

# UNZEN うんぜん



## 今月の表紙

小山薫堂さん、織作峰子さん、ハービー・山口さんが雲仙市内で写真対決！3人の写真と軽快なトークに、会場は大いに盛り上がりました。【詳細はP2～3】

## 今月の主な内容

- 「東京会議 写真対決 in 雲仙」公開収録 ..... P. 2～3
- 一般会計決算の内容を報告します ..... P. 4～5
- 秋～冬のイベント ..... P. 7
- 地域のヒーロー、消防団紹介！ ..... P. 23
- 力作待っています「市展作品募集」 ..... P. 32



東京会議  
写真部

# 小山薫堂 東京会議 写真対決 in 雲仙

## お披露目の儀



やまぐち  
ハービー・山口さん

1950年、東京都出身。写真家。1973年にロンドンに渡り、パンクロック全盛期の生きたロンドンを撮影。帰国後、福山雅治などアーティストを撮り続ける。



おりやく みねこ  
織作 峰子さん

1960年、石川県出身。写真家。ミス・ユニバースに日本代表として出場。その後、写真家に転身。大阪芸術大写真学科長を務める。



こやま くんどう  
小山 薫堂さん

1964年、熊本県天草市出身。放送作家、脚本家。映画「おくりびと」で日本アカデミー賞脚本賞を受賞。熊本のゆるキャラ「くまモン」をプロデュース。



### 「小山薫堂 東京会議」って？

BSフジで毎週土曜深夜に放送中。「物事は形になる前のアイデア会議が一番面白い」をコンセプトに、小山さんがゲストとともに開く会議をそのまま放送する番組。金澤市長と雲仙観光局の山下浩一代表理事が出演して「雲仙市を盛り上げてほしい」と依頼、写真対決が実現した。

9月27日、BSフジ「小山薫堂 東京会議 写真対決 in 雲仙 お披露目の儀」の公開収録が愛の夢未来センターでありました。市内外から約220人が参加し、出演者3人の軽快なトークを楽しみました。

写真対決に挑んだのは、放送作家で同番組の進行役である小山薫堂さん、写真家のハービー・山口さん、欠場した松任谷正隆さんの代理で、写真家の織作峰子さんの3人。それぞれが雲仙市内を別々のルートでめぐり、漁港や温泉街、棚田、カーネーション畑のほか、飲食店などで「雲仙市の魅力」を撮影しました。



県立小浜高校の2年生24人がハービー・山口さんのロケに参加しました。同校は総合的な探究学習の一環で、地元を撮影するなど魅力探しに取り組んでいます。プロの撮影技術を学ぼうと、今回のコラボが実現しました。

生徒はハービーさんから写真を撮る時のコツなどを学び、お返しに小浜の魅力を紹介。同校2年の宅島壮峰さんは「希望に満ちた目で撮ると(相手も)いい顔になることを学んだ」と満足そうでした。



公開収録では、3人がそれぞれ10枚ずつ勝負写真を選んで、観客にモニターでお披露目。小山さんは古部駅(瑞穂町)の夕暮れを狙った1枚のほか、おたつしやん湯(川脇浜共同温泉、小浜町)への思いを力説。「泉質だけじゃない、とにかく空気感が最高」と話しました。

ハービーさんは、小浜温泉街を中心に撮影。「移住者など若い世代が溶け込んでいるまち。それを迎える住民の心地よさが撮れた」と述べ、「常に写す人の幸せを願いながら撮る」と、撮影のコツも披露しました。

織作さんは、松任谷さんの代打で急きょ駆け付けましたが「普賢岳をみんなが敬っていて、大自然とそこで育った野菜のおいしさに感動。こんな代打ならいつでも歓迎」と笑顔を見せました。

3人はこれぞという1枚をそれぞれ選び、会場の拍手の大きさを優勝者を決定しました。最後は好勝負を演じた3人にひととき大きな拍手が送られ、収録は幕を閉じました。

### 3人が撮影した写真を一部紹介します



### 優勝は誰の手に？

公開収録の様子と写真対決の結果は下記の日程で放送されます。

B S フジ「小山薫堂 東京会議」(土曜24時~24時30分)

11月11日(土) 前編

11月25日(土) 中編

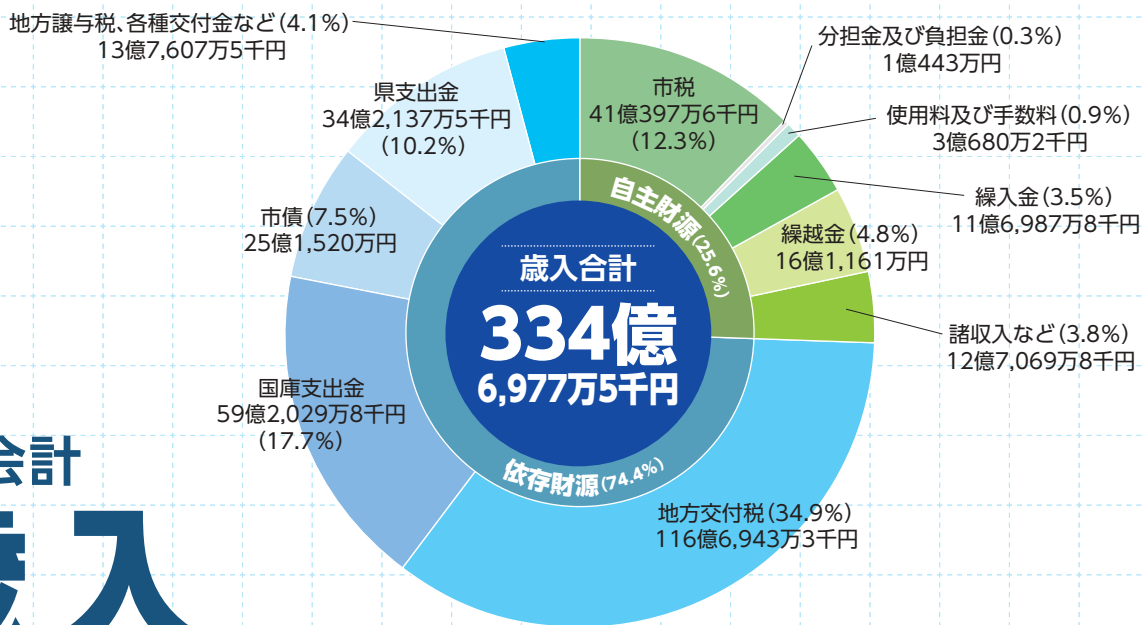
12月 9日(土) 後編

いずれの回も翌週同時時間に再放送あり。



# 一般会計 歳入

前年度より34億3,742万2千円減



一般会計における歳入決算額は、334億6,977万5千円です。令和3年度の決算額と比較すると、国庫支出金や市債の減などにより、全体で34億3,742万2千円(9.3%)の減となっています。

歳入の構成比をしてみると、自主財源(※1)は、歳入全体のうち25.6%にとどまり、依存財源(※2)が全体の74.4%と、割合が大きい状況です。

※1 自主財源

市税をはじめ、市が独自に収入できるお金

※2 依存財源

国や県からもらうお金や借金によってまかなうお金

# 決算

## 令和4年度決算報告

昨年度、市民1人あたりに使われたお金は、**77万2,445円**でした。

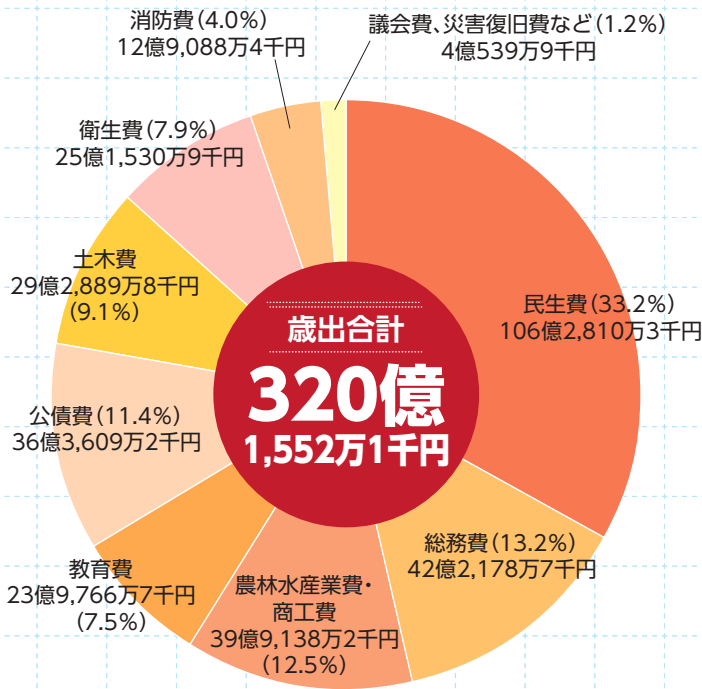
(一般会計のみ)

※令和5年3月末人口：41,447人から算出

問 財政課 ☎0957-47-7781

## 一般会計と特別会計

会計区分	歳入	歳出
一般会計	334億6,977万5千円	320億1,552万1千円
国民健康保険特別会計	68億8,548万7千円	67億1,984万3千円
後期高齢者医療特別会計	5億6,560万円	5億6,108万7千円
国民宿舎事業特別会計	4,185万6千円	3,536万円
温泉浴場事業特別会計	1,086万9千円	991万円
企業誘致用地整備事業特別会計	3億418万3千円	2億5,268万1千円
合計	412億7,777万円	395億9,440万2千円



# 一般会計 歳出

前年度より32億8,006万6千円減

## 市の貯金と借金

(令和4年度末現在)

### 貯金(基金残高)

220億7,104万7千円

### 借金(市債残高)

225億9,329万4千円

一般会計における歳出決算額は、320億1,552万1千円です。令和3年度の決算額と比較すると、民生費や教育費の減などにより、全体で32億8,006万6千円(9.3%)の減となっています。

### 各費目の使われ方

- 民生費：保育施設などへの給付、高齢者・障害者支援など
- 総務費：自治会活動支援、移住・定住促進など
- 農林水産業費・商工費：農道や用水路の整備、基盤整備、後継者育成など
- 教育費：小中学校やホール、スポーツ施設の運営・管理など
- 公債費：元金や利子の償還金
- 土木費：道路の整備・維持、市営住宅の管理など
- 衛生費：健康診断、ごみ・し尿処理、予防接種など
- 消防費：消防署運営費の負担、消防団の活動費など
- 議会費、災害復旧費など：議会運営や災害復旧など

## 企業会計

### 【水道事業会計】

収入		
収益的収入		10億523万5千円
資本的収入		8,857万8千円
支出		
収益的支出		8億8,670万5千円
資本的支出		4億7,302万3千円

### 【下水道事業会計】

収入		
収益的収入		12億1,484万6千円
資本的収入		1,376万円
支出		
収益的支出		10億6,330万6千円
資本的支出		4億3,118万8千円

資本的収入が資本的支出に対し不足する額は、損益勘定留保資金などで補てんしました。

## 令和4年度 国民健康保険 特別会計決算状況

国民健康保険(国保)では、市の一般会計とは別に独立した「国民健康保険事業特別会計」を設け、運営しています。加入者皆さまが負担する国保税を医療費の支払いに充てるなど「相互扶助」で成り立っています。

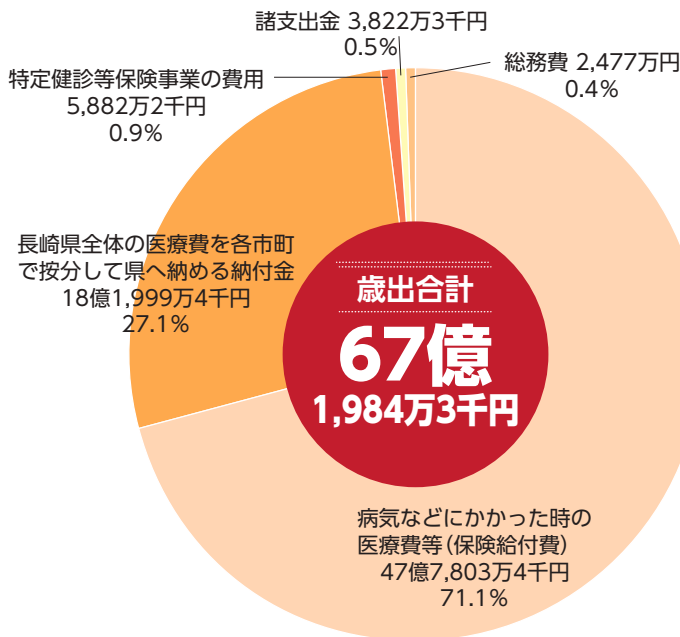
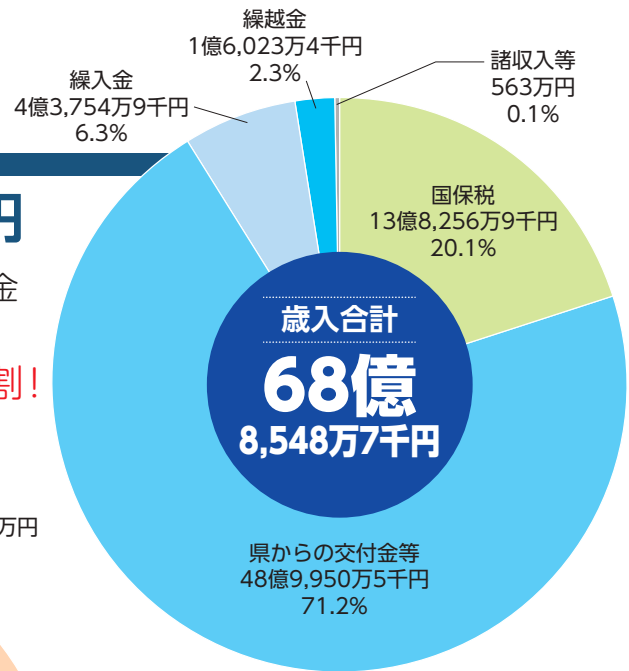
今回は、令和4年度の国保事業について、加入している被保険者数や1人あたりの総医療費を踏まえ、決算状況を紹介します。

### 歳入

**68億8,548万7千円**

▶7割以上を交付金や一般会計繰入金などが占めています。

国保税収は収入全体の2割!



### 歳出

**67億1,984万3千円**

◀全体の7割以上を医療費などの給付である保険給付費が占めています。

### 皆さまの健康が、医療費削減にもつながります

医療費や介護費の増加は、将来的な保険税の上昇や自己負担割合の拡大へつながり、被保険者の皆さまの負担を増やす恐れがあります。一人ひとりが健康に関心を持ち、特定健診なども活用しながら、健康づくりに取り組みましょう。

#### 被保険者数と世帯数(令和4年度平均)

被保険者数	12,857人	……①
世帯数	7,067世帯	

#### 令和4年度総医療費(10割)

55億9,867万635円 ……………②

#### 1人当たり総医療費

43万5,457円 ……………②÷①

※総医療費には、病院や診療所での医療費やコルセットなどの補装具代、柔道整復師、針灸・マッサージなども含む



## 日本の芸能 ～ 鼓 舞 ～

日本の芸能 第2弾!!  
 鼓舞をテーマに鹿児島県霧島市の「天孫降臨霧島九面太鼓」のほか、県内の芸能団体による「日本の芸能～鼓舞～」を開催します。ぜひご来場ください!

**令和6年1月14日(日)**

午後2時～  
 (午後1時30分開場)  
 ハマユリックスホール

入場料 (全席自由席)

- 一般：1,000円
- 子ども：500円  
 (4歳以上～高校生以下)

チケット発売日

11月21日(火)

申込取扱

- ①各窓口にて受付  
 (午前10時～午後5時)
- ・国見町文化会館(まほろば)  
 (火曜～土曜)
  - ・瑞穂町公民館(平日)
  - ・吾妻町ふるさと会館(平日)
  - ・愛の夢未来センター(平日)
  - ・生涯学習課小浜駐在(平日)
  - ・ハマユリックスホール  
 (火曜～土曜)
  - ・生涯学習課(千々石庁舎2階)  
 (平日)

②ローソンチケット  
 Lコード:82880

問(主催)  
 雲仙市文化会館自主文化事業  
 振興会(事務局:生涯学習課)  
 ☎0957-47-7864

## 第17回 雲仙市民芸術祭

市内の音楽家、舞台芸術家がステージで輝く、年に1度の芸術の祭典!さまざまなジャンルの歌や踊り、演奏を気軽に楽しんで、素敵な1日をお過ごしください。

\*入場無料/申込不要

**12月10日(日)**

午後1時～  
 国見町文化会館(まほろば)



問  
 雲仙市民芸術祭実行委員会  
 (事務局:生涯学習課)  
 ☎0957-47-7864

## 長崎県警察音楽隊 ふれあいコンサート

長崎県警察音楽隊・カラーガード隊によるコンサートを開催します。ゲストに雲仙ジュニアブラス、小浜高校吹奏楽部が出演!この日限りのスペシャルコラボをお楽しみください。

\*入場無料/申込不要

**12月16日(土)**

午後2時～  
 (午後1時開場)  
 愛の夢未来センター

問(主催)  
 雲仙市文化会館自主文化事業  
 振興会(事務局:生涯学習課)  
 ☎0957-47-7864

## 第18回 雲仙市少年の主張大会

市内の小・中学生14人の弁士が日頃の生活で感じていること、考えていること、社会や未来への希望や提言を発表します。小・中学生らしい真摯な思いを、ぜひお聞きください。

**12月2日(土)**

午後1時～4時  
 国見町文化会館(まほろば)

問(主催)  
 雲仙市青少年・子ども育成会議  
 (事務局:生涯学習課)  
 ☎0957-47-7864

## 島原半島 三市合同婚活イベント かんざらし de 恋して!

**12月9日(土)**

午後1時～5時30分

集合場所

島原市役所 2A会議室  
 (島原市上の町537)

定員 男女各20人(合計40人)

対象 34歳までの独身男女

参加費 2,000円

(体験イベント・ドリンク代込み)

持参品 本人確認のできるもの  
 (運転免許証など)、筆記用具

申込期限 11月19日(日)

主催/長崎県婚活サポートセンター・雲仙市・島原市・南島原市  
 問・申  
 長崎県婚活サポートセンター  
 あいたか☎095-893-8860  
 お申し込みは二次元  
 コードからお願いし  
 ます。



## 飼い主がいない猫にエサを与えないでください

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

### ◆飼い主がいない猫（野良猫）の苦情が多く寄せられています

- ・近所に野良猫が増えて困っている。
- ・敷地内、道路の脇などに糞尿をされ、悪臭もあり困っている。
- ・小屋に子猫がいるので引き取ってほしい。など…

### ◆猫が地域の嫌われ者にならないために

元気に遊び回ったり、いたずらしたり、愛らしい猫の姿は私たちの心を和ませてくれます。しかし、猫の糞などで悩まされている人も多く、地域トラブルになっているケースも多々あります。

猫は繁殖力が強く、1頭のメス猫が1年間に20頭以上生むことがあります。かわいそうだからといって、野良猫にエサを与えると、猫は増え続け、糞尿などで周辺を汚し、結果的に猫が迷惑な存在になってしまいます。猫が地域から憎まれてしまうことがないよう、不用意にエサを与えないことが大切です。

### ◆地域での取り組み

地域住民が「野良猫を増やさない」という共通認識を持ち、地域が一体となって「不幸な猫を増やさない」という取り組みが必要です。（市では野良猫の引き取りはできません。）

県では、飼い主のいない猫の過剰繁殖や糞尿による被害などを防止するため、「地域猫活動推進事業」が実施されています。この事業では、不妊去勢手術の実施やエサの管理、排泄物の処理などを地域住民が主体となって行う「地域猫活動」に対する支援を行っています。詳しくは、長崎県県南保健所（☎0957-62-3288）へお問い合わせください。

まずは、野良猫に無責任にエサを与えないことから始めましょう。

## ふるさと納税のポータルサイトが増えます

問 観光物産課 ☎0957-47-7834

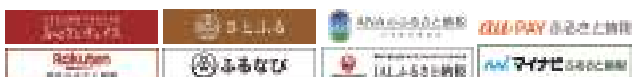
市では、雲仙市出身者や市外在住で本市を応援したいという人を対象に、ふるさと納税に取り組んでいます。

ふるさと納税ポータルサイトの「ふるさとチョイス」「楽天ふるさと納税」「さとふる」「ふるなび」「ANAのふるさと納税」「JALふるさと納税」「auPAYふるさと納税」「マイナビふるさと納税」に加え、「ふるさと納税百選」を11月16日に追加します。

いただいたご寄付は子育て支援や農業振興など、雲仙市のさまざまな事業に活用させていただいています。市外在住のご親戚やご友人の皆さまへ、ぜひ紹介をお願いします。

詳しくは『雲仙市 ふるさと納税』で検索、または、市のホームページをご覧ください。

NEW ふるさと納税百選



## 農業委員と農地利用最適化推進委員の推薦・募集

問 農林課 ☎0957-47-7828

平成28年の法律改正により、これまで地域ごとに選挙で選出されていた農業委員は、応募または推薦された人の中から選出され、市議会の同意を得て市長が任命する方法に変わりました。また、新たに農地利用最適化推進委員が設置されました。

令和6年7月31日の任期満了に伴い、農業委員と農地利用最適化推進委員を募集します。

### 対象者

農業に関する知識があり、農地等利用の最適化推進などの業務を適切に行うことができる人

推薦・募集期間 11月1日（水）～30日（木）

### 任期

令和6年8月1日～令和9年7月31日（3年間）

### 提出方法

農業委員会事務局、農林課または各総合支所に備え付けの推薦・募集書類（市ホームページからダウンロード可）に必要な事項を記入のうえ、持参または郵送してください。

### ①農業委員

【主な業務】 農業委員会総会への出席、農地の権利移動や農地転用などの許可に係る現地調査・意見の審議、農地利用の最適化のための活動など

募集人員 19人

報酬 月額34,400円

問 農林課☎0957-47-7828

### ②農地利用最適化推進委員

【主な業務】 農業委員会が定めた担当区域内の、農地利用最適化推進にかかる現地調査や利用関係の調整

募集人員 29人

※区域ごとの定数：国見6人、瑞穂4人、吾妻5人、愛野2人、千々石4人、小浜5人、南串山3人

報酬 月額30,000円

問 農業委員会事務局☎0957-47-7851

## 墓地の設置・改葬には許可が必要です

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

### ◆墓地を設置する場合

市内に墓地を設置する場合には許可が必要です。墓地を経営（設置、管理、運営）できるのは、地方公共団体や宗教法人、公益法人、社会福祉法人、地縁団体で、原則として個人での新設は認められていません。自己所有の土地であっても墓地以外の場所に個人がお墓を建てることはできません。

### ◆改葬を行う場合

墓地や納骨堂などに埋蔵してある遺骨を他の墓地や納骨堂などに移すことを「改葬」といいます。改葬を行う場合は、市に申請書を提出して「改葬許可」を受ける必要があります。改葬許可申請書の証明欄に、移動前の墓地や納骨堂などの管理者に遺骨の埋蔵（収蔵）証明を受けてください。

申請者と墓地使用者（お墓の所有者）が違う場合は、墓地使用者の証明を受けてください。

改葬許可申請書は記入後、本庁総合窓口課（戸籍担当）または各総合支所へ提出してください。



## 入札参加資格審査申請の定期受付

問 契約検査課 ☎0957-47-7793

市が発注する「建設工事」、「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人を対象に、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

※物品調達・その他業務は、受付を終了したため、今回の定期受付は行いません。

**受付期間** 11月1日(水)～令和6年1月31日(水)  
午前9時～午後5時(土日・祝日除く)  
※令和6年1月31日(水)午後5時必着

### 有効期間

令和6年4月1日～令和7年3月31日(1年間)  
※全ての区分で電子申請システムを活用した書面申請  
※詳しくは、市のホームページ「入札・契約情報」をご覧ください。



## 就学援助事業(新入学用品費)の入学前支給

問 学校教育課 ☎0957-47-7856

令和6年度の小・中学校入学に関して、経済的理由で就学費用にお困りの保護者の皆さまへ新入学用品購入費の一部援助を行います。

### 対象者

- ①令和6年度小学校入学予定児童の保護者(申請書類は、就学時健康診断の際に配布します)
- ②令和6年度中学校入学予定者で、令和5年度就学援助事業の認定を受けている児童(小学6年生)の保護者(令和5年度の認定を受ける必要があります。)

※上記①②のほか、認定には審査があります。

### 支援費

- 小学校入学予定者…54,060円
- 中学校入学予定者…63,000円

**支給時期** 2月下旬に指定口座に振り込み(予定)

### 提出書類

就学援助申請書のほか、申請理由に関する書類の写しなどが必要です。申請書は、教育委員会学校教育課または生涯学習課各駐在に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

### 提出場所

教育委員会学校教育課または生涯学習課各駐在

**提出期限** 12月28日(木)

## マイナンバーカードや電子証明書には有効期限があります

問 総合窓口課 ☎0957-47-7806

### ◆マイナンバーカードの有効期間

発行日から10回目の誕生日まで  
\*18歳未満は5回目の誕生日まで

### ◆電子証明書の有効期間

年齢問わず、発行日から5回目の誕生日まで  
有効期限が過ぎた場合には、マイナンバーカードを身分証明書として使えなくなるほか、健康保険証利用などに使えなくなります。

有効期限を迎える人には、有効期限の約2～3カ月前に有効期限通知書が送付されますので、ぜひ更新手続きを行ってください。

## 大会激励費は出場前の交付も可能です

問 教育委員会 ☎0957-37-3113

スポーツや芸術文化で、国や県、市などを代表して上位の大会に出場する団体や個人に対し、大会出場の前激励費を交付しています。大会出場前の交付も可能ですので、お気軽にお問い合わせください。

### 交付額(1人あたり)

- 国際大会：30,000円 ●全国大会：20,000円
- 西日本大会・九州大会：10,000円
- 長崎県大会(小・中学生のみが対象)  
県央地域：1,000円、県北地域：3,000円  
離島地域：5,000円

### 提出書類

- ①雲仙市スポーツ大会出場激励費交付申請書または雲仙市芸術文化大会出場激励費交付申請書
  - ②予選大会の結果などが確認できるもの
  - ③出場する大会の開催要綱、選手または参加者名簿
  - ④雲仙市スポーツ大会出場激励費出場結果報告書または雲仙市芸術文化大会出場激励費出場結果報告書
- ※①と④は、市ホームページからダウンロードできます。

### 提出期限

大会終了後の翌日～90日以内か、大会の終了日の属する年度の3月31日までのいずれか早い日

### 提出先・問い合わせ

- スポーツ大会出場激励費  
スポーツ振興課 ☎0957-47-7865
- 芸術文化大会出場激励費  
生涯学習課 ☎0957-47-7864

## 会計年度任用職員を募集します

- 通勤距離が片道2キロメートル以上ある場合は、報酬とは別に通勤手当が支給されます。
- 申込方法：担当課または人事課、各総合支所に備え付けの「会計年度任用職員申込書」に写真を貼り、必要事項を記入の上、担当課または人事課に提出してください。(申込書は、市ホームページからダウンロードすることができます。)

1. 糖尿病性腎臓病重症化予防業務(管理栄養士)		総合窓口課(☎0957-47-7806)	
業務内容	糖尿病性腎臓病重症化予防、特定健診・特定保健指導に関する業務(公用車運転有り)		
任用期間	令和5年12月1日～令和6年3月31日	募集人員	1人
勤務時間	月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時(7時間30分勤務) (※勤務日数、時短勤務の相談可)	報酬	月額 179,225円 (5日間/週、7.5時間/日の勤務の場合) (ただし、勤務時間・勤務日数に応じて減額)
勤務場所	吾妻庁舎 総合窓口課 および 雲仙市内	社会保険等	健康保険、厚生年金、雇用保険
応募資格	・管理栄養士の資格を有する人(資格免許証の写しを添付) ・パソコン操作(文書作成、表計算)ができる人 ・普通自動車運転免許(AT限定可)を有する人		
面接試験	日程などは応募期間終了後、連絡します。		
応募締切	11月17日(金) 午後5時15分まで		

2. 事務補助業務		人事課(☎0957-47-7726)	
業務内容	一般事務(各課の臨時事務補助業務)		
勤務時間	登録後、必要に応じて連絡	報酬	時給 920円
勤務場所	吾妻庁舎および各総合支所など	社会保険等	雇用状況に応じて加入
応募資格	18歳以上	選考方法	登録制のため面接試験なし



## 雲仙のおいしいジャガイモで黄金のポテチを

9月25日、島原半島産のジャガイモ「ながさき黄金」をポテトチップスの原材料として安定供給しようと、「雲仙島原チップ用生産組合」が発足し、市役所で発足式が行われました。組合長に(株)ジーピーファーム 代表取締役 宮崎洋平氏が就任し、(株)湖池屋・生産者・流通卸業者・県および市で構成。

昨年度、(株)湖池屋で商品化された「ながさき黄金」のポテトチップスをインターネット限定で販売したところ好評だったため、同組合を設立し来年度以降の増産体制の確立を目指しています。

## ミゲルの信仰、心を探る

9月22日、「千々石ミゲルの「心の旅」を探る」講演会が愛の夢未来センターであり、歴史研究家の大石一久氏がミゲルの信仰について語りました。

大石氏は、ミゲルが天正遣欧使節の訪欧から帰国後、イエズス会に入会したものの10年ほどで脱会したことを解説。当時のイエズス会が神社や寺を破壊するなどしてキリスト教を布教していた点に触れ、「ミゲルは心を痛めて脱会したのでは。棄教したのではなく、日本の宗教との共存を願っていたと思う」と結びました。



## 優れた施工業者と技術者を表彰

9月21日、市役所で雲仙市優秀工事表彰式を行い、3件の施工業者と担当技術者を表彰しました。

市では、前年度完成した工事のうち、他の模範となる優れた工事を施工した業者とその工事を担当した技術者を毎年表彰しており、本年度は、対象工事88件のうち、施工状況や現場条件への対応などが特に優秀と評価された次の3件の工事を表彰しました。



受賞した業者の代表者と技術者の皆さま  
後列左から：山本さん、木原さん、中山さん  
前列左から：三丸さん、市長、川原さん、長田さん

### 【受賞者】(敬称略)

- 市道千々石下狩場線改良工事  
施工業者：株式会社 三丸土建 (代表取締役 三丸 栄治)  
技術者：主任技術者 山本 信二
- 市道木場山領線改良工事  
施工業者：株式会社 大建 (代表取締役 川原 大次郎)  
技術者：監理技術者 木原 辰美
- 市道瑞穂前田下夏線下夏橋樑補修工事  
施工業者：有限会社 旭産トーヨー住器  
(代表取締役 長田 秋則)  
技術者：主任技術者 中山 文秋

## 「島原道路」の1日も早い完成を目指して

10月1日、高規格道路「島原道路」建設促進大会が吾妻町ふるさと会館で開催され、約420人が参加しました。

この大会は、南島原市と諫早市を結ぶ高規格道路「島原道路」全線の早期完成を目指し開催されたもので、金澤市長が「人・夢・未来をつなぐ島原道路の1日も早い完成を目指して尽力する」とあいさつ。吾妻中の生徒会長、田原大海さんの意見発表も行われ、沿線自治体と地域住民が協力して、力強く行動していく決意を新たにしました。



参加者全員でのガンバロー三唱

## 湯けむりのまち、南国ムード

10月1日、「フラッとハワイアンin小浜温泉」が小浜マリンパークであり、県内外からフラダンスチーム約250人が出演しました。

新型コロナ禍で中止が続き、4年ぶりの開催。ステージでは色とりどりの衣装に身を包んだ参加者たちが、ウクレレやハワイアンミュージックに合わせて優雅な踊りを披露。夕暮れ時には赤く染まる空と海が会場に花を添え、温泉街は南国ムードに包まれました。



受賞したひさよし1号と栗原さん

## 牛の品評会、上位入賞多数

9月6日に「島原雲仙農協・3市和牛共進会」、25日に「吾妻岳牧野放牧牛共進会」がありました。飼養技術や改良技術が高く評価され、市内畜産家が上位入賞しました。入賞者は次のとおりです。(敬称略)

**島原雲仙農協・3市和牛共進会** (出品頭数: 黒毛和種繁殖雌牛 51頭)

**【グランドチャンピオン賞】** ※各部門の首席3頭から選ばれる名誉賞

ひさよし1号 (栗原純二/国見町)

**【若雌の1】** 部門出品頭数 21頭

1等首席 ひさよし1号 (栗原純二/国見町)

1等3席 みつわか号 (西村修/吾妻町)

**【若雌の2】** 部門出品頭数 17頭

1等首席 しげかぜ3の2号 (平野一希/千々石町)

1等2席 ゆりけい号 (荒木正太/千々石町)

**【経産牛】** 部門出品頭数 13頭

1等首席 みゆ号 (渡部仁/南串山町)

1等3席 ふくこ号 (南高愛隣会/瑞穂町)

**吾妻岳牧野放牧牛共進会** (出品頭数: 16頭)

**名誉賞** みほ2号 (平林雅文/吾妻町)

**1等賞** しょうへい号 (荒木正司/千々石町)

**2等賞** あづま8の8号 (品川励/吾妻町)・のりこ号 (荒木正司/千々石町)

**3等賞** ももか号 (長尾利満/吾妻町)・ひろき号 (平林雅文/吾妻町)

はなこ号 (荒木正太/千々石町)



## ご寄付のお礼

佐藤義徳さん(国見町)から多比良小学校に児童用図書77冊のご寄付をいただきました。児童の教育振興のため、大切に活用させていただきます。ありがとうございます。

また、平田修さん(千々石町)から香典返しに代えて雲仙市奨学資金貸付基金へご寄付をいただきました。ありがとうございます。



# 市民講座 UNZEN

『自分づくり』・『仲間づくり』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♪

**【申込受付】 平日午前9時～午後5時**

- ・申し込みは定員になり次第締め切ります。(先着順)
- ・水分補給用の飲み物などは各自でご準備ください。
- ・「費用」の表示がない講座は無料です。

本文は下のアイコンで示しています。

問 教育委員会生涯学習課 各駐在

日:日時 対:対象 定:定員 講:講師 費:費用  
持:持参品 場:場所 申:申込期間・締切 問:問い合わせ・申し込み

## おしゃれなロングジレ作り教室

ミシンを使ったことがない人でも、楽しみながら  
作ることができます。自分のサイズに合わせて作る  
のでおしゃれに着られますよ！

日 11月18日、25日、12月2日(土) 全3回  
午前9時30分～正午

定 5人

講 松浦 綾子 氏

持 ロングジレ用の生地など  
(申込時にお伝えします)  
※ミシンをお持ちでない人は、  
申込時にお伝えください。

場 瑞穂町公民館 研修室大

申 11月6日(月)～15日(水)

問 瑞穂駐在

☎0957-77-2125



## 心の健康講座 「親の老いを受け止める」



ストレスの専門家とともに、親の老い、心の健康  
について考えます。

日 11月29日(水) 午後1時30分～3時30分

定 10人

講 福田 良子 氏 (ストレスケア教育パイオニア、  
BTUいさはや教室長、ストレスケアカウンセラー)

持 筆記用具

場 愛の夢未来センター 研修室大

申 11月6日(月)～24日(金)

問 愛野駐在

☎0957-36-0616

二次元コードからも

申し込み可



## 食改さんの郷土料理教室 「いぎりす」



地域の食材を使って郷土料理「いぎりす」を調理  
します。

日 11月22日(水) 午前9時30分～正午

定 10人

講 雲仙市食生活改善推進員連絡協議会 千々石支部

費 600円 (材料代)

持 エプロン、三角巾、マスク、タオル、筆記用具

場 千々石町公民館

申 11月6日(月)～17日(金)

問 千々石町公民館

☎0957-37-2520

二次元コードからも

申し込み可



## 神代小路 プレミアムツアー



神代小路のまちなみと鍋島邸 (未公開エリアを  
含む) を見学します。

※神代町小さな文化まつりと共同開催

日 11月19日(日) 午前10時～11時30分

定 30人

申 11月6日(月)～15日(水)

【集合場所】 神代小路まちなみ交流館 (国見町)

問 国見駐在

☎0957-78-1100

二次元コードから

も申し込み可



## 知っておきたい相続の基礎知識 ～争族にならないために～



相続についての基礎知識や、トラブルにならないための対策法などを学びます。

※雲仙市消費生活センターと共催

- 日** 11月21日(火) 午前10時～11時30分
- 定** 20人
- 講** 今井 一成 氏 (金融広報アドバイザー 弁護士)
- 場** 千々石町公民館
- 申** 11月2日(木)～16日(木)
- 問** 千々石町公民館 ☎0957-37-2520  
二次元コードからも申し込み可

## 新年を寿ぐ干支の折り紙



和紙で辰年の色紙飾りを作ります。

- 日** 11月30日(木) 午後1時30分～3時30分
- 定** 10人
- 講** 町田 秀子 氏  
(日本折り紙協会講師)
- 費** 950円 (材料代)
- 場** 千々石町公民館
- 申** 11月6日(月)～17日(金)
- 問** 千々石町公民館  
☎0957-37-2520  
二次元コードからも申し込み可



## 羊毛フェルトで 福を呼びこもう!



お正月にも飾れるかわいい「ねこだるま」を作ります。

- 日** 11月28日(火) 午前10時～正午
- 定** 8人
- 講** 林 由香子 氏
- 費** 1,000円 (材料代・ミニ畳付き)
- 場** 吾妻町ふるさと会館  
2階研修室3
- 申** 11月6日(月)～22日(水)
- 問** 吾妻駐在 ☎0957-38-3108  
二次元コードからも  
申し込み可



## 郷土料理教室 ～伝えたい味がある～



地域の食材を使って「どんだへ餅」「ひじきご飯」「みそ汁」を調理します。

- 日** 12月8日(金) 午前10時～午後1時
- 定** 10人
- 講** 雲仙市食生活改善推進員連絡協議会 国見支部
- 費** 300円 (材料代)
- 持** エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
- 場** 国見農村環境改善センター 調理室
- 申** 11月20日(月)～30日(木)
- 問** 国見駐在 ☎0957-78-1100  
二次元コードからも申し込み可



## やさしい坐禅 ～こころとからだの調和～



日常生活に坐禅を取り入れた、こころとからだの整え方と教養としての禅について学びます。

- 日** 11月26日(日) 午前9時～10時30分
- 対** 高校生以上。足が組めない人は椅子で行います。  
※リラックスできる服装でお越しください。
- 定** 15人
- 講** 作山 克秀 氏 (金光明山 性円寺 住職)
- 場** 千々石町公民館
- 申** 11月8日(水)～22日(水)
- 問** 千々石町公民館 ☎0957-37-2520  
二次元コードからも申し込み可

## デルフト焼き絵付け教室



小皿にぶどうの絵を描きます。後日、窯焼きしてお渡しします。

- 日** 11月25日(土) 午前10時～正午
- 定** 6人
- 講** 林 厚气子 氏 (デルフト焼き絵付け講師)
- 費** 1,000円 (材料・焼成代)
- 持** エプロン、眼鏡 (必要な人)
- 場** 国見農村環境改善センター  
大集会室
- 申** 11月6日(月)～17日(金)
- 問** 国見駐在  
☎0957-78-1100  
二次元コードからも申し込み可



※イメージ

## 市民講座UNZEN デジタル活用で暮らしを便利に！(総務省デジタル活用支援推進事業)

**講師** 総務省派遣 **持参品** ご自身のスマートフォン、筆記用具 **定員** 各日8人

※申し込みは平日午前9時～午後5時までで、各日定員になりしだい締め切ります。

日 時	場 所	内 容	申込期間	申込・問
11月17日(金) 午前10時～11時30分	瑞穂町公民館	全国版救急受診アプリ(Q助)の 利用方法	申込受付中	瑞穂駐在 ☎0957-77-2125
11月22日(水) 午前10時～11時30分	愛の夢未来 センター	SNS・コミュニケーションアプリ の利用方法	申込受付中	愛野駐在 ☎0957-36-0616
12月5日(火) 午後7時～8時30分	吾妻町ふるさと 会館	e-TAXの利用方法	11月7日(火)～	吾妻駐在 ☎0957-38-3108
12月7日(木) 午前10時～11時30分	小浜町南本町 公民館	インターネットの利用方法	11月20日(月)～	小浜駐在 ☎0957-74-5501
12月12日(火) 午後1時30分～3時	千々石町公民館	健康保険証利用の登録・公金受取 口座の登録 *マイナンバーカード、電子証明 用パスワード(数字4桁)、口座 情報が必要	申込受付中	千々石町公民館 ☎0957-37-2520

## Digital Club Unzen デジタル相談窓口開設

10月から開始したDigital Club Unzen (デジタル推進支援事業) により、デジタル関連の相談窓口を開設します。スマホの使い方やパソコン操作、その他デジタルに関する相談など、お気軽にご相談ください。二次元コードまたはお電話にて、事前にお申し込みください。

問 行革推進課 ☎0957-47-7742



開 設 日 時	場 所
11月2日(木)、16日(木)、30日(木) 11月9日(木)	午前9時～正午 午後1時～4時 吾妻町ふるさと会館
11月6日(月)、20日(月) 11月13日(月)、27日(月)	午前9時～正午 午後1時～4時 愛の夢未来センター
11月1日(水)、15日(水)、29日(水) 11月8日(水)、22日(水)	午前9時～正午 午後1時～4時 千々石町「集処えんがわ」

### 雲仙市移住促進センター オンライン相談会

市外の人向けの移住相談会をオンラインで開催します。  
移住を検討しているお知り合いの方へぜひご紹介ください！

📅 11月5日、12日、19日  
12月3日、17日  
(いずれも日曜日)

🕒 午後1時～5時  
🖥️ zoomまたはwebex

予約はコチラ↓

詳しくは地域づくり推進課 (0957-47-7805) へお問い合わせください

# 子育てとステーション

## 子どもを虫歯から守ろう! ~11月8日は「いい歯の日」~

### 雲仙市の幼児の虫歯の状況

令和4年度の虫歯がある子どもの割合(健診時)は、1歳6か月児健診で約0.9%(3年度:約1.1%)、3歳児健診で約13.9%(3年度:約15.3%)でした。

前年度と比較すると、減少傾向にあります。年齢が上がるとともに高くなりますので、子どもを虫歯から守るために、次のことに気をつけましょう。

### 虫歯を予防する3つの基本

#### 1. 食習慣のリズムが大切

- 3度の食事を中心として、おやつは1日1回を目標に、量と時間を決めて「食べたらみがく」を習慣づけましょう。

#### 2. 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ましょう。
- 歯ブラシとデンタルフロスを併用し、きれいにみがいてあげましょう。
- 10歳頃までは1日1回、夕食後や夜寝る前に仕上げみがきをしてあげましょう。

#### 3. 歯を強くする

- 小魚類、レバー、海藻類、牛乳、卵、大豆、野菜など、色々な食べ物をバランスよく摂取しましょう。
- 年齢に応じたフッ化物を活用して歯の質を強くし、虫歯になりにくい歯にしましょう。



### フッ化物塗布券(無料)をご利用ください。

上下2本の前歯が生えてきたら、定期的に歯科健診を受け、年に2回以上のフッ素塗布を行いましょう。

★生後8カ月から4歳児(平成31年4月2日から令和5年4月1日生まれの人)を対象に、「乳幼児フッ化物塗布助成券」をお送りしています。

### 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。歯科医院へ事前に予約をしてください。

### 有効期間

令和6年3月31日(日)まで(年度内2回まで)

### 持参品

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 ☎0957-47-7874

## 11月は児童虐待防止推進月間です

### 子どもや保護者のサイン、見落としていませんか？

#### 子ども

- ・いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- ・不自然な傷や打撲の跡がある、衣類がいつも汚れている
- ・表情が乏しい、活気がない
- ・夜遅くまで1人で遊んでいる

#### 保護者

- ・地域などと交流がなく孤立している
- ・幼い子どもを家においたまま外出している
- ・子どものけがについて不自然な説明をする

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子どもがいます



オレンジリボンには、子どもの虐待を防止するという、メッセージが込められています。



＊児童相談所や市の相談窓口にご連絡ください＊

ー出産や子育てに関する悩みなどもご相談くださいー

- 雲仙市家庭ホットライン ☎0120-92-8471
- 雲仙市家庭児童相談室 ☎0957-47-7874 (子ども支援課)

## パパママひろば開催

妊娠中・出産後に役立つ情報提供のため、「パパママひろば」を開催します。

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おります。妊婦さん、パパだけでの参加もできます。詳しくは、二次元コードをご覧ください。

対象者 市内に在住の妊婦とその家族

- \*妊娠16週以降
- \*里帰り予定も可

日時 12月2日(土)  
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

内容 赤ちゃんのお風呂の入れ方、  
パパの妊婦体験 など

持参品 母子健康手帳、  
水分補給用の飲み物



●11月24日(金)までに子ども支援課へ電話にてお申し込みください。

問 子ども支援課 ☎0957-47-7874

# 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R4.11～R5.6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)
- の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)
- のお問い合わせは地域づくり推進課 (☎47-7805) までご連絡ください。
- は予約が必要です。消費生活センター (☎38-7830) までご連絡ください。
- の申込は前日までに保護課 (☎47-7875) 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
5	6	7	8	9	10	11
<p>☎本田医院 (国見町 78-2768)</p> <p>☎松藤整形外科 (小浜町 74-2006)</p>	<p>● 行政相談 (午前9時～正午、瑞穂総合支所)</p> <p>● 障害者巡回相談 (午後1時30分～4時、愛野保健福祉センター)</p> <p>☎安藤医院 (吾妻町 38-2152)</p> <p>☎京泊馬場医院 (南串山町 88-2050)</p>	<p>● 赤ちゃん健康相談 (吾妻保健センター)</p>	<p>● ハローワーク読早巡回相談 (午前10時30分～午後3時15分、千々石保健センター)</p> <p>● 行政相談 (午後1時～4時、南串山総合支所)</p> <p>● 赤ちゃん健康相談 (国見農村環境改善センター)</p> <p>● 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)</p>	<p>● 赤ちゃん健康相談 (愛野保健福祉センター)</p> <p>● 赤ちゃん健康相談 (小浜老人福祉センター)</p>	<p>3 文化の日</p> <p>☎梅津医院 (国見町 78-5156)</p> <p>☎泌尿器科・皮膚科 菅医院 (南串山町 88-3151)</p>	
12	13	14	15	16	17	18
<p>☎びあサポートうんぜん (午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)</p> <p>☎前田内科胃腸科医院 (瑞穂町 77-3089)</p> <p>☎天野医院 (千々石町 37-2015)</p>	<p>● 行政相談 (午前9時～正午、瑞穂総合支所)</p> <p>● 障害者巡回相談 (午後1時30分～4時、愛野保健福祉センター)</p>	<p>● 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、小浜総合支所)</p> <p>● 1歳6か月児健康診査 (吾妻保健センター)</p> <p>● 遺言・契約等法律相談 (午後1時～4時、愛の夢未来センター)</p>	<p>● 献血 (午後1時～4時、国見総合支所)</p> <p>● 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)</p>	<p>● 行政相談 (午前9時～正午、吾妻町ふるさと会館、愛の夢未来センター)</p> <p>● 人権よろず相談 (午前9時～正午、瑞穂総合支所)</p> <p>● 赤ちゃん健康相談 (小浜老人福祉センター)</p>	<p>● 献血 (午後1時30分～4時、愛野保健福祉センター)</p>	

19	20	21	22	23 勤労感謝の日	24	25
<p>☎太田整形外科 (国見町 78-5413)</p> <p>☎木戸医院 (小浜町 74-2046)</p>	<p>● 1歳6か月児健康診査 (小浜老人福祉センター)</p>	<p>● 1歳6か月児健康診査 (小浜老人福祉センター)</p> <p>● 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)</p>	<p>● 1歳6か月児健康診査 (国見農村環境改善センター)</p> <p>● 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)</p>	<p>☎松本内科医院 (国見町 65-3333)</p> <p>☎城代医院 (千々石町 37-2032)</p>	<p>国民健康保険税 (5期)</p> <p>納期限・口座振替日 11月30日(木)</p> <p>☐座振替をご利用の方は残高の確認をお願いします。</p>	
26	27	28	29	30	今日	明日
<p>☎大田整形外科 (国見町 78-5413)</p> <p>☎木戸医院 (小浜町 74-2046)</p>	<p>● 3歳児健康診査 (千々石保健センター)</p>	<p>● 3歳児健康診査 (千々石保健センター)</p>	<p>● 3歳児健康診査 (千々石保健センター)</p>	<p>● 3歳児健康診査 (千々石保健センター)</p>	<p>国民健康保険税 (5期)</p> <p>納期限・口座振替日 11月30日(木)</p> <p>☐座振替をご利用の方は残高の確認をお願いします。</p>	<p>国民健康保険税 (5期)</p> <p>納期限・口座振替日 11月30日(木)</p> <p>☐座振替をご利用の方は残高の確認をお願いします。</p>

## 休日在宅歯科医当番医

(診療時間/午前9時～正午)

診療機関名	所在地	電話番号	医療機関名	所在地	電話番号
3日	渡部歯科医院	島原市下川尻町	あおい歯科	島原市南安徳町	61-1800
	鶴田歯科医院	愛野町	まき歯科あづま	吾妻町	20-0118
5日	大田歯科医院	島原市大下町	泉歯科医院	南島原市深江町	72-2066
	畑中歯科医院	愛野町	土井歯科クリニック	吾妻町	38-6400
12日	松藤歯科	島原市北安徳町	前川歯科医院	南島原市深江町	72-2055
	寺田歯科医院	愛野町	ねぎ歯科医院	瑞穂町	77-4182

## 休日在宅当番薬局 (営業時間/午前9時～午後5時)

島原薬剤師会ホームページをご覧ください。



## 長崎県救急医療情報システム

雲仙市以外の休日当番医の情報や最新の情報については、長崎県ホームページをご覧ください。  
\*休日在宅当番医は、急に変更となる場合がありますので、最新の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」 …………… ☎0120-967947  
市福祉事務所 「家庭ホットライン」 …………… ☎0120-928471  
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 ざらりあり

◆ 一般相談窓口 (人間関係、生き方、家庭、暮らしなどの悩み相談) ☎095-822-4730  
◆ 男性相談窓口 (人間関係、生き方、家庭、暮らしなどの悩み相談) ☎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 水曜日 毎月第2・4水曜日 男性相談員が相談をお受けします。





# あなたの骨は大丈夫？

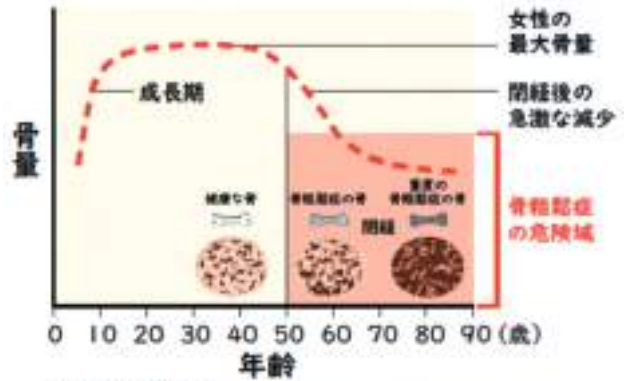
## 【骨粗しょう症】ってどんな病気

骨量（骨密度）が減る、または骨の質が低下することで骨がスカスカになり、もろく骨折しやすい状態になることです。



## 【40代が骨の曲がり角】

年齢と骨量の変化



※年齢と骨量の変化：  
鈴木隆雄、骨量の自然史と骨粗しょう症、骨折の予防戦略、  
日本臨牀 2004；62：225-232

## 【要介護】の原因、第1位は【骨折】

急な病気などで、介護保険の申請をされた人の、原因第1位は【骨折】です。  
雲仙市は特に【骨折】で「入院」や「治療」が必要になる人が多いことが分かっています。

決して他人事ではありません。  
まずは検診を受けて、  
骨の健康状態を確認しましょう！



閉経後にホルモンの影響で急速に骨量が低下

【骨粗しょう症】になりやすい

骨が弱くなり、転んで【骨折】することも！

【骨粗しょう症検診】を受けましょう ※予約はいりません。直接会場へお越しください。

¥3,200相当の検査が、¥300で受けることができます。

【対象者】 40・45・50・55・60・65・70歳 (R6.3.31現在) の女性

◆子宮がん/乳がん検診も同時開催！

検診日	受付時間	場所	自己負担金
R5年 11月 7日(火)	(午前) 8時30分～	吾妻町ふるさと会館	300円 ※70歳の方は無料
R5年 11月 16日(木)	10時30分	国見農村環境改善センター	
R6年 2月 3日(土)	(午後) 1時～3時	瑞穂町公民館	
R6年 2月 4日(日)		愛野保健福祉センター	



骨粗しょう症検診の対象ではないけれど・・・計ってみたいな・・・。

⇒11月19日(日) 【骨コツ教室】で無料の【骨量簡易測定】を実施します！

どなたでも参加できます！ぜひご参加ください！

詳しい情報やお申し込みはコチラ →



◆子宮がん/乳がん検診のみ実施します！

11/8(水)

吾妻町ふるさと会館

11/17(金)

国見農村環境改善センター

【子宮がん検診】

20歳以上/300円

【乳がん検診】

40歳以上/500円

問・申 健康づくり課

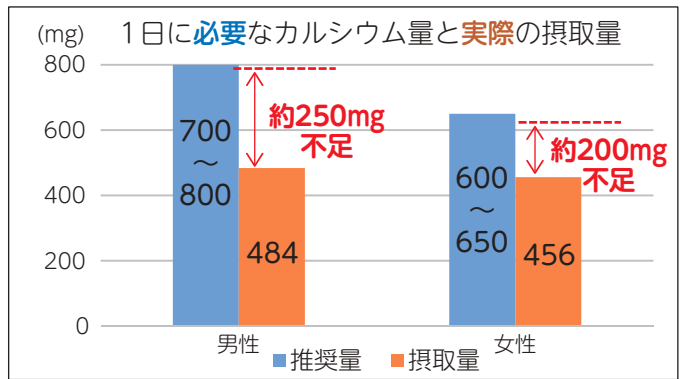
☎0957-47-7876

# カルシウム 実は…足りてません!

カルシウムは、歯や骨を作っている栄養素です。

カルシウムが不足すると、成長期では歯や骨が十分に成長せず、折れやすくなり、高齢期では骨粗しょう症(骨がもろくなる病気)の原因にもなります。

骨の健康のためには、カルシウムを心掛けて摂取することが必要です。



参考：長崎県健康・栄養調査(R3)/日本人の食事摂取基準(2020)

## カルシウム をしっかりとるための食事のポイント

### ◆カルシウムが多く含まれている食品

- ・乳製品、豆腐、水菜、小松菜、チンゲン菜、ひじき など
- ・特に牛乳などの乳製品は、カルシウムも多く吸収されやすい!
- ・1日に牛乳コップ1杯(200ml)を飲むと約200mgのカルシウムを摂ることができます。
- ※カルシウム約100mg → プロセスチーズ…1かけ(20g)  
ヨーグルト…1パック(80g)



### ◆カルシウムの利用効率を高めるために

様々な食品を組み合わせて食べる事で、体内でのカルシウム利用効率がアップします。

### ビタミンD カルシウムの吸収を促進

- 魚 類 … 鮭・イワシなど
- きのこ類 … きくらげ・しいたけなど
- 日光浴 … 日光を浴びる事で皮膚で作られます



### 運動

骨に刺激が加わると、骨の強さが増す

ウォーキング  
筋トレなど

### ビタミンK 骨へのカルシウムの取り込みを助ける

納豆・ブロッコリー・ほうれん草など

## からだところこの健康相談

【11月の相談日】

時間：午前9時～11時

日にち	場所
11月15日(水)	瑞穂総合支所
	千々石総合支所
	南串山総合支所
11月22日(水)	雲仙市役所
	小浜総合支所
11月29日(水)	国見総合支所
	愛野総合支所

保健師対応!

血圧・握力測定もできます!

問 健康づくり課

☎0957-47-7876

問 健康づくり課 ☎0957-47-7876

## 作ってみよう! 季節の野菜レシピ

## 小松菜と油揚げの和え物

野菜を1日  
350g 食べよう



食改さんが考えたカルシウムたっぷりレシピです。

### 材料 2人分

- ・小松菜 …………… 110g
- ・ニンジン …………… 20g
- ・ゆで干し大根 …………… 10g
- ・油揚げ …………… 10g
- A・すりごま …………… 大さじ1
- ・ポン酢しょうゆ …… 大さじ1/2
- ・練り辛子 …………… 小さじ2/3

### さらにカルシウム量アップ!!

- 油揚げをしらす10g(2人分) **21mgアップ**
- 油揚げを豆腐50g(2人分) **16mgアップ**
- 油揚げを白和えにすると… **アップ**

### 作り方

- ①ゆで干し大根はぬるま湯に10分程つけた後水気を切り、食べやすい長さに切る。
- ②小松菜は4cm長さに切ってから茹で、すぐに水にとって冷まし、水気を絞る。
- ③ニンジンは短冊切りにして、さっと茹でて、水気を切る。
- ④油揚げはグリルまたはトースターで焼き目を付けて半分にし、1cm幅に切る。
- ⑤ポン酢しょうゆと練り辛子を混ぜた後、すりごまを加えてAを作る。
- ⑥全ての材料をAで和え、皿に盛りつける。

### 栄養価

エネルギー:78kcal たんぱく質:3.8g 脂質:4.5g 炭水化物:7.5g  
食塩相当量:0.4g **カルシウム200mg** ※写真・栄養価・野菜量は1人分

※野菜量は、ゆで干し大根を戻した時の重量で計算

野菜量 85g

### 管理栄養士からの おすすめポイント!

小松菜やゆで干し大根はカルシウムを多く含む食材です。小松菜のカルシウム量は同じ量の牛乳よりも多く、火を通して「かさ」を減らすことでより多くのカルシウムを摂取できます。

# 福祉のお知らせ

## 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、精神または身体に「著しい重度の障がい」があり、日常生活において、在宅で常時特別な介護が必要な人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指定診断書など必要書類を添えて提出いただき、認定基準を満たしていると認定された場合に、支給決定となります。

認定基準は、「重複した障害がある」などの要件がありますので、詳しくは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、精神または身体に著しく重度の障がいがある在宅の人で、日常生活において常時特別な介護が必要な人に支給される手当。	20歳未満、精神または身体に重度の障がいがある在宅の児童で、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。
2 手当月額	27,980円	15,220円
3 支給月	毎年 5月、8月、11月、2月（前3カ月分を支給）	
4 支給制限 ※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カ月を超えて入院するとき ②施設など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公的年金などの支給を受けているとき ②施設など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」の提出が必要になります。

問 福祉課 ☎0957-47-7871

## 令和5年度 雲仙市戦没者追悼式

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、恒久平和を祈念するため、戦没者追悼式が開催されます。

日時 11月25日(土)

午前10時開式

場所 吾妻町ふるさと会館

詳しくは、下記事務局へお問い合わせください。



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） ☎0957-37-2855

## 雲仙市地域自立支援協議会 子ども支援部会だより

支援が必要な子どもたちのために、特別支援学校についてご紹介します。



### 長崎県立島原特別支援学校

島原半島唯一の特別支援学校として、小・中学部(島原市新田町)、高等部(島原市南崩山町)、南申山分教室(南申山町)の三校舎で教育を行っています。

#### ●小学部

健康の保持増進に努め、日常生活に必要な身の処置能力を養い、感覚・運動機能の向上を図るとともに、人との関わりを通して、好ましい人間関係を育てることを目標に学習を行っています。

#### ●中学部

基本的な生活習慣を身に付けるとともに、作業学習などの集団での学習や体験学習を通して、社会性や生活する力を育むことを目標に学習を行っています。

#### ●高等部

基本的な作業能力や、社会で生活していく上で必要なコミュニケーションスキル、生活能力を身に付けるなど、卒業後、自立した豊かな生活を実現させることを目標に学習を行っています。



小・中学部



高等部



南申山分教室  
(小・中学部)

#### 【学校見学・教育相談について】

学校見学・教育相談にも、随時対応しています。特別支援学校に関すること、お子さまの発達や学習・生活面、進路に関する事など、お気軽にご相談ください。(お問い合わせは小・中学部の教頭まで)

問 長崎県立島原特別支援学校

小・中学部 ☎0957-64-4463 / 高等部 ☎0957-65-4161 / 南申山分教室 ☎0957-88-3394

## 相談・訓練

参加無料  
予約不要

問 福祉課 ☎0957-47-7871

お気軽にご参加ください。秘密は厳守します。

- ひきこもり当事者・家族のつどい  
ぴあサポートうんぜん

日時 11月19日(日)  
午後1時30分～3時30分

場所 愛の夢未来センター

- 障害者巡回相談

日時 11月13日(月)  
午後1時30分～4時

場所 愛野保健福祉センター

- 視覚障害者生活訓練

日時 11月8日(水)・15日(水)・22日(水)  
午前10時～午後2時

場所 愛野保健福祉センター

## 100回目のハッピーバースデー

国見町にお住まいの原口ミスさんが100歳を迎えられました。原口さんの長生きの秘訣は「好き嫌いなく何でも食べること」だそうです。

どうぞこれからも健康で長生きされて、幸せにお過ごしください。

(撮影日: 9月26日)



◎ご本人・ご家族から掲載の同意があった方のみ紹介しています。

## 届ける人権啓発事業 映画上映会

劇場版「荒野に希望の灯をともし」  
医師 中村哲 現地活動35年の軌跡

11月17日(金)  
島原文化会館 中ホール  
午後2時～(90分)  
受付：午後1時～  
開会：午後1時55分～

令和5年度長崎県届ける人権啓発事業・第24回島原半島地区人権教育研究大会として開催。

医師 中村哲さんのアフガニスタンとパキスタンにおける現地活動35年の軌跡を追ったドキュメンタリー映画です。お誘いあわせのうえ、ぜひご来場ください。

入場無料／申込不要

問 島原半島地区人権教育研究会  
(愛野中学校 担当：黒田)  
☎0957-36-0050  
部落解放同盟長崎県連合会  
☎095-845-4145

## 特設人権相談所

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。秘密は厳守されます。ぜひご利用ください。

12月7日(木)  
午前10時～午後3時

- ・国見町文化会館(まほろば)
- ・瑞穂総合支所
- ・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
- ・南串山保健福祉センター

相談無料／予約不要

問 地域づくり推進課  
☎0957-47-7805

## 女性の人権ホットライン

女性をめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間が実施されます。

夫・パートナーからの暴力、ストーカー行為、職場でのセクハラなど、ひとりで悩まず、電話してください。

11月15日(水)～21日(火)  
全国共通番号

☎0570-070-810

平日：午前8時30分～午後7時  
土日：午前10時～午後5時

【主催】

長崎地方法務局  
長崎県人権擁護委員  
連合会



# 「人権習慣」のきっかけに

12月4日～10日 第75回人権週間

人権週間が、人権を考える「人権習慣」になりますように。

# このまちを、大切な人を守る

## 地域のヒーロー！ 消防団

団員のリアルな  
声を紹介！

### 現役消防団へインタビュー

父のすすめで入団。当時、地元・南串山地区には女性の団員は誰もおらず、初めてだった。

保育園で手作りの紙芝居をしたり、高齢者宅を訪問して防火チラシを配ったり、自分のペースで無理なく活動ができる。

女性消防隊で作ったオリジナルTシャツもお気に入り！さまざまな職種、幅広い年代と関わることができるのも魅力。

古賀 小雪さん (愛野)



地元での就職をきっかけに入団し、現在7年目。

消防団は「大変」とか「面倒」というネガティブなイメージを持たれがちだが、地域の人たちとの関わりや新たな人脈ができ、万一時、地域の人たちと助け合える絆が生まれる。

このまちから1件でも火災がなくなるように、これからも防災意識の向上に努めたい。

幸田 龍星さん (吾妻)

火災だけでなく、災害が発生した時などにも出動し、日夜、まちの安心と安全を守っている「雲仙市消防団」。自然災害も多く、より必要性が高まっているものの、団員不足が深刻な問題になっています。

今回は、現在活躍する団員のインタビューを紹介します。このまちを、大切な人を守る地域のヒーロー、消防団。あなたの力をここで発揮しませんか。

### 雲仙市消防団員募集中！

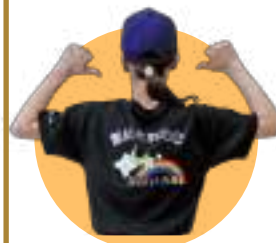
#### 【対象者】

市内に居住または勤務する、18歳以上の人

#### 【入団の問い合わせ】

市民安全課 ☎0957-47-7759

#### 女性消防隊も 募集中！



女性消防隊オリジナルTシャツ。  
7地域にかけ「なないろ隊」と命名！



## 11月9日～15日 秋季全国火災予防運動 「火を消して 不安を消して つなぐ未来」 2023年度全国統一防火標語

市内では、「建物火災」や「その他火災（たき火などが原因）」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。火気の取り扱いに十分に注意し、火災予防を心がけましょう。

市内の火災件数（令和5年1月～8月）

	建物火災	車両火災	林野火災	その他火災	計
小浜消防署管内	3	2	0	2	7
島原消防署管内	7	0	1	3	11
雲仙市合計	10	2	1	5	18

#### 問い合わせ

- 小浜消防署  
☎0957-74-3231
- 島原消防本部  
☎0957-62-5857
- 雲仙市消防団（市民安全課）  
☎0957-47-7759

# 図書館だより

雲仙市図書館のホームページもご覧ください



## 雲仙市図書館からのお知らせ

\*国見町文化会館（雲仙市図書館）は、外壁・屋上の工事中ですが、通常通り開館しています。



## ラブックンチャンネル

ラブックンチャンネルでは、郷土に関する資料をご紹介します！

## 回転木馬 秋のおはなし会

色々なお話が盛りだくさん！  
みんなで遊びに来てね♪

日時 11月25日（土）  
午前10時～11時

場所 小浜町 南本町公民館

●回転木馬とは、市内各町で活動している図書ボランティアグループの総称です。

## 「日本風景街道 島原半島うみやま街道」のご紹介

雲仙山系のトレッキングコースや、登山道から見える四季折々の眺望が掲載されています。

また、トレッキングの途中に立ち寄れるスポットや、登山道に自生する野草も多数紹介されています。

館内での閲覧が可能ですので、雲仙市図書館のカウンターへお声かけください。

「日本風景街道 島原半島うみやま街道」  
竹馬朋宏/写真・編集 小浜温泉 57/発行



問い合わせ／雲仙市図書館 〒859-1311 雲仙市国見町土黒甲 1079-1 ☎0957-78-3977（月曜休館）

## くらしの情報通信

Case 79 今月のテーマ

困ったときは消費生活センターへすぐ相談！

## 訪問購入のトラブルに注意！

「訪問購入」とは、購入業者が貴金属など物品を買い取るため、消費者から依頼を受けて家を訪問するものです。市内でも「不用品を買い取ってもらわずが、強引に貴金属を買い取られた！」というトラブルが発生していますので、ご注意ください。

### 不用品を買い取ってもらわずが...



#### 【事例】

「いらぬ着物など、不用品はないか」「査定だけ」と自宅に電話があり、買い取り業者の訪問を受けることにした。しかし、訪問した業者から「貴金属はないか」と強い口調でしつこく言われ、売るつもりがなかった貴金属を強引に買い取られてしまった。

### チェックポイント



- ✓ 査定の依頼を受けて訪問し、買取の勧誘をすることは法律で禁止！
- ✓ 業者が突然家に来て買い取りをすることは、法律で禁止！
- ✓ 貴金属など、売る気がない物の売却を迫られてもきっぱり断る！
- ✓ 買取業者へ契約書面の交付を求める！

※訪問購入はクーリング・オフできますが、大型家電や家具、自動車など、できない物もありますのでご注意ください。勝手に家に上がられたり、身の危険を感じたりしたら、警察や消費生活センターへご相談ください。

雲仙市消費生活センター ☎0957-38-7830



## 講座のお知らせ （千々石町公民館と共催）

「知っておきたい相続の基礎知識 ～争族にならないために～」  
※詳しくは、市民講座 UNZEN（13 ページ）をご覧ください。

# 暮らしに花を

今月の花 **トルコギキョウ** 「優美、すがすがしい美しさ」

花言葉:



雲仙市花き振興協議会では毎月、会員の皆さまが栽培された花を市役所の窓口に展示する活動に取り組んでいます。



11月は「株式会社さくらファーム(平野昭太代表)」が育てたトルコギキョウを、本庁と千々石総合支所に展示しています。トルコギキョウは色や種類も豊富で、冠婚葬祭の際にブーケや花束などとして利用されることの多い花です。平野さんは、白やライトピンク、ラベンダーの花色を中心に約20品種を栽培されております。来庁された際はぜひご覧ください。



**メモ** 平野さんは、落ち葉や牛ふん、米ぬか、油かすを混ぜ合わせた堆肥を使用し、土作りにこだわりながら、ポリウムのある花を10月下旬から4月下旬まで出荷されております。

問 農林課 ☎0957-47-7828

## 学ぼう♪

### 歴史文化遺産

### 雲仙の第一村人の石器!? (松尾遺跡)

松尾遺跡は、国見町多比良の標高約 60mの位置に存在しており、遺跡の西側には多比良川が流れています。平成 8 年～平成 9 年にかけて金山地区基盤整備に伴い発掘調査を実施しました。

遺跡からは、3 万年以上前と考えられる、旧石器人の石器が見つっています。当時はまだ日本列島に人類がやってきて間もないころ。雲仙にやって来た人類たちはどのような暮らしをしていたのでしょうか。当時は氷河期、雲仙で暮らす動植物も今と

は違い、私たちの知る雲仙とは全く異なる風景が広がっていました。厳しい自然の中を生き抜いて、現在まで続く「雲仙の歴史の始まりの石器」かもしれません。

松尾遺跡の石器は、雲仙市歴史資料館企画展『旧石器時代の島原半島 - 雲仙の第一村人は誰だ! -』で展示しています。雲仙の旧石器人の痕跡をたどってみませんか。

#### 企画展 「旧石器時代の島原半島」 — 雲仙の第一村人は誰だ! —

雲仙市歴史資料館国見展示館では、企画展を開催しています。ぜひご来館ください。

期間 11月30日(木)まで  
場所 雲仙市歴史資料館 国見展示館 (入場無料)  
国見町神代丙 178 ☎0957-78-2334  
休館日 土・日・祝日 ※11月19日(日)は開館します。



松尾遺跡で発見された石器

問 生涯学習課 ☎0957-47-7864





### 国保からのワンポイントアドバイス

#### ◆「ポリファーマシー」をご存じですか

多くの薬を服用していることで、副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなくなったりした状態を「ポリファーマシー」といいます。

高齢になるほど、肝臓や腎臓の働きが弱くなり、薬を分解したり、体の外に排泄したりするのに時間がかかるようになるため、ポリファーマシーが起こりやすくなります。

薬を飲んでいて、気になる症状があったら、必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

#### ◆お薬手帳を活用しましょう

お薬手帳とは、いつ、どこで、どんな薬を処方してもらったかを記録する手帳のことです。病院や薬局でお薬手帳を見せることで、重複や飲み合わせによる副作用を防ぐことができます。医療機関にかかるときは、必ず持っていきましょう。



問 総合窓口課 ☎0957-47-7806



### 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。大切に保管して下さい。

発送スケジュールは、次のとおりです

発送時期	対象者
10月下旬～11月上旬	今年1月1日～10月2日の間に国民年金保険料を納付した人
令和6年2月上旬	(上記に該当する人を除く) 今年10月3日～12月31日の間に国民年金保険料を納付した人

「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)、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などは、日本年金機構ホームページに掲載されます。ぜひご利用ください。

#### 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

☎0957-47-7806

### ひとりで悩まず ご相談ください

「経済的に苦しい」「働きたくても病気や介護で働けない」など、生活に不安がある方は、ご相談ください。

生活保護のご相談は、各総合支所でも受け付けています。詳しい支援事業については保護課へお尋ねください。



相談窓口

保護課・各総合支所  
月曜～金曜(祝日除く)  
午前8時30分～午後5時15分

秘密厳守

問 保護課 ☎0957-47-7875

### ハローワーク巡回相談

ハローワーク諫早の専門職員に直接相談できます。事前に電話予約が必要です。

日時 11月8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 2階会議室

対象者 仕事が見つからない方

ひとり親家庭の方 など

内容 職業相談や紹介(1人45分)

問 保護課

☎0957-47-7875

子ども支援課

☎0957-47-7874

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  
平野康磨事務所

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

創業昭和四年 シロアリ駆除

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

「広告

# 雲仙 BASE

## 集まれ! 雲仙 BASE!

自然豊かな雲仙の地でアウトドアの魅力を発信するキャンプイベントが開催されます。

このイベントは、スポーツ体験活動を行う雲仙BASEの入校事業者、NPO法人 Secret Base とマツバラスポーツがタッグを組み実現。キャンプ体験として、雲仙BASEのグラウンドにテントを10張以上展示します。当日参加も可能な「薪割り着火体験」、「テントサウナ」などのワークショップも行います。また、飲食やアウトドア用品、波佐見焼、観葉植物などのマルシェもあります。

雲仙 BASE 周辺も紅葉が見頃となる時期です。秋の雲仙の自然を感じながらアウトドア体験を楽しみましょう! イベントの詳細はマツバラスポーツへお問い合わせください。

### 開催日時

●11月11日(土) \*当日参加可能  
午前11時30分～午後4時

●11月12日(日)

事前申込者のみ参加可能

申し込み・問い合わせ

マツバラスポーツ ☎0957-21-9999



最新情報はInstagramへ交流コンシェルジュや地域おこし協力隊・樋上が発信しています。スタッフとのおしゃべりだけでも歓迎です!



### 開館日と時間

毎週金・土・日・月曜日  
午前10時～午後5時



(イメージ図)

雲仙BASEではコワーキングスペースのほか、グラウンドや体育館の利用、教室を使ってワークショップなど開くこともできます。気軽にお問い合わせください。

問 観光物産課 ☎0957-47-7834



## つなごう! 未来へ 島原半島ユネスコ世界ジオパーク



### 大野原遺跡展示館・縄文の里

島原市有明町の有明総合文化会館の中にある「大野原遺跡展示館・縄文の里」を紹介します。

1996年(平成8年)に、有明総合文化会館の建設予定地で見つかった大野原遺跡で、約2年間発掘調査が行われた結果、有明地区では今から約4000～3000年前にあたる縄文時代後期の人たちが暮らしていたことが分かりました。

この発掘調査で、土器の材料となる粘土を貯蔵した場所(粘土貯蔵穴)や、地面が赤く焼けた場所(焼土)が多数見つかりました。これらは土器を作った跡です。縄文人は川が削ってできた崖から粘土の地層を見つけ出し、大野原まで運んで保管していました。そして、粘土貯蔵穴から粘土を取り出し土器の形に整えたあと、草や泥で窯をつくって土器を焼いていました。これらの土器の材料となっていた粘土の地層は、数万年間にも及ぶ年月をかけて地球がつくった“ジオの恵み”です。

館内には、この遺跡から出土した本物の土器片や石器、土偶、石鏟など、先人たちの生活道具が多数展示されています。これらの出土品を見ると、私たちの先祖は、海にも山にも近いこの地で、時に火山の噴火に対峙しながら、狩りや漁をし、採ってきた木の実を自らが作った土器で煮炊きしながら、生活を営んできたことが想像できます。何千年も昔から島原半島に暮らす人たちは、“ジオの恵み”を利用していたのですね。



「縄文の里」に展示されている土器など

問 島原半島ジオパーク協議会事務局 ☎0957-65-5540

# 全九州高校駅伝大会 11月18日(土)

国道57号、251号、県道130号で交通混雑が予想されます。迂回路(雲仙グリーンロードほか)をご利用ください。

## 女子

(午前10時スタート)

小浜町 石合 ↓ 1区 6km	小浜町 菜切 ↓ 2区 4.0975km	小浜町 飛子 ↑ 4区 3km	小浜町 飛子 ↑ 5区 5km
南串山町 京泊 折返点(南串山 揚)		南串山町 京泊 ↑ 3区 3km	

## 男子

(午前11時50分スタート)

小浜町 石合 ↓ 1区 10km	南串山町 京泊 ↓ 2区 3km	南串山町 赤間 ↓ 3区 8.1075km	加津佐町 六田 ↑ 4区 8.0875km
南串山町 京泊 折返点(加津佐橋手前)		南串山町 田ノ平 ↑ 5区 3km	

問 駅伝事務局(県立小浜高等学校内)  
☎0957-74-4114

■雲仙諏訪の池ビジターセンターイベント  
■星空教室  
日時 毎週土曜日および11月27日(月) 午後7時30分~9時  
参加費 小学生以上1人1000円  
申込 前日の午後5時までに電話でお申し込みください。  
■太陽観察会  
期日 11月12日(日)  
参加費 小学生以上1000円  
申込 前日午後5時までに、午前10時、10時30分、11時から時間枠を選んでお申し込みください。  
■お手軽ハードウォッチング  
日時 11月5日(日)、19日(日)、26日(日) 午前10時~、午後1時30分~  
コース 60分、90分または120分のコース  
参加費 1000円  
申込 前日の午後5時までに電話でお申し込みください。

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  
■島原農業高校「農業祭」  
日時 11月11日(土) 午前9時30分~午後2時  
場所 島原農業高校  
※駐車場はありません。火張山花公園駐車場をご利用ください。(シャトルバスを運行)  
問 島原農業高校  
☎0957(62)5135  
■国立口之津海上技術学校オーブンスクール  
日時 11月11日(土) 午前10時~午後0時30分  
申込・問 国立口之津海上技術学校 教務課  
☎0957(86)2152  
またはホームページからお申し込みください。

■第42回長崎矯正展  
日時 11月11日(土) 午前9時~午後4時、12日(日) 午前9時~午後3時  
場所 長崎刑務所(諫早市)  
内容 作業製品などの展示・即売、各種イベントおよびバザー  
問 長崎刑務所作業部門  
☎0957(22)1330  
■第40回県央リサイクルの集い  
日時 11月5日(日) 午前9時~正午  
場所 県央不燃物再生センター(諫早市)  
入場料 道端などに落ちている空き缶、空きビン  
内容 リユース品持ち帰りコーナー、フリーマーケット、消防車・作業車展示  
問 県央地域広域市町村圏組合 総務課  
☎0957(23)3600

■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、後輩の奨学金となるものです。期日どおりの返還をお願いいたします。  
住所などの変更や、返還が困難な場合などは「相談ください」  
寄付金をお寄せください!  
いただいたご寄付で、事業の充実を図ります。ご支援を賜りますようお願いいたします。  
問 (公財)長崎県育英会  
☎095(824)7501  
■消防設備士試験のお知らせ  
試験日時 令和6年2月4日(日) 午前10時  
試験地 長崎大学  
試験の種類 甲種・乙種  
受付期間▶書面申請 11月27日(月)~12月8日(金)▶電子申請 11月24日(金)~12月5日(火)  
※詳しくはホームページをご覧ください。  
問 (一財)消防試験研究センター 長崎県支部  
☎095(822)5999

使用者も、労働者も、必ず確認。最低賃金。  
長崎県最低賃金は令和5年10月13日から

1時間 **898円**  
賃金引上げに関する支援  
業務改善助成金



お問い合わせ先  
厚生労働省長崎労働局賃金室  
☎095-801-0033  
または最寄りの労働基準監督署

## ペットの豚やいのししも ワクチン接種の対象です

長崎県では、重要な家畜伝染病である豚熱のワクチン接種を行っていますが、このワクチン接種は、ペットとして飼われている豚やいのししも対象です。ペットとしての豚を飼っている方は下記の長崎県県南家畜保健衛生所までご連絡ください。

●●●対象ペット●●●  
豚、ミニブタ、  
マイクロブタ、いのしし

問い合わせ  
長崎県県南家畜  
保健衛生所  
☎0957-68-1177  
s11350@pref.nagasaki.lg.jp





## 相続登記の申請義務化に関する講演会

長崎地方法務局では、令和6年4月1日から始まる相続登記の申請義務化について、講演会を開催します。  
オンライン配信で、各支局会場または、ご家庭での参加が可能です。  
参加は無料で、事前予約制です。  
詳しくは、長崎地方法務局のホームページの新着情報をご覧ください。以下の支局までお問い合わせください。

**日時** 11月28日(火)  
午後1時30分～2時15分  
**会場** 長崎地方法務局諫早支局(諫早市)  
**申込** 支局会場参加は電話、ご家庭からのオンライン参加はメール  
**締切** 11月21日(火)

**連絡先** 長崎地方法務局諫早支局  
☎0957-22-0475

### ■島原病院正規職員募集

**募集人員** 看護師(若干名)  
**受験資格** 昭和63年4月2日以降生まれ(専門看護師・認定看護師は年齢不問)で免許を有するまたは、令和6年春までに免許取得見込みの人  
**申込締切日** 11月15日(水)※午後5時30分必着  
**試験日** 11月22日(水)午後1時  
**試験案内および受験申込書** 島原病院のホームページからダウンロードできます。

### ■ポリテクセンター長崎 令和5年度1月期受講生募集

**問** 長崎県島原病院 総務係  
☎0957(63)1145  
**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  
**募集締切** 11月27日(月)  
**選考日** 12月6日(水)  
**問** ポリテクセンター長崎

### ■JICA海外協力隊秋募集説明会

**問** 国際協力機構では帰国した隊員の経験談や応募に関する情報が得られる説明会を開催します。詳しくはホームページ、またはお問い合わせください。  
**問** (特非)九州海外協力協会  
☎0927(10)5310

### ■依存症に関する相談窓口

11月10日～16日は、アルコール関連問題啓発週間です。アルコールやギャンブルなど「依存症」のことで困っていませんか。県南保健所では保健師、作業療法士などが相談を受け付けています。健康面で気になることがある、当事者や家族の集まりを知りたいなど、お気軽にお問い合わせください。相談は無料で、秘密は厳守されます。  
**問** 県南保健所(平日午前9時

### ■長崎県よろず支援拠点 出張相談会

☎0957(62)3289  
中小企業庁認定の専門家に直接相談(無料)できます。事前に電話予約が必要です。  
**日時** 11月24日(金) 午前9時～午後5時まで  
**場所** 愛の夢未来センター  
**対象者** 中小企業・個人事業主  
**申込・問** 長崎県よろず支援拠点(長崎県商工連合会内)  
☎095(828)1462

### ■「ねんきん月間」年金の日

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、毎年11月を「ねんきん月間」として、公的年金制度に

## 島原半島市民限定「定点防災ジオツアー」無料ご招待

1991年6月3日に雲仙普賢岳で大火砕流が発生したとき、報道関係者が撮影のポイントとしていたところが「定点」と呼ばれる場所です。現在は、目印として白い三角錐が置かれ、2021年には、報道陣が使用していた車両が30年ぶりに火山灰から掘り出されて展示され、慰霊のモニュメントも設置されましたが、周辺は未だ立入規制区域に指定され、個人では立ち入ることができません。  
「定点防災ジオツアー」では、火山災害の脅威の認知や、防災意識の向上のため、雲仙岳災害記念館(がまだすドーム)に入場し、その後特別に許可を得て、定点周辺に入域し、ジオパークガイドの案内で、「その時そこで何が起きたのか」を体感します。

「定点防災ジオツアー」では、火山災害の脅威の認知や、防災意識の向上のため、雲仙岳災害記念館(がまだすドーム)に入場し、その後特別に許可を得て、定点周辺に入域し、ジオパークガイドの案内で、「その時そこで何が起きたのか」を体感します。

**日時** 12月16日(土) ①午前9時30分 ②午後1時30分  
12月17日(日) ①午前9時30分 ②午後1時30分  
**所要時間** 約2時間30分  
**参加費** 無料  
**定員** 各40人  
**対象** 島原半島3市在住の小学生以上の人(3市外在住の方はご家族でも参加できません)  
**集合場所** 雲仙岳災害記念館(がまだすドーム)  
**締切** 各日の10日前(定員になり次第締め切ります)

※この事業は、令和5年度「みんなで磨く!観光地域まちづくり」推進補助金事業です。

**申込・問**  
(一社)島原半島観光連盟 ☎0957(62)0655  
午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)

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、日本年金機構ホームページ「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、さまざまな試算ができます。

日本年金機構の「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またはお問い合わせください。  
**問** 諫早年金事務所  
☎0957(25)1662  
**住生活総合調査にご協力ください**

**さい**  
12月1日、全国で住生活総合調査が行われます。  
この調査は、住生活の安定・向上のための総合的な施策を推進する上で必要な基礎資料を得るためのものです。

10月に実施された住宅・土地統計調査に回答いただいた世帯の中から、全国で約10.8万世帯が対象となっています。  
対象世帯には11月下旬から郵送で調査票が配布されますので、オンラインまたは郵送による回答へのご協力をお願いします。  
**問** 令和5年住生活総合調査事務局  
☎0120(169)037

みなさんこんにちは!「協力隊でなんしょっと?」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ひます。

今年の夏、私は地域おこし協力隊として、国内外問わず、さまざまな方々を雲仙市の有機農業現場に案内させていただきました。

料理人の方や、他都道府県の農家の方、学生や雲仙市への移住検討者、多様で異なる知識を持った方々が雲仙市の農業に興味を持ち、その見学の依頼をくれました。有機農産物の生産者や販売の方々の日々の活動があったからこそ、他地域から寄せられる雲仙市有機農業への興味関心があるのだと実感しております。

雲仙市を訪れた皆さまは、畑の見学や農業体験を行いながら、雲仙市産の有機農産物や在来作物を実際に食されました。帰りがけには、感動のお言葉をたくさん残していかれています。

今後はもっとこのような活動を進めると共に、生産現場の皆様との交流を広げ、感動の声を現場に届けられるよう努めてまいります。皆さまのご協力をお願いすることも

あるとは思ひますが、その際は何卒よろしくお願ひいたします。

最後に、お忙しい中この度、農業体験等の受け入れにご協力頂いた、千々石町、吾妻町の有機農家の皆さま、大変ありがとうございました。



視察に訪れた学生に説明を行った様子

文 / 雲仙市地域おこし協力隊 種採り農業担当(政策企画課) 佐々木 凌

景色や活動内容などを投稿中!

雲仙市地域おこし協力隊 インスタグラム

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を写真で紹介しします!



写真・文: 荒木 順子さん(千々石町)

千々石第一小学校では、図書ボランティアグループてぶくろの会の皆さんが、朝の読書の時間に読み語りをされています。子どもたちにたくさんの本に触れてほしいと、平成9年から続けてくださっています。

「一日の始まりだから、明るくさわやかな本を選ぶよう心掛けている」とメンバーの田中さん。子どもたちに素敵な時間をありがとうございます。みんな!本に触れて豊かな人に育ってくださいね!!



家庭、学校、そして地域全体で子ども達に「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 (☎0957-47-7864) まで

### 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	借入金問題、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あり。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  
お気軽にご相談ください。 **TEL.0957-61-0888**

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

「広告」

保険の見直し・相談

**保険クリニック**  
雲仙国見店

☎0120-309-929

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

「広報うんぜんを見たと」を電話予約を。

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りません。まずは、「広報うんぜんを見たと」を電話予約を。

募集代理店: 有限会社さんき

# 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「農業振興」

一雲仙市が誇る産業の一つ、農業についてお尋ねします。

**金澤秀三郎市長** 2021年の農林水産省の統計によりますと、雲仙市の農業産出額は298億6,000万円で、県全体(1,551億円)の19.2%を占めて、県内トップの産出額を誇っています。主な品目は、ジャガイモです。市町村別の産出額で見ると、北海道の各市を抑えて日本一の数字となっています。そのほか、イチゴやレタス、ブロッコリー、ネギも県内1位の産地です。また、肉用牛、乳用牛といった畜産も県内トップです。

一産出額だけでなく、県内1位の品目が豊富なのも特徴的です。

**市長** 生産者の方々が、肥沃な大地を最大限に生かして知恵と工夫を重ねてきた結果だと思えます。その上で、国や県と連携して、より農業しやすい環境づくりのため、農地の基盤整備や集落営農などを進めてきました。ですが、それだけでは不十分

です。国や県の支援の対象とならない個別の生産者や事案に対応するため、本市では「光り輝く雲仙力アップ事業」という市独自の支援を行っています。

一「光り輝く雲仙力アップ事業」の特徴を教えてください。

**市長** 農業や漁業、畜産など各ジャンルに分けて、さまざまな支援を展開しています。代表的なものでいうと、新規就農者の確保に向け担い手育成支援、スキルアップ事業があります。また、後継者や人手不足の解消に向け、省力化や効率化を図るス



小振りだが色味と食感が良い「ながさき黄金」

マート農業の推進にも力を入れています。昨年度は全体(農業+畜産)で約6,600万円の予算を充て、同事業を活用した新規就農者は33人でした。

一新しい取り組みや今後の展望を教えてください。

**市長** 9月、ポテトチップス業者である湖池屋と流通卸業者、生産者が連携した「雲仙島原チップ用生産組合」が誕生しました。ポテトチップス用に安定した販路と出荷先を確保することで、農家の所得安定につながれると思います。また、国は有機農業に地域ぐるみで取り組む産地(オーガニックビレッジ)の創出に力を入れています。本市も、将来、オーガニックビレッジ宣言を行い、有機農業を推進することを目指し現在、調査・研究を行っています。こういった産地づくりの動きも視野に入れながら、豊かな大地に恵まれた“長崎県の台所”として、これからも生産者の方々が積み重ねた努力を後押ししていきたいと思っています。

## こちら〇〇課

## 「人事課」ってどんな部署？



紹介してくれる人

もりした ふみや

**森下 史也さん(入庁2年目)**

自己PR: マイペースで熱しやすく冷めやすい性格。最近サイクリングを始めたがいつまで続くか心配。



新規採用者向け研修の様子です。

### ひとこと

主に職員に関することや条例改正などの業務を行っているため、市民の方と直接関わる機会は少ないですが、市の運営には必要な業務ですので責任をもって頑張っていきたいと思っています。

### 業務内容

- 職員の採用、研修
- 給与の支給、福利厚生
- 情報公開、保護に関する業務
- 条例などの審査、公布
- 議会の招集、議案の調整 など

### 今の課題

さらなる市民サービスの向上のため、職員研修に力を入れています。通常業務に必要な知識だけでなく、専門的な知識を得るため外部研修への参加を促しています。並行して、基礎知識を深める独自の研修を重ねていきたいです。



「広告」



**こども食堂** in 浜観ホテル  
(小浜町北本町 1681)  
毎月、最終日曜日に開催します!  
**11月26日(日) ひる11時半~13時半**

こども 申込費: **わりょう!**  
保護者の方がお食事される場合は: 100円  
(周) シスコ子ども支援: 0957-27-1112  
(シスコ不動産・シスコホテル)

子ども支援株式会社では、子ども達への  
「ほめたいこと」「あげたいもの」「かぶりたいこと」募集!  
詳しくはHPを見てね! ▶





# 雲仙市イベント情報

## 第18回 雲仙市民ウォーキング大会

友人や家族と気軽に参加 運動不足・ストレス解消

日時 **11月23日(木・祝)**  
集合 **雲仙BASE(旧雲仙小学校)**  
受付 **午前9時10分**  
開会式 **午前9時30分(準備運動)**  
スタート **午前9時50分**

雨天中止

雲仙温泉・小地獄温泉周辺を歩き、完歩者には「完歩証」をお渡しします！ぜひご参加ください。参加には申し込みが必要です。**今回はキッチンカーもあります！**

距離 約5kmまたは約7kmコース(当日選択)  
参加料 300円(お茶、傷害保険料)  
※当日受付で徴収。中学生以下は無料です。  
申込先 **雲仙市レクリエーション協会事務局**  
(教育委員会スポーツ振興課内)  
申込期限 **11月14日(火)**

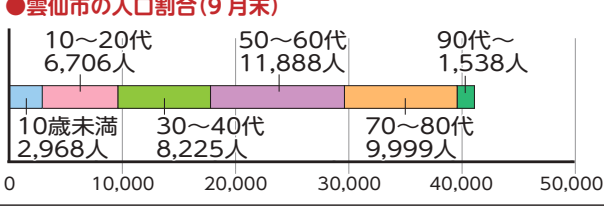
参加希望者は、スポーツ振興課、吾妻体育館、小浜体育館、生涯学習課各駐在にある申込書にてお申し込みください。  
申込書は、市のホームページからもダウンロードすることができます。



問 雲仙市レクリエーション協会事務局  
(スポーツ振興課内) ☎0957-47-7865

### 人のうごき(9月末)【住民基本台帳月報】

■人口：41,324人(前月比-35人)  
男性：19,730人 女性：21,594人  
■世帯数：17,688世帯(前月比+8)



## 市展

第18回雲仙市美術展覧会の出展作品を募集します。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。皆さまふるってご応募ください。  
展覧会は来年2月に開催されます。ぜひご来場ください。

作品募集 **11月1日(水)~12月8日(金)**

申込先 **教育委員会生涯学習課**  
または各駐在

※募集要項・申込書は、生涯学習課・各駐在にあります。

### <第18回雲仙市美術展覧会>

令和6年  
日時 **2月8日(木)~11日(日)**  
午前10時~午後6時  
場所 **国見町文化会館(まほろば)**



問 雲仙市文化連盟事務局(生涯学習課内) ☎0957-47-7864

## 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8日(水)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!!**



問 広報推進課 ☎0957-47-7714

**ぽつり**  
(広報担当の独り言)  
息子の修学旅行に備え、うん十年ぶりにインスタントカメラを購入した。カチカチとフィルムを巻き、フラッシュボタンのウィーンという音とともに過ぎた学生時代が懐かしい。デジタルカメラと違って、ちゃんと撮れたかどうか現像するまで分からない、ギャンブルみたいな数十枚。現像後、目つむり、真っ暗！なんていうのは、当たり前。それを友達と笑い合うのが日常だった。  
9月末に行われた「東京会議」の公開収録(P2~3)。写真のプロが切り取る雲仙市の日常はどれも圧巻で、「こんな素晴らしいまちに暮らしているんだ」と、改めてその美しさ、温かさに感動した。  
「写真について、日本人だけが「真実を写す」という考え方なんだと、同収録時、写真家の織作さんがおっしゃった。他国の人は「光を撮る、光を写す」だ。その通り、3人の写真には、「被写体そのものの美しさ」だけでなく、そのものが発するオーラや温度が感じられた。だからこそ、人の心を動かす1枚になるのだろ。」  
前髪の小さなゆれを気にしたり、かと思えば、友達と意味もなく変顔で撮っていたあの頃。数十枚に凝り詰った真っ暗な写真ですら、青春時代の輝きを写し出す1枚に思えた。(念)

●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。