

広報

いさはや



百花繚乱

色とりどり、さまざまな種類の花が楽しめた今年のコスモス。白木峰高原を筆頭に、今年も市内各地のコスモスが咲き誇り、多くの人の目を楽しませてくれました。

| | | | |
|---------|----|-----------|----|
| 市政トピックス | 02 | フォトギャラリー | 16 |
| くらしの情報 | 04 | 健康&子育て情報 | 18 |
| イベント情報 | 12 | 長田くみあい保育所 | 20 |
| 公民館講座情報 | 14 | かんたんレシピ | 20 |

美術・歴史館で 展示発表をしませんか

諫早市美術・歴史館の展示室を、市民の皆さんの芸術、文化に関する展示発表などに使用することができます。ご利用いただける展示室は、ホールや企画展示室、研修室など8部屋です。中でも本格的な企画展示室は、大規模な団体展から、小さなグループ展や個展まで対応できます。活動成果を発表する展示の場として、ぜひご利用ください。



和室研修室
離れの研修室。落ち着いた和の空間で、茶道などに利用可能。
■面積 / 31㎡



ホール
約160人収容。講演会や可動間仕切りを使った展覧会が可能。
■面積 / 170㎡
■天井高 / 3.7m



企画展示室 (1) ~ (3)
本格的な展示室。可動式展示パネルにより、展示内容に合わせたレイアウトが可能。
■面積 / (1) 125㎡ (2) 86㎡ (3) 93㎡
■天井高 / 3.7m



研修室 (1) ~ (3)
講演会や研修などに利用可能。また、展示室としても利用できます。
■面積 / (1) 53㎡ (2) 52㎡ (3) 70㎡
■天井高 / 3.0m

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|--|------------------------|--------|--|--------|------|--|--------|------|------------------------|--------|------|--------|------|-----------|------|--|--------|------|--|--------|------|--|--|
| 利用条件 | 絵画、書、写真、彫刻、木工、陶芸、工芸、服飾作品など、作品ジャンルは自由ですが、いくつかの条件、注意事項がありますので、お問い合わせください。(営利、営業目的での使用はできません。) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 利用時間 | 10時～19時(1日9時間) 休館日：毎週火曜日、年末・年始 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 使用料 | <table border="0"> <tr> <td>ホール</td> <td>1,020円</td> <td></td> </tr> <tr> <td>研修室 和室</td> <td>300円</td> <td></td> </tr> <tr> <td>// (1)</td> <td>200円</td> <td rowspan="3">※使用料は、1時間 当たりの単価です。</td> </tr> <tr> <td>// (2)</td> <td>200円</td> </tr> <tr> <td>// (3)</td> <td>300円</td> </tr> <tr> <td>企画展示室 (1)</td> <td>510円</td> <td></td> </tr> <tr> <td>// (2)</td> <td>300円</td> <td></td> </tr> <tr> <td>// (3)</td> <td>300円</td> <td></td> </tr> </table> | ホール | 1,020円 | | 研修室 和室 | 300円 | | // (1) | 200円 | ※使用料は、1時間 当たりの単価です。 | // (2) | 200円 | // (3) | 300円 | 企画展示室 (1) | 510円 | | // (2) | 300円 | | // (3) | 300円 | | |
| ホール | 1,020円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 研修室 和室 | 300円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| // (1) | 200円 | ※使用料は、1時間 当たりの単価です。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| // (2) | 200円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| // (3) | 300円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 企画展示室 (1) | 510円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| // (2) | 300円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| // (3) | 300円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 使用料の減免 | 市民は3割減免、市内の文化協会に加盟する文化団体は5割減免などがあります。詳しくはお問い合わせください。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

<展示室利用の流れ>

- 1) 予約申込：空き状況と利用条件を確認のうえ、申請書を提出してください。
専用許可申請書、使用料減免申請書(対象の方のみ)
- 2) 打ち合わせ：企画実施の事前打ち合わせを行います。
- 3) 使用料支払：納付書を送付します。所定の場所でお支払いください。
- 4) 催物の開催：打ち合わせの内容に従って実施(設営→開催→撤収)

建物概要

- 住所 / 東小路町 2-33
- 敷地面積 / 3,747.00㎡
- 延床面積 / 3,292.26㎡
- 構造 / 鉄骨造3階建
- 駐車場 / 30台

■問い合わせ先

諫早市美術・歴史館
☎24-6611
E-mail: bireki@city.isahaya.nagasaki.jp

新入学の準備を不安なく ～就学援助制度をご存じですか～

経済的な理由によりお子さんに義務教育を受けさせることにお困りで、教育委員会が援助を必要と認めた場合に、学用品や学校給食費などの費用の一部を援助しています。

援助を受けられる費用のうち、平成30年から入学に必要な「新入学用品費」を入学前に支給します。入学前支給を希望される人は、次の期間中に申請してください。

■対象者

平成30年4月に小学校・中学校へ入学予定の児童生徒の保護者

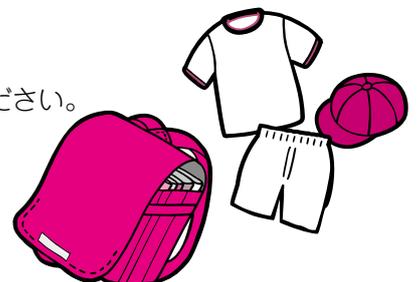
※平成30年3月末日までに市外転出などの可能性がある人は申請をしないでください。

■受付期間 / 12月1日(金)～20日(水) (土・日を除く) 9時～17時15分

■受付場所 / 市役所本館7階 学校教育課

■支給時期 / 平成30年3月中旬ごろ

■問い合わせ先 / 市教委学校教育課



住宅にかかる税の減額制度

これまで住宅用地として利用していない土地を平成29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30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税額が軽減されます。

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（認定長期優良住宅は5年間）、3階建て以上の中高層耐火住宅は5年間（認定長期優良住宅は7年間）固定資産税が減額されます。申告については、「新築住宅及び住宅用地にかかる申告書」を市資産税課に提出してください。

（市資産税課）

| | 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㎡以下の居住部分 (120㎡を超える場合は120㎡まで) | 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。

未登記家屋の新增築・解体は届出を

平成29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）を所有する人や解体した人、また、家屋の新增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）。

※家屋を新增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、法務局への登記の申請が必要です。

※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。
 （市資産税課）

空き家を探しています

空き家バンクに登録する物件を募集しています。

空き家バンクに登録された物件は、ホームページに掲載し、全国に情報提供を行います。住まないけどまだ住める家、誰かに使ってもらいたい家などありましたら、ご連絡ください。

詳しい内容は、ホームページ（「諫早市 空き家バンク」で検索）でもご覧いただけます。

多くの方のご連絡をお待ちしています。

（市地域づくり推進課）

子育て、応援します！～病児保育のおしらせ～

お子さんが病気の時仕事都合などでどうしても看病できない場合、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。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ので、実施施設へおたずねください。

（市こども支援課）

■利用対象者／おおむね生後4カ月から小学生までの児童

■利用料金／2,500円（昼食・おやつ代込み／1日あたり）生活保護世帯、市民税非課税世帯は無料

■利用方法／実施施設で登録してください（利用当日でも登録可）。市こども支援課でも登録できます。

■持参品／健康保険証、福祉医療受給者証、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

■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 |
| びっきーハウス（☎ 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 |



お知らせ

平成29年10月1日現在
() 内前年同月比
人口：136,430人 (-907)
男：64,378人 (-437)
女：72,052人 (-470)
世帯数：52,542 (+305)

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25日(月)が納期限です。納付は、市役所、各支所や金融機関のほか、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。

- 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29年中に納付した国民年金保険料の納付額証明となる控除証明書を、11月上旬に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

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28年8月1日から平成29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

■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のような場合などは、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



補聴器ご相談会

12/5(火)~12/15(金)

※12/10(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

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
- ・喪中における欠礼状など

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

住宅ローン控除説明会を開催します



住宅ローンを利用してマイホームを取得（増改築など）し、平成29年中に入居した人を対象に、確定申告（住宅ローン控除）の説明会を開催します。

住宅ローン控除の概要や確定申告の手続き、添付していただく書類などについて、申告の前に説明します。ぜひご参加ください。

なお、税務署から事前に案内資料などを送付しますので、参加を希望する人は、電話予約をお願いします。

とき

平成30年1月18日(木)・19日(金)

(両日とも同じ内容の説明会)

ところ

諫早税務署 別館会議室

申込期限 / 12月15日(金)

※申し込み多数で、ご希望に添えない場合があります。あらかじめご了承ください。

申込・問い合わせ先

諫早税務署 個人課税第一部門
22・1371

子育て講演会

諫早市子育て支援センター連絡協議会が主催する子育て講演会です。託児はありませんが、子どもが遊べるコーナーを用意しています。お気軽にご参加ください。

■とき / 12月6日(水) 10時～11時

■ところ / 小野ふれあい会館

■対象 / 乳幼児の保護者および子育てに関心がある人

■内容 / 山本博美さん（長崎県メディア安全指導員）による食育に関する講演



■参加費 / 無料

■申込・問い合わせ先

ほっとルーム(金華こども園)

☎32-2182

30・10運動に取り組もう!!

現在、日本国内では、年間約2,775万トンの食品廃棄物などが出ており、このうち、まだ食べられるのに捨てられている食品ロスは、年間621万トンと推計されています。この大きな原因は、**飲食店や家庭での食べ残し**です。食品ロスを削減することで、ごみの減量化と廃棄物の処理コストの削減につながるだけでなく、CO2削減による環境負荷の軽減にもつながっていきます。



これらの状況を踏まえ、会食・宴会時に「30・10運動」に取り組んでいきましょう。

30・10 (サンマル・イチマル) 運動

会食や宴会などで、乾杯後の30分間とお開き前の10分間は、**自席で料理を楽しむことにより、食べ残しを減らす運動**

※ちなみに年間621万トンの食品ロスは、1人1日茶わん1杯のごはんに相当します。

料理の作り過ぎで捨てているものはないですか？「もったいない」を取り戻しましょう！



■問い合わせ先 / 市環境政策課または各支所地域総務課

安心と納得の医療をご提供していきます。



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ご利用できます。



☎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!

平成29年度 長崎県看護協会県央支部研修会

乳がんの治療および検査、早期発見・早期治療の大切さについて分かりやすくお伝えします。入場無料。事前申込は必要ありません。

たくさんのご来場をお待ちしています。

■とき

12月16日(出) 13時～16時(受付12時30分～)

■ところ／ながさき看護センター 4階大会議室

■内容

- 長崎県島原病院 前院長 松尾繁年さん
「乳がんの診断と治療～遺伝性乳がん^{にんようせい}と妊孕性を含めて～」
- 日赤長崎原爆病院 乳がん看護認定看護師 前田裕子さん
「乳がんについて知ってほしいこと」

■問い合わせ先

長崎県看護協会県央支部事務局 ☎49-8067

野生のサルに 注意してください

住宅地においても、サルが目撃されています。むやみに近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次のことに注意し、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。
- ・赤ん坊や子どもを抱いているサルには、決して近寄らない。
- ・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(背中をサルに向けて)して遠ざかる。
- ・イサは絶対に与えない。また、イサとなる生きみなどを屋外に放置しない(イサを与えたり、話しかけたりすること、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)。
- ・目撃した場合は、室内に侵入されないように窓や扉の戸締りをする。

問い合わせ先／市環境政策課
または各支所地域総務課

イノシシ被害防止対策の 希望調査を行っています

平成30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。

■受付期限

平成30年1月5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

※期限を過ぎた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



イノシシに出会ったときには

市街地でのイノシシによる人身被害が県内で発生しています。イノシシを目撃、または出会ったときは、なるべく刺激を与えないようにして安全確保に努めましょう。

イノシシに出会ったら…

【焦らずに落ち着いて行動し、安全を確保しましょう】

- ・イノシシを追い払う行為はしない(他者や自動車の事故につながる)。
- ・イノシシがこちらに気付いていない、イノシシとの距離が十分ある場合には、その場を静かに立ち去る。
- ・イノシシが威嚇している(背中や逆立っている、クチャクチャ・カチカチと口から音を出しているなど)、イノシシとの距離が十分ない場合には、ゆっくりと後ずさりして離れる(背中を向けて走り出す、大声を上げるなどの行為は避ける)。
- ・木の陰に身を隠す、石の上に乗るなどして、イノシシの直撃に備える。

※イノシシは逃げ出した場合でも、遠くには行かずに近くのやぶにとどまっている可能性があります。イノシシがいた場所では、たとえ姿が見えなくなっても、一度その場を離れて安全を確認することが重要です。動き回るイノシシの捕獲・止め刺しを行うことは技術的に不可能です。

■問い合わせ先

市有害鳥獣対策室

市有害鳥獣対策室

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 |
| 宅配クック123 | | | 謙早店 謙早市東小路町10-28 年中無休 |

ノロウイルスによる食中毒 ～冬は特にご注意!～

食中毒は夏だけではありません。

ウイルスによる食中毒が冬に多発しています。

- 食品は十分に加熱調理して食べるようにしましょう。
ノロウイルスは、85℃で1分以上加熱することによって感染力が失われます。
- 調理器具は常に清潔に保ちましょう。
まな板や包丁などは洗剤でよく洗った後、塩素消毒液に浸して消毒し、その後塩素消毒液を水洗いするよう
にしましょう。
- 感染者が使用したものや触れたものは消毒しましょう。
食器、下着、トイレのレバー・ふた、ドアノブなども塩素消毒液で消毒し、金属部分は10分後に水拭きしましょう。

【塩素消毒液の作り方】

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて「塩素消毒液」を作ります。家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます。

| 使用するもの・場所 | 原液濃度（希釈） |
|---|-----------|
| おう吐物や排せつ物が直接ついた衣類など (0.1%次亜塩素酸ナトリウム) | 1% (10倍) |
| | 5% (50倍) |
| | 6% (60倍) |
| 調理器具、床、トイレのドアノブ、便座など (0.02%次亜塩素酸ナトリウム) | 1% (50倍) |
| | 5% (250倍) |
| | 6% (300倍) |

- ・製品ごとに濃度が異なるので表示を
しっかり確認しましょう。
- ・次亜塩素酸ナトリウムは使用期限内の
ものを使用してください。
- ・おう吐物などの酸性のものに直接原液をかけると、有毒ガスが発生することがありますので、必ず「使用上の注意」をよく確認してから使用してください。
- ・消毒液を保管しなければならない場合は、消毒液の入った容器は誤って飲むことがないように、消毒液であることをはっきりと明記して保管しましょう。



■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700

2017いさは屋特産品お歳暮フェア

諫早の44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(日)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、手延べうどん）
 - ・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。
- 送料／県内300円、九州～関東500円、沖縄・東北・北海道800円（クール便別途200円）
- 駐車場／市役所前駐車場（広場側） ※12月9日(土)・10日(日)を除く高城駐車場（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。約250種類、6,500点の商品を用意しています。ぜひお越しください。

- とき
12月13日(水)～15日(金) 10時～17時30分
※15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

弁護士による

交通事故 無料 法律相談会

例えば…

- 慰謝料の金額が妥当か知りたい
- 後遺障害が残りそうで不安 など

日時

12/18月 1/25木

要予約 10:00～16:00

交通事故でお困りの方は、お気軽にご相談ください。

赤坂門法律事務所 弁護士：瓜生 修一

福岡県弁護士会 [40518] ▶福岡市中央区舞鶴2丁目2番11号富士ビル赤坂6階 ▶営業時間……………平日9:30～17:30

TEL: 092-717-8200

第12回小長井さざんか駅伝大会

■とき

12月23日(土) 9時～

※小雨決行

■ところ

山茶花高原 周回コース



■参加資格／市内外の小学4年生以上の男女

■クラス／小学生の部、中学生の部、一般の部（高校生以上） ※各部男女混合可

■区間／5区間

■参加費／小・中学生1チーム1,000円、一般1チーム2,000円（傷害保険料含む）

■申込方法／小長井支所に備え付けの申込書に記入の上、直接持参または郵送で申し込み

■申込期限／12月1日(金)

■申込・問い合わせ先

小長井支所地域総務課

〒859-0165 小長井町小川原浦500 ☎34-2111

第13回森山地域一周駅伝競走大会

■とき／平成30年1月7日(日) 8時30分～

※雨天決行

■ところ

森山支所

(スタート・ゴール)



■参加資格

市内外の中学生以上の男女

■クラス／中学生の部、高校・一般の部

※選手6人・補欠2人。男女混合可

■区間／6区間(18.5km)

■参加費／無料（傷害保険は主催者で加入）

■申込方法／森山支所に備え付けの申込書に記入の上、直接持参またはファクスなどで申し込み

■申込期限

12月20日(水)必着

■申込・問い合わせ先

森山支所地域総務課 ☎36-1111 FAX36-2504

「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、松の木の保護と伝統文化の継承のため、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15日(金)～27日(水)
(土・日・祝日を除く)

■申込・問い合わせ先

市消費生活センター ☎22-3113



■問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

■問い合わせ先

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。

■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。

■特設人権相談所を開設します

12月4日～10日は「第69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。

■とき

12月7日(木) 10時～15時

■ところ

※高城会館のみ16時まで

■問い合わせ先

市民相談室 ☎22・3113

自宅や施設で
施術します。



からだの痛い・つらいでお悩みの方にはり、きゅう、マッサージをご自宅・施設でできます

出張専門!!

ご自宅や施設まで訪問します!

国家資格保有者が施術します!

健康保険証が使える場合があります。※医師の同意書が必要です。

長崎県初!! 全国160店舗展開中!!
からだ元気治療院 諫早店
無料体験受付中!! まずはお電話を

諫早市西里町1706-1 ☎0957-47-6627

ひとひと 地域で考える 女・男フォーラム in こながい

■とき／12月10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

指導助言：北諫早小学校校長 嘉村恒之さん

○講演 (15時～)

講師：落語家 笑福亭学光さん

テーマ：「笑いでコミュニケーションづくり

～女と男～

■問い合わせ先／同実施委員会 ☎34-2201



年末の交通安全県民運動

12月13日(水)～22日(金)

気のゆるみ 一杯だけが 命とり

【運動の重点】

○飲酒運転の根絶

○子供と高齢者の交通事故防止

○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】

○わき見・ぼんやり運転の防止

○「手のひら」で横断の意思表示



【主催】

諫早市・諫早市交通安全推進協議会

架空の訴訟はがきにご注意!!

このようなはがきが届いたという相談が多く寄せられています。

こんなはがきに
ご注意!!

総合消費料金に関する 訴訟最終告知のお知らせ

貴方の利用されていた契約会社、ないしは運営会社側から契約不履行による民事訴訟として、訴状が提出されましたことをご通知いたします。管理番号(わ)392裁判取り下げ最終期日を経て訴訟を開始させていただきます。尚、ご連絡なき場合、原告側の主張が全面的に受理され、執行官立ち合いの元、給料差し押さえ及び動産、不動産物の差し押さえを強制的に履行させていただきますので裁判所執行官による執行証書の交付を承諾していただくようお願い致します。

裁判取り下げなどのご相談に関しては当局職員までお問い合わせください。

取り下げ最終期日 平成29年〇月〇日

法務省管轄支局 民事訴訟管理センター
東京都千代田区霞が関3丁目1番7号
取り下げ等のお問い合わせ窓口 03-6709-〇〇〇〇
受付時間 9時～20時(日・祝日除く)

【アドバイス】

裁判所の機関から送られてきたはがきを装い、「訴訟」という言葉を使うことで消費者を不安にさせ、はがきに記載された電話番号に連絡させて個人情報を入力したり、お金をだまし取ろうという手口です。



身に覚えのない請求などに対しては、相手に連絡してはいけません。無視してください。

※裁判所が訴訟の連絡をする場合は「特別送達」という受け取りが確認できる封書で送付されます。

「おかしいな」と思ったときは、市消費生活センターに相談してください。

■問い合わせ先

市消費生活センター ☎22-3113

くらしの 無料法律相談

どんな悩みでもぜひお気軽にご相談ください

家庭問題 (離婚・親権・養育費)

交通事故

保険関係

相続関係

不動産関係 (境界線問題など)

刑事事件

借金問題

労働問題

日時 毎月1回 土曜日 午前11時～午後5時 (※開催日時は松尾法律事務所までお問い合わせください)

場所 愛野保健福祉センター 住所：長崎県雲仙市愛野町乙493-6 電話：0957-36-3236

(愛野小・Aコープ愛野店のすぐ前)

諫早駅 → 愛野駅下車 愛野保健福祉センター

諫早市内から約30分

諫早駅停留所 → 愛野保健福祉センター停留所下車

要予約

松尾家臣法律事務所

☎092-731-2051

✉f-matsuo.law.264@nifty.com

弁護士 松尾家臣

〒810-0073 福岡市中央区舞鶴3丁目1番8号 本館ビル2階

(諫早高校卒業、裁判官25年、弁護士25年)

募 集

親子ものづくり体験教室

～親子で作ろう～

今年最後の思い出～



■とき

12月24日(日) 9時～11時30分

■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

・ウッドバーニング

■対象／小・中学生と保護者

■定員／20家族

■参加費／無料

■服装／作業ができる服装

(長入ボン・運動靴)

■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21日(木)

■申込・問い合わせ先

長崎県央職業訓練協会

☎22・0036

FAX22・9397

平成30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(修業年限が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10人、女子1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)
・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

11月20日(月)～平成30年1月26日(金)

※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

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13年4月2日生～平成15年4月1日生の男子

■試験日

平成30年1月20日(土)

■試験会場

小栗ふれあい会館

■受付期限

平成30年1月9日(火)

※志願票は自衛隊諫早地域事務所配布

■申込・問い合わせ先

自衛隊諫早地域事務所

☎22・4455

講演会

～ワークライフ「アン」バランスな日本社会を考える～



■とき

12月23日(土)

13時30分～15時

(13時開場)

■ところ

市民センター講堂

■内容

○講師：詩人・社会学者 みなしたまきりゅう 水無田気流さん

○演題：「居場所」のない男、「時間」がない女

※入場無料。定員200人(全席自由)

※託児サービス有

(12月20日(水)までに申込。1歳～未就学児)

■託児申込・問い合わせ先

市人権・男女参画課 ☎24-1580

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入る

※「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「f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
東京都中央区京橋1丁目1番5号セントラルビル

原稿管理番号
REV0000224

第13回いさはや障害者福祉大会

障害のある人とない人との交流を深め、障害および障害のある人への理解を深めるために「第13回いさはや障害者福祉大会」を開催します。

■とき

12月2日(土) 13時～16時

■ところ

諫早文化会館中ホール



■内容

○オープニング

諫早市手をつなぐ育成会「ミュージックベル演奏」

○体験発表

○特別講演（講師：映画監督 宮崎信恵さん）

※入場無料

■問い合わせ先／同実行委員会事務局 ☎56-9215

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・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】

6日(水)、18日(月)、25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】

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】

14日(木)、21日(木) 10時～15時



【行政相談】

1日(金)、8日(金)、15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

22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（12月）

【認知症専門相談】

8日(金) 13時30分～15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。相談日以外でも
認知症地域支援推進員が対応します。

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／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19日(火) 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・8228・1462

【日本政策金融公庫 創業サポートデスクin諫早市】

12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

平成29年度 参加無料（資格・申込不要）

福祉・介護の 県下最大 就職合同面談会

12月9日 土 会場
13:00～16:00 (12:00～受付)

長崎県総合福祉センター
JR浦上駅より徒歩5分

上記会場で同日開催 福祉・介護職場への就職セミナー
時間／10:00～11:30 申込／下記問合せ先へお電話ください。

長崎県社会福祉協議会 福祉人材研修センター
TEL:095-846-8656
〒852-8555 長崎市茂里町3番24号 長崎県総合福祉センター



長崎福祉のお仕事

検索



第25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ために、箏・尺八の演奏会を行います。今年は、希望が丘高等特別支援学校和太鼓部の演奏もあります。

■とき／12月10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
- ・希望が丘高等特別支援学校和太鼓部の演奏

■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20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(土) 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



小長井芸術文化鑑賞事業

「美空ひばり(そっくりさん)の歌謡ショー」

美空ひばりのヒットソングとおしゃべりでつづる、楽しい憩いのひとときをご堪能ください。

■とき／12月2日(土) 13時30分～（13時開場）

■ところ／小長井文化ホール 3階ゆめホール

※入場無料

■問い合わせ先／小長井芸術文化鑑賞事業実行委員会（小長井文化協会内） ☎34-3224

高来東児童館 ☎32-5858

▶クリスマスリース作り

■とき／12月2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2日(土) 13時～

■対象／小学生（定員15人）

■参加費／100円



光のフェスティバル2017

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ます。

■イルミネーション点灯期間

12月2日(土)～25日(月) 17時～22時

※2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



諫早文化会館芸術鑑賞会主催事業

「ボーカデミア クリスマス・コンサート」

世界最高峰の合唱アカデミーから生まれたクリスマスにぴったりのボーカル・アンサンブル！

■とき／12月7日(木) 18時30分～

■ところ／諫早文化会館

■入場料

S 席：3,000円

A 席：2,500円

自由席：2,000円

（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



第6回諫早ふれあいコンサート

市民とのふれあいを大切に

今年も自衛隊音楽隊がやってくる!!

■とき

12月3日(日) 17時～（16時30分開場）

■ところ

諫早文化会館 ※入場無料

■出演者

陸上自衛隊第4音楽隊

■ゲスト

鎮西学院高等学校吹奏楽部

諫早ジュニア合唱団

■問い合わせ先

同実行委員会事務局（諫早商工会議所） ☎22-3323

自衛隊諫早地域事務所 ☎22-4455



諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶館長講座「民俗学者 宮本常一から学ぶ(第1回)」

- とき/12月9日(土) 10時30分~12時
- ところ/美術・歴史館2階 研修室
- 内容/「村の寄り合い」を読んで、地域振興と住民の意向の反映を学ぶ
- 対象/高校生以上(定員30人程度)
- ※聴講無料。事前申込不要

▶企画展「諫早の風景展」

- とき/12月23日(土)~平成30年1月21日(日) 10時~19時(最終入場は18時30分。毎週火曜日休館)
- ※観覧無料
- ところ/美術・歴史館
- 内容/諫早の風景を中心に、有明海や長崎の自然を描いた館所蔵の風景画展

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶永野陽子作品展 ~next~

- とき/12月2日(土)~24日(日) ※観覧無料。月曜休館
- 内容/水彩の平面画や造形作品など約20点の展示

▶グラスキャンドルづくり ~クリスマス~

- とき/12月3日(日) 10時30分~11時30分 
- 対象/4歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員/15人(予約優先) ■材料代/1,000円

▶指で描くパステルアート教室 ~クリスマスツリー~

- とき/12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/20人(予約優先) ■材料代/1,000円

▶ペーパーキリング体験 ~クリスマス~

- とき/12月3日(日) 11時~、11時30分~(各30分)
- 対象/4歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員/各5人(予約優先) ■材料代/500円

▶おりがみ教室 ~クリスマス~

- とき/12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)
- 定員/20人(予約優先) ■材料代/200円

▶たのしい科学教室「どっか〜ん」(爆発の科学)

- とき/12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)
- 定員/20人(要予約) ■材料代/500円
- 持ってくるもの/筆記用具

▶押し花ミニ額づくり体験 ~お正月~

- とき/12月10日(日) 13時~、14時40分~(各90分)
- 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

▶松原洋の天体写真教室 初級編

- デジタル一眼レフカメラを使って天体写真を撮ろう!
- とき/12月17日(日) 17時~20時
- 定員/15人 ※要事前申込 ■参加費/1,000円
- 持ってくるもの 一眼などマニュアルモード付カメラ・三脚・リリース

諫早図書館 ☎23-4946

▶冬のおはなし会

- いつものおはなし会の拡大版です。
- とき/12月9日(土)
- ところ/1階展示ホール
- 内容
- 【小学生向け】13時30分~14時30分 絵本の読みかたり、工作など
- 【幼児向け】14時45分~15時 絵本の読みかたり、パネルシアター、工作など
- ※申込不要



▶映画上映会

- とき/12月16日(土) 14時~
- ところ/1階展示ホール ※入場無料
- 内容/「黄金花 一秘すれば花、死すれば蝶一」(2009年 日本 79分)

たらみ図書館 ☎43-4611

▶ミニコンサート

- とき/12月2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/12月9日(土) 14時30分~
- ところ/たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 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 

▶映画上映会

- とき/12月15日(金) 15時~
- ところ/たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 内容/「サンタクロースになった少年」(2007年 フィンランド 80分)

▶おはなしのじかんスペシャル

- 人形劇団コスモスによるおはなしのじかんスペシャル
- とき/12月16日(土) 11時~12時
- ところ/たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 内容/人形劇「まねっこきつね」や手遊びなど楽しいおはなしがいっぱい!
- 対象/幼児・小学生 ■定員/200人(申込不要)

飯盛図書室 ☎48-0518

▶飯盛図書室5周年イベント

- とき/12月2日(土) 11時~11時30分
- ところ/飯盛ふれあい会館 多目的ホール ※入場無料
- 内容 キャロット劇団による人形劇「都会のねずみと田舎のねずみ」
- 対象/幼児・小学生(申込不要)



小野公民館 ☎22-0264

▶初心者でも大丈夫!

多肉植物のミニ寄せ植え

日12月15日(金) 10時~12時 場小野ふれあい会館 内育て方や増やし方のコツをプロから学び毎日の生活に彩りをプラス 対成人 定16人
申12月8日(金) 料2,000円程度
持直径10cm程度の寄せ植え容器
※汚れてもいい服装で

▶稲わらを使ったリース作り

日12月20日(水) 10時~12時
場小野ふれあい会館 内クリスマスにもお正月にも使えるリース作り 対成人 定16人 申12月13日(水)
料650円程度 持はさみ

有喜公民館 ☎28-3110

▶かんぼこ作り

日12月8日(金) 9時~12時
場有喜ふれあい会館 内有喜の郷土料理「かんぼこ」作りを学ぶ 対成人 定25人 申12月4日(月)
料1,000円程度 持エプロン・三角巾

▶魚調理講座【託児付】

日12月20日(水) 10時~12時20分
場有喜ふれあい会館 内プロの魚さばきを学びます 対女性 定20人
申12月8日(金) 持エプロン・三角巾・保存容器 ※材料代負担有

西諫早公民館 ☎26-1500

▶諫早郷土史講座

日12月11日(月) 13時30分~15時30分
場西諫早公民館
内小長井町・高来町のB29とゼロ戦について学ぶ 対成人

▶贈り物のラッピング

日12月21日(水) 13時30分~16時30分
場西諫早公民館 内本やボトルなどオシャレな包み方を学びます 対成人 定20人
申12月5日(火) 料800円程度

▶親子でクリスマスケーキのデコレーション

日12月22日(金) 14時~16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をし、作ったケーキは持って帰ります 対親子 定10組
申12月11日(月) 料1,300円程度



▶健康体操講座

日12月21日(水) 13時30分~15時30分
場中央公民館
内腰痛、肩こり解消のストレッチを楽しく学んで体を動かし、ストレス解消&気分転換を図ります 対成人

▶実用書道講座

日平成30年1月11日(水)・18日(水)・25日(水)、2月1日(水)
(全4回) 14時~16時
場中央公民館
内筆ペンを使って書道の基本を学ぶ 対成人 定20人 申12月21日(水)

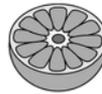


小栗公民館 ☎22-1533

▶自然素材のアロマスキンケア

~リップクリームとハンドクリーム~

日12月7日(水) 19時30分~21時
場小栗ふれあい会館
内美容と健康にオレンジとクランベリーのパターを使った手作りのクリームで保湿ケア 対女性 定20人



申12月4日(月) 料リップクリーム：600円、ハンドクリーム：700円
持エプロン・筆記用具

▶フレグランスキャンドル作り【託児付】
~アロマの香りに癒やされて~

日12月13日(水) 10時~12時
場小栗ふれあい会館
内ハーブの香りとキャンドルの光でリラックス。色と香りが選べます 対女性 定20人 申12月8日(金)
料600円 持エプロン・筆記用具・口径6cm以上の瓶

▶季節の寄せ植え~生活に潤いを~

日12月14日(木) 13時30分~15時30分
場小栗ふれあい会館
内鉢植えに季節の植物をアレンジ 対成人 定30人
申12月6日(水) 料1,500円
持筆記用具・軍手・タオル・移植ごて



▶冬休み親子料理教室

~かんたんパーティーメニュー~

日12月23日(土) 10時~12時30分
場小栗ふれあい会館
内「きらきらカップ寿司」と「スイーツ」作り。お孫さんとの参加もOK! 対親子 定12組
申12月18日(月) 料500円
持エプロン・三角巾・タオル

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12月13日(水) 10時~15時30分
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、おもちゃの使い方を指導します
※部品代は実費負担

▶楽しい川柳講座

日12月19日(火)・26日(火)、平成30年1月9日(火)・16日(火) (全4回)
14時~16時 場中央公民館
内日本独自で庶民の文学といわれる川柳の基本を学び楽しく表現します 対成人 定20人 申12月11日(月)

▶ワンプレート講座【託児付】
~クリスマスバージョン~

日12月20日(水) 10時~12時30分
場中央公民館
内おいしい料理をオシャレなワンプレートに盛り付け楽しく作ります 対成人 定20人 申12月11日(月)
料600円

▶お魚料理講座

日12月21日(水) 10時~12時30分
場中央公民館
内朝とれたばかりの魚を使ってさばき方をわかりやすく学びます 対成人 定20人
申12月11日(月) 料300円



高来西公民館 ☎32-3126

▶消しゴムはんこ作り教室

日12月6日(水) 10時~12時
場高来西ゆめ会館 内年賀状用やお気に入りのワンポイントが入ったはんこを作ります 対成人 定10人
申12月1日(金) 料600円

▶親子リトミック教室

日12月13日(水) 10時~11時30分
場高来西ゆめ会館 内音やリズムの変化を感じて楽しく遊びながら子どもの魅力を引き出します 対幼児とその保護者 定20組 申12月7日(休)

▶親子ミニ門松作り

日12月23日(土) 13時30分~15時
場高来ふれあい会館
内親子でオリジナルミニ門松作り 対小学生とその保護者 定10組
申12月14日(木) 料200円

小長井公民館 ☎34-2201

▶筆ペン講座

日12月4日(月) 10時~12時
場小長井文化ホール
内ペン習字の基本を学ぶ 対成人 定15人 申11月30日(休) 料600円

▶シルバー大学

日12月5日(火) 10時~11時30分
場小長井文化ホール
内筑紫歌富美会のお箏演奏・閉講式 対成人・シルバー大学参加者

▶おはなし会

日12月9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

▶楽しく学ぶ!話し方・声の出し方講座

日12月12日(火) 10時~12時
場小長井文化ホール 内元ニュースキャスターによる話し方講座実技編 対成人 定30人 申12月4日(月)

▶本格そば打ち体験講座

日12月18日(月) 9時~13時 場小長井文化ホール 内プロに学んで年越しそばを打ってみよう 対成人 定12人 申12月11日(月) 料1,100円

▶ミニ門松作り

日12月26日(火) 9時~12時
場小長井文化ホール 内お正月飾りのミニ門松を手作りしよう! 対小学生(3年生以下は保護者同伴) 定15人 申12月19日(火) 料200円

▶かんたんクリスマスケーキづくり

日12月16日(土) 9時30分~12時
場たらみ会館
内あなただけのおいしいケーキを作ろう 対小学生 定16人 申12月7日(木) 料700円



▶はじめての将棋

日12月25日(月)・26日(火)、平成30年1月5日(金)・6日(土)(全4回)
10時~12時 場たらみ会館
内今話題の将棋にチャレンジ! 対小学3~6年生 定10人 申12月15日(金) 料300円



伊木力公民館 ☎44-1002

▶お正月小物づくり

日12月14日(木) 10時~11時30分
場大草集落センター
内正月飾りを作って新年を迎えよう! 対成人・親子 定20人 申12月8日(金) 料600円



森山公民館 ☎36-1116

▶ゆずの香りとざぼんの香り

日12月13日(水)・20日(水)(全2回)
13時30分~15時30分
場森山公民館
内ゆず茶、ざぼん漬作り 対成人 定16人 申12月4日(月) 料1,000円程度 持エプロン・タオル



飯盛公民館 ☎48-0049

▶諫早名物かんぼこ作り講座

日12月12日(火) 10時~13時
場飯盛ふれあい会館
内新鮮な魚のすり身を使って、歯ごたえのあるおいしいかんぼこを作ります。お正月の一品に! 対成人 定20人 申12月4日(月) 持エプロン・三角巾 ※材料代負担有

高来公民館 ☎32-2111

▶門松作り

日12月23日(土) 9時~12時
場高来会館
内門松を作って新年を迎えよう 対親子 定15組 申12月12日(火) 料300円



本野公民館 ☎26-0270

▶手作りしめ縄で新年を迎えよう♪

日12月24日(日) 9時30分~12時30分
場本野ふれあい会館 内ワラを結うところからしめ飾りを作ります 対親子など 定10組 申12月14日(木) 持軍手 ※材料代負担有。汚れてもいい服装で



▶ノルディックウォーキングで全身運動

日12月27日(水) 14時~16時
場本野ふれあい会館周辺
内体に負担のかかりにくい歩き方や正しい靴の選び方を学びます 対小学校高学年以上 定15人 申12月18日(月) 持運動靴・飲み物 ※保険料負担有。動きやすい服装で

長田公民館 ☎23-9024

▶初冬のウォーキングと史跡巡り

日12月6日(水) 9時~16時30分
場雲仙市
内旧小浜鉄道跡地を歩きながら周辺の史跡を巡りませんか 対成人 定30人 申12月1日(金) 料800円程度(昼食代込) 持飲み物 ※歩きやすい服装で



▶ピラティス講座

日12月19日(火)、平成30年1月12日(金)・16日(火)(全3回) 10時~12時
場長田みのり会館 内身体を基礎を整えて心と体のリフレッシュ! 対成人 定20人 申12月13日(水) 料100円程度 持ヨガマットか大型バスタオル2枚・タオル・飲み物

多良見公民館 ☎43-0049

▶おもしろ科学クラブ(第2回)

日12月9日(土) 9時30分~11時
場たらみ会館 内ゆかいでふしぎ、安心安全な科学体験 対小学生 定15人 申12月4日(月) 料100円

▶脇山順子先生の長崎の郷土料理

日12月12日(火)・19日(火)、平成30年1月24日(水)(全3回) 10時~13時
場たらみ会館 内長崎の食材を生かしたおせち料理など冬の季節料理を楽しく調理 対成人 定20人 申12月5日(火) 料3,700円(3回分)





芸術の秋、舞台を堪能！

11月3日、諫早文化会館で「第45回舞台芸術祭」が開催されました。今年は、大正琴、日舞、民謡、詩吟、バレエなど11団体の皆さんがこれまでの練習の成果を発表しました。見事な演奏・演技が披露されると会場からは大きな拍手が送られていました。



よかところ、よかこといっぱい！

10月22日、第19回目の「いいもりよかところまつり」が飯盛コミュニティ会館で開催されました。今年も町内外から大勢の人が来場され、子どもから大人まで参加できる大声絶叫大会や、めしもり早食い大会など観客の声援と一体になり「よかところよかこと」のいっぱいあった一日でした。（市民記者 坂本）



厚生労働大臣表彰を受賞

10月24日、市老人クラブ連合会の代表者が市長に厚生労働大臣表彰の受賞報告を行いました。市老人クラブ連合会のこれまでの活動が認められ「優良市区町村老人クラブ連合会」として京都で開催された第46回全国老人クラブ大会において表彰を受けられたものです。



看護の道への誓い

10月25日、長崎県央看護学校で「戴灯式」が行われました。戴灯式は、近代看護の祖と言われるナイチンゲールの愛の灯を受け継ぎ、看護の道を目指す者としての決意を新たにします。キャンドルを手にした54人は、今後、実践的な知識を身につけるための臨床実習が始まります。



実りの秋、赤米の収穫！

10月27日、小長井小学校、長里小学校の5年生の児童が古代米の一種である赤米の収穫を行いました。この赤米は、6月に児童自ら田植えしたものです。農家の皆さんから指導を受けながら、たわわに実った稲を鎌を使って一株ずつ丁寧に刈り取って収穫の喜びを感じていました。



人と人とを結ぶ海の音楽祭♪

10月8日、結の浜マリパークで「結の浜ミュージックフェスタ」が開催されました。長崎にゆかりのあるアーティスト10組によるステージイベントの他、会場では飯盛特産のニンジンで作った「美参ゼリー」のふるまいや来場者と一緒に「結の浜クリーン作戦」も同時に実施されました。



～秋晴れの下、笑顔に包まれた一日～

11月5日、森山スポーツ交流館前広場で「2017森山よらんね祭り」が開催されました。ステージでは、郷土出身歌手の歌謡ショーや郷土芸能の披露のほか、ひょっこり踊りのユーモアたっぷりの動きに会場は笑いの渦に包まれました。また、れんこんなど郷土物産品の販売、ゆとり餅の無料配布、足湯コーナーなど多彩な催しに多くの家族連れが楽しみました。恒例となった約200キロの紅白の餅まきと大抽選会の後、秋の夜空を彩る大輪の打ち上げ花火で祭りが締めくくられました。

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!



エコについて考えよう!

10月22日、いさはやエル中央商店街で、「水」と「環境」を考える市民のつどい「2017いさはやエコフェスタ」が開催されました。星の子太鼓の演奏で始まり、環境問題に取り組む市民団体、企業のブースでは多くの市民の皆さんが省エネルギー・リサイクルなど環境やエコについて学んでいました。



大きな魚すくえたよ!

10月15日、喜々津漁港で「多良見ふるさと祭り」が開催されました。あいにくの雨空でしたが、カニ汁のふるまいや、ペロン体験、魚のすくい取り、お楽しみ抽選会などさまざまなイベントが行われ、家族連れの元気な声でにぎわいを見せていました。
(市民記者 中村)

12月1日は世界エイズデー

～ UPDATE！ エイズのイメージを変えよう！～

エイズについての偏見をなくすためには、みんなが正しい情報にUPDATE(更新)して、イメージを変えていくことが大切です。

世界エイズデーにあたり、無料・匿名のエイズ検査を実施します。同時にB型肝炎、C型肝炎、梅毒の検査も受けることができますので、この機会に検査を受けてみませんか？

■とき／12月1日(金)14時～19時

■ところ／県央保健所

■検査項目／エイズ、B型肝炎、C型肝炎、梅毒

■検査結果／約1時間後に説明します

※完全予約制ですので、11月30日(休)17時までに電話予約をしてください。

■申込・問い合わせ先／県央保健所地域保健課健康対策班 ☎26-3306



精神保健福祉相談

心の健康、児童・思春期の問題行動、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。※相談無料

| とき | 時間 |
|----------------------|---------------|
| 12月7日(休) | 14時～16時30分 |
| 12月12日(火) | |
| 12月15日(金) | |
| 12月21日(休) (思春期相談) | 15時30分～17時30分 |
| 12月25日(月) | 14時30分～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

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30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 | 300円 |
| 乳がん・乳腺検診 | 30歳～39歳の女性 | 問診、乳房エコー検査 | 300円 |
| | 40歳以上の女性 | 問診、乳房エコー検査 | 300円 |
| | | 問診、マンモグラフィ(2方向) ※平成28年度にマンモグラフィを受診していない人 | 600円 |

※40歳以上の方は、乳房エコー検査かマンモグラフィのどちらかを選択して受診してください。

■実施期限／平成30年3月31日(出)

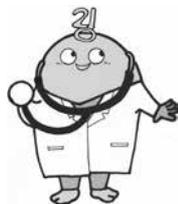
■実施場所／市内の病(医)院 ※要事前予約

※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受給者、市民税非課税世帯員は受診者負担が免除されます。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。

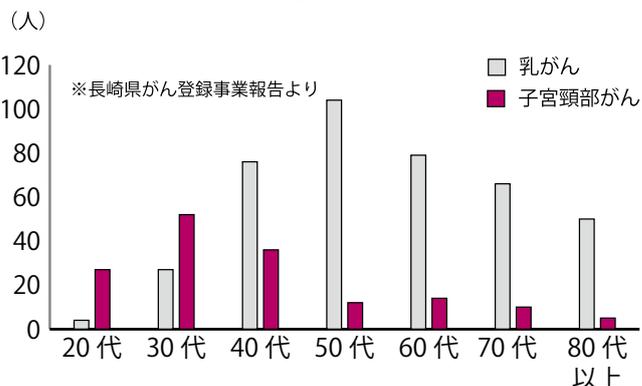
■問い合わせ先

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21年～25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やこれらの人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、マスクを活用しましょう。
- 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／17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)

| | | |
|--------|-----------|----|
| 4日(月) | 森山保健センター | 南部 |
| 5日(火) | 多良見体育センター | 西部 |
| 19日(火) | 健康福祉センター | 中央 |
| 22日(金) | 飯盛ふれあい会館 | 西部 |
| 26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。

■日程

| とき | 受付時間 | 対象 |
|--------|-----------|-----------|
| 7日(木) | 9時30分～10時 | 4～6カ月児 |
| 14日(木) | 9時30分～10時 | 7カ月～1歳未満児 |

■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／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 (携帯不可)

月…狭心症を知ろう

火…腸閉塞

水…小児の救急シリーズ①発熱

木…しもやけについて

金…親知らずは抜いた方が良いでしょうか？

土・日…前立腺肥大症～注意が必要な症状とは？

※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 | 長田いこいの広場 駐車場 |
| 9日(出) | | 飯盛支所 |
| 16日(出) | | 森山ふれあい公園 |

【ニュースポーツ教室】(バタンク) ※雨天中止

| | | |
|--------|-----------|----------|
| 11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 ※25日除く | 13時30分～15時 | 健康福祉センター |
| 毎週月曜日 | 13時30分～15時 | たらみ会館 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 ※28日除く | 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 |
| | 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

| | | |
|--------------|------------|-----------|
| 4日(月)・18日(月) | 13時30分～15時 | 本野ふれあい会館 |
| 毎週水曜日 | 13時30分～15時 | 西諫早ふれあい会館 |

※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(金)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。

Q①〇〇〇バンク登録物件募集！

Q②〇〇ウイルスによる食中毒にご注意！

Q③架空の〇〇はがきにご注意!!

Q④12月1日は世界〇〇デー

Q⑤諫早市の乳がん罹患数は〇〇代に多い

※前号の答え

①下水道 ②Q助 ③雲仙 ④13周年 ⑤鼻はじき

※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。

長田へみあい保育所



【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) FM0957-23-6031
http://www.city.isahaya.nagasaki.jp/
✉ -1r.isahaya@city.isahaya.nagasaki.jp

【DATA】

定員/60人
住所
白浜町172
(☎23-9404)

■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

昭和50年に長田小学校白浜分校の跡地利用により設立されました。約3,000㎡の広大な敷地に園舎・中庭・運動場・畑があります。

「強い子ども・明るい子ども・たくましい子ども」の3つの保育目標を掲げ、かけうちの伝承をはじめ、野菜作り、イチゴ狩り、ミカン狩りなど地域とのふれあいを大切にし、絵画・体操・水泳教室なども行っています。

秋空の下、健康や足の発育のために取り入れている「草履保育」の子どもたちが笑顔いっぱい元気に駆け回る姿がとても印象的でした。

食改さんの **かんたんレシピ**

豆腐のきのこあんかけ

有喜地区のおすすめレシピです



【材料】 2人分

1人分：183kcal

- 木綿豆腐……………1/2丁
- 片栗粉……………適量
- 揚げ油……………適量
- シメジ……………1/2袋
- シイタケ……………40g
- エノキ……………1/2袋
- ニンジン……………20g
- 小ネギ……………2本

- ① おろしショウガ……小さじ1
- ② だし汁……………100cc
- ③ しょうゆ……………小さじ2
- ④ みりん……………小さじ1
- ⑤ 片栗粉……………小さじ2
- ⑥ 水……………大さじ1
- ⑦ ごま油……………小さじ1

【作り方】

- ①豆腐は4等分に切り、水切りをする。
- ②ニンジンは細い千切り、きのこは石づきを取る。シメジは小房に分けてほぐす。シイタケは薄切りにする。エノキは3cmの長さに切る。
- ③鍋にごま油を入れ、②を炒める。しんなりしてきたら①を加えひと煮立ちさせ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ④①の豆腐に軽く片栗粉をつけ、油で揚げる。
- ⑤④の豆腐を器に盛り、上から温めた③をかけ、1cmに切った小ネギを散らす。



いさはやびより
諫早日和
Facebook

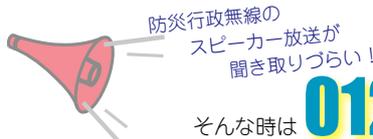
◇諫早市公式フェイスブック「諫早日和」

諫早市防災メール

防災情報を迅速にあなたへ!

下記アドレスに空メールを送信し、登録してください。

memreg@city.isahaya.nagasaki.jp



防災行政無線
フリーダイヤル

0120-419-009