



みかん狩りを楽しむ親子（伊木力みかん収穫祭にて）

京都でも
食べられて
うれしい♪



ジューシーな甘さが人気の秘密！諫早のみかん

今、諫早のみかんが大人気です！ 諫早のみかんは、諫早観光物産コンベンション協会のお歳暮フェアでも断トツの売れ行きで、東京の日本橋長崎館で行われた『いさはやWEEK』でも、アツという間に売り切れる人気ぶりでした。

夏の干ばつの影響で、みかん農家の皆さんは高所まで水の入ったタンクを運ぶなど、大変な苦労があったそうです。その甲斐あって、市内はもちろん、全国においしいみかんが届けられています。みかん農家の皆さん、全国に笑顔が広がっていますよ！

御両親の故郷・諫早からのみかんに大喜びの濱なつみちゃん（京都府在住）

【特集】市の財政状況をお知らせします
市政トピックス
くらしの情報
新春クロスワードクイズ
イベント情報

02
06
10
19
20

公民館講座情報
フォトギャラリー
健康&子育て情報
もはら保育園・かんたんレシピ

22
24
26
28

お知らせします

市の財政状況

市は、皆さんからの貴重な税金が、どのように使われているのかを知っていただくため、毎年財政状況を公表しています。今回は、平成27年度の決算の概要と平成28年度上半期（4月～9月）の予算執行状況をお知らせします。

最終年度となる第1次諫早市総合計画の基本目標に基づく事務事業を実施するとともに、平成28年度からのまちづくりの指針となる「第2次諫早市総合計画」を策定しました。

平成27年度 決算状況

一般会計決算

歳入

歳入のうち、人件費、扶助費、公債費といった「義務的経費」は、子ども・子育て支援新制度の開始に伴う施設型給付事業による扶助費の増などにより、9億2,368万円の増となりました。普通建設事業費等の「投資的経費」は、小栗小学校整備事業や地域密着型介護老人福祉施設整備事業の終了などにより、2億9,963万円の減となりました。

歳入

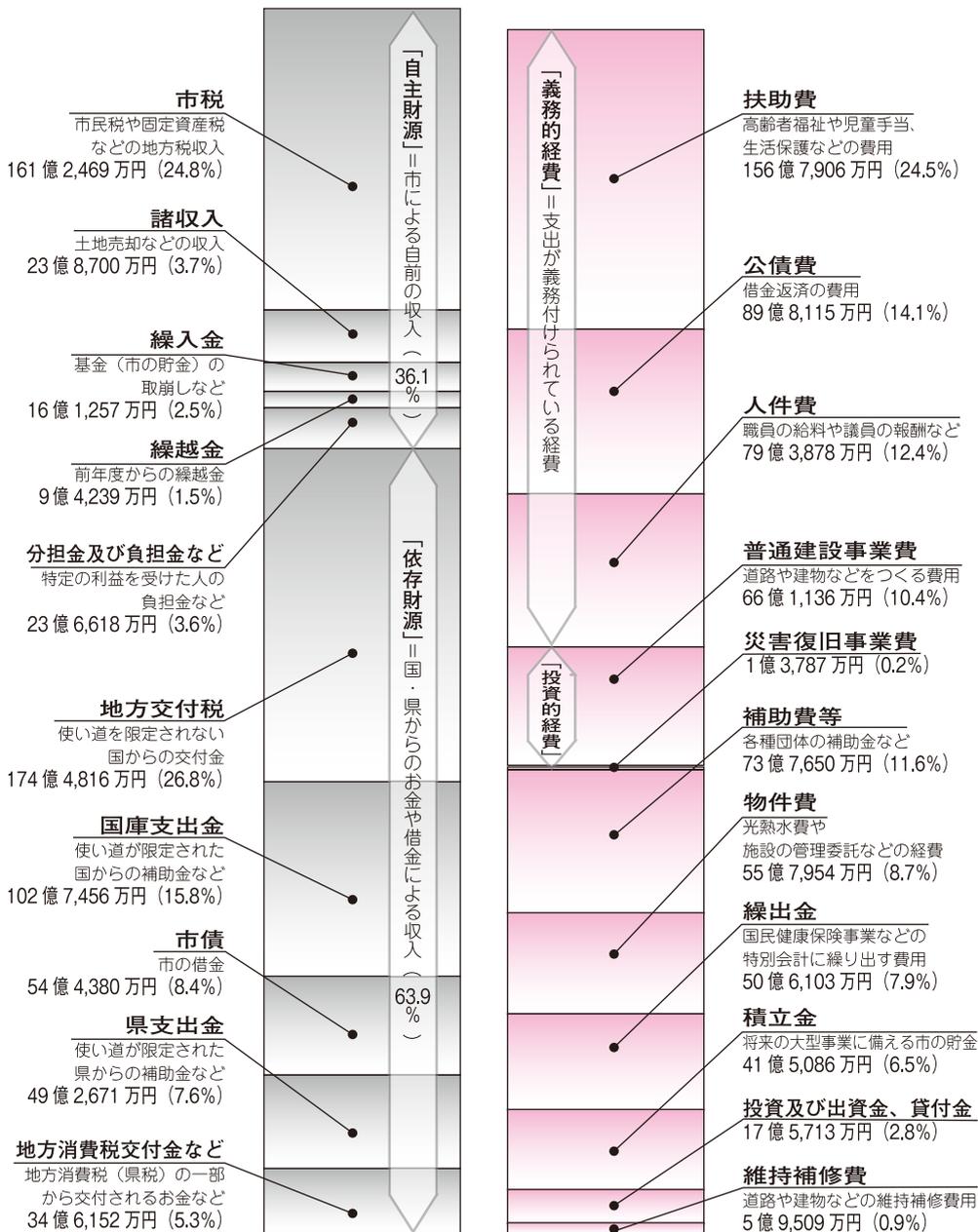
歳入のうち、市が自らの権限で収入することができる「自主財源」は、諫早駅周辺整備事業に伴うまちづくり未来基金などの繰入金金の減などにより、16億3,152万円の減となりました。

一方、国や県の基準で交付されるものや、市債など、市が自らの権限で収入することができない「依存財源」は、地方消費税交付金や市債の増などにより、16億2,336万円の増となりました。

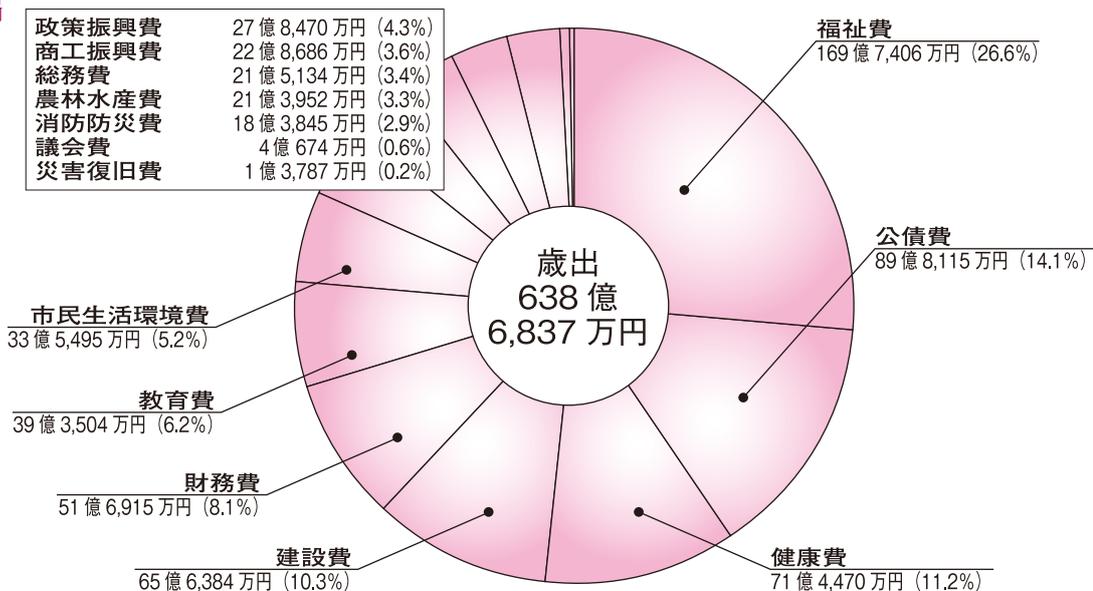
平成27年度一般会計

★実質収支（歳入歳出差引額－翌年度繰越財源）… 6億38万円の黒字

歳入 649億 8,758万円
歳出 638億 6,837万円



目的別歳出



平成27年度に行った主な事業

目的別	事業名	金額 (万円)	備考
福祉費	施設型給付事業	45億5,416万円	
	障害者自立支援給付事業	29億3,838万円	
	児童手当支給事業	22億9,736万円	など
健康費	予防接種事業	3億7,514万円	
	健康診査事業・普及啓発事業	1億8,856万円	など
建設費	市道整備事業	8億638万円	
	生活基盤整備事業	4億4,991万円	
	諫早駅周辺整備事業	2億9,231万円	など
政策振興費	諫早市サッカー場整備事業	4億4,961万円	
	(仮称)久山港スポーツ施設整備事業	1,277万円	など
教育費	市立小中学校整備事業	12億935万円	
	特別支援教育支援事業	5,014万円	など
市民生活環境費	地方バス路線維持対策事業	2億907万円	
	鉄道軌道輸送対策支援事業	5,161万円	など
農林水産費	市営西出口地区圃場整備事業	1億699万円	
	有害鳥獣被害防止緊急対策事業	1億6万円	
	諫早湾水産振興特別対策事業	7,908万円	など
農工商振興費	中小企業振興資金融資事業	15億7,900万円	
	プレミアム付商品券応援事業	2億6,492万円	など
総務費	社会保障・税番号制度システム整備事業	2億6,743万円	など

市税の内訳 市税の総額は、161億2,469万円 (対前年度 3億238万円 (1.9%) の増)

区分	歳入金額	「都市計画税」の用途状況		「入湯税」の用途状況	
		費都等市計画事業	財源内訳	事業費等	財源内訳
普通税	市民税(個人)	54億3,565万円	街路事業費 9,821万円	観光事業費 929万円	入湯税 456万円 一般財源 473万円
	市民税(法人)	12億4,782万円	公園事業費 2,481万円		
	固定資産税	70億1,345万円	市街地開発事業 2億6,968万円		
	軽自動車税	3億7,582万円	下水道事業 10億9,974万円		
	市たばこ税	10億8,976万円	地方債償還額 29億150万円		
目的税	都市計画税	9億5,763万円	地方債 8億4,727万円		
	入湯税	456万円	国・県支出金 5億2,414万円		
			負担金その他 14億841万円		
		都市計画税 9億5,763万円			
		一般財源等 6億5,649万円			

平成26年度決算との比較

区分	平成27年度決算	平成26年度決算	増減額	増減率
歳入総額	649億8,758万円	649億9,573万円	△815万円	△0.0%
歳出総額	638億6,837万円	640億5,334万円	△1億8,497万円	△0.3%
歳入歳出差引額	11億1,921万円	9億4,239万円	1億7,682万円	18.8%
翌年度へ繰り越すべき財源	5億1,883万円	2億1,274万円	-	-
実質収支額	6億38万円	7億2,965万円	-	-

基金の状況

「基金」とは、家庭における貯金にあたるもので、おおまかに「財政調整基金（年度間で予算の財源調整を行うもの）」「減債基金（借入金返済に備えるためのもの）」「その他の基金（特定の事業を実施するためのもの）」に分けられます。

平成27年度の基金残高は、250億4,997万円となっており、市民1人当たりの残高は、約17万9千円（平成28年3月31日住基人口139,731人）となっています。

市債の状況

「市債」とは、道路や公園、学校整備などの公共施設の建設を行う際にその資金として国や銀行などから借り入れ、数年をかけて返済する市の借金です。

平成27年度の市債残高は、616億1,575万円で、市民1人当たりの残高は、約44万円（平成28年3月31日住基人口139,731人）となっています。

道路や公園などの公共施設は、整備後、将来にわたって長く使用されます。これらの施設を整備するために市債という借金を活用し、返済後の年度にも分けて行うことで、施設を利用するすべての世代の人に、その費用を公平に負担していただくこととなります。

市債の残額は、近年減少傾向にあります。今後、諫早駅周辺整備事業などの大型事業が計画されているため、将来への負担が過重とならないよう、計画的な借り入れが必要で

経常収支比率

「経常収支比率」とは、人件費、扶助費、公債費といった経常的経費に、市税、普通交付税などの経常一般財源がどの程度充当されているかを表す比率です。

この比率が低いほど市が自由に使うことができる財源が多く、新たな市民ニーズ（行政需要）に対応する余力があるといえます。逆にこの比率が高いほど市が自由に使うことができる財源が少なく、財政構造が硬直化している、ということになります。

市における平成27年度の比率は、89.2%となり、前年度から0.9ポイント下降しました。

市は、引き続き財政構造の健全化に努めています。昨今の経済情勢や高齢化などにより、今後も扶助費の増加などが見込まれることから、他の経常経費の抑制などに努め、今後も同水準の比率で推移するよう財政運営を行ってまいります。

健全化判断比率

自治体の財政の健全度を判断する比率で、4つの指標のうちいずれかが早期健全化基準を超えると「財政健全化団体」となり、事業の抑制をせざるを得なくなります。また、将来負担比率を除く3指標のいずれかが財政再生基準を超えると、破綻とみなされ、「財政再生団体」となります。その場合、事実上国の管理下に入り、行政サービスが著しく低下することが見込まれます。

市の各指標は、国が定めた基準をいずれも下回っており、財政が健全に運営されていることを示しています。

健全化判断比率	諫早市	早期健全化基準	財政再建基準
実質赤字比率 一般会計等の赤字比率	赤字額なし	11.55%	20.00%
連結実質赤字比率 全ての会計の赤字比率	赤字額なし	16.55%	30.00%
実質公債費比率 借金返済額などの大きさから財政の弾力性を判断する指標	6.5%	25.0%	35.00%
将来負担比率 市が抱える負債の残高から将来財政への圧迫度をみる指標	4.0%	350.0%	—

企業会計決算

企業会計とは、独立採算（その収入でその支出を賄う）事業です。

区分	収入済額	支出済額	
水道事業	(収益的)	27億3,416万円	24億1,034万円
	(資本的)	5億8,950万円	14億9,510万円
工業用水道事業	(収益的)	3億4,245万円	2億7,613万円
	(資本的)	3,628万円	1億3,370万円
下水道事業	(収益的)	49億2,332万円	44億538万円
	(資本的)	26億4,207万円	43億3,378万円

※収益的収入…水道料金、使用料など
 ※収益的支出…維持管理費など
 ※資本的収入…企業債、補助金など
 ※資本的支出…工事費、企業債償還金など

特別会計決算

特別会計とは、原則として、その事業で利益を受けた人たちが負担するお金で運営する事業です。

区分	歳入決算額	歳出決算額
国民健康保険事業	212億8,624万円	210億6,958万円
後期高齢者医療	14億7,698万円	14億4,561万円
介護保険事業 (保険事業勘定)	104億8,018万円	102億3,370万円
介護保険事業 (サービス事業勘定)	5,067万円	1,451万円
浄化槽事業	782万円	782万円
駐車場事業	3,638万円	3,623万円
墓園事業	1億5,597万円	954万円
計	334億9,424万円	328億1,699万円

資金不足比率

「資金不足比率」とは、各事業会計の営業収益から受託工事収益などを差し引いた事業規模に対する赤字（資金不足額）の比率を示したものです。

算定に係る本市の会計は、「水道事業会計」「工業用水道事業会計」「下水道事業会計」「浄化槽事業特別会計」の4会計があります。

区分	資金不足比率
水道事業会計	資金不足なし
工業用水道事業会計	資金不足なし
下水道事業会計	資金不足なし
浄化槽事業特別会計	資金不足なし
経営健全化基準	20.0%

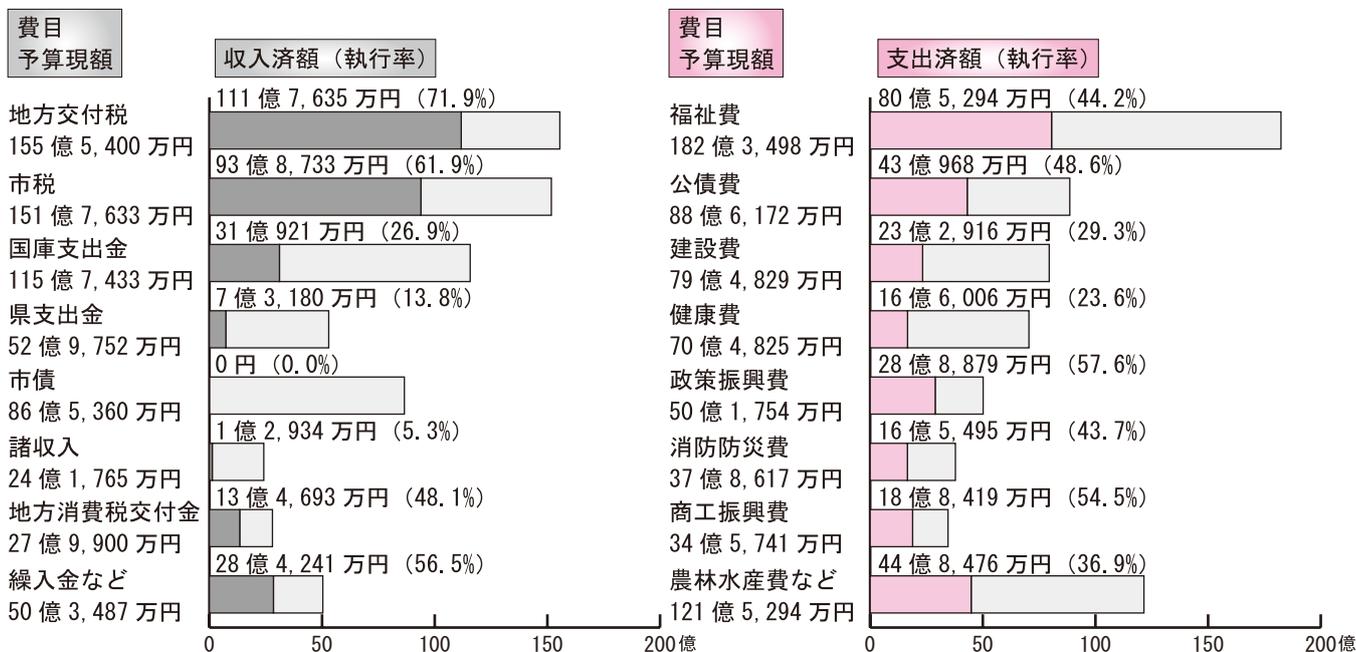
平成28年度 上半期執行状況 (平成28年9月30日現在)

市の財政状況を知っていただくため、年2回、財政状況の公表を行っています。今回は、平成28年4月から9月までの予算執行状況の概要をお知らせします。

一般会計の執行状況 予算額 665億730万円

歳入 (43.2%) 287億2,337万円

歳出 (41.0%) 272億6,453万円



【財産・市債の状況 (一般会計)】 (平成28年9月30日現在)

基金総額 245億1,216万円 (市民1人当たり約17万6千円)
 財産 ○土地 4,223万964㎡ ○建物 56万9,577㎡ ○有価証券 6,438万円 ○出資金 4億3,860万円
 一時借入金 なし
 市債現在高 576億1,538万円 (市民1人当たり約41万3千円)

特別会計の執行状況

区分	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険事業	211億5,306万円	77億8,026万円	36.8%	87億4,601万円	41.3%
後期高齢者医療	15億2,000万円	4億4,459万円	29.2%	4億4,392万円	29.2%
介護保険事業 (保険事業勘定)	113億397万円	46億2,747万円	40.9%	44億5,066万円	39.4%
介護保険事業 (サービス事業勘定)	4,700万円	4,289万円	91.3%	652万円	13.9%
浄化槽事業	900万円	133万円	14.8%	295万円	32.8%
駐車場事業	3,840万円	1,661万円	43.3%	1,919万円	50.0%
墓園事業	1,310万円	1億6,267万円	1,241.8%	258万円	19.7%
計	340億8,453万円	130億7,582万円	38.4%	136億7,183万円	40.1%

企業会計の執行状況

区分	収入			支出			
	予算現額	収入済額	収入率	予算現額	支出済額	支出率	
水道事業	(収益的)	27億396万円	13億1,346万円	48.6%	25億7,821万円	9億4,539万円	36.7%
	(資本的)	7億9,047万円	2,469万円	3.1%	16億7,387万円	3億6,760万円	22.0%
工業用水道事業	(収益的)	3億3,005万円	1億8,617万円	56.4%	2億9,755万円	1億2,519万円	42.1%
	(資本的)	5,815万円	2,153万円	37.0%	2億9,327万円	7,571万円	25.8%
下水道事業	(収益的)	49億5,596万円	23億5,978万円	47.6%	47億488万円	20億4,938万円	43.6%
	(資本的)	34億5,788万円	3億9,612万円	11.5%	50億7,716万円	14億4,997万円	28.6%

平成28年度諫早市教育委員会表彰



市の教育文化、学術および学校体育の振興などに功績顕著な個人および団体を表彰する「平成28年度諫早市教育委員会表彰」が11月22日、市役所で行われました。

今年表彰されたのは、生涯学習、青少年健全育成、文化・学術、学校保健体育、学校教育の各分野で貢献があった34人と5団体の皆さんでした。
(市教委教育総務課)

下水道の供用開始説明会を開催します

3月31日に下表の区域で公共下水道・特定環境保全公共下水道・漁業集落排水の供用を開始する予定です。ついでに、対象地域の皆さんに受益者負担金・分担金制度や排水設備工事についての説明会を開催します。

対象者には、後日、開催日時・場所などを記載した案内文を送付します。
(市上下水道局経営管理課)

■公共下水道

諫早地域	原口町、船越町、新道町、福田町、金谷町、日の出町、天満町、永昌町、栄田町、西栄田町、平山町、栗面町、川床町、鷺崎町、小川町、長野町、川内町、小船越町、久山町、若葉町、津水町、真崎町、小豆崎町の各一部地域
多良見地域	化屋、木床、囲、中里、市布の各一部地域

■特定環境保全公共下水道

飯盛地域	後田、久保、佐田、開の各一部地域
高来地域	溝口、汲水、金崎、下与、峰、西尾の各一部地域

■漁業集落排水

諫早地域	松里町、有喜町の各一部地域
------	---------------

平成28年諫早市消防団年末警戒

■とき／12月27日(火)～30日(金) 20時～24時

平成29年諫早市消防出初式



■とき／1月10日(火) 9時～12時20分

■ところ

式典(9時～)	市体育館
機械器具点検(10時40分～)	中央交流広場
観閲行進(11時20分～)	栄町・本町アーケード
一斉放水(12時10分～)	本明川のんのご河原

■その他／当日は、市役所周辺において交通規制が行われますので、ご理解とご協力をお願いします。
※観閲行進には、幼稚園や保育所の幼年消防クラブの子どもたちも参加しますので、ご声援をお願いします。

(市総務課)

のんのご温水センター 年末年始の営業について



余熱利用施設「のんのご温水センター」の年末年始の
休館日は、12月30日(金)～1月1日(日)までです。

■年末年始の営業日 (■は休館日)

12月				1月			
28日 (水)	29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)	1日 (日)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)
		休	休	休			

■営業時間／10時～21時

■問い合わせ先／のんのご温水センター ☎36-5888
県央県南広域環境組合 ☎35-8203

民生委員・児童委員および 主任児童委員の一斉改選について

12月1日に民生委員・児童委員および主任児童委員
が一斉に改選されました。

各地区の民生委員・児童委員および主任児童委員の
氏名は、市ホームページに掲載しています。

委員の任期は3年間で、市民の福祉全般に関する相
談に応じます。相談内容などの秘密は守られますの
で、お気軽にご相談ください。

なお、各地区担当の民生委員・児童委員と連絡を取
りたい場合は、市福祉総務課または各支所地域総務課
までお問い合わせください。

(市福祉総務課)

○民生委員・児童委員

市民の福祉全般に関する相談に応じます。

○主任児童委員

児童福祉に関する事柄を専門的に取り扱います。

年末年始のごみ収集日程

■年末のもやすごみ収集日

地 域	収 集 地 区	最後の収集日	年始の収集日
諫 早	水・土曜日	12月28日(水)	1月4日(水)
	月・木曜日	12月29日(木)	1月5日(木)
	火・金曜日	12月30日(金)	1月6日(金)
多良見・飯盛 高来・小長井	月・木曜日	12月29日(木)	1月5日(木)
	火・金曜日	12月30日(金)	1月6日(金)
森 山	全 地 区	12月30日(金)	1月6日(金)

■ごみの直接持ち込み

区 分	年 末	年 始	持ち込み先
もやすごみ	31日(土) 12時まで	4日(水)～	県央県南クリーンセンター ☎35-8212
もえないごみ	28日(水) 16時30分まで	4日(水)～	県央不燃物再生センター ☎23-3892

■資源物ストックハウス (9時～17時)

設置場所	年 末	年 始
市役所本庁および各支所	31日(土) まで	4日(水)～
真津山出張所、長田みのり会館、小栗・ 小野・有喜・西諫早・本野ふれあい会館、 真津山出張所分室、多良見多目的研修 館、田結出張所、高来西ゆめ会館	28日(水) まで	4日(水)～
高来公民館宇良分館、高来西公民館深海 分館、小長井長里グラウンド	18日(日) まで	8日(日)～

■年末のもえないごみ収集日

「平成28年ごみと資源物カレンダー」をご覧
ください。

■年始のもやすごみ・もえないごみ収集日

別途配布する「平成29年ごみと資源物カレン
ダー」をご覧ください。

※収集日以外は、ごみステーションにごみを出
さないでください。

■ごみの出し方

収集日の8時30分までに出してください。

※8時30分以降に出されたごみは、収集できな
い場合がありますのでご注意ください。

■し尿汲み取り

地 域	年 末	年 始
全 域	29日(木)まで	4日(水)～

※汲み取りを依頼される

場合は、当日の午前中
までをお願いします。



■問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

12月定例会市議会が開会



11月25日に開会した12月定例会市議会に、平成28年度一般会計補正予算案など10件の議案を提出しました。

今回の一般会計補正予算は、集出荷施設整備事業、諫早駅周辺整備事業などについて計上しました。

補正予算額は、36億9,750万円で、現計予算と合わせると702億480万円になります。

(市総務課)

年末年始の主な公共施設の閉館日

年末年始は、公共施設の業務日程が平常と異なりますのでご注意ください。

下表に載っていない公共施設については、各施設へお尋ねください。(■は閉館日)

(市総務課)

施 設	12月				1月				備 考
	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)	1 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	
市役所、各支所、各出張所		■	■	■					閉館日は戸籍の届出の預かりと埋・火葬許可証の発行を市役所当直および各支所当直で行います
諫早図書館、たらみ図書館、森山図書館、西諫早図書館、飯盛図書室、高来図書室、小長井図書室	■	■	■	■					
市体育館、市中央体育館、小野体育館、多良見体育センター、飯盛体育館、森山スポーツ交流館、とどろき体育館、小長井田原体育館ほか体育施設	※								※28日(水)は森山スポーツ交流館のみ閉館
各ふれあい広場(西諫早、中央、小野、小栗、本野、有喜、飯盛)、長田いこいの広場	■	■	■	■					
旅立ちの里小ヶ倉斎苑、鹿ノ塔斎場					■				
市営高城駐車場					■				
干拓の里			■	■					
コスモス花宇宙館					※				※元旦(6時~9時)は初日の出観望会予定
多良見のぞみ会館	■	■	■	■					
のぞみ公園									
いもり月の丘温泉		※							※29日(木)は18時閉館
山茶花高原ピクニックパーク									
こどもの城		■	■	■					
諫早市美術・歴史館		■	■	■					
のんのご温水センター			■	■					

水道管にも冬支度を

平成28年1月の大寒波では、ご家庭の敷地内の水道管が凍結、破損し、漏水したことにより断水が発生し、皆さまにはご不便やご迷惑をおかけしました。

水道管が破損すると、貴重な水を無駄にするばかりか、修理に思わぬ費用がかかります。蛇口や水道管が凍らないように寒さから守りましょう。

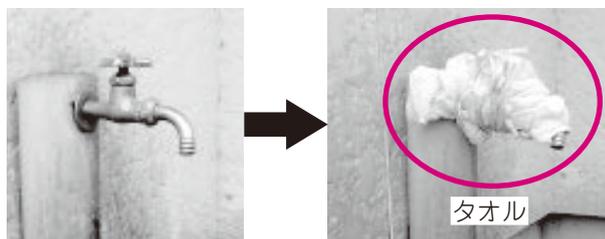


～防寒の方法～

上下水道局が敷設した配水管（本管）から分岐して宅地内へ引き込まれた給水管と水道用具（止水栓、蛇口、給湯器など）を給水装置といいます。

給水装置は、寒さに弱く気温が氷点下になると破裂する場合があります。

- ・屋外で露出しているところ（蛇口も含む）は、ホームセンターなどで販売されている保温材でカバーするか、タオルや毛布などで巻き、その上からビニールなどを巻いて保護する。
- ・マンションなどの受水槽の給水管やポンプにも外気が直接当たらないよう防寒対策をする。



<対策前>

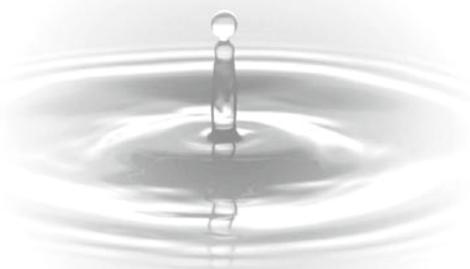
<対策後>

～水道管の凍結を防ぐ方法～

天気予報などで外気温が氷点下になると予想されたときは、バケツや浴槽などに水を蛇口から糸を引くくらいの太さで出しておくことで凍結の防止に有効です。



※たまった水は、洗濯などにご利用ください。



～水道管が凍って水が出ないとき～

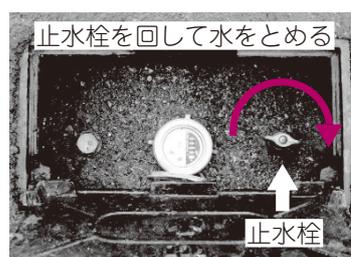
タオルや布をかぶせてゆっくり「ぬるま湯」をかけて解かします。熱湯をかけると水道管が破裂することがありますのでご注意ください。急ぎでない場合は、自然に解けるまで待ちましょう。



～水道管が破裂したとき～

宅地内で水漏れが発生したときは、水道メーターボックス内の止水栓を閉めて水を止めてください。その後、市上下水道局指定の給水装置工事事業者へ修理を依頼してください。

※事業者の連絡先は、市ホームページをご覧ください。どうか、市上下水道局水道課または各支所産業建設課へお尋ねください。



止水栓はベンチなど工具を使用して回すタイプもあります



～費用について～

給水装置は各ご家庭の財産であり、維持管理や修繕にかかる費用は、各ご家庭の負担となります。

給水装置は年数の経過とともに劣化し、漏水の原因となることがあります。老朽管などは、早めに修繕・改良することをお勧めします。

■問い合わせ先／市上下水道局水道課

平成28年11月1日現在
 () 内前年同月比
 人口：137,314人 (-762)
 男：64,676人 (-235)
 女：72,638人 (-527)
 世帯数：53,052 (+253)

お知らせ

個人市県民税の納付をお忘れなく

個人市県民税の第4期分は、1月31日(火)が納期限です。

納付は、ゆうちょ銀行・郵便局、各コンビニエンスストアでもできます。

また、便利な口座振替もご利用ください。

手続きは、お取引の金融機関でお願いします。

■口座振替の手続きに必要なもの

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

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

■問い合わせ先／市納税課

平成29年度(平成28年分)の給与支払報告書を提出してください ～事業主の皆さんへ～



平成28年中に給与・賃金などを支払った事業主のうち、平成29年1月1日現在において諫早市に住所のある従業員がいる場合は、給与などの支払いをした全ての人(給与所得者)について給与支払報告書を作成し、提出してください。なお、平成29年度(平成28年分)の提出から、マイナンバー(個人番号)の記載が必要となりました。

■給与支払報告書を提出する義務のある方

- 平成29年中に給与・賃金などを支払った事業主
- ※専従者給与や日雇賃金・パート・アルバイト代も含みます。
- ※法人・個人を問いません。
- 対象者
- 平成29年1月1日現在において諫早市に住所のある人で、平成28年中に給与などを支払った人全員

※支払額の多少に関わらず提出が必要です。

※年末調整を行わない人・個人で確定申告を行う予定の人も提出が必要です。

※中途退職者については、退職時の住所地の市町村へ提出ください。

提出書類

- ① 給与支払報告書(総括表)
- ② 給与支払報告書(個人別明細書)
- ③ 普通徴収申出書(普通徴収対象者がいる場合のみ提出)

※総括表は市民税課、各支所出張所で配布しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。

■提出期限／1月31日(火)

■問い合わせ先／市民税課

確定申告用の保険料納付済額をお知らせします

確定申告など社会保険料控除に使用する、平成28年1月から12月までに納付された国民健康保険料、後期高齢者医療保険料および介護保険料の「納付済額のお知らせ」を1月中旬に世帯主または被保険者ご本人宛てに送付します。

なお、お知らせする内容は普通徴収(口座振替・納付書)により納付された分の保険料額で特別徴収(年金から直接納付)により納付された分については

各年金保険者から社会保険料の金額が記載された源泉徴収票が送付されます。

■問い合わせ先

市保険年金課・高齢介護課または各支所地域総務課

20歳になったら国民年金



成人になると、さまざまな権利とともに義務も生まれます。国民年金に加入することもその一つです。

国民年金は、日本に住んでいる20歳以上60歳未満の全ての人が入ります。老後の年金だけでなく、障害の状態になったときや死亡したときに国が年金を支給し、本人または家族の生活を守る制度です。

ただし、加入の手続き忘れや保険料の未納があると年金を受け取れないこともあります。20歳の誕生日が来たら必ず加入手続きを行いましょう。

■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

全日本ダイエット
 医学協会認定店

サロン ゆず

生まれ育った大好きな諫早の女性サポーターをしています!

☎0957-23-9337

予約専用: yucca.kubo@gmail.com

※施術中で電話に出られない場合は折り返し致します。
 ※ベビーベッド・キッズルーム完備!ご予約の際お申し付けください!

長崎県諫早市長田町1479 アメフロ/美生活 諫早 ゆず 検索

無料

カウンセリング
 受付中

- 完全予約制
- 女性専用
- 完全個室
- 駐車場完備

体質改善

3ヶ月モニター募集

- *個人に合わせたカリキュラム
- *体質改善ダイエット
- *予防医学
- *健康維持
- *食生活改善指導



肌質改善

3ヶ月モニター募集

- *オーガニック基礎化粧品使用
- *週1回60分のスペシャルエステ付き
- *正しいお手入れレッスン
- *肌質改善 *美肌



償却資産の申告をお忘れなく

「償却資産の申告」は、固定資産税の大切な申告です。償却資産の対象となるものを市内に所有する人は、所得税の確定申告や市県民税の申告とは別に申告する必要があります。期限までに必ず申告してください。

【償却資産とは】

会社や個人で工場や商店などを経営している人や、農林水産業を営んでいる人、駐車場やアパートなどを貸し付けている人が、その事業のために用いているものを償却資産といい、土地・家屋と同じように固定資産税が課税されます。

○対象になるもの（一例）

構築物（舗装、フェンスなど）、機械や装置（太陽光発電設備）個人住宅用10坪未満の余剰売電契約以外のもの、農業用機械、建設用機械など、船舶・車輛、運搬具・工具器具、備品（いす、机、ロッカー、パソコンなど）

○対象にならないもの
特許権、パソコンソフトなどの無形固定資産、自動車税・軽自動車税の課税対象となっていない自動車など

■対象者／市内に償却資産を所有する法人・個人

申告方法

平成29年1月1日現在で所有している償却資産について、申告書（市資産税課、各支所地域総務課に備え付け）に記入のうえ提出してください。過去に申告し、固定資産課税台帳に登録されている人には、会社または自宅へ申告書を郵送します。

■申告書提出先

市資産税課または各支所地域総務課（郵送可）

■申告期限／1月31日（火）

■税額の算出方法

資産ごとに取得価格と法定の耐用年数、取得後の経過年数に基づき課税標準額（定率法による減価後の残存価額）を計算し、その合計額（千円未満は切り捨て）に1.4割の税率を乗じた額が税額（百円未満は切り捨て）となります。取得価額に税率を乗じて税額を算出することはありません。

※資産ごとの評価額の合計額（課税標準額）が150万円未満の場合は、免税点以下となり税金はかかりませんが、申告は必要です。

詳しくは、お尋ねください。

■問い合わせ先
市資産税課または各支所地域総務課

緑のカーテンコンテストの受賞者を紹介します

10月23日

に開催しました。いさはやエコフェスタ事業の一環として募集



【最優秀賞：養護老人ホーム福寿園】

した「緑のカーテンコンテスト」について、来場者による投票の結果、最優秀賞1点、優秀賞2点を決定しました。

応募作品は市ホームページに掲載しており、緑のカーテンに初めて取り組む人へのアドバイ

スなども記載しています。応募作品を参考にし、来年は皆さんも緑のカーテン作りに挑戦してみてはいかがでしょうか。

最優秀賞

○社会福祉法人 寿光会

養護老人ホーム 福寿園

（植物の種類：ゴーヤ）

優秀賞

○たんかしやん

（植物の種類：ゴーヤ）

○メルコアドバンストデバイス株式会社

（植物の種類：ゴーヤ・あさがお）

■問い合わせ先
市環境政策課

諫早市長選挙および諫早市議会議員一般選挙の立候補予定者説明会

諫早市長選挙および諫早市議会議員一般選挙の立候補予定者説明会を、次のとおり開催しますので、関係者はお出席ください。

■とき

1月24日（火） 13時30分～

■ところ

市役所本館5階 大会議室

■内容

立候補の手続き、選挙運動など
※立候補届の書類なども配布します。

諫早市長選挙、諫早市議会議員一般選挙

■告示日

3月19日（日）

■選挙期日（投開票日）

3月26日（日）

詳しくは、市選挙管理委員会事務局にお尋ねください。

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!

**介護予防と生活支援の
地域づくりフォーラム**



誰もが安心して暮らせる「助け合い」と「支え合い」を通じた本市での地域づくりについて、皆さんと一緒に考えてみませんか。

■とき／1月26日(木)

13時30分～16時30分

■ところ／諫早文化会館

■内容

○報告

「諫早市における介護予防生活支援の語らん場（かたらんば）」などの取り組み」

○講演

「助け合って自分らしく生きる」

講師

公益財団法人さわやか福祉財団会長・弁護士 堀田力さん
○シンポジウム

「共に支え合い健やかな日々を過ごすために私たちができること」

コーディネーター・助言者

堀田力さん

■申込期限／1月20日(金)

■申込・問い合わせ先

市高齢介護課

特殊詐欺の被害防止について

詐欺の被害は電話（ごまか）から始まります！



犯人からの電話を詐欺であると感じ、被害を防止するためには、日ごろから親族との連絡を密にしたり、詐欺に対する情報を共有することが大切です。

電話に出る場合は、留守番電話機能やナンバーディスプレイ機能の利用、非通知電話拒否の設定など、安全な相手であるかを確認することも有効です。

また、電話がかかると警告メッセージが音声で流れる機能や、着信電話番号の安全度をランプの色で知らせるなどの防犯機能がついた専用の電話通信機器が販売されています。

※防犯機能付きの電話機器や電話接続機器の防犯機能サービスを利用するためには、各電話会社のサービスに加入するなどの条件がありますので、各機器メーカー・電話会社にお問い合わせください。

■問い合わせ先

市消費生活センター

長崎県女性就労巡回相談「女性のためのおしごと相談会in諫早」



女性キャリアカウンセラーによる、働きたい女性のための巡回相談を開催します。

■とき

1月27日(金) 10時～16時

■ところ

男女共同参画推進センター「ひと・ひと」(高城会館2階)

■相談料／無料

※予約優先。託児有(要予約)

■申込・問い合わせ先

長崎県総合就業支援センター

☎095・842・5424

県下一斉「子どもの人権・女性の悩みごと」特設相談所



子どもの人権問題(いじめ、体罰、虐待など)、女性の人権問題(夫・パートナーからの暴力、ストーカー、セクシュアル・ハラスメントなど)の相談に応じるため、次のとおり特設

相談所を開催します。

■とき

1月22日(日) 10時～16時

■ところ／高城会館

■相談料／無料

※人権擁護委員が担当し、秘密は固く守られます。

■問い合わせ先

長崎地方法務局諫早支局

☎22・0475

里親出前講座



長崎県里親育成センター「すくすく」では、さまざまな事情で親と暮らせない子どもを家庭に受け入れて育てる里親制度のことを広く知っていただくために、里親制度の説明会および相談会を開催します。

■とき

1月26日(木) 14時～15時

■ところ／高城会館

■参加費／無料

※申込不要

■問い合わせ先

長崎県里親育成センター

「たのびん」

☎53・7343

水まわりの修理屋さん

出張見積もり無料

長崎県上下水道局指定給水装置工事事業者

緊急ダイヤル >>> 0120-001-551 年中無休

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

〒7-17 トイレックス9 長崎県諫早市栄田町7-17
 トイレックス9 検索

募 集

市営住宅入居者



■募集戸数

募集案内書（1月10日(火)から配布）でお知らせします。

■募集期間

1月18日(水)～20日(金)
8時30分～17時

■応募資格

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

外国人との接し方セミナー

「国際化の第一歩はホームステイから」



我が家で留学生を受け入れるとしたら、それは、生きた外国語に触れ、異文化について学び、日本の魅力に気付く絶好のチャンス！

ほかにも、外国との風習、習慣、食べ物の違い、多文化共生や災害時の外国人支援など、「知っておくと役に立つ！」情報はいろいろあります。

楽しい国際交流の心得について、まずは、知ることからはじめてみましょう。

■とき

1月23日(月) 10時～12時

■ところ／中央公民館

■内容

1部 「我が家に留学生がやってきたら」
2部 「災害時における外国人の支援」

「災害時における外国人の支援」

講師 NPO多文化共生マネージャー 全国協議会

監事 志渡澤祥宏さん

■定員／30人

■申込期限／1月18日(水)

※電話申込

■主催

(公財)長崎県国際交流協会

■申込・問い合わせ先

市企画政策課

平成28年度第2回防火管理者資格取得講習会

■とき

2月9日(木)・10日(金)

10時～16時

■ところ

大村消防署

(大村市森園町34・1)

■区分

・甲種防火管理新規講習

・乙種防火管理講習(9日のみ)

■申込方法

諫早消防署、大村消防署、小浜消防署に設置の受講申込書

でお申し込みください。

■申込期間

1月4日(水)～23日(月)

※土・日・祝日も受付。定員になり次第締切

■申込・問い合わせ先

諫早消防署予防設備課

☎22・0119

平成28年度第3回危険物取扱者試験

■試験の種類

乙種第4類および丙種

■とき

2月26日(日)

10時～

■ところ

長崎大学教養教育講義棟

・長崎県立大学

■受験願書の申請方法

・書面申請

・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、長崎県各振興局(長崎、県央を除く)、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.shoubou-siken.or.jp) から手続き

■受験願書の受付期間

1月4日(水)～13日(金)

(郵送可。〒850-0032

長崎県善通寺6-5)

・電子申請

1月1日(日)～10日(水)

■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

☎095-822-5999



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

空き家バンクに登録しませんか



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、市ホームページに掲載し、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、市ホームページ（「諫早市 空き家バンク」で検索）で、「ご覧いただけました」。

■ 申込・問い合わせ先
市地域づくり推進課

農作業支援養成講座



農作業の収穫・管理を体験できる農作業支援養成講座の受講生を募集します。

■ とき／1月11日(水)

■ 午前中（2時間程度）

■ ところ／飯盛町（花農家）

■ 対象者

農作業に興味がある人や農業生産者の元で働いてみたいが自信のない人で、集合場所までご自身でお越しいただける人。詳しくは、お問い合わせください。

■ 受講料／無料

■ 申込・問い合わせ先

県央振興局諫早地域普及課
☎ 22・0057

図書館嘱託員・臨時職員



市立図書館嘱託員および臨時職員を募集します。

■ 応募資格

① 嘱託員

司書または司書補の資格を持つ人（3月までに取得できる人）

② 臨時職員

特になし

勤務内容

■ 図書館業務に関すること

■ 勤務時間

① 嘱託員

7時間30分（8時45分～20時15分の間）週4日間

② 臨時職員

7時間45分（8時30分～20時15分の間）、勤務日不定期

※ 土・日勤務有

■ 勤務場所

市立図書館または図書室

■ 申込期限

1月15日(日) 17時

※ 図書館休館日を除く

※ 郵送可。1月15日(日)必着

■ 申込方法

各図書館に備え付けの申込書（図書館・市ホームページよりダウンロード可）に必要事項を記入し、連絡用はがき（官製はがきに住所・氏名を記入）を添付し、各図書館へお申し込みください。

嘱託員希望の人は、司書または司書補資格取得証明書の写し（または資格取得見込証明書の写し）などを添付してください。また、面接日に作文（400字詰原稿用紙2枚）を提出していただきますが、

テーマについては本人宛てに後日通知します。

※ 嘱託員内定者には、健康診断書を提出していただきます。

■ 申込・問い合わせ先

諫早図書館

☎ 23・4946

嘱託用務員



■ 勤務時間／午前または午後（各校2人交代制）

■ 勤務場所

市立小・中学校、幼稚園

（勤務校未定）

※ 休みは土・日、祝日、年末年始、学校（幼稚園）閉庁日

■ 報酬／月額61,000円

（平成28年度実績）

■ 募集人員／88人

■ 申込期限

1月20日(金)（土・日・祝日、年末年始を除く）

■ 申込方法

市教委教育総務課および各支所地域総務課に備え付けの申込書に自筆で記入し、市販の履歴書（写真貼付）を添えて提出してください。

※ 採用内定者には、健康診断書を提出していただきます。

■ 申込・問い合わせ先
市教委教育総務課

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!

<p>低価格 普通食(税込) おかずのみ 540円 ごはんつき 594円</p>	<p>翌日注文可能</p>	<p>食べやすい</p>	<p>個別対応</p>
<p>1日1食からOK!</p>		<p>和食中心のヘルシー弁当</p>	
<p>☎ 0957-35-4611</p>			<p>宅配無料</p>
<p>宅配クック123</p>			<p>年中無休</p>

諫早店 諫早市東小路町10-28

社会教育指導員



■業務内容

公民館講座の運営指導、社会教育に関する学習相談、社会教育関係団体の育成指導

■パソコンを使った業務有

■勤務時間

週30時間勤務

※休みは、月曜日から金曜日の

うち1日、土・日・祝日、年末始

■勤務場所／市立公民館

■報酬

月額120,000円

(平成28年度実績)

※社会保険など適用

■募集人員／若干名

■対象者

市内在住の人

(平成29年4月1日現在)

※普通自動車運転免許をお持ち

の人。年齢・性別不問

■申込期間

1月5日(木)～20日(金)

(土・日・祝日を除く)

※郵送可。1月20日(金)必着

■採用期間

平成29年4月1日～平成30年

3月31日

■申込方法

市販の履歴書(写真貼付)とA4縦書き400字詰原稿用紙2～3枚程度の作文を提出してください。なお、作文では、活力ある地域社会づくりのため、公民館事業にどのように取り組んでいきたいか、あなたの経験を踏まえて述べてください。

※履歴書・作文については、返却しません。

※面接については、本人宛てに後日通知します。

※採用内定者には、健康診断書を提出していただきます。

■申込・問い合わせ先

市教委生涯学習課

教育環境整備嘱託員

■業務内容

市立小・中学校、幼稚園における樹木の剪定、伐採、その他環境整備。チェンソー、草刈機などによる作業

■勤務時間

週30時間勤務

※休みは、月曜日から金曜日の

うち1日、土・日・祝日、年末始

■勤務場所／市役所

■報酬／月額120,000円

(平成28年度実績)

■募集人員／1人

■申込期限

1月20日(金)(土・日・祝日、

年末年始を除く)

■採用期間

平成29年4月1日～平成30年

3月31日

■申込方法

市販の履歴書(写真貼付)を提出してください。

■申込・問い合わせ先

市教委教育総務課

学校図書館運営支援員

登録者



■応募要件

司書または司書補、司書教諭の資格を持つ人、および教員免許保持者(免許更新の有無は問わない)、もしくはそれに相当する経験を持つ図書館勤務経験者、学校図書ボランティア経験者など

■勤務内容

学校図書館業務に関すること(図書貸出・返却作業、学校図書館の環境整備、本の読み語り、図書管理システムの運用支援など)

■勤務時間／1日3時間、週4

日勤務(週12時間以内)

(平成28年度実績)

※休みは、土・日・祝日および

校長が定める日

■勤務場所

市立小・中学校

■賃金

時給810円

(平成28年度実績)

■登録期間

平成29年4月1日～平成30年

3月31日

■申込期限

1月16日(月)(土・日・祝日、

年末年始を除く)

※郵送可。1月16日(月)必着

■申込方法

市教委学校教育課に備え付けの申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、面接日時連絡用はがき(官製はがきに住所・氏名を明記)と有資格者は、司書、司書補、司書教諭の資格、教員免許などを証明する書類の写しを添付のうえ提出してください。

※面接については、本人宛てに後日通知します。

※採用内定者には、健康診断書を提出していただきます。

■申込・問い合わせ先

市教委学校教育課

当店は安心と信頼ある認定補聴器専門店です

♥小さな補聴器で大きな幸せを♥



1/5(木)より新春福袋 数量限定でご用意しております。

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

心のケア相談員 心の教室相談員

■応募要件

学校教育に理解があり、温かい心をもって子どもの成長を支えることができる人

■勤務内容

学校でのふれあいや家庭訪問などを通して、児童生徒の話し相手となり、悩みなどの相談に応じる。また、保護者の相談にも応じ、必要な助言を行う。

■勤務時間

1日4時間、週3日程度勤務
(年間1000日以内)
(平成28年度実績)

■勤務場所

市立小・中学校
(複数校勤務)

■報酬

日額4,000円
(平成28年度実績)

■申込期限

1月16日(月)(土・日・祝日、
年末年始を除く)

■郵送可。1月16日(月)必着

■申込方法

市教委学校教育課に備え付けの申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、面接日時連絡用はがき(官製はがきに住所・氏名を明記)を添付のうえ提

出してください。

※面接については、本人宛てに後日通知します。

※採用内定者には、健康診断書を提出していただきます。

■申込・問い合わせ先

市教委学校教育課

特別支援教育補助員登録者

■応募要件

特別支援教育に理解があり、根気強く、温かい心をもって子どもの成長を支えることができる人



バイクまたは自家用車などで通勤可能な人

■勤務内容

特別な支援を必要とする児童生徒の補助や介助(身辺介助、校内外移動の補助、安全確保、学習活動円滑化のための補助など)

■勤務時間

1日6時間(休憩45分)、週5日勤務(週30時間以内)
(平成28年度実績)

■休みは、土・日・祝日および

校長が定める日

■勤務場所

市立小・中学校および幼稚園(2校勤務有)

■賃金

時給810円
(平成28年度実績)

■登録期間

平成29年4月1日～平成30年3月31日

■申込期限

1月16日(月)(土・日・祝日、
年末年始を除く)

■郵送可。1月16日(月)必着

■申込方法

市教委学校教育課に備え付けの申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、面接日時連絡用はがき(官製はがきに住所・氏名を明記)を添付のうえ提出してください。

※面接については、本人宛てに後日通知します。

※採用内定者には、健康診断書を提出していただきます。

■申込・問い合わせ先

市教委学校教育課

学習サポーター登録者

■応募要件

教員免許保持者(小学校以上)、教育系大学生および出身者

免許更新の有無は問いません。

■勤務内容

授業中や昼休み、放課後、長

期休業日における学習指導の支援

■勤務時間

1日4時間、週3日、年間35週以内
(平成28年度実績)

■勤務場所

市立小・中学校

■賃金

時給810円
(平成28年度実績)

■登録期間

平成29年4月1日～平成30年3月31日

■申込期限

1月16日(月)(土・日・祝日、
年末年始を除く)

■郵送可。1月16日(月)必着

■申込方法

市教委学校教育課に備え付けの申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、面接日時連絡用はがき(官製はがきに住所・氏名を明記)と有資格者は、教員免許などを証明する書類の写しを添付のうえ提出してください。

※面接については、本人宛てに後日通知します。

※採用内定者には、健康診断書を提出していただきます。

■申込・問い合わせ先

市教委学校教育課



謀早
お侍だんのむらた

新春 初売感謝セール

明るい繁栄の家庭は信仰から
一家にひとつのお仏壇を

お客様の大切なお仏壇をきれいに
するお手伝いをいたします。

お見積りは
無料です!!

営業時間
9:00~18:30
定休日
毎月第2,4火曜日

0120-767615

謀早市高城町9-6 TEL.0957-23-1116 各仏壇のむらた 総代理店
http://www.obutsudan-murata.com/

セール期間 2017年1月5日(木)~1月31日(火)
営業時間 9:00~18:30
セール期間中は休まず営業致します。

**放送大学平成29年度
第1学期学生**

放送大学は、テレビなどの放送により授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で、幅広い年代や職業の人が学んでいます。



募集学生

- 教養学部（15歳以上）
- ・科目履修生（6カ月間在学）
- ・選科履修生（1年間在学）
- 教養学部（18歳以上、大学入
学資格取得者）
- ・全科履修生（4年以上在学、
卒業を目指す）
- 大学院（18歳以上）
- ・修士科目生（6カ月間在学）
- ・修士選科生（1年間在学）

募集期限

3月20日（月）（必着）

■申込・問い合わせ先
放送大学長崎学習センター
〒805-2185 長崎市文
教町1-14 長崎大学文
教キャンパス内

☎095-813-1317

※資料請求（無料）
放送大学ホームページ
<http://www.ouj.ac.jp>

定期相談

本庁定期開催分（1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（水）、18日（水）、30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】

24日（火） 13時～16時

【登記相談】

10日（火） 10時～15時

【不動産相談】

11日（水） 9時～12時

【交通事故相談】

17日（火） 10時～16時

【人権相談】

5日（木）、12日（木） 10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

26日（木） 9時～13時

森山支所相談室

5日（木） 10時～15時

高来支所小会議室

5日（木） 9時～13時

【行政相談】

6日（金）、13日（金）、20日（金）、
27日（金） 10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

27日（金） 10時～13時

森山支所相談室

20日（金） 10時～13時

飯盛支所相談室

13日（金） 10時～13時

高来支所相談室

20日（金） 10時～13時

小長井支所相談室

13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（1月）

【認知症専門相談】

13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

申込・問い／市高齢介護課

【草花・樹木に関する相談】

4日（水）、18日（水）、25日（水）
9時～16時

ところ／市役所本館玄関ホール

11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）

1月26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

1月11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

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！

0037-6001-60212

（募集代理店）
株式会社ニエート・
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

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

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

既にガン保険に
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

冬の節電にご協力をお願いします

平成23年の震災以降、多くの家庭や職場で節電にご協力いただいておりますが、今冬の九州電力の電力需給は、安定供給に必要な最低限の電力は確保できるものの、電力需要の急増や発電所の突発的な故障などがあつた場合、より厳しい需給状況となることが予想されます。

九州電力では12月1日～翌年3月31日（12月29日～31日を除く）までの平日8時～21時において、生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲での節電を呼びかけています。

節電は、家庭や職場で少しずつ努力し、みんなで取り組むことにより大きな力になります。また、1人ひとりの節電がCO₂削減に、ひいては地球温暖化防止につながりますので、積極的な節電にご協力をお願いします。



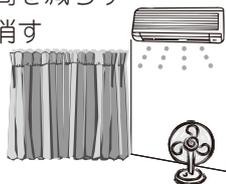
(市環境政策課)

節電のまめ知識（家電などの上手な使い方）

エアコン

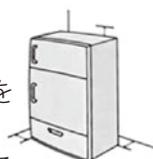
- ・設定温度を低めに（20℃を目安に）
- ・フィルターは月に1、2回掃除を
- ・室外機の吹出口の近くに物を置かない
- ・厚手で床まで届く長いカーテンや断熱フィルムなどで、窓からの冷気を遮断
- ・タイマーを活用し、運転時間を減らす
- ・外出や就寝する10分前には消す

※夏に大活躍の扇風機は、冬にも大活躍。暖まって天井付近に集まった暖かい空気を循環させ、部屋の温度差を少なくする効果があります。



冷蔵庫

- ・設定温度を中～弱に
- ・扉の開閉は少なく
- ・開閉時間を短くするため整理整頓を
- ・庫内での物の定位置を決めておく
- ・熱いものは十分冷ましてから入れる
- ・プラスチックトレイなどを利用し、出し入れをスムーズに
- ・壁から5cm程度間隔を空けて置く（間隔を空けてなくてもよいタイプもあります）



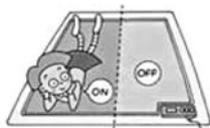
こたつ

- ・上掛けと敷布団を併用して保温効果を上げる（設定温度は低めに）
- ・暖まったらスイッチをこまめに切る
- ・重ね着などをして、設定温度を低めに



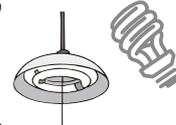
電気カーペット

- ・分割機能を活用、人が居る所だけスイッチON
- ・断熱マットを敷いて放熱を防ぐ
- ・重ね着などをして、設定温度を低めに



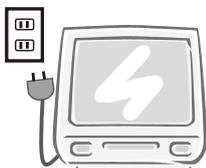
照明器具

- ・LEDは点灯の繰り返しにも強いので、オンオフが多いトイレ、洗面所、浴室に使用
- ・長時間使用する照明もLEDへ
- ・照明器具の汚れやホコリを取る（明るさアップ）
- ・廊下、階段など誰もいない箇所の照明は消す



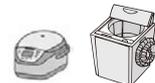
テレビ

- ・消すときは主電源を
- ・見てないときはこまめに消す
- ・テレビ画面の明るさを調整
- ・画面のほこりをこまめに取る（明るさキープ）
- ・タイマー機能を活用（点けっぱなし防止）



タイマーの活用

- ・炊飯は早朝、洗濯は早朝や夜間にタイマーを活用して済ませる



その他

夜寝るまでは1部屋で家族団らん

- ・温湿度計を置き、常にチェック（暖めすぎ防止）
- ・部屋の出入口に、のれんを付ける（暖気の流出防止）
- ・温水洗浄便座の温度は低めに（フタも閉める）
- ・電気ストーブやセラミックヒーターは消費電力が大きく、効率が悪いので広い部屋には不向き。使い方を工夫しよう
- ・掃除の前には部屋の片付けを（掃除機の使用時間短縮）。簡単な掃除は、ほうきや雑巾がけで

待機電力

待機電力の多い主な家電製品

- ・デスクトップPC 2.4W
- ・パソコン周辺機器 4.6～6.6W
- ・HDDレコーダー 3.4W
- ・冷暖エアコン 2.4W
- ・テレビゲーム 2.4W
- ・液晶テレビ 0.4W



※家庭で消費する電力のうち、年間6%が待機時消費電力です。待機時消費電力は、見逃せない省エネの大敵です。長く使わない機器はプラグを抜くか、スイッチ付きタップを利用して待機電力をカットしましょう。

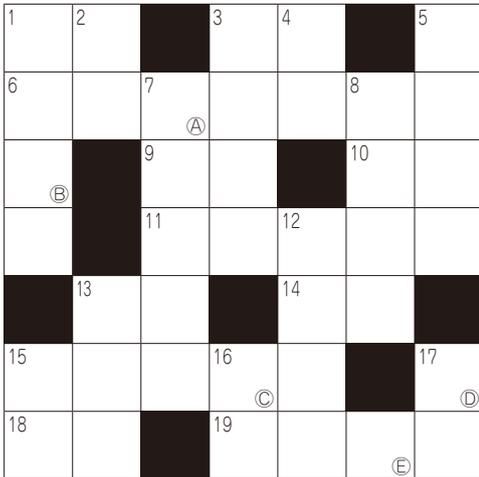
※詳しくは各機器の取扱説明書をご覧ください。

新春

クロスワードクイズ



新春恒例のクロスワードです！タテ・ヨコのカギをヒントにマス目を埋めてください。A～Eを並べかえるとある言葉になります。はがきに答え（できた言葉）と住所、氏名、年齢、広報誌へのご意見を書いて、1月10日必着で秘書広報課までどうぞ。正解者の中から抽選で、10人に図書カードをプレゼントします。なお、当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。



■タテのカギ■

1. 物を買うこと
2. 日本とイギリスのこれは9時間
3. 2歳前後、何にでも反抗する「〇〇〇〇期」
4. 飯盛地域を流れる江の浦川下流域に作られた堤防「〇〇堤塘」
5. 2000年前後、女子高生の中で爆発的に流行しました
7. サツマイモを諫早弁で！
8. 「邪」何と読む？
12. 喜び、希望などに満ちた状態。「〇〇〇〇の人生」
13. かき日本一決定戦で初代王者に輝いた小長井牡蠣
15. 十二支の第10番目。2017年の干支です
16. 凸
17. 右から左に〇〇流す

■ヨコのカギ■

1. 地震、雷、〇〇、オヤジ…
3. 大河ドラマ「おんな城主 直虎」の主人公、〇〇直虎
6. 「いいね！」を押してね♪
諫早市公式フェイスブック
9. 2つそろって一組になるもの
10. 主に米穀などを計るのに用いる体積の単位
11. お茶を入れてこれが立ったら縁起がいいと言われています
13. 蚊などの害虫から人などを守るための網
14. ラクダ科の動物。長崎バイオパークの入り口でお出迎えしてくれます！
15. 「斉藤さんだぞ」でおなじみ〇〇〇〇エンジェル
18. 元素記号はP
19. 外はサクサク、中はホクホク、おいしいよ♪ゆでたジャガイモをつぶして作ります

※前号の広報クイズの答え

- ①ねんりんピック
- ②ライト ③500人
- ④12m ⑤50代



※応募総数 62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利用いたしません。



べと病に感染した株を抜き取り、たまねぎ産地を守ろう！

本市は、明治34年から長田、諫早干拓を中心にたまねぎ栽培が始まり、今年で115年を迎えた歴史あるたまねぎの産地です。しかし昨年、べと病の発生により大きな被害を受け、産地存亡の危機に直面しています。

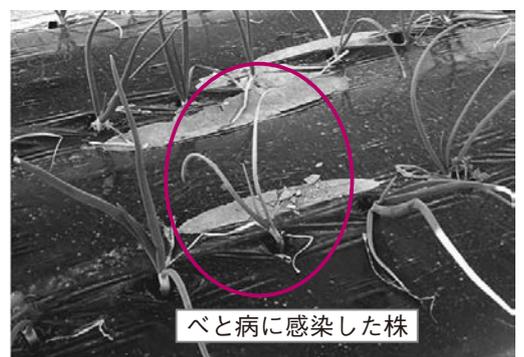
べと病対策としては、適期作業の励行、排水対策の徹底、苗床・本畑での体系防除、地域での一斉防除が重要です。たまねぎ1万株のうち1株以上がこの病気を発症し、そのまま放置すると周りの株に感染し大発生となります。なお、感染した株は農薬では治らず、枯死します。

たまねぎ部会の生産者、自給用生産者、家庭菜園での栽培者の皆さん、次のようなべと病の症状は1～3月に見られますので、定期的に見回り、感染した株は徹底的に抜き取るようお願いいたします。

■べと病の症状

- ・周囲の株より生育が悪い
- ・葉色が薄い（黄色っぽい）
- ・葉身が下向きに湾曲
- ・灰色のカビが見られる

べと病に感染した株は、1株残さず抜き取ってください。
抜き取った後は放置せず、袋に入れて処分してください。



べと病に感染した株

■問い合わせ先／県央振興局諫早地域普及課 ☎22-0057

第35回飯盛ロードレース大会



- とき／1月29日(日) 9時～
- ところ／結の浜マリパーク
- 参加資格
市内外の小学生・中学生・一般（高校生以上）
- クラス／（男女別）小学3年生以下・4年生・5年生・6年生、中学生、一般（高校生以上）
- 参加費／1人200円（郵便小為替）
- 申込期限／1月11日(水)必着
- 申込方法／田結出張所に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、同所に直接持参または郵送（〒854-1123飯盛町里648-3）でお申し込みください。
- 問い合わせ先／田結出張所 ☎49-1111

第28回長田駅伝大会

- とき／2月26日(日) 9時～ ※小雨決行
- ところ／長田いこいの広場周辺
- クラス／小学生男子・小学生女子・中学生男子・一般男子・一般女子（中学生女子含む）
- 区間／5区間（一般女子は4区間）
- 参加費／1チーム1,000円
- 申込期限／2月3日(金)
- 申込・問い合わせ先／長田出張所 ☎23-9024

図書館・図書室 臨時休館のお知らせ

年に1度の蔵書点検・書架整理などのため、各図書館で下記の期間を特別整理期間として臨時休館します。

ご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。



諫早図書館	1月24日(火)～28日(土)
たらみ図書館	2月14日(火)～18日(土)
西諫早図書館	2月22日(水)～24日(金)
飯盛図書室	1月31日(火)～2月1日(水)
高来図書室	3月1日(水)～2日(木)
小長井図書室	2月2日(木)～3日(金)

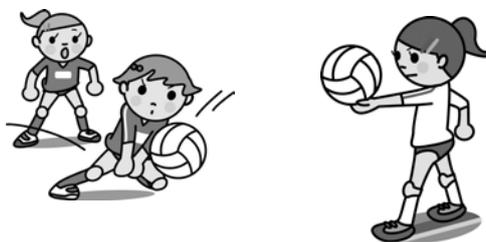
諫早文化会館芸術鑑賞会主催事業 前進座公演 創作歌舞伎「牛若丸」

子ども時代にこそ「歌舞伎」との出会いを！ご家族おそろいで、どうぞお越しください。

- とき
2月12日(日)
15時30分～（15時開場）
- ところ
諫早文化会館
- 入場料
親子ペア：3,500円
大人：2,500円
小人：1,500円（4歳～高校生）
- 問い合わせ先
諫早文化会館芸術鑑賞会 ☎25-3910



第12回諫早市長杯新春親善 ミニソフトバレーボール大会参加者募集



- とき／2月11日(土) 9時～
- ところ／小野体育館、森山スポーツ交流館
- 参加資格／諫早市民に限る
- チーム編成
①女子の部（4人）
年齢によりA・Bブロックに分ける（65歳以上の男性も参加可）
②混成の部（男1人・女3人）
③男子の部（4人）
ただし、参加申込が8チーム未満の場合はとりやめます（男子が不足する場合は女子でも可）。
※選手は5人まで登録できます。
- 参加費／1チーム2,000円（保険料含む。当日徴収）
- 申込期間／1月6日(金)～23日(月)
- 申込方法／市スポーツ振興課および各支所、各体育館など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）に必要事項を記入の上、市スポーツ振興課または各支所地域総務課へ提出
- 問い合わせ先
市スポーツ振興課 ☎22-2543

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶初日の出観望会

有明海、雲仙を望むコスモス花宇宙館から初日の出を見ませんか？

■とき／1月1日(日) 6時～9時

※温かいぜんざいをご用意しています(先着100人)

※悪天候や路面凍結の場合は中止

▶アート未来長崎支部 諫早移動展

■とき／1月4日(水)～2月5日(日)

■内容／国内外から出品されたさまざまな様式、種類の美術作品約50点を展示

※観覧無料。月曜休館。2月5日(日)は15時まで

▶指で描くパステルアート教室 ～雪～

■とき／1月8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

▶おりがみ教室 ～門松～

■とき／1月8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

▶押し花カードづくり体験 ～バレンタイン～

■とき／1月29日(日)

10時30分～12時30分、14時～16時

■対象／小学生以上(小学校低学年は保護者同伴)

■定員／各10人(予約優先) ■材料代／1,000円

▶はりがねアート教室 「鶏」

■とき／1月9日(月)

14時～15時、15時20分～16時20分

■対象／5歳以上(小学3年生以下は保護者同伴)

■定員／各10人(予約優先) ■材料代／200円

▶たのしい科学教室 ～静電気実験「びりりん」～

■とき／1月14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

▶年末年始の休館日・閉館時間のお知らせ

12月28日(水)	12時まで
12月29日(木)～1月3日(火)	休館
1月4日(水)	17時まで

高来東児童館 ☎32-5858

▶ぜんざい会

■とき／1月7日(土) 14時～

■対象／小学生(定員15人)

■参加費／無料 ■持ってくるもの／お餅



高来西児童館 ☎32-5204

▶きなこもち作り

■とき／1月14日(土) 14時～

■対象／小学生以上(定員15人) ■参加費／無料

ひとひと 女・男フォーラム in たらみ 2016

■とき

1月22日(日) 14時～15時30分(13時30分開場)

■ところ／多良見体育センター

■テーマ

「地域の笑顔を育てる主人公になろう
～イキメンが地域を変える～」

■講師／NPO法人ファザーリング・ジャパン代表
安藤哲也さん

■定員／先着100人 ※事前申込不要

■問い合わせ先

多良見地域女・男フォーラム実施委員会
☎43-1111

諫早図書館 ☎23-4946

▶映画上映会

■とき／1月11日(水) 14時～ ※入場無料

■ところ／諫早図書館1階 展示ホール

■内容／「一命」(2011年 日本 127分)

たらみ図書館 ☎43-4611

▶ミニコンサート

■とき／1月21日(土) 11時40分～12時10分

■ところ／たらみ図書館 海のホール

■内容／どなたでも幅広く
楽しめるミニコンサート

※入場無料

▶映画上映会

■とき／1月27日(金) 15時～

■ところ／たらみ図書館 海のホール

■内容／「クリーン」

(2004年 フランス・イギリス・カナダ 111分)

※入場無料

▶工作のじかん「みかんのおもしろいむきかた教室」

■とき／1月29日(日) 14時～15時

■ところ／たらみ図書館 創作室

■内容／みかんの皮で動物などをつくります

■対象／幼児・小学生(幼児は保護者同伴)

■定員／15人

※要申込(1月5日(木)10時～受付開始)



諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶民俗講座『正月の行事』

■とき／1月22日(日) 13時30分～15時

■ところ／美術・歴史館2階 研修室

■内容／「門松は何のためにたてるのか」「雑煮を食べるのはどうして」についてお話しします。

■講師／川内知子(美術・歴史館専門員)

■定員／30人

※受講無料。事前申込は不要です。

有喜公民館 ☎28-3110

▶手打ちうどん講座



日 1月15日(日) 9時30分～11時30分
場 有喜ふれあい会館
内 プロのうどん作りを学びます
対 成人 定20人 申 1月10日(火)
料 200円程度

▶人形劇講座

日 1月21日(土) 9時30分～11時
場 有喜ふれあい会館
内 人形劇を鑑賞し、子どもの感性を養う
対 小学生 (低学年は保護者同伴)

西諫早公民館 ☎26-1500

▶リンパでリフレッシュ (託児付)

日 1月25日(水) 13時30分～15時30分
場 西諫早公民館
内 マッサージによりリンパ液の流れを活性化させ、心身のリフレッシュを図る
対 女性 定30人 申 1月10日(火)

本野公民館 ☎26-0270

▶クリスタルサウンドで心と身体に癒しのひと時を…♪

日 1月11日(水) 10時30分～12時
場 本野ふれあい会館
内 クリスタルボウルの波動と心地よい音色にゆったりとした時間をお楽しみください☆心と身体が癒されますよ！

対 成人 定14人 申 1月5日(日)
持 ヨガマットかバスタオル・飲み物

▶お菓子づくりの初心者さん歓迎♪ 恵方ロールケーキ作り



日 2月3日(金) 9時30分～12時30分
場 本野ふれあい会館
内 今年の節分は手巻きケーキ♪
対 女性 定16人 申 1月12日(木)
持 マスク・エプロン・三角巾
※材料代負担有

小栗公民館 ☎22-1533

▶プロ伝授！レンコンを使った郷土料理 (託児付)

日 1月25日(水) 9時～13時
場 小栗ふれあい会館
内 プロの料理人がおいしい郷土料理の作り方を伝授します
対 女性 定20人 申 1月10日(火)
持 エプロン・三角巾
※材料代など負担有

▶中学校：知って得するポイント

日 1月27日(金) 19時～21時
場 小栗ふれあい会館
内 元校長が語る中学校生活を充実させるコツ
対 成人・高齢者 持 筆記用具

小野公民館 ☎22-0264

▶野鳥に出会える！？

諫早干拓地ウォーキング (森山編)

日 1月18日(水) 9時15分～13時
場 小野ふれあい会館集合
内 当時の石垣堤防、明六開、明十六開、諫早干拓地、大島などを訪れます
対 成人 定20人 申 1月11日(水)
料 200円程度 持 水筒
※雨天順延。公用バス利用。動きやすい服装と靴で

▶知っ得！子育てパパママ講座 ～パパも育児を楽しむ方法～

日 1月27日(金) 19時～21時
場 小野ふれあい会館
内 パパとママに分かれて情報交換し、一緒に楽しく子育てするヒントを見つけましょう



対 親子 (未就学児) 定20組
申 1月19日(木) 料500円程度
持 筆記用具

▶米粉を使ったもちり食感の「手打ちうどん」

日 2月14日(水) 10時～13時
場 小野ふれあい会館
内 打ったそばから即、食べられるうどん作り。うま味たっぷりのだしでいただきます(小麦も使用)
対 成人 定16人 申 1月19日(木)
料 600円程度
持 エプロン・三角巾・タオル・飲み物

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 1月11日(水) 10時～16時
場 中央公民館
内 思い出が詰まった壊れたおもちゃをおもちゃドクターが修理します
※部品代は実費負担

▶バードウォッチング講座



日 1月12日(木) 9時～15時
場 中央公民館集合
内 雲仙諏訪の池のビジターセンターを訪れ、水辺の野鳥の生息をウォッチングします
対 成人 定20人 申 1月5日(日)
料 1,000円 (昼食代・保険料)

▶健康アップクッキング講座



日 1月18日(水)・25日(水) (全2回)
10時～12時
場 中央公民館
内 バランスの良い食事を基本に、おいしく体に良い料理を作ります
対 成人 定20人 申 1月10日(火)
料 600円

田結公民館 ☎49-1111

▶フライパンでちぎりパン作り



日 1月21日(出)・28日(出) (全2回)

10時～12時

場 田結公民館

内 オープンも型も使わずフライパン
ひとつでおいしいパンを作ります

対 成人 定15人 申 1月11日(水)

※材料代負担有

▶桜の季節に一足早い桜もち作り



日 1月25日(水) 10時～12時

場 田結公民館

内 一足早く桜もちを作ります。ピー
ナツ豆腐とようかんも作ります

対 成人 定20人 申 1月11日(水)

※材料代負担有

高来公民館 ☎32-2111

▶布ぞうり作り

日 1月16日(月)・17日(火) (全2回)

9時～12時

場 高来会館

内 布ぞうりを作って健
康維持を図ろう!



対 成人 定15人 申 1月10日(火)

料200円 持 古布

高来西公民館 ☎32-3126

▶相続と遺言について

日 1月26日(木) 10時～11時30分

場 高来西ゆめ会館

内 諫早公証役場によるトラブル防止
などのお話

対 成人 定20人 申 1月12日(木)

小長井公民館 ☎34-2201

▶おはなし会

日 1月14日(出)

14時～14時30分

場 小長井文化ホール

内 絵本の読み聞かせ

対 幼児・小学生



▶手軽にできるパンづくり

日 ① 1月26日(木) 13時30分～16時

② 2月9日(木) 9時30分～12時

③ 2月16日(木) 9時30分～12時

(全3回)

場 たらみ会館

内 ①フライパンでも焼ける平パン

②流行のちぎりパン

③揚げたら最高カレーパン

対 成人 定12人 申 1月16日(月)

料2,200円 (3回分)

伊木力公民館 ☎44-1002

▶おいしい!おいしい!お菓子づくり



日 1月28日(出) 10時～12時

場 多良見多目的研修館

内 家庭でできるクレープづくりに
チャレンジ!

対 親子(小学生) 定10組

申 1月13日(金) 料 1人600円程度

森山公民館 ☎36-1116

▶水彩色鉛筆講座

日 1月31日(火)、

2月7日(火)・

14日(火)・21日(火)

(全4回)

13時30分～15時30分

場 森山公民館

内 水彩色鉛筆画を初めて描く人もそ
うでない人も自分のペースで楽し
める講座です

対 成人 定20人 申 1月17日(火)

持 水彩色鉛筆・絵筆

※材料代負担有



飯盛公民館 ☎48-0049

▶魚調理講習会(託児付)



日 1月16日(月) 9時30分～12時

場 飯盛ふれあい会館

内 魚のおろし方の実技指導など

対 成人 定20人 申 1月6日(金)

※材料代負担有

長田公民館 ☎23-9024

▶女性のための

らくらく体幹トレーニング



日 1月19日(木)・26日(木)、2月2日(木)・

9日(木)・16日(木) (全5回)

13時30分～15時30分

場 長田みのり会館

内 全身引き締め効果・基礎代謝アッ
プを目指す運動。無理なく楽しく
体を動かしてみませんか?

対 女性 定20人 申 1月12日(木)

料1,450円程度

▶きらっと長田塾

「飯盛方面史跡探訪」



日 1月31日(火) 9時～14時

場 長田みのり会館集合

内 飯盛方面の史跡を巡ります

対 成人 定20人 申 1月16日(月)

料1,150円程度(昼食代など)

▶料理教室「大村寿司」

日 2月1日(水) 10時～13時

場 長田みのり会館

内 減塩、減糖のおいしい寿司作り

対 成人 定15人 申 1月23日(月)

料750円

多良見公民館 ☎43-0049

▶温故知新!古文を楽しむ(Ⅱ)

日 1月21日(土)・28日(土)、2月4日(出)

(全3回) 10時～12時

場 たらみ会館

内 歌物語をひも解く…伊勢物語

対 成人 定15人 申 1月10日(火)

料100円(3回分)

▶明生大学<第7回>

日 1月26日(木)

10時～12時

場 たらみ会館



内 大いに笑っていただきます。爆笑
劇団「どんぐり一座」公演と懐か
しい16ミリ映画の上映会

対 成人・高齢者



なが〜い唐比れんこんにビックリ

11月6日、森山町で唐比れんこんの収穫体験が行われました。唐比れんこんはホクホクとした食感と粘り気が特徴。収穫量が少ないことから「幻の唐比れんこん」と呼ばれています。収穫は全て手作業で、参加者たちは泥だらけになりながら、丁寧に土の中のれんこんを掘り出していました。



いつもお仕事ありがとうございます

11月21日、勤労感謝の日を前に、諫早幼稚園の皆さんが宮本市長に花束や手作りのプレゼントを贈りました。「いつもお仕事ありがとうございます」と園児からの感謝のこぼれに、市長もニコリ笑顔。会話も弾み、和やかな雰囲気になっていました。



箏曲を奏で 遺徳を顕彰

現代箏曲の開祖で名曲「六段の調」の作曲者である八橋検校と、その恩師慶巖寺第4代住職玄忍上人の遺徳を偲び、11月13日、慶巖寺で、「六段まつり」が開催されました。諫早、大村、長崎、南島原から約120人の箏曲演奏家が一堂に会し、7曲を献曲。箏、三味線、尺八の音色が秋空に響き、日本の美しい芸能である邦楽の素晴らしさを体感できました。（市民記者 永池）



今年は光の新幹線♪

11月12日と13日、市役所前中央交流広場では、「ライトピアスペシャルナイト」が開催。今年は九州新幹線西九州ルート（長崎ルート）開業を盛り上げようと、新しいJR諫早駅から発車する新幹線が1万個もの灯明で表現され、浮かび上がった赤やオレンジ色の幻想的な雰囲気に、訪れた皆さんは大きな歓声を上げていました。



心をこめて音楽を♪

諫早文化会館で「諫早市幼稚園・小・中学校音楽会」が開催され、11月10日は、西部地区の小学校14校が参加。和太鼓や合唱、合奏を発表しました。この日のために、一生懸命練習を重ねてきた皆さんは、みんなと気持ちを1つにし、心のこもった演奏を披露。会場から大きな拍手が送られていました。



冷たい雨の中を駆け抜ける！

11月27日、「第26回山茶花高原ロードレース大会」が山茶花高原周回コースで開催されました。市内外より小学生から60代の大人まで、約700人のランナーが参加。降りしきる雨の中、「ファイト！ファイト！」と沿道からの大きな声援を受けながら、選手たちは力強く走り抜けていました。（市民記者 田崎）



今年も甘いよ！伊木力みかん

11月20日、「伊木力みかん収穫祭」が開催されました。メイン会場のことのもみ伊木力選果場では、みかんの重量当てクイズや地元バンドによる演奏、手打ちそばの試食、つきたてお餅の無料配付などが行われ、多くの人でにぎわいました。大村湾を一望できる体験農園には、たくさんの家族連れの皆さんが、丹精込めて作られた伊木力みかんの収穫を楽しみました。今年の伊木力みかんも糖度たっぷり。皆さんは、とれたての甘いみかんを味わっていました。

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！



大女優の登場に歓声♪

11月27日、諫早文化会館で「市川森一記念文化講演会」が開催。女優の佐久間良子さんが「女優として 母として」をテーマに故・市川森一さんの妻で女優の柴田美保子さんとの対談形式による講演を行いました。仕事や家族への思い、市川さんとの思い出などを語り、会場の皆さんは興味深そうな様子で耳を傾けていました。



全国初挑戦から4年目の快挙！

11月22日、第16回全国障害者スポーツ大会「希望郷いわて大会」車椅子バスケットボール競技で初優勝を果たした市内在住の立川光樹選手、山田洋一選手、城塚良三選手が、宮本市長へ優勝を報告。市長は「この優勝を契機に、“車椅子バスケは長崎県”だと言われるよう、これからも頑張ってください」とエールを送りました。

原爆被爆者健康診断

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。

	とき	ところ
1月6日(金)	9時30分～11時	飯盛ふれあい会館
	13時～14時	田結公民館
1月24日(火)	9時30分～11時	多良見多目的研修館
	13時～14時	大草集落センター
1月25日(水)	9時30分～11時	多良見体育センター
	13時～14時	
1月26日(木)	9時30分～11時	多良見体育センター
	13時～14時	

■問い合わせ先／長崎県健康事業団 ☎43-7131

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(1月)
10日(火)、20日(金)、23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



第8回いのちをつなぐ食育祭 in 諫早

■とき／1月9日(月) 9時30分～

■ところ／諫早文化会館

■テーマ

食の大切さを子どもにつなげよう

■内容

【ステージイベント】

○講演「人も野菜もこんなに元気になれる！おもしろ菌ちゃん生活法」

講師：NPO法人大地といのちの会 理事長 吉田俊道さん

○上映会・講話

①ドキュメンタリー映画「その後のはなちゃんのみそ汁」
「いただきます みそを作るこどもたち」

②「はなちゃんのみそ汁」原作者・西日本新聞社編集委員
安武信吾さんと安武はなさんによる講話



【出展ブース】

○元気人参ジュース無料試飲会

○生ごみリサイクル元気土づくりコーナー

○味噌づくり体験(定員30人 要予約)

○食育講座 ○食の展示・販売会

○抽選会

○けずり節体験コーナー

○みそ汁試飲コーナー

■入場料／大人 499円(前売400円)

小・中・高校生 200円(前売100円) ※小学生未満無料

※味噌づくり体験は別途費用が必要

■問い合わせ先

NPO法人いさはや大地といのちの会(小林さん)

☎22-1672



あなたのお口の中は大丈夫ですか？

市では、いつまでも自分の歯を保ち、おいしく食べることができるよう、歯周病予防を目的に検診を実施しています。ぜひ、この機会を活用ください。

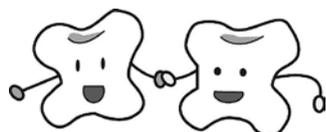
歯周病は全身の健康に悪影響をおよぼします

○歯周病は動脈硬化を悪化させ、心疾患や脳血管障害を引き起こす可能性があります。

○歯周病は糖尿病の合併症ですが、相互に悪影響をおよぼしています。

○歯周病は早産、低出生体重児や関節リウマチのリスクを高めます。

○高齢になり食事で「むせる」ことが多くなると誤嚥による肺炎を引き起こしやすくなります。



成人歯科検診のご案内

■対象者／40歳・50歳・60歳(平成29年3月31日現在)

■検診内容／問診、歯周組織検査

■受診方法

①指定の歯科医院へ直接予約します。

②検診を受けた後、結果の説明があります。

■実施期限／平成29年3月31日(金)

■受診者負担金／400円

詳しくは、健康福祉センターへおたずねいただくか、市ホームページを検索！

お口の健康	検索
-------	----

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700

1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／15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)

10日(火)	健康福祉センター	北部
17日(火)	健康福祉センター	中央
24日(火)	多良見体育センター	西部
31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
16日(月)	9時30分～10時	森山保健センター
24日(火)	13時30分～14時	多良見体育センター
30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／18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／12日(木) 13時～15時
- ところ／市民センター
- 問い合わせ先／認知症の人と家族の会 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…倦怠感を感じたら
- 火…痔核の治療と予防
- 水…こどもがインフルエンザにかかったら
- 木…目の乾燥する病気
- 金…不安神経症
- 土・日…腎不全と透析

※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

7日(出)	9時～11時30分	健康福祉センター
14日(出)		長田みのり会館
21日(出)		飯盛支所

【ニュースポーツ教室】(ペタンク) ※雨天中止

23日(月)	9時30分～11時	眼鏡橋前芝生広場
--------	-----------	----------

【のんこ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 ※2日・9日除く	13時30分～15時	飯盛ふれあい会館
毎週水曜日 ※4日除く	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	13時30分～15時	小野体育館
毎週金曜日 ※20日除く	20時～21時30分	高来会館

【のんこ体操】(低体力者向けの体操) ※要事前申込

毎週水曜日 ※4日除く	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
9日(月)・16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



投稿大募集

皆さんからの投稿をお待ちしています。掲載させていただいた場合は図書カードをプレゼント(ペンネーム・匿名の掲載もできます)します。

○ご家庭の簡単レシピ

ご家庭の定番おかずや子どもの好きなおやつなど、手軽に作れるレシピを教えてください!

○わたしの宝物

皆さんの思い出が詰まった「宝物」。写真とまつわるエピソード(お話)をそえてお送りください。

○フォトギャラリー

まちの話題やできごと、地域で行われた行事などを紹介しています。写真と記事をお送りください。

●送付先

〒854-8601 諫早市役所秘書広報課(住所不要)
(☎22-1500、FAX23-6031)



もはろ保育園



[DATA]

定員／90人
住所
赤崎町212-1
(☎22-2911)

昭和33年1月に開園。園舎は、山を背にのどかな田園風景が広がる場所にあります。緑豊かな環境で、元気いっぱいに遊んでいるという子どもたち。郷土芸能「掛けうち」の練習をしたり、サッカーやスイミング教室など、さまざまなことに挑戦しています。今回おじゃましたのは、ちょうど茶道教室の日。お茶の点て方など、礼儀作法を真剣な様子で学んでいました。おそろいのエプロンを身に着け、みんなでハイポーズ！ 素直で明るい子どもたちです。

食改さんの かんたんレシピ

簡単蒸し煮

諫早支部 中央中・南地区が考えたレシピです



【材料】 2人分

1人分：133kcal

- 白菜……………300g
- ニンジン……………80g
- まいたけ……………50g
- 豚肉薄切り……………100g
- 塩・こしょう……………少々
- 水……………50cc

そのまま
食べても
GOOD!



【作り方】

- ①白菜は3cm位に切る。ニンジンはピーラーで薄くそぐ。まいたけは手で食べやすい大きさにほぐしておく。豚肉は1枚ずつ広げ5cm位の長さに切る。
- ②少し厚めの鍋に半分量の白菜、豚肉、まいたけ、ニンジンの順で重ね、残りの半分量を同じ順番で重ねる。
- ③上から塩・こしょうをふり、水を加え、落し蓋をして蒸し煮にする。
- ④豚肉の色が変わり、全体に火が通ったらできあがり。お好みでぼん酢やごまダレなどをかけて召し上がれ♪



Vol.68

- 多良見支所
- 森山支所
- 飯盛支所
- 高来支所
- 小長井支所

- ☎0957-43-1111
- ☎0957-36-1111
- ☎0957-48-1111
- ☎0957-32-2111
- ☎0957-34-2111



◇諫早市公式フェイスブック
「諫早日和」

自治体情報
Information from Municipalities in Nagasaki Prefecture
NBC d data放送

3SUNひろば
(月)~(木)10時-12時-19時-22時
Isahaya 3SUN TV 週刊スポーツハイライト
諫早ケーブルテレビ (金)~(土)10時-12時-19時-22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 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