

広報 おおむら

3
2011

No.1379



特集 広報モニター見てある記…2～3ページ

- カメラスポット…4ページ
- 市政のできごと、地域創造大賞受賞…5ページ
- 行政らしんばん…6～7ページ
- 4月から市役所の機構が変わります…8～10ページ
- 転入・転出時の届出をお忘れなく…11ページ
- 高齢者特集「かしこく食べて今日も元気印」…12～15ページ
- 大村からロンドンオリンピックへ…16～17ページ
- 情報ひろば…18～26ページ
- 競艇企業局からのお知らせ…27ページ
- 子育て・健康…28～30ページ
- 大村のひなまつり…31ページ
- おおむら花まつり…32ページ

残さず食べて元気もりもり!

学校給食週間にちなみ、副市長や教育長などが児童と給食を楽しむ「ふれあい給食」を三浦小学校で行いました。この日の献立は、くじらの竜田揚げをトッピングしたくじらカレーと地元の食材を使用した大根サラダ。おかわりする子どももいて、元気いっぱい給食をほおばりました。

(1月25日、三浦小学校)

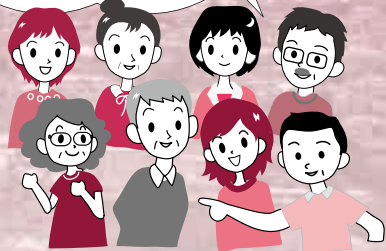


感動！ おおむらの技名人

私たち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ーングし、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一つとして、「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。

市内で活躍している「人」にスポットをあて、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、昨年の9月号に引き続きご紹介いたします。

広報モニターです！
4回目は、市内で活躍している技名人をテーマに私たちが取材して記事の作成をしました。



鈴木

生まれ変わるものたち

● 渡辺 義弘 さん(中里町)
わたなべ よしひろ

木工芸



渡辺さんのご自宅は、まるで民芸品店か骨董店を訪れたかのように数々の素晴らしい木工芸の作品群が並んでいます。日常生活の中でも作品とともに暮らしを楽しまれている様子がわかります。

作品はかわいい亀の姿をした楊枝入れのような小物から、趣味で集めた陶器類を飾る棚や、テーブルなどの大きな作品に至るまでさまざまです。それらに共通するのはどこか温かく、見ていてほっと落ち着くような気持ちにさせられるところ

です。制作を始めるようになったのは、ものを「もつたない」という思いからだつたそうで、最近ではあまり使われなくなった桶やせいろ、古い障子の枠、倒木や朽ち果てた木片など、多くは処分してしまいうなものをもうまく利用して新たな作品へと息を吹き込んでいらつしやる創造力に脱帽です。本業の仕事の合間に制作しているそうで、その熱い思いに感動しました。

地元の祭りでは毎年出展を楽しみにしていらつしやるファンも多く、請われて作品をプレゼントすることも多々。作品を通じて人の輪が広がっていくことが嬉しいとのこと。興味のある人はいつでも見学にいらしていただいで結構ですよ」と渡辺さんは快く話してくださいました。



三浦

生花と間違われるほど

● 中村 久子 さん(今村町)
なかむら ひさこ

樹脂粘土



今村町内で活動している野の花会(清水智子さん、吉田幸子さん、補伽よし子さん、中村さん)は、樹脂粘土を使って、野山の草花などを表現した作品を制作しています。

中村さんが始めたきっかけは「清水さん宅に飾つてあるのを見て『私も習いたいなあ』と思つたから」だそうで、毎月1回集まり、今までに20作品くらい作られています。

作品は市販の樹脂粘土を型抜きや細く伸ばして形を整え、花や葉になる粘土に色を塗り込む方法で作られます。野の花会では、より実物に近づけるため何回となく花や葉脈などの勉強もされています。「みうら勘作まつり」には、2008年から連続して出展しており、昨年6月には中央商店街アーケードの「まちかど市民ギャラリー」にも展示して大勢の人に見ていただいたそうです。作品を見た人からは「何故こんな所に花が咲いているの?」とか「これは生花? 本物?」などと聞かれるそうで、そんな時が嬉しいと話されていました。今後も、市内や三浦地区の祭りに出展し多くの人に見ていただきたいと話されました。



共同作品



大村

優雅さと美しさに心惹かれて

● 西田鈴子さん(三城町)

和紙ちぎり絵



ちぎり絵を始めて13年、今では和紙の魅力にますます惹かれ、家においてもできるし、和紙と遊びながら生涯続けていきたいと話されました。

でも、自宅にこもっている家事に振り回されて、つい滞りがちになるので、あくまでサークルの中の一員として、会の皆さんと一緒に成長しながら続けていきたいとのことでした。写真では和紙の持つ良さが十分に伝わらないかもしれませんが、離れた所からパッと見すると、きれいな水彩画のように見え、間近で見るとそれは非常に細かい手の込んだ表現で、和紙特有の柔らかい優しい美しさに思わず見入ってしまいます。ぜひ皆さんも一度ご覧になりませんか。



西田さんは、お勤めを辞めたあと、自分の楽しみ、趣味を探していました。そのときに和紙ちぎり絵と出会い、和紙のもつ柔らかい美しさに惹かれ、これだと思い飛び込んだそうです。



萱瀬

ここに音の達人

● 田中英雄さん(田下町)

音響機器



自宅の複数の部屋に所狭しと並ぶオーディオ機器1,000枚にもおよぶCD、120インチのスクリーンと、明らかに素人の趣味のレベルを超えています。スピーカーもアンプも部品は秋葉原から取り寄せ、全て田中さん自らの手造りです。

中でも圧巻は、10畳の部屋の3分の1を占めるというスピーカーです。部屋の壁が即ちスピーカーになっているのです。ベニヤ板が見事にスピーカーの曲面を造っているその卓越した技術に「凄い」としか言葉が出ませんでした。そしてさらに、そのスピーカーから響く音の素晴らしさは、どういう形容詞をもつてすれば最も的確に言い当てるかと悩んでしまう程です。

制作を始めたきっかけは、6年生の時、初めて聞いたステレオの立体音響に感動し、自分でアンプやスピーカーを造ってみたら、思った以上に良い音がして、それ以来病みつきになつたそうです。そして、自分の理論と設計で、市販品ではできないリアルな、狙い通りの音が出た時の感動が、変わることはない大きな魅力だと語ってくださいました。



また、その技術は個人の趣味の域にとどまらず、依頼されると音響設備の設定や修理にも労を惜しまず協力されました。

まさに地域の宝と言つていいでしょう。長くろう教育に携わり、補聴器の分野にも精通しておられます。せっかく、高価な補聴器をつけても、調節がうまくできていない人も多く、求められればできる限り見てあげたいという意欲溢れる言葉が聞かれました。

現在、田中さんの経験や技術を耳鼻科医や大学教授との連携により、人工内耳に取り入れるという方法で、日本全国の聴覚に障がいを持つ多くの人々をサポートしておられます。

取材を終えて……

◆今年度は2回にわたり、大村で活躍している8人の技名人についてお伝えしました。限られた紙面で、名人の技の素晴らしさ、技に打ち込む情熱、技を通して地域に貢献する姿を最大限に伝えることに苦心しました。

取材を終えて改めて、「花と歴史と技術のまち大村」に併せて、「人が輝くまち大村」でもあることを実感しました。我がまち大村をますます好きになれたことにモニター一同深く感謝いたします。

◆市からひとこと

広報モニターさんには2年間にわたり市の広報活動の支援および「広報モニター見てある記」の特集頁を編集していただきました。ありがとうございます。



旬 ▶第6回長崎街道大村藩宿場まつり
の食材などに長い行列 **2月11日**



市内をはじめ、周辺市町の地場産品や農水産物、伝統工芸品などを、堂に集めた旬の収穫まつり「長崎街道大村藩宿場まつり」が、市民会館駐車場で開催されました。会場では、即売会やクイズ大会、カラオケ大会など楽しいイベントが催され、約18,000人の人出でにぎわいました。

龍 ▶新春！龍馬と大村さるく
馬伝に思いを馳せて **1月22日**



NHK大河ドラマ「龍馬伝」で使用された伝馬船の見学や、ロケ地の寺島などをボランティアガイドの解説を聞きながら巡る「新春！龍馬と大村さるく」を開催しました。この日は、市内外から10人が参加。まち歩きの後には、大村公園で温かいスイーツをいただきました。

仲 ▶おおむら駅伝競走大会
間の思いをタスキルー **2月11日**



野岳湖公園周辺道路で伝統の駅伝競走大会が開催されました。市内外から113チーム、老若男女565人の選手が参加し、5区間16.5kmのコースで行われ、参加した皆さんは、沿道の声援を受けながら、仲間の思いを込めてタスキをつなぎました。

園 ▶中央保育所マラソン大会
児たちがマラソンに挑戦！ **1月25日**



中央保育所の園児たちが、補助グラウンドでマラソンに挑戦しました。「がんばらば体操」で準備体操を行い、年齢別にそれぞれの距離に別れ、保護者や友だちの声援を受けながら、小さい体で懸命に完走を目指してグラウンドを走り抜けました。

▶大村中学校職場体験
市役所の業務を体験 **1月25日～26日**

大村中学校2年生の10人が職場体験で市役所の業務を体験しました。広報業務などに従事した松尾颯人くん、佐藤大星くん(写真左から)は、イベントの取材やホームページ作成作業に従事。下記の記事は2人によるものです。



みんなが笑顔の「ふれあい給食」



三浦小学校で「ふれあい給食」が行われました。この日の献立は、鯨を使用した懐かしのくじらカレー。そのほか、大村産の大根を使用したサラダとご飯、牛乳でした。6年生と会食した副市長は、子どもたちとも会話が弾み、笑顔の絶えない給食でした。

▶郷土史クラブ成果発表会
大村の歴史の謎に迫る！ **2月5日**



市内12の小・中学校の「郷土史クラブ」の研究成果が史料館に展示され、1年間の研究成果発表会を行いました。それぞれのクラブで校区の歴史にも目を向けながら、「大村純忠と天正遣欧使節」を中心に研究し、手作りの資料などを使って立派な発表を行いました。

1/17 大村市地域福祉計画の策定に関する提言書が提出されました

大 村市地域福祉計画策定委員会が「大村市地域福祉計画の策定に関する提言書」をまとめ、松本市長に答申しました。

平成20年8月に発足した同委員会は、計画の取り組みや方向性などについて、3年にわたり活発な議論を重ねてこられました。

市では、同提言書をもとに、少子高齢化や核家族化、家族や地域での人間関係の希薄化など、地域社会の変化で生じている行政だけでは解決が難しい課題に対し、地域協働型の新たな支え合いの仕組みづくりをまとめた「大村市地域福祉計画」を策定していきます。



1/23 児童虐待問題研修会を開催しました

近 年社会問題化している、児童虐待問題について正しい知識と予防に対する地域の取り組みを学ぼうと、「児童虐待問題研修会」を市コミセンで開催しました。

これは、市と大村市社会福祉協議会が主催して、山梨県の児童養護施設長の山田勝美氏を講師に迎え、実際の事例などを交えて講演いただきました。

研修会には、市民をはじめ、民生児童委員や関係職員など約150人が参加し、児童虐待を予防するには、地域が子どもを見守り、早期発見・対応することの大切さを呼びかけました。



祝 地域創造大賞(総務大臣賞)受賞

大村市体育文化センター (シーハットおおむら)

市体育文化センター(シーハットおおむら)①が、地域創造大賞(総務大臣賞)を受賞しました。1月21日、東京グランドアーク半蔵門で行われた表彰式には、久保副市長と村嶋寿深子館長が出席し表彰されました。②

地域創造大賞とは、文化的な表現活動の環境づくりに功績があった公立文化施設を顕彰するもので、本年度は全国の8施設が受賞。③県内では初めての受賞施設となります。

シーハットおおむらでは、県内在住・出身の演奏家がメンバーの「OMURA室内合奏団」④を平成16年4月に結成。県内初の本格的な合奏団として、県内外で出張演奏やクリニック、アウトリーチ事業などを展開しています。

また、市民ミュージカル⑤などの市民参加型事業にも着手。平成14年から毎年、ふるさとをテーマにしたオリジナルミュージカルを上演しており、平成18年4月には、ミュージカル劇団「夢桜」も立ち上げ、市内のイベントなどに参加しています。

こうした音楽活動を通して、地域の文化力向上に貢献したことが評価され、今回の受賞となりました。村嶋館長は「シーハットの活動を通して、一人でも多くの市民の皆さんに楽しんでいただきたい。受賞を次への励みに頑張っていきます。」と受賞の喜びを話されました。



大村市表彰

2月10日、さくらホールで開催した「市制施行69周年記念大村市表彰式」で、感謝状や表彰状を授与された皆さんです。おめでとうございます。(敬称略・順不同)



- ◎**地方自治** ▼永石賢二▼川添勝征▼馬場重雄▼前川與▼松崎鈴子▼田崎忠義▼廣瀬政和▼宮本武昭▼永尾高宣▼恒石源治▼田中秀和▼寺澤勝彦
- ◎**社会福祉** ▼小佐々貞吉▼松本厚生
- ◎**保健・環境** ▼水田恵美子▼山口由美子
- ◎**教育文化** ▼佐藤秀信▼松尾忠喜▼山口勝美▼峰正英
- ◎**消防・防災** ▼神近博明▼井手浩
- ◎**德行(寄付)** ▼大村・ミュージック・アカデミー▼石橋道友▼妙宣寺寒修行団御一同▼橋口富貴子
- ◎**特別賞** ▼井手智▼政時由尚▼森孝子▼熊崎栄策▼齊藤孝▼小川淳▼北慎一郎▼県立大村城南高等学校▼塩本悠介▼石丸雄士▼松浦萌子▼県立大村工業高等学校▼アーチェリー部▼開達志▼永田幸浩▼安永賢司▼県立大村工業高等学校ソフトボール部▼県立大村工業高等学校バレーボール部▼中崎龍志▼西村咲弥香▼久保秀騎▼市立桜が原中学校吹奏楽部

パブリックコメント(皆さんの意見を募集します)

第五次大村市行政改革実施計画書案について、広く市民の皆さんからのご意見・ご提案を募集する。パブリックコメントを実施します。

公開場所

企画政策課、市役所情報コーナー、各住民センター、市のホームページ

意見を提出できる人

- 市内在住、在勤、在学の人
- 市内に事務所や事業所を有する人、法人、団体

○パブリックコメント手続に係る事案に利害関係を有する人、法人、団体

応募方法

表題を「第五次大村市行政改革実施計画書案について」として、住所・氏名・ご意見・ご提案を記入のうえ、直接持参するか、郵便・メールでお送りください。様式は自由です。

応募先

〒05668686(住所不要)企画政策課

✉ kikaku@city.omura.lg.jp

募集期限 3月18日(金)

注意事項

- 匿名、電話からのご意見は受け付けできません。また、個別には回答できませんのであらかじめご了承ください。
- ご意見・ご提案に対する回答は、個人情報を除き市のホームページで公開します。

■企画政策課(内線222)

市内の交通事故発生状況 1月末現在 ※()内は前年同期比

- ▶ 人身事故 37件 (-6)
- ▶ 死者 0人 (-1)
- ▶ 負傷者 48件 (-14)
- ▶ 物損事故 141件 (+48)

春季全国火災予防運動 3月1日(火)～7日(月)

火災が発生しやすい時季です。日ごろから、一人ひとりが「火の用心」を心がけ、住宅用火災警報器などを設置するなど住宅防火対策に取り組みましょう。

(統一標語)

『消したかな』あなたを守る合言葉

住宅防火のちを守る7つのポイント

◆3つの習慣

- ① 寝たばこは、絶対やめる。
- ② ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ③ ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

◆4つの対策

- ① 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
 - ② 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。
 - ③ 火災を小さいうちに消すために、住宅用火災警報器などを設置する。
 - ④ お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力的体制をつくる。
- サイレンを鳴らします

火災予防期間中、午後8時を「火の元点検の時間」と定め、30秒間サイレンを鳴らします。

■安全対策課(内線217)

地上デジタル放送視聴のための 低所得者支援が拡大されました

総務省では、経済的な理由で地上デジタル放送が視聴できない「NHK放送受信料全額免除世帯」に対し支援を行っています。その支援の対象世帯が拡大されました。

○追加対象 自宅のテレビが地上デジタル放送に対応できておらず、世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯

○内容 簡易なチューナー(1台) ※詳しくはお問い合わせください。

○問い合わせ

総務省地デジチューナー支援実施センター
☎0570(023)724
NHK放送受信料全額免除世帯の支援
☎0570(033)840

■情報政策課(内線228)

市役所嘱託員・パート職員を 募集します

対象

市内在住で、4月1日から勤務可能な人
※過去10年間に市の嘱託員またはパート職員として3年以上勤務した人を除きます。

申込方法

市販の履歴書に写真を貼って人事課に提出してください。

※提出の際に記入していただく申込書がありますので郵送はご遠慮ください。

※職種・勤務条件などは、人事課にある募集要項をご覧ください。

決定方法

3月下旬の選考会により採用者を決定して通知します。

申込期限 3月11日(金)

受付時間

午前8時30分～午後5時30分

※土・日曜日を除きます。

採用予定日

4月1日以降

■人事課(内線272)

環境影響評価による事後調査報告書を縦覧できます

九州新幹線西九州ルート(長崎ルート)の東彼杵町から諫早駅の工事区間で実施した、動植物の環境影響調査報告書を縦覧できます。

縦覧期間 3月24日(木)

縦覧時間 午前9時～午後5時

※平日のみ

縦覧場所

交通政策課
鉄道・運輸機構(水主町1丁目、九州ガス横)

■鉄道・運輸機構 ☎06(2)2803(3)655833

4月から市役所の機構が変わります。

機構改革のお知らせ

今回の機構改革では、トップマネジメントの迅速な実行や危機管理体制強化を図る市長公室、こどもたちの育成や子育て支援を重点的に推進することも未来部、また平成26年の国体開催に向けた国体推進課の新設を行うなど、部や課の再編整理を行います。

また、市民生活部と環境部を統合し、市民環境部を設置します。なお、企画部は廃止します。

機構改革は4月1日から実施し、現在の9部32課を8部1公室35課に再編します。



業務の内容	現行の機構	新機構
秘書に関すること 広報広聴に関すること	秘書課 情報政策課	秘書広報課 (再編)
重要施策の総合企画・調整、危機管理の総括およびまちづくりの総括に関すること 土地利用計画および水資源の確保の総合調整に関すること	企画政策課	企画調整課 (再編)
市議会、条例規則などの制定・改廃に関すること 市史編さんに関すること	総務法制課	総務課 (再編)
人権、同和対策、統計に関すること	企画政策課	
情報システムおよび情報化施策の推進に関すること	情報政策課	情報推進課 (再編)
行政改革、行政評価および市民協働の総括に関すること	企画政策課	行革推進課 (新設)
国民体育大会開催に関すること	地域げんき課 スポーツ振興室	国体推進課 (新設)
市民病院に関すること	市民病院課	福祉総務課 (再編)
幼稚園に関すること	学校教育課	こども政策課
子ども手当に関すること	こども政策課	子育て推進課 (新設)
家庭児童相談、母子保健に関すること 児童虐待に関すること	こども政策課	こども家庭課 (新設) こども家庭支援室
学校給食に関すること	学校保健体育課	教育総務課 給食センター建設室 (新設)

部の所属を変更する課	現行の機構	新機構
男女共同参画推進課	企画部	総務部
安全対策課	市民生活部	総務部
契約課	総務部	財政部
環境保全課	環境部	市民環境部 (再編)
環境センター(清掃課から課名変更) (清掃センターの名称は環境センターに変わります)	環境部	市民環境部 (再編)
こども政策課	福祉保健部	こども未来部 (新設)
交通政策課 新幹線推進室	企画部	商工観光部

市の機構図

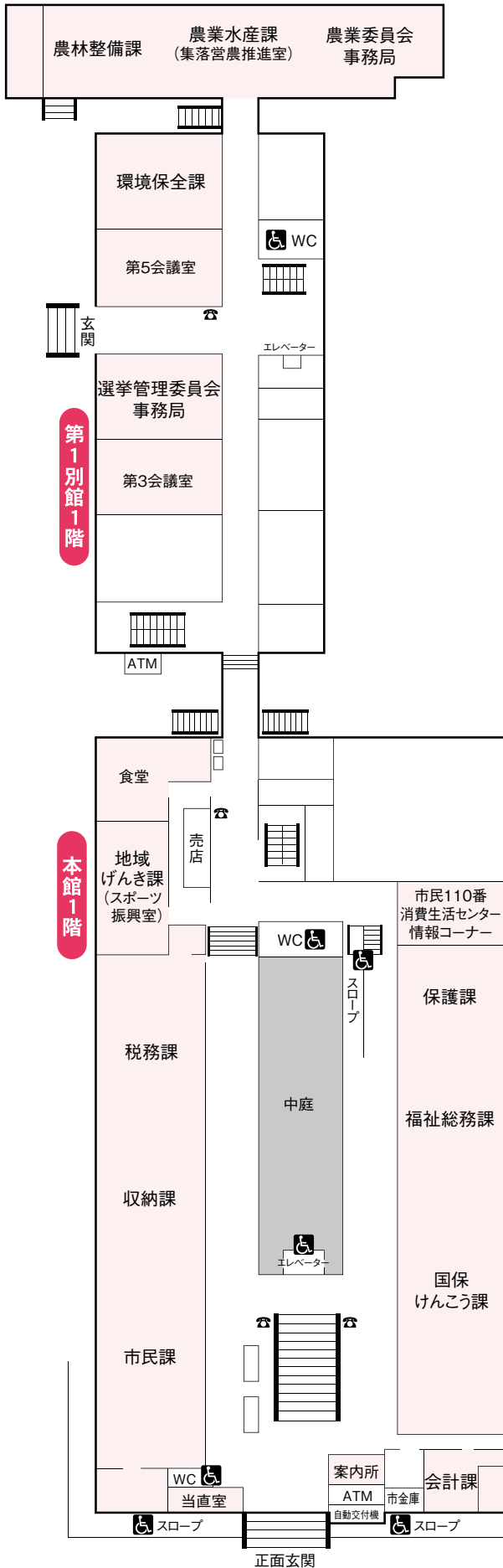
市長
副市長



市役所の 配置図

(4月から)

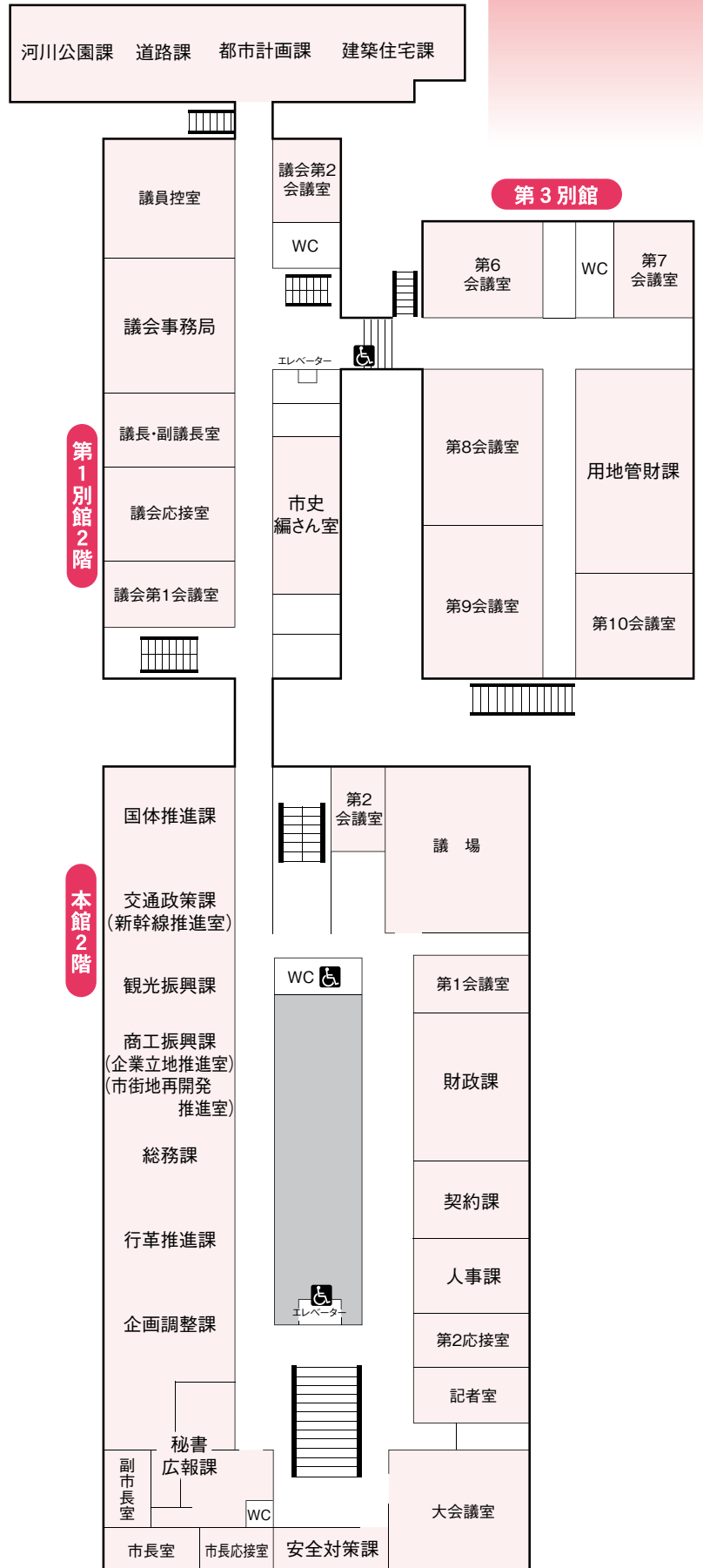
第2別館1階



第1別館1階

本館1階

第2別館2階



第3別館

第1別館2階

本館2階

※情報推進課は、第1別館4階に配置します。
 ※子ども未来部は、子どもセンターに配置します。

転入 転出 時の届出

お忘れなく!

■市民課(内線100~102)

◎転入・転出などの届出

住所に関する届出は、その人の基本的権利・義務にかかわる大切なものです。定められた期間内に済ませましょう。
※届出人の本人確認を行いますので、運転免許証などの身分証明書の提示をお願いします。

届出の種類	届出の期間	届出人	届出に必要なもの(届出本人による署名の場合、印かんは不要)	出張所
転入届	転入した日から14日以内	本人または世帯主	・前住所地の転出証明書・印かん・国民年金手帳(加入者のみ) ・国外から転入の場合はパスポート	手続きできます
転出届	転出する日まで		・国民健康保険証(加入者のみ)・市民カード(登録者のみ)・印かん	
転居届	転居した日から14日以内		・国民健康保険証(加入者のみ)・印かん	
世帯主変更届 世帯分離届・世帯合併届	変更した日から14日以内		・国民健康保険証(加入者のみ)・印かん	

◎その他(転入・転出時はいろいろな手続きが必要です。該当する人は、お忘れなく手続きしてください)

転入・転出時の手続きの種類・内容	問い合わせ	転入・転出時の手続きの種類・内容	問い合わせ
印かんの登録・廃止 ※	市民課(内線100~102)	妊婦・乳児健診受診票の交付	こども政策課 ☎⑤9100
国民健康保険	国保けんこう課(内線112) または市民課(内線100~102)	特別児童扶養手当・特別障害者手当	障害福祉課 ☎⑩7306
国民年金	市民課(内線113・114)	障害者手帳の住所変更	
長寿医療保険	国保けんこう課(内線110・119)	原爆手帳・手当証書の住所変更	福祉政策課(内線151)
介護保険	長寿介護課 ☎⑩7301	上・下水道の使用開始・中止	水道局 ☎⑤1111
子ども手当・児童扶養手当	こども政策課 ☎⑤9100	小・中学校の転校	教育委員会(内線364・370) ※手続きの一部は市民課

※ 住所地でしか登録できません。転出の際は市民カードを返却してください。

ごみ処理	<ul style="list-style-type: none"> ・引っ越しの際に発生した大量のごみを持ち込むときは、事前にお知らせください。 ・家庭ごみに限り、次の休日を持ち込みができます。3月27日(日)、4月3日(日)、いずれも8:30~11:30 ・転入されるときは、ごみの出し方の申請手続きが必要です。 ・ごみの分別についてわからないときは、お気軽にご相談ください。 	清掃課 ☎⑤3100
------	--	------------

国民年金のお知らせ

退職(失業)による 特例免除制度

厚生年金に加入していた人が20~60歳未満で退職(失業)した場合、国民年金の加入手続きを行い、月額15,100円の保険料を納めていただきます。

ただし、保険料を納めることが経済的に困難な人は、特例免除申請により納付を免除されます。

○老齢基礎年金の2分の1の年金額を保証(免除期間中)
○障害基礎年金・遺族基礎年金の受給資格期間に算入

◆特例免除制度

対象 免除申請する年度または、その前年度に退職(失業)した人(自己都合退職も含む)

審査 対象者の所得の状況は除外しますが、配偶者、世帯主に一定以上の所得があると免除が認められない場合があります。

提出書類 国民年金保険料免除申請書

申請先 市民課

申請用紙設置場所 市民課、諫早年金事務所

持参品 ・年金手帳など基礎年金番号がわかるもの
・印かん

失業していることがわかる証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票など)

免除制度を利用すると、免除された期間は次のように扱われます。

○老齢基礎年金・老齢厚生年金の受給資格期間の25年に算入

○被扶養配偶者の人へ
被扶養配偶者の人は、配偶者の退職(失業)により、国民年金の種別が変わるため、保険料の納付が義務づけられます。

被扶養配偶者だった人も、特例免除に該当すれば申請により、免除が認められます。

なお、免除された期間については、10年以内に「追納」すれば年金額を増やすこともできます。

※詳しくは、ご相談ください。

■諫早年金事務所 ☎⑤1666

国民年金保険料の納め忘れはありませんか?

未納期間が2年(追納は10年)を過ぎると納められなくなります。年金を受け取る年齢になっても受給できない場合がありますので、忘れずに納めましょう。

かしこく食べて 今日も元気印



■長寿介護課 ☎ 7301

食事はエネルギーに

みなさんが食べている食事は、体の中で組織(臓器・骨・筋肉など)やエネルギーに作り変えられています。言い換えるなら、食事(栄養)がからだを作り、動かしているということになります。

多く摂りすぎても、少なすぎても体の機能が維持できなくなり、体力低下や病気につながります。食事の間違った知識を見直して、正しい「食事」で心と体の健康について考えてみましょう。

チェックしてみましょう! こんな思い込みありませんか?

- 肉類、卵などは脂肪やコレステロールが多いから食べない方がよい …①へ
- 野菜は体によいとよく聞くから、野菜だけをしっかり食べればよい …②へ
- 水分を摂るとトイレに行きたくなくなるからあまり摂らない …③へ
- あまり動かない(活動量の少ない)人の食事は1日2食でよい …④へ
- 体重を減らす為には食事の量や回数を減らせばよい …⑤へ
- 高齢者はやわらかい食事が適している …⑥へ

1つでも当てはまれば要注意です

食事の間違った知識を見直しましょう!...

①肉類、卵などは食べすぎが問題

肉類や卵には脂質やコレステロールが多く含まれ、体によくないと思われるがちです。しかし、肉類には、良質のたんぱく質(筋肉源)が含まれています。また、卵は栄養素がバランスよく含まれるため、「完全栄養食品」と言われるほど栄養価の高い食材です。気をつけなければいけないのは食べ過ぎです。いくら、体にいいからといって食べすぎると肥満や、脂質異常症などにつながります。

②体は野菜だけでは足りない

野菜は、食物繊維やビタミンなどが豊富で、脂質の吸収や血糖値の急激な上昇を抑えるなどの効果が期待できます。また、カロリーが少ないのが特徴です。

体によいからといって、野菜しか食べない生活が続くと、体を動かすエネルギーや体の組織が低下していきまます。予防するには、主食、主菜、副菜をそろえて食べることが大切です。

point check

理想の食卓



- ①主食(炭水化物)
ごはん、パン、麺類など
- ②主菜(タンパク質)
肉、魚、卵、大豆・大豆製品など
- ③副菜(ビタミン・ミネラル)
野菜、きのこ類、海藻類など
- ④その他
汁物、果物、2品目の副菜など

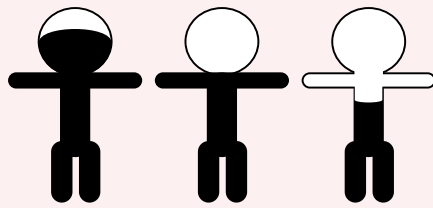
③ 水分摂取はこまめに

体の半分以上は水分です。体の水分が減ると、のどが乾き、足りなくなった水分を補給しようとしてしまいます。しかし「のどが乾いた」と感じたときには、すでに体内の水分は不足状態になっていることをご存じですか。

注意してほしいのは高齢者です。高齢期では、

point check

体内水分量(体重あたり)



子ども約80% 大人約60% 高齢者約50%

のどの乾きを感じ、機能が低下し、水分摂取量が足りていないことがあります。また、トイレに行くのが大変だからといって、故意に水分をとらないと、脱水症状になってしまふ危険性があります。のどが乾く前に、こまめに水分をとるように心がけましょう。

④ 食事の回数は減らさない

食事の基本は1日3食です。あまり動かないからといって食事の回数を減らすのは問題です。体を動かしていなくても、内臓や脳などの見えない部分は動いています。また、体温を維持するためにも食事から摂るエネルギーが必要です。

高齢期などは1回に摂取できる食事の量が少ないので、1日3食に加え1〜2回の間食を摂ることもあります。間食も食事の一部なので、おにぎりや果物、ヨーグルトなどが適しています。

⑤ 体重を減らすためには食事の内容も見直す

食事の回数や量を減らすと、摂取カロリーも減るので体重は減少していきます。しかし、残念なことに、体に必要なたんぱく質やビタミンなどの必要な栄養素も減ってしまいます。

医師や栄養士などから減量の指導を受ける時、ほとんどの人が食事の回数や量を減らす傾向があります。しかし、回数や量などを見直すのではなく、食材や調理方法などの内容を見直すことも大切です。

point check

カロリークイズ

1. カロリーが少ない調理法は?
① 蒸す ② 焼く ③ 揚げる
2. 牛肉のカロリーが少ない部位は?
① ばら肉 ② もも肉 ③ 肩ロース

正解

1. ① 蒸す
調理方法を工夫することで、カロリーを減らすことができます。
2. ② もも肉
同じ食材でも、種類や部位によってカロリーの高い脂肪含有量は異なります。脂を取り除いて調理することで、カロリーを減らすことができます。

⑥ 高齢者でも固いものを

高齢者だからといって、食事を全てやわらかくする必要はありません。固い物を食べることは、かむ(そしゃく)力や飲み込む(嚥下)力の機能維持に役立ちます。逆に、やわらかい物ばかり食べていると、容易に飲んで飲み込むので、体が使われない機能と判断して、そしゃく・嚥下機能の低下につながります。無理してかたいものを食べる必要はありませんが、毎食1品以上はよくかむ料理があるのが理想的です。

point check

よくかむおすすめの食材
生野菜、乾燥大豆、にぼし、イカ、タコ、レンコン、ゴボウ、玄米ごはんなど

65歳からの料理教室参加者募集

簡単に作れる料理と栄養のミニ知識を学びます。

- とき 4〜9月(第2水曜日)
午前10時〜午後1時
- ところ こどもセンター
- 参加費 500円程度(材料費)
- 申込先 長寿介護課
- 申込期限 4月11日(月)

初心者や男性にも人気です。ぜひご参加ください。

■長寿介護課 ☎207301



INTERVIEW



代表 西田 和泰さん

高齢者が楽しく
過ごせる時間を……

この活動を始めたきっかけは、昼間にひとりになる高齢者に楽しく過ごせる時間と場を提供できたらという思いからでした。時には、困難と感ずることもありますが、元気なうちはボランティア活動を続けていきたいと思っています。今後は、一緒に活動してくれる仲間を増やしながら、一人でも多くの元気な高齢者が増えればうれしいですね。

現在は、福祉センターで誰でも参加できる介護予防活動も行っています。

◆高齢者楽習のつどい(竹松町公民館)

竹松地区で実施している「高齢者楽習のつどい」が地域で介護予防に熱心に取り組んでいるとして、昨年11月21日に開催された長崎県介護予防推進フォーラム県民大会で、介護予防推進活動知事賞を受賞されました。



地域の支え合いが高齢者を支えています

介護予防推進活動知事賞受賞!



午後1時

正午

午前10時

1日「高齢者楽習のつどい」体験

専門スタッフ
と一緒に運動!



手作りの遊具などで体全体を使う運動やゲームを楽しみます。

献立も
西田さんが
考えています!



手作りの食事をみんなでいただきます。

パズルは
全て手作り!



パズルや折り紙、音読、ゲームなど頭と手を使う作業に挑戦します。

介護保険サービスに関するお知らせ

■長寿介護課 ☎②7301

介護サービスの
苦情や相談はお気軽に

介護保険のサービスについて、苦情やトラブル、わからないことや困っていることがある場合は、まずサービスを提供しているサービス事業者、介護保険施設または居宅介護支援事業者のケアマネジャーに相談しましょう。

それでも改善されないときや、対応に不満があるときは、長寿介護課または長崎県国民健康保険団体連合会にお気軽にご相談ください。



契約の時に聞いていなかった費用を請求されたよ



希望したケアプランになっていないので、事業者を替えたいけれど...

相談窓口

■長寿介護課 ☎②7301

(平日午前8時30分～午後5時30分)

■長崎県国民健康保険団体連合会

苦情相談 ☎095(826)1599

(平日午前9時～午後5時)

自己負担の月額上限額

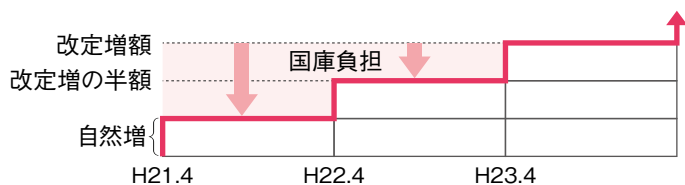
区 分		世帯の上限額	個人の上限額
生活保護受給者など		15,000円	15,000円
市民税 非課税 世帯	老齢福祉年金の受給者	24,600円	15,000円
	合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の人	24,600円	15,000円
	合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える人	24,600円	24,600円
一般世帯(上記に該当しない人)		37,200円	37,200円

※世帯の上限額は、同一世帯に複数のサービス利用者がある場合の上限額です。

介護サービスは原則1割の自己負担で利用できます。その自己負担額の月額が高額になり一定額を超えた場合は、申請すると超えた分が「高額介護サービス費」として払い戻されます。
※利用者負担の支払いから2年で時効になりますのでご注意ください。

高額介護サービス費を
ご存じですか

保険料上昇抑制のイメージ



市の保険料上昇抑制のイメージ



平成21年度の介護報酬改定による介護保険料の急激な上昇を抑制するために、財政措置が図られています。
市では、「介護従事者処遇改善臨時特例基金」を設置し、介護保険料上昇分の軽減を図っています。
なお、介護保険料基準額は年々上昇しますが、市では3か年(平成21～23年度)平均した基準額を用いています。

介護保険料の軽減について

第24回

FIBA ASIA女子バスケットボール選手権 長崎/大村大会 兼 2012年 ロンドンオリンピック アジア地区予選

8月21日回 ▶ 28日回

シーハットおおむら

レベルⅠ 中国、韓国、日本、チャイニーズ・タイペイ、インド、レバノン

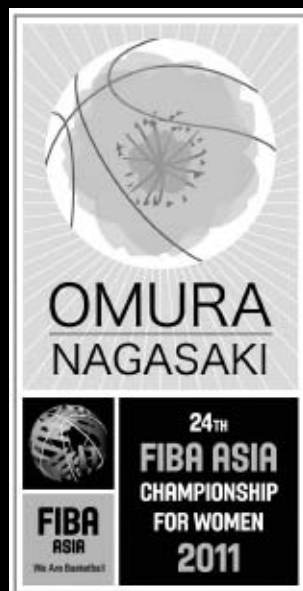
レベルⅡ 6チーム：未定 (決定次第お知らせします)



第16回 FIBA女子世界選手権大会(2010/チェコ)

©JBA

大村から ロンドンオリンピックへ!!



大会ロゴマークが決定しました！

開催地大村市の市の花「オオムラサクラ」から連想される、日本らしさや女性らしい優しさ、美しさ、華やかさ、凜としたたずまいをデザインに表現。また、背景には、ハナショウブの葉を見立て、真珠とバスケットボールの球体を重ねてイメージしてあります。



第16回 FIBA女子世界選手権大会(2010/チェコ)

© JBA

FIBA ASIA女子選手権大会の開催地

開催年	回数	開催地	開催年	回数	開催地
1965	1	韓国(ソウル)	1990	13	シンガポール(シンガポール)
1968	2	チャイニーズ・タイペイ(台北)	1992	14	韓国(ソウル)
1970	3	マレーシア(クアラルンプール)	1994	15	日本(仙台)
1972	4	チャイニーズ・タイペイ(台北)	1995	16	日本(静岡)
1974	5	韓国(ソウル)	1997	17	タイ(バンコク)
1976	6	ホンコン(ホンコン)	1999	18	日本(静岡)
1978	7	マレーシア(クアラルンプール)	2001	19	タイ(バンコク)
1980	8	ホンコン(ホンコン)	2004	20	日本(仙台)
1982	9	日本(東京)	2005	21	中国(泰皇岛)
1984	10	中国(上海)	2007	22	韓国(仁川)
1986	11	マレーシア(クアラルンプール)	2009	23	インド(チェンナイ)
1988	12	ホンコン(ホンコン)	2011	24	日本(大村)

FIBA ASIA女子バスケットボール選手権大会とは

FIBA ASIA (アジアバスケットボール連盟) が主催する大会で、オリンピック競技大会と世界選手権大会の予選を兼ねて、2年毎に開催されます。

オリンピック競技大会の予選(団体競技)大会で県内初の開催となる「第24回 FIBA ASIA女子バスケットボール選手権長崎/大村大会」は、2012年に開催されるロンドンオリンピックの出場権をかけたアジア地区予選です。大会には12チームが参加し、8日間で36試合が行われ、20,000人の人出が予想されています。

ロンドンオリンピックへの道

2012年ロンドンで開催される第30回オリンピック競技大会女子バスケットボール競技には以下の12チームが出場できます。

日本チームは、2004年アテネオリンピック以来の出場を目指します。

- ①アメリカ(第16回FIBA女子世界選手権大会(2010/チェコ)の優勝チーム)
- ②FIBAを構成する5つのゾーンの各地区予選優勝チーム
※今大会がアジア地区予選にあたります。
- ③2012年に開催されるオリンピック世界最終予選の上位6チーム

日本女子バスケットボール Pickup Players

日本代表は4月の大村合宿から始動し、国内外で合宿を重ね、最終的に12人の日本代表選手に絞られます。



© JBA



© JBA



© JBA



© JBA

吉田 亜沙美 (YOSHIDA, Asami) 櫻田 佳恵 (SAKURADA, Yoshie) 大神 雄子 (OGA, Yuko) 藤吉 佐緒里 (FUJIYOSHI, Saori)

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

高額介護合算療養費を支給します

■国保けんこう課(内線119)

対 世帯内の国民健康保険または後期高齢者医療制度加入者全員が1年間(8月～7月分)に支払った医療保険と介護保険の自己負担額の合計が基準額を超えた人

※初年度は平成20年4月～21年7月分

持 世帯主(被保険者)の印かん、保険証(医療・介護)、通帳

※「自己負担額証明書」が必要な場合や担当課で受け付けできない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

就学援助制度をご利用ください

■教育総務課(内線363)

対 市内在住の児童・生徒の保護者で、小・中学校の学用品費や給食費などが経済的理由により支払いが困難な人
※収入状況などの条件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

「春分の日」はごみの収集を休みます

■清掃課 ☎543100

内 3月21日(月)「春分の日」は祝日のため、燃やせるごみの収集を休みます。ご理解・ご協力をお願いします。

※清掃センターへの持ち込みもできません。

◎年度末・年度初めは家庭ごみに限り休日もち込みができます。

日 3月27日(日)、4月3日(日)

いずれも午前8時30分～11時30分
※内容物確認のため、事前にお知らせください。

※収集は行いません。

夕暮れ時は早めの点灯を心がけましょう

■安全対策課(内線214)

●早めの点灯時刻の目安
3月：午後5時30分ごろ
4月：午後6時ごろ



※日没1時間前、曇天・雨天時は昼間でも前照灯を点灯しましょう。

家計の悩みはご相談ください

■収納課(内線137)

日 毎週月曜日 ※休日の場合は翌日
内 家計相談の専門家(ファイナンシャルプランナー)がご相談に応じます。

対 ○普通に生活しているのにお金が貯まらない ○冠婚葬祭などの費用が目処が立たない ○住宅ローンの返済が苦しくなった ○生活費が足りず借金し返済がきついなど

宝くじの助成を受けて子育て支援事業を実施しています

■こども政策課 ☎549100

自治総合センターが宝くじ普及と広報の一環として実施する「共生のまちづくり事業」の適用を受けて市が実施している事業を紹介いたします。

事業名 「大村市ふるさとのこころ育む親子教育推進事業」
事業総額 500万円

※市民プロジェクトの皆さんが、市の自然や歴史的風土などをテーマにふる

市町合同公売会 in 松浦

内 県や参加市町が差し押さえた物件(電化製品、日用品、陶磁器、アクセサリ、書籍など480点)の合同公売会を開催します。

日 3月19日(土)、午前9時開場

所 松浦市文化会館ふれあいホール(松浦市志佐町浦免)

出品団体 大村市、松浦市、佐世保市、平戸市、波佐見町、県北振興局
※どなたでも参加できます。

問 県税務課徴収対策班内・県地方税回収機構事務局
☎095(895)2214

■収納課(内線128)

さとのオリジナル絵本を制作し、母子保健サービスに活用します。また、図書館にも配置する予定です。



宝くじは、広く社会に役立てられています。

日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数 費 会費・料金 持 持参品 期 申込(受付)期間 締 締切
手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ ☎ 電話番号 FAX ファクス ✉ メール インターネットを表します

BOOKS INFORMATION 今月の新着図書



「宇宙飛行士が撮った母なる地球」
野口聡一著 中央公論新社

2009年12月から2010年6月まで、国際宇宙ステーションに長期滞在した著者が、地球や宇宙の姿を撮影し、宇宙からツイッターで全世界の人々にリアルタイムで公開。その時の写真を1冊にまとめた本。



「図解雑学 ドラッカー経営学」
藤屋伸二著 ナツメ社

マネジメント(経営)の創始者、ドラッカーの理論を初心者向けに、わかりやすく解説した本。

■問い合わせ 市立図書館

☎ 2457 FAX 2514

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



■障害福祉課 ☎ 207306

新しくなったバリアフリーマップをご利用ください!

内 高齢者や障がいのある人が気軽に外出できるよう、バリアフリーのトイレなどがある公園や店舗情報を地区別に全ページフルカラーで紹介しています。
所 高齢者・障害者センター、福祉政策課、各住民センター、福祉センターなどに配置しています。

「大村文化」を発行します

- 日 3月1日～
- 内 第50回記念美術展優秀作品、小・中学生の俳句・短歌・川柳、高校生の詩の入選作品など
- 費 800円

※数に限りがありますので、早めにお求めください。

■大村市文化協会事務局 (文化振興課内・内線369)



内 県内の小・中・高校生の入選作品33点
日 3月3日(木)～9日(水)
所 市コミセン

「長崎がんばらんば国体」県民運動ポスターコンクール入賞作品を展示します
■スポーツ振興室(内線188)

図書館・史料館を休館します

■図書館 ☎ 24457
■史料館 ☎ 1979

図書資料・古文書などの点検・整理などのために休館します。

日 3月2日(水)～11日(金)
※3月25日(金)の館内整理日は開館します。
※証明書等自動交付機は、3月5日(土)～7日(月)は利用できません。

中地区公民館図書室を休みます

■中地区公民館 ☎ 1376

本棚の入れ替えなどのために利用できません。
日 3月23日(水)～27日(日)



3月の定例相談

本館1階 市民110番で
全て無料で行っています。
お気軽にご相談ください。

日

内

2日(水)	法律相談 事前予約制
3日(木)	人権相談 10:00~15:00
9日(水)	行政書士相談 13:00~16:00
10日(木)	行政相談 9:30~12:00
15日(火)	人権相談 10:00~15:00
16日(水)	法律相談 事前予約制
22日(火)	交通事故相談 10:00~16:00
25日(金)	不動産相談 13:00~16:00

- 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
市民110番(内線194)
消費生活センター ☎②9999

地球温暖化対策実行計画に基づく
温室効果ガス排出状況を公表します

市では、地球温暖化の防止を図るため、市の事務・事業で発生する二酸化炭素などの温室効果ガス排出量を、基準年度(平成16年度)と比較して6.2%削減を目標とする「大村市地球温暖化対策実行計画(第2期)」を策定し、排出抑制の取り組みに努めています。

平成21年度に市の施設から排出された温室効果ガス排出量を計画に基づき公表します。

温室効果ガスの排出量

22,402.8 t-CO₂ (基準年度比 4.74%増)

ガス別の排出割合

- 二酸化炭素 94.2%
- 一酸化二窒素 4.5%
- メタン 1.3%



基準年度と比較した排出量算定項目の状況

- 増加した項目
ガソリン、LPG、都市ガス、電気使用量、公用車走行距離、
廃プラスチック焼却量、下水処理量
- 減少した項目…灯油、軽油、A重油、天然ガス

結果の分析

排出量は、基準年度と比較して4.74%増加していますが、これは「地球温暖化対策の推進に関する法律」と「エネルギーの使用の合理化に関する法律」の改正により、これまで未算定だった指定管理施設などの排出量を算定に入れたことが主な原因となっています。

また、温室効果ガス排出量のうち約94.2%を占める二酸化炭素(CO₂)は、電気使用量と一般廃棄物の焼却によるものが約87%を占めています。

今後の対策

市の施設・設備の節電、各種燃料使用の節約に取り組みながら、省エネ設備としてLED照明の導入と太陽光発電の導入を進めていきます。

市民の皆さんへも、太陽光発電設備導入の補助や節水、ごみの減量化・分別の徹底など温暖化防止の取り組みを一層推進してまいります。

ご理解・ご協力をお願いします。

■ 環境保全課(内線142)

日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数 費 会費・料金 持 持参品 期 申込(受付)期間 締 締切
手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ ☎ 電話番号 FAX ファクス ✉ メール インターネットを表します

奨学生を募集します

大村市奨学生

対 市内在住またはその人の子で、高校・国立高専・短大・大学に在学し、成績優秀で経済的理由により、就学が困難な生徒・学生

◆貸与額(月額) 高校・高専 10,000円
短大・大学 15,000円

※高校・高専は、他の奨学金制度との併願は認めますが、重複貸与はできません。

期 4月1日(金)～5月31日(火)

問 教育総務課(内線363)

県育英会奨学生

対 県内在住の人の子などで、大学・短大・専修学校に在学し、成績優秀で経済的理由により、就学が困難な学生

◆貸与額(月額)
(入学年度) (国公立) (私立)
平成19～23年度 41,000円 47,000円
平成18年度 35,000円 41,000円

※日本学生支援機構と重複貸与はできません。

期 3月7日(月)～4月28日(木)

問 教育総務課(内線363)

※高校・高専については、県育英会にお問い合わせください。

問 県育英会 ☎095(824)1111(内線3357)

岡田甲子男記念奨学金

◆貸与額(月額) 大学・短大・専修生 46,500円
高専1～3年 30,000円
" 4～5年 46,500円

期 4月28日(木)

問 岡田甲子男記念奨学財団 ☎0956④0011

日 3月19日(土)、午後1時30分～3時30分
所 男女共同参画推進センター
内 がんばってるよ！私たち～職場や地域で活躍している男性からのメッセージ(男性たちの生活・自立への取り組み、高校の教育現場から、自然景観資源を生かしたまちづくり)
費 無料
定 50人
手 電話、ファクス、メールでお申し込みください。
申 FAX ⑤486-0000 ✉ danryo@city.omura.lg.jp
3月16日(水)
※手話通訳あります。

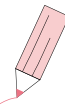
「がんばってるよ！私たち」参加者
■男女共同参画推進課 ☎548715

内 ①入門クラス「ハングル文字から1,2,3!」②初級クラス「話してみよう韓国語」
日 ①4月12日(月)毎週火曜日、午後8時～9時30分、②4月16日(木)毎週土曜日、午前9時30分～10時45分、いずれも全30回、11月末終了予定
所 ①市コミセン ②郡コミセン
費 各2万円(テキスト代5,000円別)
※平成23年度協会員は1万6,000円
定 各20人(最少催行人数10人)※先着順
手 電話、ファクス、メールでお申し込みください。
申 FAX ⑤267-2222 ✉ oitafih@hotmail.com
3月25日(金)

韓国語講座受講生
■大村国際交流協会(内線184)

内 姉妹都市のポルトガル共和国シントラ市にホームステイする高校生を募集します。
対 市内在住の高校生4人
※派遣時高校生の人
期 7月22日(金)～30日(土)、8泊9日
費 15万円程度
※保険料・旅券印紙代は含みません。
手 協会事務局で配布の申込書に必要書類を添えてお申し込みください。
期 3月18日(金)
※以前参加した人はお問い合わせください。
※選抜特待制度を創設する予定です。

シントラ市へのホームステイ参加者
■大村国際交流協会(内線184)



姉妹都市
仙北市で展示する
サクラの絵を
募集します!

- 対 市内在住の人
 - 内 A3サイズまで、画材は自由 ※キャンバス不可
 - 定 約50点 ※1人1点まで
 - 手 作品の裏に住所・氏名・連絡先を記入のうえ、直接持参するか郵送してください。※作品は返却しません。
 - 申 〒856-8686(住所不要) 地域げんき課内・大村市姉妹都市親善協会
 - 決 4月8日(金)
- ※応募者には、仙北市特産品の引換券をプレゼントします。

■大村市姉妹都市親善協会(地域げんき課内・内線184)

楽しいウォーキングで健康と仲間づくり!

健康ウォーキング参加者

- 日 3月9日(水)、開会式:午前9時40分～
- 所 旧体育館跡(大村公園内)
※雨天の場合は、シーハットおおむら
- 内 大村公園周辺約4km ※約1時間
- 対 年齢を問わずどなたでも参加できます。
- 費 無料
- 手 はがき、ファクスに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入のうえお申し込みください。
- 申 〒856-0825 西三城町8 同事務局
- 決 3月5日(土)



■大村市老人クラブ連合会 ☎FAX⑤36010

市道の里親(ボランティア)

一定区間の市道の美化活動や除草などをしていただく里親を随時募集しています。現在約1,000人の市民の皆さんが参加され活動しています。簡易な清掃道具は支給します。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

■道路課(内線428)

- 県と友好都市の福建省へ、国際チャーター便を利用して交流を深めます。
- 日 3月18日(金)～21日(月・祝) ※3泊4日
- 所 中国・福建省廈門(アモイ)
- 発着地 長崎空港
- 費 約6万9,800円(別途燃油サーチャージなど)
- 申 長崎空港ビルディング(株)
- 決 ⑤4343

長崎県・福建省友好の翼参加者

■交通政策課(内線154)

- 毎月第1・3日曜日
- 所 三浦野性の森(日泊町)
- 対 市内在住の小中学生(新1年生含む)
- 内 野外活動の体験学習
- 定 30人
- ◎参加希望者は説明会にご参加ください。
- 日 3月27日(日)、午後2時～3時
- 所 市コミセン

放課後子ども教室
「三浦野性の森」参加者

■社会教育課(内線⑧4154)

- 入居日 3月9日(水)
- 決 4月1日(金)
- 抽選日 3月18日(金)、午前10時
- 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。

市営住宅入居者

■大村都市開発 ☎⑤4151

日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数 費 会費・料金 持 持参品 期 申込(受付)期間 締 締切
手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ ☎ 電話番号 FAX ファクス ✉ メール インターネットを 表 示 します

「チャレンジデーで楽しくチャレンジ!健康DAY!」

チャレンジデー 2011

5/25(水) 午前0時～午後9時

大村市は、昨年に引き続き、今年もチャレンジデーに参加します。昨年は3回目の参加で、大阪府柏原市と対戦し、67.5%と高い参加率でしたが惜しくも3連覇を阻止されました。

今年も参加率70%を目指して再チャレンジです。一人でも多くの皆さんの参加で栄冠を勝ち取りましょう!!

チャレンジデーとは、大会当日の午前0時～午後9時までの間に15分以上の継続した運動を行った住民の参加率を競うイベントで、人口規模が同じ程度の自治体同士で対戦します。

毎月1回

マイ・チャレンジデー

今月は 3月30日(水)

毎月最終水曜日を「マイ・チャレンジデー」として、それぞれのペースで1日15分以上の健康づくり運動にチャレンジしましょう!!



ステップ21体操(市コミセン)



イベント実施団体を募集します!

申込期限
3月18日(金)

当日、スポーツ施設などを利用して、市民を対象に15分以上の運動ができるイベントを実施する団体などはお知らせください。

市の公共施設を使用の場合は無料で利用できます。

イベント例 ニュースポーツ大会、健康づくり体操、ウォーキング大会など



昨年の様子

■地域げんき課スポーツ振興室(内線187)

ボートレーサー募集

対 象 15歳～30歳未満の男女
(昭和56年10月2日～平成8年4月1日生まれの人)
身 長 172cm以下
体 重 男子…47kg～55kg
女子…42kg～50kg
視 力 裸眼で両眼とも0.8以上
応募期限 3月16日(水)



■日本モーターボート競走会大村支部 ☎06194

地産地消・食育バスツアー参加者

■国保けんこう課(内線141)

日 3月25日(金)、午前9時30分～午後3時30分
内 市役所集合(ニチレイフーズ長崎工場) おむら夢ファームシュユ(イチゴのカップケーキづくり)市役所解散
対 小学生と保護者26人
※申し込み多数の場合は抽選、市内在住者を優先します。
費 1人600円
手 往復はがきに、ツアー名・住所・電話番号・参加者全員の氏名・性別・子どもの学校名・学年を記入のうえお申し込みください。
申 〒856-8686(住所不要)、国保けんこう課内・食育推進実行委員会事務局
締 3月11日(金)

シーハット情報

SEAHAT INFORMATION

好評発売中!!

人間なんて
ララララの
ヒットで
おなじみ

奥土居美可
Jazz & Pops

with OMURA室内合奏団アンサンブル



佐世保出身の本格派シンガーを迎えて!

4月2日 日

14時開演

さくらホール

料金 全席自由

前売 1,000円
当日 1,500円

※会員は無料
好評発売中!

ご当地ソングの女王

水森かおり
歌謡ステージ



6月5日 日

14時開演

市民会館

料金 全席指定 発売開始日

一般	S席	4,500円	} 3月8日(火)~
	A席	4,000円	
会員	S席	4,000円	} 3月1日(火)~
	A席	3,600円	

ちゃっちゃく
くちやら

ミュージカル劇団
夢桜オリジナル公演



3月13日 日

14時開演

さくらホール

料金 全席自由

大人 1,200円
小・中・高校生 600円
親子 1,500円
※当日300円増

母ちゃんもミゼットも
元氣だったあの頃、
誰もが、
ちゃっちゃく
くちやら
だった...

■シーハットおおむら ☎ 207200 FAX 207203 ✉ info@seahat.jp

春やすみ 子ども映画会

上映アニメ

- こぎつねコンとこだぬきボン
- まんが偉人物語 ~ライト兄弟・ペーブルース
- おじゃる丸

3月

時間	期日	28日(月)	29日(火)
10:00~11:00		松原	萱瀬
13:00~14:00		福重	三浦
15:00~16:00		竹松	鈴田

■視聴覚ライブラリー ☎ 3161

おもしろいよ! みんなでみに来てね!

10:00~11:00
中地区公民館

親子映画会

13:30~14:30
郡コミセン

3月12日(土)

入場無料

上映アニメ

- プーさんとはちみつ
- グリンヴァレー物語~ポウさんのカヌー
- 金太郎心のちからもち

小・中学生スポーツ表彰

昨年1年間に行われた各種大会で、優秀な成績を収めた市内の小・中学生を表彰します。

- 日 3月5日(土)、午前10時30分~
- 所 さくらホール
- 内 ・スポーツ賞表彰
・スポーツ特別賞表彰



■地域げんき課スポーツ振興室(内線188)

大村生活学校「生活展」

- 日 3月5日(土)、午前9時~午後2時
- 所 市コミセン
- 内 手芸品・マイバッグなどの作品展示、新鮮野菜・生活雑貨などのチャリティー即売会、バザーなど

■市コミセン ☎ 3161

日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数 費 会費・料金 持 持参品 期 申込(受付)期間 締 締切
手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ ☎ 電話番号 FAX ファクス ✉ メール インターネットを表します



佐藤朝子さん
(明治44年1月11日生まれ)



二川キクエさん
(明治44年1月15日生まれ)

3人の方がめでたく百歳を迎えられ、それぞれの入所先の施設でご家族や施設の皆さん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。

百歳の誕生日
おめでとうございます
ございます



井手トミさん
(明治44年1月3日生まれ)

祝



厚生労働大臣感謝状表彰

永年にわたりボランティア活動を率先して行われたとして、ききょうグループ(上)とボランティアグループ松葉会(下)が受賞されました。

受賞
おめでとうございます!



全日本剣道連盟剣道有功賞受賞

永年にわたり剣道の発展・普及に尽力されたとして、吉井徹男さん(杭出津3丁目)が受賞されました。

楽しいよ! みんなあそびにきてね!

子ども科学館へ行こう!

3月 子ども映画会 10:30~11:30

・毎週日曜日・第1・3土曜日

日	内
5日土	13:30~16:00 木工教室 <small>対 4年生以上 先着順:10人</small>
12日土	10:30~11:30 プラネタリウム教室 14:00~16:00 押し花教室
13日日	♪ マジックバルーン教室
19日土	♪ 竹細工教室 <small>対 4年生以上</small>
20日日	♪ 折り紙教室
26日土	♪ 科学工作教室

■社会教育課(内線☎154)

BOAT RACE 大村

3月

本場開催

2/26~ 2	九州スポーツ杯
12~15	長崎新聞社杯
25~30	モーターボート発祥地記念 GII第14回モーターボート誕生祭

場外発売

1~6	GI女子王座決定戦(三国)
7~12	GIIMB大賞(常滑)
16~21	SG総理大臣杯(戸田)

リレーナイター

2/26~ 1	若松	10~15	丸亀
2/28~ 4	丸亀	14~16	若松
2~ 6	蒲郡	16~21	蒲郡
5~ 9	若松	19~21	丸亀
10~13	蒲郡		

■BOAT RACE大村 ☎☎4111



日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数 費 会費・料金 持 持参品 期 申込(受付)期間 締 締切
手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ ☎ 電話番号 FAX ファクス ✉ メール インターネットを表します

3月 まちかど市民ギャラリー

2/27日～4日 絵画展 (風の子絵画教室)
5日～11日 木彫り (小西八十子)
12日～21日 彫刻 (長崎県美術協会)
22日～28日 油彩・染色※二人展 (蓮本まゆみ)
29日～4/4日 陶芸※和楽美 (吉原徹)
■まちかど市民ギャラリー ☎⑤1216

菜の花まつり

日 3月27日(日)、午前9時30分～午後1時
所 郡んかっぱ広場(郡川鬼橋の上流500m)
※雨天時～竹松住民センター
内 竹とんぼ作り、紙飛行機づくり・飛距離競争
豚汁会、「かっぱ憲章碑」の除幕式など
持 おにぎり、水筒、食器、箸、広告紙 ■郡んかっぱ共和国総理大臣 ☎⑤7349(増川)



◎大村市防火少年剣道大会

日 3月6日(日)、午前9時30分～
所 シーハットおおむら
★大村消防署 ☎⑤4138

◎ふれあいコンサート

日 3月5日(土)、午後2時～4時
所 市民会館
★陸上自衛隊大村駐屯地 ☎⑤2131

◎大村市民ファミリーミニサッカー大会

日 4月3日(日)、午前8時30分～
所 森園ファミリースポーツ広場
申込書配置先 シーハットおおむら
日 3月25日(金)
★大村市サッカー協会 ☎090(7449)3252(山下)

◎大村健康ウォーククラブ会員募集

日 毎月2回、日曜日
内 体力にあわせ6km～10kmコース
費 3,000円(年間:1世帯)
★同クラブ代表 ☎⑤4282(川島)

◎3月のパソコン教室受講者募集

内 日
①やさしいWORD/毎週月曜日 ※21日は休講
②応用EXCEL/毎週火曜日
③中級WORD/毎週水曜日
④やさしいEXCEL/毎週木曜日
※時間はいずれも午前10時～正午
所 総合福祉センター
費 500円(1回)
★ITヘルプ ☎ FAX ⑤1272(町永)

◎小・中学生アーチェリー教室参加者

日 3月12日(土)、午前10時～正午
所 大村工業高校アーチェリー場
対 小学5年生～中学3年生
費 無料
手 ファクスに、氏名・学校名・学年・連絡先を記入のうえお申し込みください。

日 FAX⑤3720

日 3月7日(月)
★大村工業高校 ☎⑤3772

◎桜が原中学校吹奏楽部定期演奏会

日 3月21日(月・祝)、午後2時～
所 市民会館
★桜が原中学校 ☎⑤1166

◎予備自衛官補募集

対 日本国籍を有する人で7月1日現在
①一般公募～18歳以上34歳未満の人
②技能公募～18歳以上で保有する国家免許資格などにより55歳未満の人
日 4月15日(金)～18日(月)のいずれか1日
日 4月6日(水)
※国家免許資格など詳しくはお問い合わせください。
★自衛隊大村地域事務所 ☎⑤6217

◎平成23年度第1回危険物取扱者試験

日 6月19日(日)、午前10時
所 大村工業高校
内 甲種、乙種(第1～6類)、丙種一般、高校生
対 4月11日(月)～28日(木)
日 電子申請…4月8日(金)～25日(月)
日 http://www.shoubou-shiken.or.jp
★消防試験研究センター ☎095(822)5999

◎長崎県央職業訓練校受講者募集

内 働きながらでも、各種資格や技能を身につけることができます。
夜間・建築設計、木造建築、CADなど
昼間・CAD、初めてのパソコン教室など
日 3月31日(木)
※詳しくはお問い合わせください。
★長崎県央職業訓練校 ☎⑤20036

ご寄付・ご好意ありがとうございました(敬称略)

次の皆さまからご寄附をいただきました。

【平成22年度(8月～12月)】

- ▶永田純則 ▶伊藤光一(大村市 100,000円)
- ▶SUMCO TECHXIVユニオン長崎支部(大村市)
- ▶井上正義(東京都 20,000円) ▶坂本一義

コース名	平成22年度 ※12月末現在	
	件数	寄附金額(円)
福祉の充実	2	670,000
環境の保全及び都市景観の形成	1	600,000
安全で安心なまちづくり	0	0
教育の充実	4	1,065,000
文化及びスポーツの振興	0	0
産業及び観光の振興	2	620,000
市民協働の推進	0	0
市長におまかせ	4	335,000
合計	13	3,290,000

※ご寄附いただいた順に、氏名、居住地、金額のうちに掲載してまいります。



JA長崎県央(代表理事組合長:西山洋一郎氏)から、市内の新小学1年生全員に「学童傘」1,140本を寄贈していただきました。(2月2日)



県立虹の原特別支援学校の生徒(2・3年生11人)に、奉仕の課外授業の一環として、竹松住民センターの会議室床や窓などの清掃作業をしていただきました。(1月17日)

ふるさとひろば寄附

ペイサイド大村▶平野重郎▶大村吟詠会▶小佐古子供会 箕望荘▶米崎光子▶植松保寿園▶富松神社 ふる里▶山崎弘子▶古瀬恭孝▶浦崎美代子▶将棋倶楽部▶中村寿美子 松原の里▶サウンドクリナップ 光と緑の園▶中地区おはなしの会▶馬場民子▶長崎県交通安全協会▶坂口真貴子▶日本赤十字社長崎支部▶長工醤油味噌協同組合大村工場▶社団博仁会山道医院▶東島製菓店▶丸高商事株式会社▶たらみ▶株式会社プレナス▶陸上自衛隊大村駐屯地曹友会▶資生堂社会福祉事業団▶大村市民クリスマス実行委員会▶前田ふみ子▶アレルギー科▶西大村本町第二町内会▶日本鏡餅組合▶大村航空基地上曹会▶全国ジャンメリー協同組合▶彼婦婦人会▶鎮西高校▶信和アルコール産業株式会社▶山本牧子 慈恵荘▶山口スミ子▶辻みち子▶中橋栄子 さつき園▶濱崎カツ▶上田和行▶松本浩氣 うぐいすの丘▶平川美雪▶柳原憲臣 泉の里▶山口正明▶神木三郎▶井手洋一▶田中義徳▶小坂信春▶田中幸政▶西山洋一郎▶原口國子▶石橋節子▶山口睦美▶松山薫▶濱田泰明▶松本満昭▶西原イツ子▶森智枝子▶山崎幸康▶橋本伸子▶山口美也子▶本田総合保険リングス▶ダイユウ産業▶三彩の里▶中村豆腐店▶長崎情報ビジネス専門学校▶JA長崎県中央▶大漁▶クリーンマツ▶さわぼん▶大村市漁協松原支部▶池田海陸物産▶大村青果商事▶ショッピングハウスまるふく▶大村東部漁協▶宮崎鮮魚店▶山本電器▶イワタニ九州長崎支店▶中島コーヒー▶大村市漁協▶大隈静徳▶濱口弘子▶城南高校▶向陽高校▶松仙会▶松原福寿会▶植松三丁目華の会▶日舞秀楽会▶大村中学校吹奏楽部▶藤間勘巳満▶田原清子▶山下憲子▶渡辺計子▶川崎マサ子▶鶴瀬フヂエ▶平野重郎▶小玉和哉教室 大村子供の家▶赤水清春▶勢戸利春▶大村市民クリスマス実行委員会▶松尾昭二▶岡崎省三▶米山邦博▶城谷運輸▶チームわくわくながさき▶ほっともっと▶黒河内暎雄▶海上自衛隊大村航空基地▶大村航空基地上曹会▶陸上自衛隊大村駐屯地▶陸上自衛隊竹松駐屯地▶お話し会 あんしんハウスとみのほら▶佐藤謙爾▶大村カトレアコース有志▶篠塚健一▶川端欣也 鈴田の里学園▶大口初枝▶山口時則▶野口繁▶納富光子▶粕谷貴▶九州医療食▶アトリエプランニング▶原田ミヨ子▶福田敏子▶ライムイシモト▶開静子▶吉崎常彦▶岩本正人▶植松キヤ▶城南高校▶県央森林組合▶原生花店▶山上修▶大串近男▶小川正美 三彩の里▶堂山主税

今回より「GII競艇祭」は、「GIIモーターボート誕生祭」と名称変更を行いました。

ボートレース発祥地記念 第14回 GIIモーターボート誕生祭 マクル賞

3月25(金)・26(土)・27(日)・28(月)・29(火)・30(水)

昭和27年4月6日、日本初のボートレースが大村市政島で開催されました。すべての歴史はここ大村から始まったのです。ボートレース発祥を記念して、発祥の地・大村だけで開催される大会、それが「GIIモーターボート誕生祭」です。

主な出場選手



山崎智也 今垣光太郎 原田幸哉 瓜生正義



菊地孝平 石野貴之 石橋道友 横西奏恵

第14回 大村モーターボートレース

主催 長崎県大村市 場所 大村市政島寄海岸

3/25 金

- 9:25(開門)～
ウェルカムキャンペーン
- 9:35頃～
開会式・選手紹介
- 10:00頃～
ドリーム戦出場選手
公開インタビュー
- 10:10頃～
競艇殿堂表彰式
- 12:05頃～、14:45頃～
蛭子さん予想
トークショー



3/26 土

- 3R発売中(11:40頃～)
- ドリーム戦出場選手公開インタビュー
- 14R発売中(12:05頃～) 29R発売中(14:45頃～)

『たんぽぽ』爆笑お笑いライブ

めっちゃイケ!
新メンバー



3/27 日

- やろうよ!!ボートレース
～ボートレース初体験ステージ～
- [出演] 織井遙菜・庄司ゆうこ



3/29 火

14R発売中(12:05頃～) 29R発売中(14:45頃～)

『楽しんご』 爆笑お笑いライブ

大村ボートで
LOVE注入

3/30 水

- 3R発売中(11:40頃～)
- 優勝戦出場選手
公開インタビュー
- 12R 終了後
優勝選手表彰式



「骨休め」してはられない現代の骨粗鬆症

ストレス社会と言われる現代では「骨休め」も必要ですが、体の骨は休んではいられず、高齢女性を中心に「骨粗鬆症」が年々増加しています。患者の8割が女性で、60歳代女性の3人に1人、70歳代女性の2人に1人はこの病気に罹っているといわれており、国民病ともいえます。

●骨粗鬆とは

文字通り、「骨の中が粗く髪の毛のように細い構造になっている状態」のことです。このようになると膝や腰などさまざまな関節の痛みや、骨折（圧迫骨折含む）を引き起こしやすくなります。高齢者にとって骨折は寝たきりの原因にもなるため、骨粗鬆症は高齢社会が抱える問題のひとつとなっています。

原因の多くは女性の閉経ですが、偏食、運動不足、喫煙などの生活習慣が原因の場合も多いので、予防改善することができます。

●予防・改善するためには

カルシウムを取る

乳製品、大豆製品、小魚、緑黄色野菜、海藻など

カルシウムの吸収を助けるビタミンDを多く含む食品を取る

魚類、キノコ類など

運動をする

運動で骨に力が加わると弱いマイナスの電気が発生し、カルシウムを呼び寄せます。また、運動は血液の流れを良くし、骨を作る細胞の働きを活発にします。骨を強くするための運動は、負荷の大きい運動ほど有効ですが、普段は散歩やグラウンドゴルフなどの趣味範囲で十分です。大切なことは、毎日楽しみながら続けることです。

●3月の健康ウォーキング

と き	集合場所
8日(火)、22日(火)	9:00 木場公民館
10日(木)	9:00 大村公園観光センター
	9:30 下杭出津公民館
14日(月)、28日(月)	13:00 鈴田運動公園
16日(水)	9:30 木場公民館
20日(日)	9:30 竹松
24日(木)	9:30 池田湖公園
26日(土)	10:00 竹松住民センター

■国保けんこう課 (内線140)

みんなの健康

Love & Safety おおむら ～子どもを事故から守るプロジェクト～



出口小児科医院
院長
出口 貴美子 先生

子どもたちの笑顔に囲まれ、小さい命の成長を実感できる日々は、ほんとうに幸せですね。この命を大事にしたいと思う気持ちを、一つの運動に繋げていくことをはじめました。

皆さんは、子どもの死亡原因の第1位が、病気ではなく、不慮の事故であることをご存知でしょうか？しかも過去50年、この深刻な状況は変わっていません。この原因は、親が目を離していたからという理由や、子どもの無防備な行動だけが問題ではなく、むしろ製品の欠陥によるもの作りの側の問題や、事故情報を社会で共有されないことが、不慮の事故の大きな原因であることがわかってきました。子どもの事故を減らすためには、これまでのように、親子の不注意だけが原因であるという誤った社会の認識に対する意識変革が必要です。

今回、市や大村市医師会が中心となり、「Love & Safe

tyおおむら」子どもを事故から守るプロジェクト」を立ちあげ、子どもたちを事故から守る社会のシステム作りをはじめました。具体的には、市内の医療機関と消防署などで、子どもたちの事故の情報を収集し、これを産業技術総合研究所で工学的な手法を用いた解析を行い、事故の予防対策や効果的を持続性のある社会の取り組みに繋げて行くというものです。これには、市内の教育機関や警察も参加しており、日本でも他に例のない地域体型的システムです。

大人の死亡原因第1位であるガンに対しては、これまで国家的な予算を投じた対策が行われていますが、子どもの不慮の事故に対しては、国レベルでの政策が不十分です。私たちは、子どもの生きる権利や尊厳を守るため、不慮の事故で子どもの命を失わないために、前進していきたいと思っています。市民の皆さんも、ぜひ社会全体で、子どもを守るLove & Safe tyおおむらプロジェクトにご参加ください。

市民公開セミナー

と き 3月6日(日)、午後1時
ところ さくらホール

■大村市医師会 ☎0151

● **女性のための健康講座**

と き 3月12日(土)、午後1時30分～3時30分
ところ 男女共同参画推進センター
内容 第1部 講話
 「子宮頸がん^{けい}と乳がん^{ちち}検診について」
 講師 松口 一道^{かずみち}氏(市民病院産婦人科医師)
 第2部 チェアエクササイズ
 「一生ものの身体づくり
 ～骨盤底筋群^{ひきもと}の重要性を知ろう!～」
 講師 池田 寿栄^{ひさえ}氏(柔道整復士・健康運動指導士)
参加費 無料
定員 80人
申込方法 3月10日(木)までに電話でお申し込みください。
服装 軽い体操ができる服装

■国保けんこう課(内線140)

● **子育て支援 特別講演会**

親業(おやぎょう)講演会
 ～親業ってなんだろう?～

と き 3月7日(月)、午前10時～正午
 3月9日(水)、午後1時30分～3時30分
ところ こどもセンター
内容 子育てのしかた・接し方、上手な親子の会話など
 講師 中尾 洋子氏(親業インストラクター)
対象 就学前～小・中学生の保護者、関心のある人
定員 各50人
申込方法 事前に電話でお申し込みください。※託児あります。
参加費 無料

■こどもセンター ☎④9100

● **ふれあい健康講座**

ドライスキン(乾燥肌)の予防とケア
 ～あなたの肌は、乾燥していませんか?～

と き 3月5日(土)、午後1時～2時
ところ 市民病院 大会議室
講師 山下 泰子氏(皮膚排泄ケア認定看護師)

※どなたでも参加できます。直接会場へお越しください。
 手話通訳・要約筆記も行います。

■市民病院 ☎②2161

● **こぐまちゃん交通安全クラブ**

毎月幼児の交通事故防止のために幼児交通安全教室を行っています。

対象 保育園や幼稚園に通っていない幼児と保護者
参加費 無料
持参品 クレヨン

と き	内 容
第2木曜日	10:30 昊天宮会館(にこにこ子育てサロン) 植松保育園(ライオンキッズ) 鈴田保育園(わいわいランド) 三城保育所(まーぶる)
偶数月・第3水曜日	
第4水曜日	
第4木曜日	
不定期開催	10:00 福重住民センター
	10:30 こどもセンター(アンパンマンクラブ) 富の原2丁目公民館

※都合により、開催日を変更することがありますので事前にお問い合わせください。

■市交通安全協会 ☎③9889

● **発達障がい講演会**

発達が気になる子どもたちへの理解と支援の方法
 ～心・からだ・ことばを育むために大切なこと～

と き 3月19日(土)、午後1時30分～3時
ところ 市コミセン
講師 井村 弘子氏(言語聴覚士)
 大村市療育支援センター「ステップ」
参加費 無料

■こどもセンター ☎④9100

3月の健康テレホンサービス

(月) CKD-慢性腎臓病- (木) 鼻涙管閉塞症
 (火) つき指 (金) アルコール依存症
 (水) 入園、入学前の注意点 (土/日) 睾丸のしこり

■☎095(826)5511(長崎) ☎0956(23)4300(佐世保)
 ☎0120(555)203

※こどもセンターを訪れたお友だち







ママいきいき講座参加者の皆さん

※■は問い合わせ

※開催場所・問い合わせを記載していないものは、こどもセンターで行います。

Inuiritiuriniingi + ihieialitihl

日	月	火	水	木	金	土
<p>※日曜・祝日の在宅当番医は、変更になる場合があります。ご確認ください。 ●診療時間 午前9時～午後6時 ※歯科は 正午まで</p> 		<p>1 親子愛あい広場 9:30～11:30</p>	<p>2 はじめての離乳食教室 受付 9:50～10:10 郡コミセン</p> <p>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</p>	<p>3 1歳6か月児健康診査 受付 13:00～13:20</p> <p>ふれあいリハビリサロン 14:00～16:00 ■国保けんこう課</p>	<p>4 出前子育てつどい申 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ 竹松住民センター ■にここ子育てサロン</p>	
<p>6 中田外科胃腸科 [外科・胃腸科] 古賀島町 ☎ ☎ 0083</p> <p>よしたレディースクリニック [産科・婦人科] 富の原2丁目 ☎ ☎ 2227</p> <p>いしざか歯科医院 松並1丁目 ☎ ☎ 4130</p>	<p>7 パパと日曜日 10:00～15:00</p> <p>ことばと心の相談室 13:30～16:00 ・言語聴覚士によることばの相談</p> <p>2歳児のお部屋 10:00～正午</p>	<p>8 親子愛あい広場 9:30～11:30</p> <p>ことばと心の相談室 13:30～16:00 ・言語聴覚士によることばの相談</p>	<p>9 乳幼児すくすく健康相談 受付 13:30～15:00 郡コミセン</p> <p>給食試食会申 10:00～正午 中央保育所(なつみかん)</p>	<p>10 3歳児健康診査 受付 13:00～13:20</p> <p>ふれあいリハビリサロン 14:00～16:00 ■国保けんこう課</p> <p>出前子育てつどい申 三浦住民センター ■わいわいランド</p>	<p>11 出前子育てつどい申 郡コミセン ■にここ子育てサロン</p>	
<p>13 おおつか内科医院 [内科・呼吸器科] 西三城町 ☎ ☎ 8080</p> <p>下山耳鼻咽喉科医院 [耳鼻咽喉科] 原口町 ☎ ☎ 0648</p> <p>南原歯科医院 皆同町 ☎ ☎ 1120</p>	<p>14 パパと日曜日 10:00～15:00</p> <p>ことばと心の相談室 13:30～16:00 ・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</p> <p>3歳以上児のお部屋 10:00～正午</p>	<p>15 ことばと心の相談室 13:30～16:00 ・言語聴覚士によることばの相談</p>	<p>16 マタニティ&ベビーのお部屋 10:00～正午</p> <p>おはなしの会 11:00～、図書館</p>	<p>17 1歳6か月児健康診査 受付 13:00～13:20</p> <p>ふれあいリハビリサロン 14:00～16:00 ■国保けんこう課</p> <p>献血車巡回日 9:30～11:30 市役所前 ■国保けんこう課</p>	<p>18 3歳児健康診査 受付 13:00～13:20</p> <p>出前子育てつどい申 郡コミセン ■にここ子育てサロン</p>	<p>19 耳とことばの相談 13:00～15:00 ・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</p>
<p>20 川本内科医院 [内科] 久原1丁目 ☎ ☎ 5675</p> <p>うみの星眼科 [眼科] 竹松本町 ☎ ☎ 4040</p> <p>岡歯科医院 東三城町 ☎ ☎ 5277</p>	<p>21 さくらクリニック [内科・消化器科] 池田1丁目 ☎ ☎ 8819</p> <p>いわさき眼科医院 [眼科] 本町 ☎ ☎ 3435</p> <p>えんどう歯科医院 久原2丁目 ☎ ☎ 3800</p>		<p>23 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</p>	<p>24 ふれあいリハビリサロン 14:00～16:00 ■国保けんこう課</p>	<p>25 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</p>	<p>■問い合わせ こどもセンター 〒856-0832大村市本町413-2 ☎ ☎ 9100 FAX ☎ 9174</p> <p>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 泉天宮保育園) ☎ ☎ 0922</p> <p>・わいわいらんど(鈴田保育園) ☎ ☎ 5388</p> <p>・ライオンキッズ(植松保育園) ☎ ☎ 5056</p> <p>・げんきッズ(ひまわり児童館) ☎ ☎ 2722</p> <p>・こばん(郡コミセン内) ☎ ☎ 1351</p> <p>・なつみかん(中央保育所) ☎ ☎ 2421</p> <p>・まーぶる(三城保育所) ☎ ☎ 2257</p> <p>・子育てひろば(こどもセンター内) ☎ ☎ 9100</p>
<p>27 岡循環器内科 [内科・循環器科] 東三城町 ☎ ☎ 3000</p> <p>篠原皮ふ科クリニック [皮膚科・アレルギー科] 上諏訪町 ☎ ☎ 1677</p> <p>とやま歯科医院 富の原1丁目 ☎ ☎ 6255</p>	<p>28 パパと日曜日 10:00～15:00</p>	<p>●1歳6か月児健康診査 …平成21年8月生まれのお子さんに通知しています(2歳未満まで受診可能)</p> <p>●3歳児健康診査 …平成19年9月生まれのお子さんに通知しています(4歳未満まで受診可能)</p> <p>●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</p> <p>●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) …就学前のことばの発達に気になるお父さんや、育児でお困りのお母さんが対象</p> <p>●乳幼児すくすく健康相談(予約不要、母子健康手帳持参) …計測、育児・栄養・歯科・心理相談(歯科・心理相談は午後のみ)</p> <p>…読み聞かせ用の絵本を配布(対象:1歳児未満)</p> <p>●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)</p>				

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～、散歩に行こう。各支援センターへ、3月1日(火)10:00～、電話または直接お申し込みください。
- 2歳児のお部屋、3歳以上児のお部屋…交流室は対象年齢のみ利用できます。(対象年齢以外の人はプレイルームをご利用ください。)
- 給食試食会…先着10人(親子合わせて)。1人150円。3月1日(火)、10:00～、電話または直接お申し込みください。
- マタニティ&ベビーのお部屋…0歳児のお父さんと保護者、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。パパと就学前のお父さんが対象。

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。お父さんの体調の良いときに受けてください。

大村の ひなまつり

第10回 長崎街道

大村宿ひなまつり

■とき 3月3日(木)～4月3日(日)

■ところ 中央商店街アーケード

☆ひな人形の展示

アーケード商店街各店や「ひなの宿」特設会場(旧ふくたに)に、市民の皆さんからお預かりしたひな人形を展示します。また、空き店舗のシャッターを利用して保育園児が作った特大イラストを展示します。

☆食の祭典…おおむら食市食座

3/19(土) 11:00～／中央商店街内

大村名物グルメ実演販売会

大村カレーや大村にごみ、大村寿司が大集合!

3/20(日) 13:00～／大村浜屋前広場

おおむらスイーツコンテストIN長崎街道大村宿ひなまつり

地元産の食材を使ったスイーツのコンテストと実演販売!

3/26(土) 17:00～／中央商店街内

創作ひなのカクテル実演販売と春宵さくらないと

創作カクテルの販売とビッグカントリーオーケストラのコンサート!

☆一店逸品お店めぐりツアー

申し込み・問い合わせ ☎②3504(村田神仏堂)

1回目…3/7(月)～9(水) 11:00～2時間程度

2回目…4/1(金)～3(日) 11:00～2時間程度

参加費500円

3コースのツアーがあります。詳しくはお問い合わせください。

☆そのほかのイベント

3/3(木) 11:00 オープニングセレモニー／「ひなの宿」特設会場

3/5(土) 10:00 学童保育連合会「おおむら探検するばい」／中央商店街内

11:00 草春お茶会／大村浜屋前広場

11:00 一人一箱古本市／中央商店街内

3/12(土) 11:00 第5回ちびっ子文化祭／大村浜屋前広場

■問い合わせ

長崎街道大村宿ひなまつり実行委員会 ☎090(9791)6176(やすなが)

旧楠本正隆屋敷

大村のひなまつり

4月の旧暦の「桃の節句」に合わせて、大村の城下町を代表する武家屋敷・旧楠本正隆屋敷で、藩主大村家に伝わるお雛様を展示します。

大村公園や旧円融寺庭園を彩る満開のサクラと併せてお楽しみください。

■とき 3月26日(土)～4月10日(日)
9:00～17:00(開催期間中は無休)

■ところ 旧楠本正隆屋敷(玖島2丁目)

■入場料 大人200円／小中学生100円



大村藩主純熙公の息女、憲子姫のお雛様。
明治初期に京都で作られたもの。

◎開催イベント

☆いけばなの集い

3月27日(日) 14:00～15:00

お雛様を前に、いけばなの実演を行います。

※協力:池坊いけばな笹山社中

☆雛の茶会

4月2日(土)・4月3日(日) 10:00～15:00

呈茶代:300円(入場料別)

※当日は混み合いますので、マイカーでのご来場はなるべくご遠慮ください。

※協力:大村市茶道連合会

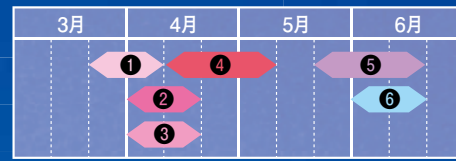
■文化振興課(内線369)

色彩の春 旬です「花のまち大村」 おおむら花まつり

「花のまち大村」はこれから見ごろを迎えます。サクラをはじめ、ツツジ、シャクナゲ、ハナショウブ、アジサイなどの花が、春から初夏にかけて次から次へと咲き続きます。

大村公園 [玖島1丁目]

花まつり 3月25日～6月20日



- ①ソメイヨシノ [3月下旬～4月上旬] 1,500本
- ②オオムラザクラ [4月上旬～4月中旬] 300本
- ③ヤエザクラ [4月上旬～4月中旬] 200本
- ④ツツジ [4月中旬～5月上旬] 1万本
- ⑤ハナショウブ [5月下旬～6月中旬] 10万株・30万本
- ⑥アジサイ [6月上旬～6月中旬] 7,000本

旧円融寺庭園

[玖島2丁目]
サクラ [4月上旬] 100本

野岳湖公園

[東野岳町]
サクラ [4月上旬] 450本

琴平スカイパーク

[原町]
サクラ [4月上旬] 300本

裏見の滝自然花苑

[立福寺町]
シャクナゲ [4月上旬～5月上旬] 5,800本

シャクナゲの里

[中岳町]
シャクナゲ [4月中旬～4月下旬] 2,500本

岳ノ木場公園

[上諏訪町]
ツツジ [4月中旬～5月上旬] 3万本
アジサイ [6月上旬～6月中旬] 8,000本

■観光振興課(内線242)

《春さるく》

サクラの名所・大村公園から、周辺の史跡をボランティアガイドの案内で散策します。

- 実施日 3月25日(金)～31日(木)
- 出発時間 13:00～(約2時間程度)
- 参加費 200円
- 定員 20人(最少催行人数:4人)
- 申込方法 実施日の3日前までに、電話・ファクス・メールでお申し込みください。
- コース 大村公園案内所▶五教館御成門▶小姓小路武家屋敷通り▶旧楠本正隆屋敷▶旧円融寺庭園▶草場小路武家屋敷通り▶上小路武家屋敷通り▶大村公園

《市内観光周遊バス》

春の観光シーズンに大村を訪れた観光客の皆さんに、市内の史跡、大河ドラマ「龍馬伝」のロケ地をボランティアガイドの案内で周遊する、市内観光周遊バスを運行します。

- 実施日 3月25日(金)～31日(木)※当日受付
- 出発時間 11:00、13:30の2回(約90分程度)
- 参加費 200円
- コース 大村公園案内所▶寺島▶五教館御成門▶旧楠本正隆屋敷▶旧円融寺庭園▶本経寺▶大村駅▶大村公園

桜まつり シュガーロード [長崎街道] 大村すいーつ祭り

市内の和洋菓子店から出品された、自慢のスイーツを一堂に集め販売します。お好みのスイーツをお楽しみください。

●とき/4月3日(日) ●ところ/大村公園板敷櫓下広場

■大村市観光コンベンション協会

☎ 3605 FAX 3652 ✉ kanko@e-oomura.jp

