



いさはや暮らしをわかりやすく



いさはや

vol.224

2023.Nov.

11

祝! 第169回直木賞受賞

かきね りょうすけ
垣根涼介さん



特集

大久保市長が聞く
直木賞作家が語る故郷への思い

垣根 涼介

直木賞作家



大久保市長が聞く

直木賞作家が語る 故郷への思い

「直木賞受賞、おめでとうございます。諫早の人間としてとても誇りに思っています。諫早の人間として初めて、故郷を離れて40年近くなると伺っています。今、改めて「諫早」をどう思われますか？」

私は、海外30数カ国、日本も2、3周ほど旅行していますが、諫早はかなり上位の土地柄になるのではと思っています。諫早は、気候が穏やかでご飯がおいしい。3つも海があり、景色がとても美しい。実家に帰ってきたときは高校時代の友人とその景色を見ながらドライブすることが楽しみの一つです。昔からとても過「しやすいまちではないかと思っています。」

大久保 潔重

諫早市長

「ふるさと諫早を題材にした作品の創作を、ぜひお願いしたいと思いますがいかがですか？」

調べてはいますが、なかなか難しいですね。小説にする題材となるいい人物が都合よく見つからず、くれません。ただ、これからは根気よく探してみます。いつか書く機会があればいいなと思っています。

「今後の作家活動について教えてください。」

週刊誌の連載と月刊誌の連載が1本ずつあって、今はそれに一生懸命ですね。淡々と仕事をしたいくらいだろうなと思ってます。それから、歴史でもうちよつと書きたい人がいるのでそれを書きたいと思っています。そのあとはまた現代小説を書くかもしれませんね。

「最後に、諫早市民へメッセージをお願いします。」

私は、諫早を離れて40年くらいたちますが、本当に諫早へらしい暮らしやすところはなかなかないんじゃないかと思っています。住んでいる皆さんはひよつとしたらその自覚はないのかもしれませんが、本当に良いところで暮らしていると思っしてほしいですね。

※この対談は、9月30日に行ったものです。

垣根涼介さんプロフィール

昭和41年諫早市生れ。

長田中学校、諫早高等学校、筑波大学卒業。平成12年『午前三時のルースター』でサントリーミスアリー大賞と読者賞をダブル受賞。平成16年『ワイルド・ソウル』で、大藪春彦賞、吉川英治文学新人賞、日本推理作家協会賞と、史上初の3冠受賞に輝く。翌年、『君たちは明日はない』で山本周五郎賞を受賞。令和5年『極楽征夷大將軍』で直木賞を受賞。



Let's 手話

日常会話で使う手話をちょこっとずつ紹介します。
皆さんと一緒に手話でお話してみませんか？（障害福祉課）

今月のテーマ「天気の様子」

天気の様子
晴れ

①天気の



右手のひらを天に向け、左から右へ弧を描く。

②表し方



左手のひらに右手人差し指を乗せたまま、前方に出す。

③晴れ



交差した両手のひらを前に向け、左右斜めに開く。

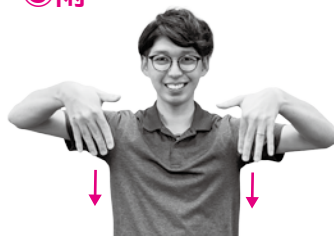
曇り
雨
雪

④曇り



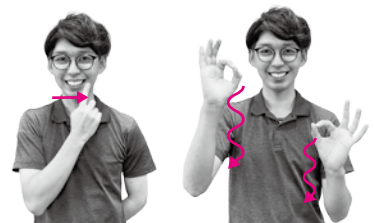
両手5指を軽く曲げ向き合わせ、交互に円を描きながら、左から右へ移動する。

⑤雨



広げた両手指先を下に向け、2回程度下に下ろす。

⑥雪



右手人差し指で歯を指し、右から左へ動かし、両手2指で輪を作り、上から下へ下ろす。

ほの炎チャレがゆく！～住んでよし諫早編～



高来分署が生まれ変わります



9月26日、諫早消防署高来分署建設工事の安全祈願祭が行われ、工事の安全を祈願しました。

現庁舎は、昭和47年に建設して51年が経過しています。新庁舎は、国道沿いの城ノ下グラウンド横に建設し、地域の防災拠点施設になります。

市民の安心と安全を守るため、消防力の充実と強化を期待できる高来分署に生まれ変わりますよ。

【炎のチャレンジャーこと大久保市長の行動記録を紹介しています】

「二十歳の集い」のご案内

- とき
令和6年1月7日（日）14時～
（受付13時～）
- ところ
諫早文化会館
- 対象
平成15年4月2日～平成16年4月1日生
※案内通知は、12月1日現在、本市に住民登録している人に送付。当日、案内はがきを持参。
※市外在住の本市出身者も参加可。

諫早市二十歳の集い実行委員会 インスタグラム公式アカウント開設中



@ISAHAYA_HATACHI

実行委員の活動や式典開催に関する情報を投稿します。ぜひ、フォローしてください。

（生涯学習課）

令和5年 諫早市表彰



市民の模範となる善行や市勢振興への貢献のあった個人および団体を表彰する「令和5年諫早市表彰式」を、10月2日、市役所で開催しました。

今年表彰された方は、スポーツや文化の分野で特に優秀な成績を収められた方をはじめ、保健、社会福祉、徳行、教育文化、体育、農業、防災、自治、寄附の各分野で貢献があった個人54人および8団体の皆さんでした。

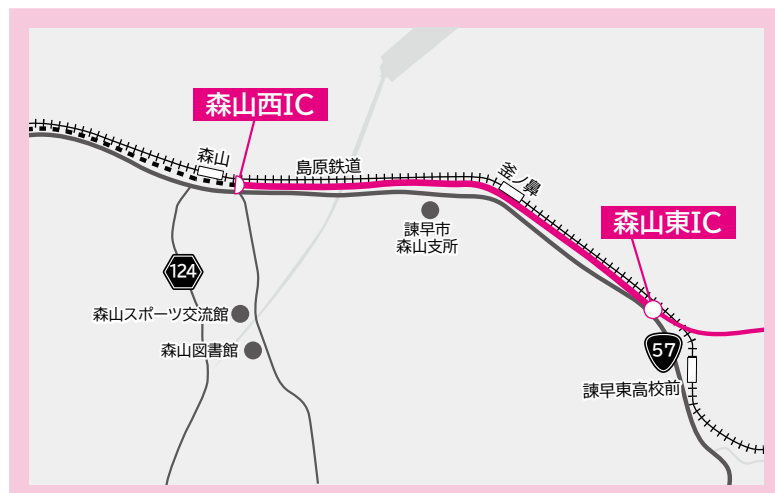
(総務課)

国道57号森山拡幅「島原道路」 森山東IC～森山西ICが開通

国道57号の交通混雑の緩和などを目的に、国と県が整備を進める「島原道路」の一部が開通します。

■開通日時
 11月12日(日) 16時～

■開通区間
 森山東IC～森山西IC
 (約3.3km)



(道路課)

くらしの情報

Information

お知らせ

マイナンバーカードの
延長窓口・出張申請
(11月分)

●延長窓口（交付）

9日(木)・16日(木)・30日(木)
各日19時30分まで

※いずれも要予約。詳細は、
市ホームページをご覧ください。
たたくか、直接お尋ねく
ださい。



11月11～17日は 「税を考える週間」

税を考える週間
11月11日～11月17日
～これからの社会に向かって～
私の納税が、
私たちの生きる未来をつくる。
<https://www.nta.go.jp>
税を考える週間 国税庁

国税庁動画チャンネルでは、スマホ申告やキャッシュレス納付、納税証明書のオンライン発行などの便利なサービスをご紹介します。この機会にぜひご覧ください。

● 諫早税務署

☎22-1370



●出張申請

○有喜ふれあい会館

1日(水) 9時30分～12時

○西諫早ふれあい会館

2日(木) 9時30分～12時

○多良見大草集落センター

10日(金)・11日(土)

各日9時30分～16時

○高来西ゆめ会館

26日(日)・27日(月)

各日9時30分～16時

●市民窓口課



国民年金保険料控除証明書は大切に保管を

1～9月の期間に国民年金保険料を納付した人へ、日本年金機構から保険料控除証明書を10月下旬に送付します。年末調整や確定申告に必要ですので、大切に保管してください。

● 諫早年金事務所

☎25・1662

● ねんきん加入者ダイヤル

☎0570・003・004

太陽光発電設備は申告が必要で

家屋の屋根や土地に設置した太陽光発電設備は、固定資産（償却資産）の申告対象となる場合があります。次の申告要件に該当し、毎年1月1日（賦課期日）現在所有している場合は、1月末までに申告してください。

●申告要件

	全量売電・余剰売電 (10kw以上)	余剰売電 (10kw未満)
法人	申告対象	申告対象
個人（事業用）	申告対象	申告対象
個人（住宅用）	申告対象	申告対象外

●対象

太陽光パネル、架台、送電設備、電力量計、パワーコンディショナー、フェンスなど

●資産税課

重点支援給付金の申請はお済みですか

住民税非課税世帯などを対象にした電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金（3万円）の申請締切日は11月30日(木)です。締切日を過ぎると、申請できなくなり。申請がお済みでない世帯は、早めの申請をお願いします。

●市コールセンター

☎22・15888

事業所ごみの処理は事業者の責務です

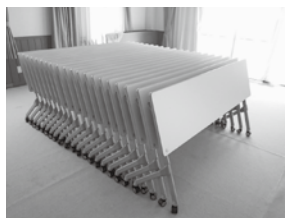
一部のごみステーションで、事業所から出たごみの排出が見受けられます。事業所・事業活動から出

たごみは、廃棄物収集運搬許可業者に依頼するなど、事業者自らの責任で適正に処理をお願いします。
環境政策課または各支所地域総務課

宝くじ助成金を活用して整備しました

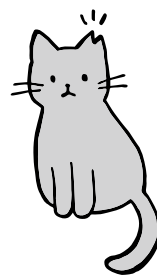
宝くじ助成金（コミュニティ助成事業）を活用して、永昌町自治会が机・椅子・椅子専用台車を整備しました。

※コミュニティ助成事業とは、（一財）自治総合センターが宝くじ事業の収入を財源に、住民コミュニティ活動を促進し、宝くじの普及・広報を行うものです。



地域振興課

不妊・去勢手術を受けさせましょう



動物は本能で繁殖を行い、自らの意思で繁殖をコントロールすることはできません。繁殖を望まない場合は、不妊・去勢手術を行いましょう。手術をすると性質がおとなしくなり、生殖器系の病気の予防にもなりません。

望まれない命を生み出さないためにも、責任を持って世話ができる頭数を飼育しましょう。詳細は、市ホームページをご覧ください。

長崎県県央保健所

26・3305

市環境政策課または各支所地域総務課



野鳥との接し方（鳥インフルエンザへの注意）

渡り鳥が飛来する季節になり、全国的に鳥インフルエンザの注意喚起が行われています。鳥インフルエンザウイルスは、野鳥観察など通常の接し方では、人に感染しないと言われております。正しい情報に基づいた冷静な行動をお願いします。詳細は、市ホームページをご覧ください。

環境政策課または各支所地域総務課



豚熱ワクチン接種

飼養しているすべての豚およびのししには、家畜伝染病予防法に基づき「豚熱ワクチン」を接種する必要があります。

本ワクチンは、中央家畜保健衛生所で接種を行います。

すが、令和5年度中に実施する初回接種に限り、豚熱予防液注射手数料（220円／頭）が減免されます。

農業振興課

25・1331

長崎県中央家畜保健衛生所

秋季火災予防運動
11月9～15日



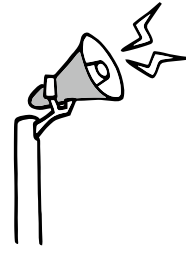
「火を消して 不安を消して つなぐ未来」をスローガンに、秋の全国火災予防運動が実施されます。この時期は空気が乾燥し、ちょっとした不注意から火災が発生しますので、火の取り扱いに十分注意してください。

諫早消防署（予防設備課）

22・0119

くらしの **情報** Information

**Jアラート訓練放送を
実施します**



緊急地震速報および全国
瞬時警報システムの起動確
認のため、防災行政無線を
使用し、全国一斉にJアラ
ート訓練放送を行います。

●とき

・11月2日(木) 10時頃

(緊急地震速報訓練)

・11月15日(水) 11時頃

※防災行政無線のほか、防
災メール、防災情報ファ
クスおよびエフエム諫早
などでも訓練を実施しま
す。緊急告知防災ラジオ
をお持ちの人は、ラジオ
が自動起動しますので大
音量での放送にご注意く
ださい。

問 危機管理課

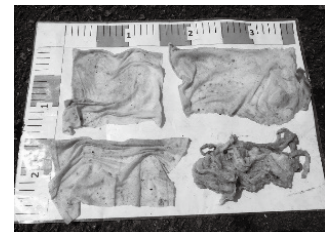
**下水道の詰まりが多発！
異物を流さないで！**

道路にあるマンホール内
に設置したポンプの故障が
多発しています。下水管に
流入したお掃除シートなど
の異物が、ポンプの回転部
に絡まったことが原因です。
下水管が詰まったりポンプ
が停止すると、汚水が道路
にあふれたり、周辺地域に
お住いの皆さんが下水道を
利用できなくなる場合があ
ります。



ポンプに詰まったお掃除シート

「トイレットペーパー」と
「トイレに流せると表示が
あるもの」以外は、トイレ
に流さないでください。



お掃除シートは水に溶けません
(強度があり簡単には破れません)

●「溜めマス」は定期的
清掃を！

下水道を使用しているご
家庭には、台所と風呂場か
らの排水管に「溜めマス」
が設置されています。溜め
マスは、油脂などが固まり
排水不良を起すことがあ
りますので定期的な清掃を
お願いします。

問 下水道課

2023年漁業センサス

2023年漁業センサス
が、11月1日を基準日とし
て全国一斉に実施されます。
本市では約300の漁業
関係者が対象です。10月か
ら11月にかけて、県知事が
任命した統計調査員が調査
票の配付・回収のため市内
の漁業関係者を訪問します
ので回答をお願いします。
なお、スマートフォンなど
を利用したオンラインでの
回答も可能です。

問 ●漁業センサスコールセンター

☎0570・666・340

●地域振興課

長崎県最低賃金

時間額 898円

※令和5年10月13日発効

問 長崎労働局賃金室

☎095・801・0033

**女性に対する暴力を
なくす運動実施期間
11月12日～25日**



暴力は、その対象の性別
や、加害者・被害者間の間
柄を問わず、決して許され
るものではありません。

市は、女性に対する暴力
根絶の啓発パネルとむらさ
き色のリボンを飾った「パー
プルリボンツリー」を展示
します。

●とき

11月12日(日)～25日(土)

●ところ

市役所本館1階ロビーお
よび男女共同参画推進セ
ンターひと・ひと(高城
会館2階)

問 人権・男女参画課

「マンション管理計画認定制度」が始まります

マンション管理組合の運営や維持保全の適正化を促進するため、「マンション管理計画認定制度」が11月1日から開始します。

市に申請したマンション管理計画が一定基準を満たし認定を受けると、資産価値や区分所有者の管理意識の向上が期待されるほか、住宅金融支援機構融資のフラット35およびマンション共用部分リフォーム融資の金利引下げ措置などの対象となります。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。
 問 建築住宅課



諫早市コンベンション等開催助成金をご活用ください。

市内で宿泊を伴うスポーツ大会や合宿、コンベンションなどを開催する団体に対し、延べ宿泊者数に応じた助成を行っています。

●助成基準額

宿泊者の延べ人数1人につき1,000円

ただし、宿泊客の延べ人数は30人以上を助成対象とし、助成額の上限は1団体あたり100万円
 ※申請は、大会・合宿などの開会日の15日前までです。

問 ●商工観光課

- (一社) 諫早観光物産コンベンション協会
- ☎22-8325

災害後の住宅修理トラブルに注意！

台風などの自然災害後は、住宅修理に関するトラブルの相談が増えます。

- 保険が使えると言われて契約したが、保険金がもらえなかった
- 「すぐ修理しないと大変なことになる」と不安をあおられ、高額な契約を結ばされた
- ずさんな工事でやり直しが必要になった
 勧誘を受けてもその場では契約せず、複数の事業者を比較検討しましょう。

電話勧誘や訪問勧誘の場合は、クーリング・オフ（無条件解除）することができます。おかしいと思ったらご相談ください。

問 消費生活センター ☎22-3113

市の中小企業者向け融資制度をご利用ください

市内中小企業者や市内で新たに創業を考えている人を対象に、事業経営に必要な運転資金や設備資金の融資を行っています。

●市中小企業制度融資一覧

資金名	中小企業振興資金	中小企業創業支援資金
対象	市内に1年以上住所を有し、1年以上継続して事業を営んでいる中小企業者	市内に住所を有し、市内で新たに事業を開始する具体的な計画を有する者、または創業後5年未満の中小企業者
資金用途	運転および設備	
融資限度額	2,500万円	2,000万円
貸付期間 (据置期間)	10年以内 (1年以内)	運転7年以内 (1年以内) 設備10年以内 (1年以内)
貸付利率	1.4%	1.3% (融資を受けた日から3年間、利子相当額の2分の1を市が補給します)
保証料率 (※)	0.45~1.9% (最大0.55%を市が補給します)	全額を市が補給します
取扱金融機関	十八親和・たちばな信金・長崎・西日本シティ・九州ひぜん信金	

※長崎県信用保証協会の取り扱いによるものが対象

(令和5年9月現在)

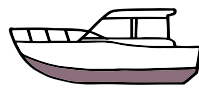
問 商工観光課

プレジャーボートの係留は許可が必要です

市が管理する港湾・漁港の係留施設にプレジャーボートを係留する場合は、許可が必要です。係留する予定がある人は、お問い合わせください。

問・申込

- 久山港 建設総務課
- 有喜漁港 林務水産課



- 喜々津漁港、伊木力漁港 多良見支所産業建設課
- 田結港、江ノ浦漁港 (江ノ浦地区・池下地区) 飯盛支所産業建設課
- 城ノ下港 高来支所産業建設課
- 小長井港 小長井支所産業建設課

令和5年度 第2回消防設備士試験

- 試験の種類
甲種・乙種

- とき

令和6年2月4日(日) 午前10時

※詳細は、ホームページをご覧ください。

- 問 (一財) 消防試験研究センター

長崎県支部

☎095-822-5999



市立小学校の教科書が決まりました

教育委員会が、令和6年度から市立小学校で使用する教科書を選択したのでお知らせします。

- 採択した教科書

教科・種目	発行者	書名
国語	教育出版	ひろがる言葉 小学国語
書写	教育出版	新しい書写
社会	日本文教出版	小学社会
地図	帝国書院	楽しく学ぶ 小学生の地図帳
算数	啓林館	わくわく算数
理科	大日本図書	新版 たのしい理科
生活	学校図書	みんなとまなぶ しょうがっこう せいかつ
音楽	教育出版	小学音楽 音楽のおくりもの
図画工作	開隆堂	図画工作 夢をひろげて
家庭	開隆堂	小学校 わたしたちの家庭科
保健	大修館	新 小学 保健
外国語	開隆堂	Junior Sunshine
道徳	日本文教出版	小学道徳 生きる力

- 問 学校教育課

子育て

ひとり親家庭・寡婦などの福祉医療費受給資格の更新

対象者へ案内書を送付し

ます。内容を確認の上、必ず期間内に手続きをお願いします。

- 更新期限
11月15日(水)

- 受付場所

別館2階第3会議室

または各支所地域総務課
問 子育て支援課

令和6年度 幼稚園・認定こども園・保育所等の入所児童

来年4月からの幼稚園、認定こども園、保育所等への入所申し込みを、11月から受け付けます。

	市立幼稚園	私立幼稚園	保育所(園)・認定こども園
申込書の配布場所	・諫早幼稚園 ・教育総務課 ・各支所地域総務課	各施設で配布	・こども政策課 ・各支所地域総務課 ・各出張所
受付期間	11月1日(水)・2日(木) 各日9時~17時	各施設にお問い合わせください	11月1日(水)~30日(休)
受付場所	諫早幼稚園	各施設	・こども政策課 ・各支所地域総務課
問い合わせ先	教育総務課	各施設	こども政策課

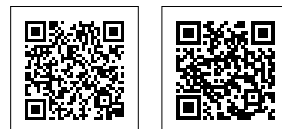
※本年1月2日以降に本市へ転入した人は、課税証明書もしくはマイナンバー利用同意書の提出をお願いします。

※利用施設や保育料、利用手続きなど詳細は、市ホームページをご覧ください。

●いさはや子育てネット

各施設の紹介や子育てに関する情報などを掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

▼市ホームページ



いさはや子育てネット▲

高齢介護

介護予防教室(11月)

【午前】10時~11時30分

【午後】1時30分~3時

※要予約。定員に達した教室は未掲載。

【フレイル予防教室】

1日(水)午前 白岩公民館

6日(月)午前 市民センター

8日(水)午後 小ヶ浦公民館

9日(木)午前 本野ふれあい会館

9日(木)午後 上山荘

10日(金)午後 月の港会館

21日(火)午後 長田みのり会館

22日(水)午前 市民センター

24日(金)午前 西諫早公民館

(水曜コース)

24日(金)午後 高来ふれあい会館

27日(月)午後 大草集落センター

28日(火)午前 森山公民館

※上山荘は、入館料160円が必要です。

※小ヶ浦公民館は、11月から開催時間が午後へ変更

公民館講座情報

【若返り体操教室】

14日(火)午後 たらみ会館

問・申込

地域包括ケア推進課



「いさはやシニアおでかけ支援事業」の申請はお済みですか？

75歳以上になる人を対象に、年額5,000円分の交通費助成を行っています。有効期限がありますので、

旧軍人や軍属、ご遺族への巡回相談会

軍人恩給や戦傷病者、戦没者遺族などの援護に関する相談会を行います。相談票は地域福祉課窓口を設置しています。

●対象者

旧軍人や軍属、ご遺族など

●とき

11月28日(火) 13時~16時

●ところ

諫早市役所別館第1会議室

問長崎県原爆被爆者援護課(恩給援護班)

☎095-895-2427

申請がまだの人は、早めの申請をお願いします。

●助成内容

5,000円分の「タクシー等利用券(100円×50枚)または「nimoca(ICカード)」

●申請方法

6月に送付した「確認書」に希望助成内容を記入し、同封の返信用封筒で返送
●タクシー等利用券の有効期限

令和6年3月31日(日)

問地域福祉課

高齢者肺炎球菌予防接種はお済みですか

今年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人で、過去に一度も肺炎球菌予防接種を受けたことがない人は、接種費用の助成を受けることができます。

対象者には案内はがきを6月に送付していますので、はがきを持参の上、今年度中に接種してください。接種期限が過ぎると、任意接種となり8,000円程度の接種料金がかかるのでご注意ください。

また、60歳以上65歳未満で、身体障害者手帳1級を有する人（心臓・腎臓・呼吸器の機能障害またはHIVによる免疫機能障害がある人に限る）も、助成の対象です。

●助成期限

令和6年3月31日(日)

11月11日は「介護の日」

介護保険は、高齢者の暮らしを社会みんなで支えるしくみです。介護の日は、「介護についての理解を深めてもらうこと」や「介護サービスを利用している人、介護従事者等を支援すること」などを目的として、2008年に設定されました。

市は、この日に介護を身近なものとして捉えるよう体験型イベントを行い、みんなの暮らしを支える介護のナゾを解いていきます。

【みんなの暮らしを支えるチカラ】

～介護のナゾを調査しよう！～

- とき／11月11日(土) 10時～15時
- ところ／諫早市社会福祉会館
- 内容
映画上映、トークショー、お仕事体験、就職フェア、ナイスハートバザール

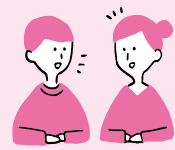
問介護保険課



- 自己負担額 4,000円
 - 助成回数 1回
- ※70歳からの5歳刻みの接種は今年度で終了予定

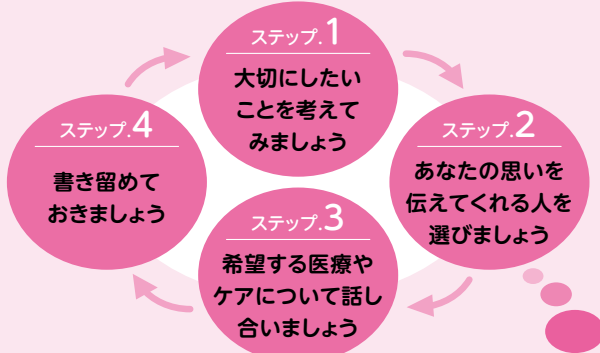
（令和6年度からは65歳の人のみが対象になる予定）ですので、この機会にぜひ受けましょう。 ※詳細は、お尋ねください。 問健康推進課

11月30日は 人生会議の日 (ACP)



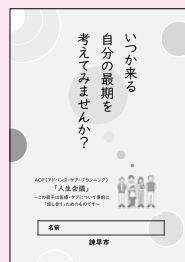
人生会議(ACP)とは、いつか来る自分の最期に備え、あなたの大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかなど、自分自身で考え、家族や医師、ケアマネジャーなど信頼する人たちと繰り返し話し合うことです。

自分の気持ちを伝えられなくなったとき、周りがあなたの意思を尊重することができるよう、この機会に人生会議をしてみませんか。



治療やケアについて、自分で決められなくなったら、代わりに誰に決めてほしいですか？

- 配偶者(夫・妻)
- 子ども・孫
- きょうだい
- 親戚(姪・甥など)
- 友人・知人
- 頼める人はいない
- その他()



ACPについての冊子を配布しています

自分の思いを書き留めて、大切な人・信頼できる人と共有しましょう。

配布場所：地域包括ケア推進課(健康福祉センター)、本庁総合案内、各支所、地域包括支援センター

冊子をダウンロードできます



諫早市高齢者ささあいネット ▶

問 地域包括ケア推進課

県央保健所依存症啓発セミナー

- とき
11月19日(日) 13時30分～16時
- ところ
県立長崎図書館（ミライon 図書館）
- 対象
一般、支援関係者など
- 内容
 - ・講演「依存症ってどんな病気？」
 - ・体験談「依存症は人とつながり続けることで回復可能な病気です」
 - ・シンポジウム「依存症からの回復～つながり支え合う暮らし～」
- 申込期限
11月8日(水)
- 問・申込 県央保健所 ☎26-3306

11月8日は「いい歯」の日 ～全身の健康はお口の健康から～

お口と歯の健康を守ることは全身の健康を守ることに繋がります。市は、歯周病予防のための歯科検診を行っています。この機会にぜひ受診しましょう。

【成人歯周病検診】※要予約

- 対象／40歳・50歳・60歳・70歳の市民（年齢は令和6年3月31日現在）
- 検診内容／問診、歯周組織検査など
- 受診者負担金／500円

●問健康推進課

【妊婦歯科健診】

歯周病は早産などの原因となることがあります。安定期に健診を受けましょう。

- 対象／市に住所を有する者で母子健康手帳の交付を受けた妊婦
- 検診内容／歯周疾患健診と保健指導
- 受診者負担金／500円

●問すくすく広場



健康

食育講演会

- とき／11月7日(火)
13時30分～15時

●ところ

たらみ図書館海のホール

●内容

講演「長崎県の砂糖文化
や郷土料理の歴史」

・講師 加藤久雄さん（鎮

西学院大学現代社会学部

外国語学科教授）

※詳細は、市ホームページ

をご覧ください。

●問健康推進課



新型コロナウイルスワクチン接種に関するご案内

新型コロナウイルスワクチン接種は、医療機関を中心に実施しています。接種を希望する人は、直接医療機関に予約をお願いします。接種券の再発行は、ワクチン接種

がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン

早期発見のため、がん検診を受けましょう！

検診の種類		対象者	主な検査内容	受診者負担金	
がん検診	大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査	200円	
	胃がん検診 (どちらかを 選択)	胃透視	40歳以上	胃透視（胃エックス線検査）	500円
		胃内視鏡	40歳以上	胃内視鏡検査	1,300円
	肺がん検診	40歳以上	胸部エックス線検査	200円	
		※50歳以上の人は、必要に応じて喀痰細胞診検査	喀痰細胞診検査	300円	
	結核検診	65歳以上	胸部エックス線検査	無料	
	子宮がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	子宮頸部の細胞診および内診、視診	400円	
			医師が必要に応じて体部の細胞診	600円	
乳がん検診	40歳以上の女性（令和4年度に受診した人は除く）	乳房エックス線検査（マンモグラフィ）	700円		

※健康保険証と健康手帳をお持ちの方はご持参ください。予約が必要な場合がありますので、事前に医療機関へお尋ねください。

※受診できる医療機関は、市ホームページをご覧ください。

●問健康推進課



コールセンターにお問合せください。
ワクチン接種に関する最新情報は、市ホームページをご覧ください。

●問ワクチン接種コールセンター
☎46・6500



募集

第73回諫早市駅伝競走
大会参加者



●とき

12月3日(日) ※雨天決行

●ところ

県立総合運動公園

●参加区分

一般の部、高校生の部、
中学生の部、小学生の部
(4年生以上)

※詳細は、市ホームページ
をご覧ください。

問・申込

スポーツ振興課



盲ろう者向け通訳・介
助員養成講座受講生



盲ろう者のコミュニケー
ション支援や外出時の介助
などを行う通訳・介助員の
養成講座を開催します。初
心者大歓迎。ぜひご参加く
ださい。

●とき

12月9日(土)～令和6年3
月23日(土)

12時～16時(全14回)

●ところ

諫早市社会福祉会館

●対象

18歳以上(高校生を除く)

●料金

無料(テキスト代実費負
担あり)

●申込方法

はがきに住所、氏名、電

緑化活動団体を募集

緑の募金を活用し、森づくりや植樹などの緑化活動を行う団体に対し、その活動に係る費用を支援します。

- 対象事業
 - ・公共用地などへの樹木の植栽
 - ・緑とのふれあい、大切さを学ぶ事業やイベントなど

- 対象
自治会、市民グループなど

- 募集期限
12月1日(金)

※申請書は、市ホームページからダウンロード可

- 問・申込
林務水産課または
各支所産業建設課



緑の募金

ご協力ありがとうございました

緑の募金運動期間(4月1日～5月31日)に行われた募金運動で、本年春期は合計3,732,180円の募金が集まりました。

この募金は、森林づくりや緑とのふれあいなどさまざまな活動や事業に活用されます。

(諫早市緑の募金運営協議会)



話・ファクス番号、受講経
験の有無を明記し、長崎県
ろうあ協会(〒852-1
8114 長崎市橋口町10
1-22 3階)へお申し込み
ください。

- 申込期限
11月26日(日)

問 障害福祉課

ポリテクセンター長崎
令和5年度1月受講
生募集

- 訓練科名

機械CAD科、板金・溶
接科、電気設備技術科、
設備管理科、住宅リ
フォーム技術科

- 募集期限
11月27日(月)

※詳細は、ホームページを
ご覧ください。

- 問・申込

ポリテクセンター長崎訓練課
☎ 22・2324

11月の定期相談

市民相談室

市民相談室(高城会館3階)

☎市民相談室 ☎22-3113

車でお越しの際は市役所前広場駐車場をご利用ください。

1日(水)【法律相談】 13時～16時
事前予約制・同一相談1回

2日(木)【人権相談】 10時～15時
森山支所・高来支所／9時～12時

7日(火)【不動産相談】 9時～12時

10日(金)【行政相談】 ※市民相談室は実施なし
飯盛支所・高来支所／10時～13時
小長井支所／9時～12時

13日(月)【法律相談】 13時～16時
事前予約制・同一相談1回

14日(火)【登記相談】 10時～15時

16日(木)【人権相談】 10時～15時
多良見支所／9時～12時

17日(金)【行政相談】 9時～12時

21日(火)【交通事故相談】 10時～15時
事前予約制
(県交通事故相談所 ☎095-824-1111)

22日(水)【法律相談】 13時～16時
事前予約制・同一相談1回

24日(金)【行政相談】 ※市民相談室は実施なし
多良見支所／9時～12時
森山支所／10時～13時

28日(火)【遺言契約等相談】 13時～15時

【消費生活相談】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

8時30分～17時

☎消費生活センター ☎22-3113

その他開催分

【草花・樹木に関する相談】

1日(水) 9時～16時 市役所本館1階 玄関ホール

8日(水) 9時～16時 多良見支所1階 ロビー

15日(水) 9時～16時 市役所本館1階 玄関ホール

22日(水) 9時～16時 市役所本館1階 玄関ホール

29日(水) 9時～16時 市役所本館1階 玄関ホール

☎緑化公園課

【少年センター相談(いじめ・不登校)】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

9時～17時 少年センター

☎少年センター ☎24-3737

【長崎県よろず支援拠点 出張窓口】

(中小企業・小規模事業者のための経営相談所)

11月8日(水) 9時～17時 たちばな信用金庫本部

11月24日(金) 9時～17時 諫早図書館2階

※要予約・相談無料

●内容/販路開拓、経営改善など経営上の相談

☎県よろず支援拠点 ☎095-828-1462

【日本政策金融公庫 創業サポートデスク in 諫早市】

11月8日(水) 13時～16時 諫早商工会議所

※要予約・相談無料

●内容/事業計画策定、資金調達など創業前後の事業運営全般に関する相談

☎日本政策金融公庫 国民生活事業 ☎095-824-3141

相談など

「女性の人権ホットライン」強化週間

女性の人権に関する相談をお受けします。

●ホットライン

0570-070-810

●とき

11月15日(水)～21日(火)

8時30分～19時

※土日は10時～17時

☎長崎地方方法務局

☎095-820-5982

相続登記の申請義務化に関する講演会

●とき/11月28日(火)

13時30分～14時15分

●ところ

長崎地方方法務局諫早支局

※オンライン配信もあり

●内容

相続登記の申請義務化

●申込期間

11月1日(水)～21日(火)

※参加無料。要予約

☎・申込

長崎地方方法務局諫早支局

☎22-0475

実りの秋イベント情報

【もぎたて市大感謝祭】

秋の新鮮野菜がもりだくさん!

●とき/11月12日(日) 開店8時～(イベント10時～)

●ところ/直売所もぎたて市(森山図書館前)

●内容/餅つき、特産品ブース、豚汁の無料配布など

☎もぎたて市 ☎35-2717

【フレッシュ251秋MERCHE】

秋の収穫祭がバージョンアップ!

●とき/11月26日(日) 10時～15時

●ところ/直売所フレッシュ251 2号店(飯盛町上原)

●内容/生産者店頭販売、諫早産野菜スープの販売など

☎フレッシュ251 ☎48-2242

【本野ふれあい収穫祭】

新米の販売など秋の味覚が盛りだくさん!!

●とき/11月26日(日) 9時～11時

●ところ/本野ふれあい会館駐車場

●内容/新鮮野菜の販売、餅つきの実演販売、湯とり餅の実演、

新米150袋限定販売(2kg 400円)など

☎本野地区振興会事業部 小川 ☎090-4993-0781

第10回 森一忌

本市出身で日本を代表する脚本家・市川森一をしのび、開催します。

日 11月25日(土) 14時～ 場 諫早図書館

問 諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103

第51回 舞台芸術祭

日 11月3日(金) 12時開演 場 諫早文化会館

内容 詩吟、日舞、民謡、踊り、バレエなど

料 500円

問 諫早文化協会 ☎22-1103

第48回 六段まつり

日 11月12日(日) 11時～

場 慶巖寺(箏曲「六段の調」発祥の地)

問 諫早三曲会 下村 ☎0957-23-8475

諫早交響楽団

第55回定期演奏会

日 11月5日(日) 14時開演(13時30分開場)

場 諫早文化会館

料 一般2,000円 高校生以下500円

共演 バレエ MASUDA スタジオ1

ふれあいコンサート in もりやま

さまざまなジャンルの音楽を楽しめるコンサートを開催します。指揮者体験もできます。

日 11月26日(日) 14時開演(13時30分開場)

場 森山公民館

※入場無料

共演 湯江小学校金管バンド同好会

問 諫早交響楽団事務局 盛 ☎090-1349-4175
助成／(一財)自治総合センター



伊木力みかん収穫祭

～来てみんな！自然・体験・交流の伊木力へ～

大村湾を望む豊かな自然空間で、「フレッシュな伊木力みかん」の収穫体験をしてみませんか？みかんの故郷伊木力で「伊木力みかん収穫祭」を4年ぶりに開催します。

日 11月19日(日) 10時～15時

場 伊木力みかん選果場

内容 収穫体験、農産物・海産物の直売など

※収穫体験は、会場から農園まで無料シャトルバスを運行

問 からたち会 ☎44-1885

多良見支所産業建設課

「女性活躍推進セミナー」 大切なのは、いたわり・愛 ～多様性社会を自分らしく生きる～

これまでの自分の経験などから、性別間の格差や偏見を感じていることはありませんか？漫才師の中山まさともさんをお招きし、講演会を開催します。

日 11月26日(日) 10時～12時5分

場 高来会館3階(高来支所)

料 無料

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 人権・男女参画課 ☎24-1580



第62回 諫早市美術展覧会

日 11月3日(金)～6日(月) 10時～18時

場 美術・歴史館

内容 日本画、水墨画・南画、書、洋画(版画・水彩画含む)、写真、彫塑・工芸、デザイン

※入場無料

問 諫早市美術協会事務局(諫早市芸術文化連盟内)

☎22-1103

第40回県央リサイクルの集い

- 日** 11月5日(日) 9時～12時
場 県央不燃物再生センター
 ※自家用車でお越しの際は、できるだけ乗り合わせてご来場ください。
内容 展示コーナー、リサイクル体験コーナー、リユース品の持ち帰りコーナー、ゲームコーナー、フリーマーケットなど
料 空きカン、空きビン1個以上(道端などに落ちているもの)
問 県央地域広域市町村圏組合事務局 ☎23-3600

長崎矯正展

- 日** 11月11日(土)・12日(日) 9時～16時
 ※12日は15時まで
場 長崎刑務所
内容 パネル展示による矯正施設の紹介、刑務所作業製品の展示販売、施設見学、ろくろ体験、革製品製造体験、鑑別所職員による性格検査、歌謡ショー、太鼓演奏など
問 長崎刑務所 ☎22-1330

多良見文化祭

- 舞台の部**
日 11月5日(日) 10時開演(9時30分開場)
場 たらみ会館
内容 舞踊、カラオケ、三味線、篠笛、フラダンス、キッズダンス
- 展示の部**
日 11月9日(木)～11月15日(水) 9時～22時
 (最終日は14時まで)
 ※13日(月)は休館
場 たらみ図書館
内容 絵画、書、写真、文芸
- 茶会の部**
日 11月19日(日) 11時～14時
場 たらみ図書館
料 300円
- 音楽祭の部**
日 11月19日(日) 13時開演(12時30分開場)
場 たらみ図書館
内容 コーラス、クラシックギター、三味線、大正琴、十七弦、篠笛、二胡、三線
問 多良見文化協会事務局 ☎43-1122



市川木一 記念文化講演会



日時 11月26日(日)
13時30分開演(13時開場)

場所 諫早文化会館大ホール

講演 「笑顔で明日を生きる
～役者人生52年、高座に上がって26年～」

講師：風間 杜夫さん(俳優)

対談 風間 杜夫さん、柴田 美保子さん(俳優)

※入場無料、全席自由 ※公共交通機関の利用にご協力ください。

問 文化振興課

： たらみ図書館 ☎43-4611 。

▶ たらみふれあいミニコンサート

日 11月18日(土) 11時40分～12時10分
 場 海のホール
 定 先着100人

▶ 鳥のかんさつ会

たらみ図書館の周りで野鳥の観察を行います。
 日 11月11日(土) 10時～12時
 場 海のホール ※雨天時は、野鳥の解説
 講 寺島正彦さん(日本野鳥の会会員)
 対 小学生以上 ※小学1～3年生は保護者同伴
 定 10組 ※要申込
 日 11月2日(木)

11月3日

たらみ図書館フェスティバル

たらみ図書館開館記念日に合わせ、イベントを行います。

▶ 希望が丘高等特別支援学校生徒による Smile hope café

おいしいコーヒーやソフトドリンクを販売します。
 10時～14時

▶ ガーデニングマーケット&雑誌リサイクル

希望が丘高等特別支援学校生徒による野菜の販売や、図書館での保存期限が過ぎた雑誌を譲渡します。
 10時～16時

▶ ライブラリアンリース展

自然の素材で作ったリースを展示します(11月5日まで)。

▶ おはなしのじかんスペシャル

大型絵本や紙芝居などの読み語りをします。
 10時30分～10時50分

▶ ぼちぼちおはなしの会によるストーリーテリングを楽しむ会

大人向けのストーリーテリングです。
 11時～11時50分

▶ スペシャル上映会

役所広司主演「すばらしき世界」
 (2021年 日本 126分)
 13時30分～

問 たらみ図書館

子育てほっとウイーク in いさはや

諫早市保育会では「子育てほっとウイーク」として、市内認可保育園などで、さまざまなイベントを行います。

日 多良見・森山・飯盛 } 11月6日(月)～11日(土)
 高来・小長井地域 }
 諫早地域 11月13日(月)～18日(土)

場 市内各認可保育園など

内容 絵画・製作教室や園庭開放ほか各園の企画によるイベント、子育て相談など

※詳細は、いさはや子育てネットをご覧ください。

※施設見学は、ほっとウイーク期間外でも可能です。事前に各施設にお問い合わせください。

問 諫早市保育会事務局(ながたこども園内)
 ☎23-9220



いさはや子育てネット▶

： 諫早図書館 ☎23-4946 。

▶ 映画上映会

「永遠の門」
 (2018年 イギリス・フランス・アメリカ 112分)

日 11月15日(水) 14時～

場 2階視聴覚ホール

定 先着50人

▶ リサイクル図書譲渡会

諫早市立図書館で不用となった図書を、市内の公共公益団体に無償で譲渡します。

日 11月17日(金)～12月3日(日) 10時～17時

※11月20日(月)・23日(木)・27日(月)は休館

場 1階展示ホール

対 市内の公立学校、公民館、ふれあい施設、保育園、幼稚園、私立学校、子育て支援施設、学童、児童養護施設、社会福祉施設、高齢介護施設、病院、刑務所

11月3日、市立図書館特別開館

館名	開館時間	問い合わせ先
諫早図書館	10時～17時	23-4946
西諫早図書館	10時～17時	26-8607
たらみ図書館	10時～18時	43-4611
森山図書館	10時～18時	35-2001

※飯盛図書室、高来図書室および小長井図書室は休館です。

美術・歴史館開館10周年記念 諫早の酒造り展

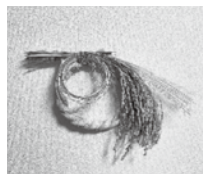
開館10周年を記念し、諫早の酒造りと酒にまつわる展示やイベントを開催します。

▶企画展

日 12月16日(土)～令和6年1月14日(日)
10時～18時(入場は17時30分まで)
※観覧無料

▶ワークショップ

日 12月23日(土)
13時30分～15時
内容 酒米(山田錦)で、稲飾りを作ります。



定 15組
※要申込(申し込み多数の場合は抽選)
日 12月8日(金)必着

▶民俗講座

日 12月24日(日) 13時30分～15時
内容 日本の酒造りの歴史とあわせて諫早の酒造りについてお話しします。

▶酒造り探訪

日 1月13日(土)
13時30分～18時30分(13時15分集合)
場 諫早駅西口集合
内容 金比羅山山頂付近にある酒の神様松尾社や高麗井戸など、市内に点在する諫早の酒造りにゆかりが深い場所を巡り、地産地消弁当と諫早の酒を味わいます。
定 20人 ※要申込(申し込み多数の場合は抽選)
日 12月20日(水)
料 5,000円(バス代・飲食代含む)

〈申込方法〉

次のいずれかに、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、お申し込みください。

- ・はがき
(〒854-0014 東小路町2-33)
- ・ファクス(24-6633)
- ・申込フォーム

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 美術・歴史館



詳細・申込フォーム▶

森山図書館 ☎35-2001

▶映画上映会

「グリーン・ブック」(2018年 アメリカ 130分)
日 11月27日(月) 14時～ 場 映像ホール 定 先着40人

▶季節と体によりそう薬膳(冬編)

初心者向けの薬膳講座(座学)です。旬の食材を生かした薬膳で体を整えてみませんか。
日 11月12日(日) 14時～15時 場 和室 定 12人
日 11月5日(日) ※要申込(申し込み多数の場合は抽選)

美術・歴史館 ☎24-6611

▶上山小学校校区史跡探訪

わかずぎんごう にしごう いたび ちやうすやま
若杉春后墓所、西郷の板碑、茶臼山などを徒歩で巡ります。

日 12月2日(土) 9時～16時(8時50分集合)
場 美術・歴史館駐車場集合
定 20人 ※要申込(申し込み多数の場合は抽選)
日 11月17日(金)必着 持 昼食 料 100円

〈申込方法〉

次のいずれかに、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、お申し込みください。

- ・はがき
(〒854-0014 東小路町2-33)
- ・ファクス(24-6633)
- ・ホームページの申し込みフォーム

詳細・申込フォーム▲



コスモス花宇宙館 ☎23-9003

※コスモス花宇宙館のイベント詳細は、こちらをご覧ください。



山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園 ☎34-4333

※山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園のイベント詳細は、こちらをご覧ください。



V・ファーレン長崎を みんなで応援しよう!

- 明治安田生命J2リーグ ホームゲーム
11月4日(土) 14時～ VSベガルタ仙台
- 場 トランスコスモススタジアム長崎
- 問 スポーツ振興課

公民館講座情報

くらしの情報

イベント情報

公民館講座情報

フォトニュース

健康・育児カレンダー

中央公民館 ☎23・1160



おもちゃ病院

想い出の詰まったおもちゃを修理し、使い方も指導します
 11月8日(水)・11日(土)・25日(土)
 10時～15時
 副都庁部員代負担あり

木彫教室(全3回)

辰年干支飾りを彫ります。
 11月17日(金)・24日(金)・12月1日(日)
 13時30分～15時30分
 副都庁 11月9日(水)
 料1,500円 定10人

健康体操教室「筋トレストレッチ」

お腹、腰回り、二の腕に効果があるトレーニング方法を学びます。
 11月27日(月) 13時30分～15時
 副都庁 11月20日(月) 定20人

小栗公民館 ☎22・1533



諫早よかばい！ふるさと探訪

土師野尾町の名所をゆつくり歩き、歴史を学びます。
 11月20日(月) 9時～12時
 副都庁 11月7日(火) 定15人

小野公民館 ☎22・0264



小野公民館図書室を日本一にする講座(7)

「始めませんか図書ボランティア」図書室でできるボランティア活

動の内容や心構えを学びます。
 11月17日(金) 10時～12時
 副都庁 小野ふれあい会館
 副都庁 20人

ふるさと探訪

黒崎・赤崎編、ウォーキングを楽しみながら、身近な地域の知られざる歴史を学びます。
 11月21日(火) 9時～12時
 副都庁 小野ふれあい会館集合
 副都庁 11月8日(水) 定20人

実りの秋の料理教室

地元産のお米と野菜を使ったまぜ寿司とびょうたれを作ります。
 11月24日(金) 10時～12時
 副都庁 小野ふれあい会館
 副都庁 11月8日(水)
 料800円 定12人

有喜公民館 ☎28・3110



有喜歴史散策まほろしの宇

木城を訪ねて
 とんさん道、宇木城、有喜街道を歩きながら歴史を学びます。
 11月14日(火) 9時～12時
 副都庁 有喜ふれあい会館集合
 副都庁 11月7日(火) 定15人

シックなボシエット作り講座(全2回)

パッチワークで和の布を使いボシエットを作ります。
 11月17日(金)・24日(金)
 13時30分～16時30分
 副都庁 有喜ふれあい会館

副都庁 11月8日(水)
 料700円 定16人

かんぼこ作り講座

有喜の郷土料理「かんぼこ」を作ります。
 12月6日(水) 10時～13時
 副都庁 有喜ふれあい会館
 副都庁 11月21日(火)
 料1,000円 定20人

新聞ちぎり絵で彩るポチ袋作り

和紙でポチ袋を作り、絵柄は新聞紙をちぎって制作します。
 12月7日(木)
 13時30分～15時30分
 副都庁 有喜ふれあい会館 副都庁 高齢者
 副都庁 11月20日(月) 定10人

西諫早公民館 ☎26・1531



県政出前講座

「はじめる！長崎健康革命」県民の健康に関する現状や生活習慣の改善方法などを学びます。
 11月13日(月) 14時～15時30分
 副都庁 11月9日(水) 定20人

気持ちもスッキリ！

片付け講座(全3回)
 整理整頓のコツや収納ポイントを学びます。
 11月24日(金)・12月7日(水)・21日(日) 10時～12時
 副都庁 11月20日(月) 定20人

おもしろ体験♪みんなで遊ぼう世界のボードゲーム

ルールを学びながら、世界の

ボードゲームを体験します。
 11月25日(土) 10時～12時
 副都庁 成人(グループ可)
 副都庁 11月21日(火)
 料一人200円 定20人

親子で作ろう☆ 体にやさしいおやつ

米粉を使い、甘さを抑えたバナナケーキとスノーボールを作ります。
 12月2日(土) 9時～12時
 副都庁 親子(小学生以上)
 副都庁 11月21日(火)
 料1組600円 定8組

本野公民館 ☎26・0270



ヨガ教室

呼吸法やゆつくり無理なく気持ちよく体を動かすヨガを学びます。
 11月8日(水) 10時～12時
 副都庁 本野ふれあい会館
 副都庁 11月2日(水) 定20人

富川溪谷紅葉狩りと天空の展望台高峰へ

富川溪谷を散策し、高峰展望台を目指します。
 11月10日(金) 9時～14時
 ※雨天中止
 副都庁 本野ふれあい会館
 副都庁 11月6日(月) 定20人

太極拳教室(全2回)

太極拳の穏やかな動きで身体と心をほぐします。
 11月15日(水) 10時～12時

12月11日(月) 10時～12時
 副都庁 本野ふれあい会館 副都庁 成人
 副都庁 11月10日(金) 12月6日(水)
 副都庁 各回20人

本明川探検隊 鮎返し

鮎返しを探索し、昼食は火起こし体験と飯ごう炊きをし
 ます。
 11月18日(土) 9時30分～15時
 ※雨天中止
 副都庁 本野ふれあい会館
 副都庁 小学3年生以上
 副都庁 11月13日(月)
 料500円 定20人

パウンドケーキと3時のおやつ作り

本野産さつまいものパウンドケーキとおにぎりを作ります。
 11月30日(水)
 9時30分～12時30分
 副都庁 本野ふれあい会館
 副都庁 11月17日(金)
 料800円 定12人

お菓子の家作り教室

12月2日(土) 10時～12時
 副都庁 本野ふれあい会館
 ※小学1～2年生は保護者同伴
 副都庁 11月20日(月)
 料700円 定8組

多良見公民館 ☎43・0049



成人講座「バイクツーリングを楽しむもう」(全2回)
 バイクの基礎知識とツーリング

法について、講師の実体験をもとに学びます。

11月4日(土)・11日(日)

9時30分～11時30分

場 たらみ会館 対成人

11月1日(水) 対20人

成人講座「やってみよう、木彫り講座」(全4回)

表札や干支の置物などを彫ります。

11月6日(月)・13日(月)・20日(月)

12月4日(月)

13時30分～15時30分

場 たらみ会館

対成人 11月1日(水)

対1,300円 対10人

成人講座「気軽にパウンドテニス！」(全3回)

11月15日(水)・22日(水)、12月6日(水)

13時30分～15時30分

場 多良見体育センター

対成人 11月6日(月) 対30人

明生教室「人生を楽しむ」

健康的で生き生きとした人生の楽しみ方を学びます。

11月21日(火) 10時～12時

場 たらみ会館 対高齢者

11月13日(月) 対10人

伊木力公民館



史跡探訪「伊木力のあるく」

11月14日(火)

9時30分～12時30分

場 多良見多目的研修館

対成人 11月7日(火) 対15人

森山公民館



唐比レンコン掘り体験

森山地域特産の唐比レンコンを手掘りで収穫します。

11月12日(日)

9時30分～11時30分

場 森山町唐比レンコン田

(ハス園横)

対小学生以上

※小学生は保護者同伴

11月6日(月)

対中学生以上1,500円、小学生500円 対40人

飯盛公民館



季節のお便り講座(全2回)

字手紙の年賀状を作ります。

11月6日(月)・13日(月)

10時～12時

場 成人 11月1日(水)

対500円 対15人

わたしのティータイムⅢ

ガトーショコラ作りに挑戦します。

11月16日(木) 10時～12時30分

場 成人 11月7日(火)

対1,000円 対16人

いいもり大学

「心が優しくなる話」心が温まる話やほのぼのする話を聞いて心を癒します。

11月22日(水) 10時～12時

場 成人 11月16日(日) 対20人

諫早探検隊「紅葉巡り」

市内の紅葉の名所を巡ります。

11月27日(日) 9時～12時30分

場 飯盛ふれあい会館集合

(公用バス利用)

対成人 11月16日(日) 対20人

田結公民館



田結すこやか大学

「笑顔で健康づくり②」歌や笑いを体操に取り入れながら、健康的な体づくりをします。

11月16日(木)

13時30分～15時30分

場 高齢者 対30人

野菜教室

腸活にも効果的な万能調味料「野菜麴」を作ります。

11月28日(火) 10時～12時

場 成人 11月20日(月)

対800円 対8人

高来公民館



紅葉狩りウォーキング

高来のとおきおき紅葉スポットを歩きます。(約7km)

11月19日(日) 9時30分～14時

※雨天中止

場 高来会館集合(公用バス利用)

対成人 11月10日(金) 対20人

多良海道歴史ウォーキング(第2弾)

深海道祖神から長田みのり会館まで歩きます。

※途中険しい山道あり
11月30日(木) 9時～13時
※雨天中止
場 高来会館集合(公用バス利用)

対成人 11月16日(木) 対20人

高来西公民館



癒しの温泉を楽しむ

温泉の歴史や文化などを学び、お好みの名湯を見つけてみます。

11月8日(水) 10時～12時

場 高来西ゆめ会館

対成人 11月7日(火) 対30人

高来西ゆめ大学

「太極拳と氣功」転倒しない体づくりのために、基本的な動きを学びます。

11月15日(水) 10時～12時

場 高来西ゆめ会館

対成人 11月8日(水) 対20人

水辺の野鳥たちの姿を見てみよう・鳴き声を聴いてみよう

干陸地の中を散策しながら野鳥を観察し、野鳥の生態や環境問題を学びます。

11月18日(土) 10時～12時

場 いさはや水辺のクロスフロント

リーコース(深海干陸地フラワーズ) 駐車場集合

対小学生以上

※小学生は保護者同伴

11月14日(火) 対15人

小長井公民館



シルバー大学

腰痛の改善方法を学び、生き生きとした暮らしを目指します。

11月14日(火) 10時～11時30分

場 65歳以上 対100人

健康継続のためのワンポイント講座 part3

腰痛改善のポイントを学びます。

11月7日(火) 10時～11時30分

11月10日(金) 19時30分～21時

場 成人 11月1日(水) 対10人

圧力鍋で簡単・時短ヘルシー料理(託児あり)

圧力鍋の正しい使い方と時短料理を作ります。

11月15日(水)

9時30分～11時30分

場 成人 11月8日(水)

対1,000円 対10人

秋の星空さんぽ

月のクレターや天の川、スバルなどを観測します。

11月17日(金) 19時～21時

場 11月16日(木) 対20人

※小学生以下は保護者同伴

申込・問い合わせは各公民館へ
※講座によっては、応募多数の場合は抽選となります。
※託児の対象年齢は、生後6月～就学前です。
※申込期限のないものは、当日参加可。当日受付です。



9/16・17

「カチカチ」皿の音に大歓声

諫早最大のお祭り「第26回 ののこ 諫早まつり」が4年ぶりにフル開催され、約3,800人の踊り手が、両手に持った皿をカチカチと打ち鳴らしながら笑顔いっぱい街を練り歩きました。諫早市ふるさと特別大使の内村航平さんも会場に駆け付け、市民と一緒に踊りを楽しみました。2日目には、ふるさと芸能の祭典やお笑いステージで会場は大盛り上がり。2日間に渡り諫早が祭り一色となりました。



9/10

泥まみれのたすきリレー

諫早ゆうゆうランド干拓の里をスタート地点として、2023いさはやミニ・トライアスロン・リレー大会が開催されました。この大会は、全国的にも珍しいリレー形式のトライアスロンで、ガタスキーや中央干拓自転車コースなど、諫早オリジナルが盛り込まれています。4年ぶり31回目の開催となった今年は、市内外から28チーム約200人が参加し、熱戦を繰り広げました。中には仮装で参加するチームもあり、沿道の観覧者を楽しませました。



10/1

ドラの音に合わせて競漕

350年以上の歴史を誇る「ききつ船津パーロン大会」が、多良見町喜々津船津漁港で開催されました。4年ぶりに開催されたこの大会は、地域の行事や海上安全などを願う伝統行事です。今年は、一般9チーム、中学生2チーム、子ども会2チームの総勢260人が参加し、ドラの音に合わせて、懸命にパーロンを漕ぎました。会場には、「1・2・3」や「よいさあ」などの掛け声とともに、観客の声援も響き渡りました。

記事のお詫びと訂正

広報諫早10月号22ページの「いさはや港祭り in うき」の記事に誤りがありました。(誤)4年ぶりの開催 → (正)削除

11月の健康・育児カレンダー

くらしの情報

イベント情報

公民館講座情報

フォトニュース

健康・育児カレンダー

1	水	●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時	16	木	★プレママ学級 すくすく広場 13時30分～15時 *要予約 ◆子育て相談 すくすく広場 10時～12時 *要予約
2	木		17	金	●のんのこ21サーキット 高来会館 20時～21時30分
3	金		18	土	●市民ウォーキング(5～6kmのコース) 西諫早第2公園 9時～11時30分 *雨天中止
4	土		19	日	
5	日		20	月	●離乳食教室(7～12カ月児) すくすく広場 13時15分～15時15分 *要予約 ●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分 ●のんのこ体操 本野ふれあい会館 13時30分～15時
6	月	●離乳食教室(4～6カ月児) すくすく広場 13時15分～15時15分 *要予約 ●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分 ●のんのこ体操 本野ふれあい会館 13時30分～15時	21	火	
7	火	●乳児健康相談 すくすく広場(中央、北部、小栗) ●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 ●のんのこ体操 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時	22	水	●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 ●のんのこ体操 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時
8	水	●乳児健康相談 すくすく広場(中央、北部、小栗) ●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 ●のんのこ体操 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時	23	木	▲介護相談 市民センター3階第1会議室 13時～15時 *事前予約制
9	木	▲認知症専門相談 市役所別館4階第8会議室 13時30分～15時 *要予約 ●のんのこ21サーキット 小野体育館 13時30分～15時 高来会館 20時～21時30分	24	金	●乳児健康相談 飯盛ふれあい会館(飯盛) ●のんのこ21サーキット 小野体育館 13時30分～15時 高来会館 20時～21時30分
10	金	▲認知症専門相談 市役所別館4階第8会議室 13時30分～15時 *要予約 ●のんのこ21サーキット 小野体育館 13時30分～15時 高来会館 20時～21時30分	25	土	
11	土	●市民ウォーキング(5～6kmのコース) 森山ふれあい公園 9時～11時30分 *雨天中止	26	日	
12	日	★パパママ学級 すくすく広場 10時～12時(受付9時30分～) *要予約	27	月	●ニュースポーツ教室(バタンク) 眼鏡橋前芝生広場 9時30分～11時30分 ●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分
13	月	●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分	28	火	●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時30分～11時30分
14	火	●乳児健康相談 多良見体育センター(多良見、真津山) ●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時30分～11時30分	29	水	●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分
15	水	●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時	30	木	

●健康づくり運動教室…健康推進課(諫早市運動普及推進員協議会事務局)
飲み物・タオル持参/ペット参加不可/感染状況などに応じてマスクの着用をお願いします。体温が37.5度以上の場合は参加をお控えください。

- 市民ウォーキング
- ニュースポーツ教室
- のんのこ21サーキット/中程度の体力者向け(筋力運動・有酸素運動) ※要予約
- のんのこ体操/低体力者向けの体操 ※要予約

★パパママ学級・プレママ学級…すくすく広場 ☎46-5276

妊婦とその家族を対象に、お産や母乳、赤ちゃんとの生活のお話などをを行います。
定員/各10組 ※要予約

●乳児健康相談…すくすく広場(本庁) ☎22-1500

身体測定、相談(発達・離乳食・歯科など)
受付時間/13時～13時15分 対象/1歳未満児

●離乳食教室…すくすく広場(本庁) ☎22-1500

乳児期の食生活について個別相談
時間/13時15分～15時15分 対象/1歳未満児 ※要予約

◆子育て相談…子育て支援課

子育て中に感じる悩みや心配などの相談に、臨床心理士と家庭相談専門員などが応じます。

▲認知症専門相談…地域包括ケア推進課

▲介護相談…認知症の人と家族の会 渡部 ☎26-1763

「乳児健康診査」…県内医療機関で個別健康診査 ※要受診券
対象/4～5カ月児、10～11カ月児

「幼児健康診査」…すくすく広場(本庁) ☎22-1500
対象者には前月に健診票を送付
内容/1歳6か月児健康診査、2歳6か月児歯科健康診査、3歳児健康診査

※4月から、すくすく広場の一部業務が市役所内に移りました。

【毎日】諫早市子ども準夜診療センター(諫早総合病院)

受付時間: 20時～22時45分 ☎22-1380
対象: 小児(中学生まで)で、内科的疾患の急病者

広報クイズ

全問正解者の中から抽選で、5人に図書カードをプレゼント! 答えのヒントは誌面の中です。はがきまたは応募フォームに答えと住所、氏名、年齢、広報誌へのご意見を書いて、11月7日(火)必着で〒854-8601(住所不要)諫早市秘書広報課まで。当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

- Q1 直木賞作家 垣根涼介さんは●●中学校卒業
- Q2 森山東ICから森山西IC間は約何キロ
- Q3 ●●●シートはトイレに流してはダメ!
- Q4 文化講演会 講師は俳優の●●●●さん
- Q5 役所広司さん●●●●賞受賞

※前号の答え/①2 ②先着 ③土木 ④5G0 ⑤0120-419-009 ※応募総数61通

※ご記入いただいた個人情報は、賞品発送などの目的以外には利用いたしません。

応募フォーム▶



カンヌ映画祭 男優賞受賞 役所広司さんをみんなでお祝いしよう

市民栄誉賞授与式

一般観覧者大募集

役所広司さんが来諫

役所さんからの
御礼映画上映会

作品名は、後日市ホームページで告知

市民限定

応募者多数の場合は
抽選

全席指定

入場無料

手話・託児あり

開催日時

12月2日(土) 受付開始:9時~
10時~13時30分(予定)

開催場所

諫早文化会館 大ホール

開催内容

- ①市民栄誉賞授与式
- ②トークセッション
- ③御礼映画上映会

応募期限 11月10日(金)

応募方法 インターネット申込

応募フォームへの必要事項を入力の上、
お申込みください。(1つの応募で最大2人まで可)
※諫早市役所本庁、各支所・出張所へ備え付けの応募用紙でも申し込みできます。



結果発表

当選者の発表は、案内状の発送をもって代えさせていただきます。
(11月中旬発送予定)。

(文化振興課)



諫早アボカド「ジバング」とサーモンの ワカモレ(アボカドで作るソース)

諫早の味覚を楽しもう!
市役所食堂の地産地消レシピ



〔材料/3~4人分〕

- 諫早アボカド150g
- サーモン(生食用)150g
- 塩 1g
- ブラックペッパー 少々
- レモン汁 3g
- オリーブオイル 5g
- バゲット(1cm厚)12枚

〔作り方〕

- ①アボカドを半分に切り、種をとり皮をむく。
- ②①をボールに入れ、フォークで潰し、2mm角に切ったサーモンとAを混ぜる。
- ③トーストしたバゲットに②をのせる。



諫早アボカド「ジバング」は、主に、伊木力地区で生産され、濃厚でクリーミーな味わいが特徴です。

※レシピは、市販のアボカドで代用できます。

※諫早アボカド「ジバング」の購入は、農業振興課へお尋ねください。

Isahaya Recipe

[編集・発行]諫早市役所 秘書広報課
〒854-8601 長崎県諫早市東小路町7番1号
TEL:0957-22-1500
FAX:0957-23-6031

https://www.city.isahaya.nagasaki.jp/
E-mail isahaya@city.isahaya.nagasaki.jp

- 多良見支所 TEL:0957-43-1111
- 森山支所 TEL:0957-36-1111
- 飯盛支所 TEL:0957-48-1111
- 高来支所 TEL:0957-32-2111
- 小長井支所 TEL:0957-34-2111

令和5年9月1日現在
人口 131,852人
男 62,987人
女 68,865人
世帯数 54,563世帯



防災行政無線

防災行政無線のスピーカー放送が聞き取りづらい!! そんな時は

フリーダイヤル 0120-419-009