



みんみしまほろ

A Sunny Town's City Magazine



東京2020オリンピック聖火リレー in 南島原

まちの話題 関連記事(3)



VOL. 182

[令和3年6月1日発行]

CONTENTS

- 02 みなちゅー新聞部
- 03 東京2020オリンピック聖火リレー
- 04 まちの話題
- 06 特集 災害にそなえる
- 08 新型コロナウイルスのワクチン接種について
市政通信
- 12 島原半島世界ジオパーク
- 13 南島原市図書館だより
- 14 こんにちは！消費生活センターです
南島原の考古学
- 15 島原手延そうめん
簡単お手軽レシピ
教えて！国民年金
- 16 インフォメーション
- 20 保健・子育て
- 22 市民カレンダー

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。



希望の道を、つなごう。

市内を走った聖火ランナー

- ① 宮川 源太さん(39歳・南島原市)
 - ② 林田 元博さん(45歳)
 - ③ 園 珠莉さん(16歳・諫早市)
 - ④ 前川 希帆さん(25歳・雲仙市)
 - ⑤ かずしさん(15歳・南島原市)
 - ⑥ 吉田 嘉明さん(59歳・南島原市)
 - ⑦ 松井 佑依さん(34歳)
 - ⑧ 古川 充彦さん(53歳・長崎市)
 - ⑨ 高木 浩徳さん(61歳・南島原市)
- ※大会組織委員会の発表に基づき記載。

5月7日 東京2020オリンピック聖火が市内を駆け抜けた

3月25日に福島県をスタートした聖火は全国各地をまわり、5月7日に長崎県に到着。長崎県の出発地となった本市では、市役所西有家庁舎で出発式が開催され、松本市長が第1走者のトーチに点火。拍手で送りだされた聖火は約2.2キロメートルを9人の聖火ランナーによってリレーされ、ゴールである有家総合運動公園に到着しました。

聖火は、今後も全国各地をまわり、7月23日のオリンピック開会式当日、メインスタジアムの聖火台に火が灯されます。



②→③ Photo by Tokyo 2020



④ Photo by Tokyo 2020



⑤ Photo by Tokyo 2020



⑥ Photo by Tokyo 2020



⑦→⑧ Photo by Tokyo 2020



⑨ Photo by Tokyo 2020

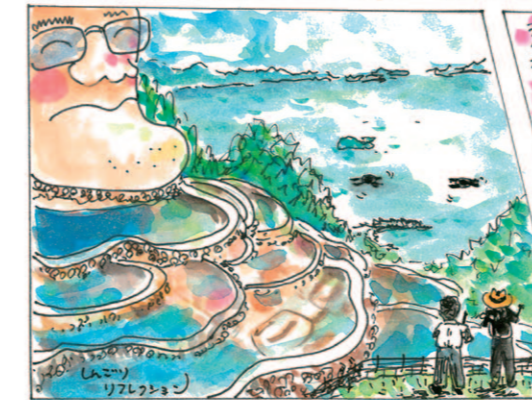
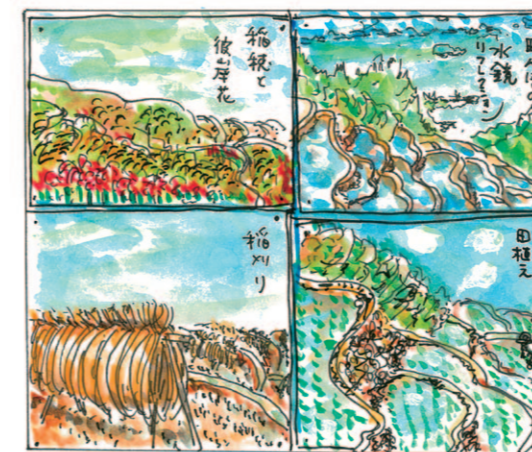


谷水棚田(南有馬町)

(写真：ODAW ARA Film)

vol.3 谷水棚田

みなちゅー 楽片聞部



(イラスト：kumo)

市役所の担当課がわからないときは

南島原市役所

☎73-6600

月～金曜日(祝・休日を除く)
[受付時間] 8:30～17:15

南島原市に関するさまざまな制度や手続きなど、気軽にお問い合わせください。

市HPで
さまざまな
情報を配信中!



南島原市の人口と世帯数

- 令和3年4月末日現在 (前月比)
- 人口：43,947人(-56)
 - 男性：20,483人(-23)
 - 女性：23,464人(-33)
 - 世帯数：18,771世帯(0)

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 コロナワクチン接種を開始

新型コロナウイルスワクチンの集団接種を開始しました。接種初日となった5月18日、市内2カ所で65歳以上の高齢者240人が1回目となるワクチンを接種しました。市では、希望する市民の皆さんが安心して接種できるよう関係機関と協力しながら進めています。

※関連記事：P8「新型コロナウイルスワクチン集団接種」



2 市内危険箇所を巡視

5月14日、梅雨や台風の出水期を前に、警察や消防など関係機関とともに、過去に冠水被害や土砂崩れなどが発生した場所や浸水被害が予測される場所など、市内3カ所を巡視しました。

今後、各機関と連携を取りながら、防災体制の確立を図っていきます。

※関連記事：P6～7「特集 災害にそなえる」



左から苑田島原雲仙農協代表理事組合長、高田さん、松本市長

3 島原雲仙農協肉牛枝肉共励会で初の金賞

4月15日に佐世保市で開催された第14回島原雲仙農協肉牛枝肉共励会で、高田紳次さん(有家町)が金賞を受賞しました。

肥育技術の向上や長崎和牛の消費拡大などを目的に開催されたもので、今回、管内の肥育農家が育てた黒毛和牛39頭の出品があり、肉質などの審査の結果、本市生産者で初めての金賞受賞となりました。

高田さんは「今回が初めての挑戦で金賞を受賞することができたのは、皆さんの協力のおかげ。今後も日々の管理をしっかりと行い、身近でおいしく食べられる和牛を提供したい」と受賞の喜びを話しました。



4 行政相談委員へ感謝状

4月19日、任期満了により行政相談委員を退任された寺田伸也さん(北有馬町)に、長崎行政監視行政相談センターの森永所長が総務大臣感謝状を伝達しました。

行政相談委員は、総務大臣からの委嘱を受けて、行政に関するさまざまな相談を受け付ける活動をボランティアで実施しており、市内で6人の委員が活動されています。

寺田さんは「いろいろな相談があって大変だったが、相談者が帰られるときに『相談してよかった』『ありがとうございました』の一言がうれしかった」と自身の2期4年にわたる活動を振り返りました。



5 ふるさとから学生の皆さんへ

新型コロナウイルス感染症の影響により、不安な日々を過ごす本市出身の学生の皆さんを応援するため「ふるさとの想いと味」を届け、ふるさととのつながりを再認識していただく「ふるさと支え愛プロジェクト」を今年度も実施しています。

島原手延そうめんをはじめ、ちゃんぽん、菓子類、もろみ納豆、お米などの本市特産品セットに、市長の応援メッセージを添えてお届けします。

5月17日、学生200人へふるさとからの想いを込めて、今年度第1便を発送しました。

※関連記事：P9「ふるさと支え愛プロジェクト」

半島文化賞・小中高生文芸コンクール

島原半島の文化振興に貢献したとして、第39回島原半島文化賞に三原昌典さん(口之津町)が選ばれました。

三原さんは、社会教育委員や口之津町文化協会長、市文化協会の副会長を歴任。また書道クラブを主催し後進を指導していることなど、市民に生涯学習の機会を提供していることが評価され、今回の受賞となりました。

受賞した三原さんは「立派な賞をいただいて、こんなにうれしいことはない。大変ありがたい」と喜びを話しました。

また、引き続き開催された第8回宮崎康平賞小中高生文芸コンクールでは、「随筆」部門で吉岡りんさん(島原高2年・深江町)、「短歌」部門で松尾真太郎さん(布津中3年)が最優秀賞を受賞しました。

県書道展で大賞

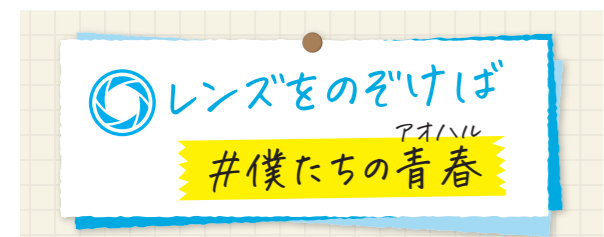
第46回県書道展で、森 香林さん(口之津町)の作品が、部門最高賞の長崎新聞社大賞に輝きました。おめでとうございます。

- 部門…かな部門
- 受賞作…「^{やまかは}いく山河」

春の叙勲および高齢者叙勲 受章おめでとうございます

春の叙勲および高齢者叙勲の受章者が発表され、本市から3人が受章されました。おめでとうございます。

- 【春の叙勲】
 - 旭日双光章
元 南島原市議会議員
草柳 寛衛さん(布津町)
 - 瑞宝双光章
元 加津佐町助役
上杉 和夫さん(加津佐町)
- 【高齢者叙勲】
 - 旭日双光章
元 南有馬町議会議員
松永 麟藏さん(南有馬町)



このコーナーは、市内高校生(口加高・島原翔南高)の視点から見た市の風景や出来事などをお届けするコラボ企画です。



加津佐町の権田公園から撮った景色。真っ青な海と空が広がり、見ると爽やかな気分になる。加津佐を一望できる絶景の場所。

みなさんも癒されに来てみんね～

(Koka 観光班)

こちらもチェック!

市Facebook 撮ってくれんね南島原

口加高Instagram Koka観光班



詳しくは「南島原市防災マップ」をご覧ください。
 圖防災課(西有家庁舎) ☎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、避難指示などの必要な情報を迅速に提供するためにNTTドコモ、ソフトバンク、KDDI (au) および楽天モバイル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。



市HP

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。

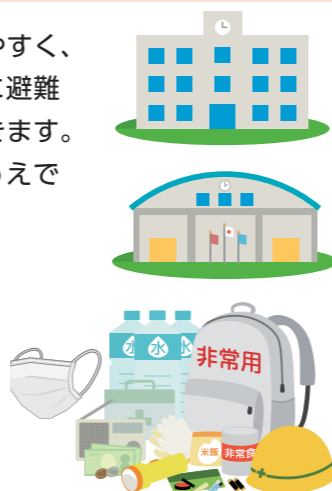


災害時の避難所における新型コロナウイルス感染リスクを踏まえた対応について

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たくうえで新型コロナウイルスの感染リスクを減らすための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^{じん}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

令和3年5月20日から

警戒レベル 4

避難指示で必ず避難

避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	災害発生又は切迫 緊急安全確保※1	災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難!>~~~~		
4	ひなんしじ 避難指示※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意報 (気象庁)	早期注意報 (気象庁)

- ※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではないなどの理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
- ※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。
- ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。  
**警戒レベル5緊急安全確保の発令を待ってはけません!**

避難勧告は廃止されます。  
 これからは、**警戒レベル4避難指示**で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人は、**警戒レベル3高齢者等避難**で危険な場所から避難しましょう。

「ひなん」「避難」って何すればいいの? 小中学校や公民館に行くことだけが避難ではありません。「避難」とは「難」を「避」けること。下の4つの行動があります。

普段からどう行動するか決めておきましょう

- 行政が指定した避難場所への立ち退き避難**  
 自ら携行するもの  
 ・マスク  
 ・消毒液  
 ・体温計  
 ・スリッパ など
- 安全な親戚・知人宅への立ち退き避難**  
 普段から災害時に避難することを相談しておきましょう。  
 ※防災マップで安全かどうかを確認しましょう。
- 安全なホテル・旅館への立ち退き避難**  
 通常の宿泊料が必要で、事前に予約・確認しましょう。  
 ※防災マップで安全かどうかを確認しましょう。
- 屋内安全確保**  
 防災マップを確認し自宅にいても大丈夫かを確認する必要があります。  
 ※土砂災害の危険がある区域では立ち退き避難が原則です。

【出典】内閣府(防災担当)・消防庁チラシを加工して作成

## 事業継続支援給付金の受付期間を延長しました

- ◎商工業者 ☒ 商工振興課(西有家庁舎) ☎73-6633
- ◎農業者 ☒ 農林課(有家庁舎) ☎73-6661
- ◎漁業者 ☒ 水産課(有家庁舎) ☎73-6662

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、事業活動に大きな影響を受けている事業者を支援する、事業継続支援給付金について、**受付期間を令和3年7月30日(金)まで延長**しました。

まだ申請がお済みでない人は、期限内に申請してください。

### ●対象者

令和3年2月1日現在で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で、下記①および②の要件を満たすもの。

①県下全域への特別警戒警報、長崎市内への緊急事態宣言が発令されたことに伴い、(1)~(3)のいずれかにより、売上が減少していること。

ただし、当該事業収入が年60万円以上であり、かつ、当該事業収入のほか収入がある場合、前年(または前々年)の収入全体のうち、当該事業収入の割合が50%を超えるものに限り、

- (1)県の営業時間短縮要請に応じた飲食店などと取引があること
- (2)県内における不要不急の外出・移動自粛による直接的な影響を受けたこと
- (3)長崎市内において、協力金の対象となる飲食店・遊興施設以外で時短営業の依頼に協力したこと

②県新型コロナウイルス感染拡大防止営業時間短縮協力金補助金を財源とした、市町の営業時間短縮要請協力金を受給していないこと

### ●支給要件・金額

要件	給付額
令和3年1月または2月の売上が対前年比(または対前々年比) <b>50%以上減少</b>	20万円
令和3年1月または2月の売上が対前年比(または対前々年比) <b>20%以上50%未満減少</b>	10万円

## 6月30日まで ふるさと支え愛プロジェクト

☒ 商工振興課(西有家庁舎) ☎73-6633

〒859-2211 西有家町里坊96番地2 FAX: 82-3086 Eメール: shoukoushinkou@city.minamishimabara.lg.jp

**がんばれ学生！  
ふるさとの想い届けます**

新型コロナウイルス感染症の影響により、生活が一変し不安な日々を過ごす学生の皆さんを応援するため、「ふるさとの想いと味」を届け、ふるさととのつながりを再認識してもらう「ふるさと支え愛プロジェクト」を実施しています。

### ●対象者

本市出身で、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…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に市長からの応援メッセージを添えて郵送します。

☑ 6月30日(水)

☒ 申込書に必要事項を記載のうえ、Eメール、FAX、郵送などで提出してください。申込書は、市ホームページからダウンロードできます。



市HP

## 新型コロナウイルスワクチン集団接種 高齢者(65歳以上)対象【令和3年7月期】予約受付

☒ ことども未来課(南有家庁舎) ☎73-6652

新型コロナウイルスワクチン接種について、65歳以上の高齢者を対象とした「集団接種」の予約を受け付けます。なお、6月8日から10日まで、各支所に予約支援窓口を開設しますのでご利用ください。

●受付開始日…6月8日(火)

**予約・問い合わせコールセンター ☎050-3629-1269**

●受付時間…午前8時30分~午後5時(土日祝日も実施)

●インターネットでの予約はこちらから

URL : <https://vaccines.sciseed.jp/minamishimabara-city>

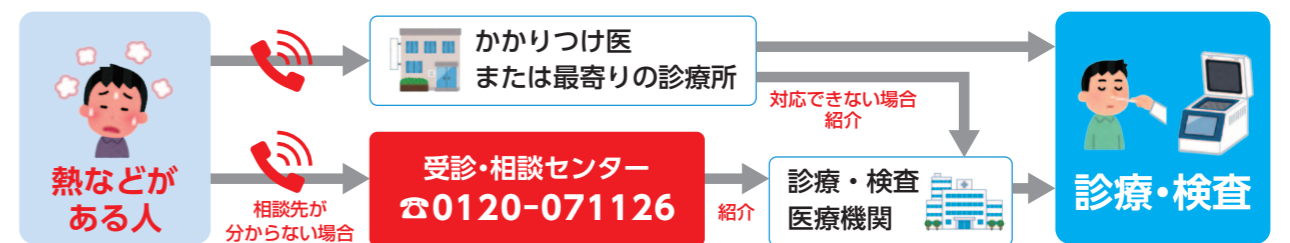


接種予約サイト

次の「個別接種」の予約受付は、**6月下旬を予定**しています。日程が決まりましたら、お知らせします。ワクチン接種は7月期以降も、引き続き実施していきます。ワクチンは十分ありますので、ご安心ください。

## 発熱などの症状がある人へ まずは、電話でご相談ください

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いましょう。



※5月17日から番号が変更になりました。

●土日祝日を含む24時間、県内全域で対応しています。●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。

## 市民清掃を中止します

☒ 環境課(衛生センター庁舎) ☎73-6644

6月6日(日)に予定していた市民清掃は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。昨年度に続いての中止となりますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

なお、新型コロナウイルス感染状況に改善の兆しがみられる状況になった際は、改めて実施について検討し、お知らせします。

## 令和3年度 「コレジヨ市民文化講座」の年間受講生募集

📍ありえコレジヨホール ☎73-6736

有家史談会では、市民の皆さんに歴史を学ぶ楽しさを味わっていただけるよう全7回の講座を予定しています。新たな知識との出会いを求める多くの皆さんの参加をお待ちしています。

📅6月12日(土)から全7回の日程で開催

📍ありえコレジヨホール

定30人 📄無料

📅6月8日(火)

📞電話などで申し込んでください。

●第228回「仕組まれた島原・天草一揆説」

島原・天草一揆の発端は諸説ありますが、一説には「一揆軍が松倉長門守に対する恨みを爆発させて起こした一揆である」といわれています。今回は「仕組まれた島原・天草一揆説」をテーマに、原城に籠った一揆軍と幕府軍の矢文のやり取りなどを取り上げ、仕組まれた一揆であったのか検証します。

回	日 時	講 座 名	講 師
第228回	6月12日(土) 午後2時～4時	●開講式 ●「仕組まれた島原・天草一揆説」	元島原新聞社記者 宮本 次人氏
第229回	7月10日(土) 午後2時～4時	●「天正遣欧使節と千々石ミゲル」 ～ミゲルが捨てたのは信仰ではなかった～	石造物研究家 大石 一久氏
第230回	8月21日(土) 午後1時～3時	●「江戸時代の旅とくらし」	南串山史談会 茂 和夫氏
第231回	9月25日(土) 午後2時～4時	●「会津魂と白虎隊(びやっこたい)」 ～今に蘇る福島と長崎の不思議な縁～	福島大学名誉教授 有家史談会 松崎 博文氏
第232回	10月24日(日) 午前10時～正午	●長崎県地方史研究会・南島原大会 ①「有馬義貞の湯治場(とうじば)と庭園は、有家の山峡(さんきょう)にあった」 ②「南島原市内で確認された供養碑と墓碑からみえてくるもの」	①有家史談会 会長 生駒 輝彦氏 ②有家史談会 山下 貞文氏
第233回	11月13日(土) 午後2時～4時	●「近世の島原領絵図」	元龍谷大学教授 根井 浄氏
第234回	12月11日(土) 午後2時～4時	●「原城跡の保存と活用」 ●閉講式	市教育委員会文化財課 学芸員 伊藤 健司氏

※講師の都合などにより講座内容が変わる場合があります。  
※新型コロナウイルスの感染状況により日程変更などの可能性があります。  
※受講者は、必ず「マスク着用」の上、受講してください。

## はかりの検査を実施します

📍長崎県計量検定所 ☎095-844-9892  
📍長崎県計量協会 ☎095-841-9491  
📍商工振興課(西有家庁舎) ☎73-6633

はかり(特定計量器)を取引や証明に使用している人は、指定の日時・場所で定期検査を受けてください。

●検査日…6月1日(火)～25日(金)

●検査場所…市役所各庁舎ほか

※詳しい日時・場所は、送られてきた検査通知書(はがき)または市ホームページをご確認ください。

※家庭用や民間計量士で検査を受けたはかりは対象外です。

## F R P 漁船の廃船処理費用の一部を補助します

📍水産課(有家庁舎) ☎73-6662  
または 市内各漁業協同組合

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F R P 漁船

※すで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です。

## 第63回 水道週間 「生活もウイルス予防も 蛇口から」

📍水道総務課(衛生センター庁舎)  
☎73-6685

6月1日から7日は「第63回水道週間」です。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(火)～7日(月)

午前9時～午後5時 ※土日を除く

📍水道総務課・上下水道課(衛生センター庁舎)

●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、お早めにご確認ください。



## 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は、各水道使用者の財産ですので、その管理や修繕などは、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。

※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。

●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、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。

## 国産バナナの栽培を支援します

📍農林課(有家庁舎) ☎73-6661  
〒859-2202 有家町山川58番地1

日本で一番食されている果物はバナナといわれていますが、その99%は海外からの輸入に頼っている状況です。

一方で、国産バナナは貴重な果物として需要が高まっており、近年、高値で取引されています。

本市では、農業者の所得向上および国産バナナの産地化を目指し、安心・安全な国産バナナの栽培に取り組む事業者を支援(補助)します。



●対象者

市内の農業者、農業者で組織する団体または新たに農業経営を開始しようとする者。

●対象経費

新たにバナナ栽培に取り組む場合の苗木(1申請者当たり100本以上購入する場合に限る)および培養土の購入に要する経費。

※苗木の運搬費や資材費などは対象外。

●補助対象要件

令和4年3月までに導入が可能で、国や県などから補助金を受けていない事業であること。

●補助金の額

対象経費の2分の1以内(上限300万円)。交付は1回限り。

●募集期間…6月1日(火)～30日(水)

●応募方法

市指定様式(①提案書、②事業計画書)に必要な事項を記載し、農林課へ提出してください(土日を除く)。郵送の場合は6月30日(水)消印有効。

※様式は農林課または市ホームページで入手できます。

●事業者の選定方法

審査会を開催し、応募者によるプレゼンテーションおよびヒアリング・書類審査のうえ、予算の範囲内で選定します。

※審査会の日程は、後日、応募者に連絡します。

『マイバッグを持ってこよう』



図書館を利用するときはマイバッグの持参をお願いします!

ひろぞうです  
よろしく  
お願いします!



### 図書館員オススメの本

#### 絵本 パンドロぼう vs にせパンドロぼう

柴田 ケイコ/作 KADOKAWA/出版  
世界中のおいしいパンを探し求めるパンドロぼうは、パン屋のおじさんに諭され、立派なパン職人になりました。世界一おいしい森のパン屋で働いていると、おすすめのパンがなくなってしまう…。可愛くて、ユーモア溢れる一冊。「パンドロぼう」の続編。



#### 一般 リメイクしたらオンリーワンができました。

津田 蘭子/著 JTBパブリッシング/出版  
リメイクした服のコーディネート例や、アイテムの使い方がたくさん紹介されています。思わずクスッと笑ってしまうようなリメイクにまつわる失敗談をユーモアたっぷりのイラストで解説。古着で作ったとは思えないクオリティのアイテムが満載の1冊です。



南島原市図書館だより vol.177

## 南島原市図書館 きてみんね!

イラスト・題字：長谷川義史



### 図書館紹介

## 原城図書館

西南学院大学博物館サテライト展示  
禁教から再布教へ  
～日本と中国の歩み～



- 期間…10月下旬まで
- 場所…館内中央・郷土コーナー

「中国への再布教」と「日本への再布教」をテーマに、浦賀沖に黒船が来航したことを伝える「黒船瓦版」や「最後の晩餐(中国様式)」の飾り皿、「新約聖書馬太伝」など西南学院大学博物館所蔵の貴重な資料を展示しています。

### 蔵書点検による休館のお知らせ

- 北有馬図書室…6月23日(水)～25日(金)

### 図書館行事とお知らせ

各種行事開催については、新型コロナウイルスの感染状況により、延期または中止する場合があります。あらかじめご了承ください。

#### 加津佐図書館

- 七夕の願い事を書こう!  
6月12日(土)～7月11日(日)  
手づくりの七夕飾りを設置します。  
短冊に願い事を書いて飾りつけましょう。おすすめの七夕の本や星の本なども展示します。皆さんの願いが叶いますように。

#### 北有馬図書室

北有馬図書室のキャラクターが決定しました。北有馬図書室に住んでいる妖精、名前は「ひろぞう」です。これからさまざまな場面で登場する予定です。

#### 有家図書館

- 新キャラクター募集!～有家図書館の新キャラクターを考えよう～  
25周年を記念して有家図書館のマスコットとなるキャラクターを募集します。応募用紙にイラストと名前を書いてカウンターにお持ちください(応募用紙は市内各図書館・図書室に備えています)。たくさんのご応募お待ちしております。

【募集期間】7月1日(木)～8月30日(月)  
※詳細はお問い合わせください。

## つなごう未来へ! 島原半島ユネスコ世界ジオパーク



島原半島ジオパーク協議会 ☎0957-65-5540  
E-mail: info@unzen-geopark.jp

### 「定点」② ～災害を伝え続ける場～



新しく整備された「定点」周辺の様子  
(令和3年4月14日撮影)

1991(平成3)年6月3日午後4時8分に発生した火砕流に伴う熱風(火砕サージ)は、「定点」の周辺にいた人々たちをのみこみ、43人の尊い命を奪いました。この出来事から30年になるのを前に、熱風で被災したまま「定点」

周辺に埋もれていたタクシーや取材車両などが掘り出されました。これらの被災車両は、火砕流に伴って発生した熱風の激しさを今に伝える、重要な災害遺構です。

現在、「定点」周辺に加えて、当時の地域の人たちの活動拠点であった「北上木場農業研修所」の跡地や、生活道路だった「柿の木坂」、水源が平成噴火に伴う土砂で埋もれてしまった「清水川」の水路跡などの災害遺構を、災害伝承や防災教育に活用し、将来の火山防災につなげていく新たな取り組みが始まろうとしています。

災害の発生から時が経つほど、当時の経験を伝える重要性は増していきます。私たちの「あの日」の経験を、噴火災害を知らない世代やほかの地域の人たちに伝えていきたいと思います。私たちの一言や発信が、未来の世代を救うかもしれません。

※「定点」周辺地域は砂防指定地内のため、通常は立入りできません。

### 第49回 ジオ空教室

6月19日(土) 午前10時～正午(受付:午前9時30分～)  
ほっとふっと105 蒸し窯前(雲仙市小浜町北本町905-70)

ひまわりてれびに多数出演されている小浜ジオーズと雲仙市小浜町の街歩きを通して、ジオの恵みについて案内してもらいます。

- 題目…ぼくらはジオパークに住んでいる ～ジオの恵みを探求、そして満喫!～
- 持参品…タオル、飲み物、マスク、雨具
- 定15人 料500円(入場料など)
- 6月9日(水)
- 氏名、住所、性別、生年月日、電話番号を記載したEメールまたは電話で申し込んでください。

## 気象学習会 ～気象災害を学ぼう!～

平成新山ネイチャーセンター(島原市南千本木町) ☎0957-63-6752

6月12日(土) 午前9時30分～正午  
平成新山ネイチャーセンター  
気象災害の多発する梅雨を前に、気象災害から自分の身を守ることを学びます。

- 講師…寺井邦久氏(長崎県立島原高等学校教員)
- 持参品…筆記用具

定15人(先着順)  
大人500円、小学生300円  
電話で申し込んでください。  
※小雨決行、荒天時中止。内容を変更する場合があります。  
● 主催…(一財)自然公園財団・雲仙支部

【お問い合わせ】 ☎73-(各図書館下4桁) *詳しいことは、ホームページや各図書館でご確認ください。 南島原市図書館 検索

- 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

## 島原手延そうめんを食べよう 簡単お手軽レシピ オクラと長芋のすり流し麺



今回は、疲労回復や滋養強壮に効果があるといわれており、体調を崩しやすい季節の変わり目にピッタリのレシピです。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
- オクラ …… 10本
- 長芋 …… 100g
- だし汁 …… 200cc
- 薄口しょうゆ …… 小さじ2
- 飾り用のオクラ …… 2本

### 作り方

- 1 オクラは、事前に軽く塩茹でして、氷水で冷やしておきます。
- 2 長芋をすりおろし、オクラはミキサーにかけます(飾り用のオクラは残しておきます)。
- 3 ボウルに②の材料を合わせ、だし汁、薄口しょうゆを入れ、軽く混ぜ合わせます。
- 4 そうめんを茹で、氷水で冷やした後、器に入れ、③の材料を盛り付けます。
- 5 半分に切った飾り用のオクラを添えて完成です。

## 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、保険料を納付したものと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。

- 手続きなど

各支所に備え付けの様式に必要事項を記載して届け出てください。出産予定日の6カ月前から届け出ができます。

☎日本年金機構 諫早年金事務所 ☎0957-25-1662 南島原市 健康づくり課 ☎73-6641 または 各支所



広告

### 保険の見直し・相談

**雲仙森林組合**

当組合は、組合員が所有する島原半島の雄大な森林を守り育て、未来に繋がる植林・間伐等の事業を行っています。

〒854-0511 長崎県雲仙市小浜町南木指2912番地1  
TEL 0957-74-3147 FAX 0957-74-3148  
URL <http://unzen-fajp>  
E-mail [forest@unzen-fajp](mailto:forest@unzen-fajp)

**森林作業員 募集中!!**  
労働条件の詳細はハローワークへお問い合わせください。

雲仙国見店  
☎0120-309-929

雲仙国見店  
☎0120-309-929

住 営 土黒甲83-2  
長崎県雲仙市国見町  
毎週土曜・お盆・年末年始  
午前10時～午後6時

募集代理店: 有限会社さんぎ

### 雲仙森林組合

当組合は、組合員が所有する島原半島の雄大な森林を守り育て、未来に繋がる植林・間伐等の事業を行っています。

〒854-0511 長崎県雲仙市小浜町南木指2912番地1  
TEL 0957-74-3147 FAX 0957-74-3148  
URL <http://unzen-fajp>  
E-mail [forest@unzen-fajp](mailto:forest@unzen-fajp)

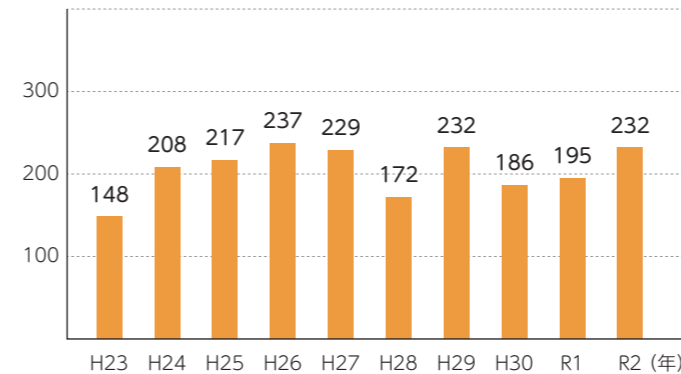
**森林作業員 募集中!!**  
労働条件の詳細はハローワークへお問い合わせください。

## 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

### 市消費生活センター 開設10周年 ～消費者被害の早期解決と防止を目指して～

【相談件数】 (単位:件)



2011年(平成23年)6月1日に開設した市消費生活センターは、今年10周年を迎えます。年号も変わり、私たちの生活も、社会の変革に伴い大きく変わりました。寄せられる消費生活相談は、10年前よりも複雑になっています。今後も消費者被害の早期解決と防止を目指して、その要である相談業務と啓発業務に取り組みます。

消費生活センターは相談業務を通して、消費者被害の回復を支援しています。この10年で相談件数は延べ2,056件にのぼり、救済金額(※)は約1億3,200万円になります。もしも消費者の皆さんと事業者との間で困ったことが起きたら、消費生活センターへご相談ください。相談は無料です。

(※)救済金額…消費生活センターへの相談で「支払わなくて済んだ」「返金があった」などの合計金額。

また、啓発業務を通して、トラブルにあわず、社会のことを考えた消費行動のできる消費者の育成を行っています。これまで出前講座を94回開催し、延べ2,093人が受講しました。平成29年度からは市内の一部中学校で、家庭科の「消費者トラブル」の授業に支援を行っています。

講座内容は身近な消費者トラブル、クーリング・オフ、インターネット取引など、受講団体の希望に応じています。団体での集まりがある際はぜひ、消費生活センターの出前講座をご利用ください。

## 南島原の考古学 土製勾玉 ~石原遺跡(西有家町)~



土製の勾玉

勾玉は、日本の遺跡では縄文時代以降に出土するとされていますが、その形からもとは獣の牙をかたどったものともいわれています。石製やガラス製のものがほとんどで、昔から今にいたるまでアクセサリーなどの貴重品として扱われてきました。現在でも土産物屋に並んでいるところを見たことがあるという人もいらっしゃるのではないでしょうか。

石原遺跡では粘土を焼いて作った、珍しい土製の勾玉が出土しています。縄文時代のもと考えられ、石製のものと同じように紐通しのための穴が開いています。また、穴の周辺には紐を固定するためと思われる、溝が刻まれています。土製の勾玉は、石に比べれば穴を貫通させたり研いたりする手間がなく、比較的作りやすかったと考えられます。誰かが持っていた石製の勾玉にあこがれて土製の勾玉を作って首飾りにする縄文人、そんな風景を想像してみてください。

### 6月・7月の小企画

☎6月2日(水)～7月31日(土)

※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

☎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。

☎文化財課(南有家庁舎) ☎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。



※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。

募集

市営住宅入居者

- 募集団地
  - ・深江 あげつ第1団地(1戸)
  - ・有家 鬼塚団地:(2戸)
  - ・有家 下鬼塚団地(1戸)
  - ・北有馬 西正寺第2団地(1戸)
  - ※特定公共賃貸住宅
  - ・南有馬 新三崎団地(1戸)
  - ・口之津 白浜団地:(5戸)
  - ・口之津 早崎団地:(1戸)
  - ・加津佐 愛宕団地:(2戸)
- 募集期間
  - 6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すべて満たす人
- ※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21日(月) 午後2時 有家庁舎
- 南島原市計画課 ☎73・6677

求人

会計年度任用職員募集【保健師】

- 募集人員:1人
- 勤務内容:子育て世代包括支援センターにおける保健事業業務
- 勤務地
  - こども未来課(南有馬庁舎)
  - 報酬など:月額194,700円、通勤手当・期末手当あり、社会保険・雇用保険あり
  - 雇用期間:7月1日～令和4年3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(エクスセル・ワードなど)の操作ができる人で保健師の資格を有する人
  - 試験:面接
  - ※日時、場所は後日連絡します。
  - 6月16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)。運転免許証および資格証明書の写しを同封してください。

- 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)。運転免許証および資格証明書の写しを同封してください。
- ※履歴書は返却しません。
- こども未来課 ☎73・6652
- 〒859・2412
- 南有馬町乙1023番地

会計年度任用職員募集【文化財発掘作業員】

- 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、測量など)。
- 試験:面接
- ※日時、場所は後日連絡します。
- 6月14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。
- 文化財課 ☎73・6705
- 〒859・2412
- 南有馬町乙1023番地



案内

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、井戸には蓋や安全柵を設けてください。
  - ・井戸水の汚染は味、におい、色のほか、細菌や化学物質など、人の感覚で判別できないものもあります。
  - 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8,000円程度)を受け、安全性を確認してください。
- 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

トマト黄化葉巻病の撲滅にご協力ください



トマト黄化葉巻病は、トマト栽培において最も被害が生じる病気です。

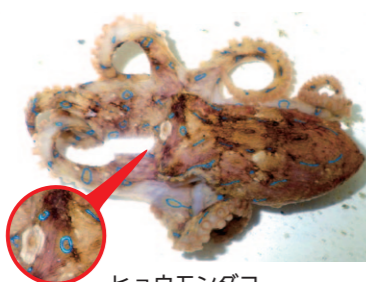
この病気が発生すると、葉が黄色く丸まっていき、実をつけなくなります。また、トマト生産農家に重大な被害をもたらすため、この病気のまん延を防ぐには、

病気にかかったトマトを地域からなくすることが大切です。

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・ミニ・ミニ・ミニ)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。症状が出た場合は、感染した株を引き抜いてビニール袋に密閉し腐らせるか、土中に埋め込むなどの処理を行ってください。

- 南島原振興局南島原地域普及課 ☎0957・62・8050
- 南島原市農林課(有家庁舎) ☎73・6661

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!

猛毒を持つヒョウモンダコが市内沿岸で確認されました。ヒョウモンダコは、全長10

ご寄付

ご寄附ありがとうございます

- 一般寄附
  - 伊藤 保博(故伊藤ヨシエ(西有家町))
  - 教育寄附
    - 近藤 良明(深江町)

広告

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。

**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  
フリーダイヤル お気軽にご相談ください。  
株式会社 西松 ☎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

おうち時間  
い草の香りでおリラックス  
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  
ご用命は 南島原市深江町内1055番地  
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 お気軽にご相談ください。 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)

案内

危険物安全週間

令和3年度  
危険物安全週間推進標語  
「事故ゼロへ」  
トライ重ねるワンチーム」

6月6日(日)から12日(土)は「危険物安全週間」です。  
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)」でなければなりません。



ガソリン携行缶使用時の注意

- ・周囲の安全を確認
  - ・フタを開ける前に機械類のエンジンを停止し、携行缶のエア抜きをする
  - ・高温の場所に置かない
  - ガソリンを携行缶で販売・購入する場合の注意
- 次の項目が義務付けられています。
- ・本人確認
  - ・使用目的の確認
  - ・販売記録の作成(販売する場合)
  - 消毒用アルコールを使用するときの注意
- 火気に近づけると引火しやすいため、火気の近くで使用しない。

南島原地域広域市町村圏組合  
消防本部 予防課  
☎0957・62・5857

自筆遺言書保管制度のご案内

あなたの大切な遺言書を法務局で保管する制度をご存知ですか？

法務局が遺言書を保管することで、改ざんや紛失を防止することができ、裁判所での検認手続が不要となります。

また、遺言者が亡くなった後、その人の遺言書を法務局で保管していることを、ご家族など(ごなたか1人)にお知らせすることもできます。詳しくは、お問い合わせください。

南長崎地方法務局島原支局  
☎0957・62・2513

法務局 自筆証書遺言 検索



法務省HP

講座

あなたも「食改さん」になりませんか?

「食改さん」の養成講座を開催します。  
「食改さん」とは食生活改善推進員の略称で、食を通し

た地域の健康づくりをお手伝いするボランティアです。食改さんになるために、仲間と一緒に正しい食の知識を学びませんか?健康によい生活や食育の話、調理実習などを行います。

●7月下旬から令和4年2月末の期間で7回(月1回程度) 午後1時30分~4時

●北有馬保健センター(4回)、各地区の保健センターまたは公民館(3回)

定員 20人  
料 無料

●市内在住で受講終了後に食改さんとしてのボランティア活動に興味がある人

●6月25日(金)

●住所・氏名・生年月日・電話番号を記載したEメールまたは電話で申し込んでください。

●詳細は市ホームページをご覧ください。

●健康づくり課  
☎73・6641  
kenkou@city.minamishimabara.lg.jp

募集

謎解き恋活パーティー



夜の学校での謎解きはドキドキハラハラ!間違いないし!キ!ハラハラ!間違いないし!  
●7月24日(土)午後7時~9時(受付:午後6時30分開始)  
●旧梅谷小学校(南有馬町)  
●男女各2人のグループで協

かし合い、謎解きにチャレンジします。

- 対象
- ・男性:市内在住の25歳から37歳までの未婚の人
- ・女性:23歳から35歳までの未婚の人
- 男女各10人(申し込み多数の場合は抽選)
- 料 男性:3,000円 女性:1,000円
- 募集期間 6月14日(月)~7月8日(木)
- 申し込み締め切り 6月15日(火)
- 申し込み方法 電話で申し込んでください。
- 申し込み先 北有馬ピロティ文化センター ☎73-6754

公民館講座 参加者募集

マスクを着用の上、ご参加ください。

エコクラフト教室 「夏色のバッグを作しましょう」

●6月25日、7月2日、9日【全3回金曜日】  
午後7時30分~9時30分  
●北有馬ピロティ文化センター日野江  
●クラフトテープを使ってバッグの基本を学びます。



- 講師:糸山 ちどり氏
- 定員:15人(先着順)
- 料:1,000円程度(材料費)
- 持参品 はさみ、洗濯ばさみ30個、速乾性ボンド、メジャー、手ふき
- 申し込み先 市民または市内勤務の人 ●6月15日(火)
- 申し込み方法 電話で申し込んでください。
- 申し込み先 北有馬ピロティ文化センター ☎73-6754

国際交流講座 参加者募集

マスクを着用の上、ご参加ください。

「国際キッチン」

市内在住の外国人を講師に迎え、いろいろな料理と一緒に作りながら交流を深めます。  
この機会に国際交流をしてみませんか。

- イタリア料理「冷やしパスタ・おかずとシャーベット」
- 6月26日(土) 午前11時~午後0時30分
- 有馬保健センター
- 定員:10人(先着順) ●料:1,000円(材料費)
- 持参品:エプロン、タッパー
- 6月22日(火)
- 「住所・氏名・電話番号」を記載したEメールまたは電話で申し込んでください。
- 申し込み先 地域づくり課(西有家庁舎) ☎73-6631  
chiikishien@city.minamishimabara.lg.jp

初心者 バドミントン大会

バドミントンを通じて交流を深めてみませんか。試合はレクリエーション感覚で進めますので気軽に参加ください。  
●7月4日(日) 午前9時~  
●加津佐B&G海洋センター 体育館

南島原原結婚サポートセンター  
1(市社協内)  
☎82・2791  
kokatsu@minamishimabara.lg.jp

- 料 500円
- バドミントン経験3年以上
- または一般大会C・Dクラス
- ※小・中学生の参加は保護者の同意が必要。
- 6月25日(金)
- 申し込み方法 FAXで申し込んでください。
- 申し込み先 加津佐バドミントンクラブ(松尾)  
☎090・8295・7684  
☎87・5199
- 後援:南島原市教育委員会

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

**板山 社会保険労務士 事務所**  
行政書士  
●労働保険 社会保険 就業規則 年金  
●農地(移転・転用) 相続・遺言 会社・法人設立  
●死後事務委任も受けます。  
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)  
代表 板山 雅幸  
※初回相談は無料です。

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  
婚しふとん・各種ギフト・オーダーカーテン

日帰り温泉入浴  
ご法要ご予約承り中  
ご予算・ご要望に応じてご用意致します。  
ご入浴されたお客様に進呈(数量限定)  
真砂温泉地まんじゅう  
お持ち帰り用 法要弁当もあります。  
休憩所でお召し上がりください (お持ち帰り不可)。  
館内 抗ウイルス・抗菌・消臭コーティング施工済  
天然温泉リゾートホテル 長崎県南島原市南有馬町丁133番地  
原城温泉 真砂 ☎0957-85-3155  
パート募集!! 1日4~5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。 原城温泉 真砂 検索

### 県南地区障がい者巡回歯科診療のお知らせ

障がいのある人の歯科診療の機会を確保するため、歯科診療車による巡回歯科診療を行います。



☎・📍

日 時		場 所
7月	2日(金)・9日(金)・16日(金)・30日(金) 午前11時～	あけぼの学園(雲仙市)
8月	6日(金)・20日(金)・27日(金) 午前11時～	県南保健所(島原市)

🏠 保険診療のみ(一部負担金は自己負担)

🏠 一般の歯科診療所での治療・検診・通院が困難な障がい者(児)

🏠 各支所、健康づくり課、福祉課(南有馬庁舎)に備え付けの「申込書」を、開催月の前月末までに提出してください。

🏠 長崎県口腔保健センター ☎095-848-5970  
健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

### 6月4日～10日は「歯とお口の健康週間」です ～ 一生を共に歩む 自分の歯 ～

むし歯と歯周病は、歯を失う二大原因です。本市では、40歳以上で自分の歯を20本以上持っている人の割合が県内でも低く、生活習慣病の重症化やお口の衰え(オーラルフレイル)が懸念されます。

#### 【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。

#### 【20歳からの歯周病予防健診】

- 🏠 指定歯科医院
- 🏠 歯周組織検査、むし歯検査、ブラッシング指導
- 🏠 市内在住の昭和22年4月1日から平成14年3月31日までに生まれた人(現在、治療中の人を除く)
- ※対象者へ受診券またはチラシを特定健診・がん検診受診券と一緒に送付しています。

🏠 健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

### 集団健診の受診は予約が必要です

今年度から集団健診の予約が必要となります。また、健診会場が昨年度と変更になっている地区がありますのでご注意ください。  
※受診券は5月中旬に郵送しています。健診は個別健診でも受けられます。

- 深江地区集団健診  
📅 6月29日、30日、7月1日～3日  
🏠 布津世紀の泉  
●予約受付期間：6月8日～14日

- 北有馬地区集団健診  
📅 7月28日～31日  
🏠 北有馬保健センター  
●予約受付期間：7月6日～12日



※集団健診を希望する人は、予約受付期間中に必ず電話予約してください。

**予約受付：けんしん予約センター**  
☎0120-611-711  
(平日午前8時30分～午後5時)

詳しくは、5月中旬に郵送している「令和3年度健康診査のお知らせ」でご確認ください。

🏠 健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

※各種健診や相談・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。

🏠 子育て未来課(南有馬庁舎) ☎73-6652

事業名	実施日	場 所	受 付 時 間
乳 児 相 談	7日(月)	北有馬保健センター	対象のお子さんには個別に案内を送付します。
	14日(月)	有家保健センター	
親 子 歯 科 健 診	9日(水)	有家保健センター	12:30～13:00 対象のお子さんには個別に案内を送付します。
3 歳 児 健 診	1日(火)	有家保健センター	12:15～12:45 対象のお子さんには個別に案内を送付します。
	15日(火)	北有馬保健センター	

認定こども園  
寺田保育園  
布津町甲702-1 ☎72-3594

### ～心を込めて 園児のために～ ALL FOR KIDS

保育所型の認定こども園です。幼稚園児は満3才以上から、保育園児は生後3か月～5才までお預かりしています。  
英語で遊ぼう、数あそび、体操教室など、保育内容は幼稚園児・保育園児とも同じです。子どもたちが広い芝生の園庭で元気に走り回る姿にいつも癒やされています。



### 家庭教育支援「わくわく広場」



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。

- 📅 6月11日(金) 午後2時～3時
- 🏠 ありえコレジヨホール
- 🏠 おしゃべり交流会「こんな子どもに育ってほしい」
- 講師…MFPファシリテーター
- 👥 15人程度(子どもを含む)
- 🏠 中学生までの子どもがいる保護者
- 📞 講座の3日前までに電話などで申し込んでください。



🏠 生涯学習課(南有馬庁舎)  
☎73-6703 FAX85-2767

### 6月は食育月間

### 「ちょうどよい」体型と「ちょうどよい」食べる量に近づきましょう

🏠 健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

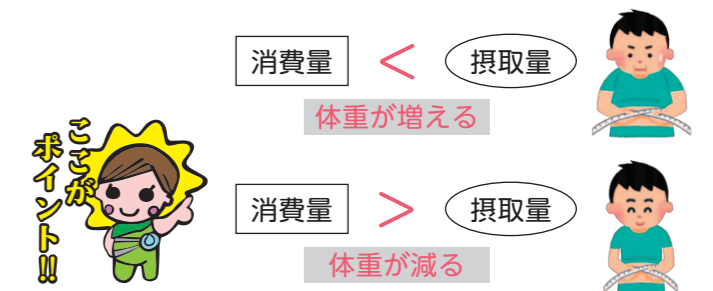
- 「ちょうどよい」体型  
自分の健康的な体型チェックに便利なのが体格指数(BMI)です。目標とするBMIは年齢によって変わります。

■ BMI = 体重kg ÷ (身長m)²

年齢	目標とするBMI(kg/m ² )
18～49歳	18.5～24.9
50～64歳	20.0～24.9
65歳以上	21.5～24.9

※疾病など持病がある人は、この範囲に当てはまらない場合もあります。

- 「ちょうどよい」食べる量  
体重の増減は、エネルギーの摂取量と消費量のバランスの目安です。摂取量(食べる量)の参考にしてください。



※健康づくりポイント事業の100日チャレンジに「体重測定」があります。ぜひご参加ください。

6/1(火)	<p><b>【水道週間】</b> 6月1日(火)～7日(月) *詳細P10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●水道相談所開設 6月1日(火)～7日(月)(土日を除く) 衛生センター庁舎 9:00～17:00</li> <li>●農業用廃プラ回収日(布津・有家地区)</li> </ul>
2(水)	●農業用廃プラ回収日(有家地区)
3(木)	●農家相談所 加津佐支所 9:00～12:00
4(金)	●無料法律相談(民事・刑事・行政・訴訟関係) 口之津公民館 13:00～17:00 *要予約
5(土)	<b>【禁煙週間】</b> 期間：5月31日(月)～6月6日(日)
6(日)	<b>【歯とお口の健康週間】</b> 期間：6月4日(金)～10日(木) *詳細P21
7(月)	<b>【危険物安全週間】</b> 期間：6月6日(日)～12日(土) *詳細P18
8(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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</li> <li>●農業用廃プラ回収日(加津佐地区)</li> </ul>
9(水)	●年金相談 口之津支所 10:00～15:00 *予約者のみ
10(木)	●行政相談 ありえコレジヨホール 17:30～19:00
11(金)	
12(土)	<b>【6月は食育月間です】</b> *詳細P20
13(日)	
14(月)	
15(火)	●農業用廃プラ回収日(西有家地区)
16(水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●司法書士相談会(多重債務・登記・相続・契約関係) 深江公民館 13:00～17:00 *要予約</li> <li>●健康相談 原城オアシスセンター 9:30～12:00</li> <li>●行政相談 深江ふれあいの家 13:00～15:00</li> <li>西有家老人福祉センター 10:00～12:00/原城オアシスセンター 10:00～12:00/ 加津佐総合福祉センター 希望の里 13:00～15:00</li> </ul>
17(木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●行政相談 口之津老人福祉センター 10:00～12:00</li> <li>●農業用廃プラ回収日(北有馬・南有馬地区)</li> </ul>
18(金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●献血 有家支所 9:30～11:00/12:30～15:30</li> <li>●健康相談 布津公民館 9:30～12:00</li> </ul>
19(土)	<b>【男女共同参画週間】</b> 期間：6月23日(水)～29日(火)
20(日)	
21(月)	●健康相談 加津佐総合福祉センター 希望の里 9:30～12:00
22(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●健康相談 有家保健センター 9:30～12:00</li> <li>●農業用廃プラ回収日(口之津・加津佐地区)</li> </ul>
23(水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●献血 布津世紀の泉 9:30～11:00/12:30～15:30</li> <li>●健康相談 深江支所 9:30～12:00</li> <li>●年金相談 布津支所 10:00～15:00 *予約者のみ</li> <li>●農業用廃プラ回収日(深江地区)</li> </ul>
24(木)	●健康相談 口之津保健センター 9:30～12:00
25(金)	●健康相談 西有家保健センター 9:30～12:00
26(土)	<b>市県民税(1期分)の納期月です</b>
27(日)	<b>※納期限は、6月30日(水)となっています。</b>
28(月)	●健康相談 北有馬保健センター 9:30～12:00
29(火)	
30(水)	

第2回南島原市議会定例会は6月17日(木)に招集される予定です。

## + 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

※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。

	中村医院	85-2152	南有馬町
6日	布井内科医院	72-5111	深江町
	八木歯科医院	86-3122	口之津町
	高城歯科クリニック	64-6480	島原市
	浦上病院	85-3508	南有馬町
13日	しろの医院	72-5000	深江町
	みわ歯科	86-4452	口之津町
	喜多歯科	62-4745	島原市
	さとう内科医院	84-3103	北有馬町
20日	伊崎医院	82-2051	西有家町
	立川歯科医院	87-4547	加津佐町
	まき歯科	64-5077	島原市
	本多南光堂医院	85-2002	南有馬町
27日	いその産婦人科	82-2430	西有家町
	山崎歯科医院	87-3163	加津佐町
	宮崎歯科医院	62-1180	島原市

## 7月

	北有馬クリニック	65-7100	北有馬町
4日	石川内科医院	82-8822	西有家町
日	渡邊歯科医院	87-2121	加津佐町
	はらぐち歯科医院	62-4361	島原市

## 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



- 「無料法律相談」「司法書士・行政書士相談会」  
☎市民相談センター(市民課内) ☎82-3010  
「公証人相談所」  
☎島原公証役場 ☎62-7822
- 「行政相談」…☎総務秘書課 ☎73-6621
- 「健康相談」「献血」…☎健康づくり課 ☎73-6641
- 「年金相談」…☎健康づくり課 ☎73-6641
- 「農家相談所」…☎農業委員会 ☎73-6612