

広報

有明海にひらく湧水あふれる火山と歴史の田園都市 島原

しまばら

西 経

平成28年

3 月号
MARCH



島原守護神
「しまばらん」

No.742



島原城下ひなめぐり

城下町島原に春の訪れを告げる「第12回島原城下ひなめぐり」が3月6日まで開催されています。

島原城や市内の商店街など、100カ所以上に約3000体のひな人形が飾られています。中でも島原ならではの押し絵雛や豪華な七段飾り、市民手作りのひな人形など、いろいろなひな人形に出会うことができます。

また、3月6日には、お内裏様やおひな様などに扮した「人間ひな行列」が島原城から市内商店街までパレードを行うほか、さまざまなイベントもあります。

春の島原を彩るひな人形を見に散策してみませんか。

目次

「よそ者」視点で地域おこし	2
東日本大震災から5年	4
水道料の免除申請を受け付けています ..	5
コミュニティ助成事業 ほか	6
軽自動車税の税率が変わります ほか ..	7
「福知山展」巡回展を開催します ほか ..	8
島原城桜まつり	9
知って ふせごう 慢性腎臓病	10
まちかどウォッチング	12
島原半島ユネスコ世界ジオパーク	13
しまばら子育て情報	14
ふるさと再発見、クローズアップ	15
保健センターだより	16
公民館こうじょうほう	18
くらしの情報	19





「よそ者」視点で地域おこし

1月から市の地域おこし協力隊として採用された写真家の松原正武さんが島原の魅力を発信しようと写真集「島原 冬」を作成しました。

写真は、兵庫県出身の松原さんが島原に赴任してから撮ったもので、島原の風景を松原さんならではの視点で撮影しています。

この写真集は、政策企画課および有明支所、島原・有明図書館、各地区公民館に置いてありますので、ぜひ、ご覧ください。

また、松原さんは、観光パンフレットには載っていないような地域の情報を求めています。

皆さんが紹介したいと思う情報がありましたら政策企画課（☎ 62-8012）に連絡してください。



松原正武さん



「地域おこし協力隊」とは、地域外の人材を受け入れ、地域協力活動を行ってもらいながら、その定住・定着を図り、地域力の維持・強化を行うことを目的とした取り組みです。

現在、市では、松原さんを含めて3人の地域おこし協力隊が活動しており、3月から新たに3人を採用することになっています。

市地域おこし協力隊の活動は、島原市地域おこし協力隊 Facebook (<https://www.facebook.com/ai.love.shimabara>) で紹介しています。

東日本大震災から5年～新しいまちづくりに向けて～

東日本大震災により壊滅的な被害を受けた山元町でも災害公営住宅の完成など、インフラが整いつつあり、復興に向けて新しいまちづくりが始まっています

つばめの杜地区災害公営住宅（写真提供/山元町）

平成23年3月11日に発生した「東日本大震災」から間もなく5年が経過しようとしています。

被災した自治体では、復興に向けた新しいまちづくりに取り組んでいます。

本市も、平成3年の「雲仙・普賢岳噴火災害」で大きな被害を受けましたが、全国の皆さんからの温かい支援を受け、復興することができました。

同じ災害を経験した本市としては、これまで延べ95人の職員を災害復旧・復興のために派遣しており、現在、福島県相馬郡新地町と宮城県亶理郡山元町にそれぞれ1人の職員を派遣しています。

今回、本市から職員を派遣している山元町の状況についてお伝えします。

宮城県亶理郡山元町



山元町

検索

山元町のいちごは、町の代表的な農作物です。東日本大震災前は、年間約1300トンの収穫量がありましたが、震災によりいちご栽培のハウスも壊滅的な被害を受けました。

現在、いちごの収穫量も震災前の約85%まで回復し、町内3カ所のいちご農園でいちご狩りが楽しめ、農産物直売所でも販売できるようになりました。

甘みと酸味が絶妙ないちごを味わってみてはいかがでしょうか。



被災したいちごハウス



山元町に派遣中の
伊藤真章さん

平成27年4月から山元町に派遣され、現在、保健福祉課福祉班で生活保護などの業務に携わっています。山元町は、まだまだハード面・ソフト面ともに復興の途中ですが、少しでも復興の役に立てるよう一生懸命がんばります。

山元町には、おいしい農作物や自然豊かな名所もあります。これからの季節には「坂元神社」の桜がきれいです。皆さん機会がありましたら、ぜひ、山元町を訪れてみてください。



坂元神社

「水道料金の免除申請」を受け付けています

1月24日から25日にかけての寒波に伴い、市内全域で水道管の破裂や破損による漏水が発生しました。

これを受けて、市では、特例措置として、今回の寒波の影響で破損した水道管を市指定工事店で修理した場合、漏水料金分（1月使用分に

限る）を減免することにしました。

次の方法で減免申請を受け付けていますので、該当すると思われる人は手続きを行ってください。なお、通常は地下漏水などによる漏水量の一部を減免の対象としますが、今回は特例措置として、漏水量のすべてを減免の対象とします。

●減免の内容

1月使用分（2月請求分）と前年1月使用分を比較して増額した分を減免対象とします。ただし、比較が困難な場合は、前月分（1月請求分）と比較して増額した分を減免対象とします。

※漏水による水道管の修理をしている場合であっても、1月使用分（2月請求分）が比較対象となった月分の使用水量よりも少ない場合は、減免の対象外となります

※今回は特例措置であるため、今後、同一箇所から漏水が発生した場合であっても、減免の対象となりませんので注意してください

●申請方法

市指定工事店で水道管の修理が完了した後、水道課または市民窓口サービス課に備え付けの減免申請書に必要事項を記入の上、提出してください。市ホームページ（<http://www.city.shimabara.lg.jp/>）からもダウンロードできます

●申請に必要なもの

- ①減免申請書（水道課または市民窓口サービス課に備え付け）
- ②印鑑
- ③検針票または水道料金納付書（需要者番号が分かるもの）
- ④振込先の通帳（還付金を受け取るための通帳）
- ⑤修理業者名、修理依頼日・完了日（免除申請の際に必要となりますので修理業者に確認してください）



●申請期間

3月31日（木）まで

●申請書提出先

- ・水道課業務班（☎ 68-1111 内線 591～593）
- ・市民窓口サービス課（☎ 63-1111 内線 181・182）
- ※郵送の場合は水道課（〒 859-1415 島原市有明町大三東戊 1327 番地）に提出してください



●その他

- ・水道事業者（指定工事店）以外または個人による応急処置などの修理をしている場合は、漏水が再発する恐れがありますので、市指定の水道工事店で修理を行ってください
- ・今回の免除は、島原市水道事業および簡易水道事業の料金が対象です

▶問い合わせ先 水道課業務班（☎ 68-1111 内線 591～593）



コミュニティ助成事業

コミュニティ助成事業とは、コミュニティ活動の促進と健全な発展を図るとともに、宝くじの社会貢献広報を目的としています。

住民が自主的に行うコミュニティ活動に必要な用具購入などに対する一般財団法人自治総合センターの助成を受けて、次の団体が備品などを購入しましたので紹介します。

「杉谷地区コスモス愛護会」は、中尾川流域河川敷や砂防堤土手、通学路の草刈やコスモスの播種など、杉谷地区の生活環境の保全および美観の維持・危険防止に積極的に取り組んでいます。今回、草刈り機を購入し、その取り組みに一層弾みがつくものと期待されます。



草刈り機

「広報しまばら」が電子書籍として無料で閲覧できます

市が毎月発行する広報紙「広報しまばら」が、パソコン上のウェブサイト、スマートフォン、タブレット端末で、会員登録などをせずに、電子書籍として無料で閲覧できます。

電子書籍で読めば画面の拡大や縮小も簡単。ページをめくる感覚を楽しんで快適に閲覧できます。

次の各サイト（外部リンク）にアクセスして、ご覧ください。

- ・nagasaki ebooks（ナガサキイーブックス）
<http://www.nagasaki-ebooks.jp/>
- ・eBPark九州（イービーパーク九州）
<http://ebpark.jp/>

▶問い合わせ先 秘書人事課秘書広報班（☎ 63-1111 内線 124）

しまばら 食育レシピ

～春キャベツで繊維たっぷりマフィン～

キャベツマフィン

栄養価

*エネルギー 122kcal（1個）

材料 （7個分）

- キャベツ……………100 g
- ホットケーキミックス…100 g
- 卵……………1 個
- ソーセージ……………2 本
- プロセスチーズ……………45 g
- マヨネーズ……………大さじ 2
- 牛乳……………大さじ 2

- ① キャベツは粗みじん切りにする。ソーセージ、チーズは約 1 cm 角に切る
- ② ボウルに①、卵、牛乳、マヨネーズを入れてよく混ぜホットケーキミックスを加えて混ぜ合わせる
- ③ マフィン型に 8 分目程度まで生地を入れ、170℃に熱したオーブンで 15 ～ 20 分焼く



～旬の春キャベツで胃腸の代謝促進～

キャベツから発見されたビタミンU（別名キャベジン）は、胃や十二指腸の炎症や潰瘍を予防・改善する効果が期待できます

また、キャベツはビタミンCも多く含まれ、免疫力を高め、風邪を予防したり、美肌・疲労回復効果、がん抑制効果なども期待できます



平成 28 年度から軽自動車税の税率が変わります

車種区分			年税額				重課税率	申請受付場所				
			現行		新税率							
一輪車	原付	50cc 以下	1000 円		2000 円			税務課市民税班 (☎ 63-1111 内線 171) ※有明支所・三会出張所 でも受付できます				
		50cc超 90cc以下	1200 円		2000 円							
		90cc超 125cc 以下	1600 円		2400 円							
		ミニカー	2500 円		3700 円							
	小型特殊	農耕作業用	1600 円		2000 円							
		その他（フォークリフトなど）	4700 円		5900 円							
	小型二輪	250cc超	4000 円		6000 円			長崎運輸支局 (☎ 050-5540-2083)				
軽二輪	125cc超 250cc 以下	2400 円		3600 円								
軽自動車	軽四輪	乗用	※ 1	7200 円	※ 2	10800 円	※ 3	全国軽自動車協会連合会 長崎事務所 (☎ 095-838-3244)				
				5500 円		6900 円						
		貨物		4000 円		5000 円						
				3000 円		3800 円						
	軽三輪			3100 円		3900 円			4600 円			
	※ 1 平成 27 年 3 月 31 日までに新規登録した軽自動車は、「現行」年税額が適用されます											
	※ 2 平成 27 年 4 月 1 日以降に新規登録した軽自動車は、「新税率」年税額が適用されます											
	※ 3 新車登録から 13 年経過した車両は、14 年目を迎える年度から「重課税率」年税額が適用されます (平成 28 年度は平成 14 年 12 月 31 日以前に登録した車両が対象です)											
	環境性能に応じた車両の特例措置として、平成 27 年 4 月 1 日から平成 28 年 3 月 31 日までに新規登録し、次に該当（※ 4～6）する三輪以上の軽自動車は、平成 28 年度分の軽自動車税に限り、次表のとおり税率が軽減されます。											
	税率（年額）の軽減			約 75% （※ 4）		約 50% （※ 5）			約 25% （※ 6）	※ 4 電気自動車および天然ガス自動車 (平成 21 年排出ガス 10%低減)		
軽四輪	乗用	自家用	2700 円	5400 円	8100 円	※ 5 乗用：H32 年度燃費基準 + 20%達成車 貨物用：H27 年度燃費基準 + 35%達成車						
		営業用	1800 円	3500 円	5200 円	※ 6 乗用：H32 年度燃費基準 貨物用：H27 年度燃費基準 + 15%達成車 (※ 5、6 はいずれも H17 年排出ガス基準 75%低減達成車に限ります)						
	貨物	自家用	1300 円	2500 円	3800 円							
		営業用	1000 円	1900 円	2900 円							
軽三輪			1000 円	2000 円	3000 円							

軽自動車・バイクの廃車や名義変更は早めに済ませましょう

軽自動車税は、4 月 1 日に軽自動車（軽自動車・バイク・小型特殊自動車など）を所有している人に課税される税金です。4 月 2 日以降に廃車や名義変更の手続きをしても、月割になったり、還付されることはありませんので注意してください。なお、納税通知書は毎年 5 月中旬に送付し、納期限は 5 月末日となります。

次の事例に該当する場合は速やかに必要な手続きを行いましょう

※車種によって受付場所が異なりますので上記税額一覧表を参照してください

事 例	必要な手続き
他人に譲った・他人から譲ってもらった	名義変更
所有者が亡くなった	廃車・新しい所有者に名義変更
解体業者に依頼して解体した	ナンバープレートや車検証を返納し、廃車手続
市外に住所が変わった（原付バイクなど）	島原市ナンバーの返納・転居先でナンバー交付申請
住所が変わった（軽自動車など）	車検証の記載事項変更



▶問い合わせ先 税務課市民税班（☎ 63-1111 内線 171）

「福知山展」巡回展を開催します

3月1日は、福知山市（京都府）と本市が姉妹都市を提携した記念日で、今年は33周年目に当たります。これまで、福知山市・島原市の両市では市民団体の訪問、文化・スポーツなどの交流を通じて、友好を深めてきました。今後も、心通い合う交流を続け、さらなる友好を深めて行きます。

今回の「福知山展」は、福知山市内の写真などを展示し、もっと福知山市を知ってもらおうと開催するものです。

「福知山展」巡回展

▶日 程

①有明庁舎ロビー

3月1日（火）～8日（火）

※土曜・日曜を除く

②市役所西側玄関ロビー

3月9日（水）～17日（木）

※土曜・日曜を除く

（各会場とも8時30分～17時15分）

▶内 容

- ・福知山市内の写真パネルの展示
- ・パンフレットの設置

▶問い合わせ先 秘書人事課秘書広報班
（☎63-1111 内線124）



福知山市の
イメージキャラクター
酒吞童子



福知山市



福知山城

島原市とは歴史的な縁

江戸時代初期の1669年（寛文9年）、当時の福知山城主の松平忠房公が国替えとなり島原へ移り住んだという歴史的な縁をきっかけとし、福知山市との交流が始まり、昭和58年3月1日に姉妹都市の縁が結ばれました。

福知山市は京都府の北西部、丹波・丹後・但馬により形成される三たん地域のちょうど中心にあります。市内は日本海に注ぐ近畿北部最大の由良川の流れをはじめとした豊かな自然に恵まれ、歴史の古い素晴らしいまちです。



福知山市
イメージキャラクター
ドッコちゃん

春季火災予防運動



3月1日から3月7日まで全国一斉に春季火災予防運動が実施されます。日ごろから、「火の用心」に心がけ、住宅用火災警報器を設置するなど住宅防火に取り組みましょう。

『無防備な 心に火災が かくれんぼ』

（平成27年度全国統一防火標語）

住宅用火災警報器を必ず設置しましょう

すべての家庭で住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。

火災を早期に発見し大切な家族の命を守るために、必ず設置しましょう。

また、住宅用火災警報器の電池が切れたり、ほこりが付いたりすると、煙を感じない場合があります。半年に一度は掃除し、定期的に作動点検を行いましょう。

▶問い合わせ先 島原地域広域市町村圏組合
消防本部予防課（☎62-5857）



島原城桜まつり

僕の誕生日 **4月6日** は
「**城の日**」です
4月6日(水) に島原城
天守閣に登閣した人には記念品を進呈します
※登閣料は別途必要



＊ 青い目の人形リトルメリーと仲間たち

市文化財に指定された日米親善人形「リトル・メリー」や第一小学校のひな人形などと一緒に日米親善人形交流の歴史パネルなどを展示します。

▶と き

3月19日(土)～4月3日(日)
9時～17時30分

▶ところ 島原城観光復興記念館 (入場無料)



＊ 春うららスケッチ広場

青い目の人形リトルメリーを描いてみませんか。親子でも参加できます。

▶と き 3月19日(土) 13時～

▶ところ 島原城観光復興記念館 (入場無料)

▶講 師 原田一昭 先生

▶持参品 色鉛筆やクレヨン・クレパスなどの画材道具

＊ 春うらら茶会

第一小学校のモリモリ広場茶道教室の子どもたちがお茶を無料で振る舞います。

▶と き 3月21日(月) 10時～15時

▶ところ 島原城御馬見所 (雨天時は観光復興記念館)

＊ 第9回皿山人形浄瑠璃

波佐見町の皿山人形浄瑠璃保存会による人形浄瑠璃です。また、有明童話の会「くすのき」による民話の語りもあります。

▶と き 3月27日(日) 13時～14時30分

▶ところ 島原城観光復興記念館

▶入場料 500円(お茶券付き)

※中学生以下は無料。ただし、お茶券は付きません

＊ 島原城春のお茶会

▶と き

3月26日(土)・27日(日)、
4月2日(土)・3日(日)
10時～15時

▶ところ

・島原城御馬見所
・武家屋敷(篠塚邸)

▶お茶席料 1席300円



＊ 第11回神気杯島原城少年剣道大会

島原城内の特設会場で小学生を対象とした剣道大会を開催します。

▶と き

4月3日(日) 10時～

▶ところ

島原城内特設会場
(雨天時は有馬武道館)



～早期発見・早期予防～

知って ふせごう 慢性腎臓病 (CKD)

▶ 問い合わせ先 有明保健センター (☎ 68-5335)

新たな国民病ともいえる、「慢性腎臓病 (CKD : Chronic Kidney Disease)」

慢性腎臓病とは、何らかの腎障がいが3カ月以上持続することで、タンパク尿や腎機能の異常により診断されます。患者は全国に約1330万人いるといわれており、これは成人の約8人に1人に当たります。

慢性腎臓病は、高血圧や糖尿病などの生活習慣病、メタボリックシンドロームとの関連も深く、誰もがかかる可能性のある病気です。腎臓は体の正常な状態を保つ重要な役割を担っているため、慢性腎臓病によって腎臓の機能が低下することで、体はさまざまな支障を来します。



初期症状



慢性腎臓病は初期にはほとんど自覚症状がないため、患者が増えている原因でもあります。そして、腎臓は一度悪くなってしまうと、自然に治ることはありません。

健康診断などで異常が見つかった場合は、そのままに放置せず、必ず、かかりつけ医などで受診することが大切です。

進行すると

慢性腎臓病が進行すると、むくみ、貧血、倦怠感などの症状が現れてきます。このような症状を放っておくと、さらに腎臓の働きが悪くなり心臓や血管に負担がかかり、心筋梗塞や脳卒中など命にかかわる病気を起こしやすくなります。きちんと治療すれば、進行を食い止めることができます。



早く見つける



定期的な健康診断を受け、尿や血圧、血糖の検査をすることが早期発見につながります。特に尿中にタンパクが出た人は要注意ですので、早めに病院で詳しい検査を受けるようにしましょう。また、血糖が高い状態が続くと、腎機能が弱り、尿を作れなくなってしまうことがあります。

血糖の高い人は、腎機能の低下やタンパク尿の出現に注意しましょう。

腎臓機能低下と高血圧

腎臓の働きが悪くなると、余分な塩分と水分の排泄ができなくなって、血液量が増加し、血圧が上がります。さらに、血圧が上がれば腎臓への負担が増え、ますます腎臓の機能が低下するといった悪循環となります。

このため、腎臓の働きを守るためには血圧をコントロールすることがとても大切です。



腎臓の働きを調べる

慢性腎臓病は、重症度に応じて5段階に分けられています。その指標となるのが血清クレアチニン値を基にして出される eGFR（推算糸球体ろ過量）です。これは、腎臓にどれくらい老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示しており、この値が低いほど腎臓の働きが悪いということになります。

市が実施する健康診断では eGFR を表記していますので、健診結果を確認してみましょう。



eGFR（推算糸球体ろ過量）における慢性腎臓病の重症度分類		
ステージ別の治療		ステージ別の症状
腎臓の働きを悪くする糖尿病や血圧などの治療が必要	ステージ1 eGFR90 以上	自覚症状はほとんどなし
腎臓の働きを保つための治療が必要	ステージ2 eGFR60～89	夜間の多尿やむくみなど
透析導入の準備期間。薬などによる腎機能を保つためのサポートが必要	ステージ3 eGFR30～59	むくみ、からだがだるい、動悸など
腎臓の代わりに透析治療により生命を守る	ステージ4 eGFR15～29	むくみ、からだがだるい、食欲がない、吐き気、息切れ
	ステージ5 eGFR15未満	
※ eGFR（推算糸球体ろ過量）の値が分からない場合は、かかりつけ医などで確認してください		

※会社などで健康診断の項目が異なるため、血清クレアチニン値を測定していない場合があります。その場合は、病院などで検査してもらうことができます

※血清クレアチニンは、血液中にある老廃物の一種で、本来であれば尿中に排出されますが、腎臓の働きが悪くなると血液中に溜まっていきます

生活習慣を改善して予防しましょう

病院や健診などで慢性腎臓病の指摘を受けたことのない人は、肥満、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病の予防に努めましょう。

食べ過ぎ防止、減塩、バランスのとれた食事と肥満予防のための運動に取り組みましょう。すでに慢性腎臓病の治療中の人は、かかりつけの病院で食事指導などを受けましょう。



規則正しい生活

過労などを避け、十分に睡眠をとしましょう



適度な運動

自分の体力や体調に合わせて、適度な運動を定期的に行いましょう



飲酒

アルコールは適量を心がけましょう



食事

腹八分目、塩分を控えたバランスのよい食事を心がけましょう



血圧管理

高血圧にならないように家庭でも血圧を定期的に測定する習慣をつけましょう



禁煙

喫煙は心血管病などさまざまな病気の危険因子でもあるので、まずは禁煙することが重要です



Ｊ１への昇格に期待

ギラヴァンツ北九州 島原キャンプ

１月１８日から２３日まで、サッカーＪリーグ（Ｊ２）のギラヴァンツ北九州が、島原で６回目のキャンプを行いました。

歓迎セレモニーでは、柱谷監督が「スタートダッシュでプレーオフ６位以内を目指したい」と今年の飛躍を誓いました。

今回のキャンプの成果をもとにＪ１への昇格が期待されます。



専門性を生かした「空き家対策」を推進

「空家等対策に関する協定書」締結

１月２７日、県土地家屋調査士会と「空き家等対策に関する協定」を結びました。

この協定は、空き家対策に必要な情報の共有や総合的な対策の推進を目的としたもので、県内では初めてとなります。

この協定締結により、空き家対策の計画への助言や、空き家への立ち入り調査など専門性を生かした空き家対策を推進することによって、良好な住環境と街並みを残していくことが期待されます。



１００歳おめでとうございます



廣瀬フミさん
(２月５日生)

春のスポーツイベント

がまだすリーグ 2016

２月１４日、今年で１１回目を迎えた「島原がまだすリーグ」が市営陸上競技場で行われました。

市内外から約１７００人も多くのファンが駆けつけて観戦する中、Ｖファーレン長崎（Ｊ２）とザスパクサツ群馬（Ｊ２）が対戦し、熱い戦いが繰り広げられました。

訪れた観客らは一流のプロサッカー選手の技とスピードを堪能しました。



もりやま

「守山大塚古墳」と「雲仙市歴史資料館・国見展示館」

毎月、島原半島内のジオサイトやその見どころを紹介するこのコーナー。今回は雲仙市吾妻町の守山大塚古墳と、同市国見町の雲仙市歴史資料館・国見展示館です。

守山大塚古墳

諫早方面から堤防道路を経由して島原半島に入り、そのまま雲仙グリーンロードに向かって道を進むと、左手に墓地になっている小高い丘が見えます。この丘は自然の地形ではなく、人の手によってつくられた「古墳」です。

守山大塚古墳は、幅51メートル、長さ70メートルに達する前方後円墳で、県内の前方後円墳としては、吉岐市の双六古墳に次ぐ2番目の大きさを誇ります。この古墳がつくられたのは、古墳の周りから出土した土器片の様式から、4世紀前半（約1700年前）ころと推定されています。

通常、前方後円墳は全体を「葺石」と呼ばれる石で覆い、古墳を美しく飾るとともに、雨風から古墳を守ります。平成20～21年に、守山大塚古墳の周囲で行われた発掘調査の際には、葺石と思われる人の頭ほどの大きさの丸石が大量に出土しました。太古の人々は、田内川が運んだ角が取れて丸くなった雲仙火山の溶岩を用いて、大切な古墳を守ろうとしたの



守山大塚古墳の全景
(雲仙市教育委員会提供)

古墳の上は墓地になっています

でしょう。しかし、奈良時代以降、島原半島北部では多くの水田や畑がつくられるようになりました。地面は平らになられ、多くの遺跡や古墳が失われたことでしょう。にもかかわらず、守山大塚古墳が残ったのは、そこに埋葬されている人物に関わりがあります。

守山大塚古墳がつくられた当時、日本を治めていた大和朝廷にとって、農作物の確保は大変重要でした。雲仙火山の噴火と長い年月がつくり上げた肥沃な土は豊かな農作物を産み出す貴重な天然資源だったのです。よって朝廷は、肥沃な土が広がる土地の管理を、信頼する重要人物に任せていた可能性があります。守山大塚古墳が円墳でなく前方後円墳であることも、これを裏付けます。前方後円墳は朝廷と関わりの深い人物しかつくるこ

とができなかったのです。つまり守山大塚古墳には、朝廷や地域の人にとって特別な存在といえる、有力な豪族が埋葬されているかもしれないのです。



雲仙市歴史資料館・国見展示館

雲仙市歴史資料館・国見展示館には、守山大塚古墳周辺で行われた発掘調査の成果に加え、島原半島の北部に点在する複数の遺跡から出土したさまざまな出土品が、時代順に展示されています。旧神代中学校の校舎を利用したこの展示館で、およそ3万年間にわたって島原半島で繰り広げられてきた、人々の営みと歴史を感じてみませんか。

今回は、昨年11月17日にユネスコの正式事業となったユネスコ世界ジオパークに関する最新情報を紹介します。



雲仙市歴史資料館・国見展示館

旧神代中学校の校舎

育児ワンポイント

春のお散歩に出かけてみませんか

だんだんと暖かい日が増えてきて、道端や公園ではたくさんの草花も咲き始め、お散歩が気持ちいい季節になってきました。

子どもの感受性は豊かです。子どもの発見やつぶやきに耳を傾けながら、子どものペースで、ゆっくり、のんびり、散策してみませんか。小さな春を見つけましょう。

しまばら 子育て情報



問い合わせ先

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

毎月1回
開催中！

～ぴよぴよひろば～ 2カ月児子育てサロン



母親同士のふれあい交流を通して、乳児期の子育てについての悩みや不安を解消し、子育ての仲間をつくりませんか。皆さんの参加をお待ちしています。

- ▶と き 毎月第4火曜日 13時30分～15時
- ▶対象者 2カ月児とその母親 ※対象者には後日通知します
- ▶場 所 市保健センター
- ▶内 容 親子ふれあい遊び、母親同士のふれあい交流、体重計測など



笑顔で子育て 育児サークル



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に、情報交換と友だちづくりのきっかけとなるような場を設け、参加者の交流を行っています。

食生活改善推進員・ありあけ母親クラブによる手作りおやつもあります。

3月の育児サークル 10時～12時

育児サークル	内 容	場 所
きらら kids (第1火曜日)	3月1日(火) なつかしうた遊び	有明保健センター
こいこいひろば (第1水曜日)	3月2日(水) ひなまつりお茶会	霊丘公民館
にこにこ kids (第1木曜日)	3月3日(木) ひなまつり会	安中公民館
のびのび kids (第2火曜日)	3月8日(火) 春のお楽しみ会	三会農村環境改善センター
すくすくげん kids (第3木曜日)	3月17日(木) ハッピーお楽しみ会	杉谷公民館
ぱぴぷキッズ (第4木曜日)	3月24日(木) おしゃべりタイム	市保健センター

ひなまつりお茶会 (3月2日開催)



ひなまつり会 (3月3日開催)



宣教師が見た中世の島原

の龍造寺氏が島原半島に侵攻すると、嶋原氏は有馬氏から龍造寺氏に寝返りました。このとき、半島内の主だった領主たちも有馬氏から次々と寝返ります。

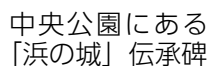
そのことについてもフロイスは、島原という土地は有馬氏の本拠地である有馬に次ぐ主要な土地であり、嶋原氏の寝返りは他の領主たちの寝返りを誘発することになったとも記録しています。

日本から遠く離れたローマへの報告の中に島原のことが記されていることは、大航海時代の国際的な交流が島原でもあったことを示し、非常に感慨深いものがあります。

※参考文献…松田毅一訳「フ
ロイス日本史」（中央公論
社、1979年）



中央公園にある
「松田の城」伝承碑



Close Up!

この会は、平成24年から活動が始まりました。現在、15人の会員が毎週金曜日に島原文化会館に集まり1時間30分から2時間程度、市内を歩きます。そして、毎月最後の金曜日は、歩いた後においしい昼食を食べます。また、時には、市外の観光地などにも行って歩いたりします。

代表の中島弘子さんは、「ウォーキングの講習会をきっかけに楽しみながら歩きたいという仲間が集まってこの会ができました。女性ばかり



なので、自分たちのペースでゆっくりとおしゃべりしながら歩くのは楽しいです。また、健康づくりにもなります」と話してくれました。

会員の皆さんは、「季節によって歩くコースを決めます。季節の花を見つたり、知らない路地を歩いて新しい発見をしたり、とても楽しいです。また、歩いた後は達成感があります。気持ちが良いです」と笑顔で話してくれました。

「歩いて食べよう会」は4月3日に開催される「さくらウォーキング」に参加します。皆さんも暖かくなってきたこの季節に参加してみたいかがでしょうか。

また、「歩いて食べよう会」に興
味のある人は、金曜日の9時30分に
島原文化会館に来てください。



こどもの健康なからだづくり教室

- ▶と き 3月12日(土) 10時～15時20分
- ▶ところ 市保健センター
- ▶対象者 市内在住の3歳以上の幼児とその保護者
- ▶内 容
 - こどもの身体測定と体力測定
 - 栄養講話と親子クッキング(定員:親子12組)
 - 医師講話(14時～15時)
 講師:水田小児科医院 水田舜助 先生
 ※医師講話のみの参加も可能です
- ▶参加料 無料
- ▶持参品 母子手帳、タオル、水筒
- ※親子クッキングに参加する人は、エプロン、三角布
- ▶申込方法 3月8日(火)までに電話で申し込んでください
- ▶申し込み・問い合わせ先 市保健センター



脳梗塞予防のための医師講話

- 特定健診受診者の事後指導(健康増進)として「脳梗塞予防のための医師講話」を実施します。
- ▶と き 3月18日(金)
13時30分～14時30分
 - ▶ところ 有明保健センター
 - ▶対象者 特定健診受診者および興味のある人
 - ▶内 容 「脳梗塞予防について」
 - ▶講 師 貴田神経内科・呼吸器科・内科病院
脳卒中専門医 楠原智彦 先生
 - ▶参加料 無料
 - ▶申込方法 3月16日(水)までに電話で申し込んでください
 - ▶申し込み・問い合わせ先 有明保健センター



さくらウォーキング

- 市内4つのウォーキングサークルが合同で「さくらウォーキング(第11回市民ウォーキング)」を開催します。
- 桜の名所を歩いて、心と体をリフレッシュしてみませんか。
- ▶と き 4月3日(日) 10時～(1時間程度)
※雨天時は中止
 - ▶集合場所 島原総合運動公園(売店前)
 - ▶対象者 市民どなたでも参加できます
 - ▶参加費 無料
 - ▶持参品 タオル、水分補給用の飲み物
 - ▶申込方法 当日、現地に集まってください
 - ▶申し込み・問い合わせ先 市保健センター



麻しん・風しん混合予防接種

- 麻しん・風しんの予防接種が済んでいない人は、早めに受けましょう。
- ▶対象者
 - 第1期:1歳～2歳未満の人
 - 第2期:平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれの人
 - ▶接種期間と回数
 - 第1期:2歳の誕生日の前日までに1回
 - 第2期:3月31日までに1回
 - ▶費 用 無料
 - ▶持参品 母子健康手帳、予診票
 - ▶問い合わせ先 市保健センター



「がん検診」を受けましょう

- 平成27年4月以降、「がん検診」をまだ受診していない人は早めに検診を受けましょう。
- ▶対象者及び自己負担額
 - 胃がん検診………40歳以上(1000円)
 - 乳がん検診………30歳以上(500円)
 - 子宮がん検診………20歳以上(700円)
 ※一定の条件を満たす場合、無料になります
 - ▶受診場所 市内指定医療機関
 - ▶受診期限 3月31日(木)
 - ▶問い合わせ先 市保健センター



3月

休日当番のお医者さん 歯医者さん

※2月15日現在の内容です

市内当番医 9時～18時 市内当番医診療科目

市外当番医 9時～17時

内科 外科

当番歯科医 9時～12時

小児科 整形外科

日	医療機関	電話番号
6日(日)	おかもと内科 ^内 柏野町	65-0500
	いとう整形外科 ^整 広馬場町	61-0110
	本田医院 雲仙市国見町	78-2768
	はらぐち歯科医院 上の町	62-4361
13日(日)	しろたに内科クリニック ^内 北門町	65-0222
	酒井外科胃腸科医院 ^外 宮の町	62-6655
	愛野記念病院 雲仙市愛野町	36-0015
	宮崎歯科医院 萩原二丁目	62-1180
20日(日)	池田病院 ^内 湖南町	62-5161
	山口外科胃腸科医院 ^外 大手原町	62-3200
	前田内科胃腸科医院 雲仙市瑞穂町	77-3089
	いなだ歯科 加美町	62-2901
21日(月)	八尾病院 ^内 城内一丁目	62-5131
	水田小児科医院 ^小 親和町	62-7177
	坂本内科医院 ^内 親和町	63-4641
	松本内科医院 雲仙市国見町	65-3333
27日(日)	山口歯科医院 新町一丁目	62-3016
	林内科医院 ^内 津町	62-6657
	島原整形外科 ^外 下川尻町	62-0888
	西村クリニック ^外 雲仙市国見町	78-5413
	太田整形外科 雲仙市国見町	78-5413
	寺田歯科診療所 新町二丁目	62-4427

● 小児の日曜診療所 ●

☎63-0202 (受付時間のみ)

※必ず電話受付後、来院をお願いします

- 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 土曜日の18:00～日曜日の17:00
- 受付時間 土曜日の17:30～日曜日の16:30

健康テレホンサービス

TEL 0120-555-203
TEL 095-826-5511

3月	月	睡眠時無呼吸症候群(SAS)
	火	胆管がん
	水	子どもの食物アレルギー
	木	とびひ
	金	むずむず足症候群(レストレスレッグス症候群)
	土・日	女性の尿もれ

健康づくりは子どものころから ～子どもの生活習慣病予防～

不規則な生活習慣の積み重ねによって、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は発症したり、進行したりします。近年では、大人だけでなく、子どもでも生活習慣病になるケースが増えているといわれています。

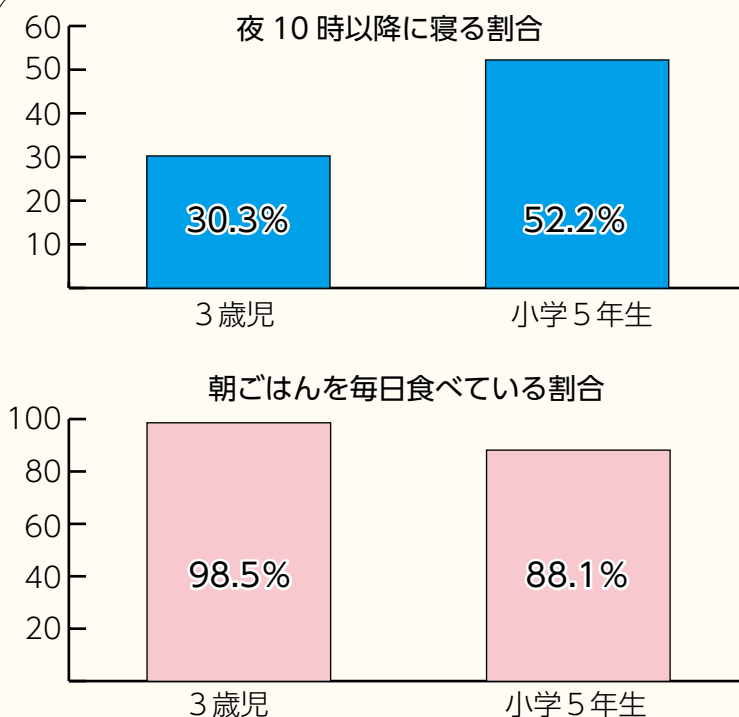
原因は、子どもの「就寝時間が遅い」、「不規則な食事」に加え、「外遊びの減少」などの生活習慣の乱れによるものです。

また、子どものときの肥満・過体重が大人になってからの肥満や生活習慣病の発症につながっていくことも分かっています。

子どもの生活習慣は、その子の一生に関係することになりますので、子どものころから規則正しい生活習慣を身に付けましょう。

本市の子どもの生活習慣の現状

「島原市健康増進計画 健康しまばら21(第2次)より」
(平成25年9月27日～10月31日実施アンケート結果)



生活習慣病の予防は規則正しい生活から

①早寝早起き

子どもの心身の休息で脳と体の成長を促します



②朝ごはんを食べる

脳が目覚め、集中力や作業能力、学習能力が高まります



③適度な運動

体を丈夫にして、対人関係を育むなど、こころの成長も促します



三会公民館 お菓子づくり講座

お菓子作りの基礎から丁寧に指導します。今回は、抹茶のテリーヌです。お菓子作りを一緒に学んでみませんか。

- と き 3月11日(金) 19時～
- 募集人数 14人(先着順)
- 材料代 500円
- 持参品 エプロン、タオル、三角巾など



デコパージュ講座

ペーパーナプキンに描かれた模様を切り抜いて張り付けるデコパージュ。このデコパージュでオリジナルのバッグを作ってみませんか。

- と き 3月28日(月) ①14時～ ②19時～
- 募集人数 ①、②それぞれ16人(先着順)
- 材料代 800円
- 持参品 はさみ、ドライヤー



ぬいもの講座

キャラメルみたいな四角くてコロんとした形の可愛いポーチを作ってみませんか。

- と き 3月30日(水)
①14時～ ②19時30分～
- 募集人数 ①、②それぞれ5人(先着順)
- 材料代 700円 ※ミシンは公民館で準備します



安中公民館 辞書カバーバッグづくり教室

辞書の持ち運びが便利な辞書カバーバッグを作ってみませんか。小学校での辞書引き学習でも便利に使用できるバックです。

- と き 3月29日(火) 19時30分～
- 募集人数 10人(先着順) ●材料代 1300円
- 対象者 初心者の人
- 持参品 辞書、裁縫道具、ミシン(持っている人)



公民館 こうざ じょうほう

公民館では各種講座を行っています
あなたも参加してみませんか

受講料は無料です

- ◆有明公民館 (☎68-1101)
- ◆三会公民館 (☎62-4505)
- ◆杉谷公民館 (☎63-2231)
- ◆森岳公民館 (☎63-2242)
- ◆霊丘公民館 (☎64-2023)
- ◆白山公民館 (☎63-2221)
- ◆安中公民館 (☎63-2253)

※各講座の申し込みは、
すべて3月1日(火)
から行います

島原子ども狂言おさらい会

島原子ども狂言の子どもたちがこれまで稽古を重ねてきた成果を披露します。

演目は、昨年10月に開催された島原城新能で上演した狂言です。皆さんお誘い合わせの上、ご来場ください。

- ▶日 時 3月23日(水) 19時開演
- ▶会 場 島原文化会館
- ▶入場料 無料
- ▶問い合わせ先 社会教育課 (☎68-5473)



くらしの 情報

募集

非常勤職員の募集

①社会教育指導員

▼採用予定人数 1人

▼勤務場所 社会教育課

▼雇用期間 4月1日～平成29年3月31日

▼勤務時間 月曜～金曜 8時30分～17時

▼休憩時間 12時～13時

▼賃金 月額8100円(夏季・冬季一時金あり)

▼採用予定人数 1人

▼勤務場所 市立公民館

▼雇用期間 4月1日～平成29年3月31日

▼勤務時間 月曜～金曜 9時～16時30分

▼休憩時間 12時～13時

▼賃金 月額8100円(夏季・冬季一時金あり)

▼採用予定人数 1人

▼勤務場所 市立公民館

▼雇用期間 4月1日～平成29年3月31日

▼勤務時間 月曜～金曜 9時～16時30分

■市役所本庁(代表) ☎63-1111

■有明庁舎(代表) ☎68-1111

- ・有明支所
- ・産業部(産業政策課・しまばらブランド営業課・農林水産課)
- ・教育委員会(教育総務課・学校教育課・社会教育課・スポーツ課)
- ・農業委員会
- ・水道課

■電子メール

info@city.shimabara.lg.jp

新着情報は市ホームページで確認を!

<http://www.city.shimabara.lg.jp/>

▼休憩時間 12時～13時
▼賃金 月額5000円(夏季・冬季一時金あり)

③少年センター指導員

▼採用予定人数 1人

▼勤務場所 少年センター(森岳公民館内)

▼雇用期間 4月1日～平成29年3月31日

▼勤務時間 週4日勤務で9時～17時

▼休憩時間 12時～13時

▼賃金 時給900円(夏季・冬季一時金あり)

▼採用予定人数 1人

▼勤務場所 松平文庫(島原図書館内)

▼雇用期間 4月1日～平成29年3月31日

▼勤務時間 週4日勤務で9時～17時

▼休憩時間 12時～13時

▼賃金 時給900円(夏季・冬季一時金あり)

▼採用予定人数 1人

▼勤務場所 松平文庫(島原図書館内)

▼雇用期間 4月1日～平成29年3月31日

▼勤務時間 週4日勤務で9時～17時

▼休憩時間 12時～13時

応募方法

顔写真を貼った履歴書と資格の写し(①・③のみ)を社会教育課に持参してください

※①～④は同時に申し込み可能

試験内容

○一次試験:書類選考

○二次試験

▼とき 3月18日(金)

▼ところ 有明公民館

▼内容 パソコン試験、面接

応募期限

3月11日(金) 17時まで

応募・問い合わせ先

社会教育課(☎5473)



お知らせ

燃やせるごみの市内全地区収集

3月22日(火)は市内すべての地区の燃やせるごみを収集します。

ごみを出す際は、8時までに指定の場所に出していただくようお願いいたします。

▼問い合わせ先 環境課クリーン資源班(☎内線193)

市町村交通災害共済に加入しませんか

市町村交通災害共済は、国内での交通事故により災害を受けた人を救済(見舞金の支払い)する制度です。

現在、市民安全課および有明支所で加入申込を受け付けていますので、万が一に備え、家族皆さんで加入しましょう

▼加入資格 市内に住民票がある人

※就学(学生)のため一時的に市外に転出している人も加入できます

※福祉施設などへの入所、もしくは入院加療で市外に転出している人は、施設所在地の市町村に問い合わせてください

▼共済期間 4月1日(金)～平成29

年3月31日(金)まで

※年度途中から加入した場合は、加入した日時から適用

▼共済掛金 1人当たり500円

▼申込方法 町内会・自治会で取りまとめるほか、個人で直接申し込むことができます

▼申し込み・問い合わせ先 市民安全課安全安心班（☎内線242）または有明支所（☎内線508）

奨学金の貸し付け

○島原市奨学金

▼貸付対象学校と貸付月額

・高等学校（専修学校の高等課程およびこれに準ずる課程を含む）
：月額1万5000円

・高等学校以外（大学・短大・高等専門学校・専修学校など）
：月額2万5000円

※貸し付けは無利子です

▼対象者 次に掲げる事項をすべて満たす人

①本人または扶養者が市内在住の人

②高校、大学などに在学する人（専修学校などは2年以上の課程に修業する人）

③経済的理由で、修学が困難な人

④学業成績が良好で、品行方正な人

▼償還方法 高校など卒業の半年後から貸し付けを受けた期間の2倍の期間内に、月賦または半年賦の方法で償還

▼受付期間 6月24日(金)まで

▼申込方法 教育総務課、市民窓口サービス課または本庁西側玄関受付に備え付けの願書に必要事項を記入し、必要書類を添えて提出してください

※願書などは市ホームページからダウンロードできます

※他の奨学金との併願・併給は可能です

▼申し込み・問い合わせ先 教育総務課（☎内線621）

○岡田甲子男記念奨学金

▼貸付対象者と貸付月額
・高等専門学校（1～3年次）
：月額3万円

・大学、短大、専修学校、高等専門学校（4～5年次）
：月額5万円

▼対象者 次に掲げる事項をすべて満たす人

①新入学生で奨学生としてふさわしい人

②保護者が県内に住所を有する人

▼償還方法 貸与の終了から6カ月を経過した後、貸与期間が2年以内の人は5年以内に、それ

以外の人は10年以内に返還

※貸し付けは無利子です

▼受付期間 4月22日(金)まで

※他の奨学金との併願・併給は可能です

▼申し込み・問い合わせ先 岡田甲子男記念奨学財団（☎0956-240011）または教育総務課（☎内線621）

ねたきり高齢者等おむつ費助成事業

ねたきり高齢者等おむつ費助成事業

市では介護にかかる負担を軽減するため、おむつ費の一部を助成しています。

▼対象者 市内に住所を有し、おむつを常時使用している人のうち、満65歳以上のねたきり高齢者またはねたきり身体障がい者

で前年分（1月から6月までの間に購入した分について申請する場合）は、前々年分）の所得税非課税世帯の人

※ねたきり高齢者、ねたきり身体障がい者の基準は市で定めている調査表に基づき判断

※特別養護老人ホーム、老人保健施設、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

▼助成金額 おむつを購入した金

額の3分の1を助成

※月額5000円を上限

▼申請期限 おむつ購入月から6カ月以内

▼申請に必要な書類 印鑑、振込先の通帳、おむつを購入した際の領収書、身体障害者手帳など（所持している人のみ）

▼申し込み・問い合わせ先 福祉課地域福祉班（☎内線331）または有明支所（☎内線507）

戦没者などの遺族に対する第10回特別弔慰金

戦没者などの遺族に対する第10回特別弔慰金

戦没者などの遺族に対する特別弔慰金の請求を受け付けています。

▼支給対象者 戦没者などの死亡当時の遺族で、平成27年4月1日（基準日）において、公務扶助料や遺族年金などを受ける人がいない場合に、次の順番による先順位の遺族一人

○平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人

○戦没者などの子

○戦没者などと生計関係を有していた①父母、②孫、③祖父母、

④兄弟姉妹（戦没者などの死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わ

ります)

○前記以外の戦没者などの三親等内の親族(戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人)

▼支給内容 額面25万円(5年償還の記名国債)

▼請求期限 平成30年4月2日(月)まで

▼持参品 印鑑、個人番号カード
※マイナンバー通知カードの場合は、本人確認書類が必要

▼申請・問い合わせ先 福祉課地域福祉班(☎内線331)

屋外広告物の許可申請

都市計画区域や国道251号沿いなどに屋外広告物(①)を表示・設置する場合は、市への許可申請が必要となります。

一定基準の自家広告物(②)は、許可申請が不要となる場合があります。

また、落下などの危険がないか、定期的な点検もお願いします。

①屋外広告物：看板、広告塔、建物の壁面に表示掲出されたものなどで、屋外に常時または一定の期間継続して公衆に表示する広告物など

②自家広告物：自己の名称、店名、商標、営業内容を表示するため、

自己の住所や事業所などに表示する広告物

▼問い合わせ先 道路課建設総務班(☎内線253)

原付免許試験

▼とき 3月29日(火) 10時～

▼ところ 雲仙自動車学校

▼受付期間 3月18日(金)まで

▼資格

○受付時に16歳以上の人

○市内に住民票がある人

○行政処分期間中でない人

▼持参品 受験票・登録申請書、住民票(本籍が記載しているもの)、顔写真1枚、本人確認ができる書類、小型特殊免許証(持っている人)

※受験票・登録申請書は島原警察署に備え付けています

※合格時に別に写真が1枚必要です

▼手数料 1500円

▼申し込み・問い合わせ先 島原警察署交通課(☎640110)

国民年金コーナー

諫早年金事務所職員による

年金出張相談(3月～4月)

▼とき 3月16日(水)・23日(水)

4月20日(水) 10時～15時

▼ところ 市民窓口サービス課ロビー

▼募集人数 20人

※3月23日は10人

▼申込方法 相談開設日の10日前までに年金相談受付票による予約(電話予約可)してください

※予約は相談日の2カ月前から可能です

学生納付特例制度

20歳になったら学生の人も国民年金に加入しなければなりません。

本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される学生納付特例制度があり、学生証のコピーまたは在学証明書で学生納付特例の手続きができます。

翌年度以降は、日本年金機構から申請書が届きますので必要事項を記入の上、返送してください。

若年者納付猶予制度

学生でない30歳未満の人が対象で、本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

本人確認できるもの(運転免許証・年金手帳など)と印鑑を持参し、市民窓口サービス課国民年金班で手続きをしてください。

ねんきんネット稼働中

ねんきんネットは厚生・国民年金加入者の年金記録や将来の受け取り見込み額が確認できるサービスです。

▼申込方法 本人確認できるもの(運転免許証、健康保険証など)と印鑑を市民窓口サービス課国民年金班に持参してください

※ねんきんネット稼働時間は平日の9時から17時までです

年金に関する問い合わせ先

諫早年金事務所(☎0957-1663) または市民窓口サービス課国民年金班(☎内線232)

不要品の交換

おゆずりください

・書道セット(小学生が使用する程度で可)

・ベビーベッド

・島原商業高校女子学生服(夏・冬)

▼問い合わせ先 市民安全課市民相談センター(☎内線184)



施設情報

有明総合文化会館 「映画ば☆みゅー会」

1月に全国公開となった『はなちゃんのみそ汁』を有明総合文化会館の自主事業「映画ば☆みゅー会」として上映します。

家族や友人をお誘い合わせの上、ご来館ください。

▶と き 3月21日(月) ①13時～ ②16時～
※各回上映の30分前から開場します

▶入場料 全席自由
一般(高校生以上) 500円
中学生以下 200円

▶チケット取り扱い 有明総合文化会館、島原文化会館

▶問い合わせ先 有明総合文化会館 (☎68-5800)



霊丘公園体育館・弓道場 「弓道教室」 参加者募集

霊丘公園体育館・弓道場の自主事業として、初心者を対象とした「弓道教室」を開催します。

10月には第29回全国健康福祉祭「ねんりんピックながさき2016」の弓道競技が本市で開催されますので、弓道に興味のある人はこの機会に体験してみませんか。

▶と き 4月19日(火)～6月28日(火)
毎週火曜・金曜 19時～21時
※5月3日(火)は休み

▶対象者 市内に居住または通勤・通学をしている中学生以上の初心者
※中学生は送迎が必要です

▶参加料 2500円(スポーツ安全保険料を含む)

▶持参品 運動のできる服装

▶申込期間 4月19日(火)まで

▶申込方法 霊丘公園体育館・弓道場に直接申し込むか、電話で申し込んでください

▶申し込み・問い合わせ先 霊丘公園体育館・弓道場
(☎63-2206)



第29回全国健康福祉祭ながさき大会
ねんりんピック長崎2016
長崎で ひらけ長寿の 夢・みらい

人の動き (2月1日現在)

●人 □ 46,852人 (-24)
●男 性 21,729人 (+1)
●女 性 25,123人 (-25)
●世帯数 19,489世帯 (-1)

出生 36人 死亡 72人
転入 66件 転出 64件

情報発信 市政情報などは、次の方法でも情報発信しています

- 島原市ホームページ (<http://www.city.shimabara.lg.jp/>)
- ケーブルテレビ
 - ・カボチャテレビ (土曜 8:30、10:00、18:00、21:00、翌2:00、翌5:00
日曜 8:00、15:00、18:00、21:00、翌2:00、翌5:00)
 - ・ひまわりテレビ (月曜～金曜 18:45)
- コミュニティFM FMしまばら (88.4MHz) (月曜～金曜 9:10、13:10)
- 新聞
 - ・島原新聞 市役所欄 (随時)
 - ・長崎新聞 市政情報コーナー (毎月第2・4火曜)

市民相談センターのご案内

3月の市民相談は、次の日程で市民相談センター（☎内線184）で無料相談を行います。なお、行政相談のみ有明福祉センターでも受け付けます。

◆行政相談

〈市民相談センター〉

3月 1日（火）	13時～15時	古瀬行政相談委員
3月 8日（火）	13時～15時	金子行政相談委員
3月15日（火）	13時～15時	梅澤行政相談委員

〈有明福祉センター〉

3月 2日（水）	13時～15時	宇土行政相談委員
----------	---------	----------

◆人権相談（人権擁護委員）

3月 2日（水）	13時～16時
----------	---------

◆不動産に関する相談（県宅地建物取引業協会）

3月14日（月）	13時～16時
----------	---------

◆弁護士法律相談（弁護士）【要予約 月初めから予約受付】

3月17日（木）	13時～16時
----------	---------

◆相続・遺言・任意後見・各種契約など 公証人法律相談（島原公証役場 公証人）

3月23日（水）	13時～16時
----------	---------

◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）

3月24日（木）	10時～16時
----------	---------



納期限のお知らせ

- ・介護保険料（第6期）
- ・後期高齢者医療保険料（第9期）

の納期限は**3月31日（木）**です

▶問い合わせ先

保険健康課後期高齢・介護班（☎内線233）

市民税・国保税の申告はお早めに

▶受付会場・期間

①税務課…3月15日（火）まで

②有明生涯学習センター事務所（有明公民館前）
…3月15日（火）まで

▶問い合わせ先

税務課市民税班（☎内線172）

図書館 通信

- 島原図書館（☎64-4115） 開館時間…9時～18時（金曜は20時まで開館）
3月の休館日…1日（火）・7日（月）・14日（月）・21日（月）・28日（月）・31日（木）
- 有明図書館（☎68-5808） 開館時間…9時～18時
3月の休館日…1日（火）・8日（火）・15日（火）・22日（火）・29日（火）・31日（木）

新刊図書紹介



「GEEKSTER」

大倉崇裕 著 KADOKAWA

秋葉原署捜査一係に着任した九重祐子は連続傷害事件を捜査中、秋葉原で悪事を働く者に制裁を下す闇のヒーロー〈ギークスター〉と出遭う。悪党から街を守るのは警察か、それともダークヒーローか。



「死んでいない者」

滝口悠生 著 文藝春秋

秋のある日、大往生を遂げた男の通夜に親類たちが集まった。一人ひとりが死に思いをはせ、互いを思い、家族の記憶が広がって…。生の断片が重なり合い、永遠の時間が立ち上がる奇跡の一夜を描く。

有明図書館からお知らせ

保存期間が過ぎ、除籍した雑誌をお譲りします。

※1人5冊まで

▶と き 3月5日（土）・6日（日）
9時～18時



3月の催し

島原図書館

■おはなしのじかん

5日（土）・12日（土）・19日（土）11時～

■手作り講座「布の絵本作り③」

5日（土）9時30分～

■手作り講座「布の絵本作り④」

12日（土）9時30分～

※事前申し込みが必要です。

■郷土史を学ぼう会

12日（土）14時～

「島原藩日記にみる享保期（1716年～）の暮らしⅣ」

講師：松尾司郎 先生

「深溝世紀 巻4」

講師：松尾卓次 先生

■おはなしのじかん0・1・2

23日（水）11時～

■おはなしひろば

26日（土）11時～

有明図書館

■ちいさなおはなしかい

12日（土）14時30分～

■おはなしのじかん

26日（土）14時30分～



～雲仙・普賢岳噴火災害 25 年～
「NHK のど自慢」

出場者・観覧者
大募集

NHK 長崎放送局と市では、雲仙・普賢岳噴火災害 25 年となる今年、「NHK のど自慢」を本市で実施します。出場および観覧を希望する人は、次の要領で申し込んでください。

日時 5月22日(日)

開場／11時 開演／11時45分
(予選会／5月21日(土)11時40分～)

会場 島原文化会館

ゲスト／山川 豊・原田 悠里



ゲスト 山川 豊



ゲスト 原田 悠里

放送予定／5月22日(日)12時15分～13時(生放送) <総合・ラジオ第1・国際>

**出場
申込**

往復はがきで申し込んでください

4月11日(月) 必着

<往信おもて>	<返信うら>	<返信おもて>	<往信うら>
52 850-8603 往信 (住所不要) NHK 長崎放送局 「のど自慢」 ・ 出場 係	この面には何も記入しないでください	52 返信 ①郵便番号 ②住所 ③氏 名	①郵便番号 ②住所 (ふりがな) ④年齢 ⑤性別 ⑥電話番号 ⑦職業 (中・高校生、大学生は部活動なども記入) ⑧曲目と歌手名 ⑨選曲理由

- ※応募多数の場合は 250 組を選出の上、案内を 5 月 6 日 (金) ごろに発送します
- ※中学生以上の人で、原則としてアマチュアの人を対象です (中学生は予選会・本選どちらも保護者の同伴が必要です。保護者の名前と電話番号も記入してください)
- ※応募は 1 人 (組) 1 通に限ります
- ※グループの場合は出場者全員の名前 (ふりがな)、年齢、性別、職業を明記の上、代表者が申し込んでください
- ※応募後の曲目、出場者の変更はできません
- ※記入に不備があった場合は無効となりますので、注意してください
- ※「返信用裏面」には選出結果を印刷しますので、白紙のままお送りください。紙・シールなどの貼り付け、修正液の使用もご遠慮ください

**観覧
申込**

入場は無料です
往復はがきで申し込んでください

4月20日(水) 必着

<往信おもて>	<返信うら>	<返信おもて>	<往信うら>
52 855-8555 往信 (住所不要) 島原市役所 「のど自慢」 ・ 観覧 係	この面には何も記入しないでください	52 返信 ①郵便番号 ②住所 ③氏 名	①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④電話番号

- ※応募多数の場合は抽選の上、入場整理券 (1 枚で 2 人入場可) を 5 月 6 日 (金) ごろに発送します
- ※記入に不備があった場合は無効となりますので注意してください
- ※予選会は入場自由です。ただし、満席の場合は入場をお断りすることがあります
- ※「返信用裏面」には選出結果を印刷しますので、白紙のままお送りください。紙・シールなどの貼り付け、修正液の使用もご遠慮ください
- ※インターネットオークションなどでの転売を目的とした申し込みは固くお断りします。
なお、売買を目的とした申し込みであると判明した場合には、抽選対象外とします

※応募の際にいただいた個人情報、選出・抽選の結果連絡のほか、NHK では受信料のお願いに使用させていただくことがあります

▶問い合わせ先 秘書人事課秘書広報班 (☎ 63-1111 内線 124)