

広報 いさはや



今年も盛り上がりました！

ミニ・トライアスロン・リレー大会

9月8日、小野地区、長田地区を舞台に「2019いさはやミニ・トライアスロン・リレー大会」が開催されました。

この大会は、全長23キロのコースを、ラン、スイム、バイク（自転車）といったおなじみのトライアスロン種目に「ガタスキー」を取り入れたユニークな構成で、6人の選手がタスキをつなぐリレー方式の大会で、今回は75チーム、約550人が参加しました。

大会名物のガタスキーでは、選手たちがどろんこになって悪戦苦闘。はね板を懸命に進める選手たちに多くの声援が送られていました。中には、コース横で三味線を演奏する祝い太鼓の皆さんの「ハイ、がんばれがんばれ♪」の声におもわず笑顔を見せる選手や、はね板をギターに見立てたパフォーマンスを披露する選手も現れ、今年も大いに盛り上がりました。

| | |
|--------------|----|
| 上下水道局からのお願い | 02 |
| 市政トピックス | 04 |
| 秋に楽しむ諫早の食・文化 | 08 |
| くらしの情報 | 10 |
| イベント情報 | 22 |

| | |
|---------------|----|
| 公民館講座情報 | 25 |
| フォトギャラリー | 28 |
| 健康&子育て情報 | 30 |
| 井崎保育園・おすすめレシピ | 32 |

下水道に接続をお願いします

市は、大村湾・橘湾・有明海の3つの海や河川などの公共用水域の水質改善と、トイレの水洗化による生活環境改善のため、下水道の整備を進めています。

清潔で快適な暮らしを実現するため、また、美しい川や海、きれいな水を未来に残していくためにも早期の接続をお願いします。

～下水道の役割～

下水道は、私たちの生活にとっても重要で、快適な生活を送るためにも必要なものです。

○水洗トイレが使えます

水洗トイレになることで、家の中で嫌な臭いがなくなり、快適な生活が送れます。

○街をきれいにします

街中の道路側溝や水路がきれいになり、蚊やハエなどの害虫や悪臭の発生が防げ、街がきれいになります。

○川や海がきれいになります

川や海がきれいになり、魚などの生物がすみやすくなります。

～利子の助成～

水洗トイレへの改造資金

市は、下水道に接続してくみ取り便所を水洗トイレに改造する工事などを行う人の経済負担を少なくするため、借入金返済利子について助成します。

対象となる融資は100万円まで。下水道が接続可能になってから3年以内などの要件があります。

～1日も早い接続を～

下水道本管が完成し、下水道の供用開始区域(下水道が使用できる区域)になると、区域内の各ご家庭や事業所などは、下水道へ接続する義務が生じます。

現在、市内の下水道接続率(集落排水を含む)は平成30年度末時点で約83%です。下水道が使用できる区域の人で、まだ下水道に接続していない人は1日も早く接続してください。

○くみ取り便所は、供用開始日から3年以内に水洗トイレに改造し、下水道に接続しなければなりません。(下水道法第11条の3)

○くみ取り便所以外の生活排水(台所や浴室、洗濯など)は、遅滞なく、下水道に接続しなければなりません。また、浄化槽を利用されているご家庭も、同様に下水道に接続する必要があります。

(下水道法第10条)

～接続工事～

下水道への接続工事は、適正に施工され、下水道の機能が円滑に発揮できるよう、市が指定した排水設備指定工事店(市ホームページ、本庁・各支所の下水道担当課に一覧表あり)でなければ施工できません。

下水道が使えないところにお住まいの場合には

高度処理型浄化槽の設置費補助があります。

補助額は、設置工事費の85%か、補助限度額のいずれか低い方の額になります(千円未満切り捨て)。

■下水道などの計画が無いところ(浄化槽区域)の場合

| 補助限度額 | |
|-------|------------|
| 区分 | 金額 |
| 5人槽 | 810,000円 |
| 6～7人槽 | 900,000円 |
| 8人槽以上 | 1,100,000円 |

■問い合わせ先／経営管理課、下水道課

下水道の適正使用について

◆◆◆ 「溜めマス」の定期的な清掃について ◆◆◆

下水道をご使用のご家庭には、台所とお風呂からの排水管に、油脂などの付着による『つまり』を防止するため、溜めマス（直径30～40cm）が設置されています。この溜めマスは、清掃をおこたると排水の流れが悪くなったり、敷地内で排水があふれたりする場合があります。月に1回程度、清掃をお願いします。

■清掃に必要なもの

古新聞、穴あきお玉またはアク取網、ゴム手袋など

■清掃方法

穴あきお玉またはアク取網で溜めマス内に溜まった油脂などをすくい上げ、古新聞に包み、もやすごみとして出してください。



①溜めマスの大きさは、直径30～40cm。フタの取っ手を持って、上に引き上げると開閉できます。



②穴あきお玉などで油脂の塊をすくい、古新聞に包んで、もやすごみとして処分してください。

◆◆◆ 下水道にお掃除シートやウエットティッシュは流さないで！ ◆◆◆

下水道に、異物は流さないでください。排水管やマンホールポンプの詰まりの原因となり、下水道の機能が停止するおそれがあります。

市内には300カ所以上のマンホールポンプ場があり、使い捨てタイプのお掃除シートやウエットティッシュによるマンホールポンプの故障が多発しています。これらの製品は、トイレットペーパーと異なり水には溶けない、または溶けにくい製品です。ご使用後は、もやすごみとして処分し、トイレには流さないでください。

マンホールポンプが故障すると、道路上のマンホールや家のトイレから汚水があふれることもありますので、適正な使用をお願いします。

<下水道に流してはいけないもの（例）>

■水に溶けない紙類

不織布製のお掃除シートやウエットティッシュなど

※「トイレに流せる」と表示があるものも、大量に流すと下水管が詰まる場合があります。

■衛生用品

紙おむつ、生理用品など



マンホールポンプに絡まったお掃除シート



お掃除シートは水に溶けませんので、マンホールポンプの詰まりの原因となります。

■問い合わせ先／下水道課

栄町東西街区市街地再開発事業による 再開発ビルが竣工しました



東街区ビル

- 1階 商業施設「アエルイースト」
- 2～5階 駐車場（224台）



西街区ビル

- 1階 商業施設「アエルウエスト」
- 2階 民間保育所・(仮称)子ども・子育て総合センター
- 3～10階 住宅（75戸）

中心市街地の活性化を図るために整備を行ってきた「栄町東西街区市街地再開発事業」による再開発ビルが、竣工しました。

本事業では、大型駐車場や住宅が整備されるとともに、今後、商業施設や民間保育所、市の（仮称）子ども・子育て総合センターなどの子育て拠点施設の整備も予定されています。これにより、中心市街地の新たなにぎわいづくりの拠点となることが期待されています。

■問い合わせ先／商工観光課

購入対象者

①住民税が非課税の人（申請必要）

平成31年1月1日時点で諫早市民であり、令和元年度の住民税が非課税の人（ただし、住民税の課税者と生計同一の配偶者・扶養親族・生活保護の受給者などを除く）

一人につき、1冊5,000円分（販売額4,000円）を5冊まで購入できます。最大25,000円分の商品券を20,000円で購入できます。

②小さな乳幼児のいる子育て世帯主（申請不要）

令和元年8月1日から令和元年9月30日までの間に生まれた子が属する世帯の世帯主

お子さん一人につき、1冊5,000円分（販売額4,000円）を5冊まで購入できます。最大25,000円分の商品券を20,000円で購入できます。

プレミアム付商品券購入引換券の 交付申請はお済みですか

消費税および地方消費税の引き上げに伴い、住民税が非課税の人と小さな乳幼児のいる子育て世帯主を対象に、25%のプレミアムが付いた商品券を、市内の郵便局（簡易郵便局を除く）で販売しています。

この商品券を使って、市内の使用可能店舗で買い物をする事ができます。購入対象の人は、下記の「手続きの流れ」をご確認ください。

※商品券の使用可能店舗は、対象の人に直接お知らせしています。また、使用可能店舗のチラシは、市役所または郵便局の窓口にもあります。

手続きの流れ

①住民税が非課税の人

①購入引換券交付申請書を返送

②審査

③購入引換券が届く

④郵便局の窓口営業時間に商品券を購入

⑤使用可能店舗で使用

※届いている「諫早市プレミアム付商品券購入引換券交付申請書」（黄色）を返送してください。

購入期限は令和2年2月28日まで
使用期限は令和2年2月29日まで

②小さな乳幼児のいる子育て世帯主

申請は不要です

①購入引換券が届く

②郵便局の窓口営業時間に商品券を購入

③使用可能店舗で使用

※平成28年4月2日から令和元年7月31日までの間に生まれた子が属する世帯の世帯主には、「諫早市プレミアム付商品券購入引換券」をすでに送付しています。

令和元年諫早市表彰



市民の模範となる善行や市勢振興への貢献のあった個人および団体を表彰する「令和元年諫早市表彰」が、10月1日、市役所で行われました。

今年表彰された方は、スポーツの分野などで特に優秀な成績を収められた方をはじめ、人命救助、保健、環境、社会福祉、教育文化、体育、商工、水産、防災、自治、寄附の各分野で貢献があった個人53人および9団体の皆さんでした。

(総務課)

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。

※訓練放送ですので、実際の放送とお間違い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。

■放送日時

11月5日(火) 午前10時ごろ ※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、防災ファクスでも配信します。※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。
- ・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。

■問い合わせ先／総務課

令和2年 諫早市成人式のご案内

式典のご案内は、令和元年11月1日現在、諫早市に住民登録されている人に郵送する予定です。

11月1日以降の転入・転居などで案内状が届かなかった人や一時帰省されている人も参加できますので、直接会場へお越しください。

■とき／令和2年1月12日(日) 14時～（受付13時～）

■ところ／諫早文化会館

■対象／平成11年4月2日から平成12年4月1日に生まれた人（諫早市民および諫早市出身の人）

■問い合わせ先／生涯学習課

家庭用生ごみ処理機器の購入費を補助します

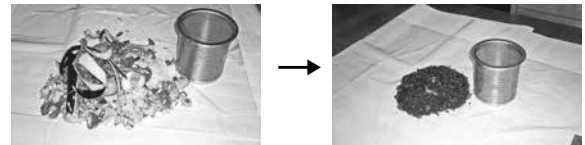
市は、ごみの減量化を推進するため、家庭用の生ごみ処理機器購入費の補助を行っています。生ごみ処理機を利用するとごみの量が少なくなり、肥料などとして有効利用できます。

- 内容／①生ごみ処理容器（EMバケツ、コンポストなど）は購入価格の2分の1。世帯に2個まで
- ②電気式生ごみ処理機は購入価格の3分の1（グリーン購入法適合品以外の商品は4分の1）。世帯に1台まで
- ※①②とも上限は2万円まで。

- 要件／市内の販売店で購入したもの（以前購入補助を受けられた場合でも、生ごみ処理容器は3年間、電気式生ごみ処理機は5年間経過して再購入する場合は、再度補助が受けられます）

- 手続き／生ごみ処理機器購入後、領収書（世帯主宛のもの）、印鑑、世帯主の通帳、保証書（電気式の場合のみ）を持参し、環境政策課または各支所地域総務課へ申請してください。

- 電気式生ごみ処理機（乾燥式）の使用例



※約7分の1程度になり、肥料として使用できます。

- 問い合わせ先／環境政策課または各支所地域総務課

市営「諫早南墓園」の墓地区画を分譲しています

市営「諫早南墓園」の墓地区画の使用申し込みは、随時受け付けています。

- 墓園の場所／栗面町523

- 対象者／①市内に住所を有する人
- ②①以外で、市内に本籍を有する人、または市内に墓地を有する人、将来諫早市内に居住を希望する人（※ただし、現在使用許可を受けている人は申し込むことができません。）



- 使用料など

| 区画面積 | | 永代使用料 | 管理料(年額) | 残区画数 |
|------|------|----------|---------|------|
| 6㎡ | 市民 | 496,800円 | 4,140円 | 143 |
| | 市外住民 | 661,800円 | | |
| 9㎡ | 市民 | 745,200円 | 6,210円 | 67 |
| | 市外住民 | 992,700円 | | |

- 申込・問い合わせ先／環境政策課

中小企業者の皆さん 市の融資制度をご利用ください

市内中小企業者や市内で新たに創業を考えている人を対象に、事業経営に必要な運転資金や設備資金の融資を行っています。ぜひご利用ください。詳しくは商工観光課へお尋ねください。

- 市中小企業制度融資一覧

| | 中小企業振興資金 | 中小企業創業支援資金 |
|------------|------------------------------------|--|
| 対象 | 市内に1年以上住所を有し、1年以上継続して事業を営んでいる中小企業者 | 市内に住所を有し、市内で新たに事業を開始する具体的な計画を有する者、または創業後5年未満の中小企業者 |
| 資金使途 | 運転および設備 | 運転および設備 |
| 融資限度額 | 2,500万円 | 2,000万円 |
| 貸付期間(据置期間) | 10年以内(1年以内) | 運転7年以内(1年以内) 設備10年以内(1年以内) |
| 貸付利率 | 1.4% | 1.3%(融資を受けた日から3年間、利子相当額の2分の1を市が補給します) |
| 保証料率(※) | 0.45~1.9%(最大0.55%を市が補給します) | 全額市が補給 |
| 取扱金融機関 | 十八・親和・たちばな信金・長崎・西日本シティ・九州ひぜん信金 | |

※長崎県信用保証協会の取り扱いによる

(令和元年10月現在)

- 問い合わせ先／商工観光課

農産物直売所フレッシュ 251 収穫祭

掘りたての新じゃがや大人気のコロケも♪

■とき／11月17日(日) 開店8時～(イベント10時～)

■ところ／直売所フレッシュ251 2号店

■内容／豚汁の無料配布、ぜんざい・野菜たっぷりカレーの販売など

■問い合わせ先／フレッシュ251 ☎48-2242

諫干まつり

干拓を観る！知る！遊ぶ！

■とき／11月23日(土) 9時30分～15時

■ところ／中央干拓地(駐車場・無料シャトルバスあり)

■内容／干拓野菜の直売、飲食コーナー、体験コーナーなど

■問い合わせ先／県央振興局管理部地域づくり推進課
☎22-0031

田原いもんこ祭り

田原地区の赤土で育った里芋を味わってください。

■とき／11月23日(土) 11時～14時

■ところ／小長井町 西円寺前

■内容／芋煮試食会、田原いもんこ・新鮮野菜販売など

■問い合わせ先／田原いもんこ特産化研究会
村岡さん ☎090-9791-0614

本野ふれあい収穫祭

恒例の新米販売は先着順！

■とき／11月24日(日) 9時～11時

■ところ／本野ふれあい会館駐車場

■内容／新鮮野菜の販売、餅つきの実演販売、ゆとり餅実演など

■問い合わせ先／本野地区振興会事業部 小川さん
☎090-4993-0781

諫早地方農業まつり

「実りのフェスティバル」

諫早最大の収穫祭！盛りだくさんの2日間♪

■とき／12月7日(土)・8日(日) 9時30分～

■ところ／干拓の里 ゆうゆう広場 ※入場無料

■内容／農畜産物や加工品の販売、にんじん詰め放題、大抽選会、食堂コーナー、クイズラリーなど

■問い合わせ先

長崎県央農協南部営農センター内実行委員会

☎23-3311



秋に楽しむ

諫早の



からたち会・このみ会 実りの秋感謝祭

伊木力みかんがお手頃価格で購入できます♪

■とき／10月27日(日) 9時～15時

■ところ／多良見町農産物販売所(大草駅近く)

■内容／紅白餅プレゼント、ぜんざいのふるまい、みかん詰め放題など

■問い合わせ先／多良見町農産物販売所 ☎44-1885

幻の唐比れんこん収穫祭

唐比湿地で、希少な唐比れんこんの収穫を体験します。

■とき／11月10日(日) 10時～

■ところ／唐比れんこん田(唐比ハス園付近)

■対象／小学生以上(小学生は大人同伴)

※胴長靴のサイズにより人数制限あり

■参加費／1,500円(小学生500円)

※れんこんのお土産付き

※汚れてもよい服装で参加して下さい

■申込／唐比まちづくり実行委員会 野田さん

☎090-4772-6676または ☎36-1571

■問い合わせ先／野田さんまたは森山支所地域総務課



農産物直売所 もぎたて市感謝祭

唐比れんこんや秋の新鮮野菜が盛りだくさん！

■とき／11月10日(日) 開店8時～(イベント10時～)

■ところ／直売所もぎたて市(森山図書館前)

■内容／餅つき、抽選会、豚汁の無料配布、特産品の販売ブースなど

■問い合わせ先／もぎたて市 ☎35-2717

伊木力みかん収穫祭

大村湾を望む自然空間で、収穫体験をしてみませんか？

■とき／11月17日(日) 10時～15時

■ところ／ことのうみ伊木力選果場

(多良見町舟津638-2)

※駐車場は多良見多目的研修館、伊木力小学校、西部グラウンド

■内容／収穫体験(会場から農園まで無料シャトルバスを運行)、和太鼓演奏、ミニライブ、農産物の販売など

■問い合わせ先／からたち会 ☎44-1885

または多良見支所産業建設課



第47回舞台芸術祭

■とき／11月3日(日) 12時開演
■ところ

諫早文化会館大ホール

■入場料／5000円

■内容／大正琴、詩吟、日舞、民謡、踊り、バレエなど

■問い合わせ先／諫早文化協会

☎22・11003

第58回諫早市美術展覧会

美術展覧会

■とき／11月1日(金)～4日(月) 10時～18時

■ところ／諫早市美術・歴史館

※入場無料

■問い合わせ先

諫早市美術協会事務局

☎22・11003

多良見文化祭

舞台の部

■とき 11月3日(日) 10時～

■ところ 多良見体育センター2階

■内容 日本舞踊、カラオケ、ダンス、邦楽など

展示の部

■とき 11月9日(土)～15日(金) 9時～22時

※11月11日(月)は休館日

(15日は13時30分まで)

■ところ たらみ図書館

■お茶会

■とき 11月17日(日) 11時～14時

■ところ たらみ図書館2階 和室

■音楽祭

■とき 11月17日(日) 13時～

■ところ たらみ図書館 海のホール

■内容 コーラス、クラシックギター、邦楽、二胡、吹奏楽など

■問い合わせ先

多良見文化協会

☎43・11222

森山文化祭

作品展

■とき／10月31日(木)～3日(日) 10時～18時

■ところ 森山図書館

■芸術発表大会

■とき／11月23日(土) 10時～

■ところ 森山公民館

■内容 小・中学校の合奏・合唱、民謡、日舞、フラダンスなど

■問い合わせ先

森山文化協会 井手さん

☎080・788833・65885

高来文化祭

作品展

■とき／11月2日(土)～4日(月) 9時～20時(4日は16時まで)

■ところ／高来会館

■芸術発表大会

■とき／11月4日(月) 10時10分～16時

■ところ／高来会館

■内容／保育園児の踊り、小学生の演技や合奏、中学校音楽部による琴演奏、民謡・舞踊、郷土芸能など

■問い合わせ先／高来文化協会

☎32・2237

小長井文化祭

作品展

■とき／11月1日(金)～3日(日) 10時～18時

(3日は17時まで)

■ところ／小長井文化ホール

■内容／保育園児からお年寄りまでのさまざまな作品の展示

■芸術発表大会

■とき 11月3日(日) 10時～(式典) 11時～(舞台発表)

■ところ／小長井文化ホール

■内容／日本舞踊、民謡、カラオケなど

■問い合わせ先

小長井文化協会

☎34・3224

第22回諫早いけばな連盟花展

■とき 11月3日(日) 10時～16時

■ところ 諫早文化会館中ホール

■入場無料

■問い合わせ先／諫早文化協会

☎22・11003

こども美術展

■とき 11月16日(土)～11月29日(金) 9時～22時

(11月18日(月)・25日(月)は休館日、29日は15時まで)

■ところ／たらみ図書館

■内容／多良見地域の子どものたの書道・図画工作などの作品展

■問い合わせ先

多良見文化協会

☎43・11222



| |
|--------------------|
| 令和元年9月1日現在 |
| () 内前年同月比 |
| 人口：134,523人 (-830) |
| 男：63,631人 (-292) |
| 女：70,892人 (-538) |
| 世帯数：52,897 (+222) |



お知らせ

ひとり親家庭・寡婦等の福祉医療費の受給者証を更新します

ひとり親家庭・寡婦等で福祉医療費を受給されている人の受給者証の有効期限は、11月30日までとなっています。

対象者には、更新手続きに関する案内を個別に行いますので、必ず期限内に手続きをしてください。

■更新期限

11月29日(金) ※開始日は、通知書をご覧ください。

■受付場所

子ども支援課または各支所地域総務課

■必要書類

- ①通知書一式(対象者へ郵送)
- ②印鑑(朱肉を使用するもの)
- ③健康保険証(申請対象者全員分)
- ④福祉医療費受給者証
- ⑤ひとり親家庭であることを証明するもの(児童扶養手当証書、遺族年金証書、民生委員によるひとり親家庭であることの証明

書はいずれか)

⑥マイナンバーがわかるもの(マイナンバーカード、通知カードなど)

※児童扶養手当証書の交付を受けていない場合で、平成31年1月2日以降に諫早市へ転入した人のみ(同居の扶養義務者を含む)

⑦次のいずれかに該当する場合は、在学証明書または学生証の写し(本年度発行分)

- ・平成13年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた高校生がいる場合
- ・平成13年4月1日以前に生まれた20歳未満の高校生がいる場合

⑧寡婦等であることの証明書(寡婦等の場合⑥は不要)

※更新期間内に手続きをしなかった場合、12月1日以降の診療分からの医療費助成が受けられなくなり(医療費助成は、受給資格認定以後の分から実施します)。

※ひとり親家庭・寡婦等に該当する人で、現在、福祉医療費の受給資格認定を受けていない場合であっても、その認定を受けられる場合があります。

受給資格要件など詳しくはお問い合わせください。

子ども支援課

国民健康保険料は納期限までに必ず納めましょう

国民健康保険料

は、加入者の皆さんが病気やけがをしたときの医療費に充てる貴重な財源です。保険料は納期限までに必ず納めましょう。



○納付が困難になったら保険年金課にご相談を

事情により納付が困難となった場合は、お早めにご相談ください。家計の管理を含めたご相談にも応じます。

○保険料の納付は口座振替が便利です

保険料の納付は、便利で確実な口座振替をご利用ください。銀行などに納めに行く手間が省け、納め忘れの心配がありません。

■受付場所/指定金融機関

(銀行や郵便局など)

■必要なもの

- 通帳、通帳印、保険料の納付書(納付番号が必要)
- ※口座振替の手続きから振替開始までは1〜2カ月かかります。

振替開始時期については通知書でお知らせしますので、それまでは納付書で納めてください。

お問い合わせ先
保険年金課

国民年金の付加年金に加入しませんか



定額の国民年金保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納めると、老齢基礎年金に付加年金が上乘せされて受け取れます。

■付加年金の受給額(年額)

200円×付加保険料納付月数

■加入できる人

- 第1号被保険者(自営業者、農林漁業者、無職、学生など)と65歳未満の任意加入被保険者
- ※国民年金基金に加入中の人は、掛金の中に付加保険料が含まれています。

※付加保険料の納付は、申出をした月の分(翌月末納付期限)からです。

※定額の国民年金保険料とあわせて納付期限までに納めることが原則です。

■申込・問い合わせ先

諫早年金事務所
☎25・16662

保険年金課または各支所地域総務課



諫早市コンベンション等開催助成金をご活用ください



市内に宿泊を伴うスポーツ大会や合宿、コンベンションなどを開催される団体に対し、延べ宿泊者数に応じた助成金制度を創設しておりますので、ぜひご活用ください。

■助成基準額

| 延べ宿泊者数 | | 助成基準額 |
|----------|----------|------------|
| 50人以上 | 100人未満 | 50,000円 |
| 100人以上 | 150人未満 | 100,000円 |
| 150人以上 | 200人未満 | 150,000円 |
| 200人以上 | 250人未満 | 200,000円 |
| 250人以上 | 300人未満 | 250,000円 |
| 300人以上 | 500人未満 | 300,000円 |
| 500人以上 | 1,000人未満 | 500,000円 |
| 1,000人以上 | | 1,000,000円 |

■問い合わせ先

商工観光課または諫早観光物産コンベンション協会
☎ 22・8325

令和元年分給与所得の年末調整 年末調整説明会を開催します

令和元年分給与所得の年末調整説明会を開催しますので、各事業所などで源泉徴収事務を担当されている人の出席をお願いします。源泉徴収義務者の皆さんには、事前に案内状と関係書類を送付しますので、当日必ずご持参ください。

本年10月1日から実施されている消費税軽減税率制度についての説明も行います。

■とき／11月11日(月)

■13時30分～16時

■ところ／諫早文化会館大ホール

■問い合わせ先

諫早税務署法人課税第1部門 源泉所得税担当
☎ 22・1358

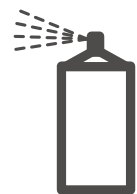
■税を考える週間

税を考える週間
期間 11月11日～11月17日
今年のテーマは「暮らしを支える税」です
国税庁のホームページでは「国税庁の取組」や「税に関する情報」を紹介!
税を考える週間 検索
www.nta.go.jp
国税庁

■問い合わせ先

諫早税務署総務課
☎ 46・3051

スプレー缶は中身を完全に押し切ってください



スプレー缶やカセットボンベをゴミとして出す場合は、中身を完全に押し切り、「穴を開けない」で空きかん用指定袋に入れて出してください。

中身が残っていると、もえないごみ処理施設での処理作業中に、爆発事故が発生する恐れがあります。必ず中身を押し切るようご協力をお願いします。

※中身が残っている場合は、「ガス抜きキャップ」などを使って出し切ってください。その場合、火気のない風通しのよい屋外で行ってください。

■問い合わせ先

環境政策課または各支所地域総務課

■11月は労働保険適用促進強化期間

労働者を1人でも雇用している事業主は、労働保険(労災保険・雇用保険)の加入手続きが必要です。詳しくは、長崎労働局労働保険徴収室、または最寄りの労働基準監督署・ハローワークへお尋ねください。

■問い合わせ先

長崎労働局労働保険徴収室
☎ 095・8001・0025

交通事故などの治療で保険証を使用する場合は届出が必要です



交通事故など第三者の行為によつてけがをした場合でも、国保の保険証を使って医療機関を受診することができます。本来は加害者が医療費を全額負担するのが原則ですが、届出をされた場合、国保が医療費を一時的に立て替え、あとで加害者に請求することになります。

ただし、業務上や通勤途中などの事故で労災保険が適用されている場合は届出不要です。

■示談の前に必ずご相談ください
加害者から事故の治療費用を受け取ったり、示談を受けてしまうと国保からの医療給付が行えなくなり、国保が立て替えた医療費を返還していただくことがあります。

■自損事故の場合でも届出を
同乗中に発生した自損事故で検査や治療で受診した場合にも届出が必要です。

■問い合わせ先

保険年金課



渡り鳥が飛来する季節になり、全国的に鳥インフルエンザの注意喚起が行われています。野鳥が死んでいても直ちに病気を疑う必要はありませんが、次のことに注意してください。

- ①衰弱した野鳥と接触しない。
- ②死んだ野鳥など、野生生物には素手で触らない。
- ③フンによる鳥インフルエンザウイルスの拡散を防ぐため、フンを踏まないように注意し、必要に応じて消毒する。
- ④同じ場所にたくさん野鳥が死んでいたときは、市へ連絡をお願いします。

鳥インフルエンザウイルスは、野鳥観察など通常の接し方では、人に感染しないと言われています。野鳥など野生生物やフンに触れた後は、手洗いやうがいをするれば過度に心配する必要はありません。

正しい情報に基づいた、冷静な行動をお願いします。

■連絡・問い合わせ先
環境政策課または各支所地域総務課

プレジャーボートの係留には許可が必要です

市が管理する港湾・漁港の係留施設にプレジャーボートを係留する場合は許可が必要です。

プレジャーボートを係留する予定がある人は、お問い合わせください。

- 申込・問い合わせ先
- 久山港／建設総務課
- 田結港、江ノ浦漁港、池下漁港 飯盛支所産業建設課
- 城ノ下港／高来支所産業建設課
- 小長井港 小長井支所産業建設課
- 有喜漁港／林務水産課
- 喜々津漁港、伊木力漁港 多良見支所産業建設課

緑の募金ご協力ありがとうございました

緑の募金運動期間（4月1日～5月31日）に行われた募金運動で、平成31年（令和元年）春期は合計で3,725,705円の募金が集まりました。ご協力ありがとうございました。

この募金は、森林づくりや緑とのふれあいなどさまざまな活動や事業に活用されます。

（諫早市緑の募金運営協議会）

資源物ストックハウスを利用しましょう

市では、資源物の回収促進を図るため、家庭から出される新聞や雑誌など、リサイクル可能な紙類を市民がいつでも持ち込める「資源物ストックハウス」を市内20カ所に設置しています。住民団体（自治会、婦人会、子ども会など）による資源物回収がない場合や回収日までに家庭での保管が困難な場合などに積極的にご利用いただき、ごみ減量にご協力ください。

【資源物ストックハウス設置箇所】 ※年末・年始を除く

| 地域 | 設置箇所 | 開放日 | 開放時間 | |
|-----|-------------|------------|-----------|----|
| 諫早 | 市役所（北側駐車場内） | 毎日 | 9時～17時 | |
| | 小栗ふれあい会館 | | | |
| | 小野ふれあい会館 | | | |
| | 真津山出張所 | | | |
| | 西諫早ふれあい会館 | | | |
| 多良見 | 多良見支所 | 多目的研修館 | 毎日 | |
| 森山 | 森山支所 | 毎日 | 9時～17時 | |
| 飯盛 | 飯盛支所 | 田結出張所 | | 毎日 |
| | 高来支所 | 高来西ゆめ会館 | | 毎日 |
| 高来 | 高来公民館宇良分館 | 高来西公民館深海分館 | 毎月第1・3日曜日 | |
| | 小長井 | 小長井支所 | 毎日 | |
| | 小長井長里グラウンド | 毎月第1・3日曜日 | | |

【回収品目、出し方のお願い】

- ①新聞（折込チラシを含む）・雑誌／重さを10kg以下にしてひもで縛って出してください。
 - ②雑がみ／リサイクルできる紙袋などにまとめておき、ひもで縛って出してください。縛らないと中身が出てストックハウス内を散らかす要因になります。
 - ③段ボール／ガムテープ類は剥がしてから折りたたんでください。量が多い場合はひもで縛ってください。箱に詰め込んで出さないでください。
- ※持ち込みの際は、奥から積み重ねて置き、整理整頓に努めてください。次に持ち込む人が搬入できなくなる場合があります。
- ※古布、牛乳パック、発泡スチロールなどは回収品目になっていません。持ち込まないようご注意ください。

■問い合わせ先／環境政策課または各支所地域総務課

原爆被爆者健康診断(11月実施分)

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

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

■日程

| と き | | と ころ |
|-----------|----------------------|----------|
| 10月30日(水) | 9時30分～11時 13時～14時 | 市民センター |
| 10月31日(木) | 9時30分～11時 13時～14時 | 小野ふれあい会館 |
| 11月5日(火) | 9時30分～11時 13時～14時 | 西諫早公民館 |
| 11月6日(水) | 9時30分～11時 13時～14時 | 西諫早公民館 |
| 11月7日(木) | 9時30分～11時 | 高来会館 |
| | 13時30分～14時30分 | 高来西ゆめ会館 |
| 11月8日(金) | 9時30分～11時 | 市民センター |
| | 13時30分～14時30分 | 小栗ふれあい会館 |

| と き | | と ころ |
|-----------|----------------------------|----------------------|
| 11月11日(月) | 9時30分～11時 | 福田町公民館 |
| | 13時30分～14時30分 | 小長井文化ホール |
| 11月12日(火) | 9時30分～11時 | 貝津町公民館 |
| | 13時30分～14時30分 | 永昌町公民館 |
| 11月13日(水) | 9時30分～11時 13時～14時 | 長田みのり会館 |
| | 9時30分～11時 13時30分～14時30分 | 健康福祉センター 本野ふれあい会館 |
| 11月15日(金) | 9時30分～11時 | 森山公民館 |
| | 13時30分～14時30分 | 有喜ふれあい会館 |

■問い合わせ先／長崎県健康事業団 ☎43-7131

住民票やマイナンバーカードなどに 旧姓(旧氏)が併記できます



本年11月5日より、婚姻などで氏に変更があった場合、住民票やマイナンバーカードなどに旧姓(旧氏)の併記ができるようになります。また、印鑑証明書にも旧氏併記が可能となり、印鑑登録も旧姓(旧氏)の印鑑が登録できるようになります。

旧姓(旧氏)を併記するには、戸籍謄本などとマイナンバーカード(通知カード)を用意し、お住まいの市町村で手続きを行う必要があります。

詳しくは、おたずねください。

■問い合わせ先／市民窓口課

11月は「児童虐待防止推進月間」

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です

児童虐待に関する相談件数は全国的に増加しており特に、子どもの生命が奪われるなど重大な事件も後を絶たない状況にあります。

虐待を受けたと思われる子どもを発見した場合、あるいは虐待かどうか判断できない場合にはご連絡ください。あなたの“もしかして?”の一報が子どもだけでなく家族をも救うこととなります。

令和元年度「児童虐待防止推進月間」標語

189(いちはやく)ちいさな命に待ったなし

■連絡先

- ・こども支援課 ☎22-2374(直通)
- ・長崎こども・女性・障害者支援センター
☎095-844-6166
- ・全国共通ダイヤル ☎189(いちはやく)

※近くの児童相談所につながります。

点字・声の広報

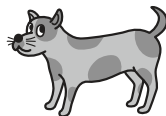
文字による情報入手が困難な視覚障害者（児）のために、広報誌の主な内容を点字に訳した点字広報や、朗読したものを録音したCDを無料でお送りしています。

ご希望の方は、送付先などをお知らせください。

■問い合わせ先／障害福祉課

ファクス24・0901

野犬を見かけたら 保健所にご相談を



野犬の捕獲は、狂犬病予防法に基づき県央保健所が行っています。野犬を見かけた場合は、県央保健所にご相談ください。

また、野犬を増やさないために、野犬への餌やりや、飼い犬の放し飼いはおやめください。万が一逃げ出した場合でも、飼い犬に狂犬病予防注射済票や迷子札などの飼い主が分かるものを装着しておくことで、保護され家に戻ることがができます。

■問い合わせ先

県央保健所衛生課

☎26・3305

環境政策課または各支所地域総務課

事業所から出るごみの処理は 事業者の責務です

市が実施しているごみ収集は家庭の日常生活に伴って生じたごみを対象にしています。

しかし、一部のごみステーションでは事業所・事業活動から生じたごみの排出が見受けられます。

事業所・事業活動から生じたごみは、廃棄物収集運搬許可業者に依頼するなど、事業者自らの責任で適正に処理をお願いします。

■問い合わせ先／環境政策課または各支所地域総務課

女性に対する暴力をなくす運動

11月12日(火)～25日(月)

配偶者などからの暴力（DV）、性犯罪、ストーカー行為、売買春、人身取引、セクシュアル・ハラスメントなど女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していく上で克服すべき重要な課題です。



女性に対する暴力根絶のための
シンボルマーク

パネル展示およびパープルリボンツリー設置

女性に対する暴力根絶の意識啓発を図るため、啓発パネルとパープルリボンツリーを展示します。

むらさき色のリボンは、女性に対するさまざまな暴力をなくそうという国際的な運動のシンボルです。

「あなたはひとりではない」「相談してください」というメッセージが込められています。女性に対する暴力をなくそうという願いを込めて、パープルリボンをツリーに装飾してください。

■とき／11月12日(火)～25日(月)

■ところ

市役所本館1階ロビーおよび
男女共同参画推進センターひと・ひと

■展示内容

DVとは、女性相談窓口案内、支援制度など

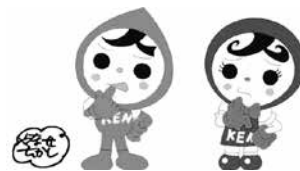
■問い合わせ先

人権・男女参画課 ☎24-1580

「女性の人権ホットライン」 強化週間

11月18日(月)～24日(日)

夫・パートナーからの暴力、ストーカー行為、職場におけるセクシュアル・ハラスメントなど…ひとりで悩まず、電話してください。



人権イメージキャラクター
人KENまもる君・人KENあゆみちゃん

女性の人権ホットライン（全国共通）

0570 (070) 810

8時30分～19時

（土・日曜日は10時～17時）

■問い合わせ先

長崎地方法務局 長崎県人権擁護委員連合会

☎095-820-5982

令和2年度から使用する市立小学校の教科書が決まりました

教育委員会は、令和2年度から市立小学校で使用する教科書を採択決定しました。

採択にあたっては、採択協議会（会長／西村暢彦教育長）が、市の教育の実態、自然的・文化的諸条件、児童の発達段階や実態、学習方法との適合性などの調査・研究を行い、最終的には教育委員会において適正かつ公正に教育本意の立場などから決定したものです。

| 種目 | 発行者 | 書名 |
|-------|--------|----------------------|
| 国語科 | 教育出版 | ひろがる言葉 |
| 書写 | 教育出版 | 小学書写 |
| 社会科 | 教育出版 | 小学社会 |
| 地図 | 帝国書院 | 楽しく学ぶ 小学生の地図帳 |
| 算数科 | 東京書籍 | 新しい算数 |
| 外国語科 | 開隆堂 | Junior Sunshine |
| 理科 | 大日本図書 | たのしい理科 |
| 生活科 | 学校図書 | みんなとまなぶ しょうがっこう せいかつ |
| 音楽科 | 教育出版 | 小学音楽 音楽のおくりもの |
| 図画工作科 | 開隆堂 | 図画工作 |
| 家庭科 | 開隆堂 | 小学校 わたしたちの家庭科 |
| 道徳科 | 日本文教出版 | 小学道徳 生きる力 |
| 保健 | 学研 | みんなの保健 |

■問い合わせ先／学校教育課

県央リサイクルの集い

■とき／11月3日(日) 9時～12時

※雨天決行

■ところ

県央不燃物再生センター
(小豆崎町89-4)

■入場料

空き缶・空きびん1個以上
(道端に落ちているもの)

■内容

展示、リサイクル体験コーナー、
持ち帰りコーナー、ゲームコー
ナー、フリーマーケットコーナー
など

※車でお越しの際は、なるべく乗り
合わせてご来場ください。

■問い合わせ先

県央地域広域市町村圏組合
☎23-3600

子育てほっとウイークinいさはや

諫早市保育会では、「子育てほっとウイーク」とし
て、市内認可保育園などで、さまざまなイベントを行
います。

■とき／11月5日(火)～9日(土)

(多良見・森山・飯盛・高来・小長井地域)

11月11日(月)～16日(土)

(諫早地域)

■ところ／市内各認可保育園など

(幼保連携型・保育所型認定こども園を含む51園)

■内容／絵画・製作教室や園庭開放など各園の企画によ
るイベント、子育て相談、スタンプラリー

※イベントなどの詳しい内容は、諫早市保育会青年部
ホームページ(<http://ihs.noramba.net/>)やチラシ、
いさはや子育てネットなどをご覧ください。各園に
お問い合わせください。

■問い合わせ先／諫早市保育会事務局

(なかよし村保育園)

☎22-5311

長崎矯正展

受刑者の改善更生を目的とした刑務作業の現状と重要性について広く知っていただくため、長崎矯正展を開催します。

■とき

11月10日(日) 9時30分～16時

■ところ

長崎刑務所(小川町1650)

■内容

- ・パネル展示による施設紹介
- ・刑務所作業製品の展示販売
- ・施設見学やバザー
- ・ろくろ体験
- ・鑑別所職員による性格検査



■問い合わせ先

長崎刑務所 ☎22-1330

市民と議会の「わがまちトーク」

第7回諫早市議会 議会報告会“市民と議会の「わがまちトーク」”を開催します。

ぜひご参加いただき、皆さんの生の声をお聞かせください。

■内容/議会報告・意見交換会

<テーマ>

『人口減少時代の流れの中で今後の諫早市に必要な取り組み』

- ◆少子化対策と子育て支援について
- ◆高齢化対策について
- ◆諫早市の地域活性化策について

※上記の内容についての具体的な意見がございましたら事前に議会事務局へご連絡ください

| 日 時 | 会 場 |
|----------------|-------------------|
| 11月19日(火) 19時～ | 森山公民館(講堂) |
| 11月20日(水) 19時～ | 飯盛ふれあい会館(多目的ホール) |
| 11月21日(木) 19時～ | 高来ふれあい会館(ふれあいホール) |

■問い合わせ先/議会事務局

第12回高校生弁論大会

―令和元年、新時代への提言―
市内8校の生徒による弁論大会です。

■とき

11月10日(日)

10時開演(9時30分開場)

■ところ

諫早市民センター 1階講堂

※入場無料

■参加校

諫早、西陵、諫早東、諫早農業、諫早商業、鎮西学院、長崎日大、創成館(順不同)

■主催/諫早ライオンズクラブ

■問い合わせ先

諫早ライオンズクラブ

☎22・3014

国際ロータリー地区大会 ケント・ギルバート氏記念講演会

■とき

11月9日(土) 14時30分～16時

■ところ

諫早文化会館 大ホール

※入場無料(先着800人)

■演題

「素晴らしき国、日本に告ぐ」

■主催/国際ロータリー

第2470地区

■問い合わせ先

国際ロータリー・ガバナー事務所

☎46・30096

第19回はままつな講演会

■とき
11月10日(日) 13時～15時30分

■ところ

諫早市社会福祉会館 多目的ホール

※入場無料

■内容

―地域で共に生きる―
「精神を病む人を支えるということ」

講師 内村公義さん

(長崎ウエスレヤン大学名誉教授 NPO法人ウエスレヤン・コミュニケーションレッズ代表)

■主催

はままつな(精神保健福祉ボランティアグループ)

■問い合わせ先

はままつな会長 田添さん

☎25・9395

諫早相撲甚句会創立20年記念 相撲甚句大会

■とき

11月17日(日) 13時～15時

■ところ

諫早市民センター 講堂

■主催

諫早相撲甚句会

■問い合わせ先

諫早相撲甚句会 大嶽さん

☎21・0709

募集

諫早市民生涯スポーツ大会2019

さまざまなスポーツ・レクリエーションを体験できる諫早市民生涯スポーツ大会を開催します。

■とき／11月3日(日) 9時～

■ところ／小野体育館(開会式後、各種目の開催場所へ移動)

■種目

○ミニソフトバレーボール

○楽しいゲーム

●インディアカ

(小野体育館メインアリーナ)

○スポーツウエルネス吹矢

(小野体育館サブアリーナ)

○ペタンク(13時～)

○カップ(13時～)

●ターゲットバードゴルフ

(小野ふれあい広場多目的グラウンド)

○フライングディスク

(小野中グラウンド)

○ウォーキング

(小野体育館前スタート)

●パークゴルフ(梅野広場)

●その他

○の種目は当日参加できます。

●の種目は11月1日(金)までに申し込みが必要です。

■申込・問い合わせ先

スポーツ振興課

☎22・2543

第69回諫早市駅伝競走大会

■とき

12月15日(日) 9時～(開会式)

■ところ

県立総合運動公園

※雨天決行

■参加区分

一般の部、高校生の部、中学生の部、小学生の部(4年生以上)

※男女混成可

■区間／各部5区間

一般・高校生・中学生の部
区間計 約16キロメートル

小学生の部

区間計 約10キロメートル

■参加費／1チーム

(一般) 3千円

(高校生) 2千円

(小・中学生) 千円

※スポーツ傷害保険料含む

■申込方法

スポーツ振興課、各支所および各体育館に備え付けの申込書

(市ホームページからもダウンロード可)に必要な事項を記入のうえ、参加費を添えて直接持参

または郵送でお申し込みください。

■申込期限／11月25日(月)

■申込・問い合わせ先

スポーツ振興課

☎22・2543

第14回小長井さざんか駅伝大会



■とき／12月22日(日) 9時～

※小雨決行

■ところ

山茶花高原 周回コース

■参加区分

一般(高校生以上)の部、中学生の部、小学生の部(4年生以上)

※男女混成可

■区間／各部5区間

■参加費／1チーム

(一般) 2千円

(小・中学生) 千円

※スポーツ傷害保険料含む

■申込方法

申込書(小長井支所地域総務課で配布)に記入して、直接持参または郵送でお申し込みください。

■申込期限／12月2日(月)

■申込・問い合わせ先

小長井支所地域総務課内・駅伝大会事務局

☎34・2111

緑の募金による緑化活動



緑の募金を活用して、森づくりや植樹などの緑化活動を行う団体に対して、その活動にかかる費用を支援します。

皆さんの力で、緑豊かな街にしませんか。

「緑の募金による緑化活動」を行う団体の応募をお待ちしています。

■対象事業

・公共用地などへの樹木の植栽

・緑とのふれあい、大切さを学ぶソフト事業やイベント

など、募金の趣旨にあった活動

■対象者

自治会、市民グループ、企業など

■募集期限

12月6日(金)

■申込方法

所定の申請書(市ホームページからダウンロード可)によりお申し込みください。

■申込・問い合わせ先

林務水産課または各支所産業建設課

☎

介護予防教室のご案内



年間を通して開催しています。継続して参加しましょう。

■日程（11月）

【筋トレ教室】

| とき | 時間 | ところ |
|--------|------------|-----------|
| 1日(金) | 13時30分～15時 | 小野ふれあい会館 |
| 7日(木) | 13時30分～15時 | たらみ図書館 |
| 11日(月) | 13時30分～15時 | 福田町公民館 |
| 22日(金) | 13時30分～15時 | 西諫早ふれあい会館 |
| 22日(金) | 13時30分～15時 | 高来ふれあい会館 |

【脳トレ教室】

| とき | 時間 | ところ |
|--------|------------|------------|
| 12日(火) | 13時30分～15時 | 西諫早公民館 |
| 13日(水) | 13時30分～15時 | 特養諫早中央 |
| 14日(木) | 13時30分～15時 | 貝津町公民館 |
| 18日(月) | 13時30分～15時 | 高来会館（高来支所） |
| 27日(水) | 13時30分～15時 | 小栗ふれあい会館 |

【若返り体操教室】

| とき | 時間 | ところ |
|--------|------------|----------|
| 5日(火) | 14時30分～16時 | 市民センター |
| 11日(月) | 13時30分～15時 | 田結公民館 |
| 20日(水) | 13時30分～15時 | 長田みのり会館 |
| 21日(木) | 13時30分～15時 | 本野ふれあい会館 |
| 28日(木) | 13時30分～15時 | 小野ふれあい会館 |

【^{くち}口トレ教室】

| とき | 時間 | ところ |
|--------|------------|----------|
| 7日(木) | 13時30分～15時 | 小長井文化ホール |
| 13日(水) | 13時30分～15時 | 森山公民館 |
| 14日(木) | 13時30分～15時 | 市民センター |
| 20日(水) | 13時30分～15時 | 飯盛ふれあい会館 |
| 28日(木) | 13時30分～15時 | 小船越公民館 |

【手ばかり栄養教室】

| とき | 時間 | ところ |
|--------|---------|----------|
| 11日(月) | 10時～12時 | 栄田町公民館 |
| 11日(月) | 10時～12時 | 有喜ふれあい会館 |
| 14日(木) | 10時～12時 | 高来西ゆめ会館 |
| 15日(金) | 10時～12時 | たらみ会館 |
| 21日(木) | 11時～13時 | 健康福祉センター |

※要申込。開催日の7日前までにお申し込みください。

■申込・問い合わせ先／高齢介護課

のんのご温水センター 臨時休館のお知らせ

県央県南クリーンセンターが法定点検整備のため運転を休止しますので、その余熱利用施設である「のんのご温水センター」を次の期間、休館します。

休館中はご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■休館日／10月28日(月)～11月8日(金)

※11月9日(土)から通常営業

（風呂もプールも通常どおり）

■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

未登記家屋の新増築・解体は届出を



平成31年1月2日以降に建築し、登記をしていない建物（未登記家屋）を所有する人や解体した人、また、家屋の新増築や解体の予定がある人は、資産税課（家屋担当）へお知らせください（電話可）。

※家屋を新増築した場合や登記している家屋を解体した場合は、所有者の財産保全のため、法務局への登記の申請が必要です。

※地方税法上の「家屋」とは、住宅、店舗、工場、倉庫、車庫、物置などの建物のことです。

■問い合わせ先／資産税課

定期相談

本庁定期開催分（11月）

ところ／市民相談室（高城会館3階）
 問い／市民相談室
 ☎22・3113
 ※お車でお越しの際は市役所前広場駐車場をご利用ください。

【法律相談】

11日(月)、20日(水)、25日(月)
 13時～16時（事前予約制）

※市内居住者で、同一の相談について原則1回

【遺言・契約等相談】

26日(水) 13時～16時

【登記相談】

12日(火) 10時～15時

【不動産相談】

5日(火) 9時～12時

【交通事故相談】

18日(月) 10時～16時

【人権相談】

7日(木)、21日(木)
 10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

28日(木) 9時～12時

森山支所相談室

7日(木) 9時～12時

高来支所相談室

7日(木) 9時～12時

【行政相談】

1日(金)、8日(金)、15日(金)

10時～15時
 ※支所定期開催分

多良見支所相談室

22日(金) 10時～13時

森山支所相談室

15日(金) 10時～13時

飯盛支所相談室

8日(金) 10時～13時

高来支所相談室

15日(金) 10時～13時

小長井支所相談室

8日(金) 10時～13時

【消費生活相談・一般相談】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

8時30分～17時

ところ／消費生活センター

各支所地域総務課

問い／消費生活センター

☎22・3113

その他開催分（11月）

【認知症専門相談】※事前予約制

15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

※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／高齢介護課

【草花・樹木に関する相談】

6日(水)、20日(水)、27日(水)

9時～16時

ところ／市役所本館玄関ホール
 13日(水) 9時～16時

ところ／多良見支所

問い／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／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)

11月6日(水) 9時～17時

ところ／ちばな信用金庫本部

11月21日(水) 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

11月6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／日本政策金融公庫

国民生活事業

☎095・8284・3141

行政相談委員の皆さんを紹介します

行政相談委員は、総務大臣から委嘱を受け、みなさんの身近な相談相手として、行政サービスに関する相談・行政の仕組みや手続きに関する相談を受け、問題解決のお手伝いをしています。

市内では8人の行政相談委員が本庁・支所で定期的に相談に応じています。

相談は無料で、秘密は堅く守ります。

お気軽にご相談ください。

| 氏名 | 住所 | 氏名 | 住所 |
|-------|--------|-------|--------|
| 前田 英樹 | 中尾町 | 早田 君枝 | 森山町慶師野 |
| 北村千恵子 | 栄田町 | 石田美津子 | 飯盛町里 |
| 牟田 政彦 | 城見町 | 中山 菊子 | 高来町峰 |
| 中路 徹 | 多良見町化屋 | 馬場まゆみ | 小長井町井崎 |

■問い合わせ先
 市民相談室

令和2年度 幼稚園・認可保育所(園)・認定こども園の入所のご案内

令和2年4月1日からの幼稚園・認可保育所(園)・認定こども園への入所申し込みを受け付けます

幼稚園や保育所、認定こども園を利用する場合には、お子さんの年齢や保育の必要性に応じ、教育・保育を受けるための「認定」を市から受ける必要があります。「認定」には、区分があり、1～3号まで区分に応じ、利用できる施設や手続き、利用者負担額(保育料)が異なります。

※認定区分については、市ホームページや入所申込のご案内に掲載しています。

■利用者負担額(保育料)

利用者負担額(保育料)は、保護者の市民税課税情報(父母の合算額)を基に算定します。

※市外からの転入などにより課税情報が確認できない場合は、課税情報が確認できる証明書の提出を求めています。

※利用者負担額(保育料)については、市ホームページや入所申込のご案内に掲載しています。

※無償化については、広報いさはや9・10月号に掲載しています。

■問い合わせ先

こども支援課または教育総務課 ※私立幼稚園の入園については、各園にお問い合わせください。

■1号認定【幼稚園・認定こども園】の利用手続き

(市立幼稚園)

○応募資格 市内に居住する幼児

- ・1年保育(平成26年4月2日から平成27年4月1日生まれ)
- ・2年保育(平成27年4月2日から平成28年4月1日生まれ)
- ・3年保育(平成28年4月2日から平成29年4月1日生まれ)

○募集要項および入園願の配布

10月21日(月)から諫早幼稚園、北諫早幼稚園、教育総務課、各支所地域総務課で配布

○受付期間/11月5日(火)・6日(水) 9時～17時(定員に満たない場合は随時)

○受付場所/諫早幼稚園、北諫早幼稚園

○入園児の決定

応募者が募集人員を超えた場合は、11月12日(火)に保護者立ち会いのもと、公開抽選により決定します。公開抽選についての詳細は、募集要項をご確認ください。

(私立幼稚園・認定こども園)

○募集要項および入園願の配布 各幼稚園・認定こども園で配布 ※入園願受付日、連絡先などは幼稚園一覧のとおり。



■幼稚園一覧

| | 施設名(所在地) | 連絡先 | 募集人員 | | | | 受付日 | 預かり保育 | その他 |
|-----|-----------------------------|---------|------|------|------|--------------|---------|------------------|---------------------|
| | | | 1年保育 | 2年保育 | 3年保育 | 4年保育 | | | |
| 市立 | 諫早幼稚園 (野中町) | 22-2248 | 若干名 | 10 | 20 | 11月 5日・6日 | — | — | |
| | 北諫早幼稚園 (泉町) | 23-8145 | 10 | 15 | 20 | | — | — | |
| 私立 | 認定こども園小栗幼稚園 (小川町) (1号) | 23-5182 | 若干名 | 10 | 30 | 11月1日～ | ～18時30分 | 4年保育は 3歳誕生日から | |
| | 認定こども園西諫早幼稚園 (久山町) (1号) | 26-2760 | 若干名 | 若干名 | 45 | | 7 | | ～18時30分 |
| | 認定こども園ふじ幼稚園 (飯盛町中山) (1号) | 48-0104 | 0 | 0 | 5 | | 3 | | ～18時 |
| | 諫早純心幼稚園 (天満町) | 22-0639 | 若干名 | 若干名 | 20 | | 50 | | ～18時30分 |
| | 諫早清水幼稚園 (白岩町) | 26-3952 | 5 | 16 | 50 | | 20 | | ～18時30分 ※土曜は～17時 |
| | 鎮西学院幼稚園 (西栄田町) (1号) | 25-1231 | 0 | 若干名 | 19 | | 10 | | ～18時30分 |
| 幼稚園 | ばらの幼稚園 (山川町) | 26-0225 | 若干名 | 10 | 30 | 20 | ～18時30分 | | |
| | 山美幼稚園 (多良見町市布) (1号) | 43-0354 | 0 | 0 | 10 | 10 | ～18時 | | |

※各施設へ直接申し込みください。

※市立幼稚園および私立認定こども園(1号)を利用する際は、市の認定が必要となります。

■ 2、3号認定【認可保育所（園）・認定こども園】の利用手続き

○入所の条件

①保護者が次のいずれかに該当し、家庭で児童を保育できないこと

- ・ 自宅外で働いている人 ・ 自宅内で家事以外の仕事をしている人 ・ 妊娠中または出産後間もない人
- ・ 病気、負傷、心身に障害のある人 ・ 病気や心身の障害などにより、常に介護を必要とする同居の親族がいる人
- ・ 震災、風水害、火災などの復旧にあたっている人 など

②集団保育が可能な児童であること

※勤務日数や勤務時間によっては入所できない場合もあります（目安：1日4時間以上かつ週4日以上勤務）。

○パンフレット・申込書の配布／10月21日(月)からこども支援課、各支所地域総務課、各出張所、各保育施設で配布

○受付期間／11月1日(金)～29日(金)

○受付場所／こども支援課、各支所地域総務課 ※各出張所、各保育施設では受け付けません。

■認可保育所（園）・認定こども園一覧

| 保育所（園）名 | | 所在地 | 連絡先 | 定員 | 保育所（園）名 | | 所在地 | 連絡先 | 定員 |
|---------|-----------------|--------------|---------|---------|-------------------|-----------------|---------|-----|----|
| 市立 | 諫早中央♥ | 野中町508-7 | 22-1096 | 120 | 虹色♠♥ | 貝津ヶ丘489-14 | 47-6767 | 60 | |
| | 太陽♠ | 馬渡町10-1 | 26-2223 | 120 | つばみ♠♥ | 小船越町930-210 | 56-8626 | 25 | |
| 私立 | サンタの家♠♥ | 幸町59-1 | 22-7511 | 130 | 星の子♠ | 山川町24-3 | 26-9448 | 150 | |
| | ともしび♠♥ | 新道町83-8 | 23-8535 | 90 | すこやか♠♥ | 真崎町734-1 | 51-4151 | 28 | |
| | すまいる♠♥ | 西小路町999-67 | 21-7771 | 50 | いちご西♠ | 真崎町550-1 | 25-0001 | 60 | |
| | ふくた♠♣ | 福田町372-1 | 23-0121 | 120 | もとの♠♥ | 本野町91-2 | 25-9310 | 40 | |
| | なかよし村♠♥ | 福田町38-28 | 22-5311 | 90 | 明教♥ | 上大渡野町33-2 | 25-3434 | 45 | |
| | 真生♠♥ | 城見町28-13 | 22-6116 | 90 | ながた♠♥♣ | 長田町1-2 | 23-9220 | 60 | |
| | みたち♠♥ | 栄田町1098 | 26-3800 | 90 | 長田くみあい♠♥ | 白浜町172 | 23-9404 | 60 | |
| | こころ♠♥ | 栄田町42-56 | 56-9877 | 30 | 遊びの家共同♠ | 多良見町西川内1245 | 43-6085 | 40 | |
| | 上諫早♠♥ | 本明町212-1 | 26-5015 | 60 | 多良見♠ | 多良見町化屋1062-2 | 43-2821 | 60 | |
| | いちご♠♥ | 栗面町315 | 22-5840 | 120 | シーサイド♠ | 多良見町シーサイド148-10 | 43-3620 | 60 | |
| | 小栗♠ | 小川町461-1 | 22-2595 | 150 | わくわく♠ | 多良見町木床1570 | 43-7222 | 60 | |
| | くるみ♠♥ | 川床町1166 | 21-0767 | 26 | みどり♠♥ | 多良見町野副73 | 43-1512 | 25 | |
| | もはら♠♥ | 赤崎町212-1 | 22-2911 | 90 | 中里♠ | 多良見町中里47-9 | 43-2938 | 60 | |
| | 小野♠ | 小野町676-2 | 23-0120 | 60 | 珠光♠♥ | 飯盛町平古場130-6 | 27-8001 | 90 | |
| | ほなみ♠♥ | 小野島町2057-1 | 23-3765 | 70 | 常香♠♥ | 飯盛町里1893-3 | 49-1059 | 80 | |
| | 有喜 | 有喜町418-2 | 28-2052 | 50 | 和同♠♥ | 高来町法川116 | 32-3721 | 60 | |
| | のぞみ♠♥ | 中通町35-8 | 28-2204 | 60 | 春日園♠♥ | 高来町東平原195 | 32-3210 | 60 | |
| | くやまえん♠♥ | 久山町1699 | 26-5578 | 30 | 金松園♠♥ | 高来町金崎759 | 32-2050 | 50 | |
| | 桜が丘♠♥ | 貝津町877-1 | 26-2076 | 120 | 深海♠♥ | 高来町船津418-1 | 32-2132 | 60 | |
| | とんぼ♠(4月新設予定) | 栄町80 | 26-2076 | 60 | 遠竹♠♥ | 小長井町遠竹586-2 | 34-2143 | 20 | |
| あおぞら♠♥ | 若葉町416-2 | 26-1007 | 60 | 井崎♠♥ | 小長井町井崎588 | 34-2215 | 50 | | |
| 認定こども園名 | 所在地 | 連絡先 | 定員 | 認定こども園名 | 所在地 | 連絡先 | 定員 | | |
| 私立 | 菜の花こども園♠♥ | 仲沖町543-2 | 22-5784 | 90 | ふたばこども園♠♥ | 小長井町小川原浦562-1 | 34-3089 | 50 | |
| | キッズスクール認定こども園♠♥ | 宇都町18-29 | 21-3122 | 60 | 金華こども園♠♥ | 高来町峰144-3 | 32-2182 | 70 | |
| | みやまの森こども園♠ | 城見町31-21 | 22-0675 | 80 | 清和こども園♠♥ | 小長井町打越1-3 | 34-2109 | 50 | |
| | にしざきこども園♠♥♣ | 小豆崎町319-3 | 23-5052 | 90 | 認定こども園小栗幼稚園(3号なし) | 小川町443 | 23-5182 | 20 | |
| | ルンビニーこども園♠♥ | 多良見町舟津1411-1 | 44-1403 | 60 | 認定こども園西諫早幼稚園♥ | 久山町1110 | 26-2760 | 70 | |
| | もりやまこども園♠♥ | 森山町慶師野1884-2 | 35-2760 | 120 | 認定こども園ふじ幼稚園♠♥ | 飯盛町中山611 | 48-0104 | 20 | |

♠延長保育、♥一時預かり、♣休日保育 ※「とんぼ保育園」(新設予定)は、桜が丘保育園にお問い合わせください。

歴史の道百選 「長崎街道鈴田峠」ウオーク参加者募集

道の駅「長崎街道鈴田峠」では、秋の収穫まつりに合わせて、「長崎街道鈴田峠」ウオークを開催します。破籠井町「一里塚跡」から昔の面影が残る鈴田峠と風鶴岳の藩境石塚を歩きません。

- とき／11月16日(土) 9時出発
- 集合場所／JR諫早駅西口(駅裏)
- 内容

バスで移動後、破籠井町「一里塚跡」から道の駅「長崎街道鈴田峠」までの長崎街道を約5km歩きます。道の駅のまつりを楽しんだ後、諫早駅までバスで移動します(13時頃終了予定)。

※道の駅まつり会場で、郷土料理「にごみ」などのサービス予定

- 定員／25人程度 ※申込先着順
- 参加費／500円
- 申込方法



住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入し、電話またはファクス(53-6699)、メール(nagasaki-kaido-suzuta@sage.ocn.ne.jp)でお申し込みください。

- 申込期間／11月1日(金)～14日(木)
- 問い合わせ先
道の駅「長崎街道鈴田峠」 ☎53-6699

こどもの城 臨時休館日のお知らせ

| | |
|-------|-----------|
| 臨時休館日 | 11月12日(火) |
|-------|-----------|

- 問い合わせ先／こどもの城 ☎24-8017



V・ファアレン長崎を みんなで応援しよう!



今シーズン最後のホームゲームです。ぜひ、スタジアムへ足を運んで熱い声援を送りましょう!

11月のホームゲーム

- 明治安田生命J2リーグ
- 16日(土) 14時～ VS 栃木SC
- ところ／トランスコスモススタジアム長崎
- 問い合わせ先／スポーツ振興課

いさはや灯りファンタジア2019

★街灯イルミネーション点灯

- JR諫早駅前周辺
10月25日(金)～令和2年1月13日(月) 17時～22時
- 中央交流広場・倉屋敷川、アエル中央商店街
11月23日(土)～令和2年1月5日(日) 17時～21時45分

★スペシャルナイト

灯明による地上絵とイルミネーションで幻想的な世界が広がります。ケータリングカーを主とした飲食店やステージイベントなど楽しいイベントが盛りだくさん。エンディングに諫早高校グラウンドから打ち上げ花火を行います。



- とき
①11月23日(土) 16時～21時 ②11月24日(日) 12時～20時
- ところ／市役所前中央交流広場
- ※詳しくは、いさはや灯りファンタジアホームページ(<http://www.1388akari.com>)をご覧ください。
- 問い合わせ先／商工観光課

第46回 六段まつり

箏曲「六段の調」発祥の地である慶巖寺で、六段まつりが開催されます。

- とき／11月10日(日) 11時～
- ところ／慶巖寺(城見町)
- 問い合わせ先
諫早三曲会 堀田さん ☎26-4687



オーケストラと歌声響く音のあるまち事業 諫早交響楽団第47回定期演奏会

このコンサートは、宝くじの助成金で実施されます。

- とき
11月10日(日)
14時30分開演
- ところ／諫早文化会館
- 曲目
マーラー作曲
「交響曲第2番ハ短調」
- 入場料
一般 2,000円、
高校生以下 500円
- 問い合わせ先
諫早交響楽団事務局 盛さん
☎090-1349-4175



▶読書ビンゴ

- とき／～11月9日(土)
- ところ／諫早図書館 児童コーナー
- 内容／借りた本に応じてカードにチェックをして、ビンゴを完成させるとプレゼントがもらえます。
- 対象／児童書

▶ちいさいこのおはなし会

- とき／10月27日(日) 11時～11時30分
- ところ
諫早図書館 1階展示ホール
- ※申込不要



- 内容／ちいさいこ向けおはなし会の拡大版です。
- 対象／未就園児

▶大人が楽しむおはなし会

- とき／11月2日(土) 14時～15時
- ところ
諫早図書館 1階展示ホール ※申込不要
- 内容／絵本の読みかたり・詩の朗読など

▶こども手話講座

- とき／11月17日(日) 14時～15時
- ところ／諫早図書館 2階集会室
- 内容／小学生向けの手話講座
- 対象／小学生(定員20人)
- 申込方法
電話または諫早図書館児童コーナーに直接お申し込みください。



▶映画上映会

- とき／11月20日(水) 14時～
- ところ／諫早図書館 2階視聴覚ホール ※入場無料
- 内容／「フランシスコの2人の息子」(2005年 ブラジル 117分)

▶おとなもおはなし会

- とき／11月1日(金) 11時～
- ところ
西諫早図書館 2階おはなしのへや ※申込不要
- 内容
絵本の読みかたり、朗読、本や作者の紹介など

▶実用書活用講座

「初めての寄せ植えて楽しむ多肉植物」

- とき
①11月8日(金) ②11月12日(火)
各18時30分～20時30分
- ※2回とも同じ内容
- ところ
西諫早図書館 1階閲覧室
- 材料費／1,500円程度 ■定員／各15人
- 申込方法／電話または西諫早図書館カウンターで直接お申し込みください。



▶お団子作り

- とき／11月9日(土) 14時～
- 対象／小学生(定員15人)
- 参加費／100円



▶おいものおやつ作り

- とき／11月30日(土) 13時～
- 対象／小学生(定員15人)
- 参加費／100円



▶第23回コスモススケッチ作品展

- とき／11月1日(金)～10日(日) ※観覧無料
- 内容／10月13日(日)に実施されたコスモススケッチ大会参加者のスケッチ作品展



▶ペーパークイリング体験 ～果物収穫～

- とき／11月3日(日)
①11時～11時30分 ②11時30分～12時
- 対象／4歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員／各10人(予約優先) ■材料代／500円

▶おりがみ教室「秋の葉っぱを作ろう！」

- とき／11月3日(日) 11時～12時
- 内容
①初級：イチョウ ②中級：モミジ
- 対象



- ①3歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- ②小学3年生以上(小学4年生以下は保護者同伴)
- 定員／各20人(予約優先)
- 材料代／①200円 ②500円

▶たのしい科学教室「カチカチッ！火打石」

- とき／11月9日(土) 10時30分～12時30分
- 対象
小学生以上(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／500円
- 持ってくる物／筆記用具

▶第9回白木峰高原写真展

- とき／11月14日(水)～27日(水) ※観覧無料
- 内容／コスモス花宇宙館主催の白木峰高原をテーマにした一般公募の写真展

▶サイエンスワークショップ 作って飛ばそうふわりだこ

- とき／11月23日(土) ①11時～12時 ②14時～15時
- 対象／小学生(保護者同伴であれば未就学児も可)
- 定員／各20人(予約優先) ■材料代／100円

▶押し花アート体験～クリスマスキャンパスはがき～

- とき／11月24日(日)
①13時～14時 ②14時30分～15時30分
- 対象
小学生以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員／各10人(予約優先) ■材料代／1,000円



▶第15回森山図書館まつり

【森山文化祭作品展】

- とき／10月31日(木)～11月3日(日)
- ところ／森山図書館 展示室・展示ホール
- 内容／森山文化祭に出品された、子どもから高齢者までの作品を展示

【オープニングコンサート】

- とき／11月3日(日) 9時45分～10時
- ところ／森山図書館 展示ホール
- 内容



どなたでも幅広く楽しめるピアノコンサート

【雑誌リサイクル】

- とき／11月3日(日) ①10時～ ②14時～
 - ところ／森山図書館 カウンター横
 - 内容
- 保存期限が過ぎた雑誌を差し上げます。同じタイトルの雑誌は1人2冊まで。なくなり次第終了

【拡大版おはなし会】

- とき／11月3日(日) 11時～
- ところ／森山図書館 和室
- 内容



図書館員と読み聞かせボランティア「HUG（ハグ）」による読み語りや手遊びなど

【映学会】

- とき／11月3日(日) ①13時～ ②14時～
 - ところ／森山図書館 映像ホール
 - 内容
- ①「日本の昔ばなし」 ②「綾小路きみまろ爆笑ライブ」

▶わくわくほっこり人形劇

- とき／10月26日(土) 11時～11時40分
- ところ／飯盛ふれあい会館 ※申込不要。入場無料
- 内容／キャロット劇団による子どもから大人まで楽しめる人形劇「都会のねずみと田舎のねずみ」をお送りします

▶ハロウィンおかしなおはなし会

- とき／10月26日(土) 14時～15時
 - ところ／高来ゆめ会館 和室
 - 内容
- ハロウィーンにちなんだ読みかたりと工作をします
- 対象／幼児・小学生 ※申込不要



▶秋の図書館クイズ

- とき／10月27日(日)～11月9日(土)
- ところ／高来図書室
- 内容／図書室内の本を使ってクイズに挑戦しよう！
- 対象／小学生 ※申込不要

▶たらみ図書館 開館15周年記念イベント

【ライブラリアンリース展】

- とき／11月1日(金)～11月6日(水)
- ところ／たらみ図書館 展示回廊
- 内容／図書館員がたらみ図書館周辺の木の実で作ったリースの展示

【ガーデニングマーケット&ブックリサイクル】

- とき／11月3日(日) 10時～16時
- ところ／たらみ図書館 動の広場
- 販売内容



- 希望が丘高等特別支援学校生徒による花や野菜苗など
 - たらみ図書館友の会によるリサイクル本
 - 諫早子ども劇場による花や木の実で作ったリースなど
- ※販売商品は完売した時点で終了します

【おはなしのじかんスペシャル】

- とき／11月3日(日) 10時30分～11時15分
- ところ／たらみ図書館 海と星のテラス劇場
- 内容／大型絵本の読み語りやストーリーテリングなど

【子どもぞとときクイズ大会】

- とき
- 11月3日(日) 11時15分～16時(受付は15時30分まで)
- ところ／たらみ図書館 海と星のテラス劇場ほか
 - 内容／多良見町に関する3つのなぞを解いて、スナメリが隠された場所をつきとめよう！

【開館記念講演会】

- とき／11月3日(日) 14時～17時
- ところ／たらみ図書館 海のホール ※申込不要
- 演題／「図書館×建築」
- 講師／寺田芳朗さん(株)寺田大塚小林計画同人代表取締役)

【一夜限りのライブラリーカフェ】

- とき／11月3日(日) 18時10分～19時30分
 - ところ／たらみ図書館 フリースペースなど
 - 内容／音楽を聴きながら、おしゃべりしながら、夜の図書館を楽しみませんか？おいしいコーヒーやソフトドリンク付きです。
- ※図書の出借・返却はできません。



- 参加費
- 大人 500円、高校生以下 300円
- ※申込不要

▶開館記念スペシャルミニコンサート

- とき／11月16日(土) 11時40分～12時30分
- ところ／たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 内容／ミニコンサートの演奏者が全員集合！ミニコンサートの拡大版です。

▶図書館上映会

- とき／11月22日(金) 14時～15時35分
- ところ／たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 上映作品／「健さん」(2016年 日本 95分)
- 定員／200人 ※申込不要

▶高来・飯盛地域の郷土資料展示コーナーを
リニューアルしました

各地域の歴史や偉人について学ぶことができる展示コーナーです。ぜひご覧ください（観覧無料）。

【高来支所】

■展示内容

- 1階 廣津雲仙の書作品、関連資料
- 2階 高来地域の遺跡からの出土遺物や民具、今道潤三の関連資料

■問い合わせ先／高来支所地域総務課 ☎32-2111

【いいもりコミュニティ会館 1階ホール】

■展示内容

飯盛地域の遺跡からの出土遺物や調査時の写真

■問い合わせ先／いいもりコミュニティ会館 ☎48-1300

▶読書の記録帳

■とき／10月27日(日)～11月9日(出)

■ところ／小長井図書館

■内容／期間中に本を借りた人に読書記録を残せる読書の記録帳をプレゼント

■対象／小長井図書館利用者

▶みんなで「わかったさんのクレープ」をつくろう！

■とき／11月9日(出) 14時～15時30分

■ところ／小長井文化ホール

■内容／絵本を読んで、楽しくクレープを作る

■対象／小学生 ■持ってくるもの／エプロン、三角巾

■申込期限／11月6日(水)

■申込方法／電話またはカウンターでお申し込みください。



▶生き方魅力アップ講座

「自分を大事にする生き方」

日 11月20日(水) 19時30分～21時30分

場 小栗ふれあい会館

内 自分の気持ちを見つめ直し、バランスよく生きる方法を学ぶ

対 成人 定 20人程度

申 11月18日(月) 持 飲み物

▶親子キッチン

～諫早ジビエで作るウイナー～

日 11月24日(日) 10時～13時

場 小栗ふれあい会館

内 諫早のイノシシ肉を使って料理し、食への関心を高め、男性のキッチン経験をフォローします

対 成人男性・4歳以上の子どもと父親

定 8組 申 11月11日(月)

料 1組1,000円（別途保険料負担あり）

持 エプロン、三角巾、タオル

▶子育て応援講座（託児付き）

～大切な子どもの育ち～



日 11月26日(火) 10時～12時

場 小栗ふれあい会館

内 ワークショップで不安や悩みを共有し、生活リズムやメディアの影響などを学ぶ

対 子育て中の母親 申 11月14日(水)

料 200円 持 飲み物、おもちゃ

▶講演会「老いと私」

日 11月19日(火) 10時～12時

場 中央公民館

内 誰もが迎える老いに対し、人間らしく生きるための権利を考えます。ケーナの演奏もあります。

対 成人 持 筆記用具

▶健康ウォーキング

日 11月25日(月) 9時～16時

場 長崎県民の森

内 紅葉を眺めながら楽しく歩きましょう

対 成人 定 20人

申 11月14日(水) 料 50円（保険代）

持 昼食 ※歩きやすい服装

▶ノルディックウォーク(秋の紅葉編)

日 11月27日(水) 10時～12時

場 中央公民館周辺

内 秋風を感じながらノルディックウォーキングを楽しみましょう

対 成人 定 20人 申 11月14日(水)



小栗公民館 ☎22-1533

▶諫早よかばい！ふるさと探訪

日 11月12日(火) 9時～12時

※小雨決行。荒天時は11月14日(木)に延期

場 上山公園駐車場集合

内 故郷の良さを再発見！森林浴百選の上山をゆっくり歩こう

対 成人・高齢者 定 20人程度

申 11月7日(木) 料 100円

持 飲み物、筆記用具、帽子
※歩きやすい服装、運動靴

公民館講座
情報

申込・問い合わせは、各公民館へ
※講座によっては、応募多数の場合は抽選となります。
※託児の対象年齢は、生後6月～就学前です。
※申込期限のないものは、当日参加可。当日受付です。

日：日時 場：場所 内：内容
対：対象 定：定員 申：申込期限
料：参加費 持：持ってくるもの

中央公民館 ☎23-1160

▶おもちゃドクター養成講座

日 11月11日(月)～13日(水)（全3回）
13時30分～15時30分

場 中央公民館

内 おもちゃ病院の活動について実習を通して学びます。

対 成人 定 20人 申 11月7日(木)

料 600円 持 筆記用具、工具など

▶おもちゃ病院

日 11月13日(水) 10時～15時30分

場 中央公民館

内 壊れたおもちゃをおもちゃドクターが修理します ※部品代実費負担

▶手芸教室「和布とデニムのバッグ」

日11月14日(木)・21日(木)・28日(木)

(全3回) 13時30分～15時30分

場たらみ会館

内ズボンをリメイクしてバッグを作ります

対成人 定15人 申11月6日(水)

料800円

持裁縫道具、はかなくなったデニム

▶長崎街道よもやま話

「その歴史は長崎から始まった」

日11月19日(火) 10時～12時

場たらみ会館

内街道の歴史と文化を学ぶ

対成人 定40人 申11月12日(火)

▶うなぎキャラバン「テレビで有名！

東大うなぎ博士に学ぶ」



日11月19日(火) 12時30分～15時30分

場たらみ会館集合

内うなぎの生態を学ぶ 対成人

定20人 申11月6日(水) 料2,000円

※炭焼うなぎの試食有り

▶国際交流講座「ベトナム料理」

日11月21日(木) 10時～13時

場たらみ会館

内辛すぎない、甘すぎないヘルシー料理を作ります

対成人 定20人 申11月14日(木)

料800円 持エプロン、三角巾

▶たらみ女性塾

日①11月14日(木) ②12月2日(月)

③1月16日(木) (全3回)

①②10時～12時 ③9時～15時

場たらみ会館集合

内青年海外協力隊に関する講話、市内施設見学など、毎回楽しく学びます 対女性 定20人

申11月6日(水) 料2,300円

▶たらみ夜間体操教室

「体幹トレーニング」

日11月18日(月)・25日(月) (全2回)

19時30分～21時

場たらみ会館

内正しいスクワット方法を学び、楽しく安全に体を動かします

対成人 定20人

申11月14日(木) 料200円

持ヨガマットまたはバスタオル

本野公民館 ☎26-0270

▶筆ペン講座

日11月25日(月)、12月2日(月) (全2回)

10時～12時

場本野ふれあい会館

内「令和」などを筆ペンで書くコツをプロの書道家から学びます

対成人 定12人 申11月14日(木)

料700円

▶地産地消料理講座

日11月29日(金) 10時～13時

場本野ふれあい会館

内本野産の取れたてのサツマイモやダイコンなどを使っておいしい料理を作ります



対女性 定12人 申11月14日(木)

料800円 持エプロン、三角巾

長田公民館 ☎23-9024

▶クセ字から美文字へのコツを学ぶ(託児付き)

日11月19日(火)・26日(火)、12月3日(火) (全3回) 10時～12時

場長田みのり会館

内筆圧、単調、動き、隙間、方向などの改善法を学び、最終日には年賀状書きを練習します

対成人 定20人

申11月14日(木)

持鉛筆2B～4B、筆ペン(穂先が筆)



多良見公民館 ☎43-0049

▶里山散策「食べられる野草を知る」

日11月6日(水) 10時～14時

場たらみ会館集合

内森山町唐比周辺を散策します

対成人 定20人 申11月1日(金)

料500円 持昼食

▶中華を極める！

基本の餃子と肉まん作り

日11月8日(金)、12月13日(金)、

1月10日(金)、2月7日(金)、

3月6日(金)(全5回) 10時～13時

場たらみ会館

内旬の食材を使って本場仕込みの餃子などを作ります

対成人 定20人 申11月1日(金)

持エプロン、三角巾

※材料費負担あり

小野公民館 ☎22-0264

▶消しゴムはんこで年賀状作り

日11月22日(金)・29日(金) (全2回)

19時～21時

場小野ふれあい会館



内1回目に消しゴムはんこを作り、2回目でゆる文字を学び年賀状を完成させます 対成人 定16人

申11月8日(金) 料1,500円

有喜公民館 ☎28-3110

▶史跡探訪講座

日11月9日(土) 9時～16時

場有喜ふれあい会館集合

内昭和の香りの音浴(大瀬戸町)からキリシタン遺跡(外海町)を巡ります

対成人 定30人 申11月1日(金)

料2,700円

▶ホスピタルポーチ作り講座

日11月15日(金)・22日(金) (全2回)

13時30分～15時30分

場有喜ふれあい会館

内お薬手帳・診察券入れなど多目的に利用できるポーチを作ります

対女性 定20人 申11月5日(火)

料600円 持裁縫道具



西諫早公民館 ☎26-1500

▶楽しく笑って脳トレ

日11月22日(金) 13時30分～15時30分

場西諫早公民館

内力いっぱい笑ったり健康講話を聞き、脳トレにもチャレンジします

対成人 定40人 申11月11日(月)

▶「諫早百景」を観る

日11月29日(金) 13時30分～15時30分

場西諫早公民館

内諫早の郷土史家を講師に迎え、DVDを見ながら諫早の歴史を学びます

対成人 定40人 申11月11日(月)

▶話のタネに困らない「雑学」

日12月6日(金) 13時30分～15時30分

場西諫早公民館

内「チョコちゃんに叱られる」で人気の雑学をわかりやすく楽しく学ぶ

対成人

定40人

申11月11日(月)



高来西公民館 ☎32-3126

▶健康&ダイエット

日11月21日(木)

13時30分～15時

場高来西ゆめ会館

内たくさん動いて、ダイエットをしよう!

対成人 定30人 申11月15日(金)

料50円 持タオル、飲み物

▶

日11月28日(木) 13時30分～15時

場高来西ゆめ会館

内基本を学んで、楽しく動こう!

対成人 定30人 申11月15日(金)

料50円 持タオル、飲み物



小長井公民館 ☎34-2201

▶シルバー大学

日11月5日(火) 10時～11時30分

場小長井文化ホール

内交通安全について 対65歳以上

▶子育て応援教室(託児付き)

日11月7日(木) 14時～15時30分

場小長井文化ホール

内講話とケーキ作り

対乳幼児と母親

料600円



▶おはなし会

日11月9日(土) 14時～15時

場小長井文化ホール

内絵本の読み聞かせ

対幼児・小学生

▶レザークラフト教室

日11月16日(土) 13時30分～16時30分

場小長井文化ホール

内革の小物入れ作り

対成人 定10人 申11月8日(金)

料2,000円

▶星空さんぽ

日11月21日(木) 19時～21時

場小長井文化ホール

内天体観測とおはなし会

対小・中学生 定20人

▶親子ふれあいスポーツ

日11月24日(日) 10時～12時

場小長井文化ホール

内風船バレーを行います

対小学1年生～3年生の親子

定15組 申11月19日(火)

持タオル、飲み物

※運動できる服装

田結公民館 ☎49-1111

▶三世交流会

日11月17日(日) 10時～12時

場田結公民館

内三世代でチームを作り、ペタンクで楽しく交流します

対小学生～高齢者

※田結地区居住者限定



▶田結すこやか大学

「笑顔で健康づくり②」

日11月21日(木) 13時30分～15時30分

場田結公民館

内歌・ゲーム・体操などで、心と体の健康づくりを行います

対成人・高齢者

高来公民館 ☎32-2111

▶【たかき夜活講座】

オカリナ～入門編～(託児付き)

日11月13日(水)・20日(水)・27日(水)

(全3回) 19時30分～21時30分

場高来会館

内オカリナで、お気に入りの曲をふけるようになりませんか?

対成人 定10人 申11月7日(木)

持筆記用具、飲み物、タオル

※オカリナは貸し出します

▶知ればもっと楽しくなる

「お金のヒ・ミ・ツ」

日11月16日(土) 10時30分～12時

場高来会館

内お金の秘密やお小遣いのことを親子で学ぼう

対親子(親または小学4年生以上は1人で参加可)

定20組 申11月11日(月)

料50円 持筆記用具、飲み物

▶短歌～入門編～

日11月17日(日) 10時～12時

場高来会館

内日々の感動・想いを切り取って詠んでみませんか

対子ども・成人 定20人

申11月11日(月) 持筆記用具、飲み物

▶俳句～入門編～

日11月25日(月) 10時～12時

場高来会館

内初心者でも大歓迎。俳句の入門講座です

対成人 定20人 申11月20日(水)

持筆記用具、飲み物



伊木力公民館 ☎44-1002

▶季節の野菜を使ったピタパン作り

日11月5日(火) 10時～13時

場多良見多目的研修館

内新鮮な野菜とフライパンでピタパンを作ります

対成人 定16人 申10月31日(木)

料700円 持エプロン、三角巾

▶伊木力田舎味噌作り講座

日11月7日(木) 13時30分～15時30分

場多良見多目的研修館

内米を使った田舎味噌を作ります

対成人 定20人 申10月31日(木)

料1,500円 持エプロン、三角巾

▶伊木力みかんまんじゅう作り

日11月12日(火) 13時30分～15時30分

場多良見多目的研修館

内伊木力みかんを使ってまんじゅうを作ります



対成人 定20人 申11月7日(木)

料800円 持エプロン、三角巾

森山公民館 ☎36-1116

▶かまぼこ作り

日11月26日(火) 10時～13時

場森山公民館

内新鮮なアジのすり

身を使って「かま

ぼこ」作りを体験します

対成人 定20人

申11月11日(月) 料1,000円

持三角巾、エプロン、タオル



飯盛公民館 ☎48-0049

▶いいもり大学⑧

「衣食住の今昔物語」

日11月14日(木) 10時～12時

場飯盛ふれあい会館

内I・Hなどの時代の変化について

対成人・高齢者 申11月7日(木)

持筆記用具

▶成人講座「ケーキ作り」



日11月30日(土) 10時～12時

場飯盛ふれあい会館

内手作りのケーキに挑戦します

対成人 定16人 申11月22日(金)

料600円 持三角巾、エプロン、タオル

フォトギャラリー



9月13日に諫早文化会館で前夜祭、14日、15日に中央交流広場を主会場として諫早の秋の風物詩「2019ののこ諫早まつり」が開催されました。今年も街踊りには約6,000人の踊り手がカチカチとにぎやかに集い、たくさん笑顔がはじけていました。



色とりどりのいさはや菊

9月5日、諫早市内の菊生産組合の皆さんが、重陽の節句（菊の節句）に合わせ、宮本市長に菊の花を贈呈しました。諫早産の菊は、県内有数の生産面積・生産量を誇っています。若手農業者もそろっており、意欲も高く、生産規模と需要の拡大に向けて取り組んでいます。



音楽のチカラで、ひとつに！

9月7日、のぞみ公園で「いさはやサマーフェスタinのぞみ2019」が開催されました。屋外のステージでは、中学生の吹奏楽やシンガーソングライターによるライブ、地元バンドの演奏などが行われました。会場には子ども連れの家族が多く訪れてステージの演奏を聞いたり、芝生の上で遊んだり、出店の買い物を楽しんでいました。

（市民記者：江藤）

いつまでもお元気で

9月15日、市内で最高齢108歳の森公枝さんを宮本市長が訪問しました。森さんは、明治44（1911）年生まれ。ご家族に見守られるなか、花かご贈呈が行われ、温かな笑顔を見せてくださいました。いつまでもお元気に、笑顔でお過ごしください。



偉大なる書家をしのぶ

9月23日、高来町ふれあい会館で、「第14回尾花忌」が行われました。

郷土が生んだ偉大なる書家・故廣津雲仙をしのび、親族や書道家など約90人が参加しました。出席者全員が献花し、親族が謝辞を述べ、なごやかな雰囲気の中、顕彰式を終えました。（市民記者：沖田）

妊娠中の歯の健康について

妊娠中はつわりもあって、歯みがきも大変です。安定期に入ったら、歯科健診へ行きましょう。市では、妊婦さんを対象に「妊婦歯科健診」を実施しています。

■対象

市内に住所を有する妊婦

■健診場所／市内の指定歯科医院 ※要予約

■負担金／500円 ※母子健康手帳持参

■問い合わせ先

健康福祉センター ☎27-0700



精神保健福祉相談

心の健康、児童・思春期の問題行動、ひきこもりなど、精神保健に関する相談に精神科医師が応じます。

※要予約

■とき（11月）／

6日(水)、12日(火)、15日(金)、20日(水) 25日(月)

14時～16時30分

■ところ

県央保健所

■問い合わせ先

県央保健所 ☎26-3306



「高齢者肺炎球菌」の予防接種を受けましょう

令和元年度に以下の年齢になる人は、定期接種としての公費助成が受けられます。この機会に高齢者肺炎球菌の予防接種を受けましょう。

■令和元年度接種対象者

※今回の接種を逃すと、今後、市からの助成は受けられません。

| 年齢 | 対象生年月日 | 年齢 | 対象生年月日 |
|-----|----------------------|------|----------------------|
| 65歳 | 昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生 | 85歳 | 昭和9年4月2日～昭和10年4月1日生 |
| 70歳 | 昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生 | 90歳 | 昭和4年4月2日～昭和5年4月1日生 |
| 75歳 | 昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生 | 95歳 | 大正13年4月2日～大正14年4月1日生 |
| 80歳 | 昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生 | 100歳 | 大正9年4月1日以前に生まれた方 |

※心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能に障害やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を有し、身障者手帳1級を所持する60歳～65歳未満の人

■接種回数／1回

■接種期限／令和2年3月31日(火) ※期限内であれば、誕生日の前でも接種できます。

■自己負担額／4,000円

※生活保護世帯および中国残留邦人等支援法に基づく支援の給付を受けている人は、自己負担が免除されます。

＜接種時の注意事項＞

○過去に高齢者肺炎球菌ワクチン（23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン）を接種した人は、接種対象外となります。

○接種期限までに接種できなかった場合は、任意接種となり8,000円以上の接種料金がかかります。

○接種する日時は、あらかじめ医療機関にご相談ください。

○健康保険証を持参してください。

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700

ギャンブル等依存症県民セミナー

■とき／11月16日(土) 13時30分～16時30分

■ところ／ミライオン図書館（大村市）

■内容

講演：「ギャンブル等依存症ってどんな病気？」

講師：武藤岳夫さん

（独立行政法人国立病院機構

肥前精神医療センター精神科医長）

■主催

県央保健所ギャンブル等依存症対策地域関係者検討会

県央保健所

■問い合わせ先

県央保健所 ☎26-3306



11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／10日(日) 10時～12時

(受付：9時30分～)

■ところ／健康福祉センター

■定員／15組 ※要予約

■申込先／健康福祉センター ☎27-0700

乳児健康相談

生後12月までのお子さんが対象です。

■日程 (受付：13時～13時15分)

| | | |
|--------|-----------|-------|
| 5日(火) | 多良見体育センター | 西部 |
| 18日(月) | 健康福祉センター | 中央・北部 |
| 26日(火) | 小長井文化ホール | 東部 |

離乳食教室

生後12月までのお子さんが対象です。

■日程

| とき | 受付時間 | 対象 |
|--------|------------|-----------|
| 12日(火) | 13時～13時30分 | 4～7カ月児 |
| 19日(火) | 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

子育て中に感じる悩みや心配などに臨床心理士と家庭相談員が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。※要予約(前日まで)

■とき／21日(木) 10時～12時

■ところ／高城会館3階 中会議室

■問い合わせ先／こども支援課

介護相談

■とき／14日(木) 13時～15時

■ところ／市民センター

■問い合わせ先／認知症のひと家族の会 渡部さん ☎26-1763

※乳児健康相談、離乳食教室、乳幼児健康診査についてのお尋ねは、健康福祉センター(☎27-0700)まで

健康テレフォンサービス

☎0120-555-203 (携帯不可)

月…脂質異常症

火…わきがの治療

水…睡眠が子どもに与える影響

木…いろいろな中耳炎の話

金…精神科・心療内科受診についてのアドバイス

土・日…月経痛について

※祝日・休日は前日のテーマが流れます。

■問い合わせ先／県保険医協会 ☎095-825-3829



健康づくり運動教室

【市民ウォーキング】(5～6kmコース) ※雨天中止

| | | |
|--------|-----------|----------|
| 2日(出) | 9時～11時30分 | 健康福祉センター |
| 16日(出) | 9時～11時30分 | 飯盛支所 |
| 23日(出) | 9時～11時30分 | 高来支所 |
| 30日(出) | 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)

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

【のんこの21サーキット】

(中程度体力者向けの筋力運動・有酸素運動) ※要事前申込

| | | |
|-----------------|---------------|----------------------|
| 毎週月曜日 ※4日除く | 13時30分～15時 | 健康福祉センター 飯盛ふれあい会館 |
| 毎週月曜日 | 13時30分～15時45分 | たらみ会館 |
| 毎週水曜日 | 20時～21時30分 | 長田みのり会館 |
| 毎週木曜日 | 13時30分～15時 | 西諫早ふれあい会館 |
| 毎週金曜日 ※29日除く | 13時30分～15時 | 小野体育館 |
| 毎週金曜日 | 20時～21時30分 | 高来会館 |

【のんこの体操】(低体力者向けの体操) ※要事前申込

| | | |
|---------------|------------|---------------|
| 毎週火曜日 | 10時～11時30分 | 健康福祉センター |
| 毎週水曜日 | 13時30分～15時 | 西諫早ふれあい会館 |
| 11日(月)・18日(月) | 13時30分～15時 | 本野ふれあい会館 |
| 12日(火)・26日(火) | 13時30分～15時 | 多良見シーサイド2区公民館 |

※水筒・タオル持参。ペットとの参加は不可。教室開催に伴う保険には加入していませんのでご了承ください。

■問い合わせ先／諫早市運動普及推進員協議会事務局 ☎27-0700

広報クイズ

全問正解者の中から抽選で、毎月5人に図書カードをプレゼント! 答えのヒントは誌面の中です。はがきに答えと住所、氏名、年齢、広報誌へのご意見を書いて、11月8日(金)必着で秘書広報課までどうぞ! 当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

Q①11月は「〇〇虐待防止推進月間」

Q②女性の人権ホットライン ☎0570-〇〇〇-〇〇〇

Q③いさはや〇〇ファンタジア2019

Q④たらみ図書館 開館〇〇周年

Q⑤「〇〇〇肺炎球菌」の予防接種を受けましょう

※前号の答え

①14 ②よかところ ③188 ④土木

⑤インフルエンザ

※応募総数52通

※ご記入いただいた個人情報は、賞品発送などの目的以外には利用いたしません。



井崎保育園



【編集・発行】 諫早市役所 秘書広報課
〒854-8601 長崎県諫早市東小路町7番1号
☎0957-22-1500(代) FAX0957-23-6031
http://www.city.isahaya.nagasaki.jp/
✉ j-isahaya@city.isahaya.nagasaki.jp

【DATA】

定員／50人
住所
小長井町井崎588
☎34-2215

小長井町井崎の緑あふれる自然に囲まれた住宅地に、昭和42年に開園しました。サッカー教室やスイミングなどの体づくり、生き物や自然を愛する心を育む牧場体験などを行っています。他にも、和太鼓を使った音体教室や井崎浮立に取り組んでおり、地元の伝統芸能に親しんでいます。本番にとっても強く、練習よりも上手に演技ができ、何事も一生懸命に頑張る、元気な子どもたちです。



食改さんのおすすめレシピ

炊飯器チキンライス

～諫早支部西諫早地区のおすすめレシピです～

1人分：437kcal



【材料】 2人分

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| 米……………1合(150g) | 塩……………小さじ1/4(1.5g) |
| 水……………180ml | コンソメ(粉タイプ)…小さじ1(3g) |
| 鶏もも肉(こま切れ)…120g | トマトケチャップ…大さじ1.5(27g) |
| 冷凍ミックスベジタブル…カップ1/4(25g) | バター……………1/2個(4g) |

【作り方】

- ①米を洗って水を入れて30分ほど置く。
- ②鶏もも肉に塩をすりこみ、5分ほど置く。
- ③30分置いた米にコンソメを入れて、菜箸で全体を混ぜる。
- ④②と、冷凍ミックスベジタブル、バターを③の上に加え、混ぜずに炊飯器の炊飯ボタンを押す。
- ⑤炊き上がったらふたを開け、ケチャップを加え、もう一度ふたをし、3分ほど置く。再びふたを開け、しゃもじで全体を混ぜ、皿に盛る。



■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



皆さんの「いいね！」お待ちしています。



いさはびより
諫 早 日 和
Facebook

◇テレビのdボタンで「諫早情報」をお届け♪

