

いさはや暮らしをわかりやすく

2025

11

VOL.248

広報
ISAHAYA

いさはや

11月1日土曜日 道の駅、開駅します



特集 — 道の駅251いいもりじゃがーロード、オープン

11月1日（土）オープン

道の駅 251 いいもり じゃがーロード

いよいよ開駅する諫早初の道の駅。
どんなところなの？ギモンにお答えします。（農業振興課）



飯盛町上原 1376

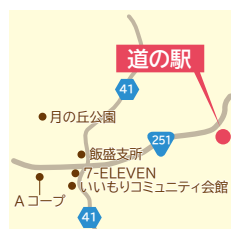
☎ 48-0088

≪直売所に関すること≫

☎ 48-2242

営 8時～17時

休 お盆、年末年始



臨時駐車場やシャトルバスの案内など詳細は、市ホームページをご覧ください。



- ◆10時 臨時駐車場開場（シャトルバス運行）
- ◆10時30分 入場整理券配布開始
- ◆12時 道の駅オープン（2日以降は8時オープン）
- ◇11月1日、直売所で500円以上お買い物すると**先着251人**に**名物のコロッケ（2個入り）**をプレゼント！
- ◇11月1～3日、ワクワクがいっぱい！
卵やおこしのつかみ取り、みかんの詰め放題など楽しいイベントが盛りだくさん！さらに、直売所で3,000円以上お買い物すると**豪華特産品が当たる抽選会**に参加できます！

11月1日～3日
オープンイベント



道の駅 251 いいもりじゃがーロード、オープン

直売所 おすすめ情報



『じゃがいも』

諫早産じゃがいもは種類も豊富にそろってますよ。時季により価格は変わります。



『いさはやミニトマトのケチャップ』

森山産ミニトマトを使って手間暇かけて手作りのケチャップです。

1,080円



『峠の コロッケ』

アツアツの揚げたてコロッケは店内で調理されています。調理室の様子を見てたら買わずにはいられません！

1個108円

みんなが楽しめる場所！



多目的交流スペース



芝生ひろば



体験・研修室

道の駅って どんなところ？

道路利用者の休憩施設、一次産業の振興の拠点、市内外の人々の交流拠点として、整備しました。

諫早市の豊富な農林水産物の魅力を発信し、多様な人々や地域全体をつなぎ、多くの皆さんに愛される道の駅を目指します。

授乳室



赤ちゃんがいても安心！



子育て支援室

防災の備えも！

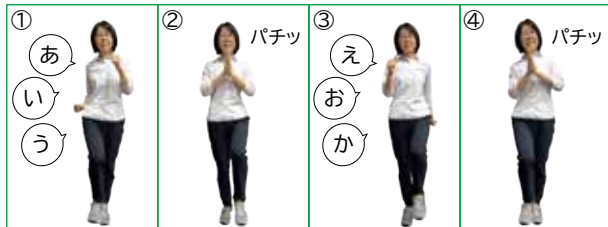


防災倉庫



如果バツグン！ 大人のかんたん体操

足踏みしながらあいうえお
脳トレでストレス解消【ながら作業】



「あ」「い」「う」「え」「お」を言いながらしっかり足踏みします。
3語ごとに片足立ちし、手をたたきます。
「ん」までできたら、逆順（「ん」「を」「わ」）でチャレンジ！

季節の変わり目に現れる体の不調。
頭がぼんやりしたり、集中力がなくなる
ことも。これらの症状は、自律神経の
乱れが原因かもしれません。血行促進
やストレス解消もできる体操で、秋を楽し
む体づくりを始めましょう。

動画は
こちら



（地域包括ケア推進課）

ほの 炎チャレがゆく！

感謝を込めて！
かもめ開業3周年



9月6日、西九州新幹線開業3周年記念イベント「GO WESTⅢ」が沿線5市で開催されました。

本市では、諫早駅と永昌東町商店街、諫早神社の3会場で実施。多くの来場者で賑わい、地域の活気を感しましたよ。

今後も魅力あるまちづくりのため、新幹線フル規格の早期実現に向けて積極的に取り組んでいきます。

市長の炎チャレ日記はコチラ ▶



Vol. 8
=防災諫早=

そのとき、どうする？

冬は洗濯物が乾かない…

じとじと…



洗濯物が
乾かない



これで
カンペキ



だよな～
じゃあ…

ちよっと待った！
ストーブの近くは
火事の原因になるよ

地域防災マネージャー
マツちゃん



これで
どうだ！

ストーブの上で洗濯物を乾かすと、乾いて軽くなった洗濯物があおられて落下し、火災の原因につながります。こたつで洗濯物を乾かす行為も大変危険です。

ちょっとした不注意が、取り返しのつかないことに…。暖房器具などの周りには、燃えやすいものを置かないようにしましょう。

（危機管理課）


お知らせ
info

地域おこし協力隊が退任しました

令和4年10月から地域おこし協力隊として活動した木下侑香さんと下崎レイナさんが9月末をもって任期を満了し、退任しました。

木下さんは、空き家利活用コーディネーターとして、下崎さんは、山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園活性化マネージャーとして個性を生かした活動に積極的に取り組んでいました。

これからも、木下さんと下崎さんの活動を応援しています。



木下侑香さん

この度、地域おこし協力隊として任期を終えることになりました。何もわからず飛び込んだ諫早でしたが地域の皆さんに温かく迎えていただき、楽しい日々を過ごすことができました。今では、「ただいま！」と言える、大切な帰る場所になっています。

これからも、まだまだ諫早に埋もれている素敵なものを発掘し、ご縁を育みながら、関わり続けていきたいと思います。これからも、よろしくお願いします。



下崎レイナさん

埼玉から移住し、地域おこし協力隊として過ごした3年間。温かく迎えてくれた諫早の皆さんのおかげで、気づけば地元以上にたくさんの人との関わりが生まれました。

活動では地域の魅力に触れながら、自分の「好き」を生かせる機会も多くいただき、本当に感謝しています。

任期後も諫早で、地域と関わりながら活動を続けていきますので、どこかで見かけたらぜひ声をかけてください。3年間、本当にありがとうございました！

(移住定住推進課)

お知らせ
info

地域おこし協力隊が着任しました

10月1日、新たな地域おこし協力隊として、中原亮さんと山野博文さんが着任しました。

中原隊員は「たらみ魅力創出コーディネーター」として、山野隊員は「こながい魅力創出コーディネーター」として、それぞれの地域の皆さんと一緒に、さまざまな地域活性化活動にチャレンジしていきます。



〈多良見地域担当〉

氏名 中原 亮

年齢 37歳

前住所 東京都



〈小長井地域担当〉

氏名 山野 博文

年齢 33歳

前住所 福岡県

(移住定住推進課)

くらしの 情報

ISAHAYA
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）

13日(木)・20日(木)

各日19時30分まで

※要予約。詳細は、市ホームページを

ご覧ください。



●出張申請

▼西諫早公民館

10日(月)・11日(火)・14日(金)

各日9時30分～15時

▼長田みのり会館

16日(日)

9時30分～16時

▼小野ふれあい会館

30日(日)

9時30分～16時



お知らせ

**11月11日～17日は
「税を考える週間」**



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紹介しています。

問 諫早税務署総務課

☎ 22・1370

☎ 22・1370



問 市民窓口課

※マイナンバーカード交付申請書が届いた人はオンライン申請ができます。



お知らせ

**太陽光発電設備は
申告が必要です**

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、令和8年2月2日(月)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

問 資産税課



お知らせ

**国民年金保険料控除証
明書は大切に保管を**

1月～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が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。

問 ●ねんきん加入者ダイヤル

☎ 0570・003・004

●諫早年金事務所

☎ 25・1662



お知らせ

長崎矯正展

◆とき

11月8日(土)・9日(日)

9時～16時

※9日は15時まで

◆ところ

長崎刑務所

◆内容

ろくろ体験、革製品製造体験、バザーなど
※できるだけ公共交通機関でお越しください。

問 長崎刑務所

☎ 22・1330



お知らせ

**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いますが、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。



問 環境政策課または各支所地域総務課



お知らせ

**Jアラート訓練放送
を実施します**

◆とき

▼11月5日(水) 10時頃

(緊急地震速報訓練放送)

▼11月12日(水) 11時

(全国一斉情報伝達試験)

問 危機管理課



お知らせ

**下水道の詰まりが多発！
異物を流さないで！**

お掃除シートなどが原因で、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。

流せないお掃除シートは、強度があり破れません。「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。

ポンプに詰まったお掃除シート



●「溜めマス」は定期的に清掃を！

下水道を使用している家庭には、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こします。定期的な清掃をお願いします。※ごみは燃えるごみとして捨ててください。

問 下水道課



お知らせ

**令和8年
諫早市二十歳の集い**

◆とき

1月11日(日)
14時～(受付13時～)

◆ところ

諫早文化会館

◆対象

平成17年4月2日～
平成18年4月1日生

※市外在住の本市出身者も参加可

※案内通知は、送付しません。

※詳細は、ホームページなどをご覧ください。



お知らせ

**入札（見積）参加
希望者は申請を**

市および市上下水道局が発注する令和8年度「建設工事」「業務委託（建設コンサル）」「物品調達（清掃等業務委託を含む）」の入

札（見積）参加者の資格審査申請を受け付けます。

◆受付期間

10月20日(月)～11月28日(金)
※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 契約管財課



お知らせ

**11月12日～25日は
女性に対する暴力を
なくす運動実施期間**

女性に対する暴力根絶の啓発パネルと紫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(水)～25日(火)

◆ところ

市役所本館ロビー
および高城会館
(男女共同参画推進センターひと・ひと)
問 人権・男女参画課



お知らせ

諫早市コンベンション等開催助成金を活用ください

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助成を行っています。

◆助成額

延べ宿泊者数(30人以上)×千円

※限度額／1団体あたり

100万円

※助成金の申請は大会など開会日の15日前まで

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



催眠商法に注意！

無料や安価で日用品や食品を販売する内容のチラシなどで会場に人を集め、言葉巧みに会場の雰囲気盛り上げて高額な商品などを購入させる手口です。

被害者は高齢者に多く、老後資金の取り崩しや保険を解約する状況に追い込まれることもあります。

困ったときは、早めに消費生活センターに相談ください。

【トラブル防止のポイント】

- ・低価格の商品を目あてに安易に会場に近づかない。
- ・不要な商品の購入はきっぱりと断る。
- ・健康食品の中には、持病の薬と飲み合わせの悪いものもあるので主治医に相談する。

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
資金使途	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7年9月現在)

問・申込

商工観光課



お知らせ

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



お知らせ

漁船・プレジャーボートの適正な管理を

使用しなくなった船を港湾・漁港施設に放置すると、施設内の利用に支障を来すだけでなく、油漏れなどにより周辺の環境に被害を及ぼします。

船の所有者・使用者は、適切な管理をし、使用しなくなった時は適正な方法で処分をお願いします。

問・建設総務課

県央振興局建設部管理課

☎ 22・0010



お知らせ

運転免許証の自主返納を支援します

◆対象者

65歳以上で令和5年4月1日以降に自主返納し、運転経歴証明書の交付を受けた人

◆助成内容

1万円分の交通系ICカード（1人1回のみ）

※「運転経歴証明書」を持参ください。

問・生活安全交通課

●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



お知らせ

11月30日は「人生会議（ACP）」の日

問 地域包括ケア推進課



諫早市高齢者
ささえあいネット
(冊子をダウンロードできます)

◆配布場所

地域包括ケア推進課（健康福祉センター）、市役所ロビー、各支所、地域包括センター

●ACP冊子配布中

してみませんか。

もしものとき、周りがあなたの意思を尊重できるように、この機会に人生会議を

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を自分自身で考え、家族や医師、ケアマネジャーなどの信頼する人たちと、繰り返し話し合うことです。



お知らせ

知ってますか？
ヤングケアラー

ヤングケアラーとは、本来大人が担う家事や家族の世話などを過度に、日常的に行っている子どものことです。

身近に「ヤングケアラーかも」と思う子どもがいたら、相談窓口まで連絡ください。

※詳細は、子育てネットをご覧ください。



問 相談

●子育て支援課（子ども家庭センター）

●児童相談所相談専用ダイヤル

☎0120-189-783

●子どもヤングケアラー相談窓口

☎095-893-6266



LINE

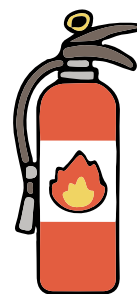


mail



お知らせ

11月9日～15日は
「秋季火災予防運動」



この時期は空気が乾燥し、ちよつとした火の取り扱いの不注意から火災が発生します。十分注意してください。

問 諫早消防署（予防設備課）

☎22・0119



子育て

ひとり親家庭・
寡婦等の福祉医療費
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17日(月)

◆受付場所

市役所本館8-5会議室
または各支所地域総務課
問 子育て支援課



子育て

令和8年度 幼稚園・認定こども園・保育所等の 入所児童募集

来年4月からの入所申し込みを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4日(火)～28日(金) 各日9時～17時	各施設にお問い合わせください	11月4日(火)～28日(金)
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	諫早幼稚園	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、マイナンバー利用同意書または課税証明書の提出をお願いします。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

市立幼稚園▶



保育所・認定こども園▶





介護予防教室（11月）

4月から1年間、月1回の教室です。要申込

※定員に達した教室は未掲載

【午前】10時～11時30分

【午後】1時30分～3時

【フレイル予防教室】

4日(火)午前／森山公民館

5日(水)午前／真崎町公民館

7日(金)午後／諫早図書館

10日(月)午前／田結公民館

17日(月)午前／九州ガゼットホール

18日(火)午前／市民センター

19日(水)午後／小野ふれあい会館

20日(木)午前／永昌町公民館

27日(木)午前／中田町公民館

【若返り体操教室】

10日(月)午後／

下大渡野構造改善センター

14日(金)午後／長野会館

20日(木)午後／

上山荘（入館料160円必要）

27日(木)午後／飯盛ふれあい会館

問・申込

地域包括ケア推進課



介護予防と生活支援の地域づくりフォーラム



◆とき

12月7日(日)

13時30分～16時30分

（開場13時）

◆ところ／諫早文化会館

◆内容

・第1部
地域のお宝紹介

・第2部
講演会「人生のギアチェンジ」～自分らしく歳を重ねるために～

長野県諏訪中央病院
名誉院長 鎌田 實さん

◆定員／500人

◆申込期限／12月1日(月)

問・申込／

地域包括ケア推進課

申込フォーム▶

◆申込期限／12月1日(月)

問・申込／

地域包括ケア推進課

申込フォーム▶



がん検診受診率向上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 ※50歳以上の人は、必要に 応じて喀痰細胞診検査	胸部エックス線検査	200円
				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
				頸部＋体部 （医師が必要に応じ体部の細胞診）	600円
	乳がん検診		40歳以上の女性 （令和6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

※年齢は令和8年3月31日時点

※健康保険証と健康手帳（お持ちの人）を持参ください。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





健康

11月8日は「いい歯」の日！全身の健康はお口の健康から！



健やかな生活には歯と口腔の健康が重要です。歯科健診を受診しましょう。

【成人歯周病検診】※要予約

◆対象

20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の市民
(年齢は令和8年3月31日時点)

◆検診内容

歯周組織検査など

◆負担金

500円

問 健康推進課



健康

市民公開講座「代謝がカギ！脂肪肝ゼロのライフスタイル」及び「医療相談会」



◆とき／11月21日(金)

市民公開講座

15時～16時

医療相談会

16時～16時30分

◆ところ

長崎医療センター

問 長崎医療センター臨床研究センター事務室

☎27・3021

(平日8時30分～15時)



募集

第75回諫早市駅伝競走大会



◆とき

12月13日(土)※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)

◆申込期限

11月20日(木)

※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



募集

第18回小長井ざんか駅伝大会参加

◆とき

12月7日(日) 9時～

※小雨決行

◆ところ

山茶花高原

◆参加区分

一般(高校生以上)の部、中学生の部、小学生の部
(4年生以上)

※男女混成可

◆区間

各部5区間

◆参加費(1チーム)

・一般／2千円

・小・中学生／千円

※スポーツ傷害保険料含む

◆申込期限

11月17日(月)

◆申込先

駅伝大会事務局、または小長井支所地域総務課

問 駅伝大会事務局 森(山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園内)

☎34・4333



募集

令和7年度甲種防火管理新規講習

◆とき

1月28日(水)・29日(木)

※9時50分～16時50分

29日は15時55分まで

◆ところ

諫早文化会館

◆料金

8千円

◆定員

130人

◆申込期間

11月25日(火)～12月2日(火)

◆申込方法

(一財)日本防火・防災協会ホームページから申し込みください。

問 県央地域広域市町村圏組合消防本部 予防指導課

☎23・0119



11月の定期相談

高城会館へ車でお越しの際は
市役所前広場駐車場をご利用ください。

【行政相談】

7日(金) 高城会館／9時～12時
14日(金) 飯盛支所／10時～13時
高来支所／10時～13時
小長井支所／9時～12時
21日(金) 高城会館／9時～12時
28日(金) 多良見支所／9時～12時
森山支所／10時～13時

【法律相談】（事前予約制・同一相談1回）

5日(水)、17日(月)、26日(水)
高城会館／13時～16時

【不動産相談】

4日(火) 高城会館／9時～12時

【登記相談】

11日(火) 高城会館／10時～12時
13時～15時

【交通事故相談】（事前予約制）

※予約は、県交通事故相談所 ☎095-824-1111

18日(火) 高城会館／10時～15時

【遺言契約等相談】

25日(火) 高城会館／13時～15時
☎安全安心相談室 ☎22-3113

【消費生活相談】

毎週月～金曜日（祝日・年末年始除く）

高城会館／8時30分～12時
13時～17時

☎消費生活センター ☎22-3113

【人権相談】

4日(火) 森山支所／9時～12時
6日(水) 高城会館／10時～15時
6日(水) 高来支所／9時～12時
20日(水) 高城会館／10時～15時
27日(水) 多良見支所／9時～12時
☎人権・男女参画課 ☎24-1580

【草花・樹木に関する相談】

5日(水) 市役所本館1階玄関ホール／9時～16時
12日(水) 多良見支所1階ロビー／9時～16時
19日(水) 市役所本館1階玄関ホール／9時～16時
26日(水) 市役所本館1階玄関ホール／9時～16時
☎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）

少年センター／9時～17時

☎少年センター ☎24-3737

【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日(火) たちばな信用金庫本部／9時～17時

25日(火) 諫早図書館2階／9時～17時

※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】

12日(水) 諫早商工会議所／13時～16時

※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



令和7年度第2回
消防設備士試験

◆とき

2月1日(日) 10時

◆種類

甲種、乙種

◆受付期間

11月25日(火)～12月5日(金)

問・申込

（二財）消防試験研究セ
ンター長崎県支部

☎095-822-5999



目や見え方に関する
相談会
～長崎県立盲学校巡
回支援教育相談会～

◆とき

12月17日(水)

①10時 ②11時30分

③13時30分

◆ところ

県央保健所

◆申込期限

12月3日(水)

※詳細は、ホームページを
ご覧ください。

問・申込

県立盲学校

☎095-882-0020



ポリテクセンター長崎
令和7年度1月受講生

◆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

◆申込期限

11月20日(木)

※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



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(月)

※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3,729,555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）

実りの秋イベント情報

【もぎたて市大感謝祭】

日 11月9日(日) 8時～
(イベント10時～)

場 直売所もぎたて市(森山図書館前)

内容 餅つき、特産品ブースなど

問 もぎたて市 ☎35-2717

【本野ふれあい収穫祭】

日 11月23日(日) 9時～11時

場 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概ね市場価格の半額)など

問 本野地区振興会事業部 小川
☎090-4993-0781

第53回 舞台芸術祭

日 11月3日(月) 13時開演

場 諫早文化会館

内容 大正琴、詩吟、日舞、民謡、オカリナ、フラダンス

料 500円

問 諫早文化協会 ☎22-1103

第50回六段まつり

日 11月9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 ☎23-8475

第64回諫早市美術展覧会

日 11月21日(金)～24日(月)

10時～18時

(最終日は16時まで)

場 美術・歴史館

内容 日本画、水墨画・南画、書、洋画、写真、彫塑・工芸、デザイン

問 諫早市美術協会事務局
(諫早市芸術文化連盟内)
☎22-1103

食と暮らしのグーグーマルシェ ～秋の収穫祭～

約100店舗が出店。

商店街内の各店舗による「アエルマルシェ」も同時開催。

日 11月16日(日)

11時～16時

場 アエル中央商店街
(本町～栄町エリア)

問 商工観光課

伊木力みかん収穫祭



日 11月16日(日)

9時～14時

場 伊木力みかん選果場

※収穫体験は、会場から農園まで無料シャトルバスを運行

内容 収穫体験、ミニライブ、農産物や海産物の直売など

問 からたち会 ☎44-1885
多良見支所産業建設課

2025森山よらんね祭り



日 11月2日(日) 10時～

場 森山スポーツ交流館前広場

内容 白塔かけ打ち、本村浮立、ステージイベントなど「森スポマルシェ」も同時開催。

問 寄楽音祭り実行委員会事務局
(森山支所地域総務課内)
☎36-1111



いさはや灯りファンタジア 2025



【イルミネーション】

日 11月29日(土)～

令和8年1月4日(日)

場 市役所前中央交流広場、アエル中央商店街

【スペシャルナイト】

日 11月29日(土)

15時～21時

11月30日(日)

11時～20時

場 市役所前中央交流広場

内容 点灯式、灯明地上絵、音楽やダンスなどのステージ、グルメの出店など

※詳細は、ホームページをご覧ください。

問 商工観光課



健康フェスティバル

日 11月23日(日)

11時～14時

場 栄町・ほんまち通りアーケード

内容 健康チェック、相談・体験コーナー、食育総合展示など

主 諫早市健康づくり推進協議会
諫早市

※当日来場者に、「歩こーで! (ながさき健康づくりアプリ)」5チケットプレゼント

問 健康推進課



日: 日時 場: 場所 講: 講師 対: 対象 定: 定員 締: 締め切り 持: 持ってくる物 料: 参加費 主: 主催

女性活躍推進セミナー 「いきいきと働き続ける職場づくり!～あなたが輝く・みんなが輝く～ 講演会」

みんなが共に働きやすく、いい職場環境を創るヒントをお伝えします。家庭での火災予防の知識と子どもの応急手当実演講座や、防災パネル展も同時開催です。

日11月30日(日)
14時～16時(開場13時半)

場たらみ図書館

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

※託児希望者は、11月20日(木)までに申し込みください。

問人権・男女参画課
☎24-1580



諫早図書館
☎23-4946

▶映画上映会

「スイッチ 人生最高の贈り物」
(2023年 韓国 112分)

日11月13日(木) 14時～

場視聴覚ホール

定先着50人

▶団体向けブックリサイクル

図書館で役目を終えた本を、再活用しませんか。

日11月21日(金)～26日(水)

10時～17時 ※月曜休館

場展示ホール

対諫早市内の公立学校、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、放課後学童クラブ、児童養護施設、社会福祉施設、高齢介護施設、病院、刑務所

※個人への譲渡不可

譲渡冊数1団体100冊まで

第12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29日(土) 14時～

場諫早図書館

問諫早市芸術文化連盟
☎22-1103

市制施行20周年記念 ドリーム・ベースボール



日11月16日(日) ※雨天決行

場スポーツパークいさはや たちばなしんきんフィールド・オブ・ドリームス

※雨天時は飯盛体育館

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問スポーツ振興課



第42回県央リサイクルの集い

日11月2日(日) 9時～12時

場県央不燃物再生センター

※できるだけ乗り合わせてお越しください。

料空き缶、空き瓶1個以上(道端などに落ちているもの)

内容リサイクル体験、リユース品の持ち帰り、ゲーム、フリーマーケット、消防車・作業車の展示など

問県央地域広域市町村圏組合
☎23-3600

諫早交響楽団 第59回定期演奏会

日11月9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

曲目白石茂浩 管弦楽と混声合唱による合唱組曲 諫早讃歌「有明」、ドヴォルザーク「交響曲第9番『新世界より』」

問諫早交響楽団事務局(諫早文化協会内) **☎**22-1103

助成／(一財)自治総合センター



第28回 諫早いけばな連盟花展

池坊、小原流、花芸安達流、草月流、未生流の5流派による個性あふれる作品を展示します。

日11月28日(金)～29日(土)

10時30分～17時
(最終日は16時30分まで)

場美術・歴史館

問諫早市芸術文化連盟
☎22-1103

有喜貝塚発掘100周年 諫早の縄文展

京都大学から美術品(縄文土器)を借用して展示会を開催します。

日11月29日(土)～

令和8年1月18日(日)

10時～18時

場美術・歴史館 企画展示室

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問文化振興課



▶たらみ図書館 アートフェスティバル2025

▶アートフェスティバル

子どもたちによるアート作品を展示します。

日11月29日(土)～12月14日(日)
9時～22時 ※月曜休館

場館内展示回廊ほか

▶ライブラリージャズコンサート1

小浜ジャズオールスターズ、山口セイコグループによる演奏会です。

日11月29日(土)
14時～15時30分

場海のホール

定先着150人

▶たらみふれあい ミニコンサート

日11月15日(土)
11時40分～12時10分

場海のホール

定先着200人

▶映画上映会

「トキワ荘の青春」
(1995年 日本 110分)

日11月21日(金) 14時～

場海のホール

定先着200人

11月3日 市立図書館特別開館

11月3日(月)文化の日に、市立図書館を特別開館します。

館名	開館時間	問い合わせ先
たらみ図書館	10時～18時	☎43-4611
森山図書館		☎35-2001

※諫早・西諫早図書館、飯盛・高来・小長井図書館は休館です。

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て、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

▶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55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

「九十歳。何がめでたい」(2024年 日本 90分)を上映します。

14時～15時45分

▶諫早子ども劇場による工作ワークショップ

どんぐりオルゴールを作ります。

10時～12時

料300円

西諫早図書館

☎26-8607

▶ギター演奏& おとなもおはなし会

諫早ギターアンサンブルと図書館がコラボ。ギター演奏と共に、詩の朗読やブックトークを楽しみませんか。

日11月8日(土)
17時30分～18時30分

場西諫早図書館

定30人 ※親子可

▶歴史文学講座『『すごい 長崎』下妻みどり講演会』

『すごい長崎』の著者、下妻みどりさんを講師にお迎えし、『すごい長崎』について、解説やエピソードを交えてお話しいたします。

日12月7日(日)
14時～15時30分

場西諫早公民館

講下妻みどりさん(ライター)

定60人 ※要申込

たらみ図書館

☎43-4611

▶おはなしのじかんスペシャル

人形劇団コスモスによる拡大版おはなし会です。

日11月8日(土)
11時00分～11時40分

場海のホール

▶図書館講座 ～古記録に見る多良見～

知っているようで知らない地域の歴史を、図書館資料や関連する古文書などを活用し、より深く学べる講座を開催します。

日11月13日(木)
10時～11時30分

場海のホール

定50名 ※要申込

締11月9日(日)

※詳細は、ホームページをご覧ください。



▶押し花アート体験

秋の植物で作ります。

日11月16日(日)

1回目 13時～14時

2回目 14時30分～15時30分

対4歳以上

定各10人 ※予約優先

料①しおり、コースター、はがき 200円

②キーホルダー 500円

▶サイエンスワークショップ

音が空気で伝わる実験をします。

日11月22日(土)

1回目 11時～12時

2回目 14時～15時

対小学生 ※保護者同伴であれば
未就学児も可

定各10人 ※予約優先 料100円

※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

▶お香づくりワークショップ

色も形も香りも選べる、オリジナルのお香を作ります。

日11月22日(土)・24日(月)

11時～、14時～

料1,500円(ハーブティー付)

定各5人 ※要予約

▶コーヒー豆手鍋焙煎体験

日11月22日(土)・24日(月)

10時30分～、13時30分～

料2,500円(コーヒー豆150g付)

定各3人 ※要予約

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



美術・歴史館

☎24-6611

▶文化の日は常設展示室 観覧無料



▶建立200年記念 諫江八十八ヶ所巡り史跡探訪



宇都町・天満町・城見町・金谷
町・泉町の札所を徒歩で巡ります。

日12月6日(土) 9時～16時

集合美術・歴史館 8時50分

定20人(申込多数の場合は抽選)

締11月19日(水)

料100円(保険料など)

※昼食持参



※はがき(〒854-0014東小路
町2-33)またはファクス(24-
6633)でも受け付けます。講
座名、住所、氏名、年齢、電話
番号を記入して、申し込みくだ
さい。

コスモス花宇宙館

☎23-9003

▶たのしい科学教室

いろいろなものを爆発させます。

日11月8日(土)

10時30分～12時30分

対小学生以上 ※親子可

申11月6日(木)

定各10人 ※予約優先

対筆記用具 料500円

▶ライブラリージャズコンサート 2

長崎大学軽音楽学部スウィング
ボートジャズオーケストラによる演
奏会です。

日12月13日(土)

13時30分～15時

場海のホール 定先着150人

▶図書館講座

『バードウォッチング入門』

たらみ図書館の周りで見られる野
鳥を観察しよう!

日12月6日(土) 10時～12時

集合海のホール

講師 寺島正彦さん(日

本野鳥の会会員)

定10名 ※要申込

締12月3日(水)

※詳細は、ホーム
ページをご覧ください。



森山図書館

☎35-2001



▶としょかんおしごと体験会

本の貸出や本棚に返す作業などを
体験します。

日11月3日(月)または9日(日)

①10時～12時 ②13時～15時

対小学生 定各2人 ※要申込

▶頭イキイキ音読教室

日11月10日(月) 14時～15時

場映像ホール 定15人 ※要申込

▶映画上映会

「北斎ミステリー」(2017年 日本 97分)

日11月17日(月) 14時～

場映像ホール 定先着40人



▶▶▶ 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。

※締め切りのないものは、当日参加可。

※託児の対象年齢は、生後6月～就学前です。

公民館	講座名	とき	内容・時間など
中央 	おもちゃ病院	11月8日(土)・ 12日(水)・22日(土)	思い出の詰まったおもちゃを修理し、使い方も指導します。 時10時～15時 対 成人 料 部品代負担有
	おもちゃドクター養成講習会 (全2回)	11月10日(月)・ 11日(火)	おもちゃの仕組みや修理方法を学びます。 時13時30分～15時30分 対 成人 締 10月31日(金) 料500円 定10人
	深まる秋に心身を整える！ ヨガ体験教室 Part 2	11月13日(木)	タイ式ヨガを学び、健康的な身体づくりを目指します。 時13時30分～15時30分 対 成人 締 11月6日(木) 定20人
	木彫教室 (全3回)	11月14日(金)・ 21日(金)・28日(金)	置物や壁飾り、干支飾りなどを作ります。 時13時30分～15時30分 対 成人 締 11月7日(金) 料1,500円 定10人
	こども国際交流講座 「キッズ ワールド デイ！」 (全3回)	11月15日(土)、 12月20日(土)、 1月17日(土)	外国人と英語で交流し、海外文化を学びます。 時10時30分～13時 対 小学生 締 11月7日(金) 料800円 定20人
	やさしい日本語で、 やさしい防災	11月22日(土)	災害時に役立つ知識を学ぶワークショップと講演会を行います。 時①ワークショップ10時～15時 ②講演会13時30分～15時 定 先着80人
	ぶらり諫早まちあるき	11月27日(木)	中央地区(八坂町周辺)を散策し、史跡や歴史を学びます。 時9時30分～12時 ※雨天中止 対 成人 締11月20日(木) 定20人
小栗 	ふるさと史跡巡り	11月18日(火)	小栗地区の史跡などを学芸員と散策します。 時9時～12時 場 小栗ふれあい会館集合 対 成人 締11月11日(火) 定15人
	寺峰農場見学	11月26日(水)	諫早農業高等学校寺峰農場の畜舎などを見学します。 時10時～12時 場 小栗ふれあい会館集合 対 成人 締11月17日(月) 定15人
小野 	角煮まんじゅう作り	11月19日(水)	時13時30分～16時30分 場 小野ふれあい会館 対 成人 締 11月11日(火) 料1,500円 定12人
	健康づくり講座 ナイト・ヨガ	11月28日(金)	時19時～21時 場 小野ふれあい会館 対 成人 締 11月11日(火) 定10人
有喜 	教えて！ 空き家バンクについて	11月11日(火)	空き家バンク制度、移住支援金について学びます。 時10時～11時30分 場 有喜ふれあい会館 対 成人 締11月6日(木) 定20人
	親子じゃがほり体験in有喜	11月30日(日)	時9時～11時 場 有喜ふれあい会館集合 対 親子 締11月20日(木) 料500円 定10組
	有喜歴史散策 ～有喜貝塚発掘100周年第2弾～	12月4日(木)	有喜貝塚現地見学と美歴「諫早の縄文展」を観覧します。 時9時～12時 場 有喜ふれあい会館集合(スクールバス利用) 対 成人 締11月10日(月) 定20人
西諫早 	スマホアプリのLINEを 活用しよう	11月11日(火)	LINEの基本機能を学び、日常生活に役立てます。 時10時～11時30分 対 成人 用 10月24日(金)～11月4日(火) 定 先着20人 ※10人未満の場合は実施しません。

時：時間 場：場所 対：対象 締：締め切り 用：申込期間 料：参加費 定：定員

●中央公民館 ☎23-1160
●小栗公民館 ☎22-1533
●小野公民館 ☎22-0264
●有喜公民館 ☎28-3110
●西諫早公民館 ☎26-1531

●本野公民館 ☎26-0270
●長田公民館 ☎23-9024
●多良見公民館 ☎43-0049
●伊木力公民館 ☎44-1002
●森山公民館 ☎36-1116

●飯盛公民館 ☎48-0049
●田結公民館 ☎49-1111
●高来公民館 ☎32-2111
●高来西公民館 ☎32-3126
●小長井公民館 ☎34-2201

公民館	講座名	とき	内容・時間など
西諫早 	身体ほぐし体操でめざせ健康体！（全3回）	11月19日(水)・26日(水)、12月3日(水)	自宅でできる体操をして動きやすい体を作っていきます。 時 13時30分～15時30分 対 成人 用 11月4日(火)～17日(月) 定 先着30人
本野 	さつまいものパウンドケーキ作り	11月12日(水)	時 10時～12時 対 成人 用 11月5日(水) 料 1,200円 定 8人
	富川溪谷紅葉狩り	11月17日(月)	富川溪谷から高峰展望台までを散策します。 時 10時～15時 ※雨天時は25日(火) 対 成人 用 11月10日(月) 定 20人
長田 	家庭菜園講座「長田玉ネギ」	11月18日(火)	玉ネギの植え方や育て方を学び家庭菜園に挑戦します。 時 10時～11時 場 長田みのり会館 対 成人 用 11月7日(金) 定 20人
	夜の朗読講座（全3回）	①11月12日(水)・19日(水) ②11月24日(月)	朗読の基礎を学び朗読発表会を開催します。 時 ①19時～21時②13時30分～15時30分 場 長田みのり会館 対 成人 用 11月5日(水) 定 15人
	アロマでリフレッシュ講座	11月26日(水)	香害について学び、心地よいアロマスプレーを作ります。 時 19時～20時30分 場 長田みのり会館 対 成人 用 11月19日(水) 料 1,000円 定 20人
多良見 	成人講座「生前整理のすすめ～後片付けの現場から～」	11月11日(火)	生前整理の仕方やヒントを学びます。 時 10時～12時 場 たらみ会館 対 成人 用 11月4日(火) 定 50人
	明生教室「あなたへの最後の贈り物」	11月18日(火)	「遺言や相続」について解説してもらいます。 時 10時～12時 場 たらみ会館 対 高齢者 用 11月10日(月) 定 50人
	健康講座「気軽にタイ式ヨガ②」	11月25日(火)	運動不足を補い体調維持に努めます。 時 10時～11時30分 場 たらみ会館 対 成人 用 11月17日(月) 定 15人
	健康講座「気軽にパウンドテニス」（全3回）	11月28日(金)、12月12日(金)・19日(金)	時 13時30分～15時30分 場 多良見体育センター 対 成人 用 11月20日(水) 定 30人
伊木力 	史跡探訪「伊木力を歩く」	11月25日(火)	時 9時30分～12時30分 場 多良見多目的研修館集合 対 成人 用 11月18日(火) 定 15人
森山 	レンコン掘り体験	11月9日(日)	森山地域特産の唐比レンコンを手掘りで収穫します。 時 9時30分～11時30分 ※小雨決行 場 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） 用 11月4日(火) 料 小学生500円、中学生以上1,500円 定 40人
	ヨガでリラックス	11月17日(月)	1日の終わりに心身の疲れを解きほぐします。 時 19時30分～21時 対 成人 用 11月10日(月) 定 20人
	ハンドメイドで心を豊かに（全3回）	11月20日(水)・27日(水)、12月4日(水)	自分だけのノッティングマットを手作りします。 時 13時30分～15時30分 対 成人 用 11月13日(水) 料 1,500円 定 15人
飯盛 	季節のお便り講座（全2回）	11月10日(月)・17日(月)	筆文字で年賀状を作ります。初心者大歓迎。 時 10時～12時 場 飯盛ふれあい会館 対 成人 用 11月5日(水) 料 500円 定 15人



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

育児・介護健康教室

公民館	講座名	とき	内容・時間など
飯盛 	木彫り講座（全4回）	11月18日(火)・ 25日(火)、 12月2日(火)・9日(火)	来年の干支や置物などを作ります。 時 13時30分～15時30分 場 飯盛ふれあい会館 対 成人 締 11月10日(月) 料 1,300円 定 15人
	諫早探検隊～紅葉巡り～	12月2日(火)	時 9時～13時 場 飯盛ふれあい会館集合（スクールバス利用） 対 成人 締 11月13日(木) 定 20人
田結 	田結すこやか大学 「笑顔で健康づくり②」	11月20日(木)	歌い、笑い、体操などで楽しみながら健康増進を図ります。 時 13時30分～15時30分 対 高齢者 定 30人
	クラフト講座 「クリスマスリース作り」	12月2日(火)	時 9時30分～12時30分 対 成人 締 11月20日(木) 料 1,000円 定 16人
高来 	自分でできる確定申告の 基礎講座	11月21日(金)	確定申告の仕組みなどを学びます。 時 19時～20時30分 場 高来会館 対 成人 締 11月14日(金) 定 30人程度 ※個別の相談には対応しません。
	初めてのギター弾き語り教室 （全2回）	11月22日(土)・ 29日(土)	簡単なコードを覚えて、弾き語りをします。 時 10時～12時 場 高来会館 対 成人 締 11月12日(水) 定 10人
	地元の人しか知らない 紅葉スポットを歩こう	11月30日(日)	秋の轟溪谷周辺約7kmを歩きながら紅葉を観賞します。 時 9時30分～14時 ※雨天中止 場 高来会館集合（スクールバス利用） 対 成人 締 11月12日(水) 定 20人
	心をほどく、癒しのフラダン ス～フラでつながるやさしい 時間～（全2回）	12月1日(月)・ 8日(月)	初心者向けの内容で、曲に合わせて踊ります。 時 10時～12時 場 高来会館 対 成人 締 11月12日(水) 定 15人
高来西 	シャビーなかごバッグを作り ましょう（全2回）	11月11日(火)・ 18日(火)	天然のつるを使って、籠を編みます。 時 10時～12時 対 成人 締 11月4日(火) 料 2,500円 定 8人
	～高来西ゆめ大学～ 深海観鳥会	11月15日(土)	野鳥の観察を通じて、野鳥の生態や環境問題を学びま す。 時 10時～12時 場 いさはや水辺のクロスカントリーコース（干陸地フラ ワーゾーン）駐車場集合 対 成人 ※親子可 締 11月6日(木) 定 15人
小長井 	シルバー大学 「はじめての太極拳」	11月11日(火)	誰でもできる穏やかでゆったりとした動きを学びます。 時 10時～11時30分 対 高齢者 定 100人
	木彫り教室（全3回）	11月27日(木)、 12月4日(木)・ 11日(木)	干支やオリジナルデザインの木彫り、表札を作ります。 時 9時～12時 対 成人 締 11月17日(月) 料 1,500円 定 10人
	フレッシュ素材で クリスマスリースづくり	11月28日(金)	フレッシュグリーンの香りとドライへの変化を楽しめる リースを作ります。 時 10時～12時 対 成人 締 11月14日(金) 料 3,000円 定 10人

時：時間 場：場所 対：対象 締：締め切り 申：申込期間 料：参加費 定：定員



9月13日(土)

“カチカチ” 小皿の音に笑顔ひろがる

諫早を代表する祭り「のんのご諫早まつり」が中央交流広場で開催されました。

両手に持った小皿をカチカチと打ち鳴らしながら練り歩く「のんのご街踊り」には約3,500人が参加。沿道にも多くの見物客が集まり、音楽に合わせて一緒に踊ったり、声援を送ったりと、会場全体が一体となって盛り上がりしました。

諫早が、笑顔と活気に包まれた一日でした。



9月13日(土)

諫早の魅力を全国へ！

市の魅力を広く発信する「諫早市PR大使」に、演歌歌手の茜つばきさん、漫画家の草場道輝さんが就任しました。

「のんのご諫早まつり」のステージで行われた就任式では、多くの市民が見守る中、2人は市長から委嘱状を受け取り、「これからも諫早を盛り上げていきたい」と力強く語りました。

お二人のこれからの活躍に、ますます期待が高まります。



9月14日(日)

平和と文化の祭典、開幕

「文化をみんなに」をキャッチフレーズに開かれているながさきピース文化祭。本市でもオープニングセレモニーが開催されました。

おすすめイベントの紹介や鏡開きのほか、FUNKIST染谷西郷さんの熱唱、おこしまきやふるまい酒もあり、多くの来場者でにぎわいました。

育児に関することは
子育てネットをご覧ください。



パパマクラス・プレマクラス

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。

- ところ／すすく広場
- 定員／各10組 ※要予約

【パパマクラス】

- とき／16日(日)
 - ①10時～12時 (受付9時30分～)
 - ②13時30分～15時30分 (受付13時～)

【プレマクラス】

- とき／20日(木) 13時30分～15時30分
- 申込／すすく広場 ☎46-5276

ベビークラス（乳児相談）

身体測定、相談（発達・離乳食・歯科など）

5日(水)	すすく広場 (中央、北部、小栗)
11日(火)	多良見体育センター (真津山、多良見)
21日(金)	飯盛ふれあい会館 (飯盛)

- 受付時間／13時～13時15分
- 対象／12か月児まで
- 申込／すすく広場 (本庁) ☎22-1500

離乳食教室

乳児期の食生活について個別相談

10日(月)	4～7か月児
17日(月)	8か月～離乳食完了まで

- 時間／13時～15時30分 ※要予約
- ところ／すすく広場
- 申込／すすく広場(本庁) ☎22-1500

乳幼児健康診査

【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／1か月児、4～5か月児、10～11か月児
- 申込／すすく広場(本庁) ☎22-1500

【幼児健康診査】

- 対象／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
- 申込／すすく広場(本庁) ☎22-1500

子育て相談

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。

- とき／20日(木) 10時～12時 ※要予約
- ところ／すすく広場
- 申込／子育て支援課

11月

育児・介護 健康教室

認知症専門相談

- とき／14日(金) 13時30分～15時 ※要予約
- ところ／市役所別館4階第8会議室
- 申込／地域包括ケア推進課

介護相談

- とき／27日(木) 13時～15時 ※要予約
- ところ／市民センター3階第2講座室
- 申込／認知症の人と家族の会 渡部 ☎26-1763

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(金)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 諫早初の道の駅「251いいもり●●●●ロード」
- Q2 火の取り扱いに注意！「秋季●●予防運動」
- Q3 幻想的なイルミネーションで彩られる「いさはや●●ファンタジア2025」
- Q4 諫早の魅力を全国へ！「諫早市●●大使」
- Q5 11月30日は●●●●記念文化講演会

- ※前号の答え／①太陽 ②警察官 ③ききつ ④こな ⑤インスタグラム
- ※応募総数136通
- ※個人情報、賞品発送のみに使用します。

応募フォーム▼



健康づくり運動教室

【市民ウォーキング教室】(5～6kmのコース) ※雨天中止

8日(土)	飯盛支所	9時～11時30分
15日(土)	森山ふれあい公園	9時～11時30分
29日(土)	多良見支所	9時～11時30分

【ニュースポーツ教室】(ペタンク)

17日(月)	健康福祉センター	10時～12時
--------	----------	---------

【のんのこ21サーキット教室】

中程度の体力者向け(筋力運動・有酸素運動) ※要予約

毎週月曜日 (3日、24日除く)	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
毎週水曜日	長田みのり会館	13時30分～14時30分
11日(火)・25日(火)	健康福祉センター	10時～11時30分
毎週金曜日 (小野体育館は14日、21日除く)	小野体育館	13時30分～15時
	高来会館	20時～21時30分
5日(水)・19日(水)	西諫早ふれあい会館	13時30分～15時

【のんのこ体操教室】低体力者向けの体操 ※要予約

10日(月)・17日(月)	本野ふれあい会館	13時30分～15時
12日(水)・26日(水)	西諫早ふれあい会館	13時30分～15時
11日(火)・25日(火)	シーサイド2区公民館	10時30分～11時30分
4日(火)・18日(火)	健康福祉センター	10時～11時30分

飲み物・タオル持参/ペット参加不可/体調不良の場合は参加をお控えください。

●申込／健康推進課(諫早市運動普及推進員協議会事務局)

救急車を呼ぶか迷ったら ☎#7119
24時間365日

子ども医療電話相談 ☎#8000
平日・土 18時～翌朝8時、日曜・祝日 8時～翌朝8時(24時間)

市川森一記念文化講演会

竹下 景子さん(俳優)

朗読

星野富弘さんの随筆から
～人生はひと枝の花に似て～

諫早市文化会館
大ホール

令和7年11月30日(日)

13時30分開演(13時開場)

柴田美保子さん(俳優)

対談

竹下景子さんと
柴田美保子さんの
トークショー

できるだけ公共交通機関をご利用ください。

■問い合わせ先／文化振興課

入場無料
全席自由席
申込不要



© 篠山紀信

いさはやしんぴ 今月一品 焼きおにぎり

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 (2～4人分)

- 炊いた白ご飯 600g(約2合分)
※1割ほど水の量を減らして炊く
- 追い鰹つゆ 30g
- 濃口醤油 10g



1分
で
わかる！
作り方▼



作り方

- ① 白ご飯と追い鰹つゆを混ぜ、おにぎりを作る。
- ② フライパンにクッキングシートを敷き、①を並べ中火で焼く(4～5分ほど)。
- ③ 焼き色がついたら返して、醤油(半分)を、はけで塗る。
- ④ 反対側にも焼き色がついたら返し、残りの醤油を塗る。
- ⑤ 最後にもう一度返して軽く焼き上げる。



防災行政無線
聞き取りづらい時は

フリーダイヤル 0120-419-009