

広報

# いさはや



可憐な淡いピンクの花を咲かせた、市の花『ツクシシャクナゲ』。

ゴールデンウィーク期間中、高来町の『しゃくなげ高原』には多くの方が訪れました。(20ページに関連記事あり)

市政トピックス  
くらしの情報  
イベント情報  
公民館講座情報

02  
06  
16  
18

フォトギャラリー  
健康&子育て情報  
いちご西保育園・おすすめレシピ

20  
22  
24

# 道路で進むまちづくり

市内各地域において国道、県道、市道の幹線道路の整備が進んでいます。幹線道路の整備は、物流ネットワークの構築など市の発展に必要不可欠です。また、道路整備により、地域の一体化や地域間の均衡ある発展、地域経済の活性化が期待されます。今後も、市民生活に密着した社会基盤整備のため、幹線道路や生活道路の整備を行い、安全で快適なまちづくりをめざします。

（市道路線）



国道57号【森山拡幅】  
（自動車専用道路）



市道西諫早中央線（道路整備）



市道下方線（道路整備）



# 市政トピックス



④ 県道諫早飯盛線【江の浦工区】(道路整備)



③ 国道 207 号【佐瀬拡幅】(道路整備)



② 県道諫早外環状線【諫早インター工区】  
(自動車専用道路)



⑤ 県道多良岳公園線【神津倉工区】(道路整備)



⑥ 市道早見有喜漁港線 (有喜漁港関連道)



⑦ 市道厚生町仲沖線 (歩道整備)



⑧ 市道天神早見線 (歩道整備)



⑨ 市道真崎貝津線 (歩道整備)



⑩ 市道小川夫婦木線 (歩道整備)

平成 30 年度から事業開始  
国道 34 号大村諫早拡幅  
2 車線 → 4 車線



## 教育委員に原田裕介氏

市は、大石竜基委員の任期満了に伴い、3月市議会定例会での同意を得て、後任に原田裕介（はらだゆうすけ）氏を任命しました。任期は4月28日から4年間となります。

原田さんは、会社役員で諫早商工会議所の議員として活躍されています。

（市教委教育総務課）



原田 裕介委員

## 公平委員会委員に中村君子氏

市は、谷川陽子公平委員会委員の任期満了に伴い、4月市議会臨時会での同意を得て、中村君子（なかむらきみこ）氏を選任しました。

任期は5月23日から4年間となります。

公平委員会は、市職員の勤務条件に関する審査機関です。

（市総務課）



中村 君子委員

## 監査委員に北坂秋男氏

4月市議会臨時会での同意を得て、市議会議員のうちから選任する監査委員に北坂秋男（きたさかあきお）氏を選任しました。

任期は4月22日から議員の任期期間となります。

（市監査委員事務局）



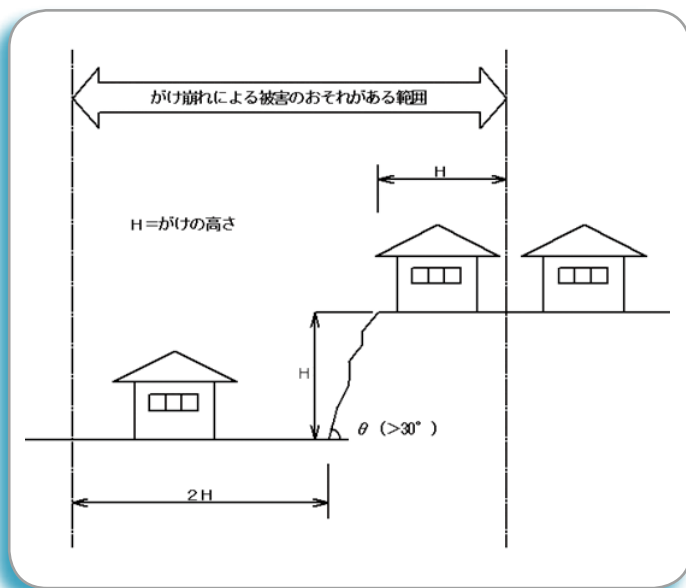
北坂 秋男委員

## がけ地の崩壊対策に補助します

市民の皆さんの生命および財産を守り、安全で住みよい環境の確保のため、市や県が行う急傾斜地崩壊対策事業の採択要件に満たないがけ地において、個人が行う対策工事に対し、工事費用の一部を補助します。

### ■補助金額

工事費用の2分の1（上限300万円）



### ■補助対象

次のいずれの要件も満たす場合に限られます。

- ①傾斜度が30度以上で、がけの高さが2メートルを超える自然がけ地において個人が行う工事であること
- ②がけ崩れによる被害のおそれのある範囲（左図参照）に現に居住している家屋があること（ただし、当該家屋は平成26年3月31日以前に建築されたもの）
- ③市税及び国民健康保険料を滞納していない人が行う工事であること
- ④宅地造成工事の一環として行われる工事でないこと
- ⑤営利を目的とする不動産事業の用に供する土地に係る工事でないこと
- ⑥市の入札参加資格者又はこれと同等以上の能力を市長が認める建設業者であって市内に本社又は本店を有する者が行う工事であること

※詳しい内容については、市河川課へお尋ねください。

■申込・問い合わせ先／市河川課

## 「市長のふれあい訪問」を実施しています

市では、市民の目線と感覚を施策や事業の立案に役立てることを目的に、市長がさまざまな活動現場に出向き、皆さんの活動の見学や体験を通して交流を深める「市長のふれあい訪問」を行っています。

テーマは特に限定せず、「特産品として作ってみたので味見をして」「清掃などボランティア活動を一緒にやりませんか」「子育ての現場を見てもらいたい」など、大歓迎です。市長に知ってもらいたい活動やちょっとしたアイデアなどをお聞かせください。

「市長のふれあい訪問」は、随時受け付けていますので、申し込みや問い合わせなど詳しくは、市企画政策課までご連絡ください。

- 対象者／市内に在住または通勤・通学する人で主な活動場所が市内にある、おおむね5人以上のグループ・団体など
- 時間／おおむね1時間程度
- 場所／団体の活動場所（会場は申込者で確保してください）
- 出席者／市長および担当部の職員
- 申込・問い合わせ先／市企画政策課



スカイファーム高来の皆さんと

## 公用車に広告を掲載しませんか

市の公用車に掲載する広告を募集します。公用車は市内全域を走行していますので、宣伝効果が期待できます。あなたの企業やお店をPRしてみませんか。

### ■広告掲載公用車

- ・掲載車両：軽貨物自動車
- ・掲載箇所：車両の両側面の後部ドアおよび車体後面
- ・掲載料：1台当たり年間30,850円（消費税込）  
※1年に満たない場合には、掲載期間に応じて日割り計算します
- ・掲載方法：マグネットシート、カッティングシート  
またはラッピングフィルムを車両に貼り付ける（広告物は0.50㎡未満。作成費用は広告主負担）

### ■広告掲載期間

令和2年3月31日まで

### ■申込対象者

市内に事業所・店舗などを有する法人または個人など

### ■申込期間／随時受け付けています



■申込方法／公用車広告掲載申込書（市ホームページからダウンロード可）に、広告の原稿（任意様式）と掲載位置図（任意様式）、企業の概要が分かる書類を添えて、市契約管財課へ持参してください。

■その他／公用車への広告掲載にあたっては、諫早市広告掲載事務実施要綱、諫早市公用車広告掲載取扱要領に従ってください。申込受付後、諫早市広告審査会で掲載の可否を決定し通知します。

■申込・問い合わせ先／市契約管財課



平成31年4月1日現在  
( )内前年同月比  
人口：134,451人 (-872)  
男：63,510人 (-338)  
女：70,941人 (-534)  
世帯数：52,660 (+301)



## お知らせ

家屋の新築・増築や解家をしたときはご連絡を



4月下旬に送付した固定資産税などの「納税通知書兼課税明細書」は、平成31年1月1日現在に所有し、課税される土地・家屋の明細を記載しています。この明細書に記載のない家屋をお持ちの人や記載されている家屋を解家した人、または今後、新築・増築や解家の予定がある人は、市資産税課(家屋担当)へご連絡ください。  
※家屋を新築・増築した場合や登記している家屋を解家した場合は、所有者の財産保全のため、法務局への申請が必要です。  
■問い合わせ先／市資産税課

## 自治会への加入について

地域でつながり

安心して暮らすために

自治会は、ごみステーションの設置・管理、子どもやお年寄りの見守りなど、さまざまな面で皆さんが安心して暮らせるまちづくりに貢献しています。

◎自治会に加入すると：

- ・広報「諫早」などの各種刊行物が自治会を通して届けられます。
- ・お祭りや地域行事を通して地域の人とのつながりができます。
- ・回覧板などにより、身近な生活情報やイベント情報が入手できます。

・道路・側溝の改善など、地域生活上の問題解決について、自治会が行政とのパイプ役となってくれます。

また、近年の大きな災害の経験からも、ご近所や自治会での助け合いが多くの命を守ることにつながることは、広く認知されてきているところです。

自分が住んでいるまちを、住みやすいまちにするために自治会に加入しましょう。

加入の申し込みは、お住まいの地域の自治会へお問い合わせください。

■問い合わせ先

市地域づくり推進課

## 配偶者の扶養からはずれた場合は年金の手続きを



サラリーマンの配偶者に扶養されている20歳以上60歳未満の人は、国民年金の第三号被保険者です。

第三号被保険者だった人が、配偶者の退職や自身の収入増・離婚などにより配偶者の扶養からはずれた場合(本人が厚生年金に加入した場合を除く)、国民年金第一号被保険者への変更手続きを行わなければなりません。

手続きをしないと、将来の年金額が減額となったり、受給できなくなる恐れもあります。扶養からはずれた場合は忘れないようご注意ください。

■手続きに必要なもの

扶養からはずれた日が確認できる書類(社会保険資格喪失証明書など)、年金手帳、印鑑

■受付・問い合わせ先

・諫早年金事務所  
☎25・1662

・市保険年金課または各支所地域  
総務課

## 自動車税の納付をお忘れなく



自動車税は5月31日(金)が納期限です。納付は、各金融機関、各コンビニエンスストアのほか、インターネットを使ってのクレジット納付もできます。

■問い合わせ先

県央振興局税務部  
☎22・0508

## 住民基本台帳の閲覧状況を公表します

平成30年度の住民基本台帳の閲覧状況を公表します。

住民基本台帳の閲覧は、国または地方公共団体の機関が法令で定める事務を遂行する場合や法人などで統計調査・世論調査・学術研究など公益性が高いと認められる場合に限定されています。

なお、閲覧状況の詳細は、市政情報コーナー(市役所本館4階)、市ホームページでご覧になれます。

○閲覧請求(申出)期間

平成30年4月～平成31年3月

○閲覧請求(申出)件数

21件

○閲覧件数

1,138件

■問い合わせ先／市民窓口課

## 生活排水による川・海の汚濁を防止しましょう

川や海の汚れの原因のひとつは、家庭から出る生活排水によるものと言われています。

例えば、使用済み天ぷら油を200cc（カップ1杯分）川に流したとすると、魚がすめる環境にするためには、浴槽約200杯分の水が必要です（浴槽1杯分を300ccとした場合）。



## 台所やお風呂の排水口は川や海への入り口です

川や海をきれいにするため、家庭でできる生活排水対策にご協力をお願いします。

- ・皿、鍋などに残った油類は拭いてから洗う。
- ・使い古しの油（廃食油）は流さない。
- ・野菜などの皮は洗う前にむいて汚れを流さない。
- ・流し台には水切り袋などを備え、調理くずを流さない。
- ・米のとき汁は流しに流さず、庭木の散水に使用する。
- ・洗濯や食器洗いなどには、適量の洗剤を使用する。
- ・風呂の残り湯は、洗濯や庭のまき水に使用する。

■問い合わせ先／市環境政策課

## 国民健康保険、後期高齢者医療に関する所得申告

国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入している人やその世帯員で、平成30年分（平成30年1月～12月）の所得の申告が必要な人には、6月中旬ごろに申告書を送付します。

この申告をもとに、保険料や高額療養費の自己負担限度額などを決定します。

申告書が届いた人は、期限までに必ず申告してください。

### ■問い合わせ先

市保険年金課または各支所地域総務課

## 令和元年度教科書展示会

令和元年度に小・中・高等学校・特別支援学校で使用されている教科書見本の展示会を開催します。



また、展示会終了後

も、市教委学校教育課で教科書見本の常設展示を行います。

■とき／6月14日（金）～27日（木）

■ところ

- ・市教育委員会（市役所本館7階）
- ・諫早図書館エントランス（小・中学校用のみ）

### ■問い合わせ先

市教委学校教育課

## 経済センサス基礎調査が実施されます

この調査は、わが国の全ての産業分野における事業所の活動状態などの基本的構造を全国および地域別に明らかにするとともに、事業所・企業を対象とする各種統計調査の母集団情報を整備することを目的としています。

調査は、調査員が全国の全ての事業所の活動状態を实地に確認し、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布することにより行います。調査へのご理解、ご回答をお願いします。

○期間：6月～2020年3月

### ■問い合わせ先

・経済センサス基礎調査コールセンター（受付時間：9時30分～18時） ※通話無料

☎0120・202・095

・市地域づくり推進課

## 製造事業所の皆さんへ

2019工業統計調査が実施されます

この調査は、経済産業省が行う調査で、製造業（食料品・繊維・木製品・印刷・プラスチック製品・工業・鉄鋼など）の活動実態を明らかにするものです。

5月から6月にかけて、調査員証を携行した調査員がお伺いします。調査内容は統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確な記入をお願いします。

○基準日／2019年6月1日

○対象／従業員数4人以上の全ての製造事業所

### ■問い合わせ先

・工業統計調査コールセンター ※通話無料

☎0120・805・071

・市地域づくり推進課

## 空きかん等回収キャンペーン

私たちのまちは私たちの手で美しく



道路や広場、側溝などに散乱している空きかんなどを、自治会単位の地域ぐるみで回収します。ご協力をお願いします。

■とき／6月2日（日） 午前中

※小雨決行

### ■注意点

- ・がけや踏切周辺などの危険な場所は避けてください。
- ・マムシ、ハチ、ハゼの木などにご注意ください。
- ・交通車両にご注意ください。

■主催／諫早市衛生組織連合会

■問い合わせ先／市環境政策課および各支所地域総務課

## 家庭用生ごみ処理機器の購入費を補助します

市は、ごみの減量化推進の一環として、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。



### ■補助の内容

・生ごみ処理容器  
(EMバケツ、コンポストなど)  
購入価格の2分の1

※上限2万、世帯に2個まで  
・電気式生ごみ処理機

購入価格の3分の1(グリーン購入法適合品以外は4分の1)

※上限2万、世帯に1台まで

### ■要件

市内の販売店で購入したもので、以前購入補助を受けた場合でも、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

購入後、領収証(世帯主宛のもの)、印鑑、世帯主の通帳、保証書(電気式のみ)を持参し、申請してください。

### ■申請・問い合わせ先

市環境政策課または各支所地域総務課

## 私有地から道路に張り出している枝木の剪定や伐採のお願い

市道や里道に隣接する個人宅地や山林などから、道路上に垣根や枝などが張り出して、歩行者や車の通行に支障が生じている事例が見受けられます。

私有地から道路に張り出している枝木は、土地所有者において剪定や伐採をお願いします。

### ■問い合わせ先/市建設総務課

## EMによる水質浄化活動を行っています

諫早市連合婦人会では、EM(有用微生物群)による河川などの水質浄化啓発活動に取り組んでいます。

EM活性液を市民の皆さんにご利用いたたくため、EM培養装置などを次の場所に設置し、無料で配布しています。受け取りの際はペットボトルなどの容器をお持ちください。

### ■設置場所

各ふれあい会館(小野、有喜、本野、西諫早、高来)、長田みのり会館、貝津町公民館、小船越町二区公民館、ほたる工房(高城町・市体育館道路向かい)

### ■問い合わせ先

諫早市連合婦人会(☎22・5836) または各地域の婦人会役員

## 森林伐採等届出制度のお知らせ



### 【伐採および伐採後の造林の届出など】

森林を伐採するときは、事前に届出を提出することが森林法で義務付けられています。

これは、森林資源の状況や転用を把握し、健全で豊かな森林を作ることができるよう届出をしていただくものです。

### ■届出対象

保安林を除く民有林のうち、地域森林計画で定められた区域内の森林が対象です。区域の確認は、市林務水産課または県央振興局森林土木課にお尋ねください。

### ■届出期間

○伐採および伐採後の造林の届出  
伐採を開始する日の90日から30日前的間

○伐採および伐採後の造林に係る森林の状況報告

造林が終わった日(転用の場合は伐採が終わった日)から30日以内

### 【森林の土地の所有者届出】

森林の土地の所有者の把握を進めるため、この制度が設けられています。

### ■届出対象

個人・法人を問わず、売買や相続などにより森林の土地を新たに取得した方は、面積に関わらず届出が必要です。

※国土利用計画法に基づく土地売買契約の届出を提出した場合には、森林の土地所有者届出は不要です。

### ■届出期間

土地の所有者となった日から90日以内

### ■届出・問い合わせ先

市林務水産課または各支所産業建設課

## まちの保健室

■とき/6月19日(水) 13時~15時

■ところ/諫早図書館 1階ピアノ広場

### ■内容

- ・体験コーナー  
(体温・脈拍・体重(体脂肪)・血圧測定)
- ・健康相談コーナー

※看護師・保健師が対応します。お気軽にご利用ください。

■問い合わせ先/諫早図書館 ☎23-4946



## 児童手当の受給には 現況届の提出が必要です

令和元年6月分からの児童手当受給を継続するには、現況届の提出が必要です。  
現況届に関する案内は、受給者へ個別に郵送します。



### ■児童手当支給額

所得額	区 分	支給額（月額） 児童1人につき	
所得制限額未満	0歳～3歳未満	15,000円	
	3歳～小学生	第1、2子	10,000円
		第3子以降	15,000円
	中学生	10,000円	
所得制限額以上	0歳～中学生	5,000円	

### ■所得制限額

扶養親族等の人数	所得額	収入額
0人	622万円	833.3万円
1人	660万円	875.6万円
2人	698万円	917.8万円
3人	736万円	960.0万円
4人	774万円	1,002.1万円
5人	812万円	1,042.1万円

※所得制限額は、扶養親族などの状況によって異なります。

※収入額は、給与収入のみで計算した目安です。

■問い合わせ先／市こども支援課

## 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方を対象に、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。

詳しくは市商工観光課へお尋ねください。



### ■市中小企業制度融資一覧

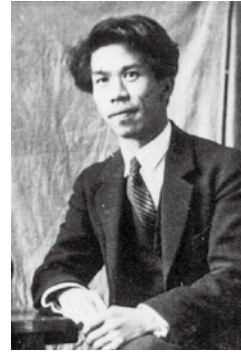
	中小企業振興資金	中小企業創業支援資金
対 象	市内に1年以上住所を有し、1年以上継続して事業を営んでいる中小企業者	市内に住所を有し、市内で新たに事業を開始する具体的な計画を有する者、または創業後5年未満の中小企業者
資金用途	運転および設備	運転および設備
融資限度額	2,500万円	2,000万円
貸付期間 (据置期間)	10年以内（1年以内）	運転7年以内（1年以内） 設備10年以内（1年以内）
貸付利率	1.4%	1.3%（融資を受けた日から3年間、利子相当額の2分の1を市が補給します）
保証料率（※）	0.45～1.9%（最大0.55%を市が補給します）	全額市が補給
取扱金融機関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

■問い合わせ先／市商工観光課

## 👉 募 集

### 第30回「伊東静雄賞」 作品（現代詩）



諫早市出身の浪漫派詩人・伊東静雄の文学を全国に発信し、顕彰するため現代詩を募集します。

#### ■応募要領

・1人1編（未発表のものに限る）

・題名を含めA4判4000字詰め原稿用紙2枚以内（パソコン使用の場合はA4判20字×20行の縦書き、2枚以内）

・欄外か余白に郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢・性別・職業・電話番号を明記のこと  
・応募料は無料（作品は返却しません）

・副賞50万円

#### ■応募期限

8月31日（出）（当日消印有効）

#### ■応募・問い合わせ先

諫早市芸術文化連盟・伊東静雄賞係（〒854-0014

東小路町10・25）

☎ 22・1103

### 結の浜マリンパーク海水浴場 短期作業員

結の浜マリンパーク海水浴場の海開きに伴い、短期作業員（駐車場整理員・更衣室等管理員）を募集します。



#### ■資格

① 駐車場整理員：18歳以上（高校生を除く）の健康な人

② 更衣室等管理員：18歳以上（高校生を除く）の健康な女性

#### ■定員

① 6人

② 3人

#### ■期間

7月12日（金）～8月18日（日）

（週5日以内勤務）

#### ■作業時間

① 8時30分～18時（8時間交代制）

② 9時30分～18時15分

■賃金／1日当たり7,400円

※別途交通費を支給する場合があります。

#### ■申込方法

履歴書を市商工観光課または飯盛支所産業建設課へ持参してください。

■申込期間／6月3日（月）～7日（金）

■申込・問い合わせ先

市商工観光課または飯盛支所産業建設課

## ナイスハートバザールin諫早



障害のある人の社会参加の促進と就労意欲向上を図るため、市内の障害者施設で作製した製品や農産物などを販売します。約250種類6,500点の商品を用意しています。ぜひお越しください。

■とき／6月19日（水）～21日（金） 10時～17時30分

※21日（金）は17時まで

■ところ／市民センター（東小路町8-5）

#### ■主な商品

- ・お弁当、パン、洋菓子、加工品などの食品
- ・さをり織、布わらじ、縫製品、リサイクル石けん、アクリルタワシ、ビーズストラップなどの手作り製品

■主催／働く喜びサポート事業実行委員会

■問い合わせ先／市障害福祉課

## 緑のカーテンコンテスト作品募集

緑のカーテンコンテストの作品（写真）を募集します。

#### ■対象

- ・自宅に緑のカーテンを設置している市内在住の人
- ・緑のカーテンを設置している市内の事業所・学校など

#### ■応募規定

- ・1つの緑のカーテンにつき応募は1回
- ・家庭または事業所・学校などで実際に設置している事例に限る

#### ■申込方法

郵送またはメール（kankyou\_seisaku@city.isahaya.nagasaki.jp）で市環境政策課へお申し込みください。

※募集要項・応募用紙は、市環境政策課または各支所地域総務課にあります（市ホームページからもダウンロード可）。

#### ■申込期限

9月6日（金）

■申込・問い合わせ先／市環境政策課





## 定期相談

### 本庁定期開催分（6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

12日(水)、17日(月)、26日(水)

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】

25日(火) 13時～16時

【登記相談】

11日(火) 10時～15時

【不動産相談】

4日(火) 9時～12時

【人権相談】

13日(木) 10時～15時

【行政相談】

7日(金)、14日(金)、21日(金)

10時～15時

※本野ふれあい会館開催分

28日(金) 9時～12時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

28日(金) 10時～13時

森山支所相談室

21日(金) 10時～13時

飯盛支所相談室

14日(金) 10時～13時

高来支所相談室

21日(金) 10時～13時

小長井支所相談室

14日(金) 10時～13時

【消費生活相談・一般相談】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

8時30分～17時

ところ／市消費生活センター

各支所地域総務課

問い／市消費生活センター

☎22・3113

【その他開催分（6月）】

【認知症専門相談】※事前予約制

14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】

5日(水)、19日(水)、26日(水)

9時～16時

ところ／市役所本館玄関ホール

12日(水) 9時～16時

ところ／森山支所

問い／市緑化公園課

【少年センター相談(いじめ・不登校)】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

9時～17時

ところ／野中町508・8

問い／市少年センター

☎24・3737

長崎県よろず支援拠点出張窓口

【中小企業・小規模事業者のための経営相談所】

6月12日(水) 9時～17時

ところ／たちはな信用金庫本部

6月27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

## 特設人権相談所を開設します

6月1日は人権擁護委員法が施行された日です。

人権擁護委員は、皆さんの身近なところで人権を守るために活動しています。

家庭内のめもごとや近隣とのトラブルなど、皆さんの悩みを相談してみませんか。

相談は無料です。秘密は厳守されますのでお気軽にご相談ください。

■とき／6月6日(木) 10時～15時

■ところ

- ・高城会館3階
- ・多良見支所相談室
- ・森山支所相談室
- ・飯盛支所相談室
- ・高来支所小会議室
- ・小長井支所相談室

■問い合わせ先

- ・長崎地方務局諫早支局 ☎22-0475
- ・市民相談室 ☎22-3113



日本政策金融公庫

創業サポートデスクin諫早市

6月12日(水) 13時～16時

ところ／諫早商工会議所

※要予約・相談無料

内容／事業計画策定、資金調達

など創業前後の事業運営

全般に関する相談

問い／諫早商工会議所中小企業

振興部 ☎22・3323

**介護予防教室（6月開催分）**

【筋トレ教室】 13時30分～15時

3日(月) 栄田町公民館

4日(火) 市民センター(14時30分～16時)

12日(水) 森山公民館

18日(火) 市民センター(14時30分～16時)

19日(水) 長田みのり会館

26日(水) 飯盛ふれあい会館

【脳トレ教室】 13時30分～15時

3日(月) 有喜ふれあい会館

20日(木) 健康福祉センター

21日(金) たらみ会館

27日(木) 小船越町公民館

28日(金) 高来ふれあい会館

【口トレ教室】 13時30分～15時

6日(木) たらみ図書館

12日(水) 特養諫早中央

13日(木) 高来西ゆめ会館

20日(木) 本野ふれあい会館

27日(木) 小野ふれあい会館

【栄養教室】 10時～12時

6日(木) 小長井文化ホール

7日(金) 小野ふれあい会館

10日(月) 田結公民館

11日(火) 西諫早公民館

13日(木) 市民センター

【若返り体操教室】 13時30分～15時

7日(金) 西諫早ふれあい会館

10日(月) 福田町公民館

13日(木) 貝津町公民館

17日(月) 高来会館

26日(水) 小栗ふれあい会館

■問い合わせ先／市高齢介護課

**廃食油を用いた石けんづくり講習会**

市では、廃食油を用いた石けんづくりの講習会を開催しています。ぜひご参加ください。

■ところ／ほたる工房（高城町・市体育館道路向かい）

■内容／家庭から出た廃食油を使った石けんづくり

※開催日については、お問い合わせください。

■申込・問い合わせ先  
市環境政策課

**お口の健康フェスティバル**

健康はお口から！



■とき／6月2日(日) 10時～12時

■ところ／市民センター、アエル

中央商店街

■内容

- ・小学生歯の健康優良児表彰
- ・園児の図画コンクール
- ・お口の健康相談
- ・歯に良いおやつ など

■問い合わせ先

諫早市歯科医師会

☎24・3576

**子育て支援センター**

**みんなで遊ぼう!! 「いっぽ いっぽ」**

市内7つの子育て支援センターの合同企画です。各支援センターの紹介や市内の幼稚園、保育所、認定こども園などのパネル展示、アスレチックや人形劇など、親子で楽しめるイベントです。

参加は無料ですので、お友達も誘って気軽に遊びに来てください！

■とき

6月5日(水) 10時～13時（9時40分から受付）

■ところ

小野体育館（黒崎町170-3）

■内容

- ・各コーナー遊び（アスレチック・作ってあそぼう・感覚あそび・絵本・人形劇）
- ・保育施設のパネル展示
- ・歯磨き教室
- ・食育コーナー
- ・保健相談 など



■問い合わせ先

ほっとルーム（金華こども園） ☎32-2182

**改元詐欺にご注意!!**



全国銀行協会を装って、「元号の改元による銀行法改正について」という文書を郵送し、同封してある「キャッシュカード変更申込書」に銀行名、口座番号、暗証番号を記載させ、現在使っているキャッシュカードと共に返送させる詐欺が発生しています。

全国銀行協会や銀行員が暗証番号などを尋ねることはありません。ご注意ください。

このほかにも、改元に伴い皇室のアルバムを自宅に送りつけるという手口もあります。

これは、電話勧誘を断ったにも関わらず、商品が送りつけられるというものです。

◎対策として

- ・常に留守番電話設定にすること
  - ・注文した覚えがない商品は受け取らないこと
- などが挙げられています。おかしいと思ったら、市消費生活センター(☎22-3113)へご相談ください。



## 来て! 見て! 感じて! 「ひとひと参感日」

楽しく男女共同参画に親しむイベントを開催します。  
この機会にぜひ、来て! 見て! 感じて! ください。

- とき / 6月30日(日)
- ところ / 男女共同参画推進センター「ひと・ひと」(高城会館内)
- 内容

**ひとひと**  
諫早市男女共同参画推進キャッチフレーズ  
お父さん  
今日は主夫の日 帰ろうデー

**【事前申込が必要なイベント】** ※申込期限: 6月21日(金)

	講 座	時 間	定 員	備 考
①	プロが教えるお洗濯講座 (長崎県クリーニング生活衛生同業組合 井上隆さん)	13時30分 ～15時	15人	親子参加可
②	今長式 洋服整理の基本とコツ (整理収納アドバイザー 今長未央さん)	10時20分 ～11時50分	24人	
③	フィットネス感覚で学ぼう! 女性のためのセルフディフェンス(護身術) (インストラクター 田中健一さん)	10時15分 ～11時45分	15人	中学生以上 親子参加可
④	フライパンでできる! 手作りパン (谷川美保さん)	9時30分 ～12時30分	親子 10組	6歳以上の親子 材料代: 1家族500円

・申込方法 / 電話・ファクス・メール (jinken\_danjo@city.isahaya.nagasaki.jp) のいずれかでお申し込みください。メールの場合は、件名に「ひとひと参感日講座申し込み」と入力してください。

**【当日参加可のイベント】** 10時～15時

- ・起業塾卒業生による販売・体験ブース (今年はハーブティー、パウンドケーキも出店!)
- ・男女共同参画推進団体による展示・販売・体験ブース



**【講演】** 13時～14時50分 ※ところ: 諫早図書館 1階展示ホール

「はなしてごらん 誰かに ～絵本に描かれたDV～」 DVの子どもへの影響をみんなで考えてみませんか。  
講師: ピノキオお話クラブ、中田慶子さん (DV防止ながさき)

※無料の保育サービス有 (要事前申込)

■申込・問い合わせ先 / 市人権・男女参画課 ☎24-1580 FAX22-9145

## ながさき県民大学 「諫農県民大学講座」受講生募集

- とき / 7月6日(土)～12月14日(土) (全7回)  
9時30分～11時30分 ※初回は10時～12時
- ところ / 諫早農業高校、ゆうゆうランド干拓の里
- 内容

と き	内 容
7月6日(土)	開講式・観賞用ミニ植物の作り方
8月10日(土)	秋野菜の作り方
9月7日(土)	おいしいパン・お菓子の作り方
10月5日(土)	介護講座
10月26日(土)	諫早湾干拓学習会
12月7日(土)	生活に役立つ畜産学とバター作り体験
12月14日(土)	正月飾り作り・閉講式

■対象者 / 市内在住の人

■定員 / 30人

※応募多数の場合は抽選

■受講料 / 8,040円

■申込方法

往復はがきに「平成31年度諫農県民大学講座受講申込」と明記の上、住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、諫早農業高校(〒854-0043 立石町1003)へお申し込みください。

■申込期間

6月4日(火)～14日(金) ※当日消印有効

■申込・問い合わせ先

諫早農業高校 ☎22-0050



# 生活環境を悪化させる不法投棄・野焼きはやめましょう

## 【不法投棄について】



市は、不法投棄の恐れのある場所に監視カメラを設置し、不法投棄の監視を強化しています。

また、廃棄物適正処理指導員を配置し、休日および早朝、夜間パトロールを実施して再発防止に努めています。

不法投棄を行った場合には、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金、またはこの両方が科せられます。さらに、法人が違反した場合の罰金はさらに上がり、3億円以下の罰金と定められています。不法投棄を発見した場合は、行為者の究明のため警察署へ捜査を依頼するなどの対応をとっています。

不法投棄は、地域の景観を損なうだけではなく、水質汚濁や土壌汚染などの環境破壊にも繋がる許されない行為です。また、適正に管理されていない土地ほど不法投棄されやすいので、土地の所有者や管理者は、定期的に見回りを行い、草刈りや柵を設置するなど管理を徹底しましょう。

## 【野焼きについて】

野焼きは、一部の例外（日常生活を営む上で、通常行われる草木などの軽微な焼却や農業、林業などを営む上でやむを得ない場合など）を除いて、原則禁止となっています。

例外にあたる場合でも、煙や臭いで不快な思い、つらい思いをされている人がいます。

●法律で禁止されていない焼却であっても…

- ・風向きや時間帯および地域性を考え、少量ずつ数回に分けて行う
- ・草木などはよく乾かして煙の発生量を抑える

など、周辺の迷惑にならないよう十分に配慮してください。

※野焼きについても、不法投棄同様の罰金が科せられます。



■問い合わせ先／市環境政策課

## 6月は食育月間です

～第三次諫早市食育推進計画をご存じですか～



平成29年に実施した市民アンケートにより、若い世代においては朝食欠食率が高く、野菜摂取量や地産地消など、食に対する関心度が低いという結果が見られました。

第三次食育推進計画では、子育て世代を含む若い世代へアプローチを図ること、また、環境に配慮した生活や生活習慣病予防に取り組むこととしています。

第三次食育推進計画は市ホームページでご覧いただけます。

※毎月「19日」は、「食育の日」です。

## 【食育標語コンテストを実施しました】

### ■最優秀賞

テーマ	小学生の部	中学生の部
朝ごはんを食べよう！	おいしいな 今日もうれしい 朝ごはん	“いただきます” 第2の目覚まし 朝ごはん
野菜を食べよう！	野菜はね 体を守る ヒーローさ	四季の味 野菜の味は 旬の味
食文化や郷土料理を伝えよう！	食べよう 郷土料理を 守ろう食文化	諫早の 郷土料理 うまかばい!!

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700



## がん検診のご案内

1年を通して市内医療機関でがん検診などを実施しています。予約が必要な場合がありますので、事前に医療機関へお問い合わせください。

受診できる医療機関は、市ホームページでご確認いただくか健康福祉センターへお尋ねください。

### ■内容（年齢は令和2年3月31日現在）

健診の種類	対象者	主な検査内容	受診者負担金	
大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査	200円	
胃がん検診	40歳以上	胃透視（胃エックス線検査）	500円	
		胃内視鏡検査	1,200円	
ピロリ菌検査	40歳～75歳で過去にピロリ菌検査および除菌治療をしたことがない人	血液検査（ヘリコバクター・ピロリ抗体検査）	800円	
肺がん検診	40歳以上	胸部エックス線検査	200円	
		50歳以上の人は必要に応じて喀痰検査	300円	
結核検診	65歳以上	胸部エックス線検査	無料	
子宮がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	子宮頸部の細胞診および内診、視診、必要に応じ体部の細胞診	頸部	400円
			頸部と体部	600円
乳がん検診（マンモグラフィ）	40歳以上の女性（昨年度の受診者を除く）	乳房エックス線検査（マンモグラフィ）	600円	
乳腺検診（乳房エコー検査）	30歳以上の女性	乳房超音波検査（エコー）による乳がんなどの検査	300円	

※以下の人は受診者負担金が免除されます。証明できる書類を受診時に提示してください。

- ・生活保護世帯員（保護金品支給証明書）
- ・市民税非課税世帯員（世帯主の市民税非課税証明書）
- ・中国残留邦人等支援に基づく支援給付の受給者（中国残留邦人等本人確認証）

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700

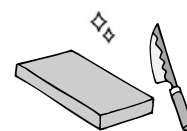


## 家族みんなで!! 食中毒予防の3原則

「つけない・増やさない・やっつける」の食中毒予防3原則を取り入れて、食中毒から体を守りましょう。

### 1. つけない

- ・石けんで必ず手を洗う（調理の前、動物に触れた後、トイレの後、オムツ交換の後など）。
- ・肉や魚を切った包丁、まな板は洗浄・消毒する。
- ・肉・魚・卵に触ったら必ず手を洗う。



### 2. 増やさない

- ・冷凍された食品の解凍は冷蔵庫内で行い、常温での解凍は避ける。
- ・料理途中の食品や残り物は放置しない。（保存は10℃以下。刺身は4℃以下）
- ・生ものや冷凍食品を購入するときは最後に買い、帰宅後はすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。

### 3. やっつける

- ・食品はしっかり中心部まで加熱する。
- ・調理済みのレトルト食品や冷凍食品、残り物を温めるときも十分に加熱する。
- ・電子レンジでは、ときどきかき混ぜながらまんべんなく加熱する。
- ・野菜など生で食べる物は流水でしっかり洗う。
- ・使用後の包丁、まな板、タワシなどは熱湯をかけ、よく乾燥させる。

■問い合わせ先／県央保健所 ☎26-3305

## 諫早文化会館芸術鑑賞会主催事業 川井郁子ヴァイオリンコンサート

今、最も注目されている女性ヴァイオリニストの川井郁子さんによるコンサートです。日本を代表するテノール歌手・秋川雅史さんをゲストに迎え、個性あふれるステージパフォーマンスをお楽しみください。

■とき

7月3日(水) 19時開演

■ところ

諫早文化会館

■入場料

S指定席：4,000円

A指定席：3,500円

自由席：大人2,500円

高校生以下500円



■問い合わせ先

諫早文化会館芸術鑑賞会 ☎25-3910

高来東児童館 ☎32-5858

### ▶父の日のプレゼント作り

■とき

6月15日(土) 13時～

■対象／小学生(定員15人)

■参加費／100円



高来西児童館 ☎32-5204

### ▶父の日のプレゼント作り

■とき

6月15日(土) 13時～

■対象／小学生(定員15人)

■参加費／100円



## がんばれ 2019 SEASON

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！



### 6月のホームゲーム

●明治安田生命 J2 リーグ

8日(土) 14時～ VS ファジアーノ岡山  
22日(土) 18時～ VS モンテディオ山形  
29日(土) 18時～ VS FC琉球

■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

## 多良見文化協会美術展

多良見文化協会美術展を開催します。書道・絵画・写真など多数の力作が展示されます。

皆さんのご来場をお待ちしています。

■とき

6月8日(土)～16日(日) 9時～22時

※6月10日(月)は休館日。最終日は16時まで

■ところ／たらみ図書館

■内容／絵画・書道・写真・墨彩画・ちぎり絵など

■問い合わせ先／多良見文化協会事務局 ☎43-1122

## こなが いっ子ひろば

小長井地域の4つの保育園合同による子育て応援イベント「こなが いっ子ひろば」を開催します。子育て中の人は、お子さんと一緒にお気軽にご参加ください。

■とき／6月11日(火) 10時～12時

■ところ／小長井文化ホール 集会室

■内容／絵本の読み聞かせ・おはなしタイム・季節の歌・手遊び・親子体操、おやつタイム、コーナー遊び(おもちゃ、赤ちゃんコーナー)、栄養士による保護者向けのおはなし(食育など)

■対象／市内の未就園児親子

■参加費／無料

※水筒をご持参ください。

■問い合わせ先

遠竹保育園 ☎34-2143



## 池下ペーロン大会

旧暦の端午の節句を祝い、子どもたちがペーロン船に乗り込む子どもペーロンと一般のチームによるペーロン競漕が行われます。

■とき／6月16日(日)

子どもペーロン：8時～

ペーロン競漕：10時～

■ところ／池下漁港

■問い合わせ先

池下ペーロン保存会 西海さん ☎49-1330



## こどもの城 臨時休館日のお知らせ

臨時休館日

6月11日(火)

■問い合わせ先／こどもの城 ☎24-8017



▶古写真を見ながら散歩

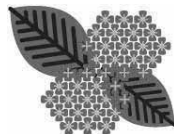
- とき／6月9日(日) 9時～17時 ※小雨決行
- 集合・解散場所／諫早市美術・歴史館
- 内容／明治～昭和に撮影された諫早の風景・建物の写真と現在を見比べながら、館周辺を約10km歩きます
- 定員／20人(申込多数の場合は抽選)
- 参加費／100円 ※昼食持参
- 申込方法／はがき(〒854-0014 東小路町2-33)、ファクス(24-6633)またはメール(bireki@city.isahaya.nagasaki.jp)に、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、お申し込みください。
- 申込期限／6月2日(日) ※当日消印有効

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶Light from Silence～光のページへ～  
(岩永洋美作品展)

- とき／6月1日(土)～26日(水) ※観覧無料
- ▶パステルアート教室 ～紫陽花～
- とき／6月2日(日) 11時～12時
- 対象／4歳以上(小学校低学年以下は保護者同伴)
- 定員／10人(予約優先) ■材料代／1,000円
- ▶ペーパークイリング体験 ～長崎の花 紫陽花～

- とき  
6月2日(日)  
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

▶おりがみ教室 6月

- とき／6月2日(日) 11時～12時
- 内容  
①初級：ポロシャツのメッセージカード入れ  
②中級：カタツムリの箸袋
- 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

▶マルメロ&福島真砂コンサート  
～オカリナ&ピアノ弾き語り～

雲仙市在住のプロシンガーソングライターの福島真砂さんと、県内外で活動しているオカリナグループ「マルメロ」による癒しのコンサート。

- とき／6月15日(土) 15時開演(14時30分開場)
- 定員／200人 ※入場無料

▶「Photoshop」レタッチ講座⑤ ～人物レタッチ2  
人物をきれいな肌に修正しよう！～

- とき／6月16日(日) 14時～15時
- 定員／20人(予約優先) ■参加費／1,000円
- 持ってくる物

「Photoshop」の入ったノートパソコン、筆記用具

諫早図書館 ☎23-4946

▶バックヤードツアー

- とき／6月2日(日) 10時30分～12時
- ところ／諫早図書館2階 集会室
- 内容／館内案内、図書館の本の探し方講座など

▶映画上映会

- とき／6月19日(水) 14時～
- ところ／諫早図書館1階 展示ホール ※入場無料
- 内容／「アイ・ラブ・ユー」(1999年 日本 111分)

たらみ図書館 ☎43-4611

▶ミニコンサート

- とき／6月15日(土) 11時40分～12時10分
- ところ／たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 内容／どなたでも幅広く楽しめるミニコンサート

▶雑誌リサイクル

- とき／6月18日(火)～(なくなり次第終了)
- ところ／たらみ図書館 入り口付近
- 内容／図書館で不要になった雑誌を差し上げます

▶おとなのおはなし会(第1回)

- とき／6月19日(水) 14時～(40分程度)

- ところ／たらみ図書館 研修室
- 内容／絵本や紙芝居、本の紹介など大人向けのおはなし会です
- ※申込不要



▶ライブラリージャズコンサート

- とき／6月22日(土) 14時30分～
- ところ／たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 内容／長崎大学軽音楽部スウィングポートジャズオーケストラによる演奏

▶映画上映会

- とき／6月28日(金) 14時～
- ところ／たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 内容／「グレート・ディベーター ～栄光の教室～」(2007年 アメリカ 128分)

諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶「唐比のくり舟」展示中



平安時代ごろの建造と推定されている「唐比のくり舟」は、1974年に森山町唐比地区で発見され、2016年まで付近の水槽で保管していましたが、特殊な保存処理が完了し、3月から美術・歴史館で展示しています。舟の形状がしっかり残っていることは大変珍しいことから、諫早市の文化財に指定されています。

この機会に、ぜひ、ご覧ください。

有喜公民館 ☎28-3110

▶イスに座ってゆる～リストレッチ

日 6月27日(木) 10時～12時

場 有喜ふれあい会館

内 イス・タオルを使ってゆっくりしたストレッチを学びます

対 成人 定20人 申 6月13日(木)

料 100円程度

持 運動できる服装、タオル、飲み物

西諫早公民館 ☎26-1500

▶土曜講座！男声コーラスを楽しもう

日 6月15日(土)・22日(土) (全2回)

10時～12時

場 西諫早公民館

内 「上を向いて歩こう」などの名曲を歌いませんか。修了時に録音してCDにします

対 男性 定20人 申 6月7日(金)

料 1,000円 持 筆記用具

▶キッチンデビュー！はじめての男の料理

日 6月26日(水)、7月10日(水)

(全2回) 10時～13時

場 西諫早公民館

内 料理が楽しくなる講座です。1回目は朝食、2回目は夕食を作ります

対 男性 定10人 申 6月10日(月)

料 1,000円 持 エプロン

▶透明水彩で描く暑中見舞い

日 7月3日(水) 14時～16時

場 西諫早公民館

内 三色の絵の具を使って素敵なポストカードを作ります

対 成人 定10人 申 6月18日(火)

料 200円 持 パレット、丸筆

本野公民館 ☎26-0270

▶手作りゆかた講座

日 6月18日(火)・25日(火)、7月2日(火)・9日(火) (全4回)

13時30分～16時30分

場 本野ふれあい会館

内 お子さん、お孫さん用に手作りのゆかたを一緒に作りませんか

対 成人 定10人 申 6月10日(月)

持 布地、ミシン、裁縫道具、裁ちばさみ、ものさし



▶生き方魅力アップ講座②

～あなたの魅せ方教えます！～

日 6月14日(金) 19時30分～21時30分

場 小栗ふれあい会館

内 イキイキと自分らしく生きるために、表情や姿勢などの魅せ方の極意を学ぶ。魅せ方が変わると自信を持つことができます

対 成人 定20人 申 6月11日(火)

持 筆記用具、飲み物、手鏡

▶子育て応援講座（託児付き）

～アロマの虫よけスプレー～

日 6月21日(金) 10時～12時

場 小栗ふれあい会館

内 体に優しく安全な虫よけスプレーをアロマの材料を使って作ります。また、希望者は保冷剤で消臭芳香剤も作ります

対 子育て中の母親 定20人程度

申 6月13日(木)

料 600円 (消臭芳香剤希望者は別途500円)

持 タオル、エプロン、飲み物、子どもの飲み物、おもちゃ

小野公民館 ☎22-0264

▶バリスタ直伝！「おいしいコーヒーの淹れ方」講座



日 6月14日(金) 19時～21時

場 小野ふれあい会館

内 自宅でのおいしいコーヒー（ホット、アイス）の淹れ方を学びます

対 成人 定16人 申 6月7日(金)

料 1,100円

▶実用筆ペン講座



日 6月21日(金) 10時～12時

場 小野ふれあい会館

内 実生活で活用する文字書きを学びます

対 成人 定10人 申 6月11日(火)

料 500円

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。

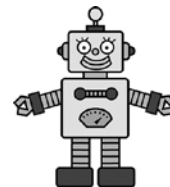
日：日時 場：場所 内：内容

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 6月12日(水) 10時～15時30分

場 中央公民館

内 思い出が詰まった壊れたおもちゃをおもちゃドクターが修理し、おもちゃの使い方を指導します

※部品代は実費負担

▶女性大学

日 6月20日(木) 13時30分～15時30分

場 中央公民館

内 女性の生き方を学ぶ

対 成人 持 筆記用具

▶生き生き百年塾

日 7月9日(火) 10時～12時

場 中央公民館

内 豊かな高齢期を過ごす

対 成人 持 筆記用具

小栗公民館 ☎22-1533

▶図書ボランティア養成講座

～本の知識とモビールDE環境整備～

日 6月7日(金) 10時～12時

場 小栗ふれあい会館

内 図書ボランティアの基礎知識を深め、活動できる人材を養成します。また、夏に向けたモビール作りを実習します

対 成人 定20人程度 申 6月3日(月)

料 50円 持 筆記用具

## 田結公民館 ☎49-1111

### ▶田結すこやか大学

日 6月20日(木) 13時30分～15時

場 田結公民館

内 くすりを安全に使うための豆知識について学びます

対 成人

## 高来公民館 ☎32-2111

### ▶【たかき夜活講座】

クラフトバッグ作り (託児付き)

日 6月11日(火)・18日(火)・25日(火) (全3回) 19時30分～21時30分

場 高来会館

内 荷造り紐を使ってお手軽でかわいいバッグを作ろう

対 成人 定10人 申 6月6日(休)

料 2,000円 持 洗濯ばさみ

### ▶大人も！社会科見学

日 6月24日(月) 9時～16時

場 高来会館集合

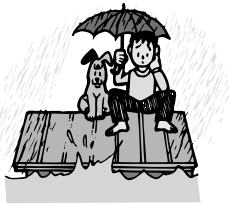
内 新・県庁、県警などの庁舎を見学しよう

対 成人 定20人 申 6月14日(金)

料 1,000円 (昼食代と保険代などを含む)

## 小長井公民館 ☎34-2201

### ▶シルバー大学



日 6月11日(火) 10時～11時30分

場 小長井文化ホール

内 身近な防災について

対 高齢者

### ▶おはなし会



日 6月8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

### ▶おもしろ映画講座

「映像の中からみる女性の生き方」

日 6月22日(土) 13時30分～15時

場 たらみ図書館

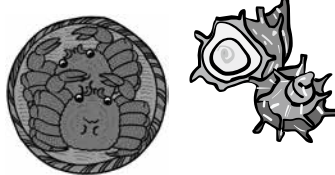
内 映画の奥深い世界についての講演会

対 成人 定20人 申 6月13日(休)

料 300円

## 伊木力公民館 ☎44-1002

### ▶大村湾・海の幸料理教室



日 7月24日(水) 10時30分～12時30分

場 多良見多目的研修館

内 大村湾でとれるカニやサザエを使った料理教室

対 成人・親子 定20人

申 7月16日(火) 料 1人600円

持 エプロン、三角巾、タオル

※昼食を一緒に食べます

## 森山公民館 ☎36-1116

### ▶ノッティングマット講座

～じゅうたんマット作り～

日 6月20日(木)、7月4日(木)・11日(木) (全3回) 13時30分～15時30分

場 森山公民館

内 毛糸や羊の毛を使ってマットを織ります

対 成人 定20人 申 6月10日(月)

料 2,500円程度

## 飯盛公民館 ☎48-0049

### ▶プロから学ぶおそうじのイロハ！



日 6月27日(水) 13時30分～15時30分

場 飯盛ふれあい会館

内 油汚れ、水垢、ぬめりやカビ、嫌な臭いを簡単にピッカピカにしてしまう、お掃除術を学びましょう

対 成人 定20人 申 6月20日(木)

持 動きやすい服装、タオル

### ▶クリスタルボウルヒーリング ～癒しの空間へようこそ～

日 6月20日(木) 10時～12時

場 本野ふれあい会館

内 クリスタルボウルの音色と川のせせらぎを聴きながら心と体をリフレッシュしませんか？

対 成人 定10人 申 6月10日(月)

持 ヨガマットまたは敷きタオル、掛けタオル、飲み物

## 長田公民館 ☎23-9024

### ▶安心安全！自分で作る家庭菜園



日 6月11日(火) 10時～12時

場 長田みのり会館

内 土作りなどの講義と野菜苗植え実演

対 成人 定20人 申 6月5日(水)

料 材料代負担あり

持 筆記用具、軍手、移植ゴテ

## 多良見公民館 ☎43-0049

### ▶明生大学健康教室「プロに学ぶテーピングとストレッチ」



日 6月6日(木)・20日(木) (全2回)

10時～12時

場 たらみ会館

内 腰痛、肩こり、ひざの痛みが軽減する効果的なテーピング使用方法について学びます

対 成人 定20人 申 6月5日(水)

料 1,200円程度

持 動きやすい服装・靴、タオル、飲み物

### ▶健康講座「セルフリンパマッサージ」

日 6月19日(水) 10時30分～12時

場 多良見体育センター

内 全身のリンパマッサージ、腰痛体操、筋力アップ運動をします

対 女性 定20人 申 6月11日(火)

料 600円

持 動きやすい服装、タオル2枚、手鏡



## 淡紅色の市の花ツクシシャクナゲ

4月20日、高来町のしゃくなげ高原で「多良岳ツクシシャクナゲ祭り」のオープニングセレモニーが開催されました。市の花であり、高来町山林協議会により植樹、育成が行われているツクシシャクナゲ。高原近くの多良岳ツクシシャクナゲ群叢は国指定天然記念物であり、全国に誇ることができる貴重な花です。



## 優勝は後田自治会！頂点に輝く！

4月21日、飯盛グラウンドにおいて「第15回飯盛地域交流ソフトボール大会」が開催されました。飯盛地域の各自治会から10代～50代の年齢別にチーム編成された選手17チーム総勢350人が出場しました。白熱した試合が展開され、ベンチの選手や応援席から歓声が湧き上がっていました。

## 多良岳・轟峡山開き

4月25日、轟峡楊柳の滝前で、多良岳・轟峡の山開きおよび安全祈願式がありました。凜とした冷涼な渓谷に園児たちが演じる勇壮な太鼓の音が響き渡り、新元号「令和」を歓迎するかのようでした。

(市民記者 沖田)



## 令和元年、江戸時代の道を歩く

ゴールデンウィーク最終日の5月6日「長崎街道歩こう会」が多良見町で開催されました。暑くもなく寒くもなく、絶好のウォーキング日和。今回は例年より2キロ長い7キロの道のりを約250人が参加。自然の豊かさと歴史の浪漫に溢れた文明の道を先人たちに思いを馳せながら爽やかな汗をかいた一日でした。

(市民記者 坂本)



## 絶品グルメに長蛇の列

4月21日、市役所前広場で「第6回諫早グルメフェスティバル」が開催されました。

“生産者から消費者まで”をテーマとして地元の山海の食材を使用した38店舗のグルメが勢ぞろいしました。会場では、太鼓やダンスなどのステージイベントも行われ、澄み切った青空の下、家族連れなど多くの人々が春の一日を楽しみました。



## 色鮮やかなつつじに囲まれて

4月1日から5月6日まで、諫早公園一帯で諫早の春の風物詩として市民に親しまれている「諫早つつじ祭り」が開催されました。訪れた人は、赤やピンクに色づいたつつじを楽しんでいました。また、今年は眼鏡橋架橋180年を記念して、眼鏡橋アーチ下に遊歩道が設置され、普段見ることができない角度からも眼鏡橋が鑑賞できました。

## 人馬一体の伝統技に歓声

4月21日、本明川河川敷で、流<sup>やぶさめ</sup>鑓馬が行われました。多くの観客が見守る中、狩<sup>かりしやうぞく</sup>装束をまとった射手が疾走する馬の上からの的を狙って矢を射貫くと、大きな歓声が上がりました。

諫早の流鑓馬は、鎌倉時代から行われていた伝統行事で、昨年100年ぶりに復活されたものです。



## 家族みんなで潮干狩り

4月20日、高来町金崎海岸で潮干狩りが解禁となりました。初日から天候にも恵まれ、多くの家族連れでにぎわいました。子どもたちは泥んこになりながらも、夢中になって干潟のアサリを探していました。自分で掘った獲れたてのアサリの味は格別だったことでしょう。

## 6月1日～7日はHIV検査普及週間

HIV感染者・エイズ患者新患報告数は、毎年約1,500件。累計で28,000件を超えています。HIVに感染すると、自覚症状のない時期が数年続きます。HIV検査を受けることで早期発見し、早期治療により発病を予防したり、遅らせることができます。

県央保健所では匿名・無料での検査を行っています。早期発見のためにまずは検査を受けましょう。



県央保健所での検査 ※検査日の前日17時までに事前予約が必要です

	検査日	検査項目	結果
通常検査	毎週火曜日 (9時30分～16時30分受付)	エイズ、梅毒、B型・C型肝炎	2週間後以降
即日検査	毎月第2木曜日 (14時～19時受付)	エイズ、梅毒、B型・C型肝炎	約1時間後

■予約・問い合わせ先／県央保健所地域保健課健康対策班 ☎26-3306

## 精神保健福祉相談

心の健康、児童生徒の問題行動、ひきこもり、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。



■日程（6月）

とき	時間
5日(水)	14時～16時30分
11日(火)	
21日(金)	
24日(月)	
26日(水)	

■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

## いつまでも続くけんこう 歯の力

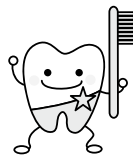
6月4日(火)～10日(月)は「歯と口の健康週間」です

歯と口は、食事をおいしく食べたり、会話を楽しんだりして、健康に生きていく力を支える大切なものです。歯と口の健康週間を機会に、歯や口の状況を知るため歯科医院で検診を受けてみませんか。

市では、諫早図書館で5月31日(金)から6月6日(木)まで「歯の健康に関するパネル展」を開催します。ぜひお越しください。

重点目標

生きる力を支える歯科口腔保健の推進  
～生涯を通じた8020運動の新たな展開～



■問い合わせ先

健康福祉センター ☎27-0700

## 離乳食について

赤ちゃんにとって離乳食は「食の自立」への第一歩です。赤ちゃんは、母乳やミルクを飲む動きから、食べ物をかみつぶして飲み込めるよう成長発達していきます。食べる食品の量や種類も多くなり、献立も変化していきます。食べる量だけでなく、起きる時間や寝る時間、食事時間などの健康的な生活習慣の基礎を身につけることも必要です。市では、離乳食教室や電話相談を行っています。食べ方の目安や食事量など、お気軽にご相談ください。



■問い合わせ先

健康福祉センター ☎27-0700

## 特定不妊治療費助成

市では、特定不妊治療を受けるご夫婦の経済的負担の軽減を図るため、特定不妊治療費の助成を行っています。

また、平成31年4月から、特定不妊治療（体外受精・顕微授精）に付随して男性不妊治療を行った場合の助成額の上限を1回目から3回目までについては、7万5千円から15万円に拡充します。

■対象者／○長崎県の特定不妊治療費助成を申請し、交付決定を受けた諫早市民で、ご夫婦または夫、妻のいずれかが治療終了の日の1年以上前から諫早市に居住している人

○諫早市税の滞納がなく、他の市区町村で同様の助成を受けていない人

■助成限度額／体外受精・顕微授精（1回目～3回目） 1回あたり15万円  
体外受精・顕微授精（4回目～6回目） 1回あたり7万5千円  
以前に凍結した胚移植 1回あたり4万円  
男性不妊治療（1回目～3回目） 1回あたり15万円  
男性不妊治療（4回目～6回目） 1回あたり7万5千円

■申請書類／申請に必要な関係様式については、市ホームページをご覧ください。

■申請・問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700





# 6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／9日(日) 10時～12時  
(受付：9時30分～)

■ところ／健康福祉センター

■定員／15組 ※要予約

■申込先／健康福祉センター ☎27-0700

## 乳児健康相談

生後12月までのお子さんが対象です。

■日程 (受付：13時～13時15分)

3日(月)	森山保健センター	南部
11日(火)	多良見体育センター	西部
17日(月)	健康福祉センター	中・北部
25日(火)	高来会館	東部
28日(金)	飯盛ふれあい会館	西部

## 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
4日(火)	13時～13時30分	4～7カ月児
18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／20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／13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…心臓が原因で起こる脳梗塞を予防しましょう

火…腰部脊柱管狭窄症の手術治療

水…心雑音を指摘されたら

木…「水いぼ」とは

金…入れ歯の着色はどうすればいいの？

土・日…高齢男性の排尿困難・尿閉

※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

1日(出)	9時～11時30分	健康福祉センター
8日(出)	9時～11時30分	長田いこいの広場
15日(出)	9時～11時30分	西諫早緑地駐車場
22日(出)	9時～11時30分	飯盛支所

【ニュースポーツ教室】(ベタンク) ※雨天中止

24日(月)	9時30分～11時	眼鏡橋前芝生広場
--------	-----------	----------

【ののこ21サーキット】

(中程度体力者向けの筋力運動・有酸素運動) ※要事前申込

毎週月曜日	13時30～15時	健康福祉センター 飯盛ふれあい会館 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

【ののこ体操】(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
3日(月)・17日(月)	13時30分～15時	本野ふれあい会館
11日(火)・25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、6月10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公用車に〇〇を掲載しませんか

Q②〇〇〇〇等回収キャンペーン

Q③児童手当の受給には〇〇届の提出が必要です

Q④来て！見て！感じて！「〇〇〇〇〇〇〇〇」

Q⑤6月4日(火)～10日(月)は“〇〇〇〇の健康週間”です

※前号の答え

①民生委員 ②近居 ③リフレッシュ ④39

⑤防災

※応募総数49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。



# いちごじ西保育園



【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/  
✉ -j1.isahaya@city.isahaya.nagasaki.jp

■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

## 【DATA】

定員/60人  
住所  
真崎町550-1  
☎25-0001

大きこ町に隣接した真崎町の住宅街の中にあり、開園して3年目の保育園です。異年齢保育、選択制保育、習熟度別保育などをとおして、子どもたちの「やってみたい」という気持ちや「やってみよう」という企画を大切にしながら実現できるよう寄り添っています。日ごろの遊びや行事をとおして、たくさんの発見や経験をすることで、自分で行動できる主体性を育みたいと心がけています。

## 食改さんのおすすめレシピ



### 【材料】 2人分

パスタ…………… 120g  
タマネギ………… 1/2個 (100g)  
シメジ (100g) …… 1/2袋  
ツナ缶 (70g) …… 1缶  
ブラックペッパー…………… 少々  
粉チーズ…………… 大さじ2 (12g)

## ワンポットパスタ

～中央北地区のおすすめレシピです～

1人分：443kcal

① カットトマト缶 (400g) … 2/3缶  
水…………… 300ml  
② コンソメ…………… 1個  
ケチャップ…………… 大さじ2  
牛乳…………… 60ml

### 【作り方】

- ① タマネギは薄切りに、シメジは石づきを切り落としてほぐしておく。
- ② フライパンか鍋にツナ缶を油ごと入れ①を炒めて (ニンニクのみじん切りをお好みで)、Aを加えて煮立たせる。
- ③ パスタを入れてパッケージのゆで時間プラス2分程度混ぜながら火を通す (パスタの硬さを見てゆで時間を増やす)。
- ④ パスタがお好みの硬さになったらブラックペッパーで味を調べ、皿に盛り、粉チーズを振りかけて出来上がり。



いさはやびより  
Facebook

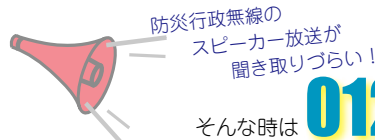
◇諫早市公式フェイスブック「諫早日和」

## 諫早市防災メール

防災情報を迅速にあなたへ!

下記アドレスに空メールを送信し、登録してください。

[memreg@city.isahaya.nagasaki.jp](mailto:memreg@city.isahaya.nagasaki.jp)



防災行政無線  
フリーダイヤル

**0120-419-009**