広報 ながと

Nagato City Public Relations

2013
（平成25年）
No.158

8

海に感謝し、
海を楽しむ

2013通くじら祭り

主な内容

○特集 ながと夏フェスタ2013　真夏の長門。熱かった2日間の軌跡　2～3ページ
○特集 ラグビーワールドカップ2019　長門市をキャンプ地に！　4～5ページ
○長門の人　　岩男明生さん　9ページ
○くらしの情報　10ページ～

・ふれあいふるさとまつりinゆや参加者募集　・児童扶養手当等の現況届の提出について
・水中ウォーキング教室参加者募集　・長門市花壇コンクール参加者募集　・長門市美術展作品募集
・市営住宅入居者募集　・肺がん・結核検診の日程について　・全国大会出場おめでとう

ながと冬フェスタ2013

真夏の長門。熱かった２日間の軌跡

7／20(土) 21(日)

①懸命のラストスパート（キッズトライアスロン）②大輪の花火（ながと仙崎花火大会）③力強い漕ぎ（第 35 回和船競漕大会）④叫り貰歩（第 22 回通くじら祭り）⑤クジラにとどめを刺したハザシ（第 22 回通くじら祭り）⑥前へ前へ（キッズトライアスロン）⑦ヨットから手を振る子ども（ヨット体験航海）⑧クルーザーレース（ヨットフェスタ）⑨ご当地グルメを味わう（N－１グランプリ 2013）⑩舞子による舞踊（仙崎祇園ばやし）⑪「長州コロコロ丼」３連覇達成（N－１グランプリ 2013）⑫鯨唄（第 22 回通くじら祭り）

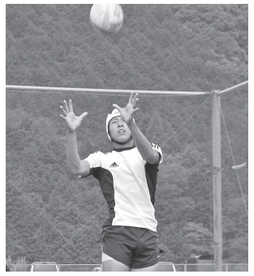
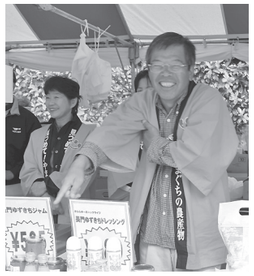
ラグビーワールドカップ2019 長門市をキャンプ地に！

市では、平成23年に開催されたおいでませ！山口国体においてラグビーフットボール（少年男子）が俵山多目的交流広場で開催され、地域の盛大な歓迎と温かいおもてなしにより、大成功を収めました。

国体終了後、市内のラグビー関係者を中心に、その成果を活かし、まちづくりにつなげようと、平成31（2019）年に日本で開催されるラグビーワールドカップの出場チームをキャンプ地として長門市に招致する「RWC2019キャンプ招致検討委員会」が発足しました。

その後、ラグビー場のある俵山や関係団体、行政、ラグビー関係者とが一体となって取り組むことが確認され、山口県ラグビーフットボール協会理事会で昨年この活動を支援することが決まりました。

そして、今年6月27日、「ラグビーワールドカップ2019長門市キャンプ招致委員会設立総会」が開催され、民間と行政が一体となり、招致活動を行うこととなりました。

市民全員の力で、長門市をラグビーワールドカップのキャンプ地に！

ラグビーフットボール

世界の競技人口が500万人、日本では12万人と言われています。

長門市においては、水産高校・大津高校（現在の大津緑洋高校）、長門高校にラグビー部があり、山口県高校ラグビーを牽引してきました。特に昭和58年度に開催された第63回全国高校ラグビーフットボール大会では大津高校がベスト4に入り、全国に大津旋風を巻き起こしました。また、同校ラグビー部OBが日本代表選手として世界で活躍したり、日本選手権で優勝する等活躍し、現在では俵山多目的交流広場を拠点に盛んにラグビーが行われています。

ラグビーワールドカップ

昭和62年に初めて開催され、夏のオリンピック、FIFAサッカーワールドカップに次ぐ、世界3大スポーツ祭典と言われています。世界で40億人がテレビで観戦します。

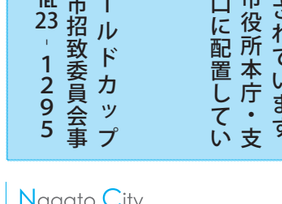
4年に1回開催されており、平成31（2019）年に日本で開催される大会には、世界から20チームが参加し、日本各地で試合を行います。

キャンプ地を誘致すると

大会開催時には、選手やその関係者、ラグビーファン、世界各国からマスコミ等が長門市を訪れます。平成14年に日韓合同開催のサッカーワールドカップで、カメルーン代表のキャンプ地として一躍有名になった大分県中津江村（現在の日田市）のように世界的に知名度がアップし、大きな経済効果が期待できます。

ラグビーワールドカップ2019長門市キャンプ招致委員会

6月27日に設立されたこの委員会は、会長に大西市長が就任し、今後は誘致のための調査活動、広報啓発活動、誘致サポーターの募集や関係団体との協議や調整を進めていきます。



▲設立総会のようす

愛称募集

・招致委員会キャラクター
・俵山多目的交流広場

「長門市キャンプ招致委員会」のマスコットキャラクターの愛称を募集します。

◆応募資格　どなたでも応募できます。一人1作品とし、著作権等を侵害しないものとします

◆選考方法　キャンプ招致委員会で選考会を設け決定します（今年9月中）

◆表彰　最優秀賞　1作品

※後日イベント等で表彰式を行い、3万円相当の記念品を贈呈します

▲マスコットキャラクター

俵山多目的交流広場の愛称を募集します。

◆応募資格、選考方法等　マスコットキャラクター愛称募集と同じです

◆表彰　最優秀賞　1作品

※後日イベント等で表彰式を行い、3万円相当の記念品を贈呈します。また、副賞としてNPO法人ゆうゆうグリーン俵山から2万円相当の地元特産品を贈呈します

▲俵山多目的交流広場

いずれも、詳細は愛称募集チラシに記載されています。（チラシは、市役所本庁・支所・出張所窓口に配置しています）

問い合わせ
ラグビーワールドカップ2019長門市招致委員会事務局　TEL 23-1295

長門の話題 Topics

消防署で実車を使用して救助訓練
警防技術の伝承を図る

6月29日㈯、長門消防署で車両を使用した教養および救助訓練が行われ、消防署員約50人が参加しました。これは、警防技術の伝承事業の一環として実施されたものです。

この日は走行可能な車両の構造を研修し、まず車両の部品の名称や役割、注意点についてくわしく学びました。

続いて、事故の際に搭乗者を救助するためのドアやガラスの破壊の方法について救助器具を使いながら説明があり、全職員が交代で実際に体験していました。

参加者は真剣に聞きながら、メモをとったり写真やビデオにようすを収めていました。

▲人が閉じ込められたという想定で車の屋根を取り除く

▼消防署員の世代交代が進む中、貴重な研修

長門市で全日本ソフトボール中国大会開催
長門で中国地区代表を争う

7月6日㈯から7日㈰にかけて、長門市内で全日本総合ソフトボール選手権大会中国予選会が行われました。

男子は、ふれあいパーク三隅で9チームが参加、熱戦が繰り広げられました。この結果、日新製鋼（広島県）、三菱自動車水島（岡山県）、ウエダバッファロー（広島県）の3チームが9月に群馬県前橋市で開催される全国大会に駒を進めました。

女子は、日置総合運動公園で8チームが参加して試合が行われ、平林金属株式会社（岡山県）とDAN-DAN（島根県）の2チームが同じく9月に長崎県で開催される全国大会への出場を決めました。

▲速い球にも負けずに打ち返す（女子）

▼野球に比べて塁間が狭いので、試合は一層緊張感が高まる（男子）

警察庁長官表彰伝達式
警察活動に20年に渡り協力

7月4日㈭、山口県警察本部で警察庁長官表彰の伝達式が行われました。表彰を受けたのは天野秀雄さんです。天野さんは平成4年12月から警察活動協力医として検視の立会や検案に従事し、約600人の市内での遺体の検視などに関わってきました。

表彰を受けた天野さんは、「このような表彰を受けて、身に余る光栄です。これからもがんばります」と話しました。警察庁長官表彰は山口県では平成22年以来となるもので、本年度は全国33都道府県で41人が表彰を受けています。

▼今年は県内からは天野さん１人が受章

生誕110年記念ミュージカルオーディション
憧れの世界に一歩踏み出す

7月6日㈯、ルネッサながとで、10月に上演される童謡詩人金子みすゞの生誕110年記念ミュージカル「金子みすゞの世界～こだまでしょうか 仙崎編～」のオーディションが行われ、市内外の小学生から一般までの39人が参加しました。

オーディションは、自己紹介や童謡などの歌、語りや朗読などで審査されました。参加者は「はじめは緊張したけど楽しかった。これから稽古を頑張っていきたい」と笑顔で話しました。

なお、このミュージカルは10月13日㈰に上演予定です。

長門ヨットフェスタ2013、スタート
長門の海の恵みに感謝

▲何が獲れたかな？（地引網体験スクール）

▼親子で釣りに挑戦（フィッシングスクール）

今年も長門ヨットフェスタが開催されました。

6月29日㈯、関連イベントのマリン塾「地引網体験スクール」が深川湾で行われ、約70人の親子が参加しました。

主催者あいさつの後、さっそく参加者は、地引網を体験しました。声をかけ合いながら力いっぱい網を引くと、網の中には、大きなスズキなどたくさんの魚が入っていて、子どもたちは手に取ったり恐る恐る触るなどして喜んでいました。

また、7月7日㈰には、湊漁港でフィッシングスクールが開催されました。

このイベントには、12家族30人の親子が参加し、サビキ釣りに挑戦しました。

長門市行政改革懇話会、始まる

次世代に責任を持つために

7月3日㈬、長門市役所で第1回「長門市行政改革懇話会」が開催されました。この懇話会は、今年度策定する第3次長門市行政改革大綱についての意見を述べるもので、大綱は、長門市を健全な姿で次世代を担う子どもたちに引き継いでいくことを基本に策定します。

大西市長から委嘱状が交付された後の意見交換会では、「今の市役所や職員に欠けていること」「職員の意識改革」「定員管理の適正化」などについて厳しい意見が出されました。懇話会では11月中旬に提言書を提出する予定です。

長門市健康づくりのつどい

笑顔で健康づくりに取り組む

7月13日㈯、ルネッサながと周辺で長門市健康づくりのつどいが開催されました。

山口県立大学の青木邦男教授のウォーキング講座のあと、76人の参加者は会場の外に出て、約1キロあるウォーキングコースを約30分かけて歩きました。

▼夏の日差しの中を笑顔でウォーキング

恒例の「海岸清掃の日」

今年も美しい海岸を守る

7月7日㈰、市内各海岸で一斉に海岸清掃が行われました。市では、毎年「海岸清掃の日」を定め、市内で一斉に海岸清掃を行うこととしています。

今年の海岸清掃は、市内9カ所で1、313人が参加し行われました。

▼この日集められたゴミは約7.2トン

県の無形文化財保持者に認定

土の魅力にこだわって

6月27日㈭、長門市湯本三ノ瀬の萩焼窯元の第15代坂倉新兵衛氏が、県の無形文化財保持者（工芸技術）として認定を受けることが決まり、山口県文化財保護審議会が県教育委員会に答申しました。

坂倉氏は大学を卒業後、帰郷して父第14代坂倉新兵衛に師事。昭和53年に第15代坂倉新兵衛を襲名しました。日本工芸会に所属し、日本伝統工芸展を中心に出品を続け、これまでに26回の入選を果たしてきました。

県教育委員会での会議を経て、8月上旬に正式に認定を受けることになっています。

▼作品について語る第15代坂倉新兵衛氏

長門の人 People

自由気ままに無理なく 自分自身に挑戦する

岩男（いわお） 明生（あきお） さん（65）

灼熱の太陽が照りつける標高333mの高原「千畳敷」。ここで毎年開催されているマウンテンバイクの3時間耐久レース『汗汗フェスタ』は、1周4.32km、標高差は93.7mという過酷なコース。日本海を望む絶景のロケーションがファンの心をつかみ、長門の夏に欠かせない一大イベントとなりました。20回目を迎えた記念すべき今大会は、8月4日㈰に開催されます。

15回以上出場を続けてきた岩男さんは、毎年心待ちにしているこの大会へ出場するため、今日も練習を重ねています。

40歳を過ぎて出会った競技

スポーツは苦手で、趣味ではじめたゴルフもすぐに飽きてしまいました。しかし、テレビ中継されたトライアスロンに引き込まれました。画面に映し出された選手の涙の訳を理解しようと、40歳を過ぎた男の最も過酷な競技への挑戦が始まりました。

魅力は、緊張感

マウンテンバイクとの出会いは、『汗汗フェスタ』でした。「面白いレースが始まる」と聞いて、すぐにバイクを購入。はじめはチームで出場していましたが、現在は、マイペースで走れるソロで3時間の耐久レースに挑んでいます。

トライアスロンのバイクとは違い、道幅の狭い山道は障害が多く、ギアの切り替えやブレーキング、コース取りなど一瞬の判断ミスが転倒の可能性を高めます。だからレース中、眼下に広がる絶景には目もくれず、前輪の先を見つめペダルをこぎ続けます。

いつまでも若くいたい

年に数回、トライアスロンをこなし、年齢別で優勝経験もある岩男さん。「トライアスロンに出場する前は完走できるか不安になるが、『汗汗フェスタ』は、待ち遠しくてわくわくする」と胸の高鳴りを押さえきれないようです。

動体視力や瞬発力など歳をとれば衰えるものもありますが、長い競技生活を送れるよう、自由気ままに無理なく、己の限界へと挑戦します。

くらしの情報 Information

くらしの情報 市からのお知らせ

ふれあいふるさとまつりinゆや参加者募集

■**日時**　11／3(日)

■**場所**　ラポールゆや駐車場

楊貴妃なりきりコンテスト

お金のかからない、手作りの衣装で楊貴妃になりきってください。また、ステージ上でパフォーマンスを行ってください。あなたも楊貴妃になれるチャンスです。優勝者には豪華賞品をプレゼントします。

■**時間**　12：35～

■**定員**　10組

こどもがらくた市

使えるけれど使わなくなった子ども用品やおもちゃを募集。

■**時間**　9：30～

■**募集数**　100品

共通事項

■**申込方法**　油谷支所、宇津賀出張所、向津具出張所、油谷保健福祉センター、ラポールゆやの備え付け申込書、または、市ホームページより申込書をダウンロードして、油谷支所総合窓口課内2013ふれあいふるさとまつりinゆや実行委員会事務局まで提出してください

■**申し込み・問い合わせ**　油谷支所総合窓口課　TEL 32-1111

児童扶養手当等 現況届の提出について

7月31日現在、児童扶養手当または、特別児童扶養手当を受給している人は、毎年8月に現況届（特別児童扶養手当については所得状況届）を提出しなければなりません。この届の提出がないと、8月分以降の手当が受けられなくなりますので必ず提出してください。

■**提出方法**　児童扶養手当、特別児童扶養手当を受給しているすべての人に文書を郵送します。必要事項を記入の上、福祉課子ども未来室に提出

■**提出期限**　8／30(金)

■**児童扶養手当とは**

ひとり親家庭等の児童や、父または母が重度の障害を持ち児童を養育している家庭の生活の安定と自立を助け、児童の健全育成のために支給されます。支給対象は、ひとり親や、それに代わって児童（18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある人）を養育している人です

■**特別児童扶養手当とは**

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

■**問い合わせ**　福祉課子ども未来室　TEL 23-1156

お盆期間中のし尿収集業務について

長門・日置・油谷地区

■**休業期間**　8／14(水)～16(金)

※8／17、18が土日なので5日連続の休業となります

■**し尿収集業者**

(有)長門環境管理センター　TEL 26-2752

油谷営業所　TEL 32-2345

三隅地区

■**休業期間**　8／14(水)～16(金)

※8／17、18が土日なので5日連続の休業となります

■**収集業者**

(有)馬場クリーン　TEL 43-0303

■**問い合わせ**　生活環境課環境衛生係　TEL 23-1134

水中ウォーキング教室参加者募集

健康ポイント

水中では浮力があるため、体重の気になる人・膝や腰の悪い人や高齢者でも、ケガや故障をあまり気にせずに気軽に有酸素運動をすることができます。

昨年度参加した人の体力測定の結果、約7割の人に脚の筋力や柔軟性の向上が見られました。

この機会に、あなたも気軽に筋力維持・向上を目指し、教室に参加してみませんか。

■**対象**　市内在住の40歳以上の人で医師から水中運動を禁止されていない人

■**募集人員**　各30人（先着順）

■**後期日程**

・昼の部（全12回）
9／6～11／22　毎週金曜日
13：30～15：30

・夜の部（全12回）
9／7～11／23　毎週土曜日
20：00～22：00

■**場所**　太陽フィットネスクラブ長門

■**内容**　専門のスタッフのもと、水中ウォーキングを中心として体力の向上を図る。初日・最終日は体力測定を実施

■**参加料**　毎回350円

■**申込期限**　8／23(金)

■**必要な物**　水着、水泳帽、室内シューズ、運動できる服装

※持っていない人は相談に応じます

■**申し込み・問い合わせ**　福祉課高齢福祉係　TEL 23-1157

長門市花壇コンクール 参加者募集

花と緑あふれる花壇づくりを推進するために、市内全域の花壇を対象に花壇コンクールを開催します。

■**応募対象**　市内で花壇づくりに取り組んでいる個人・団体

■**部門**

①通りの部　おおむね延長20m以上の公共施設等花壇が対象

②単独花壇の部

・面積5㎡未満の部
規定面積の公共施設等花壇を対象とします

・面積5㎡以上の部
規定面積の公共施設等花壇を対象とします

③個人の部
住宅・事業所敷地等を問わず、誰もが自由に鑑賞できる個人・団体が管理する花壇

※①および②は華と緑のまちづくり推進会議の会員を対象とします s

※花の種類は問いません

■**応募方法**　所定の申込用紙に位置図等必要事項を記入の上、提出してください。申込用紙は、市役所企画政策課および各支所総合窓口課ほか、市ホームページからもダウンロードできます

■**審査基準**　花と緑を取り入れた地域のコミュニティ花壇としての内容を重視し、花壇の管理と総合美を部門ごとに審査します。審査は、9月中旬を予定しています

■**応募締切**　8／23(金)

■**応募・問い合わせ**

・長門地区　企画政策課市民協働推進室　TEL 23-1229

・三隅地区　三隅支所総合窓口課　TEL 43-0221

・日置地区　日置支所総合窓口課　TEL 37-2111

・油谷地区　油谷支所総合窓口課　TEL 32-1111

▲昨年の市長賞　小波橋花壇（三隅地区豊原）

長門市美術展作品募集

■**会期**　平成26年2／8(土)～16(日)
10：00～17：00

■**会場**　ルネッサながと（文化情報ギャラリー）

■**応募資格**　長門市民および市内の事業所に就業している人（中学生以下を除く）

■**出品**

・工芸・彫塑　最大で人力（2人～3人）で運ぶことができる程度のものまで

・絵画　10号以上50号以内の作品とし、額に納め吊り下げることができるようにしてあること

■**出品にあたっての留意点**

・作品は1年以内の自己の創作した未発表の作品であること

・額装作品は、アクリル張りは不可、ガラス張りは不可

・作品には、所定の出品票を裏面の見えにくい箇所に貼り付け、作品とともに出品目録をあわせて提出

・書については、所定の説明用紙により釈文を必ず添付すること

・応募作品は1人2点まで

■**出品料**　無料（参加賞あり）

■**作品の搬入**
平成26年1／29(水)～30(木)
9：00～18：00

■**作品の搬出**
平成26年2／17(月)～18(火)
9：00～18：00

■**作品の搬入・搬出場所**　ルネッサながと（文化情報ギャラリー）

■**審査発表・表彰**　平成26年2／8(土)　10：00～

■**その他**　搬入から搬出までの間における不可抗力の災害等による作品の汚損・亡失等については責任を負いかねます

■**申込方法**　企画政策課、各支所総合窓口課、各公民館、ルネッサながと、ラポールゆやに備え付けの申込用紙に記入し、申し込む

■**問い合わせ**　企画政策課企画調整係　TEL 23-1229

チャレンジしてみよう 消費者力UPコーナー

契約の基礎知識その2

【問】契約についての説明として、正しいものに「○」、間違いに「×」をしてください。

①契約は、当事者間に合意があれば成立する　「　」

②契約すると、法的な責任が生じる　「　」

③未成年者は、契約することができない　「　」

④契約に押印していなければ、契約は成立しない　「　」

【解説】契約は、当事者間の自由な意思に基づいて結ぶことができるが、単なる約束ではなく法律的な責任が生じます。

未成年者でも契約することはできます。ただし、法定代理人の同意を得ることが必要です。

印を押さなくても契約は成立するが、不動産の契約など押印を求められる契約もあります。

【回答】①「○」②「○」③「×」④「×」

■**問い合わせ**　長門市消費生活センター　TEL 23-1115

第2回長門市人権教育セミナー

人権に関わる問題への理解と認識を深め、人権尊重の生き方を地域や職場に広めていこうと「第2回長門市人権教育セミナー」を開催します。

■**日時** 8／29(木) 14：00～15：40
■**場所** 三隅公民館
■**内容** 講演「戸籍と人権、登録型本人通知制度について」
■**定員** 30人程度
■**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、提出してください
■**申込期限** 8／12(月)
■**その他** 希望により油谷支所・日置農村環境改善センター・市役所南側駐車場から無料バスを運行します
※希望がない場合運行なし
■**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

5歳児すこやか相談会

就学まで一年以上あるこの時期に、子どもの発達について、保護者と幼稚園・保育園の先生とチェックしてみませんか。

教育委員会では、発達に不安がある市内の年中児の保護者を対象に「すこやかチェック」を実施します。

■**日時** 8／29(木) 13：30～16：30
■**場所** 長門市保健センター
■**対象** 年中児および保護者
■**内容** 小児科医、臨床心理士、言語聴覚士、地域コーディネーター等が相談に応じ、適切な支援についてアドバイスします
■**申込方法** 幼稚園・保育園を通じて配付する申込用紙に必要事項を記入の上、それぞれの園に提出してください
■**問い合わせ** 教育委員会学校教育課 TEL 23－1258

納税案内

8月は 市県民税2期 納期月です

9月2日（月）が納期限になっていますので、早めに納付をお願いします。また、納期限の日が口座振替日となっていますので、残高確認をお願いします。

納税は便利な口座振替で！

口座振替納税は、金融機関などがあなたに代わって自動的に納付する制度です

■**問い合わせ**
税務課 徴収対策室 TEL 23－1126
三隅支所 総合窓口課 TEL 43－0221
日置支所 総合窓口課 TEL 37－2143
油谷支所 総合窓口課 TEL 32－1115

市営住宅入居者募集

市営住宅の入居者を募集します。

■**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住宅の困窮が明らかな人
③法定の収入基準に該当する人
④市税等の滞納がない人
■**申込方法** 所定の申込用紙、抽選会通知ハガキに必要事項を記入し、本庁都市建設課、または各支所経済施設課に提出
※抽選会通知ハガキには50円切手を貼ってください
※申込用紙は、市ホームページからもダウンロードできます
■**受付期間** 8／1(木)～21(水) 14：00～
■**抽選会** 8／26(月)
■**入居可能日** 10／1(火)以降
■**その他** 1回の募集において、1世帯につき1戸の申し込みに限ります
■**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 37－2168
・油谷支所経済施設課 TEL 32－1114

骨の健康づくり相談日

健康ポイント

健康相談日に骨密度測定及び、骨粗しょう症予防相談を行います。カルシウムたっぷりメニューの紹介も行います。

■**日時** 8／22(木) 9：00～11：30 13：00～15：00
■**場所** 長門市保健センター
■**内容** 骨密度測定（かかとの骨の測定）、骨粗しょう症予防相談、カルシウムたっぷりメニュー紹介 試食（10：00～ 30食程度）
■**参加費** 無料
■**問い合わせ** 長門市保健センター TEL 23－1133

肺がん・結核検診の日程について

健康ポイント

延期しておりました肺がん・結核検診（集団検診）の日程が決まりました。

各地区を巡回しますので、くわしくは各戸配布する日程表で確認してください。

■**日程**
・長門地区 10／12(土)、15(火)、19(土)、25(金)
・三隅地区 10／21(月)、30(水)
・日置地区 9／14(土)、17(火)
・油谷地区 9／17(火)、10／5(土)
■**問い合わせ** 長門市保健センター TEL 23－1133

全国大会出場 おめでとうございます

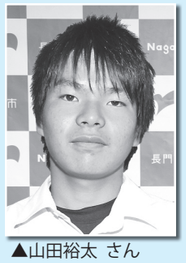
出場選手および大会名は、次のとおりです。（敬称略）

▲坂井太郎 さん

●第48回全国道場少年剣道大会／7月30日／東京都千代田区・日本武道館
坂井 太郎（明倫小5年）

▲岡村佳寛 さん

●第48回全国道場少年剣道大会／7月31日／東京都千代田区・日本武道館
岡村 佳寛（仙崎中2年）


▲山田裕太 さん

●全国高等学校総合体育大会 ボート競技・男子シングルスカル／8月3日～6日／福岡県遠賀町・遠賀川漕艇場
山田 裕太（大津緑洋高2年）

▲左から中谷さん、中原さん

●全国高等学校総合体育大会 ボート競技・女子ダブルスカル／8月3日～6日／福岡県遠賀町・遠賀川漕艇場
中原 有理（大津緑洋高3年）
中谷 理紗（大津緑洋高3年）

▲左から中谷さん、佐藤さん、宮本さん

●第29回わんぱく相撲全国大会／7月28日／両国国技館
中谷 太星（油谷小4年）
佐藤 銀河（仙崎小5年）
宮本 伶（深川小6年）

まるごと長門「旬」市場 営業日・営業時間変更

農産物等直売実証実験店舗 まるごと長門『旬』市場の営業日・営業時間を変更しますのでお知らせします。

■**営業日** 月曜日、水～日曜日
※毎週火曜日が定休日
■**営業時間** 9：00～12：00
※土・日曜日も12：00まで
■**変更開始** 8／10(土)～
■**問い合わせ**
・まるごと長門「旬」市場 TEL 22－7488
・JA長門大津営農販売課 TEL 22－3170
・農林課農政畜産係 TEL 23－1237

街頭献血

■**開催日** 8／12(月)
■**場所・時間**
・日置保健センター 9：30～12：00
・長門市役所油谷支所 13：00～16：00
■**その他** 400ml限定の献血を行います。献血カードまたは献血手帳を持参してください
■**問い合わせ** 福祉課福祉係 TEL 23－1243

くらしの情報 みんなの掲示板

シーカヤック無料体験試乗会

■**日時** 8／25(日)
・午前の部 9：00～12：00
・午後の部 13：30～16：30
■**場所** 伊上海浜公園オートキャンプ場
■**対象** 小学校4年生以上でシーカヤック未経験者
■**定員** 各部とも15人（先着順）
■**申込方法** 住所、氏名、年齢、性別、連絡先を電話またはファックスで申し込む
■**申込期限** 8／16(金)
■**申し込み・問い合わせ** 油谷湾シーカヤックフェスティバル実行委員会（青海島ダイビングセンター） TEL・FAX 26－4023

第3回ジャズフェスタ in長門湯本温泉

今年も湯本温泉街にてジャズフェスタが開催されます。多数のアマチュアバンドが、音信川河川公園前駐車場のメインステージに加え、サブ会場で演奏。湯本温泉街がジャズの音色に包まれます。

■**日時** 8／24(土)、25(日)
・メイン会場 16：00～21：30
・サブ会場 17：00～21：00
※雨天決行
■**場所**
・メイン会場 湯本温泉音信川河川公園前駐車場
・サブ会場 公衆浴場「恩湯」下
■**駐車場** 大寧寺（シャトルバス運行）
■**入場料** 無料
■**問い合わせ** 湯本温泉旅館協同組合 TEL 25－3611

長門市国民健康保険加入者の皆さんへ

限度額適用認定証等の更新を受け付けています

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

●受付開始　8／1㈭～
※9月以降の申請の場合、申請月初日からの適用となり適用期間に空白が生じますので注意してください

●受付場所　本庁1階保険課または各支所総合窓口課、各出張所（出張所受付分は即時交付はできません）

●必要な物
・国民健康保険証
・7月末日有効期限の「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」
・印鑑
・食事負担の減額認定を受けている（表③低所得Ⅱおよび⑥該当）期間であって、過去1年以内（8月申請の場合、前年9月から申請日までの期間）の入院期間が90日を超える場合は、入院期間を確認できるもの（医療機関の領収書等）

限度額適用認定証とは

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

●交付対象および交付する証
・70歳未満で非課税世帯以外の人（表④⑤）
「限度額適用認定証」
・非課税世帯の人（表③⑥）
「限度額適用・標準負担額減額認定証」（併せて入院時の食事負担が減額となります）
※70歳以上非課税世帯以外の人（表①②）は、高齢受給者証で所得区分が確認できますので、申請は不要です

●申請方法　更新手続きと同じです（受付は随時）

●証利用時の留意事項
・複数の医療機関を受診した場合、医療機関ごとに限度額を計算します。また一医療機関で外来と入院があった場合も別々に限度額を計算します
・限度額適用認定証を利用しない場合や、複数の医療機関にかかって限度額を超えた場合は、申請により高額療養費を支給します

※保険料滞納世帯には交付できませんので注意してください

●問い合わせ　保険課医療給付係　℡23-1129

■自己負担限度額（月額）

70歳以上の人

番号	所得区分（証区分）	外来（個人単位）	外来＋入院（世帯単位）
①	一般	12,000円	44,400円
②	現役並み所得者	44,400円	80,100円＋（医療費－267,000円）×1％ 4回目以降（※）44,400円
③	低所得Ⅱ（C Ⅱ）	8,000円	24,600円
	低所得Ⅰ（C Ⅰ）		15,000円

所得区分：現役並み所得者は高齢受給者証の負担割合が3割の世帯
低所得Ⅱは住民税非課税世帯
低所得Ⅰは住民税非課税世帯かつ所得が0円となる世帯

70歳未満の人

番号	所得区分（証区分）	3回目まで	4回目以降（※）
④	一般（B）	80,100円（医療費－267,000円）×1％	44,400円
⑤	上位所得者（A）	150,000円＋（医療費－500,000円）×1％	83,400円
⑥	住民税非課税世帯（C）	35,400円	24,600円

所得区分：上位所得者は世帯の所得が600万円を超える世帯
合算対象：一医療機関あたり21,000円以上自己負担があるもの
※4回目以降：過去12カ月間に、一つの世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額

第15回みすゞ七夕笹まつり

約200本の竹笹かざりと竹灯籠がみすゞ通りを鮮やかに彩ります。昔懐かしい七夕まつりの風景を楽しんでください。
また、今年も笹まつりの開催時間中は、みすゞ記念館が臨時に開館されます。

■日時　8／3㈯　18：00～20：30
■場所　仙崎みすゞ通り
■内容　パレード、瀬戸崎組鯨唄、みすゞ少年少女合唱団、仙崎祇園囃子、みすゞ音頭総踊り、和太鼓演奏、ストリートダンス、各種出店　ほか
■問い合わせ　みすゞ七夕笹まつり実行委員会事務局（仙崎公民館内）　℡26-0904

要約筆記者養成講座〈前期〉受講生募集

要約筆記とは、地域生活の場や会議、講演会等で発言者の話を聞き、要約して文字で表すことで、耳の聞こえない人にその場の話の内容を伝える通訳です。厚生労働省の定める要約筆記者養成カリキュラムに基づき、手書きまたはパソコンによる要約筆記に必要な知識と技術を学びます。

■日程　9／7㈯～1／18㈯　※全14回
■時間　10：00～17：00　※後期は、平成26年度上半期を予定
■場所　山口県聴覚障害者情報センター（山口市鋳銭司南原2364-1）
■定員　20人程度
■受講料　無料（但しテキスト代3,300円、手書きコースのみ教材費として310円実費負担あり）
※パソコンコースを希望する人は、ノートパソコン（ウィンドウズXP以上）およびLANケーブルが必要です
■対象者　山口県内在住で要約筆記による聴覚障害者等のコミュニケーション技術の習得に熱意のある人
■募集締切　8／13㈫まで
■申し込み・問い合わせ　山口県聴覚障害者情報センター　℡083-985-0611

山口県人権ふれあいフェスティバル

基本的人権の尊重と人権問題の正しい理解および人権意識の高揚を図るため、様々な人権問題を考える機会として開催されます。ぜひ参加してください。

■日時　8／24㈯　10：00～15：30
■場所　美祢市民会館
■内容
・アトラクション　カルスト草炎太鼓
・講演「心の不思議をのぞいてみれば・・・」
　講師　三島 正英氏（山口県立大学教授）
・コンサート　入山アキ子（美祢市ふるさと交流大使）
・パネル展示等
■参加料　無料
■問い合わせ　山口県環境生活部人権対策室　℡083-933-2810

社会的ひきこもり家族教室開催

県では、長期にわたり、自宅に引きこもり、家族以外の親密な対人関係が築けないといった「社会的ひきこもり」で悩む家族を対象に、正しい理解とよりよい対処法やコミュニケーションの方法を学び、家族の不安を軽くすることを目的とした教室を開催します。

■日程　8／23㈮、9／11㈬、10／25㈮、11／22㈮、12／20㈮、平成26年1／24㈮
■時間　13：30～16：00
■場所　山口県萩健康福祉センター　会議室
■参加料　無料
※お茶代等の請求をする場合があります
■申込期限　8／22㈭
■申し込み・問い合わせ　山口県萩健康福祉センター　℡0838-25-2667
・山口県長門健康福祉センター　℡22-2811

広告
心あたたまる落ち着いたご葬儀を
coop
株式会社コープ葬祭
－心のかよう－
年中無休　24時間受付
[HP] http://www.coop-s.co.jp/
mini ホール さくらながと
長門店　長門市東深川785番地10（駅前区）
☎0837-22-4444
0120-02-0405
本社萩店　山口店　山口北店　美祢店
「広報ながと」への広告掲載のお申し込みは（有）有誠社印刷所へ　℡0837-22-1240

県営住宅の入居者募集

■**応募資格**
・現に同居または同居しようとする親族（内縁関係にある人、婚約者を含む）がある人
・住宅に困っていることが明らかな人
・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
■**募集団地**　東深川、田屋
■**受付期間**　8／20(火)～31(土)消印有効
■**入居予定時期**　10月下旬頃
※詳細は問い合わせてください
■**申し込み・問い合わせ**　（一財）山口県施設管理財団山口支所
TEL 083-934-2004

海上保安大学校学生採用試験

■**受付期間**　8／29(木)～9／9(月)
■**受験資格**
・平成25年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない人
・平成26年3月までに高等学校または中東教育学校を卒業見込みの人
・それらと同等資格者
■**1次試験**　11／2(土)、3(日)
■**2次試験**　12／20(金)
■**合格発表**　平成26年1／23(木)
■**問い合わせ**
仙崎海上保安部管理課
TEL 26-0241

自衛官募集

次のとおり募集を行います。受験資格等、くわしい内容については問い合わせてください。

一般曹候補生・自衛官候補生
■**受付期間**　9／6(金)まで
■**受験資格**　日本国籍を有し、平成26年4月1日時点で、18歳以上27歳未満の人
■**試験日**　9／16(月)

航空学生
■**受付期間**　9／6(金)まで
■**受験資格**　日本国籍を有し、平成26年4月1日時点で、21歳未満の高校卒業者
※卒業見込者を含む
■**試験日**　9／21(土)
■**問い合わせ**
自衛隊萩地域事務所
TEL 0838-22-2409

理学療法週間イベント2013

■**日時**　8／4(日)10:00～14:00
■**場所**　ウェーブ地下一階イベント会場
■**参加費**　無料
■**内容**
①日常生活活動コーナー
②体力測定コーナー
③転倒予防体操の指導
④パネル展示コーナー
⑤進路紹介
⑥理学療法普及促進グッズ配布
■**問い合わせ**　長門総合病院リハビリテーション科
TEL 22-2408

仕事に必要なコミュニケーション講座

就労支援事業「ほうふ若者サポートステーション」では、職場での様々な場面を想定して、自分の意見を伝える、相手の意見を受け入れる等、働く上で必要な「コミュニケーション力」を磨いていきます。
また、個別の就職相談も実施しています。
■**日時**　8／8(木)10:30～12:00
■**場所**　萩市中央公民館研修室
■**参加費**　無料
■**対象**　萩市・長門市周辺在住で39歳までの人
※予約制となっています
■**申し込み・問い合わせ**　ほうふ若者サポートステーション
TEL 0835-28-3808

司法書士成年後見制度無料相談会開催

■**相談日時**　9／2(月)～30(月)の期間で相談者が希望する日時（平日）に、希望する場所において相談員が訪問し、相談を受けます
■**対象者**
①認知症や知的障害等により判断能力が不十分な人
②判断能力に不安のある人
③①、②の人を支える家族、支援者、福祉関係者、市民
■**相談内容**　成年後見に関する相談
■**予約方法**　住所・氏名・電話番号・相談内容・希望する日時と場所を電話、ファックス、郵送で予約してください
■**予約受付期間**　8／19(月)～9／30(月)
■**申し込み・問い合わせ**　〒753-0048　山口市駅通り二丁目9番15号　リーガルサポート山口相談予約係
TEL 083-924-5220
FAX 083-921-0475

電波に関する困りごと相談

中国総合通信局では、不法電波による混信・妨害、テレビ・ラジオの受信障害など電波に関する困りごとについて相談電話を開設しています。
■**問い合わせ**
・不法無線局による混信・妨害
TEL 082-222-3332
・テレビ・ラジオ受信障害
TEL 082-222-3383

エンディングノートの作り方無料講習会

山口県行政書士会では、エンディングノートの作成のアドバイスをします。
■**日時**　8／30(金)
・午前の部　10:00～12:00
・午後の部　14:00～16:00
■**場所**　長門市中央公民館会議室3
■**定員**　各5人（要予約）
■**申し込み・問い合わせ**
山口県行政書士会
TEL 083-924-5059

北浦自然観察会

長門市油谷俵島　柱状節理
■**開催日**　8／25(日)
■**集合場所／時間**　長門市役所／9:30
■**参加費**　2、500円

広島県庄原市　福田頭（毛無山）
■**開催日**　9／15(日)
■**集合場所／時間**　萩市役所第三駐車場／5:00
■**参加費**　6、000円

島根県飯南町　琴引山
■**開催日**　10／27(日)
■**集合場所／時間**　萩市役所第三駐車場／5:00
■**参加費**　5、500円
※当日の3日前までに申し込む
■**申し込み・問い合わせ**
北浦自然観察会（永井）
TEL 090-8240-9785

ながと観光アテンダント募集

■**応募資格**　市内に在住、または勤務している満18歳（平成25年4月1日現在）以上の人で選出日から年間約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必要事項を記入し観光コンベンション協会事務局へ応募してください。応募申込書は事務局窓口等に用意してあります。また、協会ホームページからダウンロードできます
■**募集人員**　3人程度
■**応募締切**　8／30(金)
■**審査**　9月中旬予定
■**発表**　10／27(日)開催のながとふるさとまつりで発表予定
■**任期**　2年間
■**特典**
・賞金3万円（推薦者には1万円を贈呈）
・副賞旅行券　10万円
・勤務に際しては謝礼を支給
■**問い合わせ**
（一社）長門市観光コンベンション協会　TEL 22-8404

よさこい踊り子大募集

詳細は、連絡してください。
■**問い合わせ**　ながと清風連代表（戸田）
TEL 090-5268-6748

くらしの情報

文化情報

ルネッサながと

TEL 26-6001

引揚港・仙崎展

●会期　8／10(土)～9／8(日)10:00～16:00
●入場料　無料
●会場　文化情報ギャラリー

優秀映画鑑賞会

●とき　9／7(土)
・10:30～「銭形平次捕物控　人肌蜘蛛」
・13:00～「赤穂浪士」
●とき　9／8(日)
・10:00～「旗本退屈男」
・13:00～「大江戸五人男」
●入場料　1日券200円
※全席自由・税込
●発売日　発売中

松竹新派喜劇公演「三婆」

●とき　9／14(土)13:30開演
●出演　水谷八重子、波乃久里子、沢田雅美、佐藤B作　ほか
●入場料
・1階席　6、500円
・2階席　6、000円
※全席指定・税込
●発売日　発売中

琉球舞踊への誘い

●とき　9／21(土)14:00開演
●出演　紅倫の会、照屋倫子琉舞道場
●入場料　3、500円
※全席指定・税込
●発売日　発売中

ウィーン　ピアノデュオ・クトロヴァッツ

●とき　10／3(木)18:30開演
●入場料
・一般　3、500円
・学生（高校生以下）　2、000円
※全席指定・税込
●発売日　発売中

松竹大歌舞伎

●とき　11／17(日)13:30開演
●出演　坂東三津五郎、尾上菊之助　ほか
●演目
一、野崎村
二、江島生島
●入場料
・1階席　7、500円
・2階席　7、000円
※全席指定・税込
●発売日
・友の会　9／1(日)10:00～
・一般　9／11(水)10:00～
※発売当日は、電話受付のみ

※8／19(月)は、臨時休館日です

香月泰男美術館
TEL 43-2500

開館20周年記念イベント

香月泰男といわさきちひろ ふるさとと小さな仲間たち展

絵本画家、いわさきちひろの作品がやって来ます。香月泰男美術館では、開館20周年記念展として、香月画伯と同じく戦争を体験した画家、いわさきちひろの作品を展示します。戦争の凄惨さを目の当たりにした両者の作品は平和への想いにあふれています。2人の描く素朴で新鮮な自然の美しさ、ふるさとや家族を愛する心などは、皆さんを優しい気持ちにしてくれることでしょう。

●会期　7／26(金)～9／1(日)
※いわさきちひろの作品についてはピエゾグラフを展示
●開館時間　9：00～17：00
※入館は、16：30まで
●休館日　毎週火曜日
※8／13(火)は、開館します
●入館料
・一般　500円
・小中高生　200円
※市内在住の人は、住所の分かるもの（運転免許証など）を提示すると無料になります

いわさきちひろ
「わらびを持つ少女」
1972年
『あかまんまとうげ』より

体感アート！ 第2回おもちゃづくり教室

木片や木の実をホットボンドでくっつけて「おもちゃ」を作ります。香月泰男が廃材を利用して作った「オモチャ」のように、みなさんだけのユニークで独創的な「おもちゃ」を作ってみましょう。

●日時　8／17(土)、18(日)　10：00～15：00（両日とも）
●参加費　300円／人（材料代）
●対象　5歳～小学6年生
※保護者も参加できます
※20人以上の場合は、事前に連絡してください

くらしの情報

健康ガイド
保健センター　TEL 23-1133

健康診査

乳児健康診査

岡田クリニック　TEL 22-2717
●3ヵ月児・7ヵ月児健康診査
・月～金曜日　8：30～17：00
・土曜日　8：30～12：00
長門総合病院　TEL 22-2220
●3ヵ月児健康診査
毎週火曜日　13：00～14：30
●7ヵ月児健康診査
8／1(木)、8(木)、22(木)　13：00～14：30
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

1歳6ヵ月児健康診査

●対象　24年1月生まれの子
●日時　8／7(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　22年7月生まれの子
●日時　8／27(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

検診

子宮がん・乳がん検診

●日時・会場
8／26(月)、28(水)、29(木)、30(金)　13：00～14：00　長門市保健センター
●必要なもの　受診票

相談

健康相談

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

禁煙相談（要予約）

●日時／会場
・8／13(火)　13：00～16：00　長門健康福祉センター　TEL 22-2811

心の健康相談（要予約）

●日時／会場
・8／20(火)　14：00～16：00　長門健康福祉センター　TEL 22-2811

図書館だより

図書館へ行こう！

Let's Go To The Library!

長門市立図書館　TEL 26-5123
ゆや分館　TEL 33-0051
http://www2.lib-nagato.jp/
e-mail lib-nagato@hot-cha.tv

－8月の休館日－
本　館　5(月)・7(水)・12(月)・19(月)・26(月)
ゆや分館　5(月)・12(月)・19(月)・26(月)

開館時間延長中（本館）

8／30(金)まで、平日のみ本館の開館時間を19時まで延長しています。（土・日曜日は、17時まで開館します）

映画上映会（無料）のお知らせ

●上映タイトル「地上より永遠に」（日本語字幕付き）
●日時　8／14(水)～18(日)　①10：00～　②14：00～
※8／17(土)・18(日)は午後のみの上映

夏休み特別映画上映会（無料）

●上映タイトル「長州ファイブ」・「HAZAN」

日程	長州ファイブ	HAZAN
10時～	8／21・23・25	8／22・24
14時～	8／22	8／21・23・25

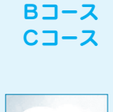
図書館ホームページを利用してみよう

①トップページの「資料検索・資料予約・新着図書」のマークをクリックします
②資料検索画面もしくは簡易検索画面で書名等を入力し、検索します
③所蔵があれば一覧が表示されます
④探している図書があれば、タイトルをクリックし、予約申込をクリックすると、ユーザーログイン画面になります
⑤利用者カードの番号とパスワードを入力し、予約画面を表示させます（初めて利用する場合は、パスワードをカウンターに尋ねてください）
⑥連絡方法と受取館を選択し、予約をすれば完了です。キャンセルする場合は、予約中止を選択します
※不明な点は、気軽にカウンターに尋ねてください

☆新着案内☆

（本館）「かまさん」門井慶喜、「生きる姿勢」曾野綾子　ほか
（ゆや分館）「深海の夜景」森村誠一、「ハピネス」桐生夏生　ほか

アニメ上映会（視聴覚室・入場無料）



8/3（土）13：30～
「リトルモンスター」（33分）

8/24（土）13：30～
「みんなだいすきミッキー！」（58分）

定例行事

＊は「おはなしのへや」

・としょかんひなのかい*　8/2（金）10：30～
・紙芝居の会*　8/3（土）・17（土）15：00～
・おはなしポケット*　8/10（土）15：00～
・絵本を楽しむ会*　お休みします
・たまごの会*　8/23（金）10：30～
・おはなしの会*　8/24（土）15：00～
・長門読書会（研修室）　8/25（日）13：30～
・よみっこくらぶ（ゆや分館）　8/10（土）・24（土）15：00～
・ゆりかご（ゆや分館）　8/20（火）10：30～

移動図書館車
ぐるブック号運行中！

Aコース　8／1（木）・22（木）
Bコース　8／14（水）・28（水）
Cコース　8／9（金）・23（金）

今月のオススメ本

『ガソリン生活』

車に感情があり、車同士で意思疎通ができるとしたら何を思い、どんな会話を交わすのだろうか。事件に巻き込まれてしまった望月一家の愛車“緑のデミオ”の場合…。車の視点で描く、ユーモアと家族愛に溢れるミステリー。
伊坂幸太郎／著　朝日新聞出版／出版

船舶海難・人身事故発生状況

仙崎海上保安部管内（長門市）

	船舶海難		人身事故	
	隻数	死亡行方不明者	人数	死亡行方不明者
6月	0	0	1	1
平成25年計	2	0	5	3
24年同時期	2	0	5	3

ライフジャケットを常時着用しよう！
携帯電話など連絡手段を確保しよう！
海のもしもは「118番」へ！

ミニボートの運航について

先月、野波瀬漁港付近において、ミニボート（長さ3m未満、船外機約2馬力未満の小型ボート）に乗り、釣りをしていたところ、不適切な操船によりバランスを崩し、転覆する事故が発生しました。（救命胴衣を着用しており、けがなし）
ミニボートは、風浪や他船による航走波の影響を受けやすく、また乗船者が急に立ち上がったり、重たい荷物を持ち上げることで、ボートが不安定となり、転覆の危険性が高まります。これらの危険性を十分認識して運航しましょう。
また、救命胴衣の着用等自己救命策の確保、見張りを怠らない、岸から遠くに離れないなど、安全対策を徹底しましょう。

愛します！守ります！長門の海！

118

仙崎海上保安部

山口県長門市仙崎1026-2
☎ 26-0240
仙崎海上保安部ホームページ
http://www.kaiho.mlit.go.jp/07kanku/senzaki/
senzaki-kotsu@kaiho.mlit.go.jp

長門市健康増進計画〈第2次〉策定

めざせ、健康長寿

～みんなの元気が ながとの元気～

健康メモ No.4

はじめよう！あなたの健康づくり

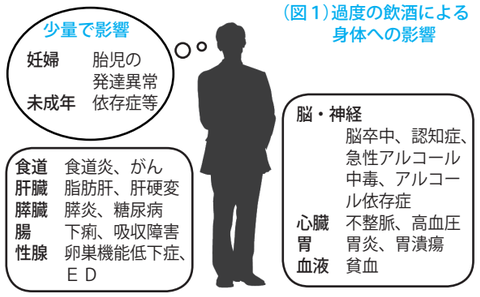
長門市保健センター
TEL 23-1133

お酒といいお付き合いしていますか

～正しく飲めば「百薬の長」、一歩間違うと「百厄の長」～

お酒は、適量であれば食欲増進やストレス解消など、身体に良い作用をもたらします。一方、過量や間違った飲み方は、病気や生命の危機にさらす場合もあります。（図1）お酒と上手に付き合いましょう。

（図1）過度の飲酒による身体への影響



適量はどのくらい？

（表1）は目安です。アルコールの分解能力は肝臓内の分解酵素量に左右され、個人差があります。女性や高齢者の場合は、（表1）の半量くらいが適量です。

種　類	酒の量
日本酒	1合（180ml）
ビール	中ビン1本（500ml）
焼酎	ぐい呑み2杯弱（70ml）
ウイスキー	ダブル1杯（30ml）
ワイン	グラス2杯弱（200ml）

（表1）1日のお酒の適量（いずれか1種類）

上手な付き合い方～虎の巻～

①ゆっくり飲みましょう
食べながら、楽しく会話をして飲むことは、リラックス効果をもたらします。また急性アルコール中毒の予防にもなります。
②多くの種類を飲まない
いわゆる「ちゃんぽん」は泥酔、二日酔いの原因になります。
③飲むのは夜12時頃まで
個人差や体調にもよりますが、日本酒1合を分解するには約3時間かかります。深夜までの飲酒は翌朝以降も体内にアルコールが残り、飲酒運転や日中の仕事・活動がはかどらないなど危険や支障をきたします。
④週2日は休肝日（飲酒しない日）を設けましょう
※次回は「生活習慣病」について掲載します

こちら119

外出先での地震の対処方法

外出先で地震が発生したとき、被害を最小限に抑えるためには、あわてず適切な行動をとることが重要です。次のことに留意して、正しい心構えを身につけましょう。

住宅地の場合

・地震に襲われると、住宅地の路上には落下物や倒壊物があふれるだけでなく、電柱や自動販売機が倒れてきたり、瓦や2階建て以上の住宅のベランダに置かれているエアコンの室外機などが落下してくる恐れもありますので注意しましょう

海岸・川べりの場合

・海岸や川べりで地震に襲われた場合、一番恐ろしいのは津波です。避難の指示や勧告を待つことなく、直ちに避難するようにしましょう。またラジオなどを持っている場合は、津波情報を聞くなど情報収集を心掛けましょう

山・丘陵地の場合

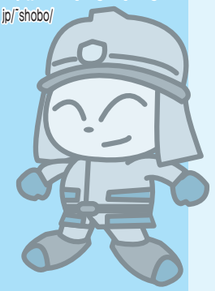
・山際や急傾斜地では、地震により山崩れや落石が発生しやすくなります。地震に気づいたら、直ちにその場を離れるほか、市町村の避難指示などに従い安全な場所に避難しましょう

火災救急件数［6月］
（ ）内は今年累計

火災
- 建物 0（5）
- 林野 0（1）
- 車両 0（2）
- 船舶 0（0）
- その他 0（7）
- 合計 0（15）

救急 140（871）

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/



生涯学習 いつはじめる ながと

スポーツをして、みて、ささえる
『チームながと』の実現

生涯学習スポーツ振興課　TEL 23-1259

日本最大のスポーツイベントである国民体育大会『おいでませ！山口国体』の開催により、市民と行政の協働の力「地域力」が育まれました。市では、この地域力の原動力となった市民のスポーツを「する」、「みる」、「ささえる」力を結集して、全ての人が何らかの形でスポーツに関わる『スポーツチームながと』の実現を目指し、長門市スポーツ推進計画を策定しました。

■計画期間

計画期間は、平成25年度～平成34年度の10ヵ年としています。ただし、時代に的確に対応するため、5年目の平成29年度に見直しを行う予定です。

4つの基本方針

(1)生涯スポーツの推進

市民の誰もが、それぞれの体力、年齢、技術、関心や適性に応じて、いつでも、気軽にスポーツ活動に参加・参画できるよう、地域スポーツの活動拠点の整備や健康と体力の保持増進機会の確保を推進します。

(2)競技スポーツの推進

市内のスポーツ選手が国内外の大会等で活躍ができるよう、スポーツ関係団体等と連携し、選手の技能や発育・発達状況に応じた競技力向上の体制づくりの支援や競技団体の育成・強化、指導者の養成・活用を行うことで、競技水準向上の取組を推進します。

(3)環境の整備

豊かなスポーツライフの実現に向けて、健康づくりや生きがいづくりにつながる施設の整備、指導者の養成や育成、イベントや教室等の開催、スポーツを推進する組織や体制づくりなど、市民の誰もが、身近なところで、いつでも、気軽にスポーツに親しむことができる環境づくりを推進します。

(4)地域の活性化

温泉をはじめ、本市のもつ豊富な観光資源と文化資産にスポーツの持つ多様な力を融合させ、さまざまな分野でスポーツを活用した地域づくりを推進し、地域活性化につながる取組を促進します。

こんにちは
スポーツ推進委員です！

生涯学習スポーツ振興課　TEL 23-1295

6月1日(土)・2日(日)下関市生涯学習プラザ・山口県立下関武道館を会場にして、平成25年度山口県スポーツ推進委員研修会が開催されました。長門市からも15名のスポーツ推進委員が参加し、地域のスポーツ振興や生涯スポーツ推進のための研究協議を行い、資質の向上と相互の情報交流を図りました。

研修会1日目は、前山口県知事で山口県体育協会会長の二井関成氏が「私の県政と山口国体」と題して講演されました。中学から大学まで野球に打ち込み、その中で培った体力・根性・人脈等で人生の様々な場面において助けられ、切り抜けることができたと話されたことが印象的で、まさにスポーツの持つ魅力の一つではないかと思います。

2日目の実技研修では、下関市教育委員会考案の「セキレック」と「ミニトランポリン」を体験させていただきました。それぞれに特徴があり、体力の向上につながる魅力的な運動でした。長門市でも市民の皆さんに気軽に取り組んでもらえる独自の運動を考案できたらと思います。

今回の研修の成果を自らの資質向上に生かして、今後さらに皆さんに愛されるスポーツ推進委員を目指して活動していきたいと考えます。

▲ミニトランポリン

▲セキレック

8 月のカレンダー

●イベント　●相談・健診　　2013 August 8

1	木	
2	金	
3	土	●第15回みすゞ七夕笹まつり／仙崎・みすゞ通り一帯／18時～20時30分　●湯免温泉まつり／湯免ふれあいセンター周辺／17時30分～　●おとずれ夜市「じゃらんじゃらん」／音信川河川公園／18時～21時
4	日	●汗汗フェスタ2013in千畳敷／千畳敷／10時～14時　●理学療法週間イベント2013／ウェーブ地下1階イベント広場／10時～14時
5	月	●人権・行政相談／日置支所／10時～12時　●第16回日本ジャンボリー地域プログラム／ルネッサながと／9時30分～11時
6	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～16時／有料・要予約（℡0838-24-0500）　●行政相談／三隅支所／10時～12時
7	水	
8	木	●社会保険年金相談・申請／市役所本庁会議室／10時～16時
9	金	
10	土	●金子みすゞ記念館講座「金子みすゞの詩の世界」／13時30分～／要申込（℡26-5155）
11	日	●湯本温泉納涼盆踊大会／湯本温泉／18時～22時
12	月	上下水道使用料納期限（通・仙崎・日置・油谷地区）　●街頭献血／日置保健センター／9時30分～12時・油谷支所／14時～16時
13	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～16時／有料・要予約（℡0838-24-0500）　●禁煙相談／長門健康福祉センター／13時～／要予約（℡22-2811）　●行政相談／ラポールゆや／10時～12時
14	水	●油谷夏まつり／油谷総合運動公園／20時～
15	木	●俵山温泉納涼祭／俵山湯町区駐車場／17時～
16	金	
17	土	
18	日	●俵山温泉ウォーキング／白猿の湯／10時～／要予約（℡29-0001）　●和太鼓ワークショップ／ルネッサながと／13時～／要申込（℡26-6001） 毎月19日は「ながと食の日」
19	月	
20	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～16時／有料・要予約（℡0838-24-0500）　●心の健康相談／長門健康福祉センター／14時～16時／要予約（℡22-2811）
21	水	●人権・行政相談／市役所本庁市民相談室／10時～12時
22	木	●社会保険年金相談・申請／市役所本庁会議室／10時～16時　●発達クリニック／長門健康福祉センター／14時～16時／要予約（℡22-2811）　●骨の健康づくり相談日／長門市保健センター／9時～・13時～
23	金	●社会的ひきこもり家族教室／山口県萩健康福祉センター／13時30分～16時／要申込（℡22-2811）
24	土	●第3回ジャズフェスタin長門湯本温泉／長門湯本温泉／16時～21時30分　●山口県人権ふれあいフェスティバル／美祢市民会館／10時～15時30分
25	日	●第3回ジャズフェスタin長門湯本温泉／長門湯本温泉／16時～21時30分　●シーカヤック無料体験試乗会／伊上海浜公園オートキャンプ場／9時～・13時30分／要申込（℡26-4023） 「ながと生涯学習の日」
26	月	
27	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～16時／有料・要予約（℡0838-24-0500）　●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（℡22-2811）
28	水	●無料法律相談／日置保健センター／10時～15時／要予約（℡23-1299）
29	木	●第2回人権教育セミナー／三隅公民館／14時～15時40分／要申込（℡23-1259）　●5歳児すこやか相談会／長門市保健センター／13時30分～16時30分／要申込（℡23-1258）
30	金	●エンディングノートの作り方無料講習会／長門市中央公民館／10時～・14時～／要予約（℡083-924-5059）
31	土	●みすゞの課外授業／金子みすゞ記念館／10時30分～15時30分／要予約（℡22-8404）

食推おすすめ料理

長門市食生活改善推進協議会

豚しゃぶヨーグルト味噌ソースがけ

－ ヨーグルトでさわやかな一品 －

材　料（4人分）

豚もも肉	…240g	A	プレーンヨーグルト	…100g
ミニトマト	…8個		味噌	…小さじ2
水菜	…120g		砂糖	…小さじ1
白ネギ	…60g		ゆずこしょう	…少々
さけるチーズ	…60g			

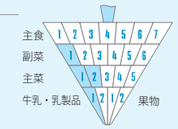
作り方

①豚もも肉はお湯にくぐらせ火を通し、水に取り水気を切る
②ミニトマトは半分、水菜は5cmの長さに切り、白ネギは5cmの長さの細切りにする。さけるチーズはさいておく
③Aの材料を入れよく混ぜてソースを作る
④器に②の野菜、さけるチーズ、豚もも肉を盛りつけ、③のソースをかける

栄養価（1人分）

エネルギー…182kcal
たんぱく質…18.5g
脂　　質…8.4g
塩分相当量…1.0g
カルシウム…199mg

■食事バランスガイド



ほっちゃテレビ放送予定

8／9（金）・8／11（日）

毎月19日は「ながと食の日」

ワンポイントアドバイス

ヨーグルトの酸味とゆずこしょうの風味でおいしいソースです。いろいろな野菜に使ってみてください。ゆずこしょうはお好みで加減してください。

休日当番医

月／日	曜	当　番　医	電話番号
8／4	日	半田内科クリニック	23-3030
		長門総合病院	22-2220
8／11	日	しみず循環器科内科医院	22-2205
		岡田病院	23-0033
8／18	日	戸嶋医院	34-0003
		斎木病院	26-1211
8／25	日	長門診療所	22-2440
		長門総合病院	22-2220
9／1	日	友近内科循環器科医院	32-1180
		岡田病院	23-0033

水道修繕当番店（8月）

地　区	公　道　部	邸　内　部
長門地区	㈱セブンリフォーム TEL 22-2138	㈱セブンリフォーム TEL 22-2138
三隅地区	森永水道㈱ TEL 43-0552	森永水道㈱ TEL 43-0552
日置地区	㈱セブンリフォーム TEL 22-2138	㈱セブンリフォーム TEL 22-2138
油谷地区	㈲キハラ TEL 34-0018	㈲キハラ TEL 34-0018

※水道のトラブルは**長門市指定工事店**に依頼してください

消費者トラブルQ&A

スマートフォンによるアダルト情報サイトのトラブルについて

Q　スマートフォンのアダルト情報サイトから無料アプリをダウンロードする際に、年齢認証画面をクリックしたところ、料金の請求画面が表示された。有料で契約するつもりはなかったが、支払う必要があるだろうか。

A　料金が発生するなどの確認画面が表示され、それに同意していないのであれば契約は成立していません。請求画面が表示されても、事業者に連絡をとったり支払いをせず、無視しましょう。昨年度に全国の消費生活センターに寄せられた相談の中でも、アダルト情報サイトに関する相談は、最も多くなっています。「無料」という言葉で検索したからといって、必ずしも無料とは限らず、料金を請求されることがあります。

最近では、スマートフォンの「公式マーケット」でダウンロードした無料アプリでも、料金を請求されたというトラブルも寄せられていますので、安易にダウンロードをしないようにしましょう。

なお、請求画面の表示が消えない場合や不正なアプリをインストールしてしまった場合の対処法は、独立行政法人情報処理機構（ＩＰＡ）のホームページを参考にしてください。

問い合わせ　長門市消費生活センター　TEL 23-1115
山口県消費生活センター　TEL 083-924-0999

尾崎眞吾のみすゞギャラリー Misuzu Gallery by Shingo Ozaki No.149

空の色

金子みすゞ

海は、海は、なぜ青い。
それはお空が映（うつ）るから。

空のくもつてゐるときは、
海もくもつてみえるもの。

夕焼、夕焼、なぜあかい。
それは夕日があかいから。

だけどお晝のお日さまは、
青かないのに、なぜ青い。

空は、空は、なぜ青い。

『金子みすゞ全集』（ＪＵＬＡ出版局）

表紙の説明

2013通くじら祭り

海に感謝し、海を楽しむ

7月21日(日)、通小浦埋立地で「第22回通くじら祭り」が開催されました。

はじめに行われた和船競漕には、小学生の部や職域、支部対抗の部などの部門別に22チームが参加しました。力強く船を進める参加者に会場からは、大きな声援を送る人やカメラのシャッターを切る人の姿が見られました。

また、当時の捕鯨を再現する古式捕鯨の実演では、威勢よく鯨に飛び乗ってハザシが仕留め「くじら獲ったぞ」と叫ぶと観客から大きな歓声が上がりました。

長門市のDATA

〔平成25年7月1日〕

人口	37,675人	(−41)
男	17,395人	(−27)
女	20,280人	(−14)
世帯数	16,403世帯	(− 6)

( )内は先月比

〔6月分〕出生 20人 死亡 48人
転入 60人 転出 73人

編集後記

毎日暑い日が続いています。昨年は汗汗フェスタの取材で、写真を撮影していたときに意識を失いそうになって、熱中症の怖さを体験しました。適切な水分補給と塩分補給で夏を乗り越えましょう▼7月は市長とタウンミーティングを6カ所で開催しました。いろいろなご意見を伺いながら、広報としてもっと「伝える」「わかりやすい」工夫をして、行政に対する理解を深めていただけるような努力が必要だと感じました▼8月も長門市はイベントが盛りだくさん。イベントのようすだけでなくその場の空気感や息づかいが伝えられるような取材活動を行いたいと思います。（い）

長門市市民憲章
③夢 かたりあう、伸びゆくまちをつくります

■発行 長門市役所 〒759-4192 山口県長門市東深川1339-2 TEL0837-22-2111（代）
■編集 企画総務部企画政策課広報広聴係 TEL 0837-23-1117 FAX 0837-22-5358
URL:http://www.city.nagato.yamaguchi.jp E-Mail:koho@city.nagato.yamaguchi.jp

広報 ながと

Nagato City Public Relations

2013
（平成25年）
No.158

8

海に感謝し、
海を楽しむ

2013通くじら祭り

主な内容

○特集 ながと夏フェスタ2013　真夏の長門。熱かった2日間の軌跡　2～3ページ
○特集 ラグビーワールドカップ2019　長門市をキャンプ地に！　4～5ページ
○長門の人　　岩男明生さん　9ページ
○くらしの情報　10ページ～

・ふれあいふるさとまつりinゆや参加者募集　・児童扶養手当等の現況届の提出について
・水中ウォーキング教室参加者募集　・長門市花壇コンクール参加者募集　・長門市美術展作品募集
・市営住宅入居者募集　・肺がん・結核検診の日程について　・全国大会出場おめでとう