

くらしの 情報

募集

「土木工事現場見学会」 参加者募集

11月18日の「土木の日」にちなみ、普段は見学できない公共工事の現場見学会を行います。



▼とき 11月16日(日) 8時30分～17時(予定)

▼見学場所 長崎みなと見学会(長崎市)、一般県道諫早外環状線道路改良工事(諫早インター工区)

▼対象者 市内に住所を有する人

▼参加費 無料

▼持参品 弁当、飲み物など

▼募集人数 40人

※小学生以下は保護者同伴が必要

※応募多数時は抽選

▼応募方法 往復はがきに住所・

■市役所本庁(代表) ☎63-1111

■有明庁舎(代表) ☎68-1111

- ・有明支所
- ・産業部
- ・教育委員会(教育総務課・学校教育課・社会教育課・スポーツ課)
- ・農業委員会
- ・水道課

■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/>

氏名・年齢・電話番号・返信用の宛名を記入の上、応募してください

※グループで申し込む場合は、全員分の必要事項を記入してください

▼応募期限 10月31日(金)まで(当日消印有効)

▼応募・問い合わせ先 道路課道路整備班(☎855・8555)

島原市上の町537番地 ☎内線221

「ひとり親家庭のための研修 バス旅行」参加者募集

ひとり親家庭の親睦を図るとともに動物や植物の観察やふれあいを楽しみます。



▼とき 11月9日(日) 7時30分～17時(予定)

▼行き先 熊本市動植物園

▼対象者 ひとり親家庭の親と子ども

▼参加費 無料

▼持参品 弁当、飲み物など

▼申込方法 電話で申し込む際、住所・氏名・生年月日・乗降バス停をお知らせください

▼申込期限 10月31日(金)

▼申し込み・問い合わせ先 島原市母子寡婦福祉会(☎080・4280・5147) または子ども課(☎内線279)

▼申し込み・問い合わせ先 島原市母子寡婦福祉会(☎080・4280・5147) または子ども課(☎内線279)

▼申し込み・問い合わせ先 島原市母子寡婦福祉会(☎080・4280・5147) または子ども課(☎内線279)

自衛官募集

高等工科学校生徒

▼資格 男子で中学卒業(見込)

▼年齢 17歳未満の人

▼受付期間 11月1日(土)～平成27年1月9日(金)

▼一次試験 平成27年1月24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 年間を通じて行っています

▼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(☎623759)

▼問い合わせ先 自衛隊島原地域事務所(☎623759)

お知らせ

「燃やせるごみ」の全地区収集

10月14日(火)は、市内すべての地区の燃やせるごみを収集します。

燃やせるごみを出す際は、8時までに指定の場所へ出していたください。よろしくお願いいたします。

▼問い合わせ先 環境課クリーン資源班(☎内線193)

特別障害者手当、障害児福祉手当について

特別障害者手当

20歳以上で国民年金の1級程度の障がい(重複するなど著しく重度の心身障がい)で、日常生活において常に特別の介護が必要な在宅の人に支給されます。ただし、福祉施設に入所または3カ月を超えて病院などに入院している人は、この手当の対象になりません。

なお、本人または扶養義務者の所得によって制限があります。

▼支給月額 2万6000円(平成26年10月現在)

障害児福祉手当

20歳未満の重度の心身障がい児で、日常生活において常に介護を必要とする在宅の人に支給されます。ただし、福祉施設に入所して

いる人は、この手当の対象になりません。

なお、本人または扶養義務者の所得によって制限があります。

▼支給月額 1万4140円(平成26年10月現在)

問い合わせ先

福祉課障害福祉班(☎内線273)

高齢者への火災警報器の給付

高齢者など次の条件をすべて満たす人に火災警報器(熱式)を給付します。

①市内に住所を有するおおむね65歳以上の人

②心身機能低下に伴い防火などの配慮が必要なひとり暮らしの人

③前年分の所得税非課税世帯に属する人

▼申込期間 10月1日(水)～10月31日(金)

▼設置場所 台所

▼設置時期 12月中旬～平成27年1月ごろ(予定)

▼申し込み・問い合わせ先 福祉課地域福祉班(☎内線277)または有明支所(☎内線509)

戦没者追悼式

市および県では、戦没者の御霊を慰めるとともに、わが国の恒久平和を祈念するため、追悼式を行

います。市民皆さんの参列をお願いします。

▼島原市戦没者追悼式

○とき 10月2日(木) 10時

○ところ 島原文化会館

▼長崎県戦没者追悼式

○とき 10月28日(火) 10時30分

○ところ 大村市体育文化センター

▼問い合わせ先 市戦没者慰霊奉賛会事務局(福祉課地域福祉班内 ☎内線331)

合同行政相談所の開設

国、県、市が行っている仕事(道路・税金・福祉・登記・公害など)に関する意見、要望の相談を受け付けます。相談は無料で秘密は守られます。

▼とき 10月24日(金) 13時～16時

▼ところ 霊丘公民館

▼相談員 行政相談員、長崎行政評価事務所、司法書士会、行政書士会、土地家屋調査士会、市職員

▼問い合わせ先 市民安全課市民相談センター(☎内線184)

行政書士制度広報月間に伴う無料相談会

県行政書士会島原支部では、次のとおり無料相談会を開催します。

▼とき 10月1日(水)～10月7日(火) 9時～17時

※土曜・日曜は除く

▼ところ 市内の各行政書士事務所

▼問い合わせ先 県行政書士会島原支部(☎③0831)

10月1日～10月7日は「公証週間」

「公証制度」は長く裁判官、検察官、法務局長などの職にあった法律専門家の中から法務大臣により任命された公証人が、各種契約や遺言などを公正証書として作成し、民事紛争の予防や私権の明確化を図るための公的制度です。

公証役場では、遺言、相続、任意後見、離婚に関する取り決め、重要な取引に関する契約などの法律相談を受け付けています。相談は無料で、秘密は守られます。

▼受付時間 8時30分～17時

※土曜・日曜・祝日は休み

▼問い合わせ先 島原公証役場(☎②7822)

10月は土地月間

大規模な土地取引は国土利用計画法により、届け出が必要です。

一定面積以上の土地の取引をした場合は、土地(権利)取得者が契約締結の日から2週間以内に土

地の利用目的や取引価格などを市に届けてください。

▼届け出が必要な土地取引

○都市計画区域内：5000平方メートル以上

○都市計画区域外：1万平方メートル以上

▼問い合わせ先 都市整備課都市計画班(☎内線226)

のんこの温水センター臨時開館・休館

10月21日(火)は定休日ですが、団体参加者などが利用できるよう臨時開館します。

また、県央県南クリーンセンターの法定点検整備に伴い、次のとおり休館します。

▼休館期間 11月4日(火)～11月14日(金)

▼問い合わせ先 のんこの温水センター(☎0957③5888)または県央県南広域環境組合(☎0957③8200)

10月は「臓器移植普及推進月間」

臓器の提供には、脳死から提供する場合と、心臓停止後に提供する場合があります。

どちらとも、意思表示カードなど書面に表示された本人の意思は尊重されますが、最終的には家族

の判断が必要になります。

大切な家族が迷わないためにも、日ごろから、自分の意思と家族の意思を話し合ったり、自分の気持ちをしっかりと伝え、臓器提供についての意思を表示することが大切です。

この機会に、健康保険証または運転免許証の裏面にある「臓器提供意思表示欄」を確認してください。

詳しくは、長崎県健康事業団健康企画課（☎0957④7131）へ問い合わせてください。

国民年金コーナー

国民年金の任意加入制度

60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間（25年）を満たしていない場合や、40年の納付済期間がないため老齢基礎年金を満額受給できない場合、厚生年金・共済年金に加入していない人は、60歳以降（申出した月以降）でも任意加入することが出来ます。

主な加入期間は次のとおりです。

- ①年金額を増やしたい人は65歳までの間
- ②受給資格期間を満たしていない人は70歳までの間
- ③外国に居住する20歳以上65歳未満の日本国籍を有する人

▼問い合わせ先 諫早年金事務所
国民年金課（☎0957②5166）

諫早年金事務所職員による年金出張相談（10月～12月）

▼とき 10月15日（水）、11月19日（水）・26日（水）、12月17日（水） 10時～15時

▼ところ 市民窓口サービス課ロビー

▼募集人数 20人
※11月26日は10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
※予約は相談日の2カ月前から可能です

年金に関する問い合わせ先

諫早年金事務所（☎0957②1663）または市民窓口サービス課国民年金班（☎内線232）

不要品の交換

おゆずりします

おゆずりください

電動ミシン

▼問い合わせ先 市民安全課市民相談センター（☎内線184）

小学校の教科書が決定しました

島原半島内の小学校で、平成27年度から平成30年度まで使用する教科書が次のとおり決定しました。なお、採択理由は島原市ホームページで確認することができます。



▶問い合わせ先 学校教育課（☎内線641）

種目	出版社	教科書名
国語	教育出版	ひろがる言葉 小学国語
書写	教育出版	小学 書写
社会	教育出版	小学社会
地図	帝国書院	楽しく学ぶ小学生の地図帳
算数	東京書籍	新しい算数
理科	大日本図書	たのしい理科
生活	教育出版	・せいかつ上 みんな なかよし ・せいかつ下 なかよし ひろがれ
音楽	教育芸術社	小学生の音楽
図画工作	日本文教出版	図画工作
家庭	開隆堂出版	小学校 わたしたちの家庭科
保健	学研教育みらい	みんなの保健

※検討した全教科書は10月31日（金）まで教育委員会で閲覧することができます（土曜・日曜・祝日を除く）

ARIAKE FESTA

アリアケフェスタ

たくさんの花が咲き乱れるフラワー公園で、楽しいイベントが数多く開催されます。

ご家族ご友人お誘い合わせの上、ご来場ください。

▶内 容

- ・有明の特産品販売
- ・フリーマーケット
- ・紅白餅まき
- ・ビンゴゲーム大会
- ・ミニコンサートなど



10/26 日 有明の森フラワー公園 10時～

▶問い合わせ先 有明町商工会（☎68-0255）

平成 27 年

島原市成人式は 1月3日（土）開催

- ▶と き 平成 27 年 1 月 3 日（土） 13 時 30 分～
- ▶ところ 島原文化会館
- ▶問い合わせ先 社会教育課（☎ 68-5473）

成人となる人の門出をお祝いするため、島原市成人式を開催します。

なお、成人式対象者への案内状は、10 月初旬に郵送します。

- ▶対象者 平成 6 年 4 月 2 日～平成 7 年 4 月 1 日に生まれた人
- ▶案内状の発送先

- ①島原市在住者…現住所
- ②島原市出身者で市外に居住している人…高校卒業時の住所

※対象と思われる人で、10 月中旬までに案内が届かない場合は、社会教育課へ連絡してください



1000 万本のコスモス しまばら秋桜まつり

見ごろ
10 月中旬～
11 月下旬

10/11（土）
オープニング
イベント

- ▶ところ 上折橋町 砂防締切堤防内
- ▶環境保全・維持管理協力金 300 円（高校生以下無料）
- ▶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）

島原城で秋を満喫…。

島原城秋祭り

10 月 11 日（土）・12 日（日）

- ▶問い合わせ先 島原城（☎ 62-4766）

- ◎島原城観月茶会……………18 時～ 21 時（一席 300 円）
- ◎天守閣夜間無料登閣……………18 時～ 21 時
- ◎島原城観月俳句会……………18 時～ 21 時
- ◎薬草粥のふるまい……………11 時、18 時（12 日のみ）
- ◎島原を彩る民話の夕べ……………18 時 30 分、19 時 30 分
- ◎天体望遠鏡で夜空鑑賞……………18 時～ 21 時

しまばら 食育レシピ

食事でロコモティブシンドローム（ロコモ）予防

切り干し大根の和風サラダ

1 人分栄養価

- *エネルギー 76kcal
- *たんぱく質 3.7g
- *塩分 0.8g
- *食物繊維 2.3g
- *カルシウム 101mg

材料（4 人分）

- ・切り干し大根（戻し）… 200g
- ・しらす干し……………30g
- ・かいわれ菜……………20g
- ・削り節……………20g
- ・おろし生姜……………20g
- ・薄口しょうゆ……………小さじ 4
- ④ 酢……………小さじ 4
- ・みりん……………小さじ 1 と 1/3
- ・こしょう……………少々



作り方

- ① 切干大根は軽くもみ洗いし、水でもどす。水気を絞りざく切りし、さっと茹でてざるにあげる
- ② しらす干しはざるに入れ熱湯を回しかける。かいわれ菜は根を除き半分に切る
- ③ ④ の調味料を混ぜ合わせておく
- ④ 切干大根、しらす干し、削り節を③の調味料で和える
- ⑤ かいわれ菜を上のにせる

レシピ提供

島原市食生活改善推進員協議会



「ロコモ」ってなに？

骨や関節などの運動器の機能が低下し、要介護状態のリスクが高まる状態を言います。ロコモ予防のため、食事に次のような物をバランスよく取り入れましょう。

- ◆カルシウム…乳製品、大豆製品など
- ◆ビタミン D（カルシウムの吸収を助ける）…魚、卵など
- ◆ビタミン K（骨へのカルシウム蓄積を助ける）…わかめ、ひじき、納豆、緑黄色野菜など



市民相談センターのご案内

10月の市民相談は、次の日程で市民相談センター（☎内線 184）で無料相談を行います。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

〈市民相談センター〉

10月7日（火） 13時～15時 古瀬行政相談委員
10月21日（火） 13時～15時 大隅行政相談委員

〈有明福祉センター〉

10月1日（水） 13時～15時 宇土行政相談委員

◆人権相談（人権擁護委員）

10月1日（水） 13時～16時

◆弁護士法律相談（弁護士）【要予約 月初めから予約受付】

10月16日（木） 13時～16時

◆不動産に関する相談（宅建協会）

10月20日（月） 13時～16時

◆相続・遺言・任意後見・各種契約など 公証人法律相談（島原公証役場 公証人）

10月22日（水） 13時～16時

◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）

10月23日（木） 10時～16時



納期限のお知らせ

- ・市県民税（第3期）
- ・国民健康保険税（第4期）
- ・後期高齢者医療保険料（第4期）

の納期限は **10月31日（金）** までです

納付には、便利な口座振替（自動振込）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。

また、税は主なコンビニエンスストアでも納付することができますのでご利用ください。

＜問い合わせ先＞

- 市県民税…税務課市民税班（☎内線 172）
- 国民健康保険税…税務課市民税班（☎内線 176）
- 後期高齢者医療保険料、介護保険料…保険健康課 後期高齢・介護班（☎内線 233）

図書館 通信

島原図書館（☎ 64 - 4115） 開館時間…9時～20時（4月から開館時間を延長中）

10月の休館日…6日（月）・14日（火）・20日（月）・27日（月）・31日（金）

有明図書館（☎ 68 - 5808） 開館時間…9時～18時

10月の休館日…7日（火）・14日（火）・21日（火）・28日（火）・31日（金）

新刊図書紹介



「どろにやいと」

成井 昭人 著 講談社

亡き父の後を継ぎ、万病に効くお灸を行商する「わたし」は、父の残した顧客名簿を頼りに日本海側の村を訪れる。帰りのバスに乗り遅れた「わたし」は、村で一泊することになるのだが…。



「テミスの求刑」

大門 剛明 著 中央公論新社

検察事務官・平川星利菜が組んでいた敏腕検事が弁護士殺害容疑で逮捕された。無実を主張する検事を信じられないままに、法廷で向き合うことになるが…。彼に法の女神が下す審判とは？

■「後妻業」

黒川 博行 著 文藝春秋

■「幻肢」

島田 莊司 著 文藝春秋

■「かたづの！」

中島 京子 著 集英社

■「緋の天空」

葉室 麟 著 集英社



10月の催し

島原図書館

■読書感想画展（視聴覚ホール） 1日（水）～30日（木）

■おはなしのじかん

4日（土）・11日（土）・18日（土） 11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～

「古文書にみる近世の島原」 講師：吉田信也 先生

「深溝世紀 巻3」 講師：松尾卓次 先生

有明図書館

■ちいさなおはなしかい 11日（土） 14時30分～

■おはなしのじかん 25日（土） 14時30分～

■読書パズルを完成させよう！ 25日（土）～11月29日（土）

島原図書館が利用しやすくなりました

旧島原雲仙農業協同組合（JA）跡地を図書館駐車場として利用できます。

そのほか、大手第一駐車場、島原振興局駐車場（土曜・日曜・祝日のみ）も利用できます。