



主な連絡先・電話番号

|                  |                                                                                                 |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 市役所(代表)          | 53・4111                                                                                         |
| 出張所              | 三浦 52・6475<br>鈴田 52・2023<br>西大村 53・3725<br>竹松 55・8314<br>萱瀬 55・7001<br>福重 55・8614<br>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(おもらんど)    | 47・6111                                                                                         |
| ミライon図書館         | 48・7700                                                                                         |
| 歴史資料館            | 48・5050                                                                                         |
| 市コミセン            | 54・3161                                                                                         |
| 郡コミセン            | 55・3337                                                                                         |
| 中地区公民館           | 53・1376                                                                                         |
| 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/

5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ください。



お知らせ

荒天時のごみ収集

内容 台風・豪雨などの荒天時は、やむをえず収集を中止する場合があります、遅れることがあります。なるべく次の収集日にごみを出すようにご協力ください。

●環境センター ☎54・3100

プラスチック製容器包装類は分別しましょう

内容 プラスチック製容器包装類は分別して「燃やせないごみの日」に無色透明の袋で出してください。リサイクルされ、ごみの減量にもつながります。

※レジ袋などを内袋として使用せず、無色透明の袋に直接入れてください。



▲このマークが目印

●環境センター ☎54・3100

空きかん等回収キャンペーン

日時 6月11日(日)、7時30分～8時30分

場所(中央会場)

- ・馬場先波止
- ・森園公園駐車場
- ・鹿ノ島入口

※町内会などで実施する場合は、日時の変更可。

※車や有害な動植物には十分注意し、危険な場所には立ち入らないようにしましょう。

●環境保全課(内線143)

農地・農業用施設が被災したときの報告・申請

内容 台風や豪雨などで被災した場合、災害復旧事業として原形復旧を行います。

▼対象

被災現場の目安

高さ2メートル延長5メートルのブロック積復旧で約10平方メートル以上

基準雨量

被災当時の最大時間雨量が20ミリ以上または最大24時間雨量が80ミリ以上

▼対象要件

- ・次の全てに当てはまるもの
- ・農地および施設で1カ所の工事費用が40万円以上
- ・過去の災害ではないもの
- ・農地の耕作・転作の事実があるもの
- ・(農業用施設は受益戸数が2戸以上、農業用道路は有効幅員が1.2メートル以上)

申請方法

市ホームページから「災害発生

報告及び申請書」を入手し、農林水産整備課または各出張所へ提出  
※農地は自己負担が発生する場合があります。



●農林水産整備課(内線259)

総合教育会議

内容 市長と教育委員会が教育行政について協議します。会議はどなたでも傍聴できます。

日時 6月27日(火)、13時15分～14時45分

場所 市コミセン

●企画政策課(内線226)

定例教育委員会会議

日時 6月27日(火)、15時15分～

場所 市コミセン

●教育総務課(内線363)

九州一斉住宅用火災警報器普及キャンペーン

内容 6月1日を住宅用火災警報器の点検日として、各家庭での自主点検をお願いしています。点検ボタンを押しても作動しない場合は、早めに本体を交換しましょう。また、設置がお済みでないご家庭は必ず設置しましょう。

●大村消防署 ☎52・4138

**公金収入事務を委託しています**

※期間の記載のないものは、4月1日～翌3月31日です。

**▼夜間初期診療センター**

業者 大村市シルバー人材センター

**●国保けんこう課(内線152)****▼指定ごみ袋手数料**

業者 大村セラテック(株)

**●環境センター☎54・3100****▼市総合運動公園**

業者 大村市文化・スポーツ振興財団

**●河川公園課(内線434)****▼ふるさとづくり寄附**

業者 (株)トラストバンク、(株)FFGカード、(株)DGフィナンシャル

テクノロジ、楽天グループ(株)、(株)アイモバイル、(株)さとふる、

PayPay(株)、SBペイメント

サービス(株)

ふるさと物産室(内線292)

**▼九州・沖縄道の駅公式スタンプ**

ブックの販売

業者 (株)浮羽園

期間 4月1日～令和7年3月

31日

●観光振興課(内線277)

**▼おむらんちゃんグッズの販売**

業者 (社)飛翔会、(二社)大村市観光コンベンション協会、(二社)大村市物産振興協会、(資)仲野時計店、ちよいちCafe、(有)シユ

シユ、(株)浮羽園、(株)銀屋大村

シユ、(株)浮羽園、(株)銀屋大村

シユ、(株)浮羽園、(株)銀屋大村

**●広報戦略課(内線204)****大村市監査基準を改正しました**

内容 「個人情報保護に関する法律」の一部改正による「大村市個人情報保護条例」の廃止

および「大村市個人情報保護に関する法律施行条例」の制定

に伴い、大村市監査基準を改正しました。

※詳しくは市ホームページをご確認ください。

確認ください。

●監査委員事務局(内線345)

令和4年度情報公開制度・個人情報開示制度の実施状況

情報公開制度

公開決定等50件

(公開21件、部分公開23件、非公開1件、不存在5件)

個人情報開示制度

開示決定等5件

(開示2件、部分開示3件)

総務課(内線207)

**日曜のマイナンバーカードの受け取り**

※カード受け取り以外の手続きはできません。

場所 市民課マイナンバーカード窓口(市役所1階)

日時 6月11日(日)・25日(日)、いずれも8時30分～12時

予約 電話・市公式LINE

●市民課(内線197)

**マイナンバーカード交付申請(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(お持ちの人のみ)

※無料写真撮影サービスあり(写真持参可)。

※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。)

**マイナポイント申込期限が延長されました**

期限 9月末まで 対象 2月末までにマイナンバーカード交付申請を済ませた人

※詳細は決済サービスごとに異なるため、各事業者へご確認ください。

●デジタル推進課(内線278)

**「長崎県動物の愛護及び管理に関する条例」がスタートしました**

施行日 4月1日

【条例の主なポイント】

**▼「飼い主がいない猫」への餌やりのルール化**

- ・不妊去勢手術を行いましょう。
- ・周辺住民の生活環境に配慮しましょう。

**▼多頭飼養の届け出の義務化**

- ・飼っている犬と猫が合計で10頭以上となった場合は、保健所への届け出が必要です。

※生後90日以内の犬猫は除く。

**▼動物を適正に飼うために守るべきルールが定められました**

- ・鳴き声や糞尿、臭いなどで人に迷惑をかけないこと
- ・動物が迷子にならないようにし、動物には飼い主を明示すること
- ・最後まで責任をもって飼うことなど

●県央保健所☎26・3305

**6月の出張申請**

| 6月     | 時 間   | 場 所    |
|--------|-------|--------|
| 7日(水)  |       | 鈴田出張所  |
| 9日(金)  |       | 福重 //  |
| 12日(月) |       | 三浦 //  |
| 13日(火) | 10:00 | 萱瀬 //  |
| 15日(木) | 12:00 | 竹松 //  |
| 19日(月) |       | 中地区公民館 |
| 22日(木) |       | 郡コミセン  |
| 23日(金) |       | 松原出張所  |

## 今月は 国保税第3期 の納付月です 市県民税第1期

納期限 6月30日(金)

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)

●都市計画課(内線432)



※詳しくは市ホームページをご確認ください。

日(火)

募集期間 6月1日(木)～10月31

…上限120万円

・建築物などの設計…上限10万円  
・建築物の新築・増築・改築など

交付額 工事費用の3/4以内  
(上限あり)

対象 景観形成重点地区(上小路周辺地区内)の一部

街なみ整備のための修景工事  
の費用を助成します

## 地籍調査を実施します

内容 今年度は西部町の地籍調査

を実施します(対象者には通知)。

※登記完了まで一町内あたり約

3年かかります。未実施の地域

では、相続される人へ早めに土

地の境界を継承されることを

お勧めします。

※境界の確認に支障となる雑木・

雑草などがある場合は、事前に

取り除いてください。

●管財課(内線358)

## 障害基礎年金・遺族基礎年金

内容 国民年金には老齢基礎年

金のほかに、不慮の事故や病気

などの際に、私たちの暮らしを

支える制度があります。

▼障害基礎年金

20歳前や国民年金加入中、ま

たは60歳から65歳までの間の

病気やけがによって、障害の状

態になった場合に請求できる

年金です。

▼遺族基礎年金

国民年金加入中の人または受

給要件を満たした人が亡くなっ

たとき、残された「子」のある配

偶者「または「子」に支払われる

年金です。

※詳しくはお問い合わせください。

●市民課(内線113)

## 年金相談の際は事前予約が必要

内容 年金事務所で年金の請求

手続きや相談を希望する人は、

基礎年金番号がわかるものを

準備の上、電話予約をお願いし

ます。

予約受付専用番号

☎0570・05・4890

(050で始まる電話からは

☎03・6631・7521)

※老齢年金の請求手続きは日本

年金機構ホームページからも

予約できます。

●課早年金事務所 ☎25・1662



●小学校教科書展示会

内容 来年度に小学校で使用する

教科書候補を展示します。

期間 6月27日(火)～7月9日(日)

場所 ①市教科書センター(少年

センター内)②ミライオン

時間 ①9時30分～16時30分(平

日のみ)②10時～20時(土・日曜

日は18時)※月曜日休館

●学校教育課(内線367)

長崎県調理師試験

日時 10月28日(土)、13時30分～

15時30分

場所 県総合福祉センター、佐世保

市中部地区コミュニティセンター

願書〆切 6月2日(金)消印有効

提出先 〒103-0012

東京都中央区日本橋堀留町2

1-8-5 JACCビル5階

公益社団法人調理技術技能セ

ンター調理師試験担当

※「簡易書留」で郵送

●県央保健所 ☎26・3304

## 優良運転者表彰候補者の推薦

対象 市交通安全協会の会員で、

運転歴15年以上、自己責任に

よる交通事故歴が10年以上な

く、5年以上交通違反・罰金以

上の刑に当たる犯罪行為がな

い人

表彰

①交通安全賞(緑十字金章・銀章)

(過去に九州交通安全協会長

表彰を受けた人

②県交通安全協会理事長・警察

本部長連名表彰(過去に③を

受けた人)

③市交通安全協会会長・警察署長

連名表彰(初めて推薦する人)

提出書類 運転免許証・会員証・印

かん・過去の受賞歴がわかるもの

〆切 6月16日(金)

●市交通安全協会 ☎53・9889



## 募集

## 市営住宅入居者

入居日 7月1日(土)

抽選日時 6月20日(火)、10時

抽選場所 プラットおおむら

メ切 6月9日(金)

※犬(身体障害者補助犬を除く)、猫などのペット類は飼育できません。

●シンコー ☎20・7000

## グリーンカーテンコンテスト

対象 市内の住宅・事業所・学校などにグリーンカーテンを設置している個人・団体

期間 6月9日(金)～9月8日(金)

申込 応募用紙に写真(3枚以内、2Lサイズまで)を添付し、持参・郵送・メール

※用紙は環境保全課・各出張所・市ホームページで配布。メールの場合は、画像データ(JPEG形式)を3MB以内で添付

〒856-8686(住所不要)

●環境保全課(内線149)

✉kankyou@city.onuma.nagasaki.jp

## 『長崎県発明くふう展』作品

内容 あなたの発明・考案したアイディアをカタチにして発表してみませんか。

対象 県内在住の個人、中小企業の発明・考案者

申込 所定の申込書に必要事項を記載して提出

期間 6月14日(水)～8月10日(木)



●長崎県発明協会 ☎52・1144

## 市民プール監視員・受付員

期間 7月15日(土)～8月27日(日)

対象 健康で体力に自信がある人(高校生可)

定員 60人程度(先着順)

申込 履歴書に必要事項と勤務できる期間を記入

メ切 7月31日(月)

●屋内プール ☎52・2322

## 松原海水浴場監視員

日時 7月21日(金)～8月12日(土)、

9時～18時※勤務時間は応相談(半日勤務可)

対象 泳ぐことができ、体力に自信がある人

定員 6人程度

申込 履歴書に必要事項と勤務できる期間を記入

〒856-0009 松原本町170番地19(大村市漁協松原支部)

メ切 6月23日(金)

●観光振興課(内線241)

## おおむら夏越まつりの出店者

日時 8月2日(水)・3日(木)、16時

～22時

場所 ①市道大村駅前線(十八親和銀行前～駅前ロータリー)

②アーケード内

対象 市内在住または市内に事業所がある人

※詳しくはお問い合わせください。

●おおむら夏越まつり協賛会事務局 ☎52・2580



## セミナー・相談

## 行政相談委員の委嘱

4月1日付けで行政相談委員として総務大臣から委嘱されました(敬称略)。

【再任(任期2年)】藤崎和彦、朝長靖彦、渡海めぐみ

●市民110番(内線488)

## 全国一斉「人権擁護委員の日」

## 特設人権相談所開設

内容 家庭のもめ事や隣近所とのトラブルなど、秘密厳守で無料相談できます。

日時 6月6日(火)、10時～15時※

受付順

場所 市民110番

●諫早人権擁護委員協議会

☎22・0475

## 交通事故相談(要予約)

日時 6月27日(火)、10時～15時

メ切 6月23日(金)

場所 市民110番

●県交通事故相談所

☎065・824・1111



- おむらんど ☎47・6111
- 子育て
- ①ベビーマッサージ  
②ベビ योग
- 日時 ①6月8日(木)②6月15日(木)  
いずれも10時～10時45分
- 場所 こどもセンター
- 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  
(①5月29日(月)②6月5日(月)受付開始)

- おむらんど ☎47・6111
- 子育て
- 人形劇を楽しもう
- 内容 おはなしの会「ぽかぽか」による人形劇です。
- 日時 6月23日(金)10時30分～11時
- 会場 プラザおおむらんど2階
- 対象 市内在住の未就学児と保護者
- 定員 40組(先着順)
- 料金 無料
- 申込 市公式LINE・電話(6月12日(月)受付開始)
- おむらんど ☎47・6111
- 子育て
- 児童手当の現況届
- 内容 現況届の提出は原則不要ですが、受給者と児童が別居している場合など、一部の人は提出が必要です。対象者には書類を送付しますので、6月末までにこどもセンターへ提出してください。
- こども家庭課 ☎54・9100

## 出前子育てのつどい

時間 10時～

| 6月     | 場 所     | 問い合わせ先     |
|--------|---------|------------|
| 2日(金)  | 竹松出張所   | にこにこ子育てサロン |
|        | 古賀島西公民館 | ライオンキッズ    |
| 8日(木)  | 三浦出張所   | わいわいらんど    |
| 14日(水) | 萱瀬 //   | にこにこ子育てサロン |
| 15日(木) | 池田第一公民館 | ライオンキッズ    |
| 30日(金) | 小路口 //  | にこにこ子育てサロン |

- ・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

- おはなしの会「ぽかぽか」による人形劇です。
- 日時 6月27日(火)10時30分～11時30分
- 場所 中地区公民館
- 料金 無料 申込 不要
- 中地区公民館 ☎53・1376

- おはなしの会「ぽかぽか」による、楽しいおはなし会を開催します。
- 日時 7月1日(土)14時～15時
- 場所 中地区公民館
- 料金 無料 申込 不要
- 中地区公民館 ☎53・1376

## 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

### 6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

|        |                         |
|--------|-------------------------|
| 6日(火)  | 特設人権相談<br>10:00～15:00   |
| 7日(水)  | ☎法律相談<br>10:00～15:00    |
| 13日(火) | ☎契約・遺言相談<br>13:00～16:00 |
| 14日(水) | 行政書士相談<br>13:00～16:00   |
| 15日(木) | ☎家計改善相談<br>13:00～16:00  |
| 20日(火) | 人権相談<br>10:00～15:00     |
| 21日(水) | ☎法律相談<br>10:00～15:00    |
| 23日(金) | 不動産相談<br>13:00～16:00    |
| 28日(水) | 行政相談<br>9:30～12:00      |

- ※ ☎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

## 高齢者と介護

## 認知症の人と家族の会

日時 6月21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

## ①介護予防スマートフォン講座

## ②のぼる健康寿命講座

内容 ①基本的な使い方や生活に役立つ機能、アプリケーションの安全な使い方を学びます。

②コグニサイズ(運動と認知課題(計算、しりとりなど))を組み合わせた認知症予防のプログラムです。

日時 ①6月19日(月)～21日(水)、②6月28日(水)、いずれも13時30分～15時30分

場所 プラットおおむら4階

対象 65歳以上の人

定員 ①20人②40人(いずれも先着順)

料金 無料

持参 ①スマートフォン②マフ

ラータオル(少し長めのタオル)

申込 電話・ファクス・メール

●市老人クラブ連合会

☎53・6010

✉shirouren@octp-net.ne.jp

## 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

場所 プラットおおむら2階

●社会福祉協議会 ☎53・1351

## 介護・障害福祉サービス事業所就職相談会

日時 6月10日(土)、13時15分～15時30分

場所 プラットおおむら4階

対象 市内の介護・障害福祉分野への就職・転職に関心のある人(学生可)

料金 無料

※詳しくは市ホームページをご確認ください。



## 介護福祉士実務者研修(通信課程)

期間 7月10日から6カ月間(自宅学習+スクーリング10日間)

場所 プラットおおむら

対象 市内在住または勤務で原則全日程受講でき、研修修了後、市内の介護・障害福祉サービス事業所に就職または継続して勤務する意思がある人

※介護職員初任者研修修了以上の有資格者または介護などの実務経験がある人が望ましい。

定員 20人(申込多数の場合は選考)

料金 テキスト代1万4300円(税込)

メ 6月15日(木)

※詳しくは市ホームページをご確認ください。



## 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 6月17日(土)、13時～15時

場所 プラットおおむら4階

## 手話出前講座

内容 講師が企業や学校などに向き、基本のあいさつや簡単な手話表現を学べる「手話出前講座」を開催しています。

対象 市内の団体など(企業、学校、町内会など)

時間 月～土曜日、10時～21時(うち1～2時間程度)

申込 開催希望日の1カ月前までに申込書を提出してください。

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。



●障がい福祉課 ☎20・7306





### 肺炎球菌ワクチン接種費用の一部助成

**期間** 翌3月31日(日)まで  
**対象** 市内在住で今年度(2023年度)に次の年齢になり、初めてこのワクチン接種を受ける人  
65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳  
**自己負担額** 4千円  
**申込** 事前に医療機関へ直接申込  
●国保けんこう課(内線152)

### 各種無料クーポン券の対象者

- ▶子宮頸がん検診(女性のみ)  
**対象** 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人
- ▶乳がん検診(女性のみ)  
**対象** 昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生まれの人
- ▶風しん抗体検査・予防接種(男性のみ)  
**対象** 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの人
- ▶肝炎ウイルス検査  
**対象** 昭和57年4月2日～昭和58年4月1日、昭和52年4月2日～昭和53年4月1日、昭和47年4月2日～昭和48年4月1日、昭和42年4月2日～昭和43年4月1日、昭和37年4月2日～昭和38年4月1日、昭和32年4月2日～昭和33年4月1日、昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれの人  
※無料クーポン券を紛失した人は再発行します。  
●国保けんこう課(内線145)

### ひまわり展作品募集

**内容** がん予防啓発キャンペーンのイメージフラワー「ひまわり」をテーマにした作品を募集します。  
**規格** 写真(A4版・絵画(F4・10) ※未発表作品で1人1点。額の有無は問いません。  
**対象** 市内在住または勤務の人  
**期間** 6月26日(月)～8月4日(金)  
**申込** まちなか保健室(フラットおおむら2階)に持参(平日のみ)  
**▼ひまわり展**  
**会期** 8月22日(火)～28日(月)  
**場所** まちかど市民ギャラリー  
●まちなか保健室 ☎20・7115

### 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

| 6月           | 集合場所                            | 距離         | 代表者                |
|--------------|---------------------------------|------------|--------------------|
| 1日(木) 10:00  | 鈴田運動広場                          | 4～5km      | 塩田 ☎52・2368        |
| 5日(月) 9:00   | 竹松出張所                           | 4～5km      | 森芳 ☎080・1032・6473  |
| 8日(木) 8:50   | 大村公園<br>観光センター横                 | 8km        | 田添 ☎54・2578        |
| 10日(土) 9:00  | 杭出津公園                           | 4km        | 川原 ☎54・3089        |
| 12日(月) 10:00 | アーケード内<br>ペディ長崎J.<br>ノルディックウォーク | 1～5km      | 柚之原 ☎080・9106・2107 |
| 13日(火) 9:00  | 木場公民館                           | 4～5km      | 原田 ☎53・4238        |
| 15日(木) 9:00  | 池田湖公園                           | 5km<br>石場橋 | 川島 ☎090・5486・2969  |
|              | 水計公民館                           | 4～5km      | 久田松 ☎54・2413       |
| 19日(月) 9:00  | 竹松出張所                           | 4～5km      | 森芳 ☎080・1032・6473  |
| 21日(水) 9:00  | 木場公民館                           | 4～5km      | 原田 ☎53・4238        |
| 27日(火) 9:00  |                                 |            |                    |

●国保けんこう課(内線171)

### 6月1日～7日はHIV検査普及週間です

**内容** HIVは、早期発見・早期治療することで、発症を予防したり、遅らせたりすることができます。匿名・無料で検査できます(前日17時までに要予約)。

|      | 通常検査                  | 即日検査                    |
|------|-----------------------|-------------------------|
| 検査日  | 毎週水曜日<br>(祝日、年末年始を除く) | 毎月第2木曜日<br>(祝日、年末年始を除く) |
| 受付時間 | 9:30～16:30            | 14:00～19:00             |
| 検査項目 | HIV・梅毒・B型肝炎・C型肝炎      |                         |
| 場所   | 県央保健所(諫早市栄田町26-29)    |                         |
| 結果   | 2週間後以降                | 約1時間後                   |

●県央保健所 ☎26・3306

## 6月4日～10日は歯と口の健康週間です

## ～むし歯と歯周病の予防アイテム～

歯を失う2大疾患に**むし歯**と**歯周病**があります。

むし歯の予防には**フッ化ナトリウム**が効果があるといわれており、市販されているほとんどの歯磨き剤に含まれています。

市内でも多くの保育施設や小・中学校で、フッ化物洗口を実施しています。

使用方法を正しく守り、お口の健康を保ちましょう。

▲工業製品に使用されているフッ素樹脂とは異なります。

## フッ化ナトリウムの効果

## ①歯の質を強くする

歯に取り込まれることで歯のエナメル質が強くなり、酸に溶けにくくなる。

## ②歯の再石灰化を促す

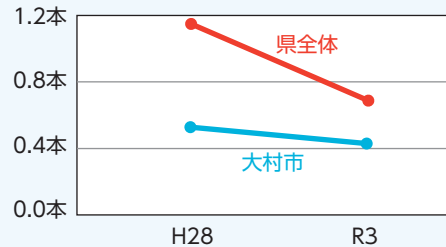
歯から溶けだしたカルシウムやリンを再び歯の表面に戻す「再石灰化」を促し、歯を修復する。

## ③むし歯菌の活動を抑える

抗菌作用により、むし歯菌の働きを抑え、酸を作るのを抑える。



12歳児1人当たりのむし歯本数



【参考】長崎県国保・健康増進課

★お口の相談はかかりつけの歯科医院または【お口の健康相談室】へ（プラットおおむら5階 ☎56・8555）

●国保けんこう課（内線192）

## 健康な皮膚で過ごすために

## 市立大村市民病院

皮膚排泄ケア認定看護師  
田村 真由美

本日は皮膚のお話をさせていただきます。年齢を重ねると皮膚が乾燥し、かゆくなったり傷つきやすくなったり皮膚のトラブルが起こりやすくなります。

男性は50歳、女性は40歳ごろからホルモンの影響で皮脂が減少し、乾燥しやすくなります。空気の乾燥や炊事、入浴時に使用している洗剤などの影響、年齢とともに進む皮脂の減少などにより皮膚のバリア機能が低下し、手荒れ・肌荒れが起こり、かゆみを引き起こす原因となります。

カサカサお肌・かゆみ予防対策のポイント5つをお伝えします。

- ①弱酸性のボディソープを使用する
  - ②ナイロンタオルでゴシゴシ洗いは避け、泡で洗う
  - ③お風呂のお湯の温度は熱すぎないようにする（40℃前後）
  - ④保湿剤を塗布する（入浴後10～15分以内）
  - ⑤紫外線対策（帽子・日傘、日焼け止めの使用）
- これから日差しも強くなるの

で外出時は日焼け止めを使用し皮膚を紫外線から守りましょう。また、入浴後は保湿剤を使用し皮膚の保湿を行いましょう。冬場の乾燥を防ぐために、夏場にしっかりと皮膚の保湿ケアを行うことが大切です。

また、認定看護師として訪問看護師と連携し、同行訪問も行います。専門的な知識を持つ看護師と訪問看護師が協働することで、生活の質を向上させることが期待できます。床ずれの処置やマットレスの選択、人工肛門（膀胱）に関しては、皮膚トラブルの対応、ケアの方法、装具の変更などについて検討を行います。担当の訪問看護師と一緒に自宅へ伺い、生活に関する相談や支援について利用者様、ご家族と共に考え、安心して住み慣れた自宅で療養生活が継続できるように支援させていただきます。

●市立大村市民病院地域連携・患者支援センター  
☎52・1800



## 6月の健康・育児カレンダー

|    |   |                                                                                                                                                                                                                       |
|----|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 木 | 離乳食教室(5カ月前後) ピヨピヨえほんタイム                                                                                                                                                                                               |
| 2  | 金 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 3  | 土 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 4  | 日 | <div> <div> <div>+</div> <div>野口内科こども医院(小児科・内科) 西大村本町 ☎52・2339</div> </div> <div> <div>+</div> <div>ひろ耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉科・アレルギー科) 玖島1丁目 ☎47・8725</div> </div> <div> <div>+</div> <div>なかむら歯科 協和町 ☎50・1718</div> </div> </div> |
| 5  | 月 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 6  | 火 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 7  | 水 | 1歳6カ月児健康診査                                                                                                                                                                                                            |
| 8  | 木 | 3歳児健康診査                                                                                                                                                                                                               |
| 9  | 金 | 乳幼児すくすく健康相談                                                                                                                                                                                                           |
| 10 | 土 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 11 | 日 | <div> <div>+</div> <div>たなか循環器内科(内科・循環器科) 久原2丁目 ☎50・0320</div> </div> <div> <div>+</div> <div>大村中央産婦人科(産婦人科) 水主町2丁目 ☎52・3850</div> </div> <div> <div>+</div> <div>なりすえ歯科医院 池田1丁目 ☎54・8080</div> </div>                |
| 12 | 月 | ことばの相談室                                                                                                                                                                                                               |
| 13 | 火 | 献血 市役所玄関前 (9:30~11:00/12:30~16:30)                                                                                                                                                                                    |
| 14 | 水 | 3歳児健康診査                                                                                                                                                                                                               |
| 15 | 木 | 1歳6カ月児健康診査                                                                                                                                                                                                            |
| 16 | 金 | 離乳食教室(10カ月前後)                                                                                                                                                                                                         |
| 17 | 土 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 18 | 日 | <div> <div>+</div> <div>ながさき・おおば内科・消化器内科クリニック(内科・消化器内科) 皆同町 ☎55・8615</div> </div> <div> <div>+</div> <div>伊崎脳神経外科・内科(脳神経外科・内科) 東本町 ☎54・4230</div> </div> <div> <div>+</div> <div>橋口歯科医院 竹松本町 ☎55・5095</div> </div>    |
| 19 | 月 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 20 | 火 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 21 | 水 | 1歳6カ月児健康診査                                                                                                                                                                                                            |
| 22 | 木 | 3歳児健康診査 みんなであそぼう                                                                                                                                                                                                      |
| 23 | 金 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 24 | 土 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 25 | 日 | <div> <div>+</div> <div>ちくばクリニック(糖尿病内科・内科) 古賀島町 ☎56・9887</div> </div> <div> <div>+</div> <div>わたなべ耳鼻咽喉科医院(耳鼻咽喉科) 杭出津2丁目 ☎52・2003</div> </div> <div> <div>+</div> <div>マイン歯科クリニック 沖田町 ☎28・8241</div> </div>            |
| 26 | 月 | ことばと心の相談室                                                                                                                                                                                                             |
| 27 | 火 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 28 | 水 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 29 | 木 |                                                                                                                                                                                                                       |
| 30 | 金 |                                                                                                                                                                                                                       |

## 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。  
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。

診療時間 19:00~22:00(毎日)

場 所 こどもセンター内

☎54・9911

## 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

## 子育てつどい

●おむらんど ☎47・6111

## ▶ピヨピヨえほんタイム

時 間 10:30~11:00

場 所 おむらんど

## ▶みんなであそぼう

時 間 10:30~11:00

場 所 おむらんど

## 講座「麴」のある暮らしを はじめませんか

**内容** 「麴」の効果を知りたい人や、化学調味料から卒業したい人を対象にした講座です。

※参加者は7月に開催予定の料理講座に優先して参加できます。

**日時** 6月25日(日)、13時～15時

**料金** 無料

**場所** プラザおおむら2階

**定員** 50人(要申込)

**持参** 筆記用具

●プラザおおむら ☎47・6100

## シーハットおおむら

☎20・7207 FAX 20・7203

seahat.jp

## 第2回シーハットおおむら 市民ピアノリレー ～スタインウェイ弾きませんか?～ 出演者募集

**内容** スタインウェイを弾いてみたい人、人前で演奏してみたい人、さくらホールのスタインウェイピアノで演奏してみませんか。

**日時** 9月23日(土)祝、13時～17時

**場所** さくらホール

**対象** 指定時間に出演可能な人

**定員** 25組程度

**料金** 無料

**〆切** 7月12日(水)

※詳しくはお問い合わせください。

## 旧楠本正隆屋敷 初夏の催し

**内容** 三十七士の澤井官兵衛の槍をはじめとした澤井家資料、いけばな作品(協力:華道家元池坊笹山いけばな教室)の展示など

**日時** 5月31日(水)～6月11日(日)、9時～17時

**場所** 旧楠本正隆屋敷(玖島2丁目)

**料金** 大人200円、小中学生100円

●文化振興課(内線386)

## おもちゃ病院

**内容** 故障したおもちゃを修理します。

**日時** 6月17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

## 歴史資料館テーマ展 「大村藩のやきもの」



**内容** 大村藩の産業の一つである波佐見焼や長与焼などのやきものを紹介します。

**日時** 6月17日(土)～7月9日(日)、10時～18時

※毎週月曜日・6月30日(金)は休館

**会場** 歴史資料館 企画展示室

**料金** 無料

●歴史資料館 ☎48・5050

5月15日現在の  
情報です。最新  
の情報はこちら



## もよおし

## 九州・沖縄「道の駅」 公式スタンプブック販売中



**内容** 九州・沖縄エリアの道の駅記念帳として公式スタンプブック(特典付き)を販売しています。

**販売場所** 道の駅「長崎街道鈴田峠」

**料金** 360円(税込)

●道の駅「長崎街道鈴田峠」 ☎53・6699

## JR九州ウォーキング 大村公園の裏スポット! 大村湾に浮かぶ二つの神社と花菖蒲

**日時** 6月3日(土)、8時30分～11時(受付) ※ゴール受付は15時まで

**コース** 岩松駅→寺島→大村藩お船蔵跡→龍神島→大村公園(花菖蒲まつり)→旧長崎街道大村宿→大村駅(コース距離約8km)

※詳しくはJR九州ウォーキングホームページをご確認ください。



●観光振興課(内線241)

☎54・4111

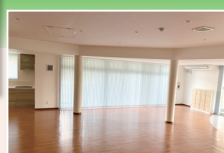
## BOAT RACE 大村

## 6月の開催日程表

| 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 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|-----------------------|----|----|----|----|----|
|    | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火         | 水  | 木  | 金  | 土  | 日                     | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  |
|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |    |    |    |    |                       |    |    |    |    |    |
|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |    |    |    |    |                       |    |    |    |    |    |
|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |    |    |    |    |                       |    |    |    |    |    |
|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | サンケイスポーツ杯 |    |    |    |    | BTSオラレ志布志<br>開設14周年記念 |    |    |    |    |    |

サンケイスポーツ杯

BTSオラレ志布志  
開設14周年記念



## グリーン コミュニティパーク Gruun おおむら

ボートレース大村の敷地内に昨年11月オープンした多目的施設。子ども向け遊具のほか、県内最大規模のスケートボード場やボルダリングウォールなどもあります。

※6/19(月)までは大時計工事のためレースの開催はありません。外向発売所ブルードラゴンとは通常通り営業します。

## まちかど市民ギャラリー

☎50・1216

| 会期            | 展示内容(主催者)        |
|---------------|------------------|
| 6/6(火)~12(月)  | 太陽工房作品展(太陽工房)    |
| 6/13(火)~18(日) | 「絵運の呼吸」~私たちの出会い~ |

## 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)

## リッチーとZUMBAを踊ろう!

**内容** 英語と日本語で交流しながら、ZUMBA(ズンバ)を踊って身体を動かしましょう。  
※動きやすい服装・スニーカーでお越しください。

**日時** 6月11日(日)、13時~14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** 6月8日(木)

## 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<br>10:00~10:45 | Rainy Season<br>各20人 |
| 小学4~6年生<br>11:00~11:50 |                      |
| 高校生以上<br>13:00~15:00   |                      |
| 中学生・高校生<br>15:30~16:30 |                      |

**内容** 全て英語で話す対話形式の講座

**日程** 6月25日(日)

**場所** 郡コミセン **料金** 無料

**メ切** 6月22日(木)(先着順)

※申込時に年齢と対象コースをお伝えください。

## 第1回 おおむらのしごと(要申込)

**内容** 市内で活躍する人が語る「仕事」とは?第1回はシュシュの山口成美代表にお話しいただきます。

**日時** 6月24日(土)、10時30分~12時

**場所** 1階多目的ホール

**定員** 70人

**申込** 窓口・電話・申込フォーム

## 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** 6月29日(木)、18時~18時30分

**場所** 1階多目的ホール

## 子ども科学館

(プラットおおむら 5階)

●社会教育課 ☎54・3161

## 6月のイベント情報

| 日 時           | 内 容         |
|---------------|-------------|
| 3日(土) 10:00~  | おりがみ教室      |
| 4日(日) 10:00~  | 押し花教室       |
| 10日(土) 10:00~ | ミニ実験教室      |
| 11日(日) 10:00~ | 科学講座        |
| 17日(土) 10:00~ | 竹細工教室※4年生以上 |
| 18日(日) 10:00~ | バルーンアート教室   |
| 24日(土) 14:00~ | 科学工作教室      |
| 25日(日) 10:00~ | 子ども映画会      |

※各教室に団体で参加する場合は、事前にご連絡ください。

## 子ども科学実験教室(要申込)

**内容** 科学実験、自然観察など

**日時** 6月~2月の毎月第4土曜日(原則)、10時~12時

**場所** 子ども科学館

**対象** 小学4~6年生

**定員** 15人※応募多数の場合は抽選

**申込** 往復はがき(住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・連絡先を記載)

〒856-0836幸町25-33

社会教育課「子ども科学実験教室」

**メ切** 6月6日(火)消印有効

## シーハットおおむら サポータークラブメンバー募集

**内容** シーハットおおむらの自主事業公演を一緒に支えてくださるボランティアを募集します。

**対象** 高校生以上

**業務** シーハットおおむら自主事業公演の当日運営(チケットもぎり、プログラム配布、会場案内、影アナウンスなど)、広報物の封入作業

※一部服装支給、ボランティア保険有

## ミライon図書館

☎48・7700 ☎48・7703

✉miraionlibrary.jp

✉o-tosyokan@miraionlibrary.jp

## 特別整理に伴う休館

**内容** 蔵書の点検・整理のため休館します。休館中の返却は「返却ポスト」をご利用ください。

**期間** 6月6日(火)~15日(木)

※5日(月)は休館日です。

## よろず支援拠点 無料経営相談会(要申込)

**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** 6月2日(金)、10時~17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

## 就職支援・個別相談会(要申込)

**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** 6月21日(水)・28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