

## いさはや



## 多良見シニアソフトボールクラブ優勝！

## 2016 NAGASAKI

NENRINPIC NAGASAKI

高齢者のスポーツや文化の祭典「ねんりんピック長崎2016（第29回全国健康福祉祭ながさき大会）」が10月15日から18日まで県内各地で開催され、本市ではソフトボール、マラソン、ソフトバレーボールの3競技が開催されました。

ソフトボール競技では雨天による日程短縮のため、準決勝まで進めば優勝となる中、多良見シニアソフトボールクラブが地元の声援を受けながら大躍進！ 2日間延べ4試合を全て勝利し、見事優勝の栄冠に輝きました。

まだまだ、わかもんに負けとらんやったですよ！



大接戦となった横浜市との準々決勝で  
決勝のホームに滑り込む清水さん

市政トピックス  
くらしの情報  
イベント情報  
公民館講座情報

02  
04  
12  
14

フォトギャラリー  
健康&子育て情報  
太陽保育所  
・かんたんレシピ

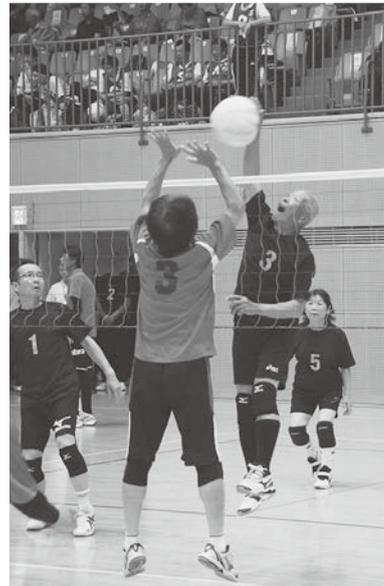
16  
18  
20



マラソン、沿道の声援がうれしい！



ソフトバレーボール、3位リーグ優勝のフローレンス（諫早）の皆さんです



白熱するソフトバレーボール会場



ソフトボール、多良見チーム優勝の瞬間



応援、声援、ありがとうございました

## ねんりんピック長崎2016 閉幕

10月15日から18日まで、全国健康福祉祭ながさき大会「ねんりんピック長崎2016」が長崎県で初めて開催されました。本市では総合開会式ならびにソフトボール、マラソン、ソフトバレーボールの交流大会が実施され、全国各地から選手・監督や大会関係者など約3万2千人が諫早を訪れました。

大会期間中、市内のたくさんの企業や個人の方がボランティアとして参加して下さり、諫早らしい心のもったおもてなしを実現できました。ご協力いただいた皆さん、本当にありがとうございました。



飾り付けもかわいい飯盛のびじんゼリー



物産ホールも歴代最高売上でした！



人文字ができるたびに歓声に包まれました



大好評だった多良見のカニ汁



総合開会式で披露されたのんのこ節



市内の中学生による手づくり横断幕

### 第32回 諫早市健康福祉まつり

ソフトバレーボール会場となった市中央体育館のサブアリーナでは、諫早市健康福祉まつりも開催されました。

全国各地の選手の皆さんも試合の合間に訪れ、交流を図りながら本市の健康づくりを体験されました。



## 平成27年国勢調査確定値が公表されました

昨年10月1日に実施した「平成27年国勢調査」の確定値が公表されましたのでお知らせします。

前回22年国勢調査に比べ、本市の人口は2,674人（1.9%）減少し、世帯数は908世帯（1.8%）増加しています。

また、地域別人口の増減率は、諫早地域△0.4%、多良見地域△1.8%、森山地域△5.8%、飯盛地域△6.8%、高来地域△5.3%、小長井地域△9.3%といずれも減少しています。



（市地域づくり推進課）

区 分	平成27年国勢調査		平成22年国勢調査		人 口		世 帯 数	
	人口	世帯数	人口	世帯数	増減	増減率 (%)	増減	増減率 (%)
全 国	127,094,745	53,448,685	128,057,352	51,950,504	△962,607	△0.8	1,498,181	2.9
長 崎 県	1,377,187	560,720	1,426,779	558,660	△49,592	△3.5	2,060	0.4
諫 早 市	138,078	51,897	140,752	50,989	△2,674	△1.9	908	1.8
地 域 別	諫 早	94,011	36,374	94,429	△418	△0.4	698	2.0
	多良見	16,207	6,006	16,499	△292	△1.8	139	2.4
	森 山	5,419	1,790	5,753	△334	△5.8	16	0.9
	飯 盛	7,116	2,486	7,639	△523	△6.8	△19	△0.8
	高 来	9,863	3,406	10,410	△547	△5.3	86	2.6
	小長井	5,462	1,835	6,022	1,847	△560	△9.3	△12

※総務省ホームページ（<http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2015/>）

政府統計の総合窓口（e-stat）（<http://www.e-stat.go.jp/>）でも、統計データなどの各種統計情報をご覧いただけます。

総務省ホームページ 検索

## 宝くじ助成金を活用して整備しました

宝くじの社会貢献広報を目的に行われている（一財）自治総合センターのコミュニティ助成事業を活用して、たらみ海辺の学校実行委員会がカヌー艇や保管ラックなどを整備しました。

（市地域づくり推進課）



平成28年10月1日現在  
 ( ) 内前年同月比  
 人口：137,295人 (-741)  
 男：64,677人 (-213)  
 女：72,618人 (-528)  
 世帯数：53,046 (+340)

## お知らせ

### 固定資産税・都市計画税の納付をお忘れなく

固定資産税・都市計画税の第4期分は、12月26日(月)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。手続きはお取引の金融機関でお願いします。

■口座振替の手続きに必要なもの

- ① 預貯金通帳またはキャッシュカード
- ② 金融機関またはゆうちょ銀行(郵便局)へのお届印
- ③ 納付書など納付番号が分かるもの

※口座振替開始までは、手続き後2カ月程度かかります。振替開始時期については、「口座振替開始のお知らせ」で通知します。

■問い合わせ先  
市納税課

### 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書を送付しています



平成28年中に納付した国民年金保険料の納付額証明のため、11月上旬に控除証明書を被保険者本人宛てに送付しています(10月以降に本年初めて納付した人には、来年2月上旬に送付します)。

年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する場合には、この控除証明書が必要ですので大切に保管してください。

なお、口座振替で2年分を前納により納付した人は、その全額ならびに申告年毎の金額が記載された控除証明書を送付しています。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。ねんきん加入者ダイヤルまたは年金事務所にお問い合わせください。

■問い合わせ先  
ねんきん加入者ダイヤル

☎0570-0003-004

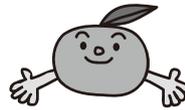
○諫早年金事務所  
☎25・1662

### 「臨時福祉給付金」の申請期限は12月22日(木)です

市では「臨時福祉給付金」および「障害・遺族基礎年金受給者向け年金生活者等支援臨時福祉給付金」の申請の受付を行っています。

支給要件に該当する人は、必要書類を添えて12月22日(木)までに申請してください。

この給付金を受け取るためには、平成28年1月1日時点で住民登録のある市町村へ申請する必要があります(申請期間や申請方法は市町村で異なります)。



※支給対象となる可能性がある人には、8月に市から申請書類をお送りしています。

#### 【臨時福祉給付金】

■支給額／対象者1人につき  
3,000円(1回限り)

#### ■支給要件

平成28年度の市民税(均等割)が課税されていないこと  
 ※ただし、課税されている人の扶養親族などや生活保護などの受給者は支給対象外となります。

※「高齢者向け給付金」(3万円)を受給している人も対象となります。

### 【障害・遺族基礎年金受給者向け年金生活者等支援臨時福祉給付金】

■支給額／対象者1人につき  
30,000円(1回限り)

#### ■支給要件

上記「臨時福祉給付金」の支給要件に該当する人で、平成28年5月分の障害基礎年金や遺族基礎年金を受給していること

※ただし、「高齢者向け給付金」(3万円)を受給した人は対象外となります。

■問い合わせ先  
市臨時給付金室

### 12月定時登録の選挙人名簿が縦覧できます

12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

12月3日(土)～7日(水)

#### ■時間

8時30分～17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



## 補聴器ご相談会

12/1(木)～12/10(土)

※12/4(日)も休まず営業致します。 午前9時～午後6時

補聴器のマツオは安心と信頼ある認定補聴器専門店です。

認定補聴器専門店・障害者総合支援法取扱店  
松尾医療器株式会社

## 補聴器のマツオ

諫早店 諫早市永昌東町6-7(駅前バス通り)

☎0957-22-7984 ホームページ 補聴器のマツオ 検索

**医療費と介護サービス費を  
合算した負担の軽減  
高額医療・高額介護合算制度**



世帯内の同一の医療保険に加入する人の1年間に支払った医療費と介護サービス費を合算した額が、自己負担限度額を超える場合、その超えた額が「高額介護合算療養費」として支給されます。

○支給額は、平成27年8月1日から平成28年7月31日までの自己負担額を基に計算します。ただし、70歳未満の人の医療費は、同一医療機関における入院、通院それぞれ1カ月に2万1千円を超えるものが合算対象です。

○国保または後期高齢者医療の人で、高額介護合算療養費の支給に該当する人には、来年1月以降に個別にお知らせします。

○被用者保険（職場の保険）に加入している人の申請手続きについては、加入している被用者保険にお尋ねください。なお、被用者保険の人は、介

護保険の自己負担額証明書が必要ですので、市高齢介護課に印鑑をお持ちのうえ、申請してください。

- 申請に必要なもの
  - ・印鑑
  - ・振込先の口座番号（国保は世帯主名義、後期高齢者医療は本人名義）
- 問い合わせ先  
市保険年金課または市高齢介護課

**未登記の家屋を新増築・解体したら届出を**

平成28年1月2日以降に建築し、登記をしていない建物（未登記家屋）を所有する人、また家屋の新増築や解体の予定がある人は、市資産税課家屋担当へお知らせください（電話可）。

※家屋を新増築した場合や登記している家屋を解体した場合、所有者の財産保全のため、法務局への届出が必要です。



※地方税法上の家屋とは、住宅、店舗、工場、倉庫、車庫、物置などの建物のことです。  
■問い合わせ先／市資産税課

**住宅にかかる税について  
減税制度があります**



これまで住宅用地として利用していない土地を平成28年中に新築などで新たに住宅用地として利用を開始した場合は、平成29年度から固定資産税・都市計画税の課税標準の特例が適用されます。

また、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などは5年間）固定資産税が減額されます。市資産税課に備え付けの申告書で、同課へ申告してください。

	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 (新築の次年から3年間または5年間)	—

※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

**女性のための  
おしごと相談会 in 諫早**

■とき

12月22日(木)  
10時～16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)

■内容

女性キャリアカウンセラーによる、働きたい女性のための相談

※相談無料。予約優先

※託児有（予約制）

■申込・問い合わせ先

県総合就業支援センター

☎095-842-5424

食事にお困りの高齢者の方、高齢者の食生活でお悩みのご家族へ

**高齢者専門宅配弁当**

**宅配123**

COOK ワン・ツウ・スリー

にお任せください



**宅配クックのお弁当 土・日・祝も日替わりメニューを毎日お届け!**

低価格 普通食(税込) おかずのみ 540円 ごはんつき 594円	翌日注文可能	食べやすい	個別対応
1日1食からOK!		和食中心のヘルシー弁当	

☎0957-35-4611 宅配無料  
123 宅配クック123 諫早店 年中無休  
諫早市東小路町10-28

**高齢者の在宅生活を支援します**

**【緊急通報システム事業】**

日常生活に不安がある一人暮らし高齢者などにGPS（衛星利用測位システム）携帯通報装置を貸与し、GPS機能による常時の位置確認と緊急通報による家族への連絡や警備員の駆けつけなどの対応を行います。



○対象者／65歳以上の単身・高齢者のみの世帯、これに準じる世帯に属する人

○利用料／介護保険料の負担段階に応じ、利用料（0円～648円／月）などが必要

**【認知症高齢者見守り事業】**

GPS携帯発信装置により認知症で徘徊行動のある高齢者を早期に発見し、その居場所を家族に伝え事故の未然防止を図ります。

○対象者／徘徊行動のある認知症高齢者を介護している家族

○利用料／介護保険料の負担段階に応じ、利用料（0円～405円／月）などが必要

**【寝具洗濯乾燥消毒事業】**

一人暮らし高齢者などの寝具（掛・敷布団、毛布、夏冬用各1枚）を洗濯乾燥消毒し、快適な生活を支援します。

○対象者

市民税非課税で、65歳以上の単身・高齢者のみの世帯、これに準じる世帯で、老衰・心身の障害および傷病などの理由により寝具類の衛生管理が困難な人が利用料／無料



**【介護用品の支給事業】**

在宅で介護されている高齢者などの介護用品（紙おむつ、尿とりパット、清拭剤など）にかかる費用の一部を助成します。

○対象者／要介護4または5の認定を受けた市民税非課税世帯で在宅の高齢者などを現に介護している家族

○支給月額／8,300円以内

**【日常生活用具給付事業】**

一人暮らし高齢者などに、日常生活用具（火災警報器、電磁調理器、自動消火器）を給付し、火災による事故を防止します。

○対象者／市民税非課税で65歳以上の単身・高齢者のみの世帯、これに準じる世帯に属し、心身機能の低下に伴い防火などの配慮が必要な人

○利用料／無料

**【要援護登録申請】**

一人暮らし高齢者などの日ごろからの地域での見守り活動、緊急時や災害時の避難支援につ

ながる体制整備のために要援護者の登録申請を推進しています。

○対象者／65歳以上の単身・高齢者のみの世帯、これに準じる世帯に属し、日ごろから見守り活動などの支援が必要な人

○登録料／無料

※お近くの民生委員にご相談ください。

■問い合わせ先

市高齢介護課または各支所地域総務課

**奨学金の償還は期限内に行いましょう**

市奨学金、県育英会奨学金は、貸付を受けたあなたの償還金が、次世代の向学心がある若者の新たな奨学金となる重要なものです。

償還が滞ると、今後の貸与に支障をきたすこととなりますので償還期日を守り、早めの納付をお願いします。

住所などの変更があった場合や償還が困難となりそうな場合などは、次のお問い合わせ先まで速やかにご連絡ください。

■問い合わせ先

○諫早市奨学金  
市教委教育総務課

○長崎県育英会奨学金  
公益財団法人長崎県育英会

☎095・824・7501

**政治家などのあいさつ状は禁止されています**



政治家（現在公職にある人、候補者になろうとする人など）は、選挙区内にある人に対し、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状など一切のあいさつ状（電報、電子メールを含む）を出すことが禁止されています。

**禁止されているあいさつ状の例**

- ・年賀状
- ・暑中見舞状
- ・寒中見舞状
- ・喪中における欠札状など

また、選挙区内にある人に対し、寄附することも禁止されています（親族や政治団体にする場合などを除く）。日ごろから「贈らない、求めない、受け取らない」の三ない運動をはじめ、ルールを守って明るい選挙を実現しましょう。

**三ない運動とは**

- ①政治家は、有権者にお金や物を「贈らない」
- ②有権者は、政治家にお金や物を「求めない」
- ③有権者は、政治家からの寄附を「受け取らない」

■問い合わせ先

市選挙管理委員会事務局

安心と納得の医療をご提供していきます。

**ますだ小児科 医院**

小児科 内科 アレルギー科 病児保育 インフルエンザ

患者さんにとって最適な医療を常に心がけ、人間味あふれ、患者さんとの信頼の上に立った医療を目指しています。明るく信頼できるスタッフ一同、気軽に何でも相談できる体制に常に気を配っております。

病児病後児保育施設

**びっきーハウス**

母親の就業、未就業を問わず保護者が病気のお子様のお世話が困難な状況にあるとき利用できます。

相談事業は現在お子様が病気でなくても利用できます。



☎0957-43-7800

〒859-0407長崎県諫早市多良見町シーサイド20-135

喜々津シーサイドタウン停留所 徒歩 2分

診療時間 AM8:00~12:30 / PM15:00~18:30  
休診：木曜午後、土曜午後\*、日祝  
\*第2・4土は乳児健診、BCGの方のみ(13:30~16:00)

http://www.masudaiin.jp/ モバイルで診療予約ができます!

**イノシシ被害防止対策の希望調査を行っています**

市は、平成29年度に実施するイノシシ被害防止対策(電気柵・ワイヤーメッシュ柵・箱ワナ購入)事業(国の補助事業)の希望調査を実施しています。

イノシシ被害防止対策事業を希望される人は、希望調査票を提出してください。

希望調査票は市有害鳥獣対策室、各支所産業建設課、各出張所にあります。



【ワイヤーメッシュ柵の例】

**受付期限**

平成29年1月6日(金)

**提出場所**

市有害鳥獣対策室、各支所産業建設課、各出張所

※期限を過ぎるとの受付はできませんのでご注意ください。

※今回の調査は、あくまで希望調査ですので、事業採択を決定するものではありません。

■問い合わせ先  
市有害鳥獣対策室

**長崎県市町合同公売会 in おおむら**



県内の各市町で市税滞納処分により差し押さえた物品の「合同公売会」を大村市で開催します。

■とき/12月17日(出) 10時～

■ところ/ポートルース大村 イベントホール

※公売会参加者は入場無料

**物品**

家電や日用品など約300点

■当日必要なもの

・購入(買受)代金

・本人確認ができるもの(運転免許証など)

・印鑑(認印可。法人の場合は代表者印)

・代理人が入札する場合は委任状

■その他

・入札参加者は必ず受付を行ってください。

・物品は代金納入時の状態で引き渡します。

・未成年者の入札には制限があります。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先/市納税課

■問い合わせ先/市納税課

**冬の食中毒にご注意!**

**【ノロウイルス予防4カ条】**

①食品対策

生ものを食べるのは極力避け、85～90℃で90秒以上加熱調理しましょう。

②手洗い

調理の前後、トイレやオムツ交換、ペットを触った後などは、必ず石けんでよく手を洗いましょう。

③衛生管理

調理器具の使用後は、ときどき次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)に浸して殺菌しましょう。

④汚物処理

嘔吐物、ふん便を処理するときは、マスクとプラスチック手袋を着用し、周りを汚染させないようにしましょう。

(健康福祉センター ☎27-0700)



**スプレー缶・水銀使用廃製品のごみの出し方**

【スプレー缶など】

スプレー缶やカセットボンベをごみに出す際は、必ず自身のガスなどを使い切ってから「空きかん」の指定ごみ袋に入れて、決められた日に出してください。自身が残っている場合は「ガス抜きキャップ」で出し切ってください。

※火気のない風通しのよい屋外で行ってください。

自身が残っているため、もえないごみ処理施設(県央不燃物再生センター)での処理作業中に爆発事故が発生しています。危険ですので、ご協力をお願いします。

【水銀使用廃製品】

蛍光管や水銀体温計などの水銀使用廃製品は割れやすいため、購入時のケースや新聞紙で包装するなど、

破損しないようお願いいたします。破損した水銀使用廃製品は、密閉できる容器に入れるなど、水銀が飛散・流出しないようお願いいたします。



水銀使用廃製品は「金属・有害」の指定ごみ袋に入れて出してください。また、ごみ袋内でのごみと混在しないようにして、指定日に出してください。

■問い合わせ先/市環境政策課 または支所地域総務課

**福祉・介護用品**

介護保険に関係なく  
レンタルできるようになりました!

いつでも どこでも だれでも  
**100円** (税込) **レンタル**  
始めました!

レンタル価格表	1泊2日	1週間	1ヶ月
車イス	100円	500円	1,000円
ポータブルトイレ	100円	500円	1,000円
歩行器	100円	500円	1,000円
電動ベッド <small>病院等で使用されている介護ベッドです</small>	2モーター		1,500円
	3モーター		2,000円



福祉・介護用品 **アメニティ** ☎0957-25-1729

〒854-0066 長崎県諫早市久山町1456-2  
<http://www.amenity-inc.com/>

諫早 アメニティ

検索

■高度管理医療機器販売許可 第204NM0041号 ■長崎県公安委員会 古物商許可 第921090000348号

公的機関職員を名乗る不審な電話にご注意!

【事例】

「市役所〇〇課」を名乗る人物から電話があった。「医療費の還付金があるが、市から封筒が届いていなかったか」と尋ねられ「届いていない」と答えると、「還付の手続きが簡単にできる」と言われ、スーパのATMに行くよう指示された。

「消費生活センター」を名乗る人物から「数年前の消費トラブルのことで話がある」と電話があった。

相手の電話番号が携帯電話だったので、不審に思い電話を切った。



【アドバイス】

県内各地で同じような相談が多く寄せられています。市役所では、還付金の手続きのためにATMの操作を指示することは絶対にありません。また、口座番号や住所など、個人情報を知られても教えないでください。おかしいなと思ったときは電話を切り、市役所や消費生活センターに問い合わせてください。

■問い合わせ先

市消費生活センター

☎22・31113

野生のサルに注意してください



住宅地周辺においても、サルを目撃情報が寄せられています。むやみに近づくと危害を加えられる可能性がありますので、サルに出会ったときは注意し、冷静な行動をお願いします。

サルに出会ったら...

- ・騒いだり、大声を出したりしない。
- ・もし近づいてきたら、目を合わせないようにして、慌てずゆっくり後ずさりして遠ざかる。
- ・エサは絶対に与えない(エサを与えたり、話しかけたりすることで、サルにかまれるなどの被害を受けることがあります)。
- ・棒などを使って追い回したり、石を投げたりしない(逃げたサルが、興奮して他の人を襲う可能性があります)。

■問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

☎22・31113

ごみのポイ捨てはやめましょう

市では、廃棄物の処理及び清掃に関する条例で「何人も、公園、広場、道路、水路、河川、海その他の公共の場所を清潔に保つため、その清掃に協力するとともに紙くず、空きかん、吸い殻、建設廃材その他の廃棄物を捨ててはならない」と定めています。

ごみのポイ捨てや犬のフンの放置などは、地域の美観を損ないます。マナーを守り、より快適でより住みやすく、よりきれいな諫早市の実現を目指しましょう。

■問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

☎22・31113

特設人権相談所を開設します

12月4日～10日は「第68回人権週間」です。世界人権宣言の意義を訴えるとともに、人権尊重思想の普及高揚を広く呼びかけるため、各種行事を実施します。

市では、左記の日程で人権擁護委員による特設人権相談所を開設します。相談は無料、秘密は厳守されますので、家庭内のもめごとや近隣とのトラブルなど、お気軽にご相談ください。

■とき

12月8日(木) 10時～15時

※高城会館のみ16時まで

■ところ

高城会館3階および各支所

■問い合わせ先

市民相談室 ☎22・31113

「新生活門松カード」を販売します

長崎県新生活運動協議会は自然保護や暮らしの簡素化、省資源、ごみの減量化の運動を進めていく中で、松の木の保護と文化の継承のため、環境にやさしい再生紙を利用した門松カードを販売します。

より多くの皆様のご賛同とご利用をお願いします。

■サイズ／縦26cm×横11cm

■価格／2枚1組50円(税込)

■販売場所

- ・市消費生活センター
- ・各支所および各出張所

■販売期間

12月16日(金)～27日(火)  
(土・日・祝日を除く)

■申込・問い合わせ先

市消費生活センター ☎22-31113



**水まわりの修理屋さん**  
出張見積り無料

- 蛇口から水漏れポタポタ
- 排水口からの悪臭 & 害虫の侵入など
- トイレのつまり・水漏れ
- 給排水管の洗浄・その他

急なトラブルで困った時はスピード解決いたします!

緊急ダイヤル >>> 0120-001-551 年中無休

トイレックス TOIREX9 長崎県諫早市栄田町7-17

## 病児保育のお知らせ

お子さんが病気の時、仕事の都合などでどうしても看病ができない場合、一時的にお子さんを預かる「病児保育」を市内2カ所の医院に付設する保育室で実施しています。

医師の管理のもと、看護師と保育士による保育看護を行っており、安心して預けることができます。



■利用対象者／おおむね4カ月から小学生までの児童

■利用料金(1日当たり/昼食・おやつ代込み)

- ・生活保護世帯、市民税非課税世帯：無料
- ・上記以外の世帯：2,500円

■利用方法

実施施設で利用の登録をしてください(利用当日の登録も可)。市こども支援課でも登録できます。

■実施施設

施設名	所在地など	利用時間
ぞうさんルーム ☎22-8166	城見町22-11 (医)前田小児科	平日：8時～18時20分 土曜日：8時～13時
びっキーハウス ☎43-7800	多良見町シーサイド20-41 (医)みどり会 ますだ小児科内科医院	平日：8時～18時30分 土曜日：8時～12時30分

■持参するもの

健康保険証、母子手帳、印鑑、服用中の薬、着替え、オムツ、哺乳瓶、ハンドタオル、バスタオル、おもちゃなど

※お子さんの病状によっては、お預かりできない場合があります。また、ご利用についての詳細は、実施施設にお尋ねください。

■問い合わせ先／市こども支援課



## 2016いさは屋特産品 お歳暮フェア開催中

諫早の45店舗が一堂に集まり、展示販売を行っています。

■期間／12月24日(土)まで 10時～17時

■ところ／諫早市物産ホール(諫早商工会館1階)

■主な商品

- ・精肉(長崎和牛、諫美豚生ハム)
- ・農産物(伊木力みかん、唐比レンコン)
- ・海産物(小長井牡蠣、かまぼこ、鯨)
- ・お菓子(カステラ、おこし、ゼリー、ジェラート)
- ・麺類(高来そば、長崎ちゃんぽん、うどん)
- ・鰻蒲焼・地酒 など150アイテム以上!



大好評!特産品を詰め合わせた「いさは屋コラボシリーズ」もあります。

■駐車場／市役所前駐車場(広場側)

高城駐車場(購入者には無料券有)

■問い合わせ先

(一社)諫早観光物産コンベンション協会 ☎22-8325

## ナイスハートバザールin諫早



社会参加の促進と就労意欲の向上を図るため、市内の障害者施設で作製した製品や農産物などを販売します。今回も素敵なお品をご用意しています。

■とき／12月14日(水)～16日(金) 10時～17時30分

※16日(金)は17時まで

■ところ／市民センター

■主な商品／食品(お弁当、パン、洋菓子、加工品など)、手作り製品(さをり織、布わらじ、縫製品、リサイクル石けん、アクリルタワシ、ビーズストラップなど)

■主催／働く喜びサポート事業実行委員会

■問い合わせ先／市障害福祉課

SOMPOホールディングス  
損保ジャパン日本興亜ひまわり生命

ご契約年齢：満20歳～満80歳



「不安」を「安心」にかえる医療保険

0037-6001-60036 ■受付時間：10時～19時(日曜定休)

※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。恐れ入りますが携帯電話等でおかけ直してください。

【募集代理店】株式会社ニュートン・フィナンシャル・コンサルティング  
〒160-0022 東京都新宿区新宿5-17-18

【引受保険会社】損保ジャパン日本興亜ひまわり生命保険株式会社  
〒163-8626 東京都新宿区西新宿6-13-1 新宿セントラルパークビル TEL:03-6742-3111(代表)

広告有効期限  
2017年6月30日

健康に不安がある方の  
ためにできました。

- ✓健康に不安がある方
- ✓持病がある方
- ✓もう医療保険に



「はいれない」と思っていた方を  
を一生保障する医療保険です。  
HL-P-B1-15-01567(2016.02.09-2018.01.31)

# 募 集

## 平成29年度東京学生寮 (諫早修習館) 入寮生

都心の閑静な住宅街に位置し、通学に便利です。経済的にもお得な諫早修習館をぜひご利用ください。

### ■対象

諫早市に1年以上住所がある人の子で、東京周辺の大学・短大・専修学校・各種学校(就業年限が2年以上。大学院は不可)などに通学する人

※入学が決まっていなくても、進学を希望していれば申込可

### ■募集人員

男子12人、女子5人

### ■利用期間

1・2年生時の2年間

※3年生以降は利用できません。

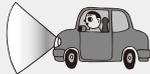
### ■設備など

・全室個室(勉強机・タンス・書棚・エアコン据え付け)

## 年末の交通安全県民運動

12月13日(火)~22日(木)

こんばんは  
早めのライトで ごあいさつ



### 【運動の重点】

- 飲酒運転の根絶
- 高齢者の交通事故防止
- 後部座席を含めた全てのシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

### 【特別広報】

- ◎脇見・ぼんやり運転の防止
- ◎歩きながらのスマートフォン等の操作等の危険性の周知

### 【主唱】

- ・諫早市
- ・諫早市交通安全推進協議会

- ・食事なし(共同自炊室あり)
- ・トイレ・風呂・洗濯機は男女別の共用

### ■使用料(寮費)

13,000円/月

- ・敷金・礼金なし
- ・電気料金は実費

### ■申込方法

市教委生涯学習課に備え付けの申込用紙(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、同課へ提出

### ■募集期間

○1次受付:11月21日(月)~平成29年1月10日(火)

○2次受付:平成29年1月11日(水)~2月28日(火)

※入寮の可否は審査会による審査で決定し、通知します。

※大学受験の際の宿泊にも利用できます(1泊2,050円)。

### ■申込・問い合わせ先

市教委生涯学習課

## 親子ものづくり体験教室

自然素材の木や竹を使って、親子でものづくりを体験してみませんか。

### ■とき

12月18日(日) 9時~12時

### ■ところ

諫早技能会館  
(宇都町22・76)

### ■内容

- ・ミニ門松づくり教室
- ・クリスマスリースづくり
- ・木製年賀状づくり
- (ウッドバーニング)

### ■対象

小・中学生と保護者

### ■定員/先着20組

### ■参加費/無料

※全てのコースを体験できます。

### ■申込方法

電話またはファクス

※受付は月~金曜の9時~17時

■申込期限/12月16日(金)

■申込・問い合わせ先

長崎県央職業訓練協会

☎22・0036

FAX22・9397

## 特別職国家公務員(生徒)

### ■試験区分

陸上自衛隊高等工科学校生徒

### ■応募資格

平成12年4月2日生~平成14年4月1日生の男子

■試験日/平成29年1月21日(土)

### ■試験会場

小栗ふれあい会館

### ■受付期限

平成29年1月6日(金)

※志願票は自衛隊諫早地域事務所 所で配布

■申込・問い合わせ先

自衛隊諫早地域事務所

☎22・4455

## 第12回諫早こどもかるた(百人一首)大会参加者

### ■とき

平成29年1月5日(木)

9時~15時

### ■ところ

西諫早公民館 2階講堂

■対象/「百人一首かるた」が好きな小・中学生

### ■参加費/無料

■申込期限/12月20日(火)

※当日消印有効

■申込・問い合わせ先

大塩 信義さん

(T)854・0074 山川町

45・4 ☎26・2540

# ガン保険

チューリッヒ生命  
「終身ガン治療保険プレミアム」

通院治療が増加している時代の、画期的なガン保険

今、ガン保険にご加入されている方も、ご加入されていない方も今すぐチェック!

0037-6001-60232

《募集代理店》  
株式会社ニュータウン・  
フィナンシャル・  
コンサルティング  
〒160-0022東京都  
新宿区新宿5-17-18

ZURICH  
チューリッヒ生命

※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。恐れ入りますが携帯電話等でおかけください。  
※記載の保険料は2015年7月現在のものです。※この欄は商品の概要を説明しています。商品の詳細については、パンフレット、ご契約に関する注意事項(契約概要、注意喚起情報)等をご確認ください。

広告有効期限:  
2017年6月30日  
募集16004-20160112

既にガン保険にご加入されている方に 追加のご加入で、ガンの通院治療の保障を充実

●主契約:放射線治療給付金、抗がん剤・ホルモン剤治療給付金(給付月額20万円) ●保険期間:保険料払込期間:終身

月払保険料 1,500円 35歳男性

月払保険料 1,500円 43歳女性

ガン保険にご加入されていない方に 自由設計プランで、ガンの通院治療と診断給付金と先進医療まで備える

●主契約:放射線治療給付金、抗がん剤・ホルモン剤治療給付金(給付月額20万円)

●特約:ガン先進医療給付金、ガン先進医療支援給付金(一括15万円)、  
ガン診断給付金(一括50万円)、悪性新生物保険料払込免除

●保険期間:保険料払込期間:終身

月払保険料 3,216円 40歳男性

## 定期相談

本庁定期開催分（12月）

ところ／市民相談室

（高城会館3階）

問い／市民相談室

☎22・31133

※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】

7日(水)、19日(月)、26日(月)

13時～16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】

27日(火) 13時～16時

13日(火) 10時～15時

### 【不動産相談】

6日(火) 9時～12時

### 【交通事故相談】

20日(火) 10時～16時

### 【人権相談】

1日(木)、15日(木) 10時～15時

### 【行政相談】

2日(金)、9日(金)、16日(金)

10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

16日(金) 10時～13時

森山支所相談室

16日(金) 10時～13時

飯盛支所相談室

9日(金) 10時～13時

高来支所相談室

16日(金) 10時～13時

小長井支所相談室

9日(金) 10時～13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）

8時30分～17時

ところ／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・31133

### その他開催分（12月）

#### 【認知症専門相談】

9日(金) 13時30分～16時

ところ／市役所本館2階

2・1会議室

対象／認知症やその心配があ  
る高齢者・家族など

内容／認知症の人への対応、  
医療や介護など

※要予約・相談無料

申込・問い／市高齢介護課

#### 【草花・樹木に関する相談】

7日(水)、21日(水)、28日(水)

9時～16時

ところ／市役所本館玄関ホール

14日(水) 9時～16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）

9時～17時

ところ／野中町508-8

問い／市少年センター

☎24・3737

### 長崎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）

12月22日(木) 9時～17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

### 日本政策金融公庫

創業サポートデスクin諫早市

12月14日(水)

13時～16時

ところ／諫早商工会議所

※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へ全  
般に関する相談

問い／諫早商工会議所中小企  
業振興部

☎22・3323



参加者  
大募集

## 諫早史上最大の「諫早コン」

今年のクリスマスはひとりじゃない！  
あなたの素敵な出会いをプロデュース☆

- とき／12月25日(日)
- ところ／栄町・本町アーケード周辺の  
飲食店および観光ホテル道具屋
- 内容／時間内に1人2店舗を回り、各店舗で交流およ  
び食事を楽しむ。最後は道具屋に全員集合。地元アー  
ティストによる演出、諫早ピンゴなどを行います。
- 参加費／1人5,000円
- 応募資格／20歳以上（1人でもグループでも可）
- 定員／男性250人、女性250人（合計500人）
- 申込方法／メール（facenagasaki@gmail.com）で、  
住所・氏名・年齢・職業・簡単な自己PR・写真を送付
- 申込期限／12月15日(木)
- 問い合わせ先／諫早コン実行委員会事務局  
内田さん ☎24-4334





諫早  
お仲だんのむらた

明るい繁栄の家庭は信仰から  
一家にひとつのお仏壇を

# 特別感謝セール

セール期間 2016年12月10日(土)～12月30日(金)

営業時間 9:00～18:30  
セール期間中は休まず営業致します。

むらたの  
仏壇お洗たく

お客様の大切なお仏壇をきれいに  
お手入れいたします。



まるで新品同様  
生まれ変わります

お見積りは  
無料です!!

営業時間  
9:00～18:30  
定休日  
毎月第2、4火曜日

0120-767615

TEL.0957-23-1116

http://www.obutsudan-murata.com/

## 地域で考える女・男フォーラムinこながい

- とき／12月11日(日) 13時20分～16時45分
- ところ／小長井文化ホール ※入場無料
- 内容
  - 市民発表 13時50分～  
小学生、中学生、高校生、一般  
指導助言：前小栗小学校校長 道越貴代美さん
  - 講演 15時～  
講師：元福岡県杷木町長 中嶋玲子さん  
テーマ：「世代をこえて 性別にとられない  
全員参加で進む我が町」  
～できる人が できることを 少し無理をして～
- 問い合わせ先／地域で考える女・男フォーラムinこながい実施委員会 ☎34-2111

## 第12回森山地域一周駅伝競走大会



- とき／平成29年1月8日(日) 8時30分～
- ところ／森山支所(スタート・ゴール) ※雨天決行
- 参加資格  
市内外の中学生、高校生、一般(全て男女混合可)
- 区間／6区間(18.8km)
- 参加費／無料(傷害保険は主催者で加入します)
- 申込期限／12月21日(水)(必着)
- 申込方法／森山支所に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、持参またはファクスなどで申し込み
- 申込・問い合わせ先  
森山支所地域総務課 ☎36-1111 FAX36-2504

高来東児童館 ☎32-5858

### ▶クリスマス飾り作り

- とき／12月3日(土) 13時～
- 対象／小学生(定員15人)
- 参加費／100円



高来西児童館 ☎32-5204

### ▶クリスマス飾り作り

- とき／12月10日(土) 13時～
- 対象／小学生以上(定員15人)
- 参加費／100円



## 光のフェスティバル 2016

今年も高さ12mのジャンボツリーときらきら輝くイルミネーションがのぞみ公園の冬をメルヘンチックに彩ります。のぞみ会館前では、子どもたちによって飾られたかわいい雪だるまが皆さんをお迎えします。



- イルミネーション点灯期間  
12月3日(土)～25日(日) 17時～22時  
※3日(土)は13時からイベントや点灯式を行います。
- ところ／多良見のぞみ会館
- 問い合わせ先／多良見のぞみ会館 ☎43-6200

## 第24回六段の調祭典

諫早は箏曲「六段の調」発祥の地と伝えられ、多くの市民の皆さんに「六段の調」のゆかりを知っていただくために、箏・尺八の演奏会を行います。今年も、鎮西学院高校の書道部と諫早ジュニア合唱団の出演もあります。



- とき／12月4日(日) 13時～
- ところ／諫早文化会館
- 内容／明峰中、高来中、創成館高校、鎮西学院高校、市内三曲社中による箏・尺八の演奏と鎮西学院高校書道部のパフォーマンス、諫早ジュニア合唱団の合唱
- 入場料／300円 中学生以下は無料
- 問い合わせ先／六段の調祭典実施委員会事務局  
市文化振興課 ☎22-2542

## 小・中学生の音楽の祭典 第19回八江学芸祭

市内小・中学校の音楽クラブによる音楽の祭典を開催します。日ごろの練習の成果を皆さんに披露しますので、ぜひご来場ください。



- とき／12月23日(金) 13時～
- ところ／諫早文化会館 ※入場無料
- 問い合わせ先／市教委学校教育課

▶館長講座「諫早の七不思議」(第8回)

- とき/12月10日(土) 10時30分~12時
- ところ/美術・歴史館2階 研修室
- 内容/諫早競馬場の顛末記
- 対象/高校生以上(定員30人程度)
- ※聴講料無料。事前申込不要

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶上田貞子展 紙のウェブ、紙

- とき/11月26日(土)~12月24日(日)
- 内容/「紙」素材にこだわり「ウェブ」をテーマに表現した作品を展示 ※観覧無料。月曜休館

▶永野陽子展

- とき/11月26日(土)~12月24日(日)
- 内容/「自然との対話」をテーマにした水彩による平面画や造形作品など約20点を展示
- ※観覧無料。月曜休館

▶クリスマスチャリティーコンサート

- とき/12月4日(日) 15時~(開場:14時30分~)
- 内容/オカリナ「くらら」による無料チャリティーコンサート

▶指で描くパステルアート教室 ~クリスマス~

- とき/12月4日(日) 11時~12時、14時~15時
- 対象/4歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員/各20人(予約優先) ■材料代/1,000円

▶おりがみ教室 ~サンタクロース~

- とき/12月4日(日) 11時~12時、14時~15時
- 対象/3歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員/各20人(予約優先) ■材料代/200円

▶グラスキャンドルづくり ~クリスマス~

- とき/12月4日(日) 11時~12時、14時~15時
- 対象/4歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員/各15人(予約優先) ■材料代/1,000円

▶押し花ミニ額づくり体験 ~正月/箸置き~

- とき/12月11日(日) 10時30分~12時30分、14時~16時
- 対象/小学生以上(小学校低学年は保護者同伴)
- 定員/各10人(予約優先) ■材料代/2,500円

▶サイエンスワークショップ ~さかなと遊ぼう~

- とき/12月18日(日) 11時~12時、14時~15時
- 対象/小学生(保護者同伴の場合は未就学児も可)
- 定員/各20人(予約優先) ■材料代/100円

▶はりがねアート教室

- とき/12月23日(金) 14時~15時、15時20分~16時20分
- 対象/5歳以上(小学3年生以下は保護者同伴)
- 定員/各10人(予約優先) ■材料代/200円

▶楽しい科学教室 ~おもさのひみつ~

- とき/12月23日(金)~25日(日) 10時30分~12時30分
- 対象/小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴)
- 定員/20人(予約優先) ■材料代/1,500円
- 持ってくるもの/筆記用具

諫早図書館 ☎23-4946

▶映画上映会

- とき/12月17日(土) 14時~ ※入場無料
- ところ/諫早図書館1階 展示ホール
- 内容/「クリーン」(2010年 フランスほか 111分)

▶諫早図書館講座

- とき/12月18日(日) 13時30分~15時
- ところ/諫早図書館2階 視聴覚ホール
- 内容/百人一首
- 講師/大塩信義さん

たらみ図書館 ☎43-4611

▶アートフェスティバル

- とき/11月29日(火)~平成29年1月22日(日)
- ところ/たらみ図書館内展示回廊ほか
- 内容/県内アーティストによる作品展示

▶ミニコンサート

- とき/12月10日(土) 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

▶映画上映会

- とき/12月16日(金) 15時~
- ところ/たらみ図書館 海のホール
- 内容/「長州ファイブ」(2006年 日本 115分)
- ※入場無料

▶ライブラリージャズコンサート

- とき/12月17日(土) 14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ポートジャズオーケストラによる演奏
- ※入場無料

諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶諫早ゆかりの日本画家展

主に幕末から戦前まで活躍した諫早ゆかりの日本画家・八十島又橋、小波魚青、小波魚江、樋口景堂らの作品を中心とした日本画の展覧会を開催します。



市内の家屋に描かれていた襖絵や、人々の暮らしを彩った掛軸や屏風など約30点のほか、八坂神社(諫早市)、矢上神社・岩戸神社(長崎市)の天井絵をパネル化して展示、諫早ゆかりの画家たちが描いた三社の天井絵が一堂に会します。ぜひ、ご覧ください。

- とき/12月1日(木)~平成29年1月8日(日) 10時~19時(最終入場:18時30分)
- ※毎週火曜日、12月29日(木)~1月3日(火)は休館
- ところ/美術・歴史館2階 企画展示室
- 観覧料/無料

## 有喜公民館 ☎28-3110

### ▶交通安全講習会

日12月2日(金)19時30分～20時30分

場有喜ふれあい会館 内事故のない年末を迎えるため交通ルールを再確認 対成人・高齢者



### ▶クリスマス飾る寄せ植えを学ぶ

日12月20日(火)13時30分～15時30分

場有喜ふれあい会館 内クリスマスパージョンの寄せ植えを学ぶ 対成人 定20人程度 申12月9日(金) 料2,000円程度(材料代)

### ▶かんぼこ作り

日12月4日(日)・19日(月)9時～12時

場有喜ふれあい会館 内有喜の郷土料理である「かんぼこ」作りを学ぶ 対成人 定各20人程度 申12月1日(木) 料1,000円程度(材料代)

## 西諫早公民館 ☎26-1500

### ▶ズンバで楽しみましょう

日12月7日(水)・21日(水)(全2回)19時30分～21時 場西諫早公民館 内ズンバの楽しさ面白さを学びます 対成人 申12月1日(木)

### ▶世界の郷土料理

日12月9日(金)15時～16時30分 場西諫早公民館 内ウエスレヤン大学のベトナム人留学生に地元の料理紹介と調理法を学びます 対成人 申12月1日(木) 料300円程度(材料代)

### ▶知らなきゃ損する郷土料理

日12月14日(水)10時～13時 場西諫早公民館 内おせち料理「蜂蜜チャーシュー」「松風焼き風(和風ひき肉)」「たたきごぼう」「だて巻き」などの調理法を学びます 対成人 申12月6日(火) 料800円程度(材料代)

### ▶親子でクリスマスケーキのデコレーション

日12月17日(土)10時～12時30分 場西諫早公民館 内特別な道具は使わずかわいい飾り付け(リース風)をし作ったケーキは持って帰ります 対親子(小学生以下) 申12月5日(月) 料1,300円程度(材料代・保険料)



## ▶リップクリームとハンドクリーム教室

日12月14日(水)10時～

12時 場小栗ふれあい会館 内ビタミンたっぷり天然素材利用のお肌にやさしいクリームを作りましょう 対女性 申12月5日(月) 料600円(材料代:リップクリーム)、700円(材料代:ハンドクリーム) 持エプロン・タオル



### ▶アイディアケーキ

日12月16日(金)10時～12

時 場小栗ふれあい会館 内ホットケーキミックスで簡単なお菓子を作りましょう 対成人・高齢者 申12月5日(月) 料500円程度(材料代) 持エプロン・三角巾 ※保険料負担有



## 小野公民館 ☎22-0264

### ▶縁起菓子づくり

#### 「黒おこしとおおさおこし」

日平成29年1月12

日(木)10時～12時 場小野ふれあい会館 内諫早名物の手作り体験。できたてのしっとり食感や風味も楽しみましょう。手土産にもオススメ 対成人 定16人 申12月19日(月) 料600円程度 持エプロン・三角巾・タオル



### ▶お花の教室

日平成29年1月13日

(金)、2月9日(木)、3月2日(木)(全3回)10時～12時 場小野ふれあい会館 内庭先や野の草花を使った、型にはまらず気軽にできる新しい生け花を体験します 対成人 申12月19日(月) 料600円程度 持花ばさみ・空のペットボトル(1.5ℓ)



### ▶足裏マッサージ

#### (リフレクソロジー)で健康増進

日平成29年1月19日(木)・26日(木)(全2回)10時～12時 場小野ふれあい会館 内英国式マッサージ法を学び疲労を解消し自己治癒力を高めましょう 対成人 定16人 申12月19日(月) 料600円程度 持タオル2枚・バスタオル1枚・あればクッション

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。

日:日時 場:場所 内:内容  
対:対象 定:定員 申:申込期限  
料:参加費 持:持ってくるもの

## 中央公民館 ☎23-1160

### ▶ワンプレートランチ講座 (クリスマス風)

日12月7日(水)10時～12時 場中央公民館 内おいしい料理を作りワンプレートの皿の上に上手に盛り付けます 対成人 定20人 申12月1日(木) 料600円(材料代)

### ▶パーティーコーディネート講座(託児付)

日12月13日(火)10時～12時 場中央公民館 内クリスマスや家族の誕生日などのパーティーを風船や小物で演出するための楽しい講座です 対親子 定20組 申12月5日(月) 料300円(材料代)

### ▶おもちゃ病院

日12月14日(水)10時～16時 場中央公民館 内思い出が詰まった壊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

### ▶〈江戸大道芸〉

#### かつぼれ&玉すだれ講演会

日12月19日(月)10時～12時 場中央公民館 内江戸時代、庶民に親しまれた大道芸「かつぼれ」「玉すだれ」を楽しい話を交えながら演じます 対成人

## 小栗公民館 ☎22-1533

### ▶クリスマスの寄せ植え

日12月3日(土)13時～15時30分 場小栗ふれあい会館 内楽しみながら寄せ植えを作りましょう 対女性 申12月1日(木) 料1,000円程度(材料代) ※保険料負担有

高来公民館 ☎32-2111

▶門松作り

日12月25日(日)9時～12時 場高来会館 内門松作りで新年を迎えよう 対親子 定15組 申12月16日(金) 料300円

高来西公民館 ☎32-3126

▶レジンアクセサリー作り

日12月15日(木)10時～12時 場高来西ゆめ会館 内手作りワークショップ第6弾。世界に1つだけの素敵なペンダントを作ります 対成人 定10人 申12月8日(木) 料1,052円(材料代など)

▶親子リトミック教室

日12月21日(水)10時～11時30分 場高来西ゆめ会館 内ピアノとフルートの共演 音楽を聴いて心のリフレッシュ!リトミックで親子の絆を深めよう 対幼児とその保護者 定20組程度 申12月8日(木)

▶親子ミニ門松作り

日12月25日(日)10時～12時 場高来西ゆめ会館 内親子で協力してオリジナルミニ門松を作ります 対親子(小学生) 定10組程度 申12月16日(金) 料150円(材料代・保険料など)

小長井公民館 ☎34-2201

▶そば打ち教室

日12月5日(月)18時30分～21時30分 場小長井文化ホール 内年越しそばを自分で打ってみよう 対成人 定12人 申11月28日(月) 料1,000円程度(材料代)



▶シルバー大学

日12月6日(火)10時～11時30分 場小長井文化ホール 内笑いヨガで心身をマッサージ 対65歳以上の高齢者

▶おはなし会

日12月10日(土)14時～14時30分 場小長井文化ホール 内絵本の読み聞かせ 対幼児・小学生



▶冬休み子ども映画館

日12月26日(月)10時～11時30分 場小長井文化ホール 内まんが日本昔ばなし他 対幼児・小学生

伊木力公民館 ☎44-1002

▶クリスマスリース作り

日12月15日(木)10時～12時 場大草集落センター 内手作りリースでクリスマスを楽しみましょう 対成人 定20人 申12月2日(金) 料600円程度(材料代)

森山公民館 ☎36-1116

▶ゆず・冬の香り講座

日12月9日(金)・16日(金) (全2回) 13時30分～15時30分 場森山公民館 内ユズを使ってジャムやお茶、入浴剤などを作ります。ユズを楽しんでみませんか 対成人 定16人 申12月5日(月) 料1,000円程度(材料代:2回分) 持エプロン・タオル・筆記用具



▶おいしい楽しいおにぎらず講座

日12月13日(火)13時30分～15時30分 場森山公民館 内海苔とご飯に合わせる具で自由自在。カラフルで手軽。年末年始のお客さまにもどうぞ 対成人 定16人 申12月5日(月) 料800円程度(材料代) 持エプロン・三角巾・筆記用具・持ち帰り容器

飯盛公民館 ☎48-0049

▶アイシングクッキー(託児付)

日12月14日(水)10時～12時 場飯盛ふれあい会館 内楽しくクッキーに絵を描こう 対女性 定20人 申12月7日(水)



田結公民館 ☎49-1111

▶季節の花の寄せ植え教室

日12月8日(木)13時30分～15時30分 場田結公民館 内季節の花を使い寄せ植えを学びます 対成人 定20人 申12月5日(月) ※材料代負担有

▶親子で作るミニ門松作り

日12月24日(土)10時～12時 場田結公民館 内お正月気分を盛り立てるかわいいミニ門松を親子で作ります 対親子 定15組 申12月15日(木) ※材料代負担有



本野公民館 ☎26-0270

▶初心者さん集まれ!長崎の魚のおろし方教室♪(託児付)

日12月22日(木)10時～12時30分 場本野ふれあい会館 内魚の栄養特性と食育について学び、魚のおろし方を教えていただいた後はみんなで試食 対子育て中の母親 定20人(2・3人のグループ申込可) 申12月12日(月) ※材料代負担有

▶しめ縄作り

日12月25日(日)9時30分～12時30分 場本野ふれあい会館 内良い年になりますように!手作りしめ縄で新年を迎えよう 対親子 定10組(20人) 申12月15日(木) ※材料代負担有



▶2017年!メイクでびゅ〜てい〜★来年の春はパッチリメイクで差をつけろ!

日12月26日(月)13時30分～16時30分 場本野ふれあい会館 内若いうちからちゃんとしたスキンケアを知っておくと年齢を重ねてからのお肌も違います。正しいスキンケアとメイク法を覚えよう 対大学生・高校3年生 定12人 申12月15日(木) ※材料代負担有

長田公民館 ☎23-9024

▶親子でずくずく広場

「英語で遊ぼう」

日12月15日(木)10時～12時 場長田みのり会館 内リトミックやクリスマスにちなんだ絵本の読み聞かせなど英語を使って親子で楽しみましょう 対親子 定15組 申12月7日(水) 料350円程度(材料代・保険料)

▶親子でしめ縄作り教室

日12月23日(金)9時～12時 場長田みのり会館 内今年収穫した稲を使ってしめ縄を作ります。手作りの飾りで新年を迎えましょう 対親子(小学生以上) 定10組 申12月16日(金) 料300円程度(材料代・保険料)

多良見公民館 ☎43-0049

▶子どもクッキング

日12月10日(土)9時30分～12時 場たらみ会館 内クリスマスケーキを作ろう 対小学3～6年生 定15人 申12月1日(木) 料700円



### 風を切って さわやかに

10月9日、「第31回いさはやレディスロードレース大会」が開催され、今年は、小・中学生、高校、一般の男女、親子の計26種目に約700人が出場しました。選手たちは市役所前をスタート、中央交流広場をゴールとするコースを力走。秋晴れの諫早のまちを力強く駆け抜けていました。



### 4年後の東京大会にも期待

10月14日、リオ五輪陸上男子50km競歩に出場した森岡紘一郎選手とパラリンピック車いすマラソンに出場した副島正純選手へ「諫早市スポーツ特別功労賞」が授与されました。この日、4年後の東京大会へ向けて抱負を力強く語ってくれた両選手。これからも、お2人の活躍に期待しています。



### よらんね祭りで楽しいひととき♪

10月30日、森山スポーツ交流館前広場で「森山よらんね祭り」が開催。ステージでは園児の蛇踊りや小学生の元気いっぱいのダンス、下井牟田地区郷土芸能「道具大傘」などが披露されました。出店にも、飲み物や食べ物を買求める人でにぎわい、お祭りに集まった人たちは食欲と文化の秋を楽しんでいました。（市民記者 江田）



### みあって みあって～！

10月16日、江ノ浦神社で「第25回江ノ浦神社奉納ちびっこ相撲大会」が開催されました。朝から小雨の降る中、テントを張っての開催となりましたが、幼児から小学6年生までのちびっこ力士による地区対抗の団体戦や個人戦が行われ、熱戦が繰り広げられました。



### 1人ひとりが主役

11月3日、諫早文化会館で「舞台芸術祭」が開催されました。昭和48年から行われているこの芸術祭も、今年で44回目。12団体が参加し、詩吟、民謡、日舞、バレエ、フラダンスなどを披露しました。この日のために練習を重ねてきた皆さんは、堂々としたステージを披露。観客からは大きな拍手が送られていました。



### “ふるさとの元気”集めました！

10月30日、喜々津漁港周辺で「多良見ふるさと祭り」が開催。出店には特産品のミカンやかまぼこなどが並び、特にカニ汁無料サービスは大人気。ステージイベントをはじめ、輪投げや綱引き大会、カヌー体験、大村湾クルーズなどさまざまなイベントが行われ、参加した約8,000人の皆さんは楽しい1日を過ごしていました。（市民記者 佐藤）



## 立派に実った宮中献穀米 収穫に感謝

10月10日、宮中行事の<sup>にいなめさ</sup>新嘗祭で長崎県から献上する<sup>ぬいぼ</sup>稲を刈る拔穂祭が行われました。黒崎町の池田静男さん・幸子さんが育ててこられた献穀米。収穫の日を迎えたこの日は、神事で神楽が奉納された後、田男、刈女姿の小野中学校2・3年生11人が、立派に実った稲を鎌で丁寧に刈り取ってきました。台風や虫など心配していたそうですが、無事収穫の日を迎え、ほっとした様子の池田さんご夫妻。精米作業などを経た献穀米は、10月31日に皇居へ届けられたそうです。

# フォトギャラリー

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!



## 看護への決意を誓う

10月27日、長崎県立看護学校で「載灯式」が行われました。臨床実習を前にナイチンゲールの愛の灯を受け継ぎ、看護職者として精進することを誓う載灯式には、高等課程（准看護科）53期生53人が出席。この日、キャンドルを手にした皆さんは、引き締まった表情で看護への決意を新たにしていました。



## 雨でも盛大に! いいもりよかこまつり

10月23日、飯盛ふれあい会館駐車場で「いいもりよかこまつり」が開催。舞台上はマグロ解体ショー、めしもり早食い大会、大声絶叫大会などが行われました。今回は、飯盛地域のキャラクター「めしもりKUN」もデビュー。参加者たちはさまざまなイベントを楽しみ、まつりは大いに盛り上がっていました。（市民記者 江藤）

## 12月1日は世界エイズデー

～知っているも、分かっているも AIDS IS NOT OVER～

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、HIV検査を受けることで、はじめて感染の有無を確認することができます。県央保健所では、匿名での無料検査を実施しています。早期発見のために、まずは検査を受けてみませんか？

通常の県央保健所での検査 ※要予約

	通常検査	即日検査
検査日	火曜日（9時～17時）	第2木曜日（14時～19時）
検査項目	エイズ、クラミジア、B型肝炎、C型肝炎	エイズ、B型肝炎、C型肝炎
結果	2週間後以降	約1時間後

■問い合わせ先／県央保健所地域保健課健康対策班 ☎26-3306

## 精神保健福祉相談

心の健康、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（12月）

7日(水)、13日(火)、16日(金)、26日(月)  
（14時～16時30分）

15日(木)（15時30分～17時30分）

■ところ／県央保健所

■問い合わせ先／県央保健所地域保健課保健福祉班 ☎26-3306

## 子宮がん・乳がん検診はお済みですか？

がんを早期発見して早期治療につなげるためにはがん検診を受けることが大切です。定期的ながん検診を受診しましょう。

■諫早市子宮がん検診・乳がん検診（個別検診） ※受診の際は、健康手帳と健康保険証をご持参ください。

検診名	対象者（年齢：平成29年3月31日現在）	検診内容	受診者負担金
子宮がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	問診、視診、子宮頸部の細胞診および内診、必要に応じ体部の細胞診	頸部のみ 300円
			頸部と体部 600円
乳がん検診	30歳以上の女性。ただし、マンモグラフィは40歳以上（平成27年度にマンモグラフィを受診していない人が対象）	30～39歳	視触診のみ 200円
		40～49歳	視触診とマンモグラフィ（2方向） 700円
		50歳以上	視触診とマンモグラフィ（1方向） 500円

■実施期限／平成29年3月31日(金)

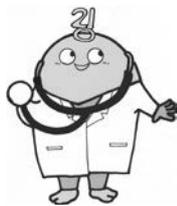
■実施場所／市内の病（医）院 ※要事前予約

※生活保護世帯員、中国残留邦人等支援法に基づく支援給付の支給受給者、市民税非課税世帯員は受診者負担が免除（市負担）されます。職場などで受診する機会がある人は、その検診をご活用ください。

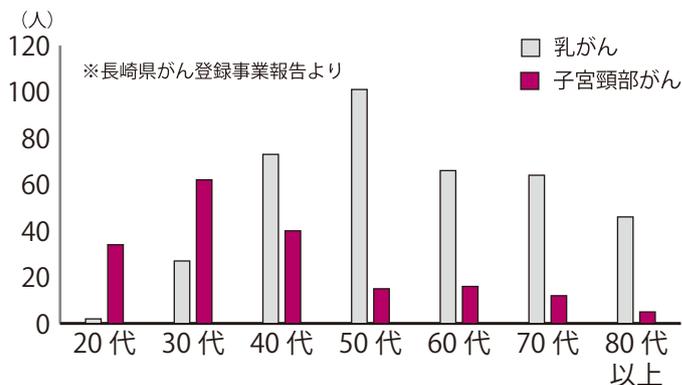
■問い合わせ先

健康福祉センター ☎27-0700

本市では、乳がんは50代、子宮頸部がんは30代に多いです。



諫早市乳がん・子宮頸部がん罹患数（平成20年～24年）



## この冬、インフルエンザに負けないために！

わが国最大の感染症インフルエンザは、毎年12月下旬から翌年3月上旬を中心に流行します。普通のかぜと違い、感染力が強く重症化することもあるため、早めの予防対策が何よりも大切です。（健康福祉センター）

インフルエンザ予防対策

- ①予防接種：一番効果的です。特に65歳以上の高齢者、慢性の病気を持つ人などと接する機会の多い人は、流行する前に予防接種を受けましょう。市は、65歳以上の高齢者などと中学生以下の子どもに対して接種費用の助成を行っています（広報諫早10月号参照）。
- ②うがい・手洗い：かぜの基本的な予防対策としても効果的です。

- ③体を温める：温かい食事をとったり、外出時は温かい服装を心がけましょう。ただし厚着しすぎは逆効果です。
- ④ウイルスを避ける：流行時には人ごみを避け、マスクを活用する。
- ⑤規則正しい生活：睡眠をしっかりととり、栄養バランスのよい食事で体力を保持しましょう。
- ⑥ストレスを解消して免疫カアップ



# 12月の健診・相談・各種教室

## パパママ学級

妊婦とその家族を対象に、お産や母乳についてのお話や妊婦体験などを行います。

■とき／18日(日) 10時～12時

(受付：9時30分～)

■ところ／健康福祉センター

■定員／15組 ※要予約

■申込先／健康福祉センター ☎27-0700

## 乳児健康相談

生後12月までのお子さんが対象です。

【日程】(受付：13時～13時15分)

5日(月)	森山保健センター	南部
6日(火)	多良見体育センター	西部
13日(火)	健康福祉センター	北部
16日(金)	飯盛ふれあい会館	西部
20日(火)	健康福祉センター	中央
27日(火)	高来会館	東部

## 離乳食教室

生後12月までのお子さんが対象です。

■とき

26日(月)

■受付時間

9時30分～10時

■ところ

健康福祉センター



## 乳幼児健康診査

【4～5カ月児、10～11カ月児】

県内医療機関で個別健康診査を行っています。それぞれ受診票が必要です。

【1歳6カ月児健康診査、2歳6カ月児  
歯科健康診査、3歳児健康診査】

対象者には前月に健診票を送付します。

## 子育て相談

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。※要予約(前日まで)

■とき／21日(水) 10時～12時

■ところ／飯盛ふれあい会館

■問い合わせ先／市こども支援課

## 介護相談

■とき／8日(木) 13時～15時

■ところ／市民センター

■問い合わせ先／認知症のひとと家族の会 渡部さん ☎26-1763

※乳児健康相談、離乳食教室、乳幼児健康診査についてのお尋ねは、健康福祉センター(☎27-0700)まで

## 健康テレフォンサービス

☎0120-555-203

月…上手な総合感冒薬の飲み方  
火…粉瘤～これって脂肪のかたまりですか？～  
水…RSウイルス感染症 木…加齢黄斑変性  
金…認知症の口腔ケア  
土・日…高齢妊娠とは  
年末年始特別テーマ…繰り返す膀胱炎

※祝日・休日は前日のテーマが流れます。

■問い合わせ先／県保険医協会 ☎095-825-3829



## 健康づくり運動教室

【市民ウォーキング】(5～6kmコース) ※雨天中止

3日(出)	9時～11時30分	西諫早緑地駐車場(堂崎町)
10日(出)		森山ふれあい公園
17日(出)		多良見支所

【ニュースポーツ教室】(グラウンド・ゴルフ) ※雨天中止

12日(月)	9時30分～11時	眼鏡橋前芝生広場
--------	-----------	----------

【のんこの21サーキット】

(中程度体力者向けの筋力運動・有酸素運動) ※要事前申込

毎週月曜日	13時30分～15時	飯盛ふれあい会館
毎週水曜日 ※28日除く	20時～21時30分	長田みのり会館
毎週木曜日 ※29日除く	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
毎週1・2・3金曜日	13時30分～15時	小野体育館
	20時～21時30分	高来会館

【のんこの体操】(低体力者向けの体操) ※要事前申込

毎週水曜日 ※28日除く	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
5日(月)・19日(月)	13時30分～15時	本野ふれあい会館

※水筒・タオル持参。ペットとの参加は不可。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。

■問い合わせ先

諫早市運動普及推進員協議会事務局 ☎27-0700



## 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、12月8日(休)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。

Q①10月15日～18日まで開催された「○○○○○

○長崎2016」

Q②こんばんは 早めの○○○で ごあいさつ

Q③「諫早コン」の定員は男女あわせて何人？

Q④光のフェスティバルのジャンボツリーの高さは？

Q⑤諫早市の乳がん罹患率は○○代に多い

※前号の答え ①71 ②特別市民栄誉 ③みかん

④森一 ⑤オイスター

※応募総数66通

※ご記入いただいた個人情報、賞品発送などの目的以外には利用いたしません。



# 太陽保育所



【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/  
x-1/isahaya@city.isahaya.nagasaki.jp

### 【DATA】

定員/120人  
住所  
馬渡町10-1  
(☎26-2223)

昭和49年に開所。園舎は木々に囲まれ、春には桜が咲き、秋には南京ハゼが真っ赤に染まります。木々のお弁当を食べたり、落ち葉拾いをして遊ぶ子どもたち。園の周辺には、たくさんの公園や遊歩道もあり、さまざまなお散歩コースを元気いっぱいに楽しんでいます。老人会といった地域の皆さんとの交流をはじめ、パンやうどん、梅干し、味噌作りなどを行う食育活動などを通じて、食べ物に対する感謝の気持ちや思いやりの心を育てています。

## 食改さんの **かんたんレシピ**

## もやしとにらの春巻き

諫早支部 小栗地区が考えたレシピです



【材料】 4人分

1人分：294kcal

モヤシ……………200g	塩……………小さじ1/2
ニラ……………1束	酒……………小さじ2
豚ひき肉……………100g	こしょう……………少々
春巻きの皮……………8枚	揚げ油……………適宜
小麦粉……………少量	キャベツ……………3枚

### 【作り方】

- ①モヤシは洗って水気を切る。ニラは3cm長さに切る。
- ②フライパンに油小さじ1を熱し、豚ひき肉、ニラ、モヤシの順に炒める。塩、こしょうで味をつけ、8等分にする。
- ③春巻きの皮を広げ、②を包み、水で溶いた小麦粉でとめる。
- ④160℃に熱した揚げ油に③を入れて、からりと揚げる。千切りにしたキャベツを添える。



Vol.67

- 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



QRコード  
◇諫早市公式フェイスブック  
「諫早日和」

自治体情報  
NBC data放送  
◇テレビのdボタンで「諫早情報」をお届け♪

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  
77.1 FM  
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