



いさはや暮らしをわかりやすく

広報
ISAHAYA

いさはや

vol.212

2022.Nov.

11

電話、詐欺かも??

特集

電話でお金の話は詐欺

モデル協力：内川さん（高来町）102歳

ニセ電話詐欺が

諫早を狙っています。

特集

電話でお金の話は詐欺

私たちの身近に潜むニセ電話詐欺。本市では昨年1億6,500万円の被害が出ています。なぜだまされてしまうのか、どうしたらだまされないのか。今号では、ニセ電話詐欺を特集します。

(生活安全交通課)

| 市内の被害発生状況 | 認知件数 | | 被害金額 (円) | |
|-------------|------|----|-----------|-------------|
| | R2 | R3 | R2 | R3 |
| オレオレ詐欺 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 架空料金請求詐欺 | 3 | 11 | 1,560,000 | 155,904,600 |
| 還付金詐欺 | 0 | 1 | 0 | 1,547,344 |
| 融資保証金詐欺 | 1 | 1 | 2,050,476 | 3,876,380 |
| 金融商品詐欺 | 0 | 1 | 0 | 553,677 |
| ギャンブル詐欺 | 0 | 1 | 0 | 1,810,000 |
| キャッシュカード詐欺盗 | 0 | 1 | 0 | 1,454,000 |
| 合計 | 4 | 16 | 3,610,476 | 165,146,001 |

ダメされないで！ ニセ電話詐欺



←次ページへ

ニセ電話詐欺とは

電話をかけるなどして、うそを言い、現金などをだまし取る犯罪のことです。

代表的な手口を紹介します。

■オレオレ詐欺

身内を名乗り、借金の返済や交通事故の示談金の名目で、現金を振り込ませます。

■架空料金請求詐欺

「パソコンがウイルスに感染した」など架空の事実を口実に、現金を振り込ませたり、電子マネーを購入させたりします。

■還付金詐欺

市役所職員を名乗り、還付金があるとATMコーナーに誘導し、現金を振り込ませます。

■キャッシュカード詐欺盗

「キャッシュカードが悪用されている」などと説明をし、私服警察官などになりすまし自宅を訪問して、偽カードとすり替えるなどし、口座から現金を引き出します。

被害を避ける方法は

■留守番電話を活用する

相手を確認してから、電話に出しましょう。

■ATM利用限度額を引き下げる

一日の利用限度額を下げておきましょう。

■相談相手を決めておく

家族や親戚、信頼できる人など、相談相手を決めておき、電話でお金の話が出たら、まず相談しましょう。



おかしいと思ったら相談を…

- 警察相談窓口 ☎#9110
- 県警情報ダイヤル ☎0120-110-874
- 諫早警察署 ☎22-0110
- 市民相談室・消費生活センター ☎22-3113

詐欺グループは、指定口座にお金が入金されると、すぐに引き出しますが、諦めずに、振込先の金融機関や警察署に相談してください。

「振り込め詐欺救済法」が施行され、振込先の口座に資金が残っていない場合は、被害額の全部または一部が返ってくる場合があります。

万が一、振り込んでも



本年8月末で、すでに長崎県内で約1億7千万円（73件）、諫早市内でも約2千万円（10件）の二セ電話詐欺の被害が発生しています。最近では、市内でも「ウイルスに感染した」などのメッセージがパソコンやスマホに届き、コンビニで電子マネーを購入させ、その利用権をだまし取る「架空料金請求詐欺」が増えています。

また、市役所や警察署職員をかたつて、多数の不審電話がかけてられています。電話で還付金の話をすることはありませんし、ATMで手続きをお願いすることも絶対にありません。

詐欺グループは、必ず新たな手口で、次から次へと私たちの前に登場します。電話でお金に関わる話が出たら詐欺です。一人で考えず、相談先に連絡してください。

祝！西九州新幹線開業

夢を乗せて一番列車が出発

9月23日、待ちに待った西九州新幹線が開業し、一番列車が諫早駅を出発しました。

諫早駅で行われた出発式では、体操会のレジエント・内村航平さんが一日駅長を務め、世界一美しい出発の合図で一番列車を見送りました。在来線、島原鉄道、高速・高規格道路などで形成していた交通網に、待望の新幹線が加わり、さらに交通の要衝として進化する諫早市。開業を契機に、交流や定住人口の拡大につながる地域活性化に官民一体で取り組み、魅力あるまちづくりをさらに進めていきます。



▲一番列車へ出発の合図をする内村航平さん



▲一番列車のハンドルを握る西尾麻衣子さん





▲「新幹線とまちづくり絵のコンクール」表彰式



▲盛り上がった新幹線開業イベント



▲新幹線ホームでのテープカット



▲3日間、多くの人出で賑わったアエル中央商店街



▲諫早駅で行われた開業式典・新幹線改札前でのくす玉開き



▲開業記念「内村航平スペシャル体操イベント in 諫早」

おしえて★びれきさ〜ん



この道ウン十年の名物学芸員
川内 知子さん



歴史担当いつも冷静鎮れる学芸員
大島 大輔さん

私たちが
美術・歴史館で
待ってまーす。



これまで、2回にわたって西九州新幹線開業記念「三市交流展（11月3日から開催）」を紹介してきました。
今回は、開業に沸く諫早駅の駅長・山口哲矢さんと、開業前イベントに携わられたL&Lホテルセンリウウ婚礼課支配人・大石亜香里さんに、三市交流展と開業後の抱負を伺いました。

以前、JRの仕事で九州の窯元を取材してから焼き物に興味を持ちました。
三市交流展では、出雲市からお茶道具が出品されるということなのでぜひ見てみたいです。

待ちに待った新幹線が開業しました。
皆さん、ぜひ「かもめ」に乗ってください。
そして、観光列車「ふたつ星 4047」も運行を開始しました。こちらもおすすめです！



山口哲矢さん

美術・歴史館の前を通ったときに素敵な建物だと思っていました。人が集まる場として活用できたらいいなと思っています。

三市交流展では、キッズワークショップの勾玉づくりがあるということを聞きました。
子どもを連れて、ぜひ参加してみたいです。



大石亜香里さん

ぜひ！三市交流展に来てね～。
詳細は、裏表紙に載ってるよ。



諫早の美術や歴史のことは

美術・歴史館へ
☎24-6611

美術・歴史館の催しは、「イベント情報」をご覧ください

Vol.7

Let's
手話！

日常会話で使う手話を
ちょこっとずつ紹介します。
皆さんも一緒に手話でお話
してみませんか？

(障害福祉課)

何を食べる？



①食べる
左手のひらを上に向け、
右手を口へ運ぶ。



②なに？
人差し指を立てて胸前で左
右に振る。



③あなた
人差し指で相
手を指さす。

うなぎを食べるよ



①うなぎ
両手の4指の
指先をあごの
下に付けて、
軽く動かす。



②食べる
左手のひらを上に向け、
右手を口へ運ぶ。



③私
人差し指で自
分を指さす。

動画はこちら



令和4年 諫早市表彰



市民の模範となる善行や市勢振興への貢献のあった個人および団体を表彰する「令和4年諫早市表彰」が、10月3日、市役所で行われました。

今年表彰された方は、スポーツの分野で特に優秀な成績を収められた方をはじめ、保健、交通安全、社会福祉、教育文化、体育、商工、農業、消防、防災、自治、寄附の各分野で貢献があった個人53人および8団体の皆さんでした。

(総務課)

ほの **炎チャレがゆく!** ~育ててよし諫早編~



災害に強いまちづくりを



9月5日に台風11号、18日に14号の暴風域に本市が入りました。市は、災害対策本部などを設置し、避難所を開設しました。幸いにも本市は大きな被害は免れましたが改めて災害への備えの大事さを再認識しているところです。これからも「災害に強いまちづくり」をさらに推進していきたいと考えています。

【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ます】

成人式は「二十歳の集い」に決定

令和5年以降の成人式典名称を「二十歳（はたち）の集い」に決定しました。式典は、これまでどおり20歳の人を対象に開催します。

■開催日

令和5年1月8日（日）
 14時～（受付：13時～）

■場所

諫早文化会館
 ※案内は、12月1日現在、市に住民登録されている人に郵送。当日、案内はがきを持参。
 ※市外在住の本市出身者も参加可。

諫早市二十歳の集い実行委員会 インスタグラム公式アカウント開設中



思い出の写真や前撮りの写真を募集しています。ぜひ、フォローしてください。

ISAHAYA_SEIJINSIKI

(生涯学習課)

新たな地域おこし協力隊が着任



10月1日、諫早市の新たな地域おこし協力隊として、木下 侑香さん、下崎 レイナさんが着任しました。

木下隊員は空き家利活用コーディネーターとして市内の空き家の利活用の推進や移住定住促進に関する取組みを、下崎隊員は山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園活性化マネージャーとして、施設のさらなる発展のための支援や、施設を中心とした小長井地域活性化のための活動を行います。木下隊員・下崎隊員の活動にぜひご期待ください。

名前 ^{きのした ゆうか} 木下 侑香
年齢 23歳
出身 東京都世田谷区



メッセージ

初めての挑戦で、慣れないことがたくさんありますが、これから地域の方々の助けになれるよう、諫早市の良さを広められるよう、全力を尽くします！

名前 ^{しもざき} 下崎 レイナ
年齢 28歳
出身 埼玉県川越市



メッセージ

九州とは全く縁のない埼玉県から来て、これからの諫早生活にとってもワクワクしています！諫早市のまだ見ぬ魅力もどんどん発見していきたいです。

(移住定住推進課)

令和4年度 いさはや地域振興商品券

新型コロナウイルス感染症の影響が続く中、原油価格・物価高騰による家計への負担軽減及び消費拡大による地域経済の活性化を目的にプレミアム付商品券を発行（販売・配布）します。



<販売する商品券>

■対象者

令和4年10月1日現在、諫早市に住民票がある人

■商品券の内容

1冊6,500円分の商品券を5,000円で販売
※1人につき最大5冊（25,000円）まで
※申込多数の場合は、購入冊数の調整有

■申込期限

10月31日（月）

■使用期間

11月17日（木）～令和5年1月31日（火）

<配布する商品券>

■対象者

令和4年度の住民税非課税世帯

■配布内容

住民税非課税世帯に1人1冊6,500円分の商品券を配布

※対象と思われる世帯に配布申込書を送付（11月中旬ごろ）

※申込書を返送後、商品券を郵送（11月下旬ごろ）

詳細は、市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ

緊急経済対策室



今こそ
伝えたい

語らん場のチカラ

コロナ禍の中、家族以外の人と会いにくくなったり、人と人との距離を空けなくてはいけないことが日常となりました。そのような中、人と人との繋がりに働きかけ、地域での介護予防や支え合いについて話し合う場があります。「介護予防と生活支援の語らん場（かたらんば）」です。このような時だからこそ、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の地域の取り組み。ぜひ、知ってください。



本明町・平松神社の集い

平松神社の境内で、集いの場ができました。誰でも参加していい場所として、コロナ禍でも活動中です。



西栄田町・声掛け巡回

自治会の役員が75歳以上の一人暮らしや高齢者世帯を訪問。「気がけてもらって安心」と評判です。



高来地域・わが町自慢の実態把握

高来地域では、現状を共有し、地域の良さを再確認しました。これからやってみたいことなど、今後につながるたくさんの意見がでました。

詳細は、こちら

諫早市 高齢者ささえあいネット

検索



■問い合わせ／地域包括ケア推進課

諫早駅東口自転車等駐車場がリニューアル！

西九州新幹線開業に合わせ、整備を進めてきた諫早駅東口自転車等駐車場が完成し、供用開始しました。



●自転車 226台

●バイク 51台

※利用は無料

※写真手前（南側）がバイク、写真奥（北側）が自転車です。

（駅周辺再開発課）

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（11月
分）・出張申請受付

●休日窓口

13日(日)・27日(日)

各日9時～12時

●延長窓口

10日(木)・17日(木)・24日(木)

各日19時30分まで

●出張申請受付

市内の事業所や施設・公

11月11日～17日は 「税を考える週間」

税金は住みよい社会にするための大切な財源です。国税庁ホームページでは、「国税庁の取組」や「税に関する情報」を紹介しています。この機会に、ぜひご覧ください。

●諫早税務署

☎22-1370



▲休日・延長窓口



▲出張申請受付

民館などに市職員が出向きます。手続きは5分程度。出来上がったマイナンバーカードは自宅に郵送します。

※いずれも予約が必要です。詳細は、市ホームページをご覧ください。直接お尋ねください。

●市民窓口課

太陽光発電設備は
申告が必要です

家屋の屋根や土地に設置した太陽光発電設備は、固定資産（償却資産）の申告対象となる場合があります。次の申告要件に該当し、毎年1月1日（賦課期日）現在所有している場合は、1月末日までに申告してください。

●申告要件

| | 全量売電・ 余剰売電(10kw以上) | 余剰売電 (10kw未満) |
|-------------|-----------------------|------------------|
| 法人 | 申告対象 | 申告対象 |
| 個人 (事業用) | 申告対象 | 申告対象 |
| 個人 (住宅用) | 申告対象 | 申告対象外 |

●対象

太陽光パネル、架台、送電設備、電力量計、パワーコンディショナー、フエンスなど

●資産税課

国民年金保険料控除証
明書は大切に保管を

1～9月の期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を11月に送付します。年末調整や確定申告に必要ですので、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

国民健康保険料は納期
限内に納めましょう

保険料は、加入者の皆さんの医療費に充てる貴重な財源です。

便利な口座振替を推進しています。事情により納付が困難な場合は、ご相談ください。

●保険年金課

事業所ごみの処理は
事業者の責務です

一部のごみステーションで、事業所から出たごみの排出が見受けられます。事業所・事業活動から出たごみは、廃棄物収集運搬許可業者に依頼するなど、事業者自らの責任で適正に処理をお願いします。

●環境政策課または
各支所地域総務課

家庭用生ごみ処理機器 の購入費を補助します

生ごみ処理機を利用する
とごみの量が少なくなり、
肥料などとして有効利用で
きます。

●補助の内容

- ・生ごみ処理容器（EMバ
ケツ、コンポストなど）
購入価格の2分の1
- ※上限は2万円。世帯に2
台まで
- ・電気式生ごみ処理機
購入価格の3分の1（グ
リーン購入法適合品以外
の商品は4分の1）
- ※上限は2万円。世帯に1
台まで

●要件

市内の販売店で購入した
もの

※過去に補助を受けた人で、
生ごみ処理容器は3年、
電気式生ごみ処理機は5
年経過して再購入する場
合は、再度補助が受けら
れます。

※詳細は、市ホームページ

をご覧ください。

問・申込

環境政策課または
各支所地域総務課

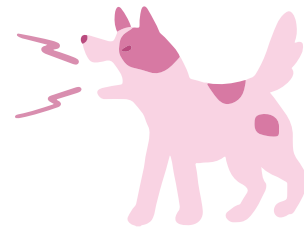
野鳥との接し方 （鳥インフルエンザへ の注意）

渡り鳥が飛来する季節に
なり、全国的に鳥インフル
エンザの注意喚起が行われ
ています。鳥インフルエン
ザウイルスは、野鳥観察な
ど通常の接し方では、人に
感染しないと言われていま
す。正しい情報に基づいた
冷静な行動をお願いします。
※詳細は、市ホームページ
をご覧ください。

問 環境政策課または
各支所地域総務課



野犬を見かけたら 保健所にご相談を



野犬の捕獲は、狂犬病予
防法に基づき県保健所が
行っています。野犬を見か
けたら、県保健所にご連
絡ください。

飼い犬に狂犬病予防注射
済票や、迷子札などの飼い
主が分かるものを装着して
おくと、万が一逃げ出した
場合も、保護され家に戻ら
ることができます。野犬を増
やさないためにも、餌やり
や飼い犬の放し飼いはおや
めください。

問 ●県保健所

☎26・3305

●環境政策課または

各支所地域総務課

紙類は「資源物ストッ クハウス」へ

新聞や雑誌、雑がみ、段
ボールなどリサイクル可能
な紙類は、資源物ストック
ハウスに出してください。
市内20力所に設置していま
すので積極的に利用し、ご
み減量にご協力ください。
※詳細は、市ホームページ
をご覧ください。

問 環境政策課



秋季火災予防運動 11月9日～15日

「お出かけはマスク戸締
り火の用心」をスローガ
ンに、秋の全国火災予防運
動が実施されます。

この時期は空気が乾燥し、
ちよつとした不注意から火
災が発生しますので、火の
取り扱いに十分注意してく
ださい。

問 諫早消防署（予防係）

☎22・0119

のんの温水センター 臨時休館のお知らせ

県央県南クリーンセンターの定期点検
整備に伴い、余熱利用施設である「のん
の温水センター」を休館します。ご理
解とご協力をお願いします。

●休館日

10月24日(月)～11月4日(金)

問 ●のんの温水センター

☎36-5888

●県央県南広域環境組合

☎35-8203

くらしの情報 Information

Ｊアラート訓練放送を
実施します

全国瞬時警報システム（Ｊアラート）の起動確認のため、防災行政無線を使用し、全国一斉訓練放送を行います。

●とき

・11月2日(水) 10時頃

（津波防災の日に係る緊急地震速報訓練）

・11月16日(水) 11時頃

※防災行政無線のほか、防災メール、防災情報ファクスおよびエフエム諫早などでも訓練を実施します。緊急告知防災ラジオをお持ちの人は、ラジオが自動起動しますので大音量での放送にご注意ください。

問 危機管理課

女性に対する暴力を
なくす運動
11月12日～25日



暴力は、その対象の性別や、加害者・被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。

市は、女性に対する暴力根絶の意識啓発パネルとこの運動の世界的なシンボルマークであるむらさき色のリボンを飾った「パープルリボンツリー」を展示します。

●展示期間

11月9日(水)～25日(金)

●ところ

市役所本館1階ロビー、男女共同参画推進センター「ひと・ひと」(高城会館2階)

問 人権・男女参画課

浄化槽を設置しましょう

10月1日は、「浄化槽の日」です。

浄化槽は、微生物の働きを利用して家庭からの排水をきれいにし、環境にも優しく、地震などの災害にも強いのが特長です。

市は、生活雑排水も合わせて処理できる合併処理浄化槽の設置を促進しており、下水道計画区域外などに補助制度を設けています。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 経営管理課

長崎県最低賃金

時間額 **853円**

※令和4年10月8日発効

問 長崎労働局賃金室

☎095-801-0033



下水道の詰まりが多発！
異物を流さないで！

道路にあるマンホール内に設置したポンプの故障が多発しています。

下水管に流入したお掃除シートなどの異物がポンプの回転部に絡まったことが原因です。下水管が詰まったりポンプが停止すると、汚水が道路にあふれたり、周辺地域にお住いの皆さんが下水道を利用できなくなる場合があります。

●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

「トイレトーパー」と「トイレ」に流せると表示があるもの以外は、トイレに流さないでください。

●「溜めマス」は定期的に清掃を！

下水道を使用されているご家庭には、台所と風呂場からの排水管に「溜めマス」が設置されています。溜めマスは、油脂などが固まり排水不良を起こすことがありますので定期的な清掃をお願いします。

問 下水道課

盲ろう児（者）相談会

盲ろう児（者）当事者や家族・学校などの関係者で、困りごとや悩みがある人はお気軽にお越しください。

●とき

11月13日(日) 10時～12時

●ところ

観光ホテル八千代（天満町33-2）

●申込期限

10月31日(月)

問・申込

長崎盲ろう者友の会・あかり

☎090-5470-3236（上田）

メール

info@akari-nagasaki.com



諫早市コンベンション等開催 助成金をご活用ください

市内で宿泊を伴うスポーツ大会や合宿、コンベンションなどを開催する団体に対し、延べ宿泊者数に応じた助成を行っています。

● 助成基準額

| 延べ宿泊者数 | 助成基準額 |
|----------------|------------|
| 50人以上100人未満 | 50,000円 |
| 100人以上150人未満 | 100,000円 |
| 150人以上200人未満 | 150,000円 |
| 200人以上250人未満 | 200,000円 |
| 250人以上300人未満 | 250,000円 |
| 300人以上500人未満 | 300,000円 |
| 500人以上1,000人未満 | 500,000円 |
| 1,000人以上 | 1,000,000円 |

※申請は、大会や合宿等の開会日の15日前までです。

●● 商工観光課

● (一社)諫早観光物産コンベンション協会 ☎22-8325

差出人や品物に心当たりのない荷物が届くことがあります。心当たりがない場合は荷物を受け取らず、差出人などを記録して一度持ち帰ってもらいましょう。不在の家族宛の場合は、家族に確認してから受け取る

心当たりのない荷物が届いたら

よろしにしましょう。
もし受け取ってしまった方も、さまざまな対応方法がありますのでご相談ください。
【例】
・業者から強引な勧誘電話があり、後日、代引きでカニが送られてきた。
・ポストに投函されていたメール便を開けたらキー

ホルダーが入っていた。

海外から送られてきたよ
うだが、心当たりがない。

● 消費生活センター

☎ 22・3113

プレジャーボートの係
留は許可が必要です

市が管理する港湾・漁港の係留施設にプレジャーボートを係留する場合は、許可が必要です。係留する予定がある人は、お問い合わせください。

●● 申込

● 久山港

建設総務課

● 有喜漁港

林務水産課

● 喜々津漁港、伊木力漁港

多良見支所産業建設課

● 田結港、江ノ浦漁港

(江ノ浦地区・池下地区)

飯盛支所産業建設課

● 城ノ下港

高来支所産業建設課

● 小長井港

小長井支所産業建設課

事業者の方へ！

国税庁

消費税の
インボイス
制度

登録申請受付中!

令和5年10月1日からインボイス制度が始まります。
インボイスを交付する事業者となるには事前に登録申請が必要です。

登録申請手続は、**e-Tax**をご利用ください!!

- ✔ 「e-Taxソフト(WEB版)」, 「e-Taxソフト(SP版)」をご利用いただくと質問に回答していくことで申請が可能です。
- ✔ e-Taxで申請した場合、電子データで登録通知の受領が可能です。



個人事業者の方はスマートフォンからでもe-Taxで申請できます。e-Taxのご利用には事前にマイナンバーカードの取得が必要です。

全国どこからでも誰でも参加可能な
オンライン説明会を開催

インボイス制度の基本的な事項や留意すべき点などを解説します。また、チャット機能を利用した質疑応答も行ってあります。



説明会サイトへ

- インボイス制度に関する一般的なご相談は、軽減・インボイスコールセンターで受け付けております。
【専用ダイヤル】0120-205-533(無料)
【受付時間】9:00~17:00(土日祝除く)

インボイス制度について詳しくお知りになりたい方は、国税庁ホームページ(https://www.nta.go.jp)の「インボイス制度特設サイト」をご覧ください。



特設サイトへ

中小企業者向け市の融資制度をご利用ください

市内中小企業者や市内で新たに創業を考えている人を対象に、事業経営に必要な運転資金や設備資金の融資を行っています。

●市中小企業制度融資一覧

| 資金名 | 中小企業振興資金 | 中小企業創業支援資金 |
|----------------|---|--|
| 対象 | 市内に1年以上住所を有し、1年以上継続して事業を営んでいる中小企業者 | 市内に住所を有し、市内で新たに事業を開始する具体的な計画を有する者、または創業後5年未満の中小企業者 |
| 資金用途 | 運転および設備 | |
| 融資限度額 | 2,500万円 | 2,000万円 |
| 貸付期間 (据置期間) | 10年以内 (1年以内) | 運転7年以内 (1年以内) 設備10年以内 (1年以内) |
| 貸付利率 | 1.4% | 1.3% (融資を受けた日から3年間、利子相当額の2分の1を市が補給します) |
| 保証料率(※) | 0.45~1.9% (緊急措置として最大0.55%を市が補給します) | 全額を市が補給します |
| 取扱金融機関 | 十八親和銀行・たちばな信用金庫・長崎銀行・西日本シティ銀行・九州ひぜん信用金庫 | |

※長崎県信用保証協会の取り扱いによるものが対象

(令和4年11月現在)

●商工観光課

子育て

ひとり親家庭・寡婦等の福祉医療費受給資格の更新



対象者へ案内書を郵送します。内容を確認の上、必ず期間内に手続きをお願いします。

- 更新期限
11月21日(月)
- 受付場所
子育て支援課または各支所地域総務課
- 子育て支援課

高齢介護

高齢者肺炎球菌予防接種はお済みですか？

今年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人で、過去に一度も肺炎球菌予防接種を受けたことがない人は、接種費用の助成を受けることができます。また、60歳以上65歳未満で、身体障害者手帳1級を有する人(心臓・腎臓・呼吸器の機能障害またはHIVによる免疫機能障害がある人に限る)も、助成の対象です。

- 助成期限
令和5年3月31日(金)
 - 自己負担額
4,000円
 - 助成回数
1回
- ※詳細は、お尋ねください。

●健康推進課

介護予防教室(11月)

- 〔午前〕10時~11時30分
 - 〔午後〕1時30分~3時
 - 8日(火)午前 たらみ会館
 - 9日(水)午後 小栗ふれあい会館
 - 10日(木)午後 上山荘
 - 14日(月)午前 幸町公民館
 - 14日(月)午後 森山公民館
 - 15日(火)午前 小野ふれあい会館
 - 15日(火)午後 高来西ゆめ会館
 - 18日(金)午後 田結公民館
 - 24日(木)午後 小長井文化ホール
 - 25日(金)午後 目代町公民館
 - 28日(月)午後 市布公民館
 - 29日(火)午後 本野ふれあい会館
- ※上山荘は、入館料160円が必要です。

〔若返り体操教室〕

- 1日(火)午後 上井牟田農芸研修所
 - 16日(水)午後 長田みのり会館
 - 24日(木)午後 飯盛ふれあい会館
- ※要予約。定員に達した教室は未掲載。

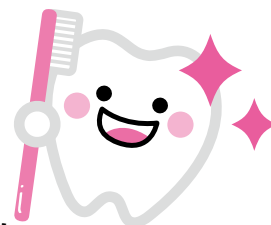
●申込

地域包括ケア推進課

●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

11月8日はいい歯の日!

オーラルフレイルを予防して元気に長生き!



オーラルフレイル（口の機能のささいな衰え）を放置すると、「健康」と「要介護」の中間の虚弱な状態（フレイル）が進行してしまいます。市の介護予防教室は、歯科医師会と歯科衛生士会の協力を得て、口のトレーニングに取り組んでいます。口の健康を守り「元気で長生き!」を目指しましょう。



諫早市高齢者
ささえあいネットは
コチラ!

こんな時は、お口の衰えのサインです!



問 地域包括ケア推進課

市内の無料検査実施場所をご存じですか

新型コロナウイルス感染症の無料検査実施場所は、次のとおりです。

●民間検査機関（令和4年10月4日現在）

| 名称 | 電話番号 | 営業日・時間 | PCR等検査 | 抗原定性検査 |
|-------------------------------|---------------|--|--------|--------|
| ㈱シーアールシー諫早支所 (多良見町中里129-9) | 080-4412-6449 | 月～金曜日 (9時～17時) | ○ | × |
| (公財)長崎県健康事業団 (多良見町化屋986-3) | 080-1500-4830 | 専用サイト (http://www.npmhc.jp/) の実施カレンダーを参照 | ○ | × |
| チューケンPCR 諫早会場 (八天町6番23号) | 080-1441-6012 | 月～金曜日 (10時～16時) | ○ | × |

●医療機関・薬局（令和4年10月4日現在）

| 名称 | 電話番号 | 営業日・時間 | PCR等検査 | 抗原定性検査 |
|--------------------------|---------------|---|--------|--------|
| こはく堂薬局 (東小路町10-16) | 24-1816 | 月～土曜日 | ○ | ○ |
| こぐま薬局 (西里町24-8) | 080-9262-1588 | 月～金曜日 | ○ | ○ |
| しらぬひ薬局 (永昌東町9-23) | 22-3430 | 検査実施時間：月～土曜日（13時～17時） ※第1土曜日及び月末の最終土曜日は除く。 | × | ○ |
| 日本調剤ニュータウン薬局 (山川町4-2) | 47-8851 | 予約受付対応時間および検査実施時間 月～金曜日（13時～16時） | × | ○ |
| 日本調剤永昌薬局 (永昌東町22-5) | 35-0123 | 予約受付対応時間および検査実施時間 月～金曜日（15時～17時） | × | ○ |

●対象／県内にお住まいで無症状の人

●注意事項

- ・要予約。
- ・濃厚接触者や発熱などの症状がある人は、受検できません。
- ・店舗によっては、混雑状況により受検できない場合があります。

問 感染症対策室

新型コロナウイルスワクチン接種に関するご案内

オミクロン株対応ワクチンの接種対象は、初回接種（1、2回目接種）を完了した12歳以上の人で、かつ前回の接種から5カ月以上経過した人（接種間隔は今後短縮予定）です。現在、3、4回目の接種券をお持ちの人は、その接種券でオミクロン株対応ワクチンを接種できます。接種券の再発行は、市コールセンターにご連絡ください。

また、本市に転入した場合は、接種記録が確認できないため、接種券の発行ができません。本市へ転入後に、接種を希望する場合は、市コールセンターにご連絡ください。

問 ワクチン接種コールセンター
☎ 46・6500



原爆被爆者健康診断（11月実施分）

長崎県健康事業団から対象者へ日程などを通知しています。健康診断を受診できなかった人は、指定された医療機関で「希望による一般健康診断及びがん検診」を、年間を通して受診できます。

問 長崎県健康事業団
☎ 43・7131

ギャンブル等依存症 家族教室

家族が、ギャンブル等依存症の正しい知識や本人への適切な対応方法を学び、不安や悩みを語り合い、健康を取り戻すことを目的に開催します。精神科医師・弁護士による講話あり。

● とき
11月15日(火)、12月6日(火)
13時30分～15時30分

募集

第72回諫早市駅伝競走大会出場選手

● とき
12月4日(日) ※雨天決行

● ところ

● 参加区分
県立総合運動公園

● 一般の部、高校の部、中学生の部、小学生の部（4年生以上）
※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問・申込
スポーツ振興課



令和5年度 幼稚園・認定こども園・保育所等の入所児童

来年4月からの幼稚園、認定こども園、保育所等への入所申し込みを11月から受け付けます。

| | 市立幼稚園 | 私立幼稚園 | 保育所（園）・認定こども園 |
|----------|-------------------------------|-----------|-------------------------------|
| 申込書の配布場所 | ・諫早幼稚園 ・教育総務課 ・各支所地域総務課 | 各施設で配布 | ・こども政策課 ・各支所地域総務課 ・各出張所 |
| 受付期間 | 11月1日(火)・2日(水) 各日9時～17時 | 11月1日(火)～ | 11月1日(火)～30日(水) |
| 受付場所 | 諫早幼稚園 | 各施設 | ・こども政策課 ・各支所地域総務課 |
| 問い合わせ | 教育総務課 | 各施設 | こども政策課 |

※本年1月2日以降に本市へ転入した人は、課税証明書などの提出を求められることがあります。

※例年11月に諫早市保育会が開催する「子育てホッと週間(ウィーク)」は、本年は中止します。施設見学などは、各施設にお問い合わせください。

※利用施設や保育料など詳細は、市ホームページをご覧ください。

● いさはや子育てネット

各施設の紹介や子育てに関する情報などを掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

市ホームページ▶



いさはや子育てネット▶



● 掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

11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。

1日(火)【不動産相談】9時~12時

2日(水)【法律相談】13時~16時
要予約・同一相談1回

4日(金)【行政相談】10時~15時

8日(火)【登記相談】10時~15時

10日(木)【人権相談】10時~15時
森山支所・高来支所/9時~12時

11日(金)【行政相談】10時~15時
飯盛支所・高来支所・小長井支所/10時~13時

14日(月)【法律相談】13時~16時
要予約・同一相談1回

15日(火)【交通事故相談】10時~15時
要予約
(県交通事故相談所 ☎095-824-1111)

17日(木)【人権相談】10時~15時

18日(金)【行政相談】10時~15時

22日(火)【遺言契約等相談】13時~15時

24日(木)【人権相談】※市民相談室は実施なし
多良見支所/9時~12時

25日(金)【行政相談】※市民相談室は実施なし
多良見支所・森山支所/10時~13時

28日(月)【法律相談】13時~16時
要予約・同一相談1回

【消費生活相談】

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

【草花・樹木に関する相談】

2日(水) 9時~16時 市役所本館1階 玄関ホール

9日(水) 9時~16時 多良見支所1階 コビー

16日(水) 9時~16時 市役所本館1階 玄関ホール

30日(水) 9時~16時 市役所本館1階 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

☎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)

9日(水) 9時~17時 たちばな信用金庫本部

24日(水) 9時~17時 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】

9日(水) 13時~16時 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

緑化活動団体を募集します

緑の募金を活用し、森づくりや植樹などの緑化活動を行う団体に対し、その活動に係る費用を支援します。

●対象事業

- ・公共用地などへの樹木の植栽
- ・緑とのふれあい、大切さを学ぶ事業やイベントなど

●対象

自治会、市民グループなど

●募集期限

12月2日(金)

※申請書は、市ホームページからダウンロード可

☎・申込

林務水産課または各支所産業建設課

緑の募金

ご協力ありがとうございました

緑の募金運動期間(4月1日~5月31日)に行われた募金運動で、本年春期は合計3,889,860円の募金が集まりました。

この募金は、森林づくりや緑とのふれあいなどさまざまな活動や事業に活用されます。

(諫早市緑の募金運営協議会)

ポリテクセンター長崎
令和4年度1月受講生

●訓練科名

機械CAD科、板金・溶

接科、電気設備技術科、

設備管理科、住宅リ

フォーム技術科

●募集期限

11月25日(金)

※詳細は、ホームページを

ご覧ください。

☎・申込

ポリテクセンター長崎訓練課

☎22-2324



相談など

無料創業セミナー

市内で、創業希望者や事業を始めて間もない人を対象に、帳簿の付け方や決算書・申告書の書き方などの税務処理や創業計画書作成のポイントを学ぶ創業セミナーを開催します。受講料は無料です。詳細は、ホームページをご覧ください。

☎・申込

諫早商工会議所

☎22-3333



第50回記念 舞台芸術祭

- 日 11月3日(木) 12時開演
 場 諫早文化会館
 内容 大正琴、詩吟、日舞、民謡、音楽、洋舞など
 料 500円
 問 諫早文化協会 ☎22-1103

諫早交響楽団 第53回定期演奏会

- 日 11月6日(日) 14時開演 (13時30分開場)
 場 諫早文化会館
 曲目 シュトラウス「美しく青きドナウ」
 ブルックナー「交響曲第5番」
 料 一般2,000円 高校生以下500円
 問 諫早交響楽団事務局 盛 ☎090-1349-4175
 助成 / (一財)自治総合センター



第47回 六段まつり

- 箏曲「六段の調」発祥の地である慶巖寺で「六段まつり」を開催します。
 日 11月13日(日) 11時～ 場 慶巖寺
 問 諫早三曲会 下村 ☎23-8475

「諫早市民生涯スポーツ大会2022」 参加者募集

- 諫早市レクリエーション協会設立25周年を記念して、どなたでも体験できるスポーツ大会を開催します。
 日 11月3日(木) 9時30分～ 各会場に集合(当日参加可)

| ●種目 | 種目 | 会場 |
|-----|---|------------|
| | ○ミニソフトバレーボール ○楽しいゲーム ○スポーツツエルネス吹矢 | 小野体育館 |
| | ○パタンク ○クッブ(13時～) | 小野ふれあい広場 |
| | ○ウォーキング | 小野体育館前スタート |
| | ○フライングディスク | 小野中学校グラウンド |

問 スポーツ振興課



森山よらんね祭り

- 森山地域最大のイベント「森山よらんね祭り」を3年ぶりに開催します。
 日 11月6日(日) 9時30分～
 場 森山スポーツ交流館前広場
 内容 ステージイベント、郷土出身歌手の斉藤たまみさん・松尾雄史さんによる歌謡ショー、大抽選会
 ※花火の打ち上げはありません。
 問 寄樂音祭り実行委員会(森山支所地域総務課内) ☎36-1111

日本舞踊コノカイズム 「弧の会」公演

- 流派を超えて集結した日本舞踊家集団「弧の会」による公演が開催されます。
 日 12月14日(水) 14時開演(13時開場)
 場 諫早文化会館 ※未就学児は入場不可
 料 指定席3,000円、自由席2,000円、高校生以下1,000円
 フレイクイト 諫早文化会館、原田楽器店、諫早市商工会、島原文化会館、シーハットおむら、メトロ書店長崎本店
 問 諫早文化会館芸術鑑賞会 ☎0957-25-3910

第9回 森一忌

- 本市出身で日本を代表する脚本家・市川森一をしのび、開催します。
 日 11月26日(土) 14時～
 場 諫早図書館
 問 諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103

諫早図書館 ☎23-4946

▶ 映画上映会

「博士と狂人」
(2018年 イギリス・アイルランド・フランスほか 124分)

📅 11月16日(水) 14時～

📍 諫早図書館2階 視聴覚ホール

👤 先着30人 ※申込不要

▶ ちいさいこのおはなし会

0歳から2歳向けのスペシャルおはなし会です。絵本の読み聞かせや、手遊びを行います。

📅 11月5日(土) 11時～11時30分

📍 諫早図書館1階 展示ホール ※申込不要

▶ はじめての手話講座 (全2回)

はじめて手話を学ぶ小学生向けの手話講座です。手話であいさつや自己紹介をしてみませんか？

📅 11月19日(土)・26日(土) 10時30分～11時30分

📍 諫早図書館1階 展示ホール

👤 小学生 📅 10人 ※要申込

▶ 図書館講座

「初心者大歓迎！多肉植物のある暮らし」

多肉植物で素敵な寄せ植えを作ってみませんか。

📅 11月29日(火)、12月6日(火) 14時～15時30分

📍 諫早図書館2階 学習創作室

👤 講師 松井豊さん(松井商店)

👤 各10人 ※要申込 📄 1,500円

▶ マリー・ローランサン リトグラフ展

諫早図書館の貴重なコレクションより、20世紀前半に活動したフランスの女流画家マリー・ローランサンのリトグラフ16点および関連本を展示します。

📅 10月21日(金)～11月16日(水)

※月曜休館。11月3日(水)は特別開館

📍 諫早図書館1階 開架スペース

11月3日、市立図書館特別開館

11月3日(木)の文化の日にちなみ、市立図書館を特別開館します。ぜひご利用ください。

| 館名 | 開館時間 | 問い合わせ先 |
|--------|---------|----------|
| 諫早図書館 | 10時～17時 | ☎23-4946 |
| 西諫早図書館 | 10時～17時 | ☎26-8607 |
| たらみ図書館 | 10時～18時 | ☎43-4611 |
| 森山図書館 | 10時～18時 | ☎35-2001 |

※飯盛図書室、高来図書室および小長井図書室は休館です。

気軽に国際交流 ISAHAYAまちあるき2022

市内に住む外国人の人と一緒に、諫早の歴史や文化の足跡を巡る国際交流ウォーキングを実施します。諫早の魅力を再発見しながら、交流を深めませんか。

📅 11月13日(日) 9時30分～11時30分 (9時集合)

※雨天中止

📍 諫早市役所周辺 (市役所前広場集合)

👤 100人 ※先着順。要申込

📄 300円

〈申込方法〉

電話、またはメール(yorikoiwamoto@yahoo.co.jp)に住所・氏名・年齢・日中連絡のつく電話番号を記載し、お申し込みください。

📞 申込

いさはや国際交流センター 岩本

☎080-5217-0049

第39回 県央リサイクルの集い

📅 11月6日(日) 9時～12時

📍 県央不燃物再生センター (小豆崎町89-4)

※自家用車でお越しの際は、できるだけ乗り合わせてご来場ください。

📄 内容 展示コーナー、リサイクル体験コーナー、リユース品の持ち帰りコーナー、ゲームコーナー、フリーマーケットなど

📄 料 空きカン、空きビン1個以上
(道端などに落ちているもの)

📞 県央地域広域市町村圏組合 事務局 ☎23-3600

第15回 高校生弁論大会

「アフターコロナ」をテーマに、これからの郷土諫早を高校生が語ります。

📅 11月13日(日) 9時～

📍 諫早市民センター

📞 諫早ライオンズクラブ ☎22-3014

11月3日 たらみ図書館フェスティバル

たらみ図書館開館記念日に伴い、イベントを行います。

▶ 希望が丘高等特別支援学校生徒による Smile hope cafe

おいしいコーヒーやソフトドリンクを販売します
(テイクアウトのみ)。(10時30分～14時30分)

▶ ガーデニングマーケット&雑誌リサイクル

希望が丘高等特別支援学校生徒による野菜の販売や、図書館での保存期限が過ぎた雑誌を譲渡します。(10時～16時)

▶ ライブラリアンリース展

図書館員がたらみ図書館のまわりの木の実で作ったリースを展示します(～11/4)。

▶ おはなしのじかんスペシャル

大型絵本や紙芝居などの読み語りをします。
(10時30分～10時50分)

▶ ぼちぼちおはなしの会による ストーリーテリングを楽しむ会

大人向けのストーリーテリングです。
(11時～11時50分)

▶ ミニコンサート

ピアノやフルートの演奏です。
(14時～15時)

問 たらみ図書館

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

※コスモス花宇宙館のイベントの詳細はこちらをご覧ください。



山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園 ☎34-4333

※山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園のイベントの詳細は、こちらをご覧ください。



西諫早図書館 ☎26-8607

▶ 実用書実践活用講座 「初心者大歓迎！多肉植物のある暮らし」

人気の多肉植物の特徴と性質を学び、寄せ植えに親しむ、初心者向けの講座です。

日 11月15日(火)・16日(水) 13時30分～15時30分

場 西諫早公民館3階 第1講座室

講 松井豊さん(松井商店)

定 各10人 ※要申込 料 1,500円

たらみ図書館 ☎43-4611

▶ 映画上映会

「荒野に希望の灯をともし～医師・中村哲 現地活動35年の軌跡(ドキュメンタリー)」(2021年 日本 88分)

日 11月25日(金) 14時～

場 たらみ図書館 海のホール

定 100人 ※要申込

▶ 鳥のかんさつ会

たらみ図書館のまわりで野鳥の観察をします。

日 11月12日(土) 10時～12時

場 たらみ図書館 海のホール集合

※雨天時は、海のホールで野鳥の解説。

講 寺島正彦さん(日本野鳥の会会員)

対 小学生以上 ※小学1～3年生は保護者同伴

定 20人 ※要申込

美術・歴史館 ☎24-6611

▶ 史跡見学・街道史跡巡り「多良海道」 参加者募集

西九州新幹線開業後の諫早駅から肥前長田駅まで、多良海道の史跡(約7km)を巡ります。

日 12月10日(土) 9時～14時30分(8時30分集合)

場 諫早駅東口(交流広場)集合

定 25人 ※要申込。申し込み多数の場合は抽選

日 11月25日(金)必着

持 昼食

料 100円

〈申込方法〉

次のいずれかに、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。

・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)

スマートフォン講座（基礎～応用編）

総務省の「デジタル活用支援事業」を活用し、市内9公民館でスマートフォンの基本的な使い方から、マイナンバーの申請方法まで、デジタル初心者でも安心して学べる講座を開催します。ぜひ、ご活用ください。

| 公民館名 | 日 | 時間 | 内容 | 定員 | 申込期限 | 電話番号 | |
|-----------|-------------|-----------------------|-----------------------|------------------------------------|-----------|----------|---------|
| 中央公民館 | 全 3 回 | 11月7日(月) | 10時～11時30分 | 電話のかけ方、カメラの使い方 | 各12人 | 11月1日(火) | 23-1160 |
| | | 11月14日(月) | | アプリのインストール方法 | | | |
| | | 11月21日(月) | | SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 | | | |
| | 全 2 回 | 12月12日(月) | 10時～11時30分 | インターネットの利用方法 | | 12月5日(月) | |
| 12月19日(月) | | SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 | | | | | |
| 小栗公民館 | 12月6日(火) | 10時～11時30分 | 地図アプリの利用方法 | 各12人 | 12月1日(木) | 22-1533 | |
| | 12月8日(木) | 10時～11時30分 | SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 | | | | |
| | 12月6日(火) | 13時30分～15時 | 地図アプリの利用方法 | | | | |
| | 12月8日(木) | 13時30分～15時 | SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 | | | | |
| 有喜公民館 | 12月7日(水) | 10時～11時30分 | 電話のかけ方、カメラの使い方 | 各12人 | 11月30日(水) | 28-3110 | |
| | 12月14日(水) | 10時～11時30分 | アプリのインストール方法 | | | | |
| 西諫早公民館 | 11月11日(金) | 10時～11時30分 | 電話のかけ方、カメラの使い方 | 各12人 | 11月7日(月) | 26-1531 | |
| | | 13時30分～15時 | メールの利用方法 | | | | |
| | 11月18日(金) | 13時30分～15時 | インターネットの利用方法 | | | | |
| | 11月25日(金) | 13時30分～15時 | 地図アプリの利用方法 | | | | |
| 本野公民館 | 11月17日(木) | 10時～11時30分 | インターネットの利用方法 | 各12人 | 11月14日(月) | 26-0270 | |
| 長田公民館 | 11月22日(火) | 9時30分～11時 | アプリのインストール方法 | 各12人 | 11月15日(火) | 23-9024 | |
| | 11月29日(火) | 9時30分～11時 | 地図アプリの利用方法 | | | | |
| | 12月6日(火) | 9時30分～11時 | SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 | | | | |
| 多良見公民館 | 全 3 回 | 11月15日(火) | 10時～11時30分 | 電源の入れ方、ボタン操作方法、電話のかけ方、カメラの使い方 | 各12人 | 11月7日(月) | 43-0049 |
| | | 11月22日(火) | | アプリのインストール方法、インターネットの利用方法、メールの利用方法 | | | |
| | | 11月29日(火) | | SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 | | | |
| 高来公民館 | 11月8日(火) | 10時～11時 | マイナンバーカードの申請方法 | 各12人 | 10月28日(金) | 32-2111 | |
| | 11月15日(火) | 10時～11時 | マイナポイントの予約・申込方法 | | 11月4日(金) | | |
| 小長井公民館 | 11月23日(水) | 10時～11時30分 | SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 | 各12人 | 11月11日(金) | 34-2201 | |

※受講を希望する公民館へ直接お申し込みください。
 ※応募多数の場合は抽選。
 ※ご自身のスマートフォン持参。
 ※受講料無料。ただし、講座中の通信料は受講者負担。

公民館講座情報

くらしの情報

イベント情報

公民館講座情報

フォトニュース

健康・育児カレンダー

中央公民館

☎23・1160



国際理解講座「サッカーでつながる世界の輪」
海外体験談から、外国人の人権について考えます。

11月8日(火) 10時～12時

11月11日(金) 10時～12時

おもちゃ病院

思い出の詰まったおもちゃを修理し、使い方も指導します。

11月9日(水)・12日(土)・26日(土) 10時～15時

11月10日(日) 13時30分～15時

踊ろっ！フォークダンス教室
オクラホマミキサーなど、簡単なステップで踊ります。

11月10日(日) 13時30分～15時

11月11日(金) 18日(金)・25日(金) 12月2日(金) 10時～12時

木彫教室(全4回)
板に来年の干支「うさぎ」を彫ります。

11月11日(金)・18日(金)・25日(金) 12月2日(金) 10時～12時

11月11日(金) 10時～12時

11月22日(金) 10時～12時

夜間講座「筋トレ・ストレッチ」
お腹、腰回り、二の腕に効果があるトレーニング方法を学びます。

11月14日(月) 19時30分～21時

11月17日(木) 19時30分～21時

小栗公民館

☎22・1533



図書ボランティア養成講座「本の修理法と小物作り」

11月11日(金) 10時～12時

11月11日(金) 10時～12時

絵本のある子育て(託児付)
読み語りやパネルシアターを親子で鑑賞し、絵本の大切さを学びます。

11月18日(金) 10時～12時

11月18日(金) 10時～12時

11月10日(日) 10時～12時

諺早よかばい！ふるさと探訪
小ヶ倉ダムや多良林集落、杵の川酒造など小栗地区の名所を歩き、歴史を学びます。

11月21日(月) 9時～12時

11月21日(月) 9時～12時

小野公民館

☎22・0264



いい夫婦の日講座

パリスタ夫婦に、味わい深いコーヒーの淹れ方と美味しいスイーツ作りを教わります。

11月23日(水) 14時～16時

11月23日(水) 14時～16時

11月9日(日) 10時～12時

11月9日(日) 10時～12時

消しゴムはんこでかわいい年賀状作り
来年の干支「うさぎ」を消しゴムに彫って手作りはんこを作ります。

11月22日(火) 19時～21時

11月22日(火) 19時～21時

11月9日(日) 10時～12時

11月9日(日) 10時～12時

有喜公民館

☎28・3110



あなたにもできるSDGs「リサイクルで物作り」(全2回)
古いネクタイを活用して、小物入れにもなる「マイがま口」を作ります。

11月7日(月)、11日(金) 13時30分～15時30分

11月7日(月)、11日(金) 13時30分～15時30分

11月4日(日) 10時～12時

11月4日(日) 10時～12時

有喜を歩く「歴史散策と健康づくり」
とんさん道や貝塚、白髯神社などを歩き、歴史を学びます。

11月8日(火) 9時30分～12時

11月8日(火) 9時30分～12時

11月4日(日) 10時～12時

西諫早公民館

☎26・1531



初心者向け☆キャンピング体験
テント張りや薪割り、火おこし、串焼き、アスレチック遊びを家族で体験します。

11月12日(土) 9時20分～14時40分

11月12日(土) 9時20分～14時40分

子育てママ魅力UP講座「花咲く書道教室」(託児付)
文字をお花や笑顔のイラストでデザインした年賀状を作ります。

11月14日(月) 10時～12時

11月14日(月) 10時～12時

11月9日(日) 10時～12時

11月9日(日) 10時～12時

うれしいワンプレート料理教室(託児付)
クリスマスに合う料理を作ります。

12月2日(金) 10時～12時

12月2日(金) 10時～12時

本野公民館

☎26・0270



秋の富川 紅葉散策
県指定史跡の五百羅漢を有する富川渓谷を散策します。

11月21日(月) 9時30分～13時

11月21日(月) 9時30分～13時

11月10日(日) 10時～12時

健康体操教室
転倒しない身体づくりのために、有酸素運動を学びます。

11月24日(水) 10時～12時

11月24日(水) 10時～12時

11月17日(水) 10時～12時

陶器で作るクリスマスリース教室

11月13日(日)・16日(水) 10時～12時

11月13日(日)・16日(水) 10時～12時

公共交通機関を利用してプチ遠出をしてみませんか(全2回)
①公共交通機関の便利な利用方法を学びます。
②公共交通機関を利用して長崎市内を散策。

11月14日(月) 10時～12時

11月14日(月) 10時～12時

11月18日(金) 9時～17時

11月18日(金) 9時～17時

本明川探検隊
鮎返しや滝と富川渓谷を探検し、飯ごう炊きで昼食を作ります。

11月26日(土) 10時～15時

11月26日(土) 10時～15時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

11月15日(火) 10時～12時

長田公民館

☎23・9024



デイキャンプ講座

テント張りや薪割り、火おこし、ダッチオーブンでパン作りなどを家族で体験します。

☎11月19日(出) 9時～16時

場国立諫早青少年自然の家

☎小学生とその家族

☎11月10日(木)

☎ひと家族1,000円 定5組

多良見公民館

☎43・0049



健康講座「気軽にバンドテニス」(全3回)

☎11月16日(水)・30日(水)、12月7日(水) 13時30分～15時30分

場多良見体育センター

☎成人 ☎11月7日(月) 定30人

伊木力公民館

☎44・1002



料理教室「大村寿司講座」

美しい色合いの押し寿司を作ります。

☎11月11日(金) 10時～13時

場多良見多目的研修館

☎成人 ☎11月7日(月)

料1,000円 定15人

楽しい折り紙教室

来年の干支「うさぎ」などを作ります。

☎11月12日(出)

13時30分～15時30分

場多良見多目的研修館

☎親子(小学生)

☎11月8日(火)

料1000円 定16人

森山公民館

☎36・11116



レンコン掘り体験講座

☎11月13日(日)

9時30分～11時30分

場森山町唐比レンコン田(ハス園横)

☎小学生以上

(小学生は保護者同伴)

☎11月7日(月)

場中学生以上1,500円、小学生500円 定40人

料3000円 定15人

飯盛公民館

☎48・0049



はがきに墨でデザイン書(全2回)

年賀状や季節のお便りを、ぬくもりのある文字で作ります。

☎11月14日(月)・21日(月)

10時～12時

☎成人 ☎11月7日(月)

料3000円 定15人

10周年記念講座「みんな集まれ!楽しい人形劇」

キャラット劇団による、子どもから大人まで楽しめる人形劇を鑑賞します。

☎11月19日(出)

13時30分～14時30分

☎子ども、親子 ☎11月10日(木)

定30人

いもり大学「心が優しくなる話」

心が温まる話やほのぼのする話をたくさん聞いて、心を癒します。

☎11月24日(木) 10時～12時

☎成人、高齢者 ☎11月15日(火)

定20人

10周年記念講座「親子でワクワク楽しむお話し」

「かたり音」さんによるお話しや生演奏を親子で楽しみます。

☎12月1日(木) 10時30分～12時

☎親子(小学生低学年以下)

☎11月18日(金) 定12組

田結公民館

☎49・11111



田結すこやか大学「笑顔で健康づくり②」

歌や笑いを体操に取り入れながら、健康的な体づくりをします。

☎11月17日(木)

13時30分～15時30分

☎高齢者 定30人

諫早産の食材で作る郷土料理「ぬつぱ汁」

重ね煮の調理法を野菜ソムリエプロに学びます。

☎11月29日(火) 10時～12時

☎成人 ☎11月21日(月)

料900円 定9人

高来公民館

☎32・2111



秋の紅葉狩りウォーキング

秋の轟溪谷周辺(約7km)を歩き、紅葉を観賞します。

☎11月20日(日) 9時30分～14時

場轟溪谷周辺(公用バス利用)

☎成人 ☎11月10日(木)

定20人

大人も社会科見学「島原半島編」

高来地域に伝説が残る龍造寺氏の進軍の足跡を辿り、島原の地で歴史を学びます。

☎12月2日(金) 9時～15時30分

場島原市(公用バス利用)

☎成人 ☎11月11日(金)

料3000円 定20人

高来西公民館

☎32・3126



歴史講座「中江遺跡」と「上田井原遺跡」

小江地区で発見された弥生時代の遺跡の講話を聞き、現地での当時の生活様式などを学びます。

☎11月9日(水) 10時～12時

場高来西ゆめ会館集合

☎成人 ☎11月4日(金) 定20人

水辺の野鳥たちをウォッチング

小江干陸地の中を散策しながら野鳥を観察し、野鳥の生態や環境問題を学びます。

☎11月26日(出) 10時～12時

場いさはや水辺のクロスカントリーコース駐車場集合

☎成人・親子(小学生以上)

☎11月14日(月) 定15人

小長井公民館

☎34・2201



高齢者講座「シルバー大学」

認知症の予防の講話を聞きます。

☎11月8日(火) 10時～11時30分

☎65歳以上 定100人

成人講座「秋の竹崎街道を歩く」

長里から小川原浦の史跡(約6km)を歩きます。

☎11月26日(出)

9時30分～12時30分

場小長井公民館集合

☎小学3年生以上(小学生は保護者同伴)

☎11月17日(木) 定15人

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。



9/17

のののこ諫早まつり、再始動

諫早の秋の風物詩「2022のののこ諫早まつり」が3年ぶりに開催され、街踊りには約2,400人が参加しました。今年は台風の影響で1日のみの開催となりましたが、カチカチと鳴る皿の音とともに、会場はたくさんの笑顔で溢れていました。



9/23

西九州新幹線と同時デビュー☆「ふたつ星4047」

新たな観光列車「ふたつ星4047」の運行初日、小長井駅では停車時刻に合わせ、小長井中学校の生徒らが駅長やバス停戦隊フルーツレンジャーに扮し、お出迎え。生徒の手作りグッズや歓迎のメッセージを入れた記念品を乗客に配布し、小長井町の魅力をPRしました。



9/29

山下選手、優勝おめでとう！

9月8日から16日までタイで開催された「IWBf男子U23車いすバスケットボール世界選手権大会」に、日本代表として出場した山下修司さん(市職員)が、大久保市長に優勝報告を行いました。山下選手は、「チームメイトに支えられながら掴んだ優勝でした。この貴重な経験を今後の糧にしていきたいです。」と語りました。

11月の健康・育児カレンダー

| | | | | | |
|----|---|--|----|---|--|
| 1 | 火 | | 16 | 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 |
| 2 | 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 | 17 | 木 | ◆子育て相談 すくすく広場 10時～12時 *要予約 |
| 3 | 木 | | 18 | 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 |
| 4 | 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 | 19 | 土 | ●市民ウォーキング(5～6kmのコース) 西諫早第2公園 9時～11時30分 *雨天中止 |
| 5 | 土 | | 20 | 日 | |
| 6 | 日 | | 21 | 月 | ●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 | 月 | ●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 | 22 | 火 | ●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時30分～11時30分 |
| 8 | 火 | ●乳児健康相談 多良見体育センター(真津山、多良見) 13時～14時 ●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時30分～11時30分 | 23 | 水 | |
| 9 | 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 | 24 | 木 | ★プレママ学級 すくすく広場 13時30分～15時 *要予約 ▲介護相談 市民センター3階第1会議室 13時～15時 *要予約 |
| 10 | 木 | | 25 | 金 | ●乳児健康相談 飯盛ふれあい会館(飯盛) 13時～14時 ●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 |
| 11 | 金 | ▲認知症専門相談 市役所別館4階第8会議室 13時30分～15時 *要予約 ●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 | 26 | 土 | |
| 12 | 土 | ●市民ウォーキング(5～6kmのコース) 高来支所 9時～11時30分 *雨天中止 | 27 | 日 | |
| 13 | 日 | ★パパママ学級 すくすく広場 10時～12時(受付9時30分～) *要予約 | 28 | 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 ●ニュースポーツ教室(ベタンク) 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 |
| 14 | 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 | 29 | 火 | |
| 15 | 火 | | 30 | 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 |

くらしの情報

イベント情報

公民館講座情報

フォトニュース

●健康づくり運動教室…健康推進課(諫早市運動普及推進員協議会事務局)
飲み物・タオル持参/ペット参加不可/マスクの着用をお願いします。
体温が37.5度以上の場合は参加をお控えください。

- 市民ウォーキング
- ニュースポーツ教室
- のんのこ21サーキット/中程度の体力者向け(筋力運動・有酸素運動) ※要予約
- のんのこ体操/低体力者向けの体操 ※要予約

★パパママ学級・プレママ学級…すくすく広場 ☎46-5276

妊婦とその家族を対象に、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/各10組 ※要予約

●乳児健康相談…すくすく広場 ☎46-5276

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

●離乳食教室…すくすく広場 ☎46-5276

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…子育て支援課

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。

▲認知症専門相談…地域包括ケア推進課

▲介護相談…認知症の人と家族の会 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」…すくすく広場 ☎46-5276

対象者には前月に健康診票を送付
内容/1歳6か月児健康診査、2歳6か月児歯科健康診査、3歳児健康診査

【毎日】諫早市子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、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、11月7日(月)必着で〒854-8601(住所不要)諫早市秘書広報課まで。当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

※前号の答え/①11 ②4047 ③現物給付 ④地域 ⑤のど ※応募総数51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。

- Q1 電話でお金の話は●●
- Q2 成人式は「●●歳のつどい」に決定
- Q3 太陽光発電設備は●●が必要
- Q4 11月8日は●●●の日
- Q5 11月●日は市立図書館特別開館

健康・育児カレンダー

[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
 TEL: 0957-22-1500
 FAX: 0957-23-6031

https://www.city.isahaya.nagasaki.jp/
 E-mail isahaya@city.isahaya.nagasaki.jp

- 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4年9月1日現在
 人口 132,509人
 男 63,051人
 女 69,458人
 世帯数 54,086世帯

島根県 出雲市
岡山県 津山市

諫早市友好交流都市

IZUMO

西九州新幹線開業記念

ISAHAYA

TSUYAMA

三市交流展

口本陣(関白)
- 出陣衣(出陣時着用) 蔵

江戶(目録) 蔵
- 津山藩(津山藩) 蔵

前巻(前巻) 蔵
- 津山藩(津山藩) 蔵

江戸(目録) 蔵
- 津山藩(津山藩) 蔵

2022 **11.30** 木祝 - **12.18** 日

10:00 - 18:00 (最終入場 17:30)

諫早市美術・歴史館

観覧料

大学生・一般 / **500円**

小学生・中学生・高校生 / **無料**

障害者手帳等の提示者及び付添人1名 / **無料**

【主催】 諫早市 【共催】 出雲市、津山市

今月の一品

いさはや

レシピ

田原いもんこのパイユ

小長井町田原溜池周辺特有の赤土で栽培される里芋。とろける柔らかさが特徴。

～市役所食堂の地産地消レシピ～

NEW!

動画で作り方を配信中!!





【材料/3人分】

- 田原いもんこ 300g
- 粉チーズ 30g
- 塩・こしょう 少々
- オリーブオイル 大さじ1
- パセリ(みじん切り) 少々

【作り方】

- ① 田原いもんこの皮をむき千切りにし、粉チーズ、塩・こしょうで味を付け、オリーブオイルを和える。
- ② ①を弱火で熱したフライパンに均等に敷き詰め、両面を約7分ずつ焼き目が付くまで焼く。
- ③ ②を好みの大きさにカットし、皿に盛り付け、パセリをトッピングする。

Isahaya Recipe

市からのお知らせ

発信中!





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**