

健康・福祉

健康と福祉の講座・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。

| 講座名 | 期日 | 時間 | 場所 | その他 |
|------------------------------|---------|------------------------|-------------------|--|
| ひきこもり家族学習会 「ひきこもり経験者と座談会」 | 7/19(※) | 14:00~16:00 | 市民会館 | 対 6カ月以上ひきこもり状態のかたの 家族 間 ① |
| 臨床心理士による こころの健康相談 | 7/20(※) | 9:00~、10:00~ 11:00~ | 市役所11階 相談室 | 他 家族の相談も可 間 ① |
| 認知症の人と家族の会 (あじさい会) つどい | 7/25(※) | 13:00~15:00 | もりまちハートセンター | 間 ② |
| ヘルスアップひがし 「体操・足指力測定・講話」 | 7/25(※) | 14:00~16:00 | 東部地区にこここセンター | 定 30人 持 室内シューズ 締 7/18(火) 間 ③ |
| よろず介護教室「実践・講話」 | 7/27(※) | 9:30~12:30 | 三重地区公民館 | 対 市民で在宅介護をしているかた 定 20人 間 ④ |
| 家族介護教室 「癒しのアロマケア」 | 7/29(±) | 10:00~11:30 | 小江原地区 ふれあいセンター | 対 市民 定 20人 締 7/28(金) 間 ⑤ |
| 肺年齢測定とたばこに関する 相談会 | 7/30(日) | 10:00~12:00 | 南部市民センター | 対 市民(肺年齢測定は40歳以上) 定 12人 締 7/27(木) 間 ⑥ |
| 体カテスト | 8/5(±) | 10:00~12:00 | 市民会館 | 対 20~79歳のかた 定 70人 持 室内シューズ 申 不要 間 ⑦ |

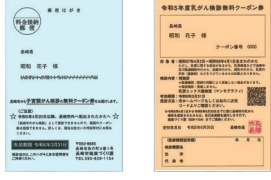
①精神保健相談ダイヤル(☎829-1311) ②認知症の人と家族の会(☎845-2180)
 ③地域福祉課(東)(☎813-9001) ④三重・外海地域包括支援センター(☎860-1100)
 ⑤小江原・式見地域包括支援センター(☎848-1222) ⑥健康づくり課(☎829-1154)
 ⑦スポーツ振興課(☎824-3728)

国民健康保険加入者の
限度額認定証の更新

国民健康保険課 ☎829-1136
 「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関の窓口で提示すると、支払いが高額医療費の自己負担限度額までになります。現在交付している認定証の有効期限が7月末で、引き続き必要な場合は8月以降に窓口で手続きをしてください。
 8月中に手続きをすると8月1日から適用されます。8月初旬は混みありますので、時間に余裕を持って来ててください。
 所 地域センター
 持 国民健康保険証、マイナンバーが分かるもの

クーポン券が届いたら
無料のがん検診を受けよう

健康づくり課 ☎829-1154
 7月上旬に無料クーポン券を送付します。この機会に受診しましょう。
 対 【子宮頸がん検診】平成14年4月2日~15年4月1日生まれのかた
 【乳がん検診】昭和57年4月2日~58年4月1日生まれのかた
 日 来年3月31日(日)まで
 他 クーポン券が届く前に受診した場合は自己負担額を返金しますので、ご連絡ください。



介護予防ボランティア
養成講座

地域福祉課(中央) ☎829-1429
 介護を受けず、元気に過ごせるように高齢者をサポートするボランティアを募集。
 対 40歳以上の市民
 日 8月3~17日(※)
 時 午前9時30分~午後0時30分
 所 市役所2階 多目的スペース
 定 30人
 締 7月21日(金)
 他 動きやすい服装で参加を。8月下旬に高齢者サロンで実技実習あり。
 間 あじさいコール(☎822-8888)

〈広告〉

時 (受付)平日 8:30~17:15

健康保険証 (特定健診は国民健康保険証と受診券)、無地のTシャツ (肺がん・胃がん) バスタオル (子宮頸がん・乳がん)

けんしん予約センター (☎ 0120-611-711)

(歯科健診のみ) 口腔保健支援センター (☎ 829-1436)

定員に達し次第、受付終了。最新のけん診予定は、市ホームページで。



| 日時 | 会場 | がん検診 | | | | | | | | | 予約受付 | | |
|---------|-------------|-----------------|------------|---|----|---|-----|---|-----|------|------|-----------|-----------|
| | | 国保 特定健診 | 後期 健康診査 | 肺 | 大腸 | 胃 | 子宮頸 | 乳 | 前立腺 | 歯科健診 | 開始日 | 終了日 | |
| 8/22(火) | 9:45~11:45 | 野母地区公民館 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | 7/24 月 | 7/28 金 |
| | 13:15~14:15 | | | | | | | | | | | | |
| 8/23(水) | 9:45~11:45 | 脇岬地区ふれあいセンター | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | |
| 8/24(木) | 9:30~12:00 | 琴海さざなみ会館 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | | | |
| 8/28(月) | 9:45~11:45 | 南部市民センター | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | 7/31(月) | |
| | 13:15~15:15 | | | | | | | | | | | | |
| 8/29(火) | 9:30~11:30 | 琴海文化センター | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | | 8/1 火 | 8/3 水 |
| | 14:00~15:00 | 才木公民館 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | | | | |
| 8/30(水) | 9:45~11:45 | 高浜地区公民館 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | |
| | 13:15~14:45 | | | | | | | | | | | | |
| 8/31(木) | 9:45~11:45 | 野母崎樺島地区ふれあいセンター | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | |
| 9/1(金) | 9:30~11:30 | 琴海南部文化センター | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | ○ | | |
| | 13:00~15:00 | | | | | | | | | | | | |
| 9/4(月) | 9:45~11:45 | 黒浜公民館 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | 8/3 水 | 8/9 水 |
| | 13:45~14:45 | 野母崎木場公民館 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | | | | |
| 9/5(火) | 9:45~11:45 | 緑が丘地区ふれあいセンター | ○ | ○ | | ○ | | | | ○ | | | |
| | 13:15~14:30 | | | | | | | | | | | | |
| 9/6(水) | 9:30~11:00 | JA長崎せいひ日吉営業所 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | |
| | 13:30~15:00 | 茂木地区ふれあいセンター | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | | | | |
| 9/7(木) | 9:30~11:00 | 千々公民館 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | 8/4 金 | 8/10 水 |
| | 13:30~15:00 | 大崎公民館 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | | | | |
| | 9:30~11:30 | 琴海文化センター | | | | | ○ | ○ | | | | | |
| | 13:30~14:30 | | | | | | | | | | | | |
| 9/8(金) | 9:45~11:45 | 伊王島開発総合センター | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ | ○ | | |
| | 13:15~14:15 | | | | | | | | | | | | |

心 肝炎ウイルスの検査を受けましょう

地域保健課 ☎829-1153

7月24~30日は肝臓週間。7月28日は日本肝炎デーです。肝硬変、肝がんの原因は約9割が肝炎ウイルスと言われています。ウイルスに感染しても長期間症状が出ないことがありますので、予約して保健所や市内の医療機関で肝炎ウイルス検査を受けましょう。

心 「愛の血液助け合い運動」月間

健康づくり課 ☎829-1154

血液を必要としているかのために献血の協力をお願いします。

☎ 午前9時30分~正午

午後1時~5時

※成分献血は

午後4時30分まで

☎ 献血ルーム・はまのまち

☎ 休み



心 介護保険施設入所者の負担限度額認定証の更新

介護保険課 ☎829-1163

介護保険施設やショートステイを利用したときの食費・居住費は世帯の課税状況などに応じて減額される場合があります。それには「負担限度額認定証」が必要です。現在、交付している認定証の有効期限は7月末です。対象者には申請書を送付していますので、8月中に更新手続きをしてください。

〈広告〉

高齢者などの肺炎球菌予防接種

地域保健課 ☎829-1153

- ☑ 肺炎球菌ワクチンを未接種で、次のいずれかに該当するかた
 - ・市からはがきが届いた
 - ・60～64歳で心臓・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
- ☒ 市内の医療機関など
- 費 2,000 円 ☑ 医療機関に電話
- 締 来年3月31日☑

- ☑ (次のいずれかをお持ちのかたは接種無料) 長崎市福祉事務所公費負担診療依頼証、中国残留邦人等本人確認証、令和5年度の世帯主の市・県民税非課税証明書(写し可)、世帯主または本人の介護保険負担限度額認定証の写し、後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証の写し

夏はラジオ体操で 体を動かそう

健康づくり課 ☎829-1154

ラジオ体操を朝から行うと心身がすっきりと目覚めて、自律神経が整い、代謝もアップします。長崎の名所でのラジオ体操動画を YouTube で公開中。

詳しくはこちら▶



子育て



子育て講座・教室

当日は母子健康手帳を持参ください。

| 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週未満のかたとパートナー | 7/23☑ | 9:30～11:30 | イーカオプラザ | 20組 | 7/12☑ | ☑ 市ホームページ 問① |
| | | 8/6☑ | 10:00～13:00 | 健康づくりセンター | 5組 | 7/31☑ | ☑ エプロン、三角巾、手拭きタオル ☑ 電話 問② |
| 離乳食教室 | 4～9カ月未満児の保護者 | 8/8☑ | 13:00～15:00 | 東部地区 にこにこセンター | 10人 | 8/1☑ | ☑ エプロン・三角巾 ☑ 電話 問③ |
| | | 8/17☑ | | 桜馬場地区 ふれあいセンター | 15人 | 8/10☑ | ☑ エプロン、三角巾、手拭きタオル ☑ 電話 ☑ 託児あり(要申込) 問④ |

問い合わせ

①地域福祉課(中央) (☎ 829-1429) ②地域福祉課(南) (☎ 892-1113)
 ③地域福祉課(東) (☎ 813-9001) ④あじさいコール (☎ 822-8888)



児童扶養手当・特別児童扶養手当の受給者のかたへ

こども政策課 ☎829-1270

市が7月に送付する書類を提出してください。

- ☑ ①児童扶養手当の現況届
- ②特別児童扶養手当の所得状況届
- 締 ① 8月1日☑～31日☑
- ② 8月10日☑～9月11日☑
- ☑ 未提出の場合は手当てが差し止め、2年後に受給権が消滅。



親子の心の相談

子育てサポート課 ☎829-1255

- ☑ ①小児科…7月19日☑
午後2時～5時
- ②精神保健…8月10日☑
午後2時～4時
- ☑ 子育てサポート課
- 定 ① 3組 ② 2組
- ☑ 電話
- ☑ オンライン相談可



母子健康手帳を 夜間・休日に受け取れます

子育てサポート課 ☎829-1255

- ☑ ☑の午後5時30分～7時
- 7月15日☑ 午前9時～午後5時
- 8月6日☑ 午前9時～午後0時30分
- ☑ 子育てサポート課
- ☑ 市ホームページ・電話
- ☑ 休日は原則予約制



子育て応援情報サイト

「イーカオ」 🔍 イーカオ

〈広告〉

お知らせ

- 文化・教育
- スポーツ
- 平和
- まちづくり
- 税
- 暮らし
- その他

夏は市民プールで泳ごう

各問い合わせ先

◆市民総合プール

利用不可：7月4・11・18・22・23日、8月4・5・6・9日、7月6～20日の屋内50mプール、8月15日午後4時以降

| | | |
|---------------|-------|-------------|
| 7/3 ～20 | 屋内 | 9:00～20:00 |
| | 屋外 平日 | 9:00～17:00 |
| | 土日祝 | 9:00～20:00 |
| 7/21～ 8/31 | 月～土 | 12:00～21:00 |
| | 日祝 | 9:00～21:00 |

☎845-1212

◆神の島プール

利用不可：7月5・12・19日、8月9日午後1時以前、8月15日午後4時以降

| | | |
|-----------|-----|-------------|
| 7/1～20 | 平日 | 13:00～20:00 |
| | 土日祝 | 9:00～20:00 |
| 7/21～8/31 | | 9:00～21:00 |

☎865-2250

◆小ヶ倉プール

利用不可：☒

| | |
|-----------|----------------------------|
| 7/1～20 | 12:30～15:30 |
| | 16:00～18:00 |
| 7/21～8/31 | 9:00～12:00 |
| | 12:30～15:30 16:00～18:00 |

☎879-5379

◆網場プール

利用不可：☒

| | | |
|-----------|-----|-------------|
| 7/1～20 | 平日 | 12:30～19:00 |
| | 土日祝 | 9:00～19:00 |
| 7/21～8/31 | | 9:00～19:00 |

☎837-0564



8月6日(日)は市民大清掃

廃棄物対策課 ☎829-1159

家の周りの道路や公園などの公共の場所を清掃しましょう。ボランティア清掃用ごみ袋を使用し、草木は1m以内に切り、ひもで束ねましょう。がけ・石垣などの危険な所や高い場所での作業は避けてください。

☎ 午前7時から

※地域により日時が異なる

☎ 雨天中止の場合

は当日午前6時29分にNBCラジオで放送



休日にマイナンバーカードを受け取れます

住民情報課 ☎829-1424

マイナンバーカードの交付や電子証明書の更新・新規発行をします。交付は要申し込み。

☎ 「マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書」が届いているかた、電子証明書更新（電子証明書の有効期限が3カ月未満）のかた

☎ 市ホームページ
電話（専用ダイヤル）
☎ 829-1798



| 地域センター | 期日 | 時間 | 予約期限 |
|--------|---------|-------|---------|
| 中央 | 8/13(日) | 8:45～ | 8/3(木) |
| | 8/27(日) | 16:30 | 8/18(金) |
| 西浦上 | 8/27(日) | 9:40～ | 8/18(金) |
| 東長崎 | | 17:40 | |
| 三和 | 8/27(日) | 9:00～ | 8/18(金) |
| 琴海 | | | |

国民年金保険料の納付の免除

住民情報課 ☎829-1137

経済的に保険料の納付が困難な場合は免除や納付猶予の申請をしてください。マイナンバーカードを持っているかたはマイナポータルでの申請が便利です。

継続審査の承認を受けていて、承認通知書に「期間延長承認」か「継続審査申出受付済」の記載があるかたは申請不要。

☎ 7月1日(土)から

☎ 地域センター、事務所、地区事務所、年金事務所

☎ 本人確認書類、年金手帳か基礎年金番号通知書、離職票（失業の場合のみ）など

※代理人が申請する場合は委任状

☎ 長崎南年金事務所（☎825-8705）

政治倫理条例に基づく届出書類の閲覧

各問い合わせ先

長崎市議会議員政治倫理条例に基づく提出書類は議会事務局で、長崎市長等政治倫理条例に基づく提出書類は人事課で閲覧できます。

- ・宣誓書…未提出者なし
- ・請負等に関する辞退届…(議員)池田章子、梅本けいすけ、梅元建治
- ・社会福祉法人等無報酬役員届出書…(議員)岩永敏博、柿田正、木森俊也、高橋佳子、筒井正興、中西敦信、深堀義昭

☎ 議会事務局総務課（☎829-1198）
人事課（☎829-1119）

〈広告〉

**🏠 アニサキスによる
食中毒に注意**

生活衛生課 ☎829-1155

サバやアジ、イワシ、イカなどの魚介類にはアニサキス（寄生虫）がいる場合があります。生きたアニサキスを食べてしまうと、激しい腹痛や吐き気などの症状が出ることがあります。酢や塩につけても死滅させないので次の方法で除去してください。

- ・新鮮な魚を選び、すぐに内臓を除去
- ・目視で除去
- ・加熱調理
- ・24 時間以上冷凍

**🏠 電動キックボードの
ナンバープレートを交付**

市民税課 ☎829-1133

法律の改正により、電動キックボードの区分が、特定小型原動機付自転車に変わります。専用のナンバープレートを交付します。現在のナンバープレートを引き続き使用することも可能です。

- 📌 定格出力 0.6Kw 以下・長さ 1.9m・幅 0.6 m 以下・最高速度 20km/h 以下の電動キックボード
- 📅 7月3日📍から 📍 地域センター
- 📄 販売証明書・本人確認書類など

📣 広報ながさき6月号の訂正

広報広聴課 ☎829-1114

「広報ながさき」6月号 24 ページに掲載していた「長崎東公園コミュニティプールの休館」の工事期間に誤りがありました。お詫びして訂正します。

| | |
|---|---------------------|
| 正 | 7月1日📍 ～来年12月31日📍 |
| 誤 | 7月1日📍 ～12月31日📍 |

**🏠 ごみ拾い活動したら
「ピリカ」に投稿しよう**

廃棄物対策課 ☎829-1159

ごみを拾ったら、その活動をスマホアプリ「ピリカ」で共有しましょう。みんなの投稿にコメントをして応援したり、ごみ拾いイベントの告知や検索もできます。8月31日📍までにアプリをインストールし、アンケートに答えた市民のかたから抽選で 300 人に軍手やマイボトルなどをプレゼントします。

詳しくはこちら▶



**📣 7月23日📍は
長崎大水害から41年**

防災危機管理室 ☎822-0480

サイレンを鳴らしますので、亡くなったかたのご冥福を祈り、黙とうをお願いします。

📅 午前 11 時

📱 LINE による避難訓練を行います。大雨を想定したメッセージを配信しますので、地域の災害リスクや最寄りの避難所などを確認するきっかけにしてください。

**🏃 かきどまり野球場は
工事のため休場**

土木総務課 ☎829-1162

📅 8月1日📍～来年3月31日📍

- 📌 【施設利用】
総合運動公園(☎ 843-8100)
- 📌 【工事】
土木建設課(☎ 829-1166)

ちよこつとゼロカーボン

ゼロカーボンシティ推進室 ☎829-1251

夏はエアコンなどの使用によって電気使用量が多くなりがちです。効果的な省エネ・節電を実践して、家計と地球に優しいエコライフを始めましょう！

上手な省エネの方法 ※カッコ内は削減額の目安

エアコン (約 940 円)

- ・冷房の設定は 28℃に
- ・エアコンは必要な時だけ付ける
- ※体調に注意して、無理のない範囲で

照明 (約 2,790 円)

- ・白熱電球を LED ランプに交換する

冷蔵庫 (約 1,680 円) の節約

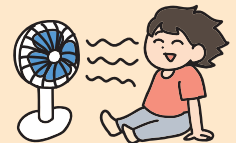
- ・ものを詰めすぎない
- ・開けている時間を短くする

テレビ (約 520 円)

- ・見ないときは消す

温水洗浄便座 (約 2,330 円)

- ・使わないときはふたを閉める
- ・便座と洗浄水の設定温度を低くする



〈広告〉

大募集

- 文化・教育
 スポーツ
 平和
 まちづくり
 税
 暮らし
 その他

夏休みこども消費者教室

消費者センター ☎829-1500

対 市内在住の小学3～6年生と保護者

定 ① 8組 ②③ 14組

申 市ホームページ 締 7月18日☎



| | | | | |
|---|---------|-------------|--------------|-----------------|
| ① | 7/29(土) | 10:00～13:00 | 九州電力(株)長崎営業所 | SDGs ★ IH クッキング |
| ② | 8/2(水) | 14:00～16:00 | メルカつきまち | 電気をつくってみよう! |
| ③ | 8/19(土) | | | 棒はかりを作ってみよう! |

長崎国際平和映画祭2023

追悼平和祈念館 ☎814-0055

映画「おまえうまそうだな」「えっちゃんのおせんそう」「ブレッドウィナー」を見て、平和について考えてみませんか。紙芝居や恐竜のポストカードづくりもあります。

日 8月18日(金)・19日(土)

時 午前11時～午後4時10分

所 長崎原爆資料館

定 映画 各345人 費 無料

申 長崎原爆死没者追悼祈念館ホームページ・往復はがき

締 7月24日(月) ※必着



「おまえうまそうだな」©宮西達也／ポプラ社・おまえうまそうだな製作委員会

日頃の練習の成果を 市民体育祭で発揮しよう

スポーツ振興課 ☎824-3728

サッカーやテニス、水泳、ゲートボール、ペタンクなど、37種類の競技があります。気軽に参加できるレクリエーションもあります。

日 10月1日(日)～28日(土)

所 市総合運動公園など

申 市ホームページ、地域センター(中央除く)などにある申込書を提出

締 7月19日(水)～8月18日(金) ※必着

他 日時と締め切りは競技により異なる

遠藤周作の本を読んで 読書感想文を書こう

遠藤周作文学館 ☎0959-37-6011

遠藤周作の生誕100年を記念して読書感想文コンクールを開催。

対 中学生・高校生

申 400字詰め原稿用紙4・5枚を同館に郵送(〒851-2327

長崎市東出津町77)

締 9月8日(金) ※必着



被爆遺構の三菱造船 船型試験場を見学しよう

被爆継承課 ☎844-3913

普段公開されていない場所を見学できます。

対 小学生以上のかた

日 8月5日(土)

時 午前10時～11時、午前11時～正午、午後2時～3時、午後3時～4時

所 船型試験場(文教町3-48)

定 各20人

申 往復はがきに全員の住所・氏名・電話番号・希望時間を書いて同課に送付(〒852-8117 平野町7-8)

締 7月28日(金) ※必着

他 動きやすい服装で参加を。撮影不可。場内段差あり

日吉自然の家運営協議会 委員を募集します

生涯学習施設課 ☎829-4930

対 次の全てを満たすかた

- ・20歳以上の市民が市内に通勤・通学している
- ・本市の他の附属機関などの委員ではなく、申し込みもしていない
- ・公務員・議員ではない

申 市ホームページ、地域センター(中央除く)などにある応募用紙とテーマに沿った小論文を提出。

日 (任期)10月1日～令和7年9月30日

内 (審議)年数回

定 2人 締 8月16日(水) ※必着



〈広告〉

**ヒップホップダンスを
体験してみませんか**

文化振興課 ☎829-1235

- 対 市内在住か通学している小・中学生
- 日 8月22日(火)
- 時 (小学3年生以下)午前11時～正午、
午後1時30分～2時30分
(小学4年生以上)
午後3時～4時30分
- 所 長崎ブリックホール
- 定 各 20 人 費 300 円
- 持 室内シューズ
- 申 「ながさき文化のひろば」ホーム
ページ
- 締 8月7日(日)
- 他 動きやすい服装で参加を。



長崎商業高校1日体験入学

学校教育課 ☎829-1195

- 授業や部活動を体験してみませんか。
今年から新設の情報科と、総合ビジ
ネス科スポーツビジネスコースもぜ
ひご覧ください。
- 対 中学3年生と保護者
- 日 8月2日(水)・3日(木)
- 所 長崎商業高校
- 申 同高校ホームページ



**こども演劇体験教室
「えんげキッズ」**

文化振興課 ☎829-1235

- 4人の楽しい講師と仲間と一緒に演
劇を作っちゃおう!
- 対 市内在住の小学4年生～中学生
で全て参加できるかた
- 日 8月4日(金)・10日(水)・16日(水)～20日(日)
- 時 午前10時～午後4時
- 所 長崎ブリックホール
- 定 20人
- 費 1,000円
- 持 室内シューズ・昼食
- 申 「ながさき文化のひろば」ホーム
ページ
- 締 7月17日(祝)
- 他 動きやすい服装で参加を。



神の島プール 水泳教室

神の島プール ☎865-2250

- 定 小学生 各 60 人、他 各 20 人
- 費 小学生以下 (5 日分) 1,000 円、一般 (6 日分) 2,760 円
- 申 往復はがき (希望日、学校名・学年、氏名・フリガナ、生年月日、住所、電
話番号、保護者氏名、緊急連絡先・本人との関係、返信用のあて名を記載)
を〒850-0078 神の島町 3-526-33 に送付
- 締 7月8日(土)～14日(金) ※必着

| | | |
|-------------|----------------------------|----------------------------|
| 来年度小学1年生の児童 | 7/31～8/4 8/7・8・10・17・18 | 9:30～10:30 |
| 小学1・2年生 | 7/31～8/4 | 11:00～12:00 |
| 小学3～6年生 | 8/7・8・10・17・18 | |
| 小学生 | 8/21～25 | 14:00～15:00 15:00～16:00 |
| 一般 | 7/27～8/31の(水) | |
| 一般(水中体操) | | |

**女子中高生向け
ウェブサイト作成講座**

産業雇用政策課 ☎829-1313

- ウェブデザインなどを初心者にも分
かりやすく解説。理工系企業の女性
による講演や大学生による進路相談
もあります。
- 対 市内在住・在学の女子中学生・高校生
- 日 7月31日(日) 午前10時～午後4時
- 所 メットライフ生命長崎ビル
- 定 20人 持 パソコン・昼食
- 申 「Waffle Camp」
ホームページ
- 締 7月17日(祝)



〈広告〉

まちかど **ミニ情報**

自衛官候補生募集

試験日は9/23(金)と9/27(水)～10/3(火)のいずれか

対象 来年4/1 現在で18～33歳

締 9/5(火)

問 自衛隊長崎募集案内所(☎849-6279)、琴海地域事務所(☎884-2809)

7月は「社会を明るくする運動」と「再犯防止啓発月間」

犯罪や非行の防止と、立ち直りを支える地域をつくる全国的な運動。小中学生対象の標語募集・作文コンテスト、中学生・高校生対象の弁論大会あり。

問 長崎地区更生保護サポートセンター(☎894-5571)

家族による家族学習会

対象 統合失調症などの精神疾患があるかたの家族

日 8～12月の第1(土)午後1時～4時 費(5回分)1,320円

申 郵送・電話 締 7/14(金)

問 のぐさ家族会(☎848-7641)

「栄養の日」2023in長崎

展示と体験で楽しく栄養を学ぶ

日 8/6(日) 午前11時～午後3時

所 ベルナード観光通

問 長崎県栄養士会(☎822-0932)

メディカルセンター看護師募集

試験日は8/5(土)

対象 看護師免許を有し、来年4/1現在で45歳以下のかた

申 郵送 締 7/28(金)

問 長崎みなとメディカルセンター(☎822-3251)

市営住宅 10月上旬の入居者募集

建築総務課 ☎829-1185

申込書は7月25日(火)から地域センター(中央除く)や地区事務所、市役所1階、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。市ホームページでは空き物件の確認などもできます。

申 県勤労福祉会館など

締 8月1日(火)～3日(木)

他 抽選会は8月9日(水)

問 市営住宅指定管理者

(☎829-2989、☎829-2991)

長崎学ネットワーク会議 公開学習会

長崎学研究所 ☎818-8388

シーボルトが来航した19世紀前半の出島や長崎、商館員たちの暮らしなどを元東京大学史料編纂所教授の松井洋子氏が紹介します。

時 7月21日(金) 午後6時～8時

所 長崎歴史文化博物館

定 70人(オンライン30人)

申 市ホームページ・あじさいコール(☎822-8888)

締 7月18日(火)



俳句ポスト お題「滝」

締 7月31日(日)

今月のおすすめ本

「かき氷 天然氷をつくる」
細島雅代／写真 伊地知秀信／文
岩崎書店

100年以上も前から、山の谷間にある池で天然氷を作っている氷屋さんがあります。冬の寒さのなか、時間と手間をかけて作る氷には水のおいさがぎゅっと詰まっているそうです。代々受け継がれる貴重な技術と知恵を追った、フォトドキュメントです。



図書館の催し 費無料 申 不要

上映会「ゴースト ニューヨークの幻」

日 ①7月14日(金) ②7月24日(日)

時 ①②午後2時～4時10分

①午後5時～7時10分

定 各120人

小さい子むけおはなし会

対象 2歳以上

日 7月13日(水)・27日(水)、8月10日(水)

時 午前11時～11時30分

大きい子むけおはなし会

対象 4歳以上

日 7月16日(日)、8月6日(日)

時 午後2時～2時30分

問い合わせ
市立図書館 ☎829-4946