

### 高齢者への予防接種費用の一部を助成します！

園子ども未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652



市HP

予防接種希望者は、指定医療機関へ予約のうえ接種してください。

- 持参品…健康手帳、マイナ保険証(資格確認証)、自己負担金

	高 齢 者 肺 炎 球 菌	帯 状 疱 疹	
		生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回	1回	2回
自己負担額	5,000円	4,000円	1回あたり 10,000円
対 象 者	<ul style="list-style-type: none"> <li>●65歳の人</li> <li>●60~64歳で、次に該当する人                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する人</li> <li>・ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●年度内に65歳を迎える人</li> <li>●60~64歳で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人</li> <li>●経過措置 令和8年度中に、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、および100歳になる人も対象</li> </ul>	
接種期間	<ul style="list-style-type: none"> <li>●65歳の人 65歳の誕生日前日~66歳の誕生日の前日</li> <li>●60~64歳の人 4月1日(水)~令和9年3月31日(水)</li> </ul>	4月1日(水)~令和9年3月31日(水)	
備 考	対象者への案内文書は、65歳を迎えた翌月に発送します。	対象者への案内文書は、4月中旬ごろに発送します。	

### 令和8年度 温水プールの利用料金を助成します

園健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

市民の健康づくりの増進を図るため温水プール利用料金の一部を助成します。

- 対 象…次のすべてに該当する人
  - ①市内に住所を有し、現に居住している20歳以上の人(学生を除く)
  - ②島原半島内の温水プール施設に会員登録をし、市税および国民健康保険税を滞納していない人

- 助成額…月額1,000円  
※利用施設の月額料金を支払った場合に限りです。  
※申請した月から対象となります。

- 申し込み…市LINEまたは、会員証、本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)を持参して、各支所・健康づくり課で申し込んでください。



LINE申請

### 令和7年度 献血表彰者

園健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

献血の協力回数が30回または50回に達した人へ南島原市長感謝状および記念品を贈呈しました。献血へのご理解、ご協力ありがとうございました。

- 献血回数50回以上
  - 鬼山 勇一さん(深江町)
  - 石川 真司さん(有家町)
  - 安達 和久さん(有家町)
  - 永吉 真さん(西有家町)
  - 植木健一郎さん(西有家町)
  - 古賀 正純さん(西有家町)
  - 林田 満志さん(西有家町)
- 献血回数30回以上
  - 鬼山真由美さん(深江町)
  - 小林 清志さん(深江町)
  - 隣 秀子さん(深江町)
  - 松尾 泰明さん(布津町)
  - 隈部 友和さん(布津町)
  - 吉岡 一茂さん(布津町)
  - 中村 哲康さん(有家町)
  - 伊藤 賢一さん(有家町)
  - 伊藤 由紀さん(有家町)
  - 草野 和広さん(有家町)
  - 林 勝則さん(西有家町)
  - 長池 国松さん(西有家町)
  - 飛永 哲雄さん(北有馬町)
  - 永池 真弥さん(北有馬町)
  - 白倉 年江さん(南有馬町)
  - 野中 康宏さん(南有馬町)



### 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。

- 【内 容】
- ①お父さん、お母さんへの読み語り
    - と き…4月10日(金) 午後2時~3時
    - 講 師…図書館職員、家庭教育支援員
  - ②おもちゃづくり
    - と き…4月24日(金) 午後2時~3時
    - 講 師…家庭教育支援員

- 【共通事項】
- と ころ…ありえコレジヨ
  - 定 員…各講座15人程度(子どもを含む)
  - 料 金…無料
  - 対 象…中学生までの子どもがいる保護者
  - メ 切…各講座の3日前まで
  - 申 込…市LINE、電話または窓口で申し込んでください。



LINE申込

### おいしく食べよう!南島原

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



## 今が旬!!「玉ねぎ」



玉ねぎには、新陳代謝を活発にし血液サラサラ効果のある「アリシン」が含まれています。季節を問わず食卓に登場しますが、春先は「新玉ねぎ」が出回り、この時期ならではの食感を味わえます。



### Recipe 玉ねぎと豚こまのポン酢炒め

- 材 料(2人分)
- 玉ねぎ …………… 1個
  - 豚こま切れ …………… 160g
  - ポン酢 …………… 小さじ2/3
  - こしょう …………… 適量
  - かいわれ大根 …… お好みで
- 作 り 方
- ①玉ねぎは半分切って、横に5mm厚さに切る。
  - ②フライパンの中央に豚肉、周囲に玉ねぎを入れ、中央の豚肉にポン酢をかけて混ぜてから、弱めの中火にかける。
  - ③豚肉の片面が焼けたら、全体を返し、こんがり焼けるまで炒める。
  - ④器に盛り、お好みでかいわれ大根をそえる。



「ながさき旬の野菜料理レシピ」より

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