

みなみしまばら

2020
11
November

No. 175
令和2年11月1日発行



【表紙の写真】
秋の訪れ(イチヨウ並木)

CONTENTS

特集

- 令和2年南島原市表彰式 (2~3)
- 新型コロナウイルスの
3つの顔を知ろう! (4~5)

自宅でできる運動講座④	6~7
婚活コラム	7
まちの話題	8~9
南島原にゆーす	10~16
教えて! 国民年金	10
そうめん簡単お手軽レシピ	12
こんにちは! 消費生活センターです	16
環境課だより	16

健康コラム	17
世界遺産コラム	18
島原半島世界ジオパーク	19
くらしの情報	20~23
南島原市図書館だより	24
国際交流員コラム	25
保健事業のご案内	26~27
市民カレンダー	28