諫早の元気を発信する情報誌
広報
ひとが輝く創造都市・諫早

いさはや

もくじ

■森のようちえん 2～5
市政トピックス 6～11
photoギャラリー 12～13
くらしのinformation 14～19
健康&子育て情報 20～21
イベント情報 22～23
公民館講座のご案内 24～27
みんなの広場 28～29
まちのいいとこ撮り 30

6
No.123
2015年（平成27年）

キッズベースボールスクール2015

諫早から全国へ
～子どもたちの生きる力の種を飛ばそう～

11月21日㈯～23日㈪の３日間、国立諫早青少年自然の家を主会場に、同所の教育資源を生かして「森のようちえん全国交流フォーラムin長崎・いさはや」が初めて九州で開催されます。

今月は、諫早市こどもの城が実践している「森のようちえん」を通して、幼少期における自然体験の重要性を考えてみました。

九州初の全国フォーラム

「森のようちえん全国交流フォーラムin長崎・いさはや」には、多くの幼稚園、保育所（園）、ＮＰＯ法人や自主グループの指導者が集まります。また、一般の親子でも参加できます。

またとない機会ですので、多くの皆さんに参加していただき、「森のようちえん」の手法が広がっていくことを願っています。

なお、このフォーラムの詳細については、広報諫早や市ホームページでお知らせします。

「森のようちえん」って？

「森のようちえん」とは、一般的に「自然体験を機軸にした子育て・保育・乳幼児の教育の総称」ととらえられています。元々は、デンマークの一人のお母さんが自分の子どもとお隣の子どもを森の中で保育したのが始まりと言われる子育て・教育の手法で、園舎を持ったいわゆる幼稚園の教育活動とは違います。

自然環境の中（主に森）で過ごしながら、子どもたちが持っている感覚や感性を信じ、引き出すような関わり方で主体的な遊びや学びを促します。そして、大人が子どもたちの自立を目指して、できるだけ口を出し過ぎずに、子どもたちが自分で課題を解決する力を身につけるよう意識して活動します。

幼少期における自然体験の重要性

幼少期から自然とのふれあいの機会を多く持つと、子どもたちのみずみずしい感受性や五感を刺激することが可能になるようです。さまざまな自然体験を経験することは、協調性を育み、感性を豊かにし、基礎体力の向上につながる効果などが期待できます。

しかしながら、私たちは自然豊かな諫早市に住みつつも、身近な自然を感じることなく日々の生活を送ることもあります。かつては身近にあり、生活と密接に関係していた自然を、生活様式の変化に伴い、意識して体験しないとその機会を得がたい時代になったのかもしれません。

では、自然体験をすれば、どのようないいことがあるのでしょうか。

①森や自然の中では、子どもたち自身の興味や動機が高まりやすい…その後の「やる気」につながる

②機敏で身のこなしの良い体と体力を得られやすい…子どもたち自身が自分の身を守る力につながる

③さまざまな遊びや子ども同士の関係が豊富に生まれやすい…社会の中で他者と力を合わせて生きていくことや創造力につながる

④素朴な技術や受け継がれる文化や風習の習得につながりやすい

などが期待できそうです。

これらのことは、幼少期にその大きなチャンスがあると考えられており、とりわけ良質な自然体験の機会を豊富に与えることは不可欠であるとも考えられます。

そのために、市内でも多くの指導者が養成され、互いに実践を重ねながら研究を深めていくことが重要だと思われます。

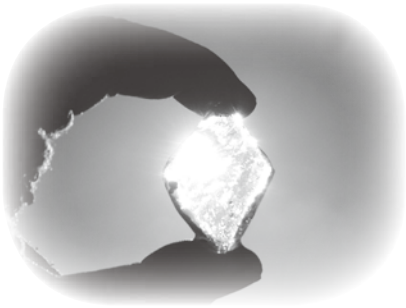
できなくったっていい、いつかできるさ!!

諫早での「森のようちえん」

諫早市こどもの城（以下こどもの城）では、開館以来「森のようちえん」の取組を試行錯誤しながら進めてきました。現在、市内で「森のようちえん」の名称で活動をしているのは、こどもの城だけのようです。県内では、大村市や長与町などの自主グループが実施されています。

活動内容は、散歩を中心としたもので、参加者が選べるように、1時間ほどの体験コース、毎週木曜日に実施している2時間コース、そして年間を通して3～4時間を森の中で過ごすコースまであります。

なお、活動を通して大切にしていることは、できるだけ子どもたち自身がやることを待つということです。参加した複数の保護者からは、「最初は、待つことはとても難しいことだと思い込んでいたけど、子どもたちが服の着替えなど身の回りのことができるようになったり、友達と仲直りをするまでケンカしながら課題を克服したりする姿に成長を感じ、同時に、子どもに束縛されない時間をたくさん持つことができ、私自身の気持ちの安定、子育ての楽しさにまでつながりました」などの感想をいただきました。



楽しむ気持ちがあればいい!!

こどもの城の「森のようちえん」で、参加者自身が用意するのは、

☆楽しむ気持ち
☆汚れてもいい服装・靴・着替え
☆ゆっくり過ごすことができる時間

の3つです。

①楽しむ気持ち

こどもの城では、経験豊かなスタッフが森まで一緒に帯同しますが、楽しませるという気持ちは持っていません。あくまでも参加者自身が楽しむからこそ成立する活動です。

「虫がいる」、「日焼けする」、「動くと疲れる」などの声も聞かれます。行かない（参加しない）理由を持ち出すのは多くの場合、大人ですが、むしろ、そういったことまでも楽しみ、乗り越えていくことで、子どもたちの自立、自信などにつながっていくと考えられます。

②汚れてもいい服装・靴・着替え

地面に座る、倒木をイスの代わりにする、汗をかく、泥を触る、水をかぶる…これらのことが子どもたちは大好き。危険と判断した場合以外は止めません。幼い頃、雨の日に水溜りに足

お母さんたちの「声」

年間を通して同じメンバーで実施するコースの参加者に「参加してみてどうでしたか?」と聞いてみました。

■荒井さん親子
紗奈ちゃん（3歳）
里紗ちゃん（5カ月）

今回、森の中で家族の木を決めたんですが、子どもも〝森で遊ぶ〟〝森で学ぶ〟気持ちを高めてくれたと思います。また、5カ月の子がずっと寝ているんですが、普段より落ち着いて寝ているので森の効果があるのかなぁと感じました。それから同じメンバーでやっていくので、他の子も含めて1年後の成長が楽しみです。

■新川さん親子
海翔くん（3歳）
彩菜ちゃん（1歳）

想像していたよりも、子どもたちはいろいろなことができるんだと思いました。娘は虫には触れないと思っていましたが、実際には触っていたし、息子は転んだお友達に〝大丈夫〟って声をかけたり、通りやすいように道を広げてあげたりとか気を使っているんだと感じました。予想以上に子どもたちの違った一面を見ることができました。

を入れてみた経験はないでしょうか。基準を子どもの感覚に近づけながら、親子で考えてみてください。そして、可能な限り、子どもたち自身が準備をするように仕掛けてみてください。

③ゆっくり過ごすことができる時間

これが一番、難しいのではないでしょうか。これまで参加された人たちの多くも、最初は「そんな時間なんて、我が家にはない」と考えていました。しかし、森の中で過ごしながら、他の家族とふれあう過程で、自身の生活様式を見直してみた人たちも多いのです。なお、各地で「森のようちえん」を実践されている指導者の人は、「急がせるからケガをする」という考え方を持っているようです。

それでも「こどもの城が実施している森のようちえんの時間帯にはどうしても行けない」という人は、ご自身の都合のよい時間で相談してみてください。

森のようちえんが目指すもの

森のようちえんは、自然の中での活動で危険を伴うため、安全管理の面から、どうしても定員を設定しなければなりません。一度に多くの参加を受け入れられないのです。だからこそ、こどもの城では、保護者自身によって自主的に活動ができるように支援しています。

これまで、実際に参加された人たちは、国立諫早青少年自然の家を活用して、乳幼児の家族キャンプなどの活動につなげています。森のようちえんの活動が、一歩進んだ形となって現れたのではないでしょうか。こどもの城の「森のようちえん」は、併せてこういったことを目指しています。

今後、「森のようちえん」の活動が市内のさまざまな機関・団体で実施されるようになれば支援が充実されると考えています。

自然は時に「自分の思うとおりにならない」ことを教えてくれます。同時に、「自分の関わり方を上手にすれば、やさしくしてくれて、自分も周りの世界を少し変えることができる」ということを教えてくれます。私たちは、子どもたちが、長く幸せに、自らの人生を切り拓き、たくましく生きていくために、人生の基礎ともいうべき幼少期から、子どもたちがこういう力を培ってほしいと願います。

市では、今回紹介した「森のようちえん」という活動の種をまいたばかりです。諫早からまいた種が、芽を出し、そして小さな木になり、やがて樹となって大きな森をつくっていってほしい…。

全ての子どもたちにたっぷりの愛と自然とのふれあいが届くように、できることからやってみましょう。

※こどもの城で実施している「森のようちえん」については、こどもの城（☎24・8017）にお尋ねください。

市政トピックス

道路で進むまちづくり

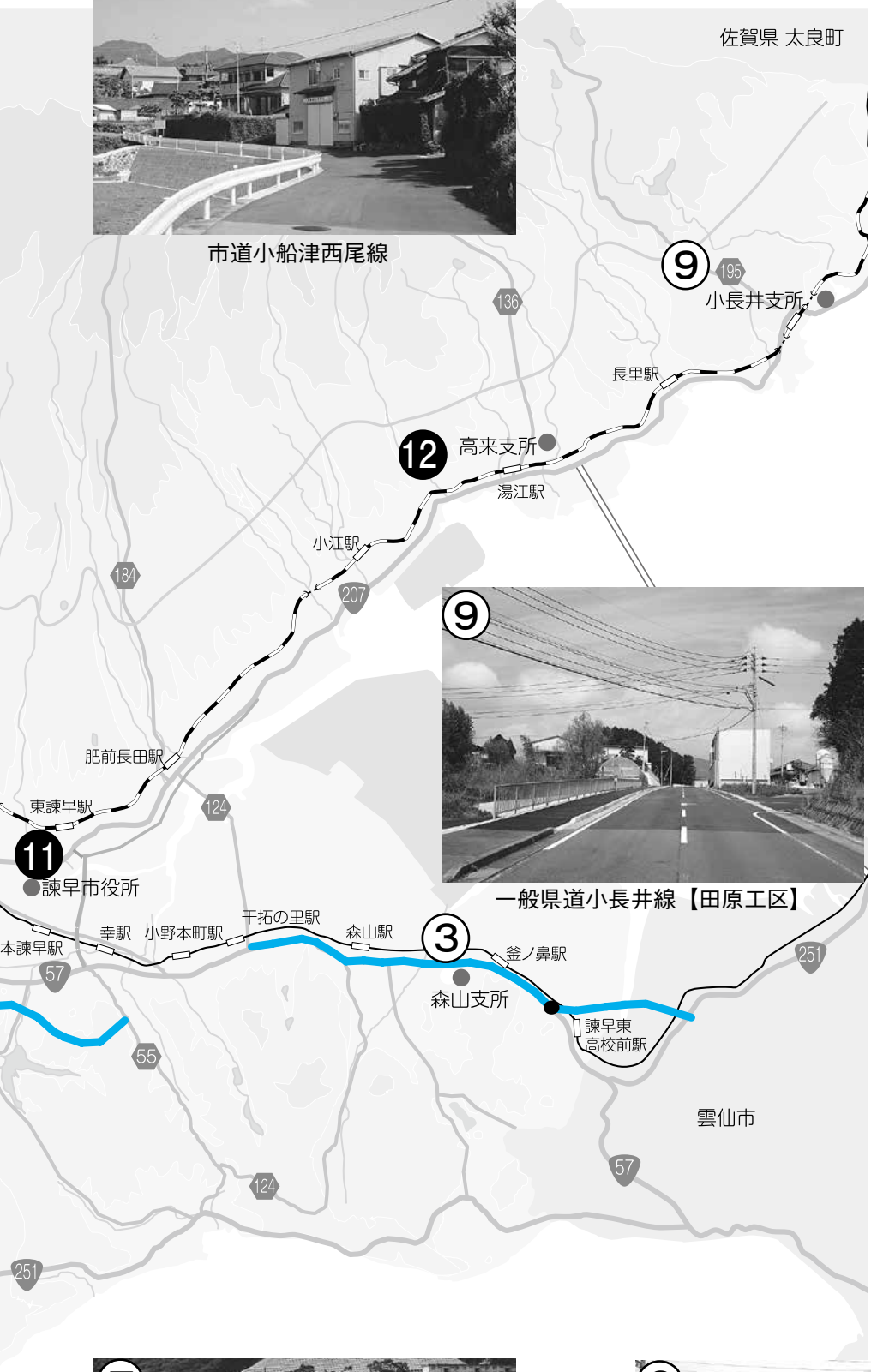
市内各地域において国道、県道、市道の幹線道路の整備が進んでいます。幹線道路の整備は、物流ネットワークの構築など市の発展に必要不可欠です。また、道路整備により、市域の一体化や地域間の均衡ある発展、地域経済の活性化が期待されます。

今後も、市民生活に密着した社会基盤整備のため、幹線道路や生活道路の整備を行い、安全で快適なまちづくりを目指します。

そこで、供用開始された道路と現在整備を進めている主な道路を紹介します。

（市道路課）

市道小船津西尾線



一般県道小長井線【田原工区】

主要地方道諫早飯盛線【新道工区】

一般国道57号森山拡幅【尾崎交差点～森山東IC】
（国道57号の渋滞緩和と高速交通体系の構築を行います）

市道天満仲沖線

市道八天西郷線【新橋】
（橋梁の長寿命化や耐震化工事を行います）

一般国道207号【佐瀬工区】

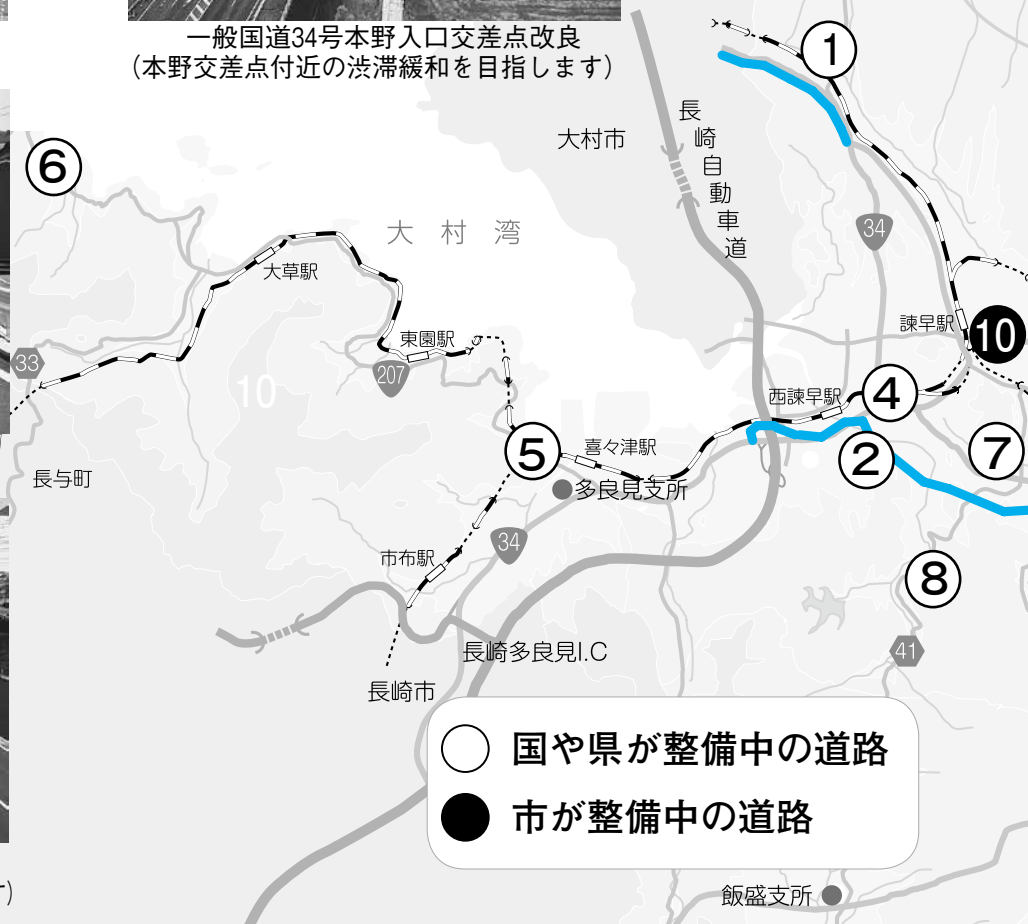
一般国道34号本野入口交差点改良
（本野交差点付近の渋滞緩和を目指します）

一般国道207号【木床工区】

一般国道57号小船越町交差点改良
（交差点のコンパクト化により交通事故の減少を目指します）

一般県道諫早外環状線【長野町～貝津町】
（市街地の渋滞緩和と高速交通体系の構築を行います）

主要地方道諫早飯盛線【土師野尾工区】



ご存じですか？屋外広告物（看板など）を設置するときは許可が必要です

街の美観や良好な自然景観を維持するため、県では屋外広告物条例を定めています。

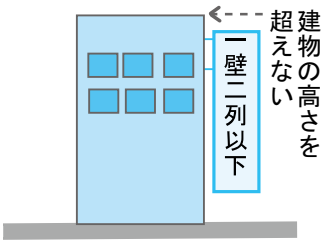
本市の都市計画区域内および国道沿線などは、県の条例の規制区域となっており、屋外広告物を出すには許可が必要です。

屋外広告を計画している、または既に設置していて許可を受けていない人などは、市都市政策課までお問い合わせください。（市都市政策課）

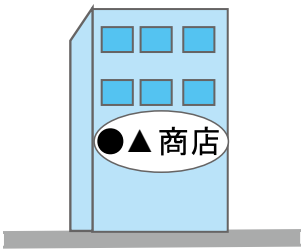
屋外広告物とは

常時または一定期間継続して屋外で公衆に表示される広告板、広告塔、立看板、ポスター、広告幕、アドバルーンなどです。営利を目的とするものだけでなく、非営利的なものも含まれます。

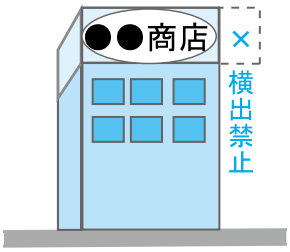
例　突出広告物



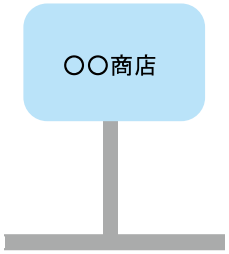
例　壁面広告物



例　屋上広告物



例　地上広告物



屋外広告物を表示・設置の際には次のような規制があります

①許可地域（屋外広告物を設置するためには許可が必要な地域）

市内の都市計画区域内（②の禁止地域を除いた区域）および道路や鉄道などで県知事が指定した区域ならびにこれから展望できる地域

②禁止地域（屋外広告物の設置を原則として禁止している地域）

風致地区や西諫早ニュータウン、諫早駅前および国道34号、57号、251号（市街的区間を除く）ならびにこれから展望できる地域

③禁止物件（屋外広告物の設置を禁止している物件）

都市計画区域内外を問わず、街路樹、道路標識などの公共施設

④適用除外広告物（①から③の規制の適用が除外される広告物）

国、公共団体が公共目的を持って表示する広告物や公職選挙法による選挙運動のための広告物。また、一定の基準値を超えない屋外広告物も適用除外に含まれます。

⑤許可基準

店舗や事業所などで、建物の壁面や屋上へ屋外広告物を設置するときや、広告塔などで設置するときは、それらの総面積が許可地域では10㎡、禁止地域においては５㎡を超えれば許可を受けなければなりません。

また、許可地域では、店舗や事業所などの敷地以外に屋外広告物を設置するときは、広告物の面積の多少にかかわらず許可を受けなければなりません。禁止地域では、店舗や事業所などの敷地以外での設置は、原則禁止となっています。

⑥手数料

許可が必要な屋外広告物は、面積および許可期間に応じて手数料が必要となります。

違反広告物に対する処置

条例に違反して広告物を表示したときは、許可の取り消し、是正のための措置、除却などを命ずることがあります。また、違反広告物がはり紙、立看板などの簡易広告物であるときは、市が自ら除却する場合があります。さらに50万円以下の罰金に処せられることもあります。

申請手続きがお済みでない方は、申請手続きをお願いします

「児童手当の現況届」と「子育て世帯臨時特例給付金の申請」が同時にできます

平成27年６月分からの児童手当を引き続き受給するためには、現況届の提出が必要です。６月30日㈫までに必ず提出してください。

なお、今年度は、児童手当の現況届を提出することにより、子育て世帯臨時特例給付金の申請がなされたものとして取り扱います。

詳しくは、個別に郵送するお知らせをご覧ください。

支給対象者が公務員の場合は、現況届を職場に提出することにより、子育て世帯臨時特例給付金の申請書が職場から配付されますので、５月31日現在で住民登録している市区町村へ申請してください。

（市こども支援課・市臨時給付金室）

■児童手当支給額

所得額	区分	支給額（児童１人につき）
所得制限額未満	０歳から３歳未満まで	月額　１万５千円
	３歳から小学生まで（第１、２子）	月額　１万円
	３歳から小学生まで（第３子以降）	月額　１万５千円
	中学生	月額　１万円
所得制限額以上	０歳から中学生まで	月額　５千円

※所得制限額以上の場合は子育て世帯臨時特例給付金の対象となりません。

■児童手当所得制限

扶養親族等の数	所得額	収入額
０人	622万円	833.3万円
１人	660万円	875.6万円
２人	698万円	917.8万円
３人	736万円	960.0万円
４人	774万円	1,002.1万円
５人	812万円	1,042.1万円

※所得制限額は、扶養親族等の状況によって異なります。

※収入額は、給与収入のみで計算した目安です。

■子育て世帯臨時特例給付金

支給対象者	平成27年６月分の児童手当（特例給付を除く）の受給者および要件を満たす人 ※「要件を満たす人」とは、児童手当の認定請求を失念するなどして平成27年６月分の児童手当を受給していないが、平成27年６月分の児童手当の受給要件を満たす人をいいます。別途、子育て世帯臨時特例給付金の申請が必要ですので、市臨時給付金室にお申し出ください。
支給対象児童	支給対象者の平成27年6月分の児童手当（特例給付を除く）の対象となる児童
支給額	対象児童１人につき3,000円
申請期間	６月１日㈪から11月30日㈪まで ※郵送の場合は、11月30日㈪の消印まで有効です。 ※申請期間内に提出がなかった場合、子育て世帯臨時特例給付金は支給できません。
公務員の申請先	【窓口】市役所別館１階臨時給付金受付会場または各支所地域総務課 【郵送】〒854-8601（住所不要）　諫早市臨時給付金室

※平成27年度の臨時福祉給付金については現在準備中です。詳細が決まりしだい、広報諫早や市ホームページでお知らせします。

■問い合わせ先

児童手当に関すること／市こども支援課、臨時給付金に関すること／市臨時給付金室

教育委員が学校給食センターを視察しました

学校給食への異物混入事案の実態を把握するため、４月６日、教育委員による市学校給食センター（東部および西部）の視察を行いました。

学校給食センター所長および東部学校給食センター調理業務受託者ハーベスト株式会社の総括責任者などと衛生管理やアレルギー対応について意見交換を行うとともに、調理の現状を確認し、今後の異物混入防止のための注意喚起を行いました。

（市教委教育総務課）

住民基本台帳の閲覧状況を公表します

平成26年度の住民基本台帳の閲覧状況を公表します。

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など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（http://www.city.isahaya.nagasaki.jp/）でご覧になれます。

（市民窓口課）

閲覧請求（申出）期間	閲覧請求（申出）件数	閲覧件数
平成26年４月～平成27年３月	27	1,820

新しい教育委員長、職務代理者、教育委員が決まりました

市は、大石竜基委員の任期満了に伴い、３月定例市議会の同意を得て、同氏を再任しました。

また、教育委員会は大石竜基教育委員長の任期満了に伴い、４月定例教育委員会において、委員長に大石竜基さん、委員長職務代理者に緒方正親さんを再任しました。

（市教委教育総務課）

大石教育委員長

緒方教育委員長職務代理者

行政相談委員を紹介します

市内には総務大臣から委嘱された８人の行政相談委員が、国・県・市、独立行政法人などに対する苦情・要望などについて相談を受けています。

地域の皆さんの身近な相談相手として相談を受け付け、相談者への助言や関係行政機関への通知などを行っています。本庁および支所で定期的に皆さんからの相談に応じています。秘密は固く守られますので、お気軽に相談してください。

※相談日などについては、定期相談コーナーをご覧ください。

（市民相談室）

行政相談委員

氏　名	住　所	電　話
小柳　景子	小川町320－1	24－4610
前田　英樹	中尾町8－12	25－1687
森　正明	栄田町49－14	25－3950
中路　徹	多良見町化屋829－1	43－1772
中村シズ子	森山町本村2275	36－0807
石田美津子	飯盛町里359	49－1533
中山　菊子	高来町峰154	32－4426
桃下真由美	小長井町打越821－3	34－2389

緊急地震速報の訓練放送を行います

内閣府および気象庁が、全国的な緊急地震速報の訓練放送を行います。

市も、全国瞬時警報システム（Ｊアラート）を通じて受信した緊急地震速報の訓練放送を、自動的に防災行政無線（屋外スピーカーおよび戸別受信機）から放送します。大音量での放送となりますので、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解いただきますようお願いします。

※訓練放送ですので、実際の放送とお間違えにならないようお願いします。　（市総務課）

■**放送日時**／５月27日㈬　午前10時15分ごろ

※時間は多少前後することがあります。また、気象・地震活動の状況などによっては、訓練を中止する場合があります。

■**放送内容**／（上りチャイム音）「こちらは防災諫早市役所です。ただいまから訓練放送を行います」（緊急地震速報チャイム音）「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」「こちらは防災諫早市役所です。これで訓練放送を終わります」（下りチャイム音）

■**その他**

・防災メール、防災ＦＡＸでも配信します。

・放送内容は、市ホームページのトップページにも緊急情報として掲載します（当日午前11時ごろまで）。

・放送内容は、テレホンサービス（☎0120-419-009）でもご確認いただけます。

生活環境を悪化させる不法投棄・野焼きはやめましょう

■不法投棄について

市は不法投棄の恐れのある場所に監視カメラを設置し、不法投棄の監視を強化しています。また、廃棄物適正処理指導員を配置し、休日および早朝、夜間パトロールを実施して再発防止に努めています。

不法投棄を行った場合には、**５年以下の懲役もしくは１千万円以下の罰金**に処し、またはこれを併科することになっています。さらに**法人が違反した場合**は、罰金はさらに上がり、**３億円以下の罰金**と定められています。不法投棄を発見した場合は、行為者の究明のため警察署へ捜査を依頼するなど迅速な対応をとっています。

不法投棄は、地域の景観を損なうだけではなく、水質汚濁や土壌汚染などの環境破壊にもつながる許されない行為です。適正に管理されていない土地ほど不法投棄されますので、土地の所有者や管理者は定期的に見回りを行い、草刈りや柵を設置するなど管理を徹底しましょう。

■野焼きについて

野焼きは、平成13年の法改正により一部の例外を除いて原則禁止となっています。例外にあたる焼却であっても煙や臭いで不快な思い、つらい思いをされている人がいます。そのため、法律で禁止されていない焼却であっても風向きや時間帯および地域性を考え、少量ずつ数回に分けて行ったり、草木などはよく乾かすなどして煙の発生量を抑えるなど、周辺に迷惑にならないよう十分に配慮してください。野焼きについても不法投棄同様の罰金が科せられます。

※例外とは、日常生活を営む上で、通常行われる草木などの軽微な焼却や農業、林業などを営むにやむを得ない場合の焼却です。

皆さんのご協力をいただき、各機関と連携しながら、不法投棄防止・野焼き防止の強化のため、パトロールや指導などを行っています。

（市環境政策課）

4/26

諫早のウマかもんで熱いバトル！

４月26日、市役所前中央交流広場では「第２回諫早グルメフェスティバル」が開催されました。市内の飲食店33店舗が参加し、地元の食材を使った「諫早のウマかもん」を販売。会場には25,000人が集まり、にぎわいました。お客さんは「おいしかった」と思ったグルメに投票。その結果、グランプリは、黒豚通り六白「六白バーガー・極（きわみ）」が獲得しました。大行列、売り切れのお店が続出するなど、大盛況となった諫早グルメフェスティバル。「おいしー～い！」というあふれる笑顔がいっぱいの楽しい１日となりました。

つきはあなたが写るかも?!

photo ギャラリー

投稿募集中! 写真と記事を〒854−8601
諫早市役所秘書広報課〔住所不要〕までどうぞ!

4/22

屋根より高いこいのぼり♪

本野地区を流れる本明川に、こいのぼりが登場。このこいのぼり流しは、地域の振興と子どもたちの健やかな成長を願い、本野地区振興会が毎年実施しているものです。今年は、昨年より多い約100本のこいのぼりが集まり、川面に吹く涼しい風に揺られながら、気持ちよさそうに泳いでいました。

5/8

諫早カーネーションに思いを込めて

５月８日、JAながさき県央諫早カーネーション部会の皆さんが、母の日を前に市役所を訪れ、カーネーションを贈呈しました。今年は茎が固く品質の良い仕上がりだという飯盛地域のカーネーションは、その栽培技術力が高く評価され、「諫早カーネーション」としてブランドとなっています。

4/15 リオ出場を目指し　がんばれ！副島選手！

４月15日、車いすアスリートの副島正純選手が、ロンドンマラソン・IPC世界選手権大会出場を前に、市役所を訪問しました。宮本市長は「世界で最高のパフォーマンスを見せてくれることを期待しています」と激励。副島選手は、４月26日の世界選手権大会で３位入賞を果たしました。

4/29 全力ダッシュ　今こそ夢をつかみとろう!!

４月29日、市営野球場で「キッズベースボールスクール2015」がありました。100人を超すほど集まった小学生が、ソフトバンクホークスの元プロ野球選手から直接指導してもらい、具体的な指導でみるみる上達した子もいました。最後の退場では、選手とハイタッチして感謝を表していました。

5/8 貞恵翁の遺徳をしのぶ

５月８日、森山東小学校で「第149回土橋貞恵翁祭」が行われました。これは、江戸時代末期、医療や土木事業など地域発展に貢献した医師「土橋貞恵翁」の徳行が語り継がれることを願い、毎年行われています。式典では、頌徳歌斉唱や森山中学校１年生による創作劇の発表などが行われ、貞恵翁の遺徳をしのびました。

5/1 シーズン到来！轟峡山開き

５月１日、「多良岳・轟峡山開き」が楊柳の滝前で行われました。轟峡は、新緑から紅葉までが観光シーズン。夏場は涼を求めて、秋は紅葉を楽しむトレッキングなど楽しみ方はいろいろ。この日は、多くの関係者が出席する中、観光客の安全を祈願し金松園保育所が金龍太鼓を奉納しました。

5/6 正義のヒーロー、早く助けて～！

５月３日から６日まで、諫早ゆうゆうランド干拓の里で「きんしゃいフェスタ2015」が開催。最新ヒーローショーでは、子どもたちの歓声が会場いっぱいに響いていました。たくさんの家族連れが遊具で遊んだり、シートを広げて食事をしたりと、楽しいゴールデンウイークを過ごしていました。

4/9 あけぼの会「幕府巡見使と諫早日記」発刊

旧高来青年団団員で構成され、高来地域の歴史探訪事業に取り組む「あけぼの会」が昨年８月に実施した講演会の記録を基に「幕府巡見使と諫早日記」200冊を発行。４月９日、市役所を訪れ、25冊を市に贈呈しました。宮本市長は、「非常に興味深い文献」と感謝の気持ちを表しました。

お知らせ

市県民税の納付をお忘れなく

市民税・県民税の第1期分は6月30日㈫が納期限です。納付は、ゆうちょ銀行・郵便局、各コンビニエンスストアでもできます。また、便利な口座振替もご利用ください。

■問い合わせ先／市納税課

自動車税の納付をお忘れなく

自動車税は、6月1日㈪が納期限です。納付は、金融機関のほか、各コンビニエンスストアでもできます。

■問い合わせ先／県央振興局税務部（☎22・0508）

配偶者の扶養からはずれた場合は年金の手続きを

サラリーマンの配偶者に扶養されている20歳以上60歳未満の人は、国民年金の第三号被保険者です。

第三号被保険者だった人が、配偶者の退職や自身の収入増・離婚などにより配偶者の扶養からはずれた場合（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を行わなければなりません。

手続きをしないと、将来の年金額が減額となったり、受給できなくなる恐れもあります。扶養からはずれた場合は手続きを忘れないようご注意ください。

■手続きに必要なもの

扶養からはずれた日が確認できる書類（社会保険資格喪失証明書など）、年金手帳、印鑑

■受付・問い合わせ先

諫早年金事務所（☎25・1662）、市保険年金課または各支所地域総務課

国民健康保険、後期高齢者医療に関する所得申告

国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入している人やその世帯員で、平成26年分（平成26年1月～12月）の所得の申告が必要な人には6月中旬頃に申告書を送付します。

この申告をもとに、保険料や高額療養費の自己負担限度額などを決定します。

申告書が届いた人は、期限までに必ず申告してください。

■問い合わせ先

市保険年金課または各支所地域総務課

家屋の建築や解家をしたときは届出を

5月上旬に送付した「納税通知書兼課税明細書」は、平成27年1月1日現在に所有し課税される土地家屋の明細を記載しています。この明細書に記載されていない家屋をお持ちの人や記載されている家屋で解家をした人、または今後建築や解家の予定がある人は、市資産税課家屋担当へご連絡ください。

※家屋を新増築した場合や、登記されている家屋を解家した場合などは、所有者の財産保全のため、法務局の登記をお勧めします。

■問い合わせ先／市資産税課

住宅用地や新築住宅の申告はお済みですか

平成27年1月1日現在、居住用の家屋を新築するなど住宅用地として利用している土地については、固定資産税・都市計画税の課税標準の特例が適用されます。

また家屋については、新築された住宅が一定の要件に該当する場合は、新築した次の年から3年間（3階建て以上の中高層耐火住宅は5年間）固定資産税が減額されます。

申告方法については、市資産税課にお問い合わせください。

	対象（1世帯・1戸あたり）	固定資産税	都市計画税（市街化区域内のみ）
土地	200㎡以下の住宅用地	6分の1に減額	3分の1に減額
	200㎡を超える部分の住宅用地	3分の1に減額	3分の2に減額
家屋	120㎡までの居住部分	2分の1に減額	－

※1世帯とは世帯ごとの居住要件（玄関、台所、トイレがあり、世帯ごとに空間が仕切られていること）を満たす場合に1世帯とします。

※減額が適用されている人は再度申告の必要はありません。

※家屋の要件の詳細については、お問い合わせください。

■問い合わせ先／市資産税課

ご覧になれます地価公示価格

平成27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ました。

地価公示制度は、地価公示法に基づき、都市計画区域内の宅地などについて標準地を選定し、毎年1回、1月1日を基準日として、正常な価格を判定・公示するものです。これは、一般の土地取引価格など適正な地価の設定に役立てることを目的としています。

市内の標準地は20カ所で、平成30年4月20日まで（各施設の休庁・休館日などを除く）、市管財用地課、各支所、出張所（小栗、小野、有喜、真津山、本野、長田）および諫早図書館でご覧になれます。

■時間（各施設）

午前8時30分～正午
午後1時～5時

■時間（諫早図書館）

（火～金曜日）
午前10時～午後7時
（土・日曜日）
午前10時～午後5時

■問い合わせ先

市管財用地課

定期相談

6月

■本庁定期開催分
ところ／市民相談室（高城会館3階）
問い／市民相談室（☎22－3113）
お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。

▶法律相談　8日㈪、17日㈬、29日㈪
午後1時～4時（事前予約制）
※市内居住者で、同一の相談について原則1回

▶遺言・契約等相談
23日㈫　午後1時～4時

▶登記相談
9日㈫　午前10時～午後3時

▶不動産相談
2日㈫　午前9時～正午

▶交通事故相談
16日㈫　午前10時～午後4時

▶人権相談
11日㈭、18日㈭
午前10時～午後3時

▶行政相談
5日㈮、12日㈮、19日㈮、26日㈮
午前10時～午後3時

※支所定期開催分
多良見支所相談室26日㈮午前10時～午後1時
森山支所相談室　19日㈮午前10時～午後1時
飯盛支所相談室　12日㈮午前10時～午後1時
高来支所相談室　19日㈮午前10時～午後1時
小長井支所相談室12日㈮午前10時～午後1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
ところ／市消費生活センター、各支所地域総務課
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
3日㈬、17日㈬、24日㈬
午前9時～午後4時
ところ／市役所本館玄関ホール
10日㈬
午前9時～午後4時
ところ／森山支所
問い／市緑化公園課

▶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）
午前9時～午後5時
ところ／野中町508－8
問い／市少年センター（☎24－3737）

中小企業・小規模事業者のための経営相談所
長崎県よろず支援拠点　出張窓口
とき／6月25日㈭午前9時～午後5時
ところ／諫早図書館　※要予約・相談無料
内容／販路開拓・経営改善など経営上のあらゆる相談
問い／長崎県よろず支援拠点（☎095－828－1462）

認知症専門相談

■とき／6月19日㈮
午後1時30分～3時
■ところ／市役所本館2階
2・1会議室
■対象者／認知症やその心配がある高齢者、認知症の人の家族、介護保険サービス事業所職員
■内容
認知症の人への対応、医療や介護の相談
■相談員
認知症専門嘱託医、認知症地域支援推進員、保健師
※要事前予約。相談日以外でも、認知症地域支援推進員が対応しますのでご相談ください。
■申込・問い合わせ先
市高齢介護課

遠隔操作によるプロバイダ変更勧誘に注意！

【事例】
「今より必ず安くなるから」と電話で勧誘され、承諾するとパソコンの遠隔操作でプロバイダの変更が行われた。変更後、プロバイダの料金を確認すると、新しい契約先のほうが高額になることがわかった。解約を申し出たが、違約金が必要と言われた。

【対応】
契約する前に、契約内容に関する書面を求め、はっきりと理解できなければ承諾しないようにする。
気づかないうちにオプションなどを申し込んだことになっているケースもあるので、注意が必要。
困ったときは、市消費生活センターへご相談ください。
■問い合わせ先
市消費生活センター（☎22・3113）

私有地から張り出している枝木の剪定や伐採のお願い

市道や里道に隣接する個人宅地や山林などから、道路上に垣根や枝などが張り出して、歩行者や車の通行に支障が生じている事例が見受けられます。
私有地から道路上に張り出している枝木は、土地所有者が剪定や伐採をお願いします。
■問い合わせ先
市建設総務課

不登校やいじめなどの悩みは少年センターにご相談ください

市少年センターでは、不登校やいじめなどで悩みをもつ市内小・中学生の保護者や教職員を対象にした専門相談員による相談会を実施しています。お気軽にご相談ください。

■5月～7月実施分

日程	専門相談員	時間	場所
5月22日㈮	淺香　佐輝子さん（長崎カウンセリング研究所長）	午後2時～5時（1回50分）	少年センター相談室
5月28日㈭	川浪　由喜子さん（臨床心理士・スクールカウンセラー）		
6月11日㈭	柴原　誠一郎さん（精神医療センター副院長）		
7月1日㈬	本山　和徳さん（こども医療福祉センター副所長）		
7月9日㈭	有木　明子さん（臨床心理士・スクールカウンセラー）		

※1日3件の相談枠があります。お子さんが在籍する学校を通じて、お申し込みください。
※市少年センターでは、通常の電話相談、来所相談にも応じています。
■問い合わせ先／市少年センター（☎24-3737）

家庭用生ごみ処理機器の購入費を補助します

市は、ごみの減量化推進の一環として、家庭用の生ごみ処理機器購入費の補助を行っています。生ごみ処理機を利用すると、ごみの量が少なくなり、肥料などとして有効利用できます。

■内容
①生ごみ処理容器（EMバケツ、コンポストなど）は購入価格の2分の1（上限は2万円まで）、世帯に2個まで
②電気式生ごみ処理機は購入価格の3分の1（グリーン購入法適合品以外の商品は4分の1、上限は2万円まで）、世帯に1台まで

■要件
市内の販売店で購入したもの（以前購入補助を受けられた場合でも、生ごみ処理容器は3年間、電気式生ごみ処理機は5年間経過して再購入する場合は、再度補助が受けられます）

■手続き
生ごみ処理機器購入後、領収書（世帯主あてのもの）、印鑑、世帯主の通帳、保証書（電気式の場合のみ）を持参し、市環境政策課または各支所地域総務課へ申請してください。

■電気式生ごみ処理機（乾燥式）の使用例

処理前

処理後

※約7分の1程度になり、肥料として使用できます。

■問い合わせ先
市環境政策課または各支所地域総務課

廃食油を用いた石けんづくり講習会を行っています

市では廃食油を用いた石けんづくりの講習会を次のとおり行っていますのでご参加ください。

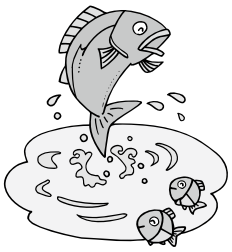
■とき
原則として毎月第1火曜日
午後1時30分～3時

■ところ
ほたる工房（高城町・市体育館道路向かい）

■内容
家庭から出た廃食油を使った石けんづくり

■申込・問い合わせ先
市環境政策課

生活排水による川・海の汚濁を防止しましょう



川や海の汚れの原因の一つは家庭から出る生活排水によるものと言われています。たとえば、使用済み天ぷら油を200cc（カップ1杯分）川に流したとすると、魚が棲める環境にするためには浴槽約200杯分の水が必要です（浴槽1杯分を300リットルとした場合）。

「台所やお風呂の排水口は川や海への入口です」

川や海をきれいにするため、家庭でできる次のような生活排水対策にご協力をお願いします。

①皿、鍋などに残った油類は拭いてから洗う。
②使い古しの油（廃食油）は流さない。
③野菜などの皮は、洗う前にむいて汚れを流さない。また、調理くずを濡らさないことで、生ごみの水分が減りごみ処理費用の削減につながります。
④流し台には水切り袋などを備え、調理くずを流さないようにする。水切り袋は、ひとしぼりして水分を少なくすることで、ごみ処理費用の削減につながります。
⑤米のとぎ汁は、台所に流さず庭木の散水に使用する。
⑥洗濯や食器洗いなどには、適量の洗剤を使用する。
⑦風呂の残り湯は、洗濯や庭のまき水に使用する。

■問い合わせ先
市環境政策課

EM（有用微生物群）による水質浄化活動を行っています

諫早市連合婦人会では、EM（有用微生物群）による河川などの水質浄化啓発活動に取り組んでいます。

EM培養装置などを次の場所に設置し、市民の皆さんに無料で配布しています。受け取りの際は、ペットボトルなどの容器をお持ち下さい。

■設置場所／小野、有喜、本野、西諫早、高来の各ふれあい会館、長田みのり会館、貝津町公民館、小船越町二区公民館、ほたる工房（高城町・市体育館道路向かい）など

■問い合わせ先／諫早市連合婦人会（☎22・2856）または各地域の婦人会役員

空きかん回収キャンペーン

「私たちの町は、私たちの手で美しく」を合言葉に、道路や広場、側溝などに散乱している空きかんなどを、自治会単位の地域ぐるみで回収します（諫早市衛生組織連合会主催）。ご協力をお願いします。

■とき／6月7日㈰午前中（小雨決行）

※注意
・がけや踏み切り周辺などの危険な場所は避けてください。
・マムシ・ハチ・ハゼの木などにご注意ください。

■問い合わせ先／市環境政策課または各支所地域総務課

6月定時登録の選挙人名簿が縦覧できます

6月1日現在で、新しく選挙人名簿に登録（定時登録）した人の名簿が縦覧できます。

■期間／6月3日㈬～7日㈰
午前8時30分～午後5時

■ところ／市選挙管理委員会事務局（市役所本館7階）
※土・日曜日は市役所本館1階休日・夜間受付で縦覧できます。

■問い合わせ先
市選挙管理委員会事務局

家族みんなで食中毒予防の3原則

私たちの生活の中に、食中毒を起こす細菌やウイルスを撃退する「つけない・増やさない・殺菌する」の食中毒予防3原則を取り入れて、食中毒からからだを守りましょう。

つけない

①調理の前には石けんで必ず手を洗いましょう。
②傷のある手で調理をするときは手袋をつけましょう。
③調理器具は汚れを落として消毒をしましょう。
④肉や魚を切った包丁、まな板は必ず洗浄、消毒してから使用しましょう。
⑤肉・魚・卵に触ったら、必ず手を洗いましょう。
⑥動物に触れたときやトイレ・おむつ交換の後など、必ず手を洗いましょう。

増やさない

①冷蔵庫は10度以下に保ち、ドアを15秒以上開けておかないようにしましょう。
②冷凍された食品の解凍は、冷蔵庫内で行い、室温では自然解凍しないようにしましょう。
③料理中の物や、残り物は放置しない。保存する場合は、10度以下で保管しましょう。また、刺身などは4度以下で保存しましょう。
④生ものや冷凍食品を購入するときは、最後に買い、帰宅後はすぐに冷蔵庫に入れましょう。
⑤温かい物は温かいうちに、冷たい物は冷たいうちに食べましょう。

殺菌する

①食品はしっかり中心部まで加熱しましょう。
②調理済みのレトルト食品や冷凍品もよく加熱しましょう。
③残り物を温めるときも十分に加熱しましょう。
④電子レンジでは、ときどきかき混ぜながらまんべんなく加熱しましょう。
⑤野菜など生で食べる物は、流水で十分洗いましょう。
⑥使用後の包丁、まな板、タワシなどは熱湯をかけ、よく乾燥させましょう。

■問い合わせ先
健康福祉センター

平成27年度教科書展示会

市教育委員会は、平成27年度に小・中・高等学校で使用されている教科書見本、平成28年度から中学校で使用される予定の全発行者の教科書見本の展示会を開催します。

また、展示会終了後も、小・中・高等学校の教科書見本は、市教委学校教育課で常設展示をします。

■とき
6月17日㈬～7月3日㈮

■ところ
○小・中・高等学校用
市教育委員会
○平成28年度中学校用
諫早図書館エントランス

■問い合わせ先
市教委学校教育課

6月4日～10日は歯の衛生週間です

「おくりたい　未来の自分に　きれいな歯」

歯と口は、食事をおいしく食べたり、会話を楽しんだりして、健康に生きていく力を支える大切なものです。歯の衛生週間を機会に、歯や口の状況を知るため、歯科医院で検診を受けてみませんか？

長崎県は平成25年4月に「歯なまるスマイルプラン」を策定しました。生涯を通じて健康な生活を送るための取組を推進しています。

詳しくは県央保健所のホームページをご覧ください。

長崎県県央保健所　検索

■問い合わせ先
県央保健所健康対策班（☎26-3306）

私たち母子保健推進員です

私たち母子保健推進員は、「地域の子育て子育ち応援隊」として活動している市の非常勤職員です。全小学校区に配置され市内を85人で担当しています。主な活動は、生後4カ月までの乳児がいる家庭へ訪問する「乳児家庭全戸訪問（こんにちは赤ちゃん訪問）」の実施や、パパママ学級や健診などの保健事業への従事、地域の子育てサロンへの支援などさまざまです。子育て中のママと赤ちゃんの身近な相談窓口として、電話などの相談にも応じています。

また、「こどもとメディア」については、研修会などで勉強し独自にチラシを作成して、地域の皆さんへお知らせしています。

家庭訪問する際は、黄色のエプロンをして名札と身分証明書を所持しています。お住まいの地区の母子保健推進員については、健康福祉センターや各支所地域総務課へお尋ねください。

「人権擁護委員の日」特設人権相談所を開設します

人権擁護委員は、皆さま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皆さまの悩みや心配ごとを相談してみませんか？

相談は無料で、秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

■開設日
6月4日㈭
①午前10時～午後4時
高城会館3階
②午前10時～午後3時
森山支所相談室、飯盛支所相談室、高来支所小会議室、小長井支所相談室、多良見支所相談室

■問い合わせ先
長崎地方法務局諫早支局
（☎22・0475）
市民相談室
（☎22・3113）

募集

緑のカーテンコンテスト

緑のカーテンコンテストの作品（写真）を募集します。

■対象
○自宅に緑のカーテンを設置している市内在住の人
○緑のカーテンを設置している市内の事業所・学校など

■応募規定
○一つにつき一回
○家庭または事業所・学校などで実際に設置している事例に限ります。

■応募期限／9月25日㈮

■応募方法／郵送（〒854・8601（住所不要））またはメール（kankyou_seisaku@city.isahaya.nagasaki.jp）などで市環境政策課へお申し込みください。募集要項・応募用紙は、市環境政策課または各支所地域総務課にあります。市ホームページからもダウンロードできます。

■申込・問い合わせ先
市環境政策課

諫早市ビタミンプロジェクト提案（2次）

平成27年3月に市制施行（合併）10周年を迎えた諫早市の魅力を広く市内外へアピールするため、「諫早」の新しい魅力、活力となる事業について市民の皆さんの提案を募集します。

また、皆さんのアイデアを実現する土台作りを支援するための準備事業「ビタミンの卵事業」も募集中です。

■募集事業
①ビタミンプロジェクト実施事業（事業立ち上げの初年度のみ補助対象）
・諫早の新しい魅力、活力づくりに貢献する事業
・地場産品や、郷土料理など、諫早のさまざまな地域資源を活かした事業
②ビタミンの卵事業
・ビタミンプロジェクト実施事業の提案をするための準備事業
※次年度、ビタミンプロジェクト事業の提案をすることを前提

■応募方法
提出書類を期限までに市企画政策課へ持参してください。なお、持参することが困難な場合は、市企画政策課まで電話連絡のうえ、郵送などで応募してください。

提出書類および募集要項は市企画政策課および各支所地域総務課、出張所などにあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

■募集期限／6月22日㈪
※ビタミンの卵事業は随時募集中（おおむね本年12月まで）

■申込・問い合わせ先
市企画政策課

平成27年度調理師試験受験者

■とき／7月29日㈬
午後1時30分～3時30分

■ところ
（長崎市）
長崎県農業会館
（佐世保市）
アルカスSASEBO
（諫早市）
ながさき看護センター

■願書受付期間
6月1日㈪～8日㈪
午前9時～午後5時
※土・日曜日を除く

■申込・問い合わせ先
県央保健所企画調整課
（☎26・3304）

結の浜マリンパーク海水浴場短期作業員

結の浜マリンパーク海水浴場の海開きに伴い、短期作業員（駐車場整理員・女子更衣室等管理員）を募集します。

■資格
18歳以上（高校生を除く）の健康な人

■定員
○駐車場整理員／5人
○女子更衣室等管理員／3人

■期間
7月17日㈮～8月23日㈰
（週5日以内勤務）

■作業時間
○駐車場整理員／午前8時30分～午後5時15分
○女子更衣室等管理員／午前9時30分～午後6時15分

■賃金／日給7,070円
（別途交通費を支給する場合が有ります）

■申込方法
市販の履歴書に記入し、市商工観光課または飯盛支所産業建設課へ本人が必ず持参してください。

■申込期限
6月8日㈪～12日㈮

■申込・問い合わせ先
市商工観光課または飯盛支所産業建設課

６月は食育月間です

～第二次諫早市食育推進計画をご存じですか?～

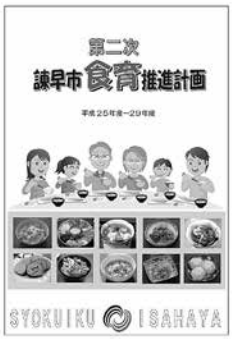
毎年６月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と定めて、「家族そろって食卓を囲む」などの食育推進運動を展開しています。

市では、平成25年５月に第二次諫早市食育推進計画を作成しました。

計画では、「食に関する適切な判断力」「食に関する感謝の念と理解」「健全な食生活を実践し、健康で生き生きとした生活を目指す」という３つのことを基本目標に掲げています。

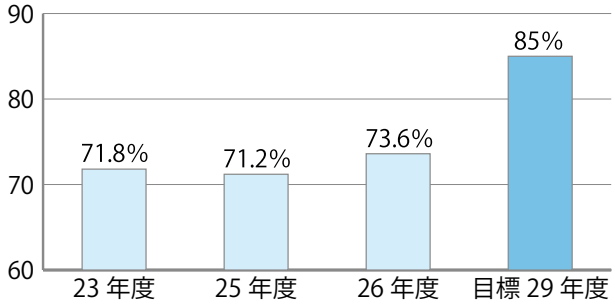
取組としては、「公民館講座などの食に関する学習の場に参加する」「料理の味付けを薄味にする」「エコバッグを利用する」などがあります。

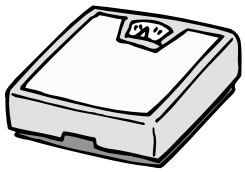
（健康福祉センター）



食育推進の参考とするために「食についてのアンケート」調査を実施しました。（一部抜粋）

■適正体重を維持している人の割合（40歳～64歳）





適正体重はＢＭＩで表します。
ＢＭＩ＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）
適正数値：18.5≦ＢＭＩ＜25

市では、各種健康づくりに関する事業を実施し、食育推進計画の目標達成を目指しています。

※「第二次諫早市食育推進計画」および詳しい「アンケート結果」は、市ホームページをご覧ください。

男女共同参画週間事業

来て！ 見て！ 感じて！ ひとひと参感日

「男女共同参画週間（６月23日～29日）事業」として、諫早市男女共同参画推進センター「ひと・ひと」で、楽しく男女共同参画に親しむイベントを開催します。当日は、パネル展示、新鮮野菜やビスケットの販売、まちの保健室による血圧測定などもあります。この機会にぜひ「ひと・ひと」にお越しください。

■とき／６月28日㈰　■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）

	講座名	時間
①	デザイン書道講座 ～「和」をテーマに　文字が苦手な人でも筆を使って楽しく書こう～	午前10時～正午
②	キッズコーナー ～知ってる人も、知らない人も、みんな一緒に楽しく遊ぼう♪～	
③	マッサージでコミュニケーション！ ～セルフマッサージのコツを学ぼう～	
④	絵手紙体験コーナー	
⑤	地球温暖化防止について学ぼう≪講演、ビデオ視聴、エコバックづくりなど≫	午前９時30分～正午
⑥	男の料理教室～煮魚中心の和食メニューでメタボ対策～	午前９時30分～午後１時
⑦	消費生活センター紹介コーナー ～迷ったら相談を。一人で抱え込まないで！～	午前10時～正午
⑧	女性起業塾卒業生による「お試し体験ブース」≪お片付け術、マッサージ、カラーセラピー≫	
⑨	寸劇「家事労働は誰がする？」	午後１時30分～１時50分
⑩	諫早で輝く女性３人による「体験発表＆座談会」	午後１時55分～３時

※①は定員16人、材料代300円。⑥は定員12人、材料代600円。①と⑥は事前申込が必要で、応募多数の場合は抽選になります。無料保育サービス有（事前申込必要）

■申込期限／６月17日㈬

■申込・問い合わせ先

市人権・男女参画課（☎・FAX24-1580）（Ｅメール／ jinken_danjo@city.isahaya.nagasaki.jp）

精神保健福祉相談

心の健康や児童・生徒の問題行動、ひきこもり、認知症など、精神保健に関する相談に精神科医師が応じます。相談は予約制です。事前にご予約ください。

とき		ところ
６月３日㈬	午後２時～４時30分	県央保健所
６月９日㈫		
６月18日㈭	午後３時30分～５時30分	
６月19日㈮	午後３時～５時	
６月22日㈪	午後２時～４時30分	

■申込・問い合わせ先
県央保健所地域保健課保健福祉班（☎26-3306）

子育て相談

保護者が子育ての中で感じる悩みや心配などの相談に、臨床心理士と家庭相談員で応じます。お気軽にご相談ください。相談は予約制です。相談日の前日までにご予約ください。

■とき
６月17日㈬　午前10時～正午
■ところ／高来公民館
■申込・問い合わせ先／市こども支援課

節目検診のお知らせ

病気の早期発見と健康づくりの推進のため、節目の年齢の人を対象に「骨粗しょう症検診」「成人歯科検診」「眼科健康診査」を実施しています。

実施期間は平成28年３月31日までです。ぜひ、受診しましょう。

健診項目	対象者	受診者負担金
骨粗しょう症検診	40、45、50、55、60、65、70歳の市民の女性	400円
成人歯科検診	40、50、60、70歳の市民	400円
眼科健康診査	40、50、60歳の市民	600円
※生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は免除あり。事前にご相談ください。		

※対象者の年齢は、平成28年３月31日現在の年齢です。
○健康手帳と健康保険証をご持参のうえ、受診してください。また、健康手帳をお持ちでない人には、医療機関で発行します。
○各種検診の実施医療機関は、市役所、各支所・出張所などに設置している「検診のお知らせ」をご覧いただくか、健康福祉センターへお尋ねください。
■問い合わせ先／健康福祉センター（☎27-0700）

６月１日～７日は「ＨＩＶ検査普及週間」です

日本ではＨＩＶ感染者、エイズ患者ともに毎年増え続け、感染者・患者数の累計も２万人を超えました。ＨＩＶに感染すると、自覚症状のない時期（無症候期）が数年続きます。ＨＩＶ検査を受けることで、初めて感染の有無を確認することができます。

エイズは早期発見し治療することで、発病を予防したり、遅らせたりすることができます。早期発見のために、まずは検査を受けましょう。

－県央保健所での匿名・無料検査のご案内－

ＨＩＶ検査普及週間での特別検査（要事前予約）
■検査日／６月７日㈰　受付：午後１時～５時
■検査項目／エイズ、Ｂ型肝炎、Ｃ型肝炎
■結果／約１時間後

通常検査（要事前予約）
■検査日
毎週火曜日（１回／週）受付：午前９時～午後５時30分
■検査項目／エイズ、クラミジア、Ｂ型肝炎、Ｃ型肝炎
■結果／１週間後以降

即日検査（要事前予約）
■検査日／第２木曜日（１回／月）受付：午後２時～５時
■検査項目／エイズ、Ｂ型肝炎、Ｃ型肝炎
■結果／約１時間後

■申込・問い合わせ先
県央保健所地域保健課健康対策班（☎26-3306）

集団健診のお知らせ

健診項目	対象者	受診者負担金、その他受診に必要なもの
①特定健康診査	40～74歳の国民健康保険加入者	無料、国民健康保険証
②若年者健康診査	30～39歳の国民健康保険加入者	500円、国民健康保険証
③がん検診など（大腸がん、胃がん、結核・肺がん、肝炎ウイルス検診）	40歳以上の市民で、職場などで健診の機会がない人	大腸：200円、胃：500円、肺：200円、喀痰：300円、肝炎：200円 ※生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は免除あり。事前にご相談ください。

※対象者の年齢は、平成28年３月31日現在の年齢です。

＜集団健診日程表＞

とき	受付時間	ところ
６月14日㈰	午前８時30分～11時	高来会館
６月16日㈫		

■問い合わせ先
①②市保険年金課（☎22-1500）
③健康福祉センター（☎27-0700）

うつ病当事者サポート教室

うつ病で休職中または復職された人などを対象に、うつ病の理解、復職に向けての心身の準備、再休職防止のためのケルフケアについて、教育プログラムやミーティングを通して学ぶ、うつ病当事者サポート教室を開催します。

■講師
長崎大学大学院医歯薬学総合研究科教授
田中悟郎さん
■申込期限／７月31日㈮　※参加費無料
■申込・問い合わせ先
県央保健所地域保健課保健福祉班
（☎26-3306）

	とき		ところ	内容
第１回	９月１日㈫	午後２時～４時	県央保健所	オリエンテーション
第２回	９月８日㈫			うつ病について理解しましょう
第３回	９月15日㈫			考え方のクセを知りましょう
第４回	９月29日㈫			考え方と気分の関係に気づきましょう
第５回	10月13日㈫			気持ちが楽になるような考え方や行動を見つけましょう
第６回	10月27日㈫			まとめ

6月の健康テレフォンサービス ☎0120-555-203 ※祝日・休日は前日のテープが流れます
月…カリウムが高いと言われたら／火…足の指の痛み、モートン病
水…子どもの睡眠／木…夏の肌のお手入れ／金…気になりませんか、お口のかわき
土・日…子宮脱などの骨盤臓器脱　問…県保険医協会（☎095-825-3829）

妊婦

事業名	対象者	とき	ところ	内容	受付時間
パパママ学級	妊婦とその家族	7日(日)	健康福祉センター	お産や母乳について	午前9時30分～10時（実施時間：2時間程度）
		21日(日)		お母さんと赤ちゃんの食事	
※定員は15組です。健康福祉センター（☎27－0700）へ予約してください。					

乳幼児

事業名	対象者	とき	ところ	対象地域	受付時間
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）			
乳児健康相談	生後12月まで	1日(月)	森山保健センター	南部	午後1時～1時15分
		2日(火)	多良見体育センター	西部（多良見・真津山）	
		9日(火)	健康福祉センター	北部	
		16日(火)		中央	
		23日(火)	高来会館	東部（長田・高来）	
		26日(金)	飯盛ふれあい会館	西部（飯盛）	
1歳6カ月児健康診査	対象：1歳8カ月（一部1歳6～9カ月） ※対象となる人へは1カ月前に健診票を送付します	4日(木)	健康福祉センター	中央	午後1時～1時15分
		11日(木)		北部	
		24日(水)	森山保健センター	南部	
		25日(木)	多良見体育センター	西部（多良見・真津山）	
2歳6カ月児歯科健康診査	平成24年12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	対象：3歳6カ月（一部3歳6～9カ月） ※対象となる人へは1カ月前に健診票を送付します	5日(金)	健康福祉センター	北部	12時45分～午後1時
		12日(金)		中央	
		17日(水)	高来会館	東部（長田・高来）	
		18日(木)	多良見体育センター	西部（多良見・真津山）	

※対象地域とは、中央が「諫早・上山・北諫早・上諫早小学校区」、北部が「西諫早・本野・御館山・真城・真崎小学校区」、南部が「森山地域、みはる台・小栗・小野・有喜小学校区」、西部が「多良見・飯盛地域、真津山小学校区」、東部が「高来・小長井地域、長田小学校区」です。
※1歳6カ月児健診と3歳児健診は、1回当たりの人数が平均的になるよう対象年齢を生年月日で区切っていますので、ご注意ください。

健康運動教室

事業名	とき		ところ	内容	その他
市民ウオーキング	6日(土)	午前9時～11時30分	西諫早緑地駐車場	5～6kmコース	※雨天中止
	13日(土)		森山ふれあい公園		
	20日(土)		多良見支所		
	27日(土)		高来支所		
ニュースポーツ教室	22日(月)	午前9時30分～11時	眼鏡橋前芝生広場	グラウンド・ゴルフ	
のんのこ21サーキット	毎週月曜日	午後1時30分～3時	健康福祉センター たらみ会館 飯盛ふれあい会館	中程度の体力者向け（筋力運動・有酸素運動）	※要事前申込
	毎週水曜日	午後8時～9時30分	長田みのり会館		
	毎週木曜日	午後1時30分～3時	西諫早ふれあい会館		
	毎週金曜日		小野体育館		
		午後8時～9時30分	高来会館		
のんのこ体操	毎週火曜日	午前10時～11時30分	健康福祉センター	低体力者向けの体操	
	毎週水曜日	午後1時30分～3時	西諫早ふれあい会館		
	第1・3月曜日		本野ふれあい会館		

※水筒・タオル持参。ペットの同伴は不可。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。
■申込・問い合わせ先／市運動普及推進員協議会事務局（☎27－0700）

介護相談

とき		ところ	問い合わせ先
11日(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）

健康福祉センター　（☎27－0700）　多良見支所地域総務課（☎43－1111）　森山保健センター　（☎35－2866）
飯盛支所地域総務課（☎48－1111）　高来支所地域総務課　（☎32－2111）　小長井支所地域総務課（☎34－2111）

お知らせ

平成27年度「諫早市お口の健康フェスティバル」

■とき／６月７日㈰　午前10時～12時30分
■ところ
　市民センター、本町アーケードポケットパーク
■テーマ／「お口は生きる入り口」
■内容
・小学生歯の健康優良児表彰
・園児の図画展示
・お口の健康相談
・歯に良い料理の実演
■問い合わせ先／諫早市歯科医師会（☎24-3576）

お知らせ

第35回菖蒲忌

　本年は、諫早が生んだ芥川賞作家野呂邦暢の没後35年を迎え、野呂文学とその業績を顕彰する「菖蒲忌」が次のとおり開かれます。
■とき／５月31日㈰　午前10時30分～
■ところ
　上山公園　野呂文学碑前
■内容／作品朗読ほか
■問い合わせ先
　諫早市芸術文化連盟（☎22-1103）

お知らせ

こながいっ子ひろば

　小長井地域の４保育園合同による子育て応援イベント「こながいっ子ひろば」を開催！
　子育て中のお母さん、お子さんと一緒に気軽にご参加ください！
■とき／６月12日㈮　午前10時～正午
■ところ
　小長井文化ホール　集会室
■内容
　絵本読み聞かせ、手遊び・親子体操
　コーナー遊び（体を使った遊びコーナー、遊具で遊ぶコーナー、親子でおもちゃづくりコーナー、赤ちゃんコーナー）
■対象
　市内全域の未就園児親子
※参加費無料
■問い合わせ先
　遠竹保育園　（☎34-2143）

お知らせ

V・ファーレン長崎を応援しよう!

　ホームゲームでは、皆さんの熱い声援が選手の力となります。ぜひ、スタジアムへ足を運び、ご観戦ください。
【ホームゲーム開催予定】

５月24日㈰　午後１時～	VS　愛媛ＦＣ
６月14日㈰　午後７時～	VS　ジュビロ磐田
６月28日㈰　午後６時～	VS　アビスパ福岡

■会場／県立総合運動公園陸上競技場
■現在の成績（第13節　５月９日現在）
　６位　勝ち点22（６勝４分け３敗）
■問い合わせ先
　市スポーツ振興課（☎22-2543）

お知らせ

多良見文化協会美術展

多良見文化協会美術展を開催します。書道・絵画・写真など多数の力作が展示されます。皆さんのご来場をお待ちしてます。

■とき／５月30日㈯～６月７日㈰
午前９時～午後10時
※６月１日㈪は休館日、７日㈰は午後４時まで

■ところ／たらみ図書館

■内容
絵画・書道・写真・押し花・ちぎり絵など

■問い合わせ先
多良見文化協会事務局（☎43-1122）

募集

第26回「伊東静雄賞」作品募集（現代詩）

諫早市出身浪漫派詩人・伊東静雄の文学を全国に発信し、顕彰するため現代詩を募集します。

■応募要項
①１人１編
（未発表のものに限る）
②題名を含め40行以内、Ａ４版400字詰め原稿用紙２枚以内
（パソコン使用の場合はＡ４版20字×20行の縦書き）
③欄外か余白に郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢・性別・職業・電話番号を明記のこと
④応募料は無料（作品は返却しません）
⑤副賞50万円

■応募期限
８月31日㈪（当日消印有効）

■応募・問い合わせ先
諫早市芸術文化連盟・伊東静雄賞係
（〒854-0014　東小路町10-25　☎22-1103）

お知らせ

第44回 多良見地域バレーボール大会

多良見地域バレーボール大会を開催します。

■とき
６月28日㈰　開会式：午前８時～

■ところ
多良見体育センターほか

■問い合わせ先
多良見地域バレーボール大会実行委員会
（☎43-1111）

お知らせ

池下ペーロン大会

端午の節句（旧暦）を祝い、子どもたちがペーロン船に乗り込む子供ペーロンと一般の数チームによるペーロン競漕が行われます。

■とき／６月21日㈰
子供ペーロン：午前７時30分～
ペーロン大会：午前10時～

■ところ／池下漁港

■問い合わせ先
池下ペーロン保存会　西海さん（☎49-1330）

多良見公民館

☎43-0049
多良見町化屋1800

▶知って得する旅の楽しみ方
とき／６月９日㈫・30日㈫、７月21日㈫、８月４日㈫（全４回）午前10時～正午　ところ／たらみ会館　内容／旅の計画・宿の選び方、松浦鉄道の魅力、列車で行く熊本ほか旅ガイド　対象／成人（定員70人）　申込期限／６月４日㈭　※窓口または電話申込

▶お母さんといっしょに

とき／６月12日㈮午前10時～正午　ところ／たらみ会館　内容／親子で楽しくできるレク・ゲームを学びます　対象／１歳６カ月～就学前までの幼児と母親（定員20組）　申込期限／６月２日㈫　※参加費100円。窓口または電話申込

▶まんが道場
とき／６月13日㈯（年６回開催予定）午前10時～11時30分　ところ／たらみ会館　内容／好きな「まんが」を自由に描こう！　対象／小学生（定員15人）　申込期限／６月４日㈭　※窓口または電話申込

▶いけ花で心豊かに（小原流）
とき／６月13日㈯、８月８日㈯、10月17日㈯、12月26日㈯（全４回）午前10時～11時30分　ところ／たらみ会館　内容／季節の花で暮らしを心豊かに…　対象／成人（定員15人）　申込期限／６月２日㈫　※材料代１回1,500円。窓口または電話申込

▶黄先生の楽しい中華料理

とき／６月16日㈫、７月14日㈫、８月11日㈫（全３回）午前10時～午後１時　ところ／たらみ会館　内容／中華のプロが、家庭でもできるコツを伝授します　対象／成人（定員20人）　申込期限／６月４日㈭　※材料代2,500円（３回分）。窓口または電話申込

▶ママとキッズの国際交流
とき／６月17日㈬、７月15日㈬・29日㈬（全３回）午前10時～正午　ところ／たらみ会館　内容／子どもたちと一緒に国際交流を（英会話・遊び・外国の話・料理）　対象／１歳６カ月～就学前までの幼児と母親（定員15組）　申込期限／６月４日㈭　※材料代1,600円（３回分）。窓口または電話申込

▶うまい！まんじゅうづくり

とき／６月20日㈯午前10時～正午　ところ／たらみ会館　内容／まんじゅうは和菓子の王様です。みんなで楽しくまんじゅうを作ろう！　対象／小学生（定員16人）　申込期限／６月11日㈭　※材料代400円。窓口または電話申込

▶さわやか体操
とき／６月23日㈫、７月７日㈫・28日㈫（全３回）午前10時～正午　ところ／たらみ会館　内容／つらい腰痛や関節痛に対果的な解消法の体操を学びます　対象／成人（定員20人）　申込期限／６月11日㈭　※参加費300円。窓口または電話申込

▶明生教室（第１回目）

とき／６月26日㈮午前10時～正午　ところ／たらみ会館　内容／楽しく学んで、毎日を元気に！第１回目は「健康漫談」で大いに笑っていただきます　対象／高齢者・成人

伊木力公民館

☎44-1002
多良見町舟津1140

▶ゆったり健康体操

とき／６月２日㈫、７月７日㈫、８月４日㈫（全３回）午後１時30分～３時30分　ところ／多良見多目的研修館　内容／「ゆったり健康体操」で身体のメンテナンス　対象／成人（定員20人）　申込期限／５月29日㈮　※体操ができる服装。ボール持参

▶コンニャク作り
とき／６月16日㈫午後１時30分～３時30分　ところ／多良見多目的研修館　内容／コンニャク作り　対象／成人（定員20人）　申込期限／６月２日㈫　※材料代500円。エプロン・三角巾持参

▶エコクラフト講座

とき／６月18日㈭・25日㈭、７月２日㈭・９日㈭（全４回）午後１時30分～３時30分　ところ／多良見多目的研修館　内容／エコクラフトでカゴ作り　対象／成人（定員15人）　申込期限／６月４日㈭　※材料代1,000円。はさみ・定規持参

森山公民館

☎36-1116
森山町本村1300

▶和太鼓入門教室

とき／６月24日㈬（以降、原則毎月第２・４水曜日、全10回）午後７時30分～９時30分　ところ／森山公民館　内容／全身で打ち込む爽快感と充実感を味わって、リフレッシュしませんか　対象／成人　申込期限／６月12日㈮　※参加費1,300円。足袋代1,500円。運動ができる服装で

飯盛公民館

☎48-0049
飯盛町牟田1929-3

▶デジカメ講座

とき／①６月５日㈮午後２時～４時②12日㈮午前９時～午後２時（全２回）　ところ／①飯盛ふれあい会館②長崎　内容／①基礎講座②実技（長崎でアジサイを撮影）　対象／成人（定員20人）　申込期限／６月１日㈪　※参加費1,300円（２回目の昼食代他）

▶健康アップクッキング講座

とき／６月16日㈫・23日㈫（全２回）午前10時～正午　ところ／飯盛ふれあい会館　内容／バランスの良い食事を基本にヘルシーな家庭料理を作ります　対象／成人（定員30人）　申込期限／６月８日㈪　※参加費各600円

公民館講座のご案内

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

中央公民館
☎23-1160
東小路町8-5

▶猛暑に向けて熱中症予防講座
とき／６月９日㈫午前10時～正午　ところ／中央公民館　内容／熱中症対策とその予防　対象／60歳以上　申込期限／６月５日㈮　※電話申込

▶おもちゃ病院
とき／６月10日㈬午前10時～午後４時　ところ／中央公民館　内容／こわれたおもちゃをおもちゃドクターが修理します　※部品代は実費負担有

西諫早公民館
☎26-1500
山川町1-3

▶いにしえの香り漂う城下町（東北編）
とき／６月４日㈭午後１時30分～３時30分　ところ／西諫早公民館　内容／日本各地には「城下町」と呼ばれる所があります。その由来や町並みなどを紹介し、諫早からのお得な行き方も伝授します　対象／成人

▶楽しく笑って体を動かしてみませんか！
とき／６月16日㈫・23日㈫（全２回）午前10時～正午　ところ／西諫早公民館　内容／家でも手軽にできる、頭を使った簡単な運動法が学べます　対象／高齢者　申込期限／６月８日㈪

▶キルトのミニマット作り
とき／６月18日㈭・25日㈭（全２回）午後１時30分～３時30分　ところ／西諫早公民館　内容／オシャレなミニマットなどの作り方が学べます。初心者の参加も大歓迎です　対象／女性　申込期限／６月４日㈭　※参加費800円程度（材料代）

小栗公民館
☎22-1533
小川町1222

▶長州藩士ゆかりの地を巡る
とき／６月10日㈬午前10時～12時30分　ところ／長崎市内長崎駅かもめ広場集合・崇福寺解散　内容／吉田松陰や桂小五郎が訪れた長州藩士ゆかりの地を巡ります（約４㎞）　対象／成人　申込期限／６月４日㈭　※参加費負担有。運動靴・帽子・飲料水持参。雨天の場合12日㈮

▶ヘルシーで美味しい雑穀
とき／６月30日㈫午前10時～午後１時　ところ／小栗ふれあい会館　内容／食物繊維やミネラル類がいっぱい含まれている雑穀を使った料理を雑穀クリエイターから学ぶ　対象／成人　申込期限／６月４日㈭　※材料代負担有。エプロン・三角巾・タオル持参

長田公民館
☎23-9024
長田町2394-2

▶長田親子すくすく広場②「父の日のプレゼント作り」「リンパマッサージ教室」
とき／６月12日㈮午前10時～正午　ところ／長田みのり会館　内容／「感謝の気持ちを伝える父の日のプレゼント作り」「ママへのご褒美リンパマッサージ教室」　対象／親子（定員15組）　申込期限／６月４日㈭　※参加費300円程度

本野公民館
☎26-0270
上大渡野町2-1

▶初めてでもだいじょうぶ！コンテナガーデンを始めよう！
とき／①６月16日㈫②７月７日㈫（全２回）午後１時30分～３時30分　ところ／本野ふれあい会館　内容／①鉢でハーブの寄せ植えを実習します②ハーブティーを飲みながら管理の仕方などを学びます　対象／成人（定員20人）　申込期限／６月５日㈮　※材料代負担有。２回とも参加できる人

▶初夏に！カラダにやさしいしあわせおやつ！（託児付）
とき／６月18日㈭午前10時～正午　ところ／本野ふれあい会館　内容／旬の素材で季節に合わせた手作りおやつを調理実習します　対象／女性（定員20人）　申込期限／６月５日㈮　※材料代負担有

有喜公民館
☎28-3110
有喜町488

▶クラフトバッグ作り講座
とき／６月９日㈫・11日㈭（全２回）午後１時～４時　ところ／有喜ふれあい会館　内容／オリジナルのバッグを作る　対象／女性　申込期限／６月３日㈬　※材料代負担有

▶読み語り講座
とき／６月13日㈯午前９時30分～11時　ところ／有喜ふれあい会館　内容／親子で読み語りを聞きながら楽しい時間を過ごす　対象／親子

▶お菓子作り講座
とき／６月27日㈯午前９時30分～11時30分　ところ／有喜ふれあい会館　内容／季節のお菓子作りを楽しむ　対象／成人　申込期限／６月19日㈮　※材料代負担有。エプロン・三角巾持参

小野公民館
☎22-0264
黒崎町181-2

▶からだに効く！体幹トレーニング

とき／６月17日㈬・24日㈬、７月１日㈬・８日㈬・15日㈬（全５回）午前10時～正午　ところ／小野ふれあい会館　内容／脳トレやヨガ的要素を取り入れて、無理なく体幹を鍛えます　対象／成人　申込期限／６月10日㈬　※参加費400円程度。タオル・飲料水・ヨガマット（なければバスタオル２枚）持参

▶涼を感じる“こけ玉”作り
とき／７月９日㈭午前10時～正午　ところ／小野ふれあい会館　内容／夏の植物を使った数種類の“こけ玉”を作って小さな自然を暮らしに取り入れましょう　対象／成人　申込期限／６月17日㈬　※参加費1,000円程度。切り花用はさみ・軍手（ゴム手袋）持参

田結公民館
☎49-1111
飯盛町里648-3

▶諫江八十八ヶ所巡りウオーク
とき／６月26日㈮午前９時～正午　ところ／田結公民館　内容／諫江八十八ヶ所第六十二番札所～第六十六番札所までの五カ所をバスとウオーキングで巡ります　対象／成人（定員30人）　申込期限／６月16日㈫　※参加費50円（保険代）。タオル・水筒持参。歩きやすい服装で

高来公民館
☎32-2111
高来町三部壱528

▶エコクラフト教室
とき／６月29日㈪、７月６日㈪・13日㈪（全３回）午前９時30分～12時30分　ところ／高来会館　内容／荷作りひもで作るマイバッグ　対象／女性（定員20人）　申込期限／６月19日㈮　※参加費1,500円

▶轟渓谷登山
とき／６月７日㈰午前９時30分～午後１時30分　ところ／高来会館集合　内容／あなたの知らない多良岳の神秘（轟渓谷）を森林ガイドと歩きませんか！　対象／成人　申込期限／６月３日㈬　※保険料負担有。おにぎり・飲み物持参。登山ができる服装で。雨天中止

高来西公民館
☎32-3126
高来町峰19-1

▶親子リトミック教室
とき／６月17日㈬午前10時～11時30分　ところ／高来西ゆめ会館　内容／リトミックで親子の絆を深めよう　対象／幼児とその保護者（定員20組）　申込期限／６月10日㈬

小長井公民館
☎34-2201
小長井町小川原浦825

▶シルバー大学
とき／６月２日㈫午前10時～11時30分　ところ／小長井文化ホール　内容／開講式、合唱　対象／65歳以上の高齢者

▶自然体験教室
とき／６月６日㈯（以降12月まで毎月第１土曜日。全７回）午前９時～正午　ところ／小長井文化ホール　内容／「地域に学ぶ」をテーマに野草の観察・山歩きなど　対象／小学校３～６年生（定員15人）　申込期限／６月１日㈪　※保険料など負担有

▶おはなし会
とき／６月13日㈯午後２時～２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・小学校低学年

▶科学工作教室
とき／６月20日㈯（以降10月まで８月を除く毎月第３土曜日。全４回）午前９時～11時30分　ところ／小長井文化ホール　内容／「身近な化学」動くおもちゃ作りなど　対象／小学校４～６年生（定員10人）　申込期限／６月８日㈪　※保険料・材料代など負担有

▶作って遊ぼう！歌って遊ぼう！
とき／６月25日㈭午前10時30分～正午　ところ／小長井文化ホール　内容／簡単なおもちゃを作って遊ぶ。わらべうたなどで遊ぶ　対象／幼児とその保護者　申込期限／６月19日㈮　※材料代・保険料１組100円

コスモス花宇宙館イベント

▶指で描くパステルアート教室～梅雨～
■とき／６月７日㈰　午前11時～正午
※今回、午後の部はありません。
■対象／４歳以上（小学校低学年以下は保護者同伴）
■定員／先着20人（予約可）
■材料代／1,000円

▶たのしい科学教室６月～おりぞめ～
■とき／６月20日㈯　午前10時30分～正午
■対象／小学生以上。親子での参加も大歓迎（小学校２年生までは保護者同伴）
■定員／10人（要予約）
■持参物／筆記用具
■材料代／300円（家族で参加の場合、２人で500円）

▶第18回サイエンスワークショップ
なぜなぜ？不思議発見！～地球のなぜ？に挑戦～
「風船ホバークラフト」をつくろう
■とき／６月28日㈰
午前11時～、午後２時～（各60分）
■対象／小学生（保護者同伴であれば未就学児も可）
■定員／各20人（要予約）
■材料代／100円
■申込・問い合わせ先／コスモス花宇宙館（☎23-9003）

６月の児童館イベント

【高来東児童館・父の日のプレゼント作り】
■とき／６月20日㈯　午後１時～
■ところ／高来東児童館
■対象／小学生（定員15人）
■参加費／100円
■申込・問い合わせ先／高来東児童館（☎32-5858）

【高来西児童館・父の日のプレゼント作り】
■とき／６月20日㈯　午後１時～
■ところ／高来西児童館
■対象／小学生以上（定員15人）
■参加費／100円
■申込・問い合わせ先／高来西児童館（☎32-5204）

諫早市美術・歴史館イベント

▶諫早市美術・歴史館講座
■とき／６月20日㈯　午前10時30分～正午
■ところ／諫早市美術・歴史館２階研修室
■内容／諫早の七不思議（第１回）
「なぜこんなにクスノキが多いのだろうか」
■講師／美術・歴史館　鈴木勇次館長
■対象／高校生以上（定員30人）
■問い合わせ先／諫早市美術・歴史館（☎24-6611）

諫早図書館イベント

▶諫早図書館上映会

■とき／６月13日㈯午前10時15分～
■ところ／諫早図書館２階　視聴覚ホール
■内容
・新にんぎょうげきⅡ（かさじぞう／ねずみのよめいり）
・まんが日本昔ばなし（鉢かつぎ姫／一軒家の婆）
■問い合わせ先／諫早図書館（☎23-4946）

▶諫早図書館講座

■とき／６月21日㈰午後１時30分～３時
■ところ／諫早図書館２階　視聴覚ホール
■演題／万歩の川柳教室③
■講師／長崎新聞　柳壇選者　井上万歩さん
■問い合わせ先／諫早図書館（☎23-4946）

▶本の修理ボランティア養成講座

■とき／①７月１日㈬②８日㈬（全２回）
午後１時30分～３時30分
■ところ／諫早図書館２階　学習創作室
■内容／諫早図書館では、本の修理にご協力いただけるボランティアの養成講座を開催します。図書館で修理ボランティアとして活動しませんか？
①豆本づくり～本の構造を知ろう～②のり入れの仕方
■講師／絵本の病院ぶっくる　代表　福本勝彦さん
■定員／15人（要予約）
■申込・問い合わせ先／諫早図書館（☎23-4946）

たらみ図書館イベント

▶たらみ図書館ミニコンサート

■とき／６月13日㈯午前11時40分～12時10分
■ところ／たらみ図書館　海のホール
■内容／どなたでも幅広く楽しめるミニコンサート

※入場無料
■問い合わせ先
たらみ図書館（☎43-4611）

▶たらみ図書館ライブラリージャズコンサート

■とき／６月20日㈯午後２時30分～
■ところ／たらみ図書館　海のホール
■内容／長崎大学軽音楽部スウィングボートジャズオーケストラによる演奏

※入場無料
■問い合わせ先
たらみ図書館（☎43-4611）

▶たらみ図書館映画上映会

■とき／６月26日㈮午後３時～
■ところ／たらみ図書館　海のホール
■内容
「バビロンの陽光」（2010年イラク　90分）
※入場無料
■問い合わせ先
たらみ図書館（☎43-4611）

子育て支援センター　みんなで遊ぼう！
『いっぽ　いっぽ』

市内の「子育て支援センター」が楽しい親子遊びを企画します。お友達も誘って遊びに来てくださいね！

■とき／６月３日㈬　午前10時～午後１時
受付：午前９時40分
■ところ／小野体育館（黒崎町170-３）
■内容
歌、手遊び、体操、遊びコーナー（アスレチック、作って遊ぼう、感覚遊び、絵本、人形劇、歯磨き教室、保険相談など）

■問い合わせ先／各子育て支援センター

こどもの城臨時休館日のお知らせ

こどもの城では、子育てサークルやＰＴＡ、大学青少年団体、福祉施設の職員研修、教師・保育士・児童厚生員の研修など依頼が増加しています。これら団体のさまざまな依頼に応えるため、本年度は次の日を打合せや出前講座などの日とし、臨時休館日とします。ご理解をよろしくお願いします。

平成27年	５月26日㈫、６月23日㈫、７月14日㈫ ９月29日㈫、10月14日㈬ 11月20日㈮・21日㈯・22日㈰、12月22日㈫
平成28年	１月13日㈬、２月23日㈫、３月８日㈫

クローズアップ！

諫早でキラリ頑張っている元気人を紹介します

眼鏡橋にホタルを飛ばそう会
会長　池田伸二さん

観光スポットである眼鏡橋でホタルを見たことがありますか？

今回は、眼鏡橋が新ホタルの名所となることを願ってホタルの飼育活動に取り組んでいる「眼鏡橋にホタルを飛ばそう会」の池田伸二さんをご紹介します。

ホタルの放流を始められたきっかけは？

7年前に眼鏡橋の水路を大清掃した取組がきっかけです。砂を入れたり、砂利を入れたりしてからですね。以前は、家の前の川にホタルがたくさん飛んでいたんですよ。だから昔のように、もっと多くの人にホタルを見てもらいたいとの願いから始めました。

これまでで大変だったことは？

毎日の掃除と餌やりですね。区域が広くて葉っぱの量がすごいんですよ。掃いて、集めてと大変です。

後は、ホタルが飛んでくれないことが、一番大変かもですね（笑）。最初の1、2年目はほとんど飛ばなかったんです。3年目ぐらいから少しずつ飛ぶようになって、去年は一晩で300匹以上が飛ぶようになりました。全部で3、200匹以上が飛んで、一昨年の倍になりました。

餌はどうしているんですか？

山下水路にいたカワニナを、白菜やキャベツなどを与えて少しづつ増やしていきました。今は眼鏡橋の水路にたくさんいます。カワニナの食欲も旺盛なんですよ。ホタルの幼虫も体と同じ大きさのカワニナを食べていって、飛ぶまでに20個ぐらい食べます。

これから、どのように盛り上げていきたいですか？

ホタルを飛ばすこともですが、諫早を魅力あるまちにして、ホタルで地域づくりに貢献することが最大の目的です。このような輪をもっともっと広げていけたらいいですね。

ホタルの話を、熱心に話してくださった池田さん。今年の見ごろは、今ごろがピークで6月5日ごろまで楽しめるそうです。時間は、午後7時30分から9時ごろまでが見ごろになります。

眼鏡橋に新たな魅力を生み出してくれるホタル。多くの見物客が訪れる新たな名所となることでしょう。

食改さんのカンタンレシピ

（vol.49）

野菜たっぷり すごもり卵

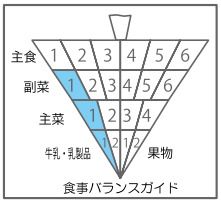
■材料（1人分）

卵……1個
キャベツ……40g
ニンジン……10g
ピーマン、パプリカ…15g
コーン（ホール）……5g
スライスチーズ……1枚
サラダ油……小さじ1
塩、こしょう……少々
水……大さじ1

■作り方

①キャベツは大きめの千切り、ニンジンは細い千切りにし、塩を少々振って絞る。
②ピーマン、パプリカは細切りにする。
③卵を卵黄と卵白に分ける。
④卵白にキャベツ、ニンジン、コーンを混ぜ、塩、こしょうを軽く振る。…Ⓐ
⑤熱したフライパンにサラダ油を入れ、Ⓐを入れる。
⑥真ん中をあけ、卵黄を入れてピーマン、パプリカを上にのせる。
⑦水を入れ、ふたをする。
⑧水がなくなったら、チーズを4～5等分に切ってのせて、出来上がり。

－1人分－
エネルギー202kcal
たんぱく質11.5g、脂質14.5g、塩分0.2g、食物繊維1.5g、カリウム221mg、カルシウム175mg、ビタミンA202μg、ビタミンC27mg



みんなの広場

投稿・ご連絡はこちらへ↓
（〒854-8601　諫早市役所秘書広報課（住所不要）
FAX23-6031　TEL22-1500）

幼稚園めぐり

山美幼稚園

（vol. 9）

定員／120人
住所／多良見町
市布2320-76
（☎43-0354）

本園は昭和42年4月に開園し、現在は国道34号線に沿って雄大な山を目の前に眺められる1年を通して自然豊かな喜々津団地内にあります。幼児教育には、とても環境にめぐまれた所です。

「心を育てる」ことを教育目標（建学の精神）として、子どもたちが健やかにたくましく成長できるよう全職員一丸となって取り組んでいます。また、小規模園の良さを十分生かし、子どもたち一人ひとりの個性や特性を大事にして、きめ細やかな関わりに努めています。

【教育目標】
○「ありがとう」という感謝の心
○「すみません」という反省の心
○「はい」という素直な心
○「させていただきます」という奉仕の心
○「おかげさまで」という感謝の心

【こんなことをやっています】
○絵画教室○体育教室
○スイミングスクール
○英会話教室○音楽教育

石原 喜美子　園長

優しく思いやりのある子どもたちばかりです。心身ともにたくましい子に成長してほしいと思います。

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。はがきに答えと住所、氏名、年齢、広報誌へのご意見を書いて、６月９日㈫必着で秘書広報課までどうぞ！

当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

Q①11月21日㈯～23日㈷に開催。「○○○○○○○　全国交流フォーラムin長崎・いさはや」
Q②全国瞬時警報システム（○アラート）
Q③黄色いエプロンが目印の○○○○推進員
Q④６月23日～29日は「○○○○○○週間」
Q⑤子育て支援センターが企画。「○○○ いっぽ」

※前回の答え
①乗合②マイナンバー③ゴールデン④ピロリ⑤グルメ
※応募総数53通
※ご記入いただいた個人情報は、賞品発送などの目的以外には利用いたしません。

なつかしの写真館

（vol.12）

鯉のぼりさん　ありがとう

子どもたちが本明川に親しみ、憩いの場としていつまでも大切にしてほしいという願いを込めて、昭和60年５月６日本明川一帯で鯉のぼり大会が開かれました。泳いだ鯉のぼりは150匹。

（市報いさはや昭和60年５月20日発行号）

［編集・発行］諫早市役所 秘書広報課 〒854-8601長崎県諫早市東小路町７番１号
☎0957-22-1500(代) FAX0957-23-6031
http://www.city.isahaya.nagasaki.jp/
メールisahaya@city.isahaya.nagasaki.jp

春祭で楽しい休日♪

４月29日、「こうえんリレーマラソン～春の陣～」を皮切りに、県立総合運動公園で「春祭」が盛大に開催されました。８回目を迎えた今年の春祭。たくさんの人でにぎわいを見せました。ステージでは、太鼓の演奏、牛乳飲み対決、ダンスなど、さまざまなイベントが行われ、公園芝生広場では所狭しと並んだ売店や諫早農業高校の移動動物園などに多くの市民が集まり、お祭りを楽しんでいました。

（市民記者　田中）

諫早の春を彩るつつじ祭り

４月11日から19日まで、諫早公園一帯では、諫早三大まつりの１つ「諫早つつじ祭り」が開催。12日は、よさこい踊りの披露があり、市内外から集結した踊り子たちの力強い舞に、大きな拍手が送られていました。約３万本のつつじの花が美しく咲く中、クイズラリーや物産市などのイベントが行われ、皆さんは、買い物を楽しんだり、つつじの前で記念撮影をしたりとお祭りを満喫していました。

（市民記者　中村）

色とりどりのタコが舞い上がる

４月29日、山茶花公園ピクニックパークで、第27回山茶花高原タコ揚げ大会「あぐうＤＡＹ」が開催されました。絶好のタコ揚げ日和に恵まれたこの日は、創作ダココンテストに40人以上の家族連れが参加。市内外からタコ愛好者たちも集結し、名人芸も披露されました。連ダコ・大ダコ・小ダコなどたくさんのタコたちが青空を賑やかに彩りました。

（市民記者　田﨑）

まちのいいとこ撮り

私たち市民記者が取材しました♪

市内の交通事故の発生状況（平成27年４月末現在：概数）

○発生件数277件（＋９件）○死者数１人（－１人）
○負傷者数330人（－15人）※（　）内前年同月比
［情報提供／諫早警察署］

６月１日から、悪質な違反を繰り返す自転車運転者に対し、安全講習の受講が義務付けられます。自転車は法律上は車両です。交通ルールを遵守し、安全な運転を！

人口と世帯数（平成27年４月1日現在）

人口：137,683人（－579）
男：　64,676人（－267）
女：　73,007人（－312）
世帯数：52,334（＋366）（　）内前年同月比

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

皆さんの「いいね！」お待ちしてます。
◇諫早市公式フェイスブック「諫早日和」

諫早ケーブルテレビ（３チャンネル）
◇3sunひろば
（月）～（土）の午前10時、午後1時、4時、7時、10時

災害・緊急情報はエフエム諫早で!
市は、ラジオでも防災情報の提供を行っています
RAINBOW FM エフエム諫早（77.1 メガヘルツ）
◇市役所インフォメーション
（月）～（金）午前7時23分、午前11時23分、午後5時53分（土）（日）午前9時54分