

広報

# いさはや



## 初夏の観賞は早起きがおすすめ — 唐比ハス園 (森山町) —

シャクナゲや菖蒲、コスモスなど、たくさんの花が楽しめる諫早。最近、ブログなどで取り上げられ、人気急上昇のフラワースポットが、森山町の『唐比ハス園』です。約2haの広大な敷地に多くの花々が咲き乱れます。

今年も色とりどりのアジサイ、睡蓮、少し早めでしたがハスの花も開花していました。公園名にもなっているハスの花はこれからが見ごろ。7月1日には恒例の『第15回唐比ハス祭り』も開催されます。朝咲きのハスの花は7時から9時ごろが最高の開花タイミングだと言われています。早起きしてぜひご覧ください。ステキな和菓子のように愛らしい睡蓮の花も必見ですよ♪

市政トピックス	02
諫早夏物語 (アウトドア情報)	04
今、考える実践的防災	08
くらしの情報	14
イベント情報	24

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
あおぞら保育園・おすすめレシピ	32

# がんばれV 2018 SEASON



5月12日第14節名古屋グランパス戦3-0勝利!

7

月のホームゲーム

場所：トランスコスモススタジアム長崎

●明治安田生命 J1リーグ第16節

18日(水)

19:00

キックオフ

VS ヴィッセル神戸

## 西諫早産業団地への進出が決定しました

久山町の西諫早産業団地に「株式会社大川原製作所」の進出が決定しました。

(市産業誘致課)

### 株式会社大川原製作所

立地協定締結 平成30年4月26日

業務の内容 医療・食品・化学・環境関連装置の製造、販売

分譲面積 9,700.07㎡

本社所在地 静岡県榛原郡吉田町神戸1235

操業開始時期 平成32年2月(予定)



## 平成29年度情報公開制度、個人情報保護制度の施行状況

平成29年度における「情報公開制度」および「個人情報保護制度」の施行状況がまとまりました。情報公開条例に基づく公開などの請求件数は164件、個人情報保護条例に基づく開示などの請求件数は8件、市政情報コーナーを利用した人は延べ151人でした。

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

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

(市総務課)

### ■情報公開決定などの状況

区分	情報公開制度		個人情報保護制度	
	件数	(率)	件数	(率)
全部公開(開示)	155	(94.5%)	3	(37.5%)
部分公開(開示)	5	(3.1%)	3	(37.5%)
非公開(非開示) (不存在、存否応答拒否等を含む)	1	(0.6%)	2	(25.0%)
取り下げ	3	(1.8%)	0	(0.0%)
合計	164	(100.0%)	8	(100.0%)

### ■情報公開制度、個人情報保護制度に係る不服申立ての状況

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

## 夏の省エネにご協力をお願いします

今夏の九州電力管内の電力需給は、安定供給に必要な最低限の電力は確保できるとのことですが、引き続き家庭や職場での省エネへの取り組みが重要になります。

7月1日から9月30日までの間、生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲での省エネをお願いします。

特に電力需要が高くなる時間帯（13時から17時）は、重点的な省エネにご協力ください。省エネは、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人ひとりの省エネがCO<sub>2</sub>削減に、ひいては地球温暖化防止に貢献しますので、皆さんも積極的な省エネにご協力をお願いします。（市環境政策課）



### 家電など上手に使い、省エネを！

#### エアコン

- 設定温度は28℃を目安に
- 運転時間を1時間減らす
- 扇風機を併用して空気の流れを循環させる
- 外出時は、カーテンを閉めて室温上昇を抑える
- 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
- フィルターは月に1、2回掃除を
- 室外機にも日除けを。また、吹出口近くに物を置かない



- 設定温度を中～弱に
- 扉の開閉を少なく
- 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
- 保冷カーテンを利用する
- 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（間隔を空けなくてもよいタイプもあります）



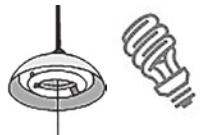
#### 冷蔵庫

#### テレビ

- 消すときは主電源を切る
- 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
- 音量を抑える
- 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（つけっぱなし防止）



- 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



#### 照明器具

#### 待機電力

##### 待機電力の多い主な家電製品

- ・ 外付モデム 7.3W
- ・ ガス瞬間給湯器 7.1W
- ・ パソコンネットワーク機器 5.9W
- ・ F A X 付電話 3.4W
- ・ 充電式掃除機 2.8W



※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。使用してい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。

- 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



#### タイマーの活用

※詳しくは各機器の取扱説明書をご覧ください。

#### 家の中での熱中症にご注意ください

- ・ 無理な我慢はせず、エアコンや扇風機を上手に利用しましょう
- ・ 涼しい衣服を着るなど衣類で調整しましょう
- ・ こまめに水分補給に心がけましょう

#### 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（冷やしすぎ防止）
- 温水洗浄便座の温度は低めに（フタも閉める）
- 掃除の前には部屋の片付けを。簡単な掃除は、ほうきや雑巾がけで（掃除機の使用時間短縮）
- 洗濯物はまとめ洗いを（容量の8割を目安に）
- 打ち水をしたり、窓によしずをかけたりも効果的
- 窓辺でヘチマやゴーヤ、朝顔などのつる性の植物を育てて、グリーンカーテンを作ると日射しを遮ることができ、室温上昇を抑えることもできます



# 夏物語

INFORMATION



高原

## いこいの森たかき

「いこいの森たかき」は、テニスコート、プール、遊具などがある森林公園です。展望広場からの諫早湾や普賢岳の眺めは絶景！いこいの森たかきで楽しんだ後は、いこいの村長崎で食事や入浴をお楽しみください。

### ■問い合わせ先

市商工観光課またはいこいの村長崎 ☎32-2902

## 富川万年の森

清流



富川万年の森には、富川渓谷を中心にバンガローや森の吊橋、展望台などがあります。大自然の中で家族や友人と楽しいひとときを過ごしてみませんか。

### ■料金

バンガロー（3棟）

○宿泊（16時～翌日10時）1棟1泊 10,000円

○休憩（10時～16時）1棟1時間 500円

※その他詳細については、管理人にお尋ねください。

### ■問い合わせ先

管理人（小川さん） ☎090-4993-0781

海

## 有喜UKIビーチ

■開設期間 7月14日(出)～8月19日(日)

■遊泳時間 9時～17時30分

■主な施設 休憩施設、更衣室、温水シャワー、駐車場

### ■問い合わせ先

市林務水産課または有喜UKIビーチ管理棟 ☎28-6150

## 結の浜マリパーク

海



穏やかな波と美しい砂浜が魅力のビーチで、県内トップクラスの規模と集客数を誇ります。施設内にはキャンパススペースもあり、オートキャンプなどが楽しめます。オートキャンプなどの予約受付は、結の浜マリパークで行っています。

■開設期間 7月14日(出)～8月19日(日)

■遊泳時間 9時～17時30分

■主な施設 休憩施設、更衣室、温水シャワー、駐車場、キャンプ場

### ■問い合わせ先

結の浜マリパーク ☎48-2213

飯盛支所産業建設課 ☎48-1111

高原

## 修多羅の森

林道多良岳横断線、通称「多良岳グリーンロード」沿い（高来町小江地区）にある修多羅（すだら）の森。眼下には諫早湾、その先には雲仙・普賢岳を望むことができます。森の一角には名水が湧き出る「水神池」があり、涼しげな空気が漂います。森林浴で心と体のリフレッシュをされてはいかがでしょうか。

■問い合わせ先／市林務水産課

## 轟峡・キャンプ村

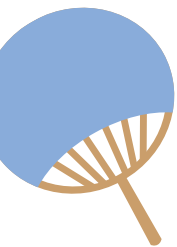
清流



名水百選選抜総選挙「景観が素晴らしい名水部門」において、全国から選抜された20か所のうちから第5位に選ばれた轟峡には、大小さまざまな滝、自然プール、キャンプ村があります。滝の音が涼感を誘う轟峡へ家族や友人と出かけてみませんか。

### ■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



### 中央ふれあい広場プール（無料）

- 期間／7月1日(日)・7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日)・16日(月)、7月21日(土)～8月31日(金)
- 時間／10時～19時（8月14日・15日は10時～17時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）
- 問い合わせ先  
中央ふれあい広場体育館 ☎21-2668

### 西諫早ふれあい広場プール（無料）

#### ◎子どもプール

- 期間／7月1日(日)・7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日)・16日(月)、7月21日(土)～8月31日(金)
- 時間／10時～19時（8月14日・15日は10時～17時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）

#### ◎全天候プール

- 期間／～10月31日(木)
- 時間／①～7月20日（平日：13時～19時、土・日・祝日：10時～19時）②7月21日～8月31日（10時～20時）③8月14日・15日（10時～17時）④9月1日～10月31日（平日：13時～19時、土・日・祝日：10時～19時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）
- 問い合わせ先／西諫早ふれあい会館 ☎25-2100
- ※メンテナンスなどで休みになる場合もありますので、詳細は各施設へ直接お問い合わせください。

### 長田いこいの広場プール（無料）

#### ◎大地記念プール・子どもプール

- 期間／7月1日(日)～8月31日(金)
- 時間／①7月1日～20日（平日：16時～19時、土・日・祝日：10時～19時）②7月21日～8月12日（10時～19時）③8月14日・15日（10時～17時）④8月16日～18日（10時～18時）⑤8月20日～31日（10時～18時）
- 休み／毎週月曜日（祝日の場合は翌日）
- 問い合わせ先／長田みのり会館 ☎23-9077

### 小長井プール（無料）

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

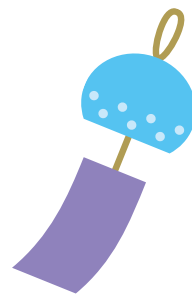


### 森山スポーツ交流館プール（有料）

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

### 県立総合運動公園わいわいプール（有料）

- 期間／7月14日(土)～8月30日(木)
- ※7月14日(土)は中学生以下は無料です！
- 時間／9時～18時（泳げる時間は17時45分まで）
- 休業日／7月18日(水)、8月1日(水)、15日(水)、19日(日)
- 料金／一般410円、高校生以下200円、幼児100円（3歳以下無料）
- 問い合わせ先／県公園緑地協会 ☎22-0129  
またはわいわいプール ☎23-0025



## 第17回諫早としょかんフェスティバル

諫早図書館と、図書館を中心に活動している25の団体でフェスティバルを行います。  
ステキな図書館で、赤ちゃんから大人まで、1日ゆっくりと楽しんでみませんか！

■とき／7月1日(日) 9時40分～15時30分

■ところ／諫早図書館、アエル商店街

■問い合わせ先／諫早図書館 ☎23-4946

### ピアノ広場

○9時40分～9時55分 ピアノ演奏

### 展示ホール（1階）

○10時～10時20分 オープニングセレモニー

○10時～15時30分

グループ紹介展示・布絵本展示（絵本の会）

○10時40分～12時、14時～15時30分

本の修理工程展示（ぶっくる）

○11時～12時、14時30分～15時30分

和とし本づくり（ぶっくる）※中学生以上

○12時～12時45分

ビブリオバトル

（長崎ウエスレヤン大学図書館）

○13時～13時45分

2人芝居『千々石ミゲルの謎』

（千々石ミゲル会・諫早）

○14時～15時30分

（児童カウンター受付13時30分～）

としょかんたんけん隊（諫早図書館）

### 図書館エントランス（1階）

○10時～14時

ブックリサイクル（諫早としょかん友の会）

### おはなしの部屋（1階）

○11時40分～12時10分

おはなし会（諫早おはなしの会）

### 録音室（1階）

○10時30分～12時、13時30分～15時30分

音訳録音体験（諫早コスモス音声訳の会）

### ふるさとの文人コーナー（1階）

○13時～14時30分

文人の部屋へようこそ～諫早ゆかりの作品の朗読など～（伊東静雄研究会）

### 視聴覚ホール（2階）

○10時30分～11時10分

紙芝居「花いっぱい」（あそびの森）

○11時10分～11時30分

合唱（諫早ジュニア合唱団）

○12時20分～13時50分

ようこそ！アンデルセンの世界へ

（諫早こども劇場）

### 集会室（2階）

○11時30分～14時

大学生がチャレンジする子ども英会話読み語り

（長崎ウエスレヤン大学図書館）

### 学習創作室（2階）

○10時30分～12時、13時～14時30分

乳幼児対象おもちゃ広場（ちいさな子どもの手遊び

とおはなし会①11時～②13時30分～）

ブックスタート展示（ゆめぼけっと）

### アエル1階イベント広場（商店街）

○11時～16時

七夕まつり・似顔絵・写真コーナー

小長井図書室 ☎34-2972

### 夏休み工作「ブックカバーを作ろう！」

好きな本にピッタリのブックカバーを作ります。

■とき／7月27日(金) 10時30分～12時

■ところ／小長井文化ホール

※定員30人（小長井図書室に申し込んでください）

※高さ20cm程度のお好きな本を持参ください。

高来図書室 ☎32-2395

### 平和のおはなし会「平和っていいな」

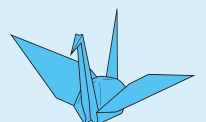
小学生を対象に、平和に関係した絵本のよみかたりと、折り紙で鶴を折ります。

■とき／7月28日(土)

14時～14時45分

■ところ／高来西ゆめ会館

1階和室 ※申込不要



飯盛図書館 ☎ 48-0518

### 夏休み子ども料理

- とき／7月25日(水) 10時～12時30分 ※参加費250円
- ところ／飯盛ふれあい会館 料理実習室
- 対象／小学生(低学年は保護者同伴) ■定員／16人
- 申込方法／7月1日(日)10時から飯盛図書館カウンターまたは電話で申込

※エプロン、三角巾、ふきん、お茶を持参

### 夏休み工作「マーブリングを楽しもう！」

- とき／8月1日(水) 14時～16時 ※材料代300円
- ところ／飯盛ふれあい会館 料理実習室
- 内容／不思議な模様でオリジナル作品を作ります
- 対象／小学生 ■定員／15人
- 申込方法／7月1日(日)10時から飯盛図書館カウンターまたは電話で申込

※汚れてもよい服装でお越しください。

西諫早図書館 ☎ 26-8607

### フェルトでつくろう♪オレンジ・コースター

- とき／8月3日(金) 14時～15時30分
  - ところ／西諫早公民館3階 視聴覚教室
  - 内容／ビタミンカラーのフェルトを使って、オレンジやレモンのコースターを作ります。
  - 定員／20人 ■対象／小学生
  - 申込／7月20日(金)10時から受け付けます。西諫早図書館カウンターまたは電話にてお申し込みください。
- ※フェルト用ボンドを持参

たらみ図書館 ☎ 43-4611

### 図書館で農業?! 第6弾!

#### 野菜の作り方講習会 ～秋蒔き、秋植え編～

- とき／7月6日(金) 13時30分～15時30分
- ところ／たらみ図書館 海のホール
- 講師／長崎西彼農業協同組合  
営農アドバイザー 前田博泰さん
- 定員／120人 ※要申込(図書エリア開館時間内にカウンターまたは電話受付)

### たらみ図書館ミニコンサート

- とき／7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 ※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

### たらみ図書館映画上映会

- とき／7月27日(金) 14時～
- ところ／たらみ図書館 海のホール
- 内容／「人生、ここにあり！」  
(2008年 イタリア 111分) ※入場無料

諫早図書館 ☎ 23-4946

### 諫早図書館上映会

- とき／7月18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／「にんじん」(2003年 フランス 90分)

### 手づくり絵本教室

世界でひとつだけの絵本を作ってみませんか。

- とき／第1回 7月25日(水) 14時～16時  
第2回 8月1日(水) 14時～16時
- ところ／諫早図書館
- 講師／絵本の病院ぶっくる、諫早図書館職員
- 対象／小学生以上で2日間とも参加できる人
- 定員／10人(申込者多数の場合は抽選)
- 申込方法

6月20日(水)10時から7月4日(水)まで受け付けます。諫早図書館カウンターまたは電話にてお申し込みください。※参加費無料。文房具など持参

### 諫早図書館シナリオ講座(第1回)

今回はオーディオドラマ(ラジオドラマ)に挑戦します。

- とき／7月29日(日) 11時～14時30分
- ところ／諫早図書館2階 視聴覚ホール
- 内容／前半「オーディオドラマの魅力を語る(講演)」  
後半「シナリオの書き方を学ぼう(初級・中級)」
- 対象／中学生～一般
- 申込方法／諫早図書館カウンターまたは電話

森山図書館 ☎ 35-2001

### こわーいおはなし会

暗いお部屋で、小学生向けの怖いお話をします。夜に開催しますよ～。保護者同伴でお願いします。

- とき／7月27日(金) 20時～
- ところ／森山図書館 和室 ※申込不要

### 手作り絵本教室

- とき／8月3日(金)、10日(金) 14時～16時
- ところ／森山図書館 和室
- ※2日間とも参加できる人
- ※定員15人(森山図書館に申し込んでください)

### 浜石で石ころアート

- とき／8月6日(月) 14時～
- ところ／森山図書館 映像ホール
- ※定員15人(森山図書館に申し込んでください)

### 夏季の開館時間を延長します

7月21日(土)～8月26日(日)の間、諫早図書館では、土曜日と日曜日の開館時間を通常の「10時～17時」から「10時～19時」に延長します。※市内の他の図書館・図書室は変更ありません。

# 昔の話じゃない。 諫早で、今、考えるべき、 実践的防災

今、できること → 事前の備えが重要です

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

これから迎える大雨や台風のシーズンを前に、家族と一緒に「そのとき」について、考えてみませんか。

## 家族で確認・話し合い

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

## 非常持ち出し品・備蓄品 チェックリスト

### 貴重品

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

### 情報収集用品

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

### 食料など

- 飲料水
- 非常食
- 粉ミルク・哺乳瓶(乳児に必要なもの)

### 便利品

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

### 衛生用品

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

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



# 情報の入手は？

いろいろな方法を利用することが大切です

## メールを受信したい

### 1. 諫早市防災メール（事前の登録が必要です）

防災情報をメールでお知らせします。

#### 【登録方法】

##### ■登録手順

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

※下記のQRコードを読み取ることで送信メールが作成されます。



docomo



au



Softbank

②「諫早市防災メール配信システム」から会員登録確認メール（変更・解除の場合は会員メニューメール）を受信

③入会確認メールの本文中にあるURLに接続

④「諫早市防災配信システム」から入会完了メールを受信で登録完了

■空メールを送ってもメールが返ってこないときは、下記のメールを受信できるよう設定を。

①city.isahaya.nagasaki.jp ドメインからのメール

②本文中にURLを含むメール

#### 配信先分類を登録できます

配信先分類（自治会）を登録すると、自治会単位でグループメールの受信ができます。グループメールは、自治会長など市が許可した方が、自治会連絡などを所属する会員あてに送信することができます。

※配信先分類に登録した場合でも、メールアドレスなどの個人情報を知られることはありません。

※既に防災メールに登録している人で、配信先分類（自治会）に登録したい場合は、「会員情報変更」で再登録。配信先分類は複数登録できます。

### 2. 緊急速報メール・エリアメール（緊急時のみ）

生命に関わる緊急性の高い情報を市内にある携帯電話（docomo・au・Softbank）に対し、一斉配信します。機種ごとに設定変更方法は異なります。

#### ■緊急速報メールで配信される情報

##### ○専用ブザー音

【気象庁】緊急地震速報

##### ○専用着信音（チャイム）

【気象庁】津波警報・大津波警報、特別警報

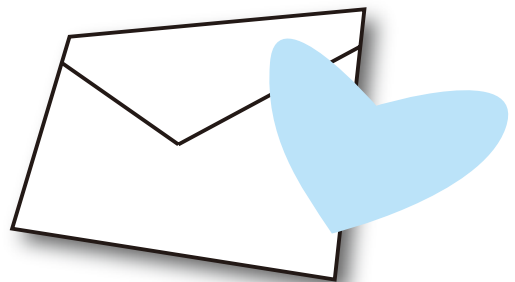
【国土交通省】本明川洪水情報

【消防庁】国民保護情報（弾道ミサイル情報、航空攻撃情報、ゲリラ・特殊部隊攻撃情報、大規模テロ情報）

【市】避難情報（避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急））

#### ■注意点

- ・メールの受信に係る登録や設定は不要です。
- ・マナーモードに設定していた場合でも、受信の際は着信音が鳴ります。
- ・通話中やパケット通信中、電波の受信状況が悪い場合や電源が入っていない場合などはメールが受信できない場合があります。また、機種によってはメールの受信履歴が残らないものがあります。



## 財布の中や定期券入れに…。携帯して安心！いさはや災害・救急時あんしんカード

災害や事故に備えて、「いさはや災害・救急時あんしんカード」を活用ください。

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

## 防災行政無線が聞こえにくい・・・

音声放送またはチャイム・サイレンでお知らせしている防災行政無線。

○防災行政無線（屋外スピーカー）がひどい雨など、天候によって  
聞き取りづらい。

○スピーカー放送の内容を**確認**したい。



そんなときはこちらへ！

フリーダイヤルなので無料です！  
『防災行政無線テレホンサービス』

**無料**

**☎ 0120-419-009**

内容によっては、テレホンサービスを行わない場合もありますので  
ご注意ください。

## エフエム諫早（レインボー FM）

F Mラジオ放送（周波数77.1MHz）でお知らせします。

※緊急の場合は、市が直接放送を行います。

## ファクス送信

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

## 諫早市公式ホームページ

トップページに「緊急情報」として掲載します。

## 公式 facebook（諫早市防災）

防災メール配信内容のほか、気象情報・注意報や台風情報などを掲載します。

## データ放送（NBC・諫早ケーブルテレビ）

テレビのデータ放送から、市の防災情報を確認できます。

## 第10回 諫早大水害を語り継ぐ

本明川を語る会主催の「第10回諫早大水害を語り継ぐ～7月25日を忘れない～」が開催されます。

今年は、体験者談をはじめ、大水害の記録映画上映、朗読や合唱、劇が予定されています。

■とき／7月21日(出)13時～15時30分  
(12時30分～受付)

■ところ  
諫早市民センター  
※入場無料

■問い合わせ先  
本明川を語る会 中野さん  
☎25-1753

## 切って折りたたんで携帯しましょう！いさはや災害・救急時あんしんカード

市総務課、各支所地域総務課、各出張所で入手可。市ホームページからもダウンロードできます。

かかりつけ病院	病院名		
	( ) 科	電話( ) -	
常用薬	病院名		
	( ) 科	電話( ) -	
持病			
アレルギー	障害状況	身体(肢・視・聴覚)	知的・精神
緊急連絡先	氏名	電話( ) -	
	(続柄)	携帯( ) -	
	氏名	電話( ) -	
その他(伝えたいこと・必要な援助・家族の決まりごと など)	(続柄)	携帯( ) -	

●このカードには多くの個人情報に記載されますので、ご自身の判断と責任においてご利用ください。

**長崎県 諫早市**

# いざ避難…いつ？どこに？どうやって？

得た情報をあなたの「動き」につなげよう

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

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

## サイレンについて

避難予告信号	サイレン信号	約5秒 —	約15秒 休止	約5秒 —	約15秒 休止	くりかえし
避難信号	サイレン信号	約60秒 —	約5秒 休止	約60秒 —	約5秒 休止	くりかえし

## 避難するときに心がけること

- ①避難する前に火の元を確かめて
- ②ヘルメットなどで頭を保護
- ③荷物は最小限（非常持ち出し品）に
- ④外出中の家族には連絡メモを残す
- ⑤履物は、ひもで締められる運動靴がよい
- ⑥お年寄りや子どもの手はしっかり握って
- ⑦歩ける水の深さは、ひざの高さまでが限度（流れが速いと20cmの深さでも危険）
- ⑧洪水時は長い棒を杖がわりに
- ⑨避難場所へ移動するときは狭い道、塀ぎわ、川べりなどは避ける

避難信号が鳴ったときは、直ちに生命を守る最低限の行動を！

## 災害時の連絡先

災害が発生しそうなきや発生したときは連絡を！

諫早市役所 総務課 ☎22-1500  
 多良見支所 地域総務課 ☎43-1111  
 森山支所 地域総務課 ☎36-1111  
 飯盛支所 地域総務課 ☎48-1111  
 高来支所 地域総務課 ☎32-2111  
 小長井支所 地域総務課 ☎34-2111  
 諫早消防署 ☎22-0119  
 諫早警察署 ☎22-0110

# 覚えておきたい「そのとき」のため

必ず役に立つ、もしもの時の判断基準

## 気象情報に注意

気象庁が発表する注意報や警報は、危険な状況を示す情報です。

情報を正しく受け止め、適切な行動ができるようにしましょう。

## 土砂災害の危険信号！

土砂災害の前兆として次のような兆候があれば要注意。避難を！

### ◎がけ崩れ（急な斜面で突発的に起こる）

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

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

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

### ◎地滑り（一度に広範囲の地盤が動き出す）

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

## 風水害が起こったら

### 【家の中では】

- ・浸水の危険がある場合は、2階以上の高い所へ

### 【家の外では】

- ・飛来物や立木が倒れるなどの危険があるので、近くの建物に避難する
  - ・川や海の近くでは、高台に避難する
  - ・がけ崩れや地滑りなどの危険がある所には、近づかない
- ※避難が必要なときは、慌てずに集団で行動し、水に足を取られないように注意しましょう。

## 避難のタイミング

- 浸水、がけ崩れ、土石流、地滑りなどの恐れがあるときは早めに自主避難
- 高齢者など避難に時間がかかる人は避難準備・高齢者等避難開始が発表されたとき
- 市から避難勧告が出たとき
- 大津波警報・津波警報・津波注意報が出たとき（ただちに付近の高台へ避難）

## 災害時伝言ダイヤル

災害時、通話がつながりにくくなったときに利用できます。

「171」をダイヤルし、音声に従って以下の手順で伝言の録音・再生を行います。

☎ 171

【録音】（電話番号は市外局番から）

- ①「1」をプッシュ
- ②電話番号をダイヤル

【再生】（電話番号は市外局番から）

- ①「2」をプッシュ
- ②電話番号をダイヤル



切れた電線は感電のおそれがあり大変危険です。絶対に触らず九州電力へご連絡ください。



傷ついたり、水につかった電気器具、コードは漏電や火災の原因となります。必ず電気店などで点検してください。（注）集中豪雨時等もご注意ください

※最新の停電情報は九州電力のホームページをご確認ください。

URL <http://www.kyuden.co.jp>

**【広域避難場所（指定緊急避難場所・指定避難所）】**

「広域避難場所」は、市が避難勧告などを行ったときに開設される比較的規模が大きい避難場所です。台風などで自主的に避難をする場合は、必ず市総務課へ開設状況を確認してください。

また、災害の種類により、開設できない避難場所がありますのでご注意ください。

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

地域	避難場所	地震	水害	土砂災害	高潮	津波	地域	避難場所	地震	水害	土砂災害	高潮	津波
諫早	諫早高校体育館（東小路町）		×				多良見	西陵高校体育館（化屋）					
	市体育館（東小路町）	×						多良見体育センター（化屋）					
	市民センター（東小路町）	×						喜々津東小学校体育館（シーサイド）					
	諫早商工会館ビル（高城町）							喜々津小学校体育館（中里）					
	中央ふれあい体育館（仲沖町）		×					喜々津中学校体育館（中里）					
	社会福祉会館（新道町）							のぞみ会館（木床）					
	新道福祉交流センター（新道町）	×						たらみ図書館（木床）					×
	諫早農業高校第1体育館（立石町）							多良見大草集落センター（野副）			×		
	諫早中央保育所（野中町）							大草小学校体育館（野副）			×		
	諫早幼稚園（野中町）							伊木力小学校体育館（舟津）					×
	上山小学校体育館（西小路町）							多良見多目的研修館（舟津）	×				×
	諫早商業高校体育館（宇都町）							琴海中学校体育館（舟津）					
	上山荘南館（宇都町）							佐瀬コミュニティセンター（佐瀬）		×			×
	北諫早小学校体育館（金谷町）							森山公民館（本村）	×				
	北諫早中学校体育館（城見町）						森山スポーツ交流館（下井牟田）						
	諫早東特別支援学校第2校舎（永昌東町）		×				唐比公民館（唐比東）						
	長崎ウエスレヤン大学千葉体育館（西栄田町）						諫早東高校体育館（杉谷）						
	鎮西学院高校笹森卯一郎記念体育館（西栄田町）						森山東小学校体育館（杉谷）			×			
	御館山小学校体育館（西栄田町）						いいもりコミュニティ会館（開）						×
	上諫早小学校体育館（本明町）						飯盛ふれあい会館（開）						
	みはる台小学校体育館（平山町）						月の港会館（後田）		×				×
	小栗小学校体育館（小川町）						飯盛体育館（平古場）						
	小栗ふれあい会館（小川町）		×				飯盛東小学校体育館（中山）						×
	長崎刑務所鍛錬場（小川町）						田結公民館（里）						×
	小野体育館（黒崎町）						高来会館（三部壱）						
	小野小学校体育館（宗方町）			×			湯江小学校体育館（三部壱）						
	有喜ふれあい会館（有喜町）						高来中学校体育館（小峰）						
	有喜小学校体育館（有喜町）			×			高来ふれあい会館（黒崎）						
	真津山小学校体育館（貝津町）						高来西ゆめ会館（峰）		×				
	西諫早公民館（山川町）	×					高来西小学校体育館（峰）						
	西諫早小学校体育館（馬渡町）						小長井おがたま会館（大峰）		×		×	×	
	真城小学校体育館（真崎町）						小長井文化ホール（小川原浦）						
	西諫早ふれあい会館（真崎町）						小長井田原体育館（小川原浦）						
諫早特別支援学校体育館（真崎町）						井崎公民館（井崎）							
真崎小学校体育館（白岩町）						遠竹小学校体育館（遠竹）							
本野小学校体育館（本野町）		×											
本野ふれあい会館（上大渡野町）													
長田いこいの広場（長田町）		×											

平成30年5月1日現在  
( )内前年同月比  
人口：135,612人 (- 950)  
男：64,027人 (- 407)  
女：71,585人 (- 543)  
世帯数：52,642 (+ 228)

お知らせ

国民年金保険料の納付が困難なときは免除申請を



収入の減少や失業などで国民年金保険料を納付することが困難なときは、申請して承認されると保険料の納付が免除・猶予となる制度があります(前年の所得額が一定額以下の場合に承認されます)。

承認を受けずに未納のまま放置すると、将来の年金額が減額となったり受給できなくなる場合があるほか、障害や死亡など不慮の事態が発生したときに障害年金や遺族年金を受給できない場合もあります。

免除・猶予対象期間は納付期限から2年を経過していない期間(申請時点から2年1カ月前まで)について、さかのぼって

申請できます。免除・猶予での年度は7月から翌年6月までで、平成30年度分は7月から申請できます。

申請に必要なもの

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

受付・問い合わせ先  
諫早年金事務所 ☎25・1662、市保険年金課または各支所地域総務課

介護保険料の決定通知書などを送ります

平成30年度介護保険料は、平成30年度の市民税が確定する平成30年6月に算定し、7月中旬に次のとおり「平成30年度介護保険料決定通知書」などをお送りします。



特別徴収対象者(年金からの差引きで納めていただく人)

「平成30年度介護保険料決定通知書」をお送りします。

普通徴収対象者(納付書または口座振替で納めていただく人)

「平成30年度介護保険料決定通知書」と「7月〜9月分の納付書」をお送りします。

※口座振替の人には納付書は送付しません。

なお、今年4月〜6月に65歳の誕生日を迎えた人や他市町村から転入されてきた人は、7月からしばらくの間、特別徴収に切り替わるまで納付書で納めていただきます。

保険料の納期限内納付について、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先  
市高齢介護課または各支所地域総務課

後期高齢者医療制度のお知らせ



被保険者証(保険証)および限度額適用・標準負担額減額認定書の送付

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

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

認定証についても、既に交付を受けている人で8月以降も引き続き対象となる人には、新しい保険証と同封でお送りします。※有効期限が過ぎた保険証および認定証は、細かく裁断し破棄していただくか、市保険年金課へご返却ください。

保険料の軽減措置

所得が少ない人の保険料については、世帯の前年の所得に応じて軽減されます。

また、後期高齢者医療被保険者の資格を取得した日の前日に、被用者保険(社会保険など)の被扶養者だった人は、保険料の所得割額はなく、世帯の前年の所得に応じて均等割額は9割、8・5割、7割軽減されます。

なお、これらの軽減措置については、あらためて手続きをしていただく必要はありません。※保険料の軽減割合や限度額適用・標準負担額減額認定証の自己負担限度額区分は所得に応じて変わりますが、その内容は保険証の送付時に同封するパンフレットに記載しています。

問い合わせ先

市保険年金課または長崎県後期高齢者医療広域連合  
☎095・816・3930

お庭・道路・駐車場などに  
**草こな一ず**<sup>®</sup>  
(防草材)

寒い時期、お庭の草刈り大変じゃないですか？  
当社の「草こな一ず<sup>®</sup>」は、  
草刈り作業の低減はもちろん  
駐車場の利用転換、道路の車幅確保など、  
多様な用途に利用できる防草材です。  
※草こな一ずは弊社の登録商標です。



その他 舗装・防草材シリーズ	
カタマ <sup>®</sup> SP	固まる簡易舗装材です。
ハニカムエース	歩行者や自転車・車イスにも安心安全！ 1枚から販売いたします。 (1枚約1㎡)

# マイナンバーカード普及推進キャンペーン

諫早市民を対象に、無料の写真撮影を行い、マイナンバーカードの申請をお手伝いします。

この機会にぜひ、マイナンバーカードを作ってみませんか。

本人確認書類（免許証、パスポートなど）をご持参ください。



## ■受付期間

7月2日(月)～8月31日(金) 9時～17時15分  
※土・日・祝日を除く

## ■受付場所

市民窓口課 マイナンバー窓口  
(市役所本館1階)

## ■問い合わせ先／市民窓口課

市県民税・固定資産税・都市計画税の納付をお忘れなく



## ■納期限

○市県民税・県民税(第1期分)  
7月2日(月)

○固定資産税・都市計画税(第2期分) / 7月31日(火)

※納付は市役所本館、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。

## ■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

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」「家族のことで悩んでいる」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

生活の困りごとや将来への不安など、相談者が抱える課題の解決策を専門員が一緒に考え、関係機関がかかわって具体的な支援プランを作成し、自立に向けたお手伝いを行います。

## ■住居確保給付金の支給

離職などによって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

(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

## ■問い合わせ先／市保護課

7月は「社会を明るくする運動」の強調月間です

## 犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ



「社会を明るくする運動」は全ての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で68回目となります。

市推進委員会は、この運動を推進するため大会を開催します

ので、市民の皆さんの多数のご参加をお願いします。

## ■行動目標

○犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築くための取組を進めよう

○犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう

## ■大会名

諫早市「社会を明るくし青少年を非行から守る」決起大会

## ■とき

7月17日(火) 15時30分～

## ■ところ

市民センター

## ■問い合わせ先

市福祉総務課

# 子ども支援基金

応募期間 2018年6月30日まで

対象 諫早・大村市在住の3歳～15歳の子ども及び保護者

納付金額 18万円(1.5万円/月)※返済不要



## 子どもたちの未来のために

成長期にある子どもたちの食育知育体育の促進や就学進学支援のため、ジスコ不動産・ジスコホテルでは「子ども支援基金」を創設することといたしました。微力ですが、成長期にある子どもたちのために少しでも役立てば幸いです。

お申し込みはホームページへ



JISCO GROUP ジスコ不動産・ジスコホテル

〒854-0072 長崎県諫早市永昌町4-26

子ども支援基金係 ☎0957-27-1112

Fax: 0957-26-1777 E-Mail: kodomo@jisco-group.net

**諫早市こども準夜診療センター  
を受診される際の注意事項**



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

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

■診察／毎日、20時～23時まで  
に来院し、受付をしてください。なお、内科的疾患の急病者が対象となります。必ず事前に電話で症状を伝えてからお越しください。

■ところ／諫早総合病院1階  
※夜間受付窓口からお入りください。

**■対象者**

小児（15歳以下）で主に内科的疾患の急病者

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

※お薬は原則、1日分もしくは休日分しか出せません。

■問い合わせ先／（独）地域医療機能推進機構諫早総合病院  
☎22・1380

**■#8000（小児救急電話相談）をご利用ください**



お子さんの急な病気やけがなどで心配なときは、電話でご相談ください。

経験豊かな看護師が、急な病気への対処方法や応急処置などについてアドバイスをします。

■相談時間  
毎日、18時～翌朝8時

※日曜日、祝日は24時間対応  
※#8000でつながらないときは、☎095・802・3333

08へ  
■問い合わせ先／県医療政策課  
☎095・805・2461

**■ご存じですか？  
高次脳機能障害**

**―相談窓口のご案内―**

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



○記憶障害  
日時、場所、人の名前など新しいことが覚えられない。

○注意障害  
ボーっとして、物事に集中できない。

○遂行機能障害  
段取りよく行動できない。急な変更に対応できない。

○社会的行動障害  
怒りやすいなど感情的になりやすい。やる気がでない。

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

■問い合わせ先  
県央保健所地域保健課保健福祉班  
☎26・3306

長崎県高次脳機能障害支援センター  
☎095・844・5515

**■サマージャンボくじの収益金は  
住みよいまちづくりに使われます**

今年のサマージャンボくじの販売期間は、7月9日(月)から8月3日(金)までとなっています。県内で販売された宝くじの収益金は、県内市町への交付金の原資となり、明るく住みよいまちづくりのために活用されています。

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

ぜひ、お近くの販売所でお買い求めください。  
■問い合わせ先  
市財政課

**■貸出し用AEDをご利用ください**

市では、多くの市民の皆さんが参加するイベントやスポーツ大会などでの突然の心臓停止から命を救うため、無料でAEDの貸し出しをしています。



詳しくは、健康福祉センターまたは各支所までお問い合わせください。

■問い合わせ先  
健康福祉センター  
☎27・0700

**フレッツ光で賢くインターネットを始めませんか？**



- ☑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 ☎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  
受付時間9:00～21:00(年末年始を除く) 東京都中央区京橋1丁目1番5号セントラルビル REV0000224



ごみを減らそう  
「生ごみの一絞り運動」



家庭の台所から出る生ごみは約8割が水分だと言われています。特に夏場の食べ物、スイカ・ナシ・メロンなど水分が多いため、生ごみを出す前に「ひとしぼり」の水切りを行ってください。

「ひとしぼり」で50ccの水切りができれば、市内全世帯では年間に900トン、ごみ収集車に換算すると450台分ものごみ減量となります。

また、その他にも

○家庭やごみステーションなどの悪臭防止

○ごみ処理施設の焼却効率の向上による経費節減

○焼却量の減少による地球温暖化防止(CO<sub>2</sub>削減)

などの効果が期待されます。

皆さん、身近でできる「生ごみの一絞り運動」にご協力ををお願いします。

■問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

家庭で使用した食用油の処理について

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

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

■問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

諫早調停無料相談会

■とき／6月30日(土)

10時30分～16時

(予約不要)

■ところ

諫早商工会館3階大ホール  
(高城町5・10)

■相談内容

借金・土地建物・賃貸・離婚・遺産相続、その他の紛争などに関する解決方法について

■相談担当者／調停委員

(諫早簡易裁判所および長崎家庭裁判所諫早出張所所属)

※相談無料

■問い合わせ先

諫早調停協会  
☎47・9701

住宅用地や新築住宅の申告はお済みですか

平成30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

手ばかり栄養教室

介護予防教室を年間を通して開催しています。今回は「手ばかり栄養教室」のご案内です。

教室では1日に必要な栄養をバランスよくとることができ、簡単にできて自宅でも続けられるメニューをご紹介します。

毎月開催していますので、続けてご参加ください。他にも、筋トレ教室、脳トレ教室、口トレ教室、若返り体操教室も開催しています。

7月	時間	ところ
2日(月)	9時30分 ～11時30分	永昌町公民館
12日(木)		貝津町公民館
5日(木)	10時～12時	小野ふれあい会館
19日(木)		高城会館
23日(月)		高来西ゆめ会館

■申込・問い合わせ先／市高齢介護課

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!

**女性のためのおしごと相談in諫早**

■とき

7月26日(木) 10時〜16時

■ところ

男女共同参画推進センター

「ひと・ひと」(高城会館2階)

■内容

女性キャリア  
カウンセラー  
があなたに  
合った働き方  
を一緒に考え  
ます(個別相談)



■相談料/無料  
※予約優先。託児有(要予約)  
■申込・問い合わせ先  
県総合就業支援センター  
☎095・842・5424

**土地家屋調査士会  
無料法律相談**

■とき

7月21日(土) 10時〜15時

■ところ

小野ふれあい会館

西諫早公民館

■内容

不動産の表題登記に関するこ  
と・調査・境界問題

■問い合わせ先

長崎県土地家屋調査士会諫早  
支部 酒井支部長  
☎38・3559

**愛の血液助け合い運動月間**

〜献血で

救える命がそこにある〜

7月は「愛の血液  
助け合い運動月間」  
です。献血は、た  
くさんの人々の善  
意によって支えら  
れています。そして、一人ひと  
りの温かな心が多くの尊い「命」  
を救っています。皆さんの献血  
に対する温かなご支援と積極的  
なご参加をお願いします。



■献血場所などのお問い合わせ  
は、市ホームページまたは健康  
福祉センターへ。  
■問い合わせ先/健康福祉セン  
ター ☎27・0700

**第44回諫早医師会写真展**

■とき/7月4日(水)〜8日(日) 10時〜  
4日〜6日:18時まで  
7日〜8日:16時まで  
■ところ/諫早図書館  
■問い合わせ先  
諫早医師会 中原さん ☎28-3832



**親子ものづくり体験教室**

〜夏休みの工作は「親子ものづくり体験教室」で決まり!!〜

ポリテクセンター長崎では、小学生を対象  
に「親子ものづくり体験教室」を開催します。  
楽しいモノづくり教室です。お誘い合わせ  
の上ご参加ください。



■とき/7月29日(日)  
○午前の部:10時〜11時30分 ○午後の部:13時30分〜15時  
■ところ/ポリテクセンター長崎(諫早警察署そば)  
■体験コース(定員)  
①ハンドスピナー ②道具箱 ③LEDのつるぎ ④水てっぽう  
⑤ペン立て(①②④⑤:午前・午後各10人、③:午前・午後各20人)  
■対象/小学生とその保護者 ■参加費/無料  
■申込方法/ポリテクセンター長崎のホームページから申込用紙  
をダウンロードし(申込用紙は市内各図書館にも設置)、ポリテ  
クセンター長崎へファクス(22-2325)または直接ご持参ください。  
■申込期限/7月9日(月) ※申込多数の場合は抽選  
■申込・問い合わせ先  
ポリテクセンター長崎 訓練科(小船越町1113) ☎22-2324

**夏の交通安全県民運動**

7月11日(水)〜20日(金)

ぶつかるよ ながら運転 じこのもと

**運動の重点**

- ・高齢者と子供の交通  
事故防止
- ・飲酒運転の根絶
- ・後部座席を含めた全  
ての座席のシートベ  
ルトとチャイルド  
シートの正しい着用  
の徹底



運転する人は、交通事故の原因である  
「脇見・ぼんやり運転の防止」に努めましょ  
う。

歩行者は、車に横断者の存在を示すため  
「手のひら」で横断の意思表示をして、交  
通事故にあわないようにしましょう。

■問い合わせ先/市生活安全交通課

**永代供養という選択**



宗教  
自由

永代供養合祀墓  32万円〜	永代供養納骨堂  52万円〜	永代供養家族墓  4名まで175.34万円 <small>*永代理蔵料 永代管理料 墓石費用含む</small>
----------------------	----------------------	---

〈お墓の相談承ります〉墓じまい、お墓の解体、お墓の引越し、改葬 etc

バリアフリーの大型公園墓地  
**東長崎パーク墓苑**  
長崎市戸石町985-1 (国道251号沿い) **東長崎パーク墓苑** 検索  
◎飯盛支所から車で約7分  
◎諫早市久山方面から車で約20分  
長崎市内に姉妹墓苑「港ヶ丘パーク墓苑」もございます。  
墓地運営・管理 公益財団法人 清和  
お問い合わせ  
資料請求はこちらまで ☎095-822-0711

**ご覧になれます**  
**地価公示価格**

平成30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23カ所、平成33年4月30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）
- 諫早図書館

- 火～金曜日（10時～19時）
- 土・日曜日（10時～17時）
- 問い合わせ先
- 市契約管財課

**定期相談**

**本庁定期開催分（7月）**

ところ／市民相談室  
（高城会館3階）  
問い／市民相談室  
☎22・3113

※お車で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】**

9日（月）、18日（水）、25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】**

24日（火） 13時～16時

**【登記相談】**

10日（火） 10時～15時

**【不動産相談】**

3日（火） 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）、19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）  
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（7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。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】**

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）**

7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**

7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



**受講料 キッシュバック 制度あり**

**教育訓練給付金 対象講座**

**受講生募集中!!**

**介護福祉士 実務者研修**

**介護職員 初任者研修**

**ケアマネジャー・介護福祉士 受験対策講座**

(株)ニチイ学館 長崎支店  
長崎市銅座町4-1 りそな長崎ビル3F ☎0120-781-243 平日 9:00～17:15

全国1,400カ所の介護事業所を運営するニチイだからすぐに役立つスキルが身につきます。

- 長崎駅前教室
- 諫早教室
- (長与)まなび野教室
- 佐世保教室

**諫早教室 開講日程**

**【実務者研修】**  
8/1~11/30(日曜全9回)

**【介護福祉士受験対策講座】**  
10/20、10/27(土曜全2回)

**【福祉用具専門相談員養成講座】**  
7/1~8/26(日曜全8回)

**介護スタッフ募集中!**

- ◆資格取得支援制度あり。キャリアアップを応援します!
- ◆託児所あり。子ども手当ほか、子育て支援制度充実!
- ◆希望の時間だけの勤務も可能です!(訪問介護:時給1,275円~)

ニチイの介護サイト

# 募 集

## 市営住宅入居者



### ■募集戸数

募集案内書でお知らせします。

### ■募集案内書配布

7月9日(月)～

### ■募集期間

7月18日(水)～20日(金)

9時～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申込者および同居親族が、暴力団員でないこと

### ■選考方法

募集締め切り後、公開抽選で決定します。

### ■申込・問い合わせ先

市建築住宅課

## ふるさと納税特産品 提供事業者

ふるさと

納税の促進と、「諫早市」の魅力

や地元特産品などのPRを行うため、本市へ

ふるさと納税をしていただいた人へお礼の品として贈呈する地元特産品などの提供事業者を募集します。

### ■募集要件

①諫早市を懐かしんでいただけの商品や本市のイメージアップにつながるような商品を市内で栽培、製造、加工され、提供できる事業者、または市内の地域資源を利用した体験型サービスが提供できる事業者

②市内に事業所がある法人や個人事業者

③代表者などが、暴力団による不当な行為の防止等に関する法律に掲げる暴力団の構成員などでないこと

④電子メールの送受信が可能なインターネット環境を有していること

※随時受け付けています。

お問い合わせ先／市民税課



## 消防吏員

試験区分など

試験区分	受験資格	とき・ところ
消防Ⅰ	昭和63年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みの人	9月16日(日) 諫早消防署
消防Ⅱ	平成5年4月2日以降に生まれた人。ただし、学校教育法による大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みの人を除く	
消防Ⅲ	学校教育法による高等学校を平成31年3月に卒業見込みの人	
消防Ⅳ	昭和56年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた人で、消防吏員として実務経験を有する人	9月25日(火) 諫早消防署

### ■申込用紙請求先

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

### ■受付期間

7月5日(木)～8月15日(水)

(消印有効)

### ■申込・問い合わせ先

県央地域広域市町村圏組合消防本部消防総務課  
☎23・0119

## 平成31年諫早市成人式 実行委員

自分たちで

成人式を企画しませんか？



諫早市では、毎年新成人の企画による催し物が開催され、新成人の門出を祝っています。今年度も成人式を企画・運営していただく実行委員を募集します。

「成人式に参加してよかった」とみんなが思えるように、仲良し同士での応募でも結構ですので、新成人の皆さんの応募をお待ちしています。

### ■成人式

平成31年1月13日(日) 14時～

### ■対象者

平成10年4月2日～平成11年4月1日に生まれた諫早市に居住する人または本市出身者

### ■募集人員／4人程度

### ■活動期間

8月から成人式開催まで

(月2回程度の実行委員会)

### ■募集締切／7月20日(金)

※電話でお申し込みください。

### ■申込・問い合わせ先

市教委生涯学習課

## 長崎初の都市型納骨堂誕生!

長崎市中心部という好立地、お出かけの際にお参りができとも便利です。

最近多くなってきた「改装=お墓の引越」今のお墓の片付けから「さくら陵」への納骨まで承ります。  
<http://sakurayou.com>

さくら陵 検索

30万円から

手ぶらでお参り

安心の永代供養



さくら陵管理事務所 ☎095-822-2818 長崎市船大工町6番17号 開館時間:10時～18時 休館日:木曜日

## 女性起業家セミナー

### 「女性起業塾7」受講者

「自ら働く女性が社会を変える」

得意なことを生かして社会に貢献できる人になりたい！好きなことを仕事にしたい！暮らしと両立できる時間で働きたい！「起業」を選んだあなたの夢を応援します。

■とき（全4回・19時～21時）

①7月26日（休） ②8月9日（休）

③8月23日（休） ④9月6日（休）

■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

①女性起業塾・卒業生のお話

②個人ワーク「プロフィールシートを作成しよう」

③個人ワーク「ビジネスプランを考えよう」

④ビジネスプラン発表

■対象者／市内在住、在勤、在学の女性で起業を考えている人、または既に起業している人（市外の人は要相談）

※①～④を全て受講できる人

■受講料／無料

■定員／15人

■申込期限／7月19日（休）

■保育サービス有（1歳～小学校未就学児）

※応募多数の場合は選考により決定します。

■申込・問い合わせ先

市人権・男女参画課

☎24・15800

℡22・9145

Eメール lin\_danjio@city.

ishahaya.nagasaki.jp

平成30年度

明るい選挙啓発ポスター

明るい選挙を

呼びかける印象

的なポスターを

募集します。

■内容

明るい選挙を呼びかけることを内容に、自由に表現してください。

■応募資格／市内小・中学校、高等学校の児童・生徒

■応募期限／9月7日（金）

■規格・大きさ

画材は自由。画用紙の四つ切

（542<sub>ミ</sub>×382<sub>ミ</sub>）、八つ切

（382<sub>ミ</sub>×271<sub>ミ</sub>）も

しくはそれに準じる大きさ

※作品の裏右下に都道府県名、

学校名、学年、氏名（ふりがな）を必ず記入してください。

※応募者全員に参加賞を贈呈し

ます。後日、応募作品による

展示会を開催予定です。

■申込・問い合わせ先

市選挙管理委員会事務局また

は各支所地域総務課

は各支所地域総務課



## わたしはガイジンです!

### ～外国人がみたニッポン～

#### ウエ大公開講座 & ミニビブリオバトル

講師は博多弁で話すロックな先生! 和製英語や言語、文化を研究されていて、お住まいの宗像と諫早は同じく農業都市。日頃気になっている文化の違いや和製英語などについて語ります。

また、学生たちによるビブリオバトルの実演も行います。 ※ビブリオバトル→知的書評ゲーム

■とき

7月14日（土） 13時30分～15時

■ところ

長崎ウエスレヤン大学4階

西山ホール

■講師

北九州市立大学 准教授 アン・クレーニさん

※参加無料。諫早駅裏からの送迎マイクロバス有

■申込・問い合わせ先

長崎ウエスレヤン大学図書館 ☎26-8203



## 世界のグルメ

### 本場のベトナム料理を作ってみませんか?

2018年は、日本とベトナムが外交関係を樹立して45周年。いさはや国際交流センターでは、ベトナムについて本場の料理を作りながら学ぶイベントを開催します。

異国の文化・風習などにふれるひとときを過ごしませんか。

■とき／7月14日（土） 10時～13時

■ところ／多良見のぞみ会館

■講師／森田フォンさん

■参加費／800円

■定員／20人

（定員になり次第締切）

■申込期限／7月6日（金）

■申込・問い合わせ先／いさはや国際交流センター久保さん ☎080-5271-5119



## 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  
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

## 2018いさは屋特産品お中元フェア

諫早の「うまかもん」を一堂に集め、展示販売を行います。鰻蒲焼・有喜の蒲鉾・飯盛の生姜漬け・白木峰の蜂蜜・高来そば・有明の粕漬け・伊木力みかんジェラート・地酒・諫早おこし・カステラなど150以上のアイテムが揃います。



【海の幸スペシャルセット】

特産品を詰め合わせた「いさは屋コラボシリーズ」や、即売コーナーでお好きな特産品を箱に詰めて贈るサービスもあります。

■とき／6月23日(土)～8月11日(土) 10時～17時

■ところ

諫早市物産ホール（高城町5-10 商工会館1階）

■送料

県内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

市役所駐車場、市営高城駐車場（ギフト購入者に無料券有）

■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

## 唐比ふれあい魚釣り大会

唐比ハス園付近の川で、ふれあい魚釣り大会を行います。

■とき／7月1日(日)

9時30分～11時30分

■ところ

唐比ハス園付近の河川



■定員／120人

■参加費／無料（ただし、魚のエサ代100円必要）

■申込先

唐比まちづくり実行委員会 柴田さん ☎36-1846

■問い合わせ先

柴田さんまたは森山支所地域総務課 ☎36-1111

## 緊急地震速報訓練放送のお知らせ

消防庁および気象庁が、全国的な緊急地震速報の訓練放送を行います。

市も、全国瞬時警報システム（Jアラート）を通じて受信した緊急地震速報の訓練放送を、自動的に防災行政無線（屋外スピーカー）から放送します。大音量での放送となりますので、ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

### 全国瞬時警報システム（Jアラート）

国が発信する地震・武力攻撃などの緊急情報を、人工衛星などを活用して瞬時に住民に情報伝達するシステム

※訓練放送ですので、実際の放送とお間違えにならないようお願いします。

※諫早市以外でも、全国的に訓練が実施される予定です。

■とき／7月5日(木) 午前10時頃

※時間は多少前後することがあります。また、気象・地震活動の状況などによっては、訓練を中止することがあります。

■その他

- ・防災メール、防災FAXでも配信します（ただし、緊急速報メールでは配信されません）。
- ・配信内容は、訓練実施から30分程度、市ホームページにも緊急情報として掲載します。
- ・放送内容は、テレホンサービス（☎0120-419-009）でもご確認いただけます。
- ・この放送は、エフエム諫早（77.1MHz）に割り込み放送を実施します。併せて緊急告知防災ラジオの自動起動を実施しますので、大音量での放送にご注意ください。

### 訓練して備えましょう

緊急地震速報を見聞きしてから強い揺れが来るまでの時間はごくわずか。この短い時間に慌てず身を守るためには、日ごろからの訓練が重要です。

自分がよく利用する場所（家庭・学校・職場など）で緊急地震速報を見聞きした場合、どのように行動すれば身を守れるか具体的にイメージし、短時間で本当にその行動がとれるか、今回の放送を利用して実際に訓練して確認しましょう。



■問い合わせ先／市総務課

# 平成30年度諫早市職員採用試験

平成30年度市職員採用試験（平成31年4月採用予定）を実施します。

常に市民の立場に立って物事を考え、まちづくりに熱い思いを持って、自ら行動できる人を募集します。

## <短期大学・高等学校卒業程度><身体障害者>

### ■試験区分など

試験区分	採用予定数	受験資格など
事務Ⅱ	若干名	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成5年4月2日以降に生まれた人</li> <li>学校教育法による大学（短期大学除く）もしくはこれと同等と認める大学等を卒業または平成31年3月までに卒業見込の人は受験できません。</li> <li>学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を平成31年3月に卒業見込の人は受験できません。</li> </ul>
事務（電算）		<ul style="list-style-type: none"> <li>平成5年4月2日以降に生まれた人</li> <li>学校教育法による大学（短期大学除く）もしくはこれと同等と認める大学等を卒業または平成31年3月までに卒業見込の人は受験できません。</li> <li>基本情報技術者の資格を有する人または平成31年3月末までに資格取得見込の人</li> </ul>
事務Ⅲ		<ul style="list-style-type: none"> <li>学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を平成31年3月に卒業見込の人</li> </ul>
事務（身体障害者）		<ul style="list-style-type: none"> <li>昭和63年4月2日以降に生まれた人</li> <li>学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を卒業または平成31年3月に卒業見込の人</li> <li>申し込み現在、身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている人</li> <li>自力による通勤ができ、かつ介護者なしに事務職としての職務遂行が可能な人</li> </ul>
土木Ⅱ		<ul style="list-style-type: none"> <li>平成5年4月2日以降に生まれた人</li> <li>学校教育法による大学（短期大学除く）もしくはこれと同等と認める大学等を卒業または平成31年3月までに卒業見込の人は受験できません。</li> </ul>

■第一次試験（学力試験）／9月16日(日) ■試験会場／諫早市役所

■受付期間／7月2日(月)～27日(金)（郵送の場合は7月27日(金)の消印まで受け付けます）

## <社会人経験者（事務・土木）><建築><スポーツ実績者>

### ■試験区分など

試験区分	採用予定数	受験資格など
事務A（社会人経験者）	若干名	<ul style="list-style-type: none"> <li>昭和54年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた人で、民間企業等における職務経験が5年以上あり、企業等で培った知識や経験を市政で発揮できる人</li> </ul>
土木（社会人経験者）		<ul style="list-style-type: none"> <li>昭和54年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた人で、建設会社、土木会社、公的機関等における土木技術職としての勤務経験が5年以上ある人で、企業等で培った知識や経験を市政で発揮できる人</li> </ul>
建築		<ul style="list-style-type: none"> <li>昭和54年4月2日以降に生まれた人で、一級建築士もしくは二級建築士の免許を有する人または平成31年3月末までに資格取得見込の人</li> </ul>
事務B（スポーツ実績者）		<ul style="list-style-type: none"> <li>昭和58年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による高等学校もしくはこれと同等と認める学校等を卒業または平成31年3月に卒業見込の人かつスポーツの分野において、大きな実績・成果を収めた人で、実績・成果に至るまでの過程において培われた挑戦する意欲や能力を発揮できる人</li> </ul>

■第一次試験（書類選考・学力試験など）／9月23日(日) ■試験会場／諫早市役所

■受付期間／7月20日(金)～8月23日(木)（郵送の場合は8月23日(木)の消印まで受け付けます）

### ■試験案内・申込書（共通）

7月2日(月)から市役所案内、市職員課、各支所地域総務課および各出張所で配布します。

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

※受験は、志望する「試験区分」のいずれか1つについてだけ申し込みができます（本試験と別に実施する諫早市職員採用試験については併願できません）。

■申込・問い合わせ先／市職員課

## にゃんにゃんふえすた 一日コスモス猫宇宙館 in サマヤー

～猫好きによる  
猫好きのための  
猫づくしイベント～

■とき

7月8日(日)  
10時30分～16時

■ところ

コスモス花宇宙館

■内容

猫の写真展や猫メイク体験、猫雑貨販売、ミニコンサート、おはなし会など盛りだくさん♪

■入場料／無料

※ただし、猫メイク体験など、一部材料代が必要なブースもあります。

■問い合わせ先

コスモス花宇宙館 ☎23-9003



## 諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶諫早大水害展

昭和32年7月25日、諫早と周辺地域に甚大な被害をもたらした「諫早大水害」。大規模な自然災害が毎年のように日本各地で頻発するなか、災害を常に身近に捉え、被害を最小限にとどめるための警鐘とするため、諫早大水害の惨状と復興に向けた市民の歩みを振り返ります。



■とき／7月1日(日)～25日(水) 10時～19時

■ところ／美術・歴史館 1階ホール

※最終入場18時30分。火曜日休館

■観覧料／無料

▶民俗講座「魂送り」

■とき

7月7日(土)  
13時30分～15時

■ところ

美術・歴史館  
2階研修室

■内容／人が亡くなるということ…。それをどのように受け入れていたのか。死を確認し納得する。そうした手順を踏んで魂を送る。今回は、葬送儀礼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

※受講料無料。事前申込不要



## 第61回諫早万灯川まつり

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



■とき

7月25日(水) 20時～

※雨天順延

■ところ／本明川一帯（式典会場：高城橋）

■内容／式典、万灯流し、新眼鏡橋イルミネーション、花火打ち上げなど

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

【諫早万灯川まつり ボランティアスタッフ募集】

諫早万灯川まつりの当日、本明川河川敷での万灯配置や万灯点火作業のお手伝いをしていただける一般ボランティアを募集します。

たくさんのご応募をお待ちしています。

■とき

7月25日(水) 18時～22時（予定）

■作業内容

河原へのろうそくの配置、たいまつによる点灯、後片付けなど

■参加資格／10歳以上（小・中学生は保護者同伴）

■定員／40人

■募集期限／7月6日(金) ※定員になり次第締切

■申込・問い合わせ先

諫早商工会議所業務課 ☎22-3323

## 高来東児童館 ☎32-5858

▶そうめん流し

■とき／7月21日(土) 11時30分～

■対象／小学生 ■定員／20人

■持ってくるもの／そうめん2束



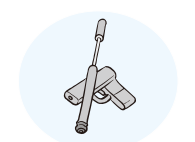
## 高来西児童館 ☎32-5204

▶水でっぽう遊び

■とき／7月28日(土) 14時～

■対象／小学生

■定員／15人





そうだ、ビレキへ行こう！～この夏オススメの企画展～

Jリーガーや海外で活躍する  
プロサッカー選手にも影響を与えた  
諫早出身の漫画家

## 草場道輝 原画展

1999年から2004年まで「週刊少年サンデー」に連載され、歴代サッカー漫画としては「キャプテン翼」や「シュート！」などと並ぶ名作と言われる正統派サッカー漫画「ファンタジスタ」。諫早市出身の漫画家・草場道輝の代表作である同作は、サッカーファンのみならず、国内外で活躍する多くのプロサッカー選手にも大きな影響を与えました。

本展では、草場道輝が描く“アツい”ストーリーと卓越した描写力が詰まった「ファンタジスタ」の原画を中心に、現在、週刊少年サンデーで連載中の長崎を舞台とした海洋浪漫キャンパスデイズ「第九の波濤」を交え、草場ワールドを紹介します。

7月14日(土)～8月15日(水)

企画展示室 観覧無料



© VVN

V-VAREN NAGASAKI コラボ企画

## V・ファーレン長崎展

V・ファーレン長崎は昨年、J2リーグ最終節まで13戦負けなし。そして悲願のJ1初昇格を果たし、長崎に夢と希望を与えてくれました。J1元年となる今シーズンも、粘り強い試合で、長崎を大いに盛り上げてきています。

本展では、ホームスタジアムのある諫早からV・ファーレン長崎のさらなる活躍を応援するために、J1の舞台で躍動する選手たちの写真やユニフォーム、また、J1昇格時にかかげたシャールを紹介합니다。

7月28日(土)～8月24日(金)

1階ホール 観覧無料

諫早市美術・歴史館 東小路町2-33 ☎24-6611

■開館時間／10時～19時 ※最終入場は18時30分 ■休館日／毎週火曜日

有喜公民館 ☎28-3110

▶ 県庁いってみゅうで講座

日 7月11日(水) 9時～14時  
場 有喜ふれあい会館集合  
対 成人 定20人 申 7月3日(火)  
料 800円程度(保険料・昼食代)

▶ 橋湾でカヌー漕ぎ体験

日 7月28日(土)  
9時30分～11時30分  
場 有喜漁港  
対 小学生・成人  
(低学年は保護者同伴)



定20人 申 7月12日(木)  
持 飲み物・帽子・タオル  
※保険料負担有

▶ 夏休み上映会

日 7月23日(月) 9時30分～11時30分  
場 有喜ふれあい会館  
内 「おもしろ科学教室」「名作アニメ」など上映  
対 幼児・小学生

本野公民館 ☎26-0270

▶ 親子で楽しむ影絵ボックスづくり

日 8月4日(土) 13時30分～16時30分  
場 本野ふれあい会館  
対 小・中学生(高学年は子どもだけ可)  
定 12組 申 7月23日(月)  
料 350円(材料代)  
持 筆記用具・はさみ・のり

▶ 親子で楽しむ藍染Tシャツづくり

日 8月6日(月) 13時30分～15時30分  
場 本野ふれあい会館  
対 小・中学生(高学年は子どもだけ可)  
定 12組 申 7月23日(月)  
料 300円(材料代)  
持 白の綿Tシャツ

長田公民館 ☎23-9024

▶ しわナイロンと革のショルダーバッグ作り(全3回)

日 7月6日(金)・12日(木)・20日(金)  
13時30分～16時30分  
場 長田みのり会館  
内 内閣総理大臣賞受賞黒木講師と素敵  
なバッグを作ります  
対 成人 定25人  
申 7月2日(月)  
料 2,000円(材料代)  
持 30cmものさし・チャコ・エプロン

▶ 子どもクラフト講座

日 8月10日(金) 10時～12時  
場 中央公民館 対 小学生  
定 20人 申 7月20日(金) 料 800円

小栗公民館 ☎22-1533

▶ 夏休み子ども応援講座

～自然はこんなにもおもしろい！～  
日 7月24日(火) 10時～12時  
場 小栗ふれあい会館  
内 小さな生き物たちの「羽・タネ・ホネ・うんこ」から、わくわくの種を見つけるプログラム  
対 小学生 定10人程度

申 7月17日(火) 持 筆記用具・飲み物

▶ 夏休み子ども陶芸体験

～お皿・カップ・おちゃわん作りに挑戦！～  
日 7月25日(水)、8月1日(水)  
10時～12時  
場 陶芸ひろば彩  
現地集合・現地解散  
対 小学生 定16人程度  
申 7月17日(火) 料 1,000円(材料代)  
持 筆記用具・飲み物・エプロン  
※保険料負担有



▶ 生き方魅力アップ講座②

～アンガーマネジメントを学ぼう～  
日 7月20日(金) 19時30分～21時30分  
場 小栗ふれあい会館  
内 怒りで後悔しないようにうまくつきあう方法を学びます  
対 成人 定30人程度 申 7月17日(火)  
持 筆記用具・飲み物

小野公民館 ☎22-0264

▶ 体が硬くてもできる！

腰痛改善ヨガ(全3回)  
日 7月4日(水)・11日(水)・18日(水)  
10時～12時  
場 小野ふれあい会館  
対 成人 定20人

申 6月29日(金) 料 150円程度  
持 タオル・飲み物・ヨガマット

▶ 親子で「デイキャンプ」

日 8月7日(火)  
9時30分集合  
15時解散予定  
場 諫早ゆうゆうランド干拓の里  
対 親子 申 7月17日(火)  
料 1,000円程度(親子で)  
持 飲み物・帽子・タオル・着替え  
※汚れてもいい服装で



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

▶ セタコンサート

日 7月8日(日) 14時～16時30分  
場 中央公民館 対 成人 料 無料  
内 諫早ビッグジャズオーケストラなど県内5団体のビッグ演奏会

▶ 相続・遺言について

日 7月10日(火) 10時～12時  
内 相続の仕方や遺言について学びます  
場 中央公民館 対 成人

▶ おもちゃ病院

日 7月11日(水) 10時～15時30分  
場 中央公民館 ※部品代は実費負担

▶ 江戸芸と大道芸の話

日 7月24日(火) 10時～12時  
場 中央公民館 対 成人

▶ 歴史とロマンの親子めがね橋物語

日 7月27日(金) 10時～12時  
場 中央公民館・諫早公園  
内 眼鏡橋とこども(ミニ)眼鏡橋  
この親子関係を紙芝居などで学び  
現地を散策します  
対 小学4～6年生・親子  
定 親子30人 申 7月10日(火)

▶ 子ども自然塾

日 8月2日(木) 10時～15時  
場 こどもの城  
内 野外体験で、自然を楽しみます  
対 小学1～3年生 定30人  
申 7月17日(火) 料 50円 持 弁当

▶ おいしい本格みそ作り講座

日 8月9日(木) 10時～13時  
場 中央公民館 対 成人  
定 20人 申 7月20日(金)  
料 みその重さ分の材料代

## ▶田結すこやか大学

「熱中症にならないために」

日 7月26日(木) 13時30分～15時30分

場 田結公民館

対 成人 申 7月19日(木)

▶夏休み「親子海辺の生きもの観察」



日 7月29日(日) 13時～16時

場 川下海岸(田結公民館集合)

対 小学生と保護者

定 15組30人

申 7月23日(月) ※少雨決行

※公用バス利用 ※保険料負担有

▶夏休み「親子影絵ボックス作り」

日 8月5日(日) 9時30分～11時30分

場 田結公民館

対 小学生と保護者

定 15組30人 申 7月18日(水)

※材料代等負担有

## 高来公民館 ☎32-2111

▶健康法(全2回)

日 7月11日(水)・18日(水) 19時～21時

場 高来会館 対 成人 定 20人

申 7月5日(木) 持 タオル

※運動ができる服装で

▶オオキツネノカミソリを見よう!

日 7月28日(土) 9時30分～15時

場 金泉寺(高来会館集合)

対 成人 定 20人 申 7月19日(木)

持 弁当・飲み物

※山登りができる服装で

※保険料負担有 ※雨天中止

## 小長井公民館 ☎34-2201

シルバー大学

日 7月3日(火) 10時～10時30分

場 小長井文化ホール

内 熱中症、予防と対策

対 65歳以上の高齢者

▶おはなし会

日 7月14日(出)

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



## 森山公民館 ☎36-1116

▶ハスの里ウォーキング

日 7月5日(木) 8時～10時

場 森山町唐比ハス園

対 成人 定 20人

申 6月29日(金)

料 50円(保険料) 持 飲み物

※歩きやすい服装で

※雨天中止

## 飯盛公民館 ☎48-0049

▶夏休み!植物観察講座

日 7月21日(土) 9時～12時

場 大船山周辺(飯盛町平古場)

対 小学生(保護者同伴可)

定 30人 申 7月13日(金)

持 飲み物・タオル

※肌の出ない動きやすい服装で

※公用バス利用

▶色んなお仕事体験!

プログラミング体験教室!

日 7月26日(木)

① 9時30分～10時30分

② 11時～12時

場 飯盛ふれあい会館研修室2

対 小学生(3年生以下保護者同伴)

定 各回6人 申 7月17日(火)

▶木育体験「こどもの木のひろば」



日 8月4日(土) 9時～12時

場 風の森(森山町唐比)

内 木のぬくもりについて学び、工作をします

対 小学生親子 定 15組

申 7月26日(木)

料 1,050円程度(材料代・保険料含む)

持 飲み物・タオル

※公用バス利用

## 田結公民館 ☎49-1111

▶夏休み「親子クッキング教室」

日 7月21日(土) 10時～12時

場 田結公民館

内 ふわふわマシュマロ作り

対 小学生と保護者 定 12組

申 7月13日(金)

※材料代等負担有

## 多良見公民館 ☎43-0049

▶マリンカラーのマグネットフォトフレームづくり

日 8月3日(金) 10時～12時

場 たらみ会館 対 小学生

定 10人 申 7月26日(木) 料 600円

▶子ども手芸教室(全2回)

「パッチワークでかわいい小物」

日 7月31日(火)、8月2日(木)

13時～16時

場 たらみ会館 対 小学4年生以上

内 裁縫の基礎とパッチワークの色合わせなどを学び、小物を作ります

定 10人 申 7月20日(金)

料 800円程度(2回分) 持 裁縫道具

▶あなたも私も生き生き人生

「明生大学」

日 ① 6月26日(火)

② 7月24日(火)

10時～12時

場 たらみ会館

対 成人

内 ① 観光地をスクリーンに映し、元バスガイドが臨場感たっぷりにガイドします

② 体操教室



## 伊木力公民館 ☎44-1002

▶DOKKIE!親子おかしづくり

日 7月7日(土) 10時～12時

場 のぞみ会館

内 楽しく土器型クッキーを作ります

対 親子 定 10組

申 7月2日(月) 料 500円

▶田植えまんじゅうづくり

日 7月12日(木) 13時～16時

場 多良見多目的研修館

対 成人 定 20人

申 7月6日(金) 料 600円

▶夏休み子ども絵画教室

日 7月30日(月) 10時～12時

場 多良見多目的研修館

内 大村湾の生物を描きます

対 小学生 定 20人

申 7月25日(水) 料 200円

▶おもしろ科学教室

日 8月2日(木) 10時～12時

場 多良見多目的研修館

内 実験を通して科学に興味をもとう

対 小学生 定 15人

申 7月30日(月)





### はっけよ〜い のこった!

5月20日、有喜ふれあい広場相撲場で「わんぱく相撲諫早場所」が諫早青年会議所の主催により開催されました。この大会は、子どもたちが努力すること、勝敗による喜びや悔しさ、敗者への思いやりなどを学ぶことを趣旨として毎年開催されています。4・5・6年生の上位2人は長崎県大会に出場します。



### 夏に備えて短くカット

5月12日、森山町の唐比ふれあい牧場で、「ヒツジの毛刈り体験」が開催されました。家族連れなど多くの人が、はさみを使って1年間で伸びたヒツジの毛を丁寧に刈っていました。短くカットしてもらったヒツジは、涼しそうな表情をみせていました。



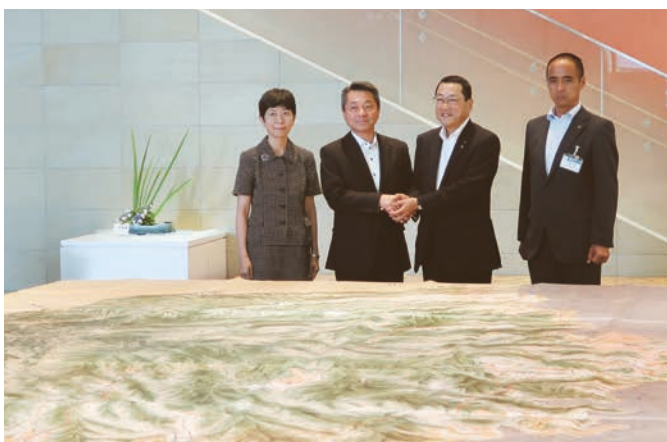
### 芥川賞作家 野呂邦暢をしのぶ

5月27日、諫早市美術・歴史館で芥川賞作家野呂邦暢を偲ぶ「第38回菖蒲忌」が開催されました。式では代表作「諫早菖蒲日記」の朗読の後、中学生・高校生文芸コンクール最優秀作品の朗読、野呂さんの同級生の思い出話などがあり、参加者はしばし野呂文学の世界に浸っていました。(市民記者 江藤)



### 消防協力者表彰式

5月28日、諫早消防署で、火災功労者に対する表彰式が行われました。表彰されたのは、山口玉枝さん・三郎さん・佐登三さんの家族3人。5月に高来町で発生した建物火災において、火災を発見、適切な行動で初期消火を行い、住宅密集地での延焼を未然に防いだ功労によるものです。



### 最新技術により精巧に複製

6月1日、諫早市美術・歴史館で富士ゼロックス長崎株が社会貢献活動として作製した領内南部図(諫早図書館所蔵)の複製品の贈呈式が開催されました。絵図は、江戸中期(元禄10年:1697年)頃、描かれたもので、諫早市の基本的な土地情報を描いたものでは最も古い地図となります。



### 日本橋長崎館で諫早の特産品をPR

6月1日から3日までの3日間、東京日本橋にある長崎県のアンテナショップ「日本橋長崎館」で「いさはやWEEK」が開催されました。今回は諫早の銘菓「おこし」をメインにPRが行われました。ほかにも干拓野菜やうなぎ、小長井牡蠣などの特産品が販売されました。



## 官民一体となって、いざというときに備えて

5月20日、本明川河川敷で、県、諫早市、大村市の主催による「長崎県総合防災訓練」が開催されました。訓練は、大雨・洪水警報と土砂災害警戒情報が発表される中、橘湾を震源とするマグニチュード6.8の地震が発生、家屋の倒壊や地滑り、多数の負傷者が発生し、電気やガス施設などに被害が出たという想定で実施されました。警察や消防、自衛隊など69機関、およそ1,000人が参加し、家屋や車両からの救出訓練や、身体や聴覚に障害がある皆さんが参加しての避難訓練なども行われ、いざというときの対応や連携を再確認していました。

# 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!



## 色とりどりの諫早カーネーション

5月11日、JAながさき県央諫早カーネーション部会の皆さんが、母の日を前に市役所を訪れ、カーネーションを贈呈しました。同部会のカーネーションは、県内1位の生産面積、生産量を誇り、平成21年度の農林水産祭では内閣総理大臣賞を受賞するなど高い栽培技術力が評価されています。



## 将来の夢はJリーガー!

5月30日、山茶花高原ピクニックパークで「第7回キッズサッカーin山茶花(U-6)」が開催されました。子どもたちは、保護者の声援を受けながら、山茶花高原の芝生の上を夢中になってボールを追いかけ、負けられない熱い戦いを繰り広げていました。

## 赤ちゃん講座

親子でのふれあい遊びや絵本タイム、ママカフェなどで楽しい時間を過ごしませんか。

■とき（全5回）／7月11日(水)、7月18日(水)、7月25日(水)、8月1日(水)、9月上旬予定

14時～15時30分

■ところ／諫早市中央子育て支援センター

■対象

初めて子育てをしている母親と5カ月未満（7月11日現在）の赤ちゃん

■参加費／無料 ※実費負担有

■定員／10人

■申込期限／7月6日(金)

■申込・問い合わせ先

諫早市中央子育て支援センター ☎22-2280

## 精神保健福祉相談

心の健康、児童生徒の問題行動、ひきこもり、認知症など、精神保健に関する相談に精神科医師が応じます。相談は予約制です。事前にご予約ください。

■とき（7月）

4日(水)、10日(火)、20日(金)、23日(月)、

30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



## 肝炎ウイルス検診のお知らせ

～7月28日は日本肝炎デー、7月23日～29日は肝臓週間～

ウイルス性肝炎は、肝炎ウイルスに感染して肝臓の細胞が壊れていく病気です。肝炎になっても、肝臓はなかなかSOSを出しません。「体がだるい」と気づくころには、かなり重症化しています。

しかし、肝炎ウイルスに感染していても、適切な健康管理と治療で、肝炎から肝硬変や肝がんが悪化するのを予防することが可能です。

肝炎ウイルスに感染しているかは血液検査で調べます。少量の採血だけなので、体に負担なく受けることができます。

まずは、肝炎の原因である肝炎ウイルスがないか検査することが大切です。市では、肝炎ウイルス検診を実施していますので、ぜひ、ご活用ください。

【諫早市肝炎ウイルス検診】

■対象者／40歳以上で過去に受診したことがない人

■検査内容／問診、C型・B型肝炎ウイルス検査

■実施場所

個別検診：市内医療機関（通年）

集団健診：各支所地域の公民館など（5月～10月）

■受診者負担金／200円

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700



## 5歳児相談を実施しています

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

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

巡回相談では、子どもの発達の専門職員が各保育所(園)・幼稚園などを訪問し、保護者の心配やお困りのことに対する相談や3歳児健診後のお子さんの成長の様子をみせていただくものです。

相談を希望される人は、保育所(園)・幼稚園または、健康福祉センターへお問い合わせください。

■対象／今年度5歳になるお子さん

※保育所(園)・幼稚園などに通っていないお子さんの相談も受け付けています。

■問い合わせ先

健康福祉センター ☎27-0700



## 集団健診のご案内

健診の種類	主な検査内容	対象者 (平成31年3月31日時点年齢)	受診者負担金	問い合わせ先	とき(7月)	ところ
特定健康診査	・身体計測 ・血圧 ・血液検査 ・尿検査など	40歳以上の国民健康保険加入者	無料	市保険年金課 ☎22-1500	9日(月)	たらみ会館
若年者健康診査		30～39歳の国民健康保険加入者	500円		20日(金)	田結公民館(飯盛町)
大腸がん検診	便潜血検査	40歳以上で、職場などで検診の機会がない人	200円	健康福祉センター ☎27-0700	22日(日)	飯盛ふれあい会館
胃がん検診	胃透視検査		500円		23日(月)	釜公民館(小長井町)
肺がん検診	胸部エックス線検査		200円		26日(木)	おがたま会館(小長井町)
	必要に応じて喀痰検査		300円		29日(日)	小長井文化ホール
肝炎ウイルス検診	血液検査	40歳以上で過去に受診したことがない人	200円			

(受付時間：8時30分～11時)  
 ※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、特定健診受診の人は「特定健康診査受診券」をご持参ください。

# 7月の健診・相談・各種教室

## パパママ学級

妊婦とその家族を対象に、お産や母乳、赤ちゃんとの生活についてのお話や妊婦体験などを行います。

■とき／8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)

3日(火)	健康福祉センター	北部
10日(火)	多良見体育センター	西部
17日(火)	健康福祉センター	中央
24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。

■日程

とき	受付時間	対象
2日(月)	13時～13時30分	4～7カ月児
23日(月)	13時～13時30分	8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が応じます。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

## 健康テレホンサービス

☎0120-555-203 (携帯不可)

月…受動喫煙

火…肩こり

水…こどもの薬の飲ませ方

木…点眼薬のさし方

金…ひきこもりについて

土・日…つわりの時期の過ごし方

※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(土)	9時～11時30分	飯盛支所
14日(土)	9時～11時30分	森山ふれあい公園
21日(土)	9時～11時30分	西諫早第2公園

【ニュースポーツ教室】※雨天中止

(グラウンドゴルフ)

9日(月)	9時30分～11時	西諫早第2公園
23日(月)	9時30分～11時	眼鏡橋前芝生広場

【のんのこ21サーキット】

(中程度体力者向けの筋力運動・有酸素運動) ※要事前申込

毎週月曜日 ※16日除く	13時30分～15時	飯盛ふれあい会館
毎週水曜日	20時～21時30分	長田みのり会館
毎週木曜日	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
毎週金曜日	13時30分～15時	小野体育館
毎週金曜日	20時～21時30分	高来会館

【のんのこ体操】(低体力者向けの体操) ※要事前申込

毎週水曜日	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
10日(火)・24日(火)	13時30分～15時	シーサイド2区公民館
2日(月)・23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。保険には加入していませんのでご了承ください。

■問い合わせ先／諫早市運動普及推進員協議会事務局 ☎27-0700

## 広報クイズ

全問正解者の中から抽選で、毎月5人に図書カードをプレゼント！答えのヒントは誌面の中です。はがきに答えと住所、氏名、年齢、広報誌へのご意見を書いて、7月9日(月)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 V・ファーレン長崎の7月のホームゲーム  
○日19時キックオフ

Q②第17回諫早としょかんフェスティバル○月○日開催

Q③防災行政無線テレホンサービス

☎0120-0000-0000

Q④小児救急電話相談 #00000

Q⑤ごみを減らそう「生ごみの0000運動」

※前号の答え ①野球 ②6月1日 ③ふれあい訪問

④ビタミン ⑤広告

※応募総数42通

※ご記入いただいた個人情報は、賞品発送などの目的以外には利用いたしません。



**あおぞらの保育園**



**[DATA]**

定員／60人  
 住所  
 若葉町416-2  
 (☎26-1007)

- 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

平成15年4月、貝津交差点から一步入った緑豊かな閑静な場所に開園しました。園庭には、あじさい、もみじ、梅のほか大きなどんぐりの木があり、秋になると子どもたちはどんぐり拾いに夢中になります。体力作りを目的として、年間を通してのスイミングやサッカーにも取り組み、子どもたちは、あおぞらの下で元気いっぱい、笑顔いっぱい、のびのびと過ごしています。デイサービスを訪問し、おじいちゃんおばあちゃんとのふれあいを大切にすることで、保育目標である「思いやりと優しさを持つ子ども」に健やかに成長しています。

食改さんの **おすすめレシピ**

**切り干し大根とひじきのミルク煮**

長田地区のおすすめレシピです



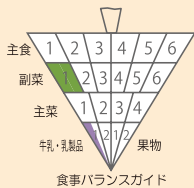
【材料】 2人分

1人分：103kcal

切り干し大根……………15g	④ {	だし汁……………60ml
ひじき(乾燥)……………5g		みりん……………大さじ1
ニンジン……………20g		醤油……………大さじ1/2
牛乳……………60ml		

【作り方】

- ①切り干し大根とひじきはしっかり洗って、汚れや臭みを取り、分量の牛乳で戻しておく。
- ②ニンジンは千切りにする。
- ③鍋に④を合わせて中火にかけ、ふつふつとしてきたら②と①を牛乳も一緒に加え、ほとんど汁気がなくなるまで煮る。



いざはやびより  
**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**



防災行政無線の  
 スピーカー放送が  
 聞き取りづらい!

**防災行政無線**  
 フリーダイヤル

そんな時は **0120-419-009**