

広報

いさはや



干拓の里 庄屋屋敷

いさはやで暮らすという選択

北海道から、東京から、福岡から、ご縁があって諫早へ移住してきた皆さん。
皆さんが、諫早を選択した理由（わけ）は何なのでしょう。

“移住”という、選択。	02	イベント情報	26
特集 施政方針	04	公民館講座情報	28
市政トピックス	08	健康&子育て情報	30
くらしの情報	13	ガンバレ！内村選手	32

“移住” という、選択。

—わたしが諫早を選んだ理由



近ごろ話題の「移住」。

今月号では、諫早市へ移住してきた人たちの座談会を通して私たちが住むまちの魅力を、再認識してみたいと思います。

01

食の魅力がたくさん

以前、糸島で暮らしていたときに、「諫早に古民家の借り手を探している人がいる」という情報を知人から聞き、すぐに引越しを決めました。「古民家に住める、ものづくりが出来る、畑が出来る」など自分のやりたい理想の暮らしができると思って移住しましたが、想像以上に楽しい生活を送っています。

小長井牡蠣を食べすぎておなかを壊したくらい美味しく感動しました（笑）

北海道の知人にも大好評でたくさん送ってあげました。牡蠣もそうですけど、諫早にしかない食の魅力がたくさんあると思います。もっと色んな人に知ってもらいたいですね。



小畑 真裕子 さん【札幌市出身】
福岡県糸島市から高来町に移住。築80年の古民家暮らし。
イノシシ皮を活用した小物雑貨を製作・販売するhummingbirdを立ち上げ、「顔の見える革」をコンセプトに活動中。2人の子育て中。

02

良いところも、心配なところも

海外を転戦するプロのトライアスロン選手だったことから、練習に最適な場所を探していて、自分の仕事がある程度場所を選ばないものだったことや子育てのことなど、総合的に考えた結果諫早を選びました。

諫早に来て、子どもの数が少ないように感じましたが、お世辞抜きに素直でいい子ばかりだったことに驚きました。

いい子に育つことは非常に良い面ですが、みんなが優しい中で競争力や生き抜く力が養われるかどうか。

良いところでもあり、心配なところでもあり、親としてはとても悩ましい部分です（笑）

池形 成信 さん【福岡市出身】
幼少期から転勤が多く、これまで日本各地で過ごす。
諫早に移住して10年目。
元トライアスロン選手で、現在はスポーツの振興や普及活動に励む。
4人の子育て中。



03

東京でのつながりを生かして

お笑い芸人になるために東京に行きましたが、芸人を辞めることになった時に、「東京にいる理由」が無くなったことがUターンを決めた一番のきっかけです。

芸人時代に YouTube の動画編集や配信を行っていましたが、東京で得られた経験やつながりを生かして諫早でも活動が出来るのはありがたい事ですね。

暮らしの面では、東京で感じていた様々なストレスが無くなったことが嬉しい変化です。

東京と比べてご飯が美味しいのも魅力ですね。地元出身ですが知らないことばかりなので、移住された皆さんに色々な情報を教えてもらいながら諫早生活を楽しみたいです。



下田 優作 さん [諫早市出身]
元お笑い芸人。
東京で活動後、諫早へUターン。
現在は、芸人時代につながりを生かして
ゲーム配信や YouTube 動画編集を行う。

04

海と山、両方の魅力

今まで色んなところで暮らしてきましたが、海・山両方の魅力が揃っている諫早は純粋にすごいと思います。

直売所には今が旬の海の幸と山の幸がどちらも豊富に並んでいますが、以前住んでいた北海道にはあまりない光景で魅力的だし、直売所の数が多いのにも驚きました。その他にも諫早だからこそ体験できることがたくさんあるので、楽しみ尽くしたいですね。

移住後は様々なつながりが増えましたが、その中で大切に行っているのは「必要な部分でつながる」ことです。

無理のない範囲で、自分の心地良い環境を作っていければいいですね。



古地 優菜 さん [奈良県王寺町出身]
北海道釧路市から移住。
フリーランスでライター業を行う傍ら、
日本ワーケーション協会の理事や地方
創生事業に取り組む。2人の子育て中。

05

都会と田舎の中間地点

田舎生活には憧れるけど都市生活も諦めきれない自分には、都会と田舎が良い塩梅で交わる諫早市はぴったりな場所だと思い、移住先を選びました。スーパーがあって、直売所もあって。インフラが整っていて、公共交通機関も多くはないですが走っていて。街にも自然にも近い、生活しやすいところだと思います。

仕事で周辺自治体の方とお話することがあるのですが、皆さん「諫早市はなんでも揃っていて、どこにでもアクセス良くて、良いですよ〜」とってくれます。地元の方にも諫早の魅力を再認識してもらえるような情報発信をしていきたいです。



菊山 達也 さん [北九州市出身]
一般企業で働いたのち青年海外協力隊員としてアフリカのウガンダへ。
帰国後、諫早市初の地域おこし協力隊として活動中。
市内の魅力発信や移住相談などの移住定住促進業務に取り組んでいる。

06

暮らしを楽しめるまち

「こんなにも魅力的でおもしろい方々が諫早に移住されたのか…」そんな驚きと嬉しさを抑えられない座談会となりました。移住の背景は様々ですが、諫早での生活をそれぞれ楽しんでいる様子を見て、「暮らしを楽しめる」というのは移住・定住を考える上で重要な要素だと改めて感じました。諫早は暮らしを楽しむ上でバランスのとれた街だと思いますが、具体的な魅力は外からの視点を持った移住者に教えてもらうことが多くあります。

私自身も移住者の一人として、より一層暮らしを楽しみながら、その中で感じる諫早の魅力を移住希望者へ伝えていきたいと思っています。



井口 泰宏 さん [諫早市出身]
一般企業、地域おこし協力隊（岡山県笠岡市）を経て2年前に諫早へUターン。
諫早市役所入庁後、地域づくり推進課にて主に移住定住促進を担当。古民家好きで、自宅として借りている古民家をセルフDIYしながら暮らす。2児の父。

諫早での暮らしをサポートしています

移住サポート情報

諫早市の紹介や移住支援制度、体験談など、移住に関する情報をご覧になれます。

いさはや暮らし案内所

検索



オンライン相談

スマートフォンやパソコンで移住相談ができます。(予約制)

諫早市 オンライン移住相談

検索



■問い合わせ先／地域づくり推進課

いさはや新時代始動

オール諫早で

大久保市長が就任後初の6月市議会定例会で令和3年度の市政運営の基本姿勢を示す施政方針を発表しました。



現在、本市が最優先で取り組むべき課題は、新型コロナウイルス感染症の「感染拡大の防止」と、近年頻発し、激甚化する「自然災害への対策」です。

新型コロナウイルス感染症の「感染拡大の防止」については、現在、高齢者を対象としたワクチン接種が順調に進んでいます。本市では、国が示す基本的な接種順位に加え、市独自の優先接種対象を設定するなど、今後も効果的で効果的な接種を進めていきます。

また、市独自の緊急経済対策として、感染症対策を適切に実施している飲食店に新たな支援を行うほか、国の補助事業として一定の要件を満たす生活困窮世帯に、自立支援金を支給します。

「自然災害への対応」については、新たな避難情報の発令基準に基づき、市民の皆さんが適切に避難行動をとれるよう事前周知を適切に行うとともに、自治会などと連携し、感染症対策にも配慮した安全な避難所運営など「災害に強いまちづくり」を推進します。

また、「令和2年7月豪雨に伴う轟峡法面崩壊等再発防止検討委員会」の提言を踏まえ、法面対策や施設の安全管理を適切に行います。

「ポストコロナ時代」を見据え、既

存施策についてスクラップ・アンド・ビルドを念頭に置きつつ、市民のため、諫早市のための施策を積極的に提案し、国、県、関係機関と連携を図りながら、スピード感をもって地方創生に取り組んでいきます。

また、県内交通の要衝である強みを活かし、「交流人口の拡大」「産業の活性化と雇用の創出」「快適で安全な住環境の整備」などを推進し、「来てよし・住んでよし・育ててよし・あなたのまち・諫早!!」の実現を目指します。

特に子育て支援については、まちづくりの大きな柱として考えており、「小・中学校給食費の無償化」については、財源をはじめとする課題を整理し、検討していきます。

そのほか、「地域交通対策」について検討を進めるとともに、「市街化調整区域等の土地利用規制の見直し」について、関係機関と連携を図りながら果敢にチャレンジしていきます。

「国営諫早湾干拓事業」については、国などの動向を注視し、引き続き市民の安全・安心を守るため、防災・農業・漁業・環境の各観点から県や関係団体とともに適切に対応していきます。

「九州新幹線西九州ルート（新鳥栖・武雄温泉間）」の整備方式については、最善の選択肢と考える全線フル規格整備へ向け働きかけていきます。

皆様のあたたかいご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

01 輝くひびく

▼健やかなひびく

■幼児期の教育・保育に係る量的拡充と質の改善を図るため、学童クラブを含む民間保育施設整備への支援を実施

■学童クラブについて、夏休み期間中において必要に応じ小学校の学校施設を開放し保育環境の向上を図る

■ひとり親家庭の小・中学生に対し大学生や教職員OBの知見を活用し、学習環境の充実を図る

■妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を推進するため、産後初期段階の産婦への健康診査費用の助成を行い、産後の心身のケアを充実

■「安心して子育てができるまちづくり」を推進するため、小・中学生の医療費の現物給付化と第2子に係る保育料の負担軽減の拡充に向け検討を進める

▼いっしょに豊かなひびく

■充実したスポーツ施設など本市の恵まれた環境を活かしながら、競技力の向上と市民スポーツの活性化を目指す

■諫早文化会館（仮称）文芸・音楽ホール」については、その機能や建築方法について幅広い意見を参酌しながら真に市民が望む施設、長く市民に愛される施設づくりに向け発展的な検討を行う

来てよし、住んでよし、育ててよし！ あなたのまち・諫早！！

施政方針

施政方針
2021
ISAHAYA CITY

02 活力あるひびく

▼地域特性を活かした農林水産業

■認定農業者等担い手に対する農業用機械導入や生産基盤整備の支援により生産性と品質の向上を図るとともに有害鳥獣対策を継続して実施する。また、農地集積による経営規模拡大に寄与する農業基盤整備事業を推進

■「豊かな森づくり基金」を活用した間伐等による森林保全と林産業の収益性向上を図る

■3つの海の特性を活かし「つくり育てる漁業」を推進するため、水産資源の維持回復や新規就業等を支援

▼活力あふれる商工業の振興と雇用の創出

■南諫早産業団地については、1工区の造成工事が完了し、2工区も今年度から造成工事に着手予定であり、令和5年度中の完成を目指し整備を促進するとともに企業誘致活動を推進

■中核工業団地の水需要の増加に対応し、安定した供給を行うため工業用水道施設の整備を図る

■中小企業者や創業者の円滑な資金調達のため、金融機関と連携し、融資のあっせん、保証料や融資に係る利子の一部補給等を引き続き実施

▼地域資源を活かした観光・物産

■西九州新幹線の開業を見据え、都市圏でのプロモーション活動等を通じ、観光・物産振興に取り組む

■貴重な地域資源である「本明川下流域ポート練習場」について、幅広くその魅力をPRし、合宿等の誘致推進と将来的な競技用公認コースの認定を目指す

■「(仮称)道の駅251基本構想・整備基本計画」に基づき、令和6年度までの整備を目指す

03

魅力あるまちづくり

▼安全なまちづくり

■「本明川水害タイムライン」に係る協定を締結したことにより、関係機関相互に連携の取れた防災対策を講じる

注目

■迅速かつ的確な災害情報の伝達に努めるとともに、県や各自治会との緊密な連携のもと避難所の混雑情報の開示や感染症予防の資材の充実など感染症対策にも配慮した避難所運営を行う

■激甚化する自然災害に備えるため、民間事業者等との災害応援協定の締結を進め、防災体制の強化を図る

来てよし、住んでよし、育ててよし！ あなたのまち・諫早！！

主要事業紹介

■工期の延伸が見込まれる本明川ダム建設事業は、事業実施に伴う安全確保や騒音問題など地域住民の影響にも配慮しつつ、可能な限り早期の完成を国に対し要望するとともにダム周辺地域の振興策に国・県と連携し取り組む

■事前防災の観点から、「がけ地崩壊対策工事支援事業」や準用河川等の「緊急浚渫推進事業」を継続的に推進

▼安心なまちづくり

■高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画に基づき、ソフト・ハード両面から高齢者支援の施策を展開し地域包括ケアシステムの深化・推進を図る

■第6期障害者福祉計画・第2期障害児福祉計画に基づき、「共生のまち」の実現を目指す

▼快適なまちづくり

■市民生活を支える道路・水路等の迅速な整備等を行う「生活基盤整備事業」「地域リフレッシュ事業」を継続

■地域幹線道路網の早期整備に向け引き続き国等関係機関へ要望を行うほか、「南諫早産業団地関連道路」「都市計画道路堀の内西米田線」など幹線市道の早期整備を図る

■諫早駅周辺整備事業については「公共交通広場」などの整備を引き続き推進

市民と共に オール諫早で！

注目
市民や本市を訪れる方々の利便性向上等のため、市庁舎及び諫早駅交流広場等にWi-Fi環境を整備

注目
市民への情報発信力の強化のため、市報及びホームページのリニューアルに取り組みとともに、SNSなどそれぞれの媒体特性を活かした効果的な運用に努める

▼市民目線の行政

04 計画実現に向けた基本姿勢

注目
市内全域の「超高速通信基盤」を整備するとともに自治体DX推進計画による行政サービスのデジタル化を推進

注目
「過疎地域の持続的発展の支援に関する特別措置法」の施行により新たに過疎地域の要件を満たすこととなった小長井地域について、今後計画を策定し、国が講じる支援制度を活用して地域振興を推進する。(仮称)小長井交流広場についても新たな付加機能など、充実した賑わい創出拠点づくりのため更なる検討を行う

施政方針
2021
ISAHAYA CITY

まちの進む未来

予算

令和3年度6月補正予算の概要

6月補正予算は、新たなまちづくりのキックオフとなる新規事業や政策的事業を盛り込んだ予算となっています。今回の補正予算の主な事業を紹介します。

【輝くひとづくり】

◎健やかなひとづくり

- ・産婦健康診査事業<<新規>> 520万円

【活力あるしごとづくり】

◎地域特性を活かした農林水産業

- ・園芸ハウス整備推進事業 4,101万円
- ・有害鳥獣被害防止緊急対策事業 1億5,286万円
- ・水産物冷凍保管施設整備事業<<新規>> 3,163万円

◎活力あふれる商工業の振興と雇用の創出

- ・飲食店認証制度推進事業<<新規>> 3,710万円

◎地域資源を活かした観光・物産

- ・本明川ボート練習場活用促進事業<<新規>> 493万円

【魅力あるまちづくり】

◎安全なまちづくり

- ・自然災害対策事務(避難所対策強化)<<拡充>> 1,200万円

◎安心なまちづくり

- ・骨髄等移植ドナー支援事業<<新規>> 42万円
- ・新型コロナウイルス感染症抗原検査キット配付事業<<新規>> 500万円
- ・感染対策機器購入事業(図書館・図書室に図書除菌機を配置)<<新規>> 760万円

◎快適なまちづくり

- ・いさはや生活実現事業<<拡充>> 1,965万円
- ・道路橋りょう整備事業 12億6,096万円
- ・諫早駅周辺整備事業 1億5,100万円

【計画実現に向けた基本姿勢】

◎市民目線の行政

- ・庁舎Wi-Fi環境整備事業<<新規>> 1,000万円
- ・広報戦略拡充事業<<拡充>> 109万円

平和な世界の実現へ

「非核と平和の都市 諫早の取組」

私たちが家族や友達と笑顔で生きていくために必要なこと、それは、世の中が平和であることです。

平和な世界を実現するためには、過去の戦争や原爆について私たちが自身が知り、次世代へ伝えていくことが大切です。

平和のために「今、ここで、私たちができること」は何だろうか？皆さんも一緒に考えてみませんか。

平和都市諫早宣言

～輝く未来 いのちのために～

わたしの願い
それは家族の幸せ 友の笑顔
みんなと生きる 楽しく生きる
そのために 世界を平和にしよう
争いを 核兵器をなくそう

永遠の平和
それはみんなの願い 地球の願い
輝く未来 つながるいのち
そのために わたしからがんばろう
友とちからを合わせよう

いま このまちからはじめよう
被爆地長崎のかなしみを忘れずに
優しいところ 尊いいのち
ひとが輝く諫早市
わたしたちは
非核と平和の都市を宣言します

平成17年9月29日 諫早市

原爆パネル展



原爆による被災状況についての写真や絵などを展示します。

展示会場	展示期間
小長井文化ホール	7月21日(水)～7月28日(水)
諫早図書館	7月31日(土)～8月10日(火)
たらみ図書館	8月12日(木)～8月19日(木)
小野ふれあい会館	8月21日(土)～8月29日(日)

※諫早図書館・たらみ図書館・小野ふれあい会館は月曜日が休館
※市内小学校4年生を中心とした平和へのメッセージも展示

「平和のつどい」中止のお知らせ

毎年8月9日に開催している「平和のつどい」は、新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度は開催を中止します。

戦争・被爆体験手記

「戦争のない未来へ～子どもたちへの伝言～」

市民の皆さんから戦争・被爆・被爆者救護の体験談をお寄せいただき、市ホームページで公開しています。

また、小冊子にしたものを市内図書館などで貸し出しています。

戦争当時の様子や、戦争の恐ろしさ・悲しみ、恒久平和への祈りがこめられている内容となっています。ぜひご覧ください。

戦争・被爆体験手記 >>>



戦争や原爆の体験談をお寄せください

風化していく戦争や原爆の体験を記録として残すため、皆さんの体験談を募集しています。

ご自身やご家族が出征されたこと、被爆者の救護をされたこと、戦時中の生活に関することなど、あのころの諫早で起こった出来事を、戦争を知らない世代へぜひお伝えください。

手記の投稿や面談による聞き取りなど、方法をご希望に応じます。企画政策課までご連絡ください。

■問い合わせ先／企画政策課

原子爆弾の犠牲者や戦没者に黙とうを



8月6日は広島市、8月9日は長崎市に原爆が投下された日です。また、8月15日は先の大戦の終戦日にあたります。犠牲者のご冥福と恒久平和を祈念してサイレンを鳴らしますので、黙とうをお願いします。

◆サイレン吹鳴

8月6日(金)午前8時15分
8月9日(月)午前11時2分
8月15日(日)正午

■問い合わせ先／福祉総務課

企画展 追憶 —戦地からの手紙—



戦火に散った本市出身軍医の手紙約300通が、昨年遺族から寄贈されました。

手紙には戦地の様子がイラストで描かれ、その文面には諫早に残る妻や家族への愛と慈しみがあふれています。これらを通して、戦争とは何か、家族とは何かを考えます。

■とき／8月7日(土)～22日(日)

10時～19時 ※最終入場は18時30分、毎週火曜日休館

■ところ／美術・歴史館

■観覧料／無料

■問い合わせ先／美術・歴史館

災害廃棄物の迅速な処理に対応

6月15日、県内の一般・産業廃棄物の主要3団体と、災害時における災害廃棄物の処理等の協力に関する協定を結びました。



これにより、自然災害時などに発生する災害廃棄物の迅速かつ適正な処理が可能となります。

(環境政策課)

漁港等の施設の災害復旧支援

6月21日、(一社)水産土木建設技術センターと、災害時における漁港などの復旧支援に関する協定を結びました。



これにより、自然災害時などに災害状況を迅速に確認していただき、復旧の初動を早くすることが可能となります。

(林務水産課)

諫早市 “ひと”の動き

女性初 副市長に石橋氏を選任



副市長 石橋 直子

6月市議会定例会において議会の同意を得て、本市では初めてとなる女性副市長に石橋直子氏を選任しました。

石橋副市長は、福祉総務課長、教育次長、健康福祉部長などを歴任しています。

なお、阿部寿志副市長は、6月30日付で退任し、7月1日付で国土交通省に帰任されました。

(職員課)



保険料率が決まりました

令和3年度の保険料率は次の通りです。()は令和2年度

	【所得割】	【均等割】 <1人あたり>	【世帯割】 <1世帯あたり>	賦課限度額
基礎賦課額	9.67% (10.42%)	30,650円 (32,820円)	21,580円 (23,270円)	63万円 (63万円)
後期高齢者 支援金等 賦課額	3.20% (3.16%)	10,160円 (10,050円)	7,150円 (7,130円)	19万円 (19万円)
介護納付金 賦課額	2.59% (2.92%)	10,410円 (11,820円)	5,390円 (6,080円)	17万円 (17万円)

限度額適用認定証等の更新

■対象

国民健康保険限度額適用認定証などを所持し、8月以降も引き続き必要な人

■手続き

8月2日(月)から31日(火)までに保険証、世帯主と対象者のマイナンバーがわかるものを持参して手続きしてください。

※期限を過ぎた場合、期限後の認定証となります。

一部負担金の減免制度

突然の災害や廃業・失業などで生活が苦しくなり、一時的に入院を伴う医療費の支払いが困難になった場合、申請により認められると、一部負担金を減免、もしくは徴収猶予します。まずは、ご相談ください。

国民健康保険は助け合いの制度です

国民健康保険は、病気やケガに備えて加入者の皆さんがお金を出し合い、安心して医療を受けることができることを補償するための助け合いの制度です。

保険料は、制度を支える大切な財源になりますので納期内に必ず納めましょう。

◎保険料の納付は口座振替で

■問い合わせ先／保険年金課

新型コロナウイルスに感染された被用者等に傷病手当金を支給

新型コロナウイルス感染症に感染された国民健康保険の被用者などに傷病手当金を支給します。まずは、ご相談ください。

国民健康保険料の徴収猶予

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が減少した人などは、徴収の猶予を受けることができる場合があります。まずは、ご相談ください。

国民健康保険料、後期高齢者医療保険料の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が減少した国民健康保険等の被保険者に対して保険料を減免します。

■対象期間

令和3年度分の保険料で、令和3年4月1日から令和4年3月31日までの間に納期限があるもの

■対象者

次の①または②に該当する人

① 新型コロナウイルス感染症により、世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った被保険者 >>>> **保険料を全額免除**

② 世帯の主たる生計維持者の事業収入等の減少額が前年の当該事業収入等の10分の3以上の被保険者 >>>> **保険料を一部または全額免除**

※ただし、②の人は、世帯の主たる生計維持者の合計所得金額が1,000万円以下で、減少することが見込まれる事業収入等に係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下に該当する世帯に限ります。

新型コロナワクチン接種

【集団接種の駐車場情報】

①トランスコスモスタジアム長崎

>>>第1駐車場、第2駐車場をご利用ください。

②健康福祉センター

>>>新道駐車場、上山公園駐車場から送迎します。

集団接種の日程や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。

諫早市 ワクチン接種 検索

■問い合わせ先

諫早市ワクチン接種コールセンター ☎46-6500



指定管理者を募集します

令和4年4月1日から公の施設の管理・運営を行う指定管理者を募集します。

募集単位	No.	施設の名称	問い合わせ先 (申請書提出先)
①	1	西諫早ふれあい広場	地域づくり推進課
	2	長田いこいの広場	
	3	中央ふれあい広場	
	4	小野ふれあい広場	
	5	小栗ふれあい広場	
②	6	いいもり月の丘温泉	地域づくり推進課
③	7	諫早市中央体育館	スポーツ振興課
	8	諫早市体育館	
	9	諫早市武道館	
	10	諫早市小野体育館	
	11	諫早市小野島グラウンド	
	12	諫早市弓道場	
	13	諫早市ゲートボール場	
	14	諫早市多良見体育センター	
④	15	諫早市森山スポーツ交流館	スポーツ振興課
	16	諫早市森山武道館	
	17	諫早市森山グラウンド	
	18	諫早市森山餅田山グラウンド	
	19	諫早市森山テニス場	
	20	諫早市森山相撲場	

募集単位	No.	施設の名称	問い合わせ先 (申請書提出先)
⑤	21	諫早市飯盛体育館	スポーツ振興課
	22	諫早市飯盛小島武道場	
	23	諫早市飯盛グラウンド	
	24	諫早市飯盛テニス場	
	25	諫早市飯盛相撲場	
⑥	26	諫早市とどろき体育館	スポーツ振興課
	27	諫早市高来武道館	
	28	諫早市高来総合運動公園	
	29	諫早市高来城ノ下グラウンド	
	30	諫早市高来西グラウンド	
⑦	31	諫早文化会館	文化振興課
⑧	32	諫早市新道福祉交流センター	障害福祉課
⑨	33	干拓の里	干拓室
⑩	34	いこいの森たかき	商工観光課
	35	高城会館	産業誘致課
⑪	36	つくば倶楽部	
	⑫	37	山茶花高原ピクニックパーク
⑬	38	白木峰高原(コスモス花宇宙館)	緑化公園課
⑭	39	のぞみ公園	緑化公園課
	40	多良見のぞみ会館	生涯学習課

■応募資格

- ・法人その他の団体であること
- ・原則として、諫早市内に本社、本店その他活動の本拠を有するもの

■募集期限

9月17日(金)

募集内容など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

[諫早市 指定管理者募集](#) [検索](#)



■問い合わせ先

各担当課

「諫早市ビタミンプロジェクト」提案募集

「諫早の魅力を広くアピールする事業」の企画・提案を募集します。

諫早の新しい魅力・活力づくりにつながるかなどを審査のうえ、事業化を支援します。また、提案するための準備事業も支援します。

■募集事業

- ①ビタミンプロジェクト実施事業（初年度のみ補助）
さまざまな地域資源を活かすなど、諫早の新しい魅力、活力づくりに貢献する事業
※イベント開催事業については、新型コロナウイルス感染症対策に配慮した計画内容としてください。
- ②ビタミンの卵事業
次年度にビタミンプロジェクト事業の提案をするための情報収集などの準備事業

■募集期限

8月10日(火)

◎これまでの事業例



諫早の地域キャラクター育成プロジェクト



フルーツバス停スイーツコンテスト事業



幻の高来そば振興事業

募集内容など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

[諫早市 ビタミンプロジェクト](#) [検索](#)

■問い合わせ先/企画政策課





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3回)

～集いの場でできる介護予防～

サロン・老人クラブ・趣味の会などで、介護予防プログラムに取り組んでみませんか。(要申込)



集いの場へ講師が伺います
次の例会からは、習ったことを
続けていきましょう

メニュー

- ・筋トレ
- ・脳トレ
- ・手ばかり栄養
- ・くち口トレ

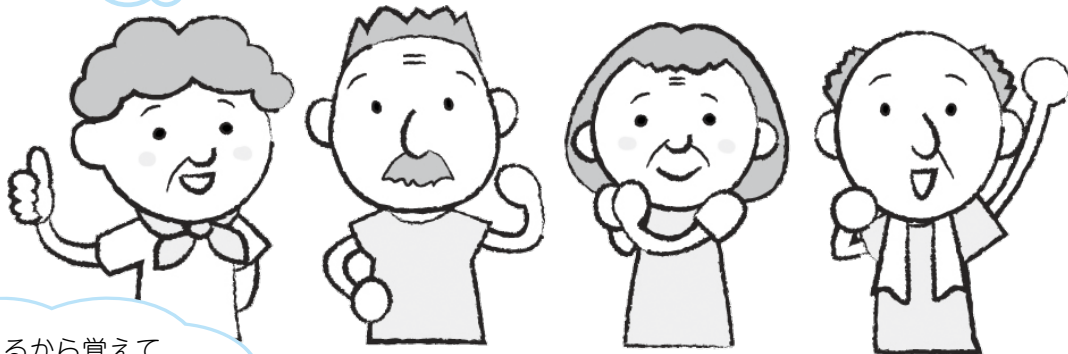
※ DVD を差し上げます



サロンや老人クラブなど日頃から通っている場所で
みんなで一緒に楽しみましょう!

15分くらいなら、毎日の
集まりのときにできるから、
取り入れやすいかな

1人では続かないけど、
いつも集まる皆となら
続けられるね



毎回するから覚えて
家でも続けられるかな

■問い合わせ先／高齢介護課

介護予防教室 (8月開催分)

【午前】 10時～11時30分

【午後】 1時30分～3時

2日(月)午前 池下公民館 ※

3日(火)午前 森山町杉谷公民館

3日(火)午後 御手水町公民館 ※

4日(水)午後 泉町公民館 ※

5日(木)午前 上山荘(入館料160円必要)

5日(木)午後 小船越町公民館

6日(金)午前 長田みのり会館

17日(火)午前 久山町公民館

18日(水)午後 たらみ会館 ※

18日(水)午後 宗方町公民館 ※

19日(木)午前 平山町公民館

19日(木)午後 黒崎公民館(高来) ※

20日(金)午前 西諫早公民館 ※

20日(金)午後 小栗ふれあい会館

20日(金)午後 西郷町公民館

23日(月)午前 市民センター ※

23日(月)午後 栄田町公民館

25日(水)午後 おがたま会館

26日(木)午後 飯盛ふれあい会館

31日(火)午後 本野ふれあい会館

【若返り体操教室】

4日(水)午後 西諫早公民館

10日(火)午後 市民センター ※

16日(月)午後 高来公民館宇良分館

26日(木)午後 有喜ふれあい会館

27日(金)午後 たらみ図書館

※「は、まじ」定員に達しています。

■申込・問い合わせ先

高齢介護課

くらしの情報



お知らせ

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。

■対象者／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

■利用料

0～6000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。

■対象者／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

■利用料

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

在宅で介護されている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。

■対象者／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現に介護している家族

■支給限度額／要介護高齢者1人あたり月額8,300円

◎要援護者登録申請

一人暮らし高齢者を地域で見守る活動、緊急時や災害時の支援につながる体制整備のための登録申請(無料)。

■対象者／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。

■問い合わせ先／高齢介護課

または各支所地域総務課

届出により産前産後期間の国民年金保険料が免除となります



産前産後期間の国民年金保険料が免除されます。

出産予定日の6カ月前から届出が可能です。

■対象者

国民年金第1号被保険者で出産予定日または出産日が平成31年2月1日以降の人

■産前産後の取扱い

産前産後期間として認められた期間は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

※産前産後期間とは、出産予定日

または出産日が属する月の前月から4カ月間、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間をいいます。

■届出・問い合わせ先

・諫早年金事務所

☎25・1662

・保険年金課

または各支所地域総務課

個人市県民税の納付をお忘れなく



個人市県民税の第2期分は、8月31日(火)が納期限です。

納付は市役所、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、便利な口座振替をご利用ください。手続きは、お取引の金融機関でお願いします。

なお、市税の納付が困難なときには、お早めにご相談ください。

■口座振替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わかるもの

※口座振替開始までには、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

納税課

精霊船を出される皆さんへ

8月15日(日)の精霊流しの実施、集積場への来場などについてお知らせします。感染予防対策、また不法投棄がないようにご協力をお願いします。

感染予防対策

- マスクをご着用ください。
- 精霊船を引く際は、少人数で。
- 集積場への来場は、少人数で速やかな退場を。
- 集積場や沿道での見物は、自粛を。

1 集積場の設置場所と持ち込み時間

地域	地区名	集積場	持ち込み時間
諫早	中央地区	中央ふれあい広場（公園側）の駐車場	18時～21時
	真津山・西諫早地区	スポーツパークいさはや第1野球場前の駐車場	
多良見	西川内	市布公民館敷地	19時～21時
	上市・下市・山中・多良見団地		
	喜々津団地		
	丸尾2区	喜々津中央公園	
	中里・井樋ノ尾・丸尾1区・福井田・阿蘇		
	化屋・大島・停車場	シーサイド北公園	
	シーサイド1・2・3・4区		
	木床1・2区	大四郎淵グラウンド脇の空き地	
	(喜)船津		
大草地区・伊木力地区	西部グラウンド東側の空き地		
高来	湯江・宇良地区	下里団地から東へ150mの旧海岸降り口付近	
	小江・深海地区	ユートクから南へ下った旧護岸堤防付近	
小長井	小長井地区	長里グラウンド側ストックハウス横	

2 交通規制

諫早小学校隣接の中央ふれあい広場（公園側）前の道路の一部が、19時から21時まで交通規制されます。

3 警察への申請が必要な場合

全長2m以上の船を出す場合は、8月10日(火)までに警察署へ申請が必要ですのでご注意ください。

詳しくは、諫早警察署交通課（☎22-0110）へお問い合わせください。

◎精霊船の大きさの制限

【全長】10m以下（単車）※連結時は21m以下 【胴体】7m以下

【全幅】2.5m以下 【高さ】3.5m以下（担いだときの高さ）

4 注意事項

- 精霊船などは、指定した時間内に持ち込むこと。
- バッテリー、爆竹などの発火性可燃物は持ち帰ること。
- 精霊船の中に故人を偲ぶ書籍・衣類や灯籠などがある場合は持ち帰ること。
- 故人を偲ぶ書籍・衣類や灯籠のみでの持ち込みはしないこと。
- こもなどを集積している所に、火の付いた線香などを置かないこと。
- 集積場内では爆竹や花火を使用しないこと。また、係員の指示に従うこと。

精霊流しに関する
市ホームページ



■問い合わせ先／福祉総務課、多良見・高来・小長井支所地域総務課

家庭で不用になった提灯の処分

○素材が可燃物のみでできているものは、もやすごみ用の袋に入れて出してください。

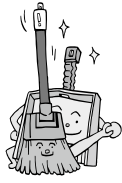
○電球やコード、そのほか金属などが混ざっているものは分別して、不燃物は金属・有害ごみ用の袋で、可燃物はもやすごみ用の袋に入れて出してください。

○針金が使用されているものは、縦に3等分に切断して、もやすごみ用の袋に入れて出してください。

※県央県南クリーンセンター（もやすごみ）または県央不燃物再生センター（もえないごみ）に直接持ち込まれる場合は、手数料が必要ですので、市の指定袋で搬入する必要があります。

■問い合わせ先／環境政策課
または各支所地域総務課

市民大清掃



市と諫早市衛生組織連合会では、毎年8月第1日曜日に市内一斉に市民大清掃を実施していましたが、今年度は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、市内一斉に行うのではなく、自治会・町内会ごとに必要に応じて町内清掃として実施することになりました。

詳細は、各自治会・町内会の回覧などをご確認ください。

■問い合わせ先

環境政策課
または各支所地域総務課

8月は全国食品衛生月間です

全国的にカンピロバクターなどによる細菌性食中毒が発生しています。

家族みんなで食中毒を予防しましょう。

菌を「付けない」「増やさない」「やっつける（殺菌する）」を合言葉に、調理の前につけこんでしっかり手洗いをしましょう。

- ① 変なおいがしなれば大丈夫
- ② 食べる前に加熱すれば大丈夫
- ③ 真空パックだから大丈夫

このような間違った認識が食中毒のもとです。食中毒の予防などに関する情報は、お問い合わせください。

■問い合わせ先

・県央保健所 ☎26・3305
・諫早地区食品環境衛生協会 ☎26・4711

資源物ストックハウスを利用しましょう

市では、資源物の回収促進を図るため、家庭から出される新聞や雑誌など、リサイクル可能な紙類を市民がいつでも持ち込める「資源物ストックハウス」を市内20カ所に設置しています。

住民団体（自治会、婦人会、子ども会など）による資源物回収がない場合や回収日までに家庭での保管が困難な場合に積極的にご利用いただき、ごみ減量にご協力ください。



【ストックハウス設置箇所】 ※年末・年始を除く

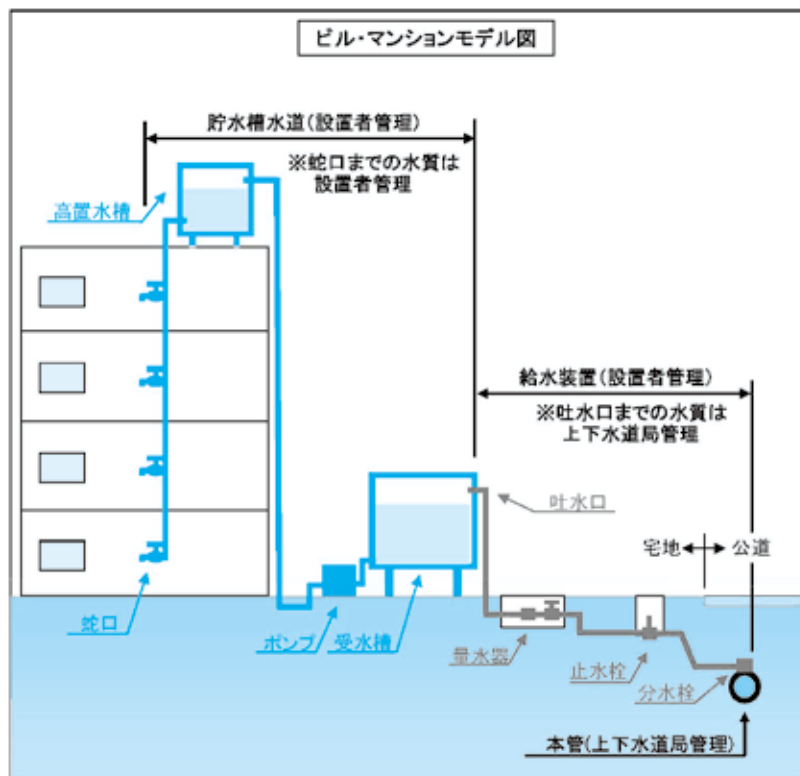
地域	設置箇所	開放日	開放時間	
諫早	・市役所（北側駐車場内） ・小栗ふれあい会館 ・小野ふれあい会館 ・有喜ふれあい会館 ・真津山出張所 ・真津山出張所分室 ・西諫早ふれあい会館 ・本野ふれあい会館 ・長田みのり会館	毎日	9時～17時	
	多良見	・多良見支所 ・多目的研修館		毎日
	森山	・森山支所		毎日
	飯盛	・飯盛支所 ・田結出張所		毎日
	高来	・高来支所 ・高来西ゆめ会館 ・高来公民館宇良分館 ・高来西公民館深海分館		毎日 毎月第1・3日曜日
小長井	・小長井支所	毎日	毎月第1・3日曜日	
	・小長井長里グラウンド			

【回収品目、出し方のお願い】

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

■問い合わせ先／環境政策課または各支所地域総務課

貯水槽水道の維持管理は適正に ～上下水道局からのお願い～



ビル・マンションなどの建物で、水道本管から供給された水を、いったん受水槽にためて、各入居者へ供給するための施設を貯水槽水道（図の青線部分）といいます。

貯水槽水道のうち、受水槽の有効容量の合計が10³m³を超えるものは「簡易専用水道」となり、水道法により、市（環境政策課）への設置届出や、貯水槽の清掃、法定検査の受検などが義務付けられています。

また、有効容量が10³m³以下の小規模な貯水槽水道についても、点検・清掃などの維持管理をお願いします。

貯水槽水道の維持管理は、建物の所有者である設置者（または設置者が委託した管理会社など）が行います。停電や機器故障による断水、水道管の凍結破損、出水不良、水のにごりなどの異常が起きた場合は設置者（管理会社など）へ連絡してください。設置者（管理会社など）は、入居者へ緊急連絡先の周知をお願いします。

■問い合わせ先／水道課

井戸水や湧水、専用水道の利用は適正に

【井戸水・湧水を飲む皆さんへ】

井戸水や湧水は、有害物質の地下浸透や井戸などの管理が不十分なことにより汚染されるおそれがあります。

飲用井戸などの衛生確保は、設置者自ら実施することになりますので、次のような点に気をつけて、適正な管理に努めてください。

- ・井戸およびその周辺を清潔に保ち、衛生的に管理しましょう。
- ・水の色、濁り、臭いや味を毎日確認し、定期的（年1回以上）に水質検査を受けましょう。
- ・井戸水などが人の健康を害するおそれがある場合は、直ちに給水（使用）を停止し、その旨を利用者および環境政策課にお知らせください。

【専用水道について】

専用水道とは、自家用の水道で、100人を超える者にその居住に必要な水を供給するもの、あるいはその水道施設の1日最大給水量が20³m³を超えるものをいいます。

井戸などの自己水源を持つ療養所、集合住宅、レジャー施設、学校、ホテルなどが該当します。

専用水道を新たに設置する場合、また既存水道施設が専用水道に該当することとなった場合などは、申請や届出が必要となります。

使用を開始した後も、水道法に基づく水道技術管理者の配置や届出、水質検査、健康診断および水質検査計画の策定などを行う必要があります。

■申請・問い合わせ先／環境政策課



市有地を売却します

■入札物件

物件番号 1

【土地】宇都町237番20
 地目：宅地
 面積：214.87㎡
 用途地域：第一種低層住居専用地域
 最低売却価格：6,476,000円



物件番号 2

【土地】旭町655番1
 地目：宅地
 面積：59.31㎡
 用途地域：第一種住居地域
 最低売却価格：2,349,000円



■申込書の配布・受付期限

8月6日(金)まで(土日祝日を除く9時から17時まで)

■申込書の配布および受付場所

契約管財課(市役所本館3階)

※申込書など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



■現地説明会／8月2日(月)

【物件番号1】10時から10時30分

【物件番号2】11時から11時30分

■入札日時／8月20日(金) 14時から順次

■入札会場

市役所本館8階 8-4会議室

■入札方法／一般競争入札

■問い合わせ先／契約管財課

土地・家屋(固定資産)の 現況調査を行っています

担当職員がお伺いしたときは、調査にご協力をお願いします。なお、担当職員は「固定資産評価補助員証」を携帯しています。

■問い合わせ先／資産税課

各種手当の現況届はお忘れなく



受給者の皆さんに、手続きに関する案内を郵送します。現況届を提出しない場合は、手当が受給できなくなりますので、必ず提出してください。

手当の種類	提出期間 (土日祝日を除く)	提出窓口
児童扶養手当	8月2日(月)~31日(火)	こども支援課 各支所地域総務課
特別児童扶養手当	8月12日(木) ~9月10日(金)	障害福祉課 各支所地域総務課
特別障害者手当		
障害児福祉手当		
経過措置福祉手当		

※諫早市中心身障害児福祉手当については、現況届の提出は不要です。

■問い合わせ先

こども支援課、障害福祉課

空き家バンクに 登録しませんか

「住まないけどまだ住める家」、「誰かに使ってほしい家」などありましたら、ご連絡ください。

空き家バンクに登録した物件は、市ホームページに掲載し、情報提供を行います。

[諫早市空き家バンク](#)

[検索](#)

■問い合わせ先／地域づくり推進課

児童扶養手当をご存じですか ひとり親世帯などで児童を養育する人へ支給する手当があります



所得制限などの条件があり、認定を受けるには申請手続きが必要です。

■ひとり親世帯の要件

児童が次のいずれかに該当し、児童を養育する人に配偶者（事実婚を含む）がない場合に支給します。ただし、③の場合や、児童を養育する人が児童の父母でない場合は、婚姻中でも支給します。

- ①父母が離婚した児童
- ②父または母が死亡した児童
- ③父または母が一定程度の障害の状態にある児童
- ④父または母の生死が明らかでない児童
- ⑤父または母が裁判所のDV保護命令を受けた児童
- ⑥母が婚姻によらないで懐胎した児童
- ⑦その他（遺棄されている児童など）

◎次に該当する児童は除きます

- 児童福祉施設に入所している児童
- 里親に委託されている児童

■児童の年齢と対象期間

18歳以下の児童が対象で、18歳の誕生日後の最初の3月31日までが対象期間です。障害のある児童であれば20歳の誕生日の前日まで延長となり、障害程度には基準があります。

■支給時期と支給額

申請後、認定を受けると、奇数月ごとにその前月までの分が支給されます。支給額は、支給対象者の所得に応じて10円単位で計算します。遺族年金などの公的年金を受給しているときは、年金との差額を支給します。また、認定から約5年を過ぎると、就労しているなどの条件を満たさない場合、この半額の支給となります。

	全部支給(月額)	一部支給(月額)
児童が1人の場合	43,160円	10,180円～43,150円
児童が2人の場合	53,350円	15,280円～53,330円
児童が3人の場合	59,460円	18,340円～59,430円
4人目以降1人あたり	6,110円加算	3,060円～6,100円加算

■所得制限

支給対象者、または同居の親族（児童の祖父母など）のそれぞれに所得制限があります。所得制限の額は、扶養する親族などの人数によって異なります。前年（1月～9月までに請求する場合は前々年）の所得が限度額を超えると、手当が支給されないことがあります。また、養育費を受けた場合は、その8割を支給対象者の所得に加えます。

■所得制限の額

扶養親族などの数	支給対象者(父または母)		同居の親族
	全部支給	一部支給	全部支給
0人	49万円未満	49万円以上 192万円未満	236万円未満
1人	87万円未満	87万円以上 230万円未満	274万円未満
2人	125万円未満	125万円以上 268万円未満	312万円未満
3人	163万円未満	163万円以上 306万円未満	350万円未満

■申請手続きに必要なもの

- ①戸籍謄本 ②住民票 ③通帳
- ④借家にお住いの方は賃貸契約書
- ⑤令和2年1月2日以降諫早市に転入した人は、前住所地の所得証明書がマイナンバー
- ⑥そのほか状況によって民生委員の証明や障害年金証書などが必要な場合があります。

■申請場所

こども支援課または各支所地域総務課

■問い合わせ先／こども支援課

「児童手当・特例給付」現況届を未提出の方へ

現況届の提出がないと、支給月が遅れたり、受給できなくなる場合があります。提出をお忘れの方は、至急提出してください。

■問い合わせ先／こども支援課

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯以外)

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中、子育て世帯を支援するため、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

■支給要件／平成15年4月2日から令和4年2月28日生まれの児童（障害児は、平成13年4月2日生まれ以降）を養育している子育て世帯で、次のいずれかを満たす人

- ①令和3年4月分の児童手当または特別児童扶養手当を受給し、令和3年度分の住民税が非課税の人
- ②対象児童の養育者であって新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、令和3年度分の住民税が非課税世帯と同水準となった世帯

■支給額／児童1人につき5万円

■申請手続き

【①の該当者】申請は不要

支給日は7月30日(金)予定

【②の該当者】申請が必要

こども支援課または各支所地域総務課で配布している申請書類に、給与明細、年金通知書などを添付し、同窓口にお申し込みください。支給日は申請した月の翌月下旬です。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

[諫早市子育て世帯生活支援特別給付金](#) [検索](#)

■申請期限／令和4年2月28日(月)

■問い合わせ先／こども支援課

市奨学金の償還猶予

市では、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、家計が急変したことにより、奨学金の返還が困難となった人に対し、償還期限を猶予します。詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ先／教育総務課

市緊急支援奨学生

市では、失業や災害など家計の急変により高校などへの就学が困難となった人に対する緊急支援奨学生を随時受け付けています。なお、新型コロナウイルス感染症の影響により家計が急変し、奨学金を希望される人も対象となります。

■対象／次の全てに該当する人

- ①家計の急変事由が発生してから12カ月を経過していない人
- ②親が市内に住所を有していること
- ③高校などに在学する人（専修学校などは、修業年限が2年以上の課程）

■貸付額（月額）

1万円、2万円または3万円

※在学する学校の種類により貸付額は異なります。

■問い合わせ先／教育総務課

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

今日の日本の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表するため、戦没者等のご遺族に第11回特別弔慰金が支給されます。

■支給対象者

令和2年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける人（戦没者等の妻や父母）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給。

◎下のⅠ～Ⅳの戦没者等の死亡当時のご遺族で、先順位の人お一人が支給対象者

Ⅰ 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人

Ⅱ 戦没者等の子

Ⅲ 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかにより、順番が入れ替わります。

Ⅳ 上記Ⅰ～Ⅲ以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人に限ります。

■支給内容／記名国債（額面25万円、年5万円の5年償還）

■請求期限／令和5年3月31日

※期間を過ぎると請求できなくなりますので、ご注意ください。

※市では、特別弔慰金支給についてのご案内を電話で行うことは一切ありませんので、十分ご注意ください。

■請求窓口・お問い合わせ／福祉総務課、各支所地域総務課

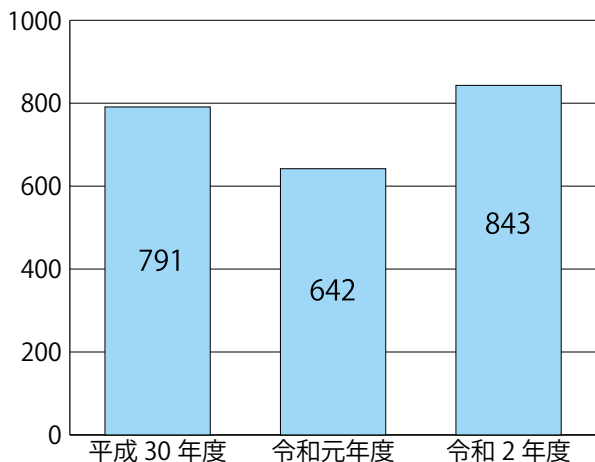
令和2年度の消費生活相談、市民相談の概要をお知らせします

■消費生活相談

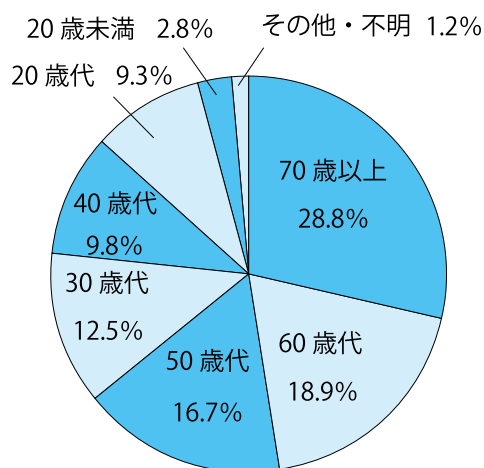
令和2年度の相談件数は843件、救済金額（※）は約4,979万円でした。

※消費生活センターに相談したことにより、「支払わずに済んだ」「返金があった」といった金額。

相談件数の推移



年代別相談割合



相談件数上位の内容

1位	商品一般（※1）	93件
2位	放送・コンテンツなど（※2）	92件
3位	健康食品	66件
4位	融資サービス	48件
5位	化粧品	38件

※1「商品一般」は、商品の相談ですが、商品特定できない架空請求などを含みます。

※2「放送・コンテンツなど」は、アダルト情報サイトや出会い系サイト、オンラインゲームなどの相談です。

■市民相談

専門相談員による相談件数の推移

	平成30年度	令和元年度	令和2年度
法律相談	260	153	108
人権相談	41	36	20
行政相談	36	22	26
登記相談	41	55	45
不動産相談	26	17	25
交通事故相談	26	13	9
遺言契約等相談	40	22	23
税務・多重債務相談	7	1	0
計	477	319	256

（消費生活センター、市民相談室）

消費生活出前講座 ～悪質商法、特殊詐欺から身を守る～



身近な消費者トラブルの実例や対策などを紹介しています。

ご近所、サークルなどの集まりや、職員研修など、ニーズに合わせて無料で講師を派遣します。

消費者トラブルから身を守るため、地域の仲間と出前講座を活用してみませんか？

■申込・問い合わせ先

消費生活センター ☎22-3113

「子どもの人権・女性の悩みごと相談所」開設

子どもの人権問題（いじめ・体罰・虐待など）、女性の人権問題（夫・パートナーからの暴力、ストーカー、セクハラなど）の相談に応じるため、次のとおり相談所を開設します。

相談は無料で、人権擁護委員が相談に応じます。

■とき／8月22日(日) 10時～15時

■ところ／高城会館3階

■問い合わせ先

長崎地方法務局諫早支局

☎22・0475

道路ふれあい月間のPRキャンペーン

毎年8月は「道路ふれあい月間」です。この期間には道路とふれあい、道路の役割やその重要性について理解を深めるため、全国各地さまざまな催しが行われます。

市でも道路ふれあい月間にちなんだイベントを行いますので、ぜひご参加ください。

■とき／8月10日(火) 14時～16時

■ところ／市役所本館1階ホール

■内容

道路に関する相談コーナー、

道路に関するグッズなどの配布

■問い合わせ先

建設総務課

マイナンバーカードの申請はお済みですか



市役所の開庁時間内に来庁できない人のために、市役所本館1階で休日窓口および窓口延長を行います。

当日は、事前の写真準備が不要のWeb申請サポートを行います。

申請・受け取りは、完全予約制です。ご予約締切日の17時までには必ず電話予約をお願いします。

なお、申請時に運転免許証、健康保険証、通知カードの3点をお持ちいただくと、マイナンバーカードを郵送で受け取ることもできます。

○休日窓口（8月）

8日(日) 【8月6日(金)】

29日(日) 【8月27日(金)】

各日9時～12時

※【1】内は予約締切日

○延長窓口（8月）

5日(木)・12日(木)・19日(木)

19時30分まで

■予約・問い合わせ先

市民窓口課 マイナンバー担当

☎22・2615

少年センター相談会

少年センターでは、不登校やいじめなどで悩みを持つ市内小・中学生の保護者、教職員を対象にした専門相談員による相談会を実施しています。

■日程

・9月16日(木) 井上大嗣さん

(県立子ども医療福祉センター医師)

・9月28日(火) 内村公義さん

(鎮西学院大学名誉教授)

・10月14日(木) 有木明子さん

(臨床心理士スクールカウンセラー)

・10月22日(金) 浅香佐輝子さん

(長崎カウンセリング研究所長)

・11月4日(木) 井上大嗣さん

(県立子ども医療福祉センター医師)

・11月18日(木) 川浪由喜子さん

(臨床心理士・スクールカウンセラー)

・12月3日(金) 浅香佐輝子さん

(長崎カウンセリング研究所長)

■相談時間

14時～17時

1回50分

■申込方法

お子さんが在籍する学校を通じてお申し込みください。

※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。

■問い合わせ先

少年センター

☎22・2551

福祉のお仕事ミニ面談会in諫早

福祉・介護職場への就職を希望する人、就職先として検討してみたい人向けに、諫早市・雲仙市の福祉施設などとの面談会を開催します。

■とき

8月29日(日) 13時～15時

(受付12時30分～)

■ところ

小野ふれあい会館1階

多目的ホール

※事前申込不要。参加前に、お問い合わせ先や福祉の情報サイト「Weeなが」で開催状況を確認ください。

■問い合わせ先

社会福祉法人 長崎県社会福祉

協議会、福祉人材センター

☎095・846・8656



募 集

認知症サポーター養成講座 in 図書館

認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指し、「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

今回は個人での参加を対象とした講座ですので、ごなたでも参加可能です。年間を通じて開催を計画しています。

とき	ところ	定員
7月29日(木) 14時～15時30分	たらみ図書館 (研修室)	20人
8月18日(水) 10時～11時30分	西諫早図書館 (西諫早公民館3階 第2講座室)	20人

※各回とも同じ内容です。要予約。先着順。

■申込・問い合わせ先
各会場の図書館
または高齢介護課

さわやか介護相談員

介護サービスの利用者の疑問や不満、要望などを聞き、サービス提供事業者に橋渡しをしながら、問題の改善や介護サービスの質の向上のために活動する「さわやか介護相談員」を募集します。

■活動内容

相談員の派遣を希望する介護保険施設等を月1回程度訪問し、利用者の声を事業所側に伝えます。

■資格

利用者の立場にたつて活動できる人柄と熱意がある人

■定員

若干名

■任期

令和4年度末まで

■申込期限

8月6日(金)

■申込方法

市販の履歴書に記入の上、お申込みください(郵送可)。

※ボランティア活動ですが、交通費程度の支給があります。

■申込・問い合わせ先
高齢介護課

食生活改善推進員「養成講座」受講生

諫早市食生活改善推進協議会は、食生活改善推進員を養成し「親子食育教室」や「生活習慣病予防教室」などを通して、市民の健康増進に取り組んでいます。

■養成内容

健康づくりのための食生活の推進に関する知識・実技など

■資格

全プログラムを受講可能で、養成講座修了後お住まいの地域でボランティア活動ができる人

■期間

9月～12月(全6回)

9時30分～13時30分

※初回9月30日(木)のみ14時～16時

■ところ

小栗ふれあい会館

■定員

15人程度

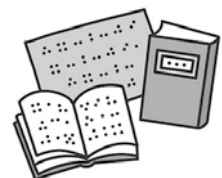
■申込期限

8月31日(火)

※受講決定は、可否に関わらず申込者宛てに通知します。

■申込・問い合わせ先
諫早市食生活改善推進協議会
(事務局 健康福祉センター)
☎27・0700

点訳ボランティア養成講座受講者



点訳友の会「ムッツゴロ」は、視覚障害者への点訳ボランティア活動を希望する人を対象に、養成講座を開催します。

※受講無料。

■期間

9月14日(火)～11月16日(火)

毎週火曜日(全10回程度)

10時～12時

■ところ

諫早図書館集会室

■定員

5名

※受講に關しての連絡は、点訳友の会「ムッツゴロ」から後日ハガキが届きます

■申込期限

8月31日(火)

■申込・問い合わせ先
障害福祉課



諫早は、日本の文学界を代表する「詩人・伊東静雄」、「作家・野呂邦暢」、「脚本家・市川森一」などを輩出しています。豊かな自然と風土が育んだ「諫早文学」が、今後も大切に受け継がれることを願って、中学生・高校生の皆さんが創作した作品を募集します。

■募集部門

随筆、詩、短歌、俳句

(自作・未発表のものに限る)

■申込資格

市内の公立中学校・高等学校および特別支援学校に在籍する生徒

■申込方法

諫早市芸術文化連盟内文芸コンクール係へ、学校単位でとりまとめて提出

■申込期限／9月30日(木)

(当日消印有効)

■申込・問い合わせ先

諫早市芸術文化連盟内文芸コンクール係

☎22・1103

自衛官等

自衛官および学生を募集していません。募集種目や受付期間などは、自衛隊長崎地方協力本部のホームページをご覧ください。自衛隊諫早地域事務所へお尋ねください。

■申込・問い合わせ先

自衛隊諫早地域事務所

☎22・4455

・市民窓口課

または各支所地域総務課



放送大学

令和3年度 第2学期学生

放送大学はテレビなどの放送により授業を行う通信制の大学です。

働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い年代や職業の人が学んでいます。

詳細は放送大学のホームページで確認ください。

■申込・問い合わせ先

放送大学長崎学習センター

(〒852-8521)

長崎市文教町1-14

長崎大学文教キャンパス内)

☎095・813・1317



ポリテクセンター長崎・令和3年度10月受講生募集

■10月入所コース（訓練期間6カ月）

☆印の日は訓練体験ができます

訓練科名	定員	募集期間	施設見学会※	選考日	合格発表	訓練期間
機械CAD科	16人	7月20日(火) ～9月1日(水)	☆7月21日(水) 8月4日(水) ☆8月18日(水) 9月1日(水)	9月8日(水)	9月17日(金)	10月5日(火) ～3月29日(火)
板金・溶接科	12人					
電気設備技術科	15人					
設備管理科	24人					
住宅リフォーム技術科	16人					

■受講料／無料（テキスト代など自己負担有）

※施設見学会の日程に都合がつかない人は、個別見学に対応しますのでご相談ください。

詳しくはポリテクセンター長崎のホームページをご覧ください。

■問い合わせ先／ポリテクセンター長崎 訓練課 ☎22-2324



海の事故ゼロキャンペーン

7月16日～8月31日までの間、夏季安全推進運動を実施します。

近年は、カヌーやミニボートなどの海の遊びの人氣が高まり利用者が増えている一方で、必要な知識や技術が不足した状態で海に出ていき、事故に合うケースも増えています。

海に関する知識、乗り物の特性、交通ルールを十分に理解して、安全にマリレジャーを楽しみましょう。安全に楽しむための総合サイト「ウォーターセーフティガイド」をぜひご活用ください。

■問い合わせ先／長崎海上保安部 ☎095-829-2819



**第66回「長崎県美術展覧会」
作品募集**

作品募集要項と出品申込書は、
美術・歴史館、文化振興課、各支
所・出張所、諫早文化会館にあり
ます。

■募集部門

日本画・洋画・彫刻・工芸・書・
写真・デザイン

■募集期間／8月1日(日)～8日(日)

■問い合わせ先

県展事務局(県美術館内)
☎095・825・6058

定期相談

本庁定期開催分(8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

11日(水)、18日(水)、30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

【不動産相談】

3日(火) 9時～12時

【登記相談】

10日(火) 10時～15時

【遺言・契約等相談】

24日(火) 13時～16時

【人権相談】

5日(木)、22日(日) 10時～15時

※22日開催のみ「子どもの人
権・女性の悩みごと特設人権相
談所」として実施。

問い／長崎地方法務局 諫早支局

☎22・0475

※支所定期開催分

多良見支所相談室

26日(木) 9時～12時

飯盛支所相談室

5日(木) 9時～12時

高来支所相談室

5日(木) 9時～12時

小長井支所相談室

12日(木) 9時～12時

【行政相談】

6日(金)、20日(金)、27日(金)

10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

27日(金) 10時～13時

森山支所相談室

27日(金) 10時～13時

飯盛支所相談室

6日(金) 10時～13時

高来支所相談室

6日(金) 10時～13時

小長井支所相談室

13日(金) 10時～13時

【消費生活相談・一般相談】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

8時30分～17時

ところ／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(8月)

【認知症専門相談】 ※事前予約制

13日(金) 13時30分～15時

ところ／市役所別館4階第8会議室

対象／認知症やその心配がある

高齢者・家族など

内容／認知症の人への対応、医

療や介護など

※相談無料。相談日以外でも認知

症地域支援推進員が対応します。

申込・問い／高齢介護課

【草花・樹木に関する相談】

4日(水)、18日(水)、25日(水)

9時～16時

ところ／市役所本館玄関ホール

11日(水) 9時～16時

ところ／高来支所

問い／緑化公園課

【少年センター相談(いじめ・不登校)】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

9時～17時

ところ／野中町508・8

問い／少年センター

☎24・3737

長崎県よろず支援拠点出張窓口
(中小企業・小規模事業者のための経営相談所)

8月12日(木) 9時～17時

ところ／ちばな信用金庫本部

8月26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

経営上のあらゆる相談

問い／長崎県よろず支援拠点

☎095・828・1462

日本政策金融公庫

創業サポートデスクin諫早市

8月2日(月) 13時～16時

ところ／諫早商工会議所

※要予約・相談無料

内容／事業計画策定、資金調達

など創業前後の事業運営

全般に関する相談

問い／日本政策金融公庫

国民生活事業

☎095・824・3141



今回は自宅で簡単にできる「筋トレ」を紹介します。
外出することが減り、動かないことが続くと、筋力が落ちるなど、生活するために必要な機能が低下します。
生活の中で心掛けて取り入れるようにしましょう。
(高齢介護課)

自宅でできる!

簡単 
トレーニング

ひざから下の筋力アップに繋がります。
ふらつかないように、安定したイスを使ってトレーニングしましょう。

筋トレ Ⅲ-⑤ 下腿筋トレ 10回ずつ



※椅子の後ろに立ち、なるべく椅子を持たないように行う

市ホームページの「諫早動画チャンネル」では、この体操の動画「筋トレステージⅢ(上級編)⑤(2分47秒)」を配信しています。ぜひご覧ください。



食改さんのおすすめレシピ

沢煮椀風のお吸い物

～小栗地区のおすすめレシピ～



- 【材料】 2人分
- 豚肉……………40g
 - ニンジン……………20g
 - ゴボウ……………20g
 - 絹サヤ……………10g
 - 出し汁……………360ml
 - 薄口醤油……………小さじ1
 - 塩……………少々
 - ネギ(小口切り) ……5g

(1人分: 63kcal)

【作り方】

- ①豚肉は食べやすい大きさに切る。
ニンジンはいちょう切り、ゴボウはささがきにする。
- ②絹サヤはさっと茹でて斜め半分に切っておく。
- ③出し汁に①を加えてアクを除き、3～4分煮る。
- ④薄口醤油、塩を加えさっと混ぜる。
- ⑤②とネギを加える。

家にある野菜やキノコなどを入れて作ってみてください。

「食生活改善推進員養成講座」の受講生を募集しています♪ (詳しくはP22をご覧ください)

■問い合わせ先/健康福祉センター ☎27-0700

美術・歴史館 ☎24-6611

▶館長講座「諫早菖蒲日記と諫早の歴史」

- とき／9月5日(日) 13時30分～15時
- ところ／美術・歴史館 2階研修室
- 内容／「諫早菖蒲日記第2章」に表
されている江戸時代の目代野での調
練（野戦訓練）、洋式銃の導入、領
主の節約、佐賀での大調練について
諫早市史をもとに説明します。
- 講師／堀輝広館長
- 定員／30人 ※申込多数の場合は抽選。受講無料
- 申込方法／はがき（〒854-0014 東小路町2-33）、
ファクス（24-6633）、メール（bireki@city.isaha
ya.nagasaki.jp）に、講座名・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／8月22日(日)



コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶たのしい科学教室～ドライアイス実験 もくもく～

- とき／8月7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／10人（予約優先）
- 参加費／500円（保護者は無料）
- 持ってくる物／筆記用具

▶特別観望会「ペルセウス座流星群観望会」

- とき／8月12日(木) 20時～22時
- 持ってくる物
携帯用ライト、虫よけスプレー、
敷物や毛布、マスク
- ※雨天曇天時は中止。中止の場合は当日18時ごろコス
モス花宇宙館ホームページに掲載



▶ペーパークイリング体験～夏の星空～

- とき／8月15日(日) 11時～12時、13時～14時
- 対象／4歳以上（小学2年生以下は保護者同伴）
- 定員／各10人（予約優先）
- 参加費／500円

▶押し花アート体験～星型パーツmix～

- 白木峰高原で採取された植物などと星型パーツで装
飾し、押し花はがきやキーホルダーを作ります。
- とき／8月22日(日)
13時～14時、14時30分～15時30分
- 対象／4歳以上
（小学2年生以下は保護者同伴）
- 定員／各10人（予約優先）
- 参加費／押し花はがき 200円
押し花キーホルダー 500円



諫早図書館 ☎23-4946

▶映画上映会

- とき／8月21日(土) 14時～
- ところ／諫早図書館 視聴覚ホール ※入場無料
- 内容／「ドキュメンタリー映画 疎開した40万冊の図書」
（2013年 日本 102分）
- 定員／先着30人

たらみ図書館 ☎43-4611

▶1 day上映会

- とき／8月6日(金)
- ①10時30分～ ②13時～ ③14時～
- ところ／たらみ図書館 海のホール ※入場無料
- 内容
- ①「映画すみっこぐらし」(2019年 日本 66分)
- ②「マララ～教育を求めて闘う少女」
（2013年 イギリス 30分）
- ③「君に届け」(2010年 日本 128分)
- 定員／100人 ※要事前申込



森山図書館 ☎35-2001

▶森山地域ゆかりの作家でつなぐリレー展
～小川巧展・小川富子展～

- とき／①8月1日(日)～15日(日) ②8月18日(水)～29日(日)
各10時～18時
- ※観覧無料。8月9日(月)・19日(木)、毎週火曜日は休館
- 内容／①小川富子展 ②小川巧展

高来東児童館 ☎32-5858

▶ぞうきん作り

- とき／8月24日(火) 13時～
- 対象／小学1～3年生（定員10人） ※参加無料
- 持ってくる物／タオル、洗濯バサミ4個



©2018VWN

V・ファーレン長崎を
みんなで応援しよう！

●明治安田生命J2リーグ ホームゲーム

8月14日(土) 19時～ VS モンテディオ山形

- ところ／トランスコスモススタジアム長崎
- 問い合わせ先／スポーツ振興課

夏休み図書館スペシャルイベント

📖 諫早図書館 ☎23-4946

【夏季の開館時間延長のお知らせ】

8月1日(日)から29日(日)の間、土・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。
※市内のほかの図書館・図書室は変更ありません。

▶映画上映会

- とき／8月6日(金) 14時～
- ところ／諫早図書館 視聴覚ホール ※入場無料
- 内容／「くまのアーネストおじさんとセレスティーン」(2012年 フランス・日本語吹替 80分)
- 定員／先着20人

📖 西諫早図書館 ☎26-8607

▶スタンドグラスな？お魚モビールを作ろう

- とき／8月6日(金) 13時30分～
- ところ／西諫早公民館
- 内容／カラーセロファンを使った簡単な工作
- 対象／小学生
- 定員／10人 ※要事前申込
- 持ってくる物／はさみ、飲み物

▶夏のおはなし会

- とき／8月7日(土) 11時～
- ところ／西諫早公民館 講堂
- 内容／大型絵本の読み語りなど、おはなしボランティアぐるんぱと図書館員による拡大版おはなし会

📖 たらみ図書館 ☎43-4611

▶スペシャルおはなし会

- とき／8月4日(水) 10時30分～11時15分
- ところ／たらみ図書館 海のホール
- 内容／「おとぎのへや読み語りの会」による拡大版おはなし会
- 対象／幼児～大人 ■定員／100人 ※要事前申込

▶タぐれからのこわーい上映会

- とき／8月6日(金) 19時～20時(18時45分開場)
- ところ／たらみ図書館 海のホール
- 内容／怖いお話を中心に ■対象／小学生と保護者
- 定員／10組 ※要事前申込

▶世界に一つだけのバッグをつくろう

- とき／8月7日(土) 14時～16時
- ところ／たらみ図書館 研修室
- 内容／無地のバッグに好きな絵を描いて、アイロンプリントでオリジナルバッグを作ります
- 対象／小学生 ■定員／15人 ※要事前申込
- 材料代／200円

📖 高来図書室 ☎32-2395

▶夏休み・読書ビンゴ

- とき／7月21日(水)～8月31日(火)
- ところ／高来図書室
- 内容／16のテーマの中から本を選んで読み、3列ビンゴを完成させよう ■対象／小学生

▶新聞ちぎり絵にチャレンジしよう

- とき／8月10日(火) 14時～16時
- ところ／高来西ゆめ会館 2階ゆめ創作室
- 内容／新聞をちぎって貼り、オリジナル作品を作ろう
- 対象／小学生 ■定員／9人 ※要事前申込
- 持ってくる物／手拭タオル、飲み物
- ※汚れても良い服装で参加

▶ちょっぴりこわ～いおはなし会

- とき／8月28日(土) 14時～(30分程度)
- ところ／高来西ゆめ会館 談話室
- 内容／ちょっとこわいおはなしの読み語り

📖 飯盛図書室 ☎48-0518

▶子ども自然科学教室

- とき／7月30日(金) 14時～16時
- ところ／飯盛ふれあい会館 研修室①
- 内容／このホネはどんな生き物かな？身近な自然を観察しよう
- 対象／小学生(低学年は保護者同伴)
- 定員／8人 ※要事前申込

▶手形でアート

- とき／8月6日(金) 14時～16時
- ところ／飯盛ふれあい会館 研修室①
- 内容／手形は何に見えるかな？押して楽しもう！
- 対象／小学生(低学年は保護者同伴)
- 定員／8人 ※要事前申込 ■材料代／200円
- 持ってくる物／手拭タオル、飲み物
- ※汚れても良い服装で参加

▶ちょびっとこわいおはなし会

- とき／8月28日(土) 11時～11時40分
- ところ／飯盛ふれあい会館 研修室③
- 内容／ちょびっとこわいおはなしの読み語り

※新型コロナウイルス感染予防対策として、マスクの着用・検温・手指消毒などにご協力ください。

掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

小野公民館 ☎22-0264

▶夜の料理教室～彩りもきれいで子どもも喜ぶめん料理～

日 8月27日(金) 19時～21時

場 小野ふれあい会館

内 簡単・ヘルシーで栄養たっぷりのそうめんアレンジ料理を作ります

対 成人 定 8人 申 8月10日(火)

料 750円 持 エプロン、三角巾、タオル、持ち帰り容器

西諫早公民館 ☎26-1531

▶親子で作ろう☆無添加みそ

日 8月19日(木) 10時30分～12時30分

内 親子で本格味噌作りチャレンジ

対 親子(祖父母など可) 定 12組

申 8月10日(火) 料 材料代

持 エプロン、三角巾、タオル、持ち帰り容器

▶我が家の無添加味噌づくり♪

日 8月19日(木) 10時30分～12時30分

内 本格味噌作りで、伝統食の良さを再認識しましょう

対 成人 定 20人 申 8月10日(火) 料 材料代

持 エプロン、三角巾、タオル、持ち帰り容器 ※親子みそ作りと同時開催

長田公民館 ☎23-9024

▶夏休みの工作と天体観測

日 8月17日(火) 18時30分～20時30分

場 長田みのり会館

内 安価な材料で屈折式望遠鏡を作り、月のクレーターを見てみよう

対 小学3年生～中学生(保護者の送迎要。小学生は保護者同伴)

定 8組 申 8月12日(木)

料 450円程度 持 飲み物

▶そなえる防災

日 8月19日(木) 10時30分～11時30分

場 長田みのり会館 内 命を守るための「知る」「気づく」「考える」防災講座

対 成人 定 50人 申 8月16日(月)

森山公民館 ☎36-1116

▶一閑張りかごバック作り講座

日 8月16日(月)・23日(月)・30日(月) (全3回) 各13時30分～15時30分

内 初心者向けの一閑張りかご作り講座です

対 成人 定 15人 申 8月3日(火) 料 材料代

持 エプロン、タオル、3cm幅の刷毛と筆1本

▶健康ストレッチ教室

日 8月24日(火) 10時～12時

内 引き締め効果のあるストレッチとスクワットの方法を学びます

対 女性 定 20人 申 8月17日(火)

料 100円 持 ヨガマット、飲み物

※動きやすい服装で参加

▶夏休み子ども国際交流講座

日 8月28日(土) 9時30分～12時

内 サモア伝統柄のステンシルで、ランプシェードを作ります

対 小学生(2年生以下保護者同伴)

定 30人 申 8月20日(金) 料 500円

持 手拭用タオル、飲み物

※汚れてもいい服装で参加

小栗公民館 ☎22-1533

▶夏休み体験講座

～いきものたんでいだん～

日 8月19日(木) 10時～12時

内 自然の中のカケラ、UNCOに触れながら身近な生き物の達人になろう

対 小学生 定 15人 申 8月13日(金)

料 100円 持 筆記用具、飲み物

▶男子キッチン

～映えるキャンプめし～

日 8月21日(土) 10時～13時

内 家族の時間を作り、父子で料理の楽しさを共有し食育を学びます

対 小学生と保護者(父親優先)

定 12人 申 8月13日(金) 料 750円

持 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

有喜公民館 ☎28-3110

▶夏休み子ども工作講座

日 8月21日(土) 9時30分～12時

場 有喜ふれあい会館

内 洗濯バサミと割り箸を使ってボールを飛ばし、カップの中に入れるゲームマシンを作ります

対 小学生とその親 定 8組

申 8月10日(火) 料 400円

持 牛乳パック(1ℓ)4個、物差し、油性マジック(細書)

▶リトミック講座

日 9月9日(木) 10時～11時

場 有喜ふれあい会館

内 親子で音楽や音にふれあいながら子どもの心と体の発達を促す

対 未就学児とその親 定 5組

申 8月30日(月)

料 100円(保険料)

申込・問い合わせは、各公民館へ
※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。

※場の記事がないものは、各公民館が開催場所です。

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

▶夏休み子ども防災教室

日 8月10日(火) 9時30分～13時

内 災害発生時に役立つ防災道具の作成、ガスコンロでの炊飯や市役所防災会議室を見学します

対 小学生(2年生以下保護者同伴)

定 10人 申 8月5日(木) 料 500円

持 エプロン、三角巾、飲み物

▶おもちゃ病院

日 8月11日(水)・28日(土)

10時～15時30分 ※受付は15時まで
内 思い出が詰まったおもちゃを修理します

対 成人 料 部品代

▶生き生き百年塾

～軽スポーツ体験など～

日 8月17日(火) 10時～12時

内 フライングディスクで、体と脳を動かしましょう

対 高齢者

▶女性大学～プランター菜園入門～

日 8月19日(木) 13時30分～15時30分

内 土、植え方、肥料などについての基礎を学びます

対 女性

▶親子おもちゃドクター体験講座
日 8月21日(土)・22日(日) (全2回) 10時～12時

内 おもちゃ病院の活動について、実習を通して学びます

対 親子 定 10組 申 8月13日(金)

持 壊れたおもちゃ 料 300円

田結公民館 ☎49-1111

▶夏休み親子講座「ミニ畳作り教室」

日 8月19日(木) 13時30分～15時30分
内 地元畳職人指導のもと、自分だけのオリジナル「ミニ畳」を作ります
対 小学生と保護者 定 5組
申 8月12日(木) 料 1,000円

高来公民館 ☎32-2111

▶健康づくり

日 8月25日(水) 13時30分～15時30分
場 高来会館
内 軽快なリズムに合わせて爽やかな汗を流しましょう
対 成人 定 15人
申 8月18日(水) 料 100円(保険料)
持 タオル、飲み物、軍手
※運動ができる服装で参加

高来西公民館 ☎32-3126

▶いきで素敵な江戸しぐさ

日 8月18日(水) 10時～12時
場 高来西ゆめ会館
内 江戸時代の町人達のマナーを細解き、思いやりについて学びます
対 成人 定 30人 申 8月11日(水)
持 筆記用具

小長井公民館 ☎34-2201

▶子ども講座「夏休み科学教室」

日 ①8月17日(火) ②8月18日(水)
各 9時30分～11時30分
場 小長井文化ホール
内 夏休みの作品を制作
対 ①小学生(低学年)
②小学生(高学年)
定 10人 申 8月6日(金) 料 500円

▶子ども講座「ALTと遊ぼう英語の世界&おはなし会」

日 8月7日(出) 13時～15時30分
場 小長井文化ホール
内 英語の絵本の読みかたりやALTとの遊びを通して英語に親しもう
対 幼児・小学生
定 100人 料 保険料

▶高齢者講座「シルバー大学」

日 8月10日(火) 10時～11時30分
場 小長井文化ホール
内 講話「豊かな高齢期」
対 高齢者 定 100人

▶工作講座「ラジオを作ってみよう」

日 8月29日(日) 10時～12時
場 たらみ会館
内 ラジオ作りの面白さを知り、災害時の情報収集に活用します
対 小学4～6年生 定 10人
申 8月12日(木) 持 飲み物

伊木力公民館 ☎44-1002

▶夏休み子ども絵画教室

日 8月10日(火) 14時～16時30分
場 多良見多目的研修館
内 大村湾の生物を描きます
対 小学生 定 20人 申 8月3日(火)
料 200円 持 絵具道具一式

飯盛公民館 ☎48-0049

▶夏休み工作教室

日 8月17日(火) 10時～12時
場 飯盛ふれあい会館
内 夏の思い出に「オリジナルランタン」を作ってみませんか?
対 小学生 定 10人 申 8月6日(金)
料 800円

持 はさみ、筆記用具、木工用ボンド

▶子どもまつり

日 8月21日(土) 9時～12時30分
場 飯盛ふれあい会館
内 外国人とのゲームなどによる国際交流や科学実験をします。国際交流は「中国を知る」がテーマです

対 小学生 定 40人
申 8月13日(金) 料 400円
持 筆記用具、タオル、飲み物

▶子どもプログラミング

日 8月24日(火)・31日(火) 各日2回開催
①9時～10時30分 ②11時～12時30分
場 飯盛ふれあい会館
内 プログラミングやロボットプログラミングを体験してみよう

対 小学生(3年生以下は保護者同伴)
定 各4人 申 8月13日(金)
持 筆記用具、飲み物

▶飯盛の歴史&松本四郎左衛門の楽しい話

日 8月26日(木) 10時～12時
場 飯盛ふれあい会館
内 「松本四郎左衛門まつり」開催に向けた町づくりの話など演劇のDVDを鑑賞し、飯盛の歴史を学びます
対 成人、高齢者 定 40人
申 8月19日(木) 持 筆記用具

本野公民館 ☎26-0270

▶お楽しみ学級③「何故こうなった!?世界の国旗 パート2」

日 8月10日(火) 10時～12時
場 本野ふれあい会館
内 国旗デザインの由来から世界史や地理を学びます
対 成人(小学生以上も可)
定 20人 申 8月6日(金)
持 筆記用具、世界地図(お持ちの人)

▶夏休み子ども教室～料理教室②～

日 8月18日(水) 10時～12時
場 本野ふれあい会館
内 簡単!ホットケーキミックスで作る総菜パンと冷たいデザート
対 小学3年生以下 定 8人
申 8月10日(火) 料 500円
持 エプロン、三角巾、タオル、持ち帰り容器

▶夏休み子ども教室

～国際交流フェスタ～

日 8月26日(木) 10時～12時
場 本野ふれあい会館
内 留学生とゲームやクイズを楽しみながら国際交流(おやつ付き♪)
対 子ども(幼児は保護者同伴)
定 40人 申 8月18日(水) 料 500円
持 タオル、飲み物

多良見公民館 ☎43-0049

▶体験講座

「夏だ!海だ!カヌーの体験だ!」

日 8月22日(日) 13時～16時
場 喜々津漁港
内 乗船体験を通してその楽しさや魅力を知り、カヌーへの関心と水難防止法などを学びます
対 小・中学生(保護者の送迎要。小学生は保護者同伴)

定 小・中学生30人、親子4組
申 8月5日(木) 料 一人100円

持 帽子、タオル、飲み物、着替え
※濡れても良い服装で参加

▶明生教室

「こげんとき、どぎゃんすつと」

日 8月24日(火) 10時～12時
場 たらみ会館
内 身近な消費者トラブルの実例などを交え対策法を学びます
対 成人、高齢者 定 30人
申 8月12日(木)

熱中症予防行動

～知っておきたい 熱中症に関する大切なこと～

■暑さを避けましょう

- 涼しい服装、日傘、帽子
- エアコン利用で室温調節
- 換気扇や窓開放で喚起を



■こまめに水分補給

- のどが渇く前に水分補給
- 1日あたり1.2ℓを目安
- 多量に汗をかいたら塩分も補給



■マスクをはずそう

- 屋外で人と2m以上離れていればマスクをはずす
- 気温や湿度が高いときは要注意!

■日頃からの健康管理

- 体温測定と健康チェック
- 無理はせず適度な運動
- 体調が悪いときは自宅で静養



高齢者や障害者、子どもは、熱中症にかかりやすいので十分に注意しましょう。密集・密接・密閉を避けつつ、周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします。

出典：環境省・厚生労働省ホームページ

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700

精神保健福祉専門相談

心の健康、児童・思春期の問題行動、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。事前に保健所へご相談いただいてからの予約になります。※原則主治医のいない人に限ります。

■とき（8月）

4日(水)、10日(火)、20日(金)、
23日(月)、25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



ギャンブル依存症家族教室

まずは気軽にご相談ください。

身近な人のギャンブルの問題を、ひとりで抱えていませんか？

■対象者／ギャンブルの問題でお困りのご家族 または知人

■とき／9月24日(金)、10月29日(金)

13時30分～15時30分

■ところ／長崎こども・女性・障害者支援センター (長崎市橋口町10-22)

■問い合わせ先／長崎こども・女性・障害者支援センター 精神保健福祉課 ☎095-846-5115



マダニに注意を!

～マダニはイエダニと同じダニの一種です～
マダニは、山だけでなく、庭や畑、公園などにも生息し、近くを通った人や動物に取り付き吸血します。

■ダニに咬まれないポイント

- ・肌の露出を少なくし、明るい色の服を着る。
- ・虫よけ剤を使用する。
- ※野外活動後は入浴をし、ダニに咬まれていないか確認しましょう。特に、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏、胸の下、頭部（髪の毛の中）などに注意しましょう。

■ダニに咬まれたときの対処法

- ・無理に引き抜こうとせず、医療機関（皮膚科など）で処置をしてもらいましょう。
- ・マダニに咬まれた後、数週間程度は体調の変化に注意し、発熱などの症状が認められたときは医療機関を受診してください。

■医療機関受診時に医師に伝えること

- ①野外活動の日付 ②場所 ③発症前の行動

■問い合わせ先／

県央保健所地域保健課 ☎26-3306

出典：厚生労働省ホームページ

8月の健診・相談・各種教室

パパママ学級

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

- とき／8日(日) 10時～12時
(受付：9時30分～)
- ところ／すくすく広場
- 定員／10組 ※要予約
- 申込・問い合わせ先
すくすく広場 ☎46-5276

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専門員などが相談に応じます。

- とき／26日(木) 10時～12時
- ところ／すくすく広場
- ※要予約(前日まで)
- 申込・問い合わせ先
こども支援課

離乳食教室

生後12月までのお子さんが対象です。

- とき
 - ① 4～6カ月児 23日(月)
 - ② 7～12カ月児 30日(月)
 いずれも13時15分～15時15分
- ところ／すくすく広場
- ※要予約
- 申込・問い合わせ先
健康福祉センター ☎27-0700

乳児健康相談

- 対象／1歳未満児
- 受付／13時～14時

対象地域	とき	ところ
南部	2日(月)	森山保健センター
中央・北部・小栗	4日(水)	すくすく広場
西部(多良見・真津山)	10日(火)	多良見体育センター
東部	24日(火)	高来会館(高来支所3階)
西部(飯盛)	27日(金)	飯盛ふれあい会館

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。
- 問い合わせ先
健康福祉センター ☎27-0700

介護相談

- とき
26日(木) 13時～15時
- ところ
市民センター(3階第一会議室)
- ※要予約
- 問い合わせ先
認知症のひとと家族の会 渡部さん
☎26-1763

子ども医療電話相談

夜間の子どもの急な病気やケガなどに関する電話相談を受け付けています。

- 時間／毎日、午後6時～翌朝8時
- 一般電話のプッシュ回線、携帯電話、公衆電話の場合 短縮電話番号「#8000」
- ダイヤル回線の方は ☎095-822-3308

健康づくり運動教室

【市民ウォーキング】

8月はお休みです。

【ニュースポーツ教室】

8月はお休みです。

【のんのこ21サーキット】

(中程度体力者向けの筋力運動・有酸素運動) ※要事前申込

毎週月曜日 ※9日・16日除く	13時30分～15時	飯盛ふれあい会館
毎週月曜日 ※9日・16日除く	13時30分～15時	たらみ会館
毎週水曜日 ※11日除く	20時～21時30分	長田みのり会館
毎週金曜日 ※6日・13日除く	13時～15時	小野体育館
毎週金曜日 ※6日・13日除く	20時～21時30分	高来会館

(西諫早ふれあい会館は、8月はお休みです。)

【のんのこ体操】(低体力者向けの体操) ※要事前申込

2日(月)・23日(月)	13時30分～15時	本野ふれあい会館
10日(火)・24日(火)	10時～11時30分	シーサイド2区公民館

(西諫早ふれあい会館は、8月はお休みです。)

- ※会場によって人数制限をさせていただきます。
- ※飲み物・タオル持参。ペットとの参加は不可。当日自宅での体温が37.5度以上の場合は参加をお控えください。
- ※体調を確認し、できるだけマスクの着用をお願いします。
- 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、8月10日(火)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いさはや新時代始動○○○諫早で
- Q②○○初の副市長
- Q③介護予防○○○○○に取り組んでみませんか
- Q④8月は全国○○○○月間です
- Q⑤○○○○○依存症家族教室

※前号の答え

- ①無料 ②4 ③188
- ④くま ⑤血液

※応募総数46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。

あの感動をもう一度

東京2020オリンピック



写真提供：PHOTO KISHIMOTO

予選 7/24 SAT 決勝 8/3 TUE



オール諫早で 内村選手を 応援しよう！

＼オリンピックはおうちで応援！／
ステイホームビューイング

市内飲食店でテイクアウトをして
内村選手と一緒に飲食店も応援しよう！
飲食店を探すなら、
諫早食の総合サイト「さぐっと」で検索！



広報 諫早
2021.7.20 No.197

〔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
<https://www.city.isahaya.nagasaki.jp/>
✉ j-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

(令和3年6月1日現在)
人口 133,312人
男 63,146人
女 70,166人
世帯数 53,608世帯

諫早市防災メール
memreg@city.isahaya.nagasaki.jp
防災行政無線 0120-419-009