

健康

「ちょこプラ運動教室」

～誰にでもできる筋トレ～

時 9月6日(水)、19日(火)
9時30分～11時30分

所 有明保健センター

内 運動講話、筋力トレーニング

講 活水女子大学 阿南祐也先生

対 20歳以上の市民25人程度

締 9月4日(月)

申・問 市保健センター

子宮がん・乳がん検診無料クーポン券

子宮頸がん検診・乳がん検診が無料で受けられるクーポン券を5月末に対象者へ送付しています。

対 子宮頸がん検診：平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの女性

乳がん検診：昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生まれの女性

また、4月以降に島原市へ転入された人やクーポン券をなくされた人は再発行ができますので、お問い合わせください。

※使用期限は、令和6年2月末です。

問 市保健センター

公民館・施設

島原城築城400年記念事業協賛事業 第226回市民文化講座

「絵図が語る浜城の景観」

浜城は、島原城完成まで、仮の居城として松倉重政が使用しました。浜城の正確な立地と景観に迫り島原城の隠された魅力を紹介します。

時 8月19日(土)14時～16時

所 森岳公民館 大ホール

講 西田 博氏

料 無料

問 社会教育課



はじめての俳句講座

基礎から学びます。夏休みの自由研究に親子でいかがでしょうか。

時 8月20日(日)10時～11時30分

数 10人(初心者)

持 筆記用具

講 三好 勝利 先生

所・申・問 杉谷公民館(☎63-2231)

二十歳の集い実行委員を募集します

内 令和6年1月3日(水)に開催する「故郷しまばら二十歳の集い」の企画・運営を行います。

対 令和4年度に二十歳を迎えた人
令和5年度に二十歳を迎える人
令和6年度に二十歳を迎える人

資 平成14年4月2日～平成17年4月1日に生まれた人

締 8月31日(木)

問 社会教育課



会計年度任用職員の募集

内 家畜の飼養管理に関すること

▶ 勤務地 有明町湯江丁3600

▶ 雇用期間～令和6年3月31日

※条件付きで更新あり

▶ 就業時間 9時～17時15分(週4日)

▶ 報酬 時給869円～1,119円

※月給制で時給での支払いはなし

問 長崎県農林技術開発センター
畜産研究部門(☎68-1135)

盲ろう者しまばら交流会

内 講話(古川幸枝氏)と交流会

時 8月27日(日)13時30分～16時

所 市保健センター

問 事務局 上田(☎090-5470-3236)

お知らせ

移住・空き家相談会(要予約)

時 8月14日(月)9時～16時

所 市役所本庁舎 2階 2B会議室

問 シティプロモーション課

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、気軽にご活用ください。

○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ます。

○各種手数料がかかりません。

○外部積立型で管理も簡単です。

○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)

募集

自衛官など

○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7日(木)

▶ 一次試験 9月18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(火)

▶ 一次試験 9月16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 9月5日(火)

▶ 試験日・試験会場

9月23日(土) 有明公民館

○防衛大学校(一般)…①

締 10月18日(水)

▶ 一次試験 10月28日(土)

▶ 試験会場 大村農協会館

○防衛医科大学校医学科学生…②

締 10月11日(水)

▶ 一次試験 10月21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4日(水)

▶ 試験日 10月14日(土)

▶ 試験会場 北九州予備校長崎校

▶ ①～③共通受験資格

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)

消防吏員(若干名)募集

資 高等学校卒業程度の学力を有し、平成11年4月2日～平成18年4月1日に生まれた人

▶ 第1次試験 9月17日(日)

内 学力試験(教養・適性)、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

方 消防本部にある申込用紙に必要事項を記入し同総務課に提出

締 8月18日(金)

申・問 島原地域広域市町村圏組合消防本部 (☎62-7711)

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

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、簡単な操作で試算できます。

また、「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9日(水)、8月23日(水)、
9月13日(水)、10月25日(水)

所 市役所本庁舎 1A会議室

数 8人

方 相談日の2か月前から10日前までに市民窓口サービス課に予約(電話予約できます)
なお、10月25日(水)の相談日の予約受付開始は8月9日(水)からです。

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

おゆずりします

キーボード、ふろ水ポンプ用ホース、雛飾り1段、こいのぼり、男子制服(学ラン)、農業高校女子制服、製図板、学習機の椅子、7段雛飾り、礼服ワンピースMサイズ、綿の掛布団、学習機・椅子、花瓶・花器

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

8月11日(金)は祝日のため収集しません。前日の10日(木)に代替収集しますので、ごみを出す場合は指定の場所へ出してください。

問 環境課

ジュニアバレーボール教室

時 9月6日、13日、20日、10月4日
11日、18日、25日(水曜：全7回)
17時30分～18時30分

対 小学生

数 60人(先着順)

料 1,500円(保険料含む)

持 体育館シューズ・運動着・飲み物

他 保護者の付き添いが必要です。

所・申・問 島原市霊丘公園体育館
・弓道場(☎63-2206)

島原市立温水プールでの催し

① こどもクロール教室

時 9月2日～30日
(23日除く火・土曜：全8回)
火：17時～18時、土：14時～15時

対 水に顔をつけられるが、クロールで25m泳げない小学1・2年生

数 15人(先着順)

料 1,600円

締 8月27日(日)

② プールでゴムボートに乗っちゃおっ!

時 9月18日(月・祝)
①10時～12時 ②14時～16時

対 幼児から一般の親子

数 各8組(先着順)

料 800円

申・問 島原市立温水プール(☎63-4314)

キッズラグビー教室

時 8月26日、9月2日、23日、30日
(土曜：全4回)14時～15時30分

対 小学1～6年生

数 40人

料 1,000円(保険料含む)

申・問 島原市宮陸上競技場(☎64-6256)

ののこ温水センターについて

屋内スライダー・流水プール・幼児プールのほか、温浴施設のジェット風呂・サウナ、トレーニングエリア、食堂、休憩所があります。ご家族で夏休みにいかがでしょうか。

	大人 (中学生以上)	小学生	幼児 (4歳以上)
共通 (プールと風呂)	730円	520円	370円
プール	520円	370円	210円
お風呂	520円	370円	210円

※3歳以下無料

所 諫早市福田町1184番地

問 ののこ温水センター

(☎0957-36-5888)

初心者(シニア向け)パソコン入門講座

パソコンを触ったことのない人、新たな楽しみを求め始めませんか?

時 8月22日(火)～24日(木)(3日間)
10時～11時30分

数 10人(先着順) ※初受講者優先

料 無料

持 筆記用具

▶受付開始 8月7日(月)～

所・申・問 有明公民館(☎68-1101)

クイズ・しまばらの実! 【島原鉄道クイズ】

時 9月24日(日)8時30分～12時

所 諫早駅出発(予選)森岳公民館(決勝)

内 島原鉄道がテーマのクイズ大会を列車内と森岳公民館で実施します。
『島原鉄道111年物語』から出題予定です。

講 上野弘介氏(イカロス出版編集長)

数 40人(先着順、10人以上で実施)

料 無料(乗車券1,460円は各自購入)

方 島原市電子申請サービス

所・問 森岳公民館(☎63-2242)

有明総合文化会館での催し

① グリーンウェブ探検隊

時 8月26日(土)9時30分～11時

対 小学生、中学生※親子での参加も可

数 15人(先着順)

料 300円

締 8月25日(金)

② 忙しい人のための筋トレ教室

時 9月2日、9日、16日
(土曜：全3回)14時～15時

対 一般男性限定

数 10人(先着順)

料 1,500円

持 上履きシューズ、タオル、飲み物

締 8月31日(木)

申・問 有明総合文化会館

(☎68-5800)

ヨガ教室

時 9月13日、20日、27日、10月
4日(水曜：全4回)10時～11時

対 一般男女

料 1,000円(保険料含む)

持 タオル・飲み物・ヨガマット

※ヨガマットは貸出しあります。

数 20人(先着順)

所・申・問 島原復興アリーナ

(☎64-2344)