

時 とき
料 料金
F F A X

所 ところ
方 申込み・応募方法
メ メールアドレス

期 期間・期限
講 講師
ホ ホームページ

締 締切り
持 準備・持参品
申 申込み先

内 内容
資 資格
問 問合せ先

対 対象
数 人数・定員
他 その他

国民年金

令和5年度国民年金保険料 免除申請書の受付開始

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合には、申請により保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」があります。

日本年金機構で所得などを審査し、承認されると7月から翌年6月までの保険料の納付が免除（猶予）される制度です。

保険料の免除や猶予を受けず保険料が未納の状態、万一障害や死亡など不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

▶受付開始 7月3日（月）

▶申請場所 市民窓口サービス課または有明支所

諫早年金事務所出張相談

時 7月12日(水)、8月9日(水)、

8月23日(水)、9月13日(水)

所 市役所本庁舎 1A会議室

7月12日(水)は2G会議室

数 8人

方 相談開設日の2か月前から10日前までに予約（電話予約できます）

年金に関する問合せ先

問 諫早年金事務所（☎0957-25-1662）

予約専用電話（☎0570-05-4890）

または市民窓口サービス課

不用品コーナー

おゆずりください

弓道の矢とかけ、耕運機、草刈り機、地球儀、卓球台、書道セット(小学生が使う物、デザイン男女可)、サッカーボール(小学4・5年生が使う物)、中央高校女子制服、CDプレーヤー、リクライニング車いす、ベビーベット、他

問 市民相談センター・消費生活センター

燃やせるごみの収集について

7月17日（月）は祝日のため収集しません。夜間収集も含め、翌18日（火）に収集しますので、ごみを出す場合は、指定の場所に出してください。

問 環境課

島原図書館での催し

①夏休み工作教室「キーホルダ付きクリアケースをつくろう！」

時 7月23日(日) 10時～

料 300円

数 15人 (小・中学生)

他 小学3年生までは保護者同伴

持 はさみ、黒油性ペン、シール

②夏休み科学教室「火山噴火実験」

時 8月19日(土) 10時～11時

料 500円

数 20人 (小学生以上、要予約)

締 8月15日(火)

所・申・問 島原図書館（☎64-4115）

有明総合文化会館での催し

(小学生対象で各先着15人)

①夏の絵画教室

時 7月29日(土) 9時～11時

料 850円

持 水彩絵の具セット、雑巾 (1・2年生

はクレヨンかクレパスも持参)

締 7月28日(金)

②初心者向け 習字教室

時 8月5日(土) 9時30分～11時30分

料 500円

持 習字道具、手本 (学校からの課題)、

半紙、タオル、新聞紙3枚

他 1・2年生は保護者同伴、汚れてもよい服装

締 7月31日(月)

③テラコッタ粘土で縄文土器を作ろう

時 7月30日(日) 9時30分～12時

料 900円

持 粘土版、ヘラ、布ふきん、タオル

他 1～3年生は保護者同伴、汚れてもよい服装

締 7月23日(日)

申・問 有明総合文化会館（☎68-5800）

夏休みジオツアー「岩石標本作り」

時 8月19日(土) 9時30分～

数 15人 (先着順)

料 大人1,200円、中学生以下600円

▶予約開始 7月28日(金) 9時～

申・問 平成新山ネイチャーセンター

(☎63-6752)

『梅沢富美男公演』

時 8月1日(火)14時(昼)、18時(夜) 開演

所 島原文化会館大ホール

料 前売券：一般 6,800円

問 島原文化会館（☎62-2111）

公民館・施設

島原城築城400周年記念事業協賛事業 第225回市民文化講座



「これからの日米親善人形交流 シドニー・ギュリック

と渋沢栄一の未来観から学ぶこと」

長崎市平和特派員で、親善交流の歴史を伝えている宮崎広和先生の講演会です。米国シカゴで発見された日米親善人形交流記録映像“Doll Messengers of Friendship(1929年)”上映もあります。

時 7月30日(日) 10時～12時

所 島原城観光復興記念館

料 無料 ※島原城への駐車は有料です。

問 社会教育課



米国ノースウェスタン大学
宮崎 広和 教授



日米親善人形
リトル・メリー

クイズ・しまばら岳！第1回京都クイズ

時 9月2日(土) 13時30分～

内 京都がテーマの早押しクイズ大会。

「紅葉の名所として有名なお寺」を中心に出题します。(テレビ収録なし)

方 市電子申請から1～3人で申込み

締 8月20日(日)

所・申・問 森岳公民館（☎63-2242）

イーザーフィットネス講座（無料）

音楽に合わせたダンス、筋トレ、ストレッチなど、盛りだくさんの内容です。

時 7月22日(土)、8月5日(土)(全2回)

20時～21時30分

数 20人 (先着順)

持 ヨガマットまたはバスタオル、タオル
室内シューズ、タオル、飲み物、ダンベル (なくても可)

所・申・問 杉谷公民館（☎63-2231）

クラフトテープでお散歩ショルダーバッグを作ろう

時 7月12日(水)・19日(水)(全2回)

①昼の部13時30分～15時30分

②夜の部19時～21時

数 各10人 (先着順)

料 材料代として800円

持 洗たくばさみ10個、はさみ、メジャー

所・申・問 三会公民館（☎62-4505）

