



A Sunny Town's City Magazine



特集

市民の皆さんのおかげで
広報みなみしまばら発刊200号(4)



No.200

〔令和4年12月1日発行〕

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。
 最新の情報は市ホームページをご覧ください。



市HP

イベント情報

12/3 (土) フェスティビタス ナタリス 2022

岡南島原市冬のお祭り実行委員会 ☎090-9587-1762

430年前の戦国時代、大航海時代の影響を受けた南島原市ならではのイベントです。



- イベント…12月3日(土) 午後1時～8時
- イルミネーション点灯期間…令和5年1月4日(水)まで
- イベント：有馬小学校(雨天時：有馬小学校体育館)
- イルミネーション：有馬小学校・北有馬町内街路樹
(国道251号～市道中川原線～県道30号線沿い)
- 主なイベント
 - ・高さ30m。日本最大級の巨大クリスマスツリーと長さ1.6km、172本の街路樹のイルミネーション
 - ・430年前の戦国時代を再現するキリシタン行列
 - ・アリマーノはるのぶっち&県内のゆるキャラ大集合
 - ・V・ファーレン長崎のヴィヴィくん来場
 - ・ポルトガルとのライブ中継
 - ・長崎和牛の試食
 - ・戦国時代の南島原をイメージした朗読劇



12/10 (土) 冬のマリンフェスタ inくちのつ 2022

岡マリンフェスタ振興委員会 ☎87-3083

●午後5時30分～8時

●口之津港ターミナル物産広場

ミニ芸能大会、イルミネーション
 点灯式、ミニ花火大会、お楽しみ
 抽選会が行われます。



12/15 (木) 1/15 (日) 南島原市×西南学院大学博物館連携特別展 「Real - 有馬領内と島原・天草一揆 -」

岡世界遺産推進室(南有馬庁舎) ☎73-6706

本特別展では、現在まで残された石仏、島原・天草一揆の遺物や一揆後に記
 された数多くの原城の絵図など24点の資料から、有馬領内と島原・天草一揆
 のRealを紹介します。

- 展示概要…Ⅰ 有馬領内のReal
- Ⅱ 島原・天草一揆のReal
- Ⅲ 禁教と文明開化のReal

※詳細は市HP、資料館Facebookをご覧ください。

- 観覧時間…午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
- 休館日…月曜日・年末年始(12月29日～1月3日)

●口之津歴史民俗資料館
 (口之津港ターミナルビル 2F多目的ホール)



資料館
Facebook

入場無料



「惣陣元ノ図」南島原市教育委員会所蔵



「日本聖人鮮血遺書」
 西南学院大学図書館
 所蔵



伝説の大男(原城沖:南有馬町) 2022年10月撮影 ※関連記事(6～7) (写真: ODAW ARA Film)

vol.21 夢は叶う

みなちゅー楽新聞



(イラスト: kumo)

広報みなみしまばら No.200
 December 2022



表紙イラスト: kumo

CONTENTS

- 02 みなちゅー新聞部
- 03 イベント情報
- 04 特集 広報みなみしまばら
 発刊200号
- 06 特集 南島原市総合的
 シティプロモーション推進事業
 オリジナルドラマ制作!
- 08 特集 令和3年度 決算の状況
- 12 特集 世界エイズデー
- 14 まちの話題
- 16 市政通信
- 20 島原半島世界ジオパーク
 じてん車・ほこう者専用道路
- 21 南島原市図書館だより
- 22 南島原の考古学
 こんにちには!消費生活センターです
- 23 島原手延そうめん
 料理教室・簡単お手軽レシピ
 教えて!国民年金
- 24 インフォメーション
- 29 健康コラム
- 30 保健・子育て
- 34 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10月末日現在(前月比)

- 人口: 42,707人(-24)
- 男性: 19,950人(-7)
- 女性: 22,757人(-17)
- 世帯数: 18,490世帯(-5)

歴代広報紙担当者の皆さんにインタビュー



井口 孝司
(こども未来課)
平成20年5月号～
平成24年4月号

思い出の強い一冊
平成21年5月号



当時は特集に力を入れていて、毎月楽しく広報づくりをしていました。本号では、本市出身で魚群探知機の発明者として有名な古野清孝・清賢さんの成功までの軌跡を特集したものです。担当就任当初から構想していた企画だったこと、お二人の話が面白すぎたこともあって、紙面が足りなくなったのも今となってはよい思い出です。

印象に残っている、思い出の一冊は？



隈部 修司
(総務秘書課)
平成18年5月号～
平成20年4月号

思い出の強い一冊
平成18年10月号



広報紙はまず「読んでみたい」と手に取ってもらうことを第一に考え、創刊号から毎月、広報紙の顔である表紙写真には特に力を入れました。また、本号ではスポーツ大会の記事も掲載しましたが、動きのある被写体の撮影はとても難しく、何百枚、何千枚とひたすら撮り続けた記憶がよみがえってきます。



思い出の強い一冊
平成25年4月号



佐藤 守謹さん
(宮城県南三陸町職員)
平成24年5月号～
平成27年4月号

秘書広報課(当時)で手掛けた「撮ってくれんね! 南島原コンテスト」。本コンテストを通じて南島原市の魅力はこういう所なんだというのを市内外の人から教えていただきました。

この気付きは、その後の広報紙作りに役立ったとともにふるさと、南島原市に対する私の思いも変わるものとなりました。

また、コンテストを通じて、日本はもとより、海外の人から“いいね”と共感されたことは、広報担当者としてこの上ない喜びでした。



思い出の強い一冊

世界遺産登録決定臨時号(平成30年7月号)

原城跡を含む「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」が世界文化遺産に登録されたことを受け、広報みなみしまばら創刊以来、初となる臨時号を発行しました。

とてもタイトなスケジュールでの作成となりましたが、記念すべき大きな節目に広報を担当できて光栄に思います。



吉岡 宏真
(農林課)
平成30年5月号～
令和2年4月号



荒木 智
(農林課)
平成27年5月号～
平成30年4月号

思い出の強い一冊
平成28年5月号



本号の特集は、海水浴情報やマリンスポーツなど海に関するもの。もともと前浜海水浴場をイタリアの海に似ていると話していた国際交流員のランチにモデルをお願いし、写真を撮影しました。海に入ってくれた彼女もそうですが、カメラを構えていた私も海水で膝から下がびしょ濡れになったことが印象に残っています。



思い出の強い一冊
平成24年9月号



林田 俊将
(総務秘書課)
令和4年5月号～

本号では、口之津港がもつ歴史的価値や新生南島原市の魅力を世界に発信するために実施した、口之津開港450年記念事業のメインイベントを中心に紹介しています。私は当時、同事業の担当部署(企画振興課)に所属していましたが、先輩職員のおかげで慌ただしくも楽しい毎日を過ごしていたのを昨日のように覚えています。



思い出の強い一冊
令和3年9月号



林田 友和
(財政課)
令和2年5月号～
令和4年4月号

噴火災害の記憶を継承するため、旧大野木場小学校校舎が被災してから30年となる9月号で6ページの特集を組みました。噴火当時、私自身も避難生活を経験しており、節目となる時期に広報を担当していたことに何か意味を感じ、この記事が長崎新聞で取り上げていただいたことが印象に残っています。

いつも広報みなみしまばらをご愛読いただきありがとうございます。

市民の皆さんにはいつも快く取材に協力していただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

これからも市民や地域に密着し、愛される広報紙を皆さまと作っていきますので、引き続きよろしくお願いします。

市民の皆さんのおかげで 特集 広報みなみしまばら 発刊200号

平成18年3月31日に8町が合併し、「南島原市」が誕生しました。

5月には「広報南島原」の記念すべき創刊号となる第1号を発刊し、「みんなで創る新しい歴史の始まり」と題して、新生南島原市のスタートを新市への想いとともにご紹介しています。

その創刊号が発行されてから16年。これまで多くの特集や、話題となっているニュースなどをタイムリーに取り上げるよう努め、創刊号から引き継がれる“読んでみたい広報紙”を発行し続け、今月号で発刊200号を迎えました。広報紙は「今の南島原の情報」を発信していますが、過去の号を振り返ると当時の市の状況や取り組み、懐かしい記事など楽しめる要素がたくさんあります。市のホームページでは過去の広報紙をご覧いただけます。この機会に読み返してみたいはいかがでしょうか。

バックナンバーはこちらから



市HP

広報紙で振り返る南島原史



第42号
平成21年10月号

平成21年8月に島原半島ジオパークが世界ジオパークネットワークに日本国内で初めて、加盟・認定されました。亀石保育園(西有家町)の園児の皆さんが手作りの横断幕でお祝いしました!



創刊号
平成18年5月号

記念すべき創刊号の表紙を飾ったのは、西有家小学校の新入生の皆さん。旧8町の閉町記念式典や、市民の皆さんにインタビューした「新市への想い」などを掲載しました。



第157号
令和元年5月号

元号が「平成」から「令和」に変わり、特集記事では、合併前の旧8町を含め「平成」に起きた出来事を写真とともに振り返りました。



第105号
平成27年1月号

市が合併してから10年という大きな節目を迎えたこの年。松本市長が市長に就任して初めて迎えた、新年のあいさつなどを掲載しました。

広報紙愛読者にインタビュー

発刊200号おめでとうございます。



はま だ じゅんこ
濱田 純子さん(口之津町)

好きなコーナー

国際交流員コラム

7年前に移住してきたときからずっと、広報紙は私の生活必需品です。お気に入り、国際交流員さんが綴る「コラム」かなあ。

ページをめくると笑顔が溢れる広報みなみしまばら、これからも楽しみにしています!



さとう みつり
佐藤 光典さん(西有家町)

好きなコーナー

まちの話題、コラム

毎月広報紙が届くのが楽しみで、発行以来すべて年度別に保存しています。なかでも100号の「世界遺産の推薦内定」と「農林漁業体験民泊が大人気」という記事が印象に残っていますね。これからも身近な話題、市民が読みやすい温かみのある広報紙を期待しています。



南島原市内の名所やさまざまなシチュエーションで撮影が行われました。

豪華出演者・監督の紹介



主演俳優
ケンドーコバヤシさん

お笑い芸人。1972年7月4日生まれ、大阪府大阪市出身。O型。1992年に大阪NSCに入学。バラエティ『にけっ！』（読売テレビ）など、多数のテレビ番組に出演。また俳優として映画『パッチギ！』、『ヤッターマン』に出演するなど、多方面で活躍中。

【コメント】

ドラマの話が決まった時、まず南島原ってどういうところか？と未知の場所だったけれど、いざ行ってみると海は穏やかで、景色は良く、そうめんが超美味い最高の土地でした!!
そして何より人とすれ違わない。すれ違う人の少なさはトップクラスでした(笑)
“みそ五郎”については、初めて写真を見たとき「自分と顔が似てるなあ」と思いました。ふんどし一丁の衣装も、半裸みたいな仕事は多いので、抵抗も違和感もなかったです。
今回のドラマは最悪みそ五郎やストーリー抜きでも楽しめるんじゃないかっていう、南島原の風景が素敵です。その中でも特に自分は、棚田の風景が大好きでした。そういった南島原の自然にも注目しつつ、この作品を楽しんでいただければと思います。
また、これを機に“みそ五郎”が全国に広まってくれたら嬉しいです。



主演俳優
おおた ゆうり
太田 夢莉さん

1999年12月1日生まれ、奈良県出身。2011年～2019年までNMB48のメンバーとして活動。ABCテレビ・テレビ朝日系列『日暮里チャリーズ』、TBS系『オー!マイ・ボス!恋は別冊で』などのテレビドラマにレギュラー出演したほか、近年は『陰陽師 生成り姫』、『フラガール -dance for smile-』、『乙女ゲームの破滅フラグしかない悪役令嬢に転生してしまった…』THE STAGE』に出演。今年8月19日に映画『バイオレンスアクション』が全国公開された。

【コメント】

仕事をしているとたまに逃げたくなる時に、南島原に来たらめっちゃ落ち着くんだらうなと思いました。皆さんにも忙しい日常から離れてこういう土地で休んでほしいです。
グルメで印象に残っているのは、撮影の時にいただいた「Big Mama(有家町)」のハンバーガーがすごく美味しかったです！東京に上陸して、ウーバーイーツしてほしいです！
ドラマに関しては、私の演じる福音が愛しい目でケンドーコバヤシさん演じるみそ五郎を見つめるシーンが多くて、大先輩ですけどご当地のゆるキャラを見ているようで、実際に「かわいいな」と思っていました(笑)
南島原に実際に来てみて気づいた良さがたくさんあったので、このドラマを通してイルカウォッチングや鮎帰りの滝、美味しい食べ物など良さを知ってもらえたら嬉しいです。



監督・演出
あおき たつや
青木 達也さん

ドラマ演出家。『トットちゃん!』『anone』『監察医 朝顔』などの演出・制作に参加。最近の監督作品に福原遥主演の『アンラッキーガール!』、バカリズム原案のオムニバスドラマ『ノンレムの窓』など

【コメント】

ドラマで南島原市の良さを最大限に伝えるには、どのような方法で伝えるのがよいのか熟考しようとしたのですが、意外にも答えはすぐ目の前に、市役所の表にありました。
市庁舎から南島原を見守り続けている伝説の大男、みそ五郎どん!
優しくて超絶カッコいいみそ五郎を現代に復活させるべくスタッフ丸となって作品に向き合いました。ケンドーコバヤシさんもふんどし一丁で見事にみそ五郎を演じきってくださいました。
現代の溝におちいり、目を覚ますと南島原のみそ五郎どんに転生していた主人公が体験した豊かな自然、農作物、文化などの南島原の良さを市外、県外、国外の人にも体験していただければ幸いです。



情報
解禁

ケンドーコバヤシさん主演ドラマ

転生みそ五郎どん

～ここは異世界？南島原～ を制作!!

南島原市の美しい景色などさまざまな魅力を全国に発信するため、南島原市西有家町に伝わる「みそ五郎」を題材にドラマを制作しました。

主演を務めたのは、バラエティーなどで大活躍中のケンドーコバヤシさん。

伝承されている「みそ五郎」が実在しているかのような存在感で演じていただきました。

南島原市の魅力ある景色や食を通じて、みそ五郎自身の心や人々の想いの変化を描いたドラマになっています。

【テレビ放送予定】 放送日時：第1話…12月23日(金) 午後11時10分(3分×全8話)※3月に総集編を放送

※第2話以降は、広報みなみしまばら1月号でお知らせします。

地上波OA後、市公式YouTubeチャンネルで見逃し配信

放送局：長崎文化放送(NCC)※5ch 熊本朝日放送(KAB)※総集編のみ放送

図総務秘書課(西有家庁舎) ☎73-6621



健全化判断比率などの状況(令和3年度決算)

財政悪化がすすむ県や市町村の財政破たん(倒産)を未然に防ぐため、財政健全化法において、毎年度決算の際に財政の早期健全化や再生の必要性を判断するために、財政状況を客観的に表し、監査委員の審査を受け議会に報告し、公表しています。

南島原市の数値は、昨年と同様、いずれも国の定める基準を下回っており、健全な財政運営を行っていることを示していますが、各比率が悪化して国の基準を超えないよう、これからも「行政改革大綱」や「集中改革プラン」に基づき、行財政改革を推進していきます。

南島原市の健全化判断比率

健全化判断比率には、次の4つの指標があります。

実質赤字比率

一般会計などの実質的な赤字額が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

連結実質赤字比率

全会計の実質的な赤字額が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

実質公債費比率

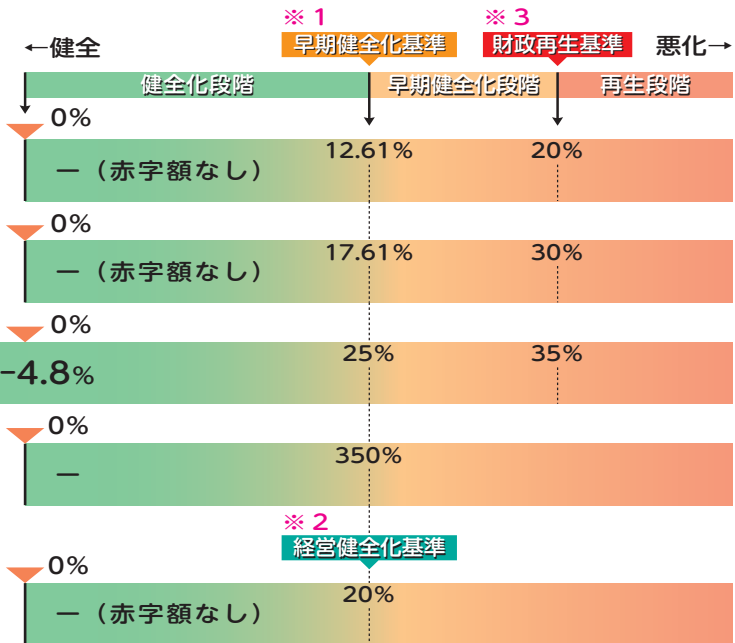
南島原市の実質的な借入金の返済額が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

将来負担比率

南島原市が抱える実質的な負債の残高が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

資金不足比率

各公営企業の資金不足額が、事業の規模に対してどれくらいの割合になるかを示します。



※1「早期健全化基準」、※2「経営健全化基準」とは…国が示す基準で、これを超えてしまうと議会の議決を経て財政健全化計画を定め、財政の健全化に向けて計画的に取り組まなければなりません。
※3「財政再生基準」とは…国が示す基準で、これを超えてしまうと議会の議決を経て財政再生計画を定めるとともに、国（総務大臣）が認めない事業はできなくなってしまうなど、国の指導のもとで財政再生を行うことになります。

【令和3年度 決算速報値】県内13市財政状況比較表

順位	標準財政規模		財政力指数		経常収支比率		実質公債費比率		将来負担比率		地方債現在高			積立金現在高		
	市名	百万円	市名	%	市名	%	市名	%	市名	%	市名	百万円	対標財%	市名	百万円	対標財%
1	長崎市	103,033	大村市	0.63	雲仙市	82.5	南島原市	-4.8	南島原市	-	南島原市	22,193	125.0	雲仙市	22,351	134.1
2	佐世保市	61,784	長崎市	0.58	西海市	83.9	西海市	-1.8	佐世保市	-	雲仙市	23,666	142.0	西海市	16,432	132.6
3	諫早市	35,252	諫早市	0.56	平戸市	84.4	平戸市	1.5	島原市	-	諫早市	50,751	144.0	平戸市	13,488	99.3
4	大村市	21,739	松浦市	0.54	南島原市	86.2	島原市	3.3	諫早市	-	西海市	19,802	159.8	対馬市	16,516	93.9
5	南島原市	17,747	佐世保市	0.53	対馬市	86.5	雲仙市	3.8	大村市	-	佐世保市	107,145	173.4	南島原市	16,403	92.4
6	対馬市	17,581	島原市	0.44	松浦市	87.0	佐世保市	4.5	平戸市	-	大村市	42,403	195.1	五島市	15,519	92.3
7	五島市	16,806	西海市	0.29	諫早市	88.0	諫早市	6.5	五島市	-	平戸市	26,723	196.7	大村市	17,601	81.0
8	雲仙市	16,666	雲仙市	0.28	五島市	88.4	対馬市	6.6	西海市	-	松浦市	19,184	196.9	松浦市	7,076	72.6
9	平戸市	13,584	南島原市	0.25	壱岐市	89.0	壱岐市	6.6	雲仙市	-	島原市	23,746	198.9	壱岐市	9,247	71.5
10	壱岐市	12,931	平戸市	0.24	佐世保市	90.3	五島市	7.5	対馬市	11.5	壱岐市	26,296	203.4	諫早市	24,159	68.5
11	西海市	12,391	五島市	0.24	島原市	90.4	長崎市	8.8	壱岐市	22.8	五島市	37,962	225.9	島原市	6,916	57.9
12	島原市	11,936	壱岐市	0.22	長崎市	91.7	大村市	9.0	松浦市	48.1	対馬市	42,843	243.7	長崎市	45,482	44.1
13	松浦市	9,742	対馬市	0.19	大村市	92.7	松浦市	10.8	長崎市	98.0	長崎市	274,869	266.8	佐世保市	23,170	37.5
財政指標等の 国県平均値			県13市平均	0.38	県13市平均	89.2	県13市平均	5.9	県13市平均	13.5	県13市平均	204.3		県13市平均		66.7
			県平均	0.40	県平均	88.4	県平均	5.9	県平均	7.7	県平均	199.4		県平均		69.2
			全国平均(R2)	0.51	全国平均(R2)	93.1	全国平均(R2)	5.7	全国平均(R2)	24.9	全国平均(R2)	184.6		全国平均(R2)		47.9

■標準財政規模…地方公共団体が通常の状態で見込まれる一般財源の総額。■財政力指数…地方公共団体の財政力を示す指数。この数値が大きいほど財政的に余裕があるといえます。■経常収支比率…人件費などのように経常的に支出する経費に、地方税などの経常的な財源収入が、どの程度充てられているかを示す比率。指数が小さいほど財政的に柔軟性がある状態です。■実質公債費比率、将来負担比率…上記の『健全化判断比率などの状況』で解説しています。■地方債現在高…地方公共団体が事業を行うために借りた借金の残額。■積立金現在高…地方公共団体が将来必要となる財源に充てるための貯蓄の残額。■対標財…標準財政規模に対する割合。

令和3年度

決算の状況

図 財政課(西有家庁舎) ☎ 7 3 - 6 6 2 5

令和3年4月1日から令和4年3月31日までの1年間の歳入、歳出の状況をお知らせします。

皆さんが納めた税金や国・県からの補助金などは、南島原市の生活環境をより良くするためにさまざまな形で使われています。

歳入総額 382億850万円

地方交付税 35%

132億9,843万円
地方自治体が全国水準の行政を行えるように交付されたもの

地方譲与税等 4%

14億2,452万円
国または県が徴収した税金から一定割合で譲与されたもの

市債 11%

42億8,448万円
事業を行うために借りたもの

国・県支出金 25%

95億223万円
国・県が認める事業費に対し、交付されたもの

依存財源
(75%)
285億966万円

自主財源
(25%)
96億9,884万円

繰越金 7%

25億1,391万円
前年度から繰り越されたもの

分担金、使用料および手数料など 1%

5億5,369万円
事業実施にあたり受益者から徴収するもの。使用料や証明書などを交付する際の手数料など

その他 8%

30億2,428万円
繰入金、財産収入、寄附金、諸収入

市税 9%

36億696万円
市民税、固定資産税、軽自動車税など

歳出総額 360億1,630万円

(うち職員給 7% 25億1,785万円)

人件費 11%

42億812万円
職員や特別職の給与、議員や各種委員の報酬などに要する経費

扶助費 20%

70億3,725万円
児童手当や医療費、生活保護などに要する経費

公債費 15%

53億762万円
道路や学校などの公共施設の建設整備などのために借り入れた借金の返済に要する経費

繰越金 7%

25億1,643万円
国民健康保険や後期高齢者医療、下水道事業など特別会計への繰り出しに要する経費

普通建設事業費 18%

65億9,653万円
道路、学校、海岸保全などの建設に要する経費
自然災害などにより被災した施設などの復旧に要する経費

補助費等 13%

47億7,415万円
各事業や団体への補助金・負担金に要する経費

物件費、維持補修費 12%

40億8,461万円
市の施設の維持、補修などに要する経費

投資および出資金・貸付金、積立金 4%

14億9,159万円
基金への積み立てなどに要する経費

投資的経費
(18%)
65億9,653万円

消費的経費
(25%)
88億5,876万円

その他の経費
(11%)
40億802万円

義務的経費
(46%)
165億5,299万円

歳入歳出差引額 21億9,220万円

※この内、繰越事業の財源5億452万円を除いた額16億8,768万円が翌年度繰越額となります。

暮らしと地域をつなぐ道路ネットワークプロジェクト 【14億5,132万円】

市民生活における移動の利便性と安全性を確保するため、幹線道路網並びに地域高規格道路を含めた市内道路の計画的な整備を目的としたプロジェクト。



自転車歩行者専用道路整備事業

〈主な事業〉

- 自転車歩行者専用道路整備事業……10億6,769万円
- 市道改良事業（工事費）……………3億8,342万円
- 三県架橋・地域高規格道路整備促進事業……………14万円

安心の学び舎づくりプロジェクト 【12億8,925万円】

時代の変化に適応した教育環境の整備に取り組むため、学校統合や給食センター整備を行うプロジェクト。



学校給食関連施設整備事業

〈主な事業〉

- 学校給食関連施設整備事業……………12億838万円
- 有家小学校運動場等外構整備事業……………8,087万円

次代を担うグローバル人材の育成強化プロジェクト 【8,518万円】

次代を担う子どもたち一人一人が力強く生き抜く力を育んでいくため、郷土に誇りと愛着を持ち、確かな学力、豊かな心、健やかな体の調和のとれた教育による、グローバルな視点から社会に参画できる人材育成を行うためのプロジェクト。

〈主な事業〉

- 特別支援教育推進事業……………4,092万円
- 語学指導外国青年招致事業……………2,590万円
- EAT配置事業……………1,543万円
- 英語教育推進事業……………129万円

公共施設の適正管理と遊休資産再生プロジェクト 【6億8,080万円】

市内公共施設の維持管理の在り方について見直しを行うとともに、市内遊休資産の有効活用を目的としたプロジェクト。



多目的運動広場整備事業

〈主な事業〉

- 多目的運動広場整備事業……………6億6,423万円
- アートビレッジ・シラキノ事業……………847万円
- 公共施設等総合管理計画改定事業……………748万円

世界遺産のまちぐるり探訪プロジェクト 【1億194万円】

「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の構成資産である原城跡をはじめとした地域固有の観光資源を活用し、魅力ある観光地づくりを目的としたプロジェクト。



観光スポット周遊アプリ（原城跡来訪者対応事業）

〈主な事業〉

- 原城跡保存整備事業……………5,768万円
- 原城跡来訪者対応事業……………2,150万円
- ガイドス機能強化事業……………1,251万円

すこやか子育て応援プロジェクト 【1,585万円】

妊娠期から出産、子育て期を通した切れ目のない支援を行うため、包括的な相談窓口を整備し、安全安心な子育て環境づくりの推進を目的としたプロジェクト。

〈主な事業〉

- 児童福祉施設整備事業……………865万円
- 子育て世代包括支援センター事業……………278万円
- 特定不妊治療支援事業……………191万円
- 産後母子ケア事業……………157万円

令和3年度に実施した主な事業をご紹介します

住んでくれね南島原プロジェクト 【6,209万円】

地域における居住の質やまち並みの魅力を高めるとともに、市外の人を本市に呼び込む「移住対策」の強化を目的としたプロジェクト。

▼南島原市への移住状況

	令和元年度	令和2年度	令和3年度
移住者数	83人	82人	78人
うちUターン	36人	38人	37人
うちIターン	47人	44人	41人
相談件数	183件	228件	211件

〈主な事業〉

- 須川団地建替新築事業……………4,903万円
- 空家等除却費補助金……………605万円
- 移住促進プロジェクト……………395万円

そうめんを中心とした地場産業振興プロジェクト 【8,896万円】

地域経済の活性化のため、そうめん産業を中心とした地場産業の振興や地域資源を生かした新たな創業の促進を目的としたプロジェクト。



テレビCM画像（そうめん首都圏PR事業）

〈主な事業〉

- そうめん首都圏PR事業……………5,316万円
- 生産性向上支援事業補助金……………2,834万円
- そうめん産業振興事業……………424万円

地域で自分らしく暮らす、健康・長生きプロジェクト 【7,566万円】

市民が生涯、健康で充実した生活ができるよう、健康寿命の延伸に向けた対策を目的としたプロジェクト。

〈主な事業〉

- 住民健康診査事業……………6,590万円
- 緊急通報システム設置事業……………464万円
- 介護予防（一次）事業……………140万円
- 歯周病予防健診事業……………120万円

新型コロナウイルス感染症対策事業 【29億2,625万円】

新型コロナウイルス感染症に対する、国、県および市独自の対策として実施した事業。



消費喚起クーポン券（いーとばいチケット）事業

〈主な事業〉

- 子育て世帯への臨時特別給付金支給事業…5億8,904万円
- 住民税非課税世帯等臨時特別給付金支給事業…5億3,420万円
- 新型コロナウイルス感染拡大防止営業時間短縮協力金…3億2,800万円
- 新型コロナウイルス感染症予防接種事業…3億368万円
- 南島原市事業継続支援金事業……………1億2,133万円
- 消費喚起クーポン券（いーとばいチケット）事業…1億813万円
- 新型コロナ対策利子補給対応基金造成事業…7,400万円
- 公立学校情報機器整備事業……………5,863万円
- 大学生等生活応援給付金事業……………4,615万円
- 加津佐総合福祉センター空調施設改修事業…4,384万円
- 子育て世帯への生活支援特別給付金支給事業…4,365万円
- 南島原市誘客プロジェクト・送客支援事業…3,397万円
- 市民会館等空調施設改修事業（2カ所）……………2,804万円
- ひとり親世帯臨時特別給付金支給事業……………2,800万円
- 学校保健特別対策事業……………1,693万円
- 公民館空調施設改修事業（3カ所）……………1,380万円
- 新型コロナ対策利子補給事業……………1,252万円
- 保育対策総合支援事業補助金……………1,189万円
- 水産業経営支援事業補助金……………947万円
- ふるさと支え愛プロジェクト……………303万円

明るい農村・漁村の基盤整備プロジェクト 【3億444万円】

本市の農業および漁業における所得向上につながる経営体制、生産基盤の整備を行うため、生産性の向上や経営規模の拡大などの支援を行うプロジェクト。

〈主な事業〉

- 県営土地改良事業負担金……………7,592万円
- 水産物供給基盤機能保全事業……………6,171万円
- 排水路整備事業……………4,692万円
- 新規就農総合支援事業……………3,084万円



4 HIVの感染経路

性行為感染

最も多い感染経路。コンドームの正しい使用は、望まない妊娠を防ぐだけでなく、HIV感染症やほかの性感染症の予防につながります。



血液感染

覚せい剤などの回し打ちによる注射器具の共用などによって感染します。



母子感染

母親がHIVに感染している場合に妊娠中や出産時に赤ちゃんへ感染することがあります。適切な治療や予防対策により、感染率を1%以下に抑えることができます。



握手や軽いキス、咳・くしゃみ、回し飲み、プールやお風呂、トイレの共用などでは**感染しません**。



6 HIV抗体検査

HIVに感染したかどうかを調べるためにはHIV抗体検査を受けるしかありません。

いつ受けるの？

HIV感染初期の検査では、正しい結果が出ない場合がありますので、**感染の可能性があった日から3カ月以上経過**してから検査を受けてください。

どこで受ける？

全国のほとんどの保健所で、住所地に関係なく、**【無料・匿名】**で受けられます。医療機関でも有料(5,000～10,000円)ですが、受けることができます。

HIV抗体検査の流れ(県南保健所の場合)

【予約】 電話で検査の予約

【検査】 問診・採血(8cc)

約2～4週間後

【結果説明・検査後の相談】 結果を聞きに行く(検査時に渡される個人控えが必要)



5 増えている性感染症(STI)

STIは性行為によって感染するすべての病気の総称で、梅毒、性器クラミジア感染症、淋病、性器ヘルペス感染症など10種類以上あります。なかでも、**梅毒は近年、感染者が増加しています**。

STIにかかると性器の粘膜が傷つくことがあるため、HIV感染率が高くなります。STIは感染しても症状が現れないこともあり、放置すると男女とも不妊の原因になります。パートナーと一緒に早期に治療を行いましょう。



7 HIV感染症・エイズの治療

体の中のHIVを完全に取り除くことはできませんが、3種類以上の抗HIV薬を併用することで、HIVの増殖を抑え、免疫力を維持します。最近では、1日1回1錠の服用ですむ薬も開発されています。エイズを発症する前に治療を始めれば、エイズを発症することなく、日常生活を送ることができます。

最新治療「U=U」

抗HIV療法を継続することで、血中ウイルスが検出限界値未満(Undetectable)を維持していれば、性行為を通じてHIVを感染させることは一切ない(Untransmittable)という、科学的に根拠づけられたメッセージです。

エイズとSTIに関する情報・相談

- (公財)エイズ予防財団 電話相談(土日祝日・年末年始を除く)
フリーダイヤル ☎0120-177-812(携帯電話の場合 03-5259-1815)
午前10時～午後1時、午後2時～5時
- 県南保健所 電話相談・検査(土日祝日・年末年始を除く)
☎0957-62-3289 午前9時～午後5時(相談は随時、検査は要予約)



- エイズ予防情報ネット(API-Net)
<https://api-net.jfap.or.jp>

理解と支援の象徴
「レッドリボン」



このまちで暮らしている。私もあなたも。 12月1日は世界エイズデー

新型コロナウイルス感染症の影響により、孤立・孤独が他人事でなくなってきたいま、ひとりでも多くの人がHIV／エイズのことを自分事としてとらえ、検査や治療、支援などの正しい知識を身につけ、HIV検査の受検促進や差別・偏見の解消につなげることが大切です。



1 HIVとエイズの今

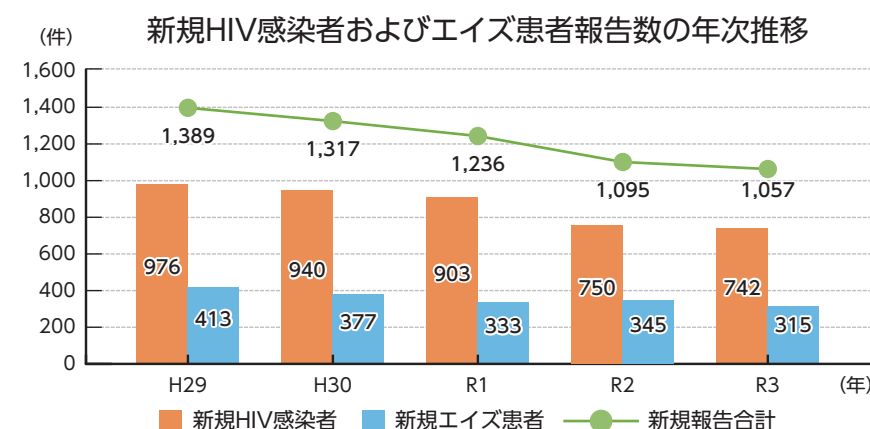
令和3年の新規HIV感染者・エイズ患者報告数は1,057件で、減少傾向にあります。感染経路としては、性行為によるものが約8割を占め、新規報告者数の約3割がエイズを発症してから見つかっており、「いきなりエイズ」と言われています。

また、保健所などにおける検査件数は、令和2年に前年の半数以下に減少し、令和3年はさらに減少しています。新型コロナウイルス感染症の流行に伴う検査機会の減少などの影響で、無症状者が十分に診断されていない可能性もあり、自身がHIVに感染していることを知らない人が、数多く存在すると推定されています。

令和3年

HIV感染者………742件
新規エイズ感染者…315件

*新規報告数は減少しているとはいえ、まだまだ油断できない状況が続いています。



参考：厚生労働省 エイズ動向委員会



2 HIVとエイズの違い

HIVとは

ヒト免疫不全ウイルスのこと。
免疫のしくみの中心であるヘルパーTリンパ球(CD4陽性T細胞)という白血球などに感染し、からだを病气から守っている免疫力を低下させていきます。

エイズ(AIDS)とは

日本語で「後天性免疫不全症候群」といいます。
HIVに感染し、免疫力が低下することで、さまざまな疾患を発症すると「エイズ発症」と診断されます。



3 HIV感染からエイズ発症まで

HIVに感染してもすぐにエイズを発症するわけではありません。

HIV感染

感染から数週間以内に、風邪に似た症状が出ることもある。

無症候性キャリア期

約1～10年、症状のない状態が続き、免疫力は徐々に低下する。この間、他人へ感染させてしまう可能性がある。

エイズ発症

免疫力が著しく低下し、やがて本来なら自分の力で抑えることのできる感染症やがんを発症する。

受賞おめでとうございます

秋の褒章および叙勲などの受章者が発表され、本市から6人が受章されました。おめでとうございます。

【秋の褒章】

●黄綬褒章
農事組合法人花房牧場 代表理事
綾部 寿雄さん（加津佐町）

【秋の叙勲】

●瑞宝双光章
山陰保育園園長
本田 龍一さん（深江町）

●旭日単光章
南島原市農業委員会会長
中川 繁憲さん（有家町）

元 西有家町消防団分団長
近藤 幸弘さん（西有家町）

【高齢者叙勲】

●旭日単光章
元 南島原市選挙管理委員会委員長
久間 省吾さん（加津佐町）

【危険業務従事者叙勲】

●瑞宝単光章
元 島原地域広域市町村圏組合
消防指令
小山 政國さん（西有家町）

いつまでもお元気で ～100歳おめでとうございます～



永友 キミエさん（北有馬町）
大正11年10月20日生まれ



森山 タニコさん（加津佐町）
大正11年10月27日生まれ

森 ハナヨさん（口之津町）
大正11年11月10日生まれ



5 恩返し of 防波堤アート

10月19日、布津中学校3年生43人が、布津町大崎鼻（たばなこども園付近）の防波堤に描かれている、クジラやイルカなどの「防波堤アート」の修復を保護者とともに行いました。

これはSDGsの「住み続けられるまちづくり」と「海の豊かさを守ろう」と関連づけた取組で、地域に貢献する景観美化の制作活動を通して、故郷への恩返しと愛着を深める「総合的な学習の時間」の一環で実施されました。

生徒会長の瀬尾 晃太郎さんは「保護者の協力もあり、無事完成してほっとした。布津町の景観美化だけでなく、この絵を見た人の心まできれいにできたら嬉しい」と笑顔で話しました。

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。



この写真は、早崎へと続く道、グループホーム静園の近くから見える景色です。ここからは白浜海水浴場とそこから広がる海や、奥にそびえたつ愛宕山、そのふもとには我が校口加高校など口之津、加津佐を一望することができる早崎屈指のフोटスポットです。

秋には山の木々が紅葉し、きれいで幻想的な風景を楽しむことができます。ぜひ足を運んでみてください。（Koka 観光班）

こちらから
チェック！
市Facebook 撮ってくれんね南島原
口加高Instagram Koka観光班

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



2 邪神ちゃんラッピングバス運行中

10月19日、市がコラボした人気アニメ「邪神ちゃんドロップキック X」のラッピングバスが運行開始しました。

車体にはキャラクターや南島原編で登場した原城跡のイラストなどが描かれたデザインがお披露目されました。

車内放送は小坂井祐莉絵さん（ぺこら役）と山田麻莉奈さん（びの役）が担当し、車内にはお2人のサイン入りポスターも掲示されています。

ラッピングバスは令和5年10月中旬まで、島鉄バスの口之津・早崎循環線を運行する予定です。



寄贈された長池さん

4 北村西望作品を寄贈

10月11日、長池 孜さんが、彫刻家 北村西望さんの作品「猫 - 防衛」を寄贈されました。

長池さんの「西望記念館で活用してもらいたい」との意向から、同記念館で早速展示させていただきました。寄贈していただき、ありがとうございました。

皆さんも西望記念館を訪れて、ぜひ観覧してください。

【西望記念館】 ●開館時間…午前9時～午後5時

●休館日…木曜日、年末年始（12/29～1/3）

●料一般…200円／高校生…150円／小・中学生…100円
西望記念館 ☎ 85-2922



1 プリプリの車えびを全国へお届け



11月16日、深江町漁協の吉田 幸一郎組合長と車えび養殖場職員が、車えびの出荷開始を市長に報告するため、市役所を訪れました。

キュッとしまった身と甘さが特徴の車えびは、プリプリとした弾力や歯ごたえが自慢で、本市おすすめの逸品です。毎年、お歳暮や年始の贈答品として全国へ活きたままお届けしており、大変喜ばれています。

吉田組合長は「今年はICT漁業への取り組みや稚えびの放流時期をずらすなど新しい養殖方法を採用し、味・色・つやとともに例年以上の仕上がりになった。鮮度抜群の車えびをぜひ、たくさんの人に食べていただきたい」と話しました。



左から山口副市長、植松さん、鈴木さん

3 全国障害者スポーツ大会出場選手を激励

10月20日、第22回全国障害者スポーツ大会「いちご一会とちぎ大会」に出場する選手らが市役所を訪れました。

植松 信介さん（バレーボール競技）は「楽しくプレーしたい」、鈴木 秀人さん（ソフトボール競技）は「チーム一丸となって、優勝目指して頑張りたい」とそれぞれ意気込みを述べました。

期限間近!! 南島原市を元気に！ Eat Buy いーとばいキャンペーン2022秋実施中！

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める「いーとばいキャンペーン2022秋」を実施しています。

いーとばいチケットの利用期間は次のとおりとなっていますので、お早めのご利用をお願いします。

【申請手続き】

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、申請がお済みでない人は**12月28日(火)までに各支所で申請してください。**

■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。

【利用期間】

令和5年1月10日(火)まで

期間を過ぎてしまうとチケット(紙クーポン)の利用はできません。また、MINAコイン(ポイント)も失効しますので、お忘れなくご利用ください。

令和5年度 競争入札参加資格審査申請受付

図管財契約課（西有家庁舎）☎73-6626 ☎859-2211 西有家町里坊96番地2

申請方法などの詳しい情報は、市ホームページまたは管財契約課窓口でご案内しています。

●受け付ける業種(全業種)

「建設工事」、「建設コンサルタント等業務」、「物品調達・その他業務」
※令和4年度に「物品調達・その他業務」申請受付済者は、今回提出不要です。

●受付期間

令和5年1月6日(金)～2月28日(火) 必着

●入札参加資格の有効期間

・「建設工事」、「建設コンサルタント等業務」
令和5年4月1日～令和6年3月31日
【1年間】
・「物品調達・その他業務」
令和5年4月1日～令和6年3月31日
【1年間(令和4年度からの有効期間2年間の残期間)】

●申請方法

今までに南島原市に業者登録をしたことがない場合

- ①申請者から市へ電子申請を行うための利用申請
- ②市から申請者へ電子申請のためのIDなどを送信
- ③電子申請システムで必要事項を入力
- ④システムから様式を印刷し、申請ボタンを押す
- ⑤チェックリスト、申請書および添付書類をA4紙ファイルにとじ、管財契約課へ提出

前年度以前に業者番号およびパスワードを取得済みの場合

上記の③以降の手続き

※業者番号・パスワード・メールアドレスなどを忘れた場合は、お問い合わせください。

※原則、電子申請となりますが、併せてA4紙ファイル(色指定なし)での提出も必要です。市内に本社を有する申請者で、電子申請が困難な場合は、事前に管財契約課にご相談ください。

ミナセーフティ MINAコイン SAFETYキャンペーン 延長決定!!

図商工振興課（西有家庁舎）☎73-6633



好評につき、期間を**12月31日(土)まで延長します。**

team NAGASAKI SAFETY 認証店でのお食事代金をMINAコインでお支払いされると、支払額の10%のMINAポイントがキャッシュバックされます。

※キャッシュバックされたMINAコイン加盟店で次回以降のお買物にご利用できます。

詳しくは、市ホームページまたは広報みなみしまばら9月号をご確認ください。



市HP

いーとばいキャンペーンはMINAコインを利用して、さらに使えるポイントを増やしましょう！
おいしいものを、安心・安全に、そしてお得にお召し上がりください！

安心スマホ教室

初めてスマートフォンを持たれる人向けにタッチの種類など基本的な動作から、電源の入れ方や切り方など、最初に知っておく
と便利な操作方法が学べるスマホ教室を開催します。

スマホの操作に自信のない人は、ぜひご参加ください。この教室に参加していただくと、1人当たり10,000MINAポイント(10,000円分)を進呈する「スマホデビューキャンペーン」の対象になります。

※本キャンペーンは先着700人に達し次第終了しますので、お早めにご参加ください。

●時間(全日共通)…午前10時～(1時間程度)

定8人程度/回(先着順) 無料

実施日	会場
12月13日(火)	西有家学習センターカムス
12月15日(木)	ありえコレジヨホール
12月21日(水)	口之津公民館
12月22日(木)	ありえコレジヨホール

●持参品…スマートフォン、身分証明書、
対象店舗が発行する書類(購入証明書
およびポイント付与申請書)

※スマートフォンを持っている市民

参加希望日時、氏名、電話番号をドコモショップ有家
店に電話または店頭で申し込んでください。



スマホデビュー
キャンペーン

●申込先…ドコモショップ有家店 ☎0957-65-2200

※申込受付時間
午前10時～午後6時(土日祝日も可)

特設人権相談所を開設します

図島原人権擁護委員協議会(長崎地方法務局島原支局内)
☎0957-62-2513

12月4日から10日までの人権週間に伴い特設人権相談所を開設します。

家庭内の問題(DVなど)や隣近所のトラブルなど、さまざまな悩みごとや心配ごとを各地域の人権擁護委員が受け付けます。相談は無料で秘密は厳守しますのでお気軽にご相談ください。

●受付時間(両日共通): 午前10時～午後3時 不要 無料

実施日	会場
12月14日(水)	布津公民館
	西有家総合学習センターカムス
	原城オアシスセンター
	加津佐総合福祉センター希望の里

実施日	会場
12月15日(木)	深江公民館
	ありえコレジヨホール
	北有馬ピロティー文化センター日野江
	口之津公民館

第16回 南島原市人権啓発標語

図市民課(西有家庁舎) ☎73-6647

人権に対する理解を深めてもらうため、市民から人権啓発標語(小・中学生、一般の部)を募集し、応募総数2,476作品の中から入賞作品を決定しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

※全入賞作品は、市ホームページでご覧いただけます。

最優秀賞

●小学生低学年の部 友だちに やさしい声かけ えがおのわ 深川 りゅうせい 琉聖さん(口之津小学校 3年)

●小学生高学年の部 認め合おう 尊重し合おう 十人十色 松島 こなつ 小夏さん(有家小学校 6年)

●中学生の部 また一つ 見つけた君の いいところ 城代 とあ 叶愛さん(北有馬中学校 2年)

●一般の部 伝えよう 相手の良さを 自分から 中川 まいさん(島原翔南高校 2年)



市HP

家屋の取り壊し、新築、増築はお知らせください

図税務課(西有家庁舎) ☎73-6642

住宅や倉庫などを取り壊して滅失登記を行った場合は、法務局からの異動通知に基づき、事実確認を行い、税額の修正を行います。しかし、家屋が取り壊されていても登記がされていない場合や、滅失登記をしていない場合は、そのまま課税されることがあります。

家屋を取り壊した場合は、税務課または各支所へ必ず届け出をお願いします。

また、家屋の新築や増築を行った場合もお知らせください。



償却資産の申告をお忘れなく

図税務課(西有家庁舎) ☎73-6642

償却資産(事業用資産)には、固定資産税が課税されます。事業で使用している機械・備品などの償却資産を所有している人は、令和5年1月1日現在の償却資産の申告が必要です。

令和5年1月31日までに税務課または各支所へ申告してください。また、申告書が送付されていない人(事業者)はご連絡いただくなど、早めの申告をお願いします。

【償却資産とは】

会社や個人で工場や商店などを経営している人や農林水産業、アパート経営者などが所有する資産で、事業のために用いることができる構築物や機械・器具・備品などをいいます。

※太陽光発電設備で事業用の設備や10キロワット以上の設備も申告対象です(申告の際は、設置場所も記載してください)。

※無形減価償却資産(鉱業権、漁業権、パソコンソフトなど)や自動車税・軽自動車税の課税対象(軽トラック、トラクターなど)は除きます。

【主な償却資産の例】

- 構築物…門、広告塔、舗装路面、内部造作、事業用簡易構築物など
- 機械および装置…太陽光発電設備、コンベアー、クレーン、ビニールハウス、土木建設機械、農業用機械、印刷機など
- 船舶…漁船、ボート、貨物船など
- 車両および運搬具…構内運搬車、特殊自動車、そのほか自動車税・軽自動車税の課税対象とならないもの
- 工具・器具および備品…机、椅子、ロッカー、レジスター、陳列ケース、コピー機、パソコン、暖房用品など

☑令和5年1月31日(火)

南島原市個人情報保護法施行条例(案)に関する意見を募集します

図総務秘書課(西有家庁舎) ☎73-6621 FAX:82-3086
〒859-2211 西有家町里坊96番地2 Eメール:gyousei@city.minamishimabara.lg.jp

個人情報の保護に関する法律の改正に伴い、地方公共団体の個人情報保護制度は改正後の法律に一元化されることとなったため、新たに「南島原市個人情報保護法施行条例」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
12月13日(火)~令和5年1月12日(木)
- 閲覧場所
総務秘書課、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、氏名を記載し、総務秘書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。

長崎県おもいやり駐車場制度(旧パーキング・パーミット制度)にご協力ください

図福祉課(南有馬庁舎) ☎73-6651



利用できる駐車場の例



駐車後、ルームミラーにかけて利用します。

令和4年10月から名称が変更になった「長崎県おもいやり駐車場制度(旧パーキング・パーミット制度)」とは、公共的施設などの身障者等用駐車場について、歩行困難な利用対象者(身体障がい者・妊婦など)に県内共通の「おもいやり駐車場利用証」を交付し、利用できる人を明確にすることで適正利用を図る制度です。

この制度により身障者等用駐車場が本当に必要な人の駐車スペースとして確保されます。

利用証をお持ちでない人が身障者等用駐車場を利用すると、必要としている人たちの駐車スペースが不足してしまいます。身障者等用駐車場利用者への、ゆずりあいを心がけましょう。「みんながゆずりあう思いやりのあるまちづくり」の実現のため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

なお、「おもいやり駐車場利用証」の交付を希望する人は、市役所福祉課または各支所で申請してください(これまでの利用者はそのまま利用できます)。

詳しくは、市ホームページをご確認ください。



市HP

年末年始の
休館のお知らせ
12月29日(木)～令和5年1月3日(火)

図書館紹介

クリスマスや新年明けての楽しい企画がいっぱいです。

詳しくは市内図書館(室)にお尋ねください。



クリスマスおはなし会



新春かるた会



新年図書館くじ

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。

加 津 佐 図 書 館

- クリスマスおはなし会
12月17日(土) 午後2時～3時
加津佐総合福祉センター希望の里
50人(要申込) 幼児・児童・親子
- 新春かるた会
令和5年1月7日(土)
午前10時30分～正午
加津佐総合福祉センター希望の里
100人(要申込) 幼児・児童・親子

口 之 津 図 書 館

- 「リヴロくんのお店さん」
で使えるリヴロ券配布開始
令和5年1月25日(水)まで
(オープン期間:令和5年1月4日(水)～25日(水))

原 城 図 書 館

- クリスマスおはなし会
12月10日(土)
①午前10時30分～
②午後1時30分～(各1時間)
各回50人(要申込)
①幼児、②児童

西 有 家 図 書 館

- クリスマスおはなし会
12月17日(土) 午後2時～2時30分
30人(要申込)
幼児・児童
- 読書会 本の虫。(第4回)
12月18日(日) 午後1時30分～3時
10人(要申込)
一般

北 有 馬 図 書 室

- クリスマスおはなし会&工作教室
12月10日(土) 午後1時30分～3時
8人(要申込)
小学生

有 家 図 書 館

- クリスマスおはなしと工作
「クリスマスツリーを作ろう」
12月18日(日) 午後1時30分～3時
10人(要申込)

深 江 図 書 館

- 赤ちゃんおはなし会
「ベビー☆クリスマス」
12月20日(火) 午前10時30分～11時
7人(要申込)

図書館員オススメの本

児童書 「大ピンチずかん」

鈴木 のりたけ / 作 小学館 / 出版

人は皆大ピンチになると慌ててしまう。この本はさまざまな大ピンチを紹介し、そのきりぬけ方、またはピンチによって起こる二次災害を教えてください。これを読んでおけば暮らしやすさも格段に上がるでしょう。あなたはトイレで紙がなかった時どうきりぬけますか？



一般書 「君のクイズ」

小川 哲 / 著 朝日新聞出版 / 出版

クイズグランプリ決勝の賞金1千万円がかかった最終問題、僕の対戦相手、本庄絆は一字も読まれていない問題を正解した。ヤラセか魔法か。僕はその謎を解くことを決意する。クイズの世界、クイズプレイヤーの牙えわたる頭脳を体験できる一気読み必至のクイズ小説です。



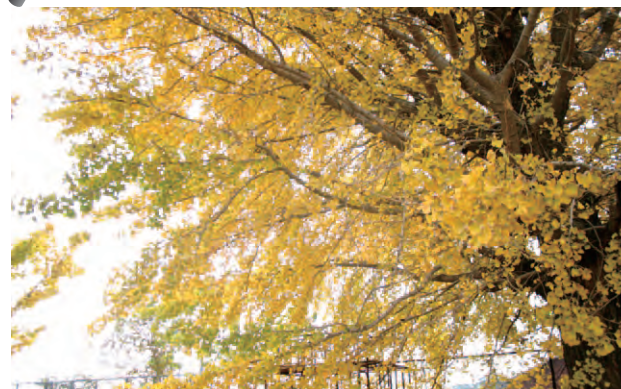
【お問い合わせ】 ☎73-(各図書館下4桁) *詳しいことは、ホームページや各図書館でご確認ください。 南島原市図書館 検索

- ・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

旧大野木場小学校校庭のイチョウ



紅葉した旧大野木場小学校のイチョウの樹

金色のちひさき鳥のかたちして
銀杏ちるなり 夕日の岡に

イチョウが散る様子を女流歌人の与謝野晶子が詠んだ一文です。街路樹でもみられるイチョウは、中国を原産とする高木で、紅葉し、落葉するにもかかわらず、植物の分類上は針葉樹にあたります。また、葉の葉脈が網目

状ではなく、互いに交わることのない平行脈であるという特徴があります。このようなほかの樹木には見られない特徴があるのは、今から約1億5千万年前の白亜紀から残存する古代樹であるためです。

木材としての加工がしやすいイチョウは、幹や葉にたくさんの水分が蓄えられているため、火にも強いという特徴があります。火に強い樹木を敷地内に植えることで、建物に火災が発生しないという願いを掛けて、学校の校庭や神社仏閣などにも植えられることが多かったようです。

今から31年前の1991年9月15日、深江町にある大野木場小学校は、火砕流とともに発生した熱風(火砕サージ)によって全焼しました。この時、校庭にあった大きなイチョウの樹も燃えてしまいましたが、翌年再び芽吹き、地域の人たちの心の支えとなりました。多くの人を勇気づけ、復興の象徴にもなったこのイチョウの樹は、毎年12月初めになると黄色くきれいに色づき、ここがかつての学び舎だったことを私たちに教えてくれます。



サイクルラックを設置しました



口之津町: 口之津港ターミナル



市HP

自転車歩行者専用道路の情報は市ホームページから確認できます。

●サイクルラックとは?

- ・自転車を整理して駐輪するための設備で、利用しやすい平置式タイプを市内3地点(4カ所)に設置しました。
①口之津港ターミナル / 2カ所(口之津町)
②国道沿いの原城跡駐車場(南有馬町) ③天守閣タワー(北有馬町)

●設置した目的

- ・自転車を整頓しながら駐輪できるため、駐輪スペースを有効に活用することができます。
- ・レールがあることで支えができ、自転車の転倒を防ぐことができます。
- ・スタンドがない自転車も駐輪することができます。

●使い方

- ・自転車をまっすぐ入れ、前輪のみを収容するだけで利用できます。
- ・隣のラックとは高低差があるため、ハンドル同士があたらずに利用できます。



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、のびにくいいため和風、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。
この機会にぜひご参加ください。

📅12月17日(土) 午前10時～(2時間程度) 📍深江公民館

👥10人(先着順) 🆓無料 📄市民または市内勤務の人

📅12月12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、延期や中止となる場合があります。

簡単お手軽レシピ 野菜たっぷり ぶっかけ麺

島原手延そうめんアレンジレシピ料理教室(西有家会場)で調理した「野菜たっぷりぶっかけ麺」のレシピを紹介します。
栄養満点で体の芯から温まる12月にぴったりの一品ですでお試しくささい。



- 材 料(2人分)**

 - 島原手延そうめん…2束
 - 豚肩ロース肉…100g
 - トマト…1個
 - なす…1本
 - きゅうり…1/2本
- にら…6本**

ごま油…小さじ1/2

めんつゆ(3倍濃縮)…大さじ1と1/2

水…200ml

塩・こしょう…各少々
- 作り方**

 - ①茹で上がったそうめんを氷水で冷やし、しっかり水気を取り、器に盛る。
 - ②トマトは2センチ角、なすは皮をしまめにむいて縦半分に切り、5ミリの厚さの半月切り、きゅうりは縦半分に切り、5ミリ厚さの斜め切り、にらは3センチの長さに切ります。
 - ③鍋にごま油を入れ火にかけ、なす、きゅうり、塩・こしょうをした豚肩ロース肉を加えて、炒めます。
 - ④③にめんつゆ、水、トマト、にらを加えて、ひと煮たちしたら①にかけて完成です。



教えて！国民年金

令和4年度の「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」の送付について

国民年金保険料の免除または納付猶予に該当すると見込まれる人へ国民年金保険料免除・納付猶予申請書を11月中旬ごろに送付しています。

【対象者】

令和4年7月分保険料が未納で、前年の所得情報により全額免除、一部免除または納付猶予に該当すると見込まれる人

【申請方法】

ハガキ形式となっています。必要事項を記入してポストへ投函することで、令和4年度分(令和4年7月～令和5年6月分)の免除・納付猶予を申請できます。

📍日本年金機構 諫早年金事務所 ☎0957-25-1662
南島原市 健康づくり課(南有家庁舎) ☎73-6641 または 各支所



南島原の考古学

作りかけの大きな石斧

～通野遺跡(有家町)～

すり棒のような細長い形をした石器、長さは約22センチメートル、重さは1キログラムを超えています。一緒に出土した土器の年代からおそらく縄文時代か弥生時代のものでしょう。

遺跡の発掘調査では、部分的に欠けていたり刃こぼれしたりしている明らかに使えなくなって捨てられた石器がたびたび出土します。その一方で、ごくまれに作りかけの石器も発見されることがあります。作りかけの石器は、製作工程にかかわる多くの情報をもっている点で重要です。

この石器をよく観察すると、全体が多数のあばた状のくぼみによって覆われていることから、別の石でコツコツと何度も叩いて丁寧に整形したものであることがわかります。このあと砥石で刃先を研ぎだして柄に装着すれば、石斧の完成というわけです。

まだノコギリなんてない時代、それでもこれほど大きな石斧であればきっと太い木の幹だって切り倒せたはず。有家の古代人さん、石斧を完成させて木を切ったあかつきには、その木を建築資材に立派な竪穴住居の新築マイホーム、建てようと思っていたかもしれません。



作りかけの石斧

12月～令和5年1月の小企画

📅12月1日(木)～令和5年1月30日(月)
※休館日：毎週火曜日、年末年始(12月28日～1月3日)
午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
📍深江埋蔵文化財・噴火災害資料館
📄一般…200円、高校生…150円、中学生以下…無料
※団体割引あり ※小企画は入館料のみでご覧いただけます。
📍文化財課(南有家庁舎) ☎73-6705

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず中止になる場合があります。



こんにちは！消費生活センターです

📍南島原市消費生活センター ☎82-3010

「私はダマされない」と思っていますか？ ～こんな特殊詐欺にご注意ください～

●相談事例

<事例① 架空請求詐欺>

携帯電話会社を名乗り、「未納料金がある」とショートメールが届いた。電話すると『あなたの携帯電話からの利用で間違いない。コンビニで電子マネーを買って30万円払わないと裁判をする。無視したら警察に突き出す』と言われ、怖くなって「支払う」としてしまった。

<事例② 還付金詐欺>

市役所の保険課の田中さんから電話があり、『先月、青い封筒で国民健康保険税の還付金を受け取る手続きをするよう通知していたが、返信がなかったので電話した。手続き期限が切れており、近くのATMでしか返せない。操作はこちらで教える』と言われた。

<消費生活センターからのアドバイス>

皆さんもテレビや新聞で詐欺被害の報道に接することがあると思います。その時、「私はこんなことにダマされない」と思うかもしれません。しかし、それは人間の心の防衛反応であり、実際に自分の身に起きた時には冷静な判断ができなくなります。相手がどのような理由を述べていたとしても、どんな立場の人であっても、「有料サイトの未払いがある」「コンビニで電子マネーを買って支払って」「ATMを操作して」「早急に銀行振込して」「荷物に現金を入れて送って」という言葉があった時は詐欺を強く疑い、お金を支払う前に、警察や消費生活センターにご相談ください。「絶対ダマされない」ではなく、「お金の話が あつたら、誰かに相談する」と決めておくことが詐欺被害の防止につながります。



※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。

募集

市営住宅入居者

募集団地

- ・深江 つじが丘団地（1戸）
 - ・深江 馬場団地（1戸）
 - ・有家 鬼塚団地（1戸）
 - ・北有馬 西正第2団地（1戸）
※特定公共賃貸住宅
 - ・南有馬 新三崎団地（1戸）
 - ・南有馬 露田団地（1戸）
 - ・口之津 白浜団地（4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

12月1日（木）～14日（木）

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、公開抽選を行います。

抽選日：12月22日（木）

午後2時 有家庁舎

図都市計画課 ☎73-6677

求人

令和4年度

会計年度任用職員募集

【①～③】

【共通事項】

●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社会教育指導員】

募集人員：1人

●勤務内容：社会教育講座などの企画運営、社会教育団体に係る庶務、生涯学習課所管の業務に関わる事務
●勤務地：公民館および社会教育施設

●報酬など：月額154,900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：令和5年1月1日～3月31日

【③文化財発掘作業員】



募集人員：10人程度

●勤務内容：埋蔵文化財発掘調査業務（遺物包含層の掘削、遺物・遺構の検出、測量、埋め戻しなど）。そのほか文化財保護行政に係る業務

●勤務地：市内の発掘調査現場（主に深江町、有家町）

●報酬など：時給980円、通勤手当あり、社会保険・雇用保険あり

●任用期間：令和5年1月上旬～3月中旬（期間は事業の進捗に応じて前後します）

勤務日および勤務時間

月曜日～金曜日（ただし土日祝日に勤務する場合あり）午前9時～午後4時（うち5時間45分勤務）

12月16日（金）必着

図文化財課（南有馬庁舎）

☎73-6705

〒859-2412
南有馬町乙1023番地

令和5年度

会計年度任用職員募集

【①～③】

※令和5年度の採用については、令和5年度予算成立が条件となります。予算成立後に正式決定となる募集ですのであらかじめご了承ください。

※報酬については、令和4年4月1日現在のものであり、報酬改定などにより単価が変動する場合があります。

【共通事項】

●任用期間：令和5年4月1日～令和6年3月31日

●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保健師または助産師】

募集人員：1人

●勤務内容：子育て世代包括支援センターにおける保健事業業務

勤務地

こども未来課（南有馬庁舎）
●報酬など：月額194,700円、通勤手当・期末手当あり、社会保険・雇用保険あり

勤務日および勤務時間

週5日（土日祝日、年末年始を除く）（ただし、イベントなどにより土日祝日および夜間に勤務あり）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（ワード・エクセル）の操作ができ、社会教育活動に意欲がある人

●任用期間：令和5年1月上旬～3月下旬

12月14日（木）必着

図教育総務課（南有馬庁舎）
☎73-6701

〒859-2412

南有馬町乙1023番地

【②文化財整理作業員】

募集人員：若干名

●勤務内容：土器や石器の実測、パソコン入力など発掘調査報告書作成に係る業務。そのほか文化財保護行政に係る業務（米粒大の文字を書くような細かい測量作業あり）



勤務日および勤務時間

週5日（土日祝日、年末年始を除く）（ただし、イベントなどにより土日祝日および夜間に勤務あり）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（ワード・エクセル）の操作ができ、社会教育活動に意欲がある人

12月14日（木）必着

図教育総務課（南有馬庁舎）
☎73-6701

〒859-2412

南有馬町乙1023番地

【③図書館司書】

募集人員：1人

●勤務内容：図書の貸出ほか図書館業務

●勤務地：市内各図書館

●報酬など：月額154,900円、通勤手当・期末手当あり、社会保険・雇用保険あり

●勤務日および勤務時間
週5日（休館日とほかの1

次ページに続く

広告

広告

保険の見直し・相談

保険のことなら何でも答えてくれる相談窓口で、何度相談しても一切料金がかかりません。まずは、「広報みなみしまばらを見た」と言ってお電話予約を。

保険クリニック 雲仙国見店

☎0120-309-929

営業 午前10時～午後6時
休 毎週土曜・お盆・年末年始
住 長崎県雲仙市国見町土黒甲83-2

募集代理店：有限会社さんき

ふとん丸洗い・羽毛ふとん仕立て直し

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

嫁いふとん・各種ギフト・オーダーカーテン

新年を青畳の香りとともに迎えませんか

歳末一斉大売出し実施中

小物製品販売中

※畳替え時の家具移動はお任せください！

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）

※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。

日を除く
 ・通常日：午前9時40分～午後6時10分
 ・夜間開館日：午前11時40分～午後8時10分（うち7時間30分勤務）
 ・月曜日休館、金曜日夜間開館：深江、西有家、口之津
 ・火曜日休館、木曜日夜間開館：有家、原城、加津佐、布津、北有馬
 ●応募資格：普通自動車運転免許を有し、パソコン（ワード・エクセル）の操作ができる人で、司書の資格を有する人
 12月20日(火) 必着
 申 共通事項明記に加え、資格証明書および運転免許証の写しを同封してください。
 図教育総務課(南有馬庁舎)
 ☎73・6701
 〒859・2412
 南有馬町乙1023番地



深江公民館(昼間) 管理員(委託)募集
 ●募集人員：1人
 ●勤務内容：施設管理業務
 ●勤務地：深江公民館
 ●報酬など：月額114,000円、傷害保険あり(労使折半)
 ●委託期間：令和5年1月4日(水)～3月31日(金)
 ●勤務日および勤務時間
 月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時15分(うち7時間45分勤務)
 ●試験：面接
 ※日時、場所は後日連絡します。
 12月14日(水) 必着
 申 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。
 図生涯学習課(南有馬庁舎)
 ☎73・6703
 〒859・2412
 南有馬町乙1023番地

案内

価格高騰緊急支援給付金の手続きはお済みですか

価格高騰緊急支援給付金の請求期限が近づいています。対象となる人は、期限までにお手続きください。
 ●支給対象となる世帯
 ①令和4年度住民税非課税世帯
 ②家計急変世帯
 ※①、②の支給対象・手続きについては、広報みなみしばら11月号または市HPをご確認ください。

南島原市奨学資金償還補助金のご案内

南島原市奨学資金を借りて学校を卒業した後、市内に居住し、就労している人には返還します。
 ●支給内容
 1世帯あたり5万円
 ●受付期限
 令和5年1月31日(火)
 図福祉課(南有馬庁舎)
 ☎73・6651

県育英会奨学金の返還について

あなたの返還金は、後輩の新たな奨学金となる重要なものです。
 奨学金を借りていた人は、約束どおりの返還をお願いします。住所などの変更や、返還が困難となりそうな場合などは、速やかにご連絡ください。
 図(公財)長崎県育英会
 ☎095・824・7501

寄附金をお寄せください！

長崎県育英会では、寄附金を受け付けています。
 皆さんからの寄附金は、奨学資金として活用し、奨学金事業の充実に図ります。
 温かいご支援をお願いします。
 す。なお、長崎県育英会への寄附金には、税法上の優遇措置を受けることができます。
 図(公財)長崎県育英会
 ☎095・824・7501

井戸の適正な管理をお願いします

井戸水は、環境変化や井戸管理などの影響で水質基準を満たさず、飲用に適さなくなることがあります。
 ●井戸水の衛生管理
 ・井戸の周辺を清潔に保ち、井戸には蓋や安全柵を設けてください。
 ・井戸水の汚染は味、におい、色のほか、細菌や化学物質など、人の感覚で判別できないものもあります。
 ※自分で「大丈夫」と判断せず、年に1回程度、専門機関による水質検査(大腸菌群や硝酸性窒素などの検査で8,000円程度)を受け、安

全性を確認してください。

井戸水の飲用

・井戸水を飲用する場合は、高温消毒や有害物質除去装置の利用など適切な処理を行い、異常を感じたら飲用を中止してください。
 ●水道水への切り替え
 ・水質基準を満たさない井戸水は健康被害の恐れがあります。特に、硝酸性窒素の濃度が高い井戸水は乳児に悪影響を及ぼす可能性があります。水道水への切り替えを行いましう。

令和4年度 狩猟免許追加試験

●試験の種類：わな猟免許、第1種銃猟免許
 令和5年1月25日(水)
 図課早文化会館
 18歳以上の(銃猟免許受験の人は20歳以上)。狩猟免許の取消などの処分を受けた場合は、処分の日から3年以上経過している人。
 ●受付期限
 12月16日(金)(消印有効)
 ※受験希望者を対象とした試験のための講習会を別途

放送大学入学生募集

放送大学は、令和5年4月入学生を募集します。10代から90代までの幅広い世代の約8万人の学生が、さまざまな目的で学んでいます。テレビによる授業だけでなく、授業をインターネットで好きなときに受講することもできます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。1科目の授業料は11,000円(入学金は別)。半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。全国にミニキャンパスにあたる学習センターやサテライトスペースが設置されており、サークル活動などの学生の交流も行われています。
 ●出願期間
 ・第1回：令和5年2月28日

講座

第239回 コレジオ市民文化講座「文化財の活用と保存」

歴史的につながりの深い深江町から西有家町の文化財を紹介し、地域の活性化につながる活用方法について考えていきます。
 ●講師：木村 岳士氏
 (市教育委員会文化財課学芸員)
 12月10日(土)
 午後2時～4時
 図ありえコレジオホール
 定 30人(年間受講申込者以外の人参加可能)
 料 無料
 図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。
 図ありえコレジオホール
 ☎73・6736

広告

TSUTAYA ココアドバンス有本店 おすすめ情報

- 1 子供向け商品売場拡大！クレイゲーム・ガチャガチャも増えました。
- 2 2023年度版「日記」「手帳」「カレンダー」大量に入荷しています。
- 3 年賀状素材本各種入荷しています。年賀状の準備はお早めに！
- 4 12/6(火)午後入荷 レンタルDVD「ジュラシックワールド/新たな支配者」

TSUTAYA 住所：南島原市有家町小川850
 電話：0957-82-1588
 ココアドバンス有本店 営業時間：あさ10時～よる10時(年中無休)

旧作レンタル1枚無料券 【有効期限：2022年12月31日まで】
 全品Tポイント10倍 (トクばん5676) 【有効期限：2022年12月31日まで】

※有本店でのみ有効となります。
 ※この無料券は1会計につき1枚のみ利用可能です。
 ※他の割引・無料サービスとは併用できません。

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・丁寧で対応しています！

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

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

ご法要ご予約承り中

ご予算と要望に応じてご用意致します。 御法要会席弁当

★終送り等ご予算に応じて承ります。★無料送迎致します。★お持帰り用は4人前より承ります。

館内より 抗ウイルス・抗菌・消臭 コーティング施工済

天然温泉リゾートホテル 長崎県南島原市南有馬町丁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。 原城温泉 真砂 検索

健康コラム Health Column

ロコモティブシンドロームを予防しよう！ ～自宅でできる運動の紹介～

●講師…県南地域リハビリテーション広域支援センター 協力機関：医療法人 栄和会 泉川病院 理学療法士 大久保 真里先生



令和4年9月号の広報紙で、ロコモティブシンドローム（※以下、ロコモ）とは何かについて、掲載しました。
今回は、ロコモのチェックと予防するための運動についてご紹介します！

*ロコモ（運動器症候群）：「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。

●ロコモのチェック 今の状態を☑確認しましょう。1つでも当てはまれば、ロコモの可能性あります。

- | | |
|---|---|
| ☐ 片足立ちで、靴下がはけない | ☐ 家の中ですべったり、つまづいたりする |
| ☐ 階段を上がるのに手すりが必要 | ☐ 家の中のやや重い仕事が困難である |
| ☐ 2kg程度の買い物をして、持ち帰ることができない | ☐ 15分くらい続けて歩くことができない |
- ※1リットルの牛乳パック2本分
☐ 横断歩道を青信号で渡り切れない

(参考：国立長寿医療研究センターHPより)

思い当たる項目がある場合は、年齢にかかわらず、生活習慣を見直すなど適切な対応が必要です。



●運動を行うときに確認すること

- ☐ 体調が悪くないか
(倦怠感・動悸・息切れ・血圧の変化)
- ☐ 運動ができる環境か
 屋内：周囲に危険なものがないか、足元が不安定ではないか、動かないものにつかまることができるか
 屋外：天気や気温、履物に注意
- ☐ 途中で休める場所の確認と水分補給の準備を

●運動ペースに注意を

きつすぎる運動は長続きしません。また、楽すぎる運動も筋肉への刺激が足りず効果が出にくくなります。

運動中のペースの目安として、自分にとって「**ややきつい**」と感じる程度、または誰かと会話しながらできる「**ここにこペースの運動**」を心がけましょう。

●自宅でできるロコモ予防体操 下半身の筋力強化やバランスアップを目指しましょう。

●ハーフスクワット 立った状態からゆっくりと腰を落とすバランスをとるため、腕は前に伸ばす



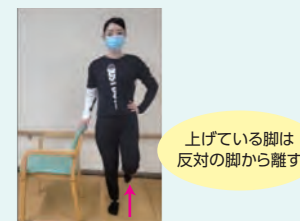
5～10回/1セット 1日1～3セット目標に

不安定な人はイスのせもたれを持つ



1日1～3セット目標に

●片脚立ち イスや手すりなどを手助け、可能であれば何となくチャレンジ



片足30～60秒 1日2～3セット目標に

●立って運動が辛い時は イスに座ってもも上げ



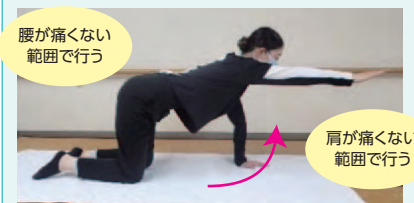
10～20回/1セット 1日1～3セット目標に

●布団などで脚上げ体操 膝を伸ばしで上げ下げ



片足10～20回 1日1～3セット目標に

●四つ這い体操 四つ這いから片手づつ前に伸ばす



片腕を上げたまま10秒キープ 交互に1～3回/1セット 1日2～3セット目標に

●四つ這いバランス 片手と対角線の脚を後ろへ伸ばす



片腕片脚を上げたまま10秒キープ 交互に1～3回/1セット 1日2～3セット目標に



ロコモの予防・改善のためには、**自分ができる運動を見つけ、継続すること**が大切です。運動は毎日行わなくても、1日おきでも大丈夫です。すきま時間にできることから始めましょう。また、運動を継続するためには**しっかりと栄養と睡眠**をとりましょう。数週間後、体力がついて楽に感じてきたら、回数を増やしたり、時間を伸ばすなどしていきましょう。

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】 ①市民または市内勤務の人 ②電話または窓口で申し込んでください。

からだに優しい歩き方 「ノルディックウォーキング教室」

2本のポールを使って無理なく全身運動ができる歩き方を体験します。

●講師…ノルディック・ウォークチーム ARUKU mont-unZen

①12月11日(日) 午前10時～11時

※雨天時…令和5年1月15日(日)

午前10時～11時

②北有馬ふれあい交流広場

定20人(先着順)

③200円(ポールレンタル料)

④12月8日(木)

⑤北有馬ピロティー文化センター日野江 ☎73-6754



お正月フラワーアレンジメント教室

フラワーアレンジメントを飾って晴れやかに新年を迎えましょう。

●講師…中野 耕伸氏 (中野ガーデン)

●持参品…花ばさみ、手拭き用タオル

①12月26日(月) ②12月27日(火)

時間共通…午後7時30分～9時30分

③④原城オアシスセンター

⑤西有家総合学習センターカムス

定各30人(申込多数の場合は抽選)

③3,000円(材料費) ④12月12日(月)

⑤①原城オアシスセンター ☎73-6766

⑥②西有家総合学習センターカムス ☎73-6746



将来に備えたライフプラン

これからのライフプランについて学びます。

●講師…京極 佐和野氏 (日本証券業協会 金融・証券インストラクター)

①12月20日(火)

午後7時～8時

②深江公民館

定30人(申込多数の場合は抽選)

③無料

④12月12日(月)

⑤①深江公民館 ☎73-6716



代謝を上げる筋トレストレッチ教室

身体をほぐしていくストレッチと筋トレを学びます。

●講師…深松 小百合氏

●持参品…タオル、飲料水、動きやすい服装

①令和5年1月13日、20日、

27日 計3回(金曜日)

午後8時～9時

②北有馬ピロティー文化センター

日野江

定15人(申込多数の場合は抽選)

③無料 ④12月23日(金)

⑤①北有馬ピロティー文化センター日野江 ☎73-6754



市LINE公式アカウントが 7月にリニューアルしました!!

①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。必要な情報にすぐにアクセスできます。

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、必要な人のみ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。**

保育所・認定こども園 入所受付

園こども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

令和5年4月からの入所申し込みを受け付けます。現在入所している子どもが引き続き入所を希望する場合も、現況届などの提出が必要です。

園保育所、認定こども園へ入所を希望する人

●受付期間(第1次受付)

12月1日(木)～令和5年1月6日(金)

※今回、令和5年1月6日受付分までで第1回目の入所決定を行い、以降は随時受け付けます。

令和5年度 施設一覧

所在地	保育所(園)名	電話番号
加津佐町	ともしび保育園	87-2758
	愛宕保育園	87-4051
	若木保育園	87-5100
	野田保育園	87-2199
口之津町	あやめ保育園	86-4706
	(認)たまみねこども園	86-4815
	口之津保育園	86-2187
南有馬町	ひかり保育園	85-3529
	大江保育園	85-2227
	(認)南島原はらじょうこども園	85-2283
北有馬町	(認)北有馬こども園(公立)	73-6753
西有家町	見岳保育園	82-8400
	須川保育園	82-0923
	長野保育園	82-5005
	竜石保育園	82-2880
	西有家保育園	82-2563

●申込場所

各支所、こども未来課(南有馬庁舎)

※継続して入所する人で、仕事の都合などで上記の場所に提出できない場合は、各保育所、各認定こども園へ提出することもできます。



所在地	保育所(園)名	電話番号
有家町	(認)有家たちばなこども園	82-0906
	(認)南島原しんきりこども園	82-8155
	(認)白百合保育園	82-8410
	恵光保育園	82-4001
	若草保育園	82-1629
	有家保育園	82-2294
布津町	(認)寺田保育園	72-3594
	南島原ぶんか保育園	72-2106
	こば保育園	72-6126
	(認)たちばなこども園	72-2684
深江町	山陰保育園	72-2362
	小林保育園	72-5470
	深江保育園	72-3323
	瀬野保育園	72-6961
	(認)深江幼稚園	72-5400



市HP



口之津保育園

口之津町丁4188番地1 ☎86-2187

「戸外で元気よく遊ぶ」「絵本に親しむ」「感謝の心を持つ」の3つが基本理念の保育園です。

天気の良い日はお散歩や大型遊具のある広い園庭を利用して、のびのび遊んでいます。

子どもたちは、絵本も大好き。別棟にえほん館があり、たくさんの絵本との出会いを楽しんでいます。



権田公園(加津佐町)への秋の遠足

※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。

12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。
	7日(水)	布津保健センター	
1歳6か月児健診	6日(火)	布津保健センター	12:15～12:45 対象のお子さんには個別に案内を送付します。
	9日(金)	北有馬保健センター	
親子歯科健診	16日(金)	有家保健センター	12:30～13:00 対象のお子さんには個別に案内を送付します。
3歳児健診	1日(木)	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。

*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。

被爆者健康診断

園健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

原爆健診(肺がん検診・大腸がん検査同時実施)

●持参品…被爆者健康手帳または健康診断受診者証

実施日	場所	受付時間
13日(火)	西有家あけぼの会館	10時～11時
	北有馬保健センター	13時～14時
14日(水)	布津保健センター	10時～11時
	深江ふるさと伝承館	13時～14時
16日(金)	口之津保健センター	10時～11時
		13時～14時

お子さんのフッ化物塗布はお済みですか？

園健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

幼児期にフッ化物塗布とブラッシング指導を受けることは、子どものむし歯予防と健全な口腔の育成につながります。
市では、1～3歳の子どもを対象に2回分のフッ化物塗布助成券を配布しています。今年度の助成券の有効期限は**令和5年3月31日**までです。ぜひ助成券を活用ください。

子育てひろば

子育てについてのお悩み、ご相談がある場合は、お気軽に連絡ください。

市内15カ所にある子育て支援センターでも、相談や情報提供を行っています。

各支援センターのイベント情報など、詳しくはこちら↓

市HPで
子育てひろばの
情報を配信中！



園こども未来課(南有馬庁舎)
☎73-6652

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。

園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
(土日祝日を除く)

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。

【リトミック遊び】

📅12月23日(金) 午後2時～3時

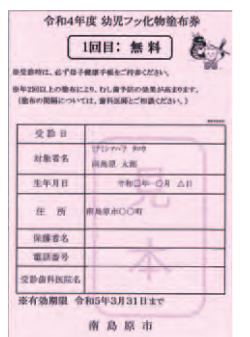
📍ありえコレジヨホール

●講師…内田氏、本多氏

👤15人程度(子どもを含む) 🆓無料

📍市内在住の保護者 📅12月20日(火)

☎電話または窓口で申し込んでください。



フッ化物塗布 無料券

新型コロナウイルス感染症感染防止に関するお願い

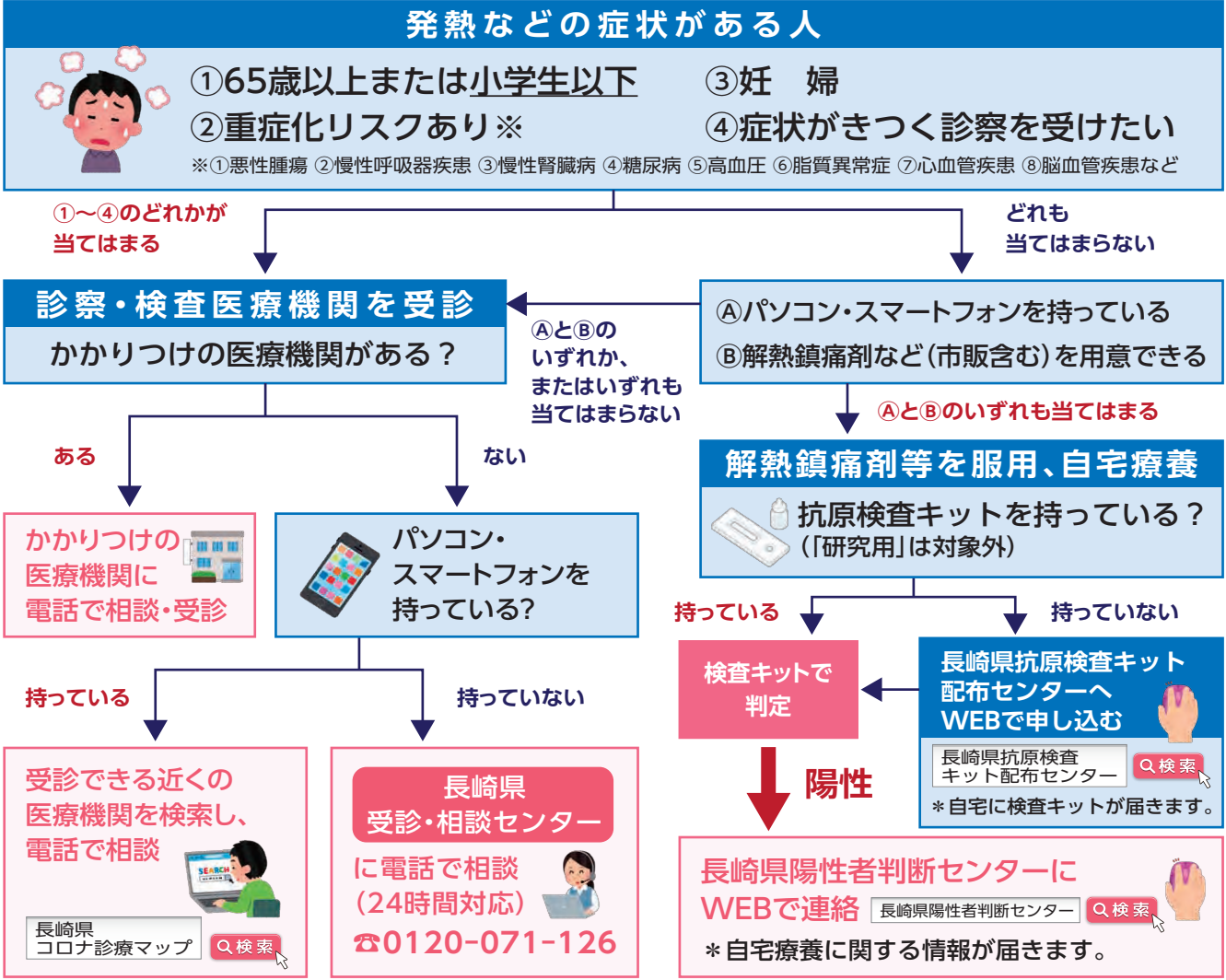
図健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

市内においても一定の感染者数が確認されており、依然として感染リスクは身の回りに潜んでいます。
引き続き感染防止対策をお願いします。

- ①会話時のマスク着用や三密回避、定期的な換気などの基本的な感染防止対策を
- ②会食の際は、認証店を利用して、マスク会食や密にならない工夫などの感染対策を
- ③感染不安や発熱などの症状があるときは、外出・登校・登園を控え、自主検査や医療機関への相談・受診を
- ④高齢者や基礎疾患をお持ちの人と接する際は、家庭内でもマスクを着用するなど、特に感染対策の徹底を
- ⑤自らの健康や家族・仲間などの大切な人を守るため、ワクチン接種を

※オミクロン株対応ワクチンの接種が開始されています。接種可能な時期を迎えた際には、早めの接種をお願いします。

【11月14日から対象者が変更】発熱症状などのある人の診察・検査までの流れ



女性検診の再度のお知らせ

図健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

集団健診・個別健診ともに予約が必要です。5月中旬に郵送したオレンジ色の封筒「令和4年度 南島原市 健診のお知らせ」をご確認の上、受診してください。

- 女性検診(今年度最後の集団検診です)
(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	予約受付期間
令和5年1月14日(土)	有家保健センター	12月12日～23日(土日を除く)
令和5年1月28日(土)	口之津保健センター	12月16日～令和5年1月11日(土日祝日、12月26日～1月4日を除く)

※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。

予約受付 **けんしん予約センター ☎0120-611-711**

※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。



＜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。

【42～60歳の男性対象】風しんの抗体検査・予防接種はお済みですか

図健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

抗体検査・予防接種の対象となる人は、過去に公的な予防接種が行われていなかったことにより、自分が風しんにかかり、家族や周囲の人たちに広げてしまう恐れがあります。風しんの流行はくり返します。
あなたと周りの人の安心のために少しでも早い検査と接種にご協力ください。

- 対象者
昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生の男性
(平成31年4月1日以降に抗体検査・予防接種を受けた人を除く)
- 方法
①クーポン券を準備する
対象者には、5月に健診受診券と一緒にオレンジの封筒に同封してクーポン券を送付しています。転入者には翌月に郵送しています。
②医療機関を予約して抗体検査を受ける
クーポン券は、全国の医療機関で使えます。また、健康診断や人間ドックで使える場合もあります。受診先にご確認ください。
③抗体検査の結果「定期接種対象」の人は予防接種を受ける
新型コロナワクチンを接種した人は、**2週間以上**間隔を空けて接種してください。



厚生労働省HP

風しんの追加的対策 Q検索

【注意】
・クーポン券には有効期限があります。
・抗体検査や予防接種を受ける時点で市外へ転出している場合は、南島原市発行のクーポン券は使用できません。転居後の市町村に、再発行を申請してください。
・クーポン券を紛失された人などには、再発行できます。各支所または健康づくり課で交付申請手続きをしてください。

12月 市民カレンダー

※行事・相談会などについて、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。

12/1 (木)	●農家相談所 加津佐支所 9:00～12:00
2 (金)	
3 (土)	フェスティバタス ナタリス 2022 *詳細P3 日時: 12月3日(土) 13:00～20:00 場所: 有馬小学校(雨天時: 有馬小学校体育館)
4 (日)	【人権週間】12月4日(日)～10日(土) *詳細P16
5 (月)	
6 (火)	●農業用廃プラ回収日(西有家地区) ●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)	●年金相談 深江支所 10:00～15:00 *予約者のみ ●献血 口之津保健センター 9:30～11:00/12:30～15:30
8 (木)	●健康相談 西有家保健センター 9:30～12:00 ●献血 有家庁舎 9:30～11:00/12:30～15:30
9 (金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) 原城オアシスセンター 13:00～17:00 *要予約
10 (土)	冬のマリンフェスタinくちのつ2022 *詳細P3 日時: 12月10日(土) 17:30～20:00 場所: 口之津港ターミナル物産広場
11 (日)	
12 (月)	南島原市×西南学院大学博物館連携特別展「Real-有馬領内と島原・天草一揆」 期間: 12月15日(木)～令和5年1月15日(日) ※休館…月曜日・年末年始(12/29～1/3) 場所: 口之津歴史民俗資料館(口之津港ターミナルビル 2F多目的ホール) *詳細P3
13 (火)	
14 (水)	●農業用廃プラ回収日(深江地区)
15 (木)	●行政相談 口之津老人福祉センター 10:00～12:00 ●健康相談 ありえコレジヨホール 9:30～12:00
16 (金)	●健康相談 原城オアシスセンター 9:30～12:00
17 (土)	
18 (日)	
19 (月)	
20 (火)	
21 (水)	●行政相談 深江ふれあいの家 13:00～15:00/西有家老人福祉センター 10:00～12:00 原城オアシスセンター 10:00～12:00/加津佐公民館 13:00～15:00 ●年金相談 有家支所 10:00～15:00 *予約者のみ ●司法書士相談会(多重債務・登記・相続・契約関係) 西有家庁舎 13:00～17:00 *要予約 ●健康相談 布津公民館 9:30～12:00 ●健康相談 北有馬保健センター 9:30～12:00
22 (木)	●行政相談 ありえコレジヨホール 17:30～19:00 ●健康相談 口之津保健センター 9:30～12:00
23 (金)	●健康相談 深江支所 9:30～12:00
24 (土)	国民健康保険税(6期分)の納期月です ※納期限は、12月26日(月)となっています。
25 (日)	
26 (月)	●健康相談 加津佐総合福祉センター希望の里 9:30～12:00
27 (火)	
28 (水)	フェスティバタス ナタリス 2022 イルミネーション点灯 *詳細P3 期間: 令和5年1月4日(水)まで 毎日18:00～22:00 場所: 有馬小学校、北有馬町内街路樹
29 (木)	
30 (金)	市役所閉庁期間【12月29日(木)～令和5年1月3日(火)】
31 (土)	

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。

12月			
	北有馬クリニック	65-7100	北有馬町
4日	石川内科医院	82-8822	西有家町
	みやざき歯科	62-7300	島原市
	天野歯科	37-2121	千々石町
11日	口之津病院	86-2200	口之津町
	永田内科泌尿器科医院	82-0832	西有家町
	大場歯科医院	62-4579	島原市
	城代歯科医院	37-2818	千々石町
18日	口之津病院	86-2200	口之津町
	明島整形外科医院	72-2023	布津町
	林歯科医院	73-6884	島原市
	愛野歯科口腔外科クリニック	36-7110	愛野町
25日	植木内科医院	86-2071	口之津町
	伊崎医院	82-2051	西有家町
	キタ忍歯科医院	63-6711	島原市
	田口歯科医院	36-3131	愛野町
31日	植木歯科医院	62-3765	島原市
	鶴田歯科医院	36-7611	愛野町

おうちで南島原の名品!

ECサイト「エンニチ」からご注文できます。

エンニチ 南島原

※エンニチでの商品購入には会員登録およびクレジットカードが必要です。

図総務秘書課 ☎73-6621

特設ページ

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

第4回南島原市議会定例会は、12月1日(木)に招集される予定です。