



いさはや暮らしをわかりやすく



いさはや

vol.210

2022.Sep.

9

マイナンバーカード
作りにいかなくちゃ♪



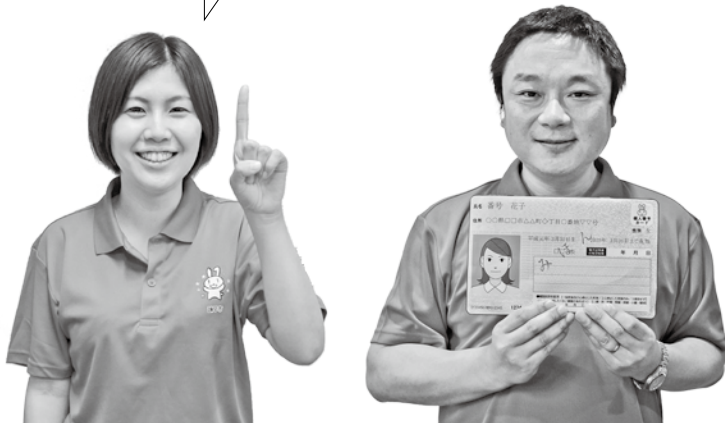
暮らしをベリルに。

特集

マイナンバーカード

暮らしをベンリに。 マイナンバーカード

あらゆる手続きを
この1枚で！



マイナンバーカードをまだお持ちでない人。マイナンバーカードは、利用できる場面が増え、これからますます便利になっていきます。そして、今カードを作ると、とってもお得！
今月は、カードのメリットや申請場所などをご紹介します。



マイナンバーカードには、どんなメリットがあるの？

公的な本人確認書類になる

マイナンバーの提示と本人確認が同時に必要な場面に、これ一枚で済む唯一のカードです。金融機関での口座開設・パスポートの新規発給など、さまざまな場面で利用できます。

マイナポイントがもらえる

現在、マイナポイント第2弾の申請を受け付けています。第2弾は、これからマイナンバーカードを取得するだけでなく、すでにカードを取得している人も対象です。詳細は、左のページをご覧ください。

オンラインで行政手続きができる

確定申告（e-Tax）をはじめ、各種の行政手続きのオンライン申請などに利用できます。

健康保険証として使える

一部の医療機関や薬局で過去の服薬履歴や特定健診情報などが確認できます。

持ち歩いても大丈夫です！
不正に情報を読み出すことになると
ICチップが壊れる仕組みに
なっているのです。
セキュリティ対策も万全です。



顔写真付きだから
なりすましなどの悪用が
できないようになっています。
安心して作れますよ！

マイナンバーカードは、どこで作れるの？

市役所本館1階の市民窓口課で作成できます。
平日に来庁が難しい人のために、出張申請受付なども行っています。



お気軽にご利用ください

9月の休日・延長窓口（要事前予約）

- 休日窓口
11日（日）・25日（日）
各日9時～12時
- 延長窓口
1日（木）・8日（木）・15日（木）
各日19時30分まで



企業・地域団体などへの出張申請受付

市内の事業所や施設・公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することもできます。（要事前予約）



土日・祝日の出張申請受付会場（9月分）

予約なしで、どなたでもご利用いただけます。
運転免許証、保険証など2点と通知カードをご持参ください。詳細は、お尋ねください。

3日（土）・4日（日）	トライアル諫早店
10日（土）・11日（日）	イオンタウン諫早西部台
17日（土）・18日（日）	まるたか生鮮市場小野店
19日（月）	小長井文化ホール
23日（金）	みのり会館
24日（土）・25日（日）	たらみ図書館

■問い合わせ先／市民窓口課

マイナポイント第2弾 申請受付中！

最大**20,000円分**のポイントがもらえます（マイナポイント申込期限：令和5年2月末）。

1

カードの取得および2万円までのチャージまたはお買い物で

5,000円分

ポイントがもらえる！

2

健康保険証としての利用申し込みで

7,500円分

ポイントがもらえる！

3

公金受取口座の登録で

7,500円分

ポイントがもらえる！

ポイントの申し込みは、ご自身のスマートフォン・パソコンなどで行うことができます。
市役所本館1階の特設会場でも、マイナポイントの申し込みの支援を行っています。



詳細は、コチラから



マイナポイント第2弾対象のマイナンバーカードの申請期限は、9月末です。
カードの取得は、お早めに！

■問い合わせ先／商工観光課

健全な財政運営に努めています

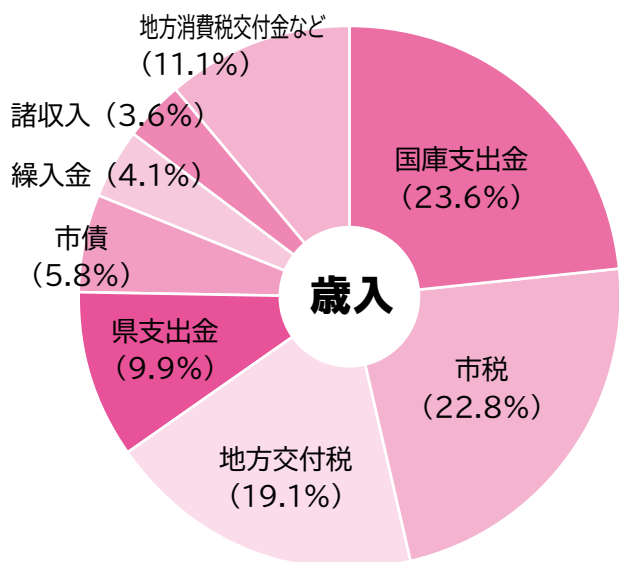
(財政課)

令和3年度の一般会計の決算は、歳入総額760億8,452万円、歳出総額738億3,429万円で、差し引き22億5,023万円となる見込みです。差引総額のうち、6億8,586万円は、令和4年度へ繰り越して行う事業の財源として、15億6,437万円は令和4年度の一般財源として繰り越すものです。

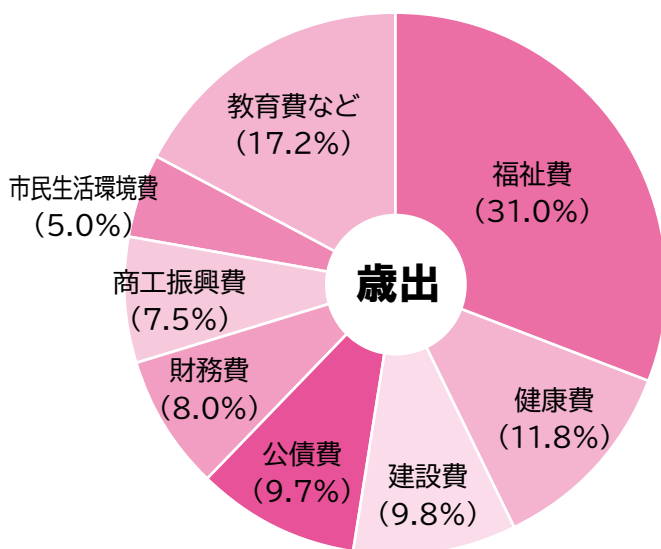
令和3年度一般会計決算見込額

予算現額	収入状況		支出状況	
817億5,677万円	収入済額	760億8,452万円	支出済額	738億3,429万円
	(下半期分)	471億2,997万円	(下半期分)	485億5,283万円

歳入総額 760億8,452万円



歳出総額 738億3,429万円



区分	予算現額	収入済額	うち下半期分
国庫支出金	207億9,247万円	179億5,508万円	140億8,882万円
市税	172億5,133万円	173億2,278万円	70億9,853万円
地方交付税	145億2,764万円	145億2,764万円	51億2,100万円
県支出金	88億8,845万円	75億5,791万円	69億7,059万円
市債	59億9,720万円	44億2,940万円	44億2,940万円
繰入金	31億6,539万円	31億3,609万円	23億3,609万円
諸収入	27億3,516万円	27億8,095万円	26億8,379万円
地方消費税交付金など	83億9,913万円	83億7,467万円	44億175万円
計	817億5,677万円	760億8,452万円	471億2,997万円

区分	予算現額	支出済額	うち下半期分
福祉費	249億8,307万円	229億504万円	143億6,984万円
健康費	93億1,377万円	86億8,393万円	70億5,679万円
建設費	85億5,412万円	72億6,385万円	55億1,424万円
公債費	71億3,340万円	71億3,240万円	36億5,201万円
財務費	60億552万円	59億2,102万円	55億3,316万円
商工振興費	64億1,760万円	55億4,035万円	24億3,529万円
市民生活環境費	38億9,064万円	36億8,303万円	21億3,883万円
教育費など	154億5,865万円	127億467万円	78億5,267万円
計	817億5,677万円	738億3,429万円	485億5,283万円

財産・市民負担の状況（一般会計） 令和4年3月31日現在(住民基本台帳人口 134,949人)

【財産】

○土地	4,237万2,884㎡
○建物	57万8,717㎡
○有価証券	6,438万円
○出資金	3億6,855万円
○基金総額	207億846万円
(内訳) 積立基金	198億9,946万円
運用基金	8億900万円

【市民負担の状況】

○市税総額	173億2,278万円
	(市民1人当たり約12万8千円)
○市債現在高	507億5,051万円
	(市民1人当たり約37万6千円)

令和3年度特別会計決算見込額

※特別会計・・・保険料など特定の収入を特定の支出に充てて事業を行う会計

特 別 会 計	区 分	予算現額	収入状況		支出状況	
			収入済額	収入済額	支出済額	支出済額
国民健康保険事業		171億9,596万円	収入済額	169億3,372万円	支出済額	168億9,968万円
			(下半期分)	99億6,297万円	(下半期分)	103億456万円
後期高齢者医療		18億2,000万円	収入済額	18億5,770万円	支出済額	17億7,111万円
			(下半期分)	12億3,128万円	(下半期分)	11億4,244万円
介護保険事業(保険事業)		146億1,000万円	収入済額	136億1,103万円	支出済額	130億6,849万円
			(下半期分)	75億2,201万円	(下半期分)	78億8,820万円
介護保険事業(サービス事業)		900万円	収入済額	4,958万円	支出済額	710万円
			(下半期分)	689万円	(下半期分)	405万円
計 駐 車 場 事 業		3,160万円	収入済額	3,066万円	支出済額	3,066万円
			(下半期分)	1,581万円	(下半期分)	2,052万円
計 墓 園 事 業		1,590万円	収入済額	6,441万円	支出済額	1,160万円
			(下半期分)	506万円	(下半期分)	796万円

令和3年度企業会計決算見込額

※企業会計・・・水道事業など、その事業の収入で支出を賄い、経営を行う独立採算制の会計

企 業 会 計	区 分		予算現額	執行済額		説 明
				執行済額	うち下半期執行済額	
水 道 事 業	収益的	収入	28億1,103万円	28億6,972万円	15億740万円	純利益 2億4,133万円
		支出	26億7,398万円	24億5,218万円	14億4,674万円	
	資本的	収入	20億2,979万円	15億3,730万円	14億9,772万円	不足額 18億7,060万円
		支出	40億1,789万円	34億790万円	21億8,100万円	
工 業 用 水 道 事 業	収益的	収入	4億892万円	4億2,364万円	2億1,435万円	純利益 1億1,483万円
		支出	3億3,475万円	2億8,399万円	1億5,017万円	
	資本的	収入	9億8,383万円	6億7,167万円	6億7,167万円	不足額 1億8,122万円
		支出	11億7,596万円	8億5,289万円	7億7,098万円	
計 下 水 道 事 業	収益的	収入	51億5,284万円	52億6,104万円	28億9,645万円	純利益 7億7,073万円
		支出	48億8,262万円	44億1,057万円	23億8,558万円	
	資本的	収入	41億1,837万円	22億4,189万円	17億281万円	不足額 19億1,178万円
		支出	59億1,300万円	41億5,367万円	25億2,108万円	

○収益的収入…水道料金、使用料など ○資本的収入…企業債など ○収益的支出…減価償却費など ○資本的支出…工事費など

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頼れる学芸員
大島 大輔さん

私たちが
美術・歴史館で
待ってまーす。

美歴は今年度のメインイベント、西九州新幹線開業記念
「三市交流展 (11月3日から開催)」の準備を進めているよ。

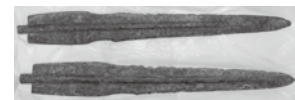


そう！諫早市の友好交流都市、出雲市と津山市。
二つの市は、歴史がとっても深くて凄いまちなの。

そこで今回はまず、出雲市について紹介するね。
出雲と言えば、縁結びの神様として有名な出雲大社。そして
古事記に登場する神話ゆかりの名所がたくさんあるよね。



そうそう、そして出雲は古墳も多いのよ。
荒神谷遺跡から銅剣、銅鐸、銅矛358本が出土した時は、
日本の古代史を塗り替える大発見だったの。
あとは、お茶文化もとっても有名なのよ。



▲銅剣 (複製)



交流展では、古代の銅剣や出土品、おおくにぬしのみこと 大国主命の
掛軸なども展示予定だよ。



▲大国神像



そして、楽山焼や布志名焼などの茶碗も
展示するのよね。
出雲の歴史や文化に触れる絶好の機会よ。



▲刷毛目茶碗



諫早の美術や歴史のことは

美術・歴史館へ
☎24-6611

九州初上陸の貴重な文化財、必見です！



美術・歴史館の催しは、「イベント情報」をご覧ください

Vol.5

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)

新幹線



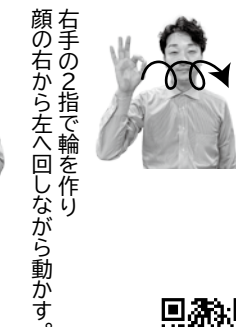
バス



駅



観光



動画はこちら▶





人権擁護委員、行政相談委員を紹介します

【人権擁護委員】

法務大臣の委嘱を受け、法務局と連携し、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような啓発活動や、さまざまな人権相談を受け問題解決のお手伝いをしています。

市内では、長崎地方法務局諫早支局（☎22-0475）のほか、市民相談室（高城会館3階）および支所で相談に応じています。

人権擁護委員		
荒川 明 継	下 村 高 男	西 村 恵
泉 野 晃 子	勢 野 綾 子	福 富 力
片 山 良 子	龍 石 順 子	山 口 浩 樹
古 賀 正 利	田 中 一 幸	吉 岡 一 穂

【行政相談委員】

総務大臣の委嘱を受け、地域の皆さんの身近な相談役として、行政の仕組みや手続きに関する問い合わせや行政サービスに関する苦情などを受け付け、解決のための助言や関係行政機関に対する通知などを行っています。

市内では、市民相談室（高城会館3階）および支所で相談に応じています。

行政相談委員	
池 田 敏 朗	早 田 君 枝
石 田 美 津 子	中 路 徹
亀 崎 ゆ かり	中 山 菊 子
北 村 千 恵 子	馬 場 ま ゆ み

相談無料、秘密は堅く守ります。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。
相談日などは、17ページの定期相談コーナーをご覧ください。

（市民相談室）

ほの
炎チャレがゆく！ ~住んでよし諫早編~



諫早大水害から65年



昭和32年7月25日、死者行方不明者630人を出した諫早大水害。

犠牲となられた尊い御霊のご冥福をお祈りし、3年ぶりに約1,000本の万灯を本明川に点灯しました。

あのような惨禍が二度と起きないように「災害に強いまちづくり」を誓いました。

【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】

監査委員に森口氏を再任

監査委員の任期満了に伴い、6月市議会定例会での同意を得て、森口恭子氏を再任しました。任期は7月6日から4年間です。



▲森口恭子委員

（監査委員事務局）

9月は世界アルツハイマー月間



認知症になっても安心して暮らせるように

いさはや オレンジ ガイド

市役所、各支所・出張所、公民館、図書館などに設置
ぜひ手に取ってお読みください。



■問い合わせ／地域包括ケア推進課（健康福祉センター内）



2022

のんのご諫早まつり

9月17日(土) 11時~

中央交流広場

■内容

▼各支部民謡の祭典(旧前夜祭)

中央支部「花笠月夜」

北諫早支部「ニッポン・ワッショイ」

小栗支部「新生諫早音頭」

小野支部「諫早よかこ音頭」

有喜支部「花笠音頭」

真津山支部「諫早よかこ音頭」

本野支部「湯野尾浮立」

多良見支部「七月(しちがち)エイサー待ちかんでい、あしびなー」

飯盛支部「江ノ浦新地節」

高来支部「法川獅子舞」

小長井支部「こながい音頭」

▼のんのご街踊り

40団体、約3,000人の踊り手が街を練り歩きます！

9月18日(日) 11時~

中央交流広場

■内容

▼ふるさと芸能の祭典

飯盛支部「田結浮立」

本野支部「本野節」

北諫早支部「福田浮立」

▼諫早パフォーマンス広場

太鼓やストリートダンスなど、若者たちによる熱い演技がまつりを盛り上げます。

▼有名芸能の祭典

鶴鳴学園長崎女子高等学校龍踊部「龍踊り」

諫早まつりのんのご連「のんのご節皿踊り」

▼総踊り

■両日実施

会場内でのグルメ出店

物産ホール「メディカルアロマタッチングケア」

会場外での「突撃!のんのご隊」

※イベントの内容は変更になる場合があります。

■問い合わせ

のんのご諫早まつり実行委員会(諫早商工会議所内)

☎22-3323

※詳細は、ホームページをご覧ください。



ISAHAYA

くらしの
情報
Information

お知らせ

9月は固定資産税・都市計画税の第3期分の納付月です

●納期限

9月30日(金)

※便利な口座振替をご利用ください。

●納税課

納税相談（市税）

●夜間納税相談

9月12日(月)～16日(金)

20時まで

●休日納税相談

9月10日(土)・11日

各日9時～17時

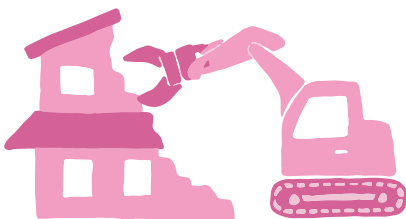
●ファイナンシャルプランナーによる納税相談（事前予約）

9月21日(水)

9時～20時

●納税課

未登記家屋の新増築・解体は届け出を



本年1月2日以降に未登記家屋（登記をしていない建物）を取得・解体した人は、お知らせください。

※家屋を新築した場合や、登記している家屋を増築・解体した場合は、法務局への登記申請が必要です。

※「家屋」とは、住宅、店舗、工場、倉庫、車庫、物置などの建物です。

●資産税課（家屋担当）

後期高齢者医療制度のお知らせ

【被保険者証（保険証）の送付】

10月1日から、医療機関での負担割合が1割の人のうち、一定以上の所得がある人は、負担割合が2割になります。現在お持ちの保険証（桃色）の有効期限は9月末ですので、10月から使用する保険証（緑色）を9月中旬に郵送します。

【2割負担となる人への配慮措置】

2割負担となる人は、1か月の外来医療費の自己負担の増加額を3,000円までに抑える配慮措置が、3年間実施されます。

※配慮措置の適用となる人には、登録している高額療養費の口座へ、後日払い戻します。口座が未登録の人には、長崎県後期

●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

高齢者医療広域連合から手続きの案内が郵送されます。

●保険年金課

●長崎県後期高齢者医療広域連合
☎095・816・3930

任意継続保険の資格切れにご注意ください

社会保険などの任意継続資格が切れて、国民健康保険に加入する場合は手続きが必要です。

●手続期間

資格喪失日から14日以内

●必要なもの

資格喪失日がわかる書類（資格喪失連絡票など）

●問・申込

保険年金課または各支所地域総務課

障害年金の受給



障害のある人が、次の全ての要件を満たす場合、障害年金を受給できます。

●要件

- ①初診日に国民年金の被保険者であること
- ②一定の障害の状態にあること
- ③保険料納付要件を満たしていること

●障害基礎年金（年間）

1級 972,250円

2級 777,800円

※本人または家族による請求手続きが必要。

●問・諫早年金事務所

☎25・1662

●保険年金課

**国民年金基金を「ご存じ」
ですか**

国民年金基金は、国民年金と併せて加入し、より充実した年金を受けられる積立方式の公的な年金です。

●対象

- ・国民年金の第1号被保険者
- ・国民年金任意加入被保険者

●特徴

- ・受け取る年金は終身が基本で、その金額は生涯変動しません。
- ・万が一のとき、遺族が一時金を受け取れます。
- ・掛け金は社会保険料控除の対象です。

☎全国国民年金基金長崎支部
0120・65・4192

**空き家バンクに物件を
登録しませんか**



空き家バンクに登録する物件を募集しています。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、広く情報提供を行います。

「住まないけど、まだ住める家」、「誰かに使ってもらいたい家」などありましたら、ご連絡ください。
※詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎移住定住推進課



**市営「諫早南墓園」の
墓地区画の分譲**

市街地を一望する栗面町の高台にある緑に囲まれた閑静な墓地公園です（随時申込受付中）。

●対象

- ①市内に住所を有する人
- ②①以外で、市内に本籍を有する人または市内に墓地を有する人、将来市内に居住を希望する人

区画面積	永代使用料	管理料 (年額)	残区画数 (R4年7月末時点)
6㎡	市民 496,800円	4,140円	147
	市民以外 661,800円		
9㎡	市民 745,200円	6,210円	87
	市民以外 992,700円		

※これを超える区画については、市ホームページをご覧ください。

※現在、使用許可を受けている人は新規申し込み不可。

☎・申込

環境政策課



**ごみ減量とリサイクル
の事前講座**

ごみの減量とリサイクルを、市民の皆さんと一緒に考え行動するため、自治会や婦人会、各種グループの勉強会などに職員が出向く出前講座を行っています。

ごみの分別方法やリサイクルに関するテーマと、日時・場所などを指定しておおむね10人以上でお申し込みください。

☎・申込

環境政策課または
各支所地域総務課

**臨時特別給付金の申請
はお済みですか**



令和3年度および4年度住民税非課税世帯などに対する臨時特別給付金の申請締切日は、9月30日(金)です。申請がお済みでない世帯は、早めに申請をお願いします。
※締切日を過ぎると、申請できなくなります。なお、令和3年度の支給を受けた世帯は、令和4年度の対象ではありません。

☎・申込

- コールセンター
☎22・15888
- 特設受付会場
(8階会議室)



戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

第十一回特別弔慰金の請求期限は、令和5年3月31日です。

前回諫早市で請求した人で対象と思われる人には、書類をすでに郵送しています。転入した人や今回初めて請求する人なども要件を満たせば請求できる可能性があります。詳細はお尋ねください。

※請求期限を過ぎると支給を受ける権利がなくなりますので、ご注意ください。

問・請求
地域福祉課または
各支所地域総務課

犬や猫は正しく飼いましょう!

犬や猫を飼う人は、マナーを守り、人と動物が住みやすい社会をつくりましょう。



犬の飼い方やマナー

適切なしつけ

習性などをよく理解し、正しいしつけをしましょう。散歩などでストレスをためないことも大切です。

ふんの始末

散歩中はマナーを守り、ふんは必ず持ち帰りましょう。

登録と狂犬病予防接種

飼い犬の登録と狂犬病予防接種は、法律で義務付けられています。

放し飼いの禁止

放し飼いは市の条例で禁止されています。交通事故や他人に怪我をさせないよう、散歩中には必ずリードでつなぎましょう。また、自宅敷地内でも放し飼いはやめましょう。

飼い主の明示

鑑札や予防接種済票、連絡先を書いた名札を首輪に着けることで、飼い主を探す手掛かりになります。



猫の飼い方やマナー

家の中で飼いましょう

自宅の決まった場所でふん尿をさせるなど、正しい飼い方やしつけを行うと、ご近所トラブルを未然に防ぐことができます。また家の中で飼うことで、交通事故や他者からの虐待などから飼い猫を守ることができます。

無責任な餌付けはやめましょう

野良猫に餌を与えると、猫が住み着き繁殖して、周囲にふん尿などの被害を引き起こします。飼う覚悟がない無責任な餌付けはやめましょう。

「正しく健康・安全に!」



問 環境政策課または各支所地域総務課

●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

就業構造基本調査を行います



10月1日を基準日として、就業構造基本調査を行います。

この調査は、国民の就業や不就業の実態を明らかにすることを目的に、統計法に基づき実施する国の重要な統計調査です（昭和31年以来18回目）。

対象者は全国から一定の方法で選ばれ、9月下旬に調査員が調査世帯に伺います。

パソコンやスマートフォンを使って、簡単に回答できますので、ご協力ください。

秋の全国交通安全運動

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

- 期間
9月21日(水)～30日(金)
- スローガン
手を上げて 運転手さんに ごあいさつ
- 運動の重点
 - ・ 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保
 - ・ 夕暮れ時と夜間の歩行者事故等の防止及び飲酒運転の根絶
 - ・ 自転車の交通ルール遵守の徹底
- 問 生活安全交通課

問 ● 就業構造基本調査コールセンター（9月1日開設）
ナビダイヤル
☎0570-01-7139
IP電話
☎03-6626-0041
受付時間 午前8時～午後9時（無休）

● 地域振興課

水道メーターの取替えを行います

9月から翌年1月にかけて、計量法による有効期限を迎えるメーター器の取替え（無料）を行います。対象となるお宅に、お知らせのしがきを郵送します。

問 経営管理課

令和4年度第2回危険物取扱者試験

● 試験の種類
甲種、乙種、丙種
● ところ
11月19日(土)
※詳細は、ホームページをご覧ください。

問 (一財)消防試験研究センター

クイックワン発売中

インターネット専用全国自治宝くじ「クイックワン」が毎月発売されています。8月、9月に販売された宝くじの収益金は、県内市町への交付金の原資となり、本市の明るく住みよいまちづくりに活用されます。ぜひお買い求めください。

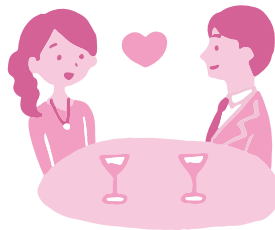


問 財政課

長崎県支部
☎095-822-5999



長崎県お見合いシステム
登録料半額キャンペーン
実施中



●内容

通常2年間1万円の登録料が半額(5千円)

●期限

10月31日(月)

この機会にぜひご登録ください。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

●問・申込

長崎県婚活サポートセンター

☎095・893・8860



令和4年度長崎県下水道排水設備工事責任技術者試験

●とき

11月6日(日)

13時～16時

●会場

(公財)長崎県建設技術
研究センター(ナーク)

●申込期間

9月1日(木)～20日(火)

(消印有効)

※詳細は、ホームページをご覧ください。

●問・申込

NBC情報システム株式
会社下水道責任技術者係

☎095・825・1541

高
齢
介
護

介護予防教室(9月)

【午前】10時～11時30分

【午後】1時30分～3時

1日(木)午後 上山荘

12日(月)午前 幸町公民館

12日(月)午後 森山公民館

13日(火)午前 たらみ会館

14日(水)午後 小栗ふれあい会館

16日(金)午後 田結公民館

20日(火)午後 高来西ゆめ会館

26日(月)午後 市布公民館

27日(火)午前 小野ふれあい会館

27日(火)午後 本野ふれあい会館

29日(木)午後 小長井文化ホール

30日(金)午後 目代町公民館

※上山荘は、入館料160円が必要です。

【若返り体操教室】

6日(火)午後 上井牟田農業研修所

21日(水)午後 長田みのり会館

22日(木)午後 飯盛ふれあい会館

※要事前予約。定員に達した教室は未掲載。

●問・申込

地域包括ケア推進課

敬老金・長寿祝金を贈呈します

●敬老金

本年9月1日現在、満88歳の人(昭和8年9月2日～昭和9年9月1日生)に、敬老金(1万円)を贈呈します。

※対象者へ8月上旬に『敬老金振込口座申出書』を郵送していますので、未提出の人は早めにご提出ください。

●長寿祝金

年度内に満100歳を迎える人(大正11年4月1日～大正12年3月31日生)には、誕生日以降に祝福訪問し、長寿祝金(5万円)と花かごを贈呈します。

※対象者には、誕生日前にご連絡します。

●地域福祉課または各支所地域総務課

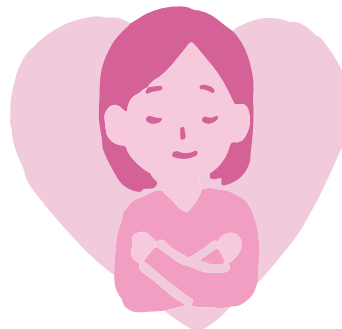
●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

9月10日は世界自殺予防デー 9月10日～16日は自殺予防週間

自殺は、健康問題、経済的問題、家庭の問題など、誰もが抱えるような問題が要因となつて起こります。憂鬱な気分や集中できないなどの心のサインが続いたら、かかりつけ医や精神科医などに早めに相談しましょう。

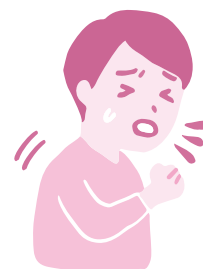
サポートサイトの検索ワード

みんなの情報交差点 カチッ！
こころの耳
こころもメンテしよう
みんなのメンタルヘルス総合サイト



●長崎いのちの電話 ☎095-842-4343
☎健康推進課

9月24日～30日は「結核予防週間」です



「咳が止まらない。微熱が続く」それは結核かも？
結核は昔の病気と思われるがちですが、国内患者数は年間約2万人で、2千人が死亡する日本最大の感染症です。
高齢になると免疫力が低下し、発病する人が増えます。定期的な健康診断で、早期発見・早期治療に取り組みましょう。乳幼児の結核予防は、BCG接種が有効です。

☎県央保健所地域保健課
☎26・3306

新型コロナウイルス接種に関するご案内

4回目接種の対象者が、7月22日から医療従事者と高齢者施設等の従事者にも拡大されました。

本年2月28日までに3回目接種を受けた人に、4回目接種券を郵送します。現在、接種対象でない人も、今後、対象が拡大する場合がありますので、接種券は大切に保管してください。

本年3月以降に、3回目接種を受けた医療従事者と高齢者施設等の従事者が接種券の発行を希望する場合は、市コールセンターにご連絡ください。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎ワクチン接種コールセンター
☎46・6500



▲市ホームページ

特定健診・若年者健診のご案内

市国民健康保険加入者は、次の健診が利用できます。各医療機関に予約し、受診してください。

●特定健診
対象年齢／40～74歳
負担金／なし（受診券が必要）

●若年者健診
対象年齢／30～39歳
負担金／500円

●健診内容（共通）
問診および診察、身体測定、血液検査、尿検査、心電図

※対象年齢は、令和5年3月31日時点です。受診券を紛失した人は、お問い合わせください。

☎健康推進課

集団健診のご案内

と き	と ころ
9月14日(水) 9時～	飯盛ふれあい会館
9月21日(水) 9時～	飯盛ふれあい会館
10月6日(木) 9時～	たらみ会館
10月12日(水) 9時～	高来西ゆめ会館
11月20日(日) 9時～	森山保健センター
11月22日(火) 9時～	小長井文化ホール
11月29日(火) 9時～	高来会館



内 容		対 象 者	自己負担
国保特定健診		市国保に加入する40～74歳	なし
国保若年者健診		市国保に加入する30～39歳	500円
がん検診	胃がん(胃透視バリウム)	40歳以上の市民	500円
	大腸がん	40歳以上の市民	200円
	肺がん	40歳以上の市民	200円
	子宮がん	20歳以上の女性で令和4年度末に偶数年齢	400円
	乳がん(マンモグラフィ)	40歳以上の女性で令和3年度に未受診	700円
肺炎ウイルス検査		40歳以上の市民で過去に未受診	200円

※各支所地域総務課へ要事前申込。

☎健康推進課

募 集

公用車に広告を掲載し
ませんか



●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

※掲載期間は令和5年3月31日までです。

●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)を提出してください。

※掲載方法など詳細は、市ホームページをご覧ください。

●申込期間

随時受け付けています。

☎ 申込

契約管財課



市内に事業所・店舗などを有する法人または個人を対象に、市公用車(軽貨物自動車)に掲載する広告を募集します。

●掲載料

1台当たり

年間31,430円(税込)

※1年に満たない場合は、掲載期間に応じて日割り

計算。

9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(木)【人権相談】10時～15時
森山支所・高来支所／9時～12時
- 2日(金)【行政相談】10時～15時
高来支所／10時～13時
- 5日(月)【法律相談】13時～16時
※事前予約制・同一相談1回
- 6日(火)【不動産相談】9時～12時
- 9日(金)【行政相談】10時～15時
飯盛支所・小長井支所／10時～13時
- 13日(火)【登記相談】10時～15時
- 14日(水)【法律相談】13時～16時
※事前予約制・同一相談1回
- 15日(木)【人権相談】10時～15時
- 16日(金)【行政相談】10時～15時
森山支所／10時～13時
- 20日(火)【交通事故相談】10時～15時
※事前予約制
(県交通事故相談所 ☎095-824-1111)
- 22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
- 26日(月)【法律相談】13時～16時
※事前予約制・同一相談1回
- 27日(火)【遺言契約等相談】13時～15時
- 30日(金)【行政相談】※市民相談室は実施なし
多良見支所／10時～13時

【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】
 7日(水) 9時～16時 市役所本館玄関ホール
 14日(水) 9時～16時 小長井支所産業建設課横
 21日(水) 9時～16時 市役所本館玄関ホール
 28日(水) 9時～16時 市役所本館玄関ホール
 ☎緑化公園課
- 【少年センター相談(いじめ・不登校)】
 毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)
 9時～17時 少年センター
 ☎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)
 14日(水) 9時～17時 たちばな信用金庫本部
 22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】
 14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

「第35回いさはやレディ
 スロートレース大会」
 参加者



- とき
10月9日(日) 8時～
- ※小雨決行
- ところ
中央交流広場(市役所周
辺コース)

参加資格

小学生以上の健康な男女
 ※種目は、年代別、男女別
 です。

申込期限

9月9日(金)

※詳細は、市ホームページ
 をご覧ください。

問・申込

いさはやレディスロート
 レース大会実行委員会事
 務局(スポーツ振興課内)



県央職業訓練校
 令和4年度(後期)受講生

対象

中小企業事業主に雇用さ
 れている人、学卒未就職
 者など(再就職準備者
 (45歳以上の中高年齢者、
 出産・育児など終了者、
 定年退職者))

ところ

県立諫早技能会館

申込期限

9月30日(金)

※詳細はお尋ねください。

問・申込

長崎県央職業訓練校
 ☎22・0036

相談など

災害後の住宅修理トラ
 ブル

台風などの自然災害後は、
 住宅修理に関するトラブル
 の相談が増えます。
 ・長時間の強引な勧誘で契
 約させられた。
 ・すぐ修理しないと大変
 なことになる」と不安を
 あおられ、高額な契約を
 結ばされた。
 ・皆さんの工事でやり直し
 が必要になった。
 ・保険が使えると言われ契
 約したが、保険金がもら

えなかった。

勧誘を受けてもその場
 は契約せず、複数の事業者
 を比較検討しましょう。

電話勧誘や訪問勧誘は、
 クーリング・オフ(無条件
 解除)することができま
 す。
 おかしいと思ったら、ご相
 談ください。

問消費生活センター

☎22・3113

いさはやサマーフェスタ in のぞみ 2022

「サスケ」などのプロアーティストと地元パフォーマーによるライブ、屋台などの出店を行います。

📅 9月10日(土) 16時～19時30分

📍 多良見のぞみ会館

※参加申込フォームから申し込みが必要。

※入場無料。送迎用無料シャトルバスあり。詳細は、ホームページをご覧ください。

📞 多良見のぞみ会館 ☎43-6200

参加申込フォーム▶



ホームページ▶



第17回 尾花忌

高来町出身の書家・
ひろ 廣津雲仙をしのび、開催します。

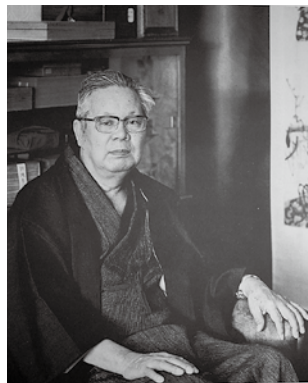
📅 9月23日(金)

10時30分～

📍 高来ふれあい会館

📞 諫早市芸術文化連盟

☎22-1103



第25回 諫早いけばな連盟花展

池坊、小原流、花芸安達流、草月流、未生流の5流派による個性あふれる作品を展示します。

📅 9月10日(土)・11日(日)

10時30分～17時 ※最終日は16時30分まで

📍 美術・歴史館1階ホール ※入場無料

📞 諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103



ナイスハートバザール in 諫早

市内の障害者施設で作られたお菓子や雑貨、農産物などを販売します。

📅 9月7日(水)～9日(金) 10時～17時30分

※最終日は17時まで

📍 諫早図書館 展示ホール

📌 働く喜びサポート事業実行委員会

📞 障害福祉課



いさはや動物愛護フェスタ



📅 9月23日(金) 11時～13時 ※雨天中止

📍 諫早ゆうゆうランド干拓の里

内容/動物愛護表彰、ペット写真コンテスト、犬猫とのふれあい、ペットの健康相談など

※入場無料。入場の際はイベントチラシ(市役所、各支所・出張所に設置)の提示が必要。

📞 ●長崎県獣医師会諫早支部 ☎25-1331

●環境政策課

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶たのしい科学教室

「ゼネコン」という手回し発電機を使って、さまざまな実験を行います。

☎ 9月10日(土) 10時30分～12時30分

👤 小学生以上 ※親子の参加も可

👤 10人 ※予約優先

📅 9月8日(木) 📄 500円

▶押し花アート体験

十五夜の月とウサギをイメージした作品を作ります。

☎ 9月18日(日) 13時～14時、14時30分～15時30分

👤 4歳以上 定 各10人 ※予約優先

📄 はがき200円、キーホルダー 500円

▶サイエンスワークショップ

太陽の光と、偏光板や身の回りにあるものを使って、ステンドグラスのような無数の虹色模様を作ります。

☎ 9月24日(土) 11時～12時、14時～15時

👤 未就学児～小学生（未就学児は保護者同伴）

定 各10人 ※予約優先 📄 100円

※コスモス花宇宙館の他のイベントはこちらをご覧ください。



諫早図書館 ☎23-4946

▶映画上映会

「アルジャーノンに花束を」

(2006年 フランス・スイス 95分)

☎ 9月21日(水) 14時～

📍 諫早図書館2階 視聴覚ホール

定 先着30人 ※申込不要

たらみ図書館 ☎43-4611

▶バリアフリー映画上映会

「西の魔女が死んだ」(2008年 日本 115分)

※バリアフリー仕様（日本語字幕表示、音声ガイドあり）

☎ 9月16日(金) 14時～

📍 たらみ図書館 海のホール

定 100人 ※要事前申込

美術・歴史館 ☎24-6611

▶街道史跡巡り

「長崎街道～シュガーロードウオーキング～」

諫早駅から喜々津駅まで、長崎街道の史跡（約8km）を巡ります。ゴールの後は、喜々津駅周辺のスイーツショップなどでお買い物もどうぞ。

☎ 10月1日(土) 9時～15時

※諫早駅西口 8時30分集合

定 25人

📅 9月16日(金)必着

📄 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）

レザークラフト体験教室 （初心者編）

革細工に興味がある人、物作りが好きな人、気軽に参加してみませんか？

☎ 9月3日(土)・7日(水)・10日(土)・14日(水)・21日(水)・28日(水)

13時30分～14時30分

📍 山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園 香りの館1階

定 各日10人 ※要事前予約

📄 カードケース1,500円、メガネケース2,000円

※別途入園料必要。詳細は、ホームページをご覧ください。

📍 山茶花高原ピクニックパーク・ハーブ園

☎ 34-4333



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

9月10日(土)19時～ VS ロアッソ熊本

9月24日(土)19時～ VS 横浜FC

📍 トランスコスモススタジアム長崎

📍 スポーツ振興課

中央公民館

☎23・1160



おもちゃ病院

想い出の詰まったおもちゃを修理し、使い方も指導します。

☎9月10日(土)・14日(水)・24日(土)
10時～15時

☎成人 10部 部員代負担有

フォンさんとつくる

ベトナム料理教室

春巻きなど簡単にできる料理を作ります。

☎9月10日(土) 10時～13時

☎成人 10部 9月22日(金)
料8500円 16人

子育てのひろば

「ちゅうおうっく」③

プランター菜園に挑戦し、幼児期に大切な子育てワンプointアドバイスを聞きます。

☎9月20日(火) 10時～12時

☎親子(乳幼児) 10部 9月12日(月)
料4000円 10組

ヘルシー料理教室(全2回)

適量500キロカロリーで、食物繊維たっぷりのメニューを作ります。

☎9月30日(金)・10月7日(金)

10時～13時

☎成人 10部 9月21日(水)
料1,6000円(2回分) 16人

これだけは知っておきたい

世界を知る講座(ベトナム編)
文化や歴史について学び、長崎

で暮らす外国人に話を聞きます。
☎10月1日(土) 14時～16時
☎成人 10部 9月26日(月)
料5000円 30人

小栗公民館

☎22・1533



図書ボランティア養成講座

児童文学研究家の二羽史裕さんによる「絵本の力」の講演を聴きます。

☎9月9日(金) 10時～12時

☎成人 10部 9月6日(火) 20人

生き方魅力アップ講座

～免疫力UPでストレスケア～
運動や食事、自律神経の整え方などを学びます。

☎9月21日(水)

19時30分～21時30分

☎成人 10部 9月15日(水) 20人

しあわせ講座「明日を輝いて
生きる言葉のプレゼント」
未来への希望など、幸せに生きるための大切なヒントを学びます。

☎9月22日(水)
13時30分～15時30分
☎成人 10部 9月15日(水) 30人

男子キッチン～作って美味

しいごだわり味噌～
安全安心な美味しい味噌作りを通して、食育を学びます。

☎10月1日(土) 13時～15時

☎父子または祖父と孫

☎9月15日(水)

☎3,4000円 15人

小野公民館

☎22・0264



酵素ドリンク教室

健康早産の果物を使って、手作り酵素ドリンクの作り方を野菜ソムリエプロに学びます。

☎9月28日(水) 19時～21時

☎小野ふれあい会館

☎女性 10部 9月7日(水)
料9000円 8人

赤ちゃんいらっしやうい!

～歌や絵本であそぼ～
絵本の読み聞かせや童謡を楽しみます。

☎9月30日(金) 10時～12時

☎小野ふれあい会館

☎親子(2歳以下)

☎9月7日(水) 10組

有喜公民館

☎28・3110



親子リトミック講座

～親子で楽しく運動会～
音楽に合わせて身体を動かして、表現力を育みます。

☎9月8日(水) 10時～11時30分

☎親子(未就学児)

☎9月6日(火) 10組

秋の園芸講座

ミニポットを使って、白菜、ブロッコリー、キャベツの育て方を学びます。

☎9月13日(火)

13時30分～15時30分

☎成人 10部 9月6日(火)

☎5000円 20人
夜の成人講座「体幹トレーニング」(全2回)
体幹を意識しながら、無理のないトレーニング方法を学びます。初心者も大歓迎です。

☎9月22日(水)・29日(水)

19時～21時

☎成人 10部 9月6日(火) 15人

西諫早公民館

☎26・1531



米粉を使った体にやさしい
おやつ作り(託児付)

甘さを抑えたバナナケーキと、オートミールクッキーを作ります。

☎9月13日(火) 10時～12時

☎成人 10部 9月7日(水)

☎5000円 10人

愛のベビーマッサージ教室
ベビーマッサージを学び、ママが笑顔になる子育て話も聴きます。

☎9月29日(水)

10時30分～12時30分

☎親子(未就学児)

☎9月22日(水)

☎3000円 10組

おとなの楽校「地球にも優しい光熱費の節減術」

☎9月30日(金) 10時～12時

☎成人 10部 9月29日(木) 30人

本野公民館

☎26・0270



お楽しみ学級

「お天気入門」台風のふしぎ
台風に備え、発生のしくみや天気の変化を楽しく学びます。

☎9月7日(水) 10時～12時

☎本野ふれあい会館

☎成人 10部 9月5日(月) 20人

あつまれ☆ママ

「練習」防災食(託児付)
普段の食事にも使える便利でおいしい防災食を学びます。

☎9月28日(水) 10時～12時

☎本野ふれあい会館

☎子育て中の母親

☎9月15日(水)

☎7000円 10人

長田公民館

☎23・9024



「コーヒーロースターに学ぶ」
一杯のコーヒーからSDGsを
考え、おいしいドリップ方法を
学びます。

☎9月21日(水) 19時～21時

☎成人 10部 9月14日(水)

☎7000円 8人

多良見公民館

☎43・0049



「明生教室」講話「SDGsって何?」
SDGsの目的や目標、実生活
の中でどう生かしていくかを学
びます。

☎9月13日(火) 13時30分～15時30分

☎成人 10部 9月6日(火)

◎9月21日(水) 10時～12時
 場 たらみ会館 対象 成人・高齢者
 定 9月12日(月) 定 30人

たらみ地域大学
「日本の神々」(全3回)
 神々、神社、神道について学びます。
 ◎9月27日(火)・10月4日(火)・11日(火) 10時～12時
 場 たらみ会館 対象 成人
 定 9月15日(水) 定 20人

健康講座「気軽にノルディックウォーキング」(全2回)
 秋の野山を感じながら歩き、運動不足を解消します。
 ◎9月29日(木)・10月13日(水) 10時～12時
 場 ①たらみ会館・なごみの里運動公園周辺、②多良見多目的研修館・千々石ミゲル墓・伊木力ダム
 ※ポール貸出有
 ※各日、出発場所集合。
 対象 成人 ◎9月20日(火) 定 15人

伊木力公民館
 ☎44・1002

歴史探訪「伊木力を歩く」
 伊木力地区の史跡を巡ります。
 ◎9月13日(火) 9時30分～12時30分
 場 多良見多目的研修館
 対象 成人 ◎9月8日(水) 定 15人

森山公民館
 ☎36・1116

ミニポットから冬野菜作り
 白菜、ブロッコリー、キャベツの育て方を学びます。
 ◎9月9日(金) 10時～12時
 対象 成人 ◎9月2日(金) 定 500円 定 20人

秋のストレッチ健康体操講座(全3回)
 体を伸ばしたり、リズムカルに動いたり、運動を楽しみます。
 ◎9月8日(木)・15日(水)・22日(水) 10時～12時
 対象 成人 ◎9月2日(金) 定 30人

飯盛公民館
 ☎48・0049

防災講座
 災害の発生状況や防災会議室の役割などを学習します。
 ◎9月12日(月) 9時～12時30分
 場 諫早消防署、諫早市役所防災会議室(公用バス利用)
 対象 成人 ◎9月5日(月) 定 15人

美味しい饅頭づくり
 ◎9月20日(火) 13時30分～16時
 対象 成人 ◎9月12日(月) 定 300円 定 15人

飯盛ふれあい会館・図書室
10周年記念講座(託児付)
 クリスタルボウル(水晶で作られた楽器)の心地よい音色を聞きながら、心身ともに癒されます。

◎9月29日(木) 10時～11時30分
 対象 一般、親子(6カ月以上)
 定 9月12日(月) 定 300円 定 16人

楽しみま専科(軽スポーツ編)
 室内用ペタンク、カローリング、ポッチャなどの軽スポーツを楽しむ学びます。
 ◎9月30日(金) 14時～16時
 対象 成人・高齢者 ◎9月12日(月) 定 15人

諫早探検隊(芸術の秋編)
 美術・歴史館で県展を鑑賞し、山下画廊で絵画の楽しいお話を聞きます。
 ◎10月6日(木) 9時30分～12時30分
 場 美術・歴史館、山下画廊(公用バス利用)
 対象 成人 ◎9月12日(月) 定 200円 定 15人

田結公民館
 ☎49・1111

田結すこやか大学
「健康体操・ストレッチ」
 椅子に座ってできる体操・ストレッチで、楽しく健康的な身体を作りまます。
 ◎9月15日(水) 13時30分～15時30分
 対象 成人・高齢者 定 30人

秋の野草散策ウォーク
 橘湾を望む田結の里を散策しながら、秋の野草を学びます。
 ◎9月27日(火) 9時～12時
 対象 成人 ◎9月20日(火) 定 20人

高来公民館
 ☎32・2111

ちりめん(和布)のおしゃれな部屋飾り
 ◎9月13日(火)・14日(水) 13時30分～15時30分
 場 高来会館
 対象 成人 ◎9月5日(月) 定 2,000円 定 10人

高来西公民館
 ☎32・3126

成人講座「空と月と暦(こよみ)」を知る
 私たちの暮らしに欠かせない、天体と暦のつながりを学びます。
 ◎9月28日(水) 10時～12時
 対象 成人・高齢者 ◎9月21日(水) 定 30人

成人講座「竹崎島」をさぐる
 竹崎街道の要衝であった竹崎島の名所や旧跡を巡り、歴史を学びます。
 ◎10月3日(月) 9時30分～12時30分
 対象 成人 ◎9月12日(月) 定 20人

小長井公民館
 ☎34・2201

高齢者講座「シルバー大学」
 健康づくりにポッチャを行います。
 ◎9月13日(火) 10時～11時30分
 対象 高齢者(65歳以上) 定 100人

成人講座「和紙のランブシエード教室」(全2回)
 ◎10月1日(土)・8日(土) 13時～15時
 対象 成人 ◎9月21日(水) 定 2,300円 定 10人

簡単ホディメイク(託児付)
 健康的な身体を作るための基礎を学びます。
 ◎9月20日(火) 10時30分～12時
 対象 成人 ◎9月13日(火) 定 15人

成人講座「エコクラフトバッグづくり」(全3回)
 ◎9月26日(月)・28日(水)・30日(金) 9時～12時
 対象 成人 ◎9月15日(水) 定 2,500円 定 16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。



7/16

プロスポーツを身近に触れる

長崎ヴェルカによる小学生向けバスケットボール教室(市主催:プロスポーツ連携・交流事業)が諫早市中央体育館で開催され、市内ミニバスケットボール12チーム(約100人)が参加しました。

子どもたちは、伊藤拓摩ジェネラルマネージャーや長崎ヴェルカスクールコーチから本格的な指導を受け、真剣そのものでした。また、トップチームの公開練習もあり、プロ選手を身近に感じる良い機会になりました。



7/24

家族で楽しい1日を♪

すくすく広場による子育て支援イベント「夏休み子育てminiフェスタ」が、小野体育館で開催されました。ミニコンサートでは、道辻結那さんの透き通る歌声に、赤ちゃんたちもうっとり聞き入っていました。展示ブースや子育てに役に立つ講演会も行われ、会場は多くの親子連れなどでにぎわいました。



7/14

うなぎ供養と商売繁盛を願って

「土用の丑の日」を前に、本明川河川敷で、うなぎに感謝し商売繁盛を願う「うなぎ供養」を行いました。神事後、約30匹のうなぎを本明川に放流。諫早うなぎ料理振興会・北御門会長は、「感染症に気を付け、諫早のうなぎを食べて、元気に夏を乗り切ってほしい」と語りました。

9月の健康・育児カレンダー

1 木		15 木	★プレママ学級 すくすく広場 13時30分～15時 *要予約 ◆子育て相談 すくすく広場 10時～12時 *要予約
2 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	16 金	●のんのこ21サーキット 高来会館 20時～21時30分
3 土		17 土	
4 日		18 日	
5 月	●離乳食教室(4～6カ月児) すくすく広場 13時15分～15時15分 *要予約 ●のんのこ21サーキット 飯盛ふれあい会館 13時30分～15時 たらみ会館 13時30分～15時45分 ●のんのこ体操 本野ふれあい会館 13時30分～15時	19 月	
6 火		20 火	
7 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	21 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
8 木		22 木	▲介護相談 市民センター3階第1会議室 13時～15時 *要予約
9 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	23 金	●のんのこ21サーキット 高来会館 20時～21時30分
10 土	●市民ウォーキング(5～6kmのコース) 飯盛支所 9時～11時30分 *雨天中止	24 土	
11 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	25 日	
12 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	26 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(パタンク) 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 ●のんのこ体操 本野ふれあい会館 13時30分～15時
13 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	27 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
14 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	28 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
		29 木	
		30 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

●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。 ※要予約

- 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)
- のんのこ体操/低体力者向けの体操

★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 ※要予約

◆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。 ※要予約

▲認知症専門相談…地域包括ケア推進課 ※要予約

▲介護相談…認知症のひとと家族の会 渡部 ☎26-1763 ※要予約

「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、9月6日(火)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/①新たな ②情報 ③増やさない ④5,680 ⑤内村航平 ※応募総数32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 マイナポイント第2弾 最大●万円分のポイント
- Q2 三市交流展はいつから開催?
- Q3 4回目接種対象者、●●●●●と高齢者施設等の従事者にも拡大
- Q4 高来町出身の書家は誰?
- Q5 つながりましておめでとう! 9月22日～●●日はイベント盛りだくさん



諫早市・西九州新幹線開業記念イベント

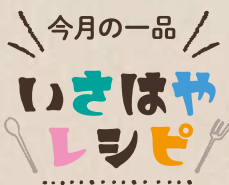
オール諫早でお祝いするさまざまなイベントを開催します。
ぜひ、お出かけください！

とき	ところ	内容
9/22(木)・23(金)	お茶の間通り商店街周辺	第11回 いさはや駅前バル
9/23(金)【開業日】	諫早駅 iisa 交流広場	オープニングセレモニー、地元特産品の販売
	市役所前広場	諫早・島原半島グルメの店
	アエル中央商店街	市内外の個性的・魅力的なお店のマルシェ
9/24(土)・25(日)	諫早駅 iisa 交流広場	地元特産品の販売
9/24(土)	アエル中央商店街	夜も楽しめるマルシェ
9/25(日)	市役所前広場	食を楽しむイベント
	アエル中央商店街	こども向け体験型イベント

※イベント内容は、変更する場合があります。
最新情報は、市ホームページをご覧ください。



■問い合わせ先／商工観光課



アスパラガスの温製サラダ

高来・小長井地域を中心に生産されている県央アスパラガス。夏のアスパラガスは柔らかいのが特徴

NEW!
動画で
作り方を
配信中!!



～市役所食堂の地産地消レシピ～



【材料/1人分】

- アスパラガス 1/2束
- 鶏卵 1個
- 塩 少々
- 粉チーズ 10g
- ブラックペッパー 少々
- オリーブオイル 大さじ1

【作り方】

- ① 鍋に卵が浸かる程度のお湯を沸かし、火口から外して鶏卵を入れ、10分置き温泉卵を作る。
- ② アスパラガスの根元を2cm切り落として皮をむく。
- ③ ②の茎と皮(香付け)を塩ゆでする。
- ④ ③の茎を取り出して水切りし、ボウルに入れ、塩とAで和え、皿に盛り付ける。
- ⑤ ④に①を添える(お好みでAをふりかける)。

Isahaya Recipe

広報 いさはや
2022.8.20 No.210

[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7月1日現在
人口 132,590人
男 63,125人
女 69,465人
世帯数 54,061世帯



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