

広報

ながさき

11

令和5年(2023年)

NO.874

市のSNSはコチラ



Nagasaki City

人とまちをつなぐ長崎市まるごと情報紙

特集

子どもたちの 笑顔を守るために



..... 主な記事の内容

P.8-9 市職員給与などのお知らせ

P.16 ベイサイドマラソンによる交通規制

(折り込み)

P.12 二十歳のつどい

P.17 自治会に入ろう

市議会だよりほか

「あなたしか 気づいてないかも そのサイン」 (令和5年度「オレンジリボン」・児童虐待防止推進キャンペーン 標語)

子どもたちの笑顔を守るために

過去最多の児童虐待対応件数

長崎県内で令和4年度に児童相談所や行政が児童虐待として対応した件数は2,086件でした。この件数は、県内の子どもたち100人に1人が虐待を受けていることとなります。

過去最多の件数ですが、これは単に虐待が増えたということではなく、通報の件数が増えたことで児童虐待が判明し、指導や措置などが行えたということでもあります。

11月は児童虐待防止の推進月間です

児童虐待による痛ましい事件のニュースが後を絶ちません。児童虐待は社会全体で解決するべき重要な問題です。この問題を解決するために、平成12年11月に児童虐待防止法が施行されました。それに伴い、毎年11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」を行っています。

今回は、子どもたちの笑顔を守るために知ってほしいことや相談窓口などを紹介します。

子ども虐待防止
オレンジリボン運動



子ども虐待を防止するというメッセージが込められています。

「しつけ」と児童虐待の違い

「しつけ」とは、子どもが自分の感情や行動をコントロールしていくことができるように大人が教えることです。しつけに暴力は必要無く、また、体罰は法律で禁止されています。

「ちょっとおかしいな」「行き過ぎではないか」と思われる保護者の態度を皆さんが見掛けた時、それが「しつけ」なのか虐待なのか判断が難しいと思います。

そんな時は、次の2つの点に注意してみてください。



● 子どもに有害でないか、子どもが安全か

● 親の感情をぶつけるだけの叱り方をしていないか

児童虐待とは

満18歳に満たない子どもの保護者が、子どもの人権を著しく侵害し、その心身の成長や人格の形成に重大な影響を与える行為のことを言います。

その分類や子どもたちのサインなどを次のページで紹介します。

子どもたちは健やかに成長し、生活していく上で誰にも制限されない権利があります。

子どもたちが
持っている権利

自分の意見を
言う、話を聞
いてもらえる



元気に・健康に
毎日過ごして
成長する



保護者から
育てられる
守ってもらえる



叩かれたり
ひどいことを
言われたい

子育てサポート課
☎829・1255

こんなサインがあったら児童虐待かも…？

身体的虐待

身体に傷を負わせるような行為のこと

殴る、蹴る、叩く、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、首を絞める、家に閉じ込める、ベランダに締め出す など

こんなサイン
があったら

- ・ 不自然な傷や同じような傷が多い
- ・ おびえた泣き方を
する など



性的虐待

性的な行為、性的関係を強要する行為のこと

性器や性交を見せる、性交・性的行為の強要、裸の写真を撮る、全く衣服を着せない など

こんなサイン
があったら

- ・ 表情が乏しい
- ・ 年齢不相応の性的
な言葉や行為が見
られる など



ネグレクト

子どもの健康・安全への配慮を怠るなど保護者としての責任を著しく怠る行為のこと

食事を与えない、ひどく不潔にする、重い病気になっても病院に連れて行かない、子どもの意思に反して学校などに登校させない など

こんなサイン
があったら

- ・ 食事に異常な
執着を見せる
- ・ 家に帰り
たがらない など



心理的虐待

言葉による脅かしや拒否的な態度で子どもの心を傷つける行為のこと

無視や拒否的な態度、「産むんじゃなかった」などの暴言や罵声、子どもの自尊心を傷つける言動 など

こんなサイン
があったら

- ・ 落ち着きがなく、
言動が乱暴
- ・ 他者とうまく
関われない など



宗教の信仰などに 関係する児童虐待

児童に対して宗教などの行為を強制することは心理的虐待にあたります。

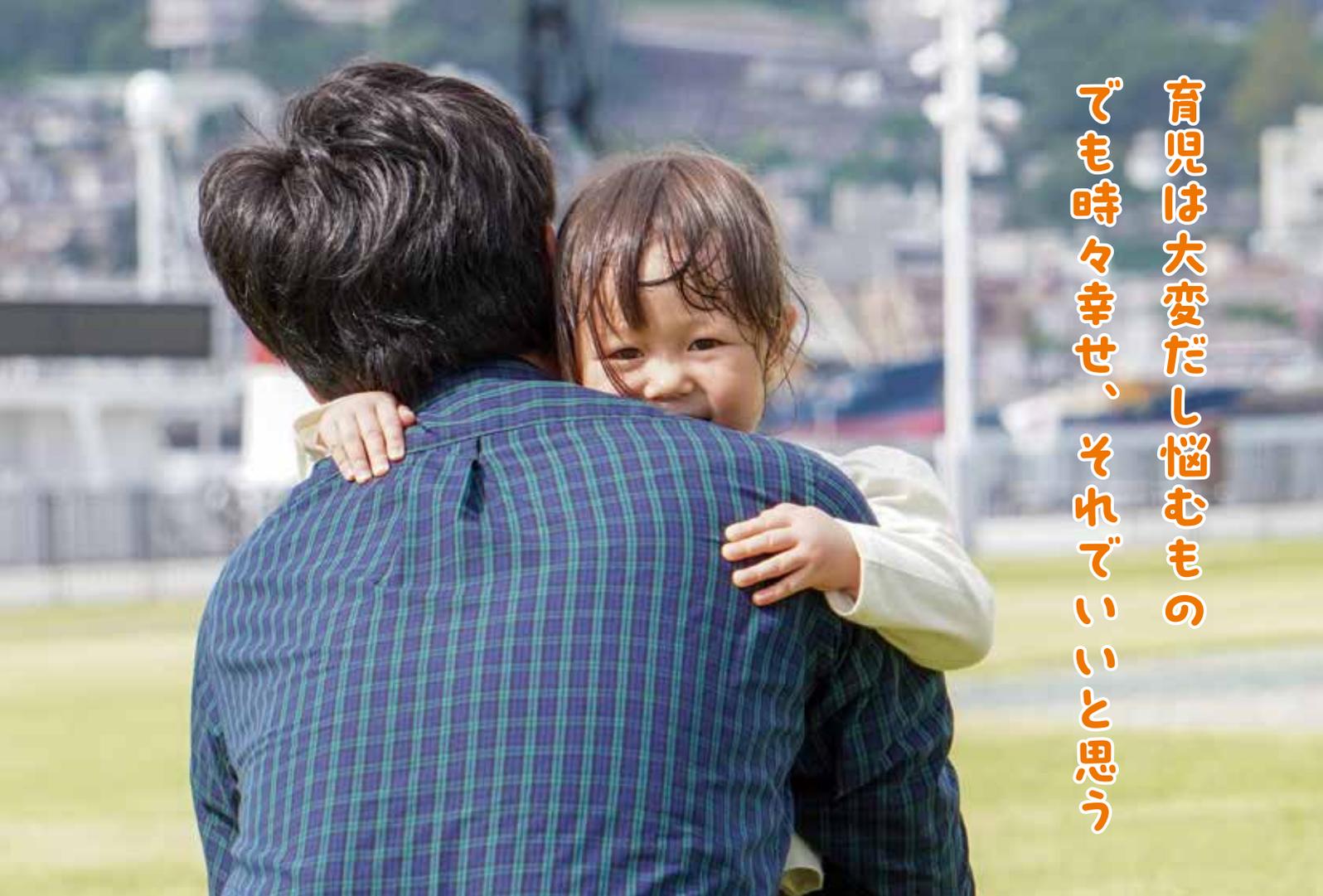
例えば、無理やり宗教活動に子どもを参加させること、恐怖・不安の刷り込み、交友・恋愛の制限、進路や就労の禁止・制限、中絶不可や輸血の拒否などがあります。

面前 DV

子どもの前で父や母またはパートナーが互いに暴力や暴言をぶつけることは面前 DV です。直接子どもに暴力などを振るわなくても、面前 DV は、子どもたちへの心理的虐待になります。子どもたちはストレスを感じ、成長や発達に悪い影響を及ぼします。

次のページでは専門家のインタビューや
相談できる窓口を紹介します

育児は大変だし悩むものでも時々幸せ、それでいいと思う



児童虐待について専門家に お話しを伺いました

児童虐待の要因は

虐待が起きてしまう要因は大きく分けて3つあります。

1つ目は親自身のこと。精神的な問題や子ども時代に愛情を受けていなかったりという理由があります。2つ目は子どものこと。望まない妊娠や何らかの事情で生まれてから一緒に過ごせず愛着形成が難しかったり、親が育てにくいと感じてしまう場合などです。3つ目は育児環境のこと。夫婦不和や経済不安、育児不安などのストレスが積み重なるような状況です。

これらの要因が絡み合って余裕がなくなったりとくに、「孤立」が加わることで虐待が起きやすくなります。

また、愛情がないから虐待が起るわけでもありません。たとえ、親が「子どものため」と思っても、その対応が子どもにとって有害であれば、子どもの権利を侵害することになります。

育児は一人で頑張らないで

地域や大家族の中で自然と育児について学べる環境だったひと昔前と違って、核家族化や少子化が進んだ現在、お母さんやお父さんは孤立した育児状況で一生懸命頑張っていると思います。インターネット上の信ぴょう性のない情報に翻弄されたり、子育てに自信を無くすこともあるでしょう。育児は大変だし悩むもの、でも時々幸せ、それでいいと思います。でも、一人で悩んだり、抱え込まず、誰かに助けを求めてください。

子育て支援センターや子どもが通う保育所、学校などで、親同士で不安や愚痴をこぼし合ってみたり、子育ての先輩に相談してみてください。市役所へ相談に行くのもいいと思います。人とのつながりを作って、支えてもらってください。

ひとりの子どもを育てるには

村中みんなの力が必要

これはアフリカの古いことわざです。「社会全体で子どもを育てる」という文化の醸成が結果的に子どもを守り、子どもたちが心身ともに健やかに成長することにつながると思います。

同時に、育児に取り組む親を守り、支援する、「子育てはうまくいかなかったり前。だから応援しよう」という子育てに対する温かい社会のまなざしも重要だと思えます。

多くのかたが児童虐待について知り、日常的に関心を持ち、身近な子どもと親に目と心を配っていただきたいです。もしかしたら育児に行き詰まっているかもしれない、虐待かもしれないと少しでも感じたら、どうぞ専門機関に連絡してください。その連絡が支援につながると思います。

「社会全体で子どもを育てる」そんな社会の実現を願ってやみません。



長崎純心大学 人文学部
こども教育保育学科
准教授 柿田 多佳子 先生

「虐待かも」と思ったら

勇気を出して☎ 829-1255 へ



「長時間子どもの泣き声が聞こえる」「大人の怒鳴り声や子どもを罵倒するような声が聞こえる」などの時は子育てサポート課へ連絡してください。その結果、虐待でなくても責任は問われませんし、通報した人の個人情報を守られます。匿名でも構いません。「虐待かもしれない」と思ったら、すぐにご連絡ください。

近くの児童相談所につながる虐待対応ダイヤル「^{いちはやく}189」（年中無休、24時間対応）もあります。



育児に悩んだらこども・子育て

☎ 822-3725 へ

イーカオ相談

妊娠や出産、子育てはとっても大変。なかなか思い通りにいかない、難しい…と一人で悩んでいませんか？心身ともに疲れていませんか？不安に思うことや悩んでいることを誰かに話してみるのはいかがでしょうか。お話を伺い、どうしたらよいか一緒に考えながら、毎日を「いい顔」で過ごせるようにお手伝いできればと思います。（相談対応時間：平日午前8時45分～午後5時30分）

窓口

いつでもお越しください。
子育てサポート課
（市役所2階）

オンライン

好きな時間に顔を見ながら話せます。まずはお申し込みを。



メール

いつでもメールしてください。必ずお返事します。



悩んでいる子どもを見かけたら

自分の心や身体のこと、お友だちのこと、お家のことなどで何か悩んでいませんか？

子どもたちからの相談も受け付けていて、話してもらった秘密は守ります。

悩んでいる子がいたら、イーカオ相談（☎ 822-3725）を教えてください。

眼鏡橋をオレンジに！

11月1日☎・2日☎・5日☎・6日☎・7日☎
児童虐待防止のシンボルカラーにライトアップ



親子の心の相談

お子さんとの関わり方で悩んでいる保護者の相談に、専門の医師などが応じます。

- ☎（小児科相談）…11月15日☎ 午後2時～5時
（精神保健相談）…12月14日☎ 午後2時～4時
- ☎ 子育てサポート課
- ☎（小児科相談）3組
（精神保健相談）2組
- ☎ 電話 ☎ オンライン相談可

ながさきTIMES

長崎で行われたホットなイベントや
市政の動きを紹介！



長崎駅西口駅前広場と出島メッセ長崎で「ながさきかもめフェス」が開催されました。子どもたちは段ボール新幹線やミニ新幹線、トランポリンの「かもめ」のふわふわに大喜び！活水中学校・高等学校吹奏楽部などのステージイベント、県内グルメの販売など盛りだくさんでした。23日は「かもめ」乗り放題の“Tシャツきっぷ”を着た市内外の多くの人で長崎駅が真っ赤に染まりました。



NAGASAKI TIMES

9/16 (土) ~ 18 (祝) 旧外国人居留地に にぎやかな声が溢れました

東山手・南山手・大浦町で「長崎居留地まつり」を開催。日本の近代化に貢献したトーマス・グラバーの功績をたたえる顕彰式を皮切りに、居留地ならではの景色や洋館、歴史を生かしたコンサートやまち歩きビンゴなどさまざまなイベントを行いました。



9/16 (土) 遠藤周作生誕100年記念「映画上映・トークショー」

今年、遠藤周作生誕100年の年。それを記念して、遠藤周作の代表作『沈黙』を映画化した「沈黙-サイレンス-」(2017年に日本公開)の上映会と映画に出演した俳優の窪塚洋介さんのトークショーを長崎ブリックホールで行いました。当日は約650人が訪れ、遠藤周作の世界観に触れました。また、トークショーの中で窪塚さんは「遠藤周作先生の作品を読むことで自分の芯や核の部分を見つけられる」と自身の思いを語りました。



9/15 (金) ながさき伝統野菜の種まきと植え付けをやってみた!

橘小学校と戸石小学校の3年生が農業センターで、長崎白菜(唐人菜)や長崎赤かぶなどのながさき伝統野菜について学び、種まき・植え付けを行いました。11月下旬には、子どもたちが成長した野菜を収穫し、その後各家庭や給食で食べる予定です。



9/23 (祝) 平和への祈りに明かりが灯る

色とりどりの平和へのメッセージやイラストなどが描かれた約3,000本ものキャンドルで爆心地公園を柔らかな光で包んだ「平和の灯」。当日はコンサートやバルーンリリースも行われ、平和への思いを新たにしました。

10/1 (日) 長崎の祭りが鼓動する

市内各地で伝承されてきた郷土芸能を披露する「長崎郷土芸能大会」を市民会館で開催。午前中は、大会をPRするために浜町アーケードから市民会館までパレードを行いました。参加団体の迫力ある演技で会場は大いに盛り上がりました。



市職員給与などのお知らせ



- 1** ～ **10** が市職員の任免や職員数などの状況です。
- 11** が特定事業主行動計画の推進状況などです。
- 12** ～ **19** が市職員の給与などの状況です。

1 採用状況（令和4年度試験実施分）

区分	受験者数	採用者数	職種
正規・再任用	626人	100人	事務、土木、保健師など
会計年度任用職員		74人	事務補助など

※任期付職員を含む。会計年度任用職員についてはフルタイムのみ

2 退職状況（令和4年度）

定年退職	勸奨退職	自己都合退職ほか
63人	23人	60人

3 勤務時間、休暇などの状況（令和4年度）

一般的な勤務時間	年次休暇の取得状況			育児休業などの取得状況		
	区分	平均取得日数	平均消化率	育児休業	部分休業	育児短時間
月～金曜日の 8:45～17:30 (休憩 12:00～13:00)	正規職員	11.0日	28.9%	64人	53人	8人
	会計年度任用職員	12.8日	52.2%	1	0人	0人

※上記のほか、結婚、育児時間、妻の出産、子の看護、忌引の休暇などあり
 ※会計年度任用職員についてはフルタイムのみ

4 分限処分の状況（令和4年度）

降任	免職	休職	降給
0人	0人	61人	0人

※分限処分…公務の能率を維持し公務の適正な運営を確保するため、勤務実績が良くない場合や心身の故障により長期の休養を必要とする場合などに、職員の意に反して行うもの
 ※フルタイムの会計年度任用職員については実績なし

5 懲戒処分の状況（令和4年度）

戒告	減給	停職	免職
1人	0人	1人	2人

※懲戒処分…職員に、法令等違反や全体の奉仕者である公務員としてふさわしくない非行があった場合などに、公務員関係の秩序を維持するため、制裁として行うもの
 ※フルタイムの会計年度任用職員については実績なし

6 公平委員会に対する措置要求および不服申立ての状況（令和4年度）

措置要求	不服申立て
0件	0件

※措置要求…職員が給与や勤務時間などの勤務条件に関して、市の当局により適切な措置がとられるように要求すること
 ※不服申立て…職員が懲戒処分そのほかの不利益処分を受けた場合に不服を申し立てること

7 職員研修の状況（令和4年度）

自己啓発（自主研究グループなど）、職場外研修（階層別基本研修、専門実務研修、研修機関等派遣研修など）、職場研修などを実施しています。

8 公務災害認定の状況（令和4年度）

公務上または通勤による災害に対しては、地方公務員災害補償法に基づき補償されています。認定件数は28件です。

9 職員の健康診断の状況（令和4年度）

定期健康診断、特殊健康診断、特別健康診断（皮膚健診、腰部健診など）を実施しています。

10 定員管理の状況

	令和4年度	令和5年度			
	職員数	増員	減員	差引	職員数
一般行政部門	2,117人	62人	75人	▲13人	2,104人
特別行政部門	750人	35人	39人	▲4人	746人
公営企業等会計部門	346人	13人	20人	▲7人	339人
合計	3,213人	110人	134人	▲24人	3,189人

※定員管理調査の職員数（各年4月1日現在）を使用
 ※任期付職員、再任用職員（フルタイム）を含む

11 特定事業主行動計画（令和4年度）

職員の仕事と子育ての両立を支援する計画。育児休業や育児のための休暇の取得の促進、時間外勤務の縮減など、次の目標を掲げて計画の推進に努めました。

①育児休業取得率

	男性	女性
目標	13%	100%
実績	23.7%	100%

②時間外勤務上限時間

目標	年間 360 時間
実績	年間 360 時間以上の職員数 281 人 (対象者の 9.3%)

12 人件費の状況（令和4年度 普通会計決算）

住民基本台帳人口 (R5.1.1 現在)	歳出額 (A)	人件費 (B)	人件費率 (B/A)	前年度の人件費率
401,195 人	231,943,383 千円	25,817,437 千円	11.1%	10.2%

※人件費には、特別職（市長、副市長、市議会議員など）の報酬・給料、退職手当負担金、共済組合負担金などを含む

13 職員給与費の状況（令和4年度 普通会計決算）

職員数 (A)	給与費				一人当たりの給与費 (B/A)
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 (B)	
2,867 人	9,827,512 千円	2,577,389 千円	4,061,262 千円	16,466,163 千円	5,743 千円

※職員手当には退職手当は含まず。職員数は令和3年4月1日現在の人員

14 職員の平均年齢と平均給与月額（令和5年4月1日現在）

区分	一般行政職		
	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額(国ベース)
長崎市	41.6 歳	308,034 円	344,628 円
国	42.4 歳	322,487 円	404,015 円

※「一般行政職」とは、一般事務職や建築・土木などの技術職の職員

15 職員の初任給（令和5年4月1日現在）

区分	一般行政職	
	大学卒	高校卒
長崎市	185,200 円	154,600 円
国	総合職 198,500 円	154,600 円
	一般職 185,200 円	

16 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（令和5年4月1日現在）

区分		経験年数 10 年	経験年数 20 年	経験年数 25 年	経験年数 30 年
一般行政職	大学卒	264,319 円	347,189 円	373,835 円	374,911 円
	高校卒	224,500 円	305,517 円	343,400 円	358,006 円

17 職員（一般行政職）の級別職員数の状況（令和5年4月1日現在）

区分	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	7 級	8 級	9 級	計
代表的職務	一般職員		主事・技師	係長・主任・ 専門官	課長補佐・ 上席専門官	課長	次長	理事	部長	
職員数	237 人	246 人	556 人	496 人	30 人	130 人	26 人	16 人	22 人	1,759 人
構成比	13.5%	14.0%	31.5%	28.2%	1.7%	7.4%	1.5%	0.9%	1.3%	100.0%

18 職員手当の状況

(1) 期末手当・勤勉手当（令和5年4月1日現在の支給割合）

区分	期末手当	勤勉手当	計
6 月期	1.200 月分	1.000 月分	2.200 月分
12 月期	1.200 月分	1.000 月分	2.200 月分
計	2.400 月分	2.000 月分	4.400 月分

職制上の段階、職務の級などによる加算措置あり

※期末・勤勉手当は、民間事業所での賞与などにあたる

(2) 退職手当（令和5年4月1日現在の支給率）

区分	自己都合退職	勸奨・定年退職
勤続 20 年	19.6695 月分	24.586875 月分
勤続 25 年	28.0395 月分	33.270750 月分
勤続 35 年	39.7575 月分	47.709000 月分
最高限度額	47.7090 月分	47.709000 月分
令和4年度1人当たり 平均支給額	1,488 千円	20,259 千円

※退職時の給料に一定の支給率を乗じた額と職務の級などに応じた額の合計額を支給

(3) 時間外勤務手当（令和4年度決算額）

支給総額	947,516 千円
支給職員一人あたりの平均支給年額	352 千円

※一般会計と特別会計の合計

※(1)(2)(3)のほか、扶養手当、住居手当、通勤手当、地域手当、特殊勤務手当などの手当あり

19 特別職の報酬など（令和5年4月1日現在）

区分		月額	期末手当
給料	市長	978,000 円	(支給割合) 6 月期 1.650 月 12 月期 1.650 月 合計 3.30 月
	副市長	840,000 円	
報酬	議長	737,000 円	
	副議長	673,000 円	
	議員	619,000 円	

—あなたの一步を応援します—

ながさきに新たな風を吹かせる挑戦びと、
“トライ人”を紹介するコーナー。
若者からベテラン、
輝くみなさんの挑戦ストーリーとは!?

発見! トライ人

『深堀の新名物 深堀イワガキの父になる』挑戦

長崎みなと水産 平田屋
平田 浩太郎 さん



公式インスタグラム

トライ年表

- | | |
|--|---|
| 2016年
・福岡から長崎へ移住 | 2022年2月
・戸石のカキでカキ焼きイベントを初開催 |
| 2019年10月
・イワガキ養殖を開始 | ・マガキの養殖に挑戦 |
| 2022年
・イワガキのブランド名「夏盛」 <small>なつざかり</small> と命名 | 2023年
・イワガキ「夏盛」を深堀直売所やネットで販売し完売 |



あなたの気になるトライ人募集!

市内で新たな一步を踏み出す人、または挑戦を支える「トライ人」を募集しています。自薦・他薦は問いません。市ホームページか
はがきでご応募ください。



諦めなければ終わらない

平田さんは深堀でイワガキ「夏盛」の生産と販売を行っています。夏が旬のイワガキは「海のチーズ」と言われるほど濃厚な味わいが特徴です。



平田さんは福岡県出身。「新しいことに挑戦したい」と、7年前に長距離運転手の仕事を辞めて家族と長崎に来ました。転職の決め手は、ネットでたまたま見つけた漁業の研修制度。他県にも同じような制度はあったものの、長崎の住みやすい環境を気に入り、移住を決めたそう。3年間、漁師になるために必要な知識を研修で学んだのち、イワガキ養殖を始めました。

若い頃から土地を転々とし、新しい環境で働いてきた平田さんにとって、見ず知らずの長崎での挑戦は決して恐れるものではありませんでした。養殖したうちの半数以上が収穫できない危機に直面した時も「諦めなければ終わらない」という強い気持ちで乗り越えました。

現在は新しい方法でのイワガキ養殖にも挑戦中です。通常の3年の養殖期間を2年に縮めて、より多く収穫し、たくさんの人に食べてもらいたいと話します。また、自分が挑戦している姿を多くの人に知ってもらい、漁業やイワガキに関心があるかたが深堀に来ることで、深堀がもっと盛り上がったらいいなと語る平田さん。

「夏盛」を、全国で愛される名産にしたいそう。今後の活躍に目が離せません!



行動力

若い頃から何事にも挑戦する性格の平田さんは、どんどん新しいことを取り入れる行動力を持っています。地元の学生と防波堤に絵を描く思い出づくりイベントを計画したり、カキ焼きイベントを開催したりとさらに深堀を盛り上げています!



「挑戦」に
不可欠な
ものは?

ながさき 井戸端 パーティー in COCOWALK

長崎市に住む人、働く人、学ぶ人が互いに「顔見知り」になることを目的とした「井戸端パーティー」。
ホームページでさまざまな交流の場を紹介しています。

中央地域センター ☎829-1418

Q 井戸端パーティー

ホームページ



Instagram



Facebook



今回は、
ココウォークでの
イベントをご紹介します!

年に一度の特別な井戸端パーティーで交流を楽しもう!



ダンスや合唱などをして、みんなで交流しませんか?
子育て講座や絵本の読み聞かせ、マルシェなどもあります。

日時:11月18日(土) 午前10時~午後4時
(マルシェは午後6時まで)

場所:みらい長崎ココウォーク



わがまち 自慢 調査し隊

立山公園口バス停
から15分くらい歩
いたよ。登り坂がき
つかったな!



※大学生が市役所のインターンシップ中に作成した記事です

お
題

ドンク岩 (西山1丁目)

金比羅山の中腹にたたずむ

大きなカエル?ヒヨコ?

金刀比羅神社の境内の先にあるハタ揚げ広場には、広場を見下ろすようにたたずむ大きな岩があるよ。「ドンク岩」と呼ばれているらしい。ドンクとは長崎の方言でカエルのこと。とがった部分がくちばしのように見えるから、近隣の学生には「ヒヨコ岩」の名で親しまれているそう。あなたにはどちらに見えるかな?

金比羅山の登山道や金刀比羅神社は11月中旬から12月上旬にかけて、赤や黄色に色づく木々を楽しめる紅葉スポット。岩のある広場は一面ススキに覆われ、秋らしい景色になるよ。ぜひ訪れて、岩の姿を確かめてみてね。

まちの自慢を募集!

「広報ながさき」で紹介して欲しい、まちの自慢を募集しています。自薦・他薦は問いません。はがきか市ホームページでご応募ください。



100年に一度の進化するまちの様子をお届け

長崎MIRAISM

誰もみたことのない未来図を、いっしょに描こう。



1年前の開業式典にも出席した長濱ねるさん。笑顔でかもめの誕生日をお祝いしました。

西九州新幹線開業1周年!

大きな変化とワクワクが
新・長崎駅にやってくる



開業1周年を迎えた西九州新幹線「かもめ」。

9月23日祝のイベントには西九州新幹線長崎県広報大使の長濱ねるさんも駆け付け、記念すべき日をお祝いしました(詳しくは6ページ)。同日、長濱ねるさんは一日駅長も務め、自身も利用していた長崎駅について、学生時代を振り返りながら駅周辺が様変わりしていく様子などを話しました。11月10日金にはアミュプラザ長崎新館がオープン。そして、令和7年度には利用者の新たな憩いの場となる長崎駅東口駅前広場も完成。今後いろいろな変化が長崎駅にやってきます。



アミュプラザだけじゃない、長崎駅の全貌。長崎市の盛り上がりはこれからもまだまだ続きます。

問い合わせ

広報広聴課 ☎829-1114

詳しくはホームページ・SNSをチェック!

 長崎Miraism

 長崎ミライズム

 @MIRAISM3

二十歳の つどい

対象

平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれのかた
※市外に住民票を移したかたも参加できます

日付 1月8日祝

時間 (開場)午後1時 (開始)午後2時

場所 出島メッセ長崎

詳しくはこちら▶



問い合わせ

生涯学習企画課 ☎829-2044



1人分 628kcal

つくり方

- 1 サバの両面に塩をふって15分置き、ペーパータオルで水気を拭き取る。
- 2 ★と輪切りにしたユズ①で^{ゆずあん}柚庵汁(だし汁)を作り、サバを30分～1時間ほど漬け込む。
- 3 ◎を弱火で加熱しながら混ぜ、ユズ②のすりおろした皮と果汁を入れ、ゆず味噌を作る。すりおろした皮は、⑥でも使用するのので適量残しておく。
- 4 ②から取り出したサバをレンジ(600W・2分)で加熱する。
- 5 秋野菜のマイタケ、シメジ、カボチャ、シシトウを炒める。
- 6 耐熱皿に③・④・⑤を盛りつけ、焼き目がつくまでオーブンで焼く。
③の残りのすりおろしたユズの皮を振りかけたら完成。



〈レシピ提供〉
HAGEMARU
オーナー
ひでみ
永石 秀三さん

11月に旬を迎えるサバに秋野菜をたっぷり使った秋を感じられる1品です。いろいろな料理に使える万能なゆず味噌で爽やかな香りをお楽しみください。

家族で話そう、一緒に食べよう
毎月19日は「食卓の日」



メニュー

サバのゆず味噌焼～秋野菜添え～

材料(2人前)

- ・サバの切り身…2枚
- ・鰹だし…大さじ2
- ★薄口醤油…大さじ2
- ・みりん…大さじ2
- ・ユズ①…1/2個
- ・ユズ②…1/3個
- ・マイタケ…1パック
- ◎米みそ(白みそ)…60g
- ・三温糖(砂糖)…小さじ1
- ・みりん…小さじ1
- ・卵の黄身…1個分
- ・シメジ…1/2パック
- ・カボチャ…1/2個
- ・シシトウ…4本

使用した
長崎産の食材



サバ

IHでじげもんレシピに挑戦!

日時 12月6日(※) 午前10時30分～午後1時30分
場所 九電ネクスト(城山町) 定員16人 持参 エプロン、マスク 申し込み 電話 締め切り 11月24日
日金 問い合わせ ☎0120-761-374

市ホームページやSNSで
長崎の美味しい情報を発信!
水産農林政策課
(☎820-6568)



毎月第3日曜日は 推し! グラバー園が市民入園無料!

住所が分かるものを提示すると、グラバー園に無料で入園できます。さらに、右下の写真のようにタータンチェックなどのチェック柄のものを身に付けて行くと、カフェや売店などがお得になりますよ!



職員の推し!

こちら
市役所
情報局!

今月の案内人
観光政策課
木下 詩織さん

わたしの推しごと

魅力あふれる長崎を
満喫してもらいたい!

長崎を訪れた人が充実した時間を過ごすことができるよう、グラバー園などの市内にある観光施設の管理や活用などを行っています。何度も訪れたい長崎を目指して、イベントなどの企画にも取り組んでいます。



このコーナーは、市民の皆さんからの
 におりにお答えする「つながる」掲示板です。
 広報ながさきの感想やまちづくりに関するご意見を
 プレゼントクイズのコーナーにお寄せください。
 掲載されたかたには、図書カードをプレゼントします。



✉ 先日、市役所内でロボットと会話している人を見ました。AI（人工知能）搭載のロボットでしょうか。
 （石神町・50代のかた）



障害があるかたがロボットを遠隔操作しています。

市役所2階の障害福祉課前では、今年2月から分身ロボットOriHimeが2階フロアの案内や「はあと屋」の販売をお手伝いしています。

このロボットは、障害の特性により通勤や通所が困難なかたが自宅から遠隔操作により勤務しています。身振り手振りやアイコンタクトを交えて会話することができますので、来庁されたかたと自然なコミュニケーションができますよ。

現在、ロボットは4人のかたが交代で操作し、毎日午前10時から午後2時まで勤務しています。



12月4日(月)～8日(金)には障害者週間(12月3～9日)に合わせて開催する「障害者Week2023 はあと屋販売会(28ページ参照)」で接客のお手伝いをする予定です。ぜひ会いに来てくださいね。

(障害福祉課 ☎829-1141)

今月のプレゼント

今月にご覧の商品をプレゼント!!

クイズ

深堀イワガキのブランド名は?
 (ヒントはP10)

答え

〇〇

『かんころ餅4種類食べ比べセット』
 合同会社 出津農楽舎

10名様にプレゼント

農薬を使わずに育てたサツマイモ本来の味を味わえる無添加のかんころ餅。もちもちとした食感で、口の中に芋のほんのりとした甘さが広がります。全6種類の中から4種類をお届けします。



☎ 0959-25-0880

🔍 出津農楽舎

応募方法

①〇〇に入る答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥興味を持ったコーナー名 ⑦広報ながさきの感想やまちづくり全般の意見を、市ホームページかはがきで。(11月30日☎締切)

※個人情報プレゼントの発送に使用します。また、意見の内容によっては担当課に情報提供する場合があります。

【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」

【はがき】〒850-8685 (住所は記載不要)

長崎市役所「広報ながさき」プレゼント係
 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。お便りは、広報紙などで紹介する場合があります。



【10月号の答え】
 200

9月号には469通のお便りをいただきました。ありがとうございました。

✉ 8月に庁舎見学会があったと聞きました。所用で参加できなかったのですが、今後開催する予定はありませんか。

(上戸町4丁目・30代のかた)



毎月、職員が案内する庁舎見学会を開催していますよ。ぜひご参加ください。

庁舎見学会のコースは、1階の総合窓口、情報発信コーナー、2階の市民利用スペース、19階の展望フロアなどです(天候やイベントなどの開催によって一部見学できない場合があります)。

設計時にこだわったポイントや建設時の裏話、職員のおすすめスポット、ここだけのエピソードなども聞けるかも?市役所への就職を考えているかたには職場を見学できるチャンス!この機会に市庁舎を見学してみませんか。

【対象】市内に在住か通勤・通学しているかた

【日付】11月14日(火)・16日(水)、12月12日(火)・21日(水)

1月9日(火)・18日(水)、2月13日(火)・15日(水)

3月12日(火)・21日(水)

【時間】午前10時~10時45分、午後2時~2時45分

【定員】各20人

【申し込み】市ホームページ、電話

【締め切り】希望日の前日

【その他】10人以上のグループでの見学は、「市政と暮らしの出前講座」から希望日の3週間前までにお申し込みください(広報広聴課 ☎829-1114)。



(大型事業推進室 ☎829-1411)

詳しくはこちら



編集こぼれ話

9月30日(土)に市民会館で開催したアマランスフェスタの基調講演では、プロレスラーの蝶野正洋さんが家庭と仕事の両立をテーマに講演を行いました。家族で力を合わせれば何事もスムーズに行くと話していました。



ちょこつと

恐竜図鑑

『ティラノサウルス(模型)』



(分類) 恐竜・獣脚類 / (時代) 後期白亜紀 / (作者) S.A. ツェルカス

恐竜はかつて、のろまな動物と考えられていましたが、1970年頃から活発な動物であったと考えられるようになりました。これにより、カンガルーのような姿勢だったティラノサウルスの復元模型は、恐竜博物館に展示しているツェルカス氏が制作した模型のように、尾を上げた躍動的な姿で復元されるようになりました。



【学芸員】
中谷さん

問い合わせ

恐竜博物館 ☎898-8000

Wide Information
お知らせワイド版



長崎ベイサイドマラソン開催による11月19日(日)の交通規制

スポーツ振興課 ☎ 824-3728

交通規制

交通規制やマイカー自粛に、ご理解とご協力をお願いします。

ホームページは
こちら▶



**交通渋滞が
予想されます**
大会当日、午前中のマイカー自粛にご協力ください。

① 長崎水辺の森公園	公園内道路は全面通行止め ※駐車場は終日利用不可	8:50~11:50
② 県美術館~ゆめタウン 夢彩都~稲佐橋	長崎駅・稲佐方面片側1車線規制 (県美術館~ゆめタウン夢彩都前は両車線規制8:50~9:07) (稲佐橋上は9:55まで) ※ゆめタウン夢彩都前交差点付近の横断不可	8:50~9:40
③ 稲佐橋~ 鮎の浦公園前	稲佐橋~旭町の臨港道路 全面通行止め 鮎の浦公園前 方面片側1車線規制	9:00~9:55 9:00~9:40
④ 鮎の浦公園前~ 木鉢トンネル出口	神の島方面通行止め ※神の島方面へは鮎の浦・大浜・金水トンネルをご利用ください	9:05~10:00
⑤ 木鉢~神の島~ みなと坂入口	神の島・市中心部方面各片側1車線規制 長崎バス神の島営業所~神の島教会下付近 全面通行止め	9:05~10:45 9:15~10:30
⑥ 女神大橋下~松ヶ枝	小ヶ倉交差点~古河町交差点 市中心部方面通行止め ※市中心部方面へは小ヶ倉バイパスをご利用ください	9:40~11:30

その他 女神大橋の駐車場・歩道は、午前中利用できません 問い合わせ 実行委員会 (☎811-1893)

自治会に入ろう

自治振興課 ☎ 829-1134



自治会に入りましょうってよく言われます。入ったほうがいいのでしょうか？

ぜひ、自治会に加入してください。「自治会に入るメリットは？」と聞かれることがありますが、同じ地域に住む皆さんで手を取り合って、安全安心な暮らしを支えているのが自治会です。自治会では、皆さんの日常生活に必要な不可欠な問題を解決するために、下記のような活動を行っていますよ！



深堀地区連合自治会
会長 西 清さん

自治会の活動

ごみステーションの管理や防災訓練の実施、避難所の備品確認、災害時には避難所の運営をサポートしています。また、みんなの意見を聴いて、街灯・手すりの設置や道路・河川の修復などを市役所に要望しています。

\\ まちをキレイに // 環境美化



\\ まちを守ろう // 防犯・防災



\\ 絆を深める // 親睦活動



\\ みんなと触れ合う // 福祉・見守り



自治会の加入方法

- 電話
- 市ホームページ
- 申込書を地域センターに提出



お待ちして
います！





健康・福祉



健康と福祉の講座・教室

いずれも参加無料。

講座名	期日	時間	場所	その他	
在宅医療講座	11/11⊕	14:00~16:00	南公民館	定 50人 申 電話 問①	
まちななかサロン 「骨粗鬆症の予防と自己検 診の仕方」	11/14⊗	14:00~16:00	市役所2階 多目的スペース	定 100人 申 電話 問①	
ひきこもり家族学習会	11/15⊗	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 申 電話 問②	
臨床心理士による こころの健康相談	11/16⊕	9:00~、10:00~ 11:00~	市役所11階 相談室	他 家族の相談も可 問②	
家族介護教室	11/16⊕	13:30~14:30	大浦地区ふれあいセンター	対 市民 定 各20人 申 電話 締 11/15⊗ 問③	
	11/30⊕				
	11/24金	14:00~16:00	横尾地区ふれあいセンター	対 市民 定 15人 申 電話 締 11/22⊗ 問④	
肺年齢測定と たばこに関する相談会	①11/19日	10:00~12:00	市民会館	対 市民 (肺年齢測定は40歳以上) 定 各12人 申 電話 締 ① 11/16⊕ ② 12/7⊕ 問⑥	
	②12/10日		北公民館		
いきいき健康教室 (講話・運動)	11/22⊗	10:00~12:00	香焼公民館	対 市民 定 20人 締 室内シューズ 締 11/17金 問⑦	
お手軽 ウォー キング	滑石コース (4.2km)	11/22⊗	10:00~12:00	滑石公民館集合	対 市民 定 30人 申 市ホームページ、電話 締 11/11⊕ 他 雨天中止 問⑧
	鳴見ダム周辺コース (3.7km)	11/29⊗		鳴見台近隣公園集合	対 市民 定 30人 申 電話 締 11/15⊗ 他 雨天中止 問⑧
	鹿尾ダムコース (8.4km)	12/7⊕		大山祇神社(三和町)集合	対 市民 定 30人 申 電話 締 11/23⊗ 他 雨天中止 問⑧
認知症の人と家族の会 (あじさい会) つどい	11/28⊗	13:00~15:00	もりまちハートセンター	問⑨	
思春期・青年期こころの 健康づくり講演会	①12/3日 ②12/9⊕	14:00~16:00	長崎ブリックホール	対 市民 定 各150人 申 市ホームページ、電話 締 ① 11/24金 ② 12/1金 問⑧	
問い合わせ	①包括ケアまちななかラウンジ (☎ 893-6621) ②精神保健相談ダイヤル (☎ 829-1311) ③大浦地域包括支援センター (☎ 818-8311) ④滑石・横尾地域包括支援センター (☎ 814-7770) ⑤岩屋地域包括支援センター (☎ 855-8000) ⑥健康づくり課 (☎ 829-1154) ⑦地域福祉課(南) (☎ 892-1113) ⑧あじさいコール (☎ 822-8888) ⑨認知症の人と家族の会 (☎ 845-2180)				

〈広告〉



定 あり 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・胃がん検診）、バスタオル（子宮頸がん検診）
 申 けんしん予約センター（☎0120-611-711）※平日午前8時30分～午後5時15分／歯科健診のみ希望のかたは口腔保健支援センター（☎829-1436）



日時	会場	国保	後期	がん検診					歯科健診	予約受付日	
		特定健診	健康診査	肺	大腸	胃	子宮頸	前立腺			
12/13水	9:45～11:45	大浦地区ふれあいセンター	○	○		○			○		11/14火～20日
	13:15～14:30										
12/17日	9:45～11:45	野母崎文化センター	○	○	○	○	○	○			
1/9火	9:30～11:00	京泊公民館				○	○	○			12/6水～12日
	13:30～14:30	式見地区ふれあいセンター				○		○			
1/10水	9:30～11:00	福田漁協				○	○	○			12/6水～12日
	13:30～14:30	小神地域センター				○		○			
1/11木	9:30～11:00	茂木地区ふれあいセンター				○	○	○			12/6水～12日
1/12金	9:30～11:00	小江原地区ふれあいセンター				○	○	○			
1/15月	9:30～11:00	南部市民センター				○	○	○			12/6水～12日
	13:30～14:30	深堀体育館				○		○			
1/16火	9:45～11:45	東公民館	○	○	○	○			○	○	12/8金～14日
	13:15～14:30										
	9:30～11:00	日見地区ふれあいセンター				○	○	○			12/8金～14日
1/17水	9:30～11:00	ララなめし				○	○	○			
1/18木	9:30～11:00	土井首地区ふれあいセンター				○	○	○			12/8金～14日
1/19金	9:30～11:00	ダイヤモンドふれあいセンター				○	○	○			
1/22月	9:30～11:00	横尾団地集会所 (県営住宅A棟横・秋寄公園上)				○	○	○			

被爆二世のかたの無料健診

援護課 ☎829-1149

来年2月29日(木)までに1回受診できます。
 市内在住で次のいずれかを満たすかた
 ・親が長崎で被爆し、昭和21年6月4日以降に生まれた
 ・親が広島で被爆し、昭和21年6月1日以降に生まれた
 被爆者健康管理センター、地区巡回会場、市が委託する医療機関
 [昨年度受診したかた]
 申込不要。昨年度受診月の前月までに受診票を送付します。

[昨年度受診していないかた]
 地域センター窓口、封書、はがきで申し込みを。FAX(829-1148)、市ホームページでも可。後日、受診票を送付します。
 (申し込み) 来年2月9日(金)
 健康診断の結果などを書き込める「被爆二世健康記録簿」を配布しています。援護課か地域センターに申し出てください。

11月10～16日はアルコール関連問題啓発週間

地域保健課 ☎829-1153

アルコール依存症は、自分の意志だけでは飲酒をコントロールできなくなる脳の病気です。誰でもなる可能性がある病気で、本人が治療の必要性を自覚するまでには時間がかかります。市では、アルコール依存症でお悩みのかたやその家族からの相談を受け付けています。
 精神保健相談ダイヤル (☎829-1311)

〈広告〉

♥ 障害者手帳を持たない
障害者の税控除

高齢者すこやか支援課 ☎829-1146

対象者は市・県民税や所得税の控除を受けられる場合があります。

- ☑ 満 65 歳以上で身体障害者手帳などを持たず、日常生活で介護を要する精神または身体に障害があるかた
- ☑ 地域センター

♥ 12月1日は世界エイズデー

地域保健課 ☎829-1153

エイズは不治の病というイメージがありましたが、現在は適切な治療で症状をコントロールしながら、日常生活を送ることができるようになっていきます。感染予防の方法を知ることや HIV 検査をすることが大切です。



♥ 琴海よかとこ健康まつり

地域福祉課(北) ☎814-3400

骨密度や血管年齢、脳年齢の測定やクイズラリー、筋力アップ体操などの体験型イベントです。

- ☑ 12月9日(土) 午後1時~3時
- ☑ 琴海文化センター(長浦町)



新型コロナウイルスワクチンの秋冬接種を実施中

☑ 次の全てを満たすかた

- ・接種券を持っている
- ・初回接種が済んでいる
- ・生後6カ月以上

※春夏接種を受けたかたは、次の接種券が届き次第接種可能

- ☑ オミクロン株XBB.1系統対応 1 価ワクチン
- ☑ ワクチン接種コールセンター(☎ 0120-095827)
- 午前 8 時 45 分~午後 5 時 45 分(土・日・祝も対応)



最新情報▶



♥ 障がい者二十歳のつどい

障害福祉課 ☎829-1141

- ☑ 平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれで障害があるかた
- ☑ 来年1月8日(祝) 午前10時~正午
- ☑ 長崎ブリックホール
- ☑ 長崎市中心身障害者団体連合会(☎ 847-0680)、FAX (801-5002)
- ☑ 11月25日(土)



子育て



子育て応援
情報サイト
「イーカオ」

子育て世帯の強い味方！
イベントや相談窓口などを掲載してまますよ。

🔍 イーカオ



市役所 2 階 イーカオプラザ



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

- ☑ 午後5時30分~7時
- 11月18日(土) 午前9時~午後5時
- 12月3日(日) 午前9時~午後0時30分
- ☑ イーカオプラザ
- ☑ 市ホームページ、電話
- ☑ 休日は原則予約制



〈広告〉

子育て講座・教室

当日は母子健康手帳を持参してください。

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週未満の妊婦とパートナー	11/26㊤	9:30~11:30	イーカオプラザ	20組	11/15㊤	甲 市ホームページ 問①
		12/3㊤	10:00~13:00	東部地区 にこにこセンター	8組	11/27㊤	持 エプロン・三角巾 甲 電話 問②
むし歯予防教室	1歳6カ月未満児と保護者	11/29㊤	10:00~11:30	イーカオプラザ	10組		
食物アレルギー座談会	食物アレルギーがある子の保護者	12/5㊤	10:00~11:30	イーカオプラザ	-	12/4㊤	甲 市ホームページ、電話 問①
離乳食教室	4~9カ月未満児の保護者	12/12㊤	13:00~15:00	東部地区 にこにこセンター	10人	12/5㊤	持 エプロン・三角巾 甲 電話 問②
		12/14㊤		浦上駅前 ふれあいセンター	12人	12/7㊤	持 エプロン・三角巾・ 手拭きタオル 甲 電話 問④

問い合わせ

- ①地域福祉課(中央) (☎ 829-1429) ②地域福祉課(東) (☎ 813-9001)
③口腔保険支援センター (☎ 829-1436) ④あじさいコール (☎ 822-8888)

お知らせ



プールが利用できない日

スポーツ振興課 ☎824-3728

総合プール

日 ㊤、11月11日㊤(午後5時から利用不可)・12日㊤、12月10日㊤・17日㊤

問 ☎ 845-1212

神の島プール

日 ㊤、12月29日㊤~1月3日㊤

問 ☎ 865-2250



11月15日~3月15日は狩猟期間 山歩きにはご注意ください!

農林振興課 ☎820-6564

山林や原野など、人家から離れた場所で狩猟が行われます。事故防止のため次の点に心掛けてください。

- ・山歩きや遠足などでは周りの状況に注意する
- ・単独での行動は控え、登山道から外れたり、やぶに入らない
- ・山野や畑では目立つ服を着たり、ラジオを流すなど、自分の存在を周囲に知らせる
- ・狩猟による危険な行為や事故を見聞きしたときは警察に通報する



12月10日㊤は バス・路面電車運賃無料デー

公共交通対策室 ☎829-1271

- 日 市内を運行する路線バス、路面電車、コミュニティバス
※高速道路を経由する路線と雲仙線は除く
- 日 運賃無料デーに乗車したかたは、アンケートにご協力ください
- 日 あじさいコール
(☎ 822-8888)



〈広告〉

🏠 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	12/10⑩	8:45~	12/1⑩
	12/24⑩	13:00	12/15⑩
西浦上		9:40~ 17:40	
東長崎	12/24⑩		12/15⑩
三和		9:00~ 17:00	
琴海			

🏠 ねんきんネットで将来の生活設計をしてみませんか

住民情報課 ☎829-1137

11月30日（いいみらい）は「年金の日」です。ねんきんネットでは、年金記録の確認や年金見込額の試算がインターネットでいつでもできます。

📍 ねんきんネット専用ダイヤル（☎0570-058-555）



🏠 毒キノコによる食中毒に注意!

生活衛生課 ☎829-1155

食用キノコと確実に判断できないキノコは絶対に「取らない!食べない!売らない!人にあげない!」

次の言い伝えは間違っています。

- ・毒キノコは派手な色をしている
→地味な色の毒キノコもあります
- ・虫が食べるキノコは人も食べられる
→虫やナメクジが食べる毒キノコもあります
- ・毒キノコは塩漬けにすれば食べられる
→無毒化できません

📄 川口町地区計画(廃止)案の説明会

都市計画課 ☎829-1169

📅 11月13日⑩ 午後7時~9時
📍 浦上駅前ふれあいセンター

🏠 洪水ハザードマップを確認しましょう

土木防災課 ☎824-1424

式見川、黒浜川、鹿尾川、多以良川、二股川、西山川、宮崎川、江川、神浦川の洪水ハザードマップをホームページで公開しています。



📣 広報ながさき 10月号の訂正

広報広聴課 ☎829-1114

「広報ながさき 10月号」11ページ「職員の推し」に掲載している二次元コードに誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

さしみシティガイドブック
詳しくはこちら▶



📣 中島川を紫色にライトアップします

人権男女共同参画室 ☎826-0026

11月12~25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。

📍 中島川(眼鏡橋・袋橋)
11月12~16日、19~23日



📣 DVやセクハラ ひとりで悩まずに相談を

人権男女共同参画室 ☎826-0026

女性の人権ホットライン（☎0570-070-810）で相談を受け付けます。

📅 11月15日⑩~21日⑩

🕒 午前8時30分~午後7時

※④⑩は午前10時~午後5時

📍 長崎地方法務局（☎820-5982）

📄 都市計画(変更)案の縦覧

都市計画課 ☎829-1169

縦覧ができる計画(変更)案

- ①長崎都市計画区域の整備、開発及び保全の方針
- ②市街化区域と市街化調整区域
- ③用途地域、防火・準防火地域、特別用途地区

📅 11月24日⑩~12月8日⑩の平日

📍 ①~③県・市ホームページ、都市計画課/①②県都市政策課、長崎振興局都市計画課

📄 期間内に意見書の提出可

〈広告〉

太陽光発電設備などの購入を補助します

ゼロカーボンシティ推進室 ☎829-1251

- ☑ 市民
- ☑ 郵送、窓口
- 📅 来年3月31日◎
- ☑ 購入前に申請が必要

詳しくはこちら▶



対象設備		補助額	上限
太陽光発電設備		2万円/kW	10万円
蓄電池		3万円/kWh	15万円
電気自動車	軽	10万円/台	—
	普通	20万円/台	—



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



介護認定調査員を募集します

高齢者すこやか支援課 ☎829-1555

- ☑ 看護師、社会福祉士、理学療法士等の資格を有するかた
- 🕒 (勤務時間) 午前9時～午後5時 ※変動する場合あり
- ☑ 対象者の自宅や病院などを訪問し認定調査を行う
- ☑ 事前連絡の上、履歴書などを郵送
- 📅 12月28日◎
- ☑ 面接あり(日時は後日連絡)



市民後見人候補者養成講座を受講してみませんか

高齢者すこやか支援課 ☎829-1146

- 判断能力が低下した人の権利と財産を守る「市民後見人」として活動しませんか？
- ☑ 市民
 - 🕒 12月10日◎～来年2月10日◎のうち7日間
 - 📍 市役所、市民会館 定員 30人
 - ☑ 県社会福祉士会ホームページ
 - 📅 12月4日◎
 - ☎ 県社会福祉士会 (☎848-6012)



長崎学児童研究コンクール 研究作品募集

長崎学研究所 ☎818-8388

- ☑ 市内在住・在学の小学生
- 📖 長崎の歴史、地理、伝統など
- 📄 模造紙、四つ切り・八つ切り画用紙などにまとめた研究作品を学校へ提出
- 📅 12月15日◎
- ☑ 参加賞あり。入選作品は長崎歴史文化博物館に展示します。



市営住宅 2月上旬の入居者募集

建築総務課 ☎829-1185

- 申込書は11月28日◎から市役所1階や地域センター(中央除く)、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。市ホームページでは空き物件などの確認もできます。
- 📍 県勤労福祉会館など
 - 📅 12月5日◎～7日◎ 午前9時30分～午後4時
 - ☑ 抽選会は12月13日◎
 - 📍 市営住宅指定管理者 (☎829-2989、☎829-2991)



附属機関などの委員を募集します

生涯学習施設課(☎829-4930)

長崎市図書館運営協議会委員

- ☑ 次の全てを満たすかた
- ・20歳以上の市民か、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
- 🕒 (任期) 来年2月10日～令和8年2月9日
- ☑ (審議) 年数回
- 📖 これからの図書館に期待すること
- 定員 1人
- ☑ 市ホームページ、地域センター(中央除く)、応募先にある応募用紙とテーマに沿った小論文を提出
- 📅 11月30日◎ ※必着



〈広告〉

**DV根絶のための
講座を受講しませんか**

アマランス ☎826-0018

- 日 11月26日⑩ 午前10時～午後4時40分
- 所 アマランス 定 40人
- 申 市民会館ホームページ、電話、窓口
- 締 11月25日⑩
- 他 無料託児あり(11月19日⑩までに要申込)

**皇帝パレード・^{まそ}媽祖行列に
参加してみませんか**

観光交流推進室 ☎829-1426

- 日 皇帝パレード
来々年2月17日⑩、24日⑩午後2時～4時30分
- 媽祖行列
来々年2月11日⑩ 午後1時～4時5分、
18日⑩ 午後1時15分～4時20分
- 所 湊公園・中央公園など 
- 申 市ホームページ
- 締 11月30日⑩



**市役所で弁当を販売する
業者を募集**

財産活用課 ☎829-1127

- 日 来々年1月9日⑩～12月27日⑩
- 申 市ホームページ
- 締 11月24日⑩



**わがまちみらい情報交換会
に参加しませんか**

地域コミュニティ推進室 ☎829-1283

- 日 市内に在住か通勤・通学していて、
地域活動に関心があるかた
- 日 来々年1月13日⑩
午後1時～4時30分
- 所 市役所 2階 多目的スペース
- 定 80人
- 申 市ホームページ、電話、窓口
- 締 12月15日⑩



**重要文化財旧オルト住宅の
修理現場見学会**

文化財課 ☎829-1193

- 日 小学生以上(小学生は要保護者同伴)
- 日 12月16日⑩
- 時 午前10時30分～11時30分、午後
2時～3時、午後3時～4時
- 所 グラバー園内旧オルト住宅
- 定 各20人
- 申 市ホームページ、はがき(第2希望
までの希望時間、氏名、ふりがな、
年齢、住所、電話番号を記載して文
化財課に送付)
- 締 12月1日⑩
- 他 長袖・長ズボン・動きやすい靴でお
越してください



相続登記・空き家対策の講演会と相続登記相談会

資産税課 ☎829-1131

- 日 11月28日⑩ 午後1時30分～5時 所 市役所2階 多目的スペース
- 講演会
- 日 来々年4月1日から義務化される相続登記や空き家の取り組みについて
- 時 午後1時30分～2時50分
- 相談会
- 相続登記の手続きなどについて司法書士・法務局職員が相談を受け付けます。
- 日 午後3時～5時
- 他 要予約 所 長崎地方法務局 (☎ 820-5901)

相続登記
せんばね



不動産登記推進
イメージキャラクター
「トウキツネ」



詳しくはこちら▶

〈広告〉

まちかど **ミニ情報**

長崎県の最低賃金の改定
 10/13 金から 1 時間 898 円
 長崎労働局 (☎ 801-0033)

陸上自衛隊高等工科大学校生募集
 来々年4/1 現在、15・16歳の男性で、中学校卒業または中等教育学校の前期課程修了者(来々年3月に修了見込みの者を含む)
 試験日 来々年 1/13 土
 来々年 1/5 金
 自衛隊長崎募集案内所 (☎ 849-6279)、琴海地域事務所 (☎ 884-2809)

まちあるき双六大会
 11/12 土 8:30~13:00
 小学生未満無料、小中高生 300円、一般500円
 ながさき双六の会 (☎ 090-6776-4569)

リウマチ療養講演会・医療相談会
 11/12 土 13:30~15:30
 もりまちハートセンター
 日本リウマチ友の会長崎支部 (☎ 0957-48-6188)

長崎大学歯学部「ブラッシング教室」
 11/12 土 11:00 ~ 15:00
 みらい長崎ココウォーク
 こどもとその保護者
 長崎大学歯学部 (☎ 819-7613)

ご意見を募集します (パブリックコメント)

都市計画課 ☎829-1169

長崎市立地適正化計画の改訂

- 市民か市内に通勤・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
- 11月6日(月)~12月5日(火)
- (閲覧場所)市ホームページ、地域センター、都市計画課
- 閲覧場所にある意見記入用紙を提出。市ホームページかFAXでも可。



推しの建物に投票しよう

景観推進室 ☎829-1177

大きな建物部門、小さな建物部門、歴史ある部門、屋外広告物部門、フリー部門それぞれの部門でいち推しのものに投票してください。

- 「長崎市都市景観賞」ホームページ
- 11月26日(日)



第 22 回都市景観賞 大きな建物部門



今月のおすすめ本

図書館の催し 無料 不要

上映会「レナードの朝」
 11月24日(金) ②11月27日(月)
 午後2時~4時 ①午後6時~8時
 各120人

本・雑誌のリサイクル市
 11月19日(日) 当日整理券配布

俳句ポスト お題「小春」
 11月30日(火)

休館のお知らせ
 12月7日(水)~12日(火)は蔵書点検のため休館します。各施設の図書室の休館日は、各館へお尋ねを。

「読み終わらない本」
 若松英輔 / 著 KADOKAWA

人生のあらゆる場面で心の奥深くを励まし、支え、自分自身と向き合うきっかけとなる言葉たち。本書では、著者が読書で出会った言葉を紹介しながら、読書体験の喜びを手紙のようにつづっています。新たな本との出会いの扉を開く一冊です。



問い合わせ
 市立図書館 ☎829-4946

12/9 NAGASAKI
しごとみらい博



EVENT PICK UP

注目イベントを紹介!



県内最大級の学生と企業の大交流会
です! ぜひお越しください!



県内に事業所のある企業が約100社集ま
います。気軽に交流してみませんか。

対象 高校生以上(留学生・既卒者含む)、保護者
時間 午前11時~午後4時 会場 出島メッセ長崎
問い合わせ 若年者地域連携事業事務局 (☎801-4533)



11/19 サン・サン・みなみ
フェスティバル



11/18 芋ほり体験



特産品販売や地域のかたによるステージショー、参加型ゲー
ム、お楽しみ抽選会など、三和地区の魅力がギュッと詰まった
イベント。

時間 午前9時50分~午後4時 会場 元宮公園運動場
雨天決行(荒天中止) 問い合わせ 同実行委員会 (☎892-0078)



ド・ロ神父が開墾した外海地区の畑で芋掘りをしてみませんか。

時間 午前9時~午後0時30分 会場 出津集落駐車場集合
定員 30人 持ち物 軍手・スコップ 予約 電話 11月15日
他 芋の持ち帰りは1kg200円
問い合わせ ド・ロさまの家 (☎0959-25-1002)

〈広告〉

11/18・19 Nagasaki まちなか文化祭



所 ベルナード観光通り
時・日 (音楽ステージ・まちなか美術館) 18日午後1時30分～
／(パフォーマンスステージ) 19日午後1時30分～／(まちなか劇場) 18日午後4時～、19日午前11時30分～午後4時～
画 文化振興課 (☎829-1235)

11/18 平和の文化キャンペーン ラウンジコンサート



県音楽連盟の音楽家が、平和への思いを込めて演奏します。
時 午後2時～2時45分
所 長崎原爆死没者追悼平和祈念館
日 Music Garden Pray & Play
画 長崎平和推進協会 (☎844-9922)

12/9



市民向け講演会



対 市民・市内に通勤しているかた
時 午後2時～3時30分 所 市役所2階
日 やってみよう!「人生会議」～自分らしく生きるために～
定 120人
申 あじさいコール (☎822-8888)
画 地域包括ケアシステム推進室 (☎829-1421)

11/19



犬のしつけ方教室



犬のしつけ方をもう一度見直してみませんか。子犬コース(1歳未満)と成犬コースに分かれます。
対 市民 時 午前10時～午後0時30分
所 動物愛護管理センター 定 各5組
時 マナー袋・リード・ハーネス 申 電話
日 11月13日
画 参加条件あり 画 ☎844-2961

11/19



にこセン子育てフェスタ



時 午前10時～午後1時 所 東公民館
日 ①長崎純心大学「スマイル」の楽しい歌や劇 ②長崎おもちゃ病院 ③缶バッジ作り・紙芝居など ④消防車などの展示と撮影会 ⑤子ども用品おゆずり会
定 ①50組 時 ②おもちゃ
申 ①市ホームページ・電話・窓口
画 ☎838-3732

〈広告〉

EVENT PICK UP

11/25^土 遠藤周作を偲ぶ一日



©劇団民藝

—昨年発見された戯曲「善人たち」の舞台映像を上映します。
 時 午後1時～4時30分
 所 長崎原爆資料館
 定 300人 申 あじさいコール (☎822-8888)、FAX
 締 11月12日◎ 問 遠藤周作文学館 (☎0959-37-6011)

11/24^金 長崎学ネットワーク会議 公開学習会



若き日のトーマス・グラバー (長崎大学附属図書館蔵)

時 午後6時～8時 所 長崎歴史文化博物館
 定 グラバー商会と幕末志士のイギリス留学 定 120人
 申 市ホームページ、あじさいコール (☎822-8888)、FAX
 他 オンライン可 (11月20日◎までに要申込)
 問 長崎学研究所 (☎818-8388)

12/14^木



女性のための救急救命講座



定 女性 時 午後1時30分～3時30分
 所 市民会館 定 20人
 申 市民会館ホームページ、電話、窓口
 締 12月10日◎
 他 オリジナルエコバッグをプレゼント。
 無料託児あり (12月7日◎までに要申込)
 問 アマランス (☎826-0018)

12/4^月～8^金



障害者Week2023 はあと屋販売会



障害のあるかたが心を込めて作ったパンやお菓子、縫製品類などが並びます。
 時 午前10時～午後4時
 所 市役所2階
 問 障害福祉課 (☎829-1141)

11/25^土



子どもゆめフェスティバル2023



子ども会が企画したゲームコーナーやステージ発表などが楽しめます。
 時 午後1時～3時30分
 所 市民会館
 問 こどもみらい課 (☎825-1949)

〈広告〉

12/23[±]



親子料理教室(クリスマスケーキ)



対象 小中学生と保護者

時間 午前10時～正午 場所 南公民館

定員 10組 費用 1組1,100円

持参 エプロン・三角巾・手拭きタオル・食器用布巾・ケーキのトッピング

申し込み 市ホームページ、往復はがき、窓口(はがき持参)

締め切り 12月4日[◎] ※必着

その他 乳幼児の同伴不可 問い合わせ 825-0295

12/17^日



正月飾りの作り方教室



植木屋さんの手ほどきを受けながら門松を作ってみませんか。

対象 20歳以上

時間 午前9時～正午 場所 植木センター

定員 30人 費用 1,500円

申し込み 往復はがき(〒851-0131 松原町26-24-1)、窓口(はがき持参)

締め切り 12月6日[◎] 問い合わせ 837-8182

12/17^日



ミニ門松づくり



のこぎりで竹を切り、門松を作りませんか。

時間 ①(エンジョイ編) 午前9時30分～正午

②(チャレンジ編) 午後1時～4時

場所 日吉自然の家 定員 ①15組 ②10組

費用 1人200円+1組700円

持参 軍手・門松を入れる紙袋

申し込み 日吉自然の家ホームページ、往復はがき

締め切り 11月20日[◎] ※必着 問い合わせ 824-5017

水族館のハッピークリスマス

11/25[±]~12/25^月 その他

プランクトンアート展



クラゲと珪藻の世界をのぞいてみませんか。

時間 午前9時～午後5時

場所 長崎ペンギン水族館

問い合わせ 838-3131

12/10^日



クリスマスリースづくり



松ぼっくりや木の実など自然の物を使ってクリスマスリースを作りませんか。

時間 午前11時～正午、正午～午後1時

場所 長崎ペンギン水族館 定員 各6組

費用 1組100円 問い合わせ 838-3131

12/9[±]・10^日



森の材料でリース作り



時間 午前9時～正午、午後1時～4時

場所 森林体験館 定員 各5組

費用 1つ500円 持参 軍手、せん定ばさみ

申し込み 同館ホームページ 締め切り 12月3日[◎]

問い合わせ 825-6705

〈広告〉

19日	まつぼっくり等の炭作り	9:00~12:00 13:00~16:00	森林体験館	定 各5組 費 1組500円 特 車手 申 森林体験館ホームページ、電話 縮 11/14火 固 ☎825-6705
19日~ 12/4日	継承フォトワークショップ作品展	8:30~17:30 (最終日は15:00まで)	長崎原爆死没者 追悼平和祈念館	固 Studio One Nagasaki ☎ 815-8589
①23日~ 12/1日 ②12/3日 ~10日	市民美術展 ①南画・書・写真・工芸・ジュニア書写 ②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	10:00~18:00 (最終日は17:00まで)	県美術館	費 ①・②共通券 一般300円、70歳以上200円 ※高校生以下、障害者手帳をお持ちのかたは無料 固 市民美術展実行委員会 ☎ 825-8295
12月	イベント	時間	場所	その他
2日	朗読と音楽の調べ ~アンジェラスの鐘によせて~	14:00~15:00	長崎原爆死没者 追悼平和祈念館	固 ☎ 814-0055
16日	アマランス講座 「いつかは介護する人・される人」 ~介護のプロに学ぶ 心と体の負担を軽くする介護の知識~	13:30~15:30	アマランス	定 30人 申 市民会館ホームページ、電話、窓口 縮 12/10日 他 無料託児(12/9日までに要申込) 固 ☎ 826-0018
16日	長崎の美食晩餐会 ~長崎和牛・出島ばらいろと 長崎の美味しい魚と野菜たち~	18:00~20:30	ホテルニュータンダ	定 30人 費 16,000円 申 電話 縮 12/10日 固 ☎ 827-6121
1月	イベント	時間	場所	その他
①14日 ②13日 14日	マダム・バタフライフェスティバル ①プッチーニおじさんのパリの 屋根裏ものがたり~ラ・ボエーム~ ②たのシッフフェスティバルvol12	① 14日 15:00~16:00 ② 13日 13:00~18:30 14日 9:30~16:30	長崎ブリックホール	費 ①大学生1,000円 一般2,000円 ※高校生以下無料(要整理券) 申 ①長崎ブリックホールチケットカウン ターなどでチケット販売・整理 券配布 ②県音楽連盟ホームページ、往復はがき 縮 ①1/13日 ②12/25日 ※必着 固 ながさきUTAOTO委員会 ☎ 820-1081

あじさいコール

長崎市コールセンター
☎ 822-8888

市役所の手続きやイベントなど、さまざまな
問い合わせにお答えします。専門的な内容
は担当課へおつなぎします。

8:00~20:00 (年中無休)

よくある質問と回答は 長崎市FAQ

長崎市ワクチン接種
コールセンター

☎ 0120-095827

8:45~17:45 (土・日・祝を含む)

接種券や接種時期、集団接種の予約など

救急・災害情報

休日・夜間当番医案内
☎ 825-8199

災害情報
☎ 050-5530-9909

防災行政無線情報
☎ 050-5530-9908

指定避難所
開設・混雑情報

長崎市
防災メール

防災行政無線
情報

人口の動き

人口 393,597人
(前月比-144人)

男 181,719人
(前月比-53人)

女 211,878人
(前月比-91人)

世帯 186,414世帯
(前月比+48世帯)

令和5年10月1日現在

令和2年国勢調査に基づく
推計人口・世帯数を紹介

イベントカレンダー

対象 定員 費用 持参 申し込み 締め切り その他 問い合わせ

市ホームページ



詳細は市・各施設のホームページか
あじさいコール(☎822-8888)へ

健康・福祉、子育てに関するイベントは「暮らしのお知らせ(18~21ページ)」をご覧ください。

11月	イベント	時間	場所	その他
11 [±]	市民講座 「被爆地からの報道の未来」	13:30~15:00	原爆資料館	他 オンライン可(前日までに要申込) ☎ 核兵器廃絶長崎連絡協議会 ☎ 819-2252
11 [±]	行政相談委員による相談会	12:30~16:00	市民会館	☎ 総務省行政相談センター ☎ 849-1101
①12 ^日 ~ 来年3月 の毎週 ^日 ②12 ^日 ~26 ^日	戸石とらふぐ・かき祭り ①かき焼き ②とらふぐ料理フェア	①10:00~16:00 ②各店舗の営業時間	①戸石フレッシュ 朝市横広場 ②戸石地区料理店	☎ ①1,500円(かき1袋付) ☎ たちばな漁業協同組合 ☎ 830-2236
14 ^火	ラウンジコンサート	19:00~21:00	長崎ブリックホール	☎ 842-2002
15 ^水	サステなひろば ~鹿の角、猪の牙、馬の蹄鉄に 触れながら~	18:30~19:30	サステナプラザ ながさき	定 20人 持 筆記用具 申 電話 締 11/11 [±] ☎ 895-5541
①17 ^金 ②22 ^水 ③29 ^水	国際交流員による国際理解講座 ①(アメリカ) アメリカの演劇の歴史 ②(韓国) 大学受験だけではない? 韓国の学校教育の問題 ③(中国) 競技だけじゃない! 杭州アジア大会のいろいろ	18:30~19:30	市役所2階 多目的スペース	☎ 国際課
19 ^日	青果まつり ~野菜や果物の大即売会、 ヒーローショーやクイズラリーなど~	9:00~13:30	中央卸売市場	☎ 839-6111

? 各種相談

(相談日が[±]^日^祝の場合は事前に確認を)

市民相談窓口(市役所1階) ☎ 829-1231 ●一般・市政 月~金 8:45~17:30 ●交通事故 月~金 9:00~12:00/13:00~16:00 ●弁護士法律 月・火・水 ●国税 毎月5日 ●登記 火 ●不動産 金(第5金は除く) ●住宅増改修・マンション管理 第2 [☎] ※相談時間は13:00~16:00(1人20分) ※事前予約は前週 ^日 から電話か窓口で。 弁護士法律の当日受付は11:30までに 窓口で。弁護士法律以外の当日受付は 15:40までに窓口で。 ※事前予約、当日受付とも定員あり	生活の困りごと ☎ 828-0028 生活支援相談センター 月~金 9:00~17:00 消費生活 ☎ 829-1234 消費者センター 10:00~17:00 (月休業。祝の場合は直後の平日)	人間関係の悩み ☎ 826-4417 アマランス相談 ●一般 毎日10:00~12:00/13:00~16:00 ●夜間 水18:00~20:00 ●弁護士法律(要予約) 金13:00~16:00 ●心の健康(要予約) 11/16 ^水 、12/7 ^水 13:00~16:00
	子育てに関する悩み ☎ 822-3725 こども・子育てイカオ相談 月~金 8:45~17:30	コロナ禍の女性の悩み ☎ 0120-224-416 女性相談サポートセンター 月~金 9:00~17:00
	犯罪被害者等支援 ☎ 829-1211 自治振興課 月~金 8:45~17:30	

長崎市 遊んで 学べる 科学館

チャレンジサイエンス

クワッポの重さを
利用してくるくる回る
工作をしてみよう!

12/9^土・10^日・16^土

- 時間 午前11時～、午後2時～、午後3時～
※10分前から受け付け
- 対象 幼児～中学生
※小学生以下は保護者同伴
- 場所 工作室
- 定員 各24人

開館時間 午前9時30分～午後5時

住所 油木町7-2

費用

	3歳～中学生	一般
①展示室	200円	410円
②プラネタリウム	260円	520円
①+②	420円	830円

※プラネタリウムの夕べはペア割引券(820円)あり

休館日 11～3月は月・火
4～10月は月
(祝日の場合は翌平日)

冬の企画展

ながさきの未来を考えよう!

～SDGsから考える!海洋ごみから考える!～

11/25^土～^{来年}1/28^日

- 時間 午前9時30分～午後5時
- 費用 無料

生活を見直すきっかけにしよう
関連イベントもあるよ!



☆ 見頃の星座や
満天の星を楽しもう

プラネタリウムの夕べ

11/11^土 星空散歩
～ペガサスの星座案内～

- 時間 午後6時～7時
- 申し込み 事前に電話

12/9^土 星空散歩
～ふたご座流星群～

科学館ホームページ▶



問い合わせ ☎842-0505