

●申込方法
9月30日(水)
電話で申し込みください。

●修了者の特典
「食生活改善推進員」としての活動ができるようになります。

●食生活改善推進員の活動は
健康づくりを手助けするボランティア活動をしています。

・地域の人たち（親子、男性、老人会、婦人会等）との料理教室
・健康づくりイベントへの参加など

回	日程	内 容
第1回	10月9日(金)	私の健康、家族の健康
第2回	10月15日(木)	栄養の基礎知識 調理実習：バランスのとれた食事
第3回	11月4日(水)	食品表示の見方 調理実習：朝ごはんコンテスト料理1
第4回	11月25日(水)	生活習慣病の予防（運動のススメ） 調理実習：肥満が気になる人の食事
第5回	12月9日(水)	バランスのとれた献立づくり 調理実習：朝ごはんコンテスト料理2
第6回	12月21日(月)	食育と生活リズムについて 調理実習：子供に喜ばれる食事
第7回	1月7日(木)	高齢者の身体と食事について 調理実習：高齢者の低栄養を防ぐ食事
第8回	1月20日(水)	お口の健康づくり 調理実習：自分の食事づくり
第9回	2月5日(金)	食生活改善推進員との交流会

●申込方法
9月30日(水)
電話で申し込みください。

●修了者の特典
「食生活改善推進員」としての活動ができるようになります。

●食生活改善推進員の活動は
健康づくりを手助けするボランティア活動をしています。

・地域の人たち（親子、男性、老人会、婦人会等）との料理教室
・健康づくりイベントへの参加など

平成21年度 食生活改善推進員養成講座

申・間 市民生活部 健康対策課 ☎050(3381)5141

申/申し込み 問/お問い合わせ ト/日時 図/場所 例/対象者 定/定員 料/料金

耐震の診断、改修工事を助成します

申・間 建設部 都市計画課 ☎050(3381)5067

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っています。

地震は、いつ起こるかわからず、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。家屋の安全を図り、明日の万一に備えましょう。

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。

②建築士が施工管理を行う場合の、島原半島内の業者

対象となる住宅

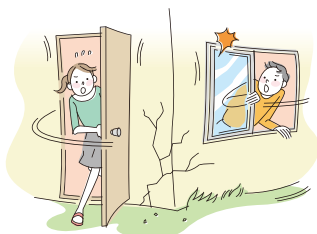
診断費用 15,000円
※総費用45,000円のうち、30,000円は市が負担します。

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
・申請者本人(税金の未納がない人)が所有し、居住する住宅

耐震改修

「危険」と判定された住宅の耐震改修工事に対し、30万円を上限に、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、次のいずれかとなります。

①建設業の許可を受けている島原半島内の業者



廃棄物の『野焼き』は禁止されています

問 市民生活部 環境課 ☎050(3381)5041

「ごみ」を積み上げて燃やしたり、穴を掘って燃やしたりすることを『野焼き』と言い、黒煙、有毒ガス、ダイオキシンの発生や、火災のおそれなどから法律で禁止されています。ごみの焼却はやめましょう!!

家庭から出るごみは、『家庭ごみの正しい分け方・出し方』に従い分別し、処理してください。

野焼き禁止の例外

宗教上の行事に伴う焼却、焚き火、その他日常生活を営む上で通常行われる焼却のうち、軽微なものは、例外として野焼きをしてもよいことになっています。

ただし、墓に供えた「ハナシバ」、農業用廃ビニールなどは、例外に該当しませんので適正な処理をお願いします。※野焼きの例外の詳細は、お問い合わせください。

生ごみは、水を切って出しましょう

問 市民生活部 環境課 ☎050(3381)5041

最近、ごみ収集の際に、ごみ袋の底に水がたまっている袋を見かけます。これは、料理くず、残飯、卵の殻、貝殻などの生ごみから出ているもので、これらの水が原因で、腐臭がしたり収集場所が不衛生になっているケースも見られます。

生ごみを出すときは、水をよく切って出すようにお願いします。

また、生ごみの水切りは、重さが半減したり、防臭効果があるだけでなく、ごみそのものの量も少なくなるなど、メリットも多くあります。

ちよつとしたひと手間で、皆さんの地域にもお財布にもやさしい「生ごみの水切り」、よろしくお願いします。



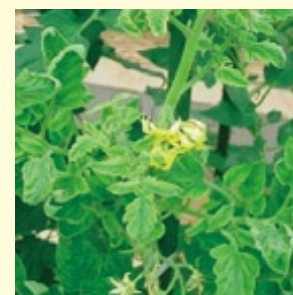
ある収集所で出されたごみ。水分が多いとよく燃えないので困ります。

トマト黄化葉巻病の撲滅にご協力ください

こんなトマトみかけたことありませんか？ トマト黄化葉巻病

先端や腋芽の葉っぱが、黄色くなって巻き上がる...

トマト黄化葉巻病は、トマト生産農家の農業経営に重大な影響を及ぼす重大病害です。



この病気を防ぐには病気がかかったトマトを地域からなくすることが大切です。まん延防止のため、家庭菜園などのトマト(ミニ、ミディトマトを含む)でこのような株を見つけたら、放置せず、次の処理を行ってください。ご協力よろしくお願いします。

●対処方法…病気の株を引き抜き、ビニール袋に密閉して、腐らせるか、病気の株を土中に埋め込む。

問 島原振興局 農林水産部 技術普及課
☎0957(63)0462
または 南島原市 農林水産部 農林課
☎050(3381)5060

農作業事故に注意！

問 農林水産部 農林課 ☎050(3381)5060



～秋の農作業安全運動月間～
9月12日～10月11日

秋の農繁期を迎え、農作業時に農業機械を使用する頻度が増えるとともに、農作業事故発生危険性も高まり、実際にトラクターなどの転倒や転落などが多く発生しています。また、県内では、60歳以上の事故が全体の73%と高齢者の事故が多いことが特徴です。事故のないよう、注意して作業を行いましょう。

事故を防ごう！

・作業は、こまめに休憩をとりながら行う。
・万一来備え、トラクターには安全装置(安全キャブやフレームなど)をつける。
・機械の作業は2人以上で行う。

