

みなみしまばら

No. 170
令和2年6月1日発行

うちごはん × 南島原



おうちで食べよう!



コロナに負けるな!
南島原の「美味しい」をおうちで楽しく。

うちごはん×南島原
QRコード
<httpst://m.uchi-gohan.com>

テイクアウト
やっています!



【関連記事(7)】



CONTENTS

- 特集 新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします
- 「新しい生活様式」の実践例(2~3)
- 新型コロナウイルス感染症に伴う緊急支援策(4~9)

- 特集 災害にそなえる 10~11
- まちの話題 12~13
- 特集 島原手延そうめんの振興に取り組んでいます 14
- 南島原にゆーす 15~19
- くらしの情報 20~23
- 世界遺産コラム 24
- 南島原の考古学 24

- 島原半島世界ジオパーク 25
- 教えて!国民年金 25
- 南島原市図書館だより 26
- 国際交流員コラム 27
- こんにちは!消費生活センターです 27
- 保健事業のご案内 28~29
- 市民カレンダー 30

命と健康を守るために
引き続き感染拡大防止に
ご協力ください。

④ 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと オフィスはひろびろと
- 名刺交換はオンライン 会議はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク



健康づくり課 ☎73-6641

【出典】厚生労働省ホームページ
(<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000627771.jpg>)を加工して作成
(「新しい生活様式」の実践例)

新型コロナウイルス感染症相談窓口

新型コロナウイルス感染症の一般的な相談窓口

●自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせは下記の窓口にご相談ください。

- 厚生労働省相談窓口 ☎0120-565653(フリーダイヤル) 午前9時～午後9時(土日祝日も実施)
- 長崎県 県南保健所 ☎0957-62-3289 午前9時～午後5時45分(平日のみ)

新型コロナウイルス感染症がうたがわれる場合の相談窓口

※相談・受診の目安が改訂されました

●以下のいずれかに該当する場合には、すぐにご相談ください(これらに該当しない場合の相談も可能です)。

- 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱などの強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい人(※)で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
※高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPDなど)などの基礎疾患がある人や透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている人
- 上記以外の人で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合
(症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない人も同様です。)



妊婦の皆さんへ

妊婦については、念のため、重症化しやすい人と同様に、早めに帰国者・接触者相談センターなどにご相談ください。

※この目安は、市民の皆さんが相談・受診する目安です。これまでどおり、検査については医師が個別に判断します。

- 帰国者・接触者相談センター 長崎県 県南保健所 ☎0957-62-3289(平日)
- 長崎県相談センター ☎070-4223-4371 または ☎070-2667-3211(土日祝日)

※土日・祝日の相談窓口である長崎県相談センターの連絡先が、4月4日より上記のとおり変更になりました。

医療機関にかかるときの
お願い



- 複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、複数の医療機関を受診することはお控えください。
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット(咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる)の徹底をお願いします。

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします

3密(密集、密接、密閉)を避けることの徹底や、新型コロナウイルス感染症を想定した「新しい生活様式」により、人との接触を減らしましょう

「新しい生活様式」の実践例

① 一人ひとりの基本的感染対策

●感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。
 - 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
 - 会話する際は、可能な限り真正面を避ける。
 - 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用。
 - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
 - 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う(手指消毒薬の使用も可)。
- ※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。



●移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

② 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 咳エチケットの徹底 こまめに換気
- 身体的距離の確保 「3密」の回避(密集、密接、密閉)
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱または風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



③ 日常生活の各場面別の生活様式

●買い物

- 通販も利用
- 一人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画を立てて素早く済ませ
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース



●娯楽、スポーツなど

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン



●公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

●食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて



●冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

住居確保給付金

南島原市生活自立相談支援センター(保護課) ☎73-6656

離職や廃業、やむを得ない休業などで家賃の支払いに困り、住居を失う恐れがある人などに対して一定期間、家賃相当額を支給します。

- 支給対象者
離職・廃業から2年以内、または勤務先のやむを得ない休業や自宅待機などで収入が減少し、住居を失う恐れがある人など
- 支給金額
家賃相当額(原則3カ月分)を市から家主へ支払います。
※給付金の受給には収入や資産、その他要件を満たす必要があります。

市営住宅の家賃減免・延納の相談を受け付けます

南島原市計画課 ☎73-6677

市営住宅の入居者で、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が著しく減少した人は、収入と世帯人数により市営住宅の家賃を減免、または延納できる場合があります。

- 対象となる人の例
 - ・例①…勤務先や自営の会社などが、新型コロナウイルス感染症の影響により事業活動を縮小して休業などを行った結果、収入が著しく減少した人(解雇、退職、倒産、休業、営業停止、売上げの減少など)
 - ・例②…新型コロナウイルス感染症に関する対応として小学校などが臨時休校した場合などに、保護者が子どもを世話するために休暇を取得したことにより、収入が著しく減少した人
- 手続など
 - ①収入が減少したことを証明する書類のほか、所定の書類を添えて申請してください。
 - ②減免が承認された場合、申請した翌月からの減免となります。

※収入減少後の額によっては、家賃が減免とならない場合があります。

市営住宅の一時使用について

南島原市計画課 ☎73-6677

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い解雇されたことなどにより、住まいの確保が困難となった人を対象に、一時的に市営住宅を優先的に貸し出します。

- 対象者
市内在住または市内勤務の人で、新型コロナウイルス感染症の影響により、次の要件のいずれかに該当する世帯または単身の人。
 - ①雇用先からの解雇などに伴い、現に居住している住居から退去を余儀なくされる人またはその家族
 - ②雇用先の住居手当などにより居住可能だった住居から退去を余儀なくされる人
 - ③解雇などにより離職したが、失業等給付を受給することができず、現に居住している住居から退去を余儀なくされる人
- 対象とする住宅
入居決定後、10日程度で入居できる住宅5戸
- 入居期間…原則、入居の日から1年以内
- 家賃…入居者負担
(世帯の収入により算出される家賃)
- 敷金…免除
※5月15日(金)から受け付けています。

新型コロナウイルス感染症に伴う緊急支援策

特別定額給付金の申請を受け付けています

南島原市地域づくり課 ☎73-6631

市では5月に特別定額給付金申請書類を全世帯に郵送し、申請を受け付けています。まだ申請がお済みでない人は、**令和2年8月11日までに申請**してください(郵送申請の場合は**8月10日消印有効**)。

申請には、申請書のほか本人(および代理人)の確認書類の写しおよび振込先の通帳の写しが必要になりますのでご注意ください。

- 給付対象者…基準日(令和2年4月27日)時点で南島原市の住民基本台帳に登録されている人
- 受給権者…給付対象者の属する世帯の世帯主

!! それ、給付金を装った詐欺かもしれません!

「手伝う」とかたって大事な財産を奪おうとする者がいます。
給付金に関して国や市区町村が
右記のようなことをすることは絶対にありません。

- ◆現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- ◆受給にあたり、手数料の振込みを求めること
- ◆メールを送り、URLをクリックして申請を求めること

「怪しいな?」と思ったら
遠慮なくご相談ください

- ▶消費者ホットライン「188」(局番なしの3桁)
- ▶新型コロナウイルス給付金関連消費者ホットライン「0120-213-188」
- ▶南島原市消費生活センター ☎82-3010
- ▶南島原警察署 ☎86-2110 ▶警察相談専用電話「#9110」

子育て世帯への臨時特別給付金

南島原市子ども未来課 ☎73-6652

新型コロナウイルス感染症の影響などを受けている子育て世帯の生活を支援するため、臨時特別給付金を支給します。

- 対象児童
 - ・令和2年4月分の児童手当が支給されている児童(特例給付受給者は除く)
 - ・令和2年3月分の児童手当が支給される児童のうち、4月から新高校1年生となった児童
- 支給対象者…児童手当の受給者
- 支給金額…対象児童1人につき1万円
- 支給予定日…6月中に支給予定(児童手当を受給している口座に振込み)
- 手続など…支給を受ける場合、手続は不要です。支給対象者には、案内などを事前に送付します。

妊婦の皆さんへ

新型コロナウイルス感染症予防のための布製マスクを配布します

南島原市子ども未来課 ☎73-6652

- 対象…妊娠をしている人
※出産後の人への配布は予定していません。
- 配布方法…新たに妊娠が判明した人は、母子健康手帳の交付に合わせて配布します(代理による受け取りも可能です)。
※既に妊娠の届け出を済ませている妊婦の人で、布製マスクを希望される場合は、子ども未来課までご連絡ください。



市役所の担当課がわからないときは **南島原市役所 ☎73-6600** へ

水道料金・下水道使用料などの支払い猶予の相談を受け付けます

☎水道総務課 ☎73-6685

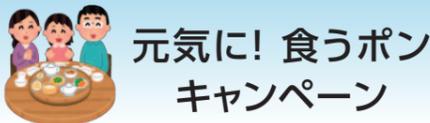
新型コロナウイルス感染症の影響により、水道料金、下水道使用料などの支払いが、一時的に困難となった個人や事業者を対象に、分割納付または支払いの猶予(履行延期)の相談を受け付けます。

【対象料金】

- 水道料金
- 下水道使用料
(公共下水道使用料、農業集落排水施設使用料、コミュニティプラント施設使用料)

【対象者】

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入または事業の売上げが減少し、一時的に支払いが困難と認められる個人または事業者
詳しくは、お問い合わせください。



☎南島原市商工会 ☎76-1500

新型コロナウイルス感染症により、特に影響を受けた飲食業を支援するため、市民1人あたり2,000円の飲食限定クーポンを交付します(令和2年6月1日を基準日とする全市民)。

※クーポンの交付方法や交付時期などについては、後日、市ホームページおよび書面でお知らせします。

ふるさと支え愛プロジェクト

☎南島原市商工会 ☎73-6633

新型コロナウイルス感染症の影響により、生活に困窮する市外で生活している学生に対し、笑顔で生活できるように市特産品を贈り、未来を担う若者をふるさと全体で支えます。

- 対象者…市外に居住している短大、大学、大学院、専門学校、予備校などに通学している学生
- 対象要件…学生の年齢が18~30歳であり、家族が本市在住であること
- 支援内容…特産品詰め合わせセットを郵送します。

※家族または学生からの申請が必要です。



美味しい「うちごはん」を
めいっぱい楽しもう!

☎南島原市商工会 ☎76-1500



南島原市商工会では、新型コロナウイルス感染症の影響を受けている、飲食店を応援する目的で「うちごはん×南島原」を立ち上げました。

本サイトでは、デリバリー(出前)やテイクアウト(お持ち帰り)を実施している飲食店を紹介しており、地域ごとにデリバリーやテイクアウトなどを検索できるようになっています。

美味しいごはんを、おうちでもお楽しみいただき、新型コロナウイルス感染症が収束したときは、ぜひ店舗にも足を運んでください。

- 南島原市のテイクアウト・デリバリーができるお店を紹介

<http://m.uchi-gohan.com>

うちごはん×南島原
QRコード



「うちごはん×南島原」
QRコード

国民健康保険傷病手当金を支給します

☎健康づくり課 ☎73-6641

新型コロナウイルス感染症に感染した国民健康保険の被用者または感染が疑われる被用者に対し、傷病手当金を支給します。

●支給対象者

- ①勤め先から給与の支払いを受けている人で、新型コロナウイルス感染症に感染または発熱などの症状があり、感染が疑われる人。
- ②新型コロナウイルス感染症に感染または感染の疑いにより、その療養のために労務に服することができず、その期間が3日間を超える人。
- ③労務に服することができない期間に対する給与の支払いを受けられない人(支払いを受けることができる給与の額が傷病手当金より少ない場合は、その差額を支給)。

●対象期間

令和2年1月1日から9月30日の間で労務に服することができない期間(ただし、入院が継続する場合などは最長1年6カ月まで)
※今後の新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては期間が延長になることがあります。

●支給額

直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×2/3×(労務に服することができない期間の日数-3日間)

●申請方法

下記の申請書を各支所、健康づくり課(西有家庁舎)に提出してください。
申請書は、各支所、健康づくり課で配付するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

- ①国民健康保険傷病手当金支給申請書(世帯主記入用)
- ②国民健康保険傷病手当金支給申請書(被保険者記入用)
- ③国民健康保険傷病手当金支給申請書(事業主記入用)
- ④国民健康保険傷病手当金支給申請書(医療機関記入用)

※③は勤め先に記入を依頼してください。
※④は感染または感染の疑いにより受診した医療機関で記入を依頼してください。

なお、自宅待機などにより医療機関を受診しなかった場合、④の提出は不要です。

地方税の徴収猶予

☎税務課 ☎73-6642

新型コロナウイルス感染症の影響により、一時的に地方税の納付が困難になった人は、1年間、徴収の猶予を受けることができます。担保の提供は不要で、延滞金もかかりません。
申請が必要ですので、お早めにご相談ください。

●対象者

収入が前年同期に比べておおむね20%以上減少し、一時的に地方税の納付が困難な人

●対象となる地方税

令和2年2月1日から令和3年1月31日までに納期限が到来する個人住民税、法人市民税、固定資産税など、ほぼすべての税目

☑6月30日または納期限のいずれか遅い日まで

●申請手続

申請書、収入や現預金の状況が分かる資料などの提出が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

農林漁業者などの皆さんへ

農業者…園農林課 ☎73-6661 / 漁業者…園水産課 ☎73-6662

【農林水産業事業継続支援金】

新型コロナウイルス感染症の影響により、農業者・漁業者などの皆さんの事業継続を後押しするため、支援金を交付します。

- 対象者…以下のすべてを満たす事業者
 - ①令和2年5月1日現在で市内に住所を有し、農業・漁業を主業として営んでいる個人または法人、農業・漁業に関連する法人
 - ②令和2年5月1日現在で3カ月以上事業を営んでおり、引き続き事業を継続する意思がある人
- 支給要件…以下のすべてを満たす事業者
 - ①新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年3月から7月までの期間で連続した3カ月の合計売上金額が、前年または前々年同期比で20%以上減少していること
 - ②農業または漁業の収入が全収入の50%以上であること
 - ③市税を滞納していないこと
 - ④申請者などが暴力団に関与していないこと

●支給金額

個人	15万円
個人(従業員5人以上)または法人	30万円

【高収益作物次期作支援交付金事業】

新型コロナウイルス感染症の影響により、経済活動縮小で経営が悪化した花き栽培農家に、次期作にかかる資材の購入費などに支援を行います。

- 対象者…市内花き生産者団体
- 交付金額…種苗などの資材購入や機械レンタルなど(10aあたり25,000円)

【花き消費拡大対策事業】

新型コロナウイルス感染症の影響により、花きの需要が減退しており、花きなどの消費拡大を喚起するための広報・PRについて支援します。

- 対象者…花きなど消費拡大に取り組む組合
- 支援金額…18万円

【肥育農家体質強化対策事業】

新型コロナウイルス感染症の影響により、外食需要が減少し、和牛を中心に牛肉価格が低下していることから、優良な肥育牛生産など経営体質の強化への取組に対し支援します。

- 対象者
県の支援制度「肉用牛経営体質強化緊急支援事業」の支給決定を受けた肥育経営体
- 支援金額
出荷頭数に応じた支援(1頭あたり5,500円)

農林漁業セーフティネット資金などの特例措置について

園日本政策金融公庫長崎支店 ☎095-824-6221

日本政策金融公庫が新型コロナウイルス感染症で影響を受けた農林漁業者などの皆さんを対象に、農林漁業セーフティネット資金などの特例措置の取扱を開始しました。

具体的な内容は農林漁業セーフティネット資金の貸付金使途の追加、融資限度額の引き上げ、農林漁業セーフティネット資金などの金利負担軽減や実質無担保措置です。

詳しくは「日本政策金融公庫」のホームページをご覧ください。



日本政策金融公庫

日本政策金融公庫

新型コロナウイルス感染症に伴う緊急支援策

中小・小規模事業者等事業継続支援金

園商工振興課 ☎73-6633

新型コロナウイルス感染症の影響により、来客の減少などで経営が困窮している市内事業者の皆さんの事業継続を後押しするため、支援金を交付します。

- 対象者
市内に住所を有する個人または主たる事務所を有する法人(対象業種を全ての業種に拡充)
- 支給要件
新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年3月から5月分の合計売上が前年同期比で20%以上減少することが見込まれること

●給付額

個人	15万円
個人(従業員5人以上)または法人	30万円



雇用維持助成金事業

園商工振興課 ☎73-6633

新型コロナウイルス感染症の影響により、従業員を休業させる市内事業者等に、上乘せ支援を行うことで事業所負担の軽減と雇用の維持を図ります。

- 対象者
国の支援制度「雇用調整助成金」の支給決定を受けた市内事業者
※対象期間は令和2年1月24日までさかのぼることができます。

●支援内容

国の助成率	県の助成率	市の助成率(※)
5分の4	国支給決定額の8分の1	国支給決定額の8分の1
10分の9 (解雇などを行わない場合)	国支給決定額の18分の1	国支給決定額の18分の1

※市の助成金は1事業所あたり上限100万円となります。



漁業者の皆さんへ

水産業経営支援事業

園水産課 ☎73-6662

新型コロナウイルス感染症の影響により、魚価の低迷で経営に不安を抱える漁業者(正組合員)に対し、販売手数料にかかる費用を支援します。

- 対象者…漁業者(正組合員)
- 補助金額…漁業者が市内漁業協同組合に水揚げする際の販売手数料の2分の1の額



新型コロナ対策 利子補給事業

園商工振興課 ☎73-6633

新型コロナウイルス感染症の影響により、経営に大きな影響を受けた市内事業者が、県や日本政策金融公庫の融資制度を利用した場合、資金繰りの支援を行います。





詳しくは「南島原市防災マップ」をご覧ください。
 図防災課 ☎73-6622

特別警報は、大規模な災害の発生が切迫していることをお知らせする新しい警報です。
 普段からの備えと、早め早めの行動があなたや身近な人の命を守ります。

特別警報が発表されたら

- 尋常でない大雨や津波などが予想されています。
- 重大な災害が起こる可能性が非常に高まっています。
- ただちに身を守るために最善を尽くしてください。

命を守るために情報の収集に努めてください

南島原市からの防災情報

- 南島原市の防災情報ウェブサイト
<https://www.city.minamishimabara.lg.jp/> >> 防災・交通 >> 防災
 南島原市内の防災情報について掲載しています。
- エリアメール（緊急速報メール）
 南島原市では、災害発生時や災害が発生するおそれがある場合などに、避難勧告、避難指示（緊急）など災害の被害を最小限に食い止めるために必要な情報を迅速に提供するため、NTTドコモ、ソフトバンクおよび KDDI (au) が提供する緊急速報メール（緊急情報の配信サービス）を導入しています。*機種により「緊急速報メール」を受信できない場合や受信設定が必要となる場合がありますので、詳しくは、各携帯電話会社へお問い合わせください。
- 防災行政無線など
 防災無線を使用し、情報をお伝えしています。



その他機関からの防災情報

- FMプラプラ (FMしまばら 長崎県南島原市)
 防災と地域情報交流および難聴エリア解消を目的としたこのアプリは、インターネットを利用して音声や文字放送を放送局より受信することができます。ブラウザ版プレーヤー (Microsoft Edge、Google Chrome、Mozilla Firefox、Safari) アプリ版 ※FMプラプラをダウンロード後、「FMしまばら」を選択
- テレビ・ラジオ
 ニュースや天気予報番組だけでなく、データ放送では、気象情報や防災情報について常時放送しております。



災害時の避難所における新型コロナウイルス感染症リスクを踏まえた対応について

台風や大地震発生の際の避難所では「密閉・密集・密接」の3条件がそろいやすく、感染が懸念されます。このような状況の中、本市では、災害が発生した場合に避難所の換気、手洗い、咳エチケットの徹底や生活するスペースの確保に努めていきます。
 市民の皆さんにおかれましても、災害から身を守ることを最優先に考え、新型コロナウイルスの感染リスクを減らすご協力をお願いします。

感染リスクを減らすために

- 災害時に自宅で安全を確保できる場合は、在宅避難に努めてください。在宅避難に備え、食料などの備蓄品を準備してください。
- 行政が開設する避難所だけでなく、親戚や友人の家への避難も検討してください。
- 避難所に避難する際は非常持出品にマスク、タオル、体温計などを準備してください。



特集 災害にそなえる

近年、局地的な集中豪雨や土砂災害が全国各地で多発し災害が激甚化していますが、ゲリラ豪雨や土砂災害の発生はその予測が難しく、日頃の備えや緊急連絡体制の整備が重要になります。

本市では「災害に強いまちづくり」を主要な施策として掲げ、さまざまな防災・減災の取り組みを進めておりますが、ひとたび発生した災害から自らを、そして地域を守るためには、何よりも市民の皆さん一人ひとりに防災意識を高めていただき、自主防災組織や消防団の活動を活性化させておく必要があります。

避難情報

集中豪雨や台風などによって、水害や土砂災害などの災害が発生するおそれがあるとき、どの情報をもとに、どのタイミングで避難をするべきか？それぞれの状況に応じて避難できるよう、災害発生の危険度と住民の皆さんが取べき行動を5段階の「警戒レベル」を用いてお伝えします。

<避難情報等>

警戒レベル	避難行動等	避難情報等
警戒レベル 5	既に 災害が発生 している状況です。 命を守るための最善の行動 をとりましょう。	災害発生情報 ※1 ※1 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令 〔市町村が発令〕
警戒レベル 4 全員避難	速やかに避難先へ避難 しましょう。 公的な避難所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難勧告 避難指示(緊急) ※2 ※2 地域の状況に応じて緊急のまたは重ねて避難を促す場合に発令 〔市町村が発令〕
警戒レベル 3 高齢者は避難	避難に時間を要する人(高齢者、障がいのある人、乳幼児など)とその支援者 は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・高齢者等避難開始 〔市町村が発令〕
警戒レベル 2	避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの 避難行動を確認 しましょう。	洪水注意報 大雨注意報等 〔気象庁が発表〕
警戒レベル 1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報 〔気象庁が発表〕

<防災気象情報>

【警戒レベル相当情報(例)】

警戒レベル 5 相当情報

氾濫発生情報
大雨特別警報 など

警戒レベル 4 相当情報

氾濫危険情報
土砂災害警戒情報など

警戒レベル 3 相当情報

氾濫警戒情報
洪水警報 など

これらは、住民の皆さんが自主的に避難行動をとるために参考とする情報です。

~各種の情報は、警戒レベル1~5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。~

大雨のとき

各河川ごとの水位基準が避難を要する水位に達したときや、県と気象庁が共同で土砂災害警戒情報を発表したときに避難準備・高齢者等避難開始、避難指示(緊急)を発令します。



大雨のときの避難行動

避難は災害から命を守るための行動です。大雨による災害から身を守る避難行動は、従来、避難勧告などの発令時に行う避難所への避難が一般的でしたが、今後は次のすべての行動を避難行動とします。

屋外が安全で移動できる状態のとき			屋外が危険な状態のとき
1 指定避難所への移動	2 警戒区域等内の自宅などから移動し、安全な場所へ避難 (公園、親戚や友人の家など)	3 近隣の強固で高い建物などへの移動	4 建物内の安全な場所での待避 (家屋内の垂直避難) やむをえず家屋内に留まった場合、安全を確保する避難行動として水害対策では建物の2階以上高いところへ、土砂災害対策には斜面と反対方向の高い部屋への移動が有効です。

特に、河川氾濫の浸水地域や土砂災害警戒区域にお住まいの人は、皆さんが早め早めに判断をして、「危ない」と思ったら、直ちに危険な区域から離れる自主避難をすることが命を守ることになります。

叙勲および褒章 受章おめでとうございます

叙勲および褒章の受章者が発表され、本市から2人が受章されました。おめでとうございます。

【危険業務従事者叙勲】

●瑞宝単光章

元 海上保安官

本多 和秋さん(布津町)

【春の褒章】

●黄綬褒章

養殖業

山口 立也さん(有家町)

長崎新聞社大賞に輝きました

第45回記念県書道展で最上香登さん(加津佐町)の作品が、部門最高賞の長崎新聞社大賞に輝きました。

●部 門…少字数部門

●受賞作…「志」

いつまでもお元気で ～100歳おめでとうございます～



山村 タマヨさん(北有馬町)
大正9年4月20日生まれ



八木 富子さん(北有馬町)
大正9年5月17日生まれ



3 「みそ五郎」と「ろくべえどん」もマスクを着用

新型コロナウイルス感染症の対策の徹底を呼びかけようと、市役所西有家庁舎の「みそ五郎像」と深江庁舎の「ろくべえどん像」にマスクが着けられました。今回着けられたマスクはどちらも一般サイズより5倍ほどの大きさがあり、西有家庁舎駐車場の「みそ五郎像」と国道57号沿いに設置されている「ろくべえどん像」にもマスクが着けられています。

ご自身と大切な人を守るため、市民の皆さんも引き続き、新型コロナウイルス感染症拡大防止にご協力をお願いします。



嶽南風土記(第27号)を
市に寄贈

4 有家史談会が機関紙「嶽南風土記」を寄贈

4月28日、島原半島の歴史や民俗研究を行っている有家史談会(生駒輝彦会長)が、機関紙「嶽南風土記」を市へ寄贈されました。四半世紀前に創刊されたこの機関紙は、今回で27号の発刊となり、市内の各図書館で読むことができます。

南島原タイムトリップ

～あの頃、君は若かった～

今月の写真 Q. さて、ここはどこでしょう?
A. 答えは次ページの下段をご覧ください。

Focus in 南島原

まちの話題



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。



1 市議会が要望書を提出

新型コロナウイルスの感染から市民の健康と生活を守るため、今後、市として特に取り組むべき重要な対策について、市議会として下記の要望事項を取りまとめ、5月8日に林田議長が松本市長へ要望書を提出しました。

- ① 感染防止について
- ② 経済対策について
- ③ 子育て支援について
- ④ 医療体制について
- ⑤ 今後の施策事業について
- ⑥ 国、県に対する要望について

2 新型コロナウイルス感染症対策にマスク寄贈

各団体などから感染症対策にとマスクを寄贈していただきました。大切に利用させていただきます。ありがとうございました。



① 4月14日、深江町の耕田縫製(耕田静男代表)が地元の大野木場小学校の児童と教職員130人分のマスクを寄贈。



② 4月24日、加津佐町の株式会社アパレルオオタ(太田浩二代表取締役社長)が市にマスク2,000枚を、5月8日には市内小中学校にマスク3,300枚を寄贈。



③ 4月27日、島原市のプラスナイロン株式会社(荒木辰雄代表取締役社長)が市にマスク1,000枚を寄贈。



④ 5月7日、有家・西有家ライオンズクラブ(藤田信一郎会長)が管内の小中高計8校にマスク4,500枚を寄贈。

合併浄化槽設置にかかる費用を補助します

圏上下水道課 ☎73-6686

生活排水による河川などの水質汚濁を防止するため、補助対象地域内に合併処理浄化槽を設置する場合に補助を行います。なお、今年度から3年間を普及促進期間と定め、補助金を拡充しました。その他、水洗便所などの改造工事に必要な資金の融資あっせんも行っていきます。

- 補助対象地域
下水道などの集合処理区域以外の区域、または下水道整備区域内であるが整備が当分の間(7年以上)見込まれない区域。
- 補助対象者
補助対象地域で合併処理浄化槽を設置または更新をしようとする人
- 応募期間
①令和2年度の補助金申請期限日は現在未定ですが、申請期限日の前であっても予算がなくなり次第、受け付けを締め切ります。
②令和3年3月10日までに市の竣工確認検査を受け、補助金請求までのすべての手続きを完了してください。
- 合併処理浄化槽の種類
①通常型…トイレの汚水だけでなく台所や風呂などの生活排水も一緒に処理する一般的な性能を有する浄化槽
②高度処理型…通常型より窒素またはリン除去を高度に処理できる能力を付加された浄化槽
- 補助金額(設置補助額)

人 槽	通 常 型	高 度 処 理 型
5人槽	498,000円	666,000円
6人槽~7人槽	621,000円	729,000円
8人槽~10人槽	822,000円	864,000円
11人槽~20人槽	1,408,000円	1,638,000円
21人槽~30人槽	2,208,000円	2,790,000円
31人槽~50人槽	3,055,000円	3,744,000円

- 【単独処理浄化槽撤去補助】
単独処理浄化槽から合併処理浄化槽に切り替える人は、撤去費用と認められた額を補助します(上限90,000円)。
- 【単独浄化槽からの切り替えにかかる宅内配管工事補助】
単独処理浄化槽から合併処理浄化槽に切り替える人は、宅内配管工事費用と認められた額を補助します(上限300,000円)。

- 【既設合併処理浄化槽の更新補助】
既に合併処理浄化槽を設置している人が、故障などで更新が必要な場合のため、市独自の補助を新たに設けました。
※そのほかの補助要件については、お問い合わせください。

FRP漁船の廃船処理費用の一部を補助します

圏水産課 ☎73-6662 または 市内各漁業協同組合

FRP漁船の廃船処理費用の一部を補助します。申請方法などの詳細は、着手前にお問い合わせください。

- 補助金額…廃船処理費用の2分の1以内(千円未満切捨て)
- 限 度 額…1隻当たり8万円
- 対象船舶…市内に住所を有する漁業者が所有するFRP漁船
※既に廃船処理した船舶は対象になりません。
※プレジャーボートは対象外。



これ知っとる!? 感染症拡大防止のため3つの密(密閉・密集・密接)を避けてください

圏健康づくり課 ☎73-6641

島原手延そうめんの振興に取り組んでいます

市では「島原手延そうめん」の認知度および購買意欲を向上させることを目的に、認証制度の活用推進や生産体制、衛生管理体制の構築を図るための取り組みに対し、支援を行っています。

各制度の詳細については、お問い合わせください。

圏商工振興課 ☎73-6633



認証マーク



島原手延そうめんの認証制度

本市では、島原半島内で製造され一定の基準をクリアした「島原手延そうめん」について、市が認定を行う「島原手延そうめん認証制度」を推進しています。

認定を受けた「島原手延そうめん」については、基準をクリアし品質を満たした証である「認証マーク」を貼ることができます。

「認証マーク」については、首都圏や九州を中心に広くPRを行い、認知度・価値の向上を図りますので、積極的にご活用ください。

認証制度の取組状況

	平成30年度	令和元年度	令和2年度(予定)
取組生産者数(件)	94	123	170

南島原市HACCP(ハサップ)導入支援事業補助金

衛生管理体制の構築、消費者からの信頼性向上および産地競争力の強化を図るため、「ながさきHACCP」の導入に必要な経費を支援します。

南島原市そうめん製造業後継者支援事業補助金

産地を担う後継者が、将来にわたってそうめん製造業を営んでいくために行う、設備の導入や改修などの経費について支援します。



PR名刺デザイン

島原手延そうめんPR動画の活用について

「島原手延そうめん」を全国の人に知ってもらうために、PR動画「マイメンいつメン島原手延素麺」を制作および公開しています。この動画を多くの人に紹介できるように、名刺台紙を生産者の皆さんなどに無料配布します。積極的なご活用をお願いします。



PR動画のQRコード

マイメン いつメン 島原手延素麺 🔍 検索

6月以降の児童手当を受けるには現況届が必要です

図 とも未来課 ☎73-6652

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当などを引き続き受ける要件（児童の監護や保護、生計同一関係など）を満たしているかどうかを確認するためのものです。

提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

※対象者には、6月以降に現況届提出依頼の通知を郵送します。

●手続きに必要なもの

- ①印かん
- ②受給者の健康保険証



新型コロナウイルス感染症に関連した人権相談

図 みんなの人権110番 ☎0570-003-110

法務省の人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関連する不当な差別、偏見、いじめなどの被害にあった人からの人権相談を受け付けています。

困ったときは一人で悩まず、ご相談ください。

なお、法務大臣によるメッセージがYouTubeで公開されています。



YouTubeチャンネル「法務大臣メッセージ」QRコード

南島原市スポーツ推進委員のご紹介

図 スポーツ振興課 ☎73-6704

市教育委員会では、健康志向やスポーツ活動に対するニーズも多種多様化している中で、身近にスポーツを感じられる環境づくりを担い、スポーツの推進に関わる体制の整備を図るため、スポーツ推進委員を委嘱しています。任期は2年間で、任期中、市のスポーツ振興に関する活動に従事していただきます。



●南島原市スポーツ推進委員（敬称略）

加津佐地区	口之津地区	南有馬地区	北有馬地区	西有家地区	有家地区	布津地区	深江地区
井口 広昭	田口 克哉	菅 健治	小松 久勝	池田 崇将	坂口健一郎	有村 俊男	石川 景士
福田 亮司	井村 武弘	草野 康弘	竹市 保徳	川上 弘昭	田浦 誠	島崎 兼一	柴田 良和
福田美智代	高田真紀子	中村 朋子	山村 光秋	佐藤 幸春	松尾 主君	塩田 純一	川田とも子
岩永真由美	山本 由秀	佐々木和浩	中村 哲也	山奥 博文	隈部伊都子	高見 聡子	兼田真理子
氏原 巧	多比良卓見	林田 智子	浦部 宗近	梶原 光幸	林田 佳子	湯田恵梨香	石口よとみ
栗原雄一郎	野田 香代	川口 涉	笹田 真二	伊藤 孝司	田浦 正剛	小林 智佳	岡本 圭一
酒井 正光	濱田 秀人	常岡淳一郎	谷口 誠	藤原 一彦	磯野 正文	山崎 篤	伊藤 公貴
山崎 亮	松尾 将司	本村 友香	末永 武之	梶原 勇	山口 紘範	大平 亜紀	大平 順一
藤村 誠也	平 靖恵	菅 広洋	高木 三成	相川 真美	池田 正平	山下 誠一	原川 俊郎
坂田 好伸	定方 弘一	永友 直樹	笹田 圭祐	松本 添花	鳥居 健太	小林 凌雅	荒木 亮



溝田民弘会長をはじめ、6人の委員が退任されました。長い間、スポーツ振興にご尽力いただき誠にありがとうございました。

●退任者の紹介（敬称略）

溝田民弘（加津佐町）
 岩本 猛／林田新一／陣川慎治／松尾好弘（口之津町）
 平田健策（布津町）



市は、子育て親子を応援します。

お悩み、ご相談がある場合は、お気軽に連絡ください。

また、市内15カ所にある子育て支援センターでも、子育てに関する相談、情報提供を行っています。

町名	支援センター名	お問い合わせ	開設日時
深江町	子育て支援センターラポール(山陰保育園)	☎72-2362	月～土曜日/9:00～14:00
	深江保育園支援センターみずすまし(深江保育園)	☎72-3323	月～土曜日/8:30～15:30
布津町	子育て支援センターひよこ(寺田保育園)	☎72-3594	月～土曜日/9:00～14:00
有家町	有家子育て支援センター(南島原しんきり子ども園)	☎76-8787	月～金曜日/9:00～14:00
西有家町	子育て支援センターほっと(須川保育園)	☎82-0026	月～金曜日/9:00～14:00
南有馬町	蓮の実クラブ(ひかり保育園)	☎85-3529	月～土曜日/9:00～17:00
口之津町	たまみねすくすくサロン(玉峰保育園)	☎86-4816	月～金曜日/9:00～14:00
加津佐町	子育て支援センターあたご(愛宕保育園)	☎87-4051	月～金曜日/9:00～14:00

図 とも未来課 ☎73-6652

南島原子育て支援センター

検索

*市ホームページに各支援センターの行事予定などを掲載しています。

再募集 「令和2年度南島原市健康づくりポイント事業」商品券取扱店を再募集



図 健康づくり課 ☎73-6641



市では、市民の皆さん一人ひとりが自分にあった健康的な生活習慣を身につけ、健康で明るい生活が続けられるよう、南島原市健康づくりポイント事業を実施しています。

健康診査やがん検診の受診、運動や血圧管理などに取り組むとポイントが貯まり、商品券などと交換できる事業です。

貯めたポイントを地域に還元するため、商品券取扱店の募集を行います。

登録された事業者のみ交換できることとなりますので、ぜひ登録をお願いします。

●内容

ポイント獲得者に、市が発行する商品券引換券を配布し、登録取扱店が発行する商品券と交換します。

●登録の条件

市内に店舗を有する事業所

●受付窓口

健康づくり課、各支所

●登録方法

受付窓口にて備えてある、南島原市健康づくりポイント商品券取扱店登録申請書に必要事項を記入のうえ、受付窓口へ提出してください。

※提出の際は、振込用の口座の写し(見開き部分)を添付してください。

※登録申請書は、受付窓口にて設置しています。また、市ホームページからも入手できます。

●申込期限 6月30日(火)まで

●その他…市で定める制約事項の遵守をお願いします。

市民清掃を延期します

☎環境課 ☎73-6644

毎年6月の第1日曜日に市民清掃を行っておりますが、今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、9月以降に延期します。

なお、開催日程については、後日お知らせします。



第62回 水道週間 「飲み水を 未来につなごう ぼくたちで」

☎水道総務課 ☎73-6685

6月1日から7日までの1週間、全国一斉に第62回水道週間が実施されます。本市では、水道について、皆さんの理解と関心を深め、公衆衛生の向上と生活環境の改善を図ることを目的に、次の取り組みを行います。

●水道相談所の開設

水道に関する相談所を開設します。お気軽にご相談ください。

☎6月1日(月)～5日(金)
午前9時～午後5時

☎水道総務課・上下水道課(南有馬庁舎)

●パッキンの無料配布(各支所)

蛇口からの水漏れはパッキン(節水コマ)の取り替えで直ります(ただし、レバー式など直らない蛇口も一部あります)。

数に限りがありますので、お早めにごうぞ。



お知らせ

●水道の新設など

メーター器から屋内側の給水装置(給水装置とは給水管およびこれに直結する給水用具をいいます)は、各水道使用者の財産ですので、その管理(修繕など)は、各自で行ってください。

給水装置の新設、改造、修繕、撤去などの工事をするときは、事前に市へ届け出る必要がありますので、市の指定給水装置工事事業者へあらかじめご相談ください。なお、市の指定事業者以外による工事は禁止されています。

●お願い

長期不在などにより水道を使用されない人は、閉栓届を提出されるか、または、メーターボックス内のバルブを閉めるなど、漏水対策にご協力をお願いします。

メーターボックスの近くに犬をつないだり、障害物を置いたり、ボックス内に付属品を付けたりしないでください。また、ボックス内の清掃にもご協力ください。

市では、皆さんが水を安心して利用できるよう努めています。節水に努め、水を大切に使いましょう。

広告

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や公用車広告も併せて募集しています。

詳しくは…☎ 総務秘書課 ☎73-6621

五三焼かすてら窯元

須崎屋

毎週水曜日は「かすてらの日」
窯出しかすてら試食・販売会
毎週水曜日 午前10時より販売致します

数量限定

窯出しかすてら(0.5号サイズ/6切れ相当)

通常価格 900円

窯出し特別価格 **300円** (税込)

*窯出しかすてらは簡易包装となりますので、本日中にお召し上がりください。

住所：南島原市有家町山川11200番地
(恵光保育園前) TEL:0957-82-2855

新婚生活を応援します～結婚新生活支援事業補助金～

☎地域づくり課 ☎73-6631



今年1月1日以降に結婚された新婚世帯に対し、新居の購入費や新居の家賃、引越費用などを助成します。ただし、次の要件に該当する場合に限ります。



●要件

- ①令和2年1月1日～令和3年3月31日までに婚姻届を提出した新婚世帯
- ②夫婦ともに婚姻日における年齢が40歳以下の世帯
- ③夫婦の合計所得が340万円未満の世帯
- ④その他、市が定める要件を満たす世帯

●助成金額…1世帯あたり上限30万円

●申請方法

領収書など必要な書類を添えて申請してください。
※詳しくは地域づくり課までお問い合わせください。

『緑のカーテンコンテスト』を開催!

☎環境課 ☎73-6644

〒859-2415 南有馬町戊1751番地1「緑のカーテンコンテスト」係
Eメール: kankyout@city.minamishimabara.lg.jp

市では、夏の強い日差しをやわらげ、周辺温度の上昇を抑えることができる「緑のカーテン」の普及啓発を目的に、『緑のカーテンコンテスト』を開催します。

●応募資格

市内の住宅、事業所、店舗、工場、学校などにおいて「緑のカーテン」を設置していること。

●応募部門

- ①個人部門………市内在住の人
- ②事業所・団体部門…所在地が市内の事務所、店舗、工場など
- ③学校部門………市内の幼稚園・保育園(こども園含む)、小・中学校、高等学校など

●応募期間…6月1日(月)～10月30日(金)

※コンテストへの参加希望者に、パッションフルーツの苗を無料配布します。
※6月17日(水)までに各支所または環境課へご連絡ください。

●応募方法

応募用紙に必要事項を記入のうえ、写真2～3枚(サイズは2L判以上、データ提出の場合は合計5メガバイト以下)をメールまたは郵送で環境課に提出してください。

※メールでの応募の場合は、送信後に環境課から確認メールが届きます。

数日経過しても届かない場合は、お手数ですがお電話ください。

応募用紙は、環境課または各支所で交付するほか、市ホームページからダウンロードすることができます。



緑のカーテンイメージ

●表彰・公表

部門ごとに表彰を行う予定です。優秀作品は広報紙および市ホームページなどに掲載し、広く紹介するとともに記念品を贈呈します。

- 最優秀賞………各部門1組
- 優秀賞………各部門3組
- エコ岳くん賞…各部門10組

※行事・イベント・講座などについては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず延期または中止になる場合がありますので、各担当部署へご確認ください。

市営住宅入居者募集

- 募集団地
 - ・深江 つつじが丘団地(1戸)
 - ・深江 あげつ第2団地(2戸)
 - ・布津 寺田団地(1戸)
 - ※特定公共賃貸住宅
 - ・有家 堂山団地(2戸)
 - ・有家 鬼塚団地(2戸)
 - ・有家 下鬼塚団地(2戸)
 - ・南有馬 新三崎団地(2戸)
 - ・南有馬 吉川団地(1戸)
 - ・口之津 白浜団地(6戸)
 - ・口之津 早崎団地(4戸)
 - ・口之津 仲町団地(2戸)
 - ・加津佐 愛宕団地(2戸)
- 募集期間
 - 6月1日(月)～12日(金)
- 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:6月19日(金) 午後2時 南有馬庁舎
- 都市計画課 ☎73・6677

国勢調査員募集

- 国勢調査は、国の最も重要な統計調査です。市内のすべての世帯が調査の対象になります。
- 業務内容
 - ①調査員説明会への出席
 - ②担当する調査地域の確認
 - ③調査についての説明と調査書類の配布
 - ④調査票の回収
 - ⑤調査票の整理と提出
- 時期:8月下旬から10月中旬(予定)
- 報酬:1調査区あたり3～4万円程度(1人あたり1～2調査区を担当)
- ※世帯数などにより増減します。
- 募集人員:250人程度
- 6月30日(火)
- 市民課 ☎73・6647

会計年度任用職員募集

- 通勤手当あり、社会保険・雇用保険あり
- 雇用期間:11月1日～令和3年1月31日
- 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9時～午後5時(うち7時間勤務)
- 応募資格:パソコン(エクセル・ワードなど)の操作ができる人
- 試験:面接(面接時パソコン操作の確認あり)
- ※日時、場所は後日連絡します。
- 9月30日(水) 必着
- 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。
- 市民課 ☎73・6647
- 〒859・2211
- 西有家町里坊96番地2



会計年度任用職員募集

- 「不法投棄パトロール員」
- 募集人員:1人
- 勤務内容:不法投棄防止パトロール、野外焼却者などへの注意指導、ごみステーション設置作業、野犬対策作業など
- 勤務地:環境課
- 報酬など:月額79,200円、通勤手当あり、雇用保険あり
- ※条件により社会保険に加入する場合あり
- 雇用期間:7月1日～令和3年3月31日
- 勤務日および勤務時間
 - 週3日(月曜、水曜、金曜)
 - ただし祝日、年末年始を除く(午前9時～午後5時(うち7時間勤務))
- 応募資格:普通自動車運転免許(AT限定を除く)を有し、パソコン(エクセル・ワードなど)の操作ができる人



る人

- 試験:面接
- ※日時、場所は後日連絡します。
- 6月15日(月) 必着
- 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。
- 環境課 ☎73・6644
- 〒859・2415
- 南有馬町戊1751番地1

市学校給食会 臨時調理員募集



- 募集人員:2人
- 勤務内容:学校給食の調理ほか
- 勤務地:深江給食センター または西有家給食センター
- 報酬など:日額6,480円、通勤手当あり、社会保険・雇用保険あり
- 雇用期間:7月1日～令和3年3月31日(令和3年度以降更新し雇用可)
- 勤務日および勤務時間
 - 週5日(土、日、祝日、長

期休業日と学校給食がない日を除く)、午前8時～午後4時45分(うち7時間45分勤務)

- 応募資格:普通自動車運転免許を有する人
- 試験:面接
- ※日時、場所は後日連絡します。
- 6月18日(水) 必着
- 市販の履歴書に必要事項を記入(写真貼付)し、郵送してください(持参可)。
- 履歴書は返却しません。
- 南島原市学校給食会 ☎73・6758
- 〒859・2306
- 北有馬町己657番地1

まちづくりを応援する 自動販売機設置

市内各所に設置されている「まちづくり支援自動販売機」は、毎年、売り上げの一部がコカ・コーラボトラーズジャパン株式会社から市に寄附されています。

今年度は、令和元年度の売り上げ分として約203万円の寄附をいただき、平成22年からの累計で1,520万円を超える支援となりました。

寄附金は、市民団体が行う、公益性の高い「協働のまちづくり市民活動支援事業」に活用しています。

【設置場所】

- 深江町:瀬野海岸公園
- 布津町:世紀の泉
- 有家町:市役所有家庁舎、有家町新切団地
- 西有家町:市役所西有家庁舎
- 南有馬町:市役所南有馬庁舎、南有馬運動公園、有馬キリシタン遺産記念館、原城跡入口駐車場、南有馬体育館、原城図書館
- 口之津町:口之津歴史民俗資料館分館、口之津港ターミナルビル
- 加津佐町:農村婦人の家、B&G海洋センター、六反田ふれあいセンター、花房展望所

●地域づくり課 ☎73・6631



精神保健福祉相談のお知らせ

- 次のような症状のある人やご家族の相談を受け付けます。
- ◆眠れない、気分の落ち込みが続く
 - ◆薬物・アルコール・ギャンブル依存
 - ◆思春期特有の悩みなのか病気の判断できない
- 【相談日】
- 精神科医師による相談
 - ※要予約
 - 7、8、10、11月、令和3年1、2月:毎週火曜日 午後2時～5時
 - 6、9、12月、令和3年3月:毎週木曜日 午後2時～5時
 - 保健所職員(保健師、作業療法士など)による相談
 - ※予約不要
 - 平日:月～金曜日 午前9時～午後5時
- 南保健所 地域保健課 ☎0957・62・3289



広告

粗大ゴミ回収 はじめました

見積無料

市民の皆様にご喜ばれている西松。親切・丁寧で対応しています!

美しい街は“未来世代”のために

株式会社 西松

フリーダイヤル ☎0120-828-766

南島原市西有家町須川108番地1

●受付時間:月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

シロアリから家マモルなら…

アリマ消毒

(公社)日本しろあり対策協会・しろあり防除施工士登録

確実な施工・安心のアフター管理・納得の良心価格

1,000万円賠償保険付き保証・各種工法あり

☎090-1518-3414

南島原市南有馬町乙944番地

代表 中村 義興

TEL & FAX 85-3235

お気軽にご相談・お電話ください。

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

ご用命は 南島原市深江町丙1055番地

今すぐお電話を

薄田たたみ店 Tel. 72-2329

Fax. 72-6857

広告

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あり。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)

※行事・イベント・講座などについては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず延期または中止になる場合がありますので、各担当部署へご確認ください。

教育行政に関する相談をお受けします



教育委員会の所管する事務全般に関する事項（教育行政）に関する相談や意見、要望を受け付ける窓口を設置しています。

- 教育行政相談窓口
教育総務課（南有馬庁舎）
- 開設時間
月～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

☎73・6701
図教育総務課

クロルピクリンの安全使用について

クロルピクリンの取扱いにご注意ください。
クロルピクリンはさまざまな作物へ使用できますが、劇物に指定されています。不適切な施用をすると重大な事故の原因にもなります。

トマト黄化葉巻病の撲滅にご協力ください



市内の施設栽培トマトに黄化葉巻病が発生しています。この病気が発生すると、葉が黄色く丸まっていき、実をつけなくなります。
トマト黄化葉巻病は、トマト生産農家に重大な被害をもたらすもので、この病気のまん延を防ぐためには、病気がかったトマトを地域からな

くすことが大切です。トマトの生産農家だけでなく、家庭菜園などで栽培しているトマト（ミニ・ミディトマトを含む）にこのような症状がでた場合には、絶対に放置しないようにお願いします。
症状が出たら、感染した株を引き抜いてビニール袋に密閉し腐らせる、または土中に埋め込む、といった処理を行ってください。ご協力をお願いします。

● 井戸水の衛生管理
井戸の周辺を清潔に保ち、井戸に蓋をし、周辺に柵を設けてください。
井戸水の汚染は味、におい、色など、すぐ分かるものと、細菌や化学物質など、見ただけでは分からないものがあります。自分で大丈夫と判断せず、定期的に専門機関による水質検査（年に1回程度）を受け、安全性の確認をしてください（大腸菌群や、硝酸性窒素などの検査で約8千円程度）。

井戸の適正な管理をお願いします

井戸水は、環境変化や井戸管理などの影響で飲用に適さなくなる（水質基準を満たさない）ことがあります。

- 井戸水の飲用
井戸水を飲用する場合は、適切な処理（高温消毒や有害物質除去装置の利用など）を行い、異常を感じたら飲用を中止してください。
- 水道水への切り替え
水質基準を満たさない井戸水は健康被害の恐れがあり、硝酸性窒素が高いと幼児などへの悪影響がありますので、水道水への切り替えを行いまししょう。
- 環境課 ☎73・6644
図上下水道課 ☎73・6686

猛毒「ヒョウモンダコ」に注意



ヒョウモンダコ
刺激を受けると青いリング模様が全身に現れます！

ヒョウモンダコは、全長10センチメートル程度で、刺激を受けると興奮して全身に青いリング模様が現れます。興奮していないときは、ほとんど見えません。
沿岸の岩礁帯に生息し、唾液にフグの毒と同じテトロドトキシンという猛毒を持っています。噛まれたり食べたりすると呼吸困難などの症状を引き起こし、死亡する場合もあります。

夏に向けた海のレジャー（機遊びや海水浴など）の際にはご注意ください。
図島原振興局 図南水産業普及指導センター
☎0957・64・0487
水産課 ☎73・6662

非常災害時の停電情報提供に係る会社名および電話番号の変更について

本年4月より分社化に伴い、会社名および電話番号が変更になりました。
停電時および電柱や電線など電気設備に関するお問い合わせやお申し込みなどがあればご連絡ください。
図九州電力送配電株式会社
島原配電事業所
☎0120・986・942

危険物安全週間

令和2年度
危険物安全週間推進標語
『訓練で 確かな信頼 積み重ね』

6月7日(日)から13日(土)までの1週間は、全国一斉に危険物安全週間が実施されます。危険物（ガソリン、灯油など）が絡む事故や火災を起こさないよう、取り扱いには十分注意しましょう。

- 灯油用プラスチック容器にガソリンを入れない
- 灯油用プラスチック容器にガソリンを入れることは極めて危険であり、消防法令により禁止されています。
- 基準に適合した「金属製容器（ガソリン携行缶）」で



！噴出注意！
★周囲の安全を確認
★フタを開ける前に
①エンジン停止
②エア抜きをする
★高温の場所禁止
（一財）全国危険物安全協会

放送大学入学生募集

放送大学は、10月入学生を募集します。10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が、さまざまな目的で学んでいます。テレビによる授業だけでなく、インターネットで好きなときに受講することもできます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・

ご寄附ありがとうございます

次の方から、ご寄附をいただきます。厚くお礼申し上げます。
● 教育寄附
館野 泉ピアノ・リサイタル実行委員会
志岐 好春（西有家町）
● 福祉寄附
小林 由美子（有家町）

広告

保険の見直し・相談
保険のことなら何でも答えてくれる相談窓口で、何度相談しても一切料金がかりません。まずは、「広報みなみしまばらを見た」と言ってお電話予約を。
保険クリニク
雲仙国見店
☎0120・309・929
営業 午前10時～午後6時
休 毎週土曜・お盆・年末年始
住 長崎県雲仙市国見町 土黒甲83-2
募集代理店：有限会社さんき

まごころ仕立て
南島原市有家町山川1227
松島ふとん店
☎82-2158
ふとん打直し・ふとん丸洗い・羽毛ふとん仕立て直し
嫁ふとん・各種ギフト・オーダーカーテン

いつも原城温泉真砂をご利用いただき、誠にありがとうございます。緊急事態宣言の発令を受け、臨時休業とさせていただきますが、お客様およびスタッフの感染防止策・館内衛生管理をしっかり行い営業再開させていただきます。休業中大変ご迷惑をお掛けしましたが、今後とも「原城温泉真砂」を何卒宜しくお願い致します。
コロナに負けんばい！
日帰り温泉プラン 温泉入浴 + ご休憩 + 真砂特製弁当
お一人様 ¥1,000 (税込)
天然温泉リゾートホテル 原城温泉真砂 長崎県南島原市南有馬町丁133番地
☎0957-85-3155
ご宿泊・ご宴会・ご会合・レストランはる乃、各種ご利用の際は、お気軽にお申し付けください。パート・従業員募集中

広告

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

『動かさない大きな石を利用してつくった棚田』 ～ジオの見どころ～



大きな石を基点につくられた石垣

雲仙温泉街から千々石へ下る県道128号の途中に、^{たけ}岳地区を一望できる展望台があります。そこから棚田を観察すると、各棚田の幅に違いがあるのが分かります。それはなぜでしょうか？答えは、石積みの基点となる石に関係があります。

一般的に棚田は、山間のひらけた緩やかな斜面につくられるもので、この地形は、地すべりによって土砂が谷を埋め立てることでできます。地すべりは地中に埋まっている直径数メートルに及ぶ大きな石までも斜面の下方へ運ぶため、土地を切り開く上で、このような大きな石は、住民にとって悩みの種でした。

そこで住民は、大きな石を無理に動かさず、そこを基点にし、その周辺部に石を積んで棚田をつくったのです。

土地の特徴を生かして石積みが行われた岳地区の棚田。美しい棚田が生まれた背景には、先人たちの知恵と苦勞の歴史が隠されています。

「ブラタモリ」撮影裏話動画配信中！

現在の島原半島をつくった地球の営みと歴史が織りなす物語を「島原半島ユネスコ 世界ジオパーク 火山博士 Dr.オーノ」が『ブラタモリ』「島原・天草～なぜキリシタンは250年も潜伏できた？～」の撮影裏話を交えながら、楽しくお伝えする動画を作成しました（約21分間）。ぜひご覧ください。

【動画の視聴方法】以下のYouTubeアドレスで視聴できます。

<https://www.youtube.com/watch?v=9jyfo8L9szY&feature=youtu.be>

※QRコード対応のスマートフォン・携帯電話をお持ちの方は、右記のQRコードを読み取りアクセスしていただくこともできます。



YouTubeチャンネルQRコード

教えて！国民年金 ～産前産後期間の国民年金保険料が免除になります～

産前産後期間として認められた期間は、保険料を納付したのものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

- 対象者…国民年金第1号被保険者
- 免除期間…①出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間。
②多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間。
- その他…出産予定日の6カ月前から届出ができます。

☎日本年金機構課早期年金事務所 ☎0957-25-1662
南島原市 健康づくり課 ☎73-6641、または各支所



住む人に誇りを、訪れる人に感動を

長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産

☎世界遺産推進室 ☎73-6706 FAX:85-2767
Eメール:sekaiisan@city.minamishimabara.lg.jp



4月9日の原城跡「満開の桜の背に白洲が出現！」

世界遺産を活用したまちづくりに関するアイデア募集！

南島原市世界遺産市民協働会議は、世界遺産である原城跡を地域づくりに活用していくことを目的として、世界遺産に関するイベントの開催やお土産品の開発、清掃活動など、さまざまな取り組みを行っています。

世界遺産市民協働会議では、今後の活動内容の参考とするために、皆さんのアイデアを募集します。

【アイデアの例】

- ・世界遺産を活用した観光の活性化
- ・世界遺産に関するお土産品のアイデア
- ・世界遺産を活用したイベントなど
- ※世界遺産に関するアイデアであれば、どんなことでも大歓迎です。

【提出方法】

- Eメール、FAXまたは持参（南有馬庁舎）。
- ※題名を「世界遺産アイデア」と記入して下さい。メール本文または任意の様式にアイデアの内容、住所、氏名を記入してください。
- ※提出期限はありません。

こい何か知っちょる？
南島原の考古学



泥面子

どろめんこ
泥面子 ～原城跡（南有馬町）～

これは粘土を型に詰めて、取り外したのちに素焼きにした「泥面子」と呼ばれるものです。

頭には山伏が被る兜巾のようなものを付けており、口の先端は鳥のように少しとがっています。おそらく天狗を模したものでないかと考えていますが、皆さんには何に見えるでしょうか。

泥面子は、江戸時代中期(1700年～1750年頃)以降に子どものおもちゃとして全国に広がり、江戸や大坂では一大ブームを巻き起こしました。相撲取りや武者、鬼など、さまざまな形の泥面子を賭けて、子どもたちが取り合いの遊びに興じたようです。

島原・天草一揆からだいぶ時が経ち、原城から戦いの面影が消えた頃のものでしょう。平和で豊かな文化のユニークさを感じられます。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、「6月・7月の小企画展」は中止します。



南島原市国際交流員

※Curiosità は「プチ情報」という意味

サーラのCuriosità!!南島原 「うぐいすの会」



市内の音訳ボランティアグループ「うぐいすの会」は平成20年から「広報みなみしまばら」と「社協だより」(福)南島原市社会福祉協議会発行)を音訳しています。

音訳とは、文字などを「音声」に換えて提供する活動です。「うぐいすの会」の会員18人は、毎月5日間ほどをかけ、公民館に設置してある録音ブースを活用して、広報紙の記事を丁寧に読み上げる作業を行い、出来上がった音声をCDに記録して視覚障がい者や市内図書館などに配布しています。

国際交流員も平成25年から国際交流に関するコラムやイベント、講座のお知らせなどの音訳作業に参加しています。声の広報みなみしまばらは、視覚障がい者などに対して必要な情報を伝えるという、大きな役割を果たしています。音訳ボランティアになりたい人は、社会福祉協議会が数年前に開催する「音訳ボランティア養成講座」に参加することが必要です。その後、勉強会や定例会などを通してスキルを磨いていきます。

※声の広報みなみしまばらは、市内の図書館でCD視聴および貸し出しができます。詳しくは、お近くの図書館までお問い合わせください。

●「うぐいすの会」や音訳についてのお問い合わせ
(福)南島原市社会福祉協議会
☎0957-65-2888
Eメール: chiiki@minamishimashakyo.or.jp

【お問い合わせ】

☎73-(各図書館下4桁)

- ・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
- ・口之津図書室…6777
- ・加津佐図書館…6787

*詳しいことは、館内ポスターや各図書館でご確認ください。

南島原市図書館 検索

親子で読書! 南島原市図書館だより vol.165

南島原市図書館

きてみるね!

イラスト・題字: 長谷川義史

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う 南島原市図書館利用について

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、**当面の間**、サービスを縮小します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

南島原市図書館をご利用いただく場合は、こまめな手洗い(アルコール消毒)、咳エチケットに努めてください。また、咳や発熱などの症状があるときには、利用を控えてください。

- 利用できるサービス
 - ・資料の貸出、返却、予約
 - ※短時間でのご利用をお願いします。
- 利用できないサービス
 - ・新聞、雑誌などの閲覧
 - ・座席の利用
 - ・DVD、CDの視聴
 - ・インターネット端末の利用
 - ・館内検索機の利用

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

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意! ~適切な情報収集をして、冷静に行動しましょう~

新型コロナウイルスや、それに関する国の対応に便乗した詐欺、悪質商法が発生しています。震災、原発事故、台風災害、経済危機など、報道で大きく取り上げられた事柄は、便乗商法が発生しやすい傾向にあります。今回は特に、全国に広く影響が及んでおり、日に日に状況が変化中、便乗の手口も多種多様となっています。

テレビ、新聞、ラジオ、インターネットなど、情報の発信元を確認して、適切に情報収集をしましょう。情報の中には、事実無根の二セモノもあります。誰かに伝えたり、行動する前に、確かな根拠があるか確認するなど、冷静な判断を心がけましょう。

困ったことがあれば、消費生活センターにご相談ください。

●新型コロナウイルスに便乗した悪質商法の相談事例

- ①スマホに携帯電話会社を名乗り『新型コロナウイルス感染拡大に伴い、利用料金を免除します。下記よりお申し込みください』とURL付きでメールが届いた。アクセスして申し込みすると、不正アプリをインストールしてしまい、電話帳の個人情報が流出してしまった。
- ②家に『新型コロナウイルスの混乱で金相場が確実にあがる。金を買う権利を申し込まないか』と訪問があった。不審に思い断ったが、投資詐欺の勧誘ではないか。
- ③電話で『市役所から委託を受け、新型コロナウイルスの感染防止の消毒に行く』と言われた。応じると、家に清掃業者が来て、関係のないハウスクリーニングの勧誘を受けた。
- ④電話で公的機関を名乗り『新型コロナウイルスの助成金があるので個人情報や口座情報を教えて』と言われた。詐欺ではないか。
- ⑤電話で息子を名乗り『新型コロナウイルスの影響で動いている会社が倒産しそうだ。お金を工面して欲しい』と言われた。電話を切って、直接息子に電話し、詐欺と分かった。

西有家図書館 好評です!!「赤ちゃん絵本定期便」

対象:0~2歳未満の赤ちゃん

「毎回ちがう絵本を読んであげたい」
「忙しくて絵本を選ぶ時間がない」...



そんな保護者のみなさんの代わりに、お子様一人ひとりの月齢や興味に合わせて、図書館員が一度に10冊ずつ絵本をご用意します。貸し出しをした絵本の記録は冊子にして、定期便卒業時にお渡しします。お気軽にご利用ください!

雨の日は本の取り扱いにご注意を!

雨が多い季節となりました。本にとって水は大敵です。本が雨に濡れると、シミやカビの原因になります。雨の日に図書館へお越しの際はビニール袋にいれるなど本が濡れないよう注意してください。また、図書館で借りた本は、湿気の多いところに保管しないようお願いいたします。

皆さんに気持ちよく利用していただけるよう、ご協力をお願いします。

蔵書点検のお知らせ

●北有馬図書室

6月25日(木)・26日(金)



さんぽんぼうってなんだろう
高橋 秀雄/作
えがしらみちこ/絵
鈴木出版/出版

妹が熱をだしました。お姉ちゃんも妹に元気になってほしくて、食べたいものを聞きだします。答えは「さんぽんぼう」です。え?さんぽんぼうって何?お姉ちゃんも必死に考えます。妹は何のことを言い間違えているのでしょうか。姉妹の心温まるおはなしです。



絵本

梅雨の時期、洗濯物を部屋干しすると、イヤな臭いが残りますよ。正しい洗濯の仕方、乾燥のメカニズムを知ると、部屋干しのイヤな臭いは発生しません。シミの落とし方からアイロンいらすの乾燥術まで、目からうろこの情報満載です。

図書館員オススメの本



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

休日在宅当番医	電話番号	町名
7日	□之津病院 86-2200	□之津町
	布井内科医院 72-5111	深江町
	前川歯科医院 82-2255	西有家町
	徳永歯科医院 78-3105	国見町
14日	哲翁病院 86-3226	□之津町
	しろの医院 72-5000	深江町
	まつしま歯科医院 82-0600	有家町
	末吉歯科 68-0150	有明町
21日	しおた内科胃腸科医院 86-4443	□之津町
	伊崎医院 82-2051	西有家町
	小嶺歯科医院 82-3535	有家町
	松本歯科医院 68-3872	有明町
28日	中村医院 85-2152	南有馬町
	いその産婦人科 82-2430	西有家町
	有家ふるせ歯科口腔クリニック 82-4182	有家町
	森元歯科クリニック 68-0017	有明町

※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。

歯科医師会からの お知らせ



訪問歯科診療のご相談は、島原南高歯科医師会訪問歯科地域連携室までお問い合わせください。

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)

※土日、祝日は除く

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。

子ども未来課 ☎73-6652

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、6月の母子保健事業を中止または延期します。

日程	事業名	対応
6月実施予定分	乳児相談	中止
	1歳6か月児健診	延期
	親子歯科健診	中止
	3歳児健診	延期

※延期した事業については、日時が決定しましたら改めてお知らせします。

成人保健 健康づくり課 ☎73-6641

住民健康診査 ～各健診の対象年齢や個人負担金などは、個人あてに郵送している通知で確認してください～

6月の集団健診は、新型コロナウイルス感染症対策のため中止します。
個別健診は6月1日から受診できます。個別健診を希望される場合は、必ず指定医療機関に予約をして受診してください。予約日当日に体調不良の場合は、受診を見合わせ、再度予約の調整をしてください。

健康相談 ～血圧・体組成測定・尿検査・塩分濃度測定など～

事業名	実施日	場所	受付時間
健康相談 ・年齢制限なし ・申し込み不要	18日(木)	加津佐保健センター	9:30～12:00
	19日(金)	西有家保健センター	
	22日(月)	□之津保健センター	
	23日(火)	深江支所	
	24日(水)	有家保健センター	
	25日(木)	北有馬保健センター	
	26日(金)	原城オアシスセンター	
	29日(月)	布津公民館	
	※みそ汁の塩分濃度の測定を行います。希望者はみそ汁を50cc程度お持ちください。		

※今年度から「深江・布津の会場が変更」になっています。

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	受付時間
献血	11日(木)	有家庁舎	9:30～11:00
	24日(水)	布津世紀の泉	12:30～15:30

6月4日～10日は 「歯とお口の健康週間」です

健康づくり課 ☎73-6641

むし歯と歯周病は、歯を失う二大原因です。
歯が抜けたまま放置すると、野菜やお肉といった硬いものが食べにくくなります。

また、寝たきりにつながる全身の衰えは、お口の衰え(オーラルフレイル)からくるともいわれています。

バランスよく栄養をとり、しっかりと身体を動かすことが、寝たきりの予防、健康長寿につながります。

高次脳機能障害に関する相談を受け付けています

島県南保健所 地域保健課
☎0957-62-3289
長崎県高次脳機能障害支援センター
☎095-844-5515

高次脳機能障害とは、脳卒中などの病気やけがで脳にダメージを負った後、次のような症状があらわれ、日常生活や社会生活に影響を及ぼす恐れのある障害です。

●記憶障害…さっき言ったことや言われたことを忘れるなど、新しいことが覚えられず日常生活に支障をきたす。

●注意障害…落ち着かなかつたり、ボーッとしたり、物事に集中できないため、日常生活での物事がはかどりにくくなる。

●遂行機能障害…段取りよく行動することや、目標を立てて達成することができにくくなる。

●社会的行動障害…状況に適した行動が取りにくく、感情のコントロールが難しくなる。

障害が外見上目立たないことから、本人も気づきにくく、周囲からの理解も得られにくいいため、適切な配慮がされにくいという特徴があります。

このような症状のため、生活や仕事などでお困りの人はお気軽にご相談ください。

【むし歯や歯周病の早期発見・予防のためにできること】



- 規則正しい食生活
- 歯みがき
- 定期的な歯科健診
- フッ化物の利用

食べる力を維持するために、小さい頃からの口腔ケアをおすすめします。

※本市ではフッ化物塗布、フッ化物洗口を推進しています。

【20歳からの歯周病予防健診】

市内に住所のある昭和21年4月1日から平成13年3月31日生まれの人
※現在、治療中の人を除く

●実施期間…令和3年3月31日まで

☑歯周組織検査、むし歯検査、ブラッシング指導

☑指定歯科医院

※対象者へ受診券またはチラシを特定健診・がん検診と一緒に郵送しています。

6月は食育月間です ～健やかな心とからだは、食事から～

健康づくり課 ☎73-6641

一生涯健康で過ごすためにはバランスのよい食生活が大切です。野菜は食べているつもりでも不足しがちです。野菜を意識的に食べ、バランスのよい食生活を心がけましょう。

●1日の野菜の摂取量(成人の場合)

性別	目標摂取量	長崎県	全国平均
男性	350g	261g	299g
女性		252g	289g

(出典) 県：平成28年度県民健康・栄養調査
国：平成27年度国民健康・栄養調査

野菜に含まれるビタミンや食物繊維には「たんぱく質を筋肉や血管に作りかえる」「抗酸化作用」「糖やコレステロールを体の外に出す」などの働きがあります。

●野菜を1日350g摂取するために、少しずつ食べる量を増やす4つのポイント

①色の濃い野菜をチョイス

抗酸化作用が強く、食欲が増進します

②手軽に食べられる野菜を常備

トマト、レタス、キュウリなど、食事の時にさっと添えられます

③野菜スープを追加

家にある野菜をざく切りにしておくとなんとなく1品できます

④保存食を作る

ピクルスやナムルなどは日持ちします

※今年度から健康づくりポイント事業の対象に「毎食野菜」が加わりました。ぜひ参加ください。

国民健康保険の 医療費の状況

令和元年
12月分

件数	全体の医療費	市が払ったお金	個人が払ったお金	他の制度が払ったお金
23,471件	537,975,458円	392,231,667円	136,546,809円	9,196,982円

健康づくり課 ☎73-6641

『南島原市健康づくりポイント事業』参加者募集中！(詳しくは広報4月号掲載)

市民カレンダー

6月

7月

6/1(月)	【水道週間】 6月1日(月)～7日(日) *詳細P19 ●水道相談所開設 6月1日(月)～5日(金) 南有馬庁舎 9:00～17:00
2(火)	●農業用廃プラ回収日(布津地区・有家地区)
3(水)	●農業用廃プラ回収日(有家地区)
4(木)	●農家相談所 加津佐支所 9:00～15:00
5(金)	
6(土)	【禁煙週間】 5月31日(日)～6月6日(土)
7(日)	【歯とお口の健康週間】 6月4日(木)～10日(水) *詳細P28
8(月)	
9(火)	●農業用廃プラ回収日(加津佐地区)
10(水)	
11(木)	
12(金)	【危険物安全週間】 6月7日(日)～13日(土) *詳細P23
13(土)	
14(日)	【6月は食育月間です】 *詳細P28
15(月)	
16(火)	●農業用廃プラ回収日(西有家地区)
17(水)	
18(木)	●農業用廃プラ回収日(北有馬地区・南有馬地区)
19(金)	
20(土)	
21(日)	
22(月)	【男女共同参画週間】 6月23日(火)～29日(月)
23(火)	●農業用廃プラ回収日(口之津地区・加津佐地区)
24(水)	●農業用廃プラ回収日(深江地区)

25(木)	
26(金)	市県民税(1期分)の納期月です ※納期限は、6月30日(火)となっています。
27(土)	
28(日)	
29(月)	
30(火)	
7/1(水)	
2(木)	●農家相談所 加津佐支所 9:00～15:00
3(金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) *要予約 布津公民館 13:00～17:00
4(土)	
5(日)	
6(月)	
7(火)	●公証人相談所 *要予約 市民相談センター(西有家庁舎) 13:00～16:00
8(水)	●農業用廃プラ回収日(深江地区)
9(木)	
10(金)	



(住基人口)	令和2年4月末日現在
人	44,855 (-32)
男性	20,905 (-21)
女性	23,950 (-11)
世帯数	18,887 (+8)

()前月比

- 「無料法律相談」「司法書士・行政書士相談会」の予約は、市民相談センター(市民課内) ☎82-3010、「公証人相談所」の予約は、島原公証役場 ☎62-7822に申し込んでください。
- 「農家相談所」は、農業委員会 ☎73-6612にお問い合わせください。

※行事・相談会などについて、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず延期または中止になる場合がありますので、各担当部署へご確認ください。



7月7日七夕は「そうめんの日」

7月7日は、「そうめんの日」です。
 平安時代の宮中では、無病息災を祈り、七夕に「そうめん」が食べられていました。
 七夕に島原手延そうめんを食べ、新型コロナウイルスに負けないよう無病息災を祈り、これから本格化する暑い夏を乗り切りましょう！
 下記ホームページ(右記QRコード)で、そうめんの茹で方やレシピなどの情報を公開しています。ぜひ、ご覧ください。
 【URL】 <http://minamishimabara-somen.jp/>



そうめんのレシピ
公開中！

ふるさと応援寄附

ありがとうございます

園 地域づくり課 ☎73-6631

寄附金累計額
(令和2年4月末日現在)

20億2,000万922円(令和2年度分 5,746万1,000円)