

# UNZEN うんぜん



## 今月の表紙

10月17日、第4回雲仙市レクリエーション&スポーツフェスタがあり、約130人が軽スポーツなど9種目に挑戦。みんなで心地よい汗を流しました。

【写真はポッチャを楽しむ子どもたち】

## 今月の主な内容

- 特集 防災情報サービスが変わります ..... P. 2・3
- あなたは何する秋？講座、イベント情報 ..... P. 4~7
- 雲仙市立小・中学校の全国学力・学習状況調査結果 ..... P. 9
- 公共施設の使用料等を改定します ..... P.20

# 令和3年11月1日より雲仙市の 防災情報サービスが変わります

## 雲仙市防災情報システム

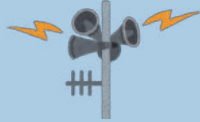
迅速かつ確実な情報伝達を行うため、防災行政無線による音声放送に加え、メール、SNS、アプリ等、多様なメディアを活用し、防災情報等を確実にお届けします



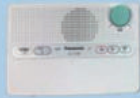
雲仙市役所

防災情報のほか、  
行政情報等も随時  
発信します。

### 防災行政無線



屋外拡声子局



戸別受信機



電話応答

### 多様なメディア



緊急速報メール  
エリアメール



登録制メール



ホームページ



Yahoo!  
防災速報



LINE



Twitter

## 電話応答サービス

防災行政無線が聞こえない場合や、聞き逃した場合は、電話応答サービスにて、放送内容の確認ができます。

**「0957-38-6062」**までお電話ください。



## Yahoo!防災速報アプリ



市はYahoo!JAPANと災害協定を結び、Yahoo!防災速報アプリでも、緊急情報を発信しています。  
受信するには設定マークから「地域を設定」をクリックし、雲仙市を選択します。



App Store  
からダウンロード



Google Play  
で手に入れよう

## LINE



雲仙市LINE公式アプリでも  
防災情報が受け取れます。  
友だち登録をお願いします。



雲仙市公式LINE登録はこちら



ID検索

または

ID

@unzencity

## Twitter



市では緊急情報、行政情報などを発信するTwitterを開設しました。  
右の二次元コードを読み取り、フォローをお願いします。



@unzen\_official

# 防災情報メール配信 登録手順のご案内

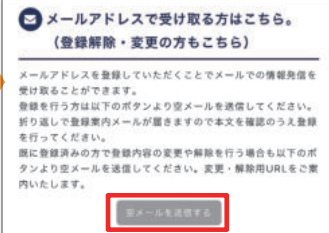
## ご登録の前に

- メール配信サービスの利用規約に同意していただいた上で、ご登録をお願いいたします。
- 「@sg-p.jp」ドメインあるいは「unzen@sg-p.jp」のアドレスからのメールの受信を許可する設定を行ってください。
- URL付きメールの受信を許可する設定を行ってください。

**1** 空メールを送信します。  
サイトにアクセスし、[空メールを送信する]から空メールを送信します。

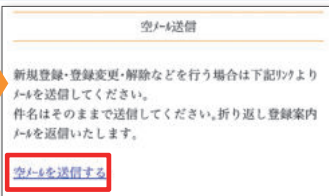
### ▼PC・スマートフォンの場合

<https://plus.sugumail.com/usr/unzen/home>



### ▼フィーチャーフォン(ガラケー)の場合

<https://m.sugumail.com/m/unzen/home>



### ▼共通

「空メールを送信する」ボタンをクリックすると、メールが立ち上がります。そのまま何も入力せずにメールを送信してください。  
※メールが起動しない場合は、手でメールを立ち上げ、下記アドレスに空メールを送信してください。

[t-unzen@sg-p.jp](mailto:t-unzen@sg-p.jp)

**2** メールが届きます。  
メールに記載された登録用URLをクリックし登録に進みます。

**3** 利用規約を確認します。  
利用規約をご確認の上、「同意する」ボタンをクリックします。

**4** 配信カテゴリを選択し  
会員登録を行います。  
カテゴリを選択、登録情報を入力し、  
[確認画面へ]ボタンをクリックします。



**5** 入力内容を確認し、登録します。  
入力内容をご確認の上、「登録」ボタンをクリックします。登録完了画面が表示されたら登録完了です。登録後、登録完了メールが届きます。

## 登録情報変更・退会

空メールアドレス宛にメールを送信します。  
返信メールから登録情報の変更などを行います。

### ■メールアドレス変更

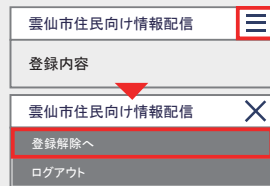
メールアドレス下にある[編集]ボタンをクリックして手続きしてください。

### ■配信カテゴリ変更

登録情報の[編集]ボタンをクリックします。  
配信カテゴリ選択画面が表示されるので内容を確認しながら画面を進めてください。

### ■退会

画面右上のメニューボタンをクリックし[登録解除へ]をクリックします。  
次の画面で[登録解除へ]ボタンをクリックしてください。



## 秋季全国火災予防運動が始まります

### 「おうち時間 家族で点検 火の始末」 2021年度全国統一防火標語

11月9日(火)から11月15日(月)までの一週間、全国一斉に秋季火災予防運動が実施されます。雲仙市内では、「建物火災」や「その他の火災(たき火等が原因)」が多く発生しており、そのほとんどが人の不注意や火の不始末によるものです。市民の皆さまにおかれましては、火気の取り扱いに十分注意し、火災予防を心掛けていただきますようお願いいたします。

雲仙市内の火災件数 (令和3年1月～8月)

	建物火災	車両火災	林野火災	船舶火災	その他の火災	合計
小浜消防署管内	2	0	0	1	3	6
島原消防署管内	2	0	0	0	3	5
雲仙市合計	4	0	0	1	6	11

### 問

小浜消防署 ☎0957-74-3231  
島原消防本部 ☎0957-62-5857  
雲仙市消防団 ☎0957-38-3111

# 市民講座 UNZEN

『自分作り』・『仲間作り』を始めませんか？個人で、あるいは仲間とともに、楽しく学びましょう♪  
申込み受付は、平日午前9時～午後5時までです。  
皆さんのご参加お待ちしております。  
※感染症予防対策にご協力ください。  
※新型コロナウイルス感染症拡大状況により講座が中止・延期になる場合があります。

## はじめての「しめ縄」作り

新年に向けて、しめ縄を作ります。初めて作る方でも大丈夫です。自分で作ったしめ縄は、格別ですよ。

日 時 12月5日(日) 午前10時～正午  
対 象 一般・親子  
定 員 8名(先着順)  
講 師 北尾 嘉子 氏  
費 用 1,000円(材料代)  
持 参 品 はさみ、マスク  
場 所 南申山図書室 会議室  
申 込 先 生涯学習課南申山駐在 ☎0957-88-3114  
申 込 期 間 11月4日(木)～17日(水)



## 縁起が良い「亀」のしめ縄作り

新しい年の年神様をお迎えし、災いを家に入れないと言われる「しめ縄」。一緒に手作りしてみませんか。縁起の良い「亀」のしめ縄を作ります。

日 時 12月5日(日)  
午後1時30分～3時30分  
対 象 一般・親子  
定 員 8名(先着順)  
講 師 北尾 嘉子 氏  
費 用 1,000円(材料代)  
持 参 品 はさみ、マスク  
場 所 南申山図書室 会議室  
申 込 先 生涯学習課南申山駐在 ☎0957-88-3114  
申 込 期 間 11月4日(木)～17日(水)



## 癒しの世界「苔テラリウム」を作る

小瓶の中に苔を植え、自分だけの小さな庭づくりを楽しみましょう。

日 時 11月21日(日)  
午前10時30分～午後0時30分  
対 象 一般・親子  
定 員 10名(先着順)  
費 用 1,000円(材料代)  
持 参 品 はさみ、ピンセット、新聞紙、マスク  
場 所 南申山図書室 会議室  
申 込 先 生涯学習課南申山駐在 ☎0957-88-3114  
申 込 期 間 11月4日(木)～17日(水)



# 学びの秋

## 「こころ」も「からだ」もリラックス♪ 香りによる癒し第2弾！

天然由来の精油と人工的に作られた香りの違いや香りによる香害について学び、精油を使ったマスクスプレーを作ります。また、自分でもできるフットマッサージ法も学び、心身ともに癒されましょう！

日 時 12月4日(土) 午前10時～正午  
対 象 精油(エッセンシャルオイル)に関心のある方  
講 師 坂田 春恵 氏  
持 参 品 筆記用具、動きやすい服装(ズボン等)、飲み物(水分補給用)  
定 員 8名(先着順)  
費 用 700円(材料代)  
場 所 吾妻町ふるさと会館 2階和室  
申 込 先 生涯学習課吾妻駐在 ☎0957-38-3108  
申 込 期 間 11月8日(月)～26日(金)

## 自分だけの書!「己書(おのれしょ)」幸座

書き方や文字の書き順を気にせず、自分の思うままに書く「己書(おのれしょ)」を体験!筆ペンで温かくてほっこりする文字を書いてみませんか?

日 時 11月25日(木)、12月2日(木)  
午後1時30分～3時30分  
対 象 一般  
講 師 松原 理得子 氏  
(日本己書道場 道場師範)  
持 参 品 筆ペン2本(濃色と薄色)  
定 員 10名(先着順)  
費 用 無料  
場 所 吾妻町ふるさと会館 研修室1  
申 込 先 生涯学習課吾妻駐在 ☎0957-38-3108  
申 込 期 間 11月5日(金)～22日(月)



## どなたでも、おいしいお茶、淹れられます。

みんなでゆったりとお茶を飲みながら、おいしいお茶の淹れ方を学びましょう。コロナ禍のおうち時間を充実させませんか。

日 時 11月30日(火) 午後2時～3時  
対 象 一般  
定 員 10名(先着順)  
講 師 長田 篤史 氏(有限会社 長田製茶)  
費 用 300円(お茶・お茶菓子代)  
持 参 品 マスク、筆記用具  
場 所 小浜町南本町公民館  
申 込 先 生涯学習課小浜駐在 ☎0957-74-5501  
二次元コードからもお申込みできます  
申 込 期 間 11月1日(月)～15日(月)



## はじめませんか、ヨガ。

最近運動不足だな、と感じる方も、そうでない方も。初心者の方も、もちろん歓迎です。

- 日時 ① 11月26日(金)  
午後1時30分～3時30分  
② 12月3日(金)  
午後1時30分～3時30分  
③ 12月10日(金)  
午後1時30分～3時30分

対象 一般  
定員 10名(先着順)  
講師 大宮 広美 氏  
費用 無料  
持参品 マスク、飲み物、  
タオル、ヨガマットか大きめのバスタオル  
場所 小浜公会堂  
申込先 生涯学習課小浜駐在 ☎0957-74-5501  
申込期間 11月1日(月)～15日(月)



二次元コード  
からもお申込み  
できます。

## 自宅で手軽に始めよう！ リンパマッサージ

むくみや肩こり、冷え、さらには免疫力アップや疲労回復にも効果があるといわれているリンパマッサージ。日々の生活に取り入れて、心身の健康維持に役立てませんか。

日時 11月25日(木)午前10時30分～正午  
対象 一般  
定員 8名(先着順)  
講師 林 厚気子 氏  
(リンパセラピスト)  
費用 500円(オイル代)  
持参品 動きやすい服装、タオル  
(オイル拭き取り用)、飲み物、  
筆記用具、マスク  
場所 国見農村環境改善センター  
申込先 生涯学習課国見駐在 ☎0957-78-1100  
申込期間 11月1日(月)～15日(月)



## おしゃれな壁飾り「クリスマス☆スワッグ」

スワッグとはドイツ語で「壁飾り」の意味です。生花から作るので自然に乾いていき色合いの変化も楽しめます。

日時 11月27日(土)午前10時～11時30分  
対象 一般  
定員 6名(先着順)  
講師 松浦 真由美 氏  
費用 1,800円程度(材料代)  
持参品 マスク、切り花用はさみ  
場所 愛の夢未来センター 研修室大  
申込先 生涯学習課愛野駐在 ☎0957-36-0616  
申込期間 11月5日(金)～15日(月)



## 初心者さんのための基礎から学べる エプロン作り教室

洋裁の基礎を学びながら、縫いやすい「直線縫い」で肩掛けエプロンを作ってみませんか？  
ミシンをお持ちでない方は、ご相談ください。

日時 11月27日(土)  
午前9時30分～午前11時30分  
対象 一般  
定員 5名(先着順)  
講師 松浦 綾子 氏  
費用 無料  
持参品 エプロンに適した生地(生地の寸法は申込み時にお伝えします)、裁縫道具、ミシン、糸、筆記用具、マスク  
場所 瑞穂町公民館 研修室小  
申込先 生涯学習課瑞穂駐在 ☎0957-77-2125  
申込期間 11月4日(木)～18日(木)

## 高齢者教室～楽しいスマホ教室～

高齢者を対象にしたスマホ教室。少ない人数で、アプリの基本的な使い方を学びませんか？

日時 11月16日(火) 午後1時～3時  
対象 高齢者 定員 8名(先着順)  
講師 吉田 亮太 氏(ドコモショップ島原店)  
費用 無料 持参品 筆記用具・マスク  
場所 国見農村環境改善センター 大集会室  
申込先 生涯学習課国見駐在 ☎0957-78-1100  
申込期間 11月1日(月)～12日(金)

## 大人の工作教室「キメコミアート」

キメコミアートとは、伝統工芸「木目込み」の技法を使って作る平面のアート作品です。布で自由に表現する楽しさを体験してみませんか？

日時 11月17日(水)、24日(水)、  
12月1日(水)  
午後7時30分～9時30分<全3回>  
対象 一般 定員 8名(先着順)  
講師 江崎 敏夫 氏  
費用 600円程度(全3回分の材料代)  
持参品 筆記用具、はさみ、目打ち、マスク  
場所 千々石町公民館  
申込方法 千々石町公民館  
☎0957-37-2520  
二次元コードからもお申込みできます  
申込期間 11月4日(木)～12日(金)



## 伝えたい郷土の味② 「いぎりす・ジャガイモのだご汁」

大切に受け継いでいきたい郷土の食文化。今回は「いぎりす」と「ジャガイモのだご汁」を調理します。

日時 11月18日(木)  
午前9時30分～午後0時30分  
対象 一般  
定員 12名(先着順)  
講師 雲仙市食生活改善  
推進員連絡協議会  
千々石支部  
(代表 芦塚 多津子 氏)  
費用 500円程度(材料代)  
持参品 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具、マスク  
場所 千々石保健センター  
申込先 千々石町公民館  
☎0957-37-2520  
二次元コードからもお申込みできます  
申込期間 11月4日(木)～12日(金)



# 第15回 雲仙市民音楽祭 開催♪

# 芸術の秋



市内の音楽家がステージで輝く！昨年開催が見送りとなった、年に1度の音楽の祭典が帰ってきます！ぜひ足を運んでみませんか？

様々なジャンルの歌、踊り、演奏を気軽に楽しんで、素敵な1日をお過ごしください！

**開催日時** 11月28日(日) 午後1時～3時30分(予定)

**開催場所** 国見町文化会館 (まほろば)

**出演** 花柳蘭の会、長田太加志、Humming Bird、Ocarina そよかぜ、白蘭会、TakeZo、愛野小学校合唱クラブ、Soaring Hawk、中村三郎、早乙女会、トリポン、愛野中合唱クラブ、ラウリイ フラレア、コーロ・くにみ

※開催にあたっては、新型コロナウイルス感染症予防対策を十分に講じた上で実施しますが、状況に応じて中止となる場合があります。

入場無料

申込不要

問 生涯学習課 ☎0957-37-3113

## 市展

### 出展作品募集

第16回雲仙市美術展覧会を瑞穂町公民館で行います。部門は日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真・デザインの7部門です。出展作品を募集しますので、皆さまふるってご応募ください。

#### <第16回雲仙市美術展覧会>

**日時** 令和4年2月10日(木)～13日(日)  
午前10時～午後6時

**場所** 瑞穂町公民館 集会室・交流ホール

**申込期間** 11月4日(木)～12月3日(金)

**申込先** 〒854-0492 千々石町戊582番地  
雲仙市教育委員会 生涯学習課  
(教育委員会各駐在でも申し込みができます。)

募集要項をご確認いただき、お申込みください。

※募集要項・申込書は生涯学習課または教育委員会各駐在にあります。



問 生涯学習課 ☎0957-37-3113



第66回長崎県展「移動展」(雲仙市展)開催！  
長崎県展での入賞作品や雲仙市在住者の入選作品など、約100点の作品を雲仙市で展示します。  
本物の芸術と、じっくり対話する時間を過ごしませんか？

この機会に、ぜひご鑑賞ください。

入場無料

申込不要

**日時** 11月11日(木)～14日(日)  
午前10時～午後6時

**場所** 愛の夢未来センター 2階 大ホール

#### ○ご来場する皆様へのお願い○

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、中止となる場合があります。

※会場内での検温や手指消毒、マスク着用など、感染予防対策へのご理解・ご協力をお願いします。

#### 主催

長崎県／長崎県教育委員会／雲仙市教育委員会／雲仙市文化会館自主文化事業振興会／対馬市／対馬市教育委員会

問 生涯学習課 ☎0957-37-3113

# 運動の秋

## 第14回 雲仙市民ウォーキング大会

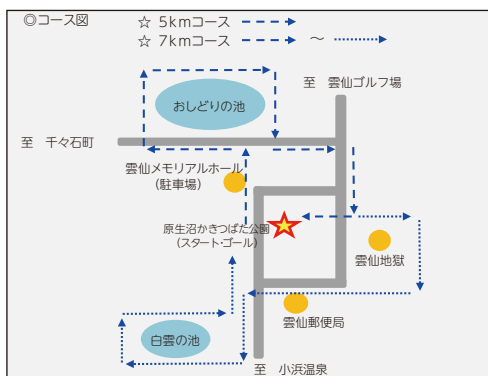
開催日:11月23日(火・祝)

受付:午前9時10分  
 開会式:午前9時30分  
 スタート:午前9時40分  
 集合:原生沼かきつばた公園(スタート・ゴール)  
 (駐車場:雲仙メモリアルホール)  
**雨天中止**

- 体調良好な方ならどなたでも参加できます!
- 雲仙温泉街周辺を歩きます。完歩された方には「完歩証」をお渡しします!

### ♪このような人におすすめ♪

- ・運動を始めたけれど何をすればよいかわからない
- ・激しい運動は苦手、ほどよく体を動かしたい
- ・運動不足やストレス解消
- ・運動で人との交流を楽しみたい



距離 [約5kmコース]または[約7kmコース](当日選択可能)

参加料 300円(お茶、傷害保険料相当分)

※参加料は当日受付でいただきます。なお、高校生以下は無料です。

申込先 雲仙市レクリエーション協会事務局

〒854-0492 千々石町戊582番地(スポーツ振興課内)

電話:0957-37-3113/FAX:0957-37-3112

申込期限 **11月12日(金)**

※参加希望者は、期限までに申込書によりお申し込みください。なお、お電話での申し込みも受け付けます。

申込書は市ホームページまたは各駐在にご用意しています。

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止する場合があります。

※新型コロナウイルス感染症対策として、マスク持参をお願いします。

※当日会場受付で体温測定を行います。体温が37.5℃以上ある場合は参加を控えてください。

主催:雲仙市レクリエーション協会(主管:小浜歩こう会)

問 スポーツ振興課 ☎0957-37-3113

## 愛野図書室で2周年イベント!

愛野図書室が開館2周年を迎えたことを記念し、大人も子どもも楽しめるさまざまなイベントを愛の夢未来センターで実施します。

○11月20日(土)

▽回転木馬によるおはなし会(午前10時30分~11時30分、2階ホール) 入場無料、要申込、先着80名▽ブックリサイクル(午前10時~午後6時、あいのストリート(ロビー))▽雑誌の付録プレゼント(午前10時~午後5時)なくなり次第終了。

○11月21日(日)

▽かぶりもの工作(①午前11時~②午後1時~③午後3時~、おはなしの部屋) 参加無料、申込不要、先着各5名▽ブックリサイクル(あいのストリート(ロビー))

○11月23日(火・祝)

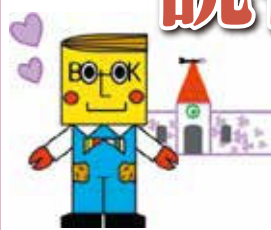
▽愛野小・中学校合唱クラブコンサート(午後1時~1時30分、あいのストリート(ロビー))▽紙づくりにちょうせん!(午後2時~4時)全2回。2回目は12月4日(土)。要申込、材料費300円、先着8名。

※イベント期間中は、マスク着用・検温・手指消毒にご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、急ぎよ延期・中止となる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

問 愛野図書室(月曜・月末は休館日) ☎0957-36-0616

# 読書の秋



## ブックスタートボランティア研修会

0歳児健診などの機会に「絵本」と、赤ちゃん絵本を開く楽しい「体験」を届ける「ブックスタート」について学び、ボランティアに参加しませんか?

講師 活水女子大学非常勤講師 山田 則子 氏  
 (図書館基礎特論、児童サービス論、絵本学、学校経営と学校図書館)

内容 ブックスタートの活動、読みきかせについて

日時 11月25日(木) 午後2時~3時30分

場所 愛の夢未来センター2階 研修室大

申込締切 11月16日(火)、先着30名程度

申込・問 生涯学習課 ☎0957-37-3113

## 100 回目のハッピーバースデー

国見町にお住まいの林清子さん、千々石町の施設に入所中の末岡ミツコさんが100歳を迎えられました。

林さんの長生きの秘訣は「規則正しく生活すること」だそうです。末岡さんの秘訣は「何でもよく食べ、施設で楽しく過ごすこと」だそうです。どうぞこれからも健康で長生きして、幸せにお過ごしください。



林清子さん



末岡ミツコさん

## パパッとクッキングに挑戦!

10月2日、愛野保健福祉センターで男女共同参画市民講座「おとう飯(はん)はじめよう!パパッとクッキング」を開催し、5組16名のご家族が参加しました。食生活改善推進員愛野支部の皆さんのご指導のもと、味噌玉とおにぎらず作りに挑戦。お父さんの力強い手とお子さんの小さな手で、一緒に混ぜたり丸めたり、楽しく調理ができました。

参加したお父さんからは、「子どもと一緒にできてよかった!」「簡単なので家でも作りたい!」といった感想が寄せられました。



## 宝くじの助成で防災備品を購入しました

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ助成事業を行なっています。

そのコミュニティ助成事業補助金を利用して、小浜町の平松自治会自主防災組織が防災備品を購入しました。



## 高齢者叙勲を受章されました

10月1日に高齢者叙勲が発令され、雲仙市から1人が受章されました。誠におめでとうございます。(敬称略)

旭日単光章(地方自治功労)

元南串山町議会議員 森下 鶴良

## 「栄養関係功労者厚生労働大臣表彰」を受賞

雲仙市食生活改善推進員連絡協議会の林田浩美さんが、「令和3年度栄養関係功労者厚生労働大臣表彰」を受賞され、10月18日に市長に報告を行いました。

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、子どもや子育て中の母親など若い世代からの食習慣と食事バランスの大切さや、高血圧などの生活習慣病予防のために減塩活動、郷土料理の伝承に取り組まれるなど、生涯を通じた市民の健康づくりを「食」の分野から推進している活動が認められ、今回の受賞となりました。



## 令和3年度雲仙市中学校総合体育大会 駅伝競走大会結果



10月6日、トランスコスモスタジアム長崎(長崎県立総合運動公園陸上競技場)およびジョギングコースで行われた雲仙市中学校総合体育大会駅伝競走大会の結果をお知らせします。上位2チームは、県大会(11月11日:諫早市)の出場権を獲得しました。

【男子】優勝・愛野 2位・小浜 3位・吾妻

【女子】優勝・小浜 2位・愛野 3位・国見



# 令和3年度 雲仙市立小・中学校の 全国学力・学習状況調査結果

〔参加状況〕小学6年生345人、中学3年生347人

今年度は、5月27日に実施されましたので、雲仙市の結果をお知らせします。  
 なお、昨年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、本調査は実施されませんでした。

## 雲仙市立小・中学校の全国学力調査の結果

校種	調査問題	平均正答率(%)		全国平均との差 令和3年度	平均正答数/問題数	
		本市	全国		本市	全国
小学校	国語	65	64.7	+0.3	9.1/14	9.1/14
	算数	66	70.2	-4.2	10.6/16	11.2/16
中学校	国語	63	64.6	-1.6	8.9/14	9.0/14
	数学	55	57.2	-2.2	8.8/16	9.1/16

- 小学校では、国語は全国平均を上回り、算数は全国平均を下回りました。中学校では、国語・数学において全国平均を下回りました。
- 今回の調査では、「条件に合わせて書く」「資料の整理と読み」などに課題がみられました。引き続き、本市の課題である『記述問題』において改善を図っていきます。
- 今後も、あらゆる教科において児童生徒が「分かること」や「できること」に喜びを感じる授業の実施を目指します。

## 雲仙市立小・中学校の学習状況調査の結果(一部抜粋)

	質問事項	小学校(%)		中学校(%)	
		本市	全国	本市	全国
生活	朝食を毎日食べている。	95.1	94.9	95.7	92.8
	毎日、同じくらいの時刻に寝ている。	82.1	81.2	85.9	79.8
	毎日、同じくらいの時刻に起きている。	89.8	90.4	95.7	92.7
学習	家で自分で計画を立てて勉強をしている。	72.1	74.0	67.2	63.5
	授業以外に1時間以上の学習をしている。	67.3	62.5	64.3	75.9
	学校以外で30分以上読書をしている。	32.7	37.4	31.1	28.9
	友達との話し合う活動を通じて、考えを深めたり広げたりすることができていると思う。	73.6	78.8	81.8	77.8

- 小・中学校とも生活面、学習面での状況はおおむね良好です。
- 家庭学習時間や読書時間については、改善を図る必要があります。
- 多くの授業で児童生徒同士の対話形式の場面を設定し、友人の考えや思いを聞いたり、自分の考えや思いを話したりしています。ご家庭でも家族の対話の時間を大切にしましょう。

問 学校教育課 ☎0957-37-3113



# スキマ時間を使って、体を動かそう！

コロナ禍で外出を控えた結果、運動不足や座りすぎにより健康二次被害（筋力低下、持病の悪化等）が心配されています。普段から体を動かすことで生活習慣病だけではなく、ロコモティブシンドローム（※）、気分障害、認知症の予防に繋がります。また、適度な「運動」は免疫力を高め、感染症予防にも効果的です。

「運動」だけにとらわれず、「体を動かす」意識が大切です。できることから始めましょう。

（※）加齢や体の機能の障害などにより体を動かす機能が低下して、「要介護」や「寝たきり」などの危険が高くなった状態のこと。

## 今より10分(1000歩)多く歩いてみよう！

①散歩



②階段を使う



③短い距離の移動は車は使用しない



今より1日10分！

体を動かすチャンスを見つける！

歩くことは、体・心・脳に良い刺激となり  
誰にでもできる簡単で安全な運動です。

## なかなか運動する時間を増やせない方は、日常生活で積極的に体を動かそう！



家事などでもOK！家もきれいになり一石二鳥♪

①ひざ伸ばし



②ストレッチやラジオ体操



## 仕事や家事のスキマ時間の有効活用！

ながら運動でもOK！できることから始めよう！

### 太もも挟み

- ①椅子に浅く座り、膝の間にタオル等を挟む
- ②膝を押し合うようにして10秒保つ
- ③数回繰り返す

膝の周辺の筋肉に効果的 ✨



### かかと上げ下げ

- ①肩幅に足を開いて立つ
- ②かかとをできるだけ上げてつま先立ちになる
- ③ゆっくり、かかとを下ろす

ふくらはぎの筋肉に効果的 ✨



## 続けるコツ ⇒ 少しでもできる活動を増やすことが大切！

①

簡単にできそうな目標を立てる

②

運動や活動を記録する

③

家族や同僚に協力してもらおう

# 集団検診



申し込みの必要はありません。都合の良い日時・会場で受診できます。  
 新型コロナウイルス感染症対策のため、**家での検温・マスクの着用・検査着の準備等**にご協力をお願いします。  
 また、**2週間以内に県外への移動や、県外の方と接触があった方は受診をお断り**させていただきます。

## 乳がん・子宮がん検診

新型コロナウイルス感染症対策のため、**人数制限**を行っています。(午前・午後：各60名)

【受付時間：午前8時30分～10時30分／午後1時～3時】

町	日程	受付時間	会場	検診内容		
				子宮頸がん (20歳以上) 300円※1	乳がん(マンモ) (40歳以上) 500円※2	◆骨粗しょう症検診 (対象者のみ) 300円
吾妻	11月8日(月)	午前	★吾妻町 ふるさと会館  ★会場が『雲仙市健(検)診のお知らせ』から変わっています。	○	○	×
		午後		○	○	○
	11月9日(火)	午前		○	○	○
		午後		○	○	×
	11月10日(水)	午前		○	○	×
		午後		○	○	○
国見	11月17日(水)	午前	国見農村環境 改善センター	○	○	×
		午後		○	○	○
	11月18日(木)	午前		○	○	○
		午後		○	○	×
	11月19日(金)	午前		○	○	×
		午後		○	○	○

◆骨粗しょう症検診の対象者は、年度末年齢が40歳から70歳までの5歳きざみの年齢の方です。

※1：令和3年4月1日現在で20歳の方は、無料クーポン券対象者(対象者にクーポン券を送付済み)

※2：令和3年4月1日現在で40歳の方は、無料クーポン券対象者(対象者にクーポン券を送付済み)

### 受診の際に必要なもの

- 健康保険証
- 自己負担金(70歳以上の方・生活保護受給者(確認書が必要)の方は、無料です。)
- 検査着…乳がん検診：バスタオルや羽織れるもの、子宮がん検診：スカートやバスタオル



●新型コロナウイルス感染症の発生状況により、中止・変更する場合があります。

●実施については、市ホームページ・防災行政無線放送等でお知らせします。

詳しくは、世帯配布の『雲仙市健(検)診のお知らせ』または、市ホームページをご覧ください。



問 健康づくり課 ☎0957-36-2500

## 「からだ」と「こころ」の健康相談

「健康が気になる」「眠れない」「何かしら不安になる」「タバコをやめたい」など、からだやこころの健康に関する相談に、各総合支所等で保健師が対応します。



- 本庁と千々石総合支所には保健師が常駐しています。
- 新型コロナウイルス感染症の発生状況により中止する場合があります。
- 相談がある場合は、健康づくり課までお気軽にご連絡ください。

【11月の相談日】 時間：午前9時～11時

日にち	場所
11月4日(木)	国見総合支所
11月5日(金)	瑞穂総合支所
11月15日(月)	小浜総合支所
11月16日(火)	愛野総合支所
11月26日(金)	南申山総合支所

問 健康づくり課 ☎0957-36-2500

## 雲仙市ふるさと納税のPRにご協力ください

雲仙市では、雲仙市出身者や市外在住で雲仙市を応援したいという方を対象に、ふるさと納税に取り組んでいます。お預かりしました寄附金は、子育て支援や農業振興などの事業に活用させていただきます。市外にお住まいの親戚の方やご友人の皆さまに、雲仙市ふるさと納税のご紹介をお願いします。

パンフレットやチラシが必要な場合は観光物産課へご連絡ください。



問 観光物産課 ☎0957-38-3111

## くらしの困りごとありませんか?～生活保護制度

- ・生活保護制度を詳しく知りたい
  - ・医療費や介護費が不安
  - ・働きたくても病気や介護で働けない
  - ・なかなか仕事が見つからない
- など、くらしの困りごとがありましたらご相談ください。

### ◆相談や申請はどうするの?

- ・面接でお話をお聞きしますので、窓口（保護課・各総合支所）までお越しください。ご本人ではなく、家族の方などでも大丈夫です。
- ・病気などにより、どうしても窓口に来ることができない場合は、職員が訪問します。お気軽にご連絡ください。

### ◆どんな支援があるの?

生活保護には次の8種類があります。

- 生活扶助 ○住宅扶助 ○教育扶助
- 介護扶助 ○医療扶助 ○出産扶助
- 生業扶助 ○葬祭扶助

### 相談場所

保護課および各総合支所

### 相談日時

毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分  
(土日・祝日、年末年始除く)

※秘密は固く守ります。



問 保護課 ☎0957-36-2500

## 「多比良港工業団地」の分譲を開始します

国見町に、新たに企業を誘致するための用地として造成している「多比良港工業団地」の分譲を開始します。これにより、新たな雇用の場の確保を図ります。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

### 概要

所在地 : 国見町土黒甲296-9  
分譲面積: 約6.26ヘクタール

### 主要設備

給水: 市水道(日最大使用可能水量: 350t)  
排水: 合併浄化槽の設置が必要  
電力: 九州電力(6,600V)  
通信: 令和3年度中に光通信整備予定

問 企業誘致推進室 ☎0957-38-3111

## 令和3年8月の大雨で 被害を受けられた皆さまへ

災害により国税の申告、申請、請求、納税などを期限までにできないときは、期限の延長や納税の猶予ができる場合があります。

詳しい内容については、福岡国税局ホームページをご覧ください。

問 島原税務署 ☎0957-62-3281

## 不燃物ごみの持ち込みは予約が必要です

家庭から出た不燃物ごみを、県央不燃物再生センターにご自分で持ち込むときは、混雑による事故、感染を防止するため事前に予約をお願いします。

◎水曜日は市搬入車両が集中するため、ほかの曜日でご計画ください。

### 予約方法

電話にて、住所・氏名・電話番号・希望日時・ごみの種類と数・車両の車種とナンバーをご連絡ください。

### 持ち込めるもの

ご自分の家庭から出た不燃物ごみ(処理困難物を除く)

### 予約受付日時

月～金曜日(祝日除く)  
午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)

### 持ち込み先

県央不燃物再生センター(諫早市小豆崎町89-4)  
(長田バイパス横)

※予約当日は、感染予防のためにマスクを着用してご来場ください。

※ごみは種類ごとに分別してください。

予約・問 県央地域広域市町村圏組合 総務課  
☎0957-23-3600

## 雲仙市入札参加資格審査申請の 定期受付について

市が発注する「建設工事」と「建設コンサルタント等業務」の入札・見積に参加を希望する方を対象に、入札参加資格審査申請の定期受付を行います。

### 申請区分

- ・建設工事
- ・建設コンサルタント等業務

### 受付期間

11月1日(月)～令和4年1月31日(月)  
※土日・祝日を除く午前9時～午後5時  
※全ての区分で電子申請システムを活用した書面申請とします。  
※詳しくは、市ホームページ「入札・契約情報」をご覧ください。

### 有効期間

令和4年4月1日～令和5年3月31日(1年間)

問 契約検査課 ☎0957-38-3111

## 国民年金からのお知らせ

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書が送付されます！年末調整や確定申告の際には、必ずこの証明書（または領収書）が必要です。大切に保管してください。発送スケジュールは、次のとおりです。

発送時期	対象者
令和3年11月上旬	令和3年1月1日から令和3年9月30日までに国民年金保険料を納付された方
令和4年2月上旬	（上記に該当する方を除く）令和3年10月1日から令和3年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に関する概要、よくあるご質問（Q&A）等については、日本年金機構ホームページに掲載されますので、ぜひご利用ください。

また、同ホームページに、お問い合わせに対してチャットの形式で自動的に応答するチャットボット（控除証明書相談チャット）が開設される予定（11月予定）です。あわせてご活用ください。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

問 ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004  
（ナビダイヤル）  
諫早年金事務所 ☎0957-25-1662  
総合窓口課 ☎0957-38-3111  
または各総合支所

## そろそろ、あなたもマイナンバーカード

国民の3人に1人は持っているマイナンバーカード。本人確認書類としてはもちろん、健康保険証としても利用できるなど更に便利になりました。（健康保険証として利用する場合は、マイナポータルで事前に登録が必要です。）

市役所の窓口でも簡単にお手続きできますので、まだ申請されていない方はこの機会に申請してみませんか。



現在、マイナンバーカードを申請していただいた方に、ドラえもんのカードケースを差し上げています。（数に限りがあります。）

問 総合窓口課 ☎0957-38-3111

## 寄附をいただきました！

岩本安則様（吾妻町）より、吾妻地区小・中学校の児童生徒の教育振興のために200,000円のご寄附をいただきました。大切に活用させていただきます。ありがとうございました。

問 総務課 ☎0957-37-3113

## 国保からのワンポイントアドバイス



国保マスコットキャラクター「ケンくん」



国保マスコットキャラクター「コウくん」

医療費の節約のために  
おうちでできること！

### ○運動不足の解消！

運動不足は肥満の要因であり、肥満は生活習慣病の温床となります。発症すれば治療に多くの費用や時間が必要です。

⇒生活の中で「すきま時間」に「ながら運動」を取り入れてみましょう。

例えば…歯磨きしながらスクワット、テレビを見ながらストレッチ など

### ○バランスの良い食事！

偏った食生活による高血圧、高血糖は、自覚症状が乏しく放置されやすいため、気づかぬうちに症状が悪化し、長期間の治療が必要になります。

⇒不足しがちなビタミン、ミネラルを補うため、いつもより多めに野菜を食べることを心掛けましょう。

### ○質の良い睡眠！

睡眠不足や不眠は、疲労やストレスの蓄積、免疫力の低下を招き、あらゆる病気のリスクを高め日常生活に支障を及ぼすこととなります。

⇒疲労回復や免疫力向上のため、就寝前の習慣に気を配りましょう。

例えば…ぬるめの湯にゆっくりつかり下半身をしっかりと温める。就寝直前までのスマホ操作を控える。

### <今月のオススメ>

国保税がスマホ・タブレットを使ってクレジットカードやPayPay、LINE Payで納付できます！

詳しくは

問 総合窓口課 ☎0957-38-3111

## 自立相談支援事業

### 「しごと」や「くらし」の困りごとありませんか？

「なかなか仕事が見つからない」「仕事を辞めて家賃が払えない」「家族のことで悩んでいる」など、あなたの生活・お金・仕事に関する悩みを解決へ向けて支援します。一人で抱え込まずにまずはお電話を！

※住居確保給付金の相談も受け付けます。

※お仕事をお探しの方は、右記のハローワーク

諫早巡回相談（予約制）へ参加できますので、ご相談ください。



問 保護課 ☎0957-36-2500

## ハローワーク諫早巡回相談が開催されます！

ハローワーク諫早の専門職員と直接相談できます。事前に電話でご連絡ください。（予約制）

日時 11月10日（水）

午前10時30分～午後3時15分

場所 千々石保健センター 会議室

対象者 ・なかなか仕事が見つからない方  
・ひとり親家庭のお父さんやお母さん など

内容 職業相談、職業紹介（1人45分）

※あなたに合った仕事が見つかるよう、継続して支援します。

※令和2年度実績：参加者23名（延べ43名）、就労者13名

問 保護課・子ども支援課 ☎0957-36-2500

# 11月くららのカレンダー

- 午前の相談 (受付午前9時30分～10時30分、11月の対象R2.11～R3.6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。(受付午後1時30分～1時45分)
- 対象者には通知を送付しています。(受付/午後1時～1時15分)
- お問い合わせは地域づくり推進課 ☎38-3111)までご連絡ください。
- の予約は消費生活センター ☎38-7830)までご連絡ください。
- の申込は5日(金)までに子ども支援課 ☎36-2500)までご連絡ください。
- の申込は前日までに保護課 ☎36-2500)までご連絡ください。

☎…休日在宅当番医(午前9時～午後5時)

※行事などは変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。※市外局番“0957”は省略しています。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	26
	28	29	30			

☎松本内科医院  
(国見町 65-3333)  
☎副島内科クリニック  
(小浜町 74-3700)

☎太田整形外科  
(国見町 78-5413)  
☎ひらゆ医院  
(小浜町 74-5833)

2 ●赤ちゃん健康相談  
(愛野保健福祉センター)

9 ●赤ちゃん健康相談  
(国見農村環境改善センター)  
●行政相談(午前9時～正午、国見総合支所、午後1時～4時、千々石総合支所)  
●遺言・契約等法律相談(午後1時～4時、愛の夢未来センター)

3 文化の日  
☎松尾胃腸科外科医院  
(国見町 78-1000)  
☎泌尿器科・皮膚科 菅医院  
(南串山町 88-3151)

10 ●視覚障害者生活訓練  
(午前10時～午後2時、愛野保健福祉センター)  
●ハローワーク諫早巡回相談(午前10時30分～午後3時15分、千々石保健センター)  
●行政相談(午後1時～4時、小浜総合支所、南串山総合支所)

17 ●献血(午後1時～4時、国見総合支所)  
●1歳6か月児健康診査(千々石保健センター)  
●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、愛野保健福祉センター)

4 ●赤ちゃん健康相談  
(小浜老人福祉センター)

11 ●行政相談(午前9時～正午、瑞穂総合支所、雲仙市役所、愛野総合支所)  
●人権よろず相談(午前9時～正午、国見町文化会館)

5 ●赤ちゃん健康相談  
(吾妻保健センター)

12 ●パパママひろば(午後1時～、愛野保健福祉センター)

19 ●3歳児健康診査(小浜老人福祉センター)

21 ●びおサポートうんぜん  
(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)  
☎前田内科胃腸科医院  
(瑞穂町 77-3089)  
☎馬場医院  
(小浜町 73-3666)

☎長田医院  
(瑞穂町 77-3622)  
☎くさの循環器内科  
(千々石町 37-6050)

23 勤労感謝の日  
☎よこた医院  
(瑞穂町 77-2000)  
☎城代医院  
(千々石町 37-2032)

30 ●3歳児健康診査  
(愛野保健福祉センター)

24 ●視覚障害者生活訓練  
(午前10時～午後2時、愛野保健福祉センター)

新型コロナウイルス感染症拡大防止のために  
□人との距離の確保  
人との間隔はできるだけ2m(最低1m)空ける  
□マスクの着用  
症状がなくてもマスクを着用する  
□手洗い  
手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う

26 ●2歳児親子歯科健康診査(国見農村環境改善センター)

今月の税  
●国民健康保険税(5期)  
●納期限・口座振替日:11月30日(火)  
●口座振替をご利用の方は残高の確認をお願いします。

## 休日在宅歯科医当番医

診療時間	午前9時～正午				
医 療 機 関 名	所 在 地	電 話 番 号	医 療 機 関 名	所 在 地	電 話 番 号
森元歯科クリニック	島原市有明町	68-0017	まっおデンタルクリニック	島原市北門町	65-0233
本多歯科医院	南島原市南有馬町	85-3550	草野歯科医院	南島原市南有馬町	85-3110
松井歯科医院	島原市有明町	68-0011	吉田歯科医院	島原市市町	62-5026
入江歯科医院	南島原市西有家町	82-1717	八木歯科医院	南島原市口之津町	86-3122
清水歯科医院	島原市亀の甲町	63-4848	高城歯科クリニック	島原市先魁町	64-6480
菅歯科医院	南島原市南有馬町	85-2045	みわ歯科	南島原市口之津町	86-4452

## 休日在宅当番薬局(営業時間/午前9時～午後5時)

薬 局 名	所 在 地	電 話 番 号
いちご調剤薬局	国見町	78-5511
ヤマト薬局	南串山町	60-4454
あさひ調剤薬局	国見町	78-1108
ふたは調剤薬局	国見町	61-7117
サン薬局	瑞穂町	77-3938
健康堂薬局みずほ店	瑞穂町	77-4090

\*雲山市以外の休日当番医の情報については、長崎県ホームページ「長崎県救急医療情報システム」または、新聞等で最新情報をご確認ください。

## 子どもに関する電話相談(PHS、IP 電話からはつながりません)

市教育委員会「親子ホットライン」……………☎0120-96-7947  
市福祉事務所「家庭ホットライン」……………☎0120-92-8471  
県教育委員会「24時間子供SOSダイヤル」……………☎0120-0-78310  
県医療政策課「小児救急でんわ相談」(午後6時～午前8時、日祝日全日)☎#8000

## 長崎県男女共同参画推進センター ざらりあ

◆一般相談窓口 ☎095-822-4730  
◆男性相談窓口 ☎095-825-9622  
※一般相談窓口 受付時間 午前9時～午後5時(祝日・年末年始除く) 女性相談員が相談をお受けします。  
※男性相談窓口 受付時間 午後6時～9時 男性相談員が相談をお受けします。

# 福祉のお知らせ

## 視覚障害者生活訓練に参加してみませんか？

雲仙市社会福祉協議会（市委託事業者）では、毎月3回、視覚に障がいのある方を対象に、点字の習得や歩行訓練を行っています。また、ボランティアの方との交流会や施設見学などもあり、日常生活の向上を目標に楽しく訓練を行うことができます。

参加は無料で送迎バスもありますので、お気軽にご参加ください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、中止になる場合があります。

開催日 11月10日(水)、17日(水)、24日(水)

時間 午前10時～午後2時

会場 愛野保健福祉センター

問 雲仙市社会福祉協議会 ☎0957-37-2855  
福祉課 ☎0957-36-2500

## やってみよう! ~ワンポイント手話~

### 今月の手話「犬」



#### 【解説】

#### 「犬」

両手を頭の両横につけて、親指以外の4本の指を前に倒す。

☆犬の耳を表しています。

- ・動物はそれぞれ似たような耳をしていますが、この手話は「犬」を表します。



令和元年度に雲仙市手話言語条例が施行されました。

手話を通じて障がいへの理解を深め、誰もがお互いに尊重し、支え合い、地域社会において安心して暮らすことができる雲仙市を目指します。

## 障害者巡回相談

社会福祉法人南高愛隣会「ブリッジあと」（市委託事業者）は、障がいのある方やその家族を対象に毎月巡回相談を行っています。お気軽にご相談ください。（秘密厳守、予約不要、無料）

開催日 11月8日（月）

時間 午後1時30分～4時

会場 国見総合支所

問 福祉課 ☎0957-36-2500

## 特別障害者手当、障害児福祉手当制度のご案内

この制度は身体または精神に、「著しい重度の障がい」があり、日常生活において常時特別の介護を要する状態にある方に手当を支給する制度です。各手当は、認定請求書に医師の診断書など必要書類を添えて提出いただき、基準を満たしていると決定した場合に支給となります。詳しくは、福祉課までお問い合わせください。

	特別障害者手当	障害児福祉手当
1. 制度内容	20歳以上の在宅の精神または身体に著しく重度の障害がある人で、日常生活において常時特別の介護が必要な人に支給される手当です。	20歳未満の在宅の精神または身体に重度の障害がある児童で、日常生活において常時介護が必要な児童に支給される手当です。
2. 手当月額	27,350円	14,880円
3. 支給月	毎年 5月、8月、11月、2月	
4. 支給・資格制限 右記のいずれかに該当するときは支給されません。	①病院などに継続して3か月を超えて入院するとき ②施設等に入所しているとき ③受給者およびその配偶者、または扶養義務者の所得が一定額以上あるとき	①公的年金等の支給を受けているとき ②施設等に入所しているとき ③受給者およびその扶養義務者の所得が一定額以上あるとき

※上記手当については、毎年「所得状況届」の提出が必要となります。

問 福祉課 ☎0957-36-2500

## 介護予防に努めています！

コロナ禍で活動量が低下する中、心身の活力が低下していませんか？

福祉課では、介護予防教室の休止期間中に看護師による個別訪問を行い、高齢者の状態把握を行いました。週2回の教室に参加していた千々石町の岩永さんは、教室の休止中、自宅でできる太ももの運動などを取り入れていました。月2回の教室に参加していた瑞穂町の小島さんご夫妻は、ラジオ体操など自宅でできることを取り入れて介護予防に努めて頑張っていました！



岩永さん



小島さんご夫妻



ラジオ体操は取り入れやすい運動ですね！

問 福祉課 ☎0957-36-2500

## 雲仙市地域自立支援協議会 子ども支援部会だより

子ども支援部会では、子どもの支援に携わる福祉関係機関が集まり、雲仙市の子どもの成長段階に応じた良い支援ができるよう、ネットワークの形成や資源の充実を図っています。

今回は、雲仙市内で福祉サービスを提供している事業所を紹介します。

### 「多機能型事業所ななつの風」

令和3年4月に吾妻町に開所しました「多機能型事業所ななつの風」です。

「放課後等デイサービス、児童発達支援」共に療育に力を入れ、子育ての不安や悩みごとをご家族と一緒に考え、お子さまの成長を共に見守り育んでいければと、職員一同励んでおります。今後も、相談支援専門員、各関係機関の専門職をはじめ、事業所全体で地域との連携に努めてまいります。また、医療依存度の高いお子さまの受け入れも看護師を配置し、地域の声にこたえていける事業所を目指してまいります。

### 【事業内容と主な活動内容】

#### ①放課後等デイサービス

放課後は、学習見守り・戸外遊び・買い物練習を、長期休暇ではSST（※1）を行うほか、クッキング・買い物実習・お出かけ・季節の行事について、児童主体で企画、準備等を行っています。

（※1）SST…「ソーシャル・スキル・トレーニング（社会生活技能訓練）」のこと。社会の中で対人関係を円滑に運ぶため、生活しやすく作業などを進めることができるようになるトレーニング（知識等の習得・訓練）を行う。

#### ②児童発達支援

中枢から末端への発達の流れを基本に考え、教具を組み合わせたサーキット運動（※2）や個々の能力に合わせた机上課題を行っています。

（※2）サーキット運動…総合的な体力のトレーニング法。いくつかの運動種目を組合せて、繰り返してトレーニングしていく運動方法。

### 【方針】

- ・子どもの意思、人格を尊重した支援サービスの提供に努めます。
- ・子どもの生活能力向上を支援します。
- ・将来、社会との交わりを持てることを目指します。
- ・地域、家庭との結びつきを大切にします。
- ・学校、保険医療および福祉サービスとの連携に努めます。



◀楽しく学べる環境づくりに努めています！

問 多機能型事業所ななつの風(吾妻町阿母名9番地1) ☎0957-73-9500(株式会社こぴっと)



# 子育てとステーション

11月は児童虐待防止推進月間です

189 (いちはやく) 「だれか」 じゃなくて 「あなた」 から

## 児童虐待とは・・・?

### 身体的虐待

なく け たた 殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる など

### 性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

### ネグレクト

家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない など

### 心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV) など



児童虐待かもと思ったら・・・あなたの1本のお電話で救われることもがあります。

\*児童相談所や市の相談窓口にご連絡ください\*

—出産や子育てに関する悩み等も、ご相談ください—

雲仙市家庭ホットライン ☎0120-928-471

雲仙市家庭児童相談室 ☎0957-36-2500



問 子ども支援課 ☎0957-36-2500

## パパママひろばを開催しました!

9月25日、愛野保健福祉センターで「パパママひろば」を開催し、3人の妊婦さんと2人のパパが参加されました。赤ちゃん人形を使ったお風呂のデモンストレーションの見学や、パパたちには妊娠シミュレーターを着用して妊婦体験をしていただきました。

<参加された方の感想>

### パパ感想

- ・いろんな話を聞けて良かったです。
- ・知らないことばかりなので、いろんなことを知ることができて良かったです。特にパパの妊婦体験では、ママの大変さを知り、色々サポートしようと改めて思いました。“手伝う”じゃなく“一緒にしよう”と思うことができました。



### ママ感想

- ・助産師さんに出産・産後の詳しい話を聞くことができたので心構えができました。あと少しのマタニティ生活も健康に気をつけながら過ごしていきたいと思います。
- ・赤ちゃんの抱き方の勉強ができて、いい経験になりました。
- ・パパの妊婦体験をさせてもらえて、自分の今の大変さ、きつさをわかってもらえたかなと思います。

<次回開催日>

日時 11月12日(金) 午後1時15分～4時(受付:午後1時～)

場所 愛野保健福祉センター

持参するもの 母子健康手帳、水分補給用の飲み物

申込期限 11月5日(金)まで

初めて出産を迎える方はもちろん、2人目3人目の方のご参加もお待ちしています。

(妊婦さんだけ、パパだけでの参加もできます。)



申込・問 子ども支援課 ☎0957-36-2500

# 子どものむし歯予防について お口の健康 ～11月8日は『いい歯の日』～

## 雲仙市の幼児のむし歯の状況

令和2年度の1歳6か月児健診と3歳児健診における、むし歯がある子どもの割合は、約1.4%と約17.1%で、年齢が上がるごとに高くなる傾向にあります。

## むし歯を予防する3つの基本

### 1. 食習慣のリズムが大切です

- 3度の食事を中心に、おやつ回数は1日1回を目標に、量と時間を決めて与えましょう！

### 2. 歯を強くする

- 日頃の食生活で強い歯と身体をつくるために欠かせない、カルシウムやリンなどのミネラル成分を豊富に含んだ食べ物（小魚類、レバー、海藻類、牛乳、卵、大豆、野菜など）をバランスよく摂り、歯質のよい、強い歯を作りましょう！
- 年齢に応じたフッ化物の応用で歯の質を強くし、むし歯になりにくい歯にします。

### 3. むし歯菌を減らす

- 歯が生えたら、できるだけ早く歯ブラシに慣れさせるようにしましょう。
- 「食べたらみがく」を習慣づけましょう。
- 歯ブラシによる正しいブラッシングとデンタルフロス（糸ようじ）を使ったフロッシングで、むし歯菌のかたまりであるプラーク（歯垢）を取り除きます。
- 10歳くらいまでは1日1回、夕食後や夜寝る前に仕上げみがきをしてあげてください。



## フッ化物塗布券(無料)のご利用をお勧めします!【対象：生後8か月～4歳児】

利用方法 雲仙市・島原市・南島原市の協力歯科医院にて利用できます。(事前に歯科医院へご予約を!)

有効期間 令和4年3月31日まで(年度内に2回まで) 個人負担 無料

持参するもの フッ化物塗布助成券、母子健康手帳、健康保険証、使用している歯ブラシ

※助成券を紛失された場合は、子ども支援課へお問い合わせください。

問 子ども支援課 ☎0957-36-2500

## 歯周病を予防しよう

### 1. 歯周病とは?

歯と歯肉の隙間にプラーク(細菌の塊)が入ることで、歯肉に炎症を起こします。放っておくと、歯肉炎や歯周炎へ進行して骨(歯槽骨)を溶かし、歯が抜けてしまいます。特に歯周病は、初期には自覚症状が少なく、進行してから気づくことが多いため、歯を失う最大の原因となっています。また、歯周病は全身の健康とも深く関わっていることが分かっています。

### 2. 歯周病が関係するからだの病気

歯周病の原因となる歯周病菌が血流にのって、全身をかけめぐることによって、糖尿病、動脈硬化、狭心症・心筋梗塞、胎児の低体重・早産、認知症、肺炎など、さまざまな病気と関連があります。

### 3. 歯周病を予防するポイント

#### 毎食後の歯みがき

正しいブラッシングで食べかすなどの汚れをきちんとおとすことが、重要です。



#### 定期健診

ブラッシングだけでは落とせない、歯石やプラークの除去など専門家による口腔ケアが有効です。



#### 禁煙

喫煙者は非喫煙者に比べて歯周病にかかりやすく、悪化しやすいことがわかっています。



## ◎お口のチェック健診を受けましょう!

雲仙市では20歳～74歳の方を対象に『お口のチェック健診(歯周病予防健診)』を実施しています。詳しくは、雲仙市健(検)診のお知らせをご覧ください。【令和4年2月28日まで!】



問 健康づくり課 ☎0957-36-2500

## 公共施設の使用料等を改定します

市では、公共施設の研修室や会議室等の使用料等について、次のように基準を定め、令和4年1月1日利用分から改定します。

### ■ 基準

(1時間あたり)

面積	施設使用料	冷暖房使用料
70㎡以下	100円	100円
71㎡以上150㎡以下	200円	200円
151㎡以上(公民館講堂等)	300円	300円
151㎡以上(文化会館ホール)	2,000円	2,000円

(1時間あたり)

施設名	施設使用料	冷暖房使用料
調理室、調理実習室	200円	200円

### ■ 令和4年1月1日から使用料等が改定となる施設

施設名	担当課	施設名	担当課
<b>国見地区</b>		<b>小浜地区</b>	
国見総合支所 別館1階会議室	財産管理課	小浜総合支所 2階第1・第2会議室、3階会議室、旧議場	財産管理課
国見農村環境改善センター	農林課	北野安全・安心ステーション	市民安全課
国見神代地区多目的研修集会施設	農林課	小浜老人福祉センター	福祉課
国見多比良地区馬場集落センター	農林課	小浜北串住民センター	農林課
国見町文化会館	生涯学習課	富津漁民センター	農漁村整備課
神代小路まちなみ交流館	生涯学習課	雲仙やまびこ会館	観光物産課
<b>瑞穂地区</b>		小浜公会堂	観光物産課
瑞穂安全・安心ステーション	市民安全課	小浜町飛子公民館	生涯学習課
瑞穂ヘルシー会館	福祉課	小浜町山嶺公民館	生涯学習課
瑞穂町公民館	生涯学習課	小浜町金浜公民館	生涯学習課
みずほすこやかランドふれあい会館	スポーツ振興課	小浜町北野公民館	生涯学習課
<b>吾妻地区</b>		小浜町木指公民館	生涯学習課
吾妻保健センター	健康づくり課	小浜町南本町公民館	生涯学習課
吾妻就業改善センター	農林課	小浜町小田山公民館	生涯学習課
吾妻町ふるさと会館	生涯学習課	<b>南串山地区</b>	
<b>愛野地区</b>		南串山保健福祉センター	健康づくり課
愛野保健福祉センター	健康づくり課	ハマユリックスホール	生涯学習課
愛野農業研修センター	農林課		
愛野町文化会館	生涯学習課		
<b>千々石地区</b>			
千々石庁舎 3階大会議室・多目的室	財産管理課		
千々石老人福祉センター橋荘	福祉課		
木場ふれあいセンター	福祉課		
千々石保健センター	健康づくり課		
千々石下峰多目的集会所	農林課		
千々石町公民館	生涯学習課		

部屋ごとの詳しい改定内容については、市ホームページをご覧ください。施設窓口または担当課へお問い合わせください。(☎0957-38-3111(代表))

## ■諏訪の池イベント情報

■お手軽バードウォッチング

期日 11月6日(土)、7日(日)、13日(土)、20日(土)、21日(日)、27日(土)、28日(日)

時間 午前10時～午後3時の間  
申込 前日の午後5時までにお電話でお申し込みください。

申込・問 雲仙諏訪の池ビジターセンター  
☎0957(76)5010

## ■雲仙地域づくり補助金活用事業

■母子のクリスマスミニコンサート  
ピアノの音色に癒され、ゆったりと幸せな時間を楽しみましょう。唄いながら子どもと触れ合う、親子のやさしい時間です。

日時 11月23日(火・祝)  
午前10時～11時15分、午後2時～3時15分(各5組ずつ)  
場所 さとう助産院  
参加費 500円

対象者 妊婦・母と子と家族  
■今日はパパが主役！パパの声を聴こう会  
妊娠・出産・子育てについて、父親の視点で自由に話す場を設け、地域の父親同士のつながりを作る会を開催します。

日時 11月13日(土)  
午後1時30分～3時30分  
場所 さとう助産院  
参加費 500円

対象者 パパ・ママ、子育て支援

に関わっている方(10組)

申込・問 佐藤 信子(さとう助産院)  
☎090(5023)4618

※参加を希望する方は必ずお申し込みください。

## ■ポリテクセンター長崎令和3年度1月 受講生募集

訓練科名 機械CAD科/板金・溶接科/電気設備技術科/設備管理科/住宅リフォーム技術科

受講料 無料(テキスト代などは自己負担)

募集期限 12月1日(水)  
選考日 12月8日(水)

問 ポリテクセンター長崎  
☎0957(22)2324  
または最寄りのハローワーク

## ■令和3年度第2回消防設備士試験実施のお知らせ

試験日 令和4年1月30日(日)  
試験地 長崎市

試験の種類 甲種・乙種  
願書の受付期間 書面申請：11月24日(水)～12月3日(金)  
電子申請：11月21日(日)～30日(火)

※試験についての詳細、電子申請についてはホームページをご覧ください。

願書提出先・問 (一財)消防試験研究センター長崎県支部  
☎095(822)5999

## ■「いっしょ遺言の日」講演会の案内

日時 11月15日(月)11時～12時

の「日」午前9時30分～正午

会場 長崎地方法務局諫早支局  
またはオンライン(ZOOM)

内容 自筆証書遺言書保管制度および公正証書遺言  
※完全予約制

申込・問 長崎地方法務局諫早支局  
☎0957(22)0475

## ■国民年金からのお知らせ

11月は「ねんきん月間」  
日本年金機構では、厚生労働省と協力し、公的年金制度に対する理解を深めていただくための取り組みを行っています。

詳しくは、ホームページ「ねんきん月間」ページをご覧ください。  
11月30日(いいみらい)は「年金の日」

「ねんきんネット」では、いつでも自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金見込額について、様々な試算をすることができます。

「ねんきんネット」については日本年金機構のホームページで「確認」いただくか、お問い合わせください。

問 諫早年金事務所  
☎0957(25)1662

## ■長崎県育英会より奨学金の返還について

奨学金の返還金は後輩の新たな奨学金となる重要なものです。奨学金を借りていた方は、期日どおりの返還をお願いします。

住所等の変更や、返還が困難となりそうな場合などは、速やかにご相談ください。

■寄附金をお寄せください！  
皆さまからの寄附は、奨学資金として、奨学金事業のさらなる充実を図って参ります。

温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。

なお、長崎県育英会への寄附金には、税制上の優遇措置が受けられます。

相談・問 (公財)長崎県育英会  
☎095(824)7501

## ■ちょっと勇気を出して「ぴあサポートうんぜん」をのぞいてみませんか！

「ぴあサポートうんぜん」では、発達障害児(者)、ひきこもり、不登校児などのご本人やその家族が互いの悩みを共有するなど、ピアカウンセリングを開催しております。参加費は無料です。

11月開催日・場所  
11月21日(日) 午後1時30分～3時30分 愛の夢未来センター福祉課  
☎0957(36)2500



必ずCHECK!! 使用者も、労働者も。  
**長崎県最低賃金**  
**821円**  
令和3年10月2日発効  
お問い合わせ 長崎労働局賃金室 ☎095-801-0033

## 令和3年度雲仙市戦没者追悼式を開催します

過ぎし日の大戦により、祖国のために尊い犠牲となられた雲仙市出身戦没者の御遺徳を偲び、その御霊に感謝の誠を捧げるとともに、我が国の恒久平和を祈念するため、令和3年度雲仙市戦没者追悼式が開催されます。

なお、今年度の追悼式は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止と参列者の健康・安全を確保するため、昨年度に引き続き例年より規模を縮小し、式典時間も短縮しての開催となります。

日時 11月27日(土) 午前10時開式  
場所 吾妻町ふるさと会館



問 雲仙市戦没者慰霊奉賛会事務局(雲仙市社会福祉協議会内) ☎0957-37-2855

## 令和4年度採用 雲仙市職員を募集します

雲仙市職員採用試験を次のとおり行います。

職 種	採用予定数	受験資格
行政 (大学卒業程度)	若干名	平成2年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人
土木 (大学卒業程度)	若干名	平成2年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人
社会福祉士 (資格免許職)	若干名	昭和60年4月2日以降に生まれた人で、社会福祉士の資格を有する または採用される日までに取得見込みの人
社会人 (学歴は問いません)	若干名	昭和60年4月2日以降に生まれた人で、民間企業等の職務経験年数を平成26年11月1日から令和3年10月31日までの間に通算して5年以上有する人

申込受付期限 11月19日(金)まで 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)

郵送の場合、11月19日までの消印があるものに限り受付

### 申込書請求

人事課または各総合支所で交付します。「申込書」を郵便で請求する場合は、封筒の表に「職員採用試験申込書請求(希望する試験職種)」と朱書きし、120円分の切手を貼ったあて先明記の返信用封筒(A4サイズの用紙を折らずに封入できる封筒)を必ず同封してください。

### 申込方法

「申込書」(社会人試験は職務経歴書が別途有り)に必要な事項を記入し、6か月以内に撮影した写真を貼付のうえ、人事課または各総合支所へ提出し、受験票を受け取ってください。

また、申込みを郵送でされる人は「試験申込」と朱書きし、人事課あてに簡易書留にて送付してください。その場合、申込書の「郵便はがき」にあて先を明記し、63円切手を必ず貼ってください。

第一次試験 日時：12月12日(日) 場所：雲仙市役所

問 人事課 ☎0957-38-3111

## 未来に伝えよう文化財

埋蔵文化財の包蔵地(遺跡内)で開発事業を行う場合や、特別名勝温泉岳など、指定文化財の現状を変更する場合は届出や許可が必要となります。早めに相談や手続きをお願いします。

### ○埋蔵文化財

市内の地中には、たくさんの古代遺跡(埋蔵文化財包蔵地)が眠っています。

遺跡のある土地で開発事業や住宅の建設を行なう場合は、文化財保護法に基づく教育委員会への届出が必要です。工事や開発事業を計画される場合は、事前に遺跡の有無や範囲を雲仙市教育委員会に確認してください。

### ○史跡名勝天然記念物

市内には特別名勝温泉岳をはじめとした、史跡名勝天然記念物があります。

史跡名勝天然記念物の指定区域内で工事等を行う場合は、雲仙市教育委員会や文化庁長官の許可が必要な場合があります。許可までに期間を要しますので、早めに相談および申請をお願いします。

### ○伝統的建造物群保存地区

国見町神代小路地区は国の重要伝統的建造物群保存地区の選定を受けています。

保存地区内で、外観の景観を変更する行為を行う場合は、現状変更申請が必要です。



↑市内指定文化財  
はこちら

問 生涯学習課 ☎0957-37-3113

**住 休 営**  
10時～18時  
毎週土曜・お盆年末年始  
長崎県雲仙市国見町  
土黒甲83-2

**保険クリニック**  
雲仙国見店  
☎0120-309-929

**保険の見直し・相談**

保険のことなら何でも答え  
てくれる相談窓口で、何度  
相談しても一切  
料金がかかりま  
せん。まずは、  
「広報うんぜん  
を見た」と言っ  
て電話予約を。

募集代理店：有限会社さんき

- 1. 不動産登記 / 相続、贈与、売買、抵当権設定等
- 1. 商業登記 / 会社設立、役員変更等
- 1. 成年後見人申立、農地法申請手続

・相続登記はお済み  
ですか？  
・遺言は書かなくて  
大丈夫ですか？  
お気軽にご相談  
ください

司法書士／行政書士  
ひらのやすまる  
**平野康麿事務所**

雲仙市小浜町北野1055番地  
TEL 0957-74-5512  
E-mail:hirano\_55@yahoo.co.jp

「広告

## 雲仙仁田峠の紅葉シーズン到来

秋が深まってくると、山の木々の葉っぱが赤や黄色に色づきます。想像してみてください。澄み切った秋の大空の下、木々を吹き抜ける心地よい風の中を歩くピクニックを。自然の中で食べるお昼ごはんの美味しさは格別ですよね。レジャーシートを広げるのにピッタリな場所が、雲仙にはたくさんあります。10月下旬から11月上旬に雲仙の仁田峠に上ると、山々に広がる見事な紅葉を楽しむことができます。

さて、そんな美しい紅葉ですが、なぜ、「赤」と「黄色」があるのかご存じですか？たとえばイチョウの葉。緑色だったのが、だんだん黄色になっていきます。イチョウの葉の中にはもともと「クロロフィル」という緑色の色素と「カロテノイド」という黄色の色素が含まれています。このクロロフィルは、秋になり気温が下がってくると分解されて量が減り、隠れていたカロテノイドの黄色が目立ってきます。これが、イチョウが黄色くなるメカニズムです。

では、カエデなどが赤くなるのはどうしてでしょうか？気温が下がってくると、樹木は葉から水分が蒸発しないように葉の付け根を締めて、木の幹と葉との養分の行き来を断ち切ろうとします。すると、葉の中の糖分とアミノ酸がくっついて「アントシアニン」という赤い色素が合成されるのです。

緑色の色素が減り、赤色の色素が増える。それでカエデは赤くなるんです。

標高約 1,000mの仁田峠周辺は、紅葉するカエデやヤマボウシなどの「落葉樹」だけでなく、一年中緑の葉をつけているモミやツガなどの「常緑樹」も生えています。雲仙火山がつくりだした絶妙な自然環境が、私たちに赤、黄、緑に彩られた美しい景色を見せてくれているのです。

この記事を読んだあなた。雲仙に出かけてみませんか？



問 島原半島ジオパーク協議会 ☎0957-65-5540

### 雲仙市

# ごみ減量チャレンジ 第12回

雲仙市では、1人が1日に出すごみの量を **850グラム**まで減らすことを目標としています（令和元年度1人当たり983グラム）。この目標達成のためには、一人ひとりが「ごみ問題」を意識し、環境に配慮した生活や行動をすることが求められます。市民の皆さまのご協力を、よろしくお願いいたします。

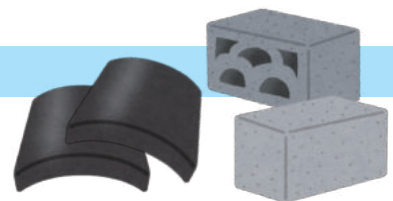
## ●減らさんば! 修理できるものは修理して使いましょう!

家で使っているものが壊れたらどうしますか?ごみとして出していますか?修理して使っていますか?

修理するより、新品を買った方が安くすむことがあるかもしれませんが、修理してできるだけ大切に長く使いましょう。使い捨て消費を見直しましょう!

## ●分けんば! 瓦やがれきは収集しません。

家庭からの瓦やがれきは収集しません。  
専門の業者にご相談ください。



問 環境政策課 ☎0957-38-3111

# 11月12日～25日は、女性に対する暴力をなくす運動週間です。

女性の約4人に1人は配偶者から暴力（身体的、精神的、性的暴力など）の被害を受けたことがあるという調査結果があります。（※内閣府による令和2年全国調査）

どんな理由でも、DV（配偶者や恋人間の暴力）は許されません!!

- DV被害に悩んでいる方を見かけたら、相談先を教えてください。
- DV被害に悩んでいる方は、がまんしないで、まずは誰かに相談しましょう。



11月30日まで、雲仙市図書館と愛野図書館で女性への暴力根絶の象徴であるパープルリボンツリーなどを設置しています。

# はぴねす通信

男女が互いを認め合い、尊重し、協力し合うまち

雲仙市



問 男女共同参画センター  
(地域づくり推進課内)  
☎0957-38-3111

## 一人で悩まず、相談してみませんか。

相談窓口	電話番号・相談時間	相談窓口	電話番号・相談時間
DV相談ナビダイヤル	#8008 (相談時間は各機関による)	女性ほっとライン (NPO法人DV防止 ながさきによる相談窓 口)	095-832-8484 (月・水/午後1時～5時・7時～9時、 土/午後1時～5時)
DV相談プラス (外国語も可、24時間)	0120-279-889 メール、チャットも可→	県警本部ストーカー・ DV相談	080-2794-8022 (火/午後5時～8時)
性犯罪・性暴力被害 者のためのワンストップ 支援センター	#8891 (月～金/午前9時30分～午後5時)	雲仙警察署	095-820-0110 #9110 (全国共通番号)
長崎配偶者暴力相談 支援センター	095-846-0560 095-846-0565 (月～金/午前9時～午後5時45分)		0957-75-0110

## くらしの情報通信

Case 55

今月のテーマ

消費生活センター ☎0957-38-7830

困ったときは消費生活センターへすぐ相談!

## 『ワンクリック請求の被害に注意!』

### 事例

スマートフォンでアダルトサイトを検索し、無料という広告があったのでタップして動画を見たところ、いきなり「登録完了」となり40万円を支払うようにとの請求画面が表示された。支払う必要があるか。

### ワンクリック請求とは

ワンクリック請求は、登録完了画面等を表示することで契約が成立したと思わせて、サイト利用料等の名目でお金を支払わせる手口のことです。

### 請求画面が表示されたら

画面上に契約成立となる旨の表示がない場合は、契約が成立していない可能性ががあります。

また、インターネット上の契約では、契約が成立する前の画面で契約内容を確認できるようにしていないなど、事業者が申し込み内容の確認を求める措置を講じていない場合、消費者は勘

違いによる契約の取り消しを主張することができません。料金を請求されても支払う必要はありません。

なお、サイトへ接続しただけでは、個人を特定する情報が相手に知られることはありません。慌てて相手に連絡してしまつと、新たに個人情報を知られかねません。請求には応じず放置しましょう。

### 請求画面が消えない場合は

まずは、スマートフォンの画面を閉じ、閲覧履歴を削除することを試みましょう。パソコンの場合も同様に画面を閉じましょう。

請求画面が消えない場合の詳細は、IPA(独立行政法人情報処理推進機構)のホームページ「ワンクリック請求被害への対策」を参照してください。

困ったときには、すぐに雲仙市消費生活センター(☎0957(38)7830)にご相談ください。



## 全国一斉 「女性の人権ホットライン」強化週間

女性をめぐる様々な人権問題の解決を図るため、専用電話「女性の人権ホットライン」を開設しています。強化週間中は、平日午後7時まで、土・日は午後5時まで電話相談に応じます。

「夫、パートナーから暴力(言葉の暴力を含む)を受けている」「職場でいじめやセクハラを受けている」「ストーカー行為を受けている」など、ひとりで悩まずご相談ください。

期間 11月12日(金)～18日(木)  
 受付時間 午前8時30分～午後7時  
 ※土・日は午前10時～午後5時  
 電話番号 **0570-070-810** (全国共通)  
 ※IP電話からは接続不可。



問 長崎地方法務局 ☎095-820-5982

## 特設人権相談所を開設します

12月4日(土)～10日(金)までは「第73回人権週間」です。

下記のとおり特設人権相談所を開設いたしますので、人権に関するトラブルや心配ごとなどを人権擁護委員に相談してみませんか。

相談は無料で、秘密は厳守されます。お気軽にご相談ください。

開設日時

12月2日(木) 午前10時～午後3時

開設場所

国見町文化会館まほろば、瑞穂町公民館、吾妻町ふるさと会館、愛の夢未来センター、千々石保健センター、小浜老人福祉センター、南串山総合支所2階

問 地域づくり推進課 ☎0957-38-3111

## 就学援助事業(新入学用品費)の 入学前支給について

経済的理由でお困りの保護者の皆さまに、新入学用品(ランドセル・カバン・通学用服・上履き・通学用靴・雨靴・雨傘・帽子等)の購入にかかる経費の一部の援助を行います。※認定には審査があります。

援助費 ・令和4年度小学校入学予定者…51,060円  
 ・令和4年度中学校入学予定者…60,000円

提出書類

「就学援助申請書」のほか申請理由に係る書類の写しなどが必要です。申請書は、学校教育課や生涯学習課各駐在に備え付けてあります。雲仙市ホームページからも申請書をダウンロードできます。

提出場所 学校教育課または生涯学習課各駐在

提出期限 12月28日(火)まで

問 学校教育課 ☎0957-37-3113

## プリズンサークル 映画「PRISON CIRCLE」 上映会開催

令和3年度長崎県届ける人権啓発事業・第22回島原半島地区人権教育研究大会として開催します。

映画「PRISON CIRCLE」は、官民協働の新しい刑務所「島根あさひ社会復帰促進センター」の受刑者に2年間密着したドキュメンタリー映画です。

日時 11月25日(木)

開会 午後1時30分～(受付:午後1時～)

上映:午後1時45分～(136分)

場所 愛の夢未来センター

入場無料  
申込不要

※新型コロナウイルス感染症状況によっては中止になる場合もありますので、ご了承ください。

問 島原半島地区人権教育研究会 ☎0957-73-6710  
 (深江中学校)

部落解放同盟長崎県連合会 ☎095-845-4145

「広告

## 結婚相談室なごみ

0957-78-5425

雲仙市国見町

親御さんからの相談も増えていきます  
訪問相談もお受けします

※入会の場合には、料金が発生します

結婚相談室なごみ

検索

ご相談  
無料

## 有明しまばら法律事務所

長崎県弁護士会所属 弁護士 大田 真和

- 取扱分野 借金問題、離婚、養育費、相続、成年後見、交通事故、労働、不動産、犯罪被害者支援、事業者関係など全般。
- 相談 初回相談は無料です。相談は土日・夜間も可能です。
- 依頼費用 分割払いなどの取扱有り。ホームページに詳細記載。
- 相談予約 お電話にてお気軽にお問い合わせください。

ひとりで悩まずに  
お気軽にご予約ください。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)



みなさんこんにちは!「協力隊でなんしょっ?」という声を聞き、協力隊通信として隊員の活動をお知らせしていきたいと思います。

農家さんの会議は、日中の仕事が終わった後の夕方から夜に行われることが多いです。雲仙市に来たばかりの頃は、方言が飛び交う会議に全くついていけませんでしたが。雲仙市に来て2年と2か月、ようやく大体の言葉がわかるようになりました。(それでもまだ分からないときがあります!) 私が参加する会議は、集落やそこの農業の未来について話し合う会議です。主に山あいの集落での話し合いでは、どこも集落の存続に頭を悩ませています。よそから来た自分にできることは非常に限られていますが、「水がきれい」「景色がいい」「人が温かい」などの、地元の人にとっては当たり前の出来事に感動する事ができます。都会では上記のことは当たり前ではないからです。いつか、「当たり前の出来事」を求める人が雲仙市にやって来たとき、少しでも集落と人のつながりを結びお手伝いができればと思いながら参加しています。

雲仙市に来たばかりのときは、地名の呼び方にとても戸惑いました。職員の方に笑いながら教えてもらった記憶があります。聞きなれない地名の響きを聞くと由来が気になるのですが、分かるときもあれば分からないときもあり、とても面白いです。

まだまだ知らないところが多く、巡れば色々な地名に出会えると思うとワクワクします。

雲仙市地域おこし協力隊 集落営農支援員(農林課) 堀口治香  
問 農林課 ☎0957-38-3111



景色や方言などを投稿中!

雲仙市地域おこし協力隊 Facebook

検索

子どもの心に  
ふんわり届けよう!

## 「雲仙市家庭教育7か条」ぽかぽかフォトスナップ

雲仙市家庭教育7か条を実践するご家庭の写真や思いを紹介します!

### 第1条 命の尊さ「あなたは私の宝物」

世界に1つだけ 私の命 あなたの命。命はひとつです。

命を大切にすることを育てましょう

撮影協力者：奥村 紘子さん(小浜町)

「命」って、ただ呼吸しているだけのものではなく、置物のようにただそこにあるだけというものでもありません。

代えのきかない「唯一無二の存在」です。

それが、「たったひとつの命」ということだと思います。

あなたの命は、あなたそのものです。

あなたが、誰かにとっての大切な存在であるということ、それは、あなたが思っている以上にたくさんいるんだということ、忘れないでいてほしいです。



家庭、学校、そして地域全体で子どもたちに「ぽかぽかことば」を届け、雲仙市の優しさの「輪」を広げましょう!

📷 ぽかぽかフォトスナップ撮影に協力いただけるご家庭を募集中! 詳しくは生涯学習課(☎0957-37-3113)まで



シロアリ駆除

創業昭和 四年

## 松尾白蟻

☎ 南島原市加津佐町 0957-87-5112  
雲仙市小浜町飛子 0957-74-9865

雲仙市・愛野町

## 無料法律相談

交通事故 保険関係 相続関係 家庭問題(離婚・親権・養育費)  
刑事事件 借金問題 労働問題 不動産関係(境界線トラブルなど)

予約制 愛野保健福祉センターにて無料法律相談を  
月1回(土曜日)開催中 ※開催日時についてはお問い合わせください

松尾家臣法律事務所 ☎092-731-2051  
弁護士 松尾 家臣 愛野町出身/昭和31年 諫早高校卒業 (受付平日17時30分まで)  
メールでのお問い合わせは → matsuo201503@gmail.com

広告

# 教えて市長！

このコーナーは毎回テーマに沿った市長インタビューを掲載します。

## ○テーマ「防災対策」

—近年は大雨や台風など自然災害が増加傾向にあります。今年8月の豪雨では雲仙地区で3人が犠牲となり、1人が重傷を負う被害が発生しました。

**金澤秀三郎市長** 8月豪雨では降り始めからの9日間で、降水量は8月の平年値の4倍以上となる約1290mmを記録しました。市内全域でも倒木や護岸の崩壊など約220件の被害が発生。自然災害は発生件数もですが、被害規模も年々大きくなっていると感じています。

—雲仙市内の危険箇所の数は。

**市長** 土石流や地滑りの恐れがある土砂災害警戒区域等に指定されている場所は市内に662か所あります。山肌の斜面地などが多く、そういった場所が主に指定されています。それ以外にも川沿い

や沿岸部では浸水想定区域もあります。

—大雨や地震など災害の種類によって対応は変わると思うが。

**市長** まずは市の防災マップやハザードマップで、ご自身が住む地区にどんなリスクがあるのかを把握してもらうことが重要だと考えています。その上で、行政としては、台風など災害の予兆があった際には、明るいうちから避難所を開設するなど、空振りを恐れずに



災害箇所を視察する金澤市長  
=2021年8月

市民の安全を第一に対応していきます。

—防災意識の向上のために市で取り組んでいることは。

**市長** 各地区で自主防災組織の結成促進に取り組んでいます。避難訓練をする際には助成をしたり、出前講座をしたりして啓発を図っています。

—避難情報のガイドラインが5月に改定された。

**市長** 従来の「避難準備」「避難勧告」などが「避難指示」に一本化されました。迅速な避難誘導に努めますが、市民の皆さまには、普段から避難経路や避難場所を確認しておくなどの備えをお願いします。「自分の地域はみんなを守る」という意識を共有しながら、防災に強いまちづくりを進めていきます。

## こちら〇〇課

## 「危機管理課」ってどんな部署？



紹介してくれる人

くまざき たくみ

**熊崎 拓己さん**(入庁1年目)

自己PR: 思いやりのある性格だと  
思います。怒ったら無口になりがち。

### 業務内容

- 地域防災計画やハザードマップの作成および見直し
- 防災行政無線等の管理
- 非常食、毛布等の備蓄管理
- 自主防災組織の育成



### 今の課題

コロナ禍での避難所開設について、感染症対策もしながらの運営になるため、運営方法の見直しを進めています。



### ひとこと

災害はいつどこで発生するか分かりません。「備えあれば憂いなし」、もしものときに備えることが大切です。市民の安全安心を守るため、全力で業務にあたります。

「広告



**こども食堂** in 浜観ホテル  
(小浜町北本町 1681)

**11月28日(日) ひる 11時半~1時半**

**こども** (中学生まで): **むりょう!**

保護者の方がお食事される場合: 100円  
(問) ジスコホテル: 0957-27-1112

毎月、最終日曜日に開催します!

ジスコ子ども支援の  
LINE やってます! ▶



# 雲仙市イベント情報

## フィジカルコメディ舞台「ケッチスケッチ」開催！

雲仙ふるさと大使「ケッチ」さん（元が〜まるちよば）による初のソロ舞台。世界レベルのエンターテインメントをぜひ、まほろばでお楽しみください！

**日時** 11月21日(日) ※上演時間 約70分間  
**各回定員** 200名

**開演** ①午後0時30分開演  
 ②午後3時30分開演  
**場所** 国見町文化会館(まほろば) 多目的ホール

**チケット** 一般：5,000円  
 全席指定 子ども：3,000円 ※4歳以上～大学・専門学校生（社会人学生除く）  
 （「チケットぴあ」にて発売）

※4歳未満入場不可。 ※売り切れ次第受付終了となります。  
 ※学生の方は、必ず学生証をご提示ください。（お持ちでない方はご入場いただけない場合もあります。）

**主催** エヌケースリードリームプロ  
**後援** 雲仙市教育委員会



**問** エヌケースリードリームプロ ☎0957-42-4118  
 (平日 午後1時～5時)

### 雲仙市子どもミニミニ鑑賞会「ふるさと人形劇フェスタ」♪

**日時** 12月18日(土) ①午後1時30分開演  
 ②午後4時 開演  
 11月16日(火) 午前10時～ 申込み開始

**場所** 吾妻町ふるさと会館 多目的ホール  
**入場料** 無料 定員60名(4歳未満は膝上鑑賞可) 事前申込制で整理券が必要。

**出演** 人形劇キャロット劇団  
**申込取扱** ①各窓口・電話にて受付(平日午前10時～午後5時)

- 国見町文化会館(まほろば) 0957-78-3977
- 吾妻町ふるさと会館 0957-38-3108
- 愛の夢未来センター 0957-36-0616
- ハマユリックスホール 0957-88-3305
- 生涯学習課 0957-37-3113



②二次元コード読み取り(申込フォーム)にて受付  
 ※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、公演が中止となる場合があります。

**主催** 雲仙市文化会館自主文化事業振興会  
**問** 生涯学習課 ☎0957-37-3113

### おもちゃ病院 i n 雲仙市 おもちゃドクターが やってくる！

壊れたおもちゃを、原則無料でおもちゃドクターが診察、修理します。  
 (※部品代等の実費負担あり)

**日時** 12月3日(金)  
 午前10時～午後4時  
 (受付は午後3時まで)

**場所** 吾妻町ふるさと会館2階研修室1  
**講師** 深江 衛氏ほか、いさはやおもちゃ病院おもちゃドクター  
**持参品** 直してもらいたいおもちゃ

※事前申し込みの必要はありません。当日受付となりますので、おもちゃを持って会場にお越しください。  
 ※直らないものや取り扱いができないものもあります。修理に時間がかかる場合は、後日お渡しすることもあります。

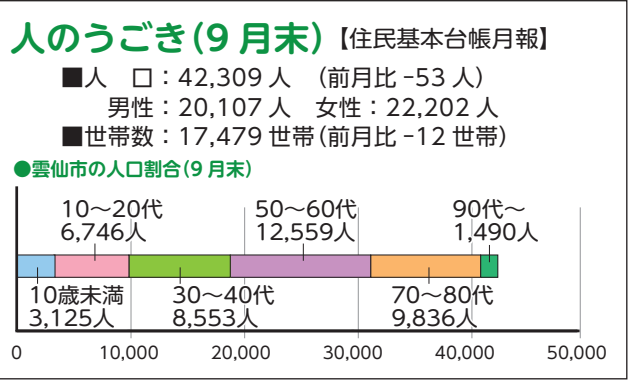
**問** 生涯学習課吾妻駐在 ☎0957-38-3108

### 「雲仙市産業まつり」は中止します

12月に開催を予定しておりました「令和3年度雲仙市産業まつり」につきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止することを決定いたしました。

本イベントを楽しみにしていただいております皆さまには大変ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

**問** 雲仙市産業まつり実行委員会事務局(観光物産課内) ☎0957-38-3111



### 表紙写真大募集!!

「広報うんぜん」では、表紙写真を募集しています。応募方法や募集要項は市ホームページをご覧ください。  
 12月号は11月12日(金)が締め切りです。  
 表紙写真に採用された場合、3,000円分のQUOカードを贈呈します。



**問** 政策企画課 ☎0957-38-3111

●この印刷物は、環境に配慮したインキで印刷されています。