

広報

おおむら

11
2012

No.1399

「火の用心」を教わったよ！

子どもたちに防火の知識を高めてもらおうと「ちびっ子防火大会」が行われました。子どもたちは憧れの消防士と記念撮影。お兄さんたちはわかりやすく「火の用心」を教えてくださいました。(10月2日、大村消防署)



特集 今日からはじめよう骨の健康づくり…2～5歳

カメラスポット…6～7歳
市政のできごと、市長コラム…8～9歳
行政らしんばん…10～11歳
情報ひろば…12～19歳

オレンジリボンキャンペーンを実施します…20歳
子育て健康…21～23歳
おおむら秋まつり、
おおむらロードレース大会…24歳



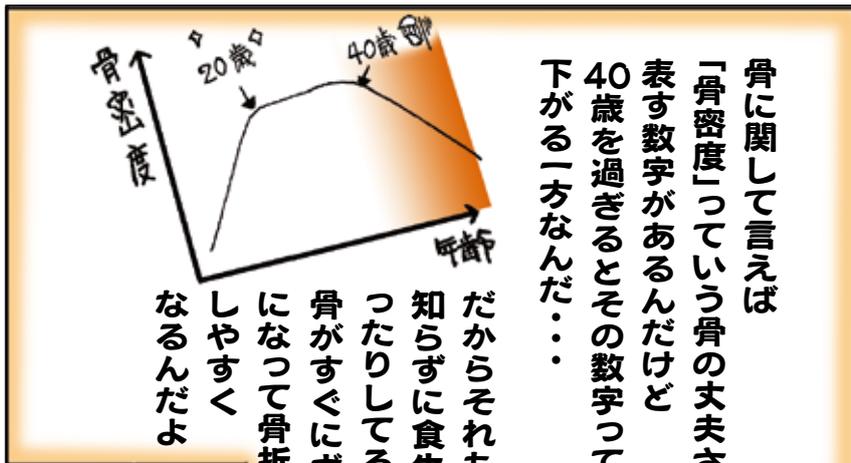
大村市マスコットキャラクター
おおむらんちゃん

未来へつなげる!!

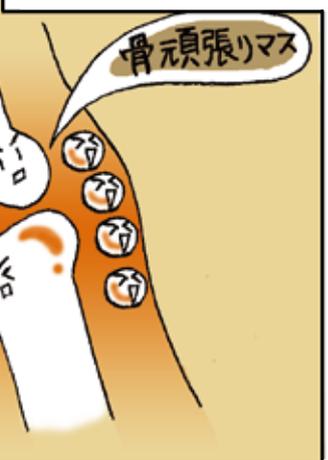
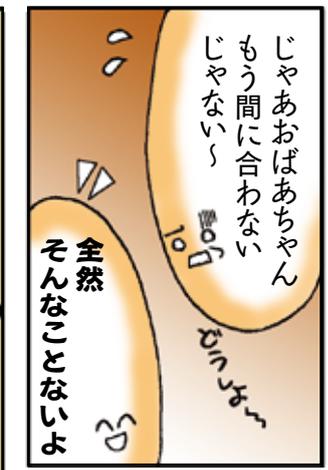


市制施行70周年記念事業
平成24年1月～12月

～今日からはじめよう骨の健康づくり～



だからそれも知らずに食生活も偏ったりしていると骨がすぐにボロボロしやすくなるんだよ



若いからって油断大敵!?

自覚症状が出にくい骨粗しょう症

骨粗しょう症は、長い時間をかけてゆっくりと進行するため、骨が弱くなっても最初は痛みなどが無く、見逃してしまいがちです。

一般的に女性に比べ男性がより骨太く、骨量が多いと言われています。男女ともに10代後半から20代にかけて最大骨量となり、その後しばらくはその骨量を維持しますが、40歳前後を境に骨量は徐々に減少していきます。男女を比較すると、特に女性に顕著に変化が現れます。

年齢とともに骨量の減量を止めることはできませんが、**カルシウムを十分にとり運動を行う**など、生活習慣の改善で骨量の減少をおさえることができます。

こんな症状が出たら
要注意!

- *身長が前より縮んだ
- *背中が曲がり姿勢が悪くなった
- *外出すると疲れる
- *背中や腰の痛みで家事が辛い
- *立ち上がる時に、腰や背中が痛い



じわじわと骨はつぶれている...

年をとるとともに腰が曲がったり背が縮んだりするのは老化現象だと思われがちですが、これも骨粗しょう症の初期症状です。

背骨や腰骨がまるで鬆が入ったようにスカスカになるため、強度が保てず徐々につぶれていきます。背中の骨がつぶれて身長が縮むと肺や内臓を圧迫し、胃や肺などの動きが悪くなることがあります。

また、骨がもろくなり、重度の骨粗しょう症になると、些細な動作や衝撃で転倒骨折し、長期入院するなど介護が必要な状態になることも少なくありません。

骨粗しょう症で骨折しやすい部位

- *太もものつけ根
- *手首
- *背骨



今日から始めよう! 骨粗しょう症予防

骨量を若いうちに増やしておくことはとても大切なことだよ。40歳を過ぎてからも骨量の減少を抑え、折れにくく丈夫な骨を保つことで骨粗しょう症予防ができるよ。

食生活を見直そう!

牛乳・乳製品

資料(五訂日本食品標準成分表)



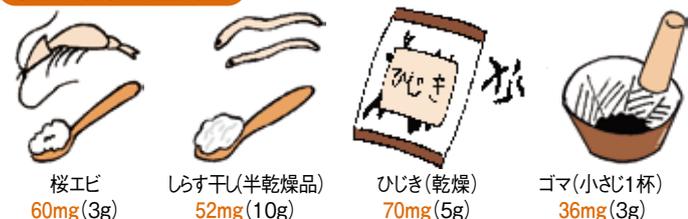
牛乳(コップ1杯) 220mg(200g)
 ヨーグルト(小1個) ※全脂無糖 120mg(100g)
 チーズ(1枚) 126mg(20g)
 スkimミルク(大さじ1杯) 66mg(6g)

野菜類



小松菜(小鉢1杯) 105mg(ゆで70g)
 ほうれん草(小鉢1杯) 48mg(ゆで70g)
 チンゲン菜(小鉢1杯) 84mg(ゆで70g)
 切干ダイコン(小鉢1杯) 54mg(乾燥10g)

小魚・海藻類・種実類



桜エビ 60mg(3g)
 しらす干し(半乾燥品) 52mg(10g)
 ひじき(乾燥) 70mg(5g)
 ゴマ(小さじ1杯) 36mg(3g)

大豆・大豆製品



木綿豆腐(1/2丁) 180mg(150g)
 厚揚げ(1/2丁) 180mg(75g)
 高野豆腐(1個) 105mg(16g)
 納豆(小1パック) 40mg(45g)

Point

毎日の食卓にカルシウムの多い食品をもう1品取り入れましょう!

1日に必要なカルシウム量
50歳以上 約700mg

日本人はカルシウム不足といわれています。必要なカルシウム量を摂取するには、カルシウムの多い食品を意識して選択することが大切です。

POINT

- ★牛乳は毎日1杯飲みましょう
 - ★間食にヨーグルト、チーズなどを取り入れましょう
 - ★大豆製品、海藻類、魚介類はそれぞれ1日1品以上、食卓に取り入れましょう
- 例:冷やっこ、ひじきの煮物、小魚ふりかけ など

Let's Try ~目指せ、カルシウム達人!!~

- ☆スプーン1杯分の牛乳を茶碗蒸し、卵焼き、みそ汁、スープなどの隠し味に!
- ☆ソースやドレッシングにヨーグルトをプラスする
- ☆ホットケーキや揚げ物の衣にスキムミルクや粉チーズを混ぜる
- ☆乾燥食品(ひじき・高野豆腐・桜エビ・しらす干し)は揚げ物やサラダに取り入れる
- ☆煮干し、桜エビなどをフードプロセッサーにかけ、粉状にしてゴマを加え、フライパンで乾煎りしたら、手作りふりかけのできあがり!

簡単おやつでカルシウム!

Menu チーズせんべい



1人分…67カロリー/塩分0.7g/カルシウム129mg

材料(1人分)

・とろけるチーズ…18g ・しらす干し…3g

作り方

- ①クッキングシートの上に、大さじ1杯程度のチーズを薄く敷いて上にしらす干しをちらす
- ②電子レンジで2～3分程度加熱する

カルシウム以外の栄養素も大切です

魚介類やきのこ類などに多く含まれるビタミンDは、腸管でカルシウムを取り込む効率をよくする働きがあります。

また、ビタミンKは骨からカルシウムが溶け出すことを防ぎ、骨の形成を助ける働きがあります。

ビタミンDが豊富な食品



魚介類
(サケ・マグロ・サバ・サンマ
・カツオ・イワナなど)

乾物
(きくらげ・干しシイタケなど)

Point
酔を上手に使うと
吸収率がアップします!!

日光を浴びることも大切だよ!



ビタミンKが豊富な食品



納豆

ブロッコリー・ほうれん草

チーズ

レバー

自宅で毎日コツコツ(骨骨)実践!

～自宅で簡単にできる運動を紹介します～

スクワット(ふくらはぎと太ももの強化)

- ①イスの後ろに立ち背もたれを軽く持つ。
- ②かかととは床につけたまま、息を吐きながら、お尻を軽く突き出すようにゆっくりと腰を下ろす。
- ③ゆっくり息を吐きながら、上体を元に戻す。これを5回行う。

Point
・膝の角度は120度程度
※90度まで曲げない
・つま先より、膝が出ないように注意する
・手はイスをしっかりと握っておく

足の裏を合わせて上げ下げ(腹の筋力アップ)

- ①両手を軽く後ろにつけて上体を支える。
- ②足裏を軽く合わせ、そのままゆっくり上げ下げする動作を繰り返す。

Point
・足を上げるときは、足に力を入れず後ろによりかからない
・足を上げた後、3～5秒静止する



定期的な運動習慣を身につけよう

運動で骨粗しょう症予防

若いうちに骨量を増やしておくことは大切なことですが、40歳を過ぎてからも骨量の減少を抑えることで骨粗しょう症は予防できます。強い骨を作り維持するには、運動による適度な負荷(圧力)をかけると骨を作る細胞が活性化し、カルシウムが骨に沈着しやすくなります。

歩くことから始めてみましょう

骨を強くするには運動が大切です。しかし、今まで運動習慣がない人や高齢者が急に運動を始めると、けがや骨折などの事故を起こす原因になります。

※激しい運動より、継続的に続けられる運動が効果的です。

ウォーキングは自分のペースで手軽に始められる、おすすめの運動です。膝や腰が痛くて歩くのが困難な人は、室内でできる運動、ノルディックウォーキングや水中ウォーキングがおすすめです。

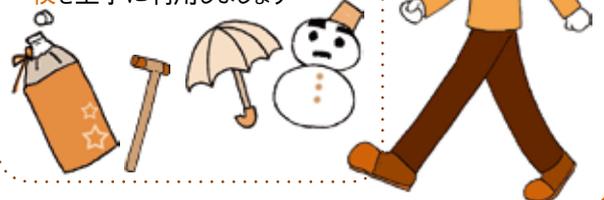
※ノルディックウォーキングとは…ポール(2本)を使ったウォーキング。足首・膝・腰への負担が軽減し、エクササイズ効率が高まり、バランスも安定します。

Point ~ウォーキングの心得~

- ・視線はやや遠くを見る
- ・前を向きあごを引く
- ・肩の力を抜いて腕を軽く振る
- ・背筋を伸ばし、上体をそらさない
- ・おなかを引き締めて腰に重心をおく
- ・歩幅は広めでリズムカルに歩く
- ・足を前に出すときは膝を伸ばし、かかとから着地する
- ・歩きやすい靴、動きやすい服装(帽子着用)にする
- ・ポケットに手を入れて歩かない

ウォーキング時の注意

- ・足元の滑りやすい雨や雪の日は注意しましょう
- ・こまめに水分を補給しましょう
- ・杖を上手に利用しましょう



大きく動いて家事能力・筋力UP!!

日頃行っている家事の中でも、意外と体を動かしていることを知っていますか。掃除、洗濯、布団の出し入れ、買い物など、いつもの家事を少し意識を変えて行うだけで、骨に刺激を与える運動になります。家をきれいにしながら、動かす筋肉を意識し、骨の強化を図りましょう。

毎日の家事で骨を鍛えよう!!

- *窓・床ふき…手首だけでなく、肘や肩から大きく動かす。
- *買い物…歩幅を大きくし、買い物袋を持つ手はしっかりと筋肉を意識する。
- *洗濯…洗濯かごと物干し竿の往復は、腕の筋肉を意識する。
- *掃除機…手だけで動かさず、肘や肩から大きく動かす。



家庭内には危ないところがいっぱい?!

骨粗しょう症が進行すると、些細なことで骨折してしまう危険があります。実際、高齢者の骨折の半数は家庭内で起きています。

普段過ごしている家庭内環境を見直しましょう。

介護保険などの公的制度で整備できます

高齢者が安全に生活できるよう住宅環境を整備する場合は、公的制度を利用することができます。

介護保険制度で介護が必要と認められた高齢者は、転倒防止用の手すりや段差をなくすスロープなど、福祉用具の貸与が受けられます。また、住宅改修の費用も受け取ることができます。



健康サロンをご紹介します

高齢者が集う場所や健康を維持できるような取り組みができないかと地域の皆さんと考え、「富の原健康サロン」を設立しました。今ではお茶を飲みながら会話を楽しんだり、体操をする場として盛り上がっています。

皆さんの地区でも一緒にサロンを立ち上げてみませんか。



耳より情報!

サロン立ち上げの際は、助成(元気老人活動基盤整備事業)があります。詳しくはご相談ください。



お気軽にご相談ください

長寿介護課では、高齢者に必要なさまざまなサポートや事業を行っています。お気軽にご相談ください。

こんな人は、大村市生きがいサポートセンターへご連絡ください。

- *トレーニングセンターを利用してみたい
- *介護認定は受けていないが、最近、筋肉が落ちてきたと感じるので、運動教室に参加したい
- *手すりなどの福祉用具の貸与を受けたい
- *食欲がなく、食事相談を受けたい
- *一人暮らしになり、料理を覚えたい
- *食事を配達してほしい など

■長寿介護課 ☎@7301

一人ひとりに
応じた支援やサポートを
ご紹介します



10/
3~6**幻** ▶大村城下町灯籠まつり
幻想的にライトアップ

夕暮れの風情ある城下町を楽しむ「大村城下町灯籠まつり」を開催しました。ライトアップされた旧楠本正隆屋敷の庭園では「夕暮れさるく」の参加者などが、お茶会やミニコンサートを楽しみ、幻想的な雰囲気の中で癒しのひとときを過ごしました。

10/
6**稲** ▶田んぼアート観賞会
稲穂で「がんばくん」を描きました

大村城南高校の水田に稲穂が実り、共に田植えを行った園児たちを招いて「田んぼアート」の鑑賞会が行われました。今年は、2014年に開催される「長崎がんばらんば国体」をPRするため、緑米や観賞用のイネで色分けし「がんばくん」を描きました。

10/
7,8**色** ▶フラワーガーデンコンテスト
色とりどりの花を使って庭自慢

市制施行70周年記念事業「フラワーガーデンコンテスト」を森園公園で開催しました。会場には色とりどりの花を使ってガーデニングが施され、来場した皆さんが人気投票を行いました。このほか、ライブイベントや花植えなども行い、たくさんの家族連れでにぎわいました。

9/
15**市** ▶城下町大村秋の音楽祭オープニングコンサート
市内各所で素敵な音楽をお届け

市制施行70周年記念音楽祭事業の一環として「城下町大村秋の音楽祭」が開催され、43日間、市内20会場で28回に及ぶコンサートが行われました。この日はオープニングを祝って、OMURA室内合奏団の演奏や市内の合唱団による合唱がガレリア広場で披露されました。

9/
23**大** ▶70周年記念MUSIC FIESTA
村ゆかりのミュージシャンが共演!

大村出身や県内で活躍するプロ・アマのミュージシャンが一堂に集い、「MUSIC FIESTA」をさくらホールで開催しました。これは、市制施行70周年を祝う音楽祭事業として開催したもので、会場に集まった皆さんは実力派アーティストのステージに酔いしれていました。

10/
2**遊** ▶第25回ちびっ子防火大会
遊びを通して火の用心!

市内の幼稚園や保育園の園児に遊びを通して防火の知識を高めてもらおうと「ちびっ子防火大会」が大村消防署で行われました。園児たちは消防士のお兄さんたちの仕事を見学した後、身近な遊びを体験しながら楽しく「火の用心」について学びました。

10/7 **各** ▶第48回市民スポーツ大会
所で熱戦を展開!



【優勝チーム】
○ソフトボール 鬼橋町
○バレーボール 鬼橋町
○ゲートボール 大村さくら
○グラウンドゴルフ
A:上久原グラウンドゴルフ愛好会
B:大村シルバー同好会
○インディアカ
男子:放虎さざなみ
女子:さざなみ
○ソフトバレーボール 坂口

9/22-23 **辺** ▶ひがん花まつり
り一面ヒガンバナのじゅうたん!



市街を一望できる野岳地区の鉢巻山山頂で、恒例の「ひがん花まつり」が開催されました。辺りには赤や白、黄色のヒガンバナが咲き誇り、皆さんは記念撮影するなど花と景色を楽しみました。

10/7 **秋** ▶琴平岳展望所花いっぱい事業
風に吹かれながら花植え体験



琴平岳展望所で「花いっぱいイベント」が行われました。参加した子どもたちは、花植えやスケッチ、ゲームなどを楽しみ、秋風そよぐ山の上で楽しい休日をお過ごししました。

10/6-7 **練** ▶第33回コミセンまつり
習の成果を観客の前で披露



市コミセンを定期的に利用し生涯学習を楽しむ団体が、展示発表や舞台発表などを行う「コミセンまつり」を行いました。舞台発表では、ダンスやコーラスなど、日頃の成果を十分に発揮していました。



君の夢 はばたけ今 ながさきから
長崎がんばらんば国体 2014
長崎がんばらんば大会 2014

第69回国民体育大会 / 第14回全国障害者スポーツ大会

vol.6

「ぎふ清流国体」での本市出身の選手たちの活躍を願って行った壮行式の様子と、大村市で開催する卓球競技について紹介します。

「ぎふ清流国体」での活躍を願って

9月29日から開催された「ぎふ清流国体」(第67回国民体育大会)に長崎県代表として参加された皆さんを激励するため、「大村市選手団結団壮行式」を市コミセンで行いました。

壮行式にはがんばくんもかけつけ、大村市出身の選手や監督が岐阜で活躍するよう皆さんを激励しました。

2年後はいよいよ「長崎がんばらんば国体」です。市民一丸となって国体を盛り上げていきましょう!

9/19



競技紹介(その4) **卓球競技とは...**

対面した選手が卓球台の中央のネットを挟んで、直径4cmのセルロイド製のボールをラケットで打ち合い得点を競うスポーツです。

狭い台の上で重量2.7gの軽くて小さいボールを高速で打ち合うので、目の離せない迫力あるゲーム展開が繰り広げられます。

長崎がんばらんば国体卓球競技会

とき

平成26年10月13日(月)祝~16日(木)

ところ

大村市体育文化センター



■長崎がんばらんば国体大村市実行委員会事務局
(国体推進課内・内線269)

9/30

情熱伝わる講演会に拍手喝采

市

制施行70周年を記念して、「第3回心に残る講演会」をさくらホールで開催しました。

大学在学中に自身の経験をユーモラスにつづった「五体不満足」の著者で元小学校教師の乙武洋匡さんを講師に迎え、「チャレンジ精神を忘れずに！」と題して「講演会」いただきました。

乙武さんは、自身の障がいのことや教員免許を取得し教育の現場で得た経験などについて、明るくユーモアたっぷりに話され、会場に集まった約800人の観客から盛大な拍手が送られました。

「第3回心に残る講演会」乙武洋匡氏講演会



10/3

郷土の味をおむらんちゃんとともに

市

内の飲食店などで組織する「おいしいいんかい」の皆さんが「おむらんちゃん弁当」を開発し、松本市長お披露目しました。

これは、市制施行70周年「食の祭典」の環として取り組まれたもので、大村寿司やごみなどの郷土料理を中心に詰め合わせ、大村オリジナルの弁当を製作しました。

市のマスコットキャラクターのおむらんちゃんの掛け紙で包み込まれた「おむらんちゃん弁当」は、今後改良を重ね市内で開催するイベントなどを中心に、1個840円で販売されます。

「おむらんちゃん弁当」完成



10/10

広域農道「大村東彼杵地区」全線開通

広

域営農団地農道大村東彼杵地区が全線完成し、東彼杵町の千綿大橋付近で開通式が行われました。

この農道は、大村レインボーロードと東彼杵地域を結ぶ基幹農道として平成12年から建設していたもので、これまで一部区間を供用していましたが、このたび松原地区の野岳町から東彼杵町への全線約11.9kmが完成し供用を開始しました。

農道の完成により大村・東彼杵地域の営農団地が横断的につながり、農畜産物の輸送や農村生活環境の改善に大きく寄与します。

広域営農団地農道大村東彼杵地区開通式



心に残った…講演会

市長コラム vol.15

市制施行70周年を記念して「心に残る講演会」を開催しています。第3回目は、9月30日「さくらホール」に乙武洋匡さんをお招きしました。会場は超満員。コメン大会議室にもモニターを設置し、約800人の市民の皆さんに聞いていただきました。

乙武さんが大学在学中に執筆した「五体不満足」では、生まれつき四肢がない障がいを抱えながら、障がいは不便利です。しかし、不幸ではありません。また、「助け合いができる社会が崩壊したと言われて久しい。そんな血の通った社会を再び構築しよう。救世主となるのが、もしかすると障害者なのかもしれない」などのメッセージが多くの人々の共感を呼びベストセラーとなりました。

想像できない障がいを持たれながらも明るく元氣な乙武さんの話に、会場中は拍手喝采でした。特に私は講演後の聴衆との質疑応答が大変印象に残りました。

「先生はいろいろな仕事をしたいらっしゃいますが、これからどんな仕事をしたいですか？」という素直な小学生の質問に、「いろいろな可能性があると思います。僕もこれから何の仕事ができるのか、ワクワクしています」とやさしく笑顔で答えられました。

「いじめ問題についてどう思われますか？」との、中年男性の質問には、「いじめは絶対に起こるもので、ゼロにはできないと思う。学校現場でいかに早く察知し、どう対処するかが大切なことではないでしょうか」と、3年間小学校の教壇に立たれた経験も踏まえ真剣に答えられました。

そして、若い女性が乙武さんにお礼を言われました。「きつとこれまで、ご自身の辛かったであろうことは計り知れなかつたでしょうに、ユーモアを交えわかりやすくお話しくださいました。これから未来のある子どもたちにも伝わったことと思います」「私自身も足が不自由になって気付いたことは数多くあります。障がいを持っていても健常者と一緒、当たり前前に生活できるように社会こそが理想的な社会だと思います。私も乙武さんの講演テーマであった「チャレンジ精神を忘れずに」、毎日をごんぱり続けたいと思います。」

大村市暴力団排除条例を施行しました

市 民の安心・安全な生活と、社会経済活動の健全な発展のために「大村市暴力団排除条例」を制定し、10月1日に施行しました。

条例の内容

「暴力団を恐れない」「暴力団に対し資金を提供しない」「暴力団を利用しない」ことを基本理念として、本市と市民、事業者が果たすべき役割や責務を定めています。

【市民、事業者の役割】

○暴力団を利用しない、暴力団へ金品や利益を提供しない

【市の役割】

○国や県などと連携し、暴力団排除に関する施策を推進する

○公共工事の入札などに暴力団や関係者を参加させない、市の施設を暴力団活動に利用させない

○市民による暴力団排除活動への情報提供や、啓発・広報活動などを支援する

これを機に、市民の皆さんと協力し、関係各機関と連携しながら、暴力団のない平穏なまちづくりを推進します。皆さんのご協力をお願いします。

■危機管理室(内線220)



大 村市暴力団排除条例の施行に合わせて、大村警察署との間で「大村市暴力団排除対策に関する協定書」の締結を、市役所で行いました。これは、同条例の適正な運用と実効性を確保し、大村警察署と情報を共有しながら対策を講じることを目的として締結されたものです。

締結式では、松本崇市長と大村警察署の秋泉尚寿署長が、相互に協定書にサインし、今後の連携強化を約束するため固く握手を交わしました。



第五次行政改革 平成23年度の実績を報告します

現 在、市では第五次行政改革に取り組んでいます。

これは、市民の目線に立ち創意工夫して最少の経費で最大の効果を上げようと推進しているもので、平成23年度から27年度までの5年間で計画期間として取り組んでいます。

●順調にスタートしました●

第五次行政改革では、43項目の改善改革策に取り組むことを目標にしています。平成23年度は、のうち33項目に取り組み、順調にスタートしました。

【主な取り組み】

- ・市税等の収納率向上対策の強化
- ・社会保障費の支給適正化
- ・学校給食共同調理場業務などの民間委託
- ・市民協働の推進

●1億6,370万円の効果を達成●

この行政改革による取り組みが市の財政に与える効果をわかりやすくするため、今後の財政の見通しを踏まえながら年度ごとに目標効果額を設定しています。5年間の目標効果額は総額10億9,663万円です。

平成23年度の実績は、当初の目標額3,023万円に対して、1億6,370万円の効果を達成しました。

【効果額が大きかった主な取り組み】

- ・市税の収納率向上(6,801万円)
- ・人件費の総量抑制(4,572万円)

●今後の取り組み●

平成23年度は、市民の皆さまのご理解とご協力により、目標を上回る効果を達成することができました。

今後は、疾病予防や介護予防対策の推進など、近年増加傾向にある社会保障費の支給適正化の取り組みをさらに強化するよう検討していきます。

■行革推進課(内線220)

H23年度実績	取組数		効果額(千円)		
	全項目数	実施項目数	目標額	効果額	達成率
第五次行政改革の基本目標					
1健全な財政運営	17	14	38,050	142,580	374.7%
2行政経営システムの確立	15	12	△8,282	20,652	—
3市民との協働型市政の推進	5	2	469	469	100.0%
4組織力職員力の向上	6	5	—	—	—
合計	43	33	30,237	163,701	541.4%

※上記のうち、マイナス(△)の表示は、行政改革による一時的な経費の増額を示しています。

※実績報告書は各住民センターに配置しているほか、市のホームページでもご覧いただけます。



秋季全国火災予防運動を実施します
11月9日(金)～15日(木)

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し、住宅防火対策に取り組みましょう。

統一標語
消すまでは 出ない行かない 離れない

住宅防火のちを守る7つのポイント

- 3つの習慣**
- 寝たばこは、絶対やめる。
 - ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
 - ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。
- 4つの対策**
- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
 - 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。
 - 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
 - お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力度体制をつくる。
- サイレンを鳴らします。**
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)

新しい教育長が就任しました

10月5日付けで新しい教育長が就任しました。
▼教育長 黒田哲夫



(略歴)
元教育庁 高総体 準備室長
元教育庁 体育保健課長

大村市子ども夢基金の運用状況を公表します

平成23年度の「大村市子ども夢基金」の運用状況について公表します。
平成23年度(決算)

【運用状況】

年度当初残高①	187,270,446円
積立金②	100,000,000円
寄附金③	11,178円
合計④(①+②+③)	287,281,624円
事業への繰入額⑤	135,554,080円
年度末残高(④-⑤)	151,727,544円

【基金活用状況】

- ・就学前児童子育て支援事業(第2子保育料無料化)
 - ・思春期子宮頸がん予防対策事業
 - ・ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン接種事業
- ※平成24年度はこの事業に加え、地方裁量型認定子ども園運営円滑化事業や、不妊症支援対策事業、奨学金事業に活用しています。

■子ども政策課 ☎549100

「九州北部豪雨災害義援金」へご協力ありがとうございました

多くの市民の皆さまからお寄せいただいた九州北部豪雨災害義援金を、次のとおりお送りしました。

送金日 8月31日
送金先 送金額
各災害義援金口座へ 計 1,331,808円
※福岡・大分・熊本各県の日赤支部へ 各443,936円を送金

■福祉総務課(内線151)

平成25・26年度入札参加資格審査申請を受け付けます

平成25・26年度に市が発注する次の業種について、競争入札および見積に参加を希望する事業所や個人は申請してください。

業種 ①建設工事 ②コンサルタント ③物品など(業務委託を含む)
要領などの配付
11月1日(木)～平成25年1月31日(木)
提出要領・申請様式は、契約課で配布します。また、市のホームページからも入手できます。

申請期間
12月3日(月)～平成25年1月31日(木)

問い合わせ
○建設工事・コンサル業務委託(内線230)
○物品・リース(内線231)

■契約課(内線230)

市内の交通事故発生状況 9月末現在 ※()内は前年同期比

▶人傷事故 393件(+47) ▶死者 2人(±0)
▶負傷者 501件(+38) ▶物損事故 1,208件(+105)

**市の「指定ごみ袋」に掲載する
広告を募集します**

地域経済を活性化させるため、市の「指定ごみ袋」に広告を掲載する事業者を募集します。
申込対象 市内に事業所や営業所を有する企業、商店など

広告規格 指定ごみ袋の広告欄(前面2枠)
1枠あたり(大)縦12センチ、横48センチ(小)縦9センチ、横36センチ

※広告原稿の作成費用は広告主の負担

掲載料金 1枠あたり(大)100,000円、(小)70,000円

※申込単位は1枠から2枠まで

掲載期間 在庫のごみ袋が無くなってから、広告を掲載し作成したごみ袋の在庫が無くなるまで

申込期間 11月1日(木)～30日(金)

申込方法 申請書に必要事項を記入のうえ、掲載広告案(写真や原稿など内容がわかるもの)と、企業概要(会社案内、パンフレットなど)を添えて、担当課へお申し込みください。

※掲載広告案は電子媒体で提出してください。

※申請書、広告掲載等実施要綱は、市のホームページから

入手できます。

※応募数が対象枠数を超えた場合は抽選



環境センター ☎3100

11月は町内会加入促進月間です

「深めよう！地域の絆、参加しよう！町内会活動」

町内会は地域の人たちがお互い協力し合い、住みよいまちづくりを行う組織で、主に加入者の皆さまによって自主的に運営されています。

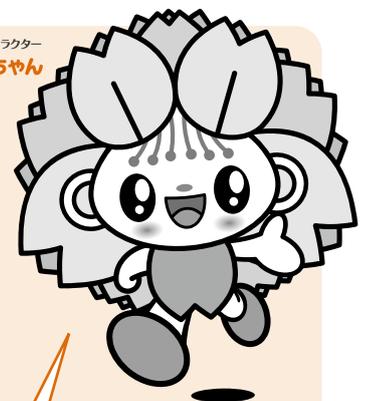
昨年発生した東日本大震災を受けて、非常に時に地域の自主防災活動の中心である町内会の必要性、重要性が再認識されています。町内会の大切さを改めて考えていただき、町内会への加入と活動への参加をお願いします。

○町内会の主な活動

- ・美化活動：住みよい環境をつくるため、資源物の回収や清掃活動などに取り組んでいます。
 - ・親睦活動：地域の皆さまとの交流や連帯感を深めるため、お祭りや運動会などを行っています。
 - ・防犯活動：安全安心な生活を守るため、防犯灯の管理や防犯パトロールを実施しています。
 - ・自主防災活動：地震などの災害に備えて、防災訓練や連絡網の整備などを行っています。
 - ・地区からの要望を取りまとめ、行政への意見や要望などを伝えています。
 - ・市や県などの広報紙や回覧文書などを、行政委員を通じて各世帯に配付しています。
- ※町内会加入については、各地区町内会へどうぞ。
大村市町内会長会連合会

市民の皆さまが安心して暮らせるまちづくりを推進するため、町内会への加入をお勧めいたします。詳しくはお問い合わせください。

地域げんき課(内線185)



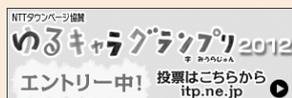
エントリーNO.351です。
みなさん投票してね!

総務課(内線212)

みんなで応援しよう! 1日1票!

おむらんちゃん「ゆるキャラグランプリ」出場中!

市のマスコットキャラクター「おむらんちゃん」が「ゆるキャラグランプリ2012」にエントリーしました。登録すると、1つのIDにつき1日1回投票することができます。みんなで「おむらんちゃん」を応援してください!ご協力をお願いします。



↑ <http://yurugp.jp/>

投票方法 「ゆるキャラグランプリ2012」のホームページで「投票ID登録」(無料)を行ってください。

※パソコン、スマートフォンの皆さんは、市のホームページの「おむらんちゃんの部屋」にバナー画像、おむらんちゃん投票URLを掲載していますのでご利用ください。

※携帯電話の皆さんはQRコードをご利用ください。(ID登録は不要です)

投票締切 11月16日(金)



大村市マスコットキャラクター
おむらんちゃん

お知らせ

情報プラス もよおし 募集

高額医療費の支給申請は
お済みですか

■国保けんこう課(内線119)

国民健康保険に加入している人で、1か月間の医療費の自己負担額が限度額を超えた場合、超えた分を高額療養費として支給します。該当する人は早めに申請してください。ただし、医療費の支払完了日の翌日から2年で時効になりますのでご注意ください。

※限度額は世帯により異なりますので、お問い合わせください。

持 国民健康保険被保険者証、世帯主の印かん、領収書または医療機関発行の領収証明書、振込先の預金通帳

殺虫剤などを飲料容器へ移し替えるのはやめましょう

■国保けんこう課(内線152)

県内で、害虫駆除用の殺虫剤を飲料容器に移し替えたものを、誤ってその家族が口に含む事故がありました。

誤飲を招くような容器に殺虫剤などを移し替えることは、大変危険ですので、絶対にやめましょう。

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
環境センター
☎543100
シーハットおおむら
☎207200
市コミセン
☎543161
市民病院代表
☎522161

国民健康保険の被保険者の皆さんへ
交通事故の際の届け出について

■国保けんこう課(内線111)

交通事故などで受けただけが一時的に国保を使って治療を受けることができます。その際は、市へ被害届の提出が必要です。(後日、国保が加害者に立て替えた治療費を請求します)

持 警察が発行する事故証明書

※届け出がないと国保が使えない場合があります。
※必ず示談の前に届け出てください。

狩猟が解禁されます

■農業水産課(内線255)

期 11月15日(木)～平成25年3月15日(金)期間中は、法令で定められた鳥獣保護区などの規制区域、人家のある場所、公道、公園などを除く山野、海岸などで狩猟が行われます。山歩きや遠足などの際は目的地と行程が狩猟区域外であることを確認のうえ、お出かけください。

※狩猟区域など詳しくはお問い合わせください。

問 県央振興局農業企画課 ☎20389

国民年金保険料控除額証明が発行
されます

■市民課(内線114)

年末調整や確定申告で必要な平成24年分の保険料控除証明が、11月上旬頃郵送されます。大切に保管しておいてください。

問 諫早年金事務所 ☎251666

差押動産をインターネット公売
します

■収納課(内線126)

内 ヤフー提供の「官公庁オークション」で動産を公売します。

期 11月2日(金)午後1時～16日(金)午後11時
オークション方法 せり売り

日 11月26日(月)午後1時～28日(水)午後11時

2013年県民手帳を販売します

■総務課(内線207)

内 サイズ: 9cm×16.5cm 表紙の色 緑

※長崎県がわかる資料編(別冊)付き
500円(税込み)

期 11月上旬～平成25年1月下旬

飲酒運転を根絶しましょう

飲酒運転による痛ましい事故が後を絶ちません。

飲酒運転は犯罪です。絶対にやめましょう。

- ・飲んだら乗らない、乗るなら飲まない。
- ・車を運転する人には酒を出さない。

早めのライト点灯で安全運転を



冬にかけて日が暮れるのが早く、また夕暮れ時は事故が一番多発する時間帯です。

- ・日没1時間前には前照灯をつけましょう
- ・雨天・曇天時は、昼間でも点灯しましょう

点灯の目安 11月～1月…午後4時30分ごろ

早めの点灯は安全運転のシンボルサインです!

警察からののお知らせ

■安全対策課(内線214)



大村市マスコットキャラクター
おむらんちゃん

お気軽にご相談ください

困りごとや心配ごとは
市民110番
消費生活センターへ

各種相談を毎日(平日)、無料で
なっています。お気軽にご相談ください。
 ・悩みや心配、困りごと
 ・金銭に関わる不安
 ・誰に相談したらよいか分からないこと
 ・消費生活に関する相談

11月の定例相談

専門家による相談です(無料)

1日(木)	人権相談 10:00~15:00
7日(水)	⑨法律相談
8日(木)	行政相談 9:30~12:00
14日(水)	行政書士相談 13:00~16:00
20日(火)	人権相談 10:00~15:00
21日(水)	⑨法律相談
27日(火)	交通事故相談 10:00~16:00
30日(金)	不動産相談 13:00~16:00

ファイナンシャルプランナー相談

専門家による借入金、家計、税金の
滞納などに関する相談です(無料)

・毎週月曜日、木曜日に実施

- 法律相談(10:00~15:00)、ファイナンシャルプランナー相談(10:00~17:00)は⑨予約制です。事前に電話などでご予約ください。
- 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。

■市民110番(内線194)
消費生活センター ☎②9999

長崎県最低賃金

10月24日から

1時間 **653円**

必ずチェック最低賃金!
使用者も労働者も。

問 長崎労働局
☎095(801)0033

■商工振興課(内線245)

◎環境センターからのお知らせ
 毎年、環境センターへ搬入されたもので、まだ使えるような自転車や家具を抽選で提供する「もったいない抽選会」を開催していましたが、品物不足で開催を見送っています。開催する場合は、「広報おおむら」などでお知らせします。

◎環境センターからののお知らせ
 3日(土)の「文化の日」、23日(金)の「勤労感謝の日」は祝日のため「燃やせるごみ」の収集は行いません。また環境センターへの持ち込みもできません。
 ご理解ご協力をお願いします。

11月の祝日はごみの収集を休みます
 ■環境センター ☎②3100

内 金融商品の仕組みとリスクを知ることで被害を防止します。
 11月21日(水)、午後1時30分~3時
 市コミセン
 30人(先着順)
 手 電話
 定 30人(先着順)
 所 市コミセン
 日 11月21日(水)、午後1時30分~3時

金融商品の仕組みとリスクに関する講座を開催します
 ■市民110番(内線199)

内 塵芥車1台平成12年式、トヨタ、LPG車
 11月16日(金)
 ア 入札説明会
 11月20日(火)、午後2時
 日 環境センター
 所 環境センター
 日 11月28日(水)、午前10時30分
 所 市役所 ※一般競争入札
 手 ホームページまたは契約課で配布の申込書を提出

塵芥車を公売します
 じんがいしゃ
 ■契約課(内線231)

11月11日(日)~17日(土)
税を考える週間

国税庁のホームページ「税を考える週間」特集をご覧ください。
 テーマ 「税の役割と税務署の仕事」

国税庁 検索

クリック



■諫早税務署 ☎②1370

内 災害の影響で国税の申告、申請、請求、納税などを期限までにできないときは、申請することで期限の延長や納税を猶予される場合があります。
 福岡国税庁ホームページ
 ※詳しくは、諫早税務署へお問い合わせください。

九州北部豪雨で被害を受けた皆さんへ
 ■諫早税務署 ☎②1370

BOOKS INFORMATION

今月の新着図書



新人物往来社 編
新人物往来社

カメラが撮らえた
幕末三〇〇藩 藩主とお姫様

幕末から明治にかけての激動の時代を生きた大名と姫君たちのエピソードを、多数の写真とともに紹介した1冊です。上野彦馬撮影の大村純熙公とその家族の写真も掲載。



近藤 芳弘 著
PHP 研究所

紙ハネ・紙ゼンマイ・輪ゴムで
わくわくおもちゃ

紙、輪ゴム、空パックなど身近にあるもので簡単に作れるおもちゃの作り方約60種類が掲載されています。飛ばしたり、回したり、みんなで作って楽しく遊びましょう！

パパといっしょ おはなしタイム

11月25日(日)、午前10時30分～11時
※通常は毎月第3日曜日に開催

市立図書館 ☎2457 FAX2514
<http://www.lib.omura.nagasaki.jp/>

11月12日～25日は 暴力のない明るい社会づくりを進めよう

「女性に対する暴力をなくす運動」を展開します。



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマークです。

暴力は決して許されるものではありません。特に、配偶者などからの暴力(DV=ドメスティック・バイオレンス)、性犯罪、売買春・人身取引、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していくうえで克服すべき重要な課題です。

期間中、市では地方公共団体・女性団体その他関係団体と連携し、社会の意識啓発など女性に対する暴力の問題などの取り組みを一層強化します。

男女共同参画推進センター ☎548715

カラートレイ・卵パック・豆腐パックは店舗でも回収しています

環境保全課(内線143)

資源物回収の利便性向上のため、市内のスーパー8店舗に、「白色以外のトレイ」「卵パック・豆腐パック」の回収ボックスを設置しています。

回収ボックス設置店舗

- ①イオン大村ショッピングセンター ②エレナ大村中央店 ③エレナ久原店 ④エレナ竹松店 ⑤かとりストア ⑥マックスバリュ空港通り店 ⑦マックスバリュ大村諏訪店 ⑧マックスバリュ溝陸店

※店舗によって、設置している回収ボックスの数や種類が異なりますので、ご注意ください。



年末調整説明会を開催します

課早稅務署 ☎221358

平成24年分給与所得の年末調整説明会を開催します。

11月22日(木)、午後1時30分～3時30分
さくらホール

市内の事業所などで源泉徴収事務を担当する人

※駐車場に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

ネコはルールを守って飼いましょう

環境保全課(内線144)

飼いネコ

ネコのふんの苦情や相談が市に多く寄せられており、飼い主のマナーが問われています。飼いネコは室内で飼うか、敷地内から出ないように工夫しましょう。

野良ネコ

餌を与えることで、数や被害が確実に増えます。かわいそうな命を増やさないためにも無責任に餌を与えるのはやめましょう。

「地域ねこ活動」について

地域全体でネコを適正に管理しながら共生していく取り組みです。野良ネコに不妊去勢手術をしてこれ以上増えないようにし、地域の人が適切に餌を与え、食べ残しやふんの清掃などを行います。不妊去勢手術には、県獣医師会の支援事業もあります。町内会を通じてご相談ください。

県動物愛護推進協議会県央支部 ☎263305

日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数
 費 会費・料金・受講料 持 持参品 期 申込・受付期間
 縮 締切 講 講師 手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ
 電 電話番号 FAX ファクス メール URL を表します

所 市総合福祉センター
日 11月11日(日)、午前10時～午後5時
内 専門の講師が講話や介護の実技講習を行います。
対 要介護者を在宅で介護している人、または介護する可能性のある人
定 20人
費 無料
手 担当課窓口または、はがきに講習会名・住所・氏名・生年月日・電話番号と対象者の要件(自宅で介護中・介護する可能性がある・その他)を記入
申 〒856-0825 西三城町12
 長寿介護課
 11月5日(月)

介護技術講習会受講者

■長寿介護課 ☎207301



所 市総合福祉センター
日 毎月第3土曜日、午後1時～3時
 ※11月のみ10日(土)(第2土曜日)に実施
内 聴覚や言語機能障害の早期発見と、適正な指導・訓練を行います。耳鼻科専門医師、ろう学校・特別支援学校教師、補聴器メーカーなどが集まり聴覚障がい者をはじめ、高齢者の難聴、補聴器についても相談に応じます。
 ※身体障害者手帳をお持ちの人は、ご持参ください。

耳とこぼの相談を行っています

■障害福祉課 ☎207306

対	日 所	テーマ	定
	11月11日(日) 郡コミセン第2会議		先着順
小学1年生～4年生	10:00～10:50	Art & Crafts	15人
小学5年生～中学3年生	11:15～12:30	Let's be Omura tour guides	20人
18歳以上の社会人対象	13:30～15:00	Britain vs America :a discussion about the cultural and language differences	25人
高校生・大学生対象	16:00～18:00		25人

所 大村国際交流協会(内線215)
日 11月5日(月)
内 すべて英語で行う対話形式の講座です。
費 無料
手 電話または、ファクスに住所氏名・年齢(対象コース)・電話番号を記入
申 FAX ☎0300
 11月5日(月)

グローバルクラスルーム参加者

■大村国際交流協会(内線215)

所 市民会館
日 11月9日(金)
内 入居日 12月1日(土)
 抽選日 11月20日(火)、午前10時
対 ※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)、ネコなどのペット類は飼育できません。

市営住宅入居者

■シンコー ☎207000

ハイ!! 市の国際交流員「カイ」です

kai's kaleidoscope
 カイの万華鏡 Dirksen Kai Pence

“The pink elephant in the room”.(部屋の中のピンクの象)という英語の慣用句を聞いたことがありますか?この慣用句は、私の好きな英語表現の一つです。

例を挙げると…私が日本に初めて先生として来たとき、着くとすぐに研修などが予定されていました。もちろん仕事上の研修なので、スーツとネクタイの着用が必要でした。

このことはアメリカを発つ前にわかっていたので、3着もスーツを買っていました。準備万端、のはずでした。

ところが、成田空港に着いたとき、信じられないことに私のスーツケースが無くなって

たのです。当然のことながら用意したスーツもあるはずがなく、着るものといえば、アメリカから着てきただぶっとしたジーンズと派手な青いパイプ柄のシャツだけです。スーツ代などにお金も使い果たしていたので、東京で新しいスーツを買う余裕はありませんでした。

研修の担当者に相談すると、「どうすることもできない」との返事でした。心配でしたが翌朝、ジーンズと派手なシャツで研修会場に行きました。広い会場の中は、すべてスーツを着用した人たちがばかりです。その中を自分の席まで歩いていくとき、すべての人の目が私を見ているのがわかりました。

誰も何も言いませんでしたが私にはわかりました。みんな、私のことを“The Pink Elephant in the room.”と思いながら見ていたのです。

これでこの慣用句の意味がわかりましたか?明らかにちょっとおかしいと思っていながら、口にするとうまくいっている状況を感じます。

場合によってはPink Elephantは、放っておくことが適切なこともあります。個人的には放っておかずきちんと向き合う方がよいと思います。

それによって人間的に成長できると思いませんし、広い心を持った人になれるかもしれません。

そして、もちろん大村でPink Elephantである私を見かけたら遠慮なく「ハイ!」と声をかけてください。



創業50周年記念

クリスマスコンサート

クラシック音楽のほか、映画音楽、ポップスなど
いろいろなジャンルの曲目をお楽しみください。

とき 12月15日(土) 午後1時30分開演

ところ さくらホール

料金 無料

出演 Résonner(レゾネ)
青山政憲(ピアノ)、景澤恵子(バイオリン)、高瀬真由子
(バイオリン)、森口恭子(ビオラ)、三宅依子(チェロ)、富
永八峰(コントラバス)

手 事前に申し込みが必要です。電話または、ファクスや
はがき、メールに住所・氏名・電話番号・人数(1回
の申し込みで3人まで可)を記入

期 12月7日(金)

申 〒856-0022 雄ヶ原町1313-46

伸和コントロールズ「クリスマスコンサート」係
☎03(5778)4561(午前9時～午後5時※平日のみ)

FAX ☎30048 ☐happyXmas@shinwa-cont.com

問 ☎527501

主 催 伸和コントロールズ株式会社

後 援 大村市・大村市教育委員会

■企業立地推進室(内線249)

チャレンジド運動会

■学校教育課(内線370)

内 市内小・中学校の特別支援学級と県立特
別支援学校の児童生徒の合同運動会。

※見学、応援は自由

日 11月14日(水) 午前10時～午後2時
所 シーハットおむら

保育フェア「ちびっこ夢ひろば2012」

■子育て推進課 ☎5491000

内 「親子で開けよう遊びの玉手箱」をテ
マに、親子遊び、親子レクリエーション、
人形劇鑑賞などを行います。

日 11月11日(日) 午前10時～午後2時

所 市コミセン **費** 無料

対 乳幼児とその保護者

問 久原保育園 ☎531045

長崎矯正展「地域社会とともに」

■安全対策課(内線214)

内 「社会を明るくする運動」の一環として、
刑務所見学や刑務作業製品展示販売な
どが行われます。

日 11月10日(土) 午前9時～午後4時
11日(日) 午前9時～午後3時

所 長崎刑務所 諫早市小川町
長崎刑務所 ☎242660

としよかんおはなしひろば

■市立図書館 ☎522457

内 大型絵本の読み聞かせ、エプロンシア
ター、ペープサートなど

日 11月18日(日) 午前10時30分～11時15分

所 市立図書館 **対** 幼児以上

囲碁界
最高峰の戦い!

市制施行70周年記念事業

第38期天元戦 5番勝負 第3局

とき 11月28日(水)～29日(木)

28日: 前夜祭 午後6時～7時30分 / 29日: 対局 午前9時

ところ 長崎インターナショナルホテル

井山裕太 天元 **対** 河野臨 九段

立会人 工藤紀夫 九段

イベント 28日 前夜祭: 参加料5,000円、中学生以下3,000円
29日 大盤解説会: 午後1時(解説 溝上知親八段、聞き手 巻幡多栄子三段)
※参加無料、対局自体の観戦はできません。

■財政課(内線284)

市制施行70周年「食の祭典」

大村カレーサミット2012

とき 11月11日(日) 午前11時～午後3時

ところ 上駅通り地区市街地再開発
ビルイベント広場
※市民会館の駐車場をご利用
ください。

内容 市内のカレー店が結集して
販売し「カレーの街大村」をア
ピールします。



■長崎街道大村宿カレーマップの会
☎090(9791)6176(安永)

日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数
 費 会費・料金・受講料 持 持参品 期 申込・受付期間
 縮 締切 講 講師 手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ
 電 電話番号 FAX ファクス メール URL を表します

14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	No
面白祝賀状	初摘み海苔 有明育ち	瞬間焙煎 嬉野ほうじ茶ティーバック	ウォーキングポール	アラジンストープ	天正ビーフカレーセット CUTIES4	オーダーシャツ	ウォームTシャツ	スツキリ爽快シート	蜜蝋 花ローソク	緑の食物繊維「グリーン末	和三盆ロール	エコナビ付きLED照明	エコテックス認証バシーマキルトケット	逸品名
面白い祝賀状が有難い	「ほんの上でも海苔ノリだぜえ」	これまでのほうじ茶とは違います	姿勢よく、グングン歩ける！	憧れのストープ、やっと見つけた	華麗(カレ)な玉手箱	ピシッと締まる	ババシャツとは呼ばせない	目からウロコマスクをしても曇らない	ロマンチックハー	食前1杯！お腹の大掃除承ります	和菓子屋さんのロール革命！	知らぬ間に、無理なく節電	20年間変わらず愛用されています	キャッチコピー
第一印刷	お米のたなか	利休園	靴のみさ「百年館」	やすなが	肉の島田	B-MEN	STUDIO FRASH!	仲野時計店	村田神仏堂	下田薬品	御菓子処まえた	アオバラジオ商会	寝具・呉服のさんわ	店舗名

逸品とは…

お店が自信を持っておすすめするこだわりの商品です。私たちは、この逸品を通して、市民の皆さんと大村の街を元気にするため一年間研究を重ね自慢の逸品をつくりあげました。各店サービスにも努めておりますので、是非ご来店ください！

一店逸品
フェアを開催します！

自慢の逸品をお試しください！！

11/26(月)～12/9(日)

期間中のイベント

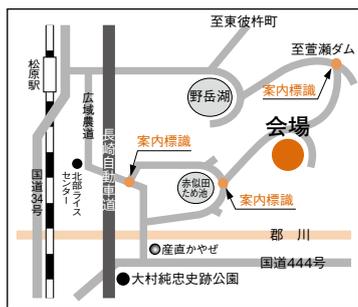
- ◎「よか逸品で賞!!」の投票を行います。
投票いただいた人の中から抽選で記念品が当たります！
(投票用紙・投票箱は参加店舗に設置)
- ◎逸品お店めぐりツアー参加者を募集します。
ガイドによる中央商店街の説明や逸品のお店紹介
定員:各コース10人(先着順)
申込方法:電話でお申し込みください。
申込先:大村商工会議所 ☎⑤34222



- 逸品お店めぐり
ツアー・コース
- ◎11月27日(火) 午前11時
⑩→⑨→⑥→①→②
 - ◎11月28日(水) 午前11時
⑭→⑦→⑤→④→⑬
 - ◎12月1日(土) 午後1時
⑪→⑧→⑫→③
- ※参加費:500円
 ※各日とも、まち研スタート
 ※所要時間:約2時間

■商工振興課(内線245)

消費者と畜産農家とのふれあいによる 食の安全・安心



※雨天の場合は、食材の販売のみとなります。

■牧場まつり実行委員会事務局
農業水産課内(内線253)



とき 11月4日(日) 午前10時～午後2時

ところ 高良谷牧場(宮代町)

内容 ① ふれあい体験

牛の乳しぼり、小動物とのふれあい(諫早農業高校移動動物園)など

② おおむら産の食材

試食…牛・豚・鶏肉(午前11時30分～)
販売…牛肉、豚肉、産直野菜など



第11回

牧場まつり

第5回こおりコミセンまつり

郡コミセンで定期的に活動しているグループが日頃の成果を発表します。

日 11月18日(日) 午前10時～午後4時30分

所 郡コミセン

内 舞台発表 コーラス、詩吟、カラオケ、体操、フラダンス、バレエ、太極拳、胡弓、エイサーなど

展示発表 華道、フラワーアレンジ、陶芸、絵画、書道

お茶席 1席300円(午前10時～午後3時)

バザー 軽食、雑貨、お菓子などの即売(午前10時30分～)

■郡コミセン ☎553337

犬のしつけ方教室

犬を飼いたい人、飼い始めた人、犬のしつけで困っている人、ぜひご参加ください。

日 11月18日(日) 午前10時～11時30分

所 森園公園内「緑のふれあい館」横広場

※雨天時は「緑のふれあい館」

講 池田 純子氏(堤動物病院)

内 優良家庭犬の「チャゲ」による実演

費 無料

※犬などペット同伴の参加はできません。

◎池田氏飼育の「チャゲ」は、県内で初めて優良家庭犬に認定されました。

■環境保全課(内線144)

11月		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
		月	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
大村		スポーツ報知杯					GⅢ女子リーグ 第7回 蛭子能収杯					NIB 長崎国際テレビ杯					KTN テレビ島根県 BP全線開設 8周年記念														
場外発売	星	GI 宮島周年					GI 常滑周年					SCSカレッジ カップ(県島)																			
	ナイター	GⅢ 住之江女子リーグ					桐生 丸亀 若松 丸亀 住之江 桐生					蒲郡																			
		蒲郡 若松					GⅢ 住之江新鋭リーグ					蒲郡 GⅢ 若松企業杯 丸亀 蒲郡					GⅡ 丸亀														

※□は本場では発売いたしません。場外発売所(ブルドラ、前売場外、時津、島原、五島)で発売します。
 ※★のレースは1レースから発売し、昼発売レース12レース終了後は場外発売所のみで発売します。
 ※▼のレースはリレーナイターです。※休は的中舟券の払戻はいたしません。

第4回ふれあいスポーツフェスタ

障がい者が軽スポーツやゲームを楽しみながら、仲間やボランティアとの交流を深めます。

日 11月11日(日) 午前10時～午後3時

所 大村小学校体育館

内 ボール送り、玉入れ、○×クイズ、じゃんけんゲーム など

対 障がい者とその家族、サポーター、ボランティア

費 500円(昼食代込み) ※ボランティアなども同額、高校生は無料

期 11月2日(金)

申 大村市身障連 ふれあいスポーツフェスタ実行委員会 ☎337002

■障害福祉課 ☎207306

11月 子ども科学館へ行こう!

子ども映画会 ●日曜日 ●第1・3土曜日
10:30～11:30

3日土	木工教室	13:30～16:00
対 4年生以上 先着順:10人		
4日日	押し花教室	14:00～16:00
10日土	プラネタリウム教室	10:30～11:30
11日日	マジックバルーン教室	14:00～16:00
17日土	竹細工教室	〃
対 4年生以上		
18日日	折り紙教室	〃
24日土	科学工作教室	〃

■社会教育課(内線84154)

市制施行70周年記念 日中友好書画交流展

日 12月14日(金)～16日(日)

所 市コミセン

内 ・馬場恵峰氏の書のあゆみ50年書展

・中国との書画交流会で収集した書画の展示

※12月14日、午前11時から日中書道家の交流書会も開催

問 日中文化史料館 ☎553890

■文化振興課(内線369)

市民と市長とのランチミーティング

市長と意見交換してみませんか?

日 平成25年1月～12月

月に1～2回程度、月曜日の正午～午後1時

所 市役所 **定** 1回10人以内

対 市民のサークル、ボランティアグループなど

費 昼食代実費

手 電話、メールでお申し込みください。

✉ hisyo@city.omura.lg.jp

◎1月～2月の開催予定 1/7、1/21、2/4、2/18

■秘書広報課(内線206)

日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数
 費 会費・料金・受講料 持 持参品 期 申込・受付期間
 手 締切 講 講師 手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ
 電 電話番号 FAX ファクス 電 メール URL を表します

◎エコドライブ講習会

内 地球温暖化防止や家計にも優しい運転技術を学びます
 日 12月5日(水)、午後1時30分～4時
 定 20人 費 無料 手 11月30日(金)
 所 大村市役所周辺
 ★県未来環境推進課 ☎095(895)2512

◎若年性認知症についての講演会

日 11月20日(火)、午後6時45分～
 所 市コミセン 費 無料 ※どなたでも参加可
 ★大村わらべ会 ☎06314(神原)

◎県立ろう学校文化祭

日 11月11日(日)、午前9時15分～午後3時
 所 県立ろう学校
 内 学習発表会(合奏、合唱、演劇など)、各種作品展示、販売、バザーなど
 ★県立ろう学校 ☎02444

◎光と緑の園 オータムフェスティバル

日 11月4日(日)、午前10時～午後2時30分
 所 光と緑の園(西大村本町)
 内 音楽隊演奏、フリーマーケット、ゲームコーナー、お食事コーナーなど
 ★光と緑の園 ☎037410

◎県産品を使った料理体験参加者募集

日 12月9日(日)、午前10時～ 所 向陽高校
 内 ホテルニュー長崎総料理長による実演、参加者の体験、試食 費 無料
 定 50人(応募者多数の場合は抽選)
 手 11月22日(木)
 ★長崎県職業能力開発協会 ☎095(894)9971

◎陸上自衛官募集

対 中卒(見込み)で15歳以上17歳未満の男子
 期 ①推薦試験 11月1日(木)～12月7日(金)
 ②一般試験 11月1日(木)～平成25年1月11日(金)
 日 ①平成25年1月12日(土)～14日(月)
 ②平成25年1月19日(土)
 内 ①口述試験、筆記試験(作文含む)、身体検査
 ②国語、社会、数学、理科、英語、作文
 ★自衛隊大村地域事務所 ☎06217

◎遺産相続と登記に関する講座

日 11月19日(月)、午後1時30分～3時
 所 諫早市中央公民館
 定 40人 手 11月15日(木)
 手 電話
 ★長崎地方法務局諫早支局 ☎020475

◎シルバーメンネルコール創立20周年記念演奏会

日 11月10日(土)、午後2時～4時
 所 市民会館 費 499円
 ★シルバーメンネルコール ☎039032(桑原)

11月 まちかど市民ギャラリー

日 10/30～5 (募集中)
 内 6～12 フォト俳句(浅倉孝)
 13～19 陶器(いいね工房)
 20～26 手作り作品展(山下美智子)
 27～12/3 村部良明個展(村部良明)
 ■まちかど市民ギャラリー ☎01216
 http://www.octp-net.ne.jp/~mckd3282

◎第27回一日婦人議会

日 11月19日(月)、午前10時～正午
 所 市コミセン
 内 大村生活学校の会員が1日婦人議員として、市政に対して女性の立場から身近な議題を提案します。
 ★市コミセン ☎03161

◎松原おくんち

日 11月17日(土)～18日(日)
 所 松原八幡神社周辺
 内 子ども相撲、九州選抜高校相撲、露店など
 ★松原おくんち奉賛会事務局 ☎08557

◎長崎リハビリテーション学院公開講座

日 ①11月2日(金)、②11月16日(金)
 午後7時～8時30分
 所 長崎リハビリテーション学院
 内 ①より良い人間関係作りのために
 ②知っておきたい老人性難聴
 費 無料 ※事前に申し込みが必要です。
 ★長崎リハビリテーション学院 ☎037883

がんばっています!



全日本少年少女武道(銃剣道)錬成大会(東京都)に出場した大村少年銃剣道クラブ、および第24回全国高校生銃剣道大会(宮城県)に出場した選手の皆さん (9月13日)



岐阜県で開催された第12回全国障害者スポーツ大会に県代表として出場した選手の皆さん (9月27日)

ご寄付・ご好意ありがとうございました (敬称略)

市内中学校へ▶野口哲彦(図書33冊)

あんしんハウスとみのほらへ▶西田智治▶佐藤謙爾 富の原オムズホームへ▶カットハウスもり▶三城小仲良し6人組 ▶ベイスaid大村へ▶イワタニ九州▶日本リース▶久原薬局▶指方工務店▶九州教具▶お茶のたなか▶藤田製茶▶マエカワ▶グリコ牛乳▶赤水▶黒川精肉▶宮崎鮮魚店▶山口畳店▶英商事▶長崎リース▶平野重郎▶大村吟詠会▶サウンズ・クリナップ▶フラ・アイカネ▶木場龍踊保存会 ▶ふる里へ▶古瀬恭孝▶山崎弘子▶中村寿美子▶囲碁・将棋倶楽部 ▶うぐいすの丘へ▶武内喜久美▶平川美雪▶中山教子▶平光八郎▶徳田節子▶新城保育園 箕望荘へ▶諸隈博▶米崎光子▶大村獅子舞保存会▶さくら華蓮隊▶ときわ保育園▶大村城南高校▶向陽高校▶長崎福祉専門学校▶大村美容組合▶華の会▶琴和会▶植松保育園▶山中幸子 ▶光と緑の園へ▶たらみ▶前田節子 ▶慈恵荘へ▶山口すみ子▶辻みち子▶尺八同好会▶赤木信雄▶下川宜義▶あじさい会 ▶泉の里へ▶新井雅子▶森智代▶民本美智子▶末永惣作▶宮内雪夫▶古賀昭男▶今泉雄乃▶しんり▶ニッショウ▶グループホームピアホームそよ風▶肉の田中▶クリーンマット長崎▶藤志延会▶松竹会▶白浜ジャギー教室▶日舞秀栄会藤間勘己満社中▶ルリ総合学園諫早校▶川棚高校▶県立ろう学校▶平野重郎▶田中茂夫 ▶松原のさとへ▶小柳博▶山田庚平▶松原保育園▶昊天宮保育園 ▶大村子供の家へ▶赤水清春▶たらみ▶マート美容室▶いしむら▶九州アイスクリーム協会▶九州資源▶原田まじゅう▶赤城正信▶お話し会



「気づくのはあなたと地域の心の目」

11月は児童虐待防止月間です

児童虐待に対する理解をより一層深めていただくため、オレンジリボンキャンペーンを実施します。啓発活動の一環として、児童虐待防止のシンボル「オレンジリボン」を使ったのぼりの設置や、講演会の開催、イベントでのブース設置などの活動を展開します。

講演会「地域ではぐくむ子育て支援」

～児童虐待について近所の私達ができること～

- と き 11月3日(土)、午後1時30分～3時(午後1時開場)
- と ころ 市コミセン
- 講 師 大塚俊弘氏(長崎こども・女性・障害者支援センター所長)
- 定 員 100人(先着順)
- 料 金 無料
- 申込方法 電話または、ファクスやEメールに氏名・連絡先・託児の有無および児童の年齢を記入のうえお申し込みください。
※0歳～就学前の児童を対象に託児あり(要予約、先着順)

申込期限 11月1日(木)

申 込 先 FAX ⑤49174

✉ kodomo-katei@city.omura.lg.jp

■こども家庭課 ☎⑤49100



地域の子育て支援で児童虐待を未然防止!

- ・近隣同士が気軽にあいさつや話を交わす
- ・母親が育児で不安になったら、近所の人に相談する
- ・子どもの成長を親とともに喜びあう

親を虐待の加害者にしない、子どもを虐待から守るためには、子育てで家庭を暖かく見守り、応援する地域づくりが必要です。

「児童虐待」とは…

親または親に代わる保護者から子どもに加えられた身体的または精神的な暴力行為です。

- ❖身体的虐待…子どもの身体に暴行を加えること
- ❖性的虐待…子どもにわいせつな行為をしたり、させたりすること
- ❖ネグレクト…長時間放置する、食事を与えないなど子どもの正常な発達を妨げること、または保護者としての監護を著しく怠ること
- ❖心理的虐待…子どもに暴言を吐いたり、拒絶的な対応をとるなど、心理的外傷を与える言動を行うこと

こんなときはすぐにご相談ください!!

子育てに不安を感じる時

- ・子育てがうまく助けてくれる人がいないとき
- ・子どもをつい叩いたり大声で叱ったりしてしまうとき

周囲の子どもの様子に「何かおかしいな?」と感じたとき

- ・不自然な傷や打撲のあとがある
- ・着衣や髪の毛などがいつも汚れている
- ・夜遅くまで遊んでいる
- ・表情が乏しい など

児童虐待専用緊急ダイヤル

☎⑤5868(8:30～22:00)

*生命の危険があるなど緊急で重大な事態と判断される場合は、110番に通報してください。

このほか、子育てに関するご相談は「こども家庭支援室」

☎⑤9100へどうぞ

*「あなた」の一報が子どもを虐待から守ります。相談・通告は子ども支援の始まりです。児童虐待を受けている疑いがある子どもを発見した人は、市や児童相談所へ通告することが法律で義務付けられています。相談内容は厳守します。(もし、虐待ではなかった場合も通告者が罪に問われることはありません)

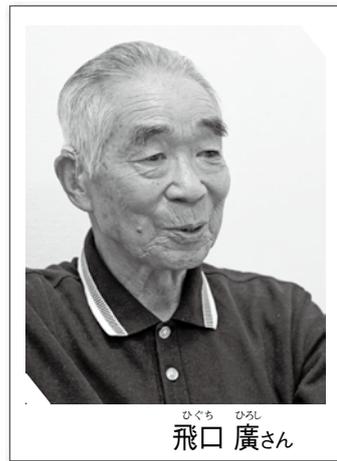
しつけと虐待の違いは…

保護者がしつけのためだと思っても、身体が傷つく行為や子どもの心の発達に有害であれば、それは「虐待」です。





健康づくり がんばる人 と(ひと)



ひぐら ひろし
飛口 廣さん

地域のつながりを取り戻すために…

健康づくり推進員として、町内会を中心にウォーキング活動を行いながら、趣味であるテニススポーツの練習をこなすなど、81歳になっても元気いっぱいの飛口さん。そもそも自分の健康維持のために始めた健康づくり推進員の活動も、今では5年目になるベテラン推進員さんです。

昔と比べ、明らかに地域のつながりが希薄化している今、何とかして地域のコミュニケーションの場を創出するきっかけづくりができないかと、月1回のウォーキング活動では、自らコースや企画を考えているそうです。飛口さんは、少しでも多くの人が参加し、楽しんでもらえるよう自身がガイドの役目を果たしながら大村の四季折々の魅力を伝えたり、参加者の会話が弾むような企画を実施するなど、人のために尽力するのを嫌がりません。むしろ、参加者の楽しむ姿を想像したり、住み慣れた地域の新しい発見ができるこのころにこの活動のやりがいを感じるのだといいます。

みなさんの健康づくりをサポート

「普段よく見慣れた景色や歩き慣れた道も、ちょっと視点を変えるだけで、たくさんの新しい発見と楽しい会話が生まれます。身体を動かすことの楽しさ、積極的にたくさんの人と関わり、つながりを持つことの大切さをウォーキングを通して感じてもらえたらうれしい。これからもたくさんの人が健康で楽しい人生を送れるよう、健康づくり推進員として私なりにできるサポートを続けていきたいと思えます。」と今後の抱負を語っていただきました。



みんなの健康

歯石は除去しないほうがいい？

「歯石を取ってほしい」と来院する患者さんも多くいますが、歯科医院に行くことよく「歯石を取りましょう」と言われることはありませんか。

そもそも歯石とは、プラーク(歯垢)やバイオフィルムに唾液中のカルシウムが沈着して硬くなったものです。プラークとは、細菌が生まれる歯の表面の柔らかい白色や白黄色の沈着物のことで、バイオフィルムとは、細菌がフィルム状の膜となって歯の表面にこびりついた物質のことです。

歯にそって歯ぐきの中に侵入した歯石は硬く、歯ぐきを機械的に傷つけます。しかし毒性という点では、細菌そのものであるプラークやバイオフィルムの方が歯石より有害なのです。

したがって毒性の少ない歯石をいきなり取って痛い思いをするより、まず

は歯科用ブラシやゴム製の柔らかいラバーなどで歯のクリーニングを行い、プラークやバイオフィルムを除去してから歯石を取った方がよいのです。その方が歯ぐきを傷つけ出血させる確率も減少します。

また、お口の中に細菌がいるときに歯石を除去すると、出血した歯ぐきから細菌が体内へ侵入し、血液が細菌で汚染される「菌血症」を起こす可能性があります。歯石を取った2〜3分後に腕から採血を行い細菌検査を行うと、採血した血液からお口の中の細菌が検出されることがあるそうで、この細菌は出血した歯ぐきから体内に侵入したものと恐れられます。1時間経つと血液中の細菌は減少しますが、心臓病や糖尿病などの病気の人や抵抗力の落ちた人は注意が必要です。

歯石の表面をきれいに磨いて汚染物質を完全に除去すれば、たとえ歯石が歯の表面に残っていても、歯ぐきの炎症が治癒することがあります。

歯科医院では、歯ブラシだけでは落ちない頑固なプラークやバイオフィルムの除去や定期的なクリーニングで、お口を健康に保つ手助けをします。定期的に通う美容室などの感覚で、お口のクリーニングに歯科医院へ出かけてみてはいかがでしょうか。



今道歯科医院
今道 康夫 副院長

日日時 **所**場所 **内**内容 **対**対象 **定**定員・定数
費会費・料金・受講料 **持**持参品 **期**申込・受付期間
メ締切 **講**講師 **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 **URL** URLを表します



集団健康診査受診者募集

- 対** 40～74歳の大村市国民健康保険被保険者(特定健康診査)
※特定健康診査受診券と保険証が必要です。
※社会保険や共済保険などの被扶養者も申し込みが必要です。
- 75歳以上の後期高齢者医療被保険者(後期高齢者健康診査)
※一定の障がいがある人は65歳以上。保険証が必要です。
- 費** 特定健診(500円)、肝炎ウイルス検査(300円)、肺がん検診(200円)、大腸がん検診(300円)、後期高齢者健診(無料)
- 定** 午前・午後各60人(先着順)
- 手** 電話
- 受付時間** 午前:9時～10時30分 午後:1時～2時30分

日	所	受付時間
11月26日(月)	郡 コ ミ セ ン	午前
		午後
27日(火)	松原住民センター	午前
	福重	午後
28日(水)	市 民 会 館	9:30～11:00
29日(木)		13:30～15:00
30日(金)	郡 コ ミ セ ン	午前
		午後

■国保けんこう課(内線145)

4種混合ワクチンを導入します

- 内** 従来の3種混合ワクチンにポリオワクチンを加えた4種混合ワクチン(ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ)を導入します。
- 接種開始日** 11月1日(木)～
- 対** 生後3か月～90か月の乳幼児
- 接種方法** 初回接種として、20～56日の間隔をおいて3回、その後追加接種として6か月以上の間隔をおいて1回、合計4回接種。
- 費** 無料 ※追加接種は試験データが整い次第、実施予定。
- 接種場所** 市内の指定医療機関

地区	医療機関名	電話番号	地区	医療機関名	電話番号
大村	ありやま小児科	☎④6410	西大村	野口内科こども医院	☎②2339
	伊崎脳神経外科・内科	☎④4230		前川クリニック	☎③6866
	田川小児科	☎②4000		与那城医院	☎⑤5575
西大村	寺井医院	☎②3574	竹	さわ小児科	☎⑥2288
	南野病院	☎④8800		たしる医院	☎②8686
	上田記念クリニック	☎④6886		牧山医院	☎⑤7831
西大村	さくらクリニック	☎③8819	松	みね内科クリニック	☎⑤5070
	須田小児科医院	☎④7200		ふじもとこどもクリニック	☎④78887
	出口小児科医院	☎②2252		福重	長崎医院
中田外科胃腸科	☎④0083				

■こども家庭課 ☎④9100



Menu

サバの錦焼き生姜あんかけ



サバの脂に含まれるEPAやDHAは、血液をサラサラにする効果が!

- *** 材料(2人分) ***
- ・サバ……………2切れ(80g)
 - ・塩こしょう……………少々
 - ・小麦粉……………小さじ1
 - ・サラダ油……………適量
 - ┌玉ねぎ……………20g
 - └ニンジン……………10g
 - 衣・ピーマン……………1/2個
 - ┌卵……………〃
 - └小麦粉……………大さじ1
 - ┌だし汁……………大さじ3
 - └薄口しょうゆ……………小さじ1
 - ┌片栗粉……………〃
 - └ショウガ汁……………〃

- ***** 作り方 *****
- ①サバに塩こしょうをふり、しばらく置いて小麦粉をまぶす
 - ②玉ねぎ、ニンジン、ピーマンをみじん切りにし、溶き卵と小麦粉を加え混ぜ合わせ衣を作る
 - ③フライパンに油を熱し、サバを入れて片面を軽く焼く。裏返して②の衣を乗せ、ふたをして蒸し焼きにする
 - ④Aを小鍋に入れ、一煮立ちさせてあんを作る
 - ⑤焼きたてのサバを器に盛り、あんをかけてできあがり

幼稚園ウイークin大村

- 内** 地域の皆さんと交流を深めるため、各幼稚園を公開します。
- 日** 11月14日(水)、午前9時～11時 **手** 直接ご来園ください。
- 問** 各幼稚園(大村☎②2549、西大村☎②4502、放虎原☎③3564、鈴田☎③1551、福重☎⑤8741、松原☎⑤8721)

■こども政策課 ☎④9100

健康ミニ情報

- ◎ジェネリック医薬品の活用を
薬代の負担軽減と医療費の節減のために、ジェネリック医薬品を活用しましょう。
※ジェネリック医薬品希望カードは、市役所や住民センターで配付
- ★国保けんこう課(内線111)
- ◎骨髄バンクにご登録ください
骨髄移植へのご理解とドナー登録へのご協力をお願いします。
★骨髄移植推進財団 ☎0120(445)445

- ◎臓器移植の意思表示にご協力ください
自分が最期を迎えたとき、誰かの命を救うことができます。臓器提供の意思表示を行いましょ。 ※臓器提供意思表示カードは、市役所や住民センターで配付
- ★国保けんこう課(内線152)
- ◎ふれあい健康講座
日 11月3日(土) 午後1時～2時
所 市民病院
- ◎「インフルエンザ対策とお肌のお手入れ」
手 直接会場へお越しください。
★市民病院 ☎②2161

日	月	火	水	木	金	土
 休日在宅当番医 診療時間:9:00~18:00 ※歯科は正午まで ※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。 大村市内科系夜間初期診療 内科一般(かぜ、発熱など)の夜間初期診療を行なっています。 ●診療時間…19:00~22:00(毎日) ●ところ…市民病院救急外来	 健康診査 受付:13:00~13:20 どもセンター ○1歳6か月児健康診査 対象児:平成23年4月生まれ (2歳未満まで受診可能) ○3歳児健康診査 対象児:平成21年5月生まれ (4歳未満まで受診可能) ■ども家庭課 ☎@9100	 ふれあい リハビリサロン 14:00~16:00 どもセンター 対象:40歳以上の人 ※初回は電話でお申し込みください。 ■国保けんこう課(内線141)	1  1歳6か月児健康診査  ふれあいリハビリサロン	2  出前子育てつどい 竹松住民センター ■にここ子育てサロン 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ	 3 小松内科 [消化器科・内科] 上諏訪町 ☎@6000 篠原皮膚科クリニック [皮膚科・アレルギー科] 上諏訪町 ☎@1677 いのうえデンタルクリニック 武部町 ☎@6684	
 4 秋櫻醫院 [内科・リウマチ科] 諏訪2丁目 ☎@9990 大村中央産婦人科 [産婦人科] 水主町2丁目 ☎@3850 ※子宮がん検診が受診 できます(要予約) えんどう歯科医院 久原2丁目 ☎@3800	5	6 	 はじめての 離乳食教室  出前子育てつどい 松原住民センター ■にここ子育てサロン	8  3歳児健康診査  ふれあいリハビリサロン  出前子育てつどい 三浦住民センター ■わいわいランド	9  出前子育てつどい 郡コミセン ■にここ子育てサロン	10 耳とことばの相談 13:00~15:00 総合福祉センター 聴覚、言語障がい者(児) の補聴器やことばの相談 ■障害福祉課 ☎@7306
 11 吉田内科クリニック [内科・消化器科] 本町 ☎@1177 平松整形外科医院 [整形外科] 雷の原2丁目 ☎@4422 たかぎ矯正小児歯科医院 東三城町 ☎@0035	 ことばと心の相談室 13:00~16:00 ・言語聴覚士による ことばの相談  1歳児のお部屋 10:00~12:00 どもセンター	13	 乳幼児すくすく 健康相談  おはなしの会  出前子育てつどい 郡コミセン ■にここ子育てサロン	15  1歳6か月児健康診査  ふれあいリハビリサロン  出前子育てつどい 池田公民館 ■ライオンキッズ 献血車巡回 9:30~11:30 市役所前 ■国保けんこう課(内線152)	16  出前子育てつどい 古賀島西公民館 ■ライオンキッズ 木場公民館 ■ひまわりキッズ	17
 18 田崎医院 [外科・胃腸科] 古町1丁目 ☎@1234 上田記念クリニック [外科・消化器科] 諏訪1丁目 ☎@6886 吉原歯科医院 岩松町 ☎@9911	 給食試食会(離乳食) 11:00~12:30 なつみかん(中央保育所)	20	 マタニティー& ベビーのお部屋 10:00~12:00 どもセンター 認知症の相談(わらべ会) 受付13:30~15:30 総合福祉センター ■長寿介護課 ☎@7301	22  3歳児健康診査  ふれあいリハビリサロン  親子クッキング 10:00~12:00 どもセンター	 23 野口内科ども医院 [小児科・内科] 西大村本町 ☎@2339 貞松病院 [整形外科・形成外科] 東本町 ☎@1161 大道寺歯科医院 東三城町 ☎@2667	
 25 出口小児科医院 [小児科] 諏訪3丁目 ☎@2252 前川クリニック [外科・消化器科] 植松1丁目 ☎@6866 鳥越歯科 本町 ☎@2992	 ことばと心の相談室 13:00~16:00 ・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  2歳児のお部屋 10:00~12:00 どもセンター	27	 出前子育てつどい 福重住民センター ■にここ子育てサロン	29  3歳児健康診査	 30 出前子育てつどい 小路公民館 ■にここ子育てサロン	予防接種 年間を通じて無料で実施しています。お子さんの体調の良いときに受けてください。 ボリオ三種混合・四種混合・麻しん・風しん・日本脳炎・BCG・セブ・小児用肺炎球菌・子宮頸がん予防接種 ■ども家庭課 ☎@9100

 **子育てつどい**

申込開始日:11月1日(木) ※(申)は申し込みが必要です。

- おはなしの会…11:00~ ところ:図書館
- 1歳児・2歳児のお部屋…[英語で遊ぶ]
- 給食試食会(申)…1人150円、定員5組
■なつみかん(中央保育所) ☎@2421
- 親子クッキング(申)…対象:3歳以上児、1人150円、定員8組(応募者多数の場合抽選)
- マタニティー&ベビーのお部屋…対象:0歳児と保護者、妊娠中の人
■ども政策課 ☎@9100

 **出前子育てつどい**
10:00~

各支援センターに直接お申し込みください。
申込開始日:11月1日(木)

地域子育て支援センター

- *にここ子育てサロン(吳天宮保育園) ☎@0922
- *わいわいランド(鈴田保育園) ☎@5388
- *ライオンキッズ(植松保育園) ☎@5056
- *ひまわりキッズ(ひまわり保育園) ☎@9420

 **育児相談**

どもセンター

- ことばと心の相談室(予約が必要です)
対象:就学前の言葉の発達などが気になるお子さんや、育児でお悩みのお母さん
- はじめての離乳食教室 受付時間:9:50~10:00
離乳食の相談 ※予約不要、母子健康手帳をご持参ください。
- 乳幼児すくすく健康相談 受付時間:13:30~15:00
計測、育児・栄養・歯科・心理相談
※予約不要、母子健康手帳をご持参ください。
■ども家庭課 ☎@9100





市制施行70周年記念事業

食の祭典ファイナルイベント

「第12回おおむら秋まつり」

市制施行70周年「食の祭典ファイナルイベント」と同時開催！
 伝統芸能やダンスバトル、カレーの販売や大村の郷土料理の大鍋イベント、音楽の祭典など内容盛りだくさんです。
 新鮮な農産物の展示即売会、もちまき、お楽しみ抽選会などもあります。



とき 11月18日(日) 午前10時～午後4時

ところ さくらホール・さくらホール駐車場

- 主な内容
- 畜産・農産物共励表彰式
 - ダンスバトル
 - 大村フラワー大使紹介
 - もちまき
 - 三城子供太鼓
 - 民踊
 - 沖田踊
 - 大村獅子舞
 - ◎郷土料理の大鍋イベント
 - ◎県央交流事業「諫早福田浮立」
 - ◎音楽イベント
 - ◎市内自衛隊3部隊によるカレーの販売
 - ◎市内を中心としたグルメの販売(飲食ブースも設置します)
- ※◎印は、今年の新イベントです。

駐車場 ポートレース大村駐車場(市役所側)、補助グラウンド、市民会館
 ※駐車台数に限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

■おおむら秋まつり振興会(大村商工会議所内) ☎ 4222

「おむらんちゃん弁当」も販売



～おむらんちゃん
 弁当とは～

市制施行70周年「食の祭典」事業の中で、大村の食をPRするため「おいしいいんかい」で検討を重ね、大村名物(大村寿司やにごみなど)を共通メニューとした大村色豊かな弁当です。

市制施行70周年記念事業
 平成24年度ロザ・モタ杯

第36回 おおむらロードレース大会

とき 12月9日(日) 午前8時～

ところ 陸上競技場

コース 陸上競技場および周辺道路

- 種目
- 小学生親子レース(低・中・高)…1.5km
 - 小学1年～3年男女…1.5km
 - " 4年～6年男女…2km
 - 中学生男女…3km
 - (中1クラス、中2・3クラス)
 - 児童生徒の参加は保護者の承諾書が必要です。

えり
 山口衛里選手
(シドニーオリンピック
 マラソン7位入賞)



こかも ゆみ
 小嶋由水選手
(バルセロナオリンピック
 女子マラソン代表)

- 高校・一般男子… 3km
- " … 5km
- " … 10km
- 高校・一般女子… 3km
- 健康マラソン男子…3km/5km
(39歳以下・40歳代・50歳代・60歳以上)
- 健康マラソン女子…3km
(39歳以下・40歳代・50歳以上)

参加資格 長距離走に耐える体力がある人(市内外を問いません)

申込料 小学生700円、中学生800円、高校生1,000円
 一般1,500円、親子レース(1組)2,200円
 ※傷害保険料・ナンバーカード料を含みます。

申込期限 11月16日(金)

申込方法 地域げんき課、各住民センターで配布する所定の申込用紙でお申し込みください。※電話、はがきの申し込みは受け付けません。

■地域げんき課(内線187)

ゲストランナー(元オリンピック選手)による

ランニング教室開催

- とき 12月8日(土)
- ところ 陸上競技場
- 対象 小・中学生
- 定員 200人(先着順)
- 申込料 無料
- 申込方法 電話受け付けの後、申込書をご提出ください。

■地域げんき課(内線187)

大村市の人口(9月末現在)

※()内は先月比(住基・外登法に基づく) 人口 93,200人(+61) 男 44,447人(+32) 女 48,753人(+29) 世帯数 39,332世帯(+46)