

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

8 月号

AUGUST

No.699



(船上から眉山を眺める参加者)

船上からジオを満喫！ ジオ・クルーズ

7月16日、海の日を記念し、「しまばらジオ・クルーズ」を開催しました。

ジオ・クルーズは普段なかなか見ることができない有明海からのジオパークを見学するもので、抽選で選ばれた122人が参加し、担当者からの眉山や九十九島などジオパークの見どころについての説明に熱心に耳を傾けていました。

参加者からは「海と山に囲まれた島原の良さをあらためて実感することができた」などの感想がありました。

今夏においても電力不足が予想されています。皆さんの節電をお願いします

目次

災害から身を守るために	2
食中毒の発生しやすい時期です	3
8月1日は「水の日」	4
柔道整復師の施術を受ける人へ	5
男女共同参画社会について	6
島原半島世界ジオパーク	7
まちかどウォッチング	8
島原の夏のイベント	9
子育て情報	10
ふるさと再発見ほか	11
保健センターだより	12
公民館こうざじょうほう	14
くらしの情報	15

災害から身を守るために

昨今、国内外を問わず大規模な災害が頻繁に発生しています。災害の被害を最小限に食い止めるために、一人ひとりが災害は突然発生することを認識し、災害に備える心構えが必要です。

これから本格的な台風シーズンを迎えます。避難場所の確認や非常用持ち出し品、各家庭にある防災行政無線の戸別受信機の点検など、もう一度家庭の防災対策を見直しましょう。



(大雨により冠水した国道251号)

風水害対策は情報収集から

台風や豪雨（大雨）の被害は、正確な気象情報を集めることで、最小限に食い止めることができます。日ごろから気象情報に関心を持ちましょう。

特に台風は、地震などのほかの災害と比べて早くから情報を入手することができ、その気象庁（長崎海洋気象台）などが発表する台風情報をしっかりと把握し、適切な対策に努めましょう。

なお、気象警報などについては、市のホームページにも随時情報を掲載しますので、活用してください。

土砂災害警戒情報

大雨に関して、大雨注意報や大雨警報が出されますが、土石流またはがけ崩れが発生する恐れがある場合に、県と長崎海洋気象台から「土砂災害警戒情報」が発表されます。

この土砂災害警戒情報は、土砂災害による被害の防止や軽減のため、市町村などの防災活動や避難勧告などの判断の支援や住民の自主避難の目安となります。

大雨の場合は、テレビやラジオなどの気象情報、防災行政無線の放送などに注意して

ください。

土砂災害の予兆

土砂災害は、発生すると大きな被害を引き起こします。次のような現象を確認したら早めに避難し、防災機関に連絡しましょう。

①がけくずれ

- ・がけからの水が濁る
- ・がけに亀裂が入る音がする
- ・小石が落ちてくる

②土石流

- ・山鳴りがする
- ・川が濁ったり木が流れてくる
- ・雨が降り続けているのに川の水位が下がる

③地滑り

- ・地面にひび割れができる
- ・井戸水などが濁る
- ・がけや斜面から水が噴き出す

風水害・土砂災害への備え

危険を感じたらすぐに避難しましょう。特にお年寄りや子ども、病気の人は早めの避難が必要です。

- ・看板やトタン、ビニールシートなどは、風に飛ばされやすく危険ですので、家の周囲の状況を確認しましょう
- ・非常用持ち出し品（食品、飲料水、救急セット、衣類、貴重品、懐中電灯、携帯ラジオなど）の準備、点検を

しておきましょう

- ・避難する場合は、電気のプロセカートのスイッチを切り、ガスの元栓を閉めましょう
- ・切れた電線を見つけたら危険ですので、絶対に触らずにお近くの九州電力へご連絡ください

各家庭の防災行政無線の戸別受信機を点検しましょう

電池の寿命は約1年です。電池の液漏れは故障の原因になります。一年に一度は必ず電池を交換しましょう。

緊急時連絡先

- ・生活安全グループ交通防災班 (☎ 63-1111 内線 243)
- ・有明支所 (☎ 68-1111 内線 521)
- ・島原広域消防本部司令課 (☎ 65-5151 緊急時 119)
- ・島原警察署 (☎ 64-0110 緊急時 110)
- ・西部ガス島原営業所 (☎ 63-1313)
(ガス漏れ通報専用電話 ☎ 63-0919)
- ・九州電力島原営業所 (☎ 0120-986-404)
(九州電力ホームページ <http://nagasaki.kyuden.co.jp>)

食中毒の発生しやすい季節です。ご注意を！

食中毒は季節を問わず年間を通して発生しますが、気温や湿度の高い夏は特に食中毒の発生しやすい季節です。特に子ども、お年寄り、抵抗力の弱い人は注意が必要です。

毎日のちょっとした心がけで食中毒は予防できます。次の食中毒予防の三原則を守って食中毒を防ぎましょう。

細菌の発育条件

- ① **栄養** 人にとって栄養となる食品は、細菌にとっても栄養源となります。調理器具類では、食品のわずかな残さや汚れが細菌にとって栄養源となります。
- ② **水分** 細菌は食品中の水分を利用して増殖します。水分含量 50%以下では発育しにくく、20%以下では発育できません。
- ③ **温度** ほとんどの細菌は 10 度から 60 度で増殖し、36 度前後で最もよく発育します。



しっかり実践 食中毒予防の ③ 原則！

① 清潔

◆細菌をつけない

- ・調理前はしっかり手を洗いましょう
- ・調理場は清潔に、調理器具類は殺菌、消毒をしましょう
- ・手に切り傷のある時はゴム手袋をし、指輪、腕時計などをした人は調理をする時ははずしましょう



② 迅速

◆細菌を増やさない

- ・調理は迅速に行い、調理後は早めに食べるようにしましょう
- ・冷蔵庫の過信は禁物です。詰めすぎず、庫内温度は 10 度以下に保つようにしましょう
- ・冷凍された食品は自然解凍せず、冷蔵庫内で解凍するか、電子レンジを使いましょう



③ 加熱

◆細菌を退治する

- ・調理をする際は十分な加熱（中心温度が 75 度で 1 分以上）をしましょう。ただし、加熱できる食品は限られています。菌の中には熱に強いものもあるので、加熱したからといって過信は禁物です。

生の肉や内臓の生食は危険です

生の肉や内臓は新鮮なものでも O157 など細菌による食中毒が発生する危険性があります。お子さんやお年寄りなど抵抗力の弱い人は、よく加熱して食べましょう。

特に牛のレバーなど、内臓は生で食べないようにしましょう。



ふぐ毒にもご用心

ふぐは昔から食用にされ、また、多くの犠牲者を出してきた魚です。ふぐの毒は「テトロドキシン」と呼ばれる神経毒で、主として内臓（卵巣、肝臓に特に多い）に含まれ、青酸カリの 1000 倍の毒力を持っており、水に不溶で加熱に対しても強いという恐ろしいものです。

食べて 30 分から 3 時間で口唇、舌、手指のしびれ、吐き気、嘔吐、腹痛などの症状が現れ、重症の場合は、歩行起立困難、言語障がい、呼吸困難などを起こして死亡します。

次のことを守ってふぐによる食中毒をなくしましょう。

- ・釣ったり、人からもらったりしたふぐを素人調理して食べない
- ・ふぐ処理の講習を受けた人が適正に調理する信頼できるお店で食べる
- ・卵巣、肝臓などの有毒な内臓は絶対に食べない（種類によっては、他の臓器や皮も有毒です）



問い合わせ先

環境グループ衛生保全班 (☎ 63-1111 内線 194)

8月1日は「水の日」



わが国では、限りある貴重な資源である「水」について関心を高め、理解を深めることを目的として、昭和52年、8月1日を「水の日」、また、この日から1週間を「水の週間」と定めています。

のどを潤し、涼を求めて、水に接することが多くなるこの季節、「水の日」を機会に、貴重な資源としての水について考えてみましょう。

限りある水を未来へ

地下水は、利用しやすくコストも安いこと、また四季を通じて水温の変化が少ないことや飲み水としておいしいなど、優れた性質を持っているため、本市では、水道水をはじめ、農業用水や産業用水のほとんどを恵まれた地下水でまかなっており、日常生活に欠かすことのできない大切な資源です。

また、武家屋敷や鯉の泳ぐまち、四明荘など水を活かした街なみは、重要な観光資源にもなっています。

しかし、地下水は無限に湧いてくるものではありません。

今日まで大切に守られてきた水を

未来へ受け継いでいくために、一人ひとりが自然の恵みである水に感謝し、保全や有効利用に努めることが重要です。

市民皆様のご協力をお願いいたします。

市内の湧水量

市では、平成7年から、市内約50箇所（白土湖を除く）の湧水量を毎月調査しています。

その結果、1日平均の湧水量は、平



成23年が約3万8000トン（25メートルプール約70杯分）、平成

7年から平成23年までの平均は約4万5000トン（25メートルプール約83杯分）で、毎年変動しており、湧水量の推移と年間降水量をみると、降水量の増減に伴って変動する傾向が見られます。目に見えない地下水の現状を把握するためには、地表に湧き出ている湧水量の推移に、今後も注目していく必要があります。

地下水保全にご協力を

市では、平成10年4月に「島原市地下水保全要綱」を制定し、地下水の保全に取り組んでいます。

市民生活に必要な水を確保し、限りある自然の恵みとして後世に引き継いでいくために、ボーリングなどで地下水を採取する人は、次のことに協力をお願いします。

現在地下水を採取している人

- ・利用しない地下水の放流停止に努めてください
- ・必要最小限度の揚水量の採取に努めてください

新たにボーリングなどを行う人

- ・地下水採取の現況把握のため「地下水採取計画書」などの届け出をお願いします



井戸水を飲用している人へ

井戸水は常に同じ状態ではなく、気象や環境によって影響を受け、水質が変化する（水質基準を満たさず、飲用に適さなくなる）場合があります。飲み水として利用する場合は次のことに気をつけましょう。

- ・定期的に水質検査を受ける…年1回は水質検査を行い、井戸水の安全を確認してください。基本的な検査項目は、一般細菌、大腸菌、硝酸性窒素および亜硝酸性窒素など10項目で検査費用は、8000円程度です。市では水質検査を実施していないため、専門の検査機関に依頼してください
- ・井戸の周りを清掃する…人畜が入らないように柵などを設けるとともに、ふたなどで覆うなど汚染源に対する防護措置を行ってください

滅菌処理してから飲む

おかしいと思ったら、飲用を中止し、すぐに保健所などへ連絡する

水質基準を満たさない井戸水は健康被害の恐れがあります。硝酸性窒素が高いと乳幼児などへの悪影響があるため、井戸水の利用を控えるようお願いいたします。

柔道整復師（整骨院・接骨院）の施術を受ける人へ

柔道整復師の施術は国民健康保険の対象とならない場合があります

柔道整復師（整骨院・接骨院）にかかる場合、国民健康保険から療養費としてその一部が支払われます。しかし、柔道整復師による施術には、国民健康保険の対象となる場合と、ならない場合があります。国民健康保険の使える範囲を正しく理解し、受診してください。

▶国民健康保険が使える場合

- ・急性または亜急性の外傷性の打撲、捻挫（肉離れを含む）など
- ・骨折、脱臼の応急手当（応急手当ではない場合は医師の同意が必要）

▶国民健康保険が使えない場合（全額自己負担となります）

- ・日常生活からくる単純な疲れや肩こり・腰痛
- ・スポーツや仕事による筋肉痛、筋肉疲労
- ・脳疾患後遺症、リウマチ、関節炎などの慢性病からくる痛みやしびれ
- ・椎間板ヘルニアなど医師が治療すべきもの
- ・症状の改善が見られない長期にわたる漫然とした施術



施術を受けるときは次のことに気をつけましょう

① 重複受診をしない

同じケガで、医療機関（病院、診療所など）の治療と柔道整復師の施術を重複して受けたり、2

個所以上の整骨院・接骨院にかかったりしている場合、保険が使える施術であっても、全額自己負担になる場合があります。

② ケガの原因を正しく伝える

外傷性のケガでない場合（神経痛、五十肩、ヘルニアなど病気による痛み）は、保険の対象になりません。また、業務上災害や通勤災害で労災保険の対象になるなど、他法令で給付が受けられる場合は、保険給付が行えません。

③ 署名（捺印）はご自分で

「療養費支給申請書」に記載される負傷の原因、負傷名、施術日、施術内容、施術回数、金額を確認し、ご自分で署名（捺印）してください。

④ 領収書を必ずもらう

後日、医療機関や柔道整復師から保険請求があったものをお知らせする「医療費のお知らせ」を送付しますので、領収書と請求内容をご確認ください。また、確定申告で医療費控除を受ける際に必要になりますので、大切に保管してください。

医療費の適正化にご協力ください

柔道整復師による施術を受けた人に、施術日や施術内容、負傷の原因などについて文書などで問い合わせをすることがあります。皆さんの国民健康保険税を適正に使用するため、ご理解ご協力をお願いします。

問い合わせ先

保険・健康増進グループ保険班（☎ 63-1111 内線 231・237）

長崎がんばらんば国体・大会 「アイデア料理コンテスト」の作品募集



長崎がんばらんば国体 2014
長崎がんばらんば大会 2014

長崎県産食材を応援する「長崎県産食材コンテスト」の夢ははたけ今 ながさきから

長崎がんばらんば国体・長崎がんばらんば大会実行委員会の主催により、両大会の開催機運の醸成および県産食材を用いた食によるおもてなしのための「アイデア料理コンテスト」が開催されます。

入賞作品は、大会の標準献立レシピ集に掲載されます。みなさん、ふるってご応募ください。

- ▶部 門 ①郷土料理の部（アレンジしたもの）
- ②おかずの部
- ③おやつ・デザート部

▶対象 県内に在住、通勤、通学の個人またはグループで、第2次審査で調理実演が可能な人

▶応募方法 応募用紙に必要事項を記入のうえ、作品の写真またはイラストを添付して、郵送、持参またはメールで応募

▶応募期間 7月20日（金）～9月10日（月）

▶表彰 グランプリ・最優秀賞・優秀賞・佳作

▶副賞 長崎県産品を贈呈

▶問い合わせ・申し込み先

公益社団法人 長崎県栄養士会
〒850-0057 長崎市大黒町3-1 長崎交通産業ビル5階
☎095-825-9557
E-mail: nagaeiyo-ga2014@ceres.ocn.ne.jp

皆さんの応募
お待ちしております♪



「男女共同参画社会」について考えてみよう

vol.1

◎「男女共同参画社会」とは？

男性だから、女性だから、ということではなく、ともにその人権を尊重しつつ責任を分かち合い、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を十分に発揮することができる社会を「男女共同参画社会」といいます。

◎島原市の男女共同参画社会実現に向けて

市では、平成 17 年 3 月、男女共同参画社会の実現に向けて「ともに築く 輝き豊かな島原生活（ライフ）」を将来像とし「島原市男女共同参画計画」を策定しました。

また、平成 22 年 3 月には、社会情勢の変化や新たな課題へ対応し、時代に則した施策を推進するために改訂版を策定してさまざまな施策に取り組んでいます（計画期間：平成 22 年度～平成 26 年度までの 5 年間）。

◎島原市の男女共同参画社会に向けての取り組み

本市における男女共同参画社会の形成促進を図るための施策について広く意見をお伺いし、その企画・推進に反映させることを目的に「島原市男女共同参画推進懇話会」を設置しています。

平成 13 年に第 1 期目の懇話会を設置し、現在は第 5 期目となります。

＜懇話会のこれまでの主な取り組み＞

- ・男女共同参画に関する勉強会として懇話会委員を対象としたセミナーなどの開催
- ・市民を対象とした「男女共同参画社会づくり講演会」の開催
- ・男女共同参画市民意識アンケートの調査



男女共同参画 講演会

5つの基本目標

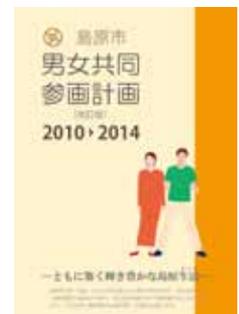
「島原市男女共同参画計画」で定めた次の5つの基本目標をもとに、男女共同参画社会の実現を目指します。

- 1 男女共同参画社会の形成に向けた環境の整備
- 2 職場での男女共同参画社会の実現
- 3 家庭での男女共同参画社会の実現
- 4 地域での男女共同参画社会の実現
- 5 一人ひとりの人権が擁護される社会の実現

島原市における平成 22～26 年度の男女共同参画推進の指針となる「男女共同参画計画」を策定しています。

詳しい内容は、市ホームページまたは政策企画グループ政策振興班で見ることができます。

▶問い合わせ先 政策企画グループ政策振興班 (☎ 63-1111 内線 146)



感謝！20周年 島原温泉ガマダス花火大会

雲仙・普賢岳噴火災害からの早期復興を祈願して始められた大会も今回で 20 回目の節目を迎えます。

今年は 20 周年を記念し、1 万発の大輪の花が夜空を彩ります。

なお、会場周辺は駐車場がありませんので公共交通機関をご利用ください。

▶とき 8月30日(木) 20時30分から

▶ところ 島原港(下川尻町)

▶問い合わせ先 島原温泉観光協会 (☎ 62-3986)





島原半島の誕生が分かる「早崎玄武岩」

島原半島世界ジオパークは平成21年8月22日に世界ジオパークに認定され、来年8月で認定4周年を迎えます。さらに、4年に一度の再審査の年でもありますので、皆さんにさらにジオパークを身近に感じていただくために、「島原半島世界ジオパーク」の見所である「ジオサイト」を紹介いたします。

島原半島のはじまり
PART1 「早崎玄武岩」

ここ島原半島は、日本列島がアジア大陸から分かれてきた1500万年前（日本海が誕生したころ）には、存在していませんでした。その後、430万年前になって現在の南島原市口之津町にある早崎海岸のあたりから、海底火山が噴火を繰り返し徐々に成長していきました。

ジオを楽しむ旅のガイドブック
「全国ジオパーク完全ガイド」

島原半島ジオパークを含む日本ジオパーク全20箇所を余すところなく紹介したガイドブックが販売されました。購入は書店などで買い求めください。



こぼれ話

現在同じような現象が、スペイン領にあるエル・イエロ島の近くであって、海底火山が噴火を繰り返し、新しい島が誕生しそうなんでって。



ジーナちゃん

これが島原島（まだ半島ではありませんでした）の誕生と考えられています。この時の噴火で流れ出た溶岩が固まって出来た岩を「早崎玄武岩」と言い、現在でも早崎海岸に行くところを見ることが出来ます。

島原半島が一番古い火山岩を、皆さんも見に行ってみませんか。

今回は、島原半島のはじまりPART2「国崎安山石」をお届けします。



絹笠山からの夕日

島原半島世界ジオパークの寺井先生と一緒に雲仙地獄をさらこう。
雲仙地獄の移り変わりや地獄の噴気に触れた後は、サンセットヒルとして諸外国に知られた絹笠山に登って、沈みゆく夕日を眺めます。

寺井先生と巡る

絹笠山サンセットジオさらく
雲仙地獄と
沈みゆく夕日を眺めてみませんか

- ▶ **と き** 8月18日（土）16時から19時30分まで
※雨天時は「雲仙地獄と銭湯ジオさらく」に変更
- ▶ **集合場所** 雲仙やまびこ会館駐車場
- ▶ **募集人数** 20人（人数が4人以上で実施します）
- ▶ **参加費** 500円（ガイド料）
- ▶ **持参品** 動きやすい服装、飲物、タオル、帽子、雨具、懐中電灯
- ▶ **申込期限** 8月15日（水）まで
- ▶ **申込方法** メール、ファックスまたは電話で申し込んでください
- ▶ **申し込み・問い合わせ先**
島原半島観光連盟 (☎62-0655、FAX62-0680、E-mail: taiken@gamadas.jp)

がんばらんば国体の気運を盛り上げよう

島原半島少年少女バレーボール教室開催

6月23日、島原復興アリーナで、平成26年開催の「長崎がんばらんば国体」の機運を盛り上げようと島原半島少年少女バレーボール教室および講演会を開催しました。

教室では、春の高校バレーで大村工業高校を優勝へ導いた本市出身の伊藤孝浩監督の指導のもと、小中学生が熱心に耳を傾け、技術の向上に取り組みました。

なお、島原復興アリーナは「長崎がんばらんば国体」バレーボール競技の会場となっています。



指導を行う伊藤孝浩監督（写真左）

犯罪や非行のない社会を目指して

「社会を明るくする運動」啓発活動

7月2日、7月の「社会を明るくする運動」強調月間に合わせ、社会を明るくする運動島原地区推進委員会の皆さんと横田市長、清水教育長が島原駅で啓発活動を行いました。

社会を明るくする運動は犯罪や非行の防止について理解を深め犯罪や非行のない地域を築こうとする運動で「黄色い羽根」がシンボルマークとなっています。

また、強調月間に合わせ、市内各所で意見発表会や小中学生作文コンテストなどが実施されました。



災害への対応強化

熊本市と「災害応援協定」を締結

7月3日、熊本市役所で熊本市と「災害応援協定」を締結しました。

この協定は熊本市・島原市いずれかの地域内において、災害が発生する恐れや災害が発生したとき、それぞれの市が保有している資材・機材の提供や職員派遣を行うほか、眉山が崩壊した「島原大変（1792年）」の歴史をかんがみ、眉山に異常が見られた場合の情報提供など災害への対応を強化しようとしたものです。



協定書を取り交わす
幸山政史 熊本市長（写真左）と横田市長



和牛のオリンピック 開催間近

「全国和牛能力共進会 100 日前イベント」開催

7月7日、10月に島原復興アリーナなどで開催される「全国和牛能力共進会」の機運を盛り上げようと100日前イベントを島原復興アリーナで開催しました。

全国和牛能力共進会は、5年に一度行われる和牛日本一を決める大会で「和牛のオリンピック」とも言われています。

イベントでは、和牛の絵コンテスト表彰式のほか園児らによる和太鼓演奏や長崎和牛試食会を行い、多くの人で賑わいました。



夏を満喫!

島原水まつり



▼とき 8月1日(水)～8月4日(土)まで

▼内容

- ①鎮魂祭 白土湖に灯ろうを浮かべ、水に感謝するとともに雲仙・普賢岳噴火災害の犠牲者へ祈りを捧げます
- ・8月1日(水) 17時30分から(白土湖)
- ②竹のオブジェ・竹灯ろう・番傘イリュミネーション
- ・8月1日(水)～8月3日(金) 18時から21時まで(武家屋敷)
- ・8月4日(土) 18時から21時まで(中央公園、鯉の泳ぐまち)

③金曜夜市 金魚すくい、かんざりしの振る舞い

・8月3日(金) 19時から21時まで(桜門公園)

④湧水と音楽

・8月3日(金) 19時から(武家屋敷)

・8月4日(土) 19時から(四明荘)

⑤湧く湧くタンブラープレゼント

浴衣で来場した人に「湧く湧くタンブラー」プレゼント(先着100人)

島原の夏のイベント

- ・8月3日(金) (武家屋敷)
- ・8月4日(土) (中央公園)
- ▼問い合わせ先 水まつり実行委員会(島原青年会議所内) ☎②3621

精霊流し行事

- 竹とワラで作った精霊流しに、切子灯ろうを飾り付けた島原独特の精霊流し。
- ▼とき 8月15日(水) 19時から
 - ▼ところ 市内各所

土曜夜市

- ▼とき 8月4日(土)・11日(土) 19時から
- ▼ところ 一番街アーケード・万町商店街

島原城下浴衣まつり

浴衣を着て散策すると嬉しい特典が盛りだくさん。フォトコンテストも同時開催中。

- ▼とき 8月31日(金)まで
- ▼ところ 市内一円
- ▼問い合わせ先 島原温泉観光協会 ☎②36006



～ 子育て支援講座を開催します ～

ノーバディズ パーフェクト

Nobodys Perfect (親育ち講座)

このプログラムは、0歳から5歳までの子どもをもつ親のプログラムです。

参加者である親自身が、自分のやりかたで、安心して、自信を持って子育てができるよう、参加者とファシリテーター（会議などの議事進行を務める人）がともにサポートしてゆくものです。

始めから完璧な親などいません。ひとりで子どもを育てていくこともできません。子どもの幸せを願い、親自身が学び、協力しあいながら、グループでの話しあいを通して、親も子ども育つ場が今、求められています。NPプログラムはそのような機会を提供します。



コース・会場・連絡先	日程 (全8回)
Cコース 会場：市保健センター 連絡先：子育て支援室 (☎ 62-4015)	9月3日(月)・10日(月)・18日(火)・24日(月) 10月1日(月)・10日(水)・16日(火)・22日(月)
Dコース 会場：白山公民館 連絡先：わかさ園保育所 (☎ 62-3638)	10月3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水) 11月8日(木)・14日(水)・21日(水)

- ▶ 時間 10時から12時まで ▶ 参加費 無料
- ▶ 募集人数 各コース14人(申込多数の場合は抽選)
- ▶ 対象者 0歳から小学校就学前までの乳幼児の親で、原則として全日程(8回)参加できる人
- ▶ 申し込み・問い合わせ先 子育て支援室 (☎ 62-4015)

しまばら

子育て情報

育児ワンポイント

“冷房をうまくつかいましょう”

“夏の暑さに対して冷房の使い方を迷う”という声を聞きます。

日中のあそびでシャワーやプール、木陰を利用して涼み、食事や睡眠の時間帯を目安に冷房を使うとよいでしょう。



外気温との差を5℃前後に抑え、1日中つけっ放しは避けましょう。汗をかくことも大切です。



「育児サークル」ってなあに？

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。今月は、「にこにこkids」を紹介します。

育児サークル	曜日	場所	育児サークル	曜日	場所
ぱぴぷキッズ	毎月第2・4木曜日	市保健センター	すくすくげん kids	毎月第3木曜日	杉谷公民館
きらら kids	毎月第1火曜日	有明保健センター	こいこいひろば	毎月第1水曜日	霊丘公民館
のびのび kids	毎月第2火曜日	三会公民館	にこにこ kids	毎月第1木曜日	安中公民館

育児サークル「にこにこkids」

親子で楽しみながら子育てをしてみませんか。育児ボランティアの方の協力で、毎回楽しい行事が盛りだくさん！自由参加できます。お気軽に参加ください。

※保健師・栄養士による乳幼児相談も行っています(9時30分～11時)

食生活改善推進員とありあけ母親クラブの皆さんによる手作りおやつもあります。

- とき 毎月第1木曜日 10時～11時30分
- ところ 安中公民館
- 対象者 市内に住む小学校就学前までのお子さんとその保護者
- 問い合わせ先 子育て支援室 (☎ 62-4015)



ふるさと再発見 鉄砲町編

鉄砲町の水路

数多くの藩士が居住していた鉄砲町の南北街路中央には、水路が作られていました。現在も下ノ丁の通りには水路が残っていますが、かつては江戸丁以外のすべての通りに水路があり、飲料用として使われていました。

江戸時代、この水路は、非常に大切に管理・利用をされており、『島原藩御触類集』に

は、毎月1日・15日に水路の掃除を行うこと、不浄な洗いの禁止、水路の破損個所の修繕を各自で行うことなどの記述が見られます。水奉行を介して、水量と水質の管理に努めていたようです。

水路を流れる水は、古丁の湧水を水源とする経路と杉谷の杉山権現熊野神社境内の湧水を水源とする経路がありました。しかしながら、大正時代から熊野神社の湧水が少なくなり始め、昭和になって、徐々に各戸に井戸が掘られるようになりました。

湧水あふれる島原の伝統的風景。これからも大切に守っていききたいですね。



○参考文献：『島原市鉄砲町 伝統的建造物群保存対策調査報告書』（島原市 平成21年3月）

クローズアップ Close Up!



さるいてみゆう会

なにか運動を始めてみたいと思っっている人もたくさんいるでしょうが、ウォーキングほど手軽に始められる運動は他にないでしょう。今回の紹介はウォーキングのサークル「さるいてみゆう会」です。

この会は6月に結成されたばかりの新しいサークルです。会員は約30人で、活動は月に1回、第1木曜日9時から杉谷公民館に集合してから開始します。6月に第1回目が行われ、有明の森フラワー公園やその周辺で花や自然を楽しみながらウォーキングをしたそうです。今回取材したのは2回目の活動で、杉谷公民館からまゆやまロードを上り、そうめん流しを楽しんで帰る行程です。

この日は湿度が高く汗が出ましたが風がとても心地良く、流れていく景色や鮮やかな緑がメンバーの会話を弾ませていました。適度に休憩をはさみながら目的地に到着。運動した後は会話も食事も進んでいました。この会の代表の福原義昭さんは、「この会はみんなで楽しくのびのびと活動する会ですので、誰でも参加できます。皆さん一緒に歩きましょう」と話してくれました。参加希望者は活動時間に直接来てくださることです。

次回は8月2日ですが、暑いことが予想されますので公民館で体操をする予定だそうです。秋になれば、気温も下がり、本格的なウォーキングの季節になります。楽しみながら健康づくり・仲間づくりを目指して活動に参加し、心地よい汗をかいてみるのもいいですね。



千本木湧水で休憩。涼をとります。

日本脳炎の予防接種

◆対象者

・生後6カ月から7歳半未満まで
※初回接種の標準的接種期間は3歳〜4歳です

・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

◆実施医療機関

県内予防接種実施医療機関（かかりつけの病院へ事前に予約をしてください）

◆接種費用

無料

◆通知

次の人に通知をします

・3歳の人（第1期初回）

・4歳の人（第1期追加）

・8歳〜9歳（第1期初回）

・10歳（第1期追加）

※通知を行っていない人でも対象になっている人は接種ができません。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

◆持参品

母子健康手帳、予診票

麻疹・風しんの予防接種

◆対象者

・第1期…1歳〜2歳未満の人
・第2期…平成18年4月2日〜平

成19年4月1日生まれの人

・第3期…平成11年4月2日〜平成12年4月1日生まれの人

・第4期…平成6年4月2日〜平成7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2〜4期…平成25年3月31日までに1回

◆実施医療機関

県内予防接種実施医療機関（かかりつけの病院へ事前に予約をしてください）

◆接種費用

接種期間中は無料

◆持参品

母子健康手帳、予診票

ヒブ（インフルエンザ菌b型）、小児肺炎球菌の予防接種

乳幼児の細菌性髄膜炎を予防するため、次の人を対象として平成24年度、予防接種費用の全額助成を実施しています。

これらの予防接種は「任意予防接種」です。接種を希望する人は、市内実施医療機関に設置している「お知らせ」を必ず読んで、予約後、接種を受けましょう。

なお、ヒブワクチンは「インフルエンザ」を予防するワクチンではありませんのでご注意ください。

◆対象者

接種日に市内に住所がある生後2カ月以上満5歳未満の人

◆回数および接種間隔

○ヒブワクチン（開始月別）

・生後2カ月以上7カ月未満…4〜8週間隔で3回接種し、1年後に1回接種

・生後7カ月以上1歳未満…4〜8週間隔で2回接種し、1年後に1回接種

・満1歳以上5歳未満…1回接種

○小児肺炎球菌ワクチン（開始月齢）

・生後2カ月以上7カ月未満…4週以上の間隔で3回接種し、初回接種後60日以上間をあげ、1歳以上で1回接種

・生後7カ月以上1歳未満…4週以上の間隔で2回接種し、初回接種後60日以上間をあげ、1歳以上で1回接種

・満1歳以上2歳未満…60日以上の間隔で2回接種

・満2歳以上5歳未満…1回接種

◆実施場所

市内実施医療機関（市ホームページをご参照ください）

◆持参品

・住所、氏名、生年月日が確認できるもの
・母子健康手帳

※予診票は、実施医療機関へ設置しています

◆接種費用

無料

母子健康手帳について

母子健康手帳は、妊娠期間のお母さんの健康状態やお子さんの出生記録、幼児期の健診結果、予防接種の記録、思い出などが記録される大切な手帳です。

特に、予防接種の記録は、大人になってからも必要になりますので、お子さんのために大切に保管するようにしましょう。また、予防接種のときには忘れずに母子健康手帳を持参しましょう。

健康相談のお知らせ

市では、保健師、栄養士による健康相談を実施しています。生活習慣病の予防、食生活に関すること、介護予防のことなど相談に応じます。気軽に利用してください。

◆とき

毎週水曜日 9時から11時まで

◆ところ

市保健センター、有明保健センター

◆内容

健康相談、血圧測定、尿検査、体脂肪測定など



8月

休日の **お医者さん
歯医者さん**

健康UP大作戦

健康しまばら21

今月のテーマ

受けて安心! がん検診

■ 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)	坂本内科医院	親和町	63-4641
	西村クリニック	下川尻町	62-0888
	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
12日(日)	くすのきクリニック	有明町大三東	68-5500
	土井外科胃腸科医院	中町	62-6305
	松本医院	雲仙市愛野町	36-0053
	いなだ歯科	加美町	62-2901
15日(水)	喜多内科医院	弁天町二丁目	62-5101
	宮田小児科医院	上の原二丁目	62-5045
	酒井外科胃腸科医院	宮の町	62-6655
	みやざき歯科	湖南町	62-7300
19日(日)	おかもと内科	柏野町	65-0500
	稲田整形外科医院	片町	62-6355
	梅津医院	雲仙市国見町	78-5156
	寺田歯科診療所	新町二丁目	62-4427
26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
	愛野診療所	雲仙市愛野町	36-0009
	山口歯科医院	新町一丁目	62-3016
9月2日(日)	池田病院	湖南町	62-5161
	原田形成整形外科医院	片町	64-3939
	松尾胃腸科外科医院	雲仙市国見町	78-1000
	大岡歯科医院	弁天町一丁目	63-7616

※都合により変更となる場合があります

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

8月	月	飲酒と肝機能障がい
	火	胆石症は手術した方がいいか
	水	夏かぜってなんですか?
	木	味覚障がい
	金	歯科インプラントの安全性
9月	土・日	高齢者の性器出血

二人に一人はがんになる
がんは、日本人の死因の第一位であり、島原市でも毎年150人から200人が、がんで亡くなっています。なかでも多いのが肺がん、胃がん、大腸がんです。日本人は、一生のうち2人に1人が何らかのがんにかかるといわれており、3人に1人ががんで亡くなっています。

検診で早期発見
がん検診の最大のメリットは、早期発見・早期治療による救命の効果です。症状があつて病院を受診した場合には、がん検診と比べ、進行したがんが多く見つかります。一方、

がん検診は自覚症状がない人を対象としているので、早期がんで発見されることが多いのです。早期であれば治せる可能性は非常に高く、治療も軽くてすみます。早期がんを見つけて治せるように、がん検診は症状がなくても定期的に受けましょう。

精密検査をすすめられたら
検診で「異常あり」と判定されたら「がんだったらどうしよう」とひどく心配になると思います。なかには、精密検査をすすめられても怖いから受けたくないという人がいます。しかし、最終的にがんと診断される人はそれほど多くない

ことも知っておいてください。がん検診では、ポリプや潰瘍など、がん以外の病気も見つけることができ、治療に結びつけられます。早期で見つければがんは怖い病気ではありません。精密検査が必要と判定されたら早期がんを見つければチャンスと捉え、自分のため、そして心配してくれる周りの人のためにも精密検査を受けましょう。

がん検診実施中
市では、次のとおりがん検診を実施しています。実施医療機関など、詳しくは市保健センターへ問い合わせてください。

種類	対象年齢	個人負担金	実施期間	
大腸がん検診	個別	40歳以上	600円	6月1日~11月30日
胃がん検診	集団	40歳以上	500円	10月1日~11月5日
	個別	40歳以上	1,000円	5月1日~3月30日
子宮頸がん検診	集団	20歳以上	頸部 300円 頸体部 600円	8月20日~9月3日
	個別	20歳以上	頸部 700円 頸体部 1,000円	4月2日~3月30日
乳がん検診	集団	40歳以上	500円	8月20日~9月3日
	個別	30歳以上	500円	4月2日~3月30日



☆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

デジカメまちかど探検隊 ～島原城編～

島原城を歩いて風景、史跡、道祖神、石垣などをデジタルカメラに撮影しながら、島原の魅力を探すワークショップです。

後日、写真をパソコンに取り込んで活用方法を研究します。

①探検まち歩き

- ・とき 8月25日(土) 9時30分から(悪天の場合は翌日に変更する場合があります)
- ・ところ 森岳公民館玄関集合

②写真活用術

- ・とき 8月28日(火) 19時30分から
- ・ところ 安中公民館
- 募集人数 20人(先着順)
- 参加費 無料
- 持参品 デジタルカメラ、歩きやすい服装、帽子、水筒
- 申込方法 氏名、年齢、住所、電話番号を電話またはFAXでお知らせください
- 申し込み・問い合わせ先 安中公民館(TEL・FAX63-2253)



初心者のための百人一首講座 ～みんなで楽しくカルタとりをしましょう～

- とき 9月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)
19時30分から21時まで
- ところ 霊丘公民館
- 内容 百人一首の和歌にまつわる話を聞いた後実際にカルタとりをします
- 募集人数 20人(親子での参加も大歓迎)
- 持参品 筆記用具
- 講師 社会教育指導員 松本和子
- 申し込み・問い合わせ先 霊丘公民館



今年の12人② 土橋啓介の「戦国合戦のメカニズム-島原1584年-」

- とき 8月22日(水) 19時30分から
 - ところ 森岳公民館
 - 内容 沖田騨合戦について学習します
 - 講師 土橋啓介
 - 問い合わせ 社会教育グループ(TEL68-5473)
- ※「今年の12人」とは、市職員の特技・趣味を活かした講座で、月替わりで年12人の職員が講師となります



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)

身近な花で自然を生ける

自然を大切に、季節の花、家の庭に咲いている一輪の花、少ない花材で、花と会話しながら生け花を楽しんでみませんか。

- とき 9月4日(火)・18日(火)・
10月2日(火)・16日(火)
14時から16時まで
 - ところ 霊丘公民館
 - 募集人数 15人(先着順)
 - 対象者 一般の人(初心者、男性も気軽にどうぞ)
 - 参加費 無料
 - 持参品 花ばさみ、タオル
- ※1回目の花は主催者で用意しますが、生けてみたい花があれば持参してください
- 問い合わせ先 霊丘公民館



くらしの 情報

募集

島原市職員の募集 (平成25年度採用予定)

- ▼職種および採用予定人数 一般事務・建築・行政・土木 それぞれ若干名
- ▼受験資格
- ①一般事務：高校卒業程度の学力を有し、平成3年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人
- ②建築：高校卒業程度の学力を有し、昭和48年4月2日以降に生まれた人で、1級建築士または2級建築士の免許を有する人
- ③行政・④土木：大学卒業程度の学力を有し、昭和58年4月2日

- 市役所本庁 (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
- 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>

- から平成3年4月1日までに生まれた人
- ※全職種とも、採用後は市内に居住できる人
- ▼試験日、試験会場、試験内容 (第一次試験)
- ・9月15日(土)、第一中学校運動場 (雨天時は同校体育館)、体力試験
- ・9月16日(日)、島原文化会館、学力試験
- ▼受付期限 8月17日(金)まで
- ▼採用試験要綱などの請求方法
- ・インターネットで出力する場合：市ホームページからダウンロードしてください
- ・直接、請求する場合：政策企画グループ人事班または有明支所で受け取ってください

- ・郵送により請求する場合：120円分の切手を貼ったあて先明記の返信用封筒(角2)を同封のうえ、政策企画グループ人事班へ請求してください
- ▼応募・問い合わせ先 政策企画グループ人事班 (〒855-1855 島原市上の町537番地 ☎内線126)

島恋『夏☆満喫ツアー』参加者募集 (島原市めぐりあい事業)

- 独身の男性と女性の出会いの架け橋のため、島原の魅力ある海や山を巡るツアーを開催します。
- ▼とき 8月26日(日) 13時から
- ▼ところ 舞岳山荘(島原市有明農林漁業体験実習施設)
- ▼対象者
- ・男性：市内在住の20歳以上40歳までの独身の人
- ・女性：20歳以上40歳までの独身の人(市内外を問いません)
- ▼参加費 一人1000円
- ▼募集人数 男性・女性それぞれ12人(応募者多数の場合は抽選)
- ▼申込期間 8月1日(水)から8月17日(金)まで
- ▼申し込み・問い合わせ先 産業政策グループ企画調整班(☎内

線561)

市営住宅入居者募集

- ▼募集住戸・家賃 萩が丘住宅 単身者向け1戸(2DK・16100円から)
- ※家賃は所得に応じて変動します
- ▼単身者向け申込資格
- ・昭和31年4月1日以前生まれの人または身体障害者4級以上の人、その他条例で定める人
- ・住宅に困窮している人
- ・市税の滞納がない人
- ・暴力団員で無いこと
- ・島原市営住宅条例に定める収入基準に該当すること
- ▼申込期間 8月1日(水)から8月16日(木)まで
- ▼抽選会 8月17日(金)
- ▼入居予定日 9月下旬
- ▼申し込み・問い合わせ先 まちづくり管理グループ住宅管理班(☎内線228)

公民館事務員の募集

- ▼職務内容 公民館事務補助
- ▼雇用人数 1人
- ▼雇用期間 9月から平成25年3月まで

- ▼勤務場所 三会公民館
 - ▼応募資格 市内在住で、社会教育活動に意欲があり、パソコン(ワード、エクセルなど)操作ができる人
 - ▼勤務時間 9時から16時30分まで(12時から13時までには休憩、夜間や土曜日・日曜日などの勤務もありません)
 - ▼休日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始の休日
 - ▼賃金 月額4520円、夏季・冬季一時金有
 - ▼応募方法 履歴書(写真貼り付け)を社会教育グループに持参してください
 - ▼応募期限 8月17日(金)まで
 - ▼問い合わせ先 社会教育グループ(☎内線651)
- 健康づくり推進員の募集**
- 市では、健康で元気に暮らせるまちづくりを目指して市民の健康づくりをサポートする「健康づくり推進員」を募集します。自分のため、そして地域のために一緒に活動しませんか。
- ▼対象者
・島原市民で健康づくりに関心がある人

- ・研修会に参加し、健康づくりのボランティア活動ができる人
 - ▼活動内容 研修会への参加や健診チラシの配布、地区ごとのボランティア活動など
 - ※平成23年度の活動：ミニ健康まつり、歌って唄って健康づくり、健康運動教室、調理実習など
 - ▼申込方法 8月10日(金)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(☎647713)
- ウォーキングサークル参加者募集**
- 秋波ウォーキングサークル**
- ▼とき 毎週水曜日と木曜日 9時から(8月15日、16日は休み)
 - ▼ところ 島原総合運動公園(売店前)
 - ▼持参品 飲料水・タオル
 - ※8月1日(水)は島原文化会館に10時集合
 - ※雨天時は中止
 - のぎくウォーキングサークル**
 - ▼とき 8月3日(金) 9時30分から
 - ▼ところ 有明保健センター
 - ▼持参品 飲料水・タオル
 - ※雨天時もあります

- さるいてみゆう会**
- ▼とき 8月2日(木) 9時から
 - ▼ところ 杉谷公民館
 - ▼内容 レクリエーション、活動計画作成
 - ▼持参品 飲料水・タオル
 - ※雨天時もあります
 - 問い合わせ先 市保健センター(☎647713)
- 島原地域広域市町村圏組合 消防吏員の募集**
- ▼職種と採用予定人数 消防吏員 試験区分A・B・C・D 各区分若干名
 - ▼採用予定日 平成25年4月1日
 - ▼受験資格
 - ・試験区分A：平成元年4月2日以降に生まれた人で、大学またはこれと同等と認める大学校などを卒業した人(平成25年3月までに卒業見込みを含む)
 - ・試験区分B：平成3年4月2日以降に生まれた人で、高校またはこれと同等と認める学校などを卒業した人(平成25年3月までに卒業見込みを含む)
 - ・試験区分C：平成元年4月2日以降に生まれた人で、救急救命士の免許を有する人(免許取得

- 見込の人は受験できません)
- ・試験区分D：昭和38年4月2日から昭和58年4月1日までに生まれた人で、現に消防吏員として勤務している人
 - ※採用後は島原地域広域市町村圏組合消防本部の管轄区域内に住できる人
 - ※自動車運転免許の普通免許(A・T車限定を除く)を取得している人、または採用の日までに取得できる人(平成25年3月卒業見込みの人は採用後1年以内に取得できる人)で採用後、5年以内に大型免許を取得できる人
 - ▼試験日、試験会場、試験内容
 - 試験区分A・B・C
 - ・第一次試験：10月21日(日)、第二中学校、学力試験(教養、適性)体力試験
 - ・第二次試験：第一次試験合格者に通知します、作文・面接・身体検査
 - 試験区分D 10月20日(土)、島原地域広域市町村圏組合消防本部、小論文・面接
 - ▼受付期間 8月27日(月)から9月21日(金)まで
 - ▼申込方法 消防本部に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、提出してください

▼問い合わせ先 島原地域広域市
町村圏組合消防本部 (☎②)77
11)

自衛官募集

航空学生

▼資格 高卒(見込含) 21歳未満の人

▼受付期間 8月1日(水)から9月7日(金)まで

7日(金)まで

▼一次試験 9月22日(土)

一般曹候補生

▼資格 18歳以上27歳未満の人

▼受付期間 8月1日(水)から9月7日(金)まで

7日(金)まで

▼一次試験 9月17日(月)

自衛官候補生(男子)

▼資格 18歳以上27歳未満の人

▼受付期間 年間を通じて行っています

います

▼試験日 受付のときにお知らせします

します

自衛官候補生(女子)

▼資格 18歳以上27歳未満の人

▼受付期間 8月1日(水)から9月7日(金)まで

7日(金)まで

▼試験日 9月23日(日)から26日(水)

までのいずれか1日を指定

問い合わせ先

自衛隊島原地域事務所 (☎②)3

759)

牛乳・乳製品利用料理コンクール

▼応募内容

①牛乳やバター、その他の乳製品

を使用する自慢のアイデア料理

②材料費は2000円以内(4人分)、牛乳・乳製品の費用不要

③調理時間1時間で完成する料理

▼対象者 県内在住で高校生以上

の人(調理師などプロを除く)

▼応募期限 9月7日(金)まで

▼応募方法 郵便番号、住所、氏名、電話番号、年齢、性別、職業、作品名、4人分の材料、作り方、費用を記入し、写真を添付して応募してください

▼応募・問い合わせ先 県酪農業協同組合連合会(諫早市福田町1-11 ☎0957②)3356)

1-11 ☎0957②)3356)

1-11 ☎0957②)3356)

1-11 ☎0957②)3356)

1-11 ☎0957②)3356)

1-11 ☎0957②)3356)

1-11 ☎0957②)3356)

1-11 ☎0957②)3356)

お知らせ

お盆期間中のごみ収集とし尿くみ取り

お盆中の可燃・不燃・資源ごみの収集およびし尿くみ取りは、次

のとおりです。

お盆前はし尿汲み取りが混み合いますので早めに申し込んでください。

詳しくは、環境グループ廃棄物

対策班(☎内線193)へ。

区分		8月13日(月)	8月14日(火)	8月15日(水)	8月16日(木)
可燃ごみ	収集	収集対象地区のみ収集	収集対象地区のみ収集	収集対象地区のみ収集	収集対象地区のみ収集
	東部リレーセンターへの自己搬入	○	○	○	○
不燃ごみ 資源ごみ	収集	収集対象地区のみ収集	×	×	収集対象地区のみ収集
	島原リサイクルプラントへの自己搬入	○	×	×	○
し尿くみ取り	旧島原市区域	○	×	×	×
	旧有明町区域	○	○	×	○

事業系ごみの処理

会社、商店、スーパー、飲食店、

病院、福祉施設、ホテル、旅館など事業所から出たごみ(事業系ごみ)は、法律により事業者自らの責任で適正に処理するよう定められています。

市が収集するごみは、家庭から

出るごみだけです。事業系ごみは、

家庭ごみの集積場所へは出さない

ください。

事業系ごみの処理については、

次の方法で処理してください。

▼事業系一般廃棄物の処理方法

次のどちらかの方法で処理してください

①自ら処理場へ搬入する(産業廃棄物、処理困難物は搬入できません)

②燃やせるごみ:東部リレーセンター(前浜町)へ直接搬入してください

③燃やせないごみ:事前に環境グループ、市民窓口グループ、有明支所、三会出張所で発行する搬入券を持って島原リサイクルプラント(西町)へ搬入してください

④一般廃棄物収集運搬許可業者へ依頼し処理する(許可業者については問い合わせてください)

▼問い合わせ先 環境グループ廃棄物対策班(☎内線193)

17

平成24.8.

就業構造基本調査にご協力を

平成24年10月1日現在で就業構造基本調査が行われます。

この調査は、国民の普段の就業・不就業の実態を明らかにし、全国および地域別の就業構造に関する基礎資料を得ることを目的としており、昭和31年以来16回目の調査となります。

調査対象は、一定の方法で県内全市町の中から選ばれた約9800世帯で、本市では約400世帯が対象です。

9月下旬に調査員が調査世帯を訪問し、調査票の記入をお願いします。詳しくは、経営管理グループ総務行政班（☎内線153）へ。

8月6日・9日・15日は「黙とう」を

広島・長崎両被爆地では、原子爆弾が投下された8月6日・9日にそれぞれ犠牲者の慰霊、ならびに平和祈念式典が行われます。

また、8月15日には、全国戦没者追悼式典が行われます。

市でも、この式典に合わせ原爆死没者や戦没者の霊を慰めると

ともに、平和を願いサイレンを吹鳴しますので黙とうをお願いします。

また、国旗を揚げられる家庭や事業所などでは半旗の掲揚をお願いします。

サイレン吹鳴日時

- ・ 8月6日(月) 8時15分(広島)
- ・ 8月9日(木) 11時2分(長崎)
- ・ 8月15日(水) 正午(全国戦没者追悼式)

児童扶養手当および特別児童扶養手当の現況届

児童扶養手当または特別児童扶養手当を現在受給している人、ならびに支給停止中の人は現況(所得状況)届を提出してください。

なお、手続きは必ず受給者本人が行ってください。

▼受付期間

- ・ 児童扶養手当現況届：8月20日(月)から24日(金)まで
- ・ 特別児童扶養手当所得状況届：8月22日(水)から24日(金)まで

※届出が無い場合、8月以降の手当が受給できなくなるため、受付期間中に手続きができない場合でも8月31日(金)までに手続きが必要です

▼受付・問い合わせ先 こども支

援グループこども家庭班（☎内線278）または有明支所（☎内線506）

有明福祉センター浴場の開館時間の延長

8月1日から31日まで開館時間を1時間延長して10時から22時まで開館します（火曜日は休館日）。
なお、トレーニングルームと足湯は通常通り10時から21時まで開館します。

詳しくは、市社会福祉協議会（☎9090）へ。

海区漁業調整委員会委員選挙人名簿の調製

長崎県南部海区漁業調整委員会委員の選挙人名簿の登載申請を受け付けます。

▼登載資格者 平成4年12月6日までに生まれた人で、島原市内に住所または事業所を有し、年間90日以上漁船を使用する漁業を営み、または漁業者のために漁船を使用して行う水産動植物の採捕もしくは養殖に従事する人（法人を含む）

▼申請現在日 平成24年9月1日(土)

▼申請期限 9月5日(水)まで

▼申請場所 市選挙管理委員会事務局（土曜日・日曜日は市役所本庁舎の口直で受け取ります）

※申請書用紙は、市選挙管理委員会、島原漁業協同組合本所および有明漁業協同組合本所にあります

▼問い合わせ先 市選挙管理委員会（☎内線311）

島原半島精神保健福祉大会

精神保健福祉に関する理解の促進を目的に開催されます。参加費無料でご参加いただけます。

▼とき 8月30日(木) 13時から16時30分まで

▼ところ 雲仙市国見町文化会館

▼内容 講演会ほか
講師 高森 信子氏

▼問い合わせ先 福祉保健総務グループ福祉班（☎内線273）

看護力再開発・離職防止講習会

講義・演習

▼とき 9月6日(木)・7日(金) 9時から16時まで

- ▼ところ ながさき看護センター
(諫早市永昌町)
- ▼内容 看護の動向、看護倫理、医療事故防止、院内感染防止、静脈注射、採血演習
- ▼病院実習
- ▼とき 9月10日(月)から12日(水)まで 8時30分から16時30分まで
- ▼ところ 各地区実習病院
- ▼申込締切 8月22日(水)まで (受講料無料)
- ▼対象者 ①未就業の人で講義、演習、実習の全日程参加できる人
②在職中で講義、演習の2日間参加できる人
- ▼問い合わせ先 県ナースセンター (☎0957-498060)

戦没者遺児の皆様へ

財団法人日本遺族会では「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。
この事業は、先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象として、戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善をはかることを目

- ▼実施地域 マリアナ諸島、東部ニューギニア、フィリピンほか
 - ▼参加資格 戦没者の遺児
 - ▼申し込み・問い合わせ先 (財)長崎県連合遺族会 (☎0951-84313585)
- 的としています。
- ▼平日の学校相談会
 - ▼対象者 幼児、小中学生およびその保護者など、学校関係者、一般人
 - ▼とき 9月19日(水) 9時15分から12時35分まで
 - ▼ところ 県立盲学校 (西彼杵郡時津町)
 - ▼内容 授業参観や施設・整備見学、教育内容説明など
 - ※午後から教育相談を行います。希望する人は申し込みのときにお知らせください
 - ▼申込期限 9月12日(水)まで
 - ▼専攻科(はり・きゅう・マッサージ師養成課程)相談会
 - ▼対象者 視覚障がい者およびその家族や関係者
 - ▼とき 1回目9月8日(土)、2回目12月8日(土) 13時から15時

視覚に障がいがある人のための学校相談会

☀ 熱中症に気を付けましょう ☀

熱中症とは、高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、めまい、体がだるい、吐き気などの症状が現れ、ひどいときにはけいれんや意識の異常などをおこす病気です。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いため、熱中症になる場合がありますので注意が必要です。

熱中症の予防には「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

- 部屋の温度をこまめにチェック！
- 室温が上がりすぎないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう
- のどが渇かなくてもこまめに水分補給！（特に高齢者はのどの渇きを感じにくいので注意が必要です）
- 外出するときは、体をしめつけない涼しい服装で、帽子や日傘で日よけ対策をしっかりとしましょう
- 無理をせず、適度に休憩をとりましょう
- 日ごろから栄養バランスの良い食事と体力づくりに心がけましょう

熱中症が疑われる人をみかけたら・・・

1. 涼しい場所（日陰や室内）へ連れていく
2. 水でぬらしたタオルや保冷剤で体を冷やす
3. 水分・塩分を補給する（イオン飲料など）

こんなときは119番！

体がきつくて動けない、水が飲めない、意識がおかしい、全身のけいれんがある場合は、ためらわずに救急車を呼んでください。

※環境省の熱中症予防情報サイトでは、各地域の暑さ指数（WBGT）が公表されています。参考にしてみてくださいいかがでしょうか

問い合わせ先

市保健センター (☎64-7713)

10分まで

▼ところ 県立盲学校（西彼杵郡時津町）

▼内容 専攻科の概要説明や人体模型の触察・はり・マッサーシ実技体験、個別相談など

▼申込期限 1回目8月31日（金）まで、2回目11月30日（金）まで

問い合わせ先

県立盲学校（☎095-882-10020）

遊休農地の保全管理

遊休農地（耕作されていない農地）は病害虫の発生や雑草が繁殖するなど隣地へ迷惑をかける場合がありますので、定期的に草を刈るなどして保全の管理を行ってください。

高齢者世帯や病気などで耕作が困難な人で、農地の貸し付けを希望する人は、地区の農業委員または農業委員会へ相談してください。詳しくは、農業委員会事務局（☎内線532）へ。

農薬は正しく使しましょう

6月1日から8月31日までの3カ月間は、農薬危害防止運動月間

です。農薬は次の点に注意して正しく使しましょう。

- ・農薬を使う前にラベルをよく読んで使用上の注意を守る
- ・散布の際は防除衣などをつける
- ・周辺への飛散に気を付け、周囲の作物、人家、家畜、養蜂、河川などへの影響に注意する
- ・散布後は十分に器具を洗浄する
- ・保管場所に必ず鍵をかける

詳しくは、県病害虫防除所（☎0957-260027）、島原振興局（☎②3610）、農協などへ。

文化財総合調査の実施

市教育委員会では、市内にある文化財的資源の現況調査を実施しています。

地域の歴史を表すもので、街路から観察できる文化財の所在と状況を記録しています。地域の皆さんには、状況に応じて聞き取りや写真撮影などを依頼する場合がありますので、調査へのご協力をお願いします。

▼調査場所 市内全域

▼調査期間 平成24年7月から平成25年3月まで（予定）

▼請負業者 ㈱大信技術開発

▼問い合わせ先 社会教育グループ

プ（☎内線651）

脳卒中市民公開講座

▼とき 9月8日（土） 13時から16時まで

▼ところ 島原文化会館

▼内容 「地域で育てよう脳卒中の輪」をテーマに医師、看護師、療法士、介護士などによる講演を行います

▼入場料 無料

▼問い合わせ先 長崎県島原病院 地域医療支援センター（☎③145）

県司法書士総合相談センター無料相談

▼とき 8月から毎週金曜日

13時から17時まで（祝日を除く）

▼ところ 高城会館（諫早市高城町5-25）

▼相談内容 不動産登記、商業登記、多重債務問題、相続、成年後見制度、消費者トラブルなど
※相談時間は1人約30分で、事前に電話予約が必要です

▼相談員 司法書士

▼問い合わせ先 長崎県司法書士会（☎095-823-4895）

労働相談

▼センター職員による相談 月曜日から金曜日まで（祝日を除く）

9時から17時45分まで

▼弁護士による相談（事前予約制） 毎月第4水曜日（祝日を除く）

13時30分から15時30分まで

▼問い合わせ先 長崎労働相談情報センター（☎0120-1783-258）

国民年金コーナー

下期（10月から3月まで）の保険料前納

国民年金には、一定期間の保険料をまとめて納めると保険料が割引になる前納制度があります。

○現金納付での前納 年度当初に日本年金機構から送られている下期用の納付書を使用して10月31日までに納めてください。（毎月納付に比べ730円の割引）

○口座振込での前納 口座振込で6カ月分の保険料を納付するとさらにお得です。口座振込で保険料の前納を希望する人は、8月末日までに金融機関または諫早年金事務所に口座振替申出書を提出してください。（毎月納付に比べ102

- 0円の割引)
年金出張相談所
- ▼とき 8月22日(水)・9月19日(水) 10時から15時まで
 - ▼ところ 市民窓口グループプロビ
 - ▼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
 - ▼とき 毎週木曜日 9時から15時まで
 - ▼ところ 市民窓口グループプロビ
 - ▼申込方法 当日先着順(予約不要)
- ※相談を受ける人は、年金手帳または年金証書など参考となる書類を持参してください
- ▼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)
- 「ねんきんネット」稼働しています
国民年金、厚生年金の加入期間や、年金受給額を確認したい人は、印鑑および本人確認できるもの(運転免許証、保険証など)を市民窓口グループ 国民年金班まで持参してください。



消防本部からのお知らせ



救急医療週間に伴う救命講習会

- ◆とき 9月7日(金) 13時から16時まで
- ◆ところ 島原消防本部多目的ホール
- ◆対象者 一般市民
- ◆申込方法 消防本部や最寄りの消防署(分署)に備え付けの救命講習受講申込書兼受講票に必要な事項を記入のうえ、FAX(62-3133)または、最寄りの消防署へ8月31日(金)までに申し込んでください(申込書は消防本部ホームページからダウンロードすることもできます)。
- ◆問い合わせ先 島原消防本部警防課(☎62-3080)

気管挿管実習にご協力

気管挿管とは、気管にチューブなどを挿入して行う気道確保の方法です。消防本部において、関係機関の協力のもと、すでに7人の救命士が気管挿管認定を受け、さらに現在、二次医療機関にて実習中です。一人でも多くの気管挿管認定救命士を養成し、一人でも多くの命を救うために、気管挿管実習にご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、最寄りの消防署または、二次医療機関に問い合わせてください。

- ◆救急救命士の役割と仕事 救急救命士は、一般の救急隊員が行う応急処置のほかに、心肺停止状態の人に救命処置を救急現場で行うことができる国家資格取得者です。
- ◆気管挿管認定救急救命士 救急現場で気管挿管を実施するには、麻酔科専門医(麻酔担当医師)の指導による病院内(手術室)実習、30症例が義務づけられています。

大規模停電または計画停電実施時のお願い

- ◆119番通報 停電時には、IP電話やファックス機能付きの電話など一部の電話機で使用できなくなる場合がありますので、電話機が使えない場合は、携帯電話や公衆電話から119番通報をしてください。なお、光通信を利用した電話も使用できません。
- ◆家電製品などの使用 停電前に使用していた電気調理器などの電熱器具は、再通電火災発生防止のためスイッチを切りコンセントからはずし、停電復旧後には異常がないか確認してください。
- ◆火気の使用 卓上ガスコンロ、ろうそくなどを使用する場合は、燃えやすいものを近づけないなど十分に注意を払い、こまめに換気をするようにしてください。
- ◆消防用設備など 消防用設備など(自動火災報知設備など)が設置されている建物では、停電が長時間になった場合、非常用バッテリーが切れて消防用設備などが有効に機能しなくなる場合があります。火災や地震などが発生した場合は、関係者の指示に従うとともに、建物関係者は、万一の火災に備え防火管理体制の強化に努めてください。
- ◆危険物の取り扱い 自家発電設備への燃料などの補給を目的に、定められた数量以上に危険物の備蓄などをしないでください。

問い合わせ先

島原地域広域市町村圏組合消防本部(☎65-5151)

● 婦人検診を受けましょう ●

乳がん集団検診

- ▼対象者 40歳以上の職場検診のない市内に住所を有する女性
- ▼検診人数 午前…60人（先着順）、午後…50人（先着順）
- ▼検査方法 視触診およびマンモグラフィ
- ▼個人負担額 500円
- ▼申込方法 8月6日(月)から10日(金)までに、電話で市保健センターへ申し込んでください

子宮がん集団検診

- ▼対象者 20歳以上の職場検診のない市内に住所を有する女性（申し込み不要）
- ▼個人負担額 頸部…300円、頸体部…600円

骨粗鬆症検診

- ▼対象者 平成25年4月1日時点で40、45、50、55、60、65、70歳の市内に住所を有する女性（申し込み不要）
- ▼検診日 日程の○印の日のみ実施
- ▼個人負担額 400円

会場と検診日

日程	会場	受付時間	骨粗
8月20日(月)	市保健センター	9:00～9:40	○
		13:30～14:10	
8月21日(火)	市保健センター	9:00～9:40	
		13:30～14:10	
8月22日(水)	安中公民館	9:00～9:40	○
		13:30～14:10	
8月23日(木)	島原文化会館	9:00～9:40	
		13:30～14:10	
8月24日(金)	島原文化会館	9:00～9:40	○
		13:30～14:10	
8月27日(月)	医師会館	9:00～9:40	○
		13:30～14:10	
8月28日(火)	医師会館	9:00～9:40	
		13:30～14:10	
8月29日(水)	三倉農村環境改善センター	9:00～9:40	○
	杉谷公民館	13:30～14:10	
8月30日(木)	有明保健センター	9:00～9:40	○
		13:30～14:10	
8月31日(金)	有明保健センター	9:00～9:40	
		13:30～14:10	
9月 3日(月)	有明保健センター	9:00～9:40	○
		13:30～14:10	

申し込み・問い合わせ先

市保健センター (☎64-7713)

不要品の交換

おゆづりください

学生服（詰襟175cm）、第一中学校男子ジャージ（上下）、ミシン
詳しくは、生活安全グループ市民相談センター（☎内線184）へ。

▼とき 月曜日から金曜日まで
9時から17時まで
問い合わせ先
市民窓口グループ国民年金班（☎内線232）

市自主文化事業

『シンドバットの冒険』

嵐ではぐれた船長や仲間たちの行方は？そして襲いかかる盗賊たちとの戦いの結末は？バグダッドの若い船乗りシンドバットの夢とロマンと冒険の物語。子ども向けミュージカルの公演です。

- ▼とき 8月26日(日) 13時30分開演
- ▼ところ 島原文化会館
- ▼入場料 無料（ただし入場整理券が必要です）
- ▼入場整理券取扱所 島原文化会館、有明総合文化会館
- ▼問い合わせ先 文化・スポーツ振興グループ（☎68-5474）、島原文化会館（☎62-2111）



市民相談センターのご案内

8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〉
8月7日(火)・14日(火)・21日(火) 13:00～16:00
〈有明支所相談室〉8月1日(水) 13:00～16:00
- ◆人権相談（人権擁護委員）
8月1日(水) 13:00～16:00
- ◆弁護士法律相談（弁護士）【要予約】
8月16日(木) 13:00～16:00
- ◆不動産に関する相談（宅建協会）
8月20日(月) 13:00～16:00
- ◆公証人法律相談（島原公証役場公証人）
8月22日(水) 13:00～16:00
- ◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）
8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

市県民税（第2期）

国民健康保険税（第2期）

介護保険料普通徴収（第2期）

後期高齢者医療保険料普通徴収（第2期）

の納期は8月31日(金)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

- 市県民税・国民健康保険税 税務グループ市民税班（☎内線176）
- 介護保険料 島原地域広域市町村圏組合介護保険課業務係（☎61-9101）または保険・健康増進グループ保険班（☎内線234）、有明支所（☎内線504）
- 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）

8月の休館日 6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)・31日(金)

有明図書館（☎68-5808） 開館時間…9:00～18:00

8月の休館日 1日(水)・7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)・31日(金)

新刊図書紹介



「花のさくら通り」

荻原 浩 著 集英社

不況にあえぐユニバーサル広告社が始めた、閑古鳥の鳴く「さくら通り商店会」の活性化プロジェクトとは？恋と笑いと事件がいっぱいの痛快まちづくり小説。



「夢より短い旅の果て」

柴田よしき 著 角川書店

鉄道同好会に入会した香澄。鉄道に興味はなかったが、彼女には同好会に絶対に入らなければいけない理由があった。さまざまな人生と交錯する中、彼女自身も自分のレールを敷き始めていく。

- 「チマチマ記」
長野まゆみ 著 講談社
- 「ひなこまち」
畠中恵 著 新潮社
- 「清須会議」
三谷幸喜 著 幻冬舎
- 「惜樂荘だより」
佐伯泰英 著 岩波書店



8月の催し



島原図書館

- 工作教室「とべとべ★ロケット」
（申し込み制15人まで） 2日(木) 14時～
- おはなしのじかん 4日(土)・11日(土)・18日(土) 11時～
- わくわくサイエンスシアター 4日(土) 14時～
- 夏休み子ども映画会「ふたつの胡桃」 7日(火) 14時～
- 廃棄本配布（団体） 9日(木) 10時～
- 廃棄本配布（個人） 10日(金)～12日(日) 10時～
- こわ～いおはなし会 10日(金) 19時～
- 夏休み子ども映画会 18日(土) 14時～
- おはなしのじかん0.1.2 22日(水) 11時～
- おはなしひろば 25日(土) 11時～
- 郷土史を学ぼう会 25日(土) 14時～

有明図書館

- 子ども講座②「夏休みサイエンス★ジオ講座」
10日(金) 13時30分～
- ちいさなおはなしかい 11日(土) 14時30分～
- おばけぞろぞろ こわ～いおはなし会
18日(土) 13時30分～
- おはなしのじかん 25日(土) 14時30分～
- 夏休み上映会②「のっぺらぼう・トゥイーティー」
27日(月) 13時30分～



島原中央道路

「公開フリーウォーキング」 & 「しまばらハイウェイマラソン大会」

9/23 (日)
開催



「島原中央道路」が10月に完成することを記念し、「島原中央道路公開フリーウォーキング」 & 「しまばらハイウェイマラソン大会」を開催します。

完成後は、自動車専用道路として使用されるため、島原中央道路を歩いたり走ることができる最初で最後の機会となります。ぜひ、この機会に有明海を望みながらさわやかな汗を流してみませんか。

●島原中央道路公開フリーウォーキング

島原中央道路の3箇所インターチェンジと「まゆやまトンネル」両側の計5箇所を開放します。

体力に合わせて、好きな区間を散策してください。

- ▶ **と き** 9月23日(日) 7時30分～9時30分
- ▶ **開放箇所** 島原IC(下折橋町)、島原外港IC(親和町・新湊二丁目)、島原南IC(秩父が浦町)、まゆやまトンネル北側(白水川高架橋付近)・南側(萩が丘高架橋付近)

▶ **参加方法** 申し込みは不要です。ご自由に参加してください(※熱中症対策のため、飲み物などを持参してください)

※駐車場はありませんので、開放箇所までは各自徒歩などをお願いします。近隣の迷惑となるので路上駐車などはしないでください



●しまばらハイウェイマラソン大会

- ▶ **と き** 9月23日(日) 10時～12時
 - ▶ **受付時間** 7時30分～9時30分(市営陸上競技場)
 - ▶ **コース** 市営陸上競技場(スタート) → 島原IC → 島原南IC(折り返し) → 島原IC → 市営陸上競技場(ゴール)(距離13.6km)
 - ▶ **参加資格** 15歳(高校生)以上の健康な人
 - ▶ **募集人数** 500人(先着順) ▶ **参加費** 1000円
 - ▶ **申込期限** 8月17日(金)まで
 - ▶ **申込方法** まちづくり管理グループ・各地区公民館に備え付けの「しまばらハイウェイマラソン大会申込書兼誓約書」を確認のうえ、申込書兼誓約書をまちづくり管理グループへ提出してください
- ※マラソン大会実施中、市営陸上競技場から旧島原落葉園跡までの道路については、通行止めといたします。皆様のご理解ご協力をお願いします

問い合わせ先 まちづくり管理グループ総務管理班 (☎ 63-1111 内線 251・255)

◆市ホームページアドレス

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

◆島原市の人口(7月1日現在)

人口	48,163人	(前月比 - 16)
男	22,383人	(前月比 - 23)
女	25,780人	(前月比 + 7)
世帯数	18,969世帯	(前月比 + 11)
出生 25件	死亡 35件	転入 67件 転出 66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/>