



主な連絡先・電話番号

市役所(代表)	53・4111
出張所	三浦 52・6475 鈴田 52・2023 西大村 53・3725 竹松 55・8314 萱瀬 55・7001 福重 55・8614 松原 55・8501
上下水道局代表	53・1111
こどもセンター	54・9100
男女共同参画推進センター	54・8715
環境センター	54・3100
プラットおおむら	47・5177
市民交流プラザ(プラザおおむら)	47・6100
こども未来館(おむらんど)	47・6111
ミライオン図書館	48・7700
市歴史資料館	48・5050
市コミセン	54・3161
シーハットおおむら	20・7200
市民病院(代表)	52・2161

市ホームページ



city.omura.nagasaki.jp/

9月14日現在の情報です。最新の情報はQRコードから確認、またはお問い合わせてください。



お知らせ

10月の祝日の

燃やせるごみ収集について

日程 10月10日(月)～スポーツの日、

↓収集します。

※環境センターへの持ち込みはできません。

●環境センター ☎54・3100

「愛の鐘」を鳴らす時刻が10月から変わります

内容 青少年の健全育成の願いを込めた、夕方の「愛の鐘」(夕焼け小焼け)の吹鳴時刻を変更します。

現在 4月～9月:18時

変更後 10月～3月:17時

●社会教育課 ☎54・3161

10月は国民年金下半年期保険料の前納期限です

内容 令和4年度下半年期(10月～令和5年3月)分の保険料をまとめて納付すると、810円割引になります。納付の際は前納用の納付書をご使用ください。

※切 10月31日(月)

●諫早年金事務所 ☎25・1662

国民年金基金に加入しませんか

内容 国民年金基金は、自営業者などの国民年金加入者が、国民年金に上乗せして加入できる積立方式の公的な年金です。

対象 ・国民年金第1号被保険者で保険料を納めている人
・60歳以上65歳未満の任意加入者

●海外在住の任意加入者

●全国国民年金基金長崎支部 ☎0120・655・4192

年金生活者支援給付金の請求手続きについて

内容 新たに年金生活者支援給付金の支給対象になる人に、日本年金機構から請求書類を送っています。同封のはがき(請求書)に必要事項を記入し提出してください。所定の期限までに請求手続きが完了すると、10月分から給付金を受け取れます。

※現在給付金を受け取っている人は手続き不要



●諫早年金事務所 ☎25・1662

公金収入事務を委託しています

▼大村市ふるさとづくり寄附金業者 株式会社とふる

期間 7月22日～令和5年3月31日

●ふるさと物産室(内線292)

ハロウィンジャンボ宝くじ・ハロウィンジャンボミニは

インターネットで購入できます

内容 宝くじの収益金は、県内市町の明るく住みよいまちづくりに使われます。パソコンやスマートフォンからも購入できます。

販売期間 10月21日(金)まで

抽選日 10月28日(金)

料金 1枚300円



●県市町村振興協会 ☎095・811・4955

都市計画道路の計画変更に関する地元説明会

内容 変更および廃止となる都市計画道路の説明

・杭出津池田線(廃止)：杭出津1丁目～池田新町

・大村駅前原口線(一部廃止および変更)：東三城町～大川田町

・古賀島沖田線(変更)：古賀島町～沖田町

日時 ①10月6日(木)②10月7日(金)

③10月13日(木)、いずれも19時～

場所 ①郡コミセン②中地区公民館③市コミセン

※内容は3日間とも同じ

●都市計画課(内線431)

定例教育委員会会議

日時 10月18日(火)、13時5分～

場所 市コミセン

●教育総務課(内線363)

●教育総務課(内線363)

里親になりませんか？

内容 10月は里親月間です。さまざまな事情で親と暮らせない子どもを家族の一員として迎え入れ、深い愛情と理解を持って育ててくれる「里親」を募集しています。

里親になるには

心身ともに健康で子どもの養育に理解と熱意、愛情がある人であれば、どなたでも申し込み可能(研修の受講などの要件を満たすことが必要)。

里親の支援について

- ①各里親には専門的な知識を有する相談員が担当につき、訪問や電話による相談を随時受け付けています。
- ②生活費や教育費など子どもに必要な養育費は公費で支払われます。
- ③養育などに関する研修を定期的に開催しています。

里親出前講座

各市町で出前講座を開催しています。制度の概要などを聞くことができます(参加無料、申し込み不要)。

※詳しくはお問い合わせください。

●長崎県里親養育センター「すくすく」☎0957・53・7343

10月は3R推進および食品ロス削減月間です

内容 ごみの発生を抑えるリデュース(Reduce)、使ったものを再使用するリユース(Reuse)、新しい再生品を作るリサイクル(Recycle)の「3R」と、「食品ロス(食べられる食品が廃棄されること)の削減」を推奨します。

3Rを推進するために

- ①マイバッグ持参
- ②再利用・詰め替えできる容器を利用
- ③分別回収に協力



食品ロス削減のために

- ①冷蔵庫などの食材をチェックして買いすぎを防ぐ
- ②食べきれぬ量の料理を作る
- ③3010運動(飲食店などで乾杯後の30分間と、お開き前の10分間で食事を食べきる取り組み)を実践する

●環境保全課(内線143)

今月は **国保税7期** の納付月です

固定資産税3期

納期限 10月31日(月)

納税には便利な口座振替を推進しています。

- 納税に関すること▶収納課(内線126)
- 口座振替に関すること▶税務課(内線125)

●商工振興課(内線275)

した。

10月中旬以降に延期となりました。

「コレモおおむら前」バス停の位置変更に伴う工事の延期

●新幹線まちづくり課(内線601)



とコラボしたオリジナルスタンプを設置します。詳細は、公式サイトでご確認ください。

期間 1月9日(月)祝日まで

10月は「土地月間」 10月1日は「土地の日」です

内容 一定面積以上の土地について売買などの取り引きをした場合、国土利用計画法により、土地の権利取得者は、契約締結の日から2週間以内に土地の所在する市町へ利用目的などの届け出が必要です。

- ▼都市計画区域内
5千平方メートル以上
- ▼都市計画区域外
1万平方メートル以上

※届出様式は、市や県のホームページからダウンロードできます。

●企画政策課(内線103)

戦死者慰霊奉賛金に対する協力をお願いします

内容 一世帯あたり90円を目安として、奉賛金を受け付けています。多くの皆様のご協力をお願いします。

●福祉総務課(内線603)

長崎県戦没者追悼式

日時 10月21日(金)、10時30分〜
場所 シーハットおおむら

●福祉総務課(内線603)

10月12日〜18日は県内一斉スマートムーブウィーク

参加者募集

内容 地球温暖化防止の取り組みとして、期間中はできる範囲でマイカー利用を自粛し、公共交通機関や自転車、徒歩での移動をお願いします。車を運転する場合は、地球とお財布にやさしいエコドライブにチャレンジしましょう。この運動に参加する個人や団体を募集しています。

参加方法 「スマートムーブ参加宣言」を県地域環境課へ提出

※様式は県ホームページからダウンロードできます。

●県地域環境課

☎095・895・2512

西九州新幹線開業記念スタンプラリーを実施します

内容 西九州新幹線の沿線5市(武雄市、嬉野市、大村市、諫早市、長崎市)の各市内4カ所ずつ、全20カ所に「V.A.N.I.S」弱虫ペダル「LIMIT BREAK」

募集

令和5年成人式典「二十歳の集い」での発表者

内容 「私たちの誓い」または「私たちのパフォーマンス」の発表

対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人

定員 若干名

申込 メール(住所・氏名(ふりがな)・性別・職業(学校)・連絡先・発表したい内容)

メ切 10月31日(月)

● 社会教育課 ☎54・3161

✉ syakyo@city.omura.nagasaki.jp

市営住宅入居者

入居日 11月1日(火)

抽選日時 10月20日(木)、10時～

抽選場所 プラットおおむら

申込メ切 10月11日(火)

※犬(身体障害者補助犬を除く)、猫などのペット類は飼育や持ち込みができません。
※申し込み方法など、詳しくはQRコードからご確認ください。

● シンコー ☎20・7000



黒木小学校・松原小学校への特別転入学希望者

募集期間 10月4日(火)～12月23日(金)

条件 ・市内在住者で、黒木小学校・松原小学校の教育活動を理解し、地域とともに協力し活動ができること

・令和5年4月1日から1年以上通学でき、保護者が送迎を行うこと

※公共交通機関の利用も可。一定の距離を超える場合は遠距離通学費補助金の対象です。

申込 ・1～5年生：在籍する小学校へ・令和5年度新1年生：教育委員会へ申込書を提出

見学 10月4日(火)から可能(各学校へ事前連絡が必要)

黒木小学校 ☎55・7800

松原小学校 ☎55・8619

● 学校教育課(内線370)

令和5年度貸与型奨学生との予約対象

対象 市内在住者またはその子どもで、令和5年4月以降、大学・短大・高校・高専・専修学校在学し、成績優秀で経済的理由により修学が困難な学生・生徒

貸与月額 ・高校・高専・専修学校(高等課程)：…1万円

・大学・短大・専修学校(専門課程)：…3万円

● 奨学金と重複貸与可能

メ切 11月30日(水)

● 教育総務課(内線363)

道の駅長崎街道鈴田峠「かかしアートコンテスト」作品

内容 「秋の収穫まつり」に合わせて、ユーモアあふれる「かかし」を募集します。

応募規定 大きさ・形・材料などは自由、道の駅の景観を乱さないもの

メ切 10月23日(日)

展示期間 11月1日(火)～20日(日)

※展示後は出品者の了承を得て、果樹園などで活用します。



● 道の駅長崎街道鈴田峠

☎53・6069

✉ nagasakikaido-suzutata@sag.e.ocn.ne.jp

市立大村市民病院の運営市民会議委員

内容 より良い医療を提供するため市民委員を募集します。

対象 市内に居住する満18歳以上の(高校生除く)

※本人による応募のみ

任期 2年(12月～令和6年11月)

募集人数 若干名

申込 申込書と作文を、郵送、メール、持参、市ホームページの申し込みフォーム

作文テーマ 「市民のための市民病院の運営」(800字程度、様式自由)※提出物は返却不可

選考方法 書類審査後、面接審査を行う場合があります。

メ切 10月17日(月)

☎856-8686(住所不要)



● 福祉総務課(内線406)

Millionのカフェ事業者

内容 Millionのカフェ事業者を募集します。詳しくは、市ホームページまたはMillion図書館ホームページをご確認ください。

● Million図書館 ☎48・7700

● Million図書館 ☎48・7700

スポーツ

第56回市民スポーツ大会

日時 10月9日(日)、9時～
競技(会場)

- ・ソフトボール(野球場・総合運動公園・補助グラウンド)
 - ・バレーボール・ソフトバレーボール(シーハットおおむら)
 - ・ゲートボール・ペタンク(森園運動広場)
 - ・グラウンドゴルフ(陸上競技場)
 - ・ボウリング(大村Jボウル)
 - ・サッカーファミリパーク(古賀島スポーツ広場)
 - スポーツ振興課(内線187)
- ▼フロアカーリングとスポーツ教室
フロアカーリングとは
木製のターゲットを的に、キャスター付きの木製のフロッカー

セミナー・相談

を送球して得点を競う新しいスポーツです。

日時 11月6日(日)、13時30分～16時30分

場所 大村小学校体育館
料金 無料

持参 動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物

メ切 10月15日(土)

※スポーツ保険加入(自己負担なし)
※手話通訳あり

●市身体障害者団体連合会事務局
☎53・7002

ロザ・モタ杯第46回おおむらロードレース大会

日程 12月4日(日)※小雨決行

場所 市陸上競技場・周辺道路
申込期間 10月4日(火)～11月4日(金)

※申し込み方法など、詳しくは市ホームページでご確認ください。

●スポーツ振興課(内線187)

休日労働相談

内容 10月は「個別労働紛争処理制度周知月間」です。働く人と事業主の間の紛争解決のため、「休日労働相談」を実施します。紛争解決制度の説明も行います。

▼電話相談(通話料無料・携帯可)
日時 10月16日(日)・23日(日)、9時30分～16時30分

☎0120・783・2588

▼面談相談(要予約)
日時 10月23日(日)、9時30分～16時30分

場所 県庁行政棟
●県労働委員会事務局
☎095・822・2398

10月1日～7日は公証週間です

内容 遺言・後見人・離婚養育費

●市民110番(内線193)

など、大切な契約は公正証書を作成し、トラブルを未然に防ぎましょう。

料金 無料

●諫早公証役場 ☎23・4559

10月17日～23日は行政相談週間です

内容 「行政機関へ相談したいが、どこかの窓口に行けばいいのか分からない」「行政に関する制度に不満がある」など、こんなときは、行政相談委員に相談してください。

●総務省行政相談センターきくみみ長崎
☎095・849・1101

交通事故相談(要予約)

日時 10月25日(火)、10時～15時
メ切 10月21日(金)

●県交通事故相談所
☎095・824・1111

市民相談

- ▶ 悩みや心配、困りごと
- ▶ 金銭に関わる不安
- ▶ 誰に相談すべきか分からないことなど

10月の定例相談

各種相談(無料)を実施しています
お気軽にご相談ください

4日(火) 人権相談
10:00～15:00

5日(水) 法律相談
10:00～15:00

11日(火) 契約・遺言相談
13:00～16:00

12日(水) 行政書士相談
13:00～16:00

18日(火) 人権相談
10:00～15:00

19日(水) 法律相談
10:00～15:00

24日(月) 家計改善相談
10:00～17:00

26日(水) 行政相談
9:30～12:00

28日(金) 不動産相談
13:00～16:00

- ※ 予 は要予約
- ※ 終了間際にお越しになると、相談に応じられない場合があります。

消費生活相談

- ▶ 商品購入などの契約トラブル
- ▶ 金銭に関わる不安など

●消費生活センター ☎52・9999

予防接種を受けましょう

インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します

インフルエンザは普通の風邪と比べて感染力が強く、高齢者や乳幼児にとっては肺炎や脳症などを併発し、生命に関わることもある危険な感染症です。予防接種を受けておくと、インフルエンザにかかりにくくなるだけでなく、かかっても症状が軽くて済みます。体調が良いときに受けましょう。

対象 市内在住で次のいずれかに該当する人

①乳幼児・小学生②中学生③65歳以上の人④60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓または呼吸器の機能に重度の障害がある人、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能障害がある人(身体障害者手帳等級が1級程度の人)

期間 10月1日(土)～令和5年2月28日(火)

自己負担額 ①1,700円/回 ②1,700円 ③④2,270円

※①～④に該当する人で、生活保護世帯に属する人は全額助成します。

助成回数 ①は2回、②～④は1回

申込 指定医療機関に直接電話などで予約してください。

▶接種できない人

- ・37度5分を超える発熱がある
- ・重い急性疾患にかかっている
- ・ワクチンに含まれる成分で、ひどいアレルギー反応を起こしたことがある
- ・その他、医師が不適当な状態と判断したとき
 - 子ども家庭課 ☎54・9100 (①、②に該当する人)
 - 国保けんこう課 (内線145) (③、④に該当する人)

医療機関名	電話番号
ありやま小児科	49・6410
伊崎脳神経外科・内科	54・4230
うえき心療内科クリニック	54・6000
うえだ記念内科クリニック	48・6886
上田皮ふ科	47・6707
おおむら海辺のクリニック	46・3663
おおつか内科医院	53・8080
大村中央産婦人科	52・3850
岡循環器内科	52・3000
海江田耳鼻咽喉科	52・3329
川田整形外科	46・3145
川本内科医院	54・5675
神田クリニック	48・5648
北村理子クリニック皮ふ形成外科	47・5515
くしま記念クリニック	51・1256
秋櫻醫院	53・9990
小松内科	48・6000
さくらクリニック	53・8819
貞松病院	54・1161
さわ小児科	56・2288
澤田胃腸科内科医院	55・1507
篠原皮ふ科クリニック	50・1677

医療機関名	電話番号
下山耳鼻咽喉科医院	55・0648
すだこどもクリニック	54・7200
高島脳神経内科	48・7777
田川小児科	52・4000
田崎医院	53・1234
たしる医院	28・8686
たなか循環器内科	50・0320
たなかみのるクリニック	47・6677
つねとう内科・循環器内科	55・8855
谷口整形外科	48・6677
ちくばクリニック	56・9887
キッズ&ファミリークリニック	52・2252
出口小児科医院	52・2252
寺井医院	52・3574
ともなが内科クリニック	54・5000
ながさき・おおば内科・消化器内科クリニック	55・8615
中澤病院	53・5072
中田外科胃腸科	54・0083
中牟田消化器内科クリニック	48・7000
中村医院	52・2733
野口内科こども医院	52・2339

医療機関名	電話番号
橋口整形外科医院	55・8739
はら脳神経外科	47・9770
平松整形外科医院	27・4422
ひろ耳鼻咽喉科	47・8725
フジイ胃腸科クリニック	54・8686
ふじもとこどもクリニック	47・8887
ほり内科クリニック	49・5090
本田皮ふ科アレルギー科	55・6830
前川漢方内科クリニック	53・6866
牧山医院	55・7831
南野クリニック	53・2233
南野病院	54・8800
みね内科クリニック	55・5070
みやしたリウマチ・内科クリニック	47・5555
むたクリニック	52・4501
もとやまファミリークリニック	47・8555
山口耳鼻咽喉科医院	52・2706
山下外科医院	54・7122
山田整形外科スポーツクリニック	56・8000
山道医院	53・2305
吉田内科クリニック	52・1177
よしだレディースクリニック	56・2227
わたなべ耳鼻咽喉科医院	52・2003

※市外の医療機関での接種を希望する場合は、事前にご相談ください。

令和5年度 福重幼稚園・放虎原こども園(短時間部)園児募集

対象 市内に住民登録しているまたは4月入園までに住民登録を予定している幼児

3歳児 平成31年4月2日～令和2年4月1日生

※3歳児の募集は放虎原こども園のみ

4歳児 平成30年4月2日～平成31年4月1日生

5歳児 平成29年4月2日～平成30年4月1日生

受付期間 10月11日(火)～21日(金)、9時～16時

申込 入園を希望する園に、直接お申し込みください。

入園願配布場所 各園、こどもセンター、市ホームページ

※入園希望者が多数の場合は抽選

募集人数など

幼稚園名	3歳児	4歳児	5歳児	電話番号
福重幼稚園		10人	20人	55・8741
放虎原こども園(短時間部)	5人	23人	12人	52・3564

※各園の在園児数により若干の増減があります。

福重幼稚園については、受付期間内の応募人数が集団教育に必要な園児数(10人)に達しない場合は、令和5年3月に閉園することとします。受付期間以降の園児募集は行いません。

利用者負担額(保育料)

保育料…無料

給食費(主食費・副食費)…1食230円

※ 市民税所得割額が77,100円以下の世帯と第3子以降の子は、副食費1食205円が免除になります。

※ 別途、教材費など負担あり。

※ 詳しくは、市ホームページや入園願書などでご確認ください。



市ホームページ▲

「令和5年度大村市立幼稚園・大村市立こども園(短時間部)園児募集」

●こども政策課 ☎54・9100

令和5年度 保育所等入所児童募集

対象 令和5年4月1日現在0～5歳の乳幼児で、保護者が次のいずれかの事情により、保育を必要とする人

①就労(月60時間以上)している

②妊娠中または出産後間もない

③病気やけが、障がいなどがある

④同居の親族を介護または看護している

⑤震災・風水害・火災などの復旧に当たっている

⑥就労する意思があり、求職活動に専念している

⑦学校または職業訓練校に在学している

⑧児童虐待やDVを防止するために保育を必要としている

⑨その他の事情で保育を必要としている

※育児休業取得中に新規入所、転園はできません。

申込期間 11月1日(火)～30日(水)(土・日曜日・祝日を除く)

※先着順ではありません。各自見学の上お申し込みください。

※申し込みに必要な書類は、市ホームページ、こどもセンター、各保育所などで10月中旬から配布します。

利用者負担額(保育料)

3～5歳児クラス…無料

0～2歳児クラス…世帯の市民税所得割課税額を基に決定します(年齢は令和5年4月1日時点)。

※詳しくは、市ホームページ、こどもセンター、各保育所などで配布する「保育所等への入所手続きのしおり」をご確認ください。

区分	施設名
公立認定こども園	放虎原
私立保育園	萱瀬、植松、久原、三浦、わかば、常盤、諏訪、かたまち、新城、桜馬場、ゆりかご、おひさま、かしのき、千木の森やまびこ、サラナ、ぶれり恵光、かめりあ天空の森、このみ
私立認定こども園	昊天宮、たんぼぼ、かめりあ、ひまわり、くじら、わんぱくはうす、すずた、フォルテ、キッズランド、いけだ、福重みょうせんじ、ふるまち、たけまつ、エミー、松原リトルフォレスト
私立小規模保育施設など(対象0～2歳児)	たけまつちっち、いるか、さくら、ちぎのもり、すこやか、かめりあ、かめりあ第二、かめりあ三城、かめりあ三城第二、かめりあ上諏訪、キッズホーム、マーナ、とみのはら、まつぼっくり、つぼみのおうち、どんぐり

※ 対象施設は、令和4年8月現在の施設です。

※ 市立三城保育所は、令和5年度の新規入園児募集を行いません。

●こども政策課 ☎54・9100

子育て

①ベビーマッサージ

②ベビーマッサージ

日時 ①10月13日(木)②20日(木)、

いずれも10時15分～10時45分・

11時15分～11時45分

場所 おむらんど

対象 ①2～6カ月児・妊婦

②7～11カ月児

定員 いずれも各時間先着6組

申込 電話または窓口

(①10月3日(月)②10日(祝受

付開始)

●おむらんど ☎47・6111

DVD視聴による
保育サポーター説明・研修

内容 県内医師の育児支援をす

る保育サポーターについての

説明、研修会を開催します。

日時 11月15日(火)、2時間程度

(その他の日程も可)

場所 長崎大学病院または自宅

でのDVD視聴

申込 電話・メール

※切 11月8日(火)

●長崎大学病院メディカル・ウー

クライバランスセンター

☎095・819・7979

✉info01@nagasaki-qjissai.jp

出前子育てのつどい

時間 10時～

10月	場 所	問い合わせ先
5日(水)	松原出張所	にこにこ子育てサロン
7日(金)	竹松 //	
	古賀島西公民館	ライオンキッズ
12日(水)	萱瀬出張所	にこにこ子育てサロン
13日(木)	三浦 //	わいわいらんど
20日(木)	池田公民館	ライオンキッズ
21日(金)	郡コミセン	にこにこ子育てサロン
26日(水)	福重出張所	
28日(金)	小路口光公民館	

- ・にこにこ子育てサロン(昊天宮保育園) ☎55・0922
- ・わいわいらんど(すずたこども園) ☎49・5388
- ・ライオンキッズ(植松保育園) ☎54・5056

10月の市立幼稚園開放日

内容 園庭とプレイルームを開

放します。親子でお楽しみくだ

さい。

対象 3～5歳児

日時 10月12日(水)、10時～11時

場所 福重幼稚園

●福重幼稚園 ☎55・8741

高齢者と介護

高齢者向けバスの乗り方講座

内容 市内のバス路線について、

ICカードの使い方、バスの乗

車体験

日時 ①10月7日(金)②11日(火)③

17日(月)、いずれも13時30分～15

時

場所 ①市コミセン ②郡コミセ

ン ③中地区公民館

料金 無料(要予約)

定員 各回30人(先着順)

●地域包括支援センター

☎53・8141

認知症の人と家族の会

日時 10月19日(水)、13時30分～

15時30分

場所 プラットおおむら2階

●地域包括支援センター

☎53・8141

介護サポート講座

クローバー

内容 在宅療養に関わるケアマ

ネジャーさんのほなし

日時 10月1日(土)、10時30分～

11時30分

場所 プラットおおむら5階

料金 無料(要予約)

定員 35人

申込 電話

●まちなか保健室 ☎20・7115

サロンおおむら校

内容 高齢者が集う場です。

日時 毎週火曜日、13時30分～15

時30分

場所 プラットおおむら2階

●社会福祉協議会 ☎53・1351

障がい者福祉

耳とことばの相談

内容 聴覚・言語障がい者(児)の

身体障害者手帳、補聴器やこ

ばの相談など(軽度・中等度難聴

児の補聴器購入の相談も受け付

けています)

日時 10月15日(土)、13時～15時

場所 プラットおおむら4階

●障がい福祉課 ☎20・7306

盲ろう児(者)相談会

内容 盲ろう(目と耳の両方が不自由なこと)に関する相談会で

す。当事者はもちろん、家族や関係者など、ごなたでもお気軽にお越しください。(要申し込み)

日時 11月13日(日)、10時～12時

場所 観光ホテル八千代(諫早市天満町33-2)

メ 10月31日(月)

●長崎県盲ろう者友の会・あかり
☎09054703336(上田)
✉info@akar-nagasaki.com

健康

10月は臓器移植普及月間です

内容 臓器提供について日頃から家族と話し合い、意思を表示することが大切です。臓器提供意思表示カードは、国保けんこう課の窓口を設置しています。

▼グリーンライトアップ

移植医療のシンボルマークであるグリーンリボンに合わせ、大村公園板敷橋とポートレース場をグリーンにライトアップします。グリーンライトアップを写真に撮ってインスタグラムなどのSNSに、ハッシュタグ「#グリーンライトアップ」で投稿しましょう。これを機に臓器

移植について考えてみませんか。

期間 10月14日(金)～18日(火)

(大村公園板敷橋) 17時～23時
(ポートレース場) 17時半～20時50分

●国保けんこう課(内線152)



10月は骨髄バンク推進月間です

内容 18～54歳までの健康な人なら、骨髄ドナー登録ができます。興味がある人は、ホームページをご確認ください。動画や漫画などでわかりやすく解説しています。

受付場所 献血バス・献血ルーム

「はまのまち」西海・県立保健所

※県立保健所は要予約

「教えて骨髄バンクちゃん!」



●国保けんこう課(内線152)

健康づくり推進員によるウォーキング

料金 無料 持参 タオル・飲み物(マスク着用)

10月	集合場所	距離	代表者
5日(水)	9:00 郡コミセン 駐車場	4～5km	森芳 ☎080・1032・6473
8日(土)	13:30 大村公園	4～5km	塩田 ☎52・2368
10日(月/祝)	9:00 杭出津公園	4km	川原 ☎54・3089
	10:00 アーケード内 ペディ長崎J.	1～5km	柚之原 ☎080・9106・2107
11日(火)	9:00 木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238
13日(木)	8:50 大村公園 観光センター横	7km	田添 ☎54・2578
	9:00 池田湖公園	6km	川島 ☎090・5486・2969
15日(土)	13:30 鈴田運動公園	4～5km	塩田 ☎52・2368
	9:00 木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238
19日(水)	9:00 郡コミセン 駐車場	4～5km	森芳 ☎080・1032・6473
	9:00 水計公民館	4～5km	久田松 ☎54・2413
22日(土)	9:50 黒丸スポーツ広場	4～5km	馬場 ☎55・3095
25日(火)	9:00 木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238

●国保けんこう課(内線171)

集団健康診査(無料)

10月は日曜日に行います

- ▶大村市国民健康保険加入者 (19歳以上※令和5年3月末時点)
持参 受診券・保険証
- ▶後期高齢者医療保険加入者
持参 保険証



日時 10月16日(日)、9時～11時、13時～15時

場所 市コミセン 料金 無料

予約 国保けんこう課へ電話または市公式LINEで事前予約

検査内容 問診・血圧測定・血液検査・尿検査・身体測定・診察

▶任意で追加可能な検査

- ・肺がん検診(150円)
- ・大腸がん検診(150円)など

※社会保険や共済保険などの被扶養者で40歳以上の人申し込み可能
※新型コロナウイルス感染症の発生状況により中止の場合あり

市公式LINE予約



●国保けんこう課(内線152)

健診

10月は乳がん月間です

最新の統計では、日本人女性の9人に1人(※1)は乳がんになると言われているほど罹患率が最も高いがんであり、年々増加しています。

しかし、自分で見つけることができる数少ないがんで、早期発見・早期治療でその後の生存率が高まります。

(※1) 国立がん研究センター がん情報サービス(2018)

がん罹患率の傾向(女性)

	1980年	2017年
1位	胃	乳房
2位	乳房	大腸
3位	子宮	子宮

2017年には
乳がんが1位に

(参考) 国立がん研究センター
がん情報サービス(2018)

乳がん啓発

●「乳がんについて」「早期発見のポイント」などの展示

日程 10月3日(月)~17日(月) 場所 ミライon

●乳がん啓発シンボル ピンクリボンカラーにライトアップ

日程 10月3日(月)~13日(木)

場所 大村公園板敷櫓、ポートレース大村広告塔

自己検診で早期発見・早期治療が大切です



月1回の
はじめよう!
マンマチェック



認定NPO法人 J.POSH
日本乳がんピンクリボン運動
(j-posh.com)

定期検診

7ページの「乳がん検診」に掲載しています。

健康講座

乳がんやそのほか生活習慣病予防など、健康に関する講座です。申し込みはグループでも個人でも可能です。希望する人は、国保けんこう課までお問い合わせください。

●国保けんこう課(内線171)

動脈硬化を評価する ABI検査について

市立大村市民病院
血管外科
赤岩 圭 先生

動脈硬化とは、血液と接する血管の内側の壁(内膜)にある内皮細胞が傷つくことから始まり、最終的に血管の壁が硬く厚くなることであり、これが進行すると血液の通り道が妨げられるようになります。また、血圧という言葉もよく耳にすると思いますが、血圧とは、心臓から送り出される血液が全身へ流れていく際に、動脈の内側にかかる圧力のことです。

一般的に、動脈硬化が進んでいない場合は、仰向けに寝た状態では腕の血圧より足の血圧の方がやや高い値を示します。しかし、動脈硬化が進み、測定する部位までの経路で動脈に狭窄や閉塞がある場合は、血流による圧力が小さくなるため、測定部の血圧が低下します。

このことを利用して、両側の上腕と足首の血圧を比較することで動脈硬化の程度を評価できます。それがAnkle Brachial Index(足関節上腕血圧比)の頭文字からなるABI検査です。

ABI検査の方法

基本的には、心電図検査と同じよ

うな手順です。

・ベッドに仰向けになって、心電図電極などを装着します。

・両腕・両足の四力所に血圧計(マンシエット)を巻きます。

・測定中は四肢が締め付けられます。

検査時間

・心電図検査より時間はかかりますが、通常は10分以内に終わります。

動脈硬化は、血液からの血管への刺激が要因であるため、身体の一部の血管のみに限局するものではなく、血液が通っている血管すべてが一律に刺激を受けています。

そのため、ABI検査で足の血圧が低下し、動脈硬化による足の血流障害が確認されると、心筋梗塞および脳梗塞を発症する予備軍ということにもなります。

つまり、ABI検査で少しでも低い結果となった際には、動脈硬化の原因である喫煙・高血圧・脂質異常症・高血糖(糖尿病)・肥満(メタボ)の管理がより重要になります。

ABI検査は予防医学の観点からも重要であり、健診の際にも検査できますので、血管の状態(動脈硬化)が気になる人は、ぜひチェックしてみてください。



市立大村市民病院
心臓血管外科

10月の健康・育児カレンダー

1	土	
2	日	 中田外科胃腸科(外科・胃腸科) 古賀島町 ☎54・0083  大村中央産婦人科(産婦人科) 水主町2丁目 ☎52・3850  たけし歯科医院 桜馬場2丁目 ☎50・0001(午前中のみ)
3	月	
4	火	
5	水	
6	木	ピヨピヨえほんタイム 離乳食教室(5カ月前後)
7	金	
8	土	
9	日	 さくらクリニック(内科・消化器科) 池田1丁目 ☎53・8819  川田整形外科(整形外科) 小路口町 ☎46・3145  たなか歯科クリニック 須田ノ木町 ☎47・5557(午前中のみ)
10	月	 寺井医院(内科・消化器科) 玖島1丁目 ☎52・3574  海江田耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉科・アレルギー科) 三城町 ☎52・3329  坂口歯科医院 古賀島町 ☎52・0477(午前中のみ)
11	火	
12	水	1歳6カ月児健康診査
13	木	3歳児健康診査
14	金	乳幼児すくすく健康相談
15	土	
16	日	 すだこどもクリニック(小児科) 植松3丁目 ☎54・7200  神田クリニック(外科・内科) 木場1丁目 ☎48・5648  なかむら歯科 協和町 ☎50・1718(午前中のみ)
17	月	ことばの相談室
18	火	献血 市役所玄関前(9:30~11:00/12:30~16:00)
19	水	3歳児健康診査
20	木	1歳6カ月児健康診査
21	金	離乳食教室(10カ月前後)
22	土	
23	日	 フジ胃腸科クリニック(胃腸科・内科) 東本町 ☎54・8686  うえき心療内科クリニック(心療内科・神経科・精神科) 坂口町 ☎54・6000  鳥越歯科 本町 ☎52・2992(午前中のみ)
24	月	ことばと心の相談室
25	火	
26	水	1歳6カ月児健康診査
27	木	3歳児健康診査 みんなであそぼう
28	金	
29	土	
30	日	 南野クリニック(内科・消化器科) 乾馬場町 ☎53・2233  野田耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉科) 大川田町 ☎28・8733  なりすえ歯科医院 池田1丁目 ☎54・8080(午前中のみ)
31	月	

休日在宅当番医

 病院 9:00~18:00

 歯科医院 9:00~12:00

※変更になる場合あり。受診前に確認を。

夜間初期診療センター

内科と小児科の夜間初期診療を行っています。

診療時間 19:00~22:00(毎日)

場所 こどもセンター内 ☎54・9911

新型コロナウイルス感染症対策のため、必ず事前に電話で連絡をお願いします。
 ※インフルエンザ、新型コロナウイルスの検査は実施しません。

予防接種を受けましょう

お子さんの体調の良いときに、指定医療機関に予約して受けてください。生後2カ月から開始しましょう。

●こども家庭課 ☎54・9100

こうのとりのダイヤル

妊娠・不妊・不育相談を受け付けています。

●専用ダイヤル ☎54・9119

子育て・健診・相談

●こども家庭課 ☎54・9100

▶1歳6カ月児健康診査

場所 こどもセンター
 ※対象者には個別に通知します。

▶3歳児健康診査

場所 こどもセンター
 ※対象者には個別に通知します。

▶ことば(と心)の相談室 ※要予約

時間 13:00~16:30
 場所 こどもセンター
 対象 就学前の子どものことばの発達や育児などでお悩みの人、または親子
 持参 母子手帳

▶乳幼児すくすく健康相談 ※要予約

場所 こどもセンター
 内容 計測、育児・栄養・歯科相談
 持参 母子手帳

▶離乳食教室 ※要予約

受付 10:20~10:30
 場所 こどもセンター
 持参 母子手帳

乳幼児のおへや

●おむらんど ☎47・6111

▶ピヨピヨえほんタイム

▶みんなであそぼう

時間 10:15~10:45/11:15~11:45
 場所 おむらんど
 定員 各時間先着6組(要予約)

革小物講座「スマホケース作り」

内容 革職人を講師に招き、初心者でも楽しみながらレザークラフトを学び、世界に一つだけの作品を作ります。

日時 10月22日(土)、13時～15時

場所 プラザおおむら

料金 2,000円 **定員** 20人

●プラザおおむら ☎47・6100

傾聴ボランティア講座

内容 相手の気持ちをありのままに受け止め、相手の話に耳を傾ける傾聴の基本やポイントを学びます。

日時 11月18日(金)、10時～12時

場所 プラットおおむら4階

講師 土居隆子(臨床心理士)

定員 60人(要予約) **料金** 無料

●ボランティアセンター「あいわく」
☎56・8663 ☎54・1365
✉ovc@omura-shakyo.net

土木の日「現場見学バスツアー」

コース 市役所→松浦市方面西九州自動車道建設現場ほか

日時 11月19日(土)、9時集合

集合場所 市役所玄関前

対象 市内在住者(小学生以下は保護者同伴) **定員** 20人

料金 無料(昼食は持参加購入)

持参 飲み物・筆記用具・雨具

申込 往復はがき(全員の住所・氏名・年齢・電話番号、返信用の宛て名)

メ切 10月14日(金)

〒856-8686(住所不要)

●道路管理課(内線421)

伸和コントロールズ株式会社 創業60周年記念CONCERT

日時 10月9日(日)、14時開演

場所 さくらホール

料金 一般2,000円、学生500円

※未就学児入場不可

●MITT TICKET ☎03・6265・3201

第43回市民文化祭

市コミセン

市民茶会 10月23日(日)、10時～

.....

寒蘭展一次展 11月5日(土)・6日(日)、9時～

.....

文芸大会 11月23日(水)祝、10時～
(作品募集)

①短歌・・・2首まで可
投稿先(玖島2-445 六田正英)

②俳句・・・1組3句(2組まで可)
投稿先(久原1-419-6 奥村京子)

出詠料 いずれも1首・1組1,000円
メ切 ①10月15日(土) ②10月28日(金)

※いずれも自作未発表、200字原稿用紙使用

市美術展覧会 11月14日(月)～20日(日)、9時～

郡コミセン

謡曲秋季大会 10月17日(月)、10時半～

.....

寒蘭展二次展 11月26日(土)・27日(日)、9時～

さくらホール

市民音楽祭 11月13日(日)、13時～

●文化振興課(内線372)

9月14日現在の
情報です。最新
の情報はこちら▶



もよおし

第39回コミセンまつり

内容 市コミセンで定期的に活動しているグループが日頃の成果を発表します。

▶舞台発表

内容 バレエ・日本民謡・合唱・フラダンス・健康体操・楽器演奏・相撲甚句・舞踊など

日時 10月1日(土)、10時～15時
10月2日(日)、10時～16時

場所 さくらホール

▶展示発表・体験・バザー

内容 【展示】英会話・短歌・水彩画・水墨画・南画・彫刻・俳句・ガラスアート・洋裁・革工芸・ボーイスカウトなど
【体験】8日:真向法体操 9日:太極拳
【バザー】大学芋・みたらし団子など ※8日のみ

日時 10月8日(土)、9時～17時
10月9日(日)、9時～15時

場所 市コミセン

●市コミセン ☎54・3161

琴平999Hanaフェス

内容 花植え体験・宝探し・サッカーチャレンジゴール・射的など

日時 10月9日(日)、9時～15時(小雨決行)

場所 琴平スカイパーク

●琴花園 ☎53・8121

10月の開催日程表

■ おおむら本場発売
■ 外向・前売場外のみ発売

場外発売の赤文字は女子レース

☎54・4111
BOAT RACE 大村



大村	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																																																			
	土	日	月	火	水	木	金	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月																																																			
	ニッカン・コム杯										公営レーシング プレスカップ										スポーツ報知杯																																																													
場 外 発 売	デ イ モ ナ イ ター	G1尼G1び	G1びわこ										G 1 平 和 島										G 3 び わ こ										SGボートレースダービー常滑																																																	
		G3宮島	G3宮島										戸 田										びわこ										平 和 島										G 3 児 島																																							
		平和島	福 岡										常 滑										浜 名 湖										戸 田										びわこ																																							
		多摩川	多 摩 川										福 岡										津										戸 田										江 戸 川										津 福 岡										江 戸 川																			
		常 滑	浜 名 湖										戸 田										戸 田										江 戸 川										多 摩 川										多 摩 川										徳 山 (モ)										G 3 尼 崎									
			江 戸 川										児 島										江 戸 川										多 摩 川										多 摩 川										徳 山 (モ)																													
		鳴 門	三 国										芦 屋										鳴 門										芦 屋										鳴 門										芦 屋																													
		唐 津	徳 山										唐 津										三 国										G 3 唐 津										三 国																																							
		桐 生	桐 生										3days若松										住 之 江										丸 亀										丸 亀										下 関																													
		若松住之江	住 之 江										丸 亀										蒲 郡										蒲 郡										住 之 江										若 松										蒲 郡																			
丸 亀	蒲 郡										桐 生										G 3 下 関										蒲 郡										蒲 郡										桐 生																															
下 関	下 関																																																																																	

Japanese Class for Beginners

内容 日本語初心者の外国人を対象に、入門レベルの日本語を教えます。

日時 10月7日(金)～3月24日(金)の毎週金曜日、17時30分～19時
※年末年始を除く

定員 20人(先着順)

料金 無料(テキスト代は別途必要)

メ切 10月2日(日)

グローバルフィットネス

内容 英語で行うヨガを通して日本人と外国人が交流できる場です。

日時 10月15日(土)、14時～15時30分

場所 プラザおおむら

定員 20人(先着順)

料金 無料 **メ切** 10月13日(木)

持参 動きやすい服装、ヨガマットまたはバスタオル

グローバルクラスルーム

対象/時間	テーマ/定員
小学1～3年生 10:00～10:45	Halloween Fall Festival 20人
小学4～6年生 11:00～11:50	Halloween Fall Festival 20人
高校生以上 13:00～15:00	A Scary Good Time! 25人
中学生・高校生 15:30～16:30	Frightful Fun! 20人

内容 全て英語で話す対話形式の講座

日程 10月30日(日)

場所 プラザおおむら **料金** 無料

メ切 10月26日(水)(先着順)

まちかど市民ギャラリー

☎50・1216

会期	展示内容(主催者)
10/11(火)～17(月)	趣味の作品展 (教職員退職互助組合)
18(火)～24(月)	手作り展(改発シズ子)
25(火)～31(月)	ふれあい館 水彩画仲間

地域デビュー～私の居場所探し～

日時 10月14日(金)、14時～15時30分

対象 55歳以上の人

場所 1階多目的ホール **定員** 40人

申込 窓口・電話・申し込みフォーム

介護予防「社活にチャレンジ」

日時 10月22日(土)、14時～15時30分

対象 55歳以上の人

場所 1階多目的ホール **定員** 50人

申込 窓口・電話・申し込みフォーム

子ども科学館

社会教育課 ☎54・3161

10月のイベント情報

場所 プラットおおむら5階

日時	内容
1日(土)10:00～	おりがみ教室
2日(日)10:00～	押し花教室
8日(土)10:00～	おもしろミニ実験教室
9日(日)10:00～	科学講座
15日(土)10:00～	竹細工教室
16日(日)10:00～	バルーンアート教室
22日(土)14:00～	科学工作教室
23日(日)10:00～	子ども映画会

国際交流プラザ

予約フォーム▶
☎☎ 51・1048
✉ info@kokusai-omura.com



各イベントは申し込みが必要です。
申込 予約フォーム・電話・ファクス・メール(氏名・住所・電話番号 ※グローバルクラスルームは年齢と希望クラスも記入)

Halloween Fall Fest!

内容 ハロウィンに関するゲームをしてお菓子をもらいましょう。

日時 10月29日(土)、17時～18時

定員 20人(先着順)

料金 無料 **持参** ハロウィンの仮装

メ切 10月25日(火)

ミライon図書館

☎48・7700 ☎48・7703

🌐 miraionlibrary.jp

✉ o-tosyokan@miraionlibrary.jp

就職支援・個別相談会(要予約)

内容 県が設置した就業支援などを行う人材活躍支援センターの出張相談会

日時 毎週水曜日、11時～17時

場所 2階会議室
●県人材活躍支援センター
☎095・843・6642

お客様のココロをつかむ文章術(要予約)

内容 個人事業主や中小企業経営者、起業や副業に関心のある人を対象としたセミナー

日時 10月7日(金)、14時～15時

場所 1階多目的ホール
●長崎県よろず支援拠点事務局
☎095・828・1462

よろず支援拠点

無料経営相談会(要予約)

内容 国が設置した無料の経営相談所が実施する出張相談会

日時 10月7日(金)、10時～17時

場所 2階研修室・会議室
●長崎県よろず支援拠点事務局
☎095・828・1462

産業支援センター

無料経営相談会(要予約)

内容 ビジネスに関するサポートを行う公的相談所の出張相談会

日時 10月20日(木)、①13時～②14時30分～③16時～

場所 2階会議室
●産業支援センター
☎47・6377 ☎47・6388
✉ info@omura-biz.com

木曜コンサート

内容 ボランティアの皆さんが音楽演奏を行います。

日時 10月27日(木)、18時～18時30分

場所 1階多目的ホール

定員 50人(先着順)

申込 窓口・電話・ファクス・メール