



みなみしまばら

A Sunny Town's City Magazine



九州初の「B&G拾い箱」を設置 関連記事(4)

特集 松本市政の3期目がスタート！ (3)



No. 197

令和4年9月1日発行

市政運営への所信表明

私は平成26年7月の市長就任以来、「住み続けたい 住んでみたいまち」を実現させるため、「安全で地球環境にやさしいまち」「確固とした基盤のうえに活力ある産業を育むまち」など5つの指針を掲げ、各種施策を実施するとともに、課題のひとつひとつに向き合い、対策を講じてまいりました。

3期目の市政運営におきましては、「これからも 住み続けたい 住んでみたいまち」づくりを更に推進するため、「持続可能なまちづくり」を基本方針と定め、私が公約に掲げた3つの指針であります「安心して暮らせる未来をつくる」「豊かさの感じられる未来をつくる」「賑わいのある未来をつくる」に基づく施策に取り組んでまいります。

これからの4年間は、これまでの成果を基として取り組みを進めるとともに、南島原市を「持続可能なまち」とするために、全身全霊を捧げ市政運営に尽力していきますので、皆様の市政に対するご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

南島原市長 **松本政博**

皆さんとともに、**明るい未来を拓く**
松本市政の3期目がスタート！



みずみずしい果実(松尾観光梨園(有家町))

(写真: ODAW ARA Film)

vol.18 南島原市の恵み

みみちゅー楽新聞部



(イラスト: kumo)

市長がすすめる 具体的なまちづくり



安心して暮らせる未来をつくる

- 災害に強いまちづくり
- ゼロカーボンシティの推進
- 地域の移動手段の確保
- 公共施設の統廃合の推進 など

豊かさの感じられる未来をつくる

- 農業やそうめんなどの地場産業の振興
- 地場産業の事業継承、後継者支援
- デジタル社会への取り組みを推進 など

賑わいのある未来をつくる

- 道路や世界遺産センター整備などの社会インフラ整備
- 自転車歩行者専用道路の活用推進
- 定住・移住促進などによる関係人口の増加
- 子育て環境の充実 など



表紙イラスト: kumo

CONTENTS

- 02 みなちゅー新聞部
- 03 特集
松本市政の3期目がスタート！
- 04 まちの話
- 08 9月のイベント情報
- 08 市政通信
- 15 島原手延そうめん簡単お手軽レシピ
- 16 島原半島世界ジオパーク
- 17 南島原市図書館だより
- 18 南島原市国際交流員
エマのParola
イタリア文化講座「ピッコロレ」
- 19 こんにちは消費生活センターです
教えて！国民年金
- 20 インフォメーション
- 25 健康コラム
- 26 保健・子育て
- 30 市民カレンダー

市役所の担当課がわからないときは

南島原市役所

☎73-6600

月～金曜日(祝・休日を除く)
[受付時間] 8:30～17:15

南島原市に関するさまざまな制度や手続きなど、気軽にお問い合わせください。

市HP(ホームページ)で
さまざまな
情報を配信中!



あなたが欲しい情報をお届けします

南島原市LINE
公式アカウント



南島原市の人口と世帯数

令和4年7月末日現在(前月比)

- 人口: 42,941人(-67)
- 男性: 20,061人(-33)
- 女性: 22,880人(-34)
- 世帯数: 18,564世帯(-16)



市内各地で行われたイベントやまちの話題をお届けします。



1 マリンフェスタinくちのつ 花火大会

1 3年ぶりに夏のイベントが開催

7月24日に「マリンフェスタinくちのつ2022」が口之津港緑地公園で開催されました。会場ではイルカウォッチング特別便、芸能祭など盛りだくさんのイベントが行われました。

太鼓による勇壮な演奏を披露した、瀬詰太鼓保存会の鬼山優真さんは「3年ぶりとなるイベントで、お客さんの前で披露することができて嬉しい」と話し、フィナーレには2,000発もの打ち上げ・水中花火が口之津港の夜空を彩りました。

また、8月16日には「第54回かづさ花火大会」が加津佐前浜海水浴場で開催され、来場者は夏の夜空の大輪に見入っていました。



マリンフェスタinくちのつ 芸能祭での太鼓演奏



第54回 かづさ花火大会



2 口加ライオンズクラブが時計台を寄贈

口加ライオンズクラブが結成40周年を記念し、口之津港ターミナルに時計台を寄贈されました。

中島浩平代表(寄贈時)は「社会貢献活動の一環として、ターミナル利用者の利便向上のため寄贈させていただきました。薬物乱用防止のメッセージも発信しているので、明るい社会づくりの一助になることを期待しています」と話しました。



3 海洋ごみ削減へ「拾い箱」を設置

公益財団法人B&G財団の支援を受け、加津佐B&G海洋センター艇庫前に九州では初めてとなる「B&G拾い箱」が2棟設置されました。

7月16日にお披露目式が行われ、同財団の菅原理事長は「素晴らしい南島原の海をきれいに保つために、ごみがあったら拾い箱に捨ててください」と子どもたちに呼びかけました。

また、拾い箱のペイントデザインを担当した尾崎さんによるペイントイベントも同日に行われ、子どもたちがペンキを使って絵を描き、色鮮やかな拾い箱が完成しました。



4 市中学生弁論大会で小淵さんが最優秀賞

7月28日に第72回「社会を明るくする運動」市中学生弁論大会がありエコレジヨホールで開催され、市内各中学校の代表16人が命の尊さ、地域や人とのつながり、支え合いなど明るい社会づくりについて日頃から実践していること、感じていることを熱くうたった。ニュースで知り得た「いじめ」の問題に焦点をあて「少しの勇気」と題して発表した、小淵凛香さん(南有馬中3年)が最優秀賞に輝きました。おめでとうございます。



最優秀賞に輝いた小淵さん(南有馬中3年)

6 木村優仁さんが内閣総理大臣感謝状を受彰

本市行政相談委員を務める木村優仁さん(有家町)が多年にわたって積極的に相談活動や行政相談委員制度の発展に努めた功績が認められ、内閣総理大臣感謝状を県内で唯一受彰されました。

木村さんは平成13年から行政相談委員として、全国的にも珍しい、相談所の夜間開設やスマートフォンサイト「くらしの総合相談所」の運営をはじめ、高校での出前教室、地元ラジオへの出演・新聞寄稿といった広報活動など、21年にわたり地域住民と行政との架け橋として精力的に活動されています。

受彰報告のため、市役所を訪問された木村さんは「思いがけない賞をいただき大変ありがたい。これからも困っている人々に手を差し伸べるために取り組んでいきたい」と今後の抱負を述べました。



5 ポンプ操法大会で練習の成果を披露

8月7日に長崎県消防学校で開催された「第37回長崎県消防ポンプ操法大会」に、市の代表として市消防団有家地区団が「小型ポンプ操法の部」に出場しました。

有家地区団が掲げたスローガン「力戦奮闘」のごとく、コロナ禍において南島原消防署員のサポートのもと、選手のみならず団員が一丸となり練習を重ね、大会当日は気合いのこもった操法を披露しました。



左から、長崎行政監視行政相談センター 森永所長、木村さん、松本市長

高齢者叙勲 受章おめでとうございます

高齢者叙勲の受章者が発表され、本市から2人が受章されました。
おめでとうございます。

【高齢者叙勲】

- 旭日単光章
元 南島原市議会議員
渡部 清親さん (有家町)
- 瑞宝双光章
学校医
布井 清児さん (深江町)



左から、松本教育長・松山さん・船戸さん・草野さん・本村さん・本多さん・松本市長

8 全国・九州中総体出場選手を激励

今年度の県中総体で優秀な成績を収め、全国・九州中学校総合体育大会への出場権を獲得した中学生が市役所を訪問しました。

県中総体の結果報告のあと、選手それぞれが上位大会へ向けて決意を表明。

陸上男子砲丸投げで全国大会参加標準記録(13メートル)を上回る13メートル51をたたき出し、優勝した本多恵丞さん(南有馬中3年)は「九州大会では優勝を、全国大会では自己ベストを更新し、上位に入賞できるよう頑張りたい」と述べ、松本市長は「選手皆さんの決意を心強く感じた。県の代表として、全国・九州の舞台で精一杯頑張ってもらいたい」と選手たちを激励しました。

【競技種目・出場選手】(敬称略)

- 全国大会・九州大会
陸上男子砲丸投げ【県大会優勝】
本多 恵丞 (南有馬中3年)
- 九州大会
テニス男子シングルス【県大会2位】
本村 凌雅 (有家中3年)
テニス女子シングルス【県大会3位】
草野 真帆 (布津中3年)
テニス女子ダブルス【県大会2位】
船戸 蘭心 (有家中2年)・松山 絢香 (有家中3年)

いつまでもお元気で ～100歳おめでとうございます～



石橋 アヤ子さん(西有家町)
大正11年7月20日生まれ

Focus in 南島原

市内各地で行われたイベントやまちの話題をお届けします。

まちの話題



● 第40回全九州小学生男女ソフトボール大会(8月:宮崎県)
南島原ガールズSC【第3位】



● 第23回西日本小学生ソフトボール大会(7月～8月:諫早市)
南有馬少年ソフトボールクラブ



● 第23回西日本小学生ソフトボール大会(7月～8月:諫早市)
堂崎小ソフトボールクラブ



7 ソフトボールクラブが全国大会などの 出場報告

ソフトボールで全国大会などへの出場権を獲得した各クラブの選手らが市役所を訪問され「優勝を目指して一生懸命頑張りたい」「応援してくださる人に感謝の気持ちを忘れずプレーしたい」などと意気込みを話しました。

選手の皆さんの今後ますますのご活躍を期待します。



● 第22回全日本中学生男女ソフトボール大会(8月:大阪府)
島原JHS女子ソフトボールクラブ



● 第37回全日本壮年ソフトボール大会(9月:山形県)
南島原クラブ

レンズをのぞけば アオハル #僕たちの青春

このコーナーは、市内高校生(口加高・島原翔南高)の視点から見た市の風景や出来事などをお届けするコラボ企画です。



加津佐町の海岸にある両子岩ふたごいわに来ました。火山由来の土石流堆積物が、波の浸食によって削られて、人の頭のような形になった岩です。地元では、元総理大臣「岸信介」に似ていることから「信介岩」とも呼ばれているそうです。SNS映えスポットですので写真を撮りに行ってみてはいかがでしょうか。(翔南PCブラザーズ)

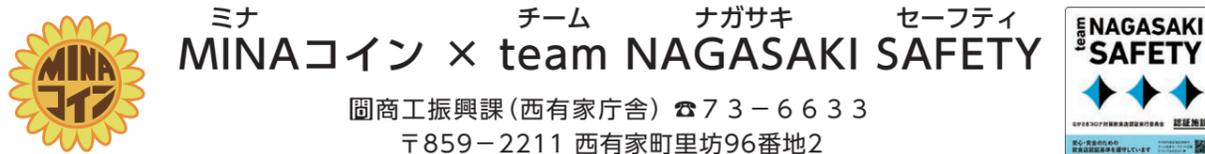
こちらもチェック!

市Facebook 撮ってくれね南島原

「まちの話題」では紙面の都合上、広報みなみまばらに掲載できなかった話題や写真を南島原市ホームページの「まちの話題WEB版」にも掲載しています。ぜひご覧ください。

南島原市





市内のteam NAGASAKI SAFETY認証店での飲食代をMINAコインで支払うと、支払い金額の10%をキャッシュバックするキャンペーンを10月～11月に実施します。
(キャンペーンの詳細につきましては、広報みなみしまばら10月号でお知らせします)

【キャンペーンの対象店舗となる飲食店を募集します！】

下記①、②をいずれも満たすことが条件で、自動的に対象となります。

認証およびMINAコイン加入がまだお済みでない飲食店は、

早めに手続きをお願いします。

①team NAGASAKI SAFETY認証を取得

認証に必要な経費は市が支援します(下記参照)。

②MINAコイン加盟店への加入

最寄り(市内)の十八親和銀行各支店でお手続きください。



県HP(認証制度)

いーとばいキャンペーンも
MINAコインでもらえば
もっとお得だね！



team NAGASAKI SAFETY とは…

長崎大学の協力のもと、長崎県が官民一体のチームで取り組む安心・安全のための認証制度です。認証された施設では、長崎大学監修のガイドラインに則り、新型コロナウイルス予防対策に取り組んでいます。認証にあたっては、審査員が実地審査を行い、「泊まる」「食べる」「遊ぶ」を心から楽しんでいただけるよう、認証後も定期的な審査で、安心・安全に取り組んでいます。

【市ではteam NAGASAKI SAFETY認証取得をサポートします！】

市は「南島原市SAFETY支援補助金」を新たに創設し、市内飲食店に対し「team NAGASAKI SAFETY」認証の基準を満たすために必要な経費を助成します。

●対象者

- ・市内で飲食業を営む個人または法人
- ・team NAGASAKI SAFETYの認証を受けている、またはこれから認証を受ける飲食店
- ※県の「ながさきコロナ対策飲食店認証制度補助金」の受給者は対象外。

●対象経費

- 備品・機械装置、資材等購入費など
- (例)非接触型体温計、飛沫防止パーテーション、空気清浄機など



●補助金の額

対象経費の10分の10以内(上限10万円)

●申請受付期間

9月1日(木)～11月30日(水)
(土日祝日を除く)

●応募方法

市指定様式(申請書、チェックリスト、経費内訳書、誓約書など)に必要な事項を記入の上、郵送または持参にて提出してください。

※郵送の場合は11月30日(水)消印有効。

様式は商工振興課または各支所、市ホームページで入手できます。



市HP(支援補助金)

イベント情報

新型コロナウイルスの感染状況によっては中止または延期する場合があります。
マスク着用・手指消毒などのご協力をお願いします。

南島原市を元気に！ Eat Buy いーとばいキャンペーン2022秋

図商工振興課(西有家庁舎) ☎73-6633

新型コロナウイルス感染症や世界情勢の変化などに伴う物価上昇の影響を緩和するとともに、市民の皆さんと事業者がともに元気になるように食事や買い物を楽しむ『南島原市を元気に！いーとばいキャンペーン2022秋』を実施します。



市HP

【キャンペーン】

- 対象…全市民(基準日:令和4年8月10日)
- 内容
「MINAポイント」または「紙クーポン」を交付します。
①【MINAコイン】
1人当たり5,000円分のMINAポイント
②【紙クーポン】
1人当たり5,000円分(500円券の10枚綴り)のチケット
※申請時に①または②を選択してください。
※5,000円の内、2,500円を飲食店で、残りの2,500円はすべての協力店で利用できます。
- 利用期間
10月1日(土)～令和5年1月10日(火)
- 利用可能店舗
【MINAコイン】…MINAコイン加盟店舗
【紙クーポン】
本キャンペーンに参加する市内事業所
※交付時に店舗一覧を配布します。
(市ホームページでも確認できます)

【申請手続き】

- 申請方法
8月下旬に全世帯に案内と申請書を送付していますので、世帯代表者が各支所に交付申請書を提出してください。申請は代理人でも可能です。
※病気などのやむを得ない特別な理由により、申請場所へ来られない人は、商工振興課へご相談ください。
- 申請期間【集中受付期間】
9月15日(木)～29日(木)(土日祝日を除く)
受付時間…午前9時～午後4時
※集中受付期間を過ぎた場合でも12月28日(水)まで各支所で交付申請ができます。
- 申請場所…各支所
- いーとばいチケットに関する注意事項■
・現金または金券の購入には利用できません。
・利用の際は、つり銭は支払われません。
・盗難または紛失による再発行はできません。

【キャンペーン参加事業者募集中】

本キャンペーン参加を希望する事業所を随時募集しています。新たに参加を希望する事業者は商工振興課までお問い合わせください。

新規作物(永年作物)の導入を支援します

農林課(有家庁舎) ☎73-6661 FAX:82-0217
〒859-2202 有家町山川58番地1 Eメール:nougyosenryaku@city.minamishimabara.lg.jp

市内の農業者(団体)や他産業から農業分野へ参入する人が、新規作物(永年作物)の導入を行う際の導入経費を補助します。また、導入に関する相談も随時、受け付けます。

高収益が期待できる、新たな作物の導入にチャレンジしてみませんか?

【永年作物の例】 ※あくまでも例です。



- 対象経費…苗木代、培養土代
- 補助対象要件
 - ①令和5年3月までに事業を完了すること。
 - ②国や県から補助を受けていない事業であること。
- 補助金の額

対象経費の2分の1以内(上限300万円)。
交付は1回限り。
- 募集期間…9月30日(金)まで

※相談の受付期限も同じです。
- 応募方法

市指定様式(提案書、事業計画書)などに必要事項を記載し、農林課へ提出してください(土日祝日を除く)。
郵送の場合は9月30日(金)消印有効。
※様式は農林課または市ホームページで入手できます。
- 事業者の選定方法

審査会を開催し、応募者によるプレゼンテーションおよびヒアリング・書類審査のうえ、予算の範囲内で選定します。
※審査会の日程は、後日、応募者に連絡します。

令和5年二十歳のつどい

生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

令和4年4月の民法改正により成人年齢は18歳になりましたが、南島原市では、従来の成人式と同様、令和4年度に20歳を迎えた人および20歳を迎える人を対象に「令和5年二十歳のつどい」を開催します。

対象者には、9月上旬に往復ハガキを郵送しますので、返信用ハガキに必要な事項を記入の上、投函してください。

なお、今後の新型コロナウイルス感染症の発生状況などにより、会の内容の変更、またはやむを得ず中止する場合があります。

☎平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、市内居住者または過去居住者

📅10月7日(金)



開催日時		会場
令和5年1月4日(水)	午前11時~	ありえコレジヨホール

南島原市原油価格・物価高騰対策支援金について

商工振興課(西有家庁舎) ☎73-6633

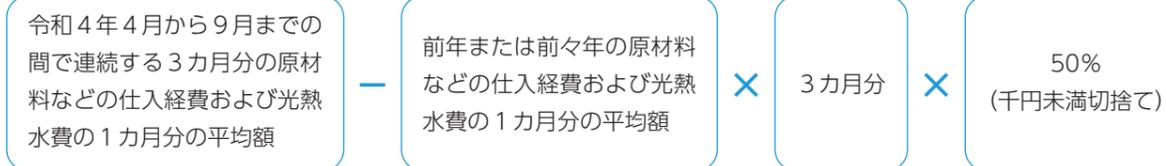
新型コロナウイルス感染症や世界情勢の変化などに伴い、原材料や光熱費などの価格が高騰したことで、事業に影響を受けた事業者を支援するため、原油価格・物価高騰対策支援金の申請を受け付けています。

詳しくは、市のホームページをご確認ください。

●支給要件

市内に住所を有する個人または主たる事務所を有する法人で、令和4年4月から9月までの間で連続する3カ月分の原材料などの仕入経費および光熱水費の1カ月分の平均額が、前年または前々年の原材料などの仕入経費および光熱水費の1カ月分の平均額に対し、15%以上増加していることなど

●支給額



売上金額(年間)	支援金限度額
①3,000万円未満	10万円
②3,000万円~5,000万円未満	20万円
③5,000万円~1億円未満	30万円
④1億円~5億円未満	40万円
⑤5億円以上	50万円

●申請方法

市ホームページまたは商工振興課に備えている申請書に必要な事項を記入の上、郵送または持参にて提出してください。詳細は市ホームページをご確認ください。



市HP

●申請期限…12月28日(水)(当日消印有効)

南島原市景観審議会委員募集

都市計画課(有家庁舎) ☎73-6677 FAX:82-0240
〒859-2202 有家町山川58番地1 Eメール:toshikeikaku@city.minamishimabara.lg.jp

市では、「南島原市景観審議会」の委員の一部(公募による者)を募集します。

審議会では、有識者や市民の意見を市の景観計画などに反映させ、市民との協働によるまちづくりを推進するための方策の検討や市の景観に関する調査、審議などを行います。

●景観計画とは

良好な景観を保全、育成していくための方針や行為の制限に関する事項などを定めた計画のこと。今後の景観行政において根幹となる計画です。

●募集人員…若干名

●任期…2年間

📅9月20日(火)

●応募資格…次の条件をすべて満たす人

- ①市内に在住し、令和4年4月1日時点で満18歳以上の市民であること(高校生は応募不可)
- ②平日の昼間の会議に出席できる人
- ③南島原市の景観まちづくりに高い関心を持ち、建設的な意見を持つ人

📄都市計画課または各支所に備えている応募用紙(市ホームページからダウンロードできます)に必要な事項を記入し、持参、郵送、FAX、Eメールで応募してください。

マイナンバーカードを健康保険の被保険者証として利用できます

☎健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、事前に健康保険証利用の申し込みが必要です。スマートフォンやセブン銀行のATMでの申し込みや、市役所の各支所に設置している、カードリーダーで簡単に手続きができます。

●健康保険証として利用することで身近に感じられるメリット

マイナンバーカードの健康保険証利用は、本人が同意をすると、医療機関や薬局において薬剤情報や特定健診情報などが閲覧可能となり、被保険者にとってより良い医療を受けられることにつながります。

また、オンラインで医療保険の資格が確認できるので、限度額適用認定証や高齢受給者証を提示しなくても、窓口での支払いが限度額まで済みます。



後期高齢者医療制度 窓口負担割合の見直し(2割負担)について

☎健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641 または
長崎県後期高齢者医療広域連合 ☎095-816-3930

令和4年10月1日から医療費窓口負担割合が1割の人のうち、一定の所得がある被保険者の負担割合が2割となります。

現在お持ちの保険証の有効期間は9月末となっていますので、10月以降にご使用いただく保険証を9月中に発送します。

新しい保険証には10月からの負担割合が記載されていますので必ずご確認ください。



●自己負担を抑える配慮措置があります

令和4年10月1日から令和7年9月30日までの3年間、医療費窓口負担割合が2割負担となる人については、別表のとおり自己負担を抑えるための配慮措置があります。

この措置により、外来医療費の自己負担の月額増加額(1割負担の場合と比較して多く支払う額)が3,000円までとなります。

別表(例:1ヵ月の医療費全体額が50,000円の場合)

①窓口負担割合が1割のとき	5,000円
②窓口負担割合が2割のとき	10,000円
③負担増(②-①)	5,000円
④窓口負担増の上限額	3,000円
⑤払い戻し(③-④)	2,000円

【配慮措置】 1ヵ月5,000円の負担増を3,000円までに抑えます。

●還付の手続きは口座登録の手続きが必要です

増加額が3,000円を超える部分については、原則還付を行います。還付は口座振込となりますので、口座の登録がお済みでない人には長崎県後期高齢者医療広域連合から書類を郵送します。

最寄りの支所または長崎県後期高齢者医療広域連合で、早めに手続きをお願いします。

●詐欺にご注意ください!

医療費の払い戻しについて、厚生労働省や自治体などが電話や訪問で口座情報をお尋ねすることや、キャッシュカード、通帳などのお預かり、ATMの操作をお願いすることは絶対にありません。

不審な電話や訪問があったときは、健康づくり課または市消費生活センター(☎82-3010)までご連絡をお願いします。

今なら手軽に! 携帯電話ショップでマイナンバーカード

☎市民課(西有家庁舎) ☎73-6647

マイナンバーカードのさらなる普及促進のため、全国の携帯電話ショップにおいて、店舗に訪れた人へのマイナンバーカードの申請サポートが開始されました。

まだ、マイナンバーカードをお持ちでない人は、お買い物の合間などの際に、ぜひご利用ください。

●受付期間

令和5年3月下旬まで(土日祝日を含む)

●受付内容

写真撮影などの申請サポートを実施(全て無料)

※携帯電話契約の有無は問わず、誰でも受付可能です

※申請されたマイナンバーカードは、後日、住所地市区町村窓口などで交付します

●市内の実施店舗

ドコモショップ有家店
(有家町山川272-1)

●島原半島内の実施店舗

島原市…ドコモショップ島原店
ドコモショップ島原高島店
auショップ島原前浜
ソフトバンク島原
雲仙市…ドコモショップ愛野展望台店
ドコモショップ小浜温泉店
auショップ愛野展望台



全て無料! 手ぶらでもOK!
最短10分で完了!
ご自宅に郵送されているQRコード付き交付申請書をお持ちいただくとカードがより早く発行されます!



スマートフォン講習会を開催します(総務省デジタル活用支援推進事業)

☎防災課(西有家庁舎) ☎73-6622



最大2万円分のマイナポイントがもらえるマイナポイント事業第2弾は令和4年9月末日までにマイナンバーカードの取得申請をした人が対象になり、もうすぐその期限を迎えます。

そこで、スマートフォンを使ったマイナンバーカードの取得のための講習会を実施します。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、日程の変更を行うことがあります。



実施日	会場
9月17日(土) 午前10時~	深江公民館
9月17日(土) 午後2時~	布津公民館
9月18日(日) 午前10時~	ありえコレジヨホール
9月24日(土) 午後2時~	西有家総合学習センターカムス
9月18日(日) 午後2時~	北有馬ピロティ文化センター日野江
9月24日(土) 午前10時~	原城オアシスセンター
9月25日(日) 午前10時~	口之津公民館
9月25日(日) 午後2時~	加津佐公民館

📅・📍左記の日程

※1時間程度を予定しています。

📅各回16人(先着順)

📄無料

📄マイナンバーカードを取得していない人

●持参品…個人番号カード交付申請書、スマートフォン

📅9月13日(火)

📄電話で申し込んでください。

Minamishimabara CITY PROMOTION 南島原市総合的シティプロモーション推進事業



特設サイト

みなちゅーステーション3 シーズン 9月4日(日) 放送開始!



「今すぐ南島原!」をテーマに、島原手延そうめんをはじめ、南島原の美味しいものを中心に、オンラインとオフラインを融合させた南島原市の取り組みをご紹介します。

ナビゲーターは、コミュニティラジオ・FMひまわりの「みなちゅー放送部」でおなじみの小田原孝幸さんです。

放送局 NCC長崎文化放送(5チャンネル)

放送日時 毎週日曜日 午後10時57分から ※日時は変更になる場合があります。

島原手延そうめん アレンジレシピ料理教室 参加者募集



「島原手延そうめん」を使用したアレンジレシピを一緒に楽しく学びませんか。「島原手延そうめん」は、コシが強く、伸びにくいので、和風や洋風、中華などさまざまなアレンジで楽しむことができます。

参加者全員に「島原手延そうめん」と「そうめんレシピ」をプレゼントします。ご友人、親子で、ぜひご参加ください。

📅10月1日(日) 午前10時~正午(予定) 📍西有家保健センター 📅10人(先着順) 📄無料 📄市民または市内勤務の人 📅9月26日(月) 📄電話または窓口で申し込んでください。 ・持参品…エプロン、三角巾、マスク 【協力】南島原市食生活改善推進員協議会 📍商工振興課(西有家庁舎) ☎73-6633

※新型コロナウイルスの影響により、延期や中止になる場合があります。また、当日の実食ができない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

簡単お手軽レシピ メキシカンサルサそうめん

今回は、メキシカンサルサそうめんを紹介します。 まだまだ暑い日が続きます。そんな日には、食欲増進にうま辛そうめん料理をお試しください。



材料(2人分)

- 島原手延そうめん…2束
フルーツトマト…3個
紫玉ねぎ…1/4個
ピーマン…1/2個
おろしニンニク…小さじ1/2
塩…小さじ1
砂糖…小さじ1
レモン果汁…大さじ1
チリパウダー…小さじ1
タバスコ…お好みで

作り方

- 1 紫玉ねぎは粗みじん切りし、水にさらした後に水気を切る。
2 トマト、ピーマンは5ミリ程度の角切りにする。
3 ボウルに1、2をいれ、チリパウダー、おろしニンニク、塩、砂糖、レモン果汁、お好みでタバスコを加え混ぜ合わせる。
4 茹で上がったそうめんを氷水で冷やし、しっかり水気を取る。
5 4のそうめんを3を盛り付けて完成。

南島原市情報通信技術を活用した行政の推進に関する条例(案)に関する意見を募集します

📍防災課(西有家庁舎) ☎73-6622 FAX:82-3086 〒859-2211 西有家町里坊96番地2 Eメール:jouhou@city.minamishimabara.lg.jp

本市における行政手続などについてオンライン化を行い、市民の利便性向上ならびに行政運営の簡素化および効率化を図ることを目的に「南島原市情報通信技術を活用した行政の推進に関する条例」を制定します。

本条例の制定にあたって、市民の皆さんのご意見・ご提案をいただくため、条例(案)についての市民意見募集(パブリック・コメント)を行います。

- 閲覧・募集期間 9月13日(火)~10月12日(水)
●閲覧場所 防災課、各支所(市ホームページにも掲載します)
●意見などを提出できる人
・市内に在住・在勤・在学の人
・市内に事業所などを有する人
・本事案に利害関係を有する人
●意見の提出方法(任意様式で可)
意見内容(条例(案)の箇所(項目やページ、行など)とそれに対する意見)、住所、氏名、年齢、性別を記載し、防災課または各支所に持参するか、郵送、FAX、Eメールのいずれかで提出してください。
●意見に対する考え方の公表
お寄せいただいたご意見の要旨とそれに対する本市の考え方は、後日ホームページなどで公表する予定です。
●注意事項
・条例(案)をご一読のうえ、意見の提出をお願いします。
・意見提出用紙に氏名、住所が記入されていない場合、受付できません。
・公序良俗に反する意見は、受付できない場合があります。
・電話での受付やご意見に対する個別の回答はいたしません。

猫のトラブルが増えています 📍環境課(衛生センター庁舎) ☎73-6644

猫による糞尿やごみ荒らし、鳴き声など、地域の生活環境のトラブルが増えています。
トラブルの多くはノラ猫への無責任なエサやりが原因とみられ、猫が過剰繁殖することで引き起こされています。「かわいいから」、「かわいそうだから」といった身勝手な理由でエサやりだけをする、近隣住民の迷惑になるばかりでなく、不幸な命を増やすことにもつながります。



- エサは飼い猫にだけ与えましょう
ノラ猫に一度でもエサを与えると、地域に住みついて繁殖してしまう可能性があります。
●飼い猫には不妊・去勢手術を受けさせましょう
猫は生後6カ月前後から繁殖能力をもち、年に2~3回、1回あたり4~8頭の子を産むことができます。
また、交尾したらほぼ確実に妊娠するため、あっという間に繁殖してしまいます。
●「地域猫活動」にご協力ください
地域猫活動とは、ノラ猫に不妊・去勢手術を施し、地域住民などの団体に適正管理することにより、ノラ猫の数とトラブルを減らしていく取り組みです。
地域猫活動への支援に関する相談については、県南保健所(☎0957-62-3288)で受け付けています。
※捨てネコは犯罪ですので、絶対にしないでください。

蔵書点検による休館のお知らせ

- 深江図書館
9月13日(火)～18日(日)
- 加津佐図書館
9月26日(月)～10月2日(日)

南島原市図書館だより vol.191

南島原市図書館
きてみんなね!

イラスト・題字：長谷川義史



図書館紹介

口之津図書館
ガーデニング講座

サンブリテニアのさし芽を作り、さし方、育て方を紹介します。
 9月17日(土) 午後1時30分～3時
 20人(要申込・先着順)
 ・持参品…はさみ、ビニール手袋、カッターナイフ
 200円(材料費)



南島原市内図書館・図書室 ～9月19日は「敬老の日」です～

大活字本はご存じですか？

視力の低下などで字が見えづらくなって、本との縁が遠くなってきたという人向けに、大活字本という、字が大きく読みやすくなった本があります。



各図書館の展示コーナーで紹介しています。この機会に、手に取ってみてはいかがでしょうか。

【市内図書館・図書室オススの本紹介】



「敬老の日読書のすすめ」(読書推進運動協議会)では「心ゆたかに生涯読書」を目標に、中・高年の皆さんに読書を楽しんでもらうために、オススの本を紹介しています。市内の各図書館に所蔵していますので、ぜひ読んでください。

- 「九十八歳。戦いやまず日は暮れず」 佐藤 愛子 / 著 小学館 / 出版
 - 「その日まで」 瀬戸内 寂聴 / 著 講談社 / 出版
 - 「ボタニカ」 朝井 まかて / 著 祥伝社 / 出版
 - 「ぼけますから、よろしくお願ひします。おかえりお母さん」 信友 直子 / 著 新潮社 / 出版
 - 「高齢者を身近な危険から守る本」 森 透匡・平松 類・三平 洵 / 監修 池田書店 / 出版
- ※ほかにもありますので、詳しくはお問い合わせください。

図書館行事とお知らせ

各種行事開催については、新型コロナウイルスの感染状況により、延期または中止する場合があります。あらかじめご了承ください。

図書館員オススの本



児童書 「あーそーぼ！」

フフフーン / 作 ほるぷ出版 / 出版
 「とんとんとん あーそーぼ！」ドアをあけると、いろんなどうぶつたちが「いーいーよ！」つぎは、どんなどうぶつと、なにをしてあそぶのかな？ どんどんページをめくりたいくなる厚紙のしかけ絵本です。

一般書



「2度目の会話が続きません」

野口 敏 / 著 サンクチュアリ出版 / 出版
 「はじめまして」の会話はなんとか乗り切れても、2回目には会話が弾まない。著者は、2度目の会話が苦手なことを「2度見知り」と呼んでいます。なぜ会話が続きませんか？ 踏み、話題選びや相手との距離の縮め方など、ビジネスでもプライベートでも使える会話術が満載です。

北有馬図書室

- 敬老の日工作「牛乳パックですてきな写真立てをつくろう！」
 9月11日(日) 午後1時30分～3時
 8人(要申込)
 小学生

西有家図書館

- 秋のちいさなおはなし会
 9月23日(金)・24日(土)・25日(日)
 午後2時～2時30分
 各回10人
 幼児～小学生
 ※内容は各回異なります。

【お問い合わせ】 ☎73-(各図書館下4桁) *詳しいことは、ホームページや各図書館でご確認ください。 南島原市図書館 検索

- 深江図書館…6717
- 布津図書室…6726
- 有家図書館…6737
- 西有家図書館…6747
- 北有馬図書室…6754
- 原城図書館…6767
- 口之津図書館…6777
- 加津佐図書館…6787

つなごう未来へ!
島原半島ユネスコ世界ジオパーク



島原半島ジオパーク協議会 ☎0957-65-5540
 E-mail: info@unzen-geopark.jp

生活の中に満ち溢れている火山が育んだ大地の恵み



雲仙市南串山町の棚田

「ヒトと火山との共生」をテーマにしている島原半島ユネスコ世界ジオパークは、貴重な地形や地質と大地からもたらされた自然の恵みを上手に取り入れてきた人々の暮らしを感じられるエリアです。

ジャガイモに代表される数々の農産物、手延べそうめん、かまぼこといった島原半島の特産品などはすべて大地の恵みをうまく生かして作られています。

島原半島は、ちょうど春と秋にジャガイモが良く育つ気候条件が整います。この気候条件と、ジャガイモの生育に適切な火山が育んだ土壌が広く分布していることが、他の地域では収穫できない時期に美味しい新ジャガを収穫できる秘訣です。

手延べそうめんは、小麦粉を練り、ねかせ、細長く引



南島原市の流しそうめん

き伸ばし、乾燥させ、切りそろえる、という複雑な工程を経て作られますが、これらはそうめんの「ねかせ」や「乾燥」に適した温度や湿度、そしてきれいな水が必要不可欠です。さらにかまぼこは、原料となる魚の育成に適した水温と塩分濃度を兼ね備えた海が近くにあることを利用した特産品です。

このように、地域の特産品は、島原半島の自然を上手に取り入れることによって、昔から作られてきました。これらはまさに島原半島ユネスコ世界ジオパークを代表する産物といえるでしょう。

島原半島には、多くの特産品があります。地元で採れた美味しいものを食べながら、特産品と地域の自然とのかかわりに思いをはせてみてはいかがでしょうか。

布津福祉センター『湯楽里』
がリフレッシュオープン



布津福祉センターの空調設備や入浴設備の改修工事が完了し、8月10日にリニューアルオープンしました。

これからも健康で安心して暮らせるまちづくりのため、健康増進および福祉の充実を図る拠点として、皆さんに愛されるような施設を目指してまいります。

お得な割引回数券もありますので、ぜひご利用ください。

入浴施設の利用について

- 利用時間 午前9時30分～午後9時
 ※火曜日と年末年始は休館となります。
- 利用料金 大人(高校生以上)…500円
 小人…200円
 ※午後6時以降は大人300円。

間布津福祉センター「湯楽里」 ☎73-7212

メールなどでもクーリング・オフ通知が可能に ～発信した証拠は保管しておきましょう～

●相談事例



- ①5日前、事業者が自宅に訪問し、太陽光発電システムと蓄電池の勧誘を受け応じた。しかし、年齢的に総額300万円の15年ローンは不安。他社とも比較していないので、解約したい。(70代女性)
- ②7日前、メンズ脱毛エステの無料体験後に、2年コースを50万円で契約した。私は大学生で、コロナ禍でバイトもままならず、支払いが不安。クーリング・オフしたい。(20代男性)

<消費生活センターからのアドバイス>

クーリング・オフ制度とは、訪問販売などの不意打ち的な勧誘をきっかけにした契約や、マルチ商法、特定のサービスなどで定められた取引について、一定期間(取引により異なる)内であれば、無条件で契約を解除できる制度です。インターネット通販などの通信販売はクーリング・オフできませんのでご注意ください。

クーリング・オフする場合は、はがきに必要事項を書き、事業者へ送付します。期間内に発信すれば良く、期間内に事業者へ届く必要はありません。令和4年6月1日からは、電磁的記録(メールやFAX、事業者のホームページの専用フォームなど)でもクーリング・オフを通知できるようになりました。はがきなら両面コピーして簡易書留で送り、専用フォームならスクリーンショットを撮るなど、発信した証拠を大切に保管しておきましょう。

消費生活センターではクーリング・オフ手続きの支援も行っていますので、困ったことがあったらご相談ください。トラブルを避けるために、契約前に本当に必要かどうか考え、契約書面をよく読むなど契約内容を確認するよう心がけましょう。

教えて！国民年金 健康づくり課 ☎73-6641または各支所 ～「出張年金相談」をご利用ください～

諫早年金事務所では、出張年金相談を実施しています。年金の請求方法が分からないなど、相談したいことがあれば、ぜひご利用ください。



●要予約 日程は右記のとおりです

- ※予約は随時受け付けていますが、人数に制限がありますので、早めの予約をお願いします。
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、やむを得ず中止になる場合があります。

年金相談のご案内 【時間共通】午前10時～午後3時

- | | |
|-----------------|-----------------|
| ●11月9日(水)…南有馬支所 | ●1月11日(水)…布津支所 |
| ●12月7日(水)…深江支所 | ●1月25日(水)…加津佐支所 |
| ●12月21日(水)…有家支所 | ●2月8日(水)…口之津支所 |
| | ●3月8日(水)…加津佐支所 |
| | ●3月15日(水)…西有家支所 |



南島原市国際交流員 パローラ
エマの Parola
※Parolaは「言葉または保証」という意味

新しい国際交流員は
よう歩きよらすな～

一歩ずつで世界を変えよう！

毎日歩いて通勤したら、いつの間にか市民の目で「ザ・歩きよらす外国人」になったようです。色々な場所に歩いていきますので、よく車がないと思われていますが、実は持っています。ただし、1万3千キロ以上を渡って来日した私にとって徒歩3キロは大したことはありません。そして、今回は散歩の大切さについて書こうと思います。

歩きながら、体を知り、体を鍛える。たとえ100メートルでも、何百歩もします。そして、一歩一歩で、自分の体のいろいろなことに気づくことができます。例えば、何歩、何分である場所まで行けるか、または何歩目で自分の歩きが右か左に傾いているか気づくこと。もちろん、皆さんは好きなことに気をつけられればいいと思います。ちなみに、何歩目で汗をかきだすということに集中しても構いませんし、逆に面白いかもかもしれません。

最近、SDGsという言葉を目にする機会があると思います。SDGsとは Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)、つまり将来をもっと平等で豊かな世界を作るための目標です。もちろん、環境保護はこの目標を達成するための代表的なものの一つですので、環境にやさしい交通手段(散歩も含めて)を推進することも当然です。もし、SDGsの意味が覚えづらかったら「Subarashii dekake(素晴らしい(お)出掛け)、go!」と暗記しても大丈夫だと思います。

ある場所まで歩くのに時間はかかります。しかし、時間がかかるからこそ、いくつかの発見が見つかります。例えば、夏にある場所でトンボがたくさん飛んでいること、冬にいつも通りの時間にサギが川を歩いていることなどです。また、秋には雨がそっと傘を叩く音、春には鳥の幸せそうな鳴き声。このように、毎日10分だけの散歩が、四季の巡りによって、感覚の万華鏡になります。日常生活が褪せた色にしか見えない人に大変お勧めします。

一回だけ車を使わず、ゆっくりと歩いていくという選択をすると、世界は少しより綺麗になります。そして、毎日の習慣にすると、世界はさらに綺麗になります。

私はこれからもいろいろな場所まで歩いていきますが、皆さんもぜひ、違う場所からでも、心を一緒にして、一緒に歩きましょう。そして、夕日に汗をかいている姿が見えたら「エマ！」と声をかけてみてください。



春の花に忍び込もうとしているアゲハ蝶



雨の日、寝転がったままで自宅の玄関前で雨上がりを待っていた猫



道の横で日差しを浴びているトカゲ

イタリア文化を体験してみませんか？イタリア文化講座「ピッコレ」
百聞は一見に如かず！さまざまなイタリア文化を中心に、講座を開催します。毎回、南島原市国際交流員エマの指導で、違うテーマについて学びながら、気軽にイタリア語も身につきます。一緒にイタリア文化に飛び込んでみませんか？どの講座も自由に参加できます。

回	日程	時間	テーマ
1	9月22日(木)	午後6時30分～8時	料理
2	9月29日(木)	午後7時～8時30分	詩
3	10月6日(木)		映画
4	10月13日(木)		芸術
5	10月20日(木)		歴史と伝説

☎西有家総合学習センターカムス ☎20人(先着順)
☎無料(第1回のみ500円) ☎市民 ☎9月15日(木)
☎電話または必要事項(住所・氏名・電話番号・希望講座)を記載の上、FAX、Eメールで申し込んでください。
☎地域づくり課(西有家庁舎)
☎73-6631 FAX82-3086
Eメール: cir@minami-shimabara.jp

募集

市営住宅入居者

- 募集団地
 - ・深江 あげつ第1団地(2戸)
 - ・深江 つつが丘団地(3戸)
 - ・深江 馬場団地(3戸)
 - ・布津 新田団地(1戸)
 - ・有家 下鬼塚団地(1戸)
 - ・有家 堂山団地(1戸)
 - ・西有家 上の原団地(1戸)
 - ・北有家 西正寺第2団地(1戸)
- ※特定公共賃貸住宅
- ・南有家 新三崎団地(1戸)
- ・南有家 露田団地(1戸)
- ・口之津 白浜団地(5戸)
- ・口之津 早崎団地(2戸)
- ・加津佐 愛宕団地(3戸)

※募集戸数は変動する場合があります。

募集期間

9月1日(木)～14日(水)

- 入居資格条件:収入が基準に該当するなど、市が指定する条件をすべて満たす人
- ※詳細はお問い合わせください。
- 入居者の決定:資格要件を満たした申込者の数が募集戸数を超える場合は、公開

求人

令和4年度
会計年度任用職員募集

【1～4】

【共通事項】

- 抽選を行います。
- 抽選日:9月22日(木) 午後2時 有家庁舎
- 南島原市計画課 ☎73・6677
- 試験:面接
- ※日時、場所は後日連絡します。
- 市販の履歴書に必要事項を記入(写真貼付)し、応募職種を朱書きした封筒に入れて郵送してください(持参可)。
- ※履歴書は返却しません。

【1】特別支援教育助手

- 募集人員:若干名
- 勤務内容:市内小中学校の特別な配慮を要する児童生徒の個別の支援
- 勤務地:市内小中学校(勤務校は後日指定します)
- 報酬など:時給1,050円、通勤手当あり

任用期間

【第2期】令和4年12月26日まで

【第3期】令和5年1月10日～令和5年3月27日

※右記の各期ごとの任用とし、継続任用を希望する場合は手続きを行う必要があります。

勤務日および勤務時間

週4日(土日祝日、年末年始および長期休業日を除く) 午前8時～午後3時(うち4時間45分勤務)

9月15日(木)必着

- 共通事項明記に加え、学校教育課指定の様式(※)を同封してください。
- 様式は学校教育課および各教育振興班に備えています。

南島原市役所
学校教育課(南有家庁舎)

☎73・6702

〒859・2412 南有家町乙1023番地



【2】学校支援員

●募集人員:若干名

●勤務内容:市内小中学校教員業務の支援(授業で使う資料の印刷など)

●勤務地:市内小中学校(勤務校は後日指定します)

●報酬など:時給890円、通勤手当あり

任用期間

【第2期】令和4年12月26日まで

【第3期】令和5年1月10日～令和5年3月27日

※右記の各期ごとの任用とし、継続任用を希望する場合は手続きを行う必要があります。

勤務日および勤務時間

週5日(土日祝日、年末年始および長期休業日を除く) 午前8時～午後1時(うち4時間勤務)

9月15日(木)必着

- 共通事項明記に加え、学校教育課指定の様式(※)を同封してください。

※様式は学校教育課および各教育振興班に備えています。

南島原市役所
学校教育課(南有家庁舎)

☎73・6702

〒859・2412 南有家町乙1023番地

【3】保健師

●募集人員:1人

●勤務内容:母子保健事業業務

●勤務地:こども未来課(南有家庁舎)

●報酬など:月額19,470円、通勤手当・期末手当あり、社会保険・雇用保険あり

●任用期間:10月1日～令和5年3月31日

●勤務日および勤務時間

週5日(土日祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時(うち7時間30分勤務)

●応募資格:普通自動車運転免許を有し、パソコン(エクスセル・ワードなど)の操作ができる人で、保健師の資格を有する人

9月16日(金)必着

●共通事項明記に加え、資格証明書の写しを同封してください。

南島原市役所
こども未来課(南有家庁舎)

☎73・6652

〒859・2412 南有家町乙1023番地

【4】一般事務員(税務課)

●募集人員:1人

●勤務内容:固定資産税償却資産申告書発送および受付業務

●勤務地:税務課(西有家庁舎)

●報酬など:時給890円、通勤手当あり、社会保険・雇用保険あり

●任用期間:11月1日～令和5年3月31日

●勤務日および勤務時間

週5日(土日祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時(うち6時間30分勤務)

●応募資格:普通自動車運転免許を有し、パソコン(エクスセル・ワードなど)の操作ができる人

9月30日(金)必着

●共通事項明記に加え、資格証明書の写しを同封してください。

南島原市役所
税務課(西有家庁舎)

☎73・6642

〒859・2211 西有家町里坊96番地2

島原地域広域市町村圏
組合 事務局職員募集

●募集人員:若干名

●募集区分:一般事務・高卒程度(平成5年4月2日から平成17年4月1日生まれ)

●採用予定日

令和5年4月1日

●一次試験

10月23日(日)

●島原市有明総合文化会館(島原市有明町大三東)

●二次試験

※一次試験合格者のみ、文書で通知します。

●受付期間:9月1日(木)～30日(金)(当日消印有効)

●組合ホームページまたは組合事務局総務課にある申込書に必要事項を記入の上、左記まで提出してください。

南島原地域広域市町村圏組合
事務局 総務課

☎0957・61・9100

〒859・1492 島原市有明町大三東戊1327(島原市役所有明庁舎)

案内

長崎県立口加高校創立
120周年記念文化祭

あやめい

●10月30日(日) 午前8時45分～

●口加高校

●卒業生の皆さんへお願い

文化祭において、口加高校歴代の「制服ファッションショー」を企画しています。

以前の制服をお持ちの方で、貸していただける場合はご連絡をお願いします。

※男性・女性用どちらも探しています。

※借用後は持ち主にお返しします。

10月14日(金)

●口加高校

☎86・2180

※なお、新型コロナウイルス感染症状況次第で、一般の入場をご遠慮いただく場合があります。

ご了承ください。

南島原市役所
総務課

〒859・1492 島原市有明町大三東戊1327(島原市役所有明庁舎)



広告

シロアリから家マモルなら…
アリマ消毒
(公社)日本しろあり対策協会・しろあり防除施工士登録

確実な施工・安心のアフター管理・納得の良心価格
1,000万円賠償保険付き保証・各種工法あり

090-1518-3414 南島原市南有家町乙944番地
代表 中村 義興
TEL & FAX 85-3235 お気軽にご相談・お電話ください。

ご法要ご予約承り中
お持帰り用配達OK

ご予算・ご要望に応じてご用意致します。 御法要会席弁当

館内まるごと 抗ウイルス・抗菌・消臭 コーティング施工済

長崎県南島原市南有家町丁133番地
原城温泉 真砂 ☎0957-85-3155

パート募集中!! 1日4～5時間程度のお仕事です。
※詳細はお気軽にお問い合わせください。 原城温泉 真砂

おうち時間
い草の香りでリラックス
エコな畳のお手伝い
小物製品販売中

畳の製造・販売・表替え・裏返し
見積り無料 今すぐお電話を

ご用命は 南島原市深江町内1055番地
薄田たたみ店 Tel. 72-2329 Fax. 72-6857

有明しまばら法律事務所
長崎県弁護士会所属 弁護士 大田 真和

取扱分野 借金問題、離婚、養育費、相続、成年後見、交通事故、労働、不動産、犯罪被害者支援、事業者関係など全般。

相談 初回相談は無料です。相談は土日・夜間も可能です。

依頼費用 分割払いなどの取扱あり。ホームページに詳細記載。

相談予約 お電話にてお気軽にお問い合わせください。

ひとりで悩まずに
お気軽にご予約ください。 TEL.0957-61-0888
長崎県島原市今川町1850-1大手門ビル5階 (電話受付:平日17:30まで)

案内

ポウリングで健康づくり



【開催期間・時間】

- ①10月11日～11月15日
毎週火曜日 午後1時30分～4時30分または午後7時～10時
 - ②10月12日～11月16日
毎週水曜日 午前9時30分～午後0時30分または午後1時30分～4時30分
 - ③10月13日～11月24日
毎週木曜日 午前9時30分～午後0時30分
- ※祝日は休講
※全6回（時間帯は選べます）
※島原センターポウリング（島原市高島）
※初心者向け健康ポウリング教室
定各コース36人（先着順）
料1,000円（全6回分）
※不問
申電話、FAXまたは店頭で申し込んでください。

※行事・イベント・講座などについて、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず延期または中止になる場合がありますので、各担当部署へご確認ください。

「南島原恋活」イベント情報2022
～南島原で本当の恋がはじまる～
【恋活トレーニング】



素敵な出会いを求めませんか。
と10月30日(日)
午前11時～午後2時
は島鉄力フットレイン(男性)・島原駅集合、女性:島原駅または早駅集合
内恋は続くよ、どこまでも! 島原半島の魅力と恋を運ぶ恋活イベント。MCに荒木直美さん登場!
内結婚や恋愛に前向きで、次に該当する未婚の人
・男性:市内在住の28歳から40歳までの人
・女性:26歳から38歳までの人
定男女各14人(申込多数の場合合は抽選)
料男性:5,000円
女性:3,000円

年末調整関係手引などの一律送付を見直します
後援:南島原市教育委員会



【税務署からのお知らせ】

例年、源泉徴収義務者の皆さまに送付しておりました年末調整関係手引など(二年末調整のしかた、「源泉徴収税額表」および「給与所得の源泉徴収票等の法定調書の作成と提出の手引」)については、行政手続きのデジタル化を踏まえ、見直しを行うこととなりました。
今後は、改正事項(昨年からの変更点)や国税庁ホームページなどを案内したリーフレットを送付しますので、ご理解をお願いします。

なお、年末調整関係手引などは、9月下旬頃に、国税庁ホームページの「年末調整がよくわかるページ」に掲載します。



国税庁 HP

島原原税務署 法人課税部門 (源泉所得税担当)
☎0957・62・3281

公証週間に伴う 休日無料相談所



島原公証役場では休日無料相談所を開設します。
内遺言書作成、相続、高齢者後見、契約など
と10月2日(日) 午前9時～午後4時

行政書士による 無料相談会
困ったときは行政書士に相談だぞ!
行政書士制度の宣伝部長 行政くん ユキマサ



長崎県行政書士会島原支部では、行政書士制度広報月間に伴い無料相談会を開催します。市内各行政書士事務所をご案内しますので、まずはお問い合わせください。
内相続、遺言、農地転用、営業許可、会社・法人設立など
と10月3日(月)～7日(金) 午前9時～午後5時
島長崎県行政書士会 島原支部
☎0957・64・6565

募集期間:10月11日(火)まで
ながさきめぐりあいホームページから申し込んでください。



ながさきめぐりあい HP

南島原結婚サポートセンター (市社協内)
☎82・2791
✉koikatsu@minashimashakyoo.or.jp

令和4年就業構造基本調査を実施します

令和4年10月1日を基準日として、「就業構造基本調査」が実施されます。
この調査は、国民のふだんの就業・不就業の実態を明らかにすることを目的として、統計法に基づき実施する国の重要な統計調査で、昭和31年以来、18回目の調査です。
調査対象は、統計理論に基づき無作為に選ばれた全国の約54万世帯(15歳以上の世帯員約108万人)です。
9月上旬から調査員が調査世帯に伺いますので、回答にご協力をお願いします。

インターネットでの回答を推奨しています。
※回答いただいた内容は、統計作成の目的以外には絶対に使用しません。
※調査を装った不審な訪問者や、不審な電話・電子メールなどにご注意ください。
島市民課(西有家庁舎)
☎73・6647

下水道排水設備工事責任技術者試験

下水道排水設備工事の責任技術者として登録するための資格認定試験を実施します。
●試験
と11月6日(日) 午後1時～4時
は(公財)長崎県建設技術研究センター(大村市)
内下水道の一般的分野、技術的分野
料8,000円
●受験資格:学歴に応じて、下水道工事などの実務経験が必要
●受付期間:9月1日(木)～20日(火)(当日消印有効)
申込書をホームページからダウンロードし、郵送(簡易書留)してください。
※郵送のみの受付です。
※マスクの着用など、新型コロナウイルス

NBC情報システム 検索
コロナウイルス感染症対策に伴う申込条件がありますので、ご確認の上、お申し込みください。



NBC情報システム HP

NBC情報システム(株)ビジネスアウトソーシング本部
下水道責任技術者係
☎095・825・1541
〒850・0058
長崎市尾上町516 NBCビル

ご寄付

ご寄付ありがとうございます
次の方から、ご寄付をいただきます。
厚くお礼申し上げます。
敬称略
●教育寄附
・(株)工藤測量設計(長崎市)

広告

お任せください! シロアリ駆除
創業昭和四年
松尾白蟻
南島原市加津佐町乙16番地16
☎87-5112

あなたの会社、お店の広告を載せてみませんか。
広告主募集
【広報みなみしまばら】は広告を募集しております。
会社・商品PR、イベント告知に。
◎経費削減と新たな財源の確保のために、有料広告を募集しています。
◎広報紙のほか、市ホームページのパナー広告や公用車広告も併せて募集しています。
詳しくは… 総務秘書課 ☎73-6621

粗大ゴミ回収 はじめました
見積無料
市民の皆様にご喜ばれている西松。親切・丁寧に対応しています!
美しい街は「未来世代」のために
株式会社 西松
南島原市西有家町須川108番地1
フリーダイヤル お気軽にご相談ください。
☎0120-828-766
●受付時間:月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

松島ふとん店
まごころ仕立て
南島原市有家町山川1227
松島ふとん店
☎82-2158
婚ふとん・各種ギフト・オーダーカーテン

講座

第237回
コレジヨ市民文化講座

◎江戸時代の旅とくらし
江戸時代に旅をするためには、寺院が檀家に対し発行する「寺請証文」や、藩や庄屋が発行する「往来手形」を所持しなければ旅をすることができませんでした。本講座では、馬場庄屋分家筋から発見された「往来願通帳」をもとに江戸時代の旅の様子を考察します。

●講師：南中山町史談会 茂 和夫氏

☎9月17日(出)

午後2時～4時

ありえコレジヨホール
定30人(年間受講申込者以外の人も参加可能)

料無料

市市民または市内勤務の人
申電話または窓口で申し込んでください。

ありえコレジヨホール
☎73-6736

読書サポーター
養成講座

本が好きな人、読み聞かせに興味がある人、子どもや子

育てに関わる人などにオススメです。
第1回「絵本セラピー」
絵本を楽しみながら、心の凝りをほぐす。そんな癒しの時間を過ごしませんか？

●講師：絵本専門士・絵本セラピスト 小袋 朋美氏

☎10月15日(出)

午後2時～3時30分

第2回
「現役保育士による読み語り」
現役保育士による読み語りなどをとおして、子どもの心をつかむ絵本の選び方や読み語りのコツを学びませんか？

●講師：保育士

☎10月29日(出)

午後7時30分～9時

※どちらかのみの参加も可。
【共通事項】
西有家総合学習センターカ
ムス

定各回50人(先着順)

料無料

市市民または市内勤務の人
☎9月30日(出)

申電話または窓口で申し込んでください。
園生涯学習課(南有馬庁舎)
☎73-6703

または市内図書館

公民館講座 参加者募集

マスクを着用の上、ご参加ください。 ※新型コロナウイルスの感染状況によっては中止する場合があります。

【共通事項】 市市民または市内勤務の人 申電話または窓口で申し込んでください。

はじめてのインスタグラム講座

ルールやマナーを学んで安全に、写真でつながるSNSを楽しみましょう。

- 講師…梅野 大介氏 (株式会社ミナサポ マネージャー)
- 持参品…スマートフォン
- ☎9月29日(出) 午後7時～9時
- 布津公民館
- 定10人(申込多数の場合は抽選)
- 料無料 ☎9月26日(月)
- 布津公民館 ☎73-6726



「スマホカメラ講座
～手軽に映える写真を撮りましょう～」

スマホのカメラで簡単にきれいに写真を撮るコツや便利な機能を学びます。

- 講師…小田原 孝幸氏 (ODAW ARA FILM)
- 持参品…スマートフォン
- ☎9月17日(出)
- 午後1時30分～3時
- 北有馬ピロティ文化センター日野江
- 定30人(申込多数の場合は抽選) 料無料 ☎9月8日(月)
- 北有馬ピロティ文化センター日野江 ☎73-6754



健康コラム Health Column

骨折を予防しよう ～骨折につながるロコモのお話～

●講師…一般社団法人 南高医師会 坂上 秀和先生 (医療法人 坂上整形外科 (有家町))

●ロコモティブシンドローム(運動器症候群※以下、「ロコモ」とは？

「筋力、骨、関節、軟骨、神経など、体を動かすための運動器に障がいが起こって日常生活に支障のある状態」のことです。

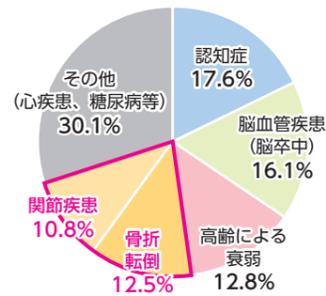
●なぜ「ロコモ」の予防・改善が必要なの？

日本人の平均寿命は世界屈指で超長寿社会を実現しています。一方で「健康寿命※」は男性が71.2歳、女性が74.2歳となっており「平均寿命」と比較すると、健康上の理由で生活に何らかの支障がある期間が、男性で平均9年、女性で平均12年以上ある、という事態になっています。

また、高齢者が寝たきりや要介護になってしまう原因は「骨折・転倒」「関節疾患」などの「運動器疾患」が約23%を占め、原因別で第1位です。(右図)

※健康寿命：健康上の問題がない状態で日常生活を送ることができる期間

介護が必要になった原因



【参考】国民生活基礎調査(2019年)

ロコモ予防において「運動器疾患」の対策は非常に重要な課題です！

●ロコモになりやすい原因は？

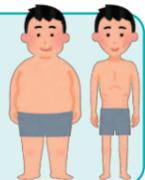
運動習慣のない生活

活動量の少ない生活は運動器の衰えが進みます



やせ過ぎや肥満

やせ過ぎ → 身体を支える骨や筋肉が弱くなります
肥 満 → 身体に大きな負担がかかり、膝痛や腰痛の原因になります



痛みや機能障害の放置

膝痛や腰痛は「年のせい」と考えがちですが、運動器疾患の予兆を放置することで、背景にある重大な病気を見過してしまふ危険もあります



スポーツのやり過ぎや事故によるケガ

運動器の故障やケガは、結果的に活動量の低下につながり、ロコモを進行させる、負の連鎖を招くこともあります



運動機能の状態は「日常生活習慣」と「適切な対処の有無」によって大きな差が出ます！

骨や筋肉量は20歳代がピークで、その後は徐々に減少します。弱った骨や筋肉では40～50歳代で体の衰えを感じ、60～70歳代以降は思うように動けない体になってしまうため、できるだけ早く予防、対策を始めることが大切です。

骨や筋肉は、適度な運動による刺激と、適切な栄養の摂取で強く丈夫になります。簡単な運動や、日常生活の工夫で、ロコモの予防・改善につながる事が分かっています。



ロコモを予防するにはどうしたらいいの？

「最期までできるだけ健康で、自立し、充実した生活を続けた」というのは、誰もが持つ願いです。

これを実現するためにも、健康寿命を長くし、平均寿命とのギャップを解消するための対策が必要です。

年齢に関わらず、思い当たる要因や症状がある場合には、生活習慣を見直す、運動習慣を身につける、整形外科を受診する、などの適切な対処が必要です。



長生きを支える、足腰づくり。
ロコモ チャレンジ!

ロコモについての詳しい情報はこちら

ロコモONLINE 検索



【参考】日本整形外科学会ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイト

市LINE公式アカウントがリニューアル!!

園総務秘書課(西有家庁舎) ☎73-6621

チャットボットで自動案内

市民の皆さんにとって身近な「新型コロナウイルス」「子育て」「健診・検診」「ごみ」について、自動応答により24時間、簡単に調べることができます。

リッチメニューの充実化

「基本メニュー」と「Q&A」をタブの切り替えで表示。必要な情報にすぐアクセスできます。

あなたが欲しい情報をお届けします

皆さんが受信を希望する項目を選択して、必要な人だけにその情報をお届けします。



市LINE公式アカウント

情報を受け取るには、無料のSNSアプリ「LINE」での友だち登録が必要です。

健診受診の再度のお知らせ

健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

生活習慣病の多くは、痛みなどの自覚症状を伴わずに進行します。毎年必ず受診しましょう。

①健診のお知らせ封筒が手元にあるかチェックしましょう

今年の封筒の色は**オレンジ色**です。

もし、手元にない場合は、各支所または健康づくり課で再交付の手続きをしてください。

②集団健診・個別健診のどちらで受けるか選び、予約しましょう

【集団健診】今年度最後の追加健診を2会場で実施します。

予約受付 **けんしん予約センター☎0120-611-711**
(土日祝日を除く 午前8時30分～午後5時15分)

日時	地区	会場	予約期間
10月25日(火)～26日(水) 12:30～14:30	深江 布津 有家 西有家	有家 保健センター	9月22日(木)
10月27日(木)～28日(金) 8:00～11:00			10月6日(木)
11月2日(水) 12:30～14:30	北有馬 南有馬 口之津 加津佐	北有馬 保健センター	10月3日(月)
11月3日(火)～4日(水) 8:00～11:00			17日(月)

<お願い>

40～74歳の南島原市国民健康保険加入者で、勤務先で実施される健康診断を受診する場合は、健診結果のコピーを健康づくり課へご提供ください。



【個別健診】

- 受診できる医療機関は、健診のお知らせ封筒で確認してください。
- 選んだ医療機関に直接電話して、受診する日を決めてください。

※健診期間の終了間際は、予約が取りづらい可能性があります。

早めに予約をお願いします。

受診できる期間
令和5年2月28日まで



③健診を受けましょう

※詳細はオレンジ色の封筒をご覧ください。

- 健診(若年者・特定・後期高齢者)…無料
- がん検診…一部負担金あり
- 持参するもの…オレンジ色の封筒(受診券)、保険証、自己負担金、茶色の封筒(集団健診の場合は予約内容に応じて問診票や検体容器が届きます。)

●女性検診(時間共通…午前8時30分～11時/午後0時30分～2時30分)

実施日	場所	予約期間
10月18日(火)	口之津保健センター	9月14日(水)～29日(木)
10月19日(水)	布津世紀の泉	

※女性検診を希望する人は、予約受付期間中に電話予約をしてください。(受診希望日の3日前までであれば、予約状況により予約ができる場合がありますので、けんしん予約センターにご確認ください。)

※聴覚に障がいのある人は、福祉課にFAX(85-3142)をするか、手話通訳にご相談ください。

※個別健診を希望する人は、直接医療機関に電話で予約をしてください。



※新型コロナワクチンを接種した側の腋窩リンパ節の腫れが、乳がん検診の判定や診断に影響を及ぼす恐れがあるため、乳がん検診は、新型コロナワクチン接種前あるいは接種後6～10週間以上経過後の実施が推奨されています。

※各種健診や相談・講座などについて

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、やむを得ず中止になる場合があります。

9月 母子保健

※対象年齢などは別途配布している「母子保健事業のお知らせ」をご覧ください。

園こども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

事業名	実施日	場所	受付時間
乳児相談	5日(月)	北有馬保健センター	対象のお子さんには個別に案内を送付します。
	12日(月)	有家保健センター	
1歳6か月児健診	16日(金)	有家保健センター	12:15～12:45 対象のお子さんには個別に案内を送付します。
親子歯科健診	21日(水)	北有馬保健センター	12:30～13:00 対象のお子さんには個別に案内を送付します。
	30日(金)	有家保健センター	
3歳児健診	6日(火)	有家保健センター	12:15～12:45 対象のお子さんには個別に案内を送付します。
	8日(木)	北有馬保健センター	

*各健診や相談は受診対象月を過ぎても受診できます。保護者とお子さんの体調が良いときに受診してください。
*来所の際は、可能な限りマスクを着用願います。

家庭教育支援「わくわく広場」

園生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

子育てに役立つ講座を開催します。保護者のみでも、子ども連れでも参加できます。

①お父さんとお母さんへの読み語り

📅9月9日(金) 午後2時～3時

- 講師…図書館職員、家庭教育支援員

②【特別企画】子育て親学び講座

「スマホやテレビが乳幼児におよぼす影響ってなあに?」

📅9月16日(金) 午後2時～3時

- 講師…長崎県メディア安全指導員

③リトミック遊び

📅9月30日(金) 午後2時～3時

- 講師…内田氏、本多氏



【共通事項】

📍ありえコレジヨホール

👥各講座15人程度(子どもを含む)

🆓無料 市内在住の保護者

📅各講座の3日前まで

☎電話または窓口で申し込んでください。



芝生の園庭を囲む造りの園舎では、春夏秋冬を感じながら過ごすことができ、豊かな感性を育みます。ひとりひとりが、たくさんの愛情を感じながら、安心して遊び、のびのびと過ごすことが何より大切だと考えています。
お友だちと協力しながら奏でる「岳南太鼓」は保護者や地域の皆さんにも好評です。



新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

岡子ども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

● 4回目接種の対象者拡大について

4回目接種について、医療従事者および高齢者施設などの従事者も新たに対象となりました。

対象者	区分	接種券発行申請
①従来の対象者	60歳以上の人	不要
	18~59歳で ・基礎疾患を有する人 ・重症化リスクが高いと医師が認める人	必要 ・交付申請書は、支所または市ホームページで入手できますので、最寄りの支所に提出してください。
②拡大した対象者	18~59歳で ・医療従事者など ・高齢者施設等※従事者 ・障害者支援施設等※従事者 ※入所施設だけでなく、通所系や訪問系の事業所も対象です。	

● 武田社ワクチン(ノバボックス)の接種について

12~17歳の人で、初回接種(1・2回目接種)を希望する人も対象になりました。

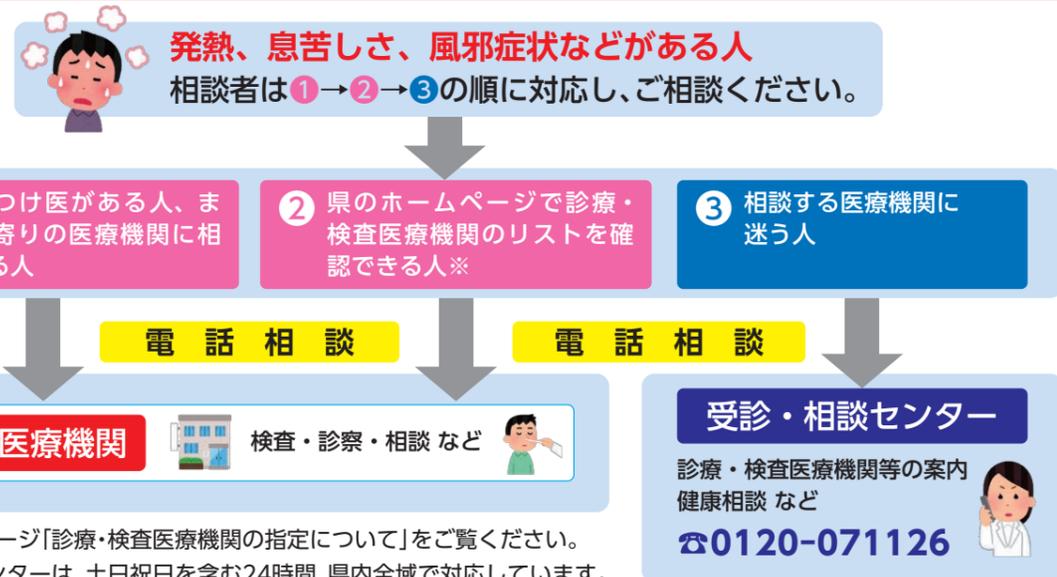
※18歳以上の人で追加接種(3回目接種)を希望する人も対象です。

● オミクロン株対応ワクチンの接種について

新型コロナウイルスのオミクロン株に対応した新しいワクチンについて、8月8日に行われた厚生労働省の審議会において、10月半ばにも接種を開始する方針が決まりました。

接種対象者は、2回目までの接種を終えたすべての住民を想定されていますが、接種間隔などの詳細は市ホームページで決まり次第お知らせします。

発熱などの症状がある場合の受診について(新型コロナウイルス感染症)



※県のホームページ「診療・検査医療機関の指定について」をご覧ください。

● 受診・相談センターは、土日祝日を含む24時間、県内全域で対応しています。



乳がん検診が日曜日に受けられます！

岡健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

10月は乳がん(ピンクリボン)月間です。乳がんは早期に発見すれば、90%以上が治癒します。早期発見のために、乳がん検診を受けましょう。ピンクリボン運動の一環として、下記の医療機関で日曜日にマンモグラフィー検査が実施されます。希望する人は電話で直接予約してください。



④40歳以上の女性

⑤自己負担金…800円(市の受診券を利用した場合) ※市の無料クーポン券をお持ちの人は、自己負担金はありません。

医療機関名	実施日	電話番号
泉川病院(深江町)	10月23日(日)	☎0957-72-2017
愛野記念病院健診プラザ(雲仙市)	10月16日(日)/令和5年1月15日(日)	☎0957-27-5757

9月24日~30日は「結核予防週間」です

岡県南保健所 地域保健課 ☎0957-62-3289

「長引く咳は、もしかしたら、結核かも?」

島原半島は県内で1番結核の罹患率*が高い地域です。

結核は、結核菌によっておもに肺に炎症が起きる病気です。

空気感染により、ヒトからヒトへ感染し、初期症状は咳・タン・発熱・倦怠感・胸痛などで、かぜの症状によく似ています。

※1年間に新たに発生する患者数を人口10万対率で表したもの

● 咳が2週間以上続いたら、早めに医療機関を受診しましょう。

・結核の早期発見は、本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や職場などへの感染拡大を防ぐためにも重要です。

・結核は、きちんと薬を飲めば治ります。

● 定期的に胸部エックス線検査を受けましょう！

・健康診断や職場検診などで、胸部エックス線検査を年1回は受検し、早期発見に努めましょう。

● 乳児のBCG予防接種は必ず受けましょう！

・結核に感染した場合の重症化を防ぐため、生後1歳までに必ず受けましょう。



9月9日は「救急の日」

岡健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

救急の日は、昭和57年に救急業務と救急医療に対する国民の理解や認識を深め、さらに救急医療関係者の意識を高めることを目的に定められました。

この機会に「救急」について考えてみてください。

● 島原半島のAED設置場所が、県南保健所のホームページで確認できます

検索エンジンで「長崎県 県南保健所」を検索し、「保健部企画調整課」⇒「医療対策(医事・救急)」⇒「AED」⇒「島原半島各市の公共施設AED設置場所一覧」をご覧ください。

また、「日本救急医療財団のホームページ(全国AEDマップ)」ともリンクしており、全国のAED設置場所が検索できます。

長崎県 県南保健所 🔍 検索



県南保健所HP

歯科医師会からのお知らせ

訪問歯科診療のご相談は、下記までお問い合わせください。

岡島原南高歯科医師会訪問歯科地域連携室

☎0957-73-6480

● 受付…午前10時~午後4時(月~金)

※祝日は除く



9/1(木)	●農業用廃プラ回収日(南有馬地区) ●農家相談所 加津佐支所 9:00~12:00
2(金)	
3(土)	
4(日)	
5(月)	
6(火)	●公証人相談所(相続・遺言関係) 市民相談センター(西有家庁舎) 13:00~16:00 *要予約
7(水)	
8(木)	●行政相談 ありえコレジヨホール 17:30~19:00
9(金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) 布津公民館 13:00~17:00 *要予約 ●献血 有家庁舎 9:30~11:00/12:30~15:30
10(土)	
11(日)	【9月9日は「救急の日」】 *詳細 P28
12(月)	
13(火)	
14(水)	●年金相談 西有家支所 10:00~15:00 *予約者のみ
15(木)	●行政相談 口之津老人福祉センター 10:00~12:00
16(金)	●健康相談 加津佐総合福祉センター 希望の里 9:30~12:00
17(土)	
18(日)	
19(月)	●敬老の日
20(火)	●健康相談 北有馬保健センター 9:30~12:00
21(水)	●行政相談 布津公民館 13:00~15:00/西有家老人福祉センター 10:00~12:00 北有馬ピロティ文化センター日野江 10:00~12:00/加津佐公民館 13:00~15:00 ●行政書士相談会(相続・遺言・境界・農地転用・不動産関係) 北有馬ピロティ文化センター日野江 13:15~17:00 *要予約 ●健康相談 深江支所 9:30~12:00
22(木)	●健康相談 ありえコレジヨホール 9:30~12:00
23(金)	●秋分の日 ●献血 イオン有家店 9:30~12:00/13:30~15:30
24(土)	●生き生きサマーフェスタinふつ 花火打ち上げ 堂崎港埋め立て地 20:00~20:20 *詳細P8
25(日)	【結核予防週間】期間：9月24日~30日 *詳細 P28
26(月)	●健康相談 口之津保健センター 9:30~12:00
27(火)	●健康相談 西有家保健センター 9:30~12:00
28(水)	●健康相談 布津公民館 9:30~12:00
29(木)	●健康相談 原城オアシスセンター 9:30~12:00
30(金)	固定資産税(3期分)・国民健康保険税(3期分)の納期月です ※納期限は、9月30日(金)となっています。

休日在宅当番(歯科)医

- 当番医/診療時間：午前9時~午後5時
 - 当番歯科/診療時間：午前9時~正午
- ※変更になる場合がありますので、必ずお電話でご確認ください。

9月			
	哲翁病院	86-3226	口之津町
4日	泉川病院	72-2017	深江町
	小嶺歯科医院	82-3535	有家町
	徳永歯科医院	78-3105	国見町
11日	しおた内科胃腸科医院	86-4443	口之津町
	南島原クリニック	65-1077	布津町
	有家ふるせ歯科口腔クリニック	82-4182	有家町
	小嶺歯科医院	78-2366	国見町
18日	浦上病院	85-3508	南有馬町
	伊崎医院	82-2051	西有家町
	高橋歯科医院	82-8852	西有家町
	末吉歯科	68-0150	有明町
19日	中村医院	85-2152	南有馬町
	永田内科泌尿器科医院	82-0832	西有家町
	入江歯科医院	82-1717	西有家町
	松本歯科医院	68-3872	有明町
23日	本多南光堂医院	85-2002	南有馬町
	石川内科医院	82-8822	西有家町
	菅歯科医院	85-2045	南有馬町
	森元歯科クリニック	68-0017	有明町
25日	菜の花クリニック	85-3690	南有馬町
	いその産婦人科	82-2430	西有家町
	本多歯科医院	85-3550	南有馬町
	松井歯科医院	68-0011	有明町



第3回南島原市議会定例会は、
9月15日(木)に
招集される予定です。

- 「無料法律相談」「司法書士・行政書士相談会」
☎ 市民相談センター(市民課内) ☎82-3010
「公証人相談所」
☎ 島原公証役場 ☎62-7822
- 「行政相談」…☎ 総務秘書課 ☎73-6621
- 「健康相談」「献血」…☎ 健康づくり課 ☎73-6641
- 「年金相談」…☎ 健康づくり課 ☎73-6641
- 「農家相談所」…☎ 農業委員会 ☎73-6612