



私たちは“湿地の環境みまもりたい(隊)!”



飼っている生き物などを絶対に湿地の中に持ち込まないでね!

希少なトンボや水生生物が観察できる黒崎永田湿地自然公園で黒崎東小学校5、6年生の皆さんと。

折り込み	裏表紙	ニューズ 宅配便	お知らせ ワイド版	長崎市民	子育て広場 スマイル	元氣予報	暮らし 暮らし塾	長崎市民	市長コラム	市政あれこれ	長崎市民	特集
		「ながさきエコライフ・フェスタ」「社協だより」 「がん検診・国保健診特集 合併号」「リサちゃん んニューズ」※外してお読みください	核兵器廃絶― 地球市民集会ナガサキ	「直売所で新鮮・おいしい・安いはいかがが！」 「さあ、『楽しい』を探しに行こう！」ほか (福祉)(被爆者援護)(講演・講座) (もよおし)(おしらせ)(大募集)	「乳幼児季節性インフルエンザ予防接種費 用の一部助成」市立幼稚園児募集ほか お料理レシピ・汽笛が鳴る方へ	健康に関するお知らせ	「浄水器の点検・フィルター掃除に うかがいます！」ほか	ながさきプーチ旅行(伊王島灯台) おたより・プレゼントクイズ 長崎がんばらば国体・大会	「地方の時代」 田上市長のホッとトーク	「自分たちのまちを自分たちでよく するために」ほか	フォト！ホット！HOT！	世界とつながり 交流するまち 長崎
	36	28 ～ 35	21 ～ 27	20	18 ～ 19	16 ～ 17	15	14 ～ 13	11	10	9	3 ～ 8



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

市役所やイベントなどのお尋ねは？

市役所代表

☎095-822-8888

HP [あじさいコール]で検索

FAX 095-822-8850

E-mail 8888@ajisai-call.jp

☎ テルテルインフォメーション ☎

※相談日が土・日・祝休日の場合は事前に確認を

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

● 防災無線が
聞き取れないときは
☎0180-999-002

※一部の電話機から利用できない場合があります
災害情報web
http://mb.119.city.nagasaki.nagasaki.jp/m/saigai/

市民相談

安全安心課(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
月・火・木曜日 13:00～16:00
(受け付けは11:45までに窓口で)

● 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は除く)

● 住宅増改修・マンション管理相談 第2水曜日
※ 国税・登記・不動産・住宅増改修・マンション
管理相談の相談時間は、13:00～16:00

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

子育て相談

月～金曜日 8:45～17:30
子育て支援課 ☎822-8573 ☎825-5624

アマルンス相談

男女共同参画推進センターアマルンス(市民会館1階)
(配偶者暴力相談支援センター) ☎826-4417(要予約)
● 女性相談員一般相談 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 10月3日(木)13:30～16:30/17日(木)13:00～16:00

行政全般の相談

安全安心課…毎月第4水曜日 13:00～15:00
アマルンス…毎月第1・3水曜日 13:00～15:00

広報媒体の紹介



平和や観光、暮らしに密着したお知らせなどを発信!!

ホームページ <http://www.city.nagasaki.lg.jp>

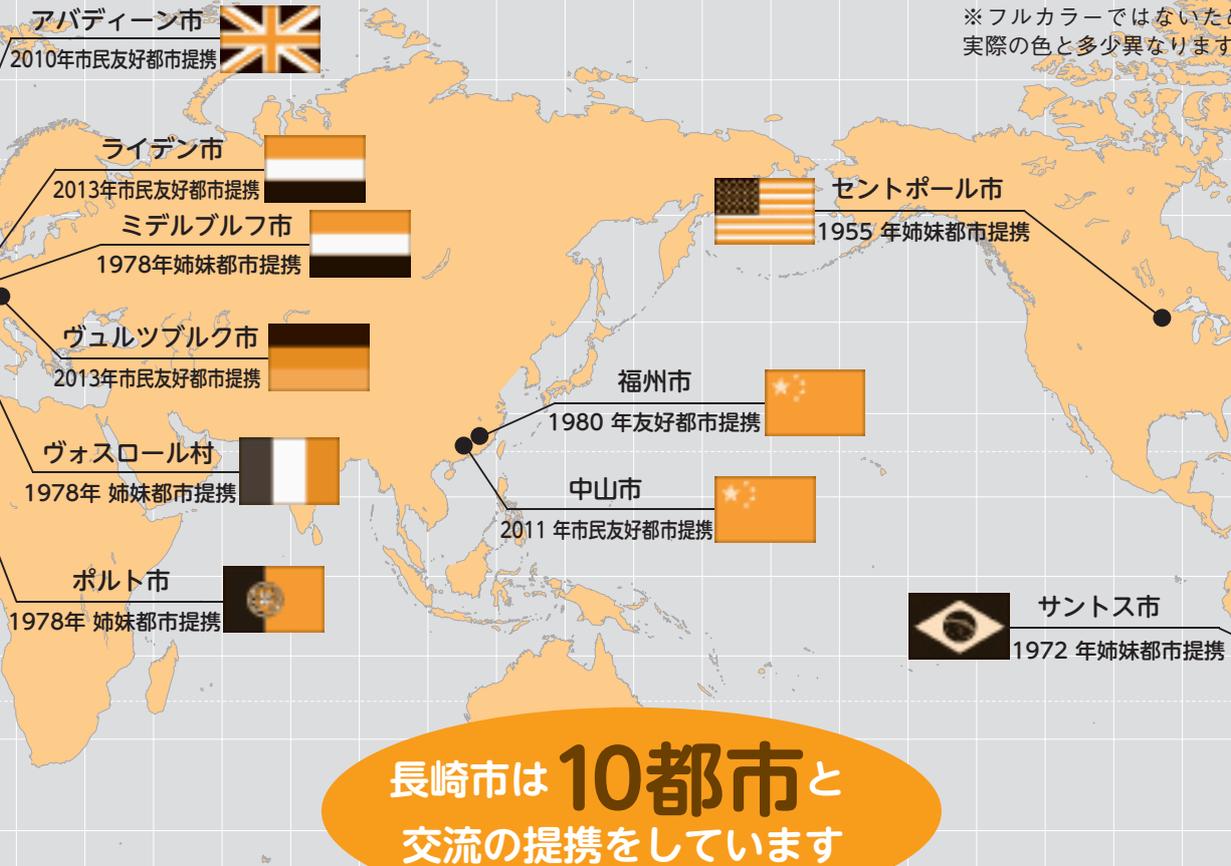
ツイッター <https://twitter.com/nagasaki/master/nagasaki/city>

フェイスブック <https://facebook.com/nagasaki/city/hall>

メールマガジン <https://krs.bz/mailmag/m?f=1>

世界とつながり 交流するまち 長崎

※フルカラーではないため、国旗の色は実際の色と多少異なります。



長崎は古くから出島などを通じた海外との交流によって、さまざまな国とのつながりを深めてきました。

この歴史的な背景などをもとに長崎市は、これまで6つの都市と姉妹(友好)都市提携をしてきましたが、今年、そのうち3つの都市と提携35周年を迎えます。また、市民友好都市(5ページ参照)として4つの都市と提携をしています。

このような中で、行政での都市間交流にとどまらず、市民の皆さんの間での海外交流や、さまざまな国から来ている外国人との日常的な交流もいろいろな形でなされています。

でも、そんな国際都市長崎に住んでいながら、「国際交流? 日常で感じるものが少ないな～」と思うかたもいるかもしれません。今回の特集で、長崎の国際交流事情をちょっと覗いてみましょう。もしかしたら、興味がわくものが見つかるかもしれませんよ!

国際課 (☎ 829-1113)

姉妹(友好)都市って、どんなまち?

姉妹(友好)都市提携とは、都市間での友好親善と文化交流などを目的にした提携のこと。実は、日本で初めて姉妹都市提携を結んだのは長崎市なんです！知ってましたか？では、それぞれの都市について見てみましょう。



江戸時代からのつながり

江戸時代に出島へ向かったオランダ船の母港というつながりから提携をしました。

2009年には、ミデルブルフ市民が参加して作成された世界一長い刺繍が長崎歴史文化博物館で展示されました。



絆は大事ですね。

セントポール市は、教会がまちの中にとけ込んでいる雰囲気などが、長崎のまちにどことなく似ていますね。初めてこのまちを訪問したとき、セントポールの姉妹都市委員会のかたに、絆について熱く語っていただいたことが思い出深いです。また、同市で平和祈念式典を開いていただくなど、平和への思いも共有しています。

長崎・セントポール
姉妹都市委員会
会長 宮西 隆幸さん

日本初の姉妹都市提携

日本初の姉妹都市として1955年に提携。1992年に平和公園へ平和モニュメントの寄贈を受けました。市民同士の交流も活発で姉妹都市委員会の活動のほか、両市のロータリークラブからは昨年、「平和のビジョン像」の寄贈を受け、平野町に設置しました。



子どもゆめ体験で交流

長崎市に住む華僑のかたの多くは福州市の出身です。水産や水道の分野で職員を相互に派遣し技術交流をしています。

昨年は、長崎市の「子どもゆめ体験」事業で中学生を福州市に派遣し、現地の学生と交流を行い、相互理解を図ることができました。



サッカー・路面電車で絆を確認

長崎と同時期にポルトガル船の来航で開かれたまちで、「サッカーの王様」ペレが所属していたチーム、サントスFCの本拠地として有名です。

昨年は、提携40周年を機にサントス市を訪問し、子どもたちがサッカー交流で親睦を深めました。来年には、路面電車を寄贈し、長崎の電車がサントスの街を走る予定です。



特集

市政

長崎市民

ブレイク・プレゼン

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演講座

もよおし

おしらせ

募集



(ポルトガル)
ポルト市

提携
35周年

ジャパンウィークに参加

江戸時代に出島へ向かったポルトガル船の母港というつながりから提携をしました。

2010年には、日本の文化を紹介するイベント「ジャパンウィーク」が開催され、長崎の写真展を開催するとともに、長崎東高の吹奏楽部や長崎生け花連盟の方々などが参加しました。



(こんにちは!)
Boa tarde!



長崎に来ておよそ3カ月になりますが、これまでたくさんのかたから温かいおもてなしを受けたり、ポルトガルと縁のある場所を訪れたりしました。11月には、ポルトへ戻りますが、長崎での経験をより多くの人に伝えていきたいと思います。

自治体職員協力交流事業のためにやってきた、ポルト市職員のラケル・ルスさん。現在、長崎市国際課に勤務しています。



(フランス)
ヴォスロール村

提携
35周年

外海を救った ド・ロ神父がルーツ

外海地区の人々を救済するため、私財を投げ打って社会福祉事業に貢献したマルコ・マリ・ド・ロ神父の出身地。出津教会やド・ロ神父記念館、旧出津救助院に当時の足跡を見ることができます。

東日本大震災の時は、村の人々が義援金を長崎市を通じて被災地に贈るなど、神父の「人類愛の精神」が根づいています。



みんな優しくだよ。



のどかな田園が広がるヴォスロール村には、おらかな人が多いです。姉妹都市委員会では個人で村を訪れる人がいるほど、仲良くしています。私が村長の家にホームステイした時、その家が「ド・ロ神父の生家」だと知り、外海とのつながりを感じましたね。

長崎外海・ヴォスロール
姉妹都市委員会
会長 日宇 英之さん

市民友好都市

市民友好都市とは、「姉妹都市提携などの形式にとらわれずに、自由、気軽に付き合い、市民や民間交流団体が主体となって交流を行う」ことを、お互いが確認した都市のことです。

歴史・文化・経済など何らかの分野で交流があり、今後の促進が期待できることを要件としています。アバディーン市をはじめとする4市とは、交換留学生の相互派遣など市民・大学間での交流が行われています。



アバディーン市 (イギリス)



中山市 (中国)



ライデン市 (オランダ)



ヴェルツブルク市 (ドイツ)

広がる 交流の輪

長崎市内では、さまざまな団体が、さまざまな形で国際交流をしています。そして、皆さんは、お互いを尊重することをとても大切にしています。

今回は、今年4月に市政功労表彰をお贈りした2団体をご紹介します。

留学生の家族を 笑顔で支えています

「西町国際クラブ」は、長崎で暮らす留学生を主とする外国人家族の生活支援をしています。例えば、バスの乗り方や子育ての相談、施設での通訳など、支援は多岐にわたります。「留学生の家族が安心して生活できることが、ひいては留学生の支援になれば、この思いで活動をしています」と、笑顔で語るメンバーの皆さん。定例会は毎週水曜日、主に長崎大学国際交流会館（西町）で行われます。ここでは、生活相談のほか、言葉の勉強や、手芸、親睦会などもあ

心安らぐ交流の場

り、今では交流の場にもなっているそうです。

9月4日は、「ふろしきの使い方」を紹介。メンバーの田北さんを中心に、瓶や本の包み方などを手際よく留学生の奥さんに教えます。

「このふろしきは小さかね〜」「帽子ばみんなで作るうか〜」と、楽しい会話が飛び交います。留学生の奥さんもリラックスした様子です。

定例会では、留学生の家族から、異国の文化について教えてもらうこともしばしば。いろんな国のお洒落の仕方や、伝統料理の作り方など、クラブの皆さんも興味津々で聞き入っているそうです。

活動は「コッコッと」!

このクラブには、支援を基礎に、交流でお互いに元気を分け合うという、とても良い関係が築かれています。今後について、代表の森永さんは「留学生の日本滞在期間は長くて5年ほど。その間に、家族の皆さんが、生活していく自信をつけて巣立ってほしいですね。誰にでも同じような支援ができるように、私たちも、コッコッと活動を続けま〜す」。笑顔で語るその表情に、このクラブの優しさを感じました。



「ふろしきの使い方」講座

西町国際クラブ



ふろしきを使って瓶を包みます。左から二人目が代表の森永さん。



みんなで集合写真。子どもを連れてきた方もいます。みんな満面の笑顔です!

ケニアからやってきたハリマさん（右）とジョセフィンさん。「このクラブではいろんな相談ができるので助かります。たくさんの人とおしゃべりもできるので楽しいですよ」





日本舞踊



アンクルン

地球館「ワールドフーズレストラン」
※取材日はインドネシア料理でした！

長崎「国際交流塾」

思い思いに交流を
楽しんでいきます

皆さんは東山手に「地球館」という施設があるのをご存じでしょうか？ここでは、毎週末に世界各国の料理を日替わりで味わうことができます。もちろんシェフはその国のかたで、楽しい会話つき。そして、その運営をしているのが、「長崎『国際交流塾』」です。

この塾ができた経緯について、「みなとまつりで、世界各国の料理を提供する店を出したのがきっかけです。同じ目標を持って活動する方が仲良くなれると思い、留学生を誘って出店しました」と、代表の牛嶋さんは当時は振り返ります。そしてみなとまつり終了後、「交流をもっと深めたい！」と、メンバーが各自自主的に班を作り、活動するようになりました。

現在、塾の班の数は8つ。卓球や日本舞踊、アンクルン(インドネシア伝統楽器)、スクラブル(ローマ字をクロスワードのように合わせて単語を作るゲーム)など、さまざまな分野で交流しています。時には、班同士で交流会も行われているそうです。

国際交流は日常の「コマ

スクラブルの班長で、インドからやってきたスガンディーさんは

「ゲームをしながら家事のことを話す時間が楽しいね」とこり。すると班の皆さんは「彼女の料理はとても美味しいんですよ。優しくてとてもいい人！」と返してくれました。

この塾のかたたちは、一様にこの交流を生活の一部として楽しんでいてます。国際交流は「非日常」として考えられがちですが、国際交流を「もっと気楽に楽しんで」というメッセージを私たちに伝えてくれています。

《興味があるかたは下記へご連絡ください》

- 長崎・セントポール姉妹都市委員会 (☎ 842-3783)
 - 長崎外海・ヴォスロール姉妹都市委員会 (☎ 0959-25-0575)
 - 西町国際クラブ (☎ 856-6838)
 - 長崎「国際交流塾」(☎ 822-7966)
- その他にもたくさんの国際交流団体があります。
詳しくは、市ホームページ内で [国際交流団体](#) [検索](#)

- 東山手「地球館」(☎ 822-7966)
開館：10:00～17:00(火・水曜日休館)
※ワールドフーズレストランは土・日・祝の12:00～15:00



あなたも「国際交流」してみませんか？

海外でも長崎市内でも、さまざまな国際交流が行われていて、どの交流も長崎のまちと人を元気にする大きな力となっています。そして、交流をしている皆さんはとてもいきいきとしています。あなたも身近なところから国際交流をしてみませんか。

11/3 (祝)

10:00～18:00

姉妹都市提携 35 周年記念イベント

【場 所】 JR 長崎駅かもめ広場

【内 容】 ポルトガルギター演奏・小中学校ブラスバンド演奏・ボサノヴァ・アフリカダンスなどのステージイベント、菓子や酒などの物品販売、菓子作りや各国の遊びなどの体験コーナー、クイズラリー、写真パネル展示、国際交流団体の活動紹介・留学生のブースなど

写真パネル展

姉妹都市提携 35 周年を迎えるポルト市、ミデルブルフ市、ヴォスロール村の写真パネルを展示します。

【期 間】 10月2日(水)～27日(日)

【場 所】 市立図書館

国際交流員の

国際理解講座

国際交流員が出身国の文化や生活習慣などについて、日本語で紹介します。

	テーマ	日時	講師
韓国	日本と韓国のちょっとした違い	10月16日(水) 18:30～19:30	ソン ビョンチョン 宋 炳天
イギリス	Nice to meet you 長崎	10月23日(水) 18:30～19:30	スクラー セーラ
中国	中国の不動産事情	10月29日(火) 18:30～19:30	リン シンタイ 林 心泰

【場 所】 長崎ブリックホール

【費 用】 無料

【申込方法】 地球市民ひろばに電話（☎ 842-3783）かファクス（FAX 842-3786）でお申し込みください。当日参加もできます。

【そ の 他】 11月以降の講座は広報ながさきなどでお知らせします。出前講座もあります。詳しくは国際課（☎ 829-1113）へ。

私たちが
紹介します♪

宋さん

林さん



スクラールさん

国際ボランティア参加者募集！

国際交流のボランティア活動を通して、外国のかたとふれあってみませんか？詳しくは、国際課（☎ 829-1113）へ。

● 企画ボランティア

【内 容】 子どもたちが外国人と交流できる「KIDS' 国際ひろば」や在在外国人を対象とした「日本料理教室」などのさまざまなイベントを企画して実施します。

● 通訳ボランティア

【内 容】 市役所窓口での在在外国人への通訳や、クルーズ客船の寄港時に観光案内などを行います。

● 日本語講座ボランティア

【内 容】 在在外国人に、生活に必要な初級の日本語日常会話の指導をテキストを使用して行います。



企画ボランティア



通訳ボランティア



日本語講座ボランティア

開催されたイベントや講座などを写真で紹介!!

ツォト! ホット! HÖT!

9/8
(日)

今年もいい味してます

伊勢エビ漁の解禁に合わせて、「のもぎき伊勢エビまつり」と「新三重漁協いせえび祭り」が開催され、伊勢エビを求めて多くの買い物客で賑わいました。また、会場では、伊勢エビのみそ汁が格安で販売され、家族で訪れた真鳥結仁くん(9歳)・和歩くん(6歳)は、初めて食べる伊勢エビの味噌汁を「おいしかった。また食べたいです」とご満悦でした。



9/15
(日)

伝統や文化にふれる

長崎のまちの伝統や文化、くらしを伝えるまち歩きスポット「さるく見聞館」の館長などが一堂にそろい、伝統の技などを間近で見られる「さるく見聞館まつり」がベルナード観光通りで開催されました。訪れた買い物客などは、巧みな技術で作られた商品を買求めたり、クイズラリーで各見聞館のブースを回って館長の説明に聞き入ったりしていました。



9/14(土)
~9/16(祝)

外海神浦の「お・も・て・な・し」

外海神浦地区一帯をのんびり、ゆったりと散策する「神浦散歩未知」が開催されました。訪れた人は、手作りマップを片手に、地元の人たちとの会話を楽しみながら、竹細工や布小物などの手作り雑貨をじっくりと眺めたり、鍛冶屋や焼酎工場を見学したりして、思い思いに外海神浦地区を満喫していました。



9/14
(土)

健康づくりは体のチェックから!

定期的な健康診査の大切さを知ってもらうため、ベルナード観光通りで「健康バンザイ!!がんばらんばキャンペーン」を開催。血糖・血圧測定や健康相談のブースなどが並び、通りかかった人は自分の健康状態に興味津々。普段から健康に気をつけているという伊東さんは「ストレスを溜めないことの大切さを改めて感じました」と語っていました。



特集

市政

長崎市民

フコ意見
プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

全国に誇る若者の技術力



成績を報告する坂上さん(左)と阪本さん

8月上旬に開催された「若年者ものづくり競技大会(全国大会)」の木材加工部門で優勝した阪本隆司さん(長崎工業高校2年)と、自動車整備部門で3位入賞した坂上幸詩さん(同校3年)が、8月26日に田上市長に成績の報告に訪れました。

阪本さんは作品を見せながら「緊張しましたが、難しいところも集中して仕上げることができました」、また、坂上さんは「これからも、今回の経験を生かせるようにがんばっていきたい」と報告しました。

■問い合わせ 産業雇用政策課(☎829-1313)

観光名誉大使に 片岡鶴太郎さんが就任



長崎市花のアジサイをモチーフにした片岡さんの絵画と並んで撮影

9月3日、俳優やタレント、画家として活躍する片岡鶴太郎さんに、長崎市観光名誉大使の依頼状を交付しました。

片岡さんは、来春、県美術館で個展を開催する予定。また、長崎ランタンフェスティバルの皇帝パレードで皇帝役を務めることになりました。

■問い合わせ 観光推進課(☎829-1314)

自分たちのまちを 自分たちでよくするために



まちづくりのルール必要性や意義を真剣に聞く参加者

8月20日、自治体運営の基本的な方針やまちづくりのルールなどを定める「(仮称)長崎市自治基本条例」を検討する市民懇話会を開催しました。

第2回となる今回は、ミニ集会として懇話会委員に加え約40人の市民や職員が参加して、市の現状や条例の役割などについて理解を深めました。

今後、ワークショップ形式で検討を重ねていきます。

■問い合わせ 総合企画室(☎829-1111)

まちづくりを進めるための要望



中村知事に要望する田上市長(中央)

9月2日、田上市長は長崎市選出の県議会議員とともに、グループホームの防災体制など市政に関する13項目を中村知事および渡辺県議会議員に要望しました。

特にペーロン選手権大会などに係る補助金の継続や、伝統的建造物群保存地区の修理事業への県の補助率の引き上げ、琴海大平地区の護岸整備について要望しました。

中村知事は、「長崎のまちづくりに、これからも一緒に取り組んでいくために検討したい」と回答しました。

■問い合わせ 総合企画室(☎829-1111)

今月のテーマ 地方の時代

田上市長の 心と手

～自らの思いを皆さんに語るコラム～

私が学生だったころ、長洲^{ながす}一^{かずし}二^じ神奈川県知事らによって「地方の時代」が提唱されました。これまで国が県や市町村を主導してきたけれど、県や市町村が自分で考えて、自分の力で地方を良くしていく時代が来たのだ、というメッセージは、とても魅力的でした。

でも地方自治の世界に飛び込んでみると、現実にはドブブリと中央集権でした。実際に地方分権の流れが動き始めるまでに20年ほどの時間がかかりました。それでも、私が40歳を過ぎるころ、動かなかった川の流れが動き始めました。上下関係だった国、県、市町村の関係が、少しずつですが、変わってきたのです。

ここ数年の地方分権の動きとして、それまでは国が全国一律に決めていたルールを、自治体が変わってもいいということになりました。まだ限られた範囲ですが、積極的な自治体はさっそく自分のまちに合うようにルールを変え始めました。長崎市もその一つです。

国ルールでした。でも坂の多い長崎には、もつと勾配のきつい道路がたくさんあります。それに、全国ルールに合わせるのと、新しく市道をつくるときに長さがより多く必要で、その分、建設に要する時間や予算が多くなってしまう。少し勾配がきついても安全性は確保できるので、長崎市では「17%まで」というルールに変えることにしました。長崎市独自の基準、つまり、長崎ルールです。

また長崎には、幅が狭い一方通行の道路がたくさんあります。トラックなどの大型車が通るとき、道路標識にぶつかってしまうこともあります。そこで車の通行の邪魔になる場合は、道路標識の大きさを小さくすることができるといふルールも作りました。道路だけでなく公園についても基準を見直しました。

もともと地方独自の政策の中にも、長崎ならではの工夫が施されているものがあります。例えば赤ちゃんに本をプレゼントする「はじめまして絵本」事業。全国的には「ブックス

タート」という名前です。実施している自治体が多いのですが、長崎市の仕組みは少し変わっています。4か月児健診の時に本を直接渡すのではなく、引換券を渡して、自宅の近くの公民館やふれあいセンターの図書室で本に引き換えることができるようになっているのです。



読書習慣への第一歩

これは、全国最高レベルの図書ネットワークを持つ長崎市ならではの仕組みです。単に本をプレゼントするのではなく、自宅の近くに図書室があることを知ってもらい、そこにある子ども用の本も利用してもらおうというのです。

「地方の時代」はまだまだ道半ばですが、確実に進んでいくはず。いろいろな課題を、自分たちに合った方法で、少しでも早く安く解決できるし、個性を發揮して、まちをもっと魅力的にできるからです。それを生み出す力をもった市役所、それを実現できるまちでありたいと思います。



ながさき フチ旅行

風と海を感じて
伊王島灯台

出かけて見る・知るまちのオススメスポット

長崎港の入口に浮かぶ伊王島の北端にあるのが伊王島灯台。明治3（1870）年に点灯し、長年、海の安全を見守ってきました。灯台までの遊歩道は見晴らしがよくさわやかな風も吹くので、まるで鳥になった気分が散策できます。

伊王島灯台のそばには、灯台記念館があります。もとは、灯台職員の官舎として明治10年に建てられたもの。現存する日本最古の無筋コンクリート造の建物で、県の有形文化財です。

記念館には、灯台で使われていた電球やレンズなどが展示されています。これからは、灯台職員たちの海の安全に対するひたむきな想いがにじみ出ています。

美しい自然とそこで生きてきた人々の営みの素晴らしさ。ぜひ伊王島で堪能ください。

あなたのご意見を聞かせてください!!



皆さんは「ながさきジーン！」をご覧になったことがありますか？

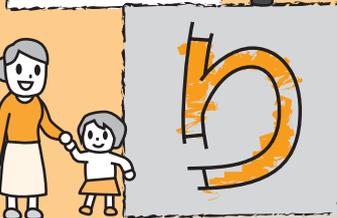
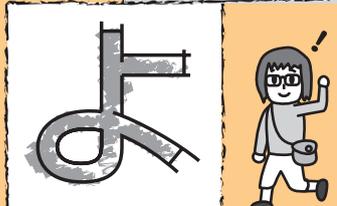
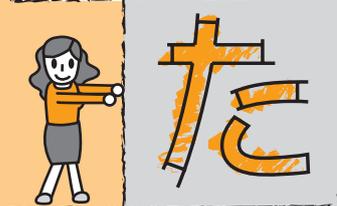
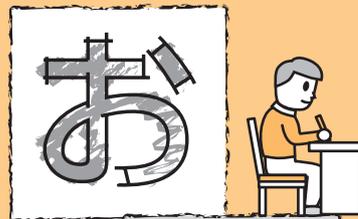
「ながさきジーン！」は、さまざまな分野で頑張っている情熱にあふれた、すてきな長崎の人を通して、まちの魅力を紹介し、長崎のまちを元気にすること、また、読んでいてジーンと感動を与えることを目指して、年2回(4月・10月)発行している情報誌です。10月1日に第12号を発刊しました。

今回の特集は「長崎を輝かせる、注目のコラボ。」です。「コラボレーション、略してコラボは、人と人、人と企業などが

■「ながさきジーン！」第12号発刊

さまざまな分野で頑張っている方々を見て、私もまだまだ前に進まなくてはと思う日々です。次号が楽しみです。

(エミネット葉山町 M.Tさん)



また、受け継がれるモノ、ココロをテーマにした「この道、代々。」では、「有限会社杉永蒲鉾の杉永金生(かねいき)会長と杉永清悟(せいご)社長を取材。おいしさへのこだわりと、産学官の連携プロジェクト」長崎かんぼ(かんぼ)「王国」により消費拡大を目指す情熱に迫りました。

さらに、長崎の頑張る企業を支える人々を紹介する「長崎エナジー」では、下水をリサイクルする長崎発の新技術が注目されている「三菱長崎機工株式会社」を訪問。モノづくりにかける熱い思いを語っていただきました。

が協力し合い、新しい発想の何かが生まれる、素晴らしい活動のこと。長崎でも、そんなステキなコラボがたくさん存在することを「存じますか？」今回の特集では、地域と一体となつて放置竹林の整備に取り組む若者など、長崎に新しい風を吹き込もうとする注目のコラボを取材しました。

お便りやプレゼントクイズなどはもちろん、市政への質問・疑問なども、どしどしお送りください。掲載させていただいたかたには、プレゼントをお送りします。

送り先
〒850-8685 桜町2-22
長崎市役所
広報広聴課「おたより」係

※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。



その他のコーナーも、ボランティアを通じて地域の人たちとふれあうことで、自分自身を成長させようとする大学生など、「コラボ」をテーマにした情報が満載です。

「ながさきジーン！」は、自治会のご協力により各ご家庭に回覧するほか、市立図書館や公民館の図書室などの公共施設でもご覧になれます。また、市内主要書店などで購入することもできます。詳しくは広報広聴課(☎829-1114)までお尋ねください。(広報広聴課)

今月のプレゼント

お店 (有)宮嶋竹輪 商品 長崎竹輪よかもんセット



「選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が認定する長崎市特産推奨品から今月はご覧の商品を、

10名様
にプレゼント!!

創業大正14年、ちくわ一筋伝統の技で焼き上げた商品の詰め合わせ。食べると、「しゅっきり・こっくり・香ばしい」ちくわが堪能できます!健康志向にこたえて塩分控えめながらもしっかりとした味はそのまま。お刺身感覚でご賞味いただくほか、揚げ物、ちゃんぽん、皿うどんなどでもお召上がりください。問い合わせ(岩川町6-13 ☎846-3435) ホームページ [\[宮嶋竹輪\] 検索](#)

表紙の話



公園にすむトンボの絵といっしょに撮影。いろんな生き物の絵もあって研究熱心さに感心しました!いつまでも地元の自然を大切にしてくださいね。

2014年
10・11月
開催

長崎がんばらんば国体・大会

長崎がんばらんば国体・大会開催に向けて、頑張っている人を、長崎市内で開催される競技を中心にご紹介！
第7回目はボウリング競技です！

Bowling ともかつ 山下 知且 選手

「ボウリングは、子どもからお年寄りまで自分の体力に合わせて気軽に楽しむことができるスポーツです。見た目以上に運動量があるので健康にもいいですよ」と紹介する山下選手は、これまでに数々の国際大会で入賞し、一昨年まで日本代表チームのキャプテンを任されていたほどの実力者です。

しかし、そんな山下選手も、国体でボウリング競技を勝ち抜くのは、非常に難しいと言います。「1ゲームごとに隣のレーンに移り競技を進めていきますが、レーンごとに微妙な傾斜や滑り具合などが違います。そしてライバル選手のボールとレーンの相性が合ってしまうと、びっくりするような高得点をたたき出されてしまいます。しかし、予選決勝合わせて9ゲームで競う国体のルールでは、一度離された得点差を詰めるのが非常に難しいので、いつも以上の実力を出さないと負けてしまいます」。

「そんな厳しい状況で、勇気を与えてくれるのが皆さんの応援です。会場が揺れるほどの声援が飛び交う中で、自分がストライクを出した後に“もってこ～い”の掛け声が聞こえると、どんな戦況でも勇気がわくんですよ。ぜひ会場に足を運んで応援に来てください」と笑顔の山下選手。

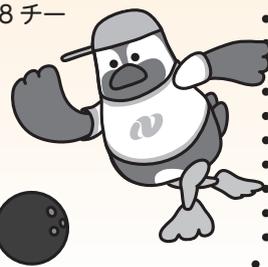


鶴洋高校ボウリング部の指導も行っています



ボウリング競技

- 国体のボウリング競技は、少年の部は男女2人ずつ出場し、男女に分かれて個人戦と団体戦を行う。また、成人の部は男女4人ずつ出場し、それぞれ個人戦と団体戦(2人チームと4人チーム)を行う。
- それぞれで予選6ゲームの競技を行い、合計得点の上位8チームが決勝戦に進む。
- 決勝戦では、さらに3ゲームを行う。
- 予選と決勝すべての合計得点により最終的に順位が決まる。



国体・大会インフォメーション

問い合わせ 国体推進部総務企画課 ☎ 829-1280

50年に一度の長崎国体で、思い出をつくろう！

観戦以外での思い出づくりの一つ、それは運営ボランティア。競技会場では選手や監督が気持ちよく過ごし、ベストな状態で競技に臨めるように、会場案内をしたり、ドリンクや弁当などを配ったりして、サポーター役として国体に参加できます。希望する競技の会場で参加することができるので、有名選手にも会えるかも！詳しくは国体推進部総務企画課(☎ 829-1280)へお尋ねください。



特集

市政

長崎市民

プ
レ
ゼ
ン
ト

生
活
情
報

健
康

子
育
て

福
祉

被
爆
者
援
護

講
演
講
座

も
よ
お
し

お
し
ら
せ

募
集

上手な暮らし塾

消費者

「浄水器の点検・フィルター掃除にうかがいます！」
 無料でうたった「点検商法」に注意！



Aさんは、浄水器のメンテナンス会社を名乗るB社から「浄水器の無料点検をしませんか」と電話で勧誘を受け、自宅に来てもらいました。浄水器を見て、「通常ならカートリッジ交換に2〜3万円、ホース交換が2千円、フィルター代もかかるが、メンテナンス会員になると、月2500円で修理や部品交換が全て無料」と言われ、その場で契約をしました。後日、浄水器のメーカーにカートリッジの交換費用などを問い合わせると、B社が説明した費用の半分で済むことが分かりました。

このところ、県内や九州各県で、浄水器のメンテナンスに関するトラブルが相次いでいます。

Aさんのようなケースのほか、メーカー提携のメンテナンス会社を装って点検に訪問し、偽の水質テストを行った上、「この浄水器は有害物質を除去できない」として高額な浄水器を売り

つけ、さらには、排水溝清掃の無料サービスを勧め、高額な浴室工事の契約にまで至った悪質な事例もあります。

このような手口を「点検商法」と呼びます。

自宅に点検などと称して上がり込まれると、断るのに苦慮する場合は多いのが現状です。「点検や清掃が無料」と電話があつたら何らかの勧誘とも考えられます。安易に訪問に応じるのは避けましょう。仮にメーカーや販売店に頼まれたと言われた場合でも、早めにメーカーなどに確認するようにしましょう。

■ご相談は消費者センター(メルカつきまち4階、相談専用☎8299・i234)へお気軽にどうぞ。受け付けは午前10時〜午後5時です。月曜日休業(祝日の場合、直後の平日)。
 土・日・祝日も相談できます。

勧誘を断りきれずに、訪問販売で契約してしまった場合は、契約書を受け取った日を含めて8日以内はクーリング・オフといって、無条件で解約できる制度があります。クーリング・オフの方法などは消費者センターへお問い合わせください。

安心

暮らしの困りごと
 まずはご相談ください！

一日総合相談所

国・県・市などの行政や弁護士、司法書士、税理士、土地家屋調査士などの各分野の専門家が一堂に会し、あなたのさまざまな暮らしの困りごとの相談に応じます。これだけ多くの専門家が集まる機会はめったにありません。日ごろ困っていることを相談してみませんか。相談無料。直接会場へ。日 10月30日(水)午前10時〜午後3時 所メルカつきまち5階 内行政全般に関する相談や、相続問題、金銭貸借、借地借家、登記などの相談

市民相談

市では、あなたの暮らしの困りごとの相談窓口を設けていますので、お気軽にご相談ください。

◆弁護士による無料法律相談
 相続問題や夫婦問題、お金の貸し借りなどの金銭問題、借地借家問題などの相談に弁護士が応じます。

◆交通事故相談
 交通事故相談員が、事故のケースごとに相談に応じます。

そのほかにも市政に関する相談や税金、登記、不動産、住宅増改修・マンション管理などの専門家が市役所で相談に応じています。

項目	件数
借地借家	20
家庭問題	18
その他行政	13
登記	8
税金	7
警察	4
遺産相続	3
金銭貸借	2
その他民事	32

このほかにも、健康保険、賃金、道路、環境衛生、建築基準、宅地開発、土地境界、農地、交通事故、人権擁護、公害、労働災害などの相談に応じます。

問総務省長崎行政評価事務所(☎849・i101)

開催の曜日
 や時間など、詳しくは本紙2ページに掲載しています。

暮らしの困りごとがあるときは、お気軽にご相談ください。



■問い合わせ
 安全安心課(☎8299・i231)

対=対象 日=日時 期=期日・期間 時=時間
 所=場所 内=内容 講=講師 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

特集

市政

長崎市民

ご意見
 プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演講座

もよおし

おしらせ

募集

高齢者インフルエンザ予防接種

地域保健課 ☎829・11153

対 次のいずれかに該当する市民 ①65歳以上のかた ②60歳～65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害があるかた（身体障害者手帳1級程度）
 期 10月1日（火）～来年2月28日（金）
 費 1800円（一人1回）
 申 医療機関に電話でお申し込みください。他

対象者のうち、次のいずれかの証明書を持参のかたは接種無料。生活保護受給証、中国残留邦人等本人確認証、平成25年度世帯主の市・県民税非課税証明書の写し

乳がん検診・大腸がん検診

三和行政センター ☎892・1111

期 11月7日（木）
 時 受付 午前9時～10時、午後1時～2時
 所 香焼ひまわり
 持 保険証 申 直接会場へ。他 次の証明書を持参のかたは無料。後期高齢者医療被保険者証、高齢受給者証、生活保護受給証、中国残留邦人等本人確認証、平成25年度世帯主の市・県民税非課税証明書の写し

◆乳がん 対 内 費 ①30～39歳の市民（視触診・エコー検査）…900円／②40～49歳の市民（視触診・マンモグラフィ検査）…1500円／50歳以上の市民（視触診・マンモグラフィ検査）…800円

◆大腸がん 対 40歳以上の市民 内 便 検査2日間法 費 3000円

日曜日に「乳がん検診」へ行こう!!

健康づくり課 ☎829・11154

対 40歳以上の市民 日 10月20日（日）
 所 市民会館 内
 期 午前10時～午後3時
 所 市民会館 内
 マンモグラフィ検査 定 80人（午前：40人 午後：40人 ※抽選）
 費 40歳代：1500円、50歳以上：800円
 申 10月18日（金）午後5時までに、あじさいコール（☎822・88888）へ電話で。

難病医療講演会

特発性拡張型心筋症について

健康づくり課 ☎829・11154

長崎大学病院医師による講演会。受講無料。対患者とその家族 日 11月9日（土）午後2時～4時
 所 市立図書館 新興善メモリアルホール 申 10月25日（金）までに電話で。

ロードウォークサポーター養成講座

健康づくり課 ☎829・11154

ウオーキングの普及に一緒に取り組んでいただけるかたを募集。受講無料。対健康づくりに興味があり、ウォーキング教室でお手伝いできるかた（すべて受講できるかた）
 所 アマラス 定 20人
 申 10月17日

日時	内容
10/22(火) 13:30～15:30	講義・実技「サポーターの役割」「正しい歩き方を体験」
10/29(火) 13:30～16:00	講義・実技「楽しいウォーキングコースのつくり方」
11/5(火) 13:30～15:30	実技「お手軽ウォーキングコースのいろいろは」

（木）までに電話で。

リフレッシュ運動教室

三和行政センター ☎892・1111

運動指導士が室内で気軽にできる運動を楽しく紹介。参加無料。対 20歳以上の市民 日 10月17日（木）午前10時～正午
 所 香焼公民館 持 飲み物、タオル、室内シューズ 申 事前に電話で。

学べる！坂・段お手軽ウォーキング

健康づくり課 ☎829・11154

坂道や階段を活用したウォーキング。参加無料。対 市民 日 10月19日（土）午前9時30分～午後0時30分 ※雨天時は26日（土）に延期
 所（集合）木場町公民館 定 100人 持 飲み物、タオル、着替え 申 事前に電話で。他 参加賞あり。

長崎市包括ケアまちなかラウンジ

ピアサポーター養成講座

まちなかラウンジ ☎893・6621

がんや難病でお悩みのかたの手助けを行うサポーターを養成する講座。受講無料。対 次の①②のいずれかに該当し、4日間受講できるかた ①病気を経験したかたか、介護の経験があるかた ②医療、介護、福祉に関する業務に従事している、もしくは、していたかた
 期 10月26日、11月9日・30日、12月7日 ※いずれも土曜日 時 午後1時～5時
 所 市民会館 定 15人程度 申 10月21日（月）までに電話で。他 詳しくはお尋ねください。

健康ミニ情報

認知症のひと家族の会

認知症の正しい知識などを学びます。10月22日（火）午後1時～3時、もりまちハートセンターで。参加無料。直接会場へ。問 認知症のひと家族の会（☎842-3590）

「生と死」を考える市民のためのネットワーク

「心療内科医（カウンセラー）からみた心と体の健康法…うつへの声かけのコツと自殺予防について…」
 10月18日（金）午後7時～8時30分、長崎大学医学部良順会館で。参加費 300円（学生無料）。
 問 活水女子大学 永田・岩永（☎0957-27-3005）

運動で脳トレ教室

琴海行政センター ☎885・2111

簡単なステップで体と脳の運動をします。対 20歳以上の市民 期 10月17日（木）、11月21日（木）
 時 午前10時～11時45分
 所 外海ふるさと交流センター 申 前日までに電話で。

10月は「臓器移植普及推進月間」および「骨髄バンク推進月間」です

健康づくり課 ☎829・11154

◆臓器移植キャンペーン 日・所 ①10月13日（日）午前11時～午後4時：中園商店街アーケード／②10月26日（土）午前11時～午後4時：ベルナード観光通り

◆骨髄バンクドナー登録 対 18～54歳のかた。※体重、血圧、病気の既往歴などによって登録できない場合があります。

月…サルコイドーシスってご存じですか？ / 火…デュピイトラン拘縮(手のひらの小さなしこり) / 水…B型肝炎ワクチン接種について / 木…老人性乾皮症 / 金…子どもの顎の大きさ / 土・日…間質性膀胱炎について 問…県保険医協会(☎825-3829)

今月の健康づくり講座・教室

いずれも参加無料。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
健康ひろば 「生活習慣病予防のための運動と相談」	20歳以上の市民	10/16(水)	13:30~15:00	健康づくりセンター(布巻町)	事前に	①
		10/24(木)	9:45~11:45	江平地区ふれあいセンター		②
		10/28(月)	9:30~11:30	市役所別館地下1階 機能回復訓練室		②
市民健康講座「コレステロールについての医師講話とメタボ予防体操」	20歳以上の市民	11/9(土)	13:30~16:00	市民会館	10/29(火)	③
お手軽ウォーキング	20歳以上の市民	10/17(木)	10:00~14:00	赤水公園山登りコース(10.0km) (琴海行政センター集合)※弁当持参	10/15(火)	③
		10/22(火)	10:00~12:00	樺島コース(6.2km) (樺島バス停集合)	10/18(金)	③
		11/1(金)	10:00~12:00	野母コース(4.0km) (野母地区公民館集合)	10/30(水)	③
		11/6(水)	10:00~12:00	川原大池コース(5.0km) (川原大池駐車場集合)	11/1(金)	③
		11/6(水)	10:00~11:30	神浦裏道コース(4.0km) (外海ふるさと交流センター集合)	11/1(金)	③
		11/12(火)	10:00~12:00	旧長崎街道コース(4.7km) (矢上神社前集合)	11/8(金)	③
		11/14(木)	10:00~12:30	鶴の港コース(7.1km) (稲佐児童公園集合)	11/12(火)	③
まちななかサロン 「施設におけるホスピスケア」	市民	10/21(月)	14:00~16:00	メルカつきまち	事前に	④
まちななかサロン 「介護の経験をとおして」	患者さんや家族	11/12(火)	14:00~16:00	まちななかラウンジ	事前に	④
ひきこもりの家族学習会	6カ月以上ひきこもり状態のかたの家族	10/16(水)	13:30~15:00	市役所別館地下1階 衛生教育室	事前に	⑤
自死遺族分かち合いの会	大切な人を自死で亡くされたかた	10/26(土)	14:00~16:00	アマランス	直接会場へ	⑤
心の健康相談	心の健康問題でお悩みのかた	10/17(木)	9:00~11:00	市役所別館地下1階 精神保健相談室	事前に	⑥
問い合わせ	①三和行政センター(☎892-1111) ②健康づくり課(☎829-1154) ③あじさいコール(☎822-8888) ④長崎市包括ケアまちななかラウンジ(☎893-6621) ⑤地域保健課(☎829-1153) ⑥精神保健相談室(☎829-1311)					

健康長崎市民 21

かけがえのない命を守るために、相談してみませんか？

日本は先進諸国の中でも自殺率が高い国。特に50歳代後半の男性、そして30歳代や未成年者の自殺も増加しています。なんと15~34歳では、自殺が死因の第1位です。

自殺を考えている人は、悩みや問題をひとりで抱えるうちに、「死ぬしかない」と心理的に追い込まれた状態に陥ります。そのような場合、さまざまなサインを発しています。サイ

ンは人によって異なりますが、例えば、まじめな人が無断欠勤する、1日中思い詰めた表情を浮かべているなど、「これまでとちょっと違う」変化が表れます。

身近な人の様子を気にかけることが、命を守ることに繋がります。悩んでいるかた、相談を受けられたかた、いつでもお電話してくださいね。 地域保健課(☎829-1153)

ワンポイント
アドバイス



地域保健課
保健師
池山 加奈恵

あなたの    をサポートするお知らせ
妊娠 出産 育児

所 ①長崎幼稚園(魚の町) ☎824-9499
②高島幼稚園(高島町) ☎896-2075
③費用額7000円(平成25年度) 申各幼稚園で配布の願書を同園に提出。申(期間)12月2日(月)～6日(金)の午前9時～午後4時 他(入園説明会)①長崎幼稚園：11月5日(火)午前10時～11時 ②高島幼稚園：来年1月15日(水)午後1時30分 ※私立幼稚園でも10月1日から願書を配布し、11月1日から願書を受付。詳しくは各幼稚園にお尋ねください。

市立幼稚園園児募集
幼児課 ☎829-1142
対平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれで、市内にお住まいのお子さん ※高島幼稚園は平成21年4月2日～平成23年4月1日生まれ

乳幼児季節性インフルエンザ 予防接種費用の一部助成
1歳も健康課 ☎829-1255
対市内に住民票がある生後6カ月～小学校就学前のお子さん 期10月1日(火)～来年2月28日(金) 所(接種)市内の医療機関(西彼、諫早地区の一部の医療機関でも接種可) 費1回につき1600円(1人2回接種) 申直接医療機関にお申し込みを。他対象者で、次のいずれかの証明書を持参のかたは接種無料。生活保護受給証、世帯主の市県民税非課税証明書の写し。

親子の心の相談
子育て支援課 ☎829-1270
専門の女性医師が応じます。相談無料。日小児科：10月16日(水)午後2時～5時/精神科：10月22日(火)午後2時～4時 所子育て支援課 申事前に電話で。

母子健康手帳交付の休日窓口
1歳も健康課 ☎829-1255
10月20日(日)午前9時～正午 所北保健センター

初めてママのための連続講座
子育て支援課 ☎829-1270
初めて赤ちゃんを育てているお母さんのための4回連続の講座。赤ちゃんといっしょにご参加ください。対第1子

ジフテリアⅡ期予防接種
1歳も健康課 ☎829-1255
ジフテリアⅡ期(ジフテリア・破傷風の予防接種を行います。費用無料。対市内に住民票がある11～12歳のお子さん 所(接種)市内の医療機関(県内の一部の医療機関でも接種可) 持母子健康手帳

新小学1年生の就学時健康診断
健康教育課 ☎829-1197
対象者の保護者あてに10月上旬から「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ご確認ください。対平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ

親子向けクラシックコンサート開催
文化振興課(☎842-3782)
「子どもが小さくてなかなか行けない…」「子どもに生の演奏を聴かせたい」というあなたのためのコンサート
日11月18日(月)午後6時30分～7時30分 所長崎ブリックホールリハーサル室 内(出演)大森智子(ソプラノ)、田村緑(ピアノ) 定50組 費1組500円 申11月8日(金)までに、あじさいコール(☎822-8888)へ電話で。他12月23日(祝)開催の「ガラコンサート」のチケットを持参のかたは入場無料。当日販売あり。

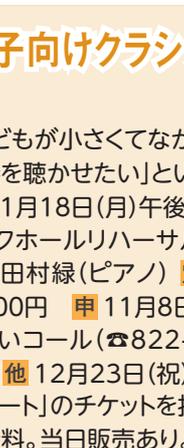
期日	開催場所	定員	締切
10/31 ～11/21 (毎週木曜日)	北公民館	14組	10/23 (水)
11/11 ～12/2 (毎週月曜日)	上長崎地区 ふれあいセンター	15組	11/1 (金)

いずれも時間は午前10時～正午

(生後2～5カ月)と母親 内の母親同士の交流、生活リズムや親子のふれあいについての意見交換など 費756円 申はがきで開催場所、住所、保護者氏名、子どもの名前(ふりがな)、生年月日、電話番号を書いて、長崎市子育て支援課(〒850-1868 桜町2-22)へ。電話かファクス(☎829-1275)でも可。

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。

講座名	対象	期日	時間	場所	申込期限	その他
両親学級	まもなく赤ちゃんが生まれる夫婦 15組※妊娠35週まで	10/20(日)	9:30～11:30	北保健センター	10/16(水)	妊娠中の生活と栄養、妊婦体験など
プレママ教室	第1子を妊娠中で妊娠中期から後期のかた 10人	10/22(火)	14:00～15:30	市役所別館 地下1階 機能回復訓練室	10/18(金)	赤ちゃんやお母さんとの交流、助産師による相談
むし歯予防教室	生後7カ月～1歳3カ月未満の赤ちゃんと保護者 20組	11/6(水)	10:00～11:30	北保健センター	10/31(木)	むし歯予防のお話と、お手入れの仕方
離乳食&幼児食教室	生後9カ月～2歳のお子さんの保護者 15人(託児相談可)	10/24(木)	13:30～15:30	北保健センター	10/22(火)	参加費400円。エプロン、三角きん持参
卒乳教室	1歳以上のお子さんを母乳で育てているお母さん 20人(託児なし)	10/21(月)	14:00～15:30	北保健センター	10/17(木)	おっぱい卒業の考え方や卒乳期の食生活



こども健康課 ☎829-1255

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

特集

市政

長崎市民

「ご意見」
プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集



ひとり親家庭のための講座
 子育て支援課 ☎829・1270
 子どもに人気のアートバルーンづくりに挑戦。参加無料。対ひとり親家庭の親子 日10月27日(日)午前10時～正午 所長崎歴史文化博物館 定10人 申10月24日(木)までに、市母子寡婦福祉会へ電話(☎829・1470)かEメール(info@nagasakishi-boshikai.jp)で、託児の希望の有無も連絡を。



ひとり親対象パソコン講習会
 子育て支援課 ☎829・1270
 パソコンの資格(エクスセル初級)を取得して、就職・転職を目指すための講座。対母子家庭の母か寡婦、父子家庭の父 期11月2日～12月14日の毎週土曜日 時午前10時～午後3時 所長崎ダイヤモンドスタッフ(淵町) 定20人 費無料 ※テキスト・受験料1万400円が必要 申10月18日(金)までに、Eメールながさきへ電話(☎894・9953)かEメール(yell@nagasaki-pref-shako.jp)で、託児の希望の有無も連絡を。

ひとり親福祉医療支給対象の要件拡大
 子育て支援課 ☎829・1270
 配偶者が配偶者暴力防止法の規定による保護命令を受けているかたとその子が新たに支給対象となりました。詳しい要件など、詳しくはお尋ねを。

子どもゆめフェスティバル
 子ども会が企画してゲームやステージ発表をする子どもたちが主役のイベント。どなたでも参加できます。参加無料。直接会場へ。日11月9日(土) 正午～午後3時30分 所市民会館

実践子育て連続講座
 子育て支援課 ☎829・1270
 「効果的なほめ方」など具体的な仕上げを学びながら、子どもとの接し方についての疑問に答えていく講座。全7回。受講無料。対3～16歳の子どもを持ち、子育て(しつけなど)にお悩みのかた 日11月8日(金)・18日(月)・12月4日(水)・20日(金)・来年1月10日(金)・24日(金)・2月21日(金)の午前10時～正午 所アマランス 定6人 申10月21日(月)までにはがきに、住所、氏名、電話番号、子育てで困っていることを書いて、長崎市子育て支援課(〒850-8685 桜町2-22)へ。ファクス(FAX 829・1275)でも可。託児の希望の有無も連絡を。

子どもゆめフェスティバル
 子ども会が企画してゲームやステージ発表をする子どもたちが主役のイベント。どなたでも参加できます。参加無料。直接会場へ。日11月9日(土) 正午～午後3時30分 所市民会館

パパノート ～父親のための育児手帳～

こども健康課 ☎829-1255

あなたがお父さんになると分かったときの気持ちはどうでしたか？
 新しい命の誕生を迎える喜びとともに、大きな責任や子育てへの不安を感じたかもしれません・・・。

そこで市では、これからお父さんになられるかたが、パートナーと協力しながら子育てを楽しんでいけるように「パパノート」をつくりました。

子育ての喜びや不安をパートナーと分かち合って

「育メン」という言葉がよく聞かれるように、育児に積極的に関わる男性が増えてきていることも事実。しかし、育児にあてる時間がまだまだ少ないのが現状です。

お父さん!決して気負う必要はありませんが、「パートナーといっしょに」楽しく子育てをしてみましょう。

パパノートの内容は

- (1) 父親の育児ポイント
- (2) 妻へのいたわり「妊娠・出産とは」
- (3) 赤ちゃんのこころとからだ「接し方・遊び方」

※このほか、健康診査や病気・事故への対応などを掲載。成長記録やメッセージを記入できるページもあります。

パパの疑問・・・

Q.いつもらえるの?希望する人だけですか?

A.妊娠したときに交付される母子健康手帳と一緒に配布されます。また、乳幼児健康診査の際に希望するともらうことができます。

Q.お父さんが持つ必要があるの?

A.「育児はお父さんも主役」をテーマに3歳頃までのお子さんを持つ親の悩みを、ポイントにまとめました。きっと、お役に立てるはずです。

そのほか、気になることはお気軽にお尋ねください。



made in
ながさを
食べよう!!

お料理 レシピ



大根と里芋の煮しめ



【1人分 238kcal】

今回のレシピは、ながさき味わいの匠に認定されている外海大中尾地区「がんばろう会」の川口カズエさんのレシピ。川口さんが作るお煮しめは甘くてほっこり、まさにおふくろの味!!

道の駅夕陽が丘そとでも販売されていますので、ぜひ、味わってみてください。

●●●●● 材料(4人分) ●●●●●

- ◎里芋…500g
 - ◎大根…小1/2本
 - ◎人参…1/2本
 - ◎厚揚げ…1/2枚
 - ◎こんにやく…1/2枚
 - ◎オクラ…5本
- A:だし汁…750cc、砂糖…100g、塩…小さじ1、薄口醤油…50cc

◎作り方 ●●●●●

- 1 大根の皮をむいて、1cmくらいの厚さに切ってから、鍋で4~5分ほどゆでてアクをとる。
- 2 里芋の皮をむいて、塩でもみ、ぬめりをとって水で洗い流す。
- 3 こんにやくを2~3mmの厚さに切って、塩でもみ、水で洗い流す。
- 4 人参の皮をむいて、5mmくらいの厚さに切る。
- 5 厚揚げを食べやすい大きさに切る。
- 6 オクラを軽く洗ってヘタをとる。
- 7 1~6とAを鍋に入れ、強火で沸騰させた後、中火で里芋に火が通るまで煮込んで、味をしみこませて完成。

ながさき和・華・蘭メニュー提供店舗募集!

「ちゃんぽん・皿うどん」など、長崎ならではの料理を提供するお店を募集。対 次のすべてを満たす飲食店 ①市内の飲食店 ②長崎の食材を積極的に使用または、長崎ならではの料理を提供。他 詳しくはホームページ「ながさきの食」で確認するか電話でお尋ねください。

冬は長崎 鯛まつり(12月1日~3月31日)

長崎ならではの「鯛料理」を提供するお店を募集。対 次のすべてを満たす飲食店 ①市内の飲食店 ②長崎の食材を積極的に使用。他 チラシ・ポスターなどで協力店舗のPRを行います。詳しくはホームページ「ながさきの食」で確認するか電話でお尋ねください。

〈問い合わせ〉◎ながさきの食推進室 ☎820-6568

ちよこつと外国語講座

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。

今回は、日本語で「長崎くんちは長崎を代表するお祭りです。」という言葉です。

英語 ザ ナガサキ クンチ フェスティバル
The Nagasaki Kunchi Festival
イズワン オブ ザ シティーズ モースト
is one of the city's most
フェイマス フェスティバルズ。
famous festivals.

中国語 チャンチー コンジー スー チャンチー ダイビャウシン
长崎 宮日节 是 长崎 代表性
的 节日。

韓国語 ナガサキクンチヌン ナガサキル
나가사키쿤치는 나가사키를
대표하는 축제입니다。
대표하는 축제입니다.



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

⚓ 入港予定スケジュール 日時などは変更になる場合があります。

船名	寄港予定日時	場所	トン数	船籍
ハンセアティック	10/ 2(水) 8:30~19:00	松が枝	8,378	バハマ
ぱしふいっくびいなす	10/ 7(月) 12:00~22:00	松が枝	26,594	日本
ダイヤモンド・プリンセス	10/11(金) 6:00~18:00	松が枝	115,875	バミューダ
飛鳥II	10/17(木) 11:00~16:00	松が枝	50,142	日本
飛鳥II	10/20(日) 15:00~21:00	松が枝	50,142	日本
シルバー・シャドー	10/24(木) 8:00~19:00	松が枝	28,258	バハマ

旅立ちの汽笛に向かって手を振ろう!

出港する時は、ブラスバンドの演奏や龍踊などで、長崎の最後の思い出をプレゼントするイベントを開催しています。ぜひ、あなたも一緒に手を振ってお見送りをしませんか。



〈問い合わせ〉◎アジア戦略室 ☎829-1414 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!

特集

市政

長崎市民

アンケート
プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

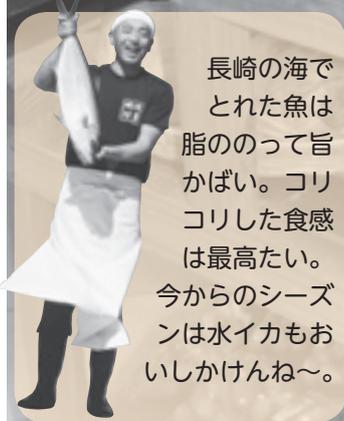
もよおし

お知らせ

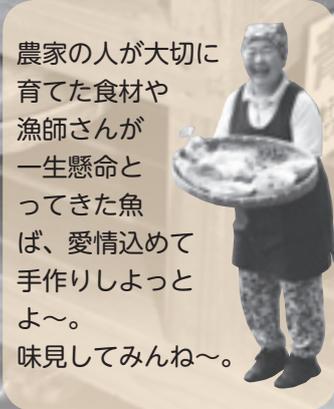
募集



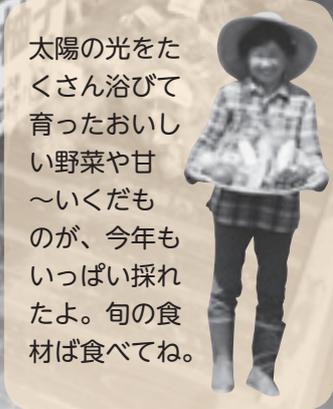
10月は地産地消推進月間
長崎の“おいしい”を食べよう!



長崎の海でとれた魚は脂ののって旨かばい。コリコリした食感最高たい。今からのシーズンは水イカもおいしかけね〜。



農家の人が大切に育てた食材や漁師さんが一生懸命とってきた魚ば、愛情込めて手作りしよつとよ〜。味見してみんね〜。



太陽の光をたくさん浴びて育ったおいしい野菜や甘〜いくだものが、今年もいっぱい採れたよ。旬の食材ば食べてね。

10月の直売所イベント情報	
直売所名	内容
花野果ドリーム (琴海戸根町)	8の付く日は、旬の野菜やくだもの88円均一セールを開催
味彩市 (琴海形上町)	10月19日(土) 琴海四季彩館まつり(新米の重量あてクイズやはかり売り、旬の野菜を使ったメニュー「いなカフェ」を実施)
長崎市みなと漁協外海支所直売店	10月12日(土)「そとめ水イカまつり」オープニングイベント
道の駅 夕陽が丘そとめ	10月12日(土)~11月4日(休)「そとめ水イカまつり」の期間中、旬の水イカを販売
長崎ダイヤモンドスタッフ(株) 三重・西海道場(淵町)	10月25日(金)~27日(日) 秋の大感謝祭(ガーデニングのミニ教室、ぜんざいサービスなどを実施)
中尾ふれあい新鮮市(田中町)	10月20日(日) 収穫祭(ミカン・サツマイモの収穫体験、冬瓜汁サービス、重量あてクイズなど)
JA長崎せいひふれあい市住吉店	10月26日(土) 収穫祭(新米おにぎり試食販売。杵つき餅販売)
JA長崎せいひふれあい市東長崎店	10月26日(土) 収穫祭(新米おにぎり試食販売。杵つき餅販売)
JA長崎せいひふれあい市新大工店	10月19日(土)※予定 収穫祭(新米おにぎり試食販売。杵つき餅販売)
みさき駅さんわ(布巻町)	10月27日(日) お客様感謝デー(100円コーナー、農水産物加工品テント販売など)

市内の28箇所に直売所があります。直売所の情報はホームページ「長崎市直売所一覧」で検索を。

安心安全をモットーに、旬の食材をお客様に味わってもらいたい。そんな生産者の思いが集まる直売所。10月には、おいしい野菜やくだもの、海の幸がたくさん並びます。

四季折々のながさきの旬をお楽しみください
直売所で、新鮮・おいしい・安い、はいかが!

●問い合わせ●
ながさきの食推進室
095-555-5008

お誕生日プロジェクト



お誕生日バッジを見かけたら、笑顔で“おめでとう”と声をかけよう。きっと喜ぶよ！



お誕生日のかたをみんなでおもてなしする“お誕生日プロジェクト”。

お誕生日バッジを身に付けて協力店に行くと、それぞれのお店で工夫したうれしいおもてなしが受けられます。10月から協力店も増えました。

バッジは市内の対象施設に入館（園）されると、お誕生日のお祝いとしてプレゼント。

県内外の友人・知人が長崎市にお越しになる際は、このプロジェクトのことを教えてください。もちろん、市民も対象ですよ。

※詳しくはホームページ「長崎市 おもてなし」で検索を。協力店も募集中！

問 観光政策課 ☎ 829-1152

みんなでやろう旅のお手伝い
10月は「おもてなしの心推進月間」
 多くのかたが訪れる秋の観光シーズン。道案内やシャッターサービス、あなたができる「おもてなし」が良き思い出となって、長崎を再び訪れてくれるでしょう。

みんなで「ななつ星 in 九州」に手を振ろう！

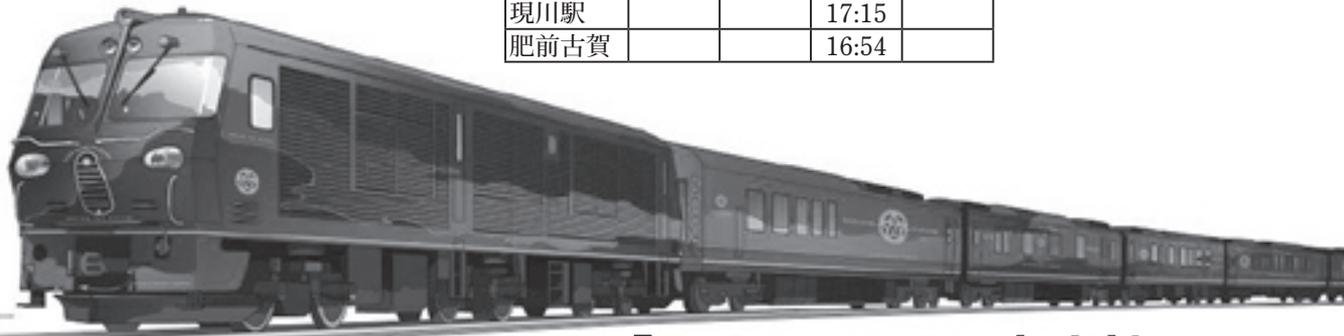
自然・食・文化など和の魅力を求めて九州を旅する日本初のクルーズ列車が、日本、そして世界中から多くのお客さまを長崎へお連れします。みなさん一緒に、列車に向かって手や旗を振って、おもてなしをしましょう。※ JR九州ホームページから、専用の旗をダウンロードできます。

問 JR九州長崎支社 ☎ 827-4088

運行日
 10月26日以降の毎週土曜日

運行時間

駅	通過予定時刻			
長崎駅	14:15	15:36	17:36	17:58
浦上駅	14:12	15:40	17:33	18:02
西浦上駅	14:09	15:43		18:05
道ノ尾駅	14:07	15:45		18:06
現川駅			17:15	
肥前古賀			16:54	



クルーズトレイン「ななつ星 in 九州」

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

特集

市政

長崎市民

「こ意見」
 プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

さわやかな汗を流そう

市民体育・レクリエーション祭

スポーツの秋♪今年も「市民体育・レクリエーション祭」を開催します。あなたも楽しみながら、体を動かしてみませんか。

レクリエーションの部

体調がよく健康なかならなどなたでも参加できます。参加無料。直接会場へ。小雨決行。参加者の傷害保険は、主催者負担で加入します。

◆市営陸上競技場(松山町)

日 10月14日(祝)午前11時～午後2時
 内 スポーツチャンバラ、お手玉、健康体操、ラダーゲッター、ペタンク、3B体操など全10種目

◆稲佐山公園周辺

地図を持って各ポイントを回るスコープオリエンテーリングで、自然の中を歩きます。

日 10月14日(祝)午前10時～午後3時
 所 (受付)稲佐山公園旧野外音楽堂

総合開会式

日 10月14日(祝)午前9時～
 所 市総合運動公園(柿泊町)
 他 荒天時の開催の有無は、当日の午前6時35分にNBCラジオでお知らせします。また、市ホームページでも確認できます。



過去の「レクリエーションの部」の様子

軽登山の部

新鮮な空気を吸いながら、山歩きを楽しみませんか。健脚コース(6.8km)と家族コース(6.3km)があります。総合開会式に参加後、出発しますので、直接集合場所へお越しください。

小雨決行。

期 10月14日(祝)

時 (集合)午前8時30分

所 (集合)市総合運動公園補助競技場(柿泊町)

他 弁当、水筒、タオル、軍手、ビニール袋などを持参。山歩きができる服装。傷害保険は、各自加入してください。

●問い合わせ●
 スポーツ振興課
 ☎824-3728

原爆犠牲者慰霊・世界平和祈念市民大行進

原爆で犠牲になられたかたのご冥福をお祈りし、世界に平和を強く訴えるため行進します。

日 10月26日(土)午前10時～ ※雨天中止
 所 集合…平和祈念像前/コース…①(国道コース)平和祈念像前～国道206号～原爆落下中心地 ②(天主堂コース)平和祈念像前～浦上天主堂前～原爆落下中心地 ※いずれも、所要時間約35分
 他 行進終了後、午前11時から原爆落下中心地で集会を開催。集会で配布する「市民大行進宣言」を提示すると当日無料で原爆資料館と永井隆記念館に入館可。各支所管内(西浦上を除く)、伊王島・香焼・野母崎・三和地区から参加者用バスを運行(往路のみ)。詳しくはお尋ねを。問 被爆継承課(☎844-3913)



国連軍縮週間の関連行事

◆市民のつどい
 日 10月26日(土)午前10時～午後1時
 所 原爆資料館前階段広場 内 原爆被爆写真展、戦時中の食糧事情が体験できる「戦時食コーナー」、「折り鶴コーナー」など ※雨天中止 問 長崎平和推進協会(☎844-9922)

◆長崎国際平和映画フォーラム2013
 原爆・平和関係の映画上映。参加無料。直接会場へ。日 10月19日(土)・20日(日)・26日(土)・27日(日)の午前10時～午後6時 所 原爆資料館、追悼平和祈念館 問 国立長崎原爆死没者追悼平和祈念館(☎814-0055)

◆三菱兵器住吉トンネル工場跡内部公開
 トンネル入口から8m先まで見学可。無料。直接会場へ。日 10月24日(木)～30日(水)の午前8時30分～午後5時30分 所 三菱兵器住吉トンネル工場跡(住吉町) 問 被爆継承課(☎844-3913)

世界平和のために

平和について考え、一緒に発信
 しませんか?



消防団員募集!!

大切な人、大切なまちを守る「消防団」。地域の防火防災に貢献するとともに、地域住民や他の団員との幅広い人脈づくりにもつながります。あなたも、地域の安全を守るため消防団へ入団しませんか！

- 【入団資格】 18歳以上の市民
- 【職務内容】 火災時の消火活動、防火防災の啓発活動（防火訪問、防災訓練など）など。
- 【処 遇】 ・制服・制帽・靴等は一式貸与
・手当等（年報酬、出勤手当、退職報奨金）
・その他（各種表彰や公務により負傷された時の補償制度あり）
- 【問い合わせ】 消防局予防課 市民消防係 ☎ 822-0425

11/9～15は秋の火災予防運動。火の元チェック！

11/10（日）9:00～12:00
市内約5,000世帯を消防団が訪問し、
火災予防を呼びかけます！



市民防災リーダー養成講習

地域でさまざまな防災活動を支援していただく「市民防災リーダー」の養成講習。受講無料。【対象】自治会、自主防災組織などから推薦を受けたかた 【日時】11月10日（日）・24日（日）の午前9時～午後5時 ※全2回 【場所】消防局（興善町）【内容】防災講話、防災マップづくり・救急法などの実技 【定員】50人 【申し込み】10月24日（木）までに防災危機管理室（☎822-0480）へ電話で。【その他】筆記用具持参、動きやすい服装で参加を。



地域防災の要 消防団 &

地域防災への支援 市民防災リーダー

あなたの力が必要です

不動産や会社の登記、過払金請求や借金整理 — お気軽にご相談を！



- 相続登記（名義変更）報酬 ……40,000円から。
- 売買・贈与などの所有権移転登記報酬 ……20,000円から。
- 完済分の過払金請求報酬 …… 取戻した金額の1割から。
- 会社設立登記報酬 …… 80,000円から。

※上記報酬額はすべて税別です。報酬のほかに印紙代、切手代などの実費が必要です。

相談無料

- 電話・メールでのご相談にも対応しています。
- 面談でのご相談は予約制です。

あべたかき
司法書士 安部高樹事務所

長崎市樺島町1番11号田代ビル301（「大波止」電停から徒歩1分）

携帯サイト



<http://www.shihoo.com/> ※夜間、土・日・祝日のご相談については、予めお問い合わせください。
メールアドレス abe@shihoo.com [安部高樹] で検索してください。TEL 095-826-4451

通話料 無料 0120-96-7421

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

特集

市政

長崎市民

「ご意見、
 プレゼント」

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

住吉まつり

地域と商店街が一体となり、ダンスや楽器演奏など、終日賑やかなお祭りを開催。

日 10月13日
 (日)・14日(祝)
 の午前10時～午後9時
 所 住吉中央公園
 問 住吉中央公園商店街振興組合
 (☎849-1545)



滑石まつり in こどもフェスタ

なめし竜踊りやこどもみこしなどのイベント盛りだくさんの秋のお祭りを初開催。

日 10月13日(日)午前10時30分～午後3時30分
 所 滑石総合ショッピングセンター
 問 滑石総合ショッピングセンター商店会(フォーシーズン内)
 (☎857-4039)



つぎまち市

長崎の食にこだわる築町商店会では、素敵な景品が当たる抽選会など、家族みんなで楽しめる多彩なイベントを開催。

日 10月19日(土)
 正午～午後5時
 所 築町商店会加盟店舗
 問 築町青年会(中野蒲鉾店内)
 (☎822-7464)



「つぎまち市」キャラクター

龍馬買道 2013

「長崎龍馬の道」周辺の15商店街が連携して共同抽選イベントを開催。

期 10月26日(土)～11月17日(日)
 所 新大工～大浦居留地の商店街
 内 500円ごとの買い物などでもらえるスタンプを6つ集めると抽選で素敵な景品が当たります。
 問 商店街等広域的連携事業実行委員会(新大工町商店街振興組合内)
 (☎828-3286)



りかちゃん通り サプライズイベント!

浜町から古川町へ延びる路地裏の「りかちゃん通り」でアツと驚くイベントが初開催! 詳細は…、お楽しみに!

日 10月27日(日)
 午後 問 りかちゃん通り向上委員会(大和屋長崎店内)
 (☎829-0420)



シーボルト通りのハロウィンパーティ

ハロウィン仮装コンテストやご当地アイドル「ミルクセーキ」出演のほか、お菓子ができるイベントなどを開催。

日 10月25日(金)午後3時～6時、26日(土)午後1時～5時
 所 新大工町商店街
 問 新大工町商店街振興組合
 (☎828-3286)



今日はどこどここうかな?
 彩り満載♪
 秋の商店街イベント♪

●問い合わせ
 ●商業振興課
 ☎829・1150

平成25年度 介護職員初任者研修(通信制) 受講生募集!

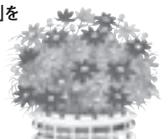
講座日程 平成25年 11月1日～12月27日 | 左記2ヶ月の期間中、「添削レポートの提出」「講義及び実技指導」「筆記試験」を行います。また、講座終了後に個別の就業相談を行います。

講義・実技指導 平成25年 11月19日～28日、12月10日～18日(土・日休)

研修会場 地域密着型介護老人福祉施設・日見あけぼの荘 研修室 長崎市宿町616番地1

受講対象者: おおむね16歳以上の方で、介護について関心があり学びを深めたい方。 受講料: 58,000円(テキスト代、消費税含む)
 定員: 20名(定員になり次第締め切ります)

携帯サイトはこちらから



【お問い合わせ先】 介護員養成研修所 平成会アカデミー 社会福祉法人 平成会 TEL.095-856-6511 〒852-8065 長崎市横尾3丁目26番1号 http://www.heisei-kai.or.jp

ながさきの魅力再発見♪

さあ、「楽しい」を探しに行こう！

秋は楽しいイベントが盛りだくさん。いろいろな場所に出掛けて、自分なりの楽しみ方を見つけてみては？

大 中尾棚田火祭り

棚田が幻想的に大変身！餅つき体験やお楽しみ抽選会もありますよ。ぜひ、お越しください。

日 10月26日(土)午後2時30分～ ※雨天中止 **所** 大中尾棚田(神浦下大中尾町) **内** イノシシ肉の焼き肉体験(体験料1人500円)、ハタ揚げ(参加費1人1,000円、先着20人)、餅まき、たいまつ点灯式(午後5時20分～)など **他** 車でお越しの場合は、そとめ神浦川河川公園駐車場をご利用ください。公園から会場までの無料シャトルバスを運行します。

問 大中尾棚田保全組合 (☎ 0959-24-0533)



あっと!さ@琴海

ミニコンサートやイベントクイーンを選ぶ「琴姫コンテスト」など楽しいイベントが盛りだくさん! **日** 10月13日(日)午前10時～午後3時 **所** 西山緑樹園、やまびこキャンプ場(ともに琴海村松町) **内** 琴海産の農産物やお米・手作りのお菓子の販売、芋掘り体験(500円、さつまいも2kg付き)、山野草ガイドツアー(500円、茶菓子付き)など **他** 詳しくは、Facebook ページ「グリーンツーリズム長崎 あっと!さ@琴海」で確認できます。当日、2会場を結ぶ無料シャトルバスを随時運行します。

問 グリーンツーリズム長崎 あっと!さ@琴海・福岡氏 (☎ 090-2748-7475)



元 気アップ外海 ふるさとまつり



日 11月10日(日)午前10時～午後6時 **所** 神浦中学校、外海公民館 **内** 物産展示販売、文化展、ステージイベントなど

問 外海ふるさとまつり実行委員会 (☎ 080-2791-8117)

サン・サン・さんわ フェスティバル

日 11月10日(日)午前10時～午後4時30分 **所** 三和公民館前広場 **内** 地元の新鮮な農産物や魚介類の販売、阿池姫太鼓などの伝統芸能披露、蚊焼包丁などの販売、市民参加ゲーム、ステージショーなど。



問 サン・サン・さんわフェスティバル実行委員会 (☎ 892-0078)

**過払金
返還請求!**

完済した方だけでなく、現在まだ借金が残っている方でも、連続10年以上の取引がある方には、自己負担金をゼロにします。

取り戻した過払金以上のお金は、一切いただきません。何も取り戻せなかった場合は、1円もいただきません。(取り戻した過払金の中から20~25%をいただくのみです。)



西九州総合法律事務所
佐賀県弁護士会所属
弁護士 福田 大志 弁護士 行武 謙一

相談無料 秘密厳守

詳しくはホームページをアクセス!

西九州総合 検索

<http://nishi9kabarai.com/>

西九州総合法律事務所



要電話予約

☎ 0954-27-8056

受付/(月~金) 9:00~12:00 13:00~18:00
佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

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

特集

市政

長崎市民

ふこ
プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

ステップUP池島まつり

炭鉱の島“池島”の魅力を満喫してみませんか？

日 10月27日(日) 午前10時～午後3時 **所** 池島町特設会場 **内** 食の振る舞い、池島ウォークラリー(定員200人、



無料)など。**他** トロッコ人車で坑道内を見学する炭鉱体験(定員200人、高校生以上1,000円、小・中学生500円)や島内めぐりバスツアー(定員100人、高校生以上300円)などもあります。**問** 外海行政センター(☎0959-24-0211)

高速旅客船運行表(無料)

神浦港⇄池島港 (往路) 神浦港 9:30 発、10:30 発
 (復路) 池島港 14:30 発、15:20 発

◆ステップUP池島まつり日帰りバスツアー

日 10月27日(日) 午前8時～午後4時30分 **所** (集合) JR長崎駅かもめ広場 **定** 45人 **費** 大人3,200円、小・中学生2,700円 **持** 飲み物、昼食 ※別途500円で池島弁当あり **他** 歩きやすい靴・服装でお越しください。**問** 長崎国際観光コンベンション協会(☎823-7423)



あぐりの丘の催し

過ごしやすい季節になり、10月上旬～11月上旬には、15万本のコスモスが見頃を迎えます。ぜひ、お越しください。

◆さつまいもの収穫体験

期 10月19日～11月4日の土日・祝日 **時** (受付) 午前10時～11時30分 **所** (受付) 収穫体験会場(村のエリア) **定** 各日先着100袋 ※1グループ2袋まで。 **費** 1袋100円 ※重量制限あり **他** 雨天中止。生育状況により日時、定員が変更になる場合があります。



◆秋穫祭フリーマーケット

期 10月20日(日)・27日(日)、11月3日(祝) **時** 午前10時～午後4時 **所** 林間広場 **他** 出店者も募集中。詳しくはお尋ねください。

◆大フリーマーケット

日 11月10日(日) 午前10時～午後4時 ※荒天時は17日(日)に延期 **所** 第1駐車場 **他** 出店者も募集中。出店料は1区画1,000円、募集店舗は100店舗。希望者ははがきに、住所、氏名、電話番号、延期の場合の可否を書いて、長崎市いこいの里管理センター「大フリーマーケット」係へ郵送。申込期限は10月23日(水)必着。はがき1枚につき、1区画。抽選結果は、当選者のみ10月末までに発送します。

申し込み・問い合わせ

いこいの里管理センター(☎841-1911)

〒851-1123 四杖町2671-1

開園時間 午前9時30分～午後6時

入園料・駐車料は無料。飲食物の持ち込み可。

◆スイートポテト作り体験

対 幼児、小・中学生とその保護者 **期** 11月10日(日) **時** ①午前10時30分～正午 ②午後1時30分～3時 **所** 料理体験教室(街のエリア) **定** 各回8組 **費** 1組300円 **申** 11月3日(祝)までに電話で。

◆ローズフェスティバル

ばらの人気投票

投票者の中から、抽選で「ばらの苗」をプレゼント！ **期** 11月1日(金)～10日(日)

切りばら体験

日 11月3日(祝)・4日(休)・10日(日)の午後1時～3時 **所** ばらハウス(畑のエリア) **費** 3本500円 **申** 直接会場へ。

ばらの展示・ばらを使った手作り体験

フラワーアレンジメントやコサージュなどが作れます。 **日** 11月9日(土)・10日(日)の午前10時～午後4時 **所** 街のエリア特設会場 **費** 100円～ **申** 直接会場へ。



お膳(ひれ)をどうぞ

卓袱料理は女将の挨拶で始まります

◆お昼のおすすめ献立
 “あじさい卓袱”
 (3,150円より)

明治27年(1894年)創業
 卓袱料理の老舗 料亭旅館 坂本屋
 慶事、ご法要、各種合会にご利用ください
 個室でごゆっくりお過ごしいただけます

お問い合わせは
 ☎0120-26-8210

長崎坂本屋

おかげさまで創業百二十年
 料亭 坂本屋

長崎市金屋町2-13 市立図書館そば

◀写真は本格卓袱料理(10,000円コース)のイメージです。

福祉



福祉
ハートセンター巡回相談
障害福祉センター ☎842・2525

対障害があるかた、見えにくい、聞こえにくいかたと家族、関係機関職員など。相談無料。直接会場へ。日11月6日(水)午前11時〜午後3時 所野母崎行政センター 他障害福祉センターでは、月々金曜日(祝・休日を除く)の午前9時〜午後5時に相談を受け付けています。

被爆者援護



被爆者
被爆者定期健康診断・がん検診
原爆被爆対策部援護課 ☎829・1149

◆被爆者定期健康診断 对被爆者健康手帳か第一種健康診断受診者証をお持ちのかた 期10月1日(火)〜来年3月31日(月)※日時や場所などは、後日はがきでお知らせします。費無料

◆被爆者がん検診 希望するかたは被爆者定期健康診断とは別に、年に2回、健康診断を受けることができます。そのうち1回をがん検診に変更できます。受診無料。
所(受診)もりまちハートセンターや市が指定している病院・医院 内①胃がん(胃部エックス線検査)②肺がん③乳がん④子宮がん⑤大腸がん(便潜血検査)⑥多発性骨髄腫 持被爆者健康手帳か第一種

健康診断受診者証、印鑑 申受診場所にある「希望による健康診断受診申請書」でお申し込みを。※医療機関によっては予約が必要な場合や検診できない項目があります。事前にご確認を。

講演・講座



講演・講座
スモーザー&朝活(連続講座)
〜体も心もスッキリ生活!〜
男女共同参画推進センター ☎826・0018

朝の時間を有効活用する「朝活」を学び、朝食に最適なスモーザーで、体も心もスッキリさせましょう。日①11月2日(土)、②11月9日(土)の午前10時〜正午 所①市民会館、②アマランス 定30人 費350円(材料費など) 申10月26日(土)までに電話、窓口または市ホームページで。他一時保育を希望される場合は、申し込み時にご連絡を。

講演・講座
暮らしの消費生活講座
〜かしこい消費者になろう〜
消費者センター ☎829・1500

若者に多いインターネット・携帯電話のトラブルや、高齢者に被害の多い悪質商法の手口などを紹介します。日10月19日(土)午前10時〜正午 所メルカつきまち5階 定50人 申事前に電話で。

講演・講座
甲種防火管理新規講習
消防局予防課 ☎822・0429

対次の建築物の防火管理者 ①老人福祉施設

設などで収容人員が10人以上 ②ホテル・病院・店舗などで収容人員が30人以上 ③アパート・事務所・作業場などで収容人員が50人以上 ※個人の受講も可。日11月14日(木)・15日(金)の午前9時〜午後4時20分 所県勤労福祉会館(桜町) 定180人 費6000円 申県消防設備協会(桶屋町50-1 杉本ビル3階)、消防局予防課、中央・北南消防署にある申込書を県消防設備協会へ提出。申(期間)10月16日(水)〜30日(水) 問同協会(☎827・4756)

講演・講座
プロが教える庭づくり
植木センター ☎837・8182

対20歳以上の市民 日10月26日(土)・27日(日)の午前9時〜午後3時 所植木センター 内竹垣の作り方・敷石の並べ方など 定20人(抽選) 費無料 ※材料費2000円 申往復はがきに、住所・氏名(返信用にも記入)、年齢、電話番号を書いて、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1枚持参)。申(期限)10月19日(土)必着

講演・講座
親子環境教室(自然観察会)
環境保全課 ☎829・1156

グラバー園を舞台に、長崎市の歴史と自然について学びます。参加無料。対小・中学生と保護者 日11月9日(土)午前10時〜正午 所グラバー園 定50人(抽選) 申はがきに参加者全員の名前、住所、氏名、年齢、学年、電話番号を書いて、長崎市環境保全課(〒850-8685 桜町2-1)

看護師募集!

一緒に働き
ましょう!!

最新鋭の医療機器設備と高い医療技術、質の高い看護をもって長崎北部地区の救急医療を担っています。職員の教育は、新入職員が不安なく技能を習得できる教育指導体制を整えています。あなたのやる気を応援します。



救急告示病院

医療法人 厚生会

虹が丘病院

長崎市虹が丘町1番1号 TEL.095-856-1112

[駐車場100台完備] [QRコードよりアクセス]

[ホームページ] www.nijigaoka.org



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

特集

市政

長崎市民

「ご意見」
 プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

22)へ。あじさいコール
 へ電話(☎)822・288
 (8)かファクス(☎)
 820・0316)でも
 可。申(期限)10月31
 日(木)必着



講演・講座
鯨博士のお話と鯨料理教室
 水産振興課☎820・6563

鯨の食文化の話を聞きながら、鯨料理を
 作っておいしくいただきます。日11月9
 日(土)午前11時〜午後2時 所市民会
 館調理室 定30人 費3800円 持工
 プロン、三角きん 申11月1日(金)まで
 に、長崎国際観光コンベンション協会(☎
 811・0369)に電話で。

講演・講座
生ごみ堆肥化講習会
 廃棄物対策課☎829・1159

日10月26日(土)午後2時30分〜4時30
 分 所桜馬場地区ふれあいセンター 費
 無料 申10月23日(水)までに電話で。

講演・講座
映画で学ぶフリスック〜現代音楽編〜
 中央公民館☎825・1948

期11月6日〜12月18日の水曜日(11月20
 日を除く。)※全6回 時午後6時30分〜
 8時30分 所市民会館 講映画評論家・
 西村雄一郎氏 定25人(抽選) 費
 4100円 申往復はがきに住所、氏名
 (ふりがな)、性別、年齢、電話番号を書い
 て、長崎市中央公民館(〒8501
 0874 魚の町5-1)へ。※1人につき
 1枚。返信用のあて名も記入。直接、窓口
 に申し込む場合、返信用はがきをご持参

ください。申(期限)10月30日(水)必着

もよおし



もよおし
ながさき食の博覧会2013
 ながさきの食推進室☎820・6568

ベルナード観光通りに長崎のうまかもん
 が大集合!!

長崎の一流料理人によって創作された長
 崎独自の食文化「和・華・蘭メニュー」の
 見事な作品展示は必見!職人が伝授する
 和菓子作り体験もできますよ。

甘いシユガーロードスイーツと、ス
 イーツ王子によるパフォーマンスで心も
 身体もお腹いっぱい!

日10月12日(土)・13日(日)の午前10時
 午後5時 所ベルナード観光通り

もよおし
琴海四季彩館まつり
 ながさきの食推進室☎820・6568

日10月19日(土)午前10時〜午後3時 所
 琴海四季彩館(長浦町) 内琴海地区採れ
 たての新米の量り売りや、旬の農産物を
 使った、カフェメニューの提供。

もよおし
そとめ水いか祭り
 水産振興課☎820・6563

日10月12日(土)午前9時〜正午 所長崎
 市みなと漁協海外支所直売店(神浦江川
 町) 内水産物・農産物の販売、抽選会など
 他10月12日(土)〜11月4日(休)の期間中、
 外海地区の各料理店でみずいか料理を提

供。 問外海水いか祭り実行委員会(☎
 0959・24・0105)

もよおし
長崎さかな祭り
 水産振興課☎820・6563

日10月13日(日)午前9時〜午後2時 所
 長崎魚市場(京泊3丁目) 内水産物・加
 工品の販売、模擬せり、お魚すくい、魚の
 調理実演・試食など 他駐車場あり。

もよおし
あつまれ!元気づ子
 日吉青年の家☎824・5017

対小学4年生〜中学3年生 日11月23日
 (祝)午前9時30分〜24日(日)午後2時※
 1泊2日 所日吉青年の家 内ウオークラ
 リ(茂木)、野外フッキング、ニュースポー
 ツなど 定40人(抽選) 費3500円
 申往復はがきに住所、氏名、学校名、学年、
 電話番号、保護者氏名を書いて、日吉青年
 の家(〒85110254 飯香浦町
 3715)へ。申(期限)10月21日(月)必着

もよおし
長崎市戦没者追悼式
 自治振興課☎829・1134

先の大戦で亡くなられた方々を追悼し、
 平和を祈念する式典です。日11月1日
 (金)午後2時〜3時 所公会堂

もよおし
ながさき自治振興推進大会
 自治振興課☎829・1134

自治会功労者への感謝状贈呈や自治会活
 動の紹介DVDの上映などを通して、自
 治会の大切さを考えます。入場無料。直接
 会場へ。日11月9日(土)午後1時30分
 3時20分 所市民会館文化ホール

ケアハウスびわの園
入居申し込み受付中!!
 ※ご見学は随時受付していますので、お気軽にどうぞ。

全室 ●一人当たり費用(月額・食費込)
 南向き 約76,000円〜[一時金不要]

●お問い合わせ ☎095-834-6030

心やすらぐ悠々自適な暮らしが始まりました。
 お1人でも「安心」、「快適」の住まい。

お問い合わせ 社会福祉法人 朋永会
 ケアハウス びわの園
 〒851-0241 長崎市茂木町51番地1 TEL.095-834-6030
 特別養護老人ホーム びわの園 TEL.095-836-2800
 介護の必要な方は、こちらまで申し込み下さい。

都心に近く、静かで豊かな自然に囲まれています。

もよおし

DOVOC(土木)フェア2013 土木現場見学会

土木企画課 ☎829-1415

11月18日「土木の日」にちなんで、見学会を開催します。いずれも、参加無料。

◆本河内高部ダム(長崎市)・愛野森山パイパス(雲仙市)・九州新幹線千綿川橋梁及び千綿トンネル(東彼杵町)バスツアー
対市民 ※小学生以下は保護者同伴 日11月10日(日)午前8時40分～午後4時50分
所(集合・解散)JR長崎駅高架広場 定90人(抽選) 申往復はがきに参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、長崎市土木企画課(〒850-08685 桜町2-22)へ。返信用のあて名も。申(期限)10月24日(木)消印有効

◆長崎みなと見学会 女神大橋などの港湾施設を船から見学。日11月10日(日)①午前10時30分～正午 ②午後1時～2時30分 所(集合)大波止ターミナル 定①120人 ②70人(抽選) ※小学生以下は保護者同伴 申往復はがきに参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号、希望の便を書いて、(株)創見「土木の日」(長崎みなと見学会)係(〒850-0875 栄町5-54F)へ。返信用のあて名も。申(期限)10月24日(木)消印有効

もよおし

ながさき国際協力・交流フェスティバル

国際課 ☎829-1113

日10月27日(日)午前10時～午後3時
所出島交流会館 内国際交流団体の活動紹介、海外の料理コーナー、民族衣装・楽器体験コーナーなど 関県国際交流協会

見てみんな!

図書館通信

今月のおすすめ本



『心が楽になる介護のヒント』
読売新聞生活部 編/中央公論新社

「介護」はある日突然やってきて、その後の生活の大部分を占めるようになります。人それぞれ異なりますが、介護をしているかたは、誰もがごころと体に少なからず負担を感じます。

この本にはさまざまな分野で活躍する52人の介護や看護の体験が収録されています。その体験を通じ、苦悩や後悔だけでなく楽しかったことや学んだことも記されています。介護をしているかたはもちろん、介護を考えているかたへのおすすめの一冊です。

介護の情報を集めるなら図書館2階「介護生活応援コーナー」へどうぞ!
(司書:西岡 由乃)

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

長崎大学古写真展2013 日10月9日(水)～27日(日)午前10時～午後6時
文学講座「語りつがれ、読みつがれるグリム昔話」日10月26日(土)・27日(日)の午後1時30分～3時30分(2回連続) 所新興善メモリアルホール 講池田紘一氏(前長崎外国語大学学長) 申電話かカウンターで。
長崎学講座 越中哲也氏講演会「町の名前、年中行事、食文化について」日11月3日(祝)午後1時30分～3時 申電話かカウンターで。
バリアフリー上映会「ミルコのひかり」日11月2日(土)午後2時～3時40分 他視覚に障害があるかたは、事前に電話でお申し込みいただければ、図書館の最寄りのバス停・電停までスタッフが迎えに伺います。
※その他おはなし会もあります。詳しくはお尋ねを。

もよおし

ながさき音楽祭2013

文化振興課 ☎842-3782

いずれも、所長崎ブリックホール 問 UTAOTO 実行委員会 ☎820-1081
◆マダム・バタフライコンサート 日11月4日(休)午後2時～ 費大人2000円、大学生1000円 ※高校生以下無料 他託児あり。(要予約)
◆たのシツクフェスティバル 気軽に楽しめるクラシックミニコンサートや楽器

もよおし

ラウンジコンサート

文化振興課 ☎842-3782

体験教室など。入場無料。日11月2日(土)午後1時～4日(休)午後2時
◆長崎の唄、長崎の音「想」 長崎ゆかりの曲を演奏。日11月2日(土)午後7時～3日(祝)午後2時 費1000円 ※高校生以下無料 他託児あり。(要予約)

【理美容業界年商日本一の店】※日経MJ新聞第22回 サービス業総合調査より

CUT&PERM HOUSE

パーマ カットプロ付 3,150円 おしゃれ染め プロ付 4,200円
カット プロ付 1,575円 縮毛矯正 カットプロエステ付 8,400円
白髪染め プロ付 3,150円 ■ロング料金は一切いただきません。(税込)

おすすめメニュー 酸性パーマ 7,350円 酸性ストレートパーマ 9,450円

学割キャンペーン中 アイロンストレート カット別エステ付 6,300円
(高校生まで) 学生証を提示して頂く場合もあります!!

確かな技術と経験のスタッフが勢揃い!待たずにOK!

「ウエラ・ルベル」一流メーカー使用店

美容プラージュ

長崎店/長崎市万屋町4-13二葉屋ビル1F 095-826-6825
(営業時間) 8:30～19:00
長崎駅前店/長崎市大黒町7-18穴見ビル1F 095-824-8841
(営業時間) 8:30～19:00
長崎住吉店/長崎市住吉町4-1 095-849-6663
(営業時間) 8:30～19:00

本紙「広報ながさき」をご持参の方

シャンプー (税込525円相当) 無料サービス (有効期限) 平成25年11月末日まで ※シャンプーのみご利用できません

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

特集

市政

長崎市民

プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

STARSHIP 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
青少年のための科学の祭典2013	10/19(土)・20(日)10:00~16:00。無料
長崎市科学館収蔵庫展	10/26(土)~12/8(日)9:30~17:00。無料
科学教室 (2週間前までに往復はがきで申込)	「星座早見盤を作ろう」10/27(日)10:00~12:00。小学生以上(2年生まで保護者同伴)24人。無料。
	「ビー玉ころりんを作ろう」11/3(祝)10:00~15:00。小学4年生以上24人。500円。
	「オリジナルキャンドル作り」11/17(日)10:00~12:00。小学生以上(2年生まで保護者同伴)24人。200円。
親子で楽しむ科学講座 (2週間前までに往復はがきで申込)	「音の実験演奏会 バンジーチャイム」10/27(日)10:30~12:00。親子15組。無料。
夜間天体観望会 (無料)	10/19(土)・26(土)18:30~20:30、11/2(土)・9(土)18:00~20:00
スペースシアター改装工事のため、3/24(月)までプラネタリウム・全天周映画を休止します。	
【休館日】	10/7(月)・15(火)・21(月)・22(火)・28(月)11/5(火)・6(水)・11(月)・12(火)

もよおし
長崎市民音楽祭
 文化振興課☎842・3782

市内の団体による、合唱、器楽などさまざまな音楽を楽しめます。フィナーレには出演者と客席が一体となって「ふるさと」を合唱します。日10月13日(日)午前11時午後5時 所



もよおし
まちなか音楽会
 文化振興課☎842・3782

公開オーディションで選ばれたミュージシャンがベルナード観光通りで演奏！日10月27日(日)午後1時30分

Lucie(音楽ピアノ)、はむingはーと(ポップス)、ユリア(ポップス)、Crown Turkey Boys(ブルークラスミュージック) 費無料

もよおし
遠藤周作をしのぶ一日
 遠藤周作文学館☎0959・376011

生誕90年の遠藤周作をしのぶ音楽会とトークショーを開催します。日11月9日(土)午後2時30分~4時30分 所遠藤周作文学館 講高橋千劍破氏(作家・文芸)

もよおし
市民三曲演奏会
 文化振興課☎842・3782

市内12団体による箏・三絃・尺八の合同演奏会を行います。演奏会終了後に、箏・尺八の体験教室も開催します。日10月27日(日)午後1時~ 所市民会館 費300円 問NPO法人長崎国際文化協会(☎822・2366)

長崎ブリックホール大ホール 費400円 ※小学生以下無料 問長崎市民音楽祭実行委員会事務局 吉岡(☎850・2787)

もよおし
企画展「長崎美術工芸資料展」
 歴史民俗資料館☎847・9245

期10月25日(金)~12月15日(日) ※月曜日、10月14日(祝)~24日(木)は休館 時午前9時~午後5時 所歴史民俗資料館 内絵画、陶磁器、青貝細工など 費無料

◆計量の日イベント
 ◆キャンディ1118当てクイズ 日10月27日(日)午前10時~午後3時
 ◆ペンギンの体重当てクイズ 日10月27日(日)午前10時~正午 ※正解発表は午後0時15分

もよおし
長崎ペンギン水族館の催し
 長崎ペンギン水族館☎838・3131

いづれも、費①無料 ②(入館料)大人:500円、中学生以下:300円
 ①秋の自然体験ゾーンで楽しもう
 ◆稲刈り体験 日10月12日(土)午前10時~11時30分
 ◆秋の自然でクラフトづくり 日10月12日(土)午前11時~午後3時
 ◆クイズラリー 日10月13日(日)・14日(祝)の午前11時~午後3時 他参加者にプレゼントあり。

◆竹とんぼを作ろう 日10月13日(日)午前10時30分~午後0時30分 定20人 他当日の午前9時から整理券を配布。

評論家)、佐藤陽子氏(バイオリニスト) 定100人 費無料 ※入館料が必要。 申往復はがきに参加希望者全員の住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、遠藤周作文学館(〒851-2327 東出津町77)へ。申(期限)10月29日(火)必着

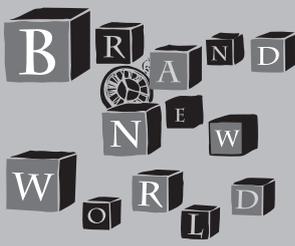
長崎外国語大学 2013 外語祭

11/2 SAT・3 SUN

★お笑いライブ ★カラオケ大会 ★龍踊り
 ★世界の料理が勢ぞろいの模擬店など

駐車場はありませんので、ご来場の際は公共交通機関をご利用下さい。

W長崎外国語大学 外語祭実行委員会
 長崎市横尾3丁目15番1号 TEL.095-840-2002



外海地区世界文化遺産候補と 文化的景観をめぐるモニターツアー

世界遺産推進室 ☎829-1260

期 11月10日(日)・15日(金)
時 午前9時45分～午後4時 所 (集合)長崎駅
内 出津教会堂、旧出津救助院、大野教会堂、
石積み集落などを見学。定各24人(抽選)
費 無料。 ※昼食代・施設入館料は各自負担。
申 往復はがきに参加希望者(2人まで)の住所・氏名・
年齢・電話番号・希望日を書いて、長崎市世界遺産推
進室(〒850-0057 大黒町3-1 交通産業ビル6階)へ。
申 (期限)10月25日(金) 必着
他 参加には条件があります。詳しくはお尋ねを。

もよおし 学生と地元企業の交流会

シヨブ・コミュニケーション2013
産業雇用政策課 ☎829-1313

自分にあつた仕事を見つけるために、地元
企業18社を研究しよう！参加無料。直接
会場へ。対大学生・短大生・専門学校生
※学年不問。日10月19日(土)午後1時～
5時 所 長崎ブリックホール 他就職面接
会ではありません。

もよおし 長崎新春駅伝

スポーツ振興課 ☎824-3728

期 来年1月5日(日) 所 市総合運動公園
(柿泊町) 内 (種目) ①一般の部 ②高校生
の部 ③中学生の部 ④⑤は1チーム6
人編成。男女別。④小学生高学年の部 ⑤
小学生低学年の部 ⑥⑦は1チーム4人編
成。男女混合可。費 (1チームあたり)
般 4200円、高校生3000円、中学生
1800円、小学生1200円 申 スポー

ツ振興課(市民会館)、本館案内所、行政セ
ンター、支所、大型公民館にある申込書を
提出。申 (期間)10月15日(火)～11月25日
(月)必着 他 距離など詳しくはお尋ねを。

もよおし 長崎伝習所「自分新化講座」

市民協働推進室 ☎829-1125

各分野で活躍する著名人が講演。第2回
目は、作家・経済評論家の堺屋太二氏が「日
本の地方分権と地域経済」をテーマに講
演。日10月14日(祝)午後3時～5時 所
長崎ブリックホール 国際会議場 費 当日
券一般1000円、学生500円 ※午後1
時から販売

もよおし 長崎歴史文化博物館の催し

長崎歴史文化博物館 ☎818-8366

◆ 恐竜くん解説ガイドツアー 期10月12
日(土)～14日(祝) 時 ①午前11時～、②
午後2時～ 費 無料 ※恐竜展2013観
覧券が必要

◆ れきぶん文化財セミナー 日10月27日
(日) 午前10時30分～正午 テ宮城県石巻
市石(いその)神社の被災資料の修補に
ついて 費 無料 申 事前にお電話で。

もよおし 長崎ロープウェイの催し

長崎ロープウェイ ☎861-3640

◆ 山の上の小さな音楽会 日10月12日
(土) 午後6時～7時 費 無料

◆ 稲佐山クイズラリー ロープウェイに
乗って、稲佐山やロープウェイに関する
クイズに答えよう。抽選でオリジナルグッズ
を10人にプレゼント！ 期10月12日
(土)～20日(日)

もよおし 観光交流日帰りバスツアー

長崎国際観光コンベンション協会 ☎823-7423

いづれも、所(集合)JR長崎駅かもめ広
場 定45人 申 電話かホームページ「浪
漫ながさき旅情報」でお申し込みを。

◆ 南蛮文化薫る大分へ～大友宗麟ゆか
りの街あるき 期11月1日(金)・2日
(土)・8日(金)・9日(土) 時 午前7
時～午後7時30分 費 大人5300円、
小学生4500円 ※郷土料理の昼食付き
◆ 平戸くん城下秋まつりと・鄭成功・
田平教会を訪ねて 期10月26日(土)・27
日(日) 時 午前7時30分～午後7時 費
大人3900円、小学生3500円

もよおし 60歳以上長崎市民限定さるく

長崎国際観光コンベンション協会 ☎811-0369

居留地界限をご案内。お弁当とデザート&
コーヒー付き。 期10月15日(火)・28日
(月)、11月11日(月)・25日(月)、12月
2日(月)・16日(月) 時 午前10時30分～
午後1時 所(集合)石橋電停 定各25
人 費1000円 申 電話かホームページ
「長崎さるく」でお申し込みを。

もよおし 2013長崎さるくフェスタ

長崎国際観光コンベンション協会 ☎811-0369

長崎で活躍する著名な「あの人」と歩く人
気企画。いづれも、申 電話かホームペー
ジ「長崎さるく」でお申し込みを。

◆ 小国雅香氏(ジャズピアニスト) 日11
月2日(土) 午後2時～4時30分

介護福祉士
実務者研修
通信コース
定員:20名(先着順)

受講生募集

実務者研修7つのメリット

- 働きながら受講(通信制)
- スクーリング7日間
- 最短6カ月で修了
- 医療的ケアは聴講も可
- 補講が受けやすい(2ヶ月毎開講)
- 県内会員施設職員に割引制度有
- 受講料無料 ※サンハイツ職員に採用の場合

平成26年2月より隔月開講

受講料:33,000円～
(所持資格によって免除科目・受講料が異なります)
※詳細はお問合せ下さい。

ご利用者の「ゆたかに、安らかに、自分らしい生活」を支援します。 社会福祉法人 救護のサンハイツ ☎095-843-3812 (お問い合わせ) 担当/山田 介護のサンハイツ 検索

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

特集

市政

長崎市民

「ご意見」
 プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

お知らせ

募集

「納付お知らせセンター」 からのお知らせ

「納付お知らせセンター」では、納期限を過ぎても市税等の納付確認ができないかたへ電話をかけています。

その際、口座番号を聞いたり、指定口座への現金振り込みなどを求めることはありません。

なお、同センターでは、納付に関する相談は行っておりませんので、相談を希望するかたは収納課へお問い合わせください。

収納課(☎829-1130)

市道大黒町筑後町1号線の拡幅整備に係る都市計画案の縦覧。日10月10日(木)〜

お知らせ
都市計画(案)の縦覧
 長崎駅周辺整備室 ☎829・1173

8月4日の「市民大清掃」は、814団体、7万304人のかたに参加いただき、ありがとうございました。内燃やせるごみ：約293トン／燃やせないごみ(プラスチック製容器包装も含む)：約87トン／資源ごみ：約0・1トン ※昨年約327トン

お知らせ
約380トンのゴミが集まりました!
 廃棄物対策課 ☎829・1159

お知らせ



◆岡野雄一氏(漫画家) 日11月30日(土) 午前9時〜正午
 ※他にも企画あり。詳しくはお尋ねを。

24日(木)の午前8時45分〜午後5時30分 ※土・日・祝日を除く。所長崎駅周辺整備室(商工会館) 他縦覧期間中は意見書の提出可。

お知らせ
国民年金基金
 市民課国民年金係 ☎829・1137

国民年金に上乘せする公的な個人年金。掛金は全額所得控除、年金は生涯の受給で公的年金等控除の対象になるなどのメリットあり。対国民年金第1号被保険者で保険料を納めているかた(20歳〜60歳未満)、および、60歳〜65歳未満で国民年金に任意加入しているかた 他詳しくは、長崎県国民年金基金(☎0120・65・4192)にお尋ねを。

お知らせ
緑化補助制度
 みどりの課 ☎829・1171

住宅・事業所での植栽や生垣の設置、都心の屋上緑化にかかる費用の半額を補助(限度額あり)。他申請書はみどりの課、ホームページ「長崎のみどり緑化制度」で入手可。他対象区域あり。詳しくはお尋ねを。

お知らせ
出島型オリジナルナンバープレートの「希望ナンバー」受付
 市民税課 ☎829・1133

対本市に原動機付自転車(125cc以下のバイク)を登録しているかた、または来年2月28日(金)までに登録を予定しているかた 費無料 申往復はがきに、住所・氏名、電話番号、排気量、希望するナンバー(表の希望番号の範囲の中から選択)、すでにナンバープレートの交付を受けている

かたはその番号を書いて、長崎市民税課「希望ナンバー」係(〒850-8685 桜町2-22)へ郵送。 ※1台につき1つの希望番号に限る。申(期間)11月1日(金)〜12月27日(金)必着 他結果は来年1月下旬に通知。同一ナンバーに複数の応募があった場合は抽選。

排気量	希望番号	その他
50cc以下	え 27292 え 31659	下2桁が(42、44、49、94)は不可
50cc超 90cc以下	つ 870 つ 2083	下2桁が(42、44、49、94)と交付済みの(888、1081、1919、1990、2000)は不可
90cc超 125cc以下	ま 3125 ま 4167	下2桁が(42、44、49、94)は不可

お知らせ
長崎市都市景観賞を選びませんか?
 まちづくり推進室 ☎829・1177

まちの風景や建物など、応募のあった作品の写真を展示し、市民投票(一次審査)を行います。みなさんの投票をお願いします。日10月15日(火)〜18日(金) 午前10時〜午後5時 所本館1階ロビー

お知らせ
漁業センサスを実施します
 統計課 ☎822・5301

漁業センサスは、5年ごとに全国一斉に行う統計調査で、水産業を営む個人・法人が対象です。10月下旬から、調査員証を携帯した調査員が該当する世帯や事業所を訪問します。調査へのご協力をお願いします。

大村湾を一望できるリゾート感覚の **サービス付き高齢者向け住宅**

10/28(月)・29(火) 10:00~17:00
現地モデルルームご見学相談会開催!
 ※当日、随時ご見学できますが、ご来場者が多数の場合、お待ち頂く場合もございます。

モン・サン 琴海村松 平成26年2月オープン予定
 総戸数195戸 長崎県琴海村松町字吉ノ浦399-1
 敷金0円 月額87,350円~ 入居予約受付中

ご見学受付中(要予約) 医療法人 啓正会 ☎0120-03-4165 資料請求無料 受付時間 平日AM9:00~PM6:00 土曜AM9:00~PM12:00 http://www.keiseikai.biz 啓正会 検索

特集

市政

長崎市民

ご意見
プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演講座

もよおし

おしらせ

募集

おしらせ
市有地を売却します
財産活用課 ☎829・1127

物件の案内と申込書は10月25日(金)から財産活用課や市ホームページで入手可。物件は申込期間中にホームページでご確認ください。申込書に必要書類を添えて提出。申(期間)10月25日(金)～11月13日(水) 他入札期間:11月27日(水)～12月4日(水)

おしらせ
長崎県南部海区漁業調整委員会
選挙人名簿の縦覧
選挙管理委員会 ☎821・3520

9月1日現在の新しい名簿を作成。登録漏れや誤りは、期間中に異議の申し出ができません。期10月20日(日)～11月3日(祝) ※土・日・祝日を含む 時午前8時30分～午後5時 所市選挙管理委員会事務局(大黒町3-1 交通産業ビル6階)

おしらせ
市民総合プールが利用できない日
市民総合プール ☎845・1212

10月は大会などのため利用が一部制限されます。詳しくはホームページ「長崎市民総合プール」で確認するか、お尋ねください。

大募集

市職員の募集

人事課 ☎829・1119

内(募集職種)①学芸員 ②獣医師 対(受験資格)各資格を有するかた(取得見)



込みを含む。)*その他の受験資格については試験案内でご確認ください。申(期限)10月21日(月) 他人事課、本館案内所、行政センター、支所、消費者センター、東京事務所で試験案内を配布しています。市ホームページからも入手できます。郵送による請求方法など、詳しくはお尋ねください。一次試験は11月3日(祝)に実施します。

大募集
ファザリング全国フォーラム in九州
参加者への助成
人権男女共同参画室 ☎826・0018

男性の育児参加や男女共同参画社会などに関する分科会やシンポジウム。参加されるかたに参加費などの半額程度を助成(上限額あり)。参加条件など詳しくはお尋ねを。対18歳以上の市民 日12月20日(金)午後1時～6時30分、21日(土)午前10時～午後5時30分 所北九州市 定若干名 申アマランスか市ホームページにある応募用紙に400字程度の応募動機を記入して人権男女共同参画室(〒850-0874 魚の町5-1)へ郵送か窓口で。申(期限)10月31日(木)必着

大募集
ちゃんぼ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意見交換を行います。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24日(木)正午～午後1時30分 所市役所本館 テ「もったいない」から始まるエコ活動 定15人以上とし、グループ単位での参加は1グループ3人以上 費

生活便利ブック 掲載広告募集!

日常生活に役立つ行政情報・地域情報を一冊にまとめた「生活便利ブック」に広告を掲載しませんか。
申(期限)10月31日(木)
問広報広聴課
(☎829-1114)
(株)サイネックス
(☎092-472-2217)



500円 ※軽食代 申市民協働推進室(馬町)、市役所本館案内所、行政センター、支所にある申込用紙(ホームページや郵送でも入手可)を郵送かファクス(FAX 829・2925)で。申(期限)10月16日(水)必着

大募集
ながさき軽トラマルシェ出店者募集
水産振興課 ☎820・6563

対市内の農水産物や加工品などを取り扱う市民(グループなども可)で軽トラで販売できるかた 日11月24日(日)午前9時～午後3時 所JR長崎駅かもめ広場 申10月31日(木)までに、JR九州エージェンシー(☎826・3781)に電話で。

大募集
市民病院ボランティア募集
長崎市立病院機構 ☎822・3251

対満18歳以上(高校生不可) 日月金曜日の午前9時～午後4時 ※都合のいい時間で調整可。所市立市民病院 内受診科

11月第1土曜日は「FPの日」。長崎支部では無料セミナー&無料相談会を実施します。

ファイナンシャル・プランナー(FP)とご一緒に

ひとりひとりの夢をかたちに FPフォーラム2013 in 長崎

日時 平成25年 11月9日(土) 11:00～16:30 入場無料
場所 メルカつきまち5階ホール
※参加希望者は予約が必要となりますので、ハガキ、FAXまたはe-mailにてお申し込み下さい。

FPと考えよう!

◎15:00～16:30 定員/200名
「相次ぐ値上げ、消費税増税でわが家はどうなる?ピンチをチャンスに変える!お金が増える家計管理術」
講師 深田 晶恵氏 ※定員になり次第締切りとさせていただきます。
〔(株)生活設計塾クルー取締役、ファイナンシャル・プランナーCFP®認定者〕
1級FP技能士



無料相談会

ファイナンシャル・プランナーによる個別相談会
◎11:00～16:00 受付定員/20組
【相談開始時刻】
①11:00～②12:00～③13:00～
④14:00～⑤15:00～
※相談時間は1組あたり50分で事前予約制です。

特定非営利活動法人(NPO法人) 日本ファイナンシャル・プランナーズ協会

長崎支部 [FPフォーラム2013 in 長崎]事務局 〒850-0854 長崎市銀屋町1-10七福ビル アクシス・プラザ内
TEL.095-818-2650 FAX.095-818-2658 E-mail:nagasaki_bb@jafp.or.jp

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

特集

市政

長崎市民

フ
レ
ゼ
ン
ト

生
活
情
報

健
康

子
育
て

福
祉

被
爆
者
援
護

講
演
・
講
座

も
よ
お
し

お
し
ら
せ

募
集

パブリックコメント募集

(仮称)子どものいじめ等防止条例の基本的な考え方について
 ～いじめ、虐待、体罰などの防止にむけて～
 子育て支援課(☎829-1270)

対市民が市内に通勤・通学しているかた
申子育て支援課、市役所本館案内所、行政センター、支所、ホームページなどにある意見記入用紙にご記入の上、長崎市子育て支援課(〒850-8685 桜町2-22)へ郵送かファクス(FAX 829-1275)で。ホームページの応募フォームでも応募可。
申(期間)11月1日(金)～29日(金)必着
他匿名や電話での応募はできません。

大募集
平和案内人を募集します
 平和推進協会☎844-9922

対満18歳以上(高校生を除く)で、来年5月からのボランティア活動に参加できるかた **内**被爆の実相と平和の尊さを広く後世に伝えるために、長崎原爆資料館、国立長崎原爆死没者追悼平和祈念館、被爆建造物などを案内。※講座(11月23日(祝))、来年3月11日(火、全16回の予定)



案内、車いす介助、患者さんの話し相手、院内装飾など **申**随時電話で。 **他**受け付け後に、面接の日時を決定します。

MINI ミニ情報

再生不良性貧血医療相談会・交流会
 長崎原爆病院の朝長万佐男院長による医療相談会・交流会。10月19日(土)午後1時～3時、県総合福祉センター(茂里町)で。参加無料。直接会場へ。問=県難病相談・支援センター(☎846-8620)

里親出前講座
 里親制度に関する説明会と相談会。11月1日(金)午後7時～8時、アマランスで。11月8日(金)午後7時～8時、北公民館で。参加無料。直接会場へ。問=長崎子ども・女性・障害者支援センター(☎844-6166)

留学生のためのホストファミリー募集
 長崎外国語大学で日本語などを学ぶ欧米の留学生のホームステイを受け入れるホストファミリーを募集しています。受入期間は来年3月27日～8月2日。申込期限は10月31日(木)。応募条件や謝礼など詳しくはお尋ねを。問=同大学 国際交流センター事務室(☎840-2002)

JICA ボランティア体験談&説明会
 青年海外協力隊、シニア海外ボランティアの体験談や制度の説明会。10月12日(土)午後2時～、県交通産業ビル3階「えきまえ」いきいきひろばで。予約不要、直接会場へ。問=JICA九州(☎093-671-8349)

健康食品に関する講演会
 「健康食品のウソ・ホント」をテーマに、専門家が話します。11月9日(土)午後1時30分～3時30分、県消費生活センター(県交通会館4階)で。参加無料。事前にお申し込みを。問=消費生活相談員の会・長崎、楠富(☎823-2781、FAX 828-1014)

大募集
市立学校通学区区域審議会委員募集
 学校教育課☎829-1196

対次の①～④を満たすかた ①20歳以上で、市内にお住まいか、通勤・通学している ②ほかの附属機関などの委員ではない ③ほかの附属機関などの委員に応募していない ④公務員、議員ではない **期**(任期)平成26年1月1日～平成27年12月31日 **内**市立小中学校の通学区区域の設定・変更に関する調査や審議(年2回程度) **定**1人 **申**学校教育課、本館案内所、行政センター、支所にある申込用紙ホームページ

を13回以上受講。 **定**30人 **費**無料 **申**長崎原爆資料館などにある申込用紙を長崎平和推進協会(〒852-1811 平野町7-18)へ郵送かファクス(FAX 844-9961)で。 **申**(期限)11月1日(金)

大募集
嘱託員・臨時職員保育士の募集
 幼児課☎829-1142

内(募集職種)嘱託員等保育士 **対**(応募資格)任用時の年齢が18歳以上(学生不可)で、保育士資格を有するかた **内**市立保育所での保育業務 **内**(勤務)時間は、1日7時間45分以内で、週休2日。 **申**随時募集中。履歴書と保育士証(写し)を幼児課へ提出。 **他**書類審査・面接を実施。応募しても必ず任用されるわけではありません。詳しくはお尋ねを。

でも入手可)に、テーマ「市立小中学校の通学区区域について」に沿った800字程度の小論文を添えて、長崎市教育委員会学校教育課(〒850-18685 桜町2-1-22)へ提出。 **申**(期限)10月31日(木)消印有効 **選**(結果)11月末までに通知。



医療・介護 併設 住宅型有料老人ホーム

ながさき 医療・福祉・健康タウン

ブルウエイノ森

(長崎県県出資)

JR道ノ尾駅 徒歩3分(長崎駅までJRで10分)

通院、お買物にとっても便利です!

[併設施設]各クリニック、デイサービスセンター
 居宅介護支援事業所、スポーツジム、保険調剤薬局、バーカー
 [周辺環境]銀行、郵便局、スーパー、総合病院

月額 ¥92,000~

食費は別途。安否確認も兼ねて1日2食または3食を1Fレストランでご用意します。

24時間スタッフ常駐 **入居のご相談は** ☎095-856-0101 <http://www.bruin.jp/>
 〒851-2127 長崎県西彼杵郡長与町高田郷47

第5回

核兵器廃絶—地球市民集会ナガサキ

核兵器廃絶に向けて、私たちは何ができるのでしょうか。

今、平和を願う人々が国内外から長崎に集まり、核兵器廃絶の声を世界に発信します。

この集会に参加して「核兵器のない世界」の実現のために一緒に考えましょう。

《開催日》

11月2日(土)～4日(休)

《場所》

長崎原爆資料館ホール

長崎市平和会館ホール

《参加登録料》

3,000円(大学生以下1,000円)

※傍聴のみの参加は無料

《問い合わせ》

核兵器廃絶地球市民長崎集会実行委員会事務局
(平和推進課内) ☎844-1236

詳しくは

《プログラム》

期日	時間	内容
11/2 (土)	14:00～	開会集会 ※手話通訳あり
11/3 (祝)	10:00～	分科会1 「非核の傘・非核兵器地帯を広げよう」 分科会2 「フクシマからナガサキを考える」
	14:00～	分科会3 「核兵器禁止の法的枠組みをめざして」 分科会4 「ナガサキの声・継承する若者たち」
11/4 (休)	10:00～	全体会議 「核兵器の非人道性を基礎に、世界はこれから何をなすべきか」
	13:30～	閉会集会 ※手話通訳あり



The 5th Nagasaki Global Citizens' Assembly for the Elimination of Nuclear Weapons

第5回 核兵器廃絶—地球市民集会ナガサキ

2013年11月2日(土)～4日(月) 会場/長崎原爆資料館ホール、平和会館ホール

協賛/朝日新聞社・共同通信社長崎支店・時事通信社長崎支店・長崎新聞社・西日本新聞社・日本経済新聞社長崎支店・毎日新聞社・朝日新聞西日本社・KTNテレビ長崎・NHK長崎放送・NCC長崎文化放送・NHK長崎放送・NHK長崎放送テレビ・エフエム長崎・長崎ケーブルメディア

「明治日本の産業革命遺産 九州・山口と関連地域」が世界文化遺産に推薦されることが決定しました。2015年の登録を目指します。



長崎から世界遺産を!

World Heritage from Nagasaki

Sites of Japan Meiji Industrial Revolution
(Kyushu, Yamaguchi and related area)
NAGASAKI

明治日本の産業革命遺産
九州・山口と関連地域

長崎の教会群とキリスト教関連遺産



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)
発行日 ■平成25年10月1日 編集 ■長崎市広報広聴課 〒850-8685 長崎市桜町2-22 ☎095-829-1114
ホームページアドレス ■http://www.city.nagasaki.lg.jp 印刷 ■(株)インテックス