

広報  
ながさき

Nagasaki



新年おめでとうございます。今年も広報ながさきで、さまざまな情報を皆さんにお届けします！実り多き素敵な1年になりますように！

裏表紙	ニュース 宅配便	お知らせ ワイド版	上手な 暮らし塾	子育て広場	元氣予報	長崎市民			市長コラム	市政	特集②	特集①	あじさい	2021年1月号 主な記事の内容	ページ
お知らせ <b>新型コロナウイルス感染症の</b>	(福祉・健康)(講演・講座)(もよおし) (お知らせ)(大募集)	「ながさき防災サポーター」募集ほか	「『保険金ができる』という住宅修理サービスにご注意!」ほか	「ひとり親世帯臨時特別給付金の再支給」ほか	「日曜日に『乳がん検診』へ行く!」ほか	お料理レシピ・汽笛が鳴る方へ	フォト!ホット!HOT!	おたより・プレゼントクイズ	「旧長崎県立長崎図書館周辺」	田上市長のホットトーク <b>「開港450周年」</b>	「長崎市民防災リーダー養成講習を開始」ほか	<b>行く年・来る年2020・2021年</b>	<b>新春あじさい</b>		
32	24 ~ 31	20 ~ 23	19	18	16 ~ 17	15	14	12 ~ 13	11	11	10	8 ~ 9	4 ~ 7		

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

(一部の回線からは利用できない場合があります)

防災行政無線情報

☎0180-999-002

(一部の回線からは利用できない場合があります)  
災害情報や防災行政無線情報を携帯電話やパソコンのメールで受け取ることができます。

長崎市防災メール  検索

メールの登録はこちら!



長崎市コールセンター



※電話番号のおかけ間違いにご注意ください  
※回線の都合で、おつなぎできない所属があります

よくある質問と回答は  検索

市民生活の相談 (相談日が土・日・祝休日の場合は事前に確認を)

※新型コロナウイルス感染症対策のため、変更となる場合があります。

市民相談

市民相談受付(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 ※人数制限あり

月・火・木曜日 (受け付けは11:30までに窓口で。順番は抽選。相談は午後)

●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週は除く)

●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

(受付終了は15:40)

生活の困りごとの相談

月~金曜日 9:00~17:00

長崎市生活支援相談センター ☎828-0028

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

こども総合相談

月~金曜日 8:45~17:30

子育て支援課 ☎822-8573 ☎825-5624

アマランス相談

人権男女共同参画室(配偶者暴力相談支援センター)

☎826-4417 (※)は要予約

●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(※) 1/21(木)、2/4(木) 13:00~16:00

行政全般の相談

自治振興課...1/27(水) 13:00~15:00

※その他の開設日時・場所は、長崎行政監視行政相談センター(☎849-1100)まで。

表紙の話



1月号からは私立などの中学校の生徒に出演していただいています。新年ということで、生徒の皆さんに「今年1年の抱負」を書いていただきました。卒業後の高校生活や友達のこと、コロナのことなど力作がずらり!

広報媒体の紹介

《《民放(4分)》》

NIB 1/1(金) 15:50~

KTN 1/2(土) 7:00~

NBC 1/2(土) 11:45~

NCC 1/3(日) 17:55~

《《長崎ケーブルメディア(15分程度)》》

「ケーブルワイド なんでんカフェ」内「市つクながさき」で放送

1/6(水)

17:00~、19:00~、21:00~、23:00~

これからの長崎のことをお話しします!





長崎市議会議長

井上重久

の皆さまにおかれましては、これまでに経験したことがないような不安な日常生活を過ごされたことと存じます。

市議会におきましては、感染防止対策を行いながら定例会や臨時会を開催し、新型コロナウイルス感染症対策の関連予算などの議案審査を行いました。今後も議論を重ね、議会のチェック機能を最大限に発揮し、より一層市民の皆さまの負託に応えられるよう努力してまいります。

さて、本年は、長崎駅西口に MICE 施設「出島メッセ長崎」が開業します。感染症に対応した新しい形式の会議をはじめ、さまざまな環境の変化や主催者・利用者のニーズに柔軟に対応し、多くの皆さまから選ばれる施設となることを期待しております。

また、野母崎地区では、「長崎のもぞき恐竜パーク」が供用開始となります。恐竜の化石発掘の拠点となる恐竜博物館やこども広場などが整備されますので楽しみにお待ちください。

私たち市議会は、これからも魅力溢れる長崎市の実現に向けて、行政とともに全力を尽くしてまいります。

今後とも、多くの皆さまに市議会の動きをお届けするため、議会中継や市議会だより、市議会ホームページ、ケーブルテレビ、フェイスブックなどさまざまな媒体を活用し、迅速でわかりやすい情報発信に努めてまいります。

本年が、皆さまにとりまして、素晴らしい年でありますよう心からお祈りいたします。

## 魅力溢れる長崎市の実現に向けて

あけましておめでとうございます。

幸多き新春をお迎えることとお慶び申し上げます。

現在も猛威を振り続けている新型コロナウイルス感染症により、昨年、市民

## 今年長崎開港450周年

新年おめでとうございます。

健やかに新春をお迎えることとお慶び申し上げます。

今年、1571年の長崎開港から450年という記念の年です。長崎港は、貿易や造船、炭鉱、水産業などさまざまな面からまちの発展を支えてきました。今も長崎水辺の森公園をはじめとする憩いの場、クルーズ船を受け入れる港として活力を与えてくれています。開港500周年に向けていいスタートをきるためにも、港の節目を、感謝を込めて祝いたいと思います。

また、「核兵器のない世界」に向けても前進の年になります。核兵器の開発や保有などのあらゆる活動を全面的に禁止する「核兵器禁止条約」が1月22日に発効します。これからも、平和を求めるすべての皆さんと連帯して、長崎の思いを世界に届けていきましょう。

長崎のまちでは、今、100年に一度のまちづくりが進んでいます。春には長崎駅西口が完成し、10月に恐竜博物館を含む「長崎のもぞき恐竜パーク」、11月には MICE 施設「出島メッセ長崎」が開業します。

来年以降も、新幹線の暫定開業や、新市庁舎の開庁、長崎スタジアムシティの開業など、「次の時代の長崎の基盤づくり」が次々と「かたち」になっていきます。

コロナ禍においても、感染拡大防止と社会経済への影響の最小化、ポストコロナ社会に対応したまちへのレベルアップに努めながら、コロナに負けない、しなやかな強さとやさしさを併せ持つまちを目指します。

本年が、皆さまにとりまして、幸せに満ちた一年となりますよう心からお祈りいたします。



長崎市長

田上富久

# 2020年 昨年 もいろいろな事が ありました

## コロナのピンチを チャンスに！

新型コロナウイルス感染症が世界的に広がり、長崎市も大きな影響を受けています。

昨年、長崎市では、市内の小中学校が一齐に臨時休校。被爆75周年記念事業の一部や、くんちなど季節を彩る大きな行事が見送られ、インターハイなど、身近な行事も中止が相次ぎました。経済も落ち込むなどコロナは長崎に暗い影を落としました。

一方で、「新しい生活様式」を上手に取り入れながら長崎に元気を取り戻そうと、地域や事業者、行政などが一緒になってさまざまな取り組みが行われました。地域のつながりや思いやりを持つことの大切さを改めて確認できた1年になったと思います。

5月4月 3月 2月 1月

◆**稲佐山スロープカーの運行開始** ①  
◆新たな文化施設の建設地を市役所移転後の跡地（桜町）にすると正式発表

◆出島入場者600万人

◆市と地元企業7社が共同で、自治体新電力会社「ながさきサステナエナジー」を設立

◆**市制施行130周年を記念して市の鳥「ハト」のシンボルマークを発表** ②

◆仁田佐古小学校の新校舎で授業開始

◆新長崎駅（在来線）の開業

◆**式見中学校開校** ③

◆長崎開港450周年を記念する事業のロゴマークが決定

◆**長崎（小島）養生所跡資料館の開館** ④

◆長崎県立大学と包括連携協定を締結



⑤



②



④



③



①

# コロナを乗り越える さまざま取り組み

みんなで  
宣言しよう！



長崎やさしいまち  
宣言ポスター



密を避けながら健康体操  
(桜馬場地区いきいきタイム)



屋外でテイクアウトイベント  
(大黒町クリスマスマルシェ)



各事業者は店頭  
手指消毒スプレーを設置



飛沫飛散防止フィルムを設置  
(深堀ふれあいまつり)

また、リモートでの会議やイベントが増えるなど、コロナ禍に対応した社会の変化もあっていきます。人が密集した大都市から地方へ、人の流れが強まる可能性があるとも言われています。このような変化に対応しながら、ピンチをチャンスに変えて、前よりももっと暮らしやすいまちをみんなでつくります！

10月～

9月

8月

7月

6月

- ◆「砂糖文化を広めた長崎街道」シュガーロード」が日本遺産に認定 (5)
- ◆バスケット元日本代表・中川聰乃氏の観光大使就任
- ◆遠藤周作の未発表小説「影に対して」発見 (6)
- ◆長崎市を含む県内4市3町に大雨特別警報が発表
- ◆英国・アバディーン市との市民友好都市提携10周年
- ◆被爆75周年原爆犠牲者慰霊平和祈念式典(500人程度に規模を縮小して開催) (7)
- ◆(仮称)ながさき若者会議スタート
- ◆中近景の夜景4エリア(中島川・寺町、西坂・諏訪の森、丸山、館内・新地)のライトアップ開始 (8)
- ◆スマートフォンで市税などの納付を開始
- ◆稲佐山からの夜景リニュアル(ハート、星座)
- ◆中国・福州市との友好都市提携40周年 (9)
- ◆核兵器禁止条約の発効決定 (10)
- ◆地域活性化・地域課題解決に関する産学官金連携協定を締結(長崎市、長崎大学、長崎県立大学、NTT西日本、NTTアーバンソリューションズ、ふくおかフィナンシャルグループ、十八親和銀行の7者)
- ◆交流の場の専用ホームページ
- ◆「ながさき井戸端パーティー」スタート



9



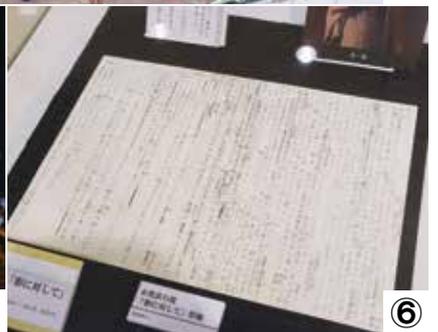
7



10



8



6

2021年は

# 100年に一度の まちづくりがさらに進みます

モ～わしわし!



長崎のまちは  
進化中!

長崎のまちでは、今、100年に一度のまちづくりが進んでいて、これからも、次の時代の長崎の基盤づくりが次々とかたちになっていきます。

今年、春に長崎駅西口が完成。そして、10月に長崎のもぎき恐竜パーク、11月にはMICE施設「出島メッセ長崎」がいよいよ開業します。

さらに、今年、長崎開港から450年という節目の年です。長崎港は、貿易や造船、炭鉱、水産業などさまざまな側面からまちの発展を支えてきました。

長崎のまちは、コロナ禍などのさまざまな変化に対応しながら暮らしやすさの向上を目指し、しなやかな強さや優しさを持つまちとして発展していきます。

## 長崎開港450周年

市民の皆さんと歩み続けた港が開港してから450年を迎えます。4月27日の開港記念日に合わせた記念式典を皮切りに、1年を通して季節ごとのテーマに沿った関連行事を開催します。

ぜひ、みんなで一緒に記念の年を盛り上げましょう!

- 《季節ごとのテーマ》
- 春 ~感謝・愛~
  - 夏 ~港~
  - 秋 ~まち~
  - 冬 ~未来~

専用サイトは  
コチラ



長崎開港450周年  
SINCE 1571



仲間に加わりました!



キタイワトビペンギン  
写真：株急油壺マリンパーク

開館当時の水族館。  
今やペンギンの飼育種類は  
世界一を誇ります。



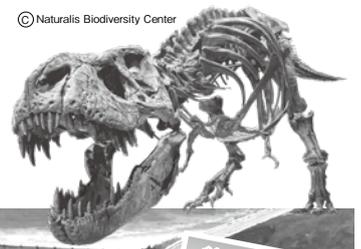
### 長崎ペンギン水族館が 4月で開館20周年



長崎出身の実業家である梅屋庄吉  
が支えた、辛亥革命の指導者孫文  
の出身地。人口は約330万人です。

### 中国・中山市と9月で 市民友好都市提携10周年

博物館にはオランダ・ライデン市  
の世界的な博物館にあるティラン  
(レプリカ)がやってくる!  
※P10参照



着々と工事は進行中!  
(12/5撮影)

専用サイトは  
コチラ



パークの完成イメージ。  
一番上の建物が長崎市恐竜博物館

### 長崎のもぎき恐竜パークが 10月にオープン



約50年ぶりの改修となり、中の展示も  
「グラバー」「建物」「資料」「学び」を基本  
にしたものになります。

### 旧グラバー住宅改修が 11月に完了

## 11月に島メッセ長崎が開業

島メッセ長崎は、十分な換気機能を持つため  
感染症にも強く、大容量光回線を直結し、通信環境  
の強みを生かした催事にも対応できる施設として  
長崎駅に隣接して整備を進めています。順調に工  
事が進み、建物の形が見えるようになりました。

現在、一般予約の受付を開始しています。安心・  
安全に会議やイベントなどを開催でき、皆さんに  
親しまれる施設を目指します!

専用サイトは  
コチラ



特集

市政

市民

生活情報

ご意見  
プレゼン

健康

子育て

福祉

講演  
講座

もよおし

おしらせ

募集



核兵器禁止条約が1月22日に発効

# 核兵器がない世界の 始まりに向けて

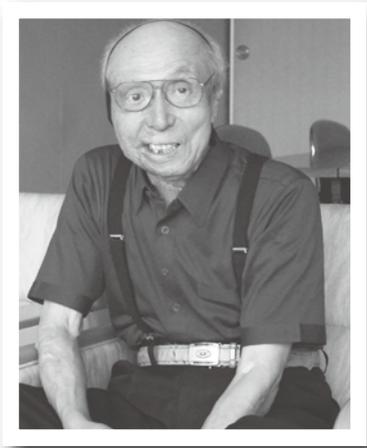
## 被爆者の 思いを知る

シリーズでお伝えしている「核兵器禁止条約」。先月号では、条約の基本的な内容をお知らせしました。今回は、いよいよ条約発効の月となることを受けて、被爆者の皆さんに核兵器廃絶への思いや今後期待することなどをお聞きしました。

この条約は、被爆者の長年の訴えが源流となって、この流れがやがて世界を巻き込んだ大きなうねりとなって成立し、発効まで結びつきました。

今を、そして未来に生きる私たちのために、核兵器廃絶を訴えてきた被爆者の思いを知り、つないでいきましょう。

12月号の記事はコチラ



「平和の原点は人の痛みがわかる心を持つこと」と訴えた吉田勝二氏



「核兵器廃絶には、感性と理性が必要だ」と訴えた土山秀夫氏



写真提供：外務省

「こんな苦しみは、もう私たちだけでたくさんです」と訴えた谷口稜暉氏



長崎新聞社提供

### 核兵器禁止条約発効記念行事

条約発効を記念し、条約の意義や、条約を未来に向けどういかしていくのかを語り合うイベントです。直接会場へお越しください。なお、長崎、広島、東京をオンラインで結びます。

- 【日時】 1月23日(土) 午後3時～4時30分
- 【場所】 長崎原爆資料館ホール
- 【主催】 「ヒバクシャ国際署名」をすすめる長崎県民の会
- 【共催】 長崎市
- 【問い合わせ】 平和推進課 (☎ 844-9923)
- 【その他】 新型コロナウイルス感染症の状況によって内容を変更する場合があります。

# 被爆者の訴えが核兵器禁止条約の源流に。

## 被爆者の思いをつないでいこう

### ●語り部 八木 道子さん

「<sup>むこ</sup>惨い核」を盾に、私たちのくらしや「命」が脅かされる世の中であってはなりません。「核なき世界」の実現を目指し、若い世代に語りかけ続けています。



### ●語り部兼平和案内人 池田 道明さん

草の根活動がこれからも重要になります。大人の皆さんにも原爆に関する具体的な内容などを正確に知ってもらい、子どもに話をしてほしいですね。



## 被爆地長崎の思いや歩みなどお聞きしました

**失望感に包まれる時期もあった**

1970年に発効した核不拡散条約（NPT）や、ソ連崩壊による冷戦終結など、核保有国は核を減らす機会がありました。核抑止論などを背景に実現できませんでした。そのような核軍縮の停滞期には、私たち被爆者にも失望感が漂い、悲観的になることもありました。核兵器のない世界に向かえない…、歯がゆい思いがありました。

**それでも私たちは絶対に諦めなかった**

そのような中、核兵器を使うことによる地球環境への影響が、科学的にも研究されるようになりしました。例えば核戦争が起これると、核爆発は粉じんを成層圏まで巻き上げ日光を遮るため、農業が破綻し、世界が数十億という規模の飢餓に陥るとも言われるようになりました。また、被爆者のがんや白血病など健康障害についても終わりが見られませんでした。

**地道な取り組みが条約発効の力に**

これまで多くの被爆者と関係者が核兵器廃絶に向け地道に取り組んできました。被爆者の皆さんと一緒に、「ヒバクシャ国際署名」を進めましたが、長崎県では人口の三分の一以上となる、50万筆もの署名をいただきました。核兵器は禁止すべきということを理解していただき、これほどの数が集まったことは、とても感慨深いものでありました。

**発効後も訴えの本質は変わらない**

条約の発効は核兵器廃絶に向けた大きな一歩です。今後1年程度でさらに批准国が増えれば、核保有国にインパクトを与えられるのではないかと思います。そのためには、今後開催される締約国会議などで、いかにして日本政府や核保有国に対して条約への参加を働きかけていくかが重要です。また、市民社会が声をあげ、国を動かさないといけないと思います。

**核兵器はいらないと言える世界を**

若い世代の皆さん、核兵器は人の心と体を傷つける上に、環境汚染や農業破綻など、さまざまな影響を地球規模で及ぼします。被爆者の声に耳を傾け事実を知る、そして平和教育で物事を正確に理解して、考える力をつけていただきたい。被爆100年の時に世界中の皆さんが今よりもっと、「核兵器はいらない」と言える世界になることを期待しています。

また、世界には核兵器以外にも新型コロナウイルスや気候変動など、人類に立ちほだかる問題があります。これらを解決に導く共通点は、対話、協調、信頼の醸成です。みんなが連携して平和な世界を目指しましょう。



「ヒバクシャ国際署名」をすすめる長崎県民の会 共同代表 朝長 万左男さん

特集

市政

市民

生活情報

「ご意見」プレゼント

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

## 長崎市民防災リーダー 養成講習を開催



災害から地域を守るためご協力をお願いします

地域で災害への備えなどのアドバイスや自主避難の呼びかけ、避難行動要支援者の支援などを行う「長崎市民防災リーダー」養成講習を11月15日と29日の2日間、開催しました。

受講者38名は、防災リーダーの役割などの座学と、普通救命講習や簡易担架などの実技、地域の危険箇所や避難経路などを示す防災マップづくりを学びました。

今後、地域防災の要として活躍が期待されます。

■問い合わせ 防災危機管理室(☎822-0480)

## 永年在職の婦人防火クラブ 会長を表彰



在職30年1人と20年2人、10年13人を表彰

婦人防火クラブは、地域の皆さんの初期消火や避難などの知識・技術の習得のため組織されていて、市内に315クラブ、約3万3,000人が在籍しています。

永年にわたって会長を務めた方々に対して、毎年「市民防火のつどい」で表彰式を行っていましたが、今年は新型コロナウイルス感染症対策のため、表彰式のみを11月19日に、消防局で行いました。

地域の防火意識の高揚のため、日々ご尽力いただきありがとうございます。

■問い合わせ 消防局予防課(☎822-0425)

## 障害のある子どもなどの 支援のために



お心遣い誠にありがとうございます。

12月4日、アイランドナガサキを運営するカトープレジャーグループから、NPO法人「Pleasure for all」を通して寄附をいただきました。

寄附は、同グループが5月に開業した、伊王島内5つのカフェの収益金80万7,800円です。KPG HOTEL&RESORTの田中正男社長は「障害などで苦労している家庭に少しでも役立てれば」「継続的に支援活動したい」と話しました。いただいた寄附は、障害のある子ども達の医療などに活用します。

■問い合わせ 障害福祉課(☎829-1141)

## 長崎にやってくる ティラノのレプリカが完成!



ライデン市長が歯を入れ完成了(写真右はライデン市より)

12月3日、来年10月に開館予定の長崎市恐竜博物館のシンボルになるティラノサウルスの全身骨格レプリカが完成し、制作を行っている姉妹都市のオランダ・ライデン市にある国立博物館「ナチュラリス生物多様性センター」でお披露目されました。

この式典は、ナチュラリスが開館200周年を迎えた記念事業の一環として行われたもので、長崎市長がリモートで参加。ライデン市とナチュラリスとのさらなる国際交流の推進が図られました。

■問い合わせ 恐竜博物館準備室(☎829-2057)

# 今月のテーマ 開港 450 周年



# 市長のホットとコールド

～自らの思いを皆さんに語るコラム～

新しい年になりました。今年には「開港450周年」という、大きな大きな節目の年です。

長崎というまちが世界とつながりながら紡いできた長い物語の始まりが「開港」からです。そして、その物語は今も続いています。

\* \* \*

ヨーロッパ人たちが世界を駆け回った15世紀から17世紀にかけての大航海時代。ポルトガルの船が長崎にやってきました。入り江が深く、キリスト教を受け入れてくれる領主がいる長崎浦は、ポルトガル船にとって、拠点を置く絶好の場所でした。

入り江には「長い岬」が突き出ていました。貿易や宗教を求めてきた多くの人々によって、その岬に六つの町がつくられました。今の市役所から旧県庁につながる、この長い岬は「ながさき」というまちの名前の由来になったといわれます。その意味で450年前は、港だけでなく新しいまちのスタートでもあったわけです。

それ以来、ポルトガル船の時代、出島と唐人屋敷の時

代、居留地の時代、上海航路の時代、造船・石炭・水産の時代など、港は、時代によってその姿と役割を変えてきました。

港は、山から流れてくる水の流入場所であり、船が出入りする海の玄関であり、貿易・造船・水産など産業の場であり、文物・学問・文化の交流の窓口であり、釣りや散歩やイベントなど憩いの場でもあります。長崎の人たちは、過去から現在まで、この港から多くの恵みを受けてきました。

開港450年は、その、母なる港への感謝の思いを表す年です。いわば、母の450歳をお祝いする年。「ありがとう」という気持ちと同時に、「これからもよろしくお願いします」の思いも込めて、一年間にわたって折々にさまざまな記念事業が行われます。もちろん新型「コロナ」の状況をしっかりと踏まえた上で、ぜひご参加ください。

\* \* \*

旧県立長崎図書館の入り口の碑に、長崎学を確立した古賀十二郎先生の言葉が刻

まれています。長崎というまちの歴史が港から始まったこと、そして港町長崎の個性と魅力をとてシンプルに表現した、私の大好きな言葉です。

### 港あり

異国の船をここに招きよ自由なる町をひらきぬ

歴史と詩情のまち長崎

世界のナガサキ...

今年を、港町ながさきの物語に新しい1ページを書き加える一年にしたいと思えます。

今年も「ホットとコールド」、よろしく願っています。



歴史散策に  
旧長崎県立  
長崎図書館周辺

長崎学の創始者として名高い、古賀十二郎。卓越した語学力で、外国語の文献から長崎史をひも解いたと言われています。そんな十二郎の言葉が刻まれた石碑が、旧長崎県立長崎図書館の入り口にあります。入り口の正面にある日本銀行長崎支店は、最近美しくライトアップされて、日が落ちると落ち着いた心地いい空間に。そして、十二郎も長崎を一望したであろう立山方向へ歩みを進めると、途中には道路の真ん中に大木が生えている珍しい光景まで。ふとした日常の中で、長崎の歴史に思いを馳せることができるところを訪れてみてはいかがでしょうか。

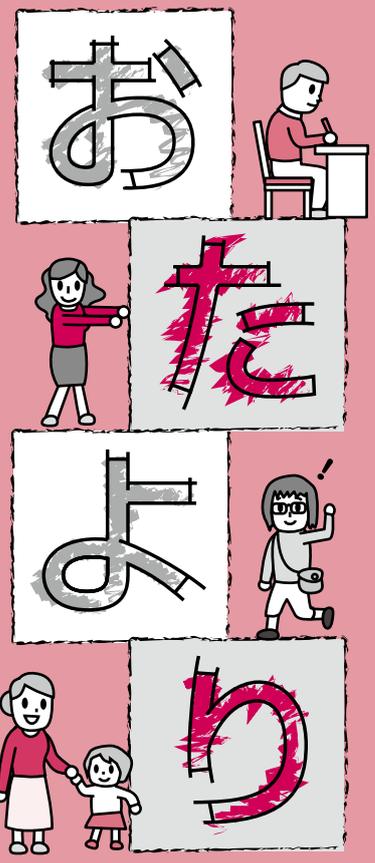
長崎のいろんなことを  
 気軽に話ませんか？



漁獲量が全国2位、魚種は全国1位といわれるほど、長崎は魚に恵まれたまち！というのはご存じのかたも多いかもしれません。ただ、「海に囲まれた日本のなかで、なぜ長崎が？」と、不思議じゃありませんか？実は…

■日本最西端に位置する立地がいい！  
 三方を海で囲まれた長崎県。沿岸を世界最大級の海流である黒潮の支流・対馬海流が通っていて、この流れにのり、さまざまな魚が回遊しているので魚種全国1位といわれるほどさまざまな魚が獲れるんです。

■新鮮な魚を刺身で  
 長崎に移住してきました。新鮮な魚が豊富にある！ととてもいいですよ。  
 (弁天町 30代のかた)

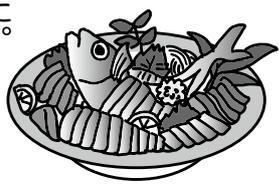


「魚は刺身で…」が第1位！  
 獲れたての魚を新鮮なうちに食べられる。長崎はまさに、魚のまちですが、魚の食べ方といえば、何を連想しますか？

市民の皆さんに「おいしいと思う魚の食べ方」を調査したところ、どちらも「刺身が群を抜いて1位」。

日常の食卓に並ぶこともあれば、宴の席の一品として出されることもあ

■魚がすみやすい環境がいい！  
 たくさん島の島や天然の入り江があるから、魚にとつてすみやすい場所が多いんです。東シナ海には大陸棚が広がり、エサになるプランクトンも豊富。近海にたくさん魚がいるから漁獲量も多いんです。



り、さまざまな場面で口にする刺身は、私たちの食生活にとつて、とても身近なのもかもしれません。

魚種ごとにいろいろな旨味や食感が楽しめる新鮮な刺身を皆さんも味わってください。刺身が食べられるお店などは「魚の美味しいまち長崎」ホームページでご覧になれます。QRコードからアクセスしてください。  
 (水産農林政策課 090-65502)



このコーナーに掲載する皆さんからのご意見を募集しています。広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見をプレゼントクイズのコーナーにお寄せください。

掲載させていただいたかたには、図書カードをプレゼントします。

※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。

今月のプレゼント

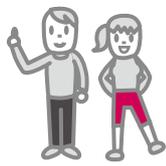
お店 海産工房梅のや 商品 焼きさば3種6枚セット



梅のやの一夜干しは、化学調味料・保存料・着色料を一切使用せず「カラダが喜ぶ一夜干し」をモットーに、1枚1枚手作業で作っています。調理方法も簡単、凍ったままの状態、袋に切れ目を少し入れ、レンジで温めるだけです！ぜひご賞味ください！  
 問 茂木町1251-3 (☎836-1110)  
 梅のや 検索

「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の会員が推奨するご覧の商品を今月は、  
**5名様**  
 にプレゼント!!

広報広聴課へ届くご意見・ご感想などを紹介！  
**ちよこつとおたより**  
 井戸端パーティー、ステキです！つながりは人を元気にすると思います。そのつながりが長崎の魅力ですね。  
 (つじが丘1丁目 40代のかた)  
 コロナであまり外出しなくなったので、井戸端パーティーで交流の場に参加してみようと思います。  
 (小峰町 60代のかた)



さまざまなご意見をお待ちしています。



■資源ごみはどうなっているの？

資源ごみは収集されたあと、どのようになっているんですか？

(宿町 50代のかた)

市が収集した資源ごみは選別施設でペットボトル、ガラスびん(無色茶色・その他色)、アルミ缶、スチール缶、鍋・釜などの金属に選別され、それぞれのリサイクル施設へ運搬されます。

リサイクル施設へ運搬後、ペットボトルは細かく砕いて衣服などの繊維製品や卵パックなどに、ガラスびんも細かく砕いてびんの原料や道路舗装用の土木資材などに、アルミ缶やスチール缶はスクラップして缶の原料や製品としてリサイクルされています。また、アルミ缶やスチール缶などの有価物は売却して、市の収入になっています。

選別施設では、手作業で全てのごみ袋を開けて、選別しています。選別やリサイクルの効率を上げるために次のことにご協力ください。①飲み残しや食べ残し、ごみなどを中に残さない ②軽く水ですすぐ ③ペットボトルはラベル、キャップなどを外す ④ペットボトルや缶類はつぶさない  
ごみの減量化や再資源化のために今後もごみの分別にご協力をお願いします。

(廃棄物対策課 ☎829.1159)

■新市庁舎完成まであと2年

新しい庁舎の工事が順調に進んでいるようですね。今から落成式が楽しみです。

(かき道1丁目 40代のかた)

新市庁舎は、市民の皆さんが身近に感じ、つながりの拠点となるような新しい庁舎を目指して、令和5年1月の開庁に向け、整備を進めています。

■工事の様子はホームページでも！

現在、大型クレーン3基を使って地上部分の建物の工事を行っています。これから建物がどんどんできあがっていきますので、近くにお越しの際はぜひ工事の様子をご覧ください。また、ホームページでも現場上空から撮影した写真などを紹介しています。

毎月、更新していますので、QRコードからアクセスして、普段は見ることができない視点からの変化の様子もチェックしてみてくださいね。

令和2年11月25日時点



■便利で質の高いサービスを！

新市庁舎では、市民の皆さんがスムーズに手続き・相談ができる窓口や、快適な待合スペース、プライバシーに配慮した相談室、バリアフリーに対応したトイレや通路など、現在の庁舎に不足している機能などを拡充し、今までもより便利で質の高いサービスを提供します。

また、現在、7カ所に分散している庁舎を集約し、業務の効率化と関連する部署の連携を強くすることで、市民の皆さんへのサービス向上につながります。

■安全・安心な拠点に！

防災拠点施設として、地震に強く、一時避難所などの機能を備え、災害が発生した際も、市民の皆さんを守り、支援することができると強い庁舎になります。

■まちに賑わいを！

新たにイベントなどができる広場や、まちなかを一望できる19階の展望フロア、多目的スペースなど、多くの皆さんが集う交流の場をつくりまします。

「長崎駅周辺」「まちなか地区」「水辺の地区」の3つの拠点を結びつける重要な場所に建つ新市庁舎を通じて、人の往来を増やし、まちに賑わいが生まれることを目指しています。

新しい長崎のランドマークの完成を楽しみにお待ちください！

(大型事業推進室 ☎829.1411)

問題

今年4月で開館20周年を迎える水族館は？  
(ヒントは、7ページ)

答え 長崎〇〇〇〇水族館

応募方法・応募先

①〇〇〇〇に入る答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見などを必ず書いて、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1月31日(日)消印有効です。  
たくさんのご応募をお待ちしています。

【はがき】〒850-8685  
長崎市「広報ながさき」プレゼント係  
【市ホームページ】トップページ「市民参加」の「プレゼントクイズ」



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、広報広聴課から発送予定です。  
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。



【12月号の答え】

450

※11月号には380通のお便りをいただきました。ありがとうございました。

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! HOT!

11/28  
(土)

## 歴史的建造物の魅力を体感



11月28日、保存修理などが進む国指定重要文化財「旧長崎英国領事館」の工事現場の見学会が行われました。

工事は平成26年から始まり、令和7年の完成予定です。この日、3回に分けて行われた見学会には約60人が参加。建物を知り尽くす案内人の解説を交えながら屋根の骨組みや建設当時のれんがなどの資材を見学し、重要文化財の保存修理の様子を間近で学びました。

12/5(土)  
~6(日)

## エコライフ・フェスタ2020



市民皆でエコを考える「ながさきエコライフ・フェスタ」。今年は、新型コロナウイルス感染症対策をとって、2日間の日程で会場を分散し、新しいスタイルで開催しました。

メイン会場の長崎駅前かもめ広場や各サテライト会場に訪れた人々は、最新エコカーの展示やエコドライブシミュレータ体験、各会場のチェックポイントを巡る「エコさるく」など、エコを楽しく学びました。

11/27  
(金)

## 古関裕而の曲の世界を堪能



「長崎の鐘」や「栄冠は君に輝く」など多くの昭和の名曲を残した古関裕而のメロディを体感する中央公民館の特別講座「いちよう並木フェスタ」を市民会館で開催しました。

当時の名曲が響き渡ると、参加者は昭和の時代を懐かしみながら、目を閉じて聞き入ったり、リズムをとったりしていました。また、長崎盆踊りも披露され、古関氏に思いを馳せながら、会場は平和を願う一体感に包まれました。

12/5  
(土)

## 観る文学×聴く演劇



コロナ禍でも芸術文化の灯を絶やさず、豊かな生活を取り戻すきっかけづくりを、と始まった「長崎文化時間」。

今回は、古典文学のリーディング公演(観る文学)とそのラジオ放送(聴く演劇)を企画しました。第1回目の舞台は東山手甲十三番館。上演したO・ヘンリーの作品「賢者の贈り物」と「第三の材料」の雰囲気ぴったりと合う会場で、来場者は古典文学と演劇の魅力を満喫しました。

特集

市政

市民

生活情報

ご意見  
プレゼント

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

made in  
ながさを  
食べよう!!

# お料理 レシピ

## ふぐ雪雑炊



【1人分 463kcal】

### ◎作り方

- 1 ふぐの身欠きをさばいて、身とアラ骨に分け、アラ骨は焦げ目が付く位強火でさっと焼き、鍋に水(1000cc)、だし昆布、酒、ふぐのアラ骨を入れて煮る。
- 2 沸騰する寸前に昆布を取り出し、ふぐの身とかぶの葉(刻んだもの)を入れ、塩小さじ1、薄口しょうゆ5ccにてうす味を付け、弱火で10分程炊いておく。
- 3 白かぶの皮を厚く剥き、おろして、メレンゲ(卵白)と和えて塩(小さじ1/2)を入れる。
- 4 1の鍋の中に、ご飯を水洗いして入れて炊き、器に盛り3を形よく丸めてのせ、針生姜(細かく刻んだ生姜)と銀あん(※)をかけてできあがり。

※銀あんとは、1の出汁200ccに薄口しょうゆ5ccを入れ、片栗粉でとろみを付けたもの。

正月の美味しい料理やたくさんのお酒で疲れた胃に優しい、ふぐだしを使った雑炊はいかがですか。今回は、長崎県調理師協会副会長で、2月に西部ガス料理教室「お家でとらふぐを食べよう!」(長崎市共催・25ページ参照)の講師も務める、能瀬 始先生に教えていただきました。

### ●●●●● 材料(4人前) ●●●●●

- ◎ふぐ…身欠き(※)600g程度、アラ骨(頭と胴体部分)
- ◎だし昆布…40g
- ◎酒…90cc
- ◎塩…小さじ1と1/2
- ◎薄口しょうゆ…10cc
- ◎白かぶ…大1個
- ◎卵白…1個分
- ◎片栗粉…大さじ2
- ◎ご飯…2合
- ◎生姜…1かけ

### ※身欠き(みがき)とは?

ふぐの有毒部位などの内臓を除き、ふぐの調理師免許がなくても、そのまま家庭で調理できる状態のもの。市内のふぐ加工施設では、身を三枚におろして発送してくれるところもあります。

**戸石とらふぐをご自宅で!**  
戸石とらふぐをお求めの際は、たちばな漁業協同組合(☎830-2236)へお問い合わせください。  
身欠きをお届けします。  
※今年是在庫限りです。



【問い合わせ】◎水産農林政策課 食の推進係 ☎820-6562 市ホームページやツイッターでも、長崎の美味しい情報を発信中!



## 汽笛が鳴る方へ

港まち・長崎を訪れるクルーズ客船に会いに行こう。

### ちよこつと外国語講座

新型コロナウイルス感染症が収束したら、長崎のまちにたくさんの外国人観光客の皆さんが訪れる日がくるでしょう。そんな時に使える簡単なあいさつなどを英語・中国語・韓国語で紹介します!

今回は、「お正月名物の長崎雑煮を食べてみてはどうですか。」です。

**英語** How about trying Nagasaki Zoni, which is a popular New Year's dish?

**中国語** 不品嘗一下正月特色美食之长崎年糕汤吗?

**韓国語** 나가사키의 전통적인 설날 떡국을 드셔보세요.

音声で聞く  
ことができます!



### ① 寄港スケジュール(1月)

新型コロナウイルス感染症の影響により、12月10日時点で1月の入港状況は未定となっています。入港が決まり次第、ホームページにて入港情報が更新されますので、最新の情報はホームページでご確認ください。



ホームページ

「長崎港クルーズ」で検索

【問い合わせ】◎観光推進課 ☎829-1314 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!

対=対象 日=日時 期=期日・期間 時=時間  
 所=場所 内=内容 テ=テーマ 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 問=問い合わせ

# 元気予報

特集

市政

市民

生活情報

ご意見  
 プレゼント

健康

子育て

福祉

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

## 健康ミニ情報

### 認知症の人と家族の会 (あじさい会) のつどい

1/26 (火) 13:00 ~ 15:00、  
 もりまちハートセンターで。家庭  
 介護の悩みなどの電話相談は随  
 時受け付け。参加無料。直接会  
 場へ。

問 認知症の人と家族の会  
 (☎ 845-2180)

### はたちの献血キャンペーン

新成人となった記念に献血して  
 ませんか。リニューアルした献血  
 ルーム「はまのまち」でお待ちし  
 ています。1/2 (土) ~ 2/28 (日)  
 の 10:00 ~ 12:00、13:00  
 ~ 17:30。成分献血は 17:00  
 まで。木曜定休日。

問 献血ルーム「はまのまち」  
 (☎ 824-3332)

### 肺年齢測定と たばこに関する健康相談

健康づくり課 ☎ 829・1154



ご自分の肺  
 年齢をご存  
 知ですか。  
 たばこが肺  
 に与える影  
 響は大きい  
 と言われています。  
 この機会に、  
 ご自分やご  
 家族の健康のことを考えてみませ  
 んか。日 1月24日(日) 午前10時~正  
 午 所 アマランス 費 無料 申 不要  
 他 肺年齢測定は40歳以上の市民が対象

### 精神保健福祉相談のご案内

地域保健課 ☎ 829・1153

こころの病は、誰もがかかりうる病  
 気です。早い段階でこころの不調(症

### 家族介護教室

地域福祉課(中央) ☎ 829・1429

対 市内にお住まいで、介護中か、その  
 予定があるかた、介護に関心がある  
 かた 申 実施日の1週間前までに電  
 話で。期・テ ①1月14日(木) : 「元  
 気なうちから手帳」について「もし  
 バナゲーム(体験) ②1月28日(木)  
 : 「一人のお世話とストレス」 時 午後  
 1時30分~3時 所 北公民館 定 各  
 20人 申・問 西浦上・三川地域包括  
 支援センター (☎ 847・0151)

状)に気づき、相談や受診をするこ  
 とで、その後の治療がうまく進み回  
 復につながります。地域保健課では、  
 こころの健康に関する相談や精神科  
 未治療および医療中断のかたの受診  
 相談、ひきこもり相談、アルコール  
 依存症の家族相談など精神保健全般  
 の相談を受け付けています。  
 ■相談電話 精神保健福祉相談室  
 (地域保健課 ☎ 829・1311)

## 日曜日に「乳がん検診」へ行こう!!

平日にがん検診を受診する機会がないかたも、日曜日に乳がん検診が受  
 診できます。

対 次の全てを満たすかた ① 40歳以上の市民(女性) ② 前年度および  
 今年度に長崎市の乳がん検診を受診していない

内 マンモグラフィ検査・視触診

持 健康保険証、バスタオル

申 検診実施日の3日前(土日祝除く)までにあじさいコールへ電話で。  
 ※検診受付開始時間から30分おきの希望時間をお伝えください。

他 令和2年度乳がん検診無料クーポン券や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、世帯主の  
 令和2年度市・県民税非課税証明書の写しを持参したかたは受診無料

問 あじさいコール (☎ 822-8888)

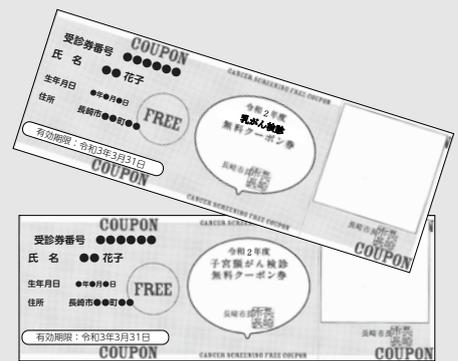
期日	検診受付時間	場所	定員	申込 開始日	費用
2/28 (日)	9:30 ~ 11:30	コアマンション マリナシティ長崎	各40人	1/30 (土)	40歳代 1,500円 50歳以上 800円
	13:45 ~ 15:45	ダイヤモンド ふれあいセンター			
3/7 (日)	9:30 ~ 11:30	ララなめし (滑石2丁目)	80人	2/10 (水)	
	13:00 ~ 15:00				

## クーポン券の有効期限は 3月31日です!

今年度の「がん検診無料クーポン券」  
 を対象のかたに送付しています。まだ使  
 用していないかたは期限内に受診しま  
 しょう。

対 ①子宮頸がん…20歳 ※平成11年  
 4月2日~平成12年4月1日生まれ  
 ②乳がん…40歳 ※昭和54年4月2  
 日~昭和55年4月1日生まれ

問 健康づくり課 (☎ 829-1154)



※講座やイベントなどへ参加の際は、事前に体温計測を行い、風邪  
 などの症状がないことの確認と、マスクの着用をお願いします。

## 今月の講座・教室

いずれも参加無料。下の問い合わせ先に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
お手軽ウォーキング	20歳以上の市民	1/21(木)	10:00~12:00	深堀七福七恵比須コース (4.8km) 深堀公園集合	1/18 (月)	①
ヘルスアップひみ		1/26(火)	13:30~15:30	日見地区公民館	1/22 (金)	②
ヘルスアップひがし		1/28(木)		東部地区にこここセンター		
生活習慣病予防教室 ～からだの中をきれいにする ヒントを見つけませんか～		1/19(火)	13:30~15:30	南部市民センター	1/15 (金)	③
こころの健康相談	心理相談を希望 するかた(家族も 可)	1/21(木)	9:00~10:00	市役所別館地下1階 精神保健福祉相談室	事前に	④
			10:00~11:00			
			11:00~12:00			
ひきこもりの家族学習会 「当事者の思いを聞こう」	6カ月以上ひきこ もり状態のかた のご家族	1/20(水)	14:00~16:00	長崎市役所職員会館 4階研修室(桜町)		
まちなかラウンジ在宅医 療講座「長崎の在宅医療に ついて～もしもの時の医療 と介護・そして人生会議～」	市民	1/30(土)	14:00~16:00	江平地区ふれあいセンター		
問い合わせ	①あじさいコール(☎822-8888) ②地域福祉課(東)(☎813-9001) ③地域福祉課(南)(☎892-1113) ④精神保健福祉相談室(☎829-1311) ⑤包括ケアまちなかラウンジ(☎893-6621)					

## — 元気がいちばんたい! 健康長崎市民21 「賢く選んで、健康に」 —

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、以前に比べて、外食の機会が減り、コンビニやスーパーなどで総菜などの食品の購入や飲食店のテイクアウトの利用頻度が増えているかたも多いのではないのでしょうか。

これらを利用することは、たくさんの種類の中から食べたいものを必要な分だけ購入でき、家事の負担が軽減できるので大変便利です。ただ、選び方によっては、栄養が偏ってしまうことも。炭水化物や脂質、食塩を摂りすぎる食事を続けると、糖尿病や高血圧などの生活習慣病の引き金にもなりますので、賢く選びましょう。

食品を購入する際には、主食(ごはん、パン、麺類)、主菜(肉、魚、卵、大豆製品が主材料のおかず)、副菜(野菜、きのこ、海藻が主材料のおかず)の組み合わせを意識して選ぶと栄養のバランスがよくなります。

例えば、から揚げ(主菜)を購入する場合は、副菜

としてきゅうりの酢の物や野菜サラダをプラスで購入したり、ご家庭で簡単に食べることができるトマトやレタス、冷凍のブロッコリーなどを購入するとよいでしょう。一般的に市販の総菜は濃い味付けや脂質を含むものが多いので、主食は、味付けをしていない白ご飯や食パンなどをおすすめします。付属のソースやドレッシングなどは全て使い切らず、少量使用することで食塩の量を減らすことができます。

毎日の食事の積み重ねが私たちの体を作っていきます。賢く選択して健康的な食事をしましょう。



健康づくり課(☎829-1154)

※新型コロナウイルス感染症対策のため、掲載しているイベントが中止・延期および施設の休館・業務縮小となる場合があります。

# 子育て場 “スマイル”

対=対象 日=日時 期=期日・期間 時=時間 曜=曜日  
 所=場所 内=内容 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 問=問い合わせ

**母子健康手帳の休日交付窓口**  
 こども健康課 ☎829・1255  
 日 1月24日(日) 午前9時～正午 **所**

## むし歯予防教室

各問い合わせ先

いづれも、日 1月28日(木) 午前10時～11時30分 **内** むし歯予防の話と口の手入れの仕方(実習) **定** 10組 **費** 無料

**◆江平地区ふれあいセンター** **対** 生後10カ月～2歳未満のお子さんと保護者 **申** 1月25日(月) までに電話で。 **申** 問 口腔保健支援センター(☎829・1436) **持** 母子健康手帳、バスタオル

**◆香焼ひまわり** **対** 未就学のお子さんと保護者 **申** 1月27日(水) までに電話で。 **申** 問 地域福祉課(南)(☎892・1113) **持** 母子健康手帳

## 子宮頸がんを予防するHPV予防接種をご存知ですか

こども健康課 ☎829・1255

子宮頸がんを予防するHPV(ヒトパピローマ感染症)ワクチンは、小学6年生から高校1年生に相当する年齢の女子で、期間内は定期接種として無料で受けられます。厚生労働省が新たに作成したりーフレットを長崎市の子育て応援情報サイト「イーカオ」に掲載しているのので、ワクチン接種を検討・判断する際にご活用ください。

ください。

## 両親学級「プレパママでクッキング」

地域福祉課(南) ☎892・1113

まもなく赤ちゃんが生まれるかたのための講座です。 **対** 妊娠中(34週未満)のかたとパートナー **日** 2月7日(日) 午前10時～午後1時 **所** 長崎市健康づくりセンター(布巻町) **内** 妊娠中の生活や出産・育児・栄養に関するミニ講話と調理実習 **定** 5組 **費** 無料 **持** 母子健康手帳、エプロン、三角巾、手拭き用タオル **申** 1月29日(金) までに電話で。

## プレママカフェ(交流会)

子育て支援課 ☎829・1270

**対** 初めての出産を控えた妊婦 **期** 1月14日(木)、2月17日(水) **時** 午前10時30分～午後0時30分 **所** 上長崎地区ふれあいセンター **定** 各8人 **費** 無料 **申** はがきに住所、氏名、電話番号、希望日、妊娠週数を書いて、長崎市子育て支援課(T8500-8685 桜町2-22)へ。電話かメール、FAX(829・1275) **他** 2月27日(土)

## 親子の心の相談

子育て支援課 ☎829・1270

**内** 日 小児科相談…1月20日(水) 午後2時～5時 / 精神保健相談…2月4日(木) 午後2時～4時 **所** 子育て支援課 **費** 無料 **申** 事前に電話で。

## ひとり親世帯臨時特別給付金の再支給

子育て支援課(☎829-1270)

ひとり親世帯支援のため、給付金を再支給しています。1回目の給付金を既に受給しているかたには、12月下旬に再支給を行いました。

1回目の給付をまだ受けていないかたは、3月1日(月)までに申請してください。再支給と併せて申請できます。支給要件などがありますので、詳しくは、長崎市の子育て応援情報サイト「イーカオ」をご覧ください。

## 妊産婦さんを応援！

こども健康課(☎829-1255)

「妊娠期をどう過ごしたらいい?」「出産後気分が沈む」「赤ちゃんが泣き止まない」など、妊娠・出産・子育ての時期の悩みを解決するためのさまざまな制度をご利用ください。

詳しくは、長崎市の子育て応援情報サイト「イーカオ」をチェック!



相談

訪問

産後ケア

支援サービス助成



## 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。

あじさいコール ☎822-8888

講座名	対象	期日	時間	場所	定員	期限	その他
両親学級	第1子妊娠中で34週未満の妊婦とパートナー	1/24(日)	9:45～11:30	中央公民館	20組	1/13(水)	—
離乳食教室	生後4～9カ月未満のお子さんがいる保護者	1/28(木)	13:00～15:00	桜馬場地区ふれあいセンター	15人	1/21(木)	エプロン、三角巾、手ふき用タオルを持参
		2/9(火)		東部地区にこにこセンター	10人	2/2(火)	
食物アレルギー座談会	食物アレルギーがあるお子さんを育てている保護者	2/9(火)	10:00～11:30	市民会館	—	2/8(月)	—

※講座やイベントなどへ参加の際は、事前に体温計測を行い、風邪などの症状がないことの確認と、マスクの着用をお願いします。

# 上手な暮らし塾

## 自治会

### 地域を元気に！あなたの町の自治会 〜三原校区連合自治会〜

今回は、校区内の交流のために「ソフトボール大会」を続けてい  
る三原校区連合自治会の中西賢一  
会長と、連合自治会に加盟してい  
る三原町自治会の田副尚孝会長に  
お話を伺いました。

ソフトボール大会はどんなきつ  
かけて始めましたか。

校区内の各自  
治会は、学校行  
事などで顔を合  
わせるくらいの  
交流でしたが、  
より多くの交流・  
親睦が深まった  
り、地域活動が  
活性化したりする  
ことを期待して  
47年前から始め  
ました。



「コロナ禍で工夫された点や参加  
者の皆さんの反応を教えてください。」

同じ時期に行う「三原校区連合  
自治会婦人球技大会」は屋内行事  
でコロナ対策が困難だと判断し  
て、残念ながら中止しました。一  
方で、「ソフトボール大会」は屋  
外行事でしっかり対策が取れると  
判断して、感染予防の対策を徹底

して10月下旬に開催しました。さ  
まざまなイベントが中止になる中  
での開催だったので、皆さんとて  
も喜んでいました。

「続けてきてよかったと思うこと  
を教えてください。」

高齢化と少子化で、参加者が  
年々減っていて、運営も苦勞が多  
いですが、参加者の生き生きとし  
た笑顔で声を出し合ったり、励ま  
しながら試合を行ったりする姿を  
見ていると続けてきてよかったと  
感じます。

今後、新型コロナウイルスが収  
束することを期待して、婦人球技  
大会も含めて、開催していきたい  
と考えています。行事の再開を心  
待ちにしている皆さんにも、ぜひ  
参加していただきたいと思いま  
す。

このように、自治会は地域のた  
めにさまざまな取り組みを行って  
います。あなたも、地域の一員と  
して自治会活動に参加してみま  
せ  
んか。

#### 問い合わせ

自治振興課 ☎0829-1134

## 消費者

### 「保険金が使えない」という 住宅修理サービスにご注意！

#### 【相談内容】

突然、Aさんの自宅に「お宅の  
瓦が傷んでいるように見えた。保  
険金を使えば自  
己負担は一切か  
からず屋根の修  
繕ができるので  
点検したい」と  
業者が訪問して  
きました。

Aさんが点検  
を了承すると、  
業者は屋根に上り撮影した写真を  
Aさんに見せました。写真には、  
瓦が割れ、ひびが入っている様子  
が写っており、「このままでは雨漏  
りするかもしれない。すぐに工事  
をしたほうがいい。」と言われまし  
た。



さらに「保険の申請は無料で代  
行する」とせかされ、詳細な見積  
もりや契約内容などをよく確認し  
ないまま、約60万円の契約をし  
てしまいました。

しかし、よく考えると瓦の状態  
に対して工事代金が高いことや工  
事内容がいまいちなまま契約した  
ことから、不安になり、やめたい  
と業者に連絡したところ高額な解  
約料を請求されてしまいました。

#### 【アドバイス】

■すぐに契約しない！

「火災保険が使えないので負担は  
ない」「無料で保険の申請代行を  
する」などと勧誘されても、すぐ  
に契約しないようにしましょう。

■保険は自身で確認を！

保険の適用対象となるか、申請  
はどのようにするかは、業者まか  
せにせず、ご自身で加入している  
保険会社に確認しましょう。

■複数の業者から見積もりを！

点検を依頼した場合でも、結果  
をうのみにせず、別の専門家など  
に確認して、複数の見積もりを取  
りましょう。

■フリーリング・オフで契約解除を！

訪問販売（点検商法）での契約  
は、法定の契約書面を受け取って  
から8日以内であればフリーリン  
グ・オフができます。契約の内訳  
が不明であるなど書面に不備があ  
るときは、8日を過ぎても契約を  
解除できる場合があります。

困った時は消費者センターに相  
談してください。

#### 問い合わせ

消費者センター ☎0829-1234

## ((( オンライン )))

### イベント当日までの流れ

特設ホームページで企業の情報をチェック



1/15(金)まで 興味のある企業に申込



1/16(土)以降 申し込んだ企業から連絡



1/23(土) オンライン交流

### 参加企業 26 社

### 参加無料

オンラインでの地元企業研究会「オンライン長崎おしごと〜く」を開催します！

就職活動が本格的に始まる前に、長崎の魅力ある企業とオンライン上で交流できるイベント。全国どこにいても参加できるので、お子さんやお友達など、就職を控えた学生の皆さんにぜひお知らせください！

詳細は、特設ホームページをご覧ください。

**対 象** 大学生、大学院生、短大生、専門学校生など

**日 時** 1月23日(土) 午前10時～午後5時

**申込方法** 特設ホームページで

**申込期限** 1月15日(金)



詳細は  
特設ホームページで  
チェックして  
ください！

就活が本格的に始まる前に  
長崎おしごと〜くで  
企業と話そう！

●問い合わせ●  
産業雇用政策課  
☎ 829-1313

## 地域の防災力の向上にご協力いただく皆さんを募集します！

どんな  
ことを  
するの？

- ◆災害の特性、気象、救急救命などの講習を受け、防災知識と技能を身に付けます。
- ◆家庭や地域、学校、職場などあなたの身近な場で防災意識の向上に取り組みます。

サポーター  
になるには？

- 対 象** 市内にお住まいか通勤、通学しているかた
- 日 時** 2月21日(日) 午前9時25分～午後5時30分
- 場 所** 消防局(興善町)
- 内 容** 防災知識に関する講習、救急救命に関する実技講習
- 定 員** 30人(定員になり次第締め切り)
- 申込方法** 市ホームページの申請書を防災危機管理室へ提出
- 申込期間** 1月12日(火)～25日(月)
- その他** 受講後、認定書を交付します。



※写真は全てイメージ



防災サポーターに  
なってください！

あなたのサポートが必要です  
「ながさき防災  
サポーター」募集

●問い合わせ●  
防災危機管理室  
☎ 822-0480

〈 告 告 〉

2月1日から  
スタート!

# LINE Pay や PayPay (スマートフォン決済アプリ) で 市税などの納付が できるようになります!

LINE Pay

PayPay

納付対象

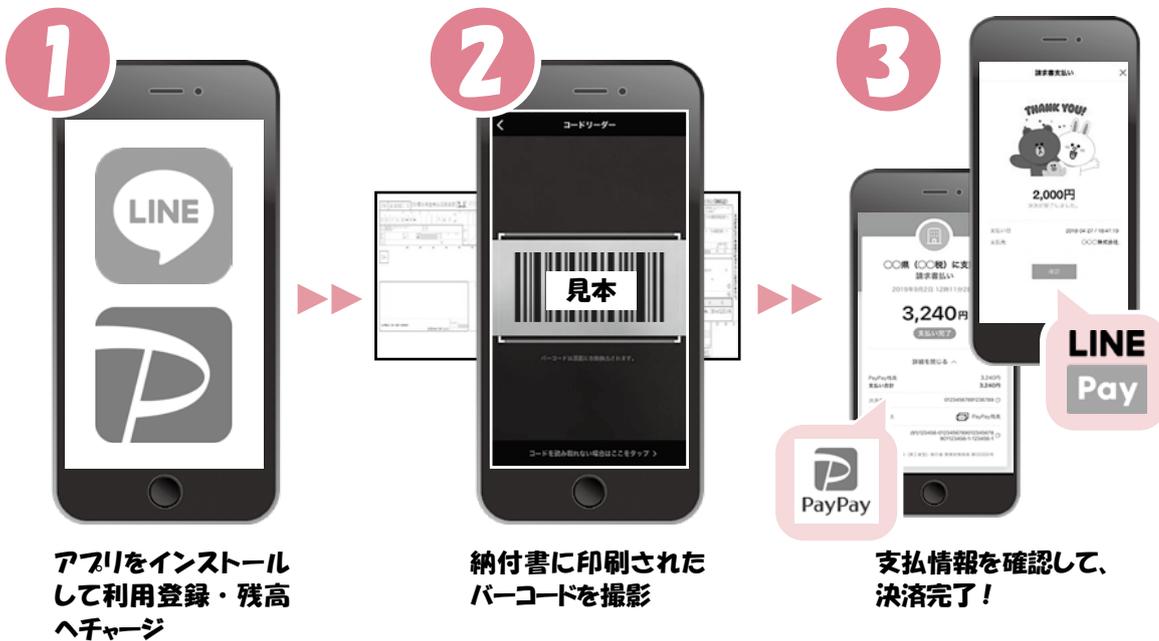
1. 固定資産税 (土地・家屋)
2. 固定資産税 (償却資産)
3. 市・県民税
4. 軽自動車税 (種別割)
5. 国民健康保険税
6. 介護保険料
7. 後期高齢者医療保険料
8. 保育料
9. 市営住宅家賃・駐車場使用料

※ 9 は住宅課 (☎ 829-1185) へお尋ねを。

金額など

- ・バーコードが印刷されている納付額が **30万円以下**の納付書が対象です。
- ・納 (支払) 期限を過ぎて  
いる納付書は利用不可。

自宅でも外出先でも納付が可能に  
スマホでもっと便利に!



## 注意事項

- ・決済手数料は無料。ただし、インターネット利用時の通信料は利用者負担。
- ・領収証書は発行されないので、アプリ内の取引履歴でご確認ください。
- ・納付書 1 枚ごとに手続きが必要。一度手続きをすると、それ以降の納期分が自動的に決済されるものではありません。
- ・納付手続き完了後、納付の取り消しを行うことはできません。



※詳しくは、市ホームページで。

詳しい利用方法は、各アプリ事業者のホームページでご確認を。



LINE Pay



PayPay

●問い合わせ●  
収納課  
☎ 829-1130

〈 広告 〉

対=対象 日=日時 期=期日・期間 時=時間 曜=曜日  
 所=場所 内=内容 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 問=問い合わせ

## 社会保険料控除

収納課 ☎ 829-1130

国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料は、確定申告や市・県民税申告の際に、社会保険料控除の対象になります。納付確認書<sup>(※)</sup>が必要な場合は事前に申請してください。

年金（非課税年金を除く）から天引きされている保険料は、日本年金機構などから1月に送付される源泉徴収票が申告に使用できます。口座振替で納付している保険料は、1月中旬に送付される口座振替納付済通知書が申告に使用できません（年金天引き・口座振替で納付しているかたの納付確認書は1月中旬から発行可能）。

※国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の納付確認書

持 被保険者が申請する場合… 身分証明書  
 / 代理人が申請する場合… 委任状と代理人の身分証明書

申 地域センター、地区事務所にある申請書に必要書類を添えて提出。

他 介護サービス利用料のうち医療費控除の対象になるものがあります。詳しくは、ご利用の居宅介護支援事業所か介護保険施設、介護保険課（☎ 829-1163）へ。

## 国民健康保険税の申告

国民健康保険課 ☎ 829-1226

郵送、窓口で受け付けます。申告が必要と思われる世帯には、**1月下旬に申告書を送付**します。詳しくは、広報ながさき2月号でご確認ください。

## 確定申告相談

長崎税務署 ☎ 822-4231

場所	期間	時間
NBC 別館1階 (上町)	2/15 (月) ～ 3/15 (月)	9:00～16:00

※土・日・祝日は休み。ただし2/21(日)・28(日)は開設。

※無料駐車場がないので公共交通機関でご来場を。  
 ※2/15(月)～3/15(月)は、長崎税務署での申告相談はできません。

申告会場の混雑回避のため、入場するためには入場時間が指定された「入場整理券」が必要です。「入場整理券」の配付状況に応じて、早めに受け付けを終了することがあります。

【入場整理券の入手方法】

- ①会場で当日配付
- ②オンラインで事前発行  
(詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。)



国税庁HP

## 公的年金等の

## 源泉徴収票の送付

中央地域センター ☎ 829-1137

国民年金や厚生年金の老齢（退職）を支給事由とする公的年金は、所得税などの課税の対象になります。令和2年中に老齢年金などを受給されたかたには、1月下旬に日本年金機構から、確定申告などの際に必要な「公的年金等の源泉徴収票」が送付されます。源泉徴収票の再発行やその他のお問い合わせは、ねんきんダイヤル（☎ 0570-05-1165）へ。

共済組合の年金を受給されている場合は、各共済組合へお尋ねください。

〈 広告 〉

# 市・県民税の申告などのお知らせ

申告はお早めに

※ 1…昨年までの北公民館から変更。

※ 2…昨年までの長浦事務所から変更。

※ 3…土・日・祝日を除く。

	受付場所	期日 (※3)	受付時間
	NBC別館2階 メディア・ツー	3/1(月)～15(月)	9:00～16:00
中央総合事務所管内	田手原公民館	2/1(月)	10:00～12:00
	長崎西彼農業協同組合 日吉営業所	2/1(月)	
	大崎公民館	2/1(月)	
	小ヶ倉地区ふれあいセンター	2/2(火)	10:00～16:00
	茂木地区公民館	2/4(木)	10:00～16:00
		2/5(金)	10:00～12:00
	式見地区ふれあいセンター	2/12(金)	10:00～16:00
	トセピアホール(トセピア2階) (※1)	2/16(火)～18(木)	
	南公民館	2/19(金)	
	小榊会館	2/19(金)	
	西公民館	2/22(月)	
	滑石地区ふれあいセンター	2/24(水)～26(金)	
	緑が丘地区ふれあいセンター	2/24(水)	
	福田地区公民館	2/25(木)	
	手熊地区ふれあいセンター	2/26(金)	
東総合事務所管内	戸石地区公民館	2/1(月)	10:00～16:00
	東公民館	2/9(火)・10(水)	
	古賀地区市民センター	2/10(水)	
	日見地区公民館	2/12(金)	
北総合事務所管内	三重地区公民館	2/3(水)	10:00～16:00
	西樫山公民館	2/8(月)	10:00～12:00
	琴海北部研修センター	2/15(月)・16(火)	10:00～16:00
	三重地区市民センター	2/19(金)	10:00～16:00
	池島開発総合センター	2/22(月)	11:30～14:30
		※荒天時は3/9(火)	
	琴海文化センター (※2)	2/25(木)・26(金)	10:00～16:00
	琴海南部文化センター	3/1(月)～10(水)	
	黒崎地区公民館	3/1(月)	
	出津地区公民館	3/8(月)	
ふるさと交流センター	3/11(木)・12(金)		
南総合事務所管内	三和地域センター	2/1(月)～18(木)	10:00～16:00
	深堀地区ふれあいセンター	2/5(金)	
	南部市民センター	2/8(月)・9(火)	
	香焼地域センター	2/17(水)～19(金)	
	黒浜公民館	3/2(火)	10:00～12:00
	木場公民館	3/2(火)	14:00～16:00
	高島地域センター	3/3(水)	10:00～14:00
		※荒天時は3/5(金)	
	高浜地区公民館	3/3(水)	10:00～16:00
	伊王島地域センター	3/4(木)	
	野母崎樺島地区公民館	3/4(木)	
	脇岬地区公民館	3/5(金)	
野母崎地域センター	3/9(火)～12(金)		

新型コロナウイルス感染防止のため  
郵送の申告にご協力をお願いします

## 市・県民税の申告

市民税課 ☎ 829-1427

左表の会場で受け付けます。

なお、令和2年度の申告をしたかたのうち、所得があったかたには**1月下旬に申告書を送付します(非課税のかたを除く)**。

**対**①②のいずれかのかた ①令和3年1月1日現在、長崎市に住所があり、令和2年中に所得があったかた ②長崎市に住所がなくても、令和3年1月1日現在、市内に事務所・事業所・家屋敷があるかた

《次のいずれかのかたは申告不要》

- ・勤務先から市役所に給与支払報告書が提出されるかたで、給与以外の所得がない
- ・公的年金、恩給以外に所得がなく、㉗か㉘に該当する ㉗ 65歳以上(昭和31年1月1日以前生まれ)で年金収入が151万5千円以下 ㉘ 65歳未満で年金収入が101万5千円以下
- ・税務署に確定申告をするかた

**持** ㉙印鑑 ㉚マイナンバーカードかマイナンバー確認書類(マイナンバーの記載がある住民票または住民票記載事項証明書など)と本人確認書類(運転免許証、公的医療保険の被保険者証など) ㉛前年中の所得が分かるもの(給与所得者・年金受給者は源泉徴収票。営業・農業収入などがあるかたは収支内訳書など) ㉜社会保険料の領収書、口座振替納付済通知書または納付確認書 ㉝生命保険料の控除証明書 ㉞地震保険料の控除証明書 ㉟その他控除に必要なもの(障害者手帳、医療費の明細書など)

**他**新型コロナウイルス感染防止のため、申告会場の入場制限をする場合があります。所得税の簡易な還付申告(医療費控除など)も受け付けますが、内容によっては、NBC別館(所得税確定申告相談会場。受付期間などは右欄の「確定申告相談」参照)での申告をご案内する場合があります。2/1(月)～3/15(月)は、市民税課窓口(本館2階)では、令和3年度の申告は受け付けません。

〈広告〉

## 福祉・健康



**悪質商法の被害にあわないために**

障害福祉センター ☎842・2525

**対**障害のあるかたと家族 **日**2月17日  
(水)午後1時30分～3時 **所**もりまち  
ハートセンター **内**被害にあわないた  
めの事例や対処法などの紹介 **定**30人  
**費**無料 **申**住所、氏名、年齢、電話番号、  
講座名、障害の種類を書いて、FAX(842・  
2568)で。電話か窓口でも可。 **申**期  
限2月5日(金)

**障害者アート作品展**

障害福祉課 ☎829・1141

絵画や工作などを展示します。 **期**2月  
3日(水)～7日(日) **時**午前10時～  
午後8時 ※7日は午後3時まで **所**長  
崎県美術館 **費**無料

**生活援助サービス従業者養成**

**及び現任研修**

高齢者すこやか支援課 ☎829・1146

ヘルパーなどの資格がなくても2日間  
の研修を受講することで、サービス事  
業所に所属し、「掃除・買い物・調理・  
洗濯」などの家事支援の仕事に従事で  
きます。研修を受けたことがあるかた  
も再度、受講可。 **対**16歳以上の市民(介  
護経験不問) **日**①2月9日(火)午前10  
時30分～午後4時 ②2月10日(水)午前  
10時～午後4時 ※全2回 **所**アマラン

又 **定**60人 **費**無料 **申**2月4日(木)  
までにあじさいコール(☎822・8888  
8)へ電話で。

**高額療養費の支給申請**

国民健康保険課 ☎829・1136

申請には支払った医療費の領収書の原本  
が必要です(原本は返却します)。※確  
定申告などで使用する際は原本を手元  
に残しておいてください。 **所**(受付)地  
域センター **持**国民健康保険被保険者  
証、領収書が支払証明書(コピー不可)、  
世帯主の預金通帳、マイナンバーが分か  
るもの **他**条件によっては申請しても支  
給がない場合があります。

## 講演・講座



**中央公民館講座**

中央公民館 ☎825・1948

いずれも、**所**中央公民館 **申**往復はがき  
に、住所・氏名(返信用のあて名も)、  
年齢、電話番号、講座名を書いて、長崎  
市中央公民館(〒850-0874 魚  
の町5-1)へ。市民会館ホームページ  
か窓口でも可(返信用はがきを持参)。

**申**(期限)1月19日(火)

◆**原語でチャレンジ! 声楽曲** オペラ

アリアをイタリア・ドイツ語の原語で

歌ってみませんか? **期**2月2日・9日・

16日、3月2日・9日 ※全5回 **時**午後

1時30分～3時30分 **曜**火曜日 **定**30

人 **費**無料

◆**子育てママのお魚おろし方教室** **対**  
乳幼児のお子さんがあるかた **日**2月  
3日(水)午前10時～正午 **定**24人 **費**  
200円(材料費) **他**託児(1歳～就  
学前)を希望のかたは、申込時にお知ら  
せください。

◆**らくらくストレッチ** **期**2月5日・12  
日・19日・26日、3月5日 ※全5回 **時**午  
前10時～正午 **曜**金曜日 **定**40人 **費**  
1000円

◆**さわやか体操** **期**2月5日・12日・19  
日・26日 ※全4回 **時**午前10時～11時30  
分 **曜**金曜日 **定**30人 **費**500円

◆**唱歌と叙情歌の世界を歌おう** **期**2  
月10日・17日・24日、3月3日・10日 ※全  
5回 **時**午前10時～正午 **曜**水曜日 **定**  
30人 **費**1100円(歌集代)

**西公民館講座**

西公民館 ☎861・5919

いずれも、**所**西公民館

◆**レクボッチャを楽しもう** **期**1月19  
日(火)・26日(火)、2月2日(火) ※全3  
回 **時**午前10時～正午 **定**20人 **費**無

料 **申**1月5日(火)～16日(土)まで

に電話で。窓口かホームページでも可。

**他**運動できる服装で。

◆**つるでカゴ作り** **期**1月20日(水)・27  
日(水)、2月3日(水) ※全3回 **時**午

前10時～正午 **定**15人 **費**2400円

(受講料・材料費) **持**剪定ばさみ、ごみ

袋(大)、メジャー、バスタオル、洗濯ば

さみ(大)、マイナストライバー **申**1月

5日(火)～16日(土)までに電話で。窓

口かホームページでも可。

◆**つるでカゴ作り** **期**1月20日(水)・27  
日(水)、2月3日(水) ※全3回 **時**午  
前10時～正午 **定**15人 **費**2400円  
(受講料・材料費) **持**剪定ばさみ、ごみ  
袋(大)、メジャー、バスタオル、洗濯ば  
さみ(大)、マイナストライバー **申**1月  
5日(火)～16日(土)までに電話で。窓  
口かホームページでも可。

〈 告 告 〉

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

## 長崎文化時間「観る文学×聴く演劇」

文化振興課 (☎ 842-3782)

### ■観る文学

樋口一葉の「大つごもり」をリーディング形式で上演。  
**対**市内にお住まいか通学しているかた **期**2月11日(祝) **時**①午前11時～正午 ②午後3時～4時 **所**心田庵 **定**各25人 **費**無料 **申**1月31日(日)までに市ホームページで。

### ■聴く演劇(ラジオ放送)

江戸川乱歩の「算盤が恋を語る話」「人間椅子」のリーディング公演の模様をFM長崎(79.5MHz)で放送。  
**日**1月24日(日)午後7時～7時55分

◆英語で親子でおもてなし **対**5歳以下小学生までのお子さんと保護者(祖父母可) **期**2月6日(土)・13日(土)・20日(土) ※全3回 **時**午前10時～正午 **定**8組(1組3人まで) **費**無料 **申**1月5日(火)～29日(金)までに電話で。窓口かホームページでも可。  
 ◆人権啓発研修会 **日**2月2日(火)午後1時30分～3時 **テ**みんなで！コ罗纳を正しく知る講座 **費**無料 **申**不要

講演・講座  
**魚のおろし方教室**  
 南公民館 ☎ 825・0295  
**日**2月13日(土)午前10時～午後0時30分 **所**南公民館 **定**16人 **費**200円 **持**エプロン、三角巾、手ふき、食器用ふきん **申**往復はがきに、住所・氏名(返信用のあて名も)、年齢、性別、電話番号、講座名を書いて、長崎市南公民館(〒850-0936 浪の平町7-19)へ。ホームページか窓口でも可(返信用はがきを持参)。 **申**(期限)1月30日(土)必着

◆国際理解講座 **期**①1月20日(水) : こんなに違う? 特別な少数民族文化 in 中国雲南省 ②1月25日(月) : Hello New Year! アメリカのお正月の習慣を紹介! ③1月28日(木) : 「見知らぬ靴が玄関に…」チョヨンと韓国の厄払い **時**午後6時30分～7時30分 **所**長崎ブリックホール **費**無料 **申**不要

講演・講座  
**国際理解を深めよう**  
 国際課 ☎ 829・1113

講演・講座  
**普通救命講習Ⅲ**  
 北消防署 ☎ 848・0119

**日**1月17日(日)午前9時30分～午後0時30分 **所**北消防署 **内**小児・乳児に対するAEDを使った心肺蘇生法、止血・気道異物除去法などの講義と実技 **定**20人 **費**無料 **申**1月16日(土)までに電話で。

◆多文化共生セミナー 行政書士が「外国人の雇用と就職」をテーマに就労に関する諸手続きなどを分かりやすく説明します。 **日**1月14日(木)午後2時30分～3時30分 **所**長崎ブリックホール **費**無料 **申**不要 **他**午後2時30分～4時30分に個別の国際法務相談あり。英・中・韓国語での相談は事前に電話で申し込みを。

講演・講座  
**冬バラの育て方教室**  
 植木センター ☎ 837・8182

**対**20歳以上のかた **日**1月24日(日)午前9時～正午 **所**植木センター **定**30人 **費**無料 **申**往復はがきに、住所・氏名(返信用のあて名も)、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(返信用はがきを持参)。 **申**(期限)1月16日(土)

講演・講座  
**お家でとらふぐを食べよう!**  
 水産農林政策課 ☎ 820・6562

自宅で簡単に作れるとらふぐ料理を学びませんか? **日**2月17日(水)午前10時30分～午後2時 **所**西部ガスショールームヒナタ長崎 **定**24人 **費**2500円 **申**住所、氏名、生年月日、電話番号、講座名を書いて、西部ガスショールームヒナタ長崎へ(827・8551)で。ホームページや窓口でも可。  
**申**(期限)2月3日(水) **問**西部ガスショールームヒナタ長崎(☎ 827・8501)

講演・講座  
**バレнтаインエコクッキング**  
 サステナプラザながさき ☎ 895・5541

バレнтаインにピタリ! チョコレートを使ったお菓子を作ります。 **対**中学生以上 **期**1月30日(土)午前10時30分～正午 **所**サステナプラザながさき **費**無料 **持**手拭き **申**氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、FAX(895・5521)で。電話でも可。 **申**(期限)1月26日(火)

< 広告 >

※新型コロナウイルス感染症対策のため、掲載しているイベントが中止・延期および施設の休館・業務縮小となる場合があります。

特集  
 市政  
 市民  
 生活情報  
 プレゼント  
 健康  
 子育て  
 福祉  
 講演講座  
 もよおし  
 おしらせ  
 募集

NET119緊急通報システム  
登録説明会

消防局指令課 ☎822-0461

会話に不自由なかが、スマートフォンなどを用いて音声によらない119番通報を行えるシステムの登録説明会です。対長崎市・長与町・時津町にお住まいか通勤・通学しているかたで、聴覚、言語機能に障害があるかたや音声による通報に不安があるかた 期2月28日(日) 時①午前10時～午後0時 ②午後1時～4時 所消防局(興善町) 費無料 申消防署、出張所、地域センター、市ホームページにある申込書を提出。申(期限)2月21日(日) 他会場には手話通訳者がいます。

講演・講座

## ガーデニング体験教室

いこいの里管理センター ☎841-1911

多肉植物の育て方・植え方教室を開催します。期1月24日(日) 時①午前10時30分～正午 ②午後1時30分～3時 所休憩所(街のエリア) 定各10組(1組4人まで) 費1組500円 申事前に電話で。

講演・講座

## アマランスの講座

男女共同参画推進センター ☎82660018

いずれも、費無料 申電話か窓口、市民会館ホームページで。他一時保育(1歳～就学前)希望のかたは、開催日の1週間前までにお申し込みを。

◆ネパールの女性とビジネス～経済的

## 自立のヒントがここに

日1月30日

(土)午後1時30分～3時30分 所アマ

ランス 定30人 申(期限)1月29日(金)

◆ガン生還者のお話と癒しのヨガ 日

2月6日(土)午後2時～4時 所市民

会館 定20人 申(期限)2月5日

(金) 他動きやすい服装で。

講演・講座

## 長崎文化時間 いけばな体験

文化振興課 ☎842-3782

対市内にお住まいか通学しているかた ※幼児は保護者同伴 期1月24日(日)

時①午前10時～11時 ②午後1時～2時 所長崎ブリックホール テマダム・バタ

フライ 定各21人 費無料 申往復は

がきに、住所・氏名(返信用のあて名も)、

学校名、電話番号、希望時間を書いて、

長崎市文化振興課「いけばな体験」係

(〒852-18104 茂里町2-38)へ。

応募は1枚につき1教室まで。

応募フォームでも可。申(期限)

1月12日(火)必着



講演・講座

## 深田晶恵さんオンライン講演

子育て中のお金の話

消費者センター ☎829-1500

対市内にお住まいか通勤しているかた

日2月6日(土)午後2時～3時30

分 定98人 費無料 申ホームページ

で。はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、

号、メールアドレス、講座名を書いて、

長崎市消費者センター(〒850-008

77 築町3-18)かFAX(829-151

1)でも可。申(期限)1月29日(金)

他オンラインはCisco Webex Meeting

を使用。

## もよおし



もよおし

## ひよこマルシェ

男女共同参画推進センター ☎82660018

「アマランスマルシェ」講座の卒業生がアフセサリーや雑貨、お菓子などを販売します。日1月23日(土)午前10時～午後4時 所WITHビル(浜町)

もよおし

## マダム・バタフライフェスティバル

文化振興課 ☎842-3782

いずれも、所長崎ブリックホール 間ながさきUTAOTO委員会(☎820-1081)

◆マダム・バタフライコンサート 日

1月24日(日)午後3時 費大人20

00円、大学生1000円、高校生以下

無料 申長崎ブリックホールチケットカ

ウンター、ながさきUTAOTO委員会

◆親子向けコンサート 対小学生以下

のお子さんと保護者 日1月23日(土)

午後2時 定150人 費無料 申

往復はがきに、住所・参加者全員の氏名

(返信用のあて名も)、年齢、電話番号を

書いて、ながさきUTAOTO委員会事務

局(〒850-00056 恵美須町4-5

2階)へ。申(期限)12月31日(木)必

着

◆たのシッフフェスティバル 日1月

23日(土)・24日(日) 内ハンドベル体

験教室、ワイズラリー、ミニコンサートなど

〈 広告 〉

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

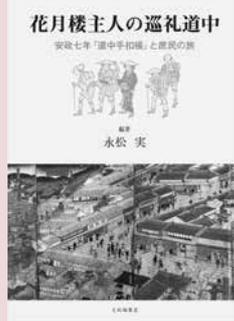
# 見てみんな! 図書館通信

## 今月のおすすめ本

「花月楼主人の巡礼道中」 永松 実 編著 / えぬ編集室

「江戸時代の旅」というと、何を思い浮かべますか?病気療養のための湯治や『東海道中膝栗毛』にも出てくるお伊勢参りでしょうか。

長崎の老舗遊郭「花月楼」の主人山口茂左衛門も、1860年に四国遍路と伊勢参宮の旅に出ています。『道中手扣帳』とはその旅の記録で、天気や宿代に至るまで事細かに記されています。本書では、この手扣帳をもとに、当時の庶民の旅を解説しています。江戸時代の旅を追体験してみませんか。



**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

いずれも、**費無料** **申不要**

定期上映会「劇団四季公演『ヴェニス商人』」

日 1月15日(金)・25日(月)の午後2時~4時5分、午後5時~7時5分

図書館俳句ポスト

1月の季語(お題)「寒」 **申**(期間) 1月6日(水)~31日(日)

小さい子向けおはなし会(2~4歳くらい)

日 1月14日(木)・28日(木)の午前11時~(各30分程度)

大きい子向けおはなし会(4歳くらい~)

日 1月24日(日)、2月7日(日)の午後3時~(各30分程度)

もよおし

文化振興課の催し

文化振興課 ☎842・3782

費無料 **申不要**

◆ラウンジコンサート 日 1月19日

(火)午後7時~ 所 長崎ブリックホール

内 きらら☆21(クラシックオペラ)、長崎居

留地男声合唱団女子部(合唱)、長崎居

留地男声合唱団(合唱) **費無料** **申不要**

◆ガラコンサート 日 2月21日(日)午

後3時~ 所 長崎ブリックホール **内**

(出演) 吉川健一(バリトン)、内夏美・堤

眞利恵(ソプラノデュオ)、山下賢裕(ピ

アノ)、富永果捺子(ソプラノ) **費**(前売

券)一般2000円、大学生以下50

0円/当日券)一般2500円、大

生以下1000円 **申**長崎ブリックホ

ールチケットカウンター、ローソンチケッ

ト **他**託児(1歳~就学前)希望のかた

は、2月3日(水)までに申し込みを。

◆長崎アートプロジェクト「ちそうの

学校」 「分らない」と身構えてしま

う人が多いアート。地域住民やゲストたち

とトークし、「分らないこと」を考える

きっかけをつくりませんか? YouTube

でライブ配信します。日 1月20日(水)

もよおし

映画「沈黙-サイレンス-」上映会

遠藤周作文学館 ☎0959・376011

日 1月31日(日)午後2時~4時40分 **所**

チトセピアホール **定**300人 **費無**

料 **申** 1月18日(月)までにあじさいコー

ール(☎822・8888)へ電話で。FAX(8

22・8850)でも可

もよおし

森林体験館の催し

森林体験館 ☎825・6705

いずれも、**所**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、イベント名を書いて森林体験館(〒

851-0241 茂木町1010-1)

へ。メールでも可。 **申**(期限) 1月29日

(金)必着

◆森をきれいに! 里山清掃 日 1月31日

(日)午前9時30分~11時30分 **持**軍手、

帽子 **他**動きやすい服装で。

◆アウトドアッキング~森でごはん

をつくらう~ **対**小学生以上 日 2月

7日(日)午前10時~午後2時 **定**30人

**費**500円

もよおし

企画展「長崎地役人横山家資料展」

シーボルト記念館 ☎823・0707

長崎の地役人を務めた横山家の資料寄

贈にあわせ、近世長崎を支えた地役人

(オランダ通詞・町司)の活動や暮らし

を紹介します。 **期** 2月5日(金)~3月

21日(日) ※月曜日休館 **所**シーボルト

記念館(鳴滝2丁目) **費**大人100円、

子ども50円 ※長崎市民などは無料。

< 広告 >

※新型コロナウイルス感染症対策のため、掲載しているイベントが中止・延期および施設の休館・業務縮小となる場合があります。

## STARSHIP スターシップ

科学館の催し  
〒852-8035 油木町7-2 ☎842-0505  
ホームページは「長崎市科学館」で検索



催し名など	内容
秋の企画展「てづくり科学工作展」(無料)	～1/31(日)9:30～17:00
スターシップフェスタわくわくサイエンスまつり	2/6(土)・7(日)10:00～16:00 無料
スライムまつり「みんなスライムでスマイル」	1/9(土)・10(日)・11(祝)10:00～16:00 有料
警察音楽隊ミニコンサートinプラネタリウム ※要申込	2/7(日) ①14:00～14:30 ②15:30～16:00 無料 ※中止となる場合があります。
シニア向けプラネタリウム 懐かしの名曲選 ※要申込	2/17(水)10:30～11:30 無料
プラネタリウムの夕べ(有料) ※要申込	星空のダイヤモンド 2/13(土)18:00～19:00
科学教室 ※2週間前までに 往復はがきで申し込み	「もののふしぎ大実験！べっこう飴を作ろう」 2/14(日)10:00～12:00 定員9組 500円 小学生以上
	観察しよう「パードウオッチングしよう」 2/21(日)10:00～12:00 定員18組 無料 小学生以上 (現地集合)川原大池 ※雨天中止

【休館日】1/12(火)・18(月)・25(月)・2/1(月)・8(月)

**もよおし**  
**日吉里山トレッキング**  
日吉自然の家 ☎824・5017

2月20日(土)午前9時30分～午後4時  
所 日吉自然の家 定 30人 費 500円  
申 往復はがきに、住所・氏名(返信用のあて名も)、年齢、電話番号、参加人数を書いて、日吉自然の家「トレッキング」係(〒851-1025 4 飯香浦町3715)へ。申(期限)2月6日(土)必着 他 小学生以下は保護者同伴。中高生は保護者の参加承諾書が必要。

**もよおし**  
**長崎をのへ**  
長崎国際観光「ペンション協会」 ☎811・0369

いずれも、申 電話かホームページ「長崎をのへ」でお申し込みください。申(期限)実施日3日前の午後5時 ※前日午後3時からキャンセル料がかかります。

**もよおし**  
**いにしえ鎌倉開府の歴史を支えた三浦一族を追って茂木を歩く**  
期 1月16日(土)、2月28日(日) 時 午前10時～午後0時30分 所(集合)茂木バス停 定 各15人 費 中学生以上1000円、小学生500円 他 昼食の予約可。

◆「犯科帳さるく」長崎奉行シリーズ本蓮寺編 日 1月23日(土)午前10時～午後0時15分 所(集合)長崎歴史文化博物館 定 20人 費 中学生以上800円  
◆受験の神様めぐり 日 1月24日(日)午後1時～4時 所(集合)光永寺山門前 定 25人 費 高校生以上2000円、中学生以下1000円 他 お土産付き

**もよおし**  
**カレンダー市あなたもできる国際協力**  
国際課 ☎829・1113

不要なカレンダーや手帳を販売し、収益金を発展途上国に寄附します。国際協力してみませんか？ 日 1月16日(土)午

前9時30分～午後4時 所 長崎県勤労福祉会館(桜町) 問 長崎県国際交流協会 ☎823・3931

**もよおし**  
**インタラクティブ8Kビューアー「原爆の絵」特別展示**  
被爆継承課 ☎844・3913

NHKと共同で制作したインタラクティブ8Kビューアー。市民が描いた「原爆の絵」を超高精密な8K画面に映し出し、タブレット操作で細部まで見ることができ展示です。期 1月23日(土)～29日(金) 時 午前9時～午後5時 所 長崎原爆資料館 費 無料 ※別途、入館料が必要。ただし、長崎市民などは無料。問 NHK長崎放送局 ☎821・1115

## おしらせ



**おしらせ**  
**就学通知書の送付**  
学校教育課 ☎829・1196

今年4月に小学校へ入学するお子さんがいる家庭へ、1月末に送付します。対平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれのかた 他 病弱などの理由で入学が心配なかた、外国籍で市立小学校へ就学希望のかたは、ご相談ください。

**おしらせ**  
**就学援助制度の受け付け**  
教育委員会総務課 ☎829・1191

今年4月に小学校へ入学するお子さんがいる家庭で、対象となるかたは、5万1060円(入学した子ども1人につき)の新

〈 告 告 〉

## 新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減ったかたへ 保険料などの減免

国民健康保険課 (☎ 829-1226)  
 後期高齢者医療室 (☎ 829-1139)  
 介護保険課 (☎ 829-1163)

**対**主たる生計維持者の令和2年中の給与収入、事業収入、不動産収入、山林収入のいずれかが令和元年中と比べ30%以上減少する見込みのかた **申**各担当課へ申請書などを提出。郵送可。詳しくはお尋ねください。 **申**(期限)3月31日(水)消印有効

入学用品費を受けることができます。  
**対**①③を全て満たすかた ①市内にお住まい ②生活保護を受給していない ③児童扶養手当を受けているかたや世帯の所得が基準以下など令和2年度の就学援助の要件を満たす **申**就学時健康診断の際に配布した申請書を提出。 **申**(期限)2月1日(月)

### おしらせ マイナンバーカードの休日交付

中央地域センター ☎ 829・1424  
 休日マイナンバーカードの交付、電子証明書の更新などの受け付けを地域センターで行います。 **対**「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書(はがき)」が届いているかた、電子証明書の更新対象(電子証明書の有効期限が3カ月未満)のかた **期**1月24日(日) **時**(中央)午前8時45分〜午後4時30分(西浦上)午前9時30分〜午後5時30分

時30分(東長崎・三和・琴海)午前9時〜午後5時 **所**地域センター(中央・西浦上・東長崎・三和・琴海) **申**(中央以<sup>外</sup>)1月15日(金)までに手続きをする地域センターへ予約を。  


### おしらせ 本人通知制度に登録しませんか

中央地域センター ☎ 829・1135  
 住民票や戸籍などの証明書を代理人や第三者に交付した後に、事前に登録したかたへお知らせします。※交付の可否を登録者に確認したり、請求者の住所、氏名などをお伝えしたりする制度ではありません。 **対**長崎市に住民登録や本籍があるかた **所**地域センター **持**マイナンバーカードなどの本人確認書類

### おしらせ 市民プールの休場日

各問い合わせ先  
**◆市民総合プール** **期**・**内**①1月1日(祝)〜3日(日)、毎週火曜日…全館、終日利用不可 ②1月24日(日)…25mプールのみ午前9時から午後1時まで利用不可 **問**市民総合プール(☎ 845・1212)

**◆市民神の島プール** **期**・**内**1月1日(祝)〜3日(日)、毎週水曜日…全館、終日利用不可 **問**市民神の島プール(☎ 865・2250)

### おしらせ 東工場への燃やせる粗大ごみ搬入停止

東工場 ☎ 830・2040  
**期**2月8日(月)〜12日(金) **内**植木、枝類、布団、カーペット類、木製家具、プラスチック製品など指定袋に入らないもの

の。他西工場は受け入れ可能。

### おしらせ 芸術文化活動への助成

文化振興課 ☎ 842・3782  
**対**(定例枠)次のいずれも満たす団体 ①舞台芸術や美術の継続的な活動を行うか鑑賞事業を行う ②市内に事務所と主な活動拠点がある ③令和2年度に助成を受けていない(合併地区枠)合併地区の文化協会か文化振興などを行う団体 **対**(事業)4月1日〜来年3月31日に市内で市民に広く公開する舞台芸術や美術の催しなど **対**(経費)会場使用料、舞台製作費、映像制作費など。 **内**(助成限度額)30万円 ※助成対象経費から、収入を差し引いた額の2分の1以内 **申**文化振興課、市役所本館案内所、地域センター、公民館、市ホームページにある要望書などを提出。 **申**(期限)2月24日(水)午後5時30分(必着)

### おしらせ 市有物件を貸し付けします

財産活用課 ☎ 829・1127  
 市有地6カ所を一般競争入札で貸し付けます。 **期**(貸付)4月1日〜来年3月31日 **内**元船町11番1ほか(1440・34m) / 出島町268番9ほか(260・69m) / 築町2番1の二部(17・34m) / 賑町2番2の二部(55・80m) / 賑町2番2の二部(55・60m) / 賑町2番2の一部(79・69m) **申**申込書に必要書類を添えて提出。 **申**(期間)1月18日(月)午後1時〜2月5日(金)午後2時 **他**(開札日時)3月15日(月)午前10時 **他**詳しくは市ホームページでご確認ください。

< 広告 >

**おしらせ**  
用途地域全体見直し(容積率緩和など)に伴う都市計画変更案の縦覧  
都市計画課 ☎829・1169

期 1月12日(火)～26日(火) ※土・日曜日を除く。時 午前8時45分～午後5時30分 所 都市計画課 内 用途地域、準防火地域と特別用途地区(大規模集客施設制限地区)の変更 他 期間中は、意見書の提出ができません。

**おしらせ**  
事業計画変更認可の縦覧  
土木建設課 ☎829・1166

期 令和10年3月31日まで 所 土木建設課 内 長崎都市計画(長崎国際文化都市建設計画)道路事業 3・3・163号 大黒町恵美須町線

**おしらせ**  
軍艦島資料館の休館  
観光政策課 ☎829・1152

長崎のもぎき恐竜パーク建設に伴い、3月18日(予定)まで休館します。

**おしらせ**  
茂里町仮設駐車場の廃止  
土木企画課 ☎829・1415

茂里町仮設駐車場を1月31日(日)で廃止します。回数券をお持ちのかたは、廃止日までにご使用ください。廃止日以降、未使用の回数券は、土木企画課で還付します。なお、2月1日(月)からは茂里町駐車場が開場します。

**おしらせ**  
医療従事者の届け出  
地域保健課 ☎829・1153

医療関係の資格を持っているかたは、2

年に1回、12月31日現在の氏名、住所などを届け出る必要があります。届出用紙は病院・診療所・薬局などに事前に配布していますが、必要なかたはご連絡ください。 対 ①市内にお住まいの医師、歯科医師、薬剤師 ②市内の医療機関などに勤務している保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技工士 申(期限) 1月15日(金)

## 大募集

**大募集**  
新たな文化施設市民ワークショップ  
文化振興課 ☎842・3782

対 市内にお住まいか、通勤・通学している高校生以上のかた 日 ①1月30日(土) 午前9時30分～11時30分 ②2月14日(日) 午後1時30分～3時30分 ③3月20日(祝) 午後1時30分～3時30分 ④4月18日(日) 午後1時30分～3時30分 ※全4回 所 長崎ブリックホール 定 30人 申 長崎ブリックホール、市役所本館案内所、地域センターにある申込書を提出。市ホームページでも可。 申(期限) 1月15日(金) 必着

**大募集**  
「まかせて会員」養成研修  
子育て支援課 ☎829・1270

子育ての援助を受けたい「おねがい会員」と、援助を行いたい「まかせて会員」が1時的な子育ての助け合いを行うファミリー・サポート・センターながさきで「まかせて会員」の養成研修を行います。 対

全て参加できるかた 日 ①2月16日(火) 午前9時50分～午後3時40分 ②2月17日(水) 午前9時30分～11時30分 ③2月18日(木) 午前10時～午後3時50分 ④2月19日(金) 午前10時～午後0時30分 所 アマランスほか 費 無料 申(期限) 1月27日(水) までに市保育会 ☎829・7714 か市社会福祉協議会 ☎829・6244へ電話で。

**大募集**  
市有墓地の利用者募集  
財産活用課 ☎829・1127

対 2年以内に墓石を建立する予定の市民 所 ①浦上墓地(上銭座町) ②昭和墓地(花丘町) ③住吉墓地(泉1・2丁目) ④家野墓地(家野町) ⑤香焼中央墓地(香焼町) ※申し込みが多数の場合は抽選 申 財産活用課、地域センター、総合事務所にある申込用紙を提出。 申(期間) 2月1日(月)～15日(月) 他 抽選は3月12日(金)

**大募集**  
市役所内弁当販売業者募集  
財産活用課 ☎829・1127

市役所本館と別館で弁当を販売する業者を募集します。案内と申込書は、市ホームページで入手できます。 期(販売) 4月1日～来年3月31日

**大募集**  
市営住宅の入居者の募集  
住宅課 ☎829・1185

住宅の申し込みに関することは、市営住宅指定管理者 ☎829・2989、☎829・2991へお尋ねください。 申(用紙) 1月26日(火)から市営住宅指定管

〈 告 告 〉

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  
 市民  
 生活情報  
 プレゼント  
 健康  
 子育て  
 福祉  
 講演・講座  
 もよおし  
 おしらせ  
 募集

対長崎市に原動機付自転車に登録しているか、3月31日(水)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(返信用のあて名も)、電話番号、排気量、希望ナンバー(下表の番号内に限る)、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、長崎市市民税課

排気量	希望可能	希望不可
50cc以下	え 51804~ え 54928	下2桁が42、44、49、94
90cc超~ 125cc以下	み 6619~ み 8285	※50cc以下は え 54219は不可。

**大募集**  
**出島型オリジナルナンバープレート「希望ナンバー」受付**  
 市民税課 ☎829・1133

理者窓口(桜町第2別館、三重地域センター、南総合事務所)、地域センター(中央を除く)、地域支援室、地区事務所、消費者センター、三重地区市民センター、アマランスで配布。市ホームページでも申込書の入手や空き物件の確認などができます。申(場所)県勤労福祉会館、市営住宅指定管理者窓口(桜町第2別館は除く)、地域センター(香焼、伊王島、高島、野母崎、三和、外海、琴海) 申(期間)2月2日(火)~4日(木) 他抽選会は2月10日(水)。入居は4月上旬。また、新型コロナウイルス感染症の影響で失業などにより退去を余儀なくされたかたへ市営住宅の提供を行っていますのでご相談ください。

**MINI ミニ情報**

**地デジ受信電波の障害発生**  
 1/21(木)から「携帯端末向け700MHz帯」の試験電波が発射されます。一部の地域で地上デジタル放送の映像に影響が出る可能性あり。異常が発生した場合、無料で回復作業を実施。  
 問700MHzテレビ受信障害対策コールセンター (☎0120-700-012、☎050-3786-0700)

**国の教育ローン**  
 高校、大学などへの入学時、在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度。  
 問教育ローンコールセンター (☎0570-008656、☎03-5321-8656)

**医師の子育て応援「保育サポーター」募集**  
 県内の医師の育児支援を行う「保育サポーター」養成のため、個別のDVD研修(2時間)を1/12(火)、1/22(金)に長崎大学病院で開催(自宅受講可)。各日同一内容。受講日の変更可。参加無料。資格不問。電話かメールで申し込みを。  
 問長崎大学病院メディカル・ワークライフバランスセンター (☎819-7979)

その他の情報はこちらから!



いづれも、対市内にお住まいか、通勤・通学しているかた、納税義務者、本件に利害関係のあるかた 申閲覧場所にある意見提出用紙を郵送、ファクスなどで提出。市ホームページ内の提出フォームでも可。他匿名や電話は不可。

**大募集**  
**長崎市犯罪被害者等支援条例骨子(案) 犯罪被害者などを支援するための基本事項に関する意見を募集します。所(閲覧)自治振興課、市役所本館1階市政資料コーナー、地域センター、市ホームページなど 申(期限)1月15日(金)**

「希望ナンバー」係(☎8500-8685 桜町2-22)へ。※1台につき1つの希望ナンバーに限る。申(期限)2月26日(金)必着 他結果は3月上旬に通知。同一ナンバーに複数の応募がある場合は抽選。

**大募集**  
**ご意見を募集します (パブリックコメント)**  
 各問い合わせ先

**大募集**  
**代替給食調理員(日々雇用)の募集**  
 教育委員会総務課 ☎829・1191

対任用時の年齢が18歳以上の市民(学生を除く)。所市立小・中学校、学校給食共同調理場 内(勤務)1日7時間15分以内の学校給食調理業務 申履歴書を教育委員会総務課(☎8500-8685 桜町2-22)へ提出。他履歴書は返却しません。他履歴書には代替給食調理員希望と明記すること。勤務が必要な場合は学校などから連絡があります。

問自治振興課(☎829・1211)  
**第2期長崎広域連携中枢都市圏ビジョン(素案) 結びつきが強い長崎市、長与町、時津町を活力と魅力にあふれる圏域とするための計画に関する意見を募集します。所(閲覧)都市経営室、市役所本館1階市政資料コーナー、地域センター、市ホームページなど 申(期間)1月6日(水)~2月5日(金) 問都市経営室(☎829・1111)**

< 広告 >

※新型コロナウイルス感染症対策のため、掲載しているイベントが中止・延期および施設の休館・業務縮小となる場合があります。

# 新型コロナウイルス感染症のお知らせ

## 感染リスク が高まる 5つの場面

### 飲食を伴う懇親会



回し飲みや  
箸などの共有

### 大人数や長時間の飲食



5人以上の飲食で  
大声に

### マスクなしでの会話



マスクなしでの  
昼カラオケなど

### 狭い空間での共同生活



寮の部屋やトイレ

### 居場所の切り替わり



休憩室、喫煙所  
更衣室など

## いつでも マスク!

手洗い・消毒・3密回避などの  
基本的な感染症対策も忘れずに!



## 感染リスクを下げながら会食を楽しみましょう

- ▶ 飲酒は ①小人数・短時間で ②なるべく普段一緒にいる人と ③深酒・はしご酒を控える
- ▶ 席の配置は斜め向かいに ▶ 箸やコップは使い回さず一人ひとりで
- ▶ 会話するときはマスクを ▶ 体調が悪い人は参加しない
- ▶ 適切な換気などの工夫をしているお店で



詳しくは内閣官房  
ホームページで

### 《発熱などの症状があるかた》

まずは、かかりつけ医などの身近な医療機関に電話で相談ください。

かかりつけ医がないかた、またはどこに相談していいかわからないかたは

長崎県 受診・相談センター ☎0120-409-745(平日・休日問わず24時間対応)へ。