

広報

いさはや



明治31年、諫早駅開通時



昭和10～20年代



昭和61年 諫早駅開業88周年

ありがとう旧駅舎

九州新幹線西九州ルート（長崎ルート）の建設に伴い、
6月18日、仮駅舎にバトンタッチしたJR 諫早駅
(敬礼姿・井手駅長さん)

【特集】

防災 ～「まさか」に備える～	02
市政トピックス	08
見つけよう出かけよう いさはやの夏	12
くらしの情報	16
イベント情報	24
公民館講座情報	25
フォトギャラリー	28
健康&子育て情報	30
西諫早幼稚園	32
・かんたんレシピ	

まちが、家が、家族が
そのときあなたは…

特集 防災

～「まさか」に備える～

尊い生命や大切な財産を一瞬のうちに奪ってしまう自然災害。本市でも、昔から台風と水害による被害を受けてきました。災害による被害をできるだけ少なくするには、日ごろからの備えや防災に対する心構え、そして災害が起きたときにどれだけの的確な対応をとれるかが重要です。

これからの大雨や台風のシーズン、また、いつ起きるか分からない地震災害に備え、非常持ち出し品の点検や避難場所の再確認などを十分に行いましょう。

災害は自助・共助・公助

～この3つの行動が災害に対応する最も大切な基盤です～

自助

自分で自分や家族を守る



日ごろから家族で話し合いチェックしておきましょう

- 災害が起きたら、どう行動するか
- 非常持ち出し品・備蓄品の準備と保管場所の確認
- 災害時の連絡方法
- 防災マップなどを使って地域の特性や避難所の場所などを確認
- 自宅の耐震診断・補強、家具の固定

共助

地域や事業者が
助け合って守る



- 地域の防災活動
- みんなでまちの安全点検
- 事業者と地域の連携
- 防災マップ作り、避難訓練
- 災害時には、助け合って救出、初期活動

公助

行政による
防災・減災対策

- 公共施設を整備・拡充し、災害に強いまちづくりを推進
- 自助・共助を支援し、地域の安全を確保

災害が起こる前に! ～今できること～

「自分だけは大丈夫」「自分の家は大丈夫」は禁物!

いざというときに慌てず行動できるよう正しい知識を身につけておくことが大切です。

また、災害時は通信網が断たれたり、公共交通機関が機能しなくなったりします。もしものときに、家族の安否を確認する方法なども決めておくことと安心です。今できることを確認し、自然災害に備えましょう。

家族で確認・話し合い

- ・避難場所や避難ルートを確認しておく
(災害の状況によっては使用できない可能性があるため、複数決めておくことと安心)
- ・家の中で安全なところ、危険なところはどこか
- ・非常持ち出し品、備蓄品を準備する
- ・救急箱や消火器、非常持ち出し品、備蓄品の置き場を決めておく
- ・災害時の連絡方法を決めておく
- ・家族の安否確認の方法を決めておく
- ・家屋(屋根や外壁など)および周辺の点検

非常持ち出し品・備蓄品 チェックリスト

貴重品

- 現金(小銭含む)
- 車や家のスペアキー
- 預金通帳、生命保険証書
- 健康保険証
- 身分証明書(運転免許証、パスポートなど)
- 印鑑
- 母子健康手帳

情報収集用品

- 携帯電話(充電器含む)
- 携帯ラジオ(予備の電池含む)
- 家族の写真(はぐれたときの確認用)
- 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- 防災マップ(ポケット地図でも可)
- 筆記用具

食料など

- 飲料水
- 非常食
- 粉ミルク・哺乳瓶(乳児に必要なもの)

便利品

- 防災ずきんかヘルメット
- 懐中電灯(予備の電池含む)
- 笛やブザー
- 予備の眼鏡、コンタクトレンズなど
- 万能ナイフ
- 使い捨てカイロ
- ビニール袋
- アルミ製保温シート
- 毛布
- スリッパ
- 軍手か皮手袋
- マッチかライター
- 給水袋(給水タンク)
- 雨具(レインコート、長靴)
- レジャーシート

衛生用品

- 救急セット
- 常備薬・持病の薬
- タオル
- マスク
- トイレットペーパー
- 着替え(下着含む)
- ウエットティッシュ
- 生理用品
- 簡易トイレ
- 紙オムツ(子ども用・高齢者用など)



- ◎両手が使えるようリュックなどにまとめる(必要最低限に!)
- ◎自分や家族の状況に応じて必要なものを準備
- ◎定期的にも中身をチェック!

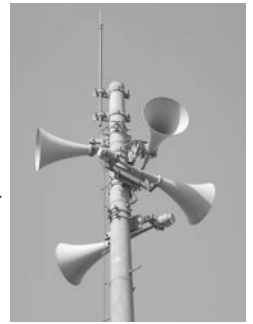
いさはや災害・救急時あんしんカード

災害や事故に備えて、下記の「いさはや災害・救急時あんしんカード」をご活用ください。

*定期的に記載内容の確認や更新をお勧めします。また、このカードには多くの個人情報に記載されますので、ご自身の判断と責任においてご利用ください。

いさはや災害・救急時あんしんカード				警察 110	消防・救急 119
氏名		性別	男・女	NTT災害用伝言ダイヤル 171 電話が繋がりにくい場合の安否確認などに利用できます。「171」をダイヤルし、音声案内にしたがって伝言を録音・再生してください。	
生年月日	明・大 年 月 日(歳)	血液型	型		
住所	長崎県諫早市				
電話	() -	記年月日	平成 年 月 日		
災害時の避難場所	●避難所 ●地震が発生した場合の一時避難場所(公園・広場・グラウンドなど) ●津波が発生した場合の避難場所(高台) ●家族の決まりごと等				

正しい情報を確認



災害発生時に、状況に応じた正しい判断をするためには、正確な情報を入手することが大切です。市は以下の方法で防災情報をお知らせしています。ひとつの手法だけでなく、複数の手法で情報を入手するようにしましょう。

防災行政無線

音声放送またはチャイム・サイレンでお知らせします。

※放送内容はテレホンサービス（☎0120-419-009）でも確認できます。

エフエム諫早（レインボー FM）

FMラジオ放送（周波数77.1MHz）でお知らせします。

※緊急の場合は、市が直接放送を行います。

公式フェイスブック（諫早市防災）

防災メール配信内容のほか、気象情報・注意報や台風情報などを掲載します。

ファクス送信

ご自宅・職場などのファクスでお知らせします。
※登録が必要です。希望する人は市総務課にお尋ねください。

市ホームページ

トップページに「緊急情報」として掲載します。

いさはやケーブルテレビ（3 SUNテレビ）

11チャンネル（自主放送）のテロップ放送でお知らせします。

メール配信

防災放送の内容をメールにより配信します。

1. 諫早市防災メール（事前の登録が必要です）

【登録方法】

■登録の前に、次のメールが受信できるよう設定をお願いします。

- ①city.isahaya.nagasaki.jp ドメインからのメール
- ②本文中にURLを含むメール

■登録手順

- ①memreg@city.isahaya.nagasaki.jp あてに空メールを送信

※下記のQRコードを読み取ることで送信メールが作成されます。



docomo



au



Softbank

- ②「諫早市防災メール配信システム」から入会確認メールを受信
- ③入会確認メールの本文中にあるURLに接続
- ④「諫早市防災配信システム」から入会完了メールを受信で登録完了

2. 諫早市スクールネットメール（防災情報）

※スクールネットで防災情報の配信を希望されている人

3. 緊急速報メール・エリアメール（緊急時のみ）

※市内にある携帯電話（docomo・au・Softbank）に対し、一斉配信します。受信設定は各携帯電話で異なります。

災害時の連絡先

災害が発生しそうなきや発生したときは連絡を！

諫早市役所	総務課	☎22-1500
多良見支所	地域総務課	☎43-1111
森山支所	地域総務課	☎36-1111
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
諫早消防署		☎22-0119
諫早警察署		☎22-0110

災害時伝言ダイヤル

災害時、通話がつながりにくくなったときに利用できます
「171」をダイヤルし、音声に従って以下の手順で伝言の録音・再生を行います。

☎ 171



【録音】

- ①「1」をプッシュ
- ②電話番号をダイヤル（市外局番から）

【再生】

- ①「2」をプッシュ
- ②電話番号をダイヤル（市外局番から）

いざ避難… いつ? どこに? どうやって?

もしものときは、慌てず避難することが大切です。防災行政無線・メール・ファクスなどを通じて市が出す避難情報は、状況に応じて以下の種類があります。

情報の種類	発令時の状況	住民に求める行動
自主避難	・災害の危険が迫っていると自ら判断した場合の避難	・必要に応じて地域の公民館などに避難 ・避難中の食事や生活必需品は各自で用意
避難準備情報	・避難するのに時間のかかる人（要配慮者）は、避難を始めなければならない状況 ・人的被害が発生する可能性が高まっている状況	・高齢者、病人、障害者の人は、支援者とともに避難場所へ早めの避難を始める ・非常持ち出し袋を用意するなど、いつでも避難できるよう準備
避難勧告	・通常の避難ができる人についても、避難を始めなければならない状況 ・人的被害が発生する可能性が明らかに高まっている状況	・避難場所へ速やかに避難を始める
避難指示	・災害の前兆現象の発生や切迫した状況から人的被害が発生する可能性が非常に高まっている状況または人的被害が発生した状況	・避難中の人は確実に避難を完了させる ・いまだに避難していない人は、直ちに避難場所へ避難を始める ・避難の時間的な余裕がない場合は生命を守る最低限の行動をとる

気象情報に注意

気象庁が発表する注意報や警報は、危険な状況を知らせる情報です。

情報を正しく受け止め、適切な行動ができるようにしましょう。



風水害が起こったら

【家の中では】

・浸水の危険がある場合は、2階以上の高い所へ

【家の外では】

- ・飛来物や立木が倒れるなどの危険があるので、近くの建物に避難する
- ・川や海の近くでは、高台に避難する
- ・がけ崩れや地滑りなどの危険があるところには、近づかない



※避難が必要なときは、慌てずに集団で行動し、水に足を取られないように注意しましょう。

土砂災害の危険信号！

土砂災害の前兆として次のような兆候があれば要注意。避難を！

◎がけ崩れ（急な斜面で突発的に起こる）

- ・がけからの水が濁る
- ・小石が落ちてくる
- ・がけに亀裂が入る
- ・地鳴りがする



◎土石流（土砂などが水と一緒に流れ下るもの。速度が速く、大きな破壊力がある）

- ・山鳴りがする
- ・川が濁ったり流木が流れてくる
- ・雨が降り続けているのに水位が下がる

◎地滑り（一度に広範囲の地盤が動き出す）

- ・地面にひび割れができる
- ・井戸や沢の水が濁る
- ・がけや斜面から水が噴き出す

避難のタイミング

- 浸水、土石流、がけ崩れ、地すべりなどの恐れがあるときは早めに自主避難
- 高齢者など避難に時間がかかる人は避難準備（要配慮者避難）情報が出たとき
- 市から避難勧告が出たとき
- 大津波警報・津波警報・津波注意報が出たとき（ただちに付近の高台へ避難）



【広域避難場所（指定緊急避難場所・指定避難所）】

「広域避難場所」は、市が避難勧告などを行ったときに開設される比較的規模が大きい避難場所です。台風などで自主的に避難をする場合は、地区公民館などの「地区別避難場所」へ避難をしましょう。

ただし、避難する前に必ず自治会長または市総務課へ連絡をしてください。

また、災害の種類により、開設できない避難場所がありますのでご注意ください。

各地区の避難場所については、市総務課または各支所地域総務課へお尋ねください。

地域	避難場所	地震	水害	土砂災害	高潮	津波	地域	避難場所	地震	水害	土砂災害	高潮	津波
諫早	市体育館（東小路町）	×					多良見	多良見体育センター（化屋）					
	市民センター（東小路町）	×						喜々津東小学校体育館（シーサイド）					
	諫早商工会館ビル（高城町）							喜々津小学校体育館（中里）					
	中央ふれあい体育館（仲沖町）		×					喜々津中学校体育館（中里）					
	社会福祉会館（新道町）							のぞみ会館（木床）					
	新道福祉交流センター（新道町）	×						たらみ図書館（木床）					×
	諫早中央保育所（野中町）							多良見大草集落センター（野副）			×		
	諫早幼稚園（野中町）							大草小学校体育館（野副）			×		
	上山小学校体育館（西小路町）							伊木力小学校体育館（舟津）					×
	上山荘南館（宇都町）							多良見多目的研修館（舟津）	×				×
	北諫早小学校体育館（金谷町）						琴海中学校体育館（舟津）						
	北諫早中学校体育館（城見町）						佐瀬コミュニティセンター（佐瀬）		×			×	
	御館山小学校体育館（西栄田町）						森山	森山公民館（本村）	×				
	上諫早小学校体育館（本明町）							森山スポーツ交流館（下井牟田）					
	みはる台小学校体育館（平山町）							唐比地区防災拠点施設（唐比東）					
	小栗小学校体育館（小川町）							森山東小学校体育館（杉谷）					
	小栗ふれあい会館（小川町）		×				飯盛	いいもりコミュニティ会館（開）					×
	小野体育館（黒崎町）							飯盛ふれあい会館（開）					
	小野小学校体育館（宗方町）			×				月の港会館（後田）		×			×
	有喜ふれあい会館（有喜町）							飯盛体育館（平古場）					
有喜小学校体育館（有喜町）			×			飯盛東小学校体育館（中山）						×	
真津山小学校体育館（貝津町）						高来	田結公民館（里）					×	
市中央体育館（小船越町）							高来会館（三部壱）						
西諫早公民館（山川町）	×						湯江小学校体育館（三部壱）						
西諫早小学校体育館（馬渡町）							高来中学校体育館（小峰）						
真城小学校体育館（真崎町）							高来ふれあい会館（黒崎）						
西諫早ふれあい会館（真崎町）						高来西ゆめ会館（峰）		×					
真崎小学校体育館（白岩町）						高来西小学校体育館（峰）							
本野小学校体育館（本野町）		×				小長井	小長井おがたま会館（大峰）		×		×	×	
本野ふれあい会館（上大渡野町）							小長井文化ホール（小川原浦）						
長田いこいの広場（長田町）		×					小長井田原体育館（小川原浦）						
							井崎公民館（井崎）						
							遠竹小学校体育館（遠竹）						

避難するとき心がけること

- ① 避難する前にもう一度火の元を確かめて
- ② ヘルメットなどで頭を保護
- ③ 荷物は最小限（非常持ち出し品）に
- ④ 外出中の家族には連絡メモを残す
- ⑤ 履物は、ひもで締められる運動靴がよい
- ⑥ お年寄りや子どもの手はしっかり握って

- ⑦ 歩ける水の深さは、ひざの高さまでが限度（流れが速いと20cmの深さでも危険）
- ⑧ 洪水時は長い棒を杖がわりに
- ⑨ 避難場所へ移動するときは狭い道、塀ぎわ、川べりなどは避ける



ねんりんピック長崎 2016 諫早市実行委員会第 2 回総会を開催しました

5月31日、市役所大会議室において、ねんりんピック長崎2016諫早市実行委員会の第2回総会が開催されました。同実行委員会は、諫早市長を会長とした市老人クラブ連合会や市健康づくり推進協議会会長など64人の委員から構成されておりますが、会議では今年10月のねんりんピック長崎2016の開催に伴い、諫早市を訪れる選手、大会関係者、一般来場者をおもてなしの心で温かくお迎えし、諫早の地がいつまでも記憶に残るような大会にすることなどを確認しました。
(市ねんりんピック推進室)



皆さんの善意届けました

熊本地震災害に伴い4月21日から30日までに、皆さんから寄せられた救援物資（カップ麺、ウエットティッシュおよびトイレトペーパーなど）段ボール171箱を、4月28日と5月6日の2回に分けて、熊本県宇城市に届けました。



皆さんの善意ありがとうございました。

(市福祉総務課)

公平委員会委員に上川氏を選任しました

小賦義一公平委員会委員の任期満了に伴い、市議会の同意を得て上川秀男氏を選任しました。

公平委員会委員は、市職員の給与、勤務条件などに関する審査措置や、職員からの苦情相談などを主な職務としています。
(市総務課)



上川秀男委員

平成 27 年度情報公開制度、個人情報保護制度の施行状況

平成27年度における「情報公開制度」および「個人情報保護制度」の施行状況がまとまりました。情報公開条例に基づく公開などの請求件数は146件、個人情報保護条例に基づく開示などの請求件数は13件、市政情報コーナーを利用した人は延べ192人でした。

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

また、予算書、決算書、市議会議案および市議会会議録などのほか市政概要、統計情報および歴史資料などの資料を備えていますので、ご利用ください。

(市総務課)

■情報公開決定などの状況

区分	情報公開制度		個人情報保護制度	
	件数	(率)	件数	(率)
全部公開（開示）	137	(93.8%)	3	(23.1%)
部分公開（開示）	8	(5.5%)	5	(38.5%)
非公開（非開示） (不存在、存否応答拒否を含む)	1	(0.7%)	5	(38.5%)
取り下げ	0	(0.0%)	0	(0.0%)
合計	146	(100.0%)	13	(100.0%)

■情報公開制度、個人情報保護制度に係る不服申立ての状況

件数	処理の状況（件）				
	認容	一部認容	棄却	却下	審理中
0	0	0	0	0	0

6月定例会市議会が開会中

6月10日に開会した6月定例会市議会に、平成28年度一般会計補正予算案など20件の議案を提出しました。

今回の一般会計補正予算案は、民間保育所施設整備事業や諫早駅周辺整備事業などについて計上しています。

補正予算額は、18億5,300万円で、現計予算と合わせると652億1,530万円になります。(市総務課)

ねりんピック長崎 2016 カウントダウンイベントを開催します

■とき／7月17日(日) 11時～

■ところ／アエル中央商店街

■内容／総合開会式に出演する保育園児や出場選手などによるパレード、応援ダンス、がんばらんば体操、小学生による金管バンドの演奏、グッズプレゼント、ふるまい鍋など盛りだくさん

■問い合わせ先／市ねりんピック推進室

ねりんピック長崎 2016 のカウントダウンボード設置イベントを開催しました

5月18日、市役所1階ロビーで、ねりんピック長崎2016のカウントダウンボード設置イベントを開催しました。カウントダウンボードの除幕や市長あいさつの後、諫早中央保育所の園児が「がんばります！宣言」をして、かわいいダンスを披露しました。

最後に、がんばった園児たちに記念品のプレゼントがありました。

(市ねりんピック推進室)



個人が行うがけ地崩壊対策工事の費用の一部を補助します

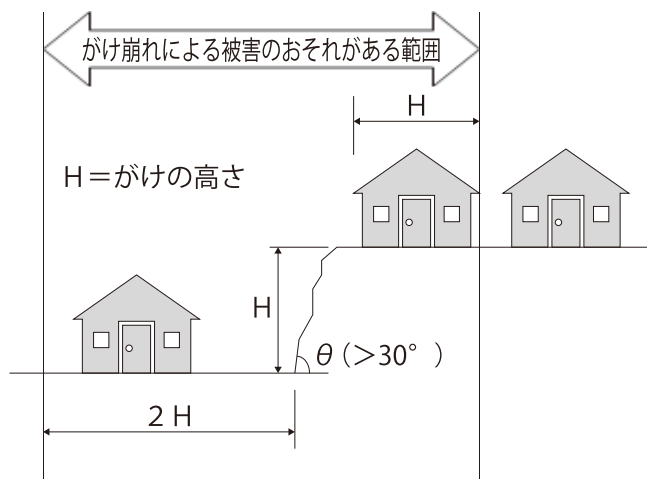
市民の皆さんの生命および財産を守り、安全で住みよい環境の確保のため、市や県が行う急傾斜地崩壊対策事業の採択要件に満たないがけ地において、個人が行う対策工事に対し、工事費用の一部を補助します。(市河川課)

■補助金額／工事費用の2分の1(上限300万円)

■補助対象／次のいずれの要件も満たす場合に限られます。

- ①傾斜度が30度以上で、がけの高さが2mを超える自然がけ地において個人が行う工事であること
- ②がけ崩れによる被害のおそれのある範囲(右図参照)に現に居住している家屋があること(ただし、当該家屋は平成26年3月31日以前に建築されたもの)
- ③市税および国民健康保険料を滞納していない個人が行う工事であること
- ④宅地造成工事の一環として行われる工事でないこと
- ⑤営利を目的とする不動産事業の用に供する土地に係る工事でないこと
- ⑥市の入札参加資格者またはこれと同等以上の能力を市長が認める建設業者であって、市内に本社または本店を有する者が行う工事であること

※詳しい内容については、市河川課へお尋ねください。



国民健康保険からのお知らせ

平成28年度は保険料率を改定することになりました

平成28年度国民健康保険料率

	医療分	支援分	介護分
所得割	9.4% (9.4%)	2.1% (1.5%)	2.7% (2.7%)
均等割	29,500円 (29,500円)	7,000円 (4,900円)	10,600円 (10,600円)
平等割	24,300円 (24,300円)	5,100円 (3,600円)	5,800円 (5,800円)
賦課限度額	54万円 (52万円)	19万円 (17万円)	16万円 (16万円)



国保はみんなの支え合い

※均等割は1人当たり、平等割は1世帯当たり

上段は平成28年度の新しい料率、下段（ ）内は平成27年度までの料率

諫早市国保財政はピンチ！

○諫早市の国保は、加入者が減っている一方で1人当たりの医療費は上昇を続けており、その主な原因は、少子高齢化と医療の高度化と考えられます。

○前期高齢者（※1）の割合が約39%（平成27年度）と高く、加入者の高齢化が進んでいます。

○国保は、このような構造的な理由もあって、保険料収入が減少し医療費の支出が増加する傾向にあるため、財政的に非常に厳しい状況にあります。

平成28年度の国民健康保険料は？

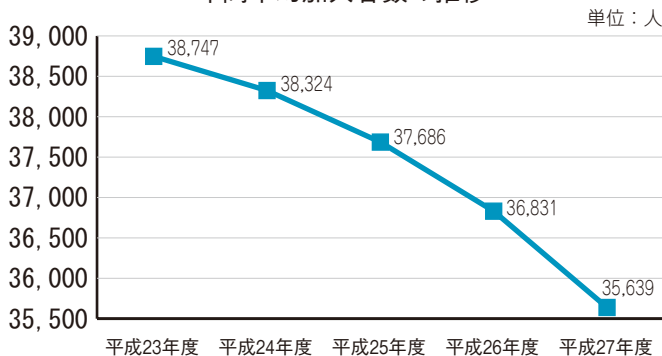
○これまで市では、歳入不足を補うため経費節減に努めるとともに、繰越金による補てんや基金積立金（※2）の取り崩し、一般会計からの繰り入れなどを行い、平成26年度には料率（※3）を引き上げました。

○しかし、それでもなお財政運営は依然として厳しい状況にあり、平成28年度も同様の状況が見込まれます。

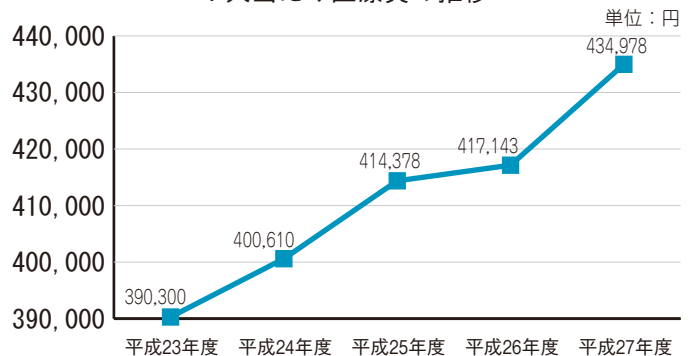
○このような中、平成28年度は国保財政を維持するため、やむを得ず、県内の他市町と比べて著しく低い「支援分（後期高齢者支援分）」の料率を改定することになりました。

○なお、保険料軽減の対象となる所得の基準を昨年度に続いて本年度も見直し、所得の少ない世帯の負担を軽減することとしております。

年間平均加入者数の推移



1人当たり医療費の推移



※1 前期高齢者…65歳から後期高齢者医療に加入する前の75歳未満の人

※2 基金積立金…家計でいうところの貯金のようなもの。急激に支出が増えたときなどに備えて蓄えている国保財政のための積立金

※3 料率…保険料を賦課する率のこと。所得割、均等割（世帯の加入者数に応じて計算）、平等割（1世帯にいくらかと計算）を合わせて計算し、1年に1度、見直しを行います。

7月10日(日)は、参議院議員通常選挙の投票日です あなたの大切な一票を忘れずに投票しましょう

投票日

7月10日(日) 7時～18時

(投票終了時刻が繰り上がっていますのでご注意ください)

投票所: 公示日(6月22日)以降に郵送でお届けする「投票所入場券」(はがき)に記載しています。

※6月11日以降に市内での転居届を出された人は、転居前の投票所になります。

一票が 未来を決める 道しるべ

選挙権年齢が18歳以上に

昨年6月の公職選挙法の改正により、今回の国政選挙から18歳以上の人が投票できるようになります。

将来を担う若い世代の声を、これまで以上に政治に取り入れるために引き下げられます。



投票箱へ
ゴール!!

MF 中村 慶太選手

キャプテン
DF 村上 佑介選手

期日前投票

投票日当日に仕事や旅行などで投票所へ投票に行くことができない人は、期日前投票ができます。投票所入場券の裏面が期日前投票の宣誓書になっていますので、期日前投票をされる場合はご記入の上、ご持参ください。

期日前投票は、市内のどこの期日前投票所でも投票ができます。

場所	期間	時間
諫早市役所別館	6月23日(木)～7月9日(日) 【17日間】	8時30分 ～20時
多良見支所	7月3日(日)～9日(土) 【7日間】	
森山公民館		
飯盛ふれあい会館		
高来支所		
小長井支所		

投票所入場券(はがき)は大切に

投票所入場券は、投票の受付をスムーズに行うためのものですので忘れずにご持参ください。もし、届いていなかったり、紛失した場合でも、投票できる条件を満たしていれば投票できますので、投票所で申し出てください。

不在者投票

長期の旅行や出張などのため市外に滞在していて、選挙期間中に諫早市で投票することができない人は、滞在先の選挙管理委員会では投票ができません。不在者投票は、郵便でのやり取りに日数を要しますので、投票用紙などの請求手続きは早めに行ってください。

不在者投票ができる指定病院・施設に入院・入所中の人は、その施設において不在者投票ができます。病院長、施設長に早めに申し出てください。

郵便による不在者投票

身体に重度の障害があり、投票所へ行くことができない人で、法令で定められた条件を満たしている人は、郵便などによる不在者投票(在宅での投票)ができます。ただし、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受けておく必要があります。

代理投票・点字投票

自分で文字を書くことができない人は、ご本人の指示通りに投票所の係員が記入する代理投票制度がありますので、投票所で申し出てください。また、点字での投票を希望される場合も申し出てください。

※詳しくは、市選挙管理委員会事務局にお尋ねください。

「夏はやっぱり海、川、山、森！」

諫早の自然を満喫したいネイチャー派のあなたに

轟峡・キャンプ村

名水百選選抜総選挙「景観が素晴らしい名水部門」で全国5位になった轟峡。大小さまざまな滝、自然プール、キャンプ村があります。

■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）

富川万年の森

富川万年の森にはバンガロー（3棟）や吊橋、展望台などがあります。バーベキューもできますよ。

■バンガロー料金

宿泊（16時～翌日10時）1棟1泊 10,000円

休憩（10時～16時）1棟1時間 500円

コンロレンタル・木炭 各500円

■申込・問い合わせ先／管理人谷口さん（☎080-6408-0368）または市林務水産課

修多羅の森

林道多良岳横断線、通称「多良岳グリーンロード」沿いにある修多羅（すだら）の森。

眼下には諫早湾、その先には雲仙・普賢岳を望むことができます。森の一角には名水が湧き出る「水神池」があり、涼しげな空気が漂います。森林浴で心と体のリフレッシュをされてはいかがですか。

■問い合わせ先／市林務水産課

結の浜マリナーパーク

県内トップクラスの人気ビーチ！美しい海での海水浴はもちろん、キャンプもオートキャンプもGOOD！

■開設期間／7月16日(出)～8月21日(日)

■遊泳時間／9時～17時30分

■主な施設／休憩施設、更衣室、温水シャワー、駐車場、キャンプ場

■問い合わせ先／結の浜マリナーパーク（☎48-2213）または飯盛支所産業建設課（☎48-1111）

有喜UKIビーチ

■開設期間／7月16日(出)～8月21日(日)

■遊泳時間／9時～17時30分

■主な施設／休憩施設、更衣室、温水シャワー、駐車場

■問い合わせ先／有喜UKIビーチ管理棟（☎28-6150）または市林務水産課

いこいの森たかき

いこいの森たかきは、プール、テニス、遊具が大人気のスポット。諫早湾を見下ろす絶景のお風呂と、おいしいお食事は、いこいの村長崎で！

■問い合わせ先／いこいの村長崎（☎32-2902）または市商工観光課

見つけよう、出かけよう、
いさはやの

夏

諫早万灯川まつり

昭和32年7月25日の大水害で犠牲となられた630人の尊い御霊のご冥福をお祈りするとともに、より安全で美しいまちづくりを進めることを目的として諫早万灯川まつりを開催します。

なお、万灯協力金の募金箱を市役所本館玄関ホールおよび諫早図書館に設置しておりますので、ご協力をお願いいたします。

■とき

7月25日(月) 20時～（雨天順延）

■ところ

本明川一帯（式典会場：高城橋）

■内容

式典、万灯流し、新眼鏡橋イルミネーション、花火打ち上げなど

■問い合わせ先／諫早商工会議所業務課（☎22・3323）または市商工観光課



「気軽にみんなで水遊び！」 プール派のあなたに

中央ふれあい広場プール（無料）

- 期間／7月2日(土)、3日(日)、9日(土)、10日(日)、16日(土)、17日(日)、18日(月)、7月21日(木)～8月31日(水)
- 時間／10時～19時（7月21日～22日は12時～19時、8月13日～14日は10時～17時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）
- 問い合わせ先／中央ふれあい広場体育館（☎21-2668）

西諫早ふれあい広場プール（無料）

◎子どもプール

- 期間／7月2日(土)、3日(日)、9日(土)、10日(日)、7月16日(土)～8月31日(水)
- 時間／10時～19時（8月13日～14日は10時～17時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）

◎全天候プール

- 期間／～11月13日(日)
- 時間／①～7月15日（平日／13時～19時、土・日・祝日／10時～19時）②7月16日～8月12日（10時～20時）③8月13日～14日（10時～17時）④8月16日～31日（10時～20時）⑤9月1日～11月13日（平日／13時～19時、土・日・祝日／10時～19時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）
- 問い合わせ先／西諫早ふれあい会館（☎25-2100）

※メンテナンスなどで休みになる場合もありますので、詳細は各施設にお問い合わせください。

長田いこいの広場 大地記念プール・子どもプール（無料）

- 期間／7月1日(金)～8月31日(水)
- 時間／①7月1日～15日（平日16時～19時、土・日・祝日／10時～19時）②7月16日～8月12日（10時～19時）③8月13日～14日（10時～17時）④8月16日～31日（10時～18時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）
- 問い合わせ先／長田みのり会館（☎23-9077）

小長井プール（無料）

- 期間／7月21日(木)～8月31日(水)
- 時間／10時～12時、13時～16時
- 休み／期間中は無休
- 問い合わせ先／小長井支所地域総務課（☎34-2111）

森山スポーツ交流館プール（有料）

- 期間／年間利用可（12月29日～翌年1月3日を除く）
- 時間／9時～22時
- 料金／（1時間あたり）高校生以上150円、中学生100円、小学生以下50円
- 問い合わせ先／森山スポーツ交流館（☎35-2888）

県立総合運動公園わいわいプール（有料）

- 期間／7月16日(土)～8月31日(水)
- ※7月16日(土)は中学生以下は無料です！
- 時間／9時～18時（競技大会の関係で終了時間を変更する場合があります）
- 料金／一般410円、高校生以下200円、幼児100円
- 問い合わせ先／県公園緑地協会（☎22-0129）、わいわいプール（☎23-0025）

おすすめアウトドア

Outdoor



- 参加資格
10歳以上（小・中学生は保護者同伴）
- 定員／40人
- 募集期限／7月8日(金)
- 申込・問い合わせ先
諫早商工会議所業務課
(☎22・3333)

- とき
7月25日(月) 18時～22時予定
 - 作業内容
ローソクを河原に配置、タイムツで点灯、後片付けなど
- 諫早万灯川まつりの当日、本明川河川敷での、万灯配置や万灯点火作業のお手伝いをしていただける一般ボランティアを募集します。たくさんのご応募をお待ちしています。

やってみませんか？
川まつりの
ボランティア

見つけよう、出かけよう、
いさはやの

夏

第15回 諫早としょかんフェスティバル

とき 7月3日(日) 9時40分～15時30分

ところ 諫早図書館、アエル商店街

諫早図書館と、図書館を中心に活動している25の団体でフェスティバルを行います。
ステキな図書館で、赤ちゃんから大人まで、1日ゆ～っくりと楽しんでみませんか？
諫早図書館の前身「諫早文庫」が設立されて、今年で112年。
1歩1歩、市民と歩んできた諫早図書館。これからもあなたと一緒に♪

ピアノ広場

- ▶ 9時40分～9時55分
ピアノ演奏 (いちごの会)

展示ホール (1階)

- ▶ 10時～15時30分
グループ紹介展示・布絵本展示 (絵布の会)
子どもたちの手作り絵本展示 (あそびの森)
- ▶ 10時40分～12時、14時～15時30分
本の修理工程の展示 (ぶっくる)
- ▶ 12時30分～13時
ビブリオバトル (長崎ウエスレヤン大学ぶっく倶楽部)
- ▶ 13時～13時30分
文人の世界・伊東静雄 (伊東静雄研究会)

図書館エントランス (1階)

- ▶ 10時～14時
ブックリサイクル (諫早としょかん友の会)
- ※ 7月1日(金)・2日(土)11時～15時まで図書館エントランスにてブックリサイクル本の集本をします。

児童コーナー (1階)

- ▶ 14時～15時30分
としょかん探検隊 (諫早図書館)

おはなしの部屋 (1階)

- ▶ 11時30分～12時10分
おはなし会 (諫早おはなしの会)

録音室 (1階)

- ▶ 10時40分～12時、13時30分～15時30分
音訳録音体験 (諫早コスモス音声訳の会)

文人コーナー (1階)

- ▶ 13時30分～14時30分
文人の部屋へようこそ (伊東静雄研究会)

視聴覚ホール (2階)

- ▶ 10時～11時30分
オープニングセレモニー
トーンチャイム (すまいるベルズ)
合唱 (諫早ジュニア合唱団)
オペレッタ (あそびの森)

集会室 (2階)

- ▶ 11時30分～14時
大学生がチャレンジする読み語り (長崎ウエスレヤン大学ぶっく倶楽部)

創作室 (2階)

- ▶ 11時～12時30分、13時30分～14時30分
乳幼児対象おもちゃ広場・ちいさい子のおはなし会・
ブックスタート展示 (ゆめポケット)

アエル1階みんなの広場 (商店街)

- ▶ 11時～15時30分
七夕まつり・写真コーナー・似顔絵・図書館カード提示特別イベントなど

■ 問い合わせ先 / 諫早図書館 (☎23-4946)

夏季は開館時間を延長します

7月23日(土)～8月28日(日)の間、諫早図書館では、土曜日と日曜日の開館時間を「10時～17時」から「10時～19時」に延長します。市内の他の図書館・図書室には変更はありません。

たらみ図書館



海沿いのステキなやすらぎスペース、たらみ図書館
ウォーキング&読書を楽しむ方も

ミニコンサート

- とき／7月16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
- 問い合わせ先／たらみ図書館 (☎43-4611)

夕ぐれおはなし会

- とき／7月22日(金) 19時～19時45分
- ところ／たらみ図書館 海と星のテラス劇場
(雨天時は海のホール)
- 内容／暮れゆく夏の海風を感じながら、いつもとは違う屋外でのおはなし会です。
- 問い合わせ先／たらみ図書館 (☎43-4611)

映画上映会

- とき／7月29日(金) 15時～
- ところ／たらみ図書館 海のホール
- 内容／「マイライフ・アズ・ア・ドッグ」(1985年 スウェーデン 102分)
- ※入場無料
- 問い合わせ先／たらみ図書館 (☎43-4611)

諫早図書館

映画上映会

- とき／7月13日(水) 14時～
- ところ／諫早図書館1階 展示ホール
- 内容／「ウイニング・パス」(2003年 日本 108分)
- ※入場無料
- 問い合わせ先／諫早図書館 (☎23-4946)

夏休み手づくり絵本教室

- とき
7月22日(金) 10時～12時
7月27日(水) 14時～16時
8月3日(水) 14時～16時
- ところ／諫早図書館
- 講師／絵本の病院ぶっくる、諫早図書館職員
- 定員／15人
- 対象／小学生以上で3日間とも参加できる人
- 申込方法
7月1日(金)10時から受け付けます。諫早図書館にお電話いただくか、諫早図書館児童カウンターでお申し込みください。
- 問い合わせ先／諫早図書館 (☎23-4946)

夏休み親子手話教室

- とき
7月23日(土) 10時30分～12時
7月30日(土) 10時30分～12時
- ところ／諫早図書館1階 展示ホール
- 講師／(一社)長崎県ろうあ協会諫早支部、諫早手話サークル
- 定員／15組
- 対象／小学生とその保護者で2日間とも参加できる人
- 申込方法／諫早図書館へお電話いただくか、諫早図書館児童カウンターでお申し込みください。
- 問い合わせ先／諫早図書館 (☎23-4946)

お知らせ

平成28年5月1日現在
()内前年同月比
人口：137,522人 (-460)
男：64,706人 (-141)
女：72,816人 (-319)
世帯数：53,015 (+468)

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2期分は、8月1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願います。

■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

介護保険料の決定通知書などを送ります

平成28年度介護保険料は、平成28年度の市民税が確定する平成28年6月に算定し、7月中に次のとおり「平成28年度介護保険料決定通知書」などをお送りします。

特別徴収対象者(年金からの差引きで納めていただく人)

「平成28年度介護保険料決定通知書」と「7月～9月分の納付書」をお送ります。

※口座振替の人には納付書は送付しません。

なお、今年4月～6月に65歳の誕生日を迎えた人や他市町村から転入されてきた人は、7月からしばらくの間、特別徴収に切り替わるまで納付書で納めていただきます。保険料の納期限内納付について、皆さんのご理解とご協力をお願いします。



「問い合わせ先」

市高齢介護課または各支所地域総務課

サマージャンボ宝くじの収益金は住みよいまちづくりに使われます



今年のサマージャンボ宝くじの販売期間は、7月6日(水)から29日(金)までです。

宝くじの収益金は、市町村への交付金の原資となり、明るく住みよいまちづくりのために活用されています。

昨年度の収益金に基づく本市への交付金は、芸術・文化施設の運営に活用されます。

ぜひ、お近くの販売所でお買い求めください。

問い合わせ先／市財政課

後期高齢者医療制度のお知らせ

被保険者証(保険証)および限度額適用・標準負担額減額認定証の送付

現在、ご使用いただいている保険証および認定証の有効期限は、7月31日(日)までです。

新しい保険証を7月中旬にお送りしますので、記載内容をご確認いただき、大切にお使いください。なお、今回の保険証更新に関する手続きは一切必要ありません。

認定証についても、既に交付を受けている人で8月以降も引き続き対象となる人には、新しい保険証と同封でお送りします。

所得が少ない人の保険料については、世帯の前年の所得に応じて軽減されます。

また、後期高齢者医療被保険者の資格を取得した日の前日に、被用者保険(社会保険など)の被扶養者だった人は均等割額が9割軽減されます(所得割はかかりません)。

なお、これらの軽減措置については、あらためて手続きをしていただく必要はありません。

※有効期限が過ぎた保険証および認定証は、細かく裁断し破棄していただくか、市保険年金課へご返却ください。

※保険料の軽減割合や限度額適用・標準負担額減額認定証の自己負担限度額区分は所得に応じて変わりますが、その内容は保険証の送付時に同封するパンフレットに記載しています。

問い合わせ先

市保険年金課または長崎県後期高齢者医療広域連合

☎095-816-3930

読者のびらた お盆のご準備はお済みでしょうか?

お盆準備特別感謝セール

セール期間 2016年7月16日(土)～8月15日(月) 9:00～18:30

盆提灯大売り出し開催中!!
ご注文・家紋入れ承り中 ¥3,200より(税別)

読者のびらた
【営業時間】9:00～18:30 定休日 毎月第2・4火曜日
TEL:0120-767615
〒850-0006 長崎県長崎市高崎町9-6 TEL:0957-233110 郵便番号850-0006
ホームページが新しくなりました
http://www.obutsudan-murata.com/

国民年金保険料の納付が困難なときは免除申請を

収入の減少や失業などで国民年金保険料を納付することが困難なときは、申請して承認されると保険料の納付が免除・猶予となる制度があります（前年の所得額が一定額以下の場合に承認されます）。承認を受けずに未納のまま放置すると、将来の年金額が減額となったり受給できなくなる場合があるほか、障害や死亡など不慮の事態が発生したときに障害年金や遺族年金を受給できない場合もあります。



免除・猶予対象期間は納付期限から2年を経過していない期間（申請時点から2年1カ月前まで）について、さかのぼって申請できます。免除・猶予での年度は7月から翌年6月までで、平成28年度分は7月から申請できます。

申請に必要なもの

印鑑、年金手帳または納付書、離職した人は離職票または雇用保険受給資格者証など
■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

「生ごみの一絞り運動」

家庭の台所から出るごみは約8割が水分だと言われています。特に夏場の食べ物は、スイカ・ナシ・メロンなど水分が多いため、生ごみを出す前に「ひとしぼり」の水切りを行ってください。「ひとしぼり」で50ccの水切りができれば、市内50,000世帯では年間に900ト、ごみ収集車450台分ものごみ減量となります。

また、その他にも、家庭やごみステーションなどの悪臭防止、ごみ処理施設の焼却効率の向上による経費節減、焼却量の減少による地球温暖化防止（CO2削減）などの効果が期待されます。

皆さん、身近にできる「生ごみの一絞り運動」にご協力をお願いします。

■問い合わせ先／市環境政策課
 または各支所地域総務課

小児救急電話相談 #8000

お子さんの急な病気やケガなどで心配なときは、ぜひご相談ください。

■相談時間

毎日18時～翌朝8時
 ※日曜・祝日は24時間対応
 ※#8000でつながらないときは、☎095-822-3308へ

■問い合わせ先

☎095-895-2461

お子さんの急病に・・・ 諫早市こども準夜診療センター

諫早市こども準夜診療センターは、夜間の小児救急患者へ対応するため、市と諫早医師会・諫早総合病院の協力により、平成18年から諫早総合病院1階に開設し、年間約4,000人のお子さんが受診されています。

夜間、お子さんが急病の際に受診できます。早くから症状がある場合は、昼間にかかりつけ医を受診してください。



■診察／毎日、20時～23時までに来院し、受付をしてください。

なお、事前に電話で症状を伝えてからお越しください。

■ところ／諫早総合病院1階

※夜間受付窓口からお入りください。

■対象者／小児（15歳以下）で主に内科的疾患の急病者

■持参品／健康保険証（乳幼児は「福祉医療費受給者証」と「母子健康手帳」も持参）、服用中の薬があれば薬剤名が分かるものを必ず持参

※お薬は原則、1日分もしくは休日分しか出せません。

■問い合わせ先

（独）地域医療機能推進機構 諫早総合病院 ☎22-1380

いさは屋特産品 お中元フェア

諫早の「うまかもん」を一堂に集め、展示販売します。鰻蒲焼・橘湾産ウニ・蒲鉾・生姜漬け・蜂蜜・高来そば・有明の粕漬け・伊木力みかんジェラート・地酒・諫早おこしなどアイテム150以上！お好きな特産品を箱に詰めてお贈りできるサービスタ、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。

■とき

6月25日(出)～8月13日(出) 10時～17時

■ところ／諫早市物産ホール

（高城町5-10商工会館1階）

■送料／県内200円、県外400円

※クール便別途200円

■駐車場／市役所駐車場（広場側）

高城有料駐車場（購入者に無料券贈呈）

■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

安心と納得の医療をご提供していきます。

ますだ小児科 院内 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のみ(13:30～16:00)

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

夏の交通安全県民運動 7月11日(月)～20日(水)

わたろうか いそぐ気持ちに ブレーキを

■重点

- ・高齢者の交通事故防止
- ・飲酒運転の根絶
- ・後部座席を含めた全ての座席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
トンネル内のライト点灯

■主唱/諫早市・諫早市交通安全推進協議会



愛の血液助け合い運動月間

献血は命を救うボランティア

7月は「愛の血液助け合い運動月間」です。皆さんの善意が多く命を救っています。夏場は特に輸血用血液が不足しますので、1人でも多くの皆さんのご協力をお願いします。献血場所などは市ホームページをご覧ください。健康福祉センターまでお尋ねください。



■問い合わせ先/健康福祉センター ☎27-0700

家庭で使用した食用油の処理について

ご家庭で使用された食用油をごみに出す場合は、少し多めの新聞紙や布などにしみ込ませるか凝固剤などで固めて、燃やすごみとして出してください。

液体のまま出されると、収集時に飛散し、ごみステーション付近を汚す場合がありますのでご協力ください。

■問い合わせ先/市環境政策課
または各支所地域総務課

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、土地所有者において剪定や伐採をお願いします。

■問い合わせ先/市建設総務課

「子どもの人権110番」強化週間

0120(007)110 (全国共通・無料)

■とき

6月27日(月)～7月3日(日)
8時30分～19時
※土・日は10時～17時まで

■問い/長崎地方法務局
☎095-826-8127

ご存じですか？高次脳機能障害

高次脳機能障害とは、事故や転落、脳卒中などの脳のダメージによって、「記憶障害」「注意障害」「遂行機能障害」「社会的行動障害」をきたす状態のことです。

記憶障害

日時、場所、人の名前など新しいことが覚えられない

注意障害

ボーっとして、物事に集中できない

遂行機能障害

段取りよくできない、急な変更に対応できない

社会的行動障害

怒りやすいなど感情的になりやすい、やる気がでない



こんな症状はありませんか？もしかしたら高次脳機能障害が原因かもしれません。ご本人やご家族など、まずはお気軽にご相談ください。

■問い合わせ先/県央保健所地域保健課保健福祉班(☎26・33006) または長崎県高次脳機能障害支援センター(☎095・844・5515)

諫早公証役場 無料・土曜相談所開設



諫早公証役場では、毎月第2土曜日(10月は第1土曜日)の10時から16時まで、遺言、相続、離婚養育費、任意後見人など、平日に公証役場に來ることができない人の相談に応じます。

相談は無料。秘密厳守ですので、お気軽にご相談ください。

■問い合わせ先/諫早公証役場 ☎23・4559

土地家屋調査士会 無料法律相談

■とき 7月23日(土) 10時～15時

■ところ

小野ふれあい会館2階研修室3
西諫早公民館2階第3会議室
内容/不動産の表題登記に関すること・調査・境界問題

■問い合わせ先 長崎県土地家屋調査士会諫早支部 高島支部長

☎32・2420

TOTO X Toirex9 最新型の超節水商品が感謝価格

■普通便座セット 特別価格 68,000円(税別)
■壁リモコン付き温水洗浄便座セット 特別価格 88,000円(税別)
各セット標準取付費・処分費込み/5年間の長期施工保証

お問合せはこちらまで 0120-001-551 長崎県諫早市栄田町7-17 トイレックス9 検索 株式会社 トイレックス9

私たちトイレックス9は、ご家庭の水まわりを通して皆さまの快適な暮らしのお手伝いをしています。当社では、日頃のご愛顧に感謝の気持ちを込めて最新型の超節水トイレ「TOTOピュアレストQR」を、先着10セットに限りご奉仕価格で販売します。標準取付工事費や処分費は込み。さらに5年間の長期施工保証でアフターケアも万全です。年間の水代が大幅に節約可能な上(TOTO調べ)、毎日のお手入れも簡単なこの人気商品。ぜひこの機会に購入を検討してみませんか?出張・点検・見積もりは一切無料で丁寧に対応させていただきます。



限定 10セット

募 集

市営住宅入居者

- 募集戸数
- 募集案内書でお知らせします。
- 募集案内書配付
- 7月11日(月)～
- 募集期間
- 7月20日(水)～22日(金)
- 8時30分～17時
- 募集資格/次の全ての要件を満たしていること
- ①同居親族があること(単身でも入居できる場合有)
- ②実際に住宅に困窮していること
- ③市町村民税および国民健康保険料ならびに公営住宅などの家賃を滞納していないこと
- ④入居しようとする人全員が、暴力団員でないこと
- ⑤収入が基準内であること
- 選考方法/募集締め切り後、公開抽選で決定します。
- 申込・問い合わせ先
- 市建築住宅課

ふるさと納税特産品提供事業者

「諫早市」の魅力や地元特産品などのPRを行い、ふるさと納税の促進を図るため、本市へふるさと納税をしていただいた人へのお礼の品として贈呈する

地元特産品などの提供事業者を募集します。

■募集要件

- ①諫早市を懐かしんでいただけの商品や本市のPRにつながる商品で、かつ、市内で栽培、製造、加工などがなされている商品を提供できる事業者であり、市内に事業所がある法人や個人事業者
 - ②代表者などが、暴力団による不当な行為の防止等に関する法律に掲げる暴力団の構成員などでない者
- ※随時受け付けています。

■問い合わせ先/市民税課

平成28年度 明るい選挙啓発ポスター



明るい選挙を呼びかける印象的なポスターを募集します。

■内容/明るい選挙を呼びかけることを内容に、自由に表現してください。

- 応募資格/市内小・中学校、高等学校の児童・生徒
- 応募期限/9月9日(金)
- 規格・大きさ/画材は自由。

画用紙の四つ切(542^ミ×382^ミ)、八つ切(382^ミ×382^ミ)、八つ切(382^ミ×

ミ×271^ミ)もしくはそれに準じる大きさ

※作品の裏右下に都道府県名、学校名、学年、氏名(ふりがな)を必ず記入してください。

※応募者全員に参加賞を贈呈します。後日、応募作品による展示会を開催予定です。

■申込・問い合わせ先

市選挙管理委員会事務局または各支所地域総務課

県住宅供給公社・分譲宅地購入者

無電柱化などの高付加価値団地として評価の高い「いさはや西部台」の分譲を行っています。

■団地名

グリーンヒルズいさはや西部台(東2地区) 大きさ36・5外

■区画数

59区画(6月7日現在)

■土地面積/215.95平方メートル(65坪)～333.8・18平方メートル(102坪)

■土地価格/1,119万円～1,828万円

■募集方法/先着順受付

※詳しくは、県住宅供給公社のホームページをご覧ください。

■申込・問い合わせ先

長崎県住宅供給公社いさはや西部台販売センター(堀の内町22・12) ☎25・8611

消費生活市民講座受講者

- ①食べ物の糖分や着色料を調べてみよう!
- ②食べ物の添加物について調べてみよう!

■とき

- ①7月26日(火) 13時30分～
- ②8月4日(木) 13時30分～

■ところ/高城会館

■募集人数/①市内在住の親子(小学1・2・3年生) 15組

②市内在住の親子(小学4・5・6年生) 15組

■持参物

- ①糖分計測用の果物1、2種類
- とペットボトルの飲み物を2、3種類。着色料が含まれる菓子や食べ物2、3種類
- ②ハム、ソーセージなど保存料や発色剤が含まれているもの

■参加費/無料

■申込期限/①7月15日(金)

②7月22日(金)

※申込多数の場合は抽選。ファクスで申し込み場合は、参加するお子さんの住所、氏名、学年、電話番号、保護者の氏名を記入のうえ、市消費生活センター(FAX21・1119)まで送信してください。

■申込・問い合わせ先

市消費生活センター ☎22・3113

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	病院等で使用されている介護ベッドです		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92109000348号

平成28年度
第1回消防設備士試験



■試験の種類

甲種（特類・第1類～第5類）、
乙種（第1類～第7類）

■とき・ところ

とき／8月28日(日) 10時～
ところ
長崎大学（文教キャンパス）

■受験願書の申請方法

書面申請／（一財）消防試験
研究センター長崎県支部または
長崎県消防保安室、県内の
各消防署に受験願書設置

電子申請／（一財）消防試験
研究センター（<http://www.shoubo-shiken.or.jp>）から
手続き

■受験願書の受付期限

書面申請
7月1日(金)
（郵送可。T0550-00032
長崎市興善町6-5）

■電子申請

6月28日(火)

■申込・問い合わせ先

（一財）消防試験研究センター
長崎県支部
☎095-822-7090

消防吏員

■試験区分など

試験区分	受験資格	とき・ところ
消防Ⅰ	昭和63年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学を卒業または平成29年3月までに卒業見込みの人	9月18日(日) 諫早消防署
消防Ⅱ	平成5年4月2日以降に生まれた人。ただし、学校教育法による大学を卒業または平成29年3月までに卒業見込みの人を除く	
消防Ⅲ	学校教育法による高等学校を平成29年3月に卒業見込みの人	9月23日(金) 諫早消防署
消防Ⅳ	昭和51年4月2日から平成2年4月1日までに生まれた人で、消防吏員として実務経験を有する人	

■申込用紙請求先

県央地域広域市町村圏組合消
防本部または諫早、大村、
小浜消防署に請求してくだ
さい。同組合ホームページ
（<http://www.nasacki-kenoukumiai.jp>）からも入
手できます。

■受付期間

7月15日(金)～8月15日(月)
（消印有効）

■申込・問い合わせ先

県央地域広域市町村圏組合消
防本部消防総務課
☎23-0119

通院送迎運転ボランティア



NPO法人「ほほえみ諫早」
では、人工透析のために透析施
設へ通院されている人で通院困
難な人（自力での歩行が困難、
単独で公共交通機関を利用でき
ないなど）を送迎していただく
ボランティアを募集しています。

- 活動日時
月曜日から土曜日の都合のい
い時間帯（7時30分～8時30
分または14時～15時まで）
- 活動範囲
諫早市内および周辺地域
- 活動費
送迎間のガソリン代を支払い
※活動条件など、詳しくはお尋
ねください。
- 問い合わせ先
特定非営利活動法人 通院送
迎支援センター「ほほえみ諫
早」（目代町1-1-1）
☎21-0103
※平日10時～14時

子育て支援事業

てとて広場 にこにこ広場

幼児教育における子育て相談や、未就園児と園児との交流などを行っています。入場無料で、自由に参加できますので、ぜひ、お越しください。



- てとて広場／諫早幼稚園
- にこにこ広場／北諫早幼稚園

■日程（9時30分～11時30分）

	てとて広場	にこにこ広場
7月	12日(火)	14日(木)
8月	22日(月)	9日(火)
9月	13日(火)	8日(木)
10月	18日(火)	13日(木)
11月	15日(火)	10日(木)
12月	13日(火)	-
平成29年1月	17日(火)	12日(木)
2月	21日(火)	9日(木)

■問い合わせ先

諫早幼稚園 ☎22-2248、北諫早幼稚園 ☎23-8145

公文式「夏の特別学習」受付中

学習期間 7月21日(木)～8月31日(水)

期間中は通常の1カ月分の費用で学習できます。期間中の学習日・学習時間は教室までお問い合わせください。

1教科でも複数教科でも、ご希望に合わせて学習できます。

- 対象・費用(1教科)：幼児・小学生 6,480円、中学生 7,560円、
高校生以上 8,640円

KUMON

- 教科：算数・数学、英語、国語

※費用は教材費・消費税を含みます。

☎0120-372-100 くもんいくもん 検索



講演会など

創業応援セミナー

市内で将来、独立開業を夢見て自分らしく働きたいと願う人（サリリーマン・OL・学生・主婦や創業間もない人）を対象に「創業応援セミナー」を開講します。なお、現在市外にお住まいで市内での開業希望者も対象となります。

■とき
7月19日(火) 14時～16時

■ところ
商工会館3階 大ホール

■内容／創業の心構え、創業のために必要なこと、自分の棚卸、創業に向けて知っておくべき知識、夢への一歩を踏み出すために！（まとめ）

■講師
Aito Consulting

代表 加藤敦子さん

■参加費／無料

■申込期限／7月13日(水)

※駐車場はありませんので、近隣の有料駐車場をご利用ください。

■申込・問い合わせ先
諫早商工会議所
☎22・3323

本明川防災パネル展

昭和32年7月25日の諫早大水害から今年で59年目。当時の災害の記憶や教訓を引き継ぐため、「本明川防災パネル展」を開催します。

災害時の身の守り方や防災情報の手方法・熊本地震の状況なども展示しますので、この機会にぜひご覧ください。

■とき／7月5日(火)～27日(水)
10時～16時30分

※7月5日は13時開始。27日は13時まで。月曜休館。入場無料

■ところ／諫早図書館1階 展示ホール

■問い合わせ先／国土交通省長崎河川国道事務所開発調査課
☎095・8339・9865

第8回 諫早大水害を語り継ぐ



本明川を語る会主催の「第8回 諫早大水害を語り継ぐ」が7月25日を忘れない」が開催されます。

今年、森山町釜地区で発生した土石流により家族8人を亡くされた体験者談をはじめ、朗読や合唱も予定されています。

■とき／7月16日(出)
13時～16時（12時30分～受付）

■ところ／森山公民館

※入場無料

■問い合わせ先
本明川を語る会 中野さん
☎25・1753

はままつな 20周年記念講演会

精神保健福祉ボランティアグループはままつな設立20周年を記念し、講演会を開催します。多くの市民の皆さんの参加をお待ちしています。

■とき／8月7日(日)
13時～15時30分

■ところ
諫早市社会福祉会館2階 多目的ホール

■テーマ／地域で共に生きる「生きざら」の向こう側で見つけた宝物」

■講師
長崎大学医学部保健学科 学科長 田中悟郎さん

■問い合わせ先／精神保健福祉ボランティアグループはままつな 会長 田添さん
☎25・9395

7月は社会を明るくする運動の強調月間です ～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で66回目となります。

市推進委員会は、この運動を推進するため大会を開催しますので、市民の皆さんの多数のご参加をお願いします。

行動目標

「犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築くための取組を進めよう」
「犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう」

大会名

諫早市「社会を明るくし青少年を非行から守る」決起大会
■とき／7月8日(金) 15時～ ■ところ／市民センター
■問い合わせ先／市福祉総務課

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」と思っていた方を一生涯保障する医療保険です。

HL-P-B1-15-01567(2016.02.09-2018.01.31)



健康のお守り ハート

「不安」を「安心」にかえる医療保険

0037-6001-68552 ■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
2016年12月31日

平成28年度

ひきこもり家族教室

ひきこもり本人を抱える家族が、ひきこもりに対する正しい理解や対応方法を学び、同じ境遇にある家族との交流により家族自身の負担軽減を図ることを目的に、「ひきこもり家族教室」を開催します。



とき
7月15日(金)
8月26日(金)
9月5日(月)
10月21日(金)
11月18日(金)
12月16日(金)

13時30分～16時

■ところ／県央保健所

ひきこもりの基礎知識や対応方法など

■対象／約6カ月以上、学校や職場に行かず自宅(家庭)にひきこもっている状態の人をもつ家族

※参加無料

■問い合わせ先

県央保健所地域保健課

☎26・33306

定期相談

本庁定期開催分(7月)

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】

11日(月)、20日(水)、27日(水)

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】

26日(火) 13時～16時

【登記相談】

12日(火) 10時～15時

【不動産相談】

5日(火) 9時～12時

【交通事故相談】

19日(火) 10時～16時

【人権相談】

7日(木)、14日(木)、21日(木)

10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

28日(木) 9時～13時

7日(木) 10時～15時

高来支所小会議室

7日(木) 9時～13時

【行政相談】

1日(金)、8日(金)、15日(金)

22日(金) 10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

22日(金) 10時～13時

森山支所相談室

15日(金) 10時～13時

飯盛支所相談室

8日(金) 10時～13時

高来支所相談室

15日(金) 10時～13時

小長井支所相談室

8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／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(7月)

【認知症専門相談】

8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】

6日(水)、20日(水)、27日(水)

9時～16時

ところ／市役所本館玄関ホール

13日(水) 9時～16時

ところ／飯盛支所

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)

7月28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・8288・1462

日本政策金融公庫

創業サポートデスクin諫早市

7月13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

☎26・33306

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 年中無休
宅配クック123 諫早店 諫早市東小路町10-28

平成28年度 諫早市職員採用試験

平成28年度市職員採用試験（平成29年4月採用）を実施します。常に市民の立場に立って物事を考え、まちづくりに熱い思いを持って、自ら行動できる人を募集します。

<大学・短期大学・高等学校卒業程度>

試験区分	採用予定	受験資格など
事務Ⅰ (大学卒)	若干名	昭和61年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学（短期大学を除く）もしくはこれと同等と認める大学校等を卒業または平成29年3月までに卒業見込の人
事務Ⅱ (短大・高卒)		平成3年4月2日以降に生まれた人。ただし、学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業または平成29年3月までに卒業見込の人は受験できません。
事務 (電算)		事務Ⅱの資格を満たす人で、基本情報技術者の資格を有する人または平成29年3月末までに資格取得見込の人
事務Ⅲ (高校新卒)		学校教育法による高等学校を平成29年3月に卒業見込の人
土木Ⅰ (大学卒)		昭和61年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学（短期大学を除く）もしくはこれと同等と認める大学校等を卒業または平成29年3月までに卒業見込の人
土木Ⅱ (短大・高卒)		平成3年4月2日以降に生まれた人。ただし、学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業または平成29年3月までに卒業見込の人は受験できません。
保健師		平成3年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有する人または平成29年3月末までに資格取得見込の人
保育士		平成3年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格かつ幼稚園教諭の免許を有する人または平成29年3月末までに資格取得見込の人

- 第一次試験（学力テスト）／9月18日(日) ■試験会場／諫早中学校
- 受付期間／7月20日(水)～8月9日(火)（郵送の場合は8月9日(火)の消印まで受け付けます）

<U・I・Jターン 社会人経験者（事務・土木）><スポーツ実績者>

試験区分	採用予定	受験資格など
事務A (社会人経験者)	若干名	昭和52年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人で、民間企業等における職務経験が5年以上あり、企業等で培った知識や経験を市政で発揮できる人
土木 (社会人経験者)		昭和52年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人で、建設会社、土木会社、公的機関等における土木技術職としての勤務経験が5年以上ある人で、企業等で培った知識や経験を市政で発揮できる人
事務B (スポーツ実績者)		昭和56年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による高等学校を卒業または卒業見込の人かつ、スポーツの分野において、大きな実績・成果を収めた人で、実績・成果に至るまでの過程において培われた挑戦する意欲や能力を発揮できる人

- 第一次試験（書類選考・学力試験など）／9月25日(日) ■試験会場／諫早市役所
- 受付期間／7月20日(水)～8月23日(火)（郵送の場合は8月23日(火)の消印まで受け付けます）

■試験案内・申込書（共通）

7月1日(金)から市役所案内、職員課、各支所地域総務課および各出張所で配布します。

※申込書を郵便で請求される場合は、封筒の表に「採用試験案内請求」と朱書きし、その横にあなたの志望する「試験区分」を必ず記載してください。また120円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（角2「33cm×24cm」）を必ず同封してください。

※受験は、志望する「試験区分」のいずれか1つについてだけ申し込みができます（併願はできません）。

■申込・問い合わせ先／市職員課

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！
※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6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。

《募集代理店》
株式会社ニューポート・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
ZURICH チューリッヒ生命
ZURICH チューリッヒ生命
ZURICH チューリッヒ生命

※記載の保険料は、2015年6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：2016年11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

～関連イベント～

民俗講座「きもの・かぶりもの・はきもの」
～なぜ、人は衣服を着るのか。衣服の役割など～

- とき／7月17日(日) 13時30分～15時30分
- ところ／諫早市美術・歴史館2階研修室3
- 内容／学芸員による講話と展示解説
- ※受講料無料。事前申込不要

竹下駄つくり

- とき／7月24日(日) ※所要時間30分程度
受付時間：10時～16時（1階案内へ申込）
- ところ／諫早市美術・歴史館2階研修室3
- 内容／絵の具で絵を描き竹下駄を作ります
- ※参加費無料。手拭いを1本ご持参ください。

▶諫早大水害の記憶展

諫早はこれまで幾度となく水害の被害に遭いながらも、その度に必死に立ち上がってきた歴史があります。しかし、諫早大水害から半世紀以上が経過していることもあり、その記憶が風化しつつあります。そこで、現在の諫早を生きる人々に水害の記憶を継承し、共有してもらい、自然に対する畏敬の念と、災害に対する備えの気持ちを持っていただくことを目的として企画展を開催します。

- とき／7月1日(金)～27日(水) ※火曜休館
開館時間：10時～19時
- ところ／諫早市美術・歴史館ホール ※観覧料無料

▶夏休みアート&ヒストリー講座2016

小学生から大人まで気軽に楽しめる4つの講座を準備しました。この夏、芸術と歴史にふれてみませんか。

	講座名	とき	定員	参加費
①	版画でうちわを作ろう	20日(土)	14時～16時	10人 300円
②	眼鏡橋の秘密を探ろう		10時～12時	30人 無料
③	アクセサリー作り	8月 21日(日)	10時～12時 14時～16時	各5人 300円
④	カメラガールズ☆ステキ写真術 ※高校生以上の女性限定		13時30分～16時30分	10人 無料

- ※①～③の講座は、小学生は保護者同伴
- 申込方法／チラシの申込用紙に必要事項を記入し、窓口、郵送、ファクス（24-6633）、メールでお申し込みください。電話での申し込みはできません。
- 申込期限／7月29日(金)

高来東児童館 ☎32-5858

▶ソーメン流し

- とき／7月23日(土) 11時30分～
- 対象／小学生（定員20人）
- ※参加費無料。1人につきソーメン2束持参



高来西児童館 ☎32-5204

▶中華ソーメン作り

- とき／7月29日(金) 10時～
- 対象／小学生（定員20人）
- 参加費／150円



V・ファーレン長崎を応援しよう!

Jリーグの舞台上で戦っているV・ファーレン長崎を市民一丸となって応援しましょう!

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観戦ください!

【ホームゲーム開催予定】

7月10日(日) 18時～	VS F C岐阜
7月16日(土) 18時～	VS 東京ヴェルディ
7月31日(日) 18時～	VS F C町田ゼルビア

- ところ
県立総合運動公園陸上競技場
- 問い合わせ先
市スポーツ振興課 ☎22-2543

弧の会 コノカイズム ～日本舞踊の未来進行形～

九州地域初公演! 異なる流派に属する12人の若き男性舞踊家が流派を超えて集結。いまだかつて見たことのない躍動感あふれる舞台!



- とき／7月7日(木)
18時30分開演
- ところ／諫早文化会館
- 入場料
S指定席 3,500円
A指定席 3,000円
自由席 大人 2,500円
子ども（高校生以下） 500円

- 問い合わせ先
諫早文化会館芸術鑑賞会 ☎25-3910

諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶きもの・かぶりもの・はきもの展

- とき／6月29日(水)～7月31日(日) ※火曜休館
開館時間：10時～19時
- ところ／諫早市美術・歴史館2階企画展示室
- 内容／江戸時代末ごろから昭和30年代あたりまで、諫早で着用していた「きもの」などを展示します。
- ※観覧料無料



【どんぎ】代表的な仕事着で漁師が主に着用していた刺し子の着物。とても丈夫

■定員/20人(要予約) ■材料代/500円

※筆記用具持参

▶望遠鏡の使い方講座

～マイ望遠鏡で土星や夏の星々をとらえてみよう!～

■とき/7月24日(日) 19時～21時30分

■対象/小学生以上(小学校低学年は保護者同伴)

■定員/5グループ(要予約)

▶ワークショップ ～紙筒ひこうきを作ろう!～

■とき/7月30日(土) 11時～12時、14時～15時

■対象/小学生(保護者同伴であれば未就学児も可)

■定員/先着各20人(予約優先)

▶チェンソー・カービング デモンストレーション

■とき/7月31日(日) 13時～16時

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶指で描くパステルアート教室 ～夏～

■とき/7月3日(日) 11時～12時

■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(予約優先) ■材料代/1,000円

▶おりがみ教室 ～織姫と彦星を作ろう!～

■とき/7月3日(日) 11時～12時

■対象/3歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)

■材料代/200円

▶たのしい科学教室「ドライアイスで遊ぼう!」

■とき/7月9日(土) 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)

小栗公民館 ☎22-1533

▶自由研究・諫早市内にいる動物たち

日7月27日(水)10時～12時 場小栗ふれあい会館 内動物にタッチ!ワクワク感が満載!身近な生き物について学びます 対小学生(保護者見学可) 申7月8日(金) 持筆記用具・タオル・ハンカチ・必要な人はデジカメ

▶親子でかわいいクラフトかご作り

日7月29日(金)10時～12時 場小栗ふれあい会館 内少しちいさなエコクラフトかごを作ります 対小学生とその保護者 申7月8日(金) 料500円 持洗濯ばさみ・エプロン・タオル・物差し・はさみ・ポンド ※保険料負担有

▶アウトドアでピザづくり

日8月18日(木)9時30分～14時 場国立諫早青少年自然の家(集合・解散) 内親子で自然を感じながらピザを作ります 対小学生(全学年保護者同伴) 申7月8日(金) 持帽子・軍手・水筒・筆記用具・必要な人はデジカメ ※材料代・保険料負担有

小野公民館 ☎22-0264

▶子ども体験ひろば「液体窒素を使って不思議な世界へ」

日7月26日(火)9時15分～13時 場長崎県環境保健研究センター(大村市) 内施設見学と科学実験。いろいろなものを液体窒素に入れてどうなるか体験します 対小学生 定20人 申7月15日(金) 料150円程度 持筆記用具・水筒 ※公用バス利用

▶子育て講座②(託児付)

日7月13日(水)10時～12時 場中央公民館 内子どもが大好きなアイシングクッキーを作り子育て料理の幅を広げます 対親子 定15組 申7月7日(木) 料600円

▶おもちゃ病院

日7月13日(水)10時～16時 場中央公民館 内思い出が詰まった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

▶<諫早を学ぶ>

諫早の樹木を樹医とさるく

日7月19日(火)9時30分～12時 場市内 内樹医さんと歩きながら市内の樹木について楽しい話を聞きます 対成人 定15人 申7月12日(火) 料50円

▶<諫早を学ぶ>

大人の社会科見学①(粕谷製網株)

日7月21日(木)9時30分～12時 場粕谷製網株 内諫早から世界に漁網やさびないフェンス作りを発信する会社を訪問します 対成人 定20人 申7月14日(木) 料50円

▶女性大学(笑いヨガ)

日7月28日(木)13時30分～15時30分 場中央公民館 内声を出して笑い、健康づくりをしましょう 対女性

▶親子で夏の星座を観よう

日8月5日(金)19時30分～21時 場コスモス花宇宙館 内夏の星座を親子で観察して楽しい思い出を作りましょう 対小学生とその保護者 定15組 申7月28日(木)



公民館講座情報

申込・問い合わせは、各公民館へ ※講座によっては、応募多数の場合は抽選となります。 ※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

▶子育て講座①(託児付)

日7月6日(水)10時～12時 場中央公民館 内腰痛・肩こりのマッサージ、ストレッチ体操で子育てのストレスを解消します 対親子 定15組 申6月30日(木)

▶生き生き百年塾「相続・遺言」

日7月12日(火)10時～12時 場中央公民館 内公証役場の人に「相続・遺言」について分かりやすく話をさせていただきます 対高齢者

▶苔玉作り

日7月12日(火)14時～16時 場中央公民館 内夏に清涼感タップリの苔玉を作ります。癒しの体験をしてみませんか 対成人 定15人 申7月7日(木) 料1,000円

だけでできる科学手品をマスターしよう！ 対小学生（1年生は保護者同伴） 申7月25日(月) 持筆記用具・はさみ ※材料代負担有

長田公民館 ☎23-9024

▶体操教室「大人のバレエストレッチ」

日7月12日(火)13時30分～15時30分
場長田みのり会館 内バレエの動きを取り入れたストレッチで全身引き締め効果 対女性 定20人 申7月4日(月) 料200円程度

▶親子すくすく広場「水遊びとソーメン流し」

日7月21日(木)10時～12時
場長田みのり会館 内手作りおもちゃで水遊びとソーメン流し 対親子 定15組 申7月14日(木) 料300円程度



▶夏休み子どもサマースクール

日8月2日(火)10時30分～13時30分
場長田みのり会館 内オリンピック開催国ブラジルにちなんだクイズやゲーム 対小学生 定40人 申7月25日(月) 料500円程度

▶夏休みファミリー自然体験教室

日8月7日(日)9時～16時 場国立諫早青少年自然の家 内国立諫早青少年自然の家で野外炊飯とレクリエーション 対親子 定15組 申7月29日(金) 料1,700円程度

多良見公民館 ☎43-0049

▶脇山順子先生の長崎食文化ヒストリー〈Ⅱ〉こぼればなし

日7月26日(火)10時～12時 場たらみ会館 内前回大好評につき再度開催。長崎食文化の由来や歴史についての楽しい話が聞けます 対成人 申7月19日(火)

▶子育て悩み相談室（第1回）

日7月27日(水)10時～12時 場たらみ会館 内子育ての悩みについてのよろず相談室です 対未就学児の保護者 定4人程度 申7月15日(金)



▶明生大学（第2回）

日7月28日(木)10時～11時30分 場たらみ会館 内ラジオ体操は健康のもと（効果と実技） 対成人・高齢者

館 内朝食と夕食の基礎2回シリーズ。味噌汁からオムレツ、肉じゃが、きんぴらなどの調理法を学ぶ 対中高年男性 申7月4日(月) 料1,000円程度（2回分） ※全2回参加できる人

▶知らなきゃ損する郷土料理

日7月15日(金)10時～13時 場西諫早公民館 内南蛮料理ゴウレン、ヒカド、どら焼の調理法を学ぶ 対成人 申7月4日(月) 料700円程度

▶諫早歴史物語

日7月21日(木)13時30分～15時30分
場西諫早公民館



内水害の歴史とめがね橋ができるまでを学ぶ 対成人

本野公民館 ☎26-0270

▶夏を涼しく甚平作り♪

日7月8日(金)・15日(金)・22日(金)（全3回）13時30分～16時30分 場本野ふれあい会館 内お子さん・お孫さんに幼児サイズの手作り甚平はいかが？ 対女性 定16人 申7月1日(金) 持裁縫道具一式・はさみ・ミシン・物差し・布地・新聞紙（型紙用）

▶消防局で防災体験教室

日7月28日(木)12時～16時 場長崎市消防局 内地震・強風・消火訓練などを体験します



対小学生 定20人 申7月15日(金) 持筆記用具・飲み物 ※参加費・保険料など負担有。公用バス利用

▶植木鉢で風鈴を作ろう！

日8月2日(火)9時30分～11時30分 場本野ふれあい会館 内夏を涼しく感じる手作り風鈴を作ります 対小学校低学年 申7月25日(月) 持ポスターカラー ※材料代負担有

▶家庭にあるもので防災グッズを作ろう！

日8月2日(火)13時30分～15時30分 場本野ふれあい会館 内消防職員による防災講話と、もしものときに使えるスリッパ、雨合羽、マスクを作ります 対小学生 申7月25日(月) 持新聞紙1日分

▶おもしろ子ども科学手品講座

日8月6日(土)9時30分～11時30分 場本野ふれあい会館 内身近な材料

▶子ども体験ひろば「木のいすづくり」

日7月31日(日)10時～13時 場誠工房（長野町） 内地元大工さんに習って小さいサイズのいすを作ります 対小学生とその保護者 定15組 申7月15日(金) 料700円程度 持手拭きタオル・水筒

▶子ども体験ひろば「パステルアートに挑戦」

日8月3日(水)10時～12時 場小野ふれあい会館 内ハードパステルをパウダー状に削って、指を使って描くアートです。思わず誰かに見せたい絵が描けちゃうかも!? 対小学生（1・2年生は保護者同伴） 定20人 申7月15日(金) 料600円程度 持手拭きタオル・水筒

▶子ども体験ひろば「ガラスで作る写真たて」

日8月10日(水)10時～12時、13時30分～15時30分 場小野ふれあい会館 内色ガラスをフレームに張り付けて写真たてを作ります 対小学生（1・2年生は保護者同伴） 定各10人 申7月15日(金) 料400円程度 持手拭きタオル・水筒

有喜公民館 ☎28-3110

▶スポーツ向上ワンポイントレッスン

日7月20日(水)19時30分～21時 場有喜ふれあい会館 内家庭でできるスポーツ向上レッスン 対親子・成人

▶橋湾でカヌー漕ぎ体験

日7月23日(土)9時30分～11時30分 場有喜漁港 内カヌー漕ぎを体験し海へ親しみながら楽しい時間を過ごす 対小学生（低学年は保護者同伴） 申7月13日(水) 持帽子・タオル・水筒 ※保険料負担有。保護者の参加大歓迎

▶懐かしい田舎饅頭作り

日7月30日(土)9時～12時 場有喜ふれあい会館 内昔ながらの手作り饅頭作り 対成人 申7月15日(金) 持エプロン・三角巾・饅頭を入れる箱 ※材料代負担有

西諫早公民館 ☎26-1500

▶男子厨房に立て

日7月13日(水)・27日(水)（全2回）10時～13時 場西諫早公民



場高来ふれあい会館しゃくなげ荘
肉美しい輝きの七宝焼きでペンダン
トかブローチを作ります 対成人
定10人程度 申7月6日(水) 料900
円程度

▶四季の登山「夏」

日7月27日(水)9時～16時 場五家原
岳(高来西ゆめ会館集合) 肉オオ
キツネノカミソリの花とヒメシヤラ
の木を見に行きます。例年と同じ
コースですので、初めての参加者を
優先します 対成人 定30人程度
申7月4日(月) 料150円 持弁当・
水筒 ※公用バス利用

▶夏休み体験講座親子de手作りパン教室

日7月31日(日)10時～
12時 場高来西ゆめ
会館 肉楽しく親子
で手作りパンやキャ
ラパンを焼きます
対親子(5歳以上) 定10組 申7
月14日(木) 料700円程度



小長井公民館 ☎34-2201

▶シルバー大学

日7月5日(火)10時～11時30分 場小
長井文化ホール 肉講話「皆で歌お
うあの歌この歌」 対高齢者(65歳
以上)

▶おはなし会

日7月9日(土)14時～
14時30分 場小長井
文化ホール図書室
肉絵本の読み聞かせ
対幼児・小学生



▶絵画教室

日7月27日(水)・28日(木)・29日(金)(全
3回)9時～12時 場小長井文化
ホール 肉1枚の絵を仕上げましょ
う 対小学3・4年生 定15人
申7月11日(月)

▶工作教室

日8月2日(火)・3日(水)・4日(木)・5
日(金)(全4回)14時～16時 場小長
井文化ホール 肉竹細工 対小学
5・6年生 定10人 申7月15日(金)

▶絵画教室

日8月3日(水)・4日(木)・5日(金)(全
3回)9時～12時 場小長井文化
ホール 肉1枚の絵を仕上げましょ
う 対小学5・6年生 定15人
申7月11日(月)

田結公民館 ☎49-1111

▶親子クッキング教室

日7月23日(土)10時～12時 場田結公
民館 肉夏休みに作りたい冷たい
ケーキを作ります 対小学生とその
保護者 定12組 申7月13日(水) 料
1人250円

▶夏休み子ども教室(海岸)

日7月31日(日)9時～
12時 場川下海岸
(田結公民館集合) 肉海
辺の生き物を探
して、触って、観察して自由研究に
挑戦! 対親子(必ず保護者同伴)
定15組(30人) 申7月13日(水) 料
1人50円 ※公用バス利用



▶親子ものづくり教室

日8月6日(土)9時30分～12時 場田
結公民館 肉親子で作ろう!夏休み
の思い出。夏休みの宿題を作りませ
んか? 対小学生とその保護者 定
15組 申7月13日(水)

高来公民館 ☎32-2111

▶陶芸教室(高来西公民館合同)

日7月23日(土)・8月6日(土)(全2
回)9時～12時 場高来ふれあい会
館 肉マイカップを作ろう! 対親
子 定20組 申7月12日(火) 料500
円 ※全2回参加できる人

▶おはなし会

日7月25日(月)・8月1日(月)・8日(月)
(全3回)13時30分～14時30分 場
高来会館 肉絵本のおはなし会 対
幼児・小学生 申7月20日(水) 持水
筒 ※当日参加可

▶オオキツネノカミソリを見よう!

日7月31日(日)9時
～14時 場金泉寺
(高来会館集合)
肉多良岳・金泉寺
に登ってオオキツ
ネノカミソリを見
よう! 対成人 定20人 申7月15
日(金) 持弁当・水筒 ※雨天時中
止。保険料負担有。山登りができる
服装で



高来西公民館 ☎32-3126

▶手作りワークショップ 第1弾

日7月11日(月)9時30分～12時30分

伊木力公民館 ☎44-1002

▶これぞ!ジャパニーズ・スイーツ 「うまい!羊羹づくり」

日7月19日(火)13時30分～15時30分
場多良見多目的研修館 肉家庭で
できるおいしい三種類のようかんを
作ります 対成人 定20人程度 申7
月11日(月) 料350円

▶宿題解決!工作教室

日7月30日(土)13時30分～15時30分
場多良見多目的研修館 肉タオル生
地のペットボトルカバーを作ります
対親子 定10組 申7月15日(金)

森山公民館 ☎36-1116

▶気分、晴ればれ!体幹エクササイズ講座

日7月13日(水)10時～12時 場森山公
民館 肉筋力アップ体操。タオルを
使ったストレッチなどを学習しま
す 対成人 定30人 申7月4日(月)
料50円程度 持タオル・飲料水・ヨ
ガマットなければバスタオル

▶藍染め体験講座

日7月15日(金)10時～12時 場森山公
民館 肉軽やかなシルク(オーガ
ンディー)のブチ・スカーフを染めま
す 対成人 定20人 申7月6日(水)
料1,300円程度 持エプロン・タ
オル ※汚れていい服装で

▶五家原岳ウォーキング講座

日8月1日(月)9時
～15時 場森山公
民館集合 肉山歩
きで適度の運動を
しつつ草花を見て
季節感を味わう 対成人 定20人
申7月19日(火) 料50円程度 持弁
当・水筒 ※公用バス利用



飯盛公民館 ☎48-0049

▶講演会

日7月21日(木)10時～12時 場飯盛ふ
れあい会館 肉認知症と介護予防に
ついて 対成人・高齢者

▶陶芸講座

日7月26日(火)・8月9日(火)(全2回)
9時30分～12時 場陶芸ひろば彩
(飯盛ふれあい会館集合) 肉粘土か
らオリジナルの茶碗、カップ、皿な
どを作り絵付けまでします 対成人
定20人 申7月15日(金) 料1,100円



故郷の人たちに観てほしい

5月9日、諫早出身の画家・野口典男さんが描いた油絵40点が諫早市に寄贈されました。平成21年に亡くなられた野口さんに代わり、この日は奥さまと息子さんが市役所を訪れ、宮本市長に絵を贈呈。「故郷・諫早でたくさんの人に観てもらいたい」と話してくださいました。



第36回 菖蒲忌

郷土諫早が生んだ芥川賞作家・野呂邦暢。わずか42歳の若さで急逝した野呂さんを偲ぶ「菖蒲忌」が、5月29日、ホテルグランドパレス諫早で開催されました。県内、県外から文化関係者や野呂文学ファンなど約150人が集まり、参集者全員で菖蒲の花を献花しました。（市民記者 田中）



身軽になってニッコリ

5月14日、森山町にある唐比ふれあい牧場で、「羊の毛刈り体験」が行われました。体験者は幼児から小学生で、小さなはさみを持って毛刈り体験をしました。体験者は羊のメ〜という鳴き声と、激しく動き出す動作にびっくりしたものの、すぐに慣れ、刈った後のフカフカとした毛の感触を感じていました。（市民記者 江田）



きれいな歯、ずっと大切にしていね

6月5日、市民センターと本町ポケットパークで「お口の健康フェスティバル2016」が行われました。開会式では、小学生の歯の健康優良児表彰があり、84人の児童が表彰されました。また、アーケードではお口の健康診断や歯に良いおやつの配付なども行われ、多くの人を楽しんでいました。（市民記者 木下）



奇跡の鉦(かね)、74年ぶりに返還

5月12日、太平洋戦争中に金属供出され、行方不明になっていた佐賀県鳥栖市藤木町の「藤木獅子舞」の鉦が、小長井地域の田原浮立所有の鉦だと判明し、74年ぶりに藤木町へ返還されました。田原神社での返還式では奉納浮立が行われ、里帰りする鉦が豊かな音色を響かせました。藤木町からの返礼として鉦3丁が贈られ、今後の交流の約束をしました。



土俵を包む大声援

5月15日、初夏のさわやかな天気の下、「第24回わんぱく相撲諫早場所」が、長田みのり会館相撲場で開催されました。小学生の力が入った熱戦に、応援の人たちは身を乗り出して声援を送っていました。4、5、6年生の優勝者は、7月に国技館で開催される全国大会に出場します。（市民記者 江藤）



宮中への献穀米、事始めの神事

5月31日、黒崎町の水田で、宮中への献穀米を育てるための「斎田清祓（さいでんきよばらい）」と「播種祭（はしゅさい）」が行われました。

これは、秋の宮中行事である「新嘗祭（にいなめさい）」で新穀を宮中に献上する行事のうち、最初の神事にあたります。各都道府県から農家を選定されますが、今年の長崎県代表として同町の池田さんご夫妻の水田が選ばれました。諫早市からの選定は13年ぶりとなりますが、池田さんは「身に余る光栄、大役に身の引き締まる思いです」と話され、参加した約50人とともにお祓いを受け、種もみの順調な生育を祈願しました。

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!



長崎街道を歩き、味わい、学んだ1日

5月8日、「長崎街道歩こう会」が開催されました。参加した約100人は長崎街道の森林浴を楽しみながら、約5キロの歩行に挑戦。コース内には3つの関所が設けられ、おいしい団子を味わい、街道の歴史を学びながら、心地よい汗とともに楽しい1日を過ごしていました。（市民記者 佐藤）



諫早猪処理販売センターが完成

6月3日、福田町に猪を食肉に加工する施設「諫早猪処理販売センター」が完成し、記念式典が開催されました。市内の猟友会の会員で構成された諫早市鳥獣処理加工販売組合が管理、運営を担い、今後この施設を拠点として猪肉の販路拡大に取り組みます。

5歳児相談を実施しています

市では、今年度5歳になるお子さんを対象に、保育所（園）・幼稚園への5歳児相談を実施しています。

この時期のお子さんは、心身ともに成長し、協調性や社会性が育つ大切な時期であるとともに、発達の個人差やアンバランスさも出やすい時期です。

5歳児相談では、臨床心理士が訪問し、保護者の皆さんの心配などに対する相談や3歳児健診後のお子さんの様子を見せていただくものです。

相談を希望される人は、保育所（園）・幼稚園にご相談いただくか、健康福祉センターへお尋ねください。

■対象／今年度5歳になるお子さん。

保育所（園）・幼稚園に通われていない場合も相談できます。

■問い合わせ先

健康福祉センター ☎27-0700



肝炎ウイルス検診のお知らせ

7月28日は日本肝炎デー、7月25日～31日は肝臓週間です

肝臓は「沈黙の臓器」と言われています。肝炎になっても肝臓はなかなかSOSを出しません。自覚症状がないから大丈夫という自己判断は危険です。肝臓の病気の早期発見には検査が必要です。

市が行っている「肝炎ウイルス検診」をぜひご活用ください。

【諫早市肝炎ウイルス検診】

■対象／40歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受診したことがない人

■ところ／個別検診：市内医療機関

集団検診：各支所地域の公民館など

■検査内容／問診、血液検査（C型・B型肝炎ウイルス）

■受診者負担金／200円

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700



集団健診のご案内

健診の種類	対象者	主な検査内容	受診者負担金	問い合わせ先
特定健康診査	40歳以上の国民健康保険加入者	問診、身体測定、腹囲計測、血圧測定、血液・尿検査、心電図検査、診察	無料	市保険年金課 ☎22-1500
若年者健康診査	30～39歳の国民健康保険加入者		500円	
大腸がん検診	40歳以上で、職場などで検診の機会がない人	便潜血検査	200円	健康福祉センター ☎27-0700
胃がん検診		胃透視検査	500円	
結核・肺がん検診		胸部エックス線検査	200円	
		必要に応じて喀痰検査	300円	
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	血液検査	

■日程（7月）

とき	受付時間	ところ
1日(金)	9時～11時	いいもりコミュニティ会館
4日(月)	8時30分～11時	田結公民館
10日(日)		小長井文化ホール
11日(月)		飯盛ふれあい会館
22日(金)		おがたま会館（小長井町）
27日(水)		釜公民館（小長井町）

※がん検診・肝炎ウイルス検診は生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は免除がありますのでご相談ください。

※健康保険証をご持参ください。

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（7月）

6日(水)、12日(火)、15日(金)、25日(月)
14時～16時30分

■ところ

県央保健所

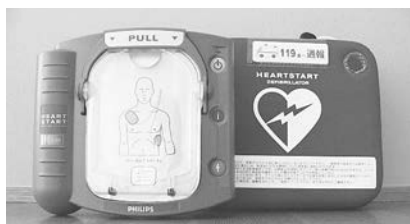
■問い合わせ先

県央保健所地域保健課
保健福祉班 ☎26-3306

突然の心停止から命を救う AED

—無料で貸し出します—

市内で開催されるイベントなどに無料で貸し出ししていますので、ご利用ください。



■問い合わせ先

健康福祉センター ☎27-0700
または各支所地域総務課

原爆被爆者健康診断（7月）

原爆被爆者の健康診断を次の日程で行います。対象者には長崎県健康事業団から通知します。

また、健康診断を受けることができなかった人は、指定された医療機関において「希望による一般健康診断およびがん検診」を年間を通して受けることができますのでご利用ください。

■日程／7月12日(火)

9時30分～11時 飯盛ふれあい会館
13時～14時 田結公民館

■問い合わせ先

長崎県健康事業団 ☎43-7131

7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／10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(火)	多良見体育センター	西部
12日(火)	健康福祉センター	北部
19日(火)	健康福祉センター	中央
26日(火)	小長井文化ホール	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	受付時間	ところ
4日(月)	9時30分～10時	森山保健センター
5日(火)	13時30分～14時	多良見体育センター
25日(月)	9時30分～10時	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／20日(水) 10時～12時
- ところ／市民センター
- 問い合わせ先／市こども支援課

介護相談

- とき／14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…心不全
- 火…やけど
- 水…子どもの腹痛
- 木…扁桃と腎疾患
- 金…働く人のメンタルヘルスチェック
- 土・日…膀胱がん

※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

2日(出)	9時～11時30分	西諫早緑地駐車場
9日(出)		森山ふれあい公園
16日(出)		多良見支所

【ニュースポーツ教室】※雨天中止

(ペタンク)

11日(月)	9時30分～11時	西諫早団地第一公園
--------	-----------	-----------

(グラウンド・ゴルフ)

25日(月)	9時30分～11時	眼鏡橋前芝生広場
--------	-----------	----------

【のんのこ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 ※18日除く	13時30分～15時	飯盛ふれあい会館
毎週水曜日	20時～21時30分	長田みのり会館
毎週木曜日	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
毎週金曜日 ※29日除く	13時30分～15時	小野体育館
毎週金曜日	20時～21時30分	高来会館

【のんのこ体操】(低体力者向けの体操) ※要事前申込

毎週水曜日	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
4日(月)・25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、7月7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。

- Q①いさはや災害・救急時〇〇〇〇カード
- Q②7月10日(日)の参議院議員通常選挙。諫早市における投票日当日の投票時間は何時まで？
- Q③7月3日(日)開催。諫早〇〇〇〇〇フェスティバル
- Q④わたろうか いそぐ気持ちに 〇〇〇〇を
- Q⑤広報いさはや7月号の総ページ数は？

※前号の答え

- ①人口 ②8月1日 ③75 ④ペーロン ⑤無料

※応募総数52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。



認定こども園 西諫早幼稚園



[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/210人
住所
久山町1110
(☎26-2760)

昭和46年に開園。平成27年に幼稚園型認定こども園としてスタートし、また今年4月からは0～2歳児を受け入れる認定こども園となりました。

植物の栽培体験や園の畑でサツマイモやジャガイモの収穫体験を行っている子どもたち。自然体験を通して、育てる喜び、収穫の喜びを感じるとともに、食物を大切に作る心や感謝の心を育てています。敷地面積は1,400坪と県内屈指の広さを誇る西諫早幼稚園。この日も広い園庭でのびのびと遊ぶ園児の元気な声が響いていました。

食改さんの **かんたんレシピ**

夏野菜のスパゲティ

飯盛支部が考えたレシピです



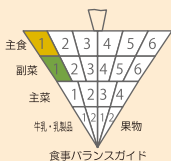
【材料】 2人分

1人分：308kcal

スパゲティ……………100g	バジル……………5枚
ベーコン……………20g	オリーブオイル…小さじ2
ゴーヤ……………50g	塩・コショウ…………各少々
タマネギ……………50g	キムチの素…………小さじ2
ニンジン……………15g	パルメザンチーズ…小さじ2
オクラ……………2本	
トマト……………50g	

【作り方】

- ①ゴーヤは種を取り、薄く半月切りにする。ベーコンは1cmぐらいに切る。タマネギは薄切り、ニンジンは千切りにする。オクラは塩もみして茹でて小口切りにする。トマトは1cm角に切り、バジルは手でちぎっておく。
- ②スパゲティは茹でてザルにあげ、茹で汁は少し取っておく。
- ③フライパンにオリーブオイルを熱して、ニンジン、タマネギ、ベーコン、ゴーヤを炒め、②のスパゲティを加えて、茹で汁を少量入れる。
- ④キムチの素を加え混ぜ合わせ、塩・コショウで味を調える。
- ⑤④を皿に盛り、オクラとバジル、トマトの上に飾り、パルメザンチーズを振りかける。



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



みんなの「いいね！」
お待ちしています。

◇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

77.1 MHz 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