

広報

いさはや

【特集】

諫早市まち・ひと・しごと創生総合戦略 02

市政トピックス	06
くらしの情報	14
イベント情報	22
公民館講座情報	26
フォトギャラリー	28
健康&子育て情報	30
小栗幼稚園	32
・かんたんレシピ	



「訪れる人の安全を」純真な演奏で安全祈願

名水百選日本5位の轟峡で多良岳・轟峡山開き

未来をつくる 諫早市まち・ひと・しごと創生総合戦略

本市においても少子高齢化と人口減少が進行していく中で、本市の人口の現状と、2060年（平成72年）に13万人程度の人口水準を目指す将来展望を「諫早市長期人口ビジョン」としてまとめました。

また、少子高齢化・人口減少対策を戦略的に推進していくため、「諫早市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。市民や産業界、大学、金融機関、関係団体などと力を合わせ、国・県・関係市町と連携しながら、「総合戦略」の実行に取り組みます。

諫早市まち・ひと・しごと創生総合戦略（4つの基本目標）

1. 魅力あるしごとをつくる
2. 新しいひとの流れをつくる
3. 結婚・出産・子育ての希望をかなえる
4. 時代に合ったまちをつくる



日本における人口の動き

日本の人口は、出生数の低下と高齢化がずっと続いているため、平成27年には1億2,711万人（国勢調査速報値）と、国勢調査の開始以来、初めて減少に転じました。

長崎県における人口の動き

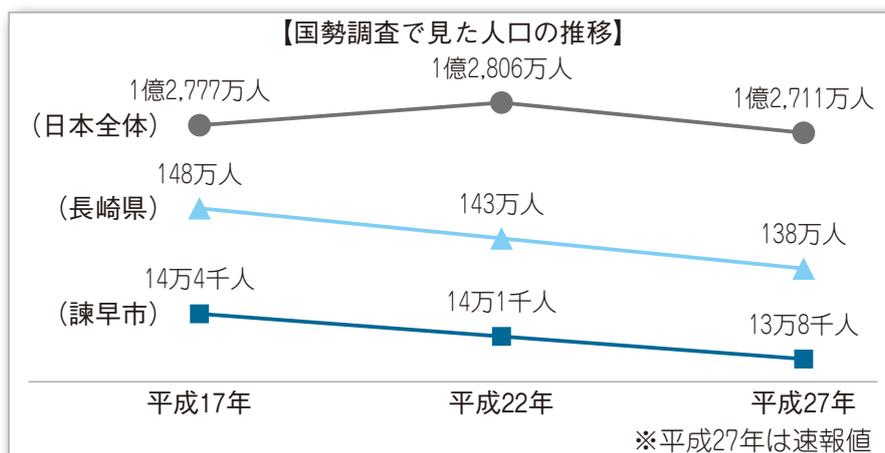
長崎県を見てみると、人口減少はもつと前に始まっています。昭和35年の176万人をピークに平成27年には138万人に減少しており、近年では毎年1万人ずつ減少しています。

本市の人口減少と少子高齢化の進行

私たちが住んでいる諫早市も決して例外ではなく、平成12年の14万4千人をピークに平成27年は13万8千人に減少しています。

少子化と高齢化が進んでおり、平成22年には死亡数が出生数を上回るようになりまし。

また、年によって違いますが、最近では転出数の方が転入数よりも多くなっています。





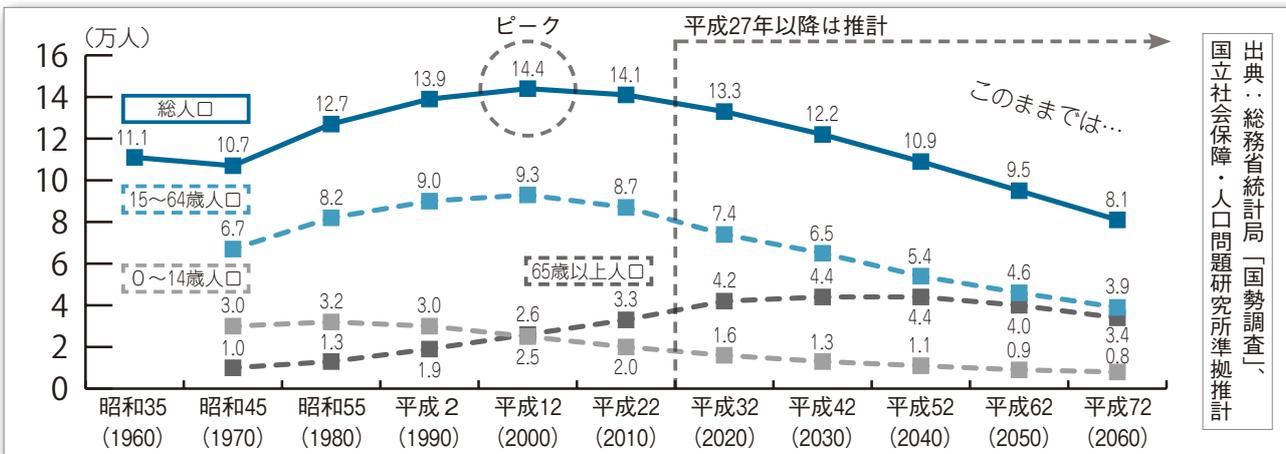
100円商店街（アエル中央商店街）

人口が減少すれば、地域を支える人が足りなくなったり、商店や公共交通が減ったりすることが考えられます。また、市の収入も減少し、市民への行政サービスが維持できないといったさまざまな影響をもたらす可能性があります。

人口減少が与える影響

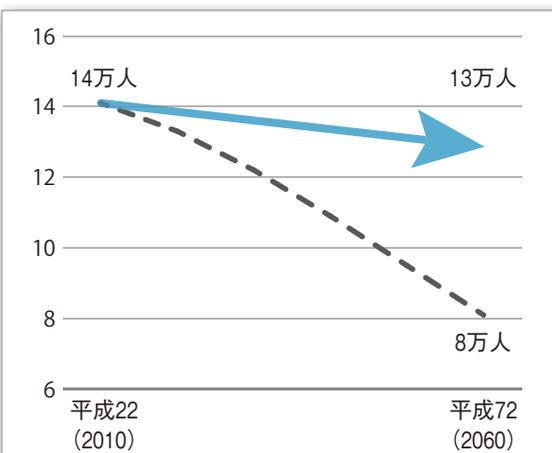
国の研究機関である社会保障・人口問題研究所のデータを基に将来推計を行うと、このままでは、平成72年（2060年）に約8万人まで減少する可能性があります。

本市の将来人口の推計



国は、人口の減少にストップをかけることや、人が集中する東京圏から地方への人の流れをつくりながら、それぞれの地域で住みやすい環境をつくっていくことを「地方創生」として目指していくために「まち・ひと・しごと創生法」を制定しました。少子高齢化・人口減少という困難な課題に対し、国と地方が協力して地方創生の取り組みを進めていくことが何よりも重要です。

課題に対する国の取組



「諫早市長期人口ビジョン」では、地方創生を実現することで、平成72年（2060年）に13万人程度の水準を目指しています。

本市が目指す将来人口

本市では、将来の人口の見通しや考え方を示す「長期人口ビジョン」と、5年間での取り組みをまとめた「まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、地域のいろいろな特性や資源を活かしながら、少子高齢化と人口減少を乗り越えるまちづくりを進めていきます。

本市の地方創生に対する取組

諫早市まち・ひと・しごと創生総合戦略

5つの戦略パッケージ

「諫早市まち・ひと・しごと創生総合戦略」では、力を入れて取り組んでいく項目を、次の5つのパッケージとして取りまとめています。

戦略パッケージ 1

新産業団地などで 企業をどんどん呼び込む基盤づくり

- ☆ 新しい産業団地をつくる。
- ☆ 企業誘致を進めて雇用の場をつくる。



戦略パッケージ 2

いさはやの魅力をぐんぐん高めて 人を呼ぶ仕組みづくり



- ☆ シティプロモーション戦略をつくって、市の魅力発信に取り組んでいく。
- ☆ 諫早市の充実したスポーツ環境や文化、自然を活かして、訪れる人たちを増やしていく。
- ☆ 観光に関する「しごと」に活気をもたらす。

みんなで築く ^{ます}未来へのかけ橋

諫早市長期人口ビジョンと諫早市まち・ひと・しごと創生総合戦略は、市ホームページでも公開しています。

<http://www.city.isahaya.nagasaki.jp/post09/30041.html>

子どもが元気で のびのび育つ環境づくり



☆ 家庭での子育て費用を軽減する。 

就学前の子どもを対象としている医療費助成の対象年齢を、平成28年8月から中学校卒業までに拡大します。

- ☆ 「こども準夜診療センター」の継続など、小児医療等の充実に努める。
- ☆ こどもの城を活かして、子育ての楽しさを感じられるような取り組みを進める。
- ☆ 妊娠から子育てまでのさまざまな悩みに保健師・助産師などが応える相談窓口をつくる。
- ☆ 子育てに役立つ情報専用サイトの提供や夜間保育などに取り組んでいく。

小さなまちが いきいき輝く拠点づくり

- ☆ 地域の特性に応じたコンパクトなまちづくりを目指す。
- ☆ 市民が暮らしやすい交通ネットワークをつくる。
- ☆ 「道の駅」の整備を実現し、地域の活性化に取り組む。
- ☆ 市民による魅力的な地域づくりの活動を応援する。



しごと、出会い、住みたい希望に しっかりこたえる体制づくり

- ☆ 企業と就職を希望する学生等との合同面談会などを開催して、市内就職をサポートする。
- ☆ 結婚につながる男女の出会いの場づくりを支援する。
- ☆ 移住希望者の相談窓口を充実する。
- ☆ 有効活用できる空き家の情報を提供する。



小・中学生までOK !!

福祉医療制度

平成28年8月1日診療分から

子どもが病気やけがで入院や通院をしたときに医療費の一部を助成する福祉医療制度が、8月1日から、小・中学生まで助成対象を拡大します。
(市こども支援課)



【8月1日から】

助成対象	助成内容	受給方法
就学前乳幼児	現行どおり	現行どおり
小学生・中学生	医療機関ごと、診療1日につき800円、月額上限1,600円を控除した分を助成	①支給申請書に医療機関で支払われた領収書を添付 ②支給申請書に医療機関の証明書を受ける 上記①②のいずれかにより、支給申請書を市こども支援課に提出してください。登録口座へ振り込みます。

【医療費助成までの手続き】

資格申請

助成制度を利用するためには、受給資格の認定申請が必要です。
申請書は、市立小・中学校を経由して配布します（市立小・中学校以外の人には郵送）。
提出は、郵送でも受け付けます。
■受付期間／6月1日(水)～平成29年3月31日(金)
■受付窓口／市こども支援課、各支所地域総務課

受給者証交付

受給資格の認定後、「福祉医療費受給資格者証」を交付します。

医療費助成

毎月10日までに支給申請書の提出があったものを、当月末に支給します。
※ひとり親家庭・寡婦福祉医療費、就学前乳幼児（帰省中の急な発熱で県外の医療機関を受診した場合など）の償還払いの際の支給日については、これまでは毎月25日が支給日でしたが、平成28年8月診療分（8月12日～9月9日提出分）から月末となりますのでご了承ください。

子ども医療費助成制度(福祉医療) Q & A

小・中学生の資格申請

平日は仕事が忙しく時間内に窓口に出向くことができません。どうすればいいですか？

書類が揃っていれば郵送および代理の人からの申請でも受付可能です。小・中学校を経由して配布します文書に返信用封筒を同封しますので申請期限内の提出をお願いします。

申請期限を過ぎたらどうなりますか？

申請期限は平成29年3月31日です。平成28年8月1日現在諫早市に住所がある人は平成29年3月31日までに申請をすれば平成28年8月1日からの認定となります(8月受診分から対象)。申請期限を過ぎてから申請された人は申請日以降の診療分が対象となりますのでご注意ください。

現在ひとり親家庭で、すでに福祉医療費受給者証を持っていますが、また申請をしないといけないのですか？

ひとり親家庭の子、障害者等で福祉医療費を受給されている人は現在の認定要件を優先としますので申請は不要です。助成の内容は、どちらも同じになっています。また、生活保護の人も申請の必要はありません。

医療費の受給

子どもが入院をして、医療費が高額になりましたが、助成額に上限はありますか？

助成額の上限はありませんが、医療保険から支給される高額療養費や附加給付などがあればその制度を優先しますので、事前に各医療保険者へ手続きを済ませてください。また、入院時の食事代、保険外の負担分につきましては、助成の対象外となりますのであらかじめご了承ください。

小児科を受診して医療費を支払い、院外処方により薬局で薬代を支払いました。支給申請書はまとめて1枚で提出して良いですか？

医療機関と薬局が別の場合はそれぞれの申請書が必要となります。その場合、医療機関分は福祉医療の自己負担がありますが、薬局分の自己負担はありませんので保険診療分は全額支給となります。

インフルエンザの予防接種を受けましたが、これも申請できますか？

予防接種は、保険給付ではないので対象外です。

諫早市空き家バンクの活用に関する協定を締結



市は、4月15日に公益社団法人長崎県宅地建物取引業協会諫早支部と「諫早市空き家バンクの活用に関する協定」を締結しました。

この協定を締結したことで、所有者と利用者が、「諫早市空き家バンク」を利用して空き家の購入や賃貸を行う際に、安心・安全に取引ができるようになります。

(市地域づくり推進課)

住民基本台帳の閲覧状況を公表します

平成27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27年4月～ 平成28年3月	27	1,244

教育委員長、職務代理者、教育委員が決まりました

市は、緒方正親委員の任期満了に伴い、3月定例会市議会の同意を得て、同氏を再任しました。

また、市教育委員会は、大石竜基教育委員長の任期満了に伴い、4月定例会教育委員会において、委員長に緒方正親さん、委員長職務代理者に秀島はるみさんを選任しました。(市教委教育総務課)



緒方教育委員長



秀島教育委員長
職務代理者

JR諫早駅切り替えのお知らせ 6月18日(土)から仮駅舎が使用開始

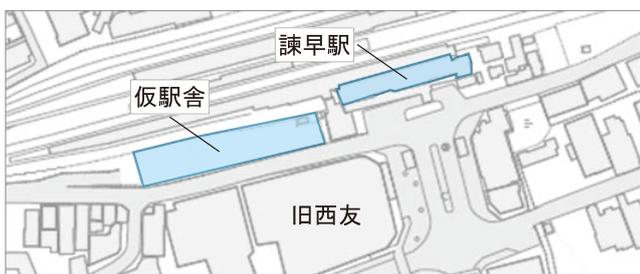
九州新幹線西九州ルート（長崎ルート）の建設に伴い、現在の駅舎に隣接する諫早駅南側駐車場跡地において建設が進められていました仮駅舎が間もなく完成し、6月18日(土)から使用開始されます。

この仮駅舎は、新駅舎が完成するまでの間使用することとなりますので、駅を利用される皆さまのご理解とご協力をお願いします。

なお、東西をつなぐ地下通路は従来通り使用できますので駅西側から駅方面へは、旧西友前の出入口をご利用ください。

また、仮駅舎の使用開始後は引き続き現在の駅舎の解体工事が予定されておりますので、工事期間中における皆さまのご理解とご協力をお願いします。

(市駅周辺再開発課)



諫早市ビタミンプロジェクト事業 提案（2次）を募集します

■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。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15日(水)

※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

7月1日(金)から体育施設等の使用料が改正されます

市のグラウンド、体育館、武道館などの体育施設の使用料は、合併後も旧市町の料金体系を引き継ぎ、規模や内容などが同程度の施設で使用料に差がありました。今回の改正で、体育施設、ふれあい広場の体育施設、公園施設のうち体育施設と同じ整備水準および規格を満たすグラウンドの使用料を、公平性の観点から見直しました。

見直しの内容および使用料は、次のとおりです。7月1日(金)の利用申請から適用されます。

■見直しの主な内容

- 施設内容や規模が同程度の施設の使用料を統一することとし、現行使用料を基準に各競技使用料を調整しました。
- 屋外競技はソフトボール競技を基準に各競技使用料、照明使用料を調整しました。
- 体育館などの照明使用料については、施設使用料に含めました。
- 営利を目的として使用する場合の使用料は、所定の使用料の4倍の額にしました（冷暖房使用料および照明使用料を除く）。
- 入場料を徴収して使用する場合の使用料は、所定の使用料の2倍の額にしました（冷暖房使用料および照明使用料を除く）。

【ふれあい施設の使用料金】

使用料は1時間当たり

施設の名 称	施設の区分		改正前使用料		改正後使用料	
西諫早ふれあい広場 ☎25-2100	ふれあい会館	ホール1（柔道場）		1,020円		200円
		ホール2（剣道場）		1,020円		200円
長田いこいの広場 ☎23-9077	テニス場（人工芝型1面）			260円		300円
	文武館	ホール1（柔道場）		1,020円		200円
		ホール2（剣道場）		1,020円		200円
中央ふれあい広場 ☎21-2668	体育館	4分の1面	300円	全部使用		1,540円
				バスケットボールコート（1面）		610円
				バレーボールコート（1面）		610円
				バドミントンコート（1面）		200円
				卓球台（1台）		160円
	多目的スペース		—		200円	
サッカー・ラグビー場	2分の1面	510円	全面		610円	
			半面		300円	

※詳しくは、市地域づくり推進課または各ふれあい広場・いこいの広場の管理事務所にお尋ねください。

【公園の使用料金】

使用料は1時間当たり

公園の名称	施設の区分	単位	グラウンド使用料	照明設備使用料
なごみの里運動公園	ソフトボール場	1面	300円	1,540円
	サッカー場	1面	610円	1,540円
喜々津中央公園	ソフトボール場	1面	無料	1,540円
津久葉公園	ソフトボール場	1面	300円	1,540円
	サッカー場	1面	610円	—
田結運動公園	ソフトボール場	1面	300円	—
	サッカー場	1面	610円	—

※詳しくは、市緑化公園課にお尋ねください。

体育施設の使用料金は、次のページをご覧ください。

【体育施設の使用料金】

使用料は1時間当たり

施設の名称	施設などの区分と使用区分		単位	改正前使用料			改正後使用料			
				使用料	冷暖房使用料	照明使用料	使用料	冷暖房使用料	照明使用料	
多良見体育センター	体育室	全部使用		全面	1,020円	4,210円	510円	1,540円	4,110円	無料
		一部使用	バスケットボールコート	1面	300円		250円	610円		無料
			バレーボールコート	1面	300円		250円	610円		無料
			バドミントンコート	1面	100円		100円	200円		無料
			卓球台	1台				160円		無料
	小体育室			全面	300円	510円		200円	510円	
	トレーニング室				100円	150円		100円	無料	
	ステージ				200円		100円	無料		無料
	設備・備品	ステージ照明設備					2,050円			無料
		放送設備		1回	510円			無料		
ピアノ一式		1回	1,020円			無料				
森山スポーツ交流館	アリーナ	全部使用		全面	1,540円	1,540円	510円	1,540円	4,110円	無料
		一部使用	バスケットボールコート	1面	510円		200円	610円		無料
			バレーボールコート	1面	510円		200円	610円		無料
			バドミントンコート	1面	300円		200円	200円		無料
			卓球台	1台	200円		100円	160円		無料
	設備	舞台照明設備			1,020円			無料		
		放送設備			200円			無料		
	ダンス室				510円	200円	200円	510円	200円	無料
飯盛体育館	メインアリーナ	全部使用		全面	1,540円		510円	1,540円		無料
		一部使用	バスケットボールコート	1面	300円		200円	610円		無料
			バレーボールコート	1面	300円		200円	610円		無料
			バドミントンコート	1面	100円		100円	200円		無料
			卓球台	1台	100円		100円	160円		無料
	ステージ				200円		100円	無料		無料
	放送室				200円			無料		
	サブアリーナ			全面	300円		200円	300円		無料
	トレーニング室				200円			100円		

使用料は1時間当たり

施設の名称	施設などの区分と使用区分			単位	改正前使用料			改正後使用料		
					使用料	冷暖房使用料	照明使用料	使用料	冷暖房使用料	照明使用料
とどろき体育館	アリーナ	一部使用	バドミントンコート	1面	300円			200円		
小長井田原体育館	体育室				無料		100円	100円		無料
飯盛小島武道館					無料			100円		
高来武道館	柔道場				無料			200円		
	剣道場							200円		
多良見西部グラウンド	ソフトボール場			1面	無料		1,640円	300円		1,540円
森山グラウンド	ソフトボール場			1面	300円		2,050円	300円		1,540円
					1,150円		2,050円			
飯盛グラウンド	サッカー場			1面	610円		1,330円	610円		1,540円
高来総合運動公園	野球場				無料		普通照明 200円	300円		普通照明 200円
	ソフトボール場			1面			水銀灯照明 2,050円	300円		水銀灯照明 1,540円
小長井グラウンド	野球場				無料		2,050円	300円		1,540円
	ソフトボール場			1面	無料		1,540円	300円		1,540円
小長井長里グラウンド	ソフトボール場			1面	無料		1,540円	300円		1,540円
森山テニス場	テニス場			1面	300円		300円	300円		200円
飯盛テニス場	テニス場			1面	300円		200円	300円		200円
	放送設備				200円			無料		
小長井テニス場	テニス場			1面	無料			300円		200円

○森山スポーツ交流館のトレーニング室およびプール（高校生以上）の回数券は1,500円、1月定期券は3,000円

○飯盛体育館のトレーニング室の回数券は1,000円

詳しくは、市スポーツ振興課（☎ 22-1500 代）または下記の各体育施設などにお尋ねください。

体育施設	問い合わせ先	電話番号
諫早地域の体育施設	諫早市体育館	22-0177
多良見体育センター	多良見体育センター	43-5490
多良見西部グラウンド	伊木力出張所	44-1002
森山地域の体育施設	森山スポーツ交流館	35-2888
飯盛地域の体育施設	飯盛体育館	48-0910
高来地域の体育施設	とどろき体育館	32-5505
小長井地域の体育施設	小長井支所地域総務課	34-2111

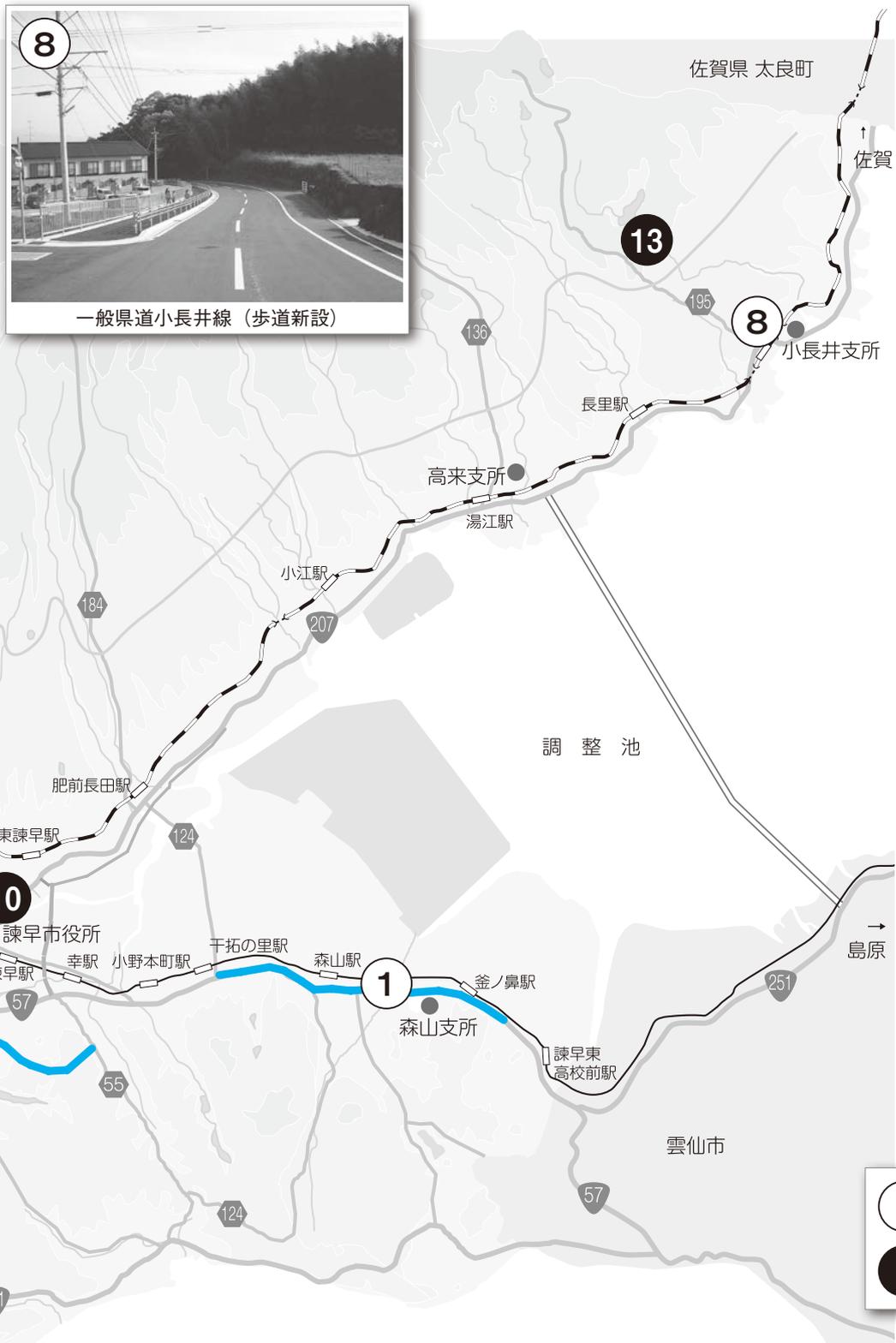
道路で進むまちづくり

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等ある発展、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いたします。

(市道路課)



一般県道小長井線 (歩道新設)



一般国道207号【宇都工区】(交差点改良)



市道八天西郷線
(橋梁長寿命化のための橋面舗装)



一般国道57号森山拡幅【愛野大橋~長野町交差点】
(自動車専用道路)



4

一般国道207号【佐瀬工区】(道路拡幅)



7

一般県道富川溪線【富川工区】(道路拡幅)



13

市道田原線 (道路拡幅)



3

一般国道207号【木床工区】(道路拡幅)



9

市道西部台1号線 (道路新設)



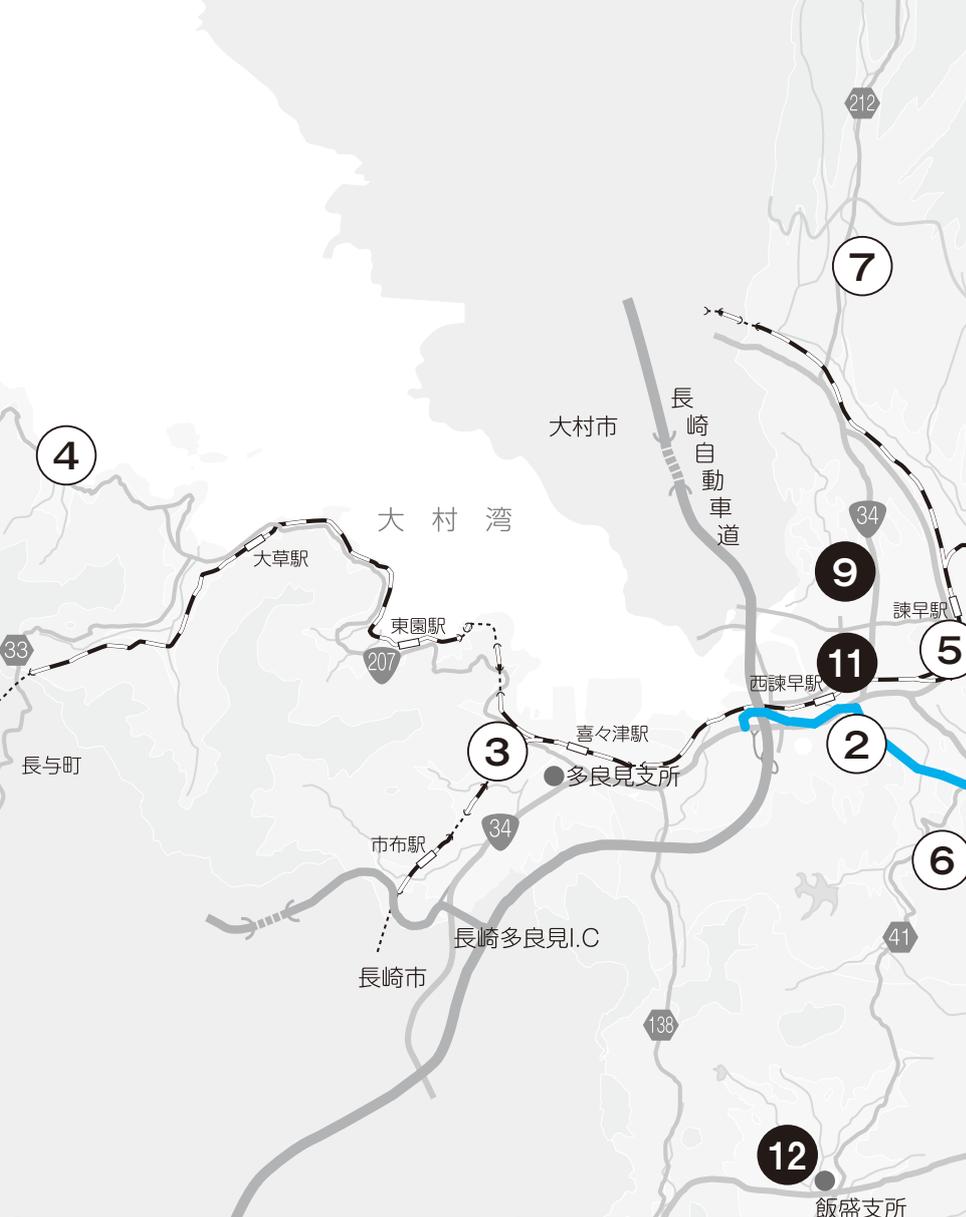
11

市道馬渡町1号線 (歩道の段差解消)



12

市道古場三本松線 (交差点の安全対策)



2

一般県道諫早外環状線【長野町～貝津町】
(自動車専用道路)



6

主要地方道諫早飯盛線【土師野尾工区】
(道路拡幅)



お知らせ

平成28年4月1日現在
 () 内前年同月比
 人口：137,290人 (-393)
 男：64,546人 (-130)
 女：72,744人 (-263)
 世帯数：52,789 (+455)

市民税・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(木)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。なお「随時」となっている期分は、口座振替ができません。

■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

自動車税の納付をお忘れなく

自動車税は、5月31日(火)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

家屋の建築や解家をしたときは届け出を!

4月下旬に送付した「納税通知書兼課税明細書」は、平成28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している家屋を解体した場合

は、所有者の財産保全のため、法務局への届出が必要ですが、



■問い合わせ先／市資産税課

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・1660)、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27年分(平成27年1月~12月)の所得の申告が必要な人には、6月中旬ごろ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

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。

■とき

6月3日(金)~7日(火)
 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

盆提灯早期ご予約会開催!

数量限定特別価格

6/1~6/20 水 月

門提灯絹張(小)
 長さ68cm
 ¥19,250(税別)
 →¥15,000(税別)(紋代込)



数に限りがございますのでお早めにお買い求め下さい。

その他提灯多数展示中 セール期間中 2割引!!

※一部の商品を除きます。



明るい繁華の家庭は信仰から 一家に一つのお仏壇を

お佛壇の **むらた**

☎ 0120-767615

〈住所〉諫早市高城町9-6 〈電話〉0957-23-1116
 〈営業時間〉9:00~18:30 〈休日〉第2・第4火曜日
<http://www.obutsudan-murata.com/>

明日から納税キャンペーン

平成28年中に自らの住まいとして取得した住宅（専用住宅、併用住宅）の所有者にお祝い品などを贈呈します。詳しくは市資産税課へお問い合わせください。



■対象

次の要件を全て満たした人

- 平成28年中（平成28年1月2日～平成29年1月1日）に諫早市内に自己が居住する住宅を新築または購入（中古住宅も含む）した人
- 自治会に加入し、地域コミュニティに参加・協力する意思があること
- 本市の市税や上下水道料金などの滞納がないこと
- 暴力団員でないこと、暴力団員および暴力団関係者と親密な関係がないこと

■受付期限

平成29年2月28日(火)

■提出書類

明日から納税キャンペーン事業申請書（アンケート含む）※市ホームページからもダウンロード可

■受付・問い合わせ先
市資産税課

児童手当の受給には 現況届の提出が必要です！

平成28年6月分からの児童手当受給には、現況届の提出が必要となります。

現況届に関する案内は、個別に郵送します。

■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 15,000円
	3歳から小学生まで (第1子、2子)	月額 10,000円
	3歳から小学生まで (第3子以降)	月額 15,000円
	中学生	月額 10,000円
所得制限額 以上	0歳から中学生まで	月額 5,000円

■所得制限額

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。

■問い合わせ先／市こども支援課

住宅用地や新築住宅の 申告はお済みですか

平成28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については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

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！

ご覧になれます
地価公示価格



平成28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22カ所です、平成31年4月10日までご覧になれます（各施設の休庁、休館日を除く）。

■閲覧場所

- 市契約管財課（市役所本館3階）および各支所・諫早地域内の各出張所（小栗・小野・有喜・真津山・本野・長田）
- 8時30分～12時、13時～17時
- 諫早図書館
- 10時～19時（火～金曜日）
- 10時～17時（土・日曜日）

■問い合わせ先
市契約管財課

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。例えば、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、魚が死ぬ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杯を300ccとした場合）。

台所やお風呂の排水口は川や海への入り口です

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



- 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。
- ④流し台には水切り袋などを備え、調理くずを流さない。
- ⑤米のとき汁は流し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

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ったり、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で、以前購入補助を受けた場合でも、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。



ごみ減量キャラクター「エコ太」

■手続き／生ごみ処理機器購入後、領収書（世帯主宛のもの）、印鑑、世帯主の通帳、保証書（電気式の場合のみ）を持参し、申請してください。

■申請・問い合わせ先
市環境政策課または各支所地域総務課

空きかん等回収キャンペーン

—私たちの町は、私たちの手で美しく—



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。ご協力をお願いします。

■とき／6月5日(日)午前中 ※小雨決行

【注意！】

- がけや踏切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。
- 交通車両にご注意ください。

■主催／諫早市衛生組織連合会

■問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

TOTO x Toirex9
最新型の超節水商品が感謝価格

最新型超節水トイレ GREEN MAX4.8
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 無し(365日対応) 7時～21時(ショールームは18時まで)

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。標準取付費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。



便利で機能的な壁リモコン付き

限定 10セット

株式会社 トイレックス9

森林伐採などの届出制度のお知らせ

【伐採および伐採後の造林の届出】

森林を伐採するときは、事前に届出することが森林法で義務付けられています。

これは、森林資源の状況や転用を把握し、健全で豊かな森林をつくることのできるようになるためのものです。

届出対象

保安林を除く民有林のうち、地域森林計画で定められた区域内の森林が対象です。区域の確認は、市林務水産課または県史振興局森林土木課にお尋ねください。



届出期間

伐採を開始する日の90日から30日前まで

【森林の土地の所有者届出】

個人・法人を問わず、売買や相続などにより森林の土地を新たに取得した方は、面積に関わらず届け出をしなければなりません。

届出期間

土地の所有者となった日から90日以内

受付・問い合わせ先

市林務水産課または各支所産業建設課

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、培養されたEM活性液を市民の皆さんにご利用いただくため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ください。

設置場所

各ふれあい会館（小野、有喜、本野、西諫早、高来）、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）

問い合わせ先／諫早市連合婦人会

☎22・5836 または各地域の婦人会役員

平成28年経済センサス活動調査にご協力

平成28年6月1日現在で、平成28年経済センサス活動調査が実施されます。

この調査は、我が国における事業所・企業の経済活動を全国のおよび地域的に明らかにするために、総務省と経済産業省が行うものです。全国すべての企業・事業所が対象です。

5月下旬から、統計調査員が調査対象事業所を訪問し、調査票などを配布（支社を有する企業、一定規模以上の一部事業所については郵送）しますので、調査へのご協力をお願いします。

※今回から、インターネットによる回答もできます。

問い合わせ先

○経済センサス活動調査コールセンター（9時～20時）※無料
☎0120・143・150
フリーダイヤルに接続できない場合 ※有料
☎03・4334・3150
○市地域づくり推進課

平成28年度教科書展示会を開催します

平成28年度に小・中・高校・特別支援学校で使用されている教科書見本の展示会を開催します。

また、展示会終了後は、市教委学校教育部で常設展示します。

期間

6月17日（金）～7月1日（金）

ところ

・市教育委員会内（市役所本館7階）

・諫早図書館エントランス（小・中学校用のみ）

問い合わせ先
市教委学校教育部

仕事や生活に困ったときはご相談ください

生活困窮者自立支援制度



市では、専門の支援員を配置した相談窓口を設置して「生活に困っている」「仕事が見つからない」などの相談を受け付け、相談者の生活の安定・自立のための支援を行っています。お気軽にご相談ください。

自立相談支援事業

生活の困りごとや不安など、相談者が抱える課題を専門員と一緒に考え、具体的な支援プランを作成して自立に向けた支援を行います。

住宅確保給付金事業

離職などにより住居の確保に困っている人に対し、就職に向けた活動などを行うことを条件に、一定期間、家賃相当額を支給して就職に向けた活動の支援を行います。

相談窓口

市保護課（市役所本館2階）
8時30分～17時 月～金曜日
（祝日、年末年始を除く）

問い合わせ先／市保護課

食事に困りの高齢者の方、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

C O O K ワン・ツウ・スリー

においさだめてお届けします！

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 年中無休

123 宅配クック123 諫早店 諫早市東小路町10-28

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

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年以下の懲役若しくは1千万円以下の罰金、又はこれを併科することになっています。また、法人が違反した場合の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、警察署へ捜査を依頼するなどの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。

また、適正に管理されていない土地は不法投棄されやすいため、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

野焼きは、一部の例外（日常生活で通常行われる草木などの軽微な焼却や農業、林業などを営む上でやむを得ない場合など）を除いて、原則禁止となっています。



例外にあたる場合でも、煙や臭いで不快な思い、辛い思いをされている人がいます。

法律で禁止されていない焼却であっても、
・風向きや時間帯を考え、少量ずつ数回に分ける
・草木などはよく乾かして煙の発生量を抑える
など、周辺の迷惑にならないよう十分配慮してください。



※野焼きについても、不法投棄同様の罰金が科せられます。

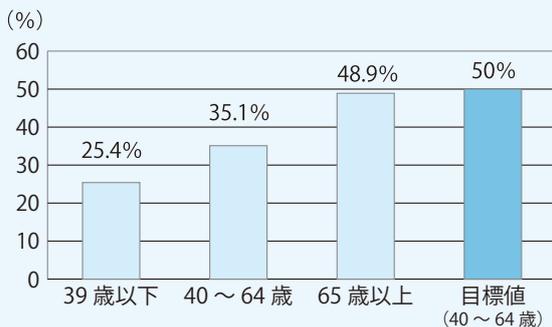
■問い合わせ先／市環境政策課

食べることは生きること ～「食」について考える習慣を身に付けよう～

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。
(健康福祉センター)

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

■1日の塩分摂取量を知っている人の割合



第二次堺市食育推進計画をご存じですか？

「食事摂取基準2015」において
塩分摂取の1日の目標量は
・成人男性 8g未満
・成人女性 7g未満
を掲げています。



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。

※「第二次堺市食育推進計画」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。

フレッツ光で賢くインターネットを始めませんか？

ひとつでも
当てはまる方は
お電話下さい。

- 引越しの予定がある
- インターネットの料金が安い
- CSTVに興味がある
- インターネットの速度が気になる

※「フレッツ光」とは、「フレッツ光ライト」、「フレッツ光ネクスト」および「Bフレッツ」(いずれもインターネット接続サービス)の総称です。※NTT西日本の設備状況などによりサービスのご利用をお待ちいただく場合や、ご利用いただけない場合がございます。※インターネットのご利用には、フレッツ光の契約に加え、別途プロバイダーとの契約が必要です。(別途月額利用料等がかかります。)



詳しい内容・お問い合わせ

受付時間9:00～21:00(年末年始を除く)



0120-949-388

NTT西日本販売代理店
株式会社エイエス・コミュニケーションズ

原稿管理番号
REV0000224

募集

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・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15日(金)～8月21日(日) (週5日以内勤務)

作業時間

・駐車場整理員/8時30分～18時

・更衣室等管理員/9時30分～18時15分

賃金/7,070円(1日)

※別途交通費を支給する場合があります。

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に持参してください。

受付期間

6月6日(月)～10日(金)

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

緑のカーテンコンテスト作品



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または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

・一つの緑のカーテンにつき応募は一回

・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せん

申込方法

郵送(〒854-8601住所不要) またはメール(kankyouseisaku@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。また、ホームページからもダウンロードできます。

募集期限

9月23日(金)

申込・問い合わせ先

市環境政策課

さわやか介護相談員

介護サービス利用者の疑問や不満、要望などを聞き、サービス提供事業者との橋渡しをしながら問題の改善や介護サービスの質の向上のために活動する「さわやか介護相談員」を募集します。

資格

利用者の立場に立って活動できる人柄と熱意がある市民

活動内容/相談員の派遣を希望する介護保険施設などを週1回程度訪問し、利用者の日常の声を事業者側に伝えます。

募集人員

4人

申込方法/市販の履歴書に記入の上、市高齢介護課へお申し込みください。

※郵送可(〒854-8601住所不要)

※応募多数の場合は面談にて選考します。

その他

・ボランティア活動です。交通費程度の支給があります。活動するためには、事前に「介護相談員養成研修」(大阪市で開催)の受講が必要です。受講に必要な旅費は市が負担します。

申込・問い合わせ先

市高齢介護課

「元氣いっぱい教室」受講希望団体

元氣なうちから介護予防に取り組んで、健康寿命を延ばしましょう。

対象

65歳以上、15人程度の会員で構成される団体(趣味の会、老人クラブなど)

内容

各専門職による介護予防のための講義や実技(1回1時間半程度)

教室の種類	内容
①運動教室	転倒予防などの講話や自宅でできる体操
②栄養教室	バランスの良い食事や食生活のコツについてのお話
③お口の教室	お口の中の手入れ、飲み込みをよくする体操
④頭の体操教室	認知機能低下予防のための講話やゲーム

申込方法

①～④のうち、希望の教室を2カ月前までに市高齢介護課までお申し込みください。ご希望の会場に、講師を派遣します。

申込・問い合わせ先

市高齢介護課

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!

0037-6001-62566

【募集代理店】
株式会社ニートン・
ファイナシャル・
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
募集補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

講演会など

子育て支援センターみんなまで遊ぼう!!「いっぱい いっぱい」

市内の子育て支援センターが楽しい親子遊びを企画しています。お友だちも誘って遊びに来ててくださいね!

■とき／6月1日(水) 10時～13時 (受付：9時40分～)

■ところ／小野体育館

■内容／各コーナーあそび(アスレチック、作ってあそぼう、感覚あそび・絵本、人形劇)、歯磨き教室、食育コーナー、保健相談など

※参加無料。弁当・飲み物は各自でご用意ください。

■問い合わせ先
各子育て支援センター

■廃食用油を用いた石けんづくり講習会

市では、廃食用油を用いた石けんづくりの講習会を開催しています。ぜひご参加ください。

■とき／原則毎月第1火曜日 13時30分～15時

■ところ／ほたる工房(高城町・市体育館道路向かい)

■内容／家庭から出た廃食用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

第42回諫早医師会写真展

■とき／6月1日(水)～5日(日)

水～金曜日：10時～18時
土・日曜日：10時～16時

■ところ／諫早図書館

■問い合わせ先／諫早医師会
山口さん ☎24・0515

定期相談

本庁定期開催分(6月)

とろ／市民相談室

(高城会館3階)
問い／市民相談室

☎22・3113

※お車で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(水)、20日(月)、29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】

28日(火) 13時～16時

【登記相談】

14日(火) 10時～15時

【不動産相談】

7日(火) 9時～12時

【交通事故相談】

21日(火) 10時～16時

【人権相談】

9日(木)、16日(木) 10時～15時

【行政相談】

3日(金)、10日(金)、17日(金)、24日(金) 10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

24日(金) 10時～13時

森山支所相談室

17日(金) 10時～13時

飯盛支所相談室

10日(金) 10時～13時

高来支所相談室

24日(金) 10時～13時

小長井支所相談室

10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(6月)

【認知症専門相談】

10日(金) 13時30分～16時

とろ／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】

1日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水) 9時～16時

とろ／市役所本館玄関ホール

8日(水) 9時～16時

とろ／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)

6月23日(木) 9時～17時

とろ／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

6月8日(水) 13時～16時

とろ／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

おかげさまで

創業40周年

新登場!

薄毛の原因から解決!

薄毛の原因を特定▶頭皮改善施術▶薄毛対策相談

【広告】

健毛プラン 初回限定 3,000円 (税込)

リーブ21 長崎O.C

24時間
予約受付中

0037-6001-63622

www.reve21.co.jp

リーブ21

検索

〒850-0035 長崎県長崎市元船町13-5 第二森谷ビル5F

メールでのお問い合わせはコチラ▶soudan@reve21.co.jp

家庭でできる食中毒予防のポイント

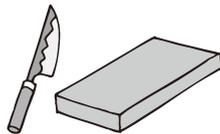
食品の購入

- ・消費期限を確認する。
- ・肉や魚などの生鮮食品や冷凍食品は最後に買う。
- ・肉や魚などは汁が他の食品につかないように分けてビニール袋に入れる。
- ・寄り道しないですぐに帰る。



下準備

- ・調理前に石けんでていねいに手を洗う。
- ・野菜などの食材を流水できれいに洗う（カット野菜もよく洗う）。
- ・生肉や魚などの汁が、果物やサラダなど生で食べるものや調理の済んだものにかからないようにする。
- ・生肉や魚、卵を触ったら手を洗う。
- ・生肉や魚を切ったまな板や包丁は必ず洗って消毒する。
- ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫や電子レンジを使用し、自然解凍は避ける。
- ・冷凍食品は使う分だけ解凍し、冷凍や解凍を繰り返さない。
- ・使用後のふきんやタオルは消毒した後しっかり乾燥させる。
- ・使用後の調理器具は洗った後、熱湯をかけて殺菌する。台所用殺菌剤の使用も効果的。



家庭での保存

- ・冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する。
- ・肉や魚はビニール袋や容器に入れ、他の食品に汁がかからないようにする。
- ・肉、魚、卵などを取り扱うときは、取り扱う前後に必ず手指を洗う。
- ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ。
- ・冷蔵庫や冷凍庫に詰めすぎない（詰めすぎると冷気の循環が悪くなる）。



調理

- ・調理の前には手を洗う。
- ・肉や魚は十分に加熱。中心部を75℃で1分間以上の加熱が目安。



食事

- ・食べる前に石けんで手を洗う。
- ・清潔な食器を使う。
- ・作った料理を、長時間室温に放置しない。

残った食品

- ・残った食品を扱う前にも手を洗う。
- ・清潔な容器に保存する。
- ・温め直すときも十分に加熱。
- ・時間がたち過ぎたものは思い切って捨てる。
- ・ちょっとでもあやしいと思ったら食べずに捨てる。

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700



ねんりんピック長崎2016 つつじ祭りでPR

4月23日、諫早公園にて開催されたつつじ祭りで、市内のゆるキャラが一堂に会するイベントに「がんばくん・らんばちゃん」が参加し、10月に開催される「ねんりんピック長崎2016」のPRを行いました。本大会に向け、諫早市全体で盛り上げていきましょう。

(市ねんりんピック推進室)

諫早市民なら
目にしたことがある

「広報いさはや」に広告を掲載しませんか？

諫早市内 約4万8000部

各世帯に配布!!

地域に根ざした
情報発信

各世帯配布による
知名度向上

28年5月号から開始の
新しい広告媒体

お問い合わせ ☎ 092-716-1404

他エリア自治体広告もお任せください!

株式会社ホープ

福岡県福岡市中央区
薬院1-14-5MG薬院ビル7F

財源確保

検索

男女共同参画週間

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。

この機会にぜひ、来て！見て！感じて！ください。

■とき

6月26日(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)

■内容

講座・イベント名	時間
①パパと一緒に料理教室	9時30分～13時
②親子でヨガ講座	10時～11時
③男女共同参画推進団体&起業塾卒業生による展示・販売・体験ブース	12時～15時30分
④初心者でも大丈夫！デザイン書道講座	13時～15時
⑤ワーク・ライフバランス講座～ワークもライフも、あきらめない生き方～	13時30分～15時

※③は、各団体による活動報告、手作り小物、絵手紙などの展示や新鮮野菜、ビスケット、お茶、パン、小物などの販売が行われ、まちの保健室、カウンセリング、手相占いなどの体験ブースがあります。

■定員

- ①10家族程度（子どもは小学生以上・複数人可）
- ②10家族程度（子どもはおおむね3歳以上・複数人可）
- ④16人 ⑤30人

■材料代

- ①1家族1,000円 ④1人300円

※①②④⑤は事前申込が必要です。

※無料保育サービス有（事前申込必要）

■申込期限

6月13日(月)

■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

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】

5月28日(土) 18時～	VS ジェフユナイテッド千葉
6月8日(水) 19時～	VS セレッソ大阪
6月19日(日) 18時～	VS ザスパクサツ群馬

■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

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チームによるペーロン競漕が行われます。

■とき／6月19日(日)

子供ペーロン：7時30分～

ペーロン大会：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

ティータイムトーク ～中東イランの文化を楽しみませんか～



いさはや国際交流センターでは中東イランの文化を紹介するイベントを開催します。お茶を飲みながら異国の文化・風習などにふれる機会です。土曜日の午後のひとときを一緒に過ごしませんか。

■とき

6月11日(土) 14時～16時

■ところ

のぞみ会館大研修室

■対象／成人（託児あり）

■定員／30人

■参加費／500円

■申込期限

6月7日(火)

■申込・問い合わせ先

いさはや国際交流センター岩本さん ☎080-5217-0049



第36回菖蒲忌



諫早が生んだ芥川賞作家野呂邦暢の没後36年を迎えるにあたり、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。

上山公園の野呂文学碑の傍らには菖蒲の芽もふき、周りの紫陽花が彩りを添えます。

■とき／5月29日(日) 10時～

■ところ／ホテルグランドパレス諫早

■内容

献花、作品朗読、記念講演（12時30分～）など

○記念講演テーマ／「文学の故郷」

○講師／野呂邦暢研究家 中野章子さん

■申込・問い合わせ先

諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103

第27回「伊東静雄賞」 作品募集（現代詩）



諫早市出身の浪漫派詩人・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。

■応募要領

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

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(水)（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

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。

皆様のご来場をお待ちしています。

■とき

5月28日(土)～6月5日(日) 9時～22時

※5月30日(月)は休館日、最終日は16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

第45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26日(日) 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

平成28年度 諫早市お口の健康フェスティバル

- とき
6月5日(日) 10時～12時30分
- ところ／市民センター、アエル中央商店街
- テーマ／「健康は、お口から！」
- 内容
 - ・小学生歯の健康優良児表彰
 - ・園児の図画コンクール
 - ・お口の健康相談
 - ・歯に良いおやつ
- 問い合わせ先／諫早市歯科医師会 ☎24-3576



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！

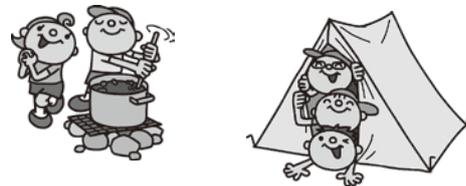
子育て中のお母さん、お子さんと一緒に気軽にご参加ください！

- とき／6月8日(水) 10時～12時
- ところ／小長井文化ホール 集会室
- 内容／絵本の読み聞かせ、手遊び・親子体操
コーナー遊び（体を使った遊びコーナー、道具で遊ぶコーナー、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
- ※参加無料
- 問い合わせ先／井崎保育園 ☎34-2215

国立諫早青少年自然の家 教育事業 参加者募集

平成28年度国立諫早青少年自然の家教育事業の参加者を募集します。

○ISAHAYAアドベンチャーキャンプ



- とき
 - ①プレキャンプ（1泊2日）
6月11日(土)～12日(日)
 - ②メインキャンプ（6泊7日）
8月19日(金)～25日(木)
 - ③フォローアップキャンプ（1泊2日）
11月12日(土)～13日(日)
 - ④アドバンスドキャンプ（1泊2日）
平成29年2月11日(土)～12日(日)

- ところ
国立諫早青少年自然の家
- 内容
夏季休業中の1週間程度の長期キャンプを含めた年間4回の通年型キャンプ。沢登り・登山・野外炊事・キャンプファイヤーなどの自然体験活動
- 対象／小学5・6年生
- ※原則①～④のすべてに参加可能な児童
- 定員／30人
- 参加費／①③④各回2,500円程度 ②18,000円程度
- 申込期限／5月28日(土)

○チャレンジキャンプ初夏



タラッキー

チャレンジキャンプで、初夏の自然のすばらしさに触れよう♪

- とき
6月18日(土)～19日(日)（1泊2日）
- ところ
国立諫早青少年自然の家
- 内容
沢登り・登山などの自然体験活動
- 対象／小学5・6年生
- 定員／30人 ■参加費／2,200円
- 申込期限／5月31日(水)
- 申込・問い合わせ先
国立諫早青少年自然の家
〒859-0307 白木峰町1109-1 ☎25-9111 FAX25-9115
Eメール / isahaya-sui@niye.go.jp

▶館長講座

- とき／6月18日(土) 10時30分～12時
- 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6回)
「なぜこんなに『えびすさん』があるのだろう？」



- 対象
高校生以上(定員30人程度)
- ※受講料無料。事前申込不要

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶指で描くパステルアート教室 ～梅雨～

- とき／6月5日(日) 11時～12時
- 対象／4歳以上(小学校低学年以下は要保護者同伴)
- 定員／先着20人(予約優先)
- 材料代／1,000円

▶おりがみ教室 ～傘とネクタイをつくろう！～

- とき／6月5日(日) 11時～12時
- 対象
3歳以上
(小学校低学年以下は要保護者同伴)



▶たのしい科学教室 ～もしも原子がみえたなら③～

- とき／6月11日(土) 10時30分～12時30分
- 対象／小学生以上(小学2年生以下は要保護者同伴)
- 定員／先着20人(予約優先)
- 持参物／筆記用具 ■材料代／500円

▶異時点～現代アートグループ展～

- とき／6月14日(火)～7月31日(日)
- 内容／長崎県北を拠点に活動する現代アート作家10人によるグループ展
- ※観覧無料

▶サイエンスワークショップ「地球を取り巻く空気の不思議Ⅴ ～大気圧を実感しよう！～」

- とき／6月26日(日)
午前の部：11時～12時、午後の部：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／各回先着20人(予約優先) ■材料代／100円

高来東児童館 ☎32-5858

▶父の日のプレゼント作り

- とき／6月18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

▶父の日のプレゼント作り

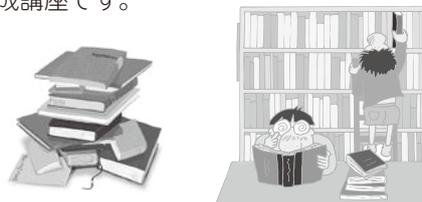
- とき／6月18日(土) 13時～
- 対象／小学生以上(定員15人)
- ※参加無料



▶本の修理ボランティア講座

～「絵本の病院ぶっくる」会員養成講座～

諫早図書館の本の修理ボランティア「絵本の病院ぶっくる」の会員になり、修理をお手伝いいただくための養成講座です。



- とき
6月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)
(全5回) 13時30分～15時30分

- ところ／諫早図書館2階 学習創作室
- 内容／豆本作りや糸とじ本の修理など
- 定員／5人(要申込)

▶上映会

- とき／6月11日(土)
- ところ／諫早図書館1階 展示ホール
- 内容
○10時15分～
・「アニメ ハチ公物語」
・「まんが日本昔ばなし
(おむすびころりん／馬方とタヌキ)」
○14時～
「海角七号 君想う、国境の南」
(2008年 台湾 130分)



たらみ図書館 ☎43-4611

▶ミニコンサート

- とき／6月11日(土) 11時40分～12時10分
- ところ／たらみ図書館 海のホール
- ※入場無料

■内容

どなたでも幅広く楽しめる
ミニコンサート



▶ライブラリージャズコンサート

- とき／6月18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

▶映画上映会

- とき／6月24日(金) 15時～
- ところ
たらみ図書館 海のホール
- 内容
「山びこ学校」(1952年 日本 105分)
- ※入場無料



▶3B体操と父の日のプレゼントづくり

日 6月16日(木)10時～12時

場 長田みのり会館

内 ボールなどの補助具

を使った楽しい3B体操と父の日のプレゼントを作ります

対 親子 定 20組

申 6月9日(木) 料 200円程度



本野公民館 ☎26-0270

▶梅雨の合間にリラックスヨガでリフレッシュ!

日 6月18日(土)・25日(土) (全2回)

14時～15時

場 本野ふれあい会館

内 ゆっくりと体をほぐして心も体もリフレッシュしませんか?

対 成人 定 16人 申 6月10日(金)

持 ヨガマットかバスタオル・タオル・飲み物

有喜公民館 ☎28-3110

▶クラフトバッグ作り

日 6月6日(月)・10日(金) (全2回)

13時～16時

場 有喜ふれあい会館

内 オリジナルのバッグを作る

対 女性 申 6月2日(木)

※材料代負担有

▶読み語り講座

日 6月18日(土)9時30分～11時

場 有喜ふれあい会館 内 親子で読み語りを聞きながら楽しい時間を過ごす 対 親子

▶お菓子作り講座

日 6月25日(土)9時30分～11時30分

場 有喜ふれあい会館

内 季節のお菓子作りを楽しむ

対 成人 申 6月15日(水)

持 エプロン・三角巾

※材料代負担有



多良見公民館 ☎43-0049

▶カレー三昧! インド料理はいかが?

日 6月16日(木)・30日(木)、7月14日(木) (全3回) 10時～13時

場 たらみ会館 内 本場インドの本格カレー料理(3種)を楽しく学びませんか?

対 成人 定 20人

申 6月7日(火)

料 3回で2,500円



▶パソコン基礎「ワード入門」

日 6月21日(火)・28日(火) (全2回)

13時30分～15時30分

場 西諫早公民館

内 文書を作りたいがよく分からない人集合。簡単な文書や写真の添付などを学びます

対 成人 申 6月3日(金) 持 パソコン

※全2回参加できる人

小栗公民館 ☎22-1533

▶はじめよう!色えんぴつ画

日 6月17日(金)10時～12時

場 小栗ふれあい会館

内 手軽に描ける色えんぴつ

つ画を体験しませんか?

対 成人 申 6月10日(金)

持 色えんぴつ

※材料代負担有

▶雑穀料理で体すっきり!

日 6月22日(水)10時～13時

場 小栗ふれあい会館

内 食物繊維やミネラル類が豊富な雑穀を使った料理を学ぶ

対 成人 申 6月10日(金)

持 エプロン・三角巾・タオル

※材料代・保険料負担有



小野公民館 ☎22-0264

▶子育てが楽しくなる講座!

新米ママとベビーのはじめのいっぽ

日 6月16日(木)・23日(木)・30日(木)、7月7日(木)・

14日(木)・21日(木) (全6回) 10時～12時

場 小野ふれあい会館

内 ベビータッチやあやし歌など育児(自)の

ヒントを得ながらママ

友も作りましょう!授

乳中も安心なおやつもあります

対 母親と生後6カ月までの第1子

定 10組 申 6月7日(火)

料 6回で1,000円



長田公民館 ☎23-9024

▶長田玉ねぎを使った

絶品ウインナーづくり

日 6月10日(金)10時～13時

場 長田みのり会館

内 本場ドイツ認定マイスター直伝の美味しいウインナーを作ります

対 成人 定 15人

申 6月3日(金) 料 1,600円程度



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

▶おもちゃ病院

日 6月8日(水)10時～16時

場 中央公民館 内 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

▶長崎県政出前講座「地域防災力の向上」

日 6月21日(火)13時30分～15時30分

場 中央公民館 内 いざというときの

ための防災に対する心構えと現状など

について分かりやすく説明します

対 成人 申 6月20日(月)



▶女性大学「空き家対策」

日 6月23日(木)13時30分～15時30分

場 中央公民館 内 増え続けている空

き家について国の動き、県内の対策に

ついて説明します 対 女性

▶生き生き百年塾

「豊かなこころを持つために」

日 6月28日(火)10時～12時

場 中央公民館 内 優しい気持ち、感謝

の心を育てるための講演会

対 60歳以上 定 200人程度

西諫早公民館 ☎26-1500

▶田舎まんじゅう作り

日 6月14日(火)

10時～12時30分

場 西諫早公民館 内 小麦粉とあんこ

を使って蒸しまんじゅうを作る

対 成人 申 6月1日(水)

料 400円程度



田結公民館 ☎49-1111

▶初夏を飾るフラワーアレンジメント

日 6月21日(火)13時～15時

場 田結公民館 内 初夏の

花を使ったフラワーアレンジメントを学びます

対 女性 定 20人 申 6月13日(月)

料 2,000円 持 花ばさみ



高来公民館 ☎32-2111

▶エコクラフト教室

日 6月22日(水)・29日(水)、7月6日(水)・

13日(水) (全4回) 9時30分～12時30分

場 高来会館 内 荷造りひもで作るマ

イバッグ 対 女性 定 15人

申 6月10日(金) 料 1,500円

高来西公民館 ☎32-3126

▶親子リトミック教室

日 6月15日(水)10時～11時30分

場 高来西ゆめ会館

内 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 6月9日(木)

小長井公民館 ☎34-2201

▶シルバー大学

日 6月7日(火)10時～11時30分

場 小長井文化ホール 内 開講式、講

演「健康づくりはいつやるの」

対 高齢者(65歳以上)

▶おはなし会

日 6月11日(土)14時～14時30分

場 小長井文化ホール図書室

内 絵本の読み聞かせ

対 幼児・小学生

▶科学工作教室(土曜クラブ)

日 6月18日(土)9時～12時(8月を除く12月まで毎月第3土曜日開催)

場 小長井文化ホール 内 地域にある

素材を活用した「身近な科学」に触れる物づくり。スーパー竹とんぼ、

スーパー水鉄砲など 対 小学4年生～6年生 定 10人 申 6月2日(木)

※保険料・材料代負担有

▶手作りおもちゃ(託児付)

日 7月8日(金)10時～12時

場 小長井文化ホール 内 子どもと一

緒に遊べる簡単なおもちゃを作ります

対 乳幼児とその保護者

申 6月28日(火) 料 1組100円



▶「ゆったり健康体操」

軽運動で身体のメンテナンスを

日 6月7日(火)、7月5日(火)、8月2

日(火) (全3回) 13時30～15時30分

場 多良見多目的研修館

内 軽微な健康体操で運動不足の解消を!

対 女性 定 30人程度 申 6月3日(金)

▶「旅人よ」

いろんな旅の楽しみ方をあなたに

日 ①6月21日(火)②7月26日(火)③8月

23日(火)④9月20日(火) (全4回) 10時

～12時 場 多良見多目的研修館

内 ①島の魅力が満喫

できる旅②のんびり

行こう!各駅停車の

旅③おすすめ!安・

近・短の旅④隣県佐

賀の見どころ

対 成人 定 30人程度 申 6月14日(火)



森山公民館 ☎36-1116

▶豚の角煮まんじゅう

日 6月17日(金)13時30分～16時30分

場 森山公民館

内 長崎の味を家庭で作ってみませんか

対 成人 定 16人

申 6月8日(水) 料 600円程度

持 エプロン・三角巾・筆記用具

▶踊る脳トレ

日 6月20日(月)・27日(月) (全2回)

13時30分～15時30分

場 森山公民館

内 8人1組で軽く

ステップ、音楽に

のって頭脳も体操、

楽しく汗をかきま

しょう!

対 成人 定 24人 申 6月10日(金)

※軽い運動ができる服装・靴で



飯盛公民館 ☎48-0049

▶健康アップクッキング講座

日 6月9日(木)・16日(木) (全2回)

10時～12時

場 飯盛ふれあい会館

内 旬の野菜を使い、

バランスのよいヘル

シーな家庭料理を作

ります

対 成人 定 20人

申 6月3日(金)

※材料代負担有



▶原田博二先生の

おもしろ歴史ゼミナール

日 ①6月17日(金)②7月1日(金)③7月

15日(金)④7月22日(金) (全4回)

10時～12時 場 たらみ会館

内 その歴史は長崎から始まった!①

長崎くんち②長崎街道③貿易と工芸

品④文人墨客 対 成人 定 30人

申 6月9日(木) 料 4回で1,200円

▶おいしいものつくろう!

子どもクッキング

日 6月18日(土)10時～13時

場 たらみ会館

内 三色丼とりんごのコン

ポートを作ります

対 小学3年生～6年生 定 16人

申 6月9日(木) 料 700円



▶第1回明生大学

日 6月23日(木)10時～11時30分(平成

29年1月まで毎月1回おおむね最終

木曜日に開催。12月は休み)

場 たらみ会館 内 小さな旅をしてみ

ませんか 対 成人

▶おもしろ科学クラブ

日 6月25日(土)9時30分～11時

場 たらみ会館

内 お友達をビックリさせよう!楽し

いゆかいな科学手品がいっぱいです

対 小学生 定 15人 申 6月14日(火)

▶温故知新!古典に親しむ

日 ①6月25日(土)②7月23日(土)③8月

27日(土) (全3回) 10時～12時

場 たらみ会館

内 分かりやすく楽しく解説してくれ

ます。①漢文②③歌物語 対 成人

定 15人 申 6月14日(火)

▶お母さんといっしょに

日 6月30日(木)10時～12時

場 たらみ会館 内 親子で楽しく遊ぶ

ヒントを教えてください

対 1歳半以上の未就学児と母親

定 15組 申 6月21日(火)

伊木力公民館 ☎44-1002

▶「タブレットの使い方(初級)」

いちから始めるタブレット

日 6月7日(火)

①10時～12時②13時30分～15時30分

場 多良見多目的研修館

内 タブレットってどんなもの?

対 成人 定 各回15人

申 5月31日(火)12時



がんばれ！山口美咲選手

4月18日、リオ五輪競泳女子400mリレーに出場が決定した山口美咲選手（真城中学校出身）が市役所を訪れました。山口選手は応援してくれている地元の皆さんへ感謝の気持ちを述べるとともに熊本地震についても触れ、「オリンピックで子どもたちや被災地の皆さんに少しでも元気を与えることができれば」と話しました。



多良岳の安全を祈願

5月1日、轟峡楊柳の滝前で「平成28年度多良岳・轟峡山開き」が行われました。宮本市長をはじめ、多くの関係者が出席する中、金泉寺住職により祈願祭が行われ、轟太鼓の皆さんが力強い演奏を披露。観光客の安全を祈願しました。（市民記者 木下）



大歓声！タコたち大空を彩る

4月29日、タコ揚げ大会「あぐらDAY」が、山茶花高原ピクニックパークで開催。絶好のタコ揚げ日和に恵まれたこの日、市内外からたくさんの方が訪れ、にぎわいました。山茶花高原25周年を記念して行われたバルーンリリースでは、熊本地震被災地への応援メッセージなど、皆さんの思いが込められた色鮮やかな風船が大空へ舞い上がりました。（市民記者 田崎）



貞恵翁の遺徳をしのぶ

5月9日、森山東小学校で「第150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」の徳業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西小学校5年生による発表などが行われました。



右を見て 左を見て

4月13日、高来町総合運動公園グラウンドで、「交通安全啓発グラウンドゴルフ大会」が開催されました。この大会の特長は、コースに横断歩道があるということ。参加者たちはきちんと左右確認を行うなど、交通ルールを学びながら、グラウンドゴルフを楽しんでいました。



全国に届ける母への愛 フロム諫早

5月6日、JAながさき県央カーネーション部会の皆さんが母の日を前に宮本市長へカーネーションを贈呈。この日は、ピンク色の新しい品種「だいすき」も紹介されました。「新しい品種づくりにも取り組んでおられ、今後ますます飛躍してほしい」と宮本市長は可憐なカーネーションを受け取り、笑顔を見せていました。



大行列にビックリ！諫早のウマかもんが大集結

4月24日、市役所前中央交流広場では「諫早グルメフェスティバル」が開催されました。第3回目となる今年は、過去最多の39店舗が出店。地元の食材にこだわった「諫早のウマかもん」が大集結しました。会場では、サッカー大会や、ステージイベントをはじめ、熊本地震被災地への募金活動も行われました。投票の結果、「六白バーガー・揚げちやいました」がグランプリを獲得し、黒豚通り六白が2連覇を達成しました。大行列や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。みんなの「うまかぁ〜！」の笑顔であふれた1日となりました。

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！



県勢個人で過去最高の準優勝！

4月7日、「第27回都道府県対抗全日本中学生ソフトテニス大会」で準優勝した福田千尋さん（諫早中学校2年）が報告のため市役所を訪れました。福田さんの「今回の成績に満足せず、もっと頑張ります」の言葉に、宮本市長は「ぜひ日本一になってください」とエールを送りました。



美しいつじに包まれて

4月16日～24日まで、諫早公園一帯で、「諫早つつじ祭り」が開催。前半はお天気に恵まれたこともあり、たくさんの方が美しいつじを楽しみました。祭り最終日は、ウォークラリーやよさこい踊り、弓道大会などのイベントでにぎわい、祭りが終わりに近づくと、会場の皆さんは春の終わりを惜しんでいました。（市民記者 江藤）

健康も 楽しい食事も いい歯から

6月4日～10日は「歯の衛生週間」です

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。歯の衛生週間に合わせて、歯や口の状況を知るために歯科医院で検診を受けてみませんか。

長崎県は、「歯なまるスマイルプラン」を策定し、生涯を通じて健康な生活を送るための取り組みを推進しています。



※詳しくは、県央保健所のホームページをご覧ください。



■問い合わせ先／県央保健所健康対策班 ☎26-3306

精神保健に関する相談窓口

心の健康、児童生徒の問題行動、ひきこもりなど、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。

■日程（6月）

とき	時間	ところ
1日(水)	14時～16時30分	県央保健所
14日(火)		
16日(木)	15時30分～17時30分 (思春期相談)	
17日(金)	14時～16時30分	
27日(月)		

■問い合わせ先

県央保健所地域保健課保健福祉班 ☎26-3306

集団健診のご案内

■とき／6月12日(日)、14日(火) 受付時間：8時30分～11時 ■ところ／高来会館

健診の種類	対象者 (平成29年3月31日時点年齢)	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	・身体計測 ・血圧 ・血液検査 ・尿検査など	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	
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	200円	

※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。

節目検診のご案内

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下記の健診を実施しています。

健診の種類	受診対象者 (平成29年3月31日時点年齢)	検査内容	受診者 負担金
骨粗しょう症検診	40, 45, 50, 55, 60, 65, 70歳の女性市民	骨量測定	400円
成人歯科検診	40, 50, 60, 70歳の市民	歯周組織検査	400円
眼科健康診査	40, 50, 60歳の市民	眼底・眼圧検査	600円

平成29年3月31日まで
受けられるよ!!



○各種健診の実施医療機関については、市役所・各支所・各出張所などの窓口を設置している「検診のお知らせ」をご覧ください。

○保険証と健康手帳をご持参ください。健康手帳をお持ちでない人は医療機関で発行します。

※次に該当する人は、受診者負担が免除されますので、受診時に証明書を提示してください。

・市民税非課税世帯員…世帯主の市民税非課税証明書

・生活保護世帯員…保護金品支給証明書

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700

健康いさはや21応援隊
マスコットキャラクター e-サラオくん

6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／19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)

6日(月)	森山保健センター	南部
7日(火)	多良見体育センター	西部
14日(火)	健康福祉センター	北部
21日(火)	健康福祉センター	中央
24日(金)	飯盛ふれあい会館	西部
28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
27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／15日(水) 10時～12時
- ところ／高来公民館
- 問い合わせ先／市こども支援課

介護相談

- とき／9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…大人の肥満
- 火…外反母趾
- 水…子どもの発熱と熱冷まし
- 木…脱毛(抜け毛)の治療
- 金…骨粗鬆症治療中の歯科受診
- 土・日…男と女の産み分け方



※祝日・休日は前日のテープが流れます。
■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

4日(出)	9時～11時30分	健康福祉センター
11日(出)		長田みのり会館
18日(出)		飯盛支所
25日(出)		高来支所

【ニュースポーツ教室】 ※雨天中止

(ベタンク)		
27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	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 ※3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

【のんこの体操】(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
6日(月)・20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、6月8日(水)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諫早市長期〇〇ビジョン
 - Q②小・中学生の医療費助成が始まるのはいつから？
 - Q③食中毒予防のポイント。〇〇℃で1分間以上の加熱が目安
 - Q④6月19日(日)に開催。池下〇〇〇〇大会
 - Q⑤特定健康診査の受診者負担金はいくら？
- ※前号の答え ①5月8日 ②いびていとう
③137,816人 ④3 ⑤かんたん

※応募総数55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。



認定こども園 小栗幼稚園



[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/105人
住所
小川町443
(☎23-5182)

昭和52年4月に開園。2つある園舎の間に山があり、園児たちは、豊かな自然の中でのびのびと過ごしています。お習字教室や絵画教室などさまざまなことにチャレンジしている子どもたち。毎日取り組んでいるマラソンでは、四季の移り変わりを感じながら園周辺を元気いっぱい駆けぬけています。

体育（身体を鍛える）、徳育（感謝の誠を育てる）、知育（考える力を育てる）を柱とし、子どもたちの「生きる力」を育てています。

食改さんの **かんたんレシピ**

豚肉と野菜の重ね蒸し

諫早支部 真津山地区が考えたレシピです



【材料】 1人分

1人分：264kcal

豚肉（しゃぶしゃぶ用）……70g	ニンジン……………40g
軽く塩・コショウを振っておく	トマト……………50g
キャベツ……………150g	キュウリ……………50g
モヤシ……………100g	金時草……………3g（4～5枚）
パプリカ（赤・黄）…各40g	パセリ……………3g
アスパラガス……………40g	お好みのドレッシング…適量
オクラ……………45g	

【作り方】

- ①野菜を洗い、食べやすい長さに切る（キャベツはざく切り、パプリカは太め千切りに）。
- ②ニンジン、オクラ、アスパラガスは茹でておく。
- ③フッ素樹脂加工などの焦げつかないフライパンにキャベツ・モヤシ・豚肉をのせ、またキャベツ・豚肉・モヤシをのせ、パプリカをのせ蓋をして火をつけ、中火で10分ほど蒸し焼きにする。
- ④お皿に移し、他の野菜を盛りつけ、お好みのドレッシングで召し上がれ。



みんなの「いいね！」
お待ちします。

◇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 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

