



お知らせ

乳児家庭全戸訪問事業

乳児家庭訪問員が赤ちゃんのいる家庭を訪問し、お母さんと赤ちゃんの健康状態の確認や子育てに関する相談を受け、市の子育て支援等の情報を提供します。

対 生後4か月を迎えるまでの赤ちゃんがいる家庭

▶ 訪問員 乳児家庭訪問員

※ 訪問時は、市が発行した身分証明書を携帯します。個人情報を守るため、気軽に相談してください

▶ 訪問日時 乳児家庭訪問員が事前に連絡し、日程を調整します

料 無料

問 こども課

児童扶養手当の「現況届」・特別児童扶養手当の「所得状況届」

児童扶養手当または特別児童扶養手当を現在受給している人(支給停止中の人も含む)は、現況(所得状況)届の提出が必要です。受給者本人が手続きを行ってください。

期 児童扶養手当：8月1日～31日

・特別児童扶養手当：8月12日～9月12日

※ 届け出が無い場合、8月分以降の手当が受給できなくなります

方 必要書類および印鑑を持参し、こども課または有明支所へ提出してください

問 こども課

マイナンバーカード出張申請サポート 今ならマイナポイント貰えます！

ご自分で申請の手続きをすることが難しい方に対し、市職員が申請のサポートをいたします。

▶ 市役所本庁舎・有明庁舎での受付
月～金曜日 8時30分～17時

▶ しまばらん窓口とるっとで受付
毎週水曜日 10時～15時

▶ 各種団体おおむね5人以上の申請者がいれば、指定の日時・場所に市職員がお伺いして出張申請受付を実施(事前申し込みが必要)

※ 本人確認書類の提示、申請書の記入後、無料で本人の写真撮影を行います

申 市民窓口サービス課



島原地域広域市町村圏組合 消防士員募集

資 学校教育法に基づく高等学校卒業程度の学力を有し、平成11年4月2日～平成17年4月1日までに生まれた人

▶ 第1次試験 9月18日(日)

▶ 試験会場 島原市立第二中学校

▶ 試験内容 学力試験(教養・適正)、体力試験

▶ 第2次試験 ※第1次試験合格者のみ
10月下旬予定

数 若干名(消防士員)

締 8月19日(金)

方 消防本部総務課にある申込用紙に必要事項を記入し同総務課に提出してください

問 島原地域広域市町村圏組合消防本部
(☎ 62-7711)

市営墓地使用者の募集

▶ 墓地名・区画の種類

寺松山墓地(北安徳町) 6㎡(1区画)

期 8月1日(月)～8月15日(月)

(土・日曜を除く)

資 次の①または②に該当する人

①市内に居住する人

②市外居住者で次の要件の一つに該当する人

・本市に本籍を有する人

・将来本市に居住を希望する人

・本市内に墓所を有し、墳墓を改葬する人

※申し込みは1世帯1区画とします

※既存の市営墓地を使用している場合は返還が必要です

方 申込書に必要事項を記入し、環境課または有明支所へ申し込んでください

※申込書は市ホームページからダウンロードできます

▶ 抽選会

時 8月18日(木) 13時30分

所 市役所本庁舎 1A会議室

※ 抽選会に不参加の場合は、失格となります(代理人の参加可)

料 永代使用料 6㎡…42万円
(1㎡あたり7万円)

・墓地管理料…年額1100円

(2年ごとに2年分の2200円を前納)

申・問 環境課

募集

自衛官など採用試験

○ 航空学生

資 高卒(見込含、海上23歳未満、航空21歳未満)の人または高専3年次修了者(見込含)

締 9月8日(木)

▶ 一次試験 9月19日(月)

▶ 試験会場 大村農協会館

○ 一般曹候補生

資 18歳以上33歳未満の人

締 9月5日(月)

▶ 一次試験 9月17日(土)

▶ 試験会場 有明公民館

○ 自衛官候補生

資 18歳以上33歳未満の人

締 8月29日(月)

▶ 試験日・試験会場

9月16日(金) 有明公民館

○ 防衛大学校(一般)…①

締 10月26日(水)

▶ 一次試験 11月5日(土)・6日(日)

▶ 試験会場 諫早技能会館

※ 推薦・総合選抜受験希望者は問合せください

○ 防衛医科大学校医学科学生…②

締 10月12日(水)

▶ 一次試験 10月22日(土)

▶ 試験会場 北九州予備校長崎校

○ 防衛医科大学校看護学生…③

締 10月5日(水)

▶ 試験日 10月15日(土)

▶ 試験会場 北九州予備校長崎校

①～③共通事項

▶ 受験資格 18歳以上21歳未満の人で、高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)

申・問 自衛隊島原地域事務所
(☎ 62-3759)

二十歳のつどい(仮称)実行委員を募集します

令和5年1月3日(火)に開催する「二十歳のつどい(仮称)」の企画・運営に参加する実行委員を募集します。

※ 令和4年4月から民法改正により成人年齢が18歳になったことから、これまで「成人式」という名称で実施していた行事を、名称を改めて実施します。

資 平成14年4月2日～平成15年4月1日に生まれた人

締 8月12日(金)

問 社会教育課

運動教室を開催します

階段を昇ったときに、どうきや息切れを感じることはありませんか？これは体力が衰えてきているサイン。転倒予防のためにも、日常生活に支障なく動ける身体づくりに取り組みませんか。

時 9月1日(休)、15日(休)
 9時30分～11時30分

所 市保健センター
 内 踏み台昇降トレーニング、運動講話

対 20歳以上の市民 20人程度
 講 長崎県立大学 飛奈卓郎 先生

締 8月31日(水)
 申 市保健センター

栄養教室を開催します

日ごろの食事で塩分を気にしていますか？適塩習慣は、高血圧予防など生活習慣病の予防にとっても大切です。適塩習慣身に付ける工夫を学びませんか。

時 9月2日(金) 10時～11時30分

所 市保健センター
 内 適塩に関する講話、レシピの紹介など

対 20歳以上の市民 20人
 締 8月31日(水)

申 市保健センター

国民年金

公的年金シミュレーターで老齢年金の年金額を試算できます

スマートフォンやパソコンで、働き方・暮らし方の変化によって年金額にどのような変化が生じるか、簡単に試算できます。また、令和4年4月以降に発行された「ねんきん定期便」の二次元コードを利用すると、より簡単に試算できます。

公的年金シミュレーター使い方 HP ▶



諫早年金事務所出張相談

時 8月17日(水)・9月21日(水)
 9月28日(水)・10月19日(水)

所 本庁舎1階1A会議室

数 8人

方 相談開設日の2カ月前から10日前までに予約(電話予約できます)

年金に関する問い合わせ

諫早年金事務所 (☎ 0957-25-1662)
 (予約専用 ☎ 0570-05-4890) または、
 市民窓口サービス課

島原市成年後見市民セミナー

成年後見制度について興味がある方は、ぜひ参加してください。

時 9月1日(休) 14時～16時

所 島原市福祉センター 大ホール

対 市内在住・在勤の方

料 無料

締 8月29日(月)

数 25人(先着順) ※別途オンラインでの参加も可能

方 電話、もしくは、二次元コードからお申込みください

申・問 島原市社会福祉協議会
 (島原市権利擁護センター)
 (☎ 63-3855)



点訳ボランティア養成講座

視覚に障害のある人のために、活字で書かれている書籍や広報紙、新聞などの内容を点字にして伝える点訳ボランティアを養成する講座を開催します。

時 9月15日(木)～11月17日(木)

毎週木曜日(全10回)

13時～15時

所 島原市福祉センター

対 ボランティア活動に興味がある方

料 無料(テキスト代770円個人負担)

締 9月5日(月)

数 10人

申・問 島原市社会福祉協議会
 (☎ 63-3855)

健康・福祉

自宅でできる運動や食事を学びませんか

血糖変化が見える健康教室(Aコース)、生活習慣改善の運動教室(Bコース)を開催します。

内 日常生活の血糖変動が見える装置(2週間貸与・Aコースのみ)や、体脂肪量・体力測定、食事・運動のアドバイスなど

時 日程および時間については、申し込み時に確認してください

所 島原市保健センター

対 20歳～74歳の市民

Aコース15人、Bコース15人

講 長崎県立大学 飛奈卓郎 先生

締 8月12日(金)

申 有明保健センター (☎ 68-5335)

8月26日～9月1日は

子どもの人権110番強化週間です

強化週間に合わせて、子どもの人権に関するご相談をお受けします。

問 長崎地方法務局 (☎ 095-826-8127)



令和4年就業構造基本調査を実施します

総務省統計局(長崎県・島原市)では、就業構造基本調査を実施します。この調査は、日本の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的として、統計法に基づき実施する国の重要な統計調査です。9月頃、調査員が調査をお願いする世帯に伺いますので、調査の趣旨を理解していただき、協力をお願いします。

問 総務課

中小企業退職金共済制度

中退共制度は、中小企業のための国の退職金制度です。中退共制度を利用すると次のようなメリットがありますので、気軽に活用してください。

- ・新規加入や掛金を増額する場合、掛金の一部を国が助成します
- ・掛金は非課税となり、手数料もかかりません
- ・社外積立で管理も簡単です
- ・パートタイマーや家族従業員も加入できます

問 中小企業退職金共済事業本部

(☎ 03-6907-1234)

台風時の停電に備えましょう

台風シーズンに備え、懐中電灯や防災ラジオ、モバイルバッテリーなど万全の準備をお願いします。

停電に関する情報は、九州電力送配電のホームページで確認することができます。登録いただいたメールアドレスに停電情報を配信するサービスやチャット、自動応答専用ダイヤル(0120-426-305)もあります。

問 九州電力送配電(株)島原配電事業所
 (☎ 0800-777-9423)



コーディネーショントレーニング & タグラグビー教室

タグラグビーとは腰の左右につけたタグを取られないように相手ゴールにボールを運ぶゲームです。また、コーディネーショントレーニング（運動神経に働きかけるトレーニング）を取り入れることにより、遊びに近い動きの中で総合的な運動能力向上につながります。

時 9月3日、17日、24日、10月1日
(土曜日 全4回)

15時～16時30分

所 島原市営陸上競技場

対 小学1～6年生

数 40人

料 1000円（保険料含む）

方 申込書を記入の上、参加費と一緒に、島原市営陸上競技場事務所に直接申し込んでください

※月曜日（休場日）を除く

縮 9月3日(土)

講 島原ラグビーフットボールクラブ

持 タオル、水筒、運動のできる服装、運動靴

他 陸上競技場までの児童の送迎は、保護者の責任でお願いします

問 島原市営陸上競技場
(☎ 64-6256)

「そろ！ソロ！BANG！BANG！」

孫世代と一緒に、久しぶりにそろばんで楽しく過ごしてみませんか。読上書き取り・読上算・かけ算・わり算・見取算・開法などをやってみましょう。

時 9月18日(日)

9時30分から（1時間）

所 森岳公民館

対 65歳以上、孫世代（小5以上）

縮 9月9日(金)

持 そろばん、鉛筆、赤ペン、水筒

申・問 森岳公民館（☎ 63-2242）

子どもたちによる「平和なまち」絵画コンテスト

本市が加盟する「平和首長会議」では、平和教育のさらなる充実を図るため、加盟都市の子どもたちを対象とした「平和なまち」絵画コンテストを実施します。

▶ 作品テーマ 平和なまち

対 市内在住6歳以上15歳以下の人
B4サイズ又は八つ切りサイズで作成してください

縮 9月30日(金) 17時必着

送 持参又は郵送

※ 募集要領など詳しくは、市ホームページ、または平和首長会議ホームページで確認してください。

申・問 政策企画課

公民館・施設

「ジュニア陸上教室」

陸上競技を通じて、相互の理解及び親睦を深めるとともに、楽しみながら競技ができるようにします。

時 9月3日、17日、24日、
10月1日（土曜日 全4回）
13時～14時30分

所 島原市営陸上競技場

対 小学2年生～6年生

数 60人

料 1000円（保険料含む）

方 申込書を記入の上、参加費と一緒に、島原市営陸上競技場事務所で、直接申し込んでください

※月曜日（休場日）を除く

縮 9月3日(土)

講 島原市陸上競技協会

持 タオル、水筒、運動のできる服装、運動靴

他 陸上競技場までの児童の送迎は、保護者の責任でお願いします

問 島原市営陸上競技場
(☎ 64-6256)

原爆の日ほか

8月6日・9日・15日は「黙とう」をお願いします

広島・長崎両被爆地では、原子爆弾が投下された8月6日・9日に、それぞれ犠牲者の慰霊式ならびに平和祈念式典が行われます。また、8月15日には、全国戦没者追悼式典が行われます。市でも、この式典に合わせ原爆死没者や戦没者の霊を慰めるとともに、平和を願いサイレンを吹鳴しますので黙とうをお願いします。また、国旗を掲揚している施設などにおいては半旗の掲揚をお願いします。

サイレン吹鳴日時

●8月6日(土) 8時15分(広島)

●8月9日(火) 11時2分(長崎)

●8月15日(月) 12時(全国戦没者追悼式)

問 福祉課

島原市原爆写真パネル展

原爆や戦争の悲惨さを多くの市民の方々に知ってもらうための写真パネル展を毎年、開催しています。この機会に「戦争の悲惨さ」や「平和の尊さ」について、見て・考えてみませんか。

期 8月4日(木)～8月17日(水)

火曜休館日

所 有明総合文化会館

料 無料

問 政策企画課

戦没者慰霊奉賛金の協力お願い

戦没者を追悼し、恒久の平和を祈念するため、市および県では10月に戦没者追悼式を開催しており、1世帯あたり100円の奉賛金を島原市社会福祉協議会や福祉課で受け付けています。皆様のご協力をお願いします。

問 福祉課

復興応援コンサート

国内で発生した災害・被災地支援活動に役立ててもらおうと、市内の中高生がチャリティー募金を目的としたコンサートを行います。

時 8月28日 13時～14時30分
 所 島原復興アリーナ サブアリーナ
 料 無料 (募金の協力をお願いします)
 問 島原復興アリーナ (☎ 64-2344)

～心と体のリラックス～ヨガ教室

時 9月7日・14日・21日・28日
 10時～11時

講 smileyoga 伊藤 沙江 先生
 所 島原復興アリーナ サブアリーナ
 料 1000円 (スポーツ保険料含む)
 数 20人 (一般男女)
 締 9月4日(日)
 申・問 島原復興アリーナ
 (☎ 64-2344)

アロマヨガ教室

時 9月11日(日)・18日(日)・25日(日)
 10時30分～11時30分

講 吉田 睦 先生
 所 有明総合文化会館 リハーサル室
 料 1500円 (スポーツ保険料含む)
 数 15人 (一般女性)
 締 8月31日(水)
 申・問 有明総合文化会館
 (☎ 68-5800)



大ホールでピアノを弾いてみませんか

時 8月20日(土)・21日(日)
 9時～17時

所 有明総合文化会館 大ホール
 対 小学生以上のピアノ経験者
 料 1000円 (1人1時間単位での利用)
 数 16人 (先着順)
 申・問 有明総合文化会館
 (☎ 68-5800)



不用品コーナー

不用品の有効活用としてあっせんをしています。詳しい内容は、市のホームページで確認してください。

不用品情報▶



ジュニア・バレーボール教室

時 9月7日・14日・21日
 10月5日・12日・19日・26日
 11月2日・9日・16日
 (水曜日 全10回)
 17時30分～18時30分

所 島原市霊丘公園体育館
 料 1000円 (スポーツ保険料含む)
 対 小学1～6年生 (男子、女子)
 締 8月31日(水)
 申・問 島原市霊丘公園体育館・弓道場
 (☎ 63-2206)

やさしいヨガ教室

時 9月4日(日)・11日(日)・18日(日)
 10時～11時

講 ヨガインストラクター 酒井 由里子 先生
 所 島原市霊丘公園体育館・弓道場 会議室
 料 800円 (スポーツ保険料含む)
 対 20人 (一般女性)
 締 8月31日(水)
 申・問 島原市霊丘公園体育館・弓道場
 (☎ 63-2206)

【秋の昼】弓道教室

時 9月8日～10月27日
 (毎週木曜日 全8回)
 14時30分～16時

所 島原市霊丘公園体育館・弓道場
 料 2500円 (スポーツ保険料含む)
 対 50歳～68歳
 締 8月31日(水)
 申・問 島原市霊丘公園体育館・弓道場
 (☎ 63-2206)

水中シェイプアップ教室

時 9月8日～10月27日
 (毎週木曜日 全8回)
 14時～15時

所 島原市立温水プール
 料 2000円 (スポーツ保険料含む)
 数 15人
 締 8月31日(水)
 講 金子 亮太 先生
 申・問 島原市立温水プール
 (☎ 63-4314)

「群読! 平家物語」講座

古典文学・平家物語の一部を集団で朗読し、12月にミニ発表会を予定しています。

時 8月3日・17日、9月7日・21日、
 10月5日・19日、11月2日・
 16日 (全て水曜日) 19時～21時
 所 森岳公民館
 講 内嶋 善之助 氏
 申・問 森岳公民館 (☎ 63-2242)

こども「お箏」体験教室

初めての「お箏」体験教室です。日本の伝統楽器に触れる貴重な機会です。1回のレッスンで誰でも弾けるようになりますよ。

時 8月23日(火)
 ① 10時～12時
 ② 13時30分～15時30分
 所 杉谷公民館 大ホール
 料 無料
 数 ①②各10人 (先着順)
 対 小・中・高校生
 申・問 杉谷公民館 (☎ 63-2231)

初めてのゼンタングル講座

ゼンタングルとは、Zen(禅)とTangle(絡まる)を合わせた造語です。単純なパターンを繰り返し描くだけで、アートを楽しむことができます。

時 8月24日(水)
 ① 14時～16時
 ② 19時～21時
 所 杉谷公民館 2階講義室
 料 500円 (材料費)
 数 ①②各10人 (先着順)
 講 吉田 美由紀 先生
 申・問 杉谷公民館 (☎ 63-2231)

【無料】夏休みロビー開放

時 8月27日(土)～31日(水)
 ※30日休館日除く 9時～17時
 数 小中高生 15人程度※申込不要
 問 有明総合文化会館 (☎ 68-5800)