



“つながり”で創る 賑わいと豊かさを 実感できるまち

4

2024 令和6年
Vol.222

広
報

UNZEN うんぜん



令和5年度雲仙ふるさと景観百選フォトコンテスト 最優秀賞「静寂に包まれて」

今月の表紙 (撮影：田中利奈さん)

景観百選フォトコンで最優秀賞に輝いた田中さんの作品。「三十路苑はずっと行きたかった。五感で楽しめる雲仙の魅力を多くの人に知ってほしい」とコメントしました。(受賞作品紹介はP.5)

今月の主な内容

- 移り住みたい、住み続けたいまちへ P. 2~3
- 市役所組織一部変更 P. 4
- 雲仙ふるさと景観百選フォトコン受賞作品決定 P. 5
- 狂犬病予防注射の日程 P. 27
- 雲仙市イベント情報 P. 28

結婚応援



徳永 浩樹さん・唯さん(愛野町)

福岡出身の浩樹さんと市内出身の唯さん。浩樹さんは、国見高校のサッカー部コーチとして一昨年に本市に移住。昨年結婚し、娘、羽那ちゃんが誕生しました。

結婚や出産時に、知り合いから色々な支援制度があることを聞き、心強かったという唯さん。「子どもと思いっきり遊べる場所が市内にあったらいいな」と話しました。国見高サッカー部の全国での躍動を支える浩樹さんは「支援はすごくありがたい。もっと子どもが増えたらいいですね」と笑顔を見せました。

移住・定住

小笠原 桂一さん・優さん(小浜町)

小浜でおむすびランチを提供する「葉月路地裏2+8」を営む小笠原ご夫婦。もともと地元の長崎市にあったお店を一昨年小浜町に移転。それを機に移住しました。

「自然がある場所でゆったりとお店をしたかった」と優さん。「側溝から湯けむりが立ち上るのが小浜の良いところ。転入の際、支援制度を市の担当者から聞き、制度も親切な説明もありがたかった」と桂一さん。お店は赤いおむすびの看板が目印。不定休のため、念のためお電話(090-4995-0337)ください。お店の名前「2+8」の由来は、ぜひお店でお尋ねを。



↑この看板が目印です!



◎それぞれの支援金などには、年齢や所得、一定期間の定住などの要件があります。

詳しくは、各二次元コードから市ホームページをご覧ください。

問 地域づくり推進課 ☎0957-47-7805

もっと便利に!

水道料金・下水道使用料のコンビニ納付・スマホ決済が始まります

4月請求分から、水道料金と下水道使用料がコンビニエンスストアやスマホアプリで納付できるようになりました。夜間や土日・祝日の納付も可能ですので、ご利用ください。

納付可能なコンビニ

- ・セブン-イレブン
- ・ファミリーマート
- ・ローソン
- ・デイリーヤマザキ など

◎詳しくは、市ホームページをご覧ください。



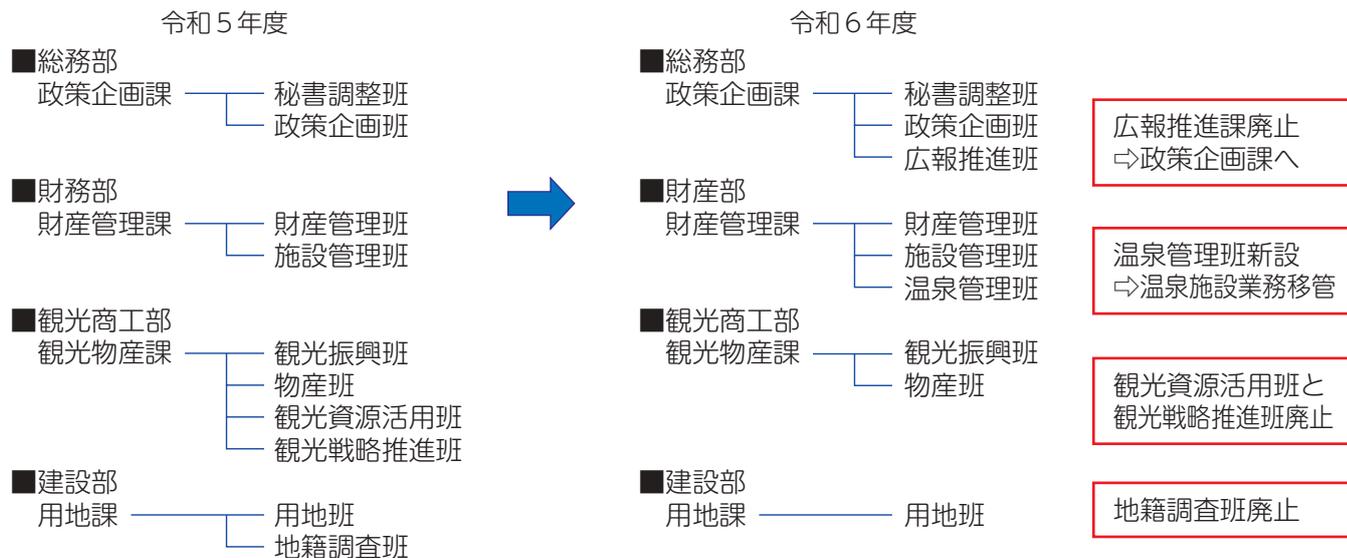
納付可能なスマホアプリ

- ・PayPay
- ・LINE Pay
- ・PayB
- ・支払秘書
- ・J-Coin Pay
- ・d払い
- ・au PAY

問 ●水道課 ☎0957-47-7819
●下水道課 ☎0957-47-7826

市役所の組織機構が 4月から一部変更になりました

※変更組織のみ抜粋



- 広報推進課を廃止し、「広報推進班」として政策企画課に統合します。
- 財産管理課に、温泉施設を一体的に管理するための「温泉管理班」を新設します。
- 観光物産課の「観光資源活用班」と「観光戦略推進班」を廃止します。
- 用地課の「地籍調査班」を廃止します。

【業務の移管】 * 温泉施設の管理業務を「財産管理課」へ移管。

- ・千年の湯（福祉課）
 - ・浜の湯（環境政策課）
 - ・望洋荘（観光物産課）
- ⇒ 財産管理課 へ

問 人事課 ☎0957-47-7726



『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

小浜の昔を偲ぶ古写真展

旧小浜町制100周年を記念して、明治から昭和にいたる小浜・雲仙の古写真（長崎大学附属図書館デジタルアーカイブなどから借用）を展示しています。また、小浜図書室では旧小浜町の歴史に関連する資料を展示しています。ぜひご覧ください。

日 4月30日（火）まで

* 小浜総合支所開所時
午前8時30分～午後5時

場 小浜総合支所・小浜図書室
(支所2階)

問 小浜駐在 ☎0957-74-5501



明治時代の小浜（写真はいずれも長崎大学附属図書館所蔵）

令和5年度 雲仙ふるさとと景観百選 フォトコンテスト 受賞作品決定

7年目となる昨年度のフォトコンテストは、インスタグラムとメールから131作品の応募がありました。受賞10作品を紹介します。

このコンテストは、雲仙市の魅力ある景観を題材として写真を募集し、1年間に10作品、10年間で100作品を選定し「雲仙ふるさとと景観百選」とするものです。

今年度も引き続き同コンテストを開催する予定です。皆さまのご応募をお待ちしています。

問 監理課 ☎0957-47-7841

最優秀賞



田中利奈さん「静寂に包まれて」

優秀賞



石田一洋さん「一切経の滝」



永野弘さん「ツル飛来」



佐々木美紗さん「せんべい職人」

入賞



有吉光男さん
「霧に包まれる沖ノ島」



モリモリさん
「いつまでもこの景色を見ていたい」



吉田隆さん
「干拓道路が諫早へ近道」



井上克幸さん「煮干し加工場の朝」



楠田真典さん「苔むした道」



尾崎翔さん「観櫻酒宴」

●撮影場所や過去の受賞作品は市ホームページをご覧ください。



ごみステーションの適正な利用にご協力を

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

家庭ごみは、各家庭からごみステーションに出されたものを市が収集しています。ごみステーションは、市が収集する際に支障がない場所に設置されており、地元自治会が管理・運営しています。

ごみ出しのルールを守り清潔に使いましょう

ごみステーションは多くの人が共同で使います。利用者一人ひとりがルールを守り、清潔に保つことを心がけましょう。また、お住まいの(加入している)自治会のごみステーションに出してください。

自治会に加入していない人は自治会長へ相談を

ごみステーションの管理は自治会により行われています。そのため、自治会に加入していない人が利用する場合は、必ず管理者である地元の自治会長へ相談してください。また、利用の際は、ごみステーションの清掃活動に参加するなど、管理・運営に協力しましょう。

農地法による許可申請書の提出期限を変更します

問 農業委員会 ☎0957-47-7851

農地貸借や売買、転用による許可申請書の提出期限が土日・祝日の場合に、その期限が4月から変更になります。期限までの提出にご協力をお願いします。

【3月まで】毎月14日(14日が土日・祝日のときはその直後の開庁日)



【4月から】毎月14日(14日が土日・祝日のときはその直前の開庁日)

「広報推進班」へのお電話は政策企画課へ

問 政策企画課 ☎0957-47-7709

4月1日付けの組織機構変更に伴い、「広報推進課」が廃止になるため、**広報推進課の直通電話も使用できなくなりました。**

今後の広報への問い合わせは、政策企画課直通電話へお願いします。

【3月まで】広報推進課 直通☎0957-47-7714



【4月から】政策企画課 直通☎0957-47-7709

雲仙市奨学資金(無利子)のご案内

問 教育委員会総務課 ☎0957-47-7854

本市在住者(出身者)で下記に該当する人に奨学資金を無利子で貸し付けます。

※他の奨学金制度との併給可

貸付条件 次の全てに該当する人

- 扶養者が1年以上市内に居住している人
- 学業および人物がともに奨学生としてふさわしい人
- 経済的な理由により修学困難な人

対象学校・貸付金額

①大学・大学院・短期大学・農業大学校

…月額20,000円以内

②高等専門学校・専修学校(専修学校設置基準または各種学校規程による修業年限2年以上の学校)

…月額15,000円以内

③高等学校

…月額12,000円以内

申込方法

募集要項(市ホームページ、教育委員会総務課、生涯学習課各駐在に備え付け)をご確認ください。

申込期間 4月1日(月)～5月24日(金)



令和6年度から「雲仙市お口のチェック健診」の健診期間が変更になります

健康づくり課 ☎0957-47-7876



変更後

変更前 5月中旬～翌年2月末



4月1日～翌年3月31日(通年)



是非、この機会にお口のチェックをしましょう

対象者	20～74歳(※R7.3.31現在年齢)
検査内容	むし歯検査、歯周ポケット測定、歯みがき指導
健診料	500円(※70～74歳の人および生活保護の人は無料)
実施機関	雲仙市・南島原市・島原市の協力歯科医院



★健診を受けるには「雲仙市お口のチェック健診券」が必要です。健診券は健康づくり課(千々石)、総合窓口課(吾妻)、各総合支所に設置しています。また、市ホームページからダウンロード・印刷することもできます。



「緑の募金」は森林づくりなどに生かされています

問 農林課 ☎0957-47-7828

緑の募金は、市や町が行う植樹・水資源などの整備や青少年の緑化活動などの支援に活用されています。

市では、長崎県緑化推進協会から交付された募金の一部を利用して、市内の緑の少年団やボランティア団体に花苗を配布し、学校や公共施設に植栽を行い、見る人に安らぎを与える緑化活動に取り組んでいます。

「緑の募金」による事業について、詳しくはお問い合わせください。

緑の募金(本市 令和5年度実績)

139万1,600円

国見町 23万300円・千々石町 16万円
 瑞穂町 12万3,400円・小浜町 20万9,700円
 吾妻町 18万6,600円・南串山町 10万8,600円
 愛野町 12万1,400円・職場募金 25万1,600円

皆さまの善意は地域の緑化に活用させていただきます。誠にありがとうございました。



井戸水・生活排水の管理は十分に!

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

水質検査を受けましょう

年1回、専門の検査機関で飲用井戸の水質検査を受けましょう。

乳児には井戸水を飲ませないでください

島原半島一部地域の井戸水は、硝酸態窒素および亜硝酸態窒素濃度が高い傾向にあります。

井戸の周りを点検しましょう

井戸の周りを清潔に保ち、人や動物が近寄らないようにしましょう。

市の水道に接続しましょう

市水道事業の給水区域内にある家庭は、市の水道に接続しましょう。

おかしいと思ったら、すぐに市役所などに連絡をしてください

井戸水の異常を感じたら、直ちに使用をやめて、下記にご連絡ください。

川や海に生活雑排水を流さない工夫をしましょう

各家庭で汚れを出さない工夫や、合併処理浄化槽を設置し必要な維持管理を行う、または、下水道に接続するなどの対策を心がけましょう。

問い合わせ

- ・井戸、生活排水に関すること
環境政策課 ☎0957-47-7813
- ・市水道に関すること
水道課 ☎0957-47-7819
- ・下水道に関すること
下水道課 ☎0957-47-7826
- ・県南保健所
衛生環境課 ☎0957-62-3288

みずほすこやかランドふれあいプール監視員募集

みずほすこやかランドふれあい会館 ☎0957-77-4111

業務内容	受付、館内清掃、水質管理等運営全般、プール監視		
勤務日	6月上旬～9月中旬 4勤2休、2交代制	募集人員	12人程度
	※天候や利用状況により、営業時間を短縮する場合があります。	社会保険等	雇用保険、通勤手当有り
勤務時間 (プール営業期間)	●6月24日(月)～8月31日(土)	報酬	時給 980円
	①A勤務 午前9時30分～午後3時45分 (5.5時間)	選考方法	面接試験
	②B勤務 午後3時30分～8時30分 (5.0時間)	選考日・場所	5月19日(日)・みずほすこやかランドふれあい会館
	●9月1日(日)～8日(日)	申込方法	みずほすこやかランド、人事課または各総合支所に備え付けの「会計年度任用職員申込書」に必要事項を記入の上、みずほすこやかランドに提出してください。 (申込書は、市ホームページからもダウンロードすることができます)
勤務場所	ふれあいプール (みずほすこやかランド内)	申込受付期間	4月1日(月)～5月10日(金)午後5時 (当日消印有効)
応募資格	・18歳以上の人 ・心身ともに健康で泳げる人 ・雇用期間において、継続して勤務可能な人	提出先 ・問い合わせ	雲仙市みずほすこやかランドふれあい会館 〒859-1206 雲仙市瑞穂町西郷辛621番地8 ☎0957-77-4111 (午前8時30分～午後5時)



4月から各種手当の額が変更になります

問 子ども支援課 ☎0957-47-7874 ・ 福祉課 ☎0957-47-7871

児童扶養手当

問 子ども支援課



支給月：1月、3月、5月、7月、9月、11月（支給月の前2カ月分を支給）

	令和5年度（3月まで）	令和6年度（4月から）
児童が1人の場合	全額支給 44,140円 一部支給 44,130円～10,410円	45,500円 45,490円～10,740円
児童が2人の場合	上記金額に、 全額支給 10,420円加算 一部支給 10,410円～5,210円加算	上記金額に、 10,750円加算 10,740円～5,380円加算
児童が3人以上の場合	上記金額に1人につき、 全額支給 6,250円加算 一部支給 6,240円～3,130円加算	上記金額に1人につき、 6,450円加算 6,440円～3,230円加算

特別児童扶養手当

問 子ども支援課



支給月：4月(12～3月)、8月(4～7月)、11月(8～11月)

	令和5年度（3月まで）	令和6年度（4月から）
1級	53,700円	55,350円
2級	35,760円	36,860円

特別障害者手当・各福祉手当

問 福祉課

支給月：5月(2～4月分)、8月(5～7月分)、11月(8～10月分)、2月(11月～1月分)

	令和5年度（3月まで）	令和6年度（4月から）
特別障害者手当	27,980円	28,840円
障害児福祉手当	15,220円	15,690円
経過的福祉手当	15,220円	15,690円

令和7年に「第8回市民運動会」を開催します

問 スポーツ振興課 ☎0957-47-7865

市制20周年記念事業として、令和7年に「第8回市民運動会」を開催します！

多くの皆さまに参加いただくため、今回は日程と場所のみ早めにお知らせします。さまざまな行事の計画の参考にもお役立てください。

日程 令和7年10月19日(日)
場所 愛野運動公園



■ 国土調査（地籍調査事業）が市全域で終了しました

問 用地課

平成6年度から旧小浜町で行っていた国土調査（地籍調査事業）が令和5年度で終了し、登記事務が完了しました。これにより国土調査法に基づく地籍調査事業が市全域で終了しました。

（概況）

地区名	着手年度	調査後面積（km ² ）	調査後筆数
小浜町	平成6年度～	36.89	34,740

上記のとおり、29年前から行われてきた事業ですが、旧小浜町の地権者および関係者の皆さまのおかげで無事終了することができました。ご協力ありがとうございました。

■ 国土調査（地籍調査事業）後は登記地積で課税します

問 税務課

小浜町の土地にかかる固定資産税について、地籍調査事業の完了に伴い令和6年度から次のとおり課税地積の取り扱いが変更となります。

令和5年度まで	令和6年度から
<p>●地籍調査後の地積が狭い土地</p> <p>例 調査前の地積 > 調査後の地積 ⇒ 調査後の地積で課税</p> <p>200㎡ 150㎡ 150㎡</p>	<p>地籍調査後の 登記地積で課税</p>
<p>●地籍調査後の地積が広い土地</p> <p>例 調査前の地積 < 調査後の地積 ⇒ 調査前の地積で課税</p> <p>80㎡ 100㎡ 80㎡</p>	

令和6年度から課税地積が増加となる納税者の人は、令和5年度の税額と比べて増額になる場合があります。また、土地の課税標準額が免税点未満（30万円未満）で非課税だった人が、令和6年度から課税となる場合もあります。皆さまのご理解をお願いします。

■ 令和6年度固定資産価格等の縦覧・閲覧がはじまります

問 税務課

期間：4月1日（月）～5月31日（金） 午前8時30分～午後5時15分 ※土日・祝日除く

場所：本庁税務課（吾妻）・各総合支所

※縦覧や閲覧方法については、お尋ねください。

春の全国交通安全運動 4月6日～15日

問 市民安全課 ☎0957-47-7759

スローガン 「身につけよう 交通ルールと ヘルメット」

- こどもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践
- 歩行者優先意識の徹底と「思いやり・ゆずり合い」運転の励行
- 自転車・電動キックボード等利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守

横断歩道を渡る際は、安全を確認してから渡りましょう。

運転中、横断歩道を渡る歩行者がいる場合は、横断歩道手前で停止して道を譲りましょう。

期間中は市内各所で広報啓発活動などが実施される予定となっています。

市民皆さまのご理解とご協力をお願いします。



花農家、未来咲かせる意見交換

2月9日、雲仙市の花農家と市長の意見交換会が開催され、花農家や市長をはじめ関係者約20人が参加しました。雲仙市花き振興協議会が主催し、花き品評会での表彰者の紹介や高温対策などについて意見交換。

同協議会の平野昭太会長は、「燃油の高騰など農家にとって厳しい状況の中、市長と意見を交わすことができ有意義だった。今後も市内の農業を盛り上げていきたい」と抱負を語りました。



発表を行う南申山町4Hクラブ(写真右)と山中さん(上)



「ながさき黄金」の普及が評価され、九州大会へ

2月15、16日、第62回ナガサキ・アグリネット・フォーラムが長崎市内でありました。雲仙市からは、プロジェクト発表の部に、国見と瑞穂両町の青年農業者連絡協議会、小浜と南申山両町の4Hクラブが出席。意見発表の部に山本晃輔さん(国見町)、山中優星さん(千々石町)が出席しました。

馬鈴薯「ながさき黄金」の普及に取り組んだ南申山町4Hクラブはその実績が評価され、優秀賞を受賞。また、農業法人での経験や繁殖牛と馬鈴薯の両立について述べた山中さんも優秀賞に輝きました。南申山町4Hクラブは、7月の九州大会に出場します。

立派な自衛官になります

2月24日、春季自衛隊入隊者激励会が瑞穂町公民館で開催されました。入隊するのは、福田想由花さん(愛野)、奥野修汰郎さん(千々石)、山崎龍斗さん(吾妻)、田中悠星さん(小浜)、松本千恵璃さん(国見)の5人です。市長の激励のあと、福田さんが「国防の重要性を自覚し、立派な自衛官になれるように精進していく」と謝辞を述べ、決意を新たにしました。



食改さんに新たに11人が仲間入り

食生活改善推進員(食改)に新たに11人が仲間入りしました。食改は、食を通じた健康づくりと食育を推進するボランティアで、雲仙市では約200人の会員が活動しています。11人は養成講座で、栄養バランスのとれた食事や健康づくりの現状と課題などを学びました。今後、市民の健康づくりの輪を広げていく活動を進めていきます。

卒業おめでとう!

市内中学校で3月14日、小学校で19日に卒業式があり、中学生370人、小学生358人が先生や在校生に見守られながら学び舎を巣立ちました。今後の活躍を期待しています。



高齢者肺炎球菌定期予防接種の助成を行っています

市では、**定期予防接種の対象者**に接種費用の一部を助成しています。

※65歳の誕生日までに**予診票などが入った封筒**を郵送します。転入した人や紛失した場合など、満65歳で未接種の人は**接種を受ける前**にお近くの総合支所窓口などで予診票をお受け取りください。

対象者	雲仙市に住所があり、下記のいずれかに該当する人 ①接種日に満65歳の人 ②接種日に60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能に障がいがある人(身体障害者手帳1級程度) ※なお①、②いずれも過去に23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン(肺炎球菌ワクチン)の接種を受けたことがない人
当日持参するもの	・予診票(事前に記入しておきましょう) ・保険証など住所が確認できるもの ・自己負担金5,000円(接種費の8,783円のうち3,783円を市が負担) ※生活保護受給世帯の人は、生活保護の受給確認ができる「確認書」などを持参することで無料になります。
接種場所	県内の接種可能な医療機関(接種前に医療機関に確認・予約してください) ※ 県外 で受ける場合は、 事前の手続きが必要 です。

問 健康づくり課 ☎0957-47-7876

TAX INFORMATION

心身に障がいがある人は、軽自動車税(種別割)の減免が受けられます。減免を受けるには申請が必要です。減免対象者の範囲については、市ホームページ(右下の二次元コード)をご覧ください。

期限を過ぎると受け付けができませんので、必ず期限内に申請をお願いします。

軽自動車税
(種別割)減免
お忘れなく

受付期間：4月1日(月)～5月30日(木) ※土日・祝日除く

●減免が受けられる人

- ・障がい者本人または生計を共にする人、常時介護をする人
- ・「車いす移動車」「入浴車」など特殊用途車両を所有する人

●申請時に必要なもの

1. 心身に障がいがあることを証明する手帳(身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳)
2. 運転免許証
3. 自動車検査証(車検証がある車両のみ)
4. 令和6年度軽自動車税(種別割)納税通知書(申請時に届いている場合)
5. マイナンバーカードもしくは通知カード(減免対象車両の納税義務者の分)
6. 本人運転以外の場合は、通院証明書、通学証明書などが必要です。(ただし、令和5年度に家族または介護者運転の減免を受けている人は不要)

●申請窓口

税務課または各総合支所

詳しくはこちら



※自動車税(県税)との重複減免は受けられません。

問 税務課 ☎0957-47-7795



1日のスタートは朝食から！

毎日、朝食を食べていますか？
朝食を食べて、脳とからだをしっかりと目覚めさせ、元気に1日をスタートさせましょう！

<雲仙市の現状>

雲仙市健康増進計画「健康うんぜん21(第2次)」の最終評価によると、20～30歳代の約30%は朝食を食べていないことが分かりました。

【朝食を食べている人の割合(20～30歳代)】

85.9%(H28) → 71.9%(R3)
悪化している

朝食を食べない理由

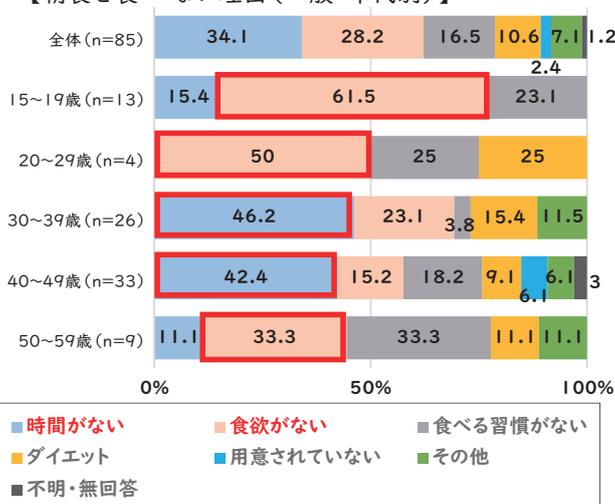
「食欲がない」「時間がない」多数

- ・10代～20代・・・食欲がない
- ・30代～40代・・・時間がない
- ・50代・・・食欲がない、食べる習慣がない

夕食が遅かったり、夜食を食べ過ぎたりすると、朝から食欲がわきません。また、夜型の生活で朝早く起きることができないと、朝食を食べる時間がとれません。

朝食をおいしく食べるために、まずは生活リズムを整えることが大切です!!

【朝食を食べない理由(一般:年代別)】 n=回答者数



資料:令和5年度健康に関するアンケート調査

朝食を毎日食べるための3つのステップ!

- 食べる時間がない人は・・・
- ・夜更かしをしない
- ・今より20分早く起きる

- 食欲がない人は・・・
- ・夜食を食べない
- ・夕食を食べすぎない

<STEP1>

まず何か食べる!



- (例)
- ・おにぎり
 - ・パン
 - ・乳製品(牛乳、ヨーグルトなど)
 - ・果物(バナナ、キウイなど)

<STEP2>

2種類以上を組み合わせる!



- (例)
- ・ごはん + 納豆
 - ・おにぎり + ゆで卵
 - ・パン + 目玉焼き
 - ・バナナ + ヨーグルト

<STEP3>

3つそろえて食べる!

- ・主食(ごはん、パン)
- ・主菜(納豆、卵、肉、魚)
- ・副菜(野菜)



- (例)
- ・ごはん + 納豆 + 具だくさん味噌汁
 - ・おにぎり + ウインナー + ブロッコリー
 - ・パン + 目玉焼き + ミニトマト
 - ・パン + ゆで卵 + サラダ

ぜひ活用しませんか？

★キラッと健康！応援プロジェクト【キラプロ】絶賛実施中！

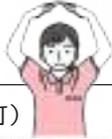
キラプロとは、健康づくり課の保健師や管理栄養士が集まりの場に伺い、健康情報や具体的な生活習慣病の予防法などをお伝えし、健康講話を通じて市民の皆様が『キラッと輝く』生活が送れるように応援する取り組みの事です。

無料!

MENU

- ①がん ②生活習慣病 ③運動
- ④たばこ ⑤栄養・食生活 ⑥飲酒
- ⑦お口の健康 ⑧こころの健康 ⑨その他

- 自治会や各種団体、企業なども大歓迎!
- 土日祝日、夜間でもOK!
- 少人数でもOK!



時間：30分～1時間程度（相談可）



東小浦自治会（小浜町）
会長 田中 敬之さん

自治会の集まりの時に、「骨折予防」「お口の健康」について話を聞きました。皆さん、歯などのお口の健康は大切にしていますか？
私は、歯周病が全身のさまざまな病気に影響があることを、今回はじめて知りました。日ごろの歯磨きや定期的な歯科健診の大切さなど、お口の健康について考える良い機会になりました。



★申込方法

本庁（総合窓口課）または各総合支所へ申込書を提出
または 健康づくり課に電話で申請（3週間程前までに）

からだところの健康相談

【4月の相談日】 時間：午前9時～11時

日にち	場所
4月11日(木)	雲仙市役所
	小浜総合支所
4月17日(水)	国見総合支所
	愛野総合支所
4月26日(金)	瑞穂総合支所
	千々石総合支所
	南申山総合支所

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

切り口の色合いも楽しめる！ 野菜たっぷりサンド

野菜を1日
350g 食べよう



食改さんが考えた
野菜たっぷりレシピです。

材料 2人分

- ・食パン(6枚切り)…………… 2枚
- ・キャベツ…………… 200g
- ・ニンジン…………… 75g
- ・タマネギ…………… 75g
- ・マヨネーズ…………… 大さじ1
- ・スライスチーズ…………… 2枚
- ・鶏むね肉…………… 100g
- A {
 - ・濃口醤油…………… 20mℓ
 - ・酒…………… 40mℓ
 - ・砂糖…………… 大さじ1

作り方

- ①鶏肉を煮立ったAに入れ、片面10分ずつ煮て粗熱をとり、そぎ切りにする。
- ②野菜を全て千切りにし、図※のように具材を乗せ、ぎゅっと押さえる。
- ③クッキングシートで②をしっかりと包んだら包丁で半分に切る。

※図



野菜量
175g

栄養価

エネルギー：434kcal たんぱく質：23.0g 脂質：12.2g
炭水化物：87.3g 食塩相当量：2.3g ※写真・栄養価・野菜量は1人分

管理栄養士からの おすすめポイント!

1品で主食・主菜・副菜が摂れます。事前に肉と野菜の下準備をしておけば、材料を挟むだけで完成するので朝食にもおすすめです。

4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、4月の対象R5.4～R5.11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。
- のお問い合わせは消費生活センター (☎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
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20

梅津医院
(国見町 78-5156)
☎くさの循環器内科
(千々石町 37-6050)

本田医院
(国見町 78-2768)
☎松島外科
(小浜町 74-4388)

ひ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)

佐藤医院
(国見町 78-5555)
☎松藤整形外科
(小浜町 74-2006)

太田整形外科
(国見町 78-5413)
☎大野医院
(千々石町 37-2015)

松本内科医院
(国見町 65-3333)
☎泌尿器科・皮膚科
☎菅医院
(南串山町 88-3151)

鶴田歯科医院
松藤歯科
畑中歯科医院
あおい歯科
寺田歯科医院
泉歯科医院

障害者巡回相談(午後1時30分～4時、瑞穂総合支所)
● 赤ちゃん健康相談 (瑞穂町公民館)

行政相談(午前9時～正午、国見総合支所、午後1時～4時、南串山総合支所)
● 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)
● 赤ちゃん健康相談 (小浜老人福祉センター)

夜間無料司法書士相談(午後6時～9時、雲仙市役所)
● 3歳児健康診査(千々石保健センター)
● 「ばれっと」出張相談会(午後1時～4時、千々石総合支所)

3歳児健康診査(国見農村環境改善センター)

夜間無料司法書士相談(午後6時～9時、雲仙市役所)
● 3歳児健康診査(瑞穂町公民館)

赤ちゃん健康相談
(千々石保健センター)

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)
● 人権よろず相談(午前9時～正午、小浜老人福祉センター)

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、吾妻町ふるさと会館、愛の夢未来センター)
● 人権よろず相談(午前9時～正午、小浜老人福祉センター)

3歳児健康診査(瑞穂町公民館)

休日無料司法書士相談(午前10時～午後3時、雲仙市役所)

21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

休日在宅当番歯科医

(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
7日	鶴田歯科医院 松藤歯科	愛野町 島原市北安徳町	36-7611 62-7355	まぎ歯科あづま まつしま歯科医院	吾妻町 南島原市有家町	20-0118 82-0600
14日	畑中歯科医院 あおい歯科	愛野町 島原市南安徳町	36-3535 61-1800	土井歯科クリニック さとう歯科クリニック	吾妻町 南島原市有家町	38-6400 82-1771
21日	寺田歯科医院 泉歯科医院	愛野町 南島原市深江町	36-2322 72-2066	ねぎ歯科医院 あきらデンタルクリニック	瑞穂町 南島原市有家町	77-4182 82-2352

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

◆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。

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。





雲仙市病児保育事業 令和6年度交流会(長崎県看護協会開催)

市では、育児支援として実施している訪問型病児・病後児保育について、県看護協会を実施機関に指定しています。同協会では、看護職のサポーターと利用登録しているファミリー会員のご家族が顔見知りになり、安心して利用いただくために、交流会を開いています。お子さまを連れてお気軽にご参加ください。

●年間スケジュール

	日程	内容	申込期間(電話予約が必要です)
1回	4月21日(日)	春のだい運動会	4月19日(金)まで
2回	6月23日(日)	防災について考えよう 防災グッズを手作り	6月3日(月)～21日(金)
3回	10月20日(日)	ハロウィンパーティー(えとう病後 児サポートルームと合同開催)	9月30日(月)～10月18日(金)
4回	12月15日(日)	クリスマス会(くにみ子ども園病後 児保育センターと合同開催)	11月25日(月)～12月13日(金)
5回	令和7年 2月16日(日)	簡単!親子で手作りおやつ ※エプロン、三角巾、マスクを持参	1月15日(水)～2月10日(月)

時間: 午前10時30分～正午

場所: 愛の夢未来センター 2階和室

対象者: 市の病児保育事業にすでに登録、または登録予定の家族 ※事前に電話予約が必要です。

●内容について、急な変更がある場合があります。その他、子育て相談や病児保育事業についての登録・相談にも対応しています

病児・病後児保育サポートセンター
ホームページはこちら➡



申込・問 長崎県看護協会 病児・病後児保育サポートセンター ☎0957-25-0807

公務員になる人・退職する人の児童手当

市内にお住まいの児童手当受給者は、公務員になるときや退職するときに児童手当の手続きが必要です。
※公務員から独立行政法人へ出向する人なども手続きが必要な場合があります。

4月1日付けで公務員になる場合

【市役所での手続き】 ⇨ 受給事由消滅届を提出
(市から4月分まで支給)

【職場での手続き】 ⇨ 4月中に認定請求書を提出
(5月分から公務員所属庁で支給)

3月31日付けで公務員を退職する場合

【職場での手続き】 ⇨ 受給事由消滅届を提出
(公務員所属庁から3月分まで支給)

【市役所での手続き】
⇨ 退職後15日以内に認定請求書を提出
(4月分から市で支給)

ご不明な点はお問い合わせください。

申込・問 子ども支援課 ☎0957-47-7874

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人目の方の参加もお待ちしています。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 5月14日(火)
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

持参品 母子健康手帳、水分補給用の飲み物

●5月7日(火)までに子ども支援課へ電話にてお申し込みください。



申込・問 子ども支援課 ☎0957-47-7874

思春期教室を開催しました

市では、思春期における心身の特徴や性行為に伴うリスクなどを理解し、命の誕生を学ぶことで、自分だけでなく他人に対しても個々を尊重し、行動できるようになることを目的に、市内中学校で毎年思春期教室を開催しています。

昨年は、9月から12月にかけて開催しました。講師に佐藤信子助産師（吾妻町）を迎え、思春期の身体の変化、10代の妊娠や人工妊娠中絶、命の誕生など、「10代で知ってほしいと思うこと～今考えよう、妊娠・出産・将来のこと～」というテーマでお話がありました。

これから大人になっていく中で、この思春期教室で学んだことをこれからの人生に役立ててもらえたらと思います。



生徒の感想

- ・今まで「性」や「恋愛」についてあまり考えたことがなかったけど、今回の講演で性は身近なものだとわかり、より深く考えようと思いました。
- ・「命」を大切にすることは他の人々を尊重し、思いやりを持つことにつながり、また命の尊さに気づき、感謝するとでより充実した人生を送ることができると思います。



- ・人が生まれてくるのは「当たり前」ではなく「奇跡である」ということがわかりました。
- ・痛い思いをして一生懸命私を生んでくれたお母さんに本当に感謝の気持ちでいっぱいになりました。
- ・せっかく今生きているのだから、自分の心と身体を大事にしながら生きていきたいと思います。

問 子ども支援課 ☎0957-47-7874

地域ぐるみで取り組みましょう！ 子どもが安心して生活・学習できる環境づくり

4月は進級や進学など、子どもにとって環境が大きく変わる月です。地域のみinnで、子どもの変化を見守りましょう。万が一、いじめと思われる事案を発見した場合は、該当する学校もしくは下記窓口へ連絡をしてください。



いじめなど学校生活に関する相談窓口

親子ホットライン(雲仙市教育委員会学校教育課)

0120-96-7947

受付時間 月～金 午前8時30分～午後5時15分 ※祝日を除く



市では「子どもが安心して生活し、学ぶことができる環境をつくる」ことを目的に、市民総ぐるみでいじめ防止を推進する「雲仙市子どものいじめの防止に関する条例」を制定しています。

問 雲仙市子どものいじめの防止専門委員会事務局(地域づくり推進課内)

☎0957-47-7805

福祉のお知らせ

もしかして高齢者虐待？ ひとりで悩まずご相談ください

高齢者虐待は、高齢者の人権を著しく侵害し、心身の健康や生命に深刻な影響を及ぼす行為です。

《高齢者虐待の種類》

身体的虐待

殴る、蹴る、ベッドに縛り付ける など

経済的虐待

必要なお金を渡さない、
医療費などを支払わない など

介護や世話の放棄や放任

水分や食事を十分に与えない、医療・介護サービスを受けさせない など



心理的虐待

怒鳴る、無視する、侮辱する
など

性的虐待

裸のまま放置、人前でのおむつ交換
など

ふと周りを見渡したとき、「これってもしかして…？」
と気になった場合は、悩まずご相談ください。

雲仙市も管轄している、諫早人権養護
委員協議会が高齢者虐待のチラシを作
成しました。
ぜひご覧ください。



相談窓口

福祉課 ☎0957-47-7871 (直通)
(雲仙市高齢者等見守りネットワーク事務局)

雲仙市地域包括支援センター
愛野事務所 ☎0957-36-3571
小浜事務所 ☎0957-74-3211

伝える、伝わる手話を 学んでみませんか

【雲仙市手話奉仕員養成講座（入門課程）】

簡単な手話が理解でき、あいさつや自己紹介
などを手話で表現できるレベルを目指して手話
を学びます。

※手話通訳を目指す人の入門課程となります。

期 間 6月4日（火）～11月26日（火）
毎週火曜日（8月6日・13日を除く）
全24回

時 間 午後7時30分～9時30分

場 所 愛の夢未来センター

対 象 原則18歳以上

定 員 15人程度

受講料 無料(テキスト代 3,300円は自己負担)

申込期限 5月10日（金）



問 福祉課 ☎0957-47-7871

聴覚障がい者を文字で支える技術を 身につけませんか

【令和6年度要約筆記養成講座（前期）】

要約筆記とは、その場の話の内容をつかみ、
文字にして伝える情報伝達手段です。本講座
は、中途失聴者や難聴者などの聴覚障害者のた
めに話の内容を要約し、筆記通訳する通訳者を
養成します。

期 間 5月18日（土）～7月27日（土）
毎週土曜日（11日間、全22回）

時 間 ①午前10時～正午 ②午後1時～3時
※1日2回講座

場 所 島原市福祉センター

対 象 ・要約筆記が初めての人、興味のある人
・要約筆記奉仕員養成講座(基礎・応用)
を修了した人
・要約筆記移行講座受講者で未登録の人
・要約筆記登録者で選択科目の受講
を希望する人

定 員 10人

受講料 無料(テキスト代 4,000円は自己負担)

申込期限 5月13日（月）

問 島原市社会福祉協議会 ☎0957-63-3855

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、支援が必要な子ども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、「雲仙市子ども相談支援マップ」の見直しを行いましたので、内容をお知らせします。

雲仙市子ども相談支援マップ

「子どものことで心配なことがあるが、どこに相談したらわからない」
「どのような支援制度があるかわからない」

このように、子育てに迷ったときの相談窓口をまとめたものが、雲仙市子ども相談支援マップです。

【内 容】

- 子 育 て 子どもの健診、発達や子育てに関する不安 など
- 福 祉 障害者手帳の取得や手続き など
- 教 育 通学に関する心配や不安、特別支援学校のこと など
- 仕 事 就職活動に関する相談 など
- 医 療 子どもの発達についての相談 など
- 医療費制度 障がいにかかる医療費制度の手続き など
- 手 当 障害児福祉手当や特別児童扶養手当について など
- 福祉サービス 療育の利用・相談をしたい など

各相談機関の連絡先など、詳しくは市ホームページに掲載していますのでご覧ください。



問 福祉課 ☎0957-47-7871

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 4月21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 4月8日(月)
午後1時30分～4時

場所 瑞穂総合支所

- 「ばれっと」出張相談会

日時 4月17日(水)
午後1時～4時

場所 千々石総合支所

100回目のハッピーバースデー

南串山町にお住まいの本村カズさん、国見町にお住まいの植木ハルエさんが100歳を迎えられました。

長生きの秘訣は、本村さんが「魚をたくさん食べていること」、植木さんが「毎日感謝の中で過ごすこと」だそうです。どうぞこれからも健康にお過ごしください。



◀本村さん
(2月14日撮影)



植木さん▶
(2月19日ご家族撮影)

◎ご本人・ご家族の同意があった方のみ紹介しています。

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・市内図書室に 行ってみよう！



開館日時・休館日

市内には7つの図書館・図書室があります。

- ・雲仙市図書館（国見町）・瑞穂図書室 ・吾妻図書室
- ・愛野図書室 ・千々石図書室 ・小浜図書室 ・南申山図書室

開館時間：午前10時～午後6時

毎週金曜日 正午～午後8時（雲仙市図書館のみ）

休館日：月曜日（雲仙市図書館・愛野図書室）、館内整理日、年末年始
特別整理期間（図書館ホームページなどで随時お知らせします）

貸出・返却



- 本や雑誌、視聴覚資料（CD、DVDなど）を借りることができます。
- 借りるときは、資料と利用者カードをカウンターにお持ちください。
- 返すときには、利用者カードは必要ありません。

資料の種類	貸出冊数	貸出期間	返却場所
本・雑誌・紙芝居	10冊まで	2週間	開館時：カウンター 閉館時：返却ポスト
CD、DVDなど	3点まで	1週間	カウンターのみ

※市内の図書館・図書室であれば、どの施設でも貸出・返却できます。

- 市内・県内の図書館から本を取り寄せて借りることができます。カウンターでお尋ねください。
※CD、DVDなどの取り寄せはできません。
- マイ図書館の登録
雲仙市図書館ホームページで利用者カードの番号とパスワードを登録すると、マイ図書館をご利用できます。
マイ図書館では、資料の予約や貸出状況の確認、貸出時の利用者カードの表示などができます。

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 84 今月のテーマ

知っていますか？ クーリング・オフ制度

困ったときは消費生活センターへすぐ相談！

クーリング・オフとは、消費者が契約した後に、冷静に考え直す時間を与え、一定の期間内であれば無条件で契約を解除できる制度です。不本意な契約をしてしまい、後で取り消したい！と思ったときにどうすればいいのか、制度について正しい知識を身に付けましょう。

- ◆クーリング・オフの通知は、電磁的記録（電子メール・FAXなど）でも可能です。
- ◆申込書面または契約書面のいずれか早い方を受け取った日から起算します。
- ◆正しく記載された書面を受け取ってから右記の期間中は無条件で解約できます。

取引形態と期間

訪問販売、電話勧誘、訪問購入、特定継続的役務提供（エステ、語学教室等）	8日間
内職商法、マルチ商法	20日間

※不動産の賃貸契約や自動車販売の契約など、「クーリング・オフ」できない場合もあります。



Q インターネット通販やテレビショッピングなどの通信販売は、クーリング・オフできますか？

➡ A：通信販売は、クーリング・オフできません。
商品を購入する際は、返品できるかどうかなど条件を事前に確認しましょう。

Q クーリング・オフの通知は、自分でできますか？

➡ A：通知は、自分で行うことができます。
書き方や手続き方法が不明な場合は、お気軽にご相談ください。



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

暮らしに花を

今月の花

スターチス

花言葉：「変わらぬ心」



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。



4月には本庁と愛野総合支所にJ A島原雲仙雲仙スターチス部会（草野隆寿会長）が栽培したスターチスを展示しています。同部会は吾妻町、愛野町、千々石町の農業者5人で構成され、部会員の圃場巡回や出荷市場との情報交換、出荷時の品質確認を行いながら、ボリュームのあるスターチスを生産・出荷しています。



メモ スターチスはドライな質感と鮮やかな色味が特徴で、乾燥させても色落ちしないのでドライフラワーに最適です。来庁された際はぜひご覧ください。

問 農林課 ☎0957-47-7828

学ぼう♪

うち や しき

内屋敷遺跡から発見された刀

歴史文化遺産

昨年夏に調査を行った内屋敷遺跡（国見町）からは多くの室町時代のお墓が見つかりました。ほとんどのお墓には、土製の皿（土師皿）と一緒に埋められていましたが、一つだけ「刀」が添えられているお墓がありました。刀身は約 33cm で、刀の表面には木片が付着しており、埋葬時は鞘に収められていた可能性があります。

発見された刀は土やサビが付着した状態で、そのままではサビが広がってしまいます。そのため、長崎県埋蔵文化財センター（壱岐市）で、土やサビを落とし、樹脂でコーティングする作業を行っています。刀の保存作業終了後は、国見展示館で展示を行う予定です。その際はぜひ実物をご覧ください。



刀を取り上げる様子



発見された刀



出土状況

企画展「神代鍋島家の収蔵品展～明治の煌めき～」

雲仙市歴史資料館では企画展を開催しています。
入館無料です。ぜひご来館ください。

日時 5月2日（木）まで（土日・祝日休館）
場所 雲仙市歴史資料館 国見展示館（国見町神代丙 178）
☎0957-78-2334

問 生涯学習課 ☎0957-47-7864

雲仙 BASE



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

集まれ! 雲仙 BASE!

雲仙BASEは旧雲仙小中学校跡を活用して令和3年10月にオープンした「出会い」と「チャレンジ」を応援する交流拠点です。今年度も引き続き、地域に開かれた施設として金・土・日・月曜日の毎週4日間開館しています。

最近では親子やグループで体育館や音楽室に遊びに来る方や、ダンスやヨガを行いたいという方などが利用されています。職員室を改装したワーキングスペースにはWi-Fiや電源を完備しており、仕事や勉強などでもご利用いただいています。ちょっとしたスマホの使い方など、誰に聞いたらよいかわからないことなど、お悩み相談なども大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

雲仙BASEで開かれたワークショップの様子



雲仙BASEでは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



つながろう! 未来へ 島原半島ユネスコ世界ジオパーク



ジオだより

島原半島ユネスコ世界ジオパークでは、ジオパーク活動を通じて地域の宝を守り、未来に引き継いでいくために行うべき活動を4つの項目に分類して取り組んでいます。その活動の一部をご紹介します。

保全 ジオサイトの保全活動

地域資源の保全や地域遺産の継承を、地域住民や関係機関と連携して行っています。令和5年度は雲仙普賢岳噴火の被災地である北上木場地区「定点」の草刈り、雲仙地獄近辺の清掃活動などを実施しました。



「定点」の清掃活動

観光 第64回ジオ空教室

南島原市の原城跡にて、島原城築城400年記念事業にあわせて、半島の発展に尽力した松倉重政の統治の痕跡を探るまち歩きを実施しました。「地元の魅力再認識した」との声も。



ジオガイドの話者
聞く参加者

教育・研究 高校生研究発表大会

半島内の高校生が、再生可能エネルギーの発電に関する研究、廃野菜や地元の食材を活用した商品開発を行うなど、郷土の魅力を発見し、持続可能な地域づくりに繋がる研究発表を行いました。



島原農業高校の発表

ネットワーク 姉妹ジオパークとの交流

香港ユネスコ世界ジオパークのジオパーク・スクールから高校生たちが修学旅行で来島しました。〇加高校の生徒たちと食などの異文化交流を行い、親睦を深めました。



問 島原半島ジオパーク協議会事務局 ☎0957-65-5540

国見高校、小浜高校の取り組みを紹介します

問 政策企画課 ☎0957-47-7709

市では、市内の高校が実施する魅力ある高校づくりや未来を担う人材づくりのための取り組みを支援し、地域の活性化を図るための支援事業を実施しています。令和5年度の各高校の取り組みを紹介します。

国見高校



長崎国際大学との連携事業

長崎国際大学との連携事業として、1年生が地域活性、食と健康、スポーツの3つのテーマで探究活動を行いました。また10月4日には、長崎国際大学を訪問し、講義にも参加しました。2年次からの進路選択や地域との関わりにおいて、非常に有意義な取り組みとなりました。



「神代みさき」国見高校公式応援サポーター就任

島原鉄道の公式キャラクターである、鉄道むすめ「神代みさき」が国見高校バージョンのコーディネートで、応援サポーターに就任しました。等身大パネルやのぼり旗、キーホルダーを作成。今後、部活動の試合での応援や学校行事で活躍します！見かけたら、ぜひ一緒に国見高校を応援してください。

小浜高校

韓国語の語学研修



12月15日、総合ビジネス科の生徒37人が韓国語の語学研修を行いました。

ハウステンボスではグループに分かれて韓国語の文章を作り発表。その後、鎮西学院大学で韓国語の数字について講義を受け、店員と客に分かれて韓国語で買い物体験を行いました。



番外編 韓国理解講座でトッポギ調理

2月14日、総合ビジネス科の生徒37人を対象に韓国理解講座を行いました。地域おこし協力隊インターン生として活動中の朴さん（韓国人デザイナー）に來校いただき、これまでの経験や韓国の文化について伺いました。その後、調理室でトッポギを作りました。

2024年4月2日(火) 国見町土黒に美容室OPEN!

GIVER hair design ジヴェルヘアデザイン

雲仙市国見町土黒丁356

定休日/月曜、第3日曜

お問合せ/0957-73-6378



オープン記念
全メニュー20%off
先着100名様



「広告



国保からのワンポイントアドバイス

国保をやめる（資格喪失する） 手続きはお済みですか？

●次に該当する場合は、国保をやめる（資格喪失する）手続きが必要です。

1. お勤め先の健康保険に加入したとき
2. 家族のお勤め先の健康保険に加入したとき
3. 学生用保険証をお持ちの人が卒業したとき
4. 国民健康保険加入者が雲仙市から転出するとき
5. 国民健康保険加入者が亡くなったとき
6. 生活保護を受けるようになったとき

自動的に資格喪失とはなりませんので、必ず手続きをして下さい。

手続きがないと国民健康保険に加入したままとなり、国保税もそのまま課税されます。

また、国保の資格を喪失したときから、国保の保険証は使えません。

有効な保険証がお手元がないときに医療機関を受診する場合は、国保の保険証は使わず健康保険を切り替える手続き中であることを医療機関に必ず伝えてください。

問 総合窓口課保険年金班 ☎0957-47-7806



令和6年度の国民年金保険料は 月額「16,980円」です

令和6年4月から令和7年3月までの国民年金保険料の月額は、16,980円で、前年度より460円引き上げられました。

納付書は、日本年金機構から4月上旬に送付されます。金融機関や郵便局、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリなどで納めることができます。また、便利でお得な口座振替のほか、クレジットカードやインターネットを利用して納付することもできます。

未納のままにしておくと、将来受け取る「老齢基礎年金」の金額に影響するほか、「障害基礎年金」や「遺族基礎年金」を受けられない場合がありますので、忘れずに納付しましょう。

経済的な理由などで納付が難しいときは、免除・猶予制度もありますので、ご相談ください。

問 ●ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
(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と直接相談できます。事前に電話予約が必要です。

日時 4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 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

■雲仙諏訪の池ビジターセンターイベント

■星空教室

大型望遠鏡での天体観察のほか、その季節の天体や星座、月などについてお話しします。

日時 毎週土曜日、4月29日(月)午後7時30分～9時
参加費 小学生以上 100円
定員 20人
申込 前日の午後5時までに電話で申し込んでください。

■太陽観察会

太陽や恒星のお話と大型望遠鏡での太陽観察を行います。

期日 4月14日(日)、5月3日(金)
参加費 小学生以上 100円
申込 前日午後5時までに、午前10時、10時30分、11時から時間帯を選んで電話で申し込んでください。

■諏訪の池散策

いろいろな植物や昆虫をスタッフと一緒に探そう！親子連れ、初心者もOK！

期日 4月7日(日)、21日(日)、28日(日)、29日(月)
時間 午前10時～、午後1時30分～
コース 30分、60分のいずれかのコース

参加費 100円
申込 前日午後5時までに電話

で申し込んでください。

■ワクワク春の虫探し

期日 4月20日(土)
時間 午前10時～正午
定員 15人
参加費 100円

申込 前日午後5時までに電話またはカウンターで申し込んでください。

■南島原奥レをジオ的観点から歩いてみよう！

□之津の自然を楽しむオルレコースを歩きながら、早崎半島の地質や地形を体感します。

日時 4月20日(土)午前9時30分
集合 □之津港緑地公園
予約 4月5日(金)午前9時から定員になるまで電話で受付

募集人数 15人
参加費 大人500円、小学生300円

※本イベントはオルレイベントではなく、ジオツアーです。

申込・問 平成新山ネイチャーセンター
 ☎0957(3)6752

■被害者支援員養成講座の受講者募集

犯罪被害者等に対する支援活動や広報活動のサポートを行う

ボランティアを養成します。

申込期間 4月1日(月)～5月10日(金)

対象 20歳以上で被害者支援に関心があり、ボランティア活動に意欲がある人

募集人数 15人
講座期間 6月～11月

開催場所 長崎県勤労福祉会館(長崎市)

受講料 無料
問 (公社)長崎犯罪被害者支援センター
 ☎095(820)4978

■令和6年度裁判所職員採用総合試験・一般職試験(裁判所事務官・大卒程度区分)

受付期限 4月8日(月)
申込 インターネット専用アドレス <https://www.siken.co.jp/go/jp/> から申し込んでください。

受験案内 裁判所ウェブサイトに掲載しています。

問 長崎地方裁判所
 ☎095(804)4115

■労災職業病無料相談会

じん肺・アスベスト・振動病・騒音性難聴など、仕事が原因なら労災保険の適用が受けられます。石綿関連の病気であれば、アスベスト給付金の対象になる可能性もあります。退職していても大丈夫です。詳しくはおたず

ねください。

日時 4月7日(日)午前9時30分～午後1時

場所 愛の夢未来センター
問 建交労九州支部長崎分会
 ☎095(801)8800

■令和6年度慰霊巡拝が実施されます

厚生労働省では、旧主要戦域となった陸上や遺骨収集ができない海域、モンゴル地域の抑留中死亡者の埋葬地などで、戦没者を慰霊するため、慰霊巡拝を毎年実施しています。

参加要件や申込方法などの詳細については、おたずねください。巡拝地域や日程については、長崎県のホームページに掲載されています。

問 長崎県原爆被爆者援護課
 ☎095(895)2427

■長崎県よろず支援拠点 出張相談会

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 4月26日(金)午前9時～午後5時

場所 愛の夢未来センター
対象 中小企業・個人事業主の人

申込・問 長崎県よろず支援拠点(長崎県商工連会会内)
 ☎095(828)1462

被爆者等健康診断について

問 雲仙市健康づくり課 / ☎0957-47-7876 長崎県原爆被爆者援護課 / ☎095-895-2475

- 被爆者健康手帳所持者および
- 第一種健康診断受診者証所持者
- 第二種健康診断受診者証所持者
- 実施期間：令和6年4月 1日(月)～令和7年3月31日(月)

- 被爆二世
- 受付期間：令和6年4月1日(月)～令和7年2月10日(月)
- 受診期間：令和6年4月8日(月)～令和7年2月28日(金)
- 健康診断の受診を希望する人は、申し込みが必要です。
- ※令和5年度に健康診断を受けた人で次年度も希望されている人は申し込み不要です。
- 対象：次の①②③すべてを満たす人
 - ①両親ともに、またはどちらかが原爆被爆者である方
 - ②昭和21年6月4日以降(広島被爆の場合、6月1日以降)に生まれた方
 - ③長崎県内在住(長崎市在住を除く)の方
- 申込先：健康づくり課(千々石町)・総合窓口課(吾妻町)・各総合支所

※詳しくは、県のホームページで確認できます。



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います。

こんにちは！協力隊の樋上です。2月上旬、島原半島観光連盟が主催するサイクルツーリズムフォーラム in 島原半島に参加しました。平成29年に施行された自転車活用推進法では、目的や基本理念で自動車依存の低減による環境負荷の低減、交通混雑緩和、健康の増進といったことが挙げられています。島原半島では3市と県、観光団体などが連携した取り組みが進められており、雲仙市内でも国道など車道の左側に自転車の通行位置を示す青の矢羽根の路面標示を見かけたり、観光拠点などにサイクルラックを見かけたりする機会が多くなってきました。

島原半島には雲仙岳がもたらす雄大で魅力的な景色が各地にあります。道路などの環境整備とともに、地域全体でこの取り組みが広がり、SNSや口コミなどで多くの人に魅力を知ってもらい、サイクリストに限らず雲仙市・島原半島に来たいという人が増えればと思っています。

文 / 雲仙市地域おこし協力隊（観光物産課）
交流コンシェルジュ 樋上龍矢

雲仙市に移住して3度目の春を迎えました。協力隊退任後も引き続き好きなこの地域で暮らしていくために、雲仙市や島原半島のよさを生かしつつ、新たな魅力につなげられるよう、休日には時間の許す限りほかの地域にも足を運んでいます。各地の取り組みを学び、また日々支えてくださる地域の方に感謝しながら、自分がやりたいことを実現していきたいと考えています。



緋寒桜の咲く神代小路へサイクリング

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ます！



撮影協力者：田中泰子さん(千々石町)

千々石第二小学校では、学校が終わりそのまま帰る子もいれば、校友会という地域の方がボランティアで数時間子どもたちを見てくれる施設があります。子どもたちも利用したりしなかったりですが、共働きの保護者としてはとても助かっています。偶数月の第一日曜日に子どもたちと保護者が集まり、普段の感謝の気持ちを込めて、施設内外の清掃を行っています。地域の方々の協力があってこそこの施設なので、「どこをしたらいいですか」「トイレの掃除行きます」とすすんで声をかける子もいました。綺麗になると自然と笑顔で戻ってくるのでこちらも笑顔になります。

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）

保険の見直し・相談
保険クリニック
雲仙国見店
 ☎0120-309-929
保険クリニック
エレナ国見店
 ☎0120-099-929

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



募集代理店：有限会社さんき

「広告」

狂犬病予防注射は飼い主の義務です

集合注射の日程をお知らせします

●表の期間・場所であれば、どの会場でも受けることができます。

国見町		
4月16日(火)	午前10時 ~ 11時30分	JAグリーン国見店
	午後1時30分 ~ 3時	神代研修センター
4月17日(水)	午前10時 ~ 11時30分	国見総合支所
	午後1時30分 ~ 3時	
瑞穂町		
4月18日(木)	午前10時 ~ 10時40分	春日神社
	午前11時 ~ 11時50分	瑞穂総合支所
	午後1時30分 ~ 2時30分	JA島原雲仙瑞穂地区営農センター (瑞穂みかん選果場)
愛野町		
4月19日(金)	午前10時 ~ 10時45分	舟津公民館
	午前11時10分 ~ 11時50分	消防愛野支団第4分団詰所
	午後1時10分 ~ 3時	旧愛野支所別館下駐車場 (愛野農業研修センター前)
吾妻町		
4月20日(土)	午前9時 ~ 10時	白山公園駐車場
	午前10時30分 ~ 11時10分	川床公民館
	午後1時10分 ~ 2時10分	消防吾妻支団第2分団詰所
	午後2時30分 ~ 4時	雲仙市役所玄関前
千々石町		
4月22日(月)	午前9時30分 ~ 10時10分	下塩浜公民館
	午前10時30分 ~ 正午	千々石庁舎裏
	午後1時10分 ~ 1時40分	森馬公民館
	午後2時 ~ 2時20分	旧木場保育所横
	午後2時40分 ~ 3時	下岳公民館
南串山町		
4月23日(火)	午前9時30分 ~ 11時30分	南串山保健福祉センター
小浜町		
4月23日(火)	午後1時 ~ 2時30分	南本町公民館前駐車場
	午後3時 ~ 3時50分	JA島原雲仙北村集荷所前
	午後4時10分 ~ 4時30分	富津漁民センター前
4月24日(水)	午前9時30分 ~ 10時	雲仙出張所駐車場
	午前10時50分 ~ 11時30分	JA島原雲仙山畑集荷所前 (旧JA北串支店横)
	午後1時30分 ~ 2時	飛子漁港(旧北串漁協前)
	午後2時20分 ~ 2時50分	金浜公民館広場

忘らずに
連れて
行ってね



新規に登録する犬 6,350円

- ・登録手数料 3,000円
- ・予防注射手数料 2,800円
- ・注射済票 550円

既に登録済みの犬 3,350円

- ・予防注射手数料 2,800円
- ・注射済票 550円

※おつりがないようにご準備ください

<飼い主へのお願い>

- ①狂犬病予防法により、飼い主は犬の登録と毎年の予防注射が義務付けられています。
- ②犬を固定できる人が連れてきてください。
- ③会場での犬のフン・尿は飼い主が処理してください。
- ④左表の期間に来られない場合は、各自で予防接種を受け、環境政策課または地域づくり推進課、各総合支所に届け出をしましょう。
- ⑤狂犬病予防注射実施の通知ハガキ裏面問診票に記入のうえ、会場に持参してください。
新規登録の場合は、問診票を準備しますので、手数料を持参し、会場へお越しください。

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

※本年度は小浜町の旧びん串公民館前・馬場集落センターでは実施しませんのでご注意ください。

また、毎年愛野町の光西寺駐車場が会場となっていますが、本年度は舟津公民館で行います。お間違いないようお願いいたします。

「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!
4月28日(日) ひる11時半~13時

こども 仲社社: わりょう!
保護者の方がお食事される場合: 100円
(同) 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」「かぶえたいこと」募集!
詳しくはHPを見てね! ▶





雲仙市イベント情報



小浜温泉湯祭り

お湯の恵みに感謝する「小浜温泉湯祭り」が開催されます。商店街のパレードやステージイベントなど、楽しいイベントが盛りだくさん！
小浜マリンパークではマルシェも開催されます。年に一度のお祭りに、ぜひご来場ください。

入場無料

日時 4月7日(日) 午前10時30分～午後4時
場所 小浜温泉街・小浜マリンパーク

※イベントの内容は変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。
主催/小浜温泉湯祭り振興会 後援/(一社)雲仙観光局・小浜町自治会長会
協賛/雲仙市・小浜温泉旅館組合 *雲仙市地域づくり補助金活用事業

問 小浜温泉湯祭り振興会(観光案内所内) ☎0957-74-3581

全国煮干しサミットin雲仙

全国各地から煮干しが大集合！

煮干しラーメンや煮干しアイスなど、煮干しグルメから煮干しを使った雑貨・アートまで、煮干しまみれの2日間!!歌手、鳥羽一郎氏の歌謡ショーやステージイベントもあります。ぜひご来場ください。

日時 4月20日(土)～21日(日)
午前10時～午後4時

場所 小浜体育館

入場無料



※イベントの内容は変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

4月20日(土)コラボショー
鳥羽一郎歌謡ショー、ステージイベント

- 鳥羽一郎氏
- 漁師YouTuber はまゆう氏



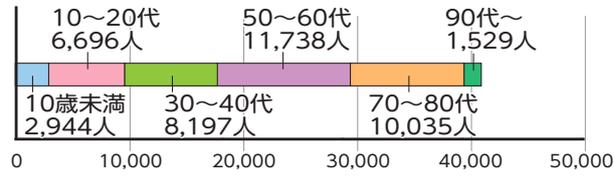
主催/全国煮干しサミットin雲仙大会実行委員会
後援/雲仙市

問 全国煮干しサミットin雲仙大会実行委員会 ☎090-1361-1712(担当:林田)

人のうごき(2月末) 【住民基本台帳月報】

■人口：41,139人 (前月比 -52人)
男性：19,647人 女性：21,492人
■世帯数：17,677世帯(前月比 -15)

●雲仙市の人口割合(2月末)



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。
5月号は4月8日(月)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 政策企画課 ☎0957-47-7709



ぽんり

(広報担当の独り言)

「この支配からの卒業ー。久々に同級生からの便り。」30年前、私たちにもこんな時代がありました」と、卒業ソングを集めたプレイリストが送られてきた。尾崎豊や横原敬之、渡辺美里、岡村孝子など、曲と一緒に当時の記憶がよみがえる。イマ風というところ、というやつである。

冒頭の歌詞は、尾崎豊の「卒業」から。勝手に日本有名な卒業ソングのプレイリストだと思ってる。ただただ、若いなあど感傷に浸ってしまふ。大人の言うことに反抗しなくなっていた。大学進学、就職と自分の足で歩んできたつもりが、そこには親だつたり周りの先輩だつたり、やっぱり大人の世話になってきたのも事実。30年を振り返って未だ大人になりきれていない自分を反省する。まだ何かの支配から逃れようともがいているような。反面諦めが上手くなつて長いものに巻かれることが多いような。学生時代より節目が少なくなつた今だからこそ、別れと出会いが交錯する春の感触を、毎度思ひ出して心に留める機会にしたい。

ただ、同級生のプレイリストにバウンティや菅田将暉、米津玄師など最近のアーティストが混じっているあたり、同じ30年間でも過ごした濃度の差を感じた。真似してリストを作ってみたが、大半をザ・イーロー・モンキーが占めた。息子に流行の曲を教えてもらおう。これも自分なりの新生活。(完)