

いさはや暮らしをわかりやすく

2026

6

VOL.255

広報  
ISAHAYA

# いさはや

子育ての

## 「困った」

こころで話してみませんか

特集

すくすく広場ぷらすオープン!

すくすく広場ぷらす



特集

5月1日(金)  
アエルウエスト1階

# すくすく広場ぷらす オープン

妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援を充実し、  
すべての子どもたちが健やかに育ち、子育てを心から  
楽しめるまちを目指します。(すくすく広場)

## 新たに始める事業

### 笑 親と保育者が共に学ぶ 顔かがやくプログラム

子どもとのより良い関係を築くスキル習得のため、実践的なプログラムを導入。



### ワン 橋渡しまで丁寧に ストップ窓口の新設

「どこに相談したら良いかわからない」といった悩みに、専門スタッフが対応。適切な支援機関へ丁寧につなげます。



## 子どもの発達支援を充実

### プログラム

#### ・保護者支援プログラム

##### にこにこクラス ～親子で成長するってこんなに楽しい～

子どもとの関わり方の引き出しを増やすことで、子どもの反応が驚くほど変わることを実感できます。

#### ・保育者支援プログラム

##### 「<sup>ケア</sup>CAREプログラム」 「ティーチャートレーニング」

日常から子どもの発達を深く理解することで、関わり方のコツや子どもとの絆を深める方法が分かります。

### 関係機関みんなで子育てを応援 子ども発達相談会の定期開催

#### ・すくすくステップ

発達に心配のある子ども支援の中心となる児童発達支援センターとすくすく広場、障害福祉課が連携し、相談に応じます。



# 継続する事業



## 子育ての悩みに寄り添う きめ細やかなサポート

言葉の遅れなど発達への心配がある子どもを対象に相談を行い、発達特性の早期発見・早期支援につなげます。また、保護者への相談・助言で、健全な親子関係や子どもの健やかな発達をサポート。



### 寄り添うサポート体制

#### ① 発達専門相談

- ・臨床心理士（公認心理師）・言語聴覚士の個別相談
- ・相談児の通所（園）施設への訪問相談・指導

#### ② 発達支援教室（発達集団指導）

- ・小グループ活動（7回1クールを年間4クール開催）
- ・健康講話

#### ③ 5歳児相談事業

- ・年中児を対象に、巡回相談（保育所、幼稚園など）や個別相談
- ・未就園児、市外園児対象に集団相談会を開催



## 遊 びのスペース 気軽に寄れる

行事がない時は、親子の休憩の場として使える遊具を設置。

お買い物など  
おでかけのときに  
立ち寄ってね。



◀ 詳細は、いさはや子育てネットをご覧ください。

どこを走るの？



みんなで、アツくなれ!

マラソンを走るもヨシ!  
ボランティアで参加するもヨシ!  
沿道で応援するもヨシ!



6月1日(月)からランナー募集開始(先着順)!  
詳細は、大会ホームページをご覧ください。

マラソン  
まめちしき

マラソン世界最遅記録はなんと54年8か月6日5時間32分  
20秒3。気になる人は「金栗四三」で検索してみてください!

■問い合わせ先  
長崎ミュージックフェスマラソン  
実行委員会 / ☎46-3843

ほの  
炎チャレがゆく!

災害対応力がパワーアップ!



4月14日、長崎災害レッカー即応隊  
NEXTと「災害時における応急対策業務に  
関する協定」を締結しました。

この協定は、災害時に車両などの移動を  
迅速に行い、道路を早期に通行可能な状態  
へ復旧するものです。

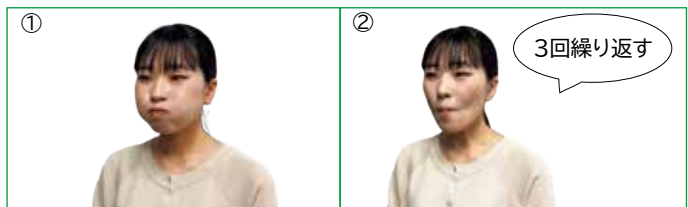
激甚化・多発化する自然災害に備え、今  
後も防災体制の強化を図っていきます。

市長の炎チャレ日記はコチラ ▶



効果バツグン!  
大人のかんたん体操

口角が上がりにくい?  
ロトレで表情豊かに



① 両方の頬を均等に  
膨らませる

② 頬をすぼめる

口まわりの筋肉は表情を作るのに大切です。  
お口の筋トレは、表情を豊かにし、食  
べこぼしや飲み込みにくさを改善できま  
す。

いつまでも楽しくおいしく食事するため  
にも、少しずつ続けましょう。

動画は  
こちら



(地域包括ケア推進課)



お知らせ  
info

## 地域おこし協力隊が着任しました

4月1日と5月1日に、新たな地域おこし協力隊が着任しました。それぞれが活動拠点とする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。

### こながい魅力創出コーディネーター



小長井地域担当

名前 阿部 夢翔 ゆめか  
前住所 神奈川県  
出身 愛媛県

「チャームポイントは笑顔と小さな身長です。地域の方々の温かさや日々の小さな幸せを大切にしながら、皆さんとのご縁を広げていきます。」

### いさはや魅力創出コーディネーター



諫早地域担当

名前 茂木 あんず もぎ  
前住所 埼玉県  
出身 埼玉県

「皆さんとの対話を大切にしながら活動します。社会人2年目の新たな挑戦ですが、地域の魅力を引き出し、全力で盛り上げていきます。」

### いいもり魅力創出コーディネーター



飯盛地域担当

名前 岡田 喜和子  
前住所 広島県  
出身 諫早市

「県外での暮らしや子育てを経験し、改めて地元の魅力を実感しました。外からの視点も大切にしながら、諫早の魅力を多くの人に届けていきます。」

### いさはやスポーツ振興コーディネーター



スポーツ振興担当

名前 塚越 茂 つかごし  
前住所 愛知県  
出身 神奈川県

「1年目は「諫早の便利屋」として、地域のスポーツ現場や暮らしの困りごとに全力で駆けつけます。皆さんと一緒に、スポーツで「いさはや」を元気にします！」

(移住定住推進課、スポーツ振興課)

お知らせ  
info

## 諫早市二十歳の集い実行委員会

式典を企画・運営する実行委員を募集します。

- 式典 / 令和9年1月10日(日)
- 対象者  
平成18年4月2日～平成19年4月1日に生まれた市内在住者または本市出身者。
- 募集人数 / 9人
- 活動期間 / 7月から式典開催まで (月1回程度)

- 活動内容  
式典の司会進行、催し物の企画・運営など
- 申込期限 / 6月19日(金)



◀市ホームページ



◀二十歳の集い  
Instagram

(生涯学習課)

# こどもの居場所を知っていますか？

## こどもの居場所とは？

こどもや若者が自分らしく幸せに過ごせる場所のこと。「心地よい」と思えば、どこでも居場所になります。成長に合わせ、切れ目なく用意していくことが大切です。



## 地域で支える居場所づくり

### つなぐ



こどもと居場所をつなぐ

### みがく



こどもにとって、より良い場所にする

### ふりかえる



これまでの居場所づくりを見つめ直す

### ふやす



多様なこどもの居場所をふやす

## こどもの居場所の「種類」

### こども食堂

誰でも行ける、無料または低額の食堂

### 学習支援

学校以外で勉強をサポートする場所

### フリースクール

勉強やささまざまな体験ができる場所

### こども第三の居場所

家や学校以外で安心して過ごせる場所

### つどいの場

こどもや保護者が悩みを話し合える場所

これ以外にも、駄菓子屋や公園など、こどもにとって「心地よい」居場所はさまざまです

## こども食堂に来てみませんか

名称	場所	日時	料金	問い合わせ先
YYこども食堂	城見町公民館	第2・4土曜日 11時30分～12時30分	こども無料 大人100円	YYこども食堂 ☎25-9395
	学童保育北小クラブ	毎週木曜日 7時～8時	こども無料	
ジスコ子ども食堂	パルファン	第2水曜日 16時30分～18時	中学生以下無料 保護者100円	ジスコ子ども支援株式会社 ☎27-1112
	西諫早公民館	第3水曜日 16時30分～18時		
	喜々津ステーションホテル	第3日曜日 12時～13時		
まんぷくこども食堂	西諫早公民館	第1・3土曜日 16時～18時	18歳以下無料 大人200円	まんぷくこども食堂 ☎090-1978-3713
とどろきこども食堂	高来西ふれあい会館ほか	偶数月 12時～13時30分 ※長期休みは複数回開催	中学生以下100円 大人300円ほか	とどろきこども食堂 メール：todoroki.cc55@gmail.com

「こどもの居場所」情報をInstagramで発信中！  
タイムリーな情報を紹介しています。



※食材の寄付やボランティア希望者は各食堂へお問い合わせください。

(子育て支援課)



お知らせ  
 info

＼30%のプレミアム付き／  
**令和8年度 いさはや地域振興商品券**

1冊6,500円分の商品券を5,000円で販売します。

●対象者

令和8年4月30日に、本市に住民登録がある人  
 ※1人につき最大5冊まで申込可（申込多数の場合は、購入冊数の調整有）

●申込期間

5月21日(木)～6月8日(月) ※当日消印有効

●申込（世帯主名で申込）



◀WEB専用申込サイト  
 （24時間受付可）

※WEB申込が難しい場合は、各世帯へ届いている「購入申込書」に必要事項を記載して返送ください。

●販売期間

7月16日(木)～9月30日(水)

●購入方法

申込者へ7月中旬に届く「購入引換券（圧着はがき）」を持参し、申し込みの際に指定した販売所で購入してください。

●使用期間

7月16日(木)～10月31日(土)

●使用可能店舗

市内で営業している店舗のうち、使用可能店舗として登録している店舗（随時追加）

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



◀詳細はこちら

※この事業は、国の重点支援地方交付金および県の補助金を活用しています。

■問い合わせ先／商工観光課

お知らせ  
 info

**省エネ家電の購入費用を一部補助します**

●対象者

- ・本市に住民登録がある人
- ・市税を滞納していない人

●対象製品と補助額

6月15日(月)以降に市内の店舗などで購入し、市内の自宅に設置した下記製品。

対象製品	省エネ基準達成率	補助率	補助上限額
エアコン	87%以上	本体価格の5分の1	2万5,000円
冷蔵庫	100%以上		
テレビ	70%以上		
給湯器	100%以上		3万5,000円
LED照明	100%以上	本体価格の2分の1	5,000円

※1世帯2製品まで（同一製品も可）

●申請期間

6月15日(月)～予算額に達するまで  
 ※市ホームページで残額を確認できます。

●申込方法

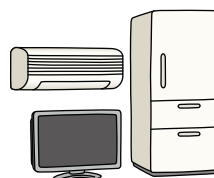
必要書類を郵送または持参



◀詳細はこちら

●問い合わせ・申込

諫早市省エネ家電購入支援窓口  
 〒854-0016  
 高城町5-10 諫早商工会館302号室  
 ☎23-5600



（環境政策課）

お知らせ  
info

## 住民基本台帳の 閲覧状況

住民基本台帳の閲覧は、国または地方公共団体の機関が法令で定める事務を遂行する場合や法人などで統計調査・世論調査・学術研究など公益性が高いと認められる場合に限定されています。

なお、閲覧状況の詳細は、市政情報コーナー（市役所本館4階）、市ホームページで確認できます。

- 閲覧請求（申出）期間  
令和7年4月～令和8年3月
- 閲覧請求（申出）件数  
21件
- 閲覧件数  
758件

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



（市民窓口課）

お知らせ  
info

## 教育長の任命

4月市議会臨時会での同意を得て、教育長に池田尚氏を任命しました。

任期は5月18日から3年間です。

池田教育長は、国立諫早青少年自然の家事業推進課長、諫早市こどもの城館長、すくすく広場所長などを歴任しています。



教育長  
池田 尚ひさし

（職員課）

お知らせ  
info

## 教育委員の再任

4月市議会臨時会での同意を得て、教育委員会委員に小野靖彦氏を任命しました。

任期は4月28日から4年間です。

教育委員会は、学校教育や生涯学習などに関する重要事項を決定する機関です。



教育委員  
小野 靖彦

（教育総務課）

お知らせ  
info

## 第五次諫早市食育推進計画を策定

市民一人ひとりが自らの食について考える習慣を身につけ、健全で安心できる食生活を実現し、生涯を通じて健康で心豊かな人間性を育むことを目指します。

今後は、第四次計画までの取り組みを引き継ぎながら、食育をさらに推進していきます。

**い** 生きる力を育てよう！  
～生きる力は食卓から～

3つの力を育む食育の実践

**さ** 探そう！  
諫早の食文化は宝物

食を楽しみ、諫早の食文化を  
継承する取組の推進

**は** はじめよう！  
バランスごはん  
健康寿命アップ大作戦！

食を通じた健康づくりの推進

**や** やってみよう食育！  
～みんなで食育の輪を広げよう～

関係機関・団体との連携による  
食育の推進

※詳細は、市ホームページ  
をご覧ください。



■問い合わせ先／健康推進課



# 道路で進むまちづくり

現在、整備を進めている主な道路を紹介します。(道路課)



## 市が整備している道路



①市道田原線  
(道路拡幅整備)



②市道小船津西尾線  
(道路拡幅整備)



③市道正久寺白浜線  
(橋梁更新)



④市道久山化屋線  
(踏切改良)



⑤市道百石中通線  
(道路拡幅整備)



⑥市道大門戸石線  
(歩道整備)



⑦市道早見線  
(道路拡幅整備)



⑧市道外籠1号線  
(道路整備)

## 国・県が整備している道路



⑨一般県道久山港線  
【久山工区】(施工中)



⑩国道57号  
【森山拡幅 尾崎 IC 付近】  
(施工中)

私有地から道路に張り出している枝木は剪定や伐採を



道路の通行に支障となる枝木は、土地所有者の責任で剪定や伐採をお願いします。  
(建設総務課)

ISAHAYA  
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  
(6月分)

●延長窓口(交付)

4日(木)・18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

▼小長井文化ホール

21日(日)

9時30分～12時



※マイナンバーカード交付

問 市民窓口課

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

家屋の新増築や取り壊した時は連絡を



4月下旬に送付した固定資産税などの納税通知書および課税明細書は、本年1月1日現在に所有し、課税される土地・家屋を記載しています。

明細書にある家屋を取り壊した人や記載がない家屋をお持ちの人、今後家屋の新増築や取り壊しの予定がある人は、連絡ください。 ※家屋の新増築や登記している家屋を取り壊した場合は、法務局へ申請が必要です。

問 資産税課



お知らせ

6月は個人市県民税(普通徴収)第1期分の納付月です

◆納期限

6月30日(火)

※便利な口座振替をご利用ください。

問 債権管理課



お知らせ

国民健康保険、後期高齢者医療に関する所得申告をお忘れなく

国保および後期高齢者医療制度の加入者やその世帯員で、昨年分(令和7年1月～12月)の所得申告が必要な人へ、6月中旬に申告書を送付します。

保険料や高額療養費の自己負担限度額などの決定に必要なため、期限内に申告してください。

問 保険年金課または

各支所地域総務課



お知らせ

配偶者の扶養から外れた場合は年金の手続きを

会社員や公務員の配偶者に扶養されている20歳以上60歳未満の人は、国民年金の第二号被保険者です。

第三号被保険者が、配偶者の退職や自身の収入増・離婚などで扶養から外れた場合(本人が厚生年金に加入した場合を除く)、国民年金第一号被保険者への変更手続きが必要です。

手続きをしないと、将来の年金額が減る、受給できないといった可能性があります。

◆手続きに必要なもの

扶養から外れた日が確認できる書類(社会保険資格喪失証明書など)、基礎年金番号がわかるもの

問 ● 諫早年金事務所

☎25・1662

● 保険年金課または  
各支所地域総務課



お知らせ

要約筆記サービスを利用ください

要約筆記サービスは、病气や加齢で聴こえなくなったり(中途失聴)や聴こえにくくなった人(難聴)へ、相手(話し手)の言葉をその場で要約して伝える文字通訳サービスです。要申込。

◆対象

身体障害者手帳(聴覚障害者)をお持ちの人

◆内容

- ・ 公的機関などへの申請手続き、相談
- ・ 病院など医療機関の受診
- ・ 学校行事などへの参加(保護者会、家庭訪問など)
- ・ 冠婚葬祭への出席
- ・ 就職や住まいに関すること(説明会など)

問 ● 申込

障害福祉課



お知らせ

住民税非課税世帯等臨時  
給付金(物価高騰対応)  
の申請はお済みですか

住民税非課税世帯等臨時  
給付金(物価高騰対応)の  
申請締切日は6月30日(火)で  
す。期限を過ぎると、申請  
できません。まだの人は、  
早めの申請をお願いします。  
問 市コールセンター  
☎ 21・8110



お知らせ

県下一斉  
空きかん等  
回収キャンペーン

道路や広場、側溝などに  
散乱する空きかんなどを、  
自治会単位で回収しますの  
で協力をお願いします。

◆とき／6月7日(日)午前中  
※小雨決行

◆主催

市および市保健環境連合  
会

問 環境政策課または  
各支所地域総務課

## 令和8年度教科書展示会

今年度小・中・高等学校で使用している教科書を下記のとおり展示します。

	と き	と ころ
①	6月15日(月)～7月3日(金)	市役所本館7階
②	7月14日(火)～31日(金)	諫早図書館展示ホール

①閉庁日(土曜日と日曜日)を除く

②休館日(7月16日(木)・20日(月)・27日(月))を除く

問 学校教育課

## 太陽光発電設備および蓄電池の設置費用を 一部補助します

### ◆対象

- ・市内の住宅に太陽光発電設備を導入する個人(自家消費率30%以上)
- ・市内の事業所に太陽光発電設備を導入する事業者(自家消費率50%以上)

### ◆補助金額(上限額100万円)

<個人設置型>

【太陽光発電】7万円/1kW

【蓄電池】価格(工事費込み、税抜き)の3分の1

<事業者設置型>

【太陽光発電】5万円/1kW

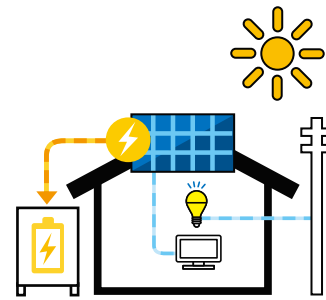
【蓄電池】個人設置型と同様

### ◆その他

- ・FIT、FIPなどによる売電不可
- ・蓄電池のみは対象外
- ・蓄電池は15万5千円/kWh以下のものが対象
- ・他の補助金の重複不可

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 環境政策課



**お知らせ**  
生活排水による川・海の汚濁を防止しましょう

川や海を汚す原因のひとつは、家庭から出る生活排水です。今日からできる生活排水対策に取り組みましょう。

**【家庭でできる防止対策】**

- ・ 皿、鍋などに残った油類は拭いてから洗う
- ・ 使い古しの油（廃食用油）は流さない
- ・ 野菜などの皮は、洗う前において汚れを流さない
- ・ 流し台に水切り袋などを備え、調理くずを流さない
- ・ 米のとぎ汁は、庭木の散水に使用する
- ・ 洗濯や食器洗いなどは、適量の洗剤を使用する
- ・ 風呂の残り湯は、洗濯や庭の散水に使用する

問 環境政策課または各支所地域総務課

**お知らせ**  
家庭用生ごみ処理機器の購入費を補助します

生ごみ処理機は、ごみを減らし、肥料として有効利用できます。

**◆補助内容**

- ・ 生ごみ処理容器（EMバケツ、コンポストなど）

購入価格の2分の1

※上限4万円、各世帯に2個まで

- ・ 電気式生ごみ処理機

購入価格の4分の1（グリーン購入法適合品は3分の1）

※上限4万円、各世帯1台まで

**◆要件**

市内店舗で購入したものを  
※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**  
太陽光発電システムの点検商法に注意

「太陽光発電システムの点検が義務化された」と無料で点検を受けたら、太陽光パネルの洗浄など高額な契約を迫られたという相談が増えていきます。

定期的な点検は重要ですが、点検義務対象かどうかは、設置した事業者やハウスメーカーに確認しましょう。

不安な場合やトラブルのときはすぐ相談ください。

**【トラブル防止のポイント】**

- ・ 無料につられて安易に点検に応じない。
- ・ その場で契約しない。
- ・ 複数の業者から見積りを取り、点検内容や費用などをよく検討する。

問 消費生活センター

☎ 22・3113

**お知らせ**  
自治会へ加入しましょう

地域の住環境は、自治会活動で支えられています。ご縁があつて暮らす町を住みやすくするため、自治会へ加入しましょう。

申し込みは、お住まいの地域の自治会へお尋ねください。

**【自治会の主な活動】**

- ◆ 地域情報をお届け  
地域の情報や市からのお知らせを届けます。
- ◆ 防犯・防災活動  
自治会独自の防犯パトロールや自主防災活動、街路灯や道路整備の要望などを行っています。
- ◆ 環境・美化活動  
道路や公園などの清掃活動、ごみステーションの管理を行っています。
- ◆ 親睦活動  
祭りや地域行事を通じ、子どもから高齢者まで、顔の見える関係づくりを行っています。

問 地域振興課

**お知らせ**  
6月1日から7日は水道週間です



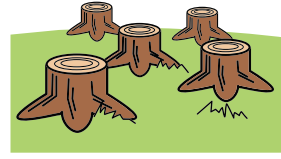
今年のスローガンは、「たいていつな水道守ろう 未来へ」とです。

水道事業の現状や課題、今後の取り組みなどの理解を得るため、毎年全国的に実施しています。水は限りある資源です。大切に使いましょう。

問 経営管理課



**森林の届出制度を知っていますか**



**① 伐採・伐採後の造林届出届出対象**

保安林を除く民有林のうち、地域森林計画で定められている森林です。届出対象森林は、林務水産課または県央振興局森林土木課(☎22・0201)にお尋ねください。

**届出期間**

・伐採、伐採後の造林届出  
伐採開始の90日から30日前まで  
・伐採、伐採後の造林に係る森林の状況報告  
造林終了日(転用の場合は伐採終了日)から30日以内



**② 森林の土地所有者届出届出対象**

個人・法人を問わず、売買や相続などで森林の土地を新たに取得した人  
※国土利用計画法に基づく土地売買契約の届出を提出した場合は不要。

**届出期間**

土地の所有者となった日から90日以内



**問・届出**

林務水産課または各支所産業建設課



**Jアラート訓練放送を実施します**

**◆とき**

▼6月3日(水) 11時

(全国一斉情報伝達試験)

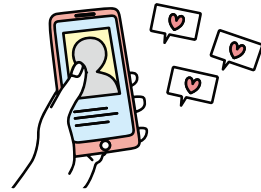
▼6月17日(水) 10時頃

(緊急地震速報訓練放送)

問 危機管理課



**長崎県お見合いシステムに登録してみませんか**



「お見合いシステム」は長崎県婚活サポーターが運営する、会員制のデータマッチングシステムです。登録後は自宅で手軽に見ることができます。

**◆対象者**

結婚を希望する20歳以上の独身の人

※インターネット接続やメールが利用できる人

※詳細は、ホームページをご覧ください。

問・申込

長崎県婚活サポーター

☎095・893・8860



**諫早市子ども体験活動支援事業補助金**



市内の小中学生を対象とした、さまざまな体験活動を実施する団体に対し、活動費の補助を行います。

学級レクリエーションや子ども会活動も対象です。

**◆補助金額**

活動内容や参加する小中学生の数で上限が異なります。

※事業実施日の30日前までに要申請。事前相談可。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 生涯学習課



**市内中小企業者向け市の融資制度**

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。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問・申込

商工観光課



**地価公示価格の閲覧**

令和8年1月1日現在の全国の標準的な土地(標準地)の地価公示価格が公表されています。

市内の標準地は、23か所です。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 市有財産活用課





### 妊婦も子どもも健口に

#### 【妊婦歯科健診】

むし歯や歯周病になりやすい妊娠中。安定期に入ったら歯科健診を受けましょう。**今年度から、自己負担はなしになりました。**

#### ◆対象

市内在住の妊婦

#### ◆方法

市内指定歯科医院で個別健診（要予約）

※母子健康手帳をお持ちください。

#### 【子どもの歯の健康】

乳歯は、3歳頃までに上下20本が生えそろいます。むし歯予防は日頃のお手入れと定期健診が必要です。親子でかかりつけ歯科医をもち、何でも相談しましょう。

#### 問 すぐすぐ広場

☎46・5276



### 介護予防教室（6月）

【午前】10時～11時30分  
【午後】1時30分～3時

月に1回、来年3月までの教室です。要申込

※定員に達した教室は掲載

#### 【フレイル予防教室】

3日(水)午後／さざんか会館  
4日(木)午後／

上山荘（入館料160円が必要）

8日(月)午後／松里第一公民館

9日(火)午前／飯盛ふれあい会館

12日(金)午前／下井牟田公民館

12日(金)午後／東平原公民館

15日(月)午前／ひびりが丘公民館

17日(水)午前／久山町公民館

17日(水)午後／福田町忠田公民館

19日(金)午後／

西諫早公民館 金曜コース

22日(月)午後／栄田町公民館

23日(火)午前／白浜町公民館

23日(火)午後／掌崎町第2集会所

24日(水)午前／小栗ふれあい会館

24日(水)午後／たらみ会館

25日(木)午後／八天町公民館

#### 【若返り体操教室】

1日(月)午後／健康福祉センター  
5日(金)午後／平古場公民館

11日(木)午後／上大渡野町公民館

22日(月)午後／高来公民館宇良分館

#### 問・申込

地域包括ケア推進課



#### 食中毒に注意

細菌性の食中毒は気温・湿度が高い夏期に多発します。

調理の際はしっかりと手を洗い、加熱する食品は中心部までしっかりと火を通し、調理後はすぐに食べるようにしましょう。

#### 問 県央保健所

☎26・3305



### ファミリー・サポート・センター 提供会員



ファミリー・サポート・センターは、子育ての応援が要る人（依頼会員）と応援したい人（提供会員）をつなぎ、地域で助け合う会員制有償ボランティア事業です。

子どもが好き、空き時間を生かしたいという方も大歓迎。

※詳細は、子育てネットをご覧ください。

問 ファミリー・サポート・センター（すぐすぐ広場内）

☎46・5276



### 結の浜マリナーパーク（会計年度任用職員）

#### ◆勤務内容

①駐車場整理

②女子更衣室等管理

#### ◆定員

①6人

②3人（女性）

#### ◆勤務日

7月17日(金)～8月23日(日)（週5日以内勤務）

#### ◆勤務時間

①8時30分～18時（7時間45分交代制）

②9時30分～18時15分

※休憩60分

#### ◆報酬

日額 10、100円（別途通勤手当有）

#### ◆申込期間

6月1日(月)～8日(月)

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

#### 問・申込

商工観光課または飯盛支所産業建設課





**小長井プール管理人  
(会計年度任用職員)**



◆勤務内容

申請受付および監視、施設・設備の維持管理

◆勤務日

7月18日(土)～8月31日(月)  
(週5日程度勤務)

◆勤務時間

9時～17時  
※休憩60分

◆報酬

時給1,300円  
(別途通勤手当有)

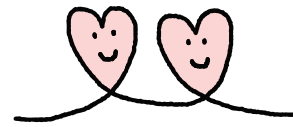
◆申込期限

6月17日(水)  
※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



**婚活・恋活イベント  
企画**



市内の企業や団体などが連携して企画・開催する婚活・恋活イベント企画(パーティーやスポーツ大会、バスツアー、体験会など)を募集します。

◆補助内容

イベント開催経費  
(最大20万円)

※詳細は、市ホームページ  
をご覧ください。

◆申込期限

6月22日(月)  
問・申込

市婚活実行委員会事務局  
(移住定住推進課)



**多良見体育センター自主事業教室参加者**

随時申し込み可能です(要申込、当日受付不可。定員になり次第締切)。

教室名	日時	内容	対象、定員	料金
シニア向け転倒予防・健康教室	毎週月曜日 9時～9時45分	ストレッチ、筋力トレーニング、バランストレーニングなど	60歳以上 40人	1回1,000円
幼児向け運動教室	毎週金曜日 15時30分～ 16時30分	リズム・バランストレーニング、身体操作能力向上など	年中・年長児童 15人	1回1,200円
中学生向け部活動地域展開対応プログラム	毎週金曜日 17時～18時	ケガ予防、身体操作能力向上、基礎体力向上などのトレーニング	中学校チーム	1回2万円 送迎対応(2km圏内2,000円)

問・申込

多良見体育センター ☎43-5490

# 6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】

- 5日(金) 西諫早公民館/9時~12時
- 12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
- 19日(金) 高城会館/9時~12時
- 26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)

- 8日(月)、17日(水)、24日(水)
- 高城会館/13時~16時

## 【不動産相談】

- 2日(火) 高城会館/9時~12時

## 【登記相談】

- 9日(火) 高城会館/10時~12時  
13時~15時

## 【遺言契約等相談】

- 23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(木) 高城会館/10時~15時  
多良見支所/10時~15時  
森山支所/10時~15時  
飯盛支所/10時~15時  
高来支所/10時~15時  
小長井文化ホール/10時~15時
- 18日(木) 高城会館/10時~15時
- 人権・男女参画課 ☎24-1580

## 【草花・樹木に関する相談】

- 3日(水) 市役所本館1階玄関ホール/9時~16時
- 10日(水) 森山支所1階ロビー/9時~16時
- 17日(水) 市役所本館1階玄関ホール/9時~16時
- 24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)

- 9日(火) たちばな信用金庫本部/9時~17時
- 23日(火) 諫早図書館2階/9時~17時
- ※要予約・相談無料
- 内容/新規創業、売上拡大などの経営上の相談
- 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】

- 10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



県央地域医療安全相談センターを知っていますか？



県央保健所では、医療に関する患者・家族などの苦情や相談を受ける窓口を設けています。

### ◆相談対象

- ・医療機関に対する不安や疑問、苦情の相談
- ・医療機関の機能、設備、診療科などの情報提供

### ◆相談方法

- ・来所、電話、郵送、ファクス(26・9870)、メール(S34310@pref.nagasaki.lg.jp)
- ※電話相談は、1回あたり30分を目安(匿名可)。

### 問 県央保健所

☎26・3304



【出張】行政相談所



毎月、高城会館で開催している行政相談を、西諫早地区で開催します。国から委嘱された専門の相談員が、国や県などの行政に関する相談を受け付けます。

### ◆とき

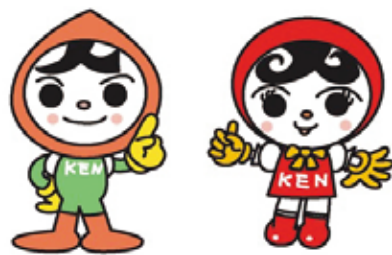
6月5日(金) 9時~12時

### ◆ところ

西諫早公民館  
問 安全安心相談室



全国一斉「人権擁護委員の日」特設人権相談所開設



人権イメージキャラクター  
人KENまもる君・人KENあゆみちゃん

6月1日は人権擁護委員法の施行日です。  
人権擁護委員は、皆さん

の身近なところで、人権を守るために活動しています。家庭内のもめ事や隣近所とのトラブルなど、悩みや心配ごとを相談ください。

### ◆とき

6月4日(木) 10時~15時

### ◆ところ

- 高城会館、各支所
- 問 ●長崎地方事務局諫早支局
- ☎22・0475
- 人権・男女参画課
- ☎24・1580

## こながいっこひろば



小長井地域の4つの保育園合同で開催する子育て応援イベントです。パネルシアターなどを行います。

**日**6月5日(金) 10時～11時30分  
(9時45分受付開始)

**場**小長井文化ホール

**対**親子(未就園児) **持**水筒

**問**清和こども園 ☎34-2109

## ～諫早文化会館芸術鑑賞会事業～ 大西順子トリオ諫早公演



ピアノで各国を魅了してきた大西順子ジャズの世界。ピアノ・ベース・ドラムのトリオ演奏をお楽しみください。

**日**7月10日(金) 19時開演  
(18時30分開場)

**場**諫早文化会館

**料** 指定席 3,000円  
自由席 2,000円  
高校生以下 1,000円

**出演** 大西順子(ピアノ)、中林薫平(ベース)、吉良創太(ドラム)

**プレイガイド** 諫早文化会館、(有)原田楽器、メトロ書店、ローソンチケット、R&R coffee labo

**問** 諫早文化会館芸術鑑賞会  
☎25-3910

## 池下パーロン大会



**日**6月14日(日)

子どもパーロン 8時～  
パーロン競漕 10時30分～

**場**池下漁港

**問**池下パーロン保存会

☎西海 49-1330

## ひとつと参感日

**ヨガで身体を整えよう!**

～仕事や家事の疲れをリセット～

呼吸を整えて心と身体をリフレッシュしましょう。

**日**6月28日(日) 13時～14時

**場**健康福祉センター

**講** 深堀尚子さん(国際ヨガ協会トレーナー)

**定** 先着20人

※要申込

**締** 6月19日(金)



**コミュニケーション講座**

～家族との「すれ違い」を減らす会話のコツ～

より良い家族関係のための「言葉の伝え方」や「会話のコツ」を学びます。

**日**6月28日(日)

14時30分～16時

**場**健康福祉センター

**講** 松尾聡子さん(心理カウンセラー)

**定** 先着30人

※要申込

**締** 6月19日(金)



※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



## 子育て支援センター合同企画 みんなで遊ぼう!!「いっぽいっぽ」

各支援センター、市内の保育施設およびファミリーサポートセンターの紹介、子育てに役立つ情報コーナー、楽しいあそびコーナーなど親子で楽しめるイベントです。

**日**6月3日(水) 10時～13時  
(9時40分受付開始)

※遊びのコーナーと情報コーナーは12時30分終了

**場**小野体育館

**問** 諫早市地域子育て支援センター連絡協議会

(支援センターいちご)

☎22-5925

※詳細は、いさはや子育てネットをご覧ください。



## お口の健康フェスティバル

歯と口の健康に関するパネル展示やクイズ、スタンプラリー、小学生お口の健康優良児表彰などを行います。

**日**6月7日(日) 10時～12時

**場**諫早駅iisa交流広場

**問** 諫早市歯科医師会

☎24-3576

## 第42回文化協会美術展

**日**6月6日(土)～12日(金)

9時～22時

※8日は休館、最終日は13時まで

**場**たらみ図書館

**問** 多良見文化協会事務局

☎43-1122

**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

西諫早図書館  
☎26-8607

▶おとなもおはなし会

絵本の読みかたりや、テーマに沿った本の紹介、音読を行います。

日6月17日(水)  
11時～11時40分  
場おはなしのへや

▶赤ちゃんおはなし会が始まります



0～2歳児向けのおはなし会をスタートします。手遊びやわらべうた、絵本の読みかたりなど、赤ちゃんと一緒に楽しめる内容です。

日6月26日(金)  
11時～11時20分  
※毎月第4金曜日、11時～  
場おはなしのへや  
対親子（2歳以下）※祖父母可

森山図書館  
☎35-2001

▶頭イキイキ音読教室

日6月8日(月) 14時～15時  
場映像ホール  
定15人 ※要申込

▶映画上映会

「マリッジカウンセラー」  
(2023年 日本 110分)

日6月22日(月) 14時～  
場映像ホール  
定先着40人

▶図書館バックヤードツアー

普段は見られない図書館の裏側を案内します。スマホを使った便利な機能も紹介します。

日6月21日(日)  
10時30分～11時45分

場集会室  
定10人 ※要申込  
締6月20日(土)

たらみ図書館  
☎43-4611

▶映画上映会

「世界でいちばんのイチゴミルクの作り方」  
(2014年 ドイツ 83分)  
※日本語字幕

日6月19日(金) 14時～  
場海のホール 定先着200人

▶たらみふれあいミニコンサート



日6月20日(土)  
11時40分～12時10分  
場海のホール  
定先着200人

▶図書館講座  
～みんなの相続～

相続の基礎知識と想いを伝える3つの手段を学びます。

日6月27日(土)  
14時～15時30分

場研修室  
講矢田 彩さん（ジブラルタ生命認定セミナーインストラクター）  
締6月19日(金)  
定30人 ※要申込  
※詳細は、ホームページをご覧ください。



諫早図書館  
☎23-4946

▶映画上映会

「美晴に傘を」  
(2025年 日本 123分)  
※バリアフリー字幕

日6月11日(木) 14時～  
場視聴覚ホール  
定先着70人

▶絵本と笑顔の写真展

皆さんから募集した「絵本と笑顔の写真」を展示します。

日6月19日(金)～7月15日(水)  
場1階開架ゾーン

▶諫早図書館こども自然講座  
「生きものふしぎはっけん  
タネと木の実の巻」

とぶ・はじける・くつつく 旅するタネを調べてみよう！

日6月20日(土) 10時～12時  
場視聴覚ホール  
対幼児～小学生  
※小学3年生以下は保護者同伴  
定30人 ※要申込  
締6月14日(日)

▶諫早を楽しもう！第39弾  
「YUNAのカラフルラジオ」

視覚障害がありながら、元気と勇気を届け続けるYUNAさんのラジオ番組公開収録です。ミニコンサートも開催します。

日6月20日(土)  
14時30分～16時  
場視聴覚ホール  
講YUNAさん（県立盲学校高等部2年）

西村砂知さん（点訳友の会ムツゴロ）  
河野律子さん（エフエム諫早）  
定70人 ※要申込  
※詳細は、ホームページをご覧ください。



## 山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園

☎34-4333

## ▶紫陽花花手水

回 6月13日(土)、14日(日)  
10時～17時30分

場 香りの館庭園

## ▶コーヒー豆手鍋焙煎体験

回 6月13日(土)、14日(日)、  
20日(土)、21日(日)  
11時～、14時～

場 香りの館

定 各回3人 ※要予約

料 2,500円

(コーヒー生豆150g付)

## ▶ハーブのお香づくり体験

回 6月20日(土) 11時～12時

場 香りの館

定 5人 ※要予約

料 2,500円

## ▶ラベンダー石鹸づくり体験

回 6月27日(土)  
10時30分～12時

場 香りの館

定 5人 ※要予約

料 1,200円

## ▶ラベンダー摘みとり体験

摘みとった花は、持ち帰れます。

回 6月28日(日) 10時～17時

場 香りの館庭園

料 300円 /100g

※なくなり次第終了

## ▶ラベンダースティックづくり

ラベンダーの花とリボンを使って作ります。

回 6月29日(月) 13時～16時

場 香りの館

料 1,000円

※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。



## コスモス花宇宙館

☎23-9003

## ▶たのしい科学教室

身近な道具で吹き矢を作ります。

回 6月13日(土)  
10時30分～12時30分

対 小学生以上 ※親子可

締 6月10日(水)

定 10人 ※予約優先

持 筆記用具

料 500円

## ▶コスモスワークショップ

水性ペンとコーヒーフィルターを使って惑星を描きます。

回 6月20日(土)  
13時30分～15時00分

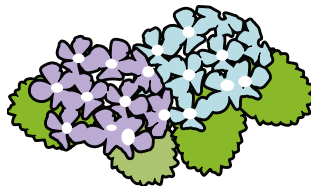
対 小学生

※2年生以下は保護者同伴

定 10人 ※予約優先

料 100円

## ▶押し花アート体験



コスモス花宇宙館周辺の草花を使って作ります。

回 6月21日(日)  
13時～14時  
14時30分～15時30分

対 4歳以上

定 各回10人 ※予約優先

料 しおり、コースター 200円

はがき 300円

キーホルダー 500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。



## 美術・歴史館

☎24-6611

## ▶民俗講座

## 「モチ・ダンゴ～儀礼食」

テーマは「諫早の儀礼食」です。

回 6月28日(日)  
13時30分～15時

場 研修室

講 川内知子さん(市文化財保護審  
議会委員)

## ▶夏のワークショップ

## ▶キッズたんけん歴史号

いさはやの歴史や美術を探検しよう！

回 7月20日(月)  
9時30分～15時30分  
(9時15分から受付)

対 親子(小学生) ※祖父母可

定 先着30組 ※要申込

申込 6月3日(水) 10時～

料 100円(保険料など)

申込フォーム▶



## ▶キッズわくわくワークショップ

ステンシル染めでアートなバッグを作ろう！

回 8月2日(日)  
10時30分～12時、  
13時30分～15時

対 親子(小学生以下) ※祖父母可

定 各回先着15組 ※要申込

申込 6月3日(水) 10時～

申込フォーム▶



※夏のワークショップの申込方法  
は電子申請のみです。

※詳細は、市ホームページをご覧  
ください。



回：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



# 公民館 講座情報

▶▶▶ 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	6月10日(水)・ 13日(土)・27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 場社会福祉会館 対成人 料部品代負担有
	世界のスパイスを知る 「井戸端カレー会議」	6月21日(日)	外国文化を学び、ネパールやスリランカのカレーを作ります。 時10時～13時 場健康福祉センター 対成人 締6月15日(月) 料1,000円 定15人
	大人の社会科見学	6月24日(水)	長崎県警察本部の見学を通して、警察の活動について学びます。 時10時～11時30分 場長崎駅西口(出島メッセ側)集合 対成人 締6月17日(水) 定20人
小栗 	大正琴の楽しいおけいこ (全3回)	6月17日(水)・ 24日(水)、7月1日(水)	楽譜が読めなくても、基礎から楽しく学べます。 時13時30分～15時30分 場小栗ふれあい会館 対成人 締6月9日(火) 定12人
	図書ボランティア養成講座 ～図書館を楽しもう!～	6月19日(金)	図書ボランティアの活動内容や配架方法、本の扱い方などを学びます。 時10時～12時 場小栗ふれあい会館 対成人 締6月15日(月) 定10人
小野 	はじめての野菜の作り方講座	6月25日(木)	農業指導者から野菜の栽培方法を学びます。 時10時～11時30分 場小野ふれあい会館 対成人 締6月9日(火) 定12人
有喜 	Instagram 動画作り ～中級編～(全4回)	6月9日(火)・ 16日(火)・24日(水)・ 30日(火)	動画編集のコツやデザインヒントを学びます。 時10時～12時 場有喜ふれあい会館 対成人 締6月1日(月) 定8人 ※通信費用は自己負担
西諫早 	手軽に季節の花を生けて 楽しもう	6月18日(木)	身近にある牛乳パックを花器にして花を生けます。 時10時～12時 対成人 締6月1日(月)～12日(金) 料800円 定先着20人
	気分爽快! 男声コーラスを楽しもう♪	6月22日(月)	コーラス体験や合唱を鑑賞することで歌う楽しさを味わいます。 時14時～15時30分 対成人 締6月1日(月)～19日(金) 定先着20人
	子どもの心と体の発達講座 (全2回)	6月23日(火)・ 30日(火)	タッチケアやリトミックを通して、子どもの発達心理を学びます。 時10時～11時30分 対親子(2歳以下) 締6月1日(月)～19日(金) 料300円 定先着10組
本野 	ヨガ教室(全2回)	6月18日(木)、 7月2日(木)	使っていない筋肉を動かしましょう。 時10時～12時 対成人 締6月10日(水) 定20人
	あつまれ☆ママ 親子リトミック教室(全2回)	6月19日(金)・ 29日(月)	音楽を楽しみながら親子でスキンシップを図ります。 時10時～11時30分 対子育て中の親子 締6月12日(金) 定20組
	我が家のこだわり 無添加味噌作り	6月26日(金)	時13時30分～15時30分 対成人 締6月16日(火) 料2,600円～5,200円 定30人
	味噌でととのう 夏のかんたんごはん教室	7月3日(金)	混ぜるだけでできるご飯を作ります。 時10時～12時 対成人 締6月10日(水) 料1,200円 定10人
長田 	レクリエーションで心と体の 健康づくり講座(全2回)	6月16日(火)・ 23日(火)	グループで脳トレや童謡を楽しみます。 時13時30分～15時30分 場長田みのり会館 対成人 締6月9日(火) 定15人
	長田地区防災講習会	6月17日(水)	災害から身を守るための防災知識を学びます。 時19時～20時30分 場長田みのり会館 対成人 締6月12日(金) 定70人

- 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 ☎32-2067
- 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
多良見	指先から美しく ハンドマッサージ	6月16日(火)	指先から手のひら・甲のマッサージ手技を学びます。 時10時～12時 場たらみ会館 対成人 締6月8日(月) 定10人
	明生教室「あなたをねらう ニセ電話詐欺」	6月23日(火)	だまされないために、ニセ電話詐欺の手口を学びます。 時10時～12時 場たらみ会館 対高齢者 締6月15日(月) 定50人
伊木力	お父さんを笑顔にさせる クッキング	6月21日(日)	父の日のプレゼントに、タコスを作ります。 時10時～12時 場多良見多目的研修館 対小学生以上 締6月12日(金) 料1,000円 定10人
森山	ヨガでストレッチ①	6月16日(火)	深い呼吸とヨガのポーズ、瞑想で体調を整えます。 時13時30分～15時30分 対成人 締6月9日(火) 定20人
	子ども和太鼓教室 (年間登録制)	6月20日(土)	和太鼓の基本の打ち方やリズムを学び、和太鼓の演奏 を楽しみます。 時9時～10時30分 対小学生 締6月10日(水) 料1,000円 定20人
	子どもダンス教室 (年間登録制)	6月20日(土)	ストリートダンスを中心に、踊る楽しさを体感します。 時10時30分～12時 対小学生 締6月10日(水) 料3,000円 ※ユニホーム代含む 定20人
	初夏の新聞ちぎり絵	6月25日(木)	新聞紙のカラー部分で作ります。 時13時30分～15時30分 対成人 締6月11日(木) 料110円 定15人
飯盛	楽しく健康体操 (全3回)	6月15日(月)・ 22日(月)・29日(月)	ヨガやストレッチで、楽しく体を動かします。 時10時～12時 場飯盛ふれあい会館 対成人 締6月10日(水) 定20人
田結	手芸講座 (全2回)	6月26日(金)、 7月3日(金)	パッチワークで上下にファスナーがある2WAYポーチ作 りに挑戦します。 時13時30分～15時30分 対成人 締6月18日(水) 料700円 定16人
	田結すこやか大学	6月18日(木)	懐かしい歌謡曲を楽しく歌い、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
高来	クラフトテープで作ろう！ 私だけのかごバッグ (全2回)	6月24日(水)、 7月1日(水)	編み方を習い、日常で使いやすいバッグを作ります。 時13時～16時 場高来会館 対成人 締6月10日(水) 料1,700円 定12人
高来西	父の日に親子で作る レザークラフト	6月20日(土)	本革製のオリジナルキーホルダーを作ります。 時10時～12時 場高来西ゆめ会館 対親子 (小学4年生以上) 締6月8日(月) 料2,000円 定8組
	音読を楽しむ	6月24日(水)	名作文学などを音読して、生き生きとした頭と体を目 指します。 時10時～11時 場高来西ゆめ会館 対成人 締6月15日(月) 定16人
	大人の教養 ～二胡の魅力に酔いしれる～	6月27日(土)	二胡の演奏を文化・歴史や他の楽器と関連付けて鑑賞 します。 時10時30分～12時 場高来西ゆめ会館 対成人 締6月18日(水) 定50人
小長井	シルバー大学	6月9日(火)	痛みをとって、笑いもとる～リハビリ体操とホワイトボー ド落語～ 時10時～11時30分 対高齢者 定100人
	オープン不要！ フライパンでパンづくり	6月24日(水)	直火だからこそ味わえるパンを作ります。 時9時～13時 対成人 締6月3日(水) 料500円 定10人



4月11日(土)

### 山茶花高原にわくわくの新遊具が登場

山茶花高原ピクニックパークに「大型展望遊具」が完成し、記念式典と小長井地域の園児や小学生を招いたプレオープンが行われました。

今回整備された大型展望遊具は、高さ約14メートルの4階建て。全長約34メートルのローラー滑り台や、トランポリンなどを備えています。周辺には幼児向けの小型複合遊具なども設置。小さな子どもから安心して遊べる空間になっています。

招待された子どもたちは、新しい遊具で元気いっぱい遊び、会場にはたくさんの笑顔が広がっていました。



くらしの情報

イベント情報

公民館講座情報



4月12日(日)

### 251,000人達成！

昨年11月1日にオープンした道の駅251いいもりじゃがーロードが、来場者251,000人を達成しました。

道の駅の名前にある「251」にちなんだ記念で、市長から花束とじゃがいもを贈呈された親子は、5kgの新じゃがに驚いていました。

また、当日来場の皆さん251人には名物「峠のコロッケ」を配布。

道の駅251いいもりじゃがーロードは当初の見込みを上回る来場者数で、今後の盛り上がりを楽しみます。



4月11日(土)・12日(日)

### 春の彩りとともに

「2026諫早つつじ祭り」が、諫早公園一帯で行われました。

オープニングのおこしまきでは、来場者は宙を舞う諫早銘菓おこしをキャッチしようとステージ前で大盛り上がり。

また、和スイーツを楽しむ「あんこマルシェ」や、赤い傘の下でお茶を点ててもらおう「野点コーナー」では、ゆっくりと甘いお菓子と抹茶を堪能していました。

にぎやかな演奏と色鮮やかなつつじに包まれた、暖かな春の祭りでした。

フォトニュース

育児・介護健康教室

育児情報は「すくすくおやこ手帳アプリ」を利用ください。



### パパママクラス・プレママクラス

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／すくすく広場
- 定員／各8組
- ※すくすくおやこ手帳アプリで要予約

#### 【パパママクラス】

- とき／28日(日)
  - ① 10時～12時 (受付9時30分～)
  - ② 13時30分～15時30分 (受付13時～)

#### 【プレママクラス】

- とき／18日(木)
  - 13時30分～15時30分
- すくすく広場 ☎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)

9日(火)	多良見体育センター (真津山、多良見)
16日(火)	高来会館 (長田・高来・小長井)
17日(水)	すくすく広場 (中央、北部、小栗)

- 受付時間／13時～13時15分
- 対象／12か月児まで
- すくすく広場 ☎46-5276

### 離乳食教室

乳児期の食生活について個別相談

15日(月)	4～7か月児
22日(月)	8か月児～離乳食完了まで

- 時間／13時～15時30分
- ※すくすくおやこ手帳アプリで要予約
- ところ／すくすく広場
- 申込／すくすく広場 ☎46-5276

### 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
- すくすく広場 ☎46-5276

#### 【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
- すくすく広場 ☎46-5276

### 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／18日(木)
  - 10時～12時 ※要予約
- ところ／すくすく広場
- 申込／子育て支援課

6月

## 育児・介護健康教室

### 認知症専門相談

- とき／12日(金)
  - 13時30分～15時 ※要予約
- ところ／市役所別館第8会議室
- 申込／地域包括ケア推進課

### 介護相談

- とき／25日(木)
  - 13時～15時 ※要予約
- ところ／社会福祉会館第1会議室
- 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、6月8日(月)必着で〒854-8601(住所不要)諫早市広報戦略課まで。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 アエルいさはや1階に「すくすく広場●●●」オープン
- Q2 ●●●家電の購入費用を一部補助します
- Q3 太陽光発電システムの●●●商法に注意
- Q4 今年も開催! 池下●●●●●大会
- Q5 道の駅251いいもり●●●●●ロード  
来場者251,000人達成

- ※前号の答え／①3
- ②14日
- ③菅蒲
- ④スケートパーク
- ⑤消防
- ※応募総数101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

6日(土)	森山ふれあい公園	9時～11時30分
20日(土)	多良見支所	9時～11時30分

### 【ニュースポーツ教室】(グラウンドゴルフ) ※雨天中止

22日(月)	眼鏡橋前芝生広場	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

9日(火)・23日(火)	健康福祉センター	10時～11時30分
3日(水)	西諫早ふれあい会館	13時30分～15時
17日(水)	西諫早公民館	13時30分～15時
毎週月曜日 (たらみ会館は29日除く)	たらみ会館	13時30分～15時45分
	飯盛ふれあい会館	13時30分～15時
毎週金曜日 (小野体育館は5日、19日除く)	小野体育館	13時30分～14時30分
	高来会館	20時～21時30分
毎週水曜日	長田みのり会館	13時30分～14時30分

### 【のんのこ体操教室】低体力者向けの体操 ※要予約

2日(火)・16日(火)	健康福祉センター	10時～11時30分
10日(水)・24日(水)	西諫早公民館	13時30分～15時
1日(月)・15日(月)	本野ふれあい会館	13時30分～15時
9日(火)・23日(火)	シーサイド2区公民館	10時30分～11時30分

飲み物・タオル持参/バット参加不可/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)

# 住宅の改修費用などを補助します

多世代で子育てや介護がしやすい住環境づくりや、災害に強く安心・安全な住まいづくりを推進します。

## 3世代同居・近居促進

最大40万円補助

3世代での同居・近居の住宅取得・改修費用を一部補助



申込期限 12月18日(金)



## 安全・安心住まいづくり支援

最大60万円補助

耐震診断・耐震改修工事費用を一部補助



申込期限 12月18日(金)



## 老朽危険空家等除去

最大50万円補助

危険な空家の解体費用を一部補助



申込期限 6月30日(火)



※詳細は、市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先／建築住宅課

## いさはやレシピ

今月一品

### 切り干し大根とひじきの炒め物

諫早支部小栗地区食改さんのおすすめレシピ

#### 材料 (2人分)

- 乾燥ひじき 3g
- 切り干し大根 20g
- 赤ピーマン 1個
- 油あげ(油抜き) 1/2枚
- 長ねぎ 50g
- 油 小さじ1
- 塩こんぶ 7g
- すりごま 適量



(1人分：89kcal)

#### 作り方

- ① ひじきと切り干し大根を戻しておく。
- ② 赤ピーマンと油あげは千切り、長ねぎは斜め切りにする。
- ③ ①と②を油で炒める。
- ④ 塩こんぶを加え、味をととのえる。
- ⑤ 器に盛り、すりごまをかける。

食改さん

食生活改善推進員は諫早の食を通じた健康づくりを支えるボランティアです。

1分で  
わかる！  
作り方▼



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