



## ノルディックウォーク in ながよ

問 特別養護老人ホームかがやき ☎894-5555

- 時 9時45分～12時(9時30分～受付)  
 対 初 初心者対象:ウォーキング教室&ショートコース  
 経 経験者対象:ロングコース  
 定 20人 料 無料  
 他 希望者にはポールを無料で貸し出します。雨天時の開催については、お問い合わせください。

開催日時	対象者・集合場所
7月15日(木)	経 特別養護老人ホームかがやき
8月3日(火)	初 特別養護老人ホームかがやき
8月19日(木)	経 特別養護老人ホームかがやき

## 認知症サポーター養成講座

問 介護保険課包括支援係 ☎801-5822

認知症について正しく理解し認知症のある人や家族を見守る応援者、「認知症サポーター」になりませんか?

- 時 7月29日(木)14時～15時30分  
 所 ふれあいセンター2階 研修室B  
 対 町内在住の方  
 定 30人  
 料 無料  
 申 電話または介護保険課窓口で申込み  
 〳 7月21日(木)

## 夏休み子どもボランティア体験学習

問 長与町要約筆記会 林田 ☎・FAX883-6752  
 〻 hukushi@nagayo.jp

聞こえの不自由な方に文字で情報を伝えるボランティア体験をしてみませんか?

- 時 8月10日(土)9時30分～12時30分  
 所 町勤労青少年ホーム3階 講習集会室  
 対 小学4～6年生  
 内 障害者との交流、要約筆記の体験学習・まとめ  
 定 10人程度  
 料 無料  
 申 はがき、FAX、メール、学校で配布される申込用紙のいずれかの方法で、必要事項を記入し申込み。  
**【必要事項】**学校名、学年、氏名、住所、電話番号  
**【申込先】**〒851-2128 嬉里郷431-1  
 長与町身体障害者福祉協会 ☎・FAX887-5188  
 〻 hukushi@nagayo.jp  
 〳 8月8日(金)必着  
 他 持参品 筆記用具・飲み物  
 主 催 長与町身体障害者福祉協会  
 共 催 長与町要約筆記会

## 野菜栽培講習会

問 産業振興課 ☎801-5836

JAと町の共催で開催しています。農家の方に限らず、家庭菜園やふれあい農園を利用されている方、野菜作りに興味のある方はお気軽にお越しください。

- 時 7月28日(土)13時30分～(2時間程度)  
 所 JA長崎せいひ長与支店 選果場  
 (吉無田郷411-6 JA長与支店近く)  
 料 無料  
 他 屋外での開催になりますので、参加される場合は十分な体調管理をお願いいたします

## IHを使ってチャパティで食べるチキンカレーを作ろう!

問 北部地区多目的研修集会施設 ☎887-0392

- 時 8月25日(土)10時～13時  
 所 北部地区多目的研修集会施設  
 定 6人(申込多数の場合、抽選。)  
 料 無料  
 申 電話で申込み  
 〳 8月12日(土)  
 他 持参品 エプロン・マスク  
 講 師 九州電力ホームアドバイザー

## あなたの夢をかなえるための「オンライン開業セミナー」

問 西そのぎ商工会 ☎882-2240 FAX882-0521

開業に少しでも興味がある方はぜひ受講してください。

- 時 9月4日(土)13時～18時、9月5日(日)9時～12時  
 9月11日(土)13時～18時、9月12日(日)9時～15時  
 所 西そのぎ商工会本所(時津町浦郷428-14)  
 対 独立開業を目指すサラリーマン・OL・主婦・学生の方々、新規開業されて日が浅い方(3年以内)、開業に関心がある方  
 内 中小企業診断士などの専門家を招き、開業前に利用できる制度や、融資、ビジネスプランの策定方法などについて、学びます。新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、オンラインで開催いたします。  
 定 先着16人  
 料 受講料 5,000円(税込)(カリキュラム4日分)  
 申 下記サイトから申込み  
<https://nishisonogi.sougyo-juku.com/>

## 放射線影響研究所の施設紹介を特設Webサイトで行っています

問 オープンハウス実行委員会 ☎823-1121

- 時 8月2日(月)～13日(金)

放影研 OH 検索

## クラウドソーシング入門セミナー ～コロナ禍でもできる新たな働き方～

申・問 政策企画課 ☎801-5661 FAX883-1464 ✉kikaku@nagayo.jp  
〒851-2185 長与町嬉里郷659-1

「クラウドソーシング」とは、インターネット上に発注された様々な仕事を受注・実施する、在宅でも可能な新たな働き方のことです。「リモートワーク」が当たり前となる時代に、「就職活動における強みに!」「幅広い年代で!自分の強みを活かして!」新たな働き方を体験してみませんか。

時 8月11日(水)・12日(木) (2日間)

- ①午前コース10時～12時
- ②夜コース18時30分～20時30分
- (①②は同じ内容)

所 長与町水道局 3階会議室

内 第1回:クラウドソーシングの全体的な理解  
第2回:自己分析を行いプロジェクト業務を体験

対 以下の要件を満たす方

- ・町内在住または町内に通勤・通学する18歳以上の方
- ・自宅でパソコン・インターネットが不自由なく使える方
- ・当日、インターネット接続可能なパソコン、タブレット、スマートフォンのいずれかの持参が可能な方
- ・事前にフリーメールなどのアカウント作成が可能な方
- ・オンラインでの開催 (Zoom)となった場合も参加が可能である方

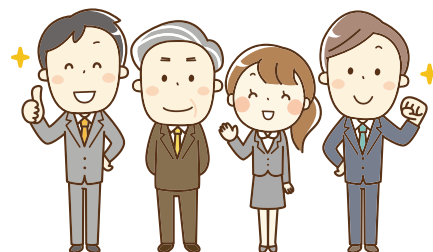
定 ①②各コース10人ずつ (応募多数の場合、抽選)

料 無料

申 希望コース(①、②)、氏名、年齢、住所、電話番号、メールアドレスを記入のうえ、政策企画課へ申込み (窓口、郵送、FAX、メール可)

☑ 7月28日(水)

他 新型コロナウイルス感染症の影響により、オンラインでの開催となる場合があります。



## はじめてのスマートフォン&タブレット講座

問 生涯学習課 〒851-2185 長与町嬉里郷659番地1 ☎801-5682 FAX883-7151 ✉oubo.kyoiku@nagayo.jp

開催月	コース	日 時	講座内容	場 所	締 切
8月	A	18日(水) 13時～15時	LINE使い方教室	勤労青少年ホーム 4階音楽室	8月6日(金) 必着
	B	19日(木) 13時～15時	スマホアプリ体験教室		
	C	26日(木) 10時～12時	キャッシュレス決済をしてみよう		
	D	26日(木) 13時～15時	スマホを使ってみよう		
9月	A	15日(水) 13時～15時	『らくらくスマホ』体験教室	北部地区 多目的研修集会施設 1階研修室	9月3日(金) 必着
	B	16日(木) 13時～15時	タブレット体験教室		
	C	22日(水) 10時～12時	地図で探してみよう		
	D	22日(水) 13時～15時	マイナンバーカードの申請方法・ マイナポータルの活用方法		

※5月～令和4年3月までの全44回 (毎月の広報で2月分ずつ募集)

対 ・町内在住の18歳以上の方

・スマートフォン・タブレットに興味があり、まずは体験してみたい方。いまいち、使いこなせていない方。

※『らくらくスマホ』体験教室:らくらくスマートフォンの体験。スマホをお持ちでない方が対象です。

定 原則5～10人 (応募者多数の場合、抽選。応募者全員に結果を発送。)

料 無料

申 講座開催月、希望コース(A～D)、氏名、年齢、住所、電話番号、受講経験の有無を記入のうえ、生涯学習課へ提出。(生涯学習課窓口、郵送、FAX、メール可)

※複数のコースへの申込み可。

他 持参品 抽選結果はがき ※スマートフォン、タブレットはこちらで準備。(スマートフォン・タブレットの持込可)

## 長とっ子の夏休み短期体験講座

申 ①または②の方法で申込み

①「往復はがき」に講座名（A/B 希望の別）、氏名、学校、学年、住所、電話番号、保護者氏名、当落統一希望がある場合はその方の氏名を記入のうえ、各施設へ郵送。（返信部分には「住所」「氏名」のみ記入）

②各施設窓口で受講申込書に記入（返信用官製はがきをご持参ください。）

他 後日はがきで当落通知。

高田地区公民館 ☎856-2779 FAX855-0050 〒851-2127 高田郷2594-1					
講座名	開催日時	内容	定員	料金	締切
子ども料理教室	A 7月26日 ㊦10時～12時 B 7月27日 ㊧10時～12時 ※いずれか1日のみ申込み	子どもにもできる楽しい料理をつくります。 対 小学生 他 講師 江藤美也子	各8人	300円	7月15日 ㊦ 必着
子ども工作教室 (エコバッグ型友禅体験)	A 7月29日 ㊦10時～12時 B 7月30日 ㊧10時～12時 ※いずれか1日のみ申込み	絵が描けなくても、絵心がなくても、型をつかって染めるので安心です。 対 小学生 他 講師 松尾直美	各10人	1,000円	7月16日 ㊧ 必着
サイエンス教室 (バンジーチャイム)	7月31日 ㊦10時～12時	バンジーチャイムという楽器を使って、音や音階の不思議を学びましょう。 対 小学生 他 講師 進藤隆彦	親子6組	500円	7月16日 ㊧ 必着
ガラスアート (ハンディーミラーづくり)	8月3日 ㊧10時～12時	色鮮やかなフィルムとリード線を使って、ハンディーミラーづくりをしよう。 対 小学3～6年生 他 講師 藤野タム子	15人	300円	7月20日 ㊧ 必着
楽しい電波教室 (電波ICラジオ制作)	8月21日 ㊦10時～12時	小型ラジオをつくり、電波の勉強をしよう。 対 小学4～6年生 他 講師 田中八洲治	12人	無料	8月2日 ㊦ 必着

北部地区多目的研修集会施設 ☎887-0392 FAX883-2035 〒851-2121 岡郷95-2					
講座名	開催日時	内容	定員	料金	締切
子どもエコクラフト教室	8月2日 ㊦～3日 ㊧ 10時～12時 ※必ず両日とも参加	手芸用の紙バンドで、素敵な作品を作りましょう。 対 小学3～6年生 他 講師 大橋陽子	12人	800円	7月20日 ㊧ 必着
キッズヒップホップダンス教室	8月17日 ㊧10時～12時	音楽とふれあい、楽しく元気に踊りましょう。初心者でも心配ありません。 対 小学生 他 講師 吉谷昌幸 (マー先生)	20人	無料	7月28日 ㊦ 必着

上長与地区公民館 ☎883-7711 FAX883-0575 〒851-2123 平木場郷41					
講座名	開催日時	内 容	定 員	料 金	締 切
子ども美術教室	8月5日(木)10時～12時	楽しい思い出を作品にしよう。 対小学生 他 講師 辻本健輝	10人	500円	7月29日(木) 必着
子どもおもしろサイエンス	8月2日(月)～4日(水) 10時～12時 ※必ず3日間とも参加	こんなもので動くの!?! いろいろな動力を使って 手作り乗り物を動かそう。 対小学生 他 講師 長大附属小 ・才木崇史 ・松本 拓	12人	800円	7月23日(金) 必着
おいしいピザ作りに挑戦しよう	7月30日(金)10時～12時	生地から作る本格派! おいしいピザ作りに挑戦しよう。 対小学生 他 講師 池口久美子	12人	600円	7月23日(金) 必着
マカロニと貝がらで夏のリースを作ろう	8月20日(金)10時～12時	マカロニと貝がらを使って 楽しい夏のリースを作ろう。 対小学生 他 講師 岩永睦子	15人	350円	8月6日(金) 必着

Let's enjoy sports

# スポーツ広場



## 「町営プール」がオープンします

☎ 生涯学習課スポーツ振興班 ☎ 801-5683

☎ 7月15日(木)～8月31日(水) 9時～17時

※7月24日(木)は13時～17時

8月31日(水)は9時～12時

料 一 般 550円 (回数券11回分5,500円)

高 校 生 440円 (回数券11回分4,400円)

小・中 学 生 220円 (回数券11回分2,200円)

幼 児 (4歳以上) 110円 (回数券11回分1,100円)

※回数券は町営プールで購入可

他 小学4年生以下の遊泳は、危険防止のため、保護者同伴でなければ入場できません。

コロナウイルス感染症拡大防止のため、ご利用前の体調管理、検温、手指消毒など、ご協力をお願いします。また、施設内では係員の指示に従ってください。なお、今後の状況により、施設を閉鎖または入場制限などを行う場合がありますので、ご了承ください。

## 熱中症にご注意ください!

まもなく夏本番!近年、夏場は猛暑日が続き、各地で熱中症が相次いで発生しています。「3密を避ける」などこれまでの新型コロナウイルス感染症拡大防止対策と併せて、以下のような熱中症予防対策を行いながら活動してください。また、自分のからだとも相談しながら熱中症を予防しましょう。

- ①周囲の人と距離を空ける
- ②こまめに手洗いまたは消毒を行う
- ③スポーツ活動に支障のない範囲でマスクを着用する
- ④水分・塩分を十分に補給し、積極的に休憩を取る

詳細は、日本スポーツ協会のホームページをご覧ください。

なお、スポーツ施設の使用料は、熱中症の危険がある場合還付いたします。利用を中止する際は、各施設までご連絡ください。

