

これからの長崎県を伝える広報誌

つたえる県 ながさき

2 2021年
月号



P2 つたえるけん
壱岐市

P4【特集】人生100年時代に向けた
長崎県の挑戦！

P14 新型コロナウイルス感染症関連情報

vol. 58
長崎県

つたえるけん 志岐市



今月のつたえるひと 小林伸行さん
 山口県萩市出身。2018年、31年間勤務した民間企業を退職し、志岐市の地域おこし協力隊として志岐市に移住。志岐テレワークセンターで活動を始め、一般社団法人志岐みらい創りサイトの業務にも関わる。

テレワークセンターを拠点に「学びの島」を目指したみらい創りが進んでいます。

住民の対話から生まれた まちづくりのアイデアが実現

2015年に志岐市と民間企業が連携して始めた「志岐みらい創りプロジェクト」というまちづくりプロジェクトがあります。これは住民を中心とした対話会を通じてテーマを定め、その実現に向けて官民協働で取り組むというものです。

ある対話会の中で、高校生の「志岐を学びの島にしたい」という意見がきっかけで始まったのが、国の特別史跡「原の辻遺跡」を舞台にした歩行ラリーを盛り込んだ人材育成プログラムです。歩行ラリーでは、各グループが途中で与えられた課題を解決しながら目的地を目指すといった一連の活動を通して、組織で必要な力を身に付けていきます。

私は当時働いていた会社でこのプログラムを担当し、志岐市と関わるようになりました。美しい自然やおいしい食べ物に恵まれた志岐の魅力に触れ、人材育成プログラムにもやりがいを感じたため、会社を早期退職し、地域おこし協力隊として移住しました。現在は、主に福岡市の企業などに合宿形式の研修プログラムやワークショップ（仕事をしながら休みも楽しむ）の提案などを行っています。志岐は博多港から高速船で約1時間

間とアクセスが良く、観光はもちろん研修場所としても最適です。研修拠点となる志岐テレワークセンターも住民のアイデアから生まれた施設です。原の辻遺跡近くの倉庫を改修した建物で、開放感と非日常が味わえます。また、さまざまな所属やバックグラウンドを持つ人々が共に働くワークスペースや、企業などが入居できるサテライトオフィスのほか、島外の人と地元の人が交流できる場もあります。うれしいことに、継続して研修に利用してくれる企業が増え、口コミで新たな参加企業も増えています。今後は「学びの島」としての志岐をもっと多くの人たちに認知してもらい、志岐に関わる人や企業を増やしていくのが目標です。



左京鼻

志岐を代表する景勝地のひとつで、断崖絶壁の光景が約1km続いています。海中から突き出る細い柱が連ねたような奇岩は「観音柱」と呼ばれています。



原の辻一支部王都復元公園

魏志倭人伝に登場する「一支部」の王都を原の辻遺跡内に復元した公園で、王都の中心域や建物が復元されているほか、発掘調査で見えられた土器を見ることができ、遺構露出展示コーナーもあります。

筒城浜海水浴場

志岐屈指の美しさを誇る天然ビーチ。夏になるとビーチ内に海の家が設けられ、水上バイクやバナナボートなどのアクティビティが楽しめるほか、パラソル、浮き輪のレンタルサービスなども充実しています。日本の快水浴場100選、日本の渚100選に選定されています。



小島神社
 普段は海に浮かぶ島にあり、干潮時の前後、数時間だけ海から参道が現れて歩いて参拝することができることから「志岐のモンサンミッシェル」と呼ばれ、人気の観光スポットになっています。



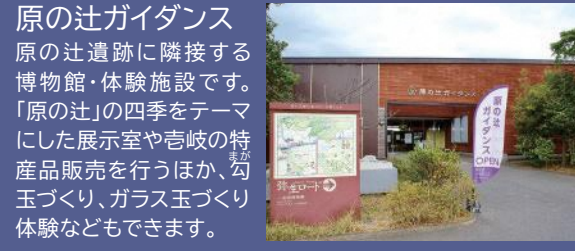
一支国博物館

原の辻遺跡や島内に点在する遺跡や古墳から出土した貴重な実物資料を約2000点展示するほか、弥生時代の交易の様子を紹介したシアター、原の辻の暮らしを伝える巨大ジオラマ、原の辻遺跡や広大な平野、雄大な水平線を望む展望室などがあり、歴史を楽しく学ぶことができます。



原の辻ガイダンス

原の辻遺跡に隣接する博物館・体験施設です。「原の辻」の四季をテーマにした展示室や志岐の特産品販売を行うほか、勾玉づくり、ガラス玉づくり体験などもできます。



志岐市のお土産

一支国博物館 オリジナル商品 人面石クッキー

原の辻遺跡から出土した人面石を原寸で再現したクッキーで、大人の手のひらほどのボリュームがあります。原の辻で栽培された古代米など志岐島の自然の恵も原材料として使用。バター味と塩味の2種。



問合せ：志岐市立一支国博物館 ☎0920-45-2731

表紙のはなし『はらほげ地蔵』

名前の通り、腹が丸くほげている(えぐられている)6体のお地藏様で、“海女の里”として知られる八幡浦の浅瀬に鎮座し、満潮になると胸まで海に浸かります。地元では遭難した海女さんやクジラの供養のために祭られていると伝わっています。

志岐の食材で元気になろう！ 志岐なお取り寄せ

志岐の生産者や事業者の商品の販路拡大を目的に設立された志岐市ふるさと商社。運営するお取り寄せサイト「志岐なお取り寄せ」では、海産物、志岐牛、麦焼酎など、志岐の特産品を販売しています。



問合せ：☎0920-48-2501 (志岐市ふるさと商社)



歴史のロマンを体感しながら歩こう！ 原の辻ウォーク2021

原の辻遺跡とその周辺を散策して歴史を体感するウォークイベントです。申込み方法や詳細は原の辻ガイダンスまでお問い合わせ下さい。



日時：3月6日(土)9時～13時
 場所：原の辻遺跡周辺
 問合せ：☎0920-45-2065(原の辻ガイダンス)
 ※イベントは中止になる場合があります

ながさきヘルシーアワード

県では、積極的に健康づくりに取り組む企業、団体などについて県民の皆さんに広く知っていただくことを目的に、長崎県健康づくり優良事例表彰(ながさきヘルシーアワード)を実施しています。今年度の受賞3団体をご紹介します。

実践部門 社会福祉法人南高愛隣会(諫早市)

35歳以上の職員に対して胃がん・大腸がん検診を含む生活習慣病予防健診費用を法人負担で実施し、健診受診率が94.3%(平成30年度)から98.5%(令和元年度)まで向上しました。また、特定保健指導を勤務時間内に受けられるようにすることで、保健指導実施率も21.8%(平成27年度)から92.8%(令和元年度)まで向上しています。



職員を対象にヘルシー弁当も提供

実践部門 長崎キャノン株式会社(波佐見町)

特定保健指導の対象年齢を30代からとし、日常生活の見直しや経過の確認までを保健師がサポートすることで、半数以上が改善しています。また、1カ月間の歩数を競うイベントを開催したり、社員食堂で提供するヘルシーメニューをカロリー表示付きのポスターでお知らせするなど、気軽に楽しく健康づくりができる工夫を行っています。



メンタルヘルス研修会も実施

応援部門 ながさき健康・省エネ住宅推進協議会(諫早市)

住環境と健康に関する専門的知識を生かし、セミナーなどを行っています。特に高血圧症の予防や、急激な温度の変化で身体がダメージを受けるヒートショックに着目し、普及啓発に取り組んでいます。平成25年から開催している健康・省エネシンポジウムには、行政や大学・医療関係者や建築関係者など多くの方が参加されています。



健康・省エネシンポジウムin長崎

健康づくり応援の店

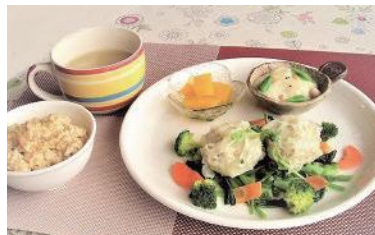
健康情報の発信やヘルシーメニューの提供により、利用者の健康をサポートしてくれるお店で、おいしく・楽しく・無理なく食生活を改善してみませんか?

長崎県 応援の店 検索

※登録店舗は県のウェブサイトでご確認ください

ながさき健味んメニュー

主食・主菜・副菜がそろったバランスメニューで、野菜の量や塩分にも配慮。



ナチュラルキッチンカフェきらら(大村市) 「ベジfullランチ」

適塩メニュー

薄味でもおいしく食べられる工夫がされており、1食分の食塩相当量が3.0g未満のメニュー。



キッチン花菜(佐世保市) 「日替り弁当」

野菜たっぷりメニュー

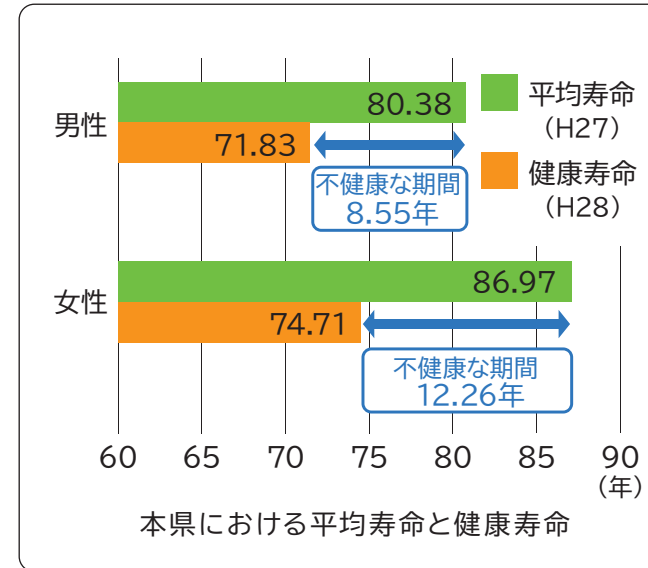
120g(1/3日分)以上の野菜が使われていて、無理なくしっかり野菜が摂れるメニュー。



ガーデンCafe 梓の木(松浦市) 「お好み焼き」

特集 人生100年時代に向けた長崎県の挑戦!

県では、県民の皆さんがいつまでも健康で活躍できる社会の実現に向けた取り組みを進めています。



健康長寿を目指して

健康寿命とは、日常生活に制限のない期間がどの程度あるかを示す指標で、平均寿命と健康寿命の差は日常生活に支障のある「不健康な期間」を意味します。

本県の健康寿命は、男女とも全国平均(男性72.14年、女性74.79年)を下回っています。不健康な期間が長いと、個人の活躍の機会が限定されたり、医療費が高額になったりします。また、企業の生産性の低下や地域の担い手不足などにもつながることから、本県の持続的な発展のためにも、健康寿命をのばしていくことが重要です。

長崎県民の特徴と課題

県民の皆さんの生活習慣などを表す数値は、決して良好ではなく、特に血圧の高さの平均値は、全国でも高い水準です。また、血圧を抑えるために重要とされる歩行数や野菜の摂取量についても課題があります。

さらに、特定健診の受診率も全国と比較して低い状況です。

● 血圧の高さ(全国ワースト) (出典:第4回NDBオープンデータ)

収縮期血圧 **2位**

● 血圧を抑える取り組み(全国ワースト) (出典:平成28年国民健康・栄養調査 平成29年厚生労働省公表資料)

野菜摂取量	男性	6位	女性	9位
歩行数	男性	14位	女性	34位
健診受診率	5位(特定健診)			

● 疾病による入院患者数(全国ワースト) (出典:平成29年患者調査)

心疾患 **6位** | 高血圧性循環器系疾患 **6位**

県では、「ながさき3MYチャレンジ」をキャッチフレーズにさまざまな取り組みを行っています。

のぼそう健康寿命 ~人生100年時代に向けた長崎県の挑戦~

毎年・毎日の「毎」、自分の「MY」、3つのチャレンジで、

県民みんな
取り組もう

ながさき 3MYチャレンジ



毎年 **①** 回、検診受けて

毎日 **②** コニコ9000歩

毎日 **③** 回、野菜を食べて

よ しみんな健康長寿!

県内民放4局のアナウンサーが出演するPR動画もぜひご覧ください YouTube



YouTube

高齢者の生きがい創出

本県では全国よりも速く高齢化が進んでおり、高齢者一人一人が健康に気を付けながら、いくつになってもその人らしくいきいきと生活を続けていくことがますます重要になっています。

また、高齢者の社会的な活動への参加は、高齢者自身の生きがいにつながり、健康寿命の延伸や介護予防にも大変効果的です。

県では、高齢者の社会参加による介護予防・健康づくりを推進するため、さまざまな取り組みを行っています。

通いの場

住み慣れた地域で、元気な時から、体操や趣味活動、茶話会などの活動を行う「通いの場」へ参加して「フレイル※」を予防しましょう。

フレイルを招く原因の1つは「閉じこもり」です。外出しなくなると、身体機能の低下や認知症の進行が懸念されます。地域の通いの場は新型コロナウイルス感染症の感染防止にも配慮しながら運営されています。また、自宅でできる体操などのフレイル予防策を県のウェブサイトでも紹介していますので、ご覧ください。

※身体や認知の機能が低下し、要介護の一手手前にある虚弱な状態

長崎県 高齢者 在宅 検索



体操の様子(佐世保市)



感染症に関する専門家との意見交換会(長崎市)

高齢者の活躍促進

「ながさき生涯現役応援センター」では、高齢者の就業から社会参加まで幅広い相談に応じており、関係機関の紹介など相談者の希望に沿った支援を行っています。

また、高齢者の活躍推進のためのセミナーなども開催しています。

こんな悩みはありませんか？

- 短時間で働ける仕事がしたい
- 資格や経験はないが、社会貢献のために働きたい
- これまでの経験を生かして社会と関わりたい
- ボランティアがしたい など

まずは、「ながさき生涯現役応援センター」にご相談ください。

問合せ 県の長寿社会課 ☎095-895-2431



生涯現役応援セミナー

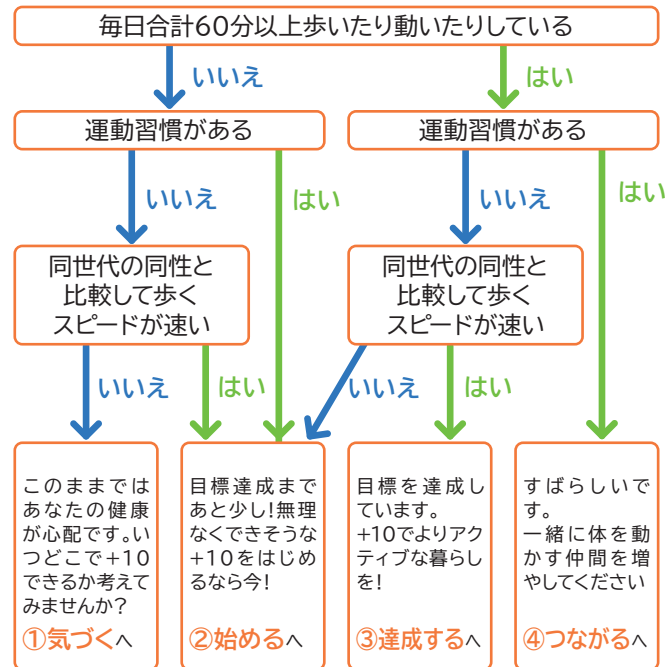
ながさき生涯現役応援センター

長崎市川口町13-1 長崎西洋館3階
(長崎県人材活躍支援センター内)
☎095-843-0219
平日10時~17時(祝日、年末・年始除く)

ながさき生涯現役応援センター 検索

健康のために自分を知り、変わろう！

今より10分間長く体を動かす「+10(プラス・テン)」に取り組むだけで健康寿命を伸ばすことができます。自分の心と体にどんな+10が必要か知るため、まずは自分の生活をチェックしてみましょう！



目標 65歳以上:じっとしていないで1日40分!
18~64歳:元気に体を動かし1日60分!

- ① 気づく!**
体を動かす機会や環境は、身の回りにたくさんあります。自分の生活や環境を振り返ってみましょう。
- ② 始める!**
今より少しでも長く体を動かすことが健康への第1歩。テレビを見ながらのストレッチなどから始めましょう。
- ③ 達成する!**
目標は1日9,000歩を目指して体力アップを図りましょう。
- ④ つながる!**
1人でも多くの家族や仲間と+10を共有しましょう。楽しさや喜びが一層増えます!

ながさき3MYチャレンジ×ひさやま元気予報

50年以上続く福岡県久山町研究(生活習慣病の疫学調査)の成果に基づき、生活習慣病発症リスクなどを知ることができます。



使い方

- ①健康診断の結果を入力
- ②将来の生活習慣病発症リスクを確認
- ③シミュレーション(体重・運動・禁煙の効果を確認)

SNSで情報発信中!

「健康長寿ながさき」InstagramとFacebookでは、「健康づくり応援の店」の紹介など健康づくりに関する県の取り組みを発信しています。



Instagram



Facebook

ながさき健康長寿メイト・ながさき健康長寿サポートメンバーに登録しませんか？

「ながさき健康長寿メイト」とは

個人や少人数のグループで健康づくりを実践する方を登録する制度です。

登録要件

- 原則毎年1回健診を受けること
- 食事か運動のどちらかで健康づくりの目標を立てて実践すること
- 本県に居住または通勤・通学していること



「ながさき健康長寿サポートメンバー」とは

県民のための健康づくり活動を実施する企業・団体を登録する制度です。登録すると、県のウェブサイトでも取り組みを紹介するほか、「ながさき3MYチャレンジロゴマーク」を名刺などに利用できます。

※特定の商品やサービスなどの販売・宣伝を伴う活動は登録の対象外です





すすめるけん

県がすすめている取り組みを紹介します！

エスディージーエス

SDGs(持続可能な開発目標)をご存知ですか？

SDGsとは？

SDGsとは、2015年に国連サミットで採択された2030年までに持続可能でよりよい社会を目指す世界共通の目標です。

経済・社会・環境の3つの側面のバランスがとれた社会を目指すため、17のゴール(長期的な目標・ビジョン ※右図)と169のターゲット(具体的な達成目標)から構成されています。



なぜSDGsが必要なの？

このまま環境汚染や資源消費などが続けば、近いうちに地球上の成長は限界に達する可能性があるといわれています。皆さんの子や孫の代の世界が、今以上に安心安全かつ平和で、生きていて幸せと思える世界にすることが必要です。

SDGsは発展途上国だけの問題ではありません。世界中の国々がSDGsの理念のもと自国や世界の問題に取り組むことで、貧困を終わらせ、社会的・経済的状況にかかわらず全ての人が尊厳を持って生きることができ、「誰一人取り残さない」世界の実現につながります。


県の取り組み

第1回ながさきSDGs普及ミーティング

昨年11月、県内におけるSDGsの普及・啓発を目的に、SDGsに積極的に取り組んでいる県内企業や経済団体などが集まり、意見交換をしました。

今後も企業や民間団体の皆さんとも連携しながら、県民の皆さんのSDGsの認知度向上や県内企業のSDGsの取り組みの推進を図っていきます。

身近なSDGsの例を見てみましょう



- ・マイバッグ、マイボトルを利用する
- ・食品ロスを減らす
- ・環境に配慮した製品を購入する



夢をかたちに!

長崎県知事
中村法道

SDGsの取り組みにつながる個人の行動は実は数多くあります。SDGsを「自分ごと」として捉え、日々の何気ない行動を見直してみましょう。SDGsに取り組むことは本県の課題の解決にもつながります。皆さんの手でよりよいふるさとをつくりながら、世界にも貢献していきましょう!

問合せ 県の政策企画課 ☎095-895-2073

長崎県 SDGs

検索



株式会社若宮水産

(吉崎市)



お話を伺ったのは
取締役
さかもと
坂本 あゆみ さん

吉岐をはじめ県内のアワビ、サザエを全国へ

1961年創業で、吉岐をはじめ県内産の新鮮なアワビやサザエの水産食材を全国に送り出している専門商社です。その取扱高と品質は全国でもトップクラスで、「若宮ブランド」として高い評価をいただいています。また、25年ほど前に芦辺港前に土産品店を出店したほか、2008年には地元の素材の良さを生かした自社オリジナル水産加工品ブランド「吉膳」も立ち上げました。



芦辺町の港近くにある「吉膳」の直営ショッ



「吉膳」ブランドの加工品。水産加工振興祭水産庁長官賞など多数受賞している

自社ブランド「吉膳」の多彩な商品が好評

近年は、県の補助金を活用し、真空包装機や低温殺菌装置などを導入したことで、県産の食材を加工した「タコのトマト煮」などのレトルト食品や「サザエのアヒージョ」などの常温商品の開発ができたため販路の幅が広がりました。また、サザエカレーや芝エビグラタン、寒ブリしゃぶしゃぶセットは、吉岐市のふるさと納税の返礼品としても人気を集めています。



県内で頑張っている企業や人にエール(応援)を送ります!

土産品店にカフェを併設 情報発信基地を目指す

昨年3月、土産品店内に新たにカフェをオープンしました。吉岐牛や吉岐ゆず生産組合のゆずペーストといった特産品を使ったメニューを提供するほか、日本ソムリエ協会認定のワインエキスパートという資格を生かし、吉岐焼酎の酒蔵とのコラボなどでも地域を盛り上げていければと思っています。吉岐の魅力伝えるイベントやセミナー、個展などのスペースとしても活用していただき、島の情報発信基地、島内外の方々の交流の場となることを目指しています。



広々としたカフェスペース

吉岐をはじめ県内で獲れた良質の水産食材を全国の人に食べてもらいたい!



「ながさき農林業大賞」「ながさき水産業大賞」表彰式を開催

昨年11月14日、令和2年度「ながさき農林業大賞」「ながさき水産業大賞」の表彰式を開催しました。この表彰は、地域の特性を生かした先進的な農林水産業を展開して成果を上げている生産者などの功績を県民の皆さんに広くお知らせすることを目的としています。

「ながさき農林業大賞」では、農林水産大臣賞および長崎県知事賞の株式会社BTS・園田をはじめとする合計21者、「ながさき水産業大賞」では、長崎県知事賞の赤木正男さんをはじめとする合計9者の個人、組織・団体を表彰しました。

受賞された方々は県内各地において熱意を持って優れた経営や取り組みを行われており、今後ますますの活躍が期待されます。詳しい功績については県のウェブサイトでご紹介していますので、ぜひご覧ください。



株式会社 BTS・園田の園田裕司さん(島原市)



赤木正男さん、由紀子さんご夫妻(対馬市)



ながさき農林業大賞



ながさき水産業大賞

問合せ 県の農政課 ☎095-895-2919 [ながさき農林業大賞](#) 検索
 県の水産経営課 ☎095-895-2832 [ながさき水産業大賞](#) 検索

PR動画「ながさき移住倶楽部新入部員募集」公開中

県では、先輩移住者が県内での充実した暮らしや長崎の魅力を語り、移住を呼びかける動画をYouTubeチャンネル「長崎リア住!放送局」で公開しています。

動画では、先輩移住者を「ながさき移住倶楽部※」の部員に見立て、長崎での暮らしをユーモアたっぷりに紹介しています。そのほか、移住者をサポートする地域の相談員「ながさき移住コンシェルジュ」が地域をPRする動画もあります。

長崎県の魅力が詰まった動画をぜひご覧いただき、県外にお住まいのご家族やご友人にもお知らせください。

※長崎県への移住に関心がある方を対象とした無料会員制度で、移住関連情報の提供や民間事業者の各種特典が受けられます



爽やかすぎる海辺の柑橘ファーマー山辺部員(佐世保市ヘリターン)



長崎リア住!放送局



問合せ 県の地域づくり推進課 ☎095-895-2241 [長崎リア住!放送局](#) 検索

長崎県のおいしい食材を使ったヘルシーな料理を紹介します

長崎市の特産品「杵州豆腐」と納豆で作るヘルシーグラタン

ながさきレシピ 「豆腐と納豆のグラタン」



写真は1人分

- 材料** (2人分)
- ◎杵州豆腐 1/4丁 (普通の豆腐の場合は1/2丁)
 - ◎納豆 40g ◎牛乳 200cc ◎バター 15g
 - ◎小麦粉 15g ◎サラダ油 適量 ◎塩 少々
 - ◎コショウ 少々 ◎ピザ用チーズ 15g

- つくり方**
- 鍋にバターを溶かし小麦粉を加えながら焦がさないように弱火でゆっくりと炒める。
 - ①に牛乳を入れ、塩、コショウを加えて、沸騰したら弱火にして表面に艶が出るまで加熱する。
 - 水切りした豆腐を、サラダ油を引いたフライパンで焼き色がつくまで焼き、耐熱皿に取り出す。
 - 納豆に付属のたれを加えて混ぜてから③の豆腐の上にのせ、②のソースをかける。
 - ④にピザ用チーズをのせて180℃のオーブンで5～8分程度焼いたらできあがり。

普通の豆腐でも美味しくできますよ



作ってくれたのは
 料理人 さかもと よういち 坂本 洋一 さん
 料理コンテストでの上位入賞のほか、優れた技能者長崎県知事表彰など受賞歴多数。テレビ番組や料理教室、学校授業などで食の大切さや料理の楽しさなどを伝えている。

【今月の食材】 杵州豆腐

厳選した国産大豆と、ミネラル豊富な杵岐の海水からとった天然にがりで作ります。一般の豆腐よりも大きくて硬く、味が濃いのが特徴です。



すくすくいきいき

福祉・医療・子育ての情報発信

お子さんの急な病気やケガなどで心配な時は、小児救急電話相談「#8000」へ

夜間や休日、お子さんの急な病気やケガなどで心配なときは、お電話ください。経験豊富な看護師が家庭での対処方法や医療機関の受診の必要性についてアドバイスします。



- 電話番号……「#8000」(携帯電話からもかけられます) つながらない方や松浦市鷹島町・福島町にお住まいの方は「☎095-822-3308」へ
- 相談受付時間… 毎日18時～翌朝8時 ※日曜・祝日は24時間対応
- 対象者……15歳未満の子どもの保護者など
- 相談料……無料(通話料のみ)
- 相談内容……子どもの急な病気(発熱、頭痛、おう吐など)やケガなどへの応急処置、受診の必要性など(診断は行いません)

問合せ 県の医療政策課 ☎095-895-2461 [長崎県小児救急電話相談](#) 検索

**障害年金を受給している
ひとり親家庭の方へ
児童扶養手当制度が
改正されます**

障害年金を受給している方の児童扶養手当の算出方法が変わります。

- 改正の内容／障害年金の子の加算部分の月額が児童扶養手当の月額より低い場合、差額分を児童扶養手当として受給できるようになります。
- 改正の時期／3月分(5月支払)から
- 手続き／お住まいの市町へ申請

※既に児童扶養手当の受給認定を受けている方は申請不要です

※3月1日時点で支給要件を満たしている方は、6月30日までに申請すると、3月分の手当から受給できます(3月1日以前でも事前申請可能)

問合せ 県の子ども家庭課
☎095-895-2443
長崎県各種手当 検索

**島原半島への直行バスや
フリーきっぷをご利用ください**

長崎駅や諫早駅から、直行バスやお得なフリーきっぷを使って島原半島へ出かけませんか？

島原半島直行バス(要予約)

- 運行期間／3月13日(土)まで(運行は土・日曜、祝日のみ)
- ※ただし2月11日、23日を除く
- 運賃／1,500円～4,000円

ぐるっと島原フリーきっぷ(JR+島鉄)

- 発売期間／3月14日(日)まで(販売・利用は土・日曜、祝日のみ)
- 運賃／2,500円(1日)、3,500円(2日)

問合せ 県の新幹線対策課
☎095-895-2063
長崎県 新幹線 検索

お知らせ

**「バレンタインジャンボ宝くじ」
の購入は県内で！**

1等、前後賞合わせて3億円！当せん本数9本の「バレンタインジャンボ宝くじ」が発売されます。

県内で販売された宝くじの収益金は、さまざまな事業を通じて県民の皆さんのために役立てられています。

- 発売期間／2月3日(水)～3月5日(金)
- 価格／1枚300円
- 抽選日／3月12日(金)

問合せ 県の財政課
☎095-895-2171
宝くじ公式サイト 検索

交通事故相談

損害賠償や示談の進め方など、交通事故でお困りの方からの相談を受け付けています。

●相談窓口／交通事故相談所(県庁内)
☎095-824-1111
内線：3776または3777

●相談時間／平日9時～16時

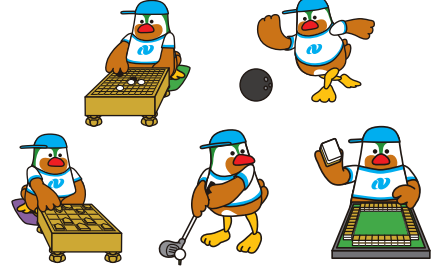
県内各地での巡回相談(予約制)も毎月開催しています。

とき	ところ
2月4日(木) 10時～15時	県北振興局 (佐世保市木場田町)
2月22日(月) 10時～15時	大村市役所 (大村市玖島)
2月25日(木) 10時～15時	島原市役所 (島原市上の町)

長崎県交通事故相談所 検索

**第18回長崎県
ねんりんピック参加者募集**

県内在住の60歳以上の方(昭和37年4月1日以前に生まれた方)のスポーツと文化活動の祭典です。参加料などは種目によって異なります。



スポーツ交流大会

- とき／5月15日(土)ほか
- ところ／長崎市、佐世保市、諫早市、大村市、長与町
- 申込／3月1日(月)まで

※ボウリングは3月23日(火)まで、ゴルフは3月29日(月)～4月12日(月)

文化交流大会

- 申込／3月23日(火)まで
- とき／5月15日(土)
- ところ／長崎県勤労福祉会館(長崎市桜町)
- 対象／アマチュア愛好者(15歳以下可)

②ふれあい三代交流将棋大会

- とき／5月16日(日)
- ところ／三菱記念会館(長崎市稲佐町)
- 対象／アマチュア愛好者(年齢制限なし)

③健康マージャン交流大会

- とき／5月16日(日)
- ところ／マージャンハウスいであみ(長崎市大橋町)
- 対象／アマチュア愛好者

問合せ 長崎県すこやか長寿財団
☎095-847-5212
長崎県すこやか長寿財団 検索

あそびバ!in長崎

幼少期の子どもにとって大切な基本的な動作や技能をボールを使って楽しく習得できます。

- とき／3月13日(土)
- ところ／諫早市中央体育館(諫早市小船越町)
- 対象／年長から小学3年生までの子どもとその保護者
- 定員／50組100名(先着順)
- 申込／2月14日(日)まで

問合せ 県のスポーツ振興課
☎095-895-2781
あそびバ! 検索

募集

**長崎県すこやか長寿大学校
「第8期シニアいきいきカレッジ」**

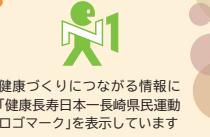
シニア世代が元気で生き生きと暮らすために必要な仲間をつくり、共に学びませんか。

- 開講場所／
- ①長崎校 長崎県総合福祉センター(長崎市茂里町)
- ②佐世保校 佐世保市労働福祉センター(佐世保市稲荷町)ほか
- 受講期間／5月25日(火)～令和4年2月8日(火)
- ※①毎週火曜②毎週木曜
- ①、②いずれも13時30分～15時30分
- 対象／県内在住で55歳以上の方
- 定員／①25名 ②30名
- 受講料／年間10,000円
- 申込／3月31日(水)まで

問合せ 長崎県すこやか長寿財団
☎095-847-5212
長崎県 いきいきカレッジ 検索

情報ひろば

暮らしに役立つ情報を伝えるけん!



**第6回ながさき女性活躍
推進企業等表彰**

女性の活躍に取り組む企業などを表彰します。漫画家の弘兼憲史氏(『島耕作』シリーズ原作者)による講演もあります。

- とき／2月16日(火)13時30分～
 - ところ／メルカつきまち(長崎市築町)
 - 定員／100名(先着順)
 - 申込／2月9日(火)まで
- ※オンラインでの視聴も予定しています

問合せ ながさき女性活躍推進会議事務局
☎095-822-0245
ながさき女性活躍 検索

**1泊2日の
わくわくお泊り会**

仲間と一緒に宿泊や自然体験を楽しみませんか。



- とき／2月20日(土)～21日(日)
- ところ／西彼青年の家(西海市西海町)
- 対象／小学校低学年
- 参加費／2,100円
- 申込／2月10日(水)まで

問合せ 西彼青年の家
☎0959-32-1337
西彼青年の家 検索

新型コロナウイルスの影響により、延期・中止・内容変更になる場合があります。事前にウェブサイトやお電話でご確認ください。

催しもの

**令和2年度長崎県
人権教育中央研修会**

『「知ること」「気づくこと」から、互いを認め合う社会を目指して』をテーマに、ハラスメント(嫌がらせ)の最新事情と病気を理由とする差別問題についての講演を行います。

- とき／2月12日(金)13時～16時40分
- ところ／県庁(長崎市尾上町)
- 対象／どなたでも
- 定員／1講演120名(先着順)
- 申込／2月10日(水)まで

問合せ 県の人権・同和対策課
☎095-826-2585
長崎県 人権・同和対策課 検索

**エコラボ2021
in Sasebo**

環境保全に取り組む団体などによる環境啓発イベントです。簡易顕微鏡工作やエコドライブシュミレーターなど、さまざまな体験ができます。

- とき／2月13日(土)12時～15時30分
- ところ／させぼ四ヶ町商店街

問合せ 県の県民生活環境課
☎095-895-2314
エコラボ2021 in Sasebo 検索

ここから下は広告です。広告内容については、広告主にお問い合わせください。

長崎県では、収入確保対策として有料広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、県が奨励するものではありません。

読者プレゼント

まるごとゆずマーマレード

30名様



平成30年度長崎四季畑認定商品。杵崎産ゆずをふんだんに使ったマーマレードです。パンやヨーグルトにのせるほか、お料理などいろいろな使い方をお楽しみください。

問合せ 農事組合法人 杵崎ゆず生産組合 ☎0920-45-3805

【応募方法】①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号 ⑦右記県民アンケートへの回答を必ずご記入の上、次のあて先までご応募ください。
※個人情報情報は商品の発送のみに使用します

- ハガキ 〒850-8570(住所不要) 長崎県広報課「つたえる県ながさき」係
 - 県のウェブサイトから [つたえる県ながさき](#) 検索
 - 締切 令和3年2月末日(消印有効)
- なお、当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。
※1月号のクイズの答えは「かいよう」でした

県民アンケート

県の重要な施策や取り組みをわかりやすく説明する「特集」コーナーを設けています。皆さんのご意見をお聞かせください。抽選でプレゼントを差し上げます。

- 問1 内容はわかりやすいですか？
①わかりやすい ②まあまあわかりやすい ③少しわかりにくい ④わかりにくい
- 問2 あなたは普段、健康づくりに関する情報をどのようにして手に入れていますか？
①広報紙や新聞などの紙媒体
②SNS(Facebook、Instagramなど)やウェブサイト
③テレビやラジオ
④家族や知人、運動クラブなど人からの口コミ
- 問3 県政に関心がありますか？
①ある ②まあまあある ③あまりない ④ない
- 問4 その他、取り上げてほしいテーマがあれば記入してください。

回答:【問1】から【問3】は番号、【問4】は具体的に記入してください。

今月のクイズ「○に入る言葉は？」

「ながさき3MY○○○○」をキャッチフレーズにさまざまな取り組みを県民の皆さんに呼びかけています。

移動理由アンケートへのご協力をお願いします

お住まいの市町から転居する手続きの際に、移動理由アンケートを実施します。

移動理由アンケートとは、転居の理由などをより適切に把握して、より良い「まちづくり」を行うために、県内の全21市町で実施するアンケートです。長崎県の未来のために、転居手続きの際にはぜひご協力ください!!

※県内の別の市町に転入する場合も同じアンケートが配布されますが、転出時に回答していれば、1つの設問だけで終了です
※回答は個人が特定されないよう処理し、統計を作成する目的だけに使用します

[長崎県 移動理由アンケート](#) 検索



3月から全市町で実施するけん



編集後記

今回の特集をきっかけに、自身の食生活を見直しました。まずは、朝食を欠かさず食べ、生活のリズムを整えることから始めています。今後は野菜を多く取るように意識し、健康的な食事を心掛けたいと思います。

ご意見ご提案募集

県では、県民の皆さんからの県政に対するご意見・ご提案を募集しています。

問合せ 県の県民センター ☎095-894-3441

[長崎県県民センター](#) 検索

発熱などの症状がある方は、まずはかかりつけ医などにお電話ください

コロナ関連

息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱などの強い症状のいずれかがある場合や、発熱、咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合は、かかりつけ医などの最寄りの医療機関へ電話で相談しましょう。

※高齢者や基礎疾患などがある方で発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合もご連絡ください

受診先に迷う方は、受診・相談センターにご相談ください。センターでは、新型コロナウイルス感染症に関する健康相談にも対応しています。

◎長崎県受診・相談センター
☎0120-409-745
土・日曜、祝日を含む24時間対応

～受診時のお願い～
必ず事前に電話連絡してから受診しましょう。医療機関の状況によっては、受診ができない場合もありますので、医療機関の指示に従い対応をお願いします。

[長崎県 新型コロナウイルス](#) 検索

LINEアカウントで新型コロナウイルス感染症に関する情報を発信中

県の医療政策課公式LINEアカウント「新型コロナ対策パーソナルサポート」では、新型コロナウイルス感染症に関する最新の情報を提供しています。

コロナ関連



問合せ 県の新型コロナウイルス感染症対策戦略チーム
☎095-894-3189

[長崎県 パーソナルサポート](#) 検索

県立長崎図書館で「視覚障害者等サービス」を始めました



視覚に障害のある方や本のページをめくることが難しい方など、活字による読書に困難を感じている方を対象に活字を読み上げた音声データなどを提供するサービスを開始しました。

- 利用方法/
①自宅のパソコンからデータをダウンロードする
②県立長崎図書館を通じてダウンロードしたCDを借りる
③県立長崎図書館で専用の機器を使用する

問合せ 県立長崎図書館
☎0957-48-7700

[ミライオン図書館 障がい者サービス](#) 検索

地域防災の要！消防団に入ろう！

消火活動や大雨時の河川の警戒など、地域社会の中で大切な役割を担っています。「自分たちのまちは自分たちで守る!」を合言葉と一緒に活動してみませんか。18歳以上の方ならどなたでも入団できます。女性団員も大歓迎です。



問合せ 各市町の消防団担当窓口
または県の消防保安室
☎095-895-2146

[ながさきの消防団](#) 検索

自動車税種別割の納付は口座振替が便利です

新たに口座振替の利用を希望する方や口座の変更を希望する方、または今後口座振替以外の納付方法を希望される方は、3月31日(水)までに預貯金口座のある金融機関または郵便局の窓口で申込書を提出してください。

問合せ 県の税務課
☎095-895-2212

[長崎県 自動車税種別割](#) 検索

特定不妊治療費の助成について

医療保険が適用されない特定不妊治療(体外受精・顕微授精)の経費の一部を助成しています。

- 申請期限/
◎2月28日までに治療が終了した方 3月31日まで
◎3月31日までに治療が終了した方 4月30日まで

※助成額や対象者については、ウェブサイトをご確認ください

問合せ 県のこども家庭課
☎095-895-2445

[長崎県 特定不妊](#) 検索

家畜の飼養者は定期報告をお願いします

家畜を1頭(羽)でも飼養している方は、毎年1回、2月1日現在の飼養状況の県への報告が義務付けられています。

- 対象/家さん(鶏など)や牛、馬、豚、山羊、めん羊を飼養する全ての方
- 報告期限/家さん6月15日(火) その他の家畜4月15日(木)
- 提出先/最寄りの家畜保健衛生所

問合せ 県の畜産課
☎095-895-2955

[長崎県 家畜の飼養](#) 検索

ここからは広告です。広告内容については、広告主にお問い合わせください。

長崎県では、収入確保対策として有料広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、県が奨励するものではありません。



Vol. 3

長崎県の伝統的工芸品

長崎県知事指定伝統的工芸品とは、製造過程の主要部分が手作業であること、伝統的な技術または技法により製造されていることなどの要件を満たし、長崎県知事が指定したものです。



吉崎鬼凧(吉州鬼凧) (吉崎市)

吉崎には武者・百合若大臣が鬼退治をしたという伝説が古くから伝わっており、この伝説をモチーフとして、鬼と武者の闘いの様子を描いたのが鬼凧です。頭部の竹の弓にひも(かつては鯨のひげ、フグの皮などを使用)が張っており、揚げると独特のうなり音がします。郷土玩具として親しまれていますが、家内安全、無病息災の魔よけとして飾る縁起物でもあります。

問合せ 鬼凧工房平尾
☎0920-45-0718



若田石硯(対馬市)

対馬市厳原町若田地区で採掘される原石を素材とする硯で、歴史は古く、平安時代に紫式部が「源氏物語」を執筆した際に用いたと伝えられています。

硯と墨がよくなじみ、墨の色がきれいに出るのが特徴です。また、堆積岩の模様をそのまま生かした自然硯のため、装飾品としても利用されています。

問合せ 若田石硯匠会
☎0920-56-0403



対馬満山釣針(対馬市)

江戸時代、対馬藩の防備のため組織された「大砲方」を務めていた満山俊蔵が、その任務の傍ら、強さでは他に類のない鋼鉄の釣針を考案しました。

「伸びない、折れない、手作りの釣針」として、通の釣人に愛用されています。

※現在は製造・販売されていません

問合せ 県の企業振興課 ☎095-895-2637 長崎県の伝統的工芸品 検索

