

いさはや暮らしをわかりやすく

2026

7

VOL.256

広報
ISAHAYA

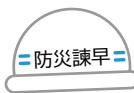
いさはや



特集

あなたの避難、準備できていますか？

本明川総合水防演習



あなたの避難、準備できていますか？



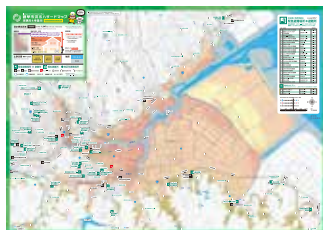
災害は、いつ起こるか分かりません。
今できる備えを確認しておきましょう。(危機管理課)

まずは、ここから！

避難行動の3つのポイント

1 ハザードマップで危険をチェック！

自宅や職場の周辺を事前に確認しておきましょう。



確認はこちらから



2 避難のタイミングを知っておこう！

5月29日から「防災気象情報」が新しくなりました



レベル5 特別警報	命の危険 今すぐ安全確保！	緊急安全確保
~~ 〈警戒レベル4までに必ず避難〉 ~~		
レベル4 危険警報	危険な場所から 全員避難	避難指示
レベル3 警報	避難に時間がかかる人は 危険な場所から避難	高齢者等避難
レベル2 注意報	自らの避難行動を 再確認	
レベル1 早期注意情報	災害への心構えを高め、 気象情報を確認	

3 在宅避難も選択肢に！

安全な場所にいる場合は、無理に避難せず、在宅避難も検討しましょう。



水、食料、常備薬などを備蓄しておこう！



土砂災害の危険な前触れ

右の状況は危険のサイン！すぐに避難を。

土石流

- 山鳴りがする。
- 川が濁り、流木が混ざっている。
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる。

地すべり

- 沢や井戸の水が濁る。
- 地面にひび割れができる。
- 斜面から水が噴き出す。

がけ崩れ

- がけに割れ目が見える。
- がけから水が湧き出ている。
- がけから小石がぱらぱらと落ちてくる。



警報が出た、その時。

市は、こう動きます。

01

情報を集める

気象情報や雨量、河川の水位、土砂災害の危険度などの情報を集め、状況を確認します。



- 気象庁や消防など関係機関と情報共有
- 現地の状況確認
- 雨量・水位の監視

02

判断・指示する

関係機関と対応を協議し、避難情報の発令や各部署への指示を行います。



- 災害警戒本部や災害対策本部の設置
- 避難情報発令や避難所開設の判断

03

避難所の開設・運営

避難所を開設し、必要な備品を準備。安心して過ごせるように、運営体制を整えます。



- 職員の配置
- 会場設営
- 避難者の支援

随時

情報を届ける

さまざまな方法で最新情報をお知らせします。

市ホームページ



市公式LINE



防災メール



防災行政無線



聞き逃した場合
☎0120-419-009



危険が迫ったら、早めの避難を！

避難は「命を守る」行動です。
自分や大切な人の命を守るために、迷わず行動しましょう。

エール ソング プロジェクト
YELL SONG Project “公式応援ソング”が完成！

YELL SONG Project とは

大会公式応援ソングをみんなで創り上げる参加型企画。
全国から募集したキーワードを歌詞に織り交ぜ、染谷西郷さんが楽曲を制作。



ランナーの背中を押す
応援ソング！
みんなで覚えて
歌いましょう！

そめや さいごう
染谷西郷 (FUNKIST) さんからのメッセージ

走りながら聴いていて心地よい BPM (テンポ) と疾走感を大切に、それとともに音楽の持つエネルギーで背中を押せるようにポジティブなエネルギー溢れるサウンド感にしました。

この曲がいずれランナーにとって「自分の応援歌」になっていったらいいなあと思います。

このマラソン大会で沢山の人が繋がりがあい、最後に笑顔が咲き乱れる最高のマラソン大会になってほしい、そんな願いを曲に込めました。



大会公式 YouTube で
楽曲公開中！



大会情報や最新ニュースは
こちら



マラソン
まめちしき

世界最高所のフルマラソンは、ギネス記録認定の「エベレストマラソン」。標高5,364mからのスタート！

■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！

三市の絆を大切に



5月21日、「第35回三市議会交流会議」が本市で開催。津山市議会、出雲市議会の皆さんが来談しました。

昭和56年の友好交流都市提携から44年を迎えた三市の交流は、議会や行政をはじめ幅広い分野へ広がっています。

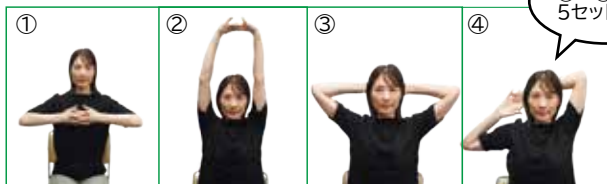
これからも三市の絆を大切にしながら、さらなる交流と発展につなげていきます。

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

立ったまま、座ったままでも大丈夫！
猫背による影響をご存じですか？
【上半身ストレッチ】



① 背筋を伸ばし、胸の前で両手を組む。

② 両手を組んだまま、腕を頭の上に背伸び。

③ 頭の後ろに両手を置く。

④ 腕を右、左の順に引く。

①～④までを5セット

猫背は、前かがみの姿勢や加齢による筋力低下で起こりやすくなります。

放っておくと肩こりや腰痛などが現れやすいので、日頃から正しい姿勢を意識して、ストレッチに取り組みましょう。

動画は

こちら



(地域包括ケア推進課)



お知らせ
info

(仮称) 市民交流センターの整備 ～中心市街地に新たな交流拠点が誕生～

現在、建設予定地を庁舎前広場北側として整備を進めています。今後、立体駐車場工事を開始し、令和9年度中の本体工事着手、令和11年度内完成を目指しています。

500席程度の質の高いホールと生涯学習機能を併せもつ施設を庁舎前広場と一体的に整備することで、多様な世代の市民が自由に交流し、憩いの時間を過ごす、ゆとりある魅力的な空間が中心市街地に生まれます。



全体イメージ



内観イメージ



メインホール



マルチホール

現在、市役所本館1階ロビーに計画模型を展示中です。

■問い合わせ先／文化振興課

お知らせ
info

情報公開制度・個人情報保護制度の施行状況

<令和7年度の施行状況>

- 諫早市情報公開条例に基づく公開などの請求件数 106件
- 個人情報の保護に関する法律に基づく開示などの請求件数 7件
- 市政情報コーナーを利用した人 延べ89人

市政情報コーナー（市役所本館4階）は、「情報公開制度」と「個人情報保護制度」の総合窓口として、請求手続の案内や相談などを行っています。

また、予算書や決算書、市議会議案・会議録などのほか市政概要や統計情報、歴史資料などの資料を備えています。

●情報公開決定などの状況

区分	情報公開制度 件数（率）	個人情報保護制度 件数（率）
全部公開（開示）	91（85.9%）	3（42.9%）
部分公開（開示）	10（9.4%）	3（42.9%）
非公開（不開示） ※	4（3.8%）	1（14.2%）
取り下げ	1（0.9%）	0（0.0%）
合計	106（100.0%）	7（100.0%）

※不存在、存否応答拒否等を含む。

- 情報公開制度、個人情報保護制度に係る審査請求の件数 なし

■問い合わせ先／総務課

お知らせ
info

「本明川ダム建設事業」 を進めています



本明川ダム完成イメージ図

本明川は、長さが短く、傾きも急なため、大雨で水が一気に押し寄せてくるような河川であり、昭和32年の「諫早大水害」では、市街地が甚大な被害を被りました。

そのため、大雨時に洪水を調節し、渇水時には安定した水を河川に供給する機能を兼ね備えた「本明川ダム」の建設を進めています。
※詳細は、ホームページをご覧ください。



■問い合わせ先
国土交通省 九州地方整備局
本明川ダム工事事務所
☎095-838-4929

募集
recruit

令和8年度 第17回 「諫早大水害を語り継ぐ」

- とき
7月11日(土)
13時30分～15時45分（受付開始13時）
 - ところ
諫早駅iisa交流広場
※来場の際は、公共交通機関をご利用ください。
 - 内容
 - ・体験者談
 - ・合唱「本明川に捧ぐ」「せせらぎの詩」
 - ・防災学習発表（諫早東高校）
 - ・気象台講演（長崎気象台）
 - ・本明川ダムについて（国土交通省）
- 問い合わせ先
本明川を語る会 川浪
事務局:国土交通省長崎河川国道事務所
諫早出張所 ☎22-1356

2026
ののこ
諫早まつり

9/19(土)

ののこの街踊り 参加団体募集！

申込締切 7/17(金)

- 問い合わせ・申込
ののこの諫早まつり実行委員会事務局
(諫早商工会議所 業務課)
☎22-3323
✉a.sanoki@wing.ocn.ne.jp



いさはやあくあく夏スポーツ



海で遊ぶ！



結の浜マリパーク



遊泳期間 7月18日(土)～8月23日(日)

主な施設 休憩施設、更衣室、
温水シャワー、駐車場、
キャンプ場

問 結の浜マリパーク ☎48-2213
飯盛支所産業建設課 ☎48-1111



有喜UKIビーチ



遊泳期間 7月18日(土)～8月23日(日)

主な施設 休憩施設、更衣室、
温水シャワー、駐車場

問 ビーチ管理棟 ☎28-6150
林務水産課 ☎22-1500



プールで遊ぶ！



中央ふれあい広場プール

問 中央ふれあい広場
☎21-2668



長田いこいの広場プール

問 長田みのり会館
☎23-9077



小長井プール

問 小長井支所地域総務課
☎34-2111



西諫早ふれあい広場プール



問 西諫早ふれあい会館
☎25-2100

全天候プール



子どもプール



森山スポーツ交流館プール(有料)



問 森山スポーツ交流館
☎35-2888



山・森・自然で遊ぶ！

いこいの村長崎

問 いこいの村長崎
☎32-2902
商工観光課
☎22-1500



すだら 修多羅の森

問 高来支所産業建設課
☎32-2111
林務水産課
☎22-1500



とみがわまんねん 富川万年の森

バンガロー

宿泊・休憩利用可(有料・要申込)
詳細は管理人にお尋ねください。

問 管理人:小川
☎090-4993-0781
林務水産課
☎22-1500



轟峡自然プール

轟の滝ほか一部立入禁止区域があります。
また、梅雨時期などは轟峡一帯が立入禁止期間となります。

問 商工観光課 ☎22-1500



支えています。

結構、本気で。

諫早市 職員募集

受付期間

7月1日(水)~31日(金)

※インターネット申し込み

社会人経験者（事務A・土木・化学・文化財・保健師）／ 建築／ 電気

一次試験 下記のいずれかの会場で受験

① テストセンター

8月1日(土)~31日(月)のいずれか1日

※全国に設置されているテストセンター（オンライン受験可）

② 諫早市役所

8月22日(土)

試験区分	受験資格など	採用予定数
事務 A (社会人経験者)	平成3年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人で、民間企業等における職務経験が5年以上あり、企業等で培った知識や経験を市政で発揮できる人	若干名
土木 (社会人経験者)	平成3年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人で、建設会社、土木会社、公的機関等における土木技術職としての勤務経験が5年以上あり、企業等で培った知識や経験を市政で発揮できる人	
化学 (社会人経験者)	平成3年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人で、化学工業会社、公的機関等における化学技術職としての勤務経験が5年以上あり、企業等で培った知識や経験を市政で発揮できる人	
文化財 (社会人経験者)	平成3年4月2日以降に生まれた人で、埋蔵文化財の発掘調査の経験が5年以上あり、学芸員資格を有する人	
保健師 (社会人経験者)	昭和62年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人で、民間企業等で保健師としての勤務経験が5年以上あり、保健師の免許を有する人	
建築	平成3年4月2日以降に生まれた人で、一級建築士もしくは二級建築士の免許を有する人または令和9年3月末までに免許取得見込の人	
電気	平成3年4月2日以降に生まれた人で、以下のいずれかに該当する人 ア 電気電子部門の技術士もしくは技術士補の資格を有する人または令和9年3月末までに資格取得見込の人 イ 第一種電気主任技術者、第二種電気主任技術者もしくは第三種電気主任技術者の免許を有する人または令和9年3月末までに免許取得見込の人 ウ 1級電気工事施工管理技士もしくは2級電気工事施工管理技士の資格を有する人または令和9年3月末までに資格取得見込の人	



短期大学・高等学校卒業程度（事務・土木・電気）／スポーツ実績者（事務B）

一次試験 試験日 9月20日(日) 試験会場 / 諫早市役所

試験区分	受験資格など	採用予定数
事務Ⅱ	平成13年4月2日以降に生まれた人 学校教育法による大学（短期大学を除く）もしくはこれと同等と認める大学校等を卒業または令和9年3月までに卒業見込の人は受験できません。 学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を令和9年3月までに卒業見込の人は受験できません。	若干名
事務 (デジタル)	平成13年4月2日以降に生まれた人で基本情報技術者の資格を有する人 または令和9年3月末までに資格取得見込の人 学校教育法による大学（短期大学を除く）もしくはこれと同等と認める大学校等を卒業または令和9年3月までに卒業見込の人は受験できません。	
事務Ⅲ	学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を令和9年3月までに卒業見込の人	
事務 (障害者)	平成8年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を卒業または令和9年3月までに卒業見込の人かつ、以下のいずれかに該当する人 ア 身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている人 イ 都道府県知事の定める医師（以下「指定医」という）もしくは産業医による障害者の雇用の促進等に関する法律別表に掲げる身体障害を有する旨の診断書・意見書（心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこうもしくは直腸、小腸、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫または肝臓の機能の障害については、指定医によるものに限る）の交付を受けている人 ウ 都道府県知事または政令指定都市市長が発行する療育手帳の交付を受けている人 エ 知的障害者更生相談所、児童相談所、精神保健福祉センター、障害者職業センター、精神保健指定医により知的障害者であると判定された人 オ 精神保健及び精神障害者福祉に関する法律第45条に定める精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人 ※上記のア～オの手帳等は、受験申込日及び受験日当日において有効であることが必要です。	
土木Ⅱ	平成13年4月2日以降に生まれた人 学校教育法による大学（短期大学を除く）もしくはこれと同等と認める大学校等を卒業または令和9年3月までに卒業見込の人は受験できません。	
電気Ⅱ	平成13年4月2日以降に生まれた人 学校教育法による大学（短期大学を除く）もしくはこれと同等と認める大学校等を卒業または令和9年3月までに卒業見込の人は受験できません。	
事務B (スポーツ実績者)	平成8年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を卒業または令和9年3月までに卒業見込の人かつ、スポーツの分野において、大きな成績・成果を収めた人で、その過程において培われた挑戦する意欲や能力を市政で発揮できる人	

試験案内書

7月1日(水)から、市ホームページに掲載します。受験申し込みは、インターネットで行ってください。
また、市役所総合案内、職員課、各支所地域総務課および各出張所でも配布します。
※詳細は、市ホームページをご覧ください。
※試験区分の併願はできません。



(職員課)

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
(7月分)

●延長窓口（交付）

16日(木)・30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

▼森山公民館

5日(日)

9時30分～12時



※マイナンバーカード交付



お知らせ

国民健康保険料は納期限内に納めましょう

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。

保険料は皆さんの医療を支える大切な財源です。健全な国民健康保険の運営のため、必ず納期限内に納めましょう。

口座振替希望の場合は、金融機関窓口または「こころりネット」で手続きができます。

もし、納期限を過ぎると督促が行われ延滞金がかかることがあります。

事情により期限までに納付が困難な場合は、相談ください。

※「こころりネット」の詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 保険年金課または各支所地域総務課



お知らせ

「資格確認書」「資格情報のお知らせ」を送付します

7月中に市国民健康保険および長崎県後期高齢者医療保険の加入者へ「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を送付します。

医療機関を受診するときに必要なので、必ず内容を確認し保管ください。

区分（年齢は8月1日時点）		送付物	備考
国保	70歳未満	マイナ保険証あり	—
		マイナ保険証なし	資格確認書
	70～74歳	マイナ保険証あり	資格情報のお知らせ
		マイナ保険証なし	資格確認書
後期高齢	75～84歳	マイナ保険証あり	資格情報のお知らせ
		マイナ保険証なし	資格確認書
	85歳以上	資格確認書	利用状況によっては「資格確認書」を送付

問 市国民健康保険

● 保険年金課

長崎県後期高齢者医療保険

● 保険年金課

● 長崎県後期高齢者医療広域連合

☎095-816-3930





お知らせ

7月は固定資産税・都市計画税第2期の納付月です

◆納期限

7月31日(金)

※便利な口座振替を利用ください。

問債権管理課



お知らせ

国民年金保険料の納付が困難なときは免除申請を

収入の減少や失業などで国民年金保険料を納付することが困難なときは、申請し承認されると保険料の納付が免除・猶予されます。まずは相談ください。

◆申請に必要なもの

年金番号の分かるものまたは納付書、離職した人は離職票、雇用保険受給資格者証など

問・申込

● 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

後期高齢者医療保険料の改定

令和8年度の保険料、賦課限度額が変わります。

◆保険料率の見直し

保険料は、医療給付費の支出などの動向を踏まえて見直す必要があり、次のとおり改定します。

	医療分			子ども分 ※		
	所得割率	均等割額	賦課限度額	所得割率	均等割額	賦課限度額
現行	10.31%	5万2,400円	80万円	—	—	—
改正後	9.59%	5万6,200円	85万円	0.25%	1,300円	2万1,000円

※令和8年度から、社会全体で子育てを支援する「子ども・子育て支援金制度」が開始され、全世代が支援金を負担します。（「子ども分」と省略して記載します。）

◆保険料の計算方法

年間の保険料は「医療分」と「子ども分」の合計で、個人ごとに決まります。

年間保険料

「医療分」(限度額85万円)

所得割額
(総所得金額等－基礎控除43万円)×9.59%

均等割額 5万6,200円



「子ども分」(限度額2万1,000円)

所得割額
(総所得金額等－基礎控除43万円)×0.25%

均等割額 1,300円

- ・均等割額は、世帯の所得や他条件により7割・5割・2割の軽減措置があります。
- ・総所得金額等とは、年金所得、給与所得、事業所得などの所得および退職所得以外の分離所得の合計額です。
- ・資格確認書の一斉更新時にも、説明のためのパンフレットを同封します。

令和8年度の年間保険料は、令和7年中の所得状況などに基づいて7月に決定し、お知らせします。

問●保険年金課

● 長崎県後期高齢者医療広域連合

☎ 095-816-3930

お知らせ
生ごみの一絞り運動

家庭の台所から出る生ごみは、約8割が水分だと言われています。特に夏場の食べ物、スイカやメロンなど水分が多いため、生ごみを出す前に「ひとしぼり」の水切りを行います。

問 環境政策課または各支所地域総務課

お知らせ
救命講習定期開催

諫早消防署では救命講習を定期的に開催しています。いざという時のために受講しましょう。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

問 諫早消防署 救急隊
22・0119



お知らせ
**夏の省エネに協力を
～温暖化対策の取り組み～**

エアコンなどの冷房の利便で、電力消費量が増加する季節がやってきました。節電は、温暖化対策や家計の負担軽減などにつながります。熱中症など体調に気を付けながら、節電に協力をお願いします。

◆ **すぐにできる節電対策**

- ・ エアコン
室温28度を目安に扇風機などを併用し、効率的に冷やす。
- ・ テレビ
画面の輝度を下げ、見ないときは消す。
- ・ 冷蔵庫
扉を開ける時間を短くする。
- ・ 電気機器全般
使用していないときは、プラグをコンセントから抜く。

問 環境政策課

お知らせ
**家庭で使用した
食用油の処理**

家庭で使用した食用油を捨てる時は、少し多めの新聞紙や布などに染み込ませるか凝固剤などで固めて、もやすごみとして出してください。

液体のままごみに出すと、収集時に飛散し、ごみステーション付近を汚す場合がありますので協力をお願いします。

問 環境政策課または各支所地域総務課

お知らせ
**廃食油石けん作り
講習会**

市は、家庭から出た廃食油を用いた石けん作りの講習会を開催しています。

◆ **ところ**

ほたる工房（高城町・市体育館道路向かい）

※詳細は、お尋ねください。
問 ・ 申込
環境政策課

お知らせ
**諫早菖蒲を育てて
みませんか**

希少な在来種である諫早菖蒲を配布します。

◆ **とき**

7月7日(火) 10時30分～
(なくなり次第終了)

◆ **ところ**

アエル中央商店街ポケットパーク

◆ **配布対象**
市内在住の人（1人5株まで）

◆ **提供**

諫早市造園建設業協会

※詳細は、ホームページをご覧ください。

問 緑化公園課



第76回社会を明るくする運動

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

「社会を明るくする運動」は、全ての国民が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

毎年7月は、強調月間として、全国一斉に運動が展開されます。

「社会を明るくし青少年を非行から守る」決起大会

◆ **とき** / 7月16日(木) 15時～

◆ **ところ** / 小野ふれあい会館

※10時からミニ矯正展（小物中心）もあります。

問 地域福祉課



精霊船を出される皆さんへ

精霊船を集積場へ持ち込む際の注意事項です。不法投棄がないように協力ください。

◆とき／8月15日(土)

集積場および持ち込み時間

地域	地区名	集積場	持ち込み時間
諫早	中央地区	中央ふれあい広場（公園側）の駐車場	17時～20時
	真津山、西諫早地区	スポーツパークいさはや第1野球場前駐車場	
多良見	西川内、上市、多良見団地、山中、下市、喜々津団地	市布公民館敷地	18時～20時
	中里、井樋ノ尾、丸尾1・2区、福井田、阿蘇	喜々津中央公園	
	停車場、化屋、大島、シーサイド1・2・3・4区	シーサイド北公園	
	木床1・2区、(喜) 船津	大四郎渚グラウンド脇の空き地	
	大草地区、伊木力地区	西部グラウンド東側の空き地	
高来	湯江・宇良地区	下里団地から東へ150mの旧海岸降り口付近	
	小江・深海地区	ユートクから南へ下った旧護岸堤防付近	
小長井	小長井地区	長里グラウンド側ストックハウス横	

警察への申請が必要な船

全長2m以上 ※8月7日(金)申請期限

詳細は、諫早警察署交通課（☎22-0110）へお尋ねください。

精霊船の大きさの制限

全長10m以下(単車) ※連結時は21m以下、胴体7m以下、全幅2.5m以下、高さ(担いだとき) 3.5m以下

交通規制

8月15日(土)は、諫早小学校隣接の中央ふれあい広場（公園側）前の道路（一部）が、18時から20時まで、交通規制を予定

祭壇等の設置取りやめ

集積場内には多くの方が来場すること、また火災防止の観点から、今年度から線香をあげるための祭壇、賽銭箱の設置を取りやめます。

注意事項

【花火の使用上の注意】

事故や近隣トラブル防止のため、次の点を必ず守ってください。

- ・爆竹などを近隣の家へ投げ込むなどの迷惑行為は絶対にしないこと。
- ・通路などに散乱した花火くずは必ず片付けること。
- ・集積場内は火気厳禁なので、花火は絶対に使用しないこと。

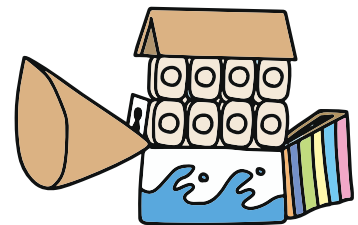
【その他の注意事項】

- ・指定した時間内に持ち込むこと。
- ・バッテリー、爆竹などの発火性可燃物は持ち帰ること。
- ・精霊船の中に故人を偲ぶ書籍や衣類、灯籠などがある場合は持ち帰ること。
- ・故人を偲ぶ書籍や衣類、灯籠のみの持ち込みはしないこと。
- ・こもなどを集積している所に、火の付いた線香などを置かないこと。
- ・栄町アーケード、ほんまちアーケードを通らないこと。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問地域福祉課または

多良見・高来・小長井支所地域総務課



お知らせ
「ヘルプマーク、ヘルプカード」を配布しています



ヘルプマーク・ヘルプカードは、障害者（手帳の有無は問わない）や妊娠中の人など、外見からは分かりにくい人が身に着けることで、援助や配慮を必要とすることを知らせるためのものです。

身に付けている人を見かけたり、カードを提示された場合は、席を譲る、声をかけるなど、配慮をお願いします。

◆配布場所

障害福祉課または各支所地域総務課
※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 障害福祉課



お知らせ

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

見えない、見えにくいことでお困りの人を対象に、個別相談会を実施します。

◆とき

7月15日(水)

問 申込

長崎県立盲学校
(森内・木村・深潟)
必要申込。メールまたは電話で10日前まで。

☎095・882・0020



2026いさは屋特産品お中元フェア

諫早の「うまかもん」を取り揃え、展示販売します。

特産品をセットにした「いさは屋コラボシリーズ」も人気です。

◆とき / 6月25日(木)～8月10日(月) 10時～17時

◆ところ / 市物産ホール（高城町・商工会館1階）

問 (一社)諫早観光物産コンベンション協会 ☎22-8325



サマージャンボ宝くじの購入は県内で

◆販売期間 / 6月30日(火)～7月31日(金)

県内で販売された宝くじの収益金は、県内市町の明るく住みよいまちづくりに使われます。

問 財政課



お知らせ

消費者ホットライン 1888

消費者ホットライン「1888(いやや)」は、最寄りの消費生活相談窓口を案内する全国共通の番号です。

- ・悪質商法などの被害にあった
- ・お試しのはずが定期購入になっていた
- ・訪問してきた修理業者に

高額請求された

「市役所から還付金がある」などの不審な電話がかかってきた

ある製品を使ってけがをしてしまった

そんなときは一人で悩まずに、相談ください。専門の相談員がトラブル解決を支援します。

問 消費生活センター

☎22・3113



AEDの貸出

市民参加のイベントやスポーツ大会などで、突然の心停止から命を救うため、無料でAEDを貸し出します。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問・申込
健康推進課または各支所地域総務課



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」を持つ
参ください。

問 生活安全交通課



イノシシ防護柵を希望する人へ

イノシシ防護柵(ワイヤメッシュ柵・電気柵)の設置希望調査を実施しています。

◆受付期限
9月30日(水)

◆主な要件
・受益戸数が3戸以上

・設置場所が農地である

◆配布・提出場所
有害鳥獣対策課、各支所産業建設課

※本調査は希望調査であり、正式な申請ではありません。
※家庭菜園は対象外です。

問 有害鳥獣対策課



5歳児相談を行います

令和8年度中に5歳になる年中児を対象に、保育所(園)・幼稚園で巡回相談を行います。

この時期の子どもは、心身ともに成長し、協調性や社会性が育つ大切な時期です。



65歳以上の人に介護保険料の決定通知書などを送付します

あるとともに、発達の個人差やアンバランスさも出やすい時期です。
専門職員や保健師が、心配や困りごとの相談を受け、3歳児健診後の成長の様子を伺います。
相談を希望する場合は、通園中の保育所(園)・幼稚園・すくすく広場へお尋ねください。

問 保育所(園)・幼稚園に通っていない子どもの相談も可

問 すくすく広場
☎46・5276



介護予防教室(7月)

介護保険料は、令和8年度の市民税が確定する6月に算定し、7月中に「令和8年度介護保険料額決定通知書」などを送付します。
【特別徴収対象者(年金からの差引きで納める人)】
「令和8年度介護保険料額決定通知書兼特別徴収(年金天引き)通知書」を送付します。

問 介護保険課または各支所地域総務課



介護予防教室(7月)

送付します。
※納付書は送付しません。
【普通徴収対象者(納付書または口座振替で納める人)】
「令和8年度介護保険料額納入通知書」と「7月以降の納付書」を送付します。
※口座振替の人には納付書は送付しません。
なお、今年4月～6月に65歳になる人や他市区町村から転入した人は、特別徴収に切り替わるまでの間、納付書で期限内に納めてください。

問 介護保険課または各支所地域総務課

【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

※満員に達した教室は記載しておりません。

【フレイル予防教室】
1日(水)午後/さざんか会館
2日(木)午後/



若返り体操教室

上山荘(入館料160円が必要)
10日(金)午前/下井牟田公民館
10日(金)午後/東平原公民館
13日(月)午後/松里第一公民館
14日(火)午前/飯盛ふれあい会館
15日(水)午前/久山町公民館
17日(金)午後/西諫早公民館 金曜コース
22日(水)午後/たらみ会館
23日(木)午後/八天町公民館
27日(月)午前/ひばりが丘公民館
28日(火)午前/白浜町公民館
28日(火)午後/堂崎町第2集会所

問・申込
地域包括ケア推進課

6日(月)午後/健康福祉センター
9日(木)午後/上大渡野町公民館

【若返り体操教室】

22日(水)午後/健康福祉センター

28日(火)午後/堂崎町第2集会所

28日(火)午後/堂崎町第2集会所





7月28日は日本肝炎デー
7月27日から8月2日までは**肝臓週間**

ウイルス性肝炎は、ウイルス感染で肝臓の細胞が壊れていく病気です。肝臓はなかなかSOSを出さないで、「体がだるい」と気づく頃には、重症化しています。

市は、肝炎ウイルス検診を実施しています。

【肝炎ウイルス検診】

◆対象者

40歳以上で過去に検査を受けたことがない人

◆検査内容

・問診

- ・C型肝炎ウイルス検査
- ・B型肝炎ウイルス検査

◆実施場所

個別健(検)診／市内医療機関(通年実施)

集団健(検)診／各支所地域公民館など(8月～10月実施)

◆受診者負担金／200円

問 健康推進課



熱中症は予防が大事!

例年、梅雨明け前後の真夏日は、体が暑さに慣れていないため、熱中症になる人が非常に多く、特に注意が必要です。熱中症警戒情報(アラート)などを活用して、十分な対策をとりましょう。

◆暑さを避ける

- ①扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
 - ②遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
 - ③外出時には日傘や帽子を着用
 - ④天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
 - ⑤吸湿性・速乾性のある通気性の良い衣類を着用
 - ⑥保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やします
- 「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控えましょう
- ◆こまめに水分を補給する**
屋内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていな

くても、こまめに水分・塩分などを補給してください。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 健康推進課



愛の血液助け合い運動月間

〜献血は命を救う身近なボランティア〜

7月は、「愛の血液助け合い運動月間」です。安定的に献血血液を確保するために、特に若い世代の献血への理解と協力が不可欠です。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 健康推進課



【国保限定】第1弾 健診受診で商品券を当てよう!

健診を受診すると、商品券「いさはやギフトカード」2千円分を抽選で150人にプレゼント。

◆申込方法

- ①長崎県公式「歩こーで! (ながさき健康づくりアプリ)」をインストール
- ②アプリ内で「諫早市国保健康づくり応援アンケート」に回答
- ③11月下旬、当選者へ商品券発送

◆対象者(次のいずれも該当する人)

- ・30歳以上で諫早市国保に加入
- ・4月～10月に諫早市国保の特定健診・若年者健診・人間ドックのいずれれかを受診

◆申込期限

10月31日(土)

※11月1日以降受診予定の人には、第2弾企画(12月開始予定)を実施します。

問 健康推進課



市営住宅入居者

【定期募集】

◆案内書配布期間・場所

7月7日(火)～17日(金)

建築住宅課および各支所産業建設課

◆受付期間

7月15日(水)～17日(金)

9時～17時

◆抽選日

8月5日(水)

【随時募集】

定期募集で応募がなかった住宅の入居申し込みは、先着順で随時受け付けています。

※各支所産業建設課では申込受付はできません。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問・申込

建築住宅課





令和8年度 諫早市まちづくりサポート事業（学生まちサポ）

学生ならではの視点やアイデアを生かした、「諫早の魅力・活力を生み出すまちづくり事業」の企画・提案を募集します。

◆対象事業

- ・諫早の魅力、活力づくりに貢献する事業
- ・イベントなどの開催で、地域経済の活性化につながる事業
- ・地域の課題解決につながる事業

※内容を審査し、採択します。

◆対象団体

市内に住所がある人または通学する人を含む5人以上の学生のみの団体

◆補助上限額

原則、対象経費の全額

※最長3か年を補助の対象とします。

◆応募期限

- ①応募連絡票の提出／7月3日(金)
- ②事業提案書などの応募書類の提出／7月15日(水)

◆過去の採択事例



▲蕎麦にいるよプロジェクト



▲商業CLUBBOOKプロジェクト



▲諫早『駅弁』プロジェクト



▲諫早『ロケイニング』プロジェクト

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 企画政策課



女性起業塾

ビジネスプラン作成、起業準備講座、先輩起業家の講話など、実際の起業に役立つ内容です。

◆とき

7月14日(火)・28日(火)、

8月18日(火)

18時30分～20時30分

◆ところ

男女共同参画推進センター（高城会館2階）

◆対象者

起業に興味のある、または起業後間もない女性
※市内在住・在勤・在学の人を優先

◆申込期限

7月5日(日)

◆※託児有

※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





令和8年度（夏季以降）自衛官

試験区分	受付期間	試験期日	試験会場	応募資格	
一般曹候補生	第2回	7月1日(水)～9月1日(火)	9月16日(水)～21日(月)	18歳以上33歳未満の人	
	第3回	9月15日(火) ～11月20日(金)	11月29日(日) ～12月3日(木)		
2等陸・海・空士 (任期制自衛官)	第3回	7月1日(水)～9月3日(木)	9月16日(水)～20日(日)		
	第4回	10月1日(木)～11月6日(金)	11月11日(水)～14日(土)		
	第5回	11月30日(月) ～令和9年1月12日(火)	令和9年1月14日(木) ～16日(土)		
	第6回	令和9年1月15日(金) ～2月5日(金)	令和9年2月10日(水)・ 11日(木)		
航空学生	7月1日(水)～8月28日(金)	9月19日(土)・26日(土)	18歳以上24歳未満の人		
防衛大学校	推薦	9月5日(土)～8日(火)	9月19日(土)・20日(日)		18歳以上21歳未満の人 (学校長の推薦など条件有)
	総合選抜		9月19日(土)		
	一般	7月1日(水)～10月15日(木)	10月31日(土)		18歳以上21歳未満の人
防衛医科大学校	医学科	7月1日(水)～10月8日(木)	10月24日(土)		
	看護学科	7月1日(水)～10月2日(金)	10月17日(土)		
陸上自衛隊 高等工科大学校	推薦	10月1日(木) ～11月27日(金)	令和9年1月9日(土)～ 11日(月)のいずれか1日 を指定	男子で中卒17歳未満の人 (学校長の推薦など条件有)	
	一般	10月1日(木) ～令和9年1月14日(木)	令和9年1月23日(土)	男子で中卒17歳未満の人	

問 ● 自衛隊諫早地域事務所 ☎22-4455

● 危機管理課



ボランティアを行っている市民を表彰

地道に活動されている人を推薦ください。

◆対象者

市内に住む高齢者、障害児(者)、児童および母子家庭などを対象としてボランティア活動を行っている市民(個人および団体)。ただし、団体の一員として活動している個人は対象となりません。

◆募集期限

9月30日(水)

◆推薦書の設置場所

地域福祉課、各支所地域総務課、市ボランティアセンター(社会福祉協議会内)

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 地域福祉課



中小企業大学校サテライト・ゼミ「ハラスメント・メンタルヘルス講座」

企業経営に必要な知識や手法を体系的に学び、演習やグループディスカッションなどの参加型コンテンツで参加者自身が主体的に考えながら進めるコースです。

◆とき

9月30日(水)～10月1日(木)

◆ところ

諫早図書館

◆対象

中小企業の管理職、管理者候補など

◆定員

15人

◆内容

ハラスメント・メンタルヘルス講座

※詳細は、ホームページをご覧ください。

問 中小企業大学校九州校

☎092-263-1554



7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】

- 3日(金) 高城会館／9時～12時
- 10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
- 17日(金) 高城会館／9時～12時
- 24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)

- 6日(月)、15日(水)、27日(月)
- 高城会館／13時～16時

【不動産相談】

- 7日(火) 高城会館／9時～12時

【登記相談】

- 14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

- 21日(火) 高城会館／10時～15時

【遺言契約等相談】

- 28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】

- 2日(水) 高城会館／10時～15時
- 2日(水) 高来支所／9時～12時
- 7日(火) 森山支所／9時～12時
- 16日(水) 高城会館／10時～15時
- 23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】

- 1日(水) 市役所本館1階玄関ホール／9時～16時
- 8日(水) 飯盛支所1階ロビー／9時～16時
- 15日(水) 市役所本館1階玄関ホール／9時～16時
- 22日(水) 市役所本館1階玄関ホール／9時～16時
- 29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)

- 14日(火) たちばな信用金庫本部／9時～17時
- 28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】

- 8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



多良見のぞみ会館・
のぞみ公園
マスコットキャラク
ター名

マスコットキャラクター
の名前を募集しています。
覚えやすく、親しみのある
名前を待っています。

採用されると、おふろ入
浴券などをプレゼント。

◆応募期限

7月31日(金) 17時

※詳細は、ホームページを
ご覧ください。

問 多良見のぞみ会館

☎43・6200



消防吏員

◆試験区分

消防Ⅰ(大学)、Ⅱ(短
大・高校)、Ⅲ(高校新
卒)、Ⅳ(実務経験)

◆受験資格

諫早市・大村市・雲仙市
(吾妻町、愛野町、千々
石町、小浜町、南串山
町)の区域内に居住する
人または採用後居住可能
な人

◆試験日

- ① 消防Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ
9月20日(日)
- ② 消防Ⅳ 9月25日(金)

◆試験会場

諫早消防署

◆申込用紙請求先

・県央地域広域市町村圏組
合消防本部または諫早、
大村、小浜消防署
・県央地域広域市町村圏組
合ホームページ

◆受付期間

7月1日(水)～8月21日(金)
(消印有効)

※詳細は、ホームページを
ご覧ください。

問・申込

県央地域広域市町村圏組
合消防本部消防総務課
☎23・0119



土地家屋調査士会
不動産無料法律相談会

◆とき

8月1日(土) 9時30分～

12時

◆ところ

・小野ふれあい会館
・西諫早公民館

◆内容

不動産の表題登記、土地
家屋の調査・測量、境界
問題に関すること

問 長崎県土地家屋調査士会

諫早支部
☎26・5879

親子ものづくり体験教室

子どものひらめきや工夫力を楽しく育てます。

日8月1日(土) 10時～11時30分、
13時30分～15時

場ポリテクセンター長崎

対小学3～6年生とその保護者

締7月10日(金)

※申込多数の場合抽選

※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



諫早図書館

☎23-4946

▶ 諫早図書館シナリオ講座 (全3回)

ラジオドラマのシナリオを執筆、選ばれた作品をCD化します。

日8月22日(土)、12月5日(土)、
2月土日2日間 (未定)

11時～16時

場視聴覚ホール

講師 藤井 香織 (脚本家)、

滝本 祥生 (劇作家)

コース

①【シナリオ】シナリオの執筆

②【演技】演技指導

※要申込、第1回は見学可

※申込時に①、②を選択

美術・歴史館

☎24-6611

▶ 諫早大水害展

昭和32年の諫早大水害を写真などで振り返ります。

日7月11日(土)～8月16日(日)

10時～18時

場ホール

▶ 水害展ギャラリートーク

日7月25日(土)

11時～、14時～

ナイスハートバザール in 諫早



市内の障害者施設で作られたお弁当やお菓子、雑貨、農産物などを販売します。

日7月8日(水)～10日(金)

10時～17時30分

※最終日は16時まで

場諫早図書館

主催働く喜びサポート事業実行委員会

問障害福祉課

第3回 いさはや ジャパン フェス 2026



ステージイベントやワークショップ、食などを通じて日本文化を紹介します。

日7月26日(日)

10時～16時

場諫早駅iisa交流広場

問いさはや国際交流センター

☎080-5217-0049

第16回 4校合同美術部展 (北諫早中、西諫早中、明峰中、諫早中)

日7月24日(金)～29日(水)

10時～18時

※24日は13時から、29日は15時まで。

場美術・歴史館

問西諫早中学校 鳥山

☎26-0694



第15回 轟峡 こどもヤマメ釣り大会

日8月1日(土) 9時30分～11時

※小雨決行 (予備日8月8日(土))

場轟峡自然プール (高来町)

対小学生～中学生

※小学3年生以下は保護者同伴

定50人 締7月31日(金)

持釣りざお、餌 ※餌釣りのみ

料500円 (参加賞、1日保険有)

問・申込

境川内水面振興協議会 持永

☎090-2622-4461

第31回 六段の調祭典

箏曲「六段の調」発祥の地と伝えられる本市で、市内の中高生や、三曲(箏・十七絃・尺八)社中による演奏を行います。

日8月2日(日) 13時30分～

場諫早文化会館

料400円 ※中学生以下は無料

主催六段の調祭典実施委員会

問文化振興課

第19回 唐比ハス祭り



ステージイベントや抽選会、地元特産品販売などがあります。

日7月5日(日) 10時～

※小雨決行

場唐比ハス園特設会場

問唐比すいれんの会 山崎

☎36-1372.090-4584-5145

森山支所地域総務課

※コスモス花宇宙館のイベントの詳細は、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

▶ラベンダー蒸留水づくり

日 7月4日(土)
11時～、14時～
場 香りの館 料 1,600円
定 各3人 ※要予約

▶ラベンダー石鹸づくり

日 7月11日(土)
10時30分～
場 香りの館
料 1,500円 (ハーブティー付き)
定 5人 ※要予約

▶コーヒー豆手鍋焙煎体験

日 7月11日(土)、12日(日)
11時～、14時～
場 香りの館
料 2,500円 (コーヒー豆150g付き)
定 各3人 ※要予約

▶コーヒー飲み比べ体験

いろいろなコーヒー豆、ドリッパーを使います。

日 7月18日(土)、19日(日)
11時～、14時～
場 香りの館 料 2,000円
定 各5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。



▶アルファ親子運動教室

日 8月2日(日) 9時～10時
場 小栗ふれあい広場
対 3～12歳
※保護者同伴
定 25組 ※要申込
料 1,000円
☎ ☎21-1296
※詳細は、ホームページをご覧ください。



コスモス花宇宙館
☎23-9003

▶たのしい科学教室

「やじろべえ」などを作りながら、バランスの実験をします。

日 7月11日(土)
10時30分～12時30分
対 小学生以上 ※親子可
締 7月9日(木)
定 10人 ※予約優先
持 筆記用具
料 500円

▶サイエンスワークショップ

地球の周りの空気の力(大気圧)で水を噴き上げることなどを体感します。

日 7月25日(土)
11時～12時、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

▶おりがみワークショップ

折り紙のお魚や青いフィルムなどで海の中のミニジオラマを作ります。

日 7月26日(日)
11時～12時30分、
13時30分～15時
対 4歳以上
※小学2年生以下は保護者同伴
定 各10人 ※予約優先
料 500円

▶歴史講座

「諫早と大東亜戦争」

米軍資料などから、戦中・戦後の諫早の様子を紹介します。

日 8月9日(日)
13時30分～15時
場 研修室

ふれあい施設 自主事業

▶アルファ親子運動教室

日 7月5日(日) 9時～10時
場 西諫早ふれあい広場
対 3～12歳
※保護者同伴
定 25組 ※要申込
料 1,000円
☎ ☎25-2100

▶思い出メロディ・いきいき健康ダンス

日 7月17日(金)、8月28日(金)
15時～16時
場 長田いこいの広場
対 成人
定 30人 ※要申込
料 800円
☎ ☎23-9077

▶親子英会話教室

日 7月26日(日) 10時～11時
場 西諫早ふれあい広場
対 2～5歳
※保護者同伴
定 10組 ※要申込
☎ ☎25-2100

▶ダンスフィットネス

日 7月31日(金)、8月20日(日)
19時～20時
場 中央ふれあい広場
対 成人
※18歳未満も参加可
定 30人 ※要申込
料 800円
☎ ☎21-2668

夏のわいわい図書館

夏休み！

スペシャルおはなし会

おはなしボランティアぐるんぱと図書館員による拡大版です。

- 日 8月1日(土) 11時～
場 講堂

たらみ図書館 ☎ 43-4611

おとなのためのおはなし会

大人向けに絵本の読みかたりや本の紹介などを行います。

- 日 7月1日(水) 14時～
場 貝のおはなし室

映画上映会

「君がいる、いた、そんな時。」
(2020年 日本 85分)

- 日 7月17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 7月18日(土)
11時40分～12時10分
場 海のホール 定 先着200人

子ども向け講座

「お金ってなに？」

ゲームを交えながら楽しく学びます。

- 日 7月25日(土) 14時～15時30分
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)
場 研修室
対 小学3年生以上
定 24人
※要申込(応募多数の場合は抽選)
締 7月14日(火)

令和8年度

諫早市図書館を使った 調べる学習コンクール

作品募集

身近な疑問や興味のあることなどを調べた作品を募集します。

募集期間 9月8日(火)～30日(水)

対 市内在住・在学の小学生

募集作品

- ・A4サイズから八つ切り画用紙サイズまで
- ・50ページ以内

※利用した資料名や図書館名を巻末に記入すること

応募方法

1作品につき「応募カード」を2枚添付。1枚を作品の裏表紙などに貼付し、諫早図書館に提出してください。

※詳細はホームページをご覧ください。



西諫早図書館 ☎ 26-8607

ハンドメイド体験教室

「星空ボトルをつくろう」

- 日 8月8日(土)
13時30分～、14時～、
14時30分～、15時～

場 児童コーナー

対 小学生以上

※保護者同伴であれば未就学児も可

定 各回5人

※要申込(7月21日(火) 10時～ 先着順)

料 300円

諫早図書館

☎ 23-4946

映画上映会

「ブルーバック あの海を見ていた」
(2022年 オーストラリア 102分)

- 日 7月9日(水) 14時～
場 視聴覚ホール
定 先着70人

諫早を楽しもう！ 第40弾

お筆に夢中

～ #お筆界限 #多様性～

高来中学校箏曲部が演奏を披露します。

- 日 7月12日(日) 11時～11時30分
場 展示ホール

※申込不要

※詳細は、ホームページをご覧ください。



夏のおはなし会

- 日 7月19日(日)
【小学生向け】11時～11時30分
【幼児向け】11時40分～12時
場 視聴覚ホール



子どもプロジェクト**キラキラ****「マリンコースター&プレート」**

- 日 8月7日(金) 10時～12時
 場 飯盛ふれあい会館 研修室①②
 定 10人
 ※小学1、2年生は保護者同伴
 料 500円
 ※要申込(7月1日(水) 10時～ 先着順)

高来図書室
 ☎ 32-2395

**ペットボトルの
 キャップを使って
 アートな作品をつくろう**

- 日 8月2日(日) 10時～11時30分
 場 高来西ゆめ会館 2階ゆめ創作室
 対 小学生
 ※1、2年生は保護者同伴
 定 10人
 ※要申込(7月3日(金) 10時～ 先着順)

小長井図書室
 ☎ 34-2972
本を借りてガチャを回そう!

期間中本を5冊借りた人はガチャに挑戦できます。

- 期 間 7月18日(土)～8月30日(日)

**スペシャルおはなし会
 「スライム作り」**

絵本の読み語りのあと、オリジナルカラーのスライムを作ります。

- 日 8月8日(土) 14時～16時
 場 小長井文化ホール 研修室
 対 小学生以上
 ※保護者同伴であれば未就学児も可
 定 20人 ※要申込
 締 8月1日(土)

頭イキイキ音読教室

- 日 7月13日(月) 14時～15時
 場 映像ホール
 定 15人 ※要申込

工作教室①**「ぐるぐる楽しい万華鏡づくり」**

- 日 7月26日(日) 13時30分～15時
 場 和室
 対 小学生
 ※1、2年生は保護者同伴
 定 8人
 ※要申込(6月24日(水) 10時～ 先着順)
 料 300円

映画上映会

「a hope of NAGASAKI 優しい人たち」
 (2021年 日本 70分)

- 日 7月27日(月) 14時～
 場 映像ホール
 定 先着40人

工作教室②**「ステンシルで
 オリジナルバッグづくり」**

- 日 8月2日(日) 13時30分～15時
 場 和室
 対 小学生以上
 ※小学1、2年生は保護者同伴
 定 10人
 ※要申込(6月24日(水) 10時～ 先着順)
 料 200円

こども上映会

「わすれた森のヒナタ おじやる丸スペシャル」
 (2015年 日本 29分)

- 日 8月8日(土) 14時～
 場 映像ホール

飯盛図書室
 ☎ 48-0518
映画上映会

「ロイヤルコーギー レックスの大冒険」
 (2019年 ベルギー 85分)

- 日 7月30日(木) 14時～15時30分
 場 飯盛ふれあい会館 多目的ホール
 ※10人以上の団体は要連絡

たらみ図書館**バックヤードツアー**

なかなか見られない図書館の裏側を探検します。

- 日 7月31日(金) 10時～11時30分
 対 小学生
 定 10人
 ※要申込(応募多数の場合は抽選)
 締 7月14日(火)

夏休み工作講座**「ペットボトルを使って
 ランタンをつくろう」**

- 日 8月1日(土) 14時～16時
 場 創作室
 対 小学生
 定 16人
 ※要申込(応募多数の場合は抽選)
 料 400円
 締 7月14日(火)

**「おとぎのへや読み語りの会」
 おはなしのじかんスペシャル**

- 日 8月5日(水)
 10時30分～11時30分
 場 海のホール
 対 幼児～大人
 定 先着200人
 (10人以上の団体は要問合せ)

1day アニメ上映会

- ①「くまのがっこう パティシエ・ジャッキーとおひさまのスイーツ」
 ②「のっぺらぼう」
 ③「若おかみは小学生！」
 日 8月7日(金) ①10時30分～
 ②11時5分～ ③14時～
 場 海のホール
 対 幼児～大人
 定 各200人
 (10人以上の団体は要問合せ)

森山図書館
 ☎ 35-2001
お金の整え方講座

家計、資産運用、教育・老後の資金などを学びます。

- 日 7月12日(日) 13時30分～15時
 場 映像ホール
 定 先着15人 ※要申込



諫早としょかん フェスティバル



赤ちゃんから大人まで、2日間、多彩な内容を楽しめます。
諫早図書館と、ここを中心に活動する24の団体をお待ちしています。

とき 7月4日(土)・5日(日) 9時40分～15時30分 ところ 諫早図書館

主催：諫早図書館利用者団体連絡協議会

4日±

ピアノ広場

歌とギターとピアノとオカリナ
(いちごの会)
● 9時40分～10時

児童コーナー(1階)

布絵本展示(絵布の会)
● 終日

展示ホール(1階)

グループ紹介展示
● 終日
点字体験
(点訳友の会「ムツゴロ」)
● 10時～14時30分

図書館エントランス

ブックリサイクル
(としょかん広場)
● 10時～15時

集会室(2階)

ちいさな子のおはなし会
(ゆめポケット)
● 11時30分～12時
詩の朗読と解説
「伊東静雄を楽しもう!」
(伊東静雄研究会)
● 14時10分～15時10分

ふるさとの文人コーナー(1階)

「諫早の七夕」(諫早史談会)
● 13時～14時

視聴覚ホール(2階)

オープニング
サクソとトーンチャイム
(カンパニユラ)
● 10時5分～10時25分

みんなで遊ぼう「忍者ごっこ」
(あそびの森)
● 10時30分～11時10分

幼児・小学生向けスペシャル
上映会「異常気象のサバイバル」
(諫早図書館)
● 13時30分～14時40分



5日日

ピアノ広場

ギターとハーモニカ
(いちごの会)
● 9時45分～10時

展示ホール(1階)

グループ紹介展示
● 終日
乳幼児親子で楽しむわらべうた
(としょかん広場)
● 10時30分～11時
大型絵本と紙芝居
(りとるぱんぷきん)
● 11時～11時30分

図書館エントランス

ブックリサイクル
(としょかん広場)
● 10時～15時

児童コーナー(1階)

小学生向けのおはなし会
(諫早おはなしの会)
● 11時40分～12時10分
としょかん探検隊
(諫早図書館)
● 14時～15時30分
※受付13時30分～

点訳・音訳コーナー(1階)

音訳録音体験
(諫早コスモス音声訳の会)
● 10時30分～12時
● 13時30分～15時30分

視聴覚ホール(2階)

工作コーナー
「まつりだ!キラ!ポン!ピョ〜ン!」
(諫早子ども劇場)
● 10時～11時30分

読み語り・パネルシアター・レク
リエーション
(鎮西学院大学ぶっく倶楽部)
● 13時～14時15分

ビブリオバトル
(鎮西学院大学ぶっく倶楽部)
● 14時30分～

学習創作室

「和とじの本」づくり
(絵本の病院ぶっくる)
● 10時～14時30分



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	7月8日(水)・ 11日(土)・25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
	こども国際交流講座 「キッズ ワールド デイ！」 (全3回)	7月19日(日)、 8月2日(日)、 9月6日(日)	外国人と交流し、海外文化を学びます。 時 10時～12時30分 場 健康福祉センター 対 小学生 料 7月10日(金) 料 500円 定 20人
	暑い夏を乗り切る 「健康体操教室①」	7月21日(火)	身体の柔軟性を高め、ケガを防ぐ筋トレ方法などを学びます。 時 13時30分～15時30分 場 健康福祉センター 対 成人 料 7月13日(月) 定 20人
	夏休みこども工作教室	7月27日(月)	厚紙で「うないさん貯金箱」を作ります。 時 10時～12時 場 社会福祉会館 対 小学生 ※1、2年生は保護者同伴 料 7月17日(金) 料 500円 定 20人
小栗 	図書ボランティア養成講座 ～図書館を楽しもう！～	7月18日(土)	絵本の読み語り技術や選書の注意点などを学びます。 時 10時～12時 場 小栗ふれあい会館 対 成人 料 7月14日(火) 定 10人
	夏休み体験講座 ～陶芸にチャレンジ！～ (全2回)	7月28日(火)、 8月4日(火)	カップやお皿を作り、絵付けします。 時 ①10時～11時30分、②14時～15時30分 ※①、②のいずれか 場 陶芸ひろば「彩」(現地集合) 対 小学生 料 7月21日(火) 料 1,500円 定 各14人
小野 	親子で挑戦！ 世界のボードゲーム	8月1日(土)	サイコロやカードで初めてでも楽しめるゲームをします。 時 9時30分～11時30分 場 小野ふれあい会館 対 親子(小学生) ※祖父母可 料 7月14日(火) 料 300円 定 10組
	夏休み子ども絵画教室	8月6日(水)	時 10時～12時 場 小野ふれあい会館 対 小学生 料 7月14日(火) 料 100円 定 20人
有喜 	大人の学び直し ～簿記初級入門編～(全4回)	7月9日(水)・ 16日(水)・23日(水)・ 30日(水)	時 19時～21時 場 有喜ふれあい会館 対 成人 料 7月1日(水) 料 テキスト代負担有 定 10人
	親子でカスタネット作り	7月26日(日)	手作り楽器で吹奏楽団と共演！親子でリズムを楽しもう。 時 11時～12時30分 場 有喜ふれあい会館 対 親子 料 7月3日(金) 料 500円 定 25組
西諫早 	学ぼう！ 交通事故防止や運転免許返納	7月16日(水)	交通安全や免許更新時の認知機能検査などを学びます。 時 10時～11時 対 高齢者 申 7月1日(水)～14日(火) 定 先着20人
	お笑い健康ライブ	7月21日(火)	脳トレなどを通して、笑いや健康の大切さを学びます。 時 10時～11時30分 対 成人 申 7月1日(水)～17日(金) 定 先着50人
	おとなの簡単パン作り	7月22日(水)	身近な材料で、手軽なパンを作ります。 時 9時30分～12時30分 対 成人 申 7月1日(水)～15日(水) 料 700円 定 先着12人
	夏休みだ！ 素敵なサンドアートを作ろう	8月3日(月)	透明な器に色つきの砂を重ね、フィギュアを飾ります。 時 10時～12時 対 小学生 申 7月1日(水)～28日(火) 料 1,000円 定 先着30人
本野 	夏休み子ども習字教室	①8月6日(水) ②8月7日(金)	時 10時～12時 ※①、②のいずれか 対 小学生 ※1、2年生は保護者同伴 申 7月1日(水)～23日(水) 料 400円 定 各先着16人
	夏休み子ども教室 陶芸教室(全2回)	7月23日(水)、 8月5日(水)	マグカップと自由作品を作ります。 時 ①10時～12時 ②14時～16時 ※①、②のいずれか 場 本野ふれあい会館 対 小学生 ※1、2年生は保護者同伴 料 7月9日(水) 料 800円 定 20人
	夏休み子ども教室 かわいいフラップ風貯金箱 工作教室	7月24日(金)	時 ①10時～12時 ②14時～16時 ※①、②のいずれか 場 本野ふれあい会館 対 小学生 ※1、2年生は保護者同伴 料 7月9日(水) 料 600円 定 20人

時：時間 場：場所 対：対象 料：締め切り 申：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 ☎32-2067
- 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
本野 	夏休み子ども教室 絵画教室	7月27日(月)	時①10時～12時 ②13時～15時 ※①、②のいずれか 場本野ふれあい会館 対小学生 締7月9日(木) 料100円 定20人
	夏休み子ども教室 本明川探検隊 (全2回)	①7月30日(木) ②8月20日(木)	①本明川ダムの学習とそうめん流し作り ②水生生物を採取して水質調査と川遊び 時9時30分～15時 場本野ふれあい会館 対小学3年生以上 締7月9日(木) 料1,000円 定15人 ※雨天中止
	夏休み子ども教室 レジンアクセサリー工作教室	8月7日(金)	時①10時～12時 ②14時～16時 ※①、②のいずれか 場本野ふれあい会館 対小学生 ※1、2年生は保護者同伴 締7月9日(木) 料600円 定20人
長田 	蓮の花托のちりめん細工講座	7月23日(木)	飾り物を作ります。 時13時30分～15時30分 場長田みのり会館 対成人 締7月10日(金) 料500円 定10人
	フォークダンス講座 (全2回)	7月28日(火)・ 31日(金)	グループで健康づくりを学びます。 時13時30分～15時30分 場長田みのり会館 対成人 締7月21日(火) 定15人
	習字教室	8月4日(火)	時①10時～12時、②13時30分～15時30分 ※①、②のいずれか 場長田みのり会館 対小学生 締7月16日(木) 定各10人
多良見 	やさしい麴教室	7月15日(水)	地元野菜を使い腸内環境を整える発酵調味料を作ります。 時10時～12時 場たらみ会館 対成人 締7月6日(月) 料1,000円 定12人
	夏休み子ども講座 「夏のお菓子作り」	7月24日(金)	時10時～12時 場たらみ会館 対小学3～6年生 締7月13日(月) 料500円 定12人
	夏休み子ども講座 「はじめての囲碁」(全3回)	7月27日(月)・ 29日(水)・31日(金)	囲碁の楽しさや奥深さを学びます。 時10時～12時 場たらみ会館 対小学生 締7月13日(月) 定10人
	明生教室 「知って安心 認知症(認知症 サポーター養成講座)」	7月28日(火)	認知症の症状、接し方など、理解を深めます。 時10時～12時 場たらみ会館 対高齢者 締7月16日(木) 定50人
	中高生のためのスキンケア講座	7月30日(木)	肌の構造と正しいケアを学びます。 時14時～16時 場たらみ会館 対中学・高校生 ※親子可 締7月21日(火) 料300円 定10人
	夏休み子ども講座「パステル アート 指で描く絵画教室」	8月4日(火)	時10時～12時 場たらみ図書館 対小学生 締7月13日(月) 料500円 定12人
伊木力 	学ぼう！ 小学生のための防犯・護身術	7月18日(土)	危険に気づき、身を守ることを学びます。 時10時～12時 場多良見多目的研修館 対小学生 締7月9日(木) 定40人
	知っておきたい！子どものス キンケア教室(託児あり)	7月16日(木)	乳幼児のスキンケアを学びます。 時10時～11時30分 対子育て中の人 締7月13日(月) 定12人
森山 	夏休み親子刺しゅう教室 ～はじめてのクロスステッチ～ (全2回)	7月29日(水)・ 30日(木)	プードルのモチーフで作り、額に飾ります。 時10時～11時30分 対親子(小学4年生以上) ※祖父母可 締7月21日(火) 料700円 定10人
	大村工業高校建築科出前講座 ～夏休み木工体験～	8月4日(火)	小椅子または小物置きを製作します。 時9時～12時 対①小1～5年生、②小6～中学生 締7月3日(金) 料1,000円 定①②各9人
	楽しく体験 ～プログラミング教室～	8月7日(金)	いさはやコンピュータ・カレッジでプログラミングを体 験します。 時9時～12時15分 場森山公民館集合(スクールバス利用) 対小学4年生以上 締7月28日(火) 定20人
飯盛 	親子で貯金箱を作ろう	7月22日(水)	フラッペ風貯金箱を作ります。 時10時～12時 場飯盛ふれあい会館 対親子(小学生) 締7月7日(火) 料600円 定15組

公民館	講座名	とき	内容・時間など
飯盛 	手打ちうどん作り体験	7月29日(水)	時①9時30分～11時30分 ②13時～15時 場 飯盛ふれあい会館 対①親子(小学1～3年生) ②小学4～6年生 締7月3日(金) 料500円 定①16組 ②16人
	夏休み子ども施設見学	8月5日(水)	長崎県警交通機動隊と本明川ダムを見学します。 時8時30分～12時30分 場 飯盛ふれあい会館集合(スクールバス利用) 対小学生 ※3年生以下は保護者同伴 締7月16日(水) 定20人
田結 	田結すこやか大学 「笑顔の健康講座」	7月16日(水)	健康保持の秘訣と熱中症対策を学びます。 時13時30分～15時30分 対高齢者 定30人
	夏休み親子講座 「海辺の生きもの観察」	7月24日(金)	田結川下海岸で、観察します。 時10時～12時 対小学生と保護者 締7月10日(金) 定10組
高来 	名花 オオキツネノカミソリ観 賞登山～高来の豊かな自然を 満喫～	7月25日(土)	時9時～14時30分 ※雨天中止 場 金泉寺周辺 高来会館集合(スクールバス利用) 対成人 締7月10日(金) 定20人
	レッツDIY! 暮らしに役立つ ツール作り(全2回)	8月1日(土)・8日(土)	木工の基礎を学び、自分で作る楽しさを味わいます。 時9時～12時 場 高来会館 対成人 締7月14日(火) 料2,000円 定6人
	夏休み子ども講座 「考える力」を育てる読書会 第1弾	8月4日(火)	「本を読んで、考えて、行動する」を体験します。 時10時30分～12時 場 高来会館 対小学5、6年生 締7月14日(火) 定10人
高来西 	ハスを愛でる会	7月7日(火)	唐比ハス園の歴史を学び、花を観賞します。 時9時30分～12時 場 高来西ゆめ会館集合(スクールバス利用) 対成人 締7月2日(水) 定15人
	アジサイさんと出会う	7月11日(土)	リウマチのアクセサリー作家の指導で、ビーズのアクセ サリーを制作します。 時10時～12時 場 高来西ゆめ会館 対成人 締7月2日(水) 料3,000円 定10人
	昭和ガラスでステンドグラス 体験	7月11日(土)	昭和時代の建具に使われていたガラスで豆皿を作りま す。 時13時30分～15時30分 場 高来西ゆめ会館 対成人 締7月2日(水) 料1,000円 定8人
	夏休み親子工作教室	7月18日(土)	端材を利用して木製品を作ります。 時10時～12時 場 高来西ゆめ会館 対親子(小学3年生以上) 締7月9日(水) 料2,500円 定10組程度
	夏休み子ども科学講座① 海の中を探検	7月28日(火)	海中の様子を水中写真家の目線から解説します。 時10時～12時 場 高来西ゆめ会館 対小学4年生～中学生 締7月16日(水) 定12人
小長井 	シルバー大学	7月14日(火)	相続と遺言について学びます。 時10時～11時30分 対高齢者 定100人
	子どもから大人まで、みんな で学ぶAEDの使い方	7月28日(火)	一次救命処置とAEDの使い方を楽しく学びます。 時10時～12時 締7月13日(月) 定30人
	夏休み親子 レーザークラフト講座	7月29日(水)	コインケースを作ります。 時13時30分～15時30分 場 山茶花高原ハーブ園 対親子(小・中学生) 締7月7日(火) 料1,000円 定10組
	小長井公民館・小長井図書室 連携講座 映画上映会	8月4日(火)	「遠い山なみの光」 時①10時～12時 ②14時～16時 ※30分前開場 対小学2年生以下は保護者同伴 締7月31日(金) ※当日参加可 定各75人
	夏休み親子木工教室	8月5日(水)	貯金箱を作ります。 時9時～12時 対親子(小・中学生) 締7月7日(火) 料700円 定10組
	夏休み工作教室	8月6日(木)	フラッペ風の貯金箱を作ります。 時10時～12時 対小・中学生 ※小学2年生以下は保護者同伴 締7月7日(火) 料600円 定15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



5月17日(日)・30日(土)

連携で高める防災力

国・県・市などの行政機関や民間協力団体が連携し、5月17日に「本明川総合水防演習」、5月30日に「長崎県総合防災訓練」を実施しました。

洪水や地震などの自然災害発生を想定し、水防工法や救助活動などの訓練を行い、迅速・的確な防災活動ができる体制を確認。

訓練を通じて、連携・協力体制の強化や地域の皆さんの防災意識の向上を図りました。17日の水防演習では、市役所前中央交流広場で防災展も開催しました。



5月30日(土)

地域の未来を共に創る

市は、それぞれの知識や資源を活用しながら地域の活性化や人材育成を図るため、鎮西学院大学と包括連携協定を締結しました。

この協定に基づき、重点分野である「国際交流」、「人材育成・地域定着」、「防災・減災」の取組を進め、地域課題の解決や持続可能な地域づくりにつなげます。



5月26日(火)

歓喜の瞬間をみんなで

プロバスケットボールチーム「長崎ヴェルカ」が激戦の末、Bリーグチャンピオンシップで初優勝。Bリーグ参入後5年で日本一に輝く快挙となりました。

市役所で開催したライブビューイングには市民など約150人が来場。大型スクリーンの前は熱気に包まれ、優勝の瞬間には大きな歓声と拍手が沸き起こりました。

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 / すくすく広場
- 定員 / 各10組
- ※すくすくおやこ手帳アプリで要予約

【パパマクラス】

- とき / 26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～)

【プレマクラス】

- とき / 16日(木)
 - 13時30分～15時30分
- 申込 / 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)

1日(水)	すくすく広場 (中央、北部、小栗)
6日(月)	森山保健センター (小野、有喜、森山)
7日(火)	多良見体育センター (真津山、多良見)
31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

13日(月)	4～7か月児
27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
- 申込 / 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
- 申込 / 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 / 16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

7月

育児・介護健康教室

認知症専門相談

- とき / 10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 / 23日(木)
 - 13時～15時 ※要予約
- ところ / 社会福祉会館第1会議室
- 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、7月6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 災害時、安全な場所にいる場合は
 - 避難も選択肢に
- Q2 市民●●センターの整備
 - 「中心市街地に新たな交流拠点が誕生」
- Q3 熱中症予防のため、
 - こまめに●●・塩分などを補給しましょう
- Q4 食などを通じて日本文化を紹介。
 - 第3回いさはや●●●●フェス2026
- Q5 地域の未来を共に創る。
 - 大学と包括連携協定締結

- ※前号の答え / ①がらす
- ②省エネ ③点検
- ④ペーロン ⑤じゃがー
- ※応募総数120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

4日(土)	高来西ゆめ会館	9時～11時30分
-------	---------	-----------

【ニュースポーツ教室】(バタンク)

27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

14日(火)・28日(火)	健康福祉センター	10時～11時30分
15日(水)	西諫早公民館	13時30分～15時
毎週月曜日 (20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31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 (29日除く)	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

7日(火)・21日(火)	健康福祉センター	10時～11時30分
8日(水)	西諫早公民館	13時30分～15時
6日(月)・27日(月)	本野ふれあい会館	13時30分～15時
14日(火)・28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/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)

[編集・発行] 諫早市役所 広報戦略課
〒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8年5月1日現在
人口 130,019人
男 62,436人
女 67,583人
世帯数 56,123世帯

第69回

諫早万灯川まつり

7/25(土) 20時～ ※雨天順延

本明川一帯 (式典会場: 高城橋)

式典、万灯流し、花火打ち上げ、露店出店など
※万灯協力金の募金箱を市役所本館1階ホールと
諫早図書館に設置しています。



応募期限
7/3(金)

ボランティアスタッフ募集

河川敷でのろうそくの配置、
点火作業、後片付けなど。



■申し込み・問い合わせ先
諫早商工会議所業務課
☎22-3323

7/25(土) 同日開催

川まつり前の時間帯はアエル中央商店街へ

食と暮らしの ゲーゲーマルシェ

■時間 16時～20時

■ところ アエル中央商店街
(栄町エリア)

おいしいグルメ・こども向け縁日

川まつり ナイトフェスタ

■時間 17時～売り切れ次第

■ところ アエル中央商店街
(竹の下エリア・本町エリア)

ステージイベント、焼き鳥・ドリンク販売

※内容は変更になる場合があります。

■問い合わせ先/商工観光課



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