



ISAHAYA

2009
No.48

3月



特集 そうだ!今こそ 健診デビュー

こどもの城がオープン	2-3
市政トピックス	10-11
パチリいさはや	12-13
くらしの情報	14-19
健康&子育てインフォメーション	20-21
イベント情報	22-23
生涯楽習	24-25
みんなの広場	26-27
いさはやよもやま話	28

やった〜!給食の時間だ!
(1月24日〜30日は全国学校給食週間)

白木峰高原に

こどもの城がオープン

3月20日 午後1時

待望のこどもの城が、いよいよオープンします。

こどもの城は、恵まれた自然環境の中で、未来を担う子どもたちが、子ども同士や家族とのきずなを深め、遊びや体験を通して「生きる力」を育む施設です。

雨の日も大丈夫！館内には、広々とした遊びスペース、多目的用途室やプレイホールなどがあります。ご家族で、子ども同士で、また学級、学年、子ども会などみんなで遊びに来ませんか。

【こどもの城施設概要】

- 開館時間／午前9時～午後5時
- 休館日／毎週月曜日（ただし、月曜日が祝・休日の場合はその翌日）
- 利用料／無料
- 駐車場／施設前に110台、全体で640台（大型バス8台駐車可）※駐車料無料
- 施設概要／プレイホール、遊びスペース、ものづくりスペース、多目的用途室、授乳室、ごっこスペース、会議室など

オープニングイベント

午後1時30分～

- ・人形劇
（プレイホール）
- ・クラフト
（ものづくりスペース）
- ・音楽ワークショップ
（多目的用途室）
- ・昼間の天体観測・ビデオ上映会
（コスモス花宇宙館）
- その他
バルーンアートのピエロも来るよ！！



記念講演会



吉成 信夫さん

こどもの城オープンを記念して、吉成信夫さん（岩手県立児童館いわて子ども森館長）による「家族のきずな」と題した記念講演会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

■とき

3月20日（金）

午前11時～正午

■ところ

こどもの城1階プレイホール

■定員

50人

■申込期間

3月10日（火）～13日（金）

■申込・問い合わせ先

こどもの城準備室

（☎22・1500）

ワクワク・ドキドキ気分で！
遊びに行こう！！

こどもの城 を案内します

第4駐車場
第2駐車場
第3駐車場
第1駐車場

コスモス・菜の花園

自由広場
水鳥の池
桜の森
玄関
こどもの城
コスモス花宇宙館
恵みの森
芝生広場
森の広場

春には菜の花と桜のコラボレーションが楽しめます
秋にはコスモスが満開



楽しさいっぱい！雨の日も遊べるこどもの城
コスモス花宇宙館で宇宙を探検
芝生広場で思いっきり遊ぼう！



■こどもの城へのアクセス

↑ 国立諫早青少年自然の家
● こどもの城

長田
市街地
佐賀
有明海
干拓の里

何かズボンの苦しか～
最近は体重も量っとらんばってん、
太ったかな～？

そうね～出会った頃は
もっと細かったし
いつの間にか服のサイズも
大きくなったわね

それってメタボじゃないと！？
お腹がポニョってかっこ悪いよ！
病気になったらどうすると？
そうだ！！
健診に行ってみんしゃい
もちろん、お母さんもね

そうだ！今こそ

【特集】

健診デビュー

もう受けましたか？健康診査。
例えば、いつも安全であるようにと、車を点検するように、
体には、いつも元気であるために、健康診査があります。
病気になる前に、1年に1度は健康診査を受けましょう！

死亡原因上位は、生活習慣病

平成17年度 諫早市の死亡原因順位
(人口 144,034人中)



昭和56年以降、日本人の死亡原因順位の1位にあるのは、「がん」。次いで、心臓病・脳卒中・肺炎が上位を占めています。(平成17年度の本市では、3位が肺炎、4位に脳卒中) そのうち、死亡原因の上位を占める「がん・心臓病・脳卒中」は三大生活習慣病ともいわれています。

生活習慣病はメタボから

病気として発見されるまで自覚症状がないのが、生活習慣病。まだまだ自分は大丈夫、他人事と思っていないませんか？

食べ過ぎ、飲み過ぎ、運動不足そして喫煙といった生活が繰り返されると、内臓の周りには脂肪が蓄積されていきます。

そして内臓脂肪型肥満に、高血圧・高血糖・脂質異常といった危険因子を2つ以上持ち合わせたら、メタボリックシンドローム(通称メタボ)です！
そのままの生活を送っていると、血液の流れが悪くなり動脈硬化が進行します。そして心臓病や脳卒中を引き起こす危険性がより高くなります。

特定健診でわかる体の状態

そんなメタボを予防するには、まずは健康診査で体の状態を知ることが大切です。

昨年からはじまった国民健康保険(国保)加入者を対象として市が実施している特定健康診査(特定健診)では、平成20年12月末までに4,993人が受診しています。

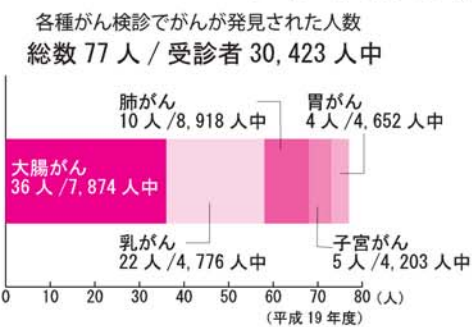
「803人」

これは、諫早市の特定健診受診者のうち生活習慣の改善をしないと生活習慣病になる恐れがあると判定され、特定保健指導の対象となった人数です。特定保健指導の対象者は、病気を予防するために市の保健師・管理栄養士のアドバイスで、生活習慣の改善に取り組んでいます。

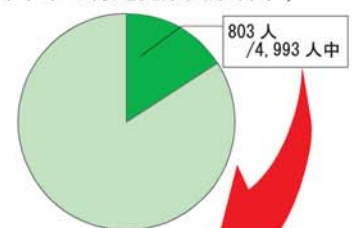
さらになんか検診では「77人」

メタボの早期発見には特定健診、がんの早期発見にはがん検診があります。平成19年度の諫早市のがん検診では、77人が発見されました。がんは「早期の治療と、予防で命は助かる」と言われています。

まずは検診による早期発見で、早期治療につなげましょう。

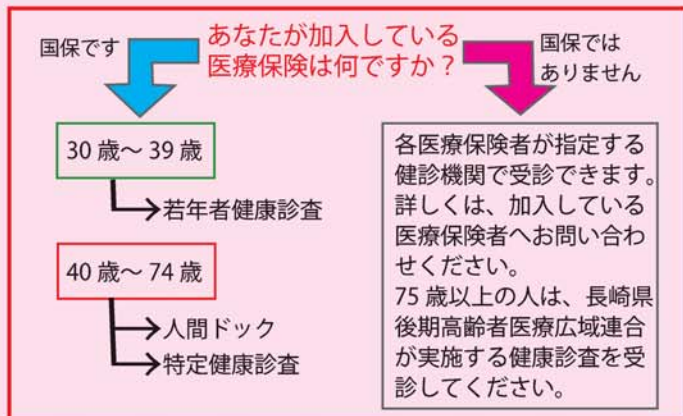


特定保健指導対象者
(諫早市の特定健診受診者中)



健診受診者のうち、およそ16%の人が特定保健指導対象者です！
(平成20年5月1日～12月末日現在)

あなたが受ける健診は？



※年齢は、平成21年3月31日現在

※特定健診は、健康保険証を発行しているところ(医療保険者)が実施責任者となります。健康保険証の医療保険者名を確認してください。

※諫早市に住所がある人は、市が実施しているがん検診・成人健診を受診できます。(9ページへ)

1 特定健診 スタート!

① 基本的な検査項目

当日は、**受診券・国民健康保険被保険者証・受診者負担金500円**を持参してください。

※より正確な検査値を出すために、検査前10時間は水以外の飲食物はとらないようにしましょう。
では、矢印に沿ってお進みください。

問診



喫煙歴や既往歴、自覚症状、他覚症状などを質問票にそって答えます。日頃の生活を思い浮かべて正確に書きましょう。

身体測定

身長、体重、腹囲を測定。「身長・体重」からBMIを計算します。BMI (体重kg ÷ 身長m ÷ 身長m) とは、体重が適正か判断する指数です。

「腹囲」は、意識せずにリラックスしておへその高さで測るのがポイントです。

体重・腹囲は自分でも毎日測定し、変化の記録をつけてみましょう。

メタボ注意報!
BMI ≥ 25
腹囲 男性 ≥ 85cm
女性 ≥ 90cm



血液検査



採血し、その成分から血糖や血中脂質、肝機能、腎機能の状態を調べます。

特定健診へ行こう!



40歳～74歳の国保加入者を対象に市が実施している特定健診には、集団健診と個別健診があります。

集団健診は、各地域の公民館などで(日時など詳しくは、広報課早でお知らせします)、個別健診は、1年を通して市内の指定された医療機関で受診できます。

個別健診の際は、事前に電話予約が必要です。医療機関は、健康福祉センターへお問い合わせください。

■ 特定健診の内容

1 ①基本的な検査項目「問診・身体測定・尿検査・血圧測定・血液検査」を、その後必要な人のみ、②詳細な検査項目「貧血検査、心電図・眼底検査」をします。

また、特定健診と同時に **2** がん検診を受診することもできます。集団健診では胃、大腸、肺、C型肝炎のがん検診のうち希望する検診を受診できますが、個別健診では医療機関により受診できる検診が違います。予約の際に確認してください。

尿検査

尿に含まれる糖やたん白の値から、糖尿病の恐れや腎臓の異常など体の基本的な状態がわかります。



血圧測定



血圧とは、血液を体内に送るために、心臓が血管の壁にかける圧力です。気温や気分にも左右されますので平常心で臨みましょう。

② 詳細な検査項目

基本的な検査項目のほかに前年度の健診結果などから必要と診断された人のみ検査します。

心電図検査

心臓の活動状態を調べます。

眼底検査

目の奥にある血管から動脈硬化の有無を調べます。



貧血検査

血液検査で採血した成分から、血液中の赤血球数、血色素量、ヘマクリット値を測定し、貧血かどうかを調べます。

半日もあれば
終わりそうだね!



2

特定健診と
同時に受診できるがん検診

特定健診と合わせてがん検診を受診することができます。※別途負担金がかかります。

【胃がん検診】問診、胃部エックス線検査または内視鏡検査をします。

【C型肝炎ウイルス検査】
肝炎対策の一環として肝炎ウイルス感染の検査を、問診、血液検査の結果から診断します。

【大腸がん検診】問診、便潜血検査をします。

【結核・肺がん検診】問診、胸部エックス線検査をします。問診（喫煙歴や痰の状態など）の内容により必要に応じて、喀痰細胞診検査をします。

健診結果

受診者全員に結果説明を行います。健診は受診して終わりではありません。結果を分析・把握し日頃の生活習慣を見直すことが大切です。



治療や特定保健指導の必要がなかった人は、これからも日々の生活習慣に注意して健康を保ち、また来年の健診に臨みましょう！



特定保健指導の案内が届いた人は、健診結果から生活習慣病になる危険性が高いと診断されています。この機会に生活習慣の改善に取り組みましょう！市の保健師・管理栄養士がサポートします。(8ページへ)



再検査、治療を受ける必要があると診断された人は、できるだけ早く、医療機関を受診しましょう。

■**若年者健康診査**
 【対象者】30歳～39歳の国保加入者
 【健診内容】特定健診と同様
 【持参するもの】国民健康保険被保険者証・受診者負担金500円

■**人間ドック**

【対象者】40歳以上の国保加入者
 【受診者負担金】
 (日帰り) 1万5000円
 (1泊2日) 1万8,900円
 【申込】市保険年金課へ事前にお申し込みください。

■**特定健診の問い合わせ先**
 市保険年金課(☎22・1500)
 ※受診券を紛失した場合は、市保険年金課または各支所健康福祉課へお問い合わせください。
 ※順番や時間は、会場および込み具合などにより異なります。
 ※特定健診の検査項目(基本・詳細)以外にがん検診を受診する場合は、別途負担金がかかります。自己負担金は9ページをご覧ください。

私は毎年受診しています！



昨年6月に特定健診を(個別健診でがん検診も同時に)受診したという菊地さんにお話を伺いました。

■健診はいつから受診していますか？

8年くらい前からです。交通事故にあってから体のことを気遣うようになり、毎年個別健診を受診しています。

■健診についてどう思いますか？

病気も早めに分かればすぐに治るし、自分の健康を考えれば行こうと思います。

■受診してから、生活習慣など変わったことはありませんか？

色々食事にも気をつけるようになりました。そしてやはり運動です。元々、体を動かすのが好きですが、以前はテニスをしていましたが、最近はウォーキングもしています。

■10年後20年後どんな生活を送りたいですか？

元気に体を動かして、食事もおいしく楽しむ。そして、この先も自分の足で歩けることが一番です！

案内が届いたら

特定保健指導を受けよう！



生活習慣改善のポイントは、運動と食事のバランスをとり無理なく続けられること！

市が行っている特定保健指導では、特定健診の結果をもとに日頃の生活習慣を振り返り、一人ひとりにあった目標を設定し生活改善を支援しています。



▲健康福祉センターで行われた特定保健指導の様子

特定保健指導とは？

「まだ病気にはなっていないけれど、今の生活を送っていたら病気になってしまう。だから今のうちに予防しましょう」という趣旨から、生活習慣の改善をできるように「食事と運動のバランスをとりながら、無理なく続けられること」をサポートしていきます。

対象者は？

40歳～74歳の国保加入者を対象に市が実施している特定健診を受診した人のうち、問診・検査結果から、生活習慣病予防のために生活習慣の改善の必要性が高い人です。



何をするの？

特定健診を受診後、特定保健指導の対象者には、案内を送ります。

案内が届いたら、面談日時の予約をしてください。まず1時間程度、特定健診の結果をもとに行います。(場所は、集団健診の会場または健康福祉センターなどで行います)

そこでは、生活習慣改善のための目標を設定し、運動と食事など目標達成への取り組みについて一緒に考えます。

その後、およそ6カ月間、面談や電話連絡などを繰り返して目標達成のための健康生活プランを継続できるようにサポートをしていきます。

誰が指導するの？

市の保健師や管理栄養士が行います。費用は無料です。

特定保健指導の案内が届いたら、がっかりせずに今がチャンスと思ってください。この機会に日頃の生活習慣を見直し、一緒に改善に取り組みましょう。



NO!
主食をしっかりとり、間食をとり過ぎないようにしましょう。

チョコレート	25g
ショートケーキ	1/4個
プリン	100g
アイスクリーム	60g

次に残り133^{*}kcalは食事で減らしましょう。例えば、好物という嗜好品では、およそ以下の量です。

まず運動が苦手ならば、速歩(ウォーキング)から始めてみましょう。体重が60^{*}kgのあなたは、速歩を24分すると100^{*}kcal消費することができます。(※運動で消費するエネルギーは体重により異なります。)

1カ月で消費したい7,000^{*}kcalを1日に換算すると、およそ233^{*}kcal。この233^{*}kcalを、運動と食事で毎日消費するようにしましょう。

体重1^{*}kg(＝腹囲1^{*}cm)を減らすには、およそ7,000^{*}kcalを消費する必要があります。

例えば体重60^{*}kgで運動が苦手、チョコレートなど甘いものが大好きでなかなか止められないという人の場合は？

1カ月で
体重1kg減らすには？



早期発見！

ほかにもあります。
市が実施する

がん検診・成人健診

検診（健診）の種類	対象者（年齢は平成21年3月31日現在）	受診者負担金
C型肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に受診したことがない人	200円
大腸がん検診	40歳以上	200円
胃がん検診（エックス線）	40歳以上	400円
胃がん検診（内視鏡）	40歳以上	1,200円
結核・肺がん検診	40歳以上	（胸部エックス線）100円
	胸部エックス線検査後必要に応じて	（胸部エックス線と喀痰細胞診）400円
子宮がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	（頸部）300円
		（頸部と体部）600円
乳がん検診 （マンモグラフィとは 乳房エックス線検査です）	30歳以上の女性	（視触診）200円
	（希望により）40歳以上の女性で19年度にマンモグラフィを受診していない人	（視触診とマンモグラフィ1方向）500円
	（希望により）40歳以上49歳以下の女性で19年度にマンモグラフィを受診していない人	（視触診とマンモグラフィ2方向）700円
骨粗しょう症検診 ※	40、45、50、55、60、65、70歳の女性	400円
眼科健康診査 ※	40、50、60歳の人	600円
成人歯科検診 ※	40、50、60、70歳の人	400円

本市に住所がある人は、年に1回、上記の受診者負担金で受診できます。

■早期発見のため、定期的に受診しましょう。

「集団検診」と「個別検診」があります。（※は個別検診のみ）

集団検診は、各地域の公民館などで実施します。（日時など詳しくは広報諫早でお知らせします）

個別検診は、1年を通して市内の指定された医療機関で受診できますが、事前に電話予約が必要です。医療機関は、健康福祉センターへお問い合わせください。

■問い合わせ先／健康福祉センター（☎27-0700）

■注意事項

- 職場などで受診の機会がある人や、人間ドックを受診する人は重複受診できません。また、「集団検診と個別検診」の重複受診はできません。
- 受診の際は、健康手帳と健康保険証を持参してください。健康手帳をお持ちでない人は、受診の際にお申し出ください。
- 生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は、受診者負担金が免除されますので事前にご相談ください。



▲（結核・肺がん検診）
胸部エックス線検査の様子

健康第一！
まずは、
健診に行かんばよ！



健診を毎年受診しているという飯盛町にお住まいの吉塚正弘さん、友子さんご夫婦は、家族でカーネーションを栽培されています。「これからも2人元気でやっていきたいから、お互いに毎年、『健診に行かんばよ』と言い合っています。」
カーネーションの花言葉は「愛情」。体にも愛情をもっていただろうてあげましょう。

健診へ行こう！

下水道料金表(1カ月分)

【平成21年3月まで】

区分	汚水量	使用料
基本使用料	8 m ³ まで	940円
超過使用料 (1 m ³ につき)	9 m ³ ～ 20 m ³	130円
	21 m ³ ～ 50 m ³	170円
	51 m ³ ～100 m ³	190円
	101 m ³ ～	235円

【平成21年4月から】

区分	汚水量	使用料
基本使用料	7 m ³ まで	940円
超過使用料 (1 m ³ につき)	8 m ³ ～ 20 m ³	160円
	21 m ³ ～ 50 m ³	200円
	51 m ³ ～100 m ³	220円
	101 m ³ ～	265円

●計算例(1カ月に20m³使用の場合)
 0～7 m³までの分 940円
 8～20 m³までの分 160円 × 13 m³ = 2,080円
 計 3,020円
 3,020円 × 1.05 = 3,170円
 (10円未満の端数は切り捨て)

※使用料は、算出された金額に1.05を乗じて10円未満を切り捨てた金額になります

■下水道使用料早見表(1カ月分) ※税込み金額

汚水量 (m ³)	使用料 (円)	汚水量 (m ³)	使用料 (円)	汚水量 (m ³)	使用料 (円)	汚水量 (m ³)	使用料 (円)
0	980	15	2,330	30	5,270	45	8,420
1		16	2,490	31	5,480	46	8,630
2		17	2,660	32	5,690	47	8,840
3		18	2,830	33	5,900	48	9,050
4		19	3,000	34	6,110	49	9,260
5		20	3,170	35	6,320	50	9,470
6		21	3,380	36	6,530	60	11,780
7		22	3,590	37	6,740	70	14,090
8	1,150	23	3,800	38	6,950	80	16,400
9	1,320	24	4,010	39	7,160	90	18,710
10	1,490	25	4,220	40	7,370	100	21,020
11	1,650	26	4,430	41	7,580	200	48,840
12	1,820	27	4,640	42	7,790	300	76,670
13	1,990	28	4,850	43	8,000	400	104,490
14	2,160	29	5,060	44	8,210	500	132,320

※公共下水道、農業集落排水処理施設、汚水処理施設、浄化槽(市管理)の料金です。

市は将来にわたって安定した下水道経営を行うため、事業の見直しや経費節減を進めるとともに、下水道使用料を4月から改定します。
 下水道は、健康で快適な生活環境と豊かな自然を守るための施設です。ご負担をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。
 (市下水道総務課)

4月から下水道使用料を改定します

下水道事業の経営改善に取り組んでいます

- ◆河川や海域の水質改善が必要です。
→低コストで早く整備できる浄化槽の設置を促進します。(下水道などの計画がない区域の補助金引き上げ)
- ◆収入の確保が必要です。
→下水道への接続を促進し、滞納対策にも力を入れます。

- ◆下水道事業の借入金残高(平成19年度末)は、約427億円あります。
→公共下水道の事業期間延長や集落排水事業の絞込みで、年間事業費を減らします。
→建設や維持管理のコストを削減します。

緊急経済雇用対策本部を 設置しています

世界的な金融危機などによる経済情勢の急激な悪化に対応し、市民生活の安定と地域経済の活性化を図るため、1月26日「諫早市緊急経済雇用対策本部」を設置し、離職者の雇用の確保や中小企業者の支援など緊急の経済対策や雇用対策に取り組んでいます。
(市商政観光課)

緊急経済雇用対策は、平成20年度市単独事業分(約6千万円)のほか国・県との整合を図りながら行う地域活性化・生活対策や定額給付金などの給付を柱としています。

【緊急経済雇用対策の主なもの】

- ①緊急対策事業
公共施設営繕や道路・河川維持補修、公園管理などの公共事業を実施します。
- ②中小企業者の支援
国の緊急保証制度(セーフティネット)を利用される中小企業者へ相談、申請・認定窓口を同課内に設置しています。
- ③離職者の臨時雇用
昨年10月以降の離職者(市内在住)を対象に雇用しています。
- ④市営住宅の提供
昨年10月以降降解雇などを受けた人に市営住宅を提供しています。



- ⑤定額給付金および子育て応援特別手当の給付
定額給付金などの給付を円滑に行うため、2月1日付で「諫早市定額給付金等給付準備本部」を設置し、給付に関する事務を行う定額給付金室を設置しています。

「振り込め詐欺」にご注意を!!!

定額給付金について市民の皆さんへの連絡や給付はまだ始まっていません。定額給付金の給付をよそおつた「振り込め詐欺」や「口座番号など個人情報問い合わせ」に十分ご注意ください。
(市定額給付金室)

次のようなことは絶対にありません!

- 市や国(総務省)などが、市民の皆さんの世帯構成や銀行口座の番号などの個人情報を通じて照会することは、絶対にありません。
- 定額給付金の給付のために、手数料などの振り込みを求めめることは、絶対にありません。
- ATM(銀行・コンビニなどの現金自動預払機)の操作をお願いすることは、絶対にありません。
- ご自宅や職場などに市や国の職員などをかたつた電話がかかってくるたら、市消費生活センター(☎22・3113)や諫早警察署(☎22・0110)に、迷わずにご相談ください。

コンビニでも納付できます

平成21年4月から上下水道料金、児童福祉費負担金(保育料)、奨学金償還金、幼稚園保育料が金融機関のほか、コンビニでも納付することができるようになります。なお、国民健康保険料は、平成21年7月分からコンビニでの納付ができます。
(市水道局管理課、市児童福祉課、市教育総務課、市保険年金課)

コンビニ収納とは、取り扱い契約を行った全国のコンビニチェーン店舗で、コンビニの営業時間内であれば、いつでもどこでも納付できるシステムで、平成20年度から軽自動車税でも実施しています。(ただし、納期限後は原則コンビニでは納付できませんので、金融機関などで納付してください)
身近で便利なコンビニ収納をご利用ください。
■上下水道料金の納入通知書の送付方法が変わります
納入通知書は、現在2カ月ごとに封書で送付していますが、コンビニ収納の導入に伴い4月から、毎月ハガキで送付します。



防災への決意を新たに

そろいの^{ほっぴ}法被に身を包み、ズラリと並んだ^{まちびけし}町火消。1月10日、市体育館を主会場に「諫早市消防出初式」が行われました。出初式は、江戸時代1659(万治2年)年4代將軍徳川家綱が幕府の定火消の士気を高めるため、上野東照宮に一同を集め顔見せ儀式を行ったのが始まりとされています。参加した団員らは、小雪舞う中、消防人としての決意を新たにしていました。



このコーナーでは、まちの話題やできごと、地域で行われた行事などを写真で紹介しています。皆さんの身近にこのような話題がありましたら、市秘書広報課まで写真と記事をお送りください。
(送付先:〒854-8601 諫早市役所秘書広報課(住所不要))



ほのぼの♥親子の歌声

2月8日、諫早文化会館で「童謡ファミリーフェスティバル」が行われ、11組の家族が童謡を披露しました。



男女共同参画社会の実現を

1月18日、諫早文化会館で「女・男フォーラム in いさはや」が開催。体験発表や基調講演が行われました。



約800年の伝統行事

2月1日、熊野神社で「百手まつり」が行われ、吉凶を占う的射や、厄除けの天狗の面かぶせが行われました。



お家繁盛などを願って

わらをくり付けた竹の棒で地面をたたき、災いを払う「もぐら打ち」が1月12日、高天町で行われました。



白浜町の伝統行事「畳破り」

畳を引きちぎったわらで体をこすり無病息災を祈る奇祭「畳破り」が1月12日、楠公神社で行われました。



20歳の思い胸に込めて

1月11日、「諫早市成人式」が諫早文化会館で行われました。市内では、1,533人（男725人、女808人）が新たな門出を迎えました。会場では、晴れ着に身を包んだ新成人が再会を喜び合い、大人への一歩を踏み出しました。
新成人の皆さん、おめでとうございます。



地場産の魚を知ろう

地場産の魚を知り、魚を食べる大切さなどを学ぶ「お魚料理教室」が1月23日、琴海中学校で行われました。当日は1年生35人が参加。(社)長崎魚市場協会の指導のもとアジやイカのさばき方について学び、自分たちで刺身やイカ飯、ぶり大根などを作り、おいしそうに食べていました。



地域演劇でまちづくり

1月31日、諫早文化会館で市民演劇「松本四郎左衛門～大地を造った人々～」が上演。松本四郎左衛門は、江戸時代に飯盛町の月の港干拓に大きく貢献した人物です。劇中では、さまざまな苦難に直面しながらも不屈の精神で新田開発に取り組む人々の様子が、人情味豊かに演じられていました。



15の春に桜咲け

受験に取り組む決意や合格祈願、新年の抱負など思いを込めて、高来中学校3年生が書き初めを行いました。



おいしい給食に感謝！

全国学校給食週間にあわせ、学校給食交流会が1月26日、森山東小学校と飯盛東小学校で行われました。



雪化粧の眼鏡橋

強い寒気が流れ込んだ1月24日、25日、市内一円が銀世界に包まれ、眼鏡橋も雪化粧をしました。

■人口と世帯 平成21年1月1日現在()内前年同月比
 人口141,825人 (-810) [男66,800人 (-497) 女75,025人 (-313)] 世帯50,876戸 (+107)

お知らせ

医療費の窓口負担割合が据え置かれます

市保険年金課



70歳から74歳の人(現在窓口負担割合が3割の人)現役並み所得者や、障害認定により後期高齢者医療制度の被保険者となった人は除きます)が医療機関で治療を受けたときに支払う窓口負担割合は、平成21年3月までの1年間は1割に据え置かれています。今回さらに平成22年3月末までの1年間据え置かれることになりました。

■受給者証の送付

対象者には新しい高齢受給者証を3月中に送付します。今後はこの受給者証を医療機関窓口にて提示してください。

なお、今回送付する高齢受給者証の有効期限は本年7月末です。7月中には来年7月末を有効期限とする受給者証を送付する予定です。

軽自動車などの名義変更や廃車手続きはお早めに

市民税課



軽自動車税(軽自動車・バイク・農耕用車両・小型特殊車両)は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。すでに廃棄処分を済ませていたり、他人に譲渡した車両でも、廃車や名義変更の手続きをしないと課税されます。忘れずに次の場所で手続きをしてください。※詳しくは、同課まで

対象車両	手続き場所
○軽自動車	諫早地区自家用自動車協会 (諫早市天満町34-5 ☎22-0598)
○125ccを超えるバイク	長崎県軽自動車販売店協会 (長崎市中里町1590-3 ☎095-838-3244)
○125cc以下のバイク ○農耕用車両 ○小型特殊車両	市民税課または各支所総務課

インターネット公売に参加しませんか

市納税課



市税の滞納者から差し押さえた財産をインターネットで公売し、落札額を市税の滞納に充てることにより、徴収率の向上を目指しています。

■参加申込期間

2月13日(金)午後1時~26日(木)午後5時

■入札期間

○動産/3月3日(火)午後1時~5日(木)午後3時

○不動産/3月3日(火)午後1時~10日(火)午後1時

■出品内容

○動産(絵画・陶磁器・置物・パソコンほか)

○不動産(宅地/長崎市琴海大平町 旭ヶ丘ニュータウン)

■下見会

○2月24日(火)
午前10時~午後3時

住民登録の変更は速やかに届出をしましょう (市民窓口課)



- 住民登録は、氏名、生年月日、性別、住所、世帯主との続柄などが記載され、国民健康保険、国民年金、児童手当など各種行政サービスの基礎となっています。行政サービスを確実に受けられるようにするために、引っ越しなどにより住所を移した人は、速やかに住民登録の届出を行ってください。
 - また、現住所で住民登録をしていない人や登録が抹消されたままの人は、正しい住民登録が必要です。
 - 家庭内暴力などの被害者の人は申出により住民基本台帳の閲覧などを制限できます。
- ※なお、現在、国で審議されている「定額給付金」については、基準日(2月1日)時点で住民基本台帳に記載されている市区町村で給付される予定ですので、正確な住所での届出をお願いします。

多良見体育センター 第1・2会議室

■問い合わせ先

同課

※入札参加の希望者は、まず参加申し込みが必要です。公売参加申込期間内に「V・ファーレンJAPAN」の公売システムの画面上で入札しようとする物件を指定後、住所・氏名などの登録が必要で、その後の入札は、定められた入札期間内に公売システムの画面の指示に従い、入札に参加してください。

応援しよう V・ファーレン長崎!



V・ファーレン長崎がJFL(日本フットボールリーグ)に今季(3月15日開幕)から昇格し、参戦。Jリーグを目指すV・ファーレン長崎を応援しよう!

定期相談 (3月)

■本庁定期開催分

会場／市民相談室(高城会館3階)
 問い／市民相談室(☎22-3113)

▶法律相談

2日(月)、16日(月)、23日(月)
 午後1時～4時、午前11時に受付・抽選
 (電話予約不可、定員9人)

▶遺言・契約等相談

24日(火) 午後1時～4時

▶登記相談

10日(火) 午前10時～午後3時

▶不動産相談

3日(火) 午前9時～正午

▶交通事故相談

3日(火) 午後1時～3時
 17日(火) 午前10時～午後4時

▶人権相談

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)
 午前10時～午後3時

※その他会場(飯盛支所相談室5日(木)午前10時～午後3時、高来支所相談室5日(木)午前9時～午後1時、森山支所相談室12日(木)午前10時～午後3時、小長井支所相談室12日(木)午前10時～午後3時、多良見支所相談室26日(木)午前10時～午後3時)

▶行政相談

6日(金)、13日(金)、27日(金)
 午前10時～午後3時

※その他会場(飯盛支所相談室13日(金)午前10時～午後3時、小長井支所相談室13日(金)午前10時～午後3時、高来支所相談室27日(金)午前10時～午後3時、森山支所相談室13日(金)午前10時～午後3時、多良見支所相談室27日(金)午前10時～午後3時)

▶消費生活相談・一般相談

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)
 午前8時30分～午後5時
 会場／市消費生活センター、各支所
 問い／市消費生活センター(☎22-3113)

■その他開催分

▶草花・樹木に関する相談

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)
 午前9時～午後4時
 会場／市役所新別館玄関ホール
 問い／市緑化公園課

▶住宅相談

5日(木)、19日(木)
 午前10時～午後4時
 会場／市民センター
 問い／建設長崎諫早支部(☎24-3800)

▶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)
 午前9時～午後5時
 会場／市役所第4別館
 問い／少年センター(☎24-3737)

▶高齢者職業相談(おおむね55歳以上の人)

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)
 午前8時30分～午後5時
 会場／市社会福祉会館2階
 内容／求人公開、職業相談、職業紹介
 問い／高齢者職業相談室(☎22-4600)



3 sun ひろば
 (月)～(土)の午前10時
 午後1時、4時、7時、10時
 (3チャンネル)



エフエム諫早
 (77.1MHzヘルツ)

市役所インフォメーション
 (月)～(金)の午前8時20分頃、
 午後1時20分頃、午後5時50分頃、
 (土)の午後1時頃

家屋調査にご協力を

市資産税課

新築または増築した建物(車庫や物置程度の小さな建物も含む)で、平成21年1月1日現在で利用できる状態になっている家屋については、平成21年度から固定資産税の対象となります。そのための調査を現在実施していますので、日ごろ留守がちな人や調査日時を指定される人は同課にご連絡ください。

また、解家された建物で平成21年1月1日現在で存在しない場合は、固定資産税の対象外となりますのでご連絡ください。

※家屋を増築された場合や、登記されている家屋を解家された場合など所有者の財産保全のため、法務局への登記をお勧めします。

償却資産の申告はお済みですか

市資産税課

固定資産税の対象となる償却資産の申告は、2月2日までは、申告がお済みでない事業者は申告をお願いします。

■償却資産とは

会社や個人で工場や商店などを経営している人や農林水産業、アパート経営者などが所有する資産で、事業のために用いることができる構築物や機械、器具、備品など(土地・家屋以外の事業に使うことができる資産で、その減価償却費が法人税または所得税の所得の計算上必要な経費に算入されるもの)をいいます。ただし、無形減価償却資産(鉱業権、漁業権、パソコンソフトなど)や自動車税、軽自動車税の課税対象(軽トラック、トラクターなど)となるものは除かれます。

期日前投票ができます

市選挙管理委員会



4月5日(日)は、諫早市長選挙および諫早市議会議員一般選挙の投票日です。投票日に投票所へ行けないときは期日前投票ができます。

期日前投票所は次のとおりです。場所の指定はありませんので、どの期日前投票所でも投票できます。

- 期日前投票所
- 市役所(本庁) 新別館1階 第1会議室
- 多良見支所1階ロビー
- 森山公民館第1講座室
- 飯盛支所別館会議室
- 高来支所1階会議室
- 小長井支所第1会議室

■期日前投票の期間

3月30日(月)～4月4日(土)
 午前8時30分～午後8時

※なお、駐車場が本庁では新庁舎建設のため本館駐車場のみの利用となります。年度始めは例年転入転出などの申請で駐車場が大変混雑します。駐車場にゆとりがある各支所をご利用ください。

3月定時登録の選挙人名簿を縦覧できます

市選挙管理委員会

3月1日現在で、新しく選挙人名簿に登録(定時登録)した人の名簿を縦覧できます。

■期間

3月3日(火)～7日(土)

午前8時30分～午後5時

■ところ

市選挙管理委員会事務局(市役所新別館1階)
 ※土曜日は市役所直室で縦覧できます。

第25回

県央リサイクルの集い

県央地域広域市町村圏組合事業課
 ☎23-3600



■とき

3月8日(日)

午前9時～正午(雨天決行、野外行事一部中止)

■ところ

県央不燃物再生センター(小豆崎町89-4)

■入場料

空き缶・空きびん1個以上(道端に落ちていたもの)

■内容

展示・リサイクル実演・相談・ゲーム・フリーマーケットコーナー

※車でお越しの場合はなるべく乗り合わせてご来場ください。

広報情報

多量の引越しごみは直接センターへ

市廃棄物対策課



例年3月、4月は、転出や転入、転居などで多量のゴミが発生しています。このようなゴミをステーションに出されると、ほかの人が出せなくなるなどの支障をきたすことがあります。

ンセンター(福田町1250)へ、不燃物は県央不燃物再生センター(小豆崎町89・4)へ直接持ち込まれるようご協力をお願いします。なお、市の指定袋で搬入されても別途手数料が必要です。

また、新聞、雑誌・雑がみ、段ボールなどの紙類は、資源物です。地域の資源回収団体(自治会、婦人会、子ども会など)の回収へご協力ください。

資源物回収がない地域または回収日までに家庭での保管が困難な場合は、資源物ストックハウスをご利用ください。

詳しくは、同課または各支所住民環境課へおたずねください。

緑の募金

ご協力をお願いします

募金運動期間：3月1日～5月31日

森林に代表されるみどりは見た目には美しいだけでなく、地球温暖化防止をはじめ、風害や潮害、土砂崩れなどの災害を防ぐなど安心で潤いのある暮らしを支えています。

さらには豊かな水を蓄え、遠く海の魚たちへもその恵みを与えています。みどりは私たちの生活には欠かすことができない財産です。

豊かな緑を守り育てるために活用される「緑の募金運動」にご協力をお願いします。ご協力いただいた募金は身近な環境の緑化や森林の整備など、さまざまな緑化事業に役立てられています。

諫早市緑の募金運営協議会
市林務水産課、各支所産業振興課

携帯電話・IP電話などの位置情報通知システム運用開始
県央地域広域市町村圏組合消防本部
☎24・6500

県央消防本部は、携帯電話・IP電話などからの119番通報にかかると「位置情報通知システム」を導入しました。

また、新聞、雑誌・雑がみ、段ボールなどの紙類は、資源物です。地域の資源回収団体(自治会、婦人会、子ども会など)の回収へご協力ください。

■対象となる電話

○第3世代携帯電話

○IP電話などのうち「050」で電話番号が始まる電話サービスを除いたもの

※詳しくは、各携帯電話事業者や携帯電話販売会社にお問い合わせください。

■対象となる地域

○諫早市、大村市、雲仙市(国見町、瑞穂町を除く)

○注意事項
携帯電話の機能やそのほかの条件により誤差が生じますので、従来どおり、質問に答えるかたちで住所や目標物などをお伝えください。

※詳しくはホームページ
(<http://www.nagasakiken-oukumiai.jp/>)をご覧ください。

お問い合わせ先
同本部通信指令課

募集

平成21年度市奨学生

市教委教育総務課



市は、経済的理由などにより高校、大学などへの就学が困難な人を対象に、平成21年度諫早市奨学生を募集します。他団体の奨学金との併願もできます(ただし、県育英会奨学金との併給は、県の制度上不可)。

■対象

① 次のすべてに該当する人
② 経済的理由により高校などへの就学が困難な人

③ 平成20年3月31日以前から市内に住所を有する人の子女

④ 学業成績が良好で品行方正な人

■必要書類

① 奨学生願書

② 生計を同じくする世帯全員の平成19年分の所得証明書

③ 世帯全員の住民票の写し

④ 奨学生の推薦調書(この書

類は3月に在籍している学校で作成し、学校から直接郵送してもらいます)

■募集期間

3月9日(月)～5月7日(木)

■奨学金の償還

学校を卒業した翌月の6カ月後から償還(無利子)していただきます。償還期間は貸付期間の2倍以内です。

■貸付額など

区分	貸付額(月額)	貸付期間	備考
高等学校 高等専門学校 専修学校 (高等課程)	10,000円 または 20,000円	在学する各 学校の正規 の修業期間	○正当な理由がなく、貸付を停止したときは、奨学金の決定を取消し、奨学金の返済は行いません。 ○奨学金の決定を取消し、奨学金の返済は行いません。
専修学校 (専門課程) 短期大学 大学	10,000円 または 20,000円 または 30,000円		

※願書は、同課および各支所総務課にあります。詳しくは同課へおたずねください。

詳しくは同課へおたずねください。

市役所臨時職員登録者

市職員課



平成21年度の臨時職員の登録者を募集します。

勤務時間

原則午前9時～午後4時
(土・日曜日、祝日休み)

賃金

時給700円(平成20年度)

社会保険

原則加入

業務内容

事務補助

応募資格

昭和24年4月2日～平成3年4月1日生まれで、年間6カ月程度勤務可能な人

申込方法

「臨時職員登録申込書」に写真を貼り、必要事項を自筆で記入し、本庁職員課または各支所総務課に提出してください。

なお、申し込みの際に簡単な面接およびパソコンの実技を行いますので申込書は必ず本人が持参してください。
※現在登録している人も改めて申し込んでください。

申込書配布場所

同課または各支所総務課および各出張所(市ホームページからダウンロード可)

申込期間

2月20日(金)～3月5日(木)
(土・日曜日を除く)

※この制度は、本庁および各支所の勤務態様に応じて、いつでも委嘱できるようなあらかじめ登録しておく制度です。採用については、各課室などで臨時職員が必要となった場合に行うため、状況によっては採用できない場合があります。
問い合わせ先
同課

市立保育所臨時職員登録者

市児童福祉課

平成21年度に市立保育所で勤務する臨時職員などの登録者を募集します。

職種・勤務時間

①産休などで勤務できない職員に代わって勤務する保育士と調理員/午前8時30分～午後5時15分(社会保険あり)

②1日4～6時間程度勤務する保育士

③週30時間以内で勤務する嘱託(保育士)(社会保険あり)

勤務場所

諫早市立保育所(諫早中央・

深山・長田・本野・太陽・森山)

申込方法

「公立保育所臨時職員等登録申込書」に写真を貼り、必要事項を記入し、同課に提出してください(保育士応募者は保育士証の写しも提出してください)。
※現在登録している人も改めて申し込んでください。

申込書配布場所

同課(市ホームページからダウンロード可)

申込期間(嘱託員希望者のみ、そのほかは随時受け付け)
2月20日(金)～3月6日(金)
(土・日曜日を除く)

※この制度は保育士の勤務態様に応じていつでも委嘱できるよう、あらかじめ登録しておく制度です。採用については、各保育所で臨時職員などが必要となった場合に行うため状況によっては採用できない場合があります。
※採用の際に、健康診断書を提出してください(登録時は不要)。
問い合わせ先
同課



日本ボーイスカウト諫早第1団 スカウト体験者

ボーイスカウト諫早第1団
☎26・1571



ボーイスカウト活動は、野外活動やボランティア活動をとおして、家庭や学校では得られない貴重な体験の中で、自立心を持ち冒險心にあふれた青少年の育成を目指しています。

対象

新幼稚園年長から新小学4年生の男女(各学年約10人)

説明会

3月8日(日)
午前10時～正午

ところ

諫早社会福祉会館

※当日受付します。

保護者も出席してください。

問い合わせ先

同団委員長の江口さん

ガールスカウト新入団

ガールスカウト長崎県第1団
☎25・2611



ガールスカウトは、小学1年生から高校生までの少女が、自主性を伸ばし、社会に役立つ女性を目指して活動しています。

対象

新小学1年生から3年生の女子

説明会

2月28日(土)午後2時から

ところ

市民センター
※親子でご参加ください。

問い合わせ先

同団の森さん

車内全面禁煙

諫早市内のタクシーは
3月1日(日)から
車内全面禁煙
となります



ご理解ご協力をお願いします

諫早市タクシー協会事務局
(☎24-1122)

食育講座

「元気が出る魚料理」

市男女共同参画課
☎24・1580



「食」の大切さについて学び、地元の魚や野菜を使って「かんだん、おいしい、心とからだにやさしい食育」を学習します。男性も大歓迎！

■とき

3月12日(木)
午前10時～午後1時

■ところ

男女共同参画推進センター「ひと・ひと」(高城会館2階)

■定員

20人(応募者多数の場合は抽選)

■講師

食育で西諫早を元気にする会

■受講料

材料費500円程度

■その他

保育サービスあり

■申込期限

3月4日(水)
申込・問い合わせ先
電話またはファクス(☎24・1580)およびEメール
(danjo@city.isahaya.n
agasaki.jp)と同課まで

平成21年度クラブ員

諫早市少年少女発明クラブ
市教委生涯学習課



■活動内容

電気や木工を中心とした創作活動

■対象

市内在住
の新小学4年生から6年生

■活動日

※1年間継続して活動できる予
毎月第2・4土曜日
午前9時30分～正午

■活動場所

九州ガスホール・アメニ
ティ(幸町)

■定員

30人(応募者多数の場合は抽選)

■費用

年間3,000円

■申込方法

児童氏名(フリガナ)・性別・
学校名・学年(新)・保護者
名・住所・電話番号を記入
しファクス(☎22・284
0)または郵送で同課(〒
854-8601(住所不
要))へお申し込みくださ
い。(電話不可)

■申込期間

2月16日(月)～3月16日(月)

■問い合わせ先

同課(☎22・2839(直通))

市民農園 利用者募集

新鮮でおいしい野菜を自分の手で
作りませんか。市民農園では新規の
利用者を募集しています。
(市農水総務課)

【市民体験農園】

- 場所/中通町(有喜中学校前)
- 区画面積/1区画30~60㎡程度
- 利用料/年間1㎡あたり40円
- 行事/栽培講習会、収穫祭
- 問い合わせ先/同課

【ふれあい体験農園】

- 場所/本野町(やまびこ館南側)
- 区画面積/1区画25㎡
- 利用料/年間10,000円
- 行事/栽培講習会、各種イベント
- 問い合わせ先/山あいの里育成会(申し込みについては同課)

【ふれあい農園】

- 場所/多良見町市布(市布公民館付近)
- 区画面積/1区画30㎡程度
- 利用料/年間3,500円
- 問い合わせ先/多良見支所産業振興課(☎43-1111)

※申込多数の場合は抽選



「諫早大村高等職業訓練校」平成21年度生徒募集

コース名	期間	内容
建築設計科	2年間 (月8回)	2級建築士、2級施工管理技士科
木造建築科		2級建築大工技能士科
CAD初級科	半年間 (週1回)	Jw_CAD(建築)の初心者用
CAD中級科		Jw_CAD(建築)の経験者用
CAD実践科		Jw_CAD(建築)の実践、応用
CAD建築設備科		Jw_CADで建築設備図の作図
インテリアコーディネーター科		インテリアコーディネーター受験対策
はじめてのパソコン教室		パソコンを初めて学ぶ人(エクセル・ワード)
2級建築士短期特訓科		3カ月間 (週2回)
1級建築施工管理技士科	1年2カ月間 (週1回)	1級建築施工管理技士受験対策
2級建築土木施工管理技士科	8カ月間 (週1回)	2級建築土木施工管理技士受験対策
建築CAD検定科	4カ月間 (週1回)	2級、3級建築CAD検定受験対策
コンピュータ技能試験科		コンピュータ技能評価試験受験対策
3級福祉住環境コーディネーター科		3級福祉住環境コーディネーター受験対策
木造大工伝承会	半年間 (月2回)	在来木造建築の技術向上
CAD初級科	半年間 (週1回)	Jw_CAD(建築)の初心者用
インテリアコーディネーター科		インテリアコーディネーター受験対策
はじめてのパソコン教室		パソコンを初めて学ぶ人(エクセル・ワード)
無料建築CAD体験教室 3月8日(日)、15日(日) 午後2時～4時30分		

■場所/県立諫早技能会館 ■申込期限/3月31日(火)
※詳しくは、同校へお問い合わせください。
(☎22-0036 ☎22-9397)

ご注意ください!



ねんきん特別便詐欺

「ねんきん特別便」のお届けについて、電話でコンビニエンスストアなどのATM（現金自動預払機）の操作をお願いすることはありません。詐欺にご注意ください。（長崎社会保険事務局）

＜事例＞

○社会保険事務所の職員と名乗り、「年金保険料を重複して納めていたため還付することになった」「還付するのでATMコーナーに行ってフリーダイヤルに電話するように」などの連絡・指示があり、相手の指定する口座に振り込んでしまった。



＜対応＞

○不審な電話があった場合は、ATMの操作を行ったり、個人情報をお教えたりせず、諫早社会保険事務所（☎25-1666）へお問い合わせください。

地デジ詐欺

地上テレビ放送のデジタル化に便乗した詐欺・悪質商法にはご注意ください。（市消費生活センター）

＜事例＞

○「地上デジタル放送接続料金」を請求された。
○「地上デジタル放送切り替え助成金」支給に際し手数料を請求された。
○テレビ局職員などを名乗り、受信工事やテレビの調整代金を請求された。



＜対応＞

○支払わないとテレビが見られなくなるという言葉に惑わされないようにしてください。
○地上デジタル放送に関連して不審な請求を受けたときはすぐに支払いや契約をせずに、総務省九州総合通信局放送課（☎096-326-7882）や諫早警察署（☎22-0110）または市消費生活センター（☎22-3113）へご相談ください。

春の訪れです☆お出かけしませんか



旬鮮とれたて市

小長井特産のカキ・アサリを中心とした海産物や、ホワイトアスパラガス・田原いもんこなどの地域農産物を販売します。

■とき／2月28日(出)・3月1日(日)午前10時～午後5時

■ところ／小長井港（小長井町井崎）

■内容／地域特産品の販売、カキ焼きコーナー、マグロの解体ショーなど

■問い合わせ先／小長井支所産業振興課（☎34-2111）

干拓の里春のイベント

～第11回ひいなまつり

春の丘にひいなさん!～

■とき／2月22日(日)～4月5日(日)（月曜休園）

■ところ／干拓の里園内 庄屋敷

■内容／庄屋敷内に「牧場草の丘に桃の木と牛とひいなさんが一緒」の情景を演出

～ひいなさんの紙工作教室～

■とき／3月毎週日曜日と3月20日(金)
午後1時～4時

■ところ／干拓の里園内 技巧館

■内容／ひいなさんのやじろべえ、折紙工作など

※要入園料

■問い合わせ先／干拓の里（☎24-6776）



成人健康づくり

■総合健康相談【対象】おおむね40歳以上の人

【内容】	○生活習慣病の予防や健診結果をもとにした健康相談など ○心身の健康づくりの相談に関する事など ○保健師、栄養士による個別相談
【相談窓口】	健康福祉センター、森山保健センターおよび各支所健康福祉課
【受付】	各相談窓口で随時行います。

■ウォーキング教室

	日時	会場	
ウォーキング教室	7(土)	午前9時～11時	多良見支所
	14(土)		小栗ふれあい会館
	21(土)		高来西ゆめ会館
	28(土)		小野ふれあい会館

ウォーキングは、5～6kmコース。雨天中止。水筒・タオル持参。教室開催に伴う保険には加入していませんのでご了承ください。
【問い合わせ先】
 市運動普及推進員協議会事務局（電話27-0700）

麻しん（はしか）・風しん予防接種のお知らせ

麻しん・風しんの予防接種はお済みでしょうか。
 本年度は、次の人を対象に予防接種を実施しています。特に2期、3期、4期の対象者は、接種期間が3月31日(火)までで、接種期間を過ぎると任意の接種となり、有料になります。
 指定の医療機関で接種できますので、かかりつけ医療機関とご相談のうえ、お子様の健康状態がよいときにお受けください。

■麻しん・風しん予防接種

	接種対象者	接種期間
1期	生後12月～24月未満	通年
2期	5歳以上7歳未満で小学校就学前の1年間にある者 (平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人)	平成21年 3月31日まで
3期	中学校1年生に相当する年齢の者 (平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの人)	
4期	高校3年生に相当する年齢の者 (平成2年4月2日～平成3年4月1日生まれの人)	

- ※ワクチンの準備がありますので、医療機関への事前予約を必ず行ってください。
- ※母子健康手帳を持参ください。
- ※3期、4期の接種に限り、あらかじめ保護者が自ら署名した予約票を持参することにより、保護者が同伴しなくても予防接種を受けることができます。

■問い合わせ先／健康福祉センター（電話27-0700）

休日の在宅当番医などの情報は「ケイタイ諫早」で!

市は、休日の在宅当番医などの情報を掲載した携帯電話ホームページサービス「ケイタイ諫早」を開設しています。ブックマーク登録をしておくと便利です。ぜひ、ご利用ください。

■アドレス／<http://www.city.isahaya.nagasaki.jp/i.htm>



QRコード

新型インフルエンザ対策!～家庭でできる準備～

新型インフルエンザの正しい知識を身につけ、家庭でできる準備を行いましょ。

■最低2週間は買い物なしで生活できるように!

新型インフルエンザ発生後には、食料品や日用品など必要なものが買えなくなる可能性があります。流行期は2カ月間続くともいわれています。流行期間になるべく外出しなくても済むように準備をしておきましょう。

■みんなで情報を共有しましょう!

流行時には、誰が寝込んでしまうかわかりません。発生前に新型インフルエンザへの理解を深め、緊急連絡先や行動計画を家族などで話し合い、備蓄品の管理の仕方なども含め、情報を共有しておきましょう。また、流行時には、さまざまな情報が飛び交うことが予想されますので、最新で正確な情報を入手するようにしましょう。

■うがい・手洗い・マスクの励行!

予防対策は通常のインフルエンザ対策と同じで、必ずマスクを着けることが重要。帰宅時の手洗いを日常的に行い、人込みや繁華街への外出を控えることも重要です。



■家庭での看護の仕方を心得ておきましょう!

大流行時に、感染者が、家庭で療養することもあります。家庭で看病する際に看病する人が感染しないよう、予め看護時の注意を確認しておきましょう。

- ・患者さん専用の部屋は、湿度を60%程に保ち定期的に換気する
- ・看護する人は、マスク、ゴーグル、ビニール手袋を着用する(患者もマスクを着用)
- ・患者さんの世話をした後は、手洗い、うがいを頻繁に行う
- ・患者さんが触れた場所は、消毒用エタノールもしくは次亜塩素酸ナトリウムでふき取り、消毒する

■問い合わせ先／健康福祉センター（電話27-0700）

おたずね! フグの素人調理



自家調理によるフグ中毒を防止するために

- その1 釣ったフグは持ち帰らない
- その2 他人へゆづらない
- その3 他人からもらわない

昨年、県央保健所管内(諫早・大村・東彼)において、フグによる食中毒事件が2件発生しました。いずれの事件でも、釣ったフグを素人調理したことが原因で、1件の患者は命を落とし、もう1件では意識不明の重体に陥りました。フグの素人調理は非常に危険です。絶対にやめましょう。

- フグの毒はテトロドトキシンと呼ばれ、毒の強さは猛毒の青酸カリの1,000倍以上あり、わずかな量で人を死亡させます。
- 加熱や水さらしなどの調理では毒はなくなりません。
- 毒の強さは同じ種類でもそれぞれのフグによって個体差があるため、一度食べて発症しなかったからといって、次も大丈夫だという保証は全くありません。
- 釣ったフグを他人にゆづって、それが原因で事故が起こった場合は責任を問われることもあります。
- フグ処理の講習会を受けた人が調理する、信頼できるお店で食べる。

■問い合わせ先／健康福祉センター（電話27-0700）

妊婦と乳幼児の保健

健康診査・健康相談で中央とは、「諫早・上山・北諫早・上諫早小学校区」、北部は、「西諫早・本野・御館山・真城・真崎小学校区」、南部は、「森山地域・小野・小栗・有喜地区」、東部は「小長井・高来地域・長田地区」、西部は「多良見・飯盛地域・真津山小学校区」です。

事業名	対象者	日時	会場
マタニティ教室	妊婦	2(月)、16(月) 午後2時～4時	健康福祉センター
ハローベビー教室	妊婦とその家族	8(日) 午後2時～4時	健康福祉センター
乳児健康診査	4～5カ月児 10～11カ月児	県内医療機関で個別健康診査を実施しています。(受診票が必要です)	
	平成20年4月～5月生 平成20年10月～11月生	10(火) 東部(小長井) (受付時間) 午後1時～1時30分	小長井文化ホール
※医療機関での個別健康診査とは併用できません。			
乳児健康相談	生後12月まで	2(月) 南部 (受付時間) 午後1時～1時30分	森山保健センター
		3(火) 北部 (受付時間) 午後1時～1時30分	健康福祉センター
		4(水) 西部(飯盛) (受付時間) 午後1時～1時30分	飯盛公民館
		10(火) 東部(小長井) (受付時間) 午後1時～1時30分	小長井文化ホール
		10(火) 西部(多良見・真津山) (受付時間) 午後1時～1時30分	たらみ会館
		17(火) 中央 (受付時間) 午後1時～1時30分	健康福祉センター
1歳6カ月児健康診査	平成19年7月生	5(木) 中央 (受付時間) 午後1時～1時15分	健康福祉センター
		11(水) 南部 (受付時間) 午後1時～1時15分	森山保健センター
		12(木) 北部 (受付時間) 午後1時～1時15分	健康福祉センター
		19(木) 中央・北部 (受付時間) 午後1時～1時15分	健康福祉センター
		19(木) 西部(多良見・真津山) (受付時間) 午後1時～1時15分	多良見体育センター
2歳6カ月児歯科健康診査	平成18年9月生	※歯科医院での個別健康診査を実施しています。 ※対象者には前月に個人通知をします。	
3歳児健康診査	平成17年9月生	6(金) 北部 (受付時間) 12時45分～午後1時	健康福祉センター
		13(金) 中央 (受付時間) 12時45分～午後1時	健康福祉センター
		25(水) 南部 (受付時間) 12時45分～午後1時	森山保健センター
		26(木) 西部(多良見・真津山) (受付時間) 12時45分～午後1時	多良見体育センター

子育て支援センター

家庭で子育てしているお母さんたちを支援するため、市内7カ所に「子育て支援センター」があります。※内容などについては、各支援センターにお尋ねください。

支援センター名 (保育園)	ところ	問い合わせ先
中央子育て支援センター	野中町508-7	☎22-2280
くるみの家 (ほなみ保育園)	小野島町2057-1	☎23-3765
ほしのこ (星の子保育園)	山川町24-3	☎26-9448
親子のひろばアイアイ (わくわく保育園)	多良見町木床1570	☎43-7222
ほっとルーム (金華保育園)	高来町峰144-3	☎32-2182
支援センターいちご (いちご保育園)	栗面町315	☎22-5925
ビッグハート アエル	栄町3-24	☎35-5140

子育て中のお母さん同士
おしゃべりしたり、
子ども同士遊ばせたり、
楽しく過ごしませんか。



介護相談

日時	会場	問い合わせ先
12(木) 午後1時～3時	市民センター	認知症の人と家族の会 (渡部三津子さん) ☎26-1763

お知らせ 第32回ミモザ忌
野口弥太郎作品展

本市にゆかりの深い洋画家で後期印象派の巨匠・野口弥太郎をしのび、「ミモザ忌」を行います。

ミモザ忌

- と き／3月20日(金)午前11時～
- ところ／森山図書館
- 茶会 (午前11時～午後2時、参加費500円)

野口弥太郎作品展

- と き／3月13日(金)～20日(金)
※17日(火)は休館日
- ところ／森山図書館
- 問い合わせ先
市芸術文化連盟
(☎22-1103)



お知らせ 第45回菜の花忌
第19回伊東静雄賞贈呈式

本市出身で、日本を代表する浪漫派の詩人・伊東静雄をしのび、「菜の花忌」を行います。

菜の花忌

- と き／3月29日(日)午後1時～
- ところ／伊東静雄詩碑前(諫早公園)
- 内容／菜の花の献花、詩の朗読ほか
「伊東静雄賞」贈呈式



- と き
3月29日(日)午後2時30分～
- ところ／諫早観光ホテル道具屋

記念講演

講師：高塚かず子さん(詩人、前県教育委員長)
演題：「諫早と詩人たち・本明川悲歌」

- 問い合わせ先／市芸術文化連盟 (☎22-1103)

お知らせ 伊藤多喜雄コンサート

「祭りのんのこ」の作曲で、諫早市特別表彰を受賞し、本市にゆかりの深い民謡歌手、伊藤多喜雄さんのコンサートです。

- と き／3月24日(火)午後7時開演
- ところ／諫早文化会館
- 入場料／一般2,500円、高校生以下1,000円



- ※全席自由
- ※当日500円増
- 前売券発売所
諫早文化会館、原田楽器店、ローソンチケットほか
- 問い合わせ先
諫早文化会館自主事業運営委員会
(☎25-1500)

参加募集 スポーツ教室 (卓球)

- と き
3月17日(火)、20日(金)、24日(火)、27日(金)、31日(火) (全5回) 午後8時～10時
- ところ／市体育館
- 対象／市内在住または勤務の一般男女
- 受講料／500円(傷害保険料含む)
- 定員／40人
- 申込期限／3月6日(金)
- 準備するもの
スポーツができる服装、ラケット、体育館シューズ
- 申込方法
電話またはファクス(住所、氏名、性別、年齢、電話番号記入)で市体育協会事務局へ
- 申込・問い合わせ先
市体育協会事務局 (☎22-2543、FAX22-2840)



参加募集 健康スポーツ教室

- と き／4月～9月(20回コース)
- ところ
森山スポーツ交流館
(森山町下井牟田1145番地)
- 受講料
各教室1人5,000円(保険料別)
- 申込期間
3月17日(火)～31日(火)
※定員に満たない場合、随時受付可
- 申込・問い合わせ先
森山スポーツ交流館 (☎35-2888)



教室名	日時	内容	定員
太極拳	毎週火曜日 午後1時30分～3時	太極拳動作と呼吸法	70人
リフレッシュ体操教室	毎週水曜日／午前10時30分～11時30分	軽めの有酸素運動	100人
一般水泳	毎週金曜日 午前10時～11時30分	水泳基礎	40人
温水浴(男女)	毎週金曜日 午後1時～1時50分	軽めの水中運動	40人
温水浴(女)	毎週金曜日 午後2時～2時50分	軽めの水中運動	40人
エアロビクス	毎週金曜日 午後8時～9時	エアロビクス	100人

3

月のイベントカレンダー (諫早文化会館・市体育施設・県立総合運動公園で開催される主なイベントをご紹介します)

日 曜	内 容	会 場	時 間	入 場 料	問 い 合 せ 先
1 日	市婦人会結成60周年記念大会	市文化会館	正午～午後5時	無料	市連合婦人会(☎25-0437)
7 土	第13回施設親善ロードレース大会	県立総合運動公園	午前10時～	無料	つくし学園(☎27-0121)
	市中学生ソフトテニス春季大会(～8日)	県立総合運動公園	午前8時45分～	無料	市ソフトテニス連盟(☎090-4348-5137)
	選抜書道展～高校・大学・一般～(～8日)	市文化会館	午前9時～午後5時(8日は午後4時まで)	無料	県書道協会(☎22-5093)
8 日	第22回市中学校陸上競技新人大会	県立総合運動公園	午前9時30分～	無料	小野中学校(☎22-0594)
	第23回全国選抜ゲートボール県予選大会	県立総合運動公園	午前9時40分～	無料	県ゲートボール協会(☎095-842-0282)
	市青少年防犯柔道大会	小野体育館	午前9時～午後5時	無料	市柔道協会(☎26-5863)
	長崎日大高校吹奏楽部第26回定期演奏会	市文化会館	午後2時～4時30分	無料	長崎日本大学学園(☎26-0061)
14 土	ドリーム杯県央地区中学生ソフトテニス大会	県立総合運動公園	午前9時～	無料	市ソフトテニス連盟(☎090-4348-5137)
	県中学校新人大会決勝戦・3位決定戦	県立総合運動公園	午前10時30分～	一般 1,000円 高校生 500円 中学生以下 無料	県ラグビーフットボール協会(☎095-846-8104)
	県高校選抜東西対抗戦	県立総合運動公園	12時30分～		
	ラグビー三地域対抗戦(オール九州対オール関東)	県立総合運動公園	午後2時～		
第3回県記録会	県立総合運動公園	午前9時～	無料		
15 日	第47回県実業団選手権大会兼第20回クラブ対抗バドミントン大会	小野体育館 森山スポーツ交流館	午前9時～午後8時	無料	大会事務局(☎090-2397-6292)
20 金	第32回市防犯少年剣道大会	市体育館	午前9時～午後5時	無料	市剣道協会(☎26-2476)
	諫早高校第10回文化部合同祭	市文化会館	展示部門：午前10時～ ステージ部門：午後1時～	無料	県立諫早高等学校(☎22-1222)
22 日	日本フットボールリーグ前期第2節 V・ファーレン長崎対ガイナレ鳥取	県立総合運動公園	午後1時キックオフ	有料	V・ファーレン長崎(☎43-2095)
	第46回市長杯争奪卓球大会	小野体育館	午前9時～午後5時	無料	大会事務局(卓球センター内)(☎26-1017)
	西陵高校吹奏楽部第22回定期演奏会・写真部展示	市文化会館	写真展：午前9時～午後4時20分 演奏会：午後2時～4時20分	無料	県立西陵高等学校(☎43-4155)
25 水	県高校春季テニス中地区大会(～27日)	県立総合運動公園	午前9時～	無料	県立諫早高等学校(松尾さん)(☎22-1222)
28 土	諫早商業高校吹奏楽部第28回定期演奏会	市文化会館	午後2時～4時	無料	県立諫早商業高等学校(☎26-1304)
29 日	県柔道場連盟少年柔道大会	小野体育館	午前9時～午後6時	無料	市柔道協会(☎26-5863)
	第19回福井バレエリサイタル	市文化会館	午後1時～4時	無料(要整理券)	福井バレエ(☎25-1860)
30 月	西日本カップ高校ハンドボールスプリング大会	小野体育館 森山スポーツ交流館	午前9時～午後6時	無料	大会事務局(長崎日大高校内)(☎26-0061)

イベント情報



※講座によっては、応募多数の場合は抽選となります

一般

▼長崎歴史文化博物館長

講演の受講(中央)

とき／3月25日(水)午前9時～午後4時

ところ／長崎歴史文化博物館

内容／演題「イタリアの博物館について」

申込期限／3月6日(金)

※保険代・昼食代などの負担あり

▼歴史講座(西諫早)

とき／3月16日(月)午前9時～午後4時

ところ／西諫早公民館集合

内容／有喜の歴史を歩いて学ぶ

申込期限／3月6日(金)

※保険代・交通費の負担あり。弁当・水筒など持参

▼軽スポーツ講座(長田)

とき／3月11日(水)・18日(水)(全2回)午後2時～4時

ところ／長田みのり会館

内容／ペタンク・カローリングで遊びましょう

申込期限／3月6日(金)

▼史跡探訪(本野)

とき／3月11日(水)午前8時30分～午後5時

ところ／本野公民館(旧田中医院)集合

内容／長崎市内歴史探訪

申込期限／3月2日(月)

※施設入場料、昼食代などの負担あり

(森山)・・・森山公民館 電話36-1116
(飯盛)・・・飯盛公民館 電話48-0049
(田結)・・・田結公民館 電話49-1111

(高来)・・・高来公民館 電話32-2111
(高来西)・・・高来西公民館 電話32-3126
(小長井)・・・小長井公民館 電話34-2201

▼お花見ウォーキング(本野)

とき／3月20日(金)午前9時～正午

ところ／本野公民館(旧田中医院)集合

内容／早春の野山を歩きます

申込期限／3月10日(火)

▼有喜口マン小路ウォーク講座(有喜)

とき／3月15日(日)午前9時～正午

ところ／有喜公民館集合

内容／有喜地区の歴史を巡る

申込期限／3月10日(火)

※保険代1000円。タオル・飲料水持参

▼やさしい民踊(小野)

とき／3月3日(火)・17日(火)(全2回)午後1時30分～3時30分

ところ／小野ふれあい会館

内容／民踊

※当日参加可。踊りができる服装。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参

※当日参加可。タオル・飲料水持参



▼男の料理教室(小野)

とき／3月13日(金)午後6時～8時

ところ／小野ふれあい会館

内容／春の惣菜

対象／男性

申込期限／3月9日(月)

※材料代5000円

▼テーブルコーディネートと春野菜(多良見)

とき／3月11日(水)午前10時30分～12時30分

ところ／たらみ会館

内容／野菜のソムリエから春野菜クッキングとテーブルコーディネートによる雰囲気づくりを学びます

申込期限／3月4日(水)

※材料代5000円

▼史跡めぐり(多良見)

とき／3月13日(金)午前8時45分～午後5時

ところ／島原半島

内容／島原半島を1周して、そこに眠る史跡をたどります

申込期限／3月5日(水)

※保険代・昼食代などの負担あり

▼パソコン講座(高来西)

とき／3月2日(月)～5日(木)(全4回)午後7時～10時

ところ／高来西ゆめ会館

内容／エクセル応用編

申込期限／2月26日(木)



女性

▼木管五重奏コンサートと文化講演会(中央)

とき／3月19日(木)午後1時30分～3時30分

ところ／中央公民館

内容／女性だけの木管五重奏演奏と文化講演会

※当日参加可。男性の参加可

親子

▼親子で遊ぼう!(多良見)

とき／3月3日(火)午前10時～11時30分

ところ／たらみ会館

内容／レクリエーションを通して楽しく親子のふれあいを深めます

対象／幼児と保護者

申込期限／3月2日(月)

▼親子にぎやか塾(小長井)

とき／3月19日(木)午前10時～正午

ところ／小長井文化ホール

内容／親子遊び

対象／乳幼児と保護者

申込期限／3月13日(金)



6年生を送る会

- とき／3月26日(木)午前10時～
- ところ／高来西児童館
- 対象／小学生以上
- 募集人数／30人
- 参加費／無料
- ※プレゼント交換用のプレゼント(300円程度)を持参
- 申込・問い合わせ先
高来西児童館(電話32-5204)

申込・問い合わせは、各公民館へ
 (中央) …中央公民館 ☎23-1160
 (西諫早) …西諫早公民館 ☎26-1500
 (小栗) …小栗公民館 ☎22-1533

(長田) …長田公民館 ☎23-9024
 (本野) …本野公民館 ☎26-0270
 (有喜) …有喜公民館 ☎28-3110

(小野) …小野公民館 ☎22-0264
 (多良見) …多良見公民館 ☎43-0049
 (伊木) …伊木力公民館 ☎44-1002

凧揚げ教室あるよ～



思い出いっぱいつくろうね♪



▼凧作り講座(有喜)

とき/3月26日(休)午前9時30分～11時30分
 ところ/有喜公民館
 内容/凧を作ってみんなで揚げよう
 対象/小学生(低学年保護者同伴)
 申込期限/3月19日(木)
 ※材料代100円

▼紙しばい会(小野)

とき/3月14日(出)午前10時～正午
 ところ/小野ふれあい会館
 内容/楽しい話・こわい話・悲しい話
 対象/幼児・小学生低学年
 ※当日参加可

▼おはなし会(飯盛)

とき/3月28日(出)午前11時～11時30分
 ところ/飯盛公民館図書室
 内容/こんにちは、春のおはなし会
 対象/幼児・小学生低学年
 ※当日参加可

▼凧作りと凧揚げ教室(高来)

とき/3月14日(出)午前10時～正午
 ところ/高来会館
 内容/凧作りと凧揚げ
 対象/小学生(親子可)
 申込期限/3月5日(木)
 ※材料代100円程度

▼おはなし会(小長井)

とき/3月14日(出)午前10時～10時30分
 ところ/小長井文化ホール図書室
 内容/絵本の読み聞かせ
 対象/幼児・小学生低学年
 ※当日参加可



▼史跡探訪(西諫早)

とき/3月17日(火)午前8時30分～午後5時
 ところ/平戸市
 内容/平戸城下の「ひなまつり」をめぐり
 申込期限/3月6日(金)
 ※参加費負担あり。階段など歩行コースあり
 ※一般も参加可

▼健康体操教室(長田)

とき/3月16日(月)午後2時～4時
 ところ/大場町公民館
 内容/元気に体操しましょう
 ※当日参加可

第25回中央公民館まつり



中央公民館で活動している自主学習グループによる発表会を行います。

展示発表(絵画、書道、工芸作品など)

■とき/3月7日(出)午前9時～午後5時

■ところ/市民センターホールおよび3階各室

舞台発表(舞踊、民謡、フラダンス、歌唱など)

■とき/3月8日(日)午前9時30分～午後3時30分

■ところ/市民センター講堂

■問い合わせ先

中央公民館(☎23-1160、☎43-4623)

たらみ図書館文学講演会
 伊藤比呂美「ライブ!万事OK」

現代詩人の伊藤比呂美さんを講師に招き、「ライブ!万事OK～子育てから文学の世界まで～」と題して講演会を開催します。

伊藤比呂美(いとう・ひろみ)

詩人。最新刊は「女の絶望」。代表作「とげ抜き 新築鴨地蔵縁起」では文学賞をダブル受賞し、話題になった。「女の人生」をテーマに、詩、小説、エッセイなど多岐に渡り活躍。新聞紙上で人生相談コーナーを好評連載中。

■とき/3月6日(金)
 午後7時～9時

■ところ/たらみ図書館

■入場料/無料

■定員/200人程度

■申込方法

電話またはファクス、ハガキ(住所、氏名、電話番号を記入)で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先

たらみ図書館
 (☎43-4611、☎43-4623)



食物繊維をとりましょう

浦上そばろ

1人分 エネルギー 80kcal
たんぱく質 5.1g



学校給食
おすすめ！レシピ

家庭でも食べてね



(調理例)

■材料(4人分)■

モヤシ……………1袋	つきコンニャク……………1/3袋
そぎゴボウ……………100g	サラダ油……………小さじ1
干しシイタケ……………2枚	砂糖……………大さじ1
ニンジン……………中1/4本	濃口しょうゆ……………小さじ1
豚肉……………50g	薄口しょうゆ……………小さじ2
揚げかまぼこ……………1/2枚	水……………1/2カップ

■作り方■

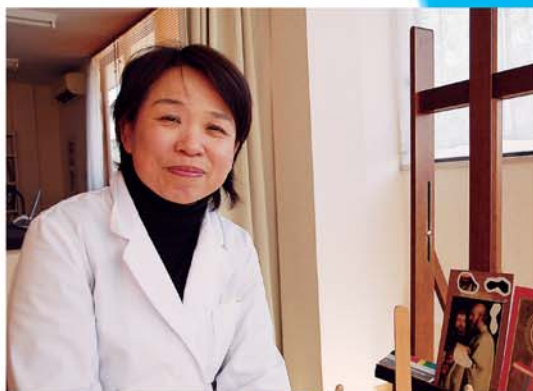
- ①ニンジン、揚げかまぼこ、干しシイタケ(水で戻したもの)は千切りにする。つきコンニャクはゆでておく。
- ②鍋を熱して、サラダ油を敷いて豚肉をいためる。その後、揚げかまぼこ、ニンジン、そぎゴボウ、干しシイタケ、つきコンニャク、モヤシの順にいためる。
- ③全体に火が通ったら、水、砂糖、濃口しょうゆ、薄口しょうゆを加え、火を弱めて煮る。

※「とっておきマイレシピ」も募集中です。投稿をお待ちしています！



多良見町にある「たけのした工房」には、県内でも数人しかいないという珍しい職業、油絵専門の絵画修復家の竹ノ下磨須子さんがいます。今月は、竹ノ下さんにお話を伺いました。

修復とはどんなお仕事なのですか？
どんな美術品でも、数十年、百年とたつにつれてひびが入ったり、キャンバスが歪んだり、色々などころが傷んできます。そういった絵の傷みを取り除いて、作品本来の美しさを取り戻すのが修復です。作者の描きたかったものを残すことが一番大切なので、上から塗りなおしたり、絵の具を変質させる薬品や接着剤を使ったりなどはしません。世界に現存する名画も、みんな修復によってその美しさが保たれているんですよ。



絵画修復家

竹ノ下 磨須子 さん

見~つけた！

あんな人・こんな人

みんなの広場

■どんな人から依頼があるのですか？
依頼はほとんど美術館から来るのですが、市町村や企業、教会から来ることもあります。個人でも、所有しているコレクションや、ご家族が描いた作品などをいつまでも大切にしたいと依頼される人もいます。

■修復家になつたきっかけは？
元々絵が好きで、以前長崎県立美術館で行われた大規模な絵画修復のプロジェクトに参加したのがきっかけです。
拡大鏡を使って絵の表面やキャンバスの裏などを見ていくと、その絵のいろんなことが分かるんですよ。描かれた年代や国だけでなく、過去の修復の跡から、その絵がどれだけ大切にされてきたのかなど、絵に込められた思いも読み取れるんです。そういうところに面白さを感じて修復家になりました。

■特に印象に残った修復はなんですか？
最近、縦約4dm、横約9dmのビニールクロス(壁紙)にアクリル絵の具で描かれた絵を、修復して別の場所に移したことです。絵が大きいということと合わせて、ビニールクロスに描いてあるということ自体前例が無いことだったので非常に苦労しました。

■今後の目標は？
もっとたくさんさんの絵画の修復を手がけて、いろんな経験を積んで、これからも修復の技術を極めていきたいですね。



作業風景



小長井町漁協直売店

小長井町遠竹 電話34-2336



店内風景

- 営業時間 / 午前9時～午後5時30分
- 休み / 年中無休
- 主な販売品目 / カキ、アサリ、海産品、農産品、生活雑貨
- H P / <http://www.jf-konagai.com>



お店のPR

佐賀との県境付近で、カキやアサリを中心として新鮮な魚介類を販売しています。小長井牡蠣は、有明海の恵みと生産者の真心がぎっしり詰まっていて、殻を開けるとその大きさにきっとビックリすると思います。また、焼いても縮みにくい特徴を生かして、薫製やぐれ煮など、1年を通してカキを味わえるような商品も取り揃えています。今年カキが大豊作なので、毎週土・日曜日に小長井中央港でカキ焼きを開催しています。ぜひお越しください。

いさはやの うまかもん — 直売所

来店者の声

カキが大好きで、週に1度は魚やカキを求めて買いにきています。ここは魚も新鮮でとてもおいしいですよ。今白さん(高来町)



直売店の横にはカキ焼き小屋もあります

広報クイズ

全問正解者の中から抽選で、毎月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。ハガキに答えと住所、氏名、年齢、広報誌へのご意見を書いて、3月9日(伊)必着で秘書広報課までどうぞ！なお、当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

問題①体重が適正か判断する指数をアルファベット3文字で言うと？

問題②今年度、市内で新たに成人を迎えたのは何人？

問題③引越しなどにより住所を移した人は、速やかに〇〇登録の届出を行ってください。

問題④ケン！フグの〇〇調理。

問題⑤「祭りのののこ」を作曲した民謡歌手は誰？

- 前号の答え① T a x ②36③土木総務④31⑤ポルトガル
- 応募総数 63通

知っどんね？ 諫早弁 お題③8 「ツカヤーツ」



A「アラマタ メズラシュー ユツラートシテ」
(あら、珍しくゆっくりとして)

B「ナーイ、キュウハ ツツカヤーツデ ホネヤスマタイ ナタ」
(はい、今日は二日灸で仕事休みの日ですよ)



その昔、陰暦の2月と8月の2日にお灸をすえると、1年中病気をしないとされていたそうです。そういうことから農閑期の農休日として体を休めていたようです。

古語にも同じことを言っている「ふつかやいと」という言葉があります。

諫早方言の会 神代 克彦

投稿大募集

「とっておきマイ・レシピ」(ご家庭のかんたんレシピ)、「わたしの宝物」(皆さんの思い出の宝物)、お気に入りのイラスト・写真の投稿をお待ちしています。掲載させていただいた場合は図書カードをプレゼント！投稿・ご連絡はこちらです。↓

☎854-8601 諫早市役所 秘書広報課(住所不要)
☎23-6031 ☎22-1500



宇宙編

vol.11

宇宙の不思議



コスモス花宇宙館
白木峰町828-1(☎23-9003)

土星

麦わら帽子をかぶったような愛らしい姿で宇宙に浮かぶ土星。その様子を望遠鏡で見た人は、大人でも子どもでも、みんな驚き、歓声をあげ、ぼうぜんとして見とれてしまいます。

土星は太陽の周りをおよそ30年もかけて公転していますが、土星の1日はかなり短く、わずかに10時間14分ほどしかありません。そのため、土星には強い遠心力がかかっています。薄い円盤のように見える美しい輪の正体は、土星のすぐそばに群がった無数の岩石や氷の細かい粒で、土星の重力と遠心力という2つの力がバランスよく釣り合った状態で、長年にわたり形作られたものだと考えられています。

土星は地球が9つ並ぶほどの大きさで、木星と同じように水素とヘリウムが集まったガス惑星です。自転軸が25度も傾いたまま公転している関係で、土星の位置によって地球から見たときの輪の形が毎年少しずつ変化し、ある年には輪がドーナツのように幅広く見え、また、15年に1度の周期で土星の輪が消えたように見えます。現在では63個の衛星が見つかっていて、中でも最大の衛星タイタンには大気が存在していることがわかりました。

土星の英語名はサターン。この読み方が聖書などにある悪魔のサタン(セイタン)に似ているため、しばしば誤解されることがありますが、土星の場合はローマ神話の農業の神サトルヌス(サターン)からきているものです。農業と土とは切っても切れない関係にあるので、もしかしたら、そこから「土」星の名がつけられたのかもしれないですね。



土星の輪の変化

3月、見ごろになる星たち

●土星の珍しい姿に注目!

10日未明、土星が地球へ最接近します。望遠鏡ではいつもの土星にくらべ、輪がかなり平べったい感じで見えています。これからさらに線のように細くなり、8月11日ごろは「土星の輪が消える」という非常に珍しい現象が見られます。どうぞお楽しみに。

●月と木星が接近!

夜明け前、東の低空には木星が昇っています。23日には細い月が仲良く並びます。木星の観察シーズン(8月)にはまだ早いです。早起きして美しい光景をぜひ眺めてください。

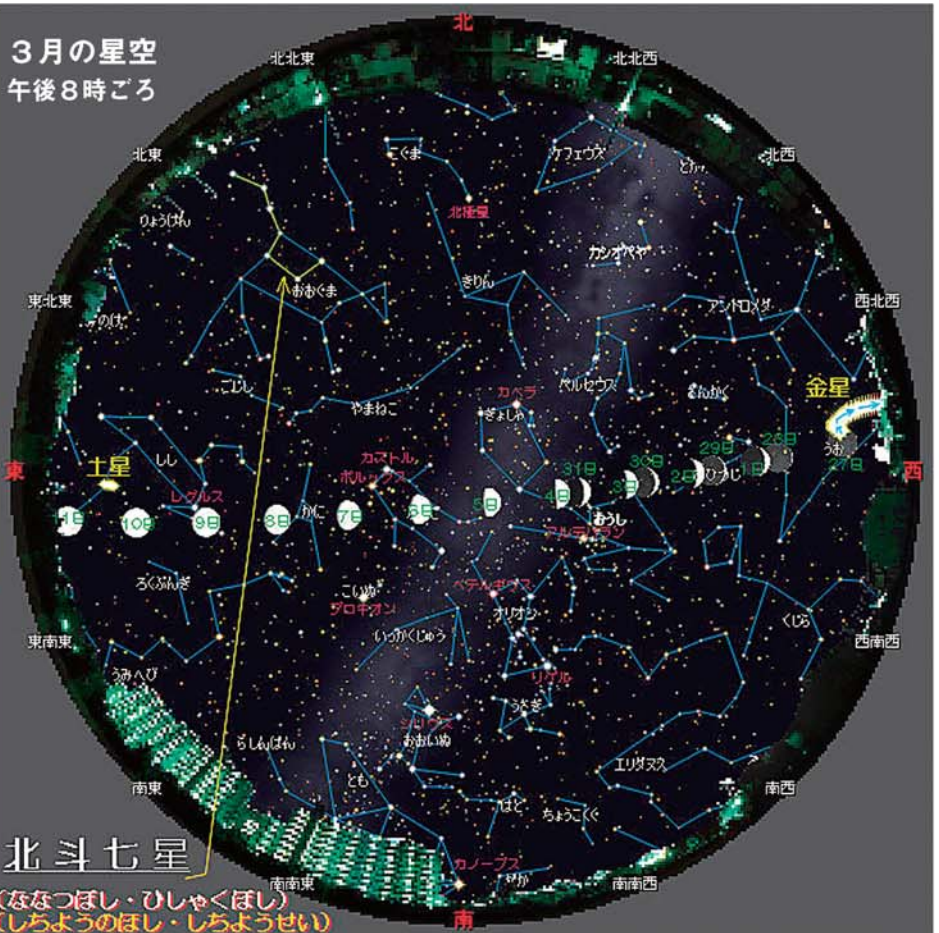
●準惑星「ケレス」とルーリン(鹿林)彗星

かつて小惑星の中で最大の星といわれていた準惑星「ケレス」が3日に地球へ接近します。また、先月地球に接近したルーリン(鹿林)彗星はまだ5等星ぐらいの明るさなので、当館の望遠鏡でぜひ観察してください。

★ゆかいな星の呼び名【北斗七星】

北の空に見えるおおぐま座の「北斗七星」。 「七つ星」や「ひしゃく星」として知られていますが、「七曜星(七曜の星)」とも呼ばれています。資料(日本星名辞典・野尻抱影著)によると、中国の七曜(太陽・日・月・火星・水星・木星・金星・土星)が日本に伝わるときに仏教の星辰信仰に関連して北斗七星に結びつけ、「北斗の七菩薩(貪狼星・巨門星・禄存星・文曲星・廉貞星・武曲星・破軍星)」としてあがめるようになり、その後、「七曜星」と呼ぶようになったといわれています。

3月の星空 午後8時ごろ



北斗七星
(ななつぼし・ひしゃくぼし)
(しちようのぼし・しちようせい)

【星図は株式会社アストロアーツのステラナビゲータを使用しました】

