



南島原市国際交流員

フランチのプレフェリート♥南島原 「海に行きましょう!～ Andiamo al mare!～」

※「プレフェリート」とは、イタリア語で「おすすめ」という意味です。



前浜海水浴場

南島原で「日焼けして海に飛び込む季節がキター!!」と喜んでいるのは私だけかもしれません。なぜなら、私は日本に来てから毎年、前浜海水浴場(加津佐町)に海水浴に行きますが、イタリアに比べると、ほとんど海水浴客を見かけないからです。

イタリアで育った私は夏に海水浴をしないということは考えられません。性別・年齢に関わらずイタリア人を含む地中海の人にとって夏は海水浴場で日光浴や海遊びをしながら過ごすことは当たり前のことです。なので、今月のコラムでは皆さんに海の魅力を伝えたいと思います。

そもそも、日本人の女性が一番気にしているのは日焼けではないでしょうか?イタリア人は日焼けをするのが好きで、友達に真っ黒な肌を見せて自慢します。この点におい

て、イタリアと日本の違いがあると思います。イタリア人は「肌を黒くするため」に、日本人は「肌を黒くしないため」にクリームを塗ります。とても面白いですね!しかし、私は皆さんに「日焼けを適度にする事で良い面も沢山ありますよ!」と伝えたいです。例えば、紫外線は、ビタミンDを生成したり、基礎免疫力を向上させたり、セロトニンの分泌を促進する力があります。また、気分を憂鬱にさせるメラトニンという物質の分泌を抑制してくれるので、うつ病や不眠症にも効果的だといわれています。

そして、最後に一つ紹介したいことがあります。それは、南島原の海水浴場では子どもから高齢者まで、さまざまなレジャーを楽しむことができるということです。

加津佐B&G海洋センターでは、ローボート、OPヨット、シュノーケリング、カヌー、SUP*などを体験でき、今年の夏から地引網・魚捌き体験など親子で参加できるような魅力的な体験プログラムも加わります。

休みを取るのが難しくて遠くまで行けない人、日中のビーチの暑さに耐えられない人、出勤する前でも仕事帰りで美しい朝日や夕日を眺めながら砂浜で散歩してはいかがですか?気分転換になり、また、健康にもいいですよ。

「アナタハ、ダンダン海二行キタクナァ〜」



※SUP…スタンドアップパドルボード



フランチの「イタリア文化講座 パルリャーモ!!」

※「パルリャーモ(parliamo)」とは、イタリア語で「話しましょう」という意味。

受講生募集



イタリアからの国際交流員フランチェスカのイタリア文化講座を開催します。

簡単なイタリア語を使った遊びや歌を通じてイタリアの文化に触れてみませんか?

お子様連れでも大丈夫ですのでお気軽にご参加ください。

7月14日(木) 午後2時～3時30分
ありえコレジヨホール(2階 大会議室)
30人(先着順)
無料

7月8日(金) 午後5時
電話、FAX、Eメールで申し込んでください。

企画振興課 ☎050(3381)5030 FAX0957(82)3086 Eメール: chiikiseisaku@city.minamishimabara.lg.jp



つなごう未来へ!
島原半島ユネスコ世界ジオパーク

ジオパークで あり続けるための取り組み

島原半島ユネスコ世界ジオパーク
キャラクター「ジーくん」

島原半島ジオパーク協議会 ☎0957(65)5540

島原半島ユネスコ世界ジオパーク
キャラクター「ジーナちゃん」

ジオサイト⑦「千々石展望台」～30万年間の大地の動きが見える場所～



国道57号線沿いにある千々石展望台は、愛野展望所と並んで島原半島ユネスコ世界ジオパークの玄関口に位置し、多くの人が立ち寄る観光スポットです。展望台からは、橘湾に面した千々石海水浴場と、猿葉山の上に建つ千々石少年自然の家の白い建物が見えます。高台の上に建つ釜蓋城の下には千々石の町並みが広がり、さらにその奥には、九千部岳から田代原を経て吾妻岳に至る、奥雲仙の景観が一望できます。天気が良い時には平成新山から小浜温泉、国崎半島まで一望できるこの絶景をつくりあげたのは、およそ30万年に及ぶ、ゆっくりとした大地の動きによるものです。

島原半島は、今この瞬間もゆっくりと南北に広がるように動いています。この動きによって、半島内を東西に横断する複数のひび割れ(断層)ができました。断層ができた後も地面が広がり続けたために、断層に囲まれた部分が沈み、断層に沿って大きな崖ができたのです。半島内にある断層のうち、

千々石にある断層は「千々石断層」と呼ばれ、その長さは半島内で最長です。千々石展望台は、千々石断層の動きがつくった崖の途中にあり、景色を遮るものがないため、絶景がみられるのです。

千々石断層の動きは美しい景色をつくり出しただけではありません。千々石断層の動きによって吾妻岳が切れ、雲仙岳のすそ野がずれています。地面が沈む速度は1年間で1～2ミリ程度ですが、それが30万年間続けば、山のすそ野をずらすほどのずれになるのです。

プレートの沈み込みの影響を受け、地面が押されることが多い日本では、「逆断層」と呼ばれるタイプの断層が多いですが、島原半島には深江断層や布津断層、そして千々石断層といった、地面の広がりによってつくられる規模の大きな「正断層」がたくさん見られ、日本の中では大変珍しい場所です。

今回は「雲仙諏訪の池ビジターセンター」を紹介します。

島原半島ユネスコ世界ジオパークセミナー

はがまだすドーム

第2回 7月23日(土) 午前10時～正午

●講師…桃下 大 氏(長崎県生物学会)
●題目…「島原半島のめずらしい海辺の生き物探し!」

第3回 8月11日(木・祝) 午前10時～正午

●講師…寺井 邦久 氏(島原高校教諭)
●題目…「山の日記念! 島原半島の地形を読もう!」

島原半島ジオパーク協議会 ☎0957(65)5540

入場無料

教えて!国民年金 ～国民年金保険料免除・納付猶予制度～

国民年金加入者は、毎月の保険料を納めていただく必要があります。しかし、所得が少ないなど、保険料を納めることが難しい場合もあります。その時は未納のままにせず、「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の申請手続きを行ってください。

本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下の場合

*詳しくは、年金事務所または
市役所へ保険年金課へお尋ねください。

日本年金機構諫早年金事務所 ☎0957(25)1662

南島原市 保険年金課 ☎050(3381)5039 または 各支所

合や失業した場合などに申請書を提出していただき、承認されると保険料の納付が免除となります。

免除になった期間は年金の受給資格期間(25年間納付)には算入されます。ただし、年金受給額を計算する際、全額保険料を納めた時に比べて減額されます。今年度の申請は、7月1日から受付を行います。