



いさはや暮らしをわかりやすく

広報
ISAHAYA

いさはや

vol.204

2022.Mar.

3



今日から無理なく始めよう!

特集

ごみ減量大作戦

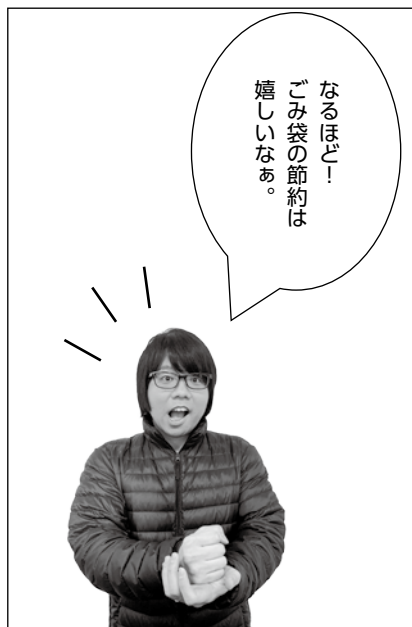
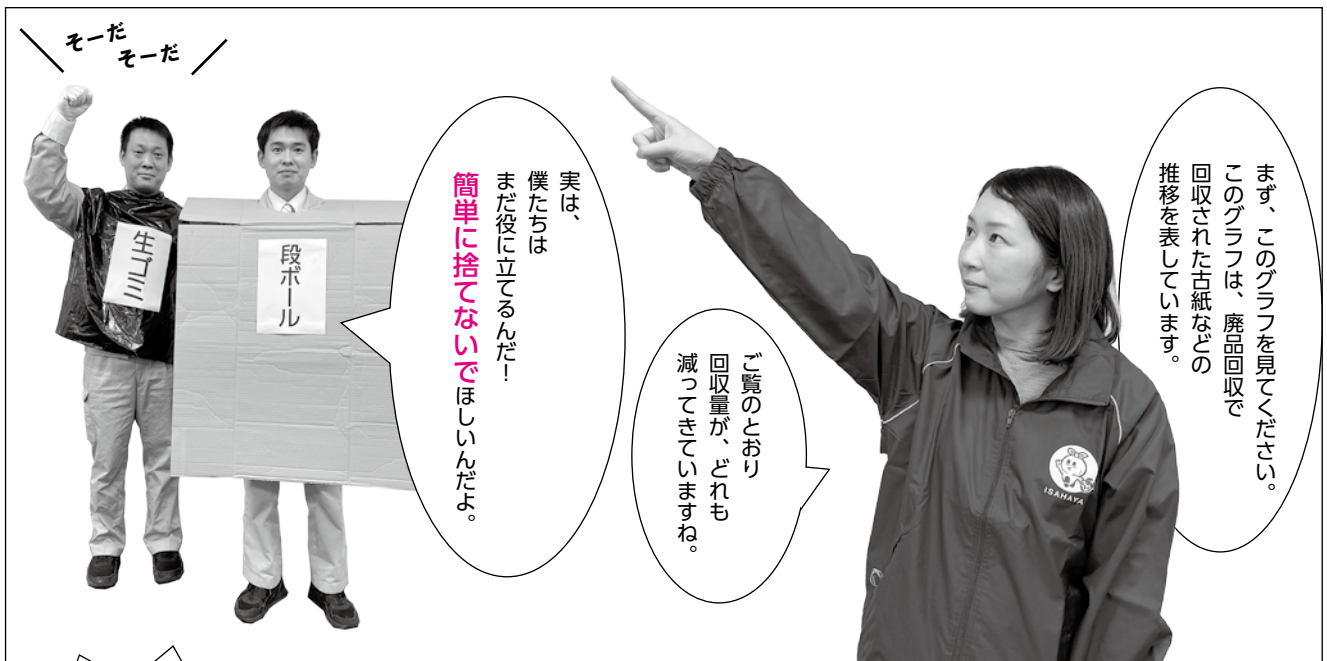
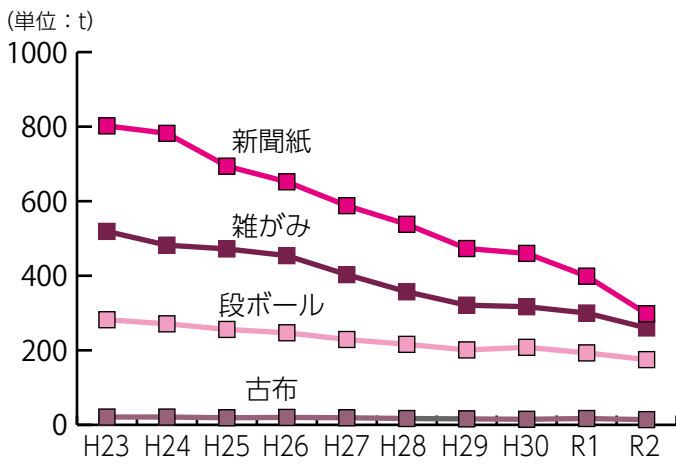
今日から無理なく始めよう！

ごみ減量大作戦



皆さんが毎日何気なく捨てているごみ。
諫早市の1人当たりのごみの排出量は、年々増加傾向にあります。
この増加分の多くは、資源物ストックハウスや廃品回収などに回すこと
でリサイクルできるごみです。
今回は、私たちがすぐにでも取り掛かれる「ごみの減量化」について、
お話したいと思います。

古紙などの回収量の推移



ごみにするか、
資源にするか、
それはアナタ次第。

ごみ減量塾

改めて、登場人物を紹介します。

ごみ減量伝え隊隊長・エコ美



ごみ減量伝え隊・ダンボール



ごみ減量伝え隊・ナゴミー



ごみ
護美ワケル



その1 諫早のごみの現状を知るべし！

家庭から出たもやすごみの排出量

	人口 (人)	排出量 (t)	1日1人当たり換算 (g)
平成30年度	137,409	26,861	536
令和元年度	136,653	27,221	544
令和2年度	136,159	27,434	552
増減率	△1.0%	2.1%	3.0%

まず、諫早市の
ごみの現状について
少しお話しします。

上の表を見てください。
人口の推移に対して
もやすごみの量は増えています。

なるほしー！
きちんとごみを分別するこ
もつごみの量は減らせるんだね。

大量生産・大量消費・大量廃棄が
一番の原因ですが、再生可能なごみを
きちんとリサイクルできていないこと
もやすごみの量が
増えている原因と考えられます。

その2

雑がみは古紙回収に出すべし！



新聞・雑がみなどは資源物ストックハウスへ

●回収できるもの

- ・新聞（折込チラシも可。）
- ・雑誌・雑がみ
- ・段ボール（たたんでください）
- ※紙ひもなどで縛ってください。
- ※機密文書・シュレッダーにかけた紙は回収不可。

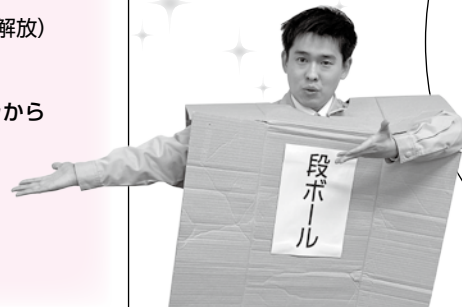
●持ち込み時間

9時～17時（毎日解放）
※年末年始を除く。

▼ 設置場所は、コチラから



ぜひ
ご利用ください！



市内20カ所に設置している
資源物ストックハウスは
ほぼ毎日解放してるから
いつでも出せて、便利だよ。

その3

生ごみは一絞りするべし！

ご存知ですか？

生ごみ処理機器の補助金制度

生ごみ処理機器を利用すると、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。

市では、電気式生ごみ処理機や生ごみ処理容器（EMバケツ、コンポストなど）の購入費の一部を助成しています。



詳細は、コチラから ▶





その4

「もったいない」を意識するべし！

冷感庫を開けたら野菜が傷みかけてたなあ。もっ食べないし、捨てようかな。

もったいない！

少しだけと思っても、積み重なるとすごいごみの量になるんです。台所ごみの約4割が**食べ残し**。そのうち半分以上が手つかずで捨てられています。

食品ロスって聞いたことありますか？まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことなんです。

名前は聞いたことあるなあ。

食品ロスは、国内で年間570万トンと推計されていて、国民一人当たり換算すると毎日お茶碗一杯分の食料を捨てていることとなります。

日本の食品ロス年間 570万トン

家庭系 261万トン (46%)

事業系 309万トン (54%)

農林水産省および環境省調べ (令和元年度推計)

そうなんだ…。食品ロスの約半分は一般家庭から出ているんだね。

親子でエコ料理教室

と き：3月5日(土) 10時～13時

と ころ：小野ふれあい会館

講 師：稲田勤子さん (管理栄養士)

参 加 費：1組500円

定 員：親子8組程度

問い合わせ：環境政策課

詳細は、コチラから ▶



今回は、野菜味噌とその味噌を使った料理を作ります♪

食品ロス削減のためにも日ごろから買い過ぎない、作りすぎない、もったいないを意識しましょう。

食材を無駄にしないエコ料理教室も定期的に開催するので参加してみてくださいね。

諫早市から皆さんへお願いします。



●ごみ出しは午前8時30分までに
ごみの収集漏れをなくし、効率的な作業を行うため、必ず収集日の8時30分までに、ごみステーションに出してください。

●引越しごみは処理施設へ持ち込みを
3月、4月は大量の引越しごみができます。ごみを大量に出す場合は、各処理施設へ直接お持ち込みください。持ち込み先は下記画像からご確認ください(不燃物は要事前予約)。

▼ 各地域のごみ収集日程



▼ 可燃物



▼ 不燃物



その5

日頃から小さな努力を重ねるべし！

今から買い物に行くけど、ちゃんとマイバッグを持って行くね。食材も買い過ぎないように気を付けるよ！

食品トレーも洗ってみたよ。スーパーの回収ボックスに入れてくるね。

すごーい！

ワケルさん、ありがとう。私たちの思いが伝わって嬉しいなあ。

シャキーン

ごみを出すとき他の使い道がないかいったん考えてみるね。ごみの分別、頑張るよ！

ワケル、レベルアップ!!

最後にもう一つ。ごみが減るとごみ処理にかかる費用の削減にもなるんです。

そっなんだ。

ごみ処理には多くの費用がかかっています。

1人1日当たりのごみ量を50グラム減らしたら、1人当たり年間で18キログラムの減量ができます。

ごみ50グラム
＝
卵Sサイズ1個分
りんご1/6個分

市全体では、年間約2,500トンの減量ができます。大幅な経費削減と環境への負荷軽減が図れるんです。

市全体で年間約2,500トンの減量。

これは、ジャンボジェット約7機分に相当します!

なるほど～!

小さなことからコツコツと積み重ねることが大事なんだね。

これだけ減量できると 大幅な経費削減に!

ごみ減量について話を聞いてくれてありがとう!

その前髪も、分けた方が素敵です。

みんなも一緒にごみ減量に取り組もうね!

またね!

住民税非課税世帯などに対する 臨時特別給付金のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、経済的に厳しい状況にある世帯に対し、給付金を支給します。

■支給額

1 世帯当たり 10 万円

❗ 詐欺にご注意を

市から電話で問い合わせを行う場合がありますが、現金を直接やり取りしたり、振込などを求めることはありません。

■支給対象世帯

①住民税非課税世帯

令和3年12月10日に本市に住民票があり、世帯全員の令和3年度住民税(均等割)が非課税の世帯

※次の場合は対象外

- 別居している親(課税者)に扶養されている学生のみ世帯
- 子(課税者)に扶養されている高齢者の世帯
- 単身赴任している夫(課税者)に扶養されている妻と子のみ世帯 など

◎世帯全員が、令和3年1月1日以前から、本市に住民票がある場合
3月上旬に、世帯主宛てに「確認書」が届きます。確認の上、必ず返送してください。
【提出期限】 9月30日(原則郵送)

◎世帯員の中に、令和3年1月2日以降に、市外から転入してきた人がいる場合
申請書の提出が必要です。(郵送可)
【申請期間】 3月1日～9月30日
詳細は、市ホームページまたは市コールセンターにお尋ねください。

②家計急変世帯

新型コロナウイルス感染症の影響で、令和3年1月以降の収入が減少し、「住民税非課税相当」の収入となった世帯

申請書の提出が必要です。(郵送可)
【申請期間】 3月22日～9月30日
詳細は、市ホームページまたは市コールセンターにお尋ねください。

■申請・問い合わせ先

【申請受付に関すること】

市コールセンター ☎22-1588
受付時間 9時～18時(土・日・祝日を除く)
※2月24日(木)開設予定

【制度に関すること】

内閣府コールセンター ☎0120-526-145
受付時間 9時～20時

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



(福祉総務課)

公の施設の**指定管理者が決定**

指定期間 令和4年4月1日～令和8年3月31日

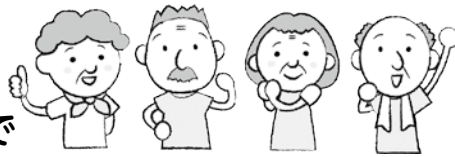
No.	施設名	指定管理者
1	諫早文化会館	(一社) 諫早青年会議所
2	市中央体育館	(一財) 諫早市施設管理公社
	市体育館	
	市武道館	
	小野体育館	
	小野島グラウンド	
	市弓道場	
	市ゲートボール場	
3	西諫早ふれあい広場	(一財) 諫早市施設管理公社
	長田いこいの広場	
	中央ふれあい広場	
	小野ふれあい広場	
	小栗ふれあい広場	
4	社会福祉会館	(社福) 諫早市社会福祉協議会
5	新道福祉交流センター	(特非) 県央障害者自立センター
6	上山荘南館	(社福) 諫早市社会福祉協議会
7	やまびこ館	本野町自治会
8	干拓の里	(株) 県央企画
9	富川渓谷バンガロー	富川町自治会
10	市物産ホール	(一社) 諫早観光物産コンベンション協会
11	高城会館	(一財) 諫早市施設管理公社
	つくば倶楽部	
12	勤労者福祉会館	諫早市勤労者福祉会館運営協議会
13	中核工業団地工業振興会館	諫早中核工業団地自治振興会
14	白木峰高原	白木峰高原育成会
15	コスモス花宇宙館	(一財) 諫早市施設管理公社
16	多良見体育センター	
17	喜々津漁港	大村湾漁業協同組合
	伊木力漁港	
18	のぞみ公園	(一財) 諫早市施設管理公社

No.	施設名	指定管理者
19	多良見のぞみ会館	(一財) 諫早市施設管理公社
20	森山スポーツ交流館	(一財) 長崎陸上競技協会
	森山武道館	
	森山グラウンド	
	森山餅田山グラウンド	
	森山テニス場	
	森山相撲場	
21	森山老人福祉センター	森山地区社会福祉協議会
22	飯盛体育館	(一財) 諫早市施設管理公社
	飯盛小島武道場	
	飯盛グラウンド	
	飯盛テニス場	
	飯盛相撲場	
23	いいもり月の丘温泉	
24	江ノ浦漁港 (池下地区)	橘湾中央漁業協同組合
	江ノ浦漁港 (池下地区)	
25	月の港会館	
26	とどろき体育館	(一社) 高来地区社会福祉協議会
	高来武道館	
	高来総合運動公園	
	高来城ノ下グラウンド	
27	高来西グラウンド	(一社) 高来地区社会福祉協議会
	高来ふれあい会館	
28	高来しゃくなげ荘	
29	いこいの森たかき	(株) クリエイト・レストランツ
30	小長井田原グラウンド	田原自治会
31	小長井さざんか会館	小長井地区社会福祉協議会
32	小長井健康センター	
33	小長井おがたま会館	長里自治会
34	山茶花高原ピクニックパーク	(一財) 諫早市小長井振興公社

■問い合わせ先／総務課

高齢者が

住み慣れた地域で
自分らしく暮らしていくために(第10回)



かたば「語らん場」から広がる取り組み

▶ おじいちゃんとまもるくんが、「語らん場」パネル展を見学に行ったときのこと。

「まもるくんがまもるくん
のなかで」
「こんな方法もよかね」って
参考「まもるくん」よ。

だいたい中学校校
区ごとになつとって、
市内18カ所で
ありよつとばい。

いやいや
こいは、隣の
語らん場は。

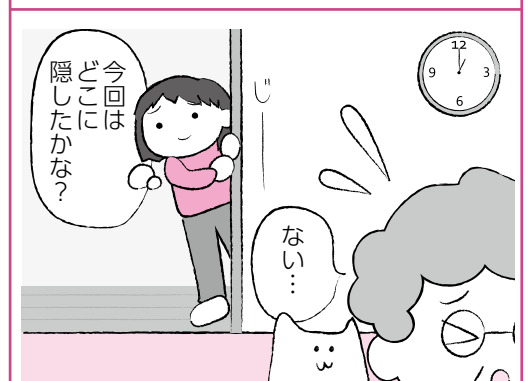
おじいちゃん。
これ「語らん場」って
書いてあるよ。
おじいちゃんがいつも
行ってるやつ？

そうなんだ！
みんなで
がんばってるんだね。

パネル展も
見に来てもらって
いるんなことを
知ってほしかなあ。

こんな症状ありませんか？

ここだったか…



財布がない (短期記憶障害・不安感)

できないこと、わからないことが増えてくると常に不安を感じるようになります。不安感から大切なものを隠し、そのこと自体を忘れてしまい、「無くした」と探すようになります。無くしたものが突拍子もない場所で見つかることがよくありますが、それは本人なりに精いっぱい工夫した結果なのです。

介護予防と生活支援の「語らんば」パネル展

- とき／3月1日(火)～8日(火)
- ところ／市役所1階ホール、JR諫早駅(3階)

詳細は、高齢者ささえあいネット▶



■問い合わせ先／高齢介護課

制服選択制導入

モデル校に西諫早中学校



市校長会は、令和5年度の新入生から、性別に関係なく制服のスカートやスラックスを生徒の希望で選択できる制度を導入することとし、そのモデル校として、西諫早中学校を選びました。

西諫早中学校では、職員や生徒、保護者などで専門委員会を立ち上げ、デザインなどを決定し、新しい制服の準備を進めています。

(学校教育課)

諫早市飲食店認証制度推進給付金

申請はお済みですか？

ながさきコロナ対策飲食店認証制度の認証を受けた市内に所在する飲食店に、給付金を支給します。

■助成額

1店舗当たり一律5万円

※すでに支給を受けている飲食店への追加支給はありません。

■用途

感染防止対策（消毒用アルコール、マスク、抗原検査キットなど）の経費

■申請期限

3月10日(木) ※消印有効

詳細は、市ホームページをご覧ください。



■申込・問い合わせ先／緊急経済対策室

ほの
炎チャレがゆく！ ～来てよし諫早編～



新幹線によるまちづくり



1月9日、東彼杵郡川棚町で開催された「西九州新幹線かもめ歓迎セレモニー」に林田議長と出席しました。海路で輸送された新幹線「かもめ」の大きさと迫力に感動でした。

今年秋開業予定の西九州新幹線は、人の交流はもちろん、まちの経済や生産性を高めるチャンスにもなります。新幹線の開業効果を最大限に発揮するため、本市の魅力をもっと発信していきたいですね。

【炎のチャレンジャーこと大久保市長の行動記録を紹介しています】

寄附金贈呈式を開催

情報発信強化に活用します



本市の地方創生の取り組みに対し、信金中央金庫から「企業版ふるさと納税制度」を活用して、1千万円の寄付をいただきました。これは、たちばな信用金庫の推薦を受け、決定したものです。

1月25日に行われた贈呈式で大久保市長は、「地域活性化と市民生活の向上に役立てていきたい」とお礼の言葉を述べました。

(企画政策課)

くらしの情報

Information

お知らせ

マイナンバーカードの
休日・延長窓口(3月)

● 休日窓口

6日(日)・13日(日)

各日9時～12時

● 延長窓口

3日(木)・10日(木)・17日(木)

各日19時30分まで

● 必要電話予約

● 市民窓口課

～介護予防プログラム～ 「健康バンザイ」放送中!

外出自粛などにより、体を動かす機会が不足しています。

3SUNてれびで、市の介護予防プログラムを利用した「健康促進番組」を放送していますので、ぜひご覧ください。

● 放送時間

月～土曜日

午前8時15分～35分

● 内容

「筋トレ」「脳トレ」など毎日20分のトレーニング

● 高齢介護課

納税相談(市税)

● 休日納税相談

3月12日(土)・13日(日)

各日9時～17時

● 夜間納税相談

3月14日(月)～18日(金)

20時まで

● ファイナンシャルプランナーによる納税相談

(事前予約制)

3月14日(月)

9時～20時

● 納税課

軽自動車税の手続きを 忘れずに

軽自動車税(種別割)は、4月1日時点の所有者に課税されます。

譲渡・解体・売却・盗難などで所有していない場合や、市外へ転出した人は早めに手続きをしてください。手続き場所は、次のとおりです。

対象車両	手続場所
・125cc以下のバイク ・小型特殊自動車	▶ 市民税課または各支所地域総務課(出張所不可)
・軽自動車	▶ 軽自動車検査協会 長崎事務所 ☎050-3816-1755
・125ccを超えるバイク	▶ 国土交通省 九州運輸局 長崎運輸支局 ☎050-5540-2083

家屋調査にご協力を

令和3年1月2日以降に新築または増築した家屋で、令和4年1月1日現在で利用できる家屋は、令和4年度から固定資産税の課税対象となります。

現在、そのための調査を行っており、調査は、家屋の内部(間取り・設備)などを拝見しますので、ご協力をお願いします。

また、未調査の家屋や取り壊しをした家屋がありましたらご連絡ください。

※家屋を新増築した場合や、登記している家屋を取り壊した場合などは、法務局への登記をお願いします。

※「家屋」とは、住宅、店舗、工場、倉庫、車庫、物置などの建物のことです。

● 資産税課

国保の届け出は 14日以内に

国保に加入・脱退する時などは、窓口に出出てください。

国保の加入手続きが遅れると、さかのぼって保険料を納めることとなります。

また、他の健康保険に加入しても、国保の手続きをしないと保険料が賦課されまます。

手続きの際に必要なものなど、詳細は市ホームページをご覧ください。

● 保険年金課または各支所地域総務課



医療費と介護サービス費を合算した負担の軽減

【高額医療・高額介護合算制度】

世帯内の同一の医療保険に加入する人の1年間（令和2年8月1日から令和3年7月31日）に支払った医療費と介護サービス費を合算した額が、自己負担限度額を超える場合、その超えた額を「高額介護合算療養費」として支給します。

該当者には、3月以降に案内文書を送付しますので、窓口または郵送で申請してください。

※被用者保険（職場の保険）に加入している人は、加入している被用者保険にお尋ねください。

●申請に必要なもの
通帳

問 保険年金課

国民年金で安心の生活を

国民年金は、日本に住んでいる20歳以上60歳未満の全ての人が加入します。

老後の年金受給だけでなく、障害状態になったときや死亡したときに、国が年金を支給し、本人または家族の生活を守る制度です。

ただし、加入の手続き忘れや保険料の未納があると、年金を受け取れないことがあります。

厚生年金や共済年金などの被用者年金をやめた場合は、必ず加入手続きを行い、保険料を納付しましょう。

問 ● 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

「諫早市環境白書」を作成

「令和3年度版諫早市環境白書」を作成しました。

この環境白書は、私たちの生活環境を守るため、大気、水質など市内の環境状況について毎年調査を行い、その結果をとりまとめたものです。

● 閲覧場所

- ・ 環境政策課
- ・ 市政情報コーナー
- ・ 各支所地域総務課
- ・ 各図書館

※市ホームページでもご覧いただけます。

問 環境政策課または各支所地域総務課



市道・法定外公共物の占用や工事には市の許可を

市道や法定外公共物（里道、水路など）で、土地の占用や工事などを行う場合は、市の許可が必要です。

現在、敷地への乗入れ（通

路橋など）として占用して

いる人は更新の手続きを、また、新たに占用や工事の予定がある人は、相談や申請を行うなど所定の手続きを行ってください。

問 建設総務課または各支所産業建設課

STOP! 踏切事故

踏切事故は、停滞（エンスト・落輪）や直前横断（しゃ断機くぐり、突破、警報無視、一時停止確認の不履行）によるものが多く、一旦発生すると重大事故につながる危険性がとても高い事故です。

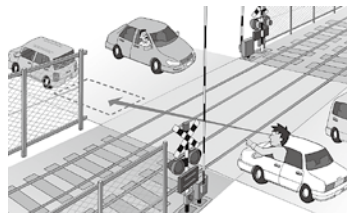
踏切では、十分に注意して通過していただきますようご協力をお願いします。

●踏切では次のことを守ろう！

- ①必ずいったん止まって、左右を確認する
- ②向かい側に自分のスペースができるまで踏切の手前で待つ
- ③警報機が鳴りだしたら踏切に入らない

●踏切での緊急な要件は、次へお尋ねください。

問 ● JR九州 ☎0120-405-889 ● 島原鉄道 ☎0957-62-6623



春季火災予防運動
3月1日～7日

「おうち時間 家族で点検 火の始末」をスローガンに、春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、火の取り扱いには十分注意してください。

「防火座談会」開催団体募集
火災予防の正しい知識を深めるため、希望する自治

国の教育ローン

「国の教育ローン（日本政策金融公庫）」は、高校、大学などへの入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

●融資額

1人当たり350万円以内

●金利

固定金利（年1.65%（令和3年12月1日現在））

詳細は、「国の教育ローン」で検索、または下記へお尋ねください。

☎教育ローンコールセンター

☎0570-008656

☎03-5321-8656

看護師などの届出制度

保健師・助産師・看護師・准看護師の免許をお持ちで、仕事に就いていない人は、「看護師等の人材確保の促進に関する法律」に基づき、県のナースセンターへ届け出が必要です。詳細はお尋ねください

☎長崎県ナースセンター

☎49-8060

会などへ担当者を派遣します。詳細は、最寄りの各署

担当者へお尋ねください。

☎諫早消防署（予防係）

☎22・0119

●西諫早分署

☎26・6372

●高来分署

☎32・2199

●飯盛分署

☎48・0177

●多良見分署

☎43・1119

簡単にもうかる話に注意！

副業や投資などで高額収入を得るためのノウハウなどと称して販売される「情報商材」に関するトラブルが増えています。

〈事例1〉

「簡単な作業で高額収入を得られる」という広告を見てマニュアルを数千円で購入した。マニュアルだけでは収入が得られず、数十万円のサポート契約を勧められて契約し

たが、もうからない。

〈事例2〉

SNSで知り合った人に「何もなくても配当が入る」と勧められて暗号資産（仮想通貨）で投資したが、説明と違って配当はなく出金もできない。

◎「誰でもできる」「簡単な作業で」「高額収入」は得られません！

インターネットやSNSの体験談や口コミは事実とは限りません。「簡単にもうかる」話を信用す

るのはやめましょう。

◎「もうかる」はずが、残ったのは借金…

「お金がない」と断ると、クレジットカード払いや消費者金融で借入を勧められることも。「契約しない」とはつきり断り、借金してまで投資や契約はやめましょう。

◎4月から成年になる18歳・19歳も注意！

こういったトラブルは、成年になったばかりの若者が被害に遭うことが多いです。4月から成年年齢が引き下げられると、18歳・19歳が巻き込まれる恐れも。契約する前に、家族など周りの人に相談しましょう。不安に思ったとき、困ったときはすぐにご相談ください。

☎消費生活センター

☎22・3113

子育て

麻疹・風しん予防接種

本年度は、次の人を対象に麻疹・風しんの予防接種を実施しています。

かかりつけ医療機関に事前に相談・予約の上、体調が良いときに接種してください。

●接種対象者

〈1期〉
生後12月～24月未満児

〈2期〉
5歳以上7歳未満（平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの人）

※麻疹・風しん2期の対象者の接種期限は3月31日（木）までで、接種期限を過ぎると任意の接種となり有料になります。
※母子健康手帳を持参し、接種履歴を記録してもらってください。

健康福祉センター

☎27・0700

高齢介護

介護予防教室 （3月開催分）

定員に満たない教室のみ掲載しています。

【午前】 10時～11時30分
【午後】 1時30分～3時

3日（木）午前 上山荘
3日（木）午後 小船越町公民館
4日（金）午前 長田みのり会館
11日（金）午後 小栗ふれあい会館
15日（火）午前 久山町公民館
18日（金）午後 西郷町公民館
22日（火）午後 本野ふれあい会館
23日（水）午後 おがたま会館
31日（木）午後 飯盛ふれあい会館
※上山荘は、入館料160円が必要です。

【若返り体操教室】

14日（月）午後 高来民館宇良分館
24日（木）午後 有喜ふれあい会館
25日（金）午後 たらみ図書館
問・申込
高齢介護課

健康

風しんの抗体検査・ 予防接種

これまで公的な風しん予防接種の機会がなく、抗体保有率が他の年代に比べて低い年代の男性に、抗体検査の無料券を送付しています。また、検査の結果、十分な量の抗体がない人には、無料で予防接種を行います。

●対象者

昭和37年4月2日～
昭和54年4月1日生まれ
の男性

●有効期限

3月31日（木）
※抗体検査の結果が「定期接種対象」の人で、予防接種が未接種の人は、お早めに接種してください。
※無料券の再交付を希望する人は、ご連絡ください。

健康福祉センター

☎27・0700

3月

「自殺対策強化月間」

自殺の多くは、さまざまな悩みや問題で「追い込まれた末の死」と言われています。市では、令和2年に15人の人が、自殺によって亡くなっています。

眠れない、食欲がない、口数が減ったなどの変化に気付いたら、声を掛け、安易に励ましたり責めたりせず、本人の気持ちに寄り添い話を聴くことが大切です。

また、抱えている問題を解決するために、早めに相談機関につなぎ、その後も温かく見守りましょう。

【自殺対策に関するパネル展】

3月3日（木）～8日（火）

●ところ
諫早図書館

3月9日（水）～15日（火）

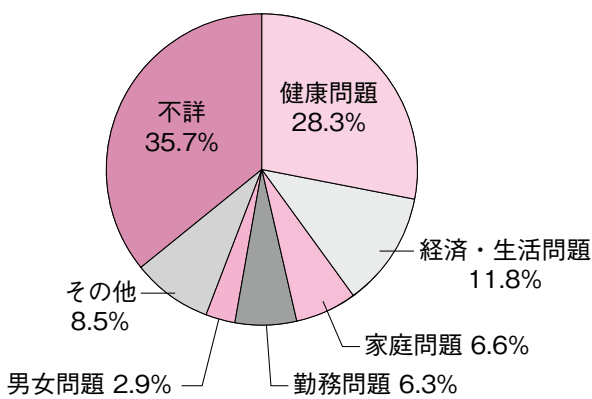
●ところ

たらみ図書館

健康福祉センター

☎27・0700

自殺の原因・動機
（平成23年～令和2年累計）



ISAHAYA
くらしの **情報**
Information

新型コロナウイルスワクチン接種（3回目接種）に関するご案内

追加接種（3回目接種）の接種券を順次発送してまいります。接種券が届き次第予約が可能です。

●予約先

＜**集団接種**＞
コールセンター、市公式ホームページ、市公式LINE

＜b>個別接種（医療機関）

医療機関へ直接
●転入してきた人へ
2回目接種後に転入した人は、接種券の発行手続きが必要です。2回目接種から6カ月経過した人で、接種券が届いていない人は、ご連絡ください。

●チャットボットを導入

ワクチン接種に対する質問に24時間対応できるように、AIを利用した

チャットボット（自動回答システム）を導入しました。市ホームページの新型コロナウイルスワクチン接種のページ右下のアイコンをクリックすると質問が入力できます。

※使用環境によって、一部の機種では、画面が表示されない場合があります。市公式LINEでは、接種状況などを随時配信しています。

問 ワクチン接種コールセンター
☎46・6500

市ホームページ



市公式LINE



募集

令和4年度諫早市奨学生

経済的理由により高校、大学などへの就学が困難な人を対象に、諫早市奨学生を募集します。他団体の奨学金との併願・併給もできます。

●対象

次の要件を全て満たす人
・経済的理由により高校、大学などへの就学が困難な人
・令和3年3月31日以前から市内に住所を有する人の子
・学業成績が良好で品行方正な人

●募集期間

3月1日(火)～5月2日(月)

●貸付額および期間

区分	貸付額(月額)	貸付期間
高等学校 高等専門学校 専修学校 (高等課程)	10,000円 または 20,000円	在学する各学校の正規の修業期間
専修学校 (専門課程) 短期大学 大学	10,000円 または 20,000円 または 30,000円	

●その他

・奨学生に該当しなくなつたときは、奨学生の決定を取り消します。
・休学したとき(留学など正当な理由がある場合に限る)は、貸付を一時停止します。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問・申込/教育総務課



●掲載記事の日程などが変更になる場合があります。

岡田甲子男記念奨学財団の奨学生

令和4年度奨学生を募集します。

●対象

大学や短大、専修学校などへの進学者で、奨学生としてふさわしい人物であり、保護者が県内に住所を有する人

●募集期間

2月21日(月)～4月25日(月)

●貸付額

①大学生・短大生・専修生 月額50,000円
②高専生(1～3年) 月額30,000円、(4～5年) 月額50,000円
問 公益財団法人岡田甲子男記念奨学財団
☎0956240011

3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

4日(金)【行政相談】 10時～15時
飯盛支所／10時～13時

8日(火)【登記相談】 10時～15時

9日(水)【法律相談】 13時～16時
※事前予約制・同一相談1回

11日(金)【行政相談】 10時～15時
高来・小長井支所／10時～13時

15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)

16日(水)【法律相談】 13時～16時
※事前予約制・同一相談1回

18日(金)【行政相談】 10時～15時

22日(火)【遺言契約等相談】 13時～16時

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

28日(月)【法律相談】 13時～16時
※事前予約制・同一相談1回

【消費生活相談・一般相談】

毎週月～金曜日(祝日・年末年始除く)

8時30分～17時

☎消費生活センター／☎22-3113

その他開催分

2日(水)【草花・樹木に関する相談】
9時～16時 市役所本館2階売店前
☎緑化公園課

9日(水)【草花・樹木に関する相談】
9時～16時
小長井支所1階産業建設課横
☎緑化公園課

11日(金)【認知症専門相談】
13時30分～15時
市役所別館4階第8会議室
※事前予約制
☎高齢介護課

16日(水)【草花・樹木に関する相談】
9時～16時 市役所本館2階売店前
☎緑化公園課

23日(水)【草花・樹木に関する相談】
9時～16時 市役所本館2階売店前
☎緑化公園課

30日(水)【草花・樹木に関する相談】
9時～16時 市役所本館2階売店前
☎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

長崎県央職業訓練校受講生

●コース名

【夜間】

建築設計科、木造建築科、CAD初級科、CAD中級科、CAD実践科、CAD建築設備科、はじめのパソコン教室、2級建築士短期特訓科、1級建築施工管理技士科、2級建築施工管理技士科

【昼間】

CAD初級科、はじめのパソコン教室

●募集期限／3月31日(木)

☎・申込

長崎県央職業訓練校
☎22・0036

体験農園利用者

【随時募集】

野菜を自分で育て、味わってみませんか?市内の体験農園では、新規利用者を募集します。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎農業振興課または多良見支所産業建設課



認知症サポーター養成講座 in 図書館

●とき

3月4日(金)

14時～15時30分

●ところ

森山図書館(映像ホール)

●定員

12人

※要予約。先着順

☎・申込

●森山図書館

☎35・2001

●高齢介護課

相談など

日本政策金融公庫
創業サポーターデスク
in 諫早市

●ところ

3月9日(水) 13時～16時

●内容

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

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)

●ところ

3月9日(水) 9時～17時

●ところ

3月24日(木) 9時～17時

たばな信用金庫本部

●ところ

諫早図書館2階

※要予約・相談無料

☎内容 販路開拓、経営改善など経営上の相談

☎長崎県よろず支援拠点

☎095・828・1462

野口彌太郎作品展

■ 3月19日(土)～4月3日(日) 場 美術・歴史館
 問 諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103

第45回記念ミモザ忌

本市にゆかりの深い洋画家・野口彌太郎をしのび、開催します。

■ 3月21日(月) 10時30分～
 場 美術・歴史館
 問 諫早市芸術文化連盟
 ☎22-1103



長崎市野口彌太郎記念美術館見学会

長崎開港450周年記念企画展を見学します。

■ 3月21日(月) 10時30分～16時30分頃
 定 30人(申し込み多数の場合は抽選)
 ■ 3月7日(月)必着 料 100円

〈申込方法〉

次のいずれかに「野口彌太郎記念美術館見学会」と記載の上、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、美術・歴史館まで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)

※ミモザ忌からの参加となります。

※昼食有り(昼食代は自己負担)、マイクロバス移動

問 諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103

移動図書館どんぐり号の 特別巡回希望団体募集

移動図書館どんぐり号は、年に3回、特別巡回を行っています。約4,000冊の図書を載せてご希望の場所に伺います。

■ 次の①～③すべて、またはいずれか

	巡回日	返却日
①	5月27日(金)	6月10日(金)
②	10月28日(金)	11月11日(金)
③	2月24日(金)	3月10日(金)

■ 3月18日(金)

※詳細は市立図書館ホームページをご覧ください。

問 諫早図書館 ☎23-4946



15周年記念

「ナイスハートバザールin諫早」

市内の障害者施設で作製した製品や農産物などの販売と共に記念イベントを開催します。

■ 3月5日(土) 10時～16時
 場 諫早駅交流広場 問 障害福祉課

第58回菜の花忌



本市出身で日本を代表する浪漫派の詩人・伊東静雄をしのび、開催します。

■ 3月27日(日) 13時～
 場 伊東静雄詩碑前(諫早公園)

※雨天時はL&Lホテルセンリュウで開催

問 諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103

第32回「伊東静雄賞」贈呈式

■ 3月27日(日) 14時30分～
 場 L&Lホテルセンリュウ

記念講演

講 田中俊廣氏(活水女子大学名誉教授)
 演題/戦後女性詩の出發

—石垣りんと茨木のり子を中心に—

問 諫早市芸術文化連盟 ☎22-1103

諫早吹奏楽団第68回定期演奏会

吹奏楽の数ある曲の中から、さまざまなジャンルの曲をお届けします。

■ 3月27日(日) 14時開演(13時30分開場)

場 諫早文化会館 料 400円

問 諫早吹奏楽団 有吉 ☎090-5475-9196

コスモス花宇宙館 ☎23-9003

▶押し花アート体験

春をイメージした押し花を、しおりやコースター、キーホルダーに仕上げます。

日 3月6日(日)

13時～14時、14時30分～15時30分

対 4歳以上

定 各10人 ※予約優先

料 しおり・コースター 200円、キーホルダー 500円

▶たのしい科学教室

約400年前にイタリアの科学者ガリレオ・ガリレイが行った、鉄の玉と木の玉を落とした実験を、坂道で缶などを転がして再現します。

日 3月12日(土) 10時30分～12時30分

対 小学生以上 ※親子の参加も可

定 10人 ※予約優先

日 3月10日(休) 対 筆記用具 料 500円

▶コスモスワークショップ

ロケットの基本的な飛び仕組みを、いろいろな実験を通して体感します。

日 3月19日(土) 13時～15時30分

対 小学5年以上

定 10人 ※予約優先

日 3月17日(休) 料 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。



美術・歴史館ボランティア 歴史ガイド募集

諫早の歴史を学びながら、美術・歴史館の運営をサポートしていただく人を募集します。

活動内容／展示資料の説明・郷土学習・史跡巡りなど運営補助

活動場所／美術・歴史館ほか

応募資格／18歳以上の美術・歴史館の運営に興味がある人

養成講座(全6回)をすべて受講できる人

応募期限／3月31日(休)必着

※詳細は美術・歴史館ホームページをご覧ください。

問 美術・歴史館 ☎24-6611



諫早図書館 ☎23-4946

▶映画上映会

「女優、母、そして樹木希林」(2019年 日本 71分)

日 3月16日(水) 14時～

場 諫早図書館2階 視聴覚ホール ※入場無料

定 先着30人

たらみ図書館 ☎43-4611

▶映画上映会

「永遠のニシパ～北海道と名付けた男 松浦武四郎」(2019年 日本 88分)

日 3月25日(金) 14時～

場 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

▶史跡見学(諫早の寺社・金泉寺)

金泉寺の護摩焚きに参加し、^{しめんたい}四面平などを巡ります。

日 3月26日(土) 8時30分～16時

場 美術・歴史館集合(現地へは公用バス利用)

定 19人 ※申し込み多数の場合は抽選

日 3月11日(金)必着 料 100円 ※昼食持参

▶歴史講座「江戸時代の災害Ⅴ」

飢餓による佐賀藩諫早領の被害と対策を学びます。

日 3月27日(日) 13時30分～15時

場 美術・歴史館 2階研修室

定 50人 日 3月11日(金)必着

〈申込方法〉

次のいずれかに、講座名、住所、氏名、電話番号を記入し、お申し込みください。

・はがき(〒854-0014 東小路町2-33)

・ファクス(24-6633)

・メール(bireki@city.isahaya.nagasaki.jp)

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
- 3月5日(土) 14時～ VSヴァンフォーレ甲府
- 3月12日(土) 14時～ VS大分トリニータ
- 3月26日(土) 14時～ VSツエーゲン金沢

※5日は市民招待。

場 トランスコスモススタジアム長崎

問 スポーツ振興課

西諫早公民館<<

13時30分～15時30分
 定員 成人 50人 日 3月14日(月)

本野公民館 ☎26-0270

▶自主学習グループ体験講座 「パソコン教室」

パソコン操作、簡単な文章入力や表計算を学びます。※見学のみも可
 日 3月8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火) 10時～12時
 場 本野ふれあい会館 定員 成人 各日5人 日 3月3日(木)

▶美文字講座 (全2回)

自分の名前や住所を綺麗に書くコツを学びます。
 日 3月8日(火)・15日(火) 10時～12時
 場 本野ふれあい会館 定員 成人 10人 日 3月4日(金) 料 150円

▶楽しい老活 (第2回)

老後に必要なお金について学びます。
 日 3月16日(水) 10時30分～12時
 場 本野ふれあい会館 定員 成人 20人 日 3月14日(月)

▶お楽しみ学級「ぜひ行きたい長崎の神社・仏閣そして教会」
 意外と知られていない地元の見どころを紹介します。

日 3月14日(月) 10時～12時
 場 本野ふれあい会館 定員 成人 20人 日 3月11日(金)

▶子育て応援講座

「あつまれ☆ママ」(託児付)
 発酵食品について学び、味噌とスイーツを作ります。
 日 3月22日(火) 10時～12時
 場 本野ふれあい会館 定員 子育て中の母親 9人 日 3月15日(火) 料 800円

▶春休み子ども料理教室

「自分でおやつ♪お菓子作り」
 美味しいクッキーを作ります。
 日 3月29日(火) 10時～12時
 場 本野ふれあい会館 定員 小学生 8人 日 3月15日(火) 料 700円

小栗公民館<<

▶図書ボランティア養成講座
 「新たな生きがい求めて！」
 図書ボランティアの人材育成のために視察研修を行います。
 日 3月10日(木) 9時～15時
 場 小栗ふれあい会館集合、遠藤周作文学館など(公用バス利用)
 定員 成人 10人 日 3月1日(火) 料 500円

小野公民館 ☎22-0264

▶プロに学ぶ! 知って納得
 「男性のための肌のお手入れ教室」
 肌トラブルの原因と対策を講話と実技で学びます。
 日 3月16日(水) 19時～21時
 場 小野ふれあい会館 定員 男性 10人 日 3月8日(火) 料 500円

▶ふるさと探訪
 桜並木や神社の参道を歩き、金毘羅山の史跡について学びます(片道3km)。
 日 3月22日(火) 10時～14時
 場 小野ふれあい会館集合 定員 成人 10人 日 3月15日(火) 料 保険料負担あり

有喜公民館 ☎28-3110

▶親子で学ぶ防犯講座
 町の駐在さんと楽しく防犯を学びます。
 日 3月10日(木) 10時～11時
 場 有喜ふれあい会館 定員 乳幼児とその保護者・成人 10組 日 3月7日(月)

▶公民館で元気になろう
 「音楽をもっと身近に！」
 鎮西学院大学ジャズアンサンブル部によるコンサートを楽しみます。
 日 3月23日(水) 10時～12時
 場 有喜ふれあい会館 定員 50人 日 3月7日(月)

西諫早公民館 ☎26-1531

▶春の音楽フェスティバル
 鎮西学院大学ジャズアンサンブル部によるコンサートを楽しみます。
 日 3月15日(火)

中央公民館 ☎23-1160

▶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。
 日 3月9日(水)・26日(土) 10時～15時30分
 ※受付は15時まで
 定員 成人 部品代負担有

▶スマートフォン教室 (全2回)
 LINEの安全な使い方やグループ作成など活用法を学びます。
 日 3月18日(金)・25日(金) 19時～21時
 定員 成人 20人 日 3月14日(月)

▶お家時間講座③「簡単筋トレ・ストレッチ」(全2回)
 引き締め効果のあるストレッチやスクワットのポイントを学びます。
 日 3月22日(火)・29日(火) 13時30分～15時30分
 定員 女性 20人 日 3月15日(火) 料 200円

▶国際理解講座①
 「本場中国家庭料理講座」
 八宝菜などの家庭で作れる中国料理を学びます。
 日 3月27日(日) 10時～11時30分
 定員 成人 10人 日 3月17日(木) 料 700円

▶国際理解講座②
 「バーチャルで旅する福建省」
 中国との文化交流の歴史などを学びます。
 日 3月27日(日) 13時30分～15時30分
 定員 成人 30人 日 3月22日(火) 料 500円

小栗公民館 ☎22-1533

▶春の手作り和菓子
 「おはぎとおつけもの」
 昔から伝わる保存食を学びます。
 日 3月9日(水) 9時30分～12時30分
 場 小栗ふれあい会館 定員 成人 12人 日 3月1日(火) 料 800円

高来公民館 ☎32-2111

▶竹崎街道 歴史・文化を楽しむウォーキング
竹崎街道（遠竹から竹崎宿）を歩きながら史跡を巡ります。
☎3月11日(金) 9時～12時30分
場高来公民館集合 対成人
定20人 ☎3月4日(金) 料100円

高来西公民館 ☎32-3126

▶楽しく体を動かす
有酸素運動とダンベルで筋トレをします。
☎3月7日(月)・22日(火)
14時～16時
場高来西ゆめ会館 対成人
定20人 ☎3月4日(金) 料100円

▶鎮西学院大学ジャズアンサンブル部 (WJE) コンサート
ジャズのスタンダードやポップスを楽しみます。
☎3月20日(日) 10時～12時
場高来西ゆめ会館
定50人 ☎3月11日(金)

▶とによん《十二・四》めぐり
「亥の公園」、「巳の公園」を散策して、神武天皇伝説、天岩戸伝説を楽しみます。
☎3月26日(土) 9時30分～15時
場高来西ゆめ会館集合 対成人
定20人 ☎3月18日(金)
料100円

小長井公民館 ☎34-2201

▶家庭教育講座
本場中国「福建省饅頭づくり」
中国菓子「点心」を作ります。
☎3月26日(土) 13時～15時30分
場小長井文化ホール
対小学生から中学生と、その保護者
定5組 ☎3月18日(金)
料1,000円

飯盛公民館 ☎48-0049

▶世界の料理（ロシア編）
温かいロシア料理「ボルシチ」と「ピロシキ」を楽しく作ります。
☎3月15日(火) 10時～12時
場飯盛ふれあい会館 対女性
定10人 ☎3月4日(金) 料800円

▶いいもり大学・閉講式
「楽しいレクリエーション」
椅子に座ってのジャンケンゲーム、音楽に合わせて体操など、楽しいひと時を過ごします。
☎3月24日(木) 10時～12時
場飯盛ふれあい会館
対成人、高齢者 定30人
☎3月15日(火)

▶子どもまつり
さまざまな国籍の人とゲームやクイズを楽しみながら、世界の国のことを学びます。
☎3月29日(火) 10時～12時
場飯盛ふれあい会館 対小学生
定40人 ☎3月15日(火)
料300円

▶楽しい春の演奏会
しっとりしたジャズ演奏や、「チェンバロ」の音色を楽しみます。
☎3月30日(水) 14時～16時
場飯盛ふれあい会館 対成人
定40人 ☎3月15日(火)

▶諫早探検隊（十二支公園編）
「午の公園」、「巳の公園」を散策して、平家や天岩戸伝説や、桜を楽しみます。
☎4月2日(土) 10時～12時30分
場飯盛ふれあい会館集合 対成人
定15人 ☎3月17日(木)
料100円

田結公民館 ☎49-1111

▶春の野草散策ウォーク
橘湾を望む田結の里を歩きながら、春の野草について学びます。
☎3月23日(水) 9時～12時
場田結公民館集合 対成人 定20人
☎3月16日(水) 料100円

本野公民館<<

▶桜満開！本野を散策
十二支公園「緑豊の里」、「諫江見渡しの丘」、富川溪谷を散策します。
☎3月30日(水) 10時～15時
場本野ふれあい会館集合
対親子・成人 定15人
☎3月15日(火) 料100円

多良見公民館 ☎43-0049

▶はじめてのスケートボード！
スケートボードを体験します。
☎3月12日(土)
9時30分～11時30分
場スポーツパークいさはや
(スケートボード場)
対小学生 定10人 ☎3月3日(木)
料200円

伊木力公民館 ☎44-1002

▶フルーツサンド作り教室
新鮮なフルーツと生クリームを使ったサンドイッチを作ります。
☎3月8日(火) 10時～12時
場多良見多目的研修館 対成人
定12人 ☎3月3日(木) 料1,000円

森山公民館 ☎36-1116

▶親子魚調理体験講座
長崎県産の新鮮な魚を使って、親子で魚さばきに挑戦します。
☎3月13日(日) 9時～12時
対小学4年生以上とその保護者
定8組 ☎3月2日(水)
料1組1,050円

▶「クップ」を楽しもう講座
ニュースポーツ「クップ」を体験します。
☎3月19日(土) 9時～12時
対小学生～成人（親子の参加可）
定30人 ☎3月9日(水) 料50円

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。



1
28

桜つつみの春支度

本明川沿いにある桜つつみで、諫早市造園建設業協会の皆さんと大久保市長が施肥ボランティア活動を行いました。桜つつみには、東西約1kmにわたり12種類の桜の木が、448本植わっています。満開に咲き誇る春が待ち遠しいですね。



1
31

子どもたちに学ぶ楽しさを

JICA青年海外協力隊として、アフリカで活動した本市出身の三浦広大さんが、市長へ帰国を報告しました。コロナ禍で思うように授業が行えない中、理科教育を通し、学ぶ楽しさを伝えるため尽力されたそうです。三浦さん、本当にお疲れさまでした。

いちご頂フェス!!

isahaya
itadaki 頂 Gourmet Project

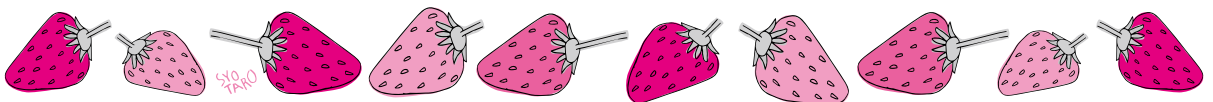
期間：2022.2/21日～3/21日まで

市内23店舗の「諫早いちごグルメ」を食べに行こう。

生産者と飲食店がタッグを組んだ
今しか食べられない「いちごグルメ」を楽しんでください!



☎ ISAHAYA 頂プロジェクト実行委員会 代表 陣野 ☎ 090-2857-4775
諫早市ビタミンプロジェクト採択実施事業



3月の健康・育児カレンダー

1	火		15	火	
2	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 ●乳児健康相談 すくすく広場(中央・北部・小栗) 13時~14時	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
3	木		17	木	★プレママ学級 すくすく広場 13時30分~15時 *要予約
4	金	●のんのこ21サーキット 高来会館 20時~21時30分	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
5	土	●市民ウォーキング(5~6kmのコース) 健康福祉センター 9時~11時30分 *雨天中止	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
6	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	20	日	
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 ●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	21	月	
8	火	●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時~11時30分 ●乳児健康相談 多良見体育センター(多良見・真津山) 13時~14時	22	火	●のんのこ体操 シーサイド2区公民館 10時~11時30分
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	23	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
10	木		24	木	◆子育て相談 すくすく広場 10時~12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
11	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	25	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
12	土	●市民ウォーキング(5~6kmのコース) 森山ふれあい公園 9時~11時30分 *雨天中止	26	土	
13	日		27	日	
14	月	●ニュースポーツ教室(バタンク) 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 ●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	28	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
			29	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
			31	木	

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

- のんのこ21サーキット/中程度の体力者向け(筋力運動・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

●乳児健康相談…健康福祉センター ☎27-0700
身体測定、相談(発達・離乳食・歯科など)
時間/13時~14時 対象/1歳未満児

●離乳食教室…健康福祉センター ☎27-0700
乳児期の食生活について個別相談
時間/13時15分~15時15分 対象/1歳未満児

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

▲介護相談…認知症の人と家族の会 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」…健康福祉センター ☎27-0700
対象者には前月に健診票を送付
内容/1歳6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】諫早市こども準夜診療センター(諫早総合病院)

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

広報クイズ

全問正解者の中から抽選で、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、3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。

- Q1 新聞・雑誌などは、〇〇〇ストックハウスへ
- Q2 〇〇選択制導入、モデル校は西諫早中学校
- Q3 国保の届け出は〇〇日以内に
- Q4 ワクチン接種に関する質問はAI〇〇〇〇ポットへ
- Q5 年3回特別巡回開催、移動図書館〇〇〇〇号

※前号の答え/①経済交流 ②20 ③空き家 ④リサイクル ⑤県知事 ※応募総数79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。



いさはやぐらむ フォトコンテスト 一般投票

「第1回諫早市公式Instagramフォトコンテスト」。2,847点の応募をいただきました！たくさんのご応募ありがとうございました。

このたび、審査員によって選出された入選23作品を対象に、Instagram上で一般投票を行い、「いいね！」の数でグランプリを決定します。皆さんのイチオシ作品への投票（いいね！）をお待ちしています。

投票者の中から、抽選で10人に「フルーツバス停マスキングテープ」をプレゼント！ぜひ、ご投票ください！



投票期限>>>3.10



STEP 1



2次元コードを読み、「いさはやぐらむフォトコンテストアカウント」を開く
@isahayagram_election

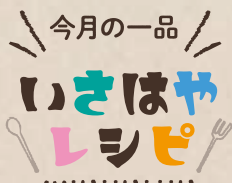


STEP 2

イチオシ作品を選び、「いいね！」をつける
(複数投票可)



抽選で10人に「フルーツバス停マスキングテープ」をプレゼント！



小長井育ち ゆりかごあさりの茶碗蒸し

～市役所食堂の地産地消レシピ～

諫早湾の海中に吊るしたカゴの中で養殖しているあさり。砂抜き不要。身入りが良く、甘みがあります。



〔材料/2人分〕

- ゆりかごあさり … 100g
- 日本酒 … 適量
- 水 … 適量
- 卵(M) … 1個
- 薄口醤油 … 10cc
- お好みの具材 … 適量

〔作り方〕

- 1 ゆりかごあさりを酒蒸しし、身を殻から取る。あさりの出汁は冷ます。
- 2 1の出汁に水を加え、150ccにする。溶き卵と薄口醤油を加え、目の細かいザルでこし、器に注ぐ。
- 3 蒸気がたまった蒸し器に2を入れ、器に濡れ布巾をかぶせて蒸し器の蓋をし、沸騰しない程度の火加減で11分蒸す。
- 4 3を一度取り出し、具材を入れ、再び1分蒸す。

Isahaya Recipe



防災行政無線

防災行政無線のスピーカー放送が聞き取りづらい!! そんな時は

フリーダイヤル 0120-419-009