

広報

# しまぼら

西 島

March.2020

3 月号

No.790

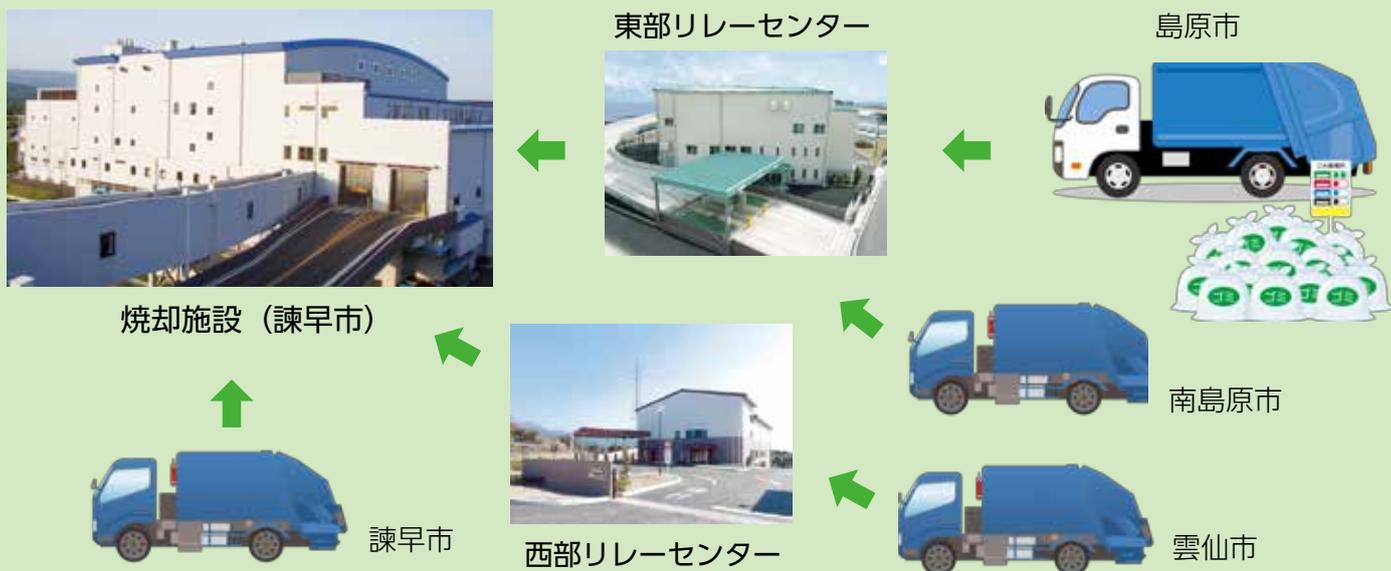


# 多くのごみにも めよりの税金



4万人のごみ減量プロジェクト

# 島原半島の可燃ごみの行方



1人1日当たりのごみ排出量（平成30年度）

近隣4市で、**最も多いのは島原市**が

南島原市	876 g
雲仙市	897 g
諫早市	919 g
島原市	1025 g

1人1日

**175 g** 削減で、

年間 **9000万円**  
の経費を軽減

ごみ排出量（令和2年度）

目標 **850 g**

ごみ処理費用（平成30年度）

税金投入 **8億7500万円**

人口が減れば、税金の負担はもっと増えるね。



市民1人が負担する税金

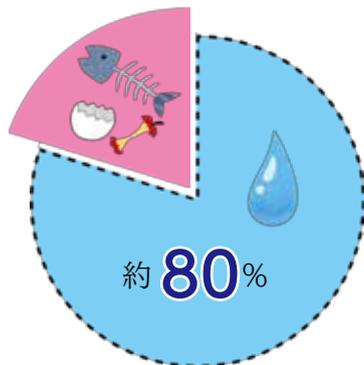
約 **1万9300円**



# ごみ減量の基本

～まずはここから始めてみましょう～

## 生ごみ



すぐに効果がでる  
「水切り」

### 3つのポイント

- ①水に濡らさない
- ②余分な水をしぼる
- ③水を切ったごみを乾かす

生ごみの  
約**80%**が  
**水分**

水を燃やすために、  
大切な税金を使い続  
けるのかあ…。



## リサイクル可能な紙類

正しい分別で



資源

古紙再生業者  
↓  
再生製品

正しい分別が、自分  
たちの負担を軽くす  
るんだね。



Q. 「リサイクル可能な紙類」に  
はどんなものがあるの？

詳しい分類方法は、  
こちらから確認で  
きます。



R (リデュース)  
＝無駄を減らす

- ・ 不要なものは買わない、  
もらわない
- ・ マイバッグを利用

3 R

(スリーアール)

R (リサイクル)  
＝資源として再利用

- ・ 正しい分別
- ・ 再生品の積極利用

R (リユース)  
＝繰り返し使う

- ・ 詰め替え製品の利用
- ・ 不用品の譲り合い

# 4万人のごみ減量プロジェクト

## プロジェクト その①

### 資源物などを拠点回収しよう

市民の皆さん気軽に持参してください

- ▶とき 毎月第2土曜日 午前7時30分～9時
- ▶ところ 有明公民館を除く各地区公民館、有明庁舎  
ストックハウス、市保健センター
- ▶回収品 新聞・チラシ、雑誌、段ボール、蛍光管



白山地区の拠点回収の様子  
(白山公民館)

## プロジェクト その②

### ごみの再資源化を推進しよう

廃品の共同収集を行う団体を募集しています

- ▶募集团体 営利を目的としない、市内の公共的団体  
例：町内会、婦人会、子ども会など
- ▶報奨金 1キログラムにつき5円
- ▶回収品 再資源化可能な古紙、繊維類、くず鉄・  
空かん類



三会中学校育友会での  
資源回収の様子

## プロジェクト その③

### 生ごみのたい肥化を推進しよう

①各家庭から排出される生ごみを減らすため、  
「生ごみ処理機器」の購入を補助します。

- ▶生ごみたい肥化容器（コンポスト）  
1個につき2000円  
(1個につき2000円未満の場合はその購入金額)  
※1世帯2個まで
- ▶電動式生ごみ処理機  
購入金額の3分の1（2万円を限度）  
※1世帯1台まで

②生ごみたい肥化の講座を実施します。  
町内会・自治会、婦人会などの各種団体を対象に実施します。  
気軽に相談してください。



生ごみ  
たい肥化容器  
(コンポスト)



生ごみたい肥化の様子

詳しい内容について知りたい人や各種団体は、環境課までお問い合わせください。

▶申し込み・問い合わせ先 環境課 (☎内線 193)



# 輝く島原人

THE SCENE Vol.30 島原に生きる

教員とラグビーに

捧げた人生

子どものころから体を動かすことが得意だった宮崎さん。得意な運動を生かす仕事として教員の道を選びました。

特にのめり込んだスポーツは高校時代から始めたラグビーでした。教職に就いてからも長崎教員ラグビーに所属、昭和41年、49年に開催された国体に、4度の出場経験を持つ生粋のラグーマンです。

昭和43年からは南高来郡体育協会ラグビー部長を務め、県民体育大会にも参加。さらには昭和47年、愛野町での郡民体育大会を機に7人制ラグビーを提案、島原半島内の6チームで競い合い、島原のラグビー競技の普及に取り組みしました。

「7人制ラグビーを歴代部長皆さんの協力のもと、島原市と合併するまで続けられたことが嬉しいです。支えてくださった皆さんに感謝しかありません」と、教員とラグビーに人生を捧げた当時のことを思い出しながら話してくれました。

長崎市宮ラグビー・サッカー場のこけら落とし試合でのプレー姿（昭和43年）

人生を変えた凧との出会い

# 糸が つなぐ 人生と絆



平成9年、校長として初めて奈良尾中学校へ赴任した際、「凧教室」を受講する機会があり、色彩豊かで勇壮なバラモン凧を見て、驚きと感動を覚えました。赴任と同時に入学した生徒たちへ、卒業の記念品として半年間かけ作成したバラモン凧を、卒業式の前日ギリギリに渡せたことは、今でも忘れられない思い出の一つです。

順風満帆だった教員生活も、定年まで残りあと1年のところで脳梗塞の病が襲いました。愕然としていた宮崎さんを絶望の淵から立ち直らせてくれたのが「凧」の存在でした。

退職後、長崎のハタの作り方を店舗へ訪れ直接聞いたり、図書館で調べたりするなど、独学で学びました。

凧作りに必要な節の長い真竹が手に入れやすかったことや、タイミング良く凧作り教室を依頼

頼まれて、続けられたことも現在の凧作り人生につながる運命だったのかもしれない。

平成18年から続く「有明公民館まつり」で始めた長崎のハタ作り教室は、3、4年前からハタよりも簡単に揚がるビニール製の菱凧作りを加え、子どもたちに大人気です。「子どもたちが凧を作るときの生き生きとした顔、作り上げたときの満面の笑み、上手に揚がったときの喜びの声、そして、たくさんの方がどうの言葉が指導を続ける生きがいです」と宮崎さんは話します。

「青少年が健全に育つように見守る活動を続けていますが、感謝の気持ちを表現できる子ども、誰とでも『おはようございます』や『こんにちわ』のあいさつができる、子どもがあふれる地域になることを心から願っています」と、子どもたちへの思いを話してくれました。

## 「人生の達人」

みやざき よしかね  
宮崎 善金さん (76)

昭和18年、12人兄弟の5男として南島原市深江町で生まれ、育つ。

島原高校を卒業後、教員を目指し長崎大学へ進学。昭和41年愛野中学校赴任を皮切りに、平成16年の退職まで教員生活一筋。その後、青少年に関わる要職に就きながら、子どもたちの成長を見守る活動を続けている。

島原市・有明地区青少年育成会会議会長(平成19年～)、有明地区福祉協議会副会長(平成19年～)、瑞宝双光章受章(平成28年秋)。有明町大三東在住。



有明地区青少年の意見発表会で発表者を祝う宮崎さん(上)、有明公民館まつり実行委員長として、自ら凧作り教室を行う宮崎さん(下)





福知山市・島原市姉妹都市提携記念

「福知山展」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37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。

この「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。



- ▶と き 3月1日(日)～3月17日(火)  
※土・日曜は午前中のみ
- ▶ところ 有明庁舎ロビー
- ▶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  
(☎内線 124)

## 市有地分譲地売却促進・定住促進 事業奨励金

市有地分譲地(仁田住宅団地 24 区画、安中地区 4 区画)を対象に「①購入した人」、「②家を建てた人」、「③移住して家を建てた人」に対し、次のとおり奨励金を交付します。

種 類	①市有地分譲地売却促進事業奨励金	定住促進事業奨励金	
		②新 築	③若年世帯移住
対象者	分譲地を購入した人(法人を含む)	本人または親族が購入した分譲地の売買契約日から、3年以内に住居を新築して住民登録をした人	①および②に該当する個人で、県外から初めて本市に移住した、配偶者および小学生以下の同居家族がいる40歳以下の人
奨励金	土地購入代金の10%(1000円未満切捨)	次のうち少ない額 ・住宅建築契約のうち、本人が負担した額の10%(1000円未満切捨) ・50万円(市内事業者施工の場合)または30万円(市外事業者施工の場合)	①の金額を定住の翌年度から最長9年間 ※土地購入代金のうち本人が負担した額を上限 ※最長9年間受けると、①の奨励金と合わせて、土地購入代相当になります ※該当者が複数の場合は抽選

▶申込方法 契約管財課に備え付けの所定の申請書類に必要事項を記入し、必要書類を添付の上、契約管財課財産管理班に提出してください。申請書は市ホームページからダウンロードできます

▶問い合わせ先 契約管財課財産管理班 (☎内線 261)

# 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（軽四輪・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、その年度の軽自動車税（種別割）が月割になったり、還付されることはありませんので注意してください。廃車や名義変更などの手続きは早めに済ませましょう。なお、納税通知書は毎年5月中旬に送付し、納期限は5月末日までとなります。

▶問い合わせ先 税務課市民税班（☎内線 171）

▶必要な手続き ※次の事例に該当する場合は速やかに手続きを行ってください

事例	必要な手続き
①他人に譲った・他人から譲ってもらった	新しい所有者へ名義変更
②所有者が亡くなった	廃車手続き、もしくは新しい所有者へ名義変更
③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
④市外に住所が変わった（軽四輪など）	車検証の記載事項変更
⑤市外に住所が変わった（原動機付自転車など）	島原市ナンバーを返納し、転居先でナンバー交付申請

▶受付場所 ※車種によって受付場所が異なるので注意してください

車種区分	受付場所
原動機付自転車（ミニカー含む）	税務課市民税班（☎内線 171）
小型特殊自動車（農耕作業用、その他）	※市民窓口サービス課、有明支所、三会出張所でも受付可
軽四輪（乗用、貨物）	全国軽自動車協会連合会 長崎事務所
軽二輪（125cc 超～250cc 以下）	（☎ 095-838-3244）
二輪の小型自動車（250cc 超）	長崎運輸支局（☎ 050-5540-2083）

## 春季火災予防運動



火災は、人の生命や財産を一瞬にして奪ってしまいます。日頃から、「火の用心」を心がけ、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。

3月1日（日）～  
3月7日（土）

「ひとつずつ いいね！で確認 火の用心」

（令和元年度全国統一防火標語）

### ▶住宅用火災警報器について

全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、煙を感知し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。

なお、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで、火災を感知しなくなることがあるため、10年を目安に交換しましょう。



▶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）

# 守ろう！「島原城跡」

皆さんは、どれくらい島原城のことを知っていますか？

島原城は、松倉豊後守重政公が元和4（1618）年から、7年の歳月を費やして築いた近世城郭です。

## ▶島原城跡の範囲と価値



本丸の石垣

島原城跡は、本丸と二ノ丸だけではありません。現在の大手・裁判所があるところから、北門までが島原城跡です。

江戸時代は、島原城の範囲が石垣と土堀で囲まれていました。今でも一部、石垣が残っているところがあります。

■ 史跡指定範囲  
■ 江戸時代から残る石垣整線  
■ 絵図等から想定される石垣整線



出典：「森岳城跡石垣調査報告書」島原市教育委員会 平成28年3月

島原城跡の一番外側の区画は、「外曲輪」といいます。

## ▶島原城跡を守るために

上図で示された石垣の中には、市教育委員会の事務処理誤りにより失われた石垣もあり、現在、再発防止の取り組みを進めています。

上図の他にもまちのあちこちに古い石垣が残っていますが、図で示した石垣の内側の区域は、文化財保護法における「周知の埋蔵文化財包蔵地」として保護の対象となっており、建物や石垣などの建築・解体のときには届出が必要となります。

文化財を保護しようとする、しばしば規制や不便を伴うことがあるため、市民の皆さんのご理解とご協力が欠かせないものです。市教育委員会は、歴史と文化を伝える貴重な文化財を、皆さんとともに後世に伝えていきたいと考えています。

▶問い合わせ先 社会教育課（☎内線652）

市民の皆さんのいろいろなご意見を聞きながら、地域にとって利便性の高い乗り物になるようにと考えておりますので、ぜひご利用ください。

3月1日（日）から「三会地区」「杉谷地区」「有明地区」で「島原市コミュニティバスたしろ号」の運行を開始しました。

現在バスが通っていない地域や公共交通の利用が難しいと思われる地域から、各公民館やスーパーなどの商業施設をつなぎ、また一部区間ではバス停以外の場所でも乗降できるなど、少しでも皆さんの生活に密着した移動手段になるように運行ルート、ダイヤなどを設定しました。

市長コラム

古川隆三郎

## コミュニティ助成事業

住民が行うコミュニティ活動に必要な施設や設備の整備に関して、財団法人自治総合センターからの助成を受け、三会地区の「北浦町内会」が町内会活動の環境整備のため、備品（テーブル、イス、エアコンなど）を購入しました。

今回の備品購入により、町内会活動にも一層の弾みをつけられます。

- ▶問い合わせ先  
社会教育課（☎内線 652）



## 令和元年度 統計功績者総務大臣表彰 受賞

平成 30 年住宅・土地統計調査において、統計調査の事務に精励されたことが評価され、本市登録の統計調査員 古賀 滋子さん、笠置 昌子さんが令和元年 10 月 18 日付で統計功績者として「総務大臣表彰」を受賞しました。

- ▶問い合わせ先  
総務課行政班（☎内線 151）



表彰伝達式の様子（令和元年 12 月 25 日）

## 運転免許証更新時のお知らせ

4 月 1 日から運転免許証更新時の受講先が変わります。

▶島原警察署で受講できない講習

- ・違反講習
- ・初回講習

▶受講できる場所

- ・運転免許試験場（大村市 4 月 1 日～）
- ・長崎運転免許センター（長崎市 4 月 2 日～）

【今までどおり受講できるもの】

更新受付、一般講習、優良講習、高齢講習

免許更新に関する詳しい内容は、島原警察署へ問い合わせください。

- ▶問い合わせ先 島原警察署（☎ 64-0110）

## 軽消防自動車寄贈式

1 月 27 日、日本損害保険協会から本市へ「小型動力ポンプ付軽消防自動車」が寄贈されました。

これは市職員で構成される消防団員が、勤務時間中の火災出動のために組織された、県内唯一の市役所消防隊への取り組みが評価されたものです。

寄贈車両は有明庁舎の市役所消防隊に配備され、火災発生時などに活躍が期待されます。



- ▶問い合わせ先 消防団本部（☎ 62-4607）



Shimabara  
Special  
Quality

## ～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

### 「あまざけ」

祖母から伝授された製法を守り、国産米と米麴だけで作った体に優しい無添加の甘酒です。創業100年の醤油屋で受け継がれてきたほっとする味わいは、一度味わえばファンになること請け合いです。



○林醤油本店 新馬場町 (☎62-3278)



### 「有機栽培 島原茶」

雲仙普賢岳の噴火で島原のほとんどの茶畑は火砕流で焼けてしまいましたが、唯一残った「礫石原」の茶園で20年の月日を経てできあがったJAS認定・有機栽培の「しまばら茶」です。玉緑茶をはじめ、ほうじ茶や和紅茶などバリエーションも豊富です。



○社会福祉法人 コスモス会 しょうけん 正健  
【販売所】とととと食堂 湊新地町 (☎65-1140)



▶問い合わせ先 しまばらブランド営業課 (☎内線 573)

#### 地域おこし協力隊コラム

### 協力隊、なんしょっと？ 地域おこし協力隊 萩原 大介

都市部から地方への移住を検討している若者が増えています。移住相談窓口のひとつである東京有楽町のふるさと回帰支援センターに相談に来る人たちの半数は20代と30代です。その若者の皆さんが移住をためらう要因の一つが交通手段です。幸いにも島原市には島原鉄道や島鉄バスといった公共交通機関がありますが、鉄道はよろかバスさえも走っていない地域が多数存在します。

私も島原に移住して以来、車が必要とのアドバイスをしていただいています。が、まずは新しいライフスタイルの提案の一つとして、鉄道やバスといった公共交通機関、そして自転車を活用して環



境と財布に優しい生活に挑戦しています。島原市内で自転車を購入して以来、市内中心部の移動は基本的に自転車と徒歩、そして週末は自転車でサイクリングに適した道を探しています。今のところ、多比良港と百花台公園にたどり着くことができました。島原半島は車の往来も多く、常に安全運転を心がけています。

島原の良いところを自ら発見し、その魅力を移住者を増やすことが目標です。

▼問い合わせ先 政策企画課 (☎内線146)

# しまばらん4コマ漫画

## 第29話「マスク」

小西紀行



島原守護神



## NCCの「トコトンHappyサタデー」に出演したよ!

2月8日、今年で開局30周年を迎えたNCC長崎文化放送のトコハピ・トコサタ30周年記念企画「てんきゅ♡ながさき21市町よかとこめぐり」の島原特集に、ちゃっかり出演しちゃいました。

島原城西の櫓前広場からの生中継、特別ゲストの宮崎香蓮さんとも共演できて、とっても楽しかったよ。

短い時間だったけど、島原の町並みや特産品、伝統芸能などの素晴らしさが、テレビの前のみんなに伝わってくれていると嬉しいなあ。



甲冑姿も格好良いでしょ! 島原子ども狂言のみんなや愛知県幸田町から派犬中の幸太とグレースも頑張ったよ!



市ホームページ (<https://www.city.shimabara.lg.jp/page4192.html>) に「島原守護神しまばらんの部屋」があるよ♪

この部屋では

- ・しまばらんのスケジュール
- ・しまばらんの活動日記 (FB・Twitter・youtube)
- ・イラスト・ロゴの使用申請



など、しまばらんに関することを見ることができるよ。みんな、ぜひ一度、しまばらんの部屋に遊びに来てね♪

▶問い合わせ先 政策企画課島原ふるさと創生本部 (☎62-8012)

100歳おめでとうございます



つばた  
坪田 シヅノ さん（2月4日生）



まちかどウォッチング

地元の食材で健やかに



### ふれあい給食

1月27日、全国学校給食週間に合わせて、第三小学校でふれあい給食を行いました。

今回で35回目となった「ふれあい給食」では、古川市長のほか教育長、教育委員などが第三小学校を訪問、児童とともに島原半島で生産された地場産物を使った郷土料理を味わいながら、楽しい給食の時間を過ごしました。



AIで成長する2匹の子犬



### 幸田町発 aibo 派犬事業

1月21日、島原城西の櫓前で、姉妹都市愛知県幸田町から派犬（貸与）された、aibo（アイボ）の「幸太」と「グレース」の受入式を行いました。

島原城や市内観光施設で、観光客へのおもてなしや、SNSなどを通じて本市の魅力を発信できる話題性を提供、交流人口の拡大につながることを期待します。

（今月の表紙）



## 必ずくる「その時」に備える



### 防災まちカフェ@島原

1月28日・29日、島原復興アリーナ サブアリーナで、全国で大人気の「防災まちカフェ」を子育て世代を対象に、本市で初開催しました。

講師のかもん まゆ さんによる映像やスライドを使った大地震の脅威、被災状況や地震のメカニズム、避難所の運営方法などの分かりやすい説明が行われ、参加者は必ずくる「その時」に備えていれば守れる命がある「備災」の重要性を学びました。

## J1昇格へ向けて始動



### ギラヴァンツ北九州島原キャンプ

1月20日、本市で4年ぶり7回目のキャンプ開催となる、サッカーJ2「ギラヴァンツ北九州」の歓迎セレモニーを開催しました。

応援に集まった関係者や園児ら、総勢約100人が選手たちを温かく出迎えました。

島原商業高校出身の小林監督らに、花束や特産品などを贈呈。古川市長は「1年のスタートを島原で切り、J1昇格への目標を達成して欲しい」と歓迎と激励の言葉を送りました。

## 地域の絆を深める



### 有明公民館まつり

2月15日・16日、第14回となる有明公民館まつりが開催され、大勢の親子連れなどで賑わいました。

ふれあい絵画展や絵手紙展、結成30周年を迎えた島原木綿織保存会による島原木綿織体験、その他にも凧作り教室や陶芸体験、フリーマーケットやサークル紹介など多くのイベントが行われました。

訪れた人々は世代を超えた交流を行い、地域の絆が今まで以上に深まりました。

今後は、人権に関する問題の相談に携わっていただきます。



ひろせ あきら  
廣瀬 朗さん  
(南下川尻町・新任)



よしだ けいこ  
吉田 圭子さん  
(中野町・新任)



ながた かよこ  
永田 香代子さん  
(有明町湯江・再任)



うと かずとし  
宇土 和俊さん  
(有明町大三東・再任)

人権擁護委員に委嘱  
1月1日付で、人権擁護委員に次の人たちが法務大臣から委嘱されました。



# しまばら子育て情報

3月で1歳になりました

## Happy Birthday



申し込みは  
こちらから

問い合わせ先

子育て支援室 (☎ 62-4015)

こども課こども福祉班 (☎内線 301)

こども家庭班 (☎内線 278)



さなか あんじ  
**佐仲 安師 くん**

3月4日生

元気にすくすく大きくなっ  
てね!



まつもと みう  
**松本 未羽 ちゃん**

3月4日生

いっぱい笑って元気に育  
ってね!



よしだ さく  
**吉田 咲空 ちゃん**

3月4日生

一歳おめでとう♡すく  
すく育ってね♡



まつお とうご  
**松尾 東悟 くん**

3月6日生

お兄ちゃん2人と仲良  
く元気でね



ほんだ みほな  
**本多 海花 ちゃん**

3月7日生

ほんだ かいしん  
**本多 海心 くん**

3月7日生

二人仲良く笑顔いっぱい元気に育ってね♡



しもだ ゆうと  
**下田 陽翔 くん**

3月10日生

元気にすくすくと優し  
い子に育ってね



やまさき しゅんと  
**山崎 竣翔 くん**

3月10日生

いつも可愛い笑顔と癒  
しをありがとう



しおさき みゆ  
**塩崎 心結 ちゃん**

3月14日生

元気でやさしい子に育  
ってね☆



ますざき かなと  
**増崎 奏斗 くん**

3月15日生

いつも笑顔をくれてあ  
りありがとう!



はやし みゆ  
**林 美優 ちゃん**

3月16日生

家族の天使です♡元気  
に育ってね♡



## 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、子育ての仲間づくりをします。

- ▶とき 毎月第4火曜日 13時30分～15時
- ▶ところ 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
- ▶対象者 2カ月児とその母親 ※対象者には随時通知します ▶料金 無料



## \* 育児ワンポイント \*

さんかんしおん  
～三寒四温～

春一番の南風が春の訪れを告げ、待ちに待った春がやってきます。暖かくなったと思ったら急に寒さが戻ってきて、「寒い日3日、暖かい日4日」を繰り返しながら冬は遠ざかっていくそうです。冬から春へ、ゆっくりと変わっていくことを子どもたちにお話ししてあげるといいですね。



## 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。

※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があります

イベント名	日時（10時～12時）・場所	サークル名
～みんなでお祝いしましょう～ ひなまつり	3月3日（火）有明保健センター	きらら kids
～春のお楽しみカレンダーを作って～ 作ってあそぼう（春の巻）	3月4日（水）霊丘公民館	こいこいひろば
～ボランティアさんと一緒にうた遊び～ にこにこお楽しみ会	3月5日（木）安中公民館	にこにこ kids
～親子♡力をあわせて1・2ゲット～ のびのびおたのしみ会	3月10日（火）三会農村環境改善センター	のびのび kids
～みっちゃんのパネルシアター～ すくすくおたのしみ会	3月19日（木）杉谷公民館	すくすくげん kids
～親子の愛着 結びましょう♡～ 親子ふれあいあそび	4月2日（木）安中公民館	にこにこ kids
～ゆったり まったり～ ママ友とおしゃべりしよう	4月7日（火）有明保健センター	きらら kids
～簡単に出来る私流こいのぼり～ こいのぼりを作ろう	4月14日（火）三会農村環境改善センター	のびのび kids



作って遊ぼう（春の巻）



にこにこお楽しみ会



すくすくお楽しみ会

## さくらウォーキングを開催します

満開のさくらを楽しみながらウォーキングを行います。

▶と き 3月28日(土) ※雨天時は中止

10時～12時(受付:9時30分～)

▶集合場所 島原総合運動公園(売店前)

▶内 容 公園内をウォーキング(約4km)

▶参加料 無料 ※事前の申し込み不要

▶持参品 水分補給用の飲み物

## がん検診はお済みですか？

市内実施医療機関で各がん検診を実施しています。平成31年4月以降、市が実施する検診を受けていない人は早めに受けましょう。

### ▶対象者及び自己負担金

・子宮頸がん検診…20歳以上(700円)

・乳がん検診…30歳以上(500円)

・胃がん検診…40歳以上(1000円)

・大腸がん検診…40歳以上(600円)

※無料対象者など詳しくは市ホームページをご覧ください

※令和元年度の受診期間は3月31日(火)までです

## 高齢者肺炎球菌予防接種はお済みですか？

予防接種費用の一部助成をしています。

申請は該当年齢に達する前(誕生日前)にも可能です。年度を超えての申請(接種)はできません。

対象の人は、申請忘れに注意してください。

### ▶対象者

過去に23価肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがない人で次の要件のいずれかに該当する人

・4月1日までに65、70、75、80、85、90、95歳および100歳以上になる人

・60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器、免疫などに障害がある人

▶自己負担金 5000円

▶申請・接種期限 3月31日(火)

▶申請受付窓口 市保健センター、有明保健センター、保険健康課、有明支所、三会出張所

## ロコトレ室内運動教室 第二弾

骨・関節・筋肉などの運動器の機能が低下し、要介護状態になることを防ぐための簡単体操です。

▶と き 3月17日(火)・3月26日(木)  
13時30分～15時30分

▶ところ 市保健センター

▶内 容 「下半身の体操 ～腰痛予防～」

▶講師 活水女子大学 阿南 祐也 准教授

▶対象者 20歳以上の市民

▶参加料 無料

▶持参品 飲み物、タオル

▶申し込み 市保健センター



## 簡単白和え

豆腐の水切りは電子レンジを使用することで手軽にできます。めんつゆを使用することで味付けも簡単です。



《作り方》(レシピ提供: 島原市食生活改善推進員協議会)

- ①豆腐をレンジで2～3分加熱し、水切りをする
- ②①をボウルに入れた後Aを加え、なめらかになるまでよく練る
- ③コンニャクは塩もみをした後、熱湯をかける。生シイタケは石づきを取り薄切りに、ニンジンせん切り、小松菜は1cmの長さに切る
- ④鍋に③とBを入れ弱火にかけ、汁気がなくなるまで煮詰め、粗熱をとる
- ⑤粗熱が取れたら②に入れて和える

材料(4人分)

木綿豆腐	1/4丁
糸コンニャク	25g
塩	少々
生シイタケ	2枚
ニンジン	1/4本
小松菜	1/4束
めんつゆ(3倍濃縮)	大さじ3
すりゴマ	大さじ1
めんつゆ(3倍濃縮)	大さじ1/2
水	25cc

《1人分栄養価》\*エネルギー 37kcal \*たんぱく質 2.3g \*脂質 1.9g \*食塩 0.8g

# こころの健康 ～大切な命を守るために～

現代社会においてストレスは避けて通れないものです。「職場や家庭の問題」「健康問題」「経済問題」など、ストレスの要因は、年齢や性別、立場によってさまざまです。

平成30年自殺対策白書（厚生労働省）によると、日本の自殺率は世界第5位で、働きざかり世代の自殺が多く、その原因は健康問題、中でもうつ病などのこころの病気が占める割合が高くなっています。

## うつ病は早期発見・早期治療で回復します

うつ病とは、こころと体の不調が長く続き、日常生活に支障をきたしてしまう状態です。

### よくみられる「うつ症状」

#### 体のサイン

- ・疲れやすくなった、体がだるい
- ・頭痛、肩こり
- ・眠れない
- ・ご飯がおいしくない



など

#### こころのサイン

- ・憂うつな気分、不安
- ・ものがとが決断できない
- ・やる気、興味がでない
- ・以前と比べて暗く、元気がない



など



うつ病は、決して特別な病気ではありません。早期に発見して治療を行うことでよくなる病気です。一人で悩まず、身近な人に相談をしたり、かかりつけ医や専門医に相談することをお勧めします。

また、自殺を考えている人は、言葉に出さなくても何らかのサインを発していることが多いものです。周囲の人は、まずそのサインに気づき、声をかけ、悩みを打ち明けさせるきっかけを作ってあげましょう。

## 心の疲れを和らげるセルフケアを！

自分に合った方法で発散しながら、上手に付き合っていきましょう。

- 生活のリズムを整える：早寝早起き、一日三食バランスよく食べる
- 入浴やマッサージで心身をほぐす
- 趣味やスポーツを楽しむ
- 質の良い睡眠をとる：安眠できる環境を整えましょう



## 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



## 小児救急電話相談

夜間お子さんが急な病気やケガで困ったときは電話をしてください。看護師や医師が電話でアドバイスします。

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



※休日当番医の医療機関は折り込み付録の裏面に掲載しています

## 4月1日から多くの人が利用する施設は原則屋内禁煙となります

4月1日から多くの人が利用する事業所、工場、ホテル・旅館(客室を除く)、飲食店など(第二種施設)は、原則として屋内禁煙が義務化されます。

ただし、例外として「喫煙専用室」「加熱式たばこ専用喫煙室」を設置することができます。また、次の要件を満たす飲食店は、経過措置として、喫煙可能室の設置を可能としていますので、「屋内禁煙」か「喫煙可能」かを選択することができます。

### 【要件】

- ・令和2年4月1日現在で営業している店舗
- ・資本金または出資の総額が5000万円以下
- ・客室面積が100㎡以下

喫煙可能室設置施設の届け出が必要となります。届け出用紙のダウンロードや内容の詳細については県のホームページをご覧ください

▶問い合わせ・提出先 県南保健所 (☎ 62-3289)

## 「みなと白山」まち歩き

- と き 3月13日(金) 10時～(集合場所:白山公民館)
- 内 容 「九十九島」を望む湊地区を中心にオリジナルマップ(上田隊員作成)を片手に90分程度まち歩きをします ※雨天時は中止となる場合があります
- 講 師 上田 友 隊員(地域おこし協力隊)
- 募集人数 15人(先着順)
- 参加料 無料(オリジナルマップを進呈します)
- 持参品 飲み物、歩きやすい服装・靴など



上田 友 隊員



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

- ◆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)

※各講座の受付は3月2日(月)から開始します

## 男たちのお料理教室

男性限定の料理教室です。メニューは当日のお楽しみ。  
この機会に料理にチャレンジしてみませんか。



- と き 3月23日(月) 10時～13時
- 講 師 市食生活改善推進員協議会
- 募集人数 20人(先着順) ●受講料 300円(材料費)
- 持参品 エプロン、三角巾、筆記用具

## 杉谷公民館

### 地元野菜を使ったヘルシー料理

地元で採れた新鮮な季節野菜を使って、ヘルシー料理を作ってみませんか。

- と き 3月17日(火) 10時～13時
- メニュー 魚のパン粉焼き、もずく酢のサラダなど
- 講 師 市食生活改善推進員協議会
- 募集人数 15人(先着順)
- 受講料 300円(材料費)
- 持参品 エプロン、三角巾、筆記用具



### マンドリンと朗読の素敵な時間

音楽と朗読は、心をリラックスさせ、想像力を高めるなど、セラピー効果をもたらすと言われています。

- と き 3月28日(土) 14時～15時30分
- 演奏・朗読 島原マンドリンクラブ、朗読サークル・水曜会(朗読グループ)の皆さん
- 参加料 無料
- 申し込み 人数把握のため、電話で事前に申し込んでください



## 霊丘公民館

### 第70回初市顕彰俳句会

「しまばら初市」を題として句会を実施します。

- と き 3月8日(日) 12時(投句締め切り)
- 投 句 三句(当日会場で書きます)
- 募集人数 50人
- 参加料 無料
- 申し込み 当日会場で受付
- 持参品 筆記用具

※投句者全員で選句するため、当日会場に来れない人は投句はできません



## 新庁舎落成式に合わせて入籍しませんか?

4月19日(日)、新庁舎落成式に合わせて入籍するカップルを募集します。近々結婚式を挙げる予定の人、入籍する予定の人など、新庁舎で市長としまばらんが待っています。

### ▶応募資格

- ①カップルで落成式典に参列出来る人
- ②広報紙・ホームページ(SNSを含む)・テレビ広報番組や報道機関などへの紹介、公表を了承できる人 など

### ▶応募方法

政策企画課、公民館などに備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、3月31日(火)までに政策企画課へ提出してください

※市ホームページからもダウンロードできます

▶問い合わせ先 政策企画課(☎内線146)



# 施設情報

## 霊丘公園体育館・弓道場

### 弓道教室

- ▶ **と き** 4月17日(金)～6月26日(金)  
19時～21時(毎週火・金曜 全20回)
- ※5月5日(火)のみ休み
- ▶ **対象者** 市内に居住または勤務している中学生以上の初心者(中学生は保護者の送迎が必要)
- ▶ **参加料** 2500円(スポーツ保険料含む)
- ▶ **申込方法** 直接料金を添えて申し込んでください(電話で申し込みはできません)
- ▶ **申込期間** 4月14日(火)まで
- ▶ **申し込み・問い合わせ先**  
霊丘公園体育館・弓道場  
(☎63-2206)



## 島原復興アリーナ

### 大人のための初めてのバレエ教室

- ▶ **と き** 4月3日・10日・17日・24日  
(毎週金曜 全4回)  
昼クラス：10時30分～11時30分  
夜クラス：19時～20時
- ▶ **内容** クラシックバレエの初歩的な基礎、ストレッチ
- ▶ **対象者** バレエ経験初心者の一般女性
- ▶ **募集人数** 各クラス12人(先着順)
- ▶ **参加料** 1500円(スポーツ安全保険料含む)

### たのしくおどろう キッズバレエ教室

- ▶ **と き** 4月5日・12日・19日  
11時～11時45分(毎週日曜 全3回)
- ▶ **内容** クラシックバレエの初歩的な基礎、ストレッチ、音楽に合わせて楽しく踊る
- ▶ **対象者** 4歳～8歳のバレエ未経験者
- ▶ **募集人数** 12人(先着順)
- ▶ **参加料** 1000円(スポーツ安全保険料含む)



## 島原文化会館

### 映画「あの日のオルガン」上映会

- ▶ **と き** 3月29日(日)  
①11時～ ②14時～
- ▶ **料 金**  
(前売券) 一般・シニア・大学生 1200円  
(当日券) 一般・シニア 1500円、  
大学生 1300円、小中高生 800円
- ▶ **チケット販売所** 島原文化会館、有明総合文化会館、島原図書館、ローソンチケット(Lコード：83899)
- ▶ **問い合わせ先** 島原文化会館(☎62-2111)  
長崎県映画センター(☎095-824-2974)



### 共通事項

- ▶ **講師** 内島久恵先生(赤い靴バレエ島原教室)
- ▶ **持参品** バレエ用シューズ(靴下で代用可)、運動ができる服装、タオル、飲み物
- ※バレエシューズは注文もできます
- ▶ **募集期間** 3月31日(火)まで
- ▶ **問い合わせ先** 島原復興アリーナ  
(☎64-2344)

## 長崎地方気象台の電話番号が変わります

4月1日から長崎地方気象台の電話番号が下記のとおりになります。

### 【長崎地方気象台 電話番号】

TEL：095-811-4861(平日8時30分～17時15分)

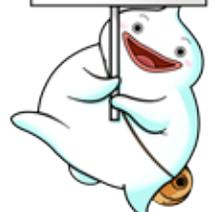
TEL：095-824-4172(終日利用可)※自動音声の気象情報

※自動音声による気象情報の利用方法はホームページをご覧ください

[http://www.jma-net.go.jp/nagasaki-c/index\\_page/sonota/haishi.html](http://www.jma-net.go.jp/nagasaki-c/index_page/sonota/haishi.html)

※雲仙岳測候所転送電話は4月1日に廃止になりますので問い合わせは長崎地方気象台にお願いします

変更



# 情報ひろば

■ 市役所本庁 (代表) ☎ 63-1111  
 ■ 有明庁舎 (代表) ☎ 68-1111  
 ※外港庁舎と折橋庁舎への電話は本庁代表☎ 63-1111 から転送できます

## 募集

### 自衛官等採用試験

#### ○幹部候補生(一般)

- ▼受付期間 5月1日(金)まで
- ▼試験会場 長崎地本会議室
- 【大卒程度試験】
- ▼資格 22歳以上26歳未満の人

- ※20歳以上22歳未満のものは大卒(見込み含む)
- ※修士課程修了者(見込み含む)などは28歳未満
- ▼一次試験 5月9日(土)

#### 【院卒者試験】

- ▼資格 修士課程修了者(見込み含む)で20歳以上28歳未満の人
- ▼一次試験 5月9日(土)

※大卒・院卒(海・空飛行要員のみ、5月10日(日))

### 【歯科 薬剤科】

- ▼資格 専門の大卒(見込み含む)で20歳以上30歳未満の人
- ※薬剤科は20歳以上28歳未満の人

#### ○一般曹候補生および自衛官候補生

- ▼資格 18歳以上33歳未満の人
- ▼受付期間 5月15日(金)まで
- ▼一次試験 5月23日(土)
- ▼試験会場 大村農協会館

#### ○医科・歯科幹部

- ▼資格 医師・歯科医師の免許取得者
- ▼受付期間 4月17日(金)まで
- ▼一次試験 5月8日(金)
- ▼試験会場 島原地域事務所

に問い合わせてください

応募・問自衛隊島原地域事務所 (☎②3759)

## お知らせ

### 燃やせるごみ全地区収集日

3月19日(木)は市内全地区の燃やせるごみを収集します。8時までに指定の場所へごみを出してください。

環境課グリーン資源班 (☎内線193)

### 県特定不妊治療費助成事業の申請期限

県では特定不妊治療(体外受精・顕微授精)にかかる費用の一部を助成しています。申請期限は治療終了日の属する年度末(3月31日)です。

ただし、3月に治療が終了した場合は翌年度の4月末日までとなりますのでご注意ください。詳細については問い合わせください。

県南保健所 (☎②3289)

### 3月は「自殺対策強化月間」

就職や転勤、転居など、生活環境が大きく変動する時期となり、自殺者数が増加する傾向にあります。早めに相談しましょう。

▼相談内容 精神保健福祉相談、「ひきこもり」に関する

### 相談

- ・専門医(予約制) 火曜14時～17時 ※随時受付可
- ・随時相談(平日) 9時～17時
- ▼相談場所 県南保健所
- ▼予約・問 県南保健所地域保健課 (☎②3289)

### 登記相談

登記相談は電話での予約制です。

- ▼相談日 月・水・金曜
- ▼不動産に関する相談申し込み先・問長崎地方法務局島原支局 (☎②2513)
- ▼商業・法人に関する相談申し込み先・問長崎地方法務局 (☎095・826・8127)

※相談時間は20分以内でお願いします

### 法定相続情報証明制度

相続人が法務局に必要な書類を提出し、法定相続人が誰であるのかを登記官が証明する制度です。

法定相続情報を利用し、相続登記のほか、銀行預金の払い戻しや相続税の申告手続きに利用でき、相続手続きの負担を軽減できます。

詳しくは長崎地方法務局のホームページを確認するか、相談してください。

- ▼相談日 月・水・金曜
- ▼申し込み先・問長崎地方法務局島原支局 (☎②2513)

## 国民年金コーナー

### 付加保険料制度について

定額の国民年金保険料に月額400円の付加保険料を上乘せして納めることにより、将来受け取る老齢基礎年金に付加年金が加算される制度です。

付加年金額(年額)は、「200円×付加保険料を納めた月数」で計算し、2年以上受け取ると、支払った付加保険料以上の年金を受け取ることができます。

※付加保険料を納めるには、申し込みが必要です

- ▼申込先 市民窓口サービス課窓口班 (☎内線232)、有明支所 (☎内線504)、または諫早年金事務所 (☎0957②1662)

### 諫早年金事務所出張相談

▼とき 3月18日(水)、4月

22日(水)

▼ところ 三会農村環境改善センター

▼募集人数 8人

▼申込方法 市民窓口サービス課窓口へ予約(電話予約できません)してください。

※相談開設日の10日前まで

年金に関する問い合わせ先

諫早年金事務所 (☎095

7⑤1662) または市民

窓口サービス課窓口班 (☎

内線232)

不用品の交換

おゆずりします

・健康器具(ハイパーステッ

プなど)

・植木鉢

おゆずりください

・ぶらさがり健康器具

・スピードラーニング(英語

教材)

・脚立(2メートル位)

・赤ちゃん用抱っこひも

・ベビーカー

☎市民相談・消費生活センタ

ー (☎内線184)



島原市コミュニティバス  
たしろ号 運行開始



高齢者をはじめ、皆さんの買い物や憩いの場への移動を支援するため、「島原市コミュニティバス」を運行します。

▶運行開始日 3月1日(日) ※2月27日(木)より予約受付中

▶運行地区 三会地区、杉谷地区、有明地区 ※1日4便

▶乗車定員 9人 ▶料金 200円(小学生100円、未就学児無料)

▶利用方法 電話での事前予約が必要になります

※運行ルートなどの詳細は市のホームページをご覧ください

(<https://www.city.shimabara.lg.jp/page6505.html>)



市のホームページ

▶予約電話番号 **おはよう 62-0840** (島原鉄道株式会社内)

▶予約受付時間 8時30分~17時

※乗車日の3日前から前日17時までに予約してください

▶問い合わせ先 政策企画課 (☎内線141)



市政情報発信中

- 島原市ホームページ (<https://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)
- FMしまばら(88.4MHz)(月曜~金曜 9:00、13:00)
- 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)

人の動き(2月1日現在)

- 人口 44,994人(-6)
- 男性 21,028人(-8)
- 女性 23,966人(+2)
- 世帯数 19,840世帯(+9)

1月中の動き

出生 25人 死亡 53人  
転入 83件 転出 53件



大災害を今に伝えるモニュメント

りゆうしほだいくようとう  
流死菩提供養塔

1792(寛政4)年に発生した雲仙普賢岳の噴火では、その末期に頻発した強い地震によって、眉山の一部が崩壊し、大量の土砂が海に流入しました。地すべりと津波により、およそ1万5千人もの人が犠牲になった災害は「島原大変・肥後迷惑」という言葉で、後世に語り継がれています。

この日本最大の火山災害を今に伝えるのが、島原半島や対岸の熊本、天草地域の沿岸に残されている流死菩提供養塔です。流死菩提供養塔は、特に被害が大きかった各村の寺に命じて島原藩が建立させたものから、地域住民の手によって建立されたものまで様々です。

「島原大変・肥後迷惑」が発生した日は、今の暦でいえば5月21日にあたります。日中の気温が高くなる中で復興作業は、想像を絶するものがあります。それでも人々は自らのふるさと再生のために、復興事業に取り組んだのでしよう。

流死菩提供養塔は、犠牲になられた人々たちを供養するだけでなく、残った



人たちの気持ちを一つにするための象徴の一つともいえます。

島原半島や熊本の有明海沿岸には、100基を超える流死菩提供養塔が残され、今も有明海を見つめ続けています。

(写真) 流死菩提供養塔(南崩山町)  
多くの供養塔は海の方角を向いて建立されています

～ジオのお話会のお知らせ～

- ▶とき 3月11日(水) 10時30分～12時
- ▶ところ 山崎本店酒造場(白土町)
- ▶題目 「シマバライチゴとお酒」
- ▶内容 長崎県天然記念物の「シマバライチゴ」を原料とした貴重なリキュールの製造工程や楽しみ方を話します
- ※試飲を希望する人は車での来場を控えてください
- ▶募集人数 20人 ▶参加料 無料
- ▶申込方法 氏名、住所、性別、生年月日を記入のうえ、メール (info@unzen-geopark.jp) または電話で申し込んでください ▶申込期限 3月6日(金)

第40回「ジオ空教室」



島原半島の歴史・文化・自然、そしてそれらをつくりだしたジオの魅力や、その道のプロが毎回たのしく紹介します。ふるってご参加ください!

- ▶とき 3月14日(土) 10時～12時(受付:9時30分～)
- ▶ところ 雲仙お山の情報館 別館(雲仙市小浜町雲仙)
- ▶題目 「謎解き雲仙ジオツアー」～雲仙温泉街の景観に隠された「謎(魅力)」に迫る～
- ▶内容 主に雲仙・小浜エリアで活動している認定ジオガイドの“小浜ジオーズ”の案内のもと、まち歩きを通して雲仙温泉街の景観に隠された「謎(魅力)」に迫ります
- ▶参加料 500円(ジオスイーツ代などを含む) ▶募集人数 20人
- ▶服装等 タオル、飲み物、雨具 ※まち歩きが可能な動きやすい服装
- ▶申込方法 氏名、住所、性別、生年月日を記入のうえ、メール (info@unzen-geopark.jp) または電話で申し込んでください ▶申込期限 3月11日(水)

# 図書館へ行こう

新刊図書紹介

「平蔵の母」  
逢坂剛 著 文藝春秋

織物問屋のあるじと母親が料理屋を訪れた。店で倒れた母親は、「本所のテッサブロウに、会わせておくれ」と繰り返す…。鬼平ファンに捧ぐハードボイルド時代小説第4弾。

「猫君」  
山中恵 著 集英社

20年生きた猫は、人に化けて言葉を操る妖怪「猫又」になる。將軍様の庇護のもと、江戸城内の学び舎「猫宿」で修行に励む新米猫又のみかんたち。猫宿の長は、魔王と呼ばれたあの戦国武将で…。

「踏み跡にたらずんば」  
小野正嗣 著 毎日新聞出版

みなさんの身に、みなさんの土地に、何が起こったのですか。夢か現か幻か。土地と人々の記憶が紡ぐ、なつかしくて不可思議な掌編小説集。

「コープス・ハント」  
下村敦史 著 KADOKAWA

連続猟奇殺人犯の衝撃の告白。それは自身の犯行の模倣犯を殺し、遺体を隠したというものだった。事件の真相を追う女刑事と遺体捜しをする少年達が出会う時、驚愕の真相が明らかになり…。



## 3月イベント情報

場所	イベント名	日時
島原図書館	布の絵本作り	3回目：7日(土) 4回目：11日(水) 9時30分～
	おはなしのじかん	7日(土)、14日(土)、 21日(土) 11時～
	郷土史を学ぼう会※1	14日(土) 14時～
	おはなしのじかん0・1・2	25日(水) 11時～
	おはなしひろば	28(土) 11時～
	手作り講座「アイスの棒でしおりを作ろう！」 対象：小学生、定員：15人(要申込)	28日(土) 14時～ ※詳しくは島原図書館へ
有明図書館	除籍雑誌おゆずりします 1人5冊まで	7日(土)、8日(日) 9時～18時
	おはなしポケット	14日(土) 11時～
	わくわく本の広場 定員：親子6組(要申込)	18日(水) 10時30分～
	音読教室 対象者：小学生～一般 定員：10人(要申込)、持参品：筆記用具	22日(日) 14時～15時
	おはなしのじかん	28日(土) 11時～

### 島原図書館駐車場工事のお知らせ

3月に駐車場(八尾病院横)の舗装工事を行います。工事期間中は図書館横の駐車場をご利用ください。日程については問い合わせてください、決まり次第、島原図書館のホームページに掲載します。

### ◎島原図書館 (☎64-4115)

開館時間… 9時～18時(金曜は20時まで開館)  
休館日… 3月2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)・  
30日(月)・31日(火・資料整理日)

### ◎有明図書館 (☎68-5808)

開館時間… 9時～18時  
休館日… 3月3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)・  
31日(火)・4月1日(水・資料整理日)

#### ※1 郷土史を学ぼう会

「島原藩日記に見る漂着船対応」

講師：久保 春香 先生

「古文書解読入門～読んでみよう松平文庫～⑥」

講師：松尾 卓次 先生

オススメ

### 図書館司書のオススメ本

「山菜と木の実の図鑑」  
おくやまひさし 著 ポプラ社  
少しずつ日差しが暖かくなり、春の訪れを感じます。ふきのとうやツクシ、セリやタラの芽など、山菜を探しに出かけませんか？  
名前や特徴、おいしい食べ方など、写真とともにピンポイントで紹介した本です。



きれいな水を未来へ残そう

**有限会社 有明清掃**

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戊3919  
**☎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

水回りのお困りごとご相談下さい



「福祉用具のレンタル・販売」  
 「介護用品の販売」  
 「住宅改修・リフォーム工事」

福祉用具専門相談員在籍

ニッポンの窓をよくしたい

**MADO** ショップ

MADOショップ 島原外港店  
 ☎0957-62-0007 島原市秩父が浦町丁3519-2



**保険の見直し・相談**

保険のことなら何でも答え  
 てくれる相談窓口で、何度  
 相談しても一切  
 料金がかりま  
 せん。まずは、  
 「広報しまばら  
 を見た」と言っ  
 て電話予約を。

**保険クリニック  
 雲仙国見店**

☎0120-309-929

営業 10時～18時  
 休 日 盆年末年始  
 住 長崎県雲仙市国見町  
 土黒甲83-2

募集代理店：有限会社さんき



働き方の心配 家族の心配 お金の心配

残業問題 離婚 慰謝料 相続 交通事故 悪徳商法  
 契約の悩み 介護 後見 遺言 売掛金回収 借金

**弁護士に相談しませんか?**

相談料 初回1時間まで5500円

島原中央ひまわり基金法律事務所  
 島原市中町 851 大手ビル3 階  
 市役所の向かい、オレンジの看板が目印

**0957-62-5138**

弁護士 河野 哲志  
 長崎弁護士会登録番号 51779



電動自転車 (税込) 78,200円  
 通学車 (税込) 27,900円～

PayPay クレジットカード  
 キャッシュレスで  
**5%還元**

CASHLESS

パンク修理「無料券」×3枚プレゼント!!  
 三輪車いつでも試乗OK!!

中古車 あり  
 買取り・下取り 大歓迎!

**自転車生活課ゆう**

☎62-2108 (資) 廣瀬商会  
 島原外港そば



松崎ソロバン教室

生徒募集中!

お問合せ 090-1084-2107



2020年小学校で必修化決定!  
 プログラミングで「アイデアを形にする力」を身につけよう!

**小学生のためのプログラミング教室**

島原城下 プログラミングスクール  
 Tech Kids School

生徒募集中!

開催時間	授業開始	募集人数
土曜日 09:00	2020年4月	若干名
土曜日 10:15	2020年4月	若干名
土曜日 13:30	2020年4月	若干名
土曜日 15:00	2020年4月	若干名
月曜日 17:20	2020年7月	1名
火曜日 17:15	2020年4月	若干名

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



**卒入園・卒入学  
 記念写真**

節目の写真はスタジオで…  
 卒園・卒業 家族写真も一緒に

わかば写真館 0957-62-4414

がんばスタンプ  
 進呈!



# Wedding Photo & Movie

#結婚式写真 #動画撮影 #前撮り #スナップ #ロケーションフォト #エンドロール  
 #ムービー #ドローン #しまばら婚 #ウェディングフォト #自然体 #プロフィール  
 #2020 夏婚 #2020 秋婚 #ナチュラルウェディング #家族写真 #プレ花嫁 #卒花



**よくあるご質問**

Q. 撮りたいイメージのリクエストはできますか？  
 A. もちろん可能です。ご希望の写真やポーズをお気軽にリクエストしてください。また、思い出の品や撮影小物のお持ち込みも大歓迎です。

Q. ペットと一緒に撮ることはできますか？  
 A. はい、一緒に撮影可能です。その際は、必ずリードとケージのご用意をお願いします。（ロケ地によっては撮影不可能な場合がございます）

Q. アルバムの写真は選べるの？  
 A. はい。基本的にはお二人のために当スタッフが厳選して作成しております。当日の流れやアルバムのストーリー性を配慮してバランスよくデザインしております。もし必ず入れたいお写真等ありましたらご相談ください。

Q. スタジオの見学はできますか？  
 A. 可能です。ご相談も兼ねてお気軽にお越しください。

Q. ドローン撮影はできますか？  
 A. はい。撮影実績の豊富なベテランパイロットが撮影いたします。

晴れの日をハッピーでオシャレな写真に残そう



〒855-0802 島原市弁天町 2-7124-5 (水曜定休)  
 営業時間 平日 10:00~19:00 土日祝 9:00~18:00

「広報しまばらを見た」とお電話ください

お問い合わせ  
お申し込み

☎0957-62-3068

**LINE LINEで予約  
はじめました**

右のQRコードからたつみ写真館を友だち追加していただき  
 お友だち登録後、トークにて  
 「卒園記念撮影希望」や「入学記念撮影希望」と送信してください。  
 その後、たつみ写真館よりご連絡差し上げます。



詳しくは  
ホームページを  
ご覧ください



Instagram  
 たつみ写真館  
 公式Instagram  
 アカウント



# 島原城築城 400 年記念事業

▶問い合わせ先 社会教育課 (☎内線 652)

## ◎第 217 回市民文化講座

### 「近世初期における大名と古典 — 松平忠房の<sup>しゅうしょ</sup>蒐書活動を中心に」

10 年余りにわたり来島し、松平文庫で研究を行っている<sup>めいせい</sup>明星大学教授 前田 雅之氏による、本市初の講演会です。

講師の前田氏は、松平文庫をはじめとする大名文庫の蔵書形成や書物の移動について研究を行っています。

- ▶と き 3月18日(水) 19時～
- ▶ところ 森岳公民館 大ホール
- ▶講 師 前田 雅之 氏 (明星大学教授)
- ▶参加料 無 料



明星大学 人文学部 日本文化学科  
教授 前田 雅之 氏  
(中古・中世文学・和歌文学)

## ◎第 218 回市民文化講座

### 「これからの日米親善人形交流 — シドニー・ギュリックと渋沢栄一の未来観から学ぶこと」

米国シカゴで発見された日米親善人形交流記録映像 "Doll Messengers of Friendship(1929年) 上映と、長崎市平和特派員でもあり、親善交流の歴史を伝えている米国ノースウェスタン大学教授 宮崎 広和氏による講演会です。

- ▶と き 3月22日(日) 15時～ 16時30分
- ▶ところ 島原城観光復興記念館
- ▶講 師  
宮崎 広和 氏 (米国ノースウェスタン大学教授)  
宮崎 ザビエル さん (米国ロイスモア学校中学生)
- ▶参加料 無 料 ※島原城への駐車は有料です



宮崎 広和 氏



宮崎 ザビエルさん



日米親善人形  
リトル・メリー  
(第一小学校所蔵)

## ◎特別講座

### 「文化財保護」ってなあに？ ～文化財保護の歴史と文化財保護法～

地域おこし協力隊 吉岡 慈文隊員による文化財保護の入門講座です。  
なぜ文化財は守らなければならないのか、どうすれば文化財を守れるのか、その疑問を解決します。

- ▶と き 3月28日(土) 10時～ 12時
- ▶ところ 森岳公民館 大ホール
- ▶講 師 地域おこし協力隊 吉岡 慈文 隊員
- ▶参加料 無 料



発掘作業をする  
吉岡 慈文 隊員



# 2020 March 3月

- : 行事・催し
- ◆ : 行政相談 (市民相談・消費生活センター ☎ 63-1111 内線 184)
- : 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: 税務課市民税班 ☎ 63-1111 内線 176)  
(後期高齢者医療保険料: 保険健康課後期高齢・介護班 ☎ 63-1111 内線 233・234)

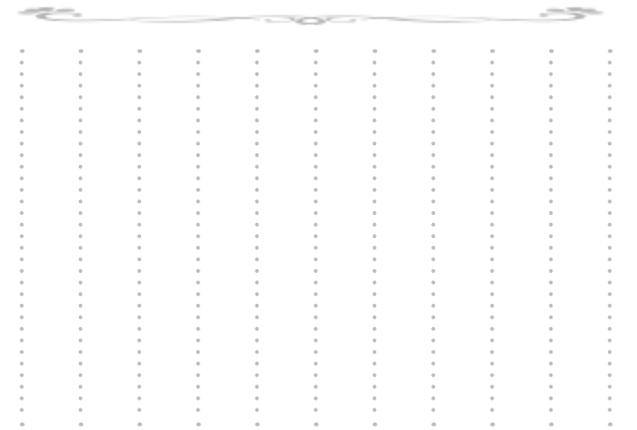
日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 ■ 姉妹都市提携記念「福知山展」(～3月17日、平日8時30分～17時15分、土・日曜8時30分～12時、有明庁舎ロビー) ■ 島原市コミュニティバス運行開始	2 ▼ 国民健康保険税(第8期) ▼ 後期高齢者医療保険料(第8期)	3 ■ 島原初市(～3月10日、平日10時～19時、土・日曜9時～20時、霊丘公園) ◆ 行政相談(13時～15時、市民相談センター)	4 ◆ 行政相談(13時～15時、有明福祉センター) ● 健康相談(9時～11時、市・有明保健センター)	5 ● 乳幼児相談(9時30分～11時、安中公民館)	6	7
8	9	10 ◆ 行政相談(13時～15時、市民相談センター)	11 ● 健康相談(9時～11時、市・有明保健センター)	12	13	14
15	16 ◆ 不動産相談(13時～16時、市民相談センター)	17 ■ 中学校卒業証書授与式(有明中9時20分～、その他9時30分～、各校体育館) ◆ 行政相談(13時～15時、市民相談センター) ● 乳幼児相談(9時30分～11時、市保健センター)	18 ■ 小学校卒業証書授与式(湯江小9時20分～、その他9時30分～、各校体育館) ● 健康相談(9時～11時、市・有明保健センター)	19 ◆ 弁護士相談(13時～16時、市民相談センター) ※要予約 ● 乳幼児相談(9時30分～11時、杉谷公民館)	20 春分の日	21
22	23 ● 両親学級(10時～12時30分、市保健センター)	24	25 ◆ 公証人法律相談(13時～16時、市民相談センター) ● 健康相談(9時～11時、市・有明保健センター)	26	27	28
29	30	31 ▼ 後期高齢者医療保険料(第9期) ▼ 介護保険料(第6期)				

1点鐘に於て取り取って下さい

POST CARD

お手数ですが  
63円切手をお貼りください

□□□-□□□□



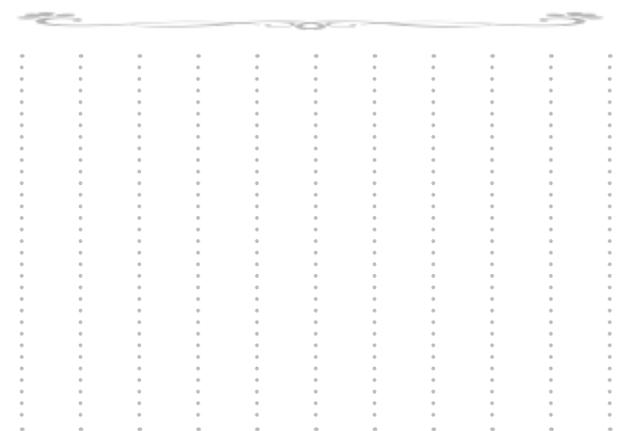
島原にこねね (おいでくださいませ)

～ふるさと納税は島原市へ～

POST CARD

お手数ですが  
63円切手をお貼りください

□□□-□□□□



島原にこねね (おいでくださいませ)

～ふるさと納税は島原市へ～



鯉のぼりとポピー  
(しまばら火張山花公園)



湧水庭園 四明荘

← 絵はがきを送って島原市をPRしましょう

← 絵はがきを送って島原市をPRしましょう

3月

## 休日当番の医療機関

※ 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

当番歯科医 9時～12時

市内当番薬局 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

日	医療機関	電話番号
1日(日)	柴田長庚堂病院 <span style="color: blue;">内</span> 中堀町	64-1111
	松本内科医院	雲仙市国見町 65-3333
	いなだ歯科	加美町 62-2901
	フラワー調剤薬局	中堀町 65-0265
8日(日)	松岡病院 <span style="color: blue;">内</span> 江戸丁	62-2526
	島原整形外科西村クリニック <span style="color: green;">整</span> 下川尻町	62-0888
	前田内科胃腸科医院	雲仙市瑞穂町 77-3089
	喜多歯科	中堀町 62-4745
15日(日)	たぐち薬局	江戸丁 62-4193
	島原薬剤師会薬局	下川尻町 65-0301
	木下内科医院 <span style="color: blue;">内</span> 中野町	64-5851
	土井外科消化器内科医院 <span style="color: red;">外</span> 中堀町	62-6305
20日(金)	よこた医院	雲仙市瑞穂町 77-2000
	大田歯科医院	大下町 62-7407
	市内当番薬局はありません	
	たかお循環器内科 <span style="color: blue;">内</span> 桜町	62-6300
22日(日)	石橋こどもクリニック <span style="color: purple;">小</span> 新町一丁目	65-0008
	喜多内科医院 <span style="color: blue;">内</span> 弁天町二丁目	62-5101
	松尾胃腸科外科医院	雲仙市国見町 78-1000
	寺田歯科診療所	新町二丁目 62-4427
29日(日)	虹の薬局	桜町 62-5629
	第一薬局	新町一丁目 63-5001
	ハロー薬局島原店	弁天町二丁目 65-4060
	かわはら内科胃腸科医院 <span style="color: blue;">内</span> 坂上町	62-5413
29日(日)	稲田整形外科医院 <span style="color: green;">整</span> 片町	62-6355
	布井内科医院	南島原市深江町 72-5111
	みやざき歯科	湖南町 62-7300
	まい調剤薬局	坂上町 64-4119
29日(日)	魚住医院 <span style="color: blue;">内</span> 城内一丁目	63-2286
	酒井外科胃腸科医院 <span style="color: red;">外</span> 宮の町	62-6655
	しろの医院	南島原市深江町 72-5000
	大岡歯科医院	弁天町一丁目 63-7616
市内当番薬局はありません		



2020 April



## 4月

■: 行事・催し ◆: 行政相談  
●: 保健事業 ▼: 市税などの納期

1(水)	<span style="color: magenta;">■</span> 島原市表彰式 <span style="color: green;">◆</span> 行政相談 <span style="color: orange;">●</span> 健康相談
2(木)	
3(金)	
4(土)	
5(日)	
6(月)	
7(火)	<span style="color: green;">◆</span> 行政相談 <span style="color: orange;">●</span> 乳幼児相談
8(水)	<span style="color: orange;">●</span> 健康相談
9(木)	
10(金)	
11(土)	
12(日)	
13(月)	
14(火)	<span style="color: green;">◆</span> 行政相談 <span style="color: orange;">●</span> 乳幼児相談
15(水)	<span style="color: orange;">●</span> 健康相談
16(木)	<span style="color: green;">◆</span> 弁護士相談
17(金)	
18(土)	
19(日)	<span style="color: magenta;">■</span> 島原市役所 新庁舎落成式
20(月)	<span style="color: green;">◆</span> 不動産相談
21(火)	<span style="color: green;">◆</span> 行政相談 <span style="color: orange;">●</span> 乳幼児相談
22(水)	<span style="color: green;">◆</span> 公証人法律相談 <span style="color: orange;">●</span> 健康相談
23(木)	<span style="color: green;">◆</span> 交通事故相談
24(金)	
25(土)	
26(日)	
27(月)	<span style="color: orange;">●</span> 両親学級
28(火)	
29(水)	昭和の日
30(木)	