

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24年

2月号

FEBRUARY

No.693



「和牛能力共進会」ラッピングカー 「ジオパーク」ラッピングカー

画面中央 左：かきべこくん、右：ジオくん

「ジオパーク国際ユネスコ会議」と 「全国和牛能力共進会」ラッピングカーがお目見え

1月13日、5月に開催される「ジオパーク国際ユネスコ会議」、10月に開催される「全国和牛能力共進会」の機運を盛り上げようと、市の公用車を使った両大会のラッピングカーがお披露目されました。

「ジオパーク国際ユネスコ会議」は世界規模、「全国和牛能力共進会」は全国規模の大会で、大会開催期間中は、国内外から多くの人々が来島します。

来島した人が、再び島原を訪れたいと思っていただけるよう、島原ならではの「おもてなしの心」でお迎えしましょう。

- ・「ジオパーク国際ユネスコ会議」 5月12日から5月15日まで
- ・「全国和牛能力共進会」 10月25日から10月29日まで

目次

国民年金保険料を納めましょうほか	2
高額療養費・限度額適用認定証	6
指定学校変更と区域外就学	7
市長を囲む地域懇談会ほか	8
市長と新成人との座談会	10
まちかどウォッチング	13
世界に羽ばたく島原半島世界ジオパーク	14
子育て情報	16
公民館こうざじょうほう	17
保健センターだより	18
ふるさと再発見ほか	20
くらしの情報	21

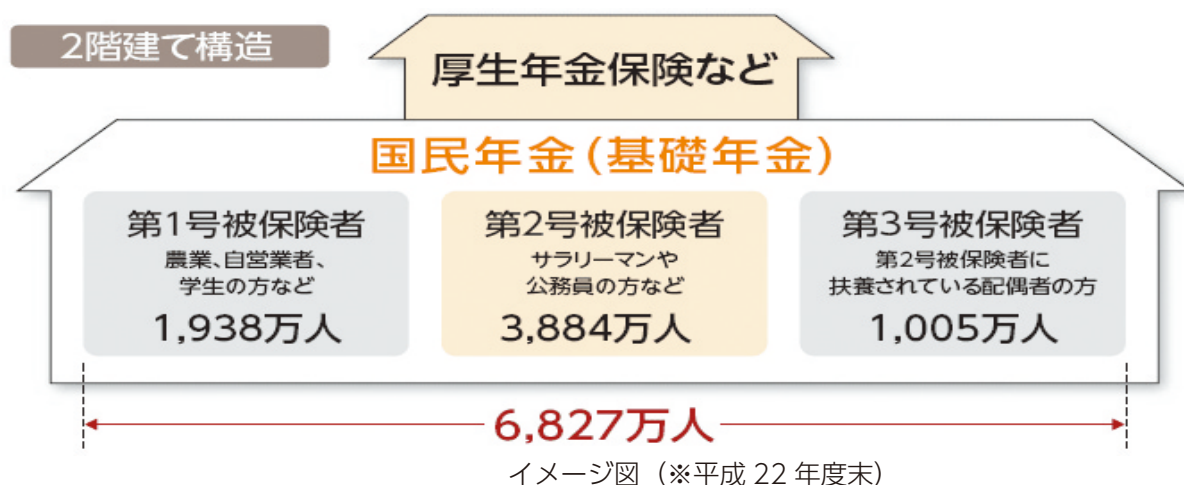
将来の年金のために 保険料を納めましょう

公的年金制度について

公的年金制度は、高齢になったときや万一のときに経済的な支えとなる社会保障制度の一つで、現役世代が納める保険料が受給世代の給付を支える「世代間の支え合い」の仕組みになっており、老後はその時の物価変動に対応した年金が生涯受給できます。

国民年金に加入する人

日本国内に居住している 20 歳から 60 歳までの全ての人が必ず加入します。公的年金制度は 2 階建て構造になっており、1 階部分の国民年金は、加入者の職業などによって、第 1 号・第 2 号・第 3 号の 3 つのグループに分かれており、それぞれ加入手続きや保険料の納付方法が違います。



国民年金保険料の納め方

- ・第 1 号被保険者 自分で納めます
- ・第 2 号被保険者 給料から差し引かれる年金保険料とは別に国民年金保険料を納める必要はありません
- ・第 3 号被保険者 保険料を納める必要はありません。配偶者の加入する年金制度が負担します

届け出が必要とき

2 号から 1 号に変わる（退職した）、3 号から 1 号に変わる（配偶者の扶養からはずれた）、またはその逆の場合でも届出は必要です。

現在の種別	こんなとき	変更後の種別	届出先
第 1 号被保険者	就職した	第 2 号被保険者	勤務先
	配偶者に扶養されるようになった	第 3 号被保険者	配偶者の勤務先
第 2 号被保険者	退職した	第 1 号被保険者	島原市役所
	配偶者に扶養されるようになった	第 3 号被保険者	配偶者の勤務先
第 3 号被保険者	就職した	第 2 号被保険者	勤務先
	配偶者が退職した	第 1 号被保険者	島原市役所
	配偶者の扶養から外れた	第 1 号被保険者	島原市役所



保険料の納め方

納付方法（平成 23 年度の国民年金保険料は月額 15,020 円です）	
納付書	口座振替
金融機関、郵便局、コンビニエンスストアで納めることができます。納付書の再発行は年金事務所へご連絡ください	年金事務所、金融機関、郵便局で申し込みが必要です



※インターネット利用、クレジットカード（年金事務所ですらの申し込みが必要）での納付もできます

前納するとお得です

保険料をまとめて前納すると、保険料が割引されます。

	納付書で納める	割 引 額	口座で納める	割 引 額
毎月納付	180,240円	—	180,240円	—
6カ月前納	178,780円	1,460円	178,200円	2,040円
1年前納	177,040円	3,200円	176,460円	3,780円



※前納後、種別異動があった場合は、重複した月の保険料は還付されます

前納の申し込みについて

納付書で前納を希望する人は、年金事務所へ早めに連絡してください。

口座振替で前納を希望する人は、口座振替（変更）申出書を年金事務所へ早めに提出してください。

※口座振替での平成24年度分の1年前納は平成24年2月末までに申し込んでください

保険料控除が受けられます

納めた年金保険料は全額社会保険料控除の対象となります。年末調整や確定申告の際には控除証明書が必要になり、人により、11月か2月どちらかに送付されます。

年金を増やしたい人は

年金額を増やしたい人は、月々の保険料に付加保険料（月額400円）をプラスして納めると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。

付加年金受取額（年額） = 200円 × 付加年金保険料納付月数

※国民年金基金に加入中の人は加入できません

60歳からの任意加入

年金額を満額に近づけたい人、年金受給資格期間（原則25年）が足りない人は、65歳まで任意加入することで受給権を得たり年金額を増やしたりすることができます。納付は手続きをされた月分からとなります。支払方法は原則として口座振替となりますので任意加入の手続きには口座振替の申し込みも同時に必要となります。

保険料の納付が困難なとき

未納のままにしておくと、老後の年金だけでなく、万一のときに受けられるはずだった年金を、受けられなくなってしまう場合があります。

納付に困ったときには、申請により、日本年金機構で前年所得などを審査し、承認を受けると保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除」や「若年者納付猶予」、「学生納付特例」の制度をご利用ください

保険料免除 ・全額免除 ・4分の3免除 ・半額免除 ・4分の1免除	・「申請者本人」、「申請者の配偶者」、「世帯主」の前年所得（申請月によっては前々年）がいずれも一定基準額以下の場合に、全額もしくは一部免除が受けられます。 ※一部免除は、残りの保険料を納付しないと未納期間となります ・承認期間は7月から翌年6月までです。
若年者納付猶予	・30歳未満の人で、「申請者本人」と「申請者の配偶者」の前年所得がいずれも一定基準額以下の場合に、申請期間分の保険料の納付が猶予されます。 ・承認期間は7月から翌年6月までです。
学生納付特例	・学生の人で、「申請者本人」の前年所得が一定基準額以下の場合に、申請期間分の保険料の納付が猶予されます。 ・承認期間は4月から翌年3月までです。 ・学生証のコピーまたは在学証明書の添付が必要です。

※免除・猶予の承認を受けた場合、追納しない限り将来受け取る年金が減額されます。納めることができるようになったら追納することをお勧めします

国民年金の受給要件や給付の影響について

	老齢基礎年金を受けるための資格期間	老齢基礎年金額には（平成 21 年 4 月からの期間）	障害・遺族基礎年金を受けるための資格期間	後から納めることは
保険料免除 ・全額免除	受給資格期間に入ります	2 分の 1 が 反映されます	受給資格期間に入ります	1 0 年以内なら納める ことができます 3 年度目以降は当時の 保険料に加算額が付き ます
・4 分の 3 免除		8 分の 5 が 反映されます		
・半額免除		4 分の 3 が 反映されます		
・4 分の 1 免除		8 分の 7 が 反映されます		
若年者納付猶予		1 0 年以内に納めない と反映されません		
学生納付特例				
未 納	受給資格期間に入りません	反映されません	年金を受けられない場合 もあります	2 年を過ぎると納める ことができません

国民年金の給付は

＜老齢基礎年金＞

- ・保険料を納めた期間や保険料免除期間などを合わせて25年(300月)以上ある人が、65歳から受けられます。
- ・請求の手続きは誕生日前日からできます。
- ・希望すれば受給開始の時期を繰上げ、繰下げすることもできます。



・年金の繰上げ請求と繰下げ請求

老齢基礎年金は65歳から受けられますが、希望すれば60歳から65歳の間でも繰上げて受けることができます。しかし、受ける時期により一定の割合で年金額が減額され、その金額が一生続くこととなります。付加年金も減額されます。また、希望すれば66歳から70歳の間に受ける時期を繰下げすることもでき、この場合は受ける時期により一定の割合で年金額が増額され、その金額が一生続くこととなります。

・繰上げ請求する場合

年金額が減額されることのほか、遺族年金を受けている人は65歳まで両方受けることができないこと、障がいの状態になっても障害基礎年金の請求はできなくなること、寡婦年金は受けられなくなること、国民年金の任意加入や追納はできなくなること、一度繰上げ請求すると取り消すことはできないことなどの注意点があります。

・繰下げ請求する場合

障害年金・遺族年金の受給権がある人は繰下げ請求できないこと、70歳になっても、年金は自動的に支払われないため、70歳になるまでに年金を受け取る時期を決めて忘れずに請求を行う必要があることなどの注意点があります。

＜障害基礎年金＞

国民年金加入中や20歳前のとき、または60歳以上65歳未満で国内在住中に、医師の初診を受けた病気やけがによる障がいがある場合で、障がいの程度が障害等級表の1級か2級に該当することが必要です。また、一定の保険料納付済期間があることも必要です(20歳前の障がいは除きます)。

※身体障害者手帳などの等級とは基準が違います



＜遺族基礎年金＞

国民年金加入者や老齢基礎年金の受給資格を満たした人が亡くなられたときに、その人によって生計を維持されていた「子のある妻」または「子」が受けられます。受けられる期間は、子が18歳(障がいがある場合は20歳)になる年度末までです。



第1号被保険者の独自の給付

＜寡婦年金＞

第1号被保険者としての保険料納付済期間と免除期間の合計が25年以上ある夫が、何の年金も受けずに亡くなったとき、妻が60歳から65歳になるまで支給されます。（夫に生計を維持されており、婚姻期間が10年以上継続していることが必要です）

＜死亡一時金＞

第1号被保険者としての保険料納付済期間が3年以上ある人が、老齢・障害基礎年金のいずれも受けずに亡くなり、その遺族（一定の条件あり）が遺族基礎年金を受けられない場合に支給されます。

※寡婦年金と死亡一時金の支給を受けられる人は、いずれか一つを選択します

問い合わせ先 市民窓口グループ国民年金班（☎63-1111 内線232）
諫早年金事務所国民年金課（☎0957-25-1666）
お客様相談室（☎0957-25-1663）
ねんきんダイヤル（☎0570-05-1165）



平成23年度がん検診を受けていない人を対象に 「がん総合検診」を実施します

市では各がん検診未受診者を対象に「がん総合検診」を行います。

まだ、今年度がん検診を受診していない人は、この機会に是非受診されることをお勧めします。

この「がん総合検診」は1日で肺がん・胃がん・子宮頸がん・乳がん・骨粗鬆症検診が受診できます。忙しくて受診する暇がないという人にお勧めです（1つの検診だけでも受診できます）。

1年に1回は、がん検診を受診し、がんを早期発見・早期治療することが大事です。

■対象者 平成23年度にがん検診を受診していない市民

- ・肺がん…40歳以上の男女（昭和47年3月31日以前に生まれた人）
- ・胃がん…40歳以上の男女（昭和47年3月31日以前に生まれた人）※要予約
- ・子宮頸がん…20歳以上の女性（平成4年3月31日以前に生まれた人）
- ・乳がん…40歳以上の女性（昭和47年3月31日以前に生まれた人）※要予約
- ・骨粗鬆症…40・45・50・55・60・65・70歳の女性（平成24年3月31日現在の年齢）

■検診日時・会場（※胃がん検診は午前中のみとなりますのでご注意ください）

- ① 2月21日（火） 受付時間：9時30分から10時30分まで、13時30分から14時30分まで
島原文化会館 中ホール、和室
- ② 3月1日（木） 受付時間：9時30分から10時30分まで、13時30分から14時30分まで
有明保健センター 集団検診室、和室

■自己負担金 検診会場での徴収は行わず、自己負担が必要な人のみ後日、納入通知書を郵送します 肺がん（無料）、胃がん（500円）、子宮頸がん（頸部（300円）・頸体部（600円）） 乳がん（500円）、骨粗鬆症（400円）

■募集人数 胃がん検診（午前のみ：50人）、乳がん検診（午前：60人、午後：50人）

■申込方法（胃がん、乳がん検診の受診を希望する人は必ず申込が必要です。）

市保健センター（☎64-7713、64-7715）へ電話で申し込んでください

■申込期間 2月6日（月）から2月10日（金）まで 8時30分から17時15分まで

※定員になり次第、受付を終了します

※「がん総合検診」に関する個別通知は行いません

■個別検診のお知らせ

胃がん、子宮頸がん、乳がん検診は平成24年3月31日まで市内指定医療機関で受診できますので、まだ受診されていない人は受診をお勧めします（詳細については市保健センターへ問い合わせください）。

■問い合わせ先 市保健センター（☎64-7713、64-7715）

広報しまばら1月号7ページに誤りがありました。お詫びして訂正します。正しくは次のとおりです。

人権啓発標語優秀作品 「考えよう 言ってもいいの その言葉」（第三小5年 古川友理）

国民健康保険の医療費が高額になったとき

◎高額療養費・限度額適用認定証

同じ月内の医療費の自己負担額が高額になったとき、申請により、自己負担限度額を超えた分が「高額療養費」としてあとから支給されます。

また、入院の場合は、事前に「限度額適用認定証」を申請し、医療機関へ提示することで、自己負担額を自己負担限度額までとすることができます。

※交通事故などの第三者行為の場合は対象外となります

※平成24年4月1日（予定）からは、法改正により外来でも限度額認定証が使用可能となります。

詳しくは、保険・健康増進グループ保険班へお問い合わせください。



▶ 70歳未満の人の自己負担限度額

区 分	自己負担限度額	4回目以降（※3）
上位所得者（※1）	150,000円 +〈医療費総額から500,000円を引いた1%〉	83,400円
一 般	80,100円 +〈医療費総額から267,000円を引いた1%〉	44,400円
非課税（※2）	35,400円	24,600円



※1 国保税の算定基礎となる総所得金額（基礎控除後の額）が600万円を超える世帯の場合

※2 同一世帯の世帯主と国保加入者全員が市県民税非課税の世帯の場合

※3 過去12カ月以内に4回以上高額療養費に該当している場合の自己負担限度額
（注意）市民税の申告をしていない世帯は、上位所得者世帯とみなされます。

▶ 70歳～74歳の人の自己負担限度額

区 分	自己負担限度額	
	外来のみ（個人ごと）	外来+入院（世帯ごと）
現役並み所得者（※4）	44,400円	80,100円 +（医療費から267,000円を引いた1%）（※7）
一 般	12,000円	44,400円
低所得者Ⅱ（※5）	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ（※6）		15,000円

※4 同一世帯に属する70歳～74歳の国保加入者のうち1人でも課税所得145万円以上の人がいる場合。
ただし、次の事項のどちらかに該当する場合は、申請により一般となります。

・70歳～74歳の人が世帯に1人…その人の収入額が383万円未満の場合

・70歳～74歳の人が世帯に2人以上…その人たちの収入額の合計が520万円未満の場合

※5 同一世帯の世帯主と国保加入者全員が市県民税非課税の場合

※6 ※5の条件を満たし、かつ、課税所得が0円の場合

※7 4回目以降は44,400円

▶ 計算方法

・外来のみの場合は、受診者ごとに自己負担額を合算し、自己負担限度額を超えた場合にその差額が支給されます。

・入院を含む場合は、すべての自己負担額を合算し、自己負担限度額を超えた場合にその差額が支給されます。

▶ 申請の際に必要なもの

・高額療養費…被保険者証、印鑑、領収書、世帯主の通帳

・限度額適用認定証…被保険者証、印鑑

▶ 申し込み・問い合わせ先

保険・健康増進グループ保険班（☎63-1111 内線231）

または有明支所（☎68-1111 内線504）



「指定学校変更」と「区域外就学」について

市内小・中学校では、次の条件を満たす場合「指定学校の変更」と「区域外への就学」を認めています。

学校の指定

島原市立小・中学校では、住民登録をしている住所により、通学する学校が指定されています。この指定された学校を「指定学校」といいます。

指定学校変更と区域外就学

特別な事情などによって、指定学校以外の学校への就学を希望する場合は、教育委員会学校教育グループへ相談してください。「指定学校変更（校区外通学）」「区域外就学」という制度があり、次の条件をすべて満たし、かつ下記の要件に該当する場合に、指定学校以外の学校へ就学することができます。

指定学校変更（校区外通学）とは

は：島原市に住民登録があり、指定学校以外の島原市立小・中学校へ就学できる制度です
区域外就学とは：市外に住民登録があり、島原市立小・中学校へ就学できる制度です

条件

①保護者が通学経路・通学方法

- を明確にした上で、通学途上の安全について責任を持つことを承諾すること
- ②学校施設の運営上問題がないと判断されること
- ③教育委員会が必要と認めた書類などが添付されていること
- 手続き**
- 必要書類・手続き場所**：下表の添付書類と印鑑を持参のうえ、教育委員会学校教育グループで手続きをしてください
- 新入学生**：手続きをしようとする保護者は、1月下旬に送付された入学通知書を持参のうえ、手続きをしてください
- 住民票を異動する場合**：引越しなどの住民異動を伴う場合は、市民窓口グループで届出を済ませた後、教育委員会学校教育グループで手続きをしてください



●指定学校変更（校区外通学）の要件

種 類	変更取扱い事項	添付書類	変更期限
①最終学年転居	小学6年生または中学3年生で転居し、通学に支障がない場合	—	年度末
②特別支援学級通学 または通級指導教室通級	指定学校に特別支援学級・通級指導教室がなく、家から最も近い学校の特別支援学級に通学または通級指導教室に通級する場合	—	卒業年度末または通級終了
③兄弟が①に該当	①の場合、教育上の配慮として弟妹は同一校通学ができる	—	①の兄弟の期限
④兄弟姉妹が②に該当	②の場合、教育上の配慮として兄弟姉妹は同一校通学ができる	—	②の児童生徒の期限
⑤学期途中転居	各学期間に転居し、通学に支障がない場合。ただし、長期休業中に転居した場合は対象とならない	—	原則として学期末
⑥転居予定	住宅の新築・改築、その他の理由による転居予定のため、短期間校区外から通学する場合	新築・改築・転居予定などを証明できる書類の写し	転居日
⑦留守家庭	下校後、家庭に保護監督する者がいない小学生で、親の勤務地の校区や祖父母などの居住する校区の学校に通学する場合	・親の住民票 ・親の勤務証明書 ・祖父母などの住民票	変更取扱い事項が解消するまで
⑧身体的な理由	身体虚弱などにより、指定学校への通学が困難な場合、または通院治療を要し、指定学校からの通院が困難な場合	診断書（通院証明書）	その期間
⑨災害等	不慮の自然災害などにより、住民異動を伴わないで居住する場合	—	元の居住地に転居するまで
⑩その他特別な事情	家庭的な事情または教育上やむを得ない事情がある場合	特殊事情を証明するもの、または校長の意見書	その期間

■ 問い合わせ先 教育委員会学校教育グループ（☎68-1111 内線641）

「市長を囲む地域懇談会」が開催されました



より良いまちづくりについて市民と行政が一体となり、話し合う「市長を囲む地域懇談会」が、平成23年10月26日の安中地区を皮切りに、11月21日まで市内7地区において開催されました。

懇談会には延べ約270人が参加し、東日本大震災発生を受け「災害時の避難場所」についてのほか、今年5月に開催される「世界ジオパークユネスコ会議」について市から説明を行った後、それらに関する事項のほか、各地区において市政全般にわたり、さまざまな意見や提案が出されました。

有明地区

野犬対策について

質問：市で野犬対策を行っているが、完全にいなくなっただけではない。畑に入り込んだりして、網を破るなどして困っている。また、犬を捨てていく人や野犬に餌付けする人もおり困っている。

回答：平成21年から臨時職員2名を配置し、二ツ石・森岡地区を中心に捕獲を行い、10月末までに延べ659頭を捕獲している。罠を工夫しているがなかなか捕獲できない状況。効率的な対策が取れるよう、野犬の情報提供などもお願いしたい。

道路の安全確保について

質問：子どもの安全を考えると、少しでも通学路の改善・整備をお願いしたい。

回答：学校近辺の道路・側溝・白線など、子どもの安全を考慮し、優先的に整備を進めていく。

三谷地区

三谷ふれあい広場について

質問：三谷ふれあい広場のグラウンドがすごく荒れている。

た。野球・ソフトボール専用のグラウンドにすることはできないか。また、バックネットの増設、フェンスの設置などもお願いしたい。

回答：多目的広場なので皆さんで有効に活用していただきたい。バックネット、フェンスについてはスポーツ施設の整備として今後検討していきたい。

ボランティアで集めたごみについて

質問：大雨の度に、流木などの大型ごみが流れ着いた。ごみを2カ所に集めたので、市で回収してほしい。

回答：ボランティアで集めたごみについては、環境グループまで連絡していただければ職員が回収します。

杉谷地区

自転車でのヘルメット着用について

質問：自転車に乗った高校生のヘルメット着用率が低い。車とぶつかりそうな場面も見ているのでヘルメット着用の呼びかけをしてはどうか。

回答：中学生の自転車運転は、

ヘルメットを着用することを条件に許可を与えている。高校生については、会議などを通じて啓発を行っていただきたい。

イノシシ対策について

質問：イノシシが住宅地まで入り込んでいるので、何らかの対策をしてほしい。

回答：今年は特にイノシシが多く、杉谷地区ではすでに95頭捕獲している。今後とも箱罠などを使い、できるだけ捕獲していきたい。また、農産物被害を防ぐため、ワイヤーメッシュ柵を設置している。猟友会の方と協力し、被害を最小限にしたい。

森岳地区

島原道路について

質問：観光・産業振興・交流人口増加のため、早期に島原道路を完成させてほしい。

回答：重要な道路として認識しており、早期完成できるように、引き続き国・県へ強く要望していきたい。

医師確保について

質問：島原病院の医師確保の対策について現状を教えてください。

回答：ことあるごとに、医師確保について要望を行っており、今後も最大の努力をしていきたい。また、今月から麻酔医の先生にも来ていただいている。そのほか、研修医の確保に取り組みでいきたい。

霊丘地区

上の原崩山線・長池三会線

質問：上の原崩山線と長池三会線を早期に整備してほしい。

回答：上の原崩山線については現在、応急措置として3力所の離合場所を検討しており、測量を済ませたところで、年度内に工事を発注したいと考えている。また、長池三会線は必要な道路と認識しており、県に対し文書でも要望している。

薬草園について

質問：薬草園は三大薬園とも言われており、適切な管理をお願いしたい。

回答：薬草園は貴重な史跡でもあり、観光スポットとしても活用していきたいので、駐車場や園内の整備をしっかり行い、今後も、適切な

管理に努めて行きたい。

白山地区

新市体育館について

質問：新しくできる市体育館には洋式トイレ、身障者・オムツ替えなどに対応した施設を作してほしい。

回答：建設する施設については洋式トイレ・身障者トイレ・授乳室を設置します。

殿様道路について

市民：殿様道路は、かなりの通行量があり、朝夕の自転車通学の高校生が事故に合わないためにも、速度制限をしたらどうか。

回答：警察と相談したい。

安中地区

防災行政無線について

質問：場所によっては防災行政無線が聞こえづらい箇所があるので対応してほしい。

回答：風向きや気象条件の影響によって聞こえづらい場合があるため、調査を行い、場合によってはスピーカーの向きなど調整を行いたい。

不法投棄について

質問：公共用地や個人の空き地など雑草が生い茂った場

所への不法投棄が見受けられるので対策をお願いしたい。

回答：不法投棄を見かけたら市へ連絡いただければ、必要に応じ回収を行います。また、未然防止策として、不法投棄パトロールや監視カメラの設置を行っています。個人の空き地への不法投棄に関しては、土地の所有者に連絡を行っています。



「すまいる」の皆さんについては、広報しまばら平成23年10月号でもご紹介しています

今回の懇談会では、聴覚に障がいのある人や耳が遠い人のために、懇談会での発言内容を文字情報として伝えようと「島原要約筆記会すまいる」の皆さん方がボランティアとして参加していただきました。

「島原の観光・特産品」PR 年賀はがき 当選番号発表！

「島原の観光・特産品PR年賀はがき」の当選番号が決定しました。

当選番号に該当する年賀はがきを持っている人に、島原の特産品を贈呈します（3月初旬発送予定）。

■当選番号

1等 島原の特産品詰合せ（1万円相当）・・・1本

B1805組 361294

2等 島原の特産品詰合せ（5000円相当）・・・9本

・B1805組 097017	・B1827組 618802
・B1805組 317030	・B2263組 570017
・B1805組 317498	・B2280組 825222
・B1805組 489368	・B2548組 933849
・B1805組 644228	

3等 島原の特産品詰合せ（1000円相当）・・・90本

各組共通 下3桁 287、524、827

■商品との引き換え方法

2月29日（水）までに、当選はがきを観光・ジオパークグループへ持参するか、はがき表面をFAXまたは郵送してください（コピー可）

■問い合わせ先

観光・ジオパークグループ（〒855-8555 島原市上の町537）
☎0957-62-8019 FAX0957-62-8006



注意！表面および裏面にこの印刷がされた年賀はがきが対象となります。

（表面）



（裏面）



ミス島原の
松崎未来さんに
抽選してもらい
ました

市長と新成人との座談会

1月7日(土)、今年めでたく新成人となった各地区代表者14人と市長との座談会が、有明総合文化会館で行われました。座談会では、新成人の皆さんから将来の夢や島原のまちづくりに対してさまざまな提案が出されました。



横田市長



佐用貴歩さん (有明)



渡邊はるなさん (有明)

市長／新成人、まことにおめでとうございます。本日はより良いまちづくり実現のため、日ごろから思っていることやご提案をお話しただきたいと思っています。

20歳を迎え、新成人となった感想をお願いします。

佐用／大人としていろいろな場面で責任を取ることが多くなってくると思うので、そういうことがしっかりとできる大人になっていきたい。

渡邊／自分の言動に責任を持ち、周囲の方々への感謝の気持ちを忘れずに生活したいと思っています。

山口／自覚と責任感をしっかりと持って、少しずつ立派な大人になっていくという思いです。

森本／大人の仲間入りを果たした嬉しさ、これから責任を持って行動しなければいけないという不安を感じています。

坂本／自分の行動に責任を持ちたいと思います。

吉田／自分の行動、言動に責任を持ち、手本とな

るような大人になりたいと思います。

中原／これから成人としてあるべき姿を目指していきたいと思っています。

前田／成人となると、選挙権などさまざまな権利を得ることができる一方、同時に義務も生じますので、自分の言動に責任を持たなければならぬなと思っています。

吉田総／大人の仲間入りとなって嬉しく思う。社会の中では一人前として見られ、責任も大きくなるので、しっかりとした振る舞いをしたいと思っています。

山崎／成人の仲間入りを果たし、責任や自己の役割をより一層自覚するようになりまし。また、これまでと違った形で社会に出ていくことがとても楽しみです。

梅田／これからの社会に必要とされる人材になれるよう頑張ろうと思っています。

高田／法的には大人として扱われるので、自覚をもって生活したいと思っています。

木佐木／成人になると政治にも参加できるようになりますが、自己責任も生じるので、その責任を重く受けとめ、自身の言動にも責任を持てる人間でありたいと思います。

園田／自分の行動に責任と自覚を持ち、社会に出るときに恥ずかしいような大人になりたいと思います。

興味や関心のあることは何ですか。

佐用／震災地の復興状況や福島原発の問題。看護師の役割がどこまで拡大されるのかに関心があります。

渡邊／大学生のうちにいろいろな所に行き、各地の歴史や文化、独自性を学びたいと思っています。また、高校の頃から研究を行っている火山植生や、防災について興味があります。

山口／T P P問題について関心があります。家で農業をやっているのですが、将来のことを考えるといういろいろな不安があります。

森本／エコについてです。

東日本大震災が起きてから、節水・節電などに心がけています。これは今だけの問題ではなく、将来の私たちの生活に関わってくることで、これからは意識して生活していきたいと思っています。

坂本／東日本大震災や外国での水害の影響で、自動車や部品などの工場が停止したので、今後どうなっていくのかに関心があります。

吉田／1カ月後に准看護師の資格試験があるため、今は看護に関することについて関心があります。

中原／橋下徹氏が大阪市長に当選し、大胆な行政改革が行われる。これが大阪だけではなく、日本全国でどのように影響するかということに関心があります。

前田／大学ではピアノだけでなく、音楽史などいろいろな視点から音楽を学んでいるので、今まで以上に音楽に関心を持っています。

吉田総／今、円高が進み、ユーロやドルが危なくなっ



山口太貴さん (三会)



森本菜花さん (三会)



坂本章寿さん (杉谷)



吉田りかさん (杉谷)



山崎史子さん (霊丘)



吉田総一郎さん (霊丘)



前田ゆきのさん (森岳)



中原啓太さん (森岳)

ているので、これからの世界がどうなっていくのに関心があります。

山崎／自由に旅行したりできるのも学生のうちだけだと思うので、学生でいる間に行ったことが無い、いろんな場所を旅行したいと思っています。

梅田／ダルビッシュ選手や川崎選手といった日本のプロ野球選手のメジャー行きに興味を持っています。

高田／現在、大学で医学を学んでいるので、医療の問題に関心を持っています。特に医師、病院の偏在による地域間の医療サービスの格差について関心があります。

木佐木／今年は特にアメリカ、ロシアという大国のほか、韓国や台湾などの近隣諸国の首相の選挙が行われ、また先日、北朝鮮の総書記が交代したことを受け、今後の社会情勢がどう動くのに関心があります。

園田／国家試験を控えているので、今は勉強をすることを頑張っています。

市長／皆さんは広い視野をもって世界を見ているのと感じました。皆さん方が

大変頼もしく見えます。

島 原の良いところ・足り

ないところ、また島原はどうあってほしい・どうすればいいと思いますか。

佐用／良いところは、水がきれいであったり、ジオパークに認定されるなど、自然に恵まれていること。足りないところは、商業、サービス業だと思います。島原で育った若い人たちが県外に行くのではなく、島原に残ったり、帰ってこれるような市であってほしい。

渡邊／人が穏やかで、自然や文化が豊かな所が良いです。観光施設は充実しているのに、観光客の呼び込みがまだ弱いと思います。ジオパークを中心に、さらに積極的に宣伝をしても良いのではないかと感じています。地元で就職したい若者が雇用先の少なさを理由に地元で働けません。産業を活性化させ、若者の雇用を増やしてほしいと思います。

また、噴火災害以降続いている農業、漁業など第1次産業への就業者数の減少に歯止めをかける政策を立ててほしいと思います。

山口／海・山など自然が豊

かで人と人との絆が強いところが良いと思います。高齢者への援助はもちろんですが、若者が好むような施設が足りないと思います。

今ある豊かな自然、歴史のある観光地を維持していくことが必要だと思います。

森本／海と山が同時に一望できる恵まれた自然です。また温泉利用など、火山と共生しているところが素晴らしいと思います。島原特有の美味しい食べもの、観光スポットをもっと全国に発信してほしいと思います。

若者が働ける場所を増やしてほしいと思います。また交通機関を発達させて、九州各県からも短時間で来ることができるようになってほしいと思います。

坂本／自然が多く、人が温かくていいのですが、若い人たちの多くが県外へ出ているので、若い人たちが地元でも働けるような社会であってほしいと思います。

島原は自然や歴史的な観光地があるので観光客を増やし、活気づけてほしいと思います。

吉田こ／自然の豊かさや地域の方のつながり、心の温かさが良いと思います。地元での就職先や教育機関が少なく感じます。島原市民誰もが観光客に案内ができるよう、島原についてもっとしっかり知っておくべきではないでしょうか。そのためには、学べる機会を増やしていけたらいいと思います。

中原／良いところは、コミュニティの団結力と人の温かさ。食べ物がおいしい。足りないところは、若い人たちの力や活気が無いところ。子どもの数を増やすためにも企業、工場を誘致するための政策を行い、就職口を増やしてほしい。そうすることにより、経済が潤うと思います。

前田／安全・安心に生活できることは、良いことだと思います。豊かな自然に囲まれて、のんびりとできるのは、島原の魅力だと思います。しかし、若い人たちが少ないためか、活気があまりないように感じられます。また、クラシックコンサートなどの芸術的なものに触れる機会が少ないことは残念に思います。観光などで人を集めることも大切



園田美咲さん (安中)



木佐木善信さん (安中)



高田 碧さん (白山)



梅田広久さん (白山)

だと思いますが、定住人口を増やすためにも、若い人たちが働ける場を増やすようなこともしてほしいと思います。またジオパーク認定など、他にはない自然の魅力を活かすことも大切だと思います。

吉田 総／良いところは自然豊かなところです。特に水は世界に誇れるものだと思います。足りないところは、きれいな自然をもっとアピールできないところだと思います。普賢岳の噴火で島原も大変な時期があり、それが私たちの生まれた年であったため、世界の困っている地域を支援していきたい。また、この教訓をこれからつなげていきたいと思っています。

山崎／良いところは、水がきれいで、町並みなどの景観が美しいところだと思います。足りないところは、子どもたちが遊べる環境だと思います。**梅田**／自然が多く水もきれいでとても住みやすい町ですが、若い人たちが島原を離れ、都市部の方へ出ていくことが多くなってきました。その若い人達が、島原に残って仕事や生活がしたいと思う何かが必要だと思えます。島原市は観光事業が主になっているよう

に思われるので、大学のサークルなどで島原を訪れる学生が宿泊したりできる滞在型の宿泊施設の充実などの面を伸ばしていきたい良いと思います。**高田**／島原城や湧水、武家屋敷などの観光資源があります

が、今後、観光都市としての島原を目指すのであれば、小浜や雲仙といった他の地域との連携も重要だと思います。

地方に住みたいと考える都市の高齢者を受け入れて、その関連事業を育成し、同時に若年層の雇用を創出できればと思います。

木佐木／良いところは、温泉が湧いているところ。足りないところは、資源ごみの分別の細分化。山もきれいなので、海も美しくあってほしいと思います。まず有明海をきれいにしてほしい。美しい山と美しい水、そして美しい海のある島原であってほしいと思います。

園田／水がきれいで自然が豊かなところや、人が温かいところがいいと思います。一方で医療や教育施設の充実が必要だと思えます。就職先が増えれば、島原に残る人も多くなるのではないかと思います。**市長**／島原が抱えている問題

点を鋭く指摘していただいたものと思います。しっかりと受け止め、課題に取り組んでいきたいと思っています。

将来に向けての抱負をお願いします。

佐用／まずは看護師免許を得し、経験を積んで、ゆくゆくは島原に帰ってきて多くの人の看護にあたりたいと思います。

渡邊／教師を目指しています。地元である長崎県で働くことができるよう頑張りたいと思います。今しかできないことに挑戦し、自らの力にしていきたいと思っています。

山口／仕事の面で一日一日を大切にし、立派な農家になり、家の農業の規模拡大を目指したいと思っています。

森本／大学卒業後、島原で教師になりたいと考えています。そのためにも大学でしっかり学び、経験を増やし、子どもだけではなく地域の方々にも慕ってもらえるような教師になりたいと思います。

坂本／残りの専門校生活を有意義に過ごし、将来は社会人としてしっかりと働きたいと思っています。

吉田 二／信頼できる看護師を目指し、仕事と勉強を両立し

て、たくさん知識と経験を身につけたいと思います。

中原／明確な目標は定まっていませんが、これからさまざまな経験をし、知識を身につけ、目標を定め、人生プランを決めていきたいと思っています。

前田／音楽の勉強をさらに深く続け、将来は音楽に関係した仕事に就きたいと思っています。

吉田 総／世界の人々とコミュニケーションをとり、世界が一つになり経済を作りあげていきたい。また心と心を通わせていくことが大切だと思うので、思いやりを持った人になりたいと思います。

山崎／私の夢でもある立派な助産師になれるように残りの大学生活の中で、知識や技術をしっかりと身につけていきたい。日ごろから思いやりをもつて人に接することのできる大人になりたいと思います。

梅田／2年後、卒業する時に自分がやりたい、なりたいたいができているように頑張りたいと思っています。

高田／医師を目指しています。その後は、研究の方に進んで、まだ治療のない病気の研究に携わりたいと思います。

木佐木／自分ができること、自分がすべきことを一つ一つ

確実に責任を持てるようになっていきたいと思っています。

園田／看護師を目指しています。そして視野を広げて、多くのことにチャレンジしていきたいと思っています。

市長／今日のご意見・ご提案を踏まえ、今後も魅力あるまちづくりに努めてまいります。皆さん方も、夢の実現に向けて頑張ってください、将来は島原を支えていただけるような人になることを期待しています。本日はありがとうございました。





観光シンボルの魅力増す

島原城城壁清掃

昨年10月28日、九電工とその関連会社から約70人が参加して島原城の城壁清掃が行われました。また、12月17日・18日には、陸上自衛隊第16普通科連隊による訓練を兼ねた城壁清掃が行われ、延べ200人以上の隊員が参加しました。

これらの清掃にあわせて、森岳地区の婦人会や環境美化推進員も堀端などを清掃。

地域と関係者が一体となって観光シンボル島原城の環境整備が行われました。



消防団の勇姿を披露

島原市消防出初式

1月6日、平成24年の新春を飾る島原市消防出初式が行われました。

島原文化会館での式典では消防団活動に功績があった個人や団体へ表彰状や感謝状が贈られました。その後、白土湖通りでの分列行進、白土湖での放水訓練と続き、消防団の勇姿を市民へ披露しました。



分列行進

新成人の決意を胸に

島原市成人式

1月8日、島原市成人式が島原文化会館で行われ、新成人の門出を祝いました。

式典では、横田市長が市内7地区の代表者に成人証書と記念品を授与した後、全員で市民憲章を朗読し、成人としての決意を新たにしていました。



市民憲章朗読

公平委員会委員の選任

12月市議会定例会で、公平委員会委員に稲田孝博さん（加美町・再任）、坂田政浩さん（有明町湯江・再任）が選任されました。

今後も、市職員の不利益処分に関する不服申し立ての審査など、公平委員会委員の業務に携わっていただきます。





テーマ：世界のジオパークが島原半島に集う⑩



「島原半島ジオパークのことがわかる本」

地元の魅力再発見！

ジオパークのことがわかる本を発刊

観光客や知り合いに島原半島の見どころを聞かれて「ドキッ」としたことありませんか？

「田舎だし何にもない」といふと答えてしまいがちですが、それってホントですか？雲仙の山々、温泉、湧水、地質、自然景観、そして歴史……。この地に生まれ育った私たちは、数えきれないほどの観光資源に恵まれている島原半島のことをどれだけ知っているのでしょうか。

そこで、島原半島ジオパーク推進連絡協議会では、半島で暮らす人々が半島の魅力を知り、それを観光資源として活かす取り組みの一つとして、2月初めに『島原半島ジオパークのことがわかる本』を発刊しました。

早崎半島から平成新山に至る火山による島原半島の成長の歴史。その大地の上に生きる自然の営み。そこで培われる人々の暮らしと文化。島原半島のなぜ？の答えがここにあります。

初版無料で市役所観光・ジオパークグループ、島原商工会議所で配布しています。

島原半島ジオパーク検定初級編開催

「地元こんなならまかしちよけ！」の超ベテランから、「ジオパークは知ってたかー」の好奇心旺盛な人、島原半島ジオパーク検定を受けてみませんか？

今回は初級編ですので、「ジオパークマスター」への第一歩としてチャレンジしてみよう。

なお、試験問題は、『島原半島ジオパークのことがわかる本』から70%以上出題されます。

▼とき 3月18日(日) 9時30分開場

▼ところ 有明総合文化会館

▼検定料 高校生以上：1050円、中学生以下：525円

▼申込方法 『島原半島ジオパークのことがわかる本』に同封されている検定申込用紙に必要事項を記入の上、申し込んでください

▼申込期限 2月29日(水)まで(必着)

▼申し込み先 ジオパーク検定事務局(〒855-0879 島原市平成町1-1 雲仙岳災害記念館内 ☎5540)

国際会議開催までカウントダウン

今月で「第5回ジオパーク国際ユネスコ会議」開催まであと100日になります。刻々と迫る国際会議までの情報を国際会議ホームページ (<http://www.geoparks2012.com.jp>) や Facebook(<https://www.facebook.com/geoparks2012>) に発信していきますので、是非ご覧下さい。

特集 世界のジオパーク ⑥

香港特别行政区 (中国) (Hong Kong Geopark)

香港と言えば、息をのむほど美しい夜景を思いおこす人がいるかも知れません。世界的な観光地・香港は、美しい自然が残る世界ジオパークの1つでもあります。

香港特别行政区は、中国南東部にある珠江という河の河口にあり、香港島や九龍半島など235余りの島々を含めた地域を指します。

面積は1,104km²で、そのほとんどは山地からなり平地はほとんどありません。香港は2009年に中国の国立公園に認められ、さらに2011年9月には世界ジオパークに認定されました。香港ジオパークの見どころは、美しい柱状の岩石群がおりなす不思議な景観で、あたかもたくさんの鉛筆

を束ねたように見えます。『柱状節理』と呼ばれるこの景観は、温度の高い玄武岩の溶岩流が冷え固まる時に溶岩全体が縮む事によって生じますが、香港ジオパークで見られる柱状節理は比較的溫度の低い流紋岩の溶岩流によって生じたもので、世界的にも貴重です。香港ジオパークを作った火山活動は、恐竜やアンモナイトが地球上を席巻していた、中世代ジュラ紀(約1億4千万年前)のもので、時代こそ大きく異なりますが香港も、島原半島と同じ火山が創ったジオパークなのです。



六角柱状節理の島「ハイランド」

ジオパーク国際ユネスコ会議に向けた おもてなしワンポイント語学講座

vol.11



島原半島世界ジオパーク
キャラクター「ジオくん」

島原半島では、今年5月に「ジオパーク国際ユネスコ会議」が開催され、海外から多くのお客様がお見えになります。

島原でしか感じられない「おもてなし」を、海外からのお客様に体感していただけるよう、このコーナーで毎月、英語・中国語・韓国語の簡単な会話を紹介しています。

さあ、みんなで一緒にレッツトライ！

日本語

A：トイレはどこですか？

B：あちらです。

言葉が分からない外国の人にとって、いちばん大変なことはトイレを探すときかもしれません。

急いでいる人には、簡潔に、身振り手振りを交えて教えてあげてください。

英語

((フ)ウエア イズ ダ ウォッシュルーム?) (↓)

A：Where is the washroom? (↓)

(オウヴァ デア)

B：Over there.

※ (↓) は語尾を下げて発音することを意味します

※ 英語では「トイレ」とは言いません。

※ washroom の他に bathroom (バスルーム) や restroom ((ウ) レストルーム) などと言うこともあります。

中国語

(チウ、 ウェ-シュンヅィンザ イ-リ?)

A：请问，卫生间在哪里？

(Qǐng wèn, wèi shēng jiān zài nǎ lǐ?)

(ザ イ-リ)

B：(指を指しながら) 在那里

(Zài nà lǐ)

“卫生间” (お手洗い) のほかに“洗手间” (シ-シュヅィン xǐ shǒu jiān) を使っても結構です。

また、疑問詞の“哪里” (どこ) の発音は一旦下がってまた上がります。答えの“那里” (そこ) の発音は最初から強く発音するので気をつけてください。

韓国語

(ファジャンシリ オディ イムニカ)

A：화장실은 어디 입니까?

(チョチョク イムニダ)

B：저쪽 입니다.

※ 저쪽 (チョチョク) 「あちら」の代わりに 저기 (チョギ) 「あそこ」も使います。

저기 입니다. (チョギ イムニダ) となります。



ママたちのためのリフレッシュ講座

日常の忙しさをほんの少しだけ忘れて、ホッとした時間を持ちませんか。

- **会 場** 市保健センター
- **対 象** 小学校就学前の子どもがいるお母さん ※託児ができます
- **申し込み・問い合わせ先** 子育て支援室 (☎ 62-4015)

開催月日	時 間	講 座 内 容
2月	3日(金) 10:00～12:00	クッキング教室(スイーツ):(要材料費200円) 講師 近重佳代子先生
	6日(月) 10:30～11:30	エアロビクス&ヨガ教室 講師 北島由美子先生
	15日(水) 10:00～12:00	フラワーアレンジメント(要材料費200円) 講師 柴田美穂先生(小原流)
	20日(月) 10:30～11:30	ベビーダンス 講師 森本洋子先生
3月	2日(金) 10:00～12:00	フラワーアレンジメント(要材料費200円) 講師 柴田美穂先生(小原流)
	8日(木) 10:30～11:30	エアロビクス&ヨガ教室 講師 北島由美子先生
	16日(金) 10:00～12:00	手仕事シリーズ(ビーズのストラップ:要材料費200円) 講師 桑島ありさ先生(あとりえ翠)



人形劇公演

みんなで見に来てね!!

- **と き** 3月10日(土)
9:00 受付開始
10:00 開始
- **と ころ** 市保健センター
- **入 場 料** 無料
- **公 演** 作品「にっこりぽっかり座」
劇団 風の子九州
- **対 象 者** 市内で育児をしている
親とその子ども、
市内の小学生など
- **問い合わせ先** 子育て支援室
(☎ 62-4015)

児童館に遊びに行こう!

児童館とは・・・みんながきまりを守って自由にあそぶことができる「子どものあそび場」で、遊び・学び・仲間をつくるところです。

児童館では・・・子どもたちが元気に楽しく仲良く育っていけるように、地域の人、ありあけ母親クラブの方々の協力を得ながら色々な活動を行っています。

児童館は・・・誰でも利用できますが、乳幼児については保護者同伴をお願いします。

児童館には・・・遊戯室、図書室、主な遊具に、卓球台・キッカーボード・ストラッカー・大型ソフトジム・モルトブロックなどがあります。隣には公園もあります。また、図書もあり、希望により貸出しもしています。

主な年間の催しは・・・

- ・火曜日 折り紙
- ・水曜日 ばあば&ママ Come (布絵本づくり)
- ・土曜日 しねま(ビデオ観賞会)・つくってあそぼう(工作)・はらぺこクラブ(クッキング)

そのほかにも、春・夏のお楽しみ会、クリーン作戦、秋まつり、もちつき、クリスマス会、クリスマスケーキづくり、おはなし広場、鬼火、巡回児童劇、子ども映画祭、パン教室、HappyCook(料理やお菓子づくり)、手仕事(天然石アクセ・手芸・トールペイント)などたくさんのさまざまな行事が行われています

開館日は・・・

月曜日から土曜日まで(日・祝日は休み)

開館時間は・・・

13時から17時まで
※春休み・夏休み・冬休み期間中は、
9時30分から正午まで、13時から17時まで



ありあけ母親クラブ

『まちの子は みんなわが子』を合言葉に、子どもたちの健全育成を願って地域ぐるみでボランティア活動する組織です。

会員は小さな子どもを持つお母さんばかりではありません。地域の児童健全育成に関心のあるお母さんならば年齢を問わず、どなたでも入会できます。

お問い合わせは、児童館(☎ 62-2402)まで

問い合わせ先 島原市児童館(白土桃山二丁目1139-2)
☎ 62-2402

☆市立公民館の各種講座・行事はホームページからも確認することができます。

http://www.city.shimabara.lg.jp/life/pub/list.aspx?c_id=34#63

島原の歴史「島原の乱」講座

松尾卓次先生の解説による歴史講座です。スライドなどを使い楽しく学びます。

●と き 3月1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)
19時30分から

●ところ 霊丘公民館

●対象 誰でも参加できますが、資料の準備の都合がありますので事前に電話で申し込んでください

●受講料 無料

●持参品 筆記用具

●内容 ①キリスト教伝わる
②セミナリヨと少年使節
③島原の乱
④島原藩の禁教政策

●講師 松尾卓次先生

●申し込み・問い合わせ先 霊丘公民館



フラワーアレンジメント講座

あなたのセンスでアレンジメントを体験しましょう。

●と き 2月21日(火) 13時30分から

●ところ 白山公民館

●受講料 無料(ただし、材料代1500円が必要です)

●募集人数 20人

●講師 サンフラワー 大久保陽先生

●申し込み・問い合わせ先 白山公民館



島原藩日記を販売しています

江戸時代の島原藩の出来事を記した「島原藩日記」。
当時の島原藩の出来事を知ることができる重要な史料です。

●販売場所 島原図書館2階松平文庫
(火曜日から土曜日まで、10時から17時まで)

●販売書籍

・「島原藩日記(巻一)寛文・延宝」…1,700円
・「島原藩日記(巻二)天和」…1,900円
・「島原藩日記(巻三)貞享」…1,900円

●問い合わせ先 松平文庫(☎64-4117)

島原図書館地下古書目録を配布しています

島原図書館には、明治後半から昭和初期にかけての貴重な本があり、その目録を島原図書館で配布しています。目録を希望する人は、利用してください。

●問い合わせ先 社会教育グループ(☎68-5473)
島原図書館(☎64-4115)

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

◆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)

筆ペン講座

祝儀袋や香典袋を筆ペンできれいに書きましょう。

●と き 2月16日(木)
13時30分から

●ところ 白山公民館

●受講料 無料(筆ペンを持参してください)

●募集人数 10人

●申し込み・問い合わせ先
白山公民館

人権学習「女性と人権」

●と き 2月15日(水)
13時30分から

●ところ 森岳公民館

●講師 長崎地方法務局島原支局
支局長 吉本信義先生

●問い合わせ先 森岳公民館



「からだの学習会」

自分や家族の健康のために「からだ」の勉強をしてみませんか。お医者さんがわかりやすく病気の予防について話します。

参加を希望する人は予約が必要です。

▼対象者 市内在住者

▼内容 動脈硬化を予防しよう

日時：2月15日(水) 13時15分から15時まで

講師：わたなべ内科クリニック 渡邊剛士 先生

・腎臓病を予防しよう

①日時：2月16日(木) 13時15分から15時まで

②日時：2月17日(金) 18時45分から20時30分まで

講師：前田医院 前田兼徳先生

※①・②は同じ内容です

▼参加費 無料

▼予約・問い合わせ先 市保健センター

日本脳炎の予防接種

日本脳炎の予防接種につい

て、平成23年度は次の人に対して、積極的勧奨(通知)を再開しています。接種がまだ済んでいない人は、早めに受けましょう。

▼積極的勧奨対象者

・3歳(平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ)になる人

・4歳(平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ)で追加接種対象となる人

・第一期未接種の9歳および10歳(平成13年4月2日～平成15年4月1日生まれ)になる人

▼積極的勧奨対象者以外で接種が可能な人

・生後6カ月以上7歳半未満の人

・特例対象者(平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの人)に該当する人

※接種を希望する人は説明書と予診票を市保健センターへ取りに来てください

麻疹(はしか)・風しん(三日はしか)の予防接種

平成18年度から、麻疹風しん混合ワクチン(MRWワクチン)の2回接種が始まりま

した。感染予防や流行を防ぐためにも、接種期間内に早めに受けましょう。

※平成20年度から、2回目の予防接種を受ける機会として第3・4期に相当する人も予防接種の対象者になりました

▼対象者

・第1期：1歳以上2歳未満の人

・第2期：平成17年4月2日生まれ～平成18年4月1日生まれの人

・第3期：平成10年4月2日生まれ～平成11年4月1日生まれの人

・第4期：平成5年4月2日生まれ～平成6年4月1日生まれの人

▼実施場所 県内予防接種実施医療機関

※かかりつけの病院に予約をして受けてください

▼接種期間

・第1期：2歳の誕生日の前日まで

・第2～4期：平成24年3月31日まで

▼接種料金 接種期間の間は無料です

▼持参品 母子健康手帳、予診票

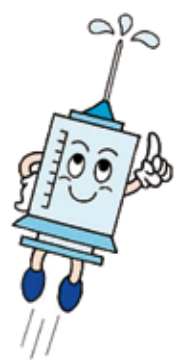
※予診票を紛失した人は、市保健センターまたは有明保健センターへ取りに来てください

高齢者および乳幼児のインフルエンザワクチン接種事業

平成23年10月1日から高齢者および乳幼児を対象にインフルエンザワクチンの一部公費負担事業を実施しています。実施期間は平成24年2月29日までとなっていますので、接種を希望する人は実施期間内に接種をしてください。

また、対象者のうち生活保護世帯の人は無料で接種することができま。ただし、事前に福祉保健総務グループで発行した証明書を、接種日に医療機関へ提出してください(接種後の払い戻しはできません)。

詳しくは、広報しまばら10月号および市ホームページをご覧ください。



届けよう！あなたの気持ち 献血にご協力ください！



「はたちの献血」キャンペーンが2月29日まで実施されています。

献血は、たくさんの方の善意によって支えられています。そして、一人一人の温かな心が多くの尊い命を救っています。

献血への温かいご支援とご協力をお願いします。

献血実施日

毎月第2金曜日

・10時から12時まで 市役所

・13時30分から15時30分まで

ダイエー島原店

このほかにも随時、献血を実施しています。日程など詳しい内容については、市保健センター、または、長崎県赤十字血液センター(☎095-1843-3331)へ。

2月 休日の お医者さん 歯医者さん

■ 当番医 診療時間午前9時～午後6時	
■ 当番歯科医 診療時間午前9時～正午	
日	医療機関 電話番号
5日(日)	くすのきクリニック 有明町大三東 68-5500
	西村クリニック 下川尻町 62-0888
	中村眼科医院 雲仙市愛野町 36-1060
	いなだ歯科 加美町 62-2901
11日(土)	喜多内科医院 弁天町二丁目 62-5101
	酒井外科胃腸科医院 宮の町 62-6655
	愛野診療所 雲仙市愛野町 36-0009
	寺田歯科診療所 新町二丁目 62-4427
12日(日)	おかもと内科 柏野町 65-0500
	宮田小児科医院 上の原二丁目 62-5045
	稲田整形外科医院 片町 62-6355
	佐藤医院 雲仙市国見町 78-5555
	みやざき歯科 湖南町 62-7300
19日(日)	しろたに内科クリニック 北門町 65-0222
	いとう整形外科 広馬場町 61-0110
	梅津医院 雲仙市国見町 78-5156
	大岡歯科医院 弁天町一丁目 63-7616
26日(日)	池田病院 湖南町 62-5161
	水田小児科医院 親和町 62-7177
	原田形成整形外科医院 片町 64-3939
	本田医院 雲仙市国見町 78-2768
	大場歯科医院 浦田一丁目 62-4579
3月4日(日)	八尾病院 城内一丁目 62-5131
	山口外科胃腸科医院 大手原町 62-3200
	松尾胃腸科外科医院 雲仙市国見町 78-1000
	みなと歯科医院 中組町 63-1747

※都合により変更することがあります

健康テレホンサービス

TEL 0120-555-203

フリーダイヤルが開設されました

2月	月	痰の色にご注意を
	火	もやもや病
	水	子どもの胸の痛み
	木	のどの詰まった感じ
	金	子どもの歯の手入れ
月	土・日	外陰部のいぼ (尖圭コンジローム)

健康しまばら21

今月のテーマ

ストレスとうまく付き合う方法 ～あなたのこころは元気ですか～

健康 大作戦 up

ストレス=悪なの？

ストレスは悪なのかというと、そうとも限りません。

ストレスが全くない状態では、免疫力の低下、自律神経機能の異常などを引き起こすことが分かっています。適度なストレスがあるからこそ、気持ちに張りを与えたり、自律神経を安定させたり、刺激の充実した人生を過ごすことができるのです。

しかし、ストレスがたまった状態が長く続けば、心身のバランスを崩し、精神面だけでなく身体的にもトラブルが生じることがあります。

ストレスとうまく付き合う

①食事 家族や友人と一緒に

体に良いものをバランスよく食べましょう。ビタミン

やミネラルが不足するとイライラや不安を招きやすくなります。朝食抜きや食べ過ぎにも注意しましょう。

②安眠 よく眠ることは手軽

なりラックス方法です。安眠できる環境を整えて、質の良い眠りを確保しましょう。

③趣味・スポーツ 自分なり

の趣味やスポーツを見つけ、仲間たちと一緒に楽しみましょう。特にスポーツは、ストレスに対する抵抗力を高め、気分転換にもつながります。

④入浴・マッサージ 入浴す

ることで全身の血行が良くなる

あなたのストレス度をチェックしましょう

項目	チェック	項目	チェック
1 頭がすっきりしない		11 ぼーっとすることが多い	
2 甘い物が好きだったのに食べられなくなった		12 目がしょぼしょぼする	
3 眠れない日が続いている		13 めまいを起こすことがある	
4 急に息苦しくなった		14 前日の疲れが残っている	
5 何だかイライラする		15 意味もなく不安である	
6 手の平や脇によく汗をかく		16 気がつくとかか食っている	
7 家にこもることが増えた		17 最近会話が少なくなった	
8 仕事や家事が手につかない		18 風邪をひきやすくなった	
9 肩こり頭痛がひどくなった		19 遅刻や欠勤が増えた	
10 立ちくらみがする		20 酒の量が増えた	

チェック数	判定
0～5個	正常範囲です。
6～10個	ストレス度がちょっと高いようです。たまには仕事や家事を休んでのんびりしましょう。
11～15個	ストレス度がかなり高く、いろいろな症状が出てきています。早めに休養をとって、家族や友人、専門家に相談しましょう。
16～20個	心身ともに相当疲れています。ただちに休養し、心療内科や精神科を受診してください。

※このストレスチェックでは、おおよそのストレスの傾向はつかめますが、あくまでも自己チェックの域を出ないものですので、より精度の高い分析を行うためには専門家による総合的な判定を受けるようにしましょう

なり、代謝が活発になって心身の緊張がほぐれます。また、ストレッチやマッサージで力を抜き、ゆったりすることも効果的です。

大切なのはストレスとうまく付き合っていくことです。自分なりのストレス解消法を見つけ、こころも体も元気に過ごしましょう。

ふるさと再発見

— 島原城の梅苑 —

そろそろ梅のつぼみがほころぶ季節になりました。

島原城本丸は梅の名所となっており、その一角に紅梅と白梅が植えられている「古野梅苑」があります。

この梅苑は、島原出身の古野マツヨさんからの寄付を元に整備したものです。

古野家はもとは松平家臣の家柄で、世界で初めて魚群探知機

を開発した古野電気を設立、先祖の地である島原へ多額の寄付をされたものです。

この梅苑の中には、「松倉重政公御祭祀の祠」があり、築城者である松倉重政公と工事犠牲者が祀られています。この祠には松平忠精公筆の扁額があげられており、奥には松倉重政公木像が安置されています。

松倉重政公は島原城を築いた人物として知られていますが、高い石垣を築き、湧き水に悩みながら堀を掘る難工事の連続で多くの犠牲者があったと伝えられています。工事にあたって多くの人たちの犠牲により今に残る美しい島原城が築かれたのです。

島原市では毎年、梅の時期に梅林俳句会が催されます。梅を見てその思いを句に託す風流な句会として知られています。

市の花に指定され私たちに身近な梅の木、春の訪れを感じに梅苑を訪ねてみませんか。



クローズ アップ Close Up!

島原の「押し絵びな」



島原城観光復興記念館

島原城下ひなめぐりが開催されていますが、皆さんは「押し絵びな」をご存じでしょうか。

押し絵びなとは、厚紙を土台にして着物の生地を貼り、中に綿を詰めて凹凸を付けたひな人形のことです。江戸時代後期から全国各地で作られ始めたとしており、ひな人形がとても高価だったため、庶民の間で流行し飾られていました。しかし昭和初期ごろから次第に作られなくなり、現在まで残っているものは珍しく貴重なものです。

島原でも押し絵びなが残っていて、島原城観光復興記念館では多くの押し絵びなを見ることが出来ます。ここに展示してある押し絵びなは、島原押

し絵の会が発掘・修復したものです。その多くは、現在中堀町にある白山履物店で昭和初期に製作されたものだと思います。お内裏様やおひな様に限らず、武者や子どもなどさまざまな種類があります。

白山履物店の店主・白山眞一郎さんにお話を聞くと「私の祖母が履物屋の傍ら押し絵びなを製作、販売していました。生地や綿、型紙として使う絵がそろった環境にあつたので作り始めたのだと思います。我が家にも押し絵びなが残っていましたので店内に展示しています。押し絵びなは、100年程前のものもありますので、島原の文化の一つとして、ひなめぐりを機会に多くの人に見てもらえればと思います」と話してくれました。

どこか懐かしい表情を見せる押し絵びな。ひなめぐり協力店の数カ所で見ることが出来ますので押し絵びなを探して散策してみたいかがでしょうか。



写真上／白山履物店に展示してある約100年前に作られた押し絵びな。
写真右／店内には押し絵びな作成時の原画も展示されています。



の	く
情	ら
報	し

■市役所
 (代表) ☎63-1111
■有明庁舎
 (代表) ☎68-1111
 有明支所
 産業振興部
 教育委員会
 農業委員会
 水道局
 文化・スポーツ振興グループ
■ホームページ
<http://www.city.shimabara.lg.jp/>
■電子メール
info@city.shimabara.lg.jp

募集

保育所臨時職員の登録者



市では、市内の公立、私立保育所の臨時職員（短時間職員を含む）の登録を受け付けています。

▼登録職種 保育士、看護師、調理員など

※各職種とも資格を有している人

※登録は1年ごとの更新ですので、以前登録をした人も再度登録をしてください

県立学校地域開放講座受講生

デジカメ・ビデオ編集講座

▼とき 2月16日(木)・17日(金)・23日(木)・24日(金)・29日(水) (計5回) 19時から21時まで

▼ところ 島原商業高校

▼対象者 18歳以上でパソコン初心者の人

▼内容 前半…デジカメの画像ファイルを使って作品を製作。後半…ビデオカメラの動画ファイルを編集し作品を製作。

※登録名簿は随時各保育所に配付します

▼必要書類 登録申請書、履歴書、保育士証の写し

▼申し込み・問い合わせ先 こども支援グループこども福祉班（☎内線302）

松平文庫管理員

▼業務内容 松平文庫の管理監督、研究・調査への対応

▼問い合わせ先 島原商業高校（☎②4059）

島原病院正規職員（地方公務員）

▼募集人員 看護師…若干名、臨床検査技師…若干名

- ▼勤務場所 松平文庫（島原図書館内）
- ▼雇用人数 1人
- ▼雇用期間 平成24年4月から平成25年3月まで
- ▼勤務時間 週28時間
- ▼休日 毎週日・月曜日、祝日、年末年始
- ※夜間や日曜日・祝日に勤務となる場合もあります
- ▼賃金 時給850円
- ▼応募資格 次の条件をすべて満たす人
 - ・古文書資料の管理・保存に関する専門的な知識がある人
 - ・古文書が読める人
 - ・パソコン（ワード・エクセルなど）操作ができる人
- ▼試験 2月22日(水)、①古文書の実技試験②面接試験
- ▼応募方法 履歴書（写真貼付）を持参してください
- ▼応募期限 2月17日(金)まで
- ▼応募・問い合わせ先 社会教育グループ（☎内線651）

- ▼受験資格 看護師…昭和47年4月2日以降に生まれた人（専門看護師・認定看護師は年齢不問）で、看護師免許を有する人（平成24年春取得見込みを含む）。臨床検査技師…昭和46年4月2日以降に生まれた人で、臨床検査技師免許および細胞検査士資格を有する人。
- ▼試験日 3月10日(土)・11日(日)
- ▼試験会場 島原病院
- ▼試験内容 筆記試験・作文・適性検査・面接試験
- ※筆記試験は専門看護師・認定看護師以外の看護師のみ
- ▼採用予定日 平成24年4月1日以降（試験に合格した人は、長崎県病院企業団職員として採用されます。身分は地方公務員となります）
- ▼試験案内および受験申込書の配布先 島原病院などで配布しています。また、島原病院のホームページからダウンロードできます（URL <http://www.shimabarayoin.jp/>）
- ▼申込期限 3月2日(金)まで（17時30分必着）
- ▼問い合わせ先 長崎県島原病院総務係（☎③1145）

島原市教育文化振興 事業団職員

(平成24年度採用予定)

採用予定人員および受験資格

▼事務員(事業団指定管理施設
の管理・事務)

・試験区分A:館(場)長職
:若干名 高校卒業程度の
学力を有し、昭和26年4月
2日から昭和32年4月1日
までに生まれた人

・試験区分B:事務員:若干
名 高校卒業程度の学力を
有し、昭和47年4月2日か
ら平成6年4月1日までに
生まれた人

▼技術員(学校給食調理業務)

・試験区分C:学校給食調理
員(技術員):若干名 高校
卒業程度の学力を有し、
昭和41年4月2日から平成
6年4月1日までに生まれ
た人

試験日(試験内容)

▼第一次試験 2月19日(日)
(小論文)

▼第二次試験 第一次試験合
格者のみ実施(個別面接試
験・健康診断書提出)

試験会場

▼第一次試験 有明総合文化
会館

▼第二次試験 第一次試験合
格通知の際にお知らせしま
す

申込方法

事業団事務局に備え付けの
申込書に必要事項を記入して、
履歴書(市販の履歴書用紙に
6カ月以内に撮影した写真を
貼ったもの)を添えて提出し
てください。

なお、申込書用紙を郵送で
請求する場合は、封筒の表に
「採用試験申込書請求」と朱書
し、90円郵便切手を貼った宛
先明記の返信用封筒(長3)を
同封してください。

申込期限

2月10日(金)まで(郵送の場合
は2月10日(金)までの消印有
効。また、受付時間は土曜日・
日曜日・祝日以外の8時30分
から17時15分まで)

申し込み・問い合わせ先

(財)島原市教育文化振興事
業団事務局(〒859-114
15 島原市有明町大三東戊
1438-1 ☎5133)

求職者支援訓練受講生

▼訓練コース ホームヘルパ
ー2級科

▼訓練内容 ホームヘルパー

2級課程、介護予防、パソ
コン基礎演習

▼訓練期間 3月21日(水)から
6月20日(水)まで

▼対象者 ハローワークに求
職登録を行い、受講の必要
性が認められた人

▼募集期限 2月23日(木)まで
▼問い合わせ先 ハローワー
ク島原(☎8609)

お知らせ

市・県民税の申告

市・県民税の申告を次のと
おり受け付けます。

会場が混雑することが予想
されますので、早めの申告を
お願いします。

▼受付期間と会場 今月号の
広報しまばらに折り込んで
いる「申告について」に受
付期間と会場、受付時間な
どを記載しています。

▼有明地区申告会場の変更
有明地区の申告会場が有明
農村環境改善センター(前
年度会場)から有明生涯学
習センター事務所(有明公
民館駐車場左手の建物)に
なります。

▼申告書 今月号の広報しま

ばらに折り込んでいます。
また、各申告会場や有明支
所、三会出張所、各地区公
民館にも備え付けています。

なお、事業所得がある人に
は収支内訳書などの書類を
別途送付します。

▼問い合わせ先 税務ブルー
プ市民税班(☎内線172)

所得税の確定申告

国税庁のホームページを利
用して、申告書の作成や電子
申告を行うこともできます。

▼とき 2月16日(木)から3
月15日(木)まで

▼ところ 島原税務署

▼問い合わせ先 島原税務署
(☎63281)

所得税および市・県民税の
寄附金控除

東日本大震災義援金として
被災自治体や日本赤十字社
(市が集約したものを含む)な
どへ寄附をした人は、所得税
や市・県民税から一定の限度
額まで控除を受けられる場合
があります。

控除を受けるためには、寄
附金の領収書または預り証を

添付して申告する必要があります。

詳しくは、税務グループ市
民税班(☎内線172)へ。

平成24・25年度建設工事等
競争入札参加資格審査申請
の受付

島原市が発注する建設工事、
建設工事に係る測量、建設コ
ンサルタント業務および地質
調査業務などの入札などに参
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
が必要です。

島原市建設工事等入札参加
申込要領と申請様式は、契約
管財グループ契約検査班に備
えていますが市ホームページ
からもダウンロードできます。
▼受付期間 2月1日(水)から
2月29日(水)まで

▼申請方法 申請書に必要事
項を記入し、郵送または直
接提出してください

▼登録有効期間 平成24年4
月1日から平成26年3月31
日まで

※原則、本市からの工事およ
び物品購入などの受注を希
望する業者は、少額であつ
ても有資格業者として本市

に登録しておく必要があります（現在、平成23・24年度島原市物品購入および業務委託の競争入札参加資格審査申請についても随時受付をしていますので、該当すると思われる業者は申請書を提出してください）

▼申請・問い合わせ先 契約管財グループ契約検査班
（☎5518555 島原市上の町537番地 ☎内線263）

農業委員会委員選挙人名簿の縦覧

平成24年1月1日現在で調製した、市農業委員会委員選挙人名簿を縦覧します。

▼とき 2月23日（木）から3月8日（木）までの8時30分から17時まで

▼ところ 選挙管理委員会事務局

▼問い合わせ先 選挙管理委員会事務局（☎内線311）

「婚姻届受理証明書」を「ご存じですか」

婚姻届を市役所へ提出し、受理されると、結婚したこと

を証明する「婚姻届受理証明書」の交付を受けることができます。

1部1400円で、市民窓口グループ、有明支所、三会出張所を取り扱っています。結婚の記念にいかがでしょうか。問い合わせは、それぞれの窓口へ。

有明総合文化会館自主事業 映画は☆みゅ〜会

家族で楽しめる映画「佐賀のばいばあちゃん」を上映します。

▼とき 3月4日（日）①14時から ②18時から

▼ところ 有明総合文化会館

▼入場料 無料（全席自由、ただし入場整理券が必要）

▼入場整理券配布場所 有明総合文化会館、島原文化会館、島原図書館、有明図書館、各地区公民館

▼問い合わせ先 有明総合文化会館（☎5800）



長崎県特定（産業別）最低賃金の改定

最低賃金件名	最低賃金額（1時間）		効力発生日
	改定前	改定後	
はん用機械器具、生産用機械器具製造業	768円	773円	平成24年1月6日
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	706円	711円	平成24年1月6日
船舶製造・修理業、船用機関製造業	783円	788円	平成24年1月7日

地域別最低賃金は、平成23年10月12日から1時間646円に改定されています。

派遣労働者は、派遣先の事業場に適用されている地域別最低賃金または特定（産業別）最低賃金が適用されます。

詳しくは、長崎労働局（☎095180110033）へ。

法務局休日相談所の開設

長崎地方法務局島原支局が登記、戸籍、人権など身近な法律問題について関係団体とともに無料相談所を次のとおり開設します。

▼とき 2月12日（日）10時から16時まで

▼ところ 長崎地方法務局島原支局（城内一丁目）

▼問い合わせ先 長崎地方法務局島原支局（☎2513）

国民年金コーナー

年金出張相談所

▼とき 2月22日（水）、3月21日（水）10時から15時まで

▼ところ 市民窓口グループロビー

▼募集人数 20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）をしてください

社会保険労務士による年金無料相談所

社会保険労務士による年金一般相談所を開設します。

▼とき 毎週木曜日 9時から15時まで

▼ところ 市民窓口グループロビー

▼申込方法 当日先着順に受け付けますので、日本年金機構からの書類、年金手帳または年金証書など参考となる書類をお持ちください

ねんきんネット稼働中
ねんきんネットとは年金加入者などの年金記録や受け取り額などを提供するサービスです。

▼申込方法 日本年金機構からの書類、年金手帳、および運転免許証、健康保険証のいずれかと印鑑を持参してください

年金に関する問い合わせ先
市民窓口グループ国民年金班（☎内線232）または有明支所（☎内線505）

不要品の交換

おゆずりします

電気オルガン、製図板・製図台・ドラフター

おゆずりください

七五三袴セット（5歳児）

詳しくは、市民生活グループ市民相談センター（☎内線184）へ。

第8回 島原城下ひなめぐり

城下町島原に春の訪れを告げる「島原城下ひなめぐり」。各店舗などでさまざまな種類のひな人形が飾られ、訪れる人たちを出迎えます。おひなさまとの出会いを求めて市内を散策してみませんか。さまざまなひなめぐりイベントも用意されています。

- 開催期間 3月11日（日）まで
- 主な会場 島原城、武家屋敷、宮崎酒店「酒蔵」、青い理髪館、湧水館、商店街、宿泊施設など
- イベント スタンプラリーや人間ひな飾り行列（3月3日 11時から、島原城～商店街）など多数用意されています。詳しくは、観光・ジオパークグループやひなめぐり協力店で配布するパンフレットをご覧ください。島原温泉観光協会のホームページからも入手できます。

島原温泉観光協会

検索

- 問い合わせ先 島原城下ひなめぐり実行委員会（島原温泉観光協会内、☎62-3986）



シリーズ

病気・けがの最前線

『えっ、肺も歳をとるの？』

～肺の生活習慣病 COPD～

長崎県島原病院

副院長（呼吸器内科） 木下明敏



COPD とは慢性閉塞性肺疾患の英語の頭文字を並べたものです。タバコの煙や大気汚染などで、肺に慢性的な炎症が起き、気管支壁の肥厚、肺胞の破壊をきたす進行性の病気です。日本における死亡者数（2010年）は16,293人（死因の9位）で、年々増加傾向にあります。40歳以上の日本人のCOPD有病率は8.6%とされ、530万人もの患者さんがいる計算です。厚生労働省の調査では病院でCOPDと診断された患者数は17万人しかなく、500万人以上の患者さんが正しく診断・治療がされていないと推定されます。

COPDの症状は、風邪でもないのに、せきやたんが出てなかなか治らないとか、階段を上る時などに息が切れるといった初めはありふれたもので、つい見過ごされてしまいがちです。進行すると呼吸のたびにゼーゼー、ヒューヒューいい、少し動いても息切れして、日常生活もままならなくなります。さらに進行すると、命に関わる呼吸不全や心不全を起

こしてきます。また、COPDは心血管病変、骨粗鬆症、うつ、糖尿病など全身への影響を及ぼすこともわかっています。

肺の動きはスパイロメトリーという比較的簡単な器械を用いて測定でき、そのデータから肺年齢も推定できます。「肺も歳をとるの？」と驚かれるかもしれません。COPDは肺の生活習慣病ともいえます。タバコを吸っている方の肺年齢は、実際の年齢より20～30歳以上も高くなることもあります。肺年齢の結果は、肺の健康維持や禁煙指導、COPDをはじめとした呼吸器疾患の早期発見・早期治療にも役立ちます。

COPDは20年以上喫煙して発症するため、40歳以上で喫煙歴のある方は、ご自分の肺年齢を調べてください。肺年齢が実際の年齢より高い方は、早めに呼吸器専門医を受診されることをお勧めします。

市民相談センターのご案内

2月の市民相談は、次の日程で市民相談センター（☎内線184）で行ないます。なお、行政相談のみ有明支所相談室でも受け付けます。

◆行政相談（行政相談委員）

〈市民相談センター〉

2月7日(火)・14日(火)・21日(火) 13:00～16:00

〈有明支所相談室〉

2月1日(水) 13:00～16:00

◆人権相談（人権相談委員）

2月1日(水) 13:00～16:00

◆弁護士法律相談（弁護士）【要予約】

2月16日(木) 13:00～16:00

◆不動産に関する相談（宅建協会）

2月20日(月) 13:00～16:00

◆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）

2月22日(水) 13:00～16:00

◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）

2月23日(木) 10:00～16:00

◆一般相談（市相談員）

土曜日・日曜日・祝日を除く毎日 8:30～17:15

国民健康保険税（第8期分）

後期高齢者医療保険料普通徴収（第8期分）

の納期は2月29日(水)までです

納付には、便利な口座振替などの自動振込みをお勧めします。

申し込みは、各金融機関、郵便局（ゆうちょ銀行）、

島原雲仙農協、島原漁協、有明漁協などで受け付けます。

問い合わせ先

▼国民健康保険税 税務グループ市民税班（☎内線176）

▼後期高齢者医療保険料 保険・健康増進グループ保険班（☎

内線233）または有明支所（☎内線504）

図書館通信

島原図書館（☎64-4115）

開館時間…10:00～18:00（金曜日は20時まで）

2月の休館日…1日(水)～6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)・29日(水)

有明図書館（☎68-5808）

開館時間…9:00～18:00

2月の休館日…1日(水)・7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)・29日(水)

本の返却が1カ月以上遅れた人には新たな貸し出しはしませんので、早めの返却をお願いします。

新刊図書紹介



『北の五稜星』

植松 三十里 著 角川書店

大政奉還後、薩長の新政府に徳川家が従うと、諸藩も次々とこれに従ったが、榎本は新天地を求め、旧幕府海軍を率いて蝦夷地へと向かう。箱館戦争と残された者の人生を描いた歴史長編。



『巴里茫々』

北 杜夫 著 新潮社

「どくとるマンボウ航海記」時代のパリを舞台に、濃霧の中に漂う記憶の幻影を描く表題作と、旅のドラマ「カラコルムふたたび」を収録。

■『ジョン・マン John Mung 大洋編』

山本 一力 著 講談社

■『嘆きの美女』

柚木 麻子 著 朝日新聞出版

■『奇縁まんだら 終り』

瀬戸内 寂聴 著 日本経済新聞出版社

■『真夜中の手紙』

宮本 輝 著 新潮社

2月の催し

島原図書館

■おはなしのじかん

11日(土)・18日(土) 11:00～

■絵本の読み聞かせ会 12日(日) 14:00～

■おはなしのじかん0.1.2 22日(水) 11:00～

■手作り講座「布の絵本作り」 23日(木) 13:00～

第1回 講師 谷口由美先生

■おはなしひろば 25日(土) 11:00～

■郷土史を学ぼう会 25日(土) 14:00～

「ふるさとの寺院をたずねて」

「深溝世紀忠和公編 20」

※3月9日（予定）まで、工事のため駐車場が利用できませんので、大手広場の市営駐車場を利用してください

※2月6日まで、特別資料整理のため休館します。期間中の返却は返却ポストに入れてください

有明図書館

■ちいさなおはなしかい 11日(土) 15:00～

■おはなしのじかん 25日(土) 14:30～



「ユネスコ会議・ジオパークを楽しもう！歴史・文化の集い」

■と き 2月7日(火) 開演:18時30分 (開場:18時)

■と ころ 島原文化会館中ホール

■内 容

第1部 バーチャルジオツアー

車窓から撮った連続写真を使い、それぞれのジオサイトとその歴史を分かりやすく説明します

第2部 音楽で語るジオパーク

島原市出身の歌手、大澤一恵さんによる島原の歌をお楽しみください

第3部 ユネスコ会議おもてなしのお願いとお楽しみ抽選会

前回の国際会議や海外で開催されたユネスコ会議での「おもてなし」の状況を、映像を使って、分かりやすく説明します

・ジオくんグッズが当たる抽選会 (来場した人全員に抽選券を配布します)

・ジオくんとのお楽しみ撮影会 (抽選会終了後に希望者のみ)

■問い合わせ先 観光・ジオパークグループ観光・ジオパーク推進班 (☎63-1111 内線212)

(イメージ)

ジオパークについて
楽しく説明します

大澤一恵さん

「東日本大震災」被災地の方々が相次いで来島されました

①陸前高田市(岩手県)

昨年12月27日、陸前高田市から児童・保護者の皆さん30人が来島されました。

これは、島原半島出身者で構成する「在京者による東日本大震災救援対策本部」と島原半島3市とが連携し、被害を受けた地域の子どもたちを招待し、子どもたちとのふれあいや交流を通して、健やかな心の成長と楽しい思い出を作ってもらおうと実施したものです。



災害からの復興について
横田市長が説明



対策本部副本部長
福田学さん



陸前高田市児童・保護者
によるお礼の挨拶



第五小児童による
歌のエンゲル

②女川町(宮城県)

同じく12月27日、女川町から、女川第一中学校サッカーチームの皆さんと保護者の方々が来島されました。

これは、被災地の子どもたちに少しでも元気になってもらいたいと、島原・深江地区サッカー第三種(中学)委員会の皆さんが、サッカーマンとして、また20年前に同じ自然災害を受けた経験があるものとして、義援金を募り、「第23回 冬季中学生親善サッカー大会」にご招待されたものです。



サムライブルー龍馬像と



横田市長が選手を激励



地元代表者による
歓迎の挨拶



女川第一中代表者による
お礼の挨拶

20年前の「雲仙・普賢岳噴火災害」時に受けた全国からのご支援に応えるべく、島原市は「東日本大震災」被災地の皆さんに対し、息の長い支援を行ってまいります。今後も、市民皆様のご理解ご協力をお願いします。

ご来島された皆さんの地域の一日も早い復興をお祈りいたします。

◆市ホームページアドレス

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

◆島原市の人口(1月1日現在)

人 口	48,452人	(前月比 + 19)
男	22,530人	(前月比 + 8)
女	25,922人	(前月比 + 11)
世帯数	18,900世帯	(前月比 - 12)
出生36件	死亡55件	転入61件 転出44件

◆携帯電話版市ホームページ



携帯電話版の市ホームページも開設しています。QRコード対応機種の携帯電話では、左のコードからアクセスしてください。また、URLを直接入力してもアクセスできます。

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