広や報



みなみしまばら

A Sunny Towns City Magazine



各地で夏のイベントを開催 関連記事(6)

●子育てしやすいまち"南島原市" (4~5)





アーティスト・イン・レジデンス(AIR)事業のお知らせ

圆 生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

アートビレッジ・シラキノでは、公募により2人の優れた版画作家を招へいし、地域交流活動な どを行う、「AIR事業」一環で次の事業を行います。

ぼアートビレッジ・シラキノ (旧白木野小学校)

●ワークショップ

①シルクスクリーンと型紙版画で古着を リデザインしよう!

家で眠っている、Tシャツやトレーナー、トート バッグなどをシルクスクリーンと型紙で、リデザ インしてスペシャルな一点もののアイテムを作っ てみませんか?

- ●講師…山本 遥氏
- ●持参品…Tシャツやトートバッグなど
- **❷9月16日(月·祝)** 午後2時~5時
- ▶9月10日(火)

【共通事項】

定 8 人程度(先着順) 料 無料

車電話で申し込んでください。

※道具類は主催者で準備します。必ず汚れてもよい服や エプロンをご用意ください。

●「成果展」&「ギャラリートーク」

滞在制作活動の成果報告もかねて、成果展と南島原を テーマにした版画作品の紹介など興味深いギャラリート ークを開催します。

- ●成果展…9月20日金~26日休 午前10時~午後6時 ※休館日なし
- ギャラリートーク…9月22日 午後2時~3時

●オープンスタジオ

工房での制作の様子を自由に観覧できるイベントです。

■ 9月14日出、16日(月·祝)、22日日、 **23**日(月·祝) 午後1時~5時

②銅版画でオリジナルトレーディング カードを作ろう!

銅版画で世界に1つだけのオリジナルトレー ディングカードを作って、参加者やお友だち同 士と交換(トレード)しよう!

- ●講師…朝井 颯志 氏
- **■9月23日(月·祝)** 午後1時~6時
- ▶9月13日金







まちをまもる消防士 🖪 ありえコレジョホール

(写真: ODAW ARA Film)

守りたい vol.42





広報みなみしまばら No.221 September 2024



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 子育てしやすいまち"南島原市"
- 06 まちの話題
- 10 市政通信
- 13 南島原市中学校部活動地域移行
- 14 島原半島世界ジオパーク 教えて!国民年金
- 15 南島原市図書館だより
- 16 市国際交流員エマのParola
- 17 2つの区間が通行可能に! こんにちは!消費生活センターです
- 18 インフォメーション
- 22 ひまわりプランニュース
- 23 保健・子育て
- 26 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

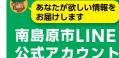
☎73−6600

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。









南島原市の人口と世帯数

令和6年7月末日現在(前月比)

- ●人 口:40,939人(-89)
- ●男 性:19,100人(-36)
- ●女 性:21,839人(-53)
- ●世帯数:18,336世帯(-42)

3 2024.9 広報 みなみしまばら 2024.9 広報 みなみしまばら 2 (イラスト: kumo)

こども家庭センター (こども未来課内:南有馬庁舎) ☎73-6652

妊娠・出産・子育てについての総合相談窓口です。助産師や保健師、栄養士、社会福祉士などい ろいろな専門職がいますので目的に合わせて専門の職員に相談することができます。

また、便利なオンライン相談室も開設していますので、ご自宅からでもお気軽にご相談ください。



市HP

※要予約

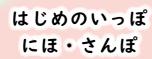
一般不妊治療・不育治療助成 生殖補助医療費助成

子どもを産み育てたいと思いながら も、不妊などで悩んでいるご夫婦を支 援するため、治療に要する費用の一部 を助成します。





0カ月



お母さんと赤ちゃんを対象に、 ベビーマッサージやおしゃべりなど、 子育てのヒントがある会です。 ※はじめのいっぽは第1子のみです。

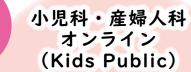






0~1歳

妊娠前~妊娠期



オンライン上で、小児科医や産婦人 科医、助産師に子どもの質問だけでは なく、女性の健康に関する悩みや不安、 男性の更年期障害など、いろいろなこ とが無料で相談できます。

こども子育てガイドブック



全世代



妊娠から出産、育児に関するさまざまな情報を1冊にまとめています。

電子版も発行していますので、スマートフォンなどからぜひご覧くだ

※情報は令和5年度時点になりますので、ご了承ください。

0カ月~

産後ケア事業

"産後 | 年未満のお母さんや赤ちゃ ん"に対して、安心して子育てができ るよう心身のケアや育児支援を行います。

Point!! ---

令和6年4月から5回まで無料で 利用できるようになりました!





子育てガイドブック













1~2歳

2~3歳

乳児相談、幼児健診

子どもの発育や発達を一緒に確認し て子育ての不安や悩みを解消し、ゆっ たりとした気持ちで子育てができるよ うに支援します。

日程は、個別に案内通知を送付しま すので、ご確認ください。





2歳児個別歯科健診

他市に比べて3歳までのむし歯の割 合が高い現状です。

"2歳6カ月~3歳誕生日前日"まで むし歯検査やブラッシング指導などの 歯科健診を歯科医院で無料で受けるこ とができますので、2歳でむし歯を食 い止めましょう!



は歳6カ月

妊娠週数や子どもの成長に合わせて市公式LINEで情報発信

2カ月



簡単な登録を行うだけで、その時に最適な情報を受け取れます。 妊娠中、出産後を対象に45項目の情報を配信中です! 9月1日から0~7歳まで3カ月おきに"おすすめの絵本"5冊 を紹介します。

LINE登録



2024.9 広報 みなみしまばら 4

さい。

5 2024.9 広報 みなみしまばら

8/3 マリンフェスタ in くちのつ



8/17 ありえ浜んこら祭





8/16 サマーフェスタ in ふつ



8/16 かづさ花火大会







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。





■県消防ポンプ操法大会に出場

第38回長崎県消防ポンプ操法大会、ポンプ車操法の 部に市代表として北有馬地区消防団が出場しました。

南島原消防署などのサポートのもと、団員が一丸と なり練習を重ね、その成果を存分に発揮した操法を披 露し、12チーム中5位という結果を収めました。 選手の皆さんお疲れ様でした。





4南島原の海を満喫

7月20日、前浜海水浴場(加津佐町)で海開き式が 行われました。

式終了後は、近隣の保育園や学童の子ども達が海に入 り、海水浴やスイカ割り、流しそうめんを楽しみました。 また今年はV・ファーレン長崎マスコット ヴィヴィく んも参加し、子どもと一緒に南島原の夏を満喫しました。



11440年前のセミナリヨ授業を再現

かつて北有馬町に設置された有馬のセミナリヨ(神 学校)の日課表に基づいて、当時を再現する事業を開 催し、市内中学生18人が参加しました。

中学生たちは、裃・袴姿の武士衣装や襟元がフリル の南蛮衣装に身を包み、郷土の歴史や天正遣欧少年使 節団などについて学びました。夕食は、大名クラスを もてなした豪華な南蛮料理を楽しみ、夕食後には、友 好都市のキエーティ市 (イタリア) とのオンライン中 継を行い、イタリア現地と交流しました。

参加生徒たちは、南蛮文化で栄えた郷土の歴史を知 り、天正遣欧少年使節の偉大さを感じられた2日間に なりました。

なお、この事業に参加した生徒から4人を選出し、 令和遣欧少年使節海外派遣事業(秋予定)の団員とし てイタリアへ派遣する予定です。



2 各地で島原手延そうめんをPR

暑い夏にぴったりの本市特産品「島原手延そうめ ん」をPRするため、各地で流しそうめんや販売会、手 延べミニ体験などを行い、多くの来場者が夏の風物詩 を堪能しました。

●主なイベント

- ・7月13日~14日…日本橋長崎館
- ・7月20日~21日…ららぽーと福岡
- ・7月27日~28日…JR博多シティ屋上つばめの杜
- ・8月24日~25日…芥屋ゴルフ倶楽部(福岡県)

7 2024.9 広報 みなみしまばら

政

信

政

左から松本教育長、福田選手、林田選手、松本市長

Ⅲ全国小学生陸上競技交流大会へ出場

県予選で優秀な成績を収め、全国大会への出場権を 獲得した選手らが市役所を訪れました。

選手らは「初めての全国大会を楽しんで勝ちたい」 と意気込みを話しました。

【出場種目・選手(敬称略)】

男子コンバインドB

林田 龍飛 (野田小6年・加津佐クラブ)

女子コンバインドB

福田 絢愛(□之津小6年・□之津JAC) ※コンバインドB…走り幅跳びとジャベリックボール 投げの混成競技



12安心安全ふれあいフェスタ開催

7月27日、南島原市安心安全ふれあいフェスタが開 催されました。

屋外ではパトカーや白バイ、消防車などの乗車体験 が行われ、ステージイベントでは防犯防災の劇や講話 が行われました。また、長崎県警音楽隊と□加・翔南 高校吹奏楽部による演奏会などもあり、多くの市民に 安心・安全への啓発が行われました。



13絵画を市へ寄贈

本市出身の佐藤由美さん(福岡市在住)から、福岡 県展入賞作品を含む水彩画2点を寄贈いただきました。 ありがとうございました。



10中学生弁論大会で大仁田さんが最優秀賞

7月30日に第74回「社会を明るくする運動」市中 学生弁論大会が開催され、各中学校の代表16人が犯罪 や非行のない地域社会を築くため、日頃の思いなどを 熱くうったえました。

何気ない言葉がもつ思いを「おかえりの一言で」と 題して発表した、大仁田理彌さん(北有馬中2年)が 最優秀賞に輝きました。

さらに、大仁田さんは8月12日に開催された県弁論 大会でも最優秀賞を獲得されました。おめでとうござ います。



市内にある高校の魅力をお伝えします。

選択教科のスポーツ [を選んでいる2年生が前浜海 水浴場(加津佐町)で、マリンスポーツ研修として SUPに取り組みました。

加津佐B&G海洋センターのインストラクターから 丁寧に教えていただき、ボートの上に立って進むこと ができるほど上達しました。



Focus in 南島原 またの託題をお居はします。 またの託題をお居はします。



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。



7 南島原ガールズ SC が九州大会に出場

県予選で2位の成績を収めた南島原ガールズSCが九 州大会への出場を報告するため、市役所を訪れました。

白髭友芽さん(主将・有家小6年)は「みんなと力 を合わせて試合に臨み、優勝を目指したい」と意気込 みを話しました。



8区画線がきれいになりました

一般社団法人長崎県交通安全施設業協会(大門会長) が令和2年度から実施している社会奉仕活動の一環で、 市内道路の区画線が消えている区間の整備が実施され ました。

区画線が整備され、通行がしやすくなりました。あ りがとうございました。

●実施内容

市内 3 路線(外側線…3,460m、中央線…490m)

9人権擁護委員就任(再任)

人権相談や人権に関する啓発活動などを行う人権擁護 委員に3人が法務大臣から委嘱され、再任されました。



松島 輝子さん (有家町)



中村 信彦 さん (南有馬町)



平山 智恵美さん (南有馬町)



左から松本教育長、竹市選手、本多選手、馬場選手、松本市長

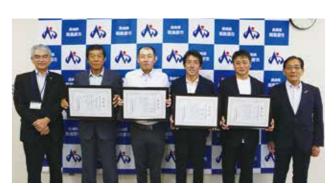
5全国・九州中総体出場選手を激励

県中総体で優秀な成績を収め、全国・九州中総体への 出場権を獲得した選手らが市役所を訪れました。

陸上女子砲丸投げで全国大会参加標準記録を上回り優 勝した馬場選手は「悔いが残らないように全力で挑み、 自己ベストを更新して上位入賞を目指したい」と意気込 みを話しました。

【出場種目・選手(敬称略)】

- ・女子砲丸投げ【優勝】馬場 理沙(南有馬中3年)
- ・同上【2位】本多 知世(西有家中2年)
- ・ソフトボール【優勝】竹市 智絵(北有馬中2年)



左から島原振興局田中課長、東部いちご部会、白石さん、福島さん 横田さん、松本市長

6島原地域農業振興協議会会長賞を受賞

本市から3個人、1団体が島原地域農業振興協議会会 長賞を受賞しました。

同協議会は、長崎県や半島3市、JA島原雲仙などで 組織されており、地域の特色を生かした先進的な農業経 営で成果を上げている経営体を毎年表彰しています。

【部門・受賞者】

●個人

- ・果樹部門…福島 慎司さん・小夜子さん
- ・特産部門(たばこ)…白石 万登さん・美樹さん
- ・畜産部門…㈱横田ファーム

代表取締役 横田 金吾さん

●団体

・産地集団部門…島原雲仙農業協同組合 東部いちご部会

2024.9 広報 みなみしまばら

9月10日~16日は、「自殺予防週間」です。

守りたい大切な命

~大切な人の命を支えるために、あなたにできること~

自殺は、さまざまな問題を抱えての追い込まれた末の死と言われています。

その背景には、精神保健上の問題だけではなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立な どのさまざまな社会要因があります。

自殺や精神疾患について正しく知り偏見をなくすとともに、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、 また危険に気づいたときの対応方法について理解を深め、ともに支え合うまちをつくりましょう。

身近な人・大切な命を守るためにできることは、こころの不調や悩みに「気づく」こと、声をかけ話 を「聴く」こと、専門的な機関へ「つなぐ」こと、そして優しく「見守る」ことです。

●こころの健康・悩みに関する相談窓口

こころの悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。

- ・長崎いのちの雷話 2095-842-4343
- ·福祉課 (南有馬庁舎) ☎73-6651



厚生労働省HP

●長崎県自殺対策標語 最優秀賞受賞作品

「ひとりじゃない あなたのそばに いるからね」 荒木 衣里子さん(北有馬町)

猫のトラブルが増えています



間環境課(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・飼い猫の不適切な飼育が原因とみられ、猫が過剰 繁殖して引き起こされています。

「かわいいから」、「かわいそうだから」と身勝手な理由でエサやりだけをすると、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。

●飼い猫は室内で飼育しましょう。

放し飼いは近隣住民に迷惑をかけること ●「地域猫活動」にご協力ください。 があるほか、病気や交通事故のリスクもあ ります。

外に出てしまった場合でも飼い猫とわか るように、首輪や迷子札などを装着しまし ょう。

●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カ月頃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。

地域猫活動とは、ノラ猫に不好・去勢手術を施し、地 域住民などの団体で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(☎0957-32-3288)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。

令和7年 二十歳のつどい

間 生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

未来を担う二十歳を迎える人を対象に「令和7年二十歳のつどい」を開催します。 対象者には、9月上旬に案内状を郵送しますので、ご確認の上、申し込んでください。

- と令和7年1月4日出 午後2時~(受付…午後1時~)
- ばありえコレジヨホール
- **対**平成16年4月2日~平成17年4月1日に生まれた人で、 市内居住者または過去居住者
- ▶10月11日金
- ■市LINEまたは電話で申し込んでください。



認知症についてみんなで考えよう ~9月は「世界アルツハイマー月間」~

圓 福祉課(南有馬庁舎) ☎73-6651

1994年「国際アルツハイマー病協会(ADI) | は、世界保健機関(WHO)と共同で9月21日を 「世界アルツハイマーデー」と制定して認知症の啓発を行い、9月を「世界アルツハイマー月間」と定 め、さまざまな取り組みが実施されています。

認知症になっても一人ひとりの可能性や力を生かし、よりよく暮らせる地域共生社会を目指しています。 この機会にぜひ認知症について一緒に考えましょう。

●市内における取り組み

- ・市内図書館…認知症に関する書籍コーナー設置
- ・市役所各支所…認知症に関する啓発コーナー設置
- ・口之津港ターミナルビルモニュメントを"オレンジ色" にライトアップ
- ≥9月21日出 日没~午後11時頃

※オレンジ色は、認知症のシンボルカラーです。



蛍光管の出し方にご注意ください!

間環境課(衛生センター庁舎) ☎73-6644

最近、金属類と同じごみ袋の中に「蛍光管」が混入しているケースが報告されています。 蛍光管は割れやすく、収集・分別作業中のケガの原因となりますので、次の点に注意して出してくださ

その他のごみも正しく分別をお願いします!

●割れていない蛍光管(有害ごみ)

各町の不燃物収集場所の専用の容器に入れて

ごみステーションには出さないでください。

●割れた蛍光管(ガラス・陶器類)

不燃ごみの袋に入れ、ごみステーション または各町の不燃物収集場所に出してく ださい。

11 2024.9 広報 みなみしまばら

2024.9 広報 みなみしまばら 10

南島原市中学校部活動地域移行 ~南島原市から未来へつなぐ「南向きに生きよう!!」~

会和6年度からスタートした地域クラブ・拠点校部活動を紹介します」

●地域クラブ

種目	名称	主な練習場所	運営主体	加入申込先(HP)
サッカー	Azalebe_N FC	Arrivo! 南島原 西有家中	アザリーベン スポーツクラブ	回ば回 (4.50%) 同じは アザリーベンHP
サッカー	MSフットルース	Arrivo! 南島原	特定非営利活動法人	989
女子バレーボール	MS ソラーレ (中) MS ジラソーレ (小)	南有馬体育館	コミュニティースポ ーツクラブ TEAMひまわり	
硬式・軟式テニス	M·T·C	南有馬テニスコート		TEAMひまわりHP

※所属している部活動と同じ種目ク ラブには、二重登録となるため、 入会できません。

違う種目であれば入会することは 可能ですが、大会などが重なる場 合は、部活動を優先してください。

※小学生も入会できる地域クラブも ありますので、希望者はホームペー ジをご確認ください。





【共通事項】活動時間…午後5時~7時 (土日祝日の大会や遠征などは、拠点校 の計画によります)

●拠点校部活動(中学校)

種目	拠点校	入部可能範囲	活動
女子バスケットボール	西有家中学校 ☎73-6740	5 校 (西有家・北有馬・南有馬・ □之津・加津佐)	月・火 (西有家中) 水・金 (北有馬中)
男子バスケットボール	深江中学校 ☎73-6710	4校 (深江・布津・有家・西有家)	月・火・木・金(深江中)
男子バレーボール	有家中学校 ☎73-6730	市内全中学校	月・火・木・金(有家中)
軟式野球	西有家中学校 ☎73-6740	3校(西有家・北有馬・南有馬)	月・火・木・金 (みそ五郎の森運動公園)
+/_+(_+) \/ M(有家中学校 ☎73-6730	2校(布津・有家)	月・火・木・金 (有家総合運動公園)

地域クラブ指導者登録の募集

何を学ぶかも大切!しかし、誰に学ぶかも大切!あなたの力を生かしませんか? 子どもたちが、運動や文化活動に親しむことができる機会を確保することを目指し、地域クラ ブ指導者として「人才リスト」への登録をお願いします。

※なぜ"人才"なのか?

→一人一人の経験値・情熱・スキルなどは、人として魅力にあふれた" 才能 "であることから、 材ではなく"才"を使用しています。



人才リスト登録

ステップ 1…まずは登録

QR コードからまずは人才リストへ登録!



ステップ 2…自分のスタイルで指導

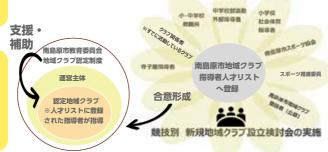
(例)・監督して、競技力の向上

- ・コーチとして、競技の普及
- ・指導の手伝い、見守り
- ・運営や運営補助 など



ステップ3…地域クラブと調整

指導形態や謝金、練習方法など地域クラブと相談



ステップ4…地域クラブ指導

メンバーを募集し、地域クラブの指導をスタート!

電動キックボードの体験試乗会を開催

*省略文字説明/2:日時 図:場所 図:内容 図:定員 図:料金 図:対象者 図:応募締切 団:申込方法 圏:申し込み・お問い合わせ

間 防災課(西有家庁舎) ☎73-6622

多様な交通手段の確保によるまちの回遊性の向上や持続可能な交通網の実現に向けて、電動キッ クボードなどの小型で気軽に利用できる、新たなモビリティサービスの活用可能性の検討を進める ため、公道を走行可能な電動キックボードの体験試乗会を開催します。

※ヘルメットの着用など利用にあたっての注意事項は守っていただきます。貸出用ヘルメットは準備 します。試乗後は、アンケート調査にご協力いただきます。

2 ①9月29日回 ②10月6日回 (雨天中止) 時間共通…午前10時~午後3時

ば①布津多目的集会施設(世紀の泉) ②前浜海水浴場(加津佐町)

料無料 中不要 対16歳以上(免許不要)

※上記場所に集合し、周辺の白転車歩行者専用道路で走行します。 指定場所以外の公道での試乗はできません。

デジタル機器の悩みに関する相談窓口を開設します

間防災課(西有家庁舎) ☎73-6622

パソコンやタブレット、スマートフォンなどの基本操作や活用方法などの悩みごとを解決し、快適に 安心して利用できるための相談窓口を次のとおり開設します。

※スマートフォンはどの機種でも相談いただけますが、料金設定や契約など、相談内容によっては対応 できない場合があります。

開催日	会場	
9月18日(水)	深江公民館	
9月26日(休)	原城オアシスセンター	

時間共通…午前10時~午後4時 ●相談員… (株) ミナサポ

料無料 由不要

市LINEで学校給食の献立・アレルギー情報を配信

圖 総務秘書課(西有家庁舎) ☎73-6621

買い物中に明日の給食はなんだっけ?やアレルギー食材を登校前に再度確認したいと思われたこ とはありませんか?

このような悩みを解決するために、受信希望時間を登録するだけで、学校給食の献立情報とアレ ルギー情報をお知らせする機能を導入しましたので、ぜひご利用ください。

なお、急な変更など対応できない場合がありますので、『アレルギー対応保護 者承諾書」などの確認をお願いします。

※利用を希望される場合は、無料SNSアプリ「LINE」での友だち登録が必要です。

●配信時間 …【前日】午後3時、午後5時、午後7時 【当日】午前6時30分 ※上記の配信時間から希望する時間を選んで、その時間にのみ受信できます。



給食献立配信

13 2024.9 広報 みなみしまばら

12

つ

い

育

5

 \mathcal{O}

題

蔵書点検による休館のお知らせ

- 西有家図書館 9月3日(火)~11日(火)
- 深江図書館 9月11日(水)~18日(水)
- 加津佐図書館 9月25日(水)~10月2日(水)

南島原市図書館だより vol.216

和皇原帝回書館! 生でみらね!





「大活字本」をご存じですか?

大きな文字と広い行間で、通常の本よりも読みやすいように工 夫されている「大活字本」。視力の低下などで文字が見えづらくな り、読書から遠ざかりそうになっている皆さんにもおすすめです。 市内各図書館で所蔵しているほか、県立図書館などからの取り 寄せも行っていますので、ぜひご利用ください。

大活字本展示 🛮 9月29日回まで 🖪 口之津図書館



●返却ポストについてのお知らせ

大雨や台風などの際は、本が水濡れするおそれが ありますので、返却ポストを閉鎖させていただくこ とがあります。あらかじめご了承ください。



図書館行事とお知らせ

- ●上映会 「お終活」
- 월 9月29日 午前10時30分~ 午後1時30分~(約115分)
- 屋各回100人 (団体要申込)



原 城 図 書館

- ・大人向け映画会 「老後の資金がありません!」
- 월 9月15日回 午後2時~4時
- 20人 (要申込)

※クッション・座イス持ち込み可

有 家 図 書館

- ●工作教室 「ボトルキャップシューターをつくろう」
- と 9月29日(日) 午後1時30分~2時30分
- 2 10人 (要申込)
- 対 幼児・児童(未就学児は保護者同伴)

- ●水引アレンジ講座
- ≥ 9月15日 午後1時30分~2時30分
- 屋 8人(要申込)
- 划児童∼大人 № 250円

深江図書

- ●「ハロウィンおはなし&工作教室」 講師…国際交流員
- 월 10月5日(土) 午後1時30分~2時30分
- 屋 20人 (要申込)

図書館員オススメの本

このプリン、

いま食べるか?

ガマンするか?

時間の使い方61のコッ

一般書

「このプリン、いま食べるか? ガマンするか?」

柿内 尚文/著 飛鳥新社/出版 人生は選択の連続です。平等に1日 24 時間

与えられていますが、時間の使い方によって、 人生は大きく変わります。人生にも必ず終わり がある中で、どういう意識で何をして何をしな いのか。時間の大切さや、どう生きるかについ て気づきを与えてくれる1冊です。

児童書「とんとんとん」

江口 ノリコ/さく・え パイインターナショナル/出版



お月様に「もうねるじかんですよ」 と言われ、クマくんもおもちゃたち を寝かしつけ、最後は自分も家族 にねかしつけをしてもらいます。

お布団を掛けるしかけと、「とん とんとん」というリズムで眠りに 誘われ、おやすみ前の読み聞かせ に最適な絵本です。

【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

・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



自然を巧みに利用した 島原半島の人々の暮らし ~海で採れる黒い砂~

まだまだ暑い 時期が続きます が、夏といえば 何を思い浮かべ ますか?夏とい えば、マリンス ポーツや釣りを 楽しむ"海"な



どを連想するか

と思います。今回は海で採れる"黒い砂"をテーマに、 それを利用した産業についてお話します。

尾茂浜海岸(国見町)には、黒い砂がたまる場所が あります。この黒い砂の正体は何でしょうか?

黒い砂は磁石を近づけると引き寄せられる"砂鉄" です。尾茂浜海岸で見られる砂鉄は、50万年前~30 万年前の雲仙火山から噴出した磁鉄鉱を含む溶岩が、 川によって運ばれる途中で割れていき、海岸にたまっ たものです。砂鉄は、それ以外の砂と比べて重いため、 流れにくく、たまりやすいという特徴があります。そ のような特徴に気付いた昔の人は、砂をザルのような









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

ものですくい、これを水の中で揺らし、砂鉄だけを選 び分けました。そしてそれを熱で溶かし、農具などを 作っていたそうです。

しかし現在、農具などの製鉄作りはほとんど行われ

ていません。それは、 多くの時間と苦労が必 要だからです。産業は 時代とともに移り変わ りますが、尾茂浜海岸 にある砂鉄は、その面 影を語る"置き土産 かもしれません。



尾茂浜海岸で採れる砂鉄

第68回 ジオ空教室

第13回島原半島ユネスコ世界ジオパーク 高校生研究発表大会

高校生が鳥原半鳥内の自然や地球現象など、ふるさと の魅力を高校生ならではの視点で研究した成果を発表し

- **ばがまだすドーム(雲仙岳災害記念館内)**
- 料無料
- ■不要

教えて!国民年金

~「年金出張相談」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】



年金相談のご案内

●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。
- ※都合により会場や日時が変更にな る場合がありますので、事前にご 確認ください。

【時間共通】午前10時~午後3時

- ●10月22日火…加津佐支所
- ●10月29日火…西有家支所
- ●11月19日火…南有馬支所
- ●12月17日火…深江支所
- ●12月24日以…有家支所

令和7年

- 1月28日炒…□之津支所
- 2月18日似…北有馬支所
- 2月26日(水)…布 津 支 所
- 3月18日炒…加津佐支所
- 3月25日炒…西有家支所

間健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641 または 各支所

15 2024.9 広報 みなみしまばら

2つの区間が 通行可能に!



間建設課(有家庁舎) ☎73-6675

自転車歩行者専用道路は、全長 32.1 k mのうち約 17 k mを 通行開始し、9月から新たに次の区間が通行可能になりました。

- ①開田公園前(口之津町)…約200m ②旧布津農協集荷場~布津中学校…約330m
- ◆通行における注意点
 - ・自転車に乗るときは、ヘルメットを着用しましょう (着用は努力義務)。
 - ・ 自転車と歩行者が通行できます (シニアカー通行可)。
 - ・車両(原動機付きバイクを含む)は通行できません。
 - ・スケートボードなどの遊具の使用は禁止です。
 - ・ウォーキング・サイクリングを楽しむ時は、 熱中症対策を行ってください。
 - ・犬のフンは必ず持ち帰りましょう。



開田公園前



こんにちは!消費生活センターです



☎82-3010

投資に興味のある人へ ~個人の口座へ振り込みを求められたら詐欺です~



●相談事例①

マッチングアプリで意気投合した A から「私がやっている投 資は、おまかせで月 10 万円くらい稼げるの。お金は借りて払え ば良いよ。儲けですぐ返せるし、みんなそうしている」と言われ、 試しに 20 万円振り込んだ。翌週には私の口座に5万円入り、信 用できると思い、Aが指定した個人口座へ200万円振り込んだ。 その後入金は一度もなく A と連絡が取れなくなった。

●相談事例②

テレビで資産運用の番組を観て SNS で投資を検索した。投資 を教えてくれる人の投稿があり友達登録した。無料カウンセリ ングの電話で FX やせどりで稼ぐと言われ、意味が分からなかっ たが、「言う通りにするだけで月100万円稼げる」との説明に 説得力があったので応じた。指定の振込先口座は個人名義で次々 と名義が変わったが、アプリ上で順調に資金が増えていたので 疑わずに、複数回振り込んだ。引き出そうとしたら「保証金と して100万円の入金が必要」と言われ、詐欺ではないかと不 安だ。

<消費生活センターからのアドバイス>

2000年代「貯蓄から投資へ」というスローガンのも と、iDeCo(個人型確定拠出年金)や NISA(少額投資非課 税制度) がスタートしたり、小中高校で金融教育が拡充し たりするなど、投資を含む資産形成は若者から高齢者まで より身近な存在になっています。

近年の投資ブームに乗じ、事例①のような親しい関係性 を築いてから誘うロマンス詐欺や、事例②のようなウマい 話で誘う投資詐欺が増加しています。お金への不安が特に 大きい高齢者をターゲットにするケースもあります。

あなただけに教えられるウマい話はこの世にありませ ん。個人の口座へ振り込みを求められたら詐欺です。リス クを負うのは自分自身です。理解できないものは毅然とお 断りしましょう。余裕資金があり、投資に興味がある人・ 始めたい人は、金融庁に登録のある銀行や証券会社に相談 し熟考しましょう。困ったことがあれば、消費生活センター にご相談ください。



みんなが背負っている荷物

エコバッグ?それとも重荷?

猛烈に暑い夏が明けて、少しだけでも涼しい秋になりかけると思いきや、体を 動かそうとしたら、すぐに汗でびっしょりなります。南向きで生きているみなさ んはおそらく慣れていると思いますが、寒い北イタリア出身の私はかなり暑さに 負けています。そして、毎日買い物のバッグや他の荷物を持ちながら、泉のよう に汗をかき、いろいろな疲れの種類への対策を考え出しました。

走る事、重い物を運ぶ事、仕事する事、これらはもちろん疲れるものです。し かし、よく見逃してしまう事は生活するだけで疲れることもあることです。例え ば、毎日洗濯機を回して、干して、畳んだら、気づかずにまぁまぁ筋トレが出来 ます。料理もそうですし、買い物もそうです。このような活動は当たり前に見え ますが、ストレスと疲れが溜まる時に、さらに大変になります。その時、相手か ら「いつもありがとうね」とその苦労を認めてもらえると、若干疲れは発散する でしょう。もちろん、その苦労を手伝うこともお勧めします!



生で粘り強いセロリを食べるのに使う カロリーは吸収するカロリーより多いと まさに「食べるだけで疲れる野菜」

いろいろな事で疲れる上で、疲れは4次元(時間)に関わることです。大事な発 表の際、本番より前の日の準備の方が疲れた事がありますか?人間は普段から計 画する存在ですので、他の動物より将来の事でストレスを感じる事が多いそうで す。なかなかリラックスできないなら、将来の事を考えてストレスを感じるのが 原因の可能性が高いです。まるで重い荷物を持ちながら歩いているように、人間 は未来へ進みます。しかし、場合によって、いったんその荷物を離してルンルン とその瞬間を味わうのもいいです。将来の荷物は買い物のバッグと他の荷物と 違って、「事」ですから、道の真ん中に置いていても誰からも苦情が来ないで しょう!

みなさんも私もこの夏の間によく頑張って、疲れとストレスがボチボチ溜まっ ていると思います。そこで、できるだけゆったりと生活を送れているイタリア人 の役割として、ゆっくりするようにお勧めすべきかと思います。こんな暑い時期 にゆっくりするには恥を感じたり、変な気分になったりしたら、エマさんが 「ちょこっとだけでも休め!」と命令したと覚えといて、私の事を言い訳として 使ってください。そして、道で重い荷物を背負って歩いているくるくる頭を見か ければ、「エマ!」と声をかけてあげてください!



こんなに美味しいなのに、ひっくり返す タイミングを考えてストレスを感じさせ



ふとんのお手入れ

綿ふとん打直し・羽毛ふとん仕立直し ふとん丸洗い・健康寝具・オーダーカーテン

※詳細はお問い合わせください。

保健・子育て

●募集団地 巾営住宅入居者

有 有 鬼塚団地…(2戸) 馬場団地…(4戸) つつじが丘団地(1月) 長田第1団地(1戸) あぜつ第2団地 (1一尸)

※募集戸数については変動す ・口之津 ・口之津 ・南有馬 加津佐 白浜団地… 愛宕団地…(4戸) 早崎団地…(2戸) 露田団地… 5戸 1戸

南有馬 西有家

新三崎団地…

2月 <u>4</u>尸

上の原団地…

有

蒲河団地…(1戸)

入居資格条件 … 収入が基準 する条件をすべて満たす人 に該当するなど、 13日金 市が指定

る場合があります。

抽選日 :: 9月2日 抽選を行います。 戸数を超える場合は、 満たした申込者の数が募集 入居者の決定:資格要件を

有家庁舎

会計年度任用職員募集 【共通事項】

※日時、場所は後日連絡 試験…面接

■市販の履歴書に必要事項を 履歴書は返却しませ 郵送してください(持参可)。 を朱書きした封筒に入れ 記入 (写真貼付) し、応募職種 します。

①図書館司書補助】 募集人員…

か図書館業務 勤務内容…図書館の貸出ほ

報酬など… 勤務地…有家図書館(火曜 日休館、木曜日夜間開館)

任用期間::10月1日~ 社会保険・雇用保険あり 手当、期末手当・勤勉手当、 56,900円、通勤

令和7年3月3日 勤務日および勤務時間…

年末年始を除く) 週5日(休館日とほか1日) 通常日…午前9時40分~

応募資格…普通自動車運転 夜間開館日: 午後8時10分 前 11 · 時 40

る人

≥9月18日/水必着

■共通事項に加え、運転免許

圓教育総務課(南有馬庁舎) 証の写しを同封してください **☎**73-6701 859-24 1

勤務地: 産申告書発送および受付 勤務内容…固定資産償却資

任用期間::1月1日 保険あり 通勤手当、 社会保険・雇用

ド・エクセル)操作ができ ソコン(ワー

■共通事項に加え、
▼9月30日側必着 証の写しを同封してください 運転免許

南有馬町乙1023番地

募集人員:

令和7年3月3日 報酬など…時給990円

免許を有 応募資格…普通自動車運転 後5時(うち7時間30分勤務) を除く)午前8時30分~午 週5日(土日祝日、年末年始 勤務日および勤務時間…

T859-2412 **☎**73-6705 ド・エクセル)操作ができ免許を有し、パソコン(ワー

税務課(西有家庁舎)

圓文化財課 (南有馬庁舎)

圓税務課(西有家庁舎)

【②一般事務員(税務課)】

報酬など…時給990円

広 告

深江埋蔵文化財整理室

南有馬町乙1023番地



③文化財整理作業員) 募集人員:若干名 西有家里坊96番地2 T859-221 **☎**73-6642

勤務地… その他文化財保護行政に係 ような細かい作業が中心)。 る業務(米粒に文字を書く 査報告書作成に係る業務。 測・洗浄・仕分け、 勤務内容: ンでの図画編集など発掘調 土器や石器の実

保険あり 勤務日および勤務時間… 通勤手当、 社会保険・雇用

▲9月2日金必着 時45分(うち5時間45分勤務) を除く)午前9時~ 週5日(土日祝日、年末年始 午後3

ミナコインでえますいしてはいキャンペーン実施中

家具の移動お任せください

・祝日(ご相談に応じます)

の製造・販売・表替え・裏返し

南島原市深江町丙1055番地

田たたみ店 Tel. 72-2329 Fax. 72-6857

小物製品販売中 施工頂きましたお客様に進呈中!



☎87-5112



圓生涯学習課(南有馬庁舎)

T859-2412

☎73-6703

屋外広告物のルーご存知ですか?

告物適正化旬間」です。9月1日~10日は、「

10日は、「屋外広

圖県雇用労働政策課

2095-895-27

国 不要

料無料

は島原復興アリー

▼受付…正午

~午後3時

≥9月18日份 ● 持参品…履歴書

午後1時

南有馬町乙1023番地

話

題

 \Box

ラ

≥9月18日/水必着

を基本だが2人で調整可) 午後10時15分(※隔日業務

南有馬町戊1751番地1

T859-2415 **2**73-6686



圖管理課 (有家庁舎)

☎73-6676

わせください

をご覧いただくか、

お問い合 んペ

詳しくは市のホ 義務があります。

*省略文字説明/と:日時 ぱ:場所 内:内容 庭:定員 腎:料金 対:対象者 ♂:応募締切 申:申込方法 問:申し込み・お問い合わせ

報酬など…

勤務地…□之津公民館 勤務内容…施設管理業務

られた期間)

圖管理課 (有家庁舎)

☎73-6676

程度(土日祝日問わず定め 勤務日…毎月月初め~ 検針件数:約1,200件)

りますので、ご協力をお願いの責任を問われることがあ生すると、樹木などの所有者

保険(労使折半)あり

№9月17日以(当日消印有効)

で市内に住所を有する成人 免許または原付免許取得者 **応募資格**:普通自動車運転

私有地

■共通事項に加え、運転免許

証の写しを同封してください。

03,000円、傷害

勤務日および勤務時間

(年末年始を除く)

平日…午前8時~正午

圖上下水道課

(衛生センタ

伐採が必要な箇所

車道

い者就職面接会を開催します。希望者などを対象とした障が

新規学校卒業予定者や就職

い者就職面接会

歩道

●参加予定企業数:15社

午後5時(

10時15分

土日祝日…午前8時~

■市販の履歴書に必要事項を ※日時、場所は後日連絡します。

を朱書きした封筒に入れて 記入(写真貼付)し、応募職種

郵送してください (持参可)。

報酬など…検針件数による

の 部

ます。

屋外広告物の点検・補修を行 けて、この機会にご自身でも

い適正な管理をお願い

設置にはル

ルがあり

設置者は適正に管理を行う

これらが原因で事故が発

西有家町龍石名・須川名

月名の一部

どがある場合は、伐採・剪定

広告物のあるまちづくりに向 それがあります。安全な屋外 により重大な危害を及ぼすお

交通に支障をきたす樹木な

道路への張り出し、または

など適切な管理をお願いし

田名の全域、野田名・ 加津佐町津波見名・六反

●試験…面接

【共通事項】

勤務内容:

ター検針

お願

でなく、

看板落下・

倒壊事故

みや自然の景観を損なうだけ 理もおろそかになると、町並 など)が無秩序に設置され

屋外広告物

(看板・広告塔

樹木の伐採などの

直路通行の支障となる

【②水道検針員】

募集人員…若干名

委託期間:10月1日~

令和7年3月3日

※履歴書は返却しません。

(①口之津公民館管理員)





9月17日(火)四時末月

≥9月26日休

の巡回相談会

午後1

-時30分

3時30分

みませんか?

は文化会館まほろば

(雲仙市)

無料

じ]と[ハロウィンジャンボミーハロウィンジャンボ宝く

四ミニ動物園、

牛の乳しぼり

は県南保健所(島原市新田町)

と9月22日(日) を開催します。

二が、全国で2種類同時発売

境対策、高齢化対策など地域町村の明るいまちづくりや環この宝くじの収益金は、市

動物病院相談コー

い遊び方、猫の飼い方講座:

ガイ

わんちゃんとの楽し

つ

寿犬表彰など

されます

れます。

県南保健所衛生環境課 中止する場合があります。

957-62-3288

内容は天候などにより変更

住民の福祉向上のために使わ

発売期間::

9月17日(火)

10月17日休

闉財政課 (西有家庁舎)

防災研修

んなにやさし

料無料

▲9月20日金

73-6625

男女共同参画を考える研修に

圓南島原ガイドの会有馬の郷 ■電話で申し込んでください

防災という身近なテ

マで

る避難所づくり

づくりぇ について゛゛誰もが安心でき

ムで楽しく学んで

抽せん日…10月25日金

宝くじは県内で

購入しましょう

9月21日出

時30分~2時40分

脳卒中の予防と治療」

知って得する

公民館講座

【共通事項】

ば 布津公民館

開催します。 るため、次のテー

巾民公開講座

みなさんが健康に生活を送

申 電話または窓口で申し込んでください。

ふるさとの自然に生きる野鳥や昆虫たち

る野鳥や昆虫の話を聞き、自然の大切さを考えます。

講師撮影の映像を見ながら、ふるさとの自然に生き

初心者エコクラフト教室

クラフトテープを使ってバックの基本を学びます。

월 9月20日、27日、10月4日 全3回(金曜日)

洗濯ばさみ30個、メジャー、手拭き

問 布津公民館 ☎73-6726

師…板山 良継 氏

午後1時30分~3時30分

▶ 9月27日金

秋色のバックを作りましょう!

午後7時30分~9時30分

215人(申込多数の場合は抽選) 料 1,000円 (材料費)

●講 師…糸山 氏、中川 氏、藤原 氏

持参品…はさみ、速乾性木工ボンド、

월9月29日(日)

20人 (先着順)

マで講座を

話

題

政

通

信

 \Box

保

健

子育

市

ま

5

0

話

題





参加者募集

対市民または市内勤務の人

闡県立盲学校

2095-882-0020

県立盲学校HP

ルで申

込んでください。

|島原病院総合医療支援センター

ます。

代の遺跡に焦点をあてお話し

■電話またはEメ

9月18日份

で困り感がある子どもや保護 教育・療育に関わる人な

■県南保健所(島原市)

≥10月9日(水 相談ください 午後1時30分 午前10時~、11時30分

学習などのお悩みについてご 施します。遊びや発達、 どを対象に、個別相談会を実 (共通事項)

み、島原病院ホームー・ から申し込んでください ウェブ配信 んペ る人の

(1) 島原病院 (島原市) ■乳がんの予防・ 援について 午後1時30分 10月5日出 用対策、社会資源や就労支 ん治療の UP 治療 DATE または 副作

跡で新たな歴史的事実が次々 う発掘調査の結果、多くの遺 発掘の最新成果」 「南島原市内の ジョ市民文化講座 各所で開発事業に伴

見えない、見えにくいこと

巡回支援教育相談会(

や見え方に関する相談会

№脳卒中の予防・

治療、

日常

•講師…本多

和典

氏

生活について

県立盲学校

跡、同時代後期の の大規模遺跡である権現脇遺 と明らかになっています。 あったとみられる新堂原遺 今回は、 弥生時代前期の石器工房 縄文・弥生移行期

二本櫨遺跡など、主に弥生時 水打場遺跡、

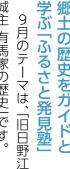
建 40 料料 圓ありえコレジヨホ ≥9月10日火 ぼありえコレジョホ 9月14日出 の 午後2時 でくださ (市文化財課学芸員)

■電話または窓口で申 対市民または市内勤務の人 人も参加可能) 人(年間受講申込者以外 4 時 し込ん

松 亚

●受付時間:月曜日〜金曜日 午前9時〜午後58 フリーダイヤル お気軽にご相談ください **000 0120-828-766** 南島原市西有家町須川108番地1 ●浄化槽清掃業許可書 南島原市指令27南環第35号

は世外にお任せ終だきい 浄化槽法で定められています 店舗・工場などに設置しているグリストラップ清掃も承ります 浄化槽保守点検・浄化槽清掃のことなら



いて楽しく学べるイベント島原獣医師会では、動物に

輩出した肥前有馬家の歴史に 城主 有馬家の歴史」です。 キリシタン大名有馬晴信を ドと一緒に学びませ 日野江城跡を訪れて

20人(先着順) ※車の場合は、テニスコート奥 は有馬キリシタン遺産記念館 午前9時30分~ の駐車場をご利用ください - 時30分

粗無料

10月3日休

265-6333 (南島原ひまわり観光協会内) 軍属・ご遺族

≥10月9日/8 などの巡回相談を行います。 対する恩給、年金や特別弔慰金 午後1 軍属および遺族に

圓県原爆被爆者援護課 **ば**ありえコレジョホ 時~3時

※無料調停相談会に関する旨

を伝えてください

☎095-895-2427

2024in島原動物愛護フェステ

■電話で申.

し込んでください

뷀市民課 (西有家庁舎)

9月20日金

(先着順)

護週間」です。

9月20日~26日は

「動物愛

■ 不要 ■有明公民館 (島原市) 島原調停協会

の歴史をガイドと

10月5日出

圖島原公証役場 ■電話で申し込んでください **☎**0957-62-7

8 2 2

調停は、 家事や民事 で争

が生じた場合、

すぐ買える

当たりがわかる クイックワン

上で、 事者双方の意見を十分聴いたが生じた場合、調停委員が当 ≥9月29日(日) を図る制度です。 なった適正妥当な合意の成立 午前10時~午後3時 実情に即して条理にか

☎090-3077-7848 喜多会長

æ

クイックワン

宝くじ

宝くいの式ヤイトロ

間です。 休日無料相談所 10月1日

り遺言書作成や相続、高齢者の 島原公証役場では、次のとお 養育費などの取り決め ~フ日は、 、「公証週

所を開設します(要予約) は島原公証役場(島原市) 重要な契約などに関する相談 午前9時~午

広

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 借金問題、離婚、養育費、相続、成年後見、交通事故、 取扱分野 労働、不動産、犯罪被害者支援、事業者関係など全般。 初回相談は無料です。相談は土日・夜間も可能です。 分割払いなどの取扱有り。ホームページに詳細記載。

相談予約 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)

お電話にてお気軽にお問い合わせください。

捨てればゴミ・分ければ資源 SDGs推進します 粗大ごみのことなら ●受付時間:月曜日~金曜日 午前9時~午後5日 フリーダイヤル お気軽にご相談ください







▶ 9月10日(火)

ま

5

 \mathcal{O}

話

題

保

※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。

圖こども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

事 業 名	実 施 日	場所	受 付 時 間
의 18 +8 =火	24日(火)	布津保健センター	©2~3か月児(6月生) 10:00~10:20 ◎6~7か月児(2月生)
乳児相談	27日金	北有馬保健センター	13:00~13:20 ◎10~11か月児(10月生) 14:00~14:20
1歳6か月児健診	20日金	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。
3 歳児健診	11日休	北有馬保健センター	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。

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

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!



間こども未来課(南有馬庁舎) **☎**73-6652

家庭教育支援「わくわく広場」

間生涯学習課(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【特別企画】子育て親学び講座 「スマホやTVが乳幼児におよぼす 影響ってなぁに? |
- ≥ 9月13日金 午後2時~3時
- ●講師…メディア安全指導員
- ②お父さん、お母さんへの読み語り **❷ 9 月 2 0** 日 金 2 時 ∼ 3 時
- ●講師…図書館職員、家庭教育支援員
- ③リトミック遊び
- ≥ 9月27日金 午後2時~3時
- ●講師…内田 氏、本多 氏

【共通事項】

ください。

- ばありえコレジヨホール
- **寅**15人程度(子どもを含む)
- 料無料 〆講座の3日前まで
- 対市内在住の中学生までの 子どもがいる保護者
- 申市LINEまたは電話、窓口で 申し込んで



市LINE申込

9月9日は「救急の日」

間健康づくり課(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 所ホームペー ジで確認でき ます。



県南保健所HP

9月24日~30日は「結核予防週間 | です

圖県南保健所地域保健課 ☎0957-62-3289

結核は昔の病気と思われがちですが、日本 では今でも年間1万人以上の人が結核を発症 しています。

結核の初期症状は、せき、タン、体がだる い、微熱が続くなど風邪症状とよく似ていま すが、このような症状が2週間以上続くとき は要注意です。

- ●結核を予防するために
- ・2週間以上せきなどが続いたら、医療機関を受診 しましょう!
- ・免疫力が低下しないように、規則正しい生活を心 がけましょう!
- ・定期的に胸部エックス線検査を受けましょう!
- ・乳幼児のBCG予防接種は必ず受けましょう!

ひまわりプランニュース vol.2

~南島原市こころと体、 口腔の健康づくり、食育推進計画~

間健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

運動には、体力向上のほかにも、生活習慣病やフレイル(要介護状態の前段 階) の予防や、**脳の活性化**による思考力・記憶力の向上(認知症予防)、ストレ ス解消、自己肯定感の向上、睡眠の質の改善など多くのメリットがあります。

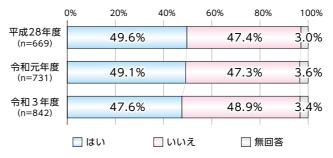


目

市内で、普段意識的に体を動かすようにして いる成人は、約5割であり年々減少傾向にあり ます。

課

普段、意識的に体を動かすようにしている



●意識的に体を動かし、日常生活での歩数が増 加する(令和10年度目標:6,000歩/日)。

●自分に合った運動を楽しみながら取り組む

具体的な取組み

- ●運動関連の各種イベントや教室の開催
- ●運動についての普及啓発
- ●ウオーキングマップやサイクリングマップな ど、運動に取り組みやすい環境の整備

ながさき健康づくりアプリ「歩こーで!」でみんな、楽しくウォーキング!!

歩こーで!とは

毎日の歩数や体重・血圧など生 活習慣の記録がポイントになる長 崎県公式アプリです。

本市の登録者は、1,000人を超 え、現在も少しずつ増えています。

市町別平均歩数ランキング(21 市町)

4月 5月 6月 7月 20位 20位 18位

アプリの効果

アプリの使用で「歩数が増えた」というアン ケート結果があります。

9月は、「健康普及増進月間」です。

いつまでも健康でいきいきと過ごすことがで きるように、まずはアプリを使って日常生活の 中で歩数の増加を目指しませんか?









利用者の声

職場のグループ対抗を きっかけに朝と夕の ウォーキングを 始めました! (30代・女性)

歩数対抗で始めた ウォーキングで、 体も心も軽くなり 楽しみながら 行っています。 (30代・女性)

アプリがきっかけで 始めたウォーキングも、 今では夫婦の日課に なりました。 (50代・男性)

アプリでは、毎日の 歩数・ランキング・ 消費カロリーなどの 表示が更新されるので、 やる気が出ます! (70代・女性)

乳がん検診が土日に受けられます!

圖健康づくり課(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、日本人女性がかかるがんの中で 最も多く、40~60歳代がピークです。他の がんと比べて比較的若い世代で多いのが特徴 ですが、早期に発見すれば、90%以上は治る 病気です。

ピンクリボン運動として、医療機関では "日曜日"に、集団検診では"土曜日"にマ ンモグラフィー検査(X線撮影)を実施しま す。どちらも、事前に予約が必要です。

- 対40歳以上の女性
- 閥800円(市の受診券を利用した場合) ※ただし、市無料クーポン券をお持ちの人は 無料

●個別健診(日曜日実施医療機関)

実 施 日	医療機関名	電話番号
10月6日(日)	泉川病院(深江町)	☎ 72−2017
10月20日(日)	愛野記念病院健診 プラザ	☎ 27-5757

集団検診

■健診予約センター☎0120-611-711 (平日午前8時30分~午後5時15分)

実	施	В	時間	会 場	予約期間
10月	12](土)	9:00~11:00 12:30~14:30	111/=	9月10日(火 ~ 25日(水)

※子宮がん検診・骨粗しょう症も同日実施。 詳しくは緑色の封筒をご覧ください。

就学時健康診断のお知らせ

圖学校教育課(南有馬庁舎) ☎73-6702

就学時健康診断を下記のとおり実施します。 就学予定者(令和7年度小学校入学予定者) の保護者は期日などをご確認ください。

なお、現在お住まいの地区の健康診断にご参 加ください。

●時間共通…午後1時30分~

(受付…午後1時開始)

実 施 日	地 区	会場	
10月17日(木)	有家・西有家	有家保健センター	
10月24日(木)	深江・布津	深江伝承館	
11月6日冰	北有馬・南有馬・ 口之津・加津佐	口之津公民館	

令和6年度 子育でサロン講演会 子どもの将来の幸せのために ~親や地域の関わり~

間生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

子どもの健やかな成長のためには、「保護者 や多くの大人から愛されること | が大切にな り、愛情を全身で浴びて育った子どもは幸せの 土台がより丈夫になります。

「子どもの人生が少しでも幸せなものになる ために、大人はどう関わればいいのか…」さま ざまな絆をどのように育んでいくかをやさしく お話いただきます。(※手話通訳・要約筆記あり)

【主催】市教育委員会 【共催】市保育会

【後援】市PTA連合会、市青少年育成市民会議

●講師…浦川 末子 氏 (社会福祉法人五蘊会 理事長)

■ 9月14日出

開演…午後7時~8時40分 (開場…午後6時30分~)

- ば 西有家総合学習センター カムス
- 料無料 ※託児あり (未就学児のみ・要予約)



託児申込

健診受診のお知らせ ~今年度、最後の集団健診~

闘健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

●特定健診は国が定めた年に1度の健診です。 血液検査や尿検査を中心に、糖尿病・高血圧症をはじめとする病気の兆候や リスクを調べることができます。 この機会に健康状態を確認しましょう。

- ●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、結果のコピーを健康づくり課へご提供ください。
- ①健診のお知らせ封筒を手元に準備!

もし、手元にない場合は、各支所・健康づくり課または電子申請にて再交付 の手続きをしてください。



受診券再交付電子申請

【個別健診】

さい。

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

選んだ医療機関に直接電話し て、受診する日をお決めくだ

※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。

お早めにご予約ください。

受診できる期間 令和7年2月28日まで

②集団健診・個別健診のどちらで受けるか選び、予約!

【集団健診】今年度最後の健診 は2会場で実施します。

けんしん予約センター (平日 8時30分~17時15分) **☎**0120−611−711

実 施 日	時間	会 場	予約期間	
10月22日火	13:00~14:30			
10月23日(水) · 24日(木)	8:00~11:00	有家 保健センター	9月19日休 ~ 10月3日休	
10月25日金	13:00~14:30			
令和7年1月9日休	13:30~14:30	北有馬	12月4日(水)	
1月10日金・11日出	8:00~11:00	保健センター	17日火	

※10月22日火は、子宮・乳がん検診も同時に受診可能です。

【集団健診について】

- 予約制で待ち時間が短くなりました。
- ·検体容器(尿·便)が届くので、別日の持参が不要です。
- · 必要に応じて眼底検査(血管の状態を見る検査)を無料で実施します。
- ・歯科衛生士によるお口の相談(歯ブラシプレゼント)もあります。

③健診を受ける!

- ▼健診(若年者・特定・後期高齢者)…無料(※がん検診…一部負担金があります。)
- ▼持参品…緑色の封筒(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。) ※詳細は緑色の封筒をご覧ください。



市HP

25 2024.9 広報 みなみしまばら

2024.9 広報 みなみしまばら 24

9月 市民カレンダー

9/ 1 _(E)	
2 (月)	【島原手延そうめんレシピコンテスト】
3 ‰	応募締切…9月3日(火) *詳細8月号P17
4 (x)	
5 (**)	
6 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
7 (±)	
8(
9 頃	9月9日月は「救急の日」*詳細P23
10 w	●健康相談 北有馬保健センター 9:30~12:00●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
11(水)	
12 (*)	●健康相談 西有家老人福祉センター 9:30~12:00
13金	●健康相談 □之津老人福祉センター 9:30~12:00
14 (±)	【自殺予防週間】日時:9月10日以~16日(月) *詳細P11
15 ⊜	
16月	●敬老の日
17 姒	●農業用廃プラ回収日(南有馬地区)
18 (x)	 健康相談 有家保健センター 9:30~12:00 ●行政書士相談会(相続・遺言・境界・農地転用・不動産関係) 北有馬ピロティー文化センター日野江 13:15~17:00 *要予約 ●年金相談 口之津支所 10:00~15:00 *予約者のみ ●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 北有馬ピロティー文化センター日野江 10:00~12:00/加津佐公民館 13:00~15:00 ■ぱれっと出張相談会 南有馬庁舎 13:00~16:00
19(*)	●健康相談 深江支所 9:30~12:00 ●行政相談 口之津老人福祉センター 10:00~12:00 ありえコレジヨホール 17:30~19:00
20金	●健康相談 原城オアシスセンター 9:30~12:00
21 (±)	●献血 イオン有家店 9:30~12:00/13:15~15:30
22 (E)	●秋分の日 【AIR事業成果展】 *詳細P3
23 (月)	●振替休日 日時: 9月20日金~26日休10:00~18:00 場所:アートビレッジ・シラキノ
24 %	
25顷	●健康相談 布津保健センター 9:30~12:00
26 (*)	●健康相談 加津佐保健センター 9:30~12:00
27 金	【結核予防週間】日時: 9月28日(土)~30日(月) *詳細P23
28 (±)	【活き生きサマーフェスタinふつ 花火大会】 *詳細P3
29 ⊜	日時:9月28日生)20:00~ 場所:堂崎港埋立地
30月	固定資産税(3期分)、国民健康保険税(3期分)の納期月です。

🛨 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。

令和6年9月

	浦上病院	85-3508	南有馬町
1	しろの医院	72-5000	深江町
日	植木歯科医院	62-3765	島原市
	鶴田歯科医院	36-7611	愛 野 町
	哲翁病院	86-3226	口之津町
8	いその産婦人科	82-2430	西有家町
B	渡部歯科医院(島原)	63-1750	島原市
	畑中歯科医院	36-3535	愛 野 町
	菜の花クリニック	85-3690	南有馬町
15	石川内科医院	82-8822	西有家町
日	大田歯科医院	62-7407	島原市
	寺田歯科医院	36-2322	愛 野 町
	北有馬クリニック	65-7100	北有馬町
16	永田内科泌尿器科医院	82-0832	西有家町
日	松藤歯科	62-7355	島原市
	まき歯科あづま	20-0118	吾 妻 町
	さとう内科医院	84-3103	北有馬町
22	明島整形外科医院	72-2023	布津町
日	あおい歯科	61-1800	島原市
	土井歯科クリニック	38-6400	吾 妻 町
	植木内科医院	86-2071	口之津町
23	坂上整形外科	82-1822	有家町
日	泉歯科医院	72-2066	深江町
	ねぎ歯科医院	77-4182	瑞 穂 町
	本多南光堂医院	85-2002	南有馬町
29	つねおかクリニック	82-2248	有家町
日	さとう歯科クリニック	82-1771	有家町
	堺歯科医院	78-2744	国 見 町

- 間市民相談センター(市民課内) ☎82-3010
- ●「公証人相談所」… 問島原公証役場 ☎62-7822
- ●「行政相談」···問総務秘書課 ☎73-6621
- ●「健康相談」「献血」… 間健康づくり課 ☎73-6641
- ●「年金相談」… 間健康づくり課 ☎73-6641
- 「ぱれっと出張相談」… 閰 ぱれっと ☎73 9560

