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

広毅 しまぼり

平成25年 APRIL

No.707



しまばら芝桜公園

島原の新名所として、昨年4月にオープンした「しまばら芝桜公園」(上 折橋町)で「第2回 しまばら芝桜まつり」が開催されます。

芝桜公園には25万株の色とりどりの芝桜が植栽され、「芝桜公園をつく る会しを中心としたボランティアの皆さんにより整備されています。

今は、訪れる人たちの目を楽しませてくれる公園ですが、「雲仙・普賢岳 噴火災害」時は、市中心部への土石流到達を防ぐための締切堤防が設置さ れた場所でもありました。

皆さんも、平成新山を一望できる芝桜公園で春を感じるとともに、故郷 で起きた自然災害について、考える機会にしてみてはいかがでしょうか。

- ▶芝桜公園環境保全・維持管理協力金 300円(高校生以下無料)
- ▶見ごろ 4月上旬~4月下旬 9時~17時
- ▶アクセス 「島原中央道路」島原 I Cから山側へ約 500 メートル

▶問い合わせ先 芝桜公園をつくる会事務局(島原温泉観光協会内 ☎ 62-3986)

駐車場無料 トイレ完備

平成 25 年度施政方針2
国民健康保険の加入・脱退・変更・・・・・7
「発達障がい」を知っていますか・・・・・8
男女共同参画について考えてみようほか 10
島原半島世界ジオパーク ・・・・・11
まちかどウォッチング・・・・・・12
しまばら子育て情報・・・・・・14
ふるさと再発見ほか ・・・・・・15
保健センターだより16
公民館こうざ情報18
くらしの情報19



島原市は、人□減少や高齢化が全国平均を上回るペースで推移するなど厳しい状況が続いていますが、今こそ島原の持つ個性を生かし、中長期的な発展に向けた取り組みを果敢に実行します。 そのため、重点分野として次の7つの施策を掲げ取り組みを進めます。

アつの施策

- ① 市民目線に立った行財政改革の推進
- ② 産業の振興と島原地域ブランドの確立
- ③ 歴史と文化を生かした観光都市づくりと交流人口の拡大
- ④ 子育てにやさしいまちづくり

めます。

- ⑤ 高齢者や障がい者などを思いやる福祉の充実
- ⑥ 島原の将来を担う子どもを育てる教育の充実
- ⑦ 安全で安心して暮らせる快適なまちづくり

施政方針とは…

市政運営に対する基本 的な考え方や、主要な 施策を示したものです

上記の7つの施策をもとに、平成25年度に取り組む主な内容を各部門ごとに紹介します

的な情報の掲載・発信を促します。イスブックや各サイトなどへの積極た市民対象の講習会を開催し、フェ電子行政の推進は、ITを活用しより、効果的な運営を目指します。用促進懇話会(仮称)の設置などに用定進懇話会(仮称)の設置などに

提案できるよう現行制度の改善に努いがある。 、「行政評価委員会」による行 などを評価し、事務事業評価と併せ などを評価し、事務事業評価と併せ などを評価し、事務事業評価と併せ はい意見会」による行 大一ビスの質の向上を目指します。 民間活力の導入など、さらなる行政 民間活力の導入など、さらなる行政

市役所の組織は、一市役所の組織は、一市役所の組織は、

やすい窓口

の見直しに取り組みます。発にも留意しつつ、市庁舎建設計画明庁舎の有効活用や大手広場の再開明庁舎の有効活用や大手広場の再開

を図るとともに、 援活動などの周知 守りやごみ出し支 町内会・自治会の 必要性、 活動や自主防災の 島原市がまだす地 高齢者見



援を継続します。加えて、県の交付 域づくり補助金・交付金」による支 活性化を図ります。 業」を活用し、地域コミュニティの 金や総務省の「地域おこし協力隊事

活動を継続します。 講演会、研修会の開催や民間主導の 男女共同参画は、懇話会を中心に、

成に努めます。 ルの講座を新設し、 国際化の推進は、 国際的な人材育 英語の中級レベ

進に向け、半島三市の連携を図ります。 原・天草・長島架橋構想」などの推 半島地域の振興は、 「島原道路」の全線早期整備や「島 地域高規格道

ます。 親善訪問を実施し 携30周年を迎え、 福知山市への友好 とは、姉妹都市提

バス停上屋の整備 地域公共交通は

ブを展開します。

国体の推進は、

各種リハーサル大



間の改善などを検討します。 促進とともに、ルート設定や運行時 島原鉄道については、「島原鉄道自

支援方針について検証を行います。 治体連絡協議会」において、今後の

小し、経費の縮減 新庁舎の規模を縮 に努めます。 市庁舎の建設は

取り組みます。 を策定した後、基 本設計業務などに なお、基本構想



区を実施します。 地籍調査事業は、 引き続き安中地

ます。 文化振興は、 音楽祭、 文化講座などを開催し 自主文化事業、 美術

実施します。

などを活用し、交 学生駅伝大会」の開催や新たに整備 した島原市霊丘公園体育館・弓道場 スポーツの振興は、 「平成新山島原

地域スポーツクラ 期待される総合型 くり、健康増進が 地域づくり・人づ 代を超えた交流や ります。また、世 流人口の拡大を図

会ならびに「全国高等学校総合体育大 会」のレスリング競技を開催します。

福祉 ·保健部門

などにより子育てを支援します。 きめ細やかな情報提供、 児童福祉対策は、 各種相談の充実 講座の開催

乳幼児のオムツ代 事業」を引き続き こやか子育て支援 組むとともに、「す 支援事業」に取り などを助成する 「すこやか赤ちゃん また、新たに、



活支援事業などを実施します。 業や訓練等給付事業ならびに地域生 障がい者福祉対策は、介護給付事

システム事業などを実施します。 通機関利用助成事業、 母子自立支援員による相談・指導や 齢者等おむつ費助成事業、緊急通報 等介護見舞金支給事業、ねたきり高 就労支援などに努めます。 ひとり親家庭等対策については、 高齢者福祉対策は、高齢者福祉交 ねたきり老人

員を配置します。 強化するとともに、 よび社会福祉協議会と連携し支援を 低所得者対策は、ハローワークお 新たに就労支援

> ます。 要望を行うとともに、 師確保や診療科目の充実を図るため、 大学や長崎県病院企業団などに対し 看護学校の就学金基金に出資を行い 医療対策は、長崎県島原病院の医 島原市医師会

宅当番医制、 日診療当番医制に 救急医療対策は、 病院群輪番制、 日曜・休日の在 歯科休

ます。 児の休日診療事業 も医師会などと共 体制の確保を図り 同で実施し、診療



取り組みます。 業を充実させ、 国民健康保険事業は、 事業の円滑な運営に 疾病予防事

児童までに拡大します。 エンザ予防接種助成の対象を小学校 実施するとともに、 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種を 予防接種事業は、定期予防接種や 乳幼児インフル

ます。 と連携しながら、 のフッ素塗布事業などを実施します。 指導事業のほか、むし歯予防のため 感染症対策は、県や関係機関など 母子保健事業は、 適切な対応を図り 健康診査や相談

施政方針

3 環境部門

備に対する補助を実施します。 進や資源物の回収に取り組みます。 また、一般家庭向けの太陽光発電設 生活環境の向上は、野犬捕獲、不 環境保全は、より一層の省エネ推

りを広げながら、生ごみの減量化 ほか、生ごみ堆肥化による野菜づく の水質浄化を行います。 および浄水器購入補助を実施します。 法投棄の監視および回収や河川など 意識改革に取り組みます。 ごみ減量化は、講習会を実施する 環境衛生は、飲用井戸の水質検査

ともに、資源物回 量化につなげると を作製し、ごみ減 加え、新たに「小. 中」の2種類に

ごみ袋は、「大」・

す。 収の周知に努めま

期整備に向け、 し尿処理については、 計画的に取り組みま 浄化苑の早

4 農林水産部門

まるごとブランド化」を念頭に各施 る地域資源を一層磨き上げ、 産業の振興は、 「しまばら」 が有す 島原

> の制度や補助事業などを積極的に活 用します。 策を展開します。また、農業で日本 豊かな産地を目指すため、 国・県

整備を推進します。 設や農業用機械の導入、 経営基盤の強化対策は、 農地の基盤 農業用施

す。 者への就農奨励金支給や各種農業者 制度を推進するとともに、新規就農 団体への研修費助成などを実施しま 担い手対策は、「人・農地プラン」

ます。 増設や侵入防止柵の設置に取り組み カラスの捕獲などを強化します。ま た、イノシシ捕獲のための箱ワナの 農作物の被害対策は、イノシシや

畜産関係は、 「第10回全国和牛能

(資源物回収

や広報・宣伝に努 の生産頭数の増加 に向けて、肉用牛 牛」のブランド化 なる日本一の栄誉 て、長崎県勢初と 力共進会」におい に輝いた「長崎和

めます。

に 整備事業を引き続き支援するととも 土山地区ならびに下辻地区の基盤 耕地関係は、三会原地区および宇 大三東地区においても基盤整備

> 連携し推進します。 事業の実施に向け や農道の改修は、 た取り組みを県と 農業用用排水路



基盤整備事業

活用し整備に努めます。 改良施設維持管理適正化事業などを

みを支援します。 に取り組んでおり、 度は、本市で12組織が環境保全活動 農地・水保全管理支払交付金の制 継続的な取り組

島や有明町水之出口地区などの松く林業関係は、松林を守るため、湊 い虫防除対策を実施します。

します。 放流、抱卵ガザミの保護などを推進 などの種苗放流を継続します。また、 の再生や、ヒラメやカサゴ、ガザミ ヒラメやカサゴなどの中間育成後の 水産関係は、有明海において藻場

ビの養殖事業も実施します。 就業者への奨励金制度や21世紀の 開発に取り組むとともに、 後継者・担い手対策は、 養殖漁業は、新たな加工品の研究 ジオアワ 新規漁業

三会漁港、 松尾漁港の高潮対策は、

漁業担い手確保推進事業を実施しま

す。

います。 湯江漁港は、 消波ブロックの製作などに取り組み、 施設機能保全診断を行

会原地区)

5 商 工 観光部門

業の振興に努めます。 の支援施策などの積極的な活用を促 し、関係機関との連携のもと、 本市の商工業については、 玉 • 県

ます。 アドバイザーの活動により取り組み 振興財団との連携や島原市企業誘致 地場企業については、 新たな企業の立地は、 市内中小企 長崎県産業

開拓に対して、新商品開発支援事業 などによる支援を推進します。 業が行う新商品・新技術開発や需要

の創出や増大に努めます。 時特例交付金などの活用による雇用 創出事業や国の緊急雇用創出事業臨 雇用対策は、企業立地促進・雇

います。 内所の設置・運営に対する支援を行 店街が行うアーケード改修や観光案 空き店舗等活用促進事業の実施や商 中心市街地商店街の活性化対策は

図ります。 金や国・県の融資制度の利用促進を 金融面は、島原市中小企業振興資

展開を図るため、 物産流通は、 島原ブランドの全国 本市産品の知名度

施政方針

します。 の3つを基本の柱として事業を推進 の向上、 新商品の開発、 販路の拡大

なお、築城400周年の記念事業

的に紹介します。 産品の魅力を積極 展を展開し、 度の向上は、 おいて、「スペシャ さらに、都市圏に 本市産品の知名 本市



ルブランド」とし ナーの設置に向け取り組みます。 て統一表示した商品を紹介するコー

す。

を使った料理レシピの開発を推進し 品化に取り組むとともに、 出事業を推進し、薬草を使用した商 新商品の開発は、島原市特産品創 市内産品

称)」の設置についても検討し、 もの」としてホームページやフェイ 原ブランドの開発と情報発信基地と 市圏における販売を目指します。 スブックなどを活用した紹介や、都 .体験型本格的農水産物直売所 こての活用を目指します。 販路の拡大は、「島原からのおくり 戦略的施設として、ふるさと村 仮 ま 島

を施工します。 に城下町観光の推進を図ります。 島原城は、 本市特有の財産を活用し 天守閣の耐震補強工事

> 化の有効な手段として全国で人気を は、 博している観光屋台村をはじめ、日 新たな観光素材の発掘に努めます。 松平)との結びつきを検証しながら きながら取り組みます。また、 本の伝統文化が継承され外国人にも 七万石のルーツ愛知県幸田町 人気の高い「観光民宿」を検証しま 新たな取り組みとして、地域活性 市民皆様からのご意見もいただ (深溝 松平

内のジオパークをはじめ、 島原半島世界ジオパークは、 済州島ジ

認定を目指します。 界ジオパークの再 年であるため、世 オパークや香港ジ に一度の再審査の また、今年は4年 連携に努めます。 オパークなどとの



みを行います。 長崎ルートの開業を見据えた取り組 対策を推進し、さらに、 との九州横軸連携を図りつつ、誘客 九州新幹線効果により熊本市など 九州新幹線

みます。 やコンベンション誘致活動に取り組 り首都圏や関西地域などで修学旅行 観光客誘致事業は、 九州はもとよ

> シャトルバス運行などの施策を展開 ドの活用、観光案内所の充実に努め 観光ボランティアガイドやジオガイ します。 る演武披露や甲冑体験、市内を巡る るとともに、島原城での武将隊によ 観光客の受け入れ態勢には、

ンプ誘致として、 催など、宿泊客の キャンプ誘致やが Jリーグなどの ベンションやキャ まだすリーグの開 スポーツ・コン



します。

拡大やイベントの開催などを進めま や海外からの誘客促進、物産の販売 ロジェクトは、薬草関連商品の開発 島原半島「GAMADASU」プ

が続いておりますが、 や温泉利用量の減少など厳しい状況 力します。 よび維持管理を図り円滑な運営に努 温泉給湯事業は、燃油価格の高騰 施設の整備お

6 まちづくり部門

路の整備は必要不可欠であります。 の整備促進や産業基盤としての幹線道 なまちづくりのためには、生活環境 活力ある地域づくりと安全で快適

ど全線早期完成に 町から有明町間に 業化を要望するな ついては、 島原道路」 地域高規格道路 補助事 の出平



ます。 の具体的な手法について検討を進め 交通安全施設などの整備を進めます。 船津地区の高潮対策は、県と連携 市道は、歩道のバリアフリー化や 地元と相談しながら抜本的対策

工事の21戸の建設を行います。 住宅・建築物の耐震性向上を図る 公営住宅は、萩が丘住宅の第7 期

す。 ム工事に要する費用の助成を行いま を行います。さらに、住宅のリフォー の建築物の耐震診断に対しても助成 および病院・店舗・ホテルなど民間 耐震改修計画の作成、 ため、戸建て木造住宅の耐震診断が 耐震改修工事

見直し作業を行います。 用途地域および都市計画道路などの 画マスタープラン」の策定と併せて 都市計画は、新たな「島原都市計

三会線の延伸の要望を行います。 整備を計画的に進めるとともに長池 都市計画道路は、 霊南山 ノ神線の

5

と協働で取り組みます。 の拡充を進めるとともに、 境整備事業によるまちづくりに市民 景観の形成保全は、景観計画地区 街なみ環

めます。 地内についても、利活用の促進に努 協働で取り組むとともに、砂防指定 花いっぱいの街づくりは、 市民と

な手法により事業を検討します。 を勘案し下水道計画のさらなる見直 しを行い、地域の実情に応じた適切 汚水処理対策は、本市の財政事情

消防 防災部門

り・まちづくり」を推進するととも て取り組みます。 政無線のデジタル化への整備に向け え、ハザードマップの作成や防災行 します。また、津波などの災害に備 防災対策は、 災害に強い島原市の実現を目指 「災害に強い人づく

消火栓、防火水槽などの消防施設の 整備拡充を図ります。 消防の体制は、消防車両の整備や

業所などの理解を 図るとともに、事 との連携・協力を 町内会・自治会お については、地元 よび消防団後援会 消防団員の確保



得ながら取り組みます。 自主防災組織は、

救急救命法訓練、役員を対象とした 成に取り組みます。 研修会を開催して、 初期消火訓練や 一層の組織の育

に実施します。 防災避難訓練は、 中央地区を対象

置します。

8 教育部門

ぎ、心豊かで活力ある生涯学習社会 の構築に努めます。 きずな・感謝の心」の精神を引き継 の体験から学んだ「生命(いのち)・ いくことが大事です。噴火災害復興 抜く力を身につけた人材を育成して 教育は、心豊かでたくましく生き

活動を推進します。 きめ細かな指導を充実させて、教育 積極的に取り入れた少人数授業や、 学校教育は、習熟度別学習などを

の育成にも取り組みます。 自然体験活動などを通して豊かな心 します。また、社会奉仕体験活動や かな感性を育む読書活動を一層推進 学校司書と連携し、児童生徒の豊

例の制定に向けて検討します。 止に努めるとともに、いじめ防止条 に心の教室相談員を配置し、未然防 いじめ・不登校問題は、各中学校

手4名を中学校に配置し、また、 国際化への対応は、外国語指導助

学校の外国語活動の充実を図るため 併せて、シンガポールへの訪問など 支援教育支援員を全小・中学校に配 を通して国際感覚の醸成に努めます。 に、外国語活動支援員を配置します。 特別支援教育の充実のため、 特別

に行います。 ては、特別活動などにおいても適切 健康の保持増進に関する指導につい して行い、体力の向上および心身の 学校体育は、学校の教育活動を通

は平成24年度で耐 の耐震化について 体育館などの建物 設整備は、校舎・ します。今後は、 震補強工事が完了 小・中学校の施



小・中学校の耐震化が

設計を実施します。 度では、小学校4校、 の耐震化に取り組みます。平成25年 部材の落下防止対策など非構造部材 中学校3校の

学校5校の更新を行います。 教育用コンピュータの整備 は、 小[

り組みます。 化については、モデル校を選定し取 低管理による小学校校庭のエコ芝生 指す地域が一体となった低コスト・ 多世代交流の場としての活用を目

> 運動」の充実などを図ります。 を目的とした「島原市ココロねって 文化財は、松平文庫の整理保存・ 社会教育は、「地域ぐるみの子育て」

原城石垣調査、伝統的建造物群保存 活用、旧島原藩薬園跡整備事業、 対策事業などに取り組みます。

9 水道部門

最終年度となります。 易水道再編推進事業が平成25年度で 有明町簡易水道事業は、 有明町簡

改定を計画しております。 う施設の更新・耐震化による新規水 ならびに各施設構築物の老朽化に伴 度から経営統合および統一料金への 源の開発および取水から配水システ 水道の統合、民営水道区域の取込み ム再構築のための準備を進めます。 水道事業全体としては、 島原市水道事業は、島原地区簡易 平成26年

門の主要な施策です。 以上が、平成25年度における各部

します。 全職員一丸となって、 市民の期待に応えるため全力を傾注 厳しい財政状況の中でありますが 時代の要請と

のご支援とご協力をお願いします。 市民皆様には、 市政の推進に一層

こんなときは届出を! 国民健康保険の加入・脱退・変更

いざというとき、安心して病院へかかれるように、日本に住んでいるすべての人がいずれかの医療保険に加入することが義務となっています。

国民健康保険(国保)も医療保険のひとつで、職場の健康保険などに加入している人以外は、すべて国保の加入者となり、加入者全員で国民健康保険税を出し合い、助け合うという制度です。



ただし、次に該当する人は加入することができません。

- ① 75 歳以上の人(後期高齢者医療制度加入者)
- ② 65 歳以上で後期高齢者医療制度の障がい認定を受けている人(後期高齢者医療制度加入者)
- ③ 協会けんぽ、健康保険組合、船員保険、共済組合、 国民健康保険組合などの被保険者とその被扶養者
- ④ 生活保護を受けている人

届出を忘れたら…

- ①資格喪失手続きを忘れると、国民健康保 険税と職場の健康保険料と二重に支払う ことになります
- ②保険証が無いまま病院などにかかると、 全額自己負担となります
- ③国保の資格がさかのぼって無くなった場合、国保が負担した医療費(7割分)を返してもらうこととなります
- ※ただし、届出後に所定 の手続きを行うことで 払い過ぎた分が戻って きます



こんなときは市役所へ届出が必要です

国保に加入したり、脱退するときなどは届出が必要です。届出時に必要なものは次のとおりです。

こんなとき		必要なもの		
加入するとき	転入してきたとき	転出証明書、印鑑 (転入前が職場の健康保険の場合、資格喪失連絡票も必要)		
	職場の健康保険をやめたとき	資格喪失連絡票、印鑑		
	社保加入者の被扶養者でなくなったとき	資格喪失連絡票、印鑑		
₹	子どもが生まれたとき	母子手帳、保険証(出産者)、印鑑		
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止(停止)決定通知書、印鑑		
	転出するとき	国保の保険証、印鑑		
脱浪	職場の健康保険に加入したとき	国保の保険証、職場の健康保険証(資格取得連絡票)、印鑑		
脱退するとき	社保加入者の被扶養者となったとき	国保の保険証、職場の健康保険証(資格取得連絡票)、印鑑		
とき	死亡したとき	国保の保険証、印鑑		
	生活保護を受けるようになったとき	国保の保険証、保護開始決定通知書、印鑑		
その他	退職者医療制度に該当するとき	国保の保険証、年金証書、印鑑		
	住所、世帯主、氏名などが変わったとき	国保の保険証、印鑑 早めの手続きを		
	就学のため市外へ住所を定めたとき	国保の保険証、在学証明書、印鑑お願いします		

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)



「発達障がい」は、脳機能の発達が関係する生まれつきの障がいで、コミュニケーションや対人関係をつくるのが苦手です。しかしながら、外見的に障がいがあることが分かりにくく、 怠けているとか、わがままと思われて誤解を受けがちです。

また、周囲の人は「親の育て方が悪い」とか「愛情不足」、「心の病」、「大人になってから発症した」などといった誤った見方をしてしまうため、幼少期からの支援が必要とされています。症状や困難さは一人一人異なるため、まず周囲の人の理解が必要です。

▶発達障がいに関する問い合わせ先 市保健センター (☎ 64-7713)

発達障がいとは(さまざまな症状)

発達障がいは、広汎性発達障がい(自閉症、アスペルガー症候群)、学習障がい、注意欠陥多動性障がいなどの脳機能障がいのことで、その症状が通常、低年齢において現れます。また、複数の障がいが重なって現れることもあります。

① 広汎性発達障がい

- ・コミュニケーションの障がい
- ・対人関係、社会性の障がい
- ・こだわり、興味、関心が狭い

自閉症…

幼児期、言葉の発達の遅れが 目立つことがある

アスペルガー症候群…

言葉の遅れは目立たない、不 器用。自閉症のように、幼児 期に言葉の発達の遅れがない ため、障がいがあることが分 かりにくい

② **学習障がい** (LD)

知的な遅れはありませんが、 音と文字の繋がりや、文字の 視覚認知の障がいがあったり、 算数の概念の理解が困難。

聞く、話す、読む、 書く、計算する などのどれかが、 極端に苦手な状態です



③ 注意欠陥多動性症候群 (ADHD)

年齢に不釣合いな注意力、 衝動性、多動性を特徴とする 行動の障がい。うっかり同じ 間違いを繰り返してしまうこ とがある。じっと座っていら

れない。待つ ことが苦手で、 思いついたら すぐ行動して しまうなど



気づき(早期発見と早期支援の必要性)

障がいの克服や症状の改善に向けた一番の決め手は、早く気づき、適切な支援を受けさせてあげることです。障がいがあっても本人が社会や集団の中で生活しやすくする習慣や技術を身につけ、二次的な障がい(不登校や引きこもりなど)の発生を防ぎ、自立や社会参加を可能にしていくことが期待できます。

早期発見のために

早期発見の場として、法定健診 (1歳6か月健診・3歳児健診・就学児健診)、任意健診 (5歳児健診・相談など)、保育園や幼稚園における発見、保護者の気づきなどがあります。 健診などの日程は、保護者に個別に通知しますので、必ず受診させてください。

1歲6分月兒 健康診査

- ① 単語が出始める頃
- → 3 語以上の発語の確認をしています
- ② 非言語的なコミュニケーションの習得
- ③ 自閉症の早期発見が可能になる 年齢
- →早期発見のための問診 6 項目の 導入



3歲県健康診査

- ① 家族以外の人との繋がりができる
- ② 1 人遊びを好んだり、集団に入れないなどから発達障がいの発見ができる
- →親と離れて遊べるかどうかを確認しています
- ③ 広汎性発達障がいなどの早期発見が可能に なる年齢
- →早期発見のための問診8項目の導入

5歳児健康診査(作意健診)

- ① 5 歳児の多くが就園しており、日ごろの集団 生活の様子を客観的に評価することが可能
- →保育園・幼稚園の集団での気づきを参考にし、健診を実施しています
- ② 就学を控える時期に健康診査ができ、親の 困り感の解消へつながる
- → 5 歳児健診と就学(教育) 相談の連携
- ③ 多動や衝動型の障がい発見が可能となる年齢で、発達障がいの大半が発見可能
- →早期発見のための問診9項目の導入

島原市では全国に先がけ、平成 19 年度から 5歳児健診時に「発達障がいスクリーニング」 を導入しています。

「発達障がいスクリーニング」は、子どもの 行動などを医師などが専門的に観察し、早期に 発達障がいを発見しようと行うものです。

サポート(発達障がいを疑われたら))

発達障がいが疑われるときは、その症状が環境要因などによる一過性のものであるか、生まれつきの障がいによるものであるか区別が難しいことがあり、障がいの特徴が重なり合っていることも多く、診断がつきにくいとされています。大事なのは、その子にどんな特性があるのか、何が苦手なのかを把握してあげることです。そのうえで、親や周囲の人々がそれぞれの発達障がいの特性を理解し、サポートすることにより、改善できることがたくさんあります。

下することにより、以音できることがにくさん。						
支援方法	相談体制 (要予約)	心理相談・言語相談・発達相 談など各種相談を受け付けて います				
	発達支援教室	子どもが遊びを通して、感覚 統合などを養うための教室 母親が子どもの特徴をより理 解するための気づきや学習の 場として開催しています				
	療育(訓練)	子どもさんの特徴に合わせた 療育のスタイルがあります。 医師による指示が必要な場合 もあります				



子ども:症状の改善、スムーズな就学

親:対処方法が分かり、 家庭でのケアも可能

子ども:自尊心の低下、 二次障がい

> 親:子育ての自信の喪失、 不適切なしつけ

「男女共同参画社会」について考えてみよう

vol.9

「平成 24 年度 男女共同参画地域力活性化事業」報告会

3月13日、男女共同参画で地域を活性化しようと平成22年度からスタートした県の「男女共同参画地域力活性化事業」に取り組んでいる県内8地域の報告会が、県立美術館ホール(長崎市)で開催されました。 島原半島からは、民間の団体を中心とした「ハーモニークラブ」が参加し、島原市のメンバーからは「アサーティブ・コミュニケーション講座」の報告などが行われました。

※「アサーティブ・コミュニケーション」とは自分も相手も大切にした、誠実で率直で対等なコミュニケーションの方法です。詳しくは、広報しまばら(平成 24 年 10 月号)をご覧ください

平成24年度実践団体(3分ループ)

- ①「ハーモニークラブ」(島原半島三市地域)
- ・コミュニケーション能力向上を目指した「アサーティブ・コミュニケーション講座」(島原市)
- ・子育てを通じた世代間の交流事業(真美体操など)(雲仙市)
- ・男女共同参画啓発用DVDの作成、活用
- ②「新上五島町女性団体情報ネットワーク」(新上五島地域)
- ・地元食材を活用した家庭料理を、男女で学習・開発する
- ・郷土料理を家庭料理に取り入れ、親から子どもへ、家庭から地域へ、 島から全国へ、郷土料理の魅力を発信する
- ・介護の知識、技術を男女ともに習得し、介護を楽しむ
- ③「どがんかしてみゅうか会」(県央地域)

▶問い合わせ先 島鉄鉄道 自動車課 (☎ 62-2234)

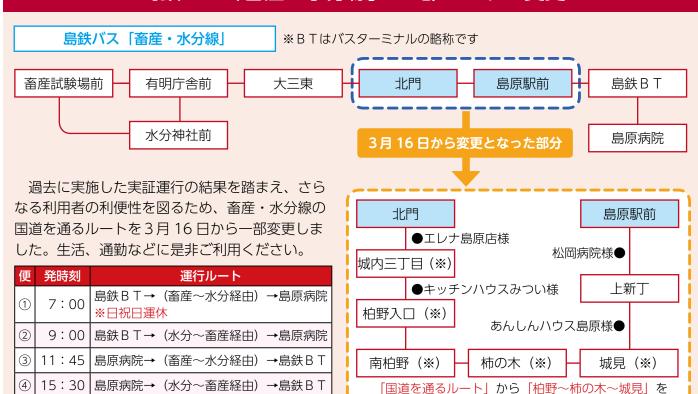
- ・男女共同参画をおもしろおかしく伝える「三婆ちゃん」の寸劇を 行い、男女共同参画の必要性に気づかせる
- ・「父子対象の料理教室」で子どもと男性の生活自立の意識付け活動



島原市の発表の様子

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

島鉄バス「畜産・水分線」 一部ルートの変更



経由するルートで運行します

※印は新設バス停

つなごう!未来へ 島原半島世界ジオパーク ③9

GLOBAL GEOPARKS NETWORK



島原半島ジオパーク推進連絡協議会 (☎65-554C)

たジオパークを審査・認定しています。 ア各国のジオパークは、2001年にユネスコが世界といたさな始まりです。2004年に現たことが大きな始まりです。2004年に現界各国のジオパークは、2001年にユネスコが世のなのかをおさらいしてみましょう。

ジオパークと世界遺産条約

この条約に批准した国とその地域には、登然遺産の保護に関する条約」といいます。り組みで、正式には「世界の文化遺産及び自世界遺産条約は、1972年に始まった取

が生じ始めました。
あ負担が、地域の財政を圧迫するという事例が課せられます。しかし、遺産の保護に要すがまれた遺産を保護するために、厳しい制約のの条約に批准した国とその地域には、登

クです。 世界遺産条約は、対象のものを「守る」こ 世界遺産条約は、対象のものを「守る」こ 世界遺産条約は、対象のものを「守る」こ 世界遺産条約は、対象のものを「守る」こ

られます。

「いっつの活動に積極的にかかわることが求めが、いっつの活動に積極的にかかわることが求めに地域経済が発展することが求められますので、域経済が発展することが求められます。将来的に地地域の経済発展を両立させ「地域社会の持続地域の経済発展を両立させ「地域社会の持続が対しています。

ジオパークがやらなければならないこと

今月は、「ジオパーク」 の仕組みがどのよ

必要があります。
お問題に活用し、地域経済を発展させていくのうえで、それらを持続可能な方法で、教育のうえで、それらを持続可能な方法で、教育のではなれません。前提として、大地ののでは、が出の遺産があるだけでは、ジオ

法を取ることが許されています。した地域振興については、その地域独自の方は、大地の遺産の保護保全や、それらを活用世界遺産条約と異なり、ジオパークの場合

ます。
再認定審査を受けることが義務付けられていジオパークに認定された地域は、4年ごとにかつ活用されているかをチェックするため、そのような手法で本当に遺産が保全され、

島原半島ジオパークでは、GGNから派遣



GGN現地調査の様子(平成 21 年 8 月)

せるでは、 はないではないでしまうのです。 クではなくなってしまうのです。 クではなくなってしまうのです。 を突きつけられる予定です。もし、再審査で審査員からされた審査員による再審査が今年の夏ごろ行

世界認定がはく奪される?

しょうか。 まったジオパークは、これまでにあったのででは、実際に世界認定がはく奪されてし

オパークの認定がはく奪されました。が維持できないと判断されたために、世界ジ算がなく、ジオパークとしての持続的な活動ジオパークを運営するスタッフを確保する予・イギリスの「ロッハーバージオパーク」は、

で世界認定をはく奪されています。どにあった世界ジオパークが、何らかの理由ののほかにも、イランやオーストラリアなり、パープで記録がしょする。

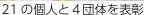
本市スポーツの発展を願い

有馬スポーツ賞表彰式

3月2日、各種スポーツ大会で優秀な成績を修めた人を表彰する有 馬スポーツ賞表彰式が有馬武道館で行われました。

この賞は、本市の名誉市民・故有馬茂さんの寄付をもとに、体育やスポーツの振興を目的として昭和56年に創設され、今回で32回目。スポーツ振興基金に三代にわたり浄財の寄付を続けられている川崎市在住の有馬良知さんに対し感謝状を贈呈した後、21の個人と4団体に表彰状の授与を行いました。





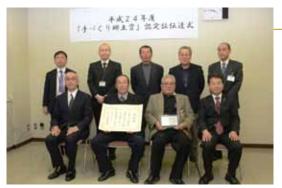


有馬良知さん









安中まちづくり推進協議会の皆さんらによる 記念撮影

復興・防災活動が評価されての受賞

噴火災害からの復興「安中・夢計画」

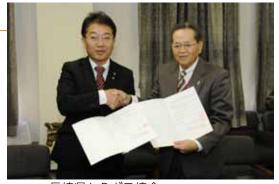
2月21日、国土交通省「手づくり郷土賞」を受賞した「安中地区まちづくり推進協議会(代表 大町辰朗さん)」の受賞式が雲仙復興事務所で行われました。

同協議会は「雲仙・普賢岳噴火災害」時、土石流で被害を受けた地域での、われん川や安中梅林の再生や維持管理を行うほか、かさ上げ事業などで培った住宅再建のノウハウを地震・火山噴火などで被災した地域へ伝承、防災に対する意識高揚を目的とした「安中防災塾」の開催など「噴火災害からの復興『安中・夢計画川 が評価され、今回の受賞となりました。

災害発生時の対応強化

「災害時における L P ガス供給に関する協定」締結

2月22日、社団法人長崎県LPガス協会島原支部と島原市が「災害時におけるLPガス供給に関する協定」を結びました。この協定は、大規模な災害が発生した際の迅速かつ的確なLPガスの供給を目的としたもので、今回の協定締結により、災害発生時の対応がなお一層強化されました。



長崎県 L P ガス協会 島原支部長 松本洋三さん(右)

コミュニティ助成事業

住民が行うコミュニティ活動に必要な施設や設備の整備に関して、財団法人自治総合センターからの助成を受けて、「島原・鵜川会」が和楽器を購入しました。「島原・鵜川会」は、民謡など伝統文化の保存と継承を行う団体で、今回の備品購入により、「子どもたちから一般の方まで幅広い人たちに伝統文化を普及したい」と意気込みも新たにしていました。



和楽器



男女共同参画社会づくり講演会

2月24日、島原文化会館で、アーティストエ スペランサのお二人をお招きして男女共同参画社 会づくり講演会を開催しました。

難病と闘いながら生活する中で経験した「男女 がお互いを尊重しあうことの大切さ」を音楽を交 えながら語っていただき、参加者は真剣に聞き 入っていました。

また、講演会に先立ち、募集していた男女共同 参画川柳の表彰式(表彰された川柳は広報しまば ら3月号でご覧いただけます)、男女共同参画推 進懇話会委員による寸劇も行われました。



お二人のお話と音楽を通し、参加者は男女が共 に輝ける社会づくりについて理解を深めました

一日も早い復興を願い

東日本大震災被災地へ白菊のエール

3月7日、東日本大震災から2年になるのを前 に、島原花卉生産組合(組合長 松﨑和人さん) および島原市が、陸前高田市(岩手県)など4市 町の追悼式典に合わせ、白菊 2000 本を送りました。

送られた白菊は「雲仙・普賢岳噴火災害」で被 害を受け、酪農から花卉農家に転向した松﨑慎太 郎さん家族が生産したもので、島原の復興の証と して、被災地の復興を願い送られました。

また、これまで白菊の無償提供を続けてきた島 原花卉生産組合に対し、市から感謝状が贈呈され ました。



白菊の発送準備の様子

町内会長・自治会長懇談会

2月22日、町内会長・自治会長、市議会、公 共機関関係者が出席し、市内ホテルで「町内会長・ 自治会長懇談会 | を開催しました。

懇談会に先立ち行った研修会では、県内各地域 の取り組み事例について報告があり、参加者は自 分たちの地域に生かせないかと熱心に耳を傾けて いました。

また、懇談会では、長年、町内会長・自治会長 や防犯連絡所長として貢献した人へ感謝状を贈呈 したほか、町内会長・自治会長と市議会、公共機 関関係者との懇談が行われました。



町内会長・自治会長、防犯連絡所長を 長年続けてこられた人へ感謝状を贈呈

トップレベルの指導者に学ぶ一日

眞鍋政義バレーボール教室&講演会

2月24日、島原復興アリーナで、バレーボー ル全日本女子の眞鍋監督をお招きしてバレーボー ル教室と講演会を開催しました。

バレーボール教室では、市内中学生と半島内の 高校生が参加し、トスやレシーブといった基本動 作についてポイントを絞った指導を受け、熱心に 取り組んでいました。

また、多くのバレーボール関係者が集まった講 演会では、モチベーションに関する映像の紹介や オリンピックでの秘話、自身の指導方針などを 語っていただきました。



約500人が参加した眞鍋監督(右) によるバレーボール教室

参加費 無料!

育児サークル

育児サークルは、親子で楽しみなが ら子育てができるよう、情報交換や友 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。



初めての人も大歓迎です。一度遊び

に来てみませんか。

- ※保健師・栄養士による乳幼児相談(9時30分~11時) も行っています
- ※食生活改善推進員の皆さんと児童館(ありあけ母親クラブ) による手作りおやつもあります
- ▶対象者 市内に住む小学校就学前の子どもとその保護者

育児サークル	曜日	時間	場所
こいこいひろば	第1水曜日	10 時~ 12 時	霊丘公民館
すくすくげん kids	第3木曜日	10 時~ 12 時	杉谷公民館
きらら kids	第1火曜日	10 時~ 12 時	有明保健センター
にこにこ kids	第1木曜日	10 時~ 12 時	安中公民館
のびのび kids	第2火曜日	10 時~ 12 時	三会公民館
ぱぴぷキッズ (自主サークル)	第4木曜日	10 時 30 分~ 12 時	市保健センター

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

子どもの眠り

子どもの健やかな育ちのために、夜 の睡眠がしっかりとれる環境作りが必 要です。夜の睡眠は、成長ホルモンな どの分泌に大きくかかわります。夜間

ぐっすり眠るためには、朝起 きた時に太陽光を浴び、日中 に体を動かして生活リズムを 整えることがポイントです。



しまぼらの子育で情報(幼稚園編)

市内幼稚園の子育て支援センターを4回にわたり紹介しています。

名 称	住 所	電話
スターキッズクラブ(認定こども園)ひかわ第一幼稚園	上新丁二丁目 2576	62-4420
あんぱんまん教室(認定こども園)島原幼稚園	弁天町一丁目 107	62-2955
なかよしクラブ (認定こども園) 有明幼稚園	坂上町 7528	62-2584
ぶどう組 (島原活水幼稚園)	青葉町 5436	63-2700



なかよしクラブ (認定こども園 有明幼稚園)

「なかよしクラブ」は、子育て中の親子を対象とし た、気軽に立ち寄れる場所です。

広い園庭や室内の玩具などで、のびのびと楽しく遊 びましょう。

	月・水・金	園庭遊び、手遊び、絵本の読み聞かせ、 運動遊び、製作(折り紙・お絵描き)など				
	一時預かり 子育て相談	一時預かりは、有料となります。料金な どは電話で問い合わせてください				
	子育て講座	ベビーマッサージ、絵手紙教室など				



絵本の読み聞かせ



ベビーマッサージ

▶開設日時 月・水・金曜日 10:00~11:30

▶問い合わせ先 なかよしクラブ(認定こども園) 有明幼稚園 ☎ 62-2584)

ふるさと再発見

島原城御馬見所

動しており現在5人の会員がいます。 声をかけたことです。2年前から活 (

「一緒に何かやってみようか」と

に再び城内に移築されました。 に移築され、その後、昭和41年 ました。明治維新後に口之津町 在の島原高等学校付近)にあり ますが、もともとは三ノ丸(現 向のほど近いところに建ってい 現在は、島原城天守閣の東北方 を見るために建てられました。 忠和公の時代に藩士の訓練状況 御馬見所は、木造平屋建で、 御馬見所は、 幕末の藩主松平

屋根は切妻造の杉皮葺、 中央の

のお茶会(4月6日・7日開催 かけください。 感じに、どうぞ島原城までお出 の会場にもなっています。春を あるたたずまいから、 に臨むロケーションとその風情 島原城春

が左右に並んでいます。前面 畳廊下を挟んで、四畳半の二 す。全般に細い木を骨組みに用 開口部として障子を立てていま 面)と左右両側の三方を大きな た数寄屋風の建物です。

ることが容易でないものが基準 規範となっているもの、再現す 観に寄与しているもの、造形の 年を経た建物のうち、歴史的景 9月2日に、島原城御馬見所を されます。 所有者の同意があるものが登録 とされ、専門家の評価を受け、 す。登録文化財とは、建築後50 ない遺構として貴重な建築物で 国の登録有形文化財に登録する た。御馬見所は、島原城の数少 よう文部科学大臣に答申しまし 国の文化審議会は、平成24年

御馬見所は、島原城を目の



Close Up! 会」です。

から聞こえてきます。 して伸びやかな歌声が安中公民館 三味線の小気味よいリズム、

ら12時まで安中公民館で活動を行 週に1回集まり、三味線の演奏に っています。指導者は置かず、メ をモットーに毎週月曜日の10時か 合せて歌を歌います。 ンバーがそれぞれ自宅で練習し、 「みんなが先生、みんなが生徒

今回の紹介は「安中三味線同好 そ どですが、違うジャンルの曲に挑戦 ますので、誘っていただければ発表 なと思いながらやっています。発表 くいかないことも多く、皆さんの前 依頼があれば慰問演奏なども行って な雰囲気の中でお互いにアドバイス や「長崎ぶらぶら節」、「黒田節」な いるそうです。 毎年公民館まつりに出演していて、 する場があると活動に張り合いが出 いですが、楽しく演奏できればいい で披露するには技術不足かもしれな しあいながら練習しています。 したり、詩吟を挿入するなど、 代表の髙橋さんは「なかなかうま 演奏曲は、主に「島原の子守唄」

を募集しています。三味線を持って わないので気軽に参加してみてくだ さいとのことです。 いなくても、歌ってくれるだけで構 この会は、現在、民謡好きな会員 いと思っています」と話してくれま

会や慰問などでもどんどん演奏した

か。 間に見学してみてはいかがでしょう 興味のある人は、 活動している時

会の代表)が、三味線が弾ける人

にしていた髙橋久義さん(現在の

結成のきっかけは、民謡を趣味

たばり 保健センタ-|市保健センター (全64-7713) (B68-5335))

婦人検診

早期発見・早期治療のため年に1 関で婦人検診を実施しています。 回は、がん検診を受けましょう。 市では、市医師会指定の医療機

子宮頸がん検診

対象者 市内に住所を有する20 検診内容 頸部、 歳以上の女性 頸体部

負担金 頸部フロロ門、

部 1000円

乳がん検診

▼対象者 市内に住所を有する30 歳以上の女性

|検診内容 視触診と超音波

負担金 500円

※70歳以上の人や後期高齢者医療 生活保護世帯は無料です 被保険者、市民税非課税世帯



はり、きゅう 及び あん摩の 施術費助成額が変わります ~1回当たり500円へ~

市では、40歳以上の市民を対象 市が指定する事業所で、はり

> 助成しています。 場合、施術に要する費用の一部を きゅう及びあん摩の施術を受けた

変更となります。 助成額が700円から500円に 4月1日からは、1回当たりの

摩のみが対象となります。 後期高齢者医療被保険者は、 に利用券の交付が必要です。 助成を希望する人は、必ず事前 また、 あん

助成内容

頸体

00円の利用券を年間40目まで 40歳以上(後期高齢者医療被保 険者を除く)の人…1日1回5

後期高齢者医療被保険者…1日 回まで 1回500円の利用券を年間24

明保健センター、保険・健康増 中請窓口 進グループ保険班、三会出張所 有明支所 市保健センター、有

*申請に必要なもの 合は代理者の印鑑も必要 保険被保険者証(代理申請の場 印鑑と健康

健康相談

習慣病の予防、食生活に関するこ 健康相談を実施しています。生活 と、介護予防のことなど相談に応 市では、保健師、栄養士による

く) 9時から11時まで

尿検査、 容 健康相談、

転倒予防教室

教室を行っています。 ダーの協力を得ながら、

◆実施場所 市保健センター、森 尾公民館・温泉屋敷公民館・境 岳公民館、安中公民館、三会農 甘木公民館・久原公民館・沖之 公民館・浜西公民館・菅公民館 原下公民館・小路公民館・神木 村環境改善センター、有明町小

*実施時間 13時30分から15時ま 月1回程度

内 防体操「まだまだガマダス体操」 レクリエーションなど 容 血圧チェック、転倒予

※参加希望者には詳しい日程をお 伝えしますので市保健センター

◆と き 毎週水曜日 (祝日は除

▼ところ 市保健センター、 保健センター 有明

円が支払われます

を対象に、転倒予防体操普及リー 市では、おおむね65歳以上の人 転倒予防

ノ松公民館

▼参加費用

へ連絡してください

じます。気軽にご利用ください。

血圧測定、

体脂肪測定など

産科医療補償制度

どもとご家族を支援するとともに 再発防止に役立てる制度です。 脳性麻痺発症の原因分析を行い、 補償内容 この制度は、重度脳性麻痺の子 分割金をあわせ総額3000万 補償金は、 一時金と

②身体障害者手帳1・2級相当の ①在胎週数3週以上で出生体重2 準をすべて満たす場合 28週以上で所定の要件 000g以上、または在胎週数 降に出生した子どもで、次の基 補償対象 平成21年1月1日以

③先天性や新生児期の要因によら ない脳性麻痺

脳性麻痺

※所定の要件とは、 どの低酸素状況を示す所見があ ることです 胎児心拍数基線細変動の消失な の代謝性アシドーシス、または 臍帯動脈血中

※生後6カ月未満で亡くなられた |中請期間||子どもの1歳の誕牛 場合は補償の対象になりません

N問い合わせ先 産科医療補償制 度専用コールセンター(☎03 **-5800-2231)**

日から5歳の誕生日まで

お医者さん 休日の 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 柴田長庚堂病院 ф 堀 町 64-1111 フロ田田 稲田整形外科医院 片 町 62-6355 永 吉 医 院 雲仙市吾妻町 38-2015 堺 科 歯 医 院 雲仙市国見町 78-2744 戸 62-2526 松 出 病 院 江 丁 14 日 (日) いとう整形外 科 広馬場町 61-0110 ф 村 眼 科 医 院 雲仙市愛野町 36-1060 永 歯 科 医 院 雲仙市国見町 78-3105 下 内 科 医 院 ф 野 BJ 64-5851 リニ ク 西村ク ッ 下川尻町 62-0888 愛野ありあけ病院 雲仙市愛野町 36-0153 歯 科 医 院 雲仙市国見町 78-2366 わたなべ内科クリニック 中安徳町 62-1515 28 山口外科胃腸科医院 大手原町 62-3200 日田田 記念 病 院 雲仙市愛野町 36-0015 森元歯科クリニック 有明町大三東 68-0017 かわはら内科胃腸科医院 坂 上 町 62-5413 水田小児科医院 親 和 町 62-7177 日月 中野町 62-3105 高 城 病 院 雲仙市愛野町 松 本 医 院 36-0053 松 本 歯 科医 院 有明町大三東 68-3872 医 魚 住 院 城内一丁目 63-2286 5日3日金 石橋こどもクリニック 新町一丁目 65-0008 白山町 \blacksquare 医 院 62-7733 内 愛 野 記 念 病 院 雲仙市愛野町 36-0015 吉 歯 科 有明町大三東 68-0150

※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

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

土曜日の 18:00 ~日曜日の 17:00 診療時間

● 受付時間 土曜日の 17:30 ~日曜日の 16:30

健康 UP 大作戦

今月のテ マ)

アルコールと上手に付き合おう!

ます。 引き起こす危険性もあり、 方で、 が必要です。 を麻痺させたり、 話を増やしたりする効果があり 持ちをリラックスさせたり、 疾患予防に効果があります。 アルコールは少量であれば気 また、 過度の飲酒は、 動脈硬化や循環器 意識障がいを 運動機能 会

アルコールと健康障がい ルコールの取り過ぎは体へ

効果です。アルコールと上手に 適量のアルコールは百薬の長と で飲酒の機会が多い季節です。 付き合いましょう。 言われますが、過度な飲酒は逆 アルコールの作用 胃炎、 など) 消化管疾患 (逆流性食道炎) ル性肝炎、 肝臓疾患 メタボリックシンドロー

4月は、

花見や年度のはじめ

さまざまな影響を及ぼします。

示しています

(脂肪肝、アルコー

Ĺ

肝硬変など

がん(口腔、 性すい炎など) すい臓疾患 (急性すい炎、 咽頭、 食道、

肝

慢

大腸、 乳など) など

臓、

アルコールの適量 急性アルコール中毒

酒は飲んでも、

飲まれるな_

しましょう。

カロリーの高いつまみに注意 ルが入ると食欲が増すので、

酒として「1日平均、 においては、 コール代謝能力を有する日本人 ルで20グラム程度である」と 厚生労働省では、通常のアル 節度ある適度な飲 純アルコ と言われます。 臓を休めるだけでなく、

休肝日を設ける…休肝日は肝

次のことに注意しましょう。

健康を守るため

家族、

友人、

同僚と楽しく飲

む…一人で飲むと深酒になり

【純アルコール 20g の例】

胃潰瘍、十二指腸潰瘍

	70 20g 00 1711
種類 (度数)	純アルコール 20gの量
ビール (5%)	中ビン1本 (500ml)
日本酒(15%)	1合 (180ml)
酎ハイ (7%)	1缶(350ml)
ウイスキー (40%)	ダブル1杯(60ml)
焼酎(25%)	100ml
ワイン(12%)	200ml

■上手な飲み方

がけましょう。

を決めて切り上げることを心

は高くなります。量や時間

何杯も飲めば、摂取エネルギ ルのジョッキや酎ハイなどを

つまみに注意する…アル

アルコールの強いお酒は水や がちなので注意しましょう。 お湯で薄めて飲む

コールから取るエネルギー

健康テレホンサービス

TEL0120-555-203 TEL 095-826-5511

		月	注意しなくてはいけない脈の乱れ
	1	火	胃がんとピロリ菌
	7	水	よく腹痛を訴える子ども
	_	木	意外に気付かないイボ
	月	金	歯ぐきの色の変化
		土・日	アフターピル
L		一 . 口	

量や時間を決めて飲む…ビー 節減につながります。 日休肝日を設けましょう。 曜日を決めるなど、 週に2 飲まな

17 平成25.4.

白山公民館の公民館講座

白山公民館では次の講座を開講します。たくさんの人とふれあいながら、あなたも楽しく学んでみませんか。

各講座とも受講料は無料(材料代などは実費)で開講期間は 5カ月間です。

- ◎申込期限 4月19日(金)まで
- ◎申し込み・問い合わせ先 白山公民館

生け花教室

花のある生活を楽しみましょう!

- ●と き 毎月第2・4 水曜日 10 時から
- ●ところ 白山公民館
- ●募集人数 20 人



絵手紙教室

世界に一枚しかないあなただけの絵手紙をつくってみませんか。

- ●と き 毎月第2・4 水曜日 13 時 30 分から
- ●ところ 白山公民館
- ●募集人数 25人



園芸教室

花づくりの基礎や季節の寄せ植え・管理・ 園芸用土の作り方を学べます。

- ●と き 毎月第1・3 木曜日 9時30分から
- ●ところ 白山公民館
- ●募集人数 30人

料理教室

気軽においしくできる料理を学べます。

- ●と き 毎月第2木曜日 19時30分から
- ●ところ 白山公民館
- ●募集人数 20 人





▲ 左明公尺館 (●60_1101

- ◆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)

大大大大大大

市ホームページで市立公民館の情報をチェック!

アドレス

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

- ・市立公民館の利用案内
- ・ 市立公民館の施設情報
- ・各種講座・イベント情報
- ・市立公民館のサークル情報
- ・市の社会教育活動報告
- ・公民館だより

すぎたに女性学級 受講生募集

平成 25 年度に開催する「すぎたに女性学級」の受講生を募集します。

- ●応募要件 市内に在住する女性で、年間を 通して参加できる人
- **●募集人数** 20 人
- ●受講料 無料(材料が伴う場合は、実費 負担有り)
- ●申し込み・問い合わせ先 杉谷公民館

平成 25 年度 実施予定

開催予定日時	内 容	
5月16日(木)19時30分から	布で作るコサージュ	
6月13日(木)19時30分から	メタボリックシンドローム予防の栄養と運動	
7月18日(木)19時30分から	骨盤体操(骨盤を動かしてしなやかな体づくり)	
8月22日(木)19時30分から	京都エトセトラ(京都に関する話と落語)	
11月28日(木)19時30分から	薬膳茶菓(薬草を使ったお菓子づくりに挑戦!)	
12月26日(木)19時30分から	フラワーアレンジメント(正月に向けた作品に挑戦!)	
1月23日(木) 19時30分から	メディカルアロマを知ろう	
2月未定	終学旅行	

※日時や内容は変更になる場合があります

市役所本庁 (代表)☎63-1111

- **☎**68-1111 有明庁舎 (代表) 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

集

参加者募集 がんばらんば体操教室

催します。 めに、がんばらんば体操教室を開 んばらんば国体の機運を高めるた 市民の健康増進を図り、長崎が

▼ と き から16時まで 毎月第4金曜日 15 時

2月28日、3月28日 12 月 27 日、 9月27日、 6月28日、7月26日、8月23日、 実施日…4月2日、5月2日、 平成26年1月2日、 10月25日、11月22日、

参加者募集

ウォーキングサークル

▼ところ 島原市霊丘公園体育館 弓道場(4月~平成26年2月)、 市立有馬武道館(3月 運動のできる服装

> ▼問い合わせ先 文化・スポーツ ▼申し込み 要ありません。都合の良い日に 振興グループ (☎内線663) 気軽に参加してください 事前の申し込みは必



間づくりをしてみませんか。 ウォーキングで健康づくりや仲

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 杉谷公民館 とき

※雨天時も実施します

歩いて食べよう会

▼と き 毎週金曜日 9時30分

※雨天時は中止します

問い合わせ先 市保健センター(☎⑭フフ13)

受講生募集 要約筆記奉仕員養成講座

の養成講座が開催されます。 容を要約し、文字通訳する奉仕員 難聴者のためにその場の話の内

願い手帳」があります。

▼ところ ·持参品 飲料水・タオル 島原文化会館

のぎくウォーキングサークル ※雨天時は中止します ※4月3日似はひょうたん池公園 で実施します

▼と き 4月5日金 9時30分

から 有明保健センター

▼ところ ▼持参品 飲料水・タオル

さるいてみゅう会

※雨天時も実施します

4月4日休 9時から

持参品 弁当・飲料水・ タオル

から

▼持参品 ▼ところ 島原文化会館 タオル、飲料水

を差し出されたら 「電話お願い手帳

な人が、外出先で電 耳や言葉の不自由

ニケーション用具として「電話お 用件や連絡などを書いて近くの人 話連絡などの必要が生じた際に に協力をお願いするためのコミュ

▼とき

・基礎課程…5月11日から7月6 日までの毎週土曜日(6月2日

・応用課程…7月13日から8月10 日までの毎週土曜日 は休み) 10時から15時まで 10時から

▼ところ 市福祉センター

15時まで

▼講 師 記会すまいる 研究会長崎県支部、 協会、NPO全国要約筆記問題 県難聴者・中途失聴者 島原要約筆

▼申し込み・問い合わせ先 市社 ▼受講料 会福祉協議会(☎⑯3855) 応用課程1800円が必要) ト代として基礎課程1500円 無料(ただし、テキス

お知らせ

この手帳は、例えば救急車を呼

用されます。 や筆談の時のメモ用紙としても使 ぶ場合など緊急時に使用するとき

をお願いします。 りに電話をかけるなどのお手伝い 手帳を提示されたときは、代わ

▼配布・問い合わせ先 福祉保健 自由な人は利用してください。 布していますので、耳や言葉の不 務グループと有明支所の窓口で配 なお、この手帳は、福祉保健総 総務グループ福祉班(☎内線2

タクシー利用券の交付 重度心身障害者福祉

▼対象者 市内在住(在宅)の人で、 ずれかに該当する人 自分で運転を行なわず、 次のい

①療育手帳所持者

②精神障害者保健福祉手帳1級所

③身体障害者手帳所持者で、

次の

修業する人)

- ・1級または2級で車いすを常用 いずれかに該当する人 している人
- 通院により人工透析を受けてい
- 視覚障害1級でひとり暮らしの

人など

▼受付期限 ▼申込方法

▼持参品 障害者手帳、印鑑

▼受付開始日 4月1日別から 申請・問い合わせ先 福祉保健

73) または有明支所 (☎内線 総務グループ福祉班 (☎内線2

506)

奨学金の貸し付け

島原市奨学金

▼貸付対象学校と貸付月額

73) または有明支所(☎内線

・高等学校(専修学校の高等課程 万5000円 およびこれに準ずる課程)… 1

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

※貸し付けは無利子です

▼対象者 次の事項をすべて満た

②高校、大学などに在学する人(専 ①本人または扶養者が市内在住で 修学校などは2年以上の課程に あること

③経済的理由で、修学が困難な人 ④学業成績が良好で、品行方正な

⑤日本学生支援機構・長崎県育英 会などの奨学生ではないこと

▼問い合わせ先 教育総務グルー

ことができます

プ (☎内線621)

長崎県育英会奨学金

生を除く)

・貸付対象学校と貸付月額(高校

国公立大学など…4万1000

※貸し付けは無利子です ・私立大学など…4万7000円

※高校生は在学校へ問い合わせて ください

①県内に住所を有する人の子など ▼対象者 次の事項をすべて満た す 人

②大学など(大学、短期大学、専 ③経済的理由により修学が困難で、 てふさわしい人 修学校など) に在学している人 かつ人物、学業とも奨学生とし

▼受付期限 ないこと 4月6日 金まで

④日本学生支援機構の奨学生では

必要な書類を添えて教育総務グ ループへ提出してください けの願書に必要事項を記入し、 たは市民窓口グループに備え付 6月28日 金まで 教育総務グループま ※願書などは長崎県育英会のホー ▼申込方法 教育総務グループま ループへ提出してください 必要な書類を添えて教育総務グ けの願書に必要事項を記入し、 たは市民窓口グループに備え付

ことができます ムページからダウンロードする

※願書などは市教育委員会のホー

ムページからダウンロードする

▼問い合わせ先 教育総務グルー 県育英会(☎095-824-7 5 0 1 プ (☎内線621) または長崎

全体見直し完了について 農業振興地域整備計画の

今後の農業振興ならびに効率的な 備基本方針の変更などを受けて、 完了しました。 農業振興地域整備計画の見直しが いましたが、平成25年3月15日で 域整備計画の見直し作業を行って 土地利用を図るため、農業振興地 過したことや県の農業振興地域整 市では、合併後相当の期間が経

付を、平成25年4月より再開しま した個別の農振除外申請などの受 それに伴い、一時中断していま

▼問い合わせ先 プ企画調整班 (☆内線561) 産業政策グルー

報 らしの情

担当窓口が変わります 育成医療と未熟児に関する

に関する窓口が、県から市に変わ 4月1日から育成医療と未熟児

グループとなります。 申請書の受付などは、次の担当

時15分まで

▼育成医療 身体に障がいのある ▼養育医療 養育医療(未熟児が 子どもに対する育成医療の給付 など…福祉保健総務グループ福 祉班 (☎内線273)

対象)の給付など…こども支援 グループこども家庭班(☎内線

・未熟児の訪問・指導 ンター (☎⁶7713) 市保健セ

固定資産税(土地・家屋) 価格等帳簿の縦覧

ます。 地・家屋価格等縦覧帳簿を公開し 4月1日から、平成25年度の土

きる制度です。 価が適正であるかどうかを確認で ことにより、本人所有の資産の評 他の土地・家屋の価格と比較する を所有する固定資産税の納税者が この制度は、市内に土地・家屋

> た土地が価格の見直しとなります。 すので、昨年中に新・増築などし ▼縦覧期間 4月1日側から5月 た家屋および地目変更などがあっ 31日 金まで(土曜日・日曜日・ 平成25年度は価格の据置年度で 祝日は除く) 8時3分から17

▼縦覧場所 税務グループ固定資 産税班

▼縦覧できる人 土地または家屋 を所有する固定資産税の納税者

▼縦覧できる内容

·土地…所在、地番、地目、 地積

・家屋…所在、家屋番号、 構造、床面積、 価格 種類、

▼問い合わせ先 税務グループ固 定資産税班(☎内線173)

島原大変遭難者慰霊祭

山の治山を祈念して、慰霊祭が行 われます。 島原大変遭難者のご冥福と、眉

▼ところ 眉山治山祈念公苑 (総 ▼と き 4月7日(日) 合運動公園内) 10時から

・問い合わせ先 協会内☎@3986) 苑保勝会事務局(島原温泉観光 眉山治山祈念公

島農 春の市

▼と き 4月7日出 から11時まで 9時30分

▼ところ 島原農業高校

販売 農産物、野菜苗、花苗、ケーキ やスープ生姜めんなど加工品の

- 動物ふれあいコーナー
- 生活福祉科生徒実習品販売
- 和太鼓演奏
- ・問い合わせ先 島原農業高校(☎

@5125)

国民年金コー ナー

出張相談日程 平成25年度諫早年金事務所の

ましたのでお知らせします。 よる出張年金相談の日程が決まり 平成25年度の諫早年金事務所に

▼相談日 4月17日/km、5月15日 19日冰、3月19日冰 8月2日0次、9月18日分、10月 M、6月19日M、7月17日M、 (水、平成26年1月2日水、2月 16日欧、11月20日欧、12月18日

▼ところ 市民窓口グループ

▼申込方法 相談開設日の10日前 ▼募集人数 各回20人

> 約(電話予約可)をしてください までに年金相談受付票による予

平成25年度の国民年金保険料

料の納付は、日本年金機構から送 レジットカードでも納付できます ンターネットを利用した納付やク でできるほか、口座振替納付、イ 機関やコンビニエンスストアなど 付される納付書により全国の金融 1万5040円になります。保険 の保険料は、6円引き上げられて 平成25年4月分からの国民年金

ねんきんネット稼働中

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

問い合わせ先

内線232) 市民窓口グループ国民年金班

不要品の交換

おゆずりします

Lサイズ)、ベビーベッド 国見高校女子制服(夏冬・上下、

おゆずりください

民相談センター(☎内線184)へ。 チャイルドシート 詳しくは、生活安全グループ市

●狂犬病予防注射●



犬(生後 91 日以上)を飼っている人は、犬を登録し、その犬に毎年 1 回狂犬病予防注射を受けさせるよう法律で定められています。

市では、次の日程で、犬の登録および狂犬病 予防注射を実施します。

都合の悪い人は、最寄りの動物病院で接種後、「注射済証」を環境グループまで持参し、注射済票の交付を受けてください。(注射済票交付手数料 550 円が必要です)

◎手数料(1頭当たり)

- ・登録済みの犬 3050円(注射代+注射済票 交付手数料)
- ・未登録の犬 6050 円 (登録手数料+注射 代+注射済票交付手数料)

◎注 意

- ・食欲、元気がない、妊娠・授乳・治療中の場合は、注射前に獣医師に申し出てください
- ・注射当日は犬を制御できる人が連れてきてください。また、犬のフンは飼い主が責任を持って処理してください
- ○問い合わせ先 環境グループ衛生保全班(☎ 内線192)

期日	時間	会場	
4月14日 (目)	9:30~12:00	市役所大手浜駐車場	
	10:00~10:15	長貫公民館	
4月15日 (月)	10:40~11:30	三会農村環境改善センター	
4万13日(万)	13:30~13:50	下折橋町集合避難施設	
	14:20~15:00	杉谷公民館	
	10:00~10:30	市医師会看護学校	
4月16日(火)	10:50~11:05	霊丘公民館	
	13:30~14:00	白山公民館	
	10:00~10:35	第二中学校体育館横	
4月17日(水)	11:00~11:15	外港公園(下川尻公民館前)	
	13:30~14:30	安中公民館	
	10:00~10:30	松尾駅前	
4月18日 (木)	10:50~11:10	東小路公民館	
4月10日(水)	13:30~13:45	川内公民館	
	14:10~14:40	戸切公民館	
	10:00~10:15	浜東公民館	
4月19日(金)	10:30~10:55	神木公民館	
オプリグロ (並)	11:15~11:45	城之尾公民館	
	14:00~15:00	有明公民館前駐車場	

しまばら ① わかめ ~旬を味わおう~

食育レシピ わかめカツ エネルギー: 281kcal たんぱく質: 15.1 g 脂質: 17.8 g 食塩: 1.2 g



わかめでボリュームアップ

揚げ物は高カロリーですが、わかめでかさ増しして ボリュームアップ。メタボが気になる方にオススメ です。

わかめのヌメヌメで健康アップ

わかめなどの海藻に含まれるヌメヌメの成分は、 がん予防効果や血糖値の上昇を緩やかにする作用が あります。



レシピ提供:島原市食生活改善推進員協議会

材料	分量 (4 人分)	作り方
豚ロース(4mm 厚さ) 塩 こしょう 塩わかめ(戻して) 小麦粉 卵 水 パン粉 揚げ油	8枚 少少々 40g 40g 1個 大 道 適 適量	①豚肉に軽く塩・こしょうをし、戻したわかめをのせ、 もう 1 枚の豚肉を重ねてわかめを肉で包み込む。②①を混ぜ合わせた A にくぐらせ、パン粉をつけ、 油でこんがりと揚げる。※お好みでポン酢をかけていただく

くらしの情報

市民相談センターのご案内

4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〉

4月2日(火)・9日(火)・16日(火) $13:00 \sim 16:00$ 13:00~16:00 〈有明福祉センター〉 4月3日(水)

◆人権相談(人権擁護委員)

 $13:00 \sim 16:00$ 4月3日(水)

◆不動産に関する相談(宅建協会)

4月15日(月) 13:00~16:00

◆弁護士法律相談(弁護士)【要予約】

4月18日(木) $13:00 \sim 16:00$

◆公証人法律相談(島原公証役場公証人)

4月24日(水) $13:00 \sim 16:00$

◆交通事故巡回相談(県交通事故相談員)

4月25日(木) $10:00\sim16:00$

◆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

スポーツ安全保険へ加入を

スポーツなど団体活動中の万一の事故に備えて、ス ポーツ安全保険への加入をおすすめします。

- ●対象団体 スポーツ活動や文化活動、ボランティア 活動、地域活動などを行う5人以上の団体
- ●保険期間 加入手続き日の翌日から平成26年3月 31 日まで
- ●問い合わせ先 文化・スポーツ振興グループ(☎内) 線663)

+14 1 4 7 m/4	掛金	傷害保険(補償金額)		
対象となる団体	(1人年額)	死亡 (後遺障害)	入 (日 額)	通 院 (日 額)
子どものグループ (中学生以下) 文化活動団体 (高校生以上)	800円	2000万円 (3000万円)	4000円	1500円
成人のスポーツ団体 (高校生以上)	1850円	2000万円 (3000万円)	4000円	1500円
65歳以上	1000円	600万円 (900万円)	1800円	1000円



島原図書館(☎64-4115) 開館時間···10:00~18:00(金曜日は20時まで) 4月の休館日… 1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・30日(火)・5月1日(水) 有明図書館(☎68-5808) 開館時間…9:00~18:00

4月の休館日… 2日火・9日火・16日火・23日火・30日火・5月1日水

新刊図書紹介



「正義のセ 1 |

阿川 佐和子 著 角川書店

子どもの頃から正義感が強かった凛々 子は、念願の検事になり意欲に燃えるも のの苦戦の連続。周囲に支えられながら ひとつずつ難問に挑むが、ついにある大 失態をおかして…。



「一路」上・下

浅田 次郎 著 中央公論新社

いざ、江戸見参の道中へ。小野寺一路 19歳。父の不慮の死を受け御供頭を継 いだ若者は、家伝の「行軍録」を唯一の 手がかりに、江戸への参勤交代を取り仕 切る。

■「蘭陵王の恋」

平岩 弓枝 著 文藝春秋

■「玉磨き」

三崎 亜記 著 幻冬舎

■「桜ほうさらし

宮部 みゆき 著 PHP研究所

■「パン屋を襲う」

村上 春樹 著 新潮社



4月の催し

島原図書館

■ おはなしのじかん 6 日 ± ・ 13 日 ± ・ 20 日 生

11:00 ~

■ おはなしのじかん 0.1.2

24 日外 11:00 ~

■ たんぽぽおはなし会

27 日生) 11:00 ~

■ 郷土史を学ぼう会 「神習処 できて百五十年」

「深溝世紀 忠和公編」

27 日生) 14:00 ~

有明図書館

■ ちいさなおはなしかい 13 日生) 14:30 ~

■ こんねクイズにチャレンジ 24 日欧~5月12日田 ~図書館や本に関するクイズを解いて、全問正解 を目指そう~

■ 春のスペシャルおはなし会 27 日生) 14:30 ~ ~「こんね」の皆さんによるおはなし会~

◎図書館のホームページで蔵書の検索ができます

島原図書館・有明図書館ホームページアドレス http://www.shimabara-city-libraries.jp/



「よしもと新喜劇が島原にやってくる!

島原市自主文化事業

新喜劇 & バラエラ

5/19 14時開演

島原文化会館

出演者(予定)——

新喜劇/内場勝則、チャーリー浜、島田珠代ほか バラエティ/レモンティー

> メガモッツ ひのひかり智 もりやすバンバンビガロ



- ▶入場料 3500円(当日4000円) ※3歳以上はチケットが必要
- ▶チケット発売開始 4月13日(土)から
- ▶チケット取り扱い

島原文化会館、有明総合文化会館、ながせや 中堀町店、横浜屋、島原ショッピングモールウィ ルビー、島原市民劇場、ローソン各店、セブン イレブン各店

▶問い合わせ先 島原文化会館(☎62-2111) 文化・スポーツ振興グループ (☎ 68-5474)











「広報しまばら」がコンビニに

広報しまばらは、町内会・自治会、婦人会、育 友会など多くの配布協力者により、各家庭へ配布 されています。

広報しまばらが届かない人や市外から訪れる人 に手に取っていただけるよう、24時間気軽に立 ち寄ることができる市内コンビニエンスストアに も設置することにしましたのでお知らせします。

- ▶設置日 毎月1日ごろを目安に設置(今月号から)
- ▶問い合わせ先 政策企画グループ秘書広報班

(☎ 63-1111 内線 124)

ご協力いただいたコンビニエンスストア各店	
ファミリーマート 有明湯江店	セブンイレブン 島原原口町店
ファミリーマート 島原有明店	セブンイレブン 島原北門町店
ファミリーマート グリーンロード店	セブンイレブン 島原城見町店
ファミリーマート 島原本町店	セブンイレブン 島原下川尻町店
ファミリーマート 城下町店	ローソン 島原大手原町店
ファミリーマート 島原港店	「広報しまばら」は、コンビニエンス
ファミリーマート 島原大下店	ストアのほか、市役所本庁舎、有明 庁舎、各地区公民館、保健センター、 図書館などにも設置しています
ファミリーマート 島原アリーナ店	

◆市ホームページアドレス

世帯数

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

◆島原市の人口(3月1日現在)

48,311人 (前月比-44) 人口

22,403人 (前月比 - 28) 男

25,908人 (前月比-16) 女 19,162世帯(前月比 - 9)

出生 71 件 死亡 61 件 転入 69 件 転出 71 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/