広報 ながさき Nagasaki
市民と市政をつなぐコミュニケーション情報紙
2019
9
No.824

特集

イキイキ生活で人生を豊かに！

琴海中学校の生徒会の皆さんが、敬老の日を前に高齢者のかたへの感謝を込めたメッセージを持って、とびきりの笑顔で写ってくれました！

※視覚に障害のあるかたを対象に、CD(デイジー)版も発行。広報広聴課(☎829-1114)か長崎県視覚障害者情報センター(☎846-9021)へ。

2019年9月号　主な記事の内容

		ページ
特集	イキイキ生活で人生を豊かに！	3～7
	被爆地・長崎から平和への誓い新たに	8～9
お知らせ	10月から幼児教育・保育の無償化が始まります！	10～11
市政	「長崎大水害の記憶を次の世代に引き継ぐ」ほか	12
長崎市民	フォト！ホット！HOT！	13
市長コラム	田上市長のホッとトーク「がんばれ！スコットランド」	14
長崎市民	ながさきプチ旅行(中央卸売市場)	14
	長崎○○LOVERS・輝く働き人	15
	おたより・プレゼントクイズ	16～17
	お料理レシピ・汽笛が鳴る方へ	18
上手な暮らし塾	「リフォームトラブルにご注意」ほか	19
元気予報	「健康バンザイ!!がんばらんばキャンペーン」ほか	20～21
子育て広場	「就学援助制度」「入学制度説明会」ほか	22
お知らせワイド版	「アマランスフェスタ2019」「長崎市へ移住のススメ」ほか	23～27
ニュース宅配便	(福祉・健康)(被爆者援護)(講演・講座)(もよおし)(おしらせ)(大募集)	28～35
裏表紙	長崎居留地まつり	36
折り込み	「市議会だより」※外してお読みください	

救急・災害情報

休日・夜間当番医の案内
☎825-8199

災害情報
☎0180-999-001
(一部の回線からは利用できない場合があります)

防災行政無線情報
☎0180-999-002
(一部の回線からは利用できない場合があります)
災害情報や防災行政無線情報を携帯電話やパソコンのメールで受け取ることができます。
防災ガイドながさき　検索
メールの登録はこちら!

長崎市コールセンター あじさいコール
☎822-8888
※電話番号のおかけ間違いにご注意ください
※回線の都合で、おつなぎできない所属があります
よくある質問と回答は　長崎市FAQ　検索

市民生活の相談(相談日が土・日・祝休日の場合は事前に確認を)

市民相談
市民相談受付(市役所本館1階)☎829-1231
●**市政相談・一般相談**
月～金曜日 8:45～12:00 /13:00～17:30
●**交通事故相談**
月～金曜日 9:00～12:00 /13:00～16:00
●**弁護士無料法律相談** ※人数制限あり
月・火・木曜日(受け付けは11:30までに窓口で。順番は抽選。相談は午後)
●**国税相談** 毎月5日　●**登記相談** 火曜日
●**不動産相談**　金曜日(第5週は除く)
●**住宅リフォーム事前相談・マンション管理相談**
第2水曜日※国税・登記・不動産・住宅リフォーム事前相談・マンション管理相談の相談時間は、13:00～16:00(受付終了は15:40)

生活の困りごとの相談
月～金曜日 9:00～17:00
長崎市生活支援相談センター　☎828-0028

消費生活相談
10:00～17:00(月曜日休業。祝日の場合は直後の平日)
消費者センター　☎829-1234

こども総合相談
月～金曜日 8:45～17:30
子育て支援課　☎822-8573 ☎825-5624

アマランス相談
人権男女共同参画室(配偶者暴力相談支援センター)
☎826-4417　(※)は要予約
●**一般相談**　毎日10:00～12:00/13:00～16:00
●**夜間電話相談**　水曜日18:00～20:00
●**弁護士無料法律相談**(※)　金曜日13:00～16:00
●**心の健康相談**(※)9/19(木)、10/3(木)13:00～16:00

行政全般の相談
自治振興課…毎月第4水曜日　13:00～15:00
※その他の開設日時・場所は、長崎行政監視行政相談センター(☎849-1100)まで。

表紙の話

毎年7月に老人ホームへ暑中見舞いのはがきを直接届け、交流を続けている琴海中の生徒の皆さん。今年は撮影日がその日で、「感謝の気持ちと私たちの元気を届けてきます!」と、話してくれました。

ラジオ で 市政情報 を キャッチ しよう

局	周波数	曜日	時間
FM長崎	FM79.5MHz	月曜日	午前9時5分～(5分)
NBCラジオ	AM1233kHz	土曜日	午前10時25分～(5分)

今月の人口(令和元年8月1日現在)　人口412,155人(前月比 -179人)　[男]189,709(-41人)　[女]222,446(-138人)　世帯数187,209世帯(前月比 +5世帯)
平成27年国勢調査に基づく推計人口・世帯数を紹介しています。

－ 特集 －

イキイキ生活で 人生を豊かに！

平均寿命は延び続け、「人生１００年時代」に突入していると言われるこの時代。長崎市でも約３人に１人が65歳以上で、長い人生をいかに楽しく過ごすかが、とても大切です。

今回は、年齢を重ねても生きがいややりがいを見つけ、チャレンジし続けている皆さんを、インタビューしました。

【問い合わせ】
高齢者すこやか支援課
（☎829・1146）

趣味でイキイキ

清國 光保（きよくに てるやす）さん（89歳）

なにごとにも常に前向きに

幼い頃から常に音楽に触れる環境にあったという、清國光保さんは、自然と楽器を演奏することが趣味に。

その中でもハーモニカに関しては、ご自身で楽譜を作れるほどの腕前の持ち主で、聞いたことがある楽曲であれば、譜面を見ずに演奏することもできるそうです。

そんな光保さんですが、3年ほど前に体調を崩してからは、ハーモニカを演奏することが難しくなりました。しかし光保さんは、「ハーモニカができなくなって悲しいとはあまり考えなかったですね。ずっと新しいことを始めたいと思っていたので、すぐに思い立ち、ピアニカを始めました。」と笑顔で話してくれました。現在は体調面を気遣いながら、月に2回、音楽教室に通ってジャズピアニカを習っています。お子さんの恭子さん（上写真の右側）は、「習い始めてから、あっという間に鍵盤に慣れたみたいです。教室に行くたびにいつも新しい曲を習って帰ってくるんですよ。」と話します。上達が早い光保さんは、ミニコンサートを開催するという夢があるそうです。

光保さんに毎日をイキイキと暮らす秘訣を尋ねると、「なんでも〝面白がる〟こと」と話します。「体調を崩したときも、あまり病気の心配はなかったんです。それよりいったいどんな治療方法があるのだろうか、と気になりだして、インターネットを使い、たくさん勉強しました。」とタブレットを手際良く操作してみせてくれました。

常に前向きに物事を捉えること、何事にも疑問を持ち探求心を忘れないこと。光保さんは普段当たり前のようでなかなかできないことを、年齢を重ねても実践し続けて、毎日を〝面白がって〟過ごします。

地域の行事でイキイキ

藤原　義美（よしみ）さん（78歳）

200年の伝統を伝え続けたい

太田尾地区には江戸時代から伝わる伝統行事があります。市の無形民俗文化財に指定されている「太田尾地蔵まつり飾りそうめん」。紙と木でできた枠に金と銀の紙を1枚貼って作る人形に、そうめんを丁寧に編み込んでいきます。

10年前から編み込みを始めたと話す藤原義美さんは、「今でも上手には編みきらん」とにこやかに話します。作業場はそうめんが乾かないように気密化されており、7～8人がかりで約2時間かけて1体の人形を製作。そうめんの編み方は古くから伝わり、今は藤原さんが周りの地域のかたに教えています。

今年で78歳の藤原さん。健康の秘訣はなんですかと聞くと「お酒」と笑って答えます。お酒の種類はなんでもよく「みんなと一緒に飲むお酒が好き。この行事みたいにみんなでワイワイ言いながら、楽しむのがよかよね。」と言います。

飾りそうめんをつくる時も、みんなで一緒に飲みながら昼ごはんを食べる時も、夕方、地蔵堂に奉納する時も、明るく元気に伝統文化を次の世代に伝える藤原さんの周りには、地域の皆さんが笑顔で集まってきます。

～太田尾・飯香浦町　地蔵まつり飾りそうめん～

市の無形民俗文化財に指定されている、太田尾・飯香浦町の地蔵まつり飾りそうめん。200年以上の歴史があり、代々伝わる独特の手法でそうめんを編み込み、地蔵堂に奉納します。

元気の秘訣はみんなと会話すること

老人会の光寿会で会長を務める山下敏巳さん。現役時代は40年以上造船所に勤め、その頃から日本民踊を始め、現在は日本民踊研究会長崎県支部長を務めます。民踊歴が50年をこえる敏巳さんは、週に1回地域のかたに師範として踊りを指導し、地域のイベントでは定期的に踊りの披露をし続けています。

西北地区の高齢者ふれあいサロン「夢サロン」にも参加し、地域の皆さんと仲良く、週1回交流しています。またこのサロンの立ち上げにも携わっていて、「皆がつながることで人も地域も元気になると思ったんです」と、設立当時を振り返ります。

また、民踊やサロンには奥様のサワヱさんも一緒に参加しており、高齢者ふれあいサロンサポーターというボランティアとして活動しています。そんなお二人は今年で90歳。サロンでは最年長の夫婦です。

山下さんご夫妻は長生きの秘訣を「いろんな場に出向いて沢山の人と会話をしたり、体

交流してイキイキ

山下　敏巳さん（90歳）
サワヱさん（90歳）

を動かしたりすることでしょうね。夫婦で一緒に参加することで、家庭での会話が尽きることがないんですよ。買い物に行くのにもできるだけ歩き、遠回りすることもあるんです。」と話してくれました。

とにかく人との会話を楽しんでいる敏巳さんの周りには、自然と皆が集まります。「この年になってもサロンや老人会を通じて新しい友人ができることが幸せで、生きがいのひとつなんです。」と嬉しそうに話してくれました。老人会やサロンのメンバーとはつながりも深くなり、ちょっとした身の回りの変化にも気づきやすくなったと山下さんご夫婦は言います。今後は、「集まりの中で、仲良くなった仲間同士で支え合えることができると、健康で楽しく過ごしていけるきっかけになると思うんです。こういったつながりができる場がどんどん増えていくように、少しでも力になれれば。」と、答えてくれました。

これから始める イキイキライフ！

高齢者ふれあいサロン

おおむね65歳以上のかたが、レクリエーションや体操、おしゃべりなどを通して交流を深めます。地域の身近な場所で、気軽に集える場を提供し、親睦・触れ合いなどを通して、心身の健康や生きがいづくり、仲間づくり、地域づくりをめざす活動をしています。現在、市内では60カ所の高齢者ふれあいサロンが開設されています。

シルバー人材センター

60歳以上のかたで、培ってきた経験や技能を生かし、働くことを通して生きがいづくりや社会参加をしたいと思っているかたの会員組織です。詳しくは、シルバー人材センター（☎842-9500）へ。

高齢者いきいきカード

市内にお住まいの60歳以上のかたに、最寄りの地域センターで交付します。グラバー園、原爆資料館、出島、ペンギン水族館などに無料で入場できます！

老人クラブ

現在、市内では293クラブ、約16,000人のかたが、仲間づくり、健康づくり、地域奉仕活動などで、生きがいのある毎日を送っています。その他、各地域の老人クラブ単位でもいろいろな行事を行っています。詳しくは、長崎市老人クラブ連合会（☎827-6060）へ。

【問い合わせ】高齢者すこやか支援課（☎829-1146）

人生をより豊かなものにするため

いろんな分野で、楽しく今を過ごす3組のかたを紹介しました。

豊かでイキイキとした人生を送っている皆さん。それぞれのかたに共通するのは、興味や関心、行動力をもって何かにチャレンジをしているということ。そしてそこからたくさんの人との会話や交流が生まれ、やりがいや生きがいにも繋がり、次へのチャレンジに繋がっています。

「人生100年時代」を、より長い間、楽しく健康に過ごすためには、心も体も自立し健康的に生活できる寿命〝健康寿命〟を延ばしていくことが大切です。

「交流」や「会話」、「楽しむこと」は、これからさらに進んでいく超高齢社会をイキイキと健康に過ごしていく、ヒントになっているのではないでしょうか。今、興味や関心があることに一歩踏み出し、チャレンジすることが、人生を豊かにするきっかけになるかもしれません。

被爆地・長崎から 平和への誓い新たに

8月9日、被爆者や遺族のほか、安倍首相ら政府関係者、世界各国の代表など約5,900人が参列し、被爆74周年長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典を平和公園で行いました。

（長崎平和宣言より。被爆者の詩の部分）

幾千の人の手足がふきとび
腸わたが流れ出て
人の体にうじ虫がわいた
息ある者は肉親をさがしもとめて
死がいを見つけ そして焼いた
人間を焼く煙が立ちのぼり
罪なき人の血が流れて浦上川を赤くそめた
ケロイドだけを残してやっと戦争が終わった
だけど……
父も母ももういない
兄も妹ももどってはこない
人は忘れやすく弱いものだから
あやまちをくり返すだけど……
このことだけは忘れてはならない
このことだけはくり返してはならない
どんなことがあっても……

田上市長が全世界に向けて、長崎平和宣言を読み上げました。
平和宣言では、被爆者のかたの詩を引用し、被爆の惨状と被爆者の切なる思いを訴えました。また、核兵器を巡る危機感を訴え、「平和のためにできることはたくさんあります」「核兵器はいらない、と声を上げましょう」などと市民社会に向けて強く呼び掛けました。

（長崎平和宣言の骨子）

- 被爆者の詩を用いた、被爆の惨状と被爆者の訴え
- 核兵器を巡る世界情勢への危機感の表明
- 核兵器のない世界の実現に向け、市民社会が世界を動かしてきた実績の紹介、および市民社会の力の重要性の指摘
- 市民社会へ、自分たちにできることはたくさんあるとのメッセージ
- 各国首脳などへ被爆地訪問の呼び掛け
- 核保有国に対し、核不拡散条約（NPT）で課せられた義務（核軍縮）の履行要請
- 日本政府に対し、核兵器禁止条約への署名、批准の要請、「北東アジア非核兵器地帯」の検討要請、および日本国憲法の平和理念堅持の訴え
- 日本政府への被爆者援護充実および被爆体験者救済の要請、原爆犠牲者への追悼および核兵器廃絶への決意表明

長崎平和宣言全文

「平和への誓い」を読み上げた被爆者代表の山脇佳朗さん。自らの被爆体験や核兵器廃絶への思いを述べ、最後は60歳を過ぎて学んだ英語で「この世界から核兵器を廃絶し、長崎を最後の被爆地とするために皆さんの力を貸してください（和訳）」と締めくくりました

“平和を”自分ができることで。
－次の時代へつなぐ平和関連行事－

市内では、“見る”“聴く”“作る”“感じる”など、さまざまな形での平和行事が行われました。参加者は自分にできることや、興味があることを通じて、被爆の実相に触れたり、平和を希求したりしました。

北海道から沖縄まで、35 自治体・約 400 人の青少年が集まり、長崎の若者たちと平和を考える青少年ピースフォーラム。長崎から全国に平和の輪を広げました

「被爆体験を語り継ぐ 永遠（とわ）の会」の朗読に多くのかたが耳を傾けました

９組の「おやこ記者」が被爆者や式典参列国の大使を取材し記事をまとめました

原爆で多くの児童を亡くした山里小学校では８月９日に平和祈念集会を実施

原爆資料館では来場者が展示や平和案内人の説明を熱心に見聞きしました

８月８日の「平和の灯」では、約 3,000 本の光のキャンドルに灯がともされ、参加者が祈りを捧げました

式典を支えた若い力

式典には多くの若者たちが参加し、それぞれの役割を通じて、被爆者の冥福を祈り、恒久平和を願いました。

式典の進行を務めた長崎東高校の水野さん（左）と、里さん（右）

城山小学校の児童合唱「子らのみ魂よ」。5・6 年生 51 人の歌声が会場を包みました

青少年ピースボランティアが配る飲料水やおしぼりで参列者は涼をとりました

今年も純心女子高校の合唱「千羽鶴」で式典を締めくくりました

10月から幼児教育・保育の無償化が始まります！

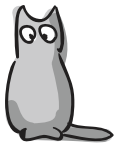
5月の改正子ども・子育て支援法の成立に伴い、子育ての経済的な負担軽減を図るため、
10月から保育所・幼稚園などの無償化
が始まります。
イーカオとニャンと一緒に、新しい仕組みを詳しく見ていきましょう！

ニャン
いつもイーカオと一緒にいる猫

イーカオ
長崎市の子育て応援キャラクター

何が無償化されるの～？

幼稚園、保育所、認定こども園 などの利用料が無償化されるにゃ。



他にも…
幼稚園の預かり保育や認可外保育施設、一時預かり事業、病児保育、ベビーシッター、ファミリー・サポート・センターが対象です。

※全額が無償ではなく、**上限額が定められている利用料もあります。**
※無償化の対象外となる費用（左枠）は、別途支払う必要があります。
※副食費（おかず・おやつ代）は無償化の対象外ですが、年収360万円未満相当世帯の子どもまたは第3子以降の子どもについては、免除されます。

対象外

- 給食費（主食費・副食費）
- 送迎バス代
- 各種行事にかかる費用
- 保育所の延長保育料など
- 教材費

誰が対象なのぉ～？

3歳から5歳までの全ての子ども が対象だにゃ。

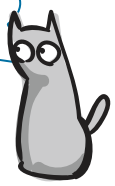
幼稚園、保育所、認定こども園などを利用する**3歳から5歳までの全ての子ども**たちです。
保育所と認定こども園（保育）の無償化の期間は満3歳になった後の4月1日から小学校入学までの3年間です。ただし、幼稚園と認定こども園（教育）については入園可能な満３歳から対象です。
また、**住民税非課税世帯では、0歳から2歳までの子ども**も対象になります。

【問い合わせ】
幼児課（☎829・1142）

必要な手続きは？

詳しい手続きなどは子育て応援情報ホームページ「イーカオ」でチェック！

教育時間後の預かり保育や認可外保育施設などの利用者は、**「保育の必要性」の認定**が必要だにゃ。



ただし、認可保育所、認定こども園、施設型給付幼稚園の利用者は手続き不要です。
「保育の必要性」… 保護者の就労、疾病、障害などにより家庭内保育ができない状況にある世帯
※通園しているかたには、別途案内があります。

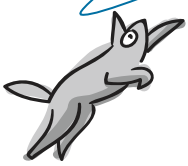
どっちに通ってる～？
自分の子どもをあてはめて確認してみよう～

保育所、認定こども園（保育）、認可外保育施設などに通ってる人はこっちにゃ。

	認可保育所 認定こども園（保育部分）	認可外保育施設など
3～5歳児 (4/1時点の年齢)	○	● (37,000円/月)
0～2歳児 (4/1時点の年齢) 住民税非課税世帯	○	● (42,000円/月)

○は無償
●は無償だが、別途保育の必要性の認定が必要
カッコ内は助成上限額

幼稚園、認定こども園（教育）に通ってる人はこっちにゃ。



	認定こども園（教育部分） 施設型給付幼稚園		私学助成幼稚園	
	教育部分	預かり保育	教育部分	預かり保育
3～5歳児 (4/1時点の年齢)	○	● (11,300円/月)	○ (25,700円/月)	● (11,300円/月)
満3歳児（※1）	○	×（※2）	○ (25,700円/月)	×（※2）
満3歳児（※1） 住民税非課税世帯	○	● (16,300円/月)	○ (25,700円/月)	● (16,300円/月)

※ 1…3歳になった日から最初の3月31日までにある子ども
※ 2…無償化の対象ではありませんが、別途長崎市の独自補助（月額3,000円まで）を受けられます。

長崎市独自の取り組み

市では、認可保育所・認定こども園・施設型給付幼稚園の副食費の免除において、第3子として数える際に、第1子にあたる最年長の子の年齢制限を無くす範囲を、世帯年収360万円未満相当から年収470万円未満相当まで拡大します。

市政 あれこれ

新たなにぎわいを生み出す MICE施設を建設します

令和3年11月の開業を目指しています

人口減少が進む中、国際会議や学会などの開催による交流人口の拡大と地域経済の活性化を目指し、JR長崎駅の西側に整備される交流拠点施設。

この交流拠点施設のうち、コンベンションホールなどからなるMICE施設の起工式を、8月2日に行いました。市長は「さまざまな会議の誘致や受け入れには産学官の連携が不可欠。引き続き一体となって取り組んでいきたい」と決意を述べました。

■問い合わせ　交流拠点施設整備室(☎829-1267)

NPT核軍縮委員会議長が 長崎を訪問しました

被爆地長崎・広島を初めて訪れました

来年の核不拡散条約(NPT)再検討会議で、核軍縮に関する委員会の議長を務めるマレーシアのサイエド国連大使が、7月11日に長崎市を訪問しました。サイエド氏は爆心地公園で献花した後、原爆資料館の視察や被爆体験講話の聴講を通して、被爆の実相に触れました。

今回の訪問によって、「核軍縮、核廃絶に取り組む決意がさらに深まった」と語りました。

■問い合わせ　平和推進課(☎844-9923)

婦人防火クラブが 内閣総理大臣表彰を受賞

2団体の46年にわたる活動が評価されました

地域住民などへの火災予防に対する啓発や消火器の取り扱い訓練などを通して、地域の防火防災活動に取り組んでいる婦人防火クラブ。

安全功労者内閣総理大臣表彰(団体)を受賞した愛宕地区婦人防火クラブと安全功労者総務大臣表彰(団体)を受賞した星取町婦人防火クラブの2団体が、7月17日に市長を表敬訪問し、受賞の報告やこれまでの活動を報告しました。

■問い合わせ　予防課(☎822-0425)

長崎大水害の記憶を 次の世代に引き継ぐ

市内21カ所で展示を行いました

1982年7月23日に発生し、県内で多くの犠牲者を出した長崎大水害。災害の記憶を継承するため、7月に市役所や地域センターなどで、当時の惨状を伝える写真パネルの展示を行いました。

市立図書館では、被害が大きかった伊良林地区の写真や災害時に発表される警戒レベルを紹介したパネルなどを展示。来館した多くのかたが足を止め、災害への備えの大切さを実感していました。

■問い合わせ　防災危機管理室(☎822-0480)

開催されたイベントや講座などを写真で紹介!!

ウォト!ホット!HOT!

7/27(土)～28(日) 長崎夏の風物詩 ～ペーロン×花火～

長崎港周辺で「長崎ペーロン選手権大会」と「ながさきみなとまつり」を開催。ペーロン選手権大会では、日ごろの練習の成果を出しきろうと選手たちが熱戦を繰り広げました。また、みなとまつりでは、出店やステージイベントを楽しむ子どもたちの姿も。夜は2日間で合計1万発の花火が音楽とともに夜空を彩りました。

7/20(土)～8/24(土) 夏の高島で海を満喫

コバルトブルーの海に白い砂浜、パラソルが並ぶ高島海水浴場で期間中の土曜日に「UMIBOUZ IN 高島」が開催されました。ステージから叫ぶ大声選手権では元気いっぱいの子どもたちに会場は大盛り上がり。ほかにも氷カーリングやビーチサンダル飛ばしなどがあり、来場者はたくさんの夏の思い出を作りました。

7/20(土)～9/30(月) 君もグラバー博士に!

小学生を対象にしたグラバー園の謎解きイベント「サマーキッズグラバー園」。冊子を読みながら園内を散策し、グラバー園に関する謎を解き明かします。訪れた子どもたちは、暑さも忘れ夢中で答えを探し、最後は認定スタンプをゲット。イベントは9月30日まで開催中。楽しく学んであなたもグラバー博士になりませんか。

今月のテーマ
がんばれ！スコットランド

田上市長のホッとトーク
～自らの思いを皆さんに語るコラム～

ラグビーワールドカップは、オリンピック、サッカーワールドカップと並んで、「世界三大スポーツイベント」と呼ばれます。その世界的なイベントが、9月20日から11月2日まで、アジアで初めて、日本で開催されます。

ポスターに書かれているキャッチコピーは「4年に一度じゃない。一生に一度だ。」

ラグビーファンでなくても、〝世界〟を近くに感じることができる貴重な機会です。一生に一度の共有体験を、みんなで楽しみたいと思います。

＊　＊　＊

ご存じのかたが多いと思いますが、このラグビーワールドカップに出場するスコットランドチームが9月10日に長崎にやって来てキャンプをしてくれることになっています。

4年前のイングランド大会の際に、「日本大会のときは長崎でキャンプを」とスコットランドチームにお願いをしました。すると、「グラバーさんのご縁ですね。分かりました。長崎でキャンプをしましょう」と即答してくれました。あまりにも返事が早すぎて、「ありがとうございます。でも返事は、練習会場や施設を確認してからにしてください」とこちらからお願いするほど、好意的な対応でした。

そして、その通りに数カ月後にはトップメンバーが長崎を視察に訪れ、「施設はパーフェクトです」という、うれしい答えをもらいました。そして、全国の中でも圧倒的に早い一番乗りでキャンプ地が決まったのです。

それから4年。長崎に何度も足を運んでくれ、子どもたちのためのラグビー教室を開いたり、市立の全小中学校にラグビーボールをプレゼントしてくれたり、中学生のラグビーチームが相互に訪問して試合をしたりして、長崎とスコットランドラグビー協会は交流を深めてきました。「すべては子どもたちのために」という長崎県ラグビーフットボール協会が掲げたスローガンの通りの交流を実践してきたのです。

この4年間の交流を通して、私が強く感じているのは、スコットランドの皆さんの素朴で信頼できる人柄です。きっとグラバーさんも持っていたスコットランド人の気風だと思います。だからこそグラバーさんは幕末の志士たちから熱い信頼を得たのではないでしょうか。そんな気がします。

＊　＊　＊

もしあなたが遠い国で開かれるワールドカップに参加する選手だとしたら、その国の人たちに応援の声を掛けられたらどうでしょうか。きっととてもうれしい気持ちになると思います。

実はスコットランドと日本は予選リーグで同じ組。10月13日には日本対スコットランドの試合があります。日本を応援する気持ちは当然ですが、長崎だけは、スコットランドも応援しましょう！

がんばれニッポン！　がんばれスコットランド！

もし選手たちを街で見かけたら声を掛けてください。合言葉は「ナガサキ、ヨカバイ！」です。それはきっとグラバーさんが残してくれた友情の種を未来に向けて育てることになるでしょう。

世界レベルのプレーを間近で見るチャンス。みんなで応援しましょう！

出かけて見る・知るまちのオススメスポット
ながさきプチ旅行

新鮮な野菜と果物
中央卸売市場

中央卸売市場には、長崎県産の農産物をはじめ、国内外からさまざまな青果物が集まります。

皆さんにとってはあまり馴染みのない場所かもしれませんが、毎月第二土曜日の「にぎわい市場デー」では、市場を一般開放しているんです。青果物販売のプロから選び方のコツを聞いて、新鮮な野菜や果物をお得に買うことができますよ。また、せりを体験できる「野菜・果物ミニせり」には多くのかたが参加し、毎回大盛況。

ほかにもグループを対象とした市場施設見学や出前講座も随時開催中。日ごろの生活に欠かせない野菜や果物。家庭に届くまでの流れを学んでみるのはいかがですか。

長崎人がそれぞれの“スキ”を発信!!

長崎島ぐらしLOVERS

今月のLOVERS　貞方 房枝 さん

長崎には、夜景やおくんち、ちゃんぽん、カステラなど魅力がいっぱいです。そこで始まったプロジェクトが「長崎○○ラバーズ」。市民一人ひとりが自分の“スキ”を発信し、長崎を盛り上げていく取り組みです。
今回は、伊王島で生まれ育ち、現在は商店を営む貞方さんに長崎の“スキ”をインタビューしました。

Q1. なぜ長崎“島ぐらし”ラバーズなんですか?

生まれた時から“島ぐらし”だったので最初は特別“島”を意識していませんでした。就職し市街地で７年ほど暮らし、結婚を機にまた伊王島での暮らしを始めました。子どもを産んで子育てをこの島でできてよかったなと感じた時“島ぐらし”の魅力に気づいたんです。

Q 2.「島ぐらし」の魅力は?

なんといっても透き通るきれいな海に囲まれ、自然豊かなところです。子どもたちが小さい頃は家族みんなで海や灯台に行き、のびのびと遊ぶことができました。伊王島は700 人弱の人が暮らす島。玄関を一歩出ればみんな顔見知りです。島民は温かく、地域の連携がしっかりしているので子どもや高齢者の見守りはバッチリなんですよ!

また、伊王島大橋ができてから商店をはじめ、今は島民の憩いの場にもなっています。みんなが集まり世間話に花を咲かせているんです。毎日来る観光客のかたと触れ合うのも楽しみのひとつですね。皆さん伊王島の海はきれいだね～と言ってくれるのでとても誇らしいです。伊王島にはきれいな場所がたくさんあるんですよ。

Q 3. オススメの場所は?

まずは伊王島大橋を渡るときを楽しんでほしいです。きれいな海が両側に広がり普段は味わえない景色を味わえます。それと、馬込教会から見る景色は最高です。晴れた日に広がる空と海も素敵だし、夕日が沈む様子もぜひ見てほしいですね。

あなたもLOVERSになろう!詳しくは公式サイトをチェック
フェイスブック @nagasakilovers
インスタグラム @nagasakilovers
ホームページ 長崎LOVERS

働き盛りの長崎人をクローズアップ!!

輝く働き人

株式会社 インテックス　三浦 聡司 さん

商業印刷・出版をはじめ、企画・デザインや Web 制作など広告に関わる仕事を行っています。
今回は入社６年目、今後の活躍が期待される生産部の三浦さんを紹介します。

Q1. この会社に就職した理由は?

趣味が読書なので、本に携わる仕事をしたいと思っていました。社内見学を通して、この会社が地域の出版物を多く扱っていることや、地域に密着した会社だと知り、仕事を通して地元長崎に貢献したいと考えたからです。

Q2. どのような仕事をしていますか?

印刷物を折丁にし、綴じて本にする製本加工を行っています。製本加工は、製品の仕上がりにつながる本づくりの最終の工程なので、やりがいと責任を感じながら業務にあたっています。

Q3. やりがいはどんなところですか?

数万部の製本を1日で仕上げることもあり、常に高い品質と迅速な作業が求められます。
やりがいを感じるのは、製品が完成したときや仕上がりを発注者のかたに満足してもらえたときです。自分が携わった本を書店で見つけたときは、思わず手に取ってしまいますね。

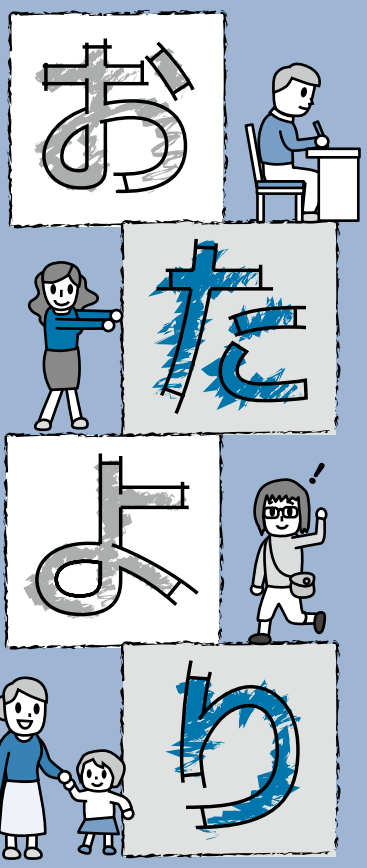
Q4. 今後の目標は?

今は自分も後輩を指導する立場になったので、身に着けた技術を引き継ぐことはもちろん、自分自身も技術を高めていきたいです。これまで製本の業務に携わってきましたが、他の工程も幅広く学び、作業の効率化や品質の向上につなげていきたいです。

Q5. これから社会人になる人へのメッセージを!

仕事をする上で、人とのコミュニケーションがとても重要だと思います。本を一冊作る際も、さまざまな工程があり、多くの人と協力して完成させます。皆さんには、ぜひいろいろな人と触れ合い、コミュニケーション能力を磨いてほしいです。

「長崎キラリ☆カンパニー」
長崎のキラリ輝く地元企業を、長崎ケーブルメディアの「なんでんカフェ」の放送でも紹介しています。



このコーナーに掲載する皆さんからのご意見を募集しています。

広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見をプレゼントクイズのコーナーにお寄せください。

掲載させていただいたかたには、図書カードをプレゼントします。

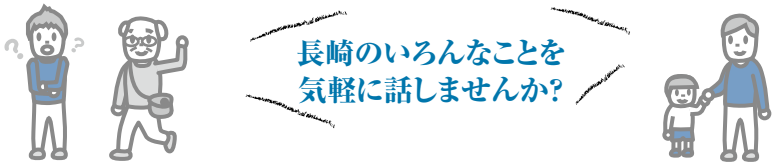
※お便りは、広報ながさきや市ホームページでの紹介、プレゼントの発送に利用します。

広報広聴課へ届くご意見・ご感想などを紹介！

ちょこっとおたより

いよいよラグビーワールドカップの開幕ですね。9月10日から長崎市で行われるスコットランド代表のキャンプ。そして、10月13日の日本代表対スコットランド代表のパブリックビューイング。どちらもとても楽しみにしています。

（神ノ島町3丁目　40代のかた）



長崎のいろんなことを気軽に話しませんか？

■**全ての飲食店に消火器を設置**

飲食店に消火器の設置が義務化されるそうですね。事故を防ぐための大切な取り組みだと思います。

（平間町　60代のかた）

平成28年12月に新潟県糸魚川市で発生した飲食店火災は、大型コンロの消し忘れが原因で、隣接する建物147棟が焼損する大規模な火災になりました。

このような火災を未然に防ぐため、10月から全ての飲食店などに、原則として消火器の設置が義務化されます。

●今回新たに消火器の設置が必要になる飲食店などは？

延べ面積が150㎡未満で、火気取り扱い設備（コンロや七輪など）があり、防火上有効な措置がなされていないものが新たに対象となります。

（延べ面積150㎡以上の飲食店は、すでに設置が義務化されています）

●「防火上有効な措置」とは？

調理油過熱防止装置や自動消火装置、危険な状態の発生を防いだり、火災などが発生した時も被害を軽減したりするような安全機能がある装置（例えば、圧力感知安全装置など）が設置されている状態です。

●いつから義務化されるの？

令和元年10月1日からです。

●消火器が設置されていないとどうなるの？

一年以下の懲役または100万円以下の罰金となる場合があります。

●消火器の点検は必要なの？

消火器を設置した場合、建物の関係者が半年ごとに点検し、1年に1回、消防署への報告が必要です。

また、消防庁の消火器点検アプリで点検することもできます。

●消防職員が確認にうかがいます

現在、消防職員が対象施設を調査していますので、ご協力をお願いします。

また、消防職員が消火器などの訪問販売をすることはありませんので、不適正販売や不適正な点検には十分ご注意ください。

詳しくは最寄りの消防署（中央消防署 ☎820・0119／北消防署☎848・0119／南消防署☎879・

今月のプレゼント

お店 霧氷酒造　商品 焼酎「九州魂（くすだま）」720ml2本セット

「選（え）りすぐりの特産品はいかがですか？」長崎市ブランド振興会の会員が推奨するご覧の商品を今月は、

10名様

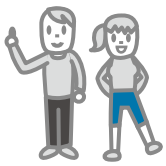
にプレゼント!!

長崎市唯一の酒造場である霧氷酒造から、2017年より3年連続優秀味覚賞三ツ星を受賞し2019年クリスタル賞を受賞した「九州魂（麦）」、2019年初出品にて二ツ星を受賞した「九州魂（紫芋）」をお届けします。おいしい地酒を堪能ください。

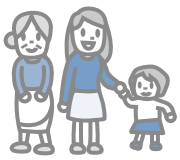
問 神浦夏井町391（☎0959-24-1234）

霧氷酒造　検索

蔵開き 10/12（土）・13（日）
神浦さんぽみちも同時開催！



さまざまなご意見をお待ちしています。



6119)へお尋ねください。
(予防課 ☎822・0429)

■大切なペットの飼い方

愛くるしい猫が私を癒やしてくれます。ペットは私たちの大切な家族です。飼い方を守って動物も暮らしやすいまちにしたいですね。
(鶴見台1丁目　60代のかた)

毎年9月20日から26日までは、動物愛護週間です。皆さんの周りにも犬や猫などのペットが日ごろの生活を癒やしてくれる… というかたもいるのでは？ 飼い主にとって、ペットは大切な存在ですよね。だけど、飼い方によっては、周りの人に迷惑を掛けている場合もあるかもしれません。

ペットとして飼う犬も猫も、鳴き声やふん尿などが原因で、ご近所トラブルの原因になるケースがあるので、目の届く範囲でしっかりと飼うようにしてくださいね。特に猫は必ず室内で飼いましょう。

また、飼い主不明のいわゆる〝野良猫〟への無責任な餌やりは、ふん尿被害を招いたり、野良猫を増やす原因になったりします。飼う気もなくえさを与えないようにしてください。

■ながさき動物愛護フェスタ

ペットの飼い方を学んだり、動物たちと触れ合ったりする催しです。かわいい猫の譲渡会や、獣医師による犬や猫の相談コーナー、犬猫の写真展、チャリティーバザー、スタンプラリーなど、イベント盛りだくさんです。楽しみながら動物のことや飼育のことを考えませんか。

日時　9月22日(日)正午～午後4時
場所　出島ワーフ横三角広場
(動物管理センター☎844・2961)

■長崎市パートナーシップ宣誓制度

いろいろな都市で、性的少数者(LGBT)の取り組みが進んでいますね。長崎市はどうですか？
(矢上町　20代のかた)

どのような性的指向や性自認であっても、ありのままの姿で社会の一員として認められるよう、性の多様性に起因する社会生活上の支障を軽減し、性の多様性が尊重される社会を構築するため、パートナーシップ宣誓制度を導入します。

要件を満たす20歳以上の性的少数者のカップルに対し、お互いがパートナーシップ関係であることを宣誓した事実の証明書を発行します。

制度施行日　令和元年9月2日
対象　一方または双方が性的少数者のカップル
要件　①～⑤の全てを満たすかた同士のカップル ①20歳以上 ②長崎市に住民登録がある(転入予定含む) ③独身 ④パートナーシップ宣誓をするかた以外とパートナー関係でない ⑤パートナーシップ宣誓をするかた同士が直系血族または三親等内の傍系血族もしくは直系婚姻の関係でない
必要書類　2人の住民票の写し(転入予定のかたは予定住所が分かるもの)、独身証明書または戸籍謄本(外国籍のかたは婚姻要件具備証明書およびその訳文)、本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、在留カードなど)、通称名の使用を希望するかたは、日常生活で通称名を使用していることが分かる書類
申込方法　人権男女共同参画室(魚の町5－1 市民会館7階)で手続きしてください。
その他　申し込みは事前の予約が必要です。
(人権男女共同参画室 ☎826・0026)

今月のクイズ

問　題

9月10日からはじまる清水崑展示館の企画展は？ (ヒントは、23ページ)

答え　長崎○○○歳時記

応募方法・応募先

①○○○に入る答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見などを必ず書いて、はがきかホームページで応募してください。
抽選で右欄のプレゼントを差し上げます。
締め切りは9月30日(月)消印有効です。
たくさんのご応募をお待ちしています。

【はがき】〒850-8685
長崎市「広報ながさき」プレゼント係
【市ホームページ】トップページ「市民参加」の「プレゼントクイズ」

発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
プレゼントは、広報広聴課から発送予定です。
お便りは、広報ながさきや市ホームページで紹介させていただく場合があります。

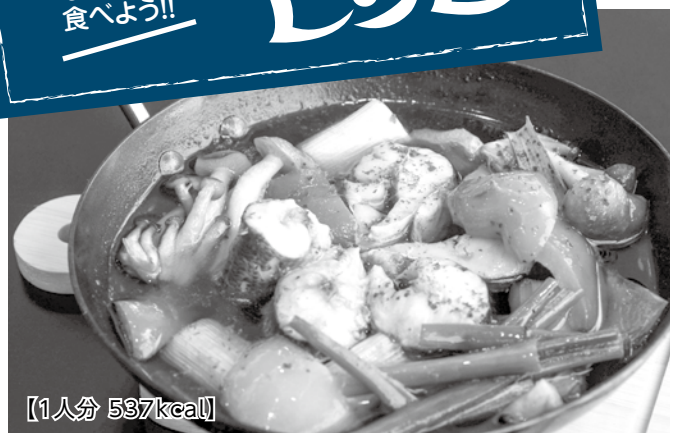
【8月号の答え】
・・・・
ラグビー
※7月号には223通のお便りをいただきました。ありがとうございました。

家族で話そう、一緒に食べよう
毎月19日は『食卓の日』

made in ながさきを食べよう!!

お料理レシピ

カマスのアヒージョ


【1人分 537kcal】

カマスは9月～11月が、脂がのって美味しい季節。サンマより一足早く秋の訪れを教えてくれます。
今回は、伊王島にある民宿「唐船江」の店主、小峰雅司さんに、カマスを使った簡単レシピを教えていただきました。

●●●●● 材料(2人前) ●●●●●

◎カマス…100g
◎黄パプリカ…30g
◎しめじ…30g
◎おろしニンニク…少々
◎パセリ…少々
◎赤パプリカ…30g
◎白ネギ…30g
◎オリーブオイル…120ml
◎塩…少々

ワンポイントアドバイス
アヒージョはさまざまな食材と相性抜群!
旬の野菜をいろいろ使ってみましょう!

◎作り方

1. 鍋に、ぶつ切りにしたカマス、乱切りにした赤パプリカ、黄パプリカ、白ネギ、一口大にした、しめじを入れる。
2. 具材が全て浸かるように、オリーブオイルを入れる。
3. おろしニンニク、塩を入れ、弱火で10分火にかける。
4. 具材全体に火が通ったら、パセリを振りかけて完成!

長崎市では、魚のまち長崎応援女子会と協力して「美味しい魚のレシピ」を作成しています。
短時間で簡単にできるレシピなので、ぜひご覧になってください。

〈問い合わせ〉◎水産農林政策課 食の推進係 ☎820-6562 市ホームページやツイッターでも、長崎のおいしい情報を発信中!

港まち・長崎を訪れるクルーズ客船に会いに行こう。

汽笛が鳴る方へ

ちょこっと外国語講座

クルーズ客船の入港日、まちなかにはたくさんの外国人観光客が。簡単なあいさつなどを英語・中国語・韓国語で紹介します!

音声でも聞けます

今回は、**「長崎でキャンプをするラグビースコットランド代表を一緒に応援しましょう。」**という言葉です。

英語
Let's cheer for the Scottish Rugby Team holding a camp in Nagasaki.
(レッツ チア フォ ザ スコッティッシュ ラグビー チーム ホルディング エイ キャンプ イン ナガサキ)

中国語
让我们一起为来长崎集训的苏格兰橄榄球队加油吧。
(ランウォメンイーチーウイ ライチャンチージーセン ダ ス ガ ランガンランチューダィ ジャユーバ)

韓国語
나가사키에서 전지훈련을 하는 스코틀랜드 럭비 국가 대표팀을 함께 응원합시다.
(ナガサキエソ チョンジフルリョヌル ハヌン スコトゥルレンドゥ ログビ クッカ デーピョティムル ハムケ ウンウォンハプシダ)

⚓ 寄港予定スケジュール(9月)

※日時など変更になる場合があります。最新情報などはお尋ねください。
※岸壁の「松」…松が枝国際観光船ふ頭

船　名	寄港予定日時	岸壁	トン数
マースダム	1日(日)　8:00～23:00	松	55,575
スペクトラム・オブ・ザ・シーズ	3日(火)　7:00～15:30	松	169,379
チャイニーズ・タイシャン	5日(木)　9:00～19:00	松	24,427
エクスプローラー・ドリーム	6日(金) 10:00～20:00	松	75,338
コスタ・セレーナ	8日(日) 15:00～22:00	松	114,261
MSCスプレンディダ	9日(月)　8:00～19:00	松	137,936
ファンタム・オブ・ザ・シーズ	10日(火) 10:00～19:00	松	168,666
アザマラ・クエスト	11日(水) 13:30～19:00	松	30,277

船　名	寄港予定日時	岸壁	トン数
コスタ・セレーナ	12日(木)　8:00～18:00	松	114,261
バイキング・オリオン	15日(日)　8:00～18:00	松	47,861
コスタ・セレーナ	20日(金)　8:00～20:00	松	114,261
ダイヤモンド・プリンセス	21日(土)　8:00～17:00	松	115,906
スペクトラム・オブ・ザ・シーズ	24日(火)　7:00～15:30	松	169,379
コスタ・ベネチア	25日(水)　8:00～20:00	松	135,225
ファンタム・オブ・ザ・シーズ	28日(土)　7:00～16:00	松	168,666
スペクトラム・オブ・ザ・シーズ	29日(日)　7:00～18:00	松	169,379

〈問い合わせ〉◎観光推進課 ☎829-1314 クルーズ客船情報 ホームページ「クルーズながさき」で検索!

暮らしに役立つ確かな情報をお知らせ

上手な暮らし塾

自治会

地域を元気に！あなたの町の自治会 ～水の浦地区連合自治会～

今回は、高齢者の楽しい交流の場として高齢者ふれあいサロン「レインボーブリッジ」を開催している水の浦地区連合自治会の岩永和男会長にお話を伺いました。

―始めたきっかけは？

水の浦地区は高齢化率が高く、坂が多い場所なので、高齢者が孤立しやすいと感じていました。そのため、介護に頼らない元気な生活や、人と触れ合い、楽しく暮らすことができる「くつろぎ」の場を作りたいと考えました。

そこで長崎市社会福祉協議会に「高齢者ふれあいサロン」の活動を紹介してもらい、「レインボーブリッジ」と名付け、水の浦地区に合わせた形で3年前から始めました。

―どのような活動ですか？

月に一度、講師を招いて高齢者の生活に役立つ講話を聞いたり、みんなで軽い運動やカラオケを楽しんだりしています。毎回参加者は20人ほどですが、多いときには、40人ほど集まります。

―始めてよかったと思うことは？

皆さんがとても楽しみにされていることです。6年前まで行っていた昼食会だけの集まりでは、来る人もまばらで、途中で帰るかたもいました。講話を行うようになってからは、皆さん講師の話を楽しみに参加しています。講話後も自身の健康や身の回りのことなど、話に花が咲きます。

―今後どのような活動をしたい？

毎年1月のサロンは、会食も兼ねて行っていますが、とても人気があるので、今後は他の月にも実施したいですね。

＊　＊　＊

水の浦地区連合自治会は、10月には球技大会も主催。また、坂道での移動に役立つ移送機器「水鳥号」の利用管理をしています。

このように、自治会は地域のために多くの取り組みを行っています。あなたも、地域の一員として活動に参加してみませんか。

■問い合わせ
自治振興課（☎829・1134）

消費者

リフォームトラブルにご注意 ～契約は急がず慌てず慎重に～

【相談内容】

Aさんは、近所で工事をしているという業者から、「お宅も屋根瓦の無料点検をしませんか？先日の台風で瓦がずれている住宅が多いんですよ」と声を掛けられ、点検をお願いしました。

すると、「取り合えず瓦の仮留めはしましたけど、そのまま放っておくと、家全体がダメになりますよ。今なら安い金額で工事できますよ」と勧められ、その場で100万円の工事契約をしてしまいました。

後になってよく考えると、高額なので断りたいのですが、無料で点検してもらって瓦も仮留めもしてもらっているので、もう断ることはできないのでしょうか。

【アドバイス】

リフォーム業者が突然家を訪ねてきて工事の勧誘をしてくることがありますが、リフォーム工事の契約は費用が高額なため、被害が大きくなりやすい傾向にあります。そのため、すぐに契約をするのではなく、いくつかの業者から見積もりを取ったり、業者が実際に工事した家を下見するなどして慎重に話を進めましょう。

今回のように訪問販売で契約した場合は、法定書面を受け取った日を含む8日以内であればクーリング・オフ（無条件解除）ができます。受け取った契約書類に、業者名・代金などの法で定められた事項が記載されていない場合は、クーリング・オフの期間が開始していないと考えられ、工事が完了していてもクーリング・オフが可能です。

また、業者の説明が事実と違ったり、訪問時に契約を断っても帰らなかったりするなど、勧誘に問題があるときは、クーリング・オフの期間を過ぎても取り消しができる場合があります。なお、これは請負契約なので、一部負担が必要になるかもしれませんが中途解約も可能です。疑問を感じたらすぐに消費者センターにご相談を。

■問い合わせ
消費者センター（☎829・1234）

対＝対象　日＝日時　期＝期日・期間　時＝時間　曜＝曜日
所＝場所　内＝内容　テ＝テーマ　定＝定員　費＝参加費・受講料
持＝持ってくるもの　申＝申し込み　他＝その他　問＝問い合わせ

元気予報

健康バンザイ!!がんばらんばキャンペーン

国民健康保険課☎829・1225
健康づくり課☎829・1154

血管推定年齢測定やお口の健康相談などができます。日9月22日（日）午前11時～午後4時　所ベルナード観光通り　他骨髄バンクドナー登録会（対18～54歳の健康なかた）も同時開催。

◆大腸がん検診　対40歳以上の市民で、今年4月以降、市の大腸がん検診を受けていないかた　時午前11時～11時45分、午後1時～3時45分　費300円。検便容器を配布し、後日回収。持健康保険証などの身分証明書　申不要

肺年齢測定と禁煙の相談会

健康づくり課☎829・1154

たばこが健康に与える影響や禁煙方法などを紹介します。日9月15日（日）午前10時～正午　所アマランス　費無料　申不要　他肺年齢測定は40歳以上の市民

マダニ・蚊による感染症に注意

地域保健課☎829・1153

ウイルスを持った蚊にかまれると、発熱や発疹、関節の痛みなどの症状が出ることがあります。また、ウイルスを持ったマダニにかまれると発熱や嘔吐、下痢などといった症状が出ることがあります。草むらに入るときなどは、長袖・長ズボンを着用したり、防虫スプレーを使用したりしましょう。

9月10日～16日は自殺予防週間

地域保健課☎829・1153

死にたいと思うほどの苦しい思いや深い悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。問精神保健福祉相談室（☎829・1311）

◆ゲートキーパー養成講座　自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人を出前講座で養成します。申利用申請書を長崎市広報広聴課（〒850-8685 桜町2-22）へ郵送か FAX（829・1115）で。申（期限）開催希望日の3週間前まで。

9月24日～30日は結核予防週間

地域保健課☎829・1153

結核は「せき」などで空気感染します。長崎県の罹患率（2017年）は、全国で2番目でした。せきや微熱などが2週間以上続く場合は、早めに病院を受診しましょう。また、症状がないことも多いので、年に1度は、胸部レントゲン検査を受けましょう。

健康ミニ情報

認知症の人と家族の会（あじさい会）つどい

9/24（火）13:00～15:00、もりまちハートセンターで。家庭介護の悩みなどの電話相談は随時受け付け。参加無料。直接会場へ。
問認知症の人と家族の会（☎845-2180）

今月の講座・教室

いずれも参加無料。下の問い合わせ先に電話でお申し込みを。詳しくは事前にお尋ねください。

講座名		対象	期日	時間	場所	期限	問
初めてのノルディックウォーキング教室		20歳以上の市民	10/19(土) 10/26(土)	10:00～12:00 10:00～12:00	もりまちハートセンター	10/15(火)	①
お手軽ウォーキング(4.5km)		20歳以上の市民	10/ 2(水)	10:00～12:00	被爆地長崎平和祈りコース 市営陸上競技場入口集合	9/30(月)	①
ヘルスアップひがし		20歳以上の市民	9/26(木)	13:30～15:30	東部地区にこにこセンター	事前に	②
難病医療講演(相談)会 「皮膚筋炎/多発性筋炎、全身性強皮症」		患者と家族	9/28(土)	14:00～16:00	県勤労福祉会館	9/18(水)	③
ひきこもりの家族学習会 「成年後見制度、障害年金について」		6カ月以上ひきこもり状態のかたの家族	9/18(水)	14:00～16:00	市役所別館地下1階 衛生教育室	事前に	④
こころの健康相談		心理相談を希望するかた(家族も可)	9/19(木)	9:00～10:00 10:00～11:00 11:00～12:00	市役所別館地下1階 精神保健福祉相談室	事前に	④
難病ふれあいひろば 「療養生活を過ごしやすくするために」		患者と家族	9/26(木)	14:00～16:00	市立図書館多目的ホール	事前に	③
生活習慣病予防教室		20歳以上の市民	9/24(火)	13:30～15:30	南部市民センター	9/20(金)	⑤
精神疾患についてやさしく学ぶ	総合失調症	市民	10/ 3(木)	14:00～15:30	市立図書館多目的ホール	9/27(金)	④
	うつ病		10/10(木)	14:00～15:30			
	ひきこもり		10/17(木)	14:00～15:30			
	大人の発達障害		10/24(木)	14:00～15:30			
問い合わせ		①あじさいコール(☎822-8888) ②地域福祉課(東)(☎813-9001) ③健康づくり課(☎829-1154) ④精神保健福祉相談室(☎829-1311) ⑤地域福祉課(南)(☎892-1113)					

9月の健康テレフォンサービス

☎ 0120-555-203（フリーダイヤル、携帯電話は利用不可）
☎ 826-5511（携帯電話からも利用可）祝日・休日は前日のテープが流れます

月… 心筋梗塞にならないために / 火… 気胸 / 水… 任意接種ワクチンの重要性 / 木… AGA（男性型脱毛症）について / 金… もの忘れの薬を飲むようになってから、なんだか、怒りっぽくなったみたい / 土・日… 子宮筋腫の症状と保存的治療　問県保険医協会（☎ 825-3829）

出張健診・検診

持ち物や費用など詳しくはあじさいコール（☎822-8888）へ。持健康保険証（特定健診は国民健康保険証と受診券）　申不要。※●の胃がん検診は地域福祉課（南）（☎892-1113）へ申し込みが必要。他クーポン券をお持ちのかたは、特定健診の会場で風しんの抗体検査を無料で受診できます。※胃がん検診は前日午後9時以降の飲食・喫煙は不可。

日時		場所	特定健診	健康診査	がん検診						歯科健診
					肺	大腸	胃	子宮頸	乳	前立腺	
9/12（木）	9:00～11:00	伊王島開発総合センター	○	○	○	○	○	—	—	○	—
	13:00～14:00		○	○	○	○	—	—	—	○	—
9/13（金）	9:30～11:00	黒崎地区公民館	—	—	—	—	—	○	○	—	—
	13:30～15:00	外海ふるさと交流センター	—	—	—	—	—	○	○	—	—
9/19（木）	9:00～11:00	香焼公民館	○	○	○	○	○	—	—	○	—
	13:00～14:30		○	○	○	○	—	—	—	○	—
9/21（土）	9:00～11:00	長崎ワシントンホテル	○	○	○	○	—	—	—	○	○
9/24（火）	9:30～11:00	椿が丘自治公民館	○	○	○	○	—	—	—	○	—
	13:30～15:00	岳路自治公民館	○	○	○	○	—	—	—	○	—
9/25（水）	9:30～11:00	川原地区公民館	○	○	○	○	—	—	—	○	—
	13:30～15:00										
9/26（木）	9:30～11:00	蚊焼地区公民館	○	○	○	○	●	—	—	○	—
	13:30～15:00		○	○	○	○	—	—	—	○	—
9/30（月）	9:30～11:00	総合地域施設（宮崎町）	○	○	○	○	●	—	—	○	—
	13:30～15:00	三和木場自治公民館	○	○	○	○	—	—	—	○	—
10/1（火）	9:30～11:00	為石地区公民館	○	○	○	○	●	—	—	○	—
	13:30～15:00		○	○	○	○	—	—	—	○	—
10/2（水）	9:30～11:00	晴海台地区ふれあいセンター	○	○	○	○	●	—	—	○	—
	13:30～15:00		○	○	○	○	—	—	—	○	—
10/3（木）	9:30～11:00	北公民館（チトセピア3階）	○	○	—	○	—	—	—	○	○
	13:30～15:00										
10/4（金）	9:30～11:00	西公民館	○	○	—	—	—	—	—	○	—
	13:30～14:30										
10/5（土）	10:00～11:30	メルカつきまち　5階	○	○	—	—	—	—	—	○	—
	13:30～15:00										
10/8（火）	9:30～11:00	健康づくりセンター（布巻町）	○	○	○	○	●	—	—	○	—
	13:30～15:00		○	○	○	○	—	—	—	○	—
10/10（木）	9:30～11:00	ダイヤランドふれあいセンター	○	○	○	○	—	—	—	○	○
	13:30～14:30		○	○	—	—	—	—	—	○	—

元気がいちばんたい！健康長崎市民21

定期的にがん検診を受けていますか

ワンポイントアドバイス

保健師
坂口　みさと

がんは、早期に発見できれば早期治療につながり、治る可能性が高くなります。

1個のがん細胞が発生して、検診で見つけられる1cmの大きさになるまでに10～20年かかると言われています。しかし、その1cmの腫瘍が2cmになるのには1～2年しかかかりません。一度大きくなると成長・増殖のスピードが速くなります。

つまり、検診を受ける期間が長く空いてしまうと、その間にがん細胞が大きくなっているということがあり得ます。そのため、検診を定期的に受けることを習慣にしましょう。

詳しくは、市ホームページや広報ながさき4月号の折り込みをご覧ください。

ご自身のため、ご家族のため、ぜひ「がん検診」を受けましょう！

健康づくり課（☎829-1154）

子育て広場 “スマイル”

母子健康手帳の休日交付窓口
こども健康課☎829・1255

仕事などの都合で、平日に母子健康手帳を取得できない妊婦を対象に休日窓口を開設。日9月29日(日)午前9時～正午　所こども健康課

むし歯予防教室
口腔保健支援センター☎829・1436

むし歯にならないために何を気をつければいいか一緒に学びましょう。対生後7カ月～1歳4カ月未満のお子さんと保護者　日9月26日(木)午前10時～11時30分　所江平地区ふれあいセンター　内むし歯予防の話と口の手入れの仕方(実習)　定20組　費無料　持母子健康手帳　申9月24日(火)までに電話で。

のびのび子育て講座
子育て支援課☎829・1270

参加者でテーマを決めて、子育ての悩みを話し合います。対1歳～就学前のお子さんの保護者 ※今回初めて受講されるかた　期10月23日(水)・30日(水)、11月6日(水)・13日(水)・20日(水)・25日(月) ※全6回　時午前10時～正午　所市民会館　定14人　費500円 ※茶菓代を第1回目に集めます。申はがきに住所、氏名、電話番号、託児希望のかたは子どもの名前(ふりがな)・年齢(○歳○カ月)・アレルギーの有無を書いて、長崎市子育て支援課(〒850－8685　桜町2－22)へ。電話か㏋(829・1275)でも可。申(期限)10月9日(水)　他受講決定者は、10月16日(水)午前10時～午後2時に開講場所で事前顔合わせを実施。

市立認定こども園・幼稚園園児募集
幼児課☎829・1142

対教育利用の3～5歳児　所①認定こども園長崎幼稚園(魚の町)　②高島幼稚園　申10月1日(火)から各園で配布する願書を11月1日(金)～11日(月)に各園へ提出。他(入園説明会)①10月16日(水)　②来年1月17日(金)の午前10時～11時　他①は保育利用の0～5歳児、②は2歳児受け入れ保育児も別途募集します。

就学援助制度
教育委員会総務課☎829・1191

市内の小・中学校に在学するお子さんがいる家庭で、学用品費や給食費などのお支払いで経済的にお困りの場合は援助を受けることができます。対次のいずれかに該当する世帯 ①市民税非課税 ②国民年金保険料免除 ③児童扶養手当受給 ④世帯の収入が少なく援助が必要と認められる世帯など　他学校に申し出を。

新小学1年生の就学時健康診断
健康教育課☎829・1197

就学対象者へ、10月上旬に「就学時健康診断通知書」を送付します。日時・場所などは同通知書で確認ください。対平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ

入学制度説明会
学校教育課☎829・1196

対新小学1年生…10月中旬から始まる就学時健康診断時に説明。／新中学1年生…在籍している小学校から9月中に説明会の日程の連絡。他私立小学校から市立中学校へ進学を希望される場合は、お尋ねを。

「まかせて会員」養成研修
子育て支援課☎829・1270

日①10月29日(火)午前9時50分～午後3時40分 ②10月30日(水)午前9時30分～11時30分 ③10月31日(木)午前10時～午後3時50分 ④11月1日(金)午前10時～午後0時30分 ※全4回　所市社会福祉会館　費無料　申10月21日(月)までに市社会福祉協議会(☎829・6244)か市保育会(☎829・7714)へ電話で。

親子の心の相談
子育て支援課☎829・1270

お子さんへの関わり方で悩む保護者の相談に専門医などが応じます。日小児科相談…9月18日(水)午後2時～5時／精神保健相談…10月10日(木)午後2時～4時　所子育て支援課　費無料　申事前に電話で。

今月の講座・教室

・申し込みは期限までに電話で。
・申し込み多数の場合は抽選。
・当日は母子健康手帳を持参。

あじさいコール ☎822-8888

講座名	対象	期日	時間	場所	定員	期限	その他
卒乳教室	1歳以上のお子さんを母乳で育てている母親	9/19(木)	14:00～15:30	市役所別館地下1階機能回復訓練室	20人	9/16(祝)	自然卒乳と断乳、卒乳期の食生活
妊婦の料理教室	妊娠34週未満の妊婦やパートナー	9/26(木)	13:00～15:30	上長崎地区ふれあいセンター	10人	9/24(火)	エプロン、三角巾、手ふき用タオル
両親学級	第1子妊娠中(34週未満)の妊婦とパートナー	9/29(日)	9:45～11:30	アマランス	20組	9/20(金)	筆記用具
ツインズ教室	3歳未満の双子・三つ子の保護者、妊娠中のかた	10/3(木)	10:00～11:30	市役所別館地下1階機能回復訓練室	―	9/30(月)	おやこ遊び、交流会など
離乳食教室	4～9カ月のお子さんがいる保護者	10/8(火)	13:00～15:00	東部地区にこにこセンター	15人	10/1(火)	エプロン、三角巾、手ふき用タオル

対=対象　日=日時　期=期日・期間　時=時間　曜=曜日　所=場所　内=内容　テ=テーマ　講=講師
定=定員　費=参加費・受講料　持=持ってくるもの　抽=抽選　申=申し込み　選=選考　他=その他　問=問い合わせ

知る・見る・体験するから始めよう

長崎の歴史や文化を楽しむ催し

清水崑展示館企画展「長崎かっぱ歳時記」

風刺性・文学性豊かな政治漫画や、かっぱの絵で有名な長崎市出身の漫画家・清水崑。今回の企画展では、長崎くんちやペーロン、精霊流しなど、四季折々の長崎の催しとかっぱを描いた作品を展示します。
期9月10日(火)～来年3月29日(日)※月曜日は休館。ただし、祝日の場合は開館。
時午前9時～午後5時
所清水崑展示館(中の茶屋)
費大人100円、小・中学生50円

オランダ万才

長崎郷土芸能大会

長崎市には長崎くんちのほか、浮立や獅子舞などの郷土芸能が数多くあり、大切に保存・継承されています。今年の長崎郷土芸能大会には、5団体が出演し、郷土芸能を披露します。
日9月29日(日)午後1時～4時
※開場は午前11時30分から
所市民体育館(市民会館内)　費無料
他当日の午前10時30分から出演団体によるパレードを行います(雨天中止)。
(コース)崇福寺前～浜市アーケード～ベルナード観光通り～アルコア中通り～市民会館

地区	団体
東長崎地区	矢上平野浮立保存会
式見地区	相川町月の輪太鼓保存会
野母崎地区	長崎半島樺島ハイヤ節保存会
東長崎地区	中尾獅子浮立と唐子踊保存会
西浦上地区	滑石竜踊保存会

ながさき歴史の学校

「はじめてだけど、長崎の歴史を学んでみたい」「長崎の歴史を友人や観光客に紹介したい」というかたも、楽しみながら分かりやすく学べる講座です。勉強の秋、長崎がもっと好きになりますよ。

転入者 Welcome 講座

長崎初心者のかたにぴったりの講座です。期下表のとおり(全5回) 時午前10時～正午(5回目は午後1時まで) 所市民会館ほか　定20人　費1,500円(入館料などは別途2,500円程度) 他長崎市に転入しておおむね5年以内のかたを優先。

期日	テーマ
10月　3日(木)	ようこそ長崎市へ
10月17日(木)	「れきぶん」に行こう
11月　5日(火)	長崎のまちをさるこう(1)
11月21日(木)	長崎のまちをさるこう(2)
12月　5日(木)	長崎の郷土料理に挑戦！

和華蘭コース

江戸時代を中心に、海外との関わりが色濃く残る長崎を学びます。期下表のとおり(全6回) 時午後6時30分～8時　所市民会館　定50人　費1,800円

期日	テーマ
10月15日(火)	長崎の地名、町名
10月29日(火)	長崎の開港
11月　5日(火)	長崎くんちからみた長崎①
11月19日(火)	長崎くんちからみた長崎②
12月　3日(火)	唐蘭貿易
12月17日(火)	長崎の居留地

対市内にお住まいか、通勤・通学しているかた
申はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、講座名を書いて、長崎市文化財課(〒850-0874 魚の町5-1)へ。ファクス(829-1219)かホームページでも可。
申(期限) 9月19日(木)

●問い合わせ●
文化財課
☎ 829-1193

学びと交流の場

アマランスフェスタ2019

10月5日（土）

いずれも、所アマランス　費無料　他託児（1歳～就学前）希望は、9月25日(水)までに申し込みを。
※「申必要」となっているものは、10月4日（金）までに電話か窓口、市ホームページで。

講座

「平和は教育から」を考えるワークショップ
時午前10時～ 11時　定20人　申必要

世界中の中華街から社会を見つめて
～異文化との共生と長崎～
時午後1時30分～ 3時30分　定40人　申必要

男性諸君！なぜ妻が不機嫌になるのか
～お悩み解決のヒントを探してみませんか～
対男性　時午前10時30分～正午　定20人　申必要

ながさき発 #me too, #with you
セクシュアル・ハラスメントなどの被害告白がなぜ日本で広がらないのか、背景を考えます。時午後1時30分～ 3時30分　定20人　申不要

今こそ学ぼう！大切な「自分」を守る親子Happyワークショップ
家族の関わり方を考えます。対子どもと保護者　時午前10時～ 11時30分　定30人　申必要

その他

困ったら一人で悩まず総務省の行政相談
時午後1時～ 3時　申不要

長崎の女性団体によるバザー
時午前10時～正午　申不要

はあと屋による出店
時午前10時～午後4時30分　申不要

体験

DVをやめたい男性が変わるためのプログラム体験入門
対高校生以上　時午後1時～ 2時30分　定10人　申不要

知って得する健康コーナー！
時午後1時～ 4時30分　申不要

パパもママも遊び上手になろう！
家族で楽しめるアイデアゲームを体験できます。対3歳以上の子どもと保護者　時①午前11時30分～午後0時30分 ②午後1時30分～2時30分　定各20人　申必要

お手軽ウォーキング
時午後1時30分～3時30分　申あじさいコール（☎822- 8888）へ電話で。

ノルディックウォーキング
時午後1時30分～3時30分　申あじさいコール（☎822- 8888）へ電話で。

展示

私の気持ちをTシャツに
暴力被害を受けた「私」の気持ちを描いたTシャツを展示します。

イコール・ペイ・デイ
男女の賃金格差を見える化！
男女の賃金格差の現実を知ってもらい、解消するためにどうしたらいいかを展示します。

リケジョ必見の講演など同時開催

Let's be a STEM Girl!!～地域から未来の理工系女子を～
対小学校高学年～高校の女子児童・生徒と保護者　時午後1時～4時　所市民会館　定100人　費無料　申イベント事務局ホームページで。問㈱リベルタス・コンサルティング内イベント事務局（☎0120-692-336）

●問い合わせ●
人権男女共同参画室
☎ 826-0026

10月6日（日）　キッチンからはじまる家族の絆

料理研究家のコウケンテツさん（右写真）が、自身の経験をもとに食卓の在り方、食を通じた家族のコミュニケーションなどを話します。時午後2時～4時 ※午後1時30分開場　所長崎ブリックホール　定250人　費無料　申10月4日（金）までに電話か窓口、市ホームページで。他託児（1歳～就学前）希望は、9月25日(水)までに申し込みを。午後2時からは男女イキイキ企業の表彰式もあります。

〈広告〉

広報ながさきへの広告(24～35面下欄)を募集中。【問い合わせ】販売代理店の㈱ホープ(☎092-716-1404) ※広告内容等は市が推奨するものではありません。

県外の親戚やお友達へご連絡を
長崎市へ移住のススメ

●問い合わせ●
移住支援室
☎ 829-1249

長崎県外から、長崎市へ移住するかたに対して補助を行います。
申込方法　いずれの補助金も、ホームページにある申請書を移住支援室へ提出。申請書は移住支援室にもあります。

移住支援補助金

対象　東京23区にお住まいか通勤していたかたで、4月26日以降に長崎市に転入したかた
条件　移住後に、長崎県が運営するマッチングサイト「Nなび」に掲載された法人に就業するか、長崎県の創業支援金の交付決定を受けて創業すること
補助額　2人以上の世帯100万円、単身者60万円

子育て世帯ウェルカム補助金

対象　中学生以下の子どもがいる子育て世帯のかたで、4月1日以降に長崎市に転入したかた
条件　長崎県内に事業所がある法人等に就業するか、長崎県内で創業すること
補助額　35万円　※移住支援補助金も申請するかたは10万円

いずれも、詳しい対象や条件などは、ホームページをご覧になるか、お尋ねください。

あなたの長崎市への移住をサポート！

移住総合相談窓口「ながさき移住ウェルカムプラザ」
長崎市への移住を希望するかたの相談に専門相談員が応じます。

場所　ホテルニュー長崎1階
時間　午前10時～午後6時
※水曜日・年末年始は休み
問い合わせ　☎820-8160

ホームページ「ながさき人になろう」
“住まい”“仕事”“子育て”など情報満載！

神の島プールへGO！
秋の水泳教室

●問い合わせ●
スポーツ振興課
☎ 824-3728

対 市民
所 神の島プール
定 各20人
申 往復はがき（裏面）に左の内容を書き、神の島プール（〒850-0078 神ノ島町3丁目526-33）へ郵送か持参。返信用のあて名も記入。
申 （期間）9月29日（日）～10月5日（土）
問 神の島プール（☎865-2250）

≪往復はがき裏面≫

①希望するコース・班
②学校名・学年、幼児は幼稚園名
③本人の氏名（フリガナ）、性別
④生年月日　⑤住所　⑥電話番号
⑦保護者氏名
⑧緊急時の電話番号（本人との関係）

コース・班	対象	期間	曜日	時間	参加費(※3)
幼児	来年度就学予定の幼児	11/5～12/3	火	15:00～16:00	1,000円
小学生・A班	小学1～3年生	11/2～30	土	14:00～15:00	
小学生・B班	小学4～6年生			15:15～16:15	
上級・C班	50m以上泳げる小・中学生			16:30～17:30	
一般・A班(※1)	一般	11/11～12/23	月	15:00～16:00	3,220円
一般・B班(※2)		11/7～12/19	木		

※1…内容は水中体操 ※2…内容は水泳 ※3…参加費に傷害保険料も含む

〈広告〉

目いっぱい楽しもう

自然体験 in 長崎

ペンギン水族館の催し

地球上に生息するペンギンの種類は18種類。そのうち9種類を飼育しているのが長崎ペンギン水族館。飼育種類は世界一で、個性的なペンギンたちと触れ合うことができます。

また、園内にある長崎の里山を再現したビオトープでは四季の生き物を観察することができ、隣接する海ではカヤック体験などもできます。

生き物も自然も体験できるペンギン水族館で、家族や友達と楽しみませんか。

自然楽校「野菜の種をまこう」

独自の味、香り、風味が特徴の「ながさき伝統野菜」。長崎生まれのものや、海外から伝わり限られた地域で育てられたものなどがあります。今回は長崎赤かぶなどの種をまいて、育てた野菜を12月に収穫します。

対象　小学生と保護者／**日時**　9月14日（土）午前10時30分～正午／**場所**　本館前広場／**参加費**　無料／**申し込み**　事前に長崎ペンギン水族館へ電話で。

ー　施　設　情　報　ー

住所　宿町3-16
開館時間　午前9時～午後5時
入館料　一般510円、幼児、小・中学生300円
問い合わせ　長崎ペンギン水族館（☎838-3131）

長崎グリーンツーリズム

自然が豊かな長崎では、山や海、その土地の文化などを肌で感じる体験イベントなどがたくさん！

琴海地区でも、石窯クッキングや、山菜摘み、料理体験、サツマイモ収穫、ジャム作りなどのたくさんのメニューを用意して、皆さんが季節に応じて楽しめるように取り組んでいます。

そば打ち体験と栗ひろい

そば打ちを体験し、自分で打ったそばに舌鼓！午後から栗ひろいをしたあとは、おやつの「栗ぜんざい」で疲れを癒やします。

日時　9月22日（日）・29日（日）の午前9時～午後4時／**集合場所**　甑岩茶屋（西海町）／**定員**　各20人／**参加費**　一般3,500円、小学生2,500円／**問い合わせ**　グリーンツーリズム長崎あっと！さ@琴海　岩下氏（☎090-3013-4028）

ー　グリーンツーリズムの情報　ー

長崎市で楽しめるグリーンツーリズムのいろいろな情報をホームページで紹介しています。

〈広告〉

あぐりの丘の催し

ー 施 設 情 報 ー
住所　四杖町 2671-1
開館時間　午前 9 時 30 分～午後 6 時
入園料・駐車場料金　無料
問い合わせ　いこいの里管理センター（☎ 841-1911）

あぐりの丘は、動物との触れ合いや、パン・アイス作りの体験などを楽しむことができる農業公園型施設です。
季節の野菜の収穫体験や、収穫物を使った料理体験などを行うほか、季節の花々やフリーマーケット、夏の暑い時には水遊びなども楽しめますよ。
あぐりの丘でのんびり自然を満喫しながら過ごしませんか。

フラワーアレンジメント体験

バラを使ったフラワーアレンジメントを行います。敬老の日のプレゼントにピッタリです。
日時　9 月15 日（日）午前10時30分～
場所　休憩所（村のエリア）
定員　30 人
参加費　1,000 円（1 人）
申込方法　前日までに電話で。
その他　タオルまたはエプロンを持参。

スポーツ体験教室

バッゴー、ラダーゲッター、ディスゲッターナインなどのレクリエーションを楽しみます。
期日　9 月 22 日（日）
時間　①午前10時30分～正午 ②午後1時30分～3時
場所　休憩所（街のエリア）
定員　各 8 組
参加費　300 円（スポーツドリンク付き）
申込方法　前日までに電話で。

10 月大フリーマーケット出店者募集

毎回たくさんの人でにぎわうフリーマーケット。「掘り出し物がいっぱい」と大好評 ！ 10 月の大フリーマーケットに出店する 100 店舗を募集します。
日時　10 月 13 日（日）午前 9 時 30 分～午後 4 時
※雨天時は 10 月 20 日（日）に延期
場所　第 1 駐車場
出店料　1 区画 1,000 円
申込方法　往復はがきに、住所・氏名（返信用のあて名も）、電話番号、延期の場合の出店可否を書いて、長崎市いこいの里管理センター「10 月大フリーマーケット出店申込」係（〒851-1123 四杖町 2671-1）へ。
申込期限　9 月 20 日（金）
その他　はがき1枚につき 1 区画。抽選結果は 9 月末までに通知します。

料理体験特別教室

あぐりの丘で採れたブルーベリーを使って、おいしいパウンドケーキを作ります。
期日　9 月 15 日（日）
時間　①午前 10 時 30 分～正午 ②午後 1 時 30 分～ 3 時
場所　料理体験教室（街のエリア）
定員　各 8 組
参加費　1,000 円（1 組）
申込方法　前日までに電話で。
その他　幼児、小学生は保護者同伴。

〈広告〉

福祉・健康

介護教室

福祉・健康

各問い合わせ先

いずれも、対在宅で介護しているか、介護に関心があるかた 費無料

◆家族介護教室 期・テ①9月25日(水)…介護技術の基礎知識、誰でもできる介護のコツ、介護ストレスの解消法など ②10月2日(水)…高齢期の食事、手軽なレシピや調理のコツ、栄養と口腔など 時午後1時30分～3時30分 所北公民館 定各20人 申9月18日(水)までに電話で。申・問西浦上・三川地域包括支援センター(☎847・0151)

◆よろず介護教室 期・テ①9月11日(水)…介護に役立つ知識と技術 ②9月25日(水)…介護に役立つ知識と技術 ②9月25日(水)…施設での認知症のかたのケア、リフレッシュタイムなど 時午後2時～3時30分 所勤労福祉会館 定各20人 申①9月9日(月) ②9月21日(土)までに電話で。申・問桜馬場地域包括支援センター(☎818・6602)

料理講座

福祉・健康

障害福祉センター☎842・2525

対障害者手帳をお持ちのかた 期・テ①10月4日…バランスよく食事をとるために ②10月11日…おいしく食べて高血圧予防 ③10月18日…野菜で生活習慣病予防 ※全3回 時午前10時～午後1時 曜金曜日 所もりまちハートセンター 定12人 費1500円 申住所、氏名、年齢、電話番号またはファクス番号、講座名、障害の種別を書いて、FAX(842・2568)で。電話か窓口でも可。申(期限)9月27日(金)

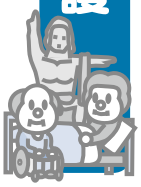
寡婦福祉医療費受給者証の更新

福祉・健康

子育て支援課☎829・1270

対寡婦福祉医療費受給者証をお持ちのかた 期9月2日(月)～30日(月) ※土・日・祝日を除く。時午前8時45分～午後5時30分 所地域センター

被爆者援護



新大和荘の年末年始の予約受け付け

被爆者

長崎原子爆弾被爆者対策協議会☎844・3100

対被爆者健康手帳か第一・二種健康診断受診者証をお持ちのかた ※前年度の年末年始宿泊者は除く。1人の利用も可。期(宿泊)12月30日(月)～来年1月3日(金)の連続4泊5日 所雲仙市小浜町 費3万2600円。朝・夕食付き。対象者以外は別料金。申被爆者健康手帳か第一・二種健康診断受診者証をもりまちハートセンター7階へ持参(電話不可)。※土・日・祝日を除く。申(期限)9月30日(月) 他申し込み多数の場合は抽選。

講演・講座

国際理解講座

講演・講座

国際課☎829・1113

期・テ①9月19日(木)…新世界遺産「書院」と韓国人の生活の中の儒教 ②9月27日(金)…中国の生活習慣、ここが日本と違う！ 時午後6時30分～7時30分 所長崎ブリックホール 費無料 申不要

テコンドー体験教室

講演・講座

国際課☎829・1113

韓国伝統のスポーツ「テコンドー」を体験してみませんか？ 日10月12日(土)午前10時～正午 所長崎ブリックホール 定30人 費無料 申往復はがきに住所・氏名(返信用のあて名も)、年齢、性別、電話番号を書いて、長崎市国際課「テコンドー体験教室」係(〒850-8685桜町2-22)へ。応募は1枚につき2人まで。申(期限)9月20日(金) 他動きやすい服装で。

多文化共生セミナー

講演・講座

国際課☎829・1113

外国人の就職や採用に必要な知識を行政書士が分かりやすく説明します。日9月12日(木)午後2時30分～3時30分 所長崎ブリックホール 費無料 申不要 他当日は個別相談も受け付けます。

〈広告〉

エコ・カフェ
講演・講座
サステナプラザながさき☎895・5541

いずれも、対小学生以上 ※小学生は保護者同伴 所サステナプラザながさき 定15人 申氏名（ふりがな）、生年月日、電話番号、講座名を書いて、FAX（895・5521）で。電話でも可。申（期限）開催日の4日前

◆いのちを守る防災講座（台風への備え）
日9月21日（土）午後2時～3時30分 費無料

◆かわいい多肉植物のポットづくり サボテンなどの多肉植物をかわいいインテリアに変身させてみませんか？ 日10月5日（土）午後2時～3時30分 費200円 持使用済み割り箸 他汚れてもいい服装で。

植木センターの講座
講演・講座
植木センター☎837・8182

いずれも、対20歳以上のかた 所植木センター 申往復はがきに住所・氏名（返信用のあて名も）、年齢、電話番号、講座名を書いて、長崎市植木センター（〒851-0131 松原町2624-1）へ。窓口でも可（返信用はがきを持参）。

◆秋の庭木の手入れ教室 秋の庭木の手入れ法を、プロの植木屋さんが分かりやすく手ほどきします。日9月29日（日）午前9時～正午 定30人 費無料 申（期限）9月21日（土）

◆コケ玉の作り方教室 季節の植物を使ったコケ玉作りに挑戦してみませんか。日10月6日（日）午前10時～正午 定20人 費1個1500円 申（期限）9月21日（土） 他汚れてもいい服装、エプロン持参。

遠藤周作文学館の催し
講演・講座
遠藤周作文学館☎0959・37・6011

◆遠藤周作文学館タベのレコード鑑賞会 in 思索空間アンシャンテ 美しい外海の風景を眺めながら、遠藤周作所蔵のレコードなど、懐かしい音源に触れてみませんか。日9月28日（土）午後5時～6時 定40人 費無料 申不要 他曲のリクエストがあれば、9月25日（水）までに曲名とアーティスト名を電話かFAX（0959・25・1443）で。

◆遠藤周作を偲ぶ一日 遠藤周作の元編集者4人が遠藤とのさまざまな思い出を語る座談会です。日10月12日（土）午後1時30分～3時30分 定80人 費無料（入館料が必要です） 申氏名、年齢、電話番号、人数、イベント名を書いて、FAX（0959・25・1443）で。電話でも可。申（期限）10月11日（金）

アマランスの講座
講演・講座
男女共同参画推進センター☎826・0018

いずれも、費無料 申電話か窓口、市民会館ホームページで。申（期限）10月10日（木） 他託児（1歳～就学前）を希望のかたは、開催日の一週間前までにお申し込みください。

◆「父子レクリエーション～パパと体を使ったゲームで遊ぼう！」 じゃんけんゲームや新聞紙を使った遊びなど、父子で楽しい時間を過ごしませんか？ 対小学生と保護者 日10月13日（日）午前10時～正午 所中央公民館 定20組

◆秋の女性起業連続講座「初心者のための手作りマルシェ出店ストーリー2019」 現役出店者に学びます。対女性で、全て受講できるかた 日・テ左表のとおり 所アマランス 定20人

テーマ	日時
①マルシェって何？	10/12（土）13：30～15：30
②マルシェ出店に向けて	10/19（土）13：30～15：30
③市民会館「いちょう並木フェスタ」で販売体験！	11/23（祝）10：00～16：00
④マルシェ出店後の反省点とこれから	11/30（土）13：30～15：30

屋外広告物に関する講習会
講演・講座
景観推進室☎829・1177

管理者、業務主任者に必要な知識を身に付けます。日10月25日（金）午前9時30分～午後4時 所県庁（尾上町） 定100人 費2000円 持屋外広告の知識①法令編（第5次）②デザイン編（第4次）③設計・施工編（第4次） ※テキストは会場で購入可。申景観推進室、市ホームページにある申込書に必要書類を添えて、景観推進室へ。申（期間）9月2日（月）～30日（月）

〈広告〉

もよおし

交通安全フェスタ
もよおし
自治振興課☎829・1211

子どもから高齢者まで、ゲームや体験を通して楽しみながら交通安全の知識が学べます。日9月14日（土）午前10時20分～午後2時　所ベルナード観光通り　費無料　申不要

原爆遺跡・慰霊碑巡り
もよおし
長崎平和推進協会☎844・9922

被爆者が当時の状況などを語りながら浦上川沿いを案内します。日9月15日（日）午前10時～正午　※9時50分集合（雨天中止）　所（集合）マルシェ・ド・リッシュ（茂里町）　費無料　申不要

シルバー作品展
もよおし
高齢者すこやか支援課☎829・1146

写真、絵画、書など、60歳以上のかたの力作を展示。※出展申込は終了しました。期9月20日（金）～23日（祝）　時午前10時～午後6時　※23日は午後3時まで。　所市民会館　他9月21日（土）午前中に、小学生と高齢者の交流イベント「ものづくり体験コーナー」を開催。

ラウンジコンサート
もよおし
文化振興課☎842・3782

日9月17日（火）午後7時～　所長崎ブリックホール　内（出演）Lio（ポップス）、颯奏（尺八・アコースティックギター）、Luce（声楽・ピアノ）、ハラカズノリ with ゆかいな仲間たち（ポップス）、サウスウインド（ブルーグラス）　費無料　申不要

ハンドベルフェスタ in 長崎
もよおし
文化振興課☎842・3782

長崎市制施行130周年およびハンドベルフェスタ30回記念特別公演。日9月22日（日）午後2時30分～　所長崎ブリックホール　費（一般）1000円（学生）500円　他東京からの特別ゲスト出演、出演者全員でのマスリンギング演奏など　問長崎ハンドベルコミュニティー（☎080・3995・3850）

伊王島朝市海鮮秋祭り
もよおし
水産振興課☎820・6563

伊王島周辺の青く美しい海で獲れた新鮮な魚介類をおいしく味わいませんか。日9月29日（日）午前9時～午後3時　所沖ノ島漁港内（馬込教会下）　内伊勢エビ、カマスなど地元で獲れた新鮮な魚介類・水産加工品の販売、高級煮干し

STAR SHIP スターシップ 科学館の催し

〒852-8035 油木町7-2　☎842-0505
http://www.nagasaki-city.ed.jp/starship

催し名	日時・対象など
夏の特別展（有料）	**あれ!?どうして!?カメラの向こうは不思議な世界** ～9/23（祝）9:30～17:00（最終受付は16:30）
ナイトプラネタリウム 定員各200人 ※要申込	**「秋のコンサート」**（無料） **出演：（株）絃洋会楽器店** 9/14（土）18:00～19:00
	星空ミュージック **～米津玄師（CD）～**（有料） 9/28（土）18:00～19:00 3才～中学生　250円、高校生以上 510円　ペア割引あり
夜間天体観望会（無料）	9/14（土）・21（土）・28（土）の19:00～21:00、10/5（土）18:30～20:30
プラネタリウム（有料）	時間、番組などはお尋ねを
科学教室 ※2週間前までに往復はがきで申込	**「DNAストラップづくり」** 9/29（日）10:00～12:00 定員18人　※小学生以上（小学3年生以下は保護者同伴）　200円
	親子でチャレンジ **「望遠鏡を作ろう」** 10/13（日）10:00～12:00 定員18組　※小学3年生以上（親子で参加できるかた）　800円
おもしろ工作（有料）	土・日・祝日開催 ①10:30～11:30 ②13:00～14:00 ③15:30～16:30
【休館日】9/2（月）・9（月）・17（火）・24（火）・25（水）・30（月）	

〈広告〉

詰め放題、豪華景品が当たるビンゴ大会など。問西彼南部漁業協同組合（☎898・2825）

もよおし

ランタナフェスティバル10周年記念事業

市民協働推進室☎829・1125

日9月29日（日）午前10時30分～　所市民活動センター「ランタナ」　内市民活動団体による活動紹介やブース出展、長崎OMURA室内合奏団の生演奏、まちあるきランタナスゴロクなど　費無料　申不要

もよおし

サンゴを中心に考える海の環境講習

農林振興課☎820・6564

小学生から大人まで楽しく学べる講習会です。日9月27日（金）午後2時～3時30分　所高島ふれあいセンター　費無料　問やったろうde高島（☎896・3510）　他参加者に記念品あり。

もよおし

長崎さるく

長崎国際観光コンベンション協会☎811・0369

いずれも、申電話かホームページ「長崎さるく」でお申し込みください。

◆**長崎くんちさるく「事前学習編」**　日9月29日（日）午前10時15分～午後1時　所（集合）長崎歴史文化博物館　定50人　費中学生以上1000円　申（期限）9月28日（土）午後5時

◆**犯科帳さるく～潜伏キリシタン墓地巡礼さるく～**　日9月28日（土）午前9時～10時40分　所（集合）天主公園　定30人　費中学生以上600円　申（期限）9月27日（金）午後5時

◆**長崎浦上ヒストリーウォーク～浦上四番崩れと秘密の礼拝堂～**　日9月28日（土）午前10時～正午　所（集合）平和祈念像　定15人　費中学生以上800円　申（期限）3日前の午後5時　他前日の午後5時からキャンセル料が発生。

もよおし

V・ファーレン長崎のホームゲーム

スポーツ振興課☎824・3728

日9月18日（水）午後7時…（対戦相手）ベガルタ仙台　※天皇杯／9月21日（土）午後6時…（対戦相手）京都サンガF.C.／10月5日（土）午後6時…（対戦相手）FC町田ゼルビア　所トランスコスモススタジアム長崎

もよおし

まちづくり総合住宅フェア

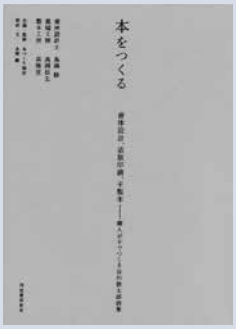
住宅課☎829・1189

期10月5日（土）・6日（日）　時午前10時～午後4時　所県庁（尾上町）　内「リノベ女子×DIY男子のための漆喰（しっくい）壁体験」、小学生も楽しめる「建築に関するお仕事体験」「新県庁舎内エコ探検」「新県庁舎ガラスにお絵かき」　費無料

見てみんね! 図書館通信

今月のおすすめ本

「本をつくる　書体設計、活版印刷、手製本 - 職人が手でつくる谷川俊太郎詩集」
鳥海修、高岡昌生、美篶堂 著／河出書房新社



文字づくりから組版、製本まで、谷川俊太郎さんのある1冊の詩集がつくられるまでの記録です。一つ一つの工程から、本づくりに携わる職人たちの熱い思いを垣間見ることができます。

本に使われている文字や紙の素材、印刷方法、製本方法は多種多様で、その作品に合った装丁になるように工夫されています。

手や目で感じながら、紙の本を読みたくなる1冊です。

図書館の催し

申し込み・問い合わせ=市立図書館　〒850-0032 興善町1-1　☎829-4946

いずれも、費無料　申不要

定期上映会
「現金（げんなま）に手を出すな」日9月12日(木) 午後6時～7時40分、9月30日(月)午後2時～3時40分

としょかん de 活版2019
本木昌造に関する資料の展示や活版印刷を体験できるワークショップ、クイズラリーなど。日9月14日(土) 午前10時～午後5時　所多目的ホール

〈広告〉

おしらせ

V・ファーレン長崎を応援してまちを元気に!

中央総合事務所総務課（☎829-1428）

V・ファーレン長崎の髙田社長と田上市長との対談、サッカー体験教室や選手とのふれあいイベントなどを開催します。

日9月23日（祝）正午～午後3時30分　所長崎大学文教キャンパス　費無料　他サッカー体験教室は事前の申し込みが必要です。詳しくはV・ファーレン長崎のホームページで確認を。

おしらせ マイナンバーカードの休日交付

中央地域センター☎829・1424

対「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書（はがき）」が届いているかた　日9月29日（日）午前8時45分～午後4時30分　所中央地域センター　他マイナンバーカードの初回申請も受け付けます。なお、当日に限り、申請用の顔写真を無料で撮影します。免許証や健康保険証など本人を確認できる書類をご持参ください。詳しくは事前にお尋ねください。

おしらせ 年金生活者支援給付制度

中央地域センター☎829・1137

10月から年金に上乗せして年金生活者支援給付金が支給されます。老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を受給しているかたで対象になるかたには、日本年金機構が9月上旬から請求手続きのはがきを送付します。届いたはがきに必要事項を書いてお送りください。問給付金専用ダイヤル（☎0570・05・4092）

おしらせ 年金受給者の扶養親族等申告

中央地域センター☎829・1137

老齢年金には所得税がかかります。課税対象となるかたは、「扶養親族等申告書」を提出する必要があります。対象者へは9月中旬より日本年金機構から申告書が送付されますので、必要事項を書いてお送りください。問ねんきんダイヤル（☎0570・05・1165）

おしらせ 指定給水装置工事事業者制度

上下水道局料金サービス課☎829・1183

水道法の一部改正により10月から指定給水装置工事事業者の登録の更新が必要になります。これに伴い、更新申請手数料を設け、既定の指定申請手数料と給水装置工事にかかる工事検査手数料を見直します。費更新申請手数料6200円、指定申請手数料1万500円、工事検査手数料は下表のとおり

区分		金額
新設工事または改造工事	メーター口径 20㎜以下	3,500円
	メーター口径 25㎜以上 口径 50㎜以下	5,000円
	メーター口径 75㎜以上	6,500円
その他の工事（撤去工事など）		2,400円
複数メーターを設置する場合の加算額（メーター1個につき）		200円

おしらせ 下水道排水設備工事責任技術者試験

上下水道局料金サービス課☎829・1183

日11月10日（日）午後1時～4時　内（試験）下水道の一般的分野及び技術分野　所県建設技術研究センター（大村市）　費8000円　申NBC情報システムのホームページにある申込書を提出　申（期間）9月2日（月）～17日（火）

おしらせ 局有地を売却します

上下水道局経理課☎829・1204

物件の案内と申込書は、経理課や市ホームページで入手できます。申申込書に必要書類を添えて提出。郵送でも可。申（期間）9月3日（火）午後1時～19日（木）午後2時　他（入札期間）10月4日（金）午後1時～11日（金）午後1時

〈広告〉

おしらせ

原爆死没者慰霊等事業の意向調査

調査課☎829-1147

自治会や事業所、学校などの団体が実施する原爆死没者の慰霊を目的とした式典の開催、出版物の刊行などの事業に対する補助制度があります。来年度の実施意向調査を行いますので、ご希望のかたは申請してください。申調査課にある申請書に必要書類を添えて提出。申（期限）9月27日（金）他補助には条件がありますのでご相談ください。

おしらせ

都市計画道路の工事説明会

土木建設課☎829-1166

都市計画道路滑石町線（主要地方道長崎畝刈線）の工事に関する説明会を開催します。期・所①9月25日（水）：横尾地区ふれあいセンター／②26日（木）：滑石地区ふれあいセンター／③27日（金）：虹が丘公民館／④29日（日）：滑石地区ふれあいセンター　時①～③午後7時～　④午前10時～　申不要　問県長崎振興局都市計画課（☎844・2181）

大募集

ちゃんぽんミーティング参加者募集

市民協働推進室☎829-1125

地域で活動している皆さんと市長がテーマに沿った意見交換を行い、交流を深めます。対市内にお住まいか、通勤・通学しているかたやグループ　日10月21日（月）正午～午後1時30分　所市役所本館　テ広がれ！子育て支援の輪　定15人（選考）※グループ単位での参加は、1グループ3人以内　費500円（軽食代）　申市民活動センター「ランタナ」、市役所本館案内所、地域センターにある申込用紙を郵送か FAX（829・2925）で。市ホームページ「ながさき市民力ネット」でも入手可。申（期限）10月4日（金）

大募集

ガレージセール出店者募集

環境政策課☎829-1156

11月30日（土）・12月1日（日）に長崎水辺の森公園で開催する「ながさきエコライフ・フェスタ」の出店者を募集。対市民　費1日につき1000円　内区画数…100区画×2日間　※1団体1区画。テントなし。申往復はがきに住所・氏名（団体の場合は団体名・代表者の住所・氏名（返信用のあて名も）、電話番号、出品物の種類、出店希望日（原則どちらか1日）を書いて、長崎市環境政策課（〒850-8685　桜町2-22）へ。市ホームページからも可。申（期限）9月30日（月）消印有効　他出店料は当日徴収。専門業者は出店不可。飲食物や動植物の販売不可。

子育て世帯のかたと住民税非課税のかたにプレミアム付商品券を販売します

プレミアム付商品券事業室（☎829-1258）

商品券の使用までの流れは次のとおりです。

◆申請　※子育て世帯のかたは申請不要
8月下旬以降に届く申請書に必要事項を記入して提出。申請期間 9月 2日（月）～ 12月 13日（金）

◆購入引換券の受取
9月下旬以降住所に購入引換券が届きます。

◆商品券の購入
商品券販売場所で、現金と購入引換券、本人確認書類を持参し、購入。購入期間 10月1日（火）～来年1月31日（金）販売場所は引換券送付時にお知らせします。

◆商品券の使用
使用期間 10月1日（火）～来年2月29日（土）
使用店舗は市ホームページか商品券販売場所に設置する店舗一覧で確認を。

問専用コールセンター（☎0570-020-360）
※9月2日（月）開設

（申請書記入相談窓口）9月2日（月）～9月30日（月）
市役所本館1階、地域センター

〈広告〉

10月1日から一部の公共料金が変わります

財政課（☎829-1126）

10月1日から消費税率が10％に引き上げられることに伴い、上下水道料金やごみ・し尿に係る手数料、公共施設の使用料など市役所の公共料金も変更となります。詳しくは担当課へお尋ねください。

問（上下水道料金）上下水道局料金サービス課（☎829-1183）（ごみ・し尿手数料）廃棄物対策課（☎829-1159）（公共施設の使用料）施設の担当課

大募集 市営住宅の入居者募集

住宅課☎829・1185

住宅の申し込みに関することは、市営住宅指定管理者（☎829・2989、829・2991）へお尋ねを。申（用紙）9月24日（火）から市営住宅指定管理者窓口（桜町）、地域センター、地区事務所、消費者センター、三重地区市民センター、アマランスで配布。市ホームページでも入手可。申（期間）10月1日（火）～3日（木）申（場所）長崎県勤労福祉会館（桜町）、地域センター（香焼・伊王島・高島・野母崎・三和・外海・琴海）他抽選会は10月9日（水）。入居時期は12月上旬。収入が基準を上回り、一般の公営住宅などに入居できないかたのための特定公共賃貸住宅や前回募集で入居申込がなかった住宅は、随時募集を受け付けています。

大募集 戦没者遺児による慰霊友好親善事業への参加募集

自治振興課☎829・1134

戦没者遺児のかたが慰藉の一環として、父などが眠る地に赴き追悼を行うとともに、現地のかたとの友好親善を深めます。今年度は18地域を計画。問（一財）長崎県連合遺族会（☎843・3585）

大募集 市有財産の利活用事業者募集

資産経営室☎829・1412

使われなくなった学校などを利活用する事業者（法人）を募集します。対市有財産の利活用の実施主体となる意向がある事業者 所①旧樺島小学校（野母崎樺島町1088）②旧尾戸小学校（琴海尾戸町1942－4）③旧黒崎中学校（東出津町340）④旧外海行政センター（神浦夏井町391）申（期限）10月29日（火）午後5時 他申込方法など詳しくは、市ホームページまたは資産経営室へお尋ねを。

大募集 出島こどもスケッチ展2019作品募集

出島復元整備室☎829・1194

今の出島の姿を描いた作品を募集します。対市内にお住まいか、通学している小学生 期9月14日（土）～10月31日（木）費無料 申四つ切画用紙を使用した作品の裏側に、タイトル、住所、氏名、電話番号、学校名・学年、返送希望の有無を書いて、出島の表門の門番に手渡し。他受賞の結果は12月上旬に郵送でお知らせします。入賞作品は出島内で展示します。参加記念品あり。詳しくは出島公式ホームページで確認を。

大募集 ハンドベル教室

文化振興課☎842・3782

「天使のハーモニー」と言われるハンドベルを一緒に演奏しませんか。対小学4年生以上 期10月6日（日）～来年3月28日（土）時午前10時～正午 所長崎ブリックホール 定10人 費（月額）大人1500円、大学生以下1000円 申往復はがきに、住所・氏名（返信用のあて名も）、年齢、電話番号、職業（学年）を書いて、長崎市文化振興課「ハンドベル教室」係（〒852－8104茂里町2－38）へ。申（期限）9月26日（木）

大募集 長崎市都市景観賞作品募集

景観推進室☎829・1177

歴史や自然を生かして周囲のまちなみや雰囲気に調和した市内の建築物などを募集します。申景観推進室、市役所本館案内所、地域センターにある応募用紙を本館案内所などにある応募箱へ。市ホームページや郵送または㏋（829・1175）でも可。申（期限）9月30日（月）

大きな建物部門
済生会長崎病院

大募集 くらしの情報人登録者募集

消費者センター☎829・1500

消費者トラブルなどの対処法を広めるボランティアを募集します。対市内にお

〈広告〉

住まいか、通勤・通学している18歳以上のかた（高校生不可）期（登録期間）3年間　定20人　申はがきに住所、氏名、生年月日、電話番号、メールアドレス、申請の動機を書いて、消費者センター（〒850-0877築町3-18）へ。FAX（829-1511）か市ホームページでも可。申（期限）9月26日（木）他登録者の受講が必要な講座あり（全4回）。日時など詳しくはお尋ねを。

大募集 ご意見を募集します（パブリックコメント）

総務課☎829-1117

◆個人住民税課税事務における特定個人情報保護評価書（全項目評価書）（案）

市民税課の課税事務における特定個人情報の取り扱いの変更に関する意見を募集します。対市内にお住まいか、通勤・通学しているかた、納税義務者、本件に利害関係のあるかた　所（閲覧）市民税課、市役所本館1階市政資料コーナー、地域センター、市ホームページなどで確認可。申閲覧場所にある意見提出用紙を郵送、ファクスなどで提出。市ホームページ内の提出フォームでも可。申（期限）9月30日（月）他匿名や電話は不可。

大募集 附属機関の委員を募集します

各問い合わせ先

事業を進めるにあたり、さまざまな意見を把握するために、市民や学識経験者を委員とする附属機関を設置しています。いずれも、対①～④の全てを満たすかた　①20歳以上の市民か、市内に通勤・通学している　②本市の他の附属機関などの委員ではない　③本市の他の附属機関などの委員に申し込んでいない　④公務員、議員ではない　申応募先、市役所本館案内所、地域センター、市ホームページにある応募用紙とテーマに沿った800字程度の小論文を応募先へ。

◆長崎市都市交通審議会　期（任期）11月7日～令和3年11月6日　内（審議）年数回　テ長崎市の公共交通または駐車場施策への提言　定2人　申（期限）9月27日（金）申・問土木企画課（☎829-1415）選（結果）10月下旬までに通知。

◆長崎市地域包括ケア推進協議会　期（任期）委嘱日から2年間　内（審議）年5回程度　テ私が考える「地域包括ケアシステム構築のために必要なこと」について　定3人　申（期限）10月10日（木）申・問（応募先）長崎市地域包括ケアシステム推進室（〒850-8685桜町6-3☎829-1421）選（結果）10月末までに本人に通知。

◆長崎市歯科口腔保健推進審議会　期（任期）委嘱日から2年間　内（審議）年数回程度　テ「長崎市民の歯・口腔の健康の推進のために必要なこと」について　定2人　申（期限）9月20日（金）申・問健康づくり課（口腔保健支援センター☎829-1436）選（結果）10月上旬までに通知。

◆長崎市献血推進協議会　期（任期）委嘱日から2年間　内調査・審議（年1回）テ「長崎の献血推進のために必要なこと」について　定2人　申（期限）9月20日（金）申・問健康づくり課（☎829-1154）選（結果）10月末までに通知。

MINI ミニ情報

不動産鑑定士による無料相談会

不動産の売買、相続、賃貸借、担保などの相談会。10/1(火) 10:00～16:00、メルカつきまち5階で。
問県不動産鑑定士協会(☎822-3471)

税理士による無料相談会

成年後見人制度や相続税、贈与税、不動産処分時の税金などの相談会。毎月第1木曜日13：00～15：30（来年1月は9日（木）、3月は19日（木））、長崎市税理士会館（八百屋町2-3）で。要予約。
問九州北部税理士会（☎092-433-2366）

映画「ワーカーズ被災地に起つ」上映会

10/12（土）①15：00～②18：00～、メルカつきまちプラザホールで。前売券1,000円（当日1,200円）学生割引あり。
問NPO法人 ワーカーズコープ長崎支部（☎879-1697）

就職に役立つセミナー&企業面談会

9/24(火)東公民館、10/8(火)三和公民館、いずれも13:00～15:30。
「就職に役立つセミナー」は要予約(定員30人)。託児利用は開催10日前までに予約を。
問ハローワーク長崎西洋館センター(☎808-0251)、長崎県総合就業支援センター(☎842-5424)

その他の情報はこちらから!

〈広告〉

長崎居留地まつり

The Nagasaki Foreign Settlement Festival

ひと まち せかい

9/14(sat)→15(sun)→16(mon)

東山手、南山手、大浦一帯、出島

ライトアップ飲み歩きラリー
ライトアップされた歴史的建造物と飲食店3店舗を巡ります。
日時　14日(土)・15(日)の午後6時～10時／**参加費**　2,000円（当日、参加店舗か本部で購入）

ライトアップ恋さるく
40歳以下の未婚の男女がライトアップされた居留地をまち歩きしながら交流。
日時　15日(日)午後6時30分～8時／**参加費**　2,000円 ※申込方法や定員など、詳しくはホームページで。

居留地クイズ＆スタンプラリー
日時　14日(土)正午～午後5時、15日(日)午前9時～午後5時

イベント盛りだくさん！詳しくは、ホームページ「あっ！とながさき」で。

グラバー坂かけあがり大会
毎年恒例、約100mの石畳を疾走！
日時　15日(日)午前10時～11時
※受け付けは午前9時から。雨天中止／**場所**　四海楼前広場（本部）

居留地大バザール
約20店舗が出店。お気に入りの品に出会えるかも！
日時　15日(日)午前10時～午後4時／**場所**　大浦居留地商店街

今年は孔子祭を同時開催！
生誕2570年を祝います。龍踊りや中国獅子舞、変面ショーを楽しもう！
日時　14日(土)午後2時～4時
場所　孔子廟（入場料が必要）

ワールドフーズレストラン
約5カ国の料理を楽しむin地球館！
日時　15日(日)正午～午後3時／**場所**　東山手「地球館」

シンポジウム
テーマは「文化財の活用とこれからのまちづくり」。
日時　14日（土）午後2時～4時／**場所**　旧香港上海銀行長崎支店記念館

居留地赤ちゃんはいはい＆よちよちレース in 孔子廟
日時　15日(日)午前11時～正午 ※受け付けは午前10時から／**場所**　孔子廟（入場料が必要）

問い合わせは、あじさいコール(☎822-8888)へ。

VEGETABLE OIL INK　UD FONT
※リサイクル用紙を使用しています。

長崎市コールセンター あじさいコール 午前8時～午後8時 年中無休 ☎095-822-8888（市役所代表電話）
編集■長崎市広報広聴課　〒850-8685 長崎市桜町2-22 ☎095-829-1114
発行日■令和元年9月1日　印刷■㈱藤木博英社