

広報

A close-up photograph of a green metal structure, possibly a part of a train or a large machine. The most prominent feature is a large, stylized blue Japanese character 'な' (na) on the left and 'がよ' (gayo) on the right, which together read 'ながよ' (Nagayo). Below these characters, the text 'Nagayo Town' is printed in a smaller, white, sans-serif font. The background is a bright green color with some black structural elements.

Nagayo Town

くらしによりそう広報誌

2025

5

No.830

NAGAYO TOWN PUBLIC RELATIONS MAGAZINE 2025

10

特集

自分のお店を持つ夢を応援します!
チャレンジショップ

- 6 あなたの声を町長に届けませんか
 - 7 町民一斉清掃
 - 8 令和7年国勢調査の調査員を募集します!

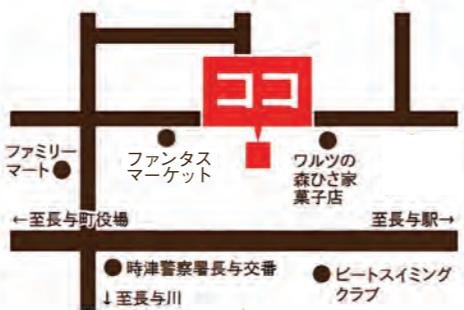
町の情報を
発信しています
(公式SNSなど)





チャレンジ ショップ とは?

将来、自分のお店を出したいと考えている創業希望者や、新たにショップを開いてみたい事業者・グループのための期間限定ショップです。「自分のお店を持って、こういう商売がしたい」と思っていても、貸店舗物件の探し方が分からない、どれくらい集客があるのか予測が難しい、初めから費用の全てを負担するのは大変そう、などの不安は大きいと思います。チャレンジショップ事業では、初期費用（敷金・礼金）無料で出店が可能です。この事象を通じて、お客さまとふれあい、目標を達成する喜びや店舗運営の楽しさと難しさを学ぶことができます。



5月に出店している事業者を紹介します!

復元エステサロンRe plus (リ プラス)



小顔、全身矯正、ストレッチ、加圧、筋膜リリースなどを取り入れたオールハンド施術です。痛いけど気持ち良い、圧倒的なスッキリ感をお試しください。公式LINE登録で500円引きクーポンや、1部位2000円のお試しプランもございます。お気軽にご連絡ください。

チャレンジショップ
期間中は全コース
50% OFF

小顔コース 60分	10,000円	⇒ 5,000円
ボディコース 90分	13,000円	⇒ 6,500円
全身コース 120分	15,000円	⇒ 7,500円



チャレンジショップを経て新店舗を構えられた事業者の皆さまを紹介します!

Nanala Hawaii by Mighty Dax

まなび野2-1-4 風の森まなびの内 ☎ 080-1982-8743



ハワイで修行を積んだ店主が手がけるハワイアンジュエリーをはじめ、ハワイの風を感じるアパレルや雑貨を取り揃えたショップです。あなたの生活にもハワイを取り入れてみませんか?お気軽にお越しください!赤いドアが目印です。



プランディングリース

☎ 080-8110-0252



まるで生花のような高品質造花を束ねて、ウェディングブーケやフラワー雑貨を販売しています。光触媒加工を施し空気洗浄効果も期待できるブーケはインテリアとして長く楽しめます。

ウェディングブーケ & 母の日ブーケ
のワークショップ(700円~)
5月10日(土)風の森まなびのギャラリー



古着屋MOOTY

斎藤郷45-1



海外古着や個性派キーホルダー、リメイク小物を取り扱っている古着屋です。2022年にチャレンジショップを利用し、店舗開業して3年目になります。商品としては年代、ジャンルレスのメンズアイテムがメインです。商材だけではなくお客様に合ったコーディネートの提供、相談も承っていますのでお気軽に来店してもらえますと嬉しいです!



Photo Salon SOUSOU

吉無田郷2035-5 秋桜401



妊娠中のマタニティフォトからニューボーンフォト、七五三や自分たちだけではなかなか撮れないファミリーフォトなど、パパママの自然体な笑顔を撮影するフォトスタジオです。美容師の経験もあるため、お子さまのヘアメイクに力を入れたプランやシーズンごとに親子で楽しめるイベントを考えています。



濱村珈琲

嬉里郷422 ラメゾン長与101



スペシャルティコーヒーを自家焙煎し、コーヒー豆販売・ドリンクの提供を行なっているコーヒー専門店です。

それぞれの風味特性を最大限に活かす焙煎を行い、浅煎り～深煎りのコーヒー豆を常時4～6種類を取り揃えています。



募集中



出店店舗を募集しています!
チャレンジしてみませんか?

令和5年度 財務書類の概要

問 財政課 ☎801-5783

財政の全容を正確に把握し、財政の健全化を図るために、地方公共団体は総務省通知に基づき民間企業の手法を応用した財務書類を作成し公表しています。

このたび、本町において「統一的な基準」により令和5年度決算における財務書類を作成しましたので、その概要をお知らせいたします。



貸借対照表

(単位:百万円)

資産の部		負債の部	
項目	金額	項目	金額
[1] 固定資産	67,217	[1] 固定負債	21,089
(1) 有形固定資産	61,267	① 地方債など	15,120
① 事業用資産	19,756	② 退職手当引当金	426
② インフラ資産	39,261	③ その他	5,543
③ 物品	2,250	[2] 流動負債	2,435
(2) 無形固定資産	179	① 1年以内償還予定地方債など	1,492
(3) 投資その他の資産	5,772	② 未払金	418
① 投資および出資金	45	③ その他	526
② 長期延滞債権	118		
③ 基金	5,602		
④ 徴収不能引当金	▲11		
⑤ その他	17		
[2] 流動資産	7,472		
① 現金預金	5,334		
② 未収金	132	負債の部合計	23,524
③ 財政調整基金など	1,943		
④ 徴収不能引当金	▲1	純資産の部	
⑤ その他	65	純資産の部合計	51,164
資産の部合計	74,689	負債・純資産の部合計	74,689

概要

令和6年3月31日現在に保有する資産、負債、純資産を表したものです。町ではこれまでに747億円の資産を形成してきており、そのうち、純資産である512億円については、これまでの世代の負担で支払いが済んでおり、負債である235億円について、これから世代が負担していくことになります。

※数値は下記に示す町のすべての会計の合計です。

四捨五入しているため一致しない部分があります。

財務書類の対象となる会計

- ・一般会計
- ・地区画整理事業特別会計
- ・国民健康保険特別会計
- ・介護保険特別会計(保険事業勘定)
- ・介護保険特別会計(サービス事業勘定)
- ・後期高齢者医療特別会計
- ・水道事業
- ・下水道事業

※財務書類は町ホームページでもご覧いただけます。

【町政】→【行政・財政】→【財政状況】→【財務書類】

行政コスト計算書および純資産変動計算書

(単位:百万円)

項目	金額
1 経常費用 計(行政コスト総額)	22,072
① 人件費	2,434
② 物件費	5,774
③ その他の業務費用	246
④ 移転費用	13,618
補助金など	4,076
社会保障給付	9,541
他会計への繰出金	0
その他の移転費用	1
2 経常収益	1,811
3 臨時損失	53
4 臨時利益	12
純行政コスト	20,302
5 財源(経常費用-経常収益)	20,615
① 税収など	11,899
② 国県など補助金	8,716
本年度差額	313
6 資産評価差額	0
7 無償所管替など	81
8 その他の純資産変動額	64
本年度純資産変動額	458
前年度純資産変動額	50,706
本年度末純資産残高	51,164

概要

「行政コスト計算書」は、1年間の行政運営に係るコストのうち、人件費や福祉サービスなど資産形成に結びつかない行政サービスに要したコストを表したものです。

また「純資産変動計算書」は純資産(過去の世代や国・県が負担した将来返済しなくてよい財産)が年度中にどのように増減したかを表示したものです。

資金収支計算書

(単位:百万円)

項目	金額
(イ) 業務活動収支(④-③+②-①)	1,705
① 業務支出	20,279
② 業務収入	21,992
③ 臨時支出	17
④ 臨時収入	8
(ロ) 投資活動収支(②-①)	▲2,256
① 投資活動支出	3,071
② 投資活動収入	814
利払後基礎的財政収支(イ+ロ)	▲551
(ハ) 財務活動収支(②-①)	▲286
① 財務活動支出	1,724
② 財務活動収入	1,438
1 本年度資金収支額(イ+ロ+ハ)	▲838
2 前年度末資金残高	5,855
3 比例連結割合変更に伴う差額	0
4 本年度末資金残高(1+2)	5,017

概要

1年間の資金の増減を、「業務活動収支」、「投資活動収支」、「財務活動収支」に区分し表示したもので、どのような活動に資金が必要であったかを表したものです。

長与町では行政コストの発生とそれに伴う純資産の変動との関係性をわかりやすく示すため、行政コスト計算書と純資産変動計算書を結合した計算書を採用しています。

令和5年度の行政コストの総額は221億円です。行政サービスの利用に対する対価として町民の皆さんに負担いただいた使用料や手数料などの経常収益は18億円になります。

行政コストの総額から経常収益を引き、これに臨時損失と利益の差額を加えた純行政コストは203億円で、この不足分は町税や地方交付税などの一般財源、または国・県補助金でまかなっています。

純行政コストと財源に資産評価差額、無償所管替等を加減した本年度純資産変動額は5億円であり、将来返済しなくてよい財産が増加したことになります。

項目の説明

- 経常費用
 - ・人件費…職員給与や議員報酬など
 - ・物件費…備品や消耗品、施設などの修繕に係る経費や事業用資産の減価償却費など
 - ・その他の業務費用…地方債、関係団体の借入金の償還利息や徴収不能引当金繰入額など
 - ・移転費用…町民への補助金や児童手当などの社会保障費など
- 経常収益…公共施設を使用した際に徴収する使用料、証明書の発行手数料など
- 臨時損失…災害復旧事業費、資産の除売却損など臨時に発生するもの
- 臨時利益…資産の売却益など臨時に発生するもの
- 財源
 - ・税収など…町税や税の交付金、特別会計の保険料などの収入など
 - ・国県など補助金…国や県からの補助金収入
- 資産評価差額…有価証券などの評価差額など
- 無償所管替など…無償で譲渡または取得した固定資産の評価額など

令和5年度は資金収支が▲8億円となり、期末資金残高は50億円になりました。

利払後基礎的財政収支はゼロ以上であれば公債(借金)に依存しない財政運営が行われたと判断されるのですが、令和5年度は▲6億円となっています。

項目の説明

- 業務支出…行政サービスを行う中で、毎年度継続的に支出されるもの(人件費、物件費など)
- 業務収入…行政サービスを行う中で、毎年度継続的に収入されるもの(町税、保険料、使用料など)
- 臨時支出…行政サービスを行う中で、臨時に支出されるもの(災害復旧事業費など)
- 臨時収入…臨時に収入されるもの(資産の売却収入など)
- 投資活動支出…公共施設や道路整備などの資産形成、投資や貸付金などの金融資産形成に支出したもの
- 投資活動収入…公共施設の資産形成の財源に充てられた補助金収入、土地などの固定資産の売却収入など
- 財務活動支出…地方債や借入金などの元本の償還
- 財務活動収入…地方債や借入金の収入

あなたの声を町長に届けませんか

申・問秘書広報課 ☎801-5780



町長と語り合う「ほっとミーティング」を行っています

ほっとミーティング

町長が地域に出向いて、住民の皆さんと一緒に語り合う場です。長与町をより良くするためのまちづくりのアイデアなど、町長といっしょに語り合ってみませんか。

対自治会、コミュニティ、ボランティアなど町民で構成している団体・グループなど
(令和6年度実施) ながよグリーン・ツーリズム推進協議会、長与町国際交流協会

まちづくりに関する皆さまのご意見をお待ちしています

まちづくり提案箱

まちづくりに関する皆さまの建設的なご意見・ご提案を募集しています。町政について日頃思っている事や疑問を感じていることなど、率直なご意見をお待ちしています。



※ご意見・ご提案に対しては、責任を持って回答させていただきます。

連絡先のご記入がない場合、回答を差し上げることができませんので、必ずお名前とご連絡先のご記入をお願いします。連絡先は、回答および内容確認の目的以外には使用いたしません。

ホームページの「お問い合わせ・申し込みフォーム」からも投稿できます。

オンラインでの申し込みはこちら▶



●まちづくり提案箱設置場所(7施設):

長与町役場1階、長与町公民館、上長与地区公民館、高田地区公民館
ふれあいセンター、長与北部地区多目的研修集会施設、長与南交流センター

みんなの手でみんなの町を美しく！

【清掃場所】

- ・主要道路
- ・公園
- ・住宅周辺の公共区域
- ・河川（危険箇所を除く）

※家庭ごみ・粗大ごみは
持ち込まないでください

【清掃方法・実施時間など】

- ・自治会の指示に従ってください
- ・必要な道具は各自で準備してください



主催：長与町保健環境連合会 後援：長与町 問合せ：長与町住民環境課 ☎801-5824

令和7年国勢調査の調査員を募集します！

問 政策企画課総務統計係 ☎ 801-5661

令和7年は、5年に一度の国勢調査の実施年です！この調査は、国内に住むすべての人と世帯を対象とする国の中でも最も重要な統計調査です。長与町では、町内を289の調査区に区分けし、約200名の調査員の方々に調査をしていただく予定です。ぜひ、「国勢調査員」として皆さまの力を貸してください！



- 対 調査員要件
- ①20歳以上の方で、健康で責任をもって統計調査を遂行できる方
 - ②調査で知り得た情報等、秘密の保護に関して信頼のおける方
 - ③警察または選舉に直接関係のない方
 - ④暴力団員に該当しない方、または暴力団や暴力団員と密接な関係を有しない方

内

国勢調査員の仕事内容は、大きく5つです



調査員の任命期間 9月上旬～10月下旬までの2ヶ月間

受け持ち調査世帯数 40～70世帯を1調査区とし、1調査区または2調査区（世帯数により、2調査区をお願いする地区があります。）

報酬 1調査区：約4万6千円、2調査区：約8万6千円

申下記のいずれかの方法で申し込み

ホームページ

長与町ホームページの申し込みフォームからご登録お願いします。

申し込みフォーム▶



郵送または持参

「令和7年国勢調査 調査員申込書」（ホームページよりダウンロード）に必要事項をご記入のうえ、政策企画課まで持参または郵送にてご提出ください。（窓口にも申込書を用意しております。）

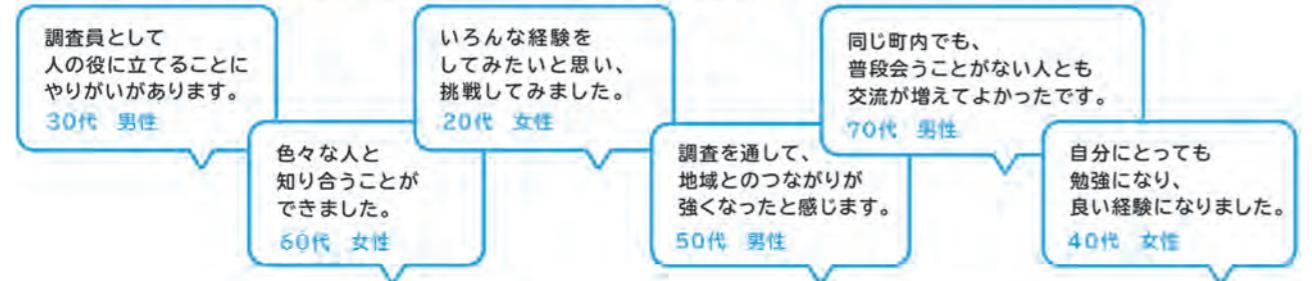
電話

お電話でも受け付けています。お気軽にお問い合わせください。

国勢調査員募集
特集ページはこちら！▶



過去に「国勢調査員」を体験された方の声



社会福祉法人ながよ光彩会 国土交通大臣賞、地域再生大賞準大賞 受賞
特別養護老人ホーム かがやき 施設長 原田 竜生さん社会福祉ヒーローズ賞 受賞



3月28日、社会福祉法人ながよ光彩会 貞松 徹理事長、原田 竜生理事、奈良崎 博一さんが、国土交通大臣賞、地域再生大賞準大賞、社会福祉ヒーローズ賞の受賞を町長へ報告しました。

同法人は、正午以降無人駅となる長与駅において、乗降介助・改札・案内・清掃の業務を行い、高齢者や障害者を含む全ての人が安心して駅を利用できる環境を整え、さらに長与駅コミュニティホール内にカフェ機能のある「GOOOOOOD STATION（グッドステーション）」を開設し、安心安全の確保や地域活性化を創出しているとして、国土交通大臣賞を受賞しました。また、長崎新聞など地方新聞47紙とNHK、共同通信が選ぶ地域再生大賞準大賞を受賞しました。なお、同法人「特別養護老人ホーム かがやき」施設長である原田理事は、全国社会福祉法人経営者協議会より、福祉の現場で活躍する若手を表彰する社会福祉ヒーローズ賞を受賞しました。心から敬意を表しますとともに、今後さらなるご活躍を祈念いたします！

長与ライオンズクラブと西そなぎ商工会青年部の皆さまがカーブミラー清掃をしてくださいました！

3月30日、子どもたちが交通事故にあわないようにという願いを込め、長与ライオンズクラブと西そなぎ商工会青年部が合同で、カーブミラー清掃を実施してくださいり、長与小学校周辺40箇所のカーブミラーがきれいになりました。ありがとうございます。



長崎ヴェルカのホームゲームに長与町の親子20組を招待しました！



3月に開催されたプロバスケットボールクラブ「長崎ヴェルカ」のホームゲームに、町内在住の親子20組を招待しました！会場では選手たちの熱いプレーが繰り広げられ、子どもたちにプロスポーツの魅力を存分に体験してもらいました！

長与町では、今後もスポーツを楽しむための様々な企画を通じ、心も体も健康で楽しい人生を送ることができる環境づくりを進めていきます。

子育て支援自主サークル

問 こども政策課母子保健係 ☎801-5881



ぴよぴょくらぶ
(井手本自主
防災センター)
の様子

ファミリーサポートセンター託児
利用料を月2時間補助します!
イオンタウン・株式会社てわざ ×
長与町「cocosukiながよ」

【利用方法】
①長与町公式LINE(ミックンLINE)にて
託児利用予約をする。(要会員登録)
②イオンタウンまたはやわら整骨院(株式会社てわざ)で
「無料券」(各企業・月先着10人ずつ)を受け取る。
※1世帯 年間5回まで利用可。
③サポート後、利用料補助申請を行う。

月先着
20名

2時間無料券



制度内容等、
詳しくはこちらを
ご覧ください。

長与町ファミリーサポートセンター▲



子育てランド

プランターや畑で/
野菜を育ててみよう!

~食べることは生きること。
野菜の成長とともに子どもたちの感じる力、考える力
も成長しています。~

土ってふかふか♪気持ちいい♪
触るだけて癒されるなあ。
「これなに?」



No.385



げんかんを
いきほ
でると
アウトドアで
身近な自然と
遊んで!
感じて!



ドローンの飛行ルール

問 国交省無人航空機ヘルプデスク ☎03-5539-0352
受付時間: 平日9時~17時

飛行に際しては、**許認可等の法令順守**の他、**第三者への迷惑行為**とならないよう**マナーを守り**、安全に飛行させる必要があります。詳しくは、国土交通省ホームページ、警察庁ホームページをご覧ください。



6月2日㈪は軽自動車税
(種別割)の納期限です

問 税務課住民係 ☎801-5785

- 納期限までにお近くの金融機関またはコンビニエンスストア等で納めましょう。
- スマートフォンによるモバイル決済や、eLTAX地方税お支払いサイトでの納付もできます。
- 口座振替の方は残高不足にご注意ください。
- 車検の際は、電子データにて納付確認されるため、令和5年度より車検用の納税証明書の送付は行っておりません。
- ※車検をお急ぎの方は、金融機関の窓口やコンビニエンスストアでの納付をお願いいたします。

6月2日㈪は自動車税
(種別割)の納期限です

問 長崎振興局税務部 ☎821-8835

- お近くの振興局や金融機関等で納期限までに納めましょう。
- コンビニエンスストアで納付できます。
- スマートフォンによるモバイル決済やインターネットを使ってのクレジット納付もできます。

集団健診のお知らせ

申・問 長崎県健康事業団予約センター
受付時間: 8時30分~17時15分
(土日祝日除く)
☎0120-411-311

時 6月19日㈪午前、20日㈮午前
所 健康センター
対・内

国民健康保険加入者

- ・40~74歳の男女: 特定健診
- ・40~49歳の男女: 胃がんリスク層別化検査
- ・19~39歳の男女: 国保若年健診

後期高齢者医療制度加入者

- ・75歳以上の男女、65歳以上の加入者: 後期高齢者健診

長与町民

- ・20歳以上の女性: 子宮がん検診
- ・40歳以上: 肺がん検診・大腸がん検診・乳がん検診・肝炎ウイルス検診
- ・50歳以上: 胃がん検診
- ・19~39歳の男女: 若年健診

注意事項

- ・特定健診、後期高齢者健診は受診券(5月中に発送)が必要です。
- ・胃がん・乳がん・子宮がん検診は昨年度受診された方は対象外です。
- ・令和7年度から胃がん検診の対象年齢は50歳以上に変更されました。

申 電話で申し込み

☒ 5月19日㈪~27日㈫
定員になり次第締め切り

他 医療機関での受診も可能です。

詳しくは4月に各世帯配布の「令和7年度長与町健康診査のお知らせ」をご覧ください。



問 問い合わせ 時 日時 所 場所 対 対象 内 内容

定 定員 料 料金 申 申し込み 締切 他 その他

nagayo

広報ながよ

2025年5月号 No.830

13

令和7年度において
文化関係の大会に出場される
方へ補助を行います

問 生涯学習課文化振興班 ☎ 801-5682

対 文化関係の九州大会や全国大会
に出場する町民の方、または団体
で大会出場する町内の高校

内 ①町教育委員会が出場校の校長
と協議の上承認した、当該小中
学校の児童または生徒が県代
表として出場する九州大会およ
び全国大会

補助額 1人当たり

全国大会: 10,000円(県内5,000円)
九州大会: 7,000円
(県内5,000円、沖縄10,000円)

②高校生または社会人が県代表と
して出場する全国大会
補助額 1人当たり5,000円

③高校が団体で出場する全国大会
補助額 予算の範囲内とする

申 申請に必要なもの

- ①補助金交付申請書(生涯学習課
窓口にあります)
- ②大会要項、出場者名簿(大会出場者
の住所、氏名が確認できるもの)
- ③振込先口座がわかるもの(通帳等)
※申請者と口座名義は同一

提出先 生涯学習課文化振興班

テレビの「受信障害」
対策を実施しています

問 700MHzテレビ受信障害対策
コールセンター
☎ 0120-700-012(フリーダイヤル)
受付時間 9時~22時(年中無休)

●携帯電話などで利用する電波帯の
拡大に伴い、町内的一部地域において、
テレビの映像が乱れる可能性があります。
(※ケーブルテレビや光
ケーブルで地デジをご覧の場合は
影響ありません。)

テレビ映像に影響が出るおそれがある
地域のご家庭には、あらかじめ
お知らせをお届けしています。テレビ
映像に影響が生じた場合は、対策
員が訪問・確認のうえ、無償で対策
作業を実施します。

●対策員は身分証明書(テレビ受信障
害対策員証)を所持しています。
不審に感じられた際は、コールセン
ターへお問い合わせください。

野焼きは原則禁止
されています

問 住民環境課環境係 ☎ 801-5824
基準を満たした適法な焼却施設以
外で廃棄物(ごみ)を焼却することは
法律で原則禁止されています。

「野焼きの煙やにおいで困っている」と
いう苦情が多数寄せられています。
例外として認められた行為(農業を営
むうえでやむを得ないものなど)でも、
生活環境に支障を与える場合は行政
指導の対象となります。

また、野焼きは山火事につながる恐
れがあります。
やむを得ず野焼きをする場合は、周
囲の住宅の状況、風向き、湿度、時間
帯や頻度などを考慮して行うようにし
ましょう。

状況によっては、多くの方に迷惑を
かけることになりますので、ご理解く
ださい。



企業版ふるさと納税制度を活用したご寄附をいただきました

令和6年度多くの企業様から長与町へ企業版ふるさと納税制度を活用したご寄附をいただきました。いたいたいた寄附金は、本町の地方創生に関する戦略プロジェクトに位置付けられた事業に活用させていただきます。皆さま、ありがとうございました。
令和6年度には以下の企業の皆様より寄附を頂いております※令和7年3月31日時点で企業名の公表について了承を得た企業名のみ

新図書館等複合施設整備事業に対する寄附

タレントスクエア株式会社様 株式会社西海興業様 株式会社工藤測量設計様 扇精光コンサルタント株式会社様
株式会社アシロ様 株式会社八大様 株式会社タカラ電設様 株式会社長崎測量設計様 株式会社協環様
有限会社ラインサービス様 長星安全産業株式会社様 扇精光ソリューションズ株式会社様 株式会社NEXT ONE様
株式会社ガードサービス長崎様 五島技建工業株式会社様 株式会社ENTOWA様 株式会社サウスエージェンシー様
株式会社ビートスイミングクラブ様 株式会社アガルート様 リフェコ株式会社様 長崎機器株式会社様

健康づくりと長生き・安心まちづくりプロジェクト、親子や多世代で楽しめる中尾城公園のリニューアルに対する寄附

株式会社西海建設様

チャレンジショップを活用した創業支援に対する寄附

株式会社ダイブ様

原爆被爆二世の
無料健康診断

問 福祉課高齢者福祉係 ☎ 801-5826

長崎県原爆被爆者援護課
☎ 895-2475

西彼保健所 ☎ 856-0691
対象の方は各年度1回のみ無料
で受診できます。

内 一般検査(結果次第で精密検査を実施。
希望者は多発性骨髄腫検査を実施。)

申 福祉課または西彼保健所で申し込み。
申請者に「受診票」「受診できる
医療機関一覧表」を配布(交通費
は支給無し)

△ 令和8年2月13日(金)

時 受診時期 令和8年2月28日(土)まで
※医療機関により制限などがある
場合があります。

所 指定された病院など

対 次の①~③をすべて満たす方
①両親またはそのどちらかが原爆
被爆者の方

②昭和21年6月4日以降に出生し
た方(両親のどちらかが広島被
爆の場合、昭和21年6月1日以
降に出生した方)

③町内在住の方

同時在園の第2子保育料を無償化しました

問 こども政策課子育て支援係 ☎ 801-5886

教育保育認定を受けて認可保育所等(認可外保育施設を除く)に第1子が
在籍しており、第2子の児童が認可保育所等(認可外保育施設を除く)を利用
する場合の保育料を、令和7年4月から無償化しました。無償の対象となる費
用は月額の利用者負担額(保育料)のみです。副食費(給食費)はこれまでどおり
有償です。第3子以降の児童にかかる保育料は、上の子の在園状況や年齢
にかかわらず、生計を一にしている場合は引き続き無料です。詳しくはホーム
ページをご覧ください。

保育料が無料になる児童



保育料が無料にならない児童



令和7年度 国民健康保険税のお知らせ

問 健康保険課保険係 ☎ 801-5821

○令和7年度国民健康保険税(令和6年度と同じ税率です)

国民健康保険税額は、医療分と後期高齢者支援金分および介護納付金分(40歳から64歳の方)の合計額となります。

	医療分	後期高齢者支援金分	介護納付金分(40~64歳の方)
所得割率	8.1%	2.8%	2.6%
均等割額	25,600円	8,800円	9,500円
平等割額	22,800円	7,600円	5,800円

○賦課限度額について

医療分および後期高齢者支援金分が変更となります。

	医療分	後期高齢者支援金分	介護納付金分(40~64歳の方)
令和7年度	66万円(変更前65万円)	26万円(変更前24万円)	17万円(変更なし)

○軽減基準所得金額の計算方法の変更について

世帯所得が基準額を下回る世帯については、保険税のうち均等割と平等割が軽減されます。令和7年度は、5割軽減と2割軽減における基準額が変更となります。

	7割軽減(変更なし)	5割軽減	2割軽減
令和7年度	43万円+10万円×(給与所得者数-1)以下	43万円+(30.5万円※×被保険者と旧国保被保険者の合算数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下 ※令和6年度は29.5万円	43万円+(56万円※×被保険者と旧国保被保険者の合算数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下 ※令和6年度は54.5万円

※世帯所得には、擬制世帯主(国保に加入していない世帯主)の所得を含みます。

※旧国保被保険者とは、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行した方です。

※給与所得者等とは、給与収入55万円超と公的年金等の収入金額60万円超(65歳未満)または110万円超(65歳以上)の人です。

地域で活動する団体などを
応援します!
長与町ふるさとづくり
推進事業補助金

問 地域安全課地域協働係 ☎ 801-5662

長与町では、地域住民との交流や地
域活性化を目的とするイベントなどを
実施しようとを考えている団体へ、支援
および補助を行っています。お気軽に
ご相談ください。

内 補助額 事業経費の2分の1以内
(1事業当たり上限10万円)

一般家庭・公共施設からの
もやせるゴミ排出量・
紙類の資源化量の比較

問 住民環境課環境係 ☎ 801-5824

もやせるごみ

月	排出量	前年度比
3月分	490,340kg	▲14,840kg
累計	6,182,510kg	▲188,600kg

リサイクルできる紙類

月	排出量	前年度比
3月分	51,160kg	▲9,830kg
累計	566,230kg	▲57,820kg

紙類は種類ごとに回収しています。後出し
は回収漏れの原因になりますのでご注意く
ださい。紙類に限らず、ごみは朝8時まで
に出しましょう。

人口のうごき

令和7年3月31日現在(前年同月比)

人口	17,111世帯	83世帯
世帯	18,679人	-98人
男	20,590人	-155人
女		

3月中のうごき

<table border


健康相談

- 問 健康保険課健康増進係 ☎ 801-5820
 内 看護師、栄養士などが、血圧、体組成の測定や健康、栄養に関する相談をお受けしています。
 料 無料
- | 日付 | 場所 | 時間 |
|----------|---------------------|--------------|
| 5月13日(火) | ふれあいセンター1階ホール(第2火曜) | 9時30分～12時 |
| 5月24日(土) | 役場守衛室前(第4土曜) | 9時～12時 |
| 5月30日(金) | 子育て支援センター おひさまひろば | 10時～12時 |
| 6月5日(木) | イオンタウン長与(第1木曜) | 9時30分～11時30分 |


自衛官募集

- 申・問 自衛隊琴海地域事務所 ☎ 884-2809
 ●予備自衛官補(一般) 予備自衛官を自衛隊経験のない方が予備自衛官になれるコース
 受験資格 18歳～52歳未満の方
 受験できる年齢が大幅に引き上げられました。
 ●予備自衛官補(技能) 一定の資格を有する方が、予備自衛官になれるコース
 受験資格 特定の技能を有する方
 資格により受験可能年齢が変わります。
 資格例(医学、語学、車整備、情報処理、建設、電気、保育等)
 まずは、ご連絡下さい。

**人権相談・行政困りごと
なんでも相談**

- 問 総務課行政係 ☎ 801-5781
 合同相談所を開設しています。事前予約は必要ありませんので、お気軽にお越しください。相談は無料で、秘密は堅く守られます。

【人権相談特設相談・行政困りごとなんでも相談】

- 時 5月20日(火) 13時～16時
 所 役場2階第3会議室
 時 6月17日(火) 13時～16時
 所 役場2階第3会議室

人権相談
【常設人権相談所(長崎地方法務局)】

- 時 月曜日～金曜日
 8時30分～17時15分(祝日を除く)
 所 長崎地方法務局
 ☎ 0570-003-110

行政困りごとなんでも相談

- 長崎行政監視行政相談センター
 ☎ 849-1101

**全国一斉「人権擁護委員の日」
特設相談所を開設します**

- 昭和24年6月1日に人権擁護委員法が施行され、人権擁護委員は、皆さまの身近なところで、人権を守るために活動しています。家庭内のものめ事や隣近所とのトラブルなど、皆さまの悩みや心配ごとを相談してみませんか。秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

- 時 6月3日(火) 9時30分～12時30分
 所 役場2階第3会議室 料 無料

ながさき暮らし相談会 in 大阪

- 問 ながさき移住サポートセンター
 (県庁4階) ☎ 894-3581
 長与町を含む県内市町の移住相談窓口が大集合。それぞれのまちの暮らし、各種助成制度等のご相談をお受けします。長崎への移住をご検討のご家族やお知り合いがいらっしゃいましたら、ぜひ本イベントをご紹介ください!
- 時 5月24日(土) 12時～17時
 所 ヒルトンプラザウエストオフィスセンター8階(大阪市北区梅田2丁目2番2号)
 申 事前申込制です。ながさき移住ナビホームページからお申し込みください。
 5月の内容 手作業～小物づくり～
 料 100円 申 不要
 他 時間内出入り自由


男性専用の相談窓口

- 問 長崎県男女共同参画推進センター
 専用番号 ☎ 825-9622
 悩みやストレスを抱える男性のための専用相談窓口を開設しています。生き方、子育て、介護、家族、夫婦関係、職場の人間関係など、ひとりで悩まずご相談ください。男性相談員がお受けします。まずは、お電話ください。
- 時 相談日 每月第2・4水曜日
 受付時間 18時～21時
 内 電話相談および面談
 (面談は電話予約が必要)
 料 無料(通話料は相談者負担)

**認知症介護者
リフレッシュの集い**

- 問 介護保険課包括支援係
 ☎ 801-5822
 長与町地域包括支援センター
 ☎ 887-3008
 時 5月15日(火) 13時30分～15時
 所 老人福祉センター 2階和室
 内 介護をしている方が日頃のお悩みや不安、認知症の症状への対応方法など、参加者同士自由に話し、情報交換をする場所です。お気軽にご参加ください。
 料 無料 申 不要

令和7年度 長与町奨学生募集

- 問 教育総務課 ☎ 801-5680
 対 ①町内に住所を有する者の子で、高等学校以上の学校に在学していること。
 ②優れた学生でありながら経済的理由で就学困難なこと。(学力は評定の平均が3.0以上、世帯全員の所得を参考)
 ※他の奨学生制度との併願・併給可能(ただし、独立行政法人日本学生支援機構との併給は不可)
 内 ● 奨学金月額
 大学・短大・国・公立:25,000円 私立:35,000円
 高等学校・高等専門学校・専修学校(専門)国・公立:15,000円 私立:25,000円
 ● 償還方法:貸与期間満了の翌月から6ヶ月を経過後、10年間以内に返還
 定 若干名 ☒ 募集期間 6月2日(月)～30日(月)(消印有効) 他 出願のしおり、願書などは教育総務課で配布

町立児童館児童厚生員募集

- 申・問 こども政策課 ☎ 801-5886
 対 平成17年4月1日以前生まれの者で、次の1または2の条件を満たす者。
 1. 母子指導員の資格を有する者 2. 学校の教諭となる資格を有する者
 内 試験内容 面接試験 勤務時間 月～土曜日のうち週5日間 9時45分～17時15分まで
 給与 189,212円～ 休暇 有給休暇制度あり その他 健康保険、厚生年金および雇用保険・期末手当(2回)
 雇用期間 7月14日(予定)～令和8年3月31日(更新可能性あり)
- 定 1名 申 こども政策課へ窓口持参または郵送〒851-2185 長与町嬉里郷659番地1
 ☒ 5月30日(金) 17時 他 申込書は長与町ホームページからダウンロードできます。
 長与町
 ホームページ


**第39回全日本断酒連盟九州ブロック(長崎)大会(長与町共催事業)
「かたらんね・ともに歩もう回復の道」**

- 問 長崎県断酒連合会事務局 西村 ☎ 080-1791-6963
 時 6月1日(日) 開演12時
 所 長与町民文化ホール
 内 酒害体験談が中心です
 料 1,000円(当日受付可)



陶芸の館 「はじめての陶芸体験」

申・問 生涯学習課 ☎801-5682 ☐ouboko.yoiku@nagayo.jp

所 陶芸の館 対 小学生以上の初心者の方

体験内容	開催日	料金	定数
絵付け体験(1時間1回コース) お皿やコップに絵を描き、オリジナルの作品を作りましょう。	① 6月7日㊁10時～11時 ② 6月7日㊁14時～15時 ③ 6月13日㊁10時～11時 ④ 6月13日㊁14時～15時 ※①～④は全て同じ内容	素焼き代 コップ・茶碗500円 皿(大)500円 皿(中)300円 皿(小)150円	各回、5名程度
ものづくり体験(2時間3回コース) 手びねりでコップ等を作りませんか?	・6月22日㊁9時30分～11時30分 ・6月29日㊁9時30分～11時30分 ・釉薬掛け(日程未定)	1,600円	10名 ※半分に満たない場合は、中止となります。

定 応募者多数の場合、町内在住者、陶芸の館の利用経験の無い方優先。残りは抽選。

申 下記のいずれかの方法で申し込み

- ・長与町公式LINEにて申し込み
- ・受講申込書を生涯学習課窓口に提出。
- ・下記の必要事項を記入のうえ、メールにて申し込み

必要事項 陶芸体験と記入し、「希望する開催日の番号」

「住所」「氏名」「電話番号(携帯も)」「陶芸の館の利用経験の有無」「自家用車使用の有無」

他 作品は窯で焼成後、後日開館日に引き渡し。 5月23日㊁必着



LINEでの
申し込みはこち
ら



第48回長与町文化協会発表大会

問 長与町文化協会(町民文化ホール内) ☎883-8731

他 主催(出演・出品) 長与町文化協会(加盟団体・個人)

●音楽部門 舞台発表

時 6月14日㊁

所 町民文化ホール

開場 13時 開演 13時30分予定

●展示部門

時 6月14日㊁ 9時30分～16時

6月15日㊁ 9時30分～15時

所 町民文化ホール

●囲碁大会

時 6月15日㊁ 10時予定

所 老人福祉センター



●芸能部門・講演 舞台発表

時 6月15日㊁

所 町民文化ホール

開場 10時 開演 10時30分予定

●展示部門(華道)

時 6月14日㊁～15日㊁ 10時～16時

所 長与駅コミュニティホール

「第67回水道週間」イベントを開催します

問 料金・設備にすること 上下水道課 ☎801-5831

6月1日㊁～7日㊁までの水道週間期間中、長与町の水道に关心を持つていただくため各種イベントを開催します。お気軽にお越しください。

○水道週間イベント

時 6月2日㊁ 10時～12時(配布物が無くなり次第終了)

所 役場玄関前

内 節水コマなど水道関連グッズのプレゼント

○浄水場見学

問 第1浄水場 ☎883-1012

時 6月6日㊁ 10時～16時

所 第1浄水場

5月22日㊁ 団体単位でお申し込みください。

安心・安全でおいしい水をお届けするための様々な取り組みを水道局WEBサイトで紹介しています



長与駅コミュニティホール イベント案内

問 契約管財課 ☎801-5784

開館時間 8時30分～19時

●アコースティック・ギターの演奏

時 6月1日㊁

他 主催 マーチンクラブ

●生花の展示

時 6月13日㊁～6月15日㊁

他 主催 長与町文化協会華道部

●ケルティックサマーライブ

時 6月21日㊁

他 主催 ケルト音楽 オットリーズ

長与町国際交流協会主催「令和7年度 語学講座受講生募集!」

申・問 長与町国際交流協会事務局(政策企画課内)

☎801-5661 ☐kikaku@nagayo.jp

時 6月4日㊁～毎週水曜日 10時から11時30分(全8回)

所 長与町公民館 2階小会議室

内 英会話初級 講師 吉田 千夏

対 日常会話に必要な英語を学びたい方 定 15名

料 受講料4,800円※テキスト代別・途中退会の場合は返金なし

申 申し込みフォームまたはメールで申し込み(応募者多数の場合は抽選)。協会会員、町民優先)

5月22日㊁

他 1回目のみ体験受講可。体験受講を希望の場合は事務局にお伝えください。

語学講座
申し込みフォーム



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) 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。初めて参加される方には、個別に歩き方講習を行いますので、必ずお電話ください。

開催日時	集合場所(コース距離)
5月15日㊁	長与シーサイドパーク駐車場(約5km)
6月5日㊁	特別養護老人ホームかがやき(約5km)
6月19日㊁	中尾城公園第2駐車場(約5km)



ミックンチケット付与対象

なるほど介護学習会

問 長与町社会福祉協議会地域福祉課 ☎883-7588
介護保険課包括支援係 ☎801-5822

時 5月9日㊁ 13時30分～15時30分

所 老人福祉センター 大ホール

対 介護について学習したい方

内 介護の知識や方法、介護の制度などについて学びます。
5月のテーマ 介護保険を利用するための基礎知識

料 無料

不要

長与町スマートフォン講座

問 生涯学習課 ☎851-2185 長与町嬉里郷659番地1 ☎801-5682 FAX883-7151 ☐ouboko.yoiku@nagayo.jp

開催月	コース	日時	講座内容	場所	締切
6月	A	19日㊁10時～11時	地図とカメラを活用してみよう	長与町公民館 1階大ホール	6月2日㊁ 必着
	B	19日㊁11時～12時	LINEを活用してみよう		
	C	19日㊁14時～15時	スマホ決済とセキュリティ対策		
	D	19日㊁15時～16時	楽しく動画を視聴しよう		
7月	A	17日㊁10時～11時	地図とカメラを活用してみよう	高田地区公民館 2階講座室	7月1日㊁ 必着
	B	17日㊁11時～12時	LINEを活用してみよう		
	C	17日㊁14時～15時	Googleアプリを活用してみよう		
	D	17日㊁15時～16時	スマホで始めよう!防災の備え		

対・町内在住の18歳以上の方
・スマートフォンを体験してみたい方、または、いまいち使いこなせていない方

定 10～20人(応募者少数の場合、開催しないことがあります。応募者多数の場合、抽選。応募者全員に結果を通知。)

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、生涯学習課または公民館(長与町公民館・高田地区公民館・上長与地区公民館・長与北部地区多目的研修会施設)へ提出してください。(生涯学習課窓口、郵送、FAX、メール可) ※電話でのお申し込みはご遠慮ください(郵送、FAX、メールで申し込む場合は生涯学習課へ)

他 当日はレンタルスマートフォン(iPhone)を貸与して講座を行います。講座ではアプリの使い方を学ぶので、普段iPhone以外を使用されている方もきちんと学ぶことができます。

国民年金(任意加入・付加保険料)について

申・問 長崎北年金事務所 ☎861-1354 長崎南年金事務所 ☎825-8701
健康保険課年金係 ☎801-5821

●60歳からの任意加入で年金額を満額に近づけることができます <※加入条件があります>

国民年金は20歳～60歳になるまでの40年間保険料を納めて、満額の老齢基礎年金を受給できます。しかし、国民年金に未加入の時期があった方や、事情があって保険料を納められなかつた方は、満額の年金額を受給できません。

そこで、60歳～65歳になるまでの5年間、国民年金に任意加入して保険料を納めることで65歳から受け取る老齢基礎年金を満額に近づけることができます。

※厚生年金加入者や20歳～60歳までの国民年金保険料の納付月数が40年(480月)ある方は申し込みできません。
※任意加入の手続きには、口座振替の申し込みも同時に必要となります。

●月々プラス400円(付加保険料)で年金額を増やせます <※申込条件があります>

第1号被保険者および任意加入被保険者(65歳未満)の方で、月々の定額保険料に付加保険料(400円)をプラスして納めると老齢基礎年金に付加年金(200円×付加保険料納付月数)が加算されます。

※厚生年金加入者、第3号被保険者(会社員などに扶養されている配偶者)、国民年金基金に加入している方は申し込みできません。



健康テラス



がんと整形外科



道ノ尾みやた整形外科
宮田 優明 先生

対応が重要です。

では、どのような場合に整形外科を受診すべきでしょうか。

- ①腰痛や関節の痛みが続いている
- ②手足のしびれや痛みがある
- ③筋力・体力低下や関節の動きの制限で日常生活に支障がある
- ④歩くのが遅くなった、転びやすくなった

このような症状に対しては、整形外科での治療やリハビリテーションが適応となる場合があります。がんと診断された方や治療中の方も、運動器の症状でお困りの際は、近隣の整形外科を受診してみてはいかがでしょうか。



警察官を名乗る不審電話に注意!

県内では令和6年中、警察官を名乗るニセ電話詐欺被害は、被害件数22件・被害総額1億5550万円と多発し、今年に入っても同様の詐欺の前触れと思われる電話が後をたちません。犯人は、皆さんの自宅の電話や携帯電話に次のような電話をかけてだまそうとします。

- ★あなたの名義のクレジットカードや携帯電話が不正に使われている。
- ★あなたの口座に犯罪に使用されたお金がないか確認する必要がある。
- ★LINEのビデオ通話で取り調べを行う。あなたに逮捕状が出ている。救済金を払えば逮捕されない。
- ★守秘義務があるのでこのことを誰にも話してはいけない。

被害に遭わないために!

- この詐欺は最初に警察官を名乗って電話をかけるほか、別の電話会社や官公庁の職員を名乗って電話をかけ、途中、警察官に替わる場合もあります。
- 警察官が電話で逮捕状が出ていることを話したり、スマホのテレビ電話で逮捕状を示したりはしません。そもそも、LINEで取り調べをすることもありません。
- 犯人は「+」から始まる国際電話番号を使って電話をかけてくることがあります。「+」がついた見慣れない電話には出ないようにしましょう。
- 警察官を名乗る電話をはじめ、県民をだまそうとする不審電話は日々、多様化しています。相手とのやりとりでお金の話がでたり、違和感を感じた場合は一人で悩まず、家族、警察、消費生活相談188(いやや)等に相談しましょう!

★困ったときやご相談は、長与町役場消費生活相談窓口または長崎県消費生活センターへご連絡ください。
長与町消費生活相談窓口 (☎883-1111 代表) 長崎県消費生活センター (☎824-0999)



図書館・健康センター複合施設

ホンテラッセ長与 通信 Vol.5

ホンテラッセ 長与
honterrasse nagayo



整備事業詳細

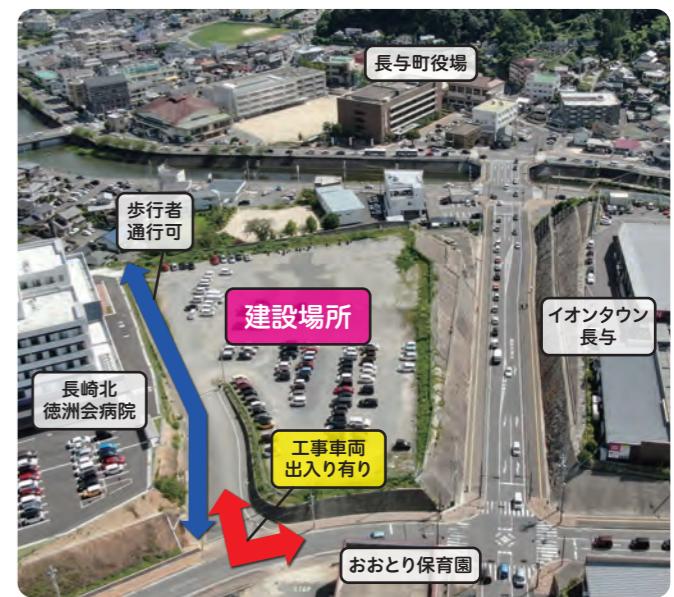
問 政策企画課新図書館等建設係 ☎801-5661

建設工事が始まります!

5月7日㈯に起工式が行われ、令和9年の開館に向けて、ホンテラッセ長与の建設工事が始まります。

工事期間中、歩行者の安全確保や工事車両の誘導などの安全対策に努め、皆さんに愛される施設となるよう整備を進めます。ご理解のほどよろしくお願いします。

- ・工事期間 令和8年10月まで
- ・作業時間 8時～17時
- ・場 所 長与町北陽台1丁目4番地1(長崎北徳洲会病院横)
- ・施工業者 星野・池田・田中JV、九電テクノシステムズ株、株長与管工設備工業所



NEW 新しく入った本

vol.429



「月収」

原田ひ香/著 中央公論新社

月収4万円から月収300万円の世代も境遇も異なるシングルの女性たちを主人公にした連作短編集。



「日ノ出家のやおよろず」

安藤祐介/著 中央公論新社

日ノ出家のモノたちは、不器用だが物を大切にする樂志に名前をつけられるとココロが宿り…。樂志たち家族を見守るモノたち視点の小説。

お知らせ

◎令和6年度のベストリーダーを紹介します

<一般書>

- 1位 透明な螺旋(東野圭吾)
 - 2位 ブラック・ショーマンと名もなき町の殺人(東野圭吾)
 - 3位 一夜(隠蔽捜査10)(今野敏)
 - 3位 成瀬は天下を取りにいく(宮島未奈)
- <児童書>
- 1位 バムとケロのにちようび(島田ゆか)
 - 2位 100かいだてのいえ(いわいとしお)
 - 3位 ぐりとぐら(中川李枝子)

◎<赤ちゃんセット>の内容をリニューアルしました

多くの方にご利用いただいている0~2歳児向けの絵本を5冊ずつセットにした<赤ちゃんセット>ですが、セットの内容を少し変更しました。

これまでご利用いただいた方も、まだご利用がない方も、ぜひご利用ください。

◎マイバッグのご利用をお願いします

本は水濡れに弱いため、少しの水でも紙がよれてシワシワになってしまいます。

これから雨が多い季節になりますので、お互いに気持ちよく利用できるよう特にご注意いただきますようお願いします。

図書館カレンダー

■ほほえみ号巡回予定日(火曜日・土曜日) ●休館日
※大雨などにより、巡回ができない場合があります。

5月

日	月	火	水	木	金	土	日
4	5	6	7	8	9	10	1
11	12	13	14	15	16	17	2
18	19	20	21	22	23	24	3
25	26	27	28	29	30	31	4

6月

日	月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	23
23	24	25	26	27	28	29	30

長与町図書館

☎883-1799 FAX883-7222
開館時間:10時~18時
ホームページ <https://www.nagayolib.jp/>



パソコンや携帯、スマートフォンから資料の検索や予約ができます。電話・FAXでの予約もできます。

UNIVERSITY OF NAGASAKI

長与町に立地する長崎県立大学シーボルト校。
すぐ近くの大学でどのような研究が行われている
かをシリーズで紹介していきます。

運動生理学から本能に触れる 習慣化しやすい運動条件の探索



看護栄養学部 栄養健康学科
飛奈 卓郎 教授

日本では健康づくりに必要な運動量が1989年に策定されました。その後、1日の歩数の目標を10,000歩(健康日本21)、9,000歩または8,500歩(男性と女性)(健康日本21(第二次))、現在では1日8,000歩(成人)(健康日本21(第三次))とするメッセージが出されていますが、日本人の歩数は減少を続けています。これが36年間の歴史です。

私も県内市町の健康教室の講師として声をかけていただくことがあります。運動を習慣化できた人や、メタボリックシンドロームからマラソン・ランナーへ転身する姿も見てきて、疑問に思いました。市民ランナーは何故運動が続くのでしょうか?私も週5日はジョギングをしていますが「習慣だから」という理由以外はよく分かりません。安全な飲み物・食べ物と寝床があるのにハムスターはホイールがあれば走りますし、マウスは1日で5~7kmも走ります。犬もお散歩が好きなようです。ヒト以外の動物とお話ができるれば聞いてみたいのですが、「身体を動かしたい」という本能的な何かがありそうです。



運動中の感情と血液中の物質の変化を調べます。

ところで運動によって高揚感・爽快感・鎮静作用が得られた状態は「ランナーズ・ハイ」と呼ばれています。これは運動によって内因性カンabinoidという物質が体内で合成されて、神経細胞へ作用するためだと考えられています。市民ランナーも上記の動物たちも、この高揚感・爽快感・鎮静作用を欲して運動をしているかもしれません。「ランナーズ・ハイ」が起こりやすい運動条件は習慣化に繋がりやすく、またメンタルヘルスの向上にも有効であると考えて、その条件を探索しています。運動中の気分の変化だけではなく、提供された血液の精製・濃縮・分離・検出といった生化学的な分析手法も用いています。

本学の前身である長崎県立女子短期大学には体育科があり、その流れを受けて栄養健康学科では運動と健康についても学ぶことができる体制になっています。食べたい飲みたい欲求(本能)と運動したい欲求(本能)でバランスを取って、健康的な健康づくりが提案できるように、運動生理学という分野からアプローチをしています。



高速液体クロマトグラフィー質量分析システムでサンプルの分離と濃度測定します。

長与にゆかりのある、各分野で活躍している人を紹介します。

躍動する長与人★

Vol.10

ペヤシヌマキさん



〈プロフィール〉

1976年生まれ。5歳から長与町に住み、長与小学校、長与中学校、長崎北陽台高校卒業。2010年に演劇ユニット「ブス会」を立ち上げ、全ての作品の脚本・構成・演出を手がける。2014年「男たらし」、2015年「お母さんが一緒に」が岸田國士戯曲賞最終候補作品に選出。また脚本家として、テレビドラマ「来世ではちゃんとします」リーズ(テレビ東京/原作:いつまでも)、『特集ドラマ 雨の日』(NHK総合)なども手がける。2022年の杉並区長選挙で初当選した岸本聰子氏に密着したドキュメンタリー『映画〇月〇日、区長になる女。』を監督、第79回毎日映画コンクール「キュメンタリー賞」を受賞。

Q 脚本家や映画監督を始めた経緯を教えてください。

A 幼いころから作品を作るのが好きでした。友達とは、テレビ番組をまねた映像を作り、遊んでいたことを覚えています。また、演劇に出会ったことが大きかったと感じています。中学校の部活動紹介で演劇部が披露した演劇をきっかけに演劇部に入り、大学は演劇がやりたくて、早稲田大学に進学し演劇サークルに入って活動しました。演劇を始めた当初は演者として活動していましたが、続いているうちに、脚本や演出などのほうが自分に合っていると感じ、今にいたります。本当は演者も一緒にできたらいいんですけど(笑)。

Q こだわりを教えてください。

A 作品作りのすべての発端は「自分ごと」と「人間」への興味です。私自身が生きてきてモヤモヤしたことだったり、自分とは異なる人生を歩んできた人の話を聞いたり、悩みを共有したりする中で作品のアイデアが生まれます。演劇、映像、文章など形はその時によって様々です。私の作品を観て、何かを自分ごと感じてもらったり、何か行動を起こしてもらったり、元気になったりしてもらえることにやりがいを感じています。

Q 苦労したことはありますか?

A 人前で話すことが苦手だと思い込んでいて、作品を発信したいときや、演出の指示をするときなどに苦労することがありました。ですが、転機となったのは「映画〇月〇日、区長になる女。」の撮影です。岸本聰子さんと出会い、

「町民へメッセージ/

私は、18歳で長与を離れて東京での暮らしが長く、これまで長与は実家の両親に会いに帰る場所という感覚だったのですが、長崎での映画の上映をきっかけに同級生と新たな関係を築けたり地元で素敵な活動をされている方々と繋がることができました。長与町での映画の上映も実現したいです。これからは長与に帰る理由をたくさん作って、楽しいアイデアを形にしていきたいです。皆さんのお話を聞かせてください。

積極的に自分の意見を伝えている姿を見て、自分も岸本さんのようにありたい、変わりたいという気持ちが芽生えました。また、作中には登場しませんが、岸本さんの応援演説をさせていただく機会がありました。当然、苦手なことで、アドリブということもあり、とても緊張しました。ですが、話し始めてみると、意外にきもちいい感じている自分がいました。今まで苦手と感じていたものは、あまり気にしなくも、出会いやきっかけ、慣れや経験が解決する、なんてことのないものだったと知りました。自分の思いどおりにできないとき、苦手、自分にはできない、能力がない、と思うことは、自分の可能性を狭めるのと同じことだと思っています。

Q 今後の展望を教えてください

A 映画の公開で全国各地へ訪れたことで、たくさんの人と出会い様々な生き方や暮らしに触れることができました。そこから得たアイデアをまた作品にして、様々な場所で発表できたらと思っています。今具体的に考えているのは、ドキュメンタリー映画の第2弾とエッセイ「〇月〇日、区長になる女。」です。



「映画〇月〇日、区長になる女。」
公式サイト

緊急連絡先・相談窓口

水道トラブル担当業者

10 ① 山口設備	☎ 883-1439
11 ② 株セイエイ建設	☎ 822-4727
17 ① 長冷工業(有)	☎ 887-1270
18 ② 野中住設	☎ 865-8271
24 ① 株ユートピア	☎ 861-0840
25 ② 株イワナガ	☎ 883-3392
31 ① ㈲長崎パイプクリーニング	☎ 856-2995
1 ② 星野管工設備(株)	☎ 856-1161
7 ① ㈲眞生設備工業	☎ 849-1585
8 ② 大栄設備(株)	☎ 818-3902
14 ① 済商会	☎ 881-0700
15 ② 小林設備	☎ 801-7831

5月

6月

※対応時間は8時～17時です。

町内放送内容確認サービス

問 地域安全課消防防災係 ☎ 801-5782

●電話での確認

☎ 0800-200-3312 (フリーダイヤル)

●メールでの確認【要登録】

①登録用サイトにアクセス

<http://mobile.nagayo.jp/mail/mobile/>

②空メール送信

③ガイドンスに従って登録

「広域地域から選ぶ」を選択



心の健康相談

●長崎こども・女性・障害者支援センター

・精神障害の相談 ☎ 846-5115

・こころの電話 ☎ 847-7867

●西彼保健所 ☎ 856-5159

・精神科医師による面接相談(予約制)

・保健所職員による電話相談(随時)

●役場健康保険課健康増進係 ☎ 801-5820

悩むより かけて安心 #9110

ストーカー・夫婦間の暴力・児童虐待・少年非行・悪質商法・交通問題などの相談

●警察安全相談電話 ☎ 823-9110

●時津警察署 ☎ 881-0110

交通事故相談

長崎県交通事故相談所 ☎ 824-1111

防犯灯の故障(球切れなど)は

地域安全課交通防犯係 ☎ 801-5662



24時間救急体制

長崎百合野病院 ☎ 857-3366

長崎北徳洲会病院 ☎ 813-5800

やかんにはハローキュウラウ

☎ 820-8699

夜間急患センター

長崎市栄町2-22

長崎市医師会館1階

月曜日～金曜日 内科・耳鼻咽喉科 20時～23時30分

小児科 20時～翌朝6時

土曜・日曜・祝日 内科 20時～23時30分

小児科 20時～翌朝6時

救急安心センター #7119

24時間365日(ダイヤル回線☎ 801-1217)

急な病気や怪我で、救急車が必要か迷った時の相談

子ども医療電話相談 #8000

毎日18時～翌朝8時 日曜・祝日は24時間対応

(ダイヤル回線☎ 822-3308)

お子さまの急な病気やケガなどの相談

在宅当番医

3 ① 森内科クリニック(内・消・循・呼・リハビリ)	☎ 883-3131	長与
4 ② たなか小児科クリニック(小)	☎ 865-9550	時津
5 ① 森川内科クリニック(内)	☎ 813-4650	長与
6 ② つかざき皮ふ科(皮)	☎ 813-2345	時津
7 ① もとやま心のクリニック(心・精)	☎ 856-3033	長与
8 ② とおやま内科(内)	☎ 881-2662	時津
9 ① 井川内科医院(内・小)	☎ 883-1661	長与
10 ② 松尾りょういちクリニック(泌)	☎ 894-5025	時津
11 ① 長崎けやき医院(外・内・呼・小)	☎ 840-5111	長与
12 ② 中山整形外科医院(整)	☎ 882-5865	時津
13 ① 山田眼科医院(眼)	☎ 887-0263	長与
14 ② 山中内科消化器科医院(内)	☎ 860-8811	時津
15 ① 長沢医院(内・小)	☎ 883-5622	長与
16 ② サザンこころのクリニック(心・精)	☎ 881-7339	時津
17 ① 長与病院(内・外)	☎ 883-6668	長与
18 ② さがら整形外科(整)	☎ 814-2736	時津
19 ① たかの耳鼻咽喉科(耳)	☎ 857-8733	長与
20 ② 黒崎医院(内・小・外)	☎ 882-2125	時津
21 ① 成田内科医院(内・小)	☎ 883-2011	長与
22 ② やまもと内科(内・呼)	☎ 882-8828	時津
23 ① 原田外科・胃腸科クリニック(外・内・胃)	☎ 844-9100	長与
24 ② 鍬先医院(内・外)	☎ 882-2622	時津
25 ① 馬場耳鼻咽喉科医院(耳)	☎ 887-1235	長与
26 ② 近藤医院(内・胃・呼・リハビリ)	☎ 882-7060	時津

(注)専門外に関しては診療ができない場合があります。当番医は変更することがありますので、当日の新聞や直接医療機関で確認してください。

