

広報

9

令和8年(2026年)

No.908

市のSNSはコチラ



Nagasaki City

ながとさき



人とまちをつなぐ長崎市まると情報紙

分けようプラスチック、
広げようリサイクル。



主な記事の内容

特集 プラスチックごみを分別しやすく、生かしやすく!

P.12 部活動の地域クラブ移行

P.13 認知症の方が安心して暮らすために

(折り込み)

マイナンバーカード特集号

プラスチックゴミを 分別しやすく、 生かしやすく!



問い合わせ
資源循環課
☎ 829-1159

私が詳しく
紹介していきます!



資源循環課 小島さん

私たちの日々の生活から生まれるごみ。その中には、新たな製品の原料となり、再び資源として活用できるものがたくさんあります。ですが、資源として活用するためには正しい分別が欠かせません。

これまでのプラスチックごみの分別は素材が似ていても分別方法が異なるものがあり、「分別が難しい」と感じる場面もあったのではないのでしょうか。

4月から一部地域で先行的に「プラスチック一括回収」を実施しました。10月から市内全域で開始します。これまでより分別しやすくなり、さらに多くのプラごみが資源として活用できるようになることが期待されます。

この特集では、プラごみの新しい分別方法や、回収されたプラごみが再資源化されるまでの流れなどについて紹介します。この機会に、ごみを「捨てるもの」ではなく「資源」として見つめ直してみませんか。

別々に回収していた「プラスチック製容器包装」と「プラスチック製品」を、まとめて資源として回収する仕組みです。市ではこれまで、プラマークが付いたボトル容器やパック容器などは「プラスチック製容器包装」、バケツやハンガーなどのプラスチック製品は「燃やせるごみ」として回収していました。

これらを一括してプラごみとして回収することで、分別がより分かりやすくなり、資源として活用できるプラごみも増えることが期待されています。



プラスチック 一括回収とは

プラスチック一括回収では、
何をまとめて回収するのか
紹介します!



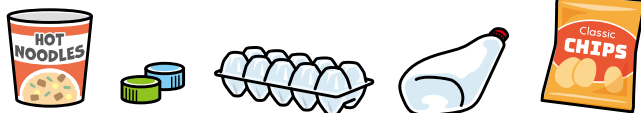
／プラごみの分別方法が簡単に！／

一括回収が始まることで分別方法はどう変わるのでしょうか。対象となるプラごみを図で分かりやすく説明します。新しい分別方法を確認しましょう。

詳しくはこちら▶



プラスチック製容器包装

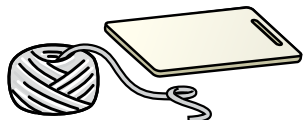


燃やせるごみに入れていたプラスチック製品



まとめて黄色の「プラスチックごみ」の指定袋に！
今までの「プラスチック製容器包装」の袋も使えます。

⚠ 注意！



厚さ5mm以上のまな板や、50cm以上の長いひものようなものなどは、機械が碎ききれなかったり絡まったりするため、**燃やせるごみ**に捨ててください。

説明会を行います！

プラスチック一括回収について、分別方法やプラごみとして捨ててはいけないものなどを詳しく説明します。分別に不安がある方はぜひ参加してください。

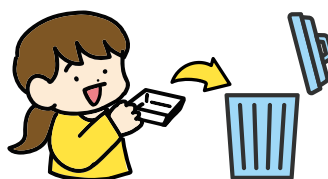
開催日 9/12(土)

時間 14:00～15:00

19:00～20:00

場所 市役所7階 大会議室

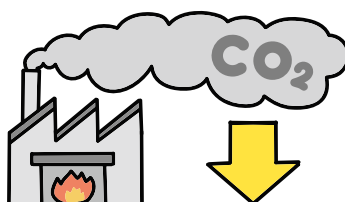
一括回収のメリット



まとめて回収することで分別が簡単に！



資源化できるプラごみが増加



燃やせるごみを減らしてCO₂排出量を削減

回収されたプラごみはどのように資源へと生まれ変わるのでしょうか。その役割を担っているのが、3月に開設された工場「N LOOP」です。この工場で選別・加工され、資源として生まれ変わります。ここではプラごみがリサイクルされる流れを紹介します。

選別は手作業でも行っています。袋を2重にしたり、ハサミなどの危険物を入れたりしないように注意してください。



③ 機械選別



磁力や風力などを利用して、種類や重さなどに応じた選別を行います。

④ 圧縮梱包・砕いて加工



梱包後



フレーク状のもの

選別されたプラごみは、出荷しやすいように圧縮して梱包したり、再利用しやすいように砕いてフレーク状に加工したりします。

その他のごみの捨て方



古紙

新聞・折り込みチラシ、雑誌・本、段ボール、飲料用パックは、種類ごとにひもで縛って回収に出してください。また、燃やせるごみで出しがちなお菓子の紙箱や包装紙などの雑紙ざつがみも古紙としてリサイクルできます。雑誌などに挟むか、紙袋や透明の袋に入れて回収に出しましょう。

リチウムイオン電池

リチウムイオン電池やモバイルバッテリーなどは捨て方を間違えると大きな火災につながる恐れがあります。家電量販店のほか、市役所や地域センターで無料回収をしているので、持参してください。

【場所】市役所 1 階 14 番窓口、資源循環課、地域センター



火災が起きた収集車

プラごみが資源になるまで

① 袋を破る



ごみ袋を破って中身を取り出し、選別しやすい状態にします。

② 目視で選別



作業員が目視で確認し、異物や危険物を取り除きます。

⑥ リサイクル



かごやハンガー、燃料などにリサイクルされます。

⑤ 出荷



加工したプラごみを資源として出荷します。

環境にやさしい取り組みをPick up!

ごみを減らし、資源を有効に活用するための取り組みはごみの分別以外にもたくさん。家で余りそうな食材を提供したり、マイボトルを持ち歩いたりするなど、できることから始めてみませんか。

フードドライブ

家庭で余っている食品を回収し、福祉団体など必要としている人へ届ける取り組みです。食品ロスの削減につながります。

対象 消費期限まで1カ月以上あり、常温保存が可能な食品

場所 ①資源循環課 ②サステナプラザながさき

日時 ①平日 8:45～17:30

②火～土 10:00～18:00、日 9:00～14:00

マイボトル用冷水器

市役所1階にはマイボトル用の冷水器を設置しています。マイボトルを持ち歩くことはペットボトル廃棄数の削減にもつながります。



人を思う心が平和につながる

―被爆81周年長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典―



平和への決意を

世界へ発信

1945年8月9日、長崎に一発の原子爆弾が投下され、その年のうちに約15万人の方が死傷しました。あの日から81年。被爆者の平均年齢は86歳を超えています。

平和公園で執り行った被爆81周年平和祈念式典には、2600人の方が、屋内会場の原爆資料館ホールと出島メッセ長崎にも1190人の方が訪れました。合わせて98か国が参加し、原爆で亡くなった方を慰霊し、世界平和を祈りました。

鈴木市長は「平和宣言」で核兵器を取り巻く国際情勢への強い危機感を示し、人間の命も尊厳をも破壊する核兵器は人類と決して共存できない「絶対悪」だと訴えました。また、他者の痛みを理解する心が平和の原点であると呼び掛けるとともに、すべての国の指導者には多国間主義と法の支配を早急に取り戻すことを、日本政府には憲法の平和理念と非核三原則の堅持や被爆者援護の充実などを求めました。そして、被爆者の思いを未来へ受け継ぎ、長崎を最後の被爆地とするため、核兵器廃絶と世界恒久平和の実現に向け歩み続ける決意を表明しました。

9～11月は平和の文化 キャンペーン期間

問い合わせ 平和推進課 ☎ 844-9923

日常の中で平和について考え、行動する「平和の文化」。芸術やスポーツなどのさまざまな分野を入口とした、平和に関するイベントに参加してみませんか。



長崎平和祈念国際音楽祭 2026

世界平和への思いを音楽にのせて発信するコンサートです。県内外の約200人で構成されたオーケストラと合唱団がベートーヴェンの「第九」などを披露します。

対象 小学生以上

日時 9/21 (祝) 15:00～17:10

場所 ベネックス長崎ブリックホール **費用** 1,500円

申し込み オンライン、メトロ書店 長崎本店、絃洋会楽器店、フラワーメイトでチケットを購入

問い合わせ 事務局 (☎ 03-6555-8827)



詳しくはこちら▶



お手軽ウォーキング ～被爆地長崎平和の祈りコース～

原爆落下中心地碑周辺や一本柱鳥居などを通るコースです。被爆遺構を巡りながら、平和について考えてみませんか。

日時 11/19 (土) 10:00～12:00

場所 市営陸上競技場

申し込み 市ウェブサイト、電話

締め切り 11/5 (木)

問い合わせ あじさいコール (☎ 822-8888)



長崎平和宣言（骨子）

- ・故・吉田勝二氏の体験に基づく被爆の実相
- ・国際社会の相互不信と対立・分断、大国の「力による支配」、ウクライナや中東での紛争、核軍縮に逆行する動きといった状況が招いている悪循環
- ・核抑止論への批判と、核兵器は絶対悪であり、人類と共存できないことの訴え
- ・地球市民に対し、平和な世界をつくるため、相手の立場や苦しみに心を寄せ、分かり合おうと努力しながら、行動を起こすよう呼びかけ
- ・すべての国の指導者に対し、国連憲章の理念に基づく多国間主義と「法の支配」の早急な回復の要請
- ・核保有国と核抑止力に依存する国の指導者に対し、核兵器不拡散条約（NPT）義務履行の要請
- ・日本政府に対し、核兵器禁止条約再検討会議への参加、憲法の平和理念と非核三原則の堅持、緊張緩和と軍縮に向けた外交の強化、被爆者援護の充実と被爆体験者救済の要請
- ・原爆及び戦争犠牲者への追悼、被爆の記憶と被爆者の思いの継承、核兵器廃絶への決意表明



▲献水の様子



▲平和への誓いを述べる被爆者代表の本村チヨ子さん



7/26 (日)

一糸乱れぬ海上の熱い戦い!

長崎の夏の風物詩「長崎ペーロン選手権大会」。市内外の24チームが長崎港を舞台に熱戦を繰り広げました。選手たちは息の合った力強いかいさばきで、一致団結してゴールを目指しました。会場には太鼓やドラの音が鳴り響き、沿岸からは観客の熱い声援も。今年は一般の部で「野母崎」が史上最多の5連覇を果たしました!



7/29 (水) 見て、触れて、学んで。目指せペンギン博士!

長崎ペンギン水族館で「ペンギン研究会」を開催しました。参加したこどもたちは、ペンギンの特徴や生態について学びながら、自分だけのペンギン図鑑づくりに挑戦。観察を通して気付いたことをまとめ、理解を深めました。また、ペンギンタッチングは、羽に触れたり、体のつくりを間近で見学したりできる貴重な機会となりました。



7/29(水) 熊本地震の被災地を支援

7月28日(火)に発生した令和8年熊本地震では、市内でも震度4の大きな揺れを観測しました。熊本地方を震源とする大規模な地震により、多数の尊い命が奪われ、今もなお多くの方が避難所での生活を余儀なくされています。市は、被災地へ職員や給水車を派遣し、被災された方の支援を行っています。



7/17(金) こどもたちへ本の贈り物

本田商會株式会社の本田文昭氏から、児童書など839冊(約140万円相当)の本の寄贈を受けました。この取り組みは、次世代を担うこどもたちの健やかな成長と豊かな心を育むことを目的に続けられていて、今回を含め、寄贈冊数は累計7,561冊となりました。寄贈された本は、子育て支援センターや児童館などで読むことができ、多くのこどもたちが本に触れるきっかけとなっています。

8/1(土)・2(日)・22(土)・23(日) 中島川沿いで夏を満喫



眼鏡橋周辺で「長崎夜市」を開催。ライトアップされた約200個のちょうちんが中島川を照らし、幻想的な雰囲気に包まれました。ステージイベントでは音楽ライブなどがあったほか、会場には焼き鳥やかき氷、昔ながらのラムネなどの出店が並び、大にぎわい。浴衣姿の若者や家族連れなど多くの来場者が夏の夜のひとときを楽しみました。

—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

『竹林整備を持続可能にする』挑戦

プロジェクト
放置竹林拡大防止PJT 代表
兵働 昭仁さん

トライ年表

2020年2月	2022年10月
・ウェブ・動画制作で独立	・放置竹林拡大防止PJT設立
2021年8月	2023年4月
・竹林整備開始	・たけのこ地産地消便開始
2021年10月	2025年4月
・無煙炭化器を利用した	・純国産メンマプロジェ
ポラス竹炭生産開始	クト参加

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。市ウェブサイトかはがきでご応募ください。



PJTウェブサイト▶

カステラちゃんねる▶

眠っていた竹に、新たな価値を

「放置竹林拡大防止PJT」を設立し、放置竹林の整備を通して竹資源の活用に取り組んでいる兵働さん。現在は約8000平方メートルの竹林を数名の仲間とともに整備しています。

きっかけは、「SNSで発信を続けられるテーマを持ちたい」と考えたことでした。代々受け継がれてきた山林の管理が行き届かなくなっていたことに気づき、整備を開始。その様子をYouTube「カステラちゃんねる」で発信する中で、放置竹林の課題や竹の可能性を知り、次第に活動にのめり込んでいきました。

現在は、竹林整備に加え、



竹を無駄なく生かす取り組みを進めています。採れたてのタケノコを当日中に下ゆでし、市内近郊の希望者へ届ける「たけのこ地産地消便」、国内消費量の約9%を輸入に頼るメンマを純国産化することを目指すプロジェクトへの参加、そして土壌改良や消臭などに役立つ「ポラス竹炭」の製造・販売など、タケノコから枯れ竹まで余すことなく活用しています。

活動を続けるには、まずは竹の価値を知ってもらうことが欠かせないと考える兵働さん。「竹は厄介者ではなく、丸ごと生かせる貴重な資源。その価値を多くの人に知ってもらいたい」と話します。今後は、竹林整備体験やワークショップなどを通して、竹の魅力を広く伝えていきたいそう。

兵働さんは活動に参加する仲間を募集しています。まずは竹林整備体験から始めてみませんか。詳しくはウェブサイトで。

「挑戦」に不可欠なものは?

無煙炭化器

煙や臭いを抑えることで近隣や周囲の環境に配慮しつつ、枯れ竹を安全に炭化処理できます。そうして生まれる「ポラス竹炭」は、無数の細かな空洞に有用な微生物がすみ着くため、土壌改良をはじめ消臭や調湿といったさまざまな用途に活用できます。





作り方

- ① 米をとぎ、ザルに上げて、水分をよく切る。
- ② ①と★を炊飯器に入れて、10分程置く。
- ③ ゴボウをさがきにして、ボウルにためた水に30秒さらし、あくを抜く。油揚げを細切りにする。これらを②に入れる。
- ④ レンコダイの切り身にキッチンペーパーをあて、水分を軽く拭き取り、②に入れて炊く。
- ⑤ ④を茶碗に盛り、三つ葉を乗せたら完成。

家族で話そう、一緒に食べよう
毎月19日は『食卓の日』



じげもん レシピ

メニュー

レンコダイの炊き込みご飯

材料(3人前)

- | | |
|----------------|---------------------|
| ・米……………2合 | ・ゴボウ……………50g |
| ・水……………360g | ・油揚げ……………1枚 |
| ・料理酒……………30g | ・レンコダイの切り身……………150g |
| ・白だし醤油……………40g | ・三つ葉……………適量 |
| ・塩……………少々 | |

使用した長崎産の食材



レンコダイ

脂が少なく、口当たりが優しいため、こどもから高齢の方まで食べやすい上品な味わいの魚です。身はふっくら柔らかく、しっかりとしたうま味も楽しめます。



〈レシピ提供〉
日本料理 更紗
林田 さん

誕生日や敬老の日などのお祝いに最適な一品です。ゴボウの代わりに、グリーンピースやニンジン、トウモロコシなどを使ってもおいしくできますよ。

市ウェブサイトやSNSで
長崎のおいしい情報を発信！
水産農林政策課
(☎820-6562)



コーホーさんの ながさき調査し隊

お
題

福田港

福田は南蛮貿易の拠点だった！

鎖国時代に我が国唯一の貿易港だった長崎港。ここが開港する前、福田が貿易の拠点だったことをみんなは知ってる？ 福田港はキリシタン大名の大村純忠が1565年に開港して、ポルトガルとの南蛮貿易によって栄えたよ。でも、外海に面していて風や波が激しく、船を止めるのが難しかったそう。そこで、一時的に島原半島の口之津へ貿易港が移った後、最終的にはポルトガル人の希望で、1571年に長崎港が開港したんだって。小浦船津公園の近くには地面から突き出した石があって、これは当時、ポルトガル船をつないでいた船つなぎ石と言われているよ。

福田港は
海外との窓口
だったんだね！



広報ながさき公式キャラクター
コーホーさん



つなぐ

掲示板

このコーナーは、市民の皆さんからの
 にお便りにお答えする「つなぐ」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。
 掲載された方には、図書カードをプレゼントします。

来年度、中学校に入学するこどもがいますが、部活動から「地域クラブ」に
 変わると聞き、違いが気になっています。

(小ヶ倉町1丁目・40代の方)



地域クラブは、学校の枠を超えて、地域で中学生のスポーツや文化活動を支えています。

少子化により部員数が減少し、単独で練習や試合ができなくなったり、廃部になったりする部活動が増加しています。そこで、スポーツや文化活動を学校が主体となって学校単位で行うのではなく、保護者会などが主体となって広域から生徒を募るなどして実施し、活動の機会を確保できるような体制づくりを進めています。

これまでの部活動と同じように、生徒の活動状況を学校に共有し、適切な活動時間を守るなど、安心して活動できる環境を整えています。

部活動と地域クラブの違い

	部活動	地域クラブ
運営主体	学校	保護者会など
主な指導者	教職員	地域の指導者
活動場所	学校施設	学校施設・公共施設など



詳しくはこちら▶



地域クラブ活動推進室 ☎801-1716

今月のプレゼント

今月をご覧の商品をプレゼント!!

クイズ

10月から市内全域で
 スタートするのは何の一括回収?

(ヒントは2ページ)

答え

OOOOOOO一括回収

『波佐見焼アロマストーン セット ゆうこう』 株式会社クリーン・マット

10名様にプレゼント

長崎の伝統かんきつ「ゆうこう」などの天然素材だけを抽出したオイルとアロマストーンのセット。リラクセスしたいときに、アロマストーンにオイルを垂らして、爽やかな香りでリフレッシュしませんか。



☎ 837-8488

Q クリーン・マット

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 ⑧取り上げてほしいテーマと理由を、市ウェブサイトかはがきで。(9月30日※締切)

※個人情報情報は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。

【市ウェブサイト】トップページ「広報ながさき」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代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。



【8月号の答え】 こども

7月号には434通のお便りをいただきました。ありがとうございました。

Wide Information
お知らせワイド版

認知症の方が自分らしく暮らすために

高齢者すこやか支援課 ☎ 829-1146

「新しい認知症観」を知っていますか？

「認知症になったら、何もできなくなってしまう…」そんな風に思っていないですか？ 認知症になってからも一人ひとりに「できること」や「やりたいこと」があり、住み慣れた地域で仲間やつながりを持ちながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができます。いま、そんな「新しい認知症観」という考え方が広まりつつあります。

本人ミーティング

認知症の方が集まり、それぞれの体験や希望、必要としていることを語り合うことができます。当事者同士で共感しながら、これからのよりよい暮らしについて、話してみませんか？

日 時 ①毎月第1・第3土 10:00～12:00※9月除く
②10/28水、11/25水、1/27水、2/24水
14:00～15:30

場 所 ①オンライン ②まるたか生鮮市場 小江原店

問い合わせ ①東長崎地域包括支援センター

(☎813-8060)

②小江原・式見地域包括支援センター

(☎848-1222)

詳しくはこちら▶



認知症カフェ

市内19カ所の地域包括支援センターでは、認知症に関する情報や仲間が得られる認知症カフェを開催しています。物忘れなどが気になり始めた方やその家族、地域の方が気軽に集まり楽しく過ごしています。

問い合わせ 各地域包括支援センター



詳しくは
こちら▼



認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者です。認知症の方が暮らしやすい地域と一緒に作りませんか。

開催日 9/14月

時 間 10:00～11:30、
14:00～15:30

場 所 市役所2階
多目的スペース

定 員 各50人

申し込み 市ウェブサイト

申込期限 随時

詳しくはこちら▶



受講者に配布する
認知症サポーターカード▼



認知症支援のイメージカラー
オレンジ色にライトアップ

9月は認知症月間、9月21日は認知症の日です。それに合わせて、眼鏡橋や袋橋、稲佐山電波塔をライトアップします。

期 間 稲佐山電波塔 9/11金～17水
眼鏡橋・袋橋 9/24水～28月

時 間 日没～22時





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
肺年齢測定とたばこに関する相談会	9/13㊸	10:00～12:00	南部市民センター	対 市民(肺年齢測定は40歳以上) 定 18人 申 市ウェブサイト、電話 締 9/11金 問 ①
家族等介護教室 ①睡眠セミナー ②骨の健康チェック ③人生の最終章に向けた準備 ④終活ってそもそも何?	①9/15㊸ ②9/29㊸ ③10/2金 ④10/16金	13:30～15:00	大浦地区ふれあいセンター	定 各30人 申 電話 締 9/11金 問 ②
ひきこもり家族学習会 「ひきこもり支援について知ろう」	9/16㊸	14:00～16:00	市役所2階 市民利用会議室	対 6カ月以上ひきこもり状態の方の家族 申 電話 締 事前に 問 ④
認知症の人と家族の会 ①あじさい会つどい ②ナイトなつどい	①9/22㊸ ②10/10㊸	①13:00～15:00 ②20:00～	①もりまちハートセンター ②オンライン	申 電話 締 事前に 問 ⑤
臨床心理士による こころの健康相談	9/24㊸	9:00～、10:00～ 11:00～	市役所11階 相談室	申 電話 締 事前に 他 家族の相談も可 問 ④
ヘルスラボひがし ①高血圧・脂質異常症につ いての講話、健康相談 ②室内運動	①9/24㊸ ②10/2金	①13:30～16:00 ②13:30～15:30	東部地区にここセンター	定 30人 持 昨年度の特定健診結果、 室内シューズ(②のみ) 申 電話 締 9/17㊸ 問 ⑥
在宅医療講座 ①「長崎の在宅医療」 ②「教えて!在宅医療と介護」	①9/26㊸ ②9/29㊸	14:00～15:30	①三菱記念会館 ②上長崎ふれあいセンター	定 ①100人、② 50人 申 電話、メール 締 事前に 問 ⑦
被爆者健康教室 ① ②椅子を使った体操 ③ LINE から始めるスマ ホ講座	①10/6㊸ ②10/13㊸ ③10/22㊸ ・29㊸	13:00～14:30	アマランス	対 市内在住で被爆者健康手帳を持 つ、介護度無から要支援2までの方 定 各20人 締 ③スマホ 申 電話 締 9/24㊸ 他 ③は2回とも参加できる方 問 ⑧
お手軽ウォーキング 日見・春日コース (約 5.0km)	10/16金	10:00～12:00	日見公園 集合	定 30人 申 電話 締 10/2金 問 ⑨
あぐりの丘園内コース (約 3.0km)	10/21㊸		あぐりの丘 集合	定 30人 申 市ウェブサイト、電話 締 10/7㊸ 問 ⑨

問い合わせ

①健康づくり課(☎ 829-1154)

③大浦地域包括支援センター(☎ 818-8311)

⑤認知症の人と家族の会(☎ 845-2180)

⑦包括ケアまちなカラウンジ(☎ 893-6621)

⑨あじさいコール(☎ 822-8888)

②土井首地域包括支援センター(☎ 833-5454)

④精神保健相談ダイヤル(☎ 829-1311)

⑥地域福祉課(東)(☎ 813-9001)

⑧援護課(☎ 829-1149)

9月24日～30日は結核・
呼吸器感染症予防週間

65歳以上の方は年に1度、胸部レントゲン検査を受けましょう。また、呼吸器感染症を予防するために手洗い、マスク、換気などの基本的な感染対策を行いましょう。

問 感染症対策室
(☎ 829-1172)

詳しくはこちら▶

フグによる食中毒を
予防しましょう!

フグ中毒のほとんどは、家庭での素人調理が原因です。重症の場合は呼吸困難で死亡することもあります。フグを自ら調理して食べることは絶対にやめましょう。

問 生活衛生課
(☎ 829-1155)

詳しくはこちら▶

ニコチンパッチで
禁煙しよう!

禁煙プログラム約8週間(約2万円)のうち、4週間分(約1万円)のニコチンパッチの代金を助成します。

対 20歳以上の市民 定 20人

申 市ウェブサイト、電話
締 10/30金

問 健康づくり課(☎ 829-1154)

詳しくはこちら▶



予約制 集団けん診

お近くの公民館やふれあいセンターなどでけん診が受けられます。

※マイナ保険証(スマホでの利用不可)か資格確認書、受診券(特定健診の方)、バスタオル(子宮頸・乳がん検診の方)

※けんしん予約センター(☎0120-611-711) ※平日8:30～17:15

※定員に達し次第、受付終了。最新のけん診予定は、市ウェブサイトで。

※健康づくり課(☎829-1154)



日時	会場	がん検診									予約期間
		国保 特定 健診	後期 健康 診査	肺	大腸	胃	子宮 頸	乳	前立 腺	歯科 指導	
10/19(月)	9:45～11:45	野母地区公民館	○	○	○	○	○	○	○		9/11(金)～9/16(木)
	13:15～15:15										
10/22(木)	9:45～11:45	東公民館	○	○		○			○		9/24(木)・9/25(金)
10/29(木)	10:00～11:30	メルカつきまち	○	○		○			○		9/28(月)・9/29(火)
	13:00～14:30										
10/30(金)	9:30～11:30	市役所2階 多目的スペース	○	○	○	○			○	○	9/29(火)・9/30(水)
	13:00～14:30										
11/4(水)	9:45～11:15	式見地区ふれあいセンター	○	○	○	○			○		10/5(月)～10/8(木)
	13:45～15:15	福田地区ふれあいセンター	○	○	○	○			○		
11/10(火)	9:30～11:30	京泊公民館	○	○	○	○			○		



生活習慣の改善に！ ヘルスアップながさき

医師や管理栄養士、運動指導士から生活に取り入れやすい改善方法が学べる教室です。

※ 40歳以上の市民

※ ①(学習編)10/1(木)

②(運動編)10/14(水)

※ 10:00～12:00

※ 市役所2階 多目的スペース

※ ① 50人、② 30人

※ ①けん診結果

※ 市ウェブサイト、電話

※ ① 9/24(木)、② 10/7(水)

※ ①②動きやすい服装、①血管年齢測定や個別相談もできます

※ 地域福祉課(中央)

(☎ 829-1429)



詳しくはこちら▶



元気がいちばんたい！ 健康まつり

健康チェックや体験コーナー、相談コーナーが充実していて、全世代で楽しめるイベントです。骨密度測定と心臓健康簡易チェックのみ申し込みが必要です。

※ 市民

※ 10/4(日)

※ 11:15～16:00

※ 市役所庁舎前広場、1階ロビー、2階市民利用スペース

※ 70人(要申し込み分)

※ あじさいコール(☎822-8888)

※ 9/15(火)～29(火)

※ 健康づくり課(☎ 829-1154)



詳しくはこちら▶



性感染症などの検査を 匿名で受けられます

日程	受付時間
9/16(木) 9/30(木)	9:00～11:00
9/17(金) 10/1(木)	13:30～16:30
10/8(木)	17:00～19:30

※(検査項目)HIV(エイズ)、梅毒、クラミジア、B型・C型肝炎ウイルス

※ 市役所 11階相談室

※ 市ウェブサイト、電話

※ 希望日の前日 17:00

※ 感染症対策室(☎ 829-1172)



予約はこちら▶

こころの健康セミナー

精神疾患について学び、こころの健康について専門家と一緒に考えてみませんか？

※ 市役所2階 多目的スペース

※ 各100人

※ 市ウェブサイト、電話

※ 各講座1週間前まで

※ 地域保健課(☎829-1153)



詳しくはこちら▶

期日	時間	内容
10/8(木)	14:00～15:30	統合失調症について
10/15(木)		睡眠とこころの健康
10/21(水)	18:30～20:00	働く世代のメンタルヘルス
10/29(木)	14:00～15:30	若年層の依存症と向き合う姿勢



子育て



子育て講座・教室

当日は母子健康手帳を持参ください。

講座名	対象	期日	時間	場所	定員	期限	その他
両親学級	第一子妊娠中で34週未満の妊婦とパートナー	9/16㊦	10:00～12:00	健康づくりセンター	各10組	9/11㊤	㊦ 市ウェブサイト、電話 ㊧ ㊨
		10/14㊦		琴海南部文化センター		10/9㊤	㊦ 市ウェブサイト、電話 ㊧ ㊨
親子の心の相談	小児科相談	9/16㊦	14:00～17:00	市役所2階 イーカオプラザ	3組	事前に	㊦ 市ウェブサイト、電話 ㊧ ㊨
	精神保健相談	10/8㊦	14:00～16:00		2組		
子育てママのヘルスアップ	未就学児（0～6歳）の母親	9/30㊦	14:00～15:30	上長崎地区ふれあいセンター	20人	9/23㊦	㊦ 室内シューズ、バスタオル、無料託児に必要なもの（おむつ、ミルクなど） ㊦ 市ウェブサイト ㊧ ㊨
むし歯予防教室	歯の生え始め～1歳6カ月児と保護者		10:00～11:30	市役所2階 こども健康室	10組	9/28㊦	㊦ バスタオル ㊦ 市ウェブサイト、電話 ㊧ ㊨
離乳食教室	4～9カ月未満児の保護者	10/6㊦	13:00～15:00	東部地区にこにこセンター	10人	9/29㊦	㊦ エプロン、三角巾 ㊦ 市ウェブサイト、電話 ㊧ ㊨
		10/14㊦		浦上駅前ふれあいセンター	12人	10/7㊦	㊦ エプロン、三角巾、マスク ㊦ 市ウェブサイト、電話 ㊧ ㊨

問い合わせ

①地域福祉課（南）（☎ 892-1113） ②地域福祉課（北）（☎ 814-3400）
 ③こども家庭センター（☎ 829-1255） ④地域福祉課（中央）（☎ 829-1429）
 ⑤口腔保健支援センター（☎ 829-1436） ⑥地域福祉課（東）（☎ 813-9001）

母子健康手帳を
夜間・土日に受け取れます

㊦ 毎週㊦ 17:30～19:00
 9/19㊦ 9:00～17:00
 10/4㊦ 9:00～12:30
 ㊦ 市役所2階 イーカオプラザ
 ㊦ 市ウェブサイト、電話
 ㊦ ㊦は原則予約制
 ㊦ こども家庭センター
 （☎ 829-1255）



詳しくはこちら▶

新小学1年生の
就学時健康診断

就学対象者へ 10月上旬に日時や場所などを記した「就学時健康診断通知書」を送付します。
 ㊦ 2020/4/2～2021/4/1生まれの子
 ㊦ 健康診断の日程は市ウェブサイトでも確認できます。
 ㊦ 学校教育課（☎ 829-1195）



詳しくはこちら▶

小中学校への
入学制度説明会

㊦ 【新小学1年生】10月中旬から始まる就学時健康診断に合わせて開催
 【新中学1年生】在籍中の小学校から説明会の日程を連絡
 ㊦ 私立小学校から市立中学校へ進学を希望する場合は、お尋ねを。
 ㊦ 学務課（☎ 829-1196）



詳しくはこちら▶

お知らせ

まだまだ暑い！ プールで泳ごう

開館時間は次の通りです。

市民総合プール

屋内	9/2(水)～14(月)	9:00～20:00
	9/16(水)～	月～金 13:00～20:00
	10/10(土)～	土・日・祝 9:00～20:00
屋外	9/5(土)・6(日)・12(土)・13(日)	9:00～20:00

利用不可：毎週火、9/28(月)～30(水)
(屋内) 9/4(金)17時以降、
5(土)・6(日)・10/11(日)

☎845-1212

神の島プール

月・火・木・金	13:00～20:00
土・日・祝	9:00～20:00

利用不可：毎週水
10/5(月)～29(木)

☎865-2250



詳しくはこちら▶



消費生活相談窓口の 臨時休業

9/12(土)・13(日)は、設備機器などの
入れ替えのため、消費生活相談窓口
を臨時で休止します。定休日を挟ん
で9/15(火)から通常通り行います。

☎ 消費者センターの他の業務は通常
通りです。

☎829-1234

詳しくはこちら▶



コンビニ交付サービスを 一時停止します

システムメンテナンスのため、コンビ
ニなどで全ての証明書の発行と利用
登録申請ができません。

☎9/18(金)17:30～9/20(日)23:00

☎ 住民情報課

(☎829-1137)

詳しくはこちら▶



市民サービスコーナーの 証明書の一部発行停止

9/19(土)～21(月)はシステムメンテナ
ンスのため、戸籍に関する証明書の発
行を停止します。

住民票の写し、印鑑登録証明書、税関
係の証明書などは通常通り発行しま
す。

☎ 中央地域センター (☎829-1135)、

消費者センター (☎829-1500)、

西浦上地域センター (☎848-5151)、

三重地区市民センター (☎850-7713)

詳しくはこちら▶



8月～9月は 「事業承継推進月間」です

事業承継に悩む中小企業・小規模事
業者を支援します。相談や計画作成
などの支援が無料で受けられます。
相談は年間を通して可能です。

☎ 平日 9:00～17:00

☎ 県事業承継・引継ぎ支援センター

(☎895-7080)

詳しくはこちら▶



声の広報ながさきを 配布しています

視覚障害者向けに広報ながさきの内容
をCDに録音し、自宅に無料で送付しま
す。デジタイズ対応機器かMP3対応の
CDプレイヤーで聞くことができます。

☎ 電話

☎ 随時

☎ 市ウェブサイトでも聞くことができ
ます。

☎ 県視覚障害者協会

(☎846-9021)

詳しくはこちら▶



9月は市民のグラバー園 入園料が無料に

約300個のランタンやイルミネーショ
ンが飾られたランタンナイトなどのイ
ベントを開催しているグラバー園へゼ
ひお出掛けください。

☎ 市内に在住か通学する方

☎ 9/1(火)～30(金)

☎ 8:00～21:30(最終受付 21:10)

☎ 住所が確認できる身分証か学生証
(公的機関が発行したもの)

☎822-8223



詳しくはこちら▶



9月10日～16日は 自殺予防週間

9月10日は世界自殺予防デーです。悩みや不安を抱えて困っているあなたをサポートするためのさまざまな取り組みがあります。ご希望の相談機関を選んで話してみませんか？

☎ 精神保健相談ダイヤル
(☎ 829-1311)



詳しくはこちら▶

年金請求相談は 電話予約を

年金請求相談は事前に予約しましょう。待ち時間が短くなり、スムーズに相談することができます。

☎ 電話 ☎ 希望日の1カ月前～前日
☎ 住民情報課
(☎ 829-1137)



詳しくはこちら▶

トイレの浄化槽設置には 補助金がもらえます

下水道未整備地域で、くみ取り便所やし尿のみを処理する浄化槽を撤去して新しい浄化槽を設置する場合は、補助金が受けられます。補助額や申請方法などはお尋ねください。

☎ 環境政策課 (☎ 829-1156)



詳しくはこちら▶

市民特別給付金 (後期高齢者世帯)を支給

市が口座を把握している方には8月に給付金を支給しています。振込口座が不明な世帯には支給要件確認書を送付しているため、必要事項を記入して返送してください。

☎ 6月1日時点^①で市に住民登録があり、75歳以上の方がいる令和8年度住民税非課税世帯の世帯主

☎ (給付額) 3,000円/世帯

☎ 支給要件確認書に必要事項を記入して返送 ☎ 9/30^②

☎ 給付金コールセンター

(☎ 0120-095315)



詳しくはこちら▶

社会生活基本調査に ご協力をお願いします

ワーク・ライフ・バランスの推進、少子高齢化対策のため、社会生活基本調査を実施します。10月上旬から中旬にかけて対象世帯に調査員が調査に訪れます。回答へのご協力をお願いします。

☎ 県統計課 (☎ 895-2225)



詳しくはこちら▶

遠藤周作文学館企画展の 会期を延長します

現在開催している企画展「遠藤周作と狐狸庵—おどけと哀しみが交わる^{こりあん かな}ところ」は好評のため、来年2/24^①まで会期を延長します。

☎ 遠藤周作文学館

☎ 9:00～17:00(受付16:30まで)

☎ 小学生～高校生 270円、一般 540円

☎ ☎ 0959-37-6011



詳しくはこちら▶

年金生活者支援 給付金制度

対象者には、年金に上乗せして給付金が支給されます。

☎ 老齢・障害・遺族基礎年金の受給者のうち公的年金などの収入やその他の所得額が基準以下の方

☎ 新たに対象となる方には、順次日本年金機構からお知らせが送付されるので、必要事項を書いて提出してください。

☎ すでに受給されている方で、今年度も支給要件を満たす場合は、申請不要

☎ 給付金専用ダイヤル

(☎ 0570-05-4092)

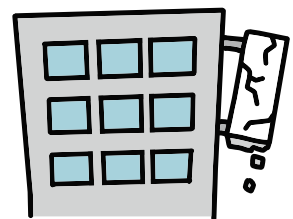


詳しくはこちら▶

危険な広告物を 見つけたらご連絡を

9月1日から9月10日は屋外広告物適正化旬間です。著しく破損、老朽化していたり、無許可で設置されていたりしている広告物は違反広告物です。落下などの重大事故につながります。除却などの指導をするので見つけたら連絡を。

☎ 景観推進室 (☎ 829-1177)



詳しくはこちら▶



大募集

スポーツの秋！ 市民プール秋季水泳教室

総合プールと神の島プールで水泳教室を行います。

◆総合プール

対 小学生、一般
日 10/14 水～12/3 木
申 市ウェブサイト
締 9/2 水～9/17 木
問 ☎ 845-1212

◆神の島プール

対 小中学生、一般
日 11/5 木～11/28 土
申 往復はがき
締 9/26 土～10/2 金 ※必着
問 ☎ 865-2250



詳しくはこちら▶

核兵器廃絶市民講座 『「熟議」してみよう』

熟議を提唱する寺脇氏と大学生を迎え、語り合う力とこれからの平和、未来について考えます。

日 9/19 土
時 13:30～15:00
所 原爆資料館
他 オンライン配信あり(9/18 金までに要申込)
問 核兵器廃絶長崎連絡協議会
(☎819-2252)



詳しくはこちら▶

空き家について考える 講座を開催します！

市内の空き家の状況、市の空き家対策を知るとともに、自宅を空き家にならないためにできることを考える講座です。

日 10/3 土
時 14:00～15:30
所 湍地区ふれあいセンター
問 建築指導課 (☎829-1174)



詳しくはこちら▶



平和首長会議 「平和なまち絵画コンテスト」

対 6～15歳の市民
テ 平和なまち
申 平和推進課へ郵送か持参
締 10/9 金 ※必着
問 平和推進課 (☎844-9923)



提供:平和首長会議



詳しくはこちら▶

これからのまちづくりを 考えるシンポジウム

これからのまちづくりは「オール長崎」で取り組む必要があります。あなたもまちづくりに参加しませんか？

日 10/5 月 時 18:00～20:00
所 メルカつきまち 定 200人
申 市ウェブサイト、電話、郵送
締 9/30 水 ※必着
問 都市計画課
(☎829-1169)



詳しくはこちら▶

子育て世帯を サポートしませんか？

ファミリー・サポート・センターながさきの「まかせて会員（援助を行いたい人）」の養成研修をします。

対 全て参加できる方

9/15 水	9:00～15:40
9/16 木	9:30～11:30
9/17 金	9:30～15:50
9/18 土	9:30～12:30

※受講できない日程は1年以内なら次回開催時に受けることも可

所 市役所2階 多目的スペース
申 市社会福祉協議会 (☎829-6244) へ電話
締 9/11 金
問 子育てサポート課
(☎829-1255)



詳しくはこちら▶

本尾町の土地・建物を 公売します

市税滞納処分として差し押さえた不動産（土地・建物）を公売します。

申 KSI 官公庁オークションサイト

締（参加申込期間）

9/18金13:00～10/6水23:00

（入札期間）

10/13水13:00～10/20火13:00

他 参加申し込みには公売保証金が必要です。物件の詳細は 8/28 金までに市ウェブサイトに掲載。

滞納税の納付などにより公売が中止になることがあります。

問 特別滞納整理室（☎829-1440）



詳しくはこちら▶



長崎の和華蘭文化を 学ぼう!

海外との関わりが色濃く残る長崎の歴史について、「ながさき歴史の学校」で一緒に学んでみませんか？

対 市内在住者、通勤・通学している方

日 10/13 水、27 水、11/10 水、24 水、12/8 水、22 水

時 18:30～20:00

所 市民会館

定 50 人

申 市ウェブサイト、はがき

締 9/28 月 ※必着

問 文化財課（☎829-1193）



詳しくはこちら▶

開港5都市景観まちづくり 会議2026長崎大会

函館、新潟、横浜、神戸、長崎の5都市の市民が、交流を深め、まちづくりの課題を協議する会議です。今年は長崎市での開催で、まち歩きなどさまざまな企画があります。

日 ① 10/31 土、② 11/1 日

時 ① 14:00～17:00、② 9:30～18:30

所 県美術館、市役所ほか

費 ～3,000円（企画により異なります）

申 市ウェブサイト 締 9/30 水

問 景観推進室

（☎829-1177）

詳しくはこちら▶



アマランスフェスタ2026

家族で楽しめる映画上映、特別対談、講座イベントや女性団体のバザーなどを開催します。この機会に男女共同参画について考えてみませんか？

日 ① 10/3 土、② 10/4 日

時 10:00～16:30

所 ①市民会館、②アマランス

申 アマランスフェスタ特設サイト、電話、窓口

締 ① 9/30 水、② 10/3 土

他 無料託児あり（9/26土までに要申込）

問 アマランス（☎826-0018）



詳しくはこちら▶

都市計画の決定と 変更に関する説明会

用途地域の変更、小江原5丁目地区計画の決定、小江原町地区計画の変更について説明会を行います。

日 9/18金 19:00～20:00

9/26土 10:00～11:00

所 小江原地区ふれあいセンター

問 都市計画課（☎829-1169）



詳しくはこちら▶

障害者施策推進協議会の 委員を募集

次のすべてを満たす方

- ・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公募委員ではなく、申し込みしていない
- ・公務員、議員ではない
- ・本市の他の附属機関などの委員を4つ以上兼任していないこと

日（任期）来年3/1～2029/2/28

内（審議）年数回

ア 長崎市の障害者施策について

定 2人

申 応募用紙（市ウェブサイトなどで取得）とテーマに沿った800字程度の小論文

締 9/30 水

問 障害福祉課（☎829-1141）



詳しくはこちら▶

まち
かど

ミニ情報

グラバー園を探索しよう！

長崎大学の学生がグラバー園をガイドします。

対 小学4年生～中学生 ※小学生は保護者同伴

日 10/18 時 13:30～15:00、15:30～17:00

所 グラバー園第1ゲート下 集合 定 各 15 人

費 要入園料（市内在住が確認できる身分証か市内学校の学生証の提示で入園料無料）

持 筆記用具 申 グラバー園ウェブサイト

締 10/17 ⑤ 18:00 問 ☎ 822-8223

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、訴訟、交換などの相談ができます。

日 10/1 ⑤ 10:00～16:00 所 県庁

問 県不動産鑑定士協会（☎ 822-3471）

長崎おもちゃ病院

日 9/19 ⑤ 時 10:00～14:00

所 上長崎地区ふれあいセンター

問 長崎おもちゃ病院 保志氏（☎ 070-2388-1414）

長崎みなとメディカルセンターの料金変更

10/1 ⑤ から駐車料金と個室料金を変更します。

	変更前	変更後
外来の駐車料金	100円/回	300円/日
一般個室料金	8,800円/日	11,000円/日

問 ☎ 822-3251

外海で石積みワークショップ

対 中学生以上 日 10/3 ⑤ 9:00～16:30

所 出津地区ふれあいセンター 集合 定 20 人

費 2,000円（昼食費込み）申 電話 締 9/25 ⑤

他 汚れてもよい服装

問 外海から会（☎ 0959-25-0880）

一日総合相談所

弁護士や司法書士などへ相談ができます。

日 9/25 ⑤ 13:00～16:00 所 メルカつきまち

申 電話 締 9/14 ⑤～9/16 ⑥

問 総務省行政相談センターきくみみ長崎（☎ 849-1101）



毎週④は休館ですが
9/22④は開館します

図書館の催し

定期上映会「スワンソング」

日 ① 9/18 ⑤、② 9/28 ⑥

時 ① 14:00～15:45、18:00～19:45、② 14:00～15:45

定 各 100 人 申 窓口、メール

あかちゃんおはなし会

日 10/1 ⑤

時 10:30～10:50、11:00～11:20、14:00～14:20

定期上映会「きっと地上には満天の星」

日 ① 10/16 ⑤、② 10/26 ⑥

時 ① 14:00～15:30、18:00～19:30、② 14:00～15:30

定 各 100 人 申 窓口、メール 締 9/2 ⑥ から随時

おはなし会

絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなどをします。

日 毎週④ 時 14:00～14:30

俳句ポスト お題「三日月」

締 9/30 ⑥

今月のおすすめ本

『宮沢賢治の鳥 BIRDS LIVING IN IHATOV』

国松 俊英／文 舘野 鴻／画 岩崎書店

自身の苦悩をヨタカに投影した「よだかの星」や、悲しく鳴くハクチョウと妹を重ねた「白い鳥」など、宮沢賢治の作品には多くの鳥が登場します。賢治の生き物や自然への愛情を舘野氏の緻密な絵と共に伝える一冊。



問い合わせ 不動技研ながさき市立図書館 ☎ 829-4946

9/19^土~21^祝



長崎居留地まつり

異国情緒あふれるイベントへ
ぜひ遊びに来てください!



実行委員会
青柳さん

洋館を生かしたイベントや音楽祭、バザーのほか、旧居留地を巡るビンゴゲームなどが楽しめます。

時 10:00~17:00

所 東山手、南山手、大浦旧外国人居留地一帯

問 観光交流推進室 (☎829-1426)



EVENT PICK UP

注目イベントを紹介!

9/12^土~10/12^祝

栗拾い体験



自然豊かな琴海で拾った栗で、栗ぜんざいを作ろう!

時 10:00~12:00 所 甕岩茶屋^{こしきいわ} 定 各15人

費 小学生以下 1,000円、一般 2,000円

持 ビニール袋 申 電話 締 希望日の3日前

問 あっと!さ@琴海 岩下氏 (☎090-3013-4028)

9/8^火~12/13^日

野口彌太郎
一色の探究者



絶筆となった『カーニユの印象』(部分)

今年は野口彌太郎の没後50年。後期展では、アジアやヨーロッパなどで精力的に活動し、名作を生み出した晩年を紹介します。

時 9:00~17:00 (入場は16:30まで)

所 野口彌太郎記念美術館 費 小学生~高校生350円、一般700円

他 毎週月休館 ※祝を除く 問 ☎821-3205

9/20^⑤ ながさき動物愛護フェスタ



犬とのふれあいや猫の譲渡会、チャリティーバザーのほか、動物に関するクイズラリーなどのイベントもあります。

時 11:00～14:00

所 県庁

問 動物愛護管理センター (☎844-2961)

9/13^⑤ 野母崎伊勢エビまつり



野母崎地区で獲れた伊勢エビを使った味噌汁の販売やつかみ取りが楽しめます。また、9月中は協賛店舗9店で伊勢エビの限定メニューが味わえるほか、伊勢エビが当たる抽選会も！

時 9:00～14:00 所 長崎のもぞき恐竜パーク

問 実行委員会 (☎893-1111)

9/26[±]・27^⑤ 親子キャンプ



1家族1張りずつ TENT を張って、親子でキャンプデビュー！
飯ごう炊飯などでアウトドアを満喫しよう。

対 市内在住の小学生と保護者 時 9:30～翌日 11:00

所 森林体験館 定 16組 (1組2人) 費 2,000円/人

申 同館ウェブサイト 締 9/12[±] 17:00 問 ☎825-6705

9/26[±] 青空楽校 IN 高島



秋の高島でアウトドアを体験しよう！

対 小学生と保護者 時 9:30～14:30 所 高島キャンプ場

定 20組 ※1組5人以内 費 1,000円/人 申 FAX (896-2372)、

はがき、メール 締 9/20^⑤ ※必着 他 荒天時は9/27^⑤に延期

問 高島地区まちづくり推進協議会 谷下氏 (☎090-8399-9173)

9/26[±] 文学講座 「遠藤周作と植民都市大連」



大連にて母・郁に抱かれる幼少期の遠藤周作

遠藤周作が少年期に過ごした大連での日々と母への思いなどについて学びます。講師は慶應義塾大学名誉教授の関根氏。

時 13:00～15:00 所 遠藤周作文学館
定 40人 申 電話 締 随時
問 ☎0959-37-6011

9/26[±] 交通安全フェスタ



こどもから高齢者まで、運転体験やクイズなどを通じて、交通安全について楽しく学べます。

時 10:20～13:30
所 ベルナード観光通り
問 自治振興課 (☎829-1211)

9/26[±] 平和の^{ともしび}灯



平和への願いを込めて作られた約2,500本のキャンドルが、会場を温かいあかりで包みます。

時 17:45～19:00
所 爆心地公園
問 実行委員会 (☎844-3913)

9/26[±] ラウンジコンサート 長崎ピース交響詩第1楽章



東京からソプラノ歌手を迎え、長崎のミュージシャンと共に平和への思いを届けます。

時 15:00～15:45
所 追悼平和祈念館
問 長崎平和推進協会 (☎844-9922)

来年
10/1^木～3/31^水 薩長同盟160周年
記念企画展



薩長同盟の成立から今年で160周年を記念して、坂本龍馬の書簡などの複製資料を展示し、幕末の歴史を紹介します。

時 9:00～17:00 (入館は16:45まで) 所 亀山社中記念館
費 小学生～高校生320円、一般650円
問 観光政策課 (☎829-1152)

9/26^土 お月見茶会



抹茶と和菓子を味わいながら中秋の名月を眺めてみませんか。

時 18:00～21:00 (受付は20:30まで)
所 科学館 費 300円
他 小学生は保護者同伴。天候不良時は、お茶会のみ実施。
問 ☎842-0505

11/1^日 日吉木育デイキャンプ



ロープを使った木登りに親子で挑戦！他にも、木のスプーン作りや丸太切り体験など、自然の中で木に親しもう。

対 小学4年生以上の子と保護者 時 9:30～15:30
所 日吉自然の家 定 10組30人 費 500円/人 持 軍手、昼食
申 電話、往復はがき 締 9/30^水 ※必着 問 ☎824-5017

① 10/18^日 苔玉の作り方教室
② 11/15^日



対 18歳以上の方 時 10:00～12:00 所 植木センター
定 各20人 費 1,500円/個 持 エプロン
申 往復はがき (〒851-0131 松原町2624-1)、窓口 (はがき持参)
締 ①10/7^水 ※必着 ②11/4^水 ※必着
他 汚れてもいい服装 問 ☎837-8182

23 ^祝	 科学教室 「オリオン座を手の上に！ ～3Dモデルを作ろう～」	10:00～12:00	科学館	対 小学生と保護者 定 20組 費 500円/組 申 電話 随時 問 ☎842-0505
26 ^土	 親子防災講座	13:30～15:00	中央消防署	対 小学生と保護者 定 30人 申 市民会館ウェブサイト、電話、窓口 9/24 ^金 他 動きやすい服装、無料託児あり (9/19 ^土 までに要申込) 問 アマランス (☎826-0018)
28 ^月	 “街”ストリート三昧& 中島川・プリムローズ	9:50～12:30	新地橋広場 集合 (中華街北門前)	定 15人 費 2,800円(飲食代含む) 申 電話 9/25 ^金 17:00 問 案内役 小島氏 (☎090-5387-0366)
28 ^月 ～ 30 ^水	 シルバー作品展	10:00～17:00 (30日 ^水 は15:00まで)	市役所2階 多目的スペース・ 市民利用会議室	問 高齢者すこやか支援課
30 ^水	 長崎学ネットワーク会議公開学習会 「長崎居留地の茶再製場と トーマス・ウォートルス」	18:00～20:00	長崎歴史文化 博物館	定 (会場)120人(オンライン)30人 申 市ウェブサイト、あじさいコール 9/29 ^火 (オンライン)9/28 ^月 問 長崎学研究所
10 ^月	イベント	時間	場所	その他
3 ^土 ～ 12 ^祝	 小・中学校科学教育展	9:30～17:00	科学館	問 ☎842-0505
9 ^金	 9日を忘れない ～被爆体験記朗読～	11:02～11:30	原爆資料館	問 追悼平和祈念館 (☎814-0055)
11 ^日	 親子で防災クッキング	9:30～14:30	日吉自然の家	対 小学生と保護者 定 15組 費 500円/人 持 軍手、室内シューズ 申 電話、往復はがき 9/17 ^土 問 ☎824-5017
24 ^土	 ハロウィンのお菓子づくり	10:00～12:00	南公民館	対 小学生 定 20人 費 800円 持 エプロン、三角巾、手拭きタオル、食 器用ふきん、お菓子の持ち帰り用袋 申 市ウェブサイト、往復はがき、窓口 (はがき持参) 9/10 ^火 ※必着 問 ☎825-0295
24 ^土	 あじさい English Day Kidsコース	13:00～15:30	ベネックス 長崎ブリックホール	対 市内在住の小学1～3年生 定 50人 持 筆記用具 申 市ウェブサイト 9/25 ^金 問 国際課

 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 ☎ 829-1231 自治振興課(市役所1階) ● 一般・市政 月～金 8:45～17:30 ● 交通事故 月～金 9:00～12:00/13:00～16:00 いづれも、要事前予約 ● 国税 10/5 ^月 ● 登記 火 ● 不動産 金 (第5金を除く) ● 弁護士法律 月・火・水 ● 住宅リフォーム・マンション管理 10/14 ^水 (住宅リフォーム相談は当日受付不可) ※相談時間は13:00～16:00(1人20分) ※事前予約は前週月から前日までに電 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		経済的な困りごと ☎ 828-0028 生活支援相談センター (恵美須町4-5 NBC 3rdビル 3階) 月～金 9:00～17:00 消費生活 ☎ 829-1234 消費者センター(築町3-18 メルカつきまち4階) 10:00～17:00(月休業。火の場合は直後の平日) 9/12 ^土 ・13 ^日 は、臨時で休止します。 子育てに関する悩み ☎ 822-3725 子育てサポート課(市役所2階) 月～金 8:45～17:30 ※LINE相談は8:45～17:00 犯罪被害者等支援 ☎ 829-1211 自治振興課(市役所10階) 月～金 8:45～17:30 ※まずはお電話を	
		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 火18:00～20:00(9/23 ^火 を除く) ● 弁護士法律(要予約) 金13:00～16:00(10/2 ^金 を除く) ● 心の健康(予約優先) 9/17 ^土 、10/1 ^火 13:00～16:00 女性の悩み ☎ 0120-224-416 女性相談サポートセンター (恵美須町4-5 NBC 3rdビル 3階) 月～金 9:00～17:00	

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

詳細は市・各施設のウェブサイトか
あじさいコール(☎822-8888)へ

市ウェブサイト



健康・福祉、子育てに関するイベントは「暮らしのお知らせ(14～16ページ)」をご覧ください。

9月	イベント	時間	場所	その他
3 ^木 ～ 10/25 ^日	企画展「秋の郷土芸能」展	9:00～17:00 (最終入場 16:30)	歴史民俗資料館	☎ 847-9245
3 [～] 来 ^{らい} 年 ^{ねん} 2/25 ^{までの毎週} 水 ^{すい} 曜 ^{よう} 日 ^日 木 ^{もく} 曜 ^{よう} 日 ^日	外国人のための初級日本語講座	水 ^{すい} 曜 ^{よう} 日 ^日 13:30～15:00 木 ^{もく} 曜 ^{よう} 日 ^日 18:30～20:00	市役所2階 多目的スペース	☎ 長崎市に住む、または、仕事か学校に通う外国人 ☎ 無料(テキスト代がかかる場合があります) 持 ^も ペン、ノート 申 ^し 市ウェブサイト 締 ^し 随 ^{ずい} 時 ^じ 関 ^く 国 ^{こく} 際 ^{さい} 課
①10 ^木 ②14 ^月 ③16 ^水	国際理解講座 ①アメリカのアニメーション業界! 原点と名作の紹介 ②みんなのクイズ大会! 中国古代ライフ体験 ③効果ある?! 韓国人気ダイエット方法	18:30～19:30	市役所2階 市民利用会議室	関 ^く 国 ^{こく} 際 ^{さい} 課
①12 ^土 ②10/3 ^土	長崎伝習所特別講座～Me-revo～ ①若者の心は、どうすれば動くのか ②大人の自己理解が、子どもたちの未来を拓く	14:00～16:30	①歴史文化博物館 ②長崎シビックホール(常盤町)	定 ^{てい} ①150人 ②50人 費 ^ひ 2,000円 ※学生無料 申 ^し 「長崎伝習所」ウェブサイト 締 ^し 随 ^{ずい} 時 ^じ 他 ^た 講 ^{こう} 師 ^し ①東 ^{とう} 野 ^の 昭 ^{しょう} 彦 ^{ひこ} 氏 ^し ②石 ^{いし} 橋 ^{はし} 芳 ^{よし} 子 ^こ 氏 ^し 関 ^く 市 ^し 民 ^{みん} 協 ^{きょう} 働 ^{どう} 推 ^い 進 ^{しん} 室 ^{しつ}
13 ^日	サステなひろば ～エコドライブシミュレーターでエコドライブ体験会～	10:00～12:00	サステナプラザ ながさき	関 ^く 18歳以上 申 ^し 電 ^{でん} 話 ^わ 締 ^し 9/11 ^金 関 ^く ☎895-5541
15 ^火	ラウンジコンサート	18:30～20:30	ベネックス 長崎ブリックホール	関 ^く ☎842-2002
17 ^木	消費者市民力アップ講座 ゴミを減らして節約上手	13:30～15:30	県庁	申 ^し 電 ^{でん} 話 ^わ 、FAX(828-1014) 締 ^し 事 ^じ 前 ^{ぜん} に 関 ^く 県 ^{けん} 消 ^{しょう} 費 ^ひ 生 ^{せい} 活 ^{かつ} セ ^さ ン ^な ター(☎823-2781)
19 ^土	なぜ! どうして? サイフォンを考えよう	10:00～12:00	科学館	定 ^{てい} 24人 申 ^し 電 ^{でん} 話 ^わ 締 ^し 随 ^{ずい} 時 ^じ 他 ^た 小 ^{しょう} 学 ^{がく} 生 ^{せい} 以 ^い 下 ^か は保 ^ほ 護 ^ご 者 ^{しや} 同 ^{どう} 伴 ^{はん} 関 ^く ☎842-0505
①19 ^土 ②20 ^日 ③21 ^祝	星またたく秋まつり ～音を楽しむ科学館～	①10:00～16:15 ②10:00～15:40 ③10:00～16:00		費 ^ひ 一 ^い 部 ^ぶ 有 ^{ゆう} 料 ^{りょう} (300円～500円) 関 ^く ☎842-0505

人口の動き	市役所代表電話	救急・災害情報
人口 379,094人 (前月比 -325人) 男 175,242人 (前月比 -138人) 女 203,852人 (前月比 -187人) 世帯 185,855世帯 (前月比 -42世帯) 2026年8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	あじさいコール ☎ 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。 運営時間 8:00～19:00 ※^土^日^祝・年末年始は17:00まで よくある質問・回答	+ 救急・災害情報 救急車を呼ぶか病院に行くか迷ったとき ☎ #7119 または ☎ 801-1217 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 防災メール 防災行政無線 情報

NHK

のどじまん

12/6(日)12:15~13:00(生放送)

G

AM

FM

国際放送 NHK ONE で同時配信／見逃し配信！

in
長崎

12/6(日)
担当

司会
高瀬 耕造
アナウンサー

あなたの街の、みんなのステージ

塚原 愛
アナウンサー

本選

12/6(日) 開場：11:00
時間：11:50~13:20
<予選> 12/5(土) 開会：12:00

会場

ベネックス長崎ブリックホール

出場
資格

中学生以上のアマチュアの方

申込
方法

NHK長崎放送局ウェブサイト
※電話・はがきは不可



申込
締切

出 場 10/8(土) 観 覧 11/4(水)

司会

高瀬耕造アナウンサー

問い合わせ

出 場 NHK長崎放送局 ☎821-1115 観 覧 長崎市文化振興課 ☎829-1235

UD
FONT



あじさいコール 年中無休 8:00~19:00(土・日・祝・年末年始は17:00まで) ☎095-822-8888
編集 長崎市広報広聴課 〒850-8685 長崎市魚の町4-1 発行日 2026年9月1日 印刷 (株)インテックス