

長崎県の「いま」を伝える広報誌

つたえる県 ながさき

TSU TA E RU KEN・NAGA SA KI

2026

令和8年

1

vol.117

P4

地域特集

kon-ne長与

P6

県政特集

九州新幹線西九州ルート 全線フル規格整備の実現に向けて



今月の読者プレゼントはコチラ！

読者プレゼント

ワルツの森
ひさ家のまいど〜なつ
(5種セット)

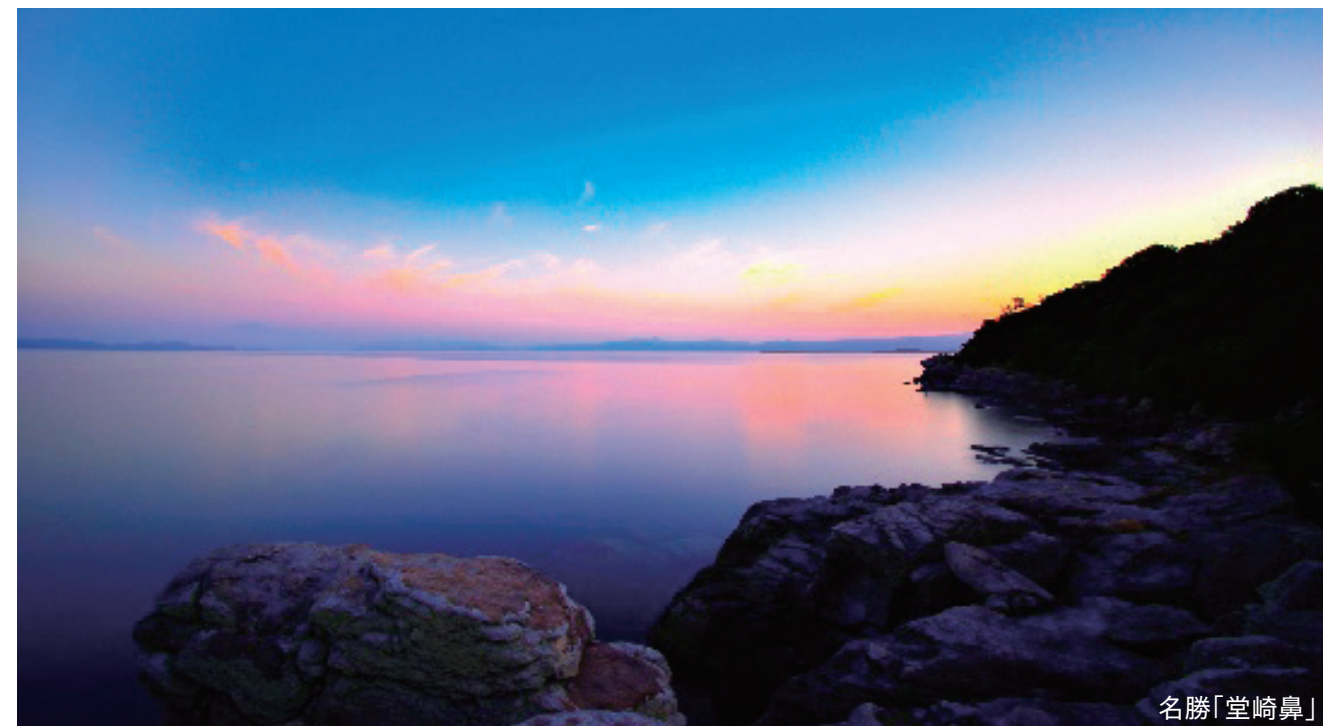
詳しくはP15をご覧ください。



県のウェブサイトに
音訳版を掲載して
います



長崎県



名勝「堂崎鼻」



ながさを「歩こーで！」 長与町シーサイドストリートコース

県では、「長崎健康革命」をキャッチフレーズに、運動・食事・禁煙・健診の4つの柱で、県民一人一人が主体的に健康づくりに取り組める環境をつくっています！

VIEW POINT 名勝「堂崎鼻」

ごつごつとした岩場の海岸で潮風を感じながら、穏やかな大村湾の絶景を望むことができます。周辺には、旧石器時代の石器などが発掘された、堂崎遺跡もある。

「長与総合公園」から名勝「堂崎鼻」まで約5km(約1時間)のウォーキングコースです。アップダウンはありますが、雄大な大村湾の絶景を楽しめます。

G

S 長与総合公園



看板を左折

VIEW POINT 潮井崎キャンプ場



大村湾沿いのキャンプや磯遊びができる公園。のんびりと大村湾の景色を眺めることができる。



ウォーキングするなら、ながさき健康づくりアプリ「歩こーで！」

「歩こーで！」はウォーキングや生活習慣の記録、健康イベント参加などでポイントがたまる県公式アプリです。ためたポイントを使って、協力店でのサービスを受けられるほか、県産品が当たる抽選会に応募できます。アプリで楽しく、気軽に健康づくりを始めましょう！

「歩こーで！」のダウンロードや詳細はウェブサイトを
ご覧ください！

歩こーで！ 検索



つたえる県
ながさき

vol.117 2026年1月号
(発行) 長崎県広報課
〒850-8570 (住所不要)
☎095-824-1111
(デザイン) 株式会社 長崎新聞社



新年明けましておめでとうございます。
県民の皆様には、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年、県では総合計画が最終年度を迎える中、新たな視点や発想を取り入れながら、積極的かつ着実に事業の推進へ取り組み、本県の未来を切り拓く大きな可能性の兆しに繋げることができました。

将来を担う子どもたちが健やかに成長し、多様な活躍に繋がる社会を実現するため、昨年3月に「長崎県子ども未来応援基金」を創設し、安全・安心な「子どもの居場所」や、冒險などチャレンジできる「子どもの体験」を提供する「子ども場所」の充実に向けて取り組みなど、子育て環境の整備を進めました。

また、九州初となる遠隔授業の拠点として長崎県遠隔教育センター「DECTT（デクット）」を昨年4月に開設し、地理的要因や学校規模にとらわれない、多様で豊かな学びの提供を推進しました。

一方、本県の離島・半島を多く抱える地理的特性や人口減少など様々な課題がある中、県民の皆様が生活がより豊かで快適になるよう、最先端技術の活用にも取り組みました。

ドローンの活用については、本県初となる国家戦略特区の指定に伴い、昨年11月には、全国で初めてエリア単位でのレベル4飛行（目視外で民家上空等を飛行可能）による医薬品・日用品の配送が実証され、本県の物流や配送

の未来を変えていく大きな一歩となりました。

また、農林水産業においても、生産者の所得向上を目指し、スマート技術の導入・拡大等により、担い手不足や生産コストの増加などの課題に対応するとともに、トップセールスによる販路拡大の支援を行うなど、儲かる農林水産業の実現を図りました。

さらに製造業においては、半導体や航空機など成長産業の需要を県内に引き込むため、県内企業の販路拡大や技術力向上、人材確保等の支援にも取り組みました。企業誘致も進む中、県内では、こうした成長分野においても新たな産業の芽が育ちつつあり、産業構造に変化の兆しが見え始めています。

また、昨年は県内外の皆様との交流が進んだ年でもありました。9月から11月にかけて、全国規模の文化の祭典「ながさきピース文化祭2025」を開催しました。開会式には、天皇皇后両陛下の御臨席を賜り、本県の多様な文化の魅力を全国に発信する貴重な機会となりました。

10月には、国際サイクルロードレース「ツール・ド・九州」が本県で初めて開催され、国内外の18チーム、106名の選手が、佐世保らしい港の風景を背景に、世界トップクラスのスピードと迫力ある走りでも多くの観客を魅了しました。

さらに、11月の「ポケモンGO ワイルドエリア：長崎」には、海外からも含めて約42万人

の方々が参加され、長崎県の豊富な食や観光地等を楽しんでいただき、地域経済に大きな効果があつたと感じています。

加えて、V・ファールン長崎が見事にJ1昇格を果たされ、長崎ヴェルカの活躍も相まって、県内外から多くの皆様に応援にお越しいただきました。

こうした交流の更なる促進に必要な交通インフラ等の整備も進んでいます。昨年12月、西九州自動車道の松浦IC―平戸IC間が開通し、福岡方面から平戸市へのアクセスが、飛躍的に向上しました。

また、韓国の航空会社と継続した協議の結果、本年1月4日から、長崎―釜山間で週3便の定期航空路線の運航が決定しました。引き続き、地域の活性化や産業の振興に向け、交流人口の拡大に取り組んでまいります。

昨年は被爆80年、長崎空港開港50周年など様々な節目の年であり、長崎県の歩みやこれまで受け継がれてきた先人の方々の功績に思いを馳せ、これからの長崎県に思いを巡らす良い機会にもなりました。

開業4年目を迎えている西九州新幹線は、年々利用者数が増加するなど、利用状況も順調に推移しています。西九州ルートの未整備区間（新鳥栖―武雄温泉間）についても、関係者の動きが活発になり、議論も加速しています。引き続き、政府・与党に課題の解決を働きかけるとともに関係者と協議を重ねなが

ら、全線フル規格による整備の早期実現に力を注いでまいります。

また、多くの国境離島を有する長崎県にとって極めて重要な法律である有人国境離島法が、令和9年3月に失効期限を迎えます。県では、市町の皆様と連携し、あらゆる機会を捉えて、法の改正・延長や支援の拡充について、国等へ強く働きかけてまいります。

こうした中、県では昨年、令和8年度からの5年間の指針となる「長崎県総合計画 みんなの未来図2030」を策定しました。「ながさきの誇りと希望を力に、みんなが夢あふれる未来をひらく」を基本理念に掲げています。同じく昨年策定した「ながさきブランドイング・情報発信戦略」やロゴ等も活用しながら、引き続き、多方面から選ばれる「新しい長崎県」の実現に挑んでまいります。

結びに、本年が皆様にとりまして、素晴らしい年となりますよう心からお祈り申し上げます。

長崎県知事 大石 賢吾



2025年を振り返って

被爆80年

被爆80年を迎える中、9月12日から13日にかけて天皇皇后両陛下と愛子さまが長崎市をご訪問されました。平和公園でご供花されたほか、長崎原爆資料館では被爆の実相を伝える展示品をご覧になり、被爆者や被爆伝承者の方々とご懇談されました。また、恵の丘長崎原爆ホームでは入所者のお話に熱心に耳を傾けられました。愛子さまにとっては初めての長崎ご訪問。戦後80年の「慰霊の旅」の締めくくりとなりました。



平和公園でのご供花

ながさきピース文化祭2025

9月14日から11月30日までの期間、全国規模の文化の祭典「ながさきピース文化祭2025（第40回国民文化祭、第25回全国障害者芸術・文化祭）」を開催しました。「文化をみんなに」をキャッチフレーズに、本県の文化資源を生かしたイベントや文化活動の全国大会など、魅力溢れる多彩なプログラムを県内外の多くの皆さまに楽しんでいただきました。本文化祭を契機として、県民の皆さまにより一層、文化芸術に親しんでいただけるよう取り組んでいきます。



マイナビ ツール・ド・九州 ニエゼロニエゴ 2025佐世保クリテリウム

10月10日から13日にかけて、国際サイクルロードレース「マイナビ ツール・ド・九州2025」が長崎県、福岡県、熊本県、宮崎県、大分県を舞台に開催され、本県では、10日に佐世保市において、短い距離を周回するクリテリウム形式のレースが行われました。コースの沿道では、世界トップクラスのスピードや技術を駆使して疾走する選手に、観客から熱い声援が送られました。著名人によるトークショーやBMXパフォーマンスなどの関連イベントも開催し、多くの来場者でにぎわいました。



レースの様子

Pokémon GO ワイルドエリア：長崎

県では、(株)ポケモンと連携協定を締結し、県内での観光周遊促進など地域の活性化に連携して取り組んでいます。

そのような中、11月7日から9日までの3日間、長崎市で人気スマートフォンゲームの大規模イベントである「Pokémon GO ワイルドエリア：長崎」が開催され、国内外から約42万人の方々が参加しました。市街地周遊型での開催は初めてで、参加者の皆様に市内の観光地や街並み、ご当地グルメを堪能していただきました。



伝説のポケモン「レックウザ」をモチーフにした龍踊

大好きな長与町 住民みんなで盛り上げたい



長与町岡郷
ながよみかん娘 総監督
やまべ
山辺あゆみさん

長与町役場
ワルツの森 ひさ家
おうち楽幸
中尾城公園
ながさき雪の浦
手造りハム
県立大学シーボルト校

「生まれ育った長与町を盛り上げたい」。生まれも育ちも長与町という山辺あゆみさんは、友人らと「ながよみかん娘」を結成し、町の活性化のため奮闘しています。その活動の原動力は、大好きなふるさとへの思いです。

「ながよみかん娘」の「総監督」として企画運営に携わる山辺さんは「長与町は海、山、川など自然が豊かで、長崎市にも近く住みやすい。のんびりとした豊かな時間が過ごせる町」とふるさとの魅力を語ります。

そんな魅力を発信しようと、動画投稿サイトに町内の店舗や町の特産品を使ったレシピを紹介する動画を投稿していたところ、同じような「長与大好き子」が集結。2021年9月にながよみかん娘を結成し、地域活性化に向けた活動を続けてきました。

「ながよみかん娘」の活動は、町内でのイベント開催や子どもから大人まで自由に過ごせる「居場所」の運営、清掃活動など多岐にわたります。結成当初は新型コロナウイルス感染拡大の影響で、多くのイベントが中止や延期を余儀なくされた時期でした。日常生活が制限されている子ども

中尾城公園



「ふれあいと希望の森」として整備され、1996年に完成。公園のシンボルである赤い橋「エアロブリッジ」から見える景色は絶景。サクラの時期は花見客でにぎわいます。遊具のリニューアル工事中で、2026年秋ごろに完成予定です。

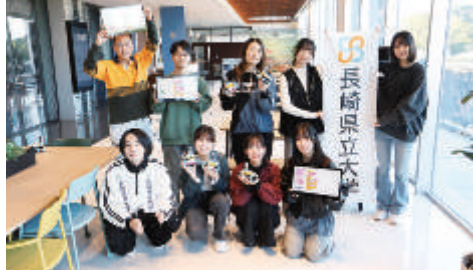
吉無田獅子舞



江戸時代末期、吉無田地区に伝わったとされており、五穀豊穡などを祈願。「暴れ獅子」とも言われており、ダイナミックな動きが見どころです。摩利支尊天王神社の祭礼「吉無田くんち」などで奉納されています。

表紙のコト

長崎県立大学シーボルト校 情報システム学部の皆さん



長崎県立大学シーボルト校情報システム学部の学生有志は、プログラミングに親しんでもらうとともに子どもたちの夏休みの居場所をつくろうと、毎年「長与町親子プログラミング教室」を長与町で開催。小学4～6年生と保護者にプログラミングの基礎を教えています。また、県内のイベントに不定期で参加することもあり、プログラミングの楽しさを伝えています。情報システム学科3年の後田さくらさんは「意欲のある子に教えることができ、刺激になる」と受け止めています。また、長与町やシーボルト校の魅力について、「緑に囲まれ、長与川も近くにあり、心のリフレッシュができる環境で学べます」と話します。

ところ 西彼杵郡長与町まび野1-1-1

ミカン香る生ソーセージ



ながさき雪の浦 手造りハム

抗生物質の使用を極力抑えて育てられた県産の「SPF豚」のみを使い、無添加・低添加のハムやソーセージなどを販売。長与町産の無農薬ミカンの皮を練り込んだ生ソーセージは、ほのかに香るミカンの風味が人気です。2025年IFFA日本食肉加工コンテストのソーセージ部門で優勝しました。

ところ 西彼杵郡長与町高田郷1677-6

営業 11時～18時 ※水曜定休(不定休あり)
☎ 095-887-2568



代表 岩永龍介さん



ミカンを使った焼き菓子が人気



ワルツの森 ひさ家

1969年に創業し、焼き菓子やケーキ、和菓子を販売。半世紀以上にわたり、地元を中心に愛されてきました。長与町産のミカンペースト状にし、生地と混ぜて焼き上げた「まいど〜なつ(みかん)」は、お土産として人気。ミカンを使ったマドレーヌやスティックフィナンシェなどもあります。

ところ 西彼杵郡長与町嬉里郷460-1

営業 9時～18時
※水曜、3、5、12月を除く第3木曜、
1月1日から3日は定休
☎ 095-883-5840



オーナーパティシエ 中村靖さん



地域のニューストピックを紹介

「新図書館等複合施設」が2027年4月に開館予定

長与町図書館と町健康センターが併設する新図書館等複合施設「ホンテラッセ長与」が、2027年4月に開館予定です。名称は、「本」とドイツ語で小高い丘を意味する「テラッセ」、「照らせ」を掛け合わせた造語で、屋根には太陽光パネルを設置し、建物全体で消費エネルギー収支をゼロにする『ZEB』の認証を受ける予定です。



全線フル規格整備の効果

全線フル規格整備により関西直通運行が実現すると、以下のような整備効果があると考えられています。

①時間短縮効果

長崎から博多までは今より約29分、新大阪までは約38分の時間短縮効果が生まれます。また、武雄温泉駅での乗り換えが不要となるため、心理的には実際の時間短縮効果以上のメリットを感じることができると言われています。

②西九州地域における経済効果

本県も国土軸(※)に組み込まれることになり、交流人口の拡大や企業立地の促進などによる経済の活性化が期待されます。

※国土軸…新幹線・高速道路・高規格通信網によって結ばれた、人口・産業が集積する軸上の地域

③災害などへの対応力強化

新幹線は専用的高架を走行するため、天候や事故による輸送障害が在来線より少なく、大雨や大雪により高速道路が通行止めになった場合などの代替輸送機能としても期待されます。

◎長崎からの所要時間(最速・試算)



気運醸成に向けた動き

県では、関係団体などと連携しながら、全線フル規格整備の実現に向けた気運醸成に取り組んでおり、西九州ルートを取り巻く環境は、徐々に変化しています。引き続き、佐賀県やJ R九州、国と意見交換を重ねながら、足並みをそろえて進められる環境づくりに努めていきます。

沿線地域外の理解促進

新幹線の沿線地域外でイベントを開催し、にぎわいを創出することで新幹線の効果を実感してもらい、新幹線への関心を高めてもらう取り組みを行っています。

開業3周年を記念し波佐見町で開催したイベントでは、新幹線を利用して参加された方など、約3,500人の来場のにぎわいました。



民間との連携

新幹線を貸し切り、子どもたちが大村車両基地を見学するツアーをJ R九州とともに実施しました。車両基地の見学や写真撮影などを通して、新幹線の魅力を体験してもらいました。今後も関係団体などと連携して、かもめの魅力を発信していきます。



シンポジウムの開催

昨年8月29日、福岡市で経済団体主催の「九州新幹線西九州ルート整備促進シンポジウム2025in福岡」が開催され、約800名が参加し、インバウンドの呼び込みや産業立地による地域の活性化など、新幹線がもたらすさまざまな効果が紹介されました。新幹線が西九州地域だけでなく日本全体の発展につながるインフラであることが改めて確認され、県内だけでなく、県外でも早期整備実現に向けて気運が高まっています。

国への働きかけ

昨年9月4日、大石知事と外間県議会議長、沿線の各市長および市議会議長、県内3経済団体が首相官邸を訪れ、全線フル規格整備の早期実現と課題に対する具体的な解決策の提示などを要望しました。県では今後も国に対して強く働きかけていきます。



国への要望の様子

問合せ 県の新幹線対策課 ☎ 095-895-2066 長崎県 新幹線

県政特集

九州新幹線西九州ルート 全線フル規格整備の実現に向けて



九州新幹線西九州ルートの長崎～武雄温泉間は開業から3年が経過し、利用者数の増加や地域の変化など、効果が着実に表れています。一方で武雄温泉～新鳥栖間の整備方式は未だ決定しておらず、県では全線フル規格整備の早期実現に向けて取り組んでいます。

九州新幹線西九州ルート(長崎～武雄温泉間)の概要

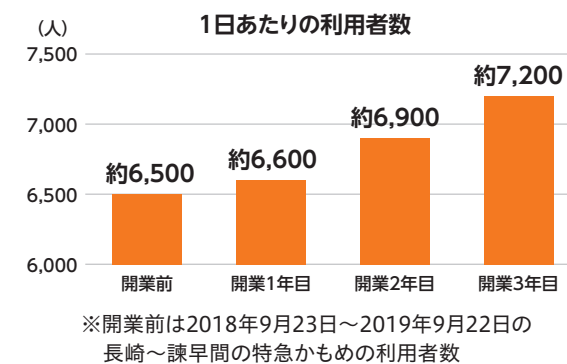
◆所要時間

現在、長崎～武雄温泉間は新幹線かもめ、武雄温泉～博多間は在来線特急リレーかもめが運行されています。

新幹線開業による、長崎～博多間の所要時間は最速1時間20分です。新幹線の開業前と比べて、約30分短縮されました。

◆利用状況

開業3年目の1日あたりの利用者数は延べ7,000人を超え、開業当時から年を追うごとに増加しています。開業後3年間の利用者数は約758万人にのぼり、多くの方が新幹線を利用しています。また、日常的な利用も進んでいて、開業当初より約3倍となる692名の方が通勤・通学に定期券を利用しています(令和7年8月末時点)。



未整備区間の現状について

令和4年9月、九州新幹線西九州ルートは、長崎～武雄温泉間はフル規格、武雄温泉駅で在来線と新幹線と同じホームで乗り換える対面乗換方式により開業しました。

一方、武雄温泉～新鳥栖間については、国と佐賀県との間で幅広い協議が行われていますが、地方負担やルートの決定、在来線の取り扱いなどの課題があり、未だ整備方式が決定していません。

本県としては、近年頻発化する豪雨災害などへの対応力強化や本県を含む西九州地域の経済活性化のために、一刻も早く未整備区間の整備を進める必要があると考えており、全線フル規格整備の実現に向けて、事業の必要性や効果を県内外へ発信するとともに、関係機関と連携した気運醸成や国への働きかけを行っています。



令和七年
県民表彰

栄えあるご受賞
おめでとうございます

去る11月23日、長崎県の発展に貢献された方々を讃える令和七年県民表彰の表彰式を県議会議場で行いました。
今回の受賞者は、個人106名と25団体。地方自治、社会福祉、産業、教育文化など、各分野で優れた功績をあげられた方々、そして、文化やスポーツなどで特に優秀な成績を収められた方々を表彰しました。
受賞された皆さまに、心からお祝いを申し上げます。

人命救助

西川 典夫(対馬市)

徳行

大浦 史郎(広島県広島市)
立山 公子(諫早市)

消防・防災

高比良 淳(長崎市)
山本 国晴(長崎市)
石丸 美津留(佐世保市)
今里 浩士(諫早市)
田添 一也(大村市)
牧山 茂人(平戸市)
谷口 哲男(松浦市)
石居 敬義(川棚町)

地方自治

黒田 成彦(平戸市)
野口 市太郎(五島市)
杉澤 泰彦(西海市)
故山口 智久(佐世保市)
鈴木 典秀(長与町)
神之浦 伊佐男(五島市)
佐嘉田 敏雄(西海市)
中山 正和(新上五島町)
久保 泰正(諫早市)
林田 勝(佐世保市)
森川 徳廣(島原市)
濱邊 廣(五島市)
野口 邦夫(雲仙市)
藤田 幹紀(佐々町)
水口 聖子(長崎市)

社会福祉

野口 幸(長崎市)
松尾 エミ子(長崎市)
沖田 厚子(佐世保市)
増田 美佐子(島原市)
馬場 浩子(諫早市)
喜多 ひろ子(大村市)
山縣 文子(松浦市)
平山 春野(対馬市)
江口 千代子(五島市)
畝本 一馬(西海市)
宮崎 ちづよ(雲仙市)
馬場 ミチ子(長与町)
宮田 エイ子(新上五島町)
原田 早苗(長崎市)
大村 寛(長崎市)
吉田 芳男(長崎市)
宗 直仁(長崎市)
川副 榮子(松浦市)
松尾 清子(長崎市)
古峨 正人(佐世保市)
末永 孝好(杵岐市)
藤田 珠美(五島市)

保健・環境

宮崎 長一郎(長崎市)
中村 康司(諫早市)
山本 英一(川棚町)
溝口 一彦(佐世保市)
青柳 潔(長崎市)

産業

山之内 英記(諫早市)
岩永 徳二(長崎市)
下田 弥吉(佐世保市)
北御門 孝廣(諫早市)
清瀧 誠司(五島市)
小畑 政浩(長崎市)
荒木 直子(松浦市)
杉谷 和彦(佐世保市)
眞壁 正二郎(諫早市)
岩永 史城(佐世保市)

教育文化

稲田 純子(長崎市)
大岩 道子(長崎市)
吉岡 由美子(大村市)
江口 昭義(佐々町)
本山 善彦(長崎市)
堀内 伊吹(長崎市)
友永 綾子(諫早市)
宮崎 賢太郎(長崎市)
松尾 千秋(長崎市)
故池田 寅勝(長崎市)
矢竹 武則(長崎市)
尾野 一男(松浦市)
松本 強(松浦市)
立花 水城(南島原市)
牟田 隆也(長崎市)
野田 弘之(諫早市)
南野 毅(大村市)

交通安全・防犯

常岡 正廣(長崎市)
久富 祐一郎(対馬市)
高森 博義(対馬市)
佐藤 信介(長崎市)
武田 宏枝(佐世保市)
佐藤 育子(諫早市)

勤労

岳野 健吾(長与町)

優良団体

油木東部第1・第2女性防火クラブ(長崎市)
高浜船団(対馬市)
長崎県中央農業協同組合
小串トマト組合(川棚町)
一般社団法人長崎民謡舞踊連盟(長崎市)
株式会社長崎文献社(長崎市)
特定非営利活動法人長崎県子ども劇場連絡会(長崎市)
公益財団法人岡田甲子男記念奨学財団(佐世保市)
江迎地区交通安全協会(佐世保市)



特別賞

五島地区少年補導員連絡協議会(五島市)
中地区公民館おはなしの会「はかばか」(大村市)
三城地区社会福祉協議会給食サービスの会(大村市)
特定非営利活動法人雪浦あんぱんね(西海市)

個人

只安 遥都(長崎市)
道脇 将矢(長崎市)
中川 慶真(長崎市)
吉原 晃一(長崎市)
田中 隼斗(諫早市)
森 七菜実(西海市)
豆田 華菜(神奈川県横浜市)
木下 優希(東京都世田谷区)
福満 亮(佐世保市)
山本 凌雅(神奈川県横浜市)
里 麻衣(大村市)
田口 涼太郎(兵庫県神戸市)
中島 佳音(長崎市)
永田 涉悟(長崎市)
山崎 賢人(諫早市)

団体

一般財団法人長崎原爆被災者協議会(長崎市)
雲仙市立小浜中学校吹奏楽部(雲仙市)

活水中学校・高等学校吹奏楽部(長崎市)

長崎県立西陵高等学校吹奏楽部(諫早市)
長崎県立諫早農業高等学校生物工学部(諫早市)
長崎県立島原高等学校男子剣道部(島原市)
長崎県立大村工業高等学校男子ソフトボール部(大村市)
長崎県立長崎北陽台高等学校女子登山部(長与町)
第62回全日本選手権大会長崎A(長崎市)
陸上自衛隊大村駐屯地(大村市)
国民スポーツ大会ソフトボール競技少年男子長崎県選抜チーム(川棚町)
国民スポーツ大会バドミントン競技少年男子長崎県選抜チーム(長崎市)
国民スポーツ大会銃剣道競技成年男子長崎県選抜チーム(大村市)

(敬称略)

ながさき レシピ

長崎県の
おいしい食材を
使ったヘルシーな
料理を紹介します

今月の食材 ミカン

甘みと酸味のバランスが特徴の柑橘類。手で簡単に皮がむけ、手軽に食べられる食材です。ビタミンCが豊富で、皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用が期待できます。



作ってくれたのは
料理人
さかもと よういち
坂本 洋一さん

料理コンテスト上位入賞のほか、長崎マイスターや優れた技能者長崎県知事表彰など受賞歴多数。テレビ番組や料理教室、学校の授業などで食の大切さや料理の楽しさを伝えているほか、子ども食堂など地域活動にも取り組む。

長与町の特産品ミカンを使った
甘みと肉のうま味が楽しめるメニュー

ポークステーキみかんソース



※写真は1人分

材料 2人分

◎豚肩ロース 80グラム ◎塩コショウ 少々 ◎小麦粉 適量 ◎サラダ油 適量
【ソース】
◎ブイヨン 100cc ◎しょうゆ 大さじ1 ◎砂糖 大さじ1/2
◎はちみつ 大さじ1/2 ◎ミカン搾り汁 1/2個分 ◎ミカン果肉 1/2個分
◎水溶き片栗粉 適量

作り方

- ①豚肩ロースの両面に塩コショウをし、小麦粉をまぶす。
- ②サラダ油をフライパンに入れて熱し、①の豚肉を焼く。両面を焼いて火が通ったら、器に盛り付ける。
- ③【ソース】を作る。ブイヨン、しょうゆ、砂糖、はちみつを鍋に入れて温め、ミカンの搾り汁、果肉を加える。
- ④塩コショウで味を調え、水溶き片栗粉でとろみをつけたら、②の豚肉にかけて完成

ポイント | 固くなるのを防ぐため、豚肉は加熱しすぎないように注意してください。

つたエ〜ルげん

県内で頑張っている企業や人にエール(応援)を送ります!

一般社団法人
オルタナティブスクール
(長与町)

代表

いけ だ さ き
池田 早希さん



「楽しく学ぶ」をモットーに 子どもたちの居場所を提供

「楽しく学校に通ってほしい」との思いで、不登校になった子どもたちに居場所を提供し、さまざまな体験を通して自信を付けてもらえるよう、子どもに合わせた学習に取り組んでいる池田さん。教育機関とも連携しながら、学校が合わない子どもや保護者の選択肢の一つとして注目されています。

教員だった母が、学校のことを毎日楽しく話すのを聞いて魅力を感じ、小学生の頃から教員になるのが夢でした。他の職業に憧れたこともありましたが、「子どもが好きで、友達と楽しむことも大好き。行事には全力で取り組む」性格なので、好きな事を続けられる教員になりたいと思い長崎大学教育学部へ進学。2009年4月から小学校教諭として3年間教壇に立ち、その後出産のため産休に入りました。

子どもを5人出産し、10年ほどは子育てに専念。復帰を考えていた頃、コロナ禍になり、制限のある学校生活はわが子の様子からも楽しくなさそうでした。当時、不登校も社会問題になっており、楽しく学校に通うにはどうしたらいいか考える中、福岡県糸島市のフリースクールを見学。「これならできるかも」と思いつつ、視野を広げるために熊本県のオルタナティブスクール^{*}に足を運ぶうちに自分がやりたいのはこれだと確信。2022年4月、オルタナティブスクール「おうち楽幸」を長与町に開校しました。

※公教育とは異なる独自の教育を実践する学校

当校は公立学校で学ぶ国語や算数、社会、理科などを、自分のペースで学んでいます。モットーは「楽しく学ぶ」。地域の方と連携して茶道や登山、米作りなどの体験活動を取り入れ、人々と触れ合う中で「自分らしく生きる力」を育てています。子どもたちが籍を置く小学校や教育委員会と連携しており、体育や音楽、図工などは学校の施設を借りることも。学習記録は毎週学校と共有するので、出席扱いになります。

当校に通う子どもたちはさまざまな理由で居場所を探しています。当初「勉強が嫌い、苦手」だった子どもたちは、体験を通して自分らしさや友達と関わる楽しさを知ることによって学習にも前向きになり、学ぶ楽しさを実感しています。

現在は小学生の部だけですが、2026年9月には中学生の部を開校予定です。自分らしく学ぶ場を求めている子どもたちの選択肢の一つとなれるよう、今後も子どもたちが持つ可能性を伸ばしていきたいと思っています。



小学生たちに学習指導をする池田早希さん



稲刈りをしている様子

すくすく いきいき

福祉・医療・子育ての情報発信

献血へのご協力をお願いします!

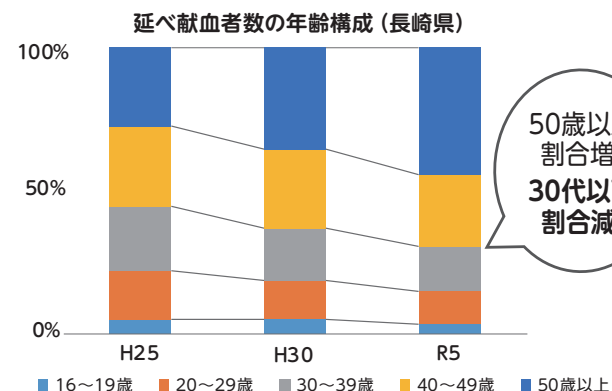
全国で1日約3,000人が輸血を必要としています。血液は人工的につくることも、長期間保存することもできないため、多くの方に継続的に献血へご協力いただく必要があります。



県内では若年層の割合が減少

左表のとおり比較的若い年代の構成比が減少傾向にあります。献血には年齢制限があるため、このままでは、今後、必要な血液量を確保することが難しくなると懸念されています。

献血は、身近でできるボランティアです。輸血を必要とする方々を支えるため、献血を始めませんか。



献血の基準など
詳しくはこちら



問合せ 県の薬務行政室 ☎095-895-2469

長崎県 薬務行政室

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
まど 窓 口／出島交流会館
(長崎市出島町)

☎095-820-3377
メール soudan@nia.or.jp

といあわせ
問合せ (公財)長崎県国際交流協会
☎095-823-3931

ながさきけんがい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

問合せ 県の交通事故相談所
☎095-895-2342

長崎県交通事故相談所

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

種 目／陸上、水泳、卓球、サウンデー
ブルテニス、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、ボッチャ

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

問合せ (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。

問合せ 県警察本部通信指令課
☎095-820-0110

長崎県警察

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
弁当に付いているシール
裏面の二次元コードから

応募方法／
問合せ 県の国保・健康増進課
☎095-895-2495

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

第43回冬山を歩こう会

自然の厳しさと美しさに触れなが
ら、山歩きを楽しみませんか。



コース・とき／
①烏帽子岳周辺コース
1月24日(土)9時30分～12時
②隠居岳・ウォーカーズパークコース
1月25日(日)9時40分～15時

集合場所／佐世保青少年の天地
(佐世保市烏帽子町)

対 象／どなたでも
定 員／各コース50名
参加費／1人100円
※弁当別途注文可1個700円

申 込／1月19日(月)まで

問合せ 佐世保青少年の天地
☎0956-23-9616

佐世保青少年の天地

県内最高峰の美術展
「第21回長崎県選抜作家美術展」

県内在住の優れた作家による作品(洋
画・書・工芸・日本画・彫刻)を展示します。

と き	ところ
1月7日(水) ～11日(日)	長崎県美術館 (長崎市出島町)
1月15日(木) ～18日(日)	佐世保市博物館 島瀬美術センター (佐世保市島瀬町)
1月21日(水) ～25日(日)	島原文化会館 (島原市城内)

入場料／中学生以下無料、高校生以
上500円、70歳以上400円
※島原会場は無料



問合せ 県展事務局
(長崎県美術館内)
☎095-825-6058

長崎県選抜作家美術展

長崎県人権教育中央研修会 無料

「学びと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	演 題
10時25分～	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

問合せ 県の人権・同和対策課
☎095-826-2585

長崎県人権・同和対策課

長崎歴史文化博物館開館20周年
特別企画展「長崎遊学」

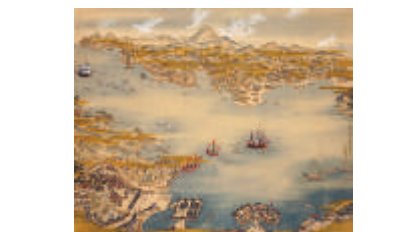
江戸時代、長崎は異国文化に直接触
れることのできる憧れの地でした。
展覧会では、日本各地から長崎に
やってきた遊学者たちが見た風景や
出会った人々、学んだ学問・芸術に
ついて紹介します。

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



問合せ 長崎歴史文化博物館
☎095-818-8366

長崎れきぶん

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

問合せ 県の学芸文化課
☎095-894-3385

ながさきこども文化ミーティング

情報
ひろば
暮らしに役立つ情報をお伝えします

催しもの

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月曜(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



問合せ 長崎県美術館
☎095-833-2110

長崎県美術館

読者プレゼント

ワルツの森 ひさ家のまいど〜なつ (5種セット)

50年以上続く長与町の洋菓子専門店が一つ一つ丁寧に焼き上げたドーナツです。長与産のミカンを使ったフレーバーを含む5種類のセットでお届けします。食べると広がる上品な甘さをぜひティータイムに、ご堪能ください。

※味の組み合わせはお任せください

問合せ ワルツの森 ひさ家 ☎095-883-5840

応募方法

①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢
⑥電話番号 ⑦右記県民アンケートへの回答を必ずご記入の上、次のあて先までご応募ください。
※個人情報は商品の発送のみに使用します

●ハガキ 〒850-8570 (住所不要)
長崎県広報課「つたえる県ながさき」係

●県のウェブサイトから [つたえる県ながさき](#)

●締切 令和8年1月末日(消印有効)

なお、当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。
※12月号のクイズの答えは「ながさき」でした



30
名様

2月8日は長崎県知事選挙の投票日です

皆さんの意思を県政に反映させる貴重な機会です。
投票日に仕事やレジャーなどの予定がある方は、期日前投票をしましょう。

【長崎県知事選挙】

- 告示日／令和8年1月22日(木)
- 期日前投票ができる期間／令和8年1月23日(金)～2月7日(土)
- 投票日／令和8年2月8日(日)

※その他選挙に関する情報は、ウェブサイトなどでお知らせします。右記二次元コードからご覧ください

問合せ 長崎県選挙管理委員会 ☎095-895-2137 [長崎県選挙管理委員会](#)

忘れずに
投票しよう!



選挙に関する
情報を
随時更新中



編集 後記

観光やビジネス、通勤・通学で新幹線かもめを利用する方は年々増えており、新幹線が便利で快適な交通手段の一つになっていることが改めて分かりました。私の祖母はまだ新幹線かもめに乗ったことがないので、祖母と一緒にかもめに乗って、かもめを楽しみながら県内周遊したいと思います！

ご意見・ご提案

県では、県民の皆さんからの県政に対するご意見・ご提案を募集しています。

問合せ 県の県民センター ☎095-894-3441

県民アンケート

県の重要な施策や取り組みを分かりやすく説明する「県政特集」ページを設けています。皆さんのご意見をお聞かせください。抽選でプレゼントを差し上げます。

問1

内容は分かりやすいですか？

- ① 分かりやすい ② まあまあ分かりやすい
- ③ 少し分かりにくい ④ 分かりにくい

問2

長崎～武雄温泉間を走る新幹線かもめは普通の生活に役立っていると感じますか？

- ① よく感じる
- ② 感じる
- ③ あまり感じない
- ④ 感じない

問3

その他、取り上げてほしいテーマや感想を記入してください。

回答：【問1】から【問2】は番号を、【問3】は具体的に記入してください。

クイズ 「○」に入る文字(ひらがな)は？

現在、長崎～武雄温泉間は「新幹線○○○」が運行されています。

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ていないかもしれません。

●「反射材」や「明るい色の衣服」を身に付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

晴れない「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

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す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