



United Nations  
Educational, Scientific and  
Cultural Organization

Under the patronage of  
UNESCO



## 世界に羽ばたく島原半島ジオパーク

# 島原半島ジオパークを楽しむために 世界のジオパークが島原半島に集う⑤

### アジアのジオパーク

アジアでは、8つの国や地域がジオパークを有しています。その中で、世界ジオパークに認定されているのは7カ国の34カ所です。

ちなみに、日本には14カ所の日本ジオパークがあり、そのうち4カ所が世界ジオパークに認定されています。

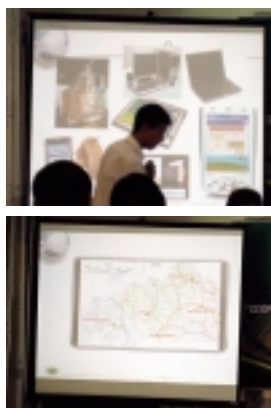
### 第2回 アジア太平洋 ジオパークネットワーク会議

7月16日から20日まで、ベトナム・ハノイでアジアと太平洋周辺のジオパークに携わる関係者が集まり、「ジオパークとジオツーリズムの発展のための行政とそのつながり」、「ジオパークとジオツーリズムの発展を目的とした地域社会の関わり」、「ジオ資源とジオツーリズムの相互関係」、「新しいジオパークと世界加盟を目指すジオパーク」などについて発表や意見交換が行われました。

その発表の中で、ベトナムのジオパークが発表した「E-Guide (E-Guide) システム」は、今や多くの人が持っている、GPS付ポータブル端末

末(携帯電話、タブレット、PDA、iPadなど)を使って、旅行者に対してジオサイトの説明や道案内を行えるように開発しているもので、たいへん印象的でした。これらを活用すれば、ジオパークに訪れる旅行者や教育関係者を支援できる新しい道具になるでしょう。

このような新しい技術をうまく活用していくことも、ジオパークを学ぶ一つの要素と考えられます。



E-Guideの発表

### 第5回ジオパーク国際ユネスコ会議のPR

このベトナムでの会議において、島原半島ジオパークから、ジオパークの紹介と来年島原半島で開催される『ジオパーク国際ユネスコ会議』に向けて、プロモーション活動を行ってきました。島原半島ジオ



PRの様子(中央が奥村市長)



ジオくん

パークは、自然災害(火山噴火)から復興を遂げ、住民が火山と共生している地域であるため、世界の人々もすぐ興味を持っています。「来年ぜひ参加したい」と多くの海外の参加者に言っていました。今後いろいろな機会を見つければ、来年の国際会議を周知していきたいと思えます。

### 問い合わせ

島原半島ジオパーク

推進連絡協議会事務局

☎ 0957-65-5544

FAX 0957-65-5542

Eメール

info@unzen-geopark.jp

## 《特集》世界のジオパーク 第1回



### ベトナム/ドン・バン・カルスト台地世界ジオパーク Dong Van Karst Plateau Global Geopark

ベトナムの首都ハノイから北へ約500km、ベトナム北部のハガン省に位置し、北側は中国との国境と接しています。海拔1400~1600mほどの高台にあり、総面積は2,346km<sup>2</sup>(島原半島[459.52km<sup>2</sup>]の約5倍)あります。その敷地の8割が石灰石の地質からなり、400~600万年前の生物の化石なども多数見つかっています。2010年3月10日に、ベトナム初の世界ジオパークに認定されました。そして、東南アジアで2番目の世界ジオパークになりました。(1番目は、マレーシア/ランカウイ島)



## 長崎がばらんば国体 雲仙市実行委員会が設立されました!



### 長崎がばらんば国体 2014

がばらんば国体通信

第69回国民体育大会

夢の舞台はばたけ今 ながさきから

平成26年に開催される第69回国民体育大会(愛称:長崎がばらんば国体)へ向け、8月9日、吾妻町ふるさと会館にて、長崎がばらんば国体雲仙市実行委員会設立総会および第1回総会が開催されました。

雲仙市実行委員会第1回総会では、開催基本方針として、雲仙市民一人ひとりの英知と情熱を結集した市民力を活かし、全国からお越しになる皆さまに喜びや感動を与えられるよう、おもてなしの心で雲仙市の将来像実現のためのテーマでもある「雲仙・山麓「食」「遊」「快」のくにづくり」に相応する実りある大会の実現に努めるとともに、人々の記憶に鮮明に残る魅力ある大会の開催を目指すことが定められました。

セレモニーでは、がばくんのカウントダウンボードの除幕式が行われました。

問 国体準備室 (☎37-3113)

- 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



健康王子

マメット21世の

問 健康づくり課 (☎38-3111)

健康うんぜん21を推進します (毎月19日は、食育の日です)

mametto21th



## 健康まめ知識 その6 結核について

### 「結核」忘れていませんか?

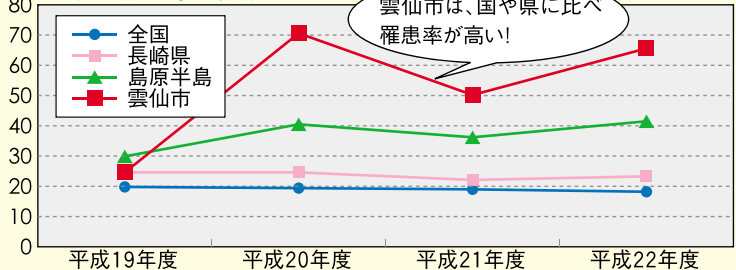
9月24日~30日は「結核予防週間」です

結核を昔の病気だと思いませんか?結核は依然として主要な感染症であり、日本は、世界の中でもまん延国とされています。平成22年度には、国内で約2万3千人の結核患者が発生しており、約1,500人が結核で亡くなっています。

私たちが住んでいる長崎県でも、約330人の結核患者が発生しており、その発生した患者の約7割が70歳以上となっています。

結核は、早期発見・早期治療が重要です。年に一度は、市や職場・学校などの定期健診を受け、せきや微熱が2週間以上続くときは、早めに医療機関で受診しましょう。

結核罹患率の推移



雲仙市は、国や県に比べ罹患率が高い!

結核罹患率(1年間に結核を発病した患者数の人口10万人あたりの割合)では、長崎県は、大阪府、東京都、愛知県、和歌山県に次いで、全国で5番目に高い地域です。その県内でも、雲仙市は結核罹患率が高い地域です。しかし、結核が多い地域でありながら、健診受診率はまだまだ低い状況です。自分自身の健康管理のためにも、積極的に健康診断を受診しましょう!



8月6日、吾妻町ふるさと会館で、男女共同参画週間啓発事業「はびねす!メッセージ」の入選作品表彰式が行われました。  
応募総数146作品から選ばれた6作品に、奥村市長から表彰状と記念品が授与されました。

<p><b>最優秀賞</b> 作者:藤下 明日香さん 【父へ】 昔はお父さんの手が油で汚れて真っ黒なことが嫌だった。社会人となった今ではお父さんの手を誇りに思います。家族の為に一生懸命働いてくれて有難う。</p>	<p><b>優秀賞</b> 作者:吉田 美和子さん 【娘から亡き父へ】 「男だろうと女だろうと人生は一度きり。自分の夢に向かって自由に生きてよかばい。」愛に満ちたたくさんの言葉のお陰で、還暦を過ぎた今も楽しんで生きています。</p>
<p><b>優秀賞</b> 作者:川野 浩三さん 【妻へ】 いつも家族みんなのために君の明るい笑顔をありがとう。それは私の最高の宝物です。みんなのために健康で若々しくいようとするあなたを応援します。</p>	<p><b>優秀賞</b> 作者:宮崎 光子さん 【夫へ】 息子の食事介助オムツ交換寝かせつけ、育メンにはほど遠いけど、あなたの協力で、仕事復帰できました。育児大変ですがパママ二年目息子と成長していきましょう。</p>
<p><b>優秀賞</b> 作者:林田 秀美さん 【妻へ】 ありがとう、小さな事でも言おうと思っているが、今日も、ま、いいかで済ませてしまう。夫婦なら、言葉に出さなくても通じ合えるとまた、今日も言い訳している。</p>	<p><b>優秀賞</b> 作者:松永 ことみさん 【お父さんへ】 「友達は大切にせろよ。学校で思い出ば一杯作ってこんね」が口癖。きっとお父さんもそうだったんだよね。その心意気!!立派に引き継ぎます。ありがとう。</p>

男女が互いを認め合い、尊重し、協力しあうまち 雲仙市

# はびねす通信

Vol.42

問 雲仙市  
男女共同参画センター  
(政策企画課内)  
☎ 38-3111

## 幸せ広がる「はびねす!メッセージ」入選作品表彰式



表彰式の後には、引き続き、「雲仙市男女共同参画講演会」を開きました。  
まずは、ながさき笑いヨガクラブ代表の岩本千恵子さんによる、笑いヨガ講座「笑いヨガで元気に!」が行われました。笑いヨガは、ヨガの呼吸法を活用したリラクゼーションで、昨今では、介護や保育のシーンなどでも活用されています。参加者からは「笑っただけで、不思議と体が熱くなった」との感想が聞かれました。

### 男女共同参画講演会



続いて、大野城市のまどかぴあ館長で、フリーアナウンサーの林田スマさんをお迎えし「地域で輝く私たち」と題して、講演会が行われました。  
林田さんは、アナウンサーとして就職したものの、当時としては当たり前のように寿退社をし、その後、10年近くのブランクを経てフリーアナウンサーとして復帰した経験を踏まえ、男女共同参画社会の実現は「その人がその人らしく生きることが出来る社会」と話され、参加者からは「男女共同参画は、日常生活で気軽に取り組めるものだ」との感想が聞かれました。

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



## 消費者トラブル あきらめていませんか?

### 消費生活センターを

「ご存知ですか?」

高度情報化の進展と経済の成長によって、消費生活が豊かになった反面、販売方法の多様化や、商品情報の氾濫など、消費者を取り巻く環境は複雑化しており、消費者が契約に関わるトラブルに巻き込まれることが増えています。

消費生活センターでは、こうした消費者トラブルに巻き込まれた人の被害回復のための支援を行っています。

### ● どんなことが

解決できるのか?

- ① 悪質な商法によって締結された消費者、事業者間の契約による被害の回復
- ② 借金苦から安定した生活への回復
- ③ そのほか、消費生活に関する問題の解消 など

(例)「シュレッダーで子どもがケガした」「スーパーなどで売られている肉が、表示された内容量よりも少ない」「産地偽装の疑いがある」など

### ● どこまで

解決できるのか?

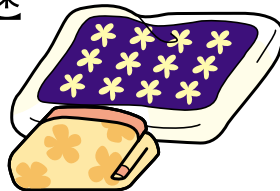
被害にあつたかな?と思つても、泣き寝入りする人中には、「これは、どうにもならない」と、自分で判断して、あきらめてしまう人も多くいます。しかし、実際、消費生活センターに寄せられる相談は、そうした「どうにもならないようなケース」が多く、しかも「どうにもならないようなケース」でも、相談者にとって何らかの利益となる結果が得られることが少なくありません。

皆さまもご存知の「クーリング・オフ」。販売の形態によって期間は異なりますが、訪問販売や電話による勧誘販売であれば、契約後8日間は無条件で解約することができます。制度ですが、8日を越えたらどうにもならないのか…そんなことは、ありません。悪質な商法が横行し、消費者トラブルが多様化する社会情勢を背景に、消費者と事業者間の情報の質と量、そして交渉力の格差を埋めるため、事業者を規制し、消費者を守る法律も整備

されており、「どうにもならないようなケース」も、多くの場合、被害の回復が望めます。

### 【相談内容】

3年前に、訪問販売で買った布団の代金が払えない。どうにかならないか。(代金38万円、48回払い。布団は、3年間毎日使用しており、黄ばんでいる)



### 【対応と結果】

聞き取りを行ったところ、(3年前の)商品の勧誘時に、販売業者から「腰痛が治る」「肩こりがとれる」などの医療効果があることを説明され、購入したこと、また、(商品勧誘の)途中、何度も「帰ってください」と言ったにもかかわらず、帰らずに長時間の勧誘を受け、仕方なく契約に至ったこと、などの経緯があったことが確認された。このことから、説明どおりの

結果が得られなかったことなどを根拠に、違法な勧誘行為であるとして販売業者に交渉したところ、販売業者は解約に応じ、それまでに支払っていた全額を返金し、商品も引き取った。

「3年間、しっかり使つて、代金が払えないから解約したい」これを聞くと、正直、そんな身勝手な…と思える相談に聞こえます。しかし、これでも何とかなる場合があります。もちろん、単に代金が払えないから解約、というわけではありません。法的な根拠があるからこそ、被害の回復を得られるのです。さらに、販売事業者の対応や事実関係にもよりますので、すべてのケースにおいて、完全な被害回復ができるわけではありません。しかし、事例のように、被害を回復できることもありますので、消費生活において「おかしいな」と思ったときや「困ったな」と思ったときは、自分だけの判断であきらめず、まずは、消費生活センターへご相談ください。

こんまちば、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皆さんを紹介いたします。

今回は、社会を明るくする運動に伴う、雲仙市中学生弁論大会を中心となって運営されている島原地区保護司会雲仙分区のご紹介と、第6回大会の結果をお知らせします。

**聞き役に徹し、心を開いてくれるまでゆっくりと**

分区長の岩崎さんと事務局長の川内さんにお話を伺いました。

岩崎さんは、保護司になられて7年目、川内さんは8年目。「やっぱり、人を相手にするので、大変ですね。対象者との面談には、結構気を使いますし。とにかく、自然体で接して、気長に話を聞くことが大事ですね。そして、一緒に悩んだりしているうちに、相手も心を開いてくれます。でも、いつもやさしく聞くだけじゃダメなので、時には厳しく接しないと。子育てと一緒に、難しいですよ」

と、日ごろの活動について話していただきました。保護司になつていかがですかと伺うと、「対象者が立ち直つてくると、とても嬉しいんです。保護司をやつて良かったと思える瞬間ですかね。そのためには、私たちも、年6回の研修などで勉強しておかないと、適切な対応ができないからですね。あと、保護司同士の交流も、楽しみの一つです。皆さん、いろいろな経験をもちで、とても刺激になりますよ」

と、日ごろの活動について話していただきました。保護司になつていかがですかと伺うと、「対象者が立ち直つてくると、とても嬉しいんです。保護司をやつて良かったと思える瞬間ですかね。そのためには、私たちも、年6回の研修などで勉強しておかないと、適切な対応ができないからですね。あと、保護司同士の交流も、楽しみの一つです。皆さん、いろいろな経験をもちで、とても刺激になりますよ」

「保護司」ってどんな人？

地域で更生保護の活動を担う、民間のボランティアです。刑務所や少年院から出て保護観察を受けることになった人などを指導し、相談にのったり、さまざまな支援をしています。犯罪をした人の多くは、生活や精神面でさまざまな困難を抱えているため、地域の教育や福祉などに関わる人たちと協力しながら活動しています。

「更生保護」って？

罪を犯した人も、裁判を終え、処分を受ければ、いずれ社会に戻ってきます。更生保護は、罪を償い、再発しようとする人たちの立ち直りを導き、助け、再び犯罪や非行に陥るのを防ぐ仕組みです。

「保護観察」って？

犯罪や非行をした人に実社会で生活を送らせながら、決められた約束事を守るよう指導や助言をしたり、必要な援助をして、その立ち直りを促進しようとする制度で、更生保護の中心的な仕事です。

「社会を明るくする運動」ってなに？

すべての国民が犯罪や非行の防止と立ち直りについて考え、それぞれの立場で力を合わせて、犯罪や非行のない地域社会を築こうという国民運動です。犯罪からの立ち直りには、彼らを見守り、支える地域社会のあたたかい心が必要です。また、彼らが立ち直り、二度と犯罪を犯さなければ、私たちが暮らす地域も安全で安心なものになるのです。

す」とのこと。

## 生徒たちの言葉に 毎回心打たれます

保護司会の主な活動である「社会を明るくする運動」が、今年で61回目を迎え、合併に伴い始まった中学生弁論大会も今年で6回目。内容について伺うと、「今年、



分区長の岩崎哲太郎さん



事務局長の川内正文さん

男子生徒の活躍が目立ちました。また、初めて市からバスを出していただき、市内の中学生にも聞いてもらうことができました。これは、大変良かったと思っています。同世代の子どもたちこそ聞いて欲しいですからね」とのことでした。

## 島原地区保護司会雲仙分区



### 第6回 雲仙市中学生弁論大会

7月22日に、第6回雲仙市中学生弁論大会が国見町文化会館で行われました。

この大会には、市内8つの中学校から代表弁士14人が出場し、それぞれの思いを込めて熱弁をふるいました。

最優秀賞(雲仙市長賞)を受賞した松永さんの主張全文と優秀賞受賞者をご紹介します。(敬称略)

なお、松永さんは、7月30日に長崎市で行われた県大会に出場し、優秀賞を受賞しました。

#### 優秀賞【雲仙市議会議長賞】

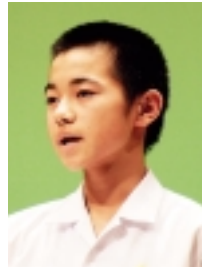
「明日への歩」



田中 愛菜  
(千々石中3年)

#### 優秀賞【雲仙市教育長賞】

「翼を輝かせて」



大島 幹生  
(愛野中3年)

#### 特別賞【島原地区保護司会長賞】

「『幸せ』って何だろう」



中村 理美香  
(南串山中3年)

#### 特別賞

#### 【島原地区保護司会雲仙分区長賞】

「『社会』は少しずつ」



伊藤 翼  
(小浜中3年)

#### 最優秀賞【雲仙市長賞】

「強い信念をもって」



愛野中2年 松永 裕太郎

いう犯罪に手を染めてしまったのです。

彼らの会話を聞き、どうしても気になってしまった僕はあの店に行きました。その時、僕の目に飛び込んできたのは、万引きをして平気な顔をしている彼らの姿でした。

「今日、何時行く?」  
「三時半ぐらいに来て」  
「いいよ、わかった」  
「じゃあ、あの店ね」  
今から5年前、小学3年生のころ、こんな会話から始まり、僕の友だちは万引きと

翌日、万引きをした友だちは普通通り登校し、普通通り過ごしていました。その姿を見て、「昨日、あんなことをしたのに、なぜ普通に過ごしているんだ!」と苛立ちました。しかし、そのままこの言葉を口に出してし

まうと何をされるか恐くて、何も言えませんでした。それから数日経ったある日、万引きをした友だちが先生に呼び出されているのを見ました。

その様子を見てみると、「きつとあの事だ」と察せられました。彼らは、とても悲しみ、後悔しているように見えました。そして、なぜあの時、二声かけて彼らの行動を止めさせることができなかったんだろうと、僕自身も後悔しました。

僕はあの時、万引きをしているところを目撃していたのに止めることができなかつた自分に腹が立ちました。

このような事が起きてから、僕はこれと同じ、悲しい思いをする人を一人でも少なくしたいと思いました。

窮地に追い込まれた人を救い、助けられる職業に就きたいと強く思いはじめていたのです。

心理学に興味があった僕は、いろんな情報を集めているうちに、ネゴシエーターという職業があることを知りました。

ネゴシエーターとは、罪を

犯した人の心理を読み取ってそれ以上、罪を重ねないように説得する職業です。

「これだ!」と僕は思いました。

「ネゴシエーターになりたい」そう考えてからは、今まで以上に臨床心理学や犯罪心理学に強く関心をもつようになり、朝の読書の時間や休み時間には、専門の本を少しずつ読んで勉強しています。

罪を犯した人の心をひき戻すのは、なまやさしいことではありません。その人の心奥深くに入り込み、共感し、安心してもらわなければなりません。

そのために自分の感性を磨き、相手の立場に立つて考えられる広い心を持つとうと思えます。

犯罪は、犯した人だけでなく、その周りの人たちまで傷つけます。そういう人たちが一人でも少なくなるために、僕は今、目の前にある勉強を頑張り、ネゴシエーターになるという夢をいつか叶えたいと思います。

この社会が明るくなるために、強い信念をもって。

## ケータイ電話教室

携帯電話（らくらくホン）を使って、電話のかけ方やメール、インターネットメニューの操作などを学びます。

### 【会場・日時】

吾妻会場：吾妻町ふるさと会館  
9 / 28(水)～30(金) 13:30～15:30

小浜会場：南本町公民館  
10 / 5(水)～7(金) 13:30～15:30

国見会場：国見農村環境改善センター  
10 / 12(水)～14(金) 13:30～15:30

### 【対象】一般

### 【講師】NTTドコモ

ケータイ電話インストラクター

### 【費用】無料

### 【持参品】筆記用具

携帯電話は、NTTドコモで準備します

### 【申込期間】9 / 5(月)～16(金)まで

### 【申込先】

吾妻会場：生涯学習課吾妻駐在 ☎38 - 3108

小浜会場：生涯学習課小浜駐在 ☎74 - 5501

国見会場：生涯学習課国見駐在 ☎78 - 1100

定員  
各会場20人

定員20人

## いきいき女性大学（後期）

毎日楽しく健やかに生きるための秘訣について学習します。

### 【日程・内容】（全5回、土曜日）

- ①10 / 15 「若返りスキンケア」
- ②11 / 5 「見方が変わればみかたがかわる!？」  
～ストレスとの上手な付き合い方～
- ③11 / 19 「若返りポイントメイク法」  
～目もと・口もと～
- ④12 / 17 「暮らしに役立つお酒のはなし」  
～おいしく健康的に楽しむ～
- ⑤1 / 21 「おいしいお茶の入れ方」

### 【時間】13:30～15:30

### 【対象】一般女性

### 【費用】①～④：無料 ⑤500円（材料費）

### 【持参品】筆記用具など

### 【場所】瑞穂町公民館

### 【申込期間】9 / 5(月)～30(金)まで

### 【申込先】生涯学習課瑞穂駐在 ☎77 2125



## 楽しい木工教室～折りたたみ椅子づくり～

手づくり木工のノウハウを学び、自分だけのすてきな作品を作ります。

### 【日時】10 / 1、8（全2回、土曜日）

9:30～12:30

### 【対象】一般

定員15人

### 【講師】盛山 幹男氏

### 【費用】1,500円程度（材料費）

### 【持参品】筆記用具、プラスドライバー、 メジャー（洋裁用でも可）

### 【場所】みずほの森 クラフトハウス

### 【申込期間】9 / 5(月)～22(木)まで

### 【申込先】生涯学習課瑞穂駐在 ☎77 2125



## 銀珠さんに習う「韓国語と韓国料理」

韓国語と韓国料理を習います。

### 【日時】10 / 6(木)、13(木)、20(木)、24(月)、31(月)

（全5回） 10:00～12:00

13日と24日は13:00まで（料理作り）

### 【対象】一般

### 【講師】金 銀珠（キム ウンジュ）氏

### 【費用】1,200円（初回のみ徴収）

### 【持参品】エプロン、三角巾、タオル、持ち帰り用 タッパー、筆記用具

### 【場所】国見農村環境改善センター

定員20人

### 【申込期間】9 / 8(木)～22(木)まで

### 【申込先】生涯学習課国見駐在 ☎78 1100

定員20人

## 心と体にやさしい「ヨガ教室」

健康的に体を動かしながら、ヨガの基本的なポーズを楽しく習得します。

### 【日時】10 / 7、14、21、28（全4回、金曜日）

14:00～15:30

### 【対象】一般

### 【費用】無料

### 【持参品】バスタオル2枚、 タオル1枚、飲み物、運動できる服装

### 【場所】吾妻町ふるさと会館 2階和室

### 【申込期間】9 / 5(月)～22(木)まで

### 【申込先】生涯学習課吾妻駐在 ☎38 3108



# 市民講座「UNZEN」～『自分づくり』『仲間づくり』を始めませんか！

どこの地区でもいくつか!! 興味のある講座・教室へ申し込んでください。個人で、あるいは仲間とともに、楽しく学びましょう♪申し込みの受け付けは、期間内の平日午前9時～午後5時まで。

定員15人

## 島原藩の古文書学習会

島原藩と諫早藩の境目に関する古文書の学習をします。

【日時】9 / 14、28、10 / 12、26、11 / 16  
(全5回、水曜日)  
19 : 30 ~ 21 : 30

【対象】一般

【講師】奥野 勝氏

【費用】無料

【持参品】筆記用具

【場所】愛野町公民館

【申込期間】9 / 5(月) ~ 13(火)まで

【申込先】生涯学習課愛野駐在 ☎36 0616

## はじめてのパソコン教室

定員20人

パソコンの基本操作を学びます。

【日時】9 / 21(水)、26(月)、28(水)、10 / 3(月)、5(水)  
(全5回) 19 : 30 ~ 21 : 30

【対象】一般

【講師】北森 善隆氏

【費用】無料

【持参品】筆記用具

【場所】愛野中学校 パソコン室

【申込期間】9 / 5(月) ~ 16(金)

【申込先】生涯学習課愛野駐在 ☎36 0616



## 体にやさしい整体教室 ~こころしずか~

家庭でも簡単にできる体にやさしい整体の方法を学びます。

【日時】9 / 21、28、10 / 5、12、19  
(全5回、水曜日)  
20 : 00 ~ 22 : 00

【対象】一般

【講師】金子文公子氏

【費用】無料

【持参品】筆記用具、タオル、飲み物

【場所】南串山保健福祉センター

【申込期間】9 / 5(月) ~ 16(金)まで

【申込先】生涯学習課南串山駐在 ☎88 3114



定員20人

## 酵母でスイーツ! 教室

今、注目されている「乳酸菌」。その乳酸菌が含まれる「酵母」を秋のフルーツから作り、2回目の教室で、作った酵母を使ったクッキングを行います。教室後も家庭で楽しみましょう。

【日時】9 / 22(木)、30(金) 10 : 30 ~ 12 : 30

【対象】一般

【費用】600円(材料費)

【持参品】エプロン、三角巾、手拭き用タオル、  
筆記用具

【場所】南本町公民館

【申込期間】9 / 1(木) ~ 16(金)

【申込先】生涯学習課小浜駐在 ☎74 5501

## 初心者のためのパソコン講座

定員20人

電源を入れるところから始める初心者のためのパソコン基礎講座です。

【日時】9 / 27(火)、29(木)、10 / 4(火)、6(木)、  
13(木)(全5回) 18 : 30 ~ 20 : 30

【対象】一般

【講師】瑞穂中学校教諭

【費用】無料

【持参品】筆記用具

【場所】瑞穂中学校 パソコン室

【申込期間】9 / 5(月) ~ 22(木)

【申込先】生涯学習課瑞穂駐在 ☎77 2125





# まちの話題

My Town Topics

## 子 平成23年度瑞穂町子ども会スポーツ大会 子ども会対抗で小・中学生が団結

7月18日、瑞穂体育館で、瑞穂町子ども会スポーツ大会が行われました。この大会は瑞穂町内の子ども会対抗によるスポーツ大会で、毎年海の日恒例の行事となっています。

小学生は低学年と高学年に分かれてドッジボール、中学生はソフトバレーボールを行い、多くの声援の中、熱戦が繰り広げられました。

なお、この大会の運営や進行などは、中学生が中心となって行いました。

【試合結果】 小学生低学年の部 優勝:東子ども会  
小学生高学年の部 優勝:高田・桑田子ども会  
中学生の部 優勝:夏峰子ども会



ドッジボールでのジャンプボール。なかなかボールが落ちてきません



小学生低学年の部で優勝した東子ども会の皆さん

## 消 もぎたて朝市 消費者の声を聞き農業経営に反映

国見町青年農業者連絡協議会による毎年恒例の「もぎたて朝市」が、7月30日に国見町文化会館駐車場で開かれました。

国見町内の若手農業者で組織されているこの協議会では、消費者と直接ふれあい、生の声を聞き、今後の農業経営に役立てるため、毎年この朝市を開いています。

当日は、青年農業者が育てたメロンや野菜、はちみつなどの安くて新鮮な農産物のほか、カブト虫やかき氷の販売もあり、多くの人でにぎわいました。



地元産のはちみつも大人気



## 100 和田さん、前田さんに100歳のお祝い 回目のハッピーバースデー

7月20日に和田キクヨさん(南串山町)が、また、25日には前田大二さん(瑞穂町)が100歳を迎えられ、町田副市長がお祝いの言葉を贈りました。

和田さんによると、週3回デイサービスに行くのが元気の秘訣だそうです。

お二人とも、どうぞこれからも長生きされ、幸せにお過ごしください。

「家族と一緒に過ごせて幸せです」と話される和田さん



## ボランティアで除草 すっきりとした施設へ 雲仙市災害連絡協議会の除草作業

雲仙市災害連絡協議会(川原大次郎会長)の皆さんが、7月30日に吾妻町牛口埋立地と吾妻町内の水道施設3カ所の清掃作業を行いました。協議会の皆さんはボランティア活動として、毎年この活動を行っています。当日は真夏日の猛暑の中での除草作業となりましたが、皆さんのおかげできれいな施設となりました。

また、同協議会は、地域貢献の一環として多年にわたって献血に協力しており、日本赤十字社長崎支部から感謝状が贈られました。



災害連絡協議会の皆さん、暑い中お疲れさまでした



牛口埋立地の除草作業



水道施設の除草作業ではフェンスの草も取ってスッキリ

予防のための!

## 血糖が気になるかたへ けんこう栄養教室

「わかってはいても、ついつい食べてしまう」血糖値・HbA1cが高い」そんなあなたに朗報！あなたの生活の中に保健師や栄養士の知識をちょっと取り入れてみませんか。



スタッフによる説明や調理実習などを行います

### 南串山会場

期日 10月18日(火)、26日(水)、11月1日(火)

会場 南串山保健福祉センター

申込期限 10月3日(月)

### 吾妻会場

期日 11月15日(火)、22日(火)、29日(火)

会場 吾妻町ふるさと会館

申込期限 11月4日(金)

時間 午後1時30分～3時30分

内容 ちょっと血糖が高いあなたのための基礎知識、食事が大切！私に必要な食事量 など

対象者 20～64歳の人で、血糖値やHbA1cが気になる人(病院で食事指導を受けている人は除く)

参加費 無料

定員 20人

申込方法 電話でお申し込みください



# 食事は おいしく 楽しく 健康的に！

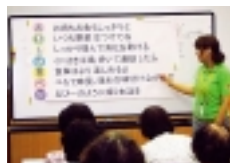


申し込み・問い合わせ

健康づくり課 ☎38 3111

## 食べ方を工夫して、おいしく食べよう！ 南串山町でミニ講座開催

7月21日、南串山幸生大学で、こころとからだのミニ講座を開き、保健師と栄養士が「誤嚥性肺炎予防・お口の健康」と「おいしく食べる」について話しました。また、参加者に、輪切りのキュウリと刻んだキュウリを食べ比べてもらい、おいしく食べるための工夫などを伝えました。



おいしく食べる秘訣とは...



どちらが食べやすい？  
食べやすい人が多かったのは、輪切りでした

各種団体から数名のグループまで、内容に応じて保健師や栄養士、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。

## 9月は食生活改善普及運動月間です

今月は、生活習慣病の改善・予防のために、食生活や運動習慣といった生活習慣を見直す月間です。重点目標は、「朝食の欠食率減少」と「野菜の摂取量の増加」です。野菜の摂取量について、成人の全国平均は295g、中でも20歳代では242gと、「健康日本21」(21世紀における国民健康づくり運動)の目標値である350gには及ばず、朝食の欠食とともにいまだに改善がみられない状況にあります。

皆さんもぜひこの機会に、自分の食生活を振り返ってみませんか？そして、できることから取り組みを始めて、生活習慣病の予防をしましょう。



目標の350gの野菜。料理にすると、5～6品になります

### 「朝食を食べて、1日元気に！」

朝ごはんは、体のだるさやイライラ感も解消してくれます。朝食を抜くと、体は体脂肪を蓄積しやすい体質になってしまいます。

まずは、食べる習慣を身につけましょう。

### 「野菜は、1回の食事で2皿を目標に！」

1回の食事で、野菜料理2皿以上が理想です。野菜が足りていないと感じた人は、まずは1日1皿野菜料理を増やしてみませんか。



# よく眠れていますか？

問い合わせ 健康づくり課 ☎38-3111

## うつと睡眠 2週間以上の不眠...もしかしたらうつ病かも

最近、こんなことはありませんか？

疲れているのに2週間以上眠れない  
食欲がなくて体重が減っている  
だるくて意欲がわかない

### うつ病のしくみ

うつ病は、ストレスにさらされ、脳内のホルモン（神経伝達物質）が減少するために生じる病気です。『脳のバッテリー切れ、エネルギー切れ』といった状態ですから、頑張りたくても頑張れない状態なのです。

もしかしたら「うつ状態」かも...

よく見られるうつの症状

#### こころのサイン

- ・憂うつな気分
- ・物事が決断できない
- ・やる気・興味が出ない
- ・集中できない
- ・イライラ、落ち着かない

#### からだのサイン

- ・疲れやすくなった
- ・体全体がだるい
- ・頭痛・肩こり
- ・眠れない、朝早く目が覚める
- ・ご飯がおいしくない

### ストレスとうまく付き合うために

- ・自分なりのリラックス方法を身につけよう
- ・適度な運動・栄養バランスの取れた食生活を送ろう
- ・腹式呼吸を行おう
- ・十分な睡眠をとろう
- ・趣味や旅行などで気分転換しよう

うつ病は必ず治ります

うつ症状を治すためには、脳内ホルモンを増やす作用を持つ「抗うつ薬」の服用と脳のエネルギー消費を抑えるための「休養」が必要となります。うつ病は、抗うつ薬を服用し、休養すれば必ず治る病気です。早めにかかりつけ医か専門家に相談しましょう。

## うつと自殺 うつ病を予防して、かけがえのない命を守りましょう

自殺の背後に潜むうつ

全国の自殺の原因・動機（平成22年警察庁統計より）では、「健康問題」が最も多く、中でもうつ病などの精神疾患の割合が多くなっています。

また、県内の自殺率の状況（人口動態統計より）では、雲仙市は県内でも自殺率の高い地域になっています。

9月10日～16日は  
自殺予防週間です

悩んだときはぜひ相談を！

自殺問題やささまざまな心の悩み

長崎いのちの電話 ☎095(842)4343 午前9時～午後10時（年中無休）毎月第3土曜は24時間対応

こころの健康、身近な精神医療受診の相談

長崎県県南保健所 保健福祉班 ☎095(62)3289 午前9時～午後5時45分（月～金）

自死遺族の方への相談

NPO法人 自死遺族支援ネットワーク Re ☎090(5298)5032（随時）

緊急な精神医療受診の相談

長崎県精神科救急情報センター ☎095(53)3982 24時間対応（年中無休）

県のHPもご覧ください

長崎 自殺

検索

クリック！

# 9月の集団健診

健診の種類によって対象者や自己負担金などが異なります。  
詳しくは、世帯配布の健診のお知らせをご覧ください。

特定健診・若年者健診・がん検診など

【受付時間】(午前)午前8時30分～10時 (午後)午後1時～2時30分

午前 の日は、胃がん検診と腹部エコー検査も受けることができます。

(今年度は、胃がん検診と腹部エコー検査のみの日程はありません。)

健(検)診の種類	町	実施日	対象地区	会場
特定健診 健康診査 若年者健診	吾妻	9月15日(木) 午後	三室一、三室二、三室三、三室四、平木場、西光寺、田内川、守山馬場、古庄、萩ノ本、田ノ平、大木場、横田、田川原	吾妻町 ふるさと会館
		9月16日(金) 午後	岩戸、新城、柿田、布江、川床、牧ノ内、黒仁田、牛口東、牛口三、牛口四、山田馬場	
+		9月17日(土) 午前	三室一、三室二、三室三、三室四、平木場、西光寺、田内川、守山馬場、古庄、萩ノ本、田ノ平、大木場、横田、田川原	
結核・肺がん検診 大腸がん検診 肝炎ウイルス検査 前立腺がん検診		9月20日(火) 午前	岩戸、新城、柿田、布江、川床、牧ノ内、黒仁田、牛口東、牛口三、牛口四、山田馬場	
		9月21日(水) 午前	栗林、山田原、永中、河原、吹ノ原、大熊一、大熊二、中阿母、阿母崎一、阿母崎二	
		9月22日(木) 午後	栗林、山田原、永中、河原、吹ノ原、大熊一、大熊二、中阿母、阿母崎一、阿母崎二	

【対象者】 特定健診(40～74歳までの雲仙市国保加入者) / 健康診査(後期高齢者医療加入者・40歳以上の生活保護受給者) / 若年者健診(20～39歳の人で健診の機会がない人) / 結核・肺がん検診(40歳以上) / 大腸がん検診(20歳以上) / 肝炎ウイルス検査(過去に検査を受けていない40歳以上) / 前立腺がん検診(40歳以上) / 胃がん検診(20歳以上) / 腹部エコー検査(20歳以上)

### \*ただいま実施中\*

健診会場で、歯科衛生士による歯科相談を無料で行っています。  
この機会にぜひご相談ください。



いつまでも健やかな生活を送るために！

## 特定保健指導を受けましょう

### スタッフが、あなたの生活改善をサポートします

特定保健指導とは、特定健診の結果、このまま放っておくと生活習慣病を発症するリスクが高い、かつ、生活習慣の改善により生活習慣病を予防する効果が高いと判定された人に行われる生活改善のサポートです。市では、雲仙市国保の加入者を対象に行っています。

「太っているのはわかっている...」、「血圧や血糖が高いなど、気になる結果が出た...」でも、『何をしたらいいのかわからない!』とお悩みのかた!あなたの生活スタイルに合わせて、保健師や管理栄養士、健康運動指導士などの市のスタッフが、無料で生活改善のサポートを行います。

平成22年度は、特定健診受診者4,859人のうち、744人が特定保健指導の対象となり、このうち501人が特定保健指導を利用されました。糖尿病や心臓病、脳卒中などの生活習慣病を予防し、いつまでも健やかな生活を送ることができるよう、できることから始めてみませんか?



スタッフと一緒に考えましょう

### 特定保健指導を受けられる期間と回数は?

期間は、特定保健指導の初回面接から約6カ月間です。回数は、特定保健指導の区分(積極的支援・動機付け支援)によって異なります。

### 指導の内容は?

1人あたり30分ほどの個別面接のほか、電話や手紙などでサポートします。また、運動教室や栄養教室の紹介も行っています。

日々の生活に無理なく取り入れることができる具体的な行動計画を、スタッフと一緒に立てて実践していただきます。

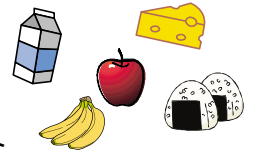


このような資料を使って、わかりやすく目標を設定します

問い合わせ

▶ (特定健診・後期高齢者健診) 市民窓口課国保年金班、長寿医療班 ☎38 3111  
▶ (がん検診・若年者健診など) 健康づくり課健康推進班 ☎38 3111

## 気をつけたい！子どものおやつ（幼児編）



ケーキ、クッキー、アイスクリーム、プリン、ゼリー、チョコレート、あめ、ガム、ジュース……。甘味の強いおやつを食前に口にしてしまうと、血糖が上がり、お腹いっぱいになります。そのため、食事時間になっても、空腹感がなく「食事が食べられない」ということになってしまいます。また、塩分や香辛料の強いスナック菓子、脂肪の多いものにも注意しましょう。

**子どものおやつは、自然味のもが最適です。**（おにぎり、うどん、ふかし芋、くだものなど）

小さな子どもは、一度にたくさん食べられないので、おやつは食事の補足になるものにしましょう。

### 理想的なおやつ

おやつのは量は、1日の食事の約10～15%に！（150～300kcal くらいです）

おにぎり（小1個・100kcal） ふかし芋（中1 / 2本・100kcal） みかん（中1個・40kcal） パナナ（中1本・80kcal） 牛乳（150cc・90kcal） チーズ（1切・100kcal） とうもろこし（中1本・100kcal） りんご（1 / 2個・70kcal） あんぱん（1 / 2個・80kcal）

### 簡単！手作りおやつ～ラスク～

#### 【材料（4人分）】

食パンのみみ... 4枚分、砂糖...10g、バターまたはマーガリン...10g

#### 【作りかた】

①食パンのみみは、縦半分に切る / ②トースターでこんがり焼く / ③フライパンに砂糖とバターを入れ、弱火で溶かす / ④③が溶けたら、②を入れ、からめる。

\*食パン1枚分でも作れます。

☎ 子育て支援課 ☎36-2500

☎ 子育てサポートセンター

☎36 2500

### 9月の子育てサロン「ひだまり」

子育て中の親子の交流や市内の子育て情報の発信の場です。地域に関係なく、都合のよい時間・場所へお気軽にどうぞ。

（時間...10:00～15:00、参加費...無料）

in 吾妻... 8日(木) 吾妻町ふるさと会館 2階

in 小浜...12日(月) 小浜老人福祉センター 3階

in 国見...28日(水) 国見農村環境改善センター 1階

（大型紙芝居を見よう！）



8月4日のひだまりでは、国際交流員の金さんから韓国の遊びを教えてもらいました

### 9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 ・13日：陶芸教室 ・16日：みるきいクッキング （アレルギー対応メニュー） 要予約、300円 ・27日：ミニ運動会	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、6日：ハートメールの作成（敬老の日にむけて） ・9日：食育教室 （お月見団子を作ろう!!） 身体測定：毎月第2火曜日
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：お話会 ・8日：フォトスタンドを作ろう ・15日：かまぶた城へお散歩 ・22日：小麦粉粘土で遊ぼう ・29日：ベビーマッサージ	南串山町 【八幡保育園】 八幡保育園子育て支援センター ☎88 2177	イベント：毎週水曜日 10:00～15:00 ・7日：お外で遊ぼう!! ・14日：敬老の日のプレゼント作り ・21日：お手軽クッキング 要予約 ・28日：スライム遊び らく 楽ヨガ教室： ・5日・12日 13:15～14:15



## 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。



8月の応募総数は、**20**通でした。

(広報うんぜん8月号の)特集「防災」で、『訓練は本番のように』に、本番は訓練のように』という言葉が、とても印象に残りました。突発的な出来事も、普段からの訓練で、何を考え、どう動かなければならないかを知ることができそうです。そして、その経験が、本場に必要なときに生かされるのだということを感じました。

(M・T 53歳女性)

—なかなか、実際の災害時のような気持ちで訓練に取り組むことは難しいとは思いますが、「訓練のための訓練」にならないよう、気をつけたいものです。また、大掛かりな訓練ではなくても、普段から「もし、災害になったら、この道は通れるだろうか」などと想像しているだけでも、災害時の行動が変わってくるのではないのでしょうか。

◆ サウナ風呂に入っているような暑さが続いておりますが、皆さまお疲れさまです。「雲仙じげもん便り」に元気を頂いております。「相手を打つより人の心を打て」は、名言ですね。人生は、地道な努力こそ意味があると、私も感じます。

(ヨシヨシ 58歳女性)  
—小浜高校ボクシング部では、練習後に部員全員で「本物はつづく」つづけると、本物になる人の心を打てる「本物になれ」という部訓を唱えていました。本場にいい言葉ですね。私たちも、取材に伺って、ひたむきな高校生らの姿に、元気をもらいました。

◆

「歯つびいスマイル写真館」は、とても心も和む企画ですね。やっぱり、子どもの笑顔は、みんなを幸せにしてくれますね。これからも、この掲載を続けて欲しいと思います。

(びよんた 28歳女性)

—そうですね、子どもの笑顔には、癒されますね。担当課に確認したところ、この企画はすでに募集を締め切っており、今月号(左ページ)と来月号の掲載で終了することでした。しかし、今後、子どもたちの笑顔が掲載されるような企画を考えていきたいと思えます。

◆

7月24日に、吾妻町で雲仙市婦人会ミニバレーボール大会が実施されました。私たち、チームワークばっちりの南串婦人会

からも3チームが参加し、動かぬ体にムチ打って、珍プレーやナイスプレーが続出!!楽しい一日を過ごしました。優勝は、お父さんたちの応援があつた千々石婦人会でした。最近では、地域のために活動している婦人会への加入が少ないのが残念です。頑張っている母親の姿を見て育つ子どもは、違うと思えますが…

(M・K 57歳女性)

—お疲れさまでした。とてもいい汗をかかれたようですね。やはり、優勝するためには、お父さんたちの存在も欠かせないということでしょうか。家庭ではもちろんのこと、地域のためにも頑張るご両親の姿は、それを見た子どもたちにも良い影響を与えるものだ、私たちも思います。

◆

結婚で雲仙に引っ越してきて、もうすぐ1年が経とうとしていきます。先日、夕方散歩に出かけたのですが、野菜を収穫しているおじいちゃんに出会いました。初めてお会いしたかたなのに、畑でとれた白なすをゆずってくださいました。毎日、忙しく過ぎていく日々だったので、とても嬉しく思いました。もちろん、

白なすは、おじいちゃんおすすめ焼きなすで、おいしくいただきました。おじいちゃん、ありがとうございました。

(ゆーちゃん 27歳女性)

—さぞ、おいしい焼きなすだったことでしょう。忙しさに追われる日々の中で、そんな思いがけない出会いや優しさに触れると、心が温かくなりますよね。きつと、おじいちゃんにとっても、嬉しい出会いだったでしょう。このお話を聞いて、幸せを少しおすそ分けしてもらったような気持ちになりました。

◆

オレンジエラートのお店のお店の地図を載せて欲しかった。

(T・T 26歳女性)

—お店の紹介記事ではなかったため、地図までは掲載しませんでした。ちなみに、お店の場所は、日本一長い足湯「ほっとふと105」の近く、小浜町の国道57号線「雲仙西登山口」交差点を橘湾側に入ってすぐのところにあります。

## うんぜん逸品認定 がまだすちゃんぽんを 5人にプレゼント!

長崎がまだす堂本舗の「がまだすちゃんぽん」のおいしさの秘密は、秘伝のスープにあります。地元長崎島原産の豚骨と鶏がらを、雲仙島原の天然水を使用して、じっくりゆっくり煮出し、野菜と魚介を入れてスープを作ります。素材の“旨味”と“コク”が凝縮。あっさりとした後味と評判の味です。ぜひ一度、ご賞味ください。

このがまだすちゃんぽんを、ハガキをいただいた人の中から抽選で、5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、**9月20日(火)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

長崎がまだす堂本舗 (有)下田食品工業  
〒859-1101  
雲仙市吾妻町本村名982番地  
☎0120-39-3095(フリーダイヤル)

※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。

## 歯っぴいスマイル写真館

健康推進 21 歯 Vol.2

①出品者の氏名またはペンネーム(町名)、②写真のタイトル、③コメント



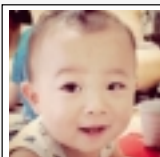
はるとくん

①ハルトマンの母(愛野町)  
②「初!かき氷」  
③初めてのかき氷、あまりの冷たさとイチゴ味のおいしさに、思わずニコリでした!



まりえさん

①松田 和美(国見町)  
②素颜もいいね  
③写っているのは姪です。私にカメラをプレゼントしてくれました。写し方を習った時の写真です。よくとれているでしょう。初めてにしては?



とらのすけくん

①とらのすけ(千々石町)  
②まだ生えただですが…なにか?  
③生えただ(上2本、下2本)で、なかなかシャッターチャンスがない中で、何とか撮れた1枚です。

お詫び  
前月号の「歯っぴいスマイル写真館 Vol.1」の中で、町名に誤りがありました。深くお詫び申し上げます。  
誤:中川由香利(国見町)  
正:中川由香利(吾妻町)



### 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。

日時 9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)

### ケータイからも図書予約ができます

生涯学習課

7月1日から、雲仙市図書館ホームページ『<http://www.lib-unzen.jp/>』を使った図書の予約サービスをスタートさせました。

また、新たに雲仙市図書館ケータイサイト『<http://www.lib-unzen.jp/m/>』を使った図書の予約サービス(視聴覚資料を除く)も開始しました。

この予約サービスを利用するためには、「図書館利用者カード」と「予約申し込みのためのパスワード」が必要です。どちらも市図書館や各図書室で作ることができますので、ぜひ、ご利用ください。

問 雲仙市図書館(☎78 3977)

### 今月の「はあと」障害者巡回相談

福祉課

「福祉サービスの利用方法がわからない」「将来のことが不安」...など、お気軽にご相談ください。(無料)

日時 9月12日(月)午前10時～午後3時

場所 愛野町公民館 1階会議室

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)

### 伐採届の提出をお願いします

農林水産課

森林を伐採する際には、「伐採及び伐採後の造林届出書」の提出が必要です。(保安林の場合、別途許可が必要)

#### なぜ必要なの？

森林は木材生産機能と併せて、水土保持などの公益的機能を持っており、無秩序な伐採が行われ裸地化すると、山崩れなどの災害が起こりやすくなります。そこで、森林の多様な機能が高度に発揮されるよう「森林法」で森林所有者に対し、事前の届出が義務付けられています。

#### いつ提出したらいいの？

伐採開始の90日前から30日前までに、市の林務担当窓口へ提出してください。無届の場合には罰則規定があり、30万円以下の罰金に処せられる場合があります。

問 農林水産課(☎38 3111)

### 新規サークル会員を募集中！

生涯学習課

市内公民館などで活動しているサークルの中で、新規会員を募集しているサークルの一覧表を作りました。

一人でも、友達とでも、気になったサークルに入って、「自分づくり」や「仲間づくり」を始めませんか？

一覧表は、各文化会館および公民館にあります。ご自由にお取りください。

サークルの代表者へおつなぎしますので、下記へお問い合わせください。

問 生涯学習課国見駐在(☎78 1100)

生涯学習課瑞穂駐在(☎77 2125)

生涯学習課吾妻駐在(☎38 3108)

生涯学習課愛野駐在(☎36 0616)

千々石町公民館(☎37 2520)

生涯学習課小浜駐在(☎74 5501)

生涯学習課南串山駐在(☎88 3114)

### 敬老祝金の支給について

高齢者に対して敬老の意を表し、その長寿を祝福するため、雲仙市に住所を有する人で、次に該当する人に、敬老祝金を支給します。



#### 支給要件

平成23年9月1日現在で、77歳および88歳到達者ならびに今年度中に80歳に到達する人(当該年度同学年)

#### 祝金額

	支給額	対象者
77歳到達	5,000円	昭和8年9月2日～昭和9年9月1日生まれ
80歳到達	6,000円	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ
88歳到達	10,000円	大正11年9月2日～大正12年9月1日生まれ

#### 支給

9月中旬に市から対象者へ通知します。受け取り期間中に、各支所で受領してください。

### 敬老祝金満70歳到達者の支給は、下記の理由により廃止しました

雲仙市はこれまで、県内でも唯一70歳到達者に敬老祝金を支給してきました。しかし、長寿社会の進展に伴い平均寿命が大幅に伸び、必要とされる福祉体制も変わりつつあることから、家庭や地域に密接した高齢者福祉事業に役立てるために予算を見直し、今年度から70歳到達者の支給を廃止しました。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

問 福祉課 高齢者福祉班(☎36 2500)

# I 市からのお知らせ NFORMATION

## 幼稚園就園・入園料補助について

子ども支援課

市では、公立・私立幼稚園の保育料などを減免する「幼稚園就園奨励費補助」と私立幼稚園の新入園児の入園料を補助する「私立幼稚園入園料補助」を行っています。

### 公立・私立幼稚園就園奨励費補助

雲仙市に住所を有し、公立・私立幼稚園（市外も含む）に就園する園児の保護者で、①～④に該当する場合は、補助が受けられます。（公立幼稚園は、①②のみ）

補助額は、園児の就園状況（同時就園・第2子・第3子以降）によって異なります。ただし、小学校4年生までの兄・姉がいる、第3子以降の園児の保護者は、①～④に関係なく、入園料と保育料の全額補助が受けられます。

①生活保護世帯 ②市町村民税（または、所得割）非課税世帯 ③市町村民税所得割課税額 3万4,000円以下の世帯 ④市町村民税所得割課税額 18万3,000円以下の世帯

### 【第2子以降の優遇措置条件の緩和】

小学校3年生までの兄・姉がいる園児も、第2子以降の優遇措置の対象となります。

### 【補助の手続き】

所定の様式に関係書類を添付して、就園先の幼稚園に提出してください。

様式などは、市福祉事務所子ども支援課や各幼稚園にあります。

### 私立幼稚園入園料補助

雲仙市に住所を有し、雲仙市内の私立幼稚園に就園する新入園児の保護者は、入園料の2分の1の補助が受けられます。ただし、「幼稚園就園奨励費補助」で入園料を含めて補助を受けている保護者は対象外です。

### 【補助の手続き】

申請については、幼稚園を通じてお知らせがあります。

申・問 子ども支援課 子育て支援班  
(☎36 2500)

## 福祉医療受給者更新 お忘れなく

福祉課

身体障害者手帳（1・2・3級）や療育手帳（A1・A2・B1）を持つ人で、福祉医療費を受給している人は、毎年1回（9月）更新手続きが必要です。

対象者には、「更新のお知らせ」を郵送しますので、お住まいの地域の窓口で、手続きをお願いします。

**対象者**（福祉医療費受給者証をお持ちの人）

- ・身体障害者手帳1・2級を持つ人
- ・身体障害者手帳3級を持つ人（後期高齢者医療適用者を除く）
- ・療育手帳A1・A2を持つ人
- ・療育手帳B1を持つ人（後期高齢者医療適用者を除く）

昨年の更新や認定申請などで、所得超過のため却下となった人にも「更新のお知らせ」を郵送しますので、手続きをお願いします。

### 受付窓口

- ・福祉事務所福祉課 市民福祉班
  - ・本庁市民窓口課 市民生活班
  - ・各総合支所 市民生活課
- お住まいの地域以外で手続きを希望される場合は、あらかじめ福祉課までご連絡ください。

### 受付期間

9月13日(火)～30日(金)まで

### 受付時間

平日の午前8時30分～午後5時15分まで

### 申請に必要なもの

- ・福祉医療費受給資格更新申請書  
対象者に郵送します
- ・身体障害者手帳または療育手帳
- ・健康保険証
- ・印鑑
- ・受給者名義の通帳（登録している通帳を変更する場合のみ必要）

問 福祉課 市民福祉班  
(☎36 2500)

市民窓口課 市民生活班  
各総合支所 市民生活課

## ゲートキーパー講座参加者募集

健康づくり課

ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人のことです。

現代社会は、ストレス過多の社会です。悩みを抱えた人の孤立や孤独を防ぎ、自殺を予防するために、仲間作りを始めませんか？自身の心身をメンテナンスしながら学びましょう。

期間 9/29(木)、10/13(木)、27(木)、  
11/17(木)、30(木)、12/14(水)

時間 午後1時30分～4時

場所 小浜町老人福祉センター

内容 自殺の実態と関連疾患、アロマセラピー、心と身体に効くレシピ、コミュニケーションと傾聴についてなど

対象者 心の健康づくりについて興味のある人

参加費 無料

定員 30人程度

申し込み 電話でお申し込みください

申・問 健康づくり課 (☎38 3111)

## 土地の現況調査にご協力ください

税務課

雲仙市では現在、平成24年度の固定資産評価替えに向けた、土地評価の見直しを行っています。

これに伴い、土地の利用状況などについて現地調査が必要となり、市の委託を受けた民間業者の調査員が、そのための調査を行っています。

原則として、私有地へ立ち入ることはありませんが、どうしても必要な場合には、持ち主の許可をいただきます。

また、簡単な質問をさせていただくことがあります。

土地の適正・公平な評価のため、皆さまのご協力をお願いします。

調査期間 8月～平成24年3月

調査員は身分証を携帯しています。

問 税務課 (☎38 3111)

## お知らせ

### テレビを受信している皆さんへ

諫早中継局（9月5日から）NHK・Eテレ（教育）のチャンネルが変更になります。映らなくなった場合は、テレビ受信機を「チャンネルの再設定」（再スキャン）する必要があります。

**変更点**  
NHK・Eテレ（教育）リモコン番号②：13chから**51ch**に変わります

**対象区域**



この部分が対象地域です

対象地区では、8月中旬から実施業者による確認作業（目

視調査）が行われています。

**問** チャンネル変更「TELセンター

☎0120(922)3003

IP電話などつながらない場合は03(4321)0770へ

### 日曜日に乳がん検診を受けませんか

### ジャパンマンモグラフィーセンター

子育てや介護、仕事など多忙な平日を過ごす女性のために、日本乳がんピンクリボン運動（NPO法人J. POSH）が、

「10月第3日曜日に全国どこでも乳がんマンモグラフィー検査が受けられる環境作り」として取り組んでいます。

**日時** 10月16日(日)午前8時30分～午後5時30分(予約制)

**場所** 医療法人 栄和会 泉川病院（南島原市）

雲仙市の助成適用がありません。

**検査料金** マンモグラフィー、乳腺エコーともに2100円

（雲仙市民は、雲仙市の助成があります。40歳以上の女性は、マンモグラフィー5000円、20～

39歳の女性は、乳腺エコー4000円で受診ができます。）

**問** 泉川病院

☎0957(72)2017

### 9月21日～30日

### 秋の全国交通安全運動

運転の「マナー」が光る「早目のライト

秋の全国交通安全運動の期間中、次の項目を重点に行われます。

子どもと高齢者の交通事故防止

夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用

の徹底

飲酒運転の根絶

期間中は市内各所で広報啓発活動などが行われる予定です。

皆さんのご協力をお願いします。

また、9月30日は、**交通事故死ゼロを目指す日**が実施されます。

一人ひとりが、交通ルールを守り、交通マナーを高め、交通事故に注意して行動し、交通事故を根絶しましょう。

**問** 市市民安全課

☎(38)3111

**「」相談**

**無料調停相談会**

**日時** 10月1日(土) 午前10時～午後3時

**場所** 島原市霊丘公民館

**相談内容** 金銭貸借、多重債務、土地・建物、損害賠償、交通

## 毎月第3日曜日は「家庭の日」 子育てファミリー 応援クーポン

サービス...18歳未満の子ども連れの家族が対象です。  
利用日...毎月第3日曜日限定です。一部異なる場合があります。  
サービス券をご提示いただいた人（家族）は、サービス・特典を受けることができます。

サービス内容...各協賛店により異なりますので、「ココロねっこホームページ」か「家庭の日」とくたくサービス携帯サイトでご確認ください。

**問** 長崎県青少年育成県民会議  
☎095(824)7510



協賛店も募集しています。

### 10月1日～7日は公証週間

諫早公証役場では、週間行事として、公証相談会を実施します。

公証制度とは、遺言・後見人・離婚養育費・金銭の貸借・不動産の賃貸借など、重要な契約について、公証人が公文書で公正証書を作成し、トラブルを未然に防止する公的制度です。

お気軽にお越しください。

**日時** 10月2日(日) 午前10時～午後4時

**場所** 諫早公証役場

**問** 諫早公証役場

☎0957(23)4559

**9月11日は「警察相談の日」**  
警察安全出張所を設置します。

**日時** 9月11日(日) 午前10時～午後5時

**場所** 雲仙北交番 旧国見警察署

**相談内容** ストーカー、夫婦間の暴力、児童虐待、少年非行、悪質商法などの犯罪被害のおそれのある事案のほか、事件・事故に至っていない場合でも相談に応じます。

**問** 雲仙警察署  
☎0957(75)0110

もよおし

看護力再開発・離職防止講習会

【講義・演習】

日時 11月10日(木)～11日(金)  
午前9時～午後4時

場所 長崎県看護協会 長崎会館

【病院実習】(各地区実習病院)

11月14日(月)～16日(水)

午前8時30分～午後4時30分

申込締切 10月26日(水)

募集人員 40人 受講無料

問 長崎県ナースセンター

☎0957(49)8060

第2回危険物取扱者試験

日時 11月23日(水)午前10時～

会場 島原工業高等学校、諫早

農業高等学校ほか

試験の種類 甲種、乙種(第1

類)第6類、丙種

受付 書面申請 9月2日(金)～

26日(月)/電子申請 8月30日

(火)～9月23日(金)

問 (財)消防試験研究センター

長崎県支部

☎095(822)5999

動物愛護週間in島原

日時 9月25日(日)

午後3時～5時



場所 県南保健所 駐車場

内容 長寿犬表彰式、子犬の養

子縁組、動物の健康相談、犬のしつけ教室

問 県南保健所衛生環境課

☎0957(62)3288

募集

雲仙市体育協会事務局職員

雇用期間

採用日～平成26年3月31日

勤務時間

午前8時30分～午後5時15分

休日 ・休館日(毎週月曜日。祝日の場合は翌日)

・土日のいずれか

・年末年始(12月29日～1月3日)

応募資格 ・雲仙市内に住所を有し、普通免許所有者で年齢18歳～60歳までの人

・スポーツ振興に熱意と見識を持つ健康な人

・パソコン操作ができる人

募集人員 1人

業務内容 各種スポーツイベントの企画や運営、サポート/各種会議の招集、運営、議事録作成/総務、経理事務全般/吾妻体育館の管理、運営など

報酬 月額12万9900円

別途支給(通勤手当、期末手当、業務手当)

選考方法 作文、パソコン操作

(エクセル、ワード)試験、面接

申込方法 市販の履歴書に写真を貼り、必要事項を記入の上、提出してください。(郵送可)

申込期限 9月16日(金)必着

試験日時・場所

後日、応募者へ通知します。

申・問 市体育協会事務局

☎0957(38)6367

長崎県央職業訓練校受講生

地域産業の技能従事者の学びの場として、現場技能者のT・Sにそった訓練活動を行っています。

申込期限 9月30日(金)

コース・期間

コース名	期間
Jw_CAD 初級科	1回/週、 半年間
Jw_CAD 中級科	
Jw_CAD 実践科	
Jw_CAD 建築設備科	1回/週、 4カ月間
はじめてのパソコン教室	
ワード・エクセル実用講座	
3級ワード・エクセル受験科	1回/週、 半年間
2級ワード受験科	
Jw_CAD 初級科	1回/週、 半年間
はじめてのパソコン教室	

9月11日(日)は無料体験教室

はじめてのパソコン

：午前10時～11時30分

建築CAD

：午後2時～4時30分

問 長崎県央職業訓練校

☎0957(22)0036

県央地域広域市町村圏組合  
消防吏員募集

受験資格や試験内容など、詳しくは、お尋ねください。

採用予定人員 12人

試験日

試験区分Ⅰ～Ⅲ：10月23日(日)  
試験区分Ⅳ：10月31日(月)

受付期間

9月5日(月)～22日(木)

申・問

同組合消防本部総務課

☎0957(23)0119

視覚障害者の生活訓練

【点字訓練】(参加無料)

期日 9月8(木)、21日(水)

場所 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っています。詳しくは、お問い合わせください。

【広報うんぜんCD音訳版】

「広報うんぜん」の内容をCDに録音し、視覚障害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。

問 福祉課 障害福祉班

☎0957(36)2500

戦没者遺児による慰霊友好  
親善事業の参加者を募集

先の大戦の戦没者遺児を対象に、戦没者が戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼・同地域の住民と友好親善を図ることを目的としています。参加費用は10万円。実施地域など、詳しくは、お問い合わせください。

申・問 (財)日本遺族会事務局

☎03(3261)5521

「ご寄付のお礼」

市内小学校への寄付

財団法人島原法人会青年部から、市内小学校の図書充実のため、図書カード(30万円)を寄付していただきました。

横田部長から(左) 堀田教育長へ手渡されました

雲仙市への一般寄附として

森崎 律子 様(小浜町)

夫 森崎俊彦 様のご逝去に伴う香典返しにかえて、ご寄付をいただきました。

ありがとうございます。



横田部長から(左) 堀田教育長へ手渡されました

9月9日は「救急の日」です。救急車の適正な利用をお願いします。

- 島原地域広域市町村圏組合 -



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. 4



ソンピョン



鳥刺し踊り保存会の皆さんと

## ◆◆金さんの楽々韓国語教室◆◆

韓国の伝統文化や風習、韓国ドラマなどの話を楽しみながら、簡単な韓国語を勉強しましょう。(無料)

### 【日時】

《昼の部》午後2時～3時30分

9月28日～12月7日の毎週水曜日(全10回)

《夜の部》午後7時30分～9時

9月29日～12月8日の毎週木曜日(全10回)

【会場】 吾妻町ふるさと会館

【定員】 各45人程度

【申込期限】 9月16日(金)

【申し込み・問い合わせ】 政策企画課(☎38-3111)

ヨロブン アンニョンハセヨ。(皆さんこんにちは)

皆さん、「鳥刺し踊り」をご存知ですか。国見町の有名な伝統芸能ですよ。私も見る機会があって鳥刺し踊りを見てきました。最初は、その容姿を見て目のやり場に困りました。でも、踊りを見ているうちに、容姿より迫力あふれるユーモラスな踊りや初めて聞く歌にすごく感激しました。よく聞き取れなかったのですが、歌詞の発音やアクセントも面白かったです。また、鳥刺し踊り保存会の皆さんが鳥刺し踊りを頑張って守っているという話に、さらに感動しました。

韓国も伝統を大事にしています。その一つが祝日の伝統儀礼です。今回は韓国の3大祝日の一つ、「チュソク(秋夕)」を紹介します。

日本のお盆は8月15日ですね。韓国では「お盆」ではなく「チュソク(秋夕)」といい、旧暦のため今年は9月12日です。秋夕の朝には、その年に収穫された米や果物などを先祖に感謝の気持ちを込めて供える「チャレ(茶礼)」を行います。そのために、前日から家族の女性たちが料理を準備します。私も母の横でチヂミを焼いたりしていました。また、「ソンピョン」という餅を作って食べます。米の粉を練って、ゴマや豆、栗などで作った餡を入れ、蒸し器で蒸します。韓国では、昔から「ソンピョンを上手に作れないとお嫁に行けない」という言葉があり、私も一生懸命に作りました。

私は、日本の伝統を体験して学ぶのがすごく好きです。皆さんも今度、韓国に行かれたときに韓国の伝統文化をぜひ体験してみてください。



健康ウォークの様子

旬には100万本の忘れ草が咲き乱れ、郡民はもちろんのこと写真家や多くの観光客が訪れるなど、求礼地域の新しい見所になっています。



姉妹都市 クレデン

## 韓国求礼郡から、アンニョンハセヨ

オレンジ色の忘れ草を楽しむ  
「忘れ草の花道健康ウォーク」  
7月8日に求礼郡生活体育会の主催により、西施(ソシ)川の川辺で忘れ草の花道健康ウォークが行われ、郡民と観光客約700人が参加しました。  
参加者は、西施川体育公園から堤防沿いの約3.5kmの区間を歩きながらオレンジ色の忘れ草を満喫。求礼郡守や求礼郡議会議長など各機関の代表者も多く参加しました。  
また、ステージでは、シルバー楽団とモドム太鼓の公演や景品が当たる抽選会などが行われ、大いに盛り上がりました。  
智異山(チリサン)の老姑壇(ノコダシ)の頂上がよく見える西施川は、智異山一帯よりも半月早い7月中旬

▼本日は8月9日、長崎市に原爆が落とされた日。あの日から66回目を数える。すでに数日前から平和公園周辺は、この日のために人々が訪れ、日ごろに無い活気を呈している▼今年、3月11日の東日本大震災による福島原発事故の影響もあつて、再び放射能汚染についても問題が提議されているが、66年の歳月が過ぎたということは、そのまま、関わった人たちの人生が凝縮されているということだろう。当時の悲惨な状況を伝え、語る人たちが老い、あるいはすでに人生を閉じられてしまった▼戦後が遠のき、その体験を実際に体験した人たちが消え、想像と伝聞でしか戦争や被爆



市長コラム

想像することによって思いは通じ合える

を捉えられない人たちが構成する社会が、現実のものとなった▼今一番求められるのは、人々の想像力であろう。戦争も被爆も地震も津波も、体験の有無に関わらず、その厳しき、その悲惨さを自らの痛みとして捉えることのできる力、被害者に差し伸べる手のひらの暖かさを想像することのできる力。想像すること、思いは通じ合える。強く平和を願うことで、人々は結束することもある。



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

### 9月健康テレホンプログラム

月	めまい
火	腰痛の運動療法
水	子どもの救急シリーズ①発熱
木	翼状片
金	せん妄
土日	性病

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

### 夏野菜の肉詰め



栄養価  
(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
271kcal	14.8g	16.3g	1.6g

材料 (4人分)

- ナス.....2本
- ピーマン.....4個
- 玉ねぎ.....1個
- 合挽き肉.....200g
- 小麦粉.....適宜
- 油.....大さじ2
- 粉チーズ.....大さじ2
- パン粉.....1/2カップ
- A 塩.....小さじ1
- こしょう.....少々
- 卵.....1個



作り方

- ①ナスは縦半分に切り、さらに横に4等分にする(8切り)。スプーンで船底のように身をくり抜き、細かく切る。
- ②ピーマンは縦半分に切り、種を除く。玉ねぎはみじん切りにする。
- ③ボールに②の玉ねぎとくり抜いて細かく切ったナス、ひき肉、Aを入れ、よく混ぜ合わせる。
- ④ナスとピーマンに③を詰めて、全体に小麦粉をまぶす
- ⑤フライパンを熱し、油を引いて④の肉だねの面から焼く。
- ⑥裏返して同様に焼き、肉だねに竹串をさして透明な肉汁が出てきたらできあがり。

お好みで、焼肉のたれやケチャップをつけてどうぞ!

雲仙市食生活改善推進員連絡協議会千々石支部

## 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

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

# 9月10月 うんぜん 暮らしのカレンダー

の対象者には、通知を送付しています。  
午前の相談 受付/9:30~10:30、対象/H22 9月~H23 4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。

9/1(木)	ポリオ 受付13:15~13:35、小浜老人福祉センター(小浜地区)
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)	
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 瑞穂町公民館(瑞穂・吾妻地区)
7(水)	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) 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、瑞穂町公民館 ポリオ 受付13:30~13:50、国見農村環境改善センター
9(金)	フラットハワイアンフェスティバル inOBAMA 2011(~10日) 詳細P9 ワンコインコンサート 国見町文化会館
10(土)	雲仙市金婚祝賀式(吾妻町ふるさと会館) デュオプリマコンサート 国見町文化会館
11(日)	
12(月)	
13(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) 行政相談 13:00~16:00、千々石総合支所、中瀬行政相談委員 遺言・契約等法律相談(愛野町公民館)
14(水)	2歳児親子歯科健診 国見農村環境改善センター(国見地区) 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)	1歳6か月児健康診査 瑞穂町公民館(瑞穂・吾妻地区)
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
17(土)	
18(日)	
19(月)	
20(火)	
21(水)	秋の全国交通安全運動(~30日) 雲仙市就職支援相談事業 相談日 詳細P30 3歳児健康診査 愛野保健福祉センター(愛野・千々石地区) 献血 13:00~16:00、小浜総合支所
22(木)	
23(金)	くにみの日 有明フェリー多比良港駐車場
24(土)	
25(日)	
26(月)	
27(火)	3歳児健康診査 小浜老人福祉センター(小浜・南串山地区) 献血 9:00~11:20、12:40~16:00、雲仙市役所
28(水)	献血 9:00~11:00、瑞穂総合支所 ポリオ 受付13:30~13:50、愛野保健福祉センター
29(木)	
30(金)	3歳児健康診査 国見農村環境改善センター(国見地区)
10/1(土)	雲仙音楽祭2011雲仙マーチングクリニック(~2日)
2(日)	
3(月)	

## 人のうごき(7月末)

- 人口: 48,377人(前月比 -25人)  
男性: 22,972人 / 女性: 25,405人
- 世帯数: 16,738世帯(前月比 -4世帯)

## 今月の税

- 国民健康保険税(3期): 納期限は9月30日(金)です。

## 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
9月4日	太田整形外科 78 5413	国見町	9月19日	松本内科医院 65 3333	国見町	10月2日	長田医院 77 3622	瑞穂町
	木戸眼科 74 3222	小浜町		城代医院 37 2032	千々石町		菅医院 74 2457	小浜町
	まき歯科 64 5077	島原市		いなだ歯科 62 2901	島原市		大岡歯科医院 63 7616	島原市
	山崎歯科医院 87 3163	南島原市		馬場歯科医院 88 3215	南串山町		津田歯科医院 75 0281	小浜町
9月11日	松尾胃腸科外科医院 78 1000	国見町	9月23日	前田内科胃腸科医院 77 3089	瑞穂町	10月9日	永吉医院 38 2015	吾妻町
	天野医院 37 2015	千々石町		泌尿器科・皮ふ科・菅医院 88 3151	南串山町		菅耳鼻咽喉科 88 3131	南串山町
	はらぐち歯科医院 62 4361	島原市		寺田歯科診療所 62 4427	島原市		大場歯科医院 62 4579	島原市
	渡邊歯科医院 87 2121	南島原市		広田歯科医院 88 3800	南串山町		永田歯科医院 37 2007	千々石町
9月18日	梅津医院 78 5156	国見町	9月25日	よこた医院 77 2000	瑞穂町	10月10日	安藤病院 38 2152	吾妻町
	京泊馬場医院 88 2050	南串山町		木戸医院 74 2046	小浜町		くさの循環器内科 37 6050	千々石町
	宮崎歯科医院 62 1180	島原市		みやざき歯科 62 7300	島原市		みなと歯科医院 63 1747	島原市
	田口歯科医院 87 2263	南島原市		萩尾歯科医院 74 5100	小浜町		天野歯科 37 2121	千々石町

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



この広報うんぜんは、環境に配慮し、揮発性有機化合物を含まないNON-VOC大豆インキを使用して印刷されています。