

長門市広報

2021

# 知っちょこ 10

No. 256





01 **表紙** 新生児誕生祝い品第3弾「ぞうさんのつみき」の贈呈式

8月30日（月曜日）、長門おもちゃ美術館で新しい誕生祝い品「ぞうさんのつみき」の贈呈式が開催されました。市では市内で産まれた新生児に、長門市の職人が長門市の木で作ったおもちゃをプレゼントしています。「木工房ふおれすと」の川浪茂さんがシイの木を使用し、デザイン・制作を行いました。

02-03 **ながとのニュース**

**特集**

04-05 **SDGs × ジェンダー平等の社会へ**

06-07 **食品ロスを減らしましょう**

08-09 **市民の命と健康を支える「水道」**

～水道事業の経営改善に取り組んでいます～

10-13 **知っちょこ PickUp**

14-23 **暮らしの知っちょこ**

24-25 **10月の予定表**

26 **知っちょこコラム**

27 **長門の人**

28 **裏表紙**

\\ **SNSで**  
**情報発信中** //

シティセールス推進班では地域のイベントなどを取材させていただきます。イベントや話題の人などの情報をお寄せください。

(☎：0837-23-1117)

mail : koho @ city.nagato.lg.jp



▲ Facebook



▲ Instagram

\\ **市政情報番組**  
**放送中** //

市政情報番組「知っちょこ」をほっちゃんテレビで放送中です。広報掲載情報の中から、テーマを選びわかりやすくお伝えします。

また、長門市のYouTubeチャンネルからも視聴可能です。



▲ YouTube



8/19  
(木)

**ながと①のニュース**

**ソチ市とオンライン交流イベント**

大津緑洋高校で、長門市と姉妹都市であるソチ市とのオンライン交流イベントが開催されました。

交流会では、長門市や大津緑洋高校、日本の文化を紹介した動画を上映。また、元乃隅神社が描かれた扇子や手作りのコースター・ストラップなど、イベントの後に贈られるプレゼントが紹介されました。質問コーナーでは、お互いの地域の観光地やイメージ、有名な食べ物などについての質問が行われました。

8/29  
(日)

**伝説の家政婦に料理を学ぶ**

**タサン志麻さんの料理教室**

長門市出身で「伝説の家政婦」として知られているタサン志麻さんのオンライン料理教室が開催され、市内在住、または市出身の働く男性16人が参加しました。参加者は、長門市の食材を使用した「ながとの魚介と長州どりのパエリア」、「ゆずきちのコールスロー」、「ゆずきちケーキ」の3品の料理を作りながら、片付けも同時に行うコツを学びました。



9/2  
(木)

俵山で地方体験交流に参加

## 大学生が市長を表敬訪問

若者の地方体験交流（地域づくりインターンシップ事業）に参加した大学生が江原市長を表敬訪問しました。8月20日から9月6日まで、株式会社SD-WORLDが受入主体となり、俵山ならではのさまざまな体験が行われました。たべ山での接客、町の湯での店番、俵山公民館での公民館だよりの作成、地域の人との交流など俵山での貴重な体験について、市長に報告をしました。



9/7  
(火)

## 大津緑洋高校ラグビー部に ラグビー練習用品を寄贈

市では東京2020オリンピック7人制女子ラグビーブラジル代表チームの事前キャンプ受入のため、ラグビーボールやウォーターボトルなどの練習用品を購入していました。新型コロナウイルス感染症の感染予防で未使用となっていたものを役立ててもらおうと寄贈したものです。

3年生の牧野主将は、「改めて多くの人に支えられていると感じました。個人やチームの練習に使用させていただき、強豪校に負けたくないよう頑張りたいです」と話しました。

9/8  
(水)

田屋公会堂にて期間限定で公開中

## 修験道の開祖「役行者」の木像

9月から山岳信仰である修験道の開祖とされる役行者（えんのぎょうじゃ）の木像が公開されています。通常は祠の中にあって直接拝観することができませんが、昨年の台風により祠が損害を受けたことから、祠の修復期間中は一時的に田屋公会堂に遷座し、一般に公開しています。

拝観期間は10月27日までの毎週水曜日と10月10日の午後1時から4時までとなっております。祠の改修工事終了後は、元の場所に戻されます。



9/11  
(土)

## 国内のトッププロ選手が出場 山口ながとクリテリウムが開催

ルネッサながと特設コースにおいて、自転車ロードレース「2021 JCL山口ながとクリテリウム」が開催されました。クリテリウムは、曲り角などの道路条件がある公道を周回するため、選手のせめぎ合うスリリングなレース展開が魅力です。

53人のプロ選手が、1周800mと比較的短い特設コースを50周して優勝を争いました。終盤の接戦を制したのは、宇都宮ブリッツェンの小坂光選手。自身初となる優勝に輝きました。



# 10月は男女共同参画推進月間



## エスディーズ SDGs ×

# ジェンダー平等の社会へ

☎ 市民活動推進課市民相談班 ☎ 23-1299



### 男女共同参画とSDGs

SDGsとは、人類がこの地球で暮らし続けていくために、2030年までに達成すべき17のゴール(目標)です。その中のひとつに『ジェンダー平等を実現しよう』が掲げられています。

今の社会では、「女性・女の子だから」と、個人の希望や能力ではなく「性別」によって生き方や働き方の選択肢や機会が決められてしまうことがあります。ジェンダーとは、このように社会的・文化的に作られた性別・性差のことです。

「ジェンダーの平等」とは、一人ひとりの人間が性別にかかわらず平等に責任や権利、機会を分かち合い、あらゆる物ごとを一緒に決めることができることを意味しており、日本では「男女共同参画社会基本法」で最重要課題として位置づけられています。

### 男女格差を示すジェンダー・ギャップ指数

世界経済フォーラムが今年3月に各国における男女格差を測るジェンダー・ギャップ指数を発表しました。この指数を100点

満点に換算すると、日本は66点。世界156カ国中、120位となっています。特に、日本は「経済」と「政治」において指数が低くなっています。

### 長門市の意識は？

令和2年度の市民意識調査では、社会全体の男女の地位について「平等」と答えた人はわずか13・2%でした。

また、家庭生活における「日常の家事」の役割分担について、理想は「父または夫婦が協力して」しかし、現実には「主に母または妻」の割合が高い結果でした。

長門市でも、ジェンダーの平等を感じていない市民が多いことや、理想と現実にギャップがあることが分かりました。

### まずは知る(こと)から

令和3年度から、市では若年層を対象に新たな啓発事業をスタート。7月19日(月)に菱海中学校に出向き、3年生を対象に「男女共同参画社会について」と題して授業を行いました。



▲「男女共同参画ってこういうことなんだ」と納得する生徒も

### 一人ひとりが輝ける社会へ

SDGsの中では、ジェンダーの平等を実現するには、女性に対するあらゆる差別や暴力をなくすこと、家事や子育て・介護など家庭内の役割分担を「仕事」として見直すこと、政策・方針を決定する過程への女性の参画拡大などの取組が必要とされています。

市ではジェンダー平等・男女共同参画社会の実現に向け、啓発事業や相談窓口での支援などの取組を推進していますが、市民の皆さん一人ひとりの意識改革も重要です。

長年に渡り人々の中に形成された「女性だから」「男性だから」という固定観念にとらわれず、一人ひとりの希望や考え方が受け入れられる柔軟な社会を実現していきましょう。

### パネル・図書展示を実施します

男女共同参画について理解を深めていただくため、パネル及び関連図書の展示を行います。この機会に、男女共同参画社会について考えてみませんか。

### 場所

パネル：長門市中央公民館ロビー  
ラポールゆやロビー  
図書：長門市立図書館  
(本館・ゆや分館)

### 期間

10/1(金)～10/31(金)

### 男女共同参画審議会 委員募集

男女共同参画社会の形成推進に必要な事項を調査、審議する審議会の委員を募集します。

### 募集人数

2人程度

### 任期

12/17(金)～2年間

### 資格

市内在住で満20歳以上の人  
■申込期限 10/22(金)  
■申込方法 市民活動推進課および各支所出張所に備え付けの応募用紙に必要事項を記入の上、左記宛先まで提出(FAX・メール可)

## interview

### 起業にチャレンジした女性にインタビュー

訪問美容&美容室

てとてん hand and dot

こばやしともえ 小林知恵さん

今年7月に、古民家をリノベーションして美容室を開業した小林知恵さん。

市内では珍しく、自宅や施設に出向いてヘアカットを行う「訪問美容」をメインに事業を行っています。外出が困難な高齢者や障害者の自宅や施設を訪問してヘアカットを行うことも。

小林さんは、性別や見た目、障害の有無、年齢などで人を区別せず、対等なひとりの人間として誰とも接することを心がけています。

私生活では4人の男の子を育てている母親でもある小林さん。そんな小林さんにお話を伺いました。

### 起業を考えている女性へ

今の生活を変えるということはとても勇気が必要です。

これまでは、すべてを自分で解決しなきゃと思っていたけれど、勇気を出して人に相談したことによって、人の繋がりも増え、周囲の人達が支えてくれました。甘えることも大切だと感じています。

「失敗を恐れてはいけない。恐れなくてはいけないのは、失敗を恐れて何もしなくなることだ。」という言葉聞いてハッとしました。実際、やってみると、何倍も得るものの方が多かったです。

### 笑顔のつながり、広がる

大切な人たちから繋がった輪が、もっと広がり、笑顔がふえればいいなと思っています。

### 起業した「きっかけ」

これまで、市内のヘアサロンで働いていましたが、高齢のお客さまに「免許証を返すことになったんだよ。そしたら、もう来られなくなるな」と言われた一言がきっかけとなり、出張型的美容サービスを提供できないかと起業を決意しました。

また、地元にも恩返しができたらという思いから、地元にお店を開業することにしました。店名の「てとてん」は、「手と点」や「手と天」から名付け、色々な場所に出向いて、自分の手でお客さまのお手伝いをしたいという思いを込めています。

### 子育てを「楽しむ」、自分の時間も大切に

できないことや無理はしない、自分の身の丈に合った子育てをす

るようにしています。子どもたちが笑顔でいるために、まずは自分が笑顔で過ごせるよう、自分の時間も大切にするようにしています。

### 老若男女問わず居心地の良い美容室に

お客さまのクロスは、男性だから青、女性だから赤というような区別はしないように心掛けています。また、美容室を可愛らしい造りにしてしまうと、男性客が入りづらくなるため、誰でも気軽に来店できるよう昔ながらの温かい雰囲気大切に店づくりをしました。

家の中でも、「お兄ちゃんなんだから」という言葉を使わないようにしています。先に産まれたからという考えをせず、子どもたちには、一人の人として尊重し言葉をかけています。

詳しくは山口県ホームページをご覧ください。  
http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a12800/support/top.html  
山口県男女共同参画課  
☎ 083-9333-2630

■申込・問い合わせ  
〒759-4192  
長門市東深川1339番地2  
市民活動推進課市民相談班  
☎ 23-1299  
FAX 22-9077  
Mail soudan@city.nagato.lg.jp

### やまぐち男女共同参画推進事業者募集

山口県では、社会全体で男女共同参画を推進する気運の醸成を図るため、ワークライフバランス実現に向けた自主的な活動に取り組んでいる事業者を「やまぐち男女共同参画推進事業者」として認証し、その活動を支援しています。現在市内にも認証されている事業者がいま

# 今日から実践！食品ロスを減らす行動を

## 「必要な量だけ購入」して「食べきる」

食品ロスを減らすためにはどうしたら良いでしょうか。「残さず食べる」「食べる分だけを買う」「外食は食べきれ的分だけ注文する」など、皆さん一人ひとりの行動で減らすことができます。食べ物をごみにしないことを意識してみましょう。



### 買い物 買いすぎない

#### 事前に冷蔵庫内をチェック

▶メモに書いたり、スマホや携帯で撮影

#### 買い物は使う分だけ

▶使いきれの量、食べられる量を購入

#### 手前に陳列されている食品を選ぶ

▶家庭での利用予定を考え、期限表示を確認

### 保存 もったいないを意識して

#### 最適な保存場所に

▶保存方法にしたがって最適な場所に保存

#### まとめて下処理

▶冷凍・乾燥・茹でるなどして保存

#### ローリングストック

▶期限の長い食品を奥に、近い食品を手前に

### 調理 作りすぎない

#### 残っている食材から使う

▶「いつか食べる」食品は食品ロス予備軍

#### 食べきれの量を作る

▶体調や健康にも配慮しながら

#### 食材を上手に食べきる

▶定期的に冷蔵庫や収納庫を整理する日を決める

食べきれなかった場合は、他の料理に作り変えるなど献立や調理方法を工夫しましょう。

詳しくは、料理レシピサイト「クックパッド」内の「消費者庁のキッチン（公式ページ）」を参照ください。



## 食品の期限表示を正しく理解しましょう

**消費期限**：「過ぎたら食べないほうがよい期限」

**賞味期限**：「おいしく食べることができる期限」

**賞味期限**は過ぎてもすぐに廃棄せずに、自分で食べられるかどうかを判断することも大切です

### ごみ減量化機器等の購入費補助

一般家庭から排出された生ごみや剪定枝葉の減量化および再資源化を推進するため、対象機器購入経費の一部を補助します。申請は本庁生活環境課、各支所で受け付けていますのでご利用ください。なお、商品を購入する際には、事前に手続きが必要となりますので、問い合わせください。

### リサイクル情報掲示板

家庭から出るごみ削減と不用品の有効利用を進めるため、リサイクル情報掲示板を設置しています。

申し込み、情報の掲示は、本庁生活環境課、各支所、出張所、市ホームページで行っていただけます。市内に住所を有する人で、無償で壊れていない不用品を譲りたい人、譲ってほしい人は活用してください。

### 電池類の出し方について

最近、電池類が燃えるごみに混入している事例が多くみられます。ごみを出される場合には、

- ①ごみ箱にごみ袋をかぶせ、いっぱいになる前に早めにしばって封をする
- ②マスクなどのごみに直接触れないようしっかりとしばる
- ③ごみを捨てた後は、せっけんを使って流水で手をよく洗う



### 感染症対策・家庭でのマスクなどの捨て方

リチウムイオン電池を含む充電式電池はビニールテープで絶縁し電池類（拠点回収・燃えないごみ（1回/月）で、加熱式たばこなど電池が取り外せないものは小型家電（拠点回収）として出してください。適切な分別へのご協力をお願いします。

10月は3R推進月間、食品ロス削減月間です

# 食品ロスを減らしましょう

問 生活環境課廃棄物対策班 ☎23-1249



- R Reduce** (リデュース) ごみの発生抑制「ごみを出さない」
- R Reuse** (リユース) 再使用「一度使って不用になった製品や部品を再び使う」
- R Recycle** (リサイクル) 再資源化「出たごみはリサイクルする」

「3R(スリーアール) (Reduce <発生抑制>, Reuse <再使用>, Recycle <再資源化>) とは、環境と経済が両立した循環型社会を形成するためのキーワードです。

3Rの取組のうち、最も重要なのは **Reduce** と言われています。この **Reduce** の取組で身近にできることは「食品ロス」を減らすことです。

## 食品ロスとは？

まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。日本では、年間2,531万トン(※)の食品廃棄物等が出されています。このうち、まだ食べられるのに廃棄される食品、いわゆる「食品ロス」は600万トン(※)。

これは、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料援助量(2019年で年間約420万トン)の1.4倍に相当します。

※農林水産省及び環境省「平成30年度推計」

### SDGsと食品ロス

SDGsでは2030年までに食品ロスを半分に減らすことを目指しています

捨てられている食料の量は、食べ物がなくて困っているどれだけの人を助けることができる量にあたるのでしょうか？もったいない！の精神でもう一度考え直してみましよう。

## 食品ロス削減のためには、まずは家庭から

日本の食品ロスのうち、約半分は家庭から発生しています。食品ロスを国民一人当たりで換算すると、1日当たりお茶碗約1杯分(約130g)、年間では約47kgの食べものが捨てられていることになるのです。

家庭では、料理の作りすぎなどによる「食べ残し」、野菜の皮や茎など食べられるところまで捨ててしまう「過剰除去」、未開封のまま捨ててしまう「直接廃棄」が要因となっています。大切な資源の有効活用や環境負荷への配慮から、食品ロスを減らす必要があります。まずは家庭で取り組んでみましょう。

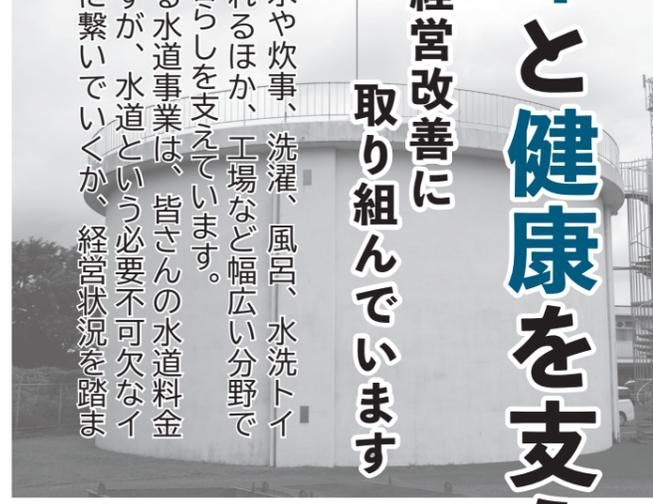


# 市民の命と健康を支える「水道」



## 水道事業の経営改善に取り組んでいます

水道は、私たちの飲み水や炊事、洗濯、風呂、水洗トイレなどの日常生活で使われるほか、工場など幅広い分野で使われており、私たちの暮らしを支えています。公営企業で運営している水道事業は、皆さんの水道料金で経営が成り立っていますが、水道という必要不可欠なインフラをどのように将来に繋いでいくか、経営状況を踏まえて考えてみましょう。



## 現在の経営状況は？

人口減により、給水収益は減少し、経営状況は厳しくなっています。市内の広範囲におよぶ水道管や浄水場の維持管理費に加え、老朽化が進む水道施設の更新にも多額の費用を要します。経費の削減に取り組んでいますが、運営上資金を借り入れざるを得ない状況であり、借入金残高は増加傾向にあります。

## 1m<sup>3</sup>の水を届けるのに必要な原価は？

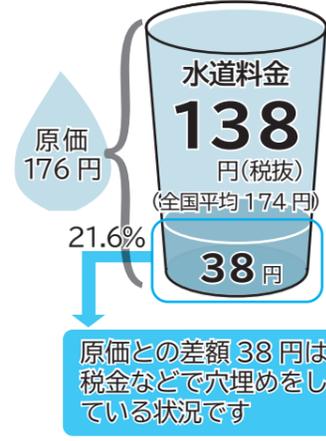
水源地で取水してから各家庭の蛇口まで水道水を届ける費用は、1m<sup>3</sup>あたり176円(給水原価)となっています。給水区域が広範囲で給水人口も少ないため、非効率な経営環境にあり、全国平均原価より高くなっています。



※1m<sup>3</sup>は2ℓのペットボトル500本分の量です

## 1m<sup>3</sup>の水に水道料金を平均でいくら払っているの？

1m<sup>3</sup>あたり176円の水道水を138円(供給単価)で利用者に提供しています。全国平均より低く、水道料金のみで38円不足が生じますので、主に一般会計から補助してもらうことで水道事業の経営が成り立っています。



## 1 老朽化施設の更新

本市の水道管布設延長は489kmです。そのうち、布設から40年(法定耐用年数)を経過した水道管は162kmで、老朽化による漏水が増加傾向にあります。水道管の更新を進めなければいけません。令和2年度には、3kmの水道管を更新しましたが、すべての水道管を更新するには163年かかる計算となるため、緊急性や老朽度を見極めながら更新工事を進めています。



▲湯本浄水場は5カ年かけて更新整備を行う ▲老朽化した水道管を新しいものに取り替える更新工事

## 2 事業・施設の統廃合

平成29年度末に各地区に7つあった水道事業を依山簡易水道を除き、長門上水道事業へ経営統合しました。これにより、地区間で水を融通しあう連絡管の整備が可能となり、水源や浄水場の適正配置を進めています。また、水道施設の維持管理体制の見直しなど経営改善を図っています。

## 3 危機管理体制の強化

職員数が減少する中、水道・下水道事業を一体的に運営するため、上下水道局を設立し体制を強化しました。また、いざというときに備え、新規給水車の導入や資機材の整備など、危機管理体制の強化に努めています。



▲今年6月に導入した給水車。断水時の応急給水のほか被災地への派遣にも利用される

## 4 収入の確保

水道料金は、水量によって金額が変動するため、一律に他市と比較することは困難ですが、1カ月で20m<sup>3</sup>使用した場合、全国平均より801円低い料金となっています。水道事業の継続には、給水収益の確保は欠かせません。合併後は、平成20年に料金単価を統一したのみであり、水道料金改定に向けて、料金のあり方を検討しています。

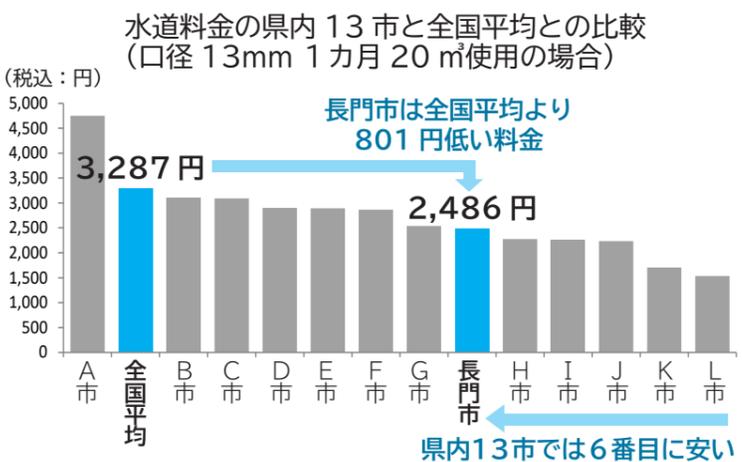


※料金収入に対する借入残高の割合

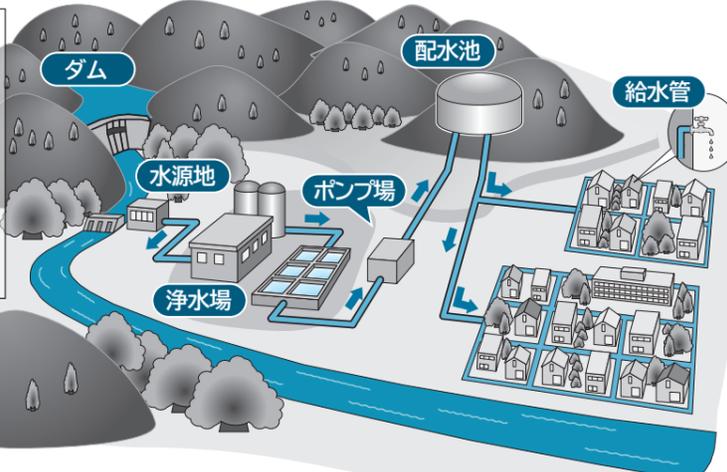
合併時と現在の経営状況の比較

	平成17年度	令和2年度
給水人口	38,608人	30,427人
給水量	470万m <sup>3</sup>	362万m <sup>3</sup>
給水収益	6.0億円	5.0億円
費用	7.3億円	6.8億円
職員数	21人	13人

※費用は給水に係る経費で、施設の更新に係る工事費や人件費は含んでいません



- ### 水道水が家庭に届くまで
- 1 川などの水源地で取水した水を浄水場へ送る
  - 2 浄水場の沈殿池やろ過機で水をきれいにする
  - 3 薬品を注入して水道水が出来上がり
  - 4 水をポンプで配水池へ送る
  - 5 配水管と各家庭の給水管を通して蛇口まで届く



水道事業経営には、施設の減価償却費や維持管理費、ポンプの動力費、薬品費、人件費に加え、水道管や浄水場といった施設の整備・更新費など多額の経費がかかります。

## 水道事業のこれから

合併から16年が経過し、水道事業の経営環境は大きく変化しています。現状のままでは事業の継続が困難となることから予想されています。そのため、上下水道局では経営健全化の取組として、今後10年間の経営の基本計画となる「経営戦略」を3月に策定し、経営改善に取り組んでいます。経営戦略では、老朽化する水道施設の更新計画や、不足する財源、本来あるべき水道料金水準など、経営改善に向けた方向性が示されています。市民の皆様にも、今後の取組について、ご理解ご協力をお願いします。

- ### 「経営戦略」の3つの目標
- 安全安心** 市民の命と健康を支える
  - 持続** いつまでも将来へと受け継がれる
  - 強靱** 災害時にもいつも命の水を供給する

「経営戦略」と概要説明資料は長門市ホームページに掲載しています。「長門市水道事業経営戦略」で検索

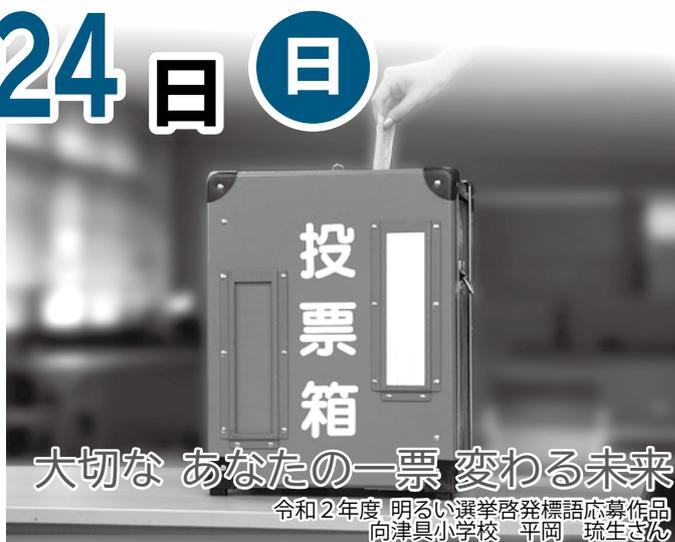
図 上下水道局管理課 ☎ 23-1169

# 参議院山口県選挙区 選出議員補欠選挙

## 投票日は10月24日(日)

問長門市選挙管理委員会事務局 ☎23-1167

欠員に伴う、「参議院山口県選挙区選出議員補欠選挙」が10月24日(日)に行われます。この選挙は、わたしたちの未来を選択することとなる大切な選挙です。あなたの大切な一票を無駄にしないよう、投票に行きましょう。自分の投票所については、「投票所入場券」で確認してください。



### 投票できる人

選挙人名簿登録者に限られます(選挙権停止中の者は除く)。選挙人名簿は、平成15年10月25日までに生まれた日本国民で、令和3年7月6日以前から引き続いて長門市の住民基本台帳に記載されている人が登録されています。

7月7日以降に県内市町から長門市に転入された人は、前住所地で投票することになります。

### 投票の場所

投票日当日の投票は決められた投票所で行うことになっています。郵送された「入場券」で投票所を確認してください。

令和3年9月24日(金)までに市内転居の届け出をした人は、新しい住所地の投票所で投票ができます。9月27日(月)以後に届け出をした人は、旧住所地の投票所での投票となります。

### 投票の時間

投票時間は、7時から19時までです。ただし、次の投票所については7時から18時までです。

・久津、本郷、大浦、川尻

### 開票

■日時・場所 10/24(日) 20:30～ ながと総合体育館  
※開票結果は、長門市ホームページ・ほっちやテレビ L字放送でお伝えします

### 入場券を忘れずに

投票所を案内する入場券は自宅へ郵送します。氏名と投票所をよく確かめ、投票日には必ず持参してください。

入場券が届かない場合や入場券を紛失した場合でも、選挙人名簿に登録されていれば投票できますので、当日、投票所の受付係に申し出てください。

### 証明書の交付を受けている人

船員で選挙人名簿登録証明書の交付を受けている人については、入場券の代わりに「案内文書」を郵送します。投票の際には入場券の代わりに、選挙人名簿登録証明書の提示が必要となります。

身体障害者などで、郵便等投票証明書の交付を受けている人については、投票用紙請求書が郵送されますので、投票用紙を請求してください。

### 期日前投票期間について

#### 三隅・日置・油谷支所の期日前投票所設置期間および投票時間の変更

	変更後	変更前
設置期間	選挙期日の6日前から 選挙期日の前日まで	告(公)示日の翌日から 選挙期日の前日まで
投票時間	8時30分から19時まで	8時30分から20時まで

※長門期日前投票所(長門市役所1階市民ロビー)は、告(公)示日の翌日から選挙期日の前日までの期間、8時30分から20時まで開設しております

## 郵便などによる不在者投票

### 郵便等投票ができる人

- ①身体障害者手帳に両下肢などの障害は1級か2級、内臓機能の障害は1級か3級、免疫・肝臓の障害は1級から3級の人
- ②戦傷病者手帳に両下肢などの障害は特別項症から第2項症、内臓機能の障害は特別項症から第3項症と書いてある人
- ③介護保険の被保険者証に要介護5と書いてある人  
対象者はあらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受けて、自宅などで不在者投票ができます。投票用紙の請求は10月20日(水)までです。

### 代理記載で郵便など投票ができる人

- ①身体障害者手帳に上肢または視覚の障害の程度が1級と書いてある人
- ②戦傷病者手帳に上肢または視覚の障害の程度が特別項症から第2項症と書いてある人

代理記載の方法による投票を行うためには「郵便等投票証明書」に加え、あらかじめ手続き(代理記載のための申請、代理記載人の届出)が必要です。

※詳細は問い合わせください

## 代理・点字投票

身体が不自由などの理由で文字が書けない人は、代理投票ができます。係員が本人に代わって投票用紙に記入します。投票の内容が外に漏れることはありません。目の不自由な人は、点字で投票できますので、投票所で係員に申し出てください。

## 期日前投票

投票日に仕事や旅行などのため投票できない人は、「期日前投票」ができます。期日前投票は、地域指定がありませんので、市内どこの期日前投票所(開設期間・時間は投票所ごとに異なります)を利用されても投票ができます。

入場券裏面の宣誓書に必要事項を記入し、左記の期日前投票所を利用してください。

### ▼場所・期間

#### 長門市役所(1階市民ロビー)

10/8(金)～10/23(土) 8:30～20:00

#### 各支所

10/18(月)～10/23(土) 8:30～19:00

#### 各出張所

10/18(月)～10/22(金) 8:30～17:00

## 不在者投票

### 指定病院などに入院中の人

指定病院などに入院している人は、その施設で不在者投票ができます。病院長や施設の管理者に申し出てください。

### 市外に滞在中の人

本人が「宣誓書・請求書」により長門市選挙管理委員会に不在者投票用紙の請求をしてください。投票用紙を送付しますので、その投票用紙を持って滞在地の市町村の選挙管理委員会に行き、不在者投票をします。請求は早めに行ってください。



## 新型コロナウイルス感染症への対応

選挙については、総務省から「緊急事態宣言が発令された場合においても、不要不急の外出には当たらないため、公職選挙法の規定に基づき執行するものである」との通知が出されています。

感染拡大防止の観点から、安心して投票していただけるよう十分に対策を行ったうえで執行します。

### 投票所における対策

- ・アルコール消毒液を設置
- ・定期的な換気および投票記載台の消毒を実施
- ・投票管理者、立会人はマスクの着用、事務従事者はマスクと手袋を着用し咳エチケットを徹底
- ・記載台や待機場所では一定の間隔の確保
- ・使い捨て可能なクリップペンシルの用意

### 皆さんへのお願い

- ・マスクの着用、手指の消毒などにご協力をお願いします
- ・可能なかぎり周りの人と十分な距離を保ってください
- ・持参した筆記用具を使用できます  
鉛筆(シャープペンシル)の使用を推奨します
- ・投票日の混雑を防ぐため、期日前投票の利用もお願いします
- ・期日前投票を利用する場合は、投票所入場券裏面の宣誓書にご記入をお願いします

## 投票所のご案内

「投票所入場券」で自分の投票所を確認してください

投票区	投票所	行政区
通	長門市通公民館	通1区・通2区・通3区・通4区・通5区・通6区・通7区・通8区・通9区・通10区・通11区・通12区・通13区
田ノ浦	通地区シニアプラザ	通14区・通15区・通16区
白 潟	白潟公民館	白潟1区・白潟2区・白潟3区
仙崎第1	仙崎小学校体育館	祇園町・南町・幸町・旭町・錦町・新屋敷町・新開町・鳥越1区・鳥越2区・栄町・本町・北本町・洲崎町・今浦町・鍛冶屋町・中新町・新町
大日比	大日比公会堂	大日比
大 泊	青海島地区多目的研修集会所	大泊
青 海	青海集落センター	青海
田 屋	田屋公会堂	田屋
湊	湊2区公会堂	駅前区・湊1東区・湊1西区・湊2区・湊中央区・湊3区
正明市	長門市役所（1階市民ロビー）	中山・緑ヶ丘・藤中・江良・正明市1区・正明市2区・正明市3区・正明市4区・正明市5区・上郷・下郷
上川西	地域活動支援センターたけのこ村	下川西・上ノ原・後ヶ迫・開作・上川西1区・上川西2区・上川西3区
板 持	板持公会堂	板持1区・板持2区・板持3区・板持4区
長門河原	河原活性化センター	殿台・大河内・小河内・河原
湯 本	湯本温泉旅館協同組合会議室	門前・湯本・三ノ瀬
渋 木	大畑体育館	山小根・渋木中区・坂水・渋木1区・渋木2区・渋木3区・大埜
真 木	真木公会堂	真木
木 津	木津区民館	小原・木津
大羽山	長門市依山公民館	郷・黒川・大羽山
湯 町	山口県農協依山支所	湯町・上政・上安田・下安田・七重
一の瀬	一の瀬公会堂	滝坂・一の瀬・三隅中畑・杉山
宗 頭	長門市宗頭文化センター	樅の木・宗頭・兎渡谷
上中小野	上中小野集落センター	麓・上中小野・下中小野・辻並
土 手	三隅支所	大竹・正楽寺・市・湯免・三隅中村・土手・久原・生島・津雲・飯井
野波瀬	山口県漁業協同組合野波瀬支店	野波瀬
豊 原	はつらつステーション三隅	向山・豊原・二条窪・平野・上東方
浅 田	三隅勤労者スポーツセンター	下東方・小島・浅田・殿村新開・向開作・沢江・上ゲ
古 市	日置支所	黄波戸口・堀田・亀山・亀山団地・古市・上城・狩宿・一円・向田・川原・日置中村・東坂本・西坂本・炭床・長行
黄波戸	黄波戸漁村センター	長崎・黄波戸・矢ヶ浦・茅刈・境川
国 広	日置高齢者コミュニティセンター	大内山上・大内山下・畑・国広・真口・新市・農士園・小野地
野 田	野田北集会所	北山・野田北・野田南・雨乞
久 富	久富公民館	亀田・植松・荒人・長久・杣地・有宗・広中・稲石・人丸
新別名	油谷支所	新別名・駅通・大迫・東大坊
油谷河原	油谷河原農業研修所	芝崎・大坊・田上・二ノ瀬・坂根・山根・札幌・河原浦・大江
伊 上	伊上公民館	浅井・尾崎・里・伊上浦・岡・宮ノ馬場・上り野・前方・須方・綾湖・貝川
蔵小田	蔵小田交流館	上蔵小田・下蔵小田・油谷中畑・渡場・掛瀨
津 黄	山口県漁業協同組合津黄支店	上津黄・東津黄・西津黄
後 畑	宇津賀公民館	東後畑・大畠・青村
立 石	山口県漁業協同組合立石支店	東立石・西立石
角 山	角山老人憩いの家	小田・赤屋・木吹・大川尻
久 津	向津具保育園	田久道・白木・久津 ※投票時間は18時まで
本 郷	向津具出張所	大和・南方・本郷・山崎・上野西・水岬 ※投票時間は18時まで
大 浦	大浦高齢者交流センター	大浦東・大浦西・油谷 ※投票時間は18時まで
川 尻	川尻老人憩いの家	中ノ森・上野東・川尻東・川尻西 ※投票時間は18時まで

# インフルエンザの 予防接種を受けましょう

☎長門市保健センター ☎23-1132



- 対象者 市民で次のいずれかに該当する人
- ・65歳以上の人
- ・60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能において身体障害者手帳1級程度の障害を有する人
- ※該当者は、予診票に診断書または身体障害者手帳の写しを添付することになります
- ※この制度の対象以外の年齢で接種を希望される人は、任意接種として接種できますので、各医療機関に問い合わせください
- 接種回数 1回接種

- 接種期間  
10 / 1 (金) ~ 令和4年2 / 28 (月)  
※日曜・祝日を除く(実施医療機関の開院日に準ずる)  
※感染拡大防止の観点から、12月中旬までには接種を終了するようにしてください
- 接種場所  
市内の実施医療機関は下表のとおりです
- 自己負担金 1、490円

■令和3年度インフルエンザ予防接種実施医療機関 ※予約制となっている医療機関には事前に連絡してください

地区	指定医療機関	電話番号	予防接種日	受付時間 ほか
長門	天野内科胃腸科医院	22-2210	月~土曜日	8:30~12:30、15:00~17:30 (木・土曜日は12:30まで)
	岡田クリニック	22-2717	月~土曜日	8:30~12:00、13:30~17:00 (木・土曜日は午前中のみ)
	岡田病院	23-0033	月~土曜日(予約制)	平日8:30~13:00、土曜日8:30~12:00
	斎木病院	26-1211	月~土曜日(予約制)	8:30~17:00(土曜日は12:00まで)
	斉藤医院	22-0826	月~土曜日(予約制)	8:30~17:00(木・土曜日は12:00まで)
	しみず循環器科内科医院	22-2205	月~土曜日(予約制)	8:00~11:30、14:00~17:00 (水・土曜日は午前中のみ)
	たわらやま診療所	29-0102	月・水・金曜日(予約制)	9:00~12:00
	長門総合病院	22-2220	火~金曜日	8:30~12:00 かかりつけの人は主治医と相談してください。 初診の人は月・木曜日のみ、15:00~16:00 予約制 第1木曜日は除く
	半田内科クリニック	23-3030	月~土曜日 (11月から予約制)	8:30~12:00、14:30~17:00 (木・土曜日は午前中のみ)
	長門診療所	22-2440	月~土曜日(予約制)	8:30~17:00(水・土曜日は12:00まで)
	宮尾医院	26-0559	月~土曜日	8:00~11:30、14:00~17:00 (土曜日は午前中のみ)
	持山外科整形外科医院	22-1555	火~金曜日(予約制)	8:30~17:00
	吉村内科	22-3322	月~土曜日	8:30~12:00、14:30~17:30 (木・土曜日は午前中のみ)
	綿貫耳鼻咽喉科	23-4133	月~土曜日(予約制)	9:00~11:45、14:30~17:15 (木・土曜日は午前中のみ)
三隅	桑原医院	43-0010	月~土曜日	8:30~12:00、14:00~17:00 (木・土曜日は午前中のみ)
	三隅病院	43-0711	月~金曜日(予約制)	8:30~17:00
日置	福永病院	37-3911	月~金曜日(予約制)	8:30~11:30
油谷	木村クリニック	32-0008	月、火、木、金、土曜日 (予約制)	8:30~12:00、13:30~17:30 (土曜日は11:30まで)
	友近内科循環器科医院	32-1180	月~土曜日(予約制)	8:00~12:00、14:00~16:30 (木・土曜日は11:30まで)
	戸嶋医院	34-0003	月、火、水、金、土曜日 (予約制)	8:30~17:30(土曜日は11:30まで)

 人口 ( ) 内は先月比	 火災・救急 ( ) 内は今年累計	 船舶海難・人身事故
人口 32,536人 (-44)	火災 建物0 (5)	船舶海難 隻数0 (5)
男 15,056人 (-11)	林野0 (3)	死亡者・行方不明0(1)
女 17,480人 (-33)	車両0 (0)	人身事故 人数0 (4)
世帯数 15,781世帯 (-31)	船舶0 (0)	死亡者・行方不明0(3)
出生 9人 死亡 33人	その他0 (9)	( ) 内は今年累計
転入 54人 転出 74人	合計0 (17)	
	救急 144 (1153)	



## お知らせ

### 行政相談週間がはじまります

10/18(月)から24(日)までは「行政相談週間」です。行政に関する意見や提案を受け付け、行政の制度や運営の改善に活かしています。市では次のとおり、行政相談委員による相談所を開設します。相談は無料ですので、気軽に相談ください。

#### 三隅地区

##### 日時

10/12(火) 10:00~12:00

##### 場所

三隅支所 熊野 和正 委員

#### 日置地区

##### 日時

10/21(木) 10:00~12:00

##### 場所

日置支所 永富 恵子 委員

#### 油谷地区

##### 日時

10/20(水) 10:00~12:00

##### 場所

ラポールルゆや 担当 小嶋 順一 委員

#### 長門地区

##### 日時

10/21(木) 10:00~12:00

■場所 市役所1階相談室

■担当 山根 浩美 委員

※総務省山行政評価事務所で  
も相談を受け付けています

☎0570-090-1110

(行政苦情110番)

FAX 083-922-1593

http://www.soumu.go.jp/main\_sosiki/hyouka/soudan.html

☎市民活動推進課市民相談班

☎23-1299

### IoT等を活用した農業の推進に補助

市では、IoT等の先端技術を活用した農作業の効率化および農業の生産性向上を図る取組に対し、補助を行います。

■対象者 地元で農産物を生産する市内の農業者・農業者の組織する団体(農業法人含む)

■補助金額 対象事業経費の1/2に相当する額(上限100万円、下限5万円)

※ただし予算の範囲内

■取組実績 密苗田植機(直進アシスト仕様)、和牛分娩監視装置、IOTモニタリングシステムなど

■手続き 申請書類の提出後、外部有識者等で組織される審査委員会の審査により交付の可否を決定します

■申請期間 10/29(金)

☎23-1237

☎農林水産課農業振興班

令和4年度コミュニティ助成事業

一般財団法人自治総合センターでは、次のような助成事業を行っています。

■一般コミュニティ助成事業

■対象 コミュニティ組織

■内容 コミュニティ活動に必要な設備等整備に関する事業

■助成金額 100万円~250万円

■コミュニティセンター助成事業

■対象 コミュニティ組織

■内容 自治会集会所などの建設または大規模修繕、およびその施設に必要な備品の整備

■助成金額 対象となる事業費の3/5以内に相当する額の3/5以内

コミュニティ活動のイベントに関する事業など、主として親子で参加するソフト事業

■助成金額 30万円~100万円

■対象 地方自治法に基づいた協議会および実行委員会など

■内容 地域資源の活用や広域的な連携を目的に実施するソフト事業

■助成金額 200万円まで

■地域芸術環境づくり助成事業

■対象 指定管理者、特定公益法人および実行委員会など

■内容 自ら企画・制作する文化・芸術事業で「地域交流プログラム」を伴うソフト事業

■助成金額 500万円まで

■地域国際化推進助成事業

■対象 コミュニティ国際交流組織

■内容 多文化共生、国際理解推進など他の団体の模範となるソフト事業

■助成金額 200万円まで

■申込期限 10/19(火)

※その他、提出書類・申請条件の詳細などがありますので、まずはご相談ください

☎市民活動推進課活動推進班

☎23-1172

## 図書館へ行こう

本館 ☎26-5123  
分館 ☎33-0051

### 休館日

本館・分館（6日は本館のみ）  
4（月）、6（水）、11（月）、18（月）、  
25（月）

### 10月限定企画開催のお知らせ

「読書の秋」をより満喫していただくため、本と皆さんを結ぶイベントを本館にて開催します。

#### 1) 本館の貸出冊数を倍増します

対象 図書・雑誌のみ 20冊  
※予約冊数・視聴覚資料貸出点数の変更はありません  
対象者 個人利用者のみ

#### 2) 本館で「本」を借りた人の中から抽選で30人に記念品をプレゼントします

応募方法 カウンター設置の「応募券」に必要事項を記入し、応募箱へ投函してください  
※1枚のみ有効  
当選発表 11月中旬に館内および図書館ホームページにて  
期間 10/1（金）～31（日）  
場所 長門市立図書館本館

### 映画上映会（入場無料）

#### 上映タイトル

「初恋のきた道」（89分）

【音声：中国語、字幕：日本語】  
※入場者は20人まで（先着順）  
※マスクの着用をお願いします  
上映日・上映開始時間

10:00～	10/13、15、17
14:00～	10/12、14、16

#### 今月のおすすめ本

『それでも、陽は昇る』

真山仁著、祥伝社

阪神・淡路大震災で被災し、妻子を亡くした小学校教師小野寺徹平は、東日本大震災で被災した東北の小学校に応援教師として赴任し、二年を過ごした後、神戸へ戻りNPO法人



の活動に奮闘していた。「復興」の掛け声の下で生じる新たな課題が浮き上がる中、小野寺が導き出した己がすべきこととは一。

**街頭献血のお知らせ**  
コロナと共存する今も、献血は必要です。より多くの皆さまからのご協力をお願いします。  
■日時・場所

### 街頭献血のお知らせ

■申請期限 11/30（火）  
■問 地域福祉課保護班 ☎23-1155

**家族介護見舞金**  
要介護高齢者を介護する家族の負担を軽減し、在宅介護の生活の継続を支援します。  
■対象 家族介護見舞金  
市民税非課税世帯で要介護度

### 家族介護見舞金 慰労金支給制度

■主催 長門ライオンズクラブ  
※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ください  
■問 長門ライオンズクラブ ☎22-2266

■支給金額 上限10万円  
■申請期間 随時受付

**家族介護慰労金**  
■対象 市民税非課税世帯で要介護度4・5の介護認定を受けている人を、介護保険のサービ

スを利用せずに在宅で1年間継続して介護している同居の家族  
■支給金額 上限2万円  
■申請期間 10/1（金）～11/30（火）  
■問 高齢福祉課高齢福祉班 ☎23-1157

**秋季安全推進活動実施中**  
仙崎海上保安部では、海難事

■問（公財）山口県市町村振興協会 ☎083-925-6612

■販売場所 全国の宝くじ売場  
■単価 各1枚300円

■販売期間 9/22（水）～10/22（金）  
■抽せん日 10/29（金）

■宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

**ハロウィンジャンボ 宝くじ・ミニが販売中**

■問 高齢福祉課地域包括ケア推進室 ☎27-0035

■複数人での行動 複数人で行動すれば、早期救助に繋げることができます  
※海での事件、事故は118番まで通報をしてください。

■気象海象の常時把握 最新の気象状況を収集し、荒天が予想される場合には活動を合わせましょう

■連絡手段の確保 何かあった際に、いつでも連絡を取ることが出来る連絡手段を確保しましょう

■救命胴衣の常時着用 もしもの時に備えて、救命胴衣は忘れずに着用しましょう

■故防止のために秋季安全推進活動を実施します。海に出る際は、次の事項を守り安全に楽しむよううにしてください。

■宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

### 生活困窮者自立支援金の申請期限延長

10/6（水）  
市役所北側駐車場

4・5の介護認定を受けている人を、在宅で6カ月継続して介護している同居の家族  
※短期入所の利用期間や入院加療期間を除く

■申請期間 9/30～11/30  
12/45～16/00

■問 高齢福祉課高齢福祉班

**長門市過疎地域持続的発展計画(案)に対する意見募集**

過疎地域について、総合的かつ計画的な対策を実施するため、令和3年4月1日に「過疎地域の持続的発展の支援に関する特別措置法」が新たに施行されたことに伴い、市では、過疎地域の持続的発展に向け、「長門市過疎地域持続的発展計画(案)」の策定を進めています。

計画の策定にあたり、パブリックコメント(意見公募)制度により、「長門市過疎地域持続的発展計画(案)」について、市民の皆さんからの意見を募集します。

**資料の閲覧方法**

・市ホームページへの掲載  
<https://www.city.nagato.yamaguchi.jp/>

**文書の閲覧**

市役所本庁3階行政情報閲覧コーナーおよび企画政策課政策調整班、各支所、各出張所

**意見の募集期間**

10/4月~11/1月

※意見の応募は期間内必着です  
 ※個々のご意見に対し、直接回答はしませんので、あらかじめご了承ください

**企画政策課政策調整班**

☎ 23-1229

**令和4年度有害鳥獣被害防止対策事業・シカ防護柵設置事業の実施希望について**

イノシシ・シカなどの有害鳥獣による農林産物への被害が多発しており、市ではこれらの被害を未然に防止するため、補助事業を実施しています。

令和4年度の当事業実施を希望される人は、10月の回覧文書または窓口へ備え付けの申込書に必要事項を記入のうえ、ご提出ください。

**対象者**

・農地を管理している個人・団体(商品作物のみ)  
 ・林地を管理している個人・団体

※事業ごとに要件が異なりますので、詳しくは問い合わせください

**申込締切**

10/18月

**農林水産課農業振興班**

各支所農業振興担当  
 三隅支所 ☎ 43-0080  
 日置支所 ☎ 37-2182  
 油谷支所 ☎ 32-1198

**国保特定健康診査を受診しましょう**

☎ 23-1129

国保特定健康診査の受診期間が残りわずかとなりました。まだ受診していない人はぜひご活用ください。

**対象者**

令和3年4月1日以前から国民健康保険に加入している40歳以上の人(対象者には受診券が送付されています。)

**期間**

【医療機関】 11/30(火)まで

**【集団健診】**

10/17(日)~12/5(日)

**注意事項**

・受診には予約が必要です  
 ・国保特定健診は自己負担金が無料です  
 ・通院中などの理由で国保特定健診を受診されない人は、検査結果の提供をお願いします。長門市の健康課題を分析し、的確な保健事業の推進には、一人ひとりの健診データが不可欠です。詳細については受診券同封の案内をご覧ください

**国総合窓口課保険管理班**

☎ 23-1129

**年1回の浄化槽法定検査を受検しましょう**

使用されているすべての浄化槽は、生活環境に悪影響を及ぼさないように定期的な保守点検と清掃が必要です。

それとは別に、年1回の法定検査(浄化槽法第11条検査)を受けることが義務づけられています。

この法定検査は浄化槽の日常の維持管理(保守点検・清掃)が適正に行われているかどうか、浄化槽が正常に機能しているかなどを判断する検査です。浄化槽の機能を維持し、正しく使用するため、指定検査機関による検査を年1回必ず受けてください。

なお、検査で結果が不適正となった場合には、速やかに浄化槽の管理について改善を行ってください。

**指定検査機関**

(一社) 山口県浄化槽協会展長

門支部 ☎ 22-6858  
 国生活環境課環境衛生班 ☎ 23-1134

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**

YAMANE  
 ☎ 0837-37-4141 ✉ saiyou@yamanekekou.co.jp 🌐 www.yamanekekou.co.jp  
 〒759-4401 山口県長門市日置上885番地

ABC マーケティング 英会話教室 広告

**HAPPY HALLOWEEN**

Marsh English Conversation School  
 お問合せ ☎ 0837-22-3898 正明市2区・長門市消防署前

# マイナンバーカード

## 出張申請受付を実施

マイナンバーカードの取得を促進するため、市役所各支所・

公民館でマイナンバーカードの出張申請受付を行います。顔写真の撮影も会場にて無料で行い、カードは約1カ月後に自宅へ郵送します。

健康保険証としての利用の本格運用も始まります。この機会にマイナンバーカードの取得をご検討ください。

### ② 本人確認書類

- ・ 1点で確認できる書類  
運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード（顔写真付き）、身体障害者手帳など  
公庁発行の顔写真付き書類
- ・ 2点必要な書類  
健康保険証、介護保険証、年金手帳、学生証、医療受給者証、「氏名・生年月日」が記載された診察券、社員証など

### ③ 住民基本台帳カード（所有者のみ）

- ・ その他  
サポートの対象は長門市に住民登録のある人に限ります
- ・ 申請には、必ずご本人がお越しください
- ・ 15歳未満の人が申請する場合には法定代理人の同行が必要です（法定代理人も本人確認書類が必要です）

- ### ■ 実施日・場所
- ・ 10/12(火) 仙崎公民館
  - ・ 10/14(木) 通公民館
  - ・ 10/15(金) 俵山公民館
  - ・ 10/19(火) 日置支所
  - ・ 10/21(木) 三隅支所
  - ・ 10/22(金) 油谷支所
  - ・ 10/26(火) 向津具出張所
  - ・ 10/28(木) 宇津賀公民館
- ### ■ 受付時間
- 10:00～15:00
- ### ■ 申込方法
- 総合窓口課へ電話でご希望の会場をお知らせください

- ### ■ 持参するもの
- ① マイナンバー通知カード



などで10人以上の参加が見込まれる場合は個別に日時と場所を調整して出張受付にお伺いします。詳しくは総合窓口課へご相談ください。

### 問 総合窓口課窓口班

☎ 23-11127

### 小規模事業者持続化補助金（低感染リスク型ビジネス枠）

ポストコロナを踏まえた新たなビジネスやサービス、生産プロセスの導入などに取り組み、感染拡大防止と事業継続を両立させるため、従業員や顧客などとの接触機会を今よりも減少させる取組に要する経費の一部を補助します。

### ■ 補助対象者

小規模事業者、一定の要件を満たす特定非営利活動法人

※従業員数要件あり、詳しくは

ホームページを確認ください

### ■ 公募締切

・ 第4回 11/10(水)

- ・ 第5回 令和4年1/12(水)
- ・ 第6回 令和4年3/9(水)

※いずれの公募回も締切は17時です。Jグランツによる電子申請にて受け付けています

### ■ 補助上限

100万円

### ■ 補助率

3/4

※補助金総額の1/4（最大25万円）まで感染防止対策費として活用可能です。緊急事態措置の影響により売上が前年または前々年同期と比べて30%以上減少した事業者は、補助金額の1/2（最大50万円）まで引き上げます。なお、感染防止対策費のみでの申請はできません

### ■ 補助対象経費

機械装置等費／広報費／展示会等出展費（オンラインに限る）／開発費／資料購入費／雑役務費／借料／専門家謝金／設備処分費／委託費／外注費／感染防止対策費

### 問 小規模事業者持続化補助金（低感染リスク型ビジネス枠）

コールセンター

☎ 03-6731-9325

(平日9:30～17:30)

https://www.jizokuka-post-corona.jp/

corona.jp/

心あたたまるご葬儀を

— 心のかよう —

**coop** **葬祭**

せしモニーホール mini ホール

長門店 長門市東深川785番地10 (駅前区)  
☎0837-22-4444 ☎0120-02-0405  
[HP] <http://www.coop-s.co.jp/>

花 桜 **hana ikada sakura nagata**

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

## 全国都市交通特性調査

全国の都市交通の特性や経年変化を把握するため、国土交通省では長門市をはじめとする全国70市と協力して、人の動きに関する交通実態調査を実施します。市内から無作為に抽出した家庭に調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。

### 調査実施本部

☎0120-557-507

(フリーダイヤル)

## 業務改善助成金を活用しましょう

活用しましょう

「業務改善助成金」は、中小企業・小規模事業者の生産性向上を支援し、事業場内で最も低い賃金（事業場内最低賃金）の引上げを図るための制度です。生産性向上のための設備投資（機械設備、POSシステム等の導入）を行い、事業場内最低賃金を一定額以上上げた場合、その設備投資等にかかった費用の一部を助成します。

### 支給要件

- 賃金引上げ計画を策定し、事業場内最低賃金を一定額以上引上げる（就業規則等に規定）

- 引上げ後の賃金を支払うこと
- 生産性向上に資する機器・設備などを導入することにより、業務改善を行い、その費用を支払うこと
- ※単なる経費削減のための経費、職場環境を改善するための経費、通常の事業活動に伴う経費などは除きます
- 解雇、賃金引下げなどの不交付事由がないこと

### 助成額

申請コースごとに定める引上げ額以上、事業場内最低賃金を引き上げた場合、生産性向上のための設備投資等にかかった費用に助成率を乗じて算出した額を助成します（千円未満端数切捨て）

申請コースごとに、助成対象事業場、引上げ幅、助成率、引上げる労働者数、助成の上限額が定められていますので、ご注意ください

※予算の範囲内で交付するため、申請期間内に募集を終了する場合があります

※事業完了の期限は令和4年3月31日です

### 導入例

- POSシステム導入による

### 庫管理の短縮

- リフト付き特殊車両の導入による送迎時間の短縮
- 顧客や在庫、帳票管理システムの導入による業務の効率化
- 専門家の業務フロー見直しによる顧客回転率の向上
- ※PCやスマホ、タブレットの新規購入、貨物自動車なども、生産性向上が認められる場合は対象となります

### 申請先

山口労働局雇用環境均等室

☎083-995-0390

問働き方改革サポートオフィス

山口

☎0120-172-223

## 10月は動物の飼い方

マナーアップ強化期間

野良犬、野良猫へのむやみなエサやりはやめましょう

エサやりはやめましょう

野良犬、野良猫へのエサやりによって、ふん尿の悪臭や鳴き声などで周囲の環境に悪影響を及ぼしたり、野良犬に人が襲われるなど安全を脅かす事例が発生しています。飼わないのにエサだけ与えることは、大変無責任な行為です。

動物は適正に飼いましょう

飼い主は動物の健康と安全に配慮し、飼うための環境を作りましょう。

- 近所の迷惑にならないように鳴き声や悪臭、ふんの始末に気をつけましょう
- 望まない繁殖を避けるために不妊や去勢の手術などの繁殖制限措置をしましょう
- 事故や伝染病のリスクを少なくするために屋内飼育を検討しましょう

犬の放し飼いは、絶対にやめましょう

問生活環境課環境衛生班

☎23-1134

募集

オクトバー・ラン&ウォーク参加者募集

オクトバー・ラン&ウォークは、スマートフォンを利用して誰でも参加できるイベントです。これを機に適度な運動で免疫力を向上させるとともに、リフレッシュしましょう。

長門市はスポーツタウン対抗戦（自治体対抗戦）にも参加しており、200を超える全国の自治

体で住民の累計平均距離を競います。ぜひご参加ください。

■日時 10/1(金)~31(日)

■内容 ランニングの部とウォーキングの部に分かれ、参加者各自が10月1カ月間に活動した合計距離を競います

■対象者 スマートフォンを利用している市民

■参加費 無料

■参加方法 ウォーキングの部は「スポーツタウンWALKER」アプリ、ランニングの部は「TATTA」アプリをダウンロードし、登録・申込する必要があります。参加手順の詳細はこちらから

※詳しくは、市ホームページまたは市内各施設に設置のチラシをご覧ください

問生涯学習・文化財課生涯学習スポーツ振興班

☎23-1259

募集

オクトバー・ラン&ウォーク参加者募集

オクトバー・ラン&ウォークは、スマートフォンを利用して誰でも参加できるイベントです。これを機に適度な運動で免疫力を向上させるとともに、リフレッシュしましょう。

長門市はスポーツタウン対抗戦（自治体対抗戦）にも参加しており、200を超える全国の自治

体で住民の累計平均距離を競います。ぜひご参加ください。

■日時 10/1(金)~31(日)

■内容 ランニングの部とウォーキングの部に分かれ、参加者各自が10月1カ月間に活動した合計距離を競います

■対象者 スマートフォンを利用している市民

■参加費 無料

■参加方法 ウォーキングの部は「スポーツタウンWALKER」アプリ、ランニングの部は「TATTA」アプリをダウンロードし、登録・申込する必要があります。参加手順の詳細はこちらから

※詳しくは、市ホームページまたは市内各施設に設置のチラシをご覧ください

問生涯学習・文化財課生涯学習スポーツ振興班

☎23-1259



# 潮彩だより

## クイズ・謎解きラリー

### 「城下町長府・財宝伝説」

紅葉で彩られた城下町長府を散策しながら楽しむことができるクイズ・謎解きラリー。源氏コース（歴史クイズ）と平氏コース（謎解き）の2コースがあります。必須ポイント3カ所と選択ポイント1カ所ので出題された問題に答えて、ひらがな4文字の合言葉を導き出しましょう。そして、ゴール「長府毛利邸」にある財宝箱に合言葉を順番に入力すると財宝（参加賞）を手にすることができます。また、全問正解した参加者全員のうち、抽選で財宝賞（ふく宅配セット）をプレゼントします。

#### 場所

必須ポイント

長府藩侍屋敷長屋、功山寺、長府毛利邸

選択ポイント

長府庭園、忌宮神社、下関市立歴史博物館、長府観光会館のうち1カ所

#### 持参物

しものせき観光キャンペーンチラシ（下関市内各施設、下関市内観光案内所などに用意しています）

※チラシは下関市公式観光サイト「楽しも！」からもダウンロードができます  
<https://shimonoseki.travel/>

#### 料金

無料  
※各施設の入館料・観覧料が必要な場合があります

問しものせき観光キャンペーン実行委員会（下関市観光政策課内）  
☎0831-2271-3305

日時  
10/1（金）〜12/27（月）



## ながと起業塾 2021 参加者募集

日時 10/30（土）、11/6（土）、11/13（土）、11/27（土）  
13:00〜17:00

場所 長門市しごとセンター

※11/27（土）のみ長門商工会議所で開催します

※オンライン受講も可能です（Zoomを使用します）

#### 対象

次のすべてを満たす人

- ①原則、市内に在住または市内において起業を考えている人
- ②原則、全4回の講座すべてに参加可能な人
- ③次のいずれかに該当する人
  - ・近々、独立・起業を目指す会社員、学生、主婦などの人
  - ・創業後、おおむね3年未満の人

・既に開業されており、新たな事業の設立をお考えの人

参加費 無料

定員 15名

#### 申込方法

申込書に必要事項を記入のうえ、長門商工会議所へ提出してください

問 長門商工会議所  
☎221-2266

## 令和4年度採用防衛大学校 防衛医科大学校学生募集

防衛大学校学生（一般）

■応募資格 18歳以上21歳未満  
高卒者または高専3年次修了者（見込を含む）

■受付期間 10/27（水）必着

#### 試験日

一次 11/6（土）、7（日）

二次 12/7（火）〜11（土）のうち指定された日

#### 防衛医科大学校学生

■応募資格 18歳以上21歳未満  
高卒者または高専3年次修了者（見込を含む）

#### 受付期間

■医学科 10/13（水）必着

■看護学科 10/6（水）必着

#### 試験日

■医学科 一次 10/23（土）  
二次 12/15（水）〜17（金）のうち指定された日

#### 看護学科

一次 10/16（土）

二次 11/27（土）または28（日）のうち指定された日

#### 看学科

※日程変更などが生じた場合は、志願者に連絡します

問 自衛隊救地域事務所  
☎08381-221-2409

## 高齢者向け優良賃貸住宅 入居者募集

#### 募集住宅

・清風ボラリス（三隅湯免）  
※ワンルームと1LDKの2タイプがあります  
※家賃については問い合わせください

※所得に応じて公的家賃補助があります

#### 申込資格

・60歳以上の単身者

・一方または両方が60歳以上の夫婦など

#### 申込方法

募集時は、応募者による抽選、応募がなければ随時募集となります。募集状況等については、施設のホームページで確認、または直接問い合わせください。

#### 施設の特徴

・高齢者が安心して自立した生活を送ることが可能です

・施設に介護サービスはありませんが、必要な場合は外部の介護サービスを利用することができます

・食事は自炊も注文も可能です

問 清風ボラリス  
☎421-1000

体力・運動能力テスト  
参加者募集

■日時 10/27(水) 18:30～

■場所 ながと総合体育館

■内容

・成年

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシヤトルラン、立ち幅とび

・高齢者

握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

■対象

市内に在住、または勤務・通学している20歳～79歳の男女

■参加費 無料

■持参物 体育館シューズ、マスク、タオル、飲み物など

■参加申込 10/1(金)～22(金)

17:15(事前予約制)

※新型コロナウイルスの感染状況によって、変更または中止とする場合があります。あらかじめご了承ください

■問 生涯学習・文化財課生涯学習スポーツ振興班

☎23-1259

南京玉と夢の糸  
〜紡ごうよ!〜  
みずぐ母娘の世界〜

■日時

10/17(日)

13:30～(開場13:00)

※17時からの公演は中止となりました

■場所

ルネッサながと

■入場料(全席自由)

一般

高校生以下

親子ペア

■問 ル・リアン志津創業記念公演

実行委員会

☎080-6308-2116



「南京玉と夢の糸」  
受講生募集

■日時 10/30(土)

13:30～14:30

※昼間の開催です

※天候不順などにより中止の場合があります

■場所 日置小学校天体ドーム

☎23-1259

■テーマ 「見えぬけれどもあるんだよ」青空に輝く星を見てみよう〜」

■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 15名程度

■参加費 無料

■申込期限 10/22(金)

■申込方法

各公民館に備付けの申込書に記入の上、ご提出ください

■問 日置農村環境改善センター

☎37-2340

むし歯予防教室

乳幼児とその保護者を対象に歯科衛生士による「むし歯予防教室」を開催します。むし歯や歯周病の予防には、むし歯菌への感染を防ぐことや、ブラッシングで歯垢を取り除いてあげることが大切です。

この機会に、正しいブラッシングのコツやお口の手入れの方法を学んでみませんか。

ぜひ、ご家族や歯の生えていないお子さんも一緒にご参加ください。

☎23-1133

■日時 10/14(木) 10:00～11:30  
(受付9:45～)

■場所

日置農村環境改善センター

■内容

歯科衛生士によるお話とブラッシング指導、母子保健推進員によるエプロンシアター、人形劇、歯ブラシのプレゼント、食生活改善推進員による手作りおやつ配布、個別相談(希望者)

■持参物 母子健康手帳、マスク

■定員 親子15組

■申込期限 10/7(木)

■定員に達し次第、受付を終了します

■問 長門市保健センター

☎23-1133

※当日発熱や体調の悪い人はご連絡ください



ヘルスアップ食生活講座

いつまでも若々しくい続けたい、メニューのレパートリーを増やしたい、そんな人におすすめの講座です。ご家族やお友達と気軽にご参加ください。

■日時

10/20(水) 9:30～13:00

■場所

長門市保健センター

■内容

・血圧測定  
・血管年齢測定  
・健康相談  
・講話「Let's 健幸生活」  
・調理実習「野菜たっぷり、塩ちよっぴり、身体よろこぶクッキング」

■参加費 200円

■持参物 エプロン、三角巾、マスク

■定員 15名(先着順)

■申込締切 10/13(水)

※やまぐち健幸アプリと連携したイベントです。当日、QRコードを読みとってポイント

■問 長門市保健センター

☎23-1133

をゲットできます

## 家族介護教室

ご家庭で高齢者を介護している市民を対象に、介護教室を開催します。

いずれも定員は20人(先着順)で、参加費は無料です。

心も体もほっとするひとときを過ごしませんか。

### 油谷会場

#### ■日時

10/19(火) 13:30~15:00

#### ■場所

油谷保健福祉センター

#### ■内容

腰痛予防体操、講義、介護者同士の交流

#### ■講師

理学療法士 河本 直美 氏

#### ■申込・問い合わせ

長門市西地域包括支援センター

☎33-2020

### 長門会場1

#### ■日時

10/30(土) 10:00~11:30

#### ■場所

おしゃべりカフェうさぎ

#### ■内容

認知症の理解と関わり方を学ぶ紙芝居、アロマクリーム作り

長門市東深川991-13

#### ■講師

認知症ケア専門士・看護師

石井 一恵 氏

#### ■申込・問い合わせ

おしゃべりカフェうさぎ

☎27-0304

### 長門会場2

#### ■日時

11/10(水) 10:00~11:15

#### ■場所

物産観光センター

#### ■内容

講義「認知症とうまく付き合っていくために」

#### ■講師

特別養護老人ホーム吉祥苑 副苑長・認知症ケア専門士・看護師 沖村 芳子 氏

#### ■申込・問い合わせ

長門市東地域包括支援センター

☎27-0410

## 介護助手説明会

#### ■日時

11/8(月) 13:30~15:00

#### ■場所

物産観光センター

#### ■対象者

福祉、介護事業所で働きたい元氣な高齢者

福祉、介護の資格や仕事の経験はないが、関心があつて働いてみたい人

短時間の勤務を希望する人、週数日からの働き方を希望する人

※事前申込不要

山口県福祉人材センター

☎083-902-2355

<http://yamaguchi-fjc.jp/assistant/>

## 里親制度説明会参加者募集

里親とは、さまざまな事情により家庭で生活を送ることができない子どもを迎え入れ、温かい雰囲気の中で、豊かな愛情を持って育ててくださる人たちのことです。

「里親になりたい」「里親の体験談を聞いてみたい」など、里親制度に興味のある人は電話に

て事前予約のうえ、ぜひご参加ください。

#### ■日時

11/6(土) 10:00~11:00

※参加無料・要事前予約

#### ■場所

萩市総合福祉センター

#### ■内容

里親制度の説明、里親から体験談の発表など

#### ■里親養育サポートセンター

りーふ

☎0835-28-8776

山口県萩児童相談所

☎0838-22-1150

## 法と福祉のセミナー

萩法律相談センターでは「ひきこもり」をテーマにセミナーを開催します。

#### ■日時

11/5(金) 13:30~15:30

#### ■場所

長門市しごとセンター

#### ■第一部

「ひきこもりの理解と筑後市社協の取り組み」

講師 筑後市社会福祉協議会 卜部 善行 氏

#### ■第二部

「弁護士の身近な話」

・講師 弁護士 長谷 義明 氏  
※講師はオンライン出演します

■定員 30人

※事前に電話による申込が必要です

#### ■申込締切

10/21(木)

#### ■萩法律相談センター

☎0838-24-0500

## ひきこもり家族教室

#### ■日時(全3回)

10/27(水)、11/24(水)

12/15(水) 13:30~15:00

#### ■場所

長門健康福祉センター

#### ■対象者

自宅にひきこもり、学校や会社に行かず、家族以外の親密な対人関係が持てない状態にいる「ひきこもり」でお悩み

のご家族

#### ■内容

精神保健福祉センター職員などによる「ひきこもり」の正しい知識や、コミュニケーション技法

#### ■参加費

無料

#### ■申込期限

10/20(水)

#### ■長門健康福祉センター

☎22-2811



## 長門市人権フェスティバル

### 日時

11/14(日) 13:10～16:00

### 場所

ラポールルージュ大ホール

### 内容

講演会演題「命こそ宝  
元気な心で元気な毎日」

### 講師

こころ元気研究所  
鎌田 敏 所長

### 対象

市民、市内の各企業・  
事業所、官公庁、学校、社会  
教育・福祉関係団体など

### 受講費

無料

### 申込方法

生涯学習・文化財  
課、図書館、各公民館、日置  
農村環境改善センターに備え  
付けの申込書に必要事項を記  
入し、提出してください

### 申込期限

送迎車・保育ルームの利用は、  
10/20(水)まで

### 参加申込は、10/22(金)まで

### ※送迎車の運行、保育ルームの 設置はありますが、事前に申 込が必要となります

### ※新型コロナウイルス感染防止 のため、マスク着用をお願い します

### 生涯学習・文化財課生涯学習 スポーツ振興班

☎ 22-3526

## 暮らしとこころの 合同相談会

### 日時

10/15(金) 14:00～16:00

### 場所

山口県長門健康福祉センター

### 内容

弁護士、社会福祉協議会職員、  
公共職業安定所職員、保健師  
による相談会

### 相談料

無料

### 申込締切

10/12(火)

### 山口県長門健康福祉センター 健康増進課

☎ 22-2811

## 育児講演会のお知らせ

### 日時

11/2(火) 13:30～14:30

### 場所

物産観光センター

### 講話

『それぞれの月齢・年齢での  
望ましい養育環境（小児科医  
の立場から）』

### 講師

長門総合病院小児科医  
青木 宜治 氏

### 申込期限

10/26(火)

### 長門市保健センター

☎ 23-1133



## 全国大会激励

全国大会出場おめでとうござ  
います。出場選手・大会名は左  
記のとおりです。

### 令和3年度全国高等学校総合 体育大会剣道競技個人部の部

8月9日(月)～12日(木)／石川県  
岡村 晴矢 さん

### 2021年度全国高等学校ゴルフ選 手権大会／8月26日(木)～28日 (土)／栃木県

小川 寿興翔 さん  
(高川学園高校1年)

### 2021年度(第14回)全国小学生 ゴルフ大会／9月20日(月)／千 葉県

小田 祐夕 さん  
(深川小学校6年)

### (写真) 小田 祐夕 さん



## 文化情報

### 金子みずぶ記念館

☎ 26-5155

### 「みずぶが語る神話」

日本神話やギリシャ神話、仏  
教などみずぶさんは様々な物語  
を詩の題材にしました。神無月  
にちなみ、みずぶさんが神話を  
題材にした詩を学芸員がご紹介  
します。

●とき 10/17(日)  
(午前) 11:00～11:40  
(午後) 14:00～14:40

●参加費 無料

●会場 文英堂2階

●期間 10/11(月)まで

●展示替えおよび施設メンテナ  
ンスのため、10/12(火)～24(日)  
は休館します

### 香月泰男美術館

☎ 43-2500

### 香月泰男のフランス

1956年の色彩あふれるスケッチ  
を中心に、香月の観たフランス  
を紹介いたします。

●期間 10/11(月)まで

●展示替えおよび施設メンテナ  
ンスのため、10/12(火)～24(日)  
は休館します

●会場 文英堂2階

## ！ 還付金詐欺目的の電話が多発しています

☎ 長門警察署 ☎ 22-0110

山口県内では、市役所や金融機関のコールセンター職員を名乗り、「還付金が返ってくる」「ATMに行ってください」などと言って、お金をだまし取ろうとする電話が多発しています。長門市内にも同様の電話がかかっており、今年2月には実際にだまされて被害に遭われた人もいらっしゃいます。

電話で「保険の還付金がある」「ATMで手続きができる」という話はうそ電話詐欺の可能性が高いです。市役所などがATMで還付金を返金することは絶対にありません。

## 一人で悩まず、家族や警察に相談を！

家族を守るための  
ワンポイントアドバイス  
被害防止には防犯機能や  
留守録機能が付いた電話  
が有効です



香月泰男の仕事

— 装画・挿絵・カット —

本展では、香月泰男が書籍などのために描いた作品と、著者や編集者が装画として選んだ香月作品を紹介いたします。

● 期間 10/25(月)～

令和4年2/13(日)

● 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

※マスクを着用の人のみ入館できます

※入館時には手指の消毒、検温にご協力ください



今月の1点

《フスパイユホテル 1957.1.22》

ルネッサながと

☎26-6001

休館日 10/18(月)

開催延期公演のお知らせ

開催中止

10/3(日) 海上自衛隊佐世保音楽隊コンサート

開催延期

9/19(日) 精華女子高校吹奏楽部吹奏楽部コンサート(令和4年1/16(日)開催予定)

※チケットの払戻などについては問い合わせください

バックステージツアー

「劇場」見学ツアー

● とき 10/12(火) 11:00～14:30

● 参加費 500円/人

※要事前電話申込

● 対象

小学生以上(小学生は保護者同伴での申込)

● 定員 各20人

第12回ルネッサシネマ

～市民名画劇場～

● 内容 「ハチとパルマの物語」

● とき 11/3(水) 10:00～14:00

● 入場料(全席自由・税込)

一般(前売) 1,000円

(当日) 1,300円

・ 高校生以下

(前売・当日) 800円

黒谷都の世界 市松さん

● とき 11/14(日) 14:00～

● 入場料(全席指定・税込)

一律2,500円

● 発売日 友の会発売中

《一般》

Web 10/2(土) 9:00～

電話 10/2(土) 10:00～

15th(大津あきら顕彰) 歌謡フェスティバル

● とき 11/21(日) 10:00～13:00 / 14:30

● 入場料(全席自由・税込)

(前売) 3,000円

(当日) 3,500円

※当日券の販売がない可能性があります

元氣やまぐち創造プロジェクト 「ヴィジュアルディ 四季」

● とき 11/25(木) 19:00～

● 入場料(全席指定・税込)

(一般) 3,000円 (学生) 1,500円

TAO 2021 「光」

● とき 11/27(土) 12:00～15:30

● 入場料(全席指定・税込)

(1階席) 6,300円

(2階席) 5,800円

● 発売日 友の会発売中

《一般》

Web 10/5(火) 9:00～

電話 10/5(火) 10:00～

日本舞踊家集団「弧の会」 「コノカイズム」公演

● とき 12/19(日) 14:00開演

● 入場料(全席指定・税込)

(一般) 2,500円 (学生) 1,500円

二兎社公演45 「鷗外の怪談」

● とき 1/10(月) 14:00開演

● 入場料(全席指定・税込)

(一般) 5,000円 (学生) 3,000円

● 発売日

《友の会先行》

Web 10/9(土) 9:00～

電話 10/9(土) 10:00～

《一般》

Web 10/19(火) 9:00～

電話 10/19(火) 10:00～

※窓口販売は発売日翌日9時～

相談事例

代引きで身に覚えのない 荷物が送られてきたら

インターネット通販会社から代引きで荷物が届いたが、全く注文した覚えがない。今後、どのように対応したらよいか。

～困ったときは、まず相談～

消費生活 Q&A

問 長門市消費生活センター ☎ 23-1115

問 山口県消費生活センター ☎ 083-924-0999

アドバイス

心当たりのない荷物が届いたときは、支払はせず、配送業者に事情を説明し、荷物を持ち帰ってもらいましょう。一度、お金を支払ってしまうと返金は難しくなります。もし、支払ってしまった場合は、消費生活センターまでご相談ください。

令和3年の特定商取引法改正により、事業者が金銭を得ようとして一方的に送りつけた商品については、消費者は直ちに処分することができますようになりました。その場合、商品を開封・処分しても、消費者に支払義務が生じることはありません。

# 10月の予定表

## イベント情報

日時・期間	イベント／ところ／問い合わせ
～11(月)	香月泰男のフランス展／香月泰男美術館／☎ 43-2500
25(月)～2/13(日)	香月泰男の仕事-装画・挿絵・カット-／香月泰男美術館／☎ 43-2500
1(金)～31(日)	オクトーバー・ラン&ウォーク／スマートフォンによるイベント／☎ 23-1259
10(日) 8時30分～	第14回長門市民スポーツフェスティバル／☎ 22-3540
12(火) 11時～、14時30分～	ルネッサながと「劇場」見学ツアー／ルネッサながと／☎ 26-6001
17(日) 11時～11時40分 14時～14時40分	学芸員の講座「みすゞが語る神話」／金子みすゞ記念館／☎ 26-5155
17(日) 13時30分～	南京玉と夢の糸～紡ごうよ！みすゞ母娘の世界～／ルネッサながと／☎ 090-2297-5925
27(水) 18時30分～	体力・運動能力テスト／ながと総合体育館／☎ 23-1259
30(土) 13時30分～14時30分	星空ウォッチング／日置小学校天体ドーム／☎ 37-2340

## 図書館

### ●アニメ・DVD 上映会 (視聴覚室・各先着 20 人)

日時	タイトル
2(土) 13時30分～	トムとジェリー⑦ (51分)
3(日) 14時～	魚 (60分)

### ●定例行事 (★の会場はおはなしのへや)

日時	行事名
2(土) 11時～、16(土) 15時～	かみしばいの会★
2(土)、23(土) 10時～12時	くずし字講座 (視聴覚室)
14(木) 10時30分～11時30分	おもちゃの森 (視聴覚室)
21(木) 10時30分～11時30分	絵本を楽しむ会★
22(金) 10時30分～11時	たまごの会★
23(土) 14時～	長門読書会 (研修室)
23(土) 15時～	おはなしの会★

※さっちゃんのかみしばい、よみっこくらぶはお休みします

### ●移動図書館車・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 10/7、21(木)
  - ・湯本・俵山方面 10/13、27(水)
  - ・日置・油谷方面 10/15、29(金)

## 休日当番医

日にち	当番病院	電話番号
3(日)	長門市応急診療所	27-0199
	斎木病院	26-1211
10(日)	長門市応急診療所	27-0199
	長門総合病院	22-2220
17(日)	長門市応急診療所	27-0199
	岡田病院	23-0033
24(月)	長門市応急診療所	27-0199
	斎木病院	26-1211
31(日)	長門市応急診療所	27-0199
	長門総合病院	22-2220

※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)

## 相談

相談名	日にち	ところ	備考
行政相談	12(火)	三隅支所	相談時間：10時～12時
	20(水)	ラポールゆや	
	21(木)	本庁1階市民相談室、日置支所	
無料法律相談 (要予約)	27(水)	本庁1階市民相談室	相談時間：10時～15時 (1人30分) 要予約 ☎ 23-1299
有料法律相談 (要予約)	毎週火曜日	長門地域福祉センター相談室	相談時間：13時～15時 30分 5,000円 要予約 ☎ 0838-24-0500
出張年金相談 (要予約)	14(木)	本庁4階会議室	相談時間：10時～12時、13時～15時 要予約 ☎ 0838-24-2158
	28(水)		

## 健幸に関する相談

### ●乳幼児健診・相談・教室

健診・相談・教室	日時	ところ	備考
乳児健康診査 (要予約)	1カ月児・3カ月児・7カ月児 ・毎週月～水、金曜日 8時30分～12時、13時30分～17時 ・毎週木・土曜日 8時30分～12時	岡田クリニック ☎22-2717	母子健康手帳、乳児一般健康診査 受診票を持参
	1カ月児(生後28日以降) ・毎週月曜日 13時～14時30分 3カ月児(生後110日以降) ・毎週火曜日 13時～14時30分 7カ月児 ・毎週木曜日 13時～14時30分	長門総合病院 ☎22-2220	
1歳6カ月児健康診査	13(水) 受付:13時～13時30分	長門市保健センター ☎23-1133	対象:令和2年3月生まれの子 必要なもの:母子健康手帳
3歳児健康診査	26(火) 受付:13時～13時30分		対象:平成30年9月生まれの子 必要なもの:母子健康手帳
むし歯予防教室 (要予約)	14(木) 10時～11時30分 ※予約は長門市保健センターへ	日置農村環境改善 センター	対象:乳幼児と保護者 必要なもの:母子健康手帳
育児相談 (乳幼児と保護者が 対象)	1(金) 9時30分～11時 13時～15時 15(金) 9時30分～11時 13時～15時 20(水) 9時30分～11時 22(金) 9時30分～11時	長門市保健センター 長門市保健センター 油谷保健福祉センター 三隅保健センター	
パパママ教室 (要予約)	10(日) 13時30分～16時	長門市保健センター ☎23-1133	内容:お風呂の入れ方、オムツの 替え方、抱っこの仕方などの教室 必要なもの:母子健康手帳、筆記用 具、母子保健テキスト(持っている人)

### ●成人対象

健診・相談・教室	日時	ところ	備考
総合健診 (肺がん、大腸がん 検診以外は要予約)	17(日) 8時30分～11時 ※子宮・乳がんのみ 8時30分～10時	長門市保健センター ☎23-1133	市内全地区対象 健診項目:肺がん、大腸がん、胃 (エックス線)、子宮がん、乳がん、 特定健診
乳がん検診(要予約)	17(日) 13時～14時		
認知症相談会 (要予約)	27(水) 9時～11時30分	・長門市役所 ・地域包括支援センター ・油谷保健福祉センター	対象:認知症で相談をしたい人 申し込み:長門市地域包括支援センター ☎23-1244
骨髄バンク登録受 付・肝炎(B型C 型)検査・エイズ抗 体検査(要予約)	26(火)		・前日までに予約 ・無料 ・エイズ抗体検査については匿名
こころの健康相談 (要予約)	11(月)	長門健康福祉センター ☎22-2811	・相談無料
お酒に関する困り事 相談(要予約)	18(月)		
発達クリニック (要予約)	21(木)		

※がん検診や特定健診の日程については4月に配布した「長門市健幸ガイド」をご確認ください

## 納期限

名称	支払期限	名称	支払期限
上下水道使用料(深川・俵山・三隅地区)	11(月)	市県民税第3期	11/1(月)



長門市シティブロモーション部

## てとてとながと タイムライン vol.04

第2期生が長門の魅力を市民目線でSNS（Facebook ページ・Instagram）にて発信中！このコラムでは投稿の一部をピックアップしてご紹介します。

### 📍 青海島の絶景



♡💬👍 by ひなのん and あみみ

# 清掃活動で # 海も心もきれいに  
# 水平線 # 海で青春 # きゅんです

### 📍 市内やきとり店



♡💬👍 by ももた

# とりあえず # やきとり  
# ガーリックパウダー  
# 一味唐辛子

### 📍 長門市のパン屋さん でお買い物



♡💬👍 by 原でい

# 長門市のパン・お菓子  
# 美味しいものめぐり  
# おうち時間



# てとてとながと  
# Facebook  
# Instagram  
# フォローしてね



長門おもちゃ美術館

## かまぼこ板キャンバス コンクール優秀作品決定

秋本番、朝夕すっかり冷え込む季節になりました。長門おもちゃ美術館では引き続き感染防止対策を継続する中で「歩みを止めない」との思いで明かりを灯し続けたいと考えています。10月も日曜日を中心に次のようなイベントを計画しています。ぜひご来館くださいますようお願いいたします。

### ■かまぼこ板キャンバスコンクール作品表彰式と作品展示

10/10(日) 優秀作品表彰式

10/10(日)～10/13(水) 作品展示

### ■ワークショップ「どんぐりキッズを作ろう」

10/17(日) 10:00～15:00

講師：筑後 望 氏

### ■ワークショップ「木のたまごを作ろう」

10/24(日) 10:00～15:00

指導者：スタッフおよびおもちゃ学芸員



長門おもちゃ美術館 ☎ 27-0337



## 生涯「健幸」で元気に暮らせるまちを目指して ～オーラルフレイル予防で はつらつとした毎日を！～

「オーラルフレイル」とは、オーラル（口）を介して起こる体の衰えを意味し、老化の始まりをいち早く示す重要なサインとして注目されています。舌や口唇の機能を鍛える方法を紹介します。

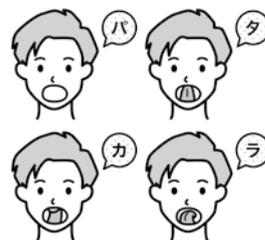
### 舌の運動

- (1) 口を大きく開け、「舌を前に出し、引く」を3回行う。上の唇をなめた後、できるだけ「下に伸ばす」を3回行う。唇の両端を舌の先で「交互に触る」を3回行う。
- (2) 口を閉じたまま、口の中から舌で「上唇と下唇を交互に押す」を3回行う。舌で「左右の頬を押す」を3回行う。舌で「歯茎と唇の間を1周回す」を2回行う。

### 発声練習

できるだけ大きな声で速く「パパパ・タタタ・カカカ・ラララ・パタカラ・パタカラ・パタカラ」と言う。

椅子に深く腰掛け、リラックスした状態で行いましょう。時間を決めて毎日行うことがお勧めです。食事前に行うとより効果的です。



長門市地域包括支援センター ☎ 23-1244

「ケ」の日の食生活を充実したものに  
カミツレ 俵山  
正福寺工房  
中野 美千子さん  
なかのみちこ



▲すべて手ごねで作ったパン



▲パンは週末のみの販売。正福寺では月に1回カフェも開いている



昨年、福岡から俵山に移住し、自然素材を使ったパン工房「カミツレ」を開業した中野さん。移住を決断した動機やパンづくりに込めた想いを聞きました。

#### ▼俵山に移住した理由は？

俵山で働いている友人がいたことから何度か長門市には来たことがあり、長門の空気感が気に入っていました。これまで福岡で飲食店を営んでいましたが、もともと自然に合わせた生き方をしたいという気持ちがあり、お店をやめて都会から離れる決断をしたときに、移住先は長門市の俵山にしようと思いました。

#### ▼パン屋を開業されたのはなぜですか？

飲食店をしているうちに、ストレス解消のために飲食店で料理やお酒を楽しむより、健康で毎日充実した食事を家庭で楽しむことが大事ではないかと考えるようになりました。以前からテイクアウトや通信販売にシフトしたいという気持ちがあり、移住して生業にするならパンをメインにしよ

うと決めました。特別な「ハレ」の日ではなく、日常の「ケ」の日を大事にしています。日常にプラスアルファで美味しいパンがあったら楽しいなという感じでやっています。

#### ▼パンを作るうえで心がけていることは？

「カミツレ」とは白くて小さな花を咲かせるカモミールの和名で、正福寺を工房としてパンづくりをしています。食べて美味しいだけでなく、なるべく地元で採れたものや有機で育てられた安心できる材料を使用し、体に負担にならないものを食べていただきたいと思っています。手を使うことで伝わることもあるとの思いから、すべて手作業で作っています。

俵山は不思議なくらい居心地がよいです。今後は野菜づくりなどのより土に近い暮らしや地域の人と もっと深く関わる生活ができたらと思います。

長門市市民憲章

④ 笑顔 ふれあう、  
温かいまちをつくります

## 長門市広報 知っちょこ

No. 256 2021年(令和3年)10月号

発行 長門市役所  
〒759-4192 山口県長門市東深川1339-2

TEL 0837-22-2111(代)

編集 企画総務部企画政策課シティセールス推進班  
TEL 0837-23-1117 FAX 0837-22-5358

先日タサン志麻さんのオンライン料理教室に参加しました。私は料理は好きなのですが、元来ズボラにできており、調味料をスプーンやカップで正確に測る几帳面さを持ちあわせておりません。▼3時間で1週間分のおかずを作る伝説の家政婦の志麻さんから「時間も洗い物も少なくなるから、調味料は目分量でOK」と教えていただき、ほっとしました。▼当日は3品調理しながら後片付けも同時にこなす方法を学び、朝の弁当づくりにも応用できそうです。▼後日「習ったことは即実践」と料理していたら、ピーマンといっしょに指も切りました。伝説の主夫への道は険しそうです。

### 編集後記



ころんだ所

金子みずぶ

いつか使いのかえりみち  
ここでころんで泣きました。

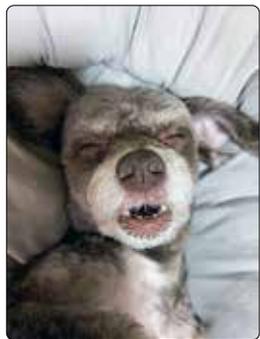
あの日みていた小母さんが  
いまもお店にいるようす。

ももたろう  
桃太郎さん、桃太郎さん、  
ちよいとお貸しな、かくれみの。



『金子みずぶ童謡全集』(JULA出版局)

市民投稿コーナー  
スマイル Smile



おすすめ料理

栄養豊富なサバ缶を使用した簡単レシピ  
サバと小松菜のチーズ卵とじ

材料(2人分)

- サバ缶…1缶(150g)
- 小松菜…1/2袋(150g)
- 玉ねぎ…1/4個
- 卵…2個
- 酒…小さじ1
- しょう油…小さじ1
- ピザ用チーズ…30g
- ミニトマト…2個

作り方

- ① 小松菜は3cm幅に切り、玉ねぎはみじん切りにする。
- ② ボウルに卵を入れ軽く溶いておく。
- ③ ①②とサバ缶、酒、しょう油を入れてよく混ぜる。
- ④ 深めの耐熱皿に③を入れて、ピザ用チーズをのせ、ラップをしてレンジ(600W)で5分加熱する。
- ⑤ ミニトマトを4等分にカットして上に盛り付ける。

POINT  
1人前ごとに取り分けて加熱することもできます



献立例

- 主食 ごはん
- 主菜 サバと小松菜のチーズ卵とじ
- 汁物 豆腐とわかめの味噌汁

栄養価

- エネルギー …320kcal
- たんぱく質 …28.8g
- 脂質 …18.8g
- 炭水化物 …6.4g
- 塩分相当量 …1.7g

ほっちゃんテレビ放送予定  
ほっちゃんNEWS イブニング  
10/20(水) 18:00~



家族や友達と撮影した  
とっておきの写真を募集中!  
☎23-1117

