

広報

# いさはや



みずみずしい

花々が告げる、

諫早の夏本番

森山町唐比にある『唐比ハス園』では、諫早に本格的な夏の訪れを告げるハスや睡蓮など、さまざまな花が美しさを競っています。和菓子のような優しい色合いの花々や、ちいさなハートのような睡蓮の葉など、インスタ映え間違いなし！ハスの花は朝の早い時間に花を開かせます。ぜひ早起きしてお楽しみください。(13ページに関連記事あり)

市政トピックス	02	イベント情報	25
防災について考えよう！	06	公民館講座情報	26
いさはや夏情報	12	フォトギャラリー	28
夏休みは図書館へ行こう！	14	健康&子育て情報	30
くらしの情報	16	中里保育園・おすすめレシピ	32

## 指定地域で新生活を始める新婚さんを支援します

諫早市では、指定地域（特に人口減少が課題となっている複式学級のある小学校区（大草、長里および遠竹小学校区域））で、新たに新生活を始める新婚世帯に対する支援を実施します。

■補助額／1世帯当たり最大30万円

■対象経費

- ・住宅取得費用
- ・住宅賃貸費用（賃料・敷金・礼金・共益費・仲介手数料）
- ・引っ越し費用

■補助対象要件

- ・平成31年1月1日から令和2年3月31日までの間に婚姻届を提出し、受理された夫婦であること
- ・住居が諫早市内の指定地域（大草、長里および遠竹小学校区域）にあり、申請時に夫婦の双方または一方の住民票が当該住居の住所となっていること
- ・夫婦共に婚姻日における年齢が34歳以下であること
- ・夫婦の合計所得が340万円未満であること（奨学金返済額は控除可）

■申請期間／平成31年4月1日～令和2年3月31日

■問い合わせ先／市地域づくり推進課

## ふるさと納税特産品提供事業者を募集します

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る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。

■問い合わせ先／市民税課

## 平成30年度情報公開制度、個人情報保護制度の施行状況

平成30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198件、個人情報保護条例に基づく開示などの請求件数は6件、市政情報コーナーを利用した人は延べ154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）	186	(93.9%)	0	(0.0%)
部分公開（開示）	8	(4.1%)	6	(100.0%)
非公開（不開示） (不存在、存否応答拒否等を含む)	1	(0.5%)	0	(0.0%)
取り下げ	3	(1.5%)	0	(0.0%)
合計	198	(100.0%)	6	(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

## 住宅用地や新築住宅の申告はお済みですか

平成31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。

### ■問い合わせ先／市資産税課

	対象 (1世帯・1戸あたり)	固定資産税	都市計画税 (市街化区域内のみ)
土地	200㎡以下の住宅用地	6分の1に減額	3分の1に減額
	200㎡を超える部分の住宅用地	3分の1に減額	3分の2に減額
家屋	120㎡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。

## 地価公示価格ご覧いただけます

平成31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カ所で、令和4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）  
8時30分～12時、13時～17時
- 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

## 市営住宅入居者募集

■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(火)から市建築住宅課または各支所産業建設課

■募集期間／7月17日(水)～19日(金) 9時～17時

### ■応募資格

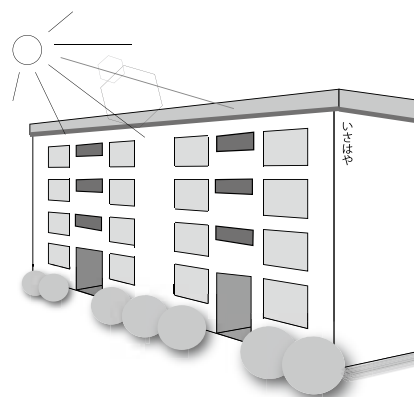
次の全ての要件を満たしていること。

- ①同居親族があること（単身でも入居できる場合あり）
- 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市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
- ⑤収入が基準内であること

### ■選考方法

募集締め切り後、公開抽選で決定します。

■申込・問い合わせ先／市建築住宅課



第2野球場、サッカー広場

8月1日、オープン!

久山町のスポーツ拠点施設、そろい踏み



スケートボード場  
(昨年オープン)

第1野球場  
(昨年オープン)

第2野球場

サッカー広場

スポーツくら 0000 BIG サッカー広場は、スポーツ振興くじ助成金を受けて整備しています

同じ広さの第1、第2野球場、  
大規模大会や合宿誘致に

昨年7月に久山町にオープンした第1野球場とスケートボード場に続いて、新たに第2野球場とサッカー広場が完成します。

第2野球場は、高校野球の公式大会が開催できる規格で、第1野球場と合わせて大規模な大会や合宿にもご利用いただけます。

サッカー広場は、人工芝でJFA規格を満たしており、フルコート、ハーフコート、フットサルコートのほか、ラグビーなどの利用も可能です。

今後は、第2駐車場や外周道路等を整備し、令和元年度中にスポーツ施設全体の完成を予定しています。

(市スポーツ振興課)

■施設の概要

所在地/久山町2014の16

【第2野球場】

フィールド

両翼100m、中堅122m、

内野・黒土混合土、外野・天然芝

設備

本部室、ダッグアウト、休憩所、

バックスクリーン、スコアボード

(手動)、防球ネット等

## ■利用申込（申請方法）

利用される月の前月1日から申請することができます。

申請窓口／諫早市第1野球場 ☎25-4500

申請時間／9時～21時

## ■使用料

施設区分			単位	使用料（1時間あたり）		
				施設	冷暖房	照明
第1野球場	野球場	一般	全面	1,600円	－	－
		高校生以下	全面	1,120円	－	－
	本部室	本部室	1室	無料	100円	－
	審判員控室	審判員控室	1室	無料	100円	－
	競技役員室1	競技役員室1	1室	無料	100円	－
	競技役員室2	競技役員室2	1室	無料	100円	－
	放送記録室	放送記録室	1室	無料	100円	－
	会議室	会議室	1室	250円	－	－
	選手控室1	選手控室1	1室	250円	－	－
	選手控室2	選手控室2	1室	250円	－	－
	設備・備品	スコアボード	1台	400円	－	－
		ピッチングマシン （硬式用）	1台	300円	－	－
		バッティングゲージ	1台	200円	－	－
第2野球場	野球場	一般	全面	800円	－	－
		高校生以下	全面	560円	－	－
	本部室		1室	無料	100円	－
サッカー広場	フルコート	1面	1,600円	－	1基 500円	
	ハーフコート	1面	800円	－		
	フットサルコート	1面	400円	－		
スケートボード場	全部使用		500円	－	－	
	個人使用	一般	1人1回	100円	－	－
		高校生以下	1人1回	50円	－	－



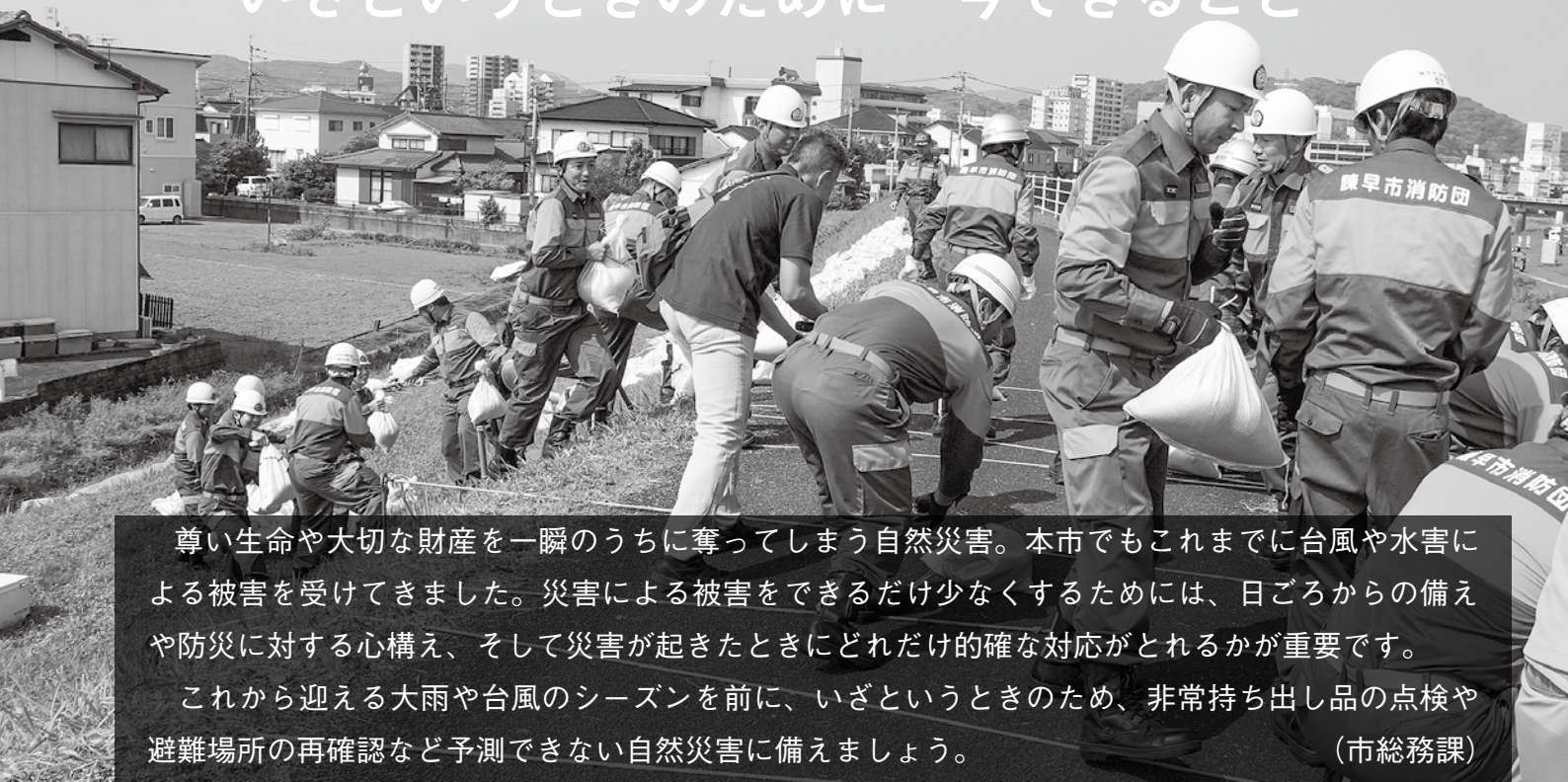
大村湾



長崎日大中学校・高等学校そばの交差点から西にあります

- 【サッカー広場】
- フェイールド
  - ロングパイル人工芝、フルコート1面（サッカー、ラグビー）、ハーフコート2面、フットサルコート4面
  - 設備
  - ナイター照明、防球ネットなど

# 防災について考えよう！ いざというときのために 今できること



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、いざというときのため、非常持ち出し品の点検や避難場所の再確認など予測できない自然災害に備えましょう。

(市総務課)

## 家族でできる防災対策

- ・ 避難場所や避難ルートの確認
- ・ 家の中で安全なところ、危険なところの確認
- ・ 非常持ち出し品、備蓄品の準備
- ・ 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
- ・ 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

## 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

- 防災ずきんやヘルメット
- 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
- 軍手や皮手袋
- マッチやライター
- 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！

# 避難するタイミングをわかりやすく5段階に！

自らの命は自ら守る意識を持って、適切な避難行動をとりましょう！

警戒レベル	避難行動など	避難情報など	防災気象情報
警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動を取りましょう。	災害発生情報 (市が発令)	氾濫発生情報 大雨特別警報 など (国土交通省・気象庁・県が発表)
警戒レベル4	全員避難 速やかに避難先へ避難しましょう。 公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難勧告 避難指示(緊急) (市が発令)	氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 など (国土交通省・気象庁・県が発表)
警戒レベル3	高齢者などは避難 避難に時間を要する人(高齢者、障害のある人、乳幼児など)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・ 高齢者等避難開始 (市が発令)	氾濫警戒情報 洪水警報 など (国土交通省・気象庁・県が発表)
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの避難行動を確認しましょう。	洪水注意報 大雨注意報 など (気象庁が発表)	
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報など (気象庁が発表)	

## サイレン信号

避難予告信号	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	約60秒 —————	約5秒 休止	約60秒 —————	約5秒 休止	くりかえし

## 災害時伝言ダイヤル

☎ 171

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、音声に従って次の手順で伝言の録音・再生を行います。

【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

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	防災行政無線テレホンサービス 0120-419-009 (フリーダイヤル)	NTT災害用 伝言ダイヤル 171
生年月日	明・大 昭・平・令 年 月 日( 歳)	血液型	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	( ) -	記入月 入日	令和 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	

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」をご活用ください。

# 今一度、防災情報の入手方法を確認しましょう！

## 諫早市防災メール

防災情報をメールでお知らせします。事前の登録が必要です。

### 【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、下記のメールが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。

## 諫早防災アプリ

諫早防災アプリは、いざというときの避難場所確認や、災害情報が投稿できる機能があり、安全・安心を市民と市役所が一緒に作っていくことのできるアプリです。

①防災情報ページ：市の気象情報、防災情報を見ることができます。

②避難状況の報告：避難している場所の状況を報告できます。

③避難所一覧の案内：指定の避難所までを地図で案内します。

④災害情報を投稿：災害の状況を写真付きで市に伝えることができます。

⑤緊急連絡：緊急時に災害対策本部からの連絡を要請できます。

※災害が発生していないときは、②④⑤の機能は使えません。

### iOS 端末の場合

1. 「App Store」アプリを起動します。

2. 「諫早防災アプリ」で検索します。

3. 「入手」をタップします。

4. 「インストール」をタップします。

※QRコードからもインストールできます



### Android 端末の場合

1. 「Play Store」アプリを起動します。

2. 「諫早防災アプリ」で検索します。

3. 「諫早防災アプリ」を選び、

「インストール」をタップします。

※QRコードからもインストールできます



※QRコードは㈱デンソーウェブの登録商標です

## 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

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( ) ( ) -
	( 続柄 )	携帯( ) ( ) -
氏名	電話( ) ( ) -	
( 続柄 )	携帯( ) ( ) -	
その他 ( 伝えたいこと・必要な援助・家族の決まりごと など )		

●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**



## 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・諫早ケーブルメディア）

テレビのデータ放送から、市の防災情報を確認できます。

## エフエム諫早（レインボー FM）

FM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。

## 防災情報ファクス

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。

### 防災行政無線が聞き取りづらい！

### 放送の内容を確認したい！

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』

 **0120-419-009**

## 防災対策として国直轄事業により本明川ダム事業を行っています

～諫早市の安全・安心な暮らしを目指して～

○本明川の特徴～河川延長が短く、山から諫早市街地を経て一気に有明海へ流れるため、大雨が降れば水害が発生し、雨が降らなければ水が残らず濁水となる両方の特徴を持った河川です。

○本明川ダムの目的～ ①大雨のときに洪水を調節します ②本明川の安定した水を確保します

詳細は国土交通省九州地方整備局長崎河川国道事務所のホームページをご覧ください。

<http://www.qsr.mlit.go.jp/nagasaki/>

■問い合わせ先／国土交通省九州地方整備局長崎河川国道事務所

☎095-839-9211

## 第11回諫早大水害を語り継ぐ

本明川を語る会主催の「第11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20日(土) 13時30分～15時30分（13時～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

## 【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（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）		×										

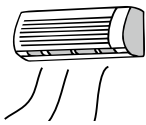
# 夏の省エネにご協力をお願いします

7月1日(月)～9月30日(月)の間、生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲でご協力ください。特に電力需要が高くなる時間帯（13時～17時）の重点的な省エネにご協力をお願いします。

省エネは、家庭や職場で少しずつ努力して、みんなで取り組むことで大きな力になります。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、積極的な省エネにご協力ください。

## 家電を上手に使って省エネ！家庭でできる夏の節電対策

### エアコン



- ・設定温度は28℃を目安に
- ・運転時間を減らす（タイマーの活用、外出や就寝10分前には消す）
- ・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
- ・フィルターは月に1、2回掃除を
- ・室外機にも日よけを。吹出口近くに物を置かない



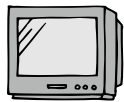
### 冷蔵庫



- ・設定温度を中～弱に
- ・扉の開閉を少なく
- ・開閉時間短縮のため整理整頓を（物の定位置を決めておく、プラスチックトレイなどを利用して出し入れをスムーズに）
- ・熱いものは十分冷ましてから入れる
- ・壁から5 cm程度間隔をあけて設置



### テレビ



- ・見ていないときはこまめに消す（主電源を切る）
- ・画面の明るさを調整
- ・音量を抑える
- ・画面のほこりはこまめに取り（明るさキープ）
- ・タイマー機能を活用（つけっ放し防止）



### 照明器具



- ・オンオフが多いトイレ・洗面所・浴室、長時間使用する照明には、点灯の繰り返しにも強いLEDを使用
- ・汚れやほこりを取る（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

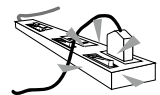


### 待機電力



家庭で消費する電力のうち、年間6%が待機時消費電力で、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。

- 【待機電力の多い主な家電製品】（出典：財省エネルギーセンター）
- ・デスクトップパソコン・パソコン周辺機器・HDDレコーダー
  - ・冷暖房エアコン・液晶テレビ・テレビゲーム



### タイマーの活用

- ・炊飯は早朝、洗濯は早朝や夜間にタイマーを活用して済ませる

### その他



- ・夜寝るまでは1部屋で家族団らん
- ・冷やしすぎ防止のために温湿度計を置いて常にチェック
- ・温水洗浄便座の温度は低めに（フタを閉める）
- ・掃除の前には部屋の片づけを
- ・洗濯物はまとめ洗い（容量の8割を目安に）
- ・打ち水や窓によしずを設置
- ・窓辺でヘチマやゴーヤ、朝顔などつる性の植物を育てて緑のカーテンを作ると日差しを遮ることができ、室温上昇を抑えることもできます



※家の中での熱中症にご注意ください（無理な我慢はしない。こまめに水分補給。涼しい衣服を着るなど衣類で調整）。

もうすぐ夏休み！

# いさはや夏情報

お手軽プールから  
がっつりキャンプまで！

## 有喜UKIビーチ

- 開設時間／7月13日(土)～8月18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／有喜UKIビーチ管理棟 ☎28-6150  
または市林務水産課

## 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

## 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、展望広場からの諫早湾や普賢岳の眺めは絶景です。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／いこいの村長崎 ☎32-2902  
または市商工観光課

## 轟 峡

- 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カ所から第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

## 結の浜マリンパーク

- 穏やかな波と美しい海が魅力のビーチで、県内トップクラスの規模と集客数を誇ります。施設内にはキャンプスペースもあり、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、結の浜マリンパークへどうぞ。
- 開設時間／7月13日(土)～8月18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／結の浜マリンパーク ☎48-2213  
または飯盛支所産業建設課 ☎48-1111

## 富川万年の森

- 富川万年の森には、富川渓谷を中心にバンガロー（3棟）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。※詳細については管理人にお尋ねください。
- 料金  
・バンガロー（1棟あたり最大6人利用可）  
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
  - 申込・問い合わせ先  
管理人小川さん ☎090-4993-0781  
または市林務水産課



結の浜マリンパーク

# プール情報

幼児には必ず保護者の付き添いを！スイミングキャップの着用もお忘れなく

※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2日(火)～8月31日(土)

■時間／①7月2日(火)～7月21日(日)（平日：16時～19時、土・日・祝日：10時～19時）②7月23日(火)～8月12日(月)（10時～19時）③8月14日(水)・15日(木)（10時～17時）④8月16日(金)～31日(土)（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

## 中央ふれあい広場プール（無料）

■期間／7月6日(土)、7日(日)、13日(土)～15日(月)  
7月20日(土)～8月31日(土)

■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6日(土)、7日(日)、13日(土)～15日(月)  
7月20日(土)～8月31日(土)

■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(休)

■時間／全天候プールの利用時間につきましては、各種大会開催などの事情により利用できる時間が日によって異なります。おそれいりますが、市ホームページ（「全天候プール」で検索）をご覧ください。または、下記問い合わせ先までお尋ねください。

■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

## 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時間当たり）／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21日(日)～8月30日(金)

■休業日／7月31日(水)、8月4日(日)、17日(土)

■時間／9時～18時（競技大会の関係で終了時間を変更する場合があります）

■料金／一般410円、高校生以下200円、幼児100円

■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

## 小長井プール（無料）

■期間／7月21日(日)～8月31日(土)

■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

# 唐比 ハス祭り

第16回

■日時／7月7日(日) 10時から

■会場／唐比ハス園特設会場

■内容／ステージイベント

お楽しみ抽選会

地元農産物販売など

■問い合わせ先

森山支所地域総務課 ☎36-1111



# 夏休みは図書館へ行こう！

## 【夏季の開館時間延長のお知らせ】

7月20日(土)～9月1日(日)の間、諫早図書館では、土曜日・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。

## 諫早図書館 ☎23-4946

### 【夏のおはなし会スペシャル】

日 7月20日(土)

- ・小学生向け：14時～15時
- ・幼児向け：15時～15時30分

### 【手づくり絵本教室】

日 7月24日(水)・31日(水) 14時～16時

内 絵本の内容から製本まで、世界でひとつだけの絵本を作りませんか  
対 小学生以上(2日とも参加可の人)  
定 10人(応募多数の場合は抽選)

日 6月19日(水)～7月3日(水)

### 【平和上映会】

日 8月9日(金) 14時～

内 「あの日僕らは戦場で一少年兵の告白」

## たらみ図書館 ☎43-4611

### 【おはなしのじかんスペシャル】

日 8月1日(木) 10時30分～11時30分

内 「おとぎのへや」による楽しいおはなしの時間

### 【親子で藍染め体験】

日 8月3日(土) 14時～16時

内 木綿の白い布で藍染め体験

対 小学生と保護者 定 10組

日 7月20日(土) 10時～受付

### 【海辺の学校 in たらみ図書館】

日 8月8日(木) 10時30分～16時

内 海の生き物タッチプールやおはなし会、ワークショップなど

### 【ティーンズ1 day上映会】

日 8月16日(金) 13時～

内 中高生向け映画を上映

### 【こども上映会】

日 8月21日(水) 14時～15時30分

内 「ピーターパンの冒険」

## 西諫早図書館 ☎26-8607

### 【夏休み子ども工作教室】

～紙コップで作るびろびろおぼけ～

日 8月2日(金) 14時～15時

場 西諫早公民館 3階視聴覚教室

内 紙コップと傘袋を使ってゆかいなおぼけを作る 対 小学生 定 20人

日 7月20日(土)～受付

### 【拡大版 夏のおはなし会】

日 8月3日(土) 11時～11時45分

場 西諫早公民館 2階講堂

内 手遊びや大型絵本の読み聞かせ

## 森山図書館 ☎35-2001

### 【世界の昆虫展】

日 7月19日(金)～8月19日(月)

内 カトムシやクワガタをはじめ世界の珍しい昆虫の標本を展示

### 【昆虫切り紙教室】

日 7月22日(月)・29日(月)、8月5日(月) 11時～

内 紙を切ってかっこいい昆虫作り

定 各20人 日 7月1日(月)～受付

### 【よるのこわ～いおはなし会】

日 7月26日(金) 20時～

内 こわいおはなしや絵本、紙芝居  
※保護者同伴

### 【夏休み子ども講座(工作)】

日 8月1日(木) 14時～

定 15人 日 7月1日(月)～受付

### 【夏休み平和アニメ上映会】

日 8月17日(土) 11時～11時45分

内 「凧になったおかあさん」

(野坂昭如戦争童話集)

## 小長井図書室 ☎34-2972

### 【Summer Night Special おはなし会】

日 8月1日(木) 19時30分～20時

場 小長井文化ホール

内 すてきな星のおはなし会

### 【夏のスペシャルおはなし会&工作】

日 8月10日(土) 14時～15時30分

内 夏にぴったりのお話の読み語りと簡単な工作 対 小学生 定 10人

## 高来図書室 ☎32-2395

### 【夏休み・読書スタンプラリー】

日 7月20日(土)～8月31日(土)

内 20のテーマから本を選んで読む  
対 小学生

### 【夏休み・拡大版おはなし会】

日 7月27日(土) 14時～14時45分

場 高来西ゆめ会館 対 小学生

### 【ストーンアート】

日 8月10日(土) 13時30分～15時

場 高来西ゆめ会館

内 マーカーなどで石に絵を描きます

対 小学4年生以上 定 10人

料 150円 ※要事前申込

### 【夏休み上映会(アニメ)】

日 8月20日(火) 13時30分～14時30分

場 高来西ゆめ会館 定 30人

### 【ちょびりこわ～いおはなし会】

日 8月24日(土) 14時～14時45分

場 高来西ゆめ会館

内 こわい絵本やおはなしと簡単な工作

対 小学生

## 飯盛図書室 ☎48-0518

### 【夏休み子どもクッキング】

日 7月26日(金) 10時～12時30分

場 飯盛ふれあい会館

内 絵本に出てくる料理を作ってみよう

対 小学生 定 16人 料 250円

日 6月30日(日) 10時～受付

持 エプロン・三角巾・お茶・ふきん

### 【夏休み子ども実験教室】

～スライム作り～

日 8月2日(金) 14時～16時

場 飯盛ふれあい会館

内 カラフルなスライムを作って遊ぼう

対 小学生 定 15人 料 100円

日 6月30日(日) 10時～受付

### 【ちょびっとこわ～いおはなし会】

日 8月24日(土) 11時～11時40分

場 飯盛ふれあい会館

内 真っ暗な部屋にろうそくを灯して

ちょびっとこわ～いおはなしの読み語り

日：日時 場：場所 内：内容

対：対象 定：定員 申：申込期間

料：参加費 持：持ってくるもの

## 【諫早図書館フェスティバル】

諫早図書館と、図書館を中心に活動している27の団体が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7日(日) 9時40分～15時30分
- ところ／諫早図書館、アエル中央商店街
- 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 クラリネットとピアノ演奏（いちごの会）

### 【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、点字体験（ムツゴロ）、本の修理工程の展示（ぶっくる）  
12時～12時45分 ピプリオバトル（長崎ウエスレヤン大学図書館）

### 【エントランス】

10時～14時 ブックリサイクル（諫早としょかん友の会）

### 【児童コーナー（1階）】

10時～15時30分 布絵本展示（絵布の会）  
11時40分～12時10分 おはなし会 [小学生～]（諫早おはなしの会）  
14時～15時30分 としょかたんけん隊 [13時30分～児童カウンターで受付]（諫早図書館）

### 【録音室】

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 紙芝居「でんでんむしのかなしみ」（あそびの森）  
11時～11時20分 すてきな歌（諫早男声合唱団）  
12時～13時30分 こまつり～なんでもまわしてみよう～（諫早子ども劇場）  
14時30分～15時30分 「千々石ミゲルの謎～墓石発見～」(子ども劇団ホーリーゴースト)(千々石ミゲル会・諫早)

### 【集会室（2階）】

11時～14時 大学生チャレンジ 子ども英会話・読み語り（長崎ウエスレヤン大学ぶっく倶楽部）

### 【学習創作室（2階）】

10時30分～12時、13時～14時30分 ブックスタート展示、乳幼児対象おもちゃ広場（ゆめポケット）  
11時～、13時30分～ ちいさい子の手遊びとおはなし会（ゆめポケット）

### 【アエル1階みんなの広場】

9時～ 七夕まつり、写真コーナー  
13時～ アエル&としょかん宝さがしゲーム

※アエル中央商店街にて図書館カード提示特典イベントを開催



## 【諫早図書館・映画上映会】

- とき／7月17日(水) 14時～
- 内容  
「レンブラント描かれた人生」  
(1936年 イギリス 81分)
- 問い合わせ先／諫早図書館 ☎23-4946

## 【図書館で農業?! 第8弾】

- とき／7月5日(金) 13時30分～15時30分
- ところ／たらみ図書館 海のホール
- 内容／秋まき、秋植え野菜の作り方や肥料について
- 定員／120人 ※要申込
- 問い合わせ先／たらみ図書館 ☎43-4611

## 【たらみ図書館・映画上映会】

- とき／7月26日(金) 14時～
- 内容／「陽光桜」(2015年 日本 114分)
- 問い合わせ先／たらみ図書館 ☎43-4611

## 【たらみ図書館・ミニコンサート】

- とき／7月20日(土) 11時40分～12時10分
- 内容／どなたでも楽しめるミニコンサート
- 問い合わせ先／たらみ図書館 ☎43-4611

令和元年5月1日現在  
 ( ) 内前年同月比  
 人口：134,712人 (-900)  
 男：63,710人 (-317)  
 女：71,002人 (-583)  
 世帯数：52,864 (+222)

## お知らせ

### マイナンバーカードの普及促進キャンペーン

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。



### ■手続きに必要なもの

①本人確認書類（運転免許証、パスポートなど）

②マイナンバー通知カード（お持ちの人のみ）

### ■受付期間

7月1日(月)～8月30日(金)（土・日・祝日を除く）

9時～17時15分

### ■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1日(月)

○固定資産税・都市計画税(第2期分)／7月31日(水)

※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いたします。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

### 介護保険料の決定通知書などを送ります

令和元年度介護保険料は、今年度の市県民税が確定する本年6月に算定し、7月中に次のとおり「令和元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（年金からの差し引きで納めていただく人）**

「令和元年度介護保険料決定通知書」をお送りします。

※納付書は送付しません。

**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）**

「令和元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いたします。



### ■問い合わせ先

市高齢介護課または各支所地域総務課

### 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、令和元年度分は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・16662

・市保険年金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）の送付

現在ご使用いただいている保険証の有効期限は、7月31日(水)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係る

手続きは一切ありません。  
**限度額適用・標準負担額減額認定証（減額証） および限度額適用認定証（限度証）の送付**

減額証および限度証については、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、減額証および限度証は、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。

※減額証および限度証の自己負担限度額区分は世帯の所得に依りて変わりますが、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

・長崎県後期高齢者医療広域連合

☎095・816・3930

## 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65歳未満の人に対し、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・祝日、年末年始を除く）

問い合わせ先／市保護課



## 夏の交通安全県民運動

### 「スローガン」危険だよ

スマホに夢中の  
その君



交通ルールの遵守と正しい交通マナーの向上を習慣づけ、交通事故防止に努めましょう。

■期間／7月10日(水)～19日(金)

### 【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
- ・トの正しい着用の徹底

### 【特別広報】

◎脇見・ぼんやり運転の防止  
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。

◎「手のひら」で横断の意思表示  
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、交通事故に遭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

## 貸し出し用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肺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、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
- ・各支所地域総務課

## 宝くじは県内で購入しましょう

今年のサマージャンボ宝くじの販売期間は、7月2日(水)～8月2日(金)までとなっております。



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

## 「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・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、そのほかにも、

○家庭やごみステーションなどの悪臭防止

○ごみ処理施設の処理効率の向上による経費削減

○処理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

## イノシシに出会ったときには…



イノシシを目撃、または出会ったときは、なるべく刺激を与えないようにして、安全確保に努めましょう！

○イノシシを追い払う行為はしない(他者や自動車の事故につながる)。

○イノシシがこちらに気付いていない、または、イノシシとの距離が十分ある場合には、その場を静かに立ち去る。

○イノシシが威嚇している(背中や逆立っている、クチャクチャ・カチカチと口から音を出しているなど)、または、イノシシとの距離が十分ない場合には、イノシシの様子を見ながらゆっくりと後ずさりして離れる(背中を向けて走り出す、声を上げるなどの行為は避ける)。

○木の陰に身を隠す、石の上に乗るなどして、イノシシの直撃に備える。

※イノシシは逃げ出した場合でも、遠くに行かずに近くのやぶにとどまっている可能性があります。イノシシがいた場所では、姿が見えなくなっても一度その場を離れて安全を確認することが重要です。

※動き回るイノシシを捕獲したり、止め刺しを行うことは技術的に不可能です。

### ■問い合わせ先

市有害鳥獣対策室

## 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ゴミに出す場合は、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。

液体のままゴミに出すと、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

## 諫早調停協会無料相談会

### ■とき

6月29日(出) 10時30分～16時

### ■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 そのほか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)

### ■予約不要

### ■問い合わせ先

諫早調停協会 ☎47・9701

## 女性のおしごと相談in諫早

### ■とき

7月4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る個別相談

※相談無料。要予約。託児有(予約制)

### ■申込・問い合わせ先

県総合就業支援センター  
☎095・842・5424



## ゲームで学べるコミュニケーション

～夫婦が、親子が、家族がみんな仲良くなる魔法のゲーム～



- とき／7月28日(日) 10時～12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／簡単なゲームをとおして、伝える力を学び、コミュニケーション上手になりましょう。
- 講師  
渡邊享介さん(エヌケースリードリームプロ代表)
- 対象／小学4年生以上であればどなたでも参加可  
※働いている女性やそのパートナーにおすすめてです。
- 定員／10人 ※参加無料
- 申込方法／Eメール、電話または申込書付きチラシをファクスでお送りください(チラシは、男女共同参画推進センター、各支所、公民館などで配布。市ホームページからもダウンロード可)。
- 申込・問い合わせ先  
市人権・男女参画課 ☎24-1580  
FAX22-9145 Eメールはこちらから→



## 2019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。即売コーナーでお好きな特産品を一つの箱に詰め合わせできるサービスや人気の特産品をセットにした「いさは屋コラボシリーズ」もあります。
- とき／6月25日(火)～8月11日(日) 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

## 保護司の活動をご存じですか

市では、諫早地区保護司会と協力し、犯罪や非行のない地域社会をつくる活動を行っています。保護司は、罪を犯した人や非行をした少年の立ち直りを地域で支える民間のボランティアです。農林水産業や製造業、サービス業、主婦など幅広い分野の人たちが、それぞれの経験を生かしながら保護司として活動しています。

### ■保護司の活動

#### ◎保護観察

犯罪や非行をした人たちと定期的に面接を行い、更生を図るための指導や、生活上の助言、就労の手助けなどを行います。

#### ◎生活環境の調整

少年院や刑務所に収容されている人がスムーズに社会復帰できるよう、釈放後の帰住予定地の調査や引受人との話し合いなどを行い、必要な受け入れ態勢を整えます。

#### ◎犯罪予防活動

犯罪や非行を未然に防ぐとともに、罪を犯した人の更生について理解を深めるために、世論の啓発や地域社会の浄化に努めます。活動の一つとして「社会を明るくする運動」を毎年行っています。

#### ■問い合わせ先

諫早地区保護司会 ☎21-2084

## 第69回社会を明るくする運動

### 諫早市「社会を明るくし青少年を非行から守る」決起大会

「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。市民の皆さんの多数のご参加をお願いします。

■とき／7月12日(金) 15時30分～

■ところ／市民センター

#### ■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

■問い合わせ先／市福祉総務課

# 募 集

## 小長井プール臨時職員

今年度の小長井プールの開放に伴い、プール利用者の申請受付および監視、施設・設備の維持管理を行う臨時職員を募集します。



■職種／プール管理人

■勤務場所  
小長井プール（小長井町小川原 浦958・15）

■期間

7月21日(日)～8月31日(土)

8時30分～17時15分(休憩60分)

※週5日程度勤務

■賃金

1日当たり7,400円

※社会保険なし、雇用保険あり

■申込方法

自筆の履歴書を市スポーツ振興課または小長井支所地域総務課へ持参してください。提出時に面接を行います。

■申込期限／7月2日(火)

※性別・年齢不問。健康で体力に自信のある人を希望します。

■申込・問い合わせ先

市スポーツ振興課または小長井支所地域総務課

## 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	平成3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令和2年3月までに卒業見込みの人	9月22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令和2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令和2年3月に卒業見込みの人	9月27日(金) 諫早消防署
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	

■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.nasasaikenoukumai.jp/>) から入手できます。

■受付期間

7月5日(金)～8月21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

## 令和2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

令和2年1月12日(日) 14時～

■対象者

平成11年4月2日～平成12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)

■申込期限／7月19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

## 琴体験教室参加者

日本の伝統楽器である「琴」の演奏体験をしてみませんか。



六段の調祭典実施委員会では、琴体験教室で練習し、12月8日(日)に諫早文化会館で開催予定の「六段の調祭典」で、琴演奏に参加される人を募集しています。

■対象

市内在住の小学4年生以上  
(小学生は保護者同伴)

■とき／7月27日(土)、8月3日(土)、10日(土)、24日(土)、9月29日(日)、10月20日(日)、11月17日(日)

(全7回) 10時～(2時間程度)

※全7回のうち5回以上参加してください。

■ところ

○7月～8月／鎮西学院高校

○9月～11月／小栗ふれあい会館  
※練習日時および場所は、都合により変更になる場合があります。

■講師／市内の琴指導者

■参加費

1,000円(資料代含む)

■定員／10人

■申込期限／7月19日(金)

■主催／六段の調祭典実施委員会

■申込・問い合わせ先  
市文化振興課

2019のんのこ諫早まつり  
街踊り参加団体



「2019のんのこ諫早まつり」のメイン行事である「のんのこ街踊り」の参加団体を左記要領で募集します。今年もたくさんのご応募をお待ちしています。

■とき／9月14日(出) 午後

■コース(予定)

アエル中央商店街→旧パルファ  
ン前→NTT前→諫早高校前→  
本会場(中央交流広場)

※旧パルファン前→諫早高校前は  
歩行区間

■踊り曲／「まつりのののこ」、

「新のんのこ」、「道行き」

■申込期限／7月19日(金)

■申込・問い合わせ先

のんのこ諫早まつり実行委員会  
事務局(諫早商工会議所 業務  
課)

☎22・33323

メール icc144@abelia.ocn.  
ne.jp

2019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。

■応募資格

市内小・中学校、高等学校の児  
童・生徒

■規格・大きさ

画材は自由。画用紙の四つ切  
(542<sub>mm</sub>×382<sub>mm</sub>)、八つ切  
(382<sub>mm</sub>×271<sub>mm</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。

■応募期限／9月6日(金)

※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。

■提出・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

土地家屋調査士会 無料法律相談

■とき／7月27日(出) 10時～15時

■ところ

諫早商工会議所、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  
藤原副支部長  
☎78・3242

ティータイムトーク  
～オーストラリア編～

オーストラリア出身の国際交流員  
ドミニクさんを講師にお迎えし、  
オーストラリアの文化・歴史・観光・  
食事などのついてお話していただき  
ます。



■とき／7月20日(出) 14時～16時

■ところ／多良見のぞみ会館 大研修室

■講師／ドミニク・バラスリヤさん  
(長崎県国際交流員)

■参加費／500円(お茶、お菓子付き)

■定員／50人(定員になり次第締切)

■申込期限／7月17日(水)

■申込方法

電話またはメール(isahaya.i.c.c@gmail.com)

■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

こちらからも申し込めます→



親子ものづくり体験教室

～夏休みの工作はこれで決まり！～



■とき／7月28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／①ゴム銃 ②本立て ③Scratch(スクラッチ)でプログラミング体験 ④サマードーム ⑤貯金箱

■対象／小学生とその保護者 ※参加無料

■定員／午前・午後各コース10人。③のみ、午前・午後各15人 ※申込多数の場合は抽選

■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、ファクス(22-2325)または直接ご持参ください。

■申込期限／7月8日(月)

■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

## 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】 ※事前予約制

8日(月)、17日(水)、22日(月)

13時～16時

※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】

23日(火) 13時～16時

【登記相談】

9日(火) 10時～15時

【不動産相談】

2日(火) 9時～12時

【人権相談】

4日(木)、18日(木) 10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

25日(木) 9時～12時

森山支所相談室

4日(木) 9時～12時

高来支所相談室

4日(木) 9時～12時

【行政相談】

5日(金)、12日(金)、19日(金)

10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

26日(金) 10時～13時

森山支所相談室

19日(金) 10時～13時

飯盛支所相談室

12日(金) 10時～13時

高来支所相談室

19日(金) 10時～13時

小長井支所相談室

12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／市消費生活センター

☎22・3113

【交通事故相談】 ※事前予約制

16日(火) 10時～16時

ところ／市民相談室

問い／長崎県交通事故相談所

☎095・824・1111

その他開催分（7月）

【認知症専門相談】 ※事前予約制

12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／市高齢介護課

【草花・樹木に関する相談】

3日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(水)

9時～16時

ところ／市役所本館玄関ホール

10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10日(水) 9時～17時

ところ／ちばな信用金庫本部

7月25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

夏期一日公庫(出張相談会)

7月3日(水) 10時～16時

ところ／諫早市商工会

※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／諫早市商工会

☎20・5550

日本政策金融公庫

創業サポートデスクin諫早市

7月10日(水) 13時～16時

ところ／諫早市商工会

※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／諫早市商工会議所中小企業

振興部 ☎22・3323

## まちの保健室

図書館の中に、体験コーナー（体温・脈拍・体重（体脂肪）・血圧測定）と、健康相談コーナーを設置して、看護師・保健師が対応します。

お気軽にご利用ください。

【諫早図書館】 7月17日(水) 13時～15時

【たらみ図書館】 7月27日(土) 13時～15時

■問い合わせ先

長崎県看護協会県央支部 ☎49-8067

## 令和元年度諫早市職員採用試験

令和元年度市職員採用試験（令和2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。

<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（各試験区分ごとに若干名を採用予定）

試験区分	受験資格など
事務A （社会人経験者）	昭和55年4月2日から平成9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
土木 （社会人経験者）	昭和55年4月2日から平成9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
建築	昭和55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令和2年3月末までに資格取得見込の人
事務B （スポーツ実績者）	昭和59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令和2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

■第一次試験（書類選考・学力試験など）／9月15日(日) ■試験会場／諫早市役所

■受付期間／7月16日(火)～8月16日(金)（郵送の場合は8月16日(金)の消印まで受け付けます）

<短期大学・高等学校卒業程度><障害者>

■試験区分など（各試験区分ごとに若干名を採用予定）

試験区分	受験資格など
事務Ⅱ	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成6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校等を卒業または令和2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令和2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6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校等を卒業または令和2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令和2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令和2年3月に卒業見込の人</li> </ul>
事務 （障害者）	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成元年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令和2年3月に卒業見込の人</li> <li>申し込み現在、以下のいずれかに該当する人 <ul style="list-style-type: none"> <li>ア 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>イ 都道府県知事の定める医師(以下「指定医」という)もしくは産業医による障害者の雇用の促進等に関する法律別表に掲げる身体障害を有する旨の診断書・意見書(心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこうもしくは直腸、小腸、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫または肝臓の機能の障害については、指定医によるものに限る)の交付を受けている人</li> <li>ウ 都道府県知事または政令指定都市市長が発行する療育手帳の交付を受けている人</li> <li>エ 知的障害者更生相談所、児童相談所、精神保健福祉センター、障害者職業センター、精神保健指定医により知的障害者であると判定された人</li> <li>オ 精神保健および精神障害者福祉に関する法律第45条に定める精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人</li> </ul> </li> </ul>
土木Ⅱ	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成6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校等を卒業または令和2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（学力試験など）／9月22日(日) ■試験会場／諫早市役所

■受付期間／7月1日(月)～26日(金)（郵送の場合は7月26日(金)の消印まで受け付けます）

■試験案内・申込書（共通）

7月1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

介護予防教室（7月開催分）

【筋トレ教室】 13時30分～15時

1日(月) 栄田町公民館

2日(火) 市民センター（14時30分～16時）

10日(水) 森山公民館

17日(水) 長田みのり会館

24日(水) 飯盛ふれあい会館

31日(水) 森山公民館

【脳トレ教室】 13時30分～15時

1日(月) 有喜ふれあい会館

18日(木) 健康福祉センター

19日(金) たらみ会館

25日(木) 小船越町公民館

26日(金) 高来ふれあい会館

【口トレ教室】 13時30分～15時

4日(木) たらみ図書館

10日(水) 特養諫早中央

11日(木) 高来西ゆめ会館

18日(木) 本野ふれあい会館

25日(木) 小野ふれあい会館

【栄養教室】 10時～12時

4日(木) 小長井文化ホール

5日(金) 小野ふれあい会館

8日(月) 田結公民館

9日(火) 西諫早公民館

11日(木) 市民センター

【若返り体操教室】 13時30分～15時

8日(月) 福田町公民館

11日(木) 貝津町公民館

22日(月) 高来会館

24日(水) 小栗ふれあい会館

26日(金) 西諫早ふれあい会館

■問い合わせ先／市高齢介護課

## 「アビリンピック喫茶模擬店」お客様募集

アビリンピック喫茶競技のお客様役としてご協力いただける人を募集します。通常の喫茶店に来店した感覚でコーヒーやお茶菓子を飲食していただきます。

お気軽にご参加ください。

■とき／7月6日(土) 10時30分～12時

■ところ

ポリテクセンター長崎 ※駐車場有

■定員／100人 ※参加無料 ■申込期限／7月5日(金)

■申込・問い合わせ先

(独) 高齢・障害・求職者雇用支援機構長崎支店

川原さん ☎35-4721 FAX35-4723



アビリンピックとは、障害のある人々が競い合うことで、その職場能力の向上を図るとともに、障害のある人に対する理解と認識を深めてもらい、雇用の促進を図ることを目的として開催される競技です。

喫茶サービス競技では、喫茶店をイメージした模擬店舗の中で、障害のある人がウエーターやウエートレスとして、お客様を接客する一連の流れを競います。

## コスモス花宇宙館 イベント情報

▶川浪義光写真展

■とき／7月5日(金)～28日(日) ※観覧無料

▶おりがみ教室 「七夕だ！短冊と一緒に飾ろう！」

■とき／7月7日(日) 11時～12時

■内容

- ①初級：十字星
- ②中級：編み込みしおり

■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 「光と虹の実験」

■とき／7月13日(土) 10時30分～12時30分

■対象／小学生以上（小学2年生以下は保護者同伴）

■定員／20人（予約優先） ■材料代／500円

■持ってくる物／筆記用具



▶ペーパークイリング体験 ～打ち上げ花火～

■とき／7月20日(土)

11時～11時30分、11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

▶押し花アート体験

～押し花しおり、コースター作り～

■とき／7月21日(日) 13時～14時、14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／しおり 300円、コースター 300円

▶木星・土星特別観望会

■とき／7月20日(土)・27日(土)

20時30分～21時30分

■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

## ▶民俗講座「七夕と盆」

- とき／7月13日(土) 13時30分～15時
- ところ／諫早市美術・歴史館 2階研修室
- 内容／七夕と盆の関係、諫早の盆について
- 定員／30人 ※受講料無料。事前申込不要

## ▶諫早大水害展 一昭和32年と昭和57年の水害一

- とき／7月17日(水)～8月19日(月) 10時～19時(最終入場は18時30分)
- ※毎週火曜休館
- ところ／諫早市美術・歴史館 1階ホール
- 内容／昭和32年諫早大水害時の諫早市と昭和57年長崎大水害時の飯盛町の被災状況や復興の記録
- ※観覧無料



## ▶親子で不思議発見に挑戦しよう

### 「上山自然観察と植物標本の作り方教室」(全2回)

- とき／①7月27日(土) 9時～11時  
②8月3日(土) 10時～12時
- ところ／上山公園、美術・歴史館
- 内容／①上山公園の植物観察 ②植物標本の作り方
- 講師／陣野信孝さん(元長崎大学教授)
- 対象／小学4～6年生と保護者(子どものみの参加は不可) ■定員／20組(申込多数の場合は抽選)
- 申込方法／講座名と全員の住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、はがき(〒854-0014 東小路町2-33)、ファクス(24-6633)またはメール(bireki@city.isahaya.nagasaki.jp)でお申し込みください。
- 申込期限／7月10日(水) ■参加費／100円(1組)

## こどもの城 臨時休館日のお知らせ

臨時休館日	7月9日(水)
-------	---------

- 問い合わせ先／こどもの城 ☎24-8017



## V・ファーレン長崎をみんなで応援しよう!

皆さんの熱い声援が選手の力となります。ぜひ、スタジアムへ足を運び観戦ください!



### 7月のホームゲーム

- 明治安田生命 J2 リーグ
- 20日(土) 18時～ VS ヴァンフォーレ甲府
- 31日(水) 19時～ VS 愛媛FC
- ところ／トランスコスモススタジアム長崎
- 問い合わせ先／市スポーツ振興課

## 第62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いますので、皆様のご協力をお願いします。
- 問い合わせ先／諫早商工会議所業務課 ☎22-3323

## 第62回諫早万灯川まつり ボランティアスタッフ募集

7月25日(水)に開催される「諫早万灯川まつり」で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／河川敷でのろうそくの配置、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5日(金) ※定員になり次第締め切り
- 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20日(土) 11時30分～
- 対象／小学生(定員20人)
- 持参する物／そうめん2束 ※参加無料



高来西児童館 ☎32-5204

### ▶水でっぽう遊び

- とき／7月26日(金) 14時～
- 対象／小学生(定員20人) ※参加無料



## 西諫早公民館 ☎26-1500

### ▶初夏を体感！「苔玉づくり」

日 7月11日(木) 14時～16時  
場 西諫早公民館  
内 清涼感たっぷりの苔玉作り  
対 成人 定20人 申 7月4日(木)  
料 1,000円 持持ち帰り用の袋

### ▶「令和クラブ」受講生募集 ～仲間づくりをしませんか～

日 ①7月18日(木) ②7月25日(木)  
③8月1日(木) (全3回)  
13時30分～15時30分



場 西諫早公民館  
内 ①サマーコンサート (ジャズ)  
②諫早の歴史を観る (2人芝居)  
③健康寿命をのばす方法 (講演)

対 成人 定40人 申 7月9日(火)

### ▶こどもプログラミング体験教室

日 7月30日(火)  
①9時30分～10時30分 ②11時～12時  
場 西諫早公民館  
内 小学校で必修化されるプログラミングを楽しみながら体験します  
対 小学生 定各6人 申 7月18日(木)

## 本野公民館 ☎26-0270

### ▶親子で楽しむ紙ヒコーキづくり

日 8月3日(土) 10時～12時  
場 本野ふれあい会館  
内 スマートに飛び、滞空時間が長い紙ヒコーキ作りにチャレンジ  
対 小・中学生の親子 定12組  
申 7月25日(木) 料50円

### ▶親子で楽しむフォトフレーム作り

日 8月5日(月) 13時30分～15時30分  
場 本野ふれあい会館  
内 夏休みの作品に！思い出に！オリジナルフォトフレームを作ろう  
対 小・中学生の親子 定12組  
申 7月25日(木) 料450円

## 長田公民館 ☎23-9024

### ▶基礎の基礎 初めての社交ダンス

日 7月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金) (全4回)  
10時～12時  
場 長田みのり会館  
内 楽しく踊って脳トレと健康づくり。ていねいな指導で初めての人も安心  
対 成人 定20人 申 7月3日(水)  
持 室内履き、飲み物



### ▶生き方魅力アップ講座 ～睡眠負債と生活習慣～

日 7月17日(水) 19時30分～21時30分  
場 小栗ふれあい会館  
内 睡眠不足について学び、自分でケアできるようにします  
対 成人 定20人 申 7月12日(金)  
持 筆記用具、飲み物

### ▶夏休みこども陶芸体験

日 7月24日(水)・31日(水) (全2回)  
10時～12時  
場 陶芸ひろば彩 (小ヶ倉町)  
内 お皿・カップ・お茶碗を作ろう  
対 小学生 定20人 申 7月16日(火)  
料 1,100円 (材料代・保険料含む)  
持 筆記用具、飲み物、エプロン

### ▶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30日(火) 10時～12時  
場 小栗ふれあい会館  
内 うんこから身近ないきものくらしをのぞこう！  
対 小学生の親子 定15組  
申 7月22日(月) 持 筆記用具、水筒  
※5、6年生は子どもだけの参加可

## 小野公民館 ☎22-0264

### ▶野菜ソムリエプロに学ぶ 「体が変わるスムージー教室」

日 7月18日(木) 10時～12時  
場 小野ふれあい会館  
内 諫早の野菜、果物を使ったスムージー作りをプロに学びます  
対 成人 定16人 申 7月10日(水)  
料 900円 持 エプロン、三角巾

### ▶夏休みの書道教室

日 7月30日(火)・31日(水) (全2回)  
①10時～11時 ②13時～14時  
③15時～16時 場 小野ふれあい会館  
内 書写課題を書道の先生に学びます  
対 小学生 定18人 申 7月19日(金)  
料 100円 持 習字道具  
※2日間とも同じ時間帯での受講

## 有喜公民館 ☎28-3110

### ▶橘湾でカヌー漕ぎ体験

日 7月27日(土) 9時30分～11時30分  
場 有喜漁港  
内 カヌー漕ぎを体験して海に親しむ  
対 成人・小学生 (低学年は保護者同伴) 定20人 申 7月11日(木)  
料 100円 持 水筒、帽子、タオル

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

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

## 中央公民館 ☎23-1160

### ▶おもちゃ病院

日 7月10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

### ▶災害・防災を考える

日 7月11日(木) 13時30分～15時30分  
場 中央公民館・市役所防災会議室  
内 いつ・どこで起こるか分からない災害に備え防災について考えよう  
対 成人 定60人 申 7月5日(金)

### ▶夏休み企画・子どもまつり

日 7月30日(火) 10時～14時  
場 中央公民館 内 テーマは「ラグビーワールドカップ」。国際交流をしながら楽しい1日を過ごそう  
対 小学生 定100人 申 7月23日(火)  
料 参加費負担有 持 飲み物

### ▶夏休み企画・親子自然体験

日 8月4日(日) 9時～16時  
場 国立諫早青少年自然の家  
内 親子で窯焼きピザ作りなどに挑戦  
対 親子 定15組 申 7月25日(木)  
料 参加費負担有 ※野外活動ができる服装。公用バス利用

## 小栗公民館 ☎22-1533

### ▶図書ボランティア養成講座

本の選書～ジェンダーと平和～  
日 7月5日(金) 10時～12時  
場 小栗ふれあい会館  
内 読み語りの選書について学びます  
対 成人 定30人程度 申 7月2日(火)  
持 筆記用具

▶夏休み親子講座「クッキング教室」

日 7月28日(日) 10時~12時

場 田結公民館

内 お米を使ったイ  
タリアンサラダ  
を作ります



対 小学生の親子 定12組

申 7月22日(月) 料 材料代など負担有

持 エプロン、三角巾など

▶夏休み親子講座

「つまみ細工のアクセサリ教室」

日 8月10日(土) 13時30分~15時30分

場 田結公民館

内 かわいいブローチを作ります

対 小学生の親子 定15組

申 8月5日(月) 料 材料代など負担有

高来公民館 ☎32-2111

▶幻の高来そば打ち体験

日 7月13日(土) 10時~13時

場 高来ふれあい会館

内 そば打ちのコツを覚えよう

対 成人 定12人 申 7月8日(月)

料 1,200円 持 エプロン、三角巾、タオル



▶オオキツネノカミソリ観賞登山

日 7月20日(土) 9時~15時

場 高来会館集合

内 多良山系だけに生息するオオキツ  
ネノカミソリを観賞後、多良岳登山

対 成人・小学校高学年以上の親子

定20人 申 7月11日(木)

料 100円 持 弁当、飲み物

▶夏休み企画・親子自然体験

日 8月4日(日) 9時~16時

場 国立諫早青少年自然の家

内 親子で窯焼きピザ作りなどに挑戦

対 親子 定10組 申 7月25日(木)

料 参加費負担有

※野外活動ができる服装。公用バス  
利用

小長井公民館 ☎34-2201

▶シルバー大学

日 7月2日(火) 10時~11時30分

場 小長井文化ホール

内 熱中症予防対策

対 高齢者



▶おはなし会

日 7月13日(土) 14時~15時

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



飯盛公民館 ☎48-0049

▶いいもり大学④整体でリフレッシュ

日 7月11日(木)

10時~12時

場 飯盛ふれあい会館

内 整体で身も心も

リフレッシュ!

対 高齢者 定35人

申 7月4日(木) 持 タオル



▶真夏の星座観察

日 7月13日(土) 19時30分~21時

場 飯盛ふれあい会館前駐車場

内 ビュースター

(天体観測車)

がやってくる!



対 小学生(一般の参加も可)

定100人 申 7月5日(金)

▶のびのびネンドであそぼう

日 7月24日(水)・26日(金) 各日①13時

30分~14時30分②15時~16時

場 飯盛ふれあい会館

内 簡単に好きな色・形が作れる樹脂  
粘土でおもしろい遊びを考えよう

対 幼児・小学生(幼児は保護者同伴)

定各10人 申 7月16日(火)

料 100円 持 タオル、水筒

▶木育体験「こどもの木のひろば」

日 8月3日(土) 9時~12時

場 風の森「浜松建設」(森山町)

内 森に囲まれた施設の中で木のぬく  
もりについて学び工作を行います

対 小学生の親子 定15組

申 7月25日(木) 料 1,050円程度

持 タオル、水筒

※公用バス利用(飯盛ふれあい会館  
集合)

田結公民館 ☎49-1111

▶田結すこやか大学「口トレ」

日 7月18日(木) 13時30分~15時30分

場 田結公民館

内 お口の筋トレなど

お口のケアについ

て学びます 対 高齢者・成人



▶夏休み親子講座「海辺の生きもの観察」

日 7月27日(土) 9時~12時

場 川下海岸(田結公民館集合)

内 田結の磯浜で生きもの観察

対 小学生の親子 定15組

申 7月22日(月)

料 保険料負担有



多良見公民館 ☎43-0049

▶たらみ女性塾「おりがみ教室」

日 7月9日(火) 10時~12時

場 たらみ会館 内 あやめとくす玉を

折ります 対 女性 定20人

申 7月1日(月) 料 300円

▶初夏の食べられる野草教室

日 7月17日(水) 11時~13時

場 多良見のぞみ会館

内 調理実習を通して野草を生活に取  
り入れる方法を学びます 対 成人

定20人 申 7月9日(火) 料 1,000円

持 エプロン、三角巾、筆記用具

▶たらみ子ども記者クラブ

「オリジナル新聞づくり」

日 7月23日(火)・25日(木)・30日(火)、

8月1日(木)・6日(火)(全5回)

9時30分~12時 場 たらみ会館

内 取材の仕方、記事の書き方、イン  
パクトのある撮影方法を学ぶ

対 小学生 定10人 申 7月11日(木)

料 1,000円程度 持 カメラなど

▶まなぶ・つくる・あそぶ

「夏休みこども公民館広場」

日 7月27日(土) 9時30分~13時

場 たらみ会館 内 などときクイズ大  
会、体験ブースなど

対 幼児・小学生 定100人

申 7月18日(木) 料 材料代負担有

▶健康発酵教室

「摘果みかんでつくる酵素シロップ」

日 7月29日(月) 10時30分~12時

場 多良見のぞみ会館

内 麹と果物を使った酵素シロップ作り

対 成人 定20人 申 7月19日(金)

料 1,000円 持 エプロン、三角巾

伊木力公民館 ☎44-1002

▶いきりきこども映画上映会

日 7月23日(火) 9時30分~11時30分

場 多良見多目的研修館

内 科学を一緒に学べる映画上映会

対 親子・子ども 定80人 持 筆記用具

森山公民館 ☎36-1116

▶デジカメ入門講座

日 7月11日(木)・18日(木)(全2回)

9時~11時 場 森山公民館

内 デジカメの基礎を学びます

対 成人 定20人 申 7月4日(木)

持 日ごろ使っているデジカメ

## 暑い夏を前にスッキリ！

5月11日、森山町の唐比ふれあい牧場で、羊の毛刈り体験が開催されました。家族連れなど多くの方が参加し、この1年間で伸びた羊の毛をはさみを使って上手にカットしました。これで羊も涼しくなり、ひと夏を過ごせそうです。唐比ふれあい牧場では、羊の他にも馬、牛、ヤギなども見ることができます。



## いざという時のために…

5月12日、本明川河川敷で「諫早市総合防災訓練」が開催されました。これから迎える大雨や台風シーズンを前に、国土交通省や自衛隊、警察、消防など関係機関と市民など約1,500人が参加し、災害発生時の連携を確認するとともに、一人ひとりが防災への意識を高めていました。



## 野呂文学を顕彰し故人をしのぶ

5月26日、市美術・歴史館において39回目となる菖蒲忌が開催されました。これは諫早ゆかりの芥川賞作家、野呂邦暢をしのぶもの。約120人の参加者は、高校生が朗読する野呂作品や野呂さんにまつわる思い出話を耳を傾け、野呂文学を改めて読み解くとともに、その人となりを楽しみました。

(市民記者 田中)



## 私たちのまちは私たちの手で美しく

6月2日、市内全域で「空きかん等回収キャンペーン」が実施されました。市内は朝から小雨が降っている所もありましたが、自治会単位の地域ぐるみで約11,000人が参加し、道路、側溝などに捨てられた空きかんなど約2トンのごみが回収されました。きれいな環境を守るため、ごみのポイ捨ては絶対にやめましょう！



## 色鮮やかなカーネーション

5月10日、母の日を前にJAながさき県央諫早カーネーション部会が、諫早産カーネーションのPRを図るため、花束とアレンジメントを市長に贈呈しました。同部会は栽培技術力が高く評価されており、オリジナル品種の育成や県下統一ブランドによる販売力強化などの活動の結果、現在では、生産面積・生産量ともに県下1位を誇っています。



## 夢はJリーガー！

5月29日「第8回キッズサッカー in山茶花（U-6）」が山茶花高原ピクニックパークで開催され、市内の6歳以下の園児16チーム164人が参加しました。好天に恵まれた会場では、コート上でひたむきにサッカーボールを追う園児たちの姿に、周囲の保護者から熱い声援が送られ、ゴールが決まるたびに大きな歓声が上がっていました。

## 土橋貞恵翁の遺徳をしのぶ

江戸時代末期、地域の発展に尽くした医師土橋貞恵翁の命日の5月9日、「土橋貞恵翁祭」が森山東小学校で行われました。森山地域の児童生徒など約300人が出席し、森山西小学校5年生の創作劇を通し遺徳をしのびました。世のため人のために尽くされた貞恵翁は「たすけぼっさん」の愛称で親しまれ今日に語り継がれています。（市民記者 井手）



## 伊木力みかんとおこしのコラボ

諫早農業高校食品科学部の皆さんが、地元企業と共同で「みかんおこし」を開発、5月から販売を開始しました。長崎がみかんの産地であることや、諫早の銘菓おこしを全国にPRするために、2年かけて開発されたもので、地元の生産者グループが加工した伊木力みかんのジャムと果汁が使われています。ぜひ、みかん風味のおこしをご賞味ください。

## 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。

一人ひとりの温かな心が多くの尊い『命』を救います。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。

献血場所など詳しくは、市ホームページをご覧ください。健康福祉センターへ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

## 5歳児相談

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

## 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、依存症など、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)  
3日(水)、9日(火)、19日(金)、22日(月)、31日(水)  
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

～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  
個別健診：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

## 集団健診

健診の種類	主な検査内容	対象者 (令和2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	11日(木)	高来西ゆめ会館
若年者健康診査		30～39歳の国民健康保険加入者	500円		12日(金)	釜公民館(小長井町)
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	19日(金)	田結公民館(飯盛町)
胃がん検診	胃透視検査		500円		21日(日)	飯盛ふれあい会館
肺がん検診	胸部エックス線検査		200円		26日(金)	おがたま会館(小長井町)
	必要に応じて喀痰検査		300円		28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 9時～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／21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)

9日(火)	多良見体育センター	西部
22日(月)	健康福祉センター	中・北部
23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(火)	13時～13時30分	4～7カ月児
16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／18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／市こども支援課

## 介護相談

■とき／11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…食中毒にかからないために  
火…足がだるい、つる、かゆい、下肢静脈瘤かも  
水…夏風邪の原因と予防  
木…ドライアイ・VDT症候群  
金…過換気症候群について  
土・日…膈から子宮が出てくる病気  
～子宮脱について～



※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

13日(出)	9時～11時30分	森山ふれあい公園
20日(出)	9時～11時30分	多良見支所

【ニュースポーツ教室】(バタンク) ※雨天中止

22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 ※15日、29日除く	13時30分～15時	健康福祉センター
毎週月曜日 ※15日除く	13時30分～15時	飯盛ふれあい会館
	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	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 ※30日除く	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
	13時30分～15時	本野ふれあい会館
9日(火)・23日(火)	13時30分～15時	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、7月8日(月)必着で〒854-8601(住所不要)諫早市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○○○○○○○特産品提供事業者を募集します

Q②○○○○○入居者募集

Q③第2○○○○、○○○○広場 8月1日オープン

Q④令和元年度○○○○○採用試験

Q⑤7月は「○○○○助け合い運動」月間です

※前号の答え

①広告 ②空きかん ③現況 ④ひとひと参感日

⑤歯と口

※応募総数53通

※ご記入いただいた個人情報、賞品発送などの目的以外には利用いたしません。



# 中里保育園



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

## 【DATA】

定員／60人  
住所  
多良見町中里47-9  
☎43-2938

昭和50年4月に開園。周辺地域は交通量も少なく、散歩にも適したゆったりとした環境です。子どもたちは戸外遊びが大好きで、自然とふれあいながら生き物を大切にすることも学んでいます。習字・絵画・サッカー教室などのほか、太鼓の演奏を地元のお祭りで披露するなど地域との関わりも大切にしています。さらに、子どもたちの「やってみよう」という気持ちを大事にするため、造形活動やコーナー遊びも充実させています。撮影時、カメラを向けると、子どもたちは思い思いの決めポーズを披露してくれました。

■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



◇諫早市公式フェイスブック「諫早日和」

## 食改さんのおすすめレシピ



【材料】 2人分  
もやし (200g) …………… 1袋  
豆苗 (85g) …………… 1 / 2袋

1人分：57kcal

① カレー粉…………… 小さじ1 / 2  
マヨネーズ…………… 小さじ2  
めんつゆ(濃縮タイプ)…………… 小さじ1  
粒マスタード…………… 小さじ1

### 【作り方】

- ① 沸騰したお湯にもやしと豆苗を入れてさっと茹で、ザルにあけて水気をしっかり絞る（または600wのレンジで4分程度加熱する）。
- ② ①の調味料を混ぜ合わせ①を和える。



## 豆苗ともやしのカレーマヨ和え

～森山支部のおすすめレシピです～

**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！  
そんな時は **0120-419-009**  
フリーダイヤル