

広報

いさはや



キク



カーネーション

Mother's Day



トルコギキョウ



ガーベラ



母の日には諫早産の花を♪



諫早産花きは、県下でも有数の生産量を誇っており、長田地区や飯盛地域などを中心に、約23ヘクタールで色とりどりの花が生産されています。

5月9日の母の日には、日頃の感謝を込めて、諫早産花きをプレゼントしてみてもはいかがでしょうか？

市政トピックス	02	公民館講座情報	28
くらしの情報	12	健康&子育て情報	30
イベント情報	26	自宅でできる簡単トレーニング・おすすめレシピ	32

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載記事の日程などが変更になる場合がありますので事前にご確認ください。

大久保新市政がスタート

「来てよし、住んでよし、育ててよし！あなたのまち・諫早!!」を創ります！



4月10日付で新市長に就任した大久保潔重市長が、4月12日、初登庁しました。

私は、市民の皆様の期待に応えられるよう「オール諫早」で力を合わせて郷土・諫早を盛り上げていく所存でございます。

私が持つ郷土の近未来像である「来てよし、住んでよし、育ててよし！あなたのまち・諫早!!」を創るため、次のような政策の実現を目指してまいります。

- ・ひと・ものが行き交う人流・物流の拠点都市！
- ・スポーツや文化芸術振興による交流人口拡大！
- ・各産業を強化し、市民の皆様の所得を増やす！
- ・快適で安全な住環境を整備し、定住人口を増やす！
- ・感染症と自然災害に強い街を創る！
- ・諫早っ子の未来を育む！

皆様のご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

市長さんって
どんな人？

◆生まれ

昭和41年3月（55歳）
諫早市上町生まれ

◆経歴

諫早小学校
諫早中学校
諫早高等学校
←
長崎大学歯学部卒業

歯科医師、防災士

元参議院議員

元長崎県議会議員

◆趣味

剣道、ボクシング、野球、
音楽（ジャズ）、サッカー
観戦、空手、ゴルフ



◆愛称

「炎のチャレンジャー」

「お疲れ様でした」宮本市長が退任

4月9日、宮本明雄市長の退任式が、市役所で行われました。早田副市長が職員を代表して「ひとが輝く創造都市・諫早の実現を目指し、市民福祉の増進のために誠心誠意を尽くしてこられました」と諫早市発展に貢献された宮本市長のご労苦に対し、感謝の言葉を述べました。退任式に参列した職員を前に宮本市長は「12年間職務を全うできたことを誇りに思うと同時に、これまで支えていただいた市民の皆さんや市議会議員・関係者の皆さんに対して感謝いたします」と退任のあいさつを述べられ、最後に、多くの職員に拍手で見送られ、市役所を後にしました。（秘書広報課）



当選証書が付与されました



3月28日に行われた諫早市長選挙および諫早市議会議員一般選挙の当選証書付与式が3月30日に行われました。

久田敏幸諫早市選挙管理委員会委員長から、大久保潔重氏ならびに26人の市議会議員に当選した皆さんに、当選証書が付与されました。

（選挙管理委員会事務局）

所有者による「空き家」の適切な管理を！

適切な管理が行われなまま放置され老朽化した「空き家」が、防災、衛生、景観などの地域住民の生活環境に深刻な影響を及ぼすことが問題となっています。

「空き家」の所有者や管理者（相続人など建物を管理すべき人を含む）は、周辺の環境に悪影響を及ぼさないように適切な管理をお願いします。

「空き家」のうち、長期間にわたり適切な管理が行われず、保安上危険または衛生上有害など、周辺の生活環境に著しく悪影響を及ぼす建物を「特定空家等」といいます。

◆特定空家等が及ぼす問題

- ・建物の倒壊、破損のおそれ
- ・雑草、立木竹の繁茂のおそれ
- ・害虫（スズメバチ、シロアリなど）発生のおそれなどが考えられます。

◆所有者の責務

- ・周辺の生活環境に著しく悪影響を及ぼす「特定空家等」でも、個人の財産です。所有者や管理者が適切に管理する第一義的な義務を負います。
- ・「空き家」を危険な状態で放置した結果、倒壊や強風で建物の一部が飛散するなどして他人に損害を及ぼした場合、「空き家」の所有者や管理者は、損害賠償責任を問われることがあります。

◆「空き家」の有効利活用

- ・「空き家」を貴重な地域資源として捉え、「空き家バンク」を活用するなど、その価値が下がらない早い段階で有効な利活用を考えましょう。



（建築住宅課）

光ファイバーによる情報通信網の整備 ～市内全域に光ファイバー通信網を整備します～

市では、情報通信格差を是正し、生活利便性の向上と地域経済の発展を図るため、また、新型コロナウイルス感染症対策に必要となる「新たな生活様式」に対応するため、市内全域を対象に民間通信事業者による光ファイバー通信網整備を進めます。

これは、国の補助事業（高度無線環境整備推進事業）を活用して、光通信サービス未提供地域に光ファイバー網を整備する電気通信事業者に対し、市が整備費の一部を負担することにより、山間部など採算がとれない地域にお住いのご家庭でも光通信サービスを利用可能とするものです。

本事業では、令和2年度に事業実施を希望した通信事業者の中から、市が通信事業者を決定しており、令和3年度末までに光通信サービスが未提供となっている地域に通信事業者が光ファイバーケーブルの幹線整備を行います。

【通信事業者及び整備エリア】

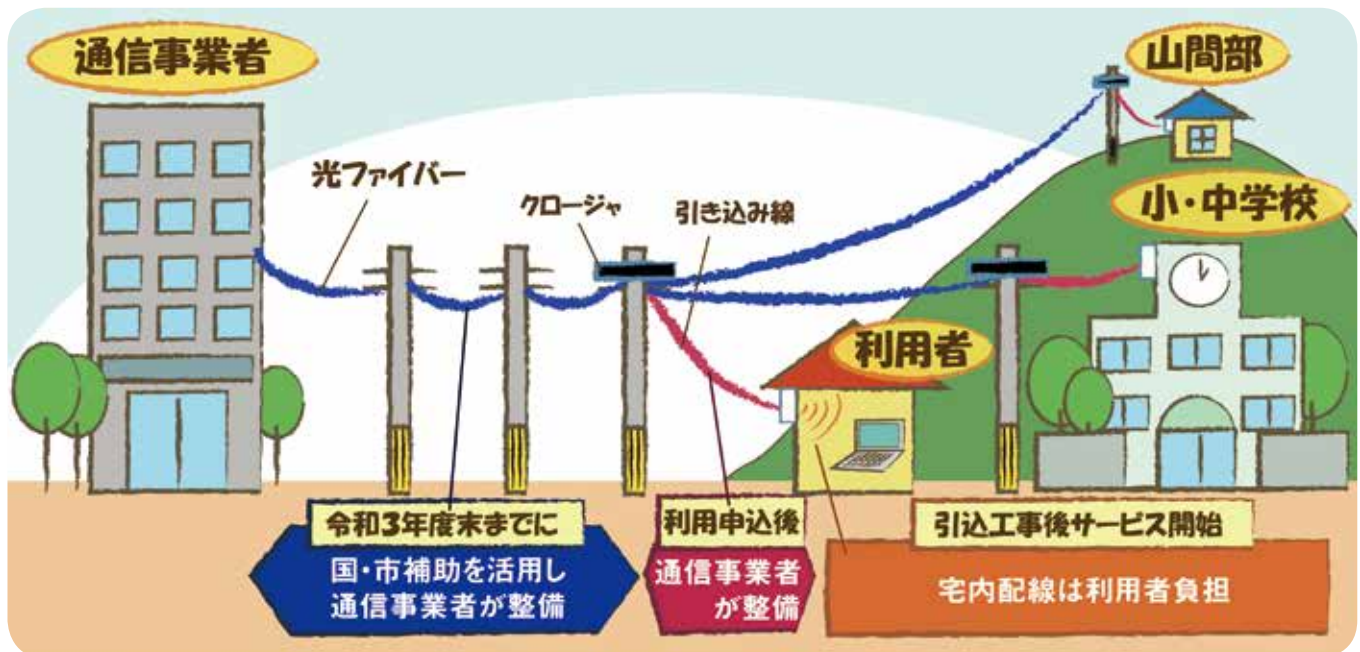
①(株)Q T n e t

諫早地域の一部、多良見地域の一部、森山地域の一部、飯盛地域全域、高来地域全域

②諫早ケーブルメディア株式会社

小長井地域全域

※すでに通信事業者の光通信サービスが提供されている地域は除きます。



■整備工事に伴い皆様にお願

光ファイバー敷設のため、市内各所で通信事業者による工事が行われます。

工事については、現地調査、電柱改修工事、光ファイバーケーブルの電柱への添架工事等で、通信事業者および関連会社の車両等の往来が頻繁になり、市民の皆さんにはご不便ご迷惑をおかけすることがあるかと思いますが、ご理解とご協力をお願いします。

■今後の予定について

今回の光ファイバー網の整備工事については、幹線整備のみとなります。

最寄りの電柱から各ご家庭までの引き込み線については、市民の皆さんから通信事業者へインターネットサービス利用申込みをすることにより、通信事業者が引き込み工事を行うこととなります。

利用申込時期は基本的に令和4年度からとなりますが、今後の工事の進捗状況にあわせて、各通信事業者と連携し、市ホームページや広報紙により随時情報提供を行います。

■問い合わせ先／情報システム課

高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画を策定しました

医療、介護、介護予防、住まいおよび生活支援が包括的に確保される体制である「地域包括ケアシステム」を深化・推進し、高齢者が尊厳を保持し、その能力に応じて住み慣れた地域で、安全・安心な日常生活を続けることができるよう、令和3年度から5年度までの3年間の計画を策定しました。

本市の高齢化率は30.0%（令和2年10月1日現在）となっており、高齢者人口は、今後、さらに増加していくことが見込まれます。

このような状況の中、本市の事業計画においては、「高齢者が尊厳を保ち、その能力に応じて住み慣れた地域で、安全・安心な日常生活を送ることができるよう、地域の社会資源との連携のもと、途切れることのない高齢者支援施策をすすめる」ことを基本理念としています。

この理念を実現するため、生活支援サービス体制の整備、介護予防の推進や在宅医療・介護の連携推進、認知症施策の推進などに取り組むなど、介護保険事業を含めた本市の高齢者施策の基本的な事項を定めています。

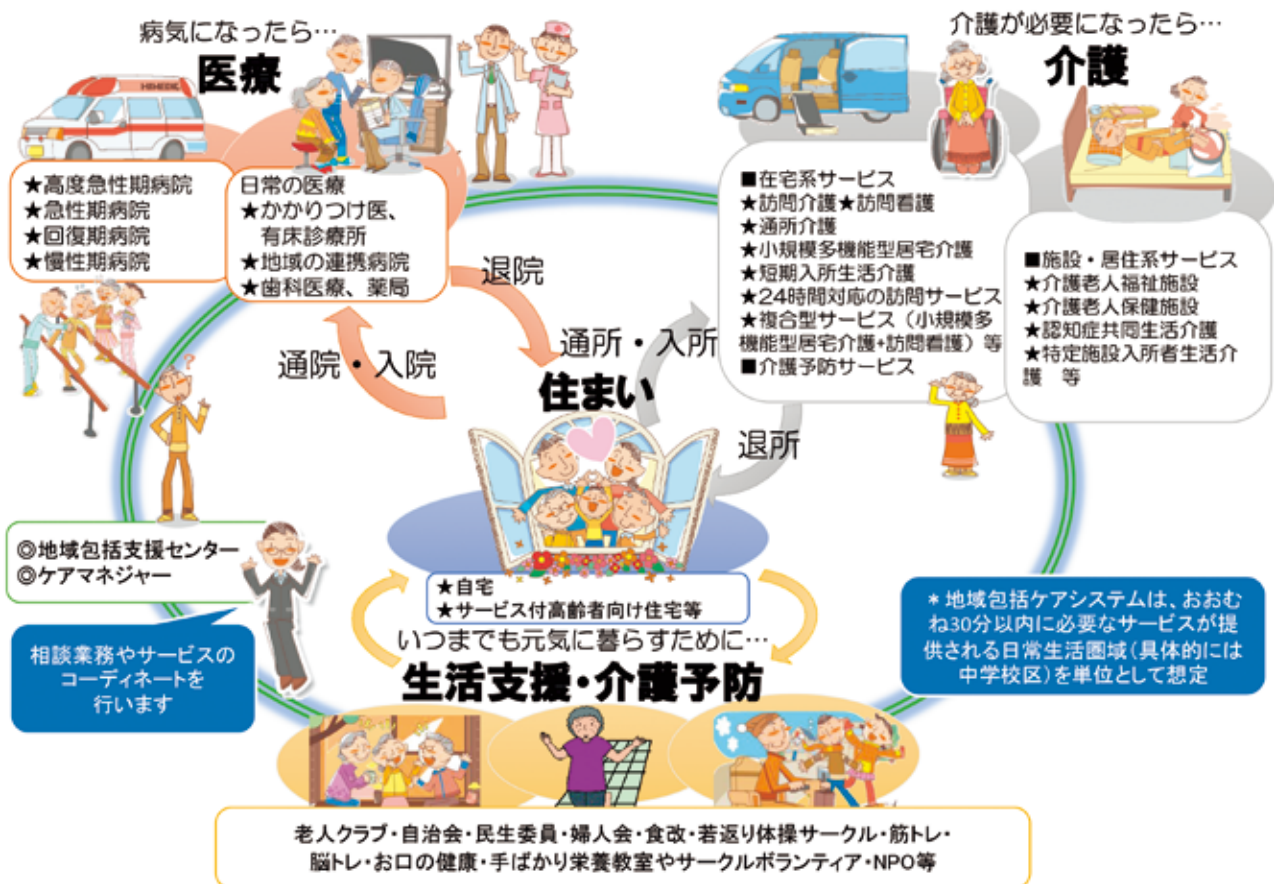
本計画はこれまでの方向性を維持しながら引き続き取組を進めることとしており、主に次の事項を追加・充実させて策定しました。

- 団塊の世代すべてが75歳以上となる2025年に加えて、団塊ジュニア世代が65歳以上となり高齢者人口がピークを迎える2040年を見据えた基盤整備
- 介護人材の確保に向けたICTの活用や文書負担軽減による業務の効率化
- 近年の災害や新型コロナウイルス感染症などの感染症対策への介護事業所の体制整備

市は、本計画に基づき高齢者施策を展開していきますので、市民、関係機関・団体および事業者の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※計画については、市ホームページに掲載しています。

（高齢介護課）



新型コロナワクチン接種に関するご案内

新型コロナワクチン接種は、新型コロナウイルス感染症による死亡者や重症者の発生をできる限り減らし、結果として新型コロナウイルス感染症のまん延の防止を図ることを目的としています。ワクチン接種は、市内の医療機関のほか市が設置する特設会場（集団接種会場）で実施します。当面、確保できるワクチンの量に限りがあることから、重症化リスクが高い高齢者が集団で生活している高齢者施設からワクチン接種を開始することになりました。

■ワクチン接種の接種順位について

現時点では、新型コロナワクチンの接種対象は16歳以上の人です。また、現時点での優先順位は以下のとおりです。

- ①新型コロナウイルス感染症患者等に頻繁に接する医療従事者など
- ②高齢者（令和3年度中に65歳に達する、昭和32年4月1日以前に生まれた人）
- ③高齢者以外で基礎疾患を有する人や高齢者施設などに従事している人、60～64歳の人
- ④上記①～③以外の人

■ワクチン接種券の発送について

国が示している優先順位とワクチンの供給量に応じて、対象者に順次、接種券（クーポン券）を発送いたします。高齢者施設に入所中の人から、4月12日の週より限定的に発送を開始しました。高齢者への本格的な発送は、5月以降となる見込みです。

ワクチンを接種するには、接種券（クーポン券）が必要です。接種券が届いたら、必ず電話予約の上、接種会場にお越しください。

■ワクチン接種の場所について

ワクチン接種を行う医療機関などの情報は、接種券に同封することにしてあります。また、原則、住民票所在地での接種となりますが、次のような事情のある人は、住所地以外でワクチンを受けることができます。

- ・入院・入所者
- ・基礎疾患を持つ人が主治医の下で接種する場合
- ・出産のために里帰りしている妊産婦
- ・遠隔地へ下宿している学生
- ・単身赴任者 など



■ワクチン接種の費用について／無料

■問い合わせ先／市ワクチン接種コールセンター ☎ 46-6500

ワクチン接種推進室 ☎ 22-2784

新生児特別定額給付金の申請期限は5月31日です

新型コロナウイルス感染症の拡大による影響を踏まえ、子育てを開始する世帯の経済的負担を軽減するとともに、子どもの健やかな成長への支援と地域経済の活性化を図ることを目的に、国の特別定額給付金の対象とならない令和2年4月28日以降に生まれたお子さんに対して、新生児特別定額給付金を支給しています。

■支給対象者

令和2年4月28日から令和3年4月1日までの間に生まれ、申請日時点で諫早市の住民基本台帳に登録されている子ども

■助成額／支給対象者1人につき10万円

■申請期限／令和3年5月31日(月)（消印有効）※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先／緊急経済対策室 ☎ 22-3520



ゴールデンウィークの図書館・ごみ収集・救急医療について

市立図書館 (○は開館日、×は閉館日)

施設	電話番号	4月		5月						備考
		29 (木)	30 (金)	1 (土)	2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	
諫早図書館	☎23-4946	×	○	○	○	×	○	×	○	※詳しくは、各図書館にお問い合わせください。
西諫早図書館	☎26-8607	×	○	○	○	×	○	×	○	
たらみ図書館	☎43-4611	×	○	○	○	×	×	○	○	
森山図書館	☎35-2001	×	○	○	○	○	×	×	○	
飯盛図書室	☎48-0518	×	○	○	○	×	×	×	○	
高来図書室	☎32-2395	×	○	○	○	×	×	×	○	
小長井図書室	☎34-2972	×	○	○	○	×	×	×	○	

ごみの収集 (○が収集日)

区分		4月		5月								備考
		29 (木)	30 (金)	1 (土)	2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	
もやすごみの収集	月・木曜日 収集地区	×	○	×	×	×	×	×	○	×	×	※収集日の8時30分までに 出してください。 ※収集日以外のごみステーション にごみを出さないでください。
	火・金曜日 収集地区	×	○	×	×	×	×	×	×	○	×	
	水・土曜日 収集地区	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	

ごみの施設持込み

区分		4月		5月								備考
		29 (木)	30 (金)	1 (土)	2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	
もやすごみの持込み 【県央県南クリーンセンター】		×	◎	△	×	×	◎	×	◎	◎	△	※受付時間 ◎8時30分～16時 △8時30分～12時
もえないごみの持込み 【県央不燃物再生センター】		×	◎	×	×	×	×	×	◎	◎	△	※受付時間 ◎8時30分～12時 13時～16時30分 △8時30分～11時30分

※もえないごみの直接持ち込みは予約が必要です。事前に県央地域広域市町村圏組合 (☎23-3600) へお申し込みください。

救急医療

○在宅当番医・・・諫早医師会では、当番医を決めて休日(日曜・祝日・年末年始)の診療を行っています。ゴールデンウィーク期間中についても当番医が設定されますので、受診する場合、ホームページ (<http://www.pref.nagasaki.jp/kyukyu/>)、新聞などで確認してください。

○諫早市こども準夜診療センター・・・夜間のお子様の急病に対する診療を行っています。中学生までの内科的疾患の急病者が対象になります。(場所) 諫早総合病院 1F (時間) 20時から23時まで ☎22-1380

※あらかじめ電話で症状を伝え、夜間受付窓口で受付(22時45分まで)をしてからお越しください。

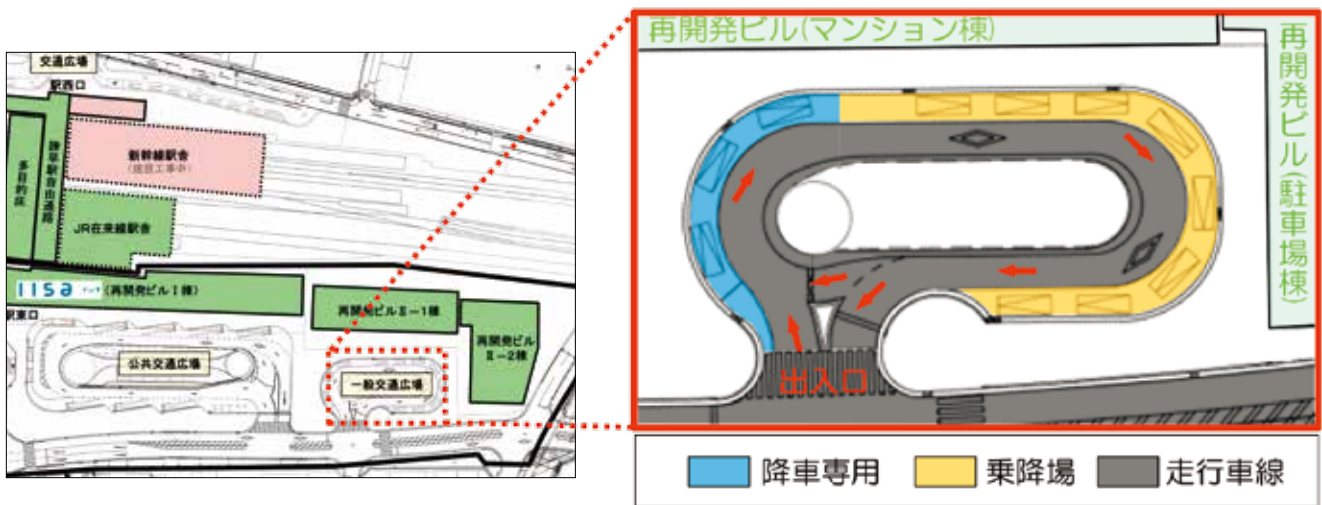
5月14日（金）供用開始します！ 「諫早駅東口一般交通広場」

令和4年秋頃の九州新幹線西九州ルートの開業にあわせ、諫早駅東地区第二種市街地再開発事業において整備を進めてきた再開発ビルⅡ棟前面の一般交通広場が完成し、5月14日（金）10時から一般車の乗り入れができるようになります。

交通広場内には、駅利用者等の送迎にご利用いただけるよう、11台分の乗降場を設けています。

また、再開発ビルⅠ棟 i i s a 前面のバス・タクシー専用の公共交通広場につきましては、令和3年度末の完成を目指し整備を進めており、完成後にはバスターミナル機能が移転される予定となっています。

（駅周辺再開発課）



諫早駅東地区再開発ビルⅡ棟が完成しました！

特定建築者の株式会社大京により建設が進められ、3月に完成した再開発ビルⅡ棟（名称：ライオンズ諫早ステーションスクエア）は、マンション・店舗・交番・駐車場の複合施設となっています。諫早駅前交番は3月29日から駐車場棟の1階で業務を行っています。

（駅周辺再開発課）



地域の身近な相談相手 民生委員・児童委員

毎年5月12日は、全国民生委員児童委員連合会が定める「民生委員・児童委員の日」です。

地域住民の生活課題や福祉課題が変化する中で、地域の人々に寄り添い、身近な相談相手として、必要な支援を行っている「民生委員・児童委員」(以下、民生委員)の活動を紹介します。

(福祉総務課)

○地域で生活する皆さんの暮らしを見守るボランティア

民生委員は、民生委員法および児童福祉法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。地域住民の個別の相談に応じるために、秘密を守る義務が法で決められています。民生委員は、地域福祉を担うボランティアとして活動されており、報酬はありません(活動に必要な費用の一部は支給されます)。

○民生委員はどのような人になるの？

地域住民の方で、その地域の実情をよく知り、社会福祉の活動に理解と熱意があるなどの要件を満たす人が民生委員に選ばれる対象になります。民生委員を選ぶときは、自治会などの地域の団体から推薦をいただいています。

地域の見守り活動

- ・担当区域のひとり暮らしや寝たきりの高齢者宅を訪問するなど、見守りや声かけ活動
- ・要援護者登録制度の申請手続きの手助け
- ・子どもたちの登下校時の見守り活動 など

福祉機関などへの「つなぎ役」

地域住民からの相談があった場合には、必要な支援を受けられるように、地域住民と市役所や社会福祉協議会などの専門機関をつなぐ役割を担っています。

主な活動内容

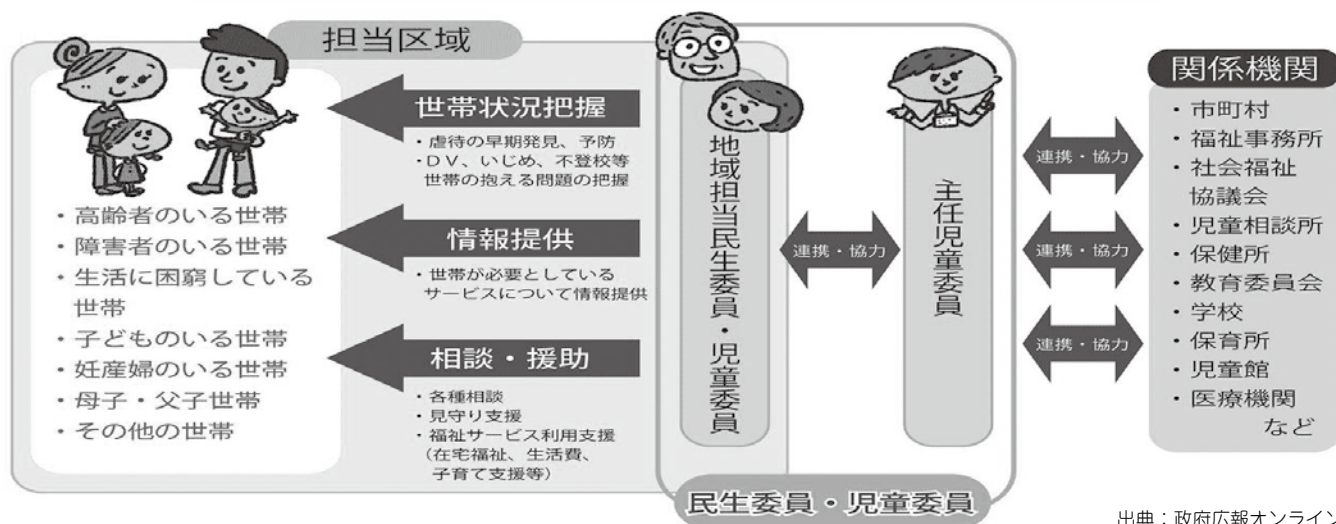
地区民生委員児童委員協議会の活動

市内に、16の地区民生委員児童委員協議会が組織され、毎月、定例会を行っています。地域住民からの相談内容はさまざまです。民生委員が福祉機関などに相談内容をどのようにつなげていけるかを話し合う場にもなります。

地区社会福祉協議会での活動

地区社会福祉協議会とは、住民同士の支え合い、助け合いによる地域福祉の向上を目的とした住民主体の団体です。民生委員は、地区社会福祉協議会の構成員として、いきいきサロンなどさまざまな活動に参加しています。

民生委員・児童委員、主任児童委員の活動について



出典：政府広報オンライン

○主任児童委員をご存知ですか？

主任児童委員は、児童福祉に関する事柄を専門的に取扱う民生委員です。学校や関係行政機関、地域担当の民生委員と協力して、虐待や非行、育児不安など、子供と親の抱える問題に対して相談・支援活動を行っています。

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31,430円（消費税込）
※1年に満たない場合には、掲載期間に応じた日割り計算します。
- 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4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、契約管財課へご持参ください。

■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」および「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／契約管財課

個人が行うがけ地崩壊対策工事の費用の一部を補助します

市民の皆さんの生命及び財産を守り、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

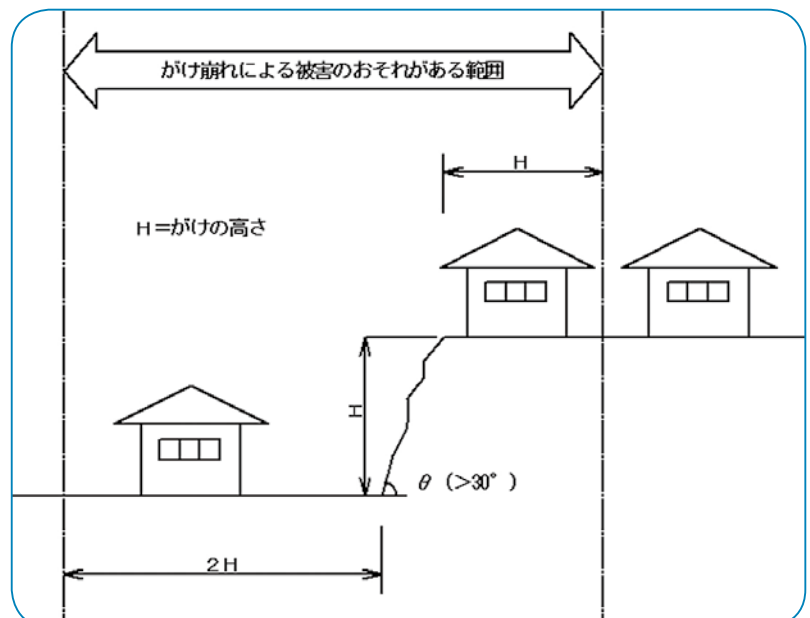
工事費用の2分の1（上限300万円）

■補助対象

次のすべての要件を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（図面参照）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また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また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、お尋ねください。

■問い合わせ先／河川課



ありがとう！ 守って安心 エチケット



マスク着け、
私も安心、
周りも安心。



間あけ、
ゆったり並べば、
気持ちもゆったり。



旅ゆけば、
何はともあれ、
手洗い・消毒。



エチケット 守るあなたは 旅達人



楽しくも、
車内のおしゃべり
控えめに。



おしゃべりを
ほどほどにして、
味わうグルメ。



毎朝の健康チェックは、
おしゃれな旅の
身だしなみ。

ひとり一人の協力が、みんなの楽しい旅を守ります

あなたも、あなたの大切な人も、働く人も、観光地も

くらしの情報



お知らせ

固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)の納付をお忘れなく
 固定資産税・都市計画税(第1期分)および軽自動車税(種別割)(全期分)は、5月31日(月)が納期限です。

納付は市役所・各支所や金融機関のほか、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、納付が困難な場合は、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

国民年金に加入の学生の皆さんへ

国民年金の保険料納付が困難な学生の人には、申請すると納付が猶予される学生納付特例制度があります。



承認を受けるためには、年度ごとの申請が必要です。申請方法は次のとおりです。

○ 令和2年度に申請し承認された人
 令和3年度も在学予定の人へ、日本年金機構からはがき形式の申請書が送付されます。引き続き在学する人は、このはがきに必要事項を記入し、返送してください。

○ 初めて申請する人
 学校が変わった人
 学生証または在学証明書、年金手帳を持参の上、申請してください。

■ 対象となる学生
 大学(大学院)、短期大学、高等専門学校、高等学校、専修学校、各種学校など承認対象学校に在籍する20歳以上の学生

■ 受付・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

国保に加入するとき・やめるときは必ず14日以内に届出を

国民健康保険の加入・脱退などの変更は、自動的に行われるものではなく、窓口届け出ることによって切り替わります。次の場合は届出が必要ですので、14日以内に必ず届け出てください。

こんなとき		届出に必要なもの
国保に加入するとき	職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた日が分かる証明書
	職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき	扶養からはずれた日が分かる証明書
	生活保護を受けなくなったとき	生活保護廃止決定通知書
国保をやめるとき	職場の健康保険に加入したとき	国保の保険証と職場の健康保険証
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	
	生活保護を受けるようになったとき	国保の保険証、生活保護開始決定通知書
その他	転入や転出、転居などの住所変更、世帯主や氏名の変更、出生や死亡した場合	国保の保険証 (市民窓口課の住民異動届と併せて手続きをしてください)

※ 本人確認ができるもの(マイナンバーカード、運転免許証など)をご持参ください。

※ 各種届出・申請の際には、マイナンバー(個人番号)の記載が必要です。

※ 75歳になり、後期高齢者医療制度に加入する際には、自動的に切り替わりますので届出は必要ありません。

※ 窓口での届出が困難なときは、郵送などで手続きできる場合がありますのでお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

保険年金課または各支所地域総務課

「納税相談」のお知らせ



新型コロナウイルス感染症による休業などに伴う収入の減少など特別な事情により市税の納付が困難な場合は、一人で悩まず、放置せずに早めにご相談ください。

なお、日中や平日に納税相談ができない人のために次のとおり納税相談を実施しますので、ご利用ください。

※場所は、いずれも納税課です。

■夜間納税相談

とき／5月10日(月)
～5月14日(金) 20時まで

※予約不要

■休日納税相談

とき／5月15日(土)、
5月16日(日)
9時～17時まで

※予約不要

■ファイナンシャルプランナーによる納税相談

とき／5月21日(金)
9時～20時(毎月1回)

(1回の相談時間は1時間以内)
※電話などで納税課に予約してください。

■問い合わせ先

納税課

固定資産税・都市計画税の課税明細書と納付書を発送します

令和3年度固定資産税・都市計画税の「納税通知書兼課税明細書」と「納付書」を4月下旬に発送します。

所有されている土地・家屋の所在地や面積、評価額、相当税額などを掲載しておりますのでご確認ください。また、ご不明な点があれば、お尋ねください。

なお、5月31日(月)まで、資産税課および各支所地域総務課において、8時30分から18時(支所は17時15分)まで、土地・家屋の縦覧を行っております。

※支所では、その支所区域分のみ

■問い合わせ先／資産税課

自動車税種別割の納付をお忘れなく



自動車税種別割は、5月31日(月)が納期限です。納付は、金融機関、コンビニエンスストアのほか、スマートフォンによるモバイル決済やインターネットを介し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

マイナンバーカードの申請受付(予約制)を休日を実施します

仕事や学校で市役所の開庁時間にマイナンバーカードの申請・受け取りが難しい人のため、休日開庁および窓口延長を実施します。

申請に必要な写真は、タブレットによる無料撮影を行います。

※窓口の混雑緩和のため、予約制とします。

※本庁のみで実施しています。

■休日開庁日【1】内は予約締切日

5月9日(日) 【5月7日(金)】
5月23日(日) 【5月21日(金)】
9時～12時

※予約締切日の17時までに電話で必ず予約を行ってください。

■受付場所／市役所本館1階

市民窓口課 マイナンバー窓口

■窓口延長日／5月13日(木)、20日(木)
19時30分まで

※平日のカードの受け取りも電話予約が必要です。予約無しで来庁された場合は、交付できない場合があります。

※また、新設した「申請サポートコーナー」で申請受付(写真撮影無料)を行っておりますのでお気軽にご利用ください。なお、

運転免許証、健康保険証、通知カードの全てをご持参頂ければ、マイナンバーカードを郵送し、自宅で受け取ることができ

ます。

■申込・問い合わせ先 市民窓口課 マイナンバー担当 ☎22・2615

自転車保険に加入しましょう

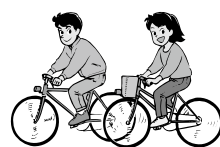
自転車は、幅広い世代で手軽に利用することのできる環境にも優しい交通手段です。新年度になり、通勤・通学などで新たに自転車の利用を検討している人も増えると思います。

そのような中、諫早警察署管内での自転車事故の発生件数は減少傾向にあるものの、昨年は自転車に関係する事故で死亡事故が発生するなど、県内の他の警察署管内と比較すると多い状況が続いています。

自転車事故に伴い高額な賠償請求がなされることもありますので、自転車を利用する人は自転車保険に加入しましょう。

なお、自転車の運転手に対する補償は、ご家族が契約している自動車保険、火災保険、クレジットカードの保険などの特約に含まれている場合がありますので、加入している保険会社へご確認ください。

■問い合わせ先／生活安全交通課



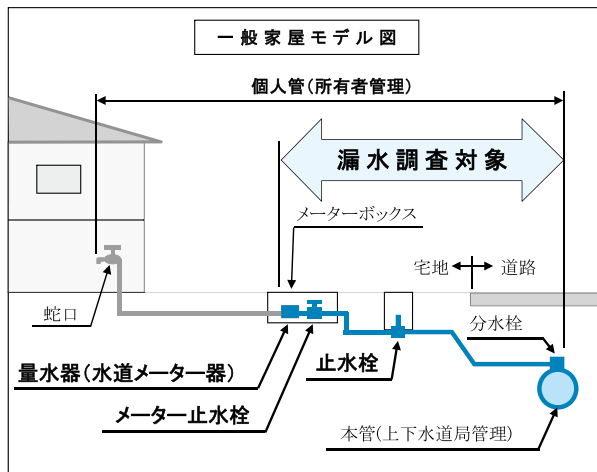
水道管の漏水調査のお知らせ

上下水道局では、水道水の安定供給、漏水による事故防止のため、道路や宅地内の水道管の漏水調査を実施しています。

この調査では、宅地内にある止水栓や水道メーター器で漏水の有無を調べるため、調査員がご家庭などの敷地内に立ち入ることがありますので、ご理解とご協力をお願いします。

■調査の対象となる水道管

上下水道局管理の本管から分岐して宅地内に引き込まれた個人管の道路部分から宅地内の水道メーター器まで



■調査方法

宅地内にある止水栓や水道メーター器などに調査機器（音聴棒）を直接あてて漏水の有無を確認します。

※調査員は上下水道局が発行した身分証明書を身につけています。

■注意点

上下水道局が行う漏水調査は、局の費用で実施していますので、ご家庭などへ調査費用を請求することはありません。

■問い合わせ先

水道課



諫早市3世代同居・近居促進事業の申請受付を開始しました

家族の支え合いにより安心して子育てや介護をしやすい環境づくりを推進するとともに、地域コミュニティの次世代の担い手の確保を図るため、小学生以下の子どもがいる世帯などを含む3世代で、新たに同居または近居するための住宅を新築、改修または取得した場合に、その費用の一部を助成します。

■補助対象住宅

新たに3世代で同居または近居するための住宅

※3世代とは、子育て世帯（小学生以下の子ども（妊娠中を含む）がいる世帯）を含む3つ以上の世代、または、子育て希望世帯（子どものいない夫婦で出産を希望する世帯。申請時における夫婦の合計年齢が80歳以下に限る）を含む2つ以上の世代

※同居とは同一敷地内にある別棟離れに居住するなど、同居同等と判断するものを含む

※近居とは、親世代の住宅からおおむね半径2km以内に居住すること

■補助内容

新たに3世代で同居または近居するための新築工事、改修工事、住宅取得（新築、中古）

- ・改修工事とは、間取りの変更、設備の改修、バリアフリー改修、浄化槽の設置など
- ・改修工事は、市内に本店を有する法人または市内に住所を有する個人事業者が施工するものに限る
- ・補助金の交付決定前に工事着工や取得契約が行われている物件や、今年度の事業開始前にすでに同居している場合は対象外
- ・中古住宅は空き家バンク登録物件を除く

■補助額

工事費または取得費の5分の1以内。ただし、上限額は20万円

■受付期限／12月20日(月)（受付期限の前に予算額に到達した場合は、受け付けを終了）

※工事、取得の完了実績報告を令和4年2月28日(月)までに行うこと。まずは事前にご相談ください。

■相談・問い合わせ先／建築住宅課



諫早市安全・安心住まいづくり支援事業の申込受付を開始しました

地震発生時における住宅の倒壊などによる被害を最小限に抑えることを目的として戸建木造住宅の所有者に対し、耐震診断、耐震改修計画作成および耐震改修工事の費用の一部を補助します。

■補助対象住宅

- ・昭和56年5月31日以前に建築された戸建木造住宅
- ・本人が所有し居住する住宅

■補助対象者／市内に居住し市税および国民健康保険料の滞納がない人

■補助の内容

○耐震診断支援

耐震診断に要する経費61,500円の内、41,000円を補助

○耐震改修計画作成支援

耐震診断の結果、耐震基準に適合していない住宅の改修計画作成に対し、作成費の3分の1を補助
(上限3万5千円)

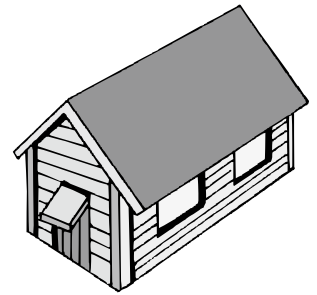
○耐震改修工事支援

耐震診断の結果、耐震基準に適合していない住宅の改修工事に対し、工事費の2分の1を補助
(上限60万円)

※申し込みは随時受け付けています。詳細については、ご相談ください。

■申込期限／11月30日(火) ※ただし、申込期限前に予算額に到達した場合は受付を終了します。

■申込・問い合わせ先／建築住宅課



諫早市住宅性能向上リフレッシュ事業の申込受付を開始しました

市民が安全で安心して生活するために、住宅のバリアフリーや安全性などの性能向上を図るリフォーム工事を行う場合、戸建住宅などの所有者に工事費用の一部を助成します。

なお、今年度からリフォーム工事とあわせて宅配ボックスを設置する工事を行う場合に1万円を加算補助します。詳しくはお問い合わせください。

■補助対象者

- ・市内に住宅を所有し、かつ、その住宅に自ら居住している者
- ・市税および国民健康保険料を滞納していない者

■補助対象工事

- ・浴室改修、便所改修、段差解消、手すりの設置、出入口の戸の改修、窓などの断熱改修、屋根・外壁の遮熱塗装、防災瓦への葺き替えなど
- ・対象工事費が50万円以上
- ・市内に本店を有する法人または市内に住所を有する個人事業者が施工する工事

※すでに工事完了または工事着手したものや以前に本事業を利用された人は補助対象となりません。

■補助額／一律10万円

■加算補助／補助対象となるリフォーム工事とあわせて、下記の工事を行う場合は加算補助があります。

○下水道接続工事加算補助

便所を改修し、または、浄化槽を廃止して下水道へ接続する工事

※下水道の接続工事は、性能向上の補助対象工事ではありません。

○宅配ボックス設置工事加算補助（新規）

宅配ボックスを設置する工事（地面などに固定し、容易に動かすことができないものに限り）

※宅配ボックス設置工事は、性能向上の補助対象工事ではありません。

■申込期限／12月20日(月)

※ただし、申込期限前に予算額に到達した場合は受付を終了します。

※対象工事などの詳しい内容については事前にご相談ください。

■問い合わせ先／建築住宅課



全国瞬時警報システム(Jアラート)を活用した訓練放送のお知らせ

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、防災行政無線（屋外スピーカー）などにより情報伝達の訓練放送を行います。

この訓練は、全国瞬時警報システム（Jアラート）を用いた訓練で、市以外の地域でもさまざまな手段を用いて情報伝達訓練が行われます。

※全国瞬時警報システム（Jアラート）とは、国が発信する地震・武力攻撃などの緊急情報を、人工衛星などを利用して瞬時に住民に情報伝達するシステムです。

※訓練放送ですので、実際の放送とお間違いにならないようお願いいたします。

■放送日時

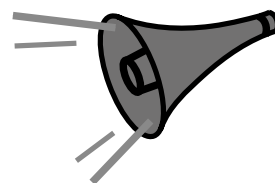
5月19日(水) 午前11時頃

※時間は多少前後することがあります。また、気象・地震活動の状況等によっては、訓練を中止することがあります。

■その他

- ・防災メール、防災情報ファクスでも配信します。
- ・配信内容は、訓練実施から30分程度、市ホームページにも緊急情報として掲載します。
- ・放送内容は、テレホンサービス（☎0120-419-009）でもご確認いただけます。
- ・この放送は、エフエム諫早（77.1MHz）に割込み放送を実施します。併せて、緊急告知防災ラジオの自動起動を実施いたしますので、大音量での放送にご注意ください。
- ・携帯電話への緊急速報メールは配信しません。

■問い合わせ先／総務課



- ・ 095・8095・2475
- ・ 県央保健所 26・3306
- ・ 福祉総務課

■問い合わせ先

・ 県原爆被爆者援護課

各支所地域総務課、各出張所

■申込窓口

県央保健所または福祉総務課、

日以降）に生まれた人

被爆者で、昭和21年6月4日以

降（広島被爆者の場合は6月1

■対象者

両親またはそのどちらかが原爆

を持って、令和4年2月28日(月)ま

に指定された医療機関で受診して

ください。

令和3年度原爆被爆者二世 無料健康診断

原爆被爆者二世無料健康診断の

希望者は、令和4年2月10日(木)

までに申し込みの上（県から受診票

を郵送で受け取ることを希望した

人を除く）、交付された受診票を

持って、令和4年2月28日(月)ま

に指定された医療機関で受診して

ください。

諫早市総合防災訓練は 無観客で実施します

今年の総合防災訓練は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、例年とは訓練内容を変え、無観客で実施する予定です。見学はご遠慮いただきますよう、ご理解・ご協力をお願いいたします。

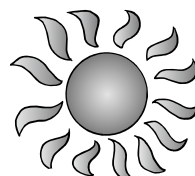
■とき／5月9日(日)

■問い合わせ先／総務課

太陽光発電設備設置に 関する規制

敷地面積が1,000平方メートル以上の土地に、自立した太陽光発電設備を設置する場合は、事前に届出が必要です。

市では、周辺環境への影響を未然に防止し、適切な設置を促すため太陽光発電設備を市環境保全条例の事前協議対象としています。



事業者は、計画図、周辺居住者などとの協議書などを添えた事前協議書を提出し、市の合意を得ることが必要となります。

■対象地域／市内全域

■対象敷地面積

1,000平方メートル以上

※1,000平方メートル未満であって

も、農地法に基づく農地転用な

どの個別の法手続きは必要とな

りません。

■対象施設

土地に自立して設置する太陽光

発電設備（造成の有無は問わな

い）

※建物の屋根に設置する太陽光

発電設備は対象外

■届出先

開発支援課

■問い合わせ先

環境政策課または開発支援課

諫早市国保に加入している40歳～74歳の皆さん 保険証と受診券(もも色)を持って、特定健診を受けましょう!

生活習慣病の発症を防ぐには、健診による健康管理が大切です。

1年度に1回、特定健診を受けましょう!



■対象者(令和4年3月31日現在の年齢)

市国民健康保険に加入している40歳～74歳の人

■検査項目

問診、診察、身体計測、血圧測定、血液検査(脂質・肝機能・腎機能・血糖・貧血)、尿検査、心電図検査など

■受診方法

医療機関に事前に直接連絡し、保険証と受診券(年度初めに送付しています)を持参の上受診してください。

※市内医療機関のほか、大村市、長与町、時津町、西海市の医療機関でも受診できます。

■受診者負担金

無料

※特定健診と諫早市がん検診(乳腺検診を含む)を同時に受診すると、がん検診の受診者負担金が200円割引されます。ただし、特定健診とがん検診の同時受診ができない医療機関もありますのでご注意ください。

■受診期限/令和4年3月31日(休)

■問い合わせ先/保険年金課

がん検診のご案内

一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。健康保険証と健康手帳を持っている人は持参してください。



■内容(年齢は令和4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 (どちらかを選択)	40歳以上	胃透視(胃エックス線検査)	500円	
		胃内視鏡検査	1,300円	
肺がん・結核検診	40歳以上～65歳未満	胸部エックス線検査	エックス線	200円
	65歳以上		無料	
	50歳以上で胸部エックス線検査を受診した方は必要に応じて喀痰細胞診検査	喀痰細胞診	300円	
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 (昨年度を受診者を除く)	乳房エックス線検査(マンモグラフィ) ※2年に1度はマンモグラフィを受けましょう		700円
乳腺検診 (乳房エコー検査)	①40歳以上の女性 マンモグラフィを受けた次の年度に乳房エコー検査を受けましょう ②30歳以上39歳以下の女性	乳房超音波検査(エコー)		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)※市民税課、各支所、各出張所窓口で発行。有料。
- ・中国残留邦人等支援法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

諫早市国保加入者の 人間ドックと若年者健診を行います

【人間ドック】

■対象者（年齢は令和4年3月31日現在）

市国民健康保険に加入している40歳以上の人

※特定健診や市が実施する肺がん・胃がん・大腸がん
検診を受診した人または受診予定の人、職場などで
受診できる人は申し込みできません。

■種類（どちらか1回）

区 分	受診者負担金	定員
日帰り	18,500円	250人
1泊2日	33,000円	50人

■受診方法

保険証を持参の上、保険年金課または各支所地域総
務課、各出張所でお申し込みください。受診通知書
が届いたら、本人が医療機関へ日程の予約をしてく
ださい。

■実施医療機関／諫早記念病院、諫早総合病院、日赤
長崎原爆諫早病院、宮崎総合健診センター、西諫早
病院（日帰りのみ）

■申込期限／令和4年2月28日(月)

※ただし、定員になり次第締め切ります。

■受診期限／令和4年3月31日(木)

【若年者健診】

■対象者（年齢は令和4年3月31日現在）

市国民健康保険に加入している30歳～39歳の人

■検査項目

問診、診察、身体計測、血圧測定、血液検査（脂
質・肝機能・腎機能・血糖・貧血）、尿検査、心電
図検査など

■受診方法

市内の医療機関に事前に直接連絡し、保険証を持参
の上受診してください。

■受診者負担金／500円

■受診期限／令和4年3月31日(木)



■問い合わせ先／保険年金課

後期高齢者医療健診を行います

～受診者負担金は無料です～



健康でいきいきとした生活を送るためには、生活習慣病を防ぐことと体の機能を
低下させないことが大切です。1年度に1回、健診を受けて健康管理に努めましょう。

■対象者／後期高齢者医療制度に加入している人

■検査項目／問診、診察、身体計測、血圧測定、血液検査（脂質・肝機能・腎機能・血糖・貧血）、尿検査

■受診方法／市内の医療機関に事前に直接連絡し、保険証を持参の上受診してください。

■受診期限／令和4年3月31日(木)

■問い合わせ先／保険年金課

看護の日 ザ!いさはや

■とき／5月15日(出) 12時～15時30分

■ところ／ながさき看護センター（永昌町23-6）

■内容

12時～ 高校生による一日看護体験（～13時20分）、出店（～15時）

13時40分～15時10分 講演「楽しく食べて、健康に！」 ※状況によっては、オンライン講演で開催します

15時30分 閉会

※ほかにも、まちの保健室（健康相談・血圧測定・体脂肪測定・血管年齢測定）、こころの喫茶店、体操メディ
カルフィットネス（認知機能低下予防）、e-エクササイズも行います。今回バザーは開催しません。

■問い合わせ先／（公社）長崎県看護協会県央支部 ☎49-8067



介護予防教室（5月開催分）

12回シリーズの教室の第2回目です。各会場ごとにお申し込みください。年度途中からでも参加できますが、申し込み多数の場合は人数を制限させていただきます。



※上山荘は、入館料が160円必要です。

※時間 【午前】 10時～11時30分
【午前】 13時30分～15時

- 6日(木)午前 上山荘
- 7日(金)午前 長田みのり会館
- 10日(月)午前 池下公民館
- 11日(火)午前 森山町杉谷公民館
- 11日(火)午後 御手水町公民館
- 12日(水)午後 泉町公民館
- 12日(水)午後 たらみ会館
- 13日(木)午後 小船越町公民館
- 13日(木)午前 平山町公民館
- 14日(金)午後 小栗ふれあい会館
- 18日(火)午前 久山町公民館
- 19日(水)午後 宗方町公民館
- 20日(木)午後 黒崎公民館（高来）
- 21日(金)午後 西郷町公民館
- 21日(金)午前 西諫早公民館
- 24日(月)午前 市民センター
- 24日(月)午後 栄田町公民館
- 25日(火)午後 本野ふれあい会館
- 26日(水)午後 おがたま会館
- 27日(木)午後 飯盛ふれあい会館

【若返り体操教室】

- 11日(火)午後 市民センター
- 12日(水)午後 西諫早公民館
- 17日(月)午後 高来公民館宇良分館
- 27日(木)午後 有喜ふれあい会館
- 28日(金)午後 たらみ図書館

■申込・問い合わせ先
高齢介護課

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個別相談会を実施しています。

■日程

- ・5月6日(木) 川浪由喜子さん
(臨床心理士スクールカウンセラー)
- ・5月17日(月) 内村公義さん
(鎮西学院大学名誉教授)
- ・6月1日(火) 有木明子さん
(臨床心理士スクールカウンセラー)
- ・6月17日(木) 井上大嗣さん
(県立こども医療福祉センター医師)
- ・6月25日(金) 浅香佐輝子さん
(長崎カウンセリング研究所長)
- ・7月8日(木) 川浪由喜子さん
(臨床心理士スクールカウンセラー)

■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

☎24・3737

消費生活出前講座

「悪質商法、特殊詐欺……こげんとき、どきやんすつと？」



消費生活センターでは、身近な消費者トラブルの実例や対策などについてお話しする「消費生活出前講座」を実施しています。

「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

5月は消費者月間です

【今年の統一テーマ】

「消費、で築く新しい日常」



毎年5月は消費者月間です。

新型コロナウイルス感染症の拡大を契機として、マスクを始めとする生活用品の買い占め、買いだめなどが発生しました。

また、個人などによる誤った風説や心理的に不安定な状態となっている消費者に付け込む悪質商法などにより、合理的でない消費行動や新たな消費者被害が発生しています。

「今だけ」「こっだけ」「自分だけ」の消費行動を控え、自分のことだけでなく社会全体のことを考えた消費行動が求められています。

消費者一人一人が「新しい日常」において、より良い消費行動について考え、社会情勢の変化に適切に対応することができるときかけとなるよう、消費者庁において統一テーマを掲げています。

■問い合わせ先

消費生活センター

☎22・3113

「海外ビジネス展開支援施策」のご案内



県経営支援課では、海外、特に著しい経済成長を遂げる東南アジアや中国などへの事業展開を通して外需の獲得を目指す県内事業者向けの支援事業を行っています。

令和3年度は、with/afterコロナを見据え、オンラインを活用した海外展開の取組を重点的に支援することとしており、主な事業は次のとおりです。

- ・東南アジアビジネスサポートデスクの設置
 - ※オンラインでのビジネスマッチングも支援します
 - ※5月1日(出)から設置予定
 - ・県上海事務所における企業支援※通年
 - ・実践型海外マーケティング力育成事業
- 初心者でも安心してチャレンジできるようご支援します。

詳細はホームページでご確認いただくか、県経営支援課へお問い合わせください。

■問い合わせ先

長崎県経営支援課

095-824-3141



定期相談

本庁定期開催分(5月)

ところ／市民相談室(高城会館3階)

問い／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。

【法律相談】※事前予約制

10日(月)、19日(水)、31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】

12日(水) 9時～12時

【登記相談】

11日(火) 10時～15時

【交通事故相談】※事前予約制

18日(火) 10時～15時

問い／長崎県交通事故相談所

☎095・824・1111

(内線3776、3777)

【遺言・契約等相談】

25日(火) 13時～16時

【人権相談】

6日(木)、20日(木) 10時～15時

※支所定期開催分

多良見支所相談室

27日(木) 9時～12時

森山支所相談室

6日(木) 9時～12時

高来支所相談室

6日(木) 9時～12時

【行政相談】

7日(金)、14日(金)、21日(金)

10時～15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

28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

14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／消費生活センター

各支所地域総務課

問い／消費生活センター

☎22・3113

その他開催分(5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8階8・2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】

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／多良見支所

問い／緑化公園課

【少年センター相談(いじめ・不登校)】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

9時～17時

ところ／少年センター

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)

12日(水) 9時～17時

ところ／ちばな信用金庫本部

27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・824・1462

日本政策金融公庫

創業サポートデスクin諫早市

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／日本政策金融公庫

国民生活事業

☎095・824・3141

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ついて、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なく、水質汚濁や土壌汚染などの環境破壊にもつな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。

例外に当たる場合でも、煙や臭いで不快な思い、つらい思いをしている人がいます。

●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／環境政策課

家電リサイクル対象機器とパソコンは収集しません

市では、家電リサイクル対象機器とパソコンについては収集をしていませんので、次のとおり適切な処理をお願いします。

○家電リサイクル対象機器

(エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機)

購入店や販売店へリサイクル料金を支払って依頼するか、郵便局にある振込用紙（家電リサイクル券）を使ってリサイクル料金を支払い、長崎スクラップセンター（津久葉町6-83 ☎49-8300）に持ち込んでください。

○パソコン

各メーカーへ回収の申し込みをしてください。

○自作のパソコンや引き取りシステムがないメーカーのパソコンなど

（一社）パソコン3R推進協会（☎03-5282-7685）へお問い合わせください。

前記のもので、ごみステーションに出されているものは、不法投棄にあたるため、警告の貼り紙をします。

なお、不法投棄は「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、禁止されています。これに違反した場合は、5年以下の懲役、1千万円以下の罰金のいずれか、またはこの両方が科せられます。



■問い合わせ先

環境政策課または各支所地域総務課



令和3年度諫早市職員採用試験



令和3年度市職員採用試験〔令和4年4月採用予定〕を実施します。

常に市民の立場に立って物事を考え、まちづくりに熱い思いを持って、自ら行動できる人を募集します。

<大学卒業程度><保健師><保育士・幼稚園教諭>

■試験区分など

試験区分	採用予定数	受験資格など
事務Ⅰ	若干名	平成3年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学を除く)もしくはこれと同等と認める大学校等を卒業または令和4年3月までに卒業見込の人
土木Ⅰ		
建築Ⅰ		
電気Ⅰ		
保健師		
保育士・幼稚園教諭	平成3年4月2日以降に生まれた人で、保健師の免許を有する人または令和3年度実施の国家試験で免許取得見込の人	
		平成3年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格かつ幼稚園教諭の免許を有する人または令和4年3月末までに資格および免許取得見込の人

■第一次試験(学力テスト) / 6月20日(日)

■試験会場 / 諫早市役所

■受付期間 / 4月21日(水)～5月21日(金) ※郵送の場合、5月21日(金)の消印まで受け付けます。

■試験案内・申込書 / 4月21日(水)から市役所案内、市職員課、各支所地域総務課および各出張所で配布します。

※申込書を郵便で請求する場合は、封筒の表に「採用試験案内請求」と朱書きし、その横に志望する「試験区分」を必ず記載してください。また、120円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(角2「33cm×24cm」)を必ず同封してください。

※受験は、志望する「試験区分(試験日が異なる試験区分も含む)」のいずれか1つについてだけ申し込みができます(併願はできません)。

■その他の試験区分(予定) / 下記のとおり予定しています。試験の詳細については、決定次第お知らせします。

第一次試験日	試験区分	受験資格など	
		年齢要件	学歴など
9月12日(日) 【受付期間】 7月12日(月)～8月13日(金)	事務A (社会人経験者)	昭和57年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人	民間企業等の通算5年以上の経験
	土木 (社会人経験者)		土木技術職として通算5年以上の経験
	建築	昭和57年4月2日以降に生まれた人	一級建築士免許または二級建築士免許を有する者
	電気		技術士または技術士補の資格取得(見込)者 第三種電気主任技術者以上の免許取得(見込)者 2級電気工事施工管理技士以上の資格取得(見込)者
	事務B (スポーツ実績者)	昭和61年4月2日以降に生まれた人	スポーツの分野において大きな実績・成績を収めた者
9月19日(日) 【受付期間】 7月1日(木)～7月30日(金)	事務Ⅱ	平成8年4月2日以降に生まれた人	高校既卒者 ※4年制大学卒業(見込)者を除く
	事務(電算)		高校新卒者または高校既卒者 ※4年制大学卒業(見込)者を除く 基本情報技術者資格取得(見込)者
	事務Ⅲ	—	高校新卒者
	土木Ⅱ	平成8年4月2日以降に生まれた人	高校新卒者または高校既卒者 ※4年制大学卒業(見込)者を除く
	事務(障害者)	平成3年4月2日以降に生まれた人	身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けている者

■申込・問い合わせ先 / 職員課

「スポーツ安全保険」加入者募集

スポーツ安全保険とは、アマチュアスポーツ活動、文化活動、レクリエーション活動、ボランティア活動、地域活動などを行う4人以上の社会教育関係団体を対象とする保険です。

- 申込期限／令和4年3月30日(水)
- 保険期間／掛金振込日の翌日～令和4年3月31日(木)
- 補償内容／傷害保険・賠償責任保険・突然死葬祭費用保険
- 区分



加入対象者	補償対象となる団体活動	年間掛金 (1人当たり)
子ども(中学生以下)	スポーツ・文化・ボランティア・地域活動など	800円
	上記団体活動に加え、個人活動も対象	1,450円
大人(高校生以上)	文化・ボランティア・地域活動など	800円
	64歳以下でスポーツ活動およびその指導・審判	1,850円
	65歳以上でスポーツ活動およびその指導・審判	1,200円
全年齢	危険度の高いスポーツ活動	11,000円

※申込用紙は、スポーツ振興課および各支所地域総務課、各体育施設に備え付けてあります。

※加入区分、掛金および補償額など保険の詳細は、申込用紙をご覧ください。

■問い合わせ先／スポーツ安全協会長崎県支部 ☎095-845-2926

(公財)諫早湾地域振興基金の 助成事業

公益財団法人諫早湾地域振興基金では次の事業に取り組まれる方を募集し、選定された事業に助成します。

①「魅力ある諫早湾水産業創出支援事業」

諫早湾における水産資源の安定確保のため、この地域における水産振興に資する事業

②「ひとが行き交う諫早湾づくり促進事業」

諫早湾干拓事業により新たに創出された場所・空間のさらなる魅力づくりやにぎわいづくり、利活用を目的に、周辺住民の方々の参画による、環境美化活動や美しい景観づくり、イベント開催などの事業

■公募期間

- ①5月6日(木)～7月9日(金)
- ②5月6日(木)～6月18日(金)

■公募要領の備え付け場所

- ①林務水産課、小長井支所産業建設課
- ②干拓室、森山・高来・小長井支所産業建設課

■問い合わせ先

(公財)諫早湾地域振興基金
☎26-6808

令和3年度第1回 防火管理者資格取得講習会

■とき

6月3日(木)、4日(金)
10時～16時

■ところ

諫早消防署
(鷺崎町221番地1)

■講習の区分

- ・甲種防火管理新規講習
(6月3日(木)、4日(金))
- ・乙種防火管理講習
(6月3日(木)のみ)

■定員

60人

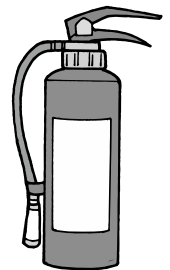
■申込期間

5月6日(木)～24日(月)

※土日祝日も受け付けています。定員になり次第、締め切ります。

■申込・問い合わせ先

諫早消防署 予防設備課
☎22-0119



事業継続支援給付金の申請期限は4月30日です

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、長崎県下全域に特別警戒警報、また、長崎市内に緊急事態宣言が発令されたことにより、特に大きな影響を受ける法人および個人事業者の事業継続を長崎県と連携し支援しています。

※この給付金は、要件に合致していれば、業種を問わず対象となります。

■要件

令和3年2月1日現在、市内の個人事業者および法人であって、以下のいずれかに該当し、令和3年1月または2月の売上高が前年比（または前々年比）で20%以上減少しているもの。

- ・長崎県知事の時間短縮営業等の要請に応じた飲食店及び遊興施設と直接または間接の取引があるもの
- ・長崎県内における不要不急の外出及び移動の自粛要請による直接的な影響を受けたもの
- ・長崎市内において、協力金の対象となる飲食店・遊興施設以外で時短営業の依頼に協力したもの

■助成額

売上高の減少率	助成額
50%以上	一律30万円
20%以上50%未満	一律20万円



■申請期限

4月30日(金) (消印有効)

■問い合わせ先

緊急経済対策室 ☎22-3520

詳しくは
ホームページを
ご確認ください。



新型コロナ関連の支援制度活用について 中小企業診断士に相談できます

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、国・県・市町の各種給付金や補助金の申請、金融機関などへ融資などの申し込みを検討している事業者の皆さんに、中小企業診断士が各種支援制度や優遇措置の活用方法をアドバイスするとともに、申請などに必要な書類作成を支援します。

「活用できる給付金や補助金、融資制度はどのようなものがあるのかわからない」、
「給付金や補助金、融資などの申込を速やかに行いたい書類の作成が難しい」

などのお悩みがある長崎県内中小企業者の皆さんは、お気軽にご相談ください。



■対象

各種給付金や補助金、融資などの申請を検討している長崎県内中小企業者（個人事業主を含む）

■相談料／3回まで無料

■支援方法／申込企業へ中小企業診断士を派遣

※リモートでの支援も可能なので申し込みの際にお知らせください。

■支援期間／4月1日(木)～9月30日(木)

■相談申込先／(一社)長崎県中小企業診断士協会

☎095-832-7011 FAX095-832-7012 メール pres@shindan-nagasaki.jp

■問い合わせ先／長崎県経営支援課 ☎095-895-2651

詳しくは
長崎県経営支援課
ホームページを
ご確認ください。



東京2020オリンピック聖火リレーに伴う 交通規制のお知らせ

東京2020オリンピック聖火リレーが5月7日(金)に市内を走行します。

リレーコースおよびその周辺道路で交通規制を行いますので、ご協力をお願いします。

スタート

諫早駅前

15時21分



ゴール

中央交流広場

15時54分



■観覧についてのご案内

- ・観覧の際は、マスクの着用、大声を出さないなど感染対策の徹底をお願いします。
- ・沿道での応援は拍手で行い、係員の指示や誘導に従うようご協力をお願いします。
- ・周辺道路で大変混雑が予想されますので、公共交通機関をご利用ください。
- ・聖火ランナー走行の様子はNHKのライブストリーミングで視聴できます。体調が優れない人は沿道での観覧をお控えください。

■問い合わせ先／スポーツ振興課

諫早吹奏楽団第67回定期演奏会

- とき／5月16日(日)
14時開演 (13時30分開場)
- ところ／諫早文化会館
- 曲目／「バーレスク」「エル・サロン・メヒコ」「ディズニーメドレー」ほか
- 入場料／400円
- 問い合わせ先
諫早吹奏楽団 有吉さん ☎090-5475-9196



©2018VFN

V・ファレン長崎を 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
- 5月5日(水) 14時～ VS ブラウブリッツ秋田
- 5月15日(土) 14時～ VS ジェフユナイテッド千葉
- 5月29日(土) 14時～ VS レノファ山口FC
- ところ／トランスコスモススタジアム長崎
- 問い合わせ先／スポーツ振興課

高来東児童館 ☎32-5858

▶母の日のプレゼント作り

- とき／5月8日(土) 13時～
- 対象／小学1～3年生 (定員10人)
- 参加費／110円



高来西児童館 ☎32-5204

▶母の日のプレゼント作り

- とき／5月6日(木) 15時～
- 対象／小学1～3年生 (定員10人)
- 参加費／110円



こどもの城 臨時休館日のお知らせ

こどもの城では、市内の子育てや教育の関係機関などでのプログラム実施、研修や打ち合わせの依頼にお応えするため、令和3年度は次の日を臨時休館とします。ご理解をよろしくお願します。

- 問い合わせ先／こどもの城 ☎24-8017

臨時休館日	5月11日(火)
	6月1日(火)
	7月6日(火)
	9月7日(火)
	10月5日(火)
	11月2日(火)
	12月7日(火)
	1月12日(水)
	2月1日(火)
	3月1日(火)

「てとてひろば」 「にこにこひろば」のご案内

幼児教育における子育て相談や未就園児と園児との交流などを下記日程で行っています。

入場無料で自由に参加できますので、ぜひお越しください。

【てとてひろば】

- とき
5月11日(火)、6月8日(火)、7月13日(火)、
9月7日(火)、10月12日(火)、11月9日(火)、
12月7日(火)、1月18日(火)、2月14日(月)
9時30分～11時30分

- ところ／諫早幼稚園 (☎22-2248)

【にこにこひろば】

- とき
5月13日(木)、6月10日(木)、7月8日(木)、
9月9日(木)、11月11日(木)、1月13日(木)、
2月17日(木)
9時30分～11時30分

- ところ／北諫早幼稚園 (☎23-8145)

※日程は変更になることがあります。事前に各幼稚園へご確認ください。



第32回「伊東静雄賞」 作品募集 (現代詩)



本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 1人1編 (未発表のものに限る)
- ② 題名を含めA4判400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)
- ③ 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
- ④ 応募料は無料 (作品は返却しません)
- ⑤ 副賞50万円

■応募期限

8月31日(火) ※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

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶押し花アート体験 ～花束や花かごを作ろう～

お花や葉っぱを使って花束や花かご風の作品を作ります。母の日のプレゼントにもおすすめです。



■とき／5月4日(火)
13時～14時、14時30分～15時30分

■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)
■参加費／押し花はがき 200円
押し花キーホルダー 500円

▶たのしい科学教室 宇宙への道 ～月と太陽～

■とき／5月8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)

■申込期限／5月6日(木)
■定員／10人(予約優先)

■参加費／500円
■持ってくる物／筆記用具



▶星座スタンドパネル作り ～春の星座～

■とき／5月9日(日) 14時～15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)
■参加費／100円

▶ペーパークイリング体験 ～菜の花～

■とき／5月16日(日)
11時～12時、13時～14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

▶サイエンスワークショップ

「作って遊ぼう動くおもちゃ」

■とき／5月22日(土) 11時～12時、14時～15時

■対象／小学生
(保護者同伴であれば未就学児も可)

■定員／各10人(予約優先)
■材料代／100円

▶特別観望会 スーパームーン皆既月食観望会

■とき／5月26日(水)
18時30分～21時30分

■対象／全年齢層
■定員／なし
※参加無料、マスクを着用し防寒対策をお願いします。



諫早図書館 ☎23-4946

▶映画上映会

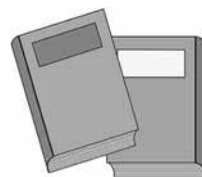
■とき／5月19日(水) 14時～
■ところ／諫早図書館 視聴覚ホール ※入場無料
■内容／「幸せの太鼓を響かせて～INCLUSION～」
(2011年 日本 106分)
■定員／先着30人

たらみ図書館 ☎43-4611

▶たらみ図書館×希望が丘高等特別支援学校

Smile hope cafe

長崎県立希望が丘高等特別支援学校とコラボしたカフェを月に1回程度開きます。読書のひとときにおいしい飲み物やお菓子はいかがですが？



■とき／4月28日(水)、5月12日(水) 10時30分～14時

■ところ／たらみ図書館 調理談話室

▶映画上映会

■とき／5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／「バグダッド・カフェ」
(1987年 西ドイツ 108分)
■定員／100人 ※要事前申込

諫早市美術・歴史館 ☎24-6611

▶荒木幸史展

コスモス画家として知られる荒木幸史(本市出身)の作品展です。親友であった芥川賞作家野呂邦暢の「諫早菖蒲日記」のために描いた表紙原画や野呂邦暢関連資料も展示します。



■とき
5月30日(日)～6月13日(日)
10時～19時
最終入場は18時30分まで、毎週火曜日休館

■ところ
諫早市美術・歴史館 2階企画展示室
※観覧無料



諫早市公式LINE
今すぐ友だち登録を！



いさはやびより
諫早日和
Facebook

有喜公民館 ☎28-3110

▶保存食講座

日 5月18日(火) 9時30分～12時30分
場 有喜ふれあい会館
内 和風万能調味料、長崎名物よりよ
り、塩麴を作ります
対 成人 定12人 申 5月10日(月)
料 700円 持 500ccのガラス瓶、
タッパー、エプロン、三角巾

▶「有喜ロマン小路探訪」

日 5月21日(金) 9時～12時
場 有喜ふれあい会館集合
内 新緑の有喜の史跡を巡る講座です
対 成人 定15人 申 5月13日(木)
料 100円 持 飲み物、タオル、
歩きやすい服装・靴

西諫早公民館 ☎26-1531

▶健康体操教室（笑いヨガ編）

日 5月22日(土) 9時30分～11時30分
場 西諫早公民館 内 笑いの健康体操
「笑いヨガ」を通して健康増進を
図ります 対 成人 定15人
申 5月13日(木) 料 100円

持 タオル、飲み物



▶ハーモニカ教室

日 5月25日(火) 13時30分～15時
場 西諫早公民館
内 ハーモニカの楽しみ方や吹き方を
学びます。自主学習グループのミ
ニコンサートもあります
対 成人 定10人 申 5月18日(火)
持 ハーモニカをお持ちの人は持参

本野公民館 ☎26-0270

▶おでかけ前に聴く講座①

「お楽しみ♪島原鉄道の旅」

日 5月20日(木) 10時～12時
場 本野ふれあい会館 内 県内旅行を
楽しむための情報講座です
対 成人 定20人 申 5月19日(水)
持 筆記用具、地図帳（お持ちの人）

▶子育て応援講座「あつまれ☆ママ」①映えるお菓子

日 5月21日(金) 10時～12時
場 本野ふれあい会館
内 子どもが喜ぶ簡単でかわいいおや
つ作りです 対 小学生の子どもを
持つ母親 定8人 申 5月14日(金)
料 800円 持 エプロン、三角巾、
飲み物、持ち帰り用の容器



小栗公民館 ☎22-1533

▶小栗大学～開講式と二人芝居

「岳の新太郎さん」～

日 5月12日(水) 10時～11時30分
場 小栗ふれあい会館（多目的ホール1）
内 はつらつと生きるため、仲間と一
緒に学ぶ高齢者のための講座です
対 高齢者 定40人 申 5月7日(金)
持 筆記用具、上履き、水筒
※小栗大学に年間登録する人に限る

▶図書ボランティア養成講座

～図書館に行こう！～

日 5月14日(金) 9時30分～12時30分
場 たらみ図書館、森山図書館
内 「としょかんの街 諫早」の魅力
を再発見する講座です 対 成人
定20人 申 5月6日(木) 料 100円
持 筆記用具 ※小栗ふれあい会館集合

▶諫早よかばい！ふるさと探訪

～こんな身近に動物たち？

寺峰農場を見学しよう！～

日 5月24日(月) 10時～12時
場 県立諫早農業高等学校（寺峰農場）
内 諫早農業高校生から学校で学んだ
知識・技術の説明を受け、地域の
魅力を再認識する講座です
対 成人 定20人 申 5月13日(木)
料 100円 持 筆記用具、歩きやすい服装、
帽子、水筒 ※小栗ふれあい会館集合

▶本で語り場～ブックカフェ小栗～

日 5月25日(火) 19時30分～21時30分
場 小栗ふれあい会館（多目的ホール1）
内 書店のブックアドバイザーから本
のいろいろをお聞きする講座です
対 成人 定20人 申 5月18日(火)
持 筆記用具、上履き

小野公民館 ☎22-0264

▶呼吸とストレッチ

日 5月20日(木) 19時～21時
場 小野ふれあい会館
内 心と体の緊張をほぐす呼吸とスト
レッチを学びます
対 女性 定10人 申 5月10日(月)
料 保険代負担有 持 タオル、飲み物



▶夜の料理教室 ソーメンアレンジ

日 5月28日(金) 19時～21時
場 小野ふれあい会館 内 そうめんを
使ったアレンジ料理を作ります
対 成人 定8人 申 5月12日(木)
料 750円 持 エプロン、三角巾

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。

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 5月8日(土)・12日(水)・22日(土)
10時～15時30分 ※受付は15時まで
場 中央公民館
内 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
対 成人 ※部品代は実費負担

▶女性大学・開講式

～キャッシュレス時代を生きる～

日 5月13日(木) 13時30分～15時30分
場 中央公民館
内 自分にあったキャッシュレ
スの利用法と電子マネーに
ついて学びます 対 成人



▶生き生き百年塾・開講式

～楽しい音楽会～

日 5月18日(火) 10時～12時
場 中央公民館
内 「フレッシュシニアバンド」によ
る愉快的トークと懐メロを一緒
に歌って楽しいひとときを過ごし
ましょう！ 対 成人



▶【女性のライフスタイル講座②】 美容オイルづくり

日 5月20日(木) 13時30分～15時30分
場 中央公民館
内 しっとり潤い肌を目指してオイル
づくりとアロマのお話です
対 女性 定20人程度
申 5月13日(木)
料 1,300円



▶ **簡単手芸講座「ちょっとお出かけミニバッグ」(全2回)**

日 5月21日(金)・28日(金)
13時30分～15時30分

場 田結公民館

内 ハナミズキのパッチワークをあしらった、ちょっとお出かけ用のミニバッグを作ります

対 女性 定16人 申5月14日(金)
料 1,000円 持 裁縫道具



高来公民館 ☎32-2111

▶ **第3弾 竹崎街道歴史・文化の旅ウォーキング**

日 5月20日(木) 9時～12時30分

場 佐賀県太良町

(高来会館集合)

内 今回は、県境遠竹

から竹崎街道を歩き、竹崎宿を目指します

対 成人・親子(小学校高学年以上)
定20人 申5月12日(水) 料100円

持 歩きやすい服装、水筒



▶ **100円ショップの材料で作る親子DIY講座**

日 5月30日(日) 10時～12時

場 高来会館 内 すのこと木箱で収納棚を作製します

対 親子(小学生以上)
定10組 申5月12日(水)

料 1,100円 持 作業できる服装

小長井公民館 ☎34-2201

▶ **シルバー大学**

日 5月11日(火) 10時～11時30分

場 小長井文化ホール

内 開講式「豊かに生きる」をテーマの講話です 対65歳以上の人

▶ **春のノルディックウォーキング**

日 5月20日(木) 10時～12時30分

場 小長井文化ホール集合

内 小長井のフルーツバス

停や美しい景色を見ながらノルディックウォーキングを楽しみます 対成人 定10人

申5月12日(水) 料100円(保険代負担有) 持 飲み物 ※雨天時中止

▶ **科学体験教室**

日 5月22日(土) 10時～12時30分

場 小長井文化ホール 内 望遠鏡の製作

対 小・中学生 定10人

申5月14日(金) 料700円(保険代負担有)



森山公民館 ☎36-1116

▶ **「親子ひつじ毛刈り体験」**

日 5月8日(土) 10時～12時

場 唐比ふれあい牧場

内 親子でひつじの毛

刈り体験やいろいろな小動物とふれあいます

対 小学生親子 定20組
申5月6日(木)

料 一人50円(保険代含む)

持 動きやすい服装、飲み物



飯盛公民館 ☎48-0049

▶ **ニュースポーツ講座(1回目)**

日 6月5日(土) 10時～12時

場 飯盛東小学校グラウンド

内 パタンク(標的の玉に、より近づけるようにボールを投げたチームが勝利するゲーム)

対 成人 定20人 申5月28日(金)

料 保険代負担有

持 タオル、水筒、運動できる服装

▶ **ニュースポーツ講座(2回目)**

日 6月12日(土) 10時～12時

場 飯盛東小学校グラウンド

内 クップ(丸棒を投げて相手のカップ(角材)を倒すゲーム)

対 成人 定20人 申5月28日(金)

料 保険代負担有

持 タオル、水筒、運動できる服装

▶ **ニュースポーツ講座(3回目)**

日 6月26日(土) 10時～12時

場 飯盛東小学校グラウンド

内 フライングディスクゴルフ(円盤型の板を何投でゴールに入れるかを競うゲーム)

対 成人 定20人 申5月28日(金)

料 保険代負担有

持 タオル、水筒、運動できる服装

田結公民館 ☎49-1111

▶ **田結すこやか大学「笑顔で健康づくり①」**

日 5月20日(木) 13時30分～15時30分
場 田結公民館

内 歌・笑い・体操で楽しみながら、健康的な体をつくりましょう

対 高齢者・成人



▶ **クリスタルボウルヒーリング
～癒しの空間へようこそ～**

日 5月28日(金) 10時～12時

場 本野ふれあい会館 内 水晶から作られた楽器の不思議な音色を体験し、ストレス解消を目指します

対 女性 定10人 申5月21日(金)

持 ヨガマットなど(敷物)、バスタオルなど(上掛け)、タオル、飲み物

長田公民館 ☎23-9024

▶ **長田地区が誇る「諫早たまねぎ魅力発見講座」**

日 5月14日(金) 9時30分～12時30分

場 長田みのり会館 内 長田地区が誇る「諫早たまねぎ」を使って料理やドレッシングを作ります

対 成人 定8人 申5月11日(火)

料 700円程度(保険代、材料代含む)

持 エプロン、三角巾、ハンドタオル、料理とドレッシング(300ml)の持ち帰り用の容器

▶ **さつき趣味講座**

日 5月22日(土) 10時～12時

場 長田みのり会館 内 長田さつき盆栽会から講師を招き、さつきの剪定と管理(針金掛け、植え替えなど)を学びます

対 成人 定15人

申5月19日(水) ※さつき盆栽を持ち込んでのお尋ねなども可能です



多良見公民館 ☎43-0049

▶ **プロから学ぶ「身近に潜む害虫の対処方法」**

日 5月22日(土) 13時30分～15時30分

場 たらみ会館 内 庭の草取りや家庭菜園には、マダニなどの害虫が生息しています。その危険生物の生態を知り、対処法を学びます

対 成人 定20人 申5月13日(木)

持 筆記用具

伊木力公民館 ☎44-1002

▶ **「簡単ストレッチ体操」**

日 5月18日(火) 10時～12時

場 多良見多目的研修館

内 おうちでもできるストレッチ体操を学びます 対女性 定15人

申5月11日(火) 料100円 持 ヨガマットまたはバスタオル、タオル、飲み物

個別予防接種のお知らせ

下記の予防接種は、指定の医療機関で年間を通じて接種できます。事前にかかりつけ医療機関とご相談のうえ、接種者の健康状態が良いときに受けてください。なお、接種の際は保護者同伴で、母子健康手帳を持参してください。

予防接種名【子ども用】		標準的な接種時期（対象年齢）	接種方法など	他の予防接種までの間隔
ロタウイルス (ロタリックス)	1価	1回目は生後2月～出生14週6日後までに行う (出生6週0日後～出生24週0日後までの間)	27日以上の間隔で2回接種	制限なし
ロタウイルス (ロタテック)	5価	1回目は生後2月～出生14週6日後までに行う (出生6週0日後～出生32週0日後までの間)	27日以上の間隔で3回接種	制限なし
ヒブ (Hib)	初回	標準で生後2月～7月未満 (生後2月～60月未満)	27日以上の間隔で3回接種	制限なし
	追加	初回終了後7月～13月の間隔をおく (生後2月～60月未満)	1回接種	
小児用肺炎球菌	初回	標準で生後2月～7月未満 (生後2月～60月未満)	27日以上の間隔で3回接種	制限なし
	追加	標準で生後12月～15月未満 (生後2月～60月未満)	初回終了後60日以上の間隔で1回接種	
B型肝炎		標準で生後2月～9月未満 (生後1歳未満)	27日以上の間隔で2回接種後 1回目終了後139日以上の間隔で 1回接種	制限なし
四種混合 (ジフテリア、百日せき、 破傷風、ポリオ)	1期初回	標準で生後3月～12月未満 (生後3月～90月未満)	20日以上の間隔で3回接種	制限なし
	1期追加	初回終了後1年～1年半の間隔をおく (生後3月～90月未満)	1回接種	
BCG		標準で生後5月～8月未満 (生後1歳未満)	1回接種	4週間 (注)
麻しんおよび風しん	1期	生後12月～24月未満	麻しん風しん混合 (MR) ワクチンを各期1回接種	4週間 (注)
	2期	5歳以上7歳未満で小学校就学前の1年間にある者 (平成27年4月2日～平成28年4月1日生) (実施期間：令和4年3月31日まで)		
水痘	初回	標準で生後12月～15月未満 (生後12月～36月未満)	1回接種	4週間 (注)
	追加	初回終了後6月～12月の間隔をおく (生後12月～36月未満)	1回接種	
日本脳炎	1期初回	標準で3歳 (生後6月～90月未満)	6日以上の間隔で2回接種	制限なし
	1期追加	標準で4歳 (生後6月～90月未満)	1回接種 (初回終了後おおむね1年後)	
	2期	標準で小学4年生 (9歳～13歳未満)	1回接種	
二種混合 (ジフテリア、破傷風)		標準で小学6年生 (11歳～13歳未満)	1回接種	制限なし
子宮頸がん予防ワクチン (ヒトパピローマウイルス 感染症予防)		標準で中学1年生に相当する年齢の女性 (小学6年生から高校1年生までに相当する年齢の女性) (平成17年4月2日～平成22年4月1日生)	3回接種	制限なし

(注) 次回接種するものがBCG、麻しんおよび風しん、水痘の場合は4週間の間隔が必要です。その他の予防接種の場合は制限ありません。

※対象年齢内であれば、接種費用は無料です。上記のほか、特例の対象者や接種開始時期により接種回数異なる場合があります。

※ロタウイルスの予防接種はロタリックスかロタテックのどちらか一方を選択してください。なお、1回目の接種が15週0日後を過ぎる場合の接種は、お勧めしていません。

予防接種名【高齢者用】	対象者	接種方法など	他の予防接種までの間隔
高齢者肺炎球菌	○令和3年度に65、70、75、80、85、90、95歳及び100歳になる人 ○60歳～65歳未満で次の障害名により障害手帳1級の人 【心臓、腎臓、呼吸機能障害、ヒト免疫不全ウイルスによる機能障害】	1回接種	新型コロナワクチンとは、前後13日以上

※過去に接種済みの人は除きます。

※65歳以上の対象者には、はがきをお送りしていますので、接種の際はそのはがきを持参し、自己負担4,000円（生活保護などの人は免除）を医療機関にお支払いください。

◎詳しくは、医療機関や健康福祉センターへご相談ください。

■問い合わせ先／健康福祉センター ☎27-0700

5月の健診・相談・各種教室

掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

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専門員など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／すくすく広場
- 問い合わせ先／こども支援課

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などを行います。

- とき／9日(日) 10時～11時
(受付：9時30分～)
- ところ／すくすく広場
- 定員／10組 ※要予約
- 申込先／すくすく広場 ☎46-5276

離乳食教室

生後12月までのお子さんが対象です。

■日程 ※要予約

とき	対象
10日(月)	4～6カ月児
24日(月)	7～12カ月児

※いずれも13時15分～15時15分

※1人あたり約25分の教室です

- ところ／すくすく広場

乳児健康相談

【日程】(受付：13時～14時)

1歳未満児

11日(火)	多良見体育センター	西部(多良見・真津山)
12日(水)	すくすく広場	中央・北部・小栗小学校区

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。

介護相談

■とき／27日(木) 13時～15時

■ところ／市民センター

■問い合わせ先／認知症のひとと家族の会 渡部さん ☎26-1763

※諫早市すくすく広場子育て世代包括支援センターでは、助産師・保健師による妊婦・産婦・乳幼児の健康相談、妊娠届時相談に対応します(要予約)。

☎46-5276

精神保健福祉専門相談

事前に保健所へご相談いただいたからの予約になります。

■とき／12日(水)、18日(火)、21日(金)、24日(月)、26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 ☎26-3306

※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。

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、5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市内全域に○○○○○○通信網を整備します

Q②地域の身近な相談相手○○○○・児童委員

Q③新しい旅の○○○○○

Q④保険証と受診券(もも色)を持って、○○○○を受けましょう！

Q⑤令和3年度諫早市○○○○試験

※前号の答え

①20 ②テニス ③小野 ④交通安全 ⑤予防接種

※応募総数53通

※ご記入いただいた個人情報、賞品発送などの目的以外には利用いたしません。

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	西諫早第2公園
15日(出)	9時～11時30分	高来支所

【ニュースポーツ教室】(グラウンド・ゴルフ) ※雨天中止

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

【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 ※3日除く	13時30分～15時	飯盛ふれあい会館
	13時30分～ 15時45分	たらみ会館
毎週水曜日 ※5日除く	13時30分～15時	長田みのり会館
19日(水)	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
毎週金曜日	13時30分～15時	小野体育館
毎週金曜日	20時～21時30分	高来会館

【のんのこ体操】(低体力者向けの体操) ※要事前申込

12日(水)・26日(水)	13時30分～15時	西諫早ふれあい会館
10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)	10時30分～ 11時30分	シーサイド2区公民館

※会場によって人数制限をさせていただきます。

※当日自宅での体温が37.5度以上の場合は参加を控えてください。

※体調を確認し、マスク着用をお願いします。

※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
(健康福祉センター内) ☎27-0700

今回はお口周りの筋肉を鍛える「**くち**口トレ」を紹介
 します。

食べ物をおいしく食べたり、言葉話すため
 には、お口の健康が必要です。また、お口の健康は全
 身の健康につながっています。

継続して行うことが大切です。

(高齢介護課)

自宅でできる! 簡単 トレーニング

「人と会う機会が減り、会
 話することが減っている」
 という方は、自宅で声に出
 してやってみましょう。



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「**くち**口トレプロ
 グラム①(2分)」を配信していま
 す。ぜひご覧ください。

くち口トレ **ステージ3 口腔体操(お口の筋トレ)**

⑥「パ」「タ」「カ」「ラ」という言葉を順番に10回ずつ
 はっきりと発音します。

長崎県歯科医師会健口体操

【編集・発行】諫早市役所 秘書広報課
 〒854-8601 長崎県諫早市東小路町7番1号
 ☎0957-22-1500(代) FAX0957-23-6031
<https://www.city.isahaya.nagasaki.jp/>
 ✉-jr.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3月1日現在)
 □人口 133,512人
 □男 63,196人
 □女 70,316人
 □世帯数 53,275世帯



食改さんのおすすめレシピ



【材料】 2人分

さやいんげん	80g
にんじん	10g
ひじき(乾燥)	5g
糸寒天(乾燥)	3g
玉ねぎ	20g

【作り方】

- ①さやいんげんはゆでて、3cm長さの斜め切りにし、にんじんは千切りにしてゆでる。
- ②ひじきは水で戻してからゆでて水気をきり、長ければ切る。糸寒天は5cm長さに切り、水で戻し水気をきる。
- ③玉ねぎは千切りまたはみじん切りにする。

さやいんげんのマリネ

～有喜地区のおすすめレシピです～

(1人分：37kcal)

薄口醤油	小さじ2/3
酢	小さじ2
油	小さじ1
梅肉	小さじ1/2

④Aをボウルに入れ、①、②、③を混ぜ合わせてできあがり。

※さやいんげんの代わりにアスパラガスやパプリカなど、梅肉の代わりに生姜や唐辛子などを使ってよい。

諫早市防災メール 防災情報を迅速にあなたへ!
 下記アドレスに空メールを送信し、登録してください。
memreg@city.isahaya.nagasaki.jp

防災行政無線の
 スピーカー放送が
 聞き取りづらい!
防災行政無線
 フリーダイヤル
 そんな時は **0120-419-009**