

## 書道の上達を願い 筆を走らせる

第19回 南串山書き初め大会

1月9日、南串中学校の体育館で、新春恒例の南串山書き初め大会が行われました。町内108人の小中学生が集まり、書道の上達を願いながら、紙いっばいに力強い文字をしたためました。



筆先に集中

## 美しく響き渡った音楽

第5回雲仙市民音楽祭

2月5日、国見町文化会館で雲仙市民音楽祭が行われました。市内で音楽活動を行っている13組が出演し、すてきな音楽の世界をつくり出しました。

出演した13組は、実行委員から推薦されたすご腕の音楽家ばかり。コーラスや三味線、ピアノの弾き語りなど、心を引き寄せる演奏が続きました。また、愛野小合唱クラブや小浜太鼓ジュニアの子どもたちも出演し、大人顔負けの堂々とした演奏を披露。

最後は出演者と観客全体で、「見上げてごらん夜の星を」を合唱し、会場が一体となりました。



美しい歌声が重なります

## 100回目のハッピーバースデー

市内の3人に100歳のお祝い

次の皆さんが、100歳の誕生日を迎えられました。

1月4日 清水久悟さん（国見町）

1月24日 楠元チヨノさん（吾妻町）

1月25日 島内百合さん（国見町）

どうぞこれからも健康で長生きされ、幸せにお過ごしください。



## 会場いっばいに並んだ力作

第6回雲仙市美術展覧会

2月9日から12日までの4日間、小浜体育館で雲仙市美術展覧会が開かれ、洋画・日本画・書・写真・工芸・デザインからなる6部門の作品113点が並びました。

出展された作品は、市内で芸術活動を行っている皆さんが制作したもので、出展規格が長崎県展に準じているため、レベルも高いものばかりです。

また、日展や県展の入賞者の作品も会場に並び、来場した皆さんも、そのすばらしさに見入っていました。



創造性にあふれた作品を見に多くの人が集まりました



## 少しの努力で、健診結果が改善 皆さんも、生活習慣を見直してみませんか

特定保健指導をきっかけに、生活習慣を見直し、自分にあった方法を実践。その取り組みをご紹介します。

—— 健診は毎年受診されているのですか？

若いときから、ずっと健診を受けていました。年齢とともに、少しずつ数値が上がっていくんだなと感じていました。

—— 生活を見直そうと思ったきっかけは何ですか？

病院にお見舞いに行った際、血圧を測ると、最高血圧が155mmHg(140mmHg以上が高血圧)もあってビックリしました。その年の健診でも、体重とLDL(悪玉)コレステロールが多くなっていました。そして、特定保健指導で、野菜や魚を中心に食事をするという話を聞いたことがきっかけです

—— どのような取り組みをされたのですか？

野菜をしっかり食べるために、キャベツのざく切りときゅうりや人参、ピーマンなどのスライスを中皿の半分に入れ、残りの半分におかずを入れて、ワンプレートのランチ風に盛り付け、食事をしています。

ほかにも、毎朝、体重を計り、少しでも増えていると、昨日の生活を反省し、野菜を頑張って食べるようにしています。

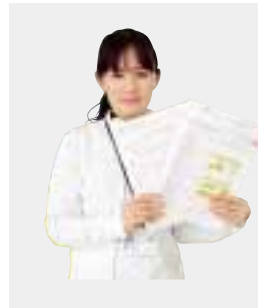
—— 健診結果は何か変化がありましたか？

体重が4kg減り、血圧も最近では最高血圧が118mmHg(正常値)になりました。LDLコレステロールも数値が下がり、薬を飲まなくてよくなりました。

—— 最後に一言お願いします

少しの努力でよくなれてうれしい!友人にも、やせたので何かしているのかと聞かれたので教えました。

ポイントは、キャベツを千切りではなく、ざく切りにすることです。よく噛むことができるし、ドレッシングもあまりからまずに済むので、お勧めです。



健診を機会に生活を見直し、できることを取り入れてみましょう。保健指導でも保健師や管理栄養士が、そのお手伝いをしています。

健康づくり課 管理栄養士 木本

平成24年4月1日から

## 雲仙市スポーツ活動指導者支援事業補助金の一部を変更します

【問い合わせ】スポーツ振興課(☎37-3113)

雲仙市スポーツ活動指導者支援事業補助金とは…

市体育協会や市内の小中学生を対象にスポーツ活動を行う団体において、そのメンバーの指導力向上を目指すためにかかる経費に対し、市が予算の範囲内で支援を行う補助金のこと。

(これまで)

補助する項目	補助する内容	補助額
公認スポーツ指導者資格を取得するために必要な経費	▷ 講習会で使用するテキストの購入代金	対象となる経費の全部または一部
スポーツ指導者講習会に参加するために必要な旅費	▶ 自宅または集合場所から会場までの交通費、宿泊費	
スポーツ活動団体が行う講習会を開催するために必要な経費	講師への謝礼	

(平成24年4月1日以降)

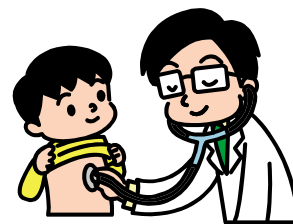
補助する項目	補助する内容	補助額
公認スポーツ指導者資格を取得するために必要な経費	▷ テキスト代など ▶ 旅費(鉄道賃、船賃、航空賃、車賃) ▶ 宿泊費	対象となる経費の1/2(千円未満切捨て)
スポーツ指導者講習会に参加するために必要な経費(同一団体から2人まで)	▷ 受講料 ▶ 旅費(鉄道賃、船賃、航空賃、車賃) ▶ 宿泊費	ただし、宿泊費は上限7,000円/泊
スポーツ活動団体が行う講習会を開催するために必要な経費	廃止	

4月から島原病院でスタート！

## 小児の休日診療が始まります

島原市医師会、南高医師会、島原市、雲仙市、南島原市が事業主体となり、小児の休日診療所を開設します。

- 開設開始** 4月1日(日)から  
**開設時間** 休前日の午後6時～休日の午後6時まで  
**受付時間** 休前日の午後5時30分～休日の午後5時まで  
**場所** 長崎県島原病院 小児科外来室（島原市下川尻町7895番地）  
**対象者** 中学生以下の小児（内科疾患のみ）  
**持参品** 健康保険証・母子健康手帳・小児医療費受給者証などの証明書と必要書類  
服用している薬がある場合は、その内容が分かるもの（処方箋・説明書）  
**注意点**  
・必ず電話で連絡した後、来院をお願いします。  
・休前日の午後11時～休日の午前9時までは、緊急を要する場合のみ対応します。  
（まずは、電話で症状をお伝えください）  
**問い合わせ** 島原市医師会（☎0957 62 4453）  
[休日・夜間] 島原広域消防本部 警防課（☎0957 62 3080）



申請は3月30日まで。受給される皆さん全員が対象です！

## 子ども手当の申請は、もうお済みですか？

平成23年10月から、子ども手当特別措置法の導入に伴い子ども手当の月額や支給要件などが変更され、すべての受給対象者が、新たに認定請求の申請が必要となっています。

まだ申請が済んでいない人は、早く手続きを行いましょう。

### 申請期限 **3月30日(金)**

この日までに申請手続きが完了した場合、前年10月分までさかのぼって受給することができます。ただし4月以降の申請は、申請月の翌月分からしか受給できませんのでご注意ください。



認定請求書

### 手続きに必要なもの

- ①認定請求書（1） ②請求者本人（保護者）の健康保険証（コピー可） ③印かん  
次に当てはまる人は、以下のものも必要です。

#### 【金融機関を変更する人】

請求者本人（保護者）の振込先金融機関の通帳

#### 【住民票を移して小・中学校、高校に通っている子どもがいる人または単身赴任の人】

別居監護申立書（2） 住民票謄本

- 10月に送付しています。なくした場合は、窓口に備え付けの用紙に記入してください。
- 窓口に備え付けています。

### 手続き窓口

子ども支援課 子育て支援班（千々石町） 市民窓口課 福祉担当（吾妻町）  
各総合支所 市民生活課 福祉担当

**問い合わせ** 子ども支援課（☎36 2500）

## 母子健康手帳には子育てアドバイスが満載!!

**問** 子ども支援課 (☎36 2500)

母子健康手帳は、子どもの成長や発達を知る大切な記録です。予防接種やかかった病気を記録するページもあります。成長の記録やパパやママの想いを書いておくと、子どもが大きくなったときに、小さいころの自分を知ることや親の愛情を感じることができます。また、母子手帳には記録欄ばかりでなく、栄養や育児に関する情報もたくさん載っていますので、一度、目を通しておくことをお勧めします。



(母子健康手帳から抜粋)

### ～指しゃぶりについて～

心細いとき、不安を感じたときなどに、気持ちを落ち着けるために指しゃぶりをすることがあります。指にタコができるほどの過度の指しゃぶりは、あごの発育障害や歯ならび、かみ合わせが悪くなる原因となります。無理に指しゃぶりをやめさせるのではなく、声をかけたり、一緒に遊んだりしてあげましょう。また、口や唇の形が心配な場合は、早めに歯科医師などの専門家に相談するようにしましょう。

各年齢にあわせたアドバイスが載っています！

- 【妊娠中】日常生活について、食事について
- 【新生児（生後約4週間までの赤ちゃん）】乳幼児揺さぶられ症候群について
- 【幼児期（2歳ごろ）】少しずつ、オムツを取る練習をしましょう
- 【幼児期（5～6歳）】家の中で役割を持たせましょう

など

### 問 子育てサポートセンター ☎36 2500

#### 3月の子育て支援センターイベント情報 (内容が変更になる場合があります)

施設名	イベント	施設名	イベント
国見町 【たいら保育園】 子育て支援センター みるきい ☎78 5655	いっしょに遊ぼう 10:00～11:30 ・2日: ひなまつり集会 ・6日: 思い出作り ・13日: 茶話会	小浜町 【小浜保育園】 すくすくルーム ☎76 0117	親子教室: 毎週火・金曜日 10:00～12:00 ・2日: 親子製作 ひなまつり ・6、9日: かわいい クラフトテープか ご作り ・13日: 身体測定 ・16日: 楽しく踊ろう! 親子リズムダンス♪ ・23日: お別れ茶会【要予約】 3/27、30、4/3は、「す くすくルーム」をお休みします
国見町 【NPO法人子育て ネットやまぼうしの会】 ぼっかぼか ☎78 2528	愛野町で出張ひろばを始めま した(毎週水曜日) 【場所】愛野保健福祉センター 【時間】10:00～15:00 ・7日: 親子あそび (13:00～) ・14、21、28日: 親子で楽しむ絵本とわらべ唄	南串山町 【八幡保育園】 地域子育て 支援センター ☎88 2177	親子遊び...毎週水曜日 ・7日: シールをべったん ・14日: お手軽クッキング 【要予約】 ・21日: クレヨンで描いてみよう ・28日: お外で遊ぼう らく 楽ヨガ: ・5日、12日(13:15～14:15)
千々石町 【なかよし保育園】 なかよしチャット ☎37 6306	お話会: 毎週月曜日 遊びの広場: 毎週木曜日 9:30～12:00、 13:00～15:30 ・1日: 給食を食べよう ・8日: お話会 ・15日: 風船遊び ・22日: かまぶた城へお散歩		



## 皆さんからいただいたご意見を紹介します

毎月、いただいた広報うんぜんへのご意見などの中から、広報班にて抽出し、掲載します。プレゼントの当選とは関係ありません。  
また、文章は添削する場合があります。



2月の応募総数は、**14**通でした。

今年、主人ともども還暦を迎えました。60年も生きるなんて、若いころは考えられませんでした。今思うと、アツという間だったような気がします。これからの日々を、大事に生きていこうと、しみじみ思っている今ごろです。



(みちこ 59歳女性)

—すてきな絵手紙をありがとうございます。ご夫婦で還暦を迎えられるということ、誠にめでたうございます。還暦からは、第二の人生とも言われます。お二人で健康に気をつけられ、大事な日々をお過ごしください。

金さんの韓国料理講座に参加して、楽しい時間を過ごさせていただきました。まだ1回だけですが、あと2回の講座もとても楽しみです。自分の娘のよいうな、金さんの気さくな人柄が大好きです。このような異文化との交流は、私たち主婦には、なかなか機会がありません。いろいろな国の人たちと出会えるチャンスをまた作ってください。

(みつちゃん 61歳女性)

—ありがとうございます。はがきを見た国際交流員の金さんも「とてもうれしいです。カムサハムニダ」とのことでした。今後も、講座などを通して、国際交流できるような機会を作りたいと思いますので、その際は、ぜひご参加ください。

(広報うんぜん2月号の)食

生活改善推進員の特集が、興味深かったです。そんな活動があることを知りませんでしたし、とてもいいことをしておられるなど、感心しました。

(A・Y 60歳女性)

—特集記事を興味深く読んでいただき、ありがとうございます。まずは、食改(食生活改善推進

員)さんのことを、少しでも多くの皆さんに、知っていただきたいということ、今回の特集となりました。皆さんの身近な人たちが、食改さんとして活動しておられますので、興味のある人は、問い合わせしてみてください。

新聞記事をきっかけに、島原

半島ジオパーク検定の受験を決めました。テキストを手に入れて、勉強していますが、意外と詳しく覚えることの量が多いので、辛いです。モチベーションを上げるために、この検定に合格した後の特権などがあれば、知りたいです。

(受験戦士 20歳男性)

—事務局に確認したところ、合格者への特典は、現在、検討中とのことでした。はつきりとしたお答えができず、申し訳ありませんが、受験を機に、雲仙市をはじめとする島原半島のことやジオパークについて、深く知ることができるということをモチベーションとして、ぜひ頑張ってください。合格を心からお祈り申し上げます。

◆ 今年は、娘の初節句です。主

人が長崎市出身なので、桃カステラを準備する予定です。雲仙市には、節句ならではの菓子や食べものがありますか？

(みちよこ 30歳女性)

—初節句おめでとうございます。雲仙市ならではの食べものなどを見つけてはできませんでした。桃カステラといえば、長崎市内のものが有名ですが、雲仙市内のスイーツ店でも、オリジナルの桃カステラを販売されているところがあるようです。食べ比べてみては、いかがでしょうか。



(諫早市にある)のんの温泉で、初めて広報うんぜんを見ました。いろいろな情報がギュッと詰まっっていて、楽しく見させていただきました。早速、2月25日からの緋寒桜の郷まつりに行きま〜す。素敵な情報ありがとうございます。

(momomo 51歳女性)

—広報うんぜんをお読みいただき、ありがとうございます。鍋島邸の緋寒桜は、とてもきれいですよ。緋寒桜の郷まつりにお越しいただけるようなので、ぜひ、その美しさを堪能してください。

雲仙ブランド認定   
**小浜温泉塩の宝石<sup>®</sup>**  
**を4人にプレゼント!**

「小浜温泉塩の宝石」は、小浜温泉の温泉水と、橘湾の海底深くボーリングし、ポンプで汲みあげた海水をブレンドした自然塩です。ミネラル分が豊富で甘みがあり、料理やお菓子などに使うと、味はもちろんおいしく、ふっくらと仕上がります。これは、温泉の炭酸成分の影響と考えられます(大村技術センター調べ)。また、料理用として、塩として煮詰める前のかん水(濃い塩水)状態を商品化した「小浜温泉塩の宝石(食塩水)」も販売中です。

この小浜温泉塩の宝石(エコロ塩セット 塩3袋、食塩水2本)を、ハガキをいただいた人の中から抽選で、4人にプレゼントします。

皆さんからのお便りをお待ちしています

■応募方法■

ハガキに、①氏名(ふりがな)、②年齢、③性別、④住所、⑤電話番号、⑥ペンネームまたはイニシャル、⑦広報うんぜんへのご意見・ご感想や取り上げて欲しい記事・話題、身近に起こった出来事などを書いて、郵送でご応募ください(1人1通まで)。応募締切は、**3月19日(月)当日消印有効**です。なお、当選の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

◎あて先

〒859-1107 雲仙市吾妻町牛口名714番地  
 政策企画課 広報班  
 「読者プレゼント」係

■問い合わせ 政策企画課 広報班(☎38-3111)



■商品に関する問い合わせ

雲仙エコロ塩株式会社  
 〒852-8065  
 長崎市横尾3-2-5  
 ☎095-856-9164

※個人情報の取り扱いについては、「雲仙市個人情報保護条例」に基づき、適正に行います。なお、当選者の個人情報につきましては、プレゼント発送のために商品取り扱い事業者に提供しますので、あらかじめご了承ください。

※必要事項が未記入の場合には、プレゼント抽選の対象となりませんので、ご注意ください。

**水道に関するお知らせとお願い**

問 水道課(☎38-3111)

【お知らせ】

平成21年10月から料金改定を行い、現在経過措置期間となっておりますが、平成24年4月分から右の表のとおり新料金に統一されます。

ご不明な点がございましたら、水道課へお尋ねください。

【お願い】

水道メーターの検針を効率よく進めるために、次のことにご協力をお願いします。

- メーターボックスの上に物を置かないでください。
- メーターが屋内や床下にあるようなときは、検針しやすい場所に移してください。
- 犬は放し飼いにせず、出入り口やメーターボックスから離れた場所につないでください。

○新しい水道料金

(税込、月額)

メーター口径	メーター使用料	基本料金(5m <sup>3</sup> まで)	超過料金
13mm	50円	650円	126円/m <sup>3</sup>
20mm	70円		
25mm	80円	1,700円	
30mm	200円		
40mm	210円	7,800円	
50mm	800円		
75mm	1,100円		

### 奨学生を募集します

教育委員会総務課

#### 雲仙市奨学生

**貸与条件** 扶養者が1年以上市内に住民登録している人のうち、経済的な理由で就学が困難で、学業・人物ともに奨学生としてふさわしい人

他の奨学金制度との重複貸与可(ただし、独立行政法人日本学生支援機構との重複貸与は不可)

**対象学校** ①大学・大学院・短期大学・農業大学校

②高等専門学校・専修学校(専修学校設置基準による修業年限2年以上の学校)・各種学校(各種学校規定による修業年限2年以上の学校)

③高等学校

**貸与金額** ①月額20,000円以内  
②月額15,000円以内  
③月額12,000円以内

**申込期間** 4月6日(金)~5月25日(金)

**申込方法** 教育委員会総務課や生涯学習課各駐在に備え付けの申請書(市ホームページからダウンロードできます)に必要書類を添付し、教育委員会総務課または各駐在に提出してください。

**問** 教育委員会総務課 (☎37 3113)

#### (財)長崎県育英会奨学生

**出願資格** 県内に住所がある人の子などで、大学に在学している人のうち、経済的理由により就学が困難で、人物・学業ともに優れている人

**貸与金額(月額)**

国公立大学...41,000円

私立大学.....47,000円

**申込期間** 3月5日(月)~4月27日(金)

**出願方法** 教育委員会総務課や生涯学習課各駐在に備え付けの出願用紙(育英会のホームページからダウンロードできます)に必要書類を添付し、教育委員会総務課または各駐在に提出してください。

出願用紙の配布は3月5日(月)以降

**問** (財)長崎県育英会

(☎095 824 7501)

<http://www.n-ikuei.jp/>

### 就職したい人を応援します

商工労政課

#### 雲仙市就職支援相談事業

「就職活動は不安だらけ」、「どんな仕事に向いているんだろう」、「ハローワークの利用方法がわからない」など、就職に関して悩んでいる皆さん! 専門家によるアドバイスが受けられます。

お気軽にご相談ください。

**日時** 3月22日(木)

①10:30~11:20

②11:30~12:20

③13:30~14:20

④14:30~15:20

⑤15:30~16:20 のいずれか

**場所** 愛野町公民館

**相談** 1人約50分(電話予約制)

**対象** 雲仙市内在住または雲仙市へUJターン希望者

**予・問** 商工労政課 (☎38 3111)

### 今月の「はあと」障害者巡回相談

福祉課

障害者相談支援事業所「はあと」(市委託事業者)と「障害者就業・生活支援センターけんなん」(県委託事業者)では、障がいのある人やその家族を対象に、毎月巡回相談を行っています。

「福祉サービスの利用方法がわからない」、「障がいがあっても働きたいが、どうすればよいか」、「将来のことが不安」など、お気軽にご相談ください。(予約不要)

**日時** 3月12日(月)

午前10時~午後3時

**場所** 瑞穂総合支所 1階 応接室

**費用** 無料

**問** ・福祉課 障害福祉班

(☎36 2500)

・障害者相談支援事業所「はあと」

(☎36 3850)

### 嘱託職員を募集します

観光物産まちづくり推進課

#### 3業務各1人の嘱託職員を募集します

**雇用期間**

4月1日~平成25年3月31日

**勤務場所**

①小浜マリパーク駐車場および夕日の広場駐車場

②夕日の広場駐車場

③雲仙メモリアルホールおよび雲仙やまびこ会館

**業務内容**

①②駐車場管理業務

③施設利用申請受付事務、施設の管理、施設および敷地内の清掃

**勤務日**

①②月曜日~日曜日までの間で週5日間勤務(週休2日、休みの曜日は不定期)

③月曜日~金曜日(祝日、年末年始の休日を除く)

**勤務時間**

午前8時30分~午後5時15分

**応募資格**

18歳以上65歳未満(平成24年4月1日現在)の人

**募集人員**

各1人

**報酬**

①月額 123,200円

②月額 113,700円

③月額 151,600円

(すべて通勤手当制度有)

**社会保険等**

健康保険、厚生年金、雇用保険

**申込期限**

3月16日(金) 必着

**選考日・場所**

3月24日(土)

吾妻町ふるさと会館 研修室1

**選考方法**

作文、面接

**申込方法** 観光物産まちづくり推進課、人事課または各総合支所市民生活課に備え付けの「嘱託職員申込書」に写真を貼り、必要事項を記入の上、観光物産まちづくり推進課に提出してください。

**問** 観光物産まちづくり推進課 (☎38 3111)

# I 市からのお知らせ NFORMATION

## 交通災害共済に加入しませんか

市民安全課

自動車や電車などの交通機関が発達している今日、いつ「交通事故災害」にあうかわかりません。もしものときのために、家族そろって交通災害共済に加入しましょう。

### 対象となる交通事故

国内で自動車や汽車、電車、原動機付自転車、自転車(16インチ以上)、定期旅客船、旅客機などの接触、衝突、転覆などによる事故

### 加入できる人

- ・雲仙市に住民登録または外国人登録をしている人(市外に転出している人は加入できません)
- ・就学(学生)のため一時的に転出している人

**掛金** 加入者1人につき500円

**共済期間** 4月1日～平成25年3月31日(中途加入者は、受理した日時から平成25年3月31日まで)

### 申込方法

所定の申込用紙で、各自治会で取りまとめるか、市民安全課または最寄りの総合支所市民生活課へ直接申し込んでください。

### 請求期限

事故発生日から2年以内

請求書、その他の関係書類は市民安全課および各総合支所市民生活課にあります。

請求の際には、加入申込書兼領収書(加入者控)が必要です。大切に保管をお願いします。

**問** ・市民安全課(☎38 3111)

・各総合支所市民生活課

## 平成24年度就学援助申請の受付

教育委員会総務課

### 準要保護就学援助事業

小・中学校児童生徒の就学費用に経済的理由でお困りの保護者の皆さんに、学用品費、学校給食費などの費用の一部の援助を行います。

### 援助費の内容

#### ①学用品費など

学用品費、通学用品費、通学費、校外活動費、修学旅行費、体育実技用具費(柔道・剣道)

#### ②医療費

学校で治療の指示を受けた疾病(トラコーマ、結膜炎、白せん、かいせん、膿痂疹、中耳炎、慢性副鼻腔炎、アデノイド、う歯、寄生虫病)の治療に要する費用

#### ③学校給食費

### 提出書類

「就学援助申請書」のほか、申請理由に関係する書類の写しなどが必要です。

申請書は、教育委員会総務課や生涯学習課各駐在に備え付けてあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

**提出期限** 3月15日(木)

小学新1年生、転入生は、4月13日(金)までに申請してください。

4月分からの援助を希望する人は、期限内に申請してください。

前年度に引き続き援助を希望する場合も、申請が必要です。

**問** 教育委員会総務課(☎37 3113)

## 家族介護用品給付事業指定事業者募集

福祉課

平成24年度家族介護用品給付事業に協力していただける事業所を募集します。(平成23年度の指定事業者を除く)

### 対象事業者

市内の薬局または薬店

### 申請方法

次の書類を福祉課または市民窓口課、各総合支所市民生活課へ提出してください。

①雲仙市家族介護用品給付事業指定事業者申請書

②市内で薬局・薬種商販売業の許可を受けたと証明できるもの(医薬品販売業許可証や薬局開設許可証などの写し)

①の申請書は、福祉課および市民窓口課、各総合支所市民生活課にあります。

申請に基づき市で審査を行い、指定を決定した事業者には「雲仙市家族介護用品給付事業指定事業者決定通知書(指定書)」を発行します。

**申請締切日** 3月15日(木)

### 対象用品

次の介護用品のみ

- (1)紙おむつ
- (2)リハビリパンツ
- (3)尿とりパッド
- (4)使い捨て手袋
- (5)濡れティッシュ
- (6)清拭剤
- (7)ドライシャンプー

**問** 福祉課(☎36 2500)

## 3月末や4月初めは窓口が混雑します

## 各種手続や証明書などの取得はお早めに！

3月と4月は、就職や進学、転勤などで、人の動きが活発になり、特に、3月末や4月初めには窓口が混雑します。転出や転入、転居、その他の各種手続きは忘れず、早めに手続きを取りましょう。

会社や学校などへ提出する戸籍謄・抄本や住民票、各種証明書なども早めの取得をお願いします。



なお、住民票や所得証明、納税証明などの一部の証明は、電話予約による時間外取得が可能です。詳しくは、担当課へお問い合わせください。

**問** 市民窓口課または税務課(☎38 3111)







# 情報 Information

## お知らせ

### 卒業直前大学生等合同企業面談会

日時 3月14日(水)  
午後1時30分～4時

場所 長崎新聞文化ホール2階

対象者 大学等(大学院、大学、短大、高专、専修、能開校)

の今春卒業予定者および平成21年3月以降の卒業生

予約不要、参加無料です。会場には、就職活動に役立つ各種相談コーナーも設置されます。

問 長崎新卒応援ハローワーク  
☎095(819)9000

### 平成24年度業務改善助成金申請の受付を開始

中小企業事業の賃金改善の取り組みを助成金で支援します。

#### 支給要件

事業場内で最も低い時間給を4年以内に800円以上とする計画を作成し、実施すること

賃金引き上げに資する設備・機器の導入や就業規則の改正など業務改善を行い、費用を支払うこと

#### 支給額

右記業務改善の経費の2分の1(下限5万円、上限100万円)

問 長崎労働局労働基準部賃金室

☎095(801)0033

### パキユーム車の公売

南高北部環境衛生組合では、10年以上使用したパキユーム車と箱型軽貨物自動車(2人乗り)を希望者は、当日お越しください。

#### 公売物件

5七バキユーム車(容量4500ℓ)：1台  
箱型軽貨物自動車(2人乗り箱バン)：1台



公売日 3月16日(金) 午後2時

公売場所 南高北部環境衛生組合(国見町神代己10番地)

問 南高北部環境衛生組合

☎0957(78)2817

### 平成24年度

#### 第1回危険物取扱者試験

日時 6月17日(日) 午前10時

場所 ・島原工業高等学校  
・諫早農業高等学校

試験の種類 甲種、乙種(第1類～第6類)、丙種

申請方法および受付期間

・書面申請：4月9日(月)～26日(木)

・電子申請：4月6日(金)～23日(月)

問 (助)消防試験研究センター長  
崎県支部

☎095(822)5999

### 視覚障害者の点字訓練

日時 3月8日(木)、14日(水)

午前10時～正午

午後1時～3時(交流会)

場所 小浜老人福祉センター

問 市福祉課障害福祉班

☎(36)2500

### すみれ会

#### (パーキンソン仲間の集い)

パーキンソン疾患に関連する人とその家族を対象に、定期的な情報交換やリハビリ体操を行っています。参加は無料です。

日時 3月28日(水)

午後1時30分～3時30分

場所 愛野町公民館 1階和室

問 すみれ会

☎0957(77)2707

## 募集

### ジュニアと一般初心者対象

#### テニス教室の参加者

練習日 4月から通年。第1・第3土曜日、午後2時～4時

場所 吾妻サンスポーツランド(オムニコート4面)

対象 小学校3～6年生、一般初心者

参加費 入会金2000円(保険料と4月分会費を含む)および月500円(コート代、ボール代など)

申込期限 3月30日(金)

申込方法 氏名(小学生の場合は保護者名・学校名・学年も)・住所・電話番号を明記の上、申込先までFAXもしくは郵送で申し込んでください。

その他 運動のできる服装や運動靴(なるべくテニスシューズ)、テニスラケットを持参してください。(ラケットは何本か貸し出し可能ですが、大人用なので子どもには、やや重いです。)

申・問 〒854 0511

小浜町南木指310 雲仙市テニス協会事務局 中村不可止

☎・FAX

0957(74)4402

### 有明フェリーお得情報!!

多比良港 ⇄ 長洲港



### 長洲港 ⇄ JR長洲駅 乗合タクシー運行中!! 片道300円



1. 利用日前日の午後8時までにご予約下さい。
2. 予約された方は当日船内売店でタクシー利用券をお受取下さい。
3. タクシー乗車時利用券をお渡し下さい。

タクシー発時刻	(朝)長洲港から3便		(夕)JR長洲駅から5便						
港発	6:50	7:50	8:50	●この間の時間帯は港⇄駅間の路線バスがあります	16:10	16:35	17:35	18:35	19:50

フェリー・乗合タクシー・JR・西鉄電車乗継合計で 最安2000円で福岡へ

●お問合せ先 有明フェリー予約センター 0957-78-2105 ●乗合タクシー予約先 長洲タクシー 0968-78-0011

(広告)

**春のリトルキャンプ参加者**

**期間** 3月17日(土)～18日(日)  
**集合** 3月17日(土) 午後1時

**場所** 千々石少年自然の家

**対象** 小学校3・4年生(50人)

**内容** 仲間作り、飯ごうすいさん、スターラリー(火・木・金星を見てみよう)、朝食作り、クラフト活動など

**参加費** 2000円

**持ってくるもの** 野外活動ができる服装と靴、筆記用具、着替え、上履きシューズ、軍手、水筒、雨具、洗面用具、常備薬、本人の保険証の原本

**申込方法や路線バスの利用など、詳しくはお尋ねください。**

**問** 長崎県立千々石少年自然の家  
 ☎0957(37)2769

**平成24年度**

**「道路ふれあい月間」推進標語**

**テーマ** 道路は、生活の向上と経済の発展に欠くことのできない国民共有の、つまりあなたの財産です。みんなが道路と親しみ、ふれあい、常に広く、美しく、安全に、共に楽しく利用し、子孫に受け継いでいきましょう。

**応募期限** 3月30日(金)(必着)

詳しくは、「道路ふれあい月間標語募集」([http://www.mlit.go.jp/report/press/road\\_01\\_hh\\_000235.html](http://www.mlit.go.jp/report/press/road_01_hh_000235.html))をご覧ください。

**問** 国土交通省道路局道路交通

**管理課 総務係**  
 ☎03(5253)8111

**平成24年度**

**長崎県央職業訓練校受講生**

働きながら勉強するあなたを応援します。

**夜間コース**

建築設計科、木造建築科、CAD初級科、CAD中級科、CAD実践科、CAD建築設備科、はじめてのパソコン教室、3級エクセル・ワード対策科、2級ワード対策科、ワード実習科、インテリアコーディネート科、2級建築士短期特訓科、1級建築施工管理技士科、2級建築施工管理技士科、第二種電気工事士科

**昼間コース**

CAD初級科、はじめてのパソコン教室

**場所** 長崎県立諫早技能会館内

**申込期限** 3月30日(金)

**申・問** 長崎県央職業訓練校

☎0957(22)0036

**もよおし**

**長崎の南画家「木下逸雲」展**

長崎南画の色彩と印影を楽しもう

**期間** 6月3日(日)まで

**時間** 午前9時～午後7時

**場所** 森の美術館 in 雲仙

**入館料** 300円(中学生以上)

**問** 森の美術館 in 雲仙  
 ☎0957(73)3482

**「雲仙ふるさと大使」**

電話術師しるたにまもる

**&ゴローちゃん**

**ふるさと公演**

**日時** 3月15日(木)

午後2時～3時30分

**場所** 小浜公会堂

**入場料** 無料

**問** 公演事務局 竹馬

☎0957(37)2171



**「ご寄付のお礼」**

雲仙市への一般寄付として

田中 好勝 様(小浜町)

妻の母 板倉フミヨ 様の

ご逝去に伴う香典返しに代えてご寄付をいただきました。

ありがとうございました。

雲仙市奨学資金貸付基金へ

矢崎 咲子 様(千々石町)

香典返しに代えて雲仙市奨学資金貸付基金へご寄付をいただきました。

ありがとうございました。

ありがとうございます。

ありがとうございました。

**和牛のオリンピック**

**「和牛の祭典 in ながさき」開催**

今年の秋に、長崎県で第10回全国和牛能力共進会「和牛の祭典 in ながさき」が開かれます。

**期間** 10月25日(木)～29日(月)

(島原会場は、10月26日から28日まで)

**会場**

**佐世保メイン会場**

ハウステンボス

**肉牛の部会場(審査・展示会場)**

佐世保市食肉地方卸売市場

**肉牛の部会場(セリ会場)**

佐世保市体育文化会館

**島原会場**

島原復興アリーナ

**問** 市農林水産課(☎38-3111)



大会マスコット 『かさべこくん』

**有明ひまわり基金法律事務所**

長崎県弁護士会所属 弁護士 大田 真和

借金問題(破産、再生、選別金請求など)、離婚、

遺産相続、後見、交通事故、労働、不動産など全般、

ご相談は随時承ります。土日・夜間の相談も可能です。

事件に応じ、弁護士(法テラス)、後払いも可能です。

お電話でお問い合わせください。

ひとりで悩まずに

お気軽にご相談ください。

**TEL.0957-61-0888**

長崎県島原市今川町1850-1 大手門ビル5階 (電話受付:平日17:30まで)





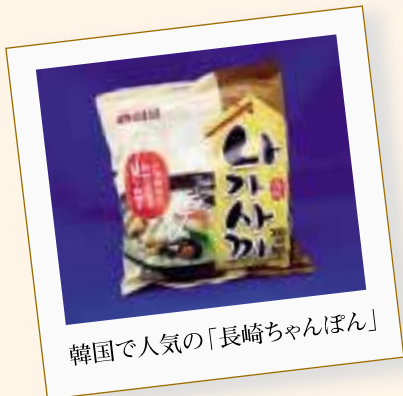
国際交流員 キム ウンスク  
金 銀淑さんの

# スクさんの日々

vol. 10



辛ラーメン



韓国で人気の「長崎ちゃんぽん」

皆さん、ラーメンは好きですか？

日本はラーメンの本場ですよね。とんこつラーメン、しょうゆラーメン、みそラーメン……本当にラーメン王国です。韓国人にとってラーメンは、赤いスープの辛いインスタントラーメンが当たり前です。日本人の友達は、私が辛いラーメンを食べていると「赤いスープを見た瞬間から汗が出そうだけど、おいしそうに食べるね」と言っていました。左の写真の「辛」と書いてある「辛ラーメン」は、日本でもとても有名で、人気です。

しかし、最近韓国では、白いスープのインスタントラーメンが登場して話題になっています。

白いスープのラーメンは、色だけ見ると辛くないように見えますが、食べてみるとその辛さにびっくりします。

韓国で人気を集めている白いスープのラーメンは、鶏だしで作られた「コッコ麺」、海産物の粉を添加して作られた「長崎ちゃんぽん」、「ギス麺」です。中でも最も人気があるのは、「長崎ちゃんぽん」。しかし、私が食べた日本の長崎ちゃんぽんとは違って、辛く、長崎ちゃんぽんと似ているようで似ていない味でした。皆さんがこのラーメンを食べたらどのように感じるのでしょうか。私は、とても気に入りました。

また、この商品をきっかけに、韓国人が長崎を身近に感じるのではないかと思うと、少しうれしく思いました。

今度、機会があれば皆さんも辛い韓国ラーメンに挑戦してみたいかがでしょうか？



姉妹都市

## 韓国求礼郡から、アンニョンハセヨ

高齢者交通安全講習会を開催

近年、求礼郡内で高齢者による交通事故が多発しています。過去3年間の交通事故を分析した結果、高齢者による死亡事故が全体の交通事故死亡者の約4割を占めていることが分かりました。

求礼郡警察署では、交通事故がない安全な求礼郡を目指して、高齢者向けに交通事故事例説明などの交通安全講習会を開き、交通事故防止に努めています。また、今後は、ゲートボール場など高齢者が多く集まる場所を訪れ、交通安全講習会を開く予定です。

講習会へ参加した高齢者からは、「今回の交通安全講習会を通じて、もう一度交通事故の危険性を認識し、自ら交通安全に注意して交通事故を起さないようにしたい。」との感想がありました。



交通安全講習会の様子

▼大寒を境に高齢の方々の亡くなる報せが絶えない。同じ時代を生きたことに縁を感じ、お一人お一人の人生がどうだったのか、その人生に思いをさせながら、死亡報告の決裁の判に押す。長短が問題ではない。大正から昭和にかけて生まれ、伴侶と出会い、その土地の因習や家風に耐え、子をなし、あまたの哀しみに耐え、それと同数の、あるいはそれ以上の喜びにも出会い、このふるさとの四季を味わい、静かに歴史を閉じた人たちの無言の報告を、最後に受ける職としての役割も市長にはある▼すべての人生が幸せのままに幕を引けるわけではない。ままならないこともある。いや、ま



市長コラム

人生に思いをさせ、静かに祈りたい

ならないから人生なのかもしれない。それでも生きた痕跡を残し、多くの方が静かに今生の世界に別れを告げていく▼ここ数日、いくつかの悲しい話を聞いた。腕の中に我が子を抱えたままの姿勢で、がれきを受けて死んだ母親。掘り返された体の下に守られて息をする赤ん坊がいた。絶え絶えの息の中で母はメールを打った。もし生きていたら、どんなにあなたを愛していたか憶えていてね。と。生き残った父親の提げたリュックには、7才で消えた娘の、覚えてたの字で印された道具が入っている。『べとぼとる』、『のうと』。彼らは帰ってこない。間もなく3月11日が巡ってくる。

子どもに関する電話相談

市教育委員会「親子ホットライン」  
☎0120-967-947 (フリーダイヤル)

市福祉事務所「家庭ホットライン」  
☎0120-928-471 (フリーダイヤル)

県教育委員会「いじめ相談ホットライン」  
☎0570-078-310  
※PHS、IP電話からはつながりません

3月健康テレホンプログラム

月	特定健診結果の読み方
火	脊椎圧迫骨折の新しい治療法
水	子どもの吃音(どもり)
木	網膜剥離
金	物忘れはばけの始まりか
土日	外陰ヘルペス

フリーダイヤル ☎ 0120-555-203

※フリーダイヤルへは、携帯電話からの通話ができません。  
\*午前9時から翌朝午前9時までの24時間、同じ内容のテープが3分間流れます。

長崎県保険医協会

うんぜん健康レシピ

白菜のみそミルクスープ

栄養価 (1人分)	エネルギー	カルシウム	塩分	食物繊維
	67kcal	88mg	0.8g	1.7g



- 材料 (4人分)
- 白菜 .....200g
  - あさり(殻付き) .....140g
  - じゃがいも .....100g
  - 玉ねぎ .....60g
  - にんじん .....40g
  - 水 .....500cc
  - 牛乳 .....120cc
  - みそ .....大さじ1弱

- 作り方
- ①白菜の葉をざく切りにし、軸をそぎ切りにする。
  - ②じゃがいもをいちょう切り、玉ねぎとにんじんを薄切りにする。
  - ③鍋に分量の水とあさり、①、②を入れて火にかける。煮立ってきたらあくを取り、柔らかくなるまで煮る。(あしりは口が開いたら取り出す)
  - ④③にみそを溶き入れ、あさり、牛乳を入れて煮立てないように温めたら出来上がり。  
※こしょうを加えてもよい

◎ポイント◎  
あさりのうま味で減塩できます。雲仙ブランドの瑞穂産あさりでおいしくいただきます!

雲仙市食生活改善推進員連絡協議会瑞穂支部

任意整理・過払金返還請求!

消費者金融等と約10年以上の取引がある方・  
消費者金融等の借金を完済した方は

**相談無料**  
秘密厳守

西九州総合法律事務所  
佐賀県弁護士会所属  
弁護士 福田 大志 弁護士 行武 謙一

完済した方は自己負担金ゼロ!  
取り戻した過払金の中から20~25%をいただくのみです。  
詳しくはお電話、またはブログをご覧ください。  
<http://fukuda-hiroshi.seesaa.net/>

西九州総合法律事務所

要電話予約  
☎0954-27-8056  
受付/ (月~金) 9:00~12:00 13:00~18:00  
佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

二 告 告

# 3月 4月 うんぜん 暮らしのカレンダー

午前の相談(受付/9:30~10:30、3月の対象/H23.3~10月生、4月の対象/H23.4~11月生)は参加自由。  
午後の相談対象者には、通知を送付しています。

3/1(木)	
2(金)	赤ちゃん健康相談 国見農村環境改善センター(国見地区)
3(土)	
4(日)	雲仙地域づくりシンポジウム 13:30~、吾妻町ふるさと会館
5(月)	行政相談 9:00~12:00、国見総合福祉センター、稲本行政相談委員
6(火)	行政相談 9:00~12:00、瑞穂町公民館、城行政相談委員 赤ちゃん健康相談 南串山保健福祉センター(小浜・南串山地区)
7(水)	行政相談 13:00~16:00、小浜総合支所、中村行政相談委員
8(木)	人権擁護委員によるよろず相談所 9:00~12:00、千々石保健センター 赤ちゃん健康相談 瑞穂町公民館(瑞穂・吾妻地区)
9(金)	赤ちゃん健康相談 千々石保健センター(愛野・千々石地区)
10(土)	
11(日)	
12(月)	
13(火)	遺言・契約等法律相談所 13:00~16:00、愛野町公民館、要予約(市民窓口課☎38 3111) 行政相談 13:00~16:00、千々石総合支所、中瀬行政相談委員
14(水)	行政相談 13:00~15:00、南串山総合支所、本田行政相談委員 行政相談 13:30~16:00、吾妻町ふるさと会館、荒木行政相談委員
15(木)	献血 13:00~16:00、国見町文化会館 中学校卒業式
16(金)	行政相談 13:30~16:00、愛野保健福祉センター、田尻行政相談委員 小学校卒業式
17(土)	
18(日)	

19(月)	献血 9:00~11:00、12:20~16:00、愛野保健福祉センター
20(火)	
21(水)	
22(木)	雲仙市就職支援相談 詳細 P26
23(金)	小・中学校 平成23年度修了式 献血 9:00~11:20、12:40~16:00、雲仙市役所
24(土)	
25(日)	
26(月)	
27(火)	
28(水)	
29(木)	献血 13:00~16:00、千々石総合支所
30(金)	福祉タクシー利用券、はり等施術受給者証交付開始 詳細 P18 献血 9:30~12:30、南串山保健福祉センター
31(土)	観櫻火宴2012~日本一のたいまつ武者行列~ 詳細 P9
4/1(日)	小浜温泉湯まつり/ちゃんぼんフェスティバル 詳細 P9 雲仙市全九州花火師競技大会 詳細 P9
2(月)	行政相談 9:00~12:00、国見総合福祉センター、稲本行政相談委員
3(火)	赤ちゃん健康相談 千々石保健センター(愛野・千々石地区)
4(水)	行政相談 13:00~16:00、小浜総合支所、中村行政相談委員
5(木)	赤ちゃん健康相談 国見農村環境改善センター(国見地区)
6(金)	小・中学校第1学期始業式 赤ちゃん健康相談 小浜老人福祉センター(小浜・南串山地区)

## 人のうごき(1月末)

- 人口: 48,127人(前月比 -52人)  
男性: 22,881人 / 女性: 25,246人
- 世帯数: 16,718(前月比 4世帯)

## 休日在宅当番医

当番医 診療時間: 9:00~17:00 当番歯科 診療時間: 9:00~12:00

当番医	電話番号	所在地	当番医	電話番号	所在地	当番医	電話番号	所在地
3月3日	松尾胃腸科外科医院 78 1000	国見町	3月18日	松本内科医院 65 3333	国見町	3月25日	よこた医院 77 2000	瑞穂町
3月4日	菅医院 74 2457	小浜町	3月19日	菅耳鼻咽喉科 88 3131	南串山町	3月26日	くさの循環器内科 37 6050	千々石町
3月5日	広田歯科医院 88 3800	南串山町	3月20日	津田歯科医院 75 0281	小浜町	3月27日	天野歯科 37 2121	千々石町
3月6日	みなと歯科医院 63 1747	島原市	3月21日	植木歯科医院 62 3765	島原市	3月28日	大田歯科医院 62 7407	島原市
3月7日	太田整形外科 78 5413	国見町	3月22日	前田内科胃腸科医院 77 3089	瑞穂町	休日在宅医は、都合により変更になる場合があります。医療機関に電話連絡後、受診してください。		
3月8日	馬場医院 73 3666	小浜町	3月23日	泌尿器科・皮膚科・菅医院 88 3151	南串山町			
3月9日	萩尾歯科医院 74 5100	小浜町	3月24日	永田歯科医院 37 2007	千々石町			
3月10日	キタ忍歯科医院 63 6711	島原市	3月26日	渡部歯科医院 63 1750	島原市			



この印刷物は、石油系有機溶剤の一部を大豆油に置き換えたソインキを使用しています。