

それぞれの  
未来へ!

故郷しまばら

# 二十歳の集い

Twenty

島原城入館  
無料  
大人・小人  
【有効期間】  
令和6年2月1日(木)から  
令和6年2月29日(木)まで  
●本館の利用は島原市に限りです。  
●1枚につき1名様ご利用できます。  
●コピー不可

島原城割引  
入場券付き

# 島原へ帰郷し、 就業する若者を 応援します!

より多くの学生の修学を応援するため、令和6年度の奨学生を募集します。  
奨学金には、下記2種類の制度があります。

## ふるさとにもどってこね奨学金 (返還免除型)

若者のUターン・定住促進を目的に、一定の条件を満たせば「返還が全額免除」される奨学金です。

- 貸付対象学校** 大学(大学院を除く)、短期大学、専修学校(専門課程)
- 貸付期間** 在学校の正規修業期間
- 貸付額** 5万円(月額)
- 募集人数** 上限3人
- 出願資格** 次の事項をすべて満たす人
  - ①本人または法定代理人が本市に住所を有し、市税の滞納がない人
  - ②大学などに在学している人(申請年度新入学した人に限る)
  - ③経済的理由により修学が困難な人
  - ④学業成績が優秀(高等学校の5段階評価の平均数値が[4.0]以上)で、品行方正な人
  - ⑤大学などを卒業後、市内に帰郷し就業する意志がある人

## 島原市奨学金 (貸付型)

- 貸付額および対象学校**
  - ・1万5,000円(月額)  
高等学校、専修学校(高等課程)、中等教育学校の後期課程、特別支援学校高等部
  - ・2万5,000円(月額)  
大学(大学院を除く)、短期大学、専修学校(専門課程)、高等専門学校
- 貸付期間** 在学校の正規修業期間
- 出願資格** 次の事項をすべて満たす人
  - ①本人または法定代理人が本市に住所を有し、市税の滞納がない人
  - ②高等学校や大学などに在学している人
  - ③経済的理由により修学が困難な人
  - ④学業成績が良好で、品行方正な人

募集期間 6月1日(土)~6月21日(金)

- 選考・決定** 提出された願書などにより奨学生審議委員会で審議し、教育委員会が決定します。
- 申込方法** 教育総務課または本庁舎1階受付に備え付けの願書に必要事項を記入の上、必要書類を添えて提出してください。  
※願書、募集要項などは市ホームページからダウンロードできます。  
※通信教育は対象となりません。  
※貸し付けは無利子です。

申込み・問合せ先 島原市教育委員会 教育総務課



# ふるさと 故郷しまばら二十歳の集い



## 新しい門出を自らの手で

地元出身者ら37人でつくる実行委員会の主催で「故郷しまばら二十歳の集い」が1月3日、島原文化会館で開かれ、スーツや振袖姿の361人が参加しました。実行委員会は、昨年9月から式典の企画・準備を進め、当日は式典進行や受付業務などで活躍しました。

また、式典冒頭、能登半島地震で犠牲になった方々へ黙とうをささげ、会場では実行委員が被災者支援のための募金活動を行いました。アトラクションでは、二十歳の飛び入り参加者と島農和太鼓部の皆さんが、力強いパフォーマンスで会場を盛り上げ、林田響さんのピアノ伴奏で東京藝術大学音楽学部声楽科2年の前田梨緒さんが国歌と島原市民の歌を歌いあげると会場からは盛大な拍手が送られました。



義援金の募金活動

式典では、実行委員長を務めた駒澤大学2年の下田慎太郎さんが能登半島地震の被災者へのお見舞いを述べたあと、この日を無事に迎えられた事への感謝の気持ちと、仲間との再会の喜びを語りました。

そして、「島原城が新しい時を刻みだす築城400年の年、また、コロナ禍を経験し、価値観の多様化が進んでいる今、私たちは新しい基準や価値観に対応する能力が求められています。そのような中、これまでよりも活気あふれる島原にしていきたいために、何ができるかを考え、行

動を起こしていかなければならないと思います。私ごとにはありませんが、将来は、教員になる事ができましたら、地元島原に帰り、微力ながら故郷島原のために尽力したい。」と決意を述べ、「今までの自分の努力を信じ、支えてくれる仲間を信じ、強い心を持って乗り越えて行きましょう。」と呼びかけました。



故郷しまばら二十歳の集い実行委員会の皆さん

夢に向かって  
頑張ります♪



#みんなの想いを聞きました。

# ハタチの声 *Twenty voice*



司会は緊張しましたが、人の名前だけは間違えないように頑張りました。知り合いの多い、コミュニケーション能力のある、色々な人と仲良くなれるような大人になりたいです。



将来は、父のような教師になり島原に戻ってきて働きたいです。島原らしい子ども達と言えるようにのびのびと元気に育てていければいいなと思っています。



20年間育ててくれた親にとっても感謝しています。将来の夢は、たくさんの人の役に立てる、営業さんの支えになるような事務員になりたいです。実行委員会では、いろんな方と接することができ、貴重な経験でした。これからも島原で、楽しく過ごしていきたいです。



市民憲章朗読



頂いた大きな舞台。色々な人への感謝の気持ちや、みんな成人おめでとうという気持ちを込めて歌いました。将来は、日本や海外でオペラ歌手として活躍し、ゆくゆくは島原に戻って音楽を広めたり、教えたりする活動ができたらいいなと思っています。

歌声を披露



20年間育ててくれた両親へ。自由に優しく育ててくれたから楽しい毎日でした。20年間ありがとうございます。私も両親みたいに真っすぐ生きられたらいいなと思っています。



将来は、ふるさと島原に戻って小学校の先生になりたいです。いじめや不登校など、学校に来ることができない子どもたちもいっぱいいると思うので、そのような子どもたちが楽しく過ごせる学校をつくれたらいいなと思っています。



副実行委員長



将来は、患者さんの身体や心に寄り添いながら楽しいリハビリテーションを行える作業療法士になりたいです。

私は剣道で島原にきましたが、剣道が強く、スポーツが盛んで、教育に力を入れているので、すごく過ごしやすい高校生活3年間を送らせていただきました。今、お世話になった先生方のような教員を目指していて、なんらかの形で、島原市に還元できるように頑張っていきたいです。

20歳という節目を迎えて成長したと感じました。これからは今までより自分の発言と行動に責任が伴うため、Plan、Do、Check、Actionを日頃より心がけ、島原市のために、微力ながらも貢献していきたいと思っています。



動画でも声をお届け!  
島原市公式  
TikTok



利用者登録が完了したら

# 実際に電子申請をしてみよう！

スマホが便利で  
おすすめ♪



市役所に行かなくても証明書を  
取得する方法があればいいのになあ



あるばい！



特集

## 例 「住民票の写し」を申請する

1 島原市電子申請サービスにアクセスします。

島原市電子申請サービス

2 手続き一覧から申請を行うメニューを選択します。  
※キーワードなどで絞込検索ができます。  
※必要に応じて、電子署名用アプリのインストールが必要です。

3 同意事項を確認し、申請内容を入力します。  
入力間違いが無ければ【電子署名】を押します。

4 本人確認のため、電子署名を行います。  
※マイナンバーカードの署名用電子証明書の暗証番号(英数字6~16桁)が必要です。

5 申請が完了すると完了画面が表示されます。登録したメールアドレス宛に「申込完了通知メール」が届きます。

6 進捗は「申込内容照会」から確認できます。  
市で受理完了後、手数料等の支払通知をメールなどで連絡します。

## 電子申請を利用して郵送で取得できます！

マイナンバーカードを使って  
電子申請できる手続き

水道利用開始・休止など  
マイナンバーカードが  
不要な手続きも  
たくさんあるよ

- ①住民票の写し
- ②戸籍謄本・抄本
- ③戸籍の附票の写し
- ④各種税証明(個人のみ)



※本人確認のため、マイナンバーカードおよび署名用電子証明書の暗証番号(英数字6~16文字)が必要です。  
※手数料と郵送料の支払い方法は電子決済のみです。(クレジットカード、PayPay、d払い、auPAYに対応)  
※各種証明書などは手数料・郵送料の支払い後に申請者の住所(住民登録地)へ郵送します。

## スマホでカンタン5分！利用者登録をしてみよう

利用者登録すると、島原市電子申請サービスをより便利に利用することができます。電子申請時に利用者情報に登録している内容がプリセット(自動設定)されるため、入力の負担を軽減できます。また、申請中や過去の申請内容の照会も簡単にできるようになります。

1 電子申請サービスの画面右上の[メニュー]から[利用者登録]を選択し、利用者規約に同意します。

2 利用者ID(メールアドレス)を入力し、【登録する】を押します。

3 利用者IDに入力したメールアドレス宛に、登録確認メールが届くのでメール本文のURLにアクセスします。

4 利用者情報を登録すると、利用者IDのメールアドレス宛に登録完了メールが届き、登録完了です。

## 電子申請は、島原市公式LINEが簡単・便利です

### LINEの友だち登録方法

右の二次元コードを読み取り、友だち登録すれば利用できます。



### LINEから電子申請を利用する方法

島原市公式LINEのトーク画面で「電子申請」をタップ



詳しい申請方法は  
こちら



行かない窓口  
始まりました。  
手続きをもっと便利に。もっと簡単に。

市民の皆さまの利便性向上のため、住民票の写しや各種税証明などの電子申請による受付を開始しました。パソコンやスマートフォンなどを使用し、時間や場所を問わず証明書などを申請することができます。

電子申請に関する  
詳細はこちら



## 1F キリシタン展

華やかだったキリシタン文化を今に伝える  
 文物が展示されており、全国を震撼させた一  
 揆の様子を物語る史料も公開しています。



久しぶりに島原城へ行って  
 みよう。何か新しい発見が  
 あるかも！

## 2F 郷土史料展

島原藩主は代々好学の士であり、その影  
 響もあって文化や学問が栄えました。この郷  
 土史料展には、藩主や島原藩関係の文物を  
 展示しています。



これってなんだ？

## 3F 民俗展

ここには庶民  
 生活上の文物を展示し  
 ています。島原  
 の武器類、なん  
 人の人形もあり  
 のがいっぱい、  
 うです。



## 4F 観光と物産コーナー・休憩室

ここでは武将のすゝめ展コーナーを展示し  
 ており、島原城七万石武将隊がオススメする  
 島原のお店を知ることができます。



ゆっくりしていってね〜！

## 5F 天守閣・展望所

島原の歴史ある街並みを360度満喫する  
 ことができます。島原市内や眉山、海の向こ  
 うには、熊本の山々を展望することができま  
 す。



どんな景色かな？



今だけ無料で島原城に入れちゃいます！

## 島原城市民無料開放

島原城築城400年を記念して、本市のシンボルである島原城を市民の皆さまに無料開放します。

と き 令和6年2月1日(木)～令和6年2月29日(木)  
 9時～17時30分(最終入館は17時まで)  
 対 象 島原市民  
 料 金 無料 ※駐車場代については有料(乗用車500円、小型バス750円、大型バス1,500円)  
 問 合 せ 先 しまばら観光課 または 島原城(☎62-4766)

以下の入場チケットを切り取り、入館時にご提示ください。

見頃です！

## 島原城の梅

島原城には、赤や白、ピンク色の花を咲かせる梅の木がおおよそ  
 300本あります。

このうち、およそ100本の梅の木がある「古野梅苑(ふるのばいえん)」では、白く壮麗な城と梅の花を写真に収めたり、ベンチに座って  
 鳥のさえずりを聞くなどし  
 てのんびりとした時間を過  
 ぎせます。

例年、梅の花は1月下旬  
 には咲き始め、2月下旬まで  
 楽しめます。



<p><b>島原城入館</b></p> <p><b>無料</b></p> <p>大人・小人</p> <p>【有効期限】 令和6年2月1日(木)から 令和6年2月29日(木)まで</p> <p>●本券の利用は島原市民に限ります。 ●1枚につき1名様ご利用できます。 ●コピー不可</p>				
--	--	--	--	--

島原の「外遊び」に着目した3年間

# 自然と触れ合う。



島原市の  
地域おこし協力隊として  
3年間の任期を終えた  
田口賢 隊員

舞岳山荘でのハムづくり体験・釣り・正しい火遊び体験など、島原市の自然や外遊びに着目し、魅力発信を続けてきました。

## 3年間を振り返って

田口 賢

今月で地域おこし協力隊としての活動が終わりを迎えます。この貴重な機会をサポートいただいた地域の皆さんに心から感謝しています。また、任期後は島原市の観光分野のお仕事に関わらせていただく予定です。

協力隊の活動として、舞岳山荘でのハムづくり体験、釣り、正しい火遊び体験など、島原市の身近な自然を少しでも感じてもらえるよう発信を続けてき

ました。市のホームページに活動レポートをまとめていますので、詳しくはこちらをご覧ください。



振り返ってみると、「地域おこし協力隊の成功」を試行錯誤してきた3年間でした。島原市が注目を浴びること、関わる事業がうまくいくことなど一言に成功と言ってもいろんな形があると思います。私の場合、「3年後も島原に住み続ける」という選択肢を自分の意志で残せるかを重要視してきましたつもりで

す。任期後も島原に住み続けるということは、地域の一部の方だけでも自分が必要としてくれていますし、自分も島原を必要としているはずだから地域と自分のお見合いが成立したことになるのだ、と思っています。できたこと、できなかったこと、悔しいことも多々ありましたが、少なくとも約30年の人生にはなかった経験を数多くさせていただきました。



## 1年目 ブログでの情報発信や外遊び情報サイトづくり



## 2年目 「島原ならではの体験づくり」舞岳山荘ハムづくり体験&船釣り×山の上カフェ囲炉裏BBQプランの企画など



## 3年目 親子向け外遊び講座（釣り・火遊び）



### 産前産後期間の国民健康保険税を減額します

その年度に納付する保険税の所得割額と均等割額から産前産後期間の税額を減額します。出産予定日の6か月前から届出ができます。また、出産後の届出も可能です。

- 対象者** 令和5年11月1日以降に出産(予定)の国民健康保険に加入している方
- 対象期間** 出産予定月(または出産月)の前月から出産予定月(または出産月)の翌々月相当分  
※多胎妊娠は出産予定月(または出産月)の3か月前から6か月相当分

**届出に必要な書類**

- ① 産前産後期間に係る国民健康保険税減額届出書
- ② 母子健康手帳など出産予定日を確認できる書類

**届出・問合せ先**

- 届出に関すること…保険健康課
- 税額に関すること…税務課

詳細はこちら



### 舞岳山荘『舞岳ふれあい農園』利用者募集

島原市有明農林漁業体験実習施設「舞岳山荘」では、令和5年4月から市民向け農園『舞岳ふれあい農園』を開設しています。自分の手で野菜を作ってみませんか。

- 募集期間** 令和6年2月1日(木)～令和6年3月22日(金)  
農林課窓口または市ホームページから申請書および使用誓約書をダウンロードし、必要事項を記入の上、本人確認ができる書類を添付し、農林課へ提出してください。(メール、FAX可)

- 使用期間** 令和6年4月1日～令和7年3月31日  
(期間延長をご希望の人はご相談ください)

- 対象者** 18歳以上の人(市内・市外は問いません)

- 使用料** 3,000円/年

- 区画数と面積** 9区画、約30㎡/区画

- 問合せ先** 農林課

詳細はこちら



### 市県民税・国保税の申告

**ところ** ①市役所 本庁舎2B会議室  
※駐車場は、線路下「大手浜駐車場」を利用してください。

**とき** 2月16日(金)～3月15日(金)※土日祝日を除く

**休日申告受付** 3月3日(日)午前8時30分～午前11時まで

**ところ** ②有明公民館

**とき** 2月22日(木)～3月8日(金)

※土日祝日を除く

3月8日(金)は、午前9時～午前11時まで

**持参品** 収入が確認できる書類、マイナンバーカードまたは、通知カードおよび本人確認書類(運転免許証や公的医療保険の被保険者証など)

※扶養親族がいる人は、扶養親族のマイナンバーの記載が必要です。

また、障害者控除などの各種控除の適用を受けるには、毎年、申告が必要です。

※申告書の提出は、郵送でも受け付けています。

詳細はこちら



問合せ先 税務課

### 土木建築人材育成事業(資格取得者)奨励金

土木建築関係の資格を取得された人へ受験料相当額を助成します。

**対象者** 市内に住所を有し、市税を滞納していない人で、令和5年4月1日以降に次の土木建築関係の資格を取得した人

- 建築士
- 管工事施工管理技士
- 建設機械施工管理技士
- 電気工事施工管理技士
- 土木施工管理技士
- 造園施工管理技士
- 建築施工管理技士
- 電気通信工事施工管理技士

**奨励金額** 受験料相当額

**申請に必要なもの**

- 受験料の支払金額が分かる書類の写し
- 資格を取得したことが証明できる書類の写し
- 市税の完納証明書

**申請期限** 3月29日(金)

**申請・問合せ先** 道路課



今年のスタートは島原!

### 令和5年分確定申告会場が変わります

**ところ** 島原税務署

**とき** 2月16日(金)～3月15日(金)

9時～16時(土日祝日除く)

※3月18日(月)以降に申告相談をご希望の人は、お電話により事前予約ができます。

※会場では、スマートフォンをお持ちの人は、ご自身のスマートフォンから、申告書の作成を行います。

※駐車場には限りがあります。公共交通機関を利用してご来署ください。

※会場入場には、当日配布またはLINEアプリで事前発行する「入場整理券」が必要です。

「国税庁LINE公式アカウント」を友だち追加すると、LINEを通じてオンライン事前発行できます。

国税庁LINE

公式アカウント



問合せ先 島原税務署 (☎62-3281)

### 第13回佐世保-島原ウルトラウォークラリー参加者募集

**とき** 5月3日(金・祝)12時(島原市立第一小学校)スタート～4日(土)12時まで(佐世保中央公園)ゴール

**締切り** 2月29日(木) (必着)

**募集人数** 1,000人(先着)

**対象** 開催日に20歳以上の健康な人

**参加費** 12,000円

**申込方法** ホームページ(<http://www.uwr105.com/>)または、電話(☎0956-46-6868)、ファックス(0956-59-8151)のいずれかで佐世保-島原ウルトラウォークラリー実行委員会事務局へ実施要項を取り寄せ、内容確認後、同封の郵便局の振込用紙に必要事項を記入後、参加費を振り込むことで申し込み完了となります。

**問合せ先** 佐世保-島原ウルトラウォークラリー事務局 (☎0956-46-6868)

## 「がん総合検診」(集団検診)を実施します

完全予約制 市保健センター☎64-7713 有明保健センター☎68-5335

現在、国民の2人に1人は“がん”になり、3人に1人が“がん”で亡くなっています。  
がんは、日本人の死因第1位!しかし、島原市の7~9割の人が「がん検診」を受けていません。  
自分自身やあなたを必要とする人のためにも、この機会にぜひ「がん検診」を受診しましょう!

種類	対象者	自己負担金	自己負担金無料の条件
肺がん検診	40歳以上の男女 (昭和59年4月1日以前に生まれた人)	無料	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受診日に70歳以上の人</li> <li>・市民税非課税世帯</li> <li>⇒<b>市のがん検診指定の証明書(写し可)提出</b></li> <li>・生活保護受給者</li> <li>⇒生活保護受給証明書(写し可)提出</li> </ul>
胃がん検診(バリウム検査) ※午前のみ	40歳以上の男女 (昭和59年4月1日以前に生まれた人)	600円	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 (平成16年4月1日以前に生まれた人)	500円	
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)	40歳以上の女性 (昭和59年4月1日以前に生まれた人)	600円	
骨粗しょう症検診	令和6年4月1日までに、40・45・50・55・60・65・70歳になる女性	400円	

### 会場・日時(受付時間)

2月		会場	受付時間
18日(日)	午前	市保健センター	<b>【午前】</b> ① 9時00分～9時15分 ② 9時30分～9時45分 ③ 10時00分～10時15分 ④ 10時30分～10時45分 ⑤ 11時00分～11時15分 <b>【午後】</b> ⑥ 13時30分～13時45分 ⑦ 14時00分～14時15分 ⑧ 14時30分～14時45分 ⑨ 15時00分～15時15分
19日(月)	午前		
	午後		
20日(火)	午前	有明保健センター	
	午後		
21日(水)	午前		

令和5年4月以降に市が実施するがん検診を受診していない人が対象です。

**申込方法** 市保健センター(☎64-7713)に電話で申し込んでください。

**申込期間** 2月1日(木)～2月9日(金)(土・日曜を除く)

**持参品** ・検査着(肺がんまたは胃がん検診は、無地のTシャツまたは肌着を着用、乳がんまたは子宮がん検診は、バスタオルなどを持参ください。)  
・健康手帳(持っている人) ・自己負担金



### //// 検査上の注意点 ////

#### ◆受診できない人

- ・妊娠中または妊娠の可能性がある人
- ・胃がん検診…以前検査を受けてアレルギー症状が出た人
- ・乳がん検診…ペースメーカー装着者、脳室-腹腔シャント施行者、授乳中の人、豊胸手術を受けた人

#### ◆胃がん検診(バリウム検査)

- ・受診日前日の21時以降は、食べたり飲んだりしないでください。
- ・血圧など大切な薬を飲んでいる人は、検査開始の約2時間前までに少量の水で飲んでください。  
※糖尿病の薬は、低血糖になる場合がありますので控えてください。
- ・医療機関での検診を勧める人  
水などを飲むとよくむせる人、食道・胃・大腸の手術をした人や治療中などの人、大腸疾患(大腸けい室など)やその他の持病がある人、便秘がひどい人、水分制限がある人、撮影台から転落の恐れがある人

#### ◆乳がん検診(マンモグラフィ検査)

- ・新型コロナウイルスワクチン接種によりリンパ節のはれがみられる場合があります、判定や診断に影響を及ぼす可能性がありますので、ワクチン接種後4週間程あけてからの受診をお勧めします。

## 令和6・7年度『建設工事』『測量、建設コンサルタント等』競争入札参加資格審査申請受付

**受付期間** 2月1日(木)～2月29日(木)

**提出先** 契約管財課 契約検査班  
〒855-8555 上の町537番地

**提出方法** 上記窓口へ持参または郵送

**提出書類** 市ホームページに掲載

**登録有効期間** 令和6年4月1日～令和8年3月31日

※契約検査班窓口にも備え付けてあります。  
建設工事については最新の経営事項審査結果通知書の審査基準日から1年7か月経過すると公共工事を請け負うことができませんので、注意してください。

**注意事項** 島原市が発注する建設工事などの入札に参加を希望する業者は、競争入札参加資格審査申請書の提出をお願いします。少額であっても有資格業者として名簿に登載される必要があります。

※「物品」および「業務委託」については競争入札参加資格審査申請を随時受け付けています。



市ホームページ



問合せ先 契約管財課

## 宝くじ助成金(コミュニティ助成事業)の活用

一般財団法人自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として実施しているコミュニティ助成事業により、江戸丁町内会が宝くじの助成金を活用して「パーゴラ」を整備しました。今後も、地域に根差したコミュニティ活動の活性化が期待されます。



問合せ先 市民協働課

## 祝 100歳 おめでとうございます

大正13年生まれ



なかやま  
中山 キサエさん(1月1日生)



ふじた きよし  
藤田 清さん(1月2日生)



# 子育て情報

## 笑顔で子育て育児サークル

どなたでも参加できる育児サークルは、親子で楽しみながら子育てができるよう、情報交換と友だちづくりのきっかけとなる場を設けて、参加者の交流を行っています。



イベント名	日時(10時~12時)・場所	サークル名
食改さんとふれあいtime & 節分グッズ作り	2月1日(木) 安中公民館	にこにこ kids
食改さんとふれあいtime & パレンティンI	2月6日(火) 有明保健センター	きらら Kids
食改さんとふれあいtime & パレンティンII	2月7日(水) 霊丘公民館	こいこいひろば
ひな飾り作りI	2月13日(火) 三会農村環境改善センター	のびのび kids
しまばら元気湧くわく体操 & ひな飾り作りII	2月15日(木) 杉谷公民館	すくすくげん kids
作ってあそぼう(春)	3月5日(火) 有明保健センター	きらら Kids
かわいい♡折り紙製作	3月6日(水) 霊丘公民館	こいこいひろば



## ママたちのためのリフレッシュ講座

初めての人も気軽に楽しめる講座です。子どもと離れて自分の時間を楽しみませんか？

- と き 2月27日(火) 10時~12時
- と ころ 市保健センター(研修室)
- 講 師 大場 順子 先生
- 対 象 市内在住で乳幼児を在宅で育てている保護者
- 定 員 12人〔予約制〕※託児ができません。
- 材 料 費 500円
- 受 付 開 始 2月8日(木)~



PC・スマホ用



LINE用

### 問合せ先

子育て支援室 (☎62-4015)  
市保健センター内(霊南二丁目45)  
E-mail: kosodate@city.shimabara.lg.jp

## しまばら食育レシピ ~お弁当におすすめの一品~

### 鮭のカラフルマヨネーズ焼き



材料・分量(お弁当2回分)  
 鮭切り身・・・60g×2切れ ピーマン・・・15g  
 塩・・・少々 パプリカ・・・15g  
 こしょう・・・少々 オリーブ油・小さじ1/2  
 生しいたけ・・・15g マヨネーズ・大さじ1・1/2

■栄養価(1回分)  
 エネルギー：144kcal たんぱく質：13.9g  
 脂質：8.8g 食塩：0.5g

《作り方》レシピ提供：食生活改善推進員協議会

- ① 鮭に塩、こしょうで下味をつける。
- ② しいたけ、ピーマン、パプリカはそれぞれみじん切りにする。
- ③ フライパンにオリーブ油を入れて熱し、②を炒め、冷めたらマヨネーズを混ぜる。
- ④ アルミホイルで①の鮭をしっかり包み、魚焼きグリルで中火で10分程焼く。
- ⑤ 鮭に火が通ったらアルミホイルを開け、③を上のにせ、そのまま2分程焼き、マヨネーズに焦げ目がついたら火を止める。

~栄養バランスのよいお弁当作りのポイント~

ごはんとおかずのバランスは 1 : 1 (主食 : 主菜 : 副菜 = 3 : 1 : 2)

主食	主菜
	副菜

主食・・・ごはん、パン、めん類  
 主菜・・・肉類、魚介類、卵、大豆製品  
 副菜・・・野菜、きのこ類、海藻類



我が家のアイドル! 元気に育ってね!



生まれて来てくれてありがとう



みいちゃん大好き! 皆の宝物だよ!



いつも可愛い笑顔ありがとう!



くしゃっとした笑顔がみんなの癒し



笑顔いっぱい毎日ありがとう♡



元気にすくすく育ってね!



可愛い笑顔を毎日ありがとう\*



すくすく元気に育ってね!



ごうのペースで大きくなあれ!!



素敵なお顔で皆に癒しをありがとう!



元気いっぱい大きく育ってね!



癒やしかほちゃん大好きだよ♡



## お子さんの写真募集中

広報発行月に満1歳を迎える市内在住の

締切りは広報発行月の前々月20日です。

申込み



# 努力は、裏切らない

いちご農家の誇りと挑戦



## 「人生の達人」

よしだ しゅうじ  
吉田 修二さん(61)

昭和37年、有明町湯江に生まれる。島原農業高校を卒業後、家業である農業を継ぐ。就農後は特にいちご栽培に注力し、経営規模の拡大や新品種の導入、先進技術を活用したハウス内の環境モニタリング装置等をいち早く導入するなど、生産力向上や省力化に精力的に取り組み、高品質ないちご生産を実践している。10アール当たりの収穫量は県内トップクラスを誇り、いちご生産者のリーダー的存在として生産部長も歴任した。

JA 島原雲仙なんこういちご部会長 (H29-R3)、長崎県いちご部会長 (R1-R3)、農林水産大臣賞及び長崎県知事賞 (ながさき農林業大賞(施設野菜部門)) (R4)、黄綬褒章 (R5年秋) ほか。有明町平山在住。

## 輝く島原人

THE SCENE Vol.76 島原に生きる

### 先進技術をいち早く導入

「家が農業でしたので、手伝いをしながら親の背中を見て育ち、自然な流れで就農しました。長男ではなかったんですけどね。」と、笑顔で語るのは湯江地区でいちご農家を営む吉田修二さんです。ハウス52アールに「ゆめのか」と「恋みのり」を作付けしています。「11月上旬から6月頃までが収穫期です。最盛期の3月から4月は夜2時から収穫が毎日続きます。この2か月を乗り切ることが一番大変な時期になりますね。」と、いちご農家の大変さを語ります。

吉田さんは、品質や収穫量、生産効率の向上につながる省力化にも工夫や研究を重ね、ハウスの自動換気や環境モニタリング装置を導入し、スマート農業を実践しています。「ハウス内の温度や湿度、地中温度、CO2濃度、日射量などがスマートフォンでも確認できます。これまで培ってきた「農家の勘」が数値化されることで、栽培技術の裏付けや、さらに必要なことなどが見えてきました。省力化にもつながり、反収(10アール当たりの収穫量)の向上に大きく貢献しています。」その成果は県内トップクラスの反収を誇り、令和3年産「ゆめのか」、令和4年産「恋みのり」で、2年連続の長崎県知事賞を受賞する快挙を成し遂げました。



出荷用のパックに詰められたいちご

### 新品種「恋みのり」の普及に尽力

長崎県はいちごの主要産地で、JA島原雲仙なんこういちご部会は県内生産者の3分の1を占めています。吉田さんは、部長に就任した平成29年から新品種である「恋みのり」の導入に尽力しました。「従来品種の「さちのか」「ゆめのか」が伸び悩んでいました。そこで摘果作業が少なく、大玉でパック詰めも早い「恋みのり」は、大規模農家が多いなんこういちご部会には適していると思い、導入を推進しました。甘さはもちろん、水分量が多くてジューシー、酸味が少なくお子さんや女性にも喜ばれる食味です。今では主力品種として販売額を伸ばし、部会も大いに発展しました。」と、新品種の導入にかけた思いを語ります。

いちご農家としてのやりがいと今後の目標をお聞きすると「数値目標をもって取り組むことです。達成できればうれしいし、やりがいがある。今後の目標は反収10トン達成すること。これまで最高で9トンを超えましたが、それを上回る収量を目指したいです。そして昨年の秋には凶らずも黄綬褒章の栄に浴することになりました。関係機関のご指導や部会員、家族の協力があってのことだと思っています。島原から、農業の分野でこのような栄誉にあずかることができたことが、後進の希望になればと



令和5年秋 黄綬褒章伝達式で奥様との記念写真 (農林水産省にて)

思っています。若い人には努力を積み重ねていってほしいですね。」と、農業後継者へのエールとともに、いちご生産にかける思いを力強く語っていただきました。

## 募集

### 自衛官候補生

資 18歳以上33歳未満  
 ※詳細は下記に問合せください。  
 問 自衛隊島原地域事務所  
 (☎62-3759)

### 会計年度任用職員(一般事務など)の登録者募集

現在登録している人も再度登録が必要です。  
 ▶職種 一般事務(パソコンを利用した内部事務補助、書類整理、その他)  
 資 地方公務員法第16条に規定する欠格事項に該当しない人  
 方 秘書人事課および有明支所に備え付けの会計年度任用職員任用候補者名簿登録申込書に自筆の履歴書(写真貼付)を添えて、秘書人事課人事班に申込み。  
 締 2月29日(木)  
 ※受付期限後も随時募集します。  
 ▶登録期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日(期間内での随時任用)  
 ▶勤務時間 9時～16時(6時間勤務、土・日曜・祝日は休み)  
 ▶報酬 時給996円  
 申・問 秘書人事課

### 市営墓地使用者の募集

▶墓地名・区画の種類  
 ・釘原墓地(宇土町)・6㎡(3区画)  
 期 2月1日(木)～22日(木)(土・日・祝日を除く)  
 方 申込書に必要な事項を記入の上、環境課または有明支所へ申込み。  
 ※申込書様式は市ホームページからもダウンロードできます。  
 ▶抽選会(申込者が2人以上の場合)  
 時 2月28日(水) 13時30分  
 所 市役所本庁舎 1A会議室  
 ※抽選会に不参加の場合は、失格となります。(代理人の参加可)  
 料 永代使用料 6㎡…42万円(1㎡あたり7万円)  
 ・墓地管理料…年額1,100円(2年ごとに2年分の2,200円を前納)  
 問 環境課

## 健康・福祉

### 大人の風しん抗体検査クーポン券の使用について

まだ風しんの抗体検査が済んでいない対象の人は、クーポン券を使用して検査を受けましょう。  
 風しんは感染力が強いため、抗体が少ないと風しんがまん延した時に感染する可能性が高くなります。  
 紛失の場合有効期限が過ぎている人は、再交付を申し込んでください。  
 ▶対象者 S37.4.2～S54.4.1生まれの男性で未検査の人  
 申 市保健センター

### 食育フェスタを開催します!

「見て、体験して」食育について楽しく学びませんか?  
 時 3月3日(日) 10時～13時  
 内 ①郷土料理の試食、展示、食育体験  
 ②お魚料理教室  
 対 ①市民  
 ②市内小中学生親子(先着12組)  
 申 ①不要 ②電子申請  
 問 市保健センター  
 詳細はこちら▶ 

### コツ骨からだづくり教室

骨粗しょう症を予防し、骨折しにくい丈夫な体づくりについて学びませんか。  
 時 ①2月9日(金)②2月15日(木) 9時30分～11時30分  
 所 有明保健センター  
 内 ①運動講話・実技  
 ②栄養講話・試食  
 講 活水女子大学 阿南 祐也先生  
 対 両日参加可能な20歳以上の市民  
 数 25人程度  
 締 2月8日(木)  
 申・問 市保健センター

### 「ズンバ」でエクササイズ講座(無料)

音楽に合わせて体を動かすダンス系エクササイズの講座です。初心者も自分のペースで取り組みます。  
 時 2月24日(土)、3月16日(土)(全2回) 20時～21時30分  
 持 室内シューズ、タオル、飲み物  
 数 20人(先着順)  
 所・申・問 杉谷公民館  
 (☎63-2231) 申込みフォーム 

## お知らせ

### ねたきり高齢者等おむつ費助成事業

対 市内に住所を有し、常時おむつを使用している人のうち、ねたきり高齢者(満65歳以上)またはねたきり身体障害者で、前年分(1月～6月の購入分は前々年分)の所得税非課税世帯の人  
 ※ねたきり高齢者、ねたきり身体障害者の基準は市の調査表に基づき判断します。  
 ※特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護医療院・介護療養型医療施設に入所の人または身体障害者日常生活用具(おむつ)給付事業の対象者は対象外です。  
 ▶助成金額 購入金額の3分の1(月額上限5,000円)  
 ▶申請期間 購入月から6か月以内  
 ▶必要書類 印鑑、振込先通帳、領収書、身体障害者手帳など(所持している人のみ)  
 申・問 福祉課

### 令和6年度長崎県障害者スポーツ大会参加者募集

令和6年5月26日(日)、諫早市を中心に長崎県障害者スポーツ大会が開催されます。  
 この大会で優秀な成績を収めると、鹿児島県で開催される全国障害者スポーツ大会(10月26日～28日)に出場できる可能性があります。奮ってご参加ください。  
 資 県内に居住し、原則として身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを持つ満13歳以上(令和6年4月1日現在)の人  
 ▶競技種目  
 陸上、水泳、卓球(一般卓球・サウンドテーブルテニス)、アーチェリー、ボウリング、フライングディスク、ユニカール、ポッチャ  
 締 2月22日(木)  
 方 福祉課備え付けの申込書に必要な事項を記入し、提出してください。  
 申・問 福祉課

## 公民館・施設

### 第73回 島原梅林俳句会(無料)

時 2月13日(火) 投句締切 12時  
 所 森岳公民館 大ホール  
 問 社会教育課

### クイズ・しまばらの実!

「島原・天草の乱クイズ」  
 時 2月18日(日) 13時30分～収録  
 内 島原の乱がテーマのクイズ大会を実施します。観覧自由です。  
 講 (出題)内嶋 善之助氏  
 所・問 森岳公民館(☎63-2242)

### 「着物で簡単ポンチョづくり」パート2

着なくなった着物をリメイクしてお洒落に着てみませんか。丁寧な指導でどなたでも楽しめます。  
 時 2月29日(木) 13時30分～  
 数 先着10人  
 料 材料代として300円  
 講 中岡 弓子先生  
 持 裁縫道具(針、ハサミ)  
 ※裁縫道具貸出可  
 締 2月15日(木)まで  
 所・申・問 白山公民館(☎63-2221)



### 「AIで広がる可能性:Chat GPT体験講座」

今話題のChat GPTを体験する講座です。どんな世代にも分かりやすい内容で、親子参加も大歓迎。AIの便利さを発見しよう!  
 時 2月24日(土) 10時～12時  
 対 小・中・高校生(親子参加可)～一般  
 数 10人(先着順)  
 料 無料  
 所・申・問 杉谷公民館  
 (☎63-2231) 申込みフォーム 

### 「たちまち美文字になる 筆ペン字講座」

簡単なコツで“美文字”になれる、初心者向けの講座です。  
 時 【基礎編】2月14日(水) 10時～  
 【応用編】3月 6日(水) 10時～  
 数 10人(先着順)  
 料 無料(材料代としてそれぞれ200円)  
 持 筆ペン  
 所・申・問 安中公民館(☎63-2253)



### 温水プール「誰でも」無料開放デー

時 2月4日(日)・2月11日(日・祝) 10～16時(15時まで入場可)  
 ※利用は1人1時間までとなります。  
 ※16時以降も入水される方は別途使用料金が必要です。  
 持 水着、水泳帽子、ゴーグル、バスタオル、飲料水  
 所・問 島原市立温水プール  
 (☎63-4314)

### 「島原半島の野鳥観察会」

時 2月17日(土) 10時～  
 数 15人(先着順)  
 料 大人1,200円・子ども600円  
 ▶受付開始 2月2日(金) 9時～  
 他 雨天中止(電話連絡します)  
 申・問 平成新山ネイチャーセンター  
 (☎63-6752)

### 手作り講座(大人向け)

#### 「布の絵本作り パン・パン・パンやさん」

時 2月21日(水)・28日(水) 3月1日(金) 9時30分～(全3回)  
 内 布絵本(パン・パン・パンやさん)作り  
 料 1,500円  
 数 14人 申込制  
 締 2月15日(木)  
 持 刺しゅう糸(各色)、裁縫道具  
 所・申・問 島原図書館(☎64-4115)

### 有明文化会館・有明図書館共催事業

#### おたのしみ上映会「かがみの孤城」

時 3月10日(日) 10時～12時(開場 9時30分)  
 料 無料  
 ※有明文化会館・有明図書館で配布する整理券が必要。  
 申・問 有明総合文化会館(☎68-5800) 有明図書館(☎68-5808)  
 ※どちらも火曜日休館

## 国民年金

### 口座振替納付の前納申し込み

国民年金保険料の納付には、「2年前納」、「1年前納」、「半年前納」があり、まとめて納付することにより、保険料が割引になります。  
 また、保険料の前納方法には、「納付書」、「クレジットカード」、「口座振替」があり、口座振替にすると、さらに割引がありますので、お得な口座振替を利用してください。  
 諫早年金事務所出張相談  
 時 2月14日(水)、2月21日(水)、3月13日(水)  
 所 市役所本庁舎 1A会議室  
 ▶募集人員 8人  
 方 相談日の10日前までに市民窓口サービス課へ予約してください。(電話予約可)  
 ※3月の相談日の予約は1月31日(水)から受付しております。  
 問 諫早年金事務所(☎0957-25-1662) 予約専用電話(☎0570-05-4890) または市民窓口サービス課

## 不用品コーナー

### おゆずりします

女兒の洋服、正月飾り、羽子板ガラスケース、干支飾り(馬・犬・羊)、テレビ台、棚、CDラック、長靴(24.5センチ)、五月人形、鎧飾り、ひな人形、2段ベット(解体して2階から運び出せる人)、花瓶、花器、こいのぼり(ベランダサイズ)、お風呂のお湯取り、キーボード(抱えて持てる物、コード付き)、エレクトーン  
 問 市民相談・消費生活センター

### 「燃やせるごみ」の収集について

2月12日(月)は祝日のため収集しません。夜間収集を含め、翌13日(火)に代替収集します。  
 また、2月23日(金)も祝日のため収集しません。前日22日(木)に代替収集します。  
 ごみを出す場合は指定の場所へ出してください。  
 問 環境課 広報しまばら 20

冬の雲仙を彩る氷の“花”・霧氷

冬の雲仙の山々は、時に霧氷で白く光り輝きます。地元の人から「花ぼうろ」とも呼ばれている霧氷は、どのようにできるのでしょうか。

通常、水は0℃以下になると氷になりますが、雲をつくる雲粒はとて小さいため、0℃以下になっても凍らず、水のままでいます。水分を含んだ0℃以下の空気が小枝などにぶつかり、水分が一気に氷になり、枝にくっつきます。これが繰り返されると、風上側に向かって氷が薄い板のように伸びていきます。これが霧氷です。

霧氷は、でき方の違いによって、3つに分けられます。「粗氷」は、気温が0℃から氷点下4℃の範囲にある時にみられる、透明な霧氷です。「樹氷」は気温が氷点下数度から氷点下約10℃で、比較的風の強い時にみられる白っぽい霧氷です。樹氷は風上側に向かってどんどん成長し、雲仙では、大きなものは長さ20cmにもなります。「樹霜」は氷点下7℃以下で、風が弱いときに見られます。ほとんど風がない状況では、樹霜は木の枝を取り囲むように丸く成長します。これが「花ぼうろ」に相当します。

雲仙の山々でこのように美しい霧氷が見られるのは、北から吹きつける季節風が東シナ海を通過してくる間に多くの水分を蓄え、この湿った冷たい季節風が標高1500m近い雲仙岳にぶつかると、きれいな霧氷が作り出されるためです。

季節風を伴う寒波が抜け、穏やかに晴れた日の朝は、きれいな霧氷が見られるチャンスです。この時期にしか味わえない幻想的な景色を眺めに、冬の雲仙に出かけてみてはいかがでしょうか。



雲仙の霧氷 樹氷 R5.12.17 撮影

雲仙の霧氷 樹氷 R5.12.17 撮影

第65回「ジオ空教室」開催!

島原半島ユネスコ世界ジオパーク  
～学術研究成果発表会～

日時 2月24日(金)  
13時30分～16時30分(予定)

集合場所 がまだすドーム セミナー室

参加費 無料(申込み不要)

発表者と内容

- ①長崎大学 小嶋 紳介氏  
イオン・溶存ガス分析と水素・酸素安定同位体比を基にした島原半島東部における水資源の起源推定
- ②長崎大学 服部 充氏  
雲仙地域に生育するミヤマキリシマの固有性の検証
- ③山口大学 村田 文治氏  
古期雲仙火山の山体復元に向けて
- ④国立研究開発法人 産業技術総合研究所 岩橋 くるみ氏  
新焼溶岩及び新期雲仙火山噴出物についての岩石学的研究について



第72話 「ボウリング」小西紀行



しまばらん日記

今年もしまばらんにたくさんの年賀状をいただきました

あけましておめでとうございます!去年はたくさんの方に応援してもらってとても楽しい1年でした。そして、今年もたくさんの方に年賀状をいただきました!年賀状を送ってくれたみんな本当にありがとう!!また、今年もみんなに会えるの楽しみにしてるね~★

しまばらんより

島原カーボンニュートラルコンテスト2023! 表彰式

NPO 法人島原カーボンニュートラル推進協議会、島原市、島原市教育委員会は、未来を担う子ども達に2050年カーボンニュートラルについて理解してもらい環境意識の促進に寄与することを目的として、島原カーボンニュートラルコンテスト 2023! を開催。令和5年12月25日に6人と3団体に表彰状の授与を行いました。

問合せ先 環境課

図書館へ行こう!



『墓じまいラブソディ』  
垣谷 美雨 / 著(朝日新聞出版)

【内容紹介】  
「絶対にお父さんと同じお墓には入りたくない!」四十九日の法要を目前に控え、突然明らかになった姑の遺言。騒動の行方をワクワクしながら見ていた五月だが…。

【著者紹介】垣谷 美雨 (かきや・みう)  
2005年、「竜巻ガール」で小説推理新人賞を受賞しデビュー。ほかの著書に「老後の資金がありません」「役役病棟」など。

もっと身近に、島原ブランドを



島原スペシャルクオリティ

SQ商品の詳細はこちら



平成新山雲仙溶岩焙煎珈琲  
平成新山と雲仙岳の溶岩石を用い、遠赤外線輻射熱で時間と手間をかけて低温焙煎。まろやかですっきりとした風味で苦みや渋みが少ないのが特徴で、オリジナルの省エネ焙煎で仕上げた、地球にやさしいエコ珈琲です。  
お土産やギフトにも重宝されています。  
【株式会社 北田物産】  
☎63-0250



チェリー豆  
砂糖と生姜を丁寧に煮詰め大粒のそら豆に絡めた昔懐かしいホッとする素朴な豆のお菓子です。  
また、うに豆やしょうゆなど、その他の豆もぜひご賞味ください。  
【株式会社 藤田屋】  
☎63-1100

- 島原図書館 (☎64-4115)
- 有明図書館 (☎68-5808)
- ▶開館時間 9時～18時 ※金曜20時まで
- ▶休館日 毎週月曜日 29日(木)は資料整理日 5日(月)～14日(水)は特別資料整理日
- ▶開館時間 9時～18時
- ▶休館日 毎週火曜日 (祝日の場合は翌水曜日) 29日(木)は資料整理日

- ◆ : 行事・催し
- ◆ : 行政相談(市民相談・消費生活センター☎62-9100)
- : 保健事業(市保健センター☎64-7713、有明保健センター☎68-5335)
- ▼ : 市税などの納期限(国民健康保険税：税務課、後期高齢者医療保険料：保険健康課)

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
				1 ■島原市防災講演会 19時～ 有明総合文化会館	2	3
4	5	6 ●乳幼児相談 9時30分～11時 有明保健センター ◆行政相談 13時～15時 市民相談センター	7 ●健康相談 9時～11時 市・有明保健センター	8	9	10
11 建国記念の日	12 振替休日	13 ●乳幼児相談 9時30分～11時 市保健センター ■島原梅林俳句会 11時～ 森岳公民館	14 ●健康相談 9時～11時 市・有明保健センター	15 ●乳幼児相談 9時30分～11時 杉谷公民館 ◆弁護士相談 13時～16時 市民相談センター ※要予約	16	17
18 ■島原梅林茶会 10時～ 島原城古野梅苑 ■ドリームサッカーin島原 13時30分～ 島原市営陸上競技場	19 ◆不動産相談 13時～16時 市民相談センター	20 ◆行政相談 13時～15時 市民相談センター	21 ●健康相談 9時～11時 市・有明保健センター	22 ◆交通事故相談 10時～15時 市民相談センター ※要予約	23 天皇誕生日	24
25	26 ●両親学級 10時～12時 市保健センター	27	28 ●健康相談 9時～11時 市・有明保健センター ◆公証人相談 13時～16時 市民相談センター ※要予約	29 ▼国民健康保険税(8期) ▼後期高齢者医療保険料 (第8期)		

Pick up!

### 迅速・的確な行動に消防署から感謝状

昨年12月2日に南崩山町で発生した建物火災において、火災を早期に発見し、付近住民の皆さんが協力して近隣住民に知らせるとともに119番通報を行い、消火栓を使用して初期消火活動を実施して延焼拡大を防ぎ、被害を最小限にとどめました。この迅速・的確な行動に対し1月12日に島原消防署で感謝状贈呈式が行われました。(個人7名と鮎川町自主防災会)  
第一発見者の橋本さんは「火災を発見したときはびっくりしましたが、119番通報と近隣住民の避難を最優先に考えて行動しました。」と話しました。鮎川町自主防災会では毎年消火訓練などを実施しており、その成果が発揮されました。



### 休日当番の医療機関

市内9時～18時 歯科9時～12時 ※1月15日時点  
市外9時～17時 薬局9時～18時 内 内科 外 外科 小 小児科 泌 泌尿器科 整 整形外科 耳 耳鼻科

4日	柴田長庚堂病院	内	64-1111	中堀町
日	いとう整形外科	整	61-0110	広馬場町
⑤	佐藤医院		78-5555	雲仙市国見町
	宮崎歯科医院		62-1180	萩原二丁目
	フラワー調剤薬局		65-0265	中堀町
11日	たかお循環器内科	内	62-6300	桜町
日	島原整形外科西村クリニック	整	62-0888	下川尻町
⑤	太田整形外科		78-5413	雲仙市国見町
	はらぐち歯科医院		62-4361	上の町
	虹の薬局		62-5629	桜町
	島原薬剤師会薬局		65-0301	下川尻町
12日	貴田神経内科・呼吸器科・内科病院	内	68-0040	有明町大三東
月	長崎県島原病院小児科	小	63-0202	下川尻町
⑤	坂本医院 内科・婦人科	内	63-4641	親和町
	松本内科医院		65-3333	雲仙市国見町
	いなだ歯科		62-2901	加美町
	大三東調剤薬局		68-1357	有明町大三東
18日	松岡病院	内	62-2526	江戸丁
日	土井外科消化器内科医院	外	62-6305	中町
⑤	前田内科胃腸科医院		77-3089	雲仙市瑞穂町
	山口歯科医院		62-3016	新町一丁目
	たぐち薬局		62-4193	江戸丁

23日	木下内科医院	内	64-5851	中野町
金	うちだキッズクリニック	小	63-3000	新湊二丁目
	喜多内科医院	内	62-5101	弁天町二丁目
	よこた医院		77-2000	雲仙市瑞穂町
	寺田歯科診療所		62-4427	新町二丁目
	ハロー薬局島原店		65-4060	弁天町二丁目
	亀山薬局みなとテラス店		61-0929	新湊二丁目
25日	わたなべ内科クリニック	内	62-1515	中安徳町
金	いであ整形外科クリニック	整	61-0700	親和町
	長田医院		77-3622	雲仙市瑞穂町
	みやざき歯科		62-7300	湖南町
	溝上薬局中安徳店		73-9211	中安徳町
	はくあい堂しんわ薬局		61-0028	親和町
3月	かわはら内科・胃腸科医院	内	62-5413	坂上町
3日	さかい消化器内科・外科クリニック	外	62-6655	宮の町
日	永石医院		38-2015	雲仙市吾妻町
⑤	大場歯科医院		62-4579	浦田一丁目
	まい調剤薬局		64-4119	坂上町

### 市長コラム 古川 隆三郎



#### 能登半島の復興を願っています

令和6年の幕開け希望の1年をとった矢先に、石川県能登半島での大地震、そして大津波さらには大火災と大型災害が発生しました。日頃は過疎が進む半島地域も、お盆や正月には帰省客で賑わい、おじいちゃんやおばあちゃんにお年玉をもらい、家族団らんの元日の光景が一変したことに心を痛めています。  
33年前の雲仙・普賢岳の噴火災害を経験した島原市として、5日にはトイレカーを輪島市に派遣しましたし、3日の故郷しまばら二十歳の集いでは、20歳の若者が義援金を集めてくれました。今年、島原城は築城400年を迎え、さまざまなイベントで盛り上がりそうですが、元気な町・島原市から能登半島へ心を寄せて支援を続けて行こうと思います。1日も早い能登半島の復興を願っています。

### 消防功勞感謝状贈呈式

心豊かでたくましく生きる  
島原っ子を育むための

しまばら家庭教育 **三・三・七** 拍子!

3 家庭学習・読書  
進んで勉強! 楽しく読書!

学校で一生懸命に勉強し、家庭でも自ら進んで勉強することで、着実に学力が身についていきます。読書については、ぜひ親子で一緒に楽しみましょう。

家庭学習は確かな学力を身につけ、読書は豊かな心を育てます。「毎日、机に向かう」ことを習慣にしましょう。

子どもに身につけさせたいこと

問合せ先 社会教育課



#### 子ども医療電話相談

夜間お子さんが急な病気やケガで困ったときは電話を!

短縮ダイヤル **#8000** または ☎095-822-3308

毎日18時～翌朝8時  
※日曜、祝日は24時間対応

#### 小児の日曜診療所

☎63-0202 (受付時間のみ)  
必ず電話受付後に来院してください。

- 対象者 中学生以下の小児(内科疾患のみ)
- 診療場所 長崎県島原病院 小児科外来室
- 診療時間 土曜の18:00～日曜の17:00
- 受付時間 土曜の17:30～日曜の16:30

#### 島原の情報はこちら

- ・市ホームページ
- ・各種SNS(LINE/Facebook/Twitter/Instagram/TikTok)
- ・CATV: カボチャテレビ(土・日曜)、ひまわりテレビ(月～金曜)
- ・FMしまばら(88.4MHz)(月～金曜)
- ・新聞: 島原新聞(随時)

公式LINE



# リフォームで叶える新しい暮らし。

使いやすくて綺麗なキッチン、  
快適なバスルーム、美しい庭園。  
星野建設は、夢の住まいを  
リフォームから始めるお手伝いをします。  
100年以上の確かな技術と経験で、  
あなたの理想の暮らしを実現します。

**随時受付中**  
リフォーム・リノベーション  
相談・見学会

ショールームやモデルハウスで  
実際に目で見てご確認ください。  
ご予約はお電話でもネットでも  
受け付けています。

**Reform** 工務店だからできるこだわり。部分リフォームで理想的な空間づくり。

キッチン	バスルーム	トイレ	洗面化粧台
リシェルSI	スパージュ	サティスGタイプ	ルミス
使い勝手の良い収納スペース、 モダンで美しいデザイン。 高品質の設備を一新し、 あなたのキッチンを一新します。	おしゃれな空間デザイン、 高品質の設備はもちろん、 防カビで掃除の手間を軽減。 新しいリフレッシュ体験を。	清潔感あふれる個室空間、 冬も暖かく快適な機能性、 自動洗浄でお手入れラクラク。 使ったばかりの気分がある場所に。	美しさと快適さを引き立てる 使い勝手を考慮したデザイン、 清潔感あふれる空間で、 新しい一日が始まります。
施工金額 150万円～	施工金額 160万円～	施工金額 32万円～	施工金額 50万円～

**Renovation** 思い出深いこの場所で。大切な住まいを全面改築・増築・減築。

Before → After

古くなった家を、モデルハウスのようにおしゃれで耐震・収納・断熱性能のある住みやすい空間に。  
愛着のある柱や梁を活かし、思い出はそのままに。建て替えの2/3の費用で夢の住まいを実現。  
あなたの住まいのポテンシャルを最大限に引き出し、快適で安全な新しい生活を実現します。

**島原田町デザインルームHILLS**

新築・リフォーム・全棟リノベーション、  
空き家管理など家のご相談を承っております。  
店内にはインテリアショールームもございます。

長崎県島原市田町691-1 土・日・祝日は  
TEL 0957-65-0110 営業時間9:00-17:45  
LINE公式アカウント リンクルリフォームショップ星野建設

**清掃スタッフ大募集!!**  
未経験でも大歓迎!!  
時間 9:30~15:00  
時給 1000円~  
**島原白山ホテル**  
島原市中組町19番地 TEL0957-63-5400  
※労働条件の詳細は直接お問い合わせください

島原でのお買物は  
**がんばスタンプ加盟店へ**

スタンプを貰って台紙に貼ろう!  
詳しくは、加盟店へ  
ピンクののぼりが目印です。

島原スタンプ事業協同組合  
月・水・金 9時~16時  
☎65-5577 島原市中堀町17-1

相談料：初回1時間まで5500円

働き方のお悩み 家族のお悩み お金のお悩み

弁護士に相談してみませんか?

島原中央総合法律事務所(旧島原中央ひまわり)  
住所：島原市中町851 大手ビル3階  
電話番号：0957-62-5138

きれいな水を未来へ残そう  
**有明清掃**

浄化槽のメンテナンスは  
有明清掃におまかせ下さい!

一般廃棄物収集運搬業(し尿・事業ごみ)  
浄化槽維持管理業(保守点検・清掃)  
水まわり設備工事、排水管清掃

島原市有明町大三東甲724-2  
☎68-1368

安心と信頼の住宅塗装をお約束します  
マーキー塗装の10の工程

- 1 挨拶
- 2 調査
- 3 足場
- 4 高圧洗浄
- 5 シリコン充填
- 6 養生作業
- 7 下地調整
- 8 塗装
- 9 美装
- 10 安心

見える仕事を見る形で **マーキー塗装**  
〒855-0068 長崎県島原市杉山町甲436-1  
TEL/FAX.0957(61)0687

**マルイチ葬祭**  
☎0120-01-4358  
ホームページに葬儀内容を明示しております  
マルイチ斎場 島原市弁天町1丁目7118-6  
マルイチ新湊斎場 島原市新湊2丁目丁2564-2

浄化槽点検・浄化槽清掃  
セットでおまかせください  
有限会社太田衛生へ

有限会社 太田衛生  
TEL:0957-62-2536  
〒855-0057 島原市新湊2113 FAX:0957-63-5721  
■休業日：土曜日午後・日曜・祝日 ■ホームページ：http://u-ohta.com/

**こども食堂**  
\*毎月最終日曜開催中\* in 島原ステーションホテル  
2月25日(日) 11時~12時半  
子ども(中学生まで)：**わりょう!**  
子ども支援株式会社では、子ども達への  
「ほめたいこと」「あげたいもの」  
「かなえたいこと」募集!  
詳しくはHPを見てね!

中学生 高校生 対象 **JavaScriptクラス体験会**

本格的なコーディングの基礎を学ぶ1時間の体験教室  
ホームページやゲーム開発等に使用されているプログラミング言語『JavaScript』を学ぶ本格的な体験会です。JavaScriptは世界でもっとも使われているプログラミング言語で高校の『情報I』の教科書で学習する言語にも多数採用されています。

日程	時間	会場	定員
3月29日(木)	9:00または11:00	本校教室	8
4月7日(日)		本校教室	8

お申し込み方法  
右下のQRコードからお申し込みをお願いします。参加者多数の場合抽選となります。締切は3月11日です。参加無料!

無料体験受付中  
お問い合わせはこちら  
http://shimabarajouka.tech/  
info@shimabarajouka.tech  
0957-63-3456