学級(要予約)

●日時・会場
 ・7/21(火) 13:30～15:00
 長門市保健センター
 ※対象…生後4、5カ月児の保護者
 ・7/24(金) 13:30～15:00
 長門市保健センター
 ※対象…生後6、7カ月児の保護者

家族学級(要予約)

●日時・会場
 ・7/11(土) 13:30～16:00
 長門市保健センター
 ※対象…妊婦とその家族

ラポールゆや

Tel.33・0051

7・8月の公演予定

プロムジカ公演
 ハンガリー女性合唱団の美しい歌声をお楽しみください。
 ●とき 7/7(火) 19:00開演
 ●入場料 2,000円(高校生以下1,000円)
 ●ラポール芸術祭
 ～Movement in YUYA～
 昨年の「Classic in ラポール」の第2回目。いろいろな形でのクラシックをお楽しみください。
 ●とき 7/26(日) 18:00開演
 ●入場料 2,000円(高校生以下1,000円)
邦楽の調べ
 恒例の夕焼けライブを今年も二十五絃箏ユニット「心花」をゲストに迎えて大ホールで行います。美しい琴の音色をお楽しみください。
 ●とき 8/1(土) 17:00開演
 ●入場料 無料

熱中症にご用心！

（知っておこう予防と応急手当）

熱中症とは、暑いところで仕事や運動をしたときに、体温調節がうまくできなくなると起こる病気です。

最初はめまいやこむら返り、頭痛や吐き気、汗が出なくなる等の症状が出ます。症状が進むと意識障害、手足の運動障害等を起こし死に至ることもあります。適切な予防法を知って、いれれば防ぐことができます。

予防法

- ①暑さを避ける
外出時は日傘や帽子を使用し、なるべく日陰を歩きましょう。家の中では、すだれやカーテンを使い直射日光を避けましょう。
- ②服装を工夫する
吸水性や通気性の良い素材や、熱を吸収しにくい白っぽい衣服を着用しましょう。体にぴったりした衣服よりも少し緩

めのもので、襟元は開けて通気を良くしましょう。

- ③こまめに水分をとる
水・お茶・スポーツドリンク等を飲みましょう。のどが渇く前に水分補給することが大切です。アルコール類は、尿の量を増やし体内の水分を排泄してしまふので水分補給にはなりません。
- ④周囲の人に配慮する
体温調節がうまくできない乳幼児や高齢者は熱中症になりやすく、脱水症状を起こしやすいので特に注意が必要です。炎天下での閉めきった車内は50℃以上にもなります。車内へ子どもだけを置いて離れるのは絶対にやめましょう。

個々の熱中症予防とともに、集団で活動する場合は、周りの人の様子に気を配り、熱中症の症状があれば早めに応急手当を行いましょう。



応急手当

- ①涼しい環境へ避難する
風通しの良い日陰や、できればクーラーが効いている室内へ移動させましょう。
- ②体を冷やす
衣服をゆるめ、首や脇の下、大腿の付け根に氷嚢や冷たいタオルを当てて体を冷やしましょう。
- ③水分・塩分の補給
大量の汗をかいたときは塩分を含んだ水（1Lに1g）かスポーツドリンクが効果的です。
- ④医療機関へ
自力で水分摂取できない、意識がない、言動がおかしいときは早めに医療機関へ受診しましょう。



おめでとう！山口国体

おいでませー山口国体 長門市実行委員会広報

No. 4

君の一生けんめいに会いたい

- 国体推進課 -
Tel 23 - 1296
ホームページ
<http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/~kokutai/>

みんなの力で成功させよう！

国体県民運動ポスター募集

国体県民運動とは？

2011年に行われる「おいでませー山口国体」をみんなの力で成功させるため、ボランティア活動や花いっぱい運動など、県民・団体・学校・企業等が一体となって行う取り組みです。

みんなの力で、素晴らしい大会にするために、町をきれいにしたりして選手や関係者をお迎えしたり、競技会場を花いっぱいにする、がんばる選手を応援したり、ボランティアに参加して受付や運営のお手伝いをしたり...と活躍する場がたくさん用意されています。

- 県民運動への参加を呼びかけるポスターを描いてください。たくさん応募をお待ちしています。
- 応募資格 県内在住の小・中学校、高等学校、特別支援学校の児童・生徒
- 応募方法
・用紙の大きさは四つ切り判（縦置きに限る）とします
・国体県民運動への参加を呼びかける言葉をに入れてください
・応募は一人一作品に限ります
・作品は学校で取りまとめとめて送付してください
- 入選作品の決定・表彰
・小学校低学年、小学校高学年、中学校、高等学校、特別

山口国体長門市実行委員会事務局
(国体推進課) 移転のお知らせ

消防本部3階に設置しております事務局が**8月1日から**日置支所別館に移転します。新しい住所・電話番号は下記のとおりです

新事務所所在地
〒759-4401 長門市日置上 5926 番地
Tel 37-2188

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/>



住宅用火災警報器の設置

住宅火災における死者数は、平成15年以降5年連続して1,000人を超える高い値で推移しています。特に65歳以上の高齢者が占める割合は約6割となっており、今後の高齢化の進展とともに、さらに増加することが懸念されます。

こうした状況のもと、平成16年の消防法改正により、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。

長門市火災予防条例においても平成23年5月末までに設置することとなっています。

住宅用火災警報器の早期普及は、住宅防火対策の「切り札」と言え、皆さんの安心・安全を確保するうえで極めて重要になります。

自分、そして家族の命を守るためにも早めに設置しましょう。



火災救急件数[5月]		()内は今年累計	
建物	2 (4)	船舶	0 (0)
林野	0 (1)	その他	4 (6)
車両	1 (3)	合計	7 (14)
合計	3 (8)	救急	158 (765)

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！

元気なうちから介護予防に取り組もう

介護を必要とする原因の多くは「入れ歯があわない」「転倒しそいで外出しなくなった」など身近なことから生じる生活機能の低下です。

元気な人が要介護状態にならないように、市では次のような事業を実施します。お気軽にお問い合わせ下さい。

【長門市の介護予防事業】

筋力トレーニング

水中運動教室

ストレッチ体操やトレーニング機器を使用した運動や水中運動で筋力をつけます。

回数 週1回・3カ月間

場所

太陽フィットネスクラブ等

その他 利用料が必要ですが

口腔ケア教室

口腔内の手入れの方法や入れ歯の管理等を指導します。

回数 月1〜2回・3カ月間

場所

長門市保健センター等

利用料 教材等実費

栄養改善

食材の選び方、調理方法、食べ方等の指導や相談を行い低栄養を予防します。

回数

月1〜2回・6カ月間

利用料

食材費等実費

閉じこもり予防デイサービス

外出の機会を増やし他者との交流の機会を作ります。

回数 週1回・3カ月間

場所

介護保険事業所等

その他

昼食、送迎、入浴利用可
利用料が必要ですが



1 水	●交通事故相談／市役所本庁会議室／10時～15時 ●心配ごと相談／長門市地域福祉センター／9時～12時
2 木	
3 金	
4 土	
5 日	
6 月	●プロムジカ女声合唱団in温泉閣／俵山温泉閣／14時～ ●行政相談／日置地域福祉センター／9時～12時
7 火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約 (TEL0838-24-0500) ●行政相談／市役所三隅支所／10時～12時 ●プロムジカ女声合唱団／ラポールゆや／19時～
8 水	●交通事故相談／市役所本庁会議室／10時～15時 ●心配ごと相談／長門市地域福祉センター／9時～12時
9 木	●社会保険年金相談・申請／市役所本庁会議室／10時～16時
10 金	●むし歯予防教室／長門市保健センター／13時30分～／要申込
11 土	
12 日	●長門市海岸清掃の日／市内海岸
13 月	
14 火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約 (TEL0838-24-0500) ●行政相談／油谷中央公民館／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 ●トレーニング機器利用者講習会／油谷保健福祉センター／13時30分～、17時30分～／要申込
15 水	●交通事故相談／市役所本庁会議室／10時～15時 ●行政相談／市役所本庁市民相談室／10時～12時 ●心配ごと相談／長門市地域福祉センター／9時～12時
16 木	●ながと歌舞伎ゼミナール／三隅公民館／19時～／要申込
17 金	
18 土	
19 日	●ながとヨットフェスタ2009／仙崎湾・さわやか海岸ほか ●仙崎祇園祭り／仙崎八坂神社／26日まで
20 月	海の日 ●通くじらまつり／通小浦埋立地ほか／15時～22時
21 火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約 (TEL0838-24-0500) ●心の健康相談／長門健康福祉センター／13時～14時／要予約
22 水	●交通事故相談／市役所本庁会議室／10時～15時 ●無料法律相談／市役所本庁市民相談室／10時～15時 ●心配ごと相談／長門市地域福祉センター／9時～12時
23 木	●ながと仙崎花火大会／仙崎湾／20時～ ●社会保険年金相談・申請／市役所本庁会議室／10時～16時
24 金	●長門市人権教育セミナー／市立図書館視聴覚室／14時～16時30分
25 土	
26 日	
27 月	
28 火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約 (TEL0838-24-0500) ●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／要予約
29 水	●交通事故相談／市役所本庁会議室／10時～15時 ●心配ごと相談／長門市地域福祉センター／9時～12時
30 木	
31 金	

●イベント ●相談・健診

食推おすすめ料理

長門市食生活改善推進協議会

アジの明太みそ焼き

—アジを使った変わり焼きです—

材 料 (4人分)

アジ	…中4尾	サラダ菜	…1/2袋
辛子明太子	…50g	ミニトマト	…8個
小ねぎ	…少々	レモン	…1個
マヨネーズ	…大さじ1		
みそ	…小さじ1		

作り方

- ①アジを「ぜいご」と取り、3枚におろす。
- ②サラダ菜は洗って、水を切っておく
- ③レモンはくし型に切る。ミニトマトは洗っておく。
- ④ほぐした辛子明太子とマヨネーズ、みそを合わせ、みじん切りにした小ねぎも入れて混る。
- ⑤①のアジの身側に④をめぐる。
- ⑥魚焼きグリルに入れ、中火にし10分～15分焼く。
- ⑦サラダ菜はお皿に引き、ミニトマト、レモンを添え6を置く。

ワンポイントアドバイス

焼くので油は使わないため、カロリーも抑えられます。
レモン汁をかけ、サラダ菜と一緒にたべるとさっぱりしておいしいですよ。



栄養価 (1人分)

エネルギー…141kcal
たんぱく質…17.8g
脂 質…5.9g
塩分相当量…1.1g

■食事バランスガイド



ほっちゃんテレビ放送予定

7/12 (日)・7/17 (金)

「ながとのめくみをめしあがれ」
長門地域地産・地消推進委員会

休日当番医

月/日	曜	当 番 医	電話番号
7/5	日	しみず循環器科内科医院 長門総合病院	22-2205 22-2220
7/12	日	岡田クリニック 岡田病院	22-2717 23-0033
7/19	日	半田内科クリニック 斎木病院	23-3030 26-1211
7/20	月	吉村内科 長門総合病院	22-3322 22-2220
7/26	日	戸嶋医院 岡田病院	34-0003 23-0033
8/2	日	三隅病院長門診療所 斎木病院	22-2440 26-1211

水道修繕当番店

地 区	公 道 部	邸 内 部
長門地区	田村建材(株) TEL 23-0514	田村建材(株) TEL 23-0514
三隅地区	田村建材(株) TEL 23-0514	田村建材(株) TEL 23-0514
日置地区	(株)清和 TEL 37-2266	(有)安田建材 TEL 32-1217
油谷地区	(株)おきた TEL 32-1034	(株)おきた TEL 32-1034

消費者トラブルQ&A

借金が返せなくなった!

Q 2年前に複数の消費者金融から借金をしました。当初は返済できていたのですが、収入が激減したので返済できなくなりました。どうしたらよいでしょうか。

A 借金を返済するためにまた借金をし、気が付くと多数の金融業者に多額の借金を抱えて返済が困難になった状態を『多重債務』といいます。

- 多重債務を解決する方法としては、本人の収入や資産、家計の状況と債務の額や実情により、
- ①裁判所を通さず弁護士などに依頼して行う『任意整理』
 - ②簡易裁判所に調整を依頼する『特定調停』
 - ③裁判所が認可した再生計画に基づき行う『個人再生』
 - ④裁判所を通じて債務の支払いを免責してもらう『自己破産』

の4つの方法があります。

多重債務に陥ってしまっても、必ず解決の方法はありますので、一人で悩まず、なるべく早く、県消費生活センターや市の消費相談窓口、県弁護士会などに相談し、解決策を立てましょう。

問い合わせ 企画政策課市民活動推進室 TEL 23-1115



海のこども

金子みすゞ

海のこどももみいつけた、
大きな岩の上に。
になの子供みいつけた、
海のこどものなかに。
海のこどもかはいいな、
になのこどもかはいいな。



「金子みすゞ全集」(JULIA出版局)

表紙の説明

日置農校が新商品を開発

黒豆あんぱんです！

6月17日(水)、日置農高の直売所で「黒豆あんぱん」が試験的に販売されました。これは生物生産科3年食品加工専攻の生徒8名が、課題研究の授業で開発に取り組んだもので、県産の黒大豆「のんたぐろ」が使われています。

班長の岡山加奈さんは、「使用する原料や混ぜる割合などを工夫することで、のんたぐろのいい香りを生かしたおいしいパンになりました。さらに改良して、たくさんの人に食べてもらえる商品にしたいです」と話していました。



季節の写真

Photograph of season



ハナショウブ／飯森公園

編集後記

本紙特集記事でもご紹介しましたが6月は市内各地でホタルまつりが行われました。私たち広報スタッフもホタルの乱舞をカメラに納めようとはりきったのですが、我々素人カメラマンにとっては、真つ暗闇の中、あの幻想的な様子をカメラに納めるのは至難の業でした。後日、撮影のコツを確認して再挑戦してみたものの、その日はホタルさんのご機嫌が悪かったらしく乱舞にはほど遠い状態。まだまだ挑戦するつもりなのですが、残念ながら締切の都合で結果がお知らせできそうにありません。もし良い写真が撮れたら市のホームページにも掲載させていただきますね。(み)