

広報 ながさき

Nagasaki



橘湾を見下ろす、秋の実りあふれる日吉小学校の畑で。待ちに待った収穫にみんなは元気いっぱいです!

折り込み	裏表紙	ニュース 宅配便	お知らせ ワイド版	元気予報	子育て広場	長崎市民	上手な暮らし塾	市政あれこれ	長崎市民	市長コラム	長崎市民	特集	
「市議会だより」「消費者センターを「ご存じですか?」※外してお読みください	11月は「実りの秋」でイベントが盛りだくさん!	(福祉)講演・講座(もよおし) (おしらせ)(大募集)	「都市計画を変更します」「長崎ベイサイドマラソン&ウォーク交通規制」ほか	健康に関するお知らせ	「病児・病後児保育施設」ほか	おたより・プレゼントクイズ お料理レシピー・汽笛が鳴る方へ	「正しく「はかる」ことの大切さ」ほか	「政策評価に関する報告」「香港で長崎の夜景をPR」ほか	ながさきプチ旅行(魚見岳台場跡)	田上市長のホットトーク 「世界遺産」	長崎がんばらんば国体大会 フォト!ホット!HOT! フット!ホット!HOT!	あなたも地域のプレイヤー 来年2月新市立病院が開院!	明治日本の産業革命遺産 九州・山口と関連地域
	36	26 ~ 35	22 ~ 25	20 ~ 21	19	18 16 ~ 17	15	14	13	13	12	8 ~ 9	3 ~ 5



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 11月7日(木)13:30~16:30/21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>

世界文化遺産に 推薦決定

明治日本の産業革命遺産 九州・山口と関連地域

9月、「明治日本の産業革命遺産 九州・山口と関連地域」が、ユネスコの世界文化遺産に推薦されることが決定しました。

今後、平成27年夏頃に開催されるユネスコ世界遺産委員会での審査を経て、登録の可否が決定される予定です。

この「産業革命遺産」が平成27年に登録されるよう、全力を傾けていきます。また、「長崎の教会群とキリスト教関連遺産」の推薦については見送りとなりましたが、引き続き来年度の推薦に向け取り組みを進めます。

世界遺産推進室
(☎ 829-1260)

産業革命ストーリー

きっかけは、志士の挑戦

19世紀、鎖国を続ける日本に外国が次々と開国を求めてやってきました。同じ頃、アヘン戦争で中国が英国に敗戦したこともあり、日本には欧米列強の動きに危機感が広がりました。そのような中、諸藩の志士は造船、石炭、製鉄・鉄鋼分野で西洋の技術を取り入れることにいち早く挑戦し、近代化を目指すきっかけとなりました。

造船、石炭、製鉄・鉄鋼産業の発展

19世紀後半、日本では、自国の伝統的な技術に西洋技術を取り入れて、のちに日本を世界の経済大国に押し上げる重工業の基礎を築きました。

造船分野では1857年、オランダの技術者たちを長崎へ招いて、造船所の建設が始まりました。これが長崎造船所の始まりで、日本で初めて近代的な洋式工場、長崎製鐵所（せいてつじょ）が1861年に完成しました。

石炭分野では、外国の蒸気船燃料として、佐賀藩と英国商人グラバーが高島炭坑を開発。その後、端島炭坑や三池炭鉱（福岡・熊本県）が次々に開坑されました。

製鉄・鉄鋼分野は釜石（岩手県）の洋式高炉が大量生産の基礎をつくり、後に、ドイツ人技術者の協力で、官営八幡製鐵所（福岡県）が操業を開始しました。

急速な発展は奇跡とも呼ばれた

これらの産業は、明治後期までのわずか半世紀余りで飛躍的に発展しました。その発展のスピードは、世界的に見ても、たぐいまれで奇跡とも呼ばれました。

その歴史を証明する貴重な遺産が、「産業革命遺産」です。28の資産で構成されていて、九州・山口を中心に、全国8県11市に分散していますが、28資産全体で世界遺産の価値を物語るものとして光が当てられています。

日本の発展を支えた 市内の構成資産

「産業革命遺産」の28の構成資産のうち、長崎市内には8つの資産があり、造船と石炭産業の分野で、日本の発展を支えました。

その資産は、皆さんが良く知っている観光名所だったり、通勤・通学などで何気なく見かけていたものだったり…。資産を見ると、改めて、長崎にはさまざまな歴史があることを感じる事ができますね。

今後、皆さんに「世界遺産に登録されて良かった」と思ってもらえるように、そして、世界遺産登録をきっかけにまちの魅力が高められるように、取り組みを進めていきます。

また、世界遺産登録に向けての取り組みは、行政だけでは達成できません。市民や企業の皆さま、一緒に盛り上げていきましょう!!



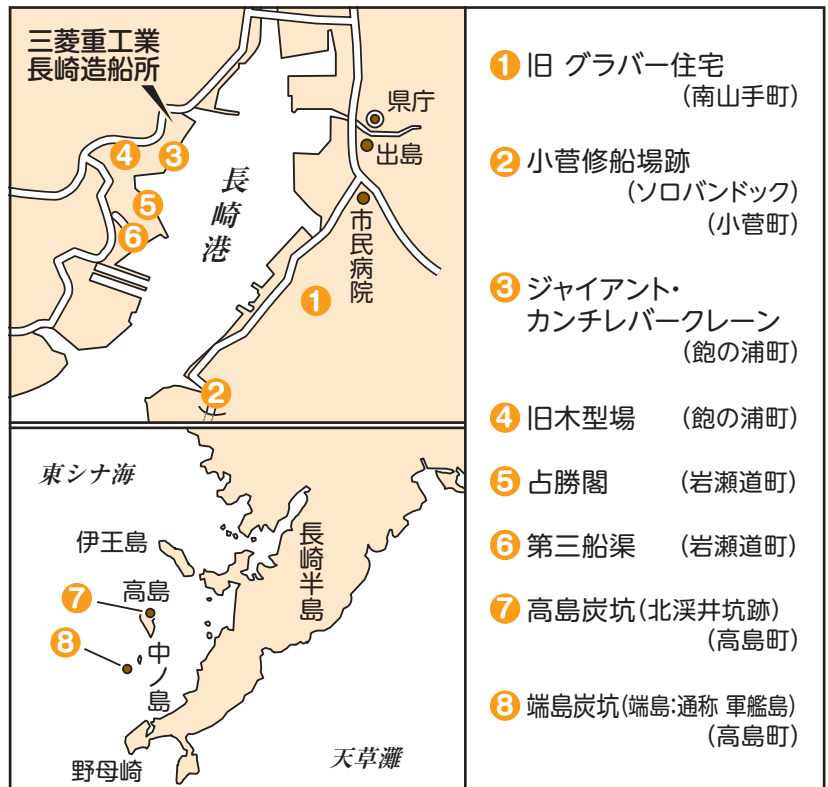
◀旧グラバー住宅

1863年に建てられた、日本の近代化に貢献したトーマス・ブレイク・グラバーの住宅です。グラバーは、炭鉱経営や修船場の創設を行いました。そのほか、全国に先駆けて蒸気機関車も長崎に走らせました。



▲小菅修船場跡

1869年、薩摩藩とグラバーによって船の修理を目的に造られました。蒸気機関を動力とする、曳揚げ装置を装備した洋式船架（船を引き上げて乗せる船台）です。曳揚げ小屋（写真左上）は、現存する日本最古の本格的な煉瓦造建築です。船を引き上げるレールがソロバン状に見えることから、「ソロバンドック」といわれています。





◀ ジャイアント・カンチレバークレーン

日本で初めて設置された最新式電動クレーンで、英国で製造されました。1909年、飽の浦の岸壁に設置されていましたが、1961年に今の水の浦岸壁に移設されました。現在も、大型船用プロペラなどの船積み用に使用しています。

船渠（ドック）とは、船の建造や修理をする設備のことです。第三船渠は、1905年に竣工した、当時東洋最大級のもので、排水ポンプは100年経過した現在も稼働しています。

▼ 第三船渠



三菱重工業株長崎造船所提供



三菱重工業株長崎造船所提供

▲ 占勝閣

1904年、第三船渠を見下ろす丘に建設された木造洋館です。1905年に東伏見宮依仁親王殿下が宿泊した際に「風景景勝を占める」という意味で命名されました。現在は、迎賓館として進水式などの接客用に使用されています。

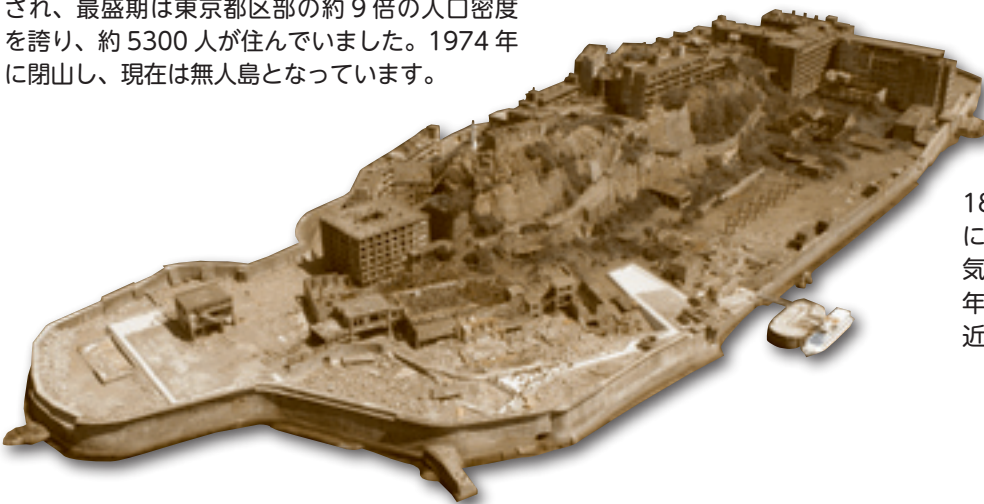
◀ 旧木型場

1898年、鋳物用木型の製作所として建てられた煉瓦造りの建物です。1985年から三菱史料館として活用されています。収蔵品には、幕府が1857年にオランダから輸入した日本最古の工作機械である「堅削盤」などが展示されています。

※三菱重工業株長崎造船所内は非公開ですが、史料館のみ予約（☎828-4134）をすれば見学ができます。

▼ 端島炭坑（端島：通称 軍艦島）

明治中期以降に本格的に採炭が始まり、1890年からは三菱の所有となりました。明治後期は、高島炭鉱の主力として、八幡製鐵所などへ質の良い石炭を供給しました。大正以降は高層住宅が建設され、最盛期は東京都区部の約9倍の人口密度を誇り、約5300人が住んでいました。1974年に閉山し、現在は無人島となっています。



▲ 高島炭坑（北溪井坑跡）

1869年、佐賀藩がグラバーとともに開発した炭坑で、日本で初めて蒸気機関を導入した立坑です。1881年からは三菱が所有し、日本の炭坑近代化の先駆けとなりました。

あなたも地域の プレーヤー

～地域コミュニティの活動に参加しよう！～

地域コミュニティとは？

地域コミュニティとは、地域をともにする人の集まりや、つながりのことをいいます。

同じ地域に住んでいることはもちろん、仕事や通学など、何らかのかたちでその地域に関わりを持つ全ての人が、その地域コミュニティの一員なのです。

地域を良くする活動

地域コミュニティでは、地域を良くするさまざまな活動が行われています。

あなたの生活の中で考えてみましょう。ゴミ収集日、誰かがゴミステーションの鍵を開けてくれていますか？ 学路で黄色い旗を持って子どもたちを見守っている人、公園の清掃をしている人を見かけませんか？ 電球が切れていた街路灯がいつの間にか直っていたことはありませんか？

実は、このように一人ひとりの生活に係る活動が、自治会や「子どもを守るネットワーク」などの地域の団体によって行われていて、地域を支えているのです。



継続のピンチ！ もし、なくなったら…

ところが近年、人口減少や少子高齢化、個人の価値観の変化などで地域活動の参加者が減り継続が難しくなっています。確かに私たちの暮らしは便利になり、生活する上で必要な情報も簡単に手に入るようになりました。

しかし、もしこの傾向が進み、地域を良くする活動がなくなってしまうたら…。ゴミステーションは誰が管理しますか？ 子どもの安全は誰が守りますか？ 災害の時、地域での助け合いは上手くできますか？

普段は思わなくても、「もしなくなったら」と考えると、地域コミュニティがとても大切だと、思いませんか。

地域のサポーター 地域のプレーヤーへ

あなたが地域コミュニティの一員としてできることはありませんか？

忙しくて地域活動への参加が難しいかたは、活動しているかたにあいさつをしてみる、回覧板や掲示板を読んでみるなど、「地域のサポーター」になる気持ちを持つてみてはどうでしょうか。

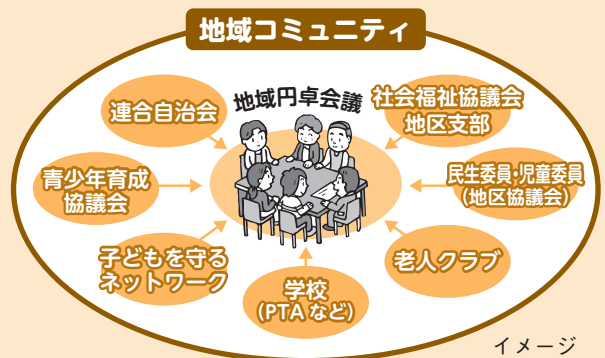
また、地域活動に参加できるかたは「地域のプレーヤー」です。自分にできる活動に参加してみましょう！

地域がつながり、もっと元気になる新しいしくみ

「地域円卓会議」

市では、地域の団体同士が情報を共有し力を合わせることで、地域を良くする活動がやりやすくなるよう、地域の団体が一堂に会する「地域円卓会議」の場づくりを進めています。「地域円卓会議」により、団体同士での協力の関係が生まれ、もっと活動がやりやすくなったり、役割分担することで、個々の団体では難しかったことができるようになっていたりすることが期待されます。

地域コミュニティ推進室 (☎ 829-1283)



イメージ

長崎市の 自治会加入率 72.6%

※平成 25 年 4 月現在

【 加入についての
お問い合わせ 】

自治振興課 (☎ 829-1134)
または
お住まいの地域の自治会へ

自治会は、地域の人とふれあいの心を育んで、誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指す団体です。地域共通の課題解決に取り組んだり、さまざまなイベントを開催したりしています。なくてはならない存在の自治会。その中で、やりがいをもって活動をしているかたも多々います。

11月は「自治会加入促進月間」です。まだ加入していない皆さん、ぜひこの機会に加入しましょう！

- 自治会によって異なりますが、次のような地域を良くする活動をしています。できることから参加してみませんか。
- ①きれいなまちを保つために
清掃活動、ゴミステーション管理など
 - ②安全・安心なまちにするために
防犯パトロール、防災マップづくりなど
 - ③支え合うために
お年寄り訪問活動、登下校見守りなど
 - ④暮らしに役立てるために
広報紙配布、回覧板などによる情報発信など
 - ⑤楽しむために
運動会、夏祭りなど

まずは加入！

できること探してみよう

充実した日々を送る、そのためには…
やっぱり自治会です

自治会長に聞いてみました！

「立ち話のできるまち」を目指して (ダイヤランド第3自治会)

■Q1 ダイヤランドのまちと第3自治会について簡単に教えてください。

ダイヤランドは長崎市の南部にある、29年前に開発された住宅地です。第3自治会は、3丁目を区域とする自治会で、およそ500世帯、約1,600人が会員です。

■Q2 どんなまちを目指して活動していますか。

「立ち話のできるまち」を目指して活動しています。「あいさつのできるまち」が理想としてよく語られますが、私たちはその一歩先を目指そうという思いです。その実現には、みんなが「楽しい」と思える活動をするのが一番大事だと考えます。そしてそんな楽しい自治会にするために、いろいろな切り口からどんどん新しい活動に挑戦しています。

■Q3 特に力を入れている活動はありますか。

高齢化に備えて、住民どうしがお互いに支え合いながら暮らせるような仕組みをつくらうとしています。例えば、「ひまわりサロン」。これは、自治会の集会所などを利用して、家にこもりがちな高齢者に交流の場を提供しようという活動です。高齢者の興味や関心に合わせていろいろな企画を考えますが、中でも「脳トレ健康麻雀」や「手芸の会」が人気ですね。



自治会長 松島孝造さん



夏祭り



ひまわりサロン

あなたのまちでも
さまざまな活動が
行われています。
地域のサポーターや
プレーヤーとして、
あなたも地域活動に
参加してみませんか！！

来年2月 新市立病院が開院！

I 期棟
平成 26 年 2 月開院予定

来年 2 月、現在の市民病院の横の敷地に新市立病院（I 期棟）が開院します。水辺の森公園や長崎港など海と緑に囲まれた環境の中で、皆さんの生命を守るため、高度・急性期医療を充実させ、地域と連携し良質で安全な医療の提供を目指します。



病室



エントランス



ダイニングルーム

I 期棟 地下2階、地上8階(平成26年2月開院予定)
II 期棟 地下1階、地上4階(平成28年5月開院予定)
病床数：I 期完成時 358 床 II 期完成時 513 床

※完成予想図

市民病院お出かけ隊



当院の医師や看護師、薬剤師、栄養士などで構成するチームです。地域のイベントで血糖・血圧測定や健康相談などを行っています。

健康講座



公民館や市立図書館、県美術館などで医療に関する講座や講演会を開催しています。

救急蘇生講習会



初期救急の重要性を理解していただくため、心臓マッサージや人工呼吸、AEDの使い方などの講習会を行っています。

特集

市政

長崎市民

プ
レ
ゼ
ン
ト

生活情報

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

駐車場棟
平成 27 年 2 月供用開始予定

Ⅱ 期棟
平成 28 年 5 月開院予定

ココが新しくなります!!

県内初導入! 「サイバーナイフ」

「サイバーナイフ」とは、がんなどの腫瘍にピンポイントで放射線を当て、外科的な手術を伴わず治療ができる放射線治療装置です。脳転移や肺がんなどの小さな病変に対し、精密な放射線照射が可能となります。高度な医療機器を導入することで、治療の幅を広げ、患者さんの症状に合わせた医療を提供していきます。

診療科が増えます!

心臓の病気などに対して手術治療を行う「心臓血管外科」を新設します。また、現在外来診療のみを行っている「脳神経外科」を充実し、来年 4 月からは手術や入院診療も行います。

最新設備でこれからもさまざまな医療を提供します

急な病気にも対応できる救急医療の充実をはじめ、脳梗塞などの脳血管疾患医療、心筋梗塞などの心疾患医療、がん医療の三大疾病への対応に加え、災害医療などの政策医療も行っています。



大規模な地震が起きても医療が提供できるよう、病院建物に長崎市内の建築物で初となる、地震の揺れを軽減する基礎免震構造を採用します。また、屋上にはヘリポートを整備します。

お知らせ

工事のため駐車場が 利用できなくなります

新病院開院後約 1 年間、工事のため駐車場が利用できなくなります。水辺の森公園内の県営常盤駐車場（北）などをご利用ください。当院を受診されたかたには、2 時間分の割引券を配布しています。ご迷惑をおかけしますがご理解のほどよろしくお願いいたします。

地域に根ざす 病院を目指します

市民病院は、病気やけがの処置だけでなく、健康に関する講座を開催したり、地域イベントなどにも参加したりしています。

今まで以上に皆さんに愛される病院になるよう、今後さまざまな取り組みを進めていきます。「私の地域にも来て欲しい」、こんな時はお気軽に当院へお尋ねください。いろんな機会で皆さんにお会いできることを楽しみにしています!

「市民病院お出かけ隊」リーダーの
臨床検査技師 松田一之さん

市民病院のつどい



「病院をふれあいの場にも!」そのような思いで、コンサートや健康相談、医療現場疑似体験ができるキッズセミナーなどを開催しました。

市民病院お出かけ隊
(中央が松田さん)

詳しくは、地方独立行政法人長崎市立病院機構
企画運営部 企画課 (☎ 822-3251) へ

9月28日～10月14日に、東京で行われた国民体育大会と全国障害者スポーツ大会での長崎県チームの活躍を写真で紹介!

スポーツ祭東京2013

熱戦が繰り
上げられました!

祝 優勝!



相撲の成年男子団体戦で優勝した長崎県チーム
右端が長崎市の高橋修さん



来年は、いよいよ長崎がんばらば国体・大会! みんなで、全国から来る選手や応援団を温かく迎えましょう!

けん玉でギネス記録に挑戦!



10月12日(土)に山里小学校で、「長崎がんばらば国体2014」開催365日前記念行事が開催されました。489人の小学生が、けん玉の剣先に玉の穴を入れる“とめけん”という技で、世界記録に挑戦しました!



緊張感が漂う中、みんな真剣です。



←会場が歓喜の渦に包まれました。

248人が成功しました!



見事に1回目の挑戦でギネス世界記録達成!!

けん玉を剣先に入れた最多人数が、248人でギネス世界記録に認定!

特集

市政

長崎市民

ふこ意見
プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

開催されたイベントや講座などを写真で紹介!!

フット! ホット! HOT!

9/29
(日)

ふるさとの宝を伝える

地域の伝統芸能を披露する「長崎郷土芸能大会」を公会堂で開催。今年は「長崎しゃぎり」「馬場本浮立」「鞆踊獅子舞」「横尾だんじり」「矢上町ココデショ」の5団体、620人が出演しました。観客は勇壮な演し物や華やかな踊りなどに見入り、大きな掛け声が出る場面も。伝統芸能の魅力にひたる一日となりました。



9/21(土)・
9/22(日)

居留地の魅力 再発見!

幕末から明治にかけて西洋文化が華ひらいた東山手、南山手、大浦地区一帯で「長崎居留地まつり」を開催。天気にも恵まれ、毎年恒例の居留地大バザール、居留地時代のボウリング体験や赤ちゃんはいはいレースなどを多くの人を楽しみました。旧グラバー住宅築150年の今年は、魅力をさらに発信していこうと記念シンポジウムが開かれ、居留地のシンボルである同住宅の価値を見つめ直しました。



10/14
(祝)

さわやかな汗を流しました

体育の日の14日、市民体育・レクリエーション祭が市総合運動公園かきどまり陸上競技場などで開催されました。市民約9,000人が参加する市内最大のスポーツイベントで、競技の部では38種目が行われました。秋空のもと、選手たちは日頃の練習の成果を発揮し、試合後は互いの健闘を称えました。レクリエーションの部も15種目が行われ、スポーツチャンバラなどで親睦を深めました。



10/12
(土)

楽しさ美しさに拍手“かっさい”!

伊王島ふれあい広場で「ながさき半島ごかっさい」が開催され、ステージイベントのほかに、V・ファーレン長崎によるサッカー教室や宮崎県高千穂町の伝統芸能「夜神楽」など、訪れた人は多彩なイベントを楽しみました。恒例の大花火大会では、空から降ってくるかのような5,000発の光の芸術に観客は歓声を上げながら酔いしれていました。



特集

市政

長崎市民

プ
レ
ゼ
ン
ト
ご
意
見

生活情報

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

今月のテーマ 世界遺産



田上市長の 心と手

～自らの思いを皆さんに語るコラム～

「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まりました。毎年、一つの国からは一件しか推薦できないルールになっていて、長崎市が含まれるもう一つの世界遺産候補「長崎の教会群とキリスト教関連遺産」とどちらが選ばれるか注目されました。長崎市は、推薦の準備が整っている「教会群」を先に推薦してほしいと政府に要望しましたが、結果は「産業革命遺産」が先行することになりました。

いままでもなく長崎市にとっては、どちらも大切なたからものです。産業革命遺産の登録に必要な準備をしっかりと進め、来年の「教会群」の推薦につなげ、2つの世界遺産があるまちを確実に実現したいと思っています。

世界には千近くの世界遺産があります。一番多いのはイタリアで49の世界遺産を持っています。日本には17の世界遺産があり、世界で13番目に多い国になっています。

とはいえ、複数の世界遺産を持つまちはそう多くありません。長崎市が2つの候補を

持っているのは、長崎の持つ歴史が世界の中でも特別なものであることを示しています。

しかし任んでいると、すべてが当たり前存在するものになり、意外にその価値に気づかないものです。「産業革命遺産」の推薦を入口にして、長崎の歴史の奥深さや面白さを知る。世界遺産登録の動きを、そのきっかけにしたいと思っています。

例を挙げてみましょう。今月号の特集にあるように、「産業革命遺産」の中には炭鉱の歴史を示すものが多く含まれています。そのつながりから、たとえば「池島」にたどり着くことができます。

池島は旧外海町にある島で、平成13年に閉山した。九州最後の炭鉱の島。炭鉱の歴史を示すものがまだ島全体に残っています。特に炭鉱の中に入る坑道の一部が残されており、ヘルメットをかぶりトロッコ人車で行く。タと坑道に入っていく「炭鉱さる



トロッコ人車の様子

くは迫力満点。炭鉱つながりで、軍艦島や高島とセットで訪れる人も増えています。

「教会群」の方も同じです。日本で最初のキリスト教の殉教者である26聖人の殉教の地・西坂の丘には記念館や記念碑がつくられています。ここは世界遺産の構成資産ではありませんが、長崎とキリスト教の歴史をたどるときにはストーリーとして欠かせない場所です。

ところが、26聖人のことを知る人は多いのですが、16人の聖人のことはあまり知られていません。「聖トマス西と15殉教者」と呼ばれ、26聖人より後の弾圧がより厳しい時代に殉教した人々です。その記念碑が中町教会の中庭にあります。だが、今、「信徒発見」から150年に当たる再来年に向けて、同じ中町教会の中に新しい記念庭園をつくり始めています。完成すれば、長崎とキリスト教の歴史を示す大切な場所になります。

世界遺産は、市民が知り、支え、守り、伝えるところに意義の一つがあります。まずは、2つの候補の場所を知るところから始めましょう。



昔も今も港を見守る
長崎台場跡
魚見岳台場跡

出かけて
見る・知る
まちの
オススメ
スポット



動きやすい靴
で行きたい



二ノ増合場の
重厚な石垣



港の内外が眺められる



周辺地図

長崎港周辺には「海から見る野外博物館」と言われるほど、洋館や近代化に貢献した造船施設など貴重な文化財が点在している。その中海防の緊張感が高まる江戸時代後期、港の警備のために造られた魚見岳台場がある。

「女神」バス停で下車し、急な山道を登って台場跡へ。目の前には港口が最も接近する対岸の神崎鼻が見え、港の内外部も望むことができる。一番高い所では、となりを走る女神大橋の路面より高い。このような地形が港を守る台場に適していたのだろう。異国の脅威は当時の人々をしてこんな険しい場所にも台場を造らせたのだろうかと考えた。

今では、当時の緊迫した雰囲気はなく、穏やかに船が往来する風景を見ることが出来る。

香港で長崎の夜景をPR



長崎夜景の魅力を国内外へ向けて広く発信しました

9月27日、香港で開催された「夜景サミット2013 in 香港」に田上市長が出席しました。

サミットでは、「世界新三大夜景都市」ブランドの確立に向け長崎・香港・モナコの連携を強化するとともに、長崎夜景の認知度向上に向けて情報を発信しました。また、香港と長崎の民間事業者間で意見交換や商談が行われ、今後、夜景観光に関する旅行商品の企画などにつながる事が期待されます。

■問い合わせ 観光推進課(☎829-1314)

政策評価に関する報告



いただいた意見を大切に生かしていきます

9月24日、長崎市政評価委員会(委員長・杉原敏夫 長崎総合科学大学教授)から、市が行ったこれまでの取り組みについての自己評価や主な施策に対する意見をまとめた報告書が提出されました。

評価委員会は延べ14回にわたる会議の中で熱心な議論を交わし、評価全般の意見として「市政の情報を適切に分かりやすく発信していくこと」、「成果を表す指標は実態に応じた見直しを行うこと」、各施策の個別の意見として「『食』と『観光』について具体的な連携を図るべきである」などが報告されました。

今後、委員会の意見を踏まえ、市の政策をしっかりと進めていきます。

■問い合わせ 総合企画室(☎829-1111)

「魚のおもてなし」 グルメガイド出版



女性ならではの目で、舌で、厳選したお店をご紹介します

10月1日、長崎の魚を多くの人に食べてもらうために活動している「魚のまち長崎応援女子会」の皆さんが、長崎の魚をおいしく食べられるお店を集めたガイドブック「Nagasaki魚のおもてなし」を出版しました。

和食からフレンチ、イタリアンまで市内の28店を紹介していて、市内の主要ホテルや書店、水産振興課などで、1冊150円で販売しています。

■問い合わせ 水産振興課(☎820-6563)

出島入場者300万人達成



レスリー・ミルロッドさん(右から5人目)らに記念品を贈呈

9月27日、平成18年のリニューアル後の出島入場者数が300万人を達成。カナダから訪れたレスリー・ミルロッドさんらのグループに記念品が贈られました。

■問い合わせ 出島復元整備室(☎829-1194)

上手な暮らし塾

消費者

正しく「はかる」ことの大切さ ～11月1日は「計量記念日」～



スーパーなどのお店で、「内容量〇〇g」と表示された商品が販売されていますが、その表示について考えたことはありませんか？

表示されている内容量は商品そのものの量であり、トレーやラップ、タレ、ワサビなどは内容量に含まれません。これらの商品以外のトレーなどを「風袋(ふうたい)」とよびます。お店の人が商品を計量する時は、全体の重さからこの風袋量を引いて商品の内容量を正確に量らなければいけません。「トレーの重さなんかちよつとだけでしょ。」とお思いでしょうが、トレーは約3～20%、ラップだけでも約2%あります。

もし、お店の人が計量する時に風袋の量を引き忘れたら、内容量は風袋の分だけ少なくなってしまうです。たとえば、「100g 千円」のお肉を買った場合、風袋の重さ12gが含まれていたとすると、千円×12/100

＝120円も余計に支払ったことになります。

買い物の際、商品を手で確認して、表示どおりの内容量かを確認することはなかなか難しいことです。

消費者センターでは、市内のお店に出向いて、パック詰め商品が、表示されている内容量どおりに計量されているか検査を行っています。不適正な計量がある場合、お店に対して正しい計量についての指導を行います。

11月1日は計量記念日。正しく「はかる」大切さを考えるいい機会です。ご家庭にあるばかりを点検してみたいかがでしょうか。

◆家庭用ばかりの無料検査

計量記念日にあわせて、ご家庭の体重計やばかりなどの検査を行います。**期**11月9日(土)～30日(土)の土・日曜日 **時**午前10時～午後5時 **所**消費者センター **申**事前に電話(☎829・1500)でお申し込みを。

■ご相談は消費者センター(メルカフきまち4階、相談専用☎829・1234)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。

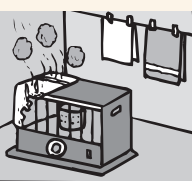
消防

「消すまでは心の警報 ONのまま」 ～大切な家族や財産を守る～

住宅防火命を守る7つのポイント
～3つの習慣・4つの対策～

3つの習慣

- ①寝たばこは絶対やめる
たばこの火がついたまま寝ると、布団などに火が移るおそれがあり大変危険です。絶対にやめましょう。
- ②ストーブは燃えやすいものから離れた位置で
カーテンや洗濯物にストーブの火が引火して火災に。燃えやすいものの近くではストーブを使わないでください。これからの季節は、特に注意が必要です。
- ③コンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す！
天ぷら油をガスコンロの火にかけたままにすると、油自体が発火するおそれがあります。電話や来客などの対応は、必ず「コンロの火を消してから」の習慣を。



4つの対策

- ①住宅用火災警報器の設置
住宅火災による死亡原因の多くが「逃げ遅れ」です。逃げ遅れを防ぐためにも今すぐ設置しましょう。
- ②防災品の寝具やカーテンを使用
火に触れてもすぐには燃え上がらず、火が広がりにくいのが特徴です。防災品を使い、被害を最小限に抑えましょう。
- ③住宅用消火器などの設置
いざというときのために備えましょう。
- ④隣近所の協体制
お年寄りや体の不自由な人は火災や災害のとき、一人では早く逃げることが困難です。隣近所の人と声を掛け合い、協力して避難できるようにしましょう。

消防局からのお知らせ

11月9日～15日の秋の火災予防運動週間にあわせ、11月10日(日)午前9時～正午、市内約5000世帯を消防団員が訪問し、火災予防を呼びかけます。

■問い合わせ
消防局予防課(☎829・0429)



あなたのご意見を聞かせてください!!



平成24年の実績を見ると、観光客数は約595万人。アンケート調査で「住んでいる都道府県」を聞いたところ、1位が福岡県、2位が東京都、3位が大府府でした。関東・近畿エリアからもたくさんのかたが来てるんですね。また、外国人の延べ宿泊者数は約

長崎には、たくさん観光客が訪れていますが、今よりもっと多くのかたに長崎を訪れてもらいたいと考えています。そのための取り組みを行っていくには、現状をきちんと把握しておくことが大切です。市では観光客に関する統計をとっている取り組みに役立っています。

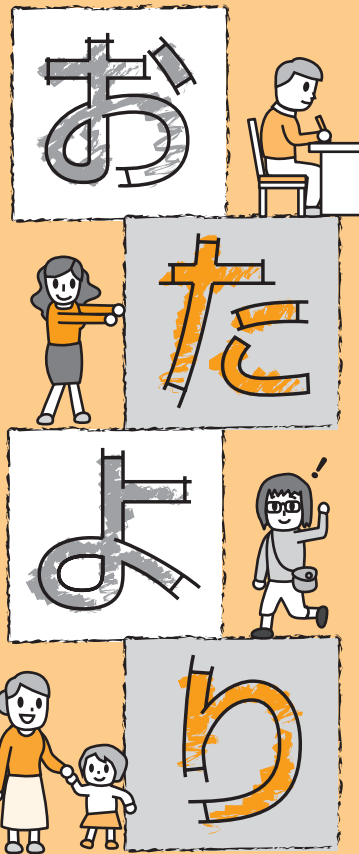
■観光客のことに 관심이あります
たくさん観光客は、どこから来るかたが多いのでしょうか？
(小江原2丁目 ーJさん)

13万人。国別の内訳を見ると、1位が韓国、2位が台湾、3位が中国となっています。宿泊以外でも、国際観光クルーズ船の長崎港への寄港回数が過去最高となったこの年は、乗員・乗客合わせて約12万人のかたが長崎を訪れました。

このように国内外から長崎を訪れるたくさんのかたに「長崎は良かった」「また行ってみたい」と思っていたかたには、私たち二人ひとりがおもてなしの心でお迎えることがとても大切です。市では、「ようこそ！長崎でたくさん愛を…」をキャッチフレーズに、おもてなしの心あふれる長崎を観光客にPRしています。皆さんもおもてなしの心で観光客の旅のお手伝いをしてみませんか？

明るいあいさつや道案内、まちをきれいにする環境美化、観光地でのシャッターサービスなど、もてなし方はさまざま。そして、観光客にとって地元の人とのふれあいは、旅をさらに楽しいものにし、忘れられないものにしてくれます。ぜひ、あなたならではのおもてなしを探して、ご協力ください！

(観光政策課)



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。



「何かあったら」お手伝い



もっときれいに/美化活動



写真で旅の思い出づくり

今月のプレゼント

お店 (株)将大

商品

近海スモークギフトセット
(サバ・ハマチ・天然タイ・スルメイカ)



問い合わせ(畷刈町1613-89 ☎814-1310) ホームページ [将大] 検索

長崎県産の新鮮な魚を秘伝の「たれ」に漬け込み、じっくり乾燥させ、対馬産チップ「ノグルミ」で「冷温燻製」し旨みを凝縮。そのまま食べれば生ハムのような食感で味わえます。また、サラダやサンドウィッチなどにもオススメです。贈り物にもどうぞ。

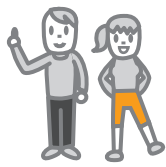
表紙の話



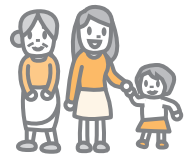
当日は、地元のかたに枝豆の収穫とジャガイモの植え付けを手伝っていただきました。「まめ」に手入れして出来た枝豆。採れたてをほおぼる顔が印象的でした。

「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会員が推奨するご覧の商品を今月は、

10名様
にプレゼント!!



疑問・質問・感想などなんでもOK!!
さまざまな情報をお待ちしています。



■図書館情報をもっと知りたい!
図書館通信で本の紹介をしていますが、貸出ランキングなどもお知らせしてほしいでしょうか?
(平野町 N.K.さん)

図書館からの情報に注目していただきありがとうございます。

図書館では広報ながさきの「図書館通信」のコーナー(今月号は28ページ)を通じて、おすすめの本や催しのお知らせを行っています。

そのほかにも、皆さんに図書館の情報をお届けするため、独自で発行している広報紙があるんですよ!

まずは毎月1日に発行している『としよかんだより』です。図書館で行った催しの様子やその月のテーマをもとに、おすすめの本を紹介しています。また、おたよりをいただいたランキングについても、予約数が多かった上位10冊を紹介しています。

次は偶数月に発行している10代向けの『WAKABA』です。部活やテーマにした本を紹介する「部活日和」や進学や就職のヒントとなるよう、職業についての本を紹介する「はたらく図鑑」のコーナーなど、中高生にとって身近な話題から本に興味を持ってもらえるように心がけています。また、表紙の写真は中高生が撮影したもので、若い感性がキラリと光ります。

そして最後は、奇数月に発行してい

現在、市では、高齢者がインフルエン

■高齢者の予防接種について
高齢者のインフルエンザ予防接種への助成を増やして欲しいです。
(鳴滝 千目 K.K.さん)



る12歳位までの子ども向けの「ちいさくないす」です。季節や行事に合わせた本や子どもが興味を持ちそうな「夢」「アイスクリーム」などのテーマを選び、それをもとにおすすめの本を紹介するなど、子どもが本に親しみ、読書の世界が広がるように心がけています。

これらの広報紙は、市立図書館1階カウンターの前に設置しているほか、市立図書館ホームページの「お知らせイベント」でもご覧になれます。

これからも楽しく、役に立つ図書館を目指して、さまざまなお知らせや催しを行っています!!
(市立図書館)

高齢者インフルエンザ予防接種

対次のいずれかに該当する市民 ① 65 歳以上のかた ② 60 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 来年2月28日(金)まで 申 医療機関に電話で。他対象者のうち、次のいずれかの証明書を持参のかたは無料。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 問 地域保健課 (☎ 829-1153)

ザの予防接種を受ける場合には、その費用の半額にあたる1800円を助成しています(一人一回)。平成24年度には、約6万5千人のかたが予防接種を受けられました。
助成額は、地域の財政状況などに応じて各自治体が判断しています。長崎市の場合、高齢者の人口が多く、助成額の引き上げが財政面に大きく影響を与えることから、助成額の増額は難しいと考えています。ご理解をいただきたいと思えます。
予防接種は、インフルエンザへのり患や重症化の予防、まん延防止に大変有効ですので、ぜひ受けることをお勧めします。また、こまめな手洗いやうがい、マスクを着用したり、外出する時にマスクを着用したりすることも予防効果がありますので、併せて行ってください。
(地域保健課)

問題

「明治日本の産業革命遺産 九州・山口と関連地域」は、何に推薦されることが決定しましたか?(ヒントは、P3)

答え 世界〇〇遺産

応募方法・応募先

①〇〇に入る答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報紙に対するお便りを必ず書いて、はがきかホームページで応募してください。
抽選で右欄のプレゼントを差し上げます。締め切りは11月30日(土)消印有効です。

【はがき】〒850-8685 桜町2-22
長崎市広報広聴課「広報ながさき」プレゼント係
【ホームページ】トップページ「市民参加」の「プレゼント」

発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
プレゼントは、商品を提供していただくお店から発送します。
お便りは、広報ながさきや市ホームページで紹介させていただく場合があります。

今月のクイズ

【10月号の答え】
ななつ星
in 九州

※9月号には214通のお便りをいただきました。ありがとうございました。

made in
ながさを
食べよう!!

お料理 レシピ



しょうが つくだに 生姜の佃煮



【(1食分20g)67kcal】

今回は、9月に「ながさき味わいの匠」に認定された「井手果樹農園加工所オレンジ・コテージ」の井手順子さんにご提供いただいたレシピです。

11月は生姜の旬!長崎市では東長崎地区で生姜がよく収穫されており、「生姜の佃煮」が保存食として家庭で人気の一品だそうです。白いご飯にのせるだけでご飯がどんどん進みます!

●●●● 材料 ●●●●

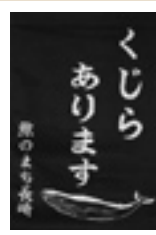
- ◎生姜…500g
- ◎いりこ…60g
- ◎いりごま…適量
- A:醤油…135cc、砂糖…250g、水…180cc、酒…100cc、みりん…25cc

◎作り方

- 1 生姜の皮をむいて、千切りにする。
※食感を楽しみたい人は大きめに切る。
- 2 沸騰したお湯に1を入れて、約10分ゆでる。生姜の辛みが苦手な人は、ゆでた生姜を一晩水にさらす。ゆで汁は捨てないでくださいね!
- 3 2を水で洗って、軽く水気を切る。
- 4 3といりこ、Aを鍋に入れ、中火で煮込む。
- 5 煮汁が半分くらいになったら、いりごまを入れ、混ぜる。
- 6 水分がなくなるまで、焦がさないように火加減を調整しながら、かき混ぜて煮詰めると完成。

匠の耳より情報!

2で出たゆで汁に適量の砂糖を入れれば「ジンジャーシロップ」に変身!このシロップとミルクを紅茶に入れば、「ジンジャーミルクティー」の出来上がりです。ゆで汁も無駄になりませんね。生姜は血液の循環を良くし、発汗作用があるので、風邪にも効果があると言われています。



ながさき今昔くしら料理フェア (11月1日~30日)

長崎伝統の食文化である「鯨料理」。期間中は、市内料理店で趣向をこらした鯨料理を味わうことができます!鯨にまつわるプレゼントが当たるキャンペーンも実施中です。

〈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「紅葉はちょうど見頃です。」という言葉です。

英語 ジェ オータム リーブズ アー ナウ
The autumn leaves are now
at their best.

中国語 シェンガイ ガンハオ スー グァンジャンホンイエ テ
现在 刚好 是 欣赏 红叶 的
季节。

韓国語 ダンパンノリ カギ タッ チョウンシギム
단풍놀이 가기 딱 좋은 시기입니다.



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				
船名	寄港予定日時	場所	トン数	船籍
ばしふいつくびいなす	11/19(火) 10:00~23:00	松が枝	26,594	日本

日時などは変更になる場合があります。事前にアジア戦略室へお尋ねになるか、下囲みのホームページで。クルーズ客船の寄港中は、松が枝国際観光船頭岸壁への立ち入りはできません。フェイスブック(<https://www.facebook.com/nagasakiintl>)でも入港情報を発信中。

Nagasaki welcomes you! (ようこそ長崎へ)

入港する時は、ブラスバンドの演奏や龍踊などで、長崎らしく出迎え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出迎えませんか。



〈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!

あなたの    をサポートするお知らせ
妊娠 出産 育児

親子の心の相談

子育て支援課 ☎829-1270
①精神科医：11月19日(火)午後2時～4時
②小児科医：11月20日(水)午後2時～5時
所子育て支援課 費無料 申事前電話で。

母子健康手帳交付の休日窓口

子育て健康課 ☎829-1255
11月16日(土)午前9時～正午
北保健センター

ファミリーサポートセンターながさき

「おねがい会員」出張登録
子育て支援課 ☎829-1270
11月30日(土)午前10時～午後4時
所東公民館 費無料 持印鑑、保護者の顔写真(縦3cm×横2.4cm)2枚、免許証など住所が確認できるもの
申直接会場へ。 岡市保育会(☎829-7714)、市社会福祉協議会(☎829-6244)

ひとり親家庭福祉医療費

受給資格の更新
子育て支援課 ☎829-1270

現在、受給資格をお持ちのかたは、11月30日で有効期間が終了しますので、更新の手続きを。手続きの案内や申請書などは、10月下旬に送付しています。所子育て支援課、行政センター(受付)11月29日(金)まで 時午前8時45分～午後5時30分 他12月に降に手続きをした場合の受給資格の

有効期間の開始日は手続き日からになります。詳しくはお尋ねを。

ひとり親のための就職支援セミナー

子育て支援課 ☎829-1270
就職・転職に役立つ資格(パソコン、簿記、医療事務)について紹介します。受講無料。対ひとり親家庭の親 日12月1日(日)午後1時10分～2時30分
所県総合福祉センター(茂里町) 定15人 申事前Eメールながさきへ電話(☎894-9953)で。他託児あり(申し込み時にお申し出を)。「福祉の就職合同面談会」も同時開催します。

親子でふれあい「ベビーマッサージ」

子育て支援課 ☎829-1270
対ひとり親家庭の親子 日11月17日(日)午前10時30分～正午 所三重地区市民センター 定15組 申11月14日(木)までに、母子寡婦福祉会へ電話(☎828-1470)かEメール(info@nagasaki-shibonikai.jp)で。託児の希望の有無も連絡を。

子ども子育て支援事業などに

関するアンケート
子育て支援課 ☎829-1270
無作為に抽出した小学生以下のお子さんを対象に、幼稚園・保育所などへの入所状況や、子育て支援事業の利用状況・今後の利用希望などを調査します。11月中旬から下旬にかけて、就学前のお子さんの保護者には郵送で、小学生のお子さんの保護者には小学校を通し

て調査票を配布する予定です。調査結果は子育て支援施策を推進するための事業計画に活用しますので、ご協力をお願いします。

麻疹風しん予防接種

子育て健康課 ☎829-1255
対①1歳のお子さん ②来年度小学校入学予定のお子さん 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) 費市内に住民票があるかたは無料 持母子健康手帳 申直接医療機関に予約してください。

病児・病後児保育施設

幼児課 ☎829-1142
病気で保育所などに行けず、家庭で育児ができないお子さんを時的に預かります。登録や利用料など詳しくは各施設にお尋ねを。

施設名・住所	電話番号
あひるっこルーム(江戸町)	☎ 821-8867
にこにこルーム(本原町)	☎ 843-5327
ボンクラージュ(弁天町)	☎ 0120-147-547
あおむし(かき道3丁目)	☎ 838-5514
ポニールーム(上戸町2丁目)	☎ 878-3230
【新設】クローバー(滑石2丁目)	☎ 865-6559

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(全2回)※妊娠35週まで	11/16(土)	9:30～11:30	北保健センター	11/13(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	11/26(火)	14:00～15:30	市役所別館 地下1階 機能回復訓練室	11/22(金)	赤ちゃんやお母さんとの交流、助産師による相談
離乳食教室	生後4カ月～1歳未満の赤ちゃんと保護者 15人(託児相談可)	11/21(木)	13:30～15:30	北保健センター	11/18(月)	参加費400円。エプロン、三角さん持参
むし歯予防教室	生後7カ月～1歳4カ月未満の赤ちゃんと保護者 20組	12/4(水)	10:00～11:30	市役所別館 地下1階 機能回復訓練室	11/29(金)	むし歯予防のお話と、お手入れの仕方
離乳食&幼児食教室	離乳食後期から幼児期(9カ月～2歳)の保護者 15人(託児相談可)	12/5(木)	13:00～15:00	桜馬場地区 ふれあいセンター	12/3(火)	参加費400円。エプロン、三角さん持参
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)	11/28(木)	14:00～15:30	市役所別館 地下1階 機能回復訓練室	11/22(金)	おっぱい卒業の考え方や卒乳期の食生活
ツイズ教室	3歳未満の双子・三つ子をお持ちのかた、現在妊娠中のかた	12/5(木)	10:00～11:30	市役所別館 地下1階 機能回復訓練室	12/4(水)	おやこ遊び、交流会など

子育て健康課 ☎829-1255

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

元気予報

特集

市政

長崎市民

プレゼン

生活情報

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

お口の健康、大丈夫ですか？ ～歯つらつ健康教室～

問い合わせ 高齢者すこやか支援課 (☎ 829-1146)

65歳以上の市民のかたを対象に「歯と口の健康づくりのための教室」を開催します。

自分の歯でおいしく食べることは、心と体の健康を保つための第一歩。食の入り口である「口」の健康について、一緒に学んでみませんか。参加無料。事前に電話でお申し込みください。



内容 (2回シリーズ)		講師
①お口の健康観察とお手入れ法 (実技) ②「お口の健康体操」でお口を元気に!		歯科衛生士
場所	期日	時間
北公民館	①11月12日(火)	10:30 ～ 12:00
	②11月26日(火)	
アマランス	①11月15日(金)	
	②11月29日(金)	
健康づくりセンター (布巻町)	①12月 2日(月)	
	②12月16日(月)	
西公民館	①12月 6日(金)	
	②12月20日(金)	

健康ミニ情報

全国学生クリスマス献血 キャンペーン2013

スローガン「Heart to Heart
 ～命をつなぐおくりもの～」。献血にご協力いただいたかたにはステキな記念品をプレゼントします。12月14日(土)・15日(日)の午前10時～午後5時30分、献血ルーム「はまのまち」で。

問 献血ルーム「はまのまち」
 (☎824-3332)

認知症の人と家族の会

認知症の正しい知識など学びます。11月26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 認知症の人と家族の会
 (☎842-3590)

対 在宅で要介護認定を受けている高齢者
 高齢者すこやか支援課 ☎829-1146
在宅介護者のついで

期日	時間	内容・講師
12月4日 (水)	18:30 ～ 20:30	糖尿病予防のための食生活管理 栄養士 松本妙子氏
		疲れない、冷えない体に～姿勢に着目した運動～ ルネサンスインストラクター 村井大和氏
12月7日 (土)	13:30 ～ 15:30	パーティー料理も賢く楽しく食べよう 栄養士 今里恵氏
		骨盤体操で身体の真ん中から代謝アップ AFAA 認定インストラクター 桑本京子氏

と運動実技。参加無料。対20歳以上の市民 所 市民会館 定50人(抽選) 申 11月22日(金)までにあじさいコール(☎822-8888)に電話で。

期日	コース・場所	内容
① 11月21日 (木)	南コース	小ヶ倉(小規模多機能ホーム)→ひこばえ(介護老人福祉施設)→長崎漁港がんばランド
	北コース	サンハイツ青山中央(地域密着型特別養護老人ホーム)→集いの家さんかい(小規模多機能ホーム)→長崎漁港がんばランド
	中央コース	王樹(小規模多機能ホーム)→プレジールの丘(介護老人福祉施設)→長崎漁港がんばランド
② 11月28日 (木)	市民会館	介護者交流会・アロママッサージ体験

※①は、長崎駅前タクシー乗り場に午前9時45分までに集合

まちなかラウンジ市民健康講座
 まちなかラウンジ ☎893-6621
 対 市民 日 12月21日(土)午後2時～4時 所 市医師会館(栄町) テナがさきの在宅医療・介護について 定 200人 申 12月18日(水)までに電話かファクス(FAX 826-3021)で。
難病医療講演(相談会)
 「クローン病について」
 健康づくり課 ☎829-1154
 長崎大学病院医師による講演。受講無料。対 クローン病の患者とその家族 日 12月7日(土)午後2時～4時 所

市立図書館 申 11月29日(金)までに電話で。
HIV/エイズ検査 即日検査
 地域保健課 ☎829-1153
 匿名・無料で受けられ30分程度で結果が出ます。日 ①12月4日(水)午後5時30分～8時 ②毎週水曜日午前9時～11時 ③毎月第3木曜日午後2時～4時 所 ①メルカつきまち、②③市役所別館1階 中央保健センター
市民健康講座
 健康づくり課 ☎829-1154
 生活習慣病予防のための栄養士の講話

者を介護をしているかた 時 午前10時～午後3時 内 ①施設見学と買い物など ②交流会 定 30人 費 無料 申 あじさいコール(☎822-8888)に電話でお申し込みを。申(期限)11月15日(金) 他 ①は第2希望までお申し込みください。

月…口内乾燥症 / 火…危険な頭痛 / 水…熱冷ましの上手な使い方 / 木…耳鼻科と嚙下障^{えんげ}害 / 金…睡眠薬の使い方
土・日…血尿 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	11/20(水)	13:30~15:00	健康づくりセンター(布巻町)	事前に	①
		11/20(水)	13:00~15:00	滑石地区ふれあいセンター		②
		11/25(月)	9:30~11:30	市役所別館地下1階 機能回復訓練室		②
		11/27(水)	13:30~15:30	東部地区にこここセンター (矢上町)		②
お手軽ウォーキング	20歳以上の市民	11/22(金)	10:30~12:00	沖之島1周コース(4.5km) 伊王島開発総合センター集合	11/20 (水)	③
		12/ 4 (水)	10:00~12:00	香焼ゆつたりコース(5.0km) 香焼行政センター集合	12/ 2 (月)	③
		12/ 4 (水)	10:00~11:30	出津文化村コース(4.0km) 出津地区公民館(西出津町)集合	12/ 2 (月)	③
		12/10(火)	10:00~11:30	市営陸上競技場周辺コース(3.0km) 市営陸上競技場入口(松山町)集合	12/ 6 (金)	③
まちなかサロン 「在宅におけるホスピスケア」	市民	11/18(月)	14:00~16:00	メルカつきまち	事前に	④
まちなかラウンジ在宅医療講座 「長崎の在宅医療」	市民	11/27(水)	19:00~21:00	三芳町交流スペース	事前に	④
まちなかラウンジ緩和ケア講座 「長崎での緩和ケア」	市民	12/10(火)	19:00~21:00	北公民館	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	11/20(水)	13:30~15:30	市役所別館地下1階 衛生教育室	事前に	⑤
心の健康相談	心の健康問題でお悩みのかた	11/21(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
こげんびょう 膠原病ふれあい教室	膠原病の患者と その家族	11/14(木)	14:00~15:30	市役所別館地下1階 機能回復訓練室	事前に	②
		3/13(木)				
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

“AIDS” GOES ON ~エイズは続いている~

12月1日は世界エイズデーです。エイズは過去の病気と思われがちですが、昨年日本で新たに報告されたHIV感染者は1,002人、新規エイズ患者は447人と10年前のおよそ1.5倍になっています。

HIV感染は性行為によるものが8割以上とされ、感染からエイズ発症までの潜伏期間が7~10年と長く、自覚症状がないため、知らないう

ちに人へ感染させてしまう可能性もあります。

HIV感染を知る方法は、検査(血液検査)だけです。感染の有無を知ることは、あなたとあなたの大切な人を守るための第一歩となります。検査は「無料・匿名」で受けられますので、お気軽にご利用ください。

(夜間即日検査もあり。詳細は20ページ参照)
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 山口 育恵

にぎわいのあるまちを目指して

都市計画を変更します

都市計画区域の「区域マスタープラン」と「市街化区域と市街化調整区域」の変更案について、説明会と公聴会を開催します。

区域マスタープラン（整備、開発及び保全の方針）を変更します

区域マスタープランとは、県内にある30の都市計画区域のそれぞれについて、将来の土地利用のあり方、道路・公園、下水道などの整備方針、自然環境の保全の方針などを定めるものです。

前回の決定からおおむね10年が経過し、人口減少・高齢化が急速に進行するとともに、市町村合併が行われるなど、社会情勢が変化しているため、県が区域マスタープランの変更を行います。

市街化区域と市街化調整区域との区分（区域区分）を変更します

市街化区域とは、住宅・店舗・工場などが立地でき、市街地として整備・開発する区域です。市街化調整区域とは、主に農地や山林などを含む区域で、市街化を抑制する区域です。今回は、その市街化区域と市街化調整区域の区域を変更します。

市街化区域の規模（面積）は、将来の人口や産業規模を見通して、適切に設定します。

説明会

◆長崎都市計画区域
（区域マスタープラン、区域区分の変更）

1	日時 会場	11月19日（火）午後7時～ 市選挙管理委員会（交通会館6階）
2	日時 会場	11月20日（水）午後7時～ 西公民館
3	日時 会場	11月21日（木）午後7時～ 東部地区にここセンター
4	日時 会場	11月25日（月）午後7時～ 南部市民センター
5	日時 会場	11月26日（火）午後7時～ 北公民館

※説明会1～5の内容は、いずれも同じです。
※区域区分の変更に伴う用途地域および防火・準防火地域の変更についても併せて説明を行います。

◆高島都市計画区域
（区域マスタープランの変更）

日時 会場	12月2日（月）午後7時～ 高島行政センター
----------	---------------------------

◆伊王島都市計画区域
（区域マスタープランの変更）

日時 会場	12月3日（火）午後7時～ 伊王島開発総合センター
----------	------------------------------

◆三和都市計画区域
（区域マスタープランの変更）

日時 会場	12月4日（水）午後7時～ 三和行政センター
----------	---------------------------

◆琴海都市計画区域
（区域マスタープランの変更）

日時 会場	12月5日（木）午後7時～ 琴海南部文化センター
----------	-----------------------------

変更素案の閲覧

【日時】12月2日（月）～来年1月9日（木）の午前9時～午後5時

※土・日・祝日、12月28日～来年1月5日を除く

【場所】県都市計画課（江戸町）、長崎振興局都市計画課（大橋町）、市都市計画課、行政センター

公聴会

都市計画の変更案の作成にあたり、みなさんのご意見をお聞きする公聴会を行います。

【日時】来年1月19日（日）午後1時～

【場所】NCC&スタジオ（茂里町3-2）

【申込方法】来年1月9日（木）までに、県都市計画課にある公述申出書を、県都市計画課（〒850-8570 江戸町2-13）へ持参または郵送。Eメール（s08020-1@pref.nagasaki.lg.jp）でも可。公述申出は県都市計画課ホームページからも入手可。 ※公述申出書の提出がなかった場合は、公聴会は開催しません。

【問い合わせ】県都市計画課（☎894-3033）

お問い合わせ
都市計画課
090・1169

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

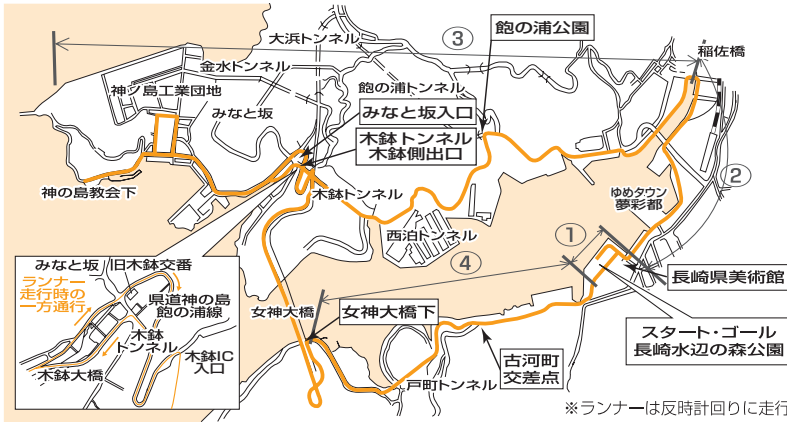
講演・講座

もよおし

お知らせ

募集

交通規制のお知らせ



今年も「長崎ベイサイドマラソン&ウォーク」を開催します。例年、小ヶ倉バイパスなどの南部方面の道路が非常に混雑しますので、当日は、マイカー自粛にご協力をお願いします。また、バス路線や運行時間が変更になる予定です。なお、ランナー走行時は、コースの横断ができません。下表の規制時間は、大会の進行状況で変更になる場合があります。安全確保のため、現場の指示に従ってください。

規制区間	規制内容	規制時間
①長崎水辺の森公園	全面通行止 ※公園内の駐車場は、終日利用できません。	8:50 ~ 11:50
②長崎県美術館 ～ 稲佐橋	長崎税関～出島ワフ裏～ゆめタウン夢彩都 ※長崎県美術館～ゆめタウン夢彩都前は 8:50～9:05 全面通行止	8:50 ~ 9:35
	ゆめタウン夢彩都～稲佐橋…稲佐橋方向 1車線規制	8:50 ~ 9:40
③稲佐橋 ～ 木鉢・神ノ島	稲佐橋～旭町の臨港道路…全面通行止	9:00 ~ 9:55
	旭町～鮑の浦公園前…鮑の浦公園前方向 1車線規制	9:00 ~ 9:40
	鮑の浦公園前～木鉢トンネル木鉢側出口…神ノ島方向通行止	9:05 ~ 10:00
	木鉢トンネル木鉢側出口～神ノ島工業団地入口…上下線各 1車線規制	9:05 ~ 10:40
	神ノ島工業団地入口～神ノ島教会下…全面通行止区間あり	9:15 ~ 10:30
	旧木鉢交番～木鉢IC入口…木鉢IC入口方向通行止	9:30 ~ 10:45
④小ヶ倉交差点 ～ 長崎水辺の森公園	女神大橋下～古河町交差点…約 1,700 人のランナーが古河町方向に走行	9:40 ~ 11:20
	古河町交差点～松が枝橋…松が枝橋方向 1車線規制 ※ランナーとの接触事故防止のため、小ヶ倉バイパスをご利用ください。	9:45 ~ 11:20

11月17日(日)の交通規制

長崎ベイサイドマラソン&ウォーク

●問い合わせ●
 長崎ベイサイドマラソン実行委員会事務局(スポーツ振興課内)
 ☎811-1893

一般					小学生			幼児		コース	対象	曜日	時間	回数	定員	受講料							
E	D	B	C	A	D	C	B	A	B								A						
(内容…水泳) 一般男女					(内容…水中体操) 一般男女			小学生全学年		平成26年度就学 予定の幼児		土	金	火	木	月	日	火	金	月	木	日	
午後5時30分～7時			午後2時～3時30分		午後4時～5時30分	午後2時～3時30分		午後4時30分～6時		午後2時30分～4時													
10回					20回																		
20人(抽選)					30人(抽選)																		
3,200円					2,400円																		

対市民 期1月9日(木)～3月25日(火) 申往復はがきに、下図のように書いて、木鉢プール(〒850-0076 木鉢2-4-06)へ郵送か持参。返信用のあて名もお忘れなく。※はがきは、1人1枚に限る。申(期間)12月9日(月)～15日(日)必着 他受講券引換:12月21日(土)～23日(祝)の午後1時～6時。受講決定の返信はがきに受講料を

- 希望コース
 - 学校名・学年、生年月日
 - 本人の氏名(フリガナ)、性別
 - 住所
 - 電話番号
 - 保護者氏名
 - 緊急時の電話番号
- 往信はがきの裏面

添えて、直接プールへ持参してください。※引き換え後にキャンセルした場合の受講料の払い戻しはできません。期日までに引き換えない場合はキャンセルとみなします。

木鉢プールの冬季水泳教室

上手に泳ごう

●問い合わせ●
 木鉢プール
 ☎865-5524

「さるく」ってな〜に？



「さるく」とは、まちをぶらぶら歩くという意味の長崎弁。さるくことで、まちの歴史や文化を知り、まちを楽しむことができるんだ！年間約8万人が参加する「長崎さるく」は、コースやアイテムを充実させながら、進化しているんだよ！

この時期の注目の「さるく」は？



11月は「さるくフェスタ」を開催中だよ。長崎で活躍する著名人と歩く「あのひとさるこう。」はフェスタ限定の特別コース♪12月には、ゲーム「桃太郎電鉄」を再現した日本初の「リアル桃太郎電鉄ながさき編」が開催されるよ！

どんなコースがあるの？



「遊・通・学・食」の4つのスタイルの中に、たくさんのコースがあるよ。それぞれに、楽しみかたが違うから、いろいろなさるくに参加してみるといいよ！

「さるく」のコースはなんと200以上！自分にあったテーマを選ぶには、公式ガイドブックやパンフレットがおすすめ♪市役所案内所や行政センター、支所などで無料で配布しています。



▼長崎さるくを動画で体験！

アプリを使って上の画像をスマートフォンで撮影すると、紹介動画が始まります。※動画をご覧いただくには無料アプリ「動フォト」のダウンロードが必要です。



公式ガイドブックとパンフレット

知らない長崎新発見！
秋を感じながらのまち歩き



観光施設などで配布している専用のまち歩きマップを片手に、コースを自由に散策♪

【45コース】申込不要



まちを知り尽くしたガイドがご案内！観光や歴史の物語を紐解くまち歩き♪

【29コース】事前申込要



専門家による講座やほかでは体験できない企画を通じて、長崎をより深く探求♪

事前申込要



長崎ならではの食を楽しむ食事会や料理教室など、おいしいメニューがいっぱい♪

事前申込要

●問い合わせ●
長崎国際観光コンベンション協会
さるく受付 ☎811・0369
ホームページ「さるく」で検索！

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



司法書士 安部高樹
長崎県司法書士会所属

<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

おしらせ
0120-96-7421

グラバー園市民無料入場券

この部分を切り取ってお持ちください。

【期間】11月1日(金)～11月30日(土)
 【時間】午前8時～午後6時 ※最終入園は閉園の20分前まで。
 【その他】1枚で1世帯(同時入園のみ)無料。住所がわかるものをご提示ください。コピーは使用不可。
 【問い合わせ】観光推進課(☎829-1314)

ながさきクリスマス

問 観光推進課(☎829-1314)

出島から旧外国人居留地にかけて、光のイルミネーションで彩られます。

【日時】11月30日(土)～12月30日(月)の午後5時～10時
 【場所】出島、長崎県美術館、長崎水辺の森公園、大浦天主堂、グラバー園
 【料金】無料

長崎の夜、感激(観劇)の出島

問 出島復元整備室(☎829-1194)

金 出島発、西洋音楽

オペレッタ(オーケストラ付きの歌劇)発祥の地、出島。これにちなみ、西洋音楽のコンサートを開催。

【公演日・出演】※いずれも金曜日
 11月29日…田中絵里(メゾソプラノ)
 12月6日…柴田健一アンサンブル(ジャズ)
 12月13日…キララ★21(オペラ)
 12月20日…瀧口知紗子(サクソ)

【時間】午後7時30分～、8時～ ※20分
 【場所】出島新石倉
 【料金】無料 ※午後5時40分～出島入場も無料

土 文政3年、オランダ芝居

江戸時代に出島で上演された演劇の紹介や、出島で起こったエピソードを現代風の演劇で紹介。

【公演日】11月30日、12月7・14・21日 ※土曜日
 【時間】午後7時30分～8時30分
 【場所】出島新石倉
 【出演】劇団 F's Company
 【料金】無料 ※午後5時40分～出島入場も無料

内外クラブ クリスマスディナー

問 出島内外倶楽部レストラン(☎090-4481-8522)

【期間】11月29日(金)～12月21日(土)の金・土曜日
 【時間】午後6時～9時 ※午後5時40分以降に入場
 【場所】出島内 旧長崎内外倶楽部 1階レストラン

11月29日(金) 出島のライトアップがリニューアル!

【時間】午後6時30分～10時 ※出島入場は、午後6時(閉館時間)～9時は無料。

「通さるく」市民無料参加券

この部分を切り取ってお持ちください。

【期間】11月1日(金)～12月28日(土)
 【その他】1枚で1世帯無料。参加料500円の通さるく限定。パンフレットやホームページ「長崎さるく」で実施日を確認し、事前予約をしてください。当日でも空きがあれば参加できますが、月～木曜日(祝日を除く)は、前日までに予約がない場合は催行しません。
 【問い合わせ】長崎国際観光コンベンション協会 さるく受付(☎811-0369)



市民無料参加券で

通さるくを体験してみよう!

数あるコースの中から、おすすめのコースをご紹介します。コースによっては無料券が使用できない場合がありますので、ホームページで確認するか、お問い合わせください。

期間限定

イルミネーションさるく

まちをイルミネーションで彩る「長崎クリスマス」にあわせて開催。普段とは違う、幻想的な光に包まれた長崎のまちを堪能できます。



【期間】12月1日(日)～23日(祝)の金・土・日・祝日
 【時間】午後5時30分～7時30分
 【場所】(集合)出島ヘトル部屋

注目

眼鏡橋から中通りへ ～長崎レトロのふれあい歩き～

長崎で一番の歴史を誇る中通り商店街には、長崎ならではの菓子屋さんや珍しい専門店も♪試食をしながら、ふれあい歩きを楽しめます。



【期間】12月28日(土)までの水・土曜日
 【時間】午後1時～3時
 【場所】(集合)出島ヘトル部屋



忘年会

各種宴会 ご予約承り中

卓袱料理 お一人様 7,000円(税込)
 ぶく会席料理 お一人様 8,000円(税込)
 【平日限定企画】月～木※金と休前日を除く
 ながさきしゃぶ鍋 お一人様 5,000円(税込)
 ※ご予約は4名様より承っております。
 ■飲み放題コースは+2,000円(税込)で承ります。
 ※ご予約2時間-10名様より承ります。

おかげさまで創業百二十年
 新書 坂本屋
 長崎市金屋町2-13 市立図書館そば
 お問い合わせは
 ☎0120-26-8210
 長崎坂本屋 検索



東坡煮(5個×2箱) 個煮(2袋) 5,250円
 東坡煮(5個×2箱) 4,200円
 東坡煮(5個×1箱) 個煮(2袋) 3,150円
 賞味期限 冷蔵保存2ヶ月

お歳暮にどうぞ
 東坡煮

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

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

福祉



福祉

障害福祉センターからのお知らせ
障害福祉センター ☎842・2525

◆ハートセンター文化祭

(日)午前9時30分〜午後3時30分 **所**もりまちハートセンター **内**手芸などの作品展示、大正琴やダンスなどのステージ発表。シンガーソングライター松原広実さんのライブも開催。



◆クリスマス菓子づくり講座

対障害があるかた **日**12月10日(火)午後1時〜3時30分 **所**もりまちハートセンター **定**16人 **費**400円(材料代) **申**11月22日(金)までに電話かファクス(☎842・2568)で。窓口でも可。

◆植物を楽しもう講座

対障害があるかた **日**12月19日(木)、1月16日(木)、2月13日(木)の午後1時30分〜3時30分 **※**全3回 **所**もりまちハートセンター **内**フラワーアレンジメントとコケ玉づくり **定**20人 **費**1回1500円(材料代) **申**11月22日(金)までに電話かファクス(☎842・2568)で。窓口でも可。

◆ハートセンター巡回相談

対障害があるかた、見えにくい、聞こえにくいかたと家族など **日**12月4日(水)午前11時〜午後3時 **所**香焼行政センター **費**無料 **申**直接会場へ。他障害福祉センターでも、

月〜金曜日(祝・休日を除く)の午前9時〜午後5時に相談可。

講演・講座



講演・講座
子育てを援助しませんか
子育て支援課 ☎829・1270

子育ての援助を受けたかたと援助したいかた(まかせて会員)が、一時的に子育てを助ける「ファミリー・サポート・センター」が「まかせて会員」の養成研修を受講しませんか。受講無料。期11月25日(月)〜28日(木) 時午前10時〜午後4時 ※27日(水)・28日(木)は正午まで。 **所**市保育会(諏訪町) **内**子どもの世話や遊び方、体の発達などを学びます。 **申**・問11月15日(金)までに市保育会(☎829・7714)か市社会福祉協議会(☎829・6244)へ電話でお申し込みを。



講演・講座
「生活設計と生命保険」講座
消費者センター ☎829・1500

生命保険の基礎知識を学び、生活設計や老後の生活費、経済的なリスクへの備え方を考えます。参加無料。 **日**12月14日(土)午後2時〜4時 **所**メルカつきまち5階 **講**生命保険文化センター 鍵山文彦氏 **定**50人(抽選) **申**12月6日(金)までに電話でお申し込みください。

講演・講座
アマランスDV防止講演会
男女共同参画推進センター ☎826・0018

日12月11日(水)午後2時〜4時 **所**北公民館 **テ**「あなたの子どもは大丈夫? 男女交際の落とし穴」知っておきたいデートDVの実態と対処法 **定**50人 **講**NPPO法人DV防止ながさき副理事長 栗山洋子氏 **費**無料 **申**12月6日(金)までに、電話か窓口、ホームページ「アマランス」からお申し込みを。*時保育は12月4日(水)までにお申し出ください。

講演・講座
上級救命講習
消防局警防課 ☎822・0448

日12月7日(土)午前9時〜午後6時 **所**北消防署 **内**成人・小児・乳児の心肺蘇生法(AEDの使用含む)講義、実技 **定**30人 **費**無料 **申**11月29日(金)までに電話でお申し込みを。



講演・講座
パソコン体験「年賀状作成講座」
男女共同参画推進センター ☎826・0018

ワードを使って、写真や絵の入った年賀状を作ります。受講無料。 **対**簡単な文字入力やマウス操作ができ、昨年、同講座を受講していない市民 **日**12月1日(日) ①午前11時〜午後1時 ②午後2時〜4時 **所**市立図書館 **定**各20人(抽選) **申**往復はがきに、住所・氏名(返信用にも記入)、年齢、電話番号(昼間の連絡先)、希望の時間、一時保育の有無を書いて、男女共同

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/>



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

「ご意見」
プレゼント

対小学生と保護者 日12月21日(土)①午前10時〜正午 ②午後1時30分〜3時30分
 所南公民館 定各10組(抽選) 費1組

講演・講座
親子料理教室〜クリスマスケーキ〜
 南公民館 ☎825・0295

日12月4日(水)午前10時〜午後0時30分
 所滑石公民館 定20人(抽選) 費300円
 持エプロン、三角きん、手ふき、食器用ふきん、申往復はがきに、住所・氏名(返信用にも記入)、年齢、性別、電話番号を書いて、滑石公民館「魚のおろし方教室」係
 (〒852-1806) 滑石2丁目1-8)へ。
 申(期限)11月25日(月)必着

講演・講座
魚のおろし方教室
 滑石公民館 ☎856・3751

日12月12日(木)午前10時〜午後0時30分
 所西公民館 定20人(抽選) 費200円
 持エプロン、三角きん、手ふき、申往復はがきに、住所・氏名(返信用にも記入)、年齢、性別、電話番号を書いて、西公民館「さかな調理教室」係(〒852-1800) 丸尾町5-5)へ。
 申(期限)11月30日(土)必着



講演・講座
さかな調理教室
 西公民館 ☎861・5919

参画推進センター「年賀状作成」係(〒850-0874 魚の町5-1)へ。※はがきは1人に1枚。申(期限)11月24日(日)必着

生活情報

健康

子育て

福祉

日12月17日(火)午前10時30分〜午後2時
 所メルカつきまち 4階 定24人(抽選)

講演・講座
冬の食材と伝統野菜を使った料理教室
 ながさきの食推進室 ☎820・6568

日11月14日(木)午前10時30分〜午後1時30分
 所メルカつきまち 4階 内ながさき味わいの匠に認定されている「興善塾 長崎伝統料理伝習所」の皆さんと一緒に、芋ご飯や雲片、すまし汁、すり身入り昆布巻きを作ります。
 定40人(抽選) 費500円 申住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、JA長崎せいひ長崎中央支店へ電話(☎828・0111)かファクス(FAX 823・3868)でお申し込みを。申(期限)11月11日(月) 問JA長崎せいひ長崎中央支店



講演・講座
長崎の家庭料理教室
 ながさきの食推進室 ☎820・6568

日11月30日(土)消印有効
 公民館「親子料理教室」係(〒850-0936 浪の平町7-19)へ。申(期限)



700円 持エプロン、三角きん、手ふき、食器用ふきん、18cmサイズのケーキを入れる箱 申往復はがきに、住所・氏名(返信用にも記入)、年齢、電話番号、希望時間を書いて、南公民館「親子料理教室」係(〒850-0936 浪の平町7-19)へ。申(期限)

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

日11月23日(祝)午後2時30分〜4時30分
 所桜馬場地区ふれあいセンター 内生ごみ堆肥化容器を使って生ごみを処理し、その後、畑やプランターに利用する方法を学びます。費無料 申11月20日(水)までに電話でお申し込みください。

講演・講座
生ごみ堆肥化講習会
 廃棄物対策課 ☎829・1159

日11月21日(木)午後2時〜5時
 所北公民館 定100人 申住所、氏名、年齢、電話番号を書いてファクス(FAX 829・1187)でお申し込みを。申(期限)11月14日(木)

講演・講座
マンション管理基礎セミナー
 住宅課 ☎829・1189

日11月12日(火)午後6時30分〜7時30分
 テ韓国ドラマのリアル度判定 所長崎ブリックホール 申事前に地球市民ひろばへ電話(☎842・3783)かファクス(FAX 842・3786)で。当日参加も可

講演・講座
国際理解講座
 国際課 ☎829・1113

費1000円 申はがきに住所、氏名、性別、生年月日、電話番号を書いて、西部カスヒナタメルカプラザ(〒850-0877 築町3-18)へ、ファクス(FAX 827・8551)でも可。申(期限)12月3日(火) 問西部カスヒナタメルカプラザ(☎827・8501)

楽しく・ほがらかに・ゆったりと大切な時間をいきいきと過ごしてみませんか。体験利用受付中!



みずほ

充実した入浴施設
 要介護者の入浴も専門スタッフにお任せ下さい。

機能訓練運動
 無理なく、機能訓練指導員を中心とした運動を行います。

手芸 歌 絵画 学習 etc.
 ご趣味に合わせた個別の活動も内容充実

●ご見学は随時受付けております。社会福祉法人 実寿穂会 デイサービスセンター **みずほ** 万合せお申込み ☎(095)855-1411 〒852-8052 長崎市岩屋町45番1号

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

講演講座

もよおし

おしらせ

募集

講演・講座 市史講座

市史編さん室 ☎846・7410

日12月8日(日)午後2時〜3時30分
所市立図書館 **テ**長崎市再生への道〜世界経済の中で都市力の向上を考える〜
講ながさき地域政策研究所理事長 脇田安大氏 定100人 **費**無料 **申**住所、氏名、電話番号、参加人数を書いてファクス(FAX 846・7413)か、あじさいコール(☎822・8888)へ電話でお申し込みください。 **申**(期限)12月6日(金)

講演・講座

お正月飾りの作り方講座

植木センター ☎837・8182

お正月に向けて門松や鉢作りに挑戦してみませんか。自分の作品は持ち帰られます。 **対**20歳以上の市民 **日**12月15日(日)午前9時〜正午
所植木センター(松原町) **内**・ **費**①ミニ門松作り…1500円

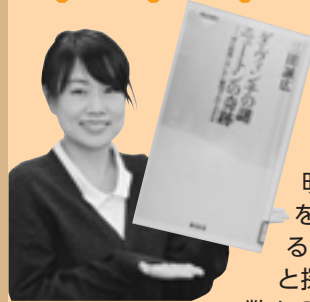


②松竹梅の鉢植え…3500円 **定**40人(抽選) **申**往復はがきに、住所・氏名(返信用にも記入)、年齢、電話番号、希望コースを書いて、長崎市植木センター(〒851-0131 松原町2624-1)へ。窓口でも可(返信用はがきを持参)。 **申**(期限)11月29日(金) 必着

図書館通信

見てみんな!

今月のおすすめ本



『ダ・ヴィンチの謎 ニュートンの奇跡』
三田誠広 著・祥伝社

世界は神が創り出したと信じられていた時代に、神が創り出した世界の原理の解明に挑んだ“ダ・ヴィンチ”や“ニュートン”をはじめとする天才たち。彼らは神を信じるからこそ、その神の世界を解き明かそうと探求し、地動説や万有引力の法則など、数々の歴史的発見をする。しかし、彼らの探求心の前に立ちはだかるいくつもの試練。その試練を乗り越える果敢で美しく偉大な科学者たちの人間ドラマを芥川賞作家が洗練された文章で描いています。キリスト教と科学に対する理解を一気に深められる一冊です。

図書館をぶらぶら散策するだけでも楽しいですよ。きっとあなたの好きな本が見つかります。ぜひ遊びにきてください。(司書:西谷 恵夢)

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

いろいろな国のことばのおはなし会(英語・中国語・韓国語) **日**11月16日(土)午後1時〜1時40分 **所**新興善メモリアル **申**直接会場へ。

リサイクル市 図書館で利用された後の本などをお譲りします。 **日**11月24日(日)午前10時〜午後4時 ※本がなくなり次第終了。 **所**多目的ホール **他**午前10時より、南口で入場整理券を配布。

健康講座「知っておきたい心臓病のはなし」 **日**12月1日(日)午後2時〜4時 **所**多目的ホール **定**100人 **申**カウンター、電話、ファクス、はがきで。

※その他、赤ちゃん向け・小さい子向け・大きい子向けのおはなし会もあります。詳しくはお尋ねを。

講演・講座

秋のフロマツの手入れ教室

植木センター ☎837・8182

対20歳以上の市民で体力に自信のあるかた ※脚立や木に登ります。 **日**11月24日(日)午前9時〜正午 **所**植木センター **ほ**か **定**30人(抽選) **費**無料 **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

「フロマツ」係(〒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)11月16日(土) 必着

もよおし

もよおし

スペースシアター工事現場見学会
市科学館 ☎842・0505

新しくなったプラネタリウムスクリーンを見学できます。スクリーンの張り付け体験もできます。 **期**12月1日(日) **時**①午前11時〜②午後1時30分〜③午後3時〜各40分程度 **所**市科学館 **定**各30人(抽選) 小学生以下は保護者同伴。 **申**往



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うことを目指しています。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

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
科学館収蔵庫展	～12/8(日)9:30～17:00。無料
チャレンジサイエンス	「指のレプリカを作ろう」12/7(土)・8(日) 幼児～中学生 各40人。無料。小学2年生以下は保護者同伴。
	「食品トレイでスタンプを作ろう」12/14(土)・15(日) 幼児～中学生 各40人。無料。小学2年生以下は保護者同伴。
	①10:50～
	②12:50～
科学教室	「オリジナルキャンドル作り」11/17(日)、12/22(日) 10:00～12:00。小学生以上各24人。200円。
	「マイマドラーを作ろう」12/15(日) 10:00～12:00。高校生以上10人。300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)	「新作実験 マグマグ」11/24(日) 10:30～12:00。親子15組。無料。
	「発電実験 デンデン」12/8(日) 10:30～12:00。親子15組。無料。
夜間天体観望会 天候不良時中止。当日16:00に決定。	「ふたご座流星群特別観望会」12/14(土) 18:00～24:00。無料。
	11/16(土)・23(祝)・30(土)、12/7(土) 18:00～20:00。無料
【休館日】	11/5(火)・6(水)・11(月)・12(火)・18(月)・19(火)・25(月)・26(火)、12/2(月)・3(火)・9(月)・10(火)

復はがきに、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、参加希望時間を書いて、市科学館(〒852-8035 油木町7-2)へ。申(期限)11月17日(日)必着

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

いずれも、所(集合)JR長崎駅かもめ広場 定各45人 申電話かホームページ「浪漫ながさき旅情報」でお申し込みください。

◆本場ふく福下関と紅葉の城下町「長府」
 散策 期11月22日(金)・30日(土)、12月8日(日) 時午前7時30分～午後7時 費大人6800円、小学生以下5300円 ※昼食なしは3000円(小学生以下は2000円)引き

◆龍馬と晋作の足跡を訪ねて 維新と海峡の町下関 期11月23日(祝)・28日(木)、12月1日(日)・7日(土) 時午前7時30分～午後7時30分 費大人5300円、小学生以下4500円

小学生以下4500円

◆紅葉ハイキング 轟溪谷の奥座敷と幻の高来しんそばを味わう 期11月16日(土)・17日(日)・21日(木)・23日(祝)・24日(日) 時午前8時30分～午後5時 費大人4300円、小学生以下3300円

もよおし
長崎ぐるぐる
 長崎国際観光コンベンション協会 ☎81-0369

いずれも、申電話かホームページ「長崎ぐるぐる」でお申し込みを。申(期限)開催日の3営業日前の午後5時

◆中央卸売市場さるく 期11月21日(木)、12月6日(金) 時午前6時30分～10時 所(集合)中央卸売市場管理棟(田中町) 内実際のセリを見学します。定15人 費1000円 ※朝食付。1000円追加で模擬セリにも参加できます。

◆興福寺で味わう普茶料理の夕べ 日11月23日(祝) 午後6時～9時 内中国式精進料理を味わいます。所興福寺(寺町)

進料理を味わいます。所興福寺(寺町) 定50人 費6000円

◆長崎の香りを作ろう 日12月7日(土) 午後1時～3時 所東山手甲十三番館(東山手町) 内アロマ化粧水を作ります。定20人 費大人1500円

◆岩崎彌太郎の功績を辿る 日12月10日(火) 午前9時～午後0時30分 内三菱重工長崎造船所史料館や香焼工場を見学します。定45人 費2000円 他申し込みは電話のみ

もよおし
日吉青年の家のイベント
 日吉青年の家 ☎824-5017

いずれも、対小・中学生を含む親子 所日吉青年の家 定10家族 費小学生以上2000円、幼児1000円(食費・材料費・保険料込み) 申11月22日(金)までに電話でお申し込みください。

◆親子ふれあいのつどい「リース&ピザ編」 日12月7日(土) 午後1時30分～8日(日) 正午※1泊2日 内リース作り、ピザ作り、夕食クッキングなど

◆親子ふれあいのつどい「門松・もち編」 日12月21日(土) 午後1時30分～22日(日) 正午※1泊2日 内ミニ門松作り・夕食クッキング・もちつきなど

もよおし
中央公民館まつり&中央青年の家文化祭
 生涯学習課 ☎829-2044

作品展示や演技などを披露します。バザーもあり。入場無料。日12月6日(金)～8日(日)の午前10時～午後4時 ※舞台とバザーは8日(日)の正午～午後4時 所市民会館



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

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)

体験入居受付中!!

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

もよおし
市民参加舞台プレ公演
長崎なう〜私たちの街から〜
文化振興課 ☎ 842-3782

日時	場所
11/9(土) 19:00~19:45	長崎ブリックホール リハーサル室
11/10(日) 14:00~14:30	香焼公民館 会議室
11/16(土) 17:00~17:30	東公民館 多目的ホール
11/17(日) 16:30~17:00	琴海文化センター 会議室

もよおし
人権ポスター展
生涯学習課 ☎ 829-2044

12月4日(水)〜13日(金)の午前9時〜午後9時 ※最終日は午後5時まで
市民会館

もよおし
企画展 対馬藩と朝鮮通信使
〜12万点の宗家文書が語る歴史の真実〜
長崎歴史文化博物館 ☎ 818-8366

12月15日(日)まで 時午前8時30分〜午後7時 ※最終入館午後6時30分
所長 崎歴史文化博物館 費一般900円(前売り700円)、高校生以下無料

もよおし
琴海ふるさとまつり
琴海行政センター ☎ 885-2111

楽しいイベントや農水産物の直売コーナー、出店などがあります。日11月9日(土)午前11時15分〜午後4時30分、10日

(日)午前9時30分〜午後4時15分 所 琴海南部運動公園ほか 間 琴海地区まつり実行委員会(琴海商工会内) ☎ 885-2123

もよおし
世界平和祈念ポスター・標語展
被爆継承課 ☎ 844-3913

所・日原爆資料館:11月22日(金)〜12月15日(日)の午前8時30分〜午後5時30分 ※入館は午後5時まで/浜屋百貨店 ステップギャラリー:12月18日(水)〜24日(火)の午前10時〜午後7時30分 ※金・土曜日は、午後8時まで、最終日は午後4時まで 費無料

もよおし
ラウンジコンサート
文化振興課 ☎ 842-3782

市民ミュージシャンがステキな演奏を披露します。入場無料。直接会場へ。日11月19日(火)午後7時〜 所長崎ブリックホール ラウンジ 内(出演)EKADA JAPAN(ポップス)、山里「ノスペルクラブ」(ノスペル)、ウインドサクソフアンサンブル(サクソフォン四重奏)、万華鏡(アンサンブル)、龍崎鬼一朗(ギター)

もよおし
長崎市民美術展
文化振興課 ☎ 842-3782

期・内「前期」11月21日(木)〜29日(金)日 本画・洋画・水墨画・デザイン・クリエイティブ・ジュニア絵画/「後期」12月1日(日)〜8日(日)「南画・書・写真・工芸・ジュニア書写」※11月25日(月)は休館 時 午前10時〜午後6時 ※前・後期とも最終日は午後5時まで 所長崎県美術館 費

300円 ※前・後期共通(70歳以上100円・高校生以下・身体障害者手帳をお持ちのかたは無料)

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

いずれも、費(入館料)大人:500円、中学生以下:300円が必要。
◆絵画コンテスト作品展 期11月9日(土)〜12月8日(日)
◆キングペンギンのパレード 期11月16日(土)〜来年5月上旬の土・日・祝日 時午後1時30分〜2時

もよおし
海外文化大学
海外教育センター ☎ 0959-24-0211

映画「池島譚歌」を監督・荻野欣士郎氏と一緒に観覧。「映画と地域づくり」がテーマの講演も実施。参加無料。直接会場へ。日12月1日(日)午後2時〜5時 所 海外ふるさと交流センター

もよおし
新鮮な野菜や特産品はいかが
水産振興課 ☎ 820-6563

農水産物や特産品を軽トラックで販売する「ながさき軽トラマルシェ」。品物が無くなり次第終了します。日11月24日(日)午前9時〜午後3時 所 JR長崎駅かもめ広場 間 JR九州エージェンシー ☎ 826-3781



【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 確かな技術と経験のスタッフが勢揃い！待たずにOK！

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 カットトリートメント付 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!!

「ミルボン・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 (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 (営業時間) 8:30~19:00

長崎住吉店/長崎市住吉町4-1 (営業時間) 8:30~19:00

095-826-6825

095-824-8841

095-849-6663

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12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

「ご意見」
 プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

★ダンカーズ・フェスタ★

飛び出せ!! 団塊シニア世代

リタイア後のセカンドデビューをみんな
 で熱く語り合ひましょう。進行役はNBC
 ラジオでおなじみの平松誠四郎さん。市
 民活動やボランティアの情報コーナーも
 あります。参加無料。直接会場へ。対
 これから定年を迎える世代や団塊シニア世
 代のかた 日 11月30日(土)午後1
 時~4時30分 所 長崎崎松が枝国際
 ターミナル 問 市民協働推進室(☎
 829-1125)

もよおし
英語であそぼ
 学校教育課☎829・1195
 大人気!「あじさいENGLISH DAY」
 「JUNIOR 出島」のクリスマスバージョン。
 外国人とクリスマスケーキを食べたり、
 ゲームをしたりします。参加無料。対市内
 の小・中学生 日 12月21日(土)午後1
 時30分~4時 所 出島 定 60人(抽選)
 申 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、
 学校名・学年、保護者氏名、電話番号を書
 いて、長崎市学校教育課「ENGLISH

もよおし
山口修&純子
ギターと歌の午後のひととき
 西公民館☎861・5919
 日 12月18日(水)午後2時~3時30分 所
 西公民館 定 100人(抽選) 申 往復は
 がきに、住所・氏名(返信用にも記入)、
 年齢、性別、電話番号を書いて、西公民館
 「ギター」係(〒852-18004 丸尾町
 5-5)へ。申(期限)11月30日(土)必着

もよおし
長崎伝習所「自分新化講座」
 市民協働推進室☎829・1125
 前東大総長が語
 る長崎ではめつ
 たに聞くことが
 できないトップ
 クラスの講演会。
 聞けばあなたの
 何かが変わる!
 日 11月20日(水)午後7
 時~9時 所 長崎ブリックホール 国際会
 議場 テ 日本「再創造」講 小宮山宏氏(株
 三菱総合研究所理事長) 費 当日券一般
 1000円、学生500円



小宮山宏氏

もよおし
市民の森のイベント
 森林体験館☎825・6705
 いずれも、所(集合)森林体験館 申はが
 きに参加者全員の住所、氏名、年齢、電話
 番号、希望の催しを書いて森林体験館
 (〒851-10241 茂木町1010-1)
 へ。電話かファクス(FAX 825・6707)
 でも可。他長ズボン・帽子・運動靴・軍
 手で参加。飲みものを持参。

もよおし
長崎市小学校音楽会
 学校教育課☎829・1195
 合唱や合奏など、音楽の学習の成果を発
 表。入場無料。直接会場へ。期 11月12日
 (火)~14日(木) 時 午前の部:午前9時
 45分~11時45分、午後の部:午後1時~3
 時 所 長崎ブリックホール

もよおし
竹林整備ボランティア 対高校生以上
 日 11月17日(日)午前9時50分~午後3時
 内 おいしいタケノコができるように、古
 い竹を切って竹林を整備します。お昼は市
 民の森自慢の田舎料理をいただきます。
 費 無料 申(期限)11月10日(日)
 ◆木の実や落ち葉であそぼう 対幼児
 小学3年生と保護者 日 12月1日(日)
 午前10時~午後1時 内 森で遊んだ後に
 スープを作って食べます。定 30人 費 1
 人100円 申(期限)11月16日(土) 持
 おにぎり、マイはし、マイおわん
 ◆森林ハイキングとミニリースづくり 日
 12月8日(日)午前9時50分~午後3時
 定 20組(抽選) 費 1人100円 申(期限)
 11月16日(土) 持 昼食、剪定ばさみ、袋

もよおし
やきいも体験
 この里管理センター☎841・1911
 日 11月17日(日)
 午前10時~正午
 所 あぐりの丘(畑
 のエリア集合)
 定 20組 費 1組
 300円 申 11月
 15日(金)までに
 電話でお申し込み
 ください。

もよおし
植木の里ふれあいまつり 秋
 植木センター☎837・8182
 日 11月23日(祝)・24日(日)の午前9時
 ~午後4時 所 植木センター(松原町)
 内 植木・盆栽・鉢物などのミニ植木市、紅
 葉した植木の里散策など。



受講生募集

平成26年2月より隔月開講

2月の定員は残りわずか!

介護福祉士 実務者研修 通信コース

定員:20名 (先着順)

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

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 救護会 介護のサンハイツ ☎095-843-3812 (お問い合わせ) 担当/山田 介護のサンハイツ 検索

もよおし
戸石とらふぐかき祭り
水産振興課 ☎820・6563

いずれも、問たちな漁業協同組合(☎830・2236)

◆オープニングイベント 日11月30日(土) 午前8時〜11時 所戸石フレッシュユ朝市(戸石漁港内) 内農水産物の販売、とらふぐ加工品販売、カキ焼きコーナー 他先着100人とれたてのカキをプレゼント。イベント開催日から3月末までの毎週土・日・祝日にカキ焼きを営業。
◆とらふぐ・かき料理フェア 期11月30日(土)〜12月23日(祝) 所東長崎地区の料理店(和泉苑・わかすぎ・市むら・川徳・肥前屋・利・西欧亭)

もよおし
「戸石かき焼き」と水産センター・農業センター・ペンギン水族館体験ツアー
水産センター ☎8330・1131

対車に参加できるかた 日12月8日(日) 午前10時〜午後3時 ※小雨決行(荒天中止) 所(集合)水産センター(牧島町) 内マガキ収穫体験↓イモ掘り体験↓かき焼きバーベキュー↓ペンギンタッチング&ペンギン水族館バックヤードツアー 定50人(抽選) 費大人2000円、小人(3歳〜中学生)1500円 ※かき焼きバーベキュー、ペンギン水族館の入館料・駐車料金を含む 申はがきに参加者全員の住所・氏名・年齢(学年)・電話番号を書いて、長崎市水産センター(☎85110114 牧島町1619)へ。ファクス(FAX830・1132)でも可。申(期限)11月27日(水) 必着 他収穫したマガキ、サツマイモは持

ち帰りができます。

もよおし
あなたのワカメを育てませんか
水産振興課 ☎820・6563

10kg以上のワカメを収穫できます。 内・期【種付け】:①11月30日(土)②12月1日(日) ※どちらか1日 / 【間引き】:2月上旬 / 【収穫】2月下旬 所三重漁港 定100組 費2000円 申はがきに、住所、全員の氏名、年齢、電話番号、種付けの希望日を書いて、長崎漁港がんばらんど事務局「わかめオーナー」係(☎85112211 京泊3丁目1929120)へ。ファクス(FAX850・8611)でも可。申(期限)11月15日(金)必着 問同事務局(☎850・5500)

もよおし
日本庭園を楽しみませんか
文化財課 ☎829・1193

紅葉が美しく色づく「心田庵」の日本庭園と茶室を一般公開します。 期11月15日(金)〜12月5日(木) 時午前9時〜午後5時 所心田庵(片淵2丁目) 費15歳以上3000円 ※中・高生を除く 他期間中、抹茶サービス(30人限定、有料)があります。また、11月20日(水)・27日(水)の午前11時と午後1時から学芸員による心田庵の歴史の解説を実施。
◆夜の心田庵でお茶と食事 日11月18日



昨年の様子

(月)・25日(月)・27日(水)の午後5時〜 費6000円 定20人 申長崎国際観光コンベンション協会(☎811・0369)

もよおし
亀山社中記念館企画展
観光推進課 ☎829・1314

海援隊やいろは丸事件をテーマにした企画展を開催。期間中は、ふだん入ることができない中二階に入ることができます。 期11月1日(金)〜2月14日(金) 時午前9時〜午後5時 ※最終入館午後4時45分 所亀山社中記念館(伊良林2丁目) 費一般3000円、高校生2000円、小学生以下1500円

もよおし
高島アーティスト・イン・レジデンス
高島で触れるアートの風
高島行政センター ☎896・3110

アーティストたちが高島を感じ、絵画や音楽などで新たな芸術やパフォーマンスを生み出します。 期11月16日(土)・17日(日) 時正午〜午後6時 ※パフォーマンスは午後3時から 所高島 問高島の文化・芸術活動推進事業実行委員会 島川氏(☎090・8451・6465)

おしらせ

おしらせ
年金受給者の「扶養親族等申告書」の提出
市民課国民年金係 ☎829・1137

老齢年金には、所得税がかかります。課税対象となるかたは「扶養親族等申告書」を



KANDOU NIPPON with ヴァーヴ・クリコ ハーフボトル

参の重 2 式の重

おせち

感動に満ちあふれる新年のはじまり、おせちと共に、幸せな一年を願う。

ご予約承り中

全国送料無料 25,000円 4人前 (送料・税込)

●商品サイズ:縦22×横22×高さ17cm 三段
●特定原材料:えび、卵、乳、小麦、ナッツ類全般
●消費期限:お渡しの日まで

※お支払い方法、受取方法等についてはお気軽に下記までお問い合わせください。

お申込みは、お電話・FAX・店頭にてご予約承ります

◎ご予約締切日:2013年12月25日(水)17時まで
◎商品お届け日:2013年12月31日(火)クール宅急便でお届けいたします

ベストウェスタンプレミアホテル長崎 ☎095-820-1802 年中無休(受付時間:10:00~19:00)

〒850-0045 長崎県長崎市宝町2-26 ベストウェスタンプレミアホテル長崎内
ONE SIX ONE ベストウェスタンプレミアホテル長崎 ウェディング&バンケットギャラリー www.positive.co.jp/pdp/osetchi/

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

講演・講座

もよおし

お知らせ

募集

長崎ランタンフェスティバル 参加者募集

申し込み・問い合わせ=観光推進課
 〒850-8685 桜町 2-22
 ☎829-1314 ファクス 829-1232



市民ステージ

ダンスや音楽、演劇などジャンルは問いません。誰でも無料で参加できます。

日 2月3日(月)・5日(水)・6日(木)・13日(木)の午後6時20分～ ※1日20分程度の1ステージ。
 所 中央公園 特設ステージ テ 中国(ジャンル不問) 申 団体名、代表者の氏名・電話番号、演目の詳しい内容を書いて、はがきかファクスで長崎市観光推進課「市民ステージ」係へ。 申(期限)11月29日(金)必着

皇帝パレード 媽祖行列

中国の伝統的な民族衣装を身に付けて、浜市アーケードなどをパレードしませんか。高校生以上なら誰でも参加できます。

日 皇帝パレード…2月1日(土)・8日(土)の午後2時～4時30分/媽祖行列…2月2日(日)・9日(日)の午後2時～5時20分 ※集合時間・場所は後日連絡します。時間は、天候などにより変更することがあります。申 往復はがきに、希望日、住所・氏名(返信用にも記入)、性別、年齢、電話番号、身長、洋服のサイズ(S・M・L・LLなど)、靴のサイズを書いて、長崎市観光推進課「皇帝パレード」か「媽祖行列」係へお送りください。※はがき1枚につき1人まで。申し込み多数の場合は抽選。 申(期限)11月29日(金)必着

お知らせ 生ごみ処理機の購入費の補助

廃棄物対策課 ☎829・1159

提出する必要があります。申告書(はがき)は、対象となるかたへ11月上旬に日本年金機構から送付されます。提出期限までに忘れずに提出してください。 問 ねんきんダイヤル ☎0570・051195

必ず購入前に申し込み、購入承認通知書が届いてから指定販売店で購入を。 対 市民 ※過去3年間(平成22年度以降)に同補助制度を利用して処理機を購入したかたが同世帯内にいる場合を除く。ただし、生ごみ堆肥化容器1基のみの助成を受けていた場合は、1基追加助成可。 内 生ごみ堆肥化容器150基・電動式生ごみ処理機30基(抽選) ※1世帯につき、生ごみ堆肥化容器2基までか、電動式生ごみ処理機1基の応募可。 内(補助額)購入費の半

お知らせ 11月15日から来年3月15日まで 狩猟が解禁になります

農業振興課 ☎841・0477

期間中は次の点にご注意を。①山歩きや遠足などは周りに注意する ②単独行動や登山歩道から外れたり、やぶに入らない ③山野や畑では、自立つ服を着たり、ラジオ

額(100円未満切り捨て。上限2万円) 申 はがきに住所、氏名、電話番号、希望する処理機(堆肥化容器か電動式処理機)、希望基数を書いて、長崎市廃棄物対策課(〒850-8685 桜町2-22)へ。 ※ 申し込みは1世帯につき1枚限り。 申(期限)11月30日(土)消印有効 他 希望した処理機と違うものを購入した場合補助不可。購入承認通知書が届くまで、申込期間終了後2～3週間ほどかかります。購入方法などは承認通知書に同封します。

お知らせ 市環境白書、市地球温暖化対策 実行計画年次報告書を公表

環境保全課 ☎829・1156

ホームページ「長崎市の環境」が環境保全課、行政センター、支所で閲覧できます。また、意見などを11月29日(金)まで募集します。詳しくはお尋ねください。

を流したりして、自分の存在を周囲に知らせる ④狩猟に伴う危険行為や事故を見聞きた時は、最寄りの警察署に通報する ※詳しくはお尋ねください。

お知らせ 市税などの納付相談(休日・夜間受付)

収納課 ☎829・1130

日 11月18日(月)～22日(金)の午前8時45分～午後8時、11月23日(祝)・24日(日)午前8時45分～午後5時30分 所 収納課(市役所本館2階)

平成25年度 教育訓練給付制度厚生労働大臣指定講座

介護職員初任者研修(通信制) 受講生募集!

講座日程 平成26年 2月1日～3月31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。

研修会場 介護老人福祉施設・プライエム横尾 研修室 長崎市横尾3丁目26番1号

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)

【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



お知らせ
長崎市場ブランド「長崎甘姫みかん」
 中央卸売市場 ☎ 8399・6111

小粒のため市場に出回ることが少ない小玉の早生みかんは、プロも絶賛の「うまさ」。その中から糖度の高いものを「長崎甘姫みかん」として11月中旬から販売します。左のぼりのお店でどうぞ。



お知らせ
雨水貯留タンクの助成
 上下水道局料金サービス課 ☎ 8299・1183

雨水貯留タンクを購入するかたに設置費用の半額を補助(上限3万円)。※建物1戸につき1基まで。対次の



いづれも満たすかた①市内に住宅(店舗併用住宅を含む)を所有し住んでいるか、借家などを所有している(分譲マンションは管理組合などの代表者)②上下水道料金、受益者負担金、市税などの滞納がない 申電話でお申し込みください。他事前に申し込み承諾後に購入を。

お知らせ
下水道排水設備工事責任技術者試験
 上下水道局料金サービス課 ☎ 8299・1183

日1月19日(日)午後1時~4時 所桜馬場中学校 費8000円 甲県建設技術

研究センターのホームページにある申込書を提出。申込書は上下水道局料金サービス課にもあります。申(期間)11月15日(金)~29日(金) 問同センター(☎0957・549630)

お知らせ
出島表門橋の整備設計の公開プレゼンテーション
 出島復元整備室 ☎ 8299・1194

出島表門橋と対岸の中島川公園を整備するための設計業者を選定するため、業者が提案説明を行う審査委員会(提案説明の時間のみ)を公開。参加無料。日11月30日(土)午後1時30分~4時30分 所市民会館 定50人(抽選) 申はがきに、住所、氏名、電話番号を書いて出島復元整備室「傍聴」係(〒850-00862 出島町6-1)へ。ファクス(FAX 811-11050)か市ホームページでも申込可。申(期限)11月20日(水)必着

お知らせ
旧立山荘を入札で売却
 財産活用課 ☎ 8299・1127

物件の案内と申込書は財産活用課や市ホームページで入手できます。申(期限)11月22日(金) 他詳しくは市ホームページで確認ください。



お知らせ
11月市議会定例会のお知らせ
 議会事務局議事課 ☎ 8299・1200

11月市議会定例会が11月29日(金)~12

月18日(水)に開催。詳しい日程は次のとおり(予定)。本会議(招集日)：11月29日(金) / 本会議(一般質問)：12月4日(水)~6日(金)・9日(月) / 常任委員会：12月10日(火)~13日(金) / 特別委員会：12月16日(月) / 本会議(最終日)：12月18日(水)

大募集



大募集
市営住宅の入居者募集
 住宅課 ☎ 8299・1185

住宅の申し込みに関することは、市営住宅指定管理者(☎8299・2989、☎8299・2991)へお尋ねを。申(用紙)11月26日(火)から市営住宅指定管理者窓口(市議会横 桜町1-7)、行政センター、支所、地区事務所、消費者センター、三重地区市民センター、アマランス(市民会館1階)で配布。市ホームページでも申込書の入手、空き物件の確認などができます。申(期間)12月3日(火)~5日(木) 申(場所)アマランス、行政センター 他抽選会は12月11日(水)。入居時期は2月上旬。また、収入基準を上回るため一般の公営住宅などに入居できないかた向けの特定公共賃貸住宅や前回募集で入居申し込みがなかった住宅などは随時募集を受け付けています。※詳しくは、お尋ねを。

大募集
環境への取り組みを募集
 環境保全課 ☎ 8299・1156

企業や団体、公共機関などが実施してい

<p>軽費老人ホーム (A型)バンセオン・ド・長崎</p> <p>一時金なし (水道・光熱費別)</p> <p>月額 60,210円~</p> <p>西彼杵郡時津町西時津郷173-1 <small>詳しくはお問い合わせください</small></p> <p>TEL 095-882-4579</p>	<p>入居者募集中</p> <p>(空室予定あり)</p> <p>60歳以上で介護認定は入居時に必要ありません。</p>	<p>ケアハウス オンフルール長崎</p> <p>一時金なし (水道・光熱費別)</p> <p>月額 67,490円~</p> <p>西彼杵郡時津町浜田郷714-2 <small>詳しくはお問い合わせください</small></p> <p>TEL 095-882-1227</p>
<p>社会福祉法人 啓正会 ☎ 0120-03-4165</p>		
<p>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</p>		

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

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

MINI ミニ情報

陸上自衛隊高等工科学校生募集

平成26年4月1日現在で、15・16歳の男子が対象。受付は11月1日(金)～1月10日(金) 試験日は1月18日(土)。問=自衛隊長崎募集案内所(☎821-3422)、琴海地域事務所(☎884-2809)

金比羅さん(西山町)紅葉まつり

11月24日(日)午前10時～午後3時。金比羅公園で。踊りや演劇、音楽、和太鼓、琉球國祭り太鼓演奏などの披露を予定。参加無料。※雨天中止。駐車場なし、公共交通機関で。問=茂田氏(☎080-3422-2680)

年末調整説明会

所得税の源泉徴収を行っている事業所が対象。①11月19日(火)午後1時30分～3時30分、②11月20日(水)午前10時～正午、③11月20日(水)午後1時30分～3時30分、公会堂で。詳しくはお尋ねを。問=長崎税務署(☎822-4231 ※音声案内[2])

女性の人権ホットライン

☎0570-070-810
 夫・パートナーからの暴力、ストーカー行為、職場におけるセクシャル・ハラスメントなど、ひとりで悩まずお電話ください。相談無料。11月18日(月)～24日(日)の午前8時30分～午後7時。※土・日曜日は午前10時～午後5時。問=長崎地方法務局人権擁護課(☎820-5982)

時分スマイルフェスタ

11月17日(日)午前9時15分～午後0時15分。県立盲学校体育館(時津町西時津郷)。鶴南特別支援学校時津分教室の児童・生徒による演技の発表や作品展示、バザーなどが行われます。直接会場へ。問=鶴南特別支援学校時津分教室(☎886-8270)

県民フォーラム

「考えよう! これからの在宅がん医療を」
 12月7日(土)午後2時～4時。県立大学シーボルト校。講師は「平穩死10の条件」の著者長尾和宏氏。入場無料。直接会場へ。問=在宅医療・福祉コンソーシアム長崎事務局 県立大学看護栄養学部内(☎813-5172)

大募集
長崎ブリックホールギャラリーで展覧会
 文化振興課☎842・3782
 対次のすべてを満たす展覧会 ①平成26年4月1日～平成27年3月31日に開催する ②入場料を徴収しない ③営利目的ではない ④宗教的、政治的な内容ではない 費(使用料)無料 申長崎ブリックホール、市役所本館案内所、行政センター、支所などにある申込用紙(ホームページ)ながさき文化のひろば「からも入手可)を提出。申(期限)12月13日(金)必着 他会期は

環境学習などを取りまとめた「長崎市環境学習・行動ガイドブック」にあなたの取り組みを掲載してみませんか。申12月20日(金)までに電話でお申し込みを。他同ガイドブックはホームページなどで公開します。



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11月21日(木)正午～午後1時30分 所市役所本館 テわたしたちにてできる「おもて・な・し」定15人以内とし、グループ単位での参加は1グループ3人以内 費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(☎829・2925)で。申(期限)11月12日(火)必着

原則として、月の前半か後半の2週間程度。ただし、施設の利用状況に応じて使用できない場合あり。申込受付後、内容を審査し、結果を通知。空きがあれば、随時受付しています。

大募集
「第2次健康長崎市民21」市民推進会議委員の募集
 健康づくり課☎829・1154
 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)就任から平成27年3月31日まで 内市民の健康づくり計画「第2次健康長崎市民21」の推進と啓発 ※本年度は3月までに2回会議を開催予定 定2人 申健康づくり課、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)でも入手可)に、テーマ「長崎市の健康づくりの推進」に沿った800字程度の小論文を添えて、長崎市健康づくり課(☎850・8685 桜町6-13)へ提出。申(期限)11月25日(月)必着 選(結果)12月上旬までに通知します。

大募集
「第2次健康長崎市民21」市民推進会議委員の募集
 健康づくり課☎829・1154
 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)就任から平成27年3月31日まで 内市民の健康づくり計画「第2次健康長崎市民21」の推進と啓発 ※本年度は3月までに2回会議を開催予定 定2人 申健康づくり課、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)でも入手可)に、テーマ「長崎市の健康づくりの推進」に沿った800字程度の小論文を添えて、長崎市健康づくり課(☎850・8685 桜町6-13)へ提出。申(期限)11月25日(月)必着 選(結果)12月上旬までに通知します。

お弁当宅配 ⑨ごはんをもっと楽しく!

月曜から金曜までお弁当をお届けします!(週3日から受付可) 見守り活動も兼ねてますので、離れて暮らすご家族にも安心です。お弁当コースのほか、おかずコース(おかず6品)、彩食八菜コース(おかず8品)があり、みなさまの食生活にあわせてご利用いただけるので便利です。まずは1度お試しください!

TEL.0120-279-560

もっと イキイキ ひと・まち・くらし **生活協同組合 ララコープ**

11月は「実りの秋」でイベントが盛りだくさん!

ながさき フラワーフェスティバル 2013

Nagasaki
Flower
Festival
2013
平成25年度長崎県秋季花の総合展覧会

花柄の洋服や
アクセサリーなどを
着用してご来場の方に

フラワー
ギフト券
プレゼント
※数に限りがございます



長崎花市場 長崎市田中町279-43 ※臨時駐車場がございます。

11/16 | 土曜日 | 10:00~17:00 | 17 | 日曜日 | 10:00~15:00

物販コーナーや展示コーナーなど楽しいイベント盛りだくさん!

主催 | 長崎県花き園芸連合会 / 長崎県花き振興協議会
お問い合わせ | 長崎花市場 TEL 095-837-0525
長崎県花き振興協議会ウェブサイト <http://www.n-nourin.jp/~kakikyou/>

安全・安心 オープンマルシェ2013

青果まつり

11/17日 会場 長崎市中央卸売市場
時間 9:00~15:00 ※臨時駐車場がございます。

雨天決行



野菜や果物の大即売会!
売り切れ御免! 旬で新鮮な野菜・果物の即売会!

ステージイベントや展示コーナーなどイベント盛りだくさん!

主催 長崎市中央卸売市場オープン化実行委員会
問合せ 095-839-6111 (長崎市中央卸売市場)

ながさき実り・恵みの 感謝祭 2013

生産者のまごころが詰まった、
楽しいイベント盛りだくさん!

ながさき自慢の“美味しいもの”が勢ぞろい!!
旬の農水産物や加工品の試食・販売
お楽しみ抽選会 など

11/23 土祝・24 日 長崎出島ワーフ前 及び 水辺の森公園
10:00~17:00 10:00~16:00 ※専用駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

お問合せ | 出島ワーフ ながさきの食推進室 TEL095-820-6568 水辺の森公園 JA長崎県中央会 TEL095-820-2010



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11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