

広報 しまばら

11

2024 No.846
November

みんなで祝った
島原城築城400年



島原城築城400年記念 大盛況のお祝いのイベント

島原城築城400年イベントが目白押しだった10月。しまばら江戸まつり、島原城大手門市、島原城築城400年記念シンポジウム、島原藩ゆかりの地サミットなど、各所で賑わいをみせました。

島原城大手門市



島原城築城400年記念シンポジウム



島原藩ゆかりの地サミット



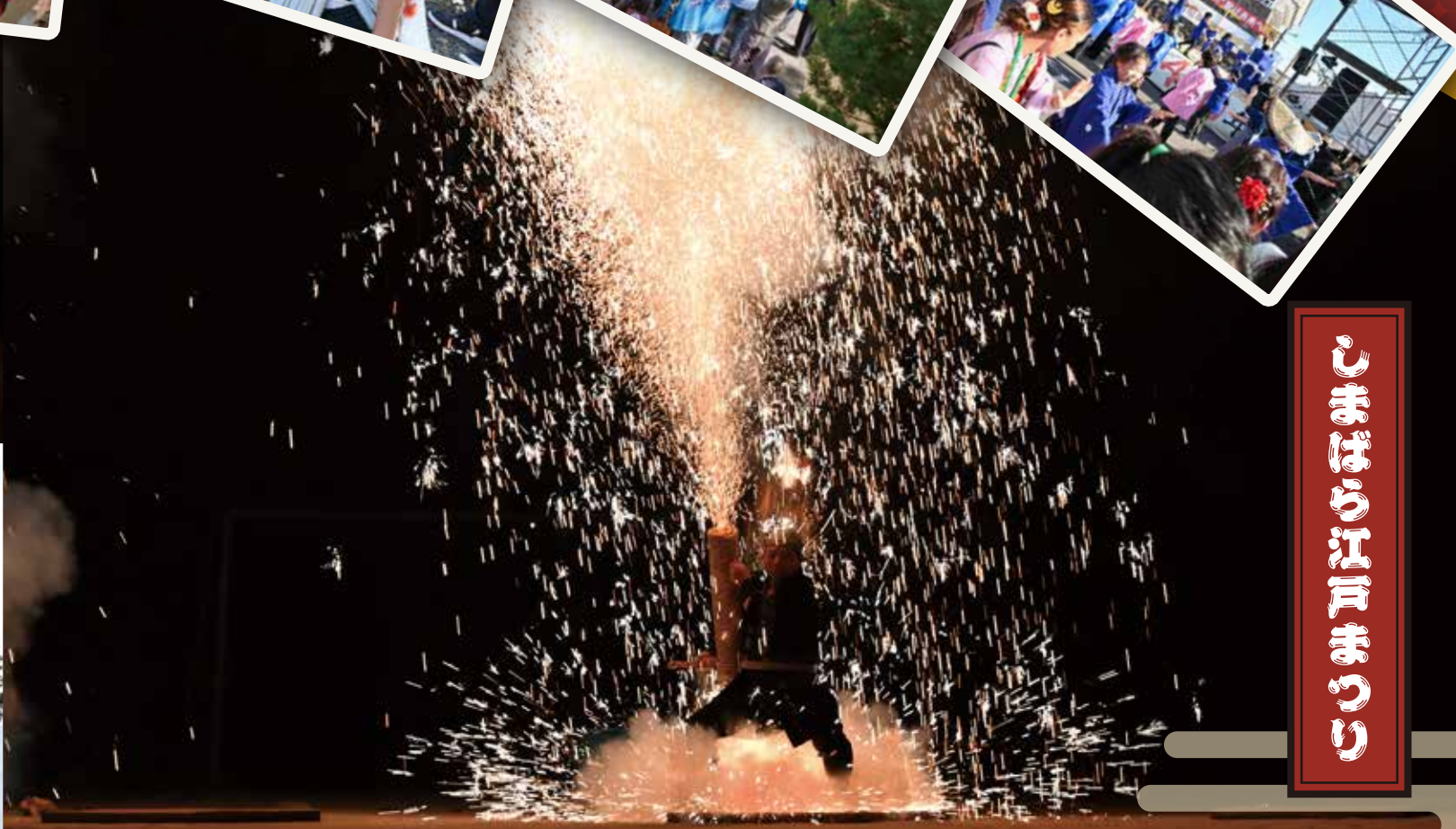
大分県豊後高田市「大松明」
※実際の4分の1サイズ



ブルーインパルス



松明行列



愛知県幸田町「手筒花火」

しまばら江戸まつり

選挙のギモン？ お役立ちQ&A



Q 小さい子どもを連れて行っても大丈夫？

A 投票に影響のない限り、18歳未満の子どもであれば、投票所に一緒に入ることができます。

Q 投票所入場券をなくしてしまった…

A 期日前投票・投票日のどちらも投票所入場券がなくても選挙人名簿に登録されていれば投票できます。
受付係員にお申し出ください。

Q 病院や施設に入院・入所中の人はどうすればいいの？

A 不在者投票指定施設の病院や施設であれば不在者投票制度を使って投票できますので、入院・入所中の施設にお問い合わせください。

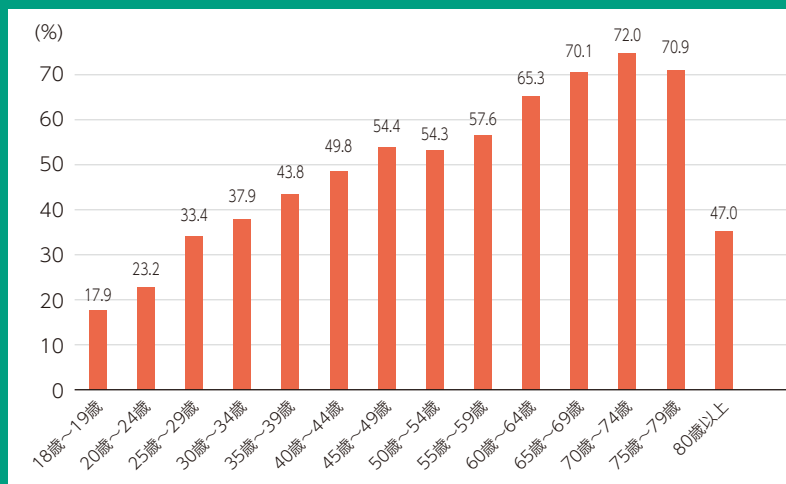
Q 引っ越しをしたばかり…どこで投票できるの？

A 転入先で転入届を提出後、3か月以上居住し続ければ転入先の市区町村の選挙人名簿に登録され投票ができるようになります。それまでの間は、選挙の種類によって投票できる場合が異なります。
なお、市区町村選挙の場合は、異なる市区町村へ引っ越しされた場合は投票ができません。

選挙当日、投票所に行くことができない人は、期日前・不在者投票を利用しましょう！

若い世代の投票率低くない？

18歳から24歳の投票率は、
ほかの世代より大変低くなっています。
若い世代の声をもっと政治に
反映していきましょう！



令和5年5月28日執行の島原市議会議員一般選挙の
世代別投票率

12月17日に任期満了を迎える 島原市長選挙

告示日：11月24日(日)

＼当日の投票時間が短くなっています！／

投票日

12月1日(日) 7時～18時

選挙当日に、仕事や旅行などの都合により投票ができない人は
期日前投票所で投票ができます。

期日前投票期間		11月25日(月)～11月30日(土)
投票所・時間	島原市役所 会議室1A(1階) (上の町537番地)	8時30分～20時
	有明庁舎 相談室(1階) (有明町大三東戊1327番地)	
	イオン島原店 (弁天町一丁目7080番地1)	10時～20時

※期日前投票は投票区に関係なく、上記3か所で投票できます。

不在者投票

選挙期間中に他の市町村に滞在している場合は、滞在先の市町村で不在者投票ができます。

また、県選挙管理委員会が指定している病院、老人ホームなどに入院、入所中の場合は、その施設で投票することができます。どちらも事前に申請が必要です。

※詳しくは、選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。

特集

あなたの一票で
島原の未来が変えられる

選挙は、私たちの暮らしや願いを政治に
反映させる大切な機会です。私たちの生活や
島原市をよりよくしていくためにあなたの
一票を届けましょう！

水道料金のクレジットカード継続払いができるようになりました

クレジットカード情報などを専用サイトで事前に登録することで、水道料金を継続的にクレジットカードでお支払いができるようになりました。

クレジットカード払いの開始は、申込み日の翌月分料金からとなります。

利用できるクレジットカード会社

- ・VISA
- ・Mastercard
- ・JCB
- ・American Express
- ・Diners Club

準備していただくもの

- 需要者番号（10桁）および順路番号（15桁）
※「水道使用量のお知らせ」または「水道料金納入通知書」でご確認ください。
- クレジットカード
- メールアドレス

申込み方法 市のホームページに掲載している専用申込サイトをご覧ください。

問合せ先 水道課



詳細はこちら



「女性に対する暴力をなくす運動」について

11月12日(火)から25日(月)は、「女性に対する暴力をなくす運動」強化週間です。ひとりで悩まず、専門の相談窓口にご連絡してください。

- 相談窓口**
- 性暴力被害者支援
#8891（はやくワンストップ）
 - 性犯罪被害相談窓口
#8103（ハートさん）

問合せ先 長崎県男女共同参画推進センターきらりあ ☎095-822-4729



女性の人権ホットライン(全国共通)

☎ 0570-070-810

夫・パートナーからの暴力、ストーカー行為、職場におけるセクシュアル・ハラスメントなど…ひとりで悩まず、電話してください。

「女性の人権ホットライン」強化週間

11月13日(水)から11月19日(火)
(8時30分～19時。ただし、土曜日・日曜日は10時～17時) 女性の人権に関するご相談をお受けします。

問合せ先 長崎地方法務局
☎095-820-5982



人権イメージキャラクター
人KEN まもる君・人KEN あゆみちゃん

乗って、残そう！ しまばらの公共交通



市内や島原半島をすみずみまでつなぐ公共交通は、住みやすいまちに欠かせない移動手段です。

しかし、マイカーの普及とともに鉄道やバスの利用者が年々減少し、路線の縮小や廃止が現実の問題となっています。また、運転免許証や自家用車を持っていない人たちにとっても、公共交通は地域で生活するために必要不可欠なもので、観光や物流など地域経済などの面でも大きな役割を果たしています。

公共交通は地域で暮らしている皆さんのものであり、一人ひとりが利用して支えていなくてはなりません。

島原市は11月を**公共交通利用促進月間**として取り組んでいます。
公共交通を未来へ残していくために積極的に利用しましょう！

問合せ先 政策企画課



11月25日～12月1日は 「犯罪被害者週間」です

今年の標語 「寄り添って 周囲でつむぐ 理解の輪」

「犯罪被害者週間」は、犯罪被害者の支援について、みなさんの理解を深めることを目的とするものです。あなたの周りに困っている人、悲しんでいる人はいませんか？みんなで支え合える世の中をつくりましょう。

問合せ先 市民協働課

秋季火災予防運動

11月9日から11月15日まで
全国一斉に秋季火災予防運動が実施されます。

守りたい 未来があるから 火の用心

(令和6年度全国統一防火標語)



火の取扱いに注意・焼却行為は原則禁止

火災の起こりやすい季節です。
焼却行為は原則禁止されています。
例外的に焼却行為を行う場合でも、火の取扱いに十分注意し、火災を起こさないようにしましょう！

出火原因のワースト1位は19年連続「たき火」です!!

島原広域圏管内の出火原因のワースト1位は19年連続「たき火」です。
昨年の焼却行為に起因する火災は21件発生しています！
火災予防運動期間中は巡回指導を強化します。



地震火災を防ぐため、感震ブレーカーなどを設置しましょう!!

地震火災対策のため、「家具などの転倒防止対策」を行い、「住宅用火災警報器」、「感震ブレーカー」を設置しましょう。

地震時の
通電火災にご注意



感震ブレーカーを
設置しましょう!!



問合せ先 島原地域広域市町村圏組合消防本部 予防課 ☎ 62-5857

確定申告はマイナンバーカードを使って スマホ申告してみましよう！



マイナンバーカードとスマホで申告ができることをご存じですか。

申告にマイナンバーカード発行時に設定した**2つのパスワード**が必要です。

- 利用者証明用電子証明書（数字4桁）
- 署名用電子証明書（英数字6文字以上16文字以下）

確定申告で税務署にお越しの際には、申告関係書類のほか、
マイナンバーカードと設定した2つのパスワードとスマホを持参ください。

- ※上記パスワードを忘れてしまった人は・・・
パスワードの再設定（リセット）が必要です。マイナンバーカードをご持参の上、お早めに市役所で手続きをお願いします。
- ※上記パスワードの確認と各電子証明書の有効性の確認をしたい人は・・・
「公的個人認証サービス モバイル JPKI」アプリにて確認ができます。
ご利用には、アプリのインストールが必要です。

問合せ先 島原税務署 ☎ 62-3281

移住・空き家相談会



移住・空き家 相談会

と き 島原駅
と ころ 11月16日（土）
10時～16時

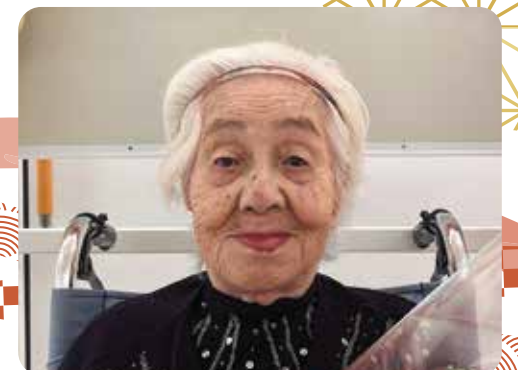
問合せ先 シティプロモーション課

祝 100歳 おめでとうございます

大正13年生まれ



おしざき
鷺崎 シズヨさん(9月23日生)



かわい ゆきこ
川井 幸子さん(10月10日生)

小西 紀行 先生からのメッセージ

今回は「島原城としまばらん」というお題でしたが、小学生の皆さんが私の知らない島原城の雑学を用いて4コマにした作品が多かった事に感心するとともに、私自身勉強にもなりました。応募してくれた皆さんありがとうございました。

多くの作品が“今”の島原城を描いた中で、最優秀賞に選んだ本田さんの作品は400年前の時代のしまばらんのお話でした。しまばらんが身を呈して敵からお城や殿様を守ろうとする“守護神らしさ”と、オチでの“しまばらんらしさ”がよく描けていると思い、最優秀賞に選ばせていただきました。

しまばらんが島原城と同じように何百年も愛される存在になると嬉しいです。皆さんが困った時に、「しまばらんがいてくれたら」と思える存在になれるように、これからも4コマ漫画でしまばらんの魅力を伝えていきます。改めて、応募してくれた皆さんありがとうございました。



第81話

「守護神の力？」

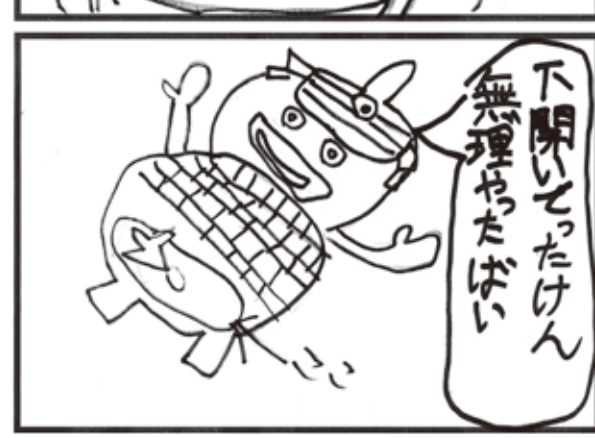
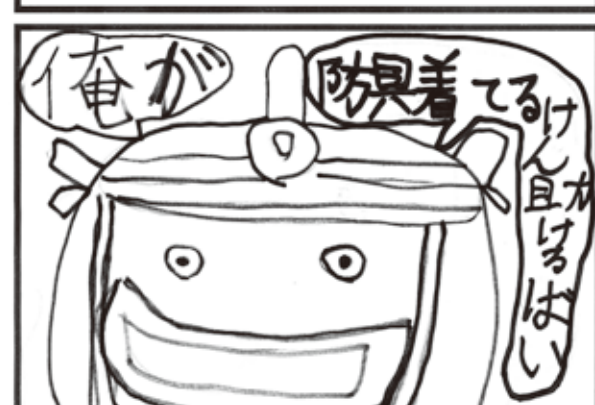
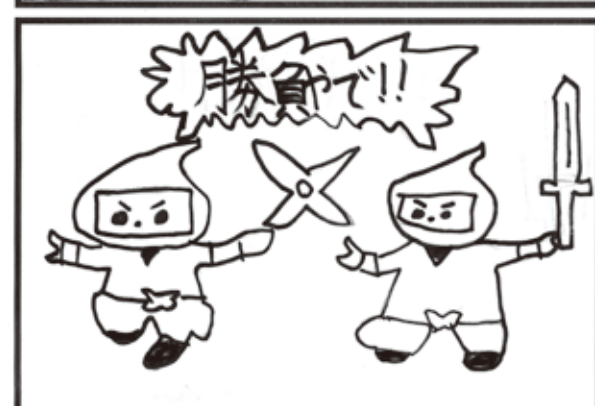
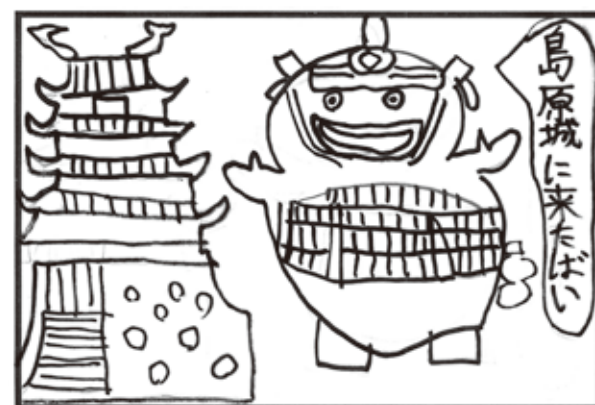
小西 紀行



最優秀作品

「島原城としまばらん」

本田 竜



しまばらん 4コマ漫画

最優秀作品決定!

島原城築城400年記念

市内小学生を対象に募集した“しまばらん 4 コマ漫画”テーマ「島原城としまばらん」の最優秀作品が決定しました。今回の応募数99点の全作品を本市出身の漫画家である小西紀行先生が審査し、特に優れている作品を選考しました。

応募してくれた皆さん、ありがとうございました!



島原の方言を使ったりどういうオチにするかを考えて描きました。あまり自信はなかったけど、最優秀賞に選ばれたときは「本当に僕でいいの?」という気持ちでした。嬉しすぎて言葉が出なかったです。

「島原不知火連」 結成30年を迎えて

阿波踊りを始めて以来、健康づくりと足腰の鍛錬のために毎日のローラー台での自転車こぎとウォーキングを欠かさない廣瀬さん。「ささゆり連の皆さんの指導や支えがあって結成でき、ご支援いただいた皆さんのおかげでここまで来れたことに感謝しています。阿波踊り大会の継続はもちろん、博多どんたくには20年以上参加し、島原観光のPRも行いました。阿波踊りは生演奏なのでテンポに緩急をつけたり、若い人から高齢者まで年相応の踊り方があり、踊りの自由度が高いのが魅力です。」と、これまでの活動と魅力を語ります。

「人生の達人」

ひろせ あきら
廣瀬 朗さん(71)

昭和28年、南下川尻町に生まれ、育つ。高校卒業後、九州芸術工科大学（現：九州大学芸術工学部）へ進み工業設計を学ぶ。その後、福岡の大手自転車販売会社へ就職し、家業を継ぐため昭和53年に帰郷。現在、合資会社廣瀬商会・自転車生活課ゆうの代表を務める。

雲仙・普賢岳噴火災害を機に阿波踊りと出会い、平成6年に「島原不知火連」を結成。平成7年からは連長（代表）として結成以来30年間、噴火災害に対する支援への感謝を胸に地域活性化、観光・交流人口の拡大に情熱を注ぐ。

島原市スポーツ推進委員（H10～R2）、島原市スポーツ委員協議会会長（H28～R2）、人権擁護委員（R2～現在）を務め、長崎県スポーツ推進員功労者表彰（H22）、九州地区スポーツ推進員功労者表彰（H30）、島原市表彰（H30）などを受賞。南下川尻町在住。

「今年は結成30周年を記念して11月2日（土）は午後2時からホテルシーサイド島原にて、3日（日）は午前10時30分から島原城西のやぐら前広場で阿波踊り大会を開催します。観覧無料でお楽しみ抽選会もありますのでぜひご来場ください。3日は午前10時からサンシャイン中央街アーケード、午後2時から一番街アーケードでも披露します。噴火災害を機に始まった島原の阿波踊り。全国からいただいた温かい支援への感謝を胸に、これからも踊り続けていきます。」と、力強く語っていただきました。



島原不知火連
Facebook

阿波踊り大会の情報や
活動状況をご覧いただけます。



感謝の気持ちを 忘れな

踊り繋いだ
30年

輝く島原人

THE SCENE Vol.85 島原に生きる

阿波踊りとの出会い

日本三大盆踊りの一つに数えられる徳島県の阿波踊りは四百年以上の歴史をもつ伝統芸能です。徳島から遠く離れた島原の地で「島原不知火連」を結成して30年。阿波踊りへの情熱を注ぐのは連長（代表）を務める廣瀬朗さんです。

「平成4年、私は島原商工会議所青年部の事務局長でした。当時、島原は雲仙・普賢岳噴火災害で大きな被害を受け、全国の商工会議所から義援金などの励ましをいただきました。そんな中、徳島県阿南市の商工会議所青年部の皆さんから「火山灰で外遊びができない島原の子どもたちを夏休みに招待し、交流を通じて将来を担う子どもたちの一助になれば」という話をいただき、五小と四小の児童を中心に、「阿南・島原げんき塾」としてバスで阿南市を訪問しました。市役所に到着すると「ささゆり連」の皆さんが阿波踊りで歓迎していただき、初めて見る踊りにとっても感動しました。その日は徳島市の阿波踊り大会も観覧し、災害で心が沈んでいた島原を元気づけてほしい、とお願いしたら、10月のしまばら温泉不知火まつりに「ささゆり連」の皆さんが来てくれることになったんです。市民も初めて見る阿波踊りに大盛況でした。前夜祭から二日間、市内各所で踊りどおしで、疲れきって座り込む踊り子さんにおばあさんが歩み寄ってきて「噴火災害は本当に悲しいことだったが、おかげで本物の阿波踊りを初めて見ることができて本当にうれしかった」と、涙を流しながら一人ひとりと握手してくれたんです。それを見て阿波踊りはこれほど人を感動させるものなんだと思ひ、見るだけではなく自分たちも踊って続けていかなければいけない、島原で阿波踊り大会を開催すれば交流人口が増え、地域も元気になるぞと思ったんです。」と、振り返ります。

その後、平成6年に商工会議所青年部を中心に「島原不知火連」を結成し本格的に練習を開始。平成8年には中堀町アーケードで第1回阿波踊り大会を成功させました。踊りの指導などでお世話になった「ささゆり連」をはじめ、地元事業所や団体、保育園児などが参加してとても盛り上がりつつあります。



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
救急救命を学ぼう	11月 5 日(火) 有明保健センター	きらら kids
秋のお茶会	11月 7 日(木) 市保健センター	ぱぴぷ kids
親子 de ダンス	11月12日(火) 三会農村環境改善センター	のびのび kids
交通安全教室	11月21日(木) 杉谷公民館	すくすくげん kids
親子 de リフレッシュ	12月 3 日(火) 有明保健センター	きらら kids

※「にこにこ kids（安中公民館）」は、令和 7 年 3 月まで中止です。

イベント情報



お茶会



親子 de リフレッシュ

ママたちのためのリフレッシュ講座 「トールペイント教室」

初めての人も楽しく参加できる講座です。少しの間、お子さんと離れてリフレッシュしませんか？

と き 11月20日(水) 10時～12時
と ころ 市保健センター(研修室)
※変更の場合があります。
講 師 大場 順子 先生
定 員 12人 ※託児ができます。
参 加 料 無料(材料費500円)
受 付 開 始 11月 5 日(火)



しまばら食育レシピ ～たんぱく質をプラスした一品～

豚肉とじゃがいものシャキシャキ炒め



■栄養価（1人分）
エネルギー：149kcal たんぱく質：7.6g
脂質：6.2g 食塩：1.0g

■材料・分量（4人分）

豚もも薄切り肉……………120g
じゃがいも……………中 2 個(300g)
さやいんげん……………40g
しょうが……………50g
砂糖……………小さじ 2
塩……………小さじ 2/3
ごま油……………大さじ 1

《作り方》レシピ提供：食生活改善推進員協議会

- ① じゃがいもは皮をむいてせん切りにし、水に 2 回ほどさらして、水気をしっかりとる。豚肉は細切り、しょうがはせん切り、さやいんげんは斜め切りにする。
- ② フライパンに、ごま油としょうがを入れて火にかけ、香りが立ってきたら豚肉をいれてさっと炒める。
- ③ 豚肉に火が通ったら、じゃがいもとさやいんげんを加えて炒める。
- ④ じゃがいもに火が通ったら砂糖・塩を加えてさっと炒め合わせる。

毎月19日は「食育の日」！

心もからだも健康で元気に過ごすために、
普段の食生活を振り返り、食育に取り組んで
いしましょう。



November HAPPY BIRTHDAY

おたんじょうび
おめでとう！



birth
11.03

たかだ ゆま
高田 佑愛ちゃん

いっぱい食べて大きくなろうね♡



birth
11.06

いとう みすは
伊藤 瑞葉ちゃん

元気に育ってね



birth
11.07

みやもと ななほ
宮本 七帆ちゃん

我が家の癒し七帆幸せをありがとう☆



birth
11.08

なかしま りん
中島 涼蓮ちゃん

家族で沢山の思い出を作ろうね



birth
11.08

うえだ あつき
上田 篤輝ちゃん

生まれてきてくれてありがとう！



birth
11.13

なかむら ことば
中村 琴葉ちゃん

たおやかに、美しく、ひたむきに。



birth
11.16

きだ てんか
貴田 天蘭ちゃん

愛嬌満天 笑顔満天 天ちゃん大好き♡



birth
11.18

ひらやま ちはや
平山 千隼ちゃん

みんなでたくさんおでかけしようね



birth
11.20

ばば ゆづき
馬場 柚月ちゃん

楽しい毎日をありがとう



birth
11.23

すえなが ゆの
末永 紬乃ちゃん

癒しをありがとう♡元気に育ってね！



birth
11.28

まつもと かのこ
松本 楓ちゃん

保育園頑張るぞー！！



birth
11.28

ほんだ なき
本田 栞菜ちゃん

生まれてきてくれてありがとう☆

写真
募集中

広報発行月に満 1 歳を迎える市内在住の
お子さんの写真募集中

締切りは広報発行月の前々月20日です。

申込み



九州オルレ “南島原コース”

韓国・済州島発祥の「オルレ」とは、現地の方言で「通りから家に通じる狭い路地」という意味です。「九州オルレ」は済州オルレの姉妹版で、南島原コースは「潮風を感じながら南蛮貿易で栄えた港町を歩く」をテーマに、多数のジオパーク的な見どころもあるトレッキングコースです。

- ①口之津港（スタート）
明治時代には、南蛮貿易や三池からの石炭の積み出し港として栄えた歴史ある港です。
- ②野田堤・烽火山
早崎半島の最高峰で標高は約90m。マグマのしづきが積み重なってできた山です。
- ③幻の野向の一本松
もともと大きな松の木があったことが名前の由来。約150万年間にわたって島原半島をつくり上げた火山群が一望できます。
- ④瀬詰崎灯台
早崎瀬戸の豪快な潮の流れが見えます。大潮のときには渦潮が見えることも？
- ⑤島原半島の始まり
島原半島が生まれたのは今から約430万年前と言われており、どのような噴火で始まったかを伝える地層や溶岩流の地形が観察できます。

島原半島には他にも「島原コース」があります。日に日に秋が深まるこの季節、それぞれのオルレコースで「島原半島のジオの魅力」を五感で感じてみてはいかがでしょうか。

- ⑥アコウ群落
石垣をがっちり固定することから、防風林や防潮林として活用されてきたアコウの樹。樹齢300年を超える大きなアコウの群落は南島原市の天然記念物です。
- ⑦口之津灯台
溶岩流がつくる高台の上に建ち、口之津港に出入りする船の安全を見守っています。
- ⑧口之津歴史民俗資料館分館（ゴール）
南蛮貿易や石炭の積み出し港として栄えた口之津の歴史を紹介する資料館。建物はかつての税関で、長崎県の文化財に指定されています。



オルレイベントで野田堤を歩く参加者たち



アコウのトンネル

図書館へ行こう！

＼今月の新刊／



『森にあかりが灯るとき』
藤岡陽子/著 (PHP研究所)

島原図書館での催し
○クラフト講座「島原城とブルーインパルス」～ステンドグラス風ペーパーアート～
時 11月16日(土) 13時30分～
対 小学生～大人(小3までは保護者同伴)
数 15人(申込制)
料 500円
講 筆記用具、はさみ、スティックのり、タオル
○手作り講座「クリスマス スワッグ作り」
時 12月8日(日) 10時～
講 小田美和 先生(リーフシャワー店主)
数 大人 10人(申込制)
料 1,400円
講 花が切れるハサミ・エプロン
○朗読会「島原大変を語る民話」
時 11月17日(日) 13時～
○映像と朗読による「普賢岳モノクローム」
時 11月17日(日) 14時～
対 大人
料 無料
○図書館まつり
時 10月27日(日)～11月26日(火)
内 さまざまな企画をご用意して市民の皆さまの来館をお待ちしています。

○島原図書館
(☎ 64-4115)



▶開館時間 9時～18時
※金曜 20時まで
▶休館日
毎週月曜日
30日(土)資料整理日

○有明図書館
(☎ 68-5808)



▶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)
30日(土)資料整理日

発掘をのぞいてみよう！

「ポンポンポン 拓本採取」



拓本体験



拓本作品

縄文土器の細かい文様や石碑に刻まれている文字などの情報は、よく拓本を取って読み解かれています。拓本は土器や石碑の上に湿らせた画仙紙をぴったり張り付け、墨をタンポでむらなく打ち、対象物を写し取ったものを指します(湿拓)。湿らせた画仙紙が適度に乾いていないと墨がにじんできてしまうことがあります。また、墨を打ちすぎると、遺物を汚してしまうこともあります。それらを良いあんばいで拓本にとると白と黒の対比で細部の特徴が際立って見えます。写真や肉眼では気付にくい細かなところを観察することができます。

家庭で気軽にできる方法としては、対象物の上に紙を置き鉛筆などでこすると模様を浮き上がらせることができます(乾拓)。

問合せ先 社会教育課

要予約:定員あり(先着順)

肺がん集団検診のお知らせ

日本人の2人に1人は「がん」になる時代。自分は大丈夫！と思っていませんか？
家族のため、自分自身のために年に一度検診を受けましょう！

予約期間 11月1日(金)～6日(水)

予約方法 Web(24時間予約可能)もしくは、
市保健センターに電話予約(平日8:30～17:15)

Web予約は
コチラ



対 象 者 40歳以上の市民(年齢基準日:令和7年4月1日)

※以下の人は受診できません。

- ・勤務先などでがん検診を受診できる人
- ・人間ドックを受診した人(受診予定も含む)
- ・妊娠中または妊娠の可能性がある人
- ・定期的に病院でレントゲンやCT検査を受けている人
- ・R6年4月以降に市の肺がん検診を受診した人

検 査 内 容 問診・胸部エックス線検査(レントゲン)
喀痰検査(50歳以上で問診による喫煙歴で選定)

検 診 料 無料

持参するもの 無地のTシャツ(金具がついていないもの)
健康手帳(お持ちの人)



日程・会場

日にち		会場	受付時間
11月	7日(木)	有明保健センター	【午前】 ① 9:00～9:15 ② 9:30～9:45 ③ 10:00～10:15 ④ 10:30～10:45 ⑤ 11:00～11:15
	8日(金)		
	11日(月)	島原市保健センター	★【夜間】11/11のみ ⑥ 18:00～18:15 ⑦ 18:30～18:45 ⑧ 19:00～19:15
	12日(火)		

11月24日(日) 健康しまばら福祉まつり(サブアリーナ)でも「肺がん検診」を実施します。

受付時間:10時～13時 予約不要 先着100人

問合せ先 市保健センター ☎ 64-7713 有明保健センター ☎ 68-5335

募 集

自衛官など採用試験

一般曹候補生

資 18歳以上33歳未満

締 11月28日(木)

▶一次試験

12月7日(土)～12月12日(木)

自衛官候補生

資 18歳以上33歳未満

締 年間を通じて行っています。

高等工科学校【一般】

資 男子で中卒17歳未満(見込含)

締 1月16日(木)

▶一次試験

1月25日(土)または1月26日(日)の
いずれか1日

申・問 自衛隊島原地域事務所
(☎62-3759)

令和7年度

小中学校給食用物資新規納入業者

期 11月1日(金)～11月8日(金)

資 市内に店舗または営業所、事務所
がある業者

申・問 島原市学校給食会(☎68-2750)

難病医療講演会

『脊柱靱帯骨化症』について

時 11月27日(水) 14時～15時50分

所 県南保健所

講 愛野記念病院 整形外科

専門医 富田伸次郎 先生

問 長崎県難病相談・支援センター内
(☎095-846-8620)

長崎県立盲学校巡回支援教育相談会

見えない、見えにくいことで困り感がある
お子様や保護者、教育・療育に関わる
人などを対象に、個別相談会を実施し
ます。遊びや発達、生活や学習などの
お悩みについてご相談ください。(要予約)

時 12月11日(水)

①10時 ②11時30分 ③13時30分

所 県南保健所

締 11月20日(水)

問 長崎県立盲学校

(☎095-882-0020)



お知らせ

島原市立温水プール閉場に伴う

回数券の払い戻しについて

期 10月1日～令和7年2月28日

所・問 霊丘公園体育館・弓道場
(☎63-2206)

島原農業高校「農業祭」

時 11月9日(土) 9時30分～14時

内 生徒実習生産物(野菜、タマネギ苗、
花類、パン・ケーキ類など)の即売、学
習内容の展示・紹介、ふれあい動物園
や保育パネルシアターなどの体験。

他 火張山花公園からシャトルバス運行。
校内に来場者駐車場はありません。

問 島原農業高校(☎62-5135)

第43回長崎矯正展

時 11月 9日(土) 9時～16時

11月10日(日) 9時～15時

内 刑務所作業製品などの展示・即売、ろ
くろ回しおよび革製品製作など体験、
歌謡ショー・太鼓演奏、バザー、ほか

所・問 長崎刑務所(諫早市小川町1650)
(☎0957-22-1330)

ひとり親家庭の研修会および クリスマス会

時 12月15日(日) 9時30分～12時30分

所 白山公民館

対 ひとり親家庭などの親子

料 無料

締 11月24日(日)

申・問 島原市母子寡婦福祉会

(☎080-4280-5147)またはこども課

長崎県の最低賃金が改正されました

10月12日から長崎県の最低賃金が
55円引き上げられ、「1時間953円」にな
りました。

労働者に支払う賃金が最低賃金以上
かどうかを確認し、最低賃金違反になら
ないようにしましょう。

問 長崎労働局(☎095-801-0033)



長崎県の最低賃金は
1時間 **953円**に

健康・福祉

依存症に関する相談窓口

アルコールやギャンブルなどをやめ
たくてもやめられない「依存症」のこ
とで困っていませんか。健康面で気にな
ることがある、当事者や家族の集まりを知
りたいなど、気軽にお問合せください。
相談は無料で、秘密は厳守されます。

時 月～金曜日 ※祝日を除く

9時～17時45分

申・問 県南保健所(☎62-3289)

栄養教室「いつまでも若々しく!血管を 守る食生活を知ろう」

時 12月10日(火)

内 栄養士講話・試食

対 20歳以上の市民 30人程度

締 12月6日(金)

所・申・問 市保健センター

骨折予防教室「骨活のすすめ」

骨粗しょう症を予防し、骨折しにくい
丈夫な身体づくりを学びませんか。

時 ①12月 4日(水)

②12月19日(木)

13時30分～15時30分

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 20歳以上の市民30人程度

※両日参加可能な人

締 12月2日(月)

所・申・問 市保健センター

秋のヘルシーウォーキング

“運動の秋”清々しい秋空のもと
ウォーキングを楽しみませんか?

時 11月16日(土) ※雨天中止

9時30分～12時15分

(受付:9時～9時30分)

所 島原市営陸上競技場 売店前

内 約5kmのウォーキング

(旧島原藩薬園跡までの往復)、

握力測定、健康クイズ

他 完歩賞・食改さん手作りおやつあり

問 市保健センター、有明保健センター

公民館・施設

己書(おのれしょ)教室

筆ペンで心のままに

自由に描きましょう。

時 11月19日(火)、

11月26日(火)

(全2回) 10時～

数 15人(先着順)

料 無料

持 筆ペン(薄墨、濃墨各1本) ※貸出あり

所・申・問 三会公民館 (☎62-4505)



クラフトテープでクリスマスステス トリーをつくろう!



時 12月3日(火) 昼の部 13時30分～

夜の部 19時～

※内容は昼・夜とも同じです。

数 各先着10人

料 500円(材料代)

締 11月19日(火)

▶受付時間9時～17時

持 はさみ、定規(15cm以上)もしくは
メジャー、ボンド

所・申・問 白山公民館 (☎63-2221)

安中公民館での催し

○ヨガで心と身体を癒し Happy Life を!

時 11月27日(水) 19時～

数 15人(先着順)

料 無料

○樹脂粘土でつくるサンタのクリスマス飾り



時 12月14日(土) 13時30分～

数 20人(先着順)

料 800円

所・申・問 安中公民館 (☎63-2253)

元氣アップ!運動教室 体を動かそう!

有酸素運動で脂肪を燃焼し足腰の強
化につなげます。

時 11月7日(木)・14日(木)・21日(木)

(全3回) 10時～11時

数 20人

料 1,500円

持 飲み物、タオル、シューズ

申・問 島原復興アリーナ(☎64-2344)

やさしい空手教室初級

時 11月23日・30日・12月7日・14日・21日

(毎週土曜日・全5回) 11時～12時

※12月7日のみ14時～15時

対 幼児(年中)～一般

数 20人(先着順)

料 500円

所・申・問 霊丘公園体育館・弓道場
(☎63-2206)

女性のための生き生き健康教室

時 12月4日・11日・18日

1月8日・15日・22日・29日

(毎週水曜日・全7回)

10時30分～11時30分

料 1,000円(保険料含む)

対 島原市在住の女性

数 18人(先着順)

▶受付開始 11月5日(火)～

持 運動できる服装、体育館シューズ、
タオル、水筒など

所・申・問 島原市営平成町人工芝グラウ
ンド(☎73-9333)

憧れのステージでグランドピアノを弾こう!

時 12月8日(日) 9時～17時(1時間単位)

料 1人1時間1,000円

※複数人で1時間利用する場合は各々
1,000円必要(当日徴収)

対 小学生以上のピアノ経験者

▶申込開始 11月1日(金)～先着8組

所・申・問 島原文化会館(☎62-2111)

りんごのクリスマスカービング

～りんごを彫って作るクリスマス飾り～

時 12月15日(日) 10時～

対 大人

数 10人

料 1,000円

所・申・問 有明文化会館(☎68-5800)



国民年金

社会保険料(国民年金保険料)

控除証明書

国民年金保険料は、所得税および市
県民税の申告でその年に納付した全額
が社会保険料控除の対象となります。

年末調整や確定申告で国民年金保険
料を申告する場合は、1年間に納付した
国民年金保険料の額を証明した社会保
険料(国民年金保険料)控除証明書また
は領収証書の添付が必要になります。

社会保険料(国民年金保険料)控除
証明書については、11月上旬に日本年
金機構から送付されますので、申告を
行うまで大切に保管してください。

なお、家族の国民年金保険料を納付
した場合も、本人の社会保険料控除に
加えることができます。

諫早年金事務所出張相談

時 11月12日(火)、12月10日(火)、

1月21日(火)

所 市役所 本庁舎 会議室1A

数 11月:16人、12月・1月:8人

方 基礎年金番号またはマイナンバーが
分かる書類を準備し、相談日までに
諫早年金事務所(☎0957-25-1662)
へ電話予約 してください。

窓口専用電話 (☎0570-05-4890)

問 市民窓口サービス課

不用品コーナー

おゆずりします

介護で使用する簡易トイレ(木製)・姿見・
ズボンプレッサー・ダブルベッド・三面鏡
ドレッサー・藤ドレッサー・三面鏡・食器
棚・整理ダンス・エプソンプリンターイン
ク未使用・焼き物・大きい花瓶・こたつー
式・座敷机90cm×36cm・学習机、椅子、
正月飾り・羽子板ガラスケース入り、ほか

問 市民相談センター・消費生活センター

燃やせるごみの収集について

11月4日(月)は祝日のため収集しませ
ん。夜間収集を含め、翌5日(火)に収集し
ます。

問 環境課

カレンダー

202411月

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	2
3文化の日 ■北村西望賞教育美術展 9時～17時 島原文化会館 6日まで	4振替休日	5 ◆行政相談 13時～15時 市民相談センター	6 ●健康相談 9時～11時 市・有明保健センター	7 ●乳幼児相談 9時30分～11時 安中公民館	8	9
10 ■島原市防災避難訓練 (三会地区) 8時45分頃 ■島原市民音楽祭 (洋楽の部) 【午前の部】10時30分～ 【午後の部】13時30分～ 島原文化会館	11	12 ●乳幼児相談 9時30分～11時 三会農村環境改善 センター	13 ●健康相談 9時～11時 市・有明保健センター	14	15	16
17 ■島原市民音楽祭 (邦楽の部) 13時30分～ 島原文化会館	18 ◆不動産相談 13時～16時 市民相談センター	19 ◆行政相談 13時～15時 市民相談センター	20 ●健康相談 9時～11時 市・有明保健センター	21 ◆弁護士相談 13時～16時 市民相談センター ※要予約	22	23 勤労感謝の日 ■島原ふるさと 産業まつり 10時～16時 島原復興アリーナ (24日も開催 10時～15時)
24 ■健康しまばら 福祉まつり 10時～15時 島原復興アリーナ サブアリーナ	25 ●両親学級 10時～12時 市保健センター	26	27 ●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	28	29	30

休日当番の医療機関

3日(日)	たかお循環器内科	内	62-6300	桜町
	いでた整形外科クリニック	整	61-0700	親和町
	前田内科胃腸科医院		77-3089	雲仙市瑞穂町
	松井歯科医院		68-0011	有明町大三東
	はくあい堂しんわ薬局		61-0028	親和町
4日(月)	虹の薬局		62-5629	桜町
	池田病院	内	62-5161	湖南町
	長崎県島原病院小児科	小	63-0202	下川尻町
	わたなべ内科クリニック	内	62-1515	中安德町
	永吉医院		38-2015	雲仙市吾妻町
10日(日)	清水歯科医院		63-4848	亀の甲町
	そうごう薬局白土湖店		65-0321	湖南町
	溝上薬局中安德店		73-9211	中安德町
	まつしま内科クリニック	内	71-5500	柏野町
	新生病院	外	62-5131	城内一丁目
17日(日)	安藤医院		38-2152	雲仙市吾妻町
	まつおデンタルクリニック		65-0233	北門町
	健康堂薬局かしわの店		61-0099	柏野町
	ひよこ薬局		65-0133	上の町
	林内科医院	内	62-6657	津町
	稲田整形外科医院	整	62-6355	片町
	愛野ありあけ病院		36-0153	雲仙市愛野町
	吉田歯科医院		62-5026	田町
	たぐち薬局津町店		64-4976	津町
	宮の町薬局		61-0066	宮の町

～長崎県届ける人権啓発事業～

映画上映会 夕陽のあと

入場無料



ストーリー

鹿児島県・長島町に住んでいる茜は、食堂で働きながら地域の子どもの成長を見守っている。一方で、赤ん坊の頃から育ててきた7歳の里子・豊和を持つ五月は、養子縁組を申請し本物の母親になろうとしていた。そんな中、豊和の生みの親の所在が明らかになり・・・

日時

11月19日(火)

受付 13:00 開会 13:25～

上映 13:30～(上映時間 133分)

場所

吾妻町ふるさと会館 多目的 ホール

※映画終了後、感想などの意見交流を行いますので、すぐにはお帰りにならないようお願いします。

問合せ先

島原半島地区 人権教育研究会
(事務局 島原第三中学校 ☎62-4813)

※法務省委託の「人権啓発活動委託事業」として実施しています。

市長コラム 古川 隆三郎



賑わいをみせたお祝いのイベント

島原城築城400年の秋、お祝いのイベントで島原は最高に盛り上がりました。島原城薪能では金剛流のおめでたい内外詣を披露していただきました。しまばら江戸まつりでは、七万石踊りを400人が国際色豊かににぎやかに踊って楽しそうでした。大手門市も多くの来場で盛り上がりました。夜の松明行列では「エイエイオー」の掛け声で私も甲冑姿で参加したのですが、不思議ですね。火を見ると人は自然と感情が高ぶり力が入りました。幸田町の手筒花火の迫力と、豊後高田市の大松明など姉妹兄弟都市の協力もありがたかったです。400年記念シンポジウムにゆかりの地サミットも大成功で、何ととってもブルーインパルスの展示飛行では、島原城の大空に記念のお祝いと今後の島原市の未来の可能性を示してくれました。まつりイベントにご協力いただいたすべての皆さんに御礼申し上げます。

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!

第4回

家庭・地域の役割

1 家族の団らん・きずな
家族の会話・ふれあいを大切に

会話は家族の基本です。子どもの話を良く聴き、心が通い合う家庭の雰囲気をつくりましょう。

家族との楽しい団らんや他愛もない会話、家族とのふれ合いの中で育つ子どもは、自己肯定感を持ち、自信に満ちて生きていきます。子どもに目をかけ声をかけ、心が通い合うあたたかい家庭の雰囲気を築きましょう。

問合せ先 社会教育課



人の動き 10月1日現在(前月比)

人口	42,020人(33減)	出生	14人
男性	19,592人(15減)	死亡	58人
女性	22,428人(18減)	転入	95人
世帯数	19,863世帯(3減)	転出	84人

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

救急医療電話相談

急な病気やケガ 救急車を呼ぶか病院に行くか迷ったら
短縮ダイヤル #7119 利用できない場合は ☎095-801-1217
看護師が24時間365日対応
緊急時は迷わず119番へ！

ハローワーク島原 就職支援メニュー

就職までの課題や不安、問題を一緒に解決するためにハローワーク島原ではいろいろな支援を行っています。

職業相談・職業紹介

まずは、相談窓口で相談してみよう！

- ◆ 仕事に関することは何でもお気軽に相談ください。
「就職活動の進め方がわからない」「どんな仕事があるのか」「気になる求人がある」など
- ◆ 応募書類の添削、模擬面接についてもご相談ください。
- ◆ 応募したい求人には、職業相談窓口で求人者へ連絡し、紹介状を交付します。

求人検索

島原近辺だけでなく全国のハローワークの求人が検索できます。求人情報は随時更新！

- ◆ ご自宅のパソコンや、タブレット・スマートフォンから『ハローワークインターネットサービス』を検索。
- ◆ ハローワーク内にも求人検索用のパソコンがあります。
- ◆ 求人情報誌「ウィークリー」を毎週月曜日に発行！



ハローワークインターネットサービス
スマホなどで検索するか、左記の二次元コードを読み取ってください。
マイページを開設するととても便利になります。
まずは窓口でメールアドレスの登録を！！

職業訓練

- ◆ キャリアアップや再就職に必要な知識・技術を習得することができます。
- ◆ 職業訓練には、パソコンや介護の実務、金属加工など、様々なコースがあります。
- ◆ 「職業訓練の内容を知りたい」「どんな資格が取れるの」「雇用保険受給中でも受講できるの」など、まずは窓口でご相談ください。
- ◆ 訓練受講料は無料。（テキスト代などは自己負担）
- ◆ 職業訓練へ申し込むには、一定の基準や要件、申込期限がありますので、お早めにご相談ください。



← LINEにより随時情報を配信しています。

新卒者 等（わかもの相談窓口）

大学・短大・高校などに在学中の方や、未就職で卒業された方、学校卒業後3年未満の方の就職を支援しています。お気軽にご相談下さい。

就職氷河期世代

35歳～56歳のいわゆる就職氷河期世代の方の正社員就職を支援します。

人材不足分野

『福祉人材分野』、『建設・運輸・警備人材分野』へ就職を希望される方を支援します。

＜主な支援内容＞

- ・ 「介護、医療、保育」、「建設、運輸、警備」業など、人材不足分野の仕事に就きたい方を支援
- ・ 企業面談会、企業説明会を開催
- ・ 求人情報提供 など



「仕事内容を知りたい」「どんな資格が必要か」など お気軽にご相談ください。

障害、難病がある方

- ◆ 専門の窓口で、就職に関する相談や情報提供、就職後の定着支援まで、一貫した支援を行っています。
- ◆ ハローワークに求人が出ていない企業への問い合わせも行なっていますので、遠慮なくご相談ください。
- ◆ 火曜日（午前）は手話での相談ができます。（手話での相談をご希望の場合は、事前にお問い合わせください。）

ひとり親家庭・生活困窮者 など

- ◆ 児童扶養手当を受給されている等の母子・父子家庭の求職者の就職をサポートします。
- ◆ 生活困窮者・生活保護受給者等の就労支援を行います。

利用案内

- 開庁時間は、平日 8:30～17:15 です。十分な相談時間を確保するため 16:30 までにお越しください。
- お昼の時間帯も利用できます。ただし、12:00～14:00 は交替制のため、通常よりもお待たせする場合がございますのであらかじめご了承ください。
- オンライン職業相談もできます。（詳細は右記の二次元コードを読み取りご確認ください。）
- 火曜日の午後は、雇用保険受給説明会のため、駐車場が満車となります。
- お問い合わせは、ハローワーク島原（島原市片町633） TEL 0957（63）8609 まで



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 島原市今川町930

11月24日（日） 11時～12時半

こども（中学生まで）：**めりょう！** 保護者の方がお食事される場合：100円

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！▶

（問）ジスコ子ども支援：0957-27-1112



相談料：初回1時間まで 5500円

弁護士 河野 哲志
弁護士登録番号 51779

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 太平ビル3階
電話番号：0957-62-5138



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



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、料金がわかりません。まずは、相談してみよう！
「広報しまばら」を見たと電話予約を。

保険クリニックス
エレナ国見店
☎0120-099929

保険クリニックス
雲仙国見店
☎0120-030929

募集代理店：有限会社さんき



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
挨拶で親しみやすさを表現し、信頼を築きます。
- 2 調査
屋根や壁紙によって、適切な塗料を提案します。
- 3 足場
安全で作業しやすい足場を、職人へも設置します。
- 4 高圧洗浄
汚れや油分を落とします。
- 5 シリコン充填
屋根や壁紙の目地を、シリコンで充填します。
- 6 養生作業
塗らない部分には、養生テープや養生シートを貼ります。
- 7 下地調整
剥がれや凹凸を、下地調整剤で補修します。
- 8 塗装
指定の塗料を、指定の回数で塗ります。
- 9 美装
お客様に満足いただけるように、最終仕上げを行います。
- 10 安心
最終検査を行い、お客様に安心してご入居いただけます。

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



Curves 女性だけの30分健康体操

(合資会社 南陽商会)

カーブス島原・北門

☎0957-63-2233

〒855-0032 島原市北門町1581

お気軽にどうぞ!!

腰 びざ 脚のふく 体力 体重 血圧 が気になる方 無料体験予約受付中!



有明清掃

きれいな水を未来へ残そう

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

浄化槽のメンテナンスは
有明清掃におまかせ下さい!

TEL 0957-68-1368



社会人 / 学生向けクリエイティブ関連講座 受付開始



Illustrator 入門講座

イラスト作成ソフトの業界標準。



Premiere Pro CC 入門講座

動画編集ソフトの決定版。YouTuber も使用。



Photoshop 入門講座

写真編集に必須のシェア No.1 ソフト。



After Effects CC 入門講座

市場ニーズが高い特殊効果を作成するソフト。

市場価値の高い AdobeCC 関連の入門講座が 10 月より開講。
人気の動画編集ソフトにも対応。新しいスキルの習得に最適です。

随時入校可能
お問い合わせはこちら

http://shimabarajouka.tech/
info@shimabarajouka.tech
0957-63-3456 (カギチャレテレビ内プログラミング部)



第45回島原市民音楽祭

市内の洋楽、邦楽、中学校吹奏楽・合唱などの団体が、文化の秋に、心を込めて演奏します。入場は無料ですので、皆さまお誘い合わせのうえ、ご来場ください。

- と き ①洋楽の部 11月10日(日)
【午前の部】10時30分 開演
【午後の部】13時30分 開演
②邦楽の部 11月17日(日)
13時30分 開演

ところ 島原文化会館 大ホール
問合せ先 社会教育課



第15回島原ふるさと産業まつり

今年も魚の詰め放題、ふれあい農業まつり、紅白もちまきや魚の大競り市のほか、地元で採れた新鮮な農畜水産物や商工物産品などを販売します。

- と き 11月23日(土) 10時～16時
24日(日) 10時～15時
ところ 島原復興アリーナ
※24日(日) 健康しまばら福祉まつり同時開催
問合せ先 島原ふるさと産業まつり実行委員会
島原商工会議所内(☎62-2101)



第26回健康しまばら福祉まつり

健康や福祉に対する関心を高め、明るい地域社会づくりを目指すため、「健康しまばら福祉まつり」を開催します。

健康と福祉に関するイベントや催し物が盛りだくさんです。ぜひ、家族そろってご来場ください。

- と き 11月24日(日) 10時～15時
ところ 島原復興アリーナ サブアリーナ
内 容 健康・介護予防相談、各種作品展、体験コーナー、出店、スタンプラリーなど
問合せ先 市保健センター(☎64-7713)



体験コーナー



健康相談