



ながさき



人とまちをつなぐ長崎市まるごと情報紙



エコ行動は
身近なところから

特集

エコ生活ルーティーン

..... 主な記事の内容

P.14 高齢者と障害者の交通費助成

P.16 図書館ボランティア募集

(折り込み)

P.15 「平和への誓い」の代表者募集

P.17 皇帝パレード実施に伴う交通規制

市議会だより ほか

理想のエコな1日はこれだ！

特集 エコ生活ルーティーン

身近にある、取り組みやすいエコ行動をまとめた「環境行動11か条」をご存知ですか。環境行動を取り入れた理想の1日をご紹介します。「環境問題は気になるけど、何から始めたらいいかわからない」と考える皆さん、できることから始めてみませんか。

ゼロカーボンシティ
推進室
☎829-1251



8:00 水を大切に使う

使用した水は下水処理場でろ過して綺麗な水に戻すため、水を使えば使うほどエネルギー（電力）が必要になります。節水はCO₂削減につながります。

シャワーヘッド・アダプタ、洗濯機、トイレを節水型にすると水道・ガス代が約15,600円/年お得に！



8:30 緑を大切に

植物は私たちが排出したCO₂を吸収してくれます。



8:30 マイボトルを使う

ペットボトルを作る・処理するエネルギーを抑えられます。毎日使えば約41,000円/年お得です。



9:00 電気をつけっぱなしにしない

誰もいない部屋の電気を1日1時間消すと、電灯1つあたり560円/年の節約になります。

電灯のLED化で、電気代が約2,700円/年お得に！さらに、省エネ家電（エアコン・冷蔵庫）を使うと約18,800円/年お得に！買い替えの補助金があります。詳しくは5ページ。



今回の特集では、エコな生活の啓発をするかたやエコ家電の買い替えに使える補助金、市の取り組みを紹介します。

目指しましょう。

CO₂の排出が「実質ゼロ」とは一人ひとりが省エネルギーの取り組みを行うことでCO₂の排出量を減らし、さらに植林などを行い、排出したCO₂を植物などが吸収することです。自然環境とタッグを組んで、2050年までに排出量の実質ゼロを目指しています。資源を使いすぎることなく、地球環境を大切にしながら発展する「持続可能な社会」を目指しましょう。



2050年カーボンニュートラルイメージ (出典 環境省)

CO₂の排出が「実質ゼロ」とは一人ひとりが省エネルギーの取り組みを行うことでCO₂の排出量を減らし、さらに植林などを行い、排出したCO₂を植物などが吸収することです。自然環境とタッグを組んで、2050年までに排出量の実質ゼロを目指しています。資源を使いすぎることなく、地球環境を大切にしながら発展する「持続可能な社会」を目指しましょう。

STOP 大量生産・大量消費・大量廃棄



12:30 ゴミを正しく分別する

ペットボトルは資源ごみ

キャップはプラごみ



再分別の手間が省けます。間違った処理で有害物質が出て環境汚染になることも防げます。

買い物ついでにペットボトルを返却するとポイントがもらえる場合も！



12:00 食べ残しをしない

長崎県では食べ残しの食品ロスが1人1日あたり108g(おにぎり1個分)と言われています。ごみとして処分されるため、エネルギーを消費し、CO₂を排出してしまいます。



ごちそうさまでした！

食品ロス削減で日々の食費が約 8,900 円 / 年節約に！



14:30 マイバッグを使う

買い物に行こう

レジ袋を使わないことで廃プラスチックの量が減り、レジ袋の原料の石油使用量も抑えることができます。



14:00 修理して長く使う

新たな製品を作る・物を処分するエネルギーを減らせます。手入れしながら大切に使い続けましょう。



このおもちゃまだ使える...



18:00 家族と環境について話す

みんなで協力して環境のために行動しましょう。



SDGsってなに？



17:00 配達は1回で受け取る

再配達のための車のCO₂排出量が減ります。



ありがとうございます



15:00 公共交通機関や徒歩で移動する

1人当たりのCO₂排出量が減り、渋滞の解消にもなります。

近距離通勤を徒歩や自転車に切り替えるとガソリン代が約 11,800 円 / 年お得に！



歩いて行こう！



稲佐山公園の路面シート



塩田みうさん出演の動画



わたしからできるゼロカーボン

長崎市の環境行動11か条
上記のルーティーンは、「環境行動11か条」の11個すべてです。塩田みうさんが出演するPR動画の放送や、市内の公園へ路面シートを設置しているのを目にする機会も多いかも。見掛けたら自分の行動を見直すきっかけにしてください。

動画はこちら▶



―普段の活動を教えてください

蒔田 企業の環境経営の審査、助言・指導を行っています。また、地域や学童向けに環境学習の講師もしています。市だけでなく、県温暖化防止活動推進委員でもあります。

松本 衣・食・住・防災の4つの視点で地球に優しい生活を実践し、出前講座などで提案や発信を行っています。また、防災推進員も担っており、防災士として、災害への備えにつながるエコな暮らしの工夫を伝えています。

―推進員になったきっかけは何ですか？

蒔田 県の推進員として活動していましたが、長崎市の活動拠点「サステナプラザながさき」ができたことで市の推進員になりました。サステナプラザながさきは啓発活動に欠かせない場所です。

松本 やる気のある人だけが行動しても環境への影響はわずかですが、興味がない人にも広く行動に移してもらいたくて、啓発活動をしています。

まきた あきひろ
推進員歴8年

蒔田 明弘氏



身近なところから エコ行動を

環境活動に取り組む、まちのリーダー

市民に温暖化の情報やエコな生活方法の普及をするボランティア「長崎市地球温暖化防止活動推進員」。

環境調査関係の前職の経験から環境アドバイザーとしても活動していた蒔田推進員と、サステナプラザでの勤務経験もある松本推進員にインタビューしました。

―活動のやりがいは何ですか？

蒔田 受講者から「よく理解できた」「もっと環境のことが知りたい」という感想をいただくとうれしく感じます。

松本 私の講座を受けた方々が、エコ生活を続けていたり、独自の方法を編み出したりしたと聞くとやりがいを感じます。

―推進員に興味がある人に向けて一言！

蒔田 子どもから高齢者まで幅広い年代の受講者が理解できるように、試行錯誤しながら講座をするのは楽しいですよ。推進員同士で環境について情報交換をすることでごく勉強にもなります。一緒に活動しませんか。

―皆さんにおすすめのエコ行動を教えてください！

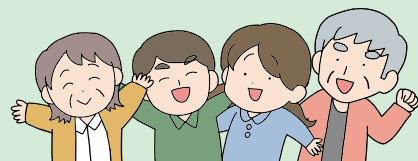
松本 ごみを減らすことです。ごみを減らすことは家計の節約にもつながります。たんすの奥にしまい込んで忘れ去られているものもごみのようなものですよ。今持っている物はとことん使い倒しましょう！



まつもと ゆり
松本 由利氏
推進員歴6年

地球温暖化防止活動推進員 募集

- 対象** 市内で活動できる18歳以上のかた（高校生を除く）
- 活動内容** 市内で地球温暖化対策の推進を図るための普及・啓発活動など
- 申込方法** 市ホームページ、サステナプラザながさきにある申請書を提出
- 申込締切** 2月29日(土)
- その他** サステナプラザながさきで事前説明会を行っています。詳しくは問い合わせを
- 問い合わせ** ゼロカーボンシティ推進室 (☎ 829-1251)



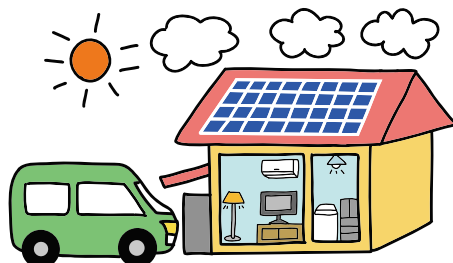
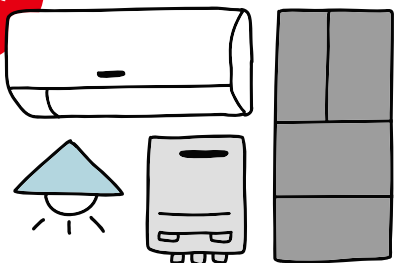


さまざまな補助金を支給しています！

省エネルギー家電製品等購入補助金

太陽光発電設備、蓄電池、電気自動車導入補助金

予算がなくなり次第終了



対象 12月25日以降に購入した、
①エアコン、冷蔵庫、給湯器 ②LED照明器具

対象者 市民

補助率 ①6分の1 ②2分の1

上限額 ①1世帯3万円 ②1世帯5千円

申込方法 対象商品を購入後、必要書類を提出

申込期限 3月購入分までは3月31日①
4月以降購入分は来年3月31日②

その他 支給条件がありますので市ホームページをよくご確認ください。



対象 ①太陽光発電設備 ②蓄電池 ③電気自動車

対象者 市民

補助額 ①2万円/kW ②3万円/kWh ③1台あたり(軽自動車)10万円、(普通車)20万円

上限額 ①10万円 ②15万円

申込方法 対象商品を購入前に、必要書類を提出

申込締切 3月31日①

その他 中小企業向けの補助金もあります。ぜひご利用ください。



中小企業向け▶

市民向け▶



その他の市の取り組み

充電スポットの整備

未整備の地区を中心に6カ所整備しました。今年は「道の駅夕陽が丘そとめ」にも新設予定です。



公用車を電気自動車に

市役所の公用車358台のうち、22台が電気自動車です。これからも増やす予定です。



公共施設の節電

公共施設37施設のLED化と、63施設への太陽光発電設備の設置を行いました。



観光振興と脱炭素化の両立を目指す市の取り組みが評価され、東山手・南山手地区と稲佐山からの夜景をつくり出す施設群が「脱炭素先行地域」に選定されたんだ。これから5年かけて太陽光発電などの再生可能エネルギーの導入や施設の省エネ改修をして、持続可能な「国際観光都市“長崎”」を目指すよ！

ながさきTIMES

長崎で行われたホットなイベントや
市政の動きを紹介！



1/8 (祝)

二十歳の皆さんが晴れ姿を披露

「二十歳のつどい」を出島メッセ長崎で開催。対象となった市民は3,407人。会場には、華やかな振袖やスーツに身を包んだ二十歳の皆さんが集い、久しぶりの再会を喜んだり、互いに写真を撮り合ったりしていました。皆さんから「すてきな家庭を築きたい」「家族に恩返ししたい」「人の役に立つ仕事をしたい」といった希望にあふれた夢を聞くことができました。二十歳の節目、おめでとうございます。





12/8(金)・9(土) 核兵器のない世界を 目指して議論



国際賢人会議が出島メッセ長崎で開催され、核保有国と非保有国の有識者が集まりました。参加者の多くは、事前に原爆資料館の視察や被爆者と対話し、被爆の実相に触れました。会議では「長崎を最後の被爆地に」という共通認識のもと、2026年NPT再検討会議に向けた提言について協議しました。

12/27(水) 高齢者サロン 優秀賞受賞

大浦地区で活動する「サン賛^{さん}サロン」は、介護予防や高齢者支援の分野の優れた取り組みが評価され、「健康寿命をのぼそう! アワード」で厚生労働省老健局長 優秀賞を受賞。市内初の快挙を市長に報告しました。



12/26(火) 県・市と 立地協定締結

企業の課題解決のためのデジタルサービスなどを展開するリコーITソリューションズ株式会社が長崎駅前電気ビルに長崎事業所を開設することになりました。開設から4年間で55人の雇用を見込んでいます。



12/25(月) 平和への願いが込められた ラッピングバス発進!

平和のバスデザインコンテストを実施。全国から寄せられた約50点から、「長崎クスノキプロジェクト」総合プロデューサーの福山雅治氏が選定しました。選ばれたのは、新山芽吹さん(東京都 梅田小)と酒井菜乃花さん(銭座小)の2点。3月末まで、長崎バスの路線のダイヤランド～下大橋、中央橋～虹が丘などを運行します。



1/7(日) 防火への決意を 新たにしました

恒例の消防出初式を開催。出島メッセ長崎で消防行政に貢献した方々を表彰しました。その後、おのうえの丘で4年ぶりのパレードや消防隊なりきり撮影会、マルシェなどを開きました。楽しみながら防火を意識するきっかけになりました。



—あなたの一步を応援します—

ながさきに新たな風を吹かせる挑戦びと、
“トライ人”を紹介するコーナー。
若者からベテラン、
輝くみなさんの挑戦ストーリーとは!?

発見! トライ人

『学びと育ちの場を守る』挑戦

フリースクール「アリビオ」
まさひろ
大石 真弘 さん

トライ年表

2023年1・2月 ・児童発達支援士の資格 を取得 ・不登校訪問支援カウンセラーの資格を取得	2023年7月 ・フリースクール「アリビオ」を開校
2023年3月 ・市立中学校を早期退職	2023年11月 ・市民団体「長崎の子どもたちをいじめから守る市民の会」を設立



あなたの気になるトライ人募集!

市内で新たな一步を踏み出す人、または挑戦を支える「トライ人」を募集しています。自薦・他薦は問いません。市ホームページか
はがきでご応募ください。



子どもと先生の笑顔を増やすサポート

市立中学校の教頭を務めていた大石さんは、不登校の子どもたちの支援に専念するため、54歳で早期退職。そして昨年7月に、フリースクール「アリビオ」を大井手町に開校しました。アリビオとは、スペイン語で「安心」「ホッとする」という意味。学校の先生として多くの子どもたちと接してきた30年以上の経験から、家でも学校でもない第3の安心できる居場所が必要と感じたことがフリースクールを開校したきっかけです。

アリビオでは、「心理的支援」「学習支援」「対人関係の支援」という3本柱で、学校と連携しながら子どもたちをサポートしています。また、子どもだけでなく、学校の先生からの仕事や働き方に関する相談にも応じています。これまでの経験を生かし、先生にとって働きやすい環境を目指して行政と連携しながら悩みの解決を行っています。

アリビオでの日々を通して、子どもたちの表情が少しずつ豊かになる様子や「もしまた学校で何かあっても、ここがあるとすれば安心して学校に行ける」という子どもの言葉が大石さんの励みになり、アリビオを開校して良かったと感じるそう。



学びの多様化が進み、民間のフリースクールへの通学も、学校が認めた場合は出席扱いとみなすことができます。「だからこそ、学校の代わりとなるフリースクールが、子どもたちに何を与えられるかが重要となってくる。子どもたちの希望を叶えるための選択肢を広げるために、これからはサポートの『質』をさらに高めていきたい」と大石さんは話します。

まずはお気軽に、ご相談ください。

子どもたちや先生などからの手紙

子どもたちや先生からもらった手紙は今でも大事に保管していて、時々読み返すそう。メッセージを読む度に、自分も頑張ろう!と力が湧いてくるので、大石さんにとってそれが活動の原動力になっています。



「挑戦」に
不可欠な
ものは?

長崎市に住む人、働く人、学ぶ人が互いに「顔見知り」になることを目的とした「井戸端パーティー」。
ホームページでさまざまな交流の場を紹介しています。

中央地域センター ☎829-1418

井戸端パーティー

ホームページ



Instagram



Facebook



井戸端パーティーを活用しているかたをご紹介します！

じゃいか
JICAデスク長崎 国際協力推進員 小田 智子さん



長崎と世界をつなぐ窓口

記事全文は上記ホームページで。

今回の井戸端peopleは小田智子さん。出前講座やパネル展の企画など、国際協力を身近に感じてもらう活動を行っています。

小田さんは「自分の視野を広げたい」と、海外協力隊に参加し、音楽教師として2年間パラグアイで活動。異国の地で暮らした経験から、「互いの違いを認め合い、理解すること」が大事だと気付いたそう。国際協力推進員として行っている出前講座では、協力隊での経験談や国際理解のワークショップを通して、世界に興味を持ってもらうことを大切にしているそうです。

日頃は、途上国での国際協力や協力隊に関する相談にも乗っています。「いろいろな人たちと関わり、つながりを作るのが大好き。これからも長崎と世界をつなぐお手伝いをしたい」と語ります。

JICAデスク長崎は2月17日(土)に、ココウォークで国際協力イベントを開催。ぜひお越しください。

わがまち 自慢 調査し隊

美しい植木や庭園で
風情あふれる
町並みだったよ！



お題

日本一のラカンマキ

中国商人との縁で贈られた木

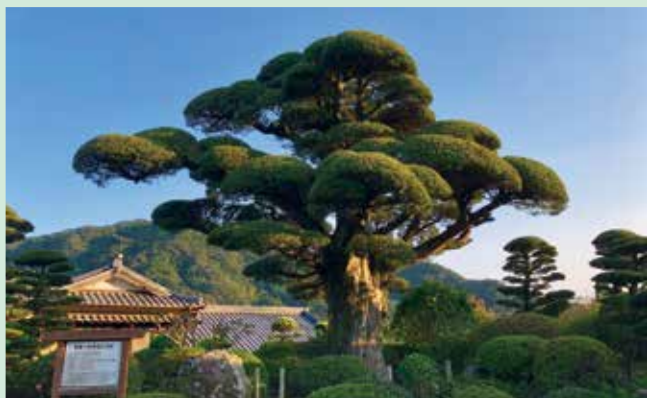
古くから植木の産地として知られる古賀地区に、シンボリック的存在の「日本一のラカンマキ」があるよ。高さ約10メートルで、植木としてのラカンマキでは日本一の大きさなんだって。

1659年、ある中国商人が長崎に来る途中、沈没の危機に遭ったけど、観音さまに祈ったことで、無事に入港できたんだって。商人は古賀の近くにある「滝の観音」のおかげだと考え、お参りに通うようになり、隣の古賀にも植木を見に来ていたよ。そのご縁で古賀へ中国・浙江省のラカンマキが贈られたそう。

個人宅の赤瀬邸にあるこの木。詳しい場所は、植木センターにあるマップに書いてあるよ。鑑賞のための立ち入りはできるから、マップを持って古賀地区をお散歩してみてね！

まちの自慢を募集！

「広報ながさき」で紹介して欲しい、まちの自慢を募集しています。自薦・他薦は問いません。はがきか市ホームページでご応募ください。



長崎MIRAISMが新しくなりました



長崎の未来がすぐそこに！ 日々変化する長崎のまちを楽しもう

100年にいちどの進化の時を迎えている長崎市。これまで、新たに登場するスポットを紹介してきましたが、そのスポットも次々に完成してきています。

日を追うごとにまちが進化し続ける中で、長崎MIRAISMも進化しました。未来の長崎がより希望に満ちたものになるように。そして、もっと長崎が活気あふれるまちになるように。

そんな思いを込めて、イメージカラーやキャッチコピーを変更しました。

一方で、長崎にゆかりのあるイラストで構成されている∞のロゴは当初と同じままに。眼鏡橋やグラバー園、平和祈念像など、皆さんに親しまれたスポットなどを散りばめています。このロゴは、昔から変わらないものと新しく生まれたものが共存する長崎特有のまちの魅力を表しています。

2つの魅力が融合している長崎。今しか見られない進化途中のまちを散策してみたり、体験してみたりしませんか。



問い合わせ

広報広聴課 ☎829-1114

詳しくはホームページ・SNSをチェック!

🔍 長崎ミライズム



外国のかたと
交流して
みませんか?

国際ボランティア募集中!

登録期間 4月～来年3月

活動場所 市役所など

申込方法 市ホームページ、地球市民ひろば、国際課にある応募用紙と必要書類を提出

申込締切 3月8日(金) ※必着

企画ボランティア

日本人と外国人が
楽しく国際交流できる
イベントの企画・開催を
行います

対象 16歳以上のかた

日本語講座 講師ボランティア

外国人が長崎で
安心して暮らせるように
日常会話を学ぶサポートを
行います

対象 16歳以上のかた

通訳ボランティア

市の業務支援や
イベント時の通訳
(英語・中国語・韓国語)を行います

対象 18歳以上で語学検定
などが一定水準以上のかた



特に日本語講座講師ボランティアを
募集しているニャ!!
日本語を学びたい外国のかたと
一緒にサポートしてほしいニャ

詳しくは
市ホームページで▶



問い合わせ 国際課 ☎829-1113



作り方

- ① 全てのイチゴのヘタを取ったあと、6個をスプーンで細かくつぶす。
- ② クリームチーズを皿に入れてラップをし、ペースト状になるまで電子レンジ(500w・20秒)で加熱を数回繰り返す。
- ③ ②に、①と★を入れてよくかき混ぜる。
- ④ 残りのイチゴを1個ずつ入れた3つのカップに、③を均等に流し入れ、冷凍庫で1時間冷やす。
- ⑤ 生クリーム30mlをとろみがつく程度にかき混ぜ、冷蔵庫から取り出した④に均等に流し入れる。
- ⑥ イチゴジャムに少し水を加え、ケチャップ程度の柔らかさになったら、⑤に数カ所垂らし、爪ようじで引っかけてハートを描いて完成。

家族で話そう、一緒に食べよう
毎月19日は「食卓の日」



メニュー とろ〜り^{いちご}莓のプロマーージュ

材料(3人前)

- ・イチゴ……………9個
- ・生クリーム……30ml
- ・クリームチーズ…60g
- ・イチゴジャム…小さじ1
- ・砂糖……………25g
- ・水……………適量
- ・牛乳……………小さじ2
- ・レモン果汁……3滴
- ・生クリーム……70ml

使用した
長崎産の食材



牧島いちご

IH体験会で「じげもんレシピ」に挑戦!

日時 3月8日(金) 午前10時～午後1時
場所 九電ネクスト(城山町) 定員 16人
持参 エプロン・マスク
申し込み 九州電力ホームページ、電話
締め切り 2月22日(水) 問い合わせ ☎0120-761-374



〈レシピ提供〉
サンミシェル
シェフ
萩田実 さん

東長崎地区の牧島で育てられた「牧島いちご」は、旬を迎える2・3月に驚異の糖度14度に達することも。農家のかたの思いが詰まった甘くて、おいしいイチゴをお楽しみください。

市ホームページやSNSで長崎のおいしい情報を発信! 水産農林政策課 (☎820-6568)



感染症の無料検査



市役所11階で、HIV(エイズ)や梅毒、クラミジア、B型・C型肝炎の検査ができます(要予約)。毎週(水)の午前9時～11時、第3(金)の午後2時～4時に実施。不安があるかたは検査に来てください。症状がある場合は医療機関を受診しましょう。



職員の 押し!

こちら市役所情報局!

今月の案内人
地域保健課
七瀬 さん

わたしの押しごと

病気の予防や回復のサポートをします

新型コロナウイルスや結核などの感染症の予防や拡大防止に向けた対策をしています。また、こころの健康相談なども行っています。市民の皆さんが健康で安心した毎日を送れるように取り組んでいます。



このコーナーは、市民の皆さんからの
 におりにお答えする「つながる」掲示板です。
 広報ながさきの感想やまちづくりに関するご意見を
 プレゼントクイズのコーナーにお寄せください。
 掲載されたかたには、図書カードをプレゼントします。



✉ **実家の親が倒れ、入院しました。今は退院して1人で暮らしていますが、今後、通院ができなくなったときのことが心配です。そういった相談窓口はありますか。**
 (住吉町・50代のかた)



医療・介護の総合相談窓口である「包括ケアまちなかラウンジ」があります。

包括ケアまちなかラウンジでは、市民の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、医療や介護に関する相談を受け付けています。

相談には看護師やケアマネジャーの資格を持つ専門の相談員が対応していて、「治療や副作用について教えてほしい」「自宅で療養したいがどうしたらいいかわからない」といった相談に応じています。また、在宅医療に関する情報提供や医療費の補助制度の案内などを行っています。

【場所】江戸町6-5 (江戸町センタービル2階)

【時間】午前9時～午後5時 (日・祝を除く)

【電話】893-6621

電話や窓口で相談できます。相談無料ですので、お気軽にご利用ください。

その他にも、市民の皆さんを対象に、在宅医療に関する講座なども開催しています。内容や開催日時などは市ホームページをご覧ください。

詳しくはこちら ▶



(地域包括ケアシステム推進室 ☎829-1421)

今月のプレゼント

今月はこちらの商品をプレゼント!!

クイズ
 古賀地区にある
 シンボリック存在の植木は?

(ヒントはP9)

答え
 日本一の○○○○○

『桃カステラ(3個)』
 大竹堂

10名様にプレゼント

お祝い用のお菓子として有名な、長崎独特の桃カステラ。大竹堂の桃カステラは原材料にこだわり、一つ一つ手作りしています。ふっくらとした生地と程よい甘さが特徴です。ぜひご賞味ください。



☎ 095-823-2790

🔍 大竹堂

応募方法

①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥興味を持ったコーナー名 ⑦広報ながさきの感想やまちづくり全般の意見を、市ホームページかはがきで。(2月29日締切)

※個人情報プレゼントの発送に使用します。また、意見の内容によっては担当課に情報提供する場合があります。

【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」

【はがき】〒850-8685 (住所は記載不要)

長崎市役所「広報ながさき」プレゼント係
 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。お便りは、広報紙などで紹介する場合があります。



【1月号の答え】
 丈吉

12月号には425通のお便りをいただきました。ありがとうございました。

✉ 県外に住んでいる30代の息子夫婦が長崎市へ帰ってこようと考えているようで、帰省時に相談されました。市内に長年住んでいますが、役に立つアドバイスができたかどうか自信はありません。Uターンを希望する人への支援などがありますか。
(田上1丁目・60代のかた)



「ながさき移住ウェルカムプラザ」の相談員が移住をサポートします。

ご家族が長崎市への移住を検討されているということで、ぜひ、前向きにお考えいただければと思います。

市では、移住を検討しているかたを支援するため、移住の相談窓口として、ながさき移住ウェルカムプラザを設置しています。専任の相談員が長崎での「仕事」「住まい」「子育て」に関する相談など幅広いサポートを行っています。対面での相談はもちろん、メール、LINE、オンライン（Zoom）での相談も可能です！

【時間】午前9時～午後5時

(12月29日～1月3日を除く)

【場所】ホテルニュー長崎1階（JR長崎駅から徒歩5分）

【電話】0120-301-801（通話無料）

また、「長崎旅行は楽しかったけれど、暮らすとなると踏ん切りがつかない」というかたも多いのではないのでしょうか。

そこで、県外在住で長崎市内に6泊以上滞在するかたを対象に、「ながさきお試し暮らし応援事業費補助金」を交付しています。滞在中に相談員との移住に向けた相談

や転職活動などの活動を行う場合、滞在費や交通費などを最大で半額補助します！（補助額には上限あり）相談員が市内を案内したり、地域の企業や人との接点づくりなどもお手伝いします。

申請期限は2月29日^①までで、事前相談が必要です。

お知り合いに長崎市への移住を検討しているかたがいましたら、ぜひお知らせください！
詳しくはこちら▼



(移住支援室 ☎829-1249)

編集こぼれ話

手熊地区ふれあいセンターと西北・岩屋ふれあいセンターをオンラインでつなぎ、eスポーツ大会を開催。ゲーム「太鼓の達人」で対戦し、西北・岩屋チームが勝利しました。大人も子どもも大盛り上がりでした！



ちょこっと

恐竜図鑑

「アリオラムス」



(分類) 獣脚亜目・ティラノサウルス科 / (時代) 白亜紀 / (産地) モンゴル
ティラノサウルスの仲間で、細長い顔つきと鼻の上にある複数の突起が特徴の肉食恐竜です。この時代のティラノサウルス類にしては小柄で、大人でも5～6mくらいの大きさでした。これらの特徴が他のティラノサウルス類とかなり違っていたため、ラテン語で「異なる」という意味をもつ言葉が名前に使われています。



【学芸員】
小平さん

問い合わせ

恐竜博物館 ☎898-8000

Wide Information
お知らせワイド版

高齢者と障害者の交通費助成に関するお知らせ

高齢者すこやか支援課 ☎ 829-1146
障害福祉課 ☎ 829-1141

今年度の交通費助成

ICカードにたまった助成ポイントの交換はお済みですか？

ICカード(エヌタスTカード・ニモカ)による助成の登録をしているかたは、今年度中に利用した運賃と同額の助成ポイントがカードにたまっていきます(上限5,000円)。

助成ポイントを、バス・電車の運賃として使用するには、ポイントを電子マネーに交換する「ポイント交換」を行ってください。

ポイント交換の場所

交通事業者の営業所や下に記載の地域センターで交換できます。

ニモカ 中央・西浦上・滑石・日見・東長崎地域センター

エヌタス 地域センター(高島除く)

ポイント交換イメージ

ポイント交換前

IC カード残高
1,300円
助成ポイント
3,500ポイント

ポイント交換

ポイント交換後

IC カード残高
4,800円
助成ポイント
0ポイント



バス・電車の運賃で3,500円利用したから、ポイント交換に行ってみようかな。



ポイント交換したらカード残高が増えて、バス・電車で利用できるわ。



利用券の有効期限は
3月31日☎まで

タクシーなどの利用券の有効期限が近づいていますので早めに利用しましょう。

来年度の交通費助成

高齢者交通費助成の事前登録
申し込みは2月29日☎まで
(令和6年度中に満70歳になるかた)

【ICカードでの助成を希望】

昨年10月から11月に届いた事前登録申込書に、ICカードのカード番号などを記入して、返送してください。

【タクシー利用券などでの助成を希望】

4月中旬頃に引換はがきを送付します。事前登録は不要です。

※障害者交通費助成の事前登録は必要ありません

問い合わせ あじさいコール(☎822-8888)

助成方法の変更申し込みは
2月29日☎まで

- ① ICカードでの助成からタクシー利用券などに変更
- ② タクシー利用券などでの助成からICカードに変更
- ③ 助成を受けるICカードの種類を変更

※2月29日☎以降は、①と③の変更はできません。②は令和6年度の引換はがき到着後も変更可。

申し込み 地域センターや地区事務所に変更申込書を提出

「平和への誓い」の代表者募集

調査課 ☎ 829-1147

平和祈念式典の「平和への誓い」では、長崎で被爆したかたが自らの被爆体験に基づく平和への思いを世界に向けて発信しています。今年式典で「平和への誓い」を読み上げるかたを募集します。家族や知り合いを推薦することもできますので、ぜひ応募してください。

対 象 次の全てを満たすかた

- ・長崎で被爆した（被爆者健康手帳の有無・居住地・国籍は問いません）
- ・これまでに核兵器廃絶、世界恒久平和の実現、被爆者援護の充実、被爆体験の継承などの活動に取り組んだ経験がある
- ・リハーサルと平和祈念式典に出席し、「平和への誓い」を読み上げることができる

申し込み 市ホームページ、地域センター、原爆資料館、調査課にある申込書と必要書類を提出

締め切り 3月29日(金)

その他 (選考) 市が設置する審査会で選定
※審査結果は、5月下旬に通知予定
(費用) 代表者の旅費は市が負担



昨年「平和への誓い」を読み上げた
工藤 武子さん

物価高騰で生活にお困りの世帯に7万円を支給します



あなたは家計急変世帯? ご確認ください

予期せず家計が急変し、「住民税非課税世帯相当」となった世帯へ給付金を支給しています。

家計急変世帯のかたには申請書を送付しますので、ご連絡ください。申請書は、市ホームページからもダウンロードできます。

【住民税非課税世帯のかたへ】

令和5年度分の住民税非課税世帯等の世帯主のかたには、1月に支給のお知らせ、または支給要件確認書を送っています。支給要件確認書が届いたかたは内容を確認し、必要事項を記載して返送してください。

締め切り 4月30日(火) **支給時期** 2月上旬から順次

市臨時特別給付金コールセンター ☎0120-095033
平日 午前8時45分～午後5時30分



◀詳しくはこちら

市立図書館でボランティアをしませんか

市立図書館 ☎ 829-4946

- 対象** 3月10日㊤か11日㊦の午後1時～3時にある研修会に参加できるかた
活動期間 4月～来年3月 **定員** 100人
申し込み 市立図書館 **締め切り** 2月26日㊦
その他 交通費の支給はありません。活動時は公共交通機関でお越しください。



種類	内容	活動日時
配架・書架整理	返却された図書館資料を棚へ戻し、整理整頓します。	休館日を除く日の 午前9時30分～午後8時の間で2時間程度
資料の整備	図書の新着や修理を行います。	装備：①～④の中から1つ選択 ①第1・3㊦ 午前10時～正午 ②第2・4㊦ 午後1時～3時 ③第1・3㊦ 午後1時～3時 ④第2・4㊦ 午前10時～正午 修理…㊦ 午前10時～正午
イベントサポート	図書館主催のイベントで、会場設営や誘導などを行います。	イベント設営日、開催日
出張読み聞かせ	幼稚園、保育園、学校や障害児施設などへ出張し、おはなし会をします。 絵本の読み聞かせなどの研修会を定期的に行います。	打ち合わせ、出張当日など

バス・路面電車運賃無料デー 3月10日㊤最終回

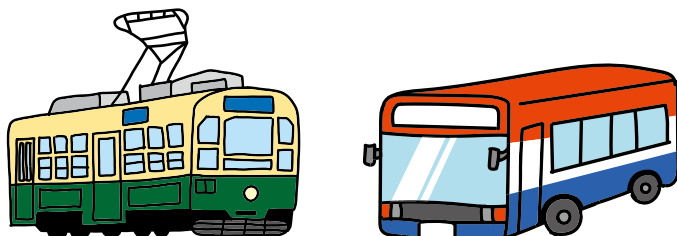
公共交通対策室 ☎ 829-1271

どなたでも何回でも無料で利用できるバス・路面電車運賃無料デー。
次は3月10日㊤最終回です。バス・路面電車を乗り継いで長崎を満喫しませんか。

- 対象** 市内を運行する路線バス、路面電車、コミュニティバス
 ※高速道路を経由する路線と雲仙線は除く
その他 運賃無料デーに乗りしたかたはアンケートにご協力ください
問い合わせ あじさいコール(☎ 822-8888)



りんご岩 (弁天白浜バス停で下車)



夫婦岩 (夫婦岩バス停で下車)

2月17日(土)の皇帝パレードに伴う交通規制

観光交流推進室 ☎ 829-1426

この日は当選者2万人が沿道を見守る中、長崎ランタンフェスティバルの一大イベント「皇帝パレード」が行われます。

マイカー自粛の協力を
お願いするニャ



規制区間	規制内容	規制時間
1 ~ 2 ~ 3	全面通行止め	9:00~16:30
4 ~ 5	全面通行止め	13:30~14:30
6 ~ 7 ~ 8	全面通行止め	9:00~17:00
9 ~ 10	全面通行止め	13:30~14:15
11 ~ 12 ~ 13 ~ 14 ~ 19	大波止方面片側車線通行止め	9:00~17:00
15 ~ 16	長崎駅方面片側車線通行止め	13:30~15:00
17 ~ 18	長崎駅方面片側車線通行止め	13:30~15:00

問い合わせ あじさいコール ☎822-8888

詳しくはこちら▶





健康・福祉



健康と福祉の講座・教室

いずれも参加無料。

講座名	期日	時間	場所	その他	
自死遺族のつどい	2/24 ^①	10:00~12:00	市民会館	対 大切な人を自死で亡くしたかた 申 電話 問 ①	
お手軽ウォーキング	よか・余暇・ウォーキングコース (7km)		2/29 ^②	香焼公民館集合	対 市民 定 30人 申 電話 締 2/15 ^③ 他 雨天中止 問 ②
	長崎公園周辺コース (2km)		3/5 ^④	諏訪神社一の鳥居集合	対 市民 定 30人 申 市ホームページ、電話 締 2/19 ^⑤ 他 雨天中止 問 ②

問い合わせ

①精神保健相談ダイヤル (☎ 829-1311)

②あじさいコール (☎ 822-8888)

新型コロナワクチンの無料接種は3月31日まで!

個別接種は医療機関によって接種期間が異なります。
詳しくは各医療機関にお尋ねを。

- ④** 次の全てを満たすかた
 - ・接種券を持っている
 - ・初回接種が済んでいる
 - ・生後6カ月以上
 ※春夏接種を受けたかたは、次の接種券が届き次第接種可能
- ⑤** オミクロン株 XBB.1 系統対応1価ワクチン
- ⑥** 集団接種は昨年12月で終了しました。
- ⑦** ワクチン接種コールセンター (☎ 0120-095827)
午前8時45分~午後5時45分 (①②③も対応)



最新情報▶

〈広告〉



定 あり 時 健康保険証（特定健診は国民健康保険証と受診券）
 申 けんしん予約センター（☎ 0120-611-711）※平日午前8時30分～午後5時15分
 他 定員に達し次第、受付終了。最新のけん診予定は、市ホームページで



日時	会場	国保	後期	がん検診		予約受付日
		特定健診	健康診査	大腸	前立腺	
3/8金	9:00～11:30	○	○	○	○	2/14※
	13:00～15:00					
3/12※	9:45～11:45	○	○	○	○	2/15※～2/16金
	13:15～14:45					

心 認知症の人と家族の会 （あじさい会）つどい

地域保健課 ☎829-1153

日 2月27日※ 午後1時～3時
 所 もりまちハートセンター 申 電話
 他 家庭介護の悩みなど電話相談は随時受け付け
 関 認知症の人と家族の会（あじさい会）
 （☎ 845-2180）

心 臨床心理士による こころの健康相談

地域保健課 ☎829-1153

日 2月15日※
 時 午前9時～、午前10時～、午前11時～
 所 市役所11階 相談室
 申 電話 他 家族からの相談も可
 関 精神保健相談ダイヤル
 （☎ 829-1311）

心 肺年齢測定と たばこに関する相談会

健康づくり課 ☎829-1154

喫煙の有無や症状に関係なく、定期的に肺機能の測定をしましょう。
 ※ 市民（肺年齢測定は40歳以上）
 日 2月18日※ 午前10時～正午
 所 小江原地区ふれあいセンター
 定 12人 申 電話 締 2月15日※

「ひきこもり」について相談してみませんか？

ひきこもりは、本人の怠けや親の甘やかしが原因ではありません。いつでも誰にでも起こる可能性があります。回復するには、時間をかけてエネルギーを貯めることと、理解してくれる人の存在が重要です。1人で悩まず、ぜひ相談してください。

相談先

- ・精神疾患や暴力などの悩み 精神保健福祉相談室（☎ 829-1311）
- ・経済、生活問題での悩み 市生活支援相談センター（☎ 828-0028）
- ・どこに相談したらいいかわからないかた
 北多機関型地域包括支援センター（☎ 801-2765）
 南多機関型地域包括支援センター（☎ 801-0711）

ひきこもり家族学習会

※ 6カ月以上ひきこもり状態のかたの家族 日 2月21日※ 午後2時～4時 所 市民会館
 〒 就労支援について知ろう 申 電話 関 精神保健相談ダイヤル（☎ 829-1311）

心 女性のための健康講座

アマランス ☎826-0018

更年期前後に現れる心身の不調の原因や対処法などを学びませんか。
 ※ 2回とも参加できる女性
 日 ①2月18日② 2月25日③
 時 午前10時～正午
 所 ①アマランス ②市民会館
 〒 ①更年期前後の不調と治療法
 ②心と体を楽にするストレッチ
 定 30人 関 無料
 持 ②はマットまたはバスタオル、室内シューズ
 申 市民会館ホームページ、電話、窓口
 締 2月17日±
 他 無料託児（2月10日±までに要申込）

〈広告〉



子育て



子育て講座・教室

当日は母子健康手帳を持参してください。

講座名	対象	期日	時間	場所	定員	期限	その他
親子の心の相談	小児科相談	2/21(水)	14:00~17:00	イーカオプラザ	3組	事前に	☑ 電話 ☎ ①
	精神保健相談	3/14(水)	14:00~16:00		2組		
両親学級	第1子妊娠中で34週未満の妊婦とパートナー	2/25(日)	9:30~11:30	東部地区 にこにこセンター	20組	2/14(水)	☑ 市ホームページ ☎ ②
		3/3(日)	10:00~12:00		15組	2/26(月)	☑ 電話 ☎ ③
食物アレルギー座談会	食物アレルギーがある子の保護者	3/5(火)	10:00~11:30	イーカオプラザ	-	3/4(月)	☑ 市ホームページ、電話 ☎ ④
離乳食教室	4~9カ月未満児の保護者	3/14(水)	13:00~15:00	浦上駅前 ふれあいセンター	12人	3/7(水)	☑ エプロン・三角巾・ 手拭きタオル ☑ 電話 ☎ ④

問い合わせ

①子育てサポート課 (☎ 829-1255)

②地域福祉課(中央) (☎ 829-1429)

③地域福祉課(東) (☎ 813-9001)

④あじさいコール (☎ 822-8888)

0歳からの
クラシックコンサート

文化振興課 ☎829-1235

小さなお子さんと一緒にコンサートを
楽しみませんか。

☑ 市内在住の未就学児と家族

☎ ①2月29日(水) 午後2時~3時

☎ ②3月17日(日) 午後2時~3時

☎ ①三和公民館 ②東公民館

☎ ①種口敬明(リコーダー)、池田祐
希(ファゴット)、内田誠(ピアノ)☎ ②中村卓士(ピアノ)、本多史佳
(フルート)、山口紗弥(ピアノ)

☎ 各40人 ☎ 小学生以上500円

☎ 「ながさき文化のひろば」ホーム
ページ

☎ ①2月15日(水) ②2月29日(水)

0歳からOK!
親子で楽しむ「観る童話」

文化振興課 ☎829-1235

子どもから大人まで夢中になれる童
話の世界を演劇で楽しもう。

☎ 市内在住か通勤・通学しているかた

☎ 3月17日(日)

☎ 午前11時~午後0時10分、午後3
時~4時10分

☎ 琴海文化センター

☎ ピノッキオの冒険、漁師とその女
房、浦島さん

☎ 各90人 ☎ 小学生以上500円

☎ 「ながさき文化のひろば」ホーム
ページ

☎ 3月1日(金)



©「王様の耳はロバの耳」(2021)

高校生世代の医療費助成の
申請はお済みですか?

こども政策課 ☎829-1270

子ども福祉医療費助成の対象年齢
が18歳になる年の年度末までにな
りました。申請すると昨年4月以降
に支払った医療費の助成を受ける
ことができます。☎ 医療機関ごとに1日800円・1
カ月1,600円を超える額、調剤
薬局は全額を支給☎ 支給申請書、医療機関の領収書
(原本)、健康保険証・子ども
福祉医療費受給者証の写しを
提出☎ 中学生以下のかたは、医療機関
に受給者証を提示するとその場
で助成を受けることができま
す。

〈広告〉

ひとり親のための 高等職業訓練促進給付金等制度

こども政策課 ☎829-1270

ひとり親がスキルアップのために養成機関で修業するときの生活費を支給しています。

- ☑ 次の全てに該当するひとり親のかた
 - ・児童扶養手当の支給を受けているか、同等の所得水準にある
 - ・養成機関で6カ月以上のカリキュラムを修業し、対象資格の取得などが見込まれる
- ☑ 申請以降の修業期間中、月額10万円（住民税課税世帯は月額70,500円）。修学の最後の年は支給額を4万円加算。詳しくは、イーカオで。



母子健康手帳を 夜間・休日に受け取れます

子育てサポート課 ☎829-1255

- ☑ ④ 午後5時30分～7時
2月17日⑤ 午前9時～午後5時
3月3日⑥ 午前9時～午後0時30分
- ☑ 子育てサポート課
- ☑ 市ホームページ、電話
- ☑ 休日は原則予約制



お知らせ

- 文化・教育
- スポーツ
- 平和
- まちづくり
- 税
- 暮らし
- その他

🏠 休日にマイナンバーカードを受け取れます

住民情報課 ☎829-1424

マイナンバーカードの交付や電子証明書の更新・新規発行をします。交付は要申し込み。

☑ 「マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書」が届いているかた、電子証明書更新（電子証明書の有効期限が3カ月未満）のかた

☑ 3月10日⑥ 時間は下記のとおり

☑ 市ホームページ、電話
(専用ダイヤル ☎829-1798)

☑ 3月1日⑦



地域センター	時間
中央	8:45～16:30
西浦上	9:40～17:40
東長崎	9:00～17:00
三和	9:00～12:00
琴海	

🏠 黄色ブドウ球菌の 食中毒を予防しよう

生活衛生課 ☎829-1155

黄色ブドウ球菌は、健康な人の3割の手指や鼻腔内にいます。特に化膿した傷に多く存在し、熱に強い毒素を作ります。食中毒の主な症状は激しい吐き気や嘔吐です。

サンドイッチやおにぎりなどを調理する時は、次のポイントに気を付けましょう。

予防のポイント

- ・調理前の手洗い
- ・調理器具の洗浄殺菌
- ・手に化膿した傷がある場合、手袋の着用



📎 長崎伝習所「塾」 企画審査会

市民協働推進室 ☎829-1125

☑ 2月12日⑧

☑ 応募数により変動します。詳しくは「長崎伝習所」ホームページで。

☑ 市役所2階 多目的スペース



🏠 国民年金保険料を お得に納付

住民情報課 ☎829-1137

通常、国民年金保険料の口座振替は翌月末ですが、当月末の振り替えとすることで割引になる「早割」があります。さらに、口座振替で前納（6カ月分、1年分、2年分）した場合は割引額が多くなり、大変お得です。また、現金・クレジットカード納付の場合も、前納すると割り引きされます。口座振替とクレジットカード納付での前納の申し込みは2月末までに。

☑ 長崎南年金事務所
(☎825-8705)

〈広告〉

Jアラート全国一斉 試験放送のお知らせ

防災危機管理室 ☎822-0480

Jアラート(国の緊急情報を防災行政無線などで発信するシステム)の動作確認のため、今年から年4回、防災行政無線で試験放送を行います。

☑ 日時などは、市ホームページをご確認ください。



🏠 3/1~3/7 春季火災予防運動

予防課 ☎822-0429

次のポイントに注意して、火の用心に努めましょう。

◆4つの習慣

- ・寝たばこはしない、させない
- ・ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ・こんろを使うときは、火のそばを離れない
- ・コンセントはほこりを取り除き、 unnecessary プラグは抜く

◆6つの対策

- ・ストーブやこんろなどは、安全装置の付いた機器を使用
- ・住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換
- ・火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、カーテンなどは防災品を使用
- ・消火器などを設置し、使い方を確認
- ・避難経路と避難方法を確保
- ・防火防災訓練への参加などにより、地域ぐるみで防火対策

ヘンリーの恐怖
出火体験を
見てみよう!



💰 令和6年度国民健康保険税の 申告は4月10日(水)まで

国民健康保険課 ☎829-1226

☑ 国民健康保険加入者と世帯主のうち、次のいずれかに当てはまるかた

- ①収入がない
- ②非課税の公的年金(遺族・障害年金など)のみを受給している
- ③給与・公的年金以外の所得があるが確定申告及び市・県民税の申告を期限までにしない
- ④確定申告及び市・県民税の申告をするかたの控除対象配偶者や被扶養者
- ⑤給与所得者で、勤務先から市役所へ給与支払報告書が出ていない
- ⑥給与所得者で、勤務先から市役所へ給与支払報告書は出ているが、ほかにも収入がある
- ⑦令和6年1月1日現在、住民票が長崎市になかった

☑ 申告が必要と思われる世帯には、1月下旬に申告書を郵送していますので、返送してください。※申告書が届いていない世帯でも申告が必要な場合があります。申告書は地域センター、国民健康保険課で配布。※申告しない場合、低所得世帯に対する国民健康保険税の均等割額、平等割額の7割・5割・2割の減額が受けられないことがあります。また、医療費が高額になった場合、患者負担限度額の判定ができないため、高額療養費の払い戻しができないことがあります。



〈広告〉

🏠 戸籍制度が変わります

住民情報課 ☎829-1137

3月1日(金)から戸籍の手続きがしやすくなります。

- ・本籍地以外の市区町村窓口でも戸籍証明書などを請求できるようになります。
- ・本籍地以外の市区町村窓口で戸籍の届出をする場合も、戸籍証明書などの添付が不要になります。

☑ 地域センターなど



詳しくはこちら▶

法務省

🏊 プールが利用できない日

スポーツ振興課 ☎824-3728

総合プール

☑ (水)、2月17日(土)・18日(日)

(50mプール利用不可) 2月16日(金)
午後5時~

☎ ☎ 845-1212

神の島プール

☑ (水)

☎ ☎ 865-2250



🏢 都市計画の変更に関する 説明会

土木企画課 ☎829-1415

都市計画道路滑石野田線の詳細な設計成果に伴う区域の変更について説明会を開催します。

☑ 2月15日(水) 午後7時~8時

☑ 滑石公民館

大募集

- 文化・教育
- スポーツ
- 平和
- まちづくり
- 税
- 暮らし
- その他

生活援助サービス従業者養成と現任者研修受講生募集

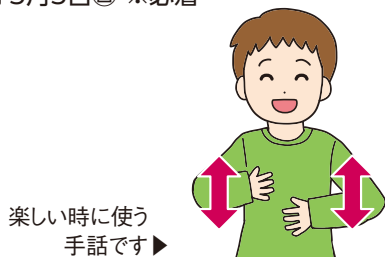
高齢者すこやか支援課 ☎829-1146
ヘルパーなどの資格がなくても2日間の研修を受講することで、サービス提供事業所で「掃除・買い物・調理・洗濯」などの仕事に従事できます。本研修の修了者も現任研修として再度受講できます。

① 16歳以上の市民（高校生を除く）
② 2月19日③・20日④ ※全2回
⑤ 午前10時～午後4時
⑥ 市役所 2階 市民利用会議室
⑦ 60人 ⑧ 無料 ⑨ 昼食
⑩ 市ホームページ、あじさいコール（☎822-8888）
⑪ 2月11日⑫



手話通訳者養成講座

障害福祉課 ☎801-4202
⑬ 18歳以上（高校生、子ども連れ不可）
⑭ 4月11日～来年3月6日の⑮
⑯ 昼の部…午前10時～11時45分
夜の部…午後6時45分～8時30分
⑰ もりまちハートセンター
⑱ ①入門課程 ②基礎課程 ③通訳I
⑲ ①各40人 ②各30人 ③各20人
⑳ テキスト代必要
㉑ ①3,300円 ③5,060円
㉒ 往復はがきに住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号・希望コースを書いて、県ろうあ協会長崎支部（〒852-8104 茂里町 2-41）へ。
㉓ 3月3日⑴ ※必着



長崎市民演劇祭

文化振興課 ☎829-1235
演劇の魅力に触れてみませんか。
⑵ 3月17日⑶午後3時～、20日⑷午後2時～・午後3時10分～、23日⑸午後6時～、24日⑹午後4時～
⑺ チトセピアホール
⑻ 未就学児無料
小学生～高校生 500円
一般 1,500円（当日券 1,800円）
2 演目鑑賞チケット 2,000円（200枚限定）
⑽ 長崎市民演劇祭実行委員会（☎823-9373）

出演団体・演目はこちら▶



市民農園の利用者募集

農業センター ☎830-1124

① 期間中、管理できる市民
② 4月1日③～来年3月31日④
※継続可
⑤ はがきか FAX（830-1124）に住
所、氏名、電話番号、希望の市民
農園名を書いて、農業センター
（〒851-0113 戸石町 34-2）へ。

名称	面積（1区画）	利用料
平山市民農園	約 20㎡	3,000円
琴海赤水ふれあい農園	約 30㎡	5,000円
三重市民農園		200円
高島市民農園		



〈広告〉

🔊 附属機関などの委員を募集します

各問い合わせ先

いずれも、

☑ 次の全てを満たすかた

- ・20歳以上の市民か、市内に通勤・通学している
- ・本市の他の附属機関などの委員ではなく、申し込みもしていない
- ・公務員、議員ではない

☑ (審議)年数回

☑ 市ホームページ、地域センター(中央除く)、応募先にある応募用紙とテーマに沿った小論文を提出

◆長崎市市民力推進委員会

☑ (任期)6月28日～令和8年6月27日

☑ わたしが考える市民力。協働の推進について

☑ 若干名 締 3月6日☑

☑ 市民協働推進室 (☎ 829-1125)

◆長崎市都市交通審議会

☑ (任期)5月9日～令和8年5月8日

☑ 長崎市の交通施策への提案

☑ 若干名 締 2月29日☑

☑ 土木企画課 (☎ 829-1415)

◆長崎市公民館運営審議会

☑ (任期)5月1日～令和8年4月30日

☑ 行ってみたいくなる公民館について

☑ 1人 締 3月15日☑

☑ 生涯学習企画課 (☎ 829-2044)

◆長崎市景観審議会

☑ (任期)4月24日～令和8年4月23日

☑ わたしの住みたいまち～景観や屋外広告物をととしたまちづくり～

☑ 2人 締 3月8日☑

☑ 景観推進室 (☎ 829-1177)



🔊 ご意見を募集します (パブリックコメント)

生活衛生課 ☎829-1155

長崎市食品衛生監視指導計画(案)

☑ 市民か市内に通勤・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

☑ 市ホームページ、地域センター(中央除く)、市役所1階市政資料コーナー、生活衛生課

☑ 閲覧場所にある意見書を提出

☑ 3月1日☑



🔊 伊王島リゾート公園の桜を引き取りませんか

土木総務課 ☎829-1162

公園内の桜の撤去と移設を検討しています。引き取りを希望するオーナーはご連絡を。

☑ 平成11年以降に伊王島リゾート公園の桜のオーナーをしていたかた

☑ 長崎県伊王島リゾート公園

☑ 電話、FAX(829-1229)

☑ 3月31日☑



市役所のさまざまな場所で広告を募集中!

広報広聴課 ☎829-1114

市役所1階にあるサイネージやエレベーター内などの広告を募集しています。ぜひご検討ください。

掲載期間や価格など、詳しくは市ホームページでご確認を。



▲市ホームページ

〈広告〉

まちかど **ミニ情報**

長崎県の特定最低賃金改定のお知らせ

「はん用機械器具等製造業」「電子部品・デバイス等製造業」「船舶製造・修理業等」は最低賃金の改定がありませんでしたので、昨年10月13日から長崎県最低賃金898円が適用されています。詳しくはお尋ねを。

☎ 長崎労働局賃金室
(☎ 801-0033)

岡田甲子男記念奨学財団 奨学生募集

対象者は、大学生(大学院生含む)・短大生(高等専門学校生含む)・専修生で貸与月額が5万円(高等専門学校生1~3年は3万円)。

📅 2月21日☎~4月22日☎
☎ 同財団 (☎ 0956-24-0011)

市民公開講座 がんフォーラム
がんについてタレントの堀ちえみさんが講演します。

📅 3/2 ☎ 13:00 ~
📍 長崎ブリックホール 📄 無料
☎ 長崎原爆病院 (☎ 847-1511)

**女性アスリートのための
メディカルチェックアンケート**

女性アスリートのかたが心身の悩みを相談できる窓口を開設するために、アンケートへ協力をお願いします。

📄 長崎県スポーツ協会ホームページ
☎ 同協会 (☎ 845-2083)



**公用車に広告掲載
しませんか**

経理課 ☎829-1204

上下水道局が所有する公用車への広告を募集します。多くの人の目に触れるため、宣伝効果が期待できますよ!

📄 法人や個人事業主
📄 月額 3,410 円 (税込)



図書館の催し 📄 無料 📄 不要

今月のおすすめ本

上映会「ヤコブへの手紙」

📅 ① 2月16日☎ ② 2月26日☎

📄 ①②午後2時~3時15分

①午後6時~7時15分

📄 各120人

おはなし会 (小さい子)

📄 2~4歳くらい

📅 2月22日☎

午前11時~11時30分

おはなし会 (大きい子)

📄 4歳くらい~

📅 2月18日☎、3月3日☎

午後2時~2時30分

俳句ポスト

お題「早春」

📅 2月29日☎

「大胆推理!ケンミン食のなぜ」

阿古真理 / 著 亜紀書房

生活史研究家の著者が、日本各地に根付くさまざまな食文化を紹介するエッセイです。「東京人はなぜ讃岐うどんを愛するのか?」「大阪人はなぜミックスジュース好きなのか?」「カステラはなぜ、江戸時代の日本に根付いたのか?」といった疑問を投げ掛け、独自の視点で推理します。



問い合わせ
市立図書館 ☎829-4946

2/27^火~7/7^日



没後50年企画「筆をかついで〜清水崑の軌跡〜」

中の茶屋にある展示館へ
ぜひお越しください!



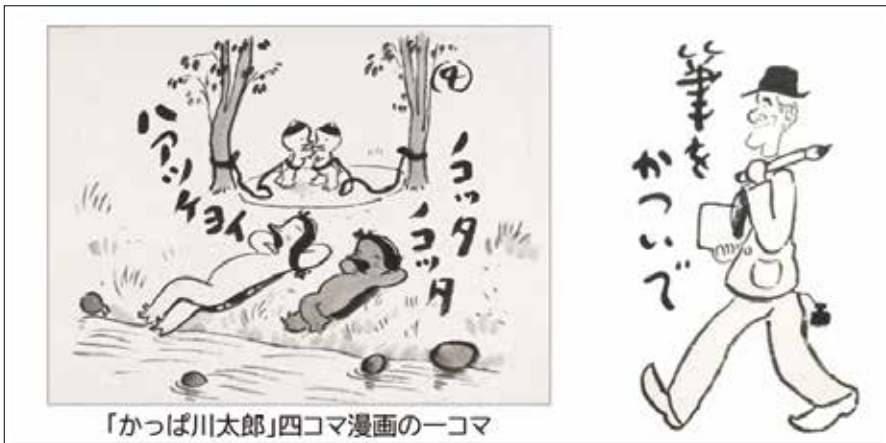
漫画家
清水崑

かっぱ漫画で有名な長崎市出身の漫画家 清水崑。似顔絵や政治漫画、本の挿絵など幅広い分野で活躍した生涯の軌跡をたどります。

時 午前9時~午後5時 所 清水崑展示館
費 小中学生50円、一般100円
問 ☎827-6890

EVENT PICK UP

注目イベントを紹介!



「かっぱ川太郎」四コマ漫画の一コマ

2/18^日 長崎学研究発表会



長崎学を研究する若手研究者が今年度の研究成果を発表します。

時 午後1時~3時45分 所 歴史文化博物館
定 会場120人、オンライン30人
申 市ホームページ、あじさいコール (☎822-8888)、FAX
締 (会場) 事前に (オンライン) 2月13日☎ 問 長崎学研究所 (☎818-8388)

2/17^土 緊急時に役立つ!
子どもを守る救急救命講座



子どもへの胸骨圧迫のやり方やAEDの使い方などを学びませんか。参加者にはオリジナルエコバッグをプレゼント!

時 午前10時~正午 所 市民会館 定 20人
申 市民会館ホームページ、電話、窓口 締 2月15日☎
問 無料託児 (2月10日☎まで) 要申込 問 アマランス (☎826-0018)

〈広告〉

チャレンジサイエンス



2/17・18 日

するするアニマル



2/23・24・25 日

カライドサイクル



3/2・3 日

とびだすメッセージカード



3/9・10 日

ふわふわライダー



身近な材料を使った簡単で楽しい工作をやってみよう！

いずれも 対象 1歳～中学生 ※小学生以下は保護者同伴

時間 午前11時～、午後2時～、午後3時～ 場所 科学館 定員 各24人 費用 無料

他 各15分程度、10分前から受け付け 問い合わせ 842-0505

2/25 日 ガラコンサート



実力派と長崎の若手アーティストによるスペシャルコンサート

時間 午後3時～5時 場所 長崎ブリックホール

費用 大学生以下500円 一般2,000円 ※当日券500円増

他 ローソンチケット(Lコード 82054)などで販売

問い合わせ 文化振興課 (829-1235)

2/23 日 女子サッカーを通して考える平和
～WEリーグがめざす多様性社会～



ウィーリーグ
WE LEAGUE チェア
高田春奈氏

高田春菜さんと一緒にジェンダーの問題を通して平和について考えます。

時間 午後1時30分～3時 場所 原爆資料館

他 オンライン可(前日までに要申込)

問い合わせ 核兵器廃絶長崎連絡協議会 (819-2252)


〈広告〉

EVENT PICK UP

3/2[±]・8^金・16[±] 若者向け
芸術文化体験 



日本の伝統文化「茶道」に触れてみよう。初心者のかたも大歓迎！
対 市内在住か通勤・通学している高校生～30代
時 午後7時～8時10分（16日は午後8時45分まで）**所** ダイアゴナルラン長崎
定 各15人 **費** 500円 **申** 「ながさき文化のひろば」ホームページ
締 2月16日^金 **問** 文化振興課（☎829-1235）

① 3/2[±] ダンスワークショップ 
 ② 3/10^日 ①親子ダンス ②フィーリングアートダンス



対 市内在住か通勤・通学している ①3～6歳とその保護者 ②小学生以上
時 ①午前11時～正午 ②午後2時～3時30分 **所** 長崎ブリックホール
定 ①30人 ②20人 **費** ①300円 ②500円
持 上履き **申** 「ながさき文化のひろば」ホームページ
締 2月20日^火 **問** 文化振興課（☎829-1235）

3/2[±] 生ごみ堆肥化体験会 



段ボールとばかしを使って処理した生ごみを、畑やプランターに利用する手法を体験します。
対 市内在住か通勤・通学しているかた **時** 午後1時30分～3時30分
所 上長崎地区ふれあいセンター **定** 30人
申 電話 **締** 2月22日^水 **問** 廃棄物対策課（☎829-1159）

3/2[±] 朗読と音楽の調べ 



被爆体験記の朗読と音楽がコラボレーション。平和を考えるきっかけにしてみませんか。
時 午後2時～3時 **所** 長崎原爆死没者追悼平和祈念館
テ ～明日へと続く平和を願って～「遠い遠い遠い夏の日」から
定 60人 **問** ☎814-0055

〈広告〉

3/9^土

しまめぐり^{すごろく}双六 IN 高島



高島をさるいて満喫。昼食は高島のトマトを使ったカレー！
 時 午前10時～午後2時 所 高島港ターミナル横集合
 定 30組(1組5人以内) 費 小学生以上1,000円(昼食付き)
 申 メール、はがき、FAX 締 2月25日^日 ※必着 他 18歳未満は保護者同伴
 問 高島地域センター (☎896-3110)

3/3^日

原爆遺跡・慰霊碑巡り



座学の後、赤城墓地・浦上天主堂旧鐘楼・山里小などを巡り、被爆当時の様子について学びます。
 対 市民 時 午前10時～正午
 所 山里地区ふれあいセンター集合 他 雨天中止
 問 長崎平和推進協会 (☎844-9922)

3/17^日

香焼チューリップまつり
 ～オープニングイベント～



約4万本の色とりどりのチューリップに彩られた香焼に遊びに来ませんか？ 出店もありますよ。
 時 午前10時～午後3時 所 香焼町安保地区チューリップ畑
 他 開花期間中は会場周辺に臨時駐車場あり
 問 香焼チューリップまつり実行委員会 (☎871-4111)

3/9^土

教えて！漁師さん
 ～作ろう！マイ丼～



漁師さんから長崎の魚や漁業の仕事を学んだ後、魚を自分でさばいてオリジナルの海鮮丼を作りませんか。
 対 市内に通学する小中学生とその保護者 時 午前10時30分～午後1時
 所 市民会館 定 12組 費 1人250円 申 市ホームページ
 締 2月15日^日 問 水産農林政策課 (☎820-6568)

〈広告〉

20火～ 22水	 はあと屋販売会 in 市役所	10:00～16:00	市役所2階 多目的スペース	障 障害福祉課
22水 29水	 ラインからはじめるスマホ講座	10:00～12:00	南公民館	定 16人 持 スマートフォン 申 市ホームページ、往復はがき、 窓口(はがき持参) 締 2/13火 ※必着 問 ☎825-0295
27火	 ゆうこう晩餐会	19:00～21:00	ホテルニュー長崎 「ハイドレンジャ」	定 30人 費 18,000円 申 電話 締 2/20火 問 ☎828-7226
3月	イベント	時間	場所	その他
6水	 官民協働企画講座 「ワークライフバランス」with長崎 ～長崎市男女イキイキ企業表彰事業所 のその後～	18:30～20:30	アマランス	定 40人 申 市ホームページ、電話、窓口 締 3/5火 他 無料託児(2/21水までに要申込) 問 人権男女共同参画室
8金～ 10日	 市民いけばな展	10:00～18:00 (10日は17:00まで)	長崎ブリックホール	問 長崎国際文化協会 ☎822-2366
9土	 国際女性デー2024 @アマランス記念講演会	13:30～15:30	アマランス	定 30人 申 市民会館ホームページ、電話、窓口 締 3/8金 他 無料託児(3/2土までに要申込) 問 ☎826-0018
23土	 日吉里山ウォーク ～オリエンテーリングコースを回り 春の自然を楽しもう～	9:00～16:00	日吉自然の家	定 15組 費 3歳以下100円、一般500円 持 昼食 申 日吉自然の家ホームページ、往復はがき 締 2/25日 ※必着 問 ☎824-5017

あじさいコール



長崎市コールセンター

☎ 822-8888

市役所の手続きやイベントなど、さまざまな
問い合わせにお答えします。専門的な内容
は担当課へおつなぎします。

8:00～20:00 (年中無休)

よくある質問と回答は



長崎市ワクチン接種 コールセンター

☎ 0120-095827

8:45～17:45 (土・日・祝を含む)

接種券や接種時期、接種できる医療機関など

救急・災害情報

休日・夜間当番医案内

☎ 825-8199



災害情報

☎ 050-5530-9909

防災行政無線情報

☎ 050-5530-9908

指定避難所
開設・混雑情報



長崎市
防災メール



防災行政無線
情報



人口の動き

人口 392,685人
(前月比-427人)

男 181,309人
(前月比-180人)

女 211,376人
(前月比-247人)

世帯 186,264世帯
(前月比-125世帯)

令和6年1月1日現在

令和2年国勢調査に基づく
推計人口・世帯数を紹介

イベントカレンダー

対象 定員 費用 持参 申込み 締め切り その他 問い合わせ

市ホームページ



詳細は市・各施設のホームページか
あじさいコール(☎822-8888)へ

健康・福祉、子育てに関するイベントは「暮らしのお知らせ(18~21ページ)」をご覧ください。

2月	イベント	時間	場所	その他
10 ^土 ~ 12 ^休	スターシップフェスタ ~わくわくサイエンスまつり~	10:00~16:00	科学館	☎ 842-0505
10 ^土 ~ 3/17 ^日	巡回パネル展 ~海と生きものとわたしたち~	9:30~17:00		
14 ^水	パノラマビュー“グラバー園” &ランチビュッフェ	9:20~12:30	四海楼前集合	定 15人 費 3,900円(保険料含む) ☎ 電話 締 2/11 ^祝 17:00 他 65歳以上は500円引き ☎ 案内役 小島氏 ☎ 090-5387-0366
15 ^木	プラネタリウム ~懐かしの名曲選(CD)~	11:00~11:40	科学館	定 200人 費 3歳~中学生260円、一般520円 60歳以上の市民は無料(要身分証) ☎ 842-0505
17 ^土	長崎おもちゃ病院 ~壊れたおもちゃを無料で診察・修理します~	10:00~16:00	上長崎地区 ふれあいセンター	☎ 部品代がかかる場合あり 他 受け付けは14:00まで ☎ 廃棄物対策課
①19 ^月 ②26 ^月 ③28 ^水	国際交流員による国際理解講座 ①チョコをあげなくてもいい??アメリカ のパレンタインデー ②中国の祝祭日 ③韓国人物シリーズ(2)! カン・ヒョンウク とワンちゃん	18:30~19:30	市役所2階 多目的スペース	☎ 国際課
20 ^火	ラウンジコンサート	19:00~21:00	長崎ブリックホール	☎ 842-2002

? 各種相談

(相談日が^土^日^祝の場合は事前に確認を)

市民相談窓口(市役所1階) ☎ 829-1231 ●一般・市政 月~金 8:45~17:30 ●交通事故 月~金 9:00~12:00/13:00~16:00 ●弁護士法律 月・火・木 ●国税 毎月5日 ●登記 火 ●不動産 金(第5金は除く) ●住宅増改修・マンション管理 第2 ^祝 ※相談時間は13:00~16:00(1人20分) ※事前予約は前週月から電話か窓口で。 弁護士法律の当日受付は11:30までに 窓口で。弁護士法律以外の当日受付は 15:40までに窓口で。 ※事前予約、当日受付とも定員あり	生活の困りごと ☎ 828-0028 生活支援相談センター 月~金 9:00~17:00	人間関係の悩み ☎ 826-4417 アマランス相談 ●一般 毎日10:00~12:00/13:00~16:00 ●夜間 ^水 18:00~20:00 ●弁護士法律(要予約) 金13:00~16:00(2/23を除く) ●心の健康(要予約) 2/22 ^木 、3/7 ^水 13:00~16:00	
	消費生活 ☎ 829-1234 消費者センター 10:00~17:00 (月休業。 ^祝 の場合は直後の平日)	子育てに関する悩み ☎ 822-3725 こども・子育てイ・カオ相談 月~金 8:45~17:30	コロナ禍の女性の悩み ☎ 0120-224-416 女性相談サポートセンター 月~金 9:00~17:00
	犯罪被害者等支援 ☎ 829-1211 自治振興課 月~金 8:45~17:30		



人の役に立ちたいあなたへ

消防団員 募集

若者・女性 大歓迎!!

消防団協力事業所も募集中!!

問い合わせ
消防局予防課 ☎ 822-0425



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 長崎市魚の町4-1 発行日 令和6年2月1日 印刷 (株)インテックス