

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26年

12月号
DECEMBER

No.727



姉妹都市との絆を深めた 「福知山市への友好親善訪問の旅」

11月8日、姉妹都市の京都府福知山市へ島原市民訪問団100人が訪れました。

今回の訪問は、姉妹都市提携30周年を記念し、昨年開催される予定でしたが、台風に伴う大雨災害などにより、やむなく延期していたものです。

福知山市民の熱烈な歓迎やおもてなしを受けた訪問団一行は、歓迎式や交流会などを通じ、時が過ぎるのも忘れ、福知山市民との交流を深めました。

345年前、松平忠房公が福知山城主から島原城主になった縁で結ばれた両市は、今回の訪問でより絆が深まりました。

目次

福知山市友好親善訪問の旅	2
長崎がんばらんば大会閉幕	4
平成25年度決算	6
平成25年度国保財政状況	9
島原市職員募集 ほか	10
児童扶養手当の一部改正 ほか	11
平成26年度全国学力・学習状況調査	12
しまばらお世話し隊募集	13
まちかどウォッチング	14
迎歳の会、節電にご協力を	16
島原半島世界ジオパーク	17
しまばら子育て情報	18
ふるさと再発見・クローズアップ	19
保健センターだより	20
公民館こうじょうほう	22
くらしの情報	23



姉妹都市提携30周年記念事業

福知山市への友好親善訪問の旅

京都府福知山市とは昭和58年3月1日に姉妹都市を提携し、長きにわたり交流を続けてきました。
今回、姉妹都市提携30周年を記念し、古川市長を団長とする友好親善訪問団100人が、福知山市を訪問し、互いに交流を深め、両市の絆がさらに深まりました。

11月8日、島原市民訪問団を乗せたバスが福知山市役所に近づくと、沿道に詰めかけた福知山市民の皆さん約400人が島原市章が入った小旗を振り、約12年振りとなる市民訪問団を笑顔で歓迎してくれました。

歓迎式では、松山正治福知山市長から「遠くから多くの人に来ていただき、感謝しています。また、昨年と今年発生した大雨災害時には、多くの市民ボランティアや職員に支援していただき感謝しています。今後も絆を深め、互いに発展していきましよう」と歓迎とお礼のあいさつがありました。

また、京都府立工業高校のマンボウ・ジャズバンドと福知山高校書道部がコラボした書道パフォーマンスでは、作品が完成し披露されると、大きな拍手が送られました。

その後の交流会で



福知山市民約400人の熱烈な歓迎を受けました

は、両市それぞれの記念品贈呈が行われたほか、福知山市・島原市の参加者約200人が初対面とは思えないほど会話が弾み、福知山踊り・島原音頭を参加者全員で踊ったり、歌うなどして交流を深めました。
翌9日は、福知山市の観光ボランティアガイドの案内で福知山城を見学したり、丹波生活衣館で藍染めの説明を受けたほか、お茶でのおもてなしを受けました。

福知山市を後にする際には、小雨にも関わらず福知山市民の皆さん約200人が見送りに駆けつけ、再会を約束し、別れを惜しみながら、バスが見えなくなるまで、互いに手を振り続けました。

今回の訪問で、市民訪問団は一樣に距離は離れていても心はそばにある」との思いを強くし、両市の絆がさらに深まりました。

歓迎式



1



2



3

1 島原市民訪問団を乗せたバスが会場に着く前から島原市章が入った小旗を振り、出迎えてくれました。熱烈な歓迎に、中には「涙が出そう」と言う声もありました

2 昨年と今年、福知山市で発生した大雨災害に対する島原市の支援（市民ボランティア、市職員の派遣、義援金）に感謝の気持ちを示す横断幕が掲げられました

3 福知山高校書道部による書道パフォーマンス

交 流 会



古川市長（左）から松山市長（右）へ「和ろうそく」などの記念品が贈られました



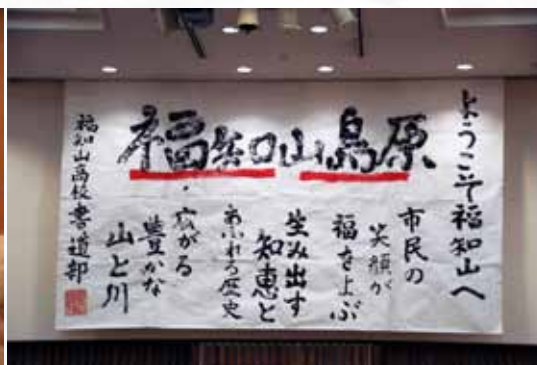
松山市長（左）から市民訪問団（野田隆義（右）訪問の旅実行委員長）へ「藍染のハンカチ」などの記念品が贈られました



福知山踊りの披露



福知山・島原両市の参加者が輪になり、福知山踊り・島原音頭を一緒に踊りました



福知山高校書道部による書道パフォーマンス作品（縦3m×横5m）



参加者は時間が過ぎるのも忘れ、交流を深め合いました

福知山市

江戸時代初期 1669 年（寛文 9 年）、当時の福知山城主の松平忠房公が国替えとなって島原へ移り住んだという歴史的な縁をきっかけとし、福知山市との交流が始まりました。

福知山市は、日本海に注ぐ近畿北部最大の由良川の流れをはじめとした豊かな自然に恵まれ、活気あふれる産業に栄える歴史の古い素晴らしいまちです。

福知山市民の皆さん、ありがとうございました。また、お逢いしましょう！

福知山市内観光



1



2

1 観光ボランティアガイドの案内で福知山城を見学

2 お茶のおもてなし

市民皆様のご協力ありがとうございました

「第 14 回全国障害者スポーツ大会 (長崎がんばらんば大会)」 閉幕



島原市で行われた 2 競技 (バレーボール・サッカー) では、長崎県選手団の皆さんは観客からの大きな声援をバックに、全力で頑張りましたが、惜しくも入賞できませんでした。しかし、選手の全力でプレーする姿は、皆さんに勇気と感動を与えてくれました。長崎県選手団の選手・監督の皆さん、大変お疲れ様でした。

バレーボール競技 (知的)



サッカー競技





大会を支えた運営ボランティア・競技補助員



お礼のこたば



島原市長
古川 隆三郎

長崎県で初開催となりました「長崎がんばらんば大会」が無事、閉幕いたしました。

大会運営につきましては、各競技関係者のほか、市民皆様をはじめとする市民ボランティアの方々、競技補助員の地元中学・高校生の皆さんなどのご協力により、盛会裏に終えることができました。

本大会の成功に向け、島原市を挙げて一致団結して培った経験は、今後の市政の振興にも必ず生かされるものと確信しております。今後も引き続き、市民皆様のご理解ご協力をお願いいたします。

最後に、これまでご尽力いただいた、すべての関係者の方々に厚くお礼を申し上げます。ありがとうございました。

平成 26 年 11 月 3 日

平成 25 年度決算

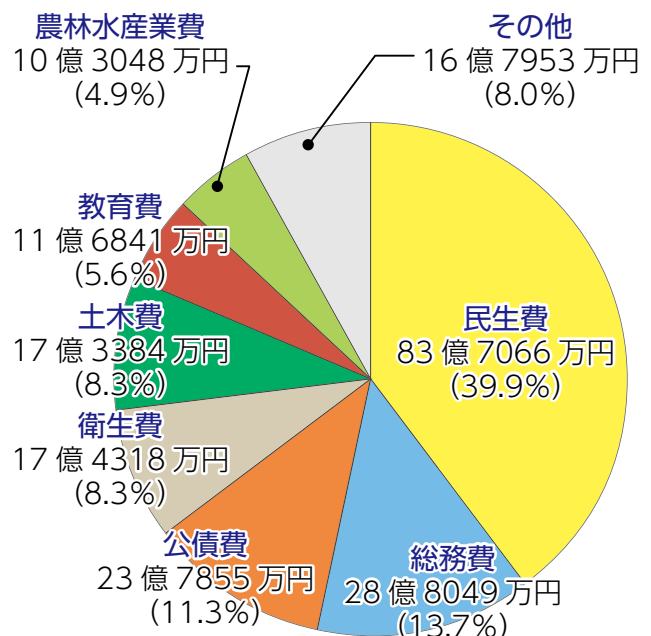
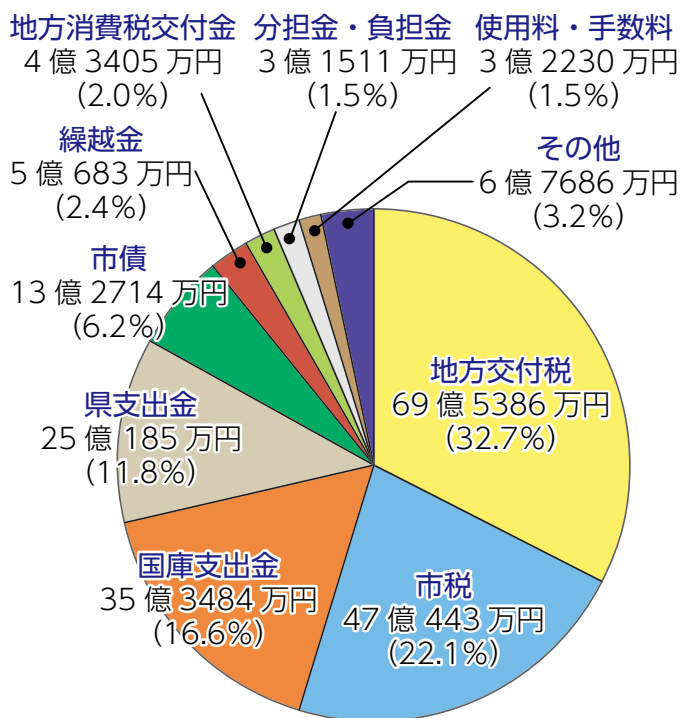
市が 1 年間にどれだけの予算を使って、どのような事業を実施したのか決算内容と主な事業について説明します。

▶問い合わせ先 総務課財政班 (☎ 63-1111 内線 152)

一般会計決算状況

次のとおり、平成 25 年度決算は歳入、歳出ともに前年度より大きく減少しました。

「市民目線に立った、オンリーワンの島原市」の実現に向けて、さらなる収支改善に努め、健全な財政運営に取り組みます。



歳 入

212 億 7726 万円

平成 25 年度の歳入総額は、212 億 7726 万円で、前年度に比べ 13 億 256 万円 (△ 5.8%) の減少となりました。

主な増減理由

市民税、たばこ税などの増に伴う「地方税」の増、「国庫支出金」の増があったものの、普通建設事業費の減少に伴う「市債」の減、「繰入金」の減や「県支出金」の減などにより、全体では歳入減となりました。

歳 出

209 億 8514 万円

平成 25 年度の歳出総額は 209 億 8514 万円で、前年度に比べ 10 億 8785 万円 (△ 4.9%) の減少となりました。

主な増減理由

地域の元気臨時交付金の交付に伴う「積立金」の増、「補助費」の増や「扶助費」の増があったものの、大型建設事業の終了に伴う「普通建設事業費」の減、緊急雇用創出事業の縮小に伴う「物件費」の減、「投資及び出資金・貸付金」の減などにより、全体では歳出減となりました。

島原市の財政状況を家計簿に置き換えると

決算状況をより分かりやすくするため、それぞれの項目を市民 1 人当たりの額に置き換え、身近な家計簿で表しました。

収入（市民 1 人当たり）		
項 目	決算上の内容	金 額
給料	市税・手数料など	11 万 4754 円
親からの援助	国・県からの交付金	28 万 7962 円
預金の引き出し	他会計や基金からの繰入金	38 円
借り入れ	市債	2 万 7956 円
前月からの繰り越し	前年度繰越金	1 万 676 円
雑収入	諸収入、寄附金など	6204 円
合 計		44 万 7590 円

・貯蓄残高（基金残高）15 万 7007 円

・借金残高（市債残高）39 万 879 円

※人口は 47473 人（平成 26 年 3 月 31 日現在）として算出しています

※家計簿の各項目の額は、総務省が定めた地方財政統計上の数値を使用しているため、決算書の総額とは若干の相違があります

支出（市民 1 人当たり）		
項 目	決算上の内容	金 額
食費	給与、議員報酬など	6 万 1858 円
日用品や公共料金など	旅費、光熱水費、郵便料・電話料など	5 万 9524 円
家電などの修理費	維持補修費	3646 円
医療費など	児童手当、生活保護費、福祉医療費など	10 万 5986 円
家屋の増改築	普通建設事業費など	5 万 1310 円
ローンの返済	公債費	5 万 103 円
預金	積立金、貸付金など	8614 円
町内会費など	一部事務組合負担金など	5 万 7555 円
子どもへの仕送り	他会計繰出金	4 万 2839 円
合 計		44 万 1435 円

島原市の財政は健全ですか？

地方公共団体の健全性に関する指標として、次の健全化判断比率を示す 4 つの判断指標と資金不足比率があります。島原市はいずれの指標も基準を下回っており、健全な財政運営を行っています。

①「実質赤字比率」は、一般会計などの実質的な赤字額が、基準的な収入に対して、どれくらいの割合になるかを示しています。

- ・早期健全化基準（黄信号ライン） 13.07%
- ・財政再生基準（赤信号ライン） 20.00%

⇒赤字はありません

②「連結実質赤字比率」は、すべての会計の実質的な赤字額が、標準的な収入に対してどれくらいの割合になるかを示しています。

- ・早期健全化基準（黄信号ライン） 18.07%
- ・財政再生基準（赤信号ライン） 30.00%

⇒赤字はありません

③「実質公債費比率」は、一般会計などでの実質的な借入金返済額が、標準的な収入に対して、どれくらいの割合になるかを示しています。

- ・早期健全化基準（黄信号ライン） 25.0%
- ・財政再生基準（赤信号ライン） 35.0%

⇒ 6.2%（対前年度比△ 0.8%）

④「将来負担比率」は、一般会計などが抱える実質的な負債残高が、標準的な収入に対して、どれくらいの割合になるかを示しています。

- ・早期健全化基準（黄信号ライン） 350.0%
- ・財政再生基準（赤信号ライン） —

⇒ 0.2%（対前年度比△ 7.7%）

「資金不足比率」は各公営企業の資金不足額が、事業規模に対して、どれくらいの割合になるのかを示しています。⇒資金不足はありません

平成 25 年度に実施した主な事業

萩が丘住宅整備事業

(事業費 4 億 2963 万円)

萩が丘住宅建て替え事業 (第 7 期) で 3 棟 21 戸を整備しました。



三会・松尾漁港海岸保全事業

(事業費 1 億 6413 万円)

台風時などの越波被害を防止するため、平成 23 年～ 27 年度にかけて消波ブロックを設置しています。



陸上競技場改修工事

(事業費 1 億 5877 万円)

公式の陸上競技会を開催できる施設として、施設整備を実施し、日本陸上競技連盟第二種公認陸上競技場として継続公認されました。



霊南山ノ神線整備事業

(事業費 1 億 777 万円)

市中心部の円滑な道路交通を確保するため、都市計画道路霊南山ノ神線の測量・設計・建物など調査の委託および橋梁工事を実施しました。



島原城跡公園災害復旧工事

(事業費 4081 万円)

平成 24 年 6 月に梅雨前線豪雨により被災した島原城跡公園の石垣復旧工事を実施しました。

財務会計システム導入事業

(事業費 2081 万円)

伝票や財務書類等の電子化、バーコードリーダーの利用による手作業の省略化などを図るため、財務システムの導入事業を実施しました。

平成 25 年度決算 特別会計

特別会計とは特定の事業を行うための会計区分です。島原市には平成 25 年度末で 6 つの特別会計があります。(平成 26 年度から交通災害共済事業会計を廃止し、有明町簡易水道事業会計を水道事業会計に統合しました)

・歳入決算額 88 億 3957 万円 (前年比 0.9%減)

・歳出決算額 86 億 9956 万円 (前年比 0.6%減)

各特別会計の歳入額・歳出額は次のとおりです。

特別会計名	歳入額	歳出額
国民健康保険事業	75 億 1650 万円	74 億 2048 万円
温泉給湯事業	8309 万円	8058 万円
交通災害共済事業	1366 万円	954 万円
島原市都市計画事業安中土地区画整理事業	82 万円	2 万円
有明町簡易水道事業	6 億 7683 万円	6 億 5090 万円
後期高齢者医療	5 億 4868 万円	5 億 3804 万円

平成 25 年度決算 目的税の使途状況

都市計画税

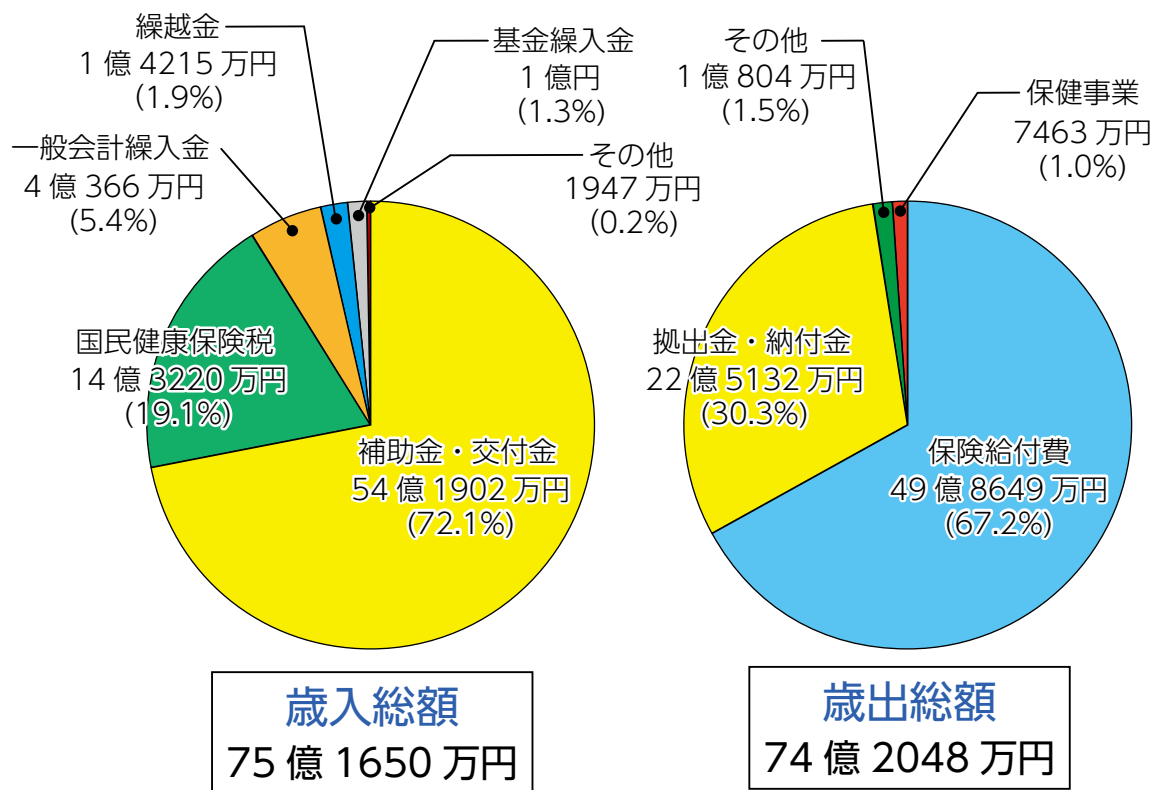
事業名		決算額
街路整備事業		1 億 777 万円
公債費（都市計画事業債のみ）		3 億 7403 万円
財源内訳	都市計画税	3 億 4393 万円
	国庫・県支出金	1556 万円
	市債	7090 万円
	繰越金	1807 万円
	一般財源など	3334 万円

入湯税

事業名		決算額
環境衛生施設整備		17 万円
鉱泉源の保護管理施設整備費		2200 万円
消防施設整備費		2758 万円
観光振興費		670 万円
観光施設整備費		5235 万円
財源内訳	入湯税	1509 万円
	国庫・県支出金	3265 万円
	一般財源など	6105 万円

平成25年度の国保財政状況

平成25年度決算状況については、前年度繰越金や国保財政調整基金の取り崩しで財政収支の均衡を図りました。今後も医療費が増加していくことで国保財政はさらに厳しさを増していくことが推測されます。



■依然として厳しい国保の財政状況

国民健康保険（国保）は、病気やけがのときに安心して医療が受けられるように、被保険者が保険税を出し合い、必要な医療費に充てて相互に助け合う医療保険の一つです。

近年、島原市の国保財政は厳しい状況が続いています。国民健康保険特別会計（国保会計）は、平成18年度から単年度収支は赤字が続いており、国民健康保険財政調整基金を取り崩して収支を図ったところです。こうした厳しい状況の中、医療問題や健康問題についてしっかりと考え、改善に向けて取り組んでいく必要があります。

■増え続ける医療費

国保財政の悪化には、被保険者の高齢化や医療の高度化などによる医療費の増加が影響しています。

1人当たりの医療費は、平成21年度30万9千463円でしたが、平成25年度では36万8千98円になっています。

一方で、平成23年度に国保税率などの改定を行いました。景気の悪化を背景とした被保険者の収入の減少などにより、税収が伸び悩んでいることも原因の一つとなっています。

国保加入者1人当たりの保険税の推移

年 度	1人当たりの国保税
平成21年度	7万4716円
平成22年度	7万3316円
平成23年度	8万5050円
平成24年度	8万4924円
平成25年度	8万7639円

国保加入者1人当たりの医療費の推移

年 度	1人当たりの医療費
平成21年度	30万9463円
平成22年度	32万6731円
平成23年度	33万7398円
平成24年度	34万6551円
平成25年度	36万898円

▼健康づくりに努めましょう

国保の医療費を抑えるためには、私たち1人1人が健康な体を維持することが大切です。国民健康保険では、皆さんの健康を守り、安心して生活できるように、特定健康診査・特定保健指導の実施などを行い、病気の早期発見・早期治療、重症化を抑えるなどの健康づくりを進めています。年に1度は必ず健診を受けるなど、健康づくりに努めましょう。

▼「ジェネリック医薬品」を活用しましょう！

ジェネリック医薬品とは、低価格でありながら、新薬と同等の安全性や効能・効果が認められた医薬品のことです。

窓口での負担も減りますので、「ジェネリック医薬品希望シール」を活用するなどして、かかりつけの医療機関や薬局に相談し、積極的に活用しましょう。

▼問い合わせ先

保険健康課国民健康保険班
 ☎1111内線231





民間企業経験者などを募集

(島原市職員平成 27 年度採用予定)

市民とともに活力あるまちづくりを進めていこうと熱意がある人を募集します。

▶職種および採用予定人数、受験資格

職 種	採用予定人数	受験資格
土 木	若干名	昭和 39 年 4 月 2 日以降に生まれた人で、次の①または②のいずれかに該当し、採用後は市内に居住できる人 ① 1 級または 2 級土木施工管理技士、技術士（建設部門、上下水道部門）、土地区画整理士のいずれかの資格を有する人 ② 大学卒業程度の学力を有する人

▶試験日および試験会場

	試験内容	試験日	場 所
第一次	①論文試験②専門試験	1 月 25 日（日）	森岳公民館
第二次	一次試験合格者のみ実施（個別面接試験）		

▶受付期間

12 月 5 日（金）～平成 27 年 1 月 5 日（月）
※郵送の場合は 1 月 5 日（月）までの消印有効

▶採用試験要綱などの請求方法

①インターネットで出力する場合

島原市ホームページ（<http://www.city.shimabara.lg.jp/>）からダウンロードしてください

②直接、請求する場合

秘書人事課人事班または有明支所で受け取ってください

③郵送により請求する場合

120 円分の切手を貼ったあて先を明記の返信用封筒（角 2）を同封のうえ、秘書人事課人事班へ請求してください

▶応募・問い合わせ先

秘書人事課人事班（☎ 63-1111 内線 126
〒 855-8555 島原市上の町 537 番地）

▶申込方法など

①提出書類

採用試験申込書、官製はがき（受験票用）、1 級または 2 級土木施工管理技士、技術士（建設部門、上下水道部門）、土地区画整理士のいずれかの資格の写し（大学卒業程度の学力を有する人を除く）

②申込時の注意事項

「採用試験申込書」に必要事項を記入し、指定された大きさの写真を貼った上、

直接、持参する人…あて先明記の官製はがき（受験票用）を添えて、秘書人事課人事班へ提出してください

郵送で申し込む人…あて先明記の官製はがき（受験票用）を同封し、封書（簡易書留扱い）にして秘書人事課人事班へ郵送してください

※はがきがない場合、受験票を発行できませんので注意してください

しまばら落語会 花緑・木久蔵・王楽三人会

テレビで活躍中の柳家花緑、林家木久蔵（二代目）、三遊亭王楽を迎えての、しまばら落語会を開催します。

2 月 15 日 14 時開演
有明総合文化会館

▶入場料 全席指定 2000 円（当日 2500 円）

▶チケット取扱い 12 月 10 日（水）発売

▶問い合わせ先 社会教育課（☎ 68-5473）



柳家花緑



林家木久蔵（二代目）



三遊亭王楽

チケット取り扱い

有明総合文化会館・島原文化会館・ながせや（中堀町店）・横浜屋・北田物産・まちの寄り処「森岳」・島原市民劇場・島原ショッピングモールウィルビー・ローソン各店・セブンイレブン各店

12月1日から

「児童扶養手当法」の一部が改正されます

これまで、公的年金（遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など）を受給する人は児童扶養手当を受給できませんでしたが、12月以降、年金額が児童扶養手当額より低い人は、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになります。

児童扶養手当を受給するには、申請が必要となります。

▼今回の改正により新たに手当を受け取れる場合

- ①子どもを養育している祖父母などが、低額の老齢年金を受給している場合
 - ②父子家庭で、子どもが低額の遺族厚生年金のみを受給している場合
 - ③母子家庭で、離婚後に父が死亡し、子どもが低額の遺族厚生年金のみを受給している場合など
- ※受給している年金額が手当額よりも低いかどうかは、こども課ごも家庭に問い合わせてください

▼手続きに必要なもの

- ①公的年金給付等の関係書類（年金証書、年金決定通知書など）
- ②受給資格者および子の戸籍謄本と住民票
- ③受給資格者の印鑑
- ④受給資格者名義の通帳

▼支給開始日

- ①手当は申請の翌月分から支給開始となります。ただし、これまで公的年金を受給していたことにより児童扶養手当を受給できなかった人のうち12月1日時点で支給要件を満たしている人が、平成27年3月までに申請した場合は、12月分の児童扶養手当から支給できます
- ②平成26年12月から平成27年3月分の児童扶養手当は、平成27年4月に支給されます

△参考▽

- 児童扶養手当の月額（平成26年4月～）※所得に応じて決定
- ・子ども1人の場合
 - 全部支給 4万1020円
 - 一部支給 9680円～
 - ・子ども2人以上の加算額
 - 2人目 5000円
 - 3人目以降1人につき3000円

▼申請・問い合わせ先（こども課）

も家庭班（☎③11111内線278）
または有明支所（☎⑧11111内線507）

東日本大震災復興支援

和ろうそく de Night for チャリティー

本市では、1月から地域おこし協力隊員を採用し、島原の貴重な地域資源である「和ろうそくの存続や活用」に取り組んでいます。

隊員の活動の一環として、12月から3月まで毎月1回、東日本大震災への復興支援を目的としたチャリティーイベントを次のとおり開催します。

なお、このイベントで集まった収益はすべて、被災地へ送る「和ろうそく代」に充てられます。

▶開催予定日 12月20日（土）・1月24日（土）・2月21日（土）・3月21日（土）

▶開催場所 本多木蠟工業所（有明町大三東丙545）

12月のテーマはクリスマスです ※1月以降のテーマは未定

<12月イベントプログラム>

第1部 和ろうそく絵付け体験・和ろうそく作り体験（体験料各800円）

16時～17時

第2部 メッセージカード作り（無料）

17時～17時30分

第3部 和ろうそくイルミネーション鑑賞（無料）

17時30分～18時30分



▶問い合わせ先 本多木蠟工業所（☎68-2684）・政策企画課（☎62-8012）

平成 26 年度 全国学力・学習状況調査

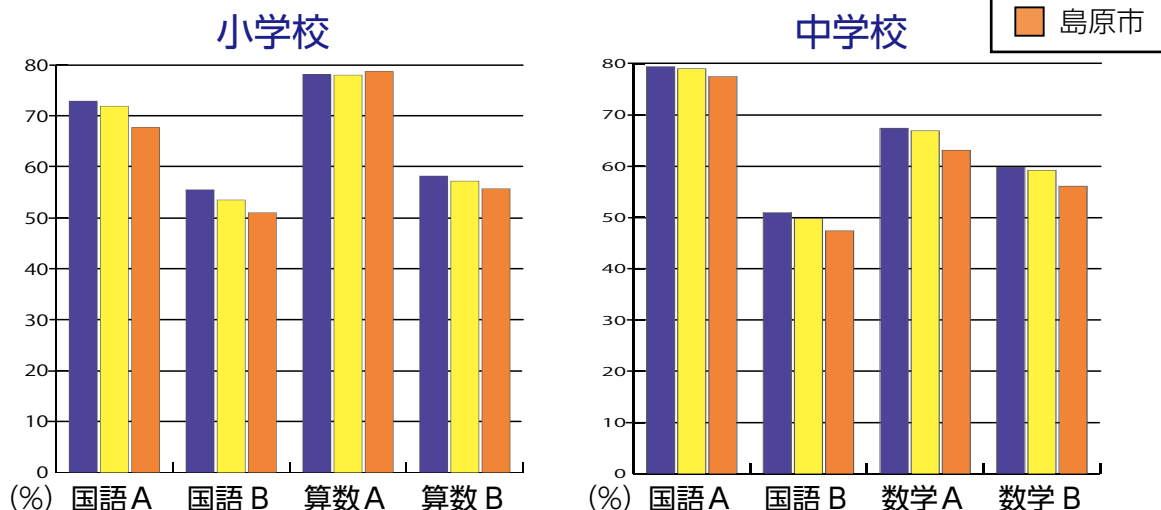
今年度の全国学力・学習状況調査が次のとおり実施されました。島原市内の小・中学生の状況についてお知らせします。

▶調査対象学年 小学校第 6 学年、中学校第 3 学年（原則として全児童生徒が対象）

▶調査実施日 4 月 22 日

全国学力・学習状況調査結果

①教科に関する調査（調査区分ごとの平均正答率）から



※国語 A、算数 A・数学 A…知識や理解の程度を図るもの

※国語 B、算数 B・数学 B…学習してきたことを活用して問題を解く力の程度を図るもの

○小学校算数 A の平均正答率が、全国平均、県平均を上回りました

○小学校国語 B・算数 B と中学校国語 A・B が、全国平均、県平均を下回ったものの、その差は昨年度より縮まっています

②児童生徒質問紙調査（学習意欲、学習方法、学習環境、生活の諸側面などに関する調査）から

- ・「テレビやゲーム」「インターネットやメール」の使用については、依然として平日に 2 時間以上使用している子どもがおり、家庭と協力し改善が必要です
- ・「学校に行くのは楽しい」と思っている子どもたちが多いことが分かります
- ・「朝食を毎日食べる」「毎日同じくらいの時刻に起きる、寝る」については、できていることが分かります（昨年同様）

学力向上への取り組み

①各学校で、週 1 回 30 分の学習の補充時間を設定しています

②小学校 4 年生と中学校 1 年生に、市の学力調査を行っています

③それぞれの課題に合わせた多くの問題を用意し、取り組ませています

※「基本的な生活習慣が身についている児童生徒は、平均正答率が高い傾向にある」となっていますので、生活リズムを整えるよう、学校と家庭が連携した取組を続けていくことが大切です

▶問い合わせ先 学校教育課（☎ 68-1111 内線 642）



しまばらハッピーライフ応援事業

『しまばらお世話し隊』

募 集 中 !!



市では、国の地域少子化対策強化交付金を活用し、結婚から妊娠・出産・子育てまで切れ目のない支援を行うために「しまばらハッピーライフ応援事業」を実施しています。

それに伴い、「出会いの相談」や「子育ての相談」などをボランティアとしてお手伝いしていただける「しまばらお世話し隊」を募集しています。身近にいる若者を応援しようという熱い気持ちをお持ちの皆さんの応募をお待ちしています。

▶ 応募条件

- ①市内在住の 20 歳以上で、ボランティアとして「結婚・妊娠・出産・育児」の応援をいただける人
- ②結婚相談所、仲人などを業としていない人
- ③暴力団員でないこと

▶ 活動内容

- 出会いの相談・仲介・助言
- 妊娠、出産、育児の相談・助言
- 結婚・妊娠・出産・育児に関する情報などの提供
- 県が実施する結婚支援事業への協力



▶ 申込方法

 申込書に必要事項を記載のうえ、次のいずれかの方法で申し込んで下さい

- ①郵送 〒 855-8555 島原市上の町 537 政策企画課地域・婚活班
- ②FAX 62-8007
- ③電子メール seisaku@city.shimabara.lg.jp
- ④政策企画課地域・婚活班へ持参

▶ 活動までの流れ

- ①認定者には後日認定書を交付します
- ②活動のノルマはありません

▶ 申し込み・問い合わせ先

政策企画課地域・婚活班 (☎ 63-1111 内線 141)



「お口“いきいき”健康支援（口腔ケア）事業」を受けてみませんか？

お口の中を健康にすると、歯の病気はもとより細菌の繁殖を防ぎ、口内炎や肺炎を予防し、食事もおいしくなり、ひいては全身の健康に繋がるといわれています。

お口の健康指導（むし歯の治療行為などは対象外）を受けて、「噛む力」や「飲み込む力」の低下を防ぎましょう。

- ▶ **対象者** 後期高齢者医療の被保険者
- ▶ **利用期限** 平成 27 年 2 月 28 日（土）まで
- ▶ **利用料** 無料
- ▶ **利用回数** 1 人 3 回まで
- ▶ **受診できる歯科医院** 長崎県歯科医師会加盟の歯科医院※詳しくは長崎県後期高齢者医療広域連合ホームページ（<http://www.nagasaki-kouiki.jp/>）をご覧ください
- ▶ **申込方法** 保険健康課後期高齢・介護班または長崎県後期高齢者医療広域連合に電話などで申し込んでください
- ▶ **申込期限** 12 月 19 日（金）まで
- ▶ **申し込み・問い合わせ先** 保険健康課後期高齢・介護班（☎ 63-1111 内線 233）
長崎県後期高齢者医療広域連合（☎ 095-816-3930）



しまばら温泉不知火まつり

10月25日・26日、島原城をメイン会場に島原の秋を彩る「しまばら温泉不知火まつり」が開催されました。

25日は島原城特設舞台で「島原城薪能」が開催され、訪れた人は幻想的な光に照らされた島原城をバックに演じられる幽玄な世界を堪能していました。

26日には、しまばらガマダス阿波踊り大会や歴史文化市中パレードなどが行われ、約1万5000人が島原の秋を楽しみました。



感性あふれる作品がずらり

北村西望賞教育美術展

11月8日から12日まで、島原文化会館で「北村西望賞教育美術展」が開催され、絵画や工作など267点が会場を彩りました。

この美術展は、本市の名誉市民・故北村西望先生の功績をたたえとともに、子どもたちの美術の表現力をさらに高め、創作意欲を喚起しようと開催されているもので、優秀作品が次のように決まりました。



平面の部



「そうじ大すきさ!」

第二小学校3年
稲田幸穂さん



「温泉神社」

大三東小学校6年
森田麻菜美さん

「夜景」

第三中学校3年
園田レナさん



立体の部



「すてきな木のおうち」

大三東小3年
村田智志さん



「おいしいたこ」

第一小学校5年
井元皓稀さん



「親子」

第二中学校3年
酒井瞳さん

叙勲、褒章受章おめでとうございます

平成 26 年秋の叙勲、褒章が発表されました。受章された皆さん、おめでとうございます。

●旭日双光章（元島原市医師会会長） 喜多吉彦さん（萩が丘二丁目）



昭和 44 年から医師として尽力し、島原市医師会会長、長崎県医師会理事などの要職を歴任するほか、雲仙・普賢岳噴火災害時には避難所での巡回診療など避難住民の健康管理などに努められ、地域医療の充実に多大な貢献をされました。

「多くの人に支えてもらい今の私がいます。今回の受賞は皆さんでいただいたもので、非常に名誉なことだと思っています。今後も、微力ながら地域社会に貢献してまいります」

●藍綬褒章（調停委員） 松本 八郎さん（六ツ木町）



平成 8 年 4 月から長崎地裁島原簡易裁判所民事調停委員、翌 9 年 4 月からは長崎家庭裁判所家事調停委員もあわせて務められ、長年にわたり、調停委員として民生の安定のため、公共の事務に尽力されています。

「仕事を通じて色々な勉強をさせてもらいました。関係者の皆様のお力をお借りし、ここまで継続できました。大変感謝しております。」



コミュニティ助成事業

コミュニティ助成事業とは、コミュニティ活動の促進と健全な発展を図るとともに、宝くじの社会貢献広報を目的としています。

住民が自主的に行うコミュニティ活動に必要な用具購入などに対する一般財団法人自治総合センターの助成を受けて、次の団体が備品などを購入しましたので紹介します。

「さつき会」では、民謡の存続・継承を図ることを通じて、市主催の行事や式典参加などを行っています。

今回、着物類を購入し、その取り組みに一層の弾みがつくものと期待されます。



「中堀町下通り商店街」では看板灯、「みなと商店街」では街路灯を設置しました。

LED化を図ることで、今まで以上に来街者の皆さんが安心して歩ける明るい商店街となりました。

「有明地区自治会連絡協議会」では、イベントで必要となった自治会に貸し出すため、イベント集会用のテントを 25 張購入しました。

さらなる自治会活動の活性化が期待されます。





島原城天守閣復元50周年記念 迎歳の会

島原城では、新年を迎えるにあたり次のようなイベントを行います。
元日に島原城天守閣の最上階で初日の出を迎える「初日会」をはじめ、一年間の無病息災を願う「大福茶会」や島原城の宝刀を一般公開する「刀剣展」を開催します。
ご家族おそろいで、新春のひとときを島原城で過ごしてみませんか。

▶初日会 1月1日(木) 天守閣展望所

元旦の朝、島原城天守閣展望所から「初日の出」を迎えましょう
(6時30分～9時まで無料登閣)



▶大福茶会 1月3日(土) 10時～ 島原城御馬見所(無料)

新春の門出に一年の無病息災を祈って大福茶会を開催します
※来場者にはお茶うけ(花びらもち)を振る舞います。ただし、数に限りがあります

▶刀剣展 1月10日(土)～25日(日) 9時～17時30分

島原城観光復興記念館

新春の島原城刀開きの日にちなみ、宝刀神気・神息を公開します



▶問い合わせ先 島原城振興協会 (☎ 62-4766)

節電にご協力を

今冬の電力供給は、必要最低限の余力を確保できる見通しですが、依然厳しい状況にあります。次の点に注意して昨年並みの節電にご協力をお願いします。

①節電をお願いする期間

- ▶対象期間 12月1日(月)～平成27年3月31日(火)
- ▶時間帯 平日8時から21時まで(年末年始12月29日～1月2日を除く)

注意点

- ・生活や健康、経済活動に支障のない範囲で取り組みましょう
- ・特に高齢者や乳幼児、病気の人がいる家庭では無理は禁物です
- ・節電により衛生面や安全、防犯がおろそかにならないようにしましょう



②家庭でできる節電の取り組み 次の表を参考にして節電へのご協力をお願いします

機器の種類	取り組み事例
エアコン	・重ね着などをして室温は20℃に設定する ・窓には厚手のカーテンを取り付ける
照明	・不要な照明は消す
テレビ	・画面の輝度を下げる ・見るとき以外は電源はオフにする
その他	・炊飯は1日分をまとめて炊きして冷蔵庫に保存する ・保温便座と温水の温度設定を下げる ・主電源を切るかコンセントを抜いて待機電力を削減する

※特に夕方は、各家庭が一斉に電力を使います。この時間帯にアイロンやドライヤーなど電力消費の大きい機器を同時に使うことがないようにしましょう

▶問い合わせ先 環境課環境班 (☎ 63-1111 内線 194)

島原半島はここから生まれた！早崎海岸

毎月、島原半島内のジオサイトやその見どころを紹介するこのコーナー。今回は早崎海岸です。



早崎海岸の見どころ

島原半島最南端の早崎半島は、気候が温暖で、とても景色の良いところです。

畑にはたくさん
のジャガイモが育ち、半島南部の早崎漁港周辺には、南島原市の天然記念物になっている大きなアコウの樹の群落（「あこう群落」）があります。



あこう群落

□之津港に面した地域は、かつては南蛮貿易や石炭の積み出し港として大変な賑わいを見せましたが、その入り口には、かつての長崎税関□之津支署庁で、県指定有形文化財に登録されている□之津歴史民俗資料館の重厚な建物が建っています。

半島のほぼ中央には、農業・食品産業技術総合研究機構カンキツ研究□之津拠点があり、温暖な気候を利用して早生、中生および晩生の柑橘類の品種改良や、品質の向上に関する研究が続けられています。さらに、早崎半島と天草下島との間にある早崎

瀬戸は、潮の流れが速いため、海底にたまった栄養塩がまき上がり、多くのプランクトンが生まれます。そのプランクトンを求めて小魚が集まり、さらにその小魚を餌として、ミナミハンドウイルカが定住しています。



早崎半島を作り上げたもの…

このように、多くの見どころがある早崎半島を造り上げたのは、今から430万年前に、現在の早崎海岸付近で起きた火山の噴火です。現在の島原半島を築き上げる最初の噴火で噴き出したマグマは、玄武岩と呼ばれるねばりけの小さいマグマで、現在のハワイ島や小笠原付近にできた新しい火山島（西ノ島新島）をつくっているものと同じです。生まれたての島原半島は、まさに今の小笠原付近で成長を続ける火山島のような姿だったのでしよう。

ぜひ早崎海岸で、美しい景色を眺めながら、島原半島誕生の様子を思い描いてみてください。

次回は「島原半島ジオパーク随一の奇岩・面子岩」を紹介します。

「島原半島ジオパーク検定」開催決定

来る2月1日(日)に島原半島ジオパーク検定（初級編・中級編）を行います。

詳しくは、広報しまばら1月号でお知らせします。

島原半島ジオパークサポーター講座 参加者募集



ジオパークの基礎知識を身に付けて、島原半島ジオパークをPRしてみませんか。

▶日時（時間は約1時間15分）および会場（いずれか都合の良い日に受講してください）

- ・1月13日（火）19時～ 森岳公民館
- ・1月14日（水）14時～ □之津公民館
- ・1月16日（金）14時～ 雲仙市小浜総合支所
- ・1月19日（月）14時～ ありえコレジヨホール
- ・1月20日（火）14時～ 吾妻町ふるさと会館
- ・1月21日（水）14時～ 有明公民館

▶内 容 お客様をお迎えするにあたってのジオパークの基礎知識

▶対象者 島原半島内に店舗・事業所などを有する人および従業員のみ

▶受講料 無料

▶受講特典 「島原半島ジオパークサポーター」として認定。「認定証、ステッカー、のぼり旗」のほかジオパークのPRリーフレット・ガイドブックやラックを配布します。また、ジオパークのリーフレットでお店などの情報を紹介します

▶問い合わせ先 島原半島ジオパーク協議会 (☎65-5540)

育児ワンポイント 冬至にカボチャを食べるわけ

一年で昼がいちばん短く、夜がいちばん長い冬至。冬至には「ゆず湯」に入り、カボチャを食べる風習があります。カボチャに多く含まれるカロチンやビタミンは粘膜を修復するのを助ける働きがあり、スープやシチューで心も体もぽかぽか。

血行促進効果がある「ゆず湯」や、栄養価の高い野菜を食べて、体を風邪から守りましょう。



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

第33回わくわく交流会のお知らせ

- ▶と き 12月12日(金) 10時～12時(受付9時30分～)
- ▶ところ 市保健センター
- ▶内 容 「ママのおんがくたい♪クリスマス★コンサート」
 - ・お楽しみクリスマス会もあります
 - ・食生活改善推進員の皆さんの手づくりおやつでティータイム
 - ・主任児童委員さんからのプレゼントもあります！
- ▶対象者 市内在住の乳幼児とその保護者
- ▶申込方法 事前に子育て支援室に申し込んでください(先着80組)
- ▶参加費 無料



サンタさんもやってくるよ



笑顔で子育て 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。

どなたでも自由に参加できますので、お友達と楽しい時間を過ごしてみませんか。

12月の育児サークル 10時～12時

育児サークル	内 容	場 所
きらら kids (第1火曜日)	12月2日(火) クリスマス飾り作り	有明保健センター
こいこいひろば (第1水曜日)	12月3日(水) クリスマスクッキング	霊丘公民館
にこにこ kids (第1木曜日)	12月4日(木) 冬のおやつクッキング	安中公民館
のびのび kids (第2火曜日)	12月9日(火) 楽しいお手玉遊び	三会農村環境改善センター
すくすくげん kids (第3木曜日)	12月18日(木) 楽しいクリスマス会	杉谷公民館
ぱぴぷキッズ (第4木曜日)	12月25日(木) おしゃべりタイム	市保健センター



楽しいお手玉遊び



楽しいクリスマスお話し会

※食生活改善推進員・ありあけ母親クラブによる手作りおやつもあります

ふるさと再発見

― 石垣の矢穴 ―

島原城の石垣にはたくさんの石材が使われています。

本丸・二ノ丸・堀の石垣の立面積の合計はおよそ2万6800平方メートルあり、石材一つを1平方メートルとして計算すると2万6000個の石材が使用されていることになります。実際は小さな石材も使用されているのでそれ以上の数になります。

石材はすべて島原石と呼ばれるデザインで、雲仙火山が産出したものです。石材のなかには、よく見ると端の方に「四角」に窪んだ部分がある石材があります。

これは、石材を割るために彫られた「矢穴」と呼ばれ、当時の石割技術の痕跡です。

「石ノミ」で石材に長方形の穴をあけ、その中にくさび状の「石矢」を入れ、石矢の頭をゲンノウ（ハンマー）で打ち、矢穴が広がり、石材が割られます。

矢穴には、大きいものと小さい矢穴があり、大きい矢穴は幅が16センチ程あり、小さい矢穴

は6センチ程で3倍程の差があります。矢穴は、築城時のものが大きく、次第に小さくなっていくと考えられます。

古文書の石垣修復記録と実際の矢穴を比較すれば、矢穴の大きさがどのように変わってきたかが判明し、古文書に無い修復記録も知ることができます。



最大クラスの矢穴



割らずに使われた石材

クローズアップ Close Up!



和敬会

今回、紹介するのは、お茶のたて方や礼儀作法を学ぶ「和敬会」の皆さんです。

和敬会は、平成6年にスタートし、現在20人の会員が毎週金曜に活動しています。

和気あいあいとした雰囲気の中で、基本的なお茶の作法や抹茶の飲み方、和室での立ち振る舞いなどを学び、公民館まつりや新能、観月茶会などでお茶を振る舞い、皆さんに喜んでもらっています。

会員の人に話を伺うと「立ち振る舞いがきれいになった」、「自然と礼儀正しくなれるようになった」、「お

客さんにお茶をたてたら喜んでもらった」など日常生活にも生かされているそうです。

また、講師を務める永橋幸栄さんは「お茶は日本文化の源です。物事に対する感謝の気持ちを持つたり、思いやりが自然と身に付きますよ」と話してくれました。

和敬会では、年齢・男女問わず会員を随時募集しています。

皆さんも、お茶の楽しみを知り、日本文化に触れてみてはいかがでしょうか。

▼問い合わせ先

白山公民館 ☎22221

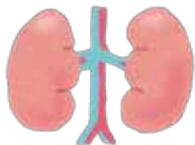


成人の8人に1人が慢性成人病の疑い 慢性腎臓病（CKD）予防講演会

さまざまな原因で腎臓の働きが徐々に悪くなる病気を「慢性腎臓病」といいます。

成人の約8人に1人がその疑いがあると言われており、自覚症状がないため、気づかないまま病気が進行していることもあります。

腎臓を守るための予防や治療方法について学ぶ講演会を開催します。



- ▶と き 12月21日(日)
13時30分～15時20分
- ▶ところ 島原文化会館 中ホール
- ▶内 容 講演「腎臓病とうまく付き合うために」
講師：前田兼徳先生（前田医院副院長）
- ▶参加料 無料
- ▶問い合わせ先 有明保健センター

2月28日まで延長します 「特定健診」の期間延長

医療機関での特定健診の実施期間を平成27年2月28日まで延長します。

- ▶対象者 島原市国民健康保険に加入の40歳以上の人で、平成26年度の特定健康診査を受診していない人
- ▶受診期限 2月28日(土)まで
- ▶受診場所 市内指定医療機関
- ▶健診料 無料
- ▶持参品
 - ①特定健康診査受診券（有効期限が「平成26年11月29日」となっていますが、そのまま使用することができます。）
 - ※受診券をがない人は、再発行します
 - ②島原市国民健康保険証
 - ③介護保険証（65歳以上の人）
 - ※持っている人のみ
- ▶問い合わせ先 市保健センター

早期発見！早期治療！ 年1回は「がん検診」を受けましょう

年1回は、がん検診を受けましょう。市では、がんの早期発見・早期治療を目的として、各種がん検診を実施しています。年度内にまだ受診していない人は早めに受けましょう。



- ▶と き 3月31日(火)まで
- ▶ところ 市内実施医療機関
- ▶対象者および自己負担額
 - ・胃がん検診…40歳以上（1000円）
 - ・乳がん検診…30歳以上（500円）
 - ・子宮頸がん検診…20歳以上（700円）
- ※勤務先で検診がない人も受診できます

- ▶自己負担が無料になる人
 - ※ただし、証明できるものが必要
 - ①満70歳以上の人（年齢が確認できるもの）
 - ②市民税非課税世帯（平成26年度の非課税証明書（写し可、証明書発行は有料））
 - ③70歳未満の後期高齢者医療被保険者（保険証の写し）
 - ④生活保護世帯（生活保護受給証明書（写し可））
- ▶問い合わせ先 市保健センター

検査はお早めに 「大腸がん検診」申込期限は12月20日

市では、40歳以上の市民を対象として「大腸がん検診」を実施しています。

すでに検査用の容器をお持ちの人で、まだ検診が済んでいない人は、便を採り医療機関に提出してください。

また、平成26年4月以降、まだ検診を受けていない人は、がんの早期発見・早期治療のためにぜひ大腸がん検診を受けましょう。

- ▶問い合わせ先 市保健センター

接種費用の一部を公費助成しています 高齢者・小児のインフルエンザ予防接種

インフルエンザワクチンの効果は、ワクチンを接種して約2週間後から約5カ月間と言われ、インフルエンザの流行に備え、12月中旬までに接種することが望ましいとされています。

インフルエンザ予防接種を受けることは義務ではありませんので、接種を希望する人は、接種についての注意事項や実施医療機関などを十分に確認した上、接種してください。

- ▶問い合わせ先 市保健センター

12月

休日当番のお医者さん
歯医者さん

※ 11月14日現在の内容です

市内当番医 9時～18時	市内当番医診療科目
市外当番医 9時～17時	内科 外科
当番歯科医 9時～12時	小児科 整形外科
	泌尿器科

日	医療機関	電話番号
7日(日)	池田病院 内 湖南町	62-5161
	酒井外科胃腸科医院 外 宮の町	62-6655
	梅津医院 雲仙市国見町	78-5156
	キタ忍歯科医院 湊町	63-6711
14日(日)	八尾病院 内 城内一丁目	62-5131
	稲田整形外科医院 外 片町	62-6355
	本田医院 雲仙市国見町	78-2768
	大田歯科医院 大下町	62-7407
21日(日)	林内科医院 内 津町	62-6657
	いとう整形外科 外 広馬場町	61-0110
	佐藤医院 雲仙市国見町	78-5555
	渡部歯科医院 下川尻町	63-1750
23日(火)	内田医院 内 白山町	62-7733
	宮田小児科医院 小 上の原二丁目	62-5045
	前田医院 泌尿 新田町	62-6501
	太田整形外科 雲仙市国見町	78-5413
	植木歯科医院 白山町	62-3765
28日(日)	たかお循環器内科 内 桜町	62-6300
	山口外科胃腸科医院 外 大手原町	62-3200
	松本内科医院 雲仙市国見町	65-3333
	松藤歯科 北安徳町	62-7355
31日(水)	かわはら内科胃腸科医院 内 坂上町	62-5413
	泉歯科医院 南島原市深江町	72-2066
1日(木)	おかもと内科 内 柏野町	65-0500
	愛野記念病院 雲仙市愛野町	36-0015
	前川歯科医院 南島原市深江町	72-2055
2日(金)	貴田病院 内 有明町大三東	68-0040
	愛野記念病院 雲仙市愛野町	36-0015
	前川歯科医院 南島原市布津町	72-3117
3日(土)	八尾病院 内 城内一丁目	62-5131
	愛野記念病院 雲仙市愛野町	36-0015
	さとう歯科クリニック 南島原市有家町	82-1771
4日(日)	わたなべ内科クリニック 内 中安徳町	62-1515
	西村クリニック 外 下川尻町	62-0888
	愛野記念病院 雲仙市愛野町	36-0015
	朝永歯科医院 雲仙市吾妻町	38-3030

● 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

12月	月	ラクナ梗塞とは何でしょう
	火	コルセットについて
	水	子どもの心の病気を見落とさないために
	木	貨幣状湿疹
	金	小児期における嘔吐ことの効用・意義
	土・日	妊娠中のトキソプラズマなどの抗体検査

健康しまばら21

お酒と上手に付き合いましょう

12月は忘年会など、お酒を飲む機会が増える季節です。適度の飲酒は、食欲を増したり、ストレスの発散などに効果がありますが、飲み過ぎると肝臓障がいや生活習慣病を招いたり、アルコール依存症になる危険性もあります。

また、妊娠中・授乳期、未成年の飲酒は、子どもの脳や体の発育に悪影響を及ぼす危険性がありますので飲酒しないようにしましょう。

知ってますか？アルコール摂取の目安

「適度な飲酒」と言いますが、『適度』とはどれくらいのことでしょうか。

平成25年に実施した市民を対象としたアンケートによると、生活習慣病のリスクを高めるアルコール摂取量の目安について、知っている人はわずか約1割で、多くの人が「知らない」と答えています。



アルコール摂取の「目安量」はどれくらい？

厚生労働省は、節度ある適度な飲酒として「1日平均、純アルコールで20g程度である」と示しており、それぞれのお酒の種類と摂取量は次のとおりです。

種類(アルコール度数)	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)
チューハイ(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



また、1日の純アルコール摂取量が男性40g、女性20gを超えると生活習慣病のリスクを高めると言われています。

お酒と上手に付き合うための
『適性飲酒10カ条』

- ① 談笑し 楽しく飲むのが基本です
- ② 食べながら 適量範囲でゆっくりと
- ③ 強い酒 薄めて飲むのがオススメです
- ④ つくろうよ 週に2日は休肝日
- ⑤ やめようよ きりなく長い飲み続け
- ⑥ 許さない 他人への無理強い・イッキ飲み
- ⑦ アルコール 薬と一緒に危険です
- ⑧ 飲まないで 妊娠中と授乳期は
- ⑨ 飲酒後の運動・入浴 要注意
- ⑩ 肝臓など 定期検査を忘れずに



公益社団法人
アルコール健康医学協会より引用

プリザーブドフラワー教室

みずみずしい質感と柔らかさがあるプリザーブドフラワー使って、楽しみながらアレンジメントしてみませんか。

- と き 12月18日(木) 19時30分～
- ところ 三会公民館
- 募集人数 24人
- 受講料 無料(材料費1500円が必要)
- 問い合わせ先 三会公民館



ベリーダンスで美しく体づくり

今、女性に人気のベリーダンス！年齢やダンス経験に関係なく踊れます。神秘的な音楽にあわせて楽しく体を動かしてみませんか。



- と き
- 昼の部(計3回) 12月9日(火)・16日(火)、1月6日(火) 14時～
- 夜の部(計3回) 12月9日(火)、1月6日(火)・20日(火) 19時30分～
- ところ 三会公民館
- 募集人数 昼の部20人・夜の部20人
- 受講料 無料
- 持参品 動きやすい服装(Tシャツやスパッツなど)
- 問い合わせ先 三会公民館

「心を写すレントゲン」絵をとおして自分の心をのぞいてみよう

お気軽描画心理教室

数種のお題をもとに簡単な絵を描き(簡単なスケッチ程度)認定心理士のアドバイスにより自分を見つめます。

- と き ①12月18日(木) 13時30分～
②12月22日(月) 19時30分～
- ところ 白山公民館
- 募集人数 ①、②それぞれ12人
- 受講料 無料 ●問い合わせ先 白山公民館



スパイスたっぷり、外国の伝統スイーツをつくりましょう

魅惑のウィーン菓子づくり

ドイツ・オーストリアでよく食されるウィーンの伝統菓子「リンツァートルテ」を、スイーツコンシェルジュと一緒に楽しく作ります。

- と き 12月17日(水) 19時30分～
- ところ 白山公民館
- 募集人数 12人
- 受講料 無料(ただし材料費500円が必要)
- 持参品 エプロン、三角巾など
- 問い合わせ先 白山公民館



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)

美腸教室

体が冷える冬に備え、腸の健康について気軽に学び、自分でできる美腸マッサージを実践します。

- と き
- ①12月18日(木) 19時30分～
- ②12月22日(月) 13時30分～
- ところ 白山公民館
- 参加料 無料
- 募集人数 ①、②それぞれ16人
- 持参品 バスタオル、ハンドタオル
- 問い合わせ先 白山公民館

有明女子会キララ☆第四弾！ フラワーアレンジメント

新年のスタートを華やかに彩ってみませんか。

- と き 12月22日(月) 19時30分～
- ところ 有明公民館
- 参加料 500円
- 募集人数 20人
- 申込期限 12月15日(月)まで
- 問い合わせ先 有明公民館



くらしの 情報

募集

放送大学4月生募集

放送大学では平成27年度第1学期（4月入学）の学生を募集しています。放送大学はテレビ放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学で、福祉、経済、歴史、文学など幅広い分野が学べます。

▼出願期限 3月20日（金）まで

▼問い合わせ先 放送大学長崎学習センター（☎095・813・1317）

お知らせ

燃やせるごみの 全地区収集・代替収集日

12月24日（水）は火曜日収集地区の

- 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/>

燃やせるごみを収集します。

また、12月29日（月）は市内全ての地区の燃やせるごみを収集します。

ごみを出す際は、8時までに指定の場所へ出していただくようお願いいたします。

▼問い合わせ先 環境課クリーン資源班（☎内線193）

高齢者・障害者住宅改造費 助成事業

市では、在宅で身体機能が低下した高齢者または障がい者の居住環境改善を図るため、住宅改造費の一部を助成します。

▼対象者 市内に住所を有し、直近の住民税および前年の所得税非課税世帯に属し、次のいずれかに該当する人

①要介護認定または要支援認定を受けた65歳以上の人

②身体障害者手帳所持者で、等級が1級または2級の人

▼対象工事 手すりの設置、段差の解消などの工事

▼助成額 助成対象工事費用の合計額に3分の2を乗じた額（介護保険からの給付などと合わせ、高齢者の助成限度額29万円・障がい者の助成限度額40万円）

▼申し込み・問い合わせ先 福祉課地域福祉班（☎内線277）、障害福祉班（☎内線273）または有明支所（☎内線507）

高齢者等住環境改善支援 助成事業

市では在宅の高齢者などの居住環境の改善を図るため、住宅改造費の一部を助成します

▼対象者 市内に住所を有する65歳以上の高齢者（要介護認定、要支援認定に該当しない人で、生活機能の低下が心配される人などで、当該世帯において前年の所得税額が14万円を超える人のいない世帯に属する人）

▼対象工事 手すりの設置、段差の解消などの工事

▼助成限度額 助成対象工事費用の合計額に3分の2を乗じた額（助成限度額3万円）

▼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507）

所得税・市県民税における 特別障害者および障害者控除 対象者認定の申請

身体障害者手帳などをお持ちでない65歳以上の人で寝たきりや認知症などの状態にある人で、市福祉事務所長から障害者控除対象者として認定されれば、税の申告時に所得控除を受けることができます。

▼申請に必要なもの 福祉課または有明支所に備え付けの申請書および心身の状態の調査票（医師など第三者による証明が必要）※この申請は税の控除を受けるためのものです。本人または扶養者が所得税・市県民税非課税の場合には必要ありません

▼申請場所・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507）

乳児家庭全戸訪問事業

乳児家庭訪問員が、赤ちゃんが生まれた家庭を訪問することで、赤ちゃんのいる家庭と地域をつなぐ最初のきっかけとなり、赤ちゃんのいる家庭が孤立しないように見守っていきます。

赤ちゃんの健やかな成長と保護者の皆さんの子育てを応援します。

▼対象者 生後4カ月を迎えるまでの赤ちゃんがいる家庭

▼訪問スタッフ(乳児家庭訪問員) 保健師・看護師・保育士など

※訪問時は、市が発行した証明書を持参します

▼内 容 市の子育て情報をお届けするほか、子育てに関する不安や悩みの相談に乗ります。気軽に相談してください。個人情報

報は固く守られます

▼訪問日時 乳児家庭訪問員が事前に連絡し、日程を調整します

▼費用 無料

▼問い合わせ先 こども課こども家庭班(☎内線278)

ひとり親家庭のための料理教室

旬の食材と野菜を中心にした安くおいしい料理と野菜を使ったおやつ作りの実習をします。

▼と き 1月25日(日) 10時～14時

▼ところ 森岳公民館

▼対象者 ひとり親家庭のお父さん・お母さん

▼参加費 無料

▼持参品 エプロン、三角巾

▼募集人数 30人

▼申込期限 1月9日(金)まで

▼申し込み・問い合わせ先 島原市母子寡婦福祉会(☎080・4280・5147) またはこども課こども家庭班(☎内線279)

▼と き 12月14日(日)

ひとり親のための就業等地域相談会・出張無料相談会

YELL長崎(長崎県ひとり親家庭等自立促進センター)の相談員による就労相談会と弁護士による無料法律相談会を開催します。

どちらでも予約制の個別面談で、就職活動中や転職を希望している人、離婚前の相談や養育費などの相談を受け付けます。

▼と き 12月14日(日)

○就労相談:10時～16時

○法律相談:13時～16時

※一人30分～1時間程度(予約制) ※託児所あり

▼ところ 市福祉センター

▼申込期限 12月10日(水)まで

▼申し込み先 こども課こども家庭班(☎内線279)

▼問い合わせ先 YELLながさき(☎095・894・9953)

2015年版県民手帳の販売

市役所総務課および市内各書店などで2015年版長崎県民手帳

を販売しています。

この手帳には、行事予定表のほか、長崎県内のさまざまな情報が掲載され、大変便利です。

▼価格 500円(税込)

▼問い合わせ先 総務課行政班(☎内線153)

暮らしと仕事の相談会

県では、借金返済・勤務に関する悩みや、眠れない・食欲がないなど暮らしと仕事の問題などで困っている人を対象に、弁護士と臨床心理士などによる無料相談会を開催します。

▼と き 12月11日(木) 13時～16時

▼ところ ハローワーク島原

▼申込方法 当日先着順

▼問い合わせ先 県南保健所(☎03289)

▼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の総称で、労働者とその家族の生活と安心のため、労働者を1人でも雇用している事業主は労働保険への加入手続きを行う必要があります。

まだ、手続きが済んでない事業主は早めに手続きをお願いします。

現在、ハローワーク島原では就職が内定していない新規学校卒業予定者に対する就職支援を集中的に行っています。

職業相談や応募書類の添削など、相談に応じた各種支援メニューを受け付けますので気軽に相談してください。

また、県外の学校を卒業後、帰郷予定者の相談を受け付けるほか、保護者からの事前相談も受け付けています。

新卒予定者への就職支援

現在、ハローワーク島原では就職が内定していない新規学校卒業予定者に対する就職支援を集中的に行っています。

職業相談や応募書類の添削など、相談に応じた各種支援メニューを受け付けますので気軽に相談してください。

また、県外の学校を卒業後、帰郷予定者の相談を受け付けるほか、保護者からの事前相談も受け付けています。

▼相談期間 1月中旬～3月31日(火)まで

▼問い合わせ先 ハローワーク島原(☎08609)

▼国民年金コーナー

20歳になったら国民年金に加入しましょう

国民年金は、老後の保障だけではなく、病気やケガで重い障がいが残ったときにも年金を支給し、思いがけない人生の「万が一」を

サポートする公的年金制度です。
学生や自営業者などの人で20歳
になって第一号被保険者となる人
は加入の手続きをしてください。

諫早年金事務所職員による年 金出張相談（12月～2月）

▼とき 12月17日（水）・1月21日
（水）・28日（水）、2月18日（水） 10時
～15時

▼ところ 市民窓口サービス課口
ビル

▼募集人数 20人
※1月28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
※相談日2カ月前から予約可

ねんきんネットの案内

ねんきんネットは厚生・国民年
金加入者の年金記録や将来の受け
取り見込み額を提供するサービス
です。

▼申込方法 本人確認できる運転
免許証、健康保険証などを市民
窓口サービス課国民年金班まで
持参してください
※ねんきんネット稼働時間は平日
の9時～17時です

年金に関する問い合わせ先
諫早年金事務所（☎0957-25
1663）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）

市役所本庁舎の建て替え 設計者選定 公開プレゼンテーション

新庁舎の設計者選定のため、候補者によるプレゼンテーションや庁
舎建設設計プロポーザル審査会委員によるヒアリングを公開して行い
ます。プレゼンテーションなどは、市民どなたでも傍聴できます。

▶とき 12月14日（日） 14時～

▶ところ 杉谷公民館

▶注意事項

- 傍聴者の発言・質問はできません
- 写真撮影・録音・録画はできません
- 審査の妨げにならないようお静かにお願いします
- 傍聴時は、係員の指示に従ってください

▶問い合わせ先 総務課行政班（☎内線151）



しまばら 食育レシピ

12月は「地球温暖化防止月間」地産地消の新鮮旬野菜でエコクッキング

豚汁

1人分栄養価 ＊エネルギー 165kcal ＊塩分 1.3g ＊野菜 135g

材料（4人分）	作り方
・豚肉こま切れ……………120g ・ごぼう……………60g ・白菜……………80g ・人参……………60g ・大根……………120g ・こんにゃく……………1/4 枚 ・里いも……………4 個 ・玉ねぎ……………1/2 個 ・小ねぎ……………適宜 ・厚揚げ……………1/3 丁 ・だし汁……………600ml ・みそ……………40g	①人参・大根は、皮をむき、いちよ う切りに切る。ごぼうは洗って、 ささがきにす。里いも・玉ねぎ は皮をむき、白菜は食べやすい大 きさに切る。こんにゃく、厚揚げ は短冊に切る ②鍋に油を敷き、豚肉を炒め、①の 具材を加えて炒める ③だしを②に入れて、煮る ④具材が煮えたら、 みそをとき入れ、 上から小ねぎを散 らす



「エコクッキング」のヒント

①地元の食材を積極的に選びましょう
地産地消を心がけることは、食糧の
輸送にかかる二酸化炭素の排出量を
軽減でき、温暖化防止につながると
されています

②旬の食材を選びましょう。
近年では、年中手に入る野菜が多く
なっていますが、それは、エネルギー
を使って温室栽培しているからで、
ほかの作物も同じです。旬以外の時
期に作物を作るためには、たくさん
のエネルギーが必要です



豚汁 de 健康ポイント

あたたかい食べ物を食べると、体温が上昇します。体温を高めておくことは、
免疫力が高まるため、風邪など感染症にかかりにくいと言われています。

市民相談センターのご案内

12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〉

12月 2日（火） 13時～15時 古瀬行政相談委員
12月 16日（火） 13時～15時 大隅行政相談委員

〈有明福祉センター〉

12月 3日（水） 13時～15時 宇土行政相談委員

◆不動産に関する相談（宅建協会）

12月 15日（月） 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】

12月 18日（木） 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）

12月 24日（水） 13時～16時

◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）

12月 25日（木） 10時～16時

納期限のお知らせ

・国民健康保険税（第6期）

・後期高齢者医療保険料（第6期）

の納期限は **12月25日（木）** 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、長崎信漁連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>

●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…保険健康課後期高齢・介護班（☎内線 233）

◆納税相談はお早めに◆

病気や失業など納期限までに納付が困難な場合は、税務課へ相談してください。そのままにしておくと、延滞金が増加され負担が増えることになります。

詳しくは、税務課収納班（☎内線 174）へ問い合わせてください。

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）

休館日…1日（月）・8日（月）・15日（月）・22日（月）・28日（日）～1月3日（土）

有明図書館（☎ 68 - 5808） 開館時間…9時～18時

休館日…2日（火）・9日（火）・16日（火）・24日（水）・28日（日）～1月3日（土）

新刊図書紹介



「親鸞 完結編」上・下

五木 寛之 著 講談社

信心と家族愛の間で揺れ動く、親鸞の真の姿。20数年振りに戻った都では、陰謀が渦巻いていた。人間親鸞の生涯を描いた大河小説。



「みなそこ」

中脇 初枝 著 新潮社

闇の中で、あたしたちはお互いだけを見つめていた。彼と触れ合うことは、きっと二度とない。橋の沈む川の流れる地で、永遠となったひと夏の恋を描く。

■「怪しい店」

有栖川 有栖 著 KADOKAWA

■「死に支度」

瀬戸内 寂聴 著 講談社

■「サラバ！」上・下

西 加奈子 著 小学館

■「女王」

連城 三紀彦 著 講談社



12月の催し

島原図書館

■おはなしのじかん

6日（土）・13日（土）・27日（土） 11時～

■手作り講座「クリスマスリース作り」

6日（土） 10時～

■クリスマスおはなし会

20日（土） 11時～

■郷土史を学ぼう会

20日（土） 14時～

「『天馬異聞』にみる島原の乱」講師：宮本 次人 先生

「深溝世紀」 巻3

講師：松尾卓次 先生

■おはなしのじかん 0.1.2

24日（水） 11時～

有明図書館

■除籍本配布（1人5冊まで） 6日（土）～7日（日）

■ちいさなおはなしかい 13日（土） 14時30分～

■とっておきのクリスマス（おはなし会、クイズ、工作など）

20日（土） 詳しい時間は図書館に問い合わせてください

年末年始 休館のお知らせ

島原図書館・有明図書館は、12月28日（日）から1月3日（土）まで休館となります。

年末年始の市役所窓口・公共施設

		12 月					1 月				備 考
		27 日 (土)	28 日 (日)	29 日 (月)	30 日 (火)	31 日 (水)	1 日 (木)	2 日 (金)	3 日 (土)	4 日 (日)	
市役所の一般事務 ※ 12 月 27 日・28 日、 1 月 3 日・4 日の土日開庁 はお休みします		—	—	—	—	—	—	—	—	—	1 月 5 日から通常どおり ※ 年末年始の戸籍の届け出、 埋火葬関係、水道の緊急 修理は、当直室（本庁・ 有明庁舎）で受け付けます
市民窓口サービス課 有明支所 (戸籍、住民票、印鑑登録証明 書などの各種証明書)		—	—	○	○	—	—	—	—	—	受付時間 8 時 30 分～ 15 時 ※ 転入・転出・転居の届け はできません
ごみの収集		—	—	○	—	—	—	—	—	—	29 日は市内全地区収集 8 時までに出してください
東部リレーセンター (可燃ごみの自己搬入)		○	—	○	○	○	—	—	—	—	27 日・31 日は午前のみ 自己搬入は有料
島原リサイクルプラント (不燃・資源ごみの自己搬入)		○	—	○	—	—	—	—	—	—	27 日は 11 時まで 搬入時は事前に環境課、有 明支所、三会出張所などで 発行する搬入券が必要（搬 入券発行は開庁時のみ）
し尿くみ取り	島原地域	○	○	○	—	—	—	—	—	—	汲み取り業者へ直接、依頼 してください
	有明地域	○	—	—	—	—	—	—	—	—	
しまばら斎場		○	○	○	○	○	—	○	○	○	
島原温泉ゆとろぎの湯		○	○	○	○	○	○	○	○	○	
有明福祉センター美人の湯・ トレーニングジム		○	○	○	○	○	○	○	○	○	29 日～3 日は 20 時まで
陸上競技場・市営球場・総合 運動公園庭球場・れいなん会 館・島原復興アリーナ・平成 町多目的広場・平成町人工芝 グラウンド		○	○	—	—	—	—	—	—	○	
霊丘公園庭球場・屋内相撲場・ 有馬武道館・霊丘公園体育館 弓道場・有明体育館・有明弓 道場・有明青少年武道館・有 明農業者トレーニングセンター		○	○	—	—	—	—	—	—	○	
市立温水プール		—	—	—	—	—	—	—	—	—	工事に伴い、2 月中旬まで 休館
有明プール		○	—	—	—	—	—	—	—	—	1 月 5 日から開館
島原文化会館		○	○	—	—	—	—	—	—	○	1 月 3 日は島原市成人式
有明総合文化会館		○	○	—	—	—	—	—	—	○	
各地区公民館		○	○	—	—	—	—	—	—	○	
島原図書館		○	—	—	—	—	—	—	—	○	
有明図書館		○	—	—	—	—	—	—	—	○	
有明歴史民俗資料館		○	○	—	—	—	—	—	—	○	
島原城・武家屋敷売店		○	○	—	—	○	○	○	○	○	武家屋敷および水路は通常 通り見学できます
四明荘・しまばら湧水館		○	○	○	○	○	○	○	○	○	
有明の森フラワー公園 ふるさと物産館		○	—	—	—	—	—	—	—	—	1 月 6 日から営業
レストランテ・アルレッキーノ		○	○	○	—	—	—	—	—	—	1 月 7 日から営業
舞岳山荘		○	○	—	—	—	—	—	—	○	
雲仙岳災害記念館		○	○	○	○	○	○	○	○	○	
平成新山ネイチャーセンター		○	○	○	—	—	—	○	○	○	毎週火曜は休館
のんのご温水センター(諫早市)		○	○	○	—	—	—	○	○	○	

島原ウィンターナイト・ファンタジア

クリスマスイベント
12月24日(水)
20:00～

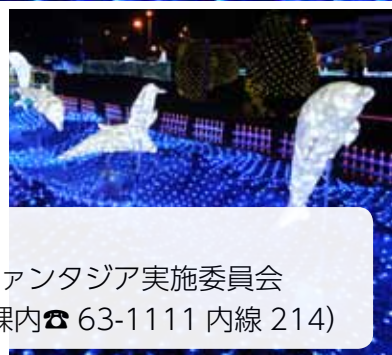


トナカイや白鳥などの動物ゾーンや、光の森ゾーンのほかロマンティックなカップルゾーンなど色とりどりのイルミネーションが島原の冬を彩ります。

美しい輝きを見せるイルミネーションで、キラキラな思い出を作ってみませんか。

開演 2014.12.1～2015.1.10
17:30～22:00 (12月24・25・31日は翌朝1:00まで)
場所 島原外港緑地公園

協見運転にご注意を！
協見運転により事故が発生していますので、注意してください。



▶ 問い合わせ先

島原ウィンターナイト・ファンタジア実施委員会
(しまばら観光おもてなし課内 ☎ 63-1111 内線 214)

島原城 特別入館割引券 50%割引

有効期限

平成 27 年 3 月末まで有効

※本券の利用は島原市民に限ります
※1枚につき1名様ご利用できます
※他の割引との併用は不可
※コピー不可

島原城 特別入館割引券 50%割引

有効期限

平成 27 年 3 月末まで有効

※本券の利用は島原市民に限ります
※1枚につき1名様ご利用できます
※他の割引との併用は不可
※コピー不可

島原城 特別入館割引券 50%割引

有効期限

平成 27 年 3 月末まで有効

※本券の利用は島原市民に限ります
※1枚につき1名様ご利用できます
※他の割引との併用は不可
※コピー不可

島原城 特別入館割引券 50%割引

有効期限

平成 27 年 3 月末まで有効

※本券の利用は島原市民に限ります
※1枚につき1名様ご利用できます
※他の割引との併用は不可
※コピー不可

◆市ホームページアドレス

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

◆島原市の人口 (11月1日現在)

人口 47,427人 (前月比 - 3)
男 21,953人 (前月比 + 1)
女 25,474人 (前月比 - 4)
世帯数 19,194世帯 (前月比 - 6)
出生 40件 死亡 54件 転入 85件 転出 78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/>