



琴海地区の公園でやすらぎのひとときを



琴海地区には、琴海赤水公園やすらぎの小径など、四季折々の眺めや花木を楽しめる公園があります。あたたかい新年度を過ごされているかたも多いかと思いますが、天気の良い日に地域の公園で散歩やジョギングなどを楽しんでみませんか。

(上段2枚：琴海赤水公園、中段5枚：琴海中央公園、下段4枚：やすらぎの小径・琴海南部公園にて撮影)

「ながさき市お出かけ公園ナビ」

「ながさき市お出かけ公園ナビ」は長崎市の公園などを紹介する情報サイトです。公園施設の案内や、好みの公園を探ることができるキーワード検索機能などがありますので、ぜひお役立てください。

きんかい掲示板

2/3(日) いちご電車発進!!

2月3日、長崎市内でいちごPRイベント「いちご電車」が開催されました。電車内でいちご狩りやいちごのスイーツを食べることができる全国的にも珍しいイベントで、琴海地区のいちご生産者も参加し、イベントを盛り上げました。



2/25(日) 第20回すいとるコンサート「静と動」が開催されました!!

2月25日、琴海文化センターで第20回すいとるコンサートが開催されました。今年は松本佳代子さん(ソプラノ)、YOKO cantalunaさん(篠笛)、伊藤霞さん/明石弘美さん(箏)、三浦蓮月さん(ピアノ)、コールきんかいさん(合唱)、Big Country Jazz Orchestraさん(ジャズ・オーケストラ)らが出演しました。

当日は、たくさんの方が来場し、心地良い音色や力強い演奏に聞き入っていました。



琴海文化センターから 令和6年度「春の講座」のお知らせ



琴海文化センター
ホームページ
「講座の詳細と
申込フォーム」

★名作映画会★

【日時】①：4月15日(月) 10:00~12:00
②：5月13日(月) 10:00~12:00

【会場】琴海文化センター ホール(長浦町)

【作品】①：バルカン超特急(1938年作、98分、字幕)
監督：アルフレッド・ヒッチコック
主演：マーガレット・ロックウッド、マイケル・レッドグレイブ
②：グレン・ミラー物語(1953年、113分、字幕)
監督：アンソニー・マン
主演：ジェームズ・スチュアート、ジューン・アリソン
【定員】なし 【申込】不要

《 受講者募集 》

注意 3月1日より申し込みを開始。定員に達した講座から、随時、申込終了しています。早目の申込をお願いします。

★バレトン★

【日時】4月18日(木)、5月16日(木)、6月13日(木)、7月11日(木)
時間は全て 10:00~11:30 (4回の連続講座)
【会場】琴海文化センター 2階和室(長浦町)
【内容】スポーツクラブで人気の裸足で行うエクササイズ
【講師】岩永 加世子氏 【持物】タオル、飲み物
【定員】16名 【締切】4月15日(月) ※定員に達した時点で受付終了

★おいしいコーヒーの淹れ方★

【日時】①：4月25日(木) 10:00~12:00
②：5月30日(木) 10:00~12:00
【会場】喫茶 パンプキン(琴海村松町738-1)
【内容】①：焙煎したてを味わう
②：産地による違いを味わう
【講師】辻 啓悟氏
【受講料】各1,500円(材料費込、ケーキ付) 【定員】22名
【締切】①：4月18日(木)、②：5月23日(木)
※定員に達した時点で受付終了
【備考】琴海地域センター横の駐車場をご利用ください。
※店舗前は駐車禁止

★ルーシーダットン(タイ式ヨガ)★

【日時】4月26日(金)、5月10日(金)、5月24日(金)、6月7日(金)
時間は全て 10:00~11:30 (4回の連続講座)
【会場】琴海南部体育館(琴海村松町)
【内容】身体のバランスを整え、心身の不調改善を図るストレッチ
【講師】高比良 順子氏 【持物】タオル、ヨガマット、飲み物
【定員】なし 【締切】4月23日(火)

★フィットネスフラ&ストレッチ★

【日時】4月30日(火)、5月14日(火)、5月28日(火)、6月11日(火)
時間はすべて 10:00~11:30 (4回の連続講座)
【会場】琴海南部体育館(琴海村松町)
【内容】リラクゼーション効果と持久力向上を図るエクササイズ
【講師】AKIKO氏 【持物】タオル、ヨガマット、飲み物
【定員】なし 【締切】4月26日(金)

★似顔絵イラスト教室★

【日時】5月9日(木) 10:00~12:00
【会場】琴海文化センター 2階会議室(長浦町)
【内容】気軽に描ける似顔絵の描き方を体験
【講師】TANO氏 【材料費】500円
【持物】鉛筆(シャープペンシル)、消しゴム 【定員】20名
【締切】5月1日(水) ※定員に達した時点で受付終了

★絵手紙教室★

【日時】5月21日(火) 10:00~12:00
【会場】琴海南部文化センター 2階会議室(琴海村松町)
【内容】心のこもった絵手紙を書こう、モットーは「へたでいい へたがいい」
【講師】前田 ヒロ子氏 【材料費】500円
【定員】16名 【締切】5月14日(火) ※定員に達した時点で受付終了

都合により変更・中止する場合がありますので、事前にお問い合わせください。防災無線でもお知らせします。

<申込み、お問い合わせ先> 琴海文化センター TEL885-2041

令和6年度琴海さざなみ会館主催事業「ヨガ教室」(全12回)のご案内

- 【日 時】 令和6年4月～令和7年3月の毎月最終金曜日 *第4金曜が祝日や他行事と重なる場合変更あり
4/26、5/24、6/28、7/26、8/23、9/27、10/25、11/22、12/13、1/24、2/28、3/28 ○10:00～11:30
- 【講 師】 井上 百合子 先生 【参加費】 無料
- 【内 容】 体をほぐしながらリラックスできるヨガです。初めてのかたも安心して楽しめる内容です。お気軽にご参加ください。
- 【持参品】 水分補給用の飲み物, ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。10名分のヨガマットは用意しております
- 【対 象】 ヨガに興味のある方。ヨガを楽しみたい方 【定 員】 20名程度

■事前の申し込み不要です。台風等の悪天候の際や開催有無の確認はさざなみ会館へお電話ください。
■体調のすぐれないときはご参加をお控えください。
<連絡先> 琴海さざなみ会館(形上町1849-4) TEL 886-3813 まで

連絡協議会からのお知らせ

2/18 長浦地区防災の集いが開催されました!!

2月18日、長浦みらいまちづくり協議会主催による「長浦地区防災の集い」が琴海文化センターで開催されました。

近年、異常気象の影響等により、大雨、大型台風、巨大地震等の自然災害が頻発しており、災害に対する備えや知識、発生した時の対応力を高めようと開催されました。集いでは、防災講話の後防災マップ作り体験、救急搬送や消火訓練等の防災実習が行われ、参加者の皆さんは災害時に備え熱心に取り組んでいました。



防災マップ作り体験の様子

村松小学校まちづくり協議会のCMが放映中です!!

村松小学校区まちづくり協議会のCMがNBC長崎放送にて放映中です。令和5年6月11日に設立した協議会の認知度を高めることを目的に、協議会役員のほか村松小学校区に住む地域のかたにも出演していただき、製作しました。現在放映中のCMは、協議会のYoutubeチャンネルにも掲載しています。また、日々の活動記録などをInstagramに投稿していますので、ぜひご覧ください。



協議会Youtube



協議会Instagram



CM撮影の様子
(撮影：やすらぎの小径)

健康カレンダー

	事業名	内 容	期 日	曜 日	時 間	場 所
成人の健康づくり	さざなみ保健室 ※要予約	健康チェック(血圧測定、握力測定、体重測定など)、健康相談、運動指導、体力測定 ※運動指導士による運動指導があります。 ※前日までに予約	4月19日	金	10:00～11:30	琴海さざなみ会館 (琴海形上町)
おやこの健康づくり	フラワーチャイルド ※要予約	おやこふれあい遊び、体重測定や育児相談 (対象) 生後2か月～1歳未満児と保護者 ※前日までに予約	4月10日	水	10:15～11:30 (9:45～受付)	琴海南部文化センター (琴海村松町)
4か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診は対象者へ個別通知します。						


★体調が悪い場合は、各事業への参加をお控えください。

<予約・お問い合わせ先> 北総合事務所 地域福祉課 健康支援係 TEL814-3400 まで

琴海地域センターは地域の身近な窓口です。

戸籍や住民票、市税証明書や納付、福祉関係の手続き、暮らしに関する相談は、地域センターをご利用ください。
(琴海地域センター TEL 884-2001 長浦事務所 TEL 885-2111)

地域センターでは取扱いできない業務もあります。
下の表にあるようなものについては、担当部署に直接相談する方がスムーズな解決につながります。

項 目	連 絡 先
市税・後期高齢者医療保険料などの計算方法 が知りたい。(なぜこの金額になるのか)	▶長崎市役所あじさいコール (TEL 822-8888) へお問い合わせ ください。 ※あじさいコールから担当部署につながります。
育児に悩みがあり、相談したい。 子育てサポートの情報が知りたい。	▶こども・子育てイーカオ相談 (TEL 822-3725) をご利用くだ さい。
民事・法律問題などの相談をしたい。 	▶長崎市では市役所本庁などで専門の相談を受け付けています。 (まずはお電話を) ・市民相談・法律相談など 市庁舎1階 (自治振興課内 TEL 829-1231) ・DVなどの相談 市庁舎10階 (人権男女共同参画室内 TEL 826-4417) ・消費者生活相談 メルカつきまち4階 (消費者センター TEL 829-1234)
犬を飼った(死亡した)ので手続きしたい。	▶動物愛護管理センター (TEL 844-2961) で手続きできます。
水道管の修繕を依頼したい。 (漏水、凍結など)	▶水道メーター器から宅内までの給水装置については、持主か ら長崎市の業者へ修繕の依頼をしてください。 ※指定業者一覧は市の上下水道局HPにも掲載しています。 ※水道メーター器から道路(本管)側については、市で応急処置します。 琴海地区は北部上下水道事務所 (TEL 814-3420) へ連絡。

◆ その他市政に関するお問い合わせは、長崎市役所あじさいコールへ (TEL 822-8888) へ ◆

琴海地域センター マイナンバーカードの休日交付お知らせ

休日にマイナンバーカードの交付、電子証明書の更新などの受付を琴海地域センターで行います。

【日 時】 4月28日(日) 9:00 ~ 12:00

【予約期限】 4月19日(金) ※事前に予約が必要です。

●対 象 者: 「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、
電子証明書の更新対象(電子証明書の有効期限が3か月未満)のかた

●申 込 み: マイナンバーカードの受け取りは事前に予約が必要です!

●予約方法: 専用サイトと専用ダイヤルで受け付けます。

【予約専用ダイヤル】 TEL 829-1798



WEB予約

★オレンジカフェ「よかとこ」の開催★

認知症の人やご家族、地域の方々、専門職等の誰もが参加でき集う場です。認知
症に関する相談や情報交換、交流ができ、資料やイベントもご用意しております。

【日 時】 4月13日(土) 13:00~15:00

【場 所】 琴海活性化センター 四季彩館(長浦町)

【テーマ】 「認知症の人と家族の支援について」

【講 師】 居宅介護支援事業所 山の手 認知症介護指導者 秋元 靖博 氏

★きんかい介護家族会の開催★

【日 時】 4月18日(木) 10:30~11:30

【場 所】 琴海南部文化センター 2階会議室
(琴海村松町)

【内 容】 介護をしているかた等が集まり、介護に
関する相談や思いを語り合う場です。専
門職による相談もお受けいたします。

<お問い合わせ先> 琴海地域包括支援センター TEL801-2730 まで

編集後記

春になり、転勤・お引越・卒業・入学など環境の変化に伴い、バタバタしているかたも多いのではない
でしょうか。今までとは少し違う環境に身を置くことに期待と不安を抱えながら、過ごしているかと思
います。かくいう私もその一人ではありますが、出会いの季節でもある4月。新たな出会いに胸を膨らま
せながら、今年度も頑張りたいと思います。

