

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 路

平成24年

11

月号

NOVEMBER

No.702



「島原中央道路」開通

10月8日、「島原中央道路」（秩父が浦町～下折橋町間 約4.5km）の開通式が行われ、同日15時から一般車両の通行が可能となりました。

島原中央道路は、南島原市深江町から諫早インターチェンジを結ぶ地域高規格道路「島原道路」の一部を成す自動車専用道路で、島原道路が全線開通すると、島原市から諫早市までの所要時間が大幅に短縮され、その効果は救急医療、観光・農業発展など多方面で期待されます。

市では、関係機関と連携し、出平町～有明町間の早期整備をはじめとした「島原道路」全線開通に向けて今後も取り組んでいきますので、引き続き皆様のご協力をお願いします。

地域高規格道路「島原道路」建設促進決起集会

早期全線開通を目指すため、多くの参加をお願いします

▶と き 11月9日（金）19時～21時 ▶ところ 有明総合文化会館

目次

ようこそ子育て支援室へ	2
忘れてませんか？特定健診	4
自分たちの地域は 自分たちの手で	6
町名町界の変更ほか	7
男女共同参画社会について考えてみよう	8
島原半島世界ジオパーク	9
まちかどウォッチング	10
しまばら子育て情報	12
ふるさと再発見ほか	13
保健センターだより	14
公民館こうぞ情報	16
くらしの情報	17

子どもたちが輝くまちづくり

ようこそ 子育て支援室へ



市では、子育て中のお父さん・お母さんが親子でホッとできるふれあいの場として「子育て支援室」を設置しています。「子育て支援室」では、専任の保育士と市保健センターの保健師が連携し、妊娠から小学校就学前までの子育てに関する相談や子育て支援を行っています。子育てを楽しむためにも、一度出かけてみませんか。

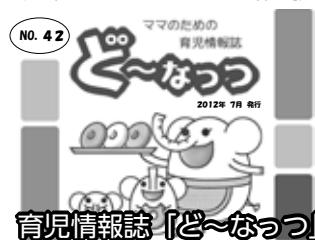
(写真：「ぱぴぷ kids」に参加した親子)

■ 問い合わせ先 子育て支援室（市保健センター内） ☎ 62-4015

子育て支援室って何をやってるの？

① 子育て支援情報の発信

毎月市内の子育て支援情報を取りまとめた情報提供しています。また、育児情報誌「ど〜なっつ」を主任児童委員やボランティアスタッフの協力のもと定期的に発行し、市内の幼稚園・保育園・公民館・小児科などに配置しています。



育児情報誌「ど〜なっつ」

② 講座・イベントの開催

「ママたちのためのリフレッシュ講座」や「親子育ち講座」などいろいろなジャンルの講座や講演会を企画・実施し、育児疲れの解消や学びの場を提供しています。



リフレッシュ講座

③ ブックスタート事業

絵本を通して親子のふれあいの時間が生まれることを願い、毎月3カ月児健診のときに絵本の読み聞かせの大切さを伝えながら絵本を手渡ししています。



ブックスタート

④ 子育て支援ネットワークづくり

子育て支援室は、市内6個所の子育て支援センターや関係機関と連携し、子育て支援のネットワークづくりを行っています。

⑤ 養育支援訪問事業

養育支援が特に必要な家庭を養育支援相談員が訪問し、子育ての相談やサポートをしています。

⑥ 育児サークル支援事業

毎月市内の公民館などで、育児ボランティアの協力のもと、楽しい親子のつどいを開催しています。



育児サークル

⑦ 子育て広場事業

親子でゆつくりとくつろげる、ふれあいスペースを支援室に用意しています。

⑧ 市保健センターの子育て関連事業へ参加
市保健センターの保健師と連携し、子育ての相談受付や親子のサポートを行います。

子育て支援室を利用できる時間は？

平日9時30分から16時まで

子育て電話相談は平日9時から16時30分まで
※いずれも土曜・日曜・祝日は休み



気軽に利用してください

子育て支援室のメンバーから「子育てに関する相談など気軽に利用してください。初めての人も大歓迎です。まずは一度お越しになってください。きっと子育てが楽しくなりますよ!」

子どもは未来の夢、そして希望！ 子育てにやさしいまち しまばら



子どもが輝くと、地域も元気になります。

そのため市では「島原市次世代育成支援行動計画」に基づき、数多くの子育て支援対策を行っています。市が行っている主な支援事業を紹介します。

■ **問い合わせ先** こども支援グループこども福祉班 (☎ 63-1111 内線 276)

乳児家庭全戸訪問事業

生後4カ月までの赤ちゃんがいるすべての家庭を乳児家庭訪問員が訪問し、安心して子育てができるよう相談や情報提供を行います。



産後のママサポート事業

出産後、産婦や乳児の世話をする人がいない家庭に「産後ママサポーター」を派遣し、育児と家事を援助します。
個人負担：1時間あたり 250 円
(750 円のうち市が 500 円補助)

すこやか子育て支援事業

小学校6年生以下の子どもを3人以上扶養する保護者の経済的負担を減らすため、保育料を免除(補助)しています(所得税による制限あり)

- ① 3人目以降が保育所・幼稚園などに在籍…3人目以降の保育料
- ② 2人以上が同時に保育所・幼稚園などに在籍…2人目の保育料(3人目以降は無料)

一時預かり・病後児保育・休日保育

急な用事や病気などで、一時的に家庭で保育ができない場合、乳幼児を実施保育所などに預けることができます。

また、病気の回復期など通常の保育では対応できない場合や日曜・祝日などに家庭で保育できない場合、乳幼児を預ける事ができます。

親育ちプログラム

子育てに不安や負担を感じる家庭が増え、それに対応するために開発された、親育ちプログラム「ノーバディーズパーフェクト」を実施し、親が持つ子育ての力を強め、子どもが健やかに育つことを目指します。



放課後児童クラブ

保護者が仕事などで昼間、家にいない場合、小学校低学年の児童を預けることができます。

地域子育て支援センター

主に在宅で子育てをしている人を対象に、子育てに関する相談や園開放・行事を開催するほか、子育てサークルの支援などを行います。

地域子育て支援センター	住所(電話番号)
たからっこ(心香保育園)	有明町(68-0346)
Baby ぱんたか(清華保育園)	有明町(68-1163)
ころころクラブ(おさなご園)	津吹町(62-2537)
しゅんよう(春陽保育園)	萩が丘一丁目(62-5556)
くるみの家(わかさ園保育所)	新山二丁目(62-3638)
陽だまり(中木場保育園)	大下町(64-2135)
子育て支援室	霊南二丁目(62-4015)



子育て支援室を訪問しました

自主サークル「ぱぴぷ kids」の取材のため、子育て支援室を訪問しました。支援室に入ると、楽しそうに遊ぶ子どもたちと、楽しそうにママ友と話すお母さんがたくさんいました。

利用者に感想を聞くと、皆さん一様に「参加してよかった」と答えが返ってきました。

まだ、利用したことがない人は一度参加されてみては



参加者の声

- ・子育て方法やおいしいお店などについて情報交換できた
- ・フラワーアレンジメントやクッキング教室など家庭でも役立つ情報が盛りだくさんです
- ・家では子どもと2人だけになりがちですが、ここに来ると話を聞いてもらえるので気が休まります
- ・ママ友が増えた
- ・子育てやイベント情報が手に入る
- ・今後もどんどん利用していきたい

「ぱぴぷ kids」での1コマ





「日々の生活を普通に過ごしているし、体調も悪くない」、「運動もしているし、健康には自信がある」と自覚している人も多いと思います。しかし、普段、体の不調を感じていないのに、ある日突然心筋梗塞や脳卒中などの生活習慣病を発症する人がいるのも事実です。

健康で長生きできるよう、年に一度は、自分の体をチェックしておきましょう。

(写真：皆さんの健康づくりをサポートする「健康づくり推進員」委嘱状交付式)

「特定健診」ば
受けんやったら、
どがんってやろ
うか？



「特定健診」って
メリットがたくさ
んあるって聞
いたとけど…



生活習慣病は、日々の生活習慣や食事により、気が付かないうちに徐々に体に影響を与え、発症につながっていきます。自覚症状のない病気ですが、特定健診を通じてこの影響を早期に発見し、生活習慣や食事などの対策をとることで、予防することができます。健康に気を付けることは、自分や家族の人生を大切にすることにつながります。これから健康でいられるように、毎年健診を受けましょう。

特定健診 ④ つのメリット

- ① 特定健診は**無料**で受けられる！
- ② 生活習慣病を**早期発見・早期治療**！
- ③ 健診後の**サポートも充実**！
自分に合った健康づくりができる！
- ④ 生活習慣病予防で**家庭の医療費の支出が減る**！

まだ受診できます！ 特定健診

1 集団健診 (事前申込は不要)

日 程	場 所	受付時間
11月 7日 (水)	有明保健センター	13時～14時
11月 8日 (木)	安中公民館	
11月 9日 (金)	市保健センター	
11月12日 (月)	白山公民館	
11月13日 (火)	島原文化会館	

※同時に結核・肺がん検診、肝炎ウイルス検査・前立腺がん検診が受けられます

2 個別健診 市内指定医療機関で、11月30日(金)まで受診できます(※事前予約が必要です)

3 健診内容 身体測定、問診、血圧、血液検査、尿検査、心電図、診察

4 持参品 特定健診受診券、健康保険証、介護保険証(持っている人のみ)

目標 65%

市では特定健診受診率の目標を **65%** としていますが、平成24年8月末現在の市内受診率は **21%** となっています。

特に、40～50代の受診率が低い傾向にあります。

年に1回、特定健診を受け、若いうちから、自分のからだの状態を把握し、元気で長生きを目指しましょう！

地区別受診率	
地区	受診率 (%)
三会	19.3
杉谷	20.3
森岳	19.5
霊丘	23.2
白山	23.9
安中	24.4
有明	19.2

健診が終わったら、次は「自分のからだの状態」を確認！

結果説明会

特定健診受診後、約1カ月後に健診の結果をお返しします。

個別健診で受診した人は受診した医療機関で、集団健診で受診した人は結果説明会を実施し、市保健センターの保健師・栄養士が個別で説明します。1人20分程度の説明で自分のからだの状態を確認することができます。

野菜・お菓子・お酒など食事に関する情報や効果的なウォーキングの方法など市保健センターに展示しています



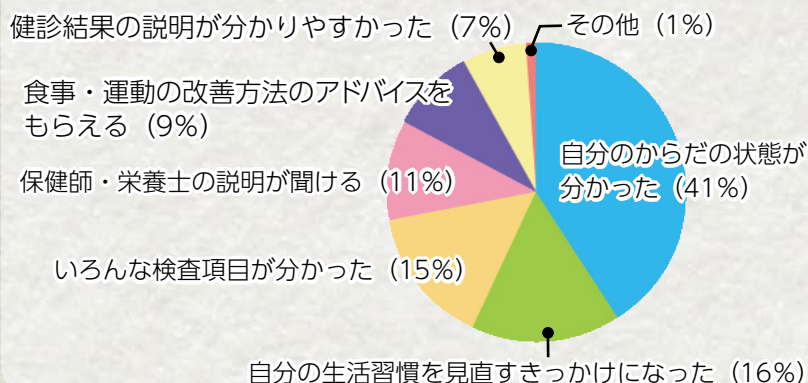
個別に健診結果を説明することで、からだの不調、食事や運動に関する疑問や悩みも気兼ねなく相談できます

参加者の声

- ・自分の結果を聞いて、安心できた
- ・体調のことを聞いてもらい、また、話せることに「ほっ」とする
- ・丁寧に対応していただき、参考になった
- ・個人的に相談しやすい



アンケート『特定健診・結果説明会に参加して良かったこと』



状態に合わせ、健康づくりの第一歩！

特定保健指導

特定保健指導は、生活習慣病（高血圧・脂質異常症・糖尿病など）の予防を目的として実施しています。集団で実施する教室と個別支援を選ぶことができます。



これからの健康のために、今までの生活を振り返るきっかけづくりの場です！

参加者の声

- ・自分に合ったごはんの量がわかり、無理なく減量できた。野菜から先に食べることが大切
- ・意識が変わった。この教室に参加して初めて体重を90kg切りたいと思った。結果80kg台になって良かった
- ・体重が減り、血圧が下がった。野菜を中心にとるようになった
- ・野菜を多く食べるようになり、肉の量が減った。朝の散歩が習慣になった

「特定健診」に関する問い合わせ先 市保健センター (☎ 64-7713)

自分たちの地域は自分たちの手で

『がまだす地域づくり交付金』を活かし、さらなる地域力アップ



写真:古紙類を受け取る 久原自治会班長 田中好春さん(左)

高齢化社会の進展により、地域で支え合うことの重要性が再認識されています。その中核となる町内会・自治会における、地域の見守り、ごみ収集、自主的な清掃活動などの取り組みを市では支援（『がまだす地域づくり交付金』）しています。

写真は、一人暮らしの人に声掛けするとともに、10月から新たに始まった「古紙回収」を手伝う久原自治会の取り組みの様子です。

『がまだす地域づくり交付金』とは
市では、地域コミュニティ活動の維持・促進のため、平成24年度から「がまだす地域づくり交付金」を創設し、町内会・自治会が取り組む事業を支援しています。

3つのメニュー

当交付金の対象事業として、次の3つのメニューがあります。

- ① 地域見守り事業…高齢者の見守り、ごみ出し支援など
- ② 環境美化事業…地域清掃活動、植栽運動など
- ③ 絆・交流活性化事業…世代間交流イベントの開催、地域の伝統行事の継承など

地域のさらなる活性化に向け、これら交付金などの活用により、町内会・自治会の取り組みの推進が期待されています。

詳しくは、政策企画グループ政策振興班（☎1111内線141）へ問い合わせてください。

「地域見守り事業」イメージ（ごみ出し支援・声掛け）

町内会・自治会で高齢者や一人暮らしの人を訪問し、ごみ出しの手伝いや声掛け（安否確認）を行っています。



地域をより良くしたいという思いが大事



久原自治会長 松本 力さん

以前は「向こう三軒両隣り」といって、近所みんなが顔見知りで互いに助け合っていました。最近では「引越してきても誰が越してきたのか分からない」という声を多く聞くようになりました。

町内会・自治会活動はややもすれば「させられている」と感じる人がいるかもしれません。しかし、意識を変え「自分たちの地域は自分たちの手でより良くするんだ」という気持で、たくさんの人に地域活動に参加してほしいですね。



町内会・自治会はさまざまな活動を通して、より良い地域づくりを進めています。皆さんも、自分のため、地域のために、町内会・自治会活動に参加してみませんか。町内会・自治会加入に関することは、お住まいの町内会長・自治会長または政策企画グループ秘書広報班（☎1111内線124）へ問い合わせてください。

町名町界の変更

～ 新建・浦の川が新町名に ～

森岳地区の一部の町名町界未整理区域について、新しい町名町界が次のように設定されることになり、11月26日（月）から施行されます。

- ・ **新 建**…通称新建の町名は、「新建」になります
- ・ **浦の川**…通称浦の川の町名は、「浦の川」になります
- ・ **江戸丁**…通称浦の川の一部（新建縦線より北側）は、「江戸丁」に編入されます

●住所表示など

11月26日（月）以降、該当地域の住所・戸籍・建物の表示は、それぞれ「島原市新建〇〇〇番地」、「島原市浦の川〇〇〇番地」などとなり、通称や字名は使わなくなります。

●問い合わせ先

契約管財グループ管財班（☎ 63-1111 内線 261）

システム改修に伴い「土日開庁」を休みます

町名町界設定に伴う戸籍システム改修のため、次の日程で市役所本庁および有明支所を閉庁します。

ご迷惑おかけしますが、皆様のご理解ご協力をお願いします。

詳しくは、政策企画グループ人事班（☎ 63-1111 内線 126）へ問い合わせてください。

▶ **窓口業務を行わない日** 11月24日（土）・25日（日）

※ 23日（金）は勤労感謝の日（祝日）で閉庁します



「島原中央道路」完成記念

「しまばらハイウェイマラソン大会」 & 「公開フリーウォーキング」

9月23日、「島原中央道路（延長 4.5km）」の完成を記念し、「しまばらハイウェイマラソン」と「公開フリーウォーキング」を開催しました。

大会には、ロンドンオリンピック男子マラソン日本代表として出場した藤原新選手、現在県スポーツ専門員として活躍されている藤永佳子さんが特別招待選手として参加し、一般ランナー 525 人とともに全長約 13.6km を駆け抜けました。

また、大会に先立ち行った「公開フリーウォーキング」には、早朝から多くの人が詰めかけ、約 5000 人が普段見ることができない場所から、島原の景色を楽しみました。



- 1 左から藤永佳子さん、藤原新選手、がんばくん
- 2 525 人が一斉にスタート（市営陸上競技場）
- 3 真新しい道路を走り初め（萩が丘高架橋付近）
- 4 選手に声援を送る沿道の皆さん（島原外港 I C）
- 5 次々とゴールする参加者（市営陸上競技場）
- 6 公開フリーウォーキング（島原南 I C）
- 7 高台から市街地を望む参加者（萩が丘高架橋）

「男女共同参画社会」について考えてみよう

vol.4

子育てと男女共同参画について

核家族の増加や地域における人間関係の希薄化などを背景として、多くの親が孤立した環境の中で子どもを育てており、個々の親、特に母親に育児の大きな負担がかかっています。待機児童の解消や、児童虐待・子どもの貧困などの問題への取り組みも急務となっています。また、ひとり親家庭や外国籍家庭、生活困難家庭、障がいのある子どもの支援、親・家庭のさまざまなライフスタイルへの対応など、支援ニーズはますます多様化しています。



多様化する親・家庭の支援ニーズに応え、持続可能な地域社会をつくっていくためには、地域の多様な人材・機関がつながり、地域の一人ひとりが支援に携わり、地域全体の教育力を向上していくことが重要です。

持続可能な地域コミュニティづくりに不可欠な要素として、子ども・子育て支援を通じた地域の男女共同参画の推進を、各地域において積極的に実践していく必要があります。

(参考：独立行政法人 国立女性教育会館 平成 22 年度「男女共同参画の視点に立った地域全体で取り組む次世代育成支援事業に関する調査研究」報告書)

男女共同参画の推進のために

① 家庭と地域の連携

地域ぐるみで顔を合わせ、話を聞く、見守るなど、地域で身近に支えていけるような地域社会づくりを目指しましょう。



② 家庭と職場の連携

女性が多くを担っている育児について、男女が協力して担うことや社会全体で支えることができるよう、職場環境を整備しましょう。

家庭生活と仕事を両立できる就業環境を整備し、さらに、男性の家庭生活への参画を支援していきましょう。

③ 家庭内の連携

家庭にあって子育てを担う女性が負担感や孤独感を覚えるといった問題を克服するため、また、働く女性が仕事と子育ての両立ができるよう、男性も女性も共に子育てを行いましょう。



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

「男女共同参画川柳」募集

テーマ「男女共同参画の実現」

① 募集基準

- ・男女共同参画を実現すること」を目的とした川柳(原則5・7・5の17文字定型詩)
- ・季語や切れ字「くけり」にはとらわれず、話し言葉で自由に作って構いません

(作品例)

* 父の日に 母からエプロン 贈られる

* 「おいー」じゃない 名前があると おばあちゃん

② 応募期限 11月30日(金)まで

③ 応募資格 市内に住んでいる人・勤務している人

④ 応募方法 政策企画グループおよび各地区公民館に備え付けの応募用紙または官製はがき、電子メール、FAXで川柳・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を記入し提出してください

※ 一人何作品でも応募できますが、未発表作品に限りません

※ 応募用紙は市ホームページからもダウンロードすることができます

⑤ 発表 優秀賞・入賞をそれぞれ選定し、平成25年2月下旬開催の「島原市男女共同参画社会づくり講演会」で発表します

※ 広報しまばらなどでも発表します

⑥ 応募・問い合わせ先

政策企画グループ政策振興班

〒855-8555 島原市上の町537番地

☎ 1111 内線146 FAX 80007

E-mail: seisaku@city.shimabara.lg.jp



つなごう！未来へ 島原半島世界ジオパーク ③4

島原半島ジオパーク推進連絡協議会 (☎65-5540)



千々石断層 (雲仙市千々石町)



諏訪の池 (雲仙市小浜町)

今月は千々石断層と諏訪の池を紹介
します。
「千々石断層」は、雲仙市千々石町
にある島原半島最大の断層で、雲仙市
小浜町の「諏訪の池」は断層を利用し
たため池です。

島原半島は南北に引っ張られている

島原半島は、雲仙火山を挟んで南北
にそれぞれ引っ張られるように動いて
います。そのため、半島のあちこちで
大地の亀裂(断層)ができています。
千々石断層は、約30万年もの間に
最大450mも大地がずれてできた崖
です。長さは14kmあり、島原半島を

横切る形で島原市千本木付近まで伸び
ています。断層が作る落差を利用した
展望所からは、橘湾の絶景が楽しめます。
す。

諏訪の池は、諏訪の池断層が作る50
mのずれを利用し、川をせき止めて江
戸時代に造られた人工のため池で、周
辺の畑に水を供給しています。

池の周辺にはキャンプ場やビジター
センターがあり、野鳥観察や天体観測
などができる自然環境教育の拠点にも
なっています。

次回は、「寛政の噴火」と「新焼溶石」
をお届けします。



私も
行きた〜い♪

「市民誰もがジオガイドツアー」 参加者募集!

島原半島の、魅力的な景観ジオスポット(ジオサイト)をガイド中級講座受講生の案内により回るツ
アー「市民誰もがジオガイドツアー」を2回に分けて実施します。

なお、2回目の実施については、詳細が決まり次第お知らせします。

- ▶ **日 程** 12月1日(土) 愛野公民館(9時集合 16時解散予定)
- ▶ **募集人数** 10人(先着順)
- ▶ **参加費** 無料(※昼食は各自で用意してください)
- ▶ **行 程** 愛野公民館出発→山田城跡→大野原遺跡→(昼食)→焼
山→平成新山ネイチャーセンター→旧大野木場小学校→
土石流被災家屋保存公園→愛野公民館(16時到着予定)
- ▶ **申込期限** 11月22日(木)まで
- ▶ **申込方法** 11月5日(月)8時30分以降に、電話で申し込んで
ください
- ▶ **申し込み・問い合わせ先**

島原半島ジオパーク推進連絡協議会(雲仙岳災害記念館内)

☎65-5540 FAX65-5542 E-mail: info@unzen-geopark.jp



島原半島は
見どころ満載だよ♪



海の幸を堪能

「有明ガネまつり」開催

9月22日、ガネ（ワタリガニ）のPRと海の幸で地域を活性化しようと有明漁協広場で「有明ガネまつり」が開催されました。

会場ではガネの即売会のほか、魚の詰め放題、釣り堀、ガネ汁コーナーなどが設けられ、多くの来場者が有明海の豊かな恵みを堪能しました。



誰もが安心して生活できるように

平成24年度「赤い羽根共同募金運動」

10月1日、平成24年度「赤い羽根共同募金運動」が始まることに合わせ、市内4個所で街頭募金活動が行われました。

街頭募金活動は、町内会・自治会連絡協議会、婦人会、民生児童委員、社会福祉協議会などが参加し、市内スーパーなどで行われました。

募金されたお金は、子どもやお年寄り、障がいのある人が安心して生活するために使われます。



街頭募金活動に参加する横田市長（右）

スポーツの秋

市民体育祭 大運動会

10月7日、秋晴れの中、市営陸上競技場で市民体育祭大運動会を開催し、約5000人の出場者と観覧者がスポーツの秋を楽しみました。



年齢別リレー

結果は次のとおりです。

部 門	1 位	2 位
大運動会（少年の部）	安中	森岳
大運動会（一般の部）	三会	森岳
大運動会（総合）	安中	三会
各種競技会	三会	有明
知事杯総合	三会	



大空に向かって（玉入れ）



はよもっちこい（五色綱引き）

島原の秋を彩る

「しまばら温泉 不知火まつり」開催

10月13日・14日、島原城をメイン会場に「しまばら温泉不知火まつり」が開催されました。

13日は、島原城特設舞台で「島原城新能」が開催され、島原子ども狂言や金剛流能「土蜘蛛」などの幽玄の舞いが訪れた人を楽しませました。

14日は、しまばらガマダス阿波踊り大会、甲冑を身にまとった「武者行列」220人をはじめとした約2300人が市中を練り歩く歴史文化市中パレード、ミス島原選彰式などが行われ、島原城や沿道に詰めかけた約2万人が島原の秋を楽しみました。



ミス島原 松尾智子さん（左）
田口いづみさん（右）

天草四郎 役
吉田光伺さん



「長崎和牛」をPR

コンビニで「長崎和牛の牛めし」を販売

10月11日、大手コンビニエンスチェーン「セブン-イレブン」で同月12日から11月4日まで「長崎和牛の牛めし」が販売されることになり、セブン-イレブン・ジャパンから横田市長へ弁当の紹介がありました。

牛めしに使われる肉は島原市と西海市で育った長崎和牛が使用され、幅広い年代が食べることができるよう味付けが工夫されています。牛めしの販売により、長崎和牛のさらなる知名度向上が期待されます。



「長崎和牛の牛めし」をPRする横田市長（左）

ボランティア紹介

ママのおんがきたい



私たち「ママのおんがきたい」はその名のとおりに子育て中のママたちが特技とアイデアを持ち寄って「子どもにも大人にも喜んでもらえるコンサート」をモットーにボランティア活動をしています♪



えほんとピアノ

子どもも大人も大好きなえほんをピアノの音色とともに。体験したことのない世界へようこそ♪

ピアノデュオ

ピアノはオーケストラ楽器といわれますが、一台のピアノをふたりで弾くと楽しさ倍増♪

オーボエ演奏・うた

クラシックのコンサートに行くなんて子連れじゃちょっと難しい。子どもが騒いでも構わない気軽に味わうクラシック♪

ママのおんがきたい クラシックコンサート

- ▶と き 11月15日(木) 10時から
- ▶ところ 杉谷公民館(すくすくげん kids)
- ▶入場料 無料

育児サークル

子育てを共にしたい人、楽しい場に参加してみませんか！

- 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



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
きらら kids	毎月第1火曜日	有明保健センター
のびのび kids	毎月第2火曜日	三会公民館
すくすくげん kids	毎月第3木曜日	杉谷公民館
こいこいひろば	毎月第1水曜日	霊丘公民館
にこにこ kids	毎月第1木曜日	安中公民館

しまばら 子育て情報



問い合わせ先

子育て支援室 (☎ 62-4015)
市保健センター内(霊南二丁目45)
E-mail : kosodate@city.shimabara.lg.jp

育児ワンポイント

うがい・手洗い忘れずに

子どもにうがい・手洗いの習慣をつけるには、毎日大人が一緒に行いましょう。ブクブクうがいの後に上を向いてガラガラうがいをすると、のどの洗浄ができて効果的です。

3～4歳から徐々にできるようになりますので、手洗いとあわせて大人がお手本を見せましょう。



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。

- と き 11月27日(火)
10時30分～11時30分

- ところ 市保健センター

- 内 容 楽しいダンスとストレッチ

- 講 師 佐藤美由紀 先生

- 対象者 小学校就学前の子どもがいるお母さん
※託児ができません

- 持参品 タオル、飲み物

- 申し込み・問い合わせ
子育て支援室



ふるさと再発見 鉄砲町編

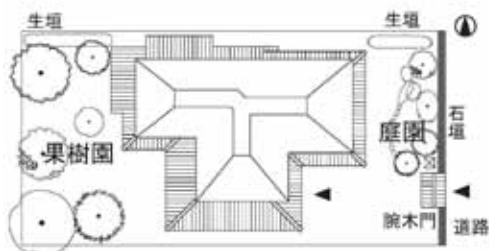
武家住宅

鉄砲町には、一般に公開している山本邸、鳥田邸、篠塚邸だけではなく、他にもいくつかの武家住宅が残っています。

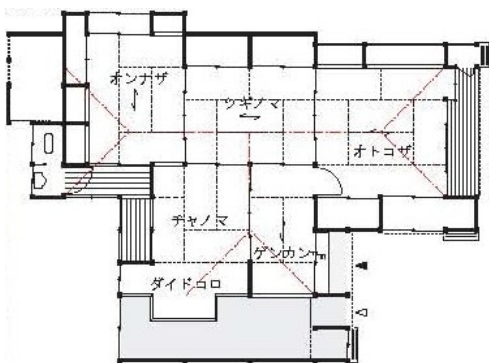
鉄砲町の武家住宅に共通する特徴は、四つあります。一つ目は、間口の狭い宅地の北側境界に接して、主たる棟方向を東西として寄棟造茅葺屋根を頂く主屋を建てることです。二つ目は、東側に設けた

庭園に面して座敷を設けることです。三つ目は、座敷に至る玄関と土間出入口を共用することです。四つ目は、居間と座敷に縁を設けることです。

鉄砲町の武家住宅の特徴は、島原の歴史と風土が生み出した人々の営みを示すものです。○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）



↑旧篠塚家 配置図



↑旧篠塚家 復原平面図

武家屋敷「旧篠塚邸」は建物の傷みがひどいため、修復工事を行っています。来年3月までの工事期間中は敷地内での見学ができませんのでお知らせします。
▼問い合わせ先 観光・ジオパークグループ観光施設班（☎0958-1111内線213）

クローズアップ Close Up!



島 農 和 太 鼓

島原中央道路開通式でも演奏で華を添えてくれました

平成20年に島原農業高校で部員4人から始まった「島農和太鼓」。今では部員も31人になり、市内のイベントをはじめ、さまざまなコンクールに出演しています。

秋は演奏を発表する機会も多く、11月の日本太鼓ジュニアコンクールに向けて、毎日練習に励んでいます。練習は、顧問の先生が指導するのはもちろんですが、主に上級生が全体の指揮を執ります。演奏もさることながら目線や見せ方など細部まで気を配り、完成度を高めます。

演奏の評価は高く、10月14日に開催された長崎県高等学校総合文

化祭では金賞を受賞。また、今年8月に開催された全国高等学校総合文化祭富山大会、そして去年の福島大会にも県代表として出場しています。「笑顔で演奏、演奏の場を作ってくださった方々に感謝」がモットーで、顧問の小松先生と伊藤先生は「生徒が一生懸命にやって、それを学校や地元の方々に受け入れていただけた。演奏する機会を与えていただけたのはありがたいこと」と話します。部長の横田慎二さんに部員の様子を聞くと「みんな明るくて太鼓好きなんばかりです。和太鼓は演奏でいろいろな表現ができることが魅力です。演奏を見てくださるお客様に喜んでいただけるように頑張っています」と話してくれました。

今後の市内のイベントでは、11月10・11日の島原農業高校「農業祭」、11月18日の市民音楽祭に出演予定です。ぜひ足を運んで島農和太鼓の迫力ある演奏を体感してください。



実習室での練習風景
全員で息を合わせる

糖尿病教室

血糖値をコントロールしてくれる、すい臓は年齢とともに働きが弱くなります。

糖尿病は薬だけでは治療が難しいですが、食事や生活習慣を少し変えるだけで血糖値がコントロールできます。

この機会に、すい臓を守る食事について学んでみませんか。

◆とき 11月13日(火) 9時30分から14時まで(9時から受付を行います)

◆ところ 市保健センター

◆内容 糖尿病を予防する生活習慣(講話)、調理実習、運動実践

◆講師 市食生活改善推進員
◆持参品 エプロン、三角巾、家庭で作ったみそ汁、健診結果(ある人のみ)

◆申込方法 市保健センターに電話で申し込んでください

ウォーキングサークル 参加者募集

ウォーキングで健康づくりや仲間づくりをしてみませんか。気軽に参加してください。

秋波ウォーキングサークル

◆とき 毎週水曜日と木曜日 10時から

◆ところ 島原文化会館

◆持参品 飲料水、タオル
※11月14日(水)はひょうたん池公園のぎくウォーキングサークル

◆とき 11月2日(金) 9時30分から

◆ところ 有明保健センターロビー

◆持参品 飲料水・タオル

※雨天時もあります
さるいてみよう会

紅葉めぐり・温泉入浴などを予定しています。

◆とき 11月22日(木) 9時から

◆ところ 杉谷公民館
◆持参品 弁当、着替え、飲料水、タオル



四種混合ワクチンの接種が始まります

平成24年11月1日から、三種混合(ジフテリア・破傷風・百日せき)

に不活化ポリオが加わった四種混合の予防接種が始まります。

◆対象者 生後3月から生後90月

プラス志向の子育て教室

ほめ方がわからなくて不安・・・

子どもが言うことをきかない・・・

ーペアレント・トレーニング法を学んで楽しい子育てー
子どもの気持ちを理解し、安定した親子関係を築くための子育て教室を開催します。

◆とき	回数	日程
	1	11月28日(水) 10時から12時まで
	2	12月10日(月) 10時から12時まで
	3	平成25年1月7日(月) 10時から12時まで
	4	1月21日(月) 10時から12時まで
	5	2月4日(月) 10時から12時まで
	6	2月18日(月) 10時から12時まで

※子どもが参加する必要はありません

◆対象者 満5歳から10歳までの子をもつ保護者

※全6回参加できる人に限ります

※教室の人数に限りがあります

◆ところ 市保健センター

◆講師 中村敏子先生(臨床心理士)

◆申込方法 11月8日(木)から16日(金)までに電話で申し込んでください

◆申し込み先 市保健センター



までの間にあり、これまでに三種混合および不活化ポリオワクチンの予防接種を受けていない人

※すでに三種混合および不活化ポリオワクチンの接種を開始している人は、引き続き三種混合および不活化ポリオワクチンを接種してください

◆接種回数と間隔

・初回…20日から56日の間隔で3回接種

・追加…初回(3回)終了後、6

月以上の間隔において1回接種
※追加接種の標準的な接種間隔は概ね1年後であり、対象者には個別通知をします

◆接種場所 県内予防接種実施医療機関

※事前に予約をしてください

◆接種費用 無料

◆持参品 予診票、母子健康手帳

※対象者へは、個別通知をいたしますので、予防接種を受ける前に、同封のお知らせをよくご覧ください

■ 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
3日(土)	坂本内科医院 親和町	63-4641
	水田小児科医院 親和町	62-7177
	稲田整形外科医院 片町	62-6355
	愛野記念病院 雲仙市愛野町	36-0015
	末吉歯科 有明町大三東	68-0150
4日(日)	くすのきクリニック 有明町大三東	68-5500
	いとう整形外科 広馬場町	61-0110
	松本医院 雲仙市愛野町	36-0053
	松本歯科医院 有明町大三東	68-3872
11日(日)	喜多内科医院 弁天町二丁目	62-5101
	稲田整形外科医院 片町	62-6355
	中村眼科医院 雲仙市愛野町	36-1060
	松井歯科医院 有明町大三東	68-0011
18日(日)	おかもと内科 柏野町	65-0500
	山口外科胃腸科医院 大手原町	62-3200
	愛野診療所 雲仙市愛野町	36-0009
	森元歯科クリニック 有明町大三東	68-0017
23日(金)	しろたに内科クリニック 北門町	65-0222
	石橋こどもクリニック 新町一丁目	65-0008
	西村クリニック 下川尻町	62-0888
	松尾胃腸科外科医院 雲仙市国見町	78-1000
25日(日)	清水歯科医院 亀の甲町	63-4848
	池田病院 湖南町	62-5161
	土井外科胃腸科医院 中町	62-6305
	梅津医院 雲仙市国見町	78-5156
12月2日(日)	まつおデンタルクリニック 北門町	65-0233
	八尾病院 城内一丁目	62-5131
	酒井外科胃腸科医院 宮の町	62-6655
	本田医院 雲仙市国見町	78-2768
	高城歯科クリニック 先魁町	64-6480

※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

11月	月	のどのつまる感じー内科の立場からー
	火	膝のねんざ
	水	新しい予防接種の受け方
	木	補聴器について
	金	認知症が進まない方法
	土・日	大人の膀胱炎

健康UP大作戦

健康しまばら21

今月のテーマ

赤ちゃんをたばこの害から守ろう!!

増加する女性喫煙者

日本男性の喫煙率が減少傾向にあるのに対し、日本女性の喫煙率は年々増加傾向にあります。特に20代・30代の若年層による喫煙率が高くなっています。

喫煙による赤ちゃんへの影響

妊娠・出産・育児を経験する女性にとつて、喫煙は自分自身、そして赤ちゃんの健康に大きな影響を与えます。

① 妊娠中の影響

おなかの中の赤ちゃんは、胎盤を通してお母さんから栄養や酸素をもらって成長します。お母さんが喫煙したり、たばこの煙を吸うと、煙の中のニコチンや一酸化炭素が胎盤や血管を収

縮させ、赤ちゃんを栄養不足や酸素不足の状態にします。

その結果、流産や早産、低出生体重児（2500g未満）で生まれる可能性が高くなります。

② 授乳中の影響

授乳中の喫煙は、母乳の分泌量を低下させたり赤ちゃんがニコチン中毒になる可能性があります。その結果、子どもの発育・頻脈、そして乳幼児突然死症候群（SIDS）などの可能性も高まります。

☆乳幼児突然死症候群とは？

乳幼児突然死症候群は、それまで元気だった赤ちゃんが事故や窒息ではなく、突然亡くなつてしまふ病気です。原因は明らか

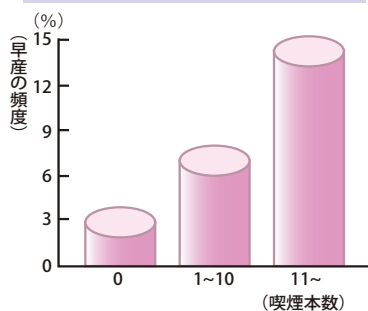
にされていませんが、うつぶせ寝や喫煙に注意することで、発症率を抑えることができます。言われています。お母さん自身はもうろん、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙も避け、喫煙者に協力を求めましょう。

今から禁煙しても遅くはない!!

禁煙が早ければ早いほど、赤ちゃんへの影響が少なくなり、安心して出産を迎えられます。

妊娠前に禁煙した場合は、赤ちゃんの出生体重は、たばこを吸っていない妊婦と同レベルになります。妊娠3～4カ月禁煙した場合でも、低体重児のリスクがたばこを吸っていない妊

1日の喫煙量と早産の関係



出典：(財)日本食生活協会発行
「健康づくりのためのたばこ対策行動指針」

婦に近づきます。早産も、妊娠初期に禁煙すればその危険性は下がるといわれています。お母さん自身と赤ちゃん、そして家族が明るく元気に過ごせるよう、自分自身の健康を見つめ直し、禁煙に向けて一歩を踏み出してみしましょう。

☆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

はじめてのiPad講座

今話題のiPadって何？ iPadで、どんなことが出来るか体験してみませんか。

※iPadは公民館で用意します

- と き 11月7日(木)・8日(木)
19時30分から21時まで(1日で終了する講座ですので、希望日を選んで申し込んでください)



- ところ 杉谷公民館
- 募集人数 11月7日(木) 10人(先着順)
11月8日(木) 10人(先着順)
- 受講料 1000円(テキスト代)
- 申し込み・問い合わせ先 杉谷公民館

料理教室「今日の晩ごはん」なにあ？

毎日、今夜は何にしようかと悩む人に「今日は、これで決まり！」。

簡単・おいしい・体にやさしい料理教室です。

- と き 11月19日(月) 9時30分から11時30分まで
- ところ 杉谷公民館
- メニュー 「きんぴらご飯」
「塩もみ大根なべ」
「おからマヨサラダ」
- 募集人数 15人(先着順)
- 受講料 300円(材料代)
- 問い合わせ先 杉谷公民館



かんた〜ん「着物着付教室」

簡単に着物が自分で着れるようになります！
それに加えてタンスに眠っている着物のお手入れ方法や、着物のプチ情報なども学べます。

- と き 11月9日(金)・16日(金)・30日(金)、
12月7日(金)(全4回)
19時30分から
21時30分まで
- ところ 杉谷公民館
- 募集人数 15人(先着順)
- 受講料 無料
- 問い合わせ先 杉谷公民館



今年の12人⑤ 本多文憲の「ほくほく栗饅頭」

実りの秋です！皮はサクサク、中はほくほくのおいしい栗饅頭を作りましょう。本格的な和菓子作り講座です。

- と き 11月24日(土) 13時30分から16時まで
- ところ 三会公民館
- 講師 本多文憲
- 受講料 500円(材料代)
- 募集人数 20人(先着順)
- 申し込み・問い合わせ先 社会教育グループ(☎68-5473)

※「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

「冬のパソコン教室」

ー デジカメ写真取込・年賀状作り ー

デジカメの写真を取り込み加工します。年賀状にその写真を使ってオリジナル作品を作ってみましょう。

- と き 11月14日(水)・21日(水)・28日(水)、
12月5日(水)・12日(水)(全5回)
19時30分から21時まで
- ところ 杉谷公民館
- 募集人数 18人(先着順)
- 受講料 500円(資料代)
- 問い合わせ先 杉谷公民館



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)

くらしの 情報

募 集

パソコンで年賀状を作ろう
ー 県立学校地域開放講座 ー

- ▼と き 12月3日(月)・5日(水)・7日(金)・12日(水)・14日(金) (計5回) 19時から21時まで
- ▼ところ 島原商業高校
- ▼募集人数 20人 (応募多数の場合は抽選)
- ▼内 容 フリーソフトを使った年賀状の作成、住所録の作成や整理、写真の補正
- ▼受講料 無料
- ▼申込期間 11月1日(木)から22日(木)まで
- ▼申込方法 住所、氏名、性別、年齢、電話番号を記入し、はが

- 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>

- さまたは FAX で申し込んでください
- ▼申し込み先 社会教育グループ (〒859-1492 島原市有明町大三東戊1327番地 FAX ☎5480)
- ▼問い合わせ先 島原商業高校 (☎②4059)

温泉ジオツアー参加者募集

あつたか雲仙
〜小地獄・極楽ツアー〜

- 平成新山ネイチャーセンター主催のジオツアーです。
- 雲仙火山と温泉の関係を、雲仙地獄を観察し、地熱や温泉を体験することによって学びます。
- ▼と き 12月1日(土) 10時から

16時まで

- ▼集合場所 平成新山ネイチャーセンター

※島原外港と島原駅で乗り降りできる送迎バスがあります

- ▼参加料 中学生以上900円、小学生500円 (入浴代、バス代、保険代など)

- ▼講師 長井大輔先生 (雲仙岳災害記念館)

- ▼持参品 動きやすい服装、入浴道具、弁当、飲み物、帽子、タオル、雨具

- ▼募集人数 15人 (先着順)

- ▼申込方法 11月17日(土)10時以降に電話で申し込んでください

- ▼申し込み・問い合わせ先 平成新山ネイチャーセンター (☎③6752)

自衛官募集

高等工科学校生徒

- ▼資格 男子で中学卒業 (見込) 17歳未満の人

- ▼受付期間 11月1日(木)から平成25年1月7日(月)まで

- ▼一次試験 平成25年1月19日(土) 自衛官候補生 (男子)

- ▼資格 18歳以上27歳未満の人
- ▼受付期間 年間を通じて行つて

います

- ▼試験日 受け付けのときにお知らせします

問い合わせ先

- 自衛隊島原地域事務所 (☎③759)

島原病院正規職員 (地方公務員) 募集

- ▼募集人員 看護師、診療放射線技師：各若干名

- ▼受験資格 昭和48年 (診療放射線技師は昭和57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、それぞれ

- の免許を有する人、または平成25年春までに免許取得見込みの人

- ▼申込期限 11月30日(金)まで (17時30分必着)

- ▼試験日 12月8日(土)

- ▼試験内容 作文・適性検査・面接試験

- ▼採用予定日 平成25年4月1日 (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。職員の身分は地方公務員となります。免許取得見込みの人については取得後の採用になります)

▼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もダウンロードすることができます。(URL <http://www.shimabarabyoin.jp/>)

▼問い合わせ先 長崎県島原病院 (☎③1145)

お知らせ

お口いきいき
健康支援(口腔ケア)事業



食事をおいしく食べたり、楽しく笑うためには、お口が健康であることが重要です。

お口の健康指導を受けて「噛む力」「飲み込む力」の低下を予防しましょう。

▼対象者 後期高齢者医療の被保険者

▼受診方法 申し込み後に広域連

合から送付される受診券を歯科医院に提示することで、一人3回を限度にお口の健康指導が無料で受けられます(むし歯の治療は対象外です)

▼受診期限 平成25年2月28日(木)まで

▼申込方法 12月21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 保険健康増進グループ保険班(☎内線233)または県後期高齢者医療広域連合(☎095-81613930)

気づくのは

あなたと地域の心の目

11月は児童虐待防止推進月間です。保護者から危害を加えられたり、適切な世話をされなかったりして笑顔がなくなっている子どもはいませんか。

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときや出産や子育てに悩んだときには迷わず相談してください。

児童虐待には、殴る・蹴るなどの身体的虐待、無視・脅しなどの心理的虐待、性的行為の強要などの性的虐待、病气やけがをしても

“年賀はがき”で島原をPRしましょう

◆観光年賀絵はがき(無料)

毎年、市内の小中学生から作品を公募し、「観光年賀絵はがき」を作成しています。平成25年版の絵は、審査の結果、第二小学校6年生の馬場亜稀さんが描いた「島原の良い所」に決まりました。

市では、この絵をはがき2万枚に印刷し、11月から各地区公民館などで希望者に無料で配布します(50円切手を貼って利用してください)。



「島原の良い所」 馬場亜稀さん (島二小6年)

◆島原の観光・特産品PR年賀はがき

通常の郵便局くじ付き抽選のほか、本市独自の当選番号により「島原市特産品」が当たります。さらに、この年賀はがきを20枚以上購入した人にも抽選で「島原市特産品」が当たります。

●価格 1枚50円

●申込方法 島原城振興協会または観光・ジオパークグループに備え付けの申込書に必要事項を記入のうえ、持参もしくはFAXで申し込んでください

※申込書は市ホームページからもダウンロードできます

●販売開始 11月12日(月)から

●当選発表 平成25年1月上旬に抽選、市ホームページや広報しまばらなどで発表します

●申し込み・問い合わせ先 観光ジオパークグループ(☎62-8019)または島原城振興協会(☎62-4766)

してください。

▼相談・連絡先 家庭児童相談室

(☎③7750) またはこども支援グループ(☎内線279)

ひとり親家庭等日常生活支援

病気・看護・出張・就職活動などで、一時的に生活援助および子育て支援が必要な場合に、家庭生活支援員を派遣します。

▼対象者 母子家庭、寡婦または父子家庭

▼利用日数 年間10日まで

▼利用料 利用料は課税状況により異なるので問い合わせてください

・子育て支援…1時間あたり0円～150円

・生活援助…1時間あたり0円～300円

▼申し込み・問い合わせ先 市母子寡婦福祉会（☎080-4280-5147）または子ども支援グループこども家庭班（☎内線279）

ひとり親（母子・父子）福祉医療費受給者証の更新

ひとり親福祉医療費受給者証の更新手続きを次のとおり行います。手続きには、福祉医療費受給者証、更新通知、保険証、印鑑が必要です。

▼受付期間 11月5日(月)から9日

(金)まで

▼受付場所 こども支援グループまたは有明支所

▼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）

女性の人権ホットライン

11月12日から18日までは女性の人権ホットライン強化週間です。

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

▼電話番号 0570-1070-810

▼受付時間 平日の8時30分から17時15分まで

※強化週間中は、8時30分から19時まで（土曜日、日曜日は10時から17時まで）

小児救急電話相談

夜間、子どもの急な病気やケガなどで、保護者が対処に戸惑ったり、医療機関を受診すべきか判断に迷ったときに「家庭での対処方法」や「医療機関の受診の要否」

について電話で相談に応じる「長崎県小児救急電話相談センター」が開設されています。

▼相談日と時間 毎日（365日）19時から翌朝8時まで

▼対象者 おおむね15歳未満の子どもの保護者など

▼相談電話番号 短縮電話番号

#8000（家庭のプッシュ回線、携帯電話、公衆電話の場合）※ダイヤル回線の場合は095-822-3308（）

▼相談料 無料

▼相談対応者 看護師、保健師または必要に応じて小児科医が対応します

▼問い合わせ先 県医療政策課（☎095-895-2461）

南高北部環境衛生組合のとなり公園ができました

島原市と雲仙市で運営している南高北部環境衛生組合では、グリーンハット環境センターの西側に公園施設を整備しました。皆さん、ぜひ利用してください。

▼名称 グリーンハット大津山公園（駐車場8台、東屋や水洗トイレを備えています）

▼問い合わせ先 南高北部環境衛

生組合（☎2817）



労働保険への加入手続きはお済みですか

労働保険とは、「労災保険」と「雇用保険」を総称したもので、労働者を一人でも雇用する事業主は法律により、加入が義務づけられています。

労働保険は労働者が安全に安心して働き、生活することがで

きるようにするための制度です。加入手続きが済んでいない事業主は早急に手続きをしましょう。

▼問い合わせ先 長崎労働局（☎095-801-0025）または最寄りの労働基準監督署・ハローワーク

長崎県の最低賃金が改正されました

10月24日から、長崎県の最低賃金が7円引き上げられて「1時間653円」に改正されました。

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

▼問い合わせ先 長崎労働局（☎095-801-0033）

「小規模企業共済」「経営セーフティ共済」

10月と11月は二つの共済制度の「全国加入推進強調月間」です。

「小規模企業共済制度」は、個人事業主または会社などの役員の人々が事業をやめたり、退職したりした場合に、生活の安定や事業の再建を図るための資金を準備してお

く国の共済制度です。

「経営セーフティ共済」は、取引先の突然の倒産が原因で、経営悪化の危機に直面したときに資金を借り入れることができる国の共済制度です。

▼申し込み・問い合わせ先 有明町商工会（☎0255）、島原商工会議所（☎2101）、金融機関の窓口

台風16号で被害を受けた人へ

災害により国税の申告、申請、請求、納税などを期限までにできないときは、税務署長への申請により、次のような期限の延長や納税の猶予などができる場合があります。

- ①申告、納付などの期限延長
 - ②納税の猶予
 - ③予定納税の減額
 - ④所得税の軽減免除など
 - ⑤源泉所得税の徴収猶予・還付
 - ⑥災害などによる消費税簡易課税制度（不適用）届出に係る特例
 - ⑦納税証明書の無料発行
- 詳しくは、福岡国税局ホームページを見るか、島原税務署（☎3281）に問い合わせてください。

子ども・若者総合相談センター「ゆめおす」島原地区相談会

県では、不登校、ひきこもり、ニートなど社会生活を円滑に営む上で、さまざまな問題や悩みに対応するため「長崎県子ども・若者相談センター」（愛称ゆめおす）を設置しています。

おおむね30歳代までの人やその家族からの相談を専門の相談員が無料で受け付けています。

▼とき 11月10日（土） 13時から16時30分まで

▼ところ 島原文化会館

▼申込方法 事前に電話で申し込んでください

▼申し込み・問い合わせ先 県子ども・若者相談センター（☎095-824-6325）

高次脳機能障害支援研修会

高次脳機能障害とは、交通事故や脳卒中後など、脳の損傷によって注意力や記憶力、感情のコントロールなどに問題が生じる障がいのことです。

この研修会では、病気のことや生活の困難さなどを学びます。

▼とき 11月8日（木） 13時から

▼ところ 県南保健所

▼内容 徳永能治先生（島原病院副院長）の講話、当事者や家族からの話ほか

▼対象者 住民、関係者など

▼申し込み・問い合わせ先 県南保健所（☎3289）

島原農業高校 創立60周年記念「農業祭」

▼とき

・11月10日（土） 9時30分から15時まで

・11月11日（日） 9時30分から13時30分まで

▼ところ 島原農業高校

▼内容 学習成果の展示、農産物（野菜、草花、果樹、作物、加工品など）の即売、食物バザー、ミニ動物園など

▼問い合わせ先 島原農業高校（☎5125）

島原工業高校 創立50周年記念「工業展」

▼とき

・11月10日（土） 13時30分から15時30分まで

・11月11日（日） 9時30分から14時

- ▼とこ 島原工業高校
▼内 容 各学科・文化部の展示、学科製作品の即売、食物バザー（11日のみ）
▼問い合わせ先 島原工業高校（☎62768）
- ▼とこ 島立盲学校（時津町）
▼対象者 視覚に障がいがある当事者および家族、関係者
▼申込期限 11月30日（金）まで
▼申し込み・問い合わせ先 県立盲学校（☎095188210020）
- ▼とこ 島立ろう学校文化祭
▼と き 11月11日（日） 9時15分
▼とこ 島立ろう学校（大村市植松3丁目）
▼内 容 学習発表、作品展示、バザー、職業科作品販売
▼問い合わせ先 県立ろう学校（☎

- 0957⑤2444）
▼と き 11月21日（水） 10時から12時まで
▼とこ 島原友の家（弁天町二丁目）
▼内 容 家計発表、鍋帽子で工コ料理など
▼問い合わせ先 島原友の会谷口（☎641312）
- 国民年金コーナー**
年金受給者の扶養親族等申告書
老齢や退職を支給事由とする年金は、雑所得として所得税の課税対象とされています。（障害年金・遺族年金は課税されません。）
課税対象となる受給者には、毎年11月上旬までに日本年金機構から扶養親族等申告書が送付されますので、11月30日（金）の提出期限までに提出してください。この申告により、翌年中に受けられる年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。もし提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額が多くなる場合がありますので注意してください。

秋季火災予防運動

11月9日から15日まで全国一斉に火災予防運動が実施されます。火災を起こさないよう、火の取り扱いには十分注意しましょう。

●島原消防本部管内火災件数（平成24年1月～8月）

	建物火災	車両火災	林野火災	その他火災	合 計
島原市	5	0	1	4	10
雲仙市	2	2	0	3	7
南島原市	6	1	1	7	15
合 計	13	3	2	14	32

※雲仙市は国見町と瑞穂町のみ

たき火による火災に注意！

島原消防本部管内の火災原因のトップは「たき火」です。たき火を行うときには、次のことに注意しましょう。

- ①風の強いときには、たき火をしない
- ②水バケツ、消火器などによる消火の準備
- ③火が完全に消えるまではその場を離れない

●たき火を原因とする火災件数

	平成22年中	平成23年中	平成24年8月末現在
件 数	12	19	12
総出火件数 による割合	28% (43件中)	27% (70件中)	38% (32件中)



島原市長選挙に伴い 市役所窓口を閉庁します

島原市長選挙は、12月9日（日）に執行される予定です。12月9日（日）は、市役所本庁舎、有明庁舎ともにこの選挙の投票所となるため、窓口業務は行いません。

前日の12月8日（土）は、通常どおり午前中、窓口業務を実施していますので利用してください。



島原市長選挙の不在者投票

島原市長選挙の投票日に長期出張や不在のために投票所に行けない人は、不在者投票ができますので、選挙管理委員会（☎内線311）へ早めに問い合わせてください。

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市県民税などの社会保険料控除の対象となりますが、年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する場合は、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明した社会保険料（国民年金保険料）控除証明書または領収書の添付が必要になります。

そのため1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する控除証明書が、11月上旬に日本年金機構から送付されますので、申告を行うまで大切に保管してください。

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

問い合わせは、諫早年金事務所
国民年金課（☎0957⑤1666）へ。

社会保険労務士による年金相談所

▼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

▼申込方法 当日先着順（予約不要）

※相談を受ける人は、日本年金機構からの書類や年金手帳、年金証書など参考となる書類や印鑑

を持参してください
年金出張相談所

▼とき 11月21日（木）、12月19日（木） 10時から15時まで

▼ところ 市民窓口グループ

▼募集人数 20人

▼申込方法 相談開設日の10日前までに、年金相談受付票で予約（電話予約可）してください

ねんきんネット稼働中！

国民年金、厚生年金の履歴や年金額を確認したい人は、年金手帳や印鑑、本人確認できるもの（運転免許証、保険証など）を国民年金班まで持参してください。

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504）

不要品の交換

おゆずりします

ベビーベッド、老人用手押し車
おゆずりください

パソコン、補聴器、島原中央高校女子制服（160cm）、高校生男女ジャージ（上下）

詳しくは、生活安全グループ市民相談センター（☎内線184）へ。

ふるさと産業まつり



地元で採れた新鮮な農水産物や商工物産品の販売、バザー、試食ほか、盛りだくさんのイベントを行います。

- とき
 - ・11月24日（土） 10時から16時まで
 - ・11月25日（日） 10時から15時まで
- ところ 島原復興アリーナ
- 問い合わせ先 産業政策グループ企画調整班（☎内線561）または島原ふるさと産業まつり実行委員会（島原商工会議所内☎62-2101）

健康福祉まつり



健康や福祉に対する関心を高め、明るい地域づくりを目指して開催します。

健康と福祉に関するイベントが盛りだくさんです。ご家族そろってご来場ください。

- とき 11月23日（金） 10時から
- ところ 有明総合文化会館、有明体育館、有明公民館
- 内容 健康・介護予防相談、各種作品展、体験コーナー、スタンプラリー、抽選会など
- 問い合わせ先 市保健センター（☎64-7713）

市民相談センターのご案内

11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、行政相談は有明福祉センターでも受け付けます。

◆行政相談（行政相談委員）

〈市民相談センター〉

11月6日(火)・13日(火)・20日(火) 13:00～16:00

〈有明福祉センター〉11月7日(水) 13:00～16:00

◆人権相談（人権擁護委員）

11月7日(水) 13:00～16:00

◆弁護士法律相談（弁護士）【要予約】

11月15日(木) 13:00～16:00

◆不動産に関する相談（宅建協会）

11月19日(月) 13:00～16:00

◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）

11月22日(木) 10:00～16:00

◆公証人法律相談（島原公証役場公証人）

11月28日(水) 13:00～16:00

◆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

固定資産税（第4期）

国民健康保険税（第5期）

介護保険料普通徴収（第4期）

後期高齢者医療保険料普通徴収（第5期）

の納期は **11月30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

●固定資産税 税務グループ固定資産税班（☎内線 173）

●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（☎⑨9101）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）

11月の休館日 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・30日(金)

有明図書館（☎68-5808） 開館時間…9:00～18:00

11月の休館日 6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)・30日(金)

新刊図書紹介



「この年齢だった！」

酒井 順子 著 集英社

レディー・ガガ 11歳、長谷川町子 26歳、紫式部 35歳、向田邦子 51歳。古今東西のさまざまな女性偉人の人生を、転機となった年齢をキーワードにひもとく。



「アルカトラス幻想」

島田 荘司 著 文藝春秋

1939年、ワシントン DC で娼婦の惨殺死体が発見された。世間が騒然となる中、意外な男が逮捕され、アルカトラスに収監される。やがて心ならずも脱獄した男は、奇妙な地下世界に迷い込む。

■「のろのろ歩け」

中島 京子 著 文藝春秋

■「佐渡の三人」

長嶋 有 著 講談社

■「水のかたち」上・下

宮本 輝 著 集英社

■「花見ぬひまの」

諸田 玲子 著 中央公論新社



11月の催し

島原図書館

■ 植木家資料展 ～島原半島の発展に尽くした植木元太郎
関連資料～（松平文庫展示室） 1日(木)～29日(木)

■ としょかんまつり 3日(土)・4日(日)

■ おはなしのじかん 10日(土)・17日(土) 11時～

■ 植木家資料展座談会 10日(土) 14時～

■ おはなしひろば 24日(土) 11時～

■ 郷土史を学ぼう会 「島原市の文化財Ⅶ」

「深溝世紀 忠和公編 28」 24日(土) 14時～

■ おはなしのじかん 0.1.2 28日(水) 11時～

有明図書館

■ 読書パズルを完成させよう！

10月20日(土)～11月29日(木)

■ 貸出冊数あてクイズ 10月27日(土)～11月9日(金)

■ としょかんまつり 18日(日)

■ ちいさなおはなしかい 10日(土) 14時30分～

■ おはなしのじかん 24日(土) 14時30分～

◎旧 JA 島原支店の駐車場が平日も利用できるようになりました（10:00～18:00）

九州No1 決定戦!



島原学生駅伝

12.1 土

男子 9:30 START

女子 9:50 START

第30回九州学生駅伝対校選手権大会・第12回九州学生女子駅伝対校選手権大会

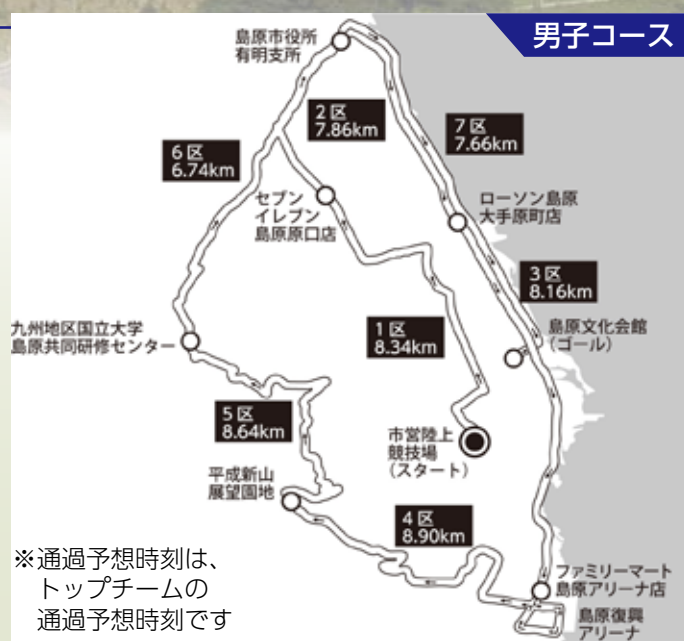
九州ナンバーワンを決める熱い戦いが、今年も島原で開催されます。

1本のタスキに込められた思いを背負い、若きアスリート達が島原路を駆け抜けます。沿道での応援をお願いします。

■問い合わせ先 九州学生駅伝対校選手権大会実行委員会 (文化・スポーツ振興グループ内) ☎68-5474

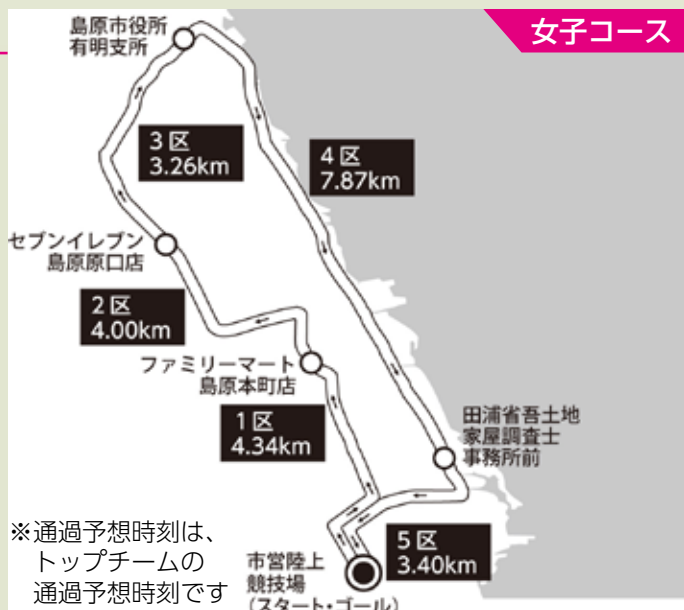
男子の部 (7区間 56.30km)

区間	各区スタート地点	通過予想時刻
1区	陸上競技場 (スタート)	9:30
2区	セブンイレブン島原原口町店	9:53
3区	ローソン島原大手原町店	10:19
4区	ファミリーマート島原アリーナ店	10:43
5区	平成新山展望園地	11:15
6区	島原共同研修センター	11:43
7区	市役所有明支所	12:05
	島原文化会館 (ゴール)	12:28



女子の部 (5区間 22.87km)

区間	各区スタート地点	通過予想時刻
1区	陸上競技場 (スタート)	9:50
2区	ファミリーマート島原本町店	10:04
3区	セブンイレブン島原原口町店	10:15
4区	市役所有明支所	10:28
5区	田浦省吾土地家屋調査士事務所前	10:54
	陸上競技場 (ゴール)	11:05



テレビ放送 ・ 12月 1日 (土) NIB「ひるじげドン (11:35 ~ 13:00)」内で一部生中継 (予定)
 ・ 12月 22日 (土) NIB 10:30 ~ 11:25 (放送時間が変更となる場合があります)

◆市ホームページアドレス

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

◆島原市の人口 (10月1日現在)

人口 48,400人 (前月比 + 30)
 男 22,434人 (前月比 + 12)
 女 25,966人 (前月比 + 18)
 世帯数 19,139世帯 (前月比 + 23)
 出生 37件 死亡 30件 転入 76件 転出 54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/>