

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

平成27年

8月号

AUGUST

No.735



第二小学校5年1組



第三小学校5年1組



第一小学校5年1組



第一小学校5年2組

将来の夢や目標に向かって

6月25日・26日、市内小学校で「JFA こころのプロジェクト夢の教室」を行いました。

教室では、アテネ五輪金メダリストの柴田亜衣さんや元Jリーガーの松橋章太さんが講師を務め、参加した児童らは、講師の話に熱心に耳を傾け、ゲームや体験談を通じて「将来の夢を持つことの素晴らしさや目標に向かって努力することの大切さ」を学んでいました。

今後も、市内の小学校5年生を対象とした「夢の教室」を開催する予定です。

目次

市議会の新体制がスタートしました・・・	2
「市長を囲む地域懇談会」ほか・・・	3
市有地分譲地売却促進・定住促進事業・・・	4
島原の夏のイベント ほか・・・	5
「水の日」「水の週間」ほか・・・	6
「がまだす地域づくり事業」ほか・・・	7
婦人検診を受けましょう・・・	8
まちかどウォッチング・・・	9
島原半島世界ジオパーク・・・	10
しまばら子育て情報・・・	11
保健センターだより・・・	12
ふるさと再発見、クローズアップ・・・	14
公民館こうぞじょうほう・・・	15
くらしの情報・・・	16

市議会の新体制がスタートしました

6月22日、改選後初めての市議会定例会が開会され、議長に永田光臣議員が、副議長に生田忠照議員が選ばれました。さらに、各常任委員会と議会運営委員会の構成も決まり、新体制での市議会がスタートしました。
各委員会などの構成は次のとおりです。（敬称略）

常任委員会											
教育厚生委員会				産業建設委員会				総務委員会			
委員長	副委員長	委員	委員	委員長	副委員長	委員	委員	委員長	副委員長	委員	委員
上田 義定	永尾 邦忠	本多 秀樹 本田 みえ	島田 一徳	種村 繁徳	松井 大助	生田 忠照 松坂 昌應 濱崎 清志 本田 順也	永田 光臣	馬渡 光春	草野 勝義	林田 勉	楠 晋典 馬場 勝郎 中川 忠則

副議長



生田 忠照 議員

議長



永田 光臣 議員

議会運営委員会			委員
委員長	副委員長	委員	委員
北浦 守金	林田 勉	楠 晋典 濱崎 清志 本田 順也 中川 忠則	

一部事務組合議会議員 などが選ばれる

7月13日に開かれた本会議で、一部事務組合議会議員および広域連合議会議員などが選ばれました。
選ばれた議員は次のとおりです。（敬称略）

島原地域広域市町村圏組合議会議員 楠 晋典 馬場 勝郎 中川 忠則 永田 光臣	長崎県後期高齢者医療広域連合議会議員 林田 勉 本多 秀樹 馬渡 光春	長崎県病院企業団議会議員 本田 みえ	島原市農業委員会委員（選任） 永尾 邦忠 馬渡 光春 種村 繁徳 馬場 勝郎 北浦 守金
---	--	-----------------------	---

監査委員に濱崎清志 議員

7月13日に開かれた本会議で、濱崎清志議員が市議会の同意を得て、島原市監査委員に選任されました。今後は市の財務や経営にかかわる事務の監査業務に携わっていただきます。



濱崎 清志 議員

全国市議会議長会表彰に輝く

6月17日、東京都で開催された第91回全国市議会議長会定期総会で、島田一徳議員が勤続二十年以上表彰を受賞しました。



島田 一徳 議員

～より良いまちづくりのために～

「市長を囲む地域懇談会」を開催します

住みやすいまちづくりの推進に向け、市民と市長がひざを交えて話し合う地域懇談会を次の予定で開催します。

懇談会はお住まいの地区に関係なく市民ならどなたでも参加することができます。

▶聴覚が不自由な人へ

会場に要約筆記（発言内容を要約し、会場内の前方スクリーンに文字を映し出す）および手話通訳を配置しますので、気軽に参加してください

▶問い合わせ先

秘書人事課秘書広報班（☎ 63-1111 内線 124）



昨年は延べ約 350 人の参加があり、さまざまな意見や提案が出されました

地 区	日 時（予定）	会 場
三 会	8月 6日（木）19時～	三会農村環境改善センター
安 中	8月11日（火）19時～	安中公民館
杉 谷	8月18日（火）19時～	杉谷公民館
白 山	8月20日（木）19時～	白山公民館
有 明	8月21日（金）19時～	有明総合文化会館
森 岳	8月25日（火）19時～	森岳公民館
霊 丘	8月26日（水）19時～	霊丘公民館



要約筆記と手話通訳を配置します

～市民が主役のまちづくり～

市政に対する「ご意見・ご提案」をお寄せください

市では市民皆さんのアイデアやご意見を聴き、市政をより充実させるため、市長へのポスト（市内12カ所）を設置しています。また、メールやFAXなどでも結構ですので、いろいろなアイデアやご意見をお寄せください。

※各部署のメールアドレスなどは市ホームページ（<http://www.city.shimabara.lg.jp/>）をご覧ください

市長へのポスト設置場所（市内12カ所）

- ・本庁西側玄関
- ・有明庁舎玄関
- ・三会農村環境改善センター
- ・杉谷公民館
- ・森岳公民館
- ・霊丘公民館
- ・白山公民館
- ・安中公民館
- ・島原復興アリーナ
- ・島原図書館
- ・島原市福祉センター
- ・有明総合文化会館



投函する際のお願い

※紙面には、氏名・住所・電話番号を明記し、匿名はご遠慮ください
※紙面は、秘密保持のため封をしてください

▼問い合わせ先 秘書人事課秘書広報班

（☎ 63-1111 内線 124）

平成 27 年度新規事業

～来てみんね・住んでみんね・よかとこばい～

「市有地分譲地売却促進・定住促進事業 奨励金」を交付します

市では、今年度の新規事業として、一人でも多くの人に島原に住んでもらおうと、市有地（仁田住宅団地分譲地 29 区画、安中地区分譲地 13 区画）の「分譲地を購入した人」、「分譲地に家を建てた人」、「分譲地に家を建て定住した人」に対し、次のとおり奨励金を交付します。

なお、奨励金を受けるには申請手続きが必要です。詳しくは契約管財課財産管理班に問い合わせてください。

①市有地分譲地売却促進奨励金

分譲地を購入した人（法人を含む）に、土地購入代金の 10%（千円未満切捨）を交付します。

▶申請期間 売買契約日から 1 年以内

②定住促進（新築）奨励金

本人または親族が購入した分譲地の売買契約日から、3 年以内に住居を新築して住民登録をした人に、次のうち少ない額を交付します。

- ・住宅建築契約のうち、本人が負担した額の 10%（千円未満切捨）
- ・50 万円（市内事業者施工の場合）または 30 万円（市外事業者施工の場合）

▶申請期間

定住した日から 1 年以内



③定住促進（若年世帯移住）奨励金

購入した分譲地に家を新築し、県外から初めて島原市に移住した、配偶者および小学生以下の同居家族がいる 40 歳以下の人に、土地購入代金のうち本人が負担した額（1 万円未満切捨）を上限として、①の金額を定住の翌年度から最長 9 年間交付します。

※最長 9 年間受けると、①の奨励金と合わせて、土地購入代相当になります

※該当者が複数の場合は抽選となります

▶申請期間

定住した日の翌年度の 10 月 1 日から 3 月 31 日まで



▶申込方法 契約管財課に備え付けの所定の申請書類に必要事項を記入し、必要書類を添付の上、契約管財課財産管理班に提出してください。申請書は市ホームページ（<http://www.city.shimabara.lg.jp/>）からダウンロードできます

▶問い合わせ先 契約管財課財産管理班（☎ 63-1111 内線 261）

しまばらの夏はイベント盛りだくさん

島原の夏のイベント

土曜夜市

8月1日(土)・8日(土) 18時30分～
一番街アーケード、万町商店街

夏の恒例、土曜夜市が今年も開催中。屋台や出店、イベントなど多彩な催しをお楽しみください。

▶問い合わせ先 万町商店街 (☎ 64-2760)
島原一番街 (☎ 63-2503)

みなと夏まつり

8月21日(金) 18時～
みなと商店街

夏の恒例、みなと夏まつりが開催されます。屋台や出店、魚のつかみ取りなど多彩な催しをお楽しみください。

▶問い合わせ先
みなと商店街 (前中商店 ☎ 62-2942)

精霊流し

8月15日(土) 19時～
市内各所

竹とワラで作った精霊船に島原独特の切子灯ろうを飾りつけた精霊流しです。

※当日は会場周辺で交通規制があります

▶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 ☎ 63-1111 内線 212)

～島原市制施行75周年記念～

島原温泉ガマダス花火大会

8月27日(木) 20時30分～※雨天時は順延
島原港

夏の夜空を彩る花火大会が開催されます。記念大会にちなんだ6075発の花火が約1時間連続で打ち上げられます。

※当日は会場周辺で交通規制があります

▶問い合わせ先

島原温泉観光協会 (☎ 62-3986)

食中毒にご注意を！



食中毒は季節を問わず年間を通して発生しますが、気温や湿度の高い夏は食中毒の発生しやすい季節です。特に子ども、お年寄り、抵抗力の弱い人は注意が必要です。

毎日のちょっとした心がけで食中毒は予防できます。次の食中毒予防の3原則を守って食中毒を防ぎましょう。

食中毒予防の3原則 細菌などを「付けない」「増やさない」「やっつける」

付けない

食材や手はもちろん、肉や魚を扱ったまな板や包丁もこまめに洗いましょう



増やさない

調理したらすぐに食べ、保存する場合は冷ましてから冷蔵庫へ入れましょう



やっつける

調理をする際は十分に加熱をしましょう



フグ毒にもご用心

フグの素人調理が原因で、食中毒が発生しています。釣ったり、人からもらったりしたフグを素人が調理し、食べることは絶対にやめましょう。

▶問い合わせ先 環境課環境班 (☎ 63-1111 内線 192・194)

8月1日は「水の日」 8月1日～7日は「水の週間」

しまばらと水

本市は、古くから「水の都」と呼ばれ、市内いたる所から水が湧き出ています。

今日まで大切に利用、管理保全されてきた本市の水は、昭和60年に環境庁から「名水百選」に、平成7年には国土庁から「水の郷」に認定されています。



湧水庭園「四明荘」

大切な水を未来へ

市では、目に見えない地下水の現状を把握するため、平成7年から、市内40カ所の湧水量を毎月調査しています。その結果、一日平均の湧水量は、平成26年が約4万8千トン、平成7年から平成26年までの平均は約4万5千トンで、毎年変動しており、湧水量の推移と年間降水量をみると、降水量の増減に伴って変動が見られます。

地下水保全にご協力を

市では、「島原市地下水保全要綱」を制定し、地下水の保全に取り組んでいます。限りある自然の恵みとし

て後世に引き継いでいくために、ボーリングなどで地下水を採取する人は、次のことに協力をお願いします。

現在、地下水を採取している人

- ・利用しない地下水の放流停止に努めてください
- ・必要最小限度の揚水量の採取に努めてください

今からボーリングなどを設置する人

- ・地下水採取の現況把握のため「地下水採取計画書」などの届け出をお願いします

井戸水を飲用している人へ

井戸水は常に同じ状態でなく、気象や環境によって影響を受け、水質が変化する場合があります。飲み水として利用する場合は次のことに気をつけましょう。

- ・年に一回水質検査を受ける
- ・井戸の回りを点検する
- ・味や色が変わったなどおかしいと思ったら、すぐに保健所などへ連絡する

※飲み水は安全な水道水を利用することをお勧めします



▼問い合わせ先 環境課環境班
(☎) 11111内線194

～豊かで潤いのある地域づくりを応援します～

「がまだす地域づくり事業」を募集しています

市では、市民が自ら考え実践する地域づくりを積極的に推進するため、町内会・自治会や市民団体が実施する活動に対して「島原市がまだす地域づくり補助金」を交付します。

町内会・自治会

▼対象となる事業

次のいずれかに該当する事業

① 地域見守り事業（ごみ出し支援、声かけなど）

② 環境美化事業（自主的な清掃活動、植栽活動など）

③ 絆・交流活性化事業（世代間交流行事など）

※新規性または拡充性のある事業に限り対象です

▼補助金の額

補助対象経費の5分の4以内の額で、1事業につき10万円を限度額

市民団体

▼対象となる事業

次のすべてに該当する事業

① 市民の福祉向上または公益上の必要性が認められる事業

② 市内で実施される事業（関連事業の市外での実施も可とする）

③ 平成28年3月31日までに完了する事業

④ 新たにまたはステップアップを目指して実施する事業

▼補助金の額

補助対象経費の2分の1以内の額で、1事業につき10万円を限度額

「がまだす地域づくり事業」を活用した地域の取り組み

向之原自治会では平成26年度にこの事業を活用して「グラウンドゴルフによる健康増進や交流促進」に取り組みました。

その他の町内会・自治会でも、「公園にテーブルやベンチを設置した憩いの場づくり」や「環境美化の強化」などに取り組んでいます。



申請方法

政策企画課に備え付けの所定の申請書類に必要事項を記入し、政策企画課に提出してください

※先着順に書類審査を行い、補助金の交付を決定します

問い合わせ先 政策企画課地域・婚活班（☎63-1111 内線142）



第36回 しまばら温泉 不知火まつり 歴史文化市中パレード 出演者募集中



しまばら温泉不知火まつりの「歴史文化市中パレード」に参加してみませんか。島原城築城から現在に至るまでの島原の歴史や文化を表現する勇壮なパレードです。

松倉重政公、天草四郎、松平忠房公などの歴史人物をリーダーに、めったに着る機会がない鎧甲冑やキリシタン宣教師などの衣装をまとった「歴史仮装行列隊」、また、郷土芸能・伝統芸能や、子ども会・各種団体・企業PRなどの「山車・踊り・PR隊」に参加して島原の元気を発信しませんか。

▶と き 10月18日（日）正午～16時ごろ

▶コース 島原城から白土湖まで

▶配 役 主催者が決定します

▶対象者 コースを完歩できる健康な人

※歴史仮装行列隊は、事前に振り付けなどの練習を行う予定です

▶応募期限 8月31日（月）まで

▶応募・問い合わせ先 しまばら温泉不知火まつり振興会（しまばら観光おもてなし課内 ☎63-1111 内線212）



婦人検診（集団）を受けましょう



市では、子宮がんや乳がんを早期に発見し、適切な治療に結びつけるために、市民を対象とした婦人検診（集団）を実施します。

子宮がん検診

- ▶ **対象者** 職場で検診がない市内に住所を有する 20 歳以上の女性（申し込み不要）
- ▶ **検査方法** 細胞診・内診
- ▶ **個人負担額** 300 円

乳がん検診

- ▶ **対象者** 職場で検診がない市内に住所を有する 40 歳以上の女性
- ▶ **検診人数（先着順）** 午前 60 人・午後 50 人
- ▶ **検査方法** 視触診およびマンモグラフィ
- ▶ **個人負担額** 500 円
- ▶ **申込方法** 8 月 3 日（月）から 8 月 14 日（金）までに、電話で市保健センターへ申し込んでください

※受付の時間帯を次のとおり 2 回に分けますので、希望の時間をお知らせください

午前：① 9 時～9 時 30 分

② 10 時～10 時 30 分

午後：③ 13 時 30 分～14 時

④ 14 時 30 分～15 時

（申込期間終了後、定員に満たない場合は受付できますので、問い合わせください）

こつそ 骨粗しょう症検診

- ▶ **対象者** 平成 28 年 4 月 1 日時点で 40・45・50・55・60・65・70 歳の市内に住所を有する女性
- ▶ **検査方法** 前腕のレントゲン検査
- ▶ **実施日程** 下表の○印の日のみ実施
- ▶ **個人負担額** 400 円

※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

※次のいずれかに該当する人は、証明書などを提出すると、個人負担が無料になります

- ・70 歳以上の人⇒年齢が確認できるもの
- ・市民税非課税世帯⇒平成 27 年度の非課税証明書（写し可）

※証明書は税務課、市民窓口サービス課、三会出張所、有明支所で発行（有料）

- ・70 歳未満の後期高齢者医療被保険者⇒保険証の写し

・生活保護世帯⇒生活保護受給証明書（写し可）※証明書は福祉課保護班で発行

- ・クーポン券が届いている人⇒クーポン券

日時および検診会場

日 程	受付時間	会 場	骨粗	日 程	受付時間	会 場	骨粗
8 月	17 日（月）	9:00～10:30	島原市医師会館 ○	24 日（月）	9:00～10:30	市保健センター ○	
		13:30～15:00			13:30～15:00		
	18 日（火）	9:00～10:30	島原市医師会館	25 日（火）	9:00～10:30	市保健センター	
		13:30～15:00			13:30～15:00		
	19 日（水）	9:00～10:30	安中公民館 ○	26 日（水）	9:00～10:30	三会農村環境改善センター	○
		13:30～15:00			13:30～15:00	杉谷公民館	
	20 日（木）	9:00～10:30	島原文化会館	27 日（木）	9:00～10:30	有明保健センター	
		13:30～15:00			13:30～15:00		
	21 日（金）	9:00～10:30	島原文化会館 ○	28 日（金）	9:00～10:30	有明保健センター ○	
		13:30～15:00			13:30～15:00		

▶ **問い合わせ先** 市保健センター（☎ 64-7713・64-7715）

香港ジオパークの学生ら来島

6月29日、島原半島ジオパークと協力関係にある香港ジオパークの大学生ら34人が来島しました。

島原半島を訪れた一行は、雲仙岳災害記念館などを見学し、噴火災害での火砕流や土流の猛威を学んだほか、島原の特産品を使ったご汁調理も体験していました。



犯罪や非行のない地域社会を目指して

「社会を明るくする運動」啓発活動

7月1日、7月の「社会を明るくする運動」強調月間に合わせ、犯罪や非行のない地域づくりについて理解を深めるため、社会を明るくする運動島原地区推進委員会の皆さんをはじめ、古川市長らが島原駅で通勤・通学する人へリーフレットを配布するなどして啓発活動を行いました。



6月市議会定例会で、公平委員会委員に林敏明さん（津町・新任）が選任されました。
今後は、市職員の不利益処分に関する不服申し立ての審査など、公平委員会委員の業務に携わっていただきます。

公平委員会委員の選任

まち
かど

コネクション



災害時の対応がより一層充実

「災害発生時における協力に関する協定書」締結

6月19日、市内郵便局と市が「災害発生時における協力に関する協定」を結びました。

この協定は、災害発生時に緊急車両としての車両の提供や避難先リストの情報の相互提供など、必要な対応を円滑に行うことを目的としたものです。

今回の協定締結により、災害発生時の対応がより一層強化されました。



100歳おめでとうございます



古賀 スイさん
(6月25日生)



～災害を今に伝える遺構～ 土石流被災家屋保存公園

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。
今回は南島原市内にある「土石流被災家屋保存公園」です。

未曾有の噴火災害による被害

火山噴火が起こると、大量の火山噴出物が火口の近くにたまりまします。それらの土砂は完全に固まっていなかったため、大雨が降れば表面が削られて、麓まで流れてきます。それが土石流です。

平成2年(1990年)11月17日から始まった平成噴火では、火砕流に加えて土石流も頻繁に発生しました。大雨時に発生した土石流によって国道や鉄道が何度も寸断され、私たちの暮らしは大きな影響を受けました。奇跡的に人的被害はなかったものの、土石流の被害に遭った家屋が1692棟に達するなど、多くの財産が失われてしまいました。



土石流によって寸断された
国道251号(平成3年)

火山災害を伝承する「貴重な遺構」

道の駅「みずなし本陣ふかえ」に隣接する「土石流被災家屋保存公園」には、土石流の被害を受けた家屋11棟が当時の姿で残されています。この地域を襲った

土石流は平成4年(1992年)8月8日から14日の間に発生したもので、その一部は、台風に伴う豪雨の最中に発生した規模の大きな火砕流の一部が大量の雨水と混ざり、高温の土石流となったものです。この場所にたまった土砂の厚さはおよそ3メートルに達します。これは、地下を3メートル掘れば、噴火前の地面が出てくることを意味しています。

このような火山噴火に伴って発生した土石流の被害を受けた家屋群をそのままの姿で保存している場所は国内に例がないことから、この公園は火山災害の怖さを伝える大変重要な遺構といえるでしょう。

土石流は、火山噴火だけでなく大雨によっても発生します。島原半島では、今年の6月10日から続いた豪雨の際に、赤松谷川の上流域で小規模な土石流が発生したことが確認されました。今後も大雨時には土石流の発生が懸念されます。普段から避



土石流被災家屋保存公園に
保存されている家屋群



一部の家屋群にはテント
がかけられています



「天草ジオパークジオツアー」参加者募集



「天草ジオパーク」を楽しむジオツアーを次のとおり開催します。
皆さんの参加をお待ちしています。

- ▶と き 10月4日(日) ▶ところ 天草ジオパーク(熊本県天草市)
- ▶集合時間・場所 7時 島原市役所 大手浜駐車場
- ▶定 員 40人(先着順)
- ▶参加費 大人 3500円(中学生以上)・子ども 2500円(小学生以下)
(交通費・昼食代・ガイド料・保険料込)
- ▶申込期間 8月17日(月)～9月11日(金) 9時～17時
- ▶申込方法 島鉄観光(☎63-2341)に電話で申し込んでください
- ▶問い合わせ先 島原半島ジオパーク協議会(☎65-5540)

難場所を確認するなど、災害時への備えをしておきましょう。
今回は、小浜温泉を紹介します。

育児ワンポイント

冷たい物の取りすぎに注意しましょう！

暑くなってくると冷たい食べ物や飲み物を多く取りがちです。

冷たい物を取りすぎると、胃腸が弱り、消化が悪くなります。そして、免疫力が低下し、体調不良を起こしやすくなります。

冷たい食べ物や飲み物はできるだけ避けて、この暑い夏を乗り切りましょう。



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



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。

8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)	8月4日(火) 夏のクッキング	有明保健センター
こいこいひろば (第1水曜日)	8月5日(水) エンジョイ!フラダンス	霊丘公民館
にこにこ kids (第1木曜日)	8月6日(木) 夏の遊び	安中公民館
のびのび kids (第2火曜日)	8月11日(火) ベビーダンス	三会農村環境改善センター
すくすくげん kids (第3木曜日)	8月20日(木) あやうた・わらべうた	杉谷公民館
ぱぴぷキッズ (第4木曜日)	8月27日(木) 楽しい水遊び	児童館

夏のクッキング (8月4日開催)



エンジョイ!フラダンス (8月5日開催)



第34回 わくわく交流会のお知らせ

- ▶と き 8月7日(金) 10時～(受付9時30分～)
- ▶と ころ 市保健センター
- ▶内 容 親子で楽しむヨガ
※食生活改善推進員の皆さんの手作りおやつもあります
- ▶対象者 市内在住で子育てをしている母親とその子ども
- ▶参加料 無料
- ▶定 員 親子50組(先着順)
- ▶講 師 廣瀬嘉澄 先生
- ▶申込方法 事前に子育て支援室に電話で申し込んでください



親子で楽しむヨガ

いきいき健康ポイント対象事業

～続けよう健康づくり 集めよう健康ポイント～

～日常生活を快適に～

「からだ元気運動教室」参加者募集

年齢に関係なく誰にでも気軽にできる運動を始めませんか。

- ▶と き 9月2日(水)、10月6日(火)、11月30日(月)、12月18日(金) (全4回)
9時30分～11時30分
- ▶ところ 市保健センター
- ▶内 容 第1回「ポールウォーキング」
- ▶対象者 40歳～74歳の人
- ▶参加料 無料
- ▶募集人数 20人
- ▶募集期間 8月31日(月)まで
- ▶申し込み・問い合わせ先 市保健センター



～食後高血糖にご注意！～

「栄養教室」参加者募集

食欲の秋！食べすぎが気になる季節です。いつもの食事にひと工夫して食後の高血糖を予防しましょう。

- ▶と き 9月3日(木)
13時30分～15時30分
- ▶ところ 市保健センター
- ▶内 容 「食べ方にひと工夫！食後高血糖の予防」
- ▶対象者 40歳～70歳の人
- ▶参加料 無料
- ▶募集人数 20人
- ▶募集期間 8月31日(月)まで
- ▶申し込み・問い合わせ先 市保健センター



～脳の若返りで健康長寿～

「認知症予防教室」参加者募集

認知症は誰にでも起こりうる病気です。認知症の正しい知識や効果的な予防法を学びませんか。

- ▶と き 9月8日(火)・29日(火)、10月13日(火)・27日(火) (全4回)
13時30分～15時
- ▶ところ 市保健センター
- ▶内 容 認知症の基礎知識、認知症予防の生活習慣、脳活性化ゲームなど
- ▶対象者 65歳以上の人
- ▶参加料 無料
- ▶募集人数 30人
- ▶募集期間 8月31日(月)まで
- ▶申し込み・問い合わせ先 市保健センター



～「からだキレイ」の秘訣はやっぱり食事・運動・睡眠～

「my☆健康サプリ教室」参加者募集

「食事」・「運動」・「睡眠」は健康づくりの基本です。毎回、各分野のスペシャリストを講師に迎えての教室です。日常生活ですぐに使える健康づくりのコツと一緒に学びませんか。

- ▶と き 9月11日(金)、10月7日(水)、11月9日(月) (全3回)
13時30分～15時30分
- ▶ところ 有明保健センター
- ▶内 容 第1回 野菜ソムリエ直伝！「おいしい減塩野菜レシピ」
- ▶対象者 40歳以上の人
- ▶参加料 無料
- ▶募集人数 20人
- ▶募集期間 9月4日(金)まで
- ▶申し込み・問い合わせ先 市保健センター



「健康づくり推進員」募集中

～一緒に健康で元気に暮らせるまちづくりを目指しませんか～

健康について学習したり、地域の人へ健診を勧めるなど健康づくりのためのボランティア活動を行う「健康づくり推進員」を募集しています。

- ▶対象者 研修会に参加した後、地域で健康づくりのための活動ができる人
- ▶研修会 9月24日(木) 13時30分～15時30分
- ▶募集期間 8月14日(金)まで
- ▶申し込み・問い合わせ先 市保健センター



健康づくり推進員による開眼片足立測定

8月

休日当番のお医者さん
歯医者さん

※7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
小児科 整形外科

当番歯科医 9時～12時

日	医療機関	電話番号
2日(日)	わたなべ内科クリニック 内 中安徳町	62-1515
	酒井外科胃腸科医院 外 宮の町	62-6655
	長田医院 雲仙市瑞穂町	77-3622
	松本歯科医院 有明町大東	68-3872
9日(日)	かわはら内科胃腸科医院 内 坂上町	62-5413
	稲田整形外科医院 整 片町	62-6355
	永吉医院 雲仙市吾妻町	38-2015
	まおデンタルクリニック 北門町	65-0233
15日(土)	魚住医院 内 城内一丁目	63-2286
	宮田小児科医院 小 上の原二丁目	62-5045
	池田病院 内 湖南町	62-5161
	松井歯科医院 有明町大東	68-0011
16日(日)	坂本内科医院 内 親和町	63-4641
	いとう整形外科 整 広馬場町	61-0110
	安藤病院 雲仙市吾妻町	38-2152
	清水歯科医院 亀の甲町	63-4848
23日(日)	くすのきクリニック 内 有明町大東	68-5500
	山口外科胃腸科医院 外 大手原町	62-3200
	愛野ありあけ病院 雲仙市愛野町	36-0153
	いなだ歯科 加美町	62-2901
30日(日)	喜多内科医院 内 弁天町二丁目	62-5101
	島原整形外科西村クリニック 整 下川尻町	62-0888
	松本医院 雲仙市愛野町	36-0053
	森元歯科クリニック 有明町大東	68-0017
9月6日(日)	おかもと内科 内 柏野町	65-0500
	土井外科消化器内科医院 外 中町	62-6305
	中村眼科医院 雲仙市愛野町	36-1060
	宮崎歯科医院 萩原二丁目	62-1180

● 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

8月	月	食中毒にご用心
	火	腕のしびれがみられたら 胸郭出口症候群
	水	夏場に多い手足口病
	木	緑内障治療としての手術
	金	舌痛症でお困りの方へ
	土・日	生理不順

「夏バテ」を予防しましょう

「夏バテ」とは、暑さからくる食欲の低下や食事の偏り、睡眠不足、暑い屋外と冷房の効いた室内との温度差に身体がうまく対処できないなどにより体調不良をもたらす状態をいいます

「夏バテ」しやすい生活習慣

～「夏バテ」チェックリスト～

- ☐ 火を使わない料理が多い
- ☐ 食事は麺類やアイス、果物など簡単に済ませがち
- ☐ 野菜はほとんど食べない
- ☐ 冷たいジュースや炭酸飲料、ビールをたくさん飲む
- ☐ 水分を控えて汗をかかないようにしている
- ☐ 冷房の効いた場所にいることが多い
- ☐ 暑いので入浴はシャワーで簡単に済ませる
- ☐ 寝るときもクーラーをかけて寝ている
- ☐ 夜遅くまで起きている
- ☐ 運動はほとんどしない



当てはまるものはいくつありましたか？
チェック数が多い人は注意が必要です

「夏バテ」防止のための4つの習慣

① 冷房温度を調節しましょう

暑い屋外と冷房の効いた室内との温度差が5度以上になると身体がその変化についていくことができません。

冷房温度は28度くらいに調整しましょう。



② 冷たい飲み物をがぶ飲みしないようにしましょう

冷たい飲み物を取りすぎると、胃液が薄まり消化機能が低下します。また、甘いジュースや炭酸飲料に入っている砂糖の摂りすぎは、疲労感を増したり、食欲不振の原因にもなります。



③ たんぱく質、ビタミン、ミネラルを摂りましょう

たんぱく質はエネルギー源となり、ビタミンB群やミネラルは代謝の活性化や体の調子を整える働きがあります。

うなぎや豚肉、大豆製品(納豆、豆腐など)、青魚(サバ、アジなど)、夏野菜(トマト、きゅうり、オクラなど)に豊富に含まれています。



④ 適度な運動をしましょう

適度な運動をして汗をかくことは、身体の温度調節のためにとても重要で、血流も良くなり、老廃物も出ていきます。涼しい夕方などにちょっと歩いてみるなど、適度な運動をしましょう。



ふるさと再発見

― 藩主の墓のお世話役 横落家 ―

島原藩主であった松平家は三河国深溝（現愛知県幸田町）の出身です。幕府の命令に従い、いくつもの領地を経て島原に赴任した松平家でしたが、歴代の藩主が亡くなると、必ず菩提寺である深溝の本光寺に葬られていました。

そして、その藩主の廟守（墓守）を任されていたのは横落家でした。

横落家は、松平家につき従って島原に移り住んだ家臣でしたが、1687年（貞享4年）に、深溝の藩主墓所を世話するため、三河国深溝に派遣されました。

横落家の仕事は、島原藩からの送金を受け、深溝の本光寺で藩主の菩提を弔うことや御所の維持管理を行うことでした。

また、藩主が亡くなった時には、いち早く藩主死亡の連絡が横落家に入り、埋葬の準備や葬儀・法事に携わりました。

横落家は深溝に定住し、代々

廟守を勤めました。明治時代に入り、島原藩が廃藩となった後も、横落家は現地に残り子孫が本光寺の隣地に住んでいます。

このような人の行き来について知ると、ますます島原市と幸田町の歴史的なつながりを感じます。

島原市と幸田町は平成26年10月に「歴史と文化の友好交流促進に関する協定」を結びました。今年10月には、島原市民の訪問団が幸田町を訪れる予定であり、ますます交流が進むことでしょう。



瑞雲山本光寺（幸田町）

クローズアップ

Close Up!



島原市体操協会

土曜日の朝、島原高校の体育館から「一、二の三、ジャンプ」と元気な掛け声が聞こえてきます。

今回、紹介するのは体操を通じて、健康な体づくりのために活動している「島原市体操協会」の皆さんです。

「島原市体操協会」は、昭和48年から活動が始まりました。現在の主な活動は、毎月第二・第四土曜日の10時から2時間程度、「ジュニア体操クラブ」の子どもたちへの体操の指導とその魅力を伝えていきます。

会長の松崎忠明さんに話を伺うと、「体操はすべてのスポーツの基本となる運動です。柔軟性、敏しう性、瞬発力などが体操をすること

で身に付けられます。最近では体が硬い子どもたちが多いので、体操を通じて運動の基本を楽しく身に付けてほしいですね。」と話してくれました。

また、「毎年、夏休みに小学生を対象とした『夏の体操教室』を開催しています。今年は、8月23日（日）に予定しています。随時、参加者を募集していますので、親子でぜひ参加してください。」と笑顔で話してくれました。

そして、協会では、「ジュニア体操クラブ」のお手伝いをしていただける人を随時募集しています。

詳しくは、島原市体操協会事務局 松尾さん（☎2962）へお問い合わせください。



森岳公民館 夏休み子ども英会話教室

小学5・6年生を対象とした3日間の短期コースです。
楽しみながら英会話を学んでみませんか。

- と き 8月18日(火)・19日(水)・20日(木)
計3回 10時～11時30分
- 募集人数 30人(先着順)
- 対象者 市内在住の小学5・6年生
- 受講料 無料
- 申込期間 8月3日(月)～7日(金)



安中公民館 【夏休み企画】 親子でデコパージュ石けんづくり

夏休みに親子で好きな絵柄を入れたマイ石けんを作ってみませんか。

- と き ①8月24日(月) 13時30分～
②8月25日(火) 19時30分～
- ※①、②ともに内容は同じ。どちらか1回のみ参加できます
- 募集人数 ①、②それぞれ10組(先着順)
- 受講料 無料(材料費500円が必要)
- 申込期間 8月3日(月)～
- 持参品 工作用はさみ



お花の小物づくり教室

プリザーブドフラワー(枯れない花)を使って可愛いポットを作ってみませんか。

- と き ①8月24日(月) 19時～
②8月26日(水) 13時30分～
- ※①、②ともに内容は同じ。どちらか1回のみ参加できます
- 募集人数 ①、②それぞれ10人(先着順)
- 受講料 無料(材料費1200円が必要)
- 申込期間 8月3日(月)～
- 持参品 工作用はさみ



白山公民館 和菓子教室～日本の涼 和菓子今昔物語～

暑い季節に涼を呼ぶ、冷たい和菓子(水まんじゅう、葛まんじゅう)を作ってみませんか？

- と き ①8月24日(月) 19時30分～
②8月31日(月) 19時30分～
- 募集人数 ①、②それぞれ16人
- 受講料 無料(材料費600円が必要)
- 申込期間 8月3日(月)～
- 持参品 エプロン、三角巾など



いきいき健康ポイント対象事業 ルーシーダットン(タイ式ヨガ)教室

タイ式ヨガで「仙人体操」ともいわれている「ルーシーダットン」を体験してみませんか。
初めての人でも簡単に行っていただける健康法です。



白山公民館

- と き ①8月19日(水) 13時30分～14時30分
②8月21日(金) 19時30分～20時30分
- 募集人数 ①、②それぞれ20人(先着順)
- 持参品 バスタオルまたはヨガマット(床に敷くため)、汗拭き用タオル、飲み物
- 対象者 男女は問いません
- 申込期間 8月3日(月)～
- 講師 門畑悦子 先生

安中公民館

- と き ①9月2日(水) 19時30分～20時30分
②9月3日(木) 13時30分～14時30分
- 募集人数 ①、②それぞれ20人(先着順)

公民館
こうざ
じょうほう

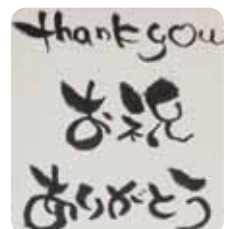
公民館では各種講座を行っています
あなたも参加してみませんか

- ◆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)

三会公民館 「デザイン書」講座

字の上手下手は関係なし！オリジナルの書体と詩で世界に一つのポストカードを作りませんか。

- と き 8月19日(水)
朝の部 10時30分～
夜の部 19時～
- 募集人数 朝の部 10人
夜の部 10人
- 受講料 無料(材料費500円が必要)



くらしの 情報

募集

島原市職員の募集

- ▼職種および採用予定人数 一般事務、行政、文化財調査、一般事務（社会人経験者）：それぞれ若干名
- ▼採用予定日 平成28年4月1日
- ▼受験資格
- ①一般事務：高校卒業程度の学力を有し、平成6年4月2日～平成10年4月1日に生まれた人
- ②行政：大学卒業程度の学力を有し、昭和61年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人
- ③文化財調査：大学卒業程度の学力を有し、昭和40年4月2日以降に生まれた人で、次の要件にすべて該当する人

■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（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/>

- ・博物館法第5条に規定する学芸員の資格を有する人または平成28年3月31日までに当該資格を取得する見込みの人
- ・大学または大学院において日本史学またはこれに準ずる課程を専攻した人
- ④一般事務（社会人経験者）：昭和40年4月2日以降に生まれた人
- ※全職種とも、採用後は市内に居住できる人
- ▼試験日・試験会場・試験内容
- ◎第一次
- ・体力試験：9月19日（土） 第一中学校運動場（雨天時は同校体育館）
- ・学力試験：9月20日（日） 島原文化会館および森岳公民館
- ①一般事務：体力試験、学力試験

（教養、適正、作文）

②行政：体力試験、学力試験（教養、専門、作文）

③文化財調査：学力試験（社会人基礎、専門）

④一般事務（社会人経験者）：学力試験（社会人基礎、論文）

◎第二次 第一次試験合格者のみ実施

▼受付期限 8月20日（木）まで

※郵送の場合は8月20日（木）までの消印有効

▼採用試験要綱などの請求方法

①インターネット出力：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：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：120円分の切手を貼った宛て先明記の返信用封筒（角2）を同封し、秘書人事課人事班へ請求してください

▼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）

※試験職種が「文化財調査」の人は、学芸員の資格証書の写し（取得見込みの人を除く）

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、宛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

※郵送の場合は、宛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）で秘書人事課人事班へ郵送してください（はがきがない場合は受験票を発行できませんので注意してください）

▼応募・問い合わせ先 秘書人事課人事班（〒855-8555 島原市上の町537番地 ☎ 内線126）

非常勤職員の募集

▼職務内容 公民館事務補助

▼応募資格 社会教育活動に意欲があり、パソコン（ワード・エクセルなど）操作のできるほか、市内在住の人、併せて自動車免許を有している人

▼応募方法 顔写真を貼った履歴書（写真貼付）を社会教育課に持参してください

▼応募期間 8月12日（水） 17時まで

▼勤務場所 市内公民館

▼採用予定人数 1人

▼雇用期間 9月～平成28年3月

▼勤務時間 月曜～金曜 9時～16時30分

▼賃金 月額5000円（冬季一時金あり）

▼試験内容

一次試験：書類選考

二次試験：パソコン試験、面接

▼問い合わせ先 社会教育課（☎5473）

指定管理者の募集

▼公募する施設

①島原温泉ゆとろぎの湯

②島原城

▼指定期間 平成28年4月1日から原則5年間（ただし、初めて指定管理者になる場合は3年間）

▼応募資格 しまばら観光おもてなし課で配布している募集要項などで確認してください

※募集要項などは市ホームページからダウンロードできます

▼応募期限 9月24日（木）まで

▼募集説明会

○8月7日（金） 9時～

※場所は、市役所3階大会議室

▼問い合わせ先 しまばら観光おもてなし課（☎5473）

※募集説明会に関することは政策企画課（☎5473）

島原地域広域市町村圏組合 消防吏員の募集

▼職種および採用予定人数

○消防吏員（試験区分A・B）：7人程度

○消防吏員（試験区分C）：1人程度

▼採用予定日 平成28年4月1日

▼受験資格

①試験区分A：平成5年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人で、学校教育法に基づく高等学校卒業程度の学力を有する人

②試験区分B：平成9年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法に基づく高等学校またはこれと同等と認める学校などを平成28年3月までに卒業見込の人

③試験区分C：昭和41年4月2日から昭和58年4月1日までに生まれた人で、現に消防吏員として勤務している人

※採用後は、島原地域広域市町村圏組合消防本部の管轄区域内（島原市、南島原市、雲仙市国見町および瑞穂町）に居住できる人

※自動車運転免許の普通免許（オートマチック限定普通免許は除く。以下同じ）を取得している人または採用の日までに普通免許を

取得できる人（ただし、平成28年3月に卒業見込みの人は、採用後1年以内に普通免許を取得できる人）で採用後、5年以内に大型免許を取得できる人

▼試験日・試験会場・試験内容

○試験区分A・B

○第1次

・9月19日（土） 第二中学校運動場（雨天時は同校体育館）：体力試験

・9月20日（日） 島原地域広域市町村圏組合消防本部：学力試験（教養、適正）

○第2次 第1次試験合格者のみ実施

○試験区分C

・9月20日（日） 島原地域広域市町村圏組合消防本部：小論文・面接試験

▼受付期間 8月3日（月）～8月20日（木）

※郵送の場合は8月20日までの消印有効

▼申込方法 消防本部総務課に備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、提出してください

▼応募・問い合わせ先 島原地域広域市町村圏組合消防本部総務課（〒855-0033 新馬場町872番地2 ☎5473）

放送大学 10月生募集

放送大学では、平成27年度第2学期（10月入学）の学生を募集しています。

放送大学はテレビなどの放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学で、福祉・経済・歴史など幅広い分野を学べます。

▼出願期間 9月20日（日）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

市役所の土曜窓口業務閉庁

電算システムの更新作業のため、市役所本庁、有明支所の窓口業務を次の日程により閉庁します。

▼とき 8月8日（土）・9日（日）、9月19日（土）・20日（日）

▼問い合わせ先 市民窓口サービス課（☎内線181）

お盆期間中の ごみ収集・し尿くみ取り

お盆中（8月13日（木）～8月17日（月））の可燃・不燃資源ごみの収集、し尿くみ取りは次のとおりです。

※し尿くみ取り（有明地区）は業者により営業日が異なります

区 分		13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)
可燃ごみ	収集業務	対象地区のみ収集	対象地区のみ収集	×	×	対象地区のみ収集
	自己搬入（東部リレーセンター）	○	○	午前中のみ	×	○
不燃ごみ 資源ごみ	収集業務	対象地区のみ収集	×	×	×	対象地区のみ収集
	自己搬入（島原リサイクルプラント）	○	×	×	×	○
し尿 くみ取り	島原地区	○	×	×	×	○
	有明地区	○	○	×	×	×

※お盆前は大変込み合います。早めの申し込みをお勧めします

事業系ごみの処理

詳しくは、直接業者へ問い合わせてください
▼問い合わせ先 環境課クリーン資源班（☎内線193）

会社、商店、スーパー、飲食店、病院、福祉施設、ホテル、旅館など事業所から出たごみ（事業系ごみ）は、法律により事業者自らの責任で適正に処理するよう定められています。

市が収集するごみは、家庭から出るごみだけです。

事業系ごみは、家庭ごみの集積場所へは出さないでください。

事業系一般廃棄物の処理については、次の2つの方法があります。

▼事業系一般廃棄物の処理方法

①自ら処理施設へ直接搬入（産業廃棄物、処理困難物は搬入できません）

○燃やせるごみ…前浜町の東部リレーセンター（☎②0500）
○燃やせないごみ…西町の島原リサイクルプラント（☎④4885）

②一般廃棄物収集運搬許可業者へ依頼する（許可業者は問い合わせてください）

▼問い合わせ先 環境課クリーン資源班（☎内線193）

児童扶養手当の「現況届」特別児童扶養手当の「所得状況届」

児童扶養手当または特別児童扶養手当を現在受給している人、ならびに支給停止中の人は現況（所得状況）届の提出が必要です。

なお、手続きは必ず受給者本人が行ってください。

▼受付期間

○児童扶養手当現況届…8月17日（月）～8月21日（金）
○特別児童扶養手当所得状況届…8月17日（月）～8月19日（水）

※届け出が無い場合、8月以降の手当てが受給できなくなります。

受付期間中に手続きができない人は、8月31日（月）までに必ず手続きを行ってください

▼申請方法 必要書類および印鑑などを持参し、こども課または有明支所で申請してください

※土曜・日曜の受付は、市民窓口サービス課・有明支所で行います（午前中のみ）

▼問い合わせ先 こども課こども家庭班（☎内線278）または有明支所（☎内線507）

ひとり親家庭のための「夏休み作品作り」と「救急講習会」

▼とき 8月23日（日）

①夏休み作品作り 9時30分～

②救急講習会 13時～15時

※昼食もあります

▼ところ 白山公民館
▼対象者 ①ひとり親家庭の子ども（保護者も可）
②ひとり親家庭の親（母、父、寡婦）

▼参加料 無料
▼服装 ①汚れてもいい服装
②動きやすい服装

▼申込期限 8月7日（金）まで
▼申込方法 電話で申し込んでください

▼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）

安全安心なまちづくり
高齢者の生活をサポートします

①緊急通報システム
急病など緊急時に、自宅に設置した専用機器の非常ボタンを押して通報します。通報を受けた市の委託業者が内容を判断し、利用者が事前に登録した緊急連絡先・協力者（親族・知人・近所の人など）へ連絡するほか、救急車の出動要請などを行います。

平成 27.8. 18

その他、月2回、委託業者が電話で安否確認を行います。

▼対象者 市内に住所を有する65歳以上の一人暮らしで、日常生活に不安がある人

※電話回線（NTT回線）が必要

▼利用者負担金 月額300円
（通話料金などは自己負担）



緊急通報システム

②テレフォンサービス

定期的（平日午前中の週1〜3回）に、市の嘱託員が希望者宅へ電話をかけ、安否確認や日常生活の相談に応じます。

▼対象者 市内に住所を有する65歳以上の一人暮らしの人で日常生活に不安がある人

▼利用者負担金 無料

③救急医療情報カプセル配付

医療情報や緊急連絡先を記入した用紙をカプセルに封入して自宅に備えておきます。自宅で具合が悪くなり救急搬送される際、本人

から詳しい病状把握が困難な場合に、救急隊員などがカプセルを開封し、迅速な救命措置に役立てます。救急隊員などが適切な対応ができるよう、随時、最新の情報を記入する必要があります。

▼対象者 市内に住所を有する65歳以上の一人暮らしの人、高齢者だけの世帯、日常生活に不安がある人など

▼利用者負担金 無料



救急医療情報カプセル

①③の申込方法

福祉課および有明支所に備え付けの申請書に必要事項を記入し、申し込んでください

※①のみ印鑑が必要です

申し込み・問い合わせ先 福祉課

地域福祉班（☎内線277）

8月6日・9日・15日は

「黙とう」をお願いします

広島・長崎両被爆地では、原子

爆弾が投下された8月6日・9日に、それぞれ犠牲者の慰霊式ならびに平和祈念式典が行われます。

また、8月15日には、全国戦没者追悼式典が行われます。

市でも、この式典に合わせ原爆

死没者や戦没者の霊を慰めるとともに、平和を願いサイレンを吹鳴します。また、国旗を掲揚している施設などにおいては半旗の掲揚をお願いします。

▼サイレン吹鳴日時

・8月6日(木) 8時15分(広島)

・8月9日(日) 11時2分(長崎)

・8月15日(土) 12時(全国戦没者追悼式)

▼問い合わせ先 福祉課地域福祉班（☎内線331）

戦没者慰霊奉賛金に対する協力をお願いします

戦没者を追悼し、恒久の平和を祈念するため、10月に市および県で開催する戦没者追悼式に対し、町内会・自治会の皆さんには、趣旨について深いご理解のもと、奉賛金として、世帯あたり100円（県60円、市40円）のご協力をいただいています。

奉賛金は島原市社会福祉協議会や福祉課地域福祉班で受け付けて

いますので、町内会・自治会未加入の人などもご協力をお願いします。

▼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 ☎内線331）

「島原都市計画 都市計画区域の整備、開発及び保全の方針の変更」案の縦覧

▼縦覧期間 8月11日(火)〜25日(火)

9時〜17時（土曜・日曜を除く）

▼縦覧場所 都市整備課、長崎県都市計画課、島原振興局道路都市計画課

※都市計画の案に意見がある場合は、縦覧期間中、意見書を提出することができま

▼意見の提出先 長崎県都市計画課（〒850・8570 長崎

市江戸町2番地13 ☎095・894・3033）

▼問い合わせ先 都市整備課（内線226）

公開文化講座2015

「島原城新能と松平文庫」

松平文庫に残る能や狂言の資料の見学や島原の歴史・古典芸能を島原子ども狂言に参加している子どもたちと一緒に学びます。

▼とき 8月7日(金) 18時30分

- ～20時
- ▼ところ 島原図書館
- ▼参加料 無料
- ▼講師 松尾卓次先生（島原城専門員）
- ▼問い合わせ先 社会教育課（☎5473）

調理補助員養成講習員受講生募集

- ▼とき 8月25日(火)～9月17日(木)（計8回） 10時～14時
- ▼ところ 森岳公民館
- ▼対象者 55歳以上の人
- ▼募集人数 15人
- ▼申込期限 8月17日(月)まで
- ▼申し込み・問い合わせ先 島原市シルバー人材センター（☎7222）

普通救命講習会開催

- ▼とき 9月9日(水) 13時～16時
- ▼ところ 島原消防本部
- ▼申込方法 消防本部ホームページ（http://www.shimabara-rea.net/site/fh.php）から「救命講習受講申込書兼受講票」をダウンロードし、必要事項を記入の上、消防署へ持参するかFAXで申し込んでください
- ▼申込期限 8月29日(土)まで
- ▼申し込み・問い合わせ先 島原

広域消防本部警防課（☎②3080、FAX②3133）

気管挿管実習にご協力を

島原消防本部では、すでに11人の救急救命士が気管挿管認定を受け、現在、二次医療機関にて実習を行っています。

▼救急救命士の役割と業務

救急救命士は、一般の救急隊員が行う応急処置のほか、心肺停止状態の人に救命処置を救急現場で行うことができる国家資格取得者です。

▼気管挿管認定救急救命士

救急現場で気管挿管を実施するには、麻酔科専門医（麻酔担当医師）の指導による病院内（手術室実習、30症例が義務付けられています）。

全身麻酔を受ける際には、救急救命士による気管挿管実習にご協力をお願いします。

- ▼問い合わせ先 島原消防本部（☎②3080）

労働安全衛生法に基づく免許試験のお知らせ

- ▼とき 9月26日(土)
- ▼ところ NBCソシア
- ▼試験の種類・提出先

試験の種類	申請書提出先
第一種衛生管理者、第二種衛生管理者、ガス溶接作業主任者、潜水士	長崎県労働基準協会 ☎ 095-849-2450
一級ボイラー技士、二級ボイラー技士	日本ボイラー協会福岡支部 ☎ 092-411-2625
クレーン・デリック運転士〔クレーン限定〕、移動式クレーン運転士	日本クレーン協会長崎支部 ☎ 095-822-8929
林業架線作業主任者	林業・木材製造業労働災害防止協会 長崎県支部 ☎ 0957-27-1670
発破技士	長崎県火薬保安協会 ☎ 095-823-4396

- ▼受付期間 8月17日(月)まで

※申請書は各提出先で求めください

- ▼問い合わせ先 九州安全衛生技術センター（☎0942④3381）

「労働相談」

長崎労働相談情報センターでは

労働問題全般について、働く人と経営者の双方から、無料で相談に応じています。

相談は、長崎労働相談情報センターへ来所するか、または電話を通じての相談どちらでも結構です。秘密は厳守しますので、気軽に相談してください。

▼利用日時

○センター職員による相談 月曜～金曜（祝日を除く） 9時～17時45分
○弁護士による相談（事前予約制） 毎月第4水曜（祝日を除く） 13時30分～15時30分

- ▼問い合わせ先 長崎労働相談情報センター（長崎市江戸町2番13 ☎0120・783・1457、または ☎095・821・1457）

中小企業退職金共済制度

中小企業退職金共済制度は、中小企業退職金共済法に基づき設けられた中小企業のための国の退職金制度です。

制度を利用すると次のようなメリットがあります。

- 新規加入や掛金を増額する場合、掛金の一部を国が助成します
- 制度の掛金は、全額非課税となります。手数料もかかりません

○掛金は口座振替ですので手間がかかりません。社外積立で管理も簡単です
パートタイマーや家族従業員も加入できます。気軽に活用してください

▼問い合わせ先 中小企業退職金共済事業本部 (☎03・5955・8211)

島原農高地区別学校説明会「しまのうキャバン」

▼とき 8月26日(水) 19時～20時

▼ところ 島原農業高校会議室

▼対象者 島原半島に在住の中学3年生とその保護者

※中学1・2年生も可

▼内容 学校説明、DVD映像による学科紹介、部活動紹介、在校生・卒業生を交えた座談会、進学相談など

▼問い合わせ先 島原農業高校 (☎625125)

「第7回野生動物写真コンテスト」入賞作品展

▼とき 8月11日(火)～8月31日(月) 9時～17時

※期間中は休館日なし

▼ところ 平成新山ネイチャーセンター

▼問い合わせ先 自然公園財団・雲仙支部 (☎0957③2543) または平成新山ネイチャーセンター (☎6752)

脳卒中市民公開講座

▼とき 9月12日(土) 13時30分～16時(開場13時)

▼ところ ハムユリックスホール(雲仙市南串山町)

▼内容 「地域で脳卒中を支えよう」をテーマに、医師・救急救命士・理学療法士・介護支援専門員が講演を行います

▼入場料 無料

▼問い合わせ先 島原病院地域医療支援センター (☎631145)

高次脳機能障がいに関する相談

高次脳機能障がいとは、脳卒中や交通事故などで脳にダメージを負った後、「新しいことが覚えられない」、「物事に集中できない」、「段取りよく行動できない」などといった症状が表れ、日常生活や社会生活に支障を来しやすくなる障がいです。

障がいが見え目立たないことから、本人も気付きにくく、周囲からの理解も得られにくいいため、適切な配慮がされにくいという特徴があります。

このような症状のため、生活や仕事などで困っている人は気軽に相談してください。

▼とき 毎週月曜～金曜 9時～17時15分(祝日を除く)

▼ところ 県南保健所

▼問い合わせ先 県南保健所地域保健課 (☎63289)、長崎県高次脳機能障害支援センター (☎095・844・5515)

国民年金コーナー

下期(10月から3月まで)の保険料前納

国民年金には、一定期間の保険料をまとめて納めると保険料が割引になる前納制度があります。

▼現金納付での前納 年度当初に日本年金機構から送られている下期用の納付書を使用して11月2日(月)までにまとめて納めてください。(毎月納付に比760円の割引)

▼口座振込での前納 口座振込で6カ月分の保険料を納付するとさらにお得です。口座振込で保険料の前納を希望する人は、8月末日までに金融機関または諫早年金事務所に口座振替申出書を提出してください。(毎月納

付に比べ1060円の割引)

諫早年金事務所職員による年金出張相談(8月～10月)

▼とき 8月19日(水)、9月16日(水)・24日(木)、10月21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

※9月24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 (☎0957⑤1663)・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

50CCバイク

▼問い合わせ先 市民安全課市民相談センター (☎内線184)

施設情報

市立温水プール

「水中シェイプアップ教室」参加者募集

市立温水プールでの自主事業として、日ごろ、運動不足を感じている人を対象に「水中シェイプアップ教室」を開催します。

- ▼と き 9月3日(木)～10月22日(木)
毎週木曜日 13時～14時(計8回)
- ▼募集人数 30人(先着順)
- ▼参加料 1500円
- ▼準備品 水着、水泳帽子、ゴーグル、バスタオル
- ▼申込期間 8月9日(日)～8月30日(日)
- ▼申込方法 市立温水プールに備え付けの申込書と参加料を添えて直接、申し込んでください(電話での申込は不可)
※月曜日(休場日)を除く
- ▼申し込み・問い合わせ先 市立温水プール(☎63-4314)

有明総合文化会館

「グリーンウェーブバックヤードツアー」

有明総合文化会館の文化事業として、小中学生を対象とした「バックヤードツアー」を開催します。

- ▶と き 8月19日(水)
9時30分～11時30分
- ▶対象者 市内の小中学生
- ▶募集人数 20人(応募者多数の場合は抽選)
- ▶参加料 無料
- ▶申込期間 8月10日(月)まで
- ▶問い合わせ先 有明総合文化会館(☎68-5800)



有明福祉センター

「美人の湯」の営業時間を延長します

有明福祉センターの「美人の湯」(リフレッシュ浴場)の営業時間を通常より30分延長します。

- ▶延長期間 8月1日(土)～31日(月)
10時～21時30分
(火曜日は休業日)
- ※通常は、10時から21時まで営業
- ▶料 金 市民:大人310円、70歳以上210円、
子供150円
市外の人:大人520円・子供260円
- ▶問い合わせ先 美人の湯(☎68-3466)

島原図書館 「古本をお譲りします」

島原図書館では、一定の期間を過ぎた除籍本を次のとおりお譲りします。

- ▶と き 8月12日(水)～14日(金)
9時～17時
- ▶料 金 無料 ※1人5冊以内
- ▶問い合わせ先 島原図書館(☎64-4115)

お や こ de

ク ツ キ ン グ

夏休みに親子で作ってみませんか

～野菜を使った、甘さひかえめひんやりスイーツ～

にんじんとヨーグルトのアイス

1人分栄養価

*エネルギー 75kcal



材料(2人分)	作り方
●にんじん……………60g ●レモン汁……………少々 - A ●プレーンヨーグルト…大さじ6 ●牛乳……………大さじ3 ●はちみつ……………大さじ1と1/2 ●砂糖……………小さじ2	①にんじんは、適当な大きさに切り、茹でて、水気を切り、レモン汁をふりかけておく ②①とAをミキサーにかける ③容器に入れて冷凍庫で冷やして固める



人の動き(7月1日現在)

- 人 □ 46,998人(+6)
 - 男 性 21,772人(+0)
 - 女 性 25,226人(+6)
 - 世帯数 19,223世帯(+17)
-
- 出生 31件 死亡 48件
転入 94件 転出 68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

8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〉

8月 4日（火） 13時～15時 古瀬行政相談委員

8月 11日（火） 13時～15時 金子行政相談委員

8月 18日（火） 13時～15時 梅澤行政相談委員

〈有明福祉センター〉

8月 5日（水） 13時～15時 宇土行政相談委員

◆人権相談（人権擁護委員）

8月 5日（水） 13時～16時

◆不動産に関する相談（県宅地建物取引業協会）

8月 17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】

8月 20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）

8月 26日（水） 13時～16時

◆交通事故巡回相談（県交通事故相談員）

8月 27日（木） 10時～16時



納期限のお知らせ

- ・市県民税（第2期）
- ・国民健康保険税（第2期）
- ・後期高齢者医療保険料（第2期）
- ・介護保険料（第2期）

の納期限は**8月31日（月）**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、長崎県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>

- 市県民税…税務課市民税班（☎内線171・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・234）

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）

8月の休館日…3日（月）・10日（月）・17日（月）・24日（月）・31日（月）

○有明図書館（☎68-5808） 開館時間…9時～18時

8月の休館日…4日（火）・11日（火）・18日（火）・25日（火）・31日（月）

新刊図書紹介



「日付変更線」

辻仁成 著 集英社

祖父がハワイの日系2世で、第2次世界大戦時に日系アメリカ人部隊の兵士だったケインとマナ。マナの祖父は442部隊に所属し、欧州で戦死したとされていたが…。戦時と現在、日、米、欧、複数の境界線が交わる長編小説。



「冥途あり」

長野まゆみ 著 講談社

東京の下町に生まれ、文字職人として生きた父。亡くなってから意外な横顔に触れた娘は、あらためて父の生き方に思いを馳せるが…。遠ざかる昭和の原風景とともに描き出す、ある家族の物語。

■「強襲」

笹本稜平 著 徳間書店

■「ザ・原発所長」

黒木 亮 著 朝日新聞出版

■「太陽は気を失う」

乙川優三郎 著 文藝春秋

■「あの家に暮らす四人の女」

三浦しをん 著 中央公論新社



8月の催し

島原図書館

- 工作教室「きらきら アクアドームをつくろう」
募集人数 10人 1日（土）10時～
- 夏休み映画会「つるにのって」「フィリックス・ザ・キャット」
7日（金）14時～
- おはなしのじかん 8日（土）11時～
- 8月の映画会「明日～TOMORROW」（大人向け）
9日（日）14時～
- おはなしのじかん 15日（土）11時～
- よるのおはなし会 21日（金）18時30分～
- おはなしひろば 22日（土）11時～
- おはなしのじかん0・1・2 26日（水）11時～
- おはなしのじかん 29日（土）11時～
- 郷土史を学ぼう会
「松平家と『長崎御用』」（講師：松尾晋一 先生）
と き 29日（土）14時～ と ころ 森岳公民館

有明図書館

- ちいさなおはなしかい 8日（土）14時30分～
- 夏休み図書館応援団 9日（日）まで
※時間など詳しくは有明図書館へ問い合わせてください
- おはなしのじかん 22日（土）14時30分～
- 夏休み上映会「トムとジェリーとなかまたち」
24日（月）13時30分～



～島原藩松平家のルーツを紐解く～

「幸田町への友好親善訪問の旅」

10月31日(土)～11月1日(日)



参加者募集!



エコたん
(幸田町イメージキャラクター)

昨年10月11日に開催した「松平家歴史ゆかりのサミット」で島原市と愛知県幸田町は「歴史と文化の友好交流促進に関する協定」を結びました。

今回、幸田町への友好親善訪問を実施することで、交流を通じた両市町のさらなる発展に寄与するとともに、友好関係を促進しようとするものです。

- ▶ **訪問期日** 10月31日(土)から11月1日(日)までの2日間
- ▶ **参加人員** 100人(概ね、各種団体から約50人、一般募集約50人)
※応募者多数の場合は抽選となります
- ▶ **参加費** 4万6000円(実費7万4000円のうち、2万8000円を助成)
- ▶ **申込方法** 事務局(秘書人事課秘書広報班)、有明支所および各地区公民館に備え付けの参加申込書により島鉄観光に申し込んでください
- ▶ **申込期間** 8月3日(月)～8月21日(金)
- ▶ **訪問行程**



家康公四百年祭が開催される
岡崎城(岡崎市)

10/31(土)	島原市(7:00発)⇒長崎空港⇒航空機⇒中部国際空港⇒昼食⇒幸田町歓迎式⇒幸田町内観光⇒交流会・ホテル(岡崎市内泊)
11/1(日)	ホテル⇒岡崎城まつりなど観光⇒幸田町内観光(昼食含む)⇒中部国際空港(夕食)⇒航空機⇒長崎空港⇒島原市(21:00着)

※航空機以外は貸切バスでの移動です

※行程は都合により変更となる場合があります



瑞雲山本光寺(幸田町)

幸田町…島原藩主の松平忠房公が幸田町の出身であり、歴代松平家島原藩主の亡骸が、幸田町の瑞雲山本光寺に埋葬されているという歴史的な縁をきっかけとし、幸田町との交流が始まりました。

幸田町は、標高300m級のなだらかな山々に囲まれ、西三河地域唯一の町として「人と自然と産業の調和」のとれた田園風景の残る素晴らしいまちです。



旅行に関する申し込み・問い合わせ先 島鉄観光(☎63-2341)

幸田町に関する問い合わせ先 「幸田町への友好親善訪問の旅」実行委員会事務局
(秘書人事課秘書広報班内☎63-1111 内線124)

