

ながさきけん す がいこくじん
長崎県に住んでいる外国人
 の方へ お金がいらない
 相談窓口があります 無料
 「在留資格のことがわからない」、「病院に行きたいけど、不安」、「話だけでも聞いてほしい」そんなとき、気軽に相談してください。
 21の言語とやさしい日本語で、あなたの思いを大切にしながら、一緒に考えます。日本人の方も利用できます。
とき 月曜～金曜 9時～16時
窓口 出島交流会館
 (長崎市出島町)

☎095-820-3377
 メール soudan@nia.or.jp
問い合わせ (公財)長崎県国際交流協会
 ☎095-823-3931

ながさきけんがいこくじんそうだんまどぐち
 長崎県外国人相談窓口

交通事故相談 無料

損害賠償や示談の進め方など、交通事故でお困りの方からの相談を受け付けています。

①電話・来所相談
窓口 /交通事故相談所
 県庁(長崎市尾上町)内
とき 月～金曜 9時～16時
 ※12時～13時、祝日、年末年始を除く

②巡回相談
 県内各地で毎月開催しています。

とき	ところ
1月8日(木)	県北振興局 (佐世保市木場田町)
1月20日(火)	高城会館 (諫早市高城町)

※時間はいずれも10時～15時
 ※来所相談、巡回相談は相談日の2日前(土日、祝日を除く)までに電話予約してください。

問い合わせ 県の交通事故相談所
 ☎095-895-2342

長崎県交通事故相談所



長崎県警察



募集

第26回長崎県障害者スポーツ大会の参加者募集

全国障害者スポーツ大会の予選も兼ねて開催します。

とき / 5月31日(日)

ところ / 県立総合運動公園(諫早市宇都町)ほか6会場

対象 / 令和8年4月1日現在、13歳以上かつ県内在住で、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けた方など

応募方法 / 弁当に付いているシール裏面の二次元コードから

種目 / 陸上、水泳、卓球、サウンドテニス、アーチェリー、ボウリング、フライングディスク、ユニカール、ポッチャ

申込 / 1月13日(火)から2月13日(金)までにお住まいの市町の担当課へ

問い合わせ / (一社)長崎県障害者スポーツ協会
 ☎095-894-9686

長崎県障害者スポーツ協会



※お弁当の内容は店舗により異なります

お知らせ

1月10日は「110番の日」です

「110番」は、今、発生している事件や事故を警察に通報するための緊急ダイヤルです。

◎緊急性が低い場合は…
 相談専用ダイヤル「#9110」へ

◎落とし物や運転免許の更新などのお問い合わせは…

最寄りの警察署や交番へ

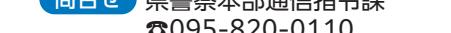
緊急のときは 110番

お急ぎでない相談・要望は #9110番

緊急の事件や事故への対応を遅らせないためにもご協力ください。

問い合わせ / 県警察本部通信指令課
 ☎095-820-0110

長崎県警察



佐世保青少年の天地



長崎県人権教育中央研修会 無料

「学びつながりが主体性を育む～人権尊重社会の実現をわたしから～」をテーマに研修会を行います。

とき / 1月30日(金)

時 間

10時25分～

演 題

平和や人権を自分事として考える教育とは

13時～

子どもを取り巻く社会問題について

14時45分～

在住外国人の視点から考える人権

ところ

県庁(長崎市尾上町)またはオンライン(webex)

定 員

各回140名 ※先着順

※オンライン受講は定員なし

申 込

1月23日(金)まで

問い合わせ / 県の人権・同和対策課
 ☎095-826-2585

長崎県人権・同和対策課

ながさきこども文化ミーティング 無料

こどもが文化芸術活動を始めるきっかけとなる体験イベントを開催します。音楽やダンス、eスポーツ、美術、茶道、華道、和装、伝統芸能を体験できます。

とき / 2月8日(日)10時～16時

ところ / ベネックス長崎ブリックホール(長崎市茂里町)

対象 / 小・中学生

申込

1月14日(水)まで

※申し込み多数の場合は抽選

※詳しくは、ウェブサイトをご覧ください

問い合わせ / 県の学芸文化課
 ☎095-894-3385

長崎県美術館

ながさき健味ん弁当フェア

健康に配慮した食事「ながさき健味ん(けんみん)メニュー」の基準を満たす「ながさき健味ん弁当」が各地で販売されます。購入した方には、抽選で景品をプレゼントします。

とき / 1月15日(木)～28日(水)

2月5日(木)～18日(水)

ところ / 県内のまるたか生鮮市場、イオン九州の各店舗(一部を除く)のほか、地域の弁当店など、計50店舗以上

応募方法 / 弁当に付いているシール裏面の二次元コードから

問い合わせ / 県の国保・健康増進課
 ☎095-895-2495

ながさき健味んメニュー

ながさき健味んメニュー

※お弁当の内容は店舗により異なります

長崎歴史文化博物館開館20周年特別企画展「長崎遊学」

江戸時代、長崎は異国文化に直接触れることのできる憧れの地でした。展覧会では、日本各地から長崎にやってきた遊学者たちが見た風景や出会った人々、学んだ学問・芸術について紹介します。

とき / 1月17日(土)～3月4日(水)

※1月19日(月)、2月2日(月)、16日(月)、3月2日(月)は休館日。2月9日(月)は展示替えのため休室

ところ / 長崎歴史文化博物館(長崎市立山)

観覧料 / 大人1,000円

※高校生以下、れきぶん友の会会員、キャンパスメンバーズは無料

長崎港之図(長崎歴史文化博物館収蔵)

長崎れきぶん

長崎県美術館企画展「没後40年 鴨居玲展 見えないものを描く」

平戸市に本籍を持つ長崎ゆかりの画家鴨居玲の画業初期から絶筆に至るまでの作品を未発表作品も含めて展示します。

とき / 2月1日(日)まで

※毎月第2・第4曜(休祝日の場合は翌火曜)、

12月29日(月)～1月1日(木)は休館

ところ / 長崎県美術館(長崎市出島町)

観覧料 / 一般 1,300円

大学生・70歳以上 1,100円

※高校生以下は無料

鴨居玲《私の村の酔っぱらい》

1973年ひろしま美術館蔵

問い合わせ / 長崎県美術館
 ☎095-833-2110

長崎県美術館

長崎県美術館

早朝、夕暮れ・夜間は危険！ 交通事故に気を付けましょう

◎歩行者の方へ

暗闇に紛れて、ドライバーから姿が見えないかもしれません。

- 「反射材」や「明るい色の衣服」を身に着けて自分の存在を示し、身を守りましょう。
- 左右の安全確認を行い、横断中も特に左側からの車に注意しましょう。



◎ドライバーの方へ

昨年の夜間事故原因の約6割が脇見・ぼんやり運転などの「安全運転義務違反」で、そのうち3割以上が「前方不注意」です。

- 運転中は前をよく見て安全を確認しましょう。
- 危険の早期発見のため、夕暮れ時は早めにライトを点灯し、ライトはハイビーム（上向き）を活用しましょう。
- 夜間は速度を落としましょう。
- 加齢に伴い身体能力は変化します。自覚がなくても速度を控え車間距離を長めにとるなど、余裕のある運転をしましょう。
- 高齢者が関係する交通死亡事故が多発しています。交通事故の当事者にならないよう家族や近所の方で声をかけ合いましょう。

問合せ 県警察本部交通企画課
☎095-820-0110

長崎県警 交通安全

「フリースペースゆう」で無料 ゆっくり過ごしませんか？

社会的ひきこもり状態の方などがゆったりと自由に過ごせるスペースです。

開設日／毎週木曜 13時30分～16時

※第5木曜、祝日、年末年始を除く
ところ／長崎こども・女性・障害者

支援センター（長崎市橋口町）

利用方法／長崎こども・女性・障害者支援
センターへご相談ください



問合せ 長崎こども・女性・障害者
支援センター
☎095-846-5115

長崎県 ひきこもり

県有財産(未利用地)の売却

県では職員公舎跡地など未利用地を積極的に売却しています。今後のスケジュールは次のとおりです。

◎1月～2月

民間のオークションサイトを利用した一般競争入札による売却

◎4月～来年3月

上記で売却できなかった物件を先着順で売却

※詳しくは、ウェブサイトをご覧ください

問合せ 県の管財課
☎095-895-2186

長崎県管財課 売却

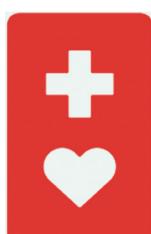


ヘルプマークを知っていますか？

ヘルプマークは、支援や配慮を必要としている方が身に着けることで、周囲から援助を受けやすくなるためのマークです。

主に、義足や人工関節を使用している方、心臓や腎臓などの機能に障害がある方、難病や妊娠初期の方などが身に着けています。

◎ヘルプマークを身に着けた方 を見かけたら…



電車やバスで席を譲ったり、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。

問合せ 県の障害福祉課
☎095-895-2453

長崎県 ヘルプマーク



晴れない「こころ」が 続いていませんか？

「気分が沈む」「生きるのがつらい」などの悩みを抱えていませんか。こころが苦しい時は一人で悩まず、誰かに話してみてください。

電話相談／

①こころの健康相談統一ダイヤル
☎0570-064-556
(平日9時～17時45分、18時30分～22時30分)

②24時間子供SOSダイヤル
☎0120-0-78310(24時間・毎日)

SNS相談／

こころとこころのほっとライン@ながさき
(18時～22時 ※3月31日まで)
※下記二次元コードから友達登録をお願いします

※詳しくは、ウェブサイトをご覧ください

問合せ 県の障害福祉課
☎095-895-2456

長崎県 相談窓口一覧

