

広報 おおむら

9
2010

No.1373



特集 広報モニター見てある記…2～3ページ

認知症 広めましょう！心のバリアフリー…10～13ページ

新幹線5市サミット…4～5ページ

大村市長選挙…6～7ページ

都市計画道路を見直しました…8ページ

平成22年度国勢調査を行います…9ページ

市政のできごと…14ページ

カメラスポット…15～16ページ

おおむら野岳湖ウオーク…17～18ページ

行政らしんばん…19ページ

環境インフォメーション…20ページ

公民館講座受講者募集…21ページ

情報ひろば…22～28ページ

子育て・健康…29～31ページ

いきいきフェスタinおおむら…32ページ

バスが発走しま～す!!

子どもとお年寄りが楽しみながら交流を深める夏休み恒例の「おおむらこどもまつり2010」が、シーハットおおむらで行われました。駐車場に設けられた乗り物コーナーでは、バスの運転手の帽子をかぶせてもらった子どもたちが運転席で嬉しそうにハンドルを動かしていました。

(7月31日、シーハットおおむら)



広報モニター 見てある記

感動!

わざ

おおむらの技名人

私たち、広報モニターです!
今回第3回目の取材は、大村で活躍している技名人をテーマに記事を作成しました。



私たちは大村市広報モニターは、市が行う広報活動全般についてモニタリングし、市政だより、市のホームページなどが市民にとって見やすく、知りたい情報が掲載されているか調査・検証を行っています。広報モニターの活動の二つとして、「広報モニター見てある記」と題して、自ら取材・編集を行い掲載しています。

今回は大村で活躍している「人」にスポットを当て、ものづくりや手仕事などの技を持つ市内8地区8人の名人を、2回に分けてご紹介します。

今月は、4地区4人の人を取材しました。ものづくりや手仕事の技を通して、人とのつながりを大切にしながら、地域とともに歩んでいこうという姿勢は、私たちに感動を与えてくれます。

西大村

子どもに伝える布ぞうり

井上雅介さん(西大村本町)



物の豊かな現代にあつて、忘れかけていたぞうり作り。数年前、井上さんは、中央小学校区健全協の三世代交流を目的に、昔の遊びやものづくりを子どもたちに体験させようという事業の中で、布ぞうり作りを指導することになりました。



今から約60年前、第二次大戦中の戦況が悪化しつつあった時代、履き物が無くて、通学にも困ったため、小学4年生から作り方を習って作り始めたのが「わらぞうり」でした。最初は大人に手伝ってもらって仕上げる状態だったそうですが、中学校を卒業するまでの6年間にわたり作り続けられました。靴代わりに毎日履くものなので数日しかもたず、常に4〜5足は予備に作って備えていたそうです。

時は流れて物資も出回つてくると、いつしかわらぞうりの必要性はなくなり、時代とともに忘れ去られていきました。それが今、昔のものづくりで子どもたちに指導するなんて考えてもいなかった井上さん。地域の子どものために役に立っていると思うと、昔の苦労が報われる、そんな想いだそうです。

竹松

手作り竹細工に魅せられて

吉崎英智さん(富の原二丁目)



子どものころ、身近にあった竹トンボ、水鉄砲などの懐かしい竹細工の数々。竹トンボに、右きき用と左きき用があるなんて初耳でした。材料の竹を自分で削り、それを使って遊ぶ喜び。吉崎さんが、これまで長く活動を続けてこられた原動力は、きっと子どもたちの喜々とした笑顔だったのではないのでしょうか。

40年程前、市民会館広場で開かれた「5月まつり」に、働く仲間たちが集まって指導したのが活動の発端でした。それから、子どもたちに竹トンボ作りを教えたり、やがて、大人も集まって、廃油を使った石けん作りなどのエコ活動にも発展していきました。

子ども科学館で、月に1回土曜の午後に子どもたちに竹細工を教える数年になります。健全協の行事や市内のイベントでも活動しています。「子どもたちが望めばもっと教えたいが、今の子どもたちは忙し過ぎるようだ」と話される顔が残念そうでした。携帯電話やパソコンをいとも簡単に使いこなす現代っ子たちに、「肥後の守」を使つてものを作り出すおもしろさを体験させたいと、笑顔で語ってくださいました。



松原

あふれる想い、魂の人形

● 米原 佐代子さん(松原二丁目)



一度目になると誰もが惹きつけられてしまう人形。人形全体から魂が感じられます。単なる手先の器用さや芸術性だけでなく、作者の知識・人間性という土台があつて生まれる人形ゆえに、見る人の心をとらえて離しません。

人形創作の魅力に惹かれて、かれこれ30年。偶然目にした創作人形の個展で感動し、教室に通うように。決められた材料や手本があるのではなく、自分の発想で身近な物で作ることができますが、その時々で同じ作品は出来ないということが大きな魅力です。

一体の人形を仕上げるのに2〜3か月かかります。新たな材料を試してみたり、身の回りで新たな素材を発見したりと、自身の生活・生きざまが人形作りに密接に関わっています。

「人形作りは、自分の人生そのもの。人形を取ってしまうと自分ではなくなってしまう」とおっしゃいます。人形作りを糧に、自分なりの人間性・芸術性を持ち、決して気取らずいい年を重ねていくことが目標だそうです。

創作人形教室へ遠方からも多くの生徒さんが通っています。「創作人形をもっと多くの人に知ってもらい、人形を通して大村の文化の発展に貢献していきたい」と語ってくださいました。



福重

自然に見入ってしまう貼り絵

● 三厨 住江さん(沖田町)



「あれは何だろう?」「どうして出来ているのだろうか?」と思ってしまう手の込んだ、魅力ある技の作品 貼り絵(布絵)、蹴鞠。

最初、距離をおいて見ていても自然に体が近づいて、ゆっくりと見入ってしまう。作品ごとに豪華にも見える一方、素朴感もあり、現代人が忘れていた日本の情景がそこにあるようです。

始められたきっかけは、20年

ほど前、中地区公民館の和裁教室にグループ8人で学ばれたことからでした。当初、月4回ペースでしたが、最近では月2回

の教室で継続しておられます。貼り絵の魅力について尋ねると、「布を貼り合わせて段々と色鮮やかに形ができていくのが楽しい」とのことでした。

作品は、毎年秋に開催される大村市老人展や沖田町老人会バザーなどへ出展し、老人会へ寄付もされています。また、バザーでの収入はグループの活動資金にもされるそうです。

今後は「機会があれば作品展や地域の文化祭などにも出展し、多くの人に見て頂ければ」と語ってくださいました。

取材を終えて・・・

◆皆さんの作品や活動スタイルは違いますが、共通するものが多いと感じました。それは、①人そのものが素晴らしく情熱的だったこと。特に、技を習いに来る人たちに熱心に教えておられること。②後継者(子どもたちを含めて)や技の伝承を希望されていること。③作品発表の機会を要望しておられること。④市内外でご活躍され貢献されていることなどです。作品自体も素晴らしいのですが、同時に人柄や意気込みも感動を覚えました。

派手目のものばかりが取り上げられる現代風潮の中で、じっくり、ゆっくりと見入る作品は心豊かに身にしみるものでした。この紙面を通して多くの市民の人にも知って頂ければと思います。

広報モニターの活動はボランティアで行って頂いています。
3回目となる今月号の編集も、取材や記事の編集など大変ご苦労さまでした。
次回の掲載は3月号の予定です。



新幹線

沿線5市が大集合!

武雄 嬉野
諫早 長崎 大村

第3回 新幹線5市サミット
九州新幹線西九州ルート
沿線5市交流シンポジウム



とき 7月29日(木)

ところ さくらホール

来場者 約560人

新幹線事業の主な概要

- 平成20年3月26日
武雄温泉～諫早間工事着工認可
- 平成21年4月1日
新幹線ルート確定
- 平成21年7月17日
鈴田トンネル工事安全祈願祭
※H22.7月末現在581m
- 平成22年3月
「大村市の新幹線開業に向けた基本方針」策定
- 平成22年4月1日
大村バスターミナル2Fに
長崎県新幹線用地事務所開設
- 平成22年4月
用地測量に関する地元説明会開始
- 平成22年7月23日
「大村市の新幹線開業に向けた基本構想」策定委員会設置
- 平成30年春
九州新幹線西九州ルート開業予定

基調講演



ほんこう ゆずる
本郷 譲氏
(JR九州 常務取締役)

九州新幹線(鹿児島ルート) 全線開通とまちづくり

昨今は海外、特に中国、韓国から東京や京都への観光客が増えています。このお客さまをどのように九州へ取り込むか。九州の温泉はどこにも負けません。温泉を活かして地域観光に結びつけるためにも、九州新幹線開通の重要性が高まっています。

地域振興の観点からいえば、駅より駅の周辺イメージが重要になります。官民一体となつて、住んでよし、働いてよし、訪れてよしをコンセプトに、歩いて出られるまちづくりをすすめていく必要があります。鹿児島ルートは観光客が減らなかったのは駅周辺のエリアが魅力的だったからです。5市が連携して西九州ルートにおいても、駅に降りてみたくなる観光地としてのまちづくりを期待しています。

嬉野市 谷口市長



地域の宝を
大切にしながら
どう活かすか

唯一新しく駅ができる「嬉野温泉駅」だが、近隣市町と連携して駅を活性化させる使命がある。また、嬉野市には良質の温泉があるが、それぞれの地域の宝を再度見直し、5市でしっかりとネットワークを広げ連携し磨き上げていかなければならない。新幹線開業は一つのきっかけになるだろう。今後は、産業界の皆さんともネットワークを作り、官民一体となって盛り上げていかなければならない。

武雄市 樋渡市長



ITを
活かした
観光戦略を

武雄市は温泉と焼き物の町。それに付加価値を取り入れ、新幹線を活用していくことが重要だ。今流行りの情報携帯端末などを観光に活かして、ツイッターで口コミ的なリーダーの拡大を図る。ITをフル活用して観光戦略を図り、ある種の物語性をアレンジして、夢をかきたてる新幹線プロジェクトを沿線5市で連携して取り組んでいく必要がある。

◆パネルディスカッション

新幹線開業に向けた5市連携
による取り組みについて

コーディネーター
菊森 淳文氏

パネリスト
樋渡 啓祐 武雄市長
谷口 太一郎 嬉野市長
宮本 明雄 諫早市長
田上 富久 長崎市長
まつもと 崇 大村市長

大村市 松本市長



新たな
長崎街道で
ストーリーのある街へ

新幹線開業に向けて、沿線都市の広域的な連携プレーによる観光戦略が重要となる。例えば、長崎街道は5市すべてを通っているわけで、「シユガーロード」で取り組めたらと思う。また、独自のグルメや歴史などに磨きをかけほかの都市にはない特色を最大限に活かして、新しい長崎街道沿線5市でストーリーのあるまちづくりを市民とともに創り上げていきたい。

長崎市 田上市長



身近な
西九州として
顧客創造を

新幹線が開通すれば、関西や中国地方から多くの観光客が来るチャンスである。地方の文化は普段味わえない活用したい財産だ。その文化のおもしろさを発信し、新幹線に乗ってすぐ来れる身近な「西九州」としての位置づけに取り組んでいきたい。沿線5市が連携し、いろいろなアイデアを出し合いながら顧客の創造に取り組まなければならない。

諫早市 宮本市長



5市の特色を
活かしながら
広域的発展を

諫早市は県内の交通の要所として発展してきた。新幹線が開通すると交通ネットワークに強みが生まれる。これを利用して企業誘致や観光ネットワークを考えていかなければならない。歴史や文化、それぞれの特色を活かして沿線5市の連携を起点に、周辺部まで巻き込んだ広域的な発展につなげていきたい。そのためには、長崎延伸を勝ち取りたい。



会場から質問する参加者

◆コーディネーター



菊森 淳文氏
(ながさき地域政策
研究所 常務理事)

今日は、5市の市長からいろいろな意見をお聞きしました。新幹線以前の問題として、これまで活かしきれていない地域の宝、資源をどう活かすかという意見が多く出されました。今後は、既存の交通網と新たに加わる新幹線を結びつけていくさまざまな手法と発想が必要となるでしょう。

また、イベントなどテーマを統一した広域的な観光、ストーリー性などを重視し、国内外の観光客から見ても魅力的な地域に映る取り組みを広げていくためにも、5市がしっかりと連携していく必要があると実感しました。

大事な投票
忘れずに!

あなたの一票大切に

大村市長選挙

任期満了による大村市長選挙が10月3日(日)に行います。
私たちにとって、今後の市政を任せる人を選ぶ身近な選挙です。
有権者一人ひとりがルールを守って、棄権することなく、もれなく投票しましょう。

投票日

10月3日(日)
午前7時～午後8時

期日前投票・不在者投票

と き: 9月27日(月)～10月2日(土)
午前8時30分～午後8時
ところ: 大村市選挙管理委員会
事務局(市役所別館1階)

開票

10月3日(日)、午後9時10分
シーハットおおむら

選挙関係のお問い合わせは

選挙管理委員会事務局
☎534111(内線340)

投票できる人

- ▼年齢要件 平成2年10月4日までに生まれた人
- ▼住所要件 平成22年6月25日までに大村市の住民基本台帳に記載されている人、または同日までに大村市に転入の届け出をした人で、引き続き投票日当日も居住している人

期日前投票・不在者投票

投票日に次のような理由で投票することができない人は、期日前・不在者投票を利用してください。



指定病院や老人ホームでの不在者投票

- ① 仕事などの予定
 - ② レジャーなどで投票区の区域外にいる予定
 - ③ 出産や病気などで歩行困難
- ※印かんは不要(入場券が届いていれば)持参ください

市内の次の病院や施設に入院(所)している人は、病院(施設)で不在者投票ができます。希望する人は早めに病院(施設)へお申し出ください。

▽病院 長崎医療センター、市立大村市民病院、県立精神医療センター、大村共立病院、貞松病院、南野内科病院

▽老人ホーム 慈恵荘、泉の里、箕望荘、サンライフ、バイサイド大村、湧泉荘

▽その他 三彩の里、大村パルハイム

代理投票・点字投票

身体障害がいや、文盲などのため、投票用紙に候補者の氏名を書くことが困難な人は、投票事務従事者が本人に代わって行う「代理投票」が利用できますので、投票所でお申し出ください。また、点字投票を利用する人も、投票所でお申し出ください。

重度の身体障がい者の人は郵便投票のご利用を

▼郵便投票ができる人

①身体障害者手帳をお持ちで、次に該当する人

・両下肢・体幹・移動機能障がいの1級または2級の人
・心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸障がいの1級または3級の人
・免疫・肝臓障がいの1級から3級までの人

②戦傷病者手帳をお持ちで、次に該当する人

・両下肢・体幹障がいの特別項症から第2項症までの人
・心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓障がいの特別項症から第3項症までの人

③介護保険法第7条第3項に規定する要介護者で、同法第12条第3項の被保険者証の要介護区分が「5」の人

④そのほか、知事が書面で証明した人

▼郵便投票の手続き方法

あらかじめ選挙管理委員会へ郵便投票証明書の交付を受けてください。有効期間が過ぎている人は、早めに交付手続きをしてください。

なお、郵便による投票を希望する人は、投票用紙などの請求書と郵便投票証明書を添付し、投票日の4日前までに選挙管理委員会へ請求して

ください。

▼郵便投票の代理投票

自分で文字を書くことが困難な人は、代理投票もできます。詳しくは、選挙管理委員会へお問い合わせください。

船員の「選挙人名簿登録証明書」の交付を受けている人へ

投票の際には入場券と一緒に必ず「選挙人名簿登録証明書」を提示してください。提示がない場合、投票することができません。

なお、紛失した場合は、早めに選挙管理委員会に連絡してください。

投票所入場券について

▼投票所入場券は…

9月26日頃郵送します。なお、9月中旬以降に市内で転居した人は、投票区の移し替えができません。入場券に記載された投票所をよく確かめてお越しください。

▼投票所入場券をなくしたら…

選挙当日、ご自分の投票区の投票所で係員にお申し出ください。その場で入場券を再発行し、すぐに投票できます。

期日前投票をされる人へ

期日前投票をされる人は、投票所入場券裏面の「宣誓書」の記入提出が必要です。あらかじめ記入（自署）してご持参いただくと、投票所で記入の手間がなくなります。なお、身体の障がいなどのため書くことが困難な人は、投票所でお申し出ください。

宣誓書記載例

（投票所入場券裏面）

該当する箇所に○をつけてください

10月3日(日)は、大村市長選挙の投票日です。			
投票日に仕事のある人や投票区外に出かける人等は、期日前投票等ができます。下記の欄に記入(自署)して期日前投票所にお持ちください。			
氏 名	大村 太郎	男・女	生年月日 明治・大正 (昭和) 平成22年10月 3 日
【宣誓書】私は選挙当日、下記の事由に該当する見込みであり、真実に相違ないことを誓います。			
次の1～5のいずれかに○を付し、さらに、それぞれの枠内のあてはまるものに○を付してください。			
1 (仕事等)	〔ア. 仕事 イ. 学業 ウ. 地域行事の役員 エ. 本人又は親族の冠婚葬祭 オ. その他(具体的に:)〕に従事		
2 (外出等)	〔1以外の用事又は事故のため、 (ア. 本市以外 イ. 本市内 ())〕に外出・旅行・滞在		
3	ア. 疾病・負傷・出産・身体障害等のため歩行困難 イ. 刑事施設等に収容		
5	ア. 住所移転のため、本市以外に居住中 イ. () 市町村に転出予定 (月 日)		
◎選挙期日までに、候補者に次のような事情が生じた場合には、当該候補者への投票は無効となります。なお、再度投票することはできません。			
1. 候補者が死亡したとき 2. 候補者届出が取り下げられたものとみなされたとき(公選法第91条第1項)			
3. 候補者たることを辞したものとみなされたとき(公選法第91条第2項)			
4. 候補者届出が却下されたとき(公選法第86条の4 第9項) 5. 候補者が被選挙権を喪失したとき			
●期日前投票の期間：9月27日(月)～10月2日(土)まで			
●受付時間：午前8時30分から午後8時まで ●場所：市役所別館 1 階			
問合わせ先 大村市選挙管理委員会 大村市玖島 1 丁目25番地 電話(53)4111(内線340・341)			

都市計画道路の見直しを行いました

都市計画決定後、長期にわたり整備されていない都市計画道路について、平成19年度から、市民の皆さんの意見などを参考に見直し作業を進めてきました。今回の見直しで、下記のとおり、9路線の都市計画道路の変更を行いましたのでお知らせします。なお、詳しい変更図書などは、都市計画課で閲覧することができます。

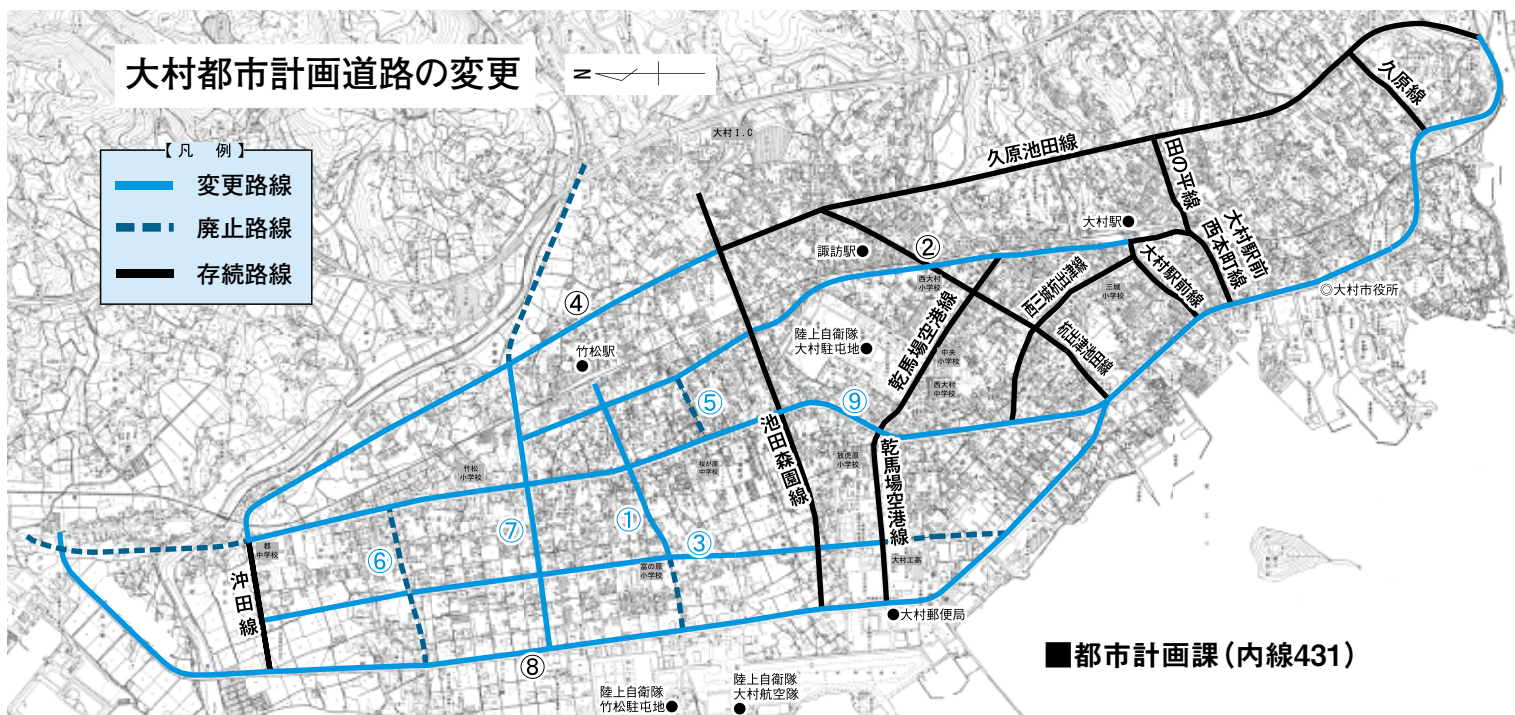
◎変更前

番号	名 称	延 長
①	竹松駅前空港線	1,600m
②	大村駅前原口線	3,900m
③	松 山 沖 田 線	4,550m
④	池 田 沖 田 線	3,420m
⑤	並 松 線	370m
⑥	宮小路八幡線	980m
⑦	富の原坂口線	3,090m
⑧	杭出津松原線	7,230m
⑨	久 原 松 原 線	10,400m

◎変更後

番号	名 称	変更内容
①	竹松駅前原口線	延長1,160m(440mの減)
②	大村駅前原口線	交差点箇所数の減
③	古賀島沖田線	延長3,800m(750mの減)
④	池 田 沖 田 線	交差点形状の変更
⑤	———	全線廃止
⑥	———	全線廃止
⑦	富の原鬼橋線	延長1,740m(1,350mの減)
⑧	杭出津松原線	延長7,350m(120mの増)
⑨	久 原 沖 田 線	延長9,050m(1,350mの減)

大村都市計画道路の変更



調査へのご理解
ご協力をお願いします



10月1日全国一斉に行われます

- 国勢調査は、日本に住んでいるすべての人・世帯が対象です。
- 平成22年国勢調査は、本格的な人口減少社会となって実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。
- 調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など私たちの暮らしのために役立てられます。

9月下旬から調査員がおうかがいします

- 調査員が、提出用の封筒などといっしょに調査票を配布します。
- 記入した調査票は、封筒に入れ封をして、10月1日以降に回収に来た調査員にお渡しください。留守がちな世帯などは、市へ郵送で提出することもできます。
- 高齢者や視力の弱い人、目の不自由な人で希望されると、文字を拡大した調査票や点字調査票をお届けします。
また、記入内容の確認や調査票の記入の依頼があった場合、封をする前であれば、調査員がご説明や代わって記入をします。お気軽にご相談ください。
- アパートやマンションなどの場合も、調査員がすべてのお宅の玄関先まで訪問します。よろしくお願いします。

個人情報情報は厳格に保護します

- 国勢調査では、統計法によって、厳格な個人情報保護が定められています。調査員には、守秘義務が課されています。
- 調査員は、回収した調査票の入った封筒は開封せず、市に提出します。

- 正確な統計に基づいて、公正で効率的な行政を行うためには、すべての世帯からもれのない正確な回答が必要となります。
- 調査票を提出する前に、記入もれや記入誤りがないか、もう一度ご確認ください。
- 記入もれなどがあった場合は、確認のため市からおたずねすることがあります。



平成22年国勢調査

平成22年国勢調査大村市実施本部 企画政策課内 ☎534111(内線224)

認知症

広げよう！ 心の バリアフリー

■長寿介護課 ☎207301

安心して暮らせるまちを目指して

理解

♥認知症について
正しく理解しましょう！

認知症とは、脳や体の病気で細胞が死んでしまったり、働きがわるくなったりして記憶力や判断力などが低下し、日常生活や社会生活ができなくなっている状態をいいます。

認知症の中で多いのがアルツハイマー型認知症です。初期の段階から最近の出来事などを忘れる記憶障がいやうつ状態・妄想などの精神症状が出やすくなります。

次に多いのが脳血管性認知症です。発症時期がはっきりせず段階的に進行し、できることとできないことが日によって異なります。

認知症は、本人や家族だけの問題ではなく、周囲や地域で見守り、支えあうことが大切です。
認知症とはどのような病気なのか、どのように対応すれば良いのか。
認知症を正しく理解し、本人や家族の不安・負担などの問題を少しでも減らし、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指しましょう。

症状

♥どんな症状が出るの？

認知症の症状には、脳細胞が壊れることによって直接起こる「中核症状」と、その中核症状に本人の性格や素質、周囲の環境が作用して出る「周辺症状」(行動・心理症状)があります。(左表)
周辺症状は物忘れを責めない対応や受容的な対応、生活環境の整備、不安の解消などの適切なケアを行うことで緩和されます。

周辺症状

- | | |
|---|--|
| ○ 妄
はい
排
げん
幻
異
不
潔
行
為
攻
撃
的
行
動
○ 排
泄
の
混
乱
○ 介
護
の
抵
抗 | ○ 想
回
覚
食
行
為
行
動
混
乱
抵
抗 |
|---|--|

作用
性格
素質
環境
心理状態

中核症状

- 記憶障がい
新しいことが覚えられない
見当識障がい
時間・場所・人が分からない
記憶・判断力の障がい
考えるスピードが遅くなる
道具の使い方が分からない
実行機能障がい
計画が立てられない
段取りができない

早期発見チェックリスト

- ①同じ事を何度も聞いたり言ったりする
- ②最近の出来事を答えられない
- ③時間・日付や場所の感覚が薄れている
- ④物の名前が出てこない
- ⑤鍋を火にかけて忘れてたり、蛇口を閉め忘れる
- ⑥冷蔵庫に同じ物が入っている
- ⑦置忘れやもの忘れが目立つ
- ⑧計算や小銭の勘定が苦手になった
- ⑨好きだったことに興味・関心がなくなった
- ⑩些細な事で怒りっぽくなった



チェックしてみよう!
半年前と比較して、次のチェック項目が増えていたら認知症の始まりかもしれません。

早期

♥ 早期診断・早期治療が大切です

左のチェックリストで認知症のサインが見られたら専門の医療機関を受診しましょう。受診に抵抗を感じる人は、かかりつけ医に相談されるといいでしょう。

認知症は早期発見、早期診断、早期治療が重要となります。アルツハイマー型認知症の場合は、抗認知症薬で改善することがあり、また、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などの場合は、脳外科的な処置でよくなる場合もあります。

予防

♥ 認知症を予防しましょう

①生活習慣病を放置しない

脳血管障がいの原因である「高血圧」「脂質異常」「糖尿病」が最も危険です。病気を放置しないためにも、年に一度は定期的な健診などを受けましょう。



介護予防教室

出前講座を行っています。

●音楽療法

音楽療法士が、音楽を通じたさまざまな方法で脳を活性化させ、コミュニケーションを図ります。

●認知症予防

ゲームなどを取り入れ、楽しみながら認知症を予防します。

申込方法

対象 10人以上の老人会や団体などでお申し込みください。

費用 無料

②適度な運動を心がける

ウォーキング、水泳、体操、サイクリングなど適度な運動をすることで脳の血流が増し、認知症予防に効果があります。



③活動的な日常生活を送る

囲碁、将棋など頭を使うゲームは思考力や集中力を多く使うため、楽しく脳を活性化することができます。また、料理や園芸は、一度に複数の事を意識して行うため、注意力の低下を予防できます。人とおしゃべりをしたり一緒にどこかへ出かけるというだけで、記憶力・注意力・計画性などが養われます。趣味活動や人との交流を意識して楽しく過ごしましょう。

④バランスの良い食事をする

脳血管障がいの予防のためには、野菜、果物や青魚をとり、塩分を控える食事のバランスに気を付けましょう。

支え

地域で支えあう

♥あなたもサポーターになりませんか？

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解して地域で認知症の人やその家族を温かく支えていただく「認知症サポーター」養成講座を実施しています。

時間 1時間～1時間30分程度

内容 10人以上の団体、職場、学校などに講師を派遣します。

※年齢制限はありません。

電話でお申し込みください。



大村市老人会で開催した研修の様子

受講者から



初めての受講でしたが、新しい発見が多かったです。近所に認知症の人がいらつしやるので実態は聞いていましたが、認知症の人への対応について学び大変参考になりました。驚かせない、優しくとっても大切な事ですね。



サポーターの証 オレンジリング
養成講座修了者にオレンジリング
(ブレスレット)が授与されます。

養成講座で学んだことを日常の暮らしの中で生かし、認知症の人やその家族への支援を自分にできる範囲からスタートすることで、新たな町づくりの担い手が誕生することが期待されています。

大村市地域包括 支援センター



スタッフから

一緒に地域で支えあうために、認知症サポーター養成講座にぜひお越しください。

♥認知症の人を持つ家族を支えましょう

認知症の人を家族だけで支えようとすると心身ともに疲れ、介護する側、される側が共倒れになる可能性もあります。

専門家による支援、地域の人の理解など、多くのサポートやサービスの利用が認知症本人や家族の心身の健康の保持のためにも必要です。

徘徊高齢者GPS位置検索システム

(介護家族者あんしんサポートサービス事業)

認知症による徘徊行動が見られる65歳以上の在宅高齢者を介護する家族に、位置検索用発信機を貸与し搜索活動などを支援します。

認知症の人と家族の会

長崎県支部大村地区わらべ会

同じ体験、悩みを持つ家族が集まり、介護についての情報交換や資料の提供など、認知症に関する講演会などを行っています。

わらべ会発表10周年記念講演会

とき 11月18日(木)、午後1時30分

ところ 福祉センター大会議室

内容 ①講演会「認知症の介護と家族の役割」

講師 中澤和嘉氏(中澤病院長)

②介護体験

※入場は無料、事前にお申し込みください。

■申し込み、問い合わせ

わらべ会事務局 ☎6010(三輪)

対応

認知症の人は、その人の性格、症状、環境など個人差が大きいため、対応も様々ではありません。

しかし、最近では認知症の人の行動の特徴、対応の仕方について、介護を行う人の体験が蓄積され、適切な対応が見えはじめています。

初期の段階ではなぜ物忘れをするのか分からず、不安になっている場合が多く、忘れたことを責められると余計に戸惑ってしまいます。注意されることによって認知症の人には自分が否定されたように聞こえます。認知症では記憶力、理解力、周囲の雰囲気を読む力は低下しますが、喜怒哀楽の感情や長年培ってきた自尊心は残ります。認知症の人に対して人生の先輩として敬意をもって接することが気持ちを安定させ介護が楽になります。

いろいろ試していただき、ご家庭でうまくいった方法が認知症の人の誇りを尊重した正しい方法なのです。

上手な対応例

(場所の見当識障がい)

帰り道がわからない

住所、氏名、電話番号を記入した名札を着衣などに付ける

(排泄の混乱)

トイレの失敗

定期的にトイレに誘導する
トイレの場所をわかりやすくする
怒らずに平静に始末する

(物取られ妄想)

財布を取られた

一緒に探し、本人に見つけてもらう
～同じ感情を共有して味方になる

(記憶障がい)

ごはんはまだ?

話題をかえる

(場所・空間の見当識障がい)

夕方になると「家に帰る」

本人に安心感を抱かせる
一度出かけて、納得させて家に戻る

認知症の人への接し方 3つのポイント

①驚かせない

まずは見守る姿勢で接する人も余裕を持ちましょう。声をかけるときは、複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけ、一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけてください。

②自尊心を傷つけない

相手の自尊心を傷つけるような言動は避けましょう。

③急がせない

時間をかければ、考えることができるので、ゆっくりした口調で相手の話を聞いてください。



支援

♥権利を守るために支援します

認知症により、判断能力が低下したり、金銭管理ができなくなった人、物忘れが出てきて通帳の管理が困難になった人などの権利擁護を支援する制度をご利用ください。

日常生活自立支援

高齢者の一人暮らしや二人世帯などで、介護サービスを利用する時に便利な制度です。低い金額で介護サービス利用の援助、日常的な現金管理の援助、通帳、実印など大切な物の預かりサービスなどを依頼することができます。

■大村市社会福祉協議会 ☎1351

成年後見制度

悪徳商法などから身を守り、認知症の人の資産を有効に活用することができる制度です。

大村市地域包括支援センター

安心していきいきと暮らすために、高齢者、家族、近隣に暮らす人の介護に関する悩みや問題、サービスの相談、そのほか健康・福祉・医療・生活に関することなどの相談を受け付けています。

認知症は誰もがかかる可能性のある病気です。認知症の人を「認知症という病を持つ人」として正しく理解し、優しく手を差しのべられる社会を築きあげ、認知症になっても安心して暮らせるまちを実現しましょう。



7/7
観光情報説明会が
開催されました

県内への観光客誘致を図るため、長崎県観光連盟が主催する「長崎県観光情報説明会」が市内のホテルで開催されました。

説明会は年に2回、県内各地で行われており、西日本地区の旅行会社32人、県内の観光関係団体107人が参加して、県内各市の観光地や物産などのPRが行われました。

本市も大村市観光コンベンション協会や大村物産振興協会などとともに、市内の観光地や食、物産など大村の魅力アピールしました。

旅行会社からは、市内で行っているボランティアガイドの案内、体験観光などが好評なので、今後活用したいとの意見が寄せられました。



7/21
大村ボートレース場の
売上記録を更新

大村ボートレース場が、大村開催の売上の新記録を達成し、東京パシフィックホテルで、日本モーターボート競走会の皆川浩二会長から表彰されました。

いずれも、6月22日から27日まで開催した「SG第20回グラインドチャンピオン決定戦競走」においての売上で、「1レース売上」(旧記録平成19年)、「1日売上」(同平成17年)、「1週間売上」(同平成17年)で、過去58年間の売上記録を更新しました。

来年開催予定の「SG第14回競艇王チャレンジカップ競走」では、更なる記録更新に向けて、全力で取り組んでいくことにしています。



7/23
新幹線開業に向け基本
構想策定委員会を設置

市民の皆さんのご意見を反映させた基本構想を策定するため、「大村市の新幹線開業に向けた基本構想策定委員会」を設置し、松本市長が、委員15人に委嘱状を交付しました。

同委員会は、新幹線を活かした大村市勢を活性化させるための方策や、新大村駅(仮称)周辺整備のあり方などについて、意見をお聴きするために設置され、学識経験者、関係団体の代表者や推薦者、公募による市民で構成されています。今後、12月ごろの基本構想の素案の策定に向け協議を重ねることが確認されました。



8/4
ミニボートピア
長崎波佐見がオープン

大村ボートレースの場外舟券発売場「ミニボートピア長崎波佐見」が東彼杵郡波佐見町にオープンしました。

オープンには、松本市長、廣瀬市議会議長をはじめ、波佐見町側から「瀬政太町長、松添一道町議会議長」などがテープカットをして開場を祝いました。

「ミニボートピア長崎波佐見」は、大規模駐車場や有料席を完備し、ボートレース大村が開催するレースを中心に、全国発売を行っているSGやGI、ナイターレースなども発売し、年間350日の開催で、1日の平均売り上げ目標は700万円を見込んでいます。

本ミニボートピアの開設は9か所目となります。

7³¹

▶第7回 おおむらこどもまつり

赤ちゃんからお年寄りまでを対象にした三世代交流事業がシーハットおおむらで行われ、赤ちゃんハイハイレース、人形劇、バルーンアート、レクリエーション広場などのコーナーに約5,000人の皆さんが訪れ、それぞれの夏休みの1日を思いっきり楽しみました。(表紙も同行事)



次はどこまわろうかな？

7²⁷ 8^{2.3.5}

▶リバー＆大村湾ウォッチング



タツノオトシゴもいたよ！

子どもたちに環境問題を身近に感じてもらうリバーウォッチングが大上戸川・鈴田川・郡川で、大村湾ウォッチングが寺島周辺で行われ、真夏日の中、子どもたちはびしょ濡れになりながら川や海の生き物と触れ合いました。

8¹

▶第36回市民大清掃



すっかりきれいになりました！

大村市保健環境連合会、大村市民憲章推進協議会などが主催する恒例の市民大清掃が、中央会場（大村公園、大上戸川）や市内65町内で行われ、早朝からの清掃活動でしたが、8,019人の市民の皆さんが参加しました。参加された皆さん、お疲れさまでした。

7¹⁷

▶市民プールオープン



暑さ！吹き飛ばすぞ！

夏休みを前に市民プールがオープンしました。長かった梅雨がやっと明け、真夏の日差しを浴びながら子どもたちは水の中になつしぐら！流水プールや飛び込みプールで思いっきり水遊びを楽しんでいました。

7¹⁷

▶第60回社会を明るくする運動 大村・東彼地区弁論大会



中学・高校生が熱いメッセージ

社会を明るくする運動の一環として、中学・高校生弁論大会がさくらホールで行われました。出場した12人の生徒たちは、家族、進路、ボランティアなどをテーマに熱弁を競いました。市内からは、最優秀賞に道添しおりさん（郡中学校3年生）と園田桃子さん（向陽高校1年生）が選ばれ、7月30日に佐世保市で行われた県大会に出場しました。



OMURA NAGOSHI MATSURI

花鳥風月
in 夢夏越

8.1.2.3



大村の夏を彩る夏越まつりが8月1日～3日開催されました。
1日、大村ボートレース場付近で行われた「花火大会」では3,000発の花火が打ち上げられ10万人の観衆を魅了しました。
2～3日の「本まつり」では、JR大村駅前の夏越夢通りに真夏日の中15万人の人流。余韻冷めやらぬまま夏越総踊りで締めくくりました。



第10回おおむら THE CITIZENS WALKING
IN OMURA SINCE 2001

野岳湖ウォーク 2010

10月24日(日)
午前10時スタート

参加者募集!!

お1人でも、仲良しグループでも
お気軽にご参加ください。

大村湾と多良岳からの秋風に吹かれながら、マイペースで大村の自然を満喫

第9回 野岳湖ウォークのようす



6km 野岳湖鯨魚とリコース

12km 野岳茶畑コース

16km 大村湾パノラマコース



●コース図



主催・主管／市民ウォーク実行委員会

共催／大村市

「第10回 おおむら野岳湖ウォーク2010」参加申込書

ふりがな 氏 名	希 望 コース	性別	区 分	学年	連 絡 先
	6km 12km 16km	男・女	小学生 中学生 高校・一般		〒住所 電話
	6km 12km 16km	男・女	小学生 中学生 高校・一般		〒住所 電話
	6km 12km 16km	男・女	小学生 中学生 高校・一般		〒住所 電話
	6km 12km 16km	男・女	小学生 中学生 高校・一般		〒住所 電話
	6km 12km 16km	男・女	小学生 中学生 高校・一般		〒住所 電話

※希望のコース・性別・区分（小・中学生は学年を記入）を○で囲んでください。

※申し込みいただきました個人情報については、野岳湖ウォーク以外では使用しません。またこの情報を第三者に提供することはありません。

キ リ ト リ

第10回 おおむら野岳湖ウォーク2010

と き

10月24日 小雨決行
荒天の場合は11月3日（水・祝）に延期

と ころ

ロザ・モタ広場（野岳湖公園）

日 程

- 受付／午前8:30～9:30 ●開会式／午前9:45～
- スタート／午前10:00からコース別にスタート
- ゴール後／くじラッキーお楽しみ抽選会

申込資格

小学生以上の健康な人（小学生は保護者同伴）

申 込 料
（保険料含む）

高校生以上700円／小・中学生300円 ※申し込み後の返金はいたしませんのでご了承ください。

申込期間

9月1日（水）～10月6日（水） ※保険加入などの都合上、締切以降の受付はいたしません。

申込方法

上記の申込書に必要事項を記入のうえ、キリトリ線から切り離し、申込料を添えて下記事務局へお申し込みください。各住民センターでも申し込みできます。（郵送の場合は、郵便小為替をご利用ください。）

そ の 他

- 飲み物・昼食は各自ご準備ください。 ●当日のコース変更はご遠慮ください。
- 犬を連れての参加はできません。 ●小雨決行です。雨具は各自ご準備ください。
- 事故については応急処置のみ主催者で行います。それ以降の処置は本人および保護者の責任でお願いします。
- ごみは各自お持ち帰りください。
- 駐車場は会場周辺の駐車場をご利用ください。※係員の指示に従ってください。
- 会場まではなるべく公共交通機関をご利用ください。

交通機関

県営バス【往路】向木場入口(8:47)→大村ターミナル(8:59)→野岳湖(9:34)
【復路】野岳湖(14:19)→大村ターミナル(14:52)→向木場入口(15:06)



THE CITIZENS WALKING IN OMURA SINCE 2001

申し込み
お問合せ先

地域げんき課内「市民ウォーク実行委員会」事務局

●〒856-8686 大村市玖島1丁目25番地

●☎ 534111（内線188）

●ホームページ <http://city.omura.nagasaki.jp/>

市内の交通事故発生状況 7月末現在 ※()内は前年同期比

▶人身事故 317件(-19) ▶死者 4人(+2)
▶負傷者 426件(-13) ▶物損事故 809件(-34)

大村市消防団
準優勝おめでとうございます

8月8日、県消防学校で行われた「第30回長崎県消防ポンプ操法大会」で、大村市消防団(13・14分団選抜チーム)が見事準優勝に輝きました。準優勝は、平成3年以来、19年ぶりとなります。

大村市消防団チームはポンプ車操法の部に出場。県内から13チームが参加し、ホースを延長し、標的を落とすまでの合計タイムと、士気規律チームワークなどを競いました。

これまで選手の皆さんは、5か月間昼夜を問わず訓練を続け、万全の態勢で大会に臨むことができたそうです。皆さんおめでとうございます。

◎選手の皆さん(前列右から)

瀬戸口 亨さん⑬
江口 友和さん⑭
森 秀仁さん⑭
松本市長
南 雅浩さん⑭
浦山 淳介さん⑬
田口 宣昌さん⑬
福田 良浩さん⑬

※○数字は分団

■安全対策課(内線217)

市保健環境功労者を表彰

8月1日(日)、永年にわたり地域の環境美化推進に取り組まれてこられた11個人12団体の皆さんを、保健環境功労者として表彰しました。おめでとうございます。

(順不同 敬称略)

個人の部

北 久 (大里町)
高月 良 (武留路町)
高野 勉 (赤佐古町)
朝長 登美子 (三城町)
夏井 静義 (竹松本町)
森 勝芳 (水主町2丁目)
梁瀬 俊雄 (富の原1丁目)
山口 郁江 (植松2丁目)
山口 武敏 (大川田町)
山口 正武 (陰平町)
渡辺 見成 (西大村本町)

団体の部

・上久原壮寿会 ・古賀島西町内会
・柴田遊友クラブ ・大村市連合婦人会
・大村北ロータリークラブ ・新月会
・大村商工会議所青年部
・おおむら桜ライオンズクラブ
・郵便局(株)大村郵便局
・九州教具(株)
・SUMCOTECH XIV(株)
・建設サービス(株)長崎営業所

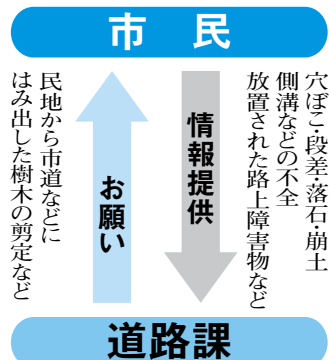
■環境保全課(内線143)

市が管理する道路の
情報提供をお願いします

市は、日頃から安全基準を基に、道路の整備やパトロールを行っています。市が管理する道路は次のとおりです。

区分		延長
市道		53.8 km
広域農道農免農道ほか		37 km
林道		4 km

道路環境の安全な維持管理を図るため、市民の皆さんからの情報提供をお願いします。また、市道にはみ出した樹木などの剪定を、市からお願いする場合もありますので、協力をお願いします。



民地から市道などにはみ出した樹木の剪定など

穴ぼこ段差落石崩土側溝などの不全放置された路上障害物など

■道路課(内線422)



環境インフォメーション

Information on environment



エコドライブをはじめよう！

地球環境にやさしい

自動車の運転によって地球温暖化の原因である二酸化炭素(CO₂)などが排出されています。
ちよつとした運転の工夫で燃費も向上し、地球温暖化防止につなげることができます。



家計にも地球環境にもやさしい一石二鳥の

「エコドライブ」をはじめよう！

- Y **ふんわりアクセル「eスタート」**
最初の5秒で時速20kmを目安に発進
(11%程度の燃費改善)
- Y **加減速の少ない運転**
車間距離にゆとりを持って加減速の少ない運転
(市街地で2%、郊外で6%程度の燃費改善)
- Y **早めのアクセルオフ**
停止位置が分かったらエンジンプレーキで減速
(2%程度の燃費改善)
- Y **アイドリングストップ**
短時間の駐停車はこまめにエンジン停止
(10分間のアイドリングストップで130cc程度の燃料節約)
- Y **不要な荷物は降ろして走行**
乗せる必要のない荷物は車から降ろす
(100kgの荷物で3%程度燃費が悪化)

■環境保全課(内線142)



ごみ収集のお知らせ

9月20日(月) ※敬老の日

「燃やせるごみの収集」を行います。

9月23日(木) ※秋分の日

休日のため「燃やせるごみの収集」を行いません。

※いずれも清掃センターへの持ち込みはできません。

ご理解の程よろしくをお願いします。

■清掃課 ☎543100



動物愛護フェスティバル

とき・内容

9月26日(日) ※雨天時 10月3日(日)

○狂犬病の話(午前10時)

○犬のしつけ方教室(午前10時30分)

○飼い主と犬の障害物競走(午前11時30分)

ところ

龍頭泉いこいの広場 ドッグランコート

申込方法

各動物病院で配布の申込用紙に、住所・氏名・連絡先・参加内容を記入のうえ、郵送またはファクスでお申し込みください。(先着40人程度)

申込期限 9月10日(金)

申込先

〒859-1392 東彼杵町中岳郷1

535 龍頭泉いこいの広場

☎0957-471654

■大村東彼地区獣医師会事務局
☎0956-83147



夏の大村湾沿岸一斉清掃

とき

9月12日(日)、午前7時30分

※1時間程度、雨天中止

集合場所

①大村公園南堀駐車場

②郡大橋東側河川敷

※軍手・ごみ袋は準備します。

■大村湾をきれいにする会大村支部
事務局 環境保全課内(内線143)

前回の様子



寿古海岸



大村公園南堀沿岸周辺

公民館講座 受講者募集

- 受講料 有料(別途教材費・運営費などの実費が必要です)
■申込期限 9月17日(金)
■申込方法 電子申請、はがき、ファクスに住所・氏名・年齢(高校生以下は学校・学年)・性別・電話番号・希望する講座名を書いてお申し込みください。
- その他
・申し込み多数の場合は抽選により決定し、結果を事前に通知します。
・講座実施日については、都合により変更される場合があります。
・受講料の記入がない講座は無料です。(教材費などは別途必要)



市コミセン 申し込み・問い合わせ 〒856-0836 幸町25-33 ☎03161 ☎03162

曜日・区分	講座名	期 間	内 容(受講料)	対象・定員
月・午後	楽しい旅入門 ～旅行の計画を立ててみよう～	10月4日、11月第3・5、12月第1・2・3 月曜日 全6回 13:30～15:00	旅をテーマにお得な旅の楽しみ方などを学習し、自分なりの旅行計画を立てます。(600円)※日帰り研修の旅あり	成人・20人
火・午後	やさしい環境入門	10月5日～2月8日 全5回 第1または第2火曜日 13:30～15:30	市の水の管理、ごみの処理などについて学習し、施設見学やばかし作りを学びます。(500円)	〃 25人
水・午前	女性のための運動不足&ストレス解消講座	10月～12月 全5回 第2・3水曜日 10:00～正午	無理なく楽しく日ごろの運動不足とストレスを解消し、心と体の健康づくりを学びます。(500円)	女性・20人
水・夜間	すぐ役に立つマナー講座	10月13日～12月8日 全5回 第2・4水曜日 19:00～21:00	敬語の使い分けや電話応対の基本、冠婚葬祭の知識とマナーについて学習します。(500円)	成人・25人
木・午後	芸術の秋を楽しもう!舞台芸術編	10月～12月 全3回 第1木曜日 13:30～15:00	音楽や演劇の楽しみ方や鑑賞マナー、舞台裏の話や豆知識を楽しく学習します。(300円)	〃 30人
金・午後	おおむらステップアップ大学	10月15日～12月17日 全10回 毎週金曜日 13:30～15:30	テーマ学習と仲間づくりを通して、素敵な人生・健康づくりを学習します。(1,000円)	65歳以上・50人
日・午前午後	史跡めぐりで大村再発見(後期)	10月24日～2月27日 全5回 第4日曜日 9:00～15:00	大村の身近な歴史を、歩きながら学びます。(前期と同じ内容)(500円)	成人・25人
グループ 定例利用 体験講座	親子でリミック教室	11/1～15 毎週月曜日 全3回 10:30～11:30		親子(未就園児)6組
	新舞踊体操教室	10/18～11/22 毎週月曜日 全6回 13:30～16:30(テブ代300円)		成人・10人
	やさしい三味線入門	10/18～11/ 8 毎週月曜日 全4回 14:30～16:00		〃 5人
	フィットネス教室	11/2～30 毎週火曜日 全4回 20:00～21:30		〃 10人
	新舞踊入門	10/7～11/11 毎週木曜日 全6回 13:00～15:00		〃 3人
	楽しい水彩画入門	10/8～11/19 毎週金曜日 全7回 19:00～21:00(モチーフ代500円)		〃 6人
	やさしいお箏入門	10/15～12/17 第1・3金曜日(10月は第3・5)全6回 19:00～21:00(爪代4,000円)		〃 5人
	初めての短歌入門	11/21～1/16 第3日曜日 全3回 10:00～正午		〃 6人

中地区公民館 申し込み・問い合わせ 〒856-0814 松並1丁目246-5 ☎031376

曜日・区分	講座名	期 間	内 容(受講料)	対象・定員
月・金・夜間	初心者のためのパソコン入門	11月8日～12月10日 全10回 毎週月・金曜日 19:00～21:00	初心者を対象に、パソコンの扱い方、文書やカード作り、画像取り込みなどを学習します。(1,000円)※インターネット講習はありません。	55歳以上の男女 20人
木・午前	愛情たっぷり保存食と常備菜	10月14日～1月13日 全4回 第2木曜日 10:00～12:30	作っておくと安心便利な作り置きレシピを学び、手作りならではの味を楽しみます。(400円)	成人・20人
金・午後	高齢者のための「お元氣塾」	10月15日～12月17日 全10回 毎週金曜日 13:30～15:30	運動やゲームなどを通して、楽しみながら仲間づくり・健康づくりについて学習します。(1,000円)	65歳以上の男女 50人
金・夜間	コミュニケーション能力アップ講座	10月15日～11月5日 全4回 毎週金曜日 19:30～21:00	会話術やマナーなどを学び、人間関係の悩みを改善したり魅力的な自己表現を身につけます。(400円)	成人・20人
グループ 定例利用 体験講座	コーラス教室	10/18・11/22・12/20 全3回 10:00～正午		成人・10人
	茶道教室(宗偏流)	10/6～12/15 第1・3水曜日 全5回 9:00～正午		〃 10人
	フォークダンス教室	10/14～11/4 毎週木曜日 全4回 14:00～16:00		〃 20人
	舞踊教室	10/21～12/2 第1・3木曜日 全4回 19:00～21:00		〃 5人
	ヨガ教室	10/16～11/20 第1・3・5土曜日 全4回 13:30～15:00		〃 15人

郡コミセン 申し込み・問い合わせ 〒856-0806 富の原2丁目382-1 ☎033337 ☎033397

曜日・区分	講座名	期 間	内 容(受講料)	対象・定員
火・午前	いきいき元気アップ	10月5日～12月7日 全5回 第1・3火曜日 10:00～正午	健康体操やレクリエーションで、転倒予防や認知症予防について楽しく学習します。(500円)	65歳以上の男女 20人
火・金・夜間	パソコンインストラクター養成講座	10月5日～11月5日 全10回 毎週火・金曜日 19:00～21:00	パソコン講座をボランティアで指導できる人を養成します。 ※エクセル2007応用編(1,000円)	成人・20人
水・午後	若さをたもつ!さわやか体操	10月13日～12月8日 全5回 第2・4水曜日 14:00～15:30	日ごろの運動不足を解消し、楽しく音楽に合わせて体操します。(500円)	〃 20人
木・夜間	初めての中国語	10月7日～12月2日 全5回 第1・3木曜日 19:00～21:00	初心者を対象に、中国語の発音と基本的な会話を学習します。(500円)	〃 20人
金・午前	子育てママのふれあいタイム	10月8日～12月10日 全5回 第2・4金曜日 10:00～正午	料理や絵本作り、親子体操などで親子のふれあいや参加者同士の交流を深めます。(500円)※託児あり・無料	親子(乳幼児と母親) 20組
グループ 定例利用 体験講座	やさしい英会話	10/12～11/30 第2・4火曜日 全4回 19:30～21:00		成人・10人
	身体にやさしい体操	10/6～27 毎週水曜日 全4回 10:00～11:30		〃 10人
	いすにすわって楽しく運動	10/6～12/15 第1・3水曜日 全6回 13:30～15:00		〃 10人
	茶道の心を学ぶ	10/6～12/15 第1・3水曜日 全6回 19:00～21:00(300円)		〃 5人
	親子でシェイプアップ	10/7～11/11 毎週木曜日 全6回 10:30～11:30 対象:1歳以上のお子さんと母親		親子20組

主な連絡先

市役所代表

☎534111

住民センター

三浦 ☎526475
鈴田 ☎522023
西大村 ☎533725
竹松 ☎558314
萱瀬 ☎557001
福重 ☎558614
松原 ☎558501

水道局代表

☎531111

高齢者・障害者センター

☎207301

男女共同参画推進センター

☎548715

清掃センター

☎543100

シーハットおおむら

☎207200

市コミセン

☎543161

市民病院代表

☎522161

原爆被爆者健康診断を実施します

■福祉政策課(内線151)

電子申請のマークがあるイベント・講座・研修は、このQRコードからアクセスしてください。



午前の部 午前9時30分～11時
午後の部 午後1時～2時
①は午前の部のみ、②は午後の部のみ

と き	と ころ
9月21日(火)	①鈴田住民センター
	②三浦住民センター
22日(水)	市 コ ミ セ ン
28日(火)	郡 コ ミ セ ン
30日(木)	中 地 区 公 民 館
10月1日(金)	①松原住民センター
	②萱瀬住民センター
4日(月)	市 コ ミ セ ン
5日(火)	

旧軍人・ご遺族の皆さんへ

■福祉政策課(内線151)

旧軍人・軍属・準軍属および遺族の人へ
恩給・年金、特別給付金などに関する巡回
相談を行っています。

詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ 県原爆被爆者援護課

☎095(895)2429

9月24日～30日は「結核予防週間」

■国保けんこう課(内線146)

結核は、過去の病気ではありません。県内でも年に約350人が感染しています。結核の初期症状は、風邪とよく似ています。自分が結核だと気付かず周囲の人に感染してしまうことがありますので、咳やタンが2週間以上続いたら医療機関で受診してください。自分の健康のためだけでなく、家族や周囲の人のためにも、年1回は健康診断を受けましょう。また、乳児はBCG接種を確実に受けましょう。

家庭菜園などで農業機械などを利用される皆さんへ

■農業水産課(内線256)

最近、家庭菜園、市民農園などで草刈機、耕運機などを利用する人が増えていますが、使用方法を誤ると大きな事故につながります。農作業する人自身が、説明書などで機械の使用方法を確認し、正しく使用しましょう。また、使用する際は、周囲に人がいないか十分に確認し、常に安全を心がけましょう。

子ども手当の申請はお済みですか

■こどもセンター ☎549100

子ども手当の特別経過措置(4月にさかのぼっての支給)は9月末日までです。期限を過ぎると申請の翌月分からの支給となります。

申請期限 9月30日(木)

国民年金保険料の納付は前納や口座振替がお得です

■市民課(内線114)

保険料 月額15,100円
前納制度 年度分の保険料を前納することで割り引きになります。

・6か月前納：740円割引

口座振替制度 納付書で納めるよりも割引が多くお得です。また、納付の手間が省け納め忘れもなく便利です。

口座振替方法 ・毎月早割(納付期限より1か月早い口座振替)：月々50円割引

申込方法 金融機関、郵便局、年金事務所へお申し込みください。

問い合わせ 諫早年金事務所 ☎251666



BOOKS INFORMATION 今月の新着図書



「子どもを生活習慣病にしない食卓」
北川 博敏 著 主婦の友社

食生活の欧米化で、大人だけでなく子どもたちも生活習慣病予備軍になっています。この現状に警鐘を鳴らし、食生活の改善を提言した本。



「できる Word 2010」
田中 巨著 インプレスジャパン

Word の基本的な使い方と、さらに使いこなすためのテクニックを詳しく解説。Windows 7、Vista、XP に対応しています。

■問い合わせ 市立図書館
☎2457 FAX2514

ホームページ <http://www.lib.omura.nagasaki.jp/>

区域	ところ	と き	検査時間
西大村	中地区公民館	9月13日(月)	13:30~15:00
		14日(火)	10:30~12:00 13:00~15:00
大村・鈴田	市民会館	15日(水)	10:30~12:00 13:00~15:00
		16日(木)	10:30~12:00
竹松・萱瀬	竹松住民センター	21日(火)	10:30~12:00 13:00~15:00
三浦	三浦 〃	22日(水)	10:30~11:30
松原・福重	松原 〃		13:30~15:00

- ・はかりを取引や証明に使用している場合は、検査を受けてください。
- ・家庭で使用しているもの、民間の計量士の検査を受けたものは必要ありません。

はかりの検査を行います
■県計量検定所 ☎095(844)9892

ご注意ください!!

自転車盗難が多発しています!

JR駅や大型量販店、ゲームセンターなどの駐輪場で盗難被害が相次いでいます。自転車は必ず施錠し、防犯登録をするなど自己管理に心がけましょう。

振り込め詐欺にご用心!

電話番号で送信できるメール機能を利用した架空料金の請求や携帯電話の「サイト利用料金」の未納などを理由に架空請求詐欺が増えています。

被害に遭わないために...

- 身に覚えがない請求は無視してまず相談
- 相手に電話や返信メールを絶対しない
- 「訴訟を起こす」と言われても、あわててお金を振り込まない

一人で悩まず相談してください。

警察情報ダイヤル ☎0120(110)874

■大村警察署 ☎540110

全国一斉「高齢者・障がい者の人権あしん相談」強化週間が実施されます。障がいのある人に対する不当な扱い、高齢者への虐待など、一人で悩まずにご相談ください。
期間 9月6日(月)~12日(日)
受付時間 午前8時30分~午後7時
※土・日曜日は、午前10時~午後5時
問い合わせ 長崎地方法務局 長崎県人権擁護委員連合会 ☎095(820)5982

一人で悩まずにご相談ください
■長寿介護課 ☎207301

秋の全国交通安全運動

期間:9月21日(火)~30日(木)

スローガン 「その電話 運転席では 圏外です」

- 重点目標
- ・高齢者の交通事故防止
 - ・夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
 - ・すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - ・飲酒運転の根絶

特別広報 夕暮れ時における早め点灯
雨天・曇天時の点灯

■安全対策課(内線214)

市営住宅入居者

■大村都市開発 ☎ 4151

申込期限 9月8日(水)

入居日 10月1日(金)

抽選日 9月17日(金)、午前10時

抽選場所 市民会館

※空き住宅の問い合わせは、建築住宅課
(内線442)でも受け付けます。

※犬(身体障害者補助犬を除く)、猫などの
ペット類は飼育できません。

塵芥車(スクラップ)を公売します

■契約課(内線231)

物件 塵芥車1台(平成13年式、LPG車)

売却方法 一般競争入札

受付期間 9月1日(水)～22日(水)

入札期日 9月29日(水)、午前11時30分

場所 市役所第6会議室

申込書配布場所 契約課

説明会

とき 9月27日(月)、午後2時

ところ 清掃センター

※申込書などは市のホームページからも
入手できます。

高齢者の料理教室参加者

■長寿介護課 ☎ 7301

とき 10月～3月(毎月第2水曜日)、午前
10時～午後1時

ところ こどもセンター

対象 市内在住の65歳以上の男女

参加費 500円程度(材料費)

申込方法 電話か窓口でお申し込みください。

申込期限 10月4日(月)

料理人ムッシュ上柿元と巡る
おおむら食育バスツアー参加者

■国保けんこう課(内線141)

とき 10月12日(火)、午前6時40分～午後
12時30分

集合・解散 市役所玄関

コース 県央大村青果市場～おおむら夢
ファームシュシユ見学など

対象・定員 親子、成人25人

※申込多数の場合、市内在住の人を優先して抽選
参加費 1人1,500円(昼食・保険料)

申込方法 往復はがきに、ツアー名・住所・
氏名・性別・電話番号を記入のうえお申し
込みください。

申込先 〒856-18686(住所不要)

国保けんこう課内 大村市食育推進実行
委員会事務局

申込期限 9月20日(月)

楽しいパソコン講座受講生

■社会教育課(内線84154)

とき 10月14日(木)～11月11日(木)毎週火・木曜
日・全9回 午後7時～9時 ※祝日を除く

ところ 大村工業高等学校

内容 ワープロ・表計算・インターネット
の基本操作

定員 30人(応募多数の場合は抽選)

受講料 3,000円(テキスト代)

申込方法 往復はがきに講座名・住所・氏
名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を記入
のうえお申し込みください。

申込先 〒856-18686(住所不要)

社会教育課

申込期限 9月24日(金)

IT講習会受講生

■情報交流プラザ ☎ 0095

講座番号	内 容	10月の開催日	受講料	申込期限
19	はじめよう! パワーポイント2007入門レッスン	毎週火曜日 5日 12日 19日 26日	2,100円	9月21日(火)
20	業務活用 ワードで作るチラシ・ポスター	毎週木曜日 7日 14日 21日 28日	2,730円	23日(木)
21	スキルアップ! ワード2007実践レッスン	毎週土曜日 9日 16日 23日 30日	1,050円	25日(土)

と ころ 情報交流プラザ

※時間はいずれも午後1時30分～3時30分

定 員 各講座20人(申込多数の場合は抽選)

申込方法 電子申請、往復はがき、Eメールに、希望講座番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を
記入のうえお申し込みください。

※Eメールは件名に「IT講習会申込」とご記入ください。

電子申請

申 込 先 〒856-0022 雄ヶ原町1298-29 大村市情報交流プラザ ☐ it@omura-plaza.com



9月の定例相談

全て無料で行っています。
お気軽にご相談ください。

1日(水)	法律相談 事前予約制
2日(木)	人権相談 10:00～15:00
8日(水)	行政書士相談 13:00～16:00
9日(木)	行政相談 9:30～12:00
15日(水)	法律相談 事前予約制
21日(火)	人権相談 10:00～15:00
24日(金)	不動産相談 13:00～16:00
28日(火)	交通事故相談 10:00～16:00

- 法律相談(10:00～15:00)
事前に電話などでご予約ください。
- そのほかの相談
相談時間に直接お越しください。
ただし、終了間際にお越しになると、相談に応じられない場合がありますので、早めにお越しください。
- 消費生活相談
商品の購入契約、多重債務など消費生活相談を毎日受け付けています。
※詳しくはお問い合わせください。

■申し込み・問い合わせ
地域げんき課市民110番(内線194)
消費生活センター ☎9999

海外派遣事業報告会

■大村国際交流協会(内線184)

とき 9月12日(日)、午後2時
ところ 市コミセン
内容 夏にポルトガルと中国を訪問した参加者が旅の感想を語ります。
発表者 シントラ市ホームステイ派遣事業参加高校生3人と随行者
・中国国際交流大使館派遣事業参加高校生1人・中学生7人と随行者

「レクリエーションの日」参加者

■市コミセン ☎3161

とき 9月23日(木)祝、午前10時30分
ところ 野岳湖公園内ロザ・モタ広場
内容 ①郡岳登山：午前9時集合
②コースポーツ体験など
参加費 ①200円(保険料)②無料
申込方法 はがきに内容・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入のうえお申し込みください。
申込先 〒856-0836 幸町25-33 市コミセン
申込期限 9月16日(木)

シーハット情報

SEAHAT INFORMATION

OMURA室内合奏団 第11回定期演奏会



曲目

ヴィヴァルディ/四季～和声と創意の試みより～
モーツァルト/交響曲第40番ト短調KV550

大村公演(全席指定)

とき 11月19日(金)
19時開演
ところ さくらホール

出演

松原勝也(指揮・ヴァイオリン)
OMURA室内合奏団

料金(当日券は500円増)

大人 3,000円
高校生以下 1,000円

チケット好評発売中!!

14回目を迎える爆笑寄席!

『大村寄席』スペシャル

とき 10月23日(土) 14時開演

ところ 市民会館

料金(全席指定)

大人 3,500円
高校生以下 1,000円



出演

三遊亭歌之助、マギー司郎、堺すすむ
三増れ紋、林家うん平

■問い合わせ シーハットおおむら ☎207200 FAX 207203 info@seahat.jp



長崎空港

空の日フェスタ

9月25日(土) 10時～

空港施設見学、花文字山開放、空港周辺遊覧船、航空機・管制塔見学(要予約)、キャラクターショーなど

■国土交通省長崎空港事務所 ☎536151



秋のお出かけ情報

鉢巻山

ひがな花まつり

9月25日(土)～26日(日) 10時～17時

市街を一望できる野岳地区の鉢巻山の山頂に、赤や白・黄色のヒガンバナ100万本が咲き誇ります。

■ひがな花まつり実行委員会 ☎58617(太田)



親子映画会

9月11日(土)

10:00～11:00 中地区公民館
13:30～14:30 郡 コミセン

上映アニメ

☆ランボーのなみだ
☆ミッキーマウスのたのしいゆめ
☆マイメロディの赤ずきん

入場
無料



■視聴覚ライブラリー
☎543161

9月の大村ボートレース

BOAT RACE 大村

24P http://www.omurakyoetel.jp
〒856-0834 長崎県大村市玖島1-15-1 Phone.0957-54-4111



本場開催

11～14 オラレ島原開設2周年記念
19～23 NCC杯
30～10/5 GⅢアサヒビールカップ

場外発売

2～7 GⅠ児島周年競走
4～9 鳴門女子戦
8～9 GⅢ津企業杯
15～20 GⅠ下関周年
24～29 GⅠ浜名湖周年

ナイターレース

1～4 若松/丸亀
5～6 桐生
5～8 住之江
7～9 若松
9 蒲郡
11～12 若松
11～14 蒲郡
13～14 桐生
15～20 若松/住之江
21～26 蒲郡
25～30 住之江 GⅠ高松宮記念杯



北海道で開催された、第7回全国小学生学年別柔道大会に県代表として出場した小柳穂乃果さん(6年生)と中道瑛志くん(5年生)



平成22年度九州中学校体育大会、全国中学校総合体育大会に県代表として出場した市内中学生の皆さん

がんばっています!!



市コミセンで行われた「大村市民憲章推進協議会総会」で、環境美化やボランティアなど長年にわたり活動が続けている2個人・5団体が、「小さな親切運動」功労者として表彰されました。



両国国技館で開催された、第26回わんぱく相撲全国大会に県代表として出場した皆さん



平成22年度全国高等学校総合体育大会に、ソフトボール・バレーボール・アーチェリー・体操競技の県代表として出場した大村工業高校の皆さん

7/31

長年にわたる献血推進運動へ ご協力ありがとうございます

「平成22年長崎県献血推進大会」で感謝状が贈られました。

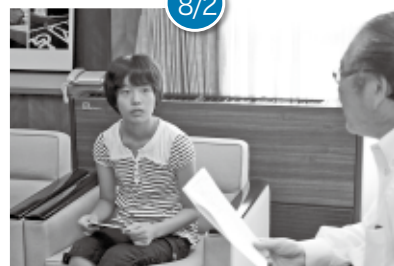
長崎県知事感謝状

献血功労個人 後藤 覚^{さとし}さん

献血協力団体 福砂屋大村工場

日本赤十字社長崎県支部長感謝状

県立虹の原特別支援学校



第22回小・中・高校生そろばん訪米使節団員に選ばれ、アメリカを訪問した竹松小学校6年の徳田彩乃^{あやの}さん



日本武道館で開催された、平成22年度全日本少年少女武道(剣道)錬成大会に出場した大村市剣道協会チームと微神堂チームの皆さん



◎9月のパソコン教室受講者募集

内容・とき

- ①やさしいWORD／毎週月曜日
 - ②中級EXCEL／毎週水曜日
 - ③やさしいEXCEL／毎週木曜日
- ※時間はいずれも午前10時～正午
ところ 総合福祉センター

受講料 500円(1回)

★ITヘルプ ☎☎③1272(町永)

◎市民野球大会

とき 9月26日(日)、10月3日(日)

ところ 市野球場

対象 職場、町内、クラブ

※協会登録選手は1チーム3人まで

参加費 1チーム5,000円

申込期限 9月15日(水)

★大村市野球協会 ☎☎2004(津田)

◎市民ハイキング参加者募集

とき 10月11日(月祝)

ところ 久住登山(大分県)

集合場所 市役所(午前6時30分出発)

定員・参加費 45人(先着順)、5,000円

申込方法 電話でお申し込みください。

★大村山岳会 ☎☎0285(琴岡)

◎大村健康ウォーククラブ会員募集

例会 毎月2回、日曜日

コース 体力にあわせ6km～10km

年会費 1世帯3,000円(途中加入者は月割)

★同クラブ代表 ☎☎4282(川島)

◎ドキュメンタリー映画上映会

とき 9月19日(日)、午後2時開演

ところ 市コミセン

内容 「犬と猫と人間と」

★長崎わんわんレスキュー ☎080(5289)3608(佐藤)

◎全国一斉「道路交通センサス」を実施します

目的 自動車の利用実態を把握し、将来の交通計画を立てるための基礎資料を得るため

方法 調査対象車両を無作為に選定し、10月頃アンケート調査を実施

※調査対象となった人には、身分証明書を携帯した調査員が訪問します。ご協力をお願いします。

★国土交通省長崎河川国道事務所 ☎095(839)9861

◎消防吏員募集

採用人数 15人

受験資格 県央地域広域市町圏域内に在住または採用後居住可能な人で、(A)昭和62年4月2日～平成5年4月1日生まれの人 (B)昭和38年4月2日～昭和57年4月1日生まれで消防吏員として5年以上の実務経験を有する人

受付期間 9月6日(月)～24日(金)

試験日・会場 (A)10月24日(日)、北諫早中学校 (B)10月29日(金)、諫早消防署

申込用紙請求先 県央消防本部、大村消防署

申込先 県央消防本部

★県央地域広域市町圏組合消防本部 ☎☎0119 大村消防署 ☎☎4138

◎自衛官募集

職種 ①看護学生②防衛医科大学校学生③防衛大学校学生

受験資格 ①高卒(見込含)で24歳未満②③高卒(見込含)で21歳未満

受付期間 9月6日(月)～10月1日(金)

試験日 ①10月23日(土)②10月30日(土)・31日(日)③11月6日(土)・7日(日)

★自衛隊大村地域事務所 ☎☎6217

◎平成22年度第2回危険物取扱者試験

とき 11月23日(火祝)、午前10時

ところ 大村工業高等学校

試験種類 甲種、乙種(1～6類)、丙種

受付期間 9月3日(金)～27日(月)

電子申請…9月24日(金)まで

※受験願書・案内は県内各消防署でも配布しています。

★消防試験研究センター ☎095(822)5999

◎日本モーターボート競走会大村支部職員募集

職種 競艇審判員および検査員

採用人数 若干名

応募資格 平成23年3月に4年制大学卒業見込みの人

説明会 9月13日(月)

試験日 10月1日(金)

ところ 日本モーターボート競走会大村支部

申込期限 9月27日(月)

※1年間の研修制度があります。

申込方法など詳しくはお問い合わせください。

★日本モーターボート競走会大村支部 ☎☎6194



百歳の誕生日
おめでとございます

43年7月14日生まれ
白木君枝さん(明治)
がめでたく百歳を迎え
られ、ご自宅でご家族
と長寿を祝いました。
これからもお元気で長
生きしてください。
(7月14日)

9月 まちかど市民ギャラリー

1日～5日 押し花展(小西春陽)

6日～10日 油絵・水彩画・デッサン(水上美智子)

11日～17日 水彩画(大村水彩画クラブ)

18日～24日 油彩画・染色(グループひさし)

25日～30日 陶器(野村淳二)

■まちかど市民ギャラリー ☎☎1216

ご寄付・ご好意

ありがとうございました (敬称略)



長崎県公共
嘱託登記土地
家屋調査士協
会から、市役所
庁舎の建物表
題登記を実施
していただき、関係書類の引き渡し式
が行われました。(7月2日)

ベイスaid大村へ▶九州電力▶岩本美代子▶鳥山シズエ▶平野重郎▶大村吟詠会 鈴田の里学園▶城山耕一▶久家博子▶川口恵子▶豊井辰巳▶江村美子▶山口時雄▶太田裕弥▶吉永一徳▶大杉勇治▶粕谷ミサエ▶藤本麗子▶吉井春好▶山口雄二▶山口とき子▶山本武一▶納富光子▶桃原文子▶川口秋好▶吉永美鈴▶中村まり▶牟田由希子▶大橋映史▶川口千鳥▶土井勝則▶田川成弘 パールハイムへ▶九州電力 ふる里へ▶山崎弘子▶古瀬恭孝▶浦崎美代子 さつき園へ▶林田幸子▶太田黒好子▶濱崎カツ うぐいすの丘へ▶澤勢美恵子▶平川美雪▶柳原憲臣 泉の里へ▶上田一雄▶伊藤陽・満子▶日本モーターボート選手会長崎県支部▶長崎日調▶お米の田中▶作本勝教▶岡武征▶原田慶一▶勝野雅晴▶山崎勇▶茂昭二▶金原勝彦▶上野守雄▶後藤寛之▶黒岩近▶上本藤夫▶中村ミツヨ▶池田之人▶宮崎鮮魚店▶秀恵さんぽ▶白濱ジャギータンズ▶本田総合保険リングス▶大村青果商事▶東洋シャッター西九州エリア▶山石都市機能美研▶第一設計事務所▶八重鋼▶長崎プロデュース▶九電工▶岩藤清掃▶四分団▶西部建設・近代建設・共同企業体▶増築工事設計委員会▶介護相談事業所ささえ▶泉の里旧職員一同▶のじま歯科医院▶ピアホームそよ風▶大漁▶富士ゼロックス長崎▶Sea Glass Design▶松山精肉店▶長崎ビルメンテナン事業協同組合▶ベニヤ▶十八銀行西大村支店▶向陽幼稚園▶秀月会▶藤間勘巳満▶春日流寿松会▶尾方舞踊会▶白濱クリーネスタンス▶小松&ハッピートンボ▶華踊会▶マジックミッチー▶山下憲子▶城南高校▶平野重郎▶小玉和裁教室▶田中茂夫 箕望荘へ▶日本モーターボート選手会長崎支部▶真子和代 あんしんハウスとみのほらへ▶佐藤謙爾▶下見正次 松原のさとへ▶山田庚平 大村子供の家へ▶赤水清春▶たらみ▶江川善孝▶パーラーM3▶米海軍佐世保基地教会▶竹松駐屯地曹友会▶九州納豆組合▶おはなし会 慈恵荘へ▶山口ミ子▶辻みち子▶松井道▶中橋栄子▶赤木信雄▶下川宜義▶東大村小学校 光と緑の園へ▶県央消防学校▶たらみ▶つくも食品▶パーラーM3▶中地区おはなしの会

健康おおむら21通信



9月10日～16日は「自殺予防週間」です

自殺者の多くはうつ病が疑われています。自殺は40～60歳代の男性に多いのが特徴で、職場で長時間労働や重い責任などによるストレスでうつ病となり、最悪の場合は自殺するケースが増えています。症状に早く気づき適切に対応することは、自殺を防ぐ重要な対策の一つです。うつ病は決して特別な病気ではなく、早期に見つけて治療することで良くなる病気です。何か問題を感じたら、かかりつけ医や専門の医師に早めに相談することをお勧めします。

うつ病とは

「よく眠れない、食欲がわかない、疲れやすくなる、集中できない、気分が晴れない、集中できない、楽しいはずの活動が楽しめない」こんな日が2週間以上続いているら、うつ病の疑いがあります。

うつ病の仕組み

うつ病は脳内ホルモン(セロトニン、ノルアドレナリン)が減少するために起こる病気です。「脳のガソリン切れ」の状態、頑張りたくても頑張れない状態です。決して「怠け」ているのではなくありません。

治療のコツ

うつ症状を改善するには脳内ホルモンを増やす作用をもつ「抗うつ薬」の服用と脳のエネルギー消費を抑えるための「休養」に徹することが必要です。

●9月の健康ウォーキング●

と き	集合場所
9日(木)	9:00 大村公園観光センター
	9:30 池田湖公園
10日(金)	9:30 下杭出津公民館
12日(日)	9:30 野岳湖口ザモタ広場
14日・28日(火)	8:30 木場公民館
15日(水)	9:00 桜馬場交差点(八坂神社)
25日(土)	10:00 鈴田運動公園
毎週日曜日	6:00 鈴田運動公園

相談窓口

- 自殺問題やさまざまな心の悩み
「長崎いのちの電話」
9:00～22:00(年中無休)
☎095(842)4343
 - こころの健康相談
「国保けんこう課 健康支援係」
8:30～17:30(月～金、祝祭日除く)
 - 自死遺族からの相談
「長崎子ども女性障害者支援センター」
9:00～17:45(月～金、祝祭日除く)
☎095(846)5115
- *自死遺族の人の「分かち合いの会」
と き 第2土曜日、10時～12時30分
ところ 社会福祉法人カメラア(上瀬福岡町)
☎090(5280)5032

国保けんこう課(内線141)

～高齢者の歩行障害でよくある症状「間欠性跛行」～

みんなの健康



橋口整形外科医院
はしぐち たかし
橋口 隆 先生

原因は神経？血管？

しばらく歩くと、太もも、脛、ふくらはぎなどにしびれ、痛みやつづばり感で、だんだん歩きにくくなる。休めば楽になり、またしばらく歩ける。こんな症状の人はいらしゃいませんか？

さらに、立ち止まるだけで楽になる人や座った前かがみにならないとだめだという人、自転車などどこまでも行けると強調される人もおられます。こういう症状を間欠性跛行と呼びます。50歳をすぎるとだんだん増えてきます。最初のころは続けて歩いた時だけがつらいので、周りにいる人にもなかなか分かってもらえません。

原因は、腰の神経からくる場合と下肢の血管が詰まる場合がありますが、両方ある人もいます。頻度は神経性が多いようです。背骨には脊髄管という神経を入れる管がありますが、主に年齢的な要因で狭くなり症状がでます。

立つて歩く姿勢は背骨が反り気味になり、座った姿勢は前かがみの姿勢になります。反った姿勢は脊髄管内の圧力が強くなり、前かがみが緩むので症状が和らぎます。一方、血管性の場合には姿勢に関係なく立ち止まるだけで楽になることが多いようです。主な病名は神経性が腰部脊髄管狭窄症、血管性は閉塞性動脈硬化症です。ひどくなると歩行障害がすみ、安静時にも症状がでます。さらに神経性の場合下肢の麻痺や排尿排便機能の障害、血管性の場合足は循環障害から壊疽になることもあります。

病院では、問診、神経や血管の診察所見に加え、ABI値の測定(上肢と下肢の血圧の比)などで神経性か血管性かの鑑別を行います。神経周囲や下肢の血流を良くすることを目標に治療が行われます。血管拡張剤(PGE1)などの薬に加え、手術が必要になることもあります。腰の場合は、リハビリや装具療法、神経症状のタイプによっては神経ブロックが効果的な場合もあります。

治療には適切な時期もありますので、つらいなと思ったらぜひかかりつけの先生にご相談ください。

こどもセンターを訪れたお友だち



おいおいパンが
できました

●ポリオ(小児マヒ)ワクチン投与

対 象 ①1回目または2回目を投与予定の生後3～90か月未満の乳幼児

②昭和50年～52年生まれで接種を希望する人

受付時間 午後1時～1時50分

持 参 品 母子健康手帳

と き	と ころ
9月8日(水)	市コミセン
9日(木)	
14日(火)	郡コミセン
15日(水)	萱瀬・三浦住民センター
21日(火)	福重住民センター
22日(水)	市コミセン
28日(火)	松原・鈴田住民センター
29日(水)	郡コミセン
30日(木)	市民会館

注意事項

- ・発熱・急性疾患・重度の下痢などの症状がある人
- ・ポリオワクチンに強いアレルギー反応を起こす人
- ・投与日前4週間以内に生ワクチン(麻しん・風しんなど)の接種を受けた乳幼児
- ・投与日前1週間以内に不活化ワクチン(三種混合など)を受けた乳幼児は投与できません。

■こどもセンター ☎ 9100

●9月の幼稚園開放日

対 象 3歳以上で幼稚園などに通園していない幼児

開放時間 午前9時30分～10時30分

と き	と ころ	
2日(木)	鈴 田	☎1551
9日(木)	福 重	☎8741
16日(木)	松 原	☎8721
25日(土) (運動会)	大 村	☎2549
	西 大 村	☎4502
	放 虎 原	☎3564

■こどもセンター ☎ 9100

●小学校入学予定児童 健康診断

平成23年度小学校入学予定児童の健康診断を行います。

対 象 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの児童

検診内容 内科・歯科検診、視力検査、教育相談など

受 付 午後1時～(午後1時30分開始)

※旭が丘小学校のみ12時30分受付、午後1時開始

※指定校以外でも受診できます。

と き	小 学 校	と き	小 学 校
9月 2日(木)	黒 木	10月 1日(金)	富の原
9日(木)	三 浦	4日(月)	三 城
13日(月)	東大村	6日(水)	西大村
15日(水)	福 重	7日(木)	放虎原
16日(木)	中 央	12日(火)	萱 瀬
22日(水)	松 原	13日(水)	竹 松
27日(月)	旭が丘	14日(木)	鈴 田
29日(水)	大 村		

■学校教育課(内線364)

●市民公開講座

と き 9月30日(木)、午後7時～

と ころ 長崎インターナショナルホテル

演 題 ミネラル不足の食事～食べなきゃ危険～

講 師 小若 順一氏(食品と暮らしの安全基金代表)

■大村市医師会 ☎ 0151

●暮らしとこころの相談会

弁護士・司法書士・臨床心理士などによる、借金・多重債務、メンタルヘルスに関する相談を無料で開催します。

と き	と ころ
10月12日(火) 午後1時30分～4時30分	ハローワーク大村

■県央保健所 ☎ 263306

9月の健康テレホンサービス

(月) 心臓のペースメーカーについて (木) 正常眼圧緑内障
(火) 人工関節 (金) 介護疲れによるうつ病
(水) RSウイルス (土) 前立腺がん

☎095(826)5511(長崎) ☎0956(23)4300(佐世保)

地元で安心
おまかせください!!



当店で取り扱っています。
お気軽にご相談下さい。

合わせガラスで災害・防犯対策を

飛散防止・脱落防止・防犯対策・紫外線カットに有効です。

株式会社 笠井建材店

TEL.53-1181 大村市西三城町
(本堂川橋よこ)

日	月	火	水	木	金	土
●1歳6か月児健康診査 …平成21年2月生まれの人に通知しています(2歳未満まで受診可能) ●3歳児健康診査 …平成19年3月生まれの人に通知しています(4歳未満まで受診可能) ●ふれあいリハビリサロン(初回は電話で申し込み)…40歳以上の人が対象 ●ことばと心の相談室・親子愛あい広場(初回は電話で申し込み) …ことばの発達に気になるお子さんや、育児でお困りのお母さんが対象 ●乳幼児すくすく健康相談 …計測、育児・栄養相談(歯科・心理相談は午後のみ)(予約不要。母子健康手帳持参) …読み聞かせ用の絵本を配布します(対象:1歳児未満) ●はじめての離乳食教室…離乳食の相談。(予約不要。母子健康手帳持参)			1 はじめての離乳食教室 受付 9:50～10:10 開始 10:15 郡コメン 出前子育てつどい申 松原住民センター ■にここ子育てサロン	2 3歳児健康診査 受付 午後1:00～1:20 ふれあいリハビリサロン 午後2:00～4:00 ■国保けんこう課 出前子育てつどい申 竹松住民センター ■にここ子育てサロン	3 出前子育てつどい申	4 ふれあい健康講座 「嚥下障害」って知っていますか? ～楽しい食事のために～ 講師:リハビリテーション科 藤岡俊一郎言語聴覚士 午後1:00～2:00 ■市民病院 ☎2161
5 田川小児科 [小児科] 東本町 ☎4000 大村中央産婦人科 [産婦人科] 水主町2丁目 ☎3850 大石歯科医院 竹松本町 ☎8378	6 パパと日曜日 10:00～15:00	7 親子愛あい広場 9:30～11:30 ことばと心の相談室 午後1:30～4:00 ・言語聴覚士によることばの相談	8 乳幼児すくすく健康相談 受付 午後1:30～3:00 郡コメン	9 1歳6か月児健康診査 受付 午後1:00～1:20 出前子育てつどい申 三浦住民センター ■わいすランド 離乳食試食会申 10:00～正午 中央保育所(なつみかん) 親子クッキング申 10:00～正午	10 3歳児健康診査 受付 午後1:00～1:20 ふれあいリハビリサロン 午後2:00～4:00 ■国保けんこう課 出前子育てつどい申 郡コメン ■にここ子育てサロン	11 
12 ともなが内科クリニック [内科・呼吸器科] 杭出津2丁目 ☎5000 篠原皮ふ科クリニック [皮膚科・アレルギー科] 上諏訪町 ☎1677 岡歯科医院 東三城町 ☎5277	13 パパと日曜日 10:00～15:00 ことばと心の相談室 午後1:30～4:00 ・言語聴覚士によることばの相談 2歳児のお部屋 10:00～正午	14 親子愛あい広場 9:30～11:30 	15 マタニティ&ベビーのお部屋 10:00～正午 おはなしの会 11:00～、図書館	16 3歳児健康診査 受付 午後1:00～1:20 ふれあいリハビリサロン 午後2:00～4:00 ■国保けんこう課 献血車巡回日 9:30～11:30 市役所前 ■国保けんこう課 人形劇の会申 11:00～	17 出前子育てつどい申 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ	18 耳とことばの相談 午後1:00～3:00 ・聴覚、言語障がい者(児)の 補聴器およびことばの相談 総合福祉センター ■障害福祉課
19 むたクリニック [外科・整形外科・消化器科] 古町2丁目 ☎4501 佐伯皮ふ科泌尿器科医院 [皮膚科・泌尿器科] 東本町 ☎4330 まつかわ歯科医院 西大村本町 ☎3988	20 みね内科クリニック [内科・呼吸器科] 富の原1丁目 ☎5070 みね眼科 [眼科] 東本町 ☎3011 とやま歯科医院 富の原1丁目 ☎6255	21 親子愛あい広場 9:30～11:30 ことばと心の相談室 午後1:30～4:00 ・言語聴覚士によることばの相談 出前子育てつどい申 福重住民センター ■にここ子育てサロン	22 出前子育てつどい申 福重住民センター ■にここ子育てサロン	23 須田小児科医院 [小児科] 植松3丁目 ☎7200 楠木眼科医院 [眼科] 東三城町 ☎2711 貞松歯科医院 坂口町 ☎7808	24 出前子育てつどい申 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ 小路口公民館 ■にここ子育てサロン	■ 問い合わせ こどもセンター 〒856-0832 大村市本町413-2 ☎ ☎9100 FAX ☎9174 地域子育て支援センター ・にここ子育てサロン (認定こども園 昊天宮保育園) ☎ ☎0922 ・わいわいらんど(鈴田保育園) ☎ ☎5388 ・ライオンキッズ(植松保育園) ☎ ☎5056 ・げんきっす(ひまわり児童館) ☎ ☎2722 ・こばん(郡コメン内) ☎ ☎1351 ・なつみかん(中央保育所) ☎ ☎2421 ・まーぶる(三城保育所) ☎ ☎2257
26 中田外科胃腸科 [外科・胃腸科] 古賀島町 ☎0083 前田ひふ科アレルギー科 [皮膚科・アレルギー科] 西大村本町 ☎1112 歯科大道寺クリニック 池田新町 ☎2834	27 パパと日曜日 10:00～15:00 ことばと心の相談室 午後1:30～4:00 ・言語聴覚士によることばの相談 ・心理相談員による育児相談 3歳以上児のお部屋申 10:00～正午	28 親子愛あい広場 9:30～11:30	29	30 1歳6か月児健康診査 受付 午後1:00～1:20  		

※日曜・祝日の
在宅当番医は、
変更になる場合が
あります。ご確認の
うえお越しください。

診療時間

午前9時~午後6時
※歯科は
正午まで



今月の子育てつどい

は「子育てつどい」です。申は申し込みが必要です。

- 出前子育てつどい…午前10:00~、おじいちゃんおばあちゃんと遊ぶ。
- 2歳児のお部屋…エアーマット(交流室は通常通り開放しています)
- マタニティ&ベビーのお部屋…0歳児のお子さんと保護者、妊娠中の方が対象。
- パパと日曜日…ふれあい交流室で自由遊び。パパと就学前のお子さんが対象。
- 3歳以上児のお部屋…親子クッキング。先着12組。1人150円。
- 離乳食試食会…先着10人(親子合わせて)。1人150円。
- 人形劇の会…先着35組。
- 親子クッキング…2歳児以上。先着8組。1人150円。

受付開始日:9月1日(水)、10:00~
電話が直接お申し込みください。

予防接種

三種混合、麻しん・風しん、日本脳炎、BCG予防接種は、年間を通じて実施しています。お子さんの体調の良いときに受けてください。

第2回

いきいきフェスタ inおおむら

市コミセン・中地区公民館・郡コミセンで定期的に活動しているグループが
日頃の学習成果を発表します。



展示発表の部 会場／メインアリーナ

10月2日(土) 午前9時30分～午後6時
3日(日) 午前9時30分～正午

〈出品予定〉

木彫・俳句・和裁・手編み・パッチワーク・布の花・紙ネン
ド・おりがみ・陶芸・七宝焼き・革工芸・語学・書道・ペン習
字・写真・絵画・華道・水墨画・ちぎり絵・ヨガ・茶会・着物
着付け実演・活動報告など



舞台発表の部 会場／さくらホール

10月2日(土) 午前9時30分～午後8時
3日(日) 午前9時30分～午後6時20分

〈出演予定〉

童謡・合唱・健康体操・カラオケ・ウクレレ・詩吟・民謡・尺
八・フラダンス・民謡・箏・バンド・日舞・ギター・文化箏・レ
クダンス・胡弓・モダンバレエ・相撲甚句・ダンス・エイ
サーなど



バザーの部

10月2日(土)・3日(日) 午前10時30分～
ところ／メインアリーナ 市コミセンロビー



◇主催／大村市中央公民館・中地区公民館・郡地区公民館定例利用グループ代表者連絡協議会
■市コミセン ☎543161 中地区公民館 ☎531376 郡コミセン ☎553337

大村市の人口(7月末現在)

※()内は先月比(住基・外登法に基づく) 人口 92,128人(+20) 男 44,061人(+14) 女 48,067人(+6) 世帯数 38,314世帯(+40)