

広報とぎつ

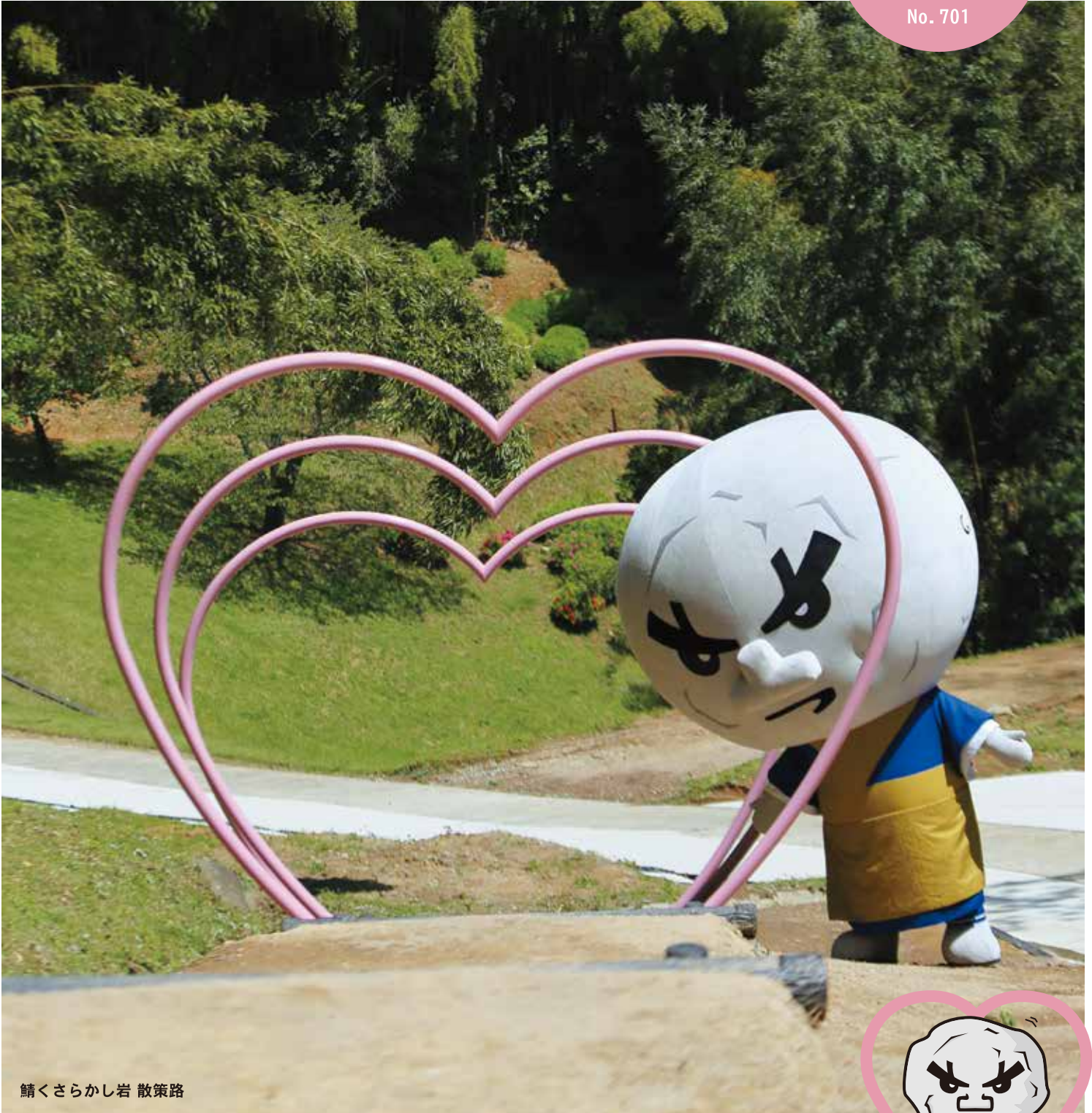
PUBLIC RELATIONS TOGITSU

「まちとつながる」くらしの情報誌

2026

5

No. 701



鯖くさらかし岩 散策路

この場所で、心がつながる。

時津町
SNSは
こちら!



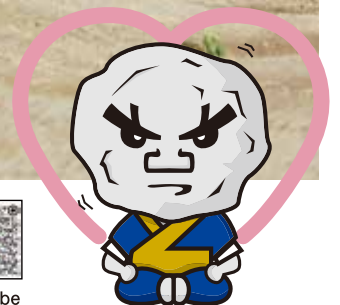
LINE



Instagram



YouTube



鯖くさらかし岩の近くまで！ 迫力満点!! 鯖くさらかし岩 散策路オープン!!

4月21日に時津町のシンボル鯖くさらかし岩への散策路がオープンしました！

「落ちない岩」として受験生に人気のパワースポット「鯖くさらかし岩」を、昨年度から合格祈岩に加えて、岩が重なっている姿から人と人を結ぶ『縁結び』の象徴としてもブランディング。たくさんの人にもっと知ってもらいたい、全国の人に時津町の鯖くさらかし岩

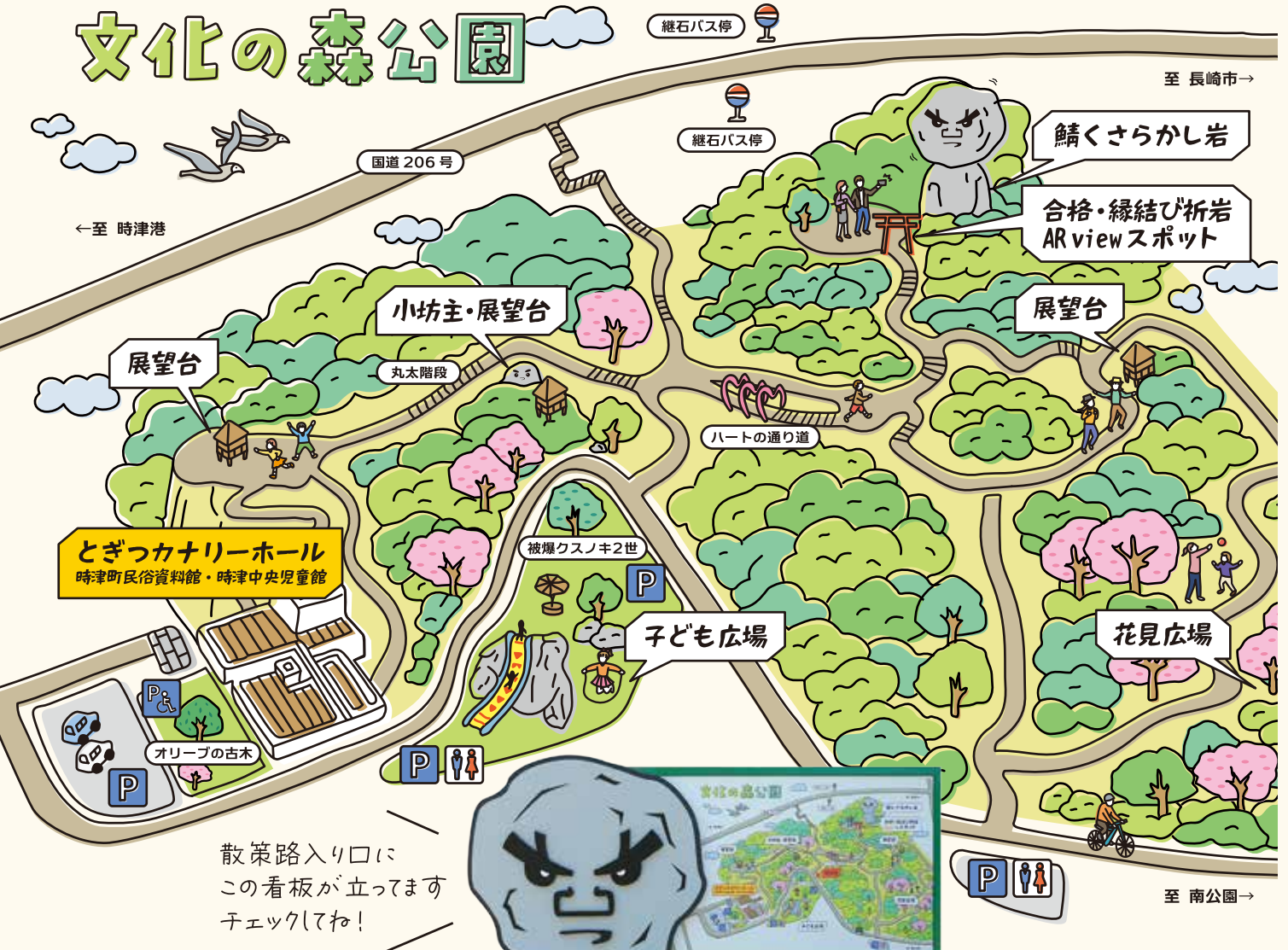
を見に来てもらいたい…そんな想いから、岩の目の前まで行くことができるよう、文化の森公園内に新たな散策路を整備しました。散策路には、年齢、性別問わずたくさんの人に来てもらえるようにいろんなスポットを準備しています。これまでは国道から見上げるだけだった岩が、すぐ目の前につい!! 迫力満点の鯖くさらかし岩をぜひ見に来てください!

迫力満点の鯖くさらかし岩を近くで見れるよ!



▲継石坊主も行ってきたよ~!

文化の森公園



散策路入り口にこの看板が立ってます
チェックしてね!



3

ハートの通り道をくぐってね!



2

坂道を登ると看板があるので右へ!



1

入り口には看板マップのフォトスポット♪



散策路の進み方



5

山道をしばらく歩きます



分かれ道に看板があるので左の鯖くさらかし岩へ!

鯖くさらかし岩 散策路を徹底解説!

早速、時津町のキャラクター継石坊主と散策してきました!

まずは散策路入り口には、ひときわ目立つ継石坊主の看板が、記念に継石坊主と写真撮影したくなりました。入り口から坂道を上ると、思わずくぐりたくなるハートの連続アーチが見えてきます。ピンクが映える時津町の新しいフォトスポットになりそうな予感。

さらに山道を登っていくと分かれ道に看板があるので、案内のとおり進みます。天気の良い日は、ちよつとした森林浴が楽しめそう。そのまま進むと、迫力満点の鯖くさらかし岩が目前に見えてきます。岩周辺は、展望所として整備されており、念願の鯖くさらかし岩と記念撮影!

戦略推進課によると、今後はスマートフォンを使用したAR(拡張現実)体験ができるスポットとしても整備する予定とのこと。(6月予定)現在、近接するカナリーホール改修工事も進んでおり、10月頃にはリニューアルオープン予定。今後、ますます文化の森公園周辺が賑やかになっていきそうです。

〈編集後記〉

天気も良くて、継石坊主も気持ち良かった様子。ただ、帰り道は少しお疲れの様子でした(笑)

時津町オフィシャルアンバサダー懇話会を開催しました

時津町のさまざまな魅力(グルメや景色など)を多くの方々に知ってもらうため、SNSで魅力を発信する時津町オフィシャルアンバサダー35名を認定しました。このたび、4月20日にオフィシャルアンバサダー懇話会を開催し、今後の情報発信や活動等についての情報・意見交換を行いました。(※オフィシャルアンバサダーのアカウントについては、時津町の公式インスタグラムにて紹介しています)



▲懇話会の様子

見学希望者に散策路を案内しました!

懇話会前に見学希望者に対して、散策路を案内しました。これからたくさんの方々に訪れてもらえるよう協力しあいながら情報発信を行っていきます。



▲散策路を見学する様子

令和8年度 さらに、住み続けたいまちへの シティプロモーション戦略



<施政方針>

令和8年3月定例町議会において
山上広信町長が令和8年度の
町政運営についての施政方針演説を行いました。
その一部を抜粋して紹介します。

現在我が国は、統計史上類を見ない深刻な人口減少と超高齢化が進行中です。また、生成AI等の技術は急速に進化しており、テクノロジー業界だけに留まらず、あらゆる産業、そして私たちの暮らしや働き方に大きな変化をもたらす始めています。さらに、約30年ぶりの物価上昇や、それに伴う消費の低迷、労働力不足や社会保障制度への負担増が懸念される中、本町においても多岐にわたる課題に直面しています。その中でも、人口減少問題は最も重要な課題であると捉えております。

そこで本町では「人口減少対策」に取り組むとともに、本町の魅力を積極的に国内外に発信し、引き続き「高齢者への施策」「子育て支援」「交流人口の拡大」「都市基盤・生活道路の整備」「商工業・農林水産業の振興」など、多方面にわたる施策の推進に取り組むことで、人口を維持し、更なる安全安心な町の発展に繋げていきます。

今とはもとより、10年後、20年後の時津町に必要な施策を町民の皆さまと共に考え、50年後、100年後のいつの時代にも生きるまちづくりを目指して参ります。

令和8年度は地方創生交付金を活用し、本町のブランド力を高め、地域活性化「シティプロモーション」に関する業務を、令和7年度に新設した「戦略推進課」において取り組むとともに、オフィシャルアンバサダーを認定し、本町の魅力を国内外に発信して参ります。また、お茶屋や継石坊主までの散策路を整備するなど、本町が持つ歴史・文化・自然の魅力ある資源を再評価し、情報共有することで郷土愛の醸成に努めます。

高齢者の皆さまの健康と安心な暮らしを守ると共に、多様な人々が共に尊重し支え合う共生社会を目指します。住み慣れた地域で、生きがいを持って、健康で

やかな暮らしができるまちであることが理想です。これまで行ってきた高齢者支援事業の充実を図るとともに、歩くまちづくり事業の推進のため、新たに町道日並左底線等の歩道にゴムチップ舗装を施します。また、シニアクラブ生きがいづくり事業や、地域支え合い活動補助金の支援を継続します。さらに、高齢者向け配食サービス事業や、重度障がい者の外出支援事業ならびに重度障がい者の福祉医療費の現物支給を開始します。

核家族・少子化社会にあっても、安心して子どもを産み、子どもたちが健やかに暮らすことができる環境づくりを目指して参ります。令和8年度は乳幼児1カ月の健康診断、乳幼児2カ月の健康相談を開始し、時津町立学校に医療的ケア看護師を設置します。また、「こども誰でも通園制度」の開始や時津保育所に屋外遊戯場を新設いたします。

さらに、中学生の英語力向上のため、外国人講師と対一の会話を楽しむ「英語コミュニケーション事業」を開始します。

交流人口の拡大や規制の見直し、行政のDX化を行います。「崎野自然公園」「文化の森公園」「お茶屋や時津街道」をモチーフとした「時津再始動」海と森と歴史が響き合う「プロジェクト」を検討推進します。また、「時津町自治公民館活動費補助金交付規程」を改正し、全ての住民を対象とした「地域絆づくり事業」を新設します。

土地利用の規制緩和として、調整区域における地区計画制度の運用基準を改正し「居住系地区計画」の拡充と「流通系地区計画」の新設を行います。さらに、高齢者等に向けたスマートフォン講座を継続実施し、多くの方が行政手続きのデジタル化による利便性を享受できる環境づくりを推進します。

都市基盤・生活道路の整備に引き続き積極的に取り組んで参ります。現在進行中である「時津中央第2土地区画整理事業」の早期完成と「西時津小島田線（打越工区）」の令和8年度完成を目指します。また、左底宮園地区ならびに西時津田下地区の「急傾斜地崩壊対策事業」の測量・調査に入ります。さらに「野田川緊急自然災害対策工事」を早期に完成させます。

商工業・農林水産業の振興につきましては、シティプロモーションの取り組みにより、本町の魅力発信や、産業および特産品等の戦略的な情報発信を行います。引き続き「ふるさと寄付金」の積極的な取り組みを通じて、新たな特産品開発への支援を行い、商工業者・農林水産業者の所得向上を目指すとともに、商工業・農林水産業の振興を図ります。また、構造改革特区として認定を受けた「とぎつ素敵に時を超える」とぎつ

ワイン特区」を活用し、令和8年度は、ワイナリー事業への支援を進めて参ります。さらに、とぎつ夏まつり・産業まつりの後継事業である「とぎつ魅力発見フェスタ」をさらに充実させ、町全体をフィールドとした事業に取り組みます。

時代の変化等に対応するための施策として、令和8年度に実施する全町立小中学校のLED化および北部コミュニティセンターの非常用電源の設置・LED化事業等により、ゼロカーボン推進公共設備のLED化が町内のほとんどの施設において完了する予定です。また、本町で初めて本部分団に女性消防団員が誕生し、新たな消防団活動が期待されます。さらに、職員の働き方改革を行い、令和8年1月から役場の窓口受付時間を「午前9時から午後5時」に変更しました。

以上のような重点施策を実施するとともに、今年度

も「まちづくり懇談会」を開催いたします。町民の皆さまの貴重なご意見に耳を傾け、共に考えることで、あらゆる事業が相乗効果を持つて、安心安全な魅力ある時津町になるよう施策を進めて参ります。幸せを実感できる心豊かな暮らしができる時津町の実現に向け、町民皆さまのご協力を賜りながら「住み続けたいまちとぎつ」になるよう、行政運営に取り組んで参ります。議員各位をはじめ、町民皆さまのご支援、ご協力をお願い申し上げます。



▶ 施政方針の全文は、時津町ホームページに掲載しています。

【行政情報】町長室↓施政方針↓令和8年度 施政方針

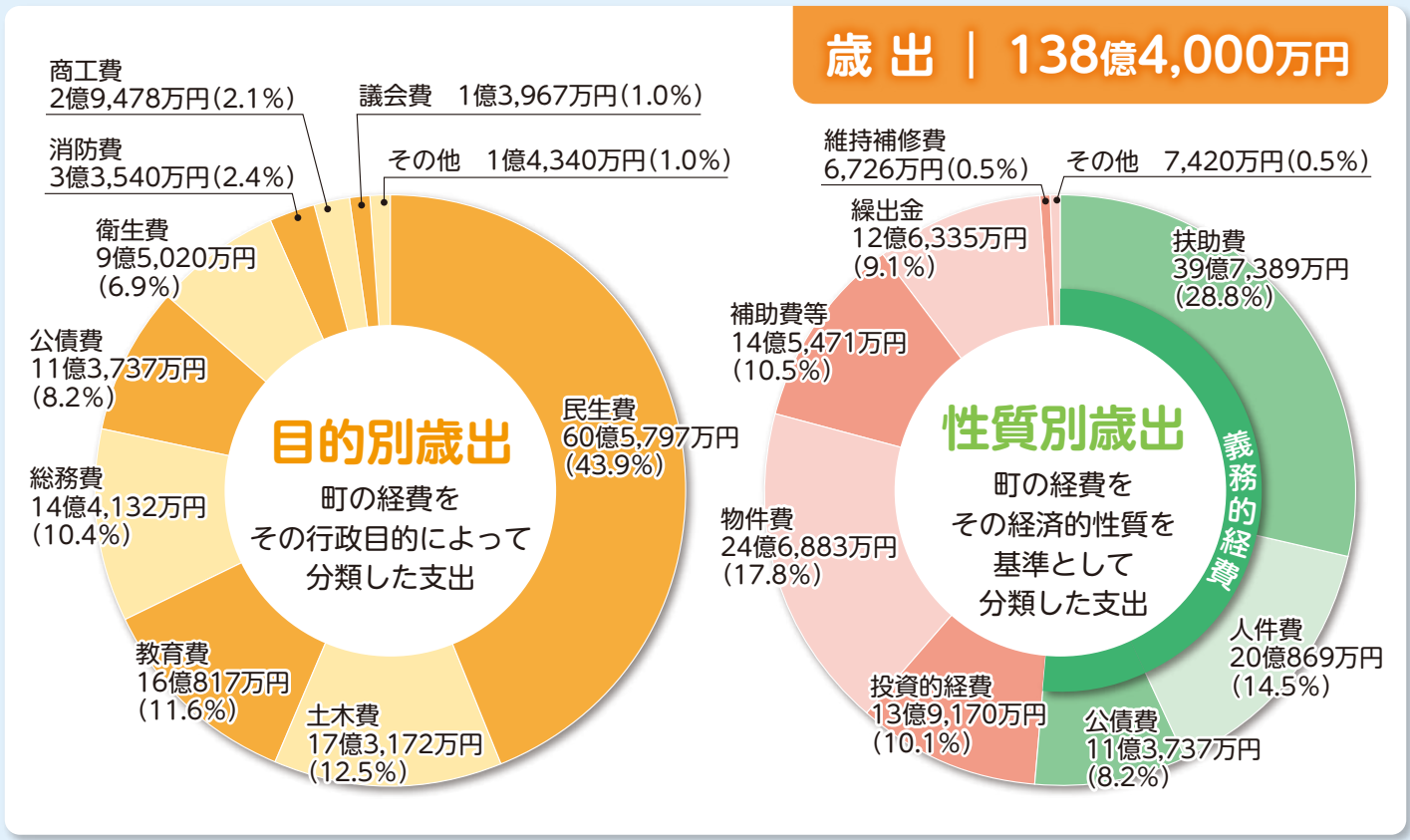
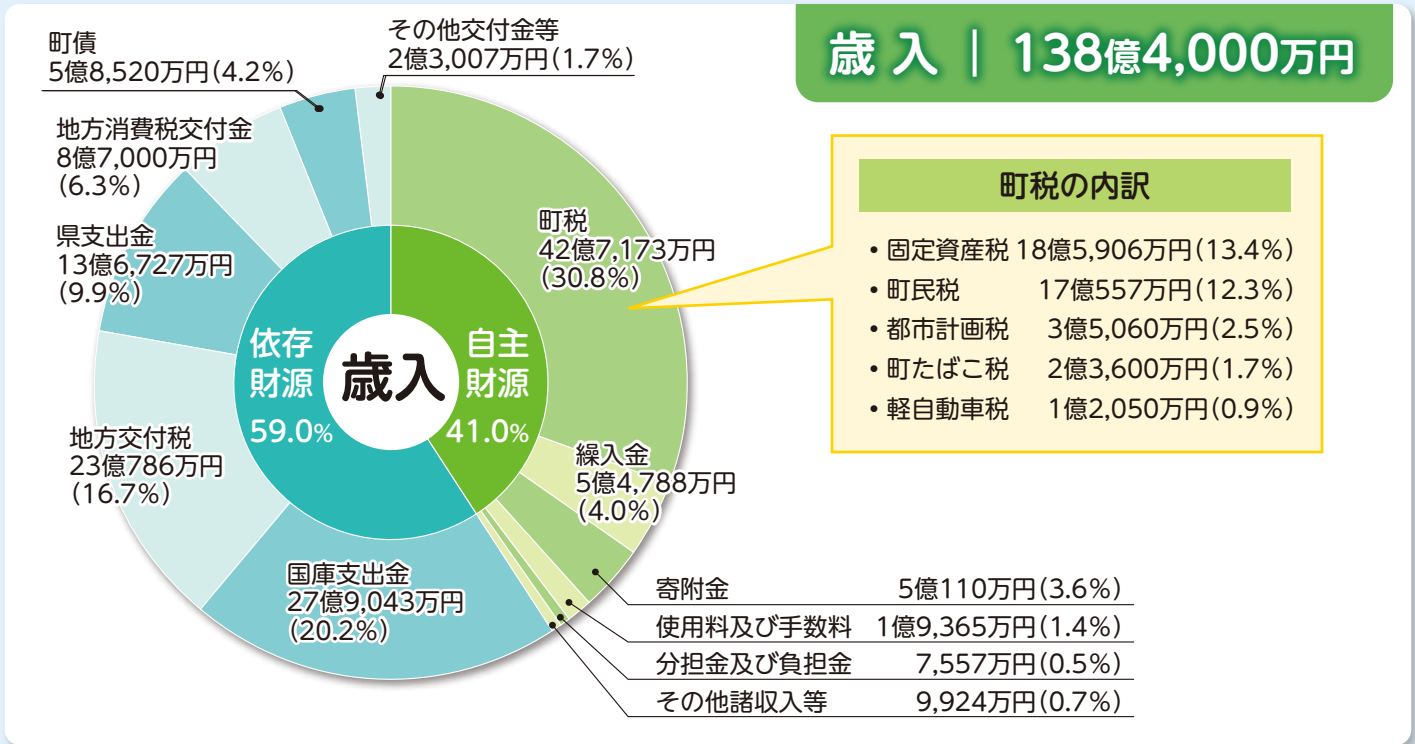
令和8年度 当初予算

一般会計

138億4,000万円

(前年度比7.9%
11億8,000万円の減)

施政方針に基づき編成した一般会計、特別会計（国民健康保険事業・後期高齢者医療事業・介護保険事業）、公営企業会計（水道事業・下水道事業）の令和8年度当初予算が、定例町議会で議決されましたのでお知らせします。



前年度との比較

令和7年度当初予算と比較したときの主な減少要因は以下のとおりです。

歳出

カナリーホール改修事業
時津中央第2土地区画整理事業
自治体情報システム標準化・共通化対応事業

皆減（13億4,197万円の減）
5億2,232万円（3億7,148万円の減）
878万円（1億4,764万円の減）

特色ある事業

総務費（行政サービスの向上など）

- 現代版時津街道を軸とした歩く観光ルートプロジェクト …… 6,136万円
- 公共施設等総合管理計画策定業務委託 …… 2,472万円

民生費（社会福祉サービスの充実など）

- 第二子保育料無償化及び第三子以降保育料完全無償化事業 …… 5,365万円
- 福祉医療費（障害者）現物給付事業 …… 4,946万円
- 高齢者交通費助成事業 …… 2,490万円
- 町立保育所改修事業 …… 2,135万円
- 児童館LED照明更新事業 …… 1,787万円

衛生費（保健衛生や環境衛生など）

- 水道基本料金減免事業 …… 2,743万円
- インフルエンザ予防接種無償化事業（乳幼児・小学生・中学生） …… 1,714万円

農林水産費（農林水産業の振興など）

- 時津農産品ブランド力強化振興奨励金 …… 1,703万円
- 山陰ため池改修事業 …… 1,500万円

土木費（区画整理、道路のインフラ整備など）

- 第2土地区画整理事業 …… 5億2,232万円
- 西時津小島田線（打越工区）道路事業 …… 3億9,550万円
- 急傾斜地崩壊対策事業 …… 6,100万円
- 西時津小島田線（札ノ元工区）街路事業 …… 3,707万円
- 下水道基本料金減免事業 …… 3,629万円

教育費（学校教育や生涯学習の振興など）

- 小学校1人1台端末更新事業 …… 1億87万円
- 町立小学校給食食材購入委託費 …… 9,713万円
- 時津公民館非常用電源設備等設置事業 …… 4,055万円
- 時津公民館別館解体事業 …… 2,844万円
- 町立中学校給食食材費補助金 …… 1,274万円
- 英語コミュニケーション事業 …… 1,166万円

町民1人あたりに
使われているお金は？

480,706円

です。その内訳を見ると…

議会費 町議会運営費として

4,851円 令和7年度 4,572円
(増減+279円)



土木費 区画整理、道路等のインフラ整備に

60,148円 令和7年度 66,588円
(増減-6,440円)



総務費 一般行政事務費として

50,062円 令和7年度 55,521円
(増減-5,459円)



消防費 消防活動や消防団育成に

11,649円 令和7年度 12,082円
(増減-433円)



民生費 社会福祉サービスの充実に

210,412円 令和7年度 199,783円
(増減+10,629円)



教育費 学校教育や生涯学習の振興に

55,857円 令和7年度 93,125円
(増減-37,268円)



衛生費 保健サービスや快適な環境づくりに

33,003円 令和7年度 33,238円
(増減-235円)



公債費 町の借入金の返済に

39,504円 令和7年度 35,016円
(増減+4,488円)



商工費 商工業の振興に

10,239円 令和7年度 10,398円
(増減-159円)



その他 農林水産業の振興や災害復旧に

4,981円 令和7年度 7,697円
(増減-2,716円)

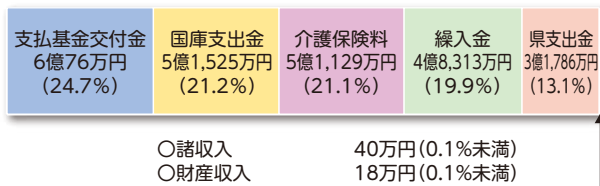


令和8年3月末の人口：28,791人 令和7年3月末の人口：28,995人

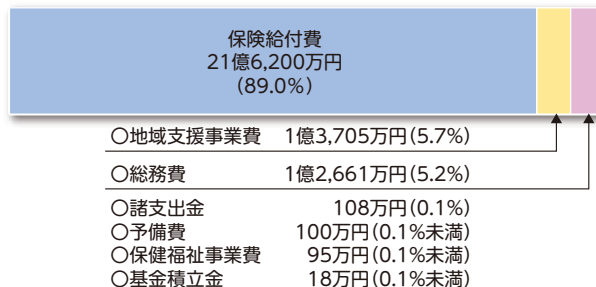
介護保険特別会計 令和8年度予算

介護保険事業 (前年度予算 24億869万円、前年度比 100.84%)

●歳入 24億2,887万円

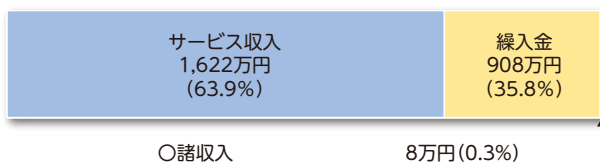


●歳出 24億2,887万円

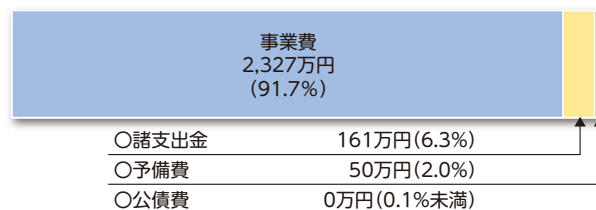


介護サービス事業 (前年度予算 2,344万円、前年度比 108.28%)

●歳入 2,538万円



●歳出 2,538万円



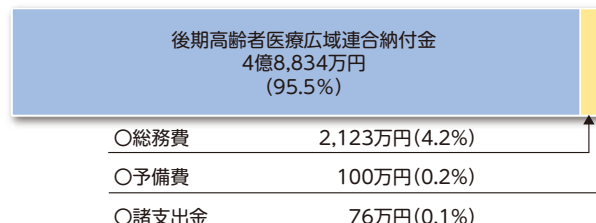
後期高齢者医療特別会計 令和8年度予算

(前年度予算 4億7,725万円、前年度比 107.14%)

●歳入 5億1,133万円



●歳出 5億1,133万円



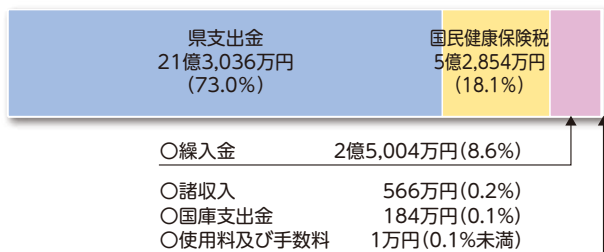
用語の説明

- ①歳入：町における1年間のすべての収入。
- ②歳出：町における1年間のすべての支出。
- ③一般会計：町が行う行政運営の基本的な経費を計上したもの。
- ④特別会計：特定の事業を行う場合に、その特定の事業に対する歳入を歳出にあて、一般会計とは区別されるもの。
- ⑤公営企業会計：事業経営による収入で経費を賄う独立採算制をとる会計。(水道事業会計など)
- ⑥自主財源：町が自主的に収入できる財源。(主に町税など)
- ⑦依存財源：国や県から交付されたり、割り当てられたりする収入の財源。(主に地方交付税、国庫支出金など)
- ⑧町税：固定資産税、町民税など。時津町の歳入の中で一番大きな収入。
- ⑨地方交付税：国税のうち所得税、法人税、酒税、消費税、たばこ税を一定の割合で国が地方に交付するもの。
- ⑩町債：町が各種事業を実施するために国やその他の金融機関から借り入れる資金のことで、通常10年以上かかって返済される。
- ⑪国庫支出金(県支出金)：国(県)が特定の目的のために交付する補助金など。

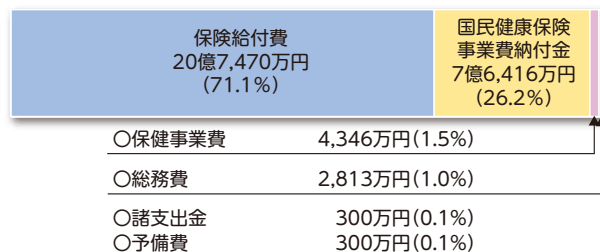
国民健康保険特別会計 令和8年度予算

(前年度予算 28億1,387万円、前年度比 103.65%)

●歳入 29億1,645万円



●歳出 29億1,645万円



水道事業会計（公営企業会計）令和8年度予算

●収益的收入 7億8,371万円



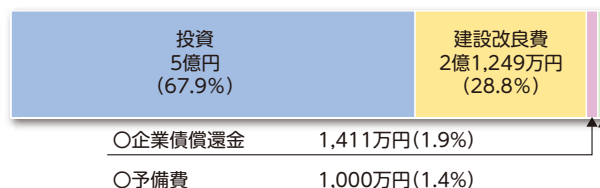
●収益の支出 7億9,340万円



●資本的收入 2,863万円

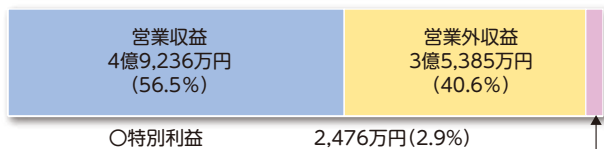


●資本の支出 7億3,660万円



下水道事業会計（公営企業会計）令和8年度予算

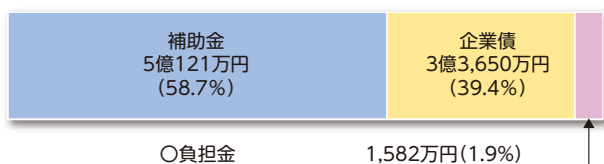
●収益的收入 8億7,097万円



●収益の支出 8億2,671万円



●資本的收入 8億5,353万円



●資本の支出 11億5,209万円





とぎっ子 海外派遣事業

Overseas
dispatch
business



この派遣事業は、外国の文化をはじめ、風土や習慣などを自らの目で確かめ、自らの肌で感じ、国際的視野を広めさせるとともに語学力に対する学習意欲の醸成を図ることを目的としており、令和7年度をもって終了となります。

中学1年生 10名の生徒がアメリカ・カナダでのプログラムに参加し、3月25日から4月1日までの6泊8日間、アメリカ・カナダにて現地の学生との交流やカナダでのホームステイなどを行いました。



1日

スターバックス本社



シアトル航空博物館



2日

マイクロソフト・
ビジターセンター



現地学生との交流開始



3日



ワシントン州日本文化会館



ホストファミリーとの対面



ピースアーチへ散策



4日



フェアウェルパーティー



ブリティッシュ
コロムビア大学キャンパス



ドリームキャッチャー制作

令和8年度の各地区の駐在員をご紹介します。

駐在員の方々には、道路、公園などの施設の整備補修等の申請、開発協議に基づく協議、広報紙・チラシ等の配布など、役場と皆さまの重要なパイプ役として活動していただきます。よろしくお願いいたします。

(敬称略)



かわら としろう
川良 紀郎

子々川

☎ 882-8278



よしかわ しげみ
吉川 茂美

日並 1

☎ 882-5415



はたぞえ しげはる
畠添 茂晴

日並 2

☎ 882-5135



はまべ かずゆき
濱邊 和幸

久留里

☎ 882-3422



うえしま よしひろ
上島 良弘

左底

☎ 080-5258-0834



はまぐち としゆき
濱口 俊幸

元村 1

☎ 882-7437



いのうえ まさよし
井上 雅佳

元村 2

☎ 090-2967-8974



いしばし しゅうじ
石橋 修治

野田

☎ 080-5282-3849



みね よしゆき
峰 善行

浦 1

☎ 882-1546



かわばやし とおる
川林 透

浦 2

☎ 882-3016



ふじやま とおる
藤山 徹

浦 3

☎ 882-2337



かわかみ ゆうじ
川上 祐二

浦 4

☎ 882-5984



しまだ みつひろ
島田 光弘

浜田 1

☎ 882-1945



うらばば いくお
浦馬場 幾男

浜田 2

☎ 882-5126



おおつか としひさ
大塚 俊久

浜田 3

☎ 882-2084



きたがわ ひでお
北川 日出夫

浜田 4

☎ 882-0105



おさき つとむ
尾崎 積

浜田 5

☎ 882-0257



つじ よういち
辻 洋一

小島田

☎ 882-4547



はまだ はるき
濱田 春樹

西時津

☎ 882-1371



太陽光発電設備・家庭用蓄電池の導入補助を行います！

☎ 住民環境課 ☎ 865-6097

住宅や事業所等に設置される自家消費型太陽光発電設備および家庭用蓄電池の設置に対し、補助金の交付を行います。予算額に達した時点で募集を終了しますので、お早めに申請ください。

申請期間

令和8年5月1日～令和8年10月30日

対象者

住宅や事業所等に自家消費型太陽光発電設備（および蓄電池）を設置するもの（個人・事業者）

補助率

- (1)自家消費型太陽光発電設備 個人：7万円/kW 事業者：5万円/kW
 ※出力は太陽電池モジュール公称最大出力の合計値またはパワーコンディショナー出力の合計値のいずれか低い方で計算します（kWは小数点以下切り捨て）
- (2)蓄電池
 蓄電池の価格（工事費込み、税抜き）の3分の1（15万5千円/kWhの3分の1を上限とします）
 ※(1)自家消費型太陽光発電設備の付帯設備として家庭用蓄電池を設置することが必要です。
 ※一件あたりの補助上限額は、(1)自家消費型太陽光発電設備と(2)家庭用蓄電池を合わせて100万円です。

注意事項（一部抜粋）

- 令和8年11月30日までに実績報告ができる事業に限ります。
- 固定価格買取制度（FIT制度）やFIP制度の認定を受ける場合は、補助金を受けることができません。
- 個人の場合、導入した太陽光発電設備より発電した電力量の30%以上を、事業者の場合、50%以上を自家消費する必要があります。



時津町ホームページ

※補助要件や申請書類など、詳しくは時津町ホームページをご覧ください。

『太陽光発電設備・蓄電池』の共同購入 参加者募集中！

つくる、ためる、つかう。
 共同購入で賢く導入、家計を助けるエコライフ。

参加登録期間
 令和8年10月28日まで



太陽光発電設備や蓄電池の導入を希望する皆さまへ

スケールメリットを活かしたおトクな購入価格と、手間なく安心して検討できる機会を提供することを目的としています。本事業は長崎県とアイチューザー(株)が協定を締結して実施しています。

※参加登録後でも設置契約は義務ではありません。ぜひ、お気軽にご参加ください。



みんなのおうちに太陽光

<https://switchtogether.jp/solar-and-battery/nagasaki>



安心してご購入の検討をしていただけるように、説明動画を配信しております。また、専用WEBサイトや事務局への問い合わせもご活用ください！

【お問い合わせ】

みんなのおうちに太陽光事務局
 ☎0120-723-100

(固定電話・携帯電話)

受付時間/10:00~18:00
 (土・日・祝日を除く)

地震に備えましょう

☎ 都市整備課 ☎ 882-4807



時津町では、地震に対する住宅の安全性の確保を促進するため、耐震診断を実施し、耐震改修計画の作成および耐震改修工事を実施する木造戸建住宅の所有者に対して、耐震診断および耐震改修工事の費用の一部を補助しています。

補助対象・補助額

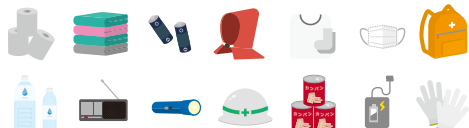
補助制度	補助対象	補助額
耐震診断費補助	<ul style="list-style-type: none"> 時津町内にある木造戸建住宅で、所有者本人が居住しているもの 平成12年5月31日以前に建築されたもの 階数が3以下のもの 在来軸組工法、伝統的工法または枠組壁工法の住宅 混構造にあつては、立体的な混構造に限り、その木造部分に限る 	耐震診断費 136,000円のうち 113,000円 (自己負担額：23,000円)
耐震改修計画作成及び耐震改修工事費用補助(耐震化総合支援事業)	耐震診断の結果、耐震基準に適合しないと判断された住宅を耐震基準に適合させるための耐震改修計画の作成および耐震改修工事	耐震改修工事費の 5分の4 (上限：100万円)

※その他のいくつかの要件がありますので、詳しくは都市整備課にお問い合わせください。

受付期間

令和8年11月2日(月)まで

(予算額に達し次第、受付を終了します。)



地震から身を守るために必要な事前準備

- 1 建物の安全点検をして必要な補強をしておきましょう
- 2 家族で役割分担や連絡手段をあらかじめ決めておきましょう
- 3 非常持ち出し品を準備しておきましょう
- 4 家具を固定して家の中の逃げ道を確認しておきましょう
- 5 避難場所を確認しておきましょう

企業版ふるさと納税寄附企業のご紹介

☎ 戦略推進課 ☎ 865-6805

令和7年度に企業版ふるさと納税を活用し、寄附をいただいた企業の皆さまを紹介します。
時津町の地方創生の取り組みに支援いただき、誠にありがとうございました。

ご支援いただきました企業の皆さま(令和7年度)

令和7年度は **25**社から合計 **1,330**万円のご支援をいただきました。

株式会社工藤測量設計 様 / 株式会社重野設計事務所 様 / 株式会社アレシア 様 / 馬場興産株式会社 様 /
株式会社建友社設計 様 / 有限会社雄和土建工業 様 / 株式会社八大 様 / 株式会社長与管工設備工業所 様 /
長崎電気株式会社 様 / 山総建設株式会社 様 / 株式会社三恵電業 様 / 株式会社長崎測量設計 様 /
株式会社カルティブ 様 / アート・ワン株式会社 様 / 株式会社西海興業 様 / 株式会社ネオグローブ 様 /
株式会社アイキューブシステムズ 様 / 長星安全産業株式会社 様 / 東亜建設技術株式会社 様 / 長崎電業株式会社 様

※公表することを了承いただいた企業のみを掲載しています。 ※寄附申出順に掲載しています。

いただいたご寄附は、「時津町まち・ひと・しごと創生事業」の推進に活用させていただきます。



まちかど



ウォッチング



青少年の健全育成推進に尽力

このたび時津町青少年健全育成町民会議前会長の松田郁夫さんが、社会教育功労者表彰（文部科学大臣表彰）を受賞されました。

松田さんは、時津町青少年健全育成町民会議の会長として、永きにわたり青少年の健全育成活動の推進と社会教育の発展に貢献されました。

これまでのご尽力に対し、心より敬意を表しますとともに感謝を申し上げます。



▲受賞された松田郁夫さん

新たに民生委員・児童委員 就任

厚生労働大臣からの委嘱を受け、山口隆さんが新たに民生委員・児童委員に就任しました。地域福祉行政において地域の相談役として、役場や専門機関との橋渡し役として令和10年11月までご活躍いただきます。

高齢者や障害をお持ちの方への支援が必要なとき、子育てや介護での心配ごとや不安等があるときは、お住まいの地域の民生委員・児童委員へお気軽にお尋ねください。



▲山口隆さん（野田郷） ☎ 882-3464

100歳の誕生日 おめでとうございます

元村郷の吉田タキさんと浜田郷の松尾ユキ子さんが、100歳の誕生日を迎えました。

山上町長が吉田タキさんに「おめでとうございます。これからもどうぞお元気で長生きしてください。」とお祝いを渡しました。

若い頃にご夫婦で旅行にいったハワイの話など昔話にも花が咲いて、大変嬉しそうにお話されていました。



▲(写真中央) 吉田タキさん
【長生きの秘訣】 食事をきちんと食べること

介護施設に入居されており、施設職員や入居者が見守る中、中尾副町長が松尾ユキ子さんに「おめでとうございます。これからもどうぞお元気で長生きしてください。」とお祝いを渡しました。

息子さんと一緒に祝福を受けて、とても100歳を迎えられたとは思えないほどお元気な姿が印象的でした。



▲(写真中央) 松尾ユキ子さん
【元気の秘訣】 お琴

時津港海岸のごみ拾い

3月14日に、コミュニティ時津が主催で時津港海岸のごみ拾いボランティア活動が行われました。町内の企業や各種団体のほか、大学生ボランティアなど約110名が参加し、時津港海岸をきれいにしました。

海岸に漂着したごみを拾い集めるとともに通路脇の雑草を刈り取り、集めたごみは約200kgになりました。



▲ごみ拾いの様子

ボランティア清掃

3月10日に、青雲中学校2年生が教育活動の一環として学校周辺のボランティア清掃を行いました。参加した宮本彩羽さんは「私たちは県内外から集まった出身地の異なる仲間ですが、日頃からお世話になっている時津町をより美しくしたいという共通の目標をもって活動できたことは、とても意義深い経験となりました。」と話していました。



▲力を合わせて清掃を行いました

自律無人航行船を用いたCO₂除去・回収実験に成功

3月24日に、子々川漁港で長崎大学海洋未来イノベーション機構 実海域技術開発研究推進センター（山本郁夫教授研究室 吉田弘客員教授）による自律無人航行船を用いたCO₂除去・回収実験が実施されました。

自律無人航行船で海水の中に含まれるCO₂を分離し固形状にして除去・回収するもので、世界でも例がない実験に成功しました。今後の地球温暖化対策への活用が大いに期待されます。



消防団 新体制

時津町消防団の体制が変わりました。新たに団長、副団長、分団長に就任された方は次のとおりです。これからも、町民の生命・財産を守るために、また、安全・安心なまちづくりのために、よろしくお願いします。



▲（写真左から）（敬称略）

- ・本部 団長 一瀬 慎
- ・本部 副団長 中尾 毅彦



▲（写真前列左から）（敬称略）

- ・第1分団 分団長 杉本 勝孝
- ・第3分団 分団長 福本 太
- （写真後列左から）（敬称略）
- ・第4分団 分団長 矢嶋 洋一
- ・第5分団 分団長 天本 英樹
- ・第9分団 分団長 根岸 昌樹

時津町戦没者追悼式

4月5日に、時津公民館で時津町戦没者追悼式（主催：時津町戦没者慰霊奉賛会）が行われました。

時津町戦没者慰霊奉賛会会長である山上町長の式辞の後、遺族など参列者による献花が行われ、491柱の御霊を弔い、世界の恒久平和を願いました。



▲献花する町立中学校の代表生徒

地域の子どもは地域で育てる「enjoy! パパ・ママ」

「enjoy! パパ・ママ」は地域で子育て経験のある先輩たちが、子育て奮闘中のパパ・ママと一緒に様々な活動することで、地域の輪が広がり、繋がりが生まれることを目的としています。

「enjoy! パパ・ママ in 元村」



▲チームで助け合いながら楽しみました

3月15日に、元村下街区公園で諫早市こどもの城の野中邦浩氏を講師に迎えて「のっちと遊ぼう！」が開催されました。大人も子どもと一緒に体を動かしながら、地域の繋がりの大切さや挑戦する過程の楽しみ方を学びました。



▲大人から子どもまでみんなで準備運動

「enjoy! パパ・ママ in 左底」

3月8日に、左底公民館で助産師の梅木千恵子氏を講師に迎え、「親子わくわく教室『子どもの育ちにおける絵本の力』のお話を聞いてみませんか」が開催されました。

「親子で同じ絵本を見つめ、自分の声で語りかけ、触れ合うひとときが、言葉以上の愛情を伝える」という話に参加者は深く共感し、忙しい日常の中で親子が向き合える「絵本の時間」の大切さを再確認する機会となりました。



▲講師のお話熱心に耳を傾ける参加者の皆さん



▲講師おすすめの絵本も用意され、子ども達も楽しい時間を過ごしました

元村2子ども会6年生送別会

3月8日に、元村2子ども会では6年生送別会を開催しました。

これまで下級生のお世話をしてくれた6年生に感謝とお祝いの気持ちを伝え、一緒に鬼ごっこや缶蹴りをした後、みんなでドーナツを食べて、楽しい時間を過ごしました。



▲美味しいドーナツをみんなで食べました

子ども会レクリエーション

3月1日に、時津町B&G海洋センターで子ども会レクリエーション（主催：時津町子ども育成会連絡協議会）が開催されました。

レクリエーションには町内の未就学児や子ども会加入者45名が参加し、ニュースポーツやまが玉づくり、缶バッジづくりなどの工作のほか、紙飛行機やバルーンアートなどの体験コーナーを楽しみました。普段あまり体験する機会のないストラックアウトやモルックに挑戦し、会場では白熱した盛り上がりを見せました。



▲バルーンアートに挑戦

町立小中学校で入学式

4月9日に町立中学校で、10日に町立小学校で入学式が行われ、新1年生が新たな学校生活をスタートしました。

今年度は、中学校2校合わせて256名、小学校4校合わせて237名が入学しました。期待や希望に子どもたちの胸が大きく膨らむ学校生活になることを願います。

皆さん、ご入学おめでとうございます。



▲学校生活の始まりにドキドキ。新入生入場（時津東小学校）



▲保護者へ顔を見せる新入生（時津東小学校）



▲新たな一歩を踏み出す新入生（鳴北中学校）



▲期待を胸に新入生代表挨拶を行う生徒（鳴北中学校）

第42回時津町卓球選手権大会・第34回B&G会長杯卓球大会

開催日 令和8年2月22日(日) 開催場所 コスモス会館
 主催 時津町卓球協会 共催 時津町B&G海洋センター
 参加者 84名（一般57名・小中学生27名）

硬式の部 地区別対抗団体戦			
優勝	浜田チーム		
	森 雅史	向 健佑	中里 文哉
	山本 美佐子	平野 悦子	川尻 美帆香
準優勝	元村チーム		
	小谷 公志	東根 凌	田川 航
	永尾 光子	山本 ミチ子	松尾 ひろみ
第3位	長崎市チーム		
	丸亀 達則	山本 啓介	内田 隆
	野中 百合子	下芝 恵	中村 値通子



硬式の部 男子ダブルス		硬式の部 女子ダブルス	
優勝	富松 良喜・向 健佑	田中 亮子・森内 直子	
準優勝	森 雅史・内田 隆	酒井 陽帆・富松 美陽子	
第3位	大熊 英夫・大熊 久登	永富 順子・松尾 ひろみ	
第3位	中里 文哉・東根 凌	山本 美佐子・永尾 光子	
小学生シングルス		エンジョイクラス シングルス	
優勝	川尻 昂輝	崎山 梓織	
準優勝	中西 祥生	末永 真由美	
第3位	永富 晴汰	田中 えり子	
第3位	田川 夏奈子		

時津子ども食堂「はこべら」の案内

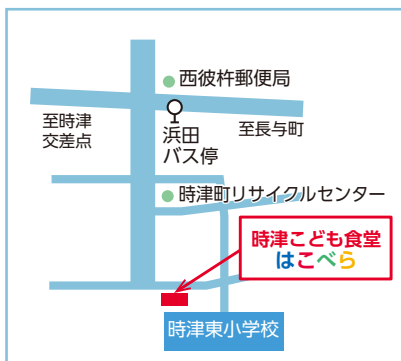
食料品をお渡しします。申込み不要。無料。
一家庭に1セットお渡しします。

- 時** 6月6日(土) 午前11時
(準備した食料品が無くなり次第終了)
- 所** 時津子ども食堂 はこべら
時津町浜田郷1466番地3
(時津東小学校第2正門入口横)



食物アレルギーへの対応はしていません。

- 問**
時津子ども食堂
はこべら
運営責任者
友岡 純一
☎ 090-8627-4782



鳴鼓陸上クラブメンバー大募集!

もっと早く走りたい! 走るのが大好き!!
そんな小学生たちで仲良く、楽しく活動しています。
ぜひ一度、見学・体験に来てください。

- 時** 毎週火・木曜日
午後5時~6時30分
- 所** 鳴鼓小学校グラウンド
- 対** 鳴鼓小1年生~6年生(男女)
- 料** 3~6年生: 12,000円/年
1~2年生: 6,000円/年
- 問** 陸上部会長 赤波江まで
(右記の二次元コードから)



こども生け花クラブ

仲間が増えて、現在18名で月に一度ゆったり活動しています。

自由で元気の発想から生まれる作品はどれも違ってどれも素敵(^^)
お気軽に見学、体験においでください。

- 時** 毎月第3土曜日 午後1時~
- 所** 北部コミュニティセンター2階
- 料** 500円/回
- 問** ☎080-5208-3878 (岩瀬)
☎090-8398-2903 (山口[講師])



日中つながりにくいため
SNS可

時津図書館で開かれる会のご案内 とぎつ読書会

とぎつ読書会では、会員を募集しています。
月に一冊の本を読み、その本を通して語り合う会です。

- 時** 5月20日(水) 午前10時10分~正午
- 本** 文豪たちが書いた笑う名作短編集
(彩図社文芸部/著)
- 問** とぎつ読書会(山上) ☎882-3691



将棋交流会参加者募集(第261・262・263回)

- 時** 5月10日(日)・17日(日)・24日(日)
午後1時~5時
- 所** 東部コミュニティセンター
- 料** 無料
- 対** 60歳以上の将棋好きな人
- 問** 時津町シニアクラブ連合会(濱本)
☎882-7163



子どもたちも参加できます!
指導者が熱心に指導します!

俳句 はじめませんか

俳句をはじめてみませんか。まずは、楽しい会を見学においでください。

- 時** 毎週木曜日 午前10時~正午
- 所** 時津公民館
- 料** 2,000円/年
- 問** ☎ 882-5154 (田崎)



太極拳 会員募集!

中国四川省武当山の太極拳です。高齢者向けの指導で、体育館シューズのみで練習できます。

- 時** 毎週金曜日 午後1時30分~3時30分
- 所** コスモス会館 ふれあいルーム3
- 指導** 県武術太極拳連盟理事 山本 浩司
- 問** 時津四川武術クラブ
☎ 080-6175-9341 (山上)



時津ジュニアバドミントンクラブ部員募集!

ジュニアのみなさん、バドミントンを始めてみませんか? 指導は、時津町バドミントン協会会員が行っています。

- 時** 毎週土曜日 午後4時~6時
- 所** 時津町B&G海洋センター
- 対** 年長~小学4年生
※体験・見学などいつでもお気軽にお問い合わせください。
- 問** ☎ 090-4349-6966 (本山)



崎野のさいきん、これからさき

さきのインフォメーション

● こどもの日は草スキーを思いっきり楽しもう!! ●

5月5日(火) こどもの日は、草スキーを無料でお楽しみいただけます！
※道具に限りがありますので、譲り合ってください。



● フォークギター演奏会が開催されます! ●

時 5月10日(日) 午後1時~3時

所 管理棟1階

出演(敬称略) 藤原 大士、荒木 俊伸、松林 静風、
中野 洋一、長岡 純重



● 宿泊施設・デイキャンプ好評受付中!! ●



コテージ



テント



バンガロー



デイキャンプ

事前予約はこちらまで

崎野自然公園 HP <https://sakino-nature-park.com/>



崎野自然公園管理棟 ☎ 095-882-6303

管理棟受付時間：午前9時~午後7時(4月~10月)

午前9時~午後5時(11月~3月)

〒851-2101 長崎県西彼杵郡時津町西時津郷1379番地1

2026 海洋センター通信



休館日 毎月1日
(1日が土・日・祝日
の場合は
その直後の平日)

時津町 B&G 海洋センター 時津町日並郷 3630 番地 ☎ 882-9598 FAX 882-9641

プール開放について (6月2日から)

B&G 海洋センタープールの開放に向けて、ただいま準備を進めております。開放日は来月6月2日(火)となります。どうぞご利用ください!

- **料金**：大人 220円 (町外 330円)
中学生以下 110円 (町外 160円)
- **使用時間**：午前の部 午前9時30分～11時50分
午後の部 午後1時00分～4時50分
夜間の部 午後6時00分～8時50分
(午後6時以降、中学生以下の使用は保護者同伴となります)



【プール使用上の注意】

- 未就学児は、保護者も一緒に入水してください。
- 小学1、2年生は保護者による監視が必要です。
- 水着以外ではプールに入れません。(ラッシュガードは可)
- 水泳キャップを必ず着用ください。
- 感染症の疑いがある方の来場はご遠慮ください。
- **オムツを着用している方は、衛生上プールを使用することはできません。(水遊び用オムツ着用でも不可)**



2Fトレーニングルームにクールダウン室を設置しました

いつも B&G 海洋センターをご利用いただき、誠にありがとうございます!

ここ数年、夏季に気温が上昇、猛暑が続き、熱中症の危険性が高なっていました。

そこで、2Fトレーニングルームの一角にエアコンを備えたクールダウン室を設置しました。

引き続き、熱中症予防に気を付けながら、スポーツをお楽しみください。



トレーニングマシンで体を引き締めませんか

B&G 海洋センターと東部コミュニティセンターにトレーニングマシンを設置しています。初めて使用する方は、登録が必要です。



○64歳以下：

B&G 海洋センター、コスモス会館で随時受付 (高校生以下は保護者の承諾が必要です)

○65歳以上：

右記使用説明会を受講してください。
説明会の受付は5月2日(土)から電話
または施設窓口でお願いします。

日時	場所	申込
5月19日(火) 午後2時から 1時間程度	東部 コミュニティ センター	☎ 882-9955 または窓口 (定員8名)



2026

カナリー インフォメーション

おでかけ♪

カナリーステージイン 開催決定!!

カナリーホールでは、時津町立小中学校の全児童・生徒の皆さんを年に1回、小学校入学から中学校卒業までの9年間（計9回）ホールへ招待し、生の舞台芸術にふれてもらう催し「Canary Stage 9」を実施しています。催しのタイトルは、「舞台」や「段階」を意味する「Stage」と、小学1年生から中学3年生までにこの催しに参加する回数「9」を組み合わせています。

「子どもたちの（成長の）段階に応じたステージを鑑賞してもらい、色々なことを感じ、生で舞台芸術を鑑賞する楽しみを知ってもらいたい。」という願いを込めて実施している事業です。

今年度は、ホールが大規模改修工事中のため、ホールを飛び出して各学校までお届けに行くことになりました♪



小学生の部

出演：アーマンブラス

東京藝術大学の同期生により結成された金管五重奏団。現在は、長崎をはじめ各地で活動する演奏家により構成され、コンサートや音楽鑑賞教室を行っている。

長崎で活躍する松永憲二（トロンボーン）を中心に、トランペット・ホルン・チューバ・パーカッションの華やかで、ワクワクするアンサンブルをお届けします！

中学生の部

出演：タナカハルナ



9歳で地元の合唱団に入団。18歳で卒団。その後SONYオーディションでグランプリ獲得をきっかけに、地元長崎を中心に音楽活動をスタート。現在テレビ・CMで歌手やタレントとして活躍し、幅広い層から注目を集めている。まっすぐに届く澄み切った歌声、そして長崎弁を交えた飾らないキャラクターが魅力のシンガー。

今の自分、未来の自分を考える中学生にピッタリな、色彩豊かなステージをお届けします♪



※この内容は2026年3月末日現在のものです。

とぎつカナリーホール

〒851-2104 長崎県西彼杵郡時津町野田郷62番地
☎882-0003

Togitsu **Canary Hall**



時津図書館だより

時津図書館 ☎ 882-4436

はみだし3月のリクエスト ベスト3 (book)

- ① 「欲望の裏」 堂場 瞬一/著 (角川春樹事務所)
- ② 「サチコ」 群 ようこ/著 (幻 冬 舎)
- ③ 「取り立て伊勢参り」 千野 隆司/著 (集 英 社)

3月のリクエスト総数 2,311件



小学生としゃかんクラブ募集中!

つぎぼんクラブ

ちびっこ図書館ボランティアです。自分が来られる日に、図書館で活動していただきます。カウンターや壁面飾り、イベントのお手伝いなど、図書館のお仕事を体験できるボランティアです。



詳しくは図書館1階カウンターでお尋ねください。

対 3～6年生

申 5月31日(日)まで。図書館カウンター、またはお電話で受け付けます。(定員：10名・申込み多数の場合は抽選)

資料の取り扱いについてのお願い

図書館の資料は、町民の皆さまの大切な財産です。次の方が気持ちよく利用できるように、丁寧な取り扱いをお願いします。

資料の紛失や汚損・破損がありましたら、図書館までお知らせください。

おはなし会

それぞれの年齢を対象に、絵本の読み聞かせ、手あそび、わらべ歌、紙芝居などを行います。

名称	場所	日 時	対 象
ふくろうおはなし会	本 館	5月2日(土) 6月6日(土)	幼 児 小学生
ひなどりおはなし会	本 館	5月16日(土) 6月20日(土)	
ひだまりおはなし会	本 館	5月20日(水) 6月17日(水)	幼 児
ぴよぴよおはなし会	本 館	5月7日(木) 6月4日(木)	乳 児
おはなしぼぼんた	北児童館	5月14日(木) 6月11日(木)	乳 児
おはなしひらけごま	東部分館	5月21日(木) 6月18日(木)	乳 児

図書館カレンダー

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

- 開館時間：午前10時～午後6時(分館は午後5時まで)
- 分館昼休み：午後1時～2時

■ 本館・分館休館日 ■ 北部・東部分館休館
■ 本館のみ午前9時～午後7時開館

子どもの読書週間 春まつり

日 5月9日(土) 午前11時～正午

所 時津図書館1階タタミコーナー

対 幼児・児童とその保護者

おはなしや工作など、楽しい催しが盛りだくさんです。ご参加お待ちしております。
※申込み不要。



どなたでも参加ができます。

今月のおすすめ

【本】一般書 『大正・昭和のたのしい旅行地図図鑑』

岡田 直/編著 (三オックス)

大正・昭和初期の主に観光旅行用絵地図の図鑑です。味わいのある絵に、当時の旅行の雰囲気をつかうことができます。地図の表紙や裏表紙が紹介されているところもおすすめです。鉄道の路線も載っているので、そちらも楽しめる1冊です。



【本】児童書 『すいみん大じてん』

平野 有沙/監修 (あかね書房)

「すいみん」って何?それって必要な?眠っている間も、心臓は動いているし、呼吸もしている。私たちのからだはどうなっているの?考えたこともなかった?実は「すいみん」は私たちが生きていくのにとっても大切なことなんだって。「よいすいみん」「わるいすいみん」について考えてみよう。



時津町は家読(うちどく)を推進しています

時津図書館では、家族で読むのにおすすめの本を幼児向け、小学校低学年、中学年、高学年向けのリストにご紹介しています。

「たまにはテレビをけして…2026年春号」配布中です

低学年向けのおすすめより 『おじいさんと池』

マックス デュコス/作 木内 堯/訳 (名古屋外国語学出版会)

池のそばに住んでいるおじいさんは、池を友達のように大事にお世話してきました。でもある日地主に出て行くように言われたおじいさん。池をじゅうたんのようについで、一緒に持つて行くことにしました。いろんな場所に池を移動させてみるけど、なかなか上手いきません。おじいさんと池が行き着いた先は?



こども家庭センターだより

こども家庭センター
 福祉課 ☎ 882-2798
 国保・健康増進課 ☎ 882-2796
 【お問い合わせ・予約時間】
 月曜日～金曜日
 午前8時45分～午後5時30分

令和8年4月よりこども家庭センターが移転しております！

時津町保健センター内でおこなっていた申請や相談窓口が下記のとおりとなります。

母子健康手帳の交付、個別の相談の窓口

時津町役場本庁舎 2階福祉課

集団で実施する乳幼児健診・相談事業の開催会場

保健センター

時津町こども家庭センター

※各種事業で申込み先が異なります

福祉課 (☎882-2798)

国保・健康増進課 (☎882-2796)

※電話によるお問い合わせ・予約時間は、月～金曜日：午前8時45分～午後5時30分の受付となります。

おやこのほっとサロン (予約不要)

地域の母子保健推進員を中心に実施しています。予約は不要です。自由に集まってみんなで楽しくおしゃべりをしましょう。赤ちゃんの体重測定もできます。

時 5月12日(火) 午前10時30分～11時45分 所 北子育て支援センター

時 5月29日(金) 午前10時30分～11時45分 所 中央子育て支援センター

対 乳幼児とその保護者

●持ってくるもの：赤ちゃんを寝かせるタオルなど(体重を量るときにも使いますので、希望される方は必ずお持ちください。)

ブックスタート

絵本の読み聞かせや配布を行います。お一人様1回限り参加可能です。

時 5月28日(木) 午前10時30分～正午 所 コスモス会館

対 4ヵ月健診受診後から1歳のお誕生日までの親子

申 時津図書館(本館)へご連絡ください(☎882-4436)

●持ってくるもの：母子手帳

パパ・ママ学級 (要予約)

時 5月24日(日) 午前9時30分～

所 保健センター

対 妊娠8ヵ月の妊婦とその家族

内 新生児について学習し、産後の赤ちゃんのいる生活についてイメージしてみよう。

申 5月22日(金)までに国保・健康増進課へご連絡ください(☎882-2796)

●持ってくるもの：

母子手帳、こどもノート、時津町子育て支援ガイドブック、筆記用具



すこやか子育て相談 (要予約)

内 子育てをひとりで頑張りすぎていませんか？「かんしゃくで泣いているときに、どうしたらいいのかわからない」、「言葉が少ない気がする」など、こどもさんのしつけや発達等で悩んでいることはありませんか？こどもさんの成長に合わせた声のかけ方や遊びの工夫など、保護者さまの相談に寄り添いながら、公認心理師からアドバイスが受けられます。

申 福祉課こども家庭センターへご連絡ください。(☎882-2798)

秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

乳幼児相談 ①2ヵ月 ②7ヵ月 ③10ヵ月 ④1歳 ⑤2歳3ヵ月相談 (予約不要)

保健や栄養の個別相談を開催します。お子さんの発達・育育にとって大切なこの時期に、健やかな成長の様子を保護者ご自身が確認しましょう。

①2ヵ月相談

時 6月2日(火) 午前9時～9時15分受付

所 保健センター

対 令和8年3月生まれのお子さんとその保護者

問 国保・健康増進課へご連絡ください(☎882-2796)

●持ってくるもの：

母子手帳、子どもノート、問診票、バスタオル



④1歳児相談

時 5月21日(木) 午前9時～9時15分受付

所 保健センター

対 令和7年6月生まれのお子さんとその保護者

問 福祉課へご連絡ください(☎882-2798)

●持ってくるもの：

母子手帳、子どもノート、問診票、バスタオル

②7ヵ月相談

時 5月28日(木) 午前9時～9時15分受付

所 保健センター

対 令和7年11月生まれのお子さんとその保護者

問 国保・健康増進課へご連絡ください(☎882-2796)

●持ってくるもの：

母子手帳、子どもノート、問診票、バスタオル

⑤2歳3ヵ月児相談

時 ①5月8日(金) ②6月8日(月)

午前9時～9時15分受付

所 保健センター

対 ①令和6年2月生まれ②令和6年3月生まれのお子さんとその保護者

問 国保・健康増進課へご連絡ください(☎882-2796)

●持ってくるもの：

母子手帳、子どもノート、問診票、バスタオル

③10ヵ月相談

時 5月26日(火) 午前9時～9時15分受付

所 保健センター

対 令和7年8月生まれのお子さんとその保護者

問 国保・健康増進課へご連絡ください(☎882-2796)

●持ってくるもの：

母子手帳、子どもノート、問診票、バスタオル

保健センターの駐車場には限りがありますので、できるかぎり公共交通機関または乗り合わせでご来場ください。

児童館・子育て支援センターだより

町内の各児童館と子育て支援センターでは、様々な行事を開催しています。行事への参加には申込が必要な場合がありますので、ご注意ください。また子育て支援センターでは、行事開催のほか、出産・子育てに関する相談や情報提供を行っています。ぜひお気軽にお立ち寄り、ご相談ください。

その他の詳細は、
時津町ホームページで
ご確認ください。



児童館行事のお知らせ (小学生向け) ※行事の申込みは校区内の児童優先とさせていただきます

児 時津北児童館 ☎ 881-7537

ワクワク工作

アイロンビーズをやってみよう！
ほうかごは、じどうかんにあつまれー☆
時 6月11日(木)、12日(金) 午後3時30分～
定 なし(自由参加)

児 時津なづみ児童館 ☎ 881-3800

ストーンアートに挑戦!

まあるい石ころにポスカでいろんな絵をかいてみましょう。
飾っても可愛いよ～☆
時 6月24日(水)、25日(木) 午後3時30分～
定 なし(自由参加)

児 時津中央児童館 ☎ 882-4700

マンカラ道場!! ～春の陣～

みんな大好きマンカラ大会！
今回も地域の方が参戦してくれるよ♪負けられない戦いがここにあるっ!!
時 6月24日(水) 午後3時30分～
定 なし(自由参加)

児 時津東児童館 ☎ 881-7733

プレゼント製作

大切な人へプレゼントを作って、日頃の感謝を伝えましょう。
時 6月16日(火)～18日(木) 午後3時30分～
定 なし(自由参加)



子 エンジェル・ちびっこ合同パーク

なづみ子育て支援センター ☎ 881-3800

幼稚園ママあつまれ～

幼稚園（保育園）の先輩ママに聞いてみたいことたくさん。みんなでワイワイおしゃべりしましょう。

時 6月23日（火）午前10時30分～

対 就園前の乳幼児とその保護者（ママのみの参加も可）

定 10組（抽選） 申込期限 6月16日（火）

北子育て支援センター ☎ 881-7537

親子で楽しく腸活タイム♪～腸活ミニ講座&みそ玉作り～

からだ想いの食事のポイントを学び、お家でも簡単にできる「みそ玉作り」を体験します♪

時 6月26日（金）午前10時30分～

対 0歳～入園前の乳幼児とその保護者

定 15組（抽選） 申込期限 6月16日（火）

講師 竹村 智子 先生（看護師、腸改善アドバイザー）

※自分で作ったみそ玉のお味噌汁を飲むことができます。おにぎりを持ってきてもいいですよ

東子育て支援センター ☎ 881-7733

フリースタイルさんの音楽でhappy & smile♪

親子でフリースタイルさんの演奏を楽しみましょう。

時 6月29日（月）午前10時30分～

対 0歳～入園前の乳幼児とその保護者

定 15組 申込期限 6月23日（火）

講師 長崎ママプラス フリースタイルのみなさん

子 エンジェル・パーク

北子育て支援センター ☎ 881-7537

親子deふれあいあそび&子育てトーク

親子でhughug♡ふれあい遊び。

ゆったりのんびり子育てトークを楽しみませんか？

時 6月9日（火）午前10時30分～

対 0、1歳の乳幼児とその保護者

定 12組程度（抽選） 申込期限 6月2日（火）

なづみ子育て支援センター ☎ 881-3800

親子でにっこり読み聞かせ講座～乳児編

まなびを育む絵本の世界。時津図書館の司書の先生に読み聞かせのコツや絵本の選び方などを教えていただきます。

時 6月12日（金）午前10時30分～

対 0、1歳の乳幼児とその保護者 定 10組（抽選）

申込期限 6月2日（火） 講師 吉岡 春奈 先生（時津図書館司書）

子 にこにこ・パーク

中央子育て支援センター ☎ 882-4700

Naru先生のお片付けのススメ★

整理収納アドバイザーNaru先生のお片付け講座です♪乳幼児期の子育てを前向きに楽しむためのお片付けのコツを一緒に学んでみませんか？

時 6月12日（金）午前10時30分～

対 0歳～入学前の乳幼児の保護者（同室託児あり）

定 12組（抽選） 申込期限 6月2日（火）

講師 安富 匠彦 先生（整理収納アドバイザー1級）

子 First Birthday Photo & トーク

北子育て支援センター ☎ 881-7537

1歳のお誕生月にフォトコーナーで写真を撮った後は、トークを楽しみましょう。

時 6月18日（木）午前10時30分～

対 令和8年6月で1歳になる幼児とその保護者 ※5月、7月生まれも可。

定 9組程度（抽選） 申込期限 6月9日（火）

※終了後は、お食事タイム。軽食を食べたい方は持って来てね。

保育園・幼稚園相談 こどもっと😊

時 6月18日（木）午前10時30分～正午

所 中央子育て支援センター

問 時津町こども家庭センター（時津町役場福祉課内） ☎882-4533

保育園コンシェルジュが館内におりますので、就園に関することなんでもお尋ねください♪

※子育て支援センターは通常開館しています。

随時!

子 子育てサポート相談事業

子育てサポート相談（室）

子育て家庭に対する、妊娠・出産・育児不安などについての相談（託児あり）を受け付けています。

お気軽に話しに、相談しに来てくださいね！もちろん、電話相談でもOKです。お待ちしております！

●北子育て支援センター ☎ 881-7537

●なづみ子育て支援センター ☎ 881-3800

●中央子育て支援センター ☎ 882-4700

●東子育て支援センター ☎ 881-7733

子育て相談 ゆったりりんこ🍎

発達が気になる子どものための公認心理師による個別相談（託児あり）です。子育てにおける悩みや疑問、ちょっと気になることなどを相談できます。

時 6月24日（水） 所 なづみ子育て支援センター

※個別相談のため、事前予約が必要です。 ☎ 6月19日（金）

子 ふたご☆みつご 集まれ～!

中央子育て支援センター ☎ 882-4700

ふたご・みつごちゃんの親子の交流を楽しみましょう♪

時 6月27日（土）午前10時30分～

対 多胎児さんとそのご家族（保護者のみ妊婦さんのみの参加も可）

定 6組（抽選） 申込期限 6月16日（火）

※駐車場までお迎えが必要な方は、お電話ください。

子 ふわっとルーム🧸

中央子育て支援センター ☎ 882-4700

♡ねんねのお子さんと一緒にあそびにきませんか？

時 6月19日（金）午前10時30分～

対 生後1ヵ月～4ヵ月頃の赤ちゃんとその保護者

定 6組（抽選） 申込期限 6月9日（火）

子 ちびっこ・パーク

なづみ子育て支援センター ☎ 881-3800

親子でにっこり読み聞かせ講座～幼児編

まなびを育む絵本の世界。時津図書館の司書の先生に読み聞かせのコツや絵本の選び方などを教えていただきます。

時 6月19日（金）午前10時30分～

対 おおむね2歳児とその保護者 定 10組（抽選）

申込期限 6月9日（火） 講師 吉岡 春奈 先生（時津図書館司書）



地域包括支援センターだより

地域包括支援センターが実施する事業などの案内や活動の周知を行っています。
気になる情報があればチェックしてください。

☎ 時津町地域包括支援センター ☎ 813-2530

なづみ野 カフェ



なづみ野カフェは、認知症に興味関心のある方はどなたでもお気軽にご参加いただけます。認知症の本人やご家族、地域住民、医療や介護、福祉に携わる専門家など誰もが気軽に集い、交流を深めたり、様々な情報交換をしたりすることを目的として開催しています。



▲ 時津町ホームページ

参加
無料

開催協力：認知症の人と家族の会 時津秋桜会、時津町社会福祉協議会

【5月のご案内】

時 5月27日(水) 午後1時30分～3時

◎参加希望者は、当日会場に直接お越しください。
※開催中の出入りは自由です。

所 時津公民館 3階 (研修室、集会会議室)

プログラム

- ◎ 「健康測定をしよう！」
健康器具を使用して、**脳年齢**や**体脂肪**等の測定を行います。
- ◎ カフェタイム (参加者同士の交流)

問 時津町地域包括支援センター
☎ 813-2530 担当：中村、高尾

地域リハビリテーション活動支援事業について

地域における介護予防の取り組みを強化するために、町民の方へ介護予防の一環として、機能訓練や栄養指導などを行う事業です。今回は、地域の高齢者サロンへ長崎北病院の作業療法士の佐藤真季先生に「認知症予防」の講話、管理栄養士の宮崎房子先生から「高齢者に必要な栄養」の講話と簡単なレシピの調理について教わりました。



認知症予防の
講話



栄養の講話



高齢期の栄養の取り方



ポイント

メタボ予防からフレイル予防へギアチェンジ

高齢期はメタボ予防からフレイル予防に切り替える必要があります。

中年期

- ◎高脂肪の食事は避ける
- ◎過食によるエネルギーの摂り過ぎに注意
- ◎肥満を防ぐ

食べ過ぎによる「肥満」は血管を詰まらせて脳卒中や心筋梗塞を招く

→ 病気になる1歩手前の
メタボ対策が必要

高齢期

- ◎たんぱく質や脂肪はしっかりとる
- ◎少食によるエネルギー不足に注意
- ◎やせすぎを防ぐ

低栄養による「やせ」は筋力や活動量の低下を招く

→ 要介護状態になる1歩手前の**フレイル対策が必要**



簡単調理で バランスよく 食べましょう！



レシピの一部をご紹介します！

カット野菜と豚肉のレンジ蒸し（主菜）

●材料（4人分）

- 豚ロース薄切り肉（しゃぶしゃぶ用）… 250g
市販のカット野菜（1袋）… 230g
塩こしょう… 少々
- A 酒… 大さじ1
ごま油… 大さじ1
- B ポン酢醤油… 大さじ3
砂糖… 小さじ1/2
ごま油… 小さじ1/2

※豚肉の他に鶏肉や魚でも代用できます。

●作り方

- ①大きめの皿にカット野菜、豚肉をのせて塩こしょうを振り、Aの調味料を全体に回しかける。
（※豚肉は広げながらのせる）
- ②①にふんわりとラップをして、電子レンジ600ワットで6～7分加熱する。様子を見て、加熱が足りない時は追加で加熱する。
- ③Bの調味料を小鉢に混ぜ合わせておく。
- ④②ができ上がったら、皿に4等分に分けて盛りつける。
- ⑤③のタレをかけていただく。

1人分のエネルギー 147kcal / たんぱく質 155g / 脂質 7.7g / 食塩相当量 1.0g

ほうれん草とツナのみぞれ煮（副菜）

※おろし大根を使った料理のみぞれ煮といいます。

●材料（4人分）

- ほうれん草（冷凍）… 150g
大根… 150g
ツナ水煮缶（小）… 1/2缶
めんつゆ（2倍希釈）… 大さじ2
- ※冷凍のほうれん草の代わりに茹でた小松菜を使っても作れます。

●作り方

- ①大根は皮をむき、おろし金でおろしてザルにあげて軽く水けをきる。
- ②鍋に冷凍のほうれん草とツナ缶、めんつゆを入れ中火にかける。おろし大根も加えて煮る。
- ③味がなじんだら、器に盛る。

1人分のエネルギー 26kcal / たんぱく質 2.9g / 脂質 0.2g / 食塩相当量 0.7g

地域支え合いのまちづくり活動報告

時津町では、高齢になってもいつまでも住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、地域の住民が主体となり、小学校区ごとに“地域支え合いのまちづくり”に向けた取り組みを行っています。

時津町の目指す地域像 (第9期時津町介護保険事業計画及び高齢者福祉計画の基本理念)

～地域でお互いに支え合い、いきいきと暮らせるまちづくり～

時津東小学校区

はこべらの里

目指す地域像

隣近所で気軽に助け合い集える地域

はこべらの里・ささえ愛たい

はこべらの里・ささえ愛たいでは、地域の方のお困りごとの相談を受けています。

「庭掃除のお手伝い」

庭掃除支援をして来ました。日差しはありましたが、少し肌寒い日でした。みんなで協力して綺麗に出来ました。

(はこべらの里ブログより)



はこべらの里・茶屋 ※祝日のときは休み

- 第2木曜日：浜田1公民館 午前10時～正午
 - 第3木曜日：西時津公民館 午前10時～昼過ぎまで
 - 第4金曜日：小島田公民館 午前10時～正午
- 料 1人100円

西時津公民館・小島田公民館送迎相談可

連絡先 相川 繁春 ☎090-8767-3386
永田 博信 ☎080-3383-3800

はこべらの里ブログ
ぜひご覧ください!



時津北小学校区

つんなむの会

目指す地域像

気軽に声かけ、寄りそい支え合う地域

春の恒例、シーボルト大学生による琴の演奏を楽しみ、童謡を琴の演奏に合わせて、皆で合唱しました。



地域の居場所

集いの茶屋・憩う家

時 5月は12日、26日
(第2、第4火曜日)
午前10時～正午



所 日並公民館 料 1人 100円

対 子々川・日並地区にお住まいの住民の皆さま

皆さまのお越しを心よりお待ちしております

時津小学校区

つぎいしの輪

目指す地域像

気軽に声かけ合い安心して暮らし続けられる地域

時津小学校区にお住まいの皆さまがホっとできる居場所「つぎいしのほっとハウス」を開催します。皆さまのご参加お待ちしております。

時 5月20日(水) 午前10時～正午

所 ウォーターフロント公園

※雨天時は時津公民館で開催します

料 1人 100円

対 時津小学校区(元村郷、野田郷、浦郷)にお住まいの住民の皆さま

お手伝い
していただける方
絶賛募集中!!



3月はコグニサイズをしました。計算しながらステップ踏んで難しかったけど楽しく脳と体を動かしました。

5月はモルックをします。みんなで楽しみましょう♪



鳴鼓小学校区

なづみの郷

目指す地域像

支え合い 声かけ集う なづみの郷

「なづみの郷・左久楽」開催のお知らせ

時 ①5月14日(木) 午前10時～正午
②5月27日(水) 午前10時～正午

所 ①時津町総合福祉センター
ふれあいホール

②先久留里集会所

料 1人 100円

対 久留里・左底地区にお住まいの住民の皆さま

皆さまのお越しを心よりお待ちしております

3月の様子



▲色とりどりの「しおり」を作りました♪

① 大学または短期大学、一部の専修学校専門課程、高等学校、中等教育学校の後期課程、特別支援学校の高等部、高等専門学校いずれ

町内にお住まいの方のお子さんで、次の全てを満たす方です。

令和8年度 時津町奨学生募集 教育総務課 8001-1266

教育



かに在学中であること ※大学院、通信制を除く 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 (学力と世帯全員の所得を参考にします) ※独立行政法人 日本学生支援機構との併給はできません。また、長崎県育英会の奨学金の貸付を受けている場合は併給調整した額を貸し付けます。 定 若干名 申 教育総務課窓口にて願書等を配布しています。 令和8年6月1日(月)～6月30日(火) ●貸付月額 ◎高校(国立または私立) 15,000円・20,000円・25,000円のうちから選択 ◎大学(国立または公立) 15,000円・20,000円・25,000円のうちから選択 ◎大学(私立) 25,000円・30,000円・35,000円のうちから選択 ●償還方法 貸付期間満了の翌月から起算して6カ月を経過した後、10年以内に返還

健康・福祉 令和8年度原爆被爆者健康診断の日程のお知らせ 問 高齢者支援課 882-4808

受付時間：午前10時～11時、午後1時～2時 ※対象地区でなくても受診可 持参するもの(必須)：「被爆者健康手帳」または「第一種健康診断受診者証」、「第二種健康診断受診者証」

●第1回(前期)

Table with 4 columns: 実施日, 対象地区, 実施場所. Rows include dates from 6/8 to 6/26 and locations like 浜田1公民館, 時津公民館, etc.

●第2回(後期)

Table with 4 columns: 実施日, 対象地区, 実施場所. Rows include dates from 11/30 to 12/14 and locations like 西時津公民館, 時津荘, etc.

※原爆被爆者健康診断は、公益財団法人長崎原子爆弾被爆者対策協議会が行っています。

健康・福祉

令和8年度被爆二世の無料健康診断のお知らせ

高齢者支援課 882-4808

令和8年度被爆二世の無料健康診断を実施します。

対 両親またはそのどちらかが原爆被爆者で、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日以降生まれの方)

申 窓口

高齢者支援課または県立保健所に備え付けの受診申込書に必要事項を記入して申し込んでください。申込み時に受診票と医療機関一覧表をお渡しします。

●インターネット

長崎県電子申請システムによる申込みが可能です。申込み後、長崎県から受診票と医療機関一覧表が送付されます。※これまで受診票の送付を希望された方で、昨年度も受診をされている方については、長崎県から受診票が送付されているため、申込み不要です。

● 受診方法

医療機関一覧表から希望の医療機関を選び、電話予約のうえで受診してください。受診には受診票が必要です。

● 申込期限

令和9年2月12日（金）

● 受診期限

令和9年2月27日（土）

● 受診回数

実施期間中に1回のみ。

※交通費の支給はありません。
※詳しくは、長崎県原爆被爆者援護課へお尋ねください。
長崎県原爆被爆者援護課
☎095・2475

被爆者健康手帳をお持ちの皆さまへ

高齢者支援課

☎082・48008

被爆者健康手帳をお持ちの方は、申請により介護手当や健康管理手当等各種手当が支給できる場合があります。

詳しくは、年度当初（4月上旬）に長崎県から送付されるパンフレット（被爆者援護のしおり）をご覧ください。

なお、パンフレットは健康診断受診者証をお持ちの方へも送付されています。

令和8年度慰霊巡拝

長崎県原爆被爆者援護課

☎095・2427

厚生労働省では、旧主要戦域となった陸上および遺骨収集の望めない海域、旧ソ連・モンゴル地域の抑留中死亡者の埋葬地等において、戦没者を慰霊するため、慰霊巡拝を毎年実施しています（旅費の約3分の1が厚生労働省により補助されます）。

詳しい内容や参加申込に関する問い合わせは、長崎県原爆被爆者援護課にご連絡ください。

5月12日は

「民生委員・児童委員の日」です

福祉課

☎065・6940

● 民生委員・児童委員を「存じますか」

高齢化や核家族化によって、地域のつながりが希薄化している昨今、高齢者や障害のある方、子育てや介護をしている方などが、周囲に相談できず、孤立してしまうケースが増加しています。そこで、地域の身近な相談相手として、

支援を行うのが「民生委員・児童委員」です。

安心して暮らせる地域づくりのために、様々な活動をしている「民生委員・児童委員」についてぜひ知っていただき、活動へのご理解とご協力をお願いします。

● 民生委員・児童委員の制度について

「民生委員」は、民生委員法に基づいて厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。給与の支給はなく、ボランティアとして活動しています。社会福祉の増進のために、地域住民の立場から生活や福祉全般に関する相談・援助活動を行っており、長い歴史を持つ制度です。（令和9年で制度創設110周年を迎えます。）

また、全ての民生委員は児童福祉法によって「児童委員」も兼ねており、妊娠中の心配ごとや子育ての不安に関する様々な相談に応じたり、支援をしています。

民生委員・児童委員の活動は住民の私生活に立ち入ることあるため、活動上知り得た情報について守秘義務が課せられています。この守秘義務は、委員退任後も引き続き

課されます。

● どんな活動をするのでしょうか？

民生委員・児童委員は「時津町民生委員児童委員協議会」に所属し、地域の実情に合わせて福祉に関する幅広い活動を行っています。主に支援を必要とする住民と行政や専門機関をつなぐパイプ役を務めます。

また、民生委員・児童委員の中には厚生労働大臣に指名されて、児童福祉に関する事項を専門に担当する主任児童委員がいます。

● 実際に相談したときは？

高齢者や障害をお持ちの方への支援が必要なとき、子育てや介護での心配ごとや不安といった困ったことがあるときは、お住まいの地域の民生委員・児童委員、主任児童委員へお気軽にご相談ください。守秘義務があり、相談した方の秘密は守られます。

地域の民生委員・児童委員、主任児童委員について知りたい場合や民生委員・児童委員の制度について詳しく知りたい場合は、福祉課にお問い合わせください。

暮らし・手続き

全国一斉

「人権擁護委員の日」
— 特設人権相談所開設 —

福祉課

☎082・4533



人権イメージキャラクター
人KENまもる君・人KENあゆみちゃん

6月1日は、人権擁護委員法が施行された日です。

人権擁護委員は、皆さまの身近なところで人権を守る活動をしています。

家庭内のもめ事や隣近所とのトラブルなど皆さまの悩みや心配事を相談してみませんか？

相談は無料で、秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

時 令和8年6月1日（月）

午前10時～午後3時

所 時津町役場 本庁舎2階相談室（福祉課横）

「自動車税種別割」の納期限は6月1日(月)です!

問 長崎振興局税務部 ☎ 821-8835

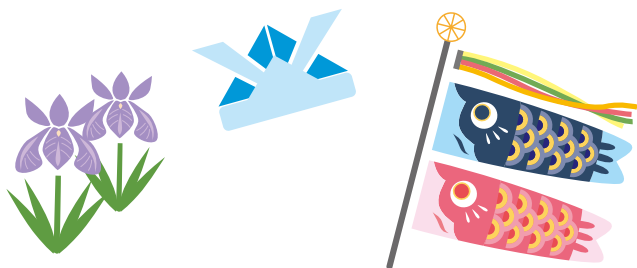
お近くの金融機関・コンビニエンスストアなどで納期限内に納めましょう。また、スマートフォンによるモバイル決済やインターネットを使ってのクレジット納付もできます。



「軽自動車税」の納期限は6月1日(月)です!

問 税務課 ☎ 865-6096

時津町役場またはお近くの金融機関で納期限内に納めましょう。また、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るようになっています。



時津町子育て応援住宅
リフォーム支援事業

都市整備課

☎ 882-4807

安心して子どもを産み育てることが出来る住まい・居住環境の整備を支援するため、中古住宅のリフォーム工費用に対して、補助金を支給する制度があります。

【対】
①同居する18歳未満の子(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある子

および母子手帳の交付を受けている出産予定の子を含む。)がいる世帯

②申請日時点で時津町内に住宅を有していない方

③申請日時点でリフォームする中古住宅の所在地に住民基本台帳の登録がない方

④取得後10年以上居住する見込みの方

【内】中古住宅取得後のリフォーム工事(間取りの変更等、キッチン・浴室・トイレ等の改修、バリアフリーリフォーム、屋根(天井)・外壁・床の断熱改修)

※中古住宅は一定の耐震基準を満たしている必要があります。

●補助金額

住宅リフォーム工事にかかった費用の2分の1

(ただし、上限金額は40万円)

●受付期間

令和8年11月2日(月)まで(予算額に達し次第、受付を終了します)

詳しくは、時津町ホームページ「子育て応援住宅リフォーム支援事業」でご検索ください。

令和7年度 長崎県衛生優良店の決定

問 住民環境課 ☎ 865-6097

保健所では営業施設および管理方法が特に優良な施設として衛生優良店を選定しています。令和7年度長崎県衛生優良店の審査会が開催され、時津町では以下の事業所が見事選出されました。

選出された事業所の皆さま、誠におめでとうございます。今後も住民の皆さまに信頼されるお店、また衛生的なお店の模範となるよう期待します。

【飲食店(2店)】

施設名	営業者名
マクドナルド時津店	有限会社エス・ケイ・フーズ
モスバーガー 長崎時津店	株式会社ベストフード

【菓子製造業(1店)】

施設名	営業者名
異人堂カステラ 時津店	株式会社異人堂

【そうざい製造業(1店)】

施設名	営業者名
有限会社ふくみ屋	有限会社ふくみ屋

【麺類製造業(1店)】

施設名	営業者名
有限会社藤崎食品製麺工場	有限会社藤崎食品製麺工場

【理容(2店)】

施設名	営業者名
ヘアサロンモリタ	森田 秀幸
パーラーセブントカオ	高尾 勝彦

【美容(3店)】

施設名	営業者名
つきみ+	松崎 和洋
BLEND	株式会社 BLEND
リーベ美容室	宇野 康子

お知らせ

「第3期長崎広域連携
中枢都市圏ビジョン」が
策定されました

政策財務課

☎882・3916

少子高齢化、人口減少が進む中にあっても、住民の皆さまに安心して快適に暮らしていただけるよう、経済・生活圏を共にする長崎市・長与町・時津町の1市2町が「連携中枢都市圏」を形成し、様々な連携事業に取り組んでいます。このたび、令和8年度から令和12年度を計画期間とする「第3期長崎広域連携中枢都市圏ビジョン」が策定されました。

これまで以上に連携を強化し、効率的・効果的・持続的な行政サービスを提供することで、「活力と魅力にあふれる長崎都市圏」に住みたい、住み続けたい、訪れたい」を目指します。



▲詳しくは、
こちらから

防災行政無線を用いた
情報伝達訓練の実施

総務課

☎882・2212

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり防災行政無線による全国一斉の情報伝達訓練放送を行います。

【時】 令和8年6月3日(水)

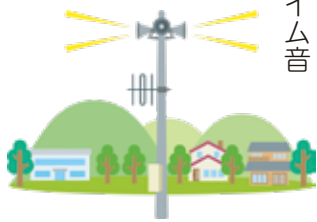
午前11時頃

【内】 上りチャイム音

「これは、Jアラートのテストです。」×3回

「こちらは、防災時津町役場です。」

下りチャイム音



「まちづくり懇談会」のお知らせ
〜ともに語ろう〜

時津町長 山上広信

総務課

☎882・2212

「まちづくり懇談会」を町内4カ所で開催します。

昨年の懇談会では、住民の

高齢者向け配食サービス
を開始しました。

高齢者支援課

☎882・3940

令和8年4月1日から高齢者向け配食サービスをはじめました。

【内】

在宅で食事の調理等が十分にできないひとり暮らしの高齢者の方等に、栄養バランスのとれた食事を町が委託した配食事業者が定期的に配達します。また、お弁当を手渡しすることで安否確認を行います。

●回数

利用者1人につき週3回まで

●お弁当の内容

お弁当またはおかずのみ

※アレルギー食、介護食の対応はありません。

●利用者負担額

1食当たり500円程度

※注文されるお弁当の種類や食料価格の変動などで金額が前後することがあります。

●お弁当の受け渡し（安否確認）方法

原則お弁当を手渡しします。（受領印をいただきます）

お弁当配達時に不在の場合は、事前に指定した場所の保

冷箱の中に置きます。

お弁当配達時に異変を感じた場合は緊急連絡先に連絡が入ります。

【対】

時津町に住所を有し、次のいずれかに該当する高齢者で、自立支援の観点から利用することが適切であると認められる方。

ただし、世帯全員が市町村民税非課税である方に限られます。

①在宅で65歳以上のひとり暮らしの高齢者または高齢者世帯（高齢者ご夫婦のみの世帯など）

②①に準ずると認められる世帯の方

③その他町長が必要と認める方

【申】

高齢者支援課に申請書を提出してください。

時津町から委託配食事業者に申請情報をご連絡します。その後委託配食事業者と直接契約していただきます。（配達時間やメニュー、自己負担額の支払い方法等）



行政情報

町職員の人事異動

4月1日付けで、職員の間
動がありましたので、お知らせ
します。

※（ ）は前所属

- **総務部**.....
- **総務課**
- ▼課長補佐
山口 寿美子(政策財務課)
- ▼潮田 萌子
(選挙管理委員会)
- **政策財務課**
- ▼課長補佐
村本 奈津子(税務課:係長)
- ▼課長補佐
鳥越 祐滋 (係長)
- ▼係長
梅田 晋平 (総務課)
- **長崎県地域振興部市町村課**
- 派遣
▼場先 亮 (総務課)
- **戦略推進課**
- ▼課長補佐
小瀬 博史 (社会教育課)
- **施設整備課**
- ▼係長
田中 由紀子 (主査)
- ▼池田 有美 (新規採用)
- **税務課**
- ▼係長
川端 祐末
- ▼小池 靖史 (都市整備課)

福祉部.....

- **福祉課**
- ▼係長
前川 真理子 (高齢者支援課)
- ▼係長
松尾 真代 (主任)
- ▼齋藤 堯仁 (教育総務課)
- ▼安部 滯 (新規採用)
- **国保・健康増進課**
- ▼水町 舞愛 (社会教育課)
- **高齢者支援課**
- ▼係長
鍵本 姫子 (議会事務局)
- ▼増田 智子 (住民環境課)
- ▼原口 亮介 (税務課)
- **長崎県後期高齢者医療**
- 広域連合派遣
▼係長
田中 織江
- **住民環境課**
- ▼課長
前田 和彦 (長与・時津環境施設組合派遣)
- ▼課長補佐
竹馬 真人 (福祉課)
- ▼参事
笹田 恵子 (参事兼係長)
- **長与・時津環境施設**
- 組合派遣
▼課長
村上 剛史
- **建設水道部**.....
- ▼建設水道部長
久保田 慎一 (都市整備課長)

都市整備課.....

- ▼課長
檀 英典 (課長補佐)
- ▼課長補佐
尾崎 聡 (住民環境課)
- ▼草野 亮太 (税務課)
- ▼淵 皇靖 (政策財務課)
- **区画整理課**
- ▼課長
西嶋 太郎 (課長補佐)
- ▼課長補佐
鍵本 雄基 (係長)
- ▼専門幹
江頭 春彦(建設水道部長)
- **教育委員会**.....
- **教育総務課**
- ▼教育専門官
小森 わかな (時津町立鳴北中学校教頭)
- ▼係長
流川 彩香 (高齢者支援課:主査)
- **社会教育課**
- ▼課長補佐
若杉 幸治 (長崎県後期高齢者医療広域連合派遣:参事兼係長)
- ▼宮崎 公美鼓 (福祉課)
- ▼宮上 竜一 (国保・健康増進課)
- ▼田中 千晴 (新規採用)
- **選挙管理委員会**.....
- ▼係長
齋藤 健 (社会教育課)

議会事務局.....

- ▼議会事務局長
大串 亮治(区画整理課長)
- ▼係長
尾崎 美幸 (社会教育課:主査)
- ▼専門幹
松園 喜秀(議会事務局長)
- **退職**.....3月31日付け
- ▼須賀野 由美 (教育総務課:教育専門官)



▲新規採用職員です。一生懸命がんばりますので、よろしくお願いします。

ポリテクセンター長崎
令和8年度7月期受講生募集

ハローワーク
トレーニング
で一日も早い
就職を!

■受講料/無料(テキスト代などは自己負担有)
※万全な就職支援体制による高い就職率(令和6年度実績:97.1%)

■7月入所コース(訓練期間6ヵ月)

訓練科名	定員	募集期間	施設見学会*	選考日	合格発表	訓練期間
機械 CAD 科	15	4/17 (金)	★ 4/22(水) ★ 5/13(水)	6/3 (水)	6/12 (金)	7/2 (木)
板金・溶接科 (企業実習付きコース)	12					12/24 (木)
電気設備技術科	15	5/22 (金)	5/27(水)			
設備管理科	20					
住宅リフォーム技術科	15					

※上記の日程に都合がつかない場合は、個別見学に対応しますので、ご相談ください。

問 ポリテクセンター長崎 訓練課 ☎0957-22-2324
または最寄りのハローワーク窓口
〒854-0062 諫早市小船越町1113番地
<https://www3.jeed.go.jp/nagasaki/poly/>

ポリテクセンター長崎 検索

在宅当番医

在宅当番医ホームページ▶



在宅当番医は、休日にけがや急病になった人のための診療です。急患以外の場合は、平日に診療を受けましょう。また、在宅当番医は、変更になったり、専門外に關しては診療ができない場合があります。ご利用の際は、事前に連絡してから受診しましょう。受診の際にはマイナ保険証（併せて資格情報のお知らせ）、もしくは資格確認書をお持ちください。

5/3 ㊤ 憲法記念日	時津 えのもと整形外科 整形外科 ☎ 881-0012	長与 森の木脳神経脊髄外科 脳神経外科 ☎ 855-3311	5/17 ㊤	時津 鎌先医院 内科 ☎ 882-2622	長与 長与病院 内科、外科 ☎ 883-6668
5/4 ㊤ みどりの日	時津 藤本クリニック 消化器科、内科、外科 ☎ 801-8862	長与 こが内科外科 クリニック 内科、外科 ☎ 883-4535	5/24 ㊤	時津 黒崎医院 内科、小児科、外科 ☎ 882-2125	長与 成田内科医院 内科、小児科 ☎ 883-2011
5/5 ㊤ こどもの日	時津 もりハートクリニック 内科、循環器科 ☎ 813-2670	長与 道ノ尾みやた整形外科 整形外科、 リハビリテーション科 ☎ 856-0001	5/31 ㊤	時津 サザンこころの クリニック 心療内科、精神科 ☎ 881-7339	長与 たかの耳鼻咽喉科 耳鼻咽喉科 ☎ 857-8733
5/6 ㊤ 振替休日	時津 山中内科消化器科医院 内科 ☎ 860-8811	長与 おひさまこども クリニック 小児科 ☎ 800-2187	6/7 ㊤	時津 やまもと内科 内科、呼吸器科 ☎ 882-8828	長与 平井内科医院 内科 ☎ 883-6565
5/10 ㊤	時津 ひなみこども クリニック 小児科 ☎ 881-2121	長与 長沢医院 内科、小児科 ☎ 883-5622	6/14 ㊤	時津 近藤医院 内科、胃腸科、 呼吸器科、 リハビリテーション科 ☎ 882-7060	長与 馬場耳鼻咽喉科医院 耳鼻咽喉科 ☎ 887-1235

※連絡がとれない場合は、役場(☎ 882-2211)にご確認ください。

夜間急患センター

- 月曜日から金曜日まで
 - ①内 科 受付：午後8時～11時30分
 - ②小 児 科 受付：午後8時～午前6時
 - ③耳鼻咽喉科 受付：午後8時～11時30分
- 土曜日・日曜日、祝日
 - ①内 科 受付：午後8時～11時30分
 - ②小 児 科 受付：午後8時～午前6時

☎820-8699

マイナ保険証等をお忘れなく

■場所：長崎市栄町2-22（長崎市医師会館1階）

長崎市夜間急患
センターホームページ



長崎県救急安心センター #7119

つながらない方は
☎ 801-1217

急な病気やケガで救急車を呼ぶか迷ったとき
相談時間/24時間 365日対応

子ども医療電話相談 #8000

つながらない方は
☎ 822-3308

お子さんの急な病気やケガなどで心配なとき
相談時間/毎日午後6時～翌朝8時 ※日曜・祝日は24時間対応

行政相談

第4月曜日(祝日を除く)
午前9時～正午

人権相談

第4月曜日(祝日を除く)
午前9時～正午

心配ごと相談

第1・第3金曜日(祝日を除く)
午前9時30分～正午

弁護士 法律相談

第4金曜日(祝日を除く)
午前9時30分～正午
※開催日2日前までに要予約
予約先 ☎882-0777

※会場はいずれも役場です。

地域包括支援センター (在宅医療・介護連携支援窓口)

高齢者の皆さまの在宅医療、介護サービス、
福祉、介護予防などの相談をお受けします。

☎ 813-2530

子育て 相談 窓口

子ども家庭センター
(時津町福祉課内)
☎ 882-2798

子育て支援センター
(電話相談)
(認定こども園こばとこども園内)
☎ 882-7455

保育コンシェルジュ
(時津町福祉課内)
☎ 882-4533

子育てワンポイント
右記二次元コードより
(今月のテーマ)
手づかみ食べの大切さ



もやせるごみ・資源・もやせないごみの収集曜日

収集地区	対象地区名	もやせるごみ	資源「カン・ビン」	資源「プラ」(プラスチック製容器包装)	資源「ざつ紙・紙箱」「ペットボトル」	もやせないごみ
A地区	子々川・日並・久留里・左底・浜田5・西時津	月曜・木曜	火曜	金曜	第2・第4水曜	第1・第3水曜
B地区	元村・野田・浦・浜田1～4・小島田	火曜・金曜	月曜	木曜		
排出時間		午前8時まで				

❖ごみ・資源物は町指定の袋に入れて出してください。指定袋以外は収集しません。

リサイクルデー

地区名	収集日	収集場所・時間
子々川・日並・久留里	第1日曜日	各ゴミステーション(午前9時まで)
左底・元村・野田・浦・小島田	第2日曜日	
浜田1～5・西時津	第3日曜日	
全地区	第4日曜日	リサイクルセンター(午前9時～正午)

し尿・浄化槽汚泥の収集

収集地区	くみ取り業者名
全地区	山脇清掃 ☎ 882-8359



お誕生おめでとう

●3月届出分（内は保護者の名前）
 日並 太田 愛翔（雅也）
 〃 藤原 桜心（有沙）
 久留里 片平 李奈（雄也）
 〃 宇野 怜生（慎一郎）
 元村 安部 柊里（恭子）
 〃 上原 健太（裕規）
 浜田 石山 陽大（大地）
 西時津 大上 稜（哲）
 〃 坂口 春大（愛実）



「ごんにはー赤ちゃん」
 出生記念証贈呈事業

時津町住民環境課では、時津町に生まれた赤ちゃんとその家族を祝福し、「出生記念証」と「赤ちゃん向け絵本」を贈呈しています。



時津町民生委員児童委員協議会では、「お誕生おめでとう」の欄に掲載されたお子さまのご自宅を訪問して、餅ふみぞうりをプレゼントしています。

お悔やみ申し上げます

●2月届出分

浦 柿添 勝（95）

●3月届出分

日並 原口 信一（90）
 〃 山中 憲治（78）
 久留里 川原 洋子（82）
 左底 町田 貴彦（87）
 元村 山下 三枝子（75）
 〃 上原 健（0）
 浦 萩原 トシエ（85）
 〃 藤山 節子（90）
 浜田 土井添 キクエ（94）

一般寄付

○時津町および社会福祉協議会の福祉事業に役立ててと、次の方から温かい善意が寄せられました。

●3月受付分
 ▼時津町グラウンド・ゴルフ協会の

「おくやみ窓口のご案内」

「遺族の不安や負担を軽減するため、「おくやみ窓口」を設置しています。「おくやみ窓口」では、「おくやみ窓口コンシェルジュ」が付き添い、役場内での死亡届に伴う必要な手続きをできる限り1カ所の窓口で完了できるワンストップサービスを受けられることができます。

「ご利用される方は、原則予約制となりますので、「ご希望の3開庁日前までに住民環境課へ電話もしくはLINEでご予約をお願いします。」

「戸籍の窓」では、希望された方のみを掲載しています。ほかの市区町村または休日中に出生届、死亡届を提出された方で、広報紙掲載を希望されるときは、届出日から1カ月以内に、住民環境課へ籍住民係へお申し込みください。

ダムの貯水率（4月15日現在）

中山ダム (有効貯水量 32万ト)	有効貯水率 100%
久留里ダム (有効貯水量 20.9万ト)	有効貯水率 100%
計 (有効貯水量 52.9万ト)	有効貯水率 100%

※節水はダムに代わる水資源です。

人口のうごき（令和8年3月末現在）

人口	28,791人	転入	302人
男	13,872人	転出	383人
女	14,919人	出生	15人
世帯数	13,548世帯	死亡	23人
人口先月比	89人減	人口前年比	204人減

時津警察署管内の交通事故情報（令和8年3月末現在）

目指そう、交通事故ゼロ！（安全は、ゆとりとマナーとベルトから）

	発生状況		
	発生件数	死者数	傷者数
時津町	23件（-2件）	0人（-1人）	25人（-7人）
長与町	20件（+6件）	0人（±0人）	25人（+6人）
県下	587件（-17件）	4人（-2人）	760人（+7人）

※件数は概数 ※（ ）は前年比

土・日曜、休日の水道に関するトラブルは下記業者が担当です。

（そのほかのおたずねは、子々川浄水場 ☎ 882-8204 まで）

月	日	曜	業者名	電話番号
5	2	土	(株)松栄設備	824-1793
	3	日	滑石設備(株)	856-2512
	4	月	湊商会	881-0700
	5	火	(有)島田設備工業	882-4456
	6	水	(有)博栄設備	844-3530
	9	土	(有)長崎住宅設備	842-7020
	10	日	(株)中島建設	829-0322
	16	土	(有)石本建設	841-9733
	17	日	(有)マルケン	884-2541

月	日	曜	業者名	電話番号
5	23	土	山口設備	883-1439
	24	日	長冷工業(有)	887-1270
	30	土	ハヤシカネエネルギー(株)	848-2323
	31	日	野中住設	865-8271
6	6	土	(株)中島建設	829-0322
	7	日	(株)長与管工設備工業所	883-2580
	13	土	(株)松添設備工事	849-0032
	14	日	小林設備	801-7831

経済センサス 活動調査

調査へのご協力をお願いします

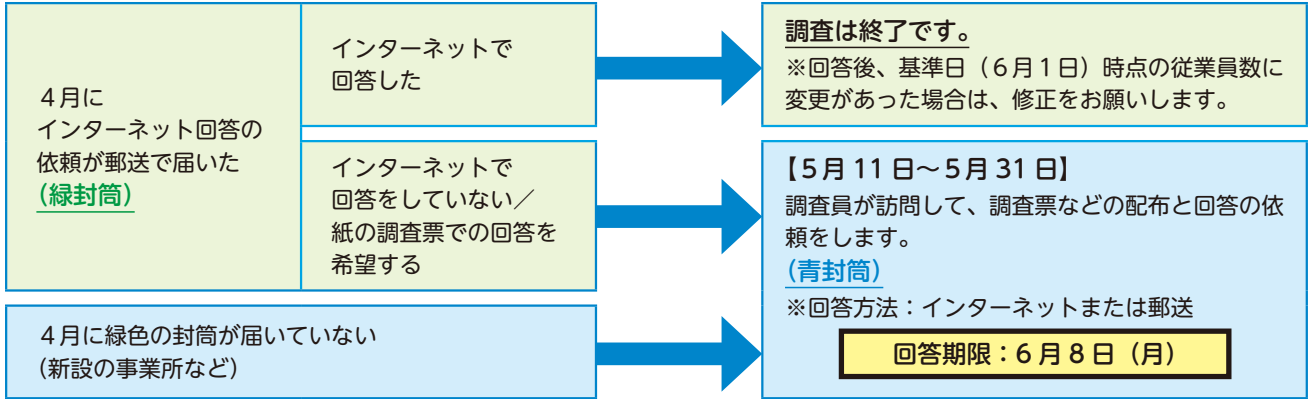
☎ 政策財務課 ☎ 882-3916

総務省と経済産業省は、**令和8年6月1日現在**で、「令和8年経済センサス-活動調査」を実施します。この調査は、**全国すべての事業所・企業**が対象となります。

◎調査の方法

①調査員調査

対象 支所等を有さない比較的小規模な単独事業所、個人経営の事業所など



ぜひインターネットで
ご回答ください!



②直轄調査(国)

対象 支所等を有する複数事業所、比較的大規模な単独事業所等など

5月ごろ	本社にインターネット回答書類を送付 (黄封筒)
------	-----------------------------------



経済センサス-活動調査
キャンペーンサイト



町税の納付は、便利・安心・確実な 口座振替をご利用ください。

☎ 税務課納税係 ☎ 882-3925

※紙面での申請、または WEB での申請ができます。

時津町口座振替

WEBでの申請を
ご希望の方は
こちらから



学校教育相談電話

いじめ問題や不登校などご心配がありましたら、お気軽にご相談ください。
秘密は固く守られます。

☎0120-81-1890

時津町

時津町が発信する防災情報がわかります。

■電話応答サービス 0800-200-3208
(防災行政無線放送の内容を聞き直しができるサービス)

■Yahoo! 防災速報
(ヤフー株)が提供する
避難情報や豪雨予測など
をお知らせするサービス)



■メール配信サービス
togitsu@entry.mail-dpt.jp
(防災行政無線放送の内容を携帯電話
およびパソコン等に一斉配信するサービス)



■避難所の開設状況
<https://vacan.com/area/togitsu-cho-evacuation/evacuation-center/13>
(避難所の開設・混雑情報サービス VACAN(バカン))



「広報とぎつ」は環境に配慮し、再生紙と生物由来資源を原料の一部に使用した環境配慮型インキ(バイオマスインキ)を使用しています。

2026

5 月号

福祉部通信

ここから4ページは福祉部からのお知らせです。



国保特定健診（40歳以上）・後期高齢者医療健康診査のご案内

1年に1回、健康診査を受けましょう！

いつまでも健康で自分らしく、いきいきと自立した生活を送るためには、生活習慣病を防ぐことと、現在の身体の機能をできるだけ落とさないことが大切です。

そのために、健康診査を受診して身体の状態を把握し、健康管理に努めましょう！

健康診査は、医療機関で受診する「個別健康診査」と、町が実施する「集団健診」があり、どちらも「無料」で受診できます。

個別健康診査については、以下の要領で受診してください。なお、集団健診については町ホームページ、LINE、自治会回覧等でお知らせします。また、町カレンダー「月暦ぎっちゅ」5月のお知らせ欄でもご案内しています。

個別健康診査の受診について

	国民健康保険	後期高齢者医療保険
① 対象者	時津町にお住まいの国民健康保険にご加入の方で、特定健診実施日において40歳（年度中に40歳となる方を含む）から74歳までの方	時津町にお住まいで、健診実施日において後期高齢者医療保険にご加入の方
② 受診費用	無料	無料
③ 検査内容	問診、身体測定、血圧、血液検査、検尿、心電図（必要な方）、眼底検査（必要な方）	問診、身体測定、血圧、血液検査、検尿、心電図（必要な方）、眼底検査（必要な方）
④ 受診申込みおよび受診期間	令和8年5月1日から令和9年3月31日まで	令和8年5月1日から令和9年3月31日まで
⑤ 受診方法	(1) 対象者に対し、5月中に「受診券（桃色）」と「医療機関一覧表」を送付します。なお、受診券を送付する前に受診を希望される場合は、役場担当課窓口または電話でお申し込み後、受診券をお渡します。 (2) 受診を希望される医療機関に事前に予約を行ってください。 (3) 受診当日に、医療機関へ 受診券を提出 し、保険加入内容の確認ができるもの（マイナ保険証および資格情報のお知らせ、資格確認書等）を提示してください。	(1) 対象者に対し、5月中に「お知らせ」と「医療機関一覧表」を送付します。 (2) 受診を希望される医療機関に事前に予約を行ってください。 ※令和8年度から長崎市内の委託医療機関でも受診可能となりました。 (3) 受診当日に、医療機関へ保険加入内容の確認ができるもの（マイナ保険証および資格情報のお知らせ、資格確認書等）を提示してください。 なお、マイナ保険証等を提示することで受診が可能ですので、受診券は必要ありません。

※受診場所については、「医療機関一覧表」に掲載の医療機関で受診ができます。

※受診できる医療機関は、町カレンダー「月暦ぎっちゅ」の保健衛生カレンダーでも確認することができます。

※長崎市内、長与町内の委託医療機関でも受診できます。受診可能かどうかは、受診を希望される医療機関に直接お問い合わせください。

問い合わせ先

国民健康保険の方

国保・健康増進課 国保年金係
☎ 882-3938 (直通)

後期高齢者医療保険の方

高齢者支援課 後期高齢者医療係
☎ 882-3940 (直通)

ごみの分別徹底と減量に、ご協力をお願いします

※リサイクルできない紙類の例

(これらは、資源「ざつ紙・紙箱」に混ぜないで「もやせるごみ」に出してください。)

				
感熱紙	臭いの付いた紙	食ベカスの付いた紙	カーボン紙	アイロンプリント紙
				
シール	箔押しされた紙	印画紙 (写真等)	圧着はがき	点字印刷物
				 輸入青果物等に多い
コーティング紙	防水加工された紙	硫酸紙 (パーチメント紙)	汚れた紙	ワックス付段ボール

※そのほか、紙以外に別の材料を使用している物 (紙おむつ・生理用品・ペット用シート等)

小型充電式電池等 (リチウムイオン電池など) の処分について

近年、モバイルバッテリー、加熱式タバコ、電子機器のバッテリーなど、小型充電式電池 (リチウムイオン電池等) を使用した製品が、燃えるゴミなどに混入し、ごみの収集・運搬や処理の過程で押しつぶされ、ショート・発火することで運搬車両やごみ処理場での火災事故等が多く発生しています。

長与・時津環境施設組合のごみ処理施設でも、小型充電式電池 (リチウムイオン電池等) が原因と考えられる発火が令和4年から令和7年の期間に4件発生しています。迅速な初期消火により、被害を最小限に抑えることができましたが、火災に発展した場合はごみ処理施設が長期間稼働停止になる等大惨事となる可能性がありますので、適正な処理について住民の皆さまのご協力をお願いいたします。

小型充電式電池 (リチウムイオン電池等) を処分される場合は、まずは購入された販売店にご相談いただくか、平日の日中に時津町役場【住民環境課】、もしくは町内の公共施設 (時津公民館、東部コミュニティセンター、北部コミュニティセンター、総合福祉センター) にご持参ください。無料回収ボックスを設置し、回収を行っています。



【問い合わせ先】 住民環境課 生活環境係 ☎ 865-6097 (直通)

5月は「ごみの分別強化月間」です

時津町内の自治会長で構成する「時津町保健環境連合会」では、毎年5月と10月を「ごみの分別強化月間」として、各自治会で選出された指導員が「分別指導重点箇所であるごみ集積所」において、ごみの分別が不十分な人に対して指導を行っています。

次の3点を重点項目としていますので、ごみの分別徹底と減量に、皆さまのご理解とご協力をお願いします。


① ペットボトルの「ラベル」と「キャップ」は、必ず取り除く

「ラベル」と「キャップ」は、ペットボトルとは別の素材で作られているため、一緒にリサイクルされることはなく、それぞれ別のルートでリサイクルされます。

「ラベル」と「キャップ」は、プラスチック製容器包装に分別をお願いします。



② 「プラスチック製容器包装」を出すときは、二重袋にしない

プラスチック製容器包装の対象となるものには、多くの場合「プラマーク」の表示があります。

収集したプラスチック製容器包装は、時津クリーンセンターの職員が手作業で混入している不適正なごみを取り除いています。

町指定袋の中には、汚れているものや、資源「プラ」以外のものが多く見受けられ、またそれらの多くが二重袋（町指定袋の中に更にレジ袋等に入れた状態のもの）に入っています。

※分別作業中に、二重袋が出てくると、

- ① 分別の時間と手間がかかるため経費が余分にかかります。（流れ作業がストップするためです）
- ② 中身が見えないため、危険なものが混入していた場合、それに触れた作業員が怪我をするおそれがあります。
- ③ きれいに排出された他の資源「プラ」を汚してしまいます。
（二重袋に入っているものの多くは、汚れがそのままの状態です）
- ④ リサイクルが、できなくなります。

（異物や汚れたものが一定数以上混入しているものは、リサイクル協会に引き取ってもらえません）

以上のようなことが起こってしまいます。

町指定袋には二重袋にならないよう別に分けて入れ、汚れているものは水洗い後、水を切ってから、資源「プラ」で出すようにしましょう。



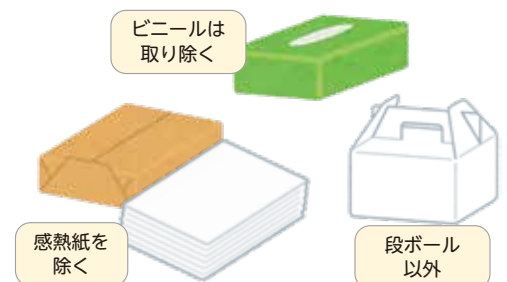
③ 再資源可能な紙類を、分別する

もやせるごみの中に、『リサイクルできる紙類』が混入しているものが見受けられます。

代表的な『リサイクルできる紙類』には、チラシやメモ用紙・コピー用紙、お菓子やティッシュの紙箱、トイレットペーパーやラップの芯などがあります。

しかし、上記のような資源「ざつ紙・紙箱」を収集する第2、第4水曜日において、リサイクルできない紙類が混入している場合があります。

全ての紙類がリサイクルできるわけではなく、右上図のような特殊加工された紙類や汚れた紙類はリサイクルすることができません。これらは、資源「ざつ紙・紙箱」に混ぜないで「もやせるごみ」に出してください。



人間ドック・脳ドックで健康チェックを！



国民健康保険では、疾病の予防、早期発見、早期治療を目的として人間ドック・脳ドックの受診料補助を実施しています。皆さんの健康チェックに、ぜひ、お役立てください。

受診希望者は、**本人確認書類**をご持参のうえ、国保・健康増進課の窓口へお越しください。

※医療機関によっては、一部の検査項目が行えない場合がありますので、詳細につきましては受付の際にご説明いたします。

補助対象者	<p>国民健康保険の加入者で、30歳以上の方。</p> <p>ただし、同一年度内で人間ドックと脳ドックをどちらも受診することはできませんので、いずれかをお選びください。また、次の方は補助の対象外となりますのでご注意ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 原則として同種の総合健診検査後1年を経過しない方 同一年度内ですでに特定健診、若者健診を受診した方（人間ドックの検査項目が特定健診、若者健診の検査項目を具備しているため） 現に検査項目に該当する疾患により治療中の方 国民健康保険税を滞納している方 																		
補助額	<p>受診料（オプション検査料金含む）の7割以内を補助します。 自己負担額（3割相当額）はおおよそ下表のようになります。 （病院により検査項目、金額が異なります。また、オプション検査料金を除いた金額です。）</p> <p>【参考】令和7年度の自己負担額</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>区分</th> <th>受診料（円）</th> <th>自己負担額（円）</th> <th>補助額（円）</th> <th>補助限度額（円）</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>人間ドック</td> <td>37,570～93,500</td> <td>11,370～42,000</td> <td>26,200～51,500</td> <td>51,500</td> </tr> <tr> <td>脳ドック</td> <td>36,300～56,210</td> <td>10,900～23,210</td> <td>25,400～33,000</td> <td>33,000</td> </tr> </tbody> </table>				区分	受診料（円）	自己負担額（円）	補助額（円）	補助限度額（円）	人間ドック	37,570～93,500	11,370～42,000	26,200～51,500	51,500	脳ドック	36,300～56,210	10,900～23,210	25,400～33,000	33,000
区分	受診料（円）	自己負担額（円）	補助額（円）	補助限度額（円）															
人間ドック	37,570～93,500	11,370～42,000	26,200～51,500	51,500															
脳ドック	36,300～56,210	10,900～23,210	25,400～33,000	33,000															

【参考】令和7年度の契約医療機関

時津・長与	人間ドック	脳ドック	長崎市	人間ドック	脳ドック	諫早市	人間ドック	脳ドック
清水病院	○	○	光晴会病院	○		長崎原爆諫早病院	○	
長崎百合野病院健診センター	○	○	重工記念長崎病院	○		宮崎総合健診センター	○	○
安永脳神経外科		○	春回会クリニック	○	○			
長崎北徳洲会病院	○	○	長崎みなとメディカルセンター	○				
森の木脳神経脊髄外科		○	三原台病院	○	○			

ジェネリック医薬品やバイオシミラーをご存知ですか？

▶ジェネリック医薬品ってなに？

ジェネリック医薬品は、これまで使われてきたお薬の特許が切れた後に、同等の品質で製造販売される低価格のお薬です。効き目はもちろん、安全性も同等ですので、安心して使うことができます。

▶ジェネリック医薬品差額通知をお送りしています

通知書は、ジェネリック医薬品に切り替えるとお薬代が安くなる可能性があることをお伝えするものです。（※国保に加入されている方全員に届くものではありません。）また、ジェネリック医薬品への切り替えを強制するものではありません。通知書に記載されている金額が実際の軽減額とは異なる場合もありますので、目安としてご覧ください。
詳しくは、町ホームページをご覧ください。

▶バイオシミラーってなに？

バイオシミラーは、先行バイオ医薬品の特許が切れた後に、他の製薬会社から発売される薬で、特許が切れた薬と同じように使うことができます。バイオシミラーは、先行バイオ医薬品と同等の品質、有効性、安全性を有する医薬品です。

※お薬によっては、ジェネリック医薬品やバイオシミラーに変更できない場合があります。切り替えを希望する方は、かかりつけの医師または薬剤師にご相談ください。

リフィル処方箋ってなに？

「リフィル処方箋」とは、長期間症状が安定していて、通院をしばらく控えてもよいと医師が判断した場合に、最大3回まで繰り返し使用できる処方箋のことです。

リフィル処方箋を使用することにより、通院にかかる時間や費用を軽減することができ、医療費の抑制にも繋がります。ご希望の場合は、医師にご相談ください。