

みなみしまばら

No. 176
令和2年12月1日発行

下水道をもっと身近に!



マンホール蓋デザイン
最優秀賞作品



【表紙の関連記事】

下水道をもっと身近に(まちの話題 6)

CONTENTS

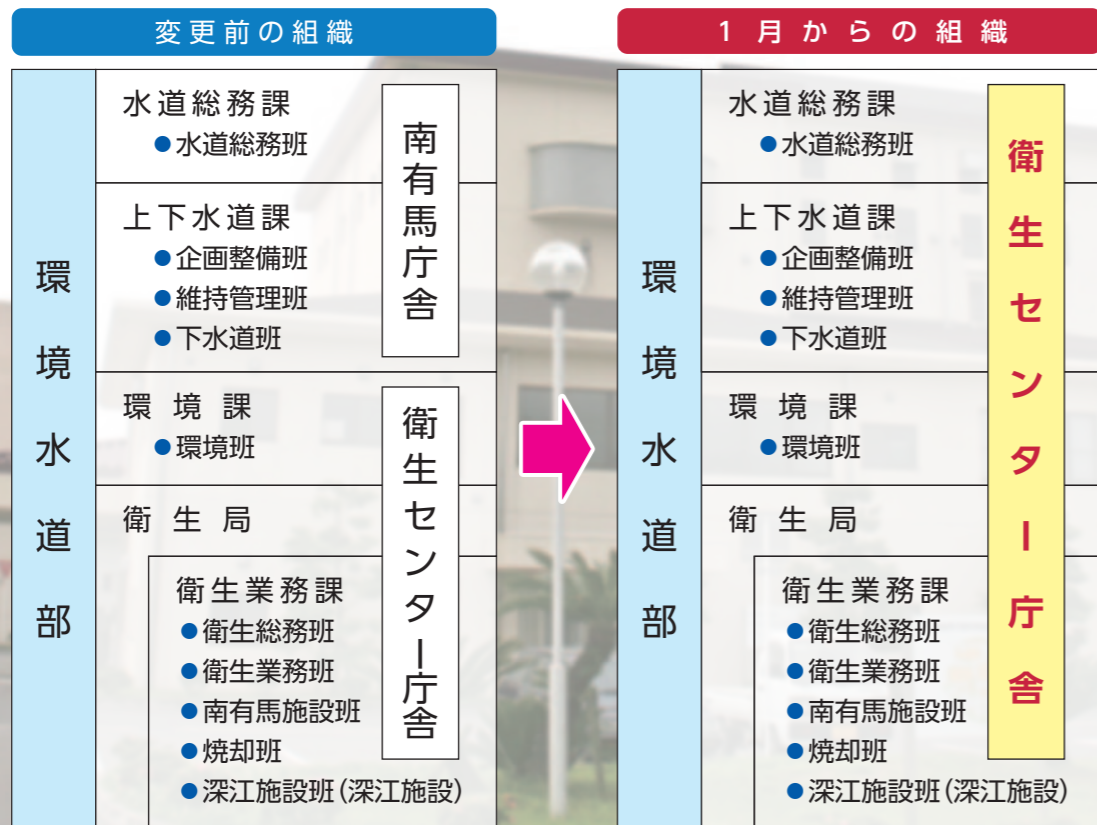
- 1月から市役所の組織が一部変わります(2~3)
- 令和元年度 決算の状況(10~13)
- 知ってほしい!!
HIV・エイズのこと(14~15)
~新しい知識へアップデート~

電子地域通貨「MINAコイン」	4
まちの話題	5~7
年末年始に新型コロナウイルスの感染を拡大させないために	8~9
南島原にゆーす	16~20
婚活コラム	21
南島原の考古学	21
こんにちは!消費生活センターです	22
そうめん簡単お手軽レシピ	22
教えて!国民年金	23

環境課だより	23
くらしの情報	24~27
教育委員会委託員募集	28
健康コラム	29
世界遺産コラム	30
島原半島世界ジオパーク	31
南島原市図書館だより	32
国際交流員コラム	33
保健事業のご案内	34~35
市民カレンダー	36

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。



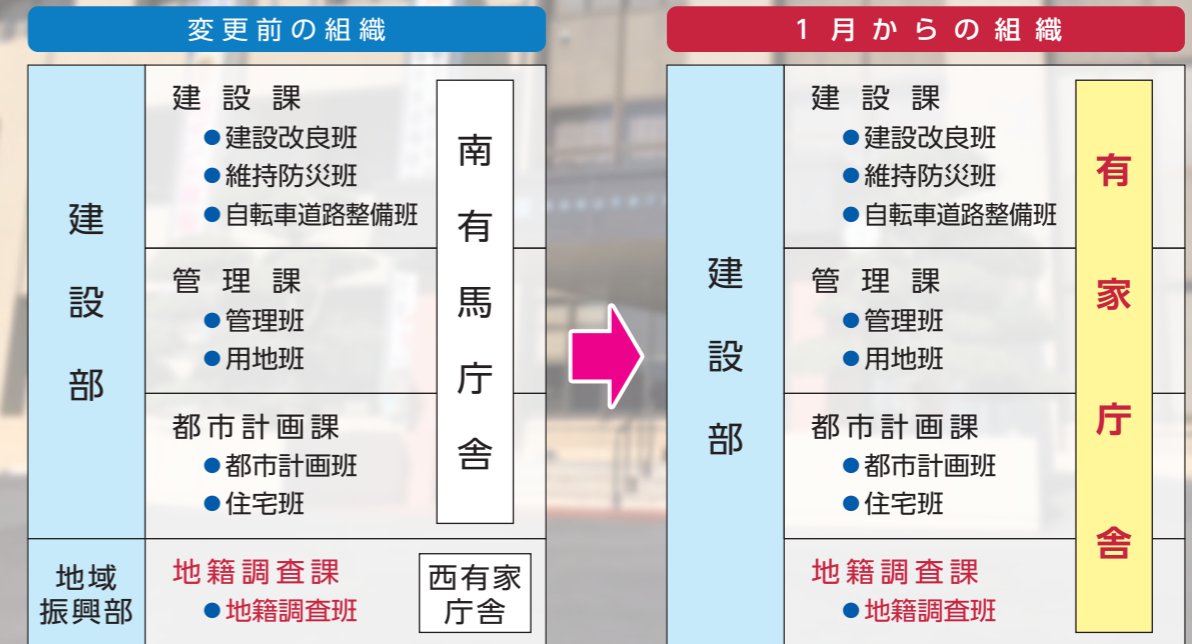
1月から市役所の組織が一部変わります

主な組織の見直しは、次のとおりです。なお、電話番号は変更ありません。

図 人事課 ☎73-6623

建設部(建設課・管理課・都市計画課)が「南有馬庁舎」から「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。



令和3年1月1日組織改正(庁舎再編)後の庁舎別の部署配置

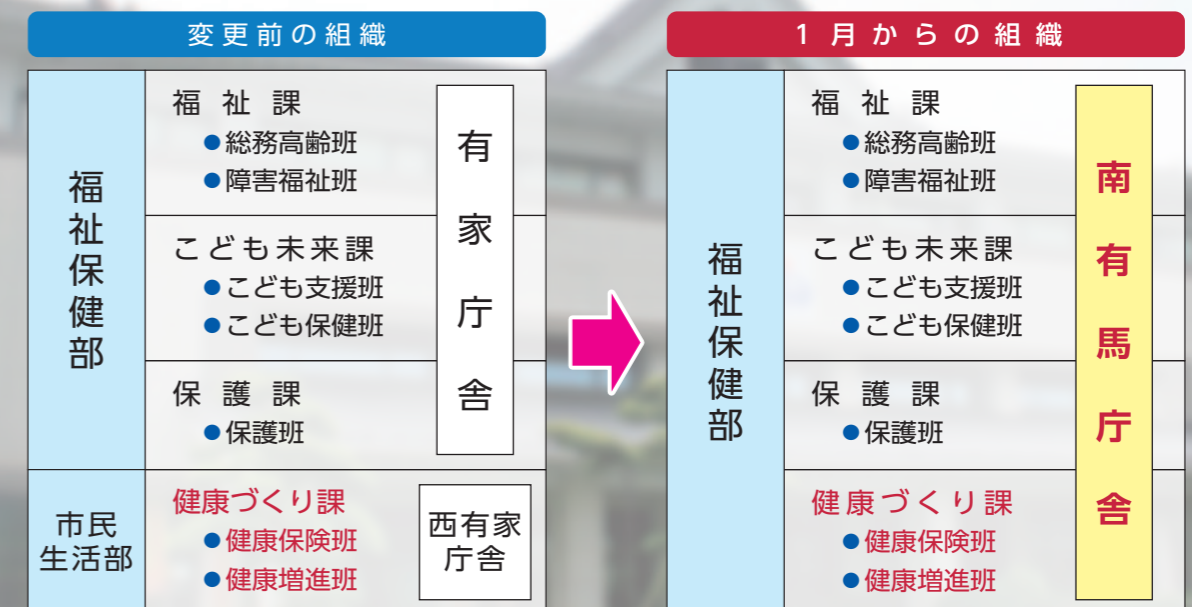
庁舎	部局	課・室	直通番号	備考
西有家庁舎	総務部	総務秘書課	73-6621	
		人事課	73-6623	
		財政課	73-6625	
		防災課	73-6622	
		管財契約課	73-6626	
	地域振興部	地域づくり課	73-6631	
		商工振興課	73-6633	
		観光振興課	73-6632	
	市民生活部	市民課	73-6647	
		税務課	73-6642	
会計管理者	会計課	73-6609		
監査委員事務局		73-6613		
有家庁舎	建設部	建設課	73-6675	※1
		管理課	73-6676	※1
		都市計画課	73-6677	※1
		地籍調査課	73-6634	※2
	農林水産部	農林課	73-6661	
水産課		73-6662		
農村整備課		73-6663		
農業委員会事務局		73-6612		
議会事務局		73-6611		

庁舎	部局	課・室	直通番号	備考
南有馬庁舎	福祉保健部	福祉課	73-6651	※3
		健康づくり課	73-6641	※4
		子ども未来課	73-6652	※3
		保護課	73-6653	※3
	教育委員会事務局	教育総務課	73-6701	
		学校教育課	73-6702	
		生涯学習課	73-6703	※5
		スポーツ振興課	73-6704	※5
		文化財課	73-6705	
		世界遺産推進室	73-6706	
衛生センター庁舎	環境水道部	環境課	73-6644	
		水道総務課	73-6685	※1
		上下水道課	73-6686	※1
	衛生局	衛生業務課 (深江施設班)	73-6645 73-6646	

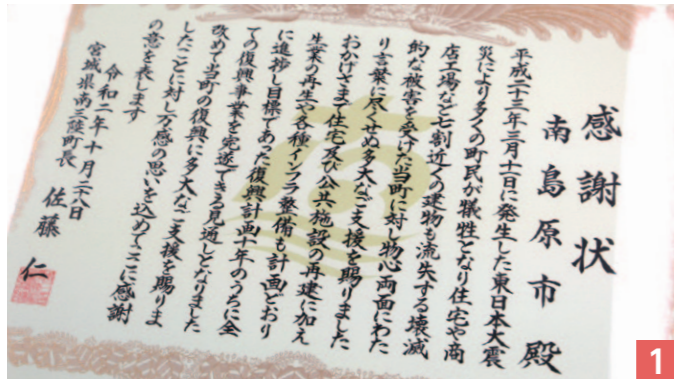
- ※1 南有馬庁舎から移転
- ※2 西有家庁舎(地域振興部)から移転
- ※3 有家庁舎から移転
- ※4 西有家庁舎(市民生活部)から移転
- ※5 令和3年4月1日に生涯学習課とスポーツ振興課を統合予定
- 上記の4庁舎以外の組織(各支所・子ども園など)は、変更がないため掲載しておりません。
- 部局によっては、事前に移転する場合がありますので、ご来庁される場合は、各部局にご確認ください。

福祉保健部(福祉課・子ども未来課・保護課)が「有家庁舎」から「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。



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



1

1 復興進む南三陸町から本市に感謝状

平成23年3月11日に発生した東日本大震災からまもなく10年を迎えようとしています。

10月28日、宮城県南三陸町から佐藤仁町長が市役所を訪れ、本市の災害復興支援に対して感謝状と同町のヒノキで作った記念の盾を贈られました。

本市では、平成23年6月から約7年10カ月の間、計4人の職員派遣を行いました。また、義援金や物資の提供、炊き出し支援のほか、小中学生を対象とした心のふるさと交流事業による人的交流なども行ってきました。

佐藤町長は、復興計画に基づく事業が順調に進み、完遂の目途がたった現状を説明し、「長い期間、職員を派遣していただいた。これらのマンパワーがなければ、復興は難しかっただろう。人的交流なども含めて心温まる支援をいただき、町民すべてが感謝の思いを持っている」と伝えました。

松本市長は「今日まで本当に大変だったと思う。皆さんの努力でここまで復興されたことを大変喜んでいいる。南三陸町と本市は、災害時における相互応援協定を締結している。今後も交流をしながら、良い関係を築いていきたい」と話しました。

贈呈式の最後に、佐藤町長は「災害はあってはいけないが、万が一、発生した場合は遠慮なく応援要請をしてください」と話しました。



↑南三陸町の佐藤町長(写真:左)が写真を使って現在の復興状況を説明



3

3 小学校に電波時計を

10月16日、島原更生保護女性会の皆さんが西有家小学校に、屋外用の電波時計2個を寄贈されました。

島原更生保護女性会は物品の頒布活動で得た収益金の中から15万円を「愛の基金」として積み立て、平成16年から毎年、島原半島内3市の小中学校や公共施設などに物品を寄贈しています。



2

2 車えびを全国へお届け

11月2日、深江町漁協の吉田幸一郎組合長と関係者が、今月からの車えび出荷開始を市長に報告するため、市役所を訪れました。

キュッとしまった身と甘さが特徴の車えびは、1年かけて稚えびから育てられており、プリプリとした弾力や歯ごたえが自慢で、本市おすすめの逸品です。毎年、お歳暮や年始の贈答品として喜ばれており、全国へ活きたままお届けしています。

吉田組合長は「丹精込めて育てた車えびは今年も色・つや・味が非常に良い仕上がりになった。刺身はもちろん、殻ごと食べられる素揚げもおすすめ。鮮度抜群の車えびをぜひ、たくさんの人に食べていただきたい」と話しました。



MINAコインとは…

MINAコイン(通称:ミナコ)とは、スマートフォンやタブレット端末を使った電子地域通貨で、市内の加盟店で利用可能な市内限定の電子マネーです。

市内の加盟店舗での買い物を促進することで、市外へのお金の流出を抑制し、地域経済の活性化を目的としています。

また、利用者にはポイントの付与など多くの特典があり、これから国が進めるキャッシュレスやデジタル化へ向けた取り組みのひとつです。

ミナコのエンブレムなどが決定!!

ミナコのシンボルマークとなるエンブレムやキャラクターが決定しました。市内のあらゆる所で目にすることが多くなると思いますので、ぜひ覚えてください!



事業説明会の様子



商工振興課 ☎73-6633

●エンブレム



市の花「ひまわり」をもとに作成したデザインで、アプリのアイコンとして使用します。

●キャラクター



ミナコのキャラクターで、名前は「ミナコちゃん」です。

ミナコの加盟店舗を募集しています

10月19~22日に市内各所で開催した事業説明会には、200を超える事業所が参加されました。

現在は市内の事業所を個別に訪問し、事業概要などの説明を行っています。興味をお持ちの人や詳しく話をお聞きになりたい事業所は、商工振興課へお問い合わせください。

スマートフォン教室開催のお知らせ



令和3年2月から運用を開始するMINAコイン事業はスマートフォン(スマホ)やタブレット端末を利用したサービスです。その運用開始を前に、スマホの操作が不慣れな人やこれから始めたい人を対象にスマートフォン教室を開催します。

【開催日時および会場】

日	時	会場
12月15日(火)	午後2時~	深江公民館
12月18日(金)	午後7時~	ありえコレジヨホール
12月22日(火)	午後2時~	原城オアシスセンター
12月24日(木)	午後2時~	口之津公民館

☎携帯会社スタッフのスマホの基本的な使い方や安全な利用方法、メールなどの操作方法について学びます。

☎無料 ☎各会場 先着20人 ☎市民

※スマホをお持ちでない人も参加できます(体験用スマホを準備しています)。

☎各会場の開催日の3日前までに、(株)ミナサポに電話またはメールで申し込んでください。

※メールの場合は参加会場と出席者氏名、電話番号をお知らせください。

☎(株)ミナサポ ☎0957-61-1212

Eメール: furusato@minasapo.jp

●協力: ドコモショップ有家店

秋の褒章 受章おめでとうございます

秋の褒章の受章者が発表され、本市から1人が受章されました。
おめでとうございます。

【秋の褒章】

- 黄綬褒章
農業
水田 勇さん（北有馬町）

いつまでもお元気で ～100歳おめでとうございます～



本田 トシヲさん(加津佐町)
大正9年10月20日生まれ



森 義賢さん(口之津町)
大正9年11月6日生まれ



濱本 ヒサ子さん(有家町)
大正9年11月6日生まれ

友永 松盛さん(口之津町)
大正9年11月7日生まれ

本村 善雄さん(南有馬町)
大正9年11月11日生まれ



7 みんなのアイデアで魅力発信

市の観光および地域の魅力創出により誘客を促進するため、夢のあるアイデアを募る「みんなの観光アイデアコンテスト」を実施しました。「若者×観光」「女性×観光」「市民×観光」の3つのテーマに、41点の応募がありました。

その中から最優秀賞1点、優秀賞2点、奨励賞3点を選定し、10月26日、表彰式を執り行いました。

最優秀賞に輝いた県立島原翔南高校は『南島原NAVI★WEB地図プロジェクト～アニメで聖地巡礼の旅召喚「シン」』と題し、スマートフォンのWEB地図アプリの開発や天草四郎にちなんだアニメ制作によるロケツーリズムといった複数の観光資源を組み合わせることで、今までにない若者や外国人観光客などの誘致が期待できる点が高く評価されました。

受賞した同校3年の赤石さんは、「若者の興味をいかに惹きつけるか考えるのが難しかった。新型コロナウイルスの影響で制約を受けるばかりではなく、こういった状況だからこそインターネットやアニメなど新たな手法や地域資源を活用したアプローチで観光客の誘致につながれば」と話しました。

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。



●中学生の部
最優秀賞
栗原 凜鈴香さん
(深江中3年)

*デザインに込めた想い
南島原は山と海に囲まれて、とても自然豊かなので、それを表しました。そして、市の花のひまわりとベイガ船長を描いて南島原の特徴を表しました。



●小学生高学年の部
最優秀賞
佐藤 光里さん
(西有家小6年)

*デザインに込めた想い
南島原市をにぎやかな市にしたいと思い、このデザインにしました。



●小学生低学年の部
最優秀賞
天本 佳那さん
(野田小1年)

*デザインに込めた想い
いるかとひまわりをかき、げんきいっぱいのみなみしまばらをイメージしました。



6 中華料理「華豊」が厚生労働大臣表彰を受賞

厚生労働省は、食品衛生の普及向上、食品衛生行政に対する協力および業界の指導者育成などに顕著な功績があった人の苦勞に報いるとともに、優良な食品衛生施設について他の模範とすることを目的として「食品衛生事業功労者厚生労働大臣表彰」を行っています。令和2年度の表彰で、加津佐町の中華料理「華豊」が食品衛生優良施設として受賞しました。

11月2日、受賞を市長に報告するため、市役所を訪れた華豊の濱龍一郎代表取締役は「身の引き締まる思い。スタッフが真剣に取り組んでくれたおかげ。これからも今まで以上にしっかり衛生管理に努め、地域に根付いた店づくりをがんばっていき」と話しました。



5 宝くじ助成事業で 机・イス・調理器具などを整備

宝くじの受託事業収入を財源とするコミュニティ助成事業を活用し、加津佐町の「夢・手づくりふれあい祭り実行委員会」が地域活性化イベント用の机・イス・調理器具などの備品を整備しました。

今年は新型コロナウイルス感染症の影響で残念ながら中止となりましたが、同団体は、平成4年から毎年11月に「夢・手づくりふれあい祭り」を開催し、地域活性化のために活動しています。



祭りの様子

年末年始に新型コロナウイルス

の感染を拡大させないために

健康づくり課 ☎73-6641

【出典】 第12回新型コロナウイルス感染症対策分科会(令和2年10月23日)
 ●「年末年始に関する分科会から政府への提言」 ●「分科会から政府への提言」感染リスクが高まる「5つの場面」と「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」

新型コロナウイルス感染症の相談窓口

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

発熱などの症状がある場合の相談窓口が変更になりました

- 受診先に迷う人 ■長崎県受診・相談センター ☎0120-409-745
 ・対応時間…土日祝日含む24時間 ・エリア…県内全域

これまで各保健所などに設置していた「帰国者・接触者相談センター」を県内1カ所に集約し、11月2日から新たに「受診・相談センター」として開設しました。保健師などの専門職が相談に応じ、「診療・検査医療機関」などを案内します。

*「診療・検査医療機関(医療機関名は非公表)」とは県が指定する発熱患者などに対応可能な医療機関。現在、県医師会、地域の医師会の協力を得ながら、順次、指定・登録を進めています。

- かかりつけ医または最寄りの医療機関に相談できる人

まずは、かかりつけ医などに電話で相談し、適切な感染予防対策がとられた環境で安心して受診できるよう、予約受診など医療機関の指示に従ってください。

新型コロナウイルス感染症の一般的な相談窓口

- 受診先に迷う人へは「受診・相談センター」が相談窓口となりますが、県南保健所で新型コロナウイルス感染症に関する健康相談などは継続しています。

- 長崎県 県南保健所 ☎0957-62-3289 平日：午前9時～午後5時30分
 FAX0957-64-5539 ※聴覚に障がいのある人をはじめ、電話でのご相談が難しい人は、FAXでご相談ください。
- 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)

新型コロナ関連 人権相談窓口

- 相談窓口専用ダイヤル(長崎県庁内) ☎095-894-3184
 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、電話でお願いします(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。

- 今年の年末年始は、集中しがちな休暇を分散させるために、年末年始の休暇に加えて、その前後でまとまった休暇を取得しましょう。
- 「小規模分散型旅行」など、GO TOキャンペーンを利用するときは年末年始の人の流れが分散するよう努めましょう。

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で注意力が低下する。また、聴覚が鈍磨し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- 回し飲みや箸などの共用は感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、深夜のはしご酒では、昼間の通常の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、カラオケなど。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



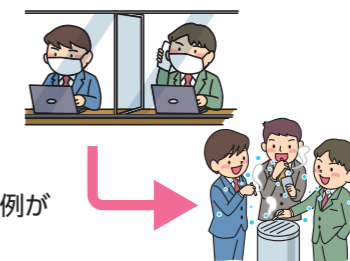
場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



全ての場面でこれからも引き続き守ってほしいこと

- 基本はマスク着用や三密回避。室内では換気を良くして。
- 集まりは、少人数・短時間にして。
- 大声を出さず会話はできるだけ静かに。
- 共用施設の清掃・消毒、手洗い・アルコール消毒の徹底を。

《利用者》 感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫

- 飲酒をするのであれば…
 - ①少人数・短時間で、なるべく普段一緒にいる人と。
 - ②深酒・はしご酒などはひかえ、適度な酒量で。
- 箸やコップは使い回さず、一人ひとりで。
- 座の配置は斜め向かいに(正面や真横はなるべく避ける)。
- 会話する時はなるべくマスク着用(※)。
- 換気が適切になされているなどの工夫をしている、ガイドラインを遵守したお店で。
- 体調が悪い人は参加しない。

※フェイスシールド・マウスシールドはマスクに比べ効果が弱いことに留意が必要。
 フェイスシールドはもともとマスクと併用し、眼からの飛沫感染防止のため、マスクシールドはこれまで一部産業界から使われてきたものである。

《事業者》 感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫

- ①ガイドラインの遵守を。
 (例えば、従業員の体調管理やマスク着用、席ごとのアクリル板の効果的な設置、換気と組み合わせた適切な扇風機の利用などの工夫も。)



感染防止対策ガイドライン
(長崎県ホームページ)

感染防止対策ガイドライン 長崎県

- ②利用者に8ページ下部の留意事項の遵守や、接触確認アプリ(COCCA)のダウンロードを働きかける。

厚生労働省
新型コロナウイルス接触確認アプリ
COCOA



iPhoneの方は
こちら



Androidの方は
こちら

厚生労働省

チェック!! 健全化判断比率などの状況(令和元年度決算)

財政悪化がすすむ県や市町村の財政破たん(倒産)を未然に防ぐため、財政健全化法において、毎年度決算の際に財政の早期健全化や再生の必要性を判断するために、財政状況を客観的に表し、監査委員の審査を受け議会に報告し、公表しています。

南島原市の数値は、昨年と同様、いずれも国の定める基準を下回っており、健全な財政運営を行っていることを示していますが、各比率が悪化して国の基準を超えないよう、これからも「行政改革大綱」や「集中改革プラン」に基づき、行財政改革を推進していきます。

南島原市の健全化判断比率

健全化判断比率には、次の4つの指標があります。

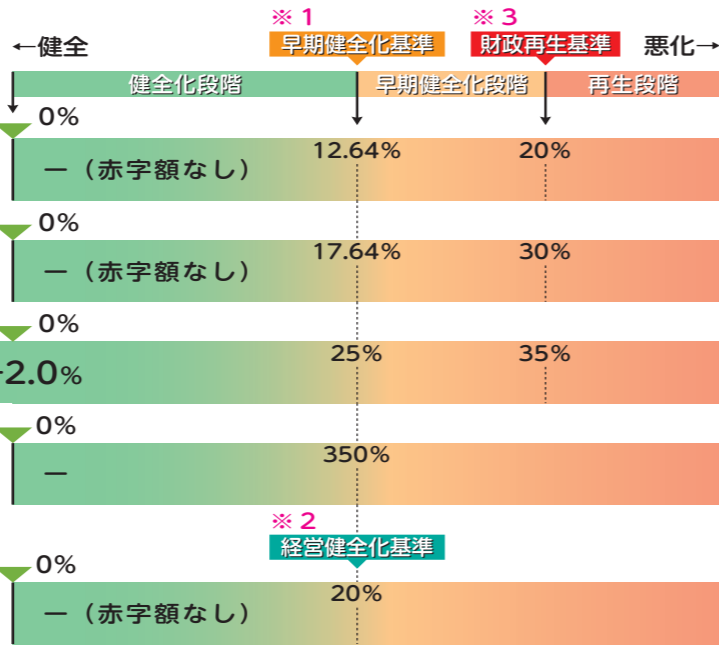
実質赤字比率
一般会計等の実質的な赤字額が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

連結実質赤字比率
全会計の実質的な赤字額が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

実質公債費比率
南島原市の実質的な借入金の返済額が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

将来負担比率
南島原市が抱える実質的な負債の残高が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示します。

資金不足比率
各公営企業の資金不足額が、事業の規模に対してどれくらいの割合になるかを示します。



※1「早期健全化基準」、※2「経営健全化基準」とは…国が示す基準で、これを超過してしまうと議会の議決を経て財政健全化計画を定め、財政の健全化に向けて計画的に取り組みなければなりません。
 ※3「財政再生基準」とは…国が示す基準で、これを超過してしまうと議会の議決を経て財政再生計画を定めるとともに、国(総務大臣)が認めない事業はできなくなってしまうなど、国の指導のもとで財政再生を行うこととなります。

県内13市財政状況比較表

【令和元年度 決算速報値】

順位	標準財政規模		財政力指数		経常収支比率		実質公債費比率		将来負担比率		地方債現在高		積立金現在高			
	市名	百万円	市名	%	市名	%	市名	%	市名	%	市名	百万円	対標財%	市名	百万円	対標財%
1	長崎市	98,723	大村市	0.64	雲仙市	84.0	西海市	-2.1	南島原市	-	南島原市	21,365	124.6	雲仙市	22,558	138.3
2	佐世保市	59,526	長崎市	0.59	南島原市	86.3	南島原市	-2.0	諫早市	-	雲仙市	21,518	131.9	西海市	15,702	126.9
3	諫早市	33,701	諫早市	0.54	対馬市	87.4	雲仙市	3.2	佐世保市	-	諫早市	54,432	161.5	南島原市	17,253	100.6
4	大村市	19,927	佐世保市	0.53	西海市	87.7	島原市	3.3	平戸市	-	西海市	20,341	164.4	対馬市	15,291	90.6
5	南島原市	17,151	島原市	0.45	平戸市	91.1	佐世保市	4.5	西海市	-	佐世保市	109,571	184.1	平戸市	11,472	88.2
6	対馬市	16,887	松浦市	0.43	島原市	91.2	平戸市	4.7	雲仙市	-	平戸市	26,021	200.1	五島市	13,998	86.9
7	雲仙市	16,312	西海市	0.30	佐世保市	92.5	五島市	5.7	島原市	4.6	島原市	23,401	206.2	諫早市	23,798	70.6
8	五島市	16,099	雲仙市	0.28	五島市	93.2	対馬市	5.8	五島市	12.6	大村市	42,068	211.1	壱岐市	7,925	65.5
9	平戸市	13,002	南島原市	0.25	壱岐市	94.8	壱岐市	6.4	対馬市	18.1	松浦市	19,712	222.0	松浦市	5,518	62.2
10	西海市	12,374	平戸市	0.24	諫早市	95.9	諫早市	7.2	壱岐市	38.3	壱岐市	27,757	229.3	大村市	11,933	59.9
11	壱岐市	12,104	五島市	0.24	大村市	97.3	長崎市	7.9	大村市	52.3	五島市	39,166	243.3	島原市	5,805	51.2
12	島原市	11,346	壱岐市	0.22	長崎市	97.6	大村市	8.8	長崎市	82.7	長崎市	256,001	259.3	長崎市	46,419	47.0
13	松浦市	8,879	対馬市	0.19	松浦市	98.2	松浦市	12.3	松浦市	83.2	対馬市	44,442	263.2	佐世保市	21,983	36.9
財政指標等の 国県平均値		県13市平均		0.38	県13市平均	93.6	県13市平均	5.8	県13市平均	16.8	県13市平均	210.0	県13市平均	65.4		
		県平均		0.39	県平均	93.0	県平均	5.8	県平均	12.0	県平均	205.7	県平均	67.9		
		全国平均(H30)		0.51	全国平均(H30)	93.0	全国平均(H30)	6.1	全国平均(H30)	28.9	全国平均(H30)	187.9	全国平均(H30)	50.0		

■標準財政規模…地方公共団体が通常の状態で見込まれる一般財源の総額です。■財政力指数…地方公共団体の財政力を示す指数です。この数値が大きいほど財政的に余裕があるといえます。■経常収支比率…人件費などのように経常的に支出する経費に、地方税などの経常的な財源収入が、どの程度充てられているかを示す比率。指数が小さいほど財政的に柔軟性がある状態です。■実質公債費比率、将来負担比率…上記の健全化判断比率などの状況で解説しています。■地方債現在高…地方公共団体が事業を行うために借り入れた借金の残高です。■積立金現在高…地方公共団体が将来必要となる財源に充てるための貯蓄の残高です。■対標財…標準財政規模に対する割合です。

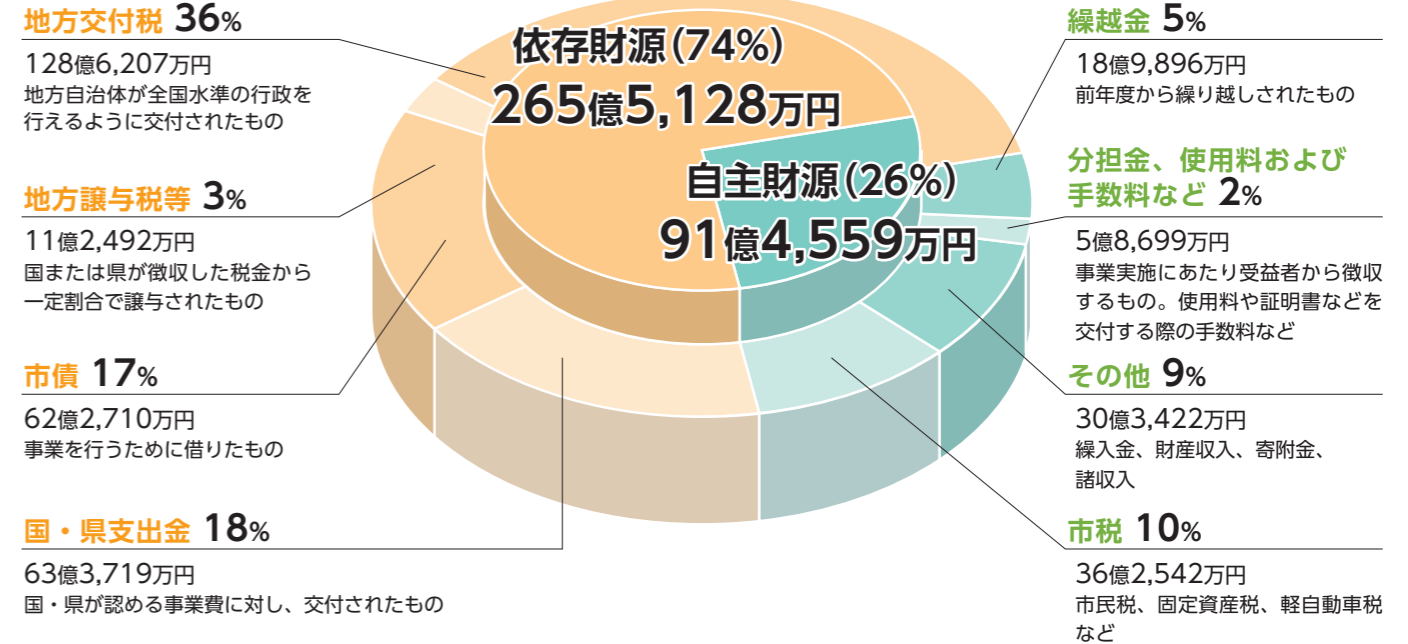
令和元年度 決算の状況

図 財政課 ☎73-6625

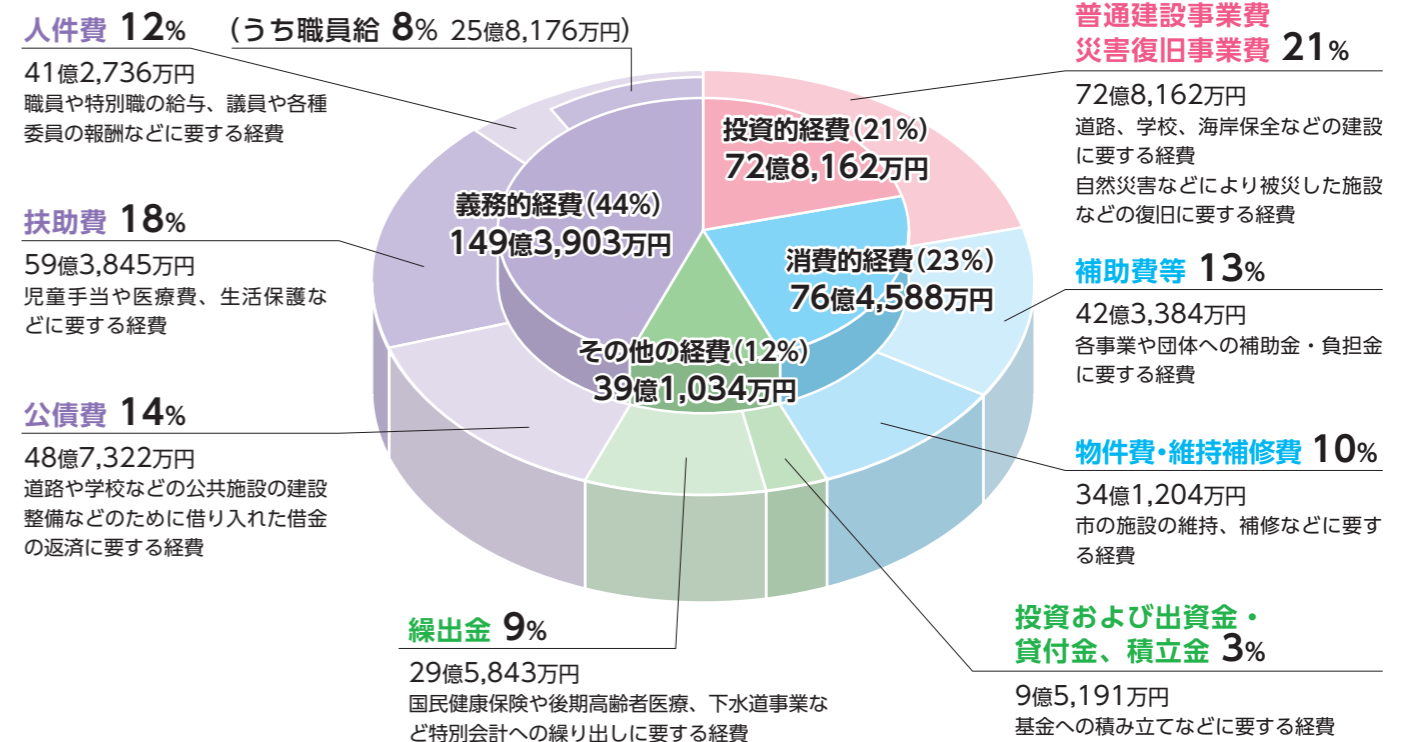
平成31年4月1日から令和2年3月31日までの1年間の歳入、歳出の状況をお知らせします。

皆さんが納めた税金や国・県からの補助金などは、南島原市の生活環境をより良くするためにさまざまな形で使われています。

歳入総額 356億9,687万円



歳出総額 337億7,687万円



歳入歳出差引額 19億2,000万円

※この内、繰越事業の財源3億2,812万円を除いた額15億9,188万円が翌年度繰越額となります。

⑫暮らしと地域をつなぐ道路ネットワークプロジェクト 【8億1,469万円】

市民生活における移動の利便性と安全性を確保するため、幹線道路網並びに地域高規格道路を含めた市内道路の計画的な整備を目的としたプロジェクト。



市道改良事業(吉川中谷線)

〈主な事業〉

- 市道改良事業(工事費)……………8億1,331万円
- 地域高規格道路整備促進事業……………123万円
- 三県架橋・地域高規格道路整備促進事業……………15万円

⑬安心の学び舎づくりプロジェクト 【15億1,101万円】

時代の変化に適応した教育環境の整備に取り組むため、学校統合や給食センター整備を行うプロジェクト。

〈主な事業〉

- 有家小学校校舎建設事業……………9億2,266万円
- 学校給食関連施設整備事業……………5億8,835万円

⑭次代を担うグローバル人材の育成強化プロジェクト 【1億328万円】

次代を担う子どもたち一人一人が力強く生き抜く力を育てていくため、郷土に誇りと愛着を持ち、確かな学力、豊かな心、健やかな体の調和のとれた教育による、グローバルな視点から社会に参画できる人材育成を行うためのプロジェクト。



EAT配置事業

〈主な事業〉

- 特別支援教育推進事業……………3,872万円
- 語学指導外国青年招致事業……………2,911万円
- EAT配置事業……………2,100万円
- 放課後子ども教室推進事業「寺子屋21」……………893万円

⑧地球温暖化防止プロジェクト 【65万円】

地球温暖化防止のため、本市においても実践可能なさまざまな対策を目的としたプロジェクト。

〈主な事業〉

- グリーンカーテン普及事業……………65万円

⑨廃棄物処理体制パワーアッププロジェクト 【9億1,485万円】

南有馬クリーンセンターの施設整備のあり方を含めた市内全域のごみ処理体制を再構築するとともに、し尿処理施設の処理能力向上に取り組むためのプロジェクト。

〈主な事業〉

- し尿処理施設基幹的改良工事……………9億1,481万円

⑩すこやか子育て応援プロジェクト 【1億5,535万円】

妊娠期から出産、子育て期を通した切れ目のない支援を行うため、包括的な相談窓口を整備し、安全安心な子育て環境づくりの推進を目的としたプロジェクト。

〈主な事業〉

- 児童福祉施設整備事業……………1億4,999万円
- 特定不妊治療支援事業……………289万円
- 産後母子ケア事業……………117万円
- いのちの始まり応援事業……………130万円

⑪明るい農村・漁村の基盤整備プロジェクト 【4億2,381万円】

本市の農業および漁業における所得向上につながる経営体制、生産基盤の整備を行うため、生産性の向上や経営規模の拡大などの支援を行うプロジェクト。



農業基盤整備事業(空池原地区)

〈主な事業〉

- 県営土地改良事業負担金……………1億4,309万円
- 排水路整備事業……………1億3,457万円
- 新規就農総合支援事業……………2,977万円
- 水産物供給基盤機能保全事業……………2,092万円

令和元年度 市のお金の主な使い道は以下のとおりです

⑤世界遺産のまちぐるり探訪プロジェクト 【7,021万円】

「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の構成資産である原城跡をはじめとした地域固有の観光資源を活用し、魅力ある観光地づくりを目的としたプロジェクト。



原城跡来訪者対応事業

〈主な事業〉

- 親しみやすい史跡整備事業……………3,686万円
- 原城跡来訪者対応事業……………1,703万円

⑥そうめんを中心とした地場産業振興プロジェクト 【8,895万円】

地域経済の活性化のため、そうめん産業を中心とした地場産業の振興や地域資源を活かした新たな創業の促進を目的としたプロジェクト。



そうめん首都圏PR事業

〈主な事業〉

- そうめん首都圏PR事業……………5,300万円
- そうめん製造業後継者支援事業補助金……………1,513万円
- そうめん産業振興事業……………1,162万円

⑦地域で自分らしく暮らす、健康・長生きプロジェクト 【8,031万円】

市民が生涯、健康で充実した生活ができるよう、健康寿命の延伸に向けた対策を目的としたプロジェクト。

〈主な事業〉

- 住民健康診査事業……………6,628万円
- 緊急通報システム設置事業……………767万円
- 介護予防(一次)事業……………217万円

①いのちを守る安全安心プロジェクト 【1,008万円】

さまざまな危機や災害から市民の安全・安心を守るため、防災体制などの強化や充実を目的としたプロジェクト

〈主な事業〉

- 緊急物資調達体制整備事業……………454万円
- 消防団資機材整備事業……………441万円
- 自主防災組織活動事業……………106万円

②公共施設の適正管理と遊休資産再生プロジェクト 【2億102万円】

市内公共施設の維持管理のあり方について見直しを行うとともに、市内遊休資産の有効活用を目的としたプロジェクト

〈主な事業〉

- 多目的運動広場整備事業……………1億7,422万円
- アートビレッジ・シラキノ事業……………1,265万円
- 自転車活用推進計画策定事業……………1,261万円

③住んでくれんね南島原プロジェクト 【1,320万円】

地域における居住の質やまち並みの魅力を高めるとともに、市外の人を本市に呼び込む「移住対策」の強化を目的としたプロジェクト。

〈主な事業〉

- 空家等除却費補助金……………507万円
- 移住促進プロジェクト……………387万円

④口之津マリングート整備プロジェクト 【7億7,075万円】

本市南西部における新たな交通拠点施設の整備を行うため、海の玄関口となる口之津港ターミナルビルを県とともに整備するプロジェクト。



口之津港ターミナル整備事業

〈主な事業〉

- 口之津港ターミナル整備事業……………6億8,591万円
- 口ノ津港再整備事業……………8,484万円

大切なのは 早期発見・早期治療

自覚症状の無いHIV感染を知る方法は血液検査です。早期に発見できればエイズの発症を抑えられ、ほかの人への感染も防ぐことができます。

HIV検査・エイズに関する相談は保健所などで無料・匿名で受けることができます。感染の疑いがあった日から体に抗体が作られるまで、3カ月程度かかるので、検査は感染の疑いがあった日から3カ月以降に行ってください。

相談は随時受付可能ですが、HIV検査は予約が必要です。

【最寄りの相談・検査機関】

長崎県県南保健所

☎0957-62-3289 (平日)

検査の流れ

感染の疑いがあった日

3カ月以降

【予約】 電話などで検査の予約

【検査】 問診・採血

約2~4週間後

【結果説明】 結果を聞きに行く
(検査時に渡される個人控えが必要)

※結果説明の手順が検査機関によって異なります。当日に検査結果が分かる「即日検査」を行っているところもあります。

こんなこと・こんな場所では感染しません！

HIVは体液内でしか生息できないウイルスなので、感染者と握手するなどの接触ではうつりません。また、唾液に含まれるHIVはごく微量のため、せきやくしゃみ、飲み物の回し飲みなどでも感染することはありません。

※血液がつきやすい歯ブラシ、カミソリ、ピアスなどは自分専用のものを使いましょう。

- 握手、軽いキス
- せき、くしゃみ、汗、涙
- 同じ皿から料理を食べる。
- 飲み物の回し飲み。
- つり革や手すり
- 洋式トイレの便座
- 風呂やプール
- 日本の医療機関、理髪店、美容院



性行為を除けば、ふだんの生活で感染することはありません。

4 「いきなりエイズ」が増加している

HIV感染者の約3割が、エイズを発症してからはじめてHIV感染に気付く「いきなりエイズ」です。新規HIV感染者は若い世代に多いですが、いきなりエイズは、40歳以上が約6割を占めます。

エイズを発症するまでHIV感染に気付いていないため、感染から発症までの期間に他者へ感染させてしまう危険性がある上、エイズを発症してしまうと治療が難しくなります。エイズは早期治療によって発症を抑えられる病気です。HIV検査を受け、陽性であれば適切な治療を受けることで発症を抑えられます。

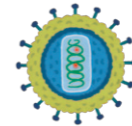
5 今は死の病ではない

HIVに感染しても、早期に感染を知り、服薬治療を開始して治療を継続すれば、エイズの発症を防いで、これまでと同じような生活を送ることができます。エイズを完治させる治療はありませんが、今では治療方法も進歩し、副作用も少なく1日1回1錠の服用ですむ薬も開発されています。

6 HIV以外の性感染症にも注意

性感染症にかかると粘膜が荒れてHIVの感染確率が高くなるといわれています。日本で最多の性感染症は性器クラミジア感染症ですが、近年、特に梅毒の感染者数が急増しています。コンドームの適切な使用、不特定多数の人と性行為をしないなど、正しい感染症予防が重要です。

1 HIV・エイズとは



HIVに感染しただけではエイズとはいいません。

- HIV…エイズを引き起こすウイルス
- エイズ…HIV感染により、体の免疫力が低下してかかる病気の総称

HIVが人に感染すると病原菌から体を守ってくれる「免疫」力が低下してしまいます。これにより、本来自分の力で抑えることができる病気を発症しやすくなります。

HIVに感染	症状が無い期間(無症候性キャリア期)	エイズ発症
風邪に似た症状が出ることもある。	自覚症状は無いが、他者へ感染させる危険性がある。徐々に免疫が低下し、病気が進行する。	免疫力が下がり、健康であれば感染症を起こさない菌などによってさまざまな病気を発症する。

治療しない場合、HIV感染からエイズ発症まで平均数年~10年程度かかります

2 主な感染経路は「性行為」・「血液感染」・「母子感染」

日本での感染ルートは性行為が8割以上を占めています。

令和元年の統計「令和元年エイズ発生動向年報(厚生労働省エイズ動向委員会)」によると新規HIV感染および新規エイズ患者報告の感染経路で多いのは性行為で、80%強を占めています。注射器の共有などによる血液感染、出産時や授乳時に感染する母子感染は0.1~0.2%となっています。

性行為感染

感染者の精液や膣分泌液に含まれるHIVが性器や肛門、口などを通して感染。



血液感染

麻薬の回しうちなど、注射針を共有することで感染。
※日本の医療機関の注射器具は使い捨てなので心配ありません。

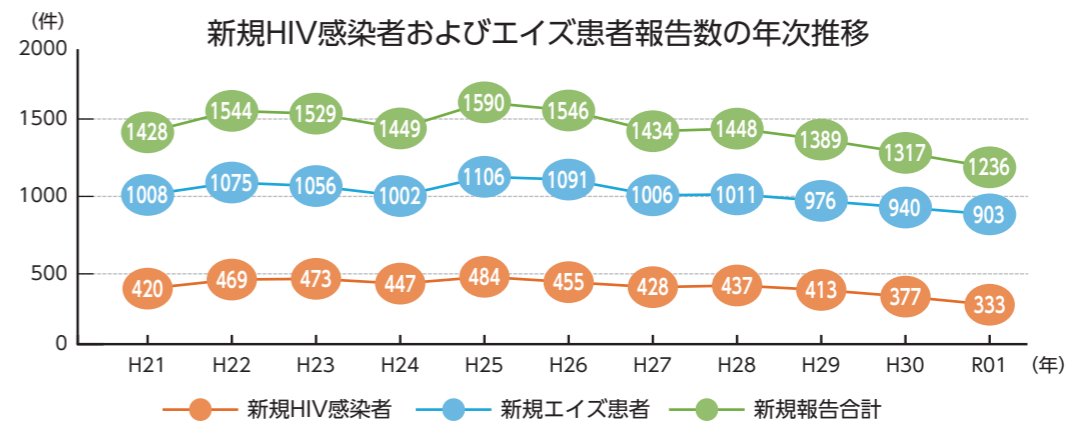


母子感染

HIVに感染している母親から妊娠中や出産時、授乳時に感染。



3 日本の新規HIV感染者・エイズ新規患者数の現状



令和元年は新規HIV感染者数および新規エイズ患者数が3年連続減少となりました。しかし、依然として感染が判明した時点で、すでに3割弱の人がエイズを発症している状態です。

知ってほしい!!

新しい知識へアップデート

HIV・エイズのこと

12月1日は世界エイズデーです

WHO(世界保健機関)は、エイズまん延防止とエイズ患者・感染者に対する差別・偏見を解消するために、毎年12月1日を世界エイズデーとしています。HIV・エイズに関する正しい知識や理解を持って感染を予防しましょう。

新型コロナウイルス感染症に伴う **支援策**

南島原市誘客プロジェクト 宿泊キャンペーン第2弾!

☎観光振興課 ☎73-6632

新型コロナウイルス感染症の影響により落ち込んだ市内の経済活動の活性化を目的に、前回好評だった「南島原市誘客プロジェクト宿泊キャンペーン」について、**長崎県民を対象に**第2弾を実施しています。ぜひご利用ください。



- 期間…11月16日(月)～令和3年2月28日(日)
 - ※予算が無くなり次第終了
 - ※年末年始(12月29日(火)～令和3年1月3日(日))は対象外
- 利用方法など
 - ①宿泊施設へ予約する際に、南島原市宿泊キャンペーン対象施設かどうかを確認し、予約してください。
 - ②チェックインのとき、県内在住を証明するものを提示してください。
 - ③体調チェック、3密対策などを徹底し、ご参加ください。



キャンペーン概要、クーポン利用対象店・施設等をご確認できます。

- 補助内容
 - ①宿泊費(国などの補助金差引後)の半額
 - ※長崎県民限定のキャンペーン
 - ※宿泊費の補助上限は1人1泊あたり5,000円
 - ※オプション代、入湯税などは対象外
 - ※支払い方法は現地決済のみ
 - ※「GoToトラベルキャンペーン」と併用可
 - ②1,000円分クーポン券配布
 - ※クーポン券はチェックイン後に、宿泊施設より発行。発行された宿泊施設では利用不可
 - ※クーポン券の有効期限は宿泊日の翌日まで
 - ※クーポン券が利用できる店舗は、市のホームページにて随時お知らせします

新型コロナウイルス感染症に伴う **支援策**

南島原市を元気に! いーとばいキャンペーン

☎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、低迷した市内の消費を喚起し、市内の経済活動を活性化させるため、食事や買い物に使えるチケットを配付して、事業者と市民の皆さんとともに元気を取り戻す「南島原市を元気に! いーとばいキャンペーン」を実施します。

※「いーとばい」とは…方言で「いいね」という意味があり、英語でEat(イート・食べる)とBuy(バイ・買う)をかけた言葉です。

㊫全市民 (基準日: 令和2年10月27日)
㊬参加事業所で利用できる、いーとばいチケットを世帯ごとに配付
市民1人あたり…5,000円分(500円×10枚(※))

※すべての参加事業所で使える共通券…5枚
市内に本店がある参加事業所で使える限定券…5枚
11月中に全世帯に案内と申請書を送付していますので、ご確認ください。

- 利用期間…12月1日(火)～令和3年1月31日(日)
- 利用可能店舗
本キャンペーンに参加する飲食、小売、サービスなどの市内事業者
※いーとばいチケット配付時に店舗一覧を配付します(市ホームページでも確認できます)。



- 注意事項
 - ・いーとばいチケットは現金または金券の購入には利用できません。
 - ・いーとばいチケットご利用の際は、釣り銭は支払われません。
 - ・いーとばいチケットの盗難または紛失による再発行はできません。

ジャガイモ・葉たばこの病気を防ぎましょう

☎農林課 ☎73-6661

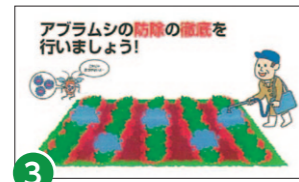
ジャガイモ塊茎えそ病・黄斑えそ病被害を防ぐため、5つのことに注意しましょう。家庭菜園での自家種使用は、発病・被害拡大の原因となります。家庭菜園をする人も種イモの更新については、ご協力をお願いします。



1 種イモの更新



2 ジャガイモと葉たばこ畑が100m離れている



3 適正な農薬散布



4 畑を見回る



5 畑に残ったジャガイモを拾う

農薬の安全使用について

☎農林課 ☎73-6661 または 島原振興局 南島原地域普及課 ☎0957-62-8050

農薬散布が原因と思われる体調不良、作物被害の相談があります。農薬は法律に定められた使用基準に沿って適正に使用しなければ、周囲の作物や人に被害がでます。特に広く使用されているクロルピクリンについては、被覆が必要な農薬です。クロルピクリン使用後はすみやかにポリエチレンシートなどによる被覆を行い、周囲への拡散と流入を防ぎましょう(農薬取締法第十二条第一項)。また、農薬を使用する際は、使用方法を確認するとともに必ず自分の防護、周囲の確認を行いましょう。

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対策事業相談会

☎長崎県よろず支援拠点コロナ対策室 ☎095-895-8088

長崎県よろず支援拠点コロナ対策室は、新型コロナウイルスにより経営などに影響を受けた事業者に対して、目的に応じた補助金や給付金をご案内し、その申請手続きのサポートのため出張相談会を毎月2回実施しています。今月は右記のとおり相談会を開催しますので、ぜひご参加ください。

- ㊦①12月10日(木)
- ②12月25日(金) 午前9時～午後5時(時間共通)
- ㊦①西有家総合学習センター カムス
- ②南島原市商工会本所(口之津町)
- ㊦開催日の前日
- ㊦電話で申し込んでください。



長崎県よろず支援拠点ホームページ

ひとりで悩まず相談してください

☎市民課 ☎73-6647 または 長崎地方法務局・島原人権擁護委員協議会 ☎0957-62-2513

12月4日から10日の人権週間に伴い、特設人権相談所を開設します。「嫌がらせ、差別、暴行・虐待、名誉毀損」など、さまざまな悩みごと、心配ごとを人権擁護委員が受け付けます。相談は無料で、秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

- ㊦12月11日(金) 午前10時～午後3時
- ㊦ありえコレジヨホール
- ㊦不要

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ラポール (山陰保育園) ☎72-2362	月～土曜日 9:00～14:00	・12月1日(火) はがためジュエリー(要予約) ・12月8日(火) 花咲く書道年賀状(要予約)
	深江保育園支援センターみずまし (深江保育園) ☎72-3323	月～土曜日 8:30～15:30	・12月9日(水) レジンでつくろうマスククリップ(要予約) ・12月21日(月) 平山先生とみんなでYOGA(要予約)
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	・12月11日(金) 離乳食を作ろう(要予約) ・12月18日(金) クリスマス会(要予約)
有家町	有家子育て支援センター (南島原しんきりこども園) ☎76-8787	月～金曜日 9:00～14:00	・12月10日(木) クリスマスクッキング ・12月17日(木) しめ縄リース作り
西有家町	子育て支援センターほっと (須川保育園) ☎82-0026	月・火・水・金曜日 9:00～14:00	・12月11日(金) Xmasカード作り(要予約) ・12月14日(月) ルーシーダットン(タイ式ヨガ)
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	・12月8日(火) トールペインティング ・12月15日(火) カレンダー作り
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	・12月17日(木)・18日(金) お正月飾り作り ・12月21日(月) 月に1度のおたのしみ会
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	・12月3日(木) 離乳食作り ・12月17日(木) クリスマス会

📍こども未来課 ☎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15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おしゃべり交流会「子育ての悩みを話そう」

📅12月11日(金) 午後2時～3時

●講師…MFPファシリテーター

②リトミック遊び

📅12月25日(金) 午後2時～3時

●講師…内田氏、本多氏



重要 令和3年南島原市成人式 開式時間について

生涯学習課 ☎73-6703

広報みなみしまばら10月号に掲載しておりました、令和3年南島原市成人式について、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、下記のとおり2部制に分けて開催することとなりました。出席予定者には11月中旬に文書を郵送していますので、お間違えないようご注意ください。

なお、今後の新型コロナウイルス感染症の発生状況などにより、式典内容の変更、またはやむを得ず中止する場合があります。



ありえコレジヨホール

日時	対象地区	対象者
令和3年1月4日(月) 午前11時～	深江・布津・有家・西有家	平成12年4月2日から平成13年4月1日に生まれた人で、市内居住者または過去居住者
令和3年1月4日(月) 午後2時30分～	北有馬・南有馬・口之津・加津佐	市内居住者または過去居住者

令和3年度 競争入札参加資格審査申請受付

管財契約課 ☎73-6626

申請方法などの詳しい情報は、南島原市ホームページまたは管財契約課窓口でご案内しています。

●受け付ける業種(全業種)

「建設工事」、「建設コンサルタント等業務」、「物品調達・その他業務」

※「物品調達・その他業務」については、有効期間が2年間のため、令和2年度の申請受付済者は、今回の提出は不要です。

●申請方法

前回、電子申請をしている場合は現在の申請データを修正入力(③以降の手続き)できますが、提出書類はすべて必要です。

今回初めて電子申請を行う場合は利用申請(①からの手続き)が必要です。

①申請者から南島原市へ電子申請を行うための利用申請

②南島原市から申請者へ電子申請のためのIDなどを送信

③電子申請システムで必要事項を入力

④システムから印刷し、申請ボタンを押す

⑤チェックリスト、申請書および添付書類をA4紙ファイルにとじ、管財契約課へ提出

※原則、電子申請となりますが、併せてA4紙ファイルでの提出も必要です。市内に本社を有する事業者で、電子申請が困難な場合は、事前に管財契約課にご相談ください。

●受付期間

令和3年1月8日(金)～2月26日(金) 必着

●入札参加資格の有効期限

・「建設工事」、「建設コンサルタント等業務」

令和3年4月1日～令和4年3月31日【1年間】

・「物品調達・その他業務」

令和3年4月1日～令和4年3月31日

【1年間(令和2年度からの有効期間2年間の残期間)】

●申請書提出先…総務部 管財契約課

〒859-2211 西有家町里坊96番地2

ながさきのイマドキ♡婚活事情

おしえて!ヨシエさん



第3回 男性は年上、女性は年下がいい?

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。今日は、33歳の男性、ダイキさんのご相談を受けています。年下の女性にこだわっているようです。

ヨシエ ダイキさんは男性がリードする関係が理想なのね。

ところで、実は初婚夫婦の4組に1組は妻が年上ってご存知(図1)?

ダイキ え、しかも夫が年上の結婚って、半分しかないんですか?

ヨシエ そうなのよ。意外でしょ。

ダイキ 年上の男性がリードして女性については、そうでなきゃ男として恥ずかしい、と思って…。

ヨシエ お父さんとお母さんを見ると、そう思うのが自然よね。でも最近、年の差で言えばそうでもないのよ。

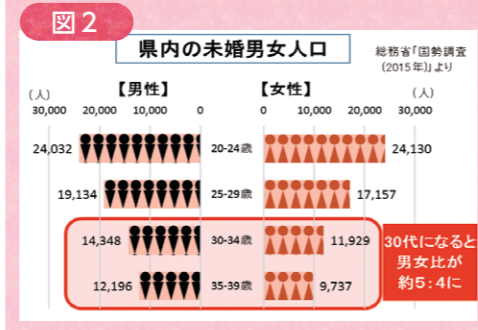
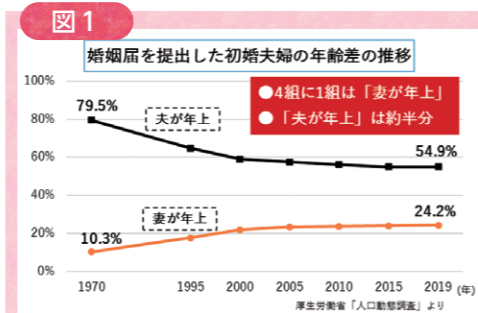
ダイキ そういえば、この前結婚した友達も、奥さんが年上だったな…。

ヨシエ さらにこんなデータもあるわ。2~3歳差くらいの同年代がマッチングしやすいんだけど、30代から独身女性が減ってきて、男性は婚活が難しくなってくるの(図2)。

ダイキ 自分の場合だと、マッチングしやすい30代の女性は男性に比べてどんどん減ってくる、でも20代の女性はもう自分にはマッチングしにくいってことか…。

ヨシエ そうなるわね。ダイキさんも、同い年や少し年上の女性も含めて考えてみたら可能性が広がるかも。

ダイキ なるほど。考えてみます!



図地域づくり課 ☎73-6631

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。

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月末まで) (通常2年間 10,000円 → 5,000円)

長崎婚活サポート 🔍 検索 長崎県

こい何か知っちゃう?

南島原の考古学



つぶれと傷のある敲石

石器を作るための石器 敲石

～諏訪ノ上遺跡(深江町)～

弥生時代のはじめ、今から2,600年くらい前のはなしです。北部九州ではすでに水田によるコメ作りが始まっていましたが、そのころの南島原市ではまだ縄文的な生活が営まれていました。鉄などの金属も手に入らない時代ですから、物を切ったり削ったりする刃物道具には、もっぱら石を割って作った石器が使われていました。

そんな刃物として使う石器を作るため、敲石という石器が存在します。敲石は、すりこぎや円盤状の形をしています。材料となる石を何度も何度もたたいたのでしょう、先端部や側面につぶれたあとが残っています。そして、ときには表面に細い線状の傷がたくさんついたものもみられます。きっと黒曜石(天然ガラス)などの鋭い割れ口の石を勢よくかすめたのでしょうね。

カチ、カチ、カチ、カチ。弥生時代の石器づくりの音が、現代まで響いてくるようです。

12月・1月の小企画

12月1日(火)～1月31日(日)
 ※休館日: 毎週火曜日
 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
 深江埋蔵文化財・噴火災害資料館

図一般…200円、高校生…150円、
 中学生以下…無料 *団体割引あり
 ※企画展は入館料のみでご覧いただけます。
 図文化財課 ☎73-6705

※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。

保育所・認定こども園入所受付

図こども未来課 ☎73-6652

令和3年4月からの入所申し込みを受け付けます。現在入所している子どもが引き続き入所を希望する場合も、現況届などの提出が必要です。

図保育所、幼稚園、認定こども園へ入所を希望する人

●受付期間(第1次受付)…12月1日(火)～令和3年1月8日(金)

※今回、令和3年1月8日受付分までで第1回目の入所決定を行い、以降は随時受け付けます。

●申込場所…各支所、こども未来課(こども未来課は、令和3年1月に現在の有家庁舎から南有馬庁舎へ移転します)

※継続して入所する人で、仕事の都合などで上記の場所に提出できない場合は、各保育所、各認定こども園へ提出することもできます。

令和3年度 施設一覧

所在地	保育所(園)名	電話番号
加津佐町	ともしび保育園	87-2758
	愛宕保育園	87-4051
	若木保育園	87-5100
	野田保育園	87-2199
口之津町	あやめ保育園	86-4706
	玉峰保育園	86-4815
	口之津保育園	86-2187
南有馬町	ひかり保育園	85-3529
	大江保育園	85-2227
	(認)南島原はらじょうこども園	85-2283
北有馬町	(認)北有馬こども園(公立)	73-6753
西有家町	見岳保育園	82-8400
	須川保育園	82-0923
	長野保育園	82-5005
	竜石保育園	82-2880
	西有家保育園	82-2563

所在地	保育所(園)名	電話番号
有家町	(認)有家たちばなこども園	82-0906
	(認)南島原しんきりこども園	82-8155
	(認)白百合保育園	82-8410
	恵光保育園	82-4001
	若草保育園	82-1629
布津町	有家保育園	82-2294
	(認)寺田保育園	72-3594
	南島原ぶんか保育園	72-2106
	こば保育園	72-6126
深江町	(認)たちばなこども園	72-2684
	山陰保育園	72-2362
	小林保育園	72-5470
	深江保育園	72-3323
	瀬野保育園	72-6961
	(認)深江幼稚園	72-5400

※(認)は「認定こども園」です。認定こども園とは保育所と幼稚園の機能を兼ね備えた施設です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

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、市ホームページのパ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… 図 総務秘書課 ☎73-6621

多忙な平日をお過ごしの方の女性の皆様
日曜日に乳がん検診を受けましょう!!
 令和3年 1月31日
 2月21日
 新型コロナウイルスの感染拡大による状況次第では、中止あるいは日程変更などになる可能性があります。
 ※事前予約が必要です。予約枠には限りがあります。
 ご希望の日程に予約をお取りできない場合もございますので、ご了承ください。
 医療法人 栄和会
泉川病院 ☎72-2017 (担当:健診室)
 南島原市深江町丁2405番地

教えて！国民年金

～国民年金保険料のご案内は 民間事業者に委託しています～

国民年金保険料の納め忘れの人に対して、電話連絡や文書発送、戸別訪問による納付の案内や免除などの申請手続きの案内を民間事業者に委託しています。

【委託事業者】株式会社 バックスグループ

●専用フリーダイヤル ☎0800-808-7000

*民間委託についての詳細は、日本年金機構のホームページをご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/>

☎日本年金機構 早期年金事務所 ☎0957-25-1662

ご注意

- ・訪問員は必ず日本年金機構の納付督促員証明書を携帯しています。
- ・訪問員が現金を預かることはありません。
- ・手数料の要求、金融機関やコンビニでのATM操作のお願い、年金手帳・年金証書・通帳・キャッシュカードなどの預かりを行うことはありません。

環境課だより エコライフのすすめ ごみのお話⑤

ごみの処理には莫大なお金がかかっています。市民一人ひとりのひと手間とところがけで、大きな手間（お金、時間、労力）を減らすことができます。

●食品ロスについて

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられた食べ物のことで、日本全体では年間600万トン以上の食品ロスが発生しています。食べ物を無駄なく消費することは、環境だけでなく家計にもプラスとなりますので「もったいない」を意識して、家庭でできることから取り組みを始めましょう。

①買いすぎない

買い物の前には食品の在庫を確認し、必要なものだけを買きましょう。

②作りすぎない

料理は食べられる量だけ作るようにし、残ったものは冷凍保存やほかの料理にアレンジして食べできるようにしましょう。

③期限の違いを知る

「消費期限」（食べても安全な期限）と「賞味期限」（おいしく食べられる期限）の違いを理解しましょう。



●生ごみを減量しよう！

①「水きり」で生ごみを減量しよう。

水分を含む生ごみを「ギュッとひと絞る」だけで生ごみの減量につながります。



②残った生ごみはリサイクル

残った生ごみはたい肥にするなどリサイクルしましょう。市では、生ごみ処理機器を購入する世帯に購入費の一部を補助しています。

●電気式生ごみ処理機

- ・購入額の2分の1(100円未満切捨て)
- ・限度額…20,000円
- ・1世帯につき1台まで

●生ごみ処理容器(コンポスト・EMバケツ)

- ・購入額の2分の1(100円未満切捨て)
- ・限度額…3,000円
- ・1世帯につき2個まで

※そのほか、補助要件などはお問い合わせください。



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

電話勧誘でカニを注文！ 生ものってクーリング・オフできるの？ ～クーリング・オフできます！～



●相談事例

一昨日カニを販売している事業者から電話があった。「旬のカニを買わないか」と始まり、勧誘が延々と続いた。「2杯で3万円」と言われ「高いからいらぬ」と断ったが、「海産物セットをサービスする。送料も無料にする」とねばられ、つい承諾してしまった。

昨日事業者から再び電話があり「代引きで冷凍したカニを送る。変更はないか」と確認された。正月に家族で食べようと思い、「変更はない」と答えた。

娘に話すと「信用できない」と反対され、やっぱりキャンセルしようと思いきや事業者に電話したがつながらなかった。

断りたいが、確認の電話でも「変更はない」と答えてしまったし、生ものでもあるため、届いたら受け取るしかないのだろうか。(60代女性)

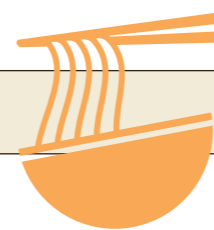
●消費生活センターからの助言

電話勧誘販売をきっかけにした契約は、契約書面を受け取った日から8日以内であれば、無条件で解除すること(クーリング・オフ)ができます。これは、事例のように、確認の電話で「変更はない」と答えていても変わりません。また、商品がカニなどの生のものであっても、クーリング・オフすることができます。なお、届いたカニをすでに食べてしまったときは、カニの代金を支払うことになります。

電話勧誘販売の場合、多くは、契約書面が商品に同封されていますが、事業者によっては商品より先に契約書面を送付してることがあります。クーリング・オフの起算日は、商品が届いた日ではなく、契約書面が届いた日になりますので、郵便物には注意しておきましょう。

もしも電話が繋がらず、契約書面も届かなかったときは、商品が届いたときに送り状の「事業者名・所在地・商品名・金額・担当者」を控えて(メモを取る、または携帯電話で写真を撮る)、商品を受取拒否してください。その後すみやかに、控えた内容をもとにクーリング・オフの書面を作成して、表裏のコピーをとり、簡易書留で発送しましょう。

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。



島原手延そうめんを活用 簡単お手軽レシピ

カニカマクリームそうめん

「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。寒さを感じる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
- 生クリーム ……200cc
- 白だし ……大さじ1.5杯
- おろしニンニク ……小さじ1/2杯
- カニカマ ……8本(60g)
- コーン ……大さじ4杯
- ブラックペッパー ……適量
- フライドオニオン ……適量
- スプラウト ……適量

作り方

- 鍋にAの材料を入れ一煮立ちさせた後、茹でたそうめんを加え混ぜます。
※カニカマは鍋に入れる前に裂いておきます。
- 器にそうめんと具材を盛り付け、フライドオニオン、ブラックペッパーを適量振りかけた後、スプラウトを盛り付けて完成です。

※スプラウトがない場合はパセリでも代用できます。



南島原市の公式SNSをご紹介します



Facebook(フェイスブック)ページ
南島原市口之津歴史民俗資料館

2020年5月にオープンした口之津歴史民俗資料館や分館についての情報を発信していきます。ぜひ、フォローをお願いします。



ぜひ、フォロー
お願いします。



※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。

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)
 - ・南有馬 新三崎団地(1戸)
 - ・南有馬 北岡団地(1戸)
 - ・口之津 白浜団地(8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
 - 12月1日(火)～14日(月)
- 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:12月21日(月)
- 午後2時 南有馬庁舎

国都市計画課 ☎73-6677



- 募集人員:若干名
- 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:令和3年1月中旬～2月下旬
- 勤務日および勤務時間
 - 週5日(土、日、祝日、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

会計年度任用職員募集
【文化財発掘作業員】



- 日時、場所は後日連絡します。
- 12月15日(火) 必着
- 市販の履歴書に必要な事項を記入(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。
- 文化財課 ☎73-6705
- 〒859-2412
- 南有馬町乙1023番地

会計年度任用職員募集
【地籍調査事務員】

- 募集人員:1人
- 勤務内容:地籍調査事業の資料整理および職員補助業務
- 勤務地:地籍調査課
- 令和3年1月より有家庁舎へ移転します
- 報酬など:月額141,400円、通勤手当・期末手当あり、社会保険・雇用保険あり
- 本単価は令和2年4月1日のものであり、報酬改定などにより報酬単価が変動する場合があります。
- 雇用期間:令和3年4月1日

- 日時、場所は後日連絡します。
- 12月24日(木) 必着
- 市販の履歴書に必要な事項を記入(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)。
- 応募資格:普通自動車運転免許を有し、パソコン(エクセル・ワード)の基本操作ができる人
- 試験:面接
- 令和3年度の採用については、令和3年度予算成立が条件となります。予算の成立状況によって、募集の中止や採用の取り消しをする場合もありますので、あらかじめご了承ください。
- 地籍調査課 ☎73-6634
- 〒859-2211
- 西有家町里坊96番地2

「歩健学のすすめ」



健康づくりによいとされているウォーキングについて、その効果だけでなく継続性の面から考えてみます。歩きにひと工夫加えることにより、ウォーキングを長く楽しむためのコツを探ります。また、視点をかえて「歩きたくなる道」についても考えてみます。天気がよければ、ポールを持ってウォーキングに出かけます。

- 令和3年1月9日(土)
- 午前11時～午後4時
- 口之津公民館
- 講師:西村 千尋先生
- 鹿児島県伊仙町健康増進課 歩健学研究室(元長崎県立大学教授)
- 定員 20人
- 無料
- 持参品
 - 帽子、タオル、水筒、マスク
- ※持っている人はポール持参
- ※参加者には七草粥を提供します。

刈市民

12月25日(金)
日本語ボランティア
養成講座参加者募集



日本語ボランティアとは、月に1～2回程度、市内の外国籍市民と日本語で対話や交流をするボランティアのことです。

- 今回の講座は、新型コロナウイルスの影響で9月にオンライン開催した養成講座を対面形式で再び開催し、ボランティア同士の間を深め今後の活動について話し合います。初めての人も大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。
- 令和3年1月15日(金)
- 午後7時30分～9時30分
- 西有家総合学習センターカムス

- 内容
 - ①養成講座(修了者は免除)
 - ②活動日程、活動の準備などの話し合い

午後8時30分～9時30分
定員10人
無料

令和3年1月8日(金)
住所・氏名・年齢・電話番号・Eメールアドレス
①養成講座参加の有無を電話、FAX、またはEメールで申し込んでください。

〒73-6631
FAX 82-3086
chikishien@city.minamishinabara.jp

第226回
コレジヨ市民文化講座

アメリカのノーベル賞作家パール・バックは、「島原大変」の話の題材に短編小説「大津波」を発表。その後、日米合作映画として雲仙市小浜町や千々石町でロケが行われ映画化されましたが、その映画は日本ではほとんど上映されることがなく「幻の映画」と言われています。

- 映画の数奇な運命とロケでのエピソード、原作者パール・バックの人物像について話します。
- 12月12日(土)
- 午後2時～4時
- ありえコレジヨホール

題目:「パール・バックと幻の地元ロケ映画『大津波』」

講師:福島大学名誉教授・有家史談会会員 松崎博文氏

定員30人(年間受講申込者以外の人も参加可能)
※受講者はマスクを着用してください。

奨学金は計画どおり返還してください

南島原市奨学金を借りていた皆さんには、返還計画に沿って奨学金の返還をお願いしています。しかし、返還が滞っている人がいます。未納が増えると、今後の返還が困難になるばかりでなく、未来の学生への貸与もできなくなりま

- しっかりと自覚を持って計画どおり返還してください。
- 住所や氏名などが変更になった場合は関係書類の提出が必要です。返還に関する相談も受け付けていますので、ご連絡ください。
- 教育総務課 ☎73-6701

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

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

新年を青畳の香りとともに迎いませんか?

歳末一斉 大売出し実施中

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

ご用命は 南島原市深江町丙1055番地

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。

南島原市奨学金資金償還補助金のご案内

南島原市奨学金を借りて学校を卒業した後、市内に居住し、就労している人には返還した奨学金の2分の1以内の金額が補助金として交付されます。

対象は平成28年度以降、新たに償還を開始された人です。現在、本市奨学金を借りている人、これから借りる予定がある人は、卒業後の進路として、本市への定住をお考えください。

また、令和2年度に本市に帰ってきた人で、要件を満たす人は、令和3年2月26日(金)までに申請してください。

☎73-6701

奨学金の返還について

あなたの返還金は、後輩の新たな奨学金となる重要なものです。

奨学金を借りていた人は、約束どおりの返還をお願いします。住所や氏名などの変更や、

1月2日(出)から通常通り営業しますので、ご利用ください。

☎0957-36-5888

年末年始のATM等 休止のお知らせ



10月1日に合併した十八親和銀行のシステム統合作業に伴い、年末年始(12月31日、令和3年1月3日)のATMなどの利用が休止されます。引出しや預入れなどが必要な人は早めにご準備ください。

☎0120-18-0218
☎0120-48-0070

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。

- 教育寄附
金子 太平 (口之津町)
深江布津ライオンズクラブ

返還が困難になりそうな場合などは、速やかに本会へご連絡ください。



長崎県育英会では、寄付金を受け付けています。

皆さんからの寄附は、奨学金として活用し、奨学金事業の充実を図ります。

温かいご支援をお願いします。なお、長崎県育英会への寄付金には、税法上の優遇措置を受けることができます。

☎095-824-7501

家畜排せつ物と堆肥は適切に管理しましょう

一定規模以上の家畜を飼養する畜産農家は、家畜排せつ

つ物法に基づく管理基準に従い、家畜排せつ物を適正に管理することが必要です。堆肥は農地などに放置せず、できるだけ早く耕うんし、作付けをしましょう。



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水質基準を満たさず、飲用に適さなくなることがあります。

●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

●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、年に1回程度、定期的に専門機関による水質検査(大腸菌群や、硝酸性窒素などの検査で料金は8千円程度)を受け、安全性の確認をしてください。

●井戸水の飲用
井戸水を飲用する場合は、高温消毒や有害物質除去装置の利用などの適切な処理を行い、異常を感じたら飲用を中止してください。

●井戸水への切り替え
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乳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ょう。

☎73-6644
☎73-6686

のんのこ温水センター 年末年始の営業について

12月30日(水)から令和3年1月1日(金)までの間、余熱利用施設「のんのこ温水センター(諫早市)」を休館します。

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。

楽しい英会話 & お菓子作りでブレイクタイム

☎令和3年1月17日(日) 午後2時~4時
☒西有家総合学習センター カムス
☒英会話と手作りスイーツでほっと一息
●講師…南島原市英語指導助手(EAT)
●持参品…筆記用具、エプロン、三角巾、飲み物、タオル類
☒先着15人 ☒200円(材料費)
☒市民または市内勤務で英会話初心者の人
☒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



ドラム教室(脳トレ編)

☎令和3年1月7日、14日、21日、28日、2月4日
【全5回・毎週木曜日】
午後7時30分~9時30分(時間共通)
☒加津佐公民館
☒脳トレを意識し、基本とリズムを習得します。
●講師…原賀 壽昭氏
●持参品…飲み物、タオル
☒先着15人 ☒無料 ☒12月21日(月)
☒市民(20歳以上の成人)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。
☒加津佐公民館 ☎73-6786



親子で門松づくり講座

☎12月21日(月) 午後7時~9時
☒布津公民館
☒親子で門松をつくります。
●講師…中野ガーデン 中野 征秀氏
●持参品…剪定はさみ、ペンチ、軍手
☒1個1,500円(1対3,000円)
☒30人(15組)※申し込み多数の場合は抽選
☒12月14日(月) ☒市内小学生および保護者
☒電話または次の窓口で申し込んでください。
☒布津公民館 ☎73-6726



女性対象 ストレッチ講座

☎令和3年1月8日、15日、22日、29日
【全4回・毎週金曜日】 午後8時~9時(時間共通)
☒北有馬ピロティ文化センター日野江
☒ストレッチ体操で、心身の緊張をほぐし、自然治癒力を高めます。
●講師…江上 美津子氏(介護予防運動指導員)
●持参品…タオル、飲み物、ヨガマット(バスタオルでも代用可)
☒先着10人 ☒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。
☒北有馬ピロティ文化センター日野江 ☎73-6754

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かりません。まずは、「広報みなみしまばらを見た」と言っ

保険クリニック 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

結婚ふとん・各種ギフト・オーダーカーテン

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 ㊿火曜日

広告

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 **お一人様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。



健康コラム Health Column

なるほど！高血圧 ～高血圧への対応策～

●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)

●高血圧治療開始の基準

高血圧の治療は、将来起こる可能性のあるさまざまな病気の予防をするためにも行います。降圧目標値は、年齢や合併症によって異なります。



降圧目標

家庭血圧の降圧目標	
75歳未満の人 ・腎機能低下の人(蛋白尿陽性) ・脳血管障害の人(動脈狭窄なし) ・冠動脈疾患の人 ・糖尿病の人	125/75mmHg未満
75歳以上の人 ・脳血管障害の人 (動脈狭窄ありまたは不明)	135/85mmHg未満

(日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会(編):高血圧治療ガイドライン2019)

高齢者は臓器の機能低下がある場合も多く、血圧低下が臓器の機能に悪影響を及ぼす場合もあるため、慎重な治療が必要です。腎機能低下の人は心筋梗塞、脳卒中などを発症するリスクがあるため目標値はより厳しく、125/75mmHg未満とされています。

●高血圧の治療

高血圧治療には生活習慣改善と薬物療法があります。



生活習慣を改善することで予防や改善が期待できます。

- ①食塩制限 → 1日6g未満が目標です。
- ②適正な体重 → BMI25.0未満を目指します。
3~4kgの体重減量により血圧低下が期待できます。
肥満の有無は、BMIで判断します。正常範囲は18.5~24.9 (kg/m²)
BMI=体重(kg)÷身長(m)²
- ③アルコール → エタノールで男性20~30ml/日以下、女性10~20ml/日以下に控えてください。
エタノール20~30mlは、おおよそ日本酒1合、ビール500ml、焼酎半合、ウイスキー60ml、ワイン200mlに相当します。
- ④運動 → 速歩・ジョギングを毎日30分以上、または週180分以上が目安です。

生活習慣の改善

●高血圧になる前、なってからできることは？

高血圧になる前も、なっからでも、体の状態を知ることが大切です。血液検査・尿検査などでしか分からないことがあります。高血圧によって体(臓器)がどれくらい影響を受けているか、重大な合併症がないか、また、原因となる腎臓やホルモンの異常がないかについて、次のような検査を行うことがあります。

血液検査

高血圧とともに動脈硬化を引き起こす脂質異常症や糖尿病の有無を調べます。また、高血圧の原因となる腎機能低下やホルモン異常を探ります。

尿検査

高血圧合併症となる腎臓への負担や腎臓病の有無を調べます。また、高血圧の原因となるホルモン異常を尿検査で調べることもあります。

心電図

高血圧合併症である心肥大、心臓の虚血、不整脈(脈の乱れ)などの有無を調べます。

胸部レントゲン

高血圧合併症である心肥大、心不全の有無を調べます。

健(検)診を受けて、いろいろな角度から全身を評価することが大事です。

共通事項・お問い合わせ

- 委託期間 令和3年4月1日~令和4年3月31日までの1年間
- 番号記載 ①募集人員、②業務内容、③報酬など、④勤務日および勤務時間、⑤勤務地
- 試験…面接 ※日時、場所は後日連絡します。
- 12月21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教育総務課に郵送してください(持参可)。※履歴書は原則、返却しません。
- 教育総務課 ☎73-6701
〒859-2412 南有馬町乙1023番地
- ※令和3年度の委託契約については、令和3年度予算成立が条件となります。予算の成立状況によって、委託を取り止める場合もありますので、あらかじめご了承ください。

- 布津ふるさと道場(昼間)管理員(委託)
 - ①1人
 - ②館内、建物周辺の清掃、トイレ・ニング器具などの点検、施設使用の受付および料金徴収業務など
 - ③月額118,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④週6日(月曜日、年末年始を除く)
 - ⑤布津ふるさと道場
 - ・火、木曜日 午前10時15分~午後6時
 - ・水、金曜日 午前11時40分~午後6時
 - ・土、日曜日 午前8時50分~午後6時(1日平均7時間45分勤務)
- 布津運動公園・布津グラウンド管理員(委託)
 - ①1人
 - ②施設の清掃・維持管理、施設内外の環境整備など
 - ③月額107,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④月20日程度(年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分(うち7時間45分勤務)
 - ⑤布津運動公園・布津グラウンド
- ありえコレジヨホール(昼間)管理員(委託)
 - ①2人
 - ②窓口業務、資料整理、施設使用料金の徴収業務、施設の開閉、館内外の環境整備など
 - ③月額114,000円、傷害保険あり(労使折半)
- 西有家総合学習センター(昼間)管理員(委託)
 - ①1人
 - ②窓口業務、資料整理、施設使用料金の徴収業務、施設の開閉、館内外の環境整備など
 - ③月額114,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④週5日(土、日、祝日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分(うち7時間45分勤務)
 - ⑤西有家総合学習センターカムス
- みそ五郎の森総合運動公園管理員(委託)
 - ①1人
 - ②施設管理業務
 - ③月額117,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④月20日程度(年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分 または午後1時45分~10時30分(うち7時間45分勤務)の交代制
 - ⑤みそ五郎の森総合運動公園
- 北有馬ピロティ文化センター日野江(昼間)管理員(委託)
 - ①1人
 - ②窓口業務、資料整理、施設使用料金の徴収業務、施設の開閉、館内外の環境整備など
 - ③月額125,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④隔日勤務(火曜日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後10時15分(うち11時間45分勤務)
 - ⑤北有馬ふれあい交流広場
- 北有馬ピロティ文化センター(夜間等)管理員(委託)
 - ①1人
 - ②施設管理業務
 - ③月額76,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④①と②を隔日勤務(年末年始を除く)、週30時間未満
 - ⑤平日の午後5時~10時15分(5時間15分勤務)
 - ⑥土日祝日の午前8時30分~午後10時15分(うち11時間45分勤務)
 - ⑦北有馬ピロティ文化センター日野江、北有馬多目的研修集会施設
- 北有馬ふれあい交流広場管理員(委託)
 - ①1人
 - ②施設管理業務
 - ③月額125,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④隔日勤務(火曜日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後10時15分(うち11時間45分勤務)
 - ⑤北有馬ふれあい交流広場
- 加津佐公民館(平日昼間)管理員(委託)
 - ①1人
 - ②窓口業務、資料整理、施設使用料金の徴収業務、施設の開閉、館内外の環境整備など
 - ③月額114,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④週5日(土、日、祝日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分(うち7時間45分勤務)
 - ⑤加津佐公民館
- 南有馬運動公園管理員(委託)
 - ①1人
 - ②施設管理業務
 - ③月額135,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④隔日勤務(年末年始を除く) 午前8時30分~午後10時30分(うち12時間勤務)
 - ⑤南有馬運動公園
- 原城オアシスセンター(夜間等)管理員(委託)
 - ①1人
 - ②施設管理業務
 - ③月額67,000円、傷害保険あり(労使折半)
 - ④隔日勤務(年末年始を除く) 月~土曜日、祝日:午後5時~10時15分(5時間15分勤務) 日曜日:午前8時30分~午後10時15分(うち11時間45分勤務)
 - ⑤原城オアシスセンター

かたい水・やわらかい水



島原半島各所に湧き出すきれいな水。
その多くは、体に優しい軟水か中硬水です。

私たちが生きていく上で欠かすことのできない水。その水に「かたい」・「やわらかい」があることをご存じでしょうか？

水のかたさ・やわらかさを示す「硬度」は、1リットルの水の中に含まれるカルシウムとマグネシウムの量で表されます。WHO(世界保健機関)は、水1リットルあたりのカルシウムとマグネシウムの量が60mg未満のものを軟水、60~120mgのものを中硬水、120~180mgのものを硬水、180mg以上のものを超硬水としています。

島原半島内で見られる湧水の多くは、温泉成分が混ざったものを除けば、ほとんどが軟水か中硬水で、比較的ミネラル分の少ない「くせのない水」とされています。しかし、なぜ軟水や硬水といった水質の違いが生まれるのでしょうか？

山に降った雨は地下にしみこみ、地下水となって、水を通しやすい地層の中を伝わってゆっくりと麓に流れて

いきます。このとき、地下水は常に岩石や地層と接しているため、岩石から少しずつカルシウムやマグネシウムが地下水の中に溶け込んでいきます。雨水が地下にしみこんだ後、すぐに湧き出せば、ミネラル分の少ない軟水になりますが、地中にとどまる時間が長くなるほど、たくさんのミネラルが溶け込むため、水の硬度は高くなっていきます。つまり島原半島で見られる湧水のかたさ・やわらかさは、大まかには、地下水が地中にとどまっている時間の長さの違いによって生じているのです。

軟水は体に優しく、体内の不純物の排出を促すほか、出汁をとったり食材そのものの味を楽しむ和食を作るのに適しているといわれています。寒い冬、地元で湧き出す水で、地元産の美味しい食材をふんだんに使った温かい郷土料理を作ってみてはいかがでしょうか。

第8回 島原半島
ユネスコ世界ジオパーク検定

令和3年2月27日(土) 午前10時30分~11時30分

島原市有明総合文化会館(グリーンソウエーブ)

料 大(高校生以上)…1,000円

子ども(中学生以下)…500円

令和3年2月3日(水)

「受検申込書」をメール、郵送

または持参にて申し込んでく

ださい。詳しくはこちら→



島原半島ユネスコ
世界ジオパークホームページ



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について



有馬セミナリヨ跡



有馬セミナリヨ跡(推定地)

「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に、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)のグループとして「長崎と天草地方のキリスト教関連歴史文化遺産群」を設定しています。

今回は南島原市の歴史文化遺産群の中から、有馬セミナリヨ跡(推定地)をご紹介します。

セミナリヨとは、イエズス会の教育機関であり、巡察師ヴァリニャーノの布教方針のもと、1580年に日本で初めて有馬と安土(滋賀県)に設置されました。有馬には1587年初頭まで置かれ、安土と統合された後、八良尾→加津佐→八良尾→有家、そして長崎へ移りました。禁教令などのキリスト教を取り巻く状況の変化により、1601年に再び有馬に戻り、1612年まで設置されていました。

セミナリヨでは、修道者を養成する基礎的な学習、西洋音楽やラテン語の教育が行われていたとされています。ローマ教皇に謁見した日本最初のヨーロッパ使節団「天正遣欧使節団」は、有馬セミナリヨの第1期生でした。

セミナリヨを通じて東西の文化が融合し、有馬領はキリスト教布教の中心地のひとつとなるなど、日本とヨーロッパの教育・文化交流を物語っています。

有馬のセミナリヨ跡地検討委員会で、平成13年に、現在の場所(位置図参照)が推定地とされました。

本市には、世界文化遺産「原城跡」に関連した歴史を物語る資産が数多く存在しています。

広告

板山社会保険労務士事務所
～支えます! 明るい職場づくり 企業の未来～

「働き方改革」の対応など労務管理について
気になることがありましたら、お気軽に
お問い合わせください。年金申請など、
年金相談も受け付けています。

お問い合わせ・ご相談はこちら
☎82-1123

南島原市有家町山川66番地6
(南島原市役所 有家庁舎 隣)
社会保険労務士 板山 雅 幸

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

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



南島原市国際交流員 サーラの
クリオシタ
Curiosita!! 南島原

※Curiositaは「プチ情報」という意味



「イタリア人の命名事情」

名字の由来	例
①出身地や生活していた場所	ローマノ コスタ Romano氏 (ローマ出身)、 Costa氏 (沿岸)
②父親または母親の家系の名前	マッフェイ マッフェオ Maffei氏 (Maffeoさんの子)
③職業	フェラーリ Ferrari氏 (鍛冶屋)
④性格や身体の特徴	ジェンティーレ ロッシー Gentile氏 (優しい)、 Rossi氏 (赤毛・赤髪)
⑤歴史上の人物やイタリア国外	オッタヴァーニ グルーベル Ottaviani氏 (古代ローマの皇帝)、 Gruber氏 (ドイツの名字から)

※カッコ内はイタリア語の意味を表します。

イタリア人の氏名は、日本人と同じように名字と名前がほとんど1つずつで構成されています。

名字はローマ帝国の滅亡後にしばらく使わなくなりましたが、16世紀には出産や葬式などの記録化に伴い、人を特定するため再び使用されるようになりました。現在使われている名字の多くは、当時誕生したものに起源するのです。

イタリア人の名字の由来は、上記の表のとおり5つの代表的なパターンに分類でき、全部で30万を超えるといわれています。

名字が決まるのは出生届を提出するときで、基本的には新生児の父親の名字になります。人生の中で名字が変わることは珍しく、結婚した場合も異性または同性婚に関わらず、変わることはありません。

また、名字に限らず出生記録の氏名を変更するのは正当な事由を除いて基本的に認められていないため、パートナーの名字を名乗ることはできませんが、正式に改めることは難しいです。

一方、名前は親が自由に決めるもので、3つまでつけることができます。Fabio(ファビオ)やSofia(ソフィア)などの伝統的な名前、Achille(アキッレ)や

Maria(マリア)など、神話や聖書に由来する名前が人気です。また、親戚や家族の恩人、お世話になった人の名前をつけることもたまにあります。ただし、物珍しいだけでなく奇妙な名前は役所の職員が登録を拒否できるなど、命名が規制されています。

最後に、例えば「泉・旭」さんのようにイタリアにも名字や名前、性別の区別が難しい氏名もあります。イタリア語では混乱を避けるために、署名など氏名を記入するときは「名前・名字」の順番に記入します。一方で、電話帳や学生名簿などでは調べやすいように日本と同じく「名字・名前」の順になっています。



ヴァリニャーノ神父※の
名前の由来は...

アレッサンドロ
Alessandro
(ギリシャ語から「守る男」)

ヴァリニャーノ
Valignano
(ゲルマン語から ※意味は不明)

←口ノ津港に設置されている
ヴァリニャーノ神父像

※16世紀に口ノ津港へ上陸したイタリア人宣教師



「プチ報告」 市政出前講座(10月14日開催)

介護予防自主グループ活動「うぐいすの里」(加津佐町)の皆さんと手芸の一種である、デコパージュづくりに挑戦しました。

出前講座ではイタリアに関することや工作、料理教室などを実施していますので、興味のある団体はぜひお問い合わせください。

閩地域づくり課 ☎73-6631

【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
- ・口ノ津図書館…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.171

南島原市図書館 きてみるね!

イラスト・題字:長谷川義史



2021年の干支は丑(うし)です!
これにちなんで「うし」に関する本を展示しています。また、消しゴムはんこや色鉛筆アート、水彩画など個性豊かな年賀

状を書くためのヒントとなる本も盛りだくさんです!
オリジナル年賀状作りに挑戦してみませんか?

そのほかのオススメ! 展示

- 年末年始に映画鑑賞はいかがですか?
- おもてなし特集
- クリスマスの絵本



年末年始の休館のお知らせ
12月29日(火)~1月3日(日)



深江図書館でポイ活!
ろくべえポイントをためて福引に参加しよう



本を5冊以上借りると1ポイントたまり、12月中に2ポイント、かつ1月10日までに1ポイントためると福引で素敵なプレゼントがもらえます。

- ポイントカードの配布…12月1日(火)~
- 福引開催期間…1月5日(火)~10日(日)

図書館からのご案内

加津佐図書館

- 加津佐図書館友の会クリスマスおはなし会
- ☎12月19日(土) 午後2時~3時
- ☑加津佐保健センター
- ☑20人(要申込)

北有馬図書室

- クリスマス工作おはなし会
- ☎12月6日(日) 午後2時~4時
- ☑北有馬ピロティ文化センター日野江
- ☑8人(要申込)
- *詳細は各図書館へお問い合わせください。

口ノ津図書館

- 第2回カメラ講座 ~動画作成編~
- 「FMひまわり」や「みなちゅステーション」で活躍中の小田原さんによる、動画の撮り方や編集の仕方の講座です。みなちゅステーションができるまでのおはなしもあります。
- ☎12月26日(土)
- ①午前10時~11時30分
- ②午後1時30分~3時
- ☑口ノ津公民館
- ☑先着各20人(要申込)
- ☑12月19日(土)
- ・講師…小田原 孝幸氏
- *①と②は同じ内容です。

有家図書館

- ちゅうりっぷクリスマスおはなし会
- ☎12月13日(日) 午前11時~11時45分
- ☑24人
- クリスマスあかちゃんおはなし会
- ☎12月23日(火) 午前10時30分~11時
- ☑親子4組(要申込)

深江図書館

- 赤ちゃんおはなし会「ベビークリスマス」
- ☎12月22日(火)
- 午前10時30分~11時
- ☑深江公民館
- ☑親子5組(要申込)

図書館員オススメの本

季節を楽しむポタニカルリース

唐津 攝子/作
ナツメ社/出版

身近な植物の魅力を発見し輪の形に凝縮させるのがポタニカルリース。道端の雑草も剪定した枝も、リースにするのも美しい魅力を発揮します。トウモロコシの皮とひげ、ニンジンなどの種など意外なものを使ったリースも紹介されています。これからの季節、クリスマスリースやお正月のしめ縄風リースなど、自然の恵みを使って暮らしを彩るリースを手作りしてみたいかがでしょうか。

マッチヤのしろうじよ

くすのきしげのり/作
フレーベル館/出版

豊かな自然に恵まれた美しい国、ウトピア王国を舞台にしたお話第3弾です。雪の夜にマッチヤを売っていた少女は、ある人物との出会いをきっかけに、工夫しながらマッチヤを売ることが学び「マッチヤ売りの少女」から「マッチヤ屋の少女」へと成長します。「マッチヤ売りの少女」をもとに描かれた新しい感覚の作品です。世界名作を知らない子供も、知っている大人も楽しめる絵本です。

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

日	休日在宅当番医	電話番号	町名
6日	栗原医院	87-2028	加津佐町
	坂上整形外科	82-1822	有家町
	末吉歯科	68-0150	有明町
	高橋歯科医院	82-8852	西有家町
	植木内科医院	86-2071	口之津町
13日	小嶺整形外科クリニック	82-1755	有家町
	松本歯科医院	68-3872	有明町
20日	入江歯科医院	82-1717	西有家町
	口之津病院	86-2200	口之津町
	池田循環器科内科	82-0993	有家町
27日	森元歯科クリニック	68-0017	有明町
	草野歯科医院	85-3110	南有馬町
	さとう内科医院	84-3103	北有馬町
	つねおかクリニック	82-2248	有家町
31日	松井歯科医院	68-0011	島原市
	菅歯科医院	85-2045	南有馬町

令和3年1月

1日	泉川病院	72-2017	深江町
	吉田歯科医院	62-5026	島原市
	八木歯科医院	86-3122	口之津町
2日	泉川病院	72-2017	深江町
	高城歯科クリニック	64-6480	島原市
3日	みわ歯科	86-4452	口之津町
	泉川病院	72-2017	深江町
	喜多歯科医院	62-4745	島原市
	立川歯科医院	87-4547	加津佐町

※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。

成人保健 健康づくり課 ☎73-6641

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	14日(月)	原城オアシスセンター ※1	9:30～11:00 12:30～15:30
	16日(水)	世紀の泉 ※2	
	18日(金)	口之津保健センター ※3	
	22日(火)	深江支所 ※4	
	24日(木)	北有馬保健センター ※5	

※1～3・5対象者は、11月に「同会場」で健診を受けた人です。
※4対象者は、11月に「深江ふるさと伝承館」で健診を受けた人です。
今年度は深江の会場が変更になっています。

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	9日(水)	有家保健センター	9:30～12:00
	10日(木)	加津佐保健センター	
	11日(金)	西有家保健センター	
	15日(火)	原城オアシスセンター	
	17日(木)	布津公民館	
	21日(月)	口之津保健センター	
	23日(水)	深江支所	
	25日(金)	北有馬保健センター	

・年齢制限なし
・申し込み不要



※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。

※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	9日(水)	口之津保健センター	9:30～11:00 12:30～15:30

被爆者健康診断 ～被爆者健康手帳または健康診断受診者証を持参ください～

事業名	実施日	場所	受付時間
原爆健診	11日(金)	有家保健センター	10:00～11:00
		北有馬保健センター	13:00～14:00
	14日(月)	加津佐保健センター	10:00～11:00
		口之津保健センター	13:00～14:00
	15日(火)	布津保健センター	10:00～11:00
		深江ふるさと伝承館	13:00～14:00

・肺がん検診
・大腸がん検査
同時実施

※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。

子ども未来課 ☎73-6652

事業名	実施日	場所	受付時間
乳児相談	8日(水)	口之津保健センター	2～3か月 10:00～10:15 6～7か月 13:00～13:15 10～11か月 14:30～14:45
	18日(金)	有家保健センター	
1歳6か月児健診	2日(水)	加津佐保健センター	12:15～12:45
親子歯科健診	16日(水)	北有馬保健センター	対象者には個別に案内を送付します。
3歳児健診	10日(木)	有家保健センター	

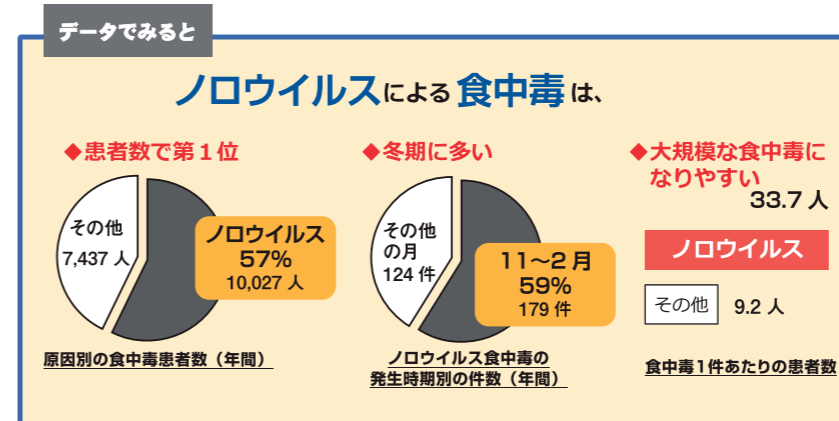
【お願い】

※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。
※14日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や、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。

ノロウイルスによる冬は特に注意！ 食中毒にご注意ください！

島県南保健所 衛生環境課 ☎0957-62-3288

年末年始を含む冬期はノロウイルスによる食中毒が全国的に多発しており、規模の大きい食中毒も発生しています。



【出典】厚生労働省ホームページ (冬は特に注意！ノロウイルス) (https://www.mhlw.go.jp/content/11130500/000685509.pdf) を加工して作成

ノロウイルスによる食中毒予防のポイント

- 下痢や嘔吐の症状がある人は調理をしない。
- 調理前、トイレの後など、手洗いをしっかり行う。
- 調理器具の洗浄、消毒(熱湯や塩素系消毒液など)を十分行う。

歯科医師会からのお知らせ

訪問歯科診療のご相談は、下記までお問い合わせください。

島県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

お子さんのフッ化物塗布はもうお済みでしょうか？

健康づくり課 ☎73-6641

幼児期にフッ化物塗布とブラッシング指導を受けることは、子どものむし歯予防と健全な口腔の育成につながります。

市では、1歳から3歳の子どもの対象に2回分のフッ化物塗布助成券を配布しています。今年度の助成券の有効期限は令和3年3月31日までとなっています。ぜひ助成券を活用ください。

長崎県

職場の健康づくり応援事業

事業所での自主的な健康づくりを応援する事業

島県南保健所 地域保健課 ☎0957-62-3289



☎専門スタッフが職場に出向き、次のテーマのうち希望するテーマ(原則1回1テーマ)について講話を行います。

●テーマ…栄養・食生活、身体活動・運動、喫煙(たばこ)、歯・口腔の健康、こころの健康

●期間…毎年4月1日から翌年3月末まで(1回2時間以内)

☎無料(講話終了後の参加者アンケートにご協力ください)

☎県内の事業所

☎電話で申し込んでください。

国民健康保険の医療費の状況

令和2年6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
22,408件	538,635,905円	392,950,509円	136,751,604円	8,933,792円

健康づくり課 ☎73-6641

インフルエンザの季節になりました。うがい・手洗いを心がけましょう！

市民カレンダー


12月

1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)	【人権週間】 期間:12月4日(金)~10日(休)
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・遺言関係) 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
10(木)	●新型コロナウイルス対策事業相談会 9:00~17:00 西有家総合学習センターカムス *要予約 *詳細P16 ●行政相談 ありえコレジヨホール 17:30~19:00
11(金)	●特設人権相談所 開設 ありえコレジヨホール 10:00~15:00 *詳細P16
12(土)	
13(日)	
14(月)	国民健康保険税(6期分)の納期月です ※納期限は、12月25日(金)となっています。
15(火)	
16(水)	●司法書士相談会(多重債務・登記・相続・契約関係) 加津佐総合福祉センター 13:00~17:00 *要予約 ●行政相談 深江ふれあいの家 13:00~15:00 西有家老人福祉センター 10:00~12:00 加津佐総合福祉センター 13:00~15:00 ●農業用廃プラ回収日(深江地区) ●V・ファーレン長崎[第41節ヴァンフォーレ甲府戦(諫早市)]19:00~
17(木)	●行政相談 口之津老人福祉センター 10:00~12:00
18(金)	南島原市を舞台にしたショートアニメーション 【巨神と氷華の城】12月19日(土) 第4話公開
19(土)	
20(日)	●V・ファーレン長崎[第42節ツエーゲン金沢戦(諫早市)]14:00~
21(月)	

22(火)	
23(水)	●年金相談 有家支所 10:00~15:00 *予約者のみ
24(木)	
25(金)	●新型コロナウイルス対策事業相談会 9:00~17:00 南島原市商工会本所(口之津町) *要予約 *詳細P16
26(土)	
27(日)	
28(月)	
29(火)	市役所 閉庁期間
30(水)	
31(木)	
令和3年 丑年 2021年	
1/1(金)	●元日
2(土)	
3(日)	
4(月)	●南島原市成人式 ありえコレジヨホール *詳細P18 11:00~(深江・布津・有家・西有家地区) 14:30~(北有馬・南有馬・口之津・加津佐地区)
5(火)	●南島原市消防出初式 市役所(西有家庁舎)前駐車場 10:00~ ●公証人相談所(相続・遺言関係) 市民相談センター(西有家庁舎) 13:00~16:00 *要予約

南島原市の人口



(住基人口) 令和2年10月末日現在

人	44,580 (-23)
男性	20,777 (-2)
女性	23,803 (-21)
世帯数	18,841 (+2)

()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。

●「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。

年末年始 ごみの直接搬入

不法投棄は環境犯罪であり厳しく処罰されます。野外焼却(野焼き)は法律で禁止されています。廃棄物の適正な処理にご協力ください。 環境課 ☎73-6644

	搬入日時	令和2年12月			令和3年1月	
		29日(火)	30日(水)	31日(木)	1日(金)~3日(日)	4日(月)
可燃ごみ	(深江・布津地区) 東部リレーセンター ☎62-0500	8:30~16:00		8:30~12:00	休み	8:30~16:00
	(有家・加津佐地区) 南有馬グリーンセンター ☎73-6645	8:30~16:30		休み		8:30~16:30
不燃ごみ	島原リサイクルプラント ☎64-4885	8:30~16:00		休み		8:30~16:00

※ごみの収集などについては各家庭に配布された「ごみ収集カレンダー」でご確認ください。

年末年始 し尿収集

	受付日時	令和2年12月			令和3年1月	
		29日(火)	30日(水)	31日(木)	1日(金)~3日(日)	4日(月)
し尿収集	(有家・加津佐地区) 南有馬衛生センター ☎73-6645	8:30~17:15 (緊急時のみ)	8:30~15:00 (緊急時のみ)	休み		8:30~17:15

※深江・布津地区については、許可業者へ直接お問い合わせください。

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10月末日現在) **22億1,661万8,222円**(令和2年度分 2億5,407万8,300円)