

広報報

No.234

10

令和7年10月1日
発行

みなみしまばら

参加者募集!!

九州オルレ南島原コース
秋のフェア2025
～10周年記念オルレ～(4)

今月の読者プレゼント

おいしい
南島原
minami shimabara



有家梨 1名様

2名様

写真はイメージです。

詳しくは広報紙面をご覧ください。

- 02 イベント情報
- 06 まちの話題
- 09 市政通信
- 12 島原手延そうめんレシピ
みんなとハーモニー
- 13 南島原市図書館だより
- 14 島原半島世界ジオパーク
教えて！国民年金
- 15 南島原の考古学
こんにちは！
消費生活センターです
- 16 インフォメーション
- 20 保健・子育て
- 24 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7年8月末日現在 (前月比)

- 人 口：39,944人(－43)
- 男 性：18,678人(－24)
- 女 性：21,266人(－19)
- 世帯数：18,267世帯(+1)

イベント情報

最新の情報は市ホームページをご覧ください。



市HP→

10/19
(日)

南島原市健康福祉まつり 「みんなでつくる、健康と福祉の未来！」

☎健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641



健康相談や歯科相談、健康度チェック、各協力団体による体験ブースや販売などを行う「健康福祉まつり」を開催します。

各団体のブースを回ってスタンプを集めると、いろいろな健康グッズが当たるくじを抽選することができます。(※空くじなし)

☎午前10時～午後3時

☎有家保健センター・ありえコレジヨホール

10/18
(土)

【もっと南島原ツアー 第3弾】 南島原の「食」を楽しむ！ 秋の散策&ミカン狩りバスツアー

☎南島原ひまわり観光協会

☎65-6333 FAX65-6336

Eメール:kankou@himawarinet.ne.jp

今回のツアーでは、庄屋の町として栄えた有家の町をガイドと一緒に散策。古い街並みや酒蔵などを訪ね、有家町に新しくオープンした古民家カフェでのそうめん昼食の後は、本市特産のみかん狩りを体験します。

南島原の「食」の魅力をしっかり体験できるツアーです。

☎午前9時30分～午後2時30分

- 集合解散場所…市役所西有家庁舎
- 持参品…飲み物、帽子

※動きやすい服装で参加してください。

☎20人(先着順)

☎2,000円(昼食代、体験料、お土産みかん2キロ含む)

☎市民または市内勤務の人

☎10月14日(火)

☎電話または必要事項(氏名、年齢、住所(市外の人は勤務先)、連絡先)を記載の上、FAX、Eメールで申し込んでください。



10/13
(月・祝)

南島原eスポーツプレイランド！2025

☎防災課(西有家庁舎) ☎73-6622

eスポーツやドローンプログラミング体験、太鼓の達人の決勝トーナメント大会など、子どもからシニア世代までeスポーツを楽しく体験できます。

☎午後1時～5時 ☎ありえコレジヨホール

☎無料 ☎不要



口之津歴史民俗資料館本館開館5周年記念 「新たなキリシタン文化」

☎口之津歴史民俗資料館 本館 ☎73-6773 FAX86-4880

口之津歴史民俗資料館本館の開館5周年を記念し、プレイベント・シンポジウム・小企画展を開催します。

①プレイベント「ヴァリニャーノの茶の湯を使った宣教方針」

宣教師ヴァリニャーノがキリスト教布教のためにとった戦略について学びます。

- 講師…スットニー 祐美氏(関東学院大学講師)

☎10月18日(土) 午前10時30分～正午(受付:午前10時～)



LINE用申込



風炉(茶道具)

【①・②共通事項】

☎口之津歴史民俗資料館 本館

☎100人(先着順)

☎無料

☎市LINE、電話または必要事項(希望イベント名、氏名(フリガナ)、住所、電話番号)を記載の上、FAXで申し込んでください。

②口之津歴史民俗資料館本館開館5周年記念シンポジウム 「港・口之津 ～新たなキリシタン文化の発祥地～」

キリスト教文化が深く浸透した口之津の歴史をさまざまな観点から探るシンポジウムが開催されます。

☎11月1日(土) 午後1時～4時(受付:午後0時30分～)

☎●基調講演1…ルイス・デ・アルメイダの軌跡

講師…乃木 リリー氏(脚本家・作家)

- 基調講演2…口之津港の歴史を福祉文化史で読み解く

講師…志賀 俊紀氏(ほかにわ共和国理事長)

- 基調講演3…島原半島キリシタン布教におけるアルメイダの果たした役割

講師…滝澤 修身氏(長崎純心大学教授)

- パネルディスカッション

③小企画展「有馬氏と南蛮貿易」

キリシタン大名大友宗麟支配下領主(キリシタン)居館跡および有馬氏居城の日野江城跡より出土した貿易陶磁器の展示を行います。また、キリシタン大名有馬晴信の時代に製作されたと考えられる、本市で見つかった十字紋入の水輪(五輪塔の一部)を初めて公開します。

☎10月11日(土)～11月23日(日・祝)

午前9時～午後5時(最終入館:午後4時30分まで)

☎口之津歴史民俗資料館本館 ●休館日…毎週月曜日

☎一般…200円/高校生…150円/小・中学生…100円

※10月18日(土)・11月1日(土)は無料



法花(貿易陶磁器)



水輪(五輪塔の一部)に
彫られた十字紋

12/6
(土)

南島原イオンの里山育樹活動(枝打ち作業)

園農林課(有家庁舎) ☎73-6661



(公財)イオン環境財団HP

「南島原イオンの里山」で育樹活動(枝打ち作業)を実施します。
この機会にふるさと森づくりに参加してみませんか。

午前9時～午後2時

集合・解散場所…アリーヴォ南島原

枝打ち作業……南島原イオンの里山(南有馬町上原)

※小雨決行・荒天中止

定員100人(先着順) 無料

随時どなたでも参加できます。 11月7日(金)

園(公財)イオン環境財団のホームページから申し込んでください。

11/30
(日)

「第2回 ツール・ド・南島原」参加者募集

園商工観光課(西有家庁舎) ☎73-6633

本市の景色や自然、観光スポットを楽しみながらサイクリングで周遊するイベントを開催します。車で見る何気ない景色も自転車で走れば新たな魅力を発見できるかも!? 現在、整備が進んでいる「自転車歩行者専用道路」の一部も走行します。

コース途中に設けられる「おもてなしブース」では、南島原の美味しいグルメも用意していますので、サイクリングと併せてお楽しみください。

※本イベントは、スピードを競うイベントではありません。



午前9時～午後5時(受付:午前7時30分～)

●駐車場開場…午前6時30分～

※時間は前後する場合がありますので、市ホームページでご確認ください。

園有家総合運動公園「マリンパークありえ」

①ロングコース……約90km

②ショートコース…約55km

③①9,000円/②6,000円

11月16日(日) 定員①・②合計400人

園オンライン申込サイト「スポーツエントリー」から申し込んでください。



市HP



参加申し込みフォーム

11/23
(日・祝)九州オルレ南島原コース
秋のフェア2025～10周年記念オルレ～

園商工観光課(西有家庁舎) ☎73-6633 FAX:82-3086

Eメール:kankou@city.minamishimabara.lg.jp

●受付…午前9時30分～

●スタート…午前11時～午後3時

園集合場所…口之津港緑地公園

(解散場所…口之津歴史民俗資料館分館)

駐車場…口之津港ターミナル、市役所旧口之津支所前、口之津公民館

※フィニッシュ地点からスタート会場までのシャトルバスはありません。

園コース距離…約10.5km

(所要時間:3～5時間)

園1,000円(未就学児は無料)

定員300人(先着順)

11月12日(水)

園市LINE、電話または参加申込書に必要事項(氏名(フリガナ)、年齢、住所、電話番号)を記載の上、FAX、Eメールで申し込んでください。



LINE用申込

主なイベント

- 島原手延そうめんのふるまい
- その他おもてなし など

参加記念品

- 缶バッジ ●サファリハット
- リストバンド
- 島原手延そうめんなど

令和7年度 南島原市文化協会 各町文化祭

園生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703 または 南島原市文化協会(布津公民館内) ☎73-6726

芸能部門

- 深江町 11月2日(日) 午後1時～4時
園深江ふるさと伝承館
- 布津町 11月2日(日) 午後1時～4時
園布津世紀の泉
- 有家町 11月9日(日) 午後1時～4時
園ありえコレジヨホール
- 西有家町 11月23日(日) 午前11時～午後4時30分
園西有家総合学習センターカマス
- 北有馬町 11月9日(日) 午後1時～3時30分
園北有馬ピロティー文化センター日野江
- 南有馬町 11月2日(日) 午後0時30分～4時
園南有馬体育館
- 口之津町 11月2日(日) 午後0時30分～4時
園口之津公民館
- 加津佐町 11月3日(月・祝) 午後1時～4時
園加津佐青年・婦人会館

展示部門

- 深江町 11月1日(土)～2日(日)
午前9時～午後5時(2日は午後4時まで)
園深江公民館
- 布津町 11月1日(土)～3日(月・祝)
午前9時～午後5時(3日は午後3時まで)
園布津ふるさと道場
- 有家町 10月31日(金)～11月2日(日)
午前9時～午後6時(2日は午後4時まで)
園ありえコレジヨホール
- 西有家町 11月22日(土)～23日(日)
午前9時～午後5時(22日は午後4時30分まで)
園西有家総合学習センターカマス
- 北有馬町 11月8日(土)～9日(日)
午前9時～午後5時(9日は午後4時まで)
園北有馬ピロティー文化センター日野江
- 南有馬町 11月1日(土)～2日(日)
午前9時～午後6時(2日は午後4時まで)
園南有馬体育館
- 口之津町 11月1日(土)～2日(日)
午前9時～午後5時(2日は午後4時まで)
園口之津体育館
- 加津佐町 10月25日(土)～26日(日)
午前9時～午後5時(26日は午後4時まで)
園加津佐総合福祉センター希望の里

大自然の中で育まれた農林水産品、これらを活用した加工品が数多くあります。このような中から市が推奨品と認定されたものが「おいしい南島原ブランド」認定商品です。ぜひ、南島原の“おいしい”をお楽しみください。



市HP

アンケート

- 問1…広報紙の感想や掲載してほしい内容など
問2…おいしい南島原全体や認定商品の感想など
問3…「おいしい南島原」を周知するのに何が必要だと思いますか?



- 認定商品
- 手延べちゃんぽん3食(スープ付き)
- 手延べそうめん
- 川上の糸



私がつくりました おいしい南島原

株式会社 川上製麺

西有家町須川136-1 ☎82-3508

【三代麺師こだわりの手延べ麺】

川上製麺では単一等級技能士(国家資格)が30時間をかけて丁寧に製造しています。厳選された小麦粉・五島灘海水にがり塩・雲仙山麓伏流水を原料に、伝統の「手延べ製法」にて熟成と引き延ばしを繰り返し作っています。しっかりとしたコシ、なめらかな食感、小麦の風味をご賞味ください。

アンケートに答えて、すてきなプレゼントを手に入れよう♪

PRESENTS!!

【応募方法】

はがきまたは市LINEで応募ください。
郵便番号/住所/氏名/年齢/電話番号/アンケートの回答

※なお、当選は発送をもって代えさせていただきます。また、個人情報は、発送のみに使用します。

【応募先】

〒859-2211
西有家町里坊96番地2
南島原市総務秘書課

10月20日(消印有効)



LINE応募

藤原果樹園

有家町尾上3157-5 ☎82-8323

梨の栽培に適した新切で育った新高梨です。

芳醇な香りとシャキシャキとした食感、濃厚な甘味を持った新高梨を是非ご賞味ください。

- 認定商品
- 有家梨



いつまでもお元気で

～市内最高齢 108歳～



田中 ミツエさん(布津町)
大正6年8月3日生まれ

市内最高齢で108歳の田中 ミツエさんに、市から花束と記念品を贈呈しました。

松本市長から元気の秘訣を聞かれて「たくさん話をすること。そして精神を強く持って、明るく元気に日々を過ごすことです」と笑顔で応えられました。

いつまでもお元気で

～100歳おめでとうございます～



下田 政嘉さん(深江町)
大正14年8月18日生まれ

林田 ノブエさん(加津佐町)
大正14年8月20日生まれ

「まちの話題」では、紙面の都合上、広報みなみし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」に掲載しています。



市HP

南島原市

検索



5 B & G「先進的海洋センター整備事業」事業連携協定を締結

8月8日、市とB & G財団は、全国初となる「先進的海洋センター整備事業」の事業連携協定を締結しました。

本事業は、B & G財団が全国のB & G海洋センターを対象に公募を行い、先進的海洋センター整備を目的とした上限10億円の助成事業で、加津佐B & G海洋センター艇庫を新たな複合施設として、また隣接しているバンガローについて新たな整備を行います。

また、本事業で新たな海洋教育の実践や人材育成、地域振興に資するソフトプログラムを実施して、その成果を全国の海洋センターへ波及させます。



6 島原半島南部地域高規格道路建設促進期成会総会

8月6日、島原天草長島連絡道路などの早期実現に向けた期成会総会を開催しました。

総会には、顧問の国会議員、相談役の県議会議員にも出席いただき、また、市内高校生5人に本市の道路情勢について理解を深めてもらうため、傍聴で参加していただきました。

今後も、本市の地場産業の活性化と市民の安心安全を担う「命の道」として、高規格道路の早期実現に向けて、取り組みへの意を強く決した総会となりました。

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 島原半島ユニバーサルビーチ2025 in 南島原市・加津佐前浜海水浴場

南島原市地域クラブサポートセンターは、障がいがある人なども海水浴を楽しんでもらい、アクティビティ開発の一環として加津佐前浜海水浴場で、島原半島ユニバーサルビーチ体験会を開催しました。6組の体験者は、南島原市B & G海洋センター指導者会や須磨ユニバーサルビーチプロジェクト(兵庫県神戸市)、〇加高校生ボランティアのもと、安心して海水浴を満喫しました。



4 中村まり子さんが「村松志保子賞」を受賞

市内の助産師、中村まり子さん(西有家町)が、長年にわたる母子保健活動や子育て支援などの功績が認められ、県内で20年ぶり、3人目となる「村松志保子賞」を、また、母(故人レイさん)も特別賞を受賞されました。

中村さんは「2年前に亡くなった元助産師の母と同じ賞をいただき、感謝の気持ちでいっぱいです。これからの活動は地域の人たちの支えになれるように、ほんの少しでも手助けをしていきたい」と笑顔で話しました。



1 ありえ浜んこら祭

夏の風物詩ありえ浜んこら祭が開催され、島原手延そうめんの無料試食や有家中学校全校生徒によるソーラン節などで会場は盛り上がりしました。

日が沈むと提灯に灯がともり、精霊燈や精霊流しが行われ会場を幻想的に彩りました。

フィナーレには、ミュージック花火や二尺玉の花火が打ち上がり観客を魅了しました。



3 九州オルレ南島原コース「ユニバーサルオルレ」開催！

ながさきピース文化祭2025の事業として、誰もが楽しむことができる「ユニバーサルオルレ」をハーフコースで開催し、150人以上が参加しました。

参加者は自然豊かなコースを楽しみながら、みなとオアシスくちのつ運営協議会によるおもてなしやフィニッシュ地点の島原手延そうめんのふるまいを堪能しました。

令和8年度 コミュニティ助成事業 (自主防災組織育成助成事業)を募集します

図防災課(西有家庁舎) ☎73-6622

財団法人自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として地域社会の健全な発展や住民福祉の向上のため、集会施設やコミュニティ活動備品の整理、安全な地域づくりと共生のまちづくりなどに対して助成を行います。

- 対象者
一定地域の住民が該当地域を災害から守るために自主的に結成した組織またはその連合体で、事業実施主体は市が認める自主防災組織
- 対象経費
地域の防災活動に直接必要な設備などに関する経費
※建築物、消耗品(食料品や消火器など)は対象外
- 助成金の額
対象経費の10分の10以内の額(30万円~200万円)
- 団体の要件
 - ①申請時点で、事業実施主体が設立されていること
 - ②規約が提出できること
 - ③令和7年度の事業計画および予算書が提出できること
 ※助成申請は、事業実施主体1団体あたり1件に限ります。

📅10月20日(月)

📄事前に防災課へご相談ください。



優秀工事を表彰

市は、受注者の施工意欲を喚起し、工事の品質と適正な施工の確保を図るため、令和6年度に完成した市発注工事を対象に選考した優秀工事について、表彰しました。
受賞おめでとうございます。

(敬称略)

工 事 名	受 注 者		技術者名
	会 社 名	代表者名	
市道南島原自転車道線整備工事南有馬16工区	(有)重松組	代表取締役 重松 和秀	太田 学
市道休場棚石1号線(休場工区)道路改良工事	(株)松尾組	代表取締役 松尾 弘美	井口 貴工
上谷地区農道整備工事	(株)田浦工務店	代表取締役 田浦 伸介	達木 義貞
市道向小屋線、曲ノ手線、吉川下湯線道路改良工事	(株)野田組	代表取締役 野田 聖子	野田 直也

告 白

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、市ホームページのバナー広告も併せて募集しています。
※今年度から「公用車広告」は廃止しました。

詳しくは… 図 総務秘書課 ☎73-6621

九州電力
ずっと先まで、明るくしたい。

オール電化 10月1日~12月31日
キャンペーン はじまります！

(お問合せ) 島原市城内1丁目1207番1
九電ネクスト株式会社島原営業所 家庭営業係
(九州電力業務委託会社)
TEL 0120-761-373

九電ネクスト 九電グループ
ずっと先まで、明るくしたい。

市にある高校の魅力をお伝えします。
中学生を対象とした口加高校文化祭および第2回オープンスクールを開催します。
当日は、皆さんのご来校をお待ちしています！

フォロー
お願いします！

口加高校Instagram

**口加高校文化祭(菖蒲祭)
第2回オープンスクール**

📅11月1日📅 午前9時~
📍口加高校
📄オープンスクールに参加希望の人は、申込フォームから申し込んでください。
※文化祭は申込不要です。
📍口加高校 ☎86-2180

申込フォーム



7 西有家町自衛隊家族会講話を開催

8月22日に野口秀貴所長(自衛隊長崎地方協力本部島原地域事務所)を招き、国の安全保障環境や災害派遣活動、自衛隊の魅力などについてお話しいただきました。
参加者からは「家族会の活動に活かしたい」など今後の活動に向けて意欲が高まっていました。



あなたの写真が広報紙を彩る！



●oliveさん(南島原市)
タイトル「台風の後に~大崎鼻より~」
怖かった暴風雨の後には綺麗な光景がありました。ここからは美しい日の出も月の出も見ることができます。布津の田舎にはたくさんの綺麗な景色がたくさんあります。



●大和さん(南島原市)
タイトル「野田浜松林からの夕陽」
波の音に癒され、松林から見える夕陽に癒されます。いつもきれいに掃除してくださっている人に感謝です。



●うさぎさん(南島原市)
タイトル「食欲の秋」
たくさん食べて、大きくなってね。

皆さんからの写真を大募集しています！

▶応募題材

- ・南島原市の好きな景色
- ・自治会や自主グループ活動紹介
- ・子どもの活動写真 など

📄掲載希望月の前月10日まで

※11月号の場合、10月10日(金)まで



市HP

臨時休館のお知らせ

- 原城図書館
外壁改修工事に伴い、下記の
期間、休館します。
📅10月20日(月)～11月21日(金)

図書館紹介

ありがとう20周年!
南島原市図書館にきてみんな!

夫婦 えほん 寄席
きてみんな!!

入場無料

📅11月1日(土) 午後1時～3時30分
📍西有家総合学習センターカムス

図書館行事のお知らせ

*掲載順不同

口之津図書館

- ハロウィンおはなし会
📅10月25日(土)
午後1時30分～2時10分
👤幼児・児童(団体要予約)
👤100人
- 「COCORU-BOOK(コクルブック)」
📅10月26日(日)～11月30日(日)
👤様々なテーマの心躍る本のセットを貸出
👤大人
- 「どくしょビンゴ!!ガチャに挑戦!!」
📅10月26日(日)～11月30日(日)



南島原市図書館だより vol.229

南島原市図書館に
きてみんな!

イラスト・題字：長谷川義史



第1部 午後1時～1時30分

図書館友の会によるおはなし会
(要予約)

乳幼児・小学生・中学生以上(大人)向けをそれぞれの部屋で開催します。

第2部 午後2時～3時30分

長谷川義史&あおきひろえ
夫婦ライブ(要予約)

絵本の読み聞かせやウクレレ演奏など子どもから大人まで楽しめる夫婦絵本ライブです。
講演終了後、サイン会を開催します。ご希望の人は本をご持参ください。(本の販売はありません)

展示コーナー ありがとうの木

利用者の皆さんのメッセージを展示します。

加津佐図書館

- 加津佐図書館まつり
「みんなであそぼう!えほん&ミュージック」
・講師…武内 絢子氏
📅10月11日(土) 午後2時～3時30分
📍加津佐総合福祉センター希望の里
👤50人(要申込)
👤幼児・児童・保護者

有家図書館

- アニメ映画上映会
📅10月11日(土)
午後1時30分～3時30分
👤48人(要申込)
👤劇場版「鬼滅の刃」無限列車編
- 読書会
📅11月3日(月・祝)
午後1時30分～2時30分
👤15人(要申込) 👤小学生以上
・持参品…おすすめの本

秋の読書週間イベント

*掲載順不同



布津図書室

- 「しおりんポイントカード」
📅10月18日(土)～11月9日(日)

北有馬図書室

- 「借りて挑戦!クレーンの達人」
📅10月25日(土)～11月9日(日)

深江図書館

- 「読書ビンゴ」
📅10月25日(土)～11月30日(日)
👤幼児・児童

【お問い合わせ】 ☎73-(各図書館下4桁) *詳しいことは、ホームページ及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

「島原手延そうめんレシピコンテスト」入賞レシピのご紹介

作ってみんな! ～レモンのだしを使ったそうめん～

今回は、入賞レシピの「そうめんの梅、しそ、豚巻き天ぷらレモンのだし」をご紹介します。
ご家庭でぜひお試しください。

材 料(2人分)

- 島原手延そうめん…1束 ●梅干し…15g
●豚バラ肉…50g ●大葉…3枚
●手巻き海苔…1枚 ●てんぷら粉…適量
●大根おろし…10g ●おろし生姜…3g
●穂紫蘇…2本 ●オリーブオイル…少々

【レモン出汁】

- 水…75cc ●めんつゆ…13cc
●みりん…6cc ●酒…6cc
●レモン汁…6cc ●砂糖…3g
●薄口醤油…4cc ●和風だしの素…0.5g

作り方(約20分)

- ①【レモン出汁】の材料をすべて混ぜ合わせ、沸騰させる。
- ②そうめん1束の先端部分(片方)を輪ゴムで縛り、そのまま茹でる。
- ③茹で上がった②を氷水で冷やし、ペーパーで水気を切る。
- ④梅干しから種を取り、包丁で叩いて柔らかくする。
- ⑤そうめんの長さに合わせて豚バラ肉を並べ、その上に大葉を乗せる。
- ⑥⑤の中心にそうめんを乗せ、その中心に④の梅干しを入れる。
(輪ゴムで縛った部分はカットする)。
- ⑦⑥を手巻き海苔で巻く。
- ⑧⑦に打ち粉をして、てんぷら粉をつけて175℃で揚げる。
- ⑨1口大にカットして皿に盛る。
- ⑩⑨に大根おろし、おろし生姜を乗せ、出汁をかけてオリーブオイルをたらし、穂紫蘇を飾り完成。



ワンポイント
「認証マーク」のある
そうめんがオススメ!

※本レシピは「島原手延そうめんアレンジレシピBOOK」で紹介しています。レシピBOOKは、市役所の各庁舎でも配布しています。

図商工観光課(西有家庁舎) ☎73-6633



市HP

みんなとハーモニー

☎市民課(西有家庁舎) ☎73-6647

皆さんは南島原市女性人材バンクをご存じですか?
市の各種審議会・委員会への女性の積極的登用を目指し、
あらかじめ登録していただくもので、現在の登録者数は
130人余りです。
意志決定の場に女性が少ないという本市の社会的現状を
踏まえ、もっと女性の声が市政に届くように、まずは登録
するところから始めてみませんか。

申請書は市ホームページまたは、市民課・各支所にあります。

詳細は市ホームページをご覧ください。



市HP

南島原の考古学

火を受けた台石 ～出口遺跡(深江町)～

私たちが何か道具を使って作業をする時、その道具の先にもう一つ道具が必要になることがあります。例えば包丁で肉や野菜を切るときのまな板や、ノートに字を書くときの下敷きなど。人目を引くことは少ないけれど、なくては困る、今回はそんな一見地味に見えて重要な道具、「台石」にスポットをあててみます。

台石は縄文時代に一般的な石器で、砂岩や安山岩などの厚みのある板石を素材としていて、木の実を割る、石器をつくる、土器づくりで粘土をこねるといったいろいろな作業の作業台として使われました。そのため、傷がついたりすり減っていたり、作業の痕跡が残っていることもしばしばです。

出口遺跡は、縄文時代後・晩期(約3,000年前)の遺跡ですが、そこから発見された台石はこれまで各地の遺跡から出土している台石とは少し異なるものでした。

厚さ6センチほどありますが、側面はぐりりと一周上半分が黒くなっています。上面には大きなハガレがいくつもみられ、どうやら作業による傷ではないようです。黒ずみは煤の付着であり、ハガレは熱を受けたことで表面がはじけ割れた痕跡と判断されます。このことから、下半分を地面に埋め、火の中で使われていたことが想像できます。おそらくは炉の中心に据えられていたのでしょう。煮炊きの際に調理用の土器が倒れないよう安定させるには、重くて平べったいこの台石がもってこいの、そしてなくてはならない道具であったに違いありません。

出口遺跡の台石に学ぶ、文字どおり盤石の構え。何事も足元から固めてどっしりと！



火を受けた台石

10月～11月の小企画

10月1日(水)～11月30日(日)

※休館日：火曜日

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

※企画展は入館料のみでご覧いただけます。

図文化財課(南有馬庁舎) ☎73-6705



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

広告では安価だったのに高額な請求が！ ～暮らしのレスキューサービスのトラブルにご注意～



●相談事例①

エアコンが動かなくなり、修理してもらおうとネット検索すると、「5千円」で素早く対応するとの広告を見て依頼した。担当者が来て「見積りは8万円」と言われ、広告の金額よりもはるかに高かった。今回は断れたが情報提供する。

●相談事例②

チラシに「お住いのエリア限定キャンペーン。換気扇の掃除2,980円」とあり、安いと思い依頼した。後日、換気扇の掃除後に、担当者がお風呂場を見て、「カビがあるので全体を掃除し、コーティングするべき。今なら25万円までできる」と長時間勧誘を受け、根負けして応じた。契約をやめたい。

＜消費生活センターからのアドバイス＞

レスキューサービスとは、事例のほかに、トイレの水漏れ、鍵が開かない、自動車が動かない、害虫の発生など、日常生活でのトラブルに対処するサービスです。頼りになる存在ですが、広告では「980円～」など極端に安価な表示をしておきながら、現場では高額な見積りを提示されたり、別のサービスを勧められたりしてトラブルが起きています。

広告をうのみにせず、見積額に納得できない場合は、はっきりとお断りしましょう。緊急時に備えて、日ごろから情報収集しトラブルを防ぐことも大切です。

なお、消費者が、事業者から具体的な代金の提示を受けないまま来訪を依頼し、訪問後に初めて高額な契約の勧誘を受けて応じた際は、契約書面を受け取った日から8日以内に通知することでクーリング・オフ(無条件契約解除)できる場合があります。

困ったことがあったら、一人で悩まず、消費生活センターにご相談ください。

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



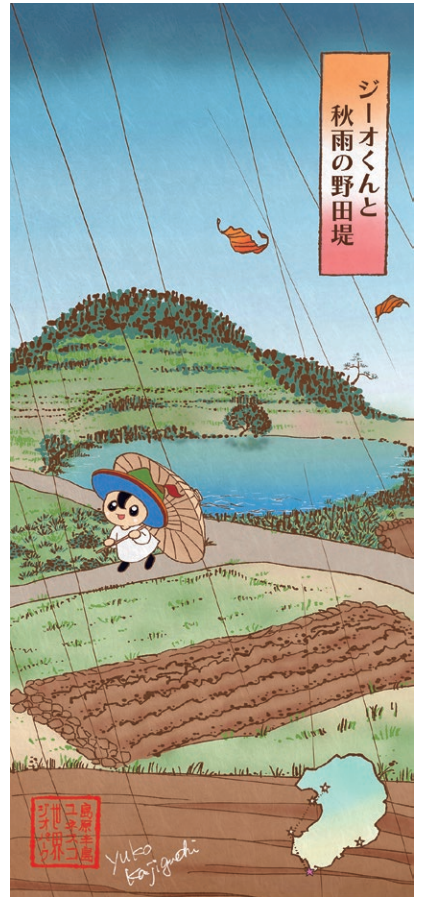
水を求めた信念の池 野田堤の物語

島原半島の最南端、早崎半島には「野田堤」と呼ばれる人工のため池があります。これは雨水を貯める仕組みで、地域の暮らしに欠かせない存在です。このため池が、どのような背景で造られたのかご存知でしょうか？

16世紀後半、早崎半島に「野田新左衛門」という一人の農民がいました。大きな川のないこの地域で、人々が安定して農業を営むには、ため池が必要だと考えた野田さんは、堤の築造を住民に提案しました。しかし、計画地は丘の上。湧き水もない場所に池を作るという案に、住民たちは「水が貯まるわけがない」と反対し、堤の築造は実現しませんでした。ところが、数年後に深刻な干ばつが襲い、人々は水不足に苦しみました。そこでようやく堤の必要性を実感し工事を始めました。こうして約3年かけて完成したのが、野田さんの名を冠した「野田堤」です。

実はこのため池、丘の上にある「雨水を貯めやすい窪地」を利用して作られました。この地形は、島原半島を南北に引っ張る断層の活動によって生じたもので、野田さんはその地形を見抜き、堤の構想に生かしていたのです。

野田さんの地形への深い理解と先見の明によって築かれた野田堤は、450年以上経った今でも地域の暮らしを支えています。





教えて！国民年金

手続きはお早めに！
年金生活者支援給付金制度をご存知ですか？

公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受給には請求書の提出が必要です。

【対象者】

- 次の要件をすべて満たす高齢基礎年金受給者
 - ・65歳以上
 - ・世帯員全員の市町村民税が非課税
 - ・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が約90万円以下
- 障害基礎年金・遺族基礎年金の受給者
 - ・前年の所得額が約479万円以下
 - ※扶養親族等の数に応じて増額

【請求手続き】

- 年金受給者で、新たに年金生活者支援給付金を受給できる人
 - 9月以降に日本年金機構からお知らせが届いている人は、同封のはがきを提出してください。世帯構成の変更や所得額の更正などにより支給要件に該当した場合は、年金事務所、市健康づくり課または各支所で請求手続きが必要です。
- 年金を受給しはじめる人
 - 年金の請求手続きと併せて年金事務所、市健康づくり課または各支所で請求手続きをしてください。

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください

電話で家族構成や口座番号・暗証番号を尋ねたり、手数料などの金銭を求めたりすることはありません。

図請求に関するお問い合わせ「給付金専用ダイヤル」 ☎0570-05-4092(ナビダイヤル)



厚生労働省HP

募集

市営住宅入居者

募集団体

- ・深江 あぜつ第1団地(1戸)
 - ・深江 あぜつ第2団地(2戸)
 - ・深江 つじが丘団地(2戸)
 - ・深江 馬場団地(3戸)
 - ・深江 大野木場団地(1戸)
 - ・有家 蒲河団地(2戸)
 - ・有家 下鬼塚団地(2戸)
 - ・有家 鬼塚団地(3戸)
 - ・有家 上の原団地(5戸)
 - ・西有家 日野江第3団地(1戸)
 - ・北有家 本町第2団地(1戸)
 - ・北有家 吉川団地(1戸)
 - ・南有家 露田団地(1戸)
 - ・南有家 新三崎団地(1戸)
 - ・南有家 北岡団地(1戸)
 - ・南有家 白浜団地(3戸)
 - ・口之津 早崎団地(2戸)
 - ・口之津 仲町団地(1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
10月1日(水)～14日(火)
 - 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

求人

会計年度任用職員募集

①②③

- 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。
- 戸数を超える場合は、公開抽選を行います。
- 抽選日:10月22日(水)
 - 午後2時 有家庭庁舎
 - 〒73-6677 南有馬町乙1023番地



①特別支援教育助手

- 募集人員:2人
- 勤務内容:特別な配慮を要する小中学生の個別支援
- 勤務地:市内の小中学校

案内

休日労働相談会

労働条件や労使関係など職場で起こるトラブルについて、労働問題アドバイザーが相談にお答えします。

電話相談

- 10月19日(日)、26日(日)
- 午前9時30分～午後4時30分
- 〒73-6600 南有馬町乙1023番地

面接相談

- 10月19日(日)
- 午前10時～午後4時
- 〒73-6600 南有馬町乙1023番地

無料

- 10月26日(日)
- 午前9時30分～午後4時30分
- 〒73-6600 南有馬町乙1023番地

行政書士による無料相談会

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、まずはお問合せください。

●10月1日(水)～10日(金)

午前9時～午後5時まで(土日を除く)

●相続、遺言、農地転用、営業許可、会社・法人設立など

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

地域クラブ指導者登録の募集

何を学ぶか大切!しかし誰に学ぶか大切!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「人材リスト」への登録をお願いします。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

のんのこ温水センター

定員15人

料大人:500円(保険代)小学生:300円(保険代)

●電話で申し込みください

※10月12日(日)より申し込み開始

※雨天により中止の場合は、電話にて連絡します。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

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)

●報酬など:時給1,230円、通勤手当、社会保険・雇用保険あり

●任用期間:11月1日～令和8年3月中旬

※事業の進捗に応じて前後します。

●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7時30分～午後5時(うち5時間45分勤務)

●10月20日(月)必着

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

文化財課(南有馬庁舎)

〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

広告

10月施設メンテナンスの為終日休館日のお知らせ

8日(水)・22日(水)

ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承くださいませ。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

あなたの眠りをもっとぐっすいに!

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

睡眠環境・寝具指導士がいるお店

電話1本でお伺いします!

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

MINAコイン使えます

小物製品販売中

家具の移動お任せください

日・祝日(ご相談に応じます)

雪の製造・販売・表替え・裏返し

ご用命は 南島原市深江町丙1055番地

見積り無料 今すぐお電話を

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●令和8年度自治医科大学入学者募集

自治医科大学は、卒業後に離島やへき地で勤務する医師を養成する目的で設立した大学です。入学・授業料などは、入学者全員に貸与され、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院などに勤務することで、その返還が免除されます。

申請方法や試験日程などは、自治医科大学ホームページで確認できます。

●〒73-6600 南有馬町乙1023番地

●自治医科大学HP

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有り。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)

公民館講座 参加者募集

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



LINE申込

【図書室連携】マクラメ編み体験

紐を手で結ぶ「マクラメ編み」の技法で、プランターなどを吊るすインテリア雑貨を作ります。

- 講師…溝田 共記氏
- 日10月23日(木) 午後7時30分～9時30分
- 北有馬ピロティー文化センター 日野江
- 定8人(申込多数の場合は抽選)
- 料1,500円(材料費) 日10月15日(木)
- 北有馬ピロティー文化センター 日野江 ☎73-6754



医者いらずの万能薬「みそづくり講座」

1,300年もの間、日本の食生活を支えてきた、みその作り方と健康効果を学びます。

- 講師…本田 弘子氏(田中山農園)
- 持参品…エプロン・三角巾・保存容器
- 日11月7日(金)、8日(土) 午後1時30分～4時30分
- 西有家総合学習センターカムス
- 定各回8人(申込多数の場合は抽選)
- 料3,000円(材料費)
- 日10月15日(木)
- 西有家総合学習センターカムス ☎73-6746



やさしいムエタイ
ボクササイズ教室



- 基礎体力および免疫力の向上、ストレス解消などさまざまな効果が期待される有酸素運動をします。
- 講師…門畑 悦子氏
 - 持参品…運動靴・タオル・飲み物
 - 日10月21日(火)、31日(金) 午後7時30分～9時
 - 原城オアシスセンター
 - 定15人(申込多数の場合は抽選)
 - 料無料 日10月10日(金)
 - 原城オアシスセンター ☎73-6766

作ろう！
あなただけのランチョンマット



- 型染めの技法を用いてお好みの柄を刷りましょう。
- 講師…湯川 尚美氏(山口屋染物店)
 - 日10月16日(木) 午後2時～3時
 - ありえコレジヨホール
 - 定10人(先着順)
 - 料1,000円(材料費)
 - 日10月10日(金)
 - ありえコレジヨホール ☎73-6707

ALTとレッツ！英会話



- 講師…市内ALT
- 持参品…筆記用具
- 日①10月20日(月)、②23日(木) ※1回のみ参加可能
- 時間共通:午後7時～9時
- 加津佐公民館
- 内①初心者向け(自己紹介・日本紹介) ②初心者～中級者向け(実用英語)
- 定15人(申込多数の場合は抽選)
- 料無料 日10月10日(金)
- 加津佐公民館 ☎73-6786

「移動」を「エコ」に。
smart move
10月8日～14日は
県内一斉スマートムーブ
ウィーク

動物愛護フェスティバル
2025 in 島原
島原獣医師会では、動物について楽しく学べるイベントを開催します。
日10月26日(日) 午後2時～4時
県南保健所(島原市新田町)
内長寿犬表彰、猫に関する講和、犬との楽しい遊び方(実演)、ミニ動物園、牛の乳しぼり体験、譲渡会・里親募集掲示板(猫)、動物クイズ、動物お絵描きコーナー、動物愛護啓発パネル展
※内容は天候やその他の事情により変更になることがあります。
島南保健所衛生環境課 ☎0957-6213288

お詫び
8月18日の長崎新聞に掲載されてしまった共同通信社が全国の市区町村に実施した避難所の準備状況に関するアンケート結果のなかで、本市の避難所のトイレ数は「基準を満たしている」との回答でしたが、正しくは「基準を満たしていない」の誤りでした。訂正してお詫びいたします。
防災課(西有家庁舎) ☎73-6622

島原地域環境課 ☎0955-8955-2512
「ブウィーク」を実施します。期間中は、できる範囲でマイカー利用を自粛し、公共交通機関や自転車、徒歩の利用をお願いいたします。また、車を運転する場合は、地球とお財布にやさしいエコドライブにチャレンジしましょう！
この運動に参加していただける個人や団体を募集しています。
QRコードから申し込んでください。
応募フォーム

講座
第262回
コレジヨ市民文化講座
「中世の島原半島」
島原半島の歴史を語る際、1500年代半ば前後の有馬氏時代は非常に重要な時期です。この時期を経て、近世の島原藩制時代へと移行しました。
今回の講座では、古地図や古文書などの資料を活用しながら、中世有馬氏時代の社会構造について考察します。また、島原半島の景観、地名、神社仏閣、そして人物に焦点を当て、多角的な視点からお話しします。
●講師:根井 浄氏(肥前島原松平文庫長)
日11月8日(土) 午後2時～4時
ありえコレジヨホール
定40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
日10月31日(金)
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

木版画教室
絵を描くことから彫り・刷りまで、初めての人でも楽しめるように個人のレベルに沿って進めます。版画家の小崎侃先生をはじめとする講師陣の指導を受けることができる絶好の機会です。
日11月10日(月)～12月15日(月) 毎週月・木曜日 全9回
時間共通:午後7時～(2時間程度)
原城オアシスセンター
定10人(先着順)
料1,500円(材料費)
●持参品:筆記用具
市市民または市内勤務の人
日10月29日(木)
申電話または窓口で申し込んでください。
生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

広告

広告

医療法人 坂上整形外科
SAKAUE CLINIC
デイケアさかうえ(通所リハビリテーション)
診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝
8:30～12:00 ● ● ● ● ● ● /
14:00～18:00 ● ● ● / ● ● /
●受付時間は診療時間の30分前迄です。
●休日・年末年始・日曜・祝日
TEL.0957-82-1822
WEBまたはLINEでかんたん診療予約できます
LINE予約 WEB予約

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

事業所ゴミ 回収します!
見積無料
重量換算なので1袋からでもOK!
株式会社 西松
●浄化槽許可書 南島原市許可 第4003号
●一般廃棄物処理業許可 南島原市許可 第1005号

廃棄物のことなら
NISHIMATSU
先ずはお電話を!
●受付時間:月曜日～金曜日 午前8時～午後5時
フリーダイヤル お気軽にご相談ください。
住所:南島原市西有家町須川108番地1
☎0120-828-766

不用品・粗大ゴミ 回収します!
見積無料
LINE公式アカウント
はじまりました!
ご登録をお願いします!
LINE

予防接種(インフルエンザワクチン・新型コロナワクチン)が始まります



図こども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

ワクチンを接種することにより、重症化を予防する効果が期待できます。接種後、腫れや発熱、まれに重篤な症状を引き起こす可能性もありますので、ご理解いただいた上で、皆さんの判断により接種を受けてください。
なお、本年度から経鼻接種のインフルエンザワクチンについても、費用の一部を助成します。



こどもについて



高齢者について

乳幼児・小学生・中学生[インフルエンザワクチン]

インフルエンザワクチン		
接種のタイプ	皮下接種	経鼻接種
対象者	市内に住所を有し、接種日に生後6カ月～中学3年生の人	市内に住所を有し、接種日に2歳～小学校就学前の人
自己負担額	1,500円(1回あたり)	3,000円(1回あたり)
接種回数(助成回数)	・13歳未満…2回まで ・13歳以上…1回のみ	1回のみ
接種場所	島原半島内の協力医療機関	
接種に必要なもの	1) 予診票 2) 母子健康手帳 3) マイナ保険証など(氏名、住所、年齢が確認できるもの)	
注意事項	・島原半島外で接種する場合、接種費用は全額自己負担となります。 ・13歳未満で、保護者が同伴できない場合は委任状が必要です。	

高齢者[インフルエンザワクチン・新型コロナワクチン]

インフルエンザワクチン		新型コロナワクチン
対象者	市内に住所を有し、接種日に65歳以上の人 ※60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる重度の障がい を有する人を含む	
自己負担額	1,500円(1回のみ)	4,700円(1回のみ)
接種場所	長崎県内の協力医療機関	
接種に必要なもの	1) 予診票 2) 健康手帳 3) マイナ保険証など(氏名、住所、年齢が確認できるもの)	
注意事項	・県外で接種する場合も償還払いにより助成しますが、事前申請が必要です。 ・2回目以降の接種費用は、全額自己負担となります。	

共通事項



- ・接種期間…10月1日(水)～令和8年2月28日(土)
- ・予診票は、各医療機関および各支所に備えています。
- ・ワクチンを接種する際は、予約が必要です。接種前に必ず医療機関に連絡してください。
- ・ワクチン接種当日に体調がすぐれない場合、接種できないこともあります。
- ・生活保護世帯の人は各支所で発行する「確認書」が、インフルエンザ予防接種、新型コロナウィルス感染症予防接種のそれぞれで必要です。(提出により接種費用が無料となります)

10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。

図こども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

事業名	実施日	場所	受付時間
乳児相談	16日(木)	北有馬保健センター	◎2～3か月児(7月生) 10:00～10:20 ◎6～7か月児(3月生) 13:00～13:20 ◎10～11か月児(11月生) 布津 13:00～13:20 北有馬 14:00～14:20
	23日(木)	布津保健センター	
3歳児健診	7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。
	28日(火)	北有馬保健センター	



市LINEで「欠席連絡→次回予約」が可能になりました！

- ・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。



市LINE

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！



図こども未来課(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。
図島原南高歯科医師会 訪問歯科地域連携室
☎0957-73-6480
●受付…10:00～16:00(月～金)
※祝日は除く

親子ふれあいプログラム「にほ・さんぽ」

図生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

乳児とママのための講座を開催します。あやし歌を歌ったり、絵本を見たり、おしゃべりしたりする楽しい会に遊びにきてみませんか？

【有家会場】

図11月11日、18日、25日、12月2日 全4回(火曜日)

図ありえコレジヨホール

【南有馬会場】

図11月13日、20日、27日、12月4日 全4回(木曜日)

図原城オアシスセンター

【共通事項】 午前10時～正午

※各会場の参加申し込みが2組以下のときは、開催会場を変更する場合があります。

- 定 各会場8組(先着順ですが、4回すべてに参加できる人を優先します)
- 料 無料 ※ただし、おやつ代実費負担(4回で200円程度)
- 対 市内在住で、講座初日に生後2～6カ月の乳児とママ(乳児とママ以外の人は参加できません)
- 持 持参品…バスタオル、タオル、飲み物、授乳やおむつ替えに必要な物
- 日 10月27日(月)
- 申 市LINE、電話または窓口で申し込んでください。



LINE申込

家庭教育支援「わくわく広場」

図生涯学習課(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。

【内 容】

①産後のかんたんストレッチ

図10月31日(金) 午後2時～3時

●講師…高橋 利広氏(アグリフィットネス)

図ありえコレジヨホール

- 定 15人程度(子どもを含む)
- 料 無料
- 対 中学生までの子どもがいる保護者
- 日 講座の3日前まで
- 申 市LINE、電話または窓口で申し込んでください。



LINE申込



コンビニ受診を控えましょう

図健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

本来、休日や夜間に重症救急患者を受け入れるための救急外来を「コンビニ受診」することで、救急医療機関の負担が大きくなっています。

●コンビニ受診とは…

昼間に受診できるのに、自分の都合で外来診療を行っていない休日や夜間の時間帯に、救急外来を受診することを行います。



●コンビニ受診をしないためには…

体調が悪くなったら、早めにかかりつけ医を受診しましょう。また、健康診断などを積極的に受け、病気の予防や早期発見に努めることも大切です。

症状は軽いけど、休日にどの病院を受診したらよいか、どのように対処したらよいか分からない場合は、市広報紙の裏面や市ホームページに休日在宅当番(歯科)医を記載していますので、ご覧ください。

また、子どもの急な病気やけがなどの場合は、長崎県小児救急電話相談(☎#8000)をご利用ください。

「母子手帳アプリ みなみしまばら」の提供開始

図こども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

令和7年7月から「母子手帳アプリ みなみしまばら」を提供開始しました。

母子手帳アプリは、妊娠期から子育て期までをサポートし、予防接種や乳幼児健診の記録を保護者が入力し、デジタル化します。

また、本市の母子保健事業のお知らせや育児に役立つ情報などを配信します。



アプリの機能

●予防接種の標準接種日の自動表示や受け忘れ防止アラート

●胎児や子どもの成長記録(グラフ表示)

●子どもの成長を写真と一緒に記録 など

図市内に住所を有し母子健康手帳をお持ちの人

図無料



母子モアプリ



市HP

おいしく食べよう!南島原



市内の稲作

令和6年度、**543ヘクタール**で水稻が作付されて、**2,860トン**の米が収穫されました。

543haは



市の面積の
約3%

2,860トンは



約**48,000俵**
※1俵=60kg

一人当たりの米の年間消費量を約**55kg**とすると、約**52,000人**が1年間に食べる量の米が生産されたことになります。

このコーナーでは、豊富な農産物・水産物があり、食に恵まれた南島原の食にまつわる情報をご紹介します。

今回は「米」がテーマです。

日本の米の状況

令和6年度、全国で680万トンの米が収穫されました。対して、全国の米の需要は1年間でおよそ700万トンといわれています。

需要量は人口の減少とともに年に10万トン程度の減少となっているようです。

備蓄米のはじまり

1993年は冷夏により需要に対して供給量が200万トン不足したともいわれ、当時海外から米を緊急で輸入したことがあります。翌年は猛暑だったことから米不足は解消したようですが、この経験から不作が2年間続いても米を安定供給できるよう、備蓄米の運用が開始されました。

20歳以上の女性へ
子宮・乳がん、骨粗しょう症検診を受けましょう

図健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

開催日など詳細な情報は、5月中旬に郵送した「オレンジ色の封筒」をご確認ください。

女性検診

10月29日(水)

図有家保健センター

●電話予約期間: 9月29日~10月24日(平日)

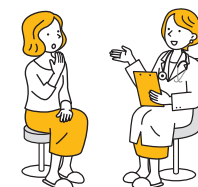
※事前発送指定日: 10月16日(木)



市HP



10月の集団女性検診がお得!!
理学療法士による骨折予防のための
運動指導を同時開催



予約方法

●けんしん予約センター

☎0120-611-711

(平日:午前8時30分~午後5時15分)

●WEB予約(24時間対応)

右記のQRコードから
予約できます。



Web予約申込

事前発送指定日… 指定日までの予約者には、受診票などを送付します。

※指定日以降の予約者は、会場で受診票をお渡しします。

個別検診の
お知らせ

10月1日から開院される「くちのつみなとクリニック(旧しおた内科胃腸科医院)」で、子宮頸がん検診が受診できます。

希望者は直接医療機関へご予約をお願いします。

図くちのつみなとクリニック ☎86-4443

10月は臓器移植普及推進月間です

図(公財)長崎県健康事業団 ☎0957-43-7131

話そう。大切な人と。
知らせておこう自分のこと・
知っておこう家族のこと

全国には移植でしか根治しないと診断された人のうち、移植希望登録をしている人が現在約16,000人います。

移植医療は善意の提供があってこそ成り立つものですが、日本では臓器の提供者が少ないため、実際に移植を受けることができる人は年間約4%と低い状況です。

あなたの身に「もしも」のことが起きたとき、臓器提供の意思が分からないと家族や大切な人が迷ってしまいます。この機会に家族や大切な人と臓器移植や意思表示について話し合い、自分の意思を示しましょう。

「あなたの意思で救える命、つながる命があります。」

10月は骨髄バンク推進月間です

図県南保健所(島原市) ☎0957-62-3289
(公財)日本骨髄バンク ☎03-5280-1789

~勇気とやさしさがいのちを救います~

全国で骨髄移植を必要としている患者は毎年、約2,000人います。

一人でも多くの命を救うためには、骨髄バンクのドナー(骨髄・末梢血幹細胞の提供者)登録が不可欠ですが、特に若い世代のドナー登録が少ない状況です。

皆さんのあたたかいご協力をお願いします。

図18~54歳までの健康な人で、
体重が男性45kg、女性40kg
以上の人



日本骨髄バンクHP

10月 市民カレンダー

10/1(水)	【10月は「臓器移植普及推進月間」です】*詳細P22
2(木)	【10月は「骨髄バンク推進月間」です】*詳細P22
3(金)	
4(土)	
5(日)	
6(月)	
7(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
8(水)	●農業用廃プラ回収日(深江地区)
9(木)	●健康相談 有家保健センター 9:30～12:00 ●行政相談 ありえコレジヨホール 17:30～19:00
10(金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) *2日前までに要予約 □之津公民館 13:00～17:00 ●健康相談 □之津老人福祉センター 9:30～12:00
11(土)	【南島原eスポーツプレイランド! 2025】*詳細P3 日 時: 10月13日(月・祝) 13:00～17:00 場 所: ありえコレジヨホール
12(日)	
13(月)	●スポーツの日
14(火)	
15(水)	●年金相談 加津佐支所 10:00～15:00 *予約者のみ ●健康相談 西有家総合学習センターカムス 9:30～12:00 ●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 / 加津佐総合福祉センター希望の里 13:00～15:00 ●ぱれっと出張相談会 南有馬庁舎 13:00～16:00
16(木)	●健康相談 加津佐保健センター 9:30～12:00 ●行政相談 □之津老人福祉センター 10:00～12:00
17(金)	●健康相談 布津保健センター 9:30～12:00
18(土)	【南島原市健康福祉まつり】*詳細P2 日 時: 10月19日(日) 10:00～15:00 場 所: 有家保健センター・ありえコレジヨホール
19(日)	
20(月)	●健康相談 原城オアシスセンター 9:30～12:00
21(火)	
22(水)	●司法書士相談会(借金(140万以下)・登記・相続関係) *2日前までに要予約 深江公民館 13:00～17:00 ●献血 布津世紀の泉 9:30～11:00 / 12:15～15:30
23(木)	
24(金)	●健康相談 北有馬保健センター 9:30～12:00
25(土)	
26(日)	
27(月)	●健康相談 深江支所 9:30～12:00
28(火)	●年金相談 北有馬支所 10:00～15:00 *予約者のみ
29(水)	
30(木)	市県民税(3期分)・国民健康保険税(4期分)の納期月です ※納期限は、10月31日(金)となっています。
31(金)	

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7年10月			
	菜の花クリニック	85-3690	南有馬町
5日	石川内科医院	82-8822	西有家町
	わたなべ歯科・矯正歯科	87-2121	加津佐町
	寺田歯科診療所	62-4427	島原市
	北有馬クリニック	65-7100	北有馬町
12日	明島整形外科医院	72-2023	布津町
	広田歯科医院	88-3800	南申山町
	みやざき歯科	62-7300	島原市
	□之津病院	86-2200	□之津町
13日	永田内科泌尿器科医院	82-0832	西有家町
	萩尾歯科医院	74-5100	小浜町
	大場歯科医院	62-4579	島原市
	植木内科医院	86-2071	□之津町
19日	坂上整形外科	82-1822	有家町
	小浜みやもと歯科医院	74-5678	小浜町
	林歯科医院	73-6884	島原市
	哲翁病院	86-3226	□之津町
26日	泉川病院	72-2017	深江町
	永田歯科医院	37-2007	千々石町
	キタ忍歯科医院	63-6711	島原市

- 「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

迷わずかけて、安心を。

「急な病気」や
「ケガ」で迷ったら
365日 対応
救急 医療相談窓口
シャープ 救急安心センター事業

#7119

緊急の場合は119に電話してください

子どもの 症状に対する 保護者の不安に
子ども医療電話相談
休日 夜間 シャープ
#8000