

市役所からのお知らせ

**令和3年度松浦市民文化祭
【舞台発表】出演者募集**

【問】生涯学習課社会教育係
☎内線340

【開催日】

11月21日（日）

【場所】

文化会館 ゆめホール

【内容】

日本舞踊・詩舞・箏曲・民謡・詩吟・ダンス・コーラスなど

【出演資格】

市内に在住または市内に勤務する人

※最小催行団体数：5団体（5団体未満の場合は開催を中止します）

【出演時間】

・申込団体数が10団体以内である場合1団体20分以内。
・申込団体数が11団体以上である場合1団体15分以内。（それぞれ入退場を含む）

【申込期限】

9月17日（金）

【申込先】

教育委員会生涯学習課、福島・鷹島分室または各市立公民館

**第16回松浦市民体育大会
（サッカー）日程変更**

【問】生涯学習課スポーツ振興係
☎内線312

【日時】

10月17日（日）に変更します。

【申込先】

サッカー協会事務局
北川 哲也
☎080-3966-3212

花火大会等中止のお知らせ

【問】松浦商工会議所
☎0956-72-2151

今年の夏に予定されていた左記の花火大会等は中止になりました。

①志佐町納涼花火大会
主催：志佐商工振興会
※同日開催の浦区会主催
精霊流しも中止。

②御厨夏祭り
主催：松浦商工会議所御厨支部青年部

高齢者の健康づくりに役立つ耳より情報

【問】松浦市地域包括支援センター（長寿介護課内）☎内線 193

加齢に伴う運動機能や認知機能の低下は、介護予防により回復することが期待できます。可能な限り自立した生活を送ることが、介護予防の第一歩です。自分らしい生活を楽しむために、積極的に介護予防に取り組んでいきましょう。

こころ

・生きがいを持ち豊かな生活を送りましょう

★笑わない人は脳卒中リスクが**1.6倍**増加
★ポジティブ感情で認知症リスクが**半減**！

食事

・タンパク質を摂取
・週1回は誰かと一緒に楽しく食事

★孤食でも、たまに友人等と食べていると**健康状態に良い**

口腔

・お口の筋肉を鍛える
・お口の中をきれいに
・唾液を出す

★歯が少ない人は、要介護状態になる危険性が**1.21倍**高い！

社会参加

・役割を持ちましょう
・自分の力を発揮しましょう

★地域で役割がある高齢者は長生き（死亡率**12%減**）！
★役割を担って社会参加している男性はうつリスクが**7分の1**

集いの場

・地域で近所同士誘い合って

★憩いの場に参加することで、認知症リスクが**3割減**！
★世話をする人、人の話を聴く人は、**うつ状態になりにくい**

運動

・できれば週に一回はみんなで運動

★スポーツ等複数の会に参加するほど要介護リスクは低い（スポーツは**34%減**！）
★定期的なスポーツ組織参加で転倒を予防（週1回以上で**2割以上減**！）

※ JAGES（日本老年学的評価研究）プレスリリースより抜粋

市役所からのお知らせ

農地パトロール

問 松浦市農業委員会

☎内線 231・232

農業委員会では、8月
から9月にかけて農地パ
トロールを実施します。
実施にあたっては、全
ての農地を対象に、次の
事項を確認します。

- ① 農地利用の確認
- ② 遊休農地の実態把握
- ③ 違反転用の発生防止・
早期発見（農地転用の履
行状況の確認）

※無断で農地を農地以外（宅
地、駐車場など）にする
ことは農地法違反となり、
罰金などの厳しい罰則が
与えられますので、転用
するときは事前に相談し
てください。

〔日程〕

⑧	9月16日	(木)	福島地区
⑦	9月15日	(水)	鷹島地区
⑥	8月31日	(火)	志佐地区
⑤	8月30日	(月)	調川地区
④	8月24日	(火)	上志佐地区
③	8月23日	(月)	御厨地区
②	8月19日	(木)	今福地区
①	8月18日	(水)	星鹿地区

新生活を始める人をサポートします

問 政策企画課企画統計係 ☎内線 315

各制度の詳細な内容は、問合せ先までお気軽にお尋ねください。

分野	制度	対象者	内容
結婚	お見合いシステム 登録促進補助金	・市内在住の20歳以上の未婚者 ・登録期間が1年未満の 初回登録者のみ	お見合いシステム（長崎県婚活サポート センター運営）の登録料（2年間で1万円） に対し、上限 1/2 を補助
結婚 住まい	結婚新生活支援補助金	・市内住宅に居住 ・婚姻日の夫婦の年齢が それぞれ39歳以下 ・夫婦の合計所得が400万円未満	対象費用：結婚に伴う住居費や引越費用 ①夫婦ともに29歳以下：上限 60 万円 ②①以外の世帯：上限 30 万円
就職	ふるさと就職奨励金	・45歳未満の者 ・新規学卒者またはUターン者 ・学校卒業または転入から 1年以内の就職	15 万円分の地域振興券 ※要件を満たした日から1年経過後 に交付
住まい	新生活奨励金	転入と同時に民間賃貸住宅 に入居した者	① 45歳未満：最大 30 万円分 ② 45歳以上65歳未満：最大 15 万円分 ※5年間に分けて地域振興券を交付
	定住奨励金 (新規転入者) ※建て替えは対象外	新規転入（転入前に3年以上 市外に居住）で転入から5年 以内に住宅を取得した者	A型：市内建築業者による新築 ① 単身： 60 万円 ② 単身以外： 100 万円 B型：中古住宅の取得 ① 単身： 20 万円 ② 単身以外： 30 万円 ※②の場合：子育て世帯加算あり
	定住奨励金 (市内在住者) ※建て替えは対象外	市内在住で本市に住宅を 取得した者	A型：市内建築業者による新築 ① 単身： 30 万円 ② 単身以外： 50 万円 B型：中古住宅の取得 ① 単身： 10 万円 ② 単身以外： 15 万円 ※②の場合：子育て世帯加算あり