



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/

12月15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

1月の祝日の燃やせるごみの収集について

日程 1月9日(月)(成人の日)

↓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

積雪などの荒天時のごみ収集について

内容 積雪荒天時など状況によつては、やむをえず収集を中止する場合や遅れることがあります。次回の収集日に出していただくなどご協力をお願いいたします。

します。

●環境センター ☎54・3100

国民健康保険税の納付証明書交付

内容 国民健康保険税は、年末調整や確定申告を行う際、社会保険料控除の対象になります。領収証の紛失などで納付額を確認できない人には、納付証明書を無料で交付します。

※窓口交付の際は本人確認を行います。また、同一世帯の親族以外の人が申請する場合は、委任状が必要です。

※電話での申請も受け付けます。

▼口座振替で納付している人へ
1月下旬に、年間の納付額を証明する「口座振替済通知書」を送付します。

●税務課(内線125)

1月1日現在で償却資産を所有する人は申告が必要です

申告内容 取得年月、取得価格、耐用年数など

申告期限 1月31日(火)

※償却資産とは…土地・家屋以外の事業用資産で、減価償却額(費)が法人税法または所得税法の計算上、損金や必要な経費に算入される資産

※アパートや駐車場などの所有者も、外構工事・エアコンなどの設備の申告が必要です。また、太陽光発電設備も申告の対象となる場合があります。

※E-TAX(エルタックス)からも申告できます。

●税務課(内線121)



電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金の提出期限は1月31日です

①住民税非課税世帯

対象 令和4年9月30日時点で本市に住民登録があり、世帯全員の令和4年度住民税均等割が非課税の世帯

申込 11月中旬以降に送付した確認書(申請書)を提出

※確認書(申請書)の送付がなく、要件に該当すると思われる世帯は、申請書を入手し提出

②家計急変世帯

対象 申請日時点で本市に住民登録があり、予期せず令和4年中の家計が急変し、世帯全員の住民税均等割が非課税水準以下となった世帯

申込 申請書を入手し提出

①②共通

※切 1月31日(火)

申請窓口 福祉総務課

※①②いずれも世帯全員が住民税均等割が課税されている人の扶養親族である世帯を除きます。
 ※①②の重複受給はできません。
 ※審査の結果不支給となる場合があります。
 ※詳しくは、市ホームページをご確認ください。



●市価格高騰緊急支援給付金
 コールセンター
 ☎46・5256(平日9時～17時)
 ※12月29日～1月3日は除く

「性の多様性」に関する市民意識調査にご協力ください

内容 「性の多様性」に関する意識や実態について把握し、今後の施策を検討するための基礎資料とするため、調査を行います。

回答方法 市ホームページ
 回答期間 1月6日(金)～20日(金)



●男女共同参画推進センター
 「ハートパル」

☎54・8715
 ✉danryo@city.omura.nagasaki.jp

日曜のマイナンバーカード受け取り

場所 市民課マイナンバーカード窓口(市役所1階)
 日時 1月8日(日)・15日(日)・29日(日)、8時30分～12時
 予約 市公式LINE・電話
 ※カード受け取り以外の手続きはできません。



●市民課(内線197)

マイナンバーカードの交付申請(窓口・出張申請)

場所 市民課マイナンバーカード窓口(市役所1階)
 持参 ①個人番号通知カードまたは個人番号通知書
 ②本人確認書類(A、Bから2点)
 A:写真付身分証(運転免許証、パスポート、身体障害者手帳など)
 B:A以外の書類(健康保険証、年金手帳、福祉医療費受給資格者証など、氏名・生年月日または氏名・住所が記載されたもの)
 ③住民基本台帳カード(お持ちの場合)
 ※無料写真撮影サービスあり(写真持参も可)。
 ※カードは自宅へ郵送します(書類に不足があった場合など、窓口での受け取りになることがあります)。

1月の出張申請
 時間 10時～12時

1月	場所
13日(金)	萱瀬出張所
16日(月)	中地区公民館
17日(火)	福重出張所
19日(木)	郡コミセン
23日(月)	松原出張所
26日(木)	鈴田 //
27日(金)	竹松 //
31日(火)	三浦 //

●デジタル推進課(内線278)

令和5年大村市二十歳の集い(成人式典)

日時 1月8日(日)、13時～14時
 場所 シーハットおおむら
 対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人
 ※11月1日現在市内に住所を有する人には、12月初旬に案内状を送付しています。なお、案内状がなくても出席できます。

※ご家族などは2階観覧席へ入場できません。
 ●社会教育課 ☎54・3161

定例教育委員会会議

日時 1月17日(火)、13時5分～
 場所 市コミセン
 ●教育総務課(内線363)

国民年金保険料の追納制度を利用しませんか

内容 過去に保険料免除・納付猶予や学生納付特例を受けた期間の保険料を納付する制度です。将来の老齢基礎年金の受給額を増やすことができます。
追納可能期間 過去10年分
 ※既に老齢基礎年金を受給している人などは利用できません。
 ※詳しくは、日本年金機構ホームページをご確認ください。



●市民課(内線113)

今月は **国保税10期** の納付月です
市県民税4期

納期限 1月31日(火)
 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)

募集

公共施設における飲料等自動販売機設置事業者

▼設置施設
郡コミセン・環境センター・古賀島スポーツ広場・シーハット
おおむら・総合運動公園・ミライオン

▼設置期間

4月1日～令和8年3月31日

(更新なし)

▼入札参加申込手続き

期間 1月4日(水)9時～25日(水)17時

方法 持参・郵送(一般書留または簡易書留)

※募集案内書・必要書類は、1月4日(水)から市ホームページ・市役所管財課で配付します。

▼開札

期間 2月3日(金)～9日(水)17時(郵送のみ受け付け)

▼入札

場所 市役所第8会議室

〒856-8686(住所不要)

▼管財課(内線2337)

入居日 2月1日(水)

抽選日時 1月20日(金)10時～

抽選場所 プラットおおむら

市営住宅入居者

入居日 2月1日(水)

抽選日時 1月20日(金)10時～

抽選場所 プラットおおむら

申込み切 1月11日(水)

※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

農業委員および農地利用最適化推進委員

任期 令和5年7月20日から3年

▼農業委員

業務 総会審議、現場活動ほか

定員 19人

▼農地利用最適化推進委員

業務 担当地区での現場活動ほか

定員 19人(地区定数あり)

地区名	定数
三浦	2人
鈴田	3人
大村	3人
西大村	1人
萱瀬	3人
竹松	2人
福重	3人
松原	2人

▼共通事項

応募資格 農業や農地などの利用に関する熱意と識見を有し、職務を適切に行うことができる人など

提出書類 各委員候補者推薦届

出書、または各委員候補者応募届

募届出書

1月10日は、『110番の日』です
110番は正しく利用しましょう

- ▶110番は緊急の事件・事故のための電話です
 - ・緊急でない用件は「大村警察署」へ
 - ・相談に関するものは「#9110」へ
- ▶110番通報したときは次のことをお知らせください
 - ・何が起きた?【事故・けんか・盗難・詐欺など】
 - ・どこで?【町名・地番・目印となる建物など】
 - ・犯人の特徴は?【性別・年齢・服装など】
 - ・どうやって逃げた?【車で、走ってなど】
 - ・どっちに逃げた?【駅方向・国道方向など】
 - ・けがの有無、被害の状況など
 - ・あなたの氏名・電話番号など
- ▶携帯電話で110番する時は
 - ・地番、目標物の確認を。(例)コンビニ・バス停・ガソリンスタンド・電柱番号など
 - ・通話中はできる限り場所を移動しないでください。

●大村警察署 ☎54・0110

募集期間 1月4日(水)～2月3日(金)

※詳しくは市ホームページをご確認ください。

●農業委員会(内線351)

令和5年度なんでんかんでんチャレンジ40助成金事業

内容 活気と魅力あるまちづくりに寄与する活動を支援する「なんでんかんでんチャレンジ」40助成金の令和5年度事業を募集します。

申請期間 2月1日(水)～28日(火)

(土・日・祝日を除く)

助成額 総事業費(10万円以上)

の5分の4以内(上限40万円)

▼事業説明会 ※要申込

日時 1月27日(金)19時～20時

場所 市コミセン

申込 電話

※詳しくは市ホームページをご確認ください。

●地域げんき課(内線185)



第46回おおむら駅伝競走大会

日程 2月11日(土)祝

コース 陸上競技場および大村公園周辺道路コース5区間

参加資格 中学・高校・一般男女の健康な人

料金 1チーム7千円(アスリートビブス・たすき・傷害保険を含む)

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

1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

5日(木)	☎法律相談 10:00~15:00
10日(火)	☎登記相談 13:00~16:00
11日(水)	行政書士相談 13:00~16:00
12日(木)	☎家計改善相談 10:00~17:00
17日(火)	人権相談 10:00~15:00
18日(水)	☎法律相談 10:00~15:00
25日(水)	行政相談 9:30~12:00
27日(金)	不動産相談 13:00~16:00

- ※ ☎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。

●市民110番(内線193)

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

月28日(金)

- ☎1月13日(金)必着
- 申込先 〒856-0026 池田2-625-5 大村市陸上競技協会 電永拓司
- スポーツ協会(内線188)

第20回長崎県ねりんピック ①スポーツ交流大会

- 卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ゲートボール、ペタンク、ゴルフ、マラソン、弓道、剣道、グラウンドゴルフ、太極拳、ソフトバレーボール、サッカー、水泳、ボウリング、ターゲット・バードゴルフ、バウンドテニス、パークゴルフ

②文化交流会

- 囲碁、将棋、健康マージャン
- ③生きがい作品展

絵画、写真、書、工芸、彫刻

- 対象 県内在住で60歳以上(昭和39年4月1日以前生まれ)の人
- 申込☎切 ①②2月28日(火)③④

セミナー・相談

●県すこやか長寿財団
☎095・847・5212



①女性のための

再就職セミナー(全3回)

内容 ①楽しくからだ作り②パーソナルカラー診断③我が家のマネープラン

日時 ①1月17日(火)②24日(火)③31日(火)、いずれも10時~12時

対象 再就職を希望する女性(原則3回とも出席できる人)

定員 15人(先着順)

場所 プラットおおむら

料金 無料

※託児・手話通訳あり(要予約)
申込 電話・ファクス・メール・市ホームページ申込フォーム
☎1月6日(金)



②エンパワメント・ユースカレッジ2022~自分らしい働き方~

内容 女性がライフステージの変化を乗り越えながら、自分らしく働くことを考える講座です。

日時 1月22日(日)、10時~12時

場所 プラットおおむら

対象 女性

定員 20人(先着順)

料金 無料

申込 電話・ファクス・メール
☎1月20日(金)

※託児・手話通訳あり(要予約)

●男女共同参画推進センター
☎54・8715 FAX 54・8700
✉danryo@city.omura.nagasaki.jp

動物愛護セミナー「ペットと楽しく暮らすために」

内容 犬や猫の飼い方について、分かりやすい内容で楽しく学べます(ペット同伴不可)。

日時 2月18日(土)、13時~15時

場所 中地区公民館 料金 無料

定員 40人(多数の場合は抽選)

申込 市ホームページ申込フォーム

△持参・郵送・ファクス(氏名・住所・電話番号・メール・参加人数・あれば講師への質問)

☎1月31日(火)

〒856-8686(住所不要)

●環境保全課(内線149)

FAX 54・0404

子育て

出前子育てのつどい

時間 10時～

1月	場所	問い合わせ先
11日(水)	松原出張所	にこにこ子育てサロン
12日(木)	三浦 //	わいわいらんど
13日(金)	竹松 //	にこにこ子育てサロン
	古賀島西公民館	ライオンキッズ
19日(木)	池田 //	
	木場 //	ひまわりキッズ
20日(金)	郡コミセン	にこにこ 子育てサロン
25日(水)	福重出張所	
27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
- ・ひまわりキッズ(ひまわり認定こども園) ☎53・9420

①ベビーマッサージ
②ベビーマッサージ

日時 ①1月12日(木)②19日(木)、
いずれも10時15分～17時組目以
降は11時15分～
場所 おむらんど
対象 ①2～6カ月児と保護者・
妊婦②7～11カ月児と保護者
定員 各先着12組
申込 市公式LINE・電話
(①1月4日(水)②1月9日(月)祝
受付開始)
●おむらんど ☎47・6111

パパと一緒に遊ぼう
内容 パパと赤ちゃんと一緒に
ふれあつて楽しく遊ばせよう。
日時 2月4日(土)、10時30分～11
時15分
場所 おむらんど
対象 市内在住の2～11カ月児
(開催当日時点)とその父親
定員 先着6組 **料金** 無料
申込 市公式LINE・電話(1月
23日(月)受付開始)
●おむらんど ☎47・6111

ながさきファミリープログラム
「子どもとの素敵な関係づくり」
内容 子育てで大切なことは何
か、楽しく話し合いながら考え
てみましょう。

高齢者と介護

介護サポート講座クローバー
内容 訪問看護師さんつて、何を
してくれるの?
日時 1月14日(土)、10時30分～11
時30分
場所 プラットおおむら2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

●福重幼稚園 ☎55・8741
対象 卒園児とその保護者、地
域の皆さん(小学生以下は保護
者同伴)
期間 1月4日(水)～6日(金)、10時
～12時
内容 福重幼稚園は3月をもつ
て閉園します。メモリアル期間
として、園を開放します。

福重幼稚園メモリアル園開放
日時 1月27日(金)、10時～11時30分
場所 こどもセンター
対象 市内在住の未就学児の保
護者または祖父母
定員 先着16人 **料金** 無料
託児 先着順、人数制限あり
申込 市公式LINE・電話(1月
9日(月)祝受付開始)
●おむらんど ☎47・6111

認知症の人と家族の会
日時 1月18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

サロンおおむら桜
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※1月3日は休み
場所 プラットおおむら2階
●社会福祉協議会 ☎53・1351

アンケート調査にご協力をお願いします
内容 「大村市高齢者保健福祉
計画・第9期大村市介護保険
事業計画」の策定に当たり、ア
ンケート調査を実施します。調
査票は対象者にも送付します。
名称 ①在宅介護実態調査
②介護予防・日常生活圏域二
ズ調査
発送時期 ①令和4年12月②令
和5年1月
対象 ①市内在住の要介護1～
5の認定を受けている人(15
00人)
②市内在住の65才以上で①に
該当しない人(2千人)
●長寿介護課 ☎20・7301

KAiGO PRIDE @Nagasaki

内容 介護職の魅力を発信するトークイベントなどを実施します。

日時 1月29日(日)、13時30分～15時30分

場所 ミライオン

対象 県内在住または勤務の人

定員 会場80人、オンライン100人

料金 無料 **申込** QRコード



● 県央圏域介護人材育成確保対策地域連絡協議会事務局
☎090・1871・1497

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、補聴器やことばの相談など(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 1月21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

「仕事で使える手話講座」受講生募集

内容 窓口業務などでよく使う

手話や日常生活で用いる簡単な言葉やあいさつなどの手話を学びます。

日時 2月10日(金)、9時30分～16時30分

場所 プラットおおむら

対象 市内の企業や事業所など

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)

1月	集合場所	距離	代表者
7日(土) 9:00	杭出津公園	4km 富松神社初詣	川原 ☎54・3089
9日(月)祝 10:00	アーケード内 ペディ長崎J.	1～5km ノルディック・ウォーク	柚之原 ☎080・9106・2107
10日(火) 9:00	木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238
12日(木) 8:50	大村公園 観光センター横	8km 鈴田運動公園	田添 ☎54・2578
14日(土) 9:00	池田湖公園	5km	川島 ☎090・5486・2969
16日(月) 9:00	郡コミセン 駐車場	4～5km 黒丸総合運動公園付近	森芳 ☎080・1032・6473
18日(水) 9:00	木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238
19日(木) 9:00	水計 //	4～5km	久田松 ☎54・2413
21日(土) 13:30	鈴田運動公園	4～5km	塩田 ☎52・2368
24日(火) 9:00	木場公民館	4～5km	原田 ☎53・4238
28日(土) 9:50	富の原小学校	5km 初詣	馬場 ☎55・3095
30日(月) 9:00	郡コミセン 駐車場	4～5km 郡川付近	森芳 ☎080・1032・6473

● 国保けんこう課(内線171)

健康

に勤務している人

定員 40人 **料金** 無料

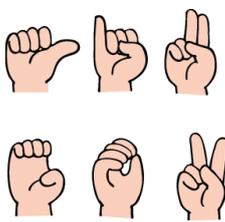
申込 郵送・市ホームページ申込フォーム

メ 切 1月20日(金)

※参加決定などは、2月3日(金)ごろにお知らせします。

〒856-0832 本町458-2

● 障がい福祉課 ☎20・7306



障害者ポッチャクラブ会員募集

内容 スポーツ競技「ポッチャ」の練習を行っています(月2～3回程度)。

▼ポッチャとは…ジャックボールという白いボールに、赤・青それぞれ6球ずつのボールを投げたり転がしたり、他のボールに当たったりして、いかに近づけるか競うスポーツです。

場所 プラットおおむら

● 大村市障害者ポッチャクラブ ☎53・7613(山口)

※対象、料金など詳しくはお問い合わせください。

● 大村市障害者ポッチャクラブ ☎53・7613(山口)

● 大村市障害者ポッチャクラブ ☎53・7613(山口)

たんぱく その尿蛋白、腎臓からのサインかも!?

～大村市は尿蛋白県内ワースト1位※です～ ※特定健診での+以上の人の割合

腎臓で尿をろ過するとき、体に必要なタンパク質は通常ほとんど尿に出ません。しかし、腎臓の病気や高血圧・高血糖・脂質異常症などにより、腎臓の血管が傷ついた状態が続くと、蛋白尿が出ることがあります。

蛋白尿が出ている → 腎機能が悪化していく可能性が高い

腎臓を守るために、早期治療と必要なタイミングで腎臓専門医を受診することが大切です。

あなたの腎臓機能はどんなレベル?

尿蛋白とeGFR*の検査の組み合わせで確認します。

尿蛋白		－	±	＋以上
eGFR	60以上	緑	黄	赤
	45以上60未満	黄	赤	赤
	45未満	赤	赤	赤

- …今のところ問題ありません。自分の健康状態を確認するため、これからも健診を受けましょう。
- …腎機能や尿蛋白の推移に注意し、生活習慣の改善を。
- …生活習慣病の適正な管理と生活習慣の改善を。
- …早期治療が必要です。すぐに医療機関を受診を。

*eGFRとは…血液検査(血清クレアチニン)の数値・年齢・性別から計算する「推算糸球体ろ過量」のこと。この数値が低いと腎臓の働きが悪いことを表します。

尿蛋白とeGFRの検査は特定健診で実施しています。年に1回特定健診を受けましょう。

●国保けんこう課 (内線140)

加齢と嚥下



ひろ耳鼻咽喉科
院長 梅木 寛 先生

食事の際、噛んで細かくなった食物は口・のど(咽喉)を経て食道・胃に入ります。この一連の動作を「嚥下」といいます。誤って食物が喉頭・気管を経て肺に入った場合を誤嚥といいますが、それによる肺炎を誤嚥性肺炎といいます。

一般的に動物は口からのどにかけての角度が水平に近いのですが、ヒトの場合、ほぼ直角になっています。ヒトは動物と違って言葉が話せます。話す際はのどから口にかけて舌を響かせて言葉を作りだします。そのため口からのどまでの距離が動物より長くなり、また角度も急になったため動物より誤嚥しやすくなりました。歯磨きの際に歯ブラシを奥に入れた時に「オエッ」となった経験をした人もいると思いますが、その反射を咽頭(絞扼)反射といいます。老化に伴い咽頭反射は低下し同時に徐々のどの位置も低くなります。そのため高齢者は嚥下時に食物

の通り道が長くなるために誤嚥しやすくなります。

また、気管に入った食物などの異物を吐き出そうとする咳嗽反射という感覚も低下するため誤嚥性肺炎になる可能性が高くなります。

一般的に50歳を過ぎると嚥下機能は徐々に低下するといわれています。嚥下障害の原因となるのは、老化のほかにも口内炎や口・のどの癌(舌・咽喉頭癌)などの器質的原因、脳梗塞・脳出血などの脳卒中、パーキンソン病などの機能的原因、うつ病や認知症などの心因的原因があります。

耳鼻咽喉科クリニックを受診した75歳以上の高齢者に細いカメラを用いた内視鏡の検査(嚥下内視鏡検査)を行ったところ30%程度の人に誤嚥を認めたとされています。耳鼻咽喉科では嚥下障害や声がかすれる(嚙声)などのどの気になる症状に対して、嚥下内視鏡検査と同様に鼻からのど(喉頭・下咽頭)を細いカメラで観察する事ができます。嚥下障害や嚙声など気になることがあれば、ぜひ一度お近くの耳鼻咽喉科を受診してみてください。

1月の健康・育児カレンダー

1	日	 みやしたリウマチ・内科クリニック(リウマチ科・内科) 幸町 ☎47・5555  伊崎脳神経外科・内科(脳神経外科・内科) 東本町 ☎54・4230
2	月	 さわ小児科(小児科) 富の原2丁目 ☎56・2288  山道医院(外科・肛門科) 桜馬場2丁目 ☎53・2305  坂口歯科医院 古賀島町 ☎52・0477(午前中のみ)
3	火	 たなかみのるクリニック(内科・消化器内科) 宮小路3丁目 ☎47・6677  おおむら海辺のクリニック(乳腺外科・精神科・心療内科) 杭出津1丁目 ☎46・3663  たなか歯科クリニック 須田ノ木町 ☎47・5557(午前中のみ)
4	水	
5	木	ピヨピヨえほんタイム
6	金	
7	土	
8	日	 前川漢方内科クリニック(内科・消化器内科・リハビリテーション科) 植松1丁目 ☎53・6866  下山耳鼻咽喉科医院(耳鼻咽喉科) 原口町 ☎55・0648  南野歯科クリニック 乾馬場町 ☎56・8718(午前中のみ)
9	月	 もとやまファミリークリニック(内科・小児科) 古賀島町 ☎47・8555  谷口整形外科(整形外科・リハビリテーション科) 諏訪1丁目 ☎48・6677  祐田ひとし歯科 松並1丁目 ☎52・7177(午前中のみ)
10	火	
11	水	1歳6カ月児健康診査
12	木	離乳食教室(5カ月前後) 3歳児健康診査
13	金	乳幼児すくすく健康相談
14	土	
15	日	 ちくばクリニック(糖尿病内科・内科) 古賀島町 ☎56・9887  むたクリニック(外科・整形外科・消化器科) 古町2丁目 ☎52・4501  吉原歯科医院 岩松町 ☎52・9911(午前中のみ)
16	月	ことばの相談室
17	火	
18	水	3歳児健康診査
19	木	1歳6カ月児健康診査
20	金	離乳食教室(10カ月前後)
21	土	
22	日	 ふじもと子どもクリニック(小児科) 大川田町 ☎47・8887  牧山医院(内科・外科) 宮小路2丁目 ☎55・7831  吉田歯科医院 玖島1丁目 ☎54・5070(午前中のみ)
23	月	ことばと心の相談室
24	火	
25	水	1歳6カ月児健康診査
26	木	3歳児健康診査 みんなであそぼう
27	金	
28	土	
29	日	 田川小児科(小児科) 東本町 ☎52・4000  わたなべ耳鼻咽喉科医院(耳鼻咽喉科) 杭出津2丁目 ☎52・2003  赤司歯科医院 諏訪2丁目 ☎53・6728(午前中のみ)
30	月	ことばの相談室
31	火	

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 郡コミセン
 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

▶みんなであそぼう

▶ピヨピヨえほんタイム

時間 10:15~(7組目以降は11:15~)
 場所 おむらんど
 定員 先着各12組(要予約)

場所 ①～③オンライン(市コミセンでも参加可)④プラットおおむら⑤ミライon
対象 ①～⑤全てに参加可能な人(資格・経験・語学力不問)
定員 20人(先着順) **料金** 無料
メ 1月6日(金)
申 QRコード



●長崎県国際交流協会 ☎095・823・3931

シーハットおおむら
 ☎20・7207 ☎20・7203
 seahat.jp

第8回シーハットシネマ



マディソン郡の橋
 ©2008 Warner Bros. Entertainment Inc. All rights reserved.
 Coda あいのうた
 ©2020 VENDOME PICTURES LLC, PATHE FILMS

内容 「寒い季節に心温まる♥を感じよう」をテーマに2作品上映します。
日時 1月29日(日)、①11時～②14時30分～
上映作品

- ①「マディソン郡の橋」(字幕)
- ②「Coda あいのうた」(バリアフリー字幕)

※各上映10分前にシネマナビゲーター辻美香さんが映画解説を行います。

場所 さくらホール
料金 1作品鑑賞券 一般500円(会員400円)
 2回セット券 一般800円(会員700円)
 ※当日各200円増※未就学児入場不可

第18回三浦史跡めぐりウォーク

内容 日岳や伊賀峰城址などを巡ります(6kmコース・11kmコース)。
日時 2月12日(日)、8時30分～13時
集合場所 三浦かんさく会館
料金 100円(保険料含む)
申込 窓口・電話・郵送(住所・氏名・年齢・性別・電話番号)
 ※小学生以下は保護者同伴
申込期間 1月6日(金)～27日(金)
 〒856-0846 日泊町791
 ●三浦出張所 ☎52・6475

「プラザおおむら料理講座」
 パート4

内容 「冷え性改善!冬のおすすめあったか生姜料理」をテーマに、寒い冬にぴったりのレシピを学びます。
日時 1月15日(日)、10時30分～13時
料金 1,000円(材料費)
場所 プラザおおむら
定員 15人(要申込)
持参 エプロン・三角巾・手拭きタオル・スリッパ・筆記用具
 ●プラザおおむら ☎47・6100

日本語ボランティア養成講座

内容 日本語を通じて地域の外国人と日本人が交流することを目的とし、多文化共生の考え方を学びます(全5回)。
日時 ①1月14日(土)・②22日(日)・③29日(日)、13時～16時・④2月19日(日)・⑤3月11日(土)、13時～15時

12月15日現在の情報です。最新の情報はこちら ▶



もよおし

KIDSドローン・プログラミング教室

内容 スマホやタブレット端末を使用してドローンのプログラムを学習します。講義後は実際にプログラミングしてドローンを飛ばします。
日時 1月29日(日)、(午前の部)10時～12時・(午後の部)14時～16時
場所 市コミセン
対象 小学3～6年生
定員 各12人(申込多数の場合抽選)
料金 500円
持参 スマホまたはタブレット
 ※専用アプリをインストールします。
申込 窓口・はがき・ファクス(郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・学校・学年・性別・保護者の氏名・電話番号・講座名と希望する時間帯(午前・午後))※電話申し込み不可
メ 1月20日(金)必着
 〒856-0836 幸町25-33
 ●市コミセン ☎54・3161 ☎54・3162

おもちゃ病院

内容 故障したおもちゃを修理します。
日時 1月21日(土)、13時～16時
場所 プラザおおむら
料金 無料(部品代は別途必要)
 ※修理できないものもあります。
 ●プラザおおむら ☎47・6100

1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

※ミッドナイトボートレースは本場休館、外向は17時まで。前売場外は通常どりの開館時間となります。
 場外発売の赤字文字は女子レース

☎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
	祝	振	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	火
				長崎新聞社杯						BTS長崎佐々開設7周年記念					ミッドナイトボートレース第5戦in大村											G3アサヒビールカップ					
場外発売	福 岡		津		G 1 徳 山		常 滑		G 2 徳 山				常 滑		G 1 江 戸 川																
	津		三 国		多 摩 川		戸 田		常 滑		児 島		戸 田		びわこ		尼 崎		浜 名 湖		多 摩 川										
	児 島		平 和 島		浜 名 湖		平 和 島		平 和 島		津		宮 島		戸 田		宮 島		G 3 多 摩 川		児 島										
	宮 島		住 之 江		多 摩 川		多 摩 川		福 岡		児 島		G 3 多 摩 川		福 岡		児 島		常 滑												
	浜 名 湖		浜 名 湖		びわこ		宮 島		江 戸 川		浜 名 湖		浜 名 湖		福 岡		常 滑														
モ	徳 川		江 戸 川		尼 崎		宮 島		尼 崎		平 和 島		津		尼 崎																
	唐 津		G 3 徳 山		鳴 門		唐 津		芦 屋		徳 山		鳴 門																		
	鳴 門		芦 屋		唐 津		芦 屋		G 3 鳴 門		唐 津		芦 屋																		
ナイター	若 松		桐 生		下 関				G 3 蒲 郡		G 1 若 松		住 之 江		下 関																
	丸 亀		蒲 郡		蒲 郡		丸 亀		住 之 江		桐 生		浦 郡		下 関																

日時 1月14日(土)、10時30分～12時
場所 プラザおおむら
定員 20人(先着順) **料金** 無料
メ切 1月13日(金)
持参 運動服・ヨガマット(またはバスタオル)

ネパール文化を体験しよう!

内容 ネパールの文化について知り、一緒にネパール料理や歌、踊りを楽しみましょう(要予約)。
日時 1月22日(日)、13時～16時
場所 プラザおおむら
定員 50人(先着順) **料金** 500円
メ切 1月20日(金)

※今月のグローバルクラスルームは1月15日(日)に市コミセンで開催します。詳細はホームページをご確認ください。

子ども科学館
 (プラットおおむら 5階)
 ●社会教育課 ☎54・3161

1月のイベント情報

日時	内容
7日(土)10:00～	おりがみ教室
8日(日)10:00～	科学講座
14日(土)10:00～	星空教室
15日(日)10:00～	バルーンアート教室
21日(土)10:00～	竹細工教室
22日(日)10:00～	子ども映画会
28日(土)14:00～	科学工作教室
29日(日)10:00～	木工教室 ※4年生以上 先着10人

まちかど市民ギャラリー
 ☎50・1216

会期	展示内容(主催者)
1/17(火)～23(月)	合同写真展 (写団玖島・自由写団大村)
24(火)～30(月)	市展入賞者展-洋画・書- (市美術協会)
31(火)～2/6(月)	市展入賞者展 -日本画・写真・彫塑工芸- (市美術協会)

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 1月26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・メール・ファクス

ゼロからわかるキャッシュレス決済

内容 安心・快適にキャッシュレス決済を利用する方法を学んでみませんか。
日時 1月28日(土)、14時～15時
場所 1階多目的ホール **定員** 30人
申込 窓口・電話・申込フォーム

絵本がうまれるところ にしむらかえさんの世界(要予約)

内容 県内在住の絵本作家・イラストレーターとして活躍するにしむらかえさんの講演会
日時 2月4日(土)、14時～15時30分
場所 1階多目的ホール **定員** 60人
申込 窓口・電話・申込フォーム

講座「ノウフクってなんだろう?」(要予約)

内容 「農福連携」について、千葉大学の吉田教授にお話ししていただきます。
日時 2月12日(日)、13時30分～15時30分
場所 1階多目的ホール
定員 会場・オンライン各50人
申込 窓口・電話・ファクス・申込フォーム

国際交流プラザ

休月・火曜

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)

グローバルフィットネス(ヨガ)

内容 ヨガで使う英語を学びながら楽しく身体を動かし、健康な身体づくりを目指します(要予約)。

前川清ファミリーコンサート

内容 歌で魅了、トークで笑顔。心温まるステージ。3年ぶりに前川清がシーハットおおむらに帰ってきます!
出演 前川清、紘毅、前川侑那、えとう窓口
日時 2月15日(水)、13時開演
場所 メインアリーナ
料金 【全席指定】S席6,800円、A席6,300円

ミライオン図書館

☎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 1月11日(水)・18日(水)・25日(水)、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

じゃがいものヒミツを解き明かそう

内容 農林技術開発センターとコラボし、じゃがいもに関する展示やイベントをします。
場所 1階多目的ホールほか
【展示】
期間 1月14日(土)～22日(日)
内容 じゃがいもの品種やポスターの展示・じゃがいもに関する本の展示

【イベント】

日時 1月14日(土)、10時～16時
内容 講演会「じゃがいもが歩んできた道」(要予約。小学生以上対象)・じゃがいもクイズ・県産じゃがいもの販売・野菜栽培相談コーナー

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 1月19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