

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27年

6月号

J U N E

No.733



健やかな成長を願い

4月23日～5月10日、湯江川（有明町）に色とりどりの鯉のぼりがお目見えしました。これは、池田自治会（有明町湯江）が子どもの健やかな成長を願うとともに、湯江川の美化活動の一環として9年前から取り組んでいるもので、今回は、「市がまだす地域づくり補助金」を活用して1連を2連に増やし、23匹の鯉のぼりが湯江川を元気よく泳いでいました。

鯉のぼり揚げに参加した東向保育園（有明町）園児の皆さんが、元気よく鯉のぼりの歌を合唱し、ゆうゆうと泳ぐ鯉のぼりは地域住民らの目を楽しませていました。

同自治会では、子どもたちや地域の皆さんが元気になるようにと、今後もこの取り組みを継続していくそうです。

目次

食育月間	2
特定健診が始まります	4
結核・肺がん検診	6
子どもいじめ防止条例	7
島原市ひとつくり出前講座	8
環境月間 ほか	10
すこやか子育て支援事業 ほか	11
歯科健診を受けましょう	12
地籍調査にご協力を	13
まちかどウォッチング	14
島原半島世界ジオパーク	15
しまばら子育て情報	16
ふるさと再発見、クローズアップ	17
保健センターだより	18
公民館こうぞじょうほう	20
くらしの情報	21

6月は「食育月間」
毎月19日は「食育の日」

食育とは、さまざまな経験や体験を通して、食に関する知識と食を選択する力を身につけることです。国は、食育を普及するため、食育基本法が制定された6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」とし、継続的な食育の推進を図っています。

市では、食育が広く市民一人一人に浸透するよう「第2次島原市食育推進計画」を策定し、食育に取り組んでいます。

「食」は、妊婦および乳幼児から高齢者まで、すべての人の基礎となるものです。

いつまでも健康で生き生きと暮らせるようライフステージに合わせた食育に取り組みましょう。

1月26日「ふれあい給食（第五小学校）」の様子

ライフステージ別「食育のポイント」

妊娠期



母親の低体重や妊娠高血圧症候群、貧血など、食生活の改善で予防できる妊娠期の疾患について理解し、予防しましょう

乳幼児期
0～5歳



食べ物の入り口である口の健康を守るため、保育所や幼稚園などで実施するフッ化物洗口やフッ化物塗布を利用し、虫歯を予防しましょう

学童期
6～14歳



「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを整え、家族そろって朝ごはんを食べる「共食」を心がけましょう

青年期
15～24歳



親元から自立し、生活する中で、将来にわたって生活習慣病を予防するため、バランスの良い食べ物を選択する能力を身につけましょう

壮年期
25～44歳



健康診断などを活用して自分の身体の状態を知り、生活習慣病を予防しましょう

中年期
45～65歳



特定健診などで自分の身体の状態に合わせて、食べ物を選択し、生活習慣病を予防しましょう

高齢期
65歳以上



歳を重ねるにつれて、活動量の減少や身体機能の低下から、食欲が落ちることがあります。おいしく食事を取ることに心がけましょう。

～取り組みに参加して家庭の食育につなげましょう～

「食育の取り組み」

保育所・幼稚園・学校など

- ◇離乳食や食物アレルギーに関する知識の普及
- ◇野菜などの栽培体験
- ◇給食を活用した食育講座
- ◇親子料理教室の開催



農業・漁業・商業

- ◇島原ふるさと産業まつりなどのイベントでの生産者と消費者の交流促進
- ◇島原特産品の創出や物産展などの開催
- ◇地元産物の消費拡大や流通促進
- ◇農業・漁業の体験活動の充実



地 域

- ◇食育イベントの開催
- ◇健康料理教室の開催
- ◇郷土料理教室の開催
- ◇世代間交流の促進



～食育イベントに参加して食育を体感しませんか～

島原食育フェスタ 『おいしく食べて楽しく食育 2015』

と き 6月19日(金) 10時～13時
ところ サンプラザ万町
参加費 無料

- 野菜は健康長寿の秘訣！～健康料理の試食～
- 血管の若さを知ろう～血管年齢・血圧の測定～
- 強い骨で骨折予防～骨密度測定～
- 食に関するクイズ～食にまつわるトリビア～
- 減塩ははじめの一歩～塩分測定と適塩みそ汁の試飲～



▶問い合わせ先 市保健センター (☎ 64-7713)

40 歳から 74 歳までの国民健康保険に加入および後期高齢者医療保険に加入の皆さんへ

6 月 1 日から特定健診が始まります

皆さんは、年に 1 回、特定健診を受けていますか。
脳卒中や心筋梗塞などの生活習慣病の予防のため、自分の生活習慣を振り返る良い機会です。ぜひ、特定健診を受けましょう。



市で実施している特定健診は、国民健康保険に加入している 40 歳から 74 歳までの人や後期高齢者医療保険に加入している人が対象となります。また、今年度から新たに 30 歳、35 歳の節目健診も始めました。自己負担は無料です。早いうちから健診を受けて、生活習慣病の予防に努めましょう。

健診の受け方と受ける時のポイント

- ①受診券が届く
 - ②実施日程と会場を確認（個別健診を受ける人は病院へ予約を入れましょう）
 - ③受診券と健康保険証を持参し健診を受ける
 - ④約 1 カ月後に結果が届く
 - ⑤結果により、生活習慣の改善が必要な場合、特定保健指導を受けましょう
- ※普段、病院に通院している人も対象となります。毎年、健診を受けましょう
※市が実施する「人間ドック」や「脳ドック」を受診する場合は、受診の必要はありません
※特定健診の受診勧奨のため、地域の健康づくり推進員さんが自宅に伺う場合があります
（健康づくり推進員とは、生活習慣病予防など健康づくりのための基礎知識を学び、地域の中で総合的な健康づくりのボランティアとして活動している人たちのことです）

【注 意】

- ◎午前中に受診する場合は、健診の 10 時間前から水以外の飲食は控えましょう
- ◎午後に受診する場合は朝食は軽めにし、健診まで水以外の飲食は控えましょう

主な検査項目

- 体格の検査** 身長・体重・BMI…肥満や痩せでないか調べます
腹囲…内臓脂肪の蓄積を調べます
- 血圧測定** 血管にかかる圧力を調べます
- 尿検査** 腎臓の機能を調べます
- 心電図検査** 心臓の機能を調べます
- 血液検査** 中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール…動脈硬化の危険度を調べます
赤血球、血色素、ヘマトクリット…貧血がないか調べます
GOT、GPT、 γ -GTP…肝臓の機能を調べます
クレアチニン、尿酸…腎臓の機能を調べます
血糖、HbA1c…糖尿病の危険度を調べます



《問い合わせ先》

市保健センター（☎ 64-7713）
有明保健センター（☎ 68-5335）

日程および会場

①集団健診を受ける人

会 場	受 付 日 時	会 場	受 付 日 時
市保健センター	6月 9日 (火) 13:00～14:00 18:30～19:30	有明保健センター	6月19日 (金) 13:00～14:00 18:30～19:30
	6月12日 (金) 13:00～14:00		6月21日 (日) 9:30～10:30
	6月13日 (土) 13:00～14:00		6月22日 (月) 13:00～14:00
	7月 5日 (日) 9:30～10:30		6月23日 (火) 13:00～14:00
	7月14日 (火) 13:00～14:00		7月16日 (木) 9:30～10:30
	7月15日 (水) 13:00～14:00 18:30～19:30		7月17日 (金) 13:00～14:00
森岳公民館	6月10日 (水) 13:00～14:00	三会農村環境改善センター	7月 2日 (木) 13:00～14:00
	6月11日 (木) 13:00～14:00		7月 3日 (金) 13:00～14:00
有明漁協	6月15日 (月) 13:00～14:00	島原市医師会館	7月 7日 (火) 13:00～14:00
杉谷公民館	6月16日 (火) 13:00～14:00		7月 8日 (水) 13:00～14:00
	6月17日 (水) 13:00～14:00	安中公民館	7月 9日 (木) 13:00～14:00
霊丘公民館	6月25日 (木) 13:00～14:00		7月10日 (金) 13:00～14:00
	6月26日 (金) 13:00～14:00	※受付時間内に受け付けを済ませてください	
白山公民館	6月30日 (火) 13:00～14:00		
	7月 1日 (水) 13:00～14:00		

②個別健診を受ける人

▶日 程 6月1日 (月) ～ 11月30日 (月)

▶場 所 市内指定医療機関



ラッピングバス
運行中!

健診を受けた人の声 ※個人の感想です

忙しいなかの健診でしたが、異常が見つからなくて安心しました。これからも健康に気をつけながら、バリバリ働く気力がわいてきました。



異常は見つからなかったけど、去年より血糖値が上がっていました。結果説明会で話を聞いて、生活改善のコツが分かったので良かったです。



中性脂肪に異常値が見つかったのをきっかけに、生活改善に取り組みました。今は健康のお墨付きをもらい、健診を受ける前より健康になったのでうれしいです。



「結核・肺がん検診」を実施します



市では、結核および肺がんを早期に発見し適切な治療に結びつけるために、40歳以上の市民を対象に「結核・肺がん検診（胸部レントゲン）」を実施します。

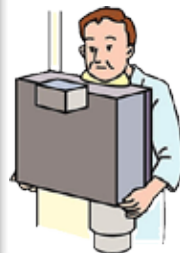
都合のよい日時・会場で受診してください。

※職場、学校、施設などで検診のある人を除きます

※妊娠または妊娠している可能性のある人は、受診を控えてください

▶費用 無料

▶問い合わせ先 市保健センター（☎ 64-7713・☎ 64-7715）



月 日	受付時間	会 場	月 日	受付時間	会 場
6月	9日(火) 9:30～10:30	ありあけ荘	1日(水)	9:30～10:30	第二中学校
	13:00～14:00	市保健センター		13:00～14:00	白山公民館
	18:30～19:30		2日(木)	9:30～10:30	長貫公民館
	10日(水) 9:30～10:30	みつい北門店 第二駐車場		13:00～14:00	三会農村環境改善センター
	13:00～14:00	森岳公民館		18:30～19:30	
	18:30～19:30		3日(金)	9:30～10:30	小松広場(洗切町)
	11日(木) 9:30～10:30	作元組 駐車場(城内三丁目)		13:00～14:00	三会農村環境改善センター
	13:00～14:00	森岳公民館	5日(日)	9:30～10:30	市保健センター
	12日(金) 9:30～10:30	仁田の丘公民館		9:30～10:30	南高歯科医師会(崩山町)
	13:00～14:00	市保健センター	7日(火)	13:00～14:00	島原市医師会館
	13日(土) 13:00～14:00	市保健センター		9:30～10:30	第二小学校
	15日(月) 9:30～10:30	川内コミュニティセンター	8日(水)	13:00～14:00	島原市医師会館
	13:00～14:00	有明漁業協同組合		9:30～10:30	新天公民館
	16日(火) 9:30～10:30	農業高校正門付近	9日(木)	13:00～14:00	安中公民館
	13:00～14:00	杉谷公民館		18:30～19:30	
	18:30～19:30			10日(金) 9:30～10:30	古川商店駐車場(北安徳町)
	17日(水) 9:30～10:30	江里公民館	10日(金)	13:00～14:00	安中公民館
	13:00～14:00	杉谷公民館		9:30～10:30	市保健センター
	19日(金) 9:30～10:30	小原下公民館	14日(火)	13:00～14:00	
	13:00～14:00	有明保健センター		9:30～10:30	市保健センター
	18:30～19:30		15日(水)	13:00～14:00	有明保健センター
	21日(日) 9:30～10:30	有明保健センター		18:30～19:30	
	9:30～10:30	東小路公民館		9:30～10:30	城之尾公民館
	13:00～14:00	有明保健センター	16日(木)	13:00～14:00	有明保健センター
	23日(火) 9:30～10:30	戸切公民館		9:30～10:30	城之尾公民館
	13:00～14:00	有明保健センター	17日(金)	13:00～14:00	有明保健センター
	25日(木) 9:30～10:30	島原工業高校			
	13:00～14:00	霊丘公民館			
	18:30～19:30				
	26日(金) 9:30～10:30	秩父が浦町公民館			
	13:00～14:00	霊丘公民館			
	30日(火) 9:30～10:30	下川尻公民館			
	13:00～14:00	白山公民館			
	18:30～19:30				

～「子どものいじめ」をなくすために～

7月1日から

「島原市子どものいじめの防止等に関する条例」を施行します

いじめは、子どもの健やかな心身の成長や人格の形成に重大な影響を与える人権侵害であり、あってはならないものです。

学校任せにするのではなく、家庭や地域なども一体となり、市民総がかりで取り組むことで、いじめのない、よりよい学校生活や地域での暮

らしができます。

いじめを防止するためには、家庭では「保護者のしつけ」、地域では「住民の見守りや声かけ」などを子どもの幼児期から取り組むことが大切です。いじめのない、子どもたちが安心して過ごせる環境づくりが必要です。

市民一体となって、いじめの防止に取り組みましょう



「島原市子どものいじめの防止等に関する条例」の一部を紹介します

(保護者の責務)

第6条より

2 保護者は、日常生活において愛情をもって子どもを育み、しつけなければなりません
(市民及び事業者等の役割)

第8条より

市民及び事業者等は、それぞれの地域において子どもに対する見守り、声かけ等を行い、子どもが安心して過ごすことができる環境づくりに努めるものとします
(子どものつとめ)

第9条 子どもは、いじめをなくすために、つぎのことをまもりましょう

(1) 子どもは、自分を大切にしましょう

(2) 子どもは、まわりの人を思いやり、いっしょになかよくしましょう

(3) 子どもは、いじめなどを見たら、見ていないふりをしないようにしましょう

(4) 子どもは、ひとりでなやまず、親やまわりの人にすぐにそうだししましょう

※ 9条は、子どもたちでも読めるよう、やさしい文章とし「ふりがな」をつけています



▶問い合わせ先 こども課こども家庭班 (☎ 63-1111 内線 279)



平成 27 年度島原市ひとづくり出前講座

行政の仕事、まちづくり、福祉、健康、教育など市役所の職員が皆さんの所へお伺いして講座を開催します。
50のメニューがありますので、皆さんの知りたいこと、聞いてみたいことを選んでいただき「注文（申し込み）」があると「出前（職員派遣）」します。気軽に注文してください。

◎島原市ひとづくり出前講座

出前講座は、皆さんのリクエスト（メニュー）は次の「島原市ひとづくり出前講座一覧」をご覧ください）に応じて、市職員を派遣する制度です。

講座内容は市が行う仕事の中で皆さんが知りたい、聞きたい内容を選んでいただき、それに応じて職員の専門知識を生かしたお話を届けます。

◎開催日時・場所

▼日時 月曜日～金曜日（祝日を除く） 9時～21時

▼場所 市内に限ります（会場の確保・準備は申込者でお願いします）

▼講座時間 約90分（内容により異なります）

◎申込方法

▼利用できる人 市内に在住または勤務している5人以上の団体・グループ

▼申込方法

受講したいメニューを選び、希望日の20日前までに、社会教育課へ申込書を提出してください。日程などを調整後、代表者へ連絡します

※申込書は社会教育課、各地区公民館または市ホームページで入手できます

◎費用

講師料は無料ですが、材料が必要な場合は申込者で事前に用意していただく場合があります

◎利用時の注意

※講座内容に関する質疑や意見交換は構いませんが、苦情、陳情などは出前講座内ではできません
※政治、宗教、営利を目的とする場合は利用できません

◎申し込み・問い合わせ先

社会教育課（☎5473）または各地区公民館

島原市ひとづくり出前講座一覧（全 50 講座）

No.	講座名	内 容
市 政	1 市議会	議会の仕組みを知ろう
	2 選挙	明るい選挙・選挙の仕組み
	3 島原市の総合計画	島原市が目指すまちづくり（第6次市勢振興計画）
	4 広報紙の作り方	楽しい広報紙の作り方
	5 島原市の条例・規則	島原市の仕組みを考える
	6 島原市の台所	島原市の台所事情（財政状況）
	7 統計で見る島原市のすがた	統計・国勢調査でみた島原市
	8 市民税・国民健康保険税	税金の仕組みを身近に知ろう
	9 固定資産税	
	10 会計事務の仕組み	会計事務の仕組みを知ろう
産 業	11 農業のあらまし	市内の農産物を身近に知ろう・紹介とPR
	12 水産業のあらまし	水揚げされる水産物の紹介とPR
	13 商工業の支援制度	商工業者に対する支援制度の紹介
	14 観光	島原市の観光

No.	講 座 名	内 容
まちづくり	15 都市計画	島原市の都市計画
	16 島原市の地籍調査	地籍調査ってなに？
	17 耐震・安心住まいづくり支援事業	耐震化の必要性、建築物の耐震診断・補強方法と支援制度、住宅リフォーム支援制度
暮らしと生活	18 男女共同参画社会	男女共同参画で明るく楽しい地域に
	19 悪徳商法にご用心	悪徳商法にだまされないための知恵
	20 振り込め詐欺対策	振り込め詐欺被害にあわないために
	21 市民窓口	知っておきたい市民窓口のあれこれ (戸籍・住民票・印鑑証明・パスポート申請など)
	22 国民年金	知っておこう国民年金
	23 環境を考える①	環境を守るために（環境保全のためにできること）
	24 環境を考える②	E M菌の取り組み状況
	25 ゴミ減量とリサイクル	ゴミの分別とリサイクル（ゴミの減量と活用）・生ゴミ堆肥化
	26 後期高齢者医療制度	みんなで考えよう高齢者医療
	27 国民健康保険	安心を守る国民健康保険
	28 介護保険の上手な使い方	住み慣れた地域でいきいきとした生活をする手助けをする介護保険の制度を知ろう
	29 島原市の水道の仕組み	安全でおいしい水のために～水道施設見学・水の味比べ～
防 災	30 防災体制	島原市の安全を守るための防災体制を知ろう
	31 交通安全	交通事故を防ぐために
健康づくり	32 こころと体の健康づくり①	乳幼児期の健康と栄養・予防接種
	33 こころと体の健康づくり②	みんなで考えよう 島原市の健康
	34 こころと体の健康づくり③	教えます！生活習慣改善術！！
	35 こころと体の健康づくり④	介護予防（認知症や寝たきりにならないために）
	36 こころと体の健康づくり⑤	感染症予防
	37 食育	ライフステージ別食育への取り組み（食べて健康になる食育講座）
福 祉	38 障がい者の福祉	身体障がい者・知的障がい者・精神障がい者の現状と福祉サービス
	39 高齢者の福祉	高齢者への福祉サービスと施設
	40 福祉の現状	福祉予算の割合や使い方
	41 バリアフリーへの取り組み	島原市におけるバリアフリーへの取り組み (高齢者、障がい者の住みやすい住まいづくり)
	42 子育て	保育サービス
教 育	43 新学習指導要領	生きる力を育む教育活動の創造
	44 特別支援教育	一人一人のニーズに応じた教育の推進
	45 島原の歴史	郷土島原の歴史を知ろう（人物・史跡・遺跡・薬草園・島原大変など）
	46 松平文庫	松平文庫を教材にして古文書に親しもう
	47 伝統的建造物の保存	伝統的建造物保存の制度・しくみ
	48 論語の音読	武家屋敷で実施している寺子屋（論語の音読など）を出前します
ジオパーク	49 ジオパークの楽しみ方 (座学)	世界に認められた島原半島ジオパーク。その見どころと楽しみ方を伝授します
	50 ジオパークの楽しみ方 (野外)	ジオサイトを巡りながら、島原半島の貴重な大地の遺産を見学します

6月は「環境月間」 6月5日は「環境の日」

環境にやさしいことを家庭から始めませんか

- ◎マイバックで買い物をしましょう
(レジ袋がごみとして排出されません)
- ◎生ごみの水分を減らしましょう
(生ごみの約8割が水分です。生ごみ焼却のエネルギーが節約されるだけでなく、悪臭や腐敗の防止に役立ちます)
- ◎ごみの分別をしっかりと行いましょう
(プラスチックや紙などは分別されるとリサイクルに回ります)
- ◎エコマークの付いた商品を選びましょう
(生産や廃棄過程で環境負荷が少ない商品や省エネ性能の高い製品です)
- ◎急発進・急加速・アイドリングをやめましょう
(それだけで省エネにつながります)



▶問い合わせ先 環境課環境班 (☎ 63-1111 内線 192・194)

～日々の備え・早めの避難が重要～

6月は「土砂災害防止月間」です

▼風水害対策の基本は情報収集から

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



特に台風は、早くから情報を入手することができまので気象庁などが発表する台風情報をしっかりと把握し、適切な対策に努めましょう。
(気象警報などは市のホームページにも掲載)

▼土砂災害警戒情報

土石流やがけ崩れなどが発生する恐れがある場合に、長崎県と長崎地方気象台から「土砂災害警戒情報」が発表されます。



大雨時は、テレビやラジオなどの気象情報、防災行政無線の放送などに注意し、自主避難の目安としてください。

▼風水害・土砂災害への備え

～危険を感じたらすぐに避難～
・特にお年寄りや子ども、病気の人は

早めの避難が必要です

・非常用持ち出し品(食品、飲料水、救急セット、貴重品、懐中電灯、携帯ラジオなど)の準備、点検をしておきましょう

・切れた電線を見つけたら、絶対に触らずに九州電力へ連絡してください



▼防災行政無線(防災ラジオ)

気象警報などは防災行政無線(屋外スピーカー、防災ラジオ、防災メールなど)から随時放送します。



※防災ラジオは未配布世帯や市内の事業所にも無償配布していますので、希望する場合は印鑑を持参し、市民安全課または有明支所まで受け取りにしてください

▼緊急連絡先

島原消防本部指令課 (☎ 65-5151)
島原警察署 (☎ 64-0110)

問い合わせ先 市民安全課防災班

(☎ 63-1111 内線 241)

無料

～子育てにやさしいまちづくり～

2 人目以降の保育料



市では、安心して子どもを産み育てられる子育てにやさしいまちづくりの実現を目指し、子育て家庭の経済的負担を軽減するため、保育所、幼稚園または認定こども園の保育料を免除する「すこやか子育て支援事業」を実施しています。

これまで、小学生以下の子どもが3人以上いることが条件でしたが、平成27年度からは、免除対象を「小学生以下の子どもが2人以上いる世帯」に範囲を拡大しました。

対象となる世帯には、減免申請書を配付していますので、こども課または有明支所に提出をしてください。



▶対象世帯 次のいずれにも該当する世帯

①小学生以下の児童が2人以上いる世帯で、第2子以降の児童が保育所、幼稚園または認定こども園に入園している世帯

②市民税所得割課税額 16万9000円未満の世帯

※保育料算定での市民税額は、寄附金税額控除、外国税額控除、配当控除、住宅借入金等特別控除の税額控除をする前の税額です

▶免除対象額 第2子以降で保育所、幼稚園または認定こども園に入園している児童の保育料

▶問い合わせ先 こども課こども福祉班 (☎63-1111 内線302)

平成27年度 男女共同参画週間

6月23日(火)～29日(月)



男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を十分に発揮することができる「男女共同参画社会」。

その実現に向けて制定された「男女共同参画社会基本法」の公布・施行日である平成11年6月23日を踏まえ、6月23日から29日までの一週間を「男女共同参画週間」として、さまざまな取り組みを通じて、男女共同参画基本法の目的や基本理念について皆さん一人一人の理解を深めることを目指しています。

この機会に私たちの身近にある「男女のパートナーシップ」について、考えてみませんか。

平成27年度のキャッチフレーズ

「地域力×女性力＝無限大の未来」

(千葉県 坂本直哉さんの作品)



▶問い合わせ先 政策企画課政策班 (☎63-1111 内線146)

国保で
ホッ!

～早期発見・早期治療～

歯科健診を受けましょう

市では、国民健康保険に加入している人を対象に、むし歯・歯周病などの早期発見・早期治療を図るとともに、健康増進への意識を高め、理解を深めてもらうため、「歯科健診」を実施します。

健診を希望する場合は、募集期間内に申し込んでください。



▶対象者

国民健康保険に加入している人

※ただし、次に該当する人を除きます

- ①国民健康保険税を滞納している世帯の人
- ②歯科の治療を受けている人

▶自己負担金 1000 円

※歯科健診を受ける際に医療機関で自己負担金を納付してください

▶検査項目

- ①診察
- ②歯周組織検査
- ③う蝕検査
- ④ブラッシング指導

※口腔ケア用品を贈呈します

▶募集人数 100 人

※定員を超えた場合は、抽選により決定し、結果を後日通知します

▶募集期間 6月1日(月)～6月30日(火)

▶実施期間 8月3日(月)から平成28年3月31日(木)まで

▶申込方法 電話またはFAXで申し込んでください

※申し込みの際に次の項目を確認しますので、国民健康保険証を準備して電話またはFAXしてください

- 住所
- 氏名(ふりがな)
- 生年月日(年齢)
- 性別
- 電話番号
- 国民健康保険証の番号
- 受診希望歯科医院名



▶実施医療機関(五十音順)

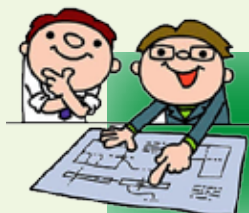
医療機関(市内)		電話番号
いなだ歯科	加美町	62-2901
植木歯科医院	白山町	62-3765
大岡歯科医院	弁天町一丁目	63-7616
大田歯科医院	大下町	62-7407
大場歯科医院	浦田一丁目	62-4579
喜多歯科医院	中町	62-4745
キタ忍歯科医院	湊町	63-6711
清水歯科医院	亀の甲町	63-4848
しらくら歯科医院	有明町湯江	68-3844
末吉歯科	有明町大三東	68-0150
高城歯科クリニック	先魁町	64-6480
寺田歯科診療所	新町二丁目	62-4427
はらぐち歯科医院	上の町	62-4361
まき歯科	上新丁一丁目	64-5077
松井歯科医院	有明町大三東	68-0011
まつおデンタルクリニック	北門町	65-0233
松藤歯科	北安徳町	62-7355
松本歯科医院	有明町大三東	68-3872
みなと歯科医院	中組町	63-1747
みやざき歯科	湖南町	62-7300
宮崎歯科医院	萩原二丁目	62-1180
森元歯科クリニック	有明町大三東	68-0017
山口歯科医院	新町一丁目	62-3016
吉田歯科医院	上の町	62-5026
渡部歯科医院	下川尻町	63-1750

※市外の歯科医院(島原南高歯科医師会に所属)での受診も可能ですので、保険健康課国民健康保険班に問い合わせてください

▶申し込み・問い合わせ先

保険健康課国民健康保険班

☎ 63-1111 (内線 231・237)・FAX 65-0879



平成 27 年度地籍調査にご協力を

◎地籍調査とは

現在、法務局に備え付けてある土地の記録や図面の約半分は、明治時代に作成された地図をもとに加除修正されたものであるため、土地の面積・形状・地目などが実態と異なっている場合があります。

このため、市では平成 22 年度から旧島原市地区の地籍調査を実施しています。

地籍調査は、土地一筆ごとに所有者・地番・地目・面積などを調査しますので、土地所有者皆さんの協力が必要です。

※旧有明地区の地籍調査は完了しています

◎一筆地調査実施地区

親和町の一部、新湊一丁目の一部、新湊二丁目の一部、南下川尻町の一部、緑町の一部

※対象の土地所有者には、後日、説明会の開催をお知らせします

◎調査結果閲覧実施地区

新湊二丁目の一部、南下川尻町の一部、緑町の一部、新山四丁目の一部

※平成 26 年度一筆地調査実施地区が対象となります。対象の土地所有者には、後日、お知らせします

1. 地元説明会への出席

地籍調査の主な流れ



説明会の日時・場所は、後日案内しますので、出席をお願いします

2. 一筆地調査の立ち会い



現地での立ち会いが必要となります。日時は事前にお知らせします

3. 地籍調査完了結果の閲覧



地籍調査完了後、調査結果の閲覧をお願いします(市が指定する 20 日間)

地籍調査事業では「できないこと」

所有権の移転(交換・売買・相続など)に関することはできません

贈与や売買などで所有権が変わっているのに、所有権移転がされていない場合や、登記簿上の所有者がすでに亡くなっているような場合は、早めに手続きを済ませるようお願いします。

市からの案内は登記簿上の所有者に通知します。

所有者が変わっているのに未登記の場合は、連絡が遅れたり、連絡が取れない恐れがありますので、早めに法務局で所有権移転登記の手続きを行ってください。

▶問い合わせ先 契約管財課地籍調査班 (☎ 63-1111 内線 264)

すくすくと成長することを願い

児童福祉週間に合わせ、保育所などを訪問

4月28日、児童福祉週間に合わせ、古川市長などが市内の保育所など28カ所を訪問しました。

訪問先では、園児と一緒に鯉のぼりを揚げるなどして、子どもたちの健やかな成長を願いました。



湧水を生かしたまちづくり

鯉の供養と放流

5月5日、鯉の泳ぐまちで、1年間に病気で亡くなった鯉の供養とともにニシキゴイ約30匹を放流しました。

鯉の放流は、下新町町内会の皆さんが、湧水を生かしたまちづくりの一環として長年続けているもので、今年で37回目を迎えました。

放流された鯉は、水路の中を元気よく泳ぎ回り、訪れた観光客らを楽しませていました。



100歳おめでとうございます



酒井ミキヲさん
(4月17日生)



蒲池年男さん
(4月18日生)



城田ハルコさん
(5月6日生)

～緑のトンネル～ 旧小濱鉄道跡

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。今回は遺構の一部が経済産業省の近代化産業遺産に登録されている「旧小濱鉄道跡」です。



千々石と小浜を結んだ「小濱鉄道」

千々石と小浜を結ぶ海沿いの県道201号は、トンネルや切り通しが連続するにもかかわらず、道はとても平坦です。なぜなら、この道は約100年前に鉄道が走っていたからです。

大正12年、愛野村駅（現在の愛野駅）から千々石まで「温泉（うんぜん）軽便鉄道」が開通しました。これを受け、小浜まで鉄道を開通させ、温泉リゾート地として人気を博していた雲仙・小浜に観光客を導き、地域を活性化させようと、地元の有志が立ち上がり、「小濱鉄道」が設立されました。

しかし、千々石から小浜までの海岸沿いは、約26万年前に形成された猿葉山の火山噴出物がつくる断崖絶壁が連なっていました。しかも、

当時の掘削道具はツルハシとノミ、そしてダイナマイトのみだったため、線路の敷設は困難を極



旧小濱鉄道千々石第二トンネル

めました。

千々石の町を過ぎると、鉄道の線路は標高20mから一気に標高50mのところまで坂を登りましたが、これは少しでもトンネルの長さを短くするための工夫でした。着工から5年半、工事従事者延べ約20万人と工事費約75万円（現在の貨幣価値で約40億円）を投じて、昭和2年に小濱鉄道は開業しました。

しかし、終着駅が小浜温泉の中心街から2km近く離れていたことに加え、同時期に普及した自動車やバスの方が運賃が安かったこともあり、小濱鉄道は開通当初から苦しい経営を強いられました。昭和8年、小濱鉄道は温泉軽便鉄道と合併して「雲仙鉄道」と名を変え、営業を続けていましたが、状況は好転せず、難工事の末の開通からわずか11年後の昭和13年に廃線となりました。この数奇な運命は、猿葉山という火山がそこにあったことが遠因と言えるでしょう。



小濱鉄道のさまざまな遺構

県道201号沿いには、かつてここに鉄道が走っていたことを示すさまざまな遺構が残っています。上千々石駅や木津の浜駅のプラットホーム跡はもちろん、蒸気機関車が通れるような背の高い石造りのトンネルや緩やかなカーブは、鉄道線路跡特有のものです。また、小浜歴史資料館には、小濱鉄

道の敷設と維持管理に尽力した本多家の功績が展示されています。

初夏になると、小濱鉄道跡の切通しは、新緑が「緑のトンネル」となっており、かつての鉄道跡を優しく包み込みます。緑の美しいこの時期に、ぜひ小濱鉄道跡を散策してみませんか。この道を歩くと、今でも前から蒸気機関車が力強く走ってくるような気がします。

次回は「がまだすドーム」を紹介します。



木津の浜駅跡

「平成27年度島原半島ジオパークガイド養成講座」開講のお知らせ

- ▶ 期 間 7月4日(土)～11月(月2回程度)
- ▶ 日 時 (座学) 土曜の午前中
(野外) 土曜もしくは日曜の終日
- ▶ 内 容 座学および野外
- ▶ 受講料 無料
- ▶ 申込期限 6月26日(金)まで
- ▶ 申し込み・問い合わせ先
島原半島ジオパーク協議会事務局
☎65-5540 FAX65-5542





育児ワンポイント 「歯を大切に！」

健康な歯を保つためには、乳歯のときからのケアが大切になります。

食べた後や寝る前に、子どもが自分で磨く習慣をつけ、その後に大人が必ず仕上げ磨きをしてあげましょう。

もし、虫歯ができてしまったら、早めに病院で治療を受けるようにしましょう。



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

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** 6月29日（月） 10時～12時
- ▶ **と ころ** 市保健センター
- ▶ **内 容** クッキング教室「ちょこっと中華」（材料費 200 円）
- ▶ **持ってくるもの** エプロン・三角巾
- ▶ **講 師** 内田景子 先生
- ▶ **対象者** 小学校就学前までの子どもを在宅で育てているお母さん
※託児ができます
- ▶ **申込方法** 子育て支援室に電話で申し込んでください
- ▶ **申し込み・問い合わせ先** 子育て支援室（☎ 62-4015）



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に、情報交換と友だちづくりのきっかけとなるような場を設け、参加者の交流を行っています。

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。

6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）	6月2日（火） 救急法を学ぼう	有明保健センター
こいこいひろば （第1水曜日）	6月3日（水） 簡単おやつ作り	霊丘公民館
にこにこ kids （第1木曜日）	6月4日（木） 体験ベビーマッサージ	安中公民館
のびのび kids （第2火曜日）	6月9日（火） のびのびクッキング	三会農村環境改善センター
すくすくげん kids （第3木曜日）	6月18日（木） おりがみあそび	杉谷公民館
ぱぴぷキッズ （第4木曜日）	6月25日（木） おしゃべりカフェ	市保健センター

救急法を学ぼう（6月2日開催）

消防署の救急救命士の指導のもと、実際に乳幼児の人体模型を使っての心臓マッサージ・人工呼吸法・AEDの操作方法などが体験できます。

子どもの安全のためにも、ぜひ、参加してください。



ふるさと再発見

吉田松陰の見た島原城下

最近、テレビなどで萩（山口県）出身の幕末の学者吉田松陰が取り上げられています。松陰が島原を訪れていたことは皆さんご存じでしょうか。

松陰が島原を訪れたのは嘉永3年（1850年）、21歳の松陰が兵学の研鑽のため九州各地を巡った途上でした。

島原では、当時の鉄砲町（江戸丁）に住む砲術師範の宮川度右衛門を訪ね、大砲に関する話を聞いています。

そして、松陰が残した『西遊日記』には、当時の島原城下の様子が記されています。

12月3日、島原城下を訪れた松陰は旅人であったため、城内に入ることができませんでした。地元の人であっても日が暮れると城内に入ることではできなかったとも記しています。

このため、松陰は城内の邸宅がどのようなものかを見ることはできなかったものの、城外の

市場や武家屋敷の多くが茅ぶき屋根であったと記しています。

今に残る鉄砲町の武家屋敷の風景と松陰の描写が重なるような思いがします。

なお、一週間ほどの滞在の中で、他にも松陰は護国寺の三十三番神を参ったり、雲仙岳に登り湯に入ったりもしています。

武家屋敷を散策する際は、松陰の来訪に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。



宮川度右衛門屋敷跡（江戸丁）に設置された吉田松陰来訪を示す看板

クローズアップ

Close Up!

リフレッシュ太極拳



今回、紹介するのは心地よい中国の音楽に合わせて、ゆっくりと体を動かす「リフレッシュ太極拳」の皆さんです。

この会は、平成11年から活動が始まり、現在26人の会員が毎週水曜日の10時から12時まで、城浩子先生の指導のもと練習を行っています。

練習は、入念なストレッチから始まり、音楽に合わせて太極拳の動作に入ります。

会員に話を伺うと「ゆっくりとした動きなので、無理をせず全身運動ができる」、「姿勢が良くなり、体

も柔らかくなった」、「みんなと楽しく健康づくりができる」と話してくれました。

この会が始まったときから指導している城先生は、「太極拳は、年齢に関係なく誰にもできる総合的な体と心の運動です。これからも楽しく健康的な仲間作りのお手伝いを続けていきたいです」と笑顔で話してくれました。

会では、年齢・男女問わず会員を募集しています。

体に無理なく行える太極拳、新しい健康づくりにしてみたい方がいらっしゃいます。

詳しくは、白山公民館（☎③2221）または河野偕子さん（☎③1507）へ問い合わせください。



平成 27 年度新規事業

～子育てにやさしいまちづくり～

特定不妊治療費助成事業

特定不妊治療を受けた夫婦の経済的な負担を軽減するために、治療費の一部を助成しています。

▶**対象治療** 4月以降に受けた体外受精および顕微授精

▶**対象者** 次の要件のすべてに該当する人

- ①法律上の婚姻をしている夫婦
- ②夫婦の双方または一方が、市内に1年以上住所を有し、かつ在住している人
- ③長崎県特定不妊治療費の助成を受けている人
- ④前年の夫婦の所得額が730万円未満の人
- ⑤市税などの滞納がない人
- ⑥他の市区町村などで同様な事業の助成を受けていない人

▶**助成金額** 特定不妊治療（体外受精・顕微授精）費から県助成金を差し引いた額で、1回あたり5万円が限度

不育治療費助成事業

不育治療を受けた夫婦の経済的な負担を軽減するために、治療費の一部を助成しています。

▶**対象治療** 4月以降に受けた助成対象医療機関における検査、治療などの費用

▶**対象者** 次の要件のすべてに該当する人

- ①法律上の婚姻をしている夫婦
- ②夫婦の双方または一方が、市内に1年以上住所を有し、かつ在住している人
- ③不育症と診断されている人
- ④前年の夫婦の所得額が730万円未満の人
- ⑤市税などの滞納がない人
- ⑥他の市区町村などで同様な事業の助成を受けていない人

▶**助成金額** 不育治療を開始した日から出産（流産・死産などを含む）に伴い治療が終了するまでの期間につき10万円が限度

※詳しくは市保健センターに問い合わせください

いきいき健康ポイント対象事業

大腸がん検診を受けましょう



大腸がん検診は、便を所定の容器にとり医療機関に提出する負担の少ない検査です。定期的な検診を受けることにより、がんの早期発見が期待できますので、毎年検診を受けるように習慣づけましょう。

▶**実施期間** 6月1日（月）～平成28年1月30日（土）

▶**容器配布場所** 市保健センター、有明保健センター、結核・肺がん検診実施会場、市内指定医療機関

▶**対象者** 平成28年4月1日時点で40歳以上の市民

▶**自己負担金** 600円

※ただし、次の①～⑤に該当する人は無料

- ①満70歳以上の人（年齢を確認できる保険証などの提示が必要）
- ②満70歳未満の後期高齢者医療被保険者（保険証の写しが必要）
- ③市民税非課税世帯者（非課税証明書が必要）
- ④生活保護受給者（生活保護受給証明書が必要）
- ⑤40・45・50・55・60歳になる人（対象となる人にはクーポン券を送付します）

▶**支払方法** 便をとった容器を医療機関へ提出する際、直接、医療機関で自己負担金を支払ってください

▶**問い合わせ先** 市保健センター

いきいき健康ポイント対象事業

「お口の健康まつり」

▶**と き** 6月7日（日）
10時～12時

※図画コンクール入賞者表彰式、
良い歯の優秀園表彰式は12時
30分～

▶**と ころ** 市保健センター

▶**内 容** 歯科健診、歯科保健指導・相談、フッ素洗口・塗布、歯磨き教室など

▶**問い合わせ先**

島原南高歯科医師会
(☎62-3507)



6月

休日当番のお医者さん
歯医者さん

※5月15日現在の内容です

市内当番医 9時～18時 市内当番診療科目

市外当番医 9時～17時 内科 外科
整形外科

当番歯科医 9時～12時

日	医療機関	電話番号
7月 7日(日)	池田病院 内 湖南町	62-5161
	西村クリニック 整 下川尻町	62-0888
	愛野診療所 雲仙市愛野町	36-0009
	松藤歯科 北安徳町	62-7355
14日 14日(日)	林内科医院 内 津町	62-6657
	土井外科胃腸科医院 外 中町	62-6305
	松尾胃腸科外科医院 雲仙市国見町	78-1000
	大田歯科医院 大下町	62-7407
21日 21日(日)	内田医院 内 白山町	62-7733
	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
	泉歯科医院 南島原市深江町	72-2066
28日 28日(日)	八尾病院 内 城内一丁目	62-5131
	西村クリニック 整 下川尻町	62-0888
	本田医院 雲仙市国見町	78-2768
	前川歯科医院 南島原市深江町	72-2055
7月 5日(日)	たかお循環器内科 内 桜町	62-6300
	いとう整形外科 整 広馬場町	61-0110
	佐藤医院 雲仙市国見町	78-5555
	堺歯科医院 雲仙市国見町	78-2744

● 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

6月	月	カリウムが高いと言われたら
	火	足の指の痛み、モートン病
	水	子どもの睡眠
	木	夏の肌のお手入れ
	金	気になりませんか、お口のかわき
	土・日	子宮脱などの骨盤臓器脱

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です

健康で長生きするためには、歯と口の健康を保つことが大切です。

むし歯にならないためにも、次の点に注意して、歯と口の健康を保ちましょう。

歯みがき

食べカスを取り除き、歯を溶かすむし菌や歯を支える骨を溶かす歯周病菌を減らすことができます。



フッ化物の利用

フッ化物の利用は、歯の質を強くし、むし歯を減らすのに役立ちます。フッ化物の効果的利用法としては、フッ化物入りの歯磨き粉やフッ化物を歯に直接塗るフッ素塗布、フッ化物洗口などがあります。



◎ポイント

市では、フッ化物を利用したむし歯予防に取り組んでいます。

■フッ素塗布事業

1歳～3歳半の子どもを対象に、無料でフッ素塗布を行っています

■フッ化物洗口推進事業

保育所・幼稚園・小学校でのフッ化物洗口を推進しています



定期健診

定期健診は、歯と口の病気を早期発見し「むし歯」や「歯周病」を予防することができます。

また、専用の機器を用いた歯のクリーニングや歯科医師や歯科衛生士などの専門家による指導を受けることができます。

1年に1～2回はかかりつけの歯科医院で定期健診を受けましょう。



規則正しい食生活

規則正しい3食の食事とおやつの時間を守り、間食の取りすぎに注意しましょう。

また、日ごろからよく噛んで食べる習慣を身につけましょう。



◎ポイント

■噛ミング30(カミングサンマル)運動

よく噛んで食べることは、消化・吸収を助け、肥満の予防、脳の発達、認知症予防など、健康に役立つ効果があります。

ひとくち30回噛むことを目標に、ゆっくりとよく噛む食習慣を身につけましょう。

森岳公民館 パソコン教室～エクセル入門編～

エクセルの基本操作から表作成・計算式を学んでみませんか。

- と き 6月24日(水)・7月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)・8月5日(水)・18日(火)・26日(水)・9月2日(水) (全10回)
19時30分～21時

- ところ 森岳公民館 ●募集人数 12人(先着順)
- 受講料 無料 ●申込期間 6月8日(月)～12日(金)



三会公民館 ボディコントロールエクササイズ

クラシックバレエの基礎を取り入れたストレッチと筋トレで、しなやかで引き締まったボディを目指しませんか。

- と き 6月15日(月)・22日(月)・29日(月) (計3日)
①昼の部 13時～ ②夜の部 19時30分～
- ところ 三会公民館 ●募集人数 ①、②それぞれ20人
- 受講料 無料
- 持参品 動きやすい服装、ヨガマットまたはバスタオル

消しゴムはんこ講座

消しゴムに好きな絵柄や言葉を彫って、オリジナルの「消しゴムはんこ」を作ってみませんか。

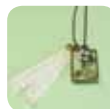
- と き 6月22日(月)
①昼の部 10時～ ②夜の部 19時30分～
- ところ 三会公民館 ●募集人数 ①、②それぞれ20人
- 受講料 無料(道具・材料費1000円※消しゴム、専用カッターなど)



霊丘公民館 レジン液で作る、手作りアクセサリー

あなただけの手作りアクセサリーを作ってみませんか。

- と き 6月17日(水)・24日(水) 13時～15時
どちらか1回に参加ください
- ところ 霊丘公民館
- 募集人数 各20人(先着順) ●受講料 無料(材料費600円)
- 持参品 筆記用具、ピンセット、発泡スチロールトレー
- 申込期間 6月1日(月)～ ●講師 桑島ありさ先生



安中公民館 安中陶芸教室

- と き 7月9日(木)～平成28年3月 毎週火曜・木曜日
13時30分～(2時間程度)
※7月9日(木)は、開校式および説明会があります
- ところ 第五小学校(第2図工室)
- 募集人数 5人(未経験者を優先し、応募者多数の場合は抽選)
- 受講料 無料(材料費が必要)
- 対象者 市内在住で、必ず参加できる人
- 申込期間 6月1日(月)～19日(金)



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)

杉谷公民館 刺しゅう講座

オリジナルのマークを刺しゅうしてみませんか。

- と き 6月17日(水)
19時30分～21時
- ところ 杉谷公民館
- 募集人数 10人
- 受講料 無料(材料費500円)
- 申込期限 6月12日(金)まで

「エンディングテーマ」を考えよう！

最近、「終活」という言葉をよく聞きます。終活を考える前に、これからの人生をもっと自分らしく生きるという観点から第2の人生、生き方について考えてみませんか。

- と き 6月23日(火)
19時30分～21時
- ところ 杉谷公民館
- 募集人数 15人
- 受講料 無料
- 講師 浦川富美代先生
(コーチング講師)

くらしの 情報

募集

「公募型」自主文化事業 の募集

市では、市民や企業などが企画立案から準備・運営までを行う「公募型」自主文化事業の第1次募集を次のとおり行います。

▼応募方法 所定の様式を社会教育課に送付または持参してください

※応募様式は社会教育課で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます

▼公募期間 6月8日(月)～7月17日(金)

▼応募条件

○文化事業であること

○事業を実施する会場は、市が所有する公共施設であること

■市役所本庁(代表) ☎63-1111

■有明庁舎(代表) ☎68-1111

・有明支所
・産業部(産業政策課・しまばらブランド営業課・農林水産課)
・教育委員会
・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/>

○独創性が高く、他のイベント(既存のまつりなど)の一部として実施する事業でないこと

○定期的な発表会や他の補助金をすでに受給している事業に該当しないこと

※詳しくは、市ホームページ掲載の「公募要領」で確認してください

▼事業実施期間 事業実施決定日～平成28年3月31日(休)

▼集客規模 集客100人～200人程度

▼事業委託料 40万円以内
※事業実施にかかる経費の全部または一部となります

▼選定方法 選定委員会による書類審査

▼申し込み・問い合わせ先 社会教育課 ☎859・1492
島原市有明町大三東戊1327

番地 ☎5473・FAX
5480 電子メールアドレス
shakyo@city.shimabara.lg.jp

夏休み講座「スクールキッズ」 サポーター募集

夏休みに子どもたちの自学を見守る人を募集します。

▼とき 7月27日(月)～8月7日(金) 9時～11時

▼ところ 有明・三会・森岳・白山の各地区公民館

▼募集人数 2人

▼謝金 1時間740円

▼募集期間 6月1日(月)～6月23日(火) 17時

▼申込方法 履歴書(写真貼付)を添えて社会教育課へ申し込んでください

▼選考方法 書類、面接
▼申し込み・問い合わせ先 社会教育課(☎内線651)

「放課後子ども学習室」 児童サポーター募集

放課後に、子どもたちの自学を見守る人を募集します。

▼とき 毎週月曜日～金曜日の給食のある日 15時30分～16時30分

▼ところ 市内全小学校・三会中

学校

▼募集人数 若干名

▼謝金 1時間1000円

▼募集期間 6月1日(月)～6月23日(火) 17時

▼申込方法 履歴書(写真貼付)を添えて社会教育課へ申し込んでください

▼選考方法 書類、面接
▼申し込み・問い合わせ先 社会教育課(☎内線651)

島原市立温水プール自主事業 「ジュニア水泳教室」 参加者募集

泳げない子、泳げるけどもっと上手く泳ぎたい子など、講師が初心者・中級者・上級者ごとに泳ぎ方を指導します。

▼第1回

○とき 7月20日(月)～7月24日(金) 10時30分～12時(計5回)

○対象者 泳力が25m未満の小学生2年～6年生

○募集人数 80人(先着)

▼第2回

○とき 7月27日(月)～7月31日(金) 10時30分～12時(計5回)

○対象者 泳力が25m未満の小学生1年生

○募集人数 30人(先着)

▼ところ 市立温水プール

- ▼参加料 500円
 - ▼持参品 水着・水泳帽子・ゴーグル・バスタオルなど
 - ▼申込期間 6月23日(火)～7月18日(土)
 - ※月曜日(休場日)を除く
 - ▼申込方法 温水プールに備え付けの申込書に必要事項を記入の上、温水プールへ持参してください
 - ▼申し込み・問い合わせ先 市立温水プール(☎③4314)
- 手話奉仕員養成講座(入門課程) 受講者募集**
- 聴覚障がい者の意思疎通の手助けができるように、日常会話に必要な手話技術を習得する手話奉仕員養成講座を開催します。
- ▼とき 7月2日(木)～12月24日(木)までの毎週木曜日(全25回) 19時30分～21時15分
 - ※8月13日(木)は休み
 - ▼ところ 市福祉センター
 - ▼対象者 市内在住で初めて手話を学ぶ人
 - ▼申込期限 6月19日(金)まで
 - ▼申込方法 福祉課備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、申し込んでください
 - ▼申し込み・問い合わせ先 福祉課障害福祉班(☎内線273)

島原病院の職員募集

- ▼職種および採用予定人数
- 看護師 8人程度
- 薬剤師 3人程度
- ▼採用予定日 平成28年4月1日以降
- ▼受験資格 次の年齢要件を満たし、それぞれの免許を有する人または、平成28年3月までに免許を取得する見込みの人
- 看護師 昭和55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)
- 薬剤師 昭和45年4月2日以降に生まれた人
- ▼試験日 6月27日(土)(作文、適性検査、面接試験)
- ▼受付期限 6月23日(火) 17時30分まで
- ▼申込方法 島原病院などで配布する申込書に必要事項を記入の上、島原病院へ提出してください
- ※試験案内、申込書は島原病院ホームページ(<http://www.shimabara-hospital.jp/>)からダウンロードすることができます
- ※すでに免許を有する人は、別途、随時受け付けています。詳しくは電話で問い合わせください
- ▼問い合わせ先 長崎県島原病院総務係(☎③1145)

お知らせ

「高齢者福祉交通機関利用券」の交付申請受付

- 高齢者の社会活動の範囲を広め、自立を支援することを目的に高齢者福祉交通機関(タクシー・バス・鉄道)利用券を交付します。なお、本券は「障害者福祉交通機関利用券」と重複して交付を受けることはできません。
- ▼対象者 市内に住所を有する満75歳以上の人で次のいずれかに該当する人
 - 本人が所得税非課税で自動車を運転しない人
 - 自動車運転免許証を自主返納した人(所得税課税でも助成対象となります)
 - ※免許証を更新せず、失効した人は対象となりません
 - ▼交付枚数 100円分の利用券を年間80枚まで
 - ※年度途中で75歳になる人は交付枚数が減る場合があります
 - ▼受付開始日 7月1日(水)から
 - ▼受付場所 福祉課地域福祉班、有明支所、三会出張所
 - ▼臨時受付場所 受付開始日から数日は、窓口が大変込み合い、

乳児家庭全戸訪問事業

- 受付などに時間を要する場合がありますので、できるだけ臨時受付場所を利用してください
- ①7月4日(土) 9時～16時30分
 - 島原文化会館(展示ロビー)
 - 三会農村環境改善センター
 - 杉谷公民館
 - 安中公民館
 - ②7月5日(日) 9時～16時30分
 - 有明支所
 - 霊丘公民館
 - 白山公民館
 - ▼持参品 申請者の印鑑(代理申請の場合は代理者の印鑑も必要)、運転免許証を自主返納した人は「運転経歴証明書」または「申請による運転免許の取消通知書」
 - ▼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)
- 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
- ▼訪問員 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携帯します
- ▼内容 市の子育て情報を届けるほか、子育てに関する不安や悩みの相談を受け付けます（個人情報保護は固く守られますので気軽に相談してください）
- ▼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）

島原市奨学金

- ▼貸付対象学校と貸付月額
- ◎高等学校（専修学校の高等課程およびこれに準ずる課程を含む）
：月額1万5000円
- ◎高等学校以外（大学・短大・高等専門学校・専修学校など）
：月額2万5000円
- ※貸付は無利子です
- ▼対象者 次に掲げる事項をすべて満たす人
- ①本人または扶養者が市内在住であること
- ②高校、大学などに在学する人であること（専修学校などは2年

- 以上の課程に修業する人
- ③経済的理由で、修学が困難な人であること
- ④学業成績が良好で、品行方正な人であること
- ▼償還方法 高校など卒業の半年後から貸し付けを受けた期間の2倍の期間内に、月賦または半年賦の方法で償還
- ▼受付期限 6月26日（金）まで
- ▼申込方法 教育総務課または市民窓口サービス課に備え付けの願書に必要事項を記入し、その他必要な書類を添えて教育総務課へ提出してください
- ※願書などは市教育委員会ホームページからダウンロードすることができます
- ※日本学生支援機構・長崎県育英会など、ほかの奨学金との併願・併給が可能です
- ▼申し込み・問い合わせ先 教育総務課総務班（☎内線621）

体力テストを実施します

- 市民の体力・健康づくりの一環として、体力テストを実施します。
- ▼とき 7月7日（火）19時から
- ▼ところ 島原復興アリーナ
- ▼対象者 20歳から79歳までの人
- ▼テスト項目
- ◎20歳～64歳 握力、上体起こし、

- 長座体前屈、反復横とび、立ち幅とび、20mシャトルラン（往復持久走）
- ◎65歳～79歳 握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行
- ▼持参品 運動のできる服装・体育館シューズなど
- ▼参加費 無料
- ▼申込方法 住所・氏名・生年月日・性別・電話番号を記入の上、はがきまたはFAXで申し込んでください
- ▼申込期限 6月23日（火）まで
- ▼申し込み・問い合わせ先 スポーツ課生涯スポーツ班（〒859-1492 島原市有明町大三東戊1327番地（☎⑥5474、FAX⑥5480））

第57回水道週間

- 毎年、6月1日から7日は水道週間です。
- 市と島原市給水工事指定店組合ではこの週間に合わせ「カラカラで蛇口に飛び込む 僕の□」をスローガンに街頭キャンペーンなどを実施します。
- ▼とき 6月6日（土）10時30分～12時30分
- ▼ところ エレナ島原店駐車場（城内三丁目、島原ショッピング

- グモールウィルビー駐車場（湊町）、まるたか生鮮市場有明店駐車場（有明町釘崎）
- ▼内容 水道無料相談所、利き水コンテスト、金魚すくい、ぬり絵、PRチラシ配布など
- ▼問い合わせ先 水道課業務班（☎内線593）

農業者年金現況届の提出

- 農業者年金現況届は、農業者年金を受給する資格があるかどうかを確認する書類です。必ず提出してください。
- ▼提出期限 6月30日（火）まで
- ▼受付場所 農業委員会または市民窓口サービス課
- ▼問い合わせ先 農業委員会（☎内線532）

甲種防火管理者資格取得講習会の開催

- ▼とき 6月18日（木）9時～15時、6月19日（金）9時～15時30分
- ▼ところ 島原地域広域市町村圏組合消防本部
- ▼受講料 3650円（テキスト代）
- ▼申込方法 消防署などで配布する申込書に必要事項を記入の上、写真2枚（縦3.5cm×2.5

い c m) を添えて提出してください

▼ 申込期限 6月12日(金)まで

▼ 申し込み・問い合わせ先 島原地域広域市町村圏組合消防本部 予防課 (☎⑥58557)

精神保健福祉相談

眠れない、気分の落ち込みが続く、引きこもりがち、薬物・アルコール依存など、このような症状のある人やその家族の相談を受け付けます。

▼とき

◎精神科医師による相談

毎週火曜日 14時～17時

※予約制(随時受付可)

◎保健所職員(保健師・作業療法士など)による相談

毎週月曜日～金曜日 9時～17時

▼ところ

県南保健所

▼予約・問い合わせ先 県南保健所 (☎⑥32289)

建築無料相談会の開催

▼とき 7月4日(土) 10時～15時

▼ところ サンプラザ万町

※営業に関するあつせんなどはありませんので気軽に相談してください

▼問い合わせ先 長崎県建築士会 島原支部 (☎⑥42798)

国民年金コーナー

諫早年金事務所職員による年金出張相談

▼とき 6月17日(水)、7月15日(水)・7月22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

※7月22日(水)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

▼申し込み・問い合わせ先 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

子犬用サークルとゲージ

おゆずりください

ピアノ

▼問い合わせ先 市民安全課市民相談センター (☎内線184)

『ふるさと融資制度』が活用しやすくなりました

■「ふるさと融資」とは

島原市が地域総合整備財団(ふるさと財団)の協力を得て、地域振興や雇用促進につながる設備投資を行う民間事業者に対し、設備投資資金の一部を無利子で融資する制度です。

■「ふるさと融資」の対象要件が緩和されました

(1) 雇用要件の緩和

事業開始に伴う新規雇用の人数が、5人から1人に引き下げ

(2) 貸付対象費用の総額の緩和

貸付対象費用(用地取得費は除く)の下限額が、2500万円から1000万円に引き下げ

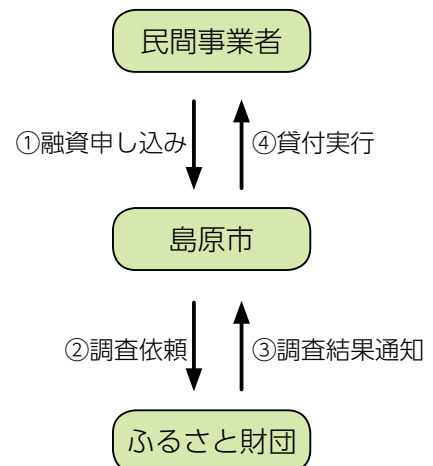
(3) 融資比率の引き上げ

過疎地域指定に伴い融資比率が、費用額の35%から45%に引き上げ

○対象となる事業や費用など、詳しくは、総務課財政班に問い合わせてください

▶問い合わせ先 総務課財政班 (☎63-1111 内線156)

手続きの概略



平成 27 年度新規事業

精霊流し行事支援

精霊流し行事実施協議会では、300 年以上も受け継がれてきた伝統行事「精霊流し」の継続と活性化を図るため、次の支援を実施します。

①精霊船台車作製支援

精霊船の台車作製に要する経費の一部を助成します

▶助成額 経費の 2 分の 1（5 万円を上限）

②担ぎ手ボランティアの募集

精霊船の担ぎ手として参加できるボランティアスタッフを募集します

▶応募資格 4 月 1 日時点で満 18 歳以上の人（高校生は不可）

※応募の際は、顔写真が必要です

▶募集人数 50 人程度

▶活動内容 精霊船の担ぎ手、切子灯籠の飾付など

③担ぎ手ボランティア派遣先の募集

担ぎ手ボランティアの派遣を希望される個人・団体を募集します

▶応募人員 1 個人または 1 団体につき、5 人を上限とします

④精霊船作製支援

精霊船の作製に要する費用の一部を助成します

▶助成額 精霊船の作製に要する経費（2 万円を上限）

申込期限

①～③は 6 月 19 日（金）まで

④は 9 月 15 日（火）まで

申込方法

しまばら観光おもてなし課に備え付けの申込書に、必要事項を記入し、提出してください

申し込み・問い合わせ先

精霊流し行事実施協議会
（しまばら観光おもてなし課内）（☎内線 212）



土木建築人材育成事業

本市の人材育成を図るため、4 月 1 日以降の土木建築関係の資格取得者および大工育成塾の入塾者に次の支援を実施します。

①資格取得者奨励金

▶対象者 市内に住所を有し、市税を滞納していない人で、次の土木建築関係の資格を取得した人

- 建築士
- 土木施工管理技士
- 管工事施工管理技士
- 造園施工管理技士
- 建設機械施工管理技士
- 建築施工管理技士
- 電気工事施工管理技士

▶奨励金額 受験料全額

▶申請に必要なもの

◎資格取得のための受験料の支払い金額が分かる書類の写し

◎資格取得したことが証明できる書類の写し

◎市税に滞納がないことを証明する書類（完納証明書）

②大工育成塾奨励金

▶対象者 市内に住所を有し、市税を滞納していない人で、大工育成塾に入塾した人

▶奨励金額 授業料の 2 分の 1 以内

▶支給期間 最長 3 年間

▶申請に必要なもの

◎大工育成塾の授業料の支払い金額が分かる書類の写し

◎市税に滞納がないことを証明する書類（完納証明書）

申し込み・問い合わせ先

道路課建設総務班（☎内線 253）



『無事故へと 気持ち集中 はっけよい』（平成 27 年度危険物安全週間推進標語）

危険物安全週間 6月7日（日）～6月13日（土）



危険物（ガソリン・灯油など）が絡む事故、火災を起こさないよう、取り扱いには十分注意しましょう。

- ◎灯油用プラスチック容器にガソリンを入れない（消防法令で禁止されています）
- ◎ガソリン携行缶のフタを開ける前に機械類のエンジンを停止し、エア抜きをする
また、高温の場所に置かない

▶問い合わせ先 島原地域広域市町村圏組合 予防課（☎ 62-5857）



しまばら 食育レシピ

れんこんを使った低カロリーなお好み焼き

シャキシャキお好み焼き



1 人分栄養価

*エネルギー 176kcal



材 料 (4 人分)

- れんこん……………200 g
- キャベツ……………160 g
- 小ねぎ……………20 g
- 豚ももスライス…80 g
- 卵……………2 個
- ちりめんじゃこ…20 g
- 花かつお……………4 g
- いりごま……………小さじ 2 杯
- 片栗粉……………大さじ 3 杯
- サラダ油……………小さじ 2 杯
- お好みソース……………適宜

- ① れんこんの皮をむき、2 / 3 は卸金ですりおろし、1 / 3 は粗みじんに切ります
- ② キャベツはせん切り、ねぎは小口切り、豚肉は 1cm 幅に切ります
- ③ ボールに①のれんこんと片栗粉、②の具材、卵、ごま、ちりめんを入れて混ぜ合わせます
- ④ フライパンに油を敷き、③の生地を流し、フタをして中火で両面を焼きます
- ⑤ ④にお好みソースを塗り、花かつおを散らす。

（レシピ提供：島原市食生活改善推進員協議会）

お好み焼きが食べたいけど、カロリーが気になる人にオススメです

小麦粉の代わりにれんこんを使って作るお好み焼きです。

すりおろしたれんこんでモチモチ、粗みじんのれんこんでシャキシャキの 2 つの食感が楽しめます。

れんこんをつなぎで使うことで、小麦粉の量が少なく、カロリーが通常の 80% に抑えられます。



人の動き（5月1日現在）

- 人 □ 46,922 人 (+ 47)
- 男 性 21,762 人 (+ 31)
- 女 性 25,230 人 (+ 16)
- 世帯数 19,172 世帯 (+ 47)

出生 26 件 死亡 58 件
転入 165 件 転出 143 件

情報発信 市政情報などは、次の方法でも情報発信しています

- 島原市ホームページ (<http://www.city.shimabara.lg.jp/>)
- ケーブルテレビ
 - ・カボチャテレビ（土曜 8:30、10:00、18:00、21:00、翌 2:00、翌 5:00
日曜 8:00、15:00、18:00、21:00、翌 2:00、翌 5:00）
 - ・ひまわりテレビ（月曜～金曜 18:45）
- コミュニティFM FMしまばら（88.4MHz）（月曜～金曜 9:10、15:10）
- 新 聞
 - ・島原新聞 市役所欄（随時）
 - ・長崎新聞 市政情報コーナー（毎月第 2・4 火曜）

市民相談センターのご案内

6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〉

6月 2日（火） 13時～15時 古瀬行政相談委員

6月 16日（火） 13時～15時 金子行政相談委員

〈有明福祉センター〉

6月 3日（水） 13時～15時 宇土行政相談委員

◆特設人権相談（人権擁護委員）

6月 4日（木） 13時～16時

※森岳公民館、有明福祉センターの2会場でいきます

◆不動産に関する相談（県宅地建物取引業協会）

6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】

6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）

6月 24日（水） 13時～16時

◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）

6月 25日（木） 10時～16時



納期限のお知らせ

・市民税（第1期）

の納期限は **6月30日（火）** 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＞

●市民税……税務課市民税班（☎内線 172）

----- 納税相談はお早めに -----

病気や失業などで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～18時（金曜は20時まで開館）
6月の休館日…1日（月）・8日（月）・15日（月）・22日（月）・29日（月）・30日（火）

○有明図書館（☎ 68 - 5808） 開館時間…9時～18時
6月の休館日…2日（火）・9日（火）・16日（火）・23日（火）・30日（火）

新刊図書紹介



「志士の峠」

植松 三十里 著 中央公論新社

勤王を掲げて挙兵した公家・中山忠光。政局の変化と仲間との確執に苦しむ行軍中、四方から幕府方の大軍が迫っていた。維新には早すぎた「天誅組」の激闘を描く歴史長篇。



「夏の雷音」

堂場 瞬一 著 小学館

本の街、神保町から消えた1億2千万円の名品。オークションで落札した店主は謎の死をとげる。大学准教授の吾妻幹は真相を追い始めるが、事件は思いも寄らぬ展開を見せる。

■「ミツハの一族」

乾 ルカ 著 東京創元社

■「持たざる者」

金原 ひとみ 著 集英社

■「トットひとり」

黒柳 徹子 著 新潮社

■「透明人間は204号の夢を見る」

奥田 亜希子 著 集英社



27 平成 27.6.

6月の催し

島原図書館

■ おはなしのじかん

6日（土）・13日（土）・20日（土） 11時～

■ 大人向け映画会「蟬しぐれ」 14日（日） 14時～

■ おはなしひろば 27日（土） 11時～

■ 郷土史を学ぼう会 27日（土） 14時～

「神代郷土史」（講師：森川太十郎 先生）

「深溝世紀 巻四」（講師：松尾卓次 先生）

有明図書館

■ 「返却しおり」イラスト大募集 1日（月）～29日（月）

■ ちいさなおはなしかい 13日（土） 14時30分～

■ おはなしのじかん

（ボランティアグループ「こんね」の皆さんによるおはなし会）

27日（土） 14時30分～

～災害を風化させることなく、後世に伝承～

6月3日は「いのりの日」

雲仙・普賢岳噴火災害時、多数の死者・行方不明者を出した大火砕流から6月3日（水）で丸24年となります。

市では6月3日を「いのりの日」として位置づけ、犠牲となられた方々を慰霊するとともに、噴火災害を風化させることなく後世へ伝えていく決意を新たにする日として、市内各所でさまざまな追悼行事などが行われます。

献花所の設置・黙とう・半旗

市では雲仙・普賢岳噴火災害で犠牲となられた人々のめい福を祈るため献花所を設置します。献花用の菊を準備しますので献花をお願いします。

▶と き 6月3日（水） 8時30分～18時

▶ところ 仁田団地第一公園（雲仙普賢岳噴火災害犠牲者追悼之碑）

▶問い合わせ先 秘書人事課秘書広報班（☎63-1111 内線124）

◎黙とう 大火砕流が発生した16時8分にサイレンを吹鳴しますので、黙とうをお願いします

◎半旗 事業所などは半旗での掲揚をお願いします



献花所

いのりの灯

未来を担っていく子どもたちへ噴火災害の伝承を目的として「第9回のいのりの灯」を開催します。

▶と き 6月3日（水）

17時20分～20時（雨天決行）

▶ところ 雲仙岳災害記念館

▶内 容 島原音楽協会・高校生楽団コンサート、キャンドル点灯式

▶問い合わせ先 雲仙岳災害記念館（☎65-5555）



キャンドル点灯式

「全国龍馬社中・九州ブロック大会」・「島原市民文化講座」共催 特別講演会

～歴史を託された者の覚悟～

「勝海舟の家系に生まれて」



勝海舟・坂本龍馬
長崎初上陸の地（津町）

6月7日

島原文化会館 10時開演 入場料無料（9時30分開場）



講師 高山みな子先生
（勝海舟の玄孫・作家）

問い合わせ先 社会教育課（☎68-5473）