

広報

# うんぜん

1

2011

vol.63



## 獲つじどお〜

吾妻町にあるJA全農ながさき県南家畜市場で行われた「第4回雲仙市産業まつり～特産まんぞく市～」での、雲仙ハマチつかみどりの様子。水槽内を元気に泳ぎまわるハマチに、悪戦苦闘しながらも、雲仙ブランドにも認定された雲仙ハマチを、見事に持ち帰りました。



四季ゆたか きらめく雲仙 ゆめみらい

CONTENTS ~もくじ~

- 02 年頭のごあいさつ
- 04 特集・介護予防のススメ
- 10 うんぜんクリック(観光情報)
- 12 うんぜんニュース
- 14 島原半島ジオパークを楽しむために
- 15 がんばらんば国体通信 ほか
- 16 はびねず通信
- 17 消費生活センターからのお知らせ
- 18 雲仙じげもん便り
- 20 平成22年 雲仙市表彰
- 21 総合計画進捗状況
- 22 まちの話題 My Town Topics
- 24 各種相談案内・歯っぴい劇場 ほか
- 25 特定健診受診期限のお知らせ
- 26 健康がいちばん!
- 28 皆さんからのご意見・プレゼント ほか
- 30 市からのお知らせ
- 32 情報コーナー
- 34 平成23年度 保育所(園)入所募集
- 35 今月の税・休日在宅当番医 ほか
- 36 身近に感じて男女共同参画  
市長コラム「ちょっと一息…」

# 共に高めあう雲仙市

Happy New Year 2011

激動の時代の中で  
将来を見据え、持続的な発展を続けられるよう、  
市民総参加によるまちづくりを進める  
明るく希望に満ち溢れた未来のために

## 表紙のはなし



第4回雲仙市産業まつりで行われた「雲仙ハマチつかみどり」での一コマ。12月とは思えない陽気の中、ずぶ濡れになりながら、見事に大きな雲仙ハマチをゲットしました。



新年、明けましておめで  
とうございます。

市民の皆さまには、希望  
に満ちた輝かしい新春を  
お迎えのこととお慶び申  
し上げます。

また、旧年中は、市政運  
営にご理解とご支援を賜り、  
深く感謝申し上げます。

◆  
平成22年を振り返りま  
すと、2月に全長105m  
の日本一長い足湯施設「ほっ  
とふつと105」が小浜マリ

ンパークに完成し、雲仙市  
の新たな観光スポットと  
して定着いたしました。ま

た、4月には宮崎県におい  
て家畜伝染病「口蹄疫」が  
発生し、家畜伝染病の恐ろ  
しさを痛感させられまし

◆  
た。市といたしましても対  
策本部を設置し、約4カ月  
に渡り、消毒の実施などを  
行ってまいりました。

さらに10月には、福岡市  
において、長崎・佐世保・

雲仙のアンテナショップ  
「キトラス」がグランドオー  
プンいたしました。今後も

◆  
効果の拡大を図って参り  
ますとともに、福岡市場か  
らの観光客誘致にも努力  
してまいります。

◆  
また同じく、10月に農業・  
農村の重要性と農業農村  
整備事業の役割を広く国

民にアピールすることなど  
を目的に「第33回全国土地  
改良大会長崎大会」が、島

原半島を拠点に開催され、  
全国から総勢約3500  
名の参加がありました。市  
内には約1200名の宿  
泊があり、物産販売などと  
合わせた経済効果とともに  
に、雲仙市を全国の皆さま  
にPRできました。

◆  
そのほか、地球温暖化対  
策として、雲仙市アィドリ

◆  
制度や一般住宅用太陽光  
発電システム導入補助制  
度を創設し、また、消費生  
活センターの開設や都市  
計画マスタープランの策

◆  
定など、新たな一歩を踏み  
出した年でもありました。

◆  
経済の先行きが不透明  
で、地方自治体を取り巻く  
環境が一層厳しさを増し

◆  
合計画の着実な推進に努  
めてまいります。  
また、「市民主役」「市民  
総参加」を旨として、市民

◆  
および市議会の皆さまの  
ご理解とご協力をいただ  
きながら、安全・安心、そ

◆  
して豊かで活力ある雲仙  
市の実現に向け、鋭意、努  
力してまいります所存ござ  
います。

◆  
市民の皆さまには、より  
一層のご支援ご協力を賜  
りますよう、お願い申し上

◆  
げますとともに、「共に高  
めあう雲仙市」を目指し、  
積極的な市政参画を心か  
らお願い申し上げます。

◆  
平成23年が明るく希望  
に満ち溢れた年となりま  
すことを念願いたします  
とともに、皆さま方の益々  
のご健勝とご多幸を心か  
ら祈念申し上げます、新  
年の挨拶といたします。



## 年頭のごあいさつ

雲仙市長

奥村 慎太郎



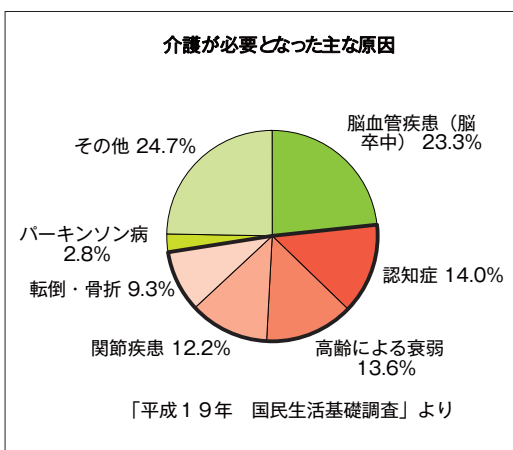
# 特集 介護予防のススメ

高齢者が住みなれた地域で、できるだけ介護を受ける状態にならないで、元気にいきいきと生活していくためには、高齢者自身が元気なうちから「健康寿命」を伸ばす、介護予防に取り組むことが大切だと言われています。

今回の特集では、雲仙市における介護予防の取り組みと、今から始められる簡単な介護予防方法などについて紹介します。

## なぜ、介護予防が必要なの？

介護が必要となった主な原因をグラフで見ると、「認知症」や「高齢による衰弱」「関節疾患」



「転倒・骨折」など、老化現象によるものが、約5割を占めています。

そこで、「できるだけ虚弱な状態にならないように元気で過ごす」「転倒しないようにしよう」など、元気なうちからの取り組みが効果的であることから「介護予防」が始まりました。

## 介護予防事業の実施状況は？

市内では、「ミニデイサービス」や「いきいきサロン」などの介護予防教室が開かれています。

これは、島原地域広域市町村圏組合（介護保険課）からの受託事業で、「地域支援事業」の中の「介護予防事業」として実施されています。

介護予防事業には、「特定高齢者介護予防事業」と「一般高齢者介護予防事業」があり、健康相談や介護予防に関する情報提供、転倒予防体操やレクリエーションなど、高齢者が楽しめる内容の教室が行われています。

# 介護予防の ススメ

～特定高齢者～

「特定高齢者介護予防事業」は、特定健診などと同時に実施される生活機能評価（基本チェックリスト）の結果、生活機能の低下があり、「介護予防が必要」と判定された人が対象です。



雲仙市では、昨年度に生活機能評価を受診した人は1853人。うち特定高齢者は559人でした。

サービスには、保健師などの専門職が自宅に訪問して、個々の状態に応じて相談、指導などを行う「訪問型」と理学療法士などの専門職と共に、個々に応じた目標や計画を立て、機能訓練プログラムなどを行う「通所型」があります。

雲仙市地域包括支援センターで作成された介護予防プランに基づいて、「運動器の機能向上」「栄養改善」「口腔機能の向上」「閉じこもり・認知症・うつ予防」などの支援プログラムを、個々の状態に



健康チェックや個別面談も行われます

応じて提供し、要介護状態になることを予防するための教室が開かれています。

現在、市と市内3事業所（朝日福祉会、吾妻福祉会、雲仙市地域包括支援センターへ委託）により、週1回3カ月間のプログラムの教室が、年間2教室ずつ行われており、昨年度、特定高齢者の教室には、90人が参加しました。

「基本チェックリスト」は、老化のサインを早期に見つけるためのもので、健康診査を受診していない人やチェックリストを行ってみたい人は、地域包括支援センターへご相談ください。



レクリエーションでは明るい笑顔が…

## リハビリは続けないと…

7年ぐらい前から数回にわたって、肘や膝を痛め、手術とリハビリの連続でした。正座ができないので、家でも椅子や杖を手離せない生活でした。

そんな中、教室に参加し、筋肉を強くする運動など3カ月間続けたら、ようくなりました。走ることはできんけども、今、杖はいらなくなりました。リハビリは、続けないといけないんですね。ウォーキングすると、たいそう違います。歩かないときは、筋力を強くする運動をしています。



池田 忠喜さん（小浜町）



# 介護予防の ススメ

～一般高齢者～

「一般高齢者介護予防事業」では、地域の高齢者が自ら活動に参加し、介護予防に向けた取り組みが実施されるような地域社会の構築を目指し、介護予防教室を開いています。

介護予防教室は、国見町の「いきいきサロン」「ミニデイサービス」、瑞穂町の「ミニデイサービス」、千々石町の「いきいきサロン」が雲仙市社会福祉協議会へ、吾妻町の「ミニデイサービスのんびり村」が、雲仙市食生活改善推進員連絡協議会吾妻支部へ委託されています。

また、市では、愛野町（ほがらか教室）、小浜町（いきいき健康教室）、南串山町（げんき塾）の介護予防教室、特定高齢者通所事



ミニデイサービス（瑞穂町・横田地区）

業を修了した高齢者の支援教室、各地区の老人クラブの介護予防教室、転倒骨折予防体操教室、認知症予防教室などを行っています。介護予防教室は、高齢者が歩いて参加できる地域の公民館などで、月1回～3回、77会場で行われ、血圧測定などの健康相談、介護予防や生活習慣病予防、口腔機能の向上、栄養改善などの健康教育、運動やレクリエーションなど豊富な内容で、高齢者の「健康づ



ミニデイサービス「のんびり村」（吾妻町・川床地区）

くり」と「介護予防」に取り組んでいます。また、地域の皆さんにボランティアとして協力していただき、自主的な仲間づくりや閉じこもり予防、高齢者の見守り活動にもつながっています。



## 心も体も元気に！

私たちは、平成20年6月から11月まで、転倒予防体操を、市から来てもらって、教えてもらったんですよ。半年したら自分たちでどうぞという事だったので、自分たちの地域の人だけ集めて、今も続けております。

体にいいからと地域で15～16人で始めましたけど、どんどん増えております。ちょっと遠くからでも、出かけて来るようになりました。



「一度限りの人生だ 大事にしようよこの命 みんなで幸せのワルツを歌おう…」元気な歌声が始まります（南本町転倒骨折予防体操教室・小浜町）

# 介護予防の ススメ

○雲仙市地域包括支援センター  
☎0957-36-3571

○同センター小浜支所  
(市役所小浜総合支所内)  
☎0957-74-3211

地域包括支援センターは、高齢者が住みなれた地域で安心して生活ができるよう、高齢者の多様な要望や相談に総合的に対応し、介護予防など必要なサービスを包括的・継続的に調整する、地域の拠点となるセンターです。

地域包括支援センターには、主任ケアマネジャーや保健師、社会福祉士などの専門職員が配置されています。これらの専門知識や技能を互いに活かしながら、高齢者への総合的な支援を行っています。

## 何でもご相談ください

地域包括支援センターでは、介護に関する相談や悩み以外にも、健康や福祉、医療や生活に関する

ことなど、どのような相談にも対応します。

## 自立した生活を 支援します

介護予防が必要な人、要支援1・2と認定された人を対象に、適切な介護予防サービスを提供できるよう、介護予防サービス計画（介護予防ケアプラン）を作成し支援を行います。

## 皆さんの権利を守ります

高齢者の人権や財産を守る権利擁護事業の拠点として、虐待の早期発見と防止、成年後見制度の活用促進、消費者被害の防止など、皆さんの人権や財産を守るお手伝いをします。

## 多方面から 皆さんを支えます

高齢者への直接の支援だけでなく、ケアマネジャーの支援や医療機関や行政、関係機関との連携体制づくりをすすめています。

## 実践！ 介護予防体操 ワンポイント



雲仙市地域包括支援センター  
理学療法士 永木知子 さん

家庭でできる足腰を鍛える運動を立って行う場合（ふらつきがあるときは椅子を持って行いましょう）と座って行う場合を紹介します。

使っている筋肉を意識して行うと、より効果的です。10回を目安に、慣れてきたら回数を少しずつ増やしていきましょう。継続は力なり！です。無理のない範囲で健康づくりを行っていきましょう！さあ、今日から始めましょう！！



大腿四頭筋（太もも）をきたえる運動（膝伸ばし）  
(座って行う場合)  
○1. 2. 3. 4で片方の膝を伸ばします。膝を伸ばした時につま先を顔の方に向けます。  
○1. 2. 3. 4でおろします。

下腿三頭筋（ふくらはぎ）をきたえる運動（かかとあげ）  
(地面を蹴る力がつき、歩くことができるようになります)

○つま先を軸に1. 2. 3. 4でゆっくりかかとをあげ、1. 2. 3. 4でゆっくりとおろします。



前脛骨筋（すね）をきたえる運動（つま先あげ）  
(つま先が上がるようになり、つまずきにくくなります)

○かかとを軸に1. 2. 3. 4でゆっくりつま先をあげ、1. 2. 3. 4でゆっくりとおろします。

大腿四頭筋（太もも）をきたえる運動（スクワット）（立って行う場合）  
(歩いたり、立ち上がったという動作が楽にできるようになります)

○両足を肩幅より少し広めにして立ちます。  
○1. 2. 3. 4で少し膝を曲げ腰を落とします。  
○1. 2. 3. 4で膝を伸ばします。

※膝の頭がつま先より前にでないように、また深く膝を曲げると腰や膝を痛めやすいので注意しましょう。



# 介護予防の ススメ

市長が動く、まちが変わる、  
みんなで変える  
第32回 移動市長室

## 元気だから介護予防！

雲仙市の高齢化率は、現在約28%。今後も、さらに高齢化が進行し、医療費も高騰するものと思われます。今回の移動市長室は、「介護予防」と「医療・介護費の削減」をキーワードに、高齢者が元気に、安心して快適に暮らしていくための介護予防をはじめとする様々な取り組みについて懇談いただきました。

### 「健康づくりの取り組みに

#### ついて、提案はないか

##### 参加者

家庭へ医療費の総額の通知が届いていますが、1年間で一度も病院へ行かなかった健康家族がありますか。市から何らかの方法で表彰してもらえらるなら、他の家族もチャレンジし、健康づくりに励むのではないのでしょうか。

##### 担当課

平成18年度までは、医療給付を受けなかった世帯を表彰していましたが、平成19年度から廃止になりました。

廃止の主な理由は、①県からの

指導助言による保健事業の見直し

②医療費の抑止効果があまりない

③表彰を受けるために、病院受診

を拒否し、病気を悪化させる人が

いる、などです。さらに、生活習

慣病予防を徹底するために、効果

のある特定健診、特定保健指導を

重視することもあり、表彰事業を

廃止しました。

※平成18年度実績

表彰該当家庭は、273世帯

国保世帯の2.5%

### 「介護予防の取り組みに

#### ついて、提案はないか

##### 参加者

介護予防や医療、健康づくりについて、スタッフの研修会などを開いてほしい。保健師や行政の人にも、もっと介護予防の現場を見ていただければ…。

##### 担当課

スタッフ研修会は、「高齢者福祉レクリエーション講習会」や「雲仙市介護予防事業従事者連絡会」など、年1回開催していますが、今年度は、まだ実施し

ておりません。関係者の要望などを聞きながら、スタッフ研修を開催していきます。

また、委託事業所からの要望があれば、サロンなどへの理学療法士や歯科衛生士、レクリエーション指導者などの専門職の派遣も可能です。介護予防教室の中で、研修していただくこともできます。

##### 担当課

健康づくり課では、「ここからだミニ講座」の中で、高齢者を対象にしたメニューも組んでおります。こちらも、ぜひご利用ください。

##### 参加者

人を寄せるのが難しい。担い手がないということも問題。結局、引っ張っていく人がいないと、成り立ちません。

##### 参加者

うちの地区で、ミニデイが増えたのは、老人会の人たちといろいろ話して、定例会を活用してからです。最初は抵抗があるだろうということで、短い時間で実施し、その後、要望により、半日にしたり、1日にしたりと、そういう風なミニデイを開催してはどうでしょうか。





岡 泰正 さん  
「いきいきサロン」  
ボランティア  
(国見町)



林 カツミ さん  
転倒骨折予防体操教室  
参加者  
(小浜町)



三浦サツキ さん  
食生活改善推進員  
連絡協議会吾妻支部  
(吾妻町)



寺田美代子 さん  
瑞穂ミニデイ  
サポーター  
(瑞穂町)



荒木 榮喜 さん  
愛野町老人クラブ  
連合会長  
(愛野町)

## 「健診の進め方について、 提案はないか」

**参加者** 健診については、企業などにも、協力して欲しくないかとお願ひする必要があると思ひます。働きに行つて、時間をもらつて健診に行くというのは、なかなか難しいと思うのですが。

**担当課** 国民健康保険加入で企業などに勤めている人は、平日はなかなか難しいという事ですね。企業などにもご理解をいただく一方で、日曜日の健診も、医師会にお願いしているところです。

**参加者** 健診は、合併前は、何回かに分けて行われており、おそらく、健診率も今より高かったのではないのでしょうか。

**担当課** 特定健診が始まったのは平成20年です。その前までは、健康診査をやっておりました。平成19年度（国保の加入者）の受診率は、約20%でした。そして平成20年度には、40%を超えています。健診に対する住民の求めるものが変わり、できれば1回で済ませたいという人が増えたこともあ

り、今の総合健診という形になっています。また、メタボの人を発見して、生活習慣病を予防しようという、指導も実施しています。

## 「今後の取り組みについて、 提案はないか」

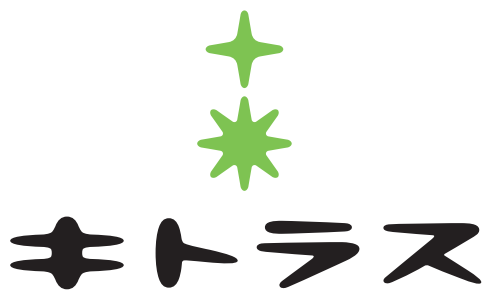
**参加者** ボランティアをしてくれる人の確保が難しいですね。いきいきサロンを作った当時は、民生委員さんを中心に、福祉協力員というのがありました。福祉協力員というのは、できればまた、設けてほしいなあと思ひます。

**参加者** やはりみんなが心豊かに生活していけば、健康になるのではないのでしょうか。もうあまり細かいことまで、がたがた言わずに、大らかにやっていくような、そういう市民性を作っていくというのが、大事じゃないかなと思ひます。

**参加者** 今の社会は、子供も老人も変わらない、心の寂しさというんですかね、それが大いに出てきてるわけですね。仲間づくりが大切ですね。健康づくりは、仲間づくりから始めていかなければ、なかなかできないのではないかと思います。一人で健康づくりをしても、長続きしないうですね。一人でも二人・三人でも、仲間をつくってやっていけば、長続きするのではないかと思います。

**市長** 将来的には、やはりここは、医療・福祉をきちっと中心にできる市でありたいと思つております。

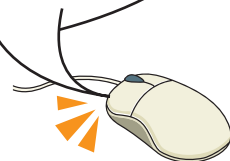
これから先、人口減少に向かいますし、少子高齢化がますます進んでまいります。ですから、今までと違った形での社会の仕組みができてまいりますので、学校が今後は余ってくるでしょうし、そうなった場合は、例えば、高齢者の方々の運動施設、あるいは健康施設にという事も供していただけるような時代がくるかと思ひます。そういった事も含めながら、今後のまちづくり、つまり、皆さんが快適に暮らせるまちを目指して、頑張っていきたいと思ひます。



Food Museum of Nagasaki,Sasebo,Unzen "kitorasu"

観光情報 No.43

# うんぜんクリック



長崎・佐世保・雲仙 ゆめ市場

## アンテナショップ「キトラス」をご活用ください

福岡に開設している、アンテナショップ「キトラス」は、商品の販売だけでなく、旬の商材PRやイベントなどに活用できます。情報発信やマーケットリサーチなど、大いにご活用ください。

出展を希望する事業者は、観光物産まちづくり推進課(☎38-3111、物産チームあて)までご連絡ください。

## 霧島市で雲仙市の物産などをPR ～霧島ふるさと祭2010～

姉妹都市交流を行っている鹿児島県霧島市で11月6日～7日、「霧島ふるさと祭2010」が開かれました。2日間で5万人の動員があるこのイベントへ、雲仙市の業者も出店。雲仙市特産のかまぼこ、ちゃんぽん、カステラなど大変好評で、出店ブースの前には人だかりが。ステージでは観光大使による雲仙市の観光PRを行い、姉妹都市の交流を深めました。



雲仙市のテントの前には、行列が

## 雲仙市の花を堪能!

～雲仙市フラワーフェスティバル～

雲仙市花き振興協議会主催による雲仙市フラワーフェスティバルが、11月20日に吾妻町ふるさと会館で開かれました。当日は、雲仙市緑のプロデューサーである石原和幸氏を講師に迎え、親子フラワーアレンジメント教室と講演会を実施。この日デザインされた花壇は、フェスティバル終了後、3日間雲仙市役所ロビーに展示され、来庁者の目を楽しませていました。



石原氏の指導に、子どもたちも興味津々

来年の旅行商品の商談では、泉質が違う小浜温泉と雲仙温泉、雲仙牛などの雲仙ブランド、四季折々の自然を説明し、大いに雲仙市をPRすることができました。



旅行会社の担当者などと、熱心な商談が行われました

**商談会で  
雲仙市の旅行商品をPR**  
長崎県観光情報説明会が、12月2日、雲仙メモリアルホールで行われました。説明会には、旅行会社や県内の市町、観光協会、旅館ホテルの担当者など、約140人が参加。



## 産業まつりで、大まんぞく!

12月5日に、JA全農ながさき県南家畜市場において、第4回雲仙市産業まつり～特産まんぞく市～が開かれました。当日は、好天にも恵まれ、市内外から、1万人以上の人々が訪れ、雲仙ブランドやうんぜん逸品、雲仙スイーツなどの特産品ブースには、行列ができました。また、特設ステージでは、雲仙市内のアマチュアバンドの演奏や瑞穂中学校吹奏楽部の演奏があり、お腹も心也大まんぞくの一日となりました。



## ♪ 市内が音楽に包まれた1カ月♪ ～雲仙音楽祭～

11月の1カ月間、ながさき音楽祭の一環として、『雲仙音楽祭』が市内のいろいろな場所で開催され、延べ5,000人を越える観客で賑わいました。

『雲仙音楽祭』では、江戸時代末期、外国人居留民による社交ダンスで賑わっていた当時を再現した「雲仙大舞踏会」や、プロの演奏家や音大生などの若い世代で構成された「プロジェクトプラス」の演奏、県内の音楽団体による屋外で行われた「街の賑わいミニコンサート」などが行われ、多くの観客を魅了しました。



雲仙温泉街で行われた、街の賑わいミニコンサート



雲仙大舞踏会での賑わいは、まさに日本における“ダンスの聖地”

### 長崎県公共図書館等協議会表彰

## 長年の活動が評価される

11月15日、国見町の図書ボランティア「おはなしのへやぐりとぐら」(藤澤順子代表)が、長崎県公共図書館等協議会表彰を見事受賞しました。

同団体は平成11年に結成され、今日まで11年もの間、地元の小学校の朝の読書時間や昼休みを利用して「おはなしのへや」を開いてきました。

また、雲仙市図書館でも定期的に活動し、「おはなしのへや夏まつり」や「お月見夜ばなし会」など、季節に合わせた読み聞かせも実施しています。

最近では、この地道な活動が若い世代へとつながるよう、高校生にも参加をお願いしているそうです。

今後も雲仙市の子どもたちが心豊かに育つよう、より一層の活躍が期待されます。



「おはなしのへやぐりとぐら」の皆さん(下段中央が藤澤代表)

### ■第2回選定委員会

11月1日、第2回選定委員会が開かれ、土黒保育所の移管先法人を募集するための「募集要項」と移管するにあたっての「運営条件」が協議されました。

### ■第3回選定委員会

11月15日、第3回選定委員会が開かれ、第2回選定委員会に引き続き、「募集要項」と「運営条件」が協議されました。

また、移管先法人が応募をする際の申請書類についても審議されました。

## 雲仙市公立保育所の民間移管について 法人選定委員会を開催

お世話になりました

教育委員 宮崎賢太郎さん(瑞穂町)

12月1日付けで、教育委員を退任。

旧瑞穂町教育委員に任命以来、11年8月の長きにわたり、教育行政の振興に寄与されました。

お世話になります

教育委員

渡邉いづみさん

(小浜町)

12月2日付けで、教育委員に任命されました。



雲仙市教育委員の退任・任命  
教育委員に渡邉いづみさん

### 島原半島地区青年農業者連絡協議会意見発表大会

## 大活躍!雲仙市の青年農業者

11月4日、愛野町公民館で行われた島原半島地区青年農業者連絡協議会意見発表大会に、半島内17人の青年農業者(内、雲仙市からは7人)が出席し、意見発表を行いました。

結果、入賞者6人中、雲仙市から最優秀賞に瑞穂町青年農業者連絡協議会の浜塚剛さん、ほか2人が入賞するなど、大活躍しました。

入賞した皆さんは、2月に開かれる県大会(50thアグリネットフォーラム)で、半島代表として発表を行います。

### 《最優秀賞受賞者》

瑞穂町青年農業者連絡協議会 浜塚 剛さん

### 《優秀賞受賞者》

吾妻町青年農業者連絡協議会 吹原 大介さん

千々石町農業研究会 町田 猛さん



左から町田さん、吹原さん、浜塚さん





雲仙市食生活改善推進員連絡協議会吾妻支部が平成22年度の栄養関係功勞で厚生労働大臣から表彰を受けました。

同支部は平成7年に結成され、健康づくりの担い手として食生活改善を目的とした地域活動をはじめ、介護予防のための地域支援事業への取り組みは食事のみならず、レクレーションや健康体操にまで幅広く従事し、元気な高齢者を支える活動を継続しています。

また、小・中学校では、年少の頃からの食育の大切さをわかりやすく説明したり、行政と一体となって学習会や研修会へ積極的に参加し自己研鑽に努め、住民の健康保持増進に寄与している点が認められ、今回の受賞



同支部長の三浦サツキさん となりました。

食改吾妻支部

栄養関係功勞で受賞

厚生労働大臣表彰

第23回全日本マーチングコンテスト

小浜中吹奏楽部、また快挙

11月21日、大阪城ホールで行われた「第23回全日本マーチングコンテスト」に、小浜中学校吹奏楽部が九州地区代表として出場しました。

同吹奏楽部は9月、10月に行われた県大会、九州大会で金賞を受賞し、今大会の出場権を獲得。当日は全国各地から25チームの精鋭が出場する中、息のあった素晴らしい演奏・演技を披露し、見事「金賞」を受賞しました。同時に、5年連続で全国の舞台上で「金賞」を受賞するという快挙も達成しました。



金賞を受賞して喜ぶ皆さん。笑顔も“金賞”ですね。

ふるさと納税

ご寄付 ありがとうございます

11月中に寄付をいただいた皆さま

(承諾していただいた項目のみ掲載)

氏名(敬称略)	住所	出身町	金額
鶴崎 照久	愛知県	瑞穂町	—
下村 弘	東京都	瑞穂町	—

ほか、お一人からいただきました

これまでの合計 (11月末現在)

件数	31件
合計金額	1,660,000円

ふるさと雲仙市の応援団を募集しています

「雲仙市を応援したい」「雲仙市のために何かしたい」という想いを、ふるさと納税(寄付金)という形でお寄せいただいています。このような想いを持たれた市外在住のご子息、ご令嬢、兄弟、姉妹、親族、友人、知人をご紹介ください。

問い合わせ・申し込み	
政策企画課	地域振興班(ふるさと応援寄付担当)
☎38-3111	FAX38-3514
ホームページ	<a href="http://www.city.unzen.nagasaki.jp">http://www.city.unzen.nagasaki.jp</a>

緒方秀雄さん 最優秀賞受賞

第58回長崎県発明くふう展

県内の発明の奨励、振興を目的に、第58回長崎県発明くふう展が行われ、緒方秀雄さん(南串山町)が最優秀賞にあたる長崎県知事賞を受賞しました。

緒方さんが考案したのは、「アームの部を折りたためるようにした畝立補助用具」。日ごろ農業に励む中、歩行用の管理機の使用上の問題点の改善に取り組み、従来経験と勘に頼って



いた畝立作業が、均等かつスムーズな作業になることを可能にしました。

実用的でシンプルという点が評価され、今回の受賞に至りました。

←緒方さんと考案した畝立補助用具

# 島原半島ジオパークを楽しむために 市民誰もがジオガイド

## ジオサイト「原城跡」

今月は、南島原市にある原城跡を紹介いたします。

原城跡は、皆さんご存じ、「島原の乱」の最後の舞台となった国指定の史跡です。若き総大将天草四郎が戦ったこの場所は、その歴史の価値のみでなく、島原半島ジオパークとしても主要なジオサイトの一つです。

原城は、海に突き出た高台を利便して築城されましたが、実はこの高台は、9万年前の阿蘇火山の大噴火による火砕流堆積物が造ったものです。



写真上部の白色部分が、阿蘇火山から流れてきた巨大火砕流の堆積物。この堆積物には、細かいガラス質の火山灰が含まれ、地元の人々はこれを鍋の磨き粉として利用していました。

もし、阿蘇火山が噴火しなかったら、「島原の乱」は、どのような結末を辿ったのでしょうか。

一見無関係に思える天草四郎と阿蘇火山が、時を越えて繋がっている場所。ぜひ、原城跡で、雄大な歴史ロマンを体感してください。

## 原城跡観光ガイドの会

原城跡観光ガイドの会の田中さんです。ジオサイトを分かりやすくガイドしてくれますよ。



原城跡観光ガイドの田中さん

## 問い合わせ

南島原ひまわり観光協会  
☎0957-76-1800

## ガイド養成講座模擬ツアー

### 一般参加者募集

島原半島ジオパーク推進連絡



ジーオくん

協議会では、観光客などに島原半島ジオパークの魅力を伝えるガイドの養成に取り組んでいます。

ガイド養成講座（中級）受講者の研修の一環として、模擬ツアーを開催します。

より実践的なガイド研修とすするため、一般市民の参加を募集します。

◆開催日 平成23年2月19日(土)  
◆集合場所 雲仙岳災害記念館 駐車場  
(島原市平成町1-1)

◆募集人員 20人(先着順)

◆ガイド 各ジオサイト別に研修者が担当する

◆持参品

飲み物、昼食、雨具など

◆参加料 無料

◆申込方法

電話で①名前②住所③電話番号を伝えてください。(1件につき2人まで申し込み可能です)

◆申込期間

平成23年1月11日(火)～

2月10日(木)

◆受付時間

午前8時30分～午後5時15分

◆応募先

島原半島ジオパーク事務局

◆スケジュール

雲仙岳災害記念館 駐車場集合

【午前11時】～出発 【午前11時10分】～千本木展望所 【午前11時40分】～白土湖 【午後0時15分】～み

ずなし本陣(昼食休憩) 【午後0時40分】～龍石海岸 【午後1時50分】

～両子岩 【午後2時40分】～雲仙

お山の情報館別館 【午後3時40分】～雲仙岳災害記念館(解散)

【午後4時30分】

※スケジュールについては、都合により変更する場合があります。

【問い合わせ】

島原半島ジオパーク事務局

☎0957-65-5540

【問い合わせ】

島原半島ジオパーク事務局

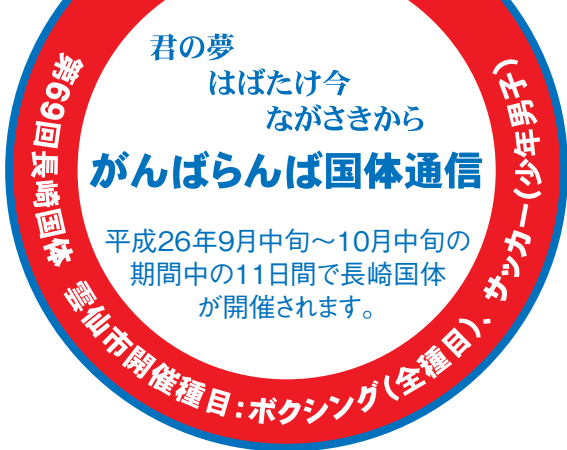
☎0957-65-5540

みんなで、

ジオサイトを巡ろう！







## 県民運動 ポスターコンクールで入賞!

『長崎がんばらんば国体』の開催に向け、児童生徒の国体に対する関心を高めるとともに、国体県民運動への参加促進が図られるよう、県民の皆さんへの啓発活動の一環として、県内の小・中学生・高校生を対象にコンクールを実施。547点の応募作品から、雲仙市では、市立鶴田小学校6年の前田涼輔くんの作品が佳作に入賞しました。



各種競技を行うがんばくんを描いた作品



鶴田小6年  
前田 涼輔くん  
将来ソフトボールの選手として、国体に出場してみたいです。吾妻体育館で開催される長崎国体ボクシング競技は見に行きたいです。

## 平成22年度の ボクササイズ教室終了

平成26年に開催される「長崎がんばらんば国体」出場選手の発掘やボクシング競技の底辺拡大、さらには、国体会場ほかにおいて、ボクシング競技に対する理解と国民体育大会ボクシング競技開催へ向けての機運の向上を図ることを目的に開かれていたボクササイズ教室の平成22年度分が終了しました。

南串山から国見の各地区で、7月～11月に計5回行われ、参加者数は延べ157人でした。教室に参加した子どもたちからは、『高校ではボクシング部に入部したい』、『長崎国体では、会場に行きます!!』といった感想が飛び出すほどの盛況ぶりでした。

次年度も多数の参加をお待ちしています。

### ■雲仙市開催種目■

サッカー(少年男子)、ボクシング(全種目)

### ■デモンストレーション行事■

雲仙アヅマクロス

## 45年ぶりに、長崎県で国体が開催されます

問 スポーツ振興課 国体準備室(☎37-3113)

### 平成23年度

#### 雲仙市市民提案事業募集

市民の皆さまから、企画・提案から実施までを主体的に行う提案事業を募集します。

#### 応募資格

事業の提案ができるのは、次のいずれにも該当する団体とします。

- ① 市内に事務所及び活動場所を有する団体(ボランティアグループ、市民活動団体、NPO、公益法人、自治会、事業所など)であること
- ② 提案時において、市内に住所を有する人、市内に勤務する人のいずれかに該当する人が5人以上参加しており、その人たちが団体構成員総数の過半数以上を占める団体であること

## 募集提案

#### 対象事業

提案の対象となる事業は、提案された団体が自ら実施する公益的な事業で、次のような事業とします。

- ① 地域課題や社会的課題の解決が図られる事業
- ② 市の一体感や市民の連帯

※平成23年度予算が決定されてからの実施となります

- ③ 先駆的及び独創的な工夫及びアイデアが認められる事業
- ④ 市民満足度が高まり、具体的な成果や効果が期待できる事業

#### 応募方法

事業提案書に次に掲げる書類を添付し、期日までに応募先に持参または郵送してください。

- 事業提案書
- 事業計画書
- 収支予算書
- 団体概要書
- その他市長が必要と認める書類

※応募書類様式および「事業提案の手引き」を、市役所市民窓口課または各総合支所市民生活課の窓口へ備え付けてあります。また、市のホームページからのダウンロードも可能です。

#### 応募書類の募集期間

平成23年2月1日(火)～  
3月11日(金)

#### 応募先・問い合わせ

市民窓口課 市民生活班  
☎38-3111

デートDV防止講座

国見中PTA



12月3日、国見中学校PTA（渡邊和巳会長）の会員対象研修会として、「デートDV防止講座」が開かれました。

この講座は、平成21年度に引き続き、市内中学校またはPTAを対象に開催しています。

今回は、講師にNPO法人DV防止ながさきの中田慶子代表を迎え、『親が子どもに対して留意すべきこと』と題して講演をいただきました。

講演会では、配偶者暴力防止法などの法体制、暴力



の種類やデートDV防止教育の目的などについて、詳しく説明がありました。

また、予防策として、日ごろから子どもたちに家族・大人として伝えておきたいことは、『男女は平等、対等であること』、『嫌なことは嫌といえるようにすること』、『そして、『男女とも自分の気持ちを言葉にして伝えることを習慣化し、日々の生活、食事、会話を大事にして、親子の良い関係づくりを心がけることの大切さ』などの講話がありました。

参加した会員・先生など、約90人は、対等な対人関係づくりができることで、非暴力化につながっていくことの説明にうなずきながら、聞き入っていました。

参加者からは、「DVに対する予防教育の重要性を理解できた。子どもたちが、より良い大人に成長できるようにアドバイスしていきたい」など、感想が寄せられました。

DV(ドメスティック・バイオレンス)防止のために!

DVとは、夫婦や恋人間など、親しい間柄で起きる暴力のことで、色々な種類があります。

- 体への暴力(なぐる、蹴る、物を投げつける→怖い事件につながることもあります)
- 性的な暴力(避妊をしない、性行為を強要する→性感染症への危険。望まない妊娠・結婚、中絶につながりやすい。性的暴力は、特に女性の体への影響が大きく、命に関わることもあります)
- 心への暴力(無視、束縛、携帯チェックやメールアドレス消し、付き合いの制限などの拘束、おどし、ののしりを行う、暴言により受ける心への暴力)
- お金に関わる暴力(経済的な締め付け、借金をさせる、お金をたかる)

暴力についての間違った思いこみから、下記のように暴力を正当化することがありますが、それは誤りです。

- 暴力をふるうのは、ストレスや飲酒のせいだ  
→ストレスがあるからと暴力をふるっていいはずがありません。ましてや、お酒のせいにしてはいけません。
- 暴力をふるわれるほうも悪い→暴力に関しては、暴力をふるうほうが悪いのです。
- 暴力が嫌なら逃げるはず  
→逃げたら暴力が増えるかもとおびえて逃げ出せないことがあります。また、経済的な締め付けを受けている場合、逃げ出すためのお金もないことも。嫌なことを、嫌だと言えなくなっているのです。

DV被害にあっていると感じたら、一人で悩まず相談を!

- 長崎こども・女性・障害者支援センター、警察のほか、市役所、市福祉事務所、法テラス、民間相談機関(NPO法人DV防止ながさき※匿名相談も受付)など、各種相談機関に相談ください。どこに相談したらわからない場合は、DV相談ナビダイヤル0570-0-55210へお電話を。お近くの相談窓口へ自動音声により案内し、つないでくれます。

DV被害の相談を受けたときは、まずは、相談者の話をきちんと聞きましょう。決して、「あなたにも悪いところがあるのでは?」、「愛情がある証拠だから我慢しなさい」などのアドバイスはしないでください。相談者の身の安全を確認し、各種相談機関へ相談することを勧めてください。

「男女共同参画出前講座」受講者 随時募集!  
申し込み・問い合わせは、雲仙市男女共同参画センターまで



困ったときは…

雲仙市消費生活センター  
からのお知らせ

早めに、ご相談を。

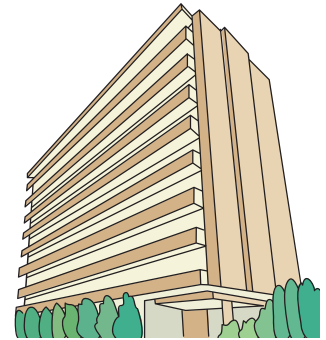
ライフサポートホットライン

(消費生活センター直通電話) なやみゼロ

☎ 0957-38-7830



## マンションの悪質な電話勧誘販売に注意!



■恐怖を覚える強引、脅迫  
まがいの電話勧誘

全国の消費生活センターなどには、マンションの悪質な電話勧誘販売に関する相談が多数寄せられ、年々増えています。中でも、強引で脅迫的な勧誘を受けたり、考える暇を与えられずに即決を迫られたという相談、長時間にわたり、しつこく勧誘されたという相談が目立ちます。

■勧誘電話にはこんな傾向が!

①販売目的、業者名、販売員の氏名を告げない

「共済年金の保護について話したい」などと、販売目的を告げないケースがあります。また、「同級生を名乗って電話がきた」など、業

者名を隠して勧誘するケースもあります。

②断つたのに、何度も勧誘される

「毎日、ひどいときには1日に30回も電話をかけてきた」「会って話すまで電話を切らない」「断つたら、怒鳴られ、胸ぐらをつかまれた」「断つても帰ってくれず仕事に支障をきたした」など、しつこく勧誘されたケースもあります。

③長時間、強引、脅迫まがい

「お前を追い込んでやる」「家族に気をつけろ」「家に火をつけてやる」などと脅されたケースも見られます。また、「自宅に何時間も居座られて勧誘を受けた」などの長時間勧誘や、夜遅く勧誘された相談もあります。

④収入になるかのような説明がある

「損をすることはない」「家賃収入で十分返済できる」「豊かな老後が見込める」などの家賃収入が得られるセールストークを受けたが、実際はローン返済額より家賃収入額が下回る、という相談も寄せられています。

■消費者へのアドバイス  
強引に勧められても、買う気がなければ断る

マンション販売の勧誘電話とわかった場合、買う気がなければ、毅然と「必要ありません」「お断りします」と言って、すぐに電話を切りましょう。たとえ、断つた際に「話も聞かず電話を切るのは無礼だ。行くから会え！」などと怒鳴られても、買う気がなければ決して応じないこと。もし、業者名や連絡先も言わないようであれば、迷惑電話と変わりません。また、発信番号表示サービス(有料)を利用して、再勧誘の電話を着信拒否したり、非通知がかかってきた場合には繋がないサービスを利用する方法もあります。

### こころと暮らしの無料相談会

借金などの問題により「眠れない」、「食欲がない」、「ギャンブルがやめられない」といった悩みをお持ちの人を対象に、弁護士や臨床心理士など、専門家によるこころと暮らしの無料相談会が開かれます。ご希望の方は、電話にてご予約ください。

開催日	相談時間	会場
平成23年1月13日(木)	午後1時~4時	愛野町公民館

問 県南保健所 地域保健課 (☎0957-62-3289)

■契約してしまったら消費生活センターへ

契約した場合、原則、契約書が渡されてから8日以内で、要件が整えば、無条件で解約できます。また、クーリング・オフ期間を過ぎていても契約を取り消せるケースもありますので、早めに相談しましょう。暴力や脅迫を受けたら警察へ申し出ましょう。

こんまちは、好きやけん。

# 雲仙じげもん便り

毎月、雲仙市内のいろいろな分野で活躍している市民の皆さんを紹介しています。

## 言葉で伝えることの難しさと楽しさ

視覚に障がいのある皆さんのために、「広報うんぜん」などを音訳し、CD化して届けているのが、NPO法人ふれあいステーション音声訳会やまぼうしの皆さん。「ほとんどが素人ばかりで、何もかもが手探りの状態。最初は、録音された自分の声を聞くのも恥ずかしかった。本格的な研修を受けたのは、もう録音しないといけないというギリギリの時期でした」とおっしゃる通り、4年前にNPO法人ふれあいステーションが行った音訳者募集に集まった皆さんが、ボランティアで音訳を行っていらつしゃいます。これまでのお話を伺うと、「みんなで話し合って、読み方や表現などを工夫しながらやってきました。とても勉強になるんですよ、言葉

とか、漢字とか。音訳を始めてから、辞書を引くようになりましした。あと、実際に聞いていただいた視覚に障がいのある皆さんからのアドバイスが、一番ためになります」と、よりわかりやすい音訳のため、日々精進されていらつしゃるようです。実際のご苦労などについては、「目で見ればわかるものでも、言葉だけで伝えるのは、とても難しいですね。文章も、ただ読んでるだけでは伝わりませんし。あと、肉体的には、目が疲れたり、録音時には空調が使えないので、暑さや寒さに耐えたいという思いでやっていますので、ピツタリの表現や言葉が見つかったときには、感動するぐらい嬉しいです。だから、大変です



編成会議では、それぞれの疑問点を話し合います

ど、苦になったことはありません」と心強い言葉を頂きました。

## 本当に必要とする人に届きたい

皆さん、音訳を通じて、視覚に障がいのある人と触れ合うことについて、「知らないことや思い違いも多く、世界が広がりました。こちらが手を差し伸べてるつもりでも、逆に元気をもらうことの方が多いですね。本

## 音声訳による情報提供は、絶対に必要



NPO法人ふれあいステーション 理事 黒田 克明さん

視覚に障がいのある人たちから、健常者と同じように情報を受けたことの要望があり、何とかできないものかと、市などと相談を行いました。が、音声訳をやっている人がいませんでした。それならば、自分たちでやってみようと、募集をかけたところ、多くの人が集まっていたいただきました。しかし、当に知り合えてよかったと思います」とのこと。理想的な関係があるようです。最後に、「視覚に障がいのある人で、音訳CDの存在自体をご存じない人もいらつしゃると思います。できるだけ多くの人に聞いてもらいたいと思いますので、ご家族やお知り合いからでも、ご紹介していただければ」とのことでした。



2人1組での録音風景。神経を使います。





この日は、12月号の編成会議のために集合。前列左が理事長の平井さん。前列右は、視覚に障がいがあり、いろいろなアドバイスなどを行う尾首さん。

## NPO法人ふれあいステーション 音声訳会やまぼうし

**ぜひ、この機会に  
ご利用ください**

やまぼうしの皆さんが、広報うんぜんなどを音訳し、録音したCDを、視覚に障がいのある皆さんに無料で送付しています。さまざまな市の情報が収められていますので、一度聞いてみませんか。希望する人は、福祉課

障害福祉班  
(☎36-2500)までお問い合わせください。



**音声訳に挑戦  
してみませんか**

一緒に音声訳をしていただけるスタッフを募集しています。研修なども行いますので、未経験者でも大歓迎です。興味のある人は、ぜひ一度、福祉課障害福祉班(☎36-2500)までご連絡ください。

**担当者からも一言**



市民福祉部  
福祉課  
柴崎 由美子 係長

4年前、私も皆さんと一緒に音声訳の研修を受けたことがあります。音訳とは、広報紙を読み、録音するだけの作業だと、安易に考えていた自分が恥ずかしいくらい、奥深いものでした。言葉だけでなく、写真の説明をするのは、想像以上に大変な作業です。「やまぼうし」の皆さんは、とにかくわかりやすく伝えたい、との思いで熱心に取り組んでおられます。その姿勢から、「常に相手の立場に立って考える」という、福祉の原点のようなものを教えていただいた気がします。

この音訳CDのことを1人でも多くの人に知っていただき、視覚に障がいのある人に聞いてもらいたいと思います。

# 平成22年 雲仙市表彰



## おめでとうございます

平成22年雲仙市表彰式が12月12日、吾妻町ふるさと会館において行われました。今回は、合併前も含めて、各分野で特に功労並びに功績があった2組54人、8団体、1企業に表彰状と記念品が渡されました。

各被表彰者は下記のとおりです。

### 【人命救助功労】

吉岡 靖彦(千々石町)  
平野 竜磨(千々石町)  
中田 翼(小浜町)

### 【徳行功労】

金澤 一(川棚町)  
島原雲仙農業協同組合  
全国共済農業協同組合  
連合会長崎県本部

### 【地方自治功労】

馬場 恵介(小浜町)  
遠藤 家持(国見町)  
本多 重忠(吾妻町)  
草野 秀司(小浜町)

### 【社会福祉功労】

西岡 紘子(国見町)  
米田 敏孝(国見町)  
島田 孝明(吾妻町)  
佐々木 智子(吾妻町)  
長谷川 廣(吾妻町)

小無田 さゆり(愛野町)

山口 幸春(千々石町)  
小原 日吉(小浜町)  
草野 勝子(小浜町)  
進藤 住雄(小浜町)  
野口 邦夫(小浜町)  
永田 秀穂(国見町)  
南里 努(国見町)  
永田 信子(国見町)  
堺 光憲(国見町)

岡田 一郁(南串山町)  
豊島 安孝(南串山町)

### 【産業功労】

酒井 八洲仁(国見町)  
株式会社 長崎清水(吾妻町)  
久山 つや子(国見町)  
山田原土地改良区(吾妻町)  
池田 進・功(愛野町)  
吉田 良一・美恵子(吾妻町)  
緒方 秀雄(南串山町)

### 【教育文化功労】

津田 和司(小浜町)  
本多 幸成(吾妻町)  
池永 光(南串山町)

### 【保健・環境功労】

雲仙市食生活改善推進員  
連絡協議会吾妻支部

### 【消防功労】

川上 清記(小浜町)  
藤本 淳次郎(国見町)  
坂本 博(瑞穂町)  
前田 悟(吾妻町)  
西山 八郎(愛野町)  
石本 茂美(千々石町)  
中村 篤(小浜町)  
渡部 義明(南串山町)  
大石 靖広(吾妻町)  
本多 善彦(小浜町)  
森田 正明(小浜町)  
増田 壽夫(南串山町)

### 【特別賞】

栗原 李奈(国見町)  
中村 菜那(千々石町)  
竹下 俊輝(南串山町)  
山崎 正剛(南串山町)  
和田 智文(南串山町)  
山本 杏里(国見町)  
七條 貴哉(愛野町)  
佐藤 久美子(愛野町)  
神谷 睦夫(千々石町)  
岩里 潤慈(瑞穂町)  
大久保 舞(吾妻町)  
小浜少年ソフト  
千々石中学校  
「豆腐TOHU」チーム  
小浜中学校吹奏楽部  
勤労障がい者長崎打楽団  
瑞宝太鼓  
(敬称略)



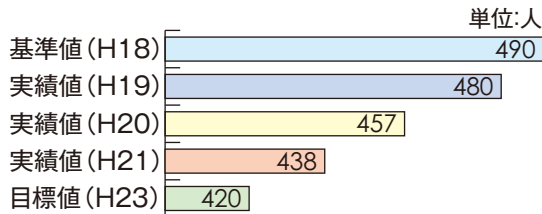
問 政策企画課(☎38-3111)

総合計画の6つの基本方針ごとに、数値目標の中から主な施策の進捗状況について、抜粋してお知らせします。

## 1 みんなでつくるまちづくり

### 基本方針

○市職員数(人事課)



## ○説明

定員適正化計画により、職員数の削減を図った。

平成20年度退職職員24人

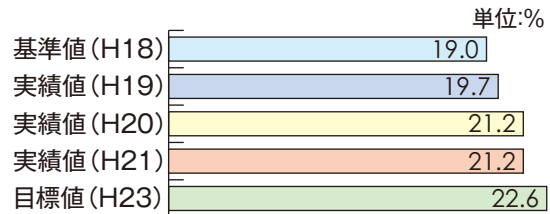
平成21年度新規採用職員5人(※)

※新規採用職員3人、教職員(指導主事)2人

## 2 快適で住みよい暮らしづくり

### 基本方針

○急傾斜地崩壊対策事業整備率(道路河川課)



## ○説明

崩壊危険箇所137箇所中の崩壊対策施設整備済地区数は、次のとおり。

○平成18年度 26箇所(19.0%)○平成19年度 27箇所(19.7%)

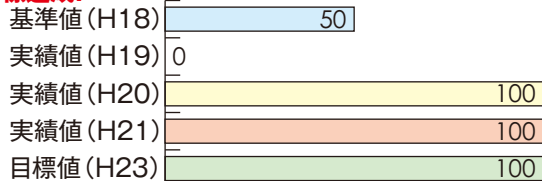
○平成20年度 29箇所(21.2%)○平成21年度 29箇所(21.2%)

## 3 笑顔いっぱいの健康と福祉づくり

### 基本方針

○重度障がい者住宅改修のための補助給付率(福祉課)

#### 目標達成!



## ○説明

介護補助対象者と重度障がい者の大規模な住宅改修について、県の制度を活用して改修費の一部を助成した。

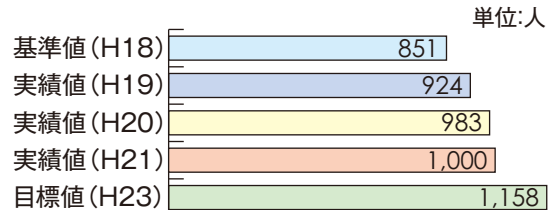
(重度障がい者:要望件数2件)

※補助給付率=補助をした件数/住宅改修の要望件数×100

## 4 力強い産業と仕事づくり

### 基本方針

○認定農業者数(農林水産課)



## ○説明

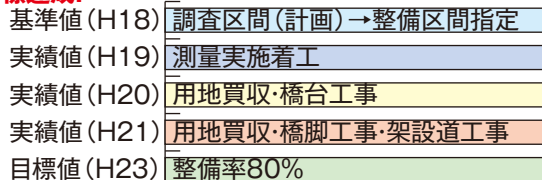
各地区の認定農業者協議会の活動支援や雲仙市担い手育成総合支援協議会の活動を通じて、担い手農家の経営能力や技術向上を図った。平成21年度は、新規認定者数17人となった。

## 5 新しい観光・交流による活力づくり

### 基本方針

○雲仙市愛野～諫早市森山間の整備(監理課)

#### 目標達成!



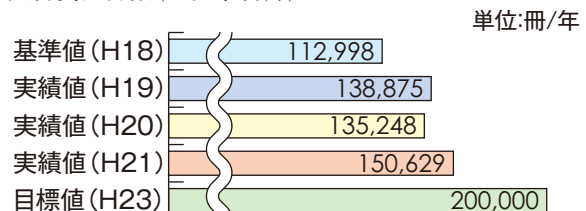
## ○説明

平成18年に調査区間指定であった愛野森山バイパスは、平成19年に整備区間指定を経て、目標達成となった。平成19年度から測量を実施し、平成20年からは橋台にかかる工事が開始となった。平成21年度においては、橋脚工事等の進捗とともに、未契約用地の解消に努めた。

## 6 明日を担う人づくりと誇りあるふるさとづくり

### 基本方針

○図書貸出冊数(生涯学習課)



## ○説明

平成21年3月からの、図書館と市内6図書室を結ぶオンラインシステム本格稼働等により、市民がより利用しやすい図書施設となり、平成21年度は、貸出冊数が増加した。

# まちの話題

My Town Topics

## 家から離れ、自分たちで生活

公民館から学校へ行こう!!



みんなで協力して過ごした4日間でした



↑学校から戻ってみんなで勉強



食事も自分たちで作りました

瑞穂町の大正小学校3年生～6年生の20人が、11月9日～12日の3泊4日間、「公民館から学校へ行こう!!」に参加しました。これは、家庭から離れ、高田公民館に寝泊りし、親に甘えず自立し、友達と協力しながら基本的な生活体験を身につけることを目的に行われました。

指導に当たったのは、中峰富男さんら地域ボランティアの4人。

子どもたちは、毎日、公民館から学校へ通い、食事の材料の買い出しや準備、片付け、掃除など生活体験をしたり、お風呂は近くの家で「もらい湯」をするなど、地域とつながる体験をしたりしました。

とてもいきいきと楽しく活動し、最終日には「もっと泊まりたかった!」という声上がるなど、大好評でした。みんな、4日間よくがんばりましたね。

## お仕事がんばって

勤労感謝の日 園児訪問

勤労感謝の日を前にした11月19日、小さき花の幼稚園の年長組24人の皆さんが、愛野総合支所を訪れました。

寒い日でしたが、園児たちは、ずっと練習してきたマーチングを元気に披露し、職員を激励しました。

最後に、園児の代表から職員へ「お仕事がんばってください」と書かれた手作りの感謝状と折り紙で作ったカラフルなレイが贈られました。



園児たちから元気をもらいました





## 夏 南砺市からのスプレー菊 の暑さに耐え、咲き誇る

昨年12月に富山県南砺市から雲仙市に寄贈されたこの地では珍しい、色とりどりのスプレー菊が、11月中旬から下旬にかけて見事に開花しました。

この菊は、東京上野動物園で展示されたもので、NGOすてきな街づくり協会の上坂会長と長崎県東京事務所の山本奉彦氏（千々石町出身）の仲介で、雲仙市の町おこしに一役をと提供されました。

ボランティアの手で丁寧に植栽され、大切に育てられた花は、市役所横市道沿い、吾妻町湯田川通内線沿い、湯田川河川敷などに色鮮やかに顔をのぞかせ、通る人々をあたたく見守りました。



きれいに形が整えられ、美しく咲きました



まずはお手玉遊びでリラックス

## 交 視覚に障がいのあるかたと地域住民との交流会 流を通じて、問題を共有

11月20日、視覚に障がいのある人やその家族、民生委員、ボランティアなど約60人が参加し、千々石総合支所で交流会が行われました。

交流会では、レクレーション、障がいのある人と家族の体験談、視覚に障がいのある人を対象にした各種サービスの紹介、グループに分かれ懇談会などが行われました。

参加した障がいのある人からは、「日ごろ、地域の人と交流する機会が少ないので、参加して良かった。」、家族からは、「地域での視覚障がいに対する偏見が根強く、障がいに対する理解が必要。」などの意見が出されました。

## 干 諫早湾干拓堤防道路島鉄国道跨橋の名称決定 拓堤防道路吾妻陸橋

10月15日から26日まで吾妻町地区に公募した、諫早湾干拓堤防道路島鉄国道跨橋の名称が、81件の公募の中から厳正に審査された結果、「干拓堤防道路吾妻陸橋」に決まりました。

公募された皆さん、ありがとうございました。



雲仙市と諫早市をつなぐ道です。島原鉄道と国道を跨ぎます。



# は 歯っぴい げきじょう 劇場

健康推進員 21歳 歯の健康について考えよう!

成人の歯は、親知らずを除いて28本あります。

0~5本の歯では、柔らかいものしか食べられないため、必要な栄養が、十分取れません。

6~17本の歯では、よく噛めず、食べ物を丸飲みしてしまい、食べすぎの原因になってしまいます。

20本以上の歯があれば、しっかり噛むことができるので、ほとんどの食べ物を、おいしく食べることができます。

いつまでもおいしいものを食べ続けられるように、「8020運動」を推奨しています。まずは、食後の歯みがきや定期検診を受けることで、元気な歯を保ちましょう。  
※「8020運動」とは、80歳で自分の歯を20本以上保とうという運動のことです。

吾妻体育館  
38-3100

新しいトレーニングマシン入りました  
吾妻体育館トレーニング室に、これまで利用が多かったランニングマシンほか、2機種が新たに入りました。ランニングマシンは、これまで1台しかなく、利用したい時に利用出来なかつたりと、ご迷惑をおかけしておりましたが、ほかの2機種と併せて、ぜひお試しください。  
また、トレーニング方法なども、お気軽にご相談ください。

問い合わせ



「筋トレ」ではなく、「ストレッチ」感覚でのご利用でも効果アリです!

①レッグカール&エクステンション(左)  
②ラットプルマシン(右)



ランニングマシン  
消費カロリーが液晶パネルの「画像」でも確認できるので、より楽しんでご利用いただけます!

## 各種相談案内

◎相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

### ■行政相談(相談員:行政相談委員)

~国の行政機関などの業務への苦情、相談、要望はありませんか~

相 稲本委員 時 9:00~12:00  
所 国見総合福祉センター  
日 1月17日(月)、2月7日(月)

相 城委員 時 9:00~12:00  
所 瑞穂町公民館  
日 1月11日(火)、2月8日(火)

相 荒木委員 時 13:30~16:00  
所 吾妻老人憩の家  
日 1月12日(水)、2月9日(水)

相 田尻委員 時 13:30~16:00  
所 愛野保健福祉センター  
日 1月21日(金)、2月18日(金)

相 八尋委員 時 13:00~16:00  
所 千々石総合支所相談室  
日 1月11日(火)、2月8日(火)

相 中村委員 時 13:00~16:00  
所 小浜総合支所2階第2会議室  
日 1月12日(水)、2月2日(水)

相 茂委員 時 13:00~15:00  
所 南串山総合支所別館第1会議室  
日 1月12日(水)、2月9日(水)

### ■人権擁護委員による「よろず相談所」(相談員:人権擁護委員)

~家庭内のもめごとや近所とのトラブルなど、悩みや心配ごとはありませんか~

相 千々石・小浜・南串山地区人権擁護委員  
所 南串山町保健福祉センター  
日 1月13日(木) 時 9:00~12:00

相 国見・瑞穂地区人権擁護委員  
所 国見農村環境改善センター  
日 2月10日(木) 時 9:00~12:00

### ■遺言・契約等法律相談所(相談員:公証人)

※相談日前日までに、予約が必要です

相 公証人 林 久義  
所 愛野町公民館  
日 1月11日(火) 時 13:00~16:00

相 …相談員 日 …日にち  
所 …場所 時 …時間

問 市民窓口課 市民生活班(☎38-3111)



# 受診期限は1月31日まで!

特定健診は**無料**。

がん検診は、検診の種類により異なります。

自分の健康のため、家族のためにも、まだ受診していない人は受診しましょう。  
受診の際には、事前に南高医師会の医療機関に電話で予約してください。

※詳しくは、6月に配布した「平成22年度雲仙市健診のお知らせ」などをご覧ください。



**問** 【特定健診】 市民窓口課 国保年金班 (☎38-3111)  
【がん検診】 健康づくり課 (☎38-3111)

どうすればいいの!?

## ちょっと気になるコレステロール



もうすでに健診を受診した人は、コレステロールは大丈夫でしたか?

コレステロールには、「悪玉コレステロール」と呼ばれるLDLコレステロールと「善玉コレステロール」と呼ばれるHDLコレステロールの2種類があります。

LDLコレステロールが高かったり、HDLコレステロールが低かったりすると、動脈硬化が進む危険があります。次の「原因」のような食事のとり方や習慣に心当たりのある人は、「対策」を参考にして、正常な数値を目指しましょう。

### LDLが高い人

LDLが高い原因	対 策
◆肉に対して、魚や大豆類が少ない	→ ◆肉を減らし、魚を週に5切れ、大豆類を1日2回食べる
◆卵が週に4個以上	→ ◆週に3個程度に減らす
◆洋菓子や牛乳が多い	→ ◆和菓子に替え、牛乳は1日200mlまでに減らす
◆緑黄色野菜と海藻が、味噌汁の具で食べる程度と少ない	→ ◆毎食、生なら両手いっぱい、ゆでたものなら片手いっぱいの野菜を食べる (うち、半分は緑黄色野菜にする)

### HDLが低い人

HDLが低い原因	対 策
◆肉類や卵を食べない	→ ◆それぞれ、週に3回程度食べる
◆運動不足	→ ◆ウォーキングなどの有酸素運動をする

**問** 健康づくり課 (☎38-3111)

◎健康づくり課 ☎38-3111

◎子ども支援課 ☎36-2500

# ニニろとからだニニ講座 通信



健康づくり課では、成人を対象に健康講座を開いています。

国見町の馬場第1いきいきサロンでは、『高齢者のうつ予防紙芝居』と『歯の健康』について講話をしました。

申し込みは、随時  
受け付けとるばい  
ミニ講座ば、受けて  
みんなね!



各種団体から数名のグループまで、内容に応じて保健師、栄養士、運動指導士などが出張して講座を開きます。お気軽にご利用ください。お申し込みは、健康づくり課(☎38-3111)まで、ご連絡ください。※講座メニューは、広報うんぜん10月号をご覧ください。

**問** 健康づくり課 (☎38-3111)

## 食卓から健康を考える <sup>ちから</sup> ふるさとの **力**

### 野菜漬け

うんぜん健康レシピ

(1人分の栄養価)  
塩分:1.2g(2切れ程度)



- 材料**
- きゅうり、にんじん、大根、かぶ など
  - お好みの野菜……………1kg
  - 砂糖……………250g
  - 塩……………60g
  - A 酢……………60cc
  - 酒……………90cc
  - 赤唐辛子……………適宜

- 作り方**
- ① 材料となる野菜を、1cm角で5cmぐらいの長さのスティック状に切る。
  - ② 切った野菜とAの調味料を混ぜ合わせる。
  - ③ 水気が出てきたら、タッパーなどに移して、冷蔵庫で保存する。

**今が旬～大根～**  
今回の野菜漬けに使ってもおいしい「大根」は、冬に旬を迎えます。大根には、でんぷんの消化酵素である『ジアスターゼ』が、たっぷり含まれています。したがって、日本の食卓によく見られる「ごはんにたくあん」や「おもちに大根おろし」という組み合わせは、とても理にかなっているのです。

※お酒を入れることで、減塩になります。箸休めなどに、いかがですか。

雲仙市食生活改善推進員連絡協議会瑞穂支部



# 1月 健康がいちばん!

## 母子保健事業

事業名	地区	対象者	日付	受付時間	会場
赤ちゃん健康相談	愛野・千々石	(午前) 1歳未満(H22年1月～8月生) ----- (午後) H22年9月生	5日(水)	9:30～10:30 13:30～13:45	千々石保健センター
	瑞穂・吾妻	(午前) 1歳未満(H22年1月～8月生) ----- (午後) H22年9月生	7日(金)	9:30～10:30 13:30～13:45	瑞穂町公民館
	小浜・南串山	(午前) 1歳未満(H22年1月～8月生) ----- (午後) H22年9月生	12日(水)	9:30～10:30 13:30～13:45	南串山保健福祉センター
	国見	(午前) 1歳未満(H22年1月～8月生) ----- (午後) H22年9月生	13日(木)	9:30～10:30 13:30～13:45	国見農村環境改善センター
	瑞穂・吾妻	(午前) 1歳未満(H22年2月～9月生) ----- (午後) H22年10月生	2月1日(火)	9:30～10:30 13:30～13:45	吾妻保健センター
	国見	(午前) 1歳未満(H22年2月～9月生) ----- (午後) H22年10月生	2月3日(木)	9:30～10:30 13:30～13:45	国見農村環境改善センター
3歳児健康診査	小浜・南串山	H19年6月～7月生	14日(金)	13:00～13:15	小浜老人福祉センター
	国見	H19年6月～7月生	21日(金)	13:00～13:15	国見農村環境改善センター
	愛野・千々石	H19年5月～7月生	26日(水)	13:00～13:15	千々石保健センター
	瑞穂・吾妻	H19年6月～7月生	28日(金)	13:00～13:15	瑞穂町公民館

☆赤ちゃん健康相談(午前)は自由参加です。

☆赤ちゃん健康相談(午後)、3歳児健康診査の対象者には子ども支援課から通知します。

## 愛の献血にご協力ください

### 2月の実施予定

※1月の献血の予定はありません

日付	地区	時間	場所
2月3日(木)	小浜	13:00～16:00	小浜総合支所
2月7日(月)	瑞穂	9:00～11:30	瑞穂総合支所

☆場所・時間などが変更になる場合もあります。

すてきな愛の贈り物…

### 「はたちの献血」キャンペーン 1月1日～2月28日

献血者が減少しがちな冬期に、新たに成人式を迎える「はたち」の若者を中心に、広く献血に関する理解と協力を求めています。

### 《チッチのQ&A》



Q 献血の針は、細くできないの？

A 刺しても痛くないという細い針もあります。しかし、献血で使用しているくらいの太さがなければ、採血にかかる時間が長くなり、血液が凝固したり、血球が痛む恐れがあります。そのため、献血では太い針を使用します。

## 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。



うちの近所では、イノシシが出没します。米やさつまいもなど、メチャクチャにしまし、(数も)年々増加しているようです。そのうち人間にも、襲いかかってこないか心配です。学校帰りは暗いので、突然出てきたとき、柔道の技で対抗できるかなあ…

(柔道一直線 16歳男性)

―野生の動物などは、とても危険です。見かけても、むやみに刺激したり、えさを与えたりせず、近くの民家や市役所などに連絡しましょう。

(広報うんぜん12月号特集)

「有機農業」は、大変興味深いです。岩崎さんの「地域の伝統的な作物や伝統食が重要」との言葉には感動しました。土地や風土に合った野菜・植物は、強く育つでしょうね。岩崎さんの野菜を早速買って、贈り物にも利用したいです!

(ヨシヨシ 58歳女性)

―岩崎さんのほかに、市内には有機農業などに取り組む人が、たくさんいらっしゃいます。やっぱり、地元でとれたものを、その土地で味わうというのは、最高のぜいたくですよ。

くですよ。

先日、家族全員で雲仙市産

業まつりに出かけました。大変楽しく、良い思い出になりましたが、ハマチのつかみ取りで、一般の部では参加費が必要でした。これは、事前に配布しているチラシには何も書かれておらず、無料だと考えていただけに、少し残念でした。事実と異なる印象を受けたので、今後のチラシ作成の際には、改善していただきたい。

(指揮官 19歳男性)

―ご来場、ありがとうございます。残念な思いをされたということ、大変申し訳ありませんでした。今後は、チラシなどを作る際、より分かりやすい内容となるよう、心がけたいと思います。



先日、千々石町に引越してきました。千々石町には、すごく満足しています。新鮮な農産物が安くで手に入り、そして美味しいんです!!千々石町には、いろいろな行事やイベントがあると聞きました。楽しそうなので、参加してみようと思います。広報うんぜん

んでも行事・イベントなど載せていただけたら助かります。

(S・T 28歳女性)

―地域の行事やイベントにつきましましては、できる限り、この広報うんぜんや市のホームページでご紹介していきたいと思っておりますので、ご覧いただき、ぜひ参加してみてください。



3月で定年になり、はや1年が過ぎます。8月の健康診断の結果で、悪玉コレステロールが多いと言われ、心機一転、夕飯後1時間歩き始めました。歩いた後の気持ちいい事。寒くて冷たい風の時はやめようと思いつながら、「でも」と歩いた後のすがすがしい事。体調に合わせながら続けようと思っています。

(トッコちゃん 61歳女性)

―「でも」と思えるのは、すごいですね。歩いた後の気持ちよさやすがすがしさが、原動力となっているのでしょうか。決して無理をなさらず、これからも楽しんでお続けください。



特定健康診査の受診率の結果が出ていましたが、その低

さにはびっくりしました。早期発見にもつながるので、ぜひ受けてもらいたいです。

(K・M 58歳女性)

―ご意見にあるとおり、早期発見・早期治療のためにも、ぜひ特定健康診査を受診していただきたいと思っております。健康で、充実した生活を送るためにも、まずは自分の体のことを知りましょう。



(広報うんぜん) 歯つびい劇場、毎月読んで「あー歯医者に行かんばー」と思う毎月。でもなかなか行けず、むし歯がひどくならないうちに行かないと。歯周病も気になるし。歯磨きしないと、怖い病気になるかも(怖い)。勉強になります。健康うんぜん21のポロシャツかわいいですね。まだ、着ている職員さんは、見たことないです。雲仙市の皆さんが健康になれるといいですね。(私も)自分なりに頑張ります。

(はじめママ 39歳女性)

―理由はさまざまですが、なかなか足が向かないのが、歯医者さん。でも、早めの受診が、効果的のようです。できれば、むし歯になる前に、定期的に。



雲仙ブランド認定   
**瑞穂産牡蠣(約2kg)を4人に  
 プレゼント!**

諫早湾で養殖された瑞穂産の牡蠣は、生育がよく、大型で、身入りがよいのが特徴です。種苗には、産地が明確な国内産のみを使用し、出荷時に紫外線殺菌による滅菌作業を行うことで、安全な商品を提供しています。

この「瑞穂産牡蠣(約2kg)」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、**1月20日(木)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7 1 4 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

瑞穂漁業協同組合  
 〒859-1201  
 雲仙市瑞穂町西郷庚496-1  
 ☎0957-77-3139

※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。



姉妹都市 クレダ  
**韓国求礼郡から、アンニョンハセヨ**

第2回 東便パンソリ祭り

10月8日から10日まで、求礼郡西施川一帯で『第2回求礼東便パンソリ祭り』が開かれました。求礼郡は、宋万甲、パクボンスルなどの名唱を輩出した東便制パンソリのメッカであり、ユネスコの世界無形文化遺産にも登録されているパンソリの文化的価値を広く皆さんに伝えていきます。

パンソリは、東便制、西便制の2つに区分することができ、この中でも東便制は、蟾津江の東側の地域の名唱の人たちによって完成され、求礼郡、南原市、淳昌郡、谷城郡などで盛んに行われています。

※パンソリは、韓国の伝統的民俗芸能で、1人の歌い手と太鼓の演奏者によって奏でられる物語性のある歌と打楽器の演奏です。

※パンソリは、韓国の伝統的民俗芸能で、1人の歌い手と太鼓の演奏者によって奏でられる物語性のある歌と打楽器の演奏です。

## 地方税の申告はインターネットで

税務課

### eLTAX を導入しました

市では、地方税に関する総合窓口としてインターネットを通じて利用できる地方税電子申告システム「eLTAX」を導入しました。地方税の手続きが、郵送や窓口に出向くことなく、自宅やオフィス、税理士事務所などのパソコンからインターネットを利用して行えます。

#### 利用できる手続き（税目）

- **個人市民税**（給与支払報告書の提出など）  
※個人の市（県）民税申告には対応していません。
- **法人市民税**（法人市民税の申告）
- **固定資産税**（償却資産の申告）  
※市では、前年度までに申告した資産などがあらかじめ入力された「プレ申告データ」による申告は、現時点で利用できません。
- **申請・届け出**（法人設立・設置届出書、異動届、特別徴収義務者の異動届出書）

#### 利用するには…

パソコン環境の準備や利用者IDの取得、必要に応じて電子証明書の取得など所定の手続きが必要です。詳しくはeLTAXホームページ (<http://www.eltax.jp/>) をご覧ください。

※1 税理士などが関与する電子申告には、納税者の電子証明書は不要です。

※2 利用届け出の受け付け手続きが完了するまでには、土・日、祝日を除き、数日程度の時間がかかります。利用開始を希望する時期よりも前に、十分な余裕をもって利用届け出を行ってください。

#### 問 【eLTAXに関すること】

地方税電子化協議会

(☎0570-081459)

#### 【申告・申請に関すること】

市税務課市民税班 (☎38-3111)

## 償却資産がある人は、申告を

税務課

### 償却資産の申告

償却資産の対象となるものを市内に所有する人は、「所得税の確定申告や市県民税の申告」とは別に、「償却資産」の申告が必要です。

申告書や耐用年数表は、税務課または各総合支所市民生活課にあります。

**申告期限** 1月31日(月)

**申告先** 税務課または各総合支所市民生活課（郵送でも提出できます）

#### ●償却資産とは

会社や個人の事業者、農林水産業、アパート経営者などが所有する土地・家屋以外の事業用資産で、その減価償却費が法人税や所得税の所得計算で、損金または必要経費として計上されるもの。

#### ●償却資産の具体例

業種	資産
農業	ビニールハウス、温室、糶摺機、管理機、高設栽培棚など
アパート経営	舗装、フェンス、看板など
飲食店	テーブル、厨房用品、カラオケ、冷凍冷蔵庫、レジスターなど
小売店	陳列台、ショーケース、自動販売機、冷蔵庫、看板など
工場	旋盤、プレス機、溶接機、切削器具、受変電装置など
サービス業	理容・美容器具、洗濯機、遊戯器具、洗濯機、ゲーム機など

#### 家屋を取り壊したら、

#### 速やかに「家屋滅失届」の提出を

家屋を取り壊した後、「家屋滅失届」を提出しないと、固定資産税がかかることがあります。早めに提出を！

**問** 税務課 固定資産税班

(☎38-3111)

(予…予約、問…問い合わせ)

## あなたも異性と出逢えるチャンス

市民窓口課

### “ひとりじゃない幸せ” 出逢い事業

この事業は、市の平成22年度市民提案事業で採択された結婚支援、婚姻率向上を目的とした事業です。

入会后、世話人が紹介するという型式で、男女の出逢いの場をつくります。

個人情報の秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

#### 対象年齢

男性25歳以上、  
女性20歳以上

#### 世話人

お世話会「ご縁」

○峯 信介 (☎080-4288-4187)

○宮崎 豊美 (☎080-4285-4188)

○久山つや子 (☎080-4281-4189)

**問** 市民窓口課 市民生活班

(☎38-3111)



## 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

これから就職しようと考えている人や就職試験を受けようとしている人、また、仕事の事で悩んでいる人などを対象に、カウンセラーによる就職支援相談を実施しています。

**日時** 1月27日(木)

①午前10時30分～11時20分

②午前11時30分～午後0時20分

③午後1時30分～2時20分

④午後2時30分～3時20分

⑤午後3時30分～4時20分

**場所** 愛野町公民館

**相談** 1人約50分

※電話で予約をしてください

**対象** 雲仙市内在住または雲仙市へU J Iターンを希望する人

**予・問** 商工労政課 (☎38-3111)



# I 市からのお知らせ NFORMATION

## 宝くじ助成事業で整備されました

市民窓口課

平成22年度宝くじ助成事業で整備された、国見町神代鍋島塾の備品(鎧)です。



## 宝くじ助成とは

財団法人自治総合センターが、宝くじを財源とし、コミュニティの



宝くじは豊かさ築くチカラ持ち。

宝くじは、広く社会に還元されています。

健全な発展を図るとともに宝くじの普及広報を行うため、住民のコミュニティ活動を助成するものです。

## 助成を受けたい人は…

助成事業の活用を検討している、市が認めるコミュニティ組織(自治会など地域的な共同活動を行っている団体)は、事前に市民窓口課までご相談ください。

ただし、自治総合センターの予算の関係上、すべての申請が採択されるわけではありません。

問 市民窓口課 市民生活班  
(☎38-3111)

## 税の障害者控除対象者の認定申請

福祉課

### 所得税・市県民税には障害者控除があります

高齢者(65歳以上の人)で寝たきりや認知症などの場合、身体障害者手帳を所持していない人で、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、税の申告時に控除を受けることができます。

※今回の申請は控除を受けるためのものですので、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。

### 対象となる人

次の全てを満たす人

- ・平成23年1月1日現在、65歳以上の人
- ・障害者手帳を受けていない人で、寝たきりや認知症などの状態で判定基準項目に一定以上の該当がある人

### 申請に必要なもの

- ・申請書(市民窓口課または各総合支所に備え付けています)
- ・心身の状態の調査票(医師など第三者による証明が必要です)

### 受付場所

福祉課、市役所(市民窓口課)、各総合支所(市民生活課)

問 福祉課 障害福祉班  
(☎36-2500)

## 1月障害者巡回相談のお知らせ

福祉課

障害者相談支援事業所「はあと」(市委託事業者)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(相談料、予約は不要)。

「福祉サービスを利用したいが、どうしたらいいか」、「障害者手帳の取得や障害年金を受給したいが、申請の仕方がわからない」「将来のことが不安…」など、お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

日時 1月17日(月)

午前10時～午後3時

場所 南申山保健福祉センター

問 福祉課障害福祉班(☎36-2500)  
障害者相談支援事業所 はあと(☎77-2180)

## 土地・家屋・償却資産の所有者の皆さん

税務課

### 固定資産税非課税申告書の提出は、1月31日まで

平成22年中に

取得した土地・家屋・償却資産の所有者が、地方税法に定めら



れた非課税の規定を適用する場合は、「固定資産税非課税申告書」の提出が必要です。1月31日までに提出をお願いします。

申告書は、本庁税務課固定資産税班または各総合支所にあります。

問 税務課 固定資産税班  
(☎38-3111)

〔広告〕

au by KDDI

Create it!

でか文字!

防水対応で  
使いやすい!



## 簡単ケータイ



K005 by KYOCERA

毎日の水仕事や、出かけた先で濡れてしまっても安心して使えます。

【防水について】※IPX5/IPX7等級の防水性能。※キャップ類・電池フタは確実に取り付けてください。※海水・プール・温泉の中に浸けないでください。

## auショップ 愛野展望台

管 10:00~19:00 (休) 年中無休  
☎0957-36-3770



### もよおし

とことんボードウォッチング  
〜まるごと諏訪の池〜

日時 1月16日(日)

午前10時〜午後3時30分

場所 雲仙諏訪の池ビクターセン

ター

対象・定員 小学生以上、25人

(3年生以下は保護者同伴)

参加費 800円(昼食、保険代)

場所 1月11日(火)までに電話で申

し込んでください

問 雲仙諏訪の池ビクターセン

ター

☎0957(76)5010

### 小浜歴史資料館・寿、新春特別展

#### ①本多家所蔵展

中林梧竹・勝海舟・小曾根星

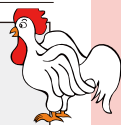
海・本多西男ら江戸末期から明治

初期の著名な幕臣、書道家の新春

にちなんだ書・屏風、掛け軸を展

示

### 鳥を飼っている皆さまへ



= 病気は予防と早期発見が重要です =

鳥根県で高病原性鳥インフルエンザが発生しました。鳥を飼養している人は、次の点に注意してください。

#### ①健康状態をよく観察しましょう

毎日よく観察し、突然、元気がなくなった時や数日の間に大半が死んでしまった時は、家畜保健衛生所まで連絡してください。

#### ②定期的な清掃・消毒を心がけましょう

一般に使用されている消毒液

●塩化ベンザルコニウム(オスバンなど)

●消石灰

#### ③野鳥との接触を避けましょう

野鳥が病気を持ち込むことがあるので、放し飼いは避け、鳥小屋の中に野鳥が入らないように、防鳥ネットなどで覆ってください。

■連絡先 県南家畜保健衛生所

(☎0957-68-1177)

### 募集

#### 鳥根病院正規職員(地方公務員)

採用職種 看護師、薬剤師、診療

放射線技師、理学療法士、作業

療法士、言語聴覚士

採用予定 看護師以外：各若干名

看護師以外：各若干名

受験資格 昭和55年(看護師は昭和

51年)4月2日以降に生まれ

た人で、それぞれの免許を有す

る人、または、平成23年春まで

に免許取得見込みの人

申込締切 1月14日(金) ※必着

試験日 1月22日(土)、23日(日)

採用予定日 平成23年4月1日

※試験案内と受験申込書は、鳥原

病院などで配布しています。鳥

原

原病院のホームページからもダウンロードできます。

問 長崎県鳥根病院

☎0957(63)1145

#### 交通安全指導員

資格 ・年齢、学歴は問いません

(ただし、高校卒業程度の能力

のある人)・普通免許以上を所

持し、運転のできる人・市内に

居住している人

提出書と提出先

自筆の履歴書、顔写真1枚、住

民票、健康診断書を雲仙市交通

安全協会(雲仙警察署内)また

は同協会雲仙北支部(雲仙北交

番内)へ提出してください。

申込締切 1月31日(月)

試験内容 筆記試験、作文、面接

### 119番は消防車・救急車要請専用回線です

- 具合が悪い人を自分の車で病院へ連れて行く場合 **0957-64-2199**
- 休日当番医を知りたい場合 24時間対応(指令課員が対応します)
- 火災発生時の問い合わせ **0957-62-6200**
- サイレンが聞こえたが、どこが火事なのを知りたい場合 24時間対応(自動ガイダンスが対応します)

問 鳥根地域広域市町村圏組合消防本部(☎0957-65-5151)

特別養護老人ホーム 真和荘  
真和荘指定居宅介護支援事業所  
デイサービスセンターやすらぎ

グループホーム おおくさ  
〒859-0414  
長崎県諫早市多良見町元釜556  
TEL (0957) 44-1311

小規模多機能型居宅介護事業所 きらら  
〒854-0093  
長崎県諫早市本野町2-1  
TEL (0957) 25-3800

高齢者専用賃貸住宅 真和レジデンス

〔広告〕



試験日 2月下旬予定(後日通知)  
勤務内容 主に、幼児・高齢者に  
対する交通安全教育

問 雲仙市交通安全協会  
☎0957(75)0681

**第8回 県ねりんピック参加者**

県内在住の60歳以上(昭和27年  
4月1日以前に生まれた人)なら  
誰でも参加できます。(将棋大会  
は、年齢制限はありません)

**●スポーツ大会**

日時・場所 5月14日(土) 長崎市  
総合運動公園ほか

種目 テニス、ソフトテニス、ゲー  
トボール、グラウンド・ゴルフ、  
サッカー、ソフトボール、マラ  
ソン、ターゲット・バードゴル  
フ、ローンボウルズ、卓球、剣  
道、わのわリング、ペタンク、  
太極拳、ソフトバレーボール、  
ボウリング、水泳、弓道

参加料 500円/一人

**申込期間**

1月5日(水)～2月22日(火)

申込先 市福祉課、市社会福祉協  
議会、市老人クラブ連合会また  
は各種競技団体のいずれか

**●囲碁・将棋大会、作品展**

**申込期間**

1月5日(水)～4月22日(金)

申込先 大会事務局

問 (財)県すこやか長寿財団

☎095(847)5212

**看護職の再就業及び離職防止た  
めの講習会の受講者**

**◆講義および演習**

日時 2月3日(木)、4日(金)  
午前9時～午後4時

場所 長崎県看護協会 長崎会館

**◆講義および演習内容**

看護の動向、看護倫理、静脈注  
射、採血演習、医療事故防止院  
内感染防止、急変時の看護  
病院実習(各地区実習病院)

2月7日(月)～9日(水)

午前8時30分～午後4時30分

申込締切 1月20日(木)

対象者 ①未就業の人

②在職中で講義を受けたい人

募集人数 40人

受講料 無料

問 長崎県看護協会内 長崎県  
ナースセンター

☎0957(49)8060

**第3回防火管理者資格取得講習会**

**(甲種・乙種)**

日時 2月17日(木)・18日(金)

(乙種は17日のみ)

受付 午前8時30分～9時

場所 愛野町公民館

定員 100人

**申込期間**

1月17日(月)～2月10日(木)

申・問 小浜消防署

☎0957(74)3231

**すみれ会**

(パーキンソン仲間集い)

定期的な、情報交換やり  
ハビリ体操を行っています。  
参加は無料です。

日時 1月24日(月)

午後1時30分～3時

場所 愛野町公民館

対象者 パーキンソン疾患  
に関連する人とその家族

問 すみれ会

☎0957(77)2707

**ご寄付のお礼**

雲仙市奨学資金貸付基金へ

浦川 妙美様(千々石町)

ご主人秀男様ご逝去に伴  
う香典返しに代えてご寄付  
をいただきました。

渡邊 博子様(千々石町)

ご主人正博様ご逝去に伴  
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。

**視覚障害者の生活訓練**

**【点字訓練】**

**日・場所**

1月11日(火)、19日(水)

小浜老人福祉センター、

時間 午前10時～正午

午後1時～3時(交流会)

**【パソコン教室】**

毎週金曜日の午前中に行つて  
います。詳しくは、お問い合わ  
せください。

**【広報うんぜんのCD音訳版】**

「広報うんぜん」の内容をC  
Dに録音し、視覚に障がいのある  
人に無料で配布しています。  
希望者は、ご連絡ください。

福祉課 障害福祉班

☎0957(36)2500

**お詫びと訂正**

広報うんぜん12月号に誤り  
がありました。深くお詫びし、  
次のように訂正します。

●P12 秋の褒章・叙勲

(誤) 旭日小授章

(正) 旭日小 綬章

●P35 休日在宅当番医(歯科)

(誤) 境歯科医院

(正) 堺歯科医院

政策企画課 広報班

**介護老人保健施設 真寿苑**



真寿苑指定居宅介護支援事業所  
真寿苑通所リハビリテーション

職員の「和」をもって「真」心のこもった総合ケアサービスを展開します。

**社会福祉法人 真和会**



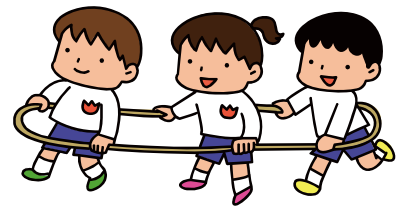
ケアハウス フェアリーチエみずほ グループホーム あしたば

〒859-1213  
長崎県雲仙市  
瑞穂町伊福甲681  
TEL (0957)-  
77-2120

【広告】

# 平成23年度4月からの 新規入所申し込みを受け付けます

☎ 子ども支援課 (☎36-2500)



## 【対象者】

保護者が仕事または病気などの理由で保育ができず、ほかに保育する人がいないと認められ、入所基準に適合する0～5歳児（平成23年4月1日現在）

## 【申込期間】

1月11日(火)～31日(月)

## 【申込場所】

福祉事務所子ども支援課、各総合支所市民生活課、本庁市民窓口課、市内の各保育所  
※くにみ子ども園は、直接お申し込みください。

## 【申し込みに必要なもの】

- ①保育所入所申込書
  - ②所得税額を証明する次のいずれかの書類
    - 平成22年分源泉徴収票のコピー
    - 平成22年分所得税の確定申告書もしくは住民税申告書のコピー
    - 市民税課税状況調査の同意書
  - ③家庭で保育できないことを証明する書類
    - 勤務している場合は、雇用主からの就労証明書
    - 自営業、農業、専従者などの場合は、申告書の写し（第二表）など
    - 出産の場合は、母子手帳の出産予定日がわかる部分のコピー
    - 病気および病人などの介護の場合は、申立書と診断書、障害者手帳のコピーなど
  - ④印かん
  - ⑤その他（必要に応じて説明します）
- ※入所申込書、証明書、申立書、同意書などの用紙は、子ども支援課、各総合支所市民生活課、本庁市民窓口課にあります。（入所申込書は、市ホームページからダウンロードできます）

## 【雲仙市内保育所（園）一覧】

所在町	保育所(園)名	電 話
国見町	土黒保育所	0957-78-2274
	くにみ子ども園 たいら保育園	0957-78-3852
	あさひ保育園	0957-78-2816
	八斗木保育園	0957-78-3419
	神代保育所 中央保育園	0957-78-2813 0957-78-3125
瑞穂町	円福寺保育園	0957-77-3000
	岩戸保育園	0957-77-3001
	洗心保育園	0957-77-2727
	正覚寺保育園	0957-77-4190
吾妻町	大福寺保育園	0957-20-0383
	あそか保育園	0957-38-2151
	和光幼児園	0957-38-7770
愛野町	愛野保育園	0957-36-0131
	すぎのこ保育園	0957-36-1772
	どんぐり保育園	0957-36-2118
千々石町	なかよし保育園	0957-37-3017
小浜町	あすなろ保育園	0957-74-3088
	雲仙保育園	0957-73-3529
	恵燈保育園	0957-74-5260
	小浜保育園	0957-76-0117
	北串保育園	0957-74-9014
	飛子保育園 富津保育園	0957-74-9056 0957-74-2514
南串山町	八幡保育園	0957-88-2177
	串山保育園	0957-88-2068
	南串保育園	0957-88-3317

**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



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

**相談無料**

秘密厳守

**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成功報酬をいただくのみです。  
詳しくは電話、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

〔広告〕



健康のため、年に1回特定健診を受けましょう! 医療機関による個別健診は1月31日まで。

今月の税

■市県民税(4期) 国民健康保険税(7期)  
1月31日(月)が納期限です  
あなたの税で あかるい ゆたかな 街づくり

今月の健康テレホンテーマ (長崎県保険医協会)

電話 095(826)5511

■月:ギラン・バレー症候群 ■火:後縦靭帯骨化症  
■水:インフルエンザにかかったら  
■木:疥癬(かいせん) ■金:ピック病  
■土・日:腎移植

☆午前9時~翌朝9時まで、同じ内容のテープが流れます。

子育てサポートセンターからのお知らせ

子育てサロン「ひだまり」(1月の開催予定)

◎in吾妻...13日(木) 吾妻町ふるさと会館2階  
◎in千々石...18日(火) 千々石保健センター2階  
◎in国見...24日(月) 国見農村環境改善センター1階  
※10:00~15:00 都合のよい時間にどうぞ!

子育て支援センターイベント情報《1月分》

☆すぎのこ保育園子育て支援センター(☎36-1772)  
◎毎週月・水・金曜日 10:00~15:00  
※1月は5日(水)から  
☆なかよしチャット(なかよし保育園 ☎37-3017)  
◎遊びの時間:毎週木曜日 10:00~15:00  
13日:お話し、20日:干支の製作、27日:鬼のお面作り  
※11月から、場所が元どんぐり保育園(千々石総合支所裏)になっています。1月は10日(月)から。  
☆すくすくルーム(小浜保育園 ☎76-0117)  
◎親子教室:毎週火・木曜日 10:00~15:00  
7日:新年会、21日:ヨガ教室(10:30~11:30)  
(親子かるた会、風揚げ、福笑いなど)  
☆串山保育園子育て支援スペース(☎88-2685)  
◎毎週月~金曜日 10:00~15:00 26日:お買い物ごっこ  
※お気軽に足を運んでみてください。  
詳細は各園または雲仙市HPでご確認ください。

NP講座(親育ち講座)の受講者募集中!

【対象者】0~5歳児を持つ親 【定員】各会場14人  
【時間】10:00~12:00 ※託児あり、おやつ付  
【会場】◎国見農村環境改善センター  
1月20、26日、2月2、9、17、23日、3月2、9日  
◎南串山保健福祉センター  
1月21日~3月11日の毎週金曜日  
(ただし、2月11日(金)のみ9日(水)へ変更)  
※詳しくは、センターにお問い合わせください。

問 子育てサポートセンター (☎36-2500)

ひとのうごき (平成22年11月末現在 住民基本台帳)

■人口:48,901人(前月比 -27人)  
男性:23,213人/女性:25,688人  
■世帯数:16,720世帯(前月比 ±0世帯)

休日在宅当番医

診療時間 午前9時~午後5時

日	医療機関	電話番号	所在地
1月1日 ~3日	愛野記念病院	36-0015	愛野町
	公立新小浜病院	74-2211	小浜町
1月9日	安藤病院	38-2152	吾妻町
	菅医院	74-2457	小浜町
1月10日	有明保養院	36-0153	愛野町
	泌尿器科・皮膚科・菅医院	88-3151	南串山町
1月16日	松本医院	36-0053	愛野町
	公立新小浜病院	74-2211	小浜町
1月23日	中村眼科医院	36-1060	愛野町
	菅耳鼻咽喉科	88-3131	南串山町
1月30日	愛野診療所	36-0009	愛野町
	馬場医院	73-3666	小浜町

【歯科】診療時間 午前9時~正午

日	歯科医院名	電話番号	所在地
1月1日	瑞穂歯科医院	77-3770	瑞穂町
	さとう歯科クリニック	82-1771	有家町
1月2日	ねぎ歯科医院	77-4182	瑞穂町
	前川歯科医院	72-3117	布津町
1月3日	堺歯科医院	78-2744	国見町
	あきらデンタルクリニック	82-2352	有家町
1月9日	徳永歯科医院	78-3105	国見町
	まつしま歯科医院	82-0600	有家町
1月10日	小嶺歯科医院	78-2366	国見町
	よしだ歯科クリニック	82-2251	有家町
1月16日	小嶺歯科医院	82-3535	有家町
	末吉歯科	68-0150	有明町
1月23日	前川歯科医院	82-2255	西有家町
	松本歯科医院	68-3872	有明町
1月30日	佐藤歯科医院	82-0293	西有家町
	森元歯科クリニック	68-0017	有明町

☆変更になる場合がありますので、電話連絡後、受診してください

子どもに関する  
電話相談のお知らせ

雲仙市教育委員会  
「親子ホットライン」  
0120-967947  
(フリーダイヤル)

雲仙市福祉事務所  
「家庭ホットライン」  
0120-928471  
(フリーダイヤル)

長崎県教育委員会  
「いじめ相談ホットライン」  
なやみ言おう  
0570-078310  
※PHS、IP電話からはつながりません

あなたの生活サポート!!

少ない負担で、手厚い保障  
満15才から満59才までの方は...

病気やケガの入院保障のための共済です。  
月掛金2,000円で1日目から8,000円の入院保障

さらに、手術、三大疾病手術・入院も保障!

長崎県認可  
長崎医療共済生活協同組合  
長崎桶屋町25番地 MMN長崎桶屋町ビル 3F

お電話、お待ちしております。  
資料請求は...0120-927-966  
<http://www.n-iryokyosai.jp>

〔広告〕

◆問い合わせ

男女共同参画センター(☎38-3111)

同・窓・会 ~会いたかった~

作：雲仙市男女共同参画センター



身近に感じて  
男女共同参画 22

2011年、新しい年が  
始まりました。ふるさと雲  
仙市へ帰省してきた人、そ  
れを迎える人、いろいろ  
らつしやることと思います。  
帰省した人にとって、こ  
の雲仙市はどのように映っ  
ているのでしょうか。駅舎  
がきれいになったり、足湯  
ができたりと変わったと

ころにお気づきでしょうか。  
また、このお正月に成人  
式や同窓会などがあつた  
人は、旧友とお互いの近況  
を語り合い、親交をより深  
められたことでしょうか。  
男女共同参画社会基本  
法ができて、今年で12年目。  
残念ながら、職場や地域、  
政策決定など、あらゆる分

野で、男女共同参画が実現  
できているとは、まだま  
だ、言えない状況です。  
しかし、少しずつではあ  
りますが、男女ともその意  
識は確実に変わつてきて  
います。今回のマンガは、  
妻との対等な関係づくり  
など、身近な男女共同参画  
が実践できている友人と

同窓会で再会し、我が身を  
振り返る男性が主人公です。  
今後、彼が家庭での男女共  
同参画ができるようにな  
ればいいですね。  
身近な男女共同参画が  
まずは進み、他の分野での  
男女共同参画も進む。そん  
な年になりますよう、よろ  
しくお祈いします。

市長コラム  
ちょっと一息...

良い年でありますように...

▼あつという間に、11月の議  
会定例会。師走の22日まで続  
く。前回の9月定例会は、い  
まだ残暑が厳しく、暖冬も予  
想されたが、季節は着実に推  
移し、錦秋を過ごし、立冬も

過ぎた▼初霜も伝えられ、雲仙の仁田  
峠では、雲仙岳冬山安全祈願祭とも  
に、4月18日の山開き以来2ヶ月5日を経  
て、山閉じ式も行われた。冷たい北風  
が吹き、例年通りの冬の景観が広がり  
始めている▼出張時、一冊の文庫本  
の中に、次の一節を目にした(岩もあり  
木の根もあれどさらさらとたださら  
さらと水の流るる)▼今年もまた、さ  
まざまな出来事があり、出会いや別れ  
もあった。井伏鱒二は、『人生足別離』  
を『サヨナラダケガ人生ダ』と訳したが、  
平成22年もあと1ヶ月足らずで終わ  
る▼延坪島では、北朝鮮の攻撃を受け、  
民間人を含む被害者が発生している。  
国際的な緊張感が走るが、暴力的な決  
着では、問題は解決しない▼新政権も  
発足1年が経過し、すでに総理は2代  
目になるが、いまだ安定飛行というわ  
けにはいかない▼長期的な経済不況  
からくる先行きへの不安感。TPPを  
はじめとした、基幹産業の危機。高騰  
する医療費や年金の財源問題。それら  
の解決もいままに今年暮れる。来  
年が、雲仙市にとって、良い年である  
ことを念じたい。(平成22年12月執筆)

奥村 慎太郎



この「広報うんぜん」は、環境に配慮し古紙配合率70%の再生紙と、揮発性有機化合物を一切含まないNON-VOC植物性インキを使用し、有害な廃液が出ない「水なし印刷方式」で印刷されています。