

# 広報 南島原

MINAMISHIMABARA CITY PUBLIC RELATIONS



8 AUG.  
月号

平成24年8月1日発行  
No.076

特集

楽しく食を改めよう ～食生活のサポート役 食改さん～



寺子屋21

# 『食改さん』 サポーターする よりよい食生活を

皆さんは、『食改さん』を知っていますか？  
「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、よりよい食生活で市民の健康寿命を延ばすために活動をしている人たちが食生活改善推進員、通称『食改さん』です。  
南島原市食生活改善推進員協会の池田伊奈子会長は、「食改は、市民の健康づくりの一翼を担っていると思っています。幼児から高齢者まで幅広い年齢に対して料理教室などを行い『食の楽しさ』や『健康づくり』を伝えています。また、活動による人との交流は、会員自身の喜びとなっております。各町に支部があり、地域に根ざした活動をこれからも続けていきます」と話されます。

- その他の活動例
- 郷土料理教室
  - 魚のさばき方教室
  - 高齢者の料理教室
  - 糖尿病予防教室 など



食育教室



配食サービス



男の料理教室

## 食改さんの活動



親子料理教室

# 食改さんに 『教室』の依頼を したいときには？

直接、食改さんに電話してみてください。

- 北有馬地区  
酒田 住香さん  
電話：84-2655
- 南有馬地区  
村田 妙子さん  
電話：85-2525
- 口え津地区  
系永 キヌヨさん  
電話：86-3461
- 加津佐地区  
福田 正子さん  
電話：87-2561
- 深江地区  
岡本 ケサヨさん  
電話：72-2623
- 布津地区：池田 伊奈子さん  
電話：72-4078
- 有家地区：伊藤 智美香さん  
電話：82-8677
- 西有家地区：近藤 啓子さん  
電話：82-3134



# 私たちは、食べたもので 作られている。

私たちは、「食べたいときに食べたいものを食べたいだけ食べることができない」便利で豊かな時代を生きています。しかし一方で、現在の食生活は、栄養の偏りや不規則なライフスタイルによって肥満や生活習慣病の増加をもたらしました。  
さらに、家族で食卓を囲むことが少なくなり、食を通して育まれていた心の成長にも影響を与えています。  
このような時代だからこそ、『食』を改めて考え直すことが求められています。



特集：楽しく食を改めよう(2~4)



市政懇談会(6~7)



南島原夏の祭典(24~25)

# ストップ!!

# 7つの「コ食」

皆さんはいくつのコ食を知っていますか？  
知っている項目にチェックを入れましょう！

- 固食**  
同じ物ばかり食べること。  
※栄養が偏り、肥満の原因にもなります。
- 濃食**  
濃い味付けの物ばかり食べること。  
※食べ物本来の味を味わえません。
- 粉食**  
パンや麺などの粉から作られる物ばかり食べること。  
※やわらかい食べ物が多く、かむ力が弱くなります。
- 個食**  
同じ食卓についていても、それぞれが別々のものを食べること。  
※好きな物しか食べず、好き嫌いがなくなります。
- 孤食**  
1人で食べること。  
※家族の団らんがなく、コミュニケーションの機会が減ります。
- 小食**  
食事の量が少ないこと。  
※体に必要な栄養が不足します。
- 子食**  
子どもたちだけで食べること。  
※食事マナーが教えられません。



## 共食のススメ 家族そろって 楽しく食事をしましょう

共食とは、家族そろって楽しく食卓を囲むことです。食事中にコミュニケーションを深め、食のマナーや食べ物を大切にすることを育むことができます。  
東日本大震災後の平成23年に、国が行った食育に関する意識調査で、今後食生活で力をつけたいことは、「家族や友人と食卓を囲む機会の増加」と答えた人が44.6%でした。(H21 同調査比13.8%アップ) 家族そろっての食事で、さらに絆を深めましょう！

CONTENTS	
特集：楽しく食を改めよう	2~4
口之津開港450年	5
市政懇談会	6~7
南島原にゆーす	8~12
もっと南島原ツアー	13
復興への絆・お知らせ	14~15
まちの話題	16~17
くらしの情報	18~21
島原半島ジオパーク	22
図書館だより	23
南島原夏の祭典	24~25
保健事業のご案内	26~27
市民カレンダー	28

# 『食改』の魅力を 新米・ベテラン食改さんに インタビュー

南島原市では、現在379人の食改さんが活躍しています。その中から新米・ベテランの食改さんに ①食改になったきっかけ、②食改になってよかったこと、③皆さんへのコメントをお聞きしました。



中村 ツヤ子さん(83歳)  
●地区：南有馬  
●経験年数：29年



本田 泰子さん(28歳)  
●地区：深江  
●経験年数：1年

- ①簡単に言うと「やせるため」。役場から食生活の改善を勧められ、1年間講習を受けました。その後も健康的な食生活について勉強するために、食改に入会しました。
- ②新しい仲間ができました。皆で楽しく調理したお弁当を心待ちにしている人の笑顔を見ることが幸せです。
- ③食改に入ると新しい友達ができます。料理のレパートリーも増えます。何より、人のために何かできることが発見できます。
- ①家族の食生活改善のために、お姑さんと一緒に入りました。
- ②野菜をたくさん使うようになったり、薄味に心掛けたり、食生活の見直しができるようになりました。習ったメニューを作ることで、料理のレパートリーも増えました。
- ③地域の人と交流ができて、年上の人から料理のコツなどいろいろ教えていただけます。でも、もっと同世代の人が増えるといいな。

## あなたも食改になりませんか？

健康により食生活を学びたい人、食を通じていろいろな人と接したい人、ボランティア活動に興味がある人などは、養成講座を受けてみましょう！

☎健康対策課 ☎050(3381)5141

### 【養成講座】

- 📅 9月18日(火)、27日(木)、10月9日(火)、25日(木)、11月6日(火)、20日(火)、12月6日(木)、18日(火) (計8回)
- 📍 西有家保健センター
- 🎯 健康により食生活のはなし&クッキング (詳しくは市ホームページをご覧ください)
- 🆓 無料
- 👤 南島原市民であれば、誰でも参加できます。(原則全8回参加できる人)
- 👥 30人
- 📅 健康対策課へ8月31日(金)までに申し込みください。



## 募集！「みそ汁レシピ」および「朝ごはん川柳」

毎日、朝ごはんを食べる市民の割合は何%だと思いますか。なんと、0～39歳で約70%という調査結果です(平成22年度)。朝ごはんを抜いて学校や職場に行くと、イライラしたり、集中力が続かず、勉強や仕事がかたどらないことがあります。市では、朝ごはんを食べる市民の増加を目指して、「朝ごはんコンテスト～みそ汁レシピ編～」 「健康川柳～朝ごはん編～」を募集します。入賞者には副賞があり、さらには、広報紙やホームページなどで紹介していきます。皆さんからの応募をお待ちしています。

【朝ごはんコンテスト～みそ汁レシピ編～】 応募締切…9月14日(金)  
【健康川柳～朝ごはん編～】 応募締切…9月28日(金)

- ※朝ごはんコンテスト、健康川柳共通事項
- 📍 市内在住
- 📄 応募用紙に必要事項を書いて提出してください。(持参、郵送、Eメールなど可) 応募用紙は、健康対策課や各支所、市ホームページにあります。
- ☎ 健康対策課 ☎050(3381)5141  
〒859-2211 南島原市西有家町里坊96番地2  
E-mail: kenkoutaisaku@city.minamishimabara.lg.jp



←前年度、朝ごはんコンテスト「最優秀作品」

# コラム 口之津開港 450年

—— 口之津港の壮大な歴史をたどる ——

子どもたちにもわかるよう「ふりがな」・「簡単な言葉」で紹介しています。CHAPTER.6

## 口之津港と三井の歩み

- 明治9年 三池の石炭は、三池～口之津～上海の経路で積み出していた。
- 明治29年 大屋中橋を貯炭場とした。口之津港が輸出入貿易港に指定された。
- 明治31年 口之津支店内に船舶課(三井船舶株式会社前身)を設置した。
- 明治32年 長崎税関口之津支署を東大泊に新築移転した。
- 明治39年 口之津からの石炭輸出が最盛期となる。
- 明治42年 三池築港の完成で口之津入港船舶が激減する。
- 大正11年 三池内港の完成で口之津入港船舶は皆無となる。

## 明治39年 長崎県内各港輸出入額

港名	輸出額(円)	輸入額(円)
長崎	2,559,120	14,933,066
口之津	4,430,397	5,023,177
島原	868,937	921,511
佐世保	15,500	2,914,525
早岐	264,780	247,737
厳原	165,073	533,341

(長崎県紀要より)



明治30年代の口之津港

## 三井三池石炭の 海外輸出港として

口之津歴史民俗資料館館長 原田 建夫

16、17世紀に南蛮船(ポルトガル船)の来航でにぎわった口之津港が、再び注目されるのは、明治に入ってからのことです。三井物産会社は、明治9年に三池産の石炭の販売権を獲得しました。そして、口之津に出張所を設置し、国内輸送から海外輸出中心へと会社方針をかえていきました。三井で産出された石炭を三池港から海外(上海)へ運ぶためには、大型船の着岸が必要ですが、三池港の水深は浅く着岸できないため、深くて天然の良港である口之津港が選ばれました。

三池の石炭は、三池から口之津港へ数珠つなぎになった団平船で運ばれてきて、口之津の貯炭場へ陸揚げされました。そして、港内の沖合いの4つのブイに停泊している三井の船や外国の船に積み込まれ、海外へ輸出されました。このように三井三池石炭の輸出が始まると、三池からの団平船の白帆が口之津港を埋め、また常時入港する大型船で、村は南蛮船来航時の活気を取り戻しました。石炭作業員は口之津村だけでなく、近くの村々や天草から集められました。しかし、それで

も人手不足であったため、明治32～34年にかけて与論島をはじめ、鹿児島島の島々から千人を超える人々の移住がありました。口之津の石炭輸出の最盛期は明治30年代です。明治39年の輸出額は現在の額にして約500億円とも言われています。当時の口之津村には、三井支店や三井倶楽部が開設され、多くの名士が訪れました。現在の栄町から大泊にかけて全国から集まってきた商人によって、道沿いに160軒余りの屋号のついた商家が軒を連ね、宇板川(現南大泊)には高級遊郭も作られました。しかし、明治42年、三池築港の完成に伴い、口之津港からの石炭輸出は激減し、さらに大正11年、三池内港が完成すると口之津からの石炭輸出はほとんどなくなりしました。



宿題を2週間で終わらせて、めいっはおい遊ぼう。  
テーマ「夏休みにしたこと」 南島原市立 山口 小学校 6年 名前 中川 悠



南島原にゆーす 問 環境課 ☎050(3381)5041

## 計画停電にご注意ください

この夏、電力需給が急増した場合に、本市においても計画停電が実施される場合があります。各家庭や事業所においては、計画停電サブグループ (B13～B24) を把握し、報道やお知らせなどの情報に注意しましょう。

### 計画停電時の対応と事前準備

- ①エレベーターには乗らない。  
(閉じ込められる可能性がある)
- ②プレイカーを落とす。  
(復旧時にコンセント火災の恐れがある)
- ③戸締まりをしっかりとる。  
(防犯装置が消え、盗難の恐れなど)
- ④交通事故には十分注意をする。  
(信号や外灯が消えることがある)
- ⑤冷蔵庫はできるだけ開けない。  
(開けると冷気が逃げる。保冷剤で温度上昇を防ぐ)
- ⑥水を貯めておく。  
(水が出なくなる可能性がある)
- ⑦懐中電灯などを準備しておく。  
(ロウソクは火災などに十分注意する)
- ⑧健康管理には十分注意をする。  
(特に熱中症にご注意を)



### サブグループの調べ方

◎九州電力から送られてくるダイレクトメールにサブグループが記載されています。

◎ダイレクトメールを無くした場合は、検針票 (電気料金領収書) に記載されているお客さま番号があれば、九州電力のホームページからサブグループを調べることができます。

九州電力  検索

◎お客さま番号がわからない場合は、直接九州電力にお問い合わせください。

**九州電力島原営業所** ☎0120(986)404

### その他長期化する場合は

- ◎食料を確保しておく。
- ◎電池式ラジオ、ワンセグ携帯などの情報源を確保しておく。
- ◎携帯電話やスマートフォンを充電しておく。
- ◎デスクトップパソコンの破損を防ぐために、無停電電源装置などを準備しておく。

南島原にゆーす 問 秘書広報課 ☎050(3381)5001

## 南島原の魅力が伝わる動画や写真を募集中!!



日本全国の人たちに南島原の魅力を伝えてもらうために、南島原の魅力が伝わる「動画」や「写真」を募集します。あなたが大好きな南島原の景色やスポット、美味しい食べ物、お祭りやイベントのほか、日常のちょっとした出来事などでもOKです。

**【賞 金】**  
 ・グランプリ…30万円  
 ・月間賞(動画・写真の部)…各1万円  
 ・特別賞…市特産品 など

**【応募方法】**  
 撮ってくれんね! 南島原コンテストホームページより応募ください(写真などの持参は不可)。

**【応募期間】**  
 平成25年1月31日まで(毎月1回月間賞を選びます)

撮ってくれんね  検索

南島原にゆーす 問 都市計画課 ☎050(3381)5067

## 耐震の診断、改修工事の一部を助成します

県と市では、「安全・安心住まいづくり支援事業」として、**木造住宅の耐震診断や耐震改修工事**に対する助成を行います。地震は、いつ起こるかかわからず、生命にかかわる甚大な被害を引き起こすこともあります。万が一の時に備え、家屋の安全対策を行いましょう。

●耐震診断  
 申し出により、市が契約する建築士事務所協会の診断士が、訪問し調査します。  
 ・診断費用45,000円のうち申請者負担は15,000円で  
 す(30,000円は市が負担します)。

●対象となる住宅  
 昭和56年5月31日以前の旧耐震基準で建設された3階建て以下の木造住宅で、申請者本人(税金の未納がない人)が所有し、居住する住宅。  
 また、民間特定建築物の耐震診断についても市では助成を行っています(160万円を上限に、耐震診断費用の2/3を補助します)。

●耐震改修  
 「危険」と診断された住宅の耐震改修工事に対し、60万円を上限に、工事費の1/2を補助します。ただし、改修工事を依頼できる事業者は、島原半島内の業者とします。  
 ※建設業の許可を受けているか、建築士が施行管理を行う必要があります。



南島原にゆーす 問 環境課 ☎050(3381)5041

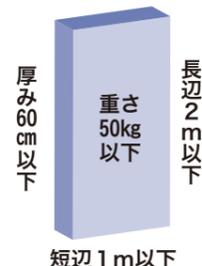
## 精霊船の処理は適正に!!

お盆行事などの精霊船の処理は、分別方法に注意し、指定場所に直接搬入するか、定期の収集日に指定の袋で排出してください。

### ●分別方法

- ①大きなものは、2m×1m×60cm以下(角材の最大厚25cm以下)、単体重量50kg以下を守ってください。

### 大きさの目安



- ②金属類と燃える部分に分けてください。
- ※特に灯るうの針金など小さなものもきちんと分別してください。
- ③お供えものなどを海に流すことは絶対にしないでください。
- ④花火などの発火性、引火性のあるものを取り除いてください。

区 分	燃えるごみ(可燃ごみ)		燃えないごみ(不燃ごみ)
地 区	深江・布津地区	有家～加津佐地区	全 地 域
搬 出 先	東部リレーセンター	南有馬クリーンセンター	島原リサイクルプラント
電 話 番 号	0957(62)0500	050(3381)5042	0957(64)4885
住 所	島原市前浜町丙74番地	南有馬町戊1751番地	島原市西町丙1397番地1
受 付 時 間	月～金曜日	8:30～16:00	8:30～16:00
	土 曜 日	8:30～12:00	休 み
	日 曜 日	日曜祝日は休み	
料 金	50kgまでは200円。		無料(搬入券が必要:各支所などで発行)
	50kgを超えると10kgごとに40円加算		



家で、スイカ割りをしたい。  
 テーマ「夏休みにしたいこと」 南島原市立 山口小学校 3年 名前 心原星さ

家で、スイカ割りをしたい。  
 テーマ「夏休みにしたいこと」 南島原市立 山口小学校 6年 名前 宇野翔太



平成24年度 障害者相談員名簿

氏名	担当地区(旧町名)	種別	電話番号
松本 繁幸	深江町地区	身体障害者相談員	☎72-5437
荒木 安久	布津町地区	身体障害者相談員	☎72-2149
田出 春男	有家町地区	身体障害者相談員	☎82-4683
若松 三利	有家町地区	身体障害者相談員	☎82-8027
本村 正年	西有家町地区	身体障害者相談員	☎82-4470
宮田 操	北有馬町地区	身体障害者相談員	☎84-3547
林田 榮吉	南有馬町地区	身体障害者相談員	☎84-2330
田中 利弘	南有馬町地区	身体障害者相談員	☎85-2887
菅 翼	口之津町地区	身体障害者相談員	☎86-3047
西田 之士	口之津町地区	身体障害者相談員	☎86-3605
泉 守久	加津佐町地区	身体障害者相談員	☎87-3609
竹馬 義雄	加津佐町地区	身体障害者相談員	☎87-2715
大石美和子	深江町地区	知的障害者相談員	☎72-4587
池田 茂森	布津町地区	知的障害者相談員	☎72-3820
内田 廣利	有家町地区	知的障害者相談員	☎82-3426
伊崎勇喜雄	西有家町地区	知的障害者相談員	☎82-3793
井村 和美	北有馬町地区	知的障害者相談員	☎84-3418
松尾 勇	口之津町地区	知的障害者相談員	☎86-2077
園田恵美子	加津佐町地区	知的障害者相談員	☎87-2990
伊藤 恭子	深江町~西有家町地区	精神障害者相談員	☎82-3448
成末 和子	北有馬町~加津佐町地区	精神障害者相談員	☎86-2842

## 障害者のための 相談員制度について

障害者相談員は、障害者の家族の中から選任され、悩み事の相談や必要な助言を行っています。市内の各地域に相談員を配置し活動されていますので、一度、相談してみたいかがですか。

また、市が委託している「たすかる相談支援事業所」でも障害(身体・知的・精神)に関する情報提供や福祉サービスの利用相談を受け付けています。

### 聴覚障害者 災害情報配信登録

④ 火災や大雨、土砂災害により避難勧告・指示などが発令されたとき、災害緊急情報を自宅のFAXへ配信します。

⑤ 聴覚に障害を持つ身体障害者手帳保持者で、自宅にFAXを持っている人

⑥ 氏名、住所(自治会を含む)、FAX番号を記入の上、申し込んでください。

⑦ 福祉課 FAX 0957(82)0217

## ご存じですか、「障害福祉手当」のこと

### 特別障害者手当

20歳以上で、身体または精神に重度の障害を有し、常時特別の介護を必要とする人に支給されます。

●支給制限

- 次のいずれかに該当するときは支給されません。
- 社会福祉施設に入所しているとき。
- 病院などに継続して3カ月を超えて入院するとき。
- 所得制限を超えているとき。

### 障害児福祉手当

20歳未満で、身体または精神に重度の障害を有し、常時特別の介護を必要とする在宅の人に支給されます。

●支給制限

- 次のいずれかに該当するときは支給されません。
- 障害基礎年金や障害厚生年金などの支給を受けているとき。
- 社会福祉施設に入所しているとき。
- 所得制限を超えているとき。
- ※支給額や支給の制限など詳しくは、お問い合わせください。

## 身近な人権を考えよう 第6回「南島原市人権標語」 募集

人権問題は、どこにでも誰にでもある身近な問題です。人権や差別で考えたことや気になることなど、あなたの身近にあることを標語にしてみませんか？  
たくさんの応募をお待ちしています。

④ 南島原市民(応募は一人1点まで)

⑤ 9月14日(金)(当日消印有効)

⑥ 標語と氏名(ふりがな)・住所・生年月日・電話番号を明記の上、郵便、ファックス、Eメールで応募してください。

※小学生・中学生は、学校を通じて提出してください。

※書式は自由。応募作品は未発表で自作のものに限ります。

●申込先(各共通)/人権・男女共同参画室  
〒859-2211 南島原市西有家町里坊96番地2  
☎050(3381)5035 FAX0957(82)3070  
E-mail: jinken@city.minamishimabara.lg.jp

## 第2次 南島原市男女共同参画 計画(素案)へのパブリック・ コメント(市民意見募集)

市では、女性と男性が互いに人権を尊重し、性別にかかわらず、個性と能力を十分に発揮することができる男女共同参画社会づくりに向けた第2次南島原市男女共同参画計画を策定中です。

よりよい計画となるよう市民の皆さんの意見をお寄せください。

④ 市内に在住、在勤、在学する人

●閲覧場所

人権・男女共同参画室、各支所および市ホームページ

●閲覧および意見の提出期間

8月1日(水)~8月30日(木)【必着】

⑥ 意見内容、住所、氏名、年齢、性別を記入の上、持参、郵送またはFAX、Eメールで提出してください。

(人権・男女共同参画室または各支所に持参可)  
※その他いただいた意見の要旨と市の考え方は、後日ホームページなどで公表します。



## 提出はお早めに！

### 児童扶養手当の「現況届」、特別児童扶養手当の「所得状況届」

8月は、児童扶養手当の「現況届」、特別児童扶養手当の「所得状況届」の提出月です。

これは、各手当を引き続き支給できるか確認するためのものです。届けがない場合は、支給停止となりますのでご注意ください。

※現況届の提出に係る詳細は、該当者に個別に通知します。

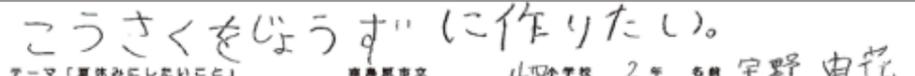
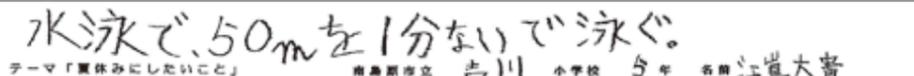
### 児童扶養手当

父母の離婚などで、父または母と生計を同じくしていない児童が育成される家庭(ひとり親家庭)の生活の安定と自立の促進に寄与し、児童の福祉の増進を図ることを目的とした手当です。

### 特別児童扶養手当

精神または身体に障害がある児童(20歳未満)の福祉を増進することを目的とした手当です。

※それぞれの手当について、詳しくはお問い合わせください。



開催  
**8/26日**  
8月22日(水) 締切  
先着40人

# もっと南島原ツアー-2012

## 第3弾 夏休み親子ツアー 「親子で夏の1ページを作ろう！」

- コース内容
- 土流被災家屋保存公園 (みずなし本陣ふかえ)
  - 大野木場砂防みらい館・旧大野木場小学校被災校舎
  - 鮎帰りの滝 (昼食)
  - マイ箸づくり体験
  - 西望記念館
  - あこがれ群落
  - 親孝行のお話「安永安次伝」

ふるさとを知ると好きになる。好きになるともっと知りたくなる。知ればみんなに自慢したくなる。もっと南島原ツアー第3弾は、自然体験を交えての「夏休み親子ツアー」を実施しますので、多くの皆さんの参加をお待ちしています。



### ツアー参加者募集!!

- 開催日: **8月26日(日)** ※小雨決行(荒天中止)
- 集合場所・時間: 右記参照  
※到着時間については前後する場合があります。
- 参加資格: 親子または友だち同士で参加ください。(南島原市民)
- 募集定員: 先着40人
- 参加費: 無料
- 持参品: 弁当、飲み物、タオル、帽子、雨具(雨天の場合)  
※弁当を準備できない場合は、1個500円で注文します。(要予約)お茶はつきません。
- 申込方法: ①名前 ②住所 ③電話番号 ④集合場所 ⑤弁当注文の有無  
※上記内容を電話、FAXまたはEメールで申し込んでください。
- 申込期限: **8月22日(水) 午後5時まで**

●集合場所・時間(各地区バスにて送迎)

地区	集合場所	出発時間	到着時間
加津佐	前浜海水浴場(交番前)	8:00	16:00
口之津	口之津庁舎前駐車場	8:15	16:10
南有馬	南有馬庁舎前バス停	8:30	16:25
北有馬	北有馬保健センター	8:40	16:40
西有家	西有家庁舎	8:50	16:50
有家	有家庁舎	9:00	17:00
布津	世紀の泉	9:10	17:10
深江	深江庁舎	9:20	17:20

申し込み・お問い合わせ 商工観光課 ☎050(3381)5032 FAX0957(82)3086  
E-mail: kankou@city.minamishimabara.lg.jp ※詳細についてはお問い合わせください。

広告

皆様の悩み、受け止めます

鳥原中央ひまわり基金法律事務所 弁護士 吉澤 愛  
まずはご予約を ☎0957-62-5138  
Homepage <http://shimabara-chuo.la.cocan.jp/>

日々の暮らし・鳥原をのびる

風びより KAZEBIYORI cafe COZY

鶏肉と夏野菜のラタトゥーユ  
南島原市深江町丁 4621-1  
火曜定休・駐車場あり  
11:00 ~ 19:00  
0957-72-7712

書写教室  
菜の花ヨガ教室  
こけ玉教室  
こども木工教室  
風鈴作り教室

市役所の担当課がわからないときは 南島原市役所 ☎050(3381)5000へ 申込方法 お問い合わせ 日時 場所 対象者 定員 料金

### 美しくやせる!健康にやせる! 「スレンダー教室」

成人女性にうれしいお知らせです。ストレッチや簡単な筋トレなど、教室後も自宅で続けられる「スレンダー教室」を開催します。定員がありますので、お早めに応募ください。

- 日時: 9月14日(金)、10月2日(火)、10月19日(金)、11月6日(火)の全4回 午前9時30分~正午
- 会場: 北有馬保健センター
- 料: 無料
- 対象: 64歳以下の成人女性
- 定員: 25人(先着順)
- 内容: 音楽に合わせて楽しくエアロビクス  
・家でもできる簡単筋トレ  
・全身すっきりストレッチ
- 申込: 9月5日(水)
- 電話・メールで申し込んでください。
- 健康対策課 ☎050(3381)5141  
E-mail: kenkoutaisaku@city.minamishimabara.lg.jp



### 市民と行政が手と手を取り合って進める 南島原市協働のまちづくり 協働のまちづくり 事業補助金の募集

市民と行政との協働による魅力あるまちづくりを推進するため、市民が主体的に行う公共性・公益性の高いまちづくり事業に対し、南島原市協働のまちづくり事業補助金を交付します。

- 補助金: 30万円を限度(補助率10分の10以内)  
※補助対象事業や申請方法など、詳しい内容はお問合せください。
- 企画振興課 ☎050(3381)5030



欺瞞と戯言

たわごととぎまん

主演: 竹下景子, 下條アトム, 長谷川初範, ほか  
演出: 中津留章仁

- チケット発売日  
8月26日(日)~
- ◆チケット取り扱い  
ありえコレジヨホール ☎050(3381)5047  
販売時間: 9:00~20:00
  - ◆チケット料金(全席指定)  
一般...3,000円  
高校生以下...1,500円  
※当日500円増  
※チケットの購入は1回の購入につき、1人4枚までとさせていただきます。  
※未就学児の入場はご遠慮ください。
  - 主催: 南島原市教育委員会  
●後援: 南島原市文化協会  
●お問い合わせ  
教育委員会 生涯学習課 ☎050(3381)5082

日時 **10月25日(土)** 開場 18:30 開演 19:00  
会場 **ありえコレジヨホール**

昨年、数々の演劇賞に輝いた中津留章仁がおくる書き下ろし新作演劇『欺瞞と戯言』(ぎまんとたわごと)消息を絶った夫、その秘密が明らかに...!  
出演: 竹下景子、下條アトム、長谷川初範 ほか  
作・演出: 中津留章仁



夏休みは海で"およぎたいです"  
テーマ「夏休みにしたいこと」  
南島原市立 吉川 小学校 5年 名刺 柴原 穂波

夏休み みんなでプール 楽しめた  
テーマ「夏休みにしたいこと」  
南島原市立 吉川 小学校 5年 名刺 宅島 美未





## がんばらんば体操 インストラクター 養成セミナー

体操の普及・定着化を図るため、がんばらんば体操南島原市インストラクター養成セミナーを開催します。

- 📅 9月4日(火)、6日(木)、11日(火)、13日(土)の全4回  
午後7時30分～(2時間)
- 📍 有家保健センター  
(9月11日(火)のみ北有馬ピロティ文化センター日野江)
- 👤 市民の人で、体操の普及・指導に関心を持ち熱意がある人
- 👩‍🏫 講師/南島原市地域インストラクター  
溝田 民弘氏・福田 美智代氏
- 📄 無料
- 👥 10人
- 📄 所定の申込書により申し込んでください  
(FAX、メール可)
- 📅 8月24日(金)
- 📍 教育委員会 スポーツ振興課 または 各教育振興班  
☎050(3381)5084 FAX0957(85)2767  
E-mail : sportshinkou@city.minamishimabara.lg.jp

## 長崎がんばらんば国体・大会 「アイデア料理コンテスト」 の作品募集

長崎がんばらんば国体・大会の開催気運の醸成と県産食材を用いた食によるおもてなしのためのアイデア料理を募集します。

- 応募期間/7月20日(金)～9月10日(月)
- 部門/郷土料理(アレンジしたもの)、おかず、おやつ・デザート の3部門
- 👤 県内に在住、在勤、在学の個人またはグループで、第2次審査で調理実演が可能な人
- 応募方法/応募用紙に必要事項を記入の上、作品の写真またはイラストを添付して郵送、持参またはメールで応募
- 表彰/グランプリ・最優秀賞・優秀賞・佳作。副賞として県産品を贈呈。入賞作品は標準献立レシピ集に掲載。
- 📍 公益社団法人長崎県栄養士会  
☎095(825)9557  
E-mail nagaeiyo-ga2014@ceres.ocn.ne.jp  
〒850-0057 長崎市大黒町3-1  
長崎交通産業ビル5階

# 復興への



## 「東日本大震災災害派遣レポート」 Vol.3

南島原市災害派遣職員 林 田 昭 義



地域の基幹病院である公立志津川病院の被害状況



南三陸町防災庁舎

5月下旬から、被災した公共施設の解体が始まり、年度末にはほとんどの施設で解体を終え、さら地となりました。公立志津川病院も解体されることとなり、解体がはじまる前日、資料収集取材に特別に同行許可を得たので、病院の中に入る事ができました。志津川病院は一般病棟(4階建)と療養棟(5階建)で構成され、地域の基幹病院でしたが、3月11日の津波により入院患者67人、病院スタッフ4人の尊い命が犠牲となりました。

被災後の館内の状況は、1階ロビーは床がえぐられ、レントゲン室などには土砂が堆積しています。大型の医療器機や津波で流されてきた自動車は室内にそのまま放置されています。

また、津波により浸水した4階部分までの壁や天井ははがれ落ち、骨組みがむき出しの状態です。

今回の公共施設の解体には南三陸町防災庁舎は入っており、解体時期については未定となっています。

南島原市は、雲仙普賢岳災害により被災した、大野木場小学校や土石流被災家屋などを保存し、噴火災害の恐ろしさを後世に語り継ぐため、災害遺構として保存しています。

今回の大津波の恐ろしさを後世に語り続けるため、被害にあった市や町では、シンボリックな建造物を災害遺構として保存する動きが出てきています。

南三陸町防災庁舎は、以前から「解体」、「保存」の2通りの意見が出ていましたが、最近はその判断を時間の許す限り議論すべきとの意見も出てきています。いずれにしても、解体はいつでも取りかかれるので住民によって幅広く議論されることが大事だと思います。



中国の夏バテ防止料理  
『キュウリとレモンの和え物』

## リリさんのぶら〜り南島原



福建省の夏は亜熱帯の蒸し暑さと強い日差しは、9月いっぱいまで続きます。この長い夏を乗り切るための暮らしの知恵がいろいろとあります。

その一つが自家製の涼茶(レアンチャ)です。中国の無形文化財に指定されているこのお茶は家庭でもよく作りますが、材料は漢方薬屋さんで売っています。お茶をつくる時間のない忙しい人は街中の涼茶舗へ。緑豆、梅、白キクラゲなどを材料にしたこの天然の清涼飲料は、暑さ負けしない身体作りのために役立つポピュラーな飲み物として、夏場に特に人気です。

また、瓜(グア)という字がつく野菜(黄瓜=きゅうり、冬瓜=とうがん、丝瓜=へちま、苦瓜=ゴーヤ)や果物(木瓜=パパイヤ、哈密瓜=メロン、西瓜=すいか、涼瓜=マクワウリ)が、夏バテ防止の食べ物として取り入れられます。

皆さん、夏バテ防止の日本料理を教えてくださいね。

## 最終話

## イタリアンの日記



昨年8月に南島原市に着任してちょうど一年後には、また空港にいます。昨年、ありえ浜んこら祭でのかき氷の売り子を体験しましたが、皆さん覚えていませんか。今の私と少し違うと思います。南島原市で過ごしたこの一年間におそらく成長したんじゃないかと思います。初めての田舎生活でしたが、あらためて日本の知らない習慣などを知ることができました。

そしてたくさんの南島原市の人たちと交流でき、どの面から見ても本格的な人生の勉強となりました。

全ては出会えた皆さんのおかげです。

Grazie! (グラッチェ:ありがとう!) さあ、久しぶりにイタリアのビール飲みに行っちゃオ!

## 華麗な演奏で全国大会へ

～第16回 PIARAピアノコンクール全国大会出場～

7月14日から静岡県浜松市で開催された第16回PIARAピアノコンクール全国大会に濱田ありさんと森山桃香さんが出場しました。

濱田さんは、九州山口地区大会のシニアA部門において優秀賞を受賞。森山さんは、九州II大会のジュニアC部門で優秀賞を受賞し、全国の切符を勝ち取りました。



濱田 ありさん



森山 桃香さん



## 北村西望作品を寄贈

～志村宗司さんが西望作品「ヒポクラテス」を寄贈～

このほど茨城県つくば市の志村宗司さんより、北村西望作品「ヒポクラテス」をいただきました。

この作品は、志村さんの義姉の遺品整理中に発見されたそうので、志村さんは北村西望先生の故郷である南島原市の地で、多くの人に見ていただきたいという思いから今回の寄贈となりました。

いただいた作品は現在、西望記念館に展示していますので、ぜひご覧ください。

## 勝利への1本!

～第47回 全日本少年剣道錬成大会に出場～

4月22日に行われた第35回長崎県少年剣道錬成大会において、布津町の「布武会」が県予選を突破し、全国大会出場を決めました。

全国大会は、7月31日から東京の日本武道館で行われ、予選を勝ち抜いた全国の精鋭が熱戦を繰り広げます。全国での活躍を期待します。



## 絆で勝ち取った九州大会!

～第30回 全九州小学生男子夏季ソフトボール大会出場～

見岳小学校のソフトボールチーム「見岳少年SBC」が、第30回九州小学生大会長崎県予選会において、九州大会出場の切符を勝ち取り、7月27日から佐賀市で開催される全九州小学生男子夏季ソフトボール大会に出場しました。

## 教育委員の選任

～よろしくお祈りします～

岩永里美さん(深江町)

任期：平成24年6月20日～  
平成28年6月19日



## 観光振興事業功労者表彰を受賞

～原田 建夫氏 受賞～

口之津歴史民俗資料館の原田館長が、長きにわたる館長としての功績や観光による地域貢献などが認められ、日本観光振興協会九州支部から観光振興功労者表彰を受賞されました。

今後、ますますのご活躍をお祈りいたします。

## 陸上競技大会結果 (島原市営陸上競技場)

### ●男子の部

競技名	優勝者(学校・学年)
共通 200M	福田 秀 加津佐・3
共通 400M	高木 駿一 北有馬・3
共通 800M	高木 駿一 北有馬・3
共通 3000M	本多 優鷹 北有馬・3
共通 110MH	猶塚 雄斗 南有馬・3
共通 走高跳	本多 昂蔵 南有馬・3
共通 走幅跳	南原 圭吾 加津佐・3
共通 三段跳	菅 燎太郎 有家・3
共通 砲丸投	石橋 智啓 西有家・3
3年 100M	福田 秀 加津佐・3
3年 1500M	山村 尚耶 北有馬・3
2年 100M	江島 智一 南有馬・2
2年 1500M	中尾 賢真 加津佐・2
1年 100M	伊藤 唯斗 西有家・1
1年 1500M	土手野 圭 深江・1
低学年 100MH	苑田 啓汰 有家・2
共通 4×100MR	加津佐 47秒42
2年 4×100MR	南有馬 49秒84
1年 4×100MR	西有家 53秒78
低学年 4×100MR	南有馬 52秒89

### ●女子の部

競技名	優勝者(学校・学年)
共通 200M	森 小牧 口之津・3
共通 1500M	安永 菜月 西有家・3
共通 100MH	大平 紗恵 深江・3
共通 走高跳	森野 玲菜 深江・2
共通 走幅跳	高田美沙紀 有家・3
共通 砲丸投	本多 涼菜 南有馬・2
3年 100M	森 小牧 口之津・3
3年 800M	福田 真由 加津佐・3
2年 100M	森内 里美 加津佐・2
2年 800M	松田 珠怡 加津佐・2
1年 100M	志方 圭華 加津佐・1
1年 800M	師岡 未来 布津・1
低学年 80MH	森内 里美 加津佐・2
共通 4×100MR	有家 54秒39
2年 4×100MR	加津佐 55秒86
1年 4×100MR	加津佐 59秒30
低学年 4×100MR	加津佐 57秒21

## Focus in 南島原

## まちの話題



## 手に汗握る熱戦!

～6月10日、11日、27日 南島原市中総体～

南島原市中総体が市内各地で行われました。

7月の県中総体の出場をかけたこの大会は、中学生にとっての総決算。選手はもちろん、応援する人も手に汗握る熱戦が繰り広げられました。

なお、各競技の結果は次のとおりです。【敬称略】

## 球技・武道大会結果 (市内各会場)

### ●団体戦

競技名	優勝	準優勝
バレーボール	女子 南有馬	加津佐
バスケットボール	男子 深江	布津
	女子 西有家	深江
ソフトテニス	男子 深江	西有家
	女子 加津佐	深江
卓球	男子 西有家	加津佐
	女子 口之津	
サッカー	西有家	深江
軟式野球	加津佐	有家
剣道	男子 布津	深江



### ●個人戦

競技名	優勝	準優勝
ソフトテニス	男子 有家	北村 真吾
		永石 涼
	女子 布津	石山 岬
		泊 美瑛
卓球	男子 加津佐	田口 斗真
	女子 口之津	野田 香美
剣道	男子 布津	児島 歩
	女子 布津	松尾 美波



## 一操懸命!

～第31回 長崎県消防ポンプ操法大会出場～

南島原市消防団布津地区団が、8月5日(日)に長崎県消防学校で開催される第31回長崎県消防ポンプ操法大会に出場します。

団員の皆さんは、本業の傍ら3カ月間にもおよぶ訓練を行い、南島原市消防団の代表として、上位入賞を目指します。

皆さんの熱い声援をお願いします。

写真左上から 吉岡 勝久・山下 敏史・平川 智也・本多勝一郎  
左下から 景山 拓也・下田 晃弘・平川 隆紀・松島 幸博  
【敬称略】



わたしは、夏休みがいとこといろいろな花火をしたいです。  
テーマ「夏休みにしたこと」 南島原市立 ながの小学校 3年 ながのたけふ

僕は、サッカーをがんばります。毎日休日にサッカーの練習に行きます。  
テーマ「夏休みにしたこと」 南島原市立 長野小学校 3年 ながのたけふ



募集

市営住宅入居者

- 募集団地
  - ・西有家 美輪平団地(1戸)
  - ・南有馬 吉川団地(1戸)
  - ・口之津 早崎団地(3戸)
  - ・口之津 白浜団地(2戸)
  - ・加津佐 旭団地(3戸)

●募集期間  
8月1日(水)~14日(火)

●入居資格条件/収入の基準に該当するなど、こちらの指定する条件を全て満たす人

●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/8月21日(火) 午後2時 南有馬庁舎

●都市計画課  
☎050(3381)5067



健康対策課職員

(臨時職員)

- 募集人員/1人
- 募集資格/保健師の資格を有する人
- 業務内容/保健指導業務など
- 賃金/時給1,000円
- 雇用条件/社会保険、雇用保険あり

●雇用期間/9月18日~平成25年3月31日

●勤務時間/月々金曜日(土、日、祝日年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分(うち休憩時間1時間)

●試験/面接

●試験日/8月24日(金) 必着

●試験場所等は後日連絡します。

●市販の履歴書に必要事項を記入(写真添付)し、「健康対策臨時職員申込」と朱書きした封筒に入れて郵送してください。(持参可)

●健康対策課  
☎050(3381)5141

☎050(3381)5064

☎050(3381)5080

☎050(3381)5080

☎050(3381)5080



口之津公民館等管理員

(委託契約)

- 募集人員/1人(委託契約)
- 勤務内容/館内の清掃、維持管理、鍵の管理・貸出など
- 勤務場所/口之津公民館、口之津体育館、口之津図書館
- 報酬/月額103,000円
- 保険適用/傷害保険(労使折半)

●勤務日および時間/平日:午前8時~正午、午後5時~午後10時15分/土日・祝日:午前8時~午後10時15分(年末年始は休み)※隔日勤務

●雇用期間/9月1日~平成25年3月31日

●応募資格/18歳以上の市内在住の人

●申込期限/8月20日(月) 必着

●市販の履歴書に必要事項を記入(写真貼付)し、「口之津公民館等管理員申込」と朱書きした封筒に入れて郵送してください。(持参可)。

●各教育振興班でも受け付けます。

●試験/面接

●試験日/8月20日(月) 必着

●試験場所は、後日連絡します。

●教育委員会 教育総務課  
☎050(3381)5080

☎050(3381)5080

☎050(3381)5080

☎050(3381)5080

北有馬ピロテター文化センター日野江等管理員

(委託契約)

- 募集人員/1人(委託契約)
- 勤務内容/施設の管理業務、鍵の管理・貸出など
- 勤務場所/北有馬ピロテター文化センター日野江、北有馬多目的研修集会施設
- 報酬/月額76,000円
- 保険適用/傷害保険(労使折半)

●勤務日および時間/平日:午後5時~午後10時30分/土日・祝日:午前8時30分~午後10時30分(年末年始は休み)※隔日勤務

●雇用期間/9月1日~平成25年3月31日

●応募資格/18歳以上の市内在住の人

●申込期限/8月20日(月) 必着

●市販の履歴書に必要事項を記入(写真貼付)し、「北有馬ピロテター文化センター日野江等管理員申込」と朱書きした封筒に入れて郵送してください(持参可)。

●各教育振興班でも受け付けます。

●試験/面接

●試験日/8月20日(月) 必着

●試験場所は、後日連絡します。

●教育委員会 教育総務課  
☎050(3381)5080

☎050(3381)5080

☎050(3381)5080

☎050(3381)5080

保育士嘱託員

- 募集人員/2人
- 勤務地/北有馬保育所
- 勤務内容/保育士業務
- 報酬/月額161,000円
- 保険適用/社会保険・雇用保険あり

●勤務日および時間/週5日(日、祝、年末年始を除く) 1日7時間30分(午前7時30分~午後6時までのうち)

●雇用期間/9月1日~平成25年3月31日

●申込期限/8月20日(月) 必着

●応募資格/保育士の資格を有する人

●試験/面接

●日時/場所等は後日連絡します。

●市販の履歴書に必要事項を記入し(写真添付)、「北有馬保

育所保育士申込書」と朱書きした封筒に入れて郵送して下さい(持参可)。

●北有馬保育所  
☎050(3381)5064

☎050(3381)5064

☎050(3381)5064

島原地域広域市町村圏組合消防吏員

- 募集人員/消防吏員:各若干名
- 試験区分A:大卒程度
- 試験区分B:高卒程度
- 試験区分C:救急救命士の免許を有する人
- 試験区分D:消防吏員として勤務している人

●試験区分および受験資格における生年月日など、詳しくはお問い合わせください。

☎0957(62)7711

☎0957(62)7711

- 採用予定日/平成25年4月1日
- 試験(試験区分A~C) 10月21日(日)
- 島原第2中学校
- 学力試験(教養、適性)、体力試験
- 試験(試験区分D) 10月20日(土)
- 島原地域広域市町村圏組合消防本部
- 小論文、面接試験
- 受付期間/8月27日~9月21日 当日消印有効
- 申込用紙は、消防本部総務課にありませので、必要事項を記入の上、同総務課に提出してください。

●島原地域広域市町村圏組合消防本部総務課  
☎0957(62)7711

☎0957(62)7711

☎0957(62)7711

☎0957(62)7711

- 長崎県警察官
- 「長崎県の治安を守りたい」というやる気と強い正義感を持つたあなたの応募を待っています。
- 試験職種/警察官Ⅲ類(高卒程度)
- 募集人員
- 男性:約44人
- 女性:約6人
- 試験日/10月14日(日)
- 受験資格など詳しくはお問い合わせください。

●長崎県警察本部警務課採用係  
☎095(820)1504

☎095(820)1504

☎095(820)1504

☎095(820)1504



フードEXPO南島原 出店者募集

●とき: 9月23日(日) 午前10時~午後4時50分

●ところ: 口之津港緑地公園

9月23日の口之津開港450年メインイベントで、「フードEXPO南島原」を開催します。

今回、特産品販売出店者を募集します。出店希望される事業所は、以下によりご応募ください。

☎ 南島原市内事業者

☎ 1コマ…3,000円

※1コマ…屋外テント1/2(2.7m×2.7m)

※電源…希望者のみ用意(有料500円)

※詳細はお問い合わせください。

☎ 電話やFAX、または商工観光課へお越しください。

☎ 8月20日(月)

☎ 商工観光課

☎050(3381)5032

☎0957(82)3086

い草の匂いは日本の薫り

エコな畳のお手伝い

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1055番地

薄田たたみ店 Tel. 72-2329 Fax. 72-6857

南島原プレミアム商品券使えます!!

有明ひまわり基金法律事務所

長崎県弁護士会所属 弁護士 大田 真和

取扱分野 借金問題(破産、再生、過払金請求など)、離婚、養育費、相続、後見、交通事故、労働、不動産など全般。

相談 ご相談は無料です。土日・夜間の相談も可能です。

依頼費用 事件により、分割払(法テラス)、後払いも可能です。

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)

島福倶楽部

最大特典 3か月会員5,000円で 会員バスが乗り放題

会費 3か月 ¥5,000

3か月限定会員 10月~12月、1月~3月、4月~6月、7月~9月

行ってみよう!! 福岡へ

「島福倶楽部」では、観光地のご案内・宿泊の優先予約や旅の移動にかかせない会員バスの無料利用など、数々のサービスを受けることができます。最近では、博多駅に新しいレジャーエリアが誕生しました。東急ハンス・飯倉百貨店は連日の賑わいを見せています。まだまだ天神の賑わいも華やかそのもの。「ちょっと行かなくなったら、また変わったわね」の声は今だよく耳にします。福岡(博多)に足を運んでみてください。

新発見/ふくおか!

○九連旅一第397号 ○観光庁長官登録旅行業第1744号

○国際航空運送協会会員(IATA) ○日旅行業協会会員(JATA)

(株)アジアネットツアー

〒812-0011 福岡市博多区博多駅前3-6-1

フリーダイヤル ☎0120(888)698 TEL.092(436)3678 FAX.092(436)3677

7:30(有家・有馬) 8:00(加津佐) 8:45 9:20 11:45 12:00

島原 → 口之津 → 小浜 → 千々石 → 福岡空港(国際線) → 博多駅

20:30 20:00(加津佐) 19:15 18:50 16:15 16:00

有家・有馬・加津佐にも停車します。 完全予約制

社長崎県観光連盟会員

お知らせ

「黙とう」をささげましょう



原爆犠牲者や戦没者のご冥福をお祈りし、平和への誓いを新たにするためにサイレンを吹鳴しますので「黙とう」のご協力をお願いいたします。

- 8月6日(月) (広島祈りの日) 午前8時15分
- 8月9日(木) (県民祈りの日) 午前11時2分
- 8月15日(水) (全国戦没者追悼式) 正午

企画振興課

☎050(3381)5030

衛生局からのお願い

お盆前になると「し尿汲取り」の申し込みが殺到して混み合いますので、し尿汲取りは余裕(4〜5日前程度)をもって早めに申し込んでください。

衛生局

☎050(3381)5042

救命講習会の開催



救急医療週間に伴う救命講習会を開催します。ぜひ、受講してみませんか。

- 9月7日(金) 午後1時〜4時
- ①島原消防本部4階多目的ホール ②南島原消防署2階多目的ホール
- 定員 ①100人 ②60人
- 8月31日(金)

消防本部ホームページから

「救命講習受講申込書兼受講票」をダウンロードし、必要事項を記入の上、ファックスまたは、最寄りの消防署へ申し込みください。

南島原消防本部警防課

☎0957(62)3080  
☎0957(62)3133

脳卒中市民公開講座の開催

- 9月8日(土) 午後1時〜4時
- 島原文化会館大ホール
- 「地域で育てよう脳卒中の輪」をテーマに、医師・看護師、介護士などによる講演を行います。
- 無料

島原半島精神保健福祉大会

☎8月30日(木)

第一部

- 講演会(午後1時〜3時)
- 国見町文化会館
- 講師:高森 信子氏(SSTリーダー)



- 第二部
- グループワーク
- (午後3時10分〜4時30分)
- 国見農村環境改善センター
- 園野の花ファミリークラブ 野島
- ☎0957(78)3866

社会適応訓練事業講習会、入浴懇親会開催について

- 人工肛門および人工膀胱造設者に対する講習会、入浴懇親会を開催します。
- 9月29日(土)
- 講習会 午後2時〜4時
- 入浴懇親会 午後6時〜8時
- むつみの宿旅館和多屋(雲仙市小浜町)
- 講師
- 健康保険諫早総合病院 皮膚・排泄ケア認定看護師:平田直子先生
- 聖フランシスコ病院 皮膚・排泄ケア認定看護師:山口久美子先生
- ①泊2食:7,500円(夕食のみ4,000円)
- 9月24日(月)

第57回長崎県美術展覧会



- 9月15日から
- 長崎県美術館ほか県内3会場
- 出品申込
- 8月1日(水)〜8日(水)
- 南島原警察署に設置していた募金箱に、市民の皆さんからの
- 募金ありがとうございます
- ☎095(825)6058

募金が次のとおり集まりました。

- 交通遺児育英会募金 14,155円
- 犯罪被害救援基金 2,430円
- 「ダメ。ゼッタイ。」国連支援募金 5,622円
- 南島原警察署
- ☎0957(86)2110



特定健診受診者へ 特典の贈呈

6月28日に南島原市国民健康保険の被保険者で、特定健診を受診した人の中から抽選で選ばれた39人に特典賞品を贈呈しました。



これは、特定健診の受診率向上を目的に昨年実施しており、今回で2回目となります。昨年度の受診率は44.1%でしたが、さらなる向上を目指して取り組んでいきます。皆さん、健診に行きましょう。

●保険年金課 ☎050(3381)5039

長崎県島原病院地域医療支援センター

☎0957(63)1145

島原市医師会看護学校 オープンキャンパス

●8月26日(日) 午前10時〜午後1時
- 教育内容、看護学生体験、校舎案内、在校生とのフリートーク、入学に関する相談など
- 南島原市医師会看護学校
- ☎0957(65)0730

福祉・介護に携わる職員による研究発表

- 南島原市地域包括支援センター
- ☎0957(84)2633
- 看護力再開発・離職防止講習会
- 未就業看護職の就業促進と在職看護職の離職防止を目的に講習会が開催されます。
- 講義および演習
- 9月6日(木)〜9月7日(金) 午前9時〜午後4時
- ながさき看護センター
- 病院実習
- 9月10日(月)〜9月12日(水) 午前8時30分〜午後4時30分
- 各地区実習病院
- 8月22日(水)
- ①未就業で講義・演習・実習の全日程に参加できる人
- ②在職中で講義・演習の2日間に参加できる人
- 定員 40人
- 無料
- ※講習会の詳細は、お問い合わせください。
- 申・南島原看護協会内 長崎ナースセンター
- ☎0957(49)8060

広告

任意整理・過払金返還請求! 消費者金融等と約10年以上の取引がある方 消費者金融等の借金を完済した方は

**相談無料** 秘密厳守

完済した方は自己負担金ゼロ! 取り戻した過払金の中から20〜25%をいただくのみです。

詳しくはホームページを検索! <http://nishi9kabarai.com/>

西九州総合法律事務所 佐賀県弁護士会所属 弁護士 福田 大志 弁護士 行武 謙一

西九州総合法律事務所 要電話予約 ☎0954-27-8056 受付/月〜金 9:00〜12:00 13:00〜18:00 佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

無料巡回バス運行開始

3ヶ月間(8月〜10月) 無料巡回バスを運行致します。お気軽にご利用ください。\*周辺道路の混雑により、時間通りの運転が出来なくなる場合があります。何卒ご了承ください。

お帰りの際も巡回バスをご利用ください!

乗車場所	1便目	2便目
元有家駅前	9:45	13:15
ありえレゾロホール前	9:47	13:17
堂崎Yショップ浜崎店様前	9:50	13:20
堂崎Yショップ宝屋様前	9:52	13:22
ファミリーマート有家店様前	9:55	13:25
西有家レストラン様前	9:58	13:28
龍石駅前	10:00	13:30
北有馬日野江の里広場前	10:05	13:35
南有馬消防分署前	10:10	13:40
真砂着	10:15	13:45

●有家発〜真砂着(計2便) ●加津佐発〜真砂着(計2便)

●真砂発〜有家着 13:00〜16:00 ●真砂発〜加津佐着 13:50〜16:50

原城温泉 真砂 ☎0957-85-3155



家族でジオくんジンちゃんのパラ板を作ります。テーマ「夏休みしたいこと」 南島原市立 長野小学校 5年 長野 智有里

毎日、すごくむずかしいゴを1に1に組み立てて完成したい。テーマ「夏休みしたいこと」 南島原市立 長野小学校 5年 長野 智有里



**【お問い合わせ】** 深江図書館 ☎050(3381)5125  
 有家図書館 ☎050(3381)5046  
 西有家図書館 ☎050(3381)5155  
 原城図書館 ☎050(3381)5078  
 口之津図書館 ☎050(3381)5186  
 加津佐図書館 ☎050(3381)5119

\*詳しいことは、館内ボスターや各図書館でご確認ください。

## 南島原市図書館だより vol.74



### 図書館紹介『口之津図書館』 南島原市口之津町丙2092番地1

こんにちは。口之津図書館です。夏休み期間中はセミの声に負けないくらいの子もたちで館内にもぎやかです。工作や自由研究、課題図書などのお助けブックもたくさん準備していますので、早目にとりかかりましょうね。

口之津は今年、開港450年を迎えます。南蛮船や繁栄を極めた時代に思いをはせながら、口之津の歴史をひも解いてみませんか。

「おれたち、ともだち!」シリーズ第11弾。

コダヌキはキツネたちと遊んでいたのだけれど、オオカミが怖くてなかなか仲間に入れません。それを知ったオオカミは落ち込み、笑顔の練習をしますが...

内田麟太郎 / 作  
降矢 かな / 絵  
偕成社 / 出版



歴史小説

隠れキリシタン (天草回廊記)

天草の乱の約100年後、天草4力村、今富村・高浜村・大江村・崎津村の隠れ切支丹が発覚。幕府、島原藩はこの取締りに苦慮。4力村5千余の信者を「心得違い」として扱った。天草の乱以後のキリスト教徒たちの姿を探る。

示車 右甫 / 著  
海鳥社 / 出版

## 夏休みは図書館へいこう!

夏休み、南島原市図書館はイベントがもりだくさん! 夜間開館も実施していますので、とても便利です。長い夏休みの思い出づくりに、親子で、友だちといかがですか?

### 8月の各図書館行事とお知らせ

<p>▼加津佐図書館</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・『第2回夏休み工作教室』 8月1日(水) 14時~</li> <li>・『科学教室』 8月11日(土) 14時~</li> <li>・『こわ~いおはなし会』 8月23日(木) 19時30分~</li> <li>・『第3回夏休み工作教室』 8月29日(水) 14時~</li> <li>▼口之津図書館</li> <li>・『~夏休み工作教室~ くるくるペーパークイリング』 8月5日(日) 14時~</li> <li>・『ちょっとこわい真夏の夜のおはなし会』 8月10日(金) 19時~</li> </ul>	<p>▼原城図書館</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・『工作教室』※要申し込み(定員10人) 8月5日(日) 14時~</li> <li>・『ちょっとこわ~いおはなし会』 8月11日(土) 14時~</li> <li>・『夏休みスペシャル読書会』 8月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・25日(土) 14時~</li> <li>▼西有家図書館</li> <li>・『1日図書館員』 8月1日(水)~3日(金)</li> <li>・『こわ~いおはなし会』 8月24日(金) 18時30分~</li> <li>・『子ども映画会』 8月28日(火) 13時30分~</li> </ul>	<p>▼有家図書館</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・『ものがたりのおかしをつくろう! ~かぼちゃプリンづくり~』 8月6日(月) 10時30分~12時30分 ※要申し込み(小学3年生以上:定員20人)</li> <li>・『1日図書館員』 8月12日(日) 10時~12時 ※要申し込み(小学4年生以上:定員2人)</li> <li>▼深江図書館</li> <li>・『ぼくも私も図書館員』 夏休み期間中の毎週水・金曜日 14時~と16時~(1時間ずつ)</li> <li>・『夜のおはなし会』 毎週金曜日 18時30分~</li> <li>・『第2回夏休み工作教室』 8月11日(土) 14時~15時</li> </ul>
--	--	--

\* 行事は全て予約が必要です。詳細は各図書館へお問い合わせください。

## つなごう未来へ! 島原半島世界ジオパーク

# 島原半島世界ジオパークを楽しむために

島原半島世界ジオパーク推進連絡協議会  
 ☎0957(65)5540 FAX0957(65)5542  
 URL: <http://www.unzen-geopark.jp/>  
 E-mail: [info@unzen-geopark.jp](mailto:info@unzen-geopark.jp)

## 島原半島のはじまり Part①



早崎玄武岩  
 ※こぼれ話...現在同じような現象が起きているのが、スペイン領にあるエル・イエロ島の近くで海底火山が噴火を繰り返しており、新しい島が誕生しそうです。

### 早崎玄武岩(口之津町)

日本列島がアジア大陸から分かれてきた1,500万年前(日本海が誕生した頃)島原半島は、存在していませんでした。その後、430万年前になって現在の口之津町にある早崎海岸付近から、海底火山が噴火を繰り返し、徐々に成長していきました。これが島原島(まだ半島ではありません)の誕生と考えられています。この時の噴火で流れ出した溶岩が固まってできた岩を『早崎玄武岩』と言い、現在でも早崎海岸で見ることができます。ぜひ、島原半島の一番古い火山岩を見て下さい。

次回は、島原半島のはじまりPart2“国崎安山岩”をお届けします。

## 寺井先生と巡る 絹笠山サンセットジオさらく



絹笠山からの夕日

島原半島世界ジオパークの寺井先生と一緒に雲仙地獄をさらく。雲仙地獄の移り変わりや地獄の噴気に触れた後は、サンセットヒルとして諸外国に知れた絹笠山に登って、沈みゆく夕日を眺めましょう。

☑ 8月18日(土) 午後4時~午後7時30分  
 ※雨天時は、『寺井先生と巡る 雲仙地獄と銭湯ジオさらく』に変更

- 集合場所 / 雲仙やまびこ会館 駐車場
- 参加人数 / 20人(先着順)  
※先着順: 定員になり次第締め切ります。
- 申込期限 / 8月15日(水)
- 参加料 / 500円(ガイド料)
- 持参品 / 動きやすい服装、弁当、飲物、タオル、帽子、雨具、懐中電灯

☎ 電話またはFAX、Eメールで申し込んでください。  
 ※参加人数/住所/氏名/電話番号を記載ください。  
 宛先: 島原半島観光連盟  
 TEL.0957(62)0655 FAX.0957(62)0680  
 E-mail: [taiken@gamadas.jp](mailto:taiken@gamadas.jp)



私は、夏休みに図書館へ行ったら、いろいろな本と出会った。それは、世界を旅する気分だ。南島原市立堂崎小学校 4年 寺井 瑞希

ぼくは暑さに負けず、汗をかきっぱなしで、夏を過ごす。南島原市立堂崎小学校 4年 伊藤 祐



好奇心をくすぐる

# 南島原夏の祭典

企画振興課 ☎050(3381)5030

## ありえ浜んこら祭

18日(土) 9:00~22:00

(雨天決行)

マリンパークありえ

ありえ浜んこら祭 実行委員長 苑田 康治さん

「浜んこら」とは有家弁で「浜辺」の意味です。日中は浜辺を舞台にビーチバレー大会を開催し、九州各県からたくさんのチームが参加します。会場内では市の特産品である島原手延そうめんの無料試食も行います。夕方になると有家中学校生徒による「有中ソーラン節」や、地元から寄せられた精霊燈に火を灯します。フィナーレは約1,000発の花火や九州内ではめったに見られない2尺玉を打ち上げます。花火と精霊燈との競演は幻想的ですので、皆さん会場へお越しください。

16日(木) 20:30~21:00

(雨天の場合は翌日同時刻開催)

加津佐前浜海水浴場

## かづさ花火大会



かづさ花火大会 実行委員長 林田 寿彦さん

約40年前より始まった南島原市内でも伝統的な花火大会です。故郷を離れ、久しぶりに帰省した人たちに見てもらいたいのはもちろんですが、市内の人たち皆さんに見てもらい、そして楽しんでほしいですね。今年も1,500発の花火を打ち上げます。特大花火や、海上花火が一押しです。皆さん、広い砂浜でゆっくりとかづさの花火大会をお楽しみください。

## 活き生きサマーフェスタ in ふつ

16日(木) 16:00~21:00

(雨天決行)

布津こんぴら公園

活き生きサマーフェスタ in ふつ 実行委員長 吉岡 清寛さん

お祭りの名称は変わっていますが、約30年前から始まり、布津の夏祭りとしてすっかり定着しています。帰省した人たちに地元の楽しさや、頑張っているところを見てほしいです。祭りの見所は、何と言っても島原半島内にある太鼓6団体による演奏です。あと、芝生にみんな寝っ転がって見ることができる場所ですね。皆さん、お待ちしております。

# 休日在宅 8月 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

日	休日在宅当番医	電話番号	町名
5日	しおた内科胃腸科医院	86-4443	口之津町
	坂上整形外科	82-1822	有家町
	宮崎歯科医院	62-1180	島原市
	広田歯科医院	88-3800	南串山町
12日	浦上病院	85-3508	南有馬町
	明島整形外科医院	72-2023	布津町
	いなだ歯科	62-2901	島原市
15日	秋尾歯科医院	74-5100	小浜町
	みやざき歯科	62-7300	島原市
19日	津田歯科医院	75-0281	小浜町
	口之津病院	86-2200	口之津町
	池田循環器科内科	82-0993	有家町
	寺田歯科診療所	62-4427	島原市
26日	永田歯科医院	37-2007	千々石町
	本多南光堂医院	85-2002	南有馬町
	布井内科医院	72-5111	深江町
	山口歯科医院	62-3016	島原市
	天野歯科	37-2121	千々石町

※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。

## 8月 健康テレホンサービス

0120(555)203  
☎095(826)5511

- ☑ 飲酒と肝機能障害
- ☑ 胆石症は手術した方がいいか
- ☑ 夏かぜってなんですか？
- ☑ 味覚障害
- ☑ 歯科インプラントの安全性
- ☑ 高齢者の性器出血



# 保健事業のご案内 8月

『母子保健』のお問い合わせ  
こども未来課 ☎050(3381)5050

**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。

事業名	実施日	場所(保健センター)	受付時間
乳児相談	16日(木)	口之津	2~3カ月 10:00~10:15
	20日(月)	有家	6~7カ月 13:00~13:15
	21日(火)	布津	10~11カ月 14:30~14:45 (布津・有家)
	27日(月)	北有馬	10~11カ月 14:00~14:15 (北有馬・口之津)
1歳6カ月児健診	3日(金)	有家	12:30~12:45
親子歯科健診	17日(金)	有家	13:00~13:15
3歳児健診	23日(木)	加津佐	12:30~12:45

※場所の例：有家 → 有家保健センター

『献血/健康相談/住民健康診査/健診結果説明会』のお問い合わせ  
健康対策課 ☎050(3381)5141

## 献血 ~献血で広がる みんなの思いやり 助け合いのこころ~

事業名	実施日	場所	時間
献血	10日(金)	北有馬庁舎	9:30~11:00
			12:20~15:30

## 健康相談 ~血圧・体組成測定、食・運動・歯・こころの健康づくり教室など~

事業名	実施日	場所	時間
健康相談	2日(木)	北有馬保健センター	9:30~12:00
	6日(月)	布津保健センター	
	8日(水)	西有家保健センター	
	17日(金)	深江公民館	
	21日(火)	有家保健センター	
	24日(金)	口之津保健センター	
	30日(木)	原城オアシスセンター	
31日(金)	加津佐保健センター*		

※血液検査結果データがある人は持参してください。  
※今月の加津佐会場は加津佐総合福祉センター(希望の里)に変更になっています。

## 住民健康診査 ※各健診の対象年齢や個人負担金などは、個人に配布する通知で確認ください。

事業名	実施日	場所	受付時間
集団健診	16日(木)・17日(金)	西有家あけぼの会館	12:30~14:30
	18日(土)・20日(月)		8:00~11:00
	21日(火)・22日(水)		12:30~14:30
	24日(金)	有家保健センター	12:30~14:30
	26日(日)・27日(月)		8:00~11:00
	28日(火)・29日(水) 30日(木)		12:30~14:30
肺がん・胃がん 大腸がん検診	23日(木)	西有家あけぼの会館	8:00~11:00
	31日(金)	有家保健センター	

※医療機関での『個別健診』を受ける人は、指定医療機関に連絡し、必要書類を持って受診して下さい。

## 女性の検診 ※各健診の対象年齢や個人負担金などは、個人に配布する通知で確認ください。

事業名	実施日	場所	受付時間
乳がん・子宮がん検診	6日(月)	加津佐保健センター	8:30~11:00 13:00~15:00
乳がん・子宮がん検診・骨粗しょう症検診	8日(水)	加津佐保健センター	
乳がん・子宮がん検診・骨粗しょう症検診	9日(木)	口之津保健センター	
乳がん・子宮がん検診	10日(金)	口之津保健センター	

※医療機関での『個別健診』を受ける人は、指定医療機関に連絡し、必要書類を持って受診して下さい。

## 健診結果説明会 ~がん検診のみ受けた人の結果は郵送します~

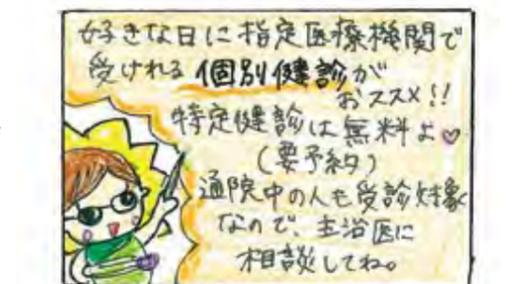
事業名	実施日	場所	受付時間
健診結果説明会	7日(火)・8日(水) 9日(木)・10日(金)	深江公民館 ※(1)	9:00~12:00 13:00~16:00
	23日(木)・24日(金) 27日(月)・28日(火) 29日(水)	原城オアシスセンター ※(2)	9:00~12:00 13:00~16:00

※(1) 6月に深江ふるさと伝承館で健診を受けた人  
※(2) 6月に原城オアシスセンターで健診を受けた人

## 運動の楽しみ方講座 健康対策課 ☎050(3381)5141 Eメール kenkoutaisaku@city.minamishimabara.lg.jp

今話題の「スロトレ」をプロに学べます。「時間がない」「運動が苦手」という人でも気軽に運動が楽しく、筋肉を効果的につけますので、腰痛や膝痛の予防にもつながります。

- 📅 9月18日(火) 午後1時30分~3時30分
- 📍 南有馬武道館
- 🎫 無料
- 👤 南島原市民
- 👥 40人(先着順)
- 👨‍🏫 講師…運動トレーナー 高西文利先生
- 🏃‍♂️ 筋肉づくり運動「スロ・トレ」の実技体験など
- 📅 9月7日(金)
- 📞 電話またはEメールで申し込んでください。



ぼくは海で30センチメートルの魚をつりたいです。  
テーマ「夏休みにしたこと」 南島原市立 堂崎小学校 4年 名田小村ゆうき

私は長いすべりだいのあるプールにいきたいです。  
テーマ「夏休みにしたこと」 南島原市立 堂崎小学校 4年 名田松尾遥香



# 市民カレンダー

8月

9月

8/1(水)	●行政相談 布津公民館 13:00~16:00 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
2(木)	●行政相談 口之津老人福祉センター 10:00~12:00
3(金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) *要予約 加津佐総合福祉センター 13:00~17:00 ●キエフ・クラシック・パレエ ありえコレジヨホール 開場/18:30 開演/19:00
4(土)	
5(日)	
6(月)	●広島祈りの日 8:15~ サイレン吹鳴 *詳細P20
7(火)	
8(水)	●年金相談 加津佐庁舎 10:00~15:00 *要予約
9(木)	●県民祈りの日 11:02~ サイレン吹鳴 *詳細P20
10(金)	
11(土)	
12(日)	●口之津開港450年記念事業 「夏期巡回ラジオ体操」 6:00~ 口之津緑地公園(雨天時:口之津体育館)
13(月)	
14(火)	
15(水)	●全国戦没者追悼式 12:00~ サイレン吹鳴 *詳細P20 ●行政相談 加津佐公民館 13:00~16:00 北有馬ピロティエ文化センター日野江 10:00~12:00
16(木)	●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 ●活き生きサマーフェスタ in ふつ 布津こんぴら公園 16:00~21:00 *詳細P24 ●かつさ花火大会(雨天時:翌日開催) 加津佐前浜海水浴場 20:30~ *詳細P24
17(金)	
18(土)	●ありえ浜んこら祭 マリンパークありえ 9:00~22:00 *詳細P25

19(日)	
20(月)	
21(火)	
22(水)	●司法書士相談(多重債務・登記・相続・契約関係) 布津公民館 13:00~17:00 *要予約 ●行政相談 西有家老人福祉センター 10:00~12:00 深江ふれあいの家 13:00~16:00
23(木)	●行政相談 ありえコレジヨホール 17:30~19:00
24(金)	
25(土)	
26(日)	●もっと南島原ツアー2012 第3弾 夏休み親子ツアー 「親子で夏の1ページを作ろう!」 *詳細P13
27(月)	
28(火)	
29(水)	●年金相談 西有家庁舎 10:00~15:00 *要予約
30(木)	<b>8月は、市県民税(第2期)・ 固定資産税(第2期)の納期月です</b> <small>※納期限は、8月31日(金)となっています。</small>
31(金)	
9/1(土)	
2(日)	



- 「無料法律相談」「司法書士相談」の予約は、市民相談センター(人権・男女共同参画室内) ☎0957(82)3010 に電話で申し込んでください。
- 「行政相談」は、秘書広報課 ☎050(3381)5001 にお問い合わせください。
- 「年金相談」の予約は、保険年金課 ☎050(3381)5039 に電話で申し込んでください。



## ひまわり健康づくり運動 推進団体募集

健康対策課 ☎050(3381)5141 E-mail: kenkoutaisaku@city.minamishimabara.lg.jp

運動の趣旨に賛同し、市と連携しながら主体的に運動に取り組んでいただける機関、地域や団体などを募集します。

### ひまわり健康づくり運動の主な目的

生活習慣の改善、むし歯・歯周疾患等の予防、口腔機能の向上など。

- 募集期限：平成25年3月末日まで
- 応募方法

「南島原市ひまわり健康づくり運動・ひまわり食育推進運動推進団体応募用紙」に必要事項を記入して、健康対策課窓口に提出してください。

### ひまわり食育推進運動の主な目的

健全な食生活の実現、食文化の継承、生産者と消費者の交流など。

- 応募の窓口・問い合わせ

運動推進団体の募集の窓口は、健康対策課において行います。運動推進団体に関するお問い合わせなどありましたらお気軽にご連絡ください。

ふるさと応援寄附 ありがとうございます

現在累計 (平成24年6月末日現在)

現金寄附 **5,324万247円**

企画振興課 ☎050(3381)5030

寄贈品(8件) **3,850万円相当**