



いさはや暮らしをわかりやすく

広報
ISAHAYA

いさはや

vol.201

2021 Dec.

12



特集

図書館をもっと身近に!



図書館をもっと身近に!





人口1人当たりの貸出冊数 九州1位

日本図書館協会「日本の図書館2019」によると、令和元年度の九州の人口10万人以上の自治体における1人当たりの貸出数は7.83冊で諫早市が1位。

市民の本への関心の高さや図書館の取り組みが、地域に根付いたものであることの一端を読み取ることができます。

順位	市町村	1人当貸出(冊)	貸出数(万冊)	人口(万人)
1	諫早市	7.83	108.9	13.9
2	春日市	7.24	81.8	11.3
3	佐賀市	7.21	168.6	23.4
4	久留米市	4.85	148.8	30.7
5	飯塚市	4.43	57.6	13.0
6	長崎市	4.39	187.4	42.7
7	大牟田市	4.15	48.5	11.7
8	熊本市	4.10	300.8	73.4
9	北九州市	4.07	391.4	96.1
10	佐世保市	3.95	100.4	25.4

充実した7つの図書施設

市内には、4図書館、3図書室があり、全国でも充実した図書施設を誇ります。また、それぞれの図書館、図書室で地域の特色を生かした講座やイベント、展示などが行われています。

蔵書数 87万冊

市内に点在する図書館や図書室などを合わせると、蔵書数は約87万冊！人口13万人の都市ではとても多い数です。

34ものボランティア

諫早の図書館の大きな特徴は、34ものボランティア団体が活動していることです。書籍の音訳や点訳、修理、コンサートなどさまざまな活動が行われています。諫早の図書館は、市民にとっても愛された図書館なのです。

図書館は、生涯を通じて
どなたでも利用できる施設です
好きな本や雑誌を読んだり
学校の課題に取り組んだり

さまざまなイベントに参加することもできます
そして、諫早には

とてもステキな図書館・図書室がたくさんあります

今号は図書館の魅力を

そして、コロナ禍でも安心して利用できる

取り組みを紹介します



▲人気のティーンズコーナー

▲子どもたちでも簡単に本を検索



▲司書のオススメコーナー

諫早図書館とたらみ図書館を利用しています

いつもは、子どもと一緒に3週間おきに利用しています。今日は、友人から子どもの学校の課題に役立つ本があると聞いて探しに来ました。

諫早の図書館は、本当にたくさんのお本があります。特に子どもは、セルフ貸出機がお気に入りです、楽しんで利用しています。



平野 田紀子さん(青葉台)



知らない図書館 ポートします

静かな環境で、勉強がはかどります

放課後、自習するために利用しています。とても静かな環境で、個別に仕切られたスペースがあるので勉強がはかどります。館内もきれいで、気持ちよく利用できます。



宮崎 成美さん (中通町)

知らなかった！
便利な使い方

図書館 Q&A

Q. 図書館に行く時間がありません

A. 図書館で「どんな本があるのかな」とぶらぶらするのも楽しいですが、図書館ホームページの『かんたん検索』で本やDVDを探して、そのまま予約することもできます。貸出準備ができればメールでお知らせします。
※要登録

Q. 読みたい本が諫早の図書館にない

A. 市内の図書館に所蔵していない本は、図書館のカウンターで『リクエスト』を受け付けます。図書館が購入を検討したり、ミライ ON 図書館（県立長崎図書館）などから取り寄せることもできます。

Q. 読書記録をつけたい

A. 図書館ホームページの『利用者のページ』から「パスワード登録」し、「読書記録」を残す設定をすると、設定後の記録をいつでも見ることができます。

そのほか、便利な機能として、好きな作家や興味のある分野の資料が図書館に入ったときに、メールでお知らせする「新着資料案内メール」があります。



コロナ対策も
バッチリ!

コロナ禍でも安心

セルフで貸出



スーパーマーケットにセルフレジがあるように、図書館にも「セルフ貸出機」があります。カウンターで職員が行うことと同じ処理が、利用者自らが簡単に行うことができます。

▼使い方

- ①タッチパネルの「開始」をタッチ
- ②利用者カードのバーコードを読み込む
- ③タッチパネルの「次へ」をタッチ
- ④借りたい本のバーコードシールを読み込む
- ⑤最後に、タッチパネルの「印刷」をタッチ
- ⑥貸出票が出るので、借りている本と合っているか確認

30秒で除菌



市内すべての図書館・図書室に「除菌機」が入りました。本を置いて、スイッチオン。30秒で除菌できます。1回に最大6冊まで。ぜひ、ご利用ください。

※図書室は60秒3冊

▼使い方

- ①除菌機の扉を開けて、本を置く場所を確認
 - ②1冊ずつ本を開いて、設置する場所に置く
 - ③扉を閉めてスイッチを押す
- ※紫外線照射で本を除菌します



あなたの知

私たちがサ

移動図書館も利用しています

本が大好きです。図書館は、セルフ貸出機もあるし、本も探しやすいのでとても便利です。移動図書館の音楽が鳴ると毎回走って行きます。好きな本は、「かいけつゾロリ」や「お願い!フェアリー」、伝記も読みます。



平山 桃子さん (日の出町)



友好交流40周年

izumo tsuyama isahaya
出雲市・津山市・諫早市

昭和56(1981)年7月28日、当時人口規模や産業構造などが似ている三市で友好交流都市提携を結びました。

これまで、行政課題などについて意見交換を行う「まちづくり会議」や職員の人事交流、各市の歴史や文化を紹介する「三市交流展」の開催など、お互いの市勢振興を図っています。

知っていますか？

交流都市

本市は、国内2都市、海外3都市と交流関係を結んでおり、それぞれの都市と交流を始めてから節目の年を迎えています。

出雲市 人口 約175,000人 面積 約624km²



▲日御碕灯台



▲出雲そば



▲木綿街道

島根県東部に位置し、『神話のふるさと』と言われるように、全国的にも有名な出雲大社など神話とゆかりの深い場所が数多く存在します。

出雲平野を中心に、様々な農業生産が行われており、日本海と宍道湖に面しているため漁業も盛ん。食の恵みがとても豊かなまちです。

津山市 人口 約99,000人 面積 約506km²



▲旧津山扇形機関車庫

岡山県北部に位置し、江戸時代は津山藩の城下町として栄えました。城跡は、桜の名所として多くの観光客で賑わいます。

たくさんの猛獣・珍獣の剥製を間近に見ることができる「自然のふしぎ館」や、幕末に活躍した洋学者たちのことを学べる「洋学資料館」など、見どころ満載のまちです。



▲ホルモンうどん



▲鶴山公園

岡山県津山市
島根県出雲市
長崎県諫早市

姉妹交流 35 周年



アメリカ合衆国テネシー州

アセズ市 (Athens)

人口 約 14,000 人

面積 約 40.17 km²



昭和 61 (1986) 年 4 月 25 日締結

テネシー州の東部に位置する郊外都市で、日本企業も多く進出しています。主要産業は、タバコや大豆、麦などの農作物や、林業、牧畜、乳製品など。

昭和 43 年、鎮西学院短大 (現在の鎮西学院大学) がアセズ市テネシー・ウエスレヤン大学と姉妹校となり、交換留学制度などで交流を始めたことがきっかけです。

友好交流 30 周年



中華人民共和国福建省

しょうしゅうし

漳州市

人口 約 5,050,000 人

面積 約 12,900 km²



平成 3 (1991) 年 4 月 15 日締結

福建省の最南部に位置し、台湾に直面しており、亜熱帯気候に属しています。主要産業は、ライチやバナナ、パイナップルなどの果実や、水仙、蘭などの花きなど。

昭和 57 年、長崎県と福建省が友好県省を締結。長崎市と福州市 (第 1 都市)、佐世保市と廈門市 (第 2 都市) に続いて、第 3 都市の諫早市と漳州市で交流が始まりました。

友好交流 25 周年



中華人民共和国江蘇省

そしゅうし

へいこうく

蘇州市平江区

人口 約 268,000 人

面積 約 22.5 km²

※平成24年に近隣2区と合併し、現在は姑蘇区 (人口・面積は旧平江区)



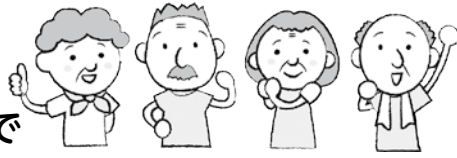
平成 8 (1996) 年 11 月 18 日締結

江蘇省蘇州市の東北部に位置し、区内にはクリークが巡り江南水郷の情緒をそのまま残しています。主要産業は、貿易、観光、飲食業などの第 3 次産業。

平成 5 年から、旧多良見町が上海市や蘇州市に「少年少女友好訪中使節団」を派遣し、相互交流を深める中で、友好交流の機運が盛り上がりました。

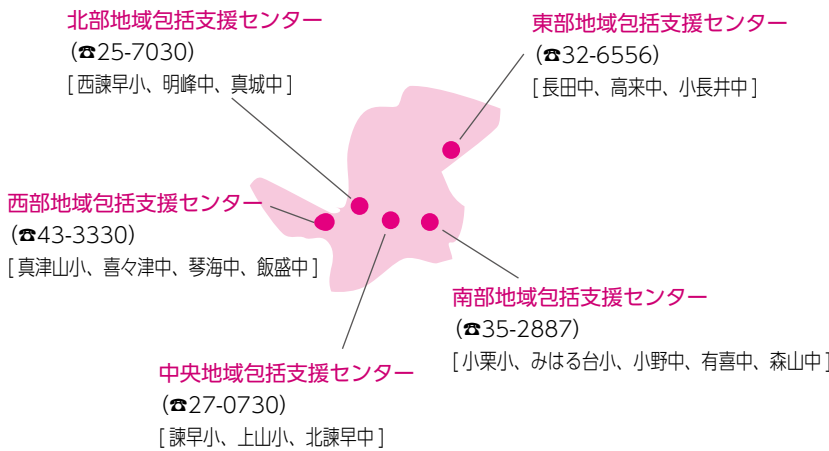
高齢者が

住み慣れた地域で
自分らしく暮らしていくために (第7回)



>> 地域の相談窓口 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の暮らしを地域でサポートするための拠点として設置されています。
市内には、5カ所の地域包括支援センターがあります。
※[]内はおおよその担当校区



お住まいの地域の担当包括はこちら >>>



こんなとき、お役にたちます

◆介護や健康のこと

- ・要介護認定申請について相談したい
- ・介護予防サービスの利用について相談したい
- ・体力の低下に不安がある

◆権利を守ること

- ・悪質な訪問販売の被害が心配だ
- ・財産管理に自信がなくなった
- ・虐待のおそれがある

◆住みやすい地域づくり

- ・住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように

◆さまざまな相談に

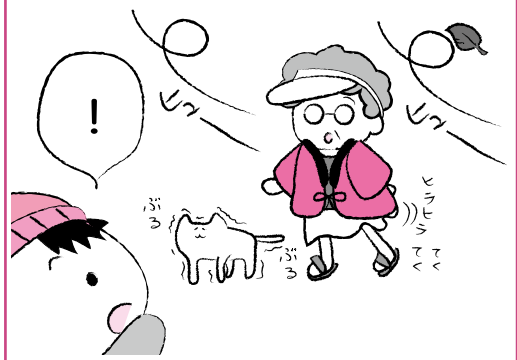
- ・医療や生活に関すること など

お気軽にご相談ください。

■問い合わせ先／高齢介護課

こんな症状ありませんか？

今日それ？



季節はずれの服装 (見当識障害)

見当識障害は「今日は何月何日か」「自分が今いる場所はどこか」「この人は誰か」などがわからないという症状です。

記憶障害と並んで早くから現れることが多く、服装が季節に合わないなど日常生活に影響を起しやすしいものです。

見当識障害は、正常の老化では起こりにくい症状です。

いさはや地域振興商品券 使用期限は 1月31日 まで！

市内の登録店舗で使えるプレミアム率 20% の「いさはや地域振興商品券」を申し込みした人に販売中です。

届いた購入引換券を持参し、記載の販売所で購入してください。

■販売・使用期限

令和4年1月31日（月）

■商品券の内容

1冊 6,000円分の商品券を 5,000円で販売
 500円×12枚つづり

※市内本社店舗専用券4枚+全店舗共通券8枚

※販売所によって、販売期間が異なりますのでご注意ください。

詳しくは市ホームページ>>>



■問い合わせ先／緊急経済対策室

若者の投票率向上を 学校でも期日前投票



10月、市内の高校や大学など9カ所で、衆院選の期日前投票が行われました。

この取り組みは、若者の投票率向上や投票の啓発を目的に、平成30年の県知事選から始めたものです。

学校ごとに特定の日の昼休みや放課後、校内に設けた臨時の投票所で投票を行いました。

学校での期日前投票は、県内で諫早市が一番多く実施しており、多数の生徒が投票を行いました。

(選挙管理委員会)

ほの 炎チャレがゆく！ ～住んでよし諫早編～ 田原いもんこ、評判です！



10月31日、小長井町田原地区で作られている「田原いもんこ」を視察してきました。

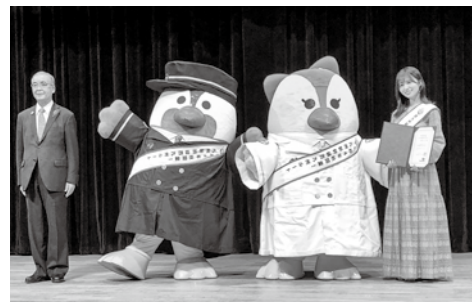
この里芋は、同地区の良質な赤土で育まれ、独特のとろける美味しさが評判です。

年末まで、週末土日の午前中のみオープンしている地元の直売所には、田原いもんこのほかにも生姜や新米、菊芋、みかん、蜂蜜などが置いてあるそうです。

諫早には地元産の美味しい食材がたくさんあります。まさに住んでよし！諫早ですね。

【炎のチャレンジャーこと大久保市長の行動記録を紹介していきます】

長濱ねるさん 西九州新幹線長崎県広報大使に！



長崎県は、2022年秋の西九州新幹線開業1年前を迎えるにあたり、10月9日、諫早文化会館で「西九州新幹線開業シンポジウム」を開催。樺坂46の元メンバーであり、現在はテレビ番組のMCや雑誌でのエッセイ執筆など多方面で活躍する、長崎県出身の長濱ねるさんを『西九州新幹線長崎県広報大使』に任命しました。

長濱さんには今後、さまざまな分野でご活躍いただく中で、来年秋の新幹線開業と長崎県の魅力を広く発信していただきます。

(企画政策課)

くらしの 情報 Information

お知らせ

マイナンバーカードの
休日・延長窓口(12月)

● 休日窓口

12日(日)・26日(日)

各日9時～12時

● 延長窓口

2日(木)・9日(木)・16日(木)

各日19時30分まで

※必ず電話予約をお願い
します。

● 市民窓口課

12月は固定資産税・
都市計画税第4期分の
納付月です

● 納期限/12月27日(月)

※便利な口座振替をご利用
ください。

● 納税課

納税相談

新型コロナウイルス感染症の影響などで市税の納付が困難な人を対象に納税相談を行います。

● 夜間納税相談

12月13日(月)～17日(金)

20時まで

● 休日納税相談

12月18日(土)・19日(日)

各日9時～17時

● ファイナンシャルプランナーによる納税相談(事前予約制)

12月20日(月)

9時～20時

● 納税課



住宅に対する 税の減額制度

住宅用地として利用していない土地を新築などで住宅用地として利用した場合、翌年度から固定資産税・都市計画税を軽減します。

また、新築住宅が一定の要件に該当する場合、新築した翌年から3年間(認定長期優良住宅は5年間)、3階建て以上の中高層耐火住宅は5年間(認定長期優良住宅は7年間)固定資産税を減額します。

住宅を新築した時は、「新築住宅及び住宅用地に係る申告書」を提出してください。詳細は、市ホームページをご覧ください。

● 資産税課



国民年金保険料控除 証明書は大切に保管を

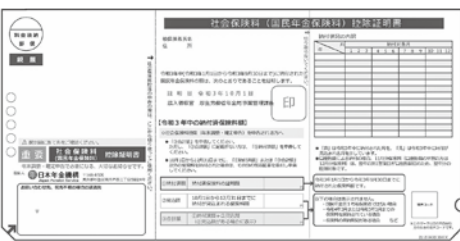
1月～9月までの間に国民年金保険料を納付した人へ、日本年金機構から保険料控除証明書が送付されています。年末調整や確定申告で必要ですので、大切に保管してください。

● ねんきん加入者ダイヤル

☎0570・003・004

諫早年金事務所

☎25・1662



▲国民年金保険料控除証明書イメージ図

ご存知ですか? 国保の高額療養費制度

同月内に支払う医療費が高額になったとき、自己負担限度額を超えた額が申請により支給される制度です。なお、自己負担限度額は、世帯の所得や年齢によって異なります。

また、食事代や診断書代、保険適用とならない治療などの費用は対象外です。詳細は、市ホームページをご覧ください。

● 保険年金課または各支所地域総務課



年末の 交通安全県民運動

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

- 期間／12月15日(水)から24日(金)まで
 - スローガン
スピードは 視野も心も 狭くする
 - 運動の重点
 - ・ 飲酒運転の根絶
 - ・ 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保
 - ・ 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用
- 📞生活安全交通課

もえないごみの 持ち込みは事前予約を

県央不燃物再生センター（小豆崎町89-4）へのもえないごみの持ち込みは、事前予約をお願いします。

予約方法などは、予約先のホームページをご覧ください。

- 予約先
県央地域広域市町村圏組合事務局
☎23-3600



土砂災害ハザードマップを一部更新しました

県指定による、地すべり警戒区域の追加などを行いました。お住まいの地域の土砂災害リスク（がけ崩れ、土石流、地すべり）の確認をお願いします。

● 確認方法

河川課窓口または市ホームページをご覧ください。

なお、土砂災害警戒区域などは、長崎県総合防災GISでも検索できます。

📞河川課



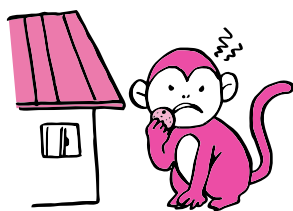
野生のサルにご注意ください

冬から早春にかけて、森林内のサルがエサを求めて、住宅地付近まで来ることがあります。むやみに近づくと、危害を加えられる可能性があります。

サルに出会ったときは、静かにゆっくりと遠ざかるようにしてください。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

📞環境政策課または各支所地域総務課



ごみのポイ捨ては犯罪です

ごみのポイ捨てや犬のフンの放置などは、地域の美観を損ない、生活環境の悪化につながります。マナーを守り、より快適で、住みやすく、きれいな諫早市の実現を目指しましょう。

📞環境政策課または各支所地域総務課

ペットボトルの出し方

ペットボトルをごみに出す際は、キャップとラベルを取りはずし、容器の中を洗い、ペットボトル用袋に入れて出してください。

また、ペットボトル用袋には、ペットボトル以外のごみは入れないでください。

📞環境政策課または各支所地域総務課

食品ロスを減らしましょう

まだ食べられるのに捨てられている食品ロスは、国内で年間600万トンと推計されています。これは、1人当たり、茶わん一杯分のご飯を毎日捨てているのと同じ量に当たります。

この大きな原因は、飲食店や家庭での食べ残しです。食品ロスの削減は、ごみの減量化と廃棄物の処理コストの削減につながるだけでなく、CO₂削減による環境負荷の軽減にもつながっています。

消費者も事業者も、「もったいない」という気持ちを大切に、身近なところから食品ロスを減らしていきましょう。

【具体的な取り組み】

奨学金の償還は期限内に

- 買い物ときは買い過ぎない
 - 食べきれない量を作り、残さず食べる
 - 外食時は、食べきれない量を頼む
- ◎ 環境政策課または各支所地域総務課

償還金は、後輩たちの新たな奨学金になります。償還期日を守り、早めの納付をお願いします。

なお、償還が困難な場合や住所変更がある場合などは、ご連絡ください。

◎ 諫早市奨学金教育総務課

● 長崎県育英会奨学金（公財）長崎県育英会

☎095・824・7501

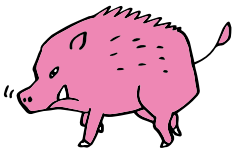
イノシシにご注意ください

イノシシを目撃したら、イノシシの進行方向に近づかず、興奮させないよう静かに、イノシシから見えない場所へ避難しましょう。

背中を向けて走り出す、大声をあげるなどの行為は避けましょう。

草むら、やぶなどイノシシの隠れ家の存在や、生ごみ、適切に管理されていない果樹や野菜などによる無意識の餌付け行為は、イノシシ出没の原因となります。

◎ 有害鳥獣対策室



2021 いさは屋 特産品お歳暮フェア

旬の伊木力みかん、小長井牡蠣、唐比れんこん、鰻蒲焼など諫早の特産品を150アイテム以上取り揃えています。電話やFAXでも注文が可能です。

期間 11月13日(土)~12月20日(月)
10時~17時

場所 諫早市物産ホール
(高城町5-10 商工会館1階)

● 送料/県内350円、九州550円、中国~関東700円、信越・東北900円
沖縄・北海道1,300円 (クール便別途200円)

● 駐車場/諫早市役所駐車場、市営高城駐車場 (3,000円以上購入の人には無料券有り)

◎ (一社)諫早観光物産コンベンション協会 ☎22-8325

● 掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

令和3年度 第2回消防設備士試験

●試験の種類

甲種・乙種

●とき

令和4年1月30日(日)

※願書の申請方法など、詳細はホームページ
をご覧ください。

問(一財)消防試験研究センター

長崎県支部

☎095-822-5999



鉄道・路線バスを 利用しよう

市内を走る鉄道・路線バスは、人口減少や車社会の進展に伴い、利用者が年々減少しています。

鉄道・路線バスは、通勤・通学・通院・買い物などの日常生活になくてはならない大切な公共交通機関です。

路線を維持していくためには、市民の皆さんの利用が不可欠です。交通渋滞の緩和やCO₂削減につながる環境に優しい鉄道・路線バスを利用しましょう。

【JR九州・島原鉄道㈱】

JR九州と島原鉄道では、長崎－諫早間のJRきっぷと島原鉄道の鉄道・バス・フェリーのきっぷがセットになった『フリーきっぷ』を販売しています。

【長崎県交通局（県営バス）】

県営バスでは、運転免許証を返納した人や、満65歳以上の人を対象に、バスが乗り放題になる「免許返納者パス」や「プラチナパス65」を販売しています。

問●JR九州	☎095-827-4050
●島原鉄道㈱	☎0957-62-2231
●長崎県交通局	☎095-822-5141

※土日除く

●期間

12月1日(水)～28日(火)

長崎県新生活運動協議会は、自然保護やごみの減量を推進するため、環境に優しい再生紙を利用した門松カードを販売します。

「新生活門松カード」
を販売します

●場所

消費生活センター（高城会館3階）、各支所・出張所

●サイズ

縦26cm×横11cm

●価格

2枚1組100円(税込)

問消費生活センター

就学援助
「新入学用品費」を
入学前に支給します

経済的な理由により、お子さんに義務教育を受けさせることが困難な人へ、学用品などの費用の一部を援助しています。

「新入学用品費」の入学前支給を希望する人は、申請してください。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

●期間

12月1日(水)～17日(金)

9時～12時、13時～17時
(土日除く)

問学校教育課



子育て

病児保育を
利用しませんか

保護者が就労などで、病
気中のお子さんを家庭で保
育できない場合に、市内2
カ所の小児科の保育室で、
一時的に保育を実施してい
ます。

●対象

市内在住で、おおむね生
後4カ月から小学生まで
のお子さん

●料金

1日2,500円(昼食・

おやつ代込み)

生活保護世帯・市民税非

課税世帯は無料

●実施施設

●ぞうさんルーム(医)前
田小児科)

☎22・8166

●びつきーハウス(医)み

どり会 ますだ小児科内

科医院)

☎43・7800

詳細は、ホームページを

ご覧ください。

☎ごとも支援課



▲びつきーハウス



▲ぞうさんルーム



高齢介護

高齢者の在宅生活を
支援します

【緊急通報システム事業】

日常生活に不安がある一
人暮らしの高齢者などに、
通報機器を貸与し、GPS
機能による常時の位置確認
緊急通報時の家族への連絡
や警備員の駆け付け対応な
どを行います。

●対象/65歳以上の単身・

高齢者のみの世帯、これ
に準ずる世帯に属する人

●料金/0〜600円

(税別) / 月

※介護保険料の負担段階に
応じます。

【認知症高齢者見守り事業】

行方不明になるおそれが
ある認知症高齢者の居場所

●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

を、GPS装置で家族が確
認できるようにすることで、

事故の未然防止を図ります。

●対象/行方不明になるお

それがある認知症高齢者
を介護している家族

●料金

通常型: 0〜375円

(税別) / 月

小型: 0〜435円

(税別) / 月

※介護保険料の負担段階に
応じます。

【介護用品の支給事業】

在宅介護中の高齢者など

の介護用品(紙おむつ、尿
とりパット、清拭剤など)

にかかる費用の一部を助成
します。

●対象/要介護4または5

の認定を受けた在宅の市
民税非課税世帯に属する
高齢者などを介護してい

る家族

●支給限度額

要介護高齢者1人あたり

月額8,300円

【要援護者登録制度】

日常生活に手助けが必要
な人や、災害時の避難にあ
たって支援が必要となる人
が、あらかじめ登録(無料)
し、普段から助け合う地域
づくりを目指す制度です。

●対象/65歳以上の単身・

高齢者のみの世帯、これ
に準ずる世帯に属し、日
頃から見守り活動などの

支援が必要な人

※お近くの民生委員にご相

談ください。

☎高齢介護課または

各支所地域総務課

介護予防教室
(12月開催分)

【午前】 10時～11時30分
【午後】 1時30分～3時

- 2日(木)午前 上山荘
- 3日(金)午前 長田みのり会館
- 9日(木)午前 平山町公民館
- 9日(木)午後 小船越町公民館
- 10日(金)午後 小栗ふれあい会館
- 17日(金)午後 西郷町公民館
- 21日(火)午前 久山町公民館
- 21日(火)午後 本野ふれあい会館
- 22日(水)午後 おがたま会館
- 23日(木)午後 飯盛ふれあい会館
- ※上山荘は、入館料160円が必要です。

【若返り体操教室】

- 13日(月)午後 高来公民館宇良分館
- 23日(木)午後 有喜ふれあい会館
- 24日(金)午後 たらみ図書館
- ※定員に満たない教室のみ掲載しています。

☎ 申込／高齢介護課

健康

12月1日は
世界エイズデー

県央保健所では、エイズ・性感染症検査を、無料および匿名で行っています。この機会に検査を受けましょう。検査前日17時までに、電話予約をお願いします。

※参考／令和2年新規HIV感染者数(全国)・・・750件、新規エイズ患者数(全国)・・・345件

【通常検査】

- 日程 毎週水曜日(週1回)
- 時間 9時30分～16時30分
- 項目／エイズ・B型肝炎・C型肝炎・梅毒
- 結果／2週間後以降

【即日検査】

- 日程 12月1日(水)

● 1月以降は第2木曜日(月1回)

- 時間／14時～19時
- 項目／エイズ・B型肝炎・C型肝炎・梅毒
- 結果／約1時間後

☎ 県央保健所

☎ 26・3306

**食中毒を
予防しましょう**

例年この時期は、ノロウイルスによる食中毒が全国的に多発します。

- ① 食中毒菌やウイルスを殺すには、食品を中心部までしっかりと加熱することが必要です。特に二枚貝など汚染のおそれがある食品は、85～90℃で90秒以上加熱しましょう。
- ② トイレの後、調理の前、食事の前には十分に手を洗いましょう。

☎ 県央保健所

☎ 26・3305

**風しんの抗体検査は
お済みですか？**

市は、これまで風しんの予防接種を受ける機会がなかった対象者に、抗体検査・予防接種の無料券を送付しています。

有効期限は、令和4年3月31日までです。まだ、お済みでない人は、期限までに抗体検査を受けましょう。

また、抗体検査の結果が「定期接種対象」となった人で、まだ予防接種を受けていない人も、無料券の有効期限までに接種しましょう。

無料券の再交付を希望する人は、ご連絡ください。

- 対象者 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

☎ 健康福祉センター

☎ 27・0700

**新型コロナワクチン
接種に関するご案内**

ワクチン接種に関することは、市ホームページをご覧ください。

市公式LINEでは、市の接種状況について随時発信しています。

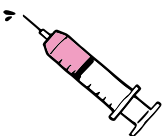
☎ ワクチン接種コールセンター

☎ 46・6500

市ホームページ



市公式ライン



募集

令和4年度
諫早修習館入寮生

東京都心の閑静な住宅街に位置し、通学に便利な学生寮です。経済的にもお得で、館長・寮母が駐在する安心・安全な諫早修習館を、ぜひご利用ください。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

問・申込／生涯学習課



▲諫早修習館（外観）

認知症サポーター
養成講座in図書館

どなたでも参加可能です。みんなが学び、認知症になっても安心して暮らせる地域を目指しましょう。

●とき

12月7日(火)

14時～15時30分

●ところ

たらみ図書館研修室

●定員／20人

※要予約。先着順

問・申込

●たらみ図書館

☎43・4611

●高齢介護課



▲認知症サポーターの目印「オレンジリング」と「オレンジバッジ」

陸上自衛隊
高等工科学校生徒

どなたでも参加可能です。令和4年1月22日(土)

●とき

●ところ

●応募資格

中卒（見込含）

17歳未満の男子

願書受付など、詳細は、

自衛隊長崎地方協力本部

ホームページをご覧ください。

問 自衛隊諫早地域事務所

☎22・4455



相談など

少年センター相談会

少年センターは、不登校やいじめなどで悩む市内小中学生の保護者、教職員を対象に、専門相談員による相談会を実施しています。

お子さんが在籍する学校を通じて、お申し込みください。

また、少年センターでは通常の電話相談、来所相談にも応じています。お気軽にご相談ください。

【3学期（1～3月）実施分】

① 1月20日(木)

井上大嗣さん（長崎県立こども医療福祉センター 小児科医）

② 2月3日(木)

内村公義さん（鎮西学院大学名誉教授）

③ 2月25日(金)

●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

浅香佐輝子さん（長崎力ウンセリング研究所長）

④ 3月2日(水)

有木明子さん（臨床心理士・スクールカウンセラー）

各日14時～17時（1回50分の相談時間で、1日3回の相談枠があります。）

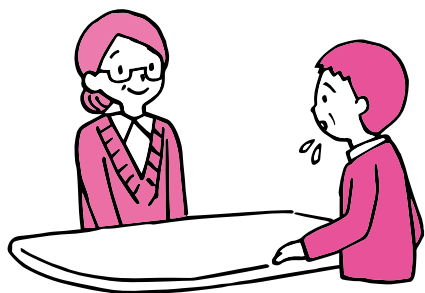
●ところ

少年センター相談室

☎22・2551

問 少年センター

☎22・2551



12月の定期相談

市民相談室

市民相談室(高城会館3階)
 市民相談室 ☎22-3113
 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。

2日(木)【人権相談】 10時～15時
 多良見・森山・飯盛・高来・小長井支所/10時～15時

3日(金)【行政相談】 10時～15時

7日(火)【不動産相談】 9時～12時

8日(水)【法律相談】 13時～16時
 ※事前予約制・同一相談1回

10日(金)【行政相談】 10時～15時
 飯盛・高来・小長井支所/10時～13時

14日(火)【登記相談】 10時～15時

16日(木)【人権相談】 10時～15時

17日(金)【行政相談】 10時～15時

20日(月)【法律相談】 13時～16時
 ※事前予約制・同一相談1回

21日(火)【遺言契約等相談】 13時～16時

24日(金)【行政相談】 ※市民相談室は実施なし
 多良見・森山支所/10時～13時

27日(月)【法律相談】 13時～16時
 ※事前予約制・同一相談1回

【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
 消費生活センター/☎22-3113

その他開催分

1日(水)【草花・樹木に関する相談】
 9時～16時 市役所本館玄関ホール
 緑化公園課

8日(水)【草花・樹木に関する相談】
 9時～16時 森山支所
 緑化公園課

15日(水)【草花・樹木に関する相談】
 9時～16時 市役所本館玄関ホール
 緑化公園課

10日(金)【認知症専門相談】
 13時30分～15時
 市役所別館4階第8会議室
 ※事前予約制
 高齢介護課

22日(水)【草花・樹木に関する相談】
 9時～16時 市役所本館玄関ホール
 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
 少年センター/☎24-3737

市では、人権擁護委員が特設人権相談所を開設します。家庭内のもめごとや隣近所とのトラブルなど、悩みや心配ごとを相談しませんか。秘密厳守、相談無料です。

●とき
 12月2日(木) 10時～15時

●ところ
 市民相談室(高城会館3階)、各支所

☎市民相談室

12月4日～10日は
 人権週間です

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)

12月8日(水) 9時～17時

●ところ

たちばな信用金庫本部

12月23日(木) 9時～17時

●ところ

諫早図書館2階

※要予約・相談無料

●内容/販路開拓、経営改善など経営上の相談

☎県よろず支援拠点

☎095-828-1462

日本政策金融公庫
 創業サポートデスク
 in 諫早市

12月8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

☎日本政策金融公庫

国民生活事業

☎095-824-3141

お知らせ

「広報諫早」をリニューアル

もっと伝わる、もっとつながる広報誌へ

約5年ぶりに広報誌をリニューアルしました。見やすく、楽しく、興味を持ってもらえる、そして、より多くの皆さんにわかりやすく情報を伝えるため、201号を機に紙面を大幅に見直しました。これからも皆さんに親しまれる広報誌を目指して頑張ります！取材時はぜひ、ご協力ください。



諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶歴史講座「江戸時代の災害Ⅳ」

寛政4（1792）年、雲仙岳噴火による佐賀藩諫早領の被害状況など。

■12月26日(日) 13時30分～15時

場 美術・歴史館 2階研修室

講 大島大輔（美術・歴史館専門員）

定 30人 ※申込多数の場合は抽選。受講無料

■12月12日(日)必着

〈申込方法〉

次のいずれかに、講座名、住所、氏名、電話番号を記入し、お申し込みください。

- ・はがき（〒854-0014 東小路町2-33）
- ・ファクス（24-6633）
- ・メール（bireki@city.isahaya.nagasaki.jp）

諫早図書館 ☎23-4946

▶映画上映会

「マダム・フローレンス!～夢見るふたり～」
（2016年 イギリス 111分）

■12月15日(水) 14時～

場 諫早図書館 視聴覚ホール ※入場無料

定 先着30人

▶特別上映会

諫早市出身の脚本家市川森一氏の没後10年にあたり、諫早市が舞台のテレビドラマ「親戚たち（全13話）」を上映します。

上映スケジュール

●土日 13時30分～16時30分

※最終日は17時30分まで

11月28日(日) 第1～3話

12月4日(土) 第4～6話

12月5日(日) 第7～9話

12月11日(土) 第10～13話

●平日 13時30分～15時30分

※最終日は16時30分まで

12月2日(木) 第1・2話

12月3日(金) 第3・4話

12月7日(火) 第5・6話

12月8日(水) 第7・8話

12月9日(木) 第9・10話

12月10日(金) 第11～13話

場 諫早図書館 視聴覚ホール

定 先着40人

◎期間中は、市川森一作品の台本や直筆原稿などの展示も行います。



ナイスハートバザールin諫早

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。

■12月8日(水)～10日(金)

10時～17時30分

※最終日は17時まで

場 諫早図書館展示ホール

問 障害福祉課



第24回いけばな連盟花展

池坊、小原流、花芸安達流、草月流、未生流の5流派の作品展示

■12月4日(土)～5日(日)

10時30分～17時

※最終日は16時30分まで

場 美術・歴史館1階ホール ※入場無料

問 諫早文化協会 ☎22-1103

のぞみ公園

光のフェスティバル2021

高さ12mのジャンボツリーと光輝くイルミネーションが、のぞみ公園をメルヘンチックに彩ります。のぞみ会館前では、子どもたちが飾ったかわいい雪だるまが皆さんをお迎えします。

イルミネーション点灯期間

■12月4日(土)～25日(土) 17時～21時50分

※12月4日(土)13時から点灯式やイベントを行います。

場 多良見のぞみ会館

問 多良見のぞみ会館 ☎43-6200



コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶3D星図を作ろう「オリオン座」

冬の代表的星座オリオン座の3D星座を作ります。

日 12月5日(日) 13時～15時

対 小学生（小学2年生以下は保護者同伴）

定 10人 ※予約優先

料 100円

▶たのしい科学教室「もしも原子が見えたら」

空気の原子について模型を作りながら調べていきます。

日 12月11日(土) 10時30分～12時30分

対 小学生以上（親子の参加も可）

日 12月9日(休)

定 10人 ※予約優先

持 筆記用具

料 500円

▶特別観望会「ふたご座流星群観望会」

三大流星群の一つ、ふたご座流星群を観望します。

日 12月14日(火) 18時30分～21時30分

※曇天・雨天中止。中止の場合、当日16時にコスモス花宇宙館ホームページでお知らせします。

定 70人 ※要事前申込

日 12月7日(火)

▶押し花アート体験「お花でクリスマス」

押し花でクリスマスツリーやリース風の作品を制作し、ハガキやキーホルダーに仕上げます。

日 12月19日(日)

13時～14時、14時30分～15時30分

対 4歳以上

定 各10人 ※予約優先

料 はがき200円、キーホルダー 500円

▶第11回 白木峰高原写真展

多良山系麓に広がる風光明媚な白木峰高原をテーマにした公募写真展

日 12月5日(日)～19日(日)

※観覧無料。毎週月曜休館

※コスモス花宇宙館の他のイベントはこちらをご覧ください。



たらみ図書館 ☎43-4611

▶映画上映会

「グッモーエビアン！」(2012年 日本 71分)

日 12月10日(金) 14時～

場 たらみ図書館 海のホール

定 100人 ※要事前申込

▶アートフェスティバル

子どもたちによる壁面アートなど作品展示

日 12月4日(土)～1月23日(日)

9時～22時 ※最終日は正午まで

(毎週月曜、12月28日～1月4日は休館)

場 たらみ図書館内フリースペースほか

▶朗読教室(3回シリーズ)

～声に出して読んでみませんか?～

初心者向けの朗読教室

日 12月5日(日)、1月9日(日)、2月6日(日)

10時～12時

場 たらみ図書館 研修室

講 天野紘さん(元高校教諭)

対 成人

定 10人 ※要事前申込

▶ライブラリージャズコンサート

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

日 12月18日(土) 14時～

場 たらみ図書館 海のホール

定 100人 ※要事前申込

飯盛図書室 ☎48-0518

▶ほっこりチャーム作り

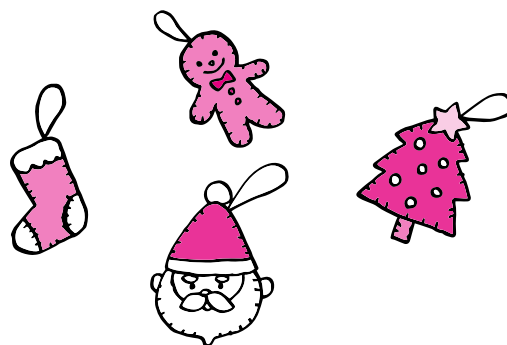
フェルトを使った可愛いチャームを作ります。

日 12月4日(土) 14時～16時

場 飯盛ふれあい会館 研修室1

料 200円程度

定 先着8人



本野公民館 ☎26-0270

- ▶おたのしみ学級
「知ってる？旧小浜鉄道」
(全2回)
①旧小浜鉄道について学びます。
②鉄道廃線跡と沿線を一部歩いて
見学します。
- 回①12月7日(火)
10時～12時
②12月10日(金)
9時30分～15時30分
- 場①本野ふれあい会館
②本野ふれあい会館集合
- 回成人 回12月3日(金)
回保険料負担有 回20人
※②公用バス利用

- ▶しめ縄づくり
正月用のしめ縄飾りを作ります。
- 回12月19日(日)
9時30分～12時30分
- 場本野ふれあい会館 回親子・成人
回12月10日(金) 回400円程度
回10組

長田公民館 ☎23-9024

- ▶あま～いミカンで
酵素シロップ作り
ミカンの新活用法として、おいしい
酵素シロップを作ってみませんか。
- 回12月17日(金)
13時30分～16時
- 場長田みのり会館 回成人
回12月14日(火) 回1,200円程度
回8人

- ▶アレンジメント講座
～長田産のお花～
年末を華やかに彩るフラワーアレン
ジメントを作ります。
- 回12月22日(水) 19時～21時
場長田みのり会館 回成人
回12月15日(水) 回1,600円程度
回15人

- ▶親子クッキング
～野菜スープ～
野菜ソムリエプロから免疫力アップ
の郷土料理を教わり、野菜クイズに
も挑戦します。
- 回1月8日(土) 10時～13時
場長田みのり会館
回親子(祖父母など家族可)

小栗公民館<<

- ▶学びあい育ちあい
～長崎魚のさばき方をマスター
しよう！～
魚の栄養特性とさばき方を学びます。
- 回12月15日(水)
10時～12時30分
- 場小栗ふれあい会館
回子育て中の母親 回12月2日(水)
回300円 回8人 ※託児付き

- ▶花育～花のある時間～
個々の感性で表現するアレンジを通
じて、命や思いやりの心を学びます。
- 回12月18日(土) 10時～12時
場小栗ふれあい会館 回成人
回12月9日(水) 回2,000円程度
回12人

小野公民館 ☎22-0264

- ▶プリザーブドフラワーの
リース作り
初心者にも出来る色鮮やかなバラの
リースを作ります。
- 回12月17日(金) 19時～21時
場小野ふれあい会館 回女性
回12月8日(水) 回2,200円
回10人

- ▶冬が美しい！
多肉植物の寄せ植え
栽培方法や増やし方をプロに学びま
す。
- 回12月21日(火) 19時～21時
場小野ふれあい会館 回成人
回12月15日(水) 回1,200円
回10人

西諫早公民館 ☎26-1531

- ▶子どもクリスマスパーティー
国際交流(クリスマスを中心にゲー
ムやクイズ)を楽しみます。
- 回12月11日(土) 10時～12時
回小学生以下(2年生以下は保護者
同伴) 回12月3日(金) 回500円
回30人

- ▶楽しい演歌コンサート
聴いて歌って、ジャンルを超えた楽
しいライブコンサート
- 回12月14日(火) 10時30分～12時
回成人 回12月10日(金) 回30人

中央公民館 ☎23-1160

- ▶おもちゃ病院
思い出が詰まったおもちゃを修理し、
使い方も指導します。
- 回12月8日(水)・11日(土)・25日(土)
10時～15時30分
※受付は15時まで
回成人 回部品代負担有
回当日参加可

- ▶中華薬膳火鍋教室
体を温める食材を使って、2種類の
鍋を作ります。
- 回12月16日(木)
9時30分～12時30分
回成人 回12月9日(水)
回1,100円 回12人

- ▶中央こども広場
「クリスマス会」
サンタと一緒に、ゲームやクリスマ
スカードを作ります。
- 回12月18日(日)
9時30分～12時30分
回5才以上の子どもとその保護者
回12月9日(水) 回600円
回20組

- ▶家族でミニ門松づくり
伝統的な正月飾りを作ります。
- 回12月26日(日) 10時～12時
回親子(祖父母と参加可)
回12月20日(月) 回400円
回10組

小栗公民館 ☎22-1533

- ▶小栗大学
～二人芝居「岳の新太郎さん」～
諫早の歴史を鑑賞し、仲間と楽しく
学びます。
- 回12月8日(水) 10時～11時30分
場小栗ふれあい会館 回高齢者
回12月2日(水) 回47人
※年間登録者優先

- ▶本で語り場
～ブックカフェおぐり～
本をテーマにゆったりおしゃべり
します。
- 回12月14日(火)
13時30分～15時30分
場小栗ふれあい会館 回成人
回12月7日(火) 回8人

高来西公民館<<

▶野鳥を観察してみよう
野鳥の生態と環境問題を学習します。
日 12月11日(土) 10時~12時
場 干陸地・いさはや水辺のカントリーコース周辺
対 成人・親子
申 12月6日(月) 料 100円
定 15人程度

▶みんなちがっていいんだよ
身近な人権について学びます。
日 12月14日(火) 10時~12時
場 高来西ゆめ会館
対 成人
日 12月7日(火) 定 20人程度

小長井公民館
☎34-2201

▶高齢者講座「シルバー大学」
閉講式と楽しいレクリエーションを行います。
日 12月14日(火)
10時~11時30分
場 小長井文化ホール 対 高齢者
日 当日参加可

▶成人講座
「有酸素運動」(全3回)
有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチの3本柱でエクササイズを学び生活習慣病の予防に努めます。
日 12月12日(日)・19日(日)・26日(日)
10時~12時
場 小長井文化ホール
対 成人 日 12月3日(金)
料 保険料負担有 定 15人

▶子ども講座「ミニ門松づくり」
孟宗竹を土台にした門松を作ります。
日 12月25日(土) 9時30分~12時
場 小長井文化ホール 対 小学生
申 12月17日(金) 料 600円
定 10人

公民館講座に行こう



申込・問い合わせは、各公民館へ

飯盛公民館<<

▶三世代交流「ミニ門松づくり」
三世代の交流を図り、新年を手作りの「ミニ門松」で迎えましょう。
日 12月18日(土) 10時~12時
場 飯盛ふれあい会館
対 定 高齢者(20人)、親子(20組)
日 12月10日(金)
料 材料代、保険料負担有

田結公民館
☎49-1111

▶田結すこやか大学
誰にでも簡単にできるストレッチで、体と頭をほぐします。
日 12月16日(木)
13時30分~15時30分
対 高齢者・成人 日 当日参加可
料 無料

高来公民館
☎32-2111

▶「たかきさるく」で
高来を知ろう! 第2弾
高来の市指定文化財を巡り地域再発見!(和銅寺、金泉寺、天初院)
日 12月11日(土) 9時~15時
場 高来会館集合 対 成人
申 12月7日(火) 料 100円
定 15人程度 ※公用バス利用

▶初めてのヨガ体験
ヨガの呼吸でお腹からポカポカしませんか。
日 12月15日(水)・22日(水)
13時30分~15時30分
場 高来会館 対 成人
申 12月7日(火) 料 100円
定 15人程度 ※託児付き

高来西公民館
☎32-3126

▶体の痛み解消法
肩・腰・膝の痛みを、講義と実技で解説します。
日 12月7日(火) 10時~12時
場 高来西ゆめ会館
対 成人
申 12月3日(金) 料 100円
定 20人程度

長田公民館<<

日 1月4日(火) 料 1,500円程度
定 4組

多良見公民館
☎43-0049

▶餃子!親子で美味しく作ろう
本場中国の美味しいギョーザの作り方を学びます。
日 12月11日(土) 10時~12時
場 たらみ会館
対 小学生とその保護者
申 12月2日(休) 料 一家族1,000円
定 5組

伊木公民館
☎44-1002

▶料理教室「大村寿司講座」
甘さ控えめな角寿司を作ります。
日 12月7日(火) 10時~13時
場 多良見多目的研修館 対 成人
申 12月2日(休) 料 1,000円
定 15人

森山公民館
☎36-1116

▶冬至とゆず講座
ゆず茶と入浴剤を作ります。
日 12月13日(月)・20日(月)
13時30分~15時30分
対 女性 日 12月3日(金)
料 1,000円程度 定 20人

▶生け花講座
正月用の生け花で、新年を迎えましょう。
日 12月25日(土) 10時~12時
対 女性 日 12月14日(火)
料 2,000円程度 定 20人

飯盛公民館
☎48-0049

▶親子菓子づくり講座
お菓子の家を親子で楽しく作ります。
日 12月11日(土) 14時~16時
場 飯盛ふれあい会館 対 親子
申 12月6日(月) 料 700円 定 5組

※受講の際は、マスクの着用をお願いします。 ※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。



11/7

諫早とつながる 諫早を好きになる

西九州新幹線開業1年前を記念し、「ISAHAYAリンクライクフェスティバル」が市内4会場で同時開催されました。市内の産学官など23団体が協力し、新幹線開業に向け、オール諫早でさまざまな催しを行いました。

今回のイベントのコンセプトは、主催者と参加者がイベントを通じてつながり、諫早をもっと好きになってもらうというものです。各会場の魅力あふれる催しを、多くの家族連れが楽しんでいました。



10/13

チームの絆で掴んだ悲願の優勝

北諫早ハリケーンスポーツ少年団の皆さんが、8月に滋賀県で開催された「第35回全日本小学生男子ソフトボール大会」の優勝報告を行いました。北諫早ハリケーンの皆さん、全国大会優勝おめでとうございます!



10/12

祝! 日本新記録10秒82!

県立希望が丘高等特別支援学校2年生の臼木大悟選手が、8月の九州陸上選手権大会100m競技で、日本知的障がい者陸上競技連盟の日本新記録に認定されました。臼木選手のこれからの活躍を期待しています!

12月の健康・育児カレンダー

1	水	●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時	15	水	●乳児健康相談 すくすく広場(中央・北部・小栗) 13時～14時 ●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時
2	木		16	木	◆子育て相談 すくすく広場 10時～12時 *要予約
3	金	●のんのこ21サーキット 小野体育館 13時30分～15時 高来会館 20時～21時30分	17	金	●のんのこ21サーキット 小野体育館 13時30分～15時 高来会館 20時～21時30分 ●乳児健康相談 飯盛ふれあい会館(飯盛) 13時～14時
4	土		18	土	
5	日		19	日	
6	月	●離乳食教室(4～6カ月児) すくすく広場 13時15分～15時15分 *要予約 ●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分 ●のんのこ体操 本野ふれあい会館 13時30分～15時	20	月	●離乳食教室(7～12カ月児) すくすく広場 13時15分～15時15分 *要予約 ●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分 ●のんのこ体操 本野ふれあい会館 13時30分～15時
7	火		21	火	●乳児健康相談 高来会館(支所3階)(長田・高来・小長井) 13時～14時
8	水	●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 ●のんのこ体操 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時	22	水	●のんのこ21サーキット 長田みのり会館 13時30分～14時30分 ●のんのこ体操 西諫早ふれあい会館 13時30分～15時
9	木		23	木	▲介護相談 市民センター 13時～15時 *要予約
10	金	●のんのこ21サーキット 小野体育館 13時30分～15時 高来会館 20時～21時30分	24	金	●のんのこ21サーキット 高来会館 20時～21時30分
11	土	●市民ウォーキング(5～6kmのコース) 森山ふれあい公園 9時～11時30分 *雨天中止	25	土	
12	日	★パバママ学級 すくすく広場 10時～12時 *要予約	26	日	
13	月	●乳児健康相談 森山保健センター(小野・有喜・森山) 13時～14時 ●ニュースポーツ教室(グランドゴルフ) 眼鏡橋前芝生広場 9時30分～11時30分 *雨天中止 ●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分	27	月	
14	火	●乳児健康相談 多良見体育センター(多良見・真津山) 13時～14時 ●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時～11時30分	28	火	●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時～11時30分
			29	水	
			30	木	
			31	金	

●健康づくり運動教室…諫早市運動普及推進員協議会事務局 ☎27-0700
人数制限あり/飲み物・タオル持参/ペット参加不可/
37.5度以上の場合には参加をお控えください。/マスクの着用をお願いします。

- のんのこ21サーキット/中程度の体力者向け(筋肉運動・有酸素運動)
- のんのこ体操/低体力者向けの体操

★パバママ学級…すくすく広場 ☎46-5276

妊婦とその家族と対象に、お産や母乳、赤ちゃんとの生活のお話などを行います。
定員/10組

●乳児健康相談…健康福祉センター ☎27-0700

身体測定、相談(発達・離乳食・歯科など)
時間/13時～14時 対象/1歳未満児

●離乳食教室…健康福祉センター ☎27-0700

乳児期の食生活について個別相談
時間/13時15分～15時15分 対象/1歳未満児

◆子育て相談…こども支援課

子育て中に感じる悩みや心配などの相談に、臨床心理士と
家庭相談専門員などが応じます。

▲介護相談…認知症のひとと家族の会 渡部 ☎26-1763

「乳児健康診査」…各医療機関

県内医療機関で個別健康診査 ※要受診券
対象/4～5カ月児、10～11カ月児

「幼児健康診査」…健康福祉センター ☎27-0700

対象者には前月に健診票を送付
内容/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

【毎日】諫早市こども準夜診療センター(諫早総合病院)

受付時間:20時～22時45分 ☎22-1380
対象:小児(中学生まで)で、内科的疾患の急病者

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、12月8日(必)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 市内図書館・図書室の蔵書数は約〇〇万冊
- Q2 諫早と友好交流40周年! 出雲市と〇〇市
- Q3 〇〇災害ハザードマップを一部更新しました
- Q4 認知症高齢者〇〇〇事業
- Q5 諫早市が舞台のテレビドラマ「〇〇たち」

※前号の答え/①直売所 ②オレンジ ③異物 ④1 ⑤肺炎球菌 ※応募総数63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。

謙早で育つ子どもたちを紹介します!

すくすく いさはや っ子

今月は、すくすく広場に遊びに
来てくれたお友達です!!

やまぐら な お
山口風央ちゃん(1歳)



いつもかわいい仕草でみんな
を笑顔にしてくれてありがとう。
たくさん遊んですくすく大き
くなってね。

た びら もと ひろ
田平基央ちゃん(10カ月)



笑顔がカワイイ基ちゃんに
いつも元気をもらっています。
すくすくと健康に育ってね。

もり さき ゆ き な
森崎結希夏ちゃん(6歳)



いつも明るくやんちゃ者でし
たが、面倒見のよいお姉ちゃ
んに成長しました!来年から
は小学校楽しみだね。

うえ さか え い と
上阪英士ちゃん(1歳)



いつもたくさんの笑顔やしぐ
さに成長を感じます。これか
らすくすく元気に育ってね。

うち だ お と
内田大登ちゃん(1歳)



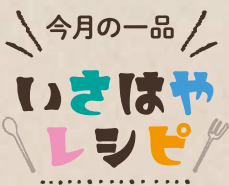
いつも癒やしをくれてありが
とう!たくさん食べてたくさん遊
んで元気いっぱい大きくな
ってね!

[編集・発行]謙早市役所 秘書広報課
〒854-8601長崎県謙早市東小路町7番1号
TEL:0957-22-1500
FAX:0957-23-6031
<https://www.city.isahaya.nagasaki.jp/>
E-mail isahaya@city.isahayamagasaki.jp

ISAHAYA CITY

- 多良見支所 TEL:0957-43-1111
- 森山支所 TEL:0957-36-1111
- 飯盛支所 TEL:0957-48-1111
- 高来支所 TEL:0957-32-2111
- 小長井支所 TEL:0957-34-2111

●令和3年10月1日現在
人口 133,107人
男 63,036人
女 70,071人
世帯数 53,624世帯



イノシシ肉のスパゲティ

～市役所食堂の地産地消レシピ～



はじめてジビエ®

イノシシ肉は
甘くとろけ、それでいて
しつこくない脂身です。



【材料/4人分】

- イノシシ肉(バラ) …… 300g
- タマネギ …… 200g
- トマト缶(カット) …… 400g
- バター …… 10g
- 赤ワイン …… 60cc
- 塩・こしょう …… 適量
- 小麦粉 …… 適量
- スパゲティ …… 400g

【作り方】

- ①鍋にバター、タマネギ、塩をひとつまみ加え、中火で水分が飛ぶまで炒める
- ②1cm角に切ったイノシシ肉を加え、塩・こしょうをして火を通し、小麦粉と赤ワインを加え、ひと煮立ちさせる
- ③トマト缶を加え、塩・こしょうをし、10～20分煮込む
- ④茹であがったスパゲティにかけて完成

Isahaya Recipe



防災行政無線

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

フリーダイヤル 0120-419-009