

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



令和2年 南島原市表彰式

令和2年  南島原市表彰式



10月18日、令和2年南島原市表彰式をありえコレジヨホールで執り行いました。

今回の受賞者は、個人54人と1団体。德行や地方自治功勞、社会福祉功勞などの各分野で優れた功績をあげられた皆さんと特別功勞として文化・スポーツ分野の全国大会で優秀な成績を取られた人などを表彰しました。

受賞者を代表して社会福祉功勞を受賞された松島興太郎さんが「誠に光榮。保育に携わることと市の発展に貢献できたことを誇りとし、今後も市の発展・協働のまちづくりに協力したい」と謝辞を述べました。

受賞者の皆さん、おめでとうございます。

德行

德行卓越し、他の模範となるもの

- 川村 春枝 (有家町)
- 協同組合北有馬シヨッピン
- グセンター (北有馬町)

地方自治功勞

地方自治の振興に貢献し、その功績顕著なもの

- 石田 正洋 (北有馬町)
- 平 徹也 (口之津町)
- 小林 隼人 (口之津町)
- 佐藤 哲弘 (有家町)
- 山崎 春義 (布津町)
- 宮田 隆 (北有馬町)

社会福祉功勞

民生の安定に貢献し、その功績顕著なもの

- 江越 信幸 (西有家町)
- 松本 伸生 (西有家町)
- 内藤 薫 (北有馬町)

- 黒嶋 誠人 (口之津町)
- 川田 典子 (深江町)
- 植木 貴典 (加津佐町)
- 苑田 秀子 (有家町)
- 園城 義孝 (南有馬町)
- 芳澤 本主 (口之津町)
- 宮崎 郷徳 (布津町)
- 渡邊 昇治 (有家町)
- 鷺村 真照 (有家町)
- 吉田 修生 (西有家町)
- 松島 興太郎 (布津町)
- 本村 明子 (西有家町)
- 伊澤 真 (有家町)
- 中村 浄子 (有家町)
- 笹田 信 (口之津町)
- 平 敏博 (口之津町)
- 永吉 清一郎 (深江町)
- 荒木 昭一 (北有馬町)
- 松本 恵子 (口之津町)
- 川口 和典 (南有馬町)
- 安達 又造 (西有家町)
- 下田 和美 (深江町)
- 狩野 文子 (西有家町)

教育文化・スポーツ功勞

教育文化の振興およびスポーツの発展に貢献し、その功績顕著なもの

- 小嶺 隆一 (有家町)
- 福田 亮司 (加津佐町)

保健・環境功勞

保健衛生および環境保全の向上に貢献し、その功績顕著なもの

- 宮崎 栄子 (南有馬町)
- 溝田 厚子 (深江町)
- 大平 久子 (布津町)
- 末吉 サチコ (有家町)
- 平木 キエ子 (加津佐町)
- 近河 秀子 (布津町)
- 松本 佐紀子 (深江町)

特別功勞

その他特に表彰に値すると認められるもの

- 下田 偉都子 (布津町)
- 栗田 悠衣 (口之津町)
- 平 一葉 (口之津町)
- 植松 康太 (深江町)
- 田中美和 (有家町)
- 川上 弘昭 (西有家町)

「敬称略」



新型コロナウイルス感染症予防・相談窓口

来所による相談や医療機関を受診する時のお願い

- まずは、電話でご相談ください。
直接または複数の病院を受診することにより感染が拡大する恐れがありますので、指示を仰ぎましょう。
- 来所による相談や受診の際にはマスクを着用するほか、咳エチケットの徹底をお願いします。



新型コロナウイルス感染症の総合相談窓口

☎095-895-2150 平日：午前9時～午後5時45分

※土日・祝日など休日の対応は、音声案内で対応しています。

音声案内の内容…即日対応可能な「帰国者・接触者相談センター」および「新しい生活様式対応支援補助金申請受付センター」の電話番号が案内されます。それ以外の相談は平日におかけいただくようお願いいたします。

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

●息苦しさ、強いだるさ、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、それ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など、すぐにご相談ください。

- 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)

上手な医療のかかり方 新型コロナウイルス対策を踏まえた 適切な医療機関の受診

～ コロナ禍でも医療機関で必要な受診を～

- ①過度な受診控えは健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。
- ②コロナ禍でも健診や持病の治療、お子さんの予防接種などの健康管理は重要です。
- ③医療機関や健診会場では、換気や消毒でしっかりと感染予防対策をしています。
- ④具合が悪いなど健康に不安があるときは、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

☎健康づくり課 ☎73-6641

(厚生労働省)

新型コロナ関連 人権相談窓口の開設

■相談窓口専用ダイヤル ☎095-894-3184 (長崎県庁内)

平日：午前9時～午後5時45分(水曜日は午後8時まで)

※ご相談は、原則、電話をお願いします(相談料は無料、ただし通話料は自己負担)。

※ご来庁される場合は、あらかじめご連絡ください。聴覚に障がいのある人へは筆談で対応します。

**第3の“感染症”を
ふせぐために**

みなさんそれぞれの場所で感染を拡大しないように頑張っています。

- ・小さな子どもがいる家庭
- ・高齢者
- ・治療を受けている人とその家族
- ・自宅待機している人
- ・医療従事者
- ・日常生活を送って社会を支えている人

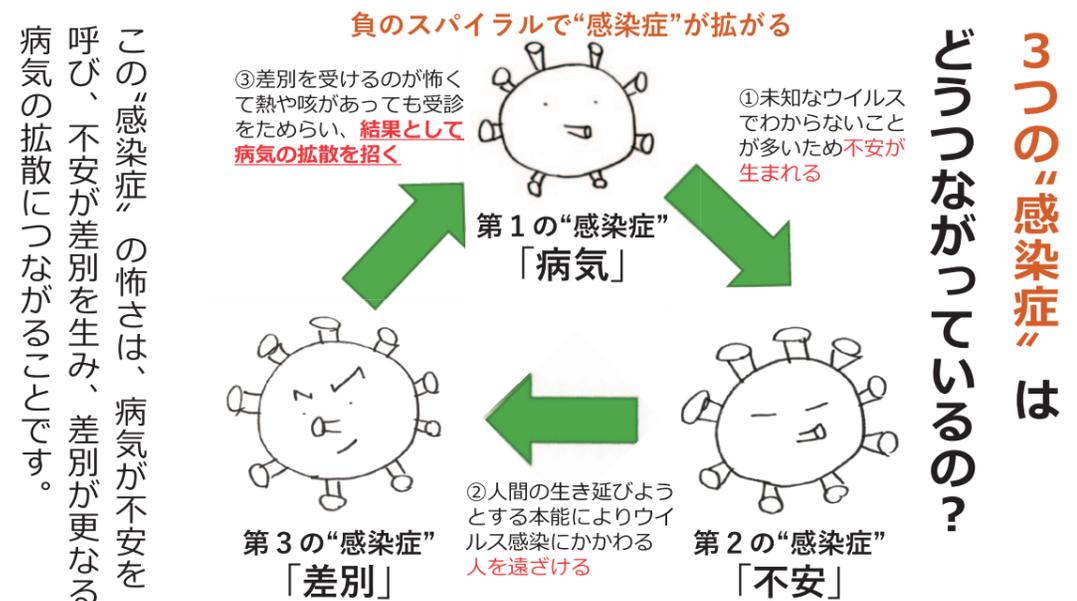
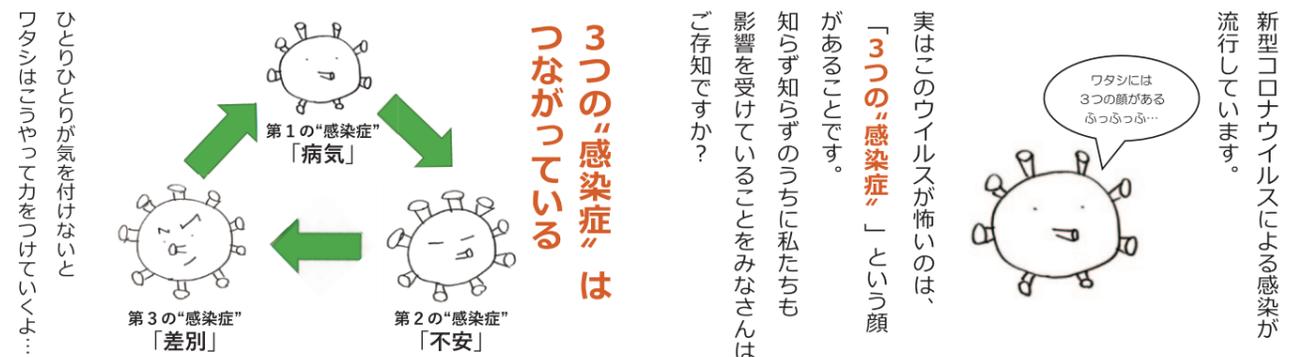
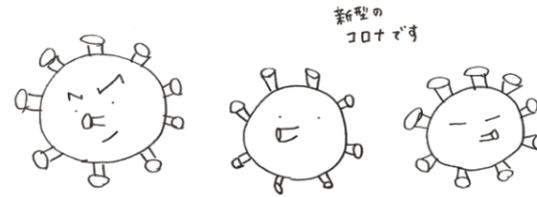
この事態に対応しているすべての方々を
ねぎらい、敬意を払きましょう。

新型コロナウイルスの 3つの顔を知ろう！

～負のスパイラルを断ち切るために～

☎健康づくり課 ☎73-6641

出典：日本赤十字社「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！」



**第1の“感染症”を
ふせぐために**

1人1人が衛生行動を徹底しましょう。

「手洗い」

「咳エチケット」

「人混みを避ける」

など、

ウイルスに立ち向かうための行動を、自分のためだけでなく周りの人のためにもすることが大切です。

不安や恐れは私たちの**気づく力**

聴く力

自分を支える力

を弱めます。

不安や恐れは身を守る為に必要な感情ですが、私たちから力を奪い、冷静な対応ができなくなることもあります。

第2の“感染症”に
ふりまわされないために

手洗いしっか

手洗い

Let's!! 30日チャレンジ

ステップ1 10分以上の運動を行った日は☑しましょう。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

ステップ2 運動を継続して、アンケートに回答

- アンケート用紙は、運動教室内や各支所に備えているほか、市ホームページから様式をダウンロードできます。健康づくり課または各支所へ12月25日までに提出してください(郵送可)。抽選で50人に「健康グッズ」をプレゼントします。
- 当選者へは令和3年1月頃に健康づくり課より通知します。支所にて受け渡しとなります。郵送の対応はしておりませんのでご了承ください。

健康づくり課 ☎73-6641
〒859-2211 西有家町里坊96番地2



上級編はコチラ。
市ホームページに掲載中!



ステップ3 運動を継続して、運動教室へ参加

- 11月の健康相談内(日程は26ページ参照)で午前10時から運動教室を実施します。
- 運動教室に参加し、ポイント事業の台紙を持参された人には100ポイントを付与します!(ポイント付与は1回のみ)

日程	地区	会場
11月 11日(水)	有家	有家保健センター
13日(金)	口之津	口之津保健センター
16日(月)	西有家	西有家保健センター
17日(火)	加津佐	加津佐保健センター
18日(水)	北有馬	北有馬保健センター
19日(木)	南有馬	原城オアシスセンター
27日(金)	深江	深江公民館
30日(月)	布津	布津公民館

＜運動教室に参加される人へ＞

- 持参品…飲み物、フェイスタオル
口之津・布津会場に参加する場合は上履き
- ★37.5度以上の発熱や咳・だるさなどの風邪症状がある場合は参加をご遠慮ください。
- ★マスクの着用をお願いします。
- ★申し込み不要。人数によっては入場をお断りする場合があります。
- ★新型コロナウイルス感染拡大時は、運動教室を中止する場合があります。中止の場合は防災無線や市ホームページなどでお知らせします。



#おうちで動こう

自宅でできる運動講座

シリーズ④ ものを使って編

テレビを見ながらや、仕事の合間などに実践してみましょう!



【監修】
活水女子大学 准教授/
NPO法人 長崎ウエルネス
スポーツ研究センター 理事長 阿南 祐也 先生

(: 効いている部位)

＜ものを使ってできるストレッチ＞1～3セット

ゆっくりと呼吸をしながら行いましょう
無理をせず伸びていると感じながら行いましょう

① タオルを使ったストレッチ



＜あげてさげて＞
① タオルの両端を持ち、頭の上にあげる
② タオルを頭の後ろに下げる
★ポイント★
タオルを肩の高さくらいまで下げられるとよい
楽な時は狭く、きつい時は広くタオルを持ち強度を調整する



＜ぐるっと回す＞
① タオルの両端を持ち、少し引っ張りながら腰から大きく円を描く
★ポイント★
無理のない範囲で行う

6～10回ずつ

② 段差を使ったストレッチ



＜股関節まわりのストレッチ＞
① 1～2段を飛ばして足をつく
② 前足の方へ体重をかける
③ 余裕があれば、腰をおとして後ろ足の膝を階段につけてもよい



＜ふくらはぎのストレッチ＞
① 段差につま先だけのせる
② 上体をゆっくりと前に傾け、痛くなる手前で止める
③ 余裕があれば、両手を太ももにおいて後ろ足の膝を曲げる
★ポイント★
バランスを崩しそうな場合は手すりなどにつかまりながら行う

10秒ずつ

ながさきのイマドキ♡婚活事情

おしえて! ヨシエさん



第2回 稼げる男性がいい?

こんにちは。ご近所さんの結婚相談に乗っている、永縁ヨシエです。お肉屋のケンジさん、一人娘の婚活が心配でたまらないようです。

ケンジ うちの娘は、もう2年も婚活してるんだけどさ、なかなかいい男が見つからなくてねえ。

ヨシエ そんなこと言って一、もしかしてケンジさんがお相手にダメ出ししてるんじゃないの?

ケンジ そうさ。娘には苦勞はさせられないから、しっかり稼げる旦那かを見定めなきゃなあ。

ヨシエ あら。娘さん、●×会社にお勤めでしょ。あの会社は結婚しても長く勤められるって評判よ。今は共働きのほうが断然多い時代なんだから(図1)、家計を2人で支えるのもいいんじゃない?

ケンジ ほう、20年以上前から共働きが多いのか。しかし、娘も、年収

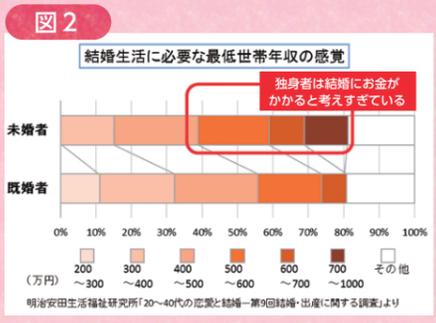
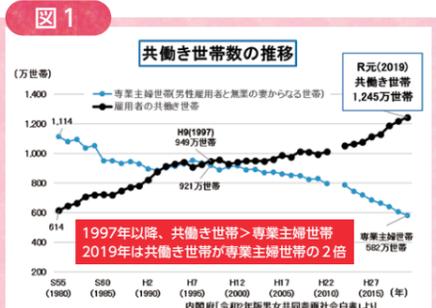
にはこだわりたいって言っててなあ。

ヨシエ そうなの? 独身の頃って、結婚にお金がかかるって考えすぎなんですよ(図2)。娘さんみたいに働いている女性なら、結婚後もがんばって働き続けることにして、お相手への希望年収を下げれば、可能性はグンと広がるわ。

ケンジ へー、それならこの前のAくんは、好青年で良かったかも…。

ヨシエ グズグズしてはられないわよ。お付き合いから結婚まで、平均4.3年かかるんですよ。お金のことは男性に高望みしないで、まずはお付き合いして人柄と相性を見極める。これが大事よ。

参考文献: 天野馨南子著「データで読み解く『生涯独身』社会」(宝島社新書)。
登場する人物やエピソードはすべて架空のものですよ。



地域づくり課 ☎73-6631

長崎県の「お見合いシステム」登録料半額キャンペーン中!(12月未まで)
(通常2年間 10,000円 → 5,000円)

長崎婚活サポート 検索 長崎県

＜ものを使ってできる筋トレ＞1～3セット

呼吸を止めないように注意しましょう
筋肉を意識しながら行いましょう

① タオルを使った筋トレ



＜タオルあつめ＞
① タオルの端に手(または足)を置く
② 指と手のひらを使ってタオルを手前に集めていく(タオルを集め終わって1カウント)
★ポイント★
手だけでなく足でもしてみよう



＜タオルしぼり＞
① 両手でタオルを持ち、肩の高さでぎゅっと絞って3秒カウントする
② 反対方向へぎゅっと絞って3秒カウントする
★ポイント★
タオルの持ち方は自由
濡れたタオルを絞るつもりで!

5～8回ずつ

② ペットボトルを使った筋トレ



＜腕の筋トレ＞
① ペットボトルを握って腕を体の横におろす
② 腕の外側に力を入れながら、肘を伸ばしたままペットボトルを肩の高さまであげる
③ 腕の外側に力を入れながら、元の位置に戻す
★ポイント★
水などを入れてペットボトルの重さを調整
余裕があれば両手一緒に行いましょう!



＜足の筋トレ＞
① ペットボトルを床に置き、その横に足を置く
② 片足をあげ、ペットボトルにあたらないように越えて反対側へ足をおろす
③ ペットボトルにあたらないように元の側に戻すを繰り返す

★ポイント★
余裕があれば、足は床につけずに繰り返す。
足のつけ根(股関節まわり)の筋肉を使って足をあげるイメージで

6～10回ずつ

いつまでもお元気で
～100歳おめでとうございます～



水田 イサコさん(深江町)
大正9年10月11日生まれ

永友 シズエさん(北有馬町)
大正9年9月30日生まれ



7 安藤さん家のチョコが長寿犬表彰

9月20日から26日までの動物愛護週間に合わせ、島原獣医師会が長寿犬の表彰を行いました。

市内の長寿犬として、安藤友美さん(口之津町)の飼い犬「チョコ」が表彰されました。チョコの年齢は18歳で、人間に換算するとおよそ88歳になります。

これからも仲良くお過ごしください。

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。



5 長崎ひまわりプロジェクトが始動

女性たちのネットワークで子どもを守る「長崎ひまわりプロジェクト」の地域活動が始動しました。

9月10日、県内23団体(約12万人)が連携協定を締結し、地域の子どもの安心・安全確保のために、声かけや励ましなどにより子どもと子育て家庭の親を支える取り組みを展開します。

この取り組みの周知啓発のため、10月8日、市婦人会連絡協議会の林悦子会長ら関係者が市役所を訪れ、市内公共施設などへのチラシ設置や広報活動の協力を依頼しました。林会長は、暴力行為の件数増加や低年齢化の傾向があること、少子化にもかかわらず不登校児童が毎年全国で2万人も増加している昨今の現状に触れ、「この取り組みにより、地域のみならず子どもたちへの声かけが広がり、健全な子どもたちの成長につながってほしい」と話しました。



6 忘れない、伝えていく噴火災害の記憶

9月15日、雲仙普賢岳噴火災害により小学校が焼失してから29年が経過したこの日、大野木場小学校メモリアルデー2020が開催されました。例年、多くの保護者や地域の人たちが参加していますが、今回は新型コロナウイルス感染症対策のため参加者の規模や内容を縮小しての開催となりました。

講話では、講師の長門 亜矢さん(雲仙岳災害記念館職員)が、自らの被災体験を児童たちに語りました。長門さんは、土石流により自宅が被災。長い避難生活を送り、復興までの経験をもとに「大事なものは、災害を忘れないこと。そして伝えていくこと」と話しました。

児童代表でお礼を述べた廣瀬美空さん(6年)は「今日聞いたことを忘れずに、次の世代につなげていきたい。今、学べていることに感謝し、一生懸命生きていきたい」と話しました。

Focus in 南島原

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。

まちの話題



2 熊本県球磨村へ職員を派遣

令和2年7月豪雨の被災地支援のため、熊本県球磨村へ本市職員1名を派遣しています。

九州知事会から要請を受け、復興に向けた協力を行うもので、派遣期間は10月1日からの6カ月間。被災した固定資産の管理や各種補助金の受付事務、派遣職員の管理事務などの業務を行います。

9月29日、佐藤匠実主事(地域振興部観光振興課)に松本市長が辞令を交付し、「九州・全国からの応援職員との業務は貴重な経験になると思う。市職員の代表として十分に頑張ってもらいたい」と激励しました。

佐藤主事は「7月にも球磨村への短期派遣で被害家屋の調査を行い、現地状況はある程度把握している。球磨村のために、自分ができることをしっかりとやっていきたい」と抱負を述べました。



4 ふるさとの海岸を清掃 ～深江ブルプロ～

10月11日、深江ブループロジェクト活動組織と深江中学校の生徒や保護者ら約250人が、地元の海岸を清掃しました。早朝から海岸に落ちている空き缶やペットボトル、漂着した流木や竹などを集めました。

この取り組みは平成26年度から毎年実施されており、この継続的な取り組みにより、ふるさとの海がきれいに保たれています。



1 戸ノ隅老人会が環境大臣賞を受賞

環境保全や地域環境美化に関して顕著な功績があった個人や団体を称える「環境大臣表彰」において、戸ノ隅老人会(西有家町)が地域環境美化功績者表彰を本市で初めて受賞しました。9月28日、松本市長が市役所で表彰を伝達しました。

同会は昭和42年の設立以降、永年にわたり地域の環境美化意識の高揚に大きく貢献してきたことが高く評価されました。

草野英昭会長は、「今回の受賞は現在の会員だけでなく、これまでの礎を築いてこられた先輩方や、地域の皆さんのおかげであり、これからも地域一丸となって活動を継続していきたい」と話しました。



3 皮ごと食べられるバナナの栽培を開始

市では、新たな高収益作物として期待されるバナナの栽培支援を行いました。事業を展開する合同会社PEACE(上田功平代表)は、9月29日、関係者らとともに苗木100本の植栽を行いました。

上田代表は、「植栽したバナナは、無農薬で殺虫剤や洗浄剤などを使用せず、皮ごと食べることができるので、子どもたちにも安心して食べてほしい。一般的なバナナの15度を大きく上回る糖度25度の高糖度・高品質なバナナを目指し、関係者からの指導を受けながら、市の特産品になるように頑張りたい」と話しました。

バナナの木1株からは約150本のバナナが採れ、今回植栽したバナナは来年7月頃に収穫される予定です。

南島原市 子育てひろば

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。
なお、イベント・講習会の日程などは変更になる場合がありますので、**事前に支援センターに確認をしてください。**

町名	支援センター名	開設日時	イベント・講習会情報
深江町	子育て支援センターはやて (瀬野保育園) ☎72-6961	火・木・金曜日 10:00~15:00	・11月5日(木) 11月のカレンダー作り&身長・体重測定(要予約) ・11月12日(木) 手形アート(要予約)
布津町	BUNKAしえんせんたー (南島原ぶんか保育園) ☎72-2106	月~金曜日 9:00~14:00	・11月17日(火) ママヨガ&ベビーヨガ(要予約) ・11月27日(金) 手ぬぐい作り(要予約)
有家町	地域子育て支援センター杏クラブ (白百合保育園) ☎82-8410	月~金曜日 9:00~14:00	・11月2日(月) 子どもの生活リズム講話(要予約) ・11月13日(金) ヨガ教室(要予約)
西有家町	長野子育て支援ポエム (長野保育園) ☎82-0271	月・水・金曜日 8:30~15:30	・11月11日(水) お芋掘り ・11月25日(水) お楽しみ会・誕生会
南有馬町	南有馬子育て支援センター (大江保育園) ☎85-2288	月~金曜日 9:00~14:00	・11月11日(水) 秋の飾りを作りました ・11月18日(水) 若葉会のお料理紹介
口之津町	子育て支援センターたんぼぼ (口之津保育園) ☎73-6000	月・水・金曜日 9:00~15:00	・11月9日(月) ハーバリウムボールペン作り ・11月27日(金) おたのしみ会
加津佐町	お宮の子育て支援センター (若木保育園) ☎87-5151	月~金曜日 9:00~15:00	・11月19日(木) 親子でLet's play in English!! ・11月25日(水) ベビーマッサージ教室

☎子ども未来課 ☎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。

※行事・イベント・講座などについて、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。

家庭教育支援「わくわく広場」

☎生涯学習課 ☎73-6703 FAX85-2767 Eメール: shougaigakusyuu-han@city.minamishimabara.lg.jp

子育てに役立つ講座を開催します。お母さん1人でも、子ども連れでも参加できます。

【共通事項】 📍ありえコレジヨホール 📅中学生までの子どもがいる保護者 📍各講座10人程度(子どもを含む)
📞3日前までに電話などで申し込んでください。

①お母さんへの読み語り

📅11月6日(金) 午後2時~3時
●講師…図書館職員、家庭教育支援員

②楽しく体をうごかしましょう

📅11月20日(金) 午後2時~3時
●講師…永田氏
●持参品…ヨガマット(バスタオル可)、フェイスタオル、飲み物

③おしゃべり交流会「子どもはどう成長しているの?」

📅11月27日(金) 午後2時~3時
●講師…MFPファシリテーター

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず中止になる場合がありますので、担当部署へご確認ください。

令和3年1月から 市役所の組織が一部変わります

☎人事課 ☎73-6623

主な組織の見直しは、次のとおりです。

福祉保健部(福祉課・子ども未来課・保護課)が「南有馬庁舎」に移転します。

●福祉保健部と教育委員会を同じ庁舎に集約し、子育て・子ども支援などの子ども政策の充実・強化を図ります。
※市民生活部健康づくり課(西有家庁舎)も福祉保健部配属となり、「南有馬庁舎」に移転します。

建設部(建設課、管理課、都市計画課)が「有家庁舎」に移転します。

●建設部と農林水産部を同じ庁舎に集約し、社会基盤整備(市道・農道など)の政策の充実を図ります。
※地域振興部地籍調査課(西有家庁舎)も建設部配属となり、「有家庁舎」に移転します。

環境水道部水道総務課・上下水道課が「衛生センター庁舎」に移転します。

●市民生活に関わりの深い環境・衛生の業務を集約します。
※令和2年4月から衛生センター庁舎内に衛生局・環境課を配置しています。

詳細については、広報みなみしまばら12月号でお知らせします。

教えて!国民年金 年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

【対象者】

- 老齢基礎年金受給者
※以下の要件をすべて満たしている必要があります
(要件) ・65歳以上
・世帯員全員の市町村民税が非課税
・年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下
- 障害基礎年金・遺族基礎年金受給者
(要件) ・前年の所得額が約462万円以下

【請求手続き】

- 新たに年金生活者支援給付金を受給できる人
対象者には、日本年金機構から請求手続きのご案内が10月中旬から順次届きます。
同封のがき(年金生活者支援給付金請求書)を記入し、返送してください。
令和3年2月1日までに請求手続きが完了すると、令和2年8月分からさかのぼって受給できます。
- 年金を受給しはじめの人
年金の請求手続きと併せて年金事務所または市で請求手続きをしてください。

公的機関の職員を装った不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省、市役所職員が電話で家族構成や口座番号、暗証番号を尋ねたり、手数料などの金銭を求めたりすることはありません。

年金相談に関するお問合せは、以下までお電話ください。

「ねんきんダイヤル」 ☎0570-05-1165(ナビダイヤル)

☎南島原市 健康づくり課 ☎73-6641または各支所

新型コロナウイルス感染症に伴う
支援策

国民健康保険税の減免について

☎73-6642

新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯の主たる生計維持者(※1)の事業収入等(※2)が前年より3割以上減少した世帯は、申請により国保税の全部または一部が減免になる場合があります。

事業収入等の減少の原因が新型コロナウイルス感染症の影響以外である場合は、対象になりません。
※1 世帯の主たる生計維持者…世帯の中で所得金額が最も高い人です。ただし、同一世帯内の事業の専従者を除きます。
※2 事業収入等…給与収入、事業収入、不動産収入、山林収入など

●対象世帯

- ①新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯の主たる生計維持者の事業収入等が減少し、次の(ア)~(イ)のすべてに該当する世帯(ア)事業収入等のいずれかの減少額が前年の当該事業収入の3割以上であること
(イ)前年の合計所得金額が1,000万円以下であること
(ロ)減少することが見込まれる事業収入等に係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること
(ハ)減収した事業収入等の前年の所得が黒字であること
- ②新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯

- 申請期限…令和3年1月8日(金)
- 申請先…税務課(西有家庁舎)
※各支所では受付はしていません。
- その他
・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、申請については**電話による事前予約制(平日のみ)**とします。
・申請受付後に、減免の可否について決定を行います。
・減免については市ホームページにも記載しています。

【申請の流れ】



新型コロナウイルス感染症に伴う
支援策

新型コロナウイルス感染症対策資金の
融資に伴う利子などの補助について

☎73-6633

新型コロナウイルス感染症の影響で売上げが減少したことにより、長崎県中小企業対策資金などの資金を借り受け、経営の安定化を図る事業者に対し、利子などの補助を行います。

●対象となる資金など

- ①長崎県中小企業対策資金
「緊急資金繰り支援資金(環境変化対策、新型コロナウイルス感染症対応)」

●利子補助額など

- ・借入日から起算して5年を経過する日までに支払った**利子の額**
 - ・当該補助対象資金に係る**保証料**(全融資期間)
- ※融資限度額を上限とした利子および保証料が対象。
※利子および保証料について国などから補助を受けている場合は、その分を除きます。

●承認申請方法など

☑12月28日(月)

☑利子補給補助金承認申請書のほか、以下の添付書類を提出してください。

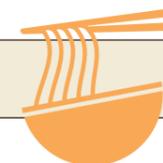
- 金銭消費貸借契約書の写し / ●金融機関への返済予定明細表 / ●信用保証の決定のお知らせ
- ※手続きなど詳しくはお尋ねいただくか、市ホームページでご確認ください。

②新型コロナウイルス感染症特別貸付

- (日本政策金融公庫)
- (1)小規模事業者経営改善資金(通称:マル経融資)
- (2)国民生活事業、中小企業事業

●利子補助額など

- ・借入日から起算して5年を経過する日までに支払った**利子の額**
- ※融資限度額を上限とした利子が対象。
※利子について国などから補助を受けている場合は、その分を除きます。



島原手延そうめんを活用 簡単お手軽レシピ

すき焼き風肉たまそうめん

「島原手延そうめん」を活用した、誰でもできる簡単お手軽レシピをご紹介します。
肌寒さを感じる日が増えてきたこの時期にピッタリの温かいそうめんレシピです。ぜひお試しください。

材 料(2人分)

- 島原手延そうめん ……2~3束
- 牛肉こま切れ ……150g
- 玉ねぎ ……1/2個
- しめじ ……100g
- 卵(卵黄) ……2個
- めんつゆ(4倍濃縮) ……大さじ4杯
- 水 ……150cc
- 刻みネギ ……適量

作り方

- 鍋にめんつゆ、水、スライスした玉ねぎ、しめじを入れ火にかけます。
- 具材に火が通ったら、牛肉こま切れを加えて煮ます。
- 器に茹でたそうめんをのせ、②の具材と卵黄を盛り付けた後、刻みネギを振りかけて完成です。お好みで一味唐辛子をかけてお召上がりください。



※めんつゆは、お好みで量を調整してください。

11月は「児童虐待防止推進月間」です



189(いちはやく)
知らせて守る
こどもの未来

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。
あなたの1本のお電話で救われる子どもがいます。

児童虐待かもと思ったらすぐにお電話ください。

☎189
連絡は匿名で行うことも可能です。
連絡者や連絡内容に関する秘密は
守られます。

☎こども未来課 ☎73-6652 または
子育てテレフォン ☎73-6654

「女性の人権ホットライン」
強化週間

☎0570-070-810
(全国共通)

長崎地方法務局および長崎県人権擁護委員連合会では、女性が被害者となることが多い、夫・パートナーからの暴力、ストーカー行為、職場におけるセクシャル・ハラスメントなど、さまざまな相談を受けています。
ひとりで悩まず電話してください。

11月12日(木)~18日(水)(午前8時30分~午後7時)

※ただし、土・日曜日は午前10時から午後5時まで

☎市民課 ☎73-6647

または 長崎地方法務局 長崎県人権擁護委員連合会
☎095-820-5982

ご存知ですか？ 緊急通報システム・救急医療情報カプセル

☎福祉課 ☎73-6651

1人暮らしの高齢者や障がい者が、自宅で安心して暮らすことができるよう、市では「緊急通報システム」や「救急医療情報カプセル」の設置を行っています。

これらは、病気やケガなどで救急搬送が必要になったときなど、いざというときにあなたを支えるものです。



緊急通報システム 本体



緊急通報システム ペンダント

【緊急通報システム】

本人が自宅で体調が悪くなったときなど、「緊急ボタン」を押すだけで、緊急通報センターにつながり、救急車の手配や体調に関する相談対応などを24時間体制で受け付けています。

また、緊急通報センターからの呼びかけに反応できないなど本人の状態が確認できない場合は、地域の協力員(事前登録制)と連携して、安否確認を行った上で救急車を手配するなどの対応を行う場合があります。

📧 1人暮らしの高齢者

(おおむね65歳以上で援護が必要な人)

・1人暮らしの重度身体障がい者

📄無料(ただし、機器設置後に2,000円の負担金が必要)

※本人などからの申請後、審査の上、機器を貸し出します。

※機器を設置するには、NTT電話回線と固定電話が必要です。



救急医療情報カプセル



冷蔵庫にステッカーを貼ります

【救急医療情報カプセル】

あらかじめ、救急医療情報(かかりつけ医療機関名や緊急連絡先など)を記入した用紙をカプセルに入れ、冷蔵庫に保管しておきます。

救急搬送を行う際、本人から必要な情報を聞き出せない場合など、救急隊が冷蔵庫に保管されたカプセル情報を確認して対応します。

📧 1人暮らしの高齢者 (おおむね65歳以上)

※本人などからの希望により配付します。

※高齢者のみの世帯など、不安のある人はご相談ください

📄無料

鳥害対策の資材購入経費を補助します

☎農林課 ☎73-6661

近年、鳥類(ヒヨドリ)による農作物被害が深刻化しており、鳥類被害防止を図るための資材購入に要する経費に対して補助します。

📧市内の2戸以上の農業者で組織する団体

●補助率…対象経費の3分の1以内(上限20万円)

●対象経費

①防鳥カイトおよび吹き流し資材

②べた掛け資材

③テグス張り資材

📅12月18日(金)

☎農林課までお問い合わせください。

※申請は年度内に1回限りです。また、過年度に本補助金の交付を受けたことがある場合は、対象外となります。

新型コロナウイルス感染症に伴う 支援策

市妊婦応援新生児特別定額給付金

☎こども未来課 ☎73-6652



新型コロナウイルス感染症による影響の長期化が見込まれる中、市では妊娠期間を経て出生した新生児を抱える世帯の経済的負担を軽減するとともに、子どもの健やかな成長を応援するため、市妊婦応援新生児特別定額給付金を支給します。

申請書のほか受給権者本人の確認書類の写しおよび振込先の通帳と印かんを持参の上、最寄りの支所またはこども未来課(有家庁舎)で申請してください。

※令和3年1月から、こども未来課は南有馬庁舎に移転します。

●支給対象児

令和2年4月28日から令和3年4月1日までの間に出生し、南島原市の住民基本台帳に登録されている乳児

●受給権者

支給対象児の父または母(支給対象児と同一世帯の者に限る)

●支給額…支給対象児1人につき10万円(1回限り)

●申請期限

支給対象児が出生した日の翌日から起算して2月を経過する日

●手続きなど

・令和2年4月28日から10月20日までの間に出生された新生児(乳児)の受給権者には、申請書などを10月下旬に郵送しています。

・令和2年10月21日以降に出生された新生児の受給権者には出生届を窓口で提出される際に、申請書を配付します。

・令和2年10月21日以降に転入された新生児(乳児)の受給権者には、転入届を窓口で提出する際にご案内します。

※ほかの自治体で、この給付金と同様と認められる給付金を受けている場合は対象になりません。

償却資産の申告をお忘れなく

☎税務課 ☎73-6642

償却資産(事業用資産)には、固定資産税が課税されます。事業で使用している機械・備品などの償却資産を所有している人は、令和3年1月1日現在の償却資産の申告が必要です。

申告期限は、2月1日です。期限までに税務課または各支所へ申告してください。また、申告書が送付されていない人(事業者)はご連絡いただくなど、早めの申告をお願いします。

新型コロナウイルス感染症に係る固定資産税の軽減措置があります。詳しくは広報みなみしまばら10月号または市ホームページをご覧ください。

■償却資産とは

会社や個人で工場や商店などを経営している人や農林水産業、アパート経営者などが所有する資産で、事業のために用いることができる構築物や機械・器具・備品などをいいます。

※太陽光発電設備で事業用の設備や10キロワット以上の設備も申告対象です(申告の際は、設置場所も記載してください)。

※無形減価償却資産(鉱業権、漁業権、パソコンソフトなど)や自動車税・軽自動車税の課税対象(軽トラック、トラクターなど)は除きます。

■主な償却資産の例

●構築物…門、広告塔、舗装路面、内部造作、事業用簡易構築物など

●機械および装置…太陽光発電設備、コンベアー、クレーン、ビニールハウス、土木建設機械、農業用機械、印刷機など

●船舶…漁船、ボート、貨物船など

●車両および運搬具…構内運搬車、特殊自動車、その他自動車税・軽自動車税の課税対象とならないもの

●工具・器具および備品…机、椅子、ロッカー、レジスター、陳列ケース、コピー機、パソコン、暖房用品など

📅令和3年2月1日(月)

健康コラム Health Column

なるほど！高血圧 ～高血圧になるとどうなる？～

●講師…一般社団法人 南高医師会 泉川 卓也先生 (医療法人栄和会 泉川病院 院長)

●高血圧の基準値

成人における血圧値の分類 (mmHg)

分類	病院で測った血圧の値		自宅で測った血圧の値	
	上の血圧 (収縮期血圧)	下の血圧 (拡張期血圧)	上の血圧 (収縮期血圧)	下の血圧 (拡張期血圧)
正常血圧	120未満	かつ 80未満	115未満	かつ 75未満
正常高値血圧	120～129	かつ 80未満	115～124	かつ 75未満
高値血圧	130～139	かつ/または 80～89	125～134	かつ/または 75～84
I 度高血圧	140～159	かつ/または 90～99	135～144	かつ/または 85～89
II 度高血圧	160～179	かつ/または 100～109	145～159	かつ/または 90～99
III 度高血圧	180以上	かつ/または 100～109	160以上	かつ/または 100以上
(孤立性) 収縮期高血圧	140以上	かつ 90未満	135以上	かつ 85未満

(出典:日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン2019」)

●高血圧の症状

自覚症状はほとんどありませんが、かなり高いときは、頭痛、めまい、動悸、耳鳴り、肩こりなどが起こります。

それらの症状は血圧とは関係なく起こる場合もあり、直接原因かどうかは不明です。自覚症状がないため放置すると、さまざまな合併症を引き起こします。そのため「サイレントキラー」とも呼ばれています。

●高血圧で影響を受ける臓器

高血圧は全身のさまざまな臓器や器官に影響を及ぼしますが、特に影響を受けやすいのが「心臓」「脳」「腎臓」です。

心臓



心臓は全身に血液を送るため常に拍動します。そのため、心臓の内部はもちろん、外側にも心臓そのものを動かすために「冠動脈」という血管があります。血圧上昇が慢性的に起こると、この「冠動脈」が動脈硬化を起こし、血管が狭窄する狭心症、完全に閉塞する心筋梗塞がおこります。さらに高血圧が慢性的に持続することにより、心臓は通常よりも強い力をかけて血液を送り出そうとします。その結果心臓の筋肉が肥大し、その後、心臓の機能が落ちてしまう心不全状態に陥ります。

高血圧が持続した結果
発症する合併症

- ・狭心症
- ・心筋梗塞
- ・左室肥大
- ・心不全

脳



脳は人間が生きていく上でさまざまな器官や臓器を動かす司令塔です。常に酸素とエネルギーを必要としているため、脳の内部にはたくさんの血管が張り巡らされています。高血圧が慢性的に持続すると、脳梗塞や脳出血のリスクが高まります。脳梗塞や脳出血は、片麻痺や感覚障害、言語障害などさまざまな症状を引き起こし、その後の生活に大きな影響を及ぼします。

- ・脳出血
- ・脳梗塞
- ・認知機能障害

腎臓



腎臓は血液をこして不純物を取り除く臓器です。こす過程で重要なのが腎臓内部にある細い血管です。高血圧が慢性的に持続するとこの細い血管が障害を受け、血液ろ過機能が低下、腎臓の機能そのものが低下する腎不全状態となります。腎不全は進行すると、人工透析などの治療が必要になります。

- ・腎硬化症
- ・蛋白尿
- ・腎不全

上記のほかにも高血圧は全身の血管に影響します。大動脈がもろくなることで大動脈瘤や大動脈解離を引き起こしたり、眼の血管にも影響して高血圧性網膜症を引き起こします。

長期の高血圧は標的臓器(主に心臓、脳、腎臓)に損傷を与え合併症のリスクを増大させるため、経年的で定期的なチェックが大事です。

毎日の血圧測定に加えて、年に1度は健康診査を受けましょう！

高血圧にも段階があります。

赤枠部分が一般的にいう高血圧です。ガイドラインではI度・II度・III度の3段階に分け、治療方針を医師が判断します。

正常高値血圧とは、「高血圧の一手手前で、注意が必要なレベル」という意味で合併症を引き起こすリスクが高い場合は要注意です。また、(孤立性)収縮期高血圧とは、収縮期血圧だけが特に高いもので、動脈硬化の進んだ高齢者に多くみられます。



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

身に覚えのない商品が海外から届いた！

～ネガティブ・オプション(送りつけ商法)の対処法～



●相談事例①

配達員が小包を持って自宅に来た。送付元は海外で、覚えはなかったが受け取った。

中にはスマートフォンの手帳型ケースが入っていた。スマートフォンは使っておらず、注文していない。後で請求されたらどうすれば良いか。(70歳代 女性)

●相談事例②

自宅のポストに、厚みのある封筒が入っていた。送付状に私の名前、住所、携帯番号が正確に印字されているが、それ以外は外国語だ。気味が悪くて開封しておらず、中身は分からない。処分しても良いのか。(50歳代 男性)

●消費生活センターからの助言

当センターには事例のような「身に覚えのない商品が届いた」という相談が複数寄せられ、中でも「海外から届き、対処に困っている」という相談が増えています。

事例のように、消費者が注文していない場合や、事業者からの勧誘に承諾していない場合には、売買契約は成立していません。このため、事業者に連絡したりせず、対応しないようにしましょう。

申し込んだ覚えがないのに商品が送られ、料金が請求されることをネガティブ・オプション(送りつけ商法)といいます。特定商取引法により、ネガティブ・オプションで送られてきた商品は、商品の送付があった日から14日間経てば自由に処分することができます。商品を受け取る前や未開封のものは、受取拒否できることもあるので、配達業者に相談しましょう。

一方で、近年はインターネット通販を利用してプレゼントを贈る人も増えています。注文者が海外から商品が送られることを知らなかったり、受取人に商品の受け取りを伝え忘れたりすることもあります。身に覚えがない商品が届いた時は、落ち着いて、まずは親族や友人など、心当たりがないか尋ねてみましょう。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。

環境課だより エコライフのすすめ ごみのお話④ 環境課 ☎73-6644

今回はごみステーションなどでの円滑な収集のため、皆さんにご理解とご協力をお願いしたいことをお知らせします。

●悪天候による収集日の変更について

台風の接近など悪天候の場合であっても、ごみの収集日を変更することは以下の理由から原則としてありません。

- ①台風の通過状況は日々刻々と変わり、当日の予想が困難。
- ②日程変更による周知を徹底することが困難。
- ③収集日の急な変更は、収集作業に大きな負担になる。
- ④以前は台風情報をもとに収集日を変更したこともあったが、市民の皆さんに混乱を招くことが多かった。

●危険なときはごみを出さない

可燃ごみの収集日は週に2回ありますので安全を最優先し、大雨や強風の日のごみ出しは見送って、極力次回に出すようにしましょう。

また、状況次第では収集作業を緊急中止する場合がありますので、ご承知ください。なお、この場合、ステーションのごみは翌日収集。集積場は次の開設日になります。

●日常の収集について

ごみを収集する時間帯は、その日のごみの量や交通状況などで前後することがあります。最寄りのステーションのごみを収集する時間帯は何時頃と決めつけず、出し遅れにならないよう朝の決められた時間までに出しましょう。

平成噴火のはじまり ～地質が教える雲仙火山の噴火の“くせ”～



1990年11月17日に起きた雲仙普賢岳の噴火(島原市提供)

1990年11月17日午前3時22分、激しい火山ガスの噴出を示す火山性微動(地面のゆれ)が雲仙普賢岳で観測され始めました。午前8時には、山頂付近から2本の白い噴煙が上昇しているのが、気象庁雲仙岳測候所(当時)によって確認されました。これが平成噴火のはじまりです。

噴火開始から約半年後の1991年5月20日には、山頂付近に溶岩ドームが確認され、さらに5月24日にはその一部が崩れ、火砕流が発生し始めました。この現象は、江戸時代に発生した2回の噴火とは様相が異なっており、当初は戸惑いもありました。しかし、平成噴火の終息後に行われた雲仙火山の地質学的な研究が進むにつれ、過去の噴火によってできた多くの溶岩ドームと、それに対応する火砕流堆積物の存在が明らかになりました。つまり雲仙火山は、溶岩ドームをつくってはその一部を崩して火砕流を発生させる、という形態の噴火を繰り返す火山であり、平成噴火はまさにそれを象徴する噴火活動だったのです。

現在の雲仙火山は、気象庁が設定する噴火警戒レベルの「①:活火山であることに留意」にあたり、穏やかな状態にあります。しかし、火山性の地震は今も発生し続けています。噴火の予兆をとらえるために、九州大学地震火山観測研究センター島原観測所や気象庁は、常に雲仙火山の様子を観測しています。また、溶岩ドームの動きについても、国土交通省雲仙復興事務所が観測を続けています。平成噴火の開始から30年。雲仙火山が再び噴火を始めてしまったとき、どのくらいの期間にわたってどのようなことがおこり、どの範囲にまで影響が及ぶのか。これを機に、普段は忘れがちな「雲仙は活火山である」ことを、もう一度心に留めてみてはいかがでしょうか。

第46回 ジオ空教室



11月8日(日) 午前9時30分～正午
島原市平成町
長崎県内の高校生が、自らのふるさとの魅力を高校生ならではの視点で探究した成果を発表します。
●題 目…島原半島ユネスコ世界ジオパーク 高校生研究発表大会
●料 金 無料 ●要 否 不要
※新型コロナウイルス感染症対策を講じたうえで開催します。



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

閩世界遺産推進室 ☎73-6706

長崎と天草地方のキリスト教関連歴史文化遺産群を知っていますか?

「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」ではそれぞれの構成資産のほか、「長崎と天草地方のキリスト教関連歴史文化遺産群」というものがあります。これは、世界遺産と関連が強く、地域の特色をよく表している重要な文化財(教会堂や聖地、集落、民族、行事、芸能、関係資料のほか、それらを展示する施設)のグループです。今回は南島原市の歴史文化遺産群の中から、日野江城跡と吉利支丹墓碑をご紹介します。



日野江城跡

日野江城跡は、中世に島原半島を支配した有馬氏の居城跡です。有馬氏は16世紀にキリスト教の洗礼を受け、城下ではキリシタン文化が栄え、組織的な信仰が営まれました。発掘調査では、仏教式の墓石を再利用した階段遺構や切石を使った石垣が見つかりました。この石垣は、当時の日本の城では類を見ない独特な技術で、沖縄などの南方地域との交流を物語る貴重な遺構です。日野江城跡は、ヨーロッパから訪れた宣教師や商人たちとの交流の舞台であり、有馬地方に形成されたキリシタンの信仰組織と密接に関わった代表的な文化遺産とされています。1982年(昭和57年)7月3日に国指定史跡となりました。



吉利支丹墓碑

西有家町須川にある吉利支丹墓碑は、日本国内のキリシタン墓碑の中で初めての国指定史跡になりました。石材は砂岩(天草・下浦石)で、均整のとれたフォルム、3種類の十字紋と碑文が刻まれているのが特徴です。日本語の音読をそのままポルトガル式つづりのローマ字で表現した碑文は日本最古のものであり、西暦と元号の両方が記されている珍しいものです。1959年(昭和34年)7月24日に国指定史跡となりました。本市には、世界文化遺産「原城跡」を筆頭に、歴史を物語る資産が数多く存在しています。今後、ほかの資産についても紹介していきます。

広告

いとし丸洗い・羽毛いとし仕立て直し
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
婚いとしん・各種ギフト・オーダーカーテン

特定非営利活動法人コミュニティスポーツクラブTEAMUまわり
住所:南島原市西有家町龍石788-97 TEL:0957-82-1022
~ずっと愛せる自分づくり~
SMILEYOGA
Class:TEAMUまわり
入会方法やその他詳細は
お問い合わせ下さい
●対象:20歳~60歳までの男女
●料金:会員3,000円/月 非会員4,000円/月
●実施:毎月第2・第4木曜日 20時~21時 原城温泉 真砂
定員 10名

広告

老舗カステラ屋が本気で作った
濃厚「五三焼プリン」好評発売中!
普通のプリンに比べて卵の風味が濃厚で、
それでいて希少な和三盆糖のあっさりした甘さが
お楽しみいただけます
単体(1ヶ) 240円(税込)
化粧箱入(4ヶ) 1,080円(税込)
五三焼かすてら窯元
須崎屋
住所:南島原市有家町山川1200番地
(恵光保育園前) TEL:0957-82-2855

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
窯出しかすてら(0.5号サイズ/6切れ相当)
数量限定 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、
本日までにお召し上がりください。
住所:南島原市有家町山川1200番地
(恵光保育園前) TEL:0957-82-2855

※行事・イベント・講座などについて、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。

市営住宅入居者募集

- 募集団地
 - ・深江 あぜつ第2団地(1戸)
 - ・有家 堂山団地(1戸)
 - ・有家 蒲河団地(1戸)
 - ・有家 鬼塚団地(1戸)
 - ・有家 下鬼塚団地(1戸)
 - ・西有家 上の原団地(1戸)
 - ・南有家 新三崎団地(1戸)
 - ・南有家 北岡団地(1戸)
 - ・口之津 白浜団地(9戸)
 - ・口之津 早崎団地(2戸)
 - ・口之津 仲町団地(2戸)
 - ・加津佐 愛宕団地(3戸)
- 募集期間
 - 11月2日(月)～13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: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:11月20日(金)
- 午後2時 南有馬庁舎
- 南島原市計画課 ☎73・6677



農業用施設からの油流出事故を無くしましょう

重油や軽油などの油類の流出事故はその回収が大変困難で、環境汚染のほか生態系に悪影響を与えることが危惧されます。

農業用施設で使用される油類の取扱いは、火災予防条例により「指定数量未満の危険物(少量危険物)」として貯蔵や取扱いについて定められています。

罰則規定もありますので、適正な管理に努めましょう。

第225回 コレジオ市民文化講座

石造りの塔(墓石など)はいつ頃、どんな人たちがたて、なぜかたい石でつくられるようになったのだろうか。また、江戸時代以降の墓石はなぜ同じ形で戒名を書くのだろうか。次々に出てくる疑問をひも解いていくと、それまで想像すらできなかった世界が見えてきます。石造物研究家に興味深いテーマで話しますの

で、ぜひご参加ください。

会計年度任用職員募集

11月16日(月)必着



●募集人員:5人程度

- 勤務内容:埋蔵文化財発掘調査業務(遺物包含層の掘削、遺物・遺構の検出、測量、埋め戻しなど)。その他、文化財保護行政に係る業務。
- 勤務地:市内の発掘調査現場(主に西有家町)
- 報酬など:時給980円、通勤手当あり、雇用保険あり
- 雇用期間:12月中旬～令和3年2月下旬
- 勤務日および勤務時間
 - 週5日(土、日、祝日および担当課が指定する日を除く)
 - 午前9時～午後4時(うち5時間45分勤務)
- 試験:面接
- ※日時、場所は後日連絡します。

●市販の履歴書に必要事項および希望する勤務地を記入(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。

会計年度任用職員募集

- 募集人員:1人
- 勤務内容:施設(分館を含む)維持管理、清掃業務、受付業務、展示資料解説など
- 勤務地:南島原市口之津歴史民俗資料館本館(口之津港ターミナルビル2F)および分館
- 報酬など:月額141,400円、通勤手当あり、社会保険・雇用保険あり
- 雇用期間:12月1日～令和3年3月31日
- 勤務日および勤務時間
 - 週5日(土、日、祝日勤務あり、月曜(休館日)、年末年始を除く)
 - 午前8時30分～午後5時(うち7時間30分勤務)
- 応募資格
 - 普通自動車運転免許を有し、パソコン(ワード・エクセル)操作ができる人で市の歴史に興味がある人
- 試験:面接
- ※日時、場所は後日連絡します。
- 11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、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。
- 南島原市教育総務課 ☎73・6701
- 〒859・2412
- 南有馬町乙1023番地



●利用時間

- 午前10時～午後9時
- 100円/時間
- 高校生以上
- 南島原市湯楽里 ☎72・7212

【設置機器】

- ・ランニングマシン:3台
- ・エリプティカル:1台
- ・リカンベントバイク:2台
- ・その他
- 利用時間
 - 午前10時～午後9時
 - 100円/時間
 - 高校生以上
 - 南島原市湯楽里 ☎72・7212

「令和2年分年末調整説明会」は中止します

令和2年分の年末調整説明会は、今般の新型コロナウイルス感染症の感染拡大などを踏まえ、開催を中止します。年末調整に関する各種情報については、国税庁ホームページをご覧ください。



国税庁ホームページ QRコード

11月は「労働保険適用促進強化期間」です

労働者を1人でも雇用して

お見合いシステム会員拡大キャンペーン



いる事業主は労働保険(労災保険・雇用保険)の加入手続きが必要です。詳しくは、お問い合わせください。

県が運営する「お見合いシステム」。会員登録すると今なら特典として「婚活力テスト」を無料で受講できます。定先着65人

南島原市加津佐町乙16番地16 ☎87-5112

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

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

おうち時間

い草の香りでリラックス

エコな畳のお手伝い

小物製品販売中

畳の製造・販売・表替え・裏返し

見積り無料

今すぐお電話を

薄田たたみ店

Tel. 72-2329

Fax. 72-6857

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有り。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、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。

ブラッシュアップセミナー



独身男女の個々の魅力を高めて、交際や成婚につながることを目的に開催します。

【共通事項】

はザ・マーキーズ(深江町) 定男女各8人(先着順)

料無料

対男性:市内在住の20歳から45歳までの未婚の人
女性:市内在住または在勤の20歳から45歳までの未婚の人

①「ファッションセミナー」

と11月15日(日) 女性:午後1時30分~3時/男性:午後5時~6時30分
内色やスタイルなど、自分色を探す

②「ヘアスタイルセミナー」

と11月23日(月・祝) 女性:午後1時30分~3時/男性:午後1時30分~3時

午後5時~6時30分
内モテ髪、スタイリング方法を学ぶ
11月16日(月)
南島原結婚サポートセンター(市社協内) ☎65-2888
kokatsu@minashimashakyoo.or.jp

地域のノラ猫について

ノラ猫による生ゴミの飛散や糞尿の悪臭など、生活環境のトラブルが多く発生し、社会問題になっています。

●むやみに餌付けをしない

飼い主がいらない猫に一度エサを与えてしまうと、その場所に住みつく場合があります。飼育している猫以外にはエサを与えないでください。

●ノラ猫の引き取りについて

市や保健所ではノラ猫の捕獲は行っていません。ノラ猫の子猫は多くの場合、近くに親猫がいますので見守ってください。ただし、負傷して動けなくなった猫や故意に捨てられた子猫は保護しています。
※土日や祝日は保健所の受入

れが出来ませんので、自宅を保護するか、支所に届けるなどの対応をお願いします。
●ノラ猫が増えて困っている場合
県ではノラ猫を管理する活動(地域猫事業)を行う有志や自治会などに、活動への助言や不妊去勢手術費用などの助成を行っています。

※詳しくは、県南保健所へご相談ください。

南島原保健所 衛生環境課

☎0957-62-3288
南島原市 環境課 ☎73-6644

秋季火災予防運動



11月9日から15日まで全国一斉に秋季火災予防運動が実施されます。

火の元には十分注意しましょう!
『その火事を防ごうあなたに金メダル』(令和2年度全国統一防火標語)

●火の取り扱いにはご注意ください

火災は、人の生命や財産を一瞬にして奪ってしまいます。火の取り扱いには十分注意しましょう。

●住宅用火災警報器について

火災の早期発見、逃げ遅れ防止のために住宅用火災警報器を必ず設置しましょう!
(平成21年6月から、当本部管内すべての住宅に設置が義務付けられています)

南島原地域広域市町村圏組合 消防本部 予防課

☎0957-62-5857

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した。厚くお礼申し上げます。
●一般寄附
大村 純一郎(加津佐町)

公民館講座受講生募集



マスクを着用の上、ご参加ください。

ふるさとの味「いぎりす作り教室」

と11月28日(土) 午前9時~正午
北有馬保健センター
南島原市に昔から伝わる健康食「いぎりす」を海草を使って作ります。



●講師…食生活改善推進グループ若葉会 酒田 住香氏
●持参品…エプロン、三角巾、マスク
定先着12人 料材料費…500円
市民または市内勤務の人
電話または次の窓口で申し込んでください。
北有馬ピロティ文化センター日野江 ☎73-6754

キム 金先生の 日常的に使う韓国語講座

と12月1日、8日、15日、22日【全4回・毎週火曜日】
午後7時30分~9時(時間共通)



西有家総合学習センター カムス
金(キム)先生の日常的に使う韓国語講座
●講師…金 漢鎮(キム・ハンジン)氏(翔南高校教諭)
●持参品…筆記用具、タオル類
定先着20人 料無料
市民または市内勤務の人
電話または次の窓口で申し込んでください。
西有家総合学習センターカムス ☎73-6746

有家図書館との連携講座 がま口財布作り教室

と12月1日(火) 午後7時30分~
ありえコレジヨホール
がま口の財布を作ります。



●講師…市職員・有家図書館職員
●持参品…布、裁縫道具、ミシン(持参可能な場合)
定先着25人
※新型コロナウイルスの感染状況次第で変更する場合があります。
料300円(がま口2個およびキルト芯代)
市民または市内勤務の人
電話または次の窓口で申し込んでください。
ありえコレジヨホール ☎73-6707

加津佐図書館との連携講座 大人かわいいハンドメイド

と11月26日(木)・12月3日(木)【全2回】
午後7時30分~9時30分



加津佐公民館
クラフトテープで素敵なバスケットを作しましょう。
●講師…糸山 ちどり氏
●持参品…はさみ、速乾性ボンド、洗濯ばさみ30個、おてふき、メジャー



定15人(申し込み多数の場合は抽選)
抽選日…11月17日(火) 午後2時
会場…加津佐公民館
料1,000円(材料費) 市民または市内勤務の人
と11月16日(月)
電話または次の窓口で申し込んでください。
加津佐公民館 ☎73-6786

女性対象講座 お正月フラワーアレンジメント教室

【西有家会場】

と12月26日(土) 午後1時30分~4時30分

西有家総合学習センター カムス
お正月用フラワーアレンジメントで新年を迎えましょう。



●講師…中野ガーデン 中野 耕伸氏
●持参品…花ばさみ、タオル類
定先着30人 料3,000円(材料費)
市民または市内勤務の女性
電話または次の窓口で申し込んでください。
西有家総合学習センターカムス ☎73-6746

【深江会場】

と12月26日(土) 午後2時~3時30分

深江公民館
お正月用フラワーアレンジメントで新年を迎えましょう。



●講師…花工房 彩花 増田 義隆氏
●持参品…花ばさみ、軍手
定先着20人 料3,000円(材料費)
市民または市内勤務の女性
と12月4日(金)
電話または次の窓口で申し込んでください。
深江公民館 ☎73-6716

広告

UEDA JEWELRY WATCHES MEGANE EST.1952
上田宝飾時計店
島原市上の町908 TEL.0957-62-3688 10-19時 火曜日

南島原市在住60歳以上限定
日帰り入浴+お弁当
ご利用時間 10時~15時 料一人様 800円(税込)
温泉ポイントカードはじめました
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。
【館内清掃スタッフ】パート急募中!! 1日5~6時間程度のお仕事です。詳細はお気軽にお問い合わせください。



イタリアで人気のアニメと「巨神と氷華の城」



市内の風景をアニメで再現
(原城跡)

南島原市を舞台にした
ショートアニメーション



アニメ公式サイト

日本の文化は世界中で評価されていますが、なかでもアニメはとりわけ人気があります。

イタリアでは、1970年代から吹き替え版で日本のアニメがテレビで放映されるようになりました。子どもだけでなく、幅広い世代の視聴者に向けた作品であることから高い人気を得ています。

ベルサイユのばら、美少女戦士セーラームーン、ルパン三世、キャプテン翼、ドラゴンボール、名探偵コナン、ドラえもん、ONE PIECE、NARUTOなど少年少女のシリーズがよく知られていて、これらを見て育った子どもが多くいます。

私も小学生の頃に「アルプスの少女ハイジ」などを見て

いました。

ところで、今回のコラムでは南島原市を舞台にしたアニメ「巨神と氷華の城」を紹介したいと思います。皆さんはもう見られましたか？

エピソードは1分前後と短くて見やすいので、私は1回目にまずストーリーを、2回目以降は一コマ一コマを楽しむために何回も見返してしまいます。

特に主人公・志郎と時八が幼なじみの女子大生・茜と再会するシーンで登場する原城跡や、「映えず！南島原フォトコンテスト」の応募作品の中から選ばれた写真を再現している背景は見所です。見慣れた風景を見直せるのが楽しいです。

現在、第1話と第2話、そして主題歌の「ひまわりを追いかけて」が動画サイトYouTubeやTwitter、テレビなどで公開されています。

YouTubeでは日本語、英語、中国語などの字幕で視聴できます。語学を学んでいる人は訳文を比べるとおもしろいかもかもしれません。

「巨神と氷華の城」第3話は11月14日に公開されますが、今後の展開はもちろんのこと、登場する市民声優・市民コーラスの声を聞けるのが楽しみです。皆さんもぜひ見てみてください。

口之津歴史民俗資料館企画展 関連ワークショップ

「昔の薬づくりの道具で香り袋をつくろう！」



昔から薬はさまざまな病気や痛み、怪我などの治療に役立っていました。

では、昔の薬はどうやって作られていたのでしょうか。実際に使われていた道具を使って、薬の作り方を体験してみましょう。昔の薬づくりの道具「薬研」を使い、「乳鉢・乳棒」を使い、薬草を粉にして「香り袋」を作ります。

開催日 11月28日(土)・29日(日)

午前10時～午後4時
※所要時間1人あたり約8分(入替制、予約不要)

会場 口之津歴史民俗資料館 多目的ホール
(口之津港ターミナルビル2階)

全年齢 無料 文化財課 ☎73-6705

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
人数制限を行う場合があります。

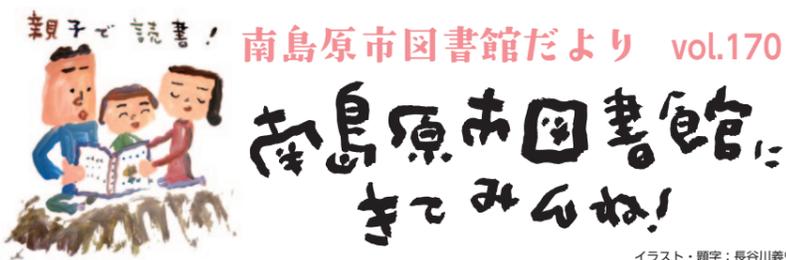
【お問い合わせ】

☎73-〔各図書館下4桁〕

- ・深江図書館…6717
- ・有家図書館…6737
- ・北有馬図書室…6754
- ・口之津図書館…6777
- ・布津図書室…6726
- ・西有家図書館…6747
- ・原城図書館…6767
- ・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



「図書館おすすめ絵本セット」

図書館おすすめの「絵本セット」を準備しています。

子どもたちに人気のある乗り物やおばけの絵本セット、赤ちゃん向けから年齢別のセットもあり、子ども連れのお母さんたちにも好評です。定期的に入れ替えているので、いろいろな本に出会えますよ。



リヴロくんのお店屋さん～リヴロ券配布開始!～

たくさんの本との出会いを広げるため、11月から来年の1月末にかけて、5冊以上借りた子どもに「リヴロ券」を配布しています。リヴロ券は、1月からすてきなプレゼントと交換できますので、たくさん本を読んで交換してくださいね。

ナナイロ選書をはじめました!

保育園や学童クラブ、福祉施設などの団体向けに選書サービスを始めました。本を選ぶ時間がないときにおすすめです。ご連絡いただければ、指定の日までに選書します。団体の貸出は50冊まで、期間は1カ月間です。

図書館からのご案内

加津佐図書館

- 秋の読書週間 「本の福袋」 「小さな窓から」 「美りの読書"セット貸出"」
- ☑実施中 (11月30日(月)まで)
- クリスマス工作教室「モールで木の実のトントウ(妖精)をつくろう!」
- ☑11月28日(土) 午後2時～3時
- ☑加津佐保健センター
- ☑20人(要申込)

*詳細は各図書館へお問い合わせください。

原城図書館

- 秋の読書週間 「おたのしみ絵本クイズ」
- ☑11月1日(日)～30日(月)
- ☑児童

西有家図書館

- クリスマススイーツデコをつくろう
- ☑11月28日(土) 午前10時～正午
- ☑西有家総合学習センターカラス
- ☑親子5組(要申込)
- ☑500円/組
- ・講師…田中 順子氏

北有馬図書室

- 秋の読書週間 「北有馬図書室クイズラリー」
- ☑11月1日(日)～30日(月) 幼児・児童

有家図書館

- 秋の読書週間 「大きな絵本のおはなし会」
- ☑①11月7日(土) 午前10時30分～11時 午後1時30分～2時
- ☑②11月15日(日) 午前10時30分～11時
- ☑15人(要申込)

児童書

チェンジ! パラアスリートを振り続けて、ぼくの世界は変わった



越智貴雄/著者
くもん出版/出版
選手の輝く瞬間を撮影するため、何百というシミュレーションを立てるなど、プロカメラマンの仕事の詳細が学べることがあります。夢を持って自分の世界を広げようという筆者からの熱いメッセージが伝わる1冊です。

図書館員オススの本

一般書

マタタビ町は猫びより



田丸雅智/著者
辰巳出版/出版
マタタビ町に住む「猫ポリス」や「目覚まし猫」、「モチ猫」といった一風変わった猫たちが主人公。不思議な世界観に引き込まれつつも、猫好きにはたまらない1冊です。1話5分で読める物語が15編収録されています。ゆるくて可愛いイラストも必見です。

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
1日	しおた内科胃腸科医院 86-4443	口之津町
	しろの医院 72-5000	深江町
	まき歯科あづま 20-0188	吾妻町
	前川歯科医院 72-2055	深江町
3日	中村医院 85-2152	南有馬町
	泉川病院 72-2017	深江町
	朝永歯科医院 38-3030	吾妻町
	さと歯科クリニック 82-1771	有家町
8日	菜の花クリニック 85-3690	南有馬町
	伊崎医院 82-2051	西有家町
	土井歯科クリニック 38-6400	吾妻町
	あきらデンタルクリニック 82-2352	有家町
15日	本多南光堂医院 85-2002	南有馬町
	いその産婦人科 82-2430	西有家町
	ねぎ歯科医院 77-4182	瑞穂町
	まつしま歯科医院 82-0600	有家町
22日	浦上病院 85-3508	南有馬町
	石川内科医院 82-8822	西有家町
	堺歯科医院 78-2744	国見町
	小嶺歯科医院 82-3535	有家町
23日	森医院 87-3000	加津佐町
	永田内科泌尿器科医院 82-0832	西有家町
	永田歯科医院 37-2007	千々石町
	有家ふるせ歯科口腔クリニック 82-4182	有家町
29日	北有馬クリニック 65-7100	北有馬町
	明島整形外科医院 72-2023	布津町
	小嶺歯科医院 78-2366	国見町
	前川歯科医院 82-2255	西有家町

※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。

※各種健診や相談などについて
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむを得ず中止になる場合があります。

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。
問こども未来課 ☎73-6652

事業名	実施日	場所	受付時間
乳児相談	25日(水)	口之津保健センター	2～3か月 10:00～10:15
	30日(月)	有家保健センター	6～7か月 13:00～13:15 10～11か月 14:30～14:45
1歳6か月児健診	27日(金)	有家保健センター	12:15～12:45 対象者には個別に案内を送付します。
親子歯科健診	18日(水)	有家保健センター	
3歳児健診	12日(木)	有家保健センター	
	20日(金)	北有馬保健センター	

※新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、発熱や咳などのかぜ症状のある人、味覚や嗅覚の異常がある人、体調のすぐれない人は受診を控えてください。
※各健診や相談は受診対象月を過ぎても受診できます。保護者とお子さんの体調の良いときに受診してください。
※2週間以内に新型コロナウイルス感染症、またはその疑いのある人との接触がある人は受診を控えてください。
※2週間以内に新型コロナウイルス感染症が感染拡大している地域や国へ訪問した人は受診を控えてください。
※来所の際は可能な限りマスクを着用願います。

成人保健

問健康づくり課 ☎73-6641
女性の検診 ～各健診の対象年齢や個人負担金などは、個別に配布している通知で確認してください～

事業名	実施日	場所	受付時間
乳がん・子宮がん・骨粗しょう症検診	4日(水)	布津世紀の泉	8:30～11:00 12:30～14:30
	6日(金)	加津佐保健センター	
	27日(金)	深江ふるさと伝承館	
乳がん・子宮がん検診	5日(木)	加津佐保健センター	8:30～11:00 12:30～14:30
	26日(木)	深江ふるさと伝承館	

※11月4日の午後(受付12:30～14:30)は、特定健診や肺がん、大腸がん検診なども同時に受診できます。乳がん・子宮がん・骨粗しょう症検診のみを受診する人は午前中の受診がおすすめです。
※乳がん・子宮がん検診は、指定医療機関でも受診できます。(令和3年2月28日まで)受診の際は、事前に指定医療機関に連絡し必要書類を持って受診してください。

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	6日(金)	北有馬庁舎	9:30～11:00 12:30～15:30
	25日(水)	深江ふるさと伝承館	
	26日(木)	加津佐保健センター 南有馬庁舎	

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	24日(火)～27日(金)	布津公民館 ※	9:30～12:00 13:00～15:30 25日(水)は夜間も開催(17:30～20:00)

※対象者は、9月に「布津世紀の泉」で健診を受けた人です。

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	11日(水)	有家保健センター	9:30～12:00  ※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程度ご持参ください。
	13日(金)	口之津保健センター	
	16日(月)	西有家保健センター	
	17日(火)	加津佐保健センター	
	18日(水)	北有馬保健センター	
	19日(木)	原城オアシスセンター	
	27日(金)	深江支所	
	30日(月)	布津公民館	

※今年度から「深江・布津の会場が変更」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、個人に郵送する通知で確認してください～

事業名	実施日	地区	場所	受付時間
集団健診(追加健診)	2日(月)	南有馬	原城オアシスセンター	12:30～14:30
	4日(水)	布津	布津世紀の泉	
	9日(月)	口之津	口之津保健センター	8:00～11:00
	10日(火)	深江	深江ふるさと伝承館	
	11日(水)	北有馬	北有馬保健センター	12:30～14:30
	12日(木)	加津佐	加津佐保健センター	
	13日(金)	西有家	有家保健センター	
	23日(月)、24日(火)	有家	有家保健センター	8:00～11:00

※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。

住民健康診査にあたってのお願い

- ◎集団健診には、事前に熱を測り、マスクを着用して来てください。
- ◎密集する時間をできるだけ短くするために、会場や検診車内に誘導する人数が制限されます。また、当日の受診人数を制限する場合がありますので、ご協力ください。
※受付に案内するまで、駐車場(自家用車の中など)でお待ちいただきます。
※レントゲン撮影では、無地でボタンや金具のない下着を着用するなど、スムーズな着替えにご協力ください。
- ◎乳がん・子宮がん検診を受けられる人は、バスタオルを持参してください。
- ◎以下の人は受診を控え、日程変更などのご対応をお願いします。
 - ・いわゆる風邪症状が続いている人
 - ・発熱(体温が37.5度以上を目安)、咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁、鼻閉、頭痛、関節・筋肉痛、下痢、嘔気、嘔吐、味覚障害、嗅覚異常などの症状がある人
 - ・2週間以内に、発熱(体温が37.5度以上を目安)があった人
 - ・2週間以内に、新型コロナウイルス感染(疑い)のある人との接触歴がある人
 - ・2週間以内に、法務省・厚生労働省が定める諸外国への渡航歴がある人、およびそれらの人と接触歴がある人

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。



問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)
※祝日は除く

健康づくりポイント事業対象!
歯周病予防健診を受けましょう
問健康づくり課 ☎73-6641

歯周病は、大切な歯を失う大きな原因の一つです。また、原因菌が体内に侵入することで、全身の健康を脅かすことも分かってきました。年に1回、お口のチェックをしましょう。
☑島原半島内の指定歯科医院
☑500円(令和3年3月末現在で40・45・50・55・60・65・70歳の方は無料)
☑市内に住所のある20歳から74歳の人(現在治療中の人は除く)
☑令和3年3月31日(水)
☑指定歯科医院に予約の上、受診してください。
※「健診・がん検診のお知らせ」または「歯周病予防健診の案内」に同封の受診券をご確認ください。

国民健康保険の医療費の状況

令和2年5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
20,480件	496,360,293円	360,913,701円	127,315,079円	8,131,513円

問健康づくり課 ☎73-6641

保険証が変わったら、手続きが必要です。14日以内に届出を!

市民カレンダー

11月 12月

11/1(日)	●V・ファーレン長崎「第30節水戸ホーリーホック戦(諫早市)」14:00~
2(月)	
3(火)	●文化の日
4(水)	●V・ファーレン長崎「第31節FC町田ゼルビア戦(諫早市)」19:00~
5(木)	●農家相談所 加津佐支所 9:00~15:00 ●農業用廃プラ回収日(北有馬・南有馬地区)
6(金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) *要予約 ありえコレジヨホール 13:00~17:00 ●長崎県高等学校体育大会駅伝競走大会 雲仙市小浜町~加津佐町(スタート:女子10:00/男子12:20) ※渋滞が予想されますので迂回路の利用をお願いします。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、応援は自粛してください。
7(土)	【11月は「児童虐待防止推進月間」です】*詳細P13
8(日)	
9(月)	
10(火)	●公証人相談所(相続・遺言・任意後見・契約関連) 市民相談センター(西有家庁舎) 13:00~16:00 *要予約 ●農業用廃プラ回収日(有家・口之津・加津佐地区)
11(水)	●年金相談 南有馬支所 10:00~15:00 *予約者のみ ●農業用廃プラ回収日(有家地区) ●V・ファーレン長崎「第33節ファジアーノ岡山戦(諫早市)」19:00~
12(木)	●行政相談 ありえコレジヨホール 17:30~19:00
13(金)	【第14回 北村西望賞教育美術展・古野賞科学技術展】 ●期間…11月13日(金)~15日(日) 午前9時~午後5時 ●会場…南有馬体育館
14(土)	
15(日)	●V・ファーレン長崎「第34節FC琉球戦(諫早市)」14:00~
16(月)	
17(火)	
18(水)	●行政書士相談会(相続・遺言・境界・農地転用・不動産関係) 市民相談センター(西有家庁舎) 13:00~17:00 *要予約 ●行政相談 布津公民館 13:00~15:00 西有家老人福祉センター 10:00~12:00
19(木)	●行政相談 口之津老人福祉センター 10:00~12:00
20(金)	
21(土)	
22(日)	●南島原市金婚式 ありえコレジヨホール 10:00~

23(月)	●勤労感謝の日
24(火)	●農業用廃プラ回収日(布津地区)
25(水)	●V・ファーレン長崎「第36節松本山雅FC戦(諫早市)」19:00~
26(木)	固定資産税(4期分)・国民健康保険税(5期分) の納期月です *納期限は、11月30日(月)となっています。
27(金)	
28(土)	●V・ファーレン長崎「第37節アルビレックス新潟戦(諫早市)」14:00~
29(日)	
30(月)	
12/1(火)	
2(水)	
3(木)	●農家相談所 加津佐支所 9:00~15:00
4(金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) *要予約 原城オアシスセンター 13:00~17:00
5(土)	
6(日)	●V・ファーレン長崎「第39節モンテディオ山形戦(諫早市)」14:00~
7(月)	
8(火)	●公証人相談所(相続・遺言・任意後見・契約関連) 市民相談センター(西有家庁舎) 13:00~16:00 *要予約 ●農業用廃プラ回収日(西有家地区)
9(水)	●年金相談 深江支所 10:00~15:00 *予約者のみ



(住基人口)	令和2年9月末日現在
人	44,603 (-50)
男性	20,779 (-28)
女性	23,824 (-22)
世帯数	18,839 (-13)

()前月比

第4回南島原市議会定例会は11月30日(月)に招集される予定です。

- 「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。
- 「行政相談」は、総務秘書課 ☎73-6621にお問い合わせください。
- 「年金相談」の予約は、健康づくり課 ☎73-6641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。



2020年度 南島原市アートビレッジ・シラキノ事業 「日芸版画 イン シラキノ展」 開催

昨年度、視察研修先としてアートビレッジ・シラキノを訪問した日本大学芸術学部美術学科版画コースの学生が制作した、版画作品の展覧会を開催します。

素晴らしい作品の数々をご覧ください。お待ちしております。

開催期間 11月8日(日)~22日(日)(月曜日休館)

●観覧時間…午前10時~午後6時

会場 南島原市アートビレッジ・シラキノ
南有馬町丙1795番地 ☎85-3055

料無料 問 生涯学習課 ☎73-6703

※ご来場の際はマスク着用の上、入館時に手指消毒をお願いします。

ふるさと応援寄附 ありがとうございます 問 地域づくり課 ☎73-6631
寄附金累計額 (令和2年9月末日現在) 21億8,615万5,922円(令和2年度分 2億2,361万6,000円)