

環境影響評価方法書の
縦覧について

問 地域経済活性化課商工振興係

☎内線242

環境影響評価法に基づき、環境影響評価方法書を縦覧します。意見がある人は事業者に対して意見書を提出することができません。

【特定対象事業の名称】

(仮称)佐世保市鹿町町風力発電所設置計画

【対象事業実施区域】

長崎県佐世保市および北松浦郡佐々町

【縦覧場所と縦覧期限】

●市役所1階ロビーおよび御厨支所

2月18日(木)まで

●事業者のホームページ

3月4日(木)まで

【意見書の提出方法】

住所、氏名、方法書の名称、環境保全の見地からの意見を記入して、縦覧場所の意見書箱に投函するか(2月18日まで)、事業者(株式会社ウエストエネルギーソリューション)に郵送してください。(3月4日消印有効)

【意見書の郵送先】

〒733-0002

広島県広島市西区楠木町

1-15-24

株式会社ウエストエネルギーソリューション 環境アセスメント係宛

市立図書館・福島図書館臨時休館について

問 松浦市立図書館

☎0956-72-4677

福島図書館

☎0955-47-2006

松浦市立図書館・福島図書館では2年に一度、不明図書などを確認する蔵書点検を行っており、図書館にある資料(約15万点)を一点ずつ点検するため左記の期間を休館とします。

休館期間中の返却については生涯学習センター入り口横の返却ポスト、福島図書館入り口横の返却ポスト、または最寄りの市立公民館をご利用ください。

【休館期間】

2月25日(木)～3月8日(月)

令和3年度交通災害共済加入受付中

問 市民生活課住民係 ☎内線 124

「交通災害共済」は、わずかな掛金で万が一の交通事故(自動車、電車、原動機付自転車、自転車(16インチ以上)等の接触、衝突等による事故)に備える共済制度です。ぜひご加入ください。

- 【共済掛金】 加入者一人につき500円(年間)
※中途加入者についても同額です。
- 【共済期間】 4月1日から令和4年3月31日まで
※4月1日以降に加入される人は、申込書が受理された日から令和4年3月31日までです。
- 【対象者】 本市に住民登録している人(外国人含む)
(就学のために一時的に転出している人も可能)
- 【申込窓口】 市民生活課 住民係または各支所・出張所
*加入申込用紙は申込窓口にあります。



ちゅんちゅんネットのWi-Fiインターネットは月額3,000円(税別)
(光30コース又はプレミアムコース) ※期間限定キャンペーン適用

Wi-Fiモデム機器リース料・プロバイダ料・通信料 込み!
定額月額利用料だから安心でチューン!

星鹿・御厨一部エリア拡大中につき、初期費用無料キャンペーン実施中!

地元企業ならではの!顔が見える安心サポート
西海テレビちゅんちゅんネット代理店(代理店届出番号:第J1900811号)
松浦ケーブル株式会社
松浦市志佐町浦免1530-5 TEL 0956-73-4002

ちゅんちゅんネットはケーブルテレビの専用回線を利用したインターネットサービスです

生涯現役セミナー 社会参加のススメ!!

問 長寿介護課長寿支援係

☎内線177

数年後、定年退職等を控えている人を主な対象としているセミナーです。退職後の人生を豊かに、生き生きと過ごすためのヒントを紹介します。

【日時】 2月10日(水)

午後6時30分～午後8時30分

【内容】

第一部

「働くことが〇〇予防」

講師 長崎大学名誉教授

松坂 誠應先生

第二部

「介護助手の取り組み事例紹介」

社会福祉法人幼老育成会

介護老人保健施設サクラ

【会場】

すこやか青プラザ3階健診室

【定員】50人

【申込方法】

長寿介護課へ電話申込

【申込期限】

2月5日(金)

※リモート開催する場合があります。

フレイルに注意しましょう



問 長寿介護課長寿支援係 ☎内線 193

新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、長期にわたり外出を自粛されている人が多くみられます。しかし、ずっと家に閉じこもって動かずいたり、結果的に食事を抜いてしまったり、誰とも喋らなかつたりすると、「フレイル」(心身の活力が低下し、要介護へ移行する中間の状態)が進行する恐れがあります。

健康長寿の三つの柱は、栄養・運動・つながりです。食事と運動で健康な体を作り、人とのつながりを持つことで心の健康を作りましょう。

□ 毎日良質なたんぱく質を十分に取り、1日3食きちんと食べましょう。

筋肉をつくるたんぱく質と筋肉づくりを助けるビタミンDをバランスよく取りましょう。ビタミンDの活性化には日光浴も必要です。

□ お口の衰えから全身の衰えにならないように気をつけましょう。

「堅いものが食べにくくなった」「お茶や汁物でむせることがある」「口の渴きが気になる」などはお口の機能の衰えによるものです。これを放っておくと、栄養が取れずに筋肉が衰えてきます。

○ 噛み応えのあるものをしっかりとよく噛んで食べましょう。

玄米・蓮根・ごぼう・きのこ・こんにゃく・アーモンドなど

○ パタカラ発声(パタカラと発音すること)で食べるために必要な機能をトレーニングしましょう。

□ 持病も含めて、自分の状態に合った運動を続けましょう。

今までより10分多く体を動かしましょう。できれば日光を浴び外の空気に触れながら運動をしましょう。

□ 家族や友人とのつながりは、うつや認知症予防に効果大です。

直接会えない時は、電話やメール・手紙などでつながりを続けましょう。



あったかお風呂

お風呂の取替・リフォーム

0120-723-718

〒859-4502 松浦市志佐町里免 315-4 (株)グッド・ハウス