

広報

ながよ

Nagayo Town

くらしによりそう広報誌

2026

2

No.839

NAGAYO TOWN
PUBLIC RELATIONS
MAGAZINE 2026



二十歳のつどい

特集

長与町公式LINE
クーポン

- 3 ながよフォトコン2025
受賞者を発表します！
- 4 確定申告の時期が近づいてきました
- 8 林野火災注意報・警報が新設されました

町の情報を
発信しています！
(公式SNSなど)



毎月
配信

長与町公式 LINE クーポン

お友だち登録をして、お店で使えるお得なクーポンを GET しよう！

※協賛店が集まらない月は配信しません。

Step 1

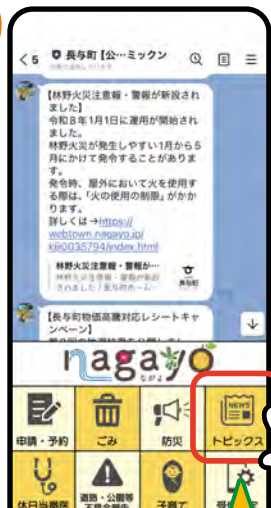
お友だち登録は
こちらから



※登録済みの方は必要なし



Step 2



「メニュー」から
「トピックス」をタップ

Step 3



表示されたトピックスから
「クーポンはこちら」をタップ

Step 4



「クーポンを見る」をタップ

Step 5



お店でクーポン
を使用する



協賛店募集中

詳しくは
こちら▶



- 応募条件
長与町内の店舗であること。
- 掲載料無料
クーポンの特典にかかる費用はご負担ください。
- オンラインで簡単申し込み

ご注意

クーポンを使用済みにしますか？

この操作は取り消せません。利用ガイドをご確認の上、
済みにしてください。

タップ
しないで！

使用済みにする

クーポン獲得時に表示される「使用済みにする」をご自身でタップしないでください。
タップされた場合「使用済み」と表示され、特典の提供を受けられません。

問 秘書広報課広報広聴係 ☎095-801-5780



ながよフォトコン2025 受賞者を発表します！

8月1日～10月31日まで募集し、48点のながよの魅力溢れる写真が集まりました。
素敵な写真を応募してくださった皆さま、ありがとうございました。

グランプリ



s.tomoe8823 さん
撮影場所：潮井崎キャンプ場

夏休みの思い出に。長与町の潮井崎公園へ泳ぎに行きました。BBQもできるスポットで多くの人で賑わい、美味しい香りもする中海遊び。長与のスイミングスクールへ短期水泳教室に通い、泳ぐことの楽しさを存分に感じた後の海遊び。気持ち良さそうに遊んでいました。眩しい笑顔にこっちまで幸せ感じたひととき。(投稿内容一部抜粋)

審査員から

ローアングルから撮った女の子の表情がとても楽しそう！長与の海を満喫している様子がうかがえ、全体的に迫力がある写真です。

準グランプリ



64.07925 さん
撮影場所：中尾城公園

中尾城公園にて撮影しました。車が二車線通ることがなかなかなかったので、レーザービームをとるのに時間がかかりました。

審査員から

町民の多くの方がどこからの景色なのかわかるような「The 長与」の写真に、夜景を上手く加えた写真に仕上がっていると思います。

準グランプリ



machiko8658 さん
撮影場所：高田郷

自治会のもやい船を待つ風景。精霊船のおかげで地域のみんが一体となる時間です。

審査員から

伝統的なお盆のひとつ。もやい船と、沿道で見送る子どもたちの景色に、懐かしさや地域のつながりを感じます。

ラッキースケール チャンスを賞

応募者の中から抽選で5人の方が選ばれました。
おめでとうございます！

- happyday.fam.phoさん ●neronero0608さん
- rukarioriさん ●naoki_yamaguchi__さん
- pink_statice418さん

ながよフォトコン2025 写真展を開催します

問 秘書広報課広報広聴係 ☎095-801-5780

時 2月17日(火)～27日(金) 8時30分～19時

※17日(火)13時～、27日(金)15時まで

所 長与駅構内コミュニティホール

Pick UP! インフォメーション

確定申告の時期が近づいてきました ～所得税の確定申告と納税は正しくお早めに～

☎長崎税務署 ☎095-822-4231 役場税務課住民税係 ☎095-801-5785

所得税は、納税者自身が所得と税額などを計算し、正しい申告と納税をする申告納税制度を採用しています。所得金額や税額を正しく計算し、申告と納税は期限（3月16日㊤）までに行いましょう。

例年、申告会場は大変混雑します。ご自宅からのスマホ・パソコン申告や、申告書の自己作成・郵送（長崎税務署宛）での申告書提出にご協力ください。会場へご来場の際は、源泉徴収票などの申告に必要な書類、マイナンバーカードなどをご持参ください。

確定申告本会場

長崎税務署本会場 長崎新聞文化ホール「アストピア」2階
（長崎市茂里町3-1）

☎長崎税務署 ☎095-822-4231

アクセス：ココウォーク茂里町バス停から徒歩2分（※右図参照。）

2月16日㊤～3月16日㊤（土日祝除く）、3月1日㊤ 9時～16時

●専用の駐車場および駐輪場はありませんので、公共交通機関等をご利用ください。

●土日祝日は休みですが、3月1日㊤に限り申告会場を開設します。

●原則ご自身のスマートフォンで申告書の作成を行っていただきます。

※長崎新聞文化ホール「アストピア」会場への入場には、「入場整理券」が必要です。

入場整理券について

配付方法 ・会場での当日配付

・LINEアプリによる事前発行（来場希望日の10日前から申込可能）

※事前発行は、「国税庁」LINE公式アカウントを友だち追加の上お申し込みください。

※指定された入場時間内にご入場ください。

※入場整理券の配付状況に応じて、早めに受付を終了し、後日の来場をお願いすることもあります。



長与町役場会場（水道局3階） ☎役場税務課住民税係 ☎095-801-5785

2月16日㊤～3月13日㊤（土日祝除く） ※「入場整理券(当日券)」はなくなり次第配付終了

●申告を行う方は、「入場整理券(当日券)」または「LINEアプリによる来場予約」が必要です。

●「入場整理券(当日券)」は、午前8時から1日80枚（午前午後各40名）配付予定です。午前9時までは水道局1階に、午前9時以降は水道局3階に設置しますので、必要分を当日にお取りください。

●「LINEアプリによる来場予約」の方は、長与町公式LINEアカウントの友だち追加が必要です。1日50枠（午前午後各25名）の予定です。2月から予約受付いたします。

●人数・入場制限を行いますので、早めに受付を終了することがあります。

●町会場で受付できない申告

※以下の申告は、スマホ・パソコン申告または長崎税務署本会場「アストピア」で行ってください。

- ・令和6年分以前の申告（更正の請求、修正申告を含む）
- ・青色申告
- ・令和8年1月1日現在、長与町に住民票の無い方の申告
- ・消費税、相続税、贈与税の申告
- ・新築住宅以外の住宅借入金等特別控除（借換え含む）の申告
- ・準確定申告（亡くなられた方の申告）
- ・分離課税申告（株式、先物、譲渡、配当、損失繰越、退職など）
- ・総合課税の譲渡所得申告
- ・その他、複雑な申告（山林所得、雑損控除、国外居住親族の扶養控除、相続等に係る個人年金など）

土地や建物を売却した方の譲渡所得の申告相談日

☎ 2月18日㊤・19日㊤（2日間のみ）

新築住宅の「住宅借入金等特別控除」の申告相談日

☎ 2月18日㊤・19日㊤・20日㊤（3日間のみ）

※上記期間以外は、長崎新聞文化ホール「アストピア」会場での受付となりますのでご注意ください。



町県民税（住民税）の申告 所 水道局3階

☎ 2月9日㊤～3月13日㊤（土日祝除く） ※「入場整理券(当日券)」はなくなり次第配付終了

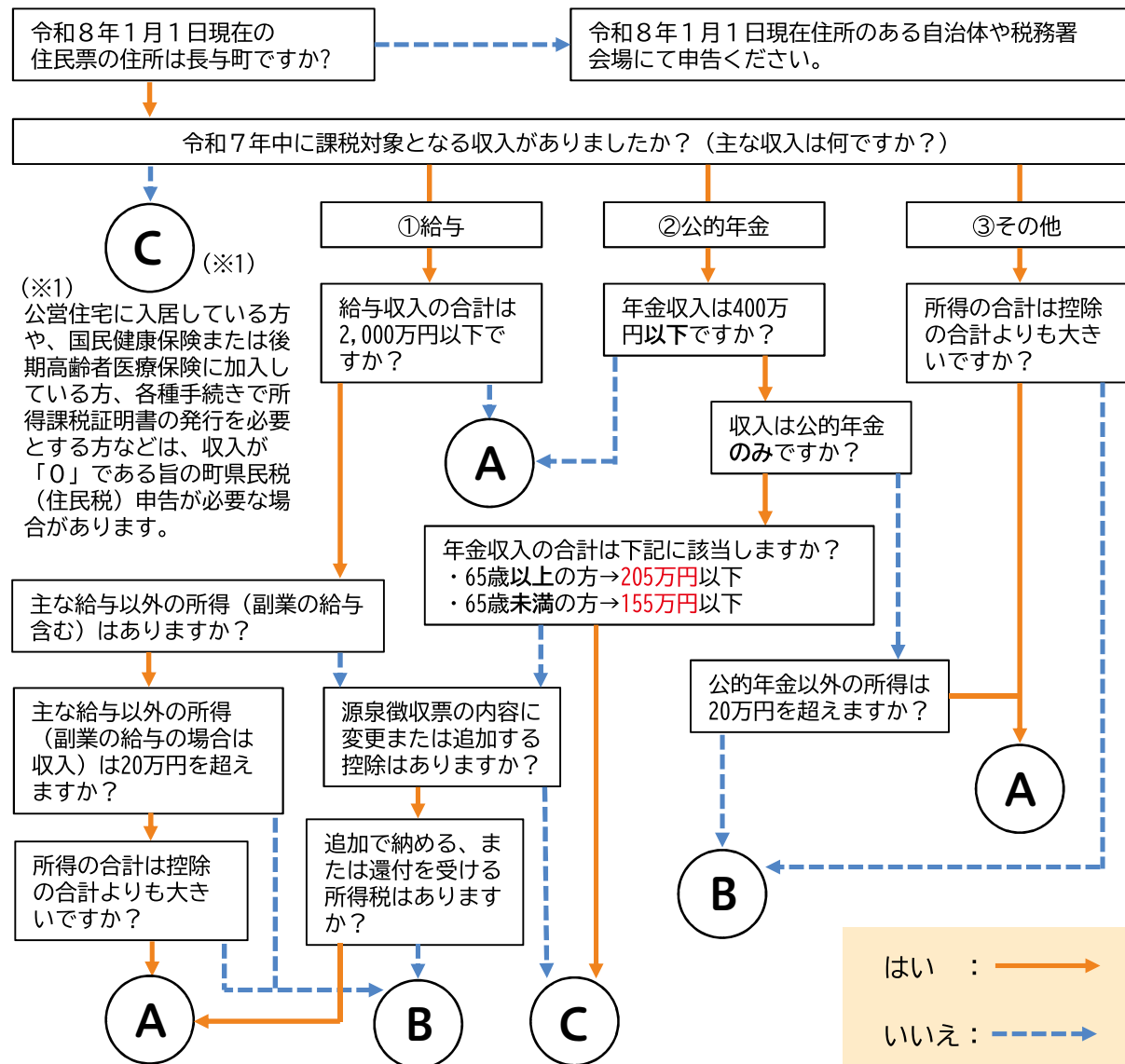
※確定申告期間と重なりますと大変混み合いますので、可能な限り2月13日㊤までの申告をお願いします。

また、郵送での提出にご協力ください。詳細は「広報ながよ1月号」をご覧ください。

確定申告が必要かチェック！

このフローチャートは一般的に解説したもので、条件によっては該当しない場合がありますのでご了承ください。

スタート



A	所得税の確定申告が必要です。（⇒町会場で申告は 2月16日㊤～3月13日㊤）
B	所得税の確定申告は不要ですが、町県民税申告が必要です。（⇒町会場で申告は 2月9日㊤～3月13日㊤）
C	確定申告、町県民税申告は不要です。※ただし、確定申告をすることで、納めすぎている所得税が還付になる可能性があります。

九州北部税理士会長崎支部から「無料税務相談」のお知らせ

☎ 九州北部税理士会長崎支部 ☎095-821-0600

☎ 2月20日㊤ 10時～16時

九州北部税理士会長崎支部では、税理士記念日に合わせて、令和7年分の所得税確定申告関係を中心に、電話による無料税務相談を実施します。

相談専用電話番号 ☎095-821-2611

長与町会場での申告に必要な書類

○収入額のわかるもの

- ・給与、年金の源泉徴収票
- ・作成済の収支内訳書
- ・報酬等の支払調書 など

○控除額のわかるもの

- ・国民年金保険料、社会保険料、生命保険料、地震保険料などの各種控除証明書

※毎年1月に届く国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の確定申告用納付済証明書（はがき）
が、令和8年1月以降は保険税（料）ごとに作成・送付されますのでご注意ください。

- ・作成済の医療費控除明細書
- ・障害者手帳、療育手帳
- ・寄附金の受領証明書 など

○その他の書類

- ・本人名義の口座がわかるもの（通帳など）
- ・個人番号がわかるもの（マイナンバーカード、通知カードなど）
- ・本人確認ができるもの（マイナンバーカード、運転免許証など）
- ・「確定申告のお知らせ」（税務署から送付されている人）

申告に必要な書類をご用意いただけなかった場合や足りない書類があった場合は、会場で申告書を作ることができないことがありますので、必ずお持ちください。

給与源泉徴収票

[illegible]

報酬支払調書

[illegible]

年金控除証明書

[illegible]

年金の源泉徴収票の確認をお願いします！

年金の「源泉徴収票」と間違えて、「振込通知書」を持ってこられる方が毎年多くいらっしゃいます。振込通知書では確定申告の受付ができませんので、確認のうえご来場ください。

令和7年分の公的年金等の源泉徴収票									
所得または 支払を受ける者 氏名						生年月日		所得の種類	
区分						業 主 姓 名		通 算 徴 収 額	
所得税法第10条の(1)第4号、第8号適用						内		内	
所得税法第10条の(1)第2号、第9号適用						内		内	
所得税法第10条の(1)第3号、第10号適用						内		内	
所得税法第10条の(1)第7号適用						内		内	
所得税法第10条の(1)第7号以外の所得						内		内	
基 金		課税対象となる収入		控除可能となる収入		社会保険料の 納付額等		社会保険料の 負担割合	
雑所得	退職所得	給与所得	利息所得	特長	その他	特別	その他	基礎控除 等による 軽減税率	
金額	金額	金額	金額	円	円	円	円	円	円
						(摘要)			
所得税の計算方法						課税			
源泉徴収						徴収			
所得税の計算方法						課税			
源泉徴収						徴収			
所得税の計算方法						課税			
源泉徴収						徴収			
所得税の計算方法						課税			
源泉徴収						徴収			

支払者 法人番号 6000012070001
 東京都千代田区霞が関1丁目2番2号
 管営支出 厚生労働省年金部 事業企画課係

昭和 15年

[illegible]

醫療費控除Q & A?

確定申告の時期が近づいてきました。

昨年に引き続き、今年も医療費控除のQ & Aを掲載しております。二次元コードより昨年の記事も併せてご覧いただき、ご自身の申告の参考にしてください。



Q1) 医療費の支払いが10万円以上ないと医療費控除は受けられませんか?

A 1 支払った医療費が10万円に満たなくても、医療費控除が受けられることがあります。医療費控除の対象となる額は、以下のいずれか少ない方を超える部分です。

- ・ 10 万円
- ・ 総所得金額等の 5 %（年間の総所得金額等が 200 万円未満の場合）

◎例えば、65歳以上で公的年金収入250万円のみの方の場合、総所得金額等が140万円となり、この5%は7万円なので、年間医療費が7万円を超えれば控除の対象となります。

※収入の種類によって所得金額の計算方法は異なります。

Q2) 医療費控除は年末調整で受けることができますか？

A 2 できません。医療費控除を受ける場合は、確定申告をする必要があります。その際は必ず「医療費控除の明細書」が必要となります。詳しくは昨年度Q&AのQ2をご覧ください。

Q3) 通院費は医療費控除の対象になりますか？

A 3 公共交通機関（バス、電車等）の運賃が対象となります。
タクシー代は公共交通機関が利用できない場合や、やむを得ない事情がある場合のみ対象となります。自家用車で通院する場合のガソリン代や駐車場代は対象となりません。

令和8年1月1日より 火の取り扱いに関するルールが新設されます

☎ 地域安全課消防防災係 ☎095-801-5782 産業振興課農林水産係 ☎095-801-5836
長崎市消防局予防課 ☎095-822-0429
全国的に大規模な林野火災が相次いだことを踏まえ、「林野火災注意報」および「林野火災警報」が令和8年1月1日より新設されました。

林野火災注意報・警報の詳細については、下記のとおりです。

	林野火災注意報	林野火災警報
種 別	火の使用制限の注意喚起 (努力義務)	火の使用制限 (義務)
罰 則	なし	30万円以下の罰金又は拘留 (消防法第44条第18号)
火の使用の制限 (条例第29条)	注意報または警報が発令された場合における火の使用制限は下記のとおり ①山林、原野等において火入れをしないこと ②煙火を消費しないこと ③屋外において火遊び又はたき火をしないこと ④屋外においては、可燃性の物品その他の可燃物の付近で喫煙しないこと ⑤山林、原野等で指定された区域内において喫煙をしないこと ⑥残火(たばこの吸い殻を含む。)、取灰又は火粉を始末すること	

林野火災注意報および警報の発令基準や区域指定等については、下記のとおりです。

内 容	説 明
林野火災注意報の発令基準	下記のいずれかの気象条件に該当する場合に発令する ①前3日間の降水量が1ミリ以下かつ前日までの30日間の降水量が30ミリ以下の場合 ②前3日間の降水量が1ミリ以下かつ【乾燥注意報】が発表された場合 ※当日に降水が見込まれる場合や積雪がある場合は発令しない
林野火災警報の発令基準	林野火災注意報の指標に加えて【強風注意報】が発表された場合に発令
発令区域の指定	①森林法第5条に規定する都道府県知事が作成する地域森林計画の対象区域 ②森林法第7条の2に規定する森林管理局長が作成する国有林の地域別森林計画の対象区域
発令期間の指定	大規模な林野火災の多発期(1月～5月)
発令時の周知方法	テレビ、ラジオ 町ホームページ 防災行政無線・町公式SNS(警報発令時のみ) 林野火災注意報・警報の発令状況はこちらでご確認ください(長崎市ホームページ)

林野火災注意報

森林の区域における火の使用を控えるよう努める必要がある

「森林の区域」において



たき火をしない



タバコを吸わない

などについて努力義務がかかります

森林法第5条に規定する都道府県知事が作成する地域森林計画の対象区域

林野火災の大半が焚火や火入れなどの人為的な要因によるものであることから、注意報・警報が新設されました！



対象区域他・詳細はこちらをご確認ください(長与町ホームページ)

画像ながさきデータマップ森林計画図：Map Data from Open Street Map

林野火災警報

森林の区域における火の使用が禁止されます

「森林の区域」において



たき火の禁止



タバコの禁止

などについて制限がかかります(罰則あり)

令和8年消防出初式



1月9日、新春恒例の令和8年長与町消防出初式が町民文化ホールで行われ、町消防団員290人をはじめ大勢の関係者が参加しました。式典では、吉田町長が「的確な避難情報の発令と、適切な避難所運営に努め、消防団、常備消防、自主防災組織の皆さまとの連携強化を図りながら、100年安心の街づくりに邁進してまいります」と式辞を述べられました。また、消防活動に功績があった消防団員のべ42名、元消防団および関係者9名に対する表彰が行われました。最後に、谷川義浩消防団長が「激甚化の一途をたどる自然災害に対し「自分達の町は自分達で守る」を基本理念に、住民の皆さまの安全・安心を守るため、引き続き一層の努力を行う所存であります」と答辞を述べました。式典終了後、ラッパ隊を先頭に役場までの市中行進、図書館前での分列行進が行われました。長与川沿いで行われた放水演習では、各分団の消防車が一斉に放水し、長与町の安全を誓いました。最後に長崎北消防署長が万歳三唱を行い、盛会裡に終了しました。



大石賢吾長崎県知事による挨拶



団長答辞



市中行進



分列行進



沿道の様子



分列行進(ラッパ隊)

二十歳の節目を迎えられた皆さま、おめでとうございます！ — 長与町二十歳のつどい —



1月11日、長与町民文化ホールで令和8年長与町二十歳のつどいが開催されました。長与町では、362名の方が二十歳を迎えられました。式典では、二十歳を代表して毛利匠美さんが、「私自身が誰かに支えられるたび、私も誰かを支えたいと思うようになりました。これまで受けた恩を別の人に送る、恩送りをこれからの人生で実践していきます。」と『二十歳のことば』を述べました。また、長崎県立大学シーボルト校との連携事業により、式典の様子をYouTubeにて配信しています。参加できなかった方は、同サイトにてご覧ください(「令和8年長与町二十歳のつどい」で検索)。



【司会】
川口梨乃さん 吉永龍汰さん



【二十歳のことば】
毛利匠美さん



【交通安全宣誓】
川瀬華乃さん



令和8年長与町
二十歳のつどい実行委員の皆さま

長与町&シルバー人材センター&イオンタウン&㈱てわざの
子育て支援イベント cocoシルフェスタを開催しました



12月20日、イオンタウン長与で第5回cocoシルフェスタを開催しました。駐車場に設けられた特設会場では、おたのしみガラポン抽選会、シルバー人材センターによる門松ワークショップ、長崎工業高校吹奏楽部によるマーチングパフォーマンスなど、さまざまなイベントが催されました。屋内の会場では、㈱てわざによるマッサージコーナー、TOYひろば、フォトブースなどが行われ、多くの親子連れで賑わいました。

道の尾自治会鬼火焚き



1月10日、道の尾グラウンドで、1年間の無病息災と家内安全を祈願しました。

竹が白い煙を上げながら勢いよく燃え上がり「パーン」「ポーン」と音を立て破裂すると、皆で「鬼の骨(おんのね)！」と叫んで悪霊を追い払いました。

約120名の来場があり、婦人部が「ぜんざい」「豚汁」や「焼き餅」「焼き芋」「お茶」「お酒」を振舞い、自宅から持ってきたお餅を残り火で焼いて持ち帰る方もいました。

浄水場新設工事が始まるため、今回が最後の鬼火焚きとなりましたが、天気にも恵まれ、有終の美を飾ることが出来ました。

ながよ北まつり



12月21日、町民体育館で「ながよ北まつり」が開催されました。「多目まつり」を一新し、地域と施設の連携により6年ぶりに復活。学生ボランティアも活躍しました。展示(斉藤「竜踊」、手芸、クラフト、小中学生作品、防災展示)や体験(ワッペン、アロマ、健康チェック)が並び、消防車展示や健康食品配布、社協販売もありました。ステージでは民踊、三味線、太極拳、フラダンス、体操、詩吟、唱歌、子どもダンス、大トリ岡「浮立」が会場を魅了。福引き会も盛り上がり、来場者400人超の和やかな一日となりました。

平木場地区自治会合同鬼火焚き



1月11日、伝統行事「鬼火焚き」の由来と意味を理解し、子どもから高齢者がともに協力しあい、交流促進を図ることを目的として、上平自治会、下平自治会の合同で開催されました。当日は、子ども会代表と、年男・年女の数名が「火入れ式」を行い、住民の無病息災家内安全を祈念しました。竹の切り出しから、開催前日の櫓の組み立て、開催当日まで、延べ100名以上が参加し、交流が行なわれました。



子育てに役立つ情報を提供しています /

子育てガイド

長与の結婚・子育て応援サイト

大きくなーれ
プラス



親子で自由に集えるあそびの広場 子育て支援センター

おひさまひろば(ほほえみの家内) ☎095-855-8551

今月は、大好評の日曜開館「日曜日あいてまーす♪」の様子をお伝えします。おひさまひろばは、毎月第1、第2、第3日曜日(開館時間:10時~12時)に開館しています。ファミリーで遊びに来たり、ママと一緒に、パパと一緒にフラリと立ち寄れて室内で安心して遊ぶことができます。

寒い日も、雨の日も安心!みんなで楽しく過ごしましょう♪



開館時間や
行事の情報など
詳しくはこちら

じどうがん

子育て支援って、
どんなこと?

その子その子に合わせたおもちゃや絵本を出してきたり、「最近大きくなったね」と身長・体重を測ったり、「今日は大きいお友だちが集まったから長めの絵本を読もうか」と誘ったり。0歳児さんとママが「ぎゅー」ってできる遊びをしたり、もうすぐ小学生になる年長さんが上手にひらがな書けるのを見守ったり。

そのたびに「あぁ、みんなすくすく成長しているねえ」とママ・パパとお話できることが「子育て支援」なんじゃないかと思っています。よかったら一度でも、何度でも、遊びにきてください。



開館時間や行事の情報
など詳しくはこちら

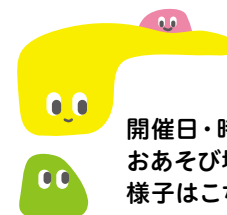
子育て支援自主サークル

問 こども政策課母子保健係
 ☎095-801-5881



さくらクラブ
(長与町公民館)の様子

町には、地域の方が結成した5か所の「子育て支援自主サークル」があります。0歳児から自由に行くことができる遊び場です。絵本の読み聞かせや自由遊びなどを通して、親子で・こども同士で・親同士で一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪



開催日・時間・
おあそび場の
様子はこちら



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！

イオンタウン長与・株式会社てわざ ×
長与町「cocosukiながよ」

月先着
20名

【利用方法】

- ①長与町公式LINEにて託児利用予約をする。(要会員登録)
- ②イオンタウン長与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。



制度内容等、
詳しくはこちら



2時間無料券

長与町ファミリーサポートセンター▲

パパ・ママ学級

問 こども政策課母子保健係
 ☎095-801-5881

申 LINE予約



時 3月7日⑤10時～12時
 所 健康センター4階
 内 DVD視聴・沐浴体験・
 沐浴人形の抱っこ体験等
 定 先着12組程度
 2月25日⑤

お知らせ



環境配慮のチェック・要件化 (みどりチェック)

問 九州農政局長崎県拠点
 ☎095-845-7121
 農林水産省は、全ての補助事業等において、最低限行うべき環境負荷低減の取組の実践を要件化する「みどりチェック」を導入しています。チェックシートを用いて、①事業申請時に取組む内容を提出の上、実践し、②事業報告時に取組んだ内容を提出します。また、国の担当者が抽出された方に対して、報告内容の確認を行います。ご理解と取組の実践をお願いいたします。

郵送で受けられる 大腸がん検診(検便)

問 健康保険課健康増進係
 ☎095-801-5820
 対 40歳以上の長与町民で今年度大腸がん検診未受診の方
 内 便潜血反応検査(二日法)のキットをお送りしますので、便を採って返信用封筒で返送してください。(約1か月後に結果が通知されます)
 料 300円(納付書で支払い)
 申 電話または町ホームページの「お問い合わせ・申込フォーム」から申し込み



申し込みはこちら

2月25日⑤
 他 今年度40～69歳で過去5年間に長与町の大腸がん検診を受けたことがある方および今年度51歳で長与町国保の方、今年度61歳の方で、今年度未受診の方には2月上旬頃までにキットをお送りします。

令和8年度市町村交通災害 共済加入受け付け中

問・申 地域安全課☎095-801-5662
 時 2月2日⑤から受け付け開始
 対 長与町に住民登録をしている方(就学のために一時転出している方も加入可)
 内 万一事故にあわれたとき、その災害の程度により一定の見舞金が支払われます。
 共済掛金 1人500円(中途加入も同額)
 共済期間 令和8年4月1日⑤～令和9年3月31日⑤
 ※中途加入の場合
 加入日時～令和9年3月31日⑤

交通事故災害とは
 国内で自動車・汽車・電車・原動機付自転車・自転車・旅客船・旅客機などの接触・衝突・転覆などにより人身の事故(自損事故を含む)に遭われた場合です。

子育てランド

No.394

寝る子は育つ

睡眠は子どもの心身の成長にとってとても大切なことです。眠ることで脳や体の発達が促され、情緒の安定にもつながります。快眠のポイントを参考に、家族と一緒に早寝早起きの生活リズムを見直してみませんか？



快眠のポイント ～早起き～

1. 朝、日の光を浴びましょう。心も身体もリセットされます。
2. 朝ご飯を食べましょう。午前の活動のエネルギーになります。
3. 昼間しっかり大活躍しましょう。子どもは元気に遊ぶのが仕事です。

快眠のポイント ～早寝～

1. お風呂に入りましょう。体温と睡眠はとても密接な関係を持っています。
2. 早めに電気を消しましょう。テレビなど強い光は脳の中を起こしてしまいます。
3. 「おやすみなさい」ツアーをやってみましょう。人形やぬいぐるみにも挨拶し、何回も「おやすみなさい」を言うことによって、子どもは「眠るんだ」という意識が高まります。

文責 高田保育所 | 参考文献 「早起き脳が子どもを伸ばす」 風譜社

町内5つの「地区コミュニティ」とは

問 地域安全課地域協働係 ☎095-801-5662

長与町には、住民が主体となって住みよいまちづくりを進めるために、小学校区を基本とした5つの「地区コミュニティ」があります。今年度は、上長与地区や長与中央地区でも防災訓練が計画されています。昨年度に引き続き開催予定となっている事業も多くありますのでぜひご参加ください。

【令和6年度実績】

●高田地区コミュニティ活動推進会議

- ・フェスタin高田(10月)
- ・クリスマスイルミネーション点灯式(12月)
- ・高田地区合同自主防災研修会(1月)

●上長与地区コミュニティ運営協議会

- ・上長与地区公民館まつり(10月)
- ・ヘルシーウォーキング大会(2月)

●長与南地区コミュニティ運営協議会

- ・つんの～で歩こ～会(9月)
- ・花いっぱい運動への参加(11月)
- ・健康料理教室(12月) ・南コミュニティまつり(2月)

●長与中央地区コミュニティ運営協議会

- ・見守りボランティアの方に対する支援活動

●長与北部地区コミュニティ運営協議会

- ・グランドゴルフ大会(10月) ・ボカシづくり(毎月1回)



詳しくは、広報ながよ令和4年3月号の地区コミュニティ特集をご覧ください。



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



児童手当確認書の提出により引き続き第3子加算が受けられることはご存じですか？

問 こども政策課子育て支援係 ☎095-801-5886

令和6年10月より行われた児童手当の制度改正により、第3子加算のカウント対象が大学生世代(22歳年度末)までとなりました。(経済的補助がある場合に限り。)令和8年3月中に高校・専門学校等を卒業予定の子がいる場合、引き続き第3子の加算の算定を受けるには、申請が必要になります。
下記に該当する方は、必要書類を確認の上、ご提出をお願いします。

○申請が必要な方

- ①令和8年4月から新たに大学生世代となる子(平成19年4月2日～平成20年4月1日生)に対して日ごろの世話や経済的負担(生活費や学費等)の相当部分の負担を行い、その大学生世代を含め、3人以上を養育している方
- ②すでに「監護相当・生活費負担についての確認書」を提出し、第3子以降加算の対象となっている大学生世代の子が、22歳年度末より前に学校(短大、専門学校等)を卒業後も、引き続き養育される方
- ③その他、新たに大学生世代の子を含め3人の養育をする方

- ・①②の方には、2月中旬～3月初旬頃に文書を送付いたします。
- ・③の方には、下記期限までにご自身で申請を行う必要があります。

○申請期間について

令和8年4月16日(必着)

※期限を過ぎた場合は、申請が届いた翌月からの適用となりますのでご注意ください。 詳しくはこちら



物価高対応子育て応援手当の申請はお済みですか？

問 こども政策課子育て支援係 ☎095-801-5886

以下の方は申請が必要です。(すでに申請された方、受給された方の再度の申請は不要です)

- 対 ・令和7年10月1日～令和8年3月31日までに生まれた児童の児童手当を受給する方
・申請者が公務員で、所属庁から児童手当を受給している方
・令和7年10月1日以降に離婚(離婚調停等も含む)により児童手当の申請が必要になった保護者

内 対象児童1人につき2万円の給付

申 必要書類 ・物価高対応子育て応援手当申請書

- ・振込先金融機関口座確認書類
- ・申請者の本人確認書類の写し

☑ 令和8年4月30日

詳しくはこちら



令和8年度 町内スポーツ施設使用団体登録(新規・更新)

申・問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎095-801-5683 〒851-2128 長与町嬉里郷 659-1 ✉ts-sisetu@nagayo.jp

町内のスポーツ施設を使用するためには、事前に団体登録が必要です。すでに登録されている団体も、登録の更新が必要です。

対象となるスポーツ施設

- 長与総合公園
(町民体育館・運動公園広場・ふれあい広場・テニスコート)
- 長与シーサイドパーク
(フットサルコート・イベント広場・ミニイベント広場・多目的広場)
- 海洋スポーツ交流館
- 天満宮公園 ●長与町武道館
- 小・中学校体育施設

申 登録申請書 町ホームページよりダウンロードし、必要事項を入力または記入のうえ、生涯学習課へ提出(メール・郵送可 ※更新のみ)
※**団体代表者宛の団体登録申請書の郵送はございません。**
町ホームページおよび長与町公式LINEにて改めて更新手続きのご案内を掲載しますので、詳細をご確認の上、手続きをお願いします。

☑ 3月13日(金)必着
※上記期限までに申請しなかった場合は、5月分の抽選申込(町内団体のみ)ができません。次回の登録は、4月15日(水)から随時受け付けます。



結婚予定のカップルと新婚夫婦を応援!! ながさきカップル応援パスポート

問 長崎市企画政策部長崎創生推進室 ☎095-829-1249

○ながさきカップル応援パスポートとは？

長崎市が、長与町、時津町および民間事業者の皆さんと連携して、結婚予定のカップルと新婚夫婦を応援する取り組みです!利用者は協賛店舗でさまざまな特典・サービスを受けることができます。



協賛事業者募集!

○協賛事業者の対象

長崎市、長与町および時津町のいずれかに所在する店舗、施設および企業などの民間事業者

○協賛のメリット

- ・結婚を応援している企業としてのイメージアップにつながります。
- ・店舗・企業としてのPRにご活用いただけます。
- ・パスポート利用者の集客が期待できます。

協賛事業者の登録はこちら



ながさきカップル応援パスポートについて詳しくはこちら



結婚予定の方、新婚さんの利用者登録はこちら



3月2日(月)は 固定資産税・都市計画税 第4期の納期限です

問 税務課固定資産税係 ☎095-801-5786

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。

地方税お支払サイト



春の全国火災予防運動

3月1日(日)～7日(土)まで、春の全国火災予防運動が実施されます。この運動は火災の発生しやすい時期を迎えるにあたり、住民の皆さまに火災予防意識を高めていただき、火災発生を防止し、悲惨な死傷事故や貴重な財産の損失をなくすことを目的としています。



春の行楽シーズンを迎え、火災が増加する傾向にあります! 火の取り扱いには十分注意しましょう!

春季火災予防 防火パレード

問 地域安全課消防防災係 ☎095-801-5782

町内を消防車両が巡回します。巡回中は皆さまにご迷惑をおかけしますが、火災予防啓発のためご理解とご協力をお願いいたします。

時 3月1日(日) 13時30分ごろ～17時ごろまで

所 町内全域



確定申告用の名寄帳兼課税台帳について

問 税務課固定資産税係 ☎095-801-5786
確定申告の事業・不動産所得の租税公課の算出には、納税通知書の課税明細書をご利用ください。

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 ☎095-801-5824
もやせるごみ

月	排出量	前年度比
12月分	571,610kg	+4,370kg
累計	4,704,220kg	▲99,730kg

リサイクルできる紙類

月	排出量	前年度比
12月分	49,730kg	▲6,130kg
累計	407,740kg	▲21,850kg

人口のうごき

令和7年12月31日現在(前年同月比)		
人口	39,239人	-237人
世帯	17,186世帯	53世帯
男	18,677人	-109人
女	20,562人	-128人

12月中のうごき

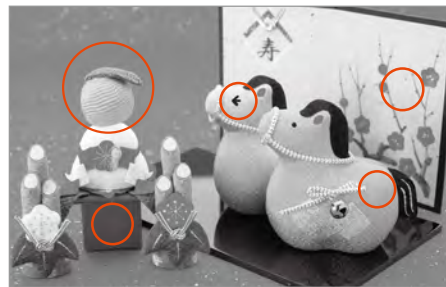
出生	25人	転入	104人
死亡	29人	転出	90人

お年玉クイズの解答

ご応募ありがとうございました！

全問正解者の中から抽選で54人の方へ粗品を進呈します。
当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

クイズの答え
Q1. オオノサト
Q2. ②5個
Q3. 大器晩成



健康相談

問 健康保険課健康増進係 ☎095-801-5820

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
2月5日㊥	イオンタウン長与(浜屋横共用スペース)	9時30分～11時30分
2月10日㊦	ふれあいセンター1階ホール	9時30分～12時
2月28日㊧	役場守衛室前	9時～12時
3月5日㊨	ふれあいセンター1階ホール	13時30分～15時30分

相談



ながよみかんカフェ

問 介護保険課包括支援係 ☎095-801-5822
長与町地域包括支援センター ☎095-887-3008

時 2月27日㊩13時30分～15時30分

所 老人福祉センター 大ホール

内 認知症について不安や相談がある、
認知症について学びたい、出かける
場所がほしい、人と話したい、同じ趣
味を楽しみたいなど、どなたでも参
加していいところです。お茶やコー
ヒー、ちょっとしたお菓子を準備して
います。お気軽にご参加ください。

2月の内容 転倒予防体操

料 100円 申 申し込み不要

他 時間内出入り自由

人権相談・行政困りごとなんでも相談

問 総務課行政係 ☎095-801-5781

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
越しく下さい。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 2月17日㊪ 13時～16時

所 役場2階第2会議室

●時 3月17日㊫ 13時～16時

所 役場2階第2会議室

人権相談

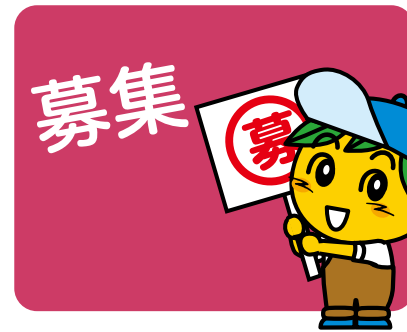
【常設人権相談所(長崎地方法務局)】

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
☎095-849-1101



自衛官募集

自衛官になりませんか?あなたに合っ
たコースがきっと見つかります。

問 自衛隊長崎地方協力本部
琴海地域事務所 ☎095-884-2809

内 自衛官募集案内(15～54歳まで)

- ・予備自衛官補
- ・医科歯科幹部
- ・幹部候補生
- ・幹部候補曹
- ・キャリア幹部
- ・技術曹
- ・一般曹候補生
- ・自衛官候補生
- ・他にも様々なコースがあります

他 受験時の年齢は、コースなどによ
り異なります。

長与町立高田保育所保育士
(会計年度任用職員)募集

申・問 高田保育所 ☎095-856-2333

対 保育士資格を有する者

内 試験内容 面接試験

勤務日・時間 月～土のうち週5日
(1日につき7.5時間)

給与月額 212,322円～229,935円

休暇 有給休暇制度あり

保険等 健康保険、厚生年金
および雇用保険 賞与6・12月支給

申 高田保育所直接申し込みまたは郵送
【〒851-2127 長与町高田郷2047-3】

㊦ 2月18日㊪17時

他 申込書は長与町ホームページから
ダウンロード、または保育所窓口
にて入手可能

試験会場・日時は応
募者に個別にお知ら
せします



「特別支援教育支援員・
特別支援教育支援員
(医療的ケア)」の募集

問 学校教育課 ☎095-883-1111(内線 223)
子どもが大好きな方で、4月8日から
9年3月24日まで会計年度任用職員と
して、町内小・中・義務教育学校の児童
生徒等を支援してくださる方を募集し
ます。

時 採用試験
2月25日㊫13時10分～17時

所 長与町役場4階 第3委員会室

対 応募職種により、各資格が必要
[特別支援教育支援員]

教員免許状保有
[特別支援教育支援員(医療的ケア)]
看護師免許保有

定 若干名

申 「会計年度任用職員名簿登録申込
書」を学校教育課へ郵送または持参

㊦ 2月20日㊩(必着)

他 詳細および申込書は、町ホーム
ページの「新着情報」をご覧ください。
なお、申込書は学校教育課にも
準備していますので、写真(縦4cm
×横3cm程度)を持参してください。

令和8年度「めだか85」参加者募集

問 介護保険課包括支援係 ☎095-801-5822

「めだか85」とは、“㊥ざせ㊥れもが㊥つどうてきな85歳”を目標に、運動不足・閉じこもり・認知症などを予防し、生涯イキ
イキと自立した生活を送るための集いの場です。

時・所 令和8年4月～令和9年3月の毎月第1～3週 ※祝日の場合は変更あり

○老人福祉センター(午前)	第1～3月曜日	定 40名	(午前) 9時30分～11時30分
○上長与地区公民館(午前)	第1～3火曜日	定 20名	(午後) 13時30分～15時30分
○ニュータウン防災センター(午後)	第1～3火曜日	定 30名	
○北部多目的研修集会施設(午前)	第1～3水曜日	定 35名	
○道の尾防災センター(午後)	第1～3水曜日	定 24名	
○ふれあいセンター(午前)	第1～3木曜日	定 25名	

対 町内在住の65歳以上で、事業対象者判定・要支援・要介護認定を受けていない方、運動制限をされていない方、他の
介護予防教室(お元気クラブ)に参加していない方

内 健康講話、室内でできる運動、頭の体操、健康チェック、レクリエーション、体力測定(年2回)など

料 保険料 1,200 円、材料代 1,200 円

申 電話、長与町ホームページからの申し込み、または介護保険課窓口まで

㊦ 2月27日㊩

他 申込多数の場合、初めての方を優先します。



詳しくはこちら

令和8年度「脳トレ教室」参加者募集

問 介護保険課包括支援係 ☎095-801-5822

認知症は何らかの原因で脳細胞が働かなくなり日常生活に支障がでる病気です。認知症予防は、早くから始めることが大切です。長与町では、いつまでも健康で元気に暮らせるよう、『脳トレ教室』を行っています。認知症を予防する日頃の生活の送り方を、楽しく学びながら身につけていきましょう。皆さまの参加をお待ちしています。

時・所 ○第1・3月曜日(祝日除く) 計17回
・北部地区多目的研修集会施設 10時～11時15分 定22名
・長与町ふれあいセンター① 13時～14時15分 定30名
・長与町ふれあいセンター② 14時45分～16時 定30名
○第2・4月曜日(祝日除く) 計17回
・上長与地区公民館 10時～11時15分 定24名
・長与町公民館① 13時～14時15分 定48名
・長与町公民館② 14時45分～16時 定48名

対 町内在住の65歳以上で、認知症の予防に取り組みたい方(65歳未満の方でご希望がある場合はまずご相談ください)

内 脳トレ体操、参加者同士で脳を活性化できるゲーム、認知症予防に関する情報提供など。家でできる宿題プリントがあります。脳の元気度チェックを実施(年に1回)

料 宿題等材料費 500 円(年度途中に退会しても返金はできません。)

申 電話、長与町ホームページからの申し込み、または介護保険課窓口まで

☑ 2月27日金

他 申込多数の場合、初めての方を優先します。



詳しくはこちら



長与駅コミュニティホール イベント案内

問 契約管財課 ☎095-801-5784

開館時間 8 時 30 分～ 19 時

●健康づくりイベント「知っ得、納っ得、測っ得」ブース出店

時 3月8日㊤ 他 主催 健康保険課

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 ☎095-894-5555

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。
天候等により急な中止や集合場所の変更が生じる場合があります。最新情報は「み館」のInstagramでご確認ください。

開催日時	集合場所
2月5日㊤	中尾城公園第2駐車場(約5km) ※集合場所が変更になっています。
2月19日㊤	長与シーサイドパーク(約5km)
3月8日㊤	「第4回知っ得・納っ得・測っ得」同時開催!! 詳細は3月世帯配布リーフレット、長与町ホームページでご確認ください。
3月19日㊤	中尾城公園第2駐車場(約5km)

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 ☎095-883-7588
介護保険課包括支援係 ☎095-801-5822

時 2月13日金 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

2月のテーマ 権利擁護事業

料 無料 申 申し込み不要

婚活イベント「ときめき スウィーツビュッフェ」

問 長崎県婚活サポートセンターあいたか ☎095-893-8860 ✉nagasaki.matching@gmail.com

ロイヤルチェスター長崎ホテル&リトリートにて、婚活イベントを実施します!ロイヤルチェスターホテルの素敵な空間を味わいながら、素敵な恋を探してみませんか?デザートビュッフェを楽しみながら楽しく語らいましょう♪

内 全体で自己紹介をしたあと、デザートビュッフェで飲食タイム♪クイズのあと、グループトークやフリートークで気になった方とぐっと親睦を深めましょう♪

時 2月28日㊤ 14時～17時(受付開始13時30分)

所 ロイヤルチェスター長崎ホテル & リトリート(長崎市赤迫 3-6-10)

対 28 歳～ 39 歳の独身男女(長崎県内在住)

定 男女各 20 名(合計 40 名)

料 3,000 円(デザートビュッフェ、フリードリンク料金込)

申 右のフォームを読み取り、お申し込みください。

※申込多数の場合、長与町・時津町在住の方を優先し抽選

☑ 2月15日㊤ ※結果は2月18日㊤までにご連絡します。

他 当日はドレスコードに合わせた服装でお越しください。

男性:インフォーマル(ジャケット着用)/女性:スマートカジュアル

持ち物 身分証(運転免許証など本人確認できるもの)

主 催 長崎県婚活サポートセンターあいたか・長与町・時津町



申し込みはこちら



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 ☎095-801-5682
FAX095-883-7151 ✉oubo.kyoiku@nagayo.jp

開催月	コース	日時	講座内容	場所	締切
3月	A	19日㊤ 10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階会議室	3月2日㊤ 必着
	B	19日㊤ 11時～12時	LINEを活用してみよう		
	C	19日㊤ 14時～15時	Googleアプリを活用してみよう		
	D	19日㊤ 15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上、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集会施設)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。

広 告

広報ながよ
広告募集中!

詳しくはこちら

4月30日までキャンペーン実施中!今なら工事費実質無料!!

光インターネット
キャンペーン
始めるなら、今!!

ncm史上最速! 光10ギガ!!

長崎ケーブルメディア サテライトイオン時津店

お問い合せ
お申し込みは
095-828-0120

イオン時津店内
ncm

年金 だより

国民年金保険料は 口座振替・クレジットカードでの前納をお勧めします

問 長崎北年金事務所 ☎095-861-1354 長崎南年金事務所 ☎095-825-8701
健康保険課年金係 ☎095-801-5821

下記の方法で国民年金保険料の割引を受けることができます。＜（注）割引額は令和7年度の場合です＞
申 年金手帳（基礎年金番号通知書）、金融機関の通帳および届出印（またはクレジットカード）を持参し申し込み

- 通常、翌月末の引落しを当月末にする 早割
毎月 60 円（年間 720 円）割引。※クレジットカード・納付書でお支払いの場合、早割はありません。
- 6 か月分、1 年度分、2 年度分をまとめて支払う 前納

前納種類	引落し：支払い期日	口座振替	クレジットカード (納付書)	申込期限
6 か月	4 月～9 月分：4 月末 10 月～翌年 3 月分：10 月末	各 1,190 円割引	各 850 円割引	4 月～9 月分：2 月末 10 月～翌年 3 月分：8 月末
1 年	4 月～翌年 3 月分：4 月末	4,400 円割引	3,730 円割引	2 月末
2 年	4 月～翌々年 3 月分：4 月末	17,010 円割引	15,670 円割引	2 月末

※上記の期限以外にも年度の途中から前納申込ができます（6 か月前納の上半期を除く）。なお、2 年前納は「2 年前納（当初振替月～翌年度 3 月分）」または「2 年前納（4 月開始）」のどちらかの選択になります。

口座振替の申し込みは、マイナポータルで電子申請できます。
※電子申請にはマイナポータルの「利用者登録」および「ねんきんネットとの連携」が必要です。

詳しくは、日本年金機構ホームページ（<https://www.nenkin.go.jp/>）でご確認ください。



消費者注意報

「還付金詐欺の電話」にご注意！

役場の職員などを名乗り「年金や医療費、保険料の払い戻し金がある」などと言って、お金の受取手続きのため携帯電話とキャッシュカード等を持ってATM（現金自動預払機）に行くように誘導し、実際には本人口座の預金から犯人側口座へと振り込ませてお金をだまし取る、いわゆる「還付金詐欺」が多発傾向にあります。

事例

役場の職員を名乗る男から、「保険料の払い戻しがあります。手続きは今日までです。」と言われ、携帯電話を持ってスーパーの ATM コーナーに行った。ATM 機の前で指示された番号に電話し、相手から指示されたとおり、ATM 機を操作した。後日、通帳を確認したところ、入金されているお金は見当たらず、反対に自己口座から他人の口座にお金を振り込んでしまっていた。

消費者へのアドバイス

1. 役場や金融機関などの職員が、ATM 機の操作を電話で指示することは絶対にありません。電話で「お金が返ってくるので ATM に行くように」と言われたら、それは詐欺です。そのまま電話を切ってください。
2. もし、還付金等に心当たりがある場合でも、すぐに ATM に向かったり、指示された電話番号に電話をかけたりせず、役場の担当部署に直接、電話をかけて確認しましょう。
3. 「お金が返ってくる」などの還付金詐欺に関する電話があった場合は、すぐに警察や消費生活センター、役場相談窓口等に電話するなどして相談をしてください。

★ご相談や困りごとは、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（☎095-883-1111 代表） 長崎県消費生活センター（☎095-824-0999）



健康テラス



「脳腸相関」について



小川クリニック
小川 吾一 先生



悩み事やストレスがかかるとおなかが痛くなったり、下痢をしたりすることはよく経験します。また、腸の調子が悪いと落ち込んだり、気分不良になったりします。このように腸と脳は互いに密接な関係を持ってつながっており、これを「脳腸相関」と言います。

脳は神経やホルモンによって全身の臓器に命令を出す司令塔の働きをしています。一方、腸は単に食べ物を消化・吸収するだけではありません。腸の壁の中には無数の神経細胞の集合体があり、腸全体にネットワークを形成して連動して働いています。しかもこのネットワークは脳から

の指令を受けることなく自律して働いていると言われています。すなわち腸は「第二の脳」と言われるゆえんです。しかしこの両者はお互いに別々に働いているのではなく、影響を及ぼし合いながら働いているということは最初に述べた例を考えれば理解できると思います。

乳酸菌食品や食物繊維を摂ることで腸の環境を整えると脳の機能にも良い影響を与えることができます。また逆に趣味やウォーキングや深呼吸をしてストレスを緩和することで腸の調子もよくなります。ぜひ日頃の生活習慣を見直して脳にも腸にもいいことを心掛けて下さい。



図書館・健康センター複合施設

ホンテラッセ長与 通信 Vol.11



honterasse nagayo
長与町ホームページ



整備の詳細は上記二次元コードからご覧ください
問 政策企画課新図書館等建設係 ☎095-801-5661

ホンテラッセ長与の環境配慮③

建設中の新施設『ホンテラッセ長与』は、環境面で工夫、配慮された建物になることが特徴です。今月は、ホンテラッセ長与の特徴のひとつである“ZEB”について、ミックンが疑問に答えます。

Q ホンテラッセ長与の特徴である“ZEB”って何？

A “ZEB（ゼブ）”とは“Net Zero Energy Building（ネット・ゼロ・エネルギー・ビル）”のことで、快適な室内環境を実現しながら年間の一次エネルギー消費量の収支をゼロとすることを目指した建物のことだよ！ホンテラッセ長与は『ZEB』の認証を取得する建物になる予定だよ。

Q ホンテラッセ長与では、どうやって“ZEB”を実現するの？

A 1月号で紹介したとおり、省エネ構造や設備によってエネルギーの消費を少なくすることに加え、約200kWの太陽光発電によって電気をつくり出すことで、自家消費する仕組みになっているんだよ。

＼ 着々と工事進行中！ /





「しっぽのカルテ」
村山 由佳／著 集英社

信州の豊かな自然に囲まれた動物病院を舞台に、動物たちと飼い主・病院スタッフが関わる、命の重さと動物との絆を描いた感動作。



「陽ちゃんからのそよ風」
山崎 ナオコーラ／著 河出書房新社

友だちがいない小学5年生のアマネは、人気者の陽ちゃんに「みんなで遊ぼう」と声をかけられる。そして大人になったアマネは・・・。

お知らせ

◎蔵書点検による休館のお知らせ

期間：3月11日(水)～18日(火)
点検では、図書館資料1点1点の所在と不備がないかを確認します。皆さまにはご不便をおかけいたしますが、ご理解のほどお願いいたします。
それに伴い、2月26日(金)から3月10日(火)までの貸出期間を、15日間から22日間に変更いたします。貸出点数は変更ありません。(※他館からの借用資料は通常通り15日間です)

◎おもいやりスタンプを集めよう(再掲)

特集コーナーの本を借りてスタンプを3つ集めた方に、抽選で図書カードが当たります。
特集期間 2月28日(土)まで
対象：0歳から大人まで

◎図書館ホームページをご利用ください

「今なにを借りていたかな?」「返却期日はいつ?」など忘れの本がないか、ご自身の利用状況をホームページで確認することができます。詳しくは図書館にお尋ねください。

イベント情報

※中止になる場合もあるため、ホームページ等でご確認ください

イベント名	日時・場所
おはなし会 (3歳～) ※予約不要	時 毎週土曜日11時～(20分程度) 所 1階児童書たみコーナー
ぴよちゃん おはなし会 (0～2歳) ※予約不要	時 2月4日(水)・18日(火) 3月4日(水)・25日(火) ①11時～②14時～(20分程度) (①と②は同じ内容) 所 1階児童書たみコーナー
大人のための おはなし会 ※予約不要	時 3月8日(日)11時～12時 所 3階ホール

今月の特集展示

※正面玄関入口近くに設けています。

大人向け ①2025受賞者 ～昨年をふりかえる～ ②確定申告	児童向け にんじゃでござる
---	------------------

NEW 新着図書

- 『イオラと地上に散らばる光』 安壇 美緒／著 KADOKAWA
- 『細長い場所』 絲山 秋子／著 河出書房新社
- 『六つ首村』 折原 一／著 光文社
- 『白露』 今野 敏／著 幻冬舎
- 『エディシオン・クリティーク』 高田 大介／著 文藝春秋
- 『子供部屋同盟』 高橋 弘希／著 東洋経済新報社
- 『陽炎の旅人』 天童 荒太／著 毎日新聞出版
- 『その針がさすのは』 羽田 圭介／著 新潮社
- 『蜂蜜パイ』 村上 春樹／著 新潮社
- 『わざわざ書くほどのことだ』 長瀬 ほか／著 双葉社
- 『やりたいことが見つかる世界の果てのカフェ』 ジョン・ストレルキー／著 ダイアモンド社

図書館カレンダー													
<div> <div> <div>2月</div> <div>日 月 火 水 木 金 土</div> <div> 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 </div> </div> <div> <div>3月</div> <div>日 月 火 水 木 金 土</div> <div> 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 </div> </div> </div>													



病院で働く看護師の学びを支える「院内研修評価モデルの開発」

看護栄養学部 看護学科
山澄 直美 教授

長崎県立大学看護栄養学部看護学科は、看護職を目指す人への教育を行っており、卒業時には看護師の国家試験受験資格が得られます。

看護学科では、学内で学ぶ科目のほかに病院や施設、地域など看護が提供される場に赴いて学ぶ実習科目が設定されています。これは、看護学が実践の科学であるためです。看護は、看護の対象である人と深く関わることによって成立しますから、実習が必要不可欠なのです。1、2年生は約2週間ずつ、3年生は17週間、4年生は約3週間の実習を行います。しかしながら、これらの多くの実習を経て卒業し、看護師の免許を無事に取得できたからといって、現場ですぐに一人前として働けるわけではありません。医療の場は、高度化、複雑化しており、学生という資格の無い状態で学べる内容は限られます。そのため、新人看護職員に対しては、就職先の組織が教育を提供することが努力義務として法律に定められています。多くの病院では、教育プログラムが準備されており、先輩看

護師などの支援を受けながら学修と経験を重ね、ようやく一人で仕事ができるようになります。さらに、看護師は、生涯学修を継続する必要があります。医療や看護は常に発展しており、新たな知識や技術なしには、最善の看護を提供することができないからです。このことは、看護専門職としての責務でもあります。また、看護職として自分が望むキャリアを歩むためにも様々な学修の機会が設けられています。

さて、私は、このような看護職の学修のために病院内で提供される研修を評価する「院内研修評価モデル」を開発する研究をしています。看護職は、自らの後輩を育てることも専門職としての責務の一つです。忙しい業務の中で、教育という役割を果たしている看護職の皆さんにとっても、そして提供される研修をうける看護職の皆さんにとっても満足できる研修にするために役立てることを目指してこの研究に取り組んでいます。

前提：研修デザイン、研修過程に対する参加者の評価が目標達成度（研修成果）に影響する

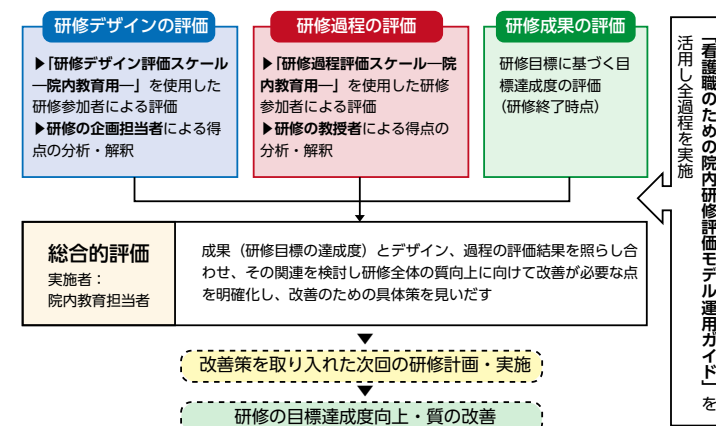


図 看護職のための院内研修評価モデル
〔「看護職のための院内研修評価モデル」ホームページ <https://www.nursing-ed.jp/>より〕

／元気な西そご商工会のお店を紹介します／

長与よかところめぐり No.82

心温まるブラウニーとコーヒーのお店

今月のお店

Y's Brownie

嬉里郷452 ⑨店舗前1台
営業時間：9時～16時
定休日：⑩、⑪

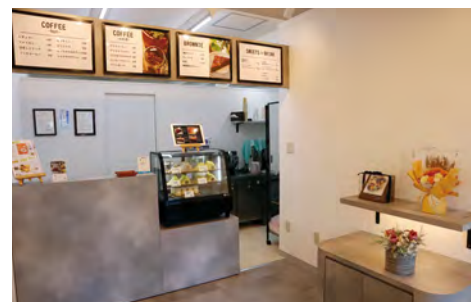
2025年9月13日オープン！ブラウニーとコーヒーなどを提供するテイクアウトのお店です。ホームメイドのようなあたたかみのある美味しさが魅力で、出来るだけシンプルな材料を使用しています。

一番人気の「3種のナッツのブラウニー」には、カカオ含有量が70%程度のビターチョコレートを使用しており、カカオの風味を感じる優しい味で、濃厚でありながら後味がすっきりしているのが特徴です。また、コーヒーは香り高くコク深い味わいで、ブラウニーとの相性抜群です。コーヒー好きの方にも一度味わってみて欲しいとのことでした。

ゆっくりリラックスしながら、ブラウニーとコーヒーのセットで楽しんでみてはいかがでしょうか。

代表 山本 裕二さん

ひとつひとつ丁寧に手作りしています。色々な味わいをお楽しみいただけるよう、期間限定のブラウニーもご用意しています。ぜひお気に入りの味を見つけに来てください！



▲明るい店内



▲外観（手作りの赤いベンチが目印）



緊急連絡先・相談窓口

水道トラブル担当業者

2月	7 ㊥ (株)イワナガ	☎ 095-883-3392
	8 ㊤ 小林設備	☎ 095-801-7831
	11 ㊤ (有)山田住設工業	☎ 095-846-6094
	14 ㊥ 滑石設備(株)	☎ 095-856-2512
	15 ㊤ (有)眞生設備工業	☎ 095-849-1585
	21 ㊥ 湊商会	☎ 095-881-0700
3月	22 ㊤ 野中住設	☎ 095-865-8271
	23 ㊤ (株)ユートピア	☎ 095-861-0840
	28 ㊥ 星野管工設備(株)	☎ 095-856-1161
	1 ㊤ 小林設備	☎ 095-801-7831
	7 ㊥ (有)島田設備工業	☎ 095-882-4456
	8 ㊤ (株)セイエイ建設	☎ 095-822-4727
	14 ㊥ 湊商会	☎ 095-881-0700
	15 ㊤ (株)松添設備工事	☎ 095-849-0032

※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 ☎095-801-5782

- 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ガイダンスに従って登録
「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 …… ☎095-846-5115
・こころの電話 …… ☎095-847-7867
- 西彼保健所 …… ☎095-856-5159
・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
☎095-801-5820

悩むより かけて安心 #9110

ストーカー事案・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 …… ☎095-823-9110
- 時津警察署 …… ☎095-881-0110

交通事故相談

長崎県交通事故相談所 …… ☎095-824-1111

防犯灯の故障（球切れなど）は
地域安全課交通防犯係
………… ☎095-801-5662



24時間救急体制

長崎百合野病院 ☎095-857-3366
長崎北徳洲会病院 ☎095-813-5800

夜間急患センター

長崎市栄町2-22 やかに は ハローサポート
長崎市医師会館1階 ☎095-820-8699

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☎095-801-1217）
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☎095-822-3308）
お子さまの急な病気やケガなどの相談

在宅当番医

2月	1 ㊤	モロキ内科(内・循・小)	☎095-883-1105	長与
	㊤	近藤医院(内・胃・呼・リハビリ)	☎095-882-7060	時津
	8 ㊤	井川内科医院(内・小)	☎095-883-1661	長与
	㊤	三浦産婦人科(産)	☎095-882-7000	時津
	11 ㊤	まつなが皮膚科(皮)	☎095-885-7711	長与
	㊤	しらいし胃腸クリニック(胃・内)	☎095-881-2828	時津
3月	15 ㊤	佐藤内科医院(内・消・小)	☎095-883-5511	長与
	㊤	さがら整形外科(整)	☎095-814-2736	時津
	22 ㊤	しらかわ小児科クリニック(小)	☎095-855-8288	長与
	㊤	清水病院(内)	☎095-882-1225	時津
	23 ㊤	なかむら整形外科(整・リハビリ)	☎095-813-5515	長与
	㊤	高木クリニック(外・整)	☎095-881-3230	時津
3月	1 ㊤	そのだ内科クリニック(内・呼)	☎095-814-5101	長与
	㊤	もとかわ耳鼻咽喉科(耳・アレルギー)	☎095-886-8133	時津
	8 ㊤	おおふくじ医院(内・胃・外)	☎095-883-3532	長与
	㊤	たなか小児科クリニック(小)	☎095-865-9550	時津
	15 ㊤	川崎医院(内・外)	☎095-883-0002	長与
	㊤	安永脳神経外科(脳)	☎095-813-2001	時津
	20 ㊤	もとやま心のクリニック(心・精)	☎095-856-3033	長与
	㊤	とおやま内科(内)	☎095-881-2662	時津
	22 ㊤	しもぐち内科(内・呼)	☎095-843-7225	長与
3月	㊤	おがわ眼科クリニック(眼)	☎095-886-8757	時津
	29 ㊤	てつ耳鼻咽喉科(耳・アレルギー)	☎095-801-3005	長与
	㊤	戸田内科(内・循)	☎095-881-3888	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。



Sea Side Marche

シーサイドマルシェ

DATE

2026年3月8日(日) 10:00-15:00

PLACE

長与町民体育館駐車場 (長与町岡郷 614 番地 4)



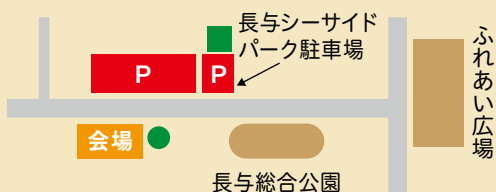
お店の商品やミクングッズが当たる

お楽しみ抽選会

1店舗500円以上のお買い物でスタンプ1個GETできるよ
お店をめぐって3個集めたら抽選会に参加しよう！



駐車場のご案内



▼詳しくはこちら



長与町ホームページ

同時開催 場所：長与町民体育館



体験型健康づくりイベント

し しく なっ しく ほか しく
知っ得・納得・測っ得

～行政×民間のチカラで健康を“体験する”日～

測定・体験を通して
からだの状態を
把握しよう！

詳細は
こちら



問 健康保険課 ☎095-801-5820

問 長与シーサイドマルシェ実行委員会事務局：産業振興課 ☎095-801-5836