



琴海地区敬老会



9月の第3月曜日は、「敬老の日」でした。琴海地区内でも敬老会が開催されました。写真は、西海地区、長浦地区、江の平区の敬老会のようなものです。当日は、式典のほか、寸劇やダンス、楽器演奏など、地域全体で高齢者をお祝いするための趣向を凝らしたさまざまな催しに、会場内は終始笑顔あふれる空間となっていました。

琴海南部しらさぎ会館「しめ飾り作り教室」参加者募集のご案内

【日時】12月7日(土) 10:30~11:30

【定員】20名 【材料費】500円

【講師】松下 みき 氏

【対象】どなたでも参加可能です。
一人ひとつまで。
(小さなお子様には付き添い
をお願いします)



【内容】各素材を結束バンド等で組み合わせて作ります。
どなたでも簡単にオシャレなお正月飾り
を作ることができます。※しめ縄部分は草の
リース、植物は造花の予定です。

【持参するもの】持ち帰り用袋
(サイズ30×40センチほど)

【申込期限】12月6日(金) ※定員に達し次第締め切ります。

■事前の申し込みが必要です。電話でしらさぎ会館へお申し込みください。■当日体調のすぐれない方は、参加をご遠慮ください。

<お問い合わせ先> 琴海南部しらさぎ会館 (西海町1560-9) TEL 860-3310 まで

第47回 長崎郷土芸能大会が開催されます

11月10日(日)、長崎に伝わる民俗芸能の保存と継承を図るとともに、市民の伝統文化に対する関心と理解を深めようと毎年行われています。今年は、琴海からも特別に「にしうみ和太鼓研究会」が出演します。

【日時】11月10日(日)

開場: 12:00 開会: 13:00

【会場】長崎市民体育館 (長崎市民会館3階)

【料金】入場無料



マイナ保険証への切替え あわてなくても大丈夫!

令和6年12月2日から従来の健康保険証の発行を終了し、マイナンバーカードを健康保険証として利用する「マイナ保険証」を基本とする仕組みに変わります。

◎12月1日までに発行された保険証は、

有効期限まで利用できます。

(国民健康保険)

令和7年7月31日期限 (一部のかたは期限が異なります。)

(後期高齢者医療保険)

令和7年7月31日期限

※有効期限の記載のない保険証 (社会保険など)
は、原則として令和7年12月31日まで使用
できます。

◎マイナ保険証をお持ちでないかたには、保険証に代わる「資格確認書」が加入している健康保険から交付されます。(申請は不要)



マイナ保険証の登録は、次の手続きが必要です。

- ①まだ「マイナンバーカード」をお持ちでない方は、カード取得の申請が必要です。
(地域センターで申請サポートをしています。)
- ②交付された「マイナンバーカード」で保険証利用登録。
⇒医療機関等の窓口またはスマートフォン
(マイナポータル) から登録できます。

◆医療保険の問い合わせ先◆

- 国民健康保険のかた
国民健康保険課 給付係
(TEL095-829-1136)
- 後期高齢者医療保険のかた
後期高齢者医療室
(TEL095-829-1139)
- 社会保険などのかた
ご自身が加入している健康保険・
事業所等へお尋ねください。

琴海文化センター 講座開催のお知らせ

【受講募集中の講座】 次の講座につきましては、定員に余裕があります。申し込み順にて受付中です。
 琴海文化センター窓口または、電話にて申し込みください。(平日 9:00~17:00)

講座名	講師(敬称略)	開催日時			備考
手作りブローチ ~レジンアート~ 【会場】 琴海文化センター	里見 はるか	12/17	火	10:00~ 12:00	合成樹脂(レジン)等で、世界に一つだけのブローチを制作できます。 【材料費】 1,000円

※名作映画会は、予約不要です。当日、会場にて受け付けます。開始前までにご来館ください。

講座名	講師(敬称略)	開催日時			備考
名作映画会① 【会場】 琴海文化センター	センター職員	11/18	月	10:00~ 12:00	「踊る大紐育」 ニューヨークを舞台に、24時間の 上陸許可を与えられた海軍の水兵3人が 冒険を繰り広げるミュージカル作品 ※受付は当日に
		12/16	月	10:00~ 12:00	「逢びき」 道ならぬ恋に惑う男女の出会いと別れ を描いた恋愛映画 ※受付は当日に
名作映画会② 【会場】 さざなみ会館	センター職員	11/20	水	13:30~ 15:00	綾小路きみまろ 「爆笑エキサイトライブ」 人気漫談芸人のお笑いライブ収録作品。 ※受付は当日に

<申込み、お問い合わせ先> 琴海文化センター TEL 885-2041 まで

『琴海よかところ健康まつり』 を開催します！

【日時】 令和6年12月7日(土)

①ふるさとウォーキング(要申込み)

10:00~12:00

<定員> 40名

<申込み締切> 11月22日(金)

<受付開始> 9:45~

②健康づくりイベント

13:00~15:00

申込み不要。直接会場にお越しください。

【会場】 琴海南部体育館 (琴海村松町)

【内容】

①歴史や史跡などを巡るふるさとウォーキングで地域の魅力を再発見！

②骨密度や血管年齢、脳年齢などの各種健康チェックや、脳トレレクリエーション、運転操作などいろいろな体験や相談ができます。



『わくわく!! おやこフェスタ』 を開催します！

【日時】 令和6年11月30日(土)

10:00~13:00

【対象】 乳幼児および小学生の親子

【会場】 琴海南部体育館 (琴海村松町)

【内容】

①スポーツチャンバラ、エコ工作など、親子で参加できるイベント

②ベビーマッサージ、おもちゃひろば、手形コーナーなど、赤ちゃんから小学生まで楽しめる各種ブース



<申込み、お問い合わせ先> 北総合事務所地域福祉課総務係 TEL 814-3400 まで

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）、保健師による健康相談、運動指導士による体操 ※前日までに予約	11月15日	金	10:00～11:30 (9:45～受付)	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 ※「初回参加のみ」前日までに予約 (電子申請サービスまたは電話)	11月13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)
	離乳食教室 ※要予約	大人の食事から離乳食にアレンジする調理実習 (対象) 生後4か月～9か月児と保護者 ※要予約：11月18日まで	11月26日	火	13:30～15:30 (13:15～受付)	琴海南部文化センター (琴海村松町)
	むし歯予防教室 ※要予約	歯科衛生士によるむし歯予防についての講話とブラッシング指導 (対象) 歯が生えた頃～未就園児と保護者 ※要予約：12月2日まで (電子申請サービスまたは電話)	12月3日	火	10:00～11:30 (9:45～受付)	三重地区市民センター (畷刈町)
	第8回 親子で遊ぼう！ 子育て応援ひろば ※要予約	おやこふれあい遊び、育児相談、ファミリーサポート登録 (対象) 未就学児と保護者 ※要予約：11月15日まで (電子申請サービスまたは電話)	11月23日	土	10:00～12:00 (9:30～受付)	三重地区市民センター (畷刈町)
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。						

★体調が悪いときの参加は、お控えください。

詳しい事業の内容は、[ホームページ](#)をご覧ください。

〈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 TEL 814-3400

北総合事務所
地域福祉課
ホームページ ▶



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】11月24日(日) 9:00 ～ 12:00

【予約期限】11月15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「よかところ」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】11月9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】「認知症の方の専門医受診～早期受診の大切さ～」

【講 師】真珠園療養所 精神科医 藤丸 浩輔 氏

★きんかい介護家族会の開催★

【日時】11月21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