



今月の表紙

(撮影：ちびっこママ)

恒例行事である土黒温泉神社（国見町）の「赤ちゃん土俵入り」。初めてお子さんが参加したちびっこママさんは「赤ちゃんの回し姿が似合っていて驚きました」とコメント。大きくすくすく育ってね。

今月の主な内容

- 秋のイベントへGO！ P. 2～3
- 人事行政運営等の状況公表 P. 6～7
- 市内小・中学校の全国学力・学習状況調査結果 P. 14
- インフルエンザ・新型コロナ予防接種について P. 21
- イベント情報 P. 32

文化祭へ 出かけよう♪

今年も各町で文化祭が開催されます(今年度は「ながさきピース文化祭2025応援事業」として開催)。
ぜひ、ご鑑賞ください。日程は、左記のとおりです。



問 生涯学習課
☎0957-47-7864

地区	文化祭	部門	会場	日程	時間
国見	国見秋の文化祭	作品展示	国見町文化会館 (会場変更の可能性あり)	11月7日(金)～9日(日)	午前9時～午後5時 (最終日 ～午後3時)
	第46回芸能発表会	芸能発表会		11月23日(日)	午後1時～
瑞穂	第47回瑞穂町文化祭	作品展	瑞穂町体育館	10月25日(土)～26日(日)	午前9時～午後6時 (最終日 ～午後3時)
		芸能祭	瑞穂町公民館	11月2日(日)	午後1時～
吾妻	第29回吾妻町文化協会 発表会	作品展示	吾妻町ふるさと会館	11月9日(日)～11日(火)	午前9時～午後10時 (最終日 ～正午)
		芸能発表会		11月9日(日)	午後1時～
愛野	第32回愛のまち文化 フェスティバル	文化作品展 (展示)	愛の夢未来センター	11月8日(土)～9日(日)	午前9時～午後5時 (最終日 ～午後2時)
		芸能発表会		10月26日(日)	午後1時～
		フリーマーケット		11月9日(日)	午前9時～午後2時
千々石	第53回千々石町文化祭	展示の部	千々石町公民館	11月1日(土)～3日(月・祝)	午前9時～午後9時 (最終日 ～午後5時)
		演芸の部		11月8日(土)	午後6時～
小浜	第46回小浜町文化祭	美術展覧会	小浜体育館	11月8日(土)～9日(日)	午前9時～午後6時 (最終日 ～午後4時)
		芸能発表会	ハマユリックス ホール	10月26日(日)	午後0時30分～
		将棋大会	南本町公民館	10月26日(日)	午前10時～
南串山	第35回南串山町文化祭	美術展・菊の展示	ハマユリックス ホール	11月7日(金)～9日(日)	午前9時～午後5時 (最終日 ～午後3時)
		音楽・芸能発表会		11月8日(土)	午後1時～
		呈茶会		11月9日(日)	午前9時30分～



秋のイベントへGO!

雲仙アヅマクロス大会

**参加賞
あり**



2人ペアでチームを組み、初めての人も気軽に楽しめる
軽スポーツです。ソフトテニスラケットとバドミントンの
シャトルを使い1度に4チームが対戦します。

- 申込区分** 一般の部(中学生以上)
小学生の部(4～6年生)
ファミリーの部(小学1～6年生と保護者)
- 参加料** 1人あたり100円 ※当日徴収します
- 申込先** スポーツ振興課、吾妻体育館、小浜体育館
- 申込方法** 申込先にある申込書および下記二次元コードにて※申込書は市のホームページからもダウンロード可
- 申込期限** 10月17日(金)
- 主 催 / 雲仙アヅマクロス協会
- 後 援 / 雲仙市教育委員会



10月26日(日)
吾妻体育館
開会:午後1時30分～
(受付:午後1時15分)

問 雲仙アヅマクロス協会事務局
☎080-1533-9940(植木)

雲仙市市制施行 20 周年記念事業 第 8 回雲仙市民運動会

10月19日(日)

愛野運動公園グラウンド 午前 9 時～開会式

※雨天中止



主催 / 雲仙市民運動会実行委員会
後援 / 雲仙市・雲仙市教育委員会

問 スポーツ振興課 ☎0957-47-7865

瀬古利彦氏によるトークショー

長崎ミュージックフェスマラソン機運醸成事業として
瀬古利彦氏によるトークショーを行います。
参集人員：100 人 ※応募者多数の場合は抽選
申込み期限：10 月 10 日(金)



瀬古利彦氏



早野忠昭氏(東京マラソン財団理事長)



10月23日(木)

ホテルグランドパレス諫早 (諫早市宇都町)

午後3時30分～

問 長崎ミュージックフェス
マラソン実行委員会事務局
☎0957-46-3843

南の島の音楽祭 vol.2

雲仙市に沖縄がやって来る！歌って踊っておきなわ満喫！
元 THE BOOM の宮沢和史氏も出演決定！
駐車場にはキッチンカーも大集結！
皆様のご来場をお待ちしております。

【チケット】7,000円(全席指定)

●チケットの予約は

TEL:090-8836-8461(担当:高山)まで

【主 催】南の島の音楽祭実行委員会

【協 賛】雲仙市

【後 援】雲仙市教育委員会



11月16日(日)

愛の夢未来センター 大ホール

午後 1 時開演

午後0時30分開場

問 南の島の音楽祭実行委員会
☎090-8836-8461(担当:高山)

みんなで支え合う

地域包括ケアシステム

問 福祉支援課 ☎0957-47-7784

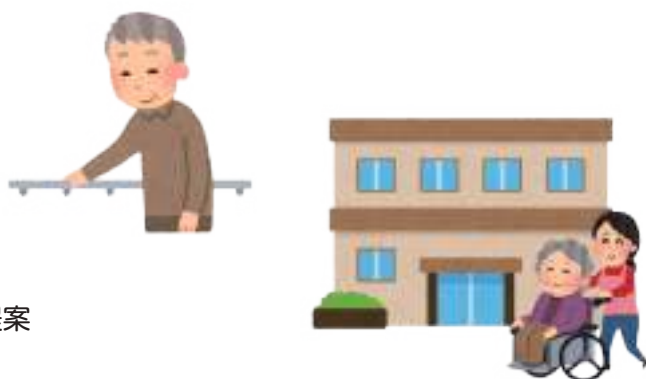
地域包括ケアシステムの5つの構成要素は、「住まい」「生活支援」といった基本的な生活に関わる要素と、「医療」「介護」「予防」といった専門的な要素から成り立ちます。これらが相互に関係し、連携しながら在宅の生活を支えています。今回は、「住まい」「医療」について具体的な支援内容を紹介します。

構成要素1【住まい】

地域包括ケアシステムにおいて「住まい」とは、自宅だけでなく高齢者住宅や介護施設などを含めた生活の場を意味し、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための基盤となる大切な要素です。

＜具体例＞

- ・手すりの設置や段差解消など、
バリアフリー化のための住宅改修を支援
- ・緊急時の安全対策として、緊急通報装置や
見守りセンサー等を導入する際のサポート
- ・自宅での生活が難しくなった場合、
老人ホームなど高齢者向けの住まいの選択肢を提案



構成要素2【医療】

日常の医療（かかりつけ医、歯科医療、薬局）と病院（地域の基幹病院、急性期病院、回復期リハビリ病院等）が相互に連携を図り、通院、入院治療を行います。

＜具体例＞

- ・かかりつけ医が中心となって日常的な医療を提供するとともに、ケアマネジャーや介護事業所と連携して健康維持をサポート
- ・訪問診療、訪問看護、緩和ケアなどを提供し、自宅療養を続ける高齢者や家族を支援
- ・終末期には主治医や訪問看護師が中心となって痛みの管理や精神的なケアを提供し、希望に応じて看取りにも対応



来月は、地域包括ケアシステムの構成要素「介護」と「介護予防」についてお伝えします。

雲仙市議会議員一般選挙のお知らせ

投票日時 11月2日(日)午前7時～午後6時 ※告示日:10月26日(日)
投票所 市内28カ所(投票所は「投票所入場券(ハガキ)」で確認してください)
※11月2日(日)は指定された投票所でのみ投票できます。

投票所入場券(ハガキ)

投票所入場券は、告示日翌日(10月27日)までに有権者1人1枚のハガキで郵送します。

※全有権者分を大量に配布するため、配布に3営業日程度かかります。

※届かなかった場合や失くした場合も投票要件を満たしていれば投票できます。

期日前投票

投票日に次のような理由で投票することができない人は、期日前投票をすることができます。

- 仕事や冠婚葬祭などの予定がある
- 旅行やレジャーなどで市外へ出かける
- 出産や病気などで歩行困難
- 他の市町村へ転出する など

※投票所の混雑を緩和するため、事前に、「投票所入場券」裏面の「期日前投票宣誓書」へ氏名・生年月日を自書し、持参ください。

期 間 10月27日(月)～11月1日(土) **時 間** 午前8時30分～午後8時
場 所 市内7カ所(本庁舎、各総合支所)

※期日前投票は、どの期日前投票所でも投票することができます

雲仙市以外の滞在地での不在者投票

雲仙市の選挙人名簿に登録があり、長期出張や旅行などで県外等に滞在しているため選挙当日に投票所に行けない人は、滞在地での不在者投票ができます。

また、マイナンバーカードをお持ちの人は、マイナポータルを利用してオンラインで不在者投票用の投票用紙請求ができます。



←10月23日(木)から
利用できます。
(11月1日(土)まで)

詳細はお尋ねください。

問 選挙管理委員会事務局(地域づくり推進課内) ☎0957-47-7805

◆ デジタルに関する相談窓口や講座を開催中！

(デジタル推進支援事業「デジタルクラブうんぜん」)

市では市民の皆さまにデジタル相談窓口やデジタルに関する講座、オンライン学習サービスなどを提供しています。

〈デジタル相談窓口〉 スマートフォンやパソコンの使い方など日常生活や仕事でのデジタルに関する疑問などにお答えします

開設場所	開催日	時間
吾妻町ふるさと会館 2階研修室3	10月8日(水)、10月29日(水)	午前9時～正午 午後2時～5時
愛の夢未来センター 2階研修室中1	10月22日(水)	
集処えんがわ 千々石町戊93番地	10月15日(水)	



お申し込みは下記の
二次元コードから

参加無料
要申込



〈デジタルスキルアップ講座〉 Googleが提供する無料で便利なツールを、仕事だけでなく、日々の生活の中でも活用する方法を学ぶ実践的な講座です。

●定員20人(先着順)

開設場所	開設日時	内 容
吾妻町ふるさと会館	10月19日(日) 午前10時～正午	『Googleフォーム活用講座』



参加無料
要申込



お申し込みは右記の二次元コードから

問 行革推進課 ☎0957-47-7742

2. 職員の任免および職員数に関する状況

(1) 採用、退職（令和6年度）

	令和6年 4月1日現在	令和6年4月2日～令和7年4月1日 採用者	退職者	令和7年 4月1日現在
職員数	405人	14人	16人	403人

※職員数には、派遣職員を含みます。

※採用者14人の内訳は新規採用13人、県教委割愛1人です。

※退職者16人のうち2人は再任用職員です。

(2) 令和6年度中に実施した職員採用試験の状況

職 種	受験者数			採用者数		
	男性	女性	計	男性	女性	計
行 政	26人	14人	40人	1人	2人	3人
一般事務（高卒）	8人	3人	11人	2人	1人	3人
一般事務（障がい者）	3人	2人	5人	1人	0人	1人
建築（大卒）	0人	2人	2人	0人	0人	0人
建築（高卒）	1人	0人	1人	0人	0人	0人
土木（民間経験）	1人	0人	1人	0人	0人	0人
社会福祉士	4人	0人	4人	2人	0人	2人
保健師	0人	7人	7人	0人	1人	1人
学芸員	2人	1人	3人	0人	0人	0人
社会人	13人	5人	18人	3人	0人	3人
合 計	58人	34人	92人	9人	4人	13人

(3) 部門別職員数の状況

（各年度4月1日現在）

部門	区 分	職 員 数		対前年 増減数
		令和6年度	令和7年度	
一般行政	議 会	5人	5人	0人
	総 務	105人	103人	△ 2人
	税 務	23人	24人	1人
	労 働	1人	2人	1人
	農 水	43人	44人	1人
	商 工	24人	23人	△ 1人
	土 木	42人	43人	1人
	民 生	52人	53人	1人
	衛 生	36人	31人	△ 5人
	小計	331人	328人	△ 3人
特別行政	教 育	31人	32人	1人
	小計	31人	32人	1人
公営企業等	水 道	18人	17人	△ 1人
	下水道	7人	7人	0人
	その他	11人	11人	0人
	小計	36人	35人	△ 1人
合 計		398人	395人	△ 3人

※職員数には派遣職員は含みません。

3. 職員の人事評価の状況

全職員を対象とし、能力・実績に基づき公務員育成および人事管理を行うことにより組織全体の士気高揚を促し、公務能率の向上につなげ、最終的には住民サービス向上の土台をつくることを目的に人事評価制度を実施しています。

(1) 人事評価の方法

人事評価は、能力評価および業績評価により行っています。
能力評価…評価項目ごとに定める着眼点に基づき、職務遂行の過程において発揮された職員の能力を客観的に評価

業績評価…職員があらかじめ設定した業務目標の達成度その他設定目標以外の取組によりその業務上の業績を客観的に評価

(2) 評価期間

毎年4月1日から翌年3月31日までの間

4. 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

職員の勤務時間や休暇などに関しては、市の条例・規則で定められています。

(1) 一般職員の勤務時間の状況および年次有給休暇の取得状況

	1週間の正規 の勤務時間	開始時間	終了時間	休憩時間
職員の 勤務時間	38時間45分	8時30分	17時15分	12時～13時

	内 容	平均取得日数
年次 有給休暇	職員の年次有給休暇は、1年（暦年）につき20日あります。なお、年の途中で採用された職員は、採用された日の属する月に応じて2～18日の年次有給休暇が与えられます。 また、年次有給休暇のうち職員に残日数があるときは、20日を超えない範囲内の残日数を翌年に繰り越すことができます。	11.9日

※年次有給休暇の平均取得日数は令和6年1月1日から12月31日までのものです。

5. 職員の休業に関する状況

(1) 育児休業の取得状況（令和6年度）

育児休業を取得した職員数（新規取得者）

区分	新規取得者数		
	育児休業	部分休業	育児短時間休業
男性	3人		
女性	1人	1人	

6. 職員の服務の状況

内 容	許可件数
職務専念義務免除の許可 主な免除理由：人間ドック受診、消防団活動ほか	203件
営利企業等従事許可 報酬を得て事業または事務に従事することの許可	6件

※令和6年1月1日から令和6年12月31日までに許可した件数

7. 職員の研修の状況

長崎県市町職員研修センターや長崎県中都市経営研究会で行われる研修を受講し、職員の資質向上による仕事の効率化および人材の育成を図っています。

(1) 職員研修の状況（令和6年度）

研 修 種 類	受講者数
長崎県市町職員研修センター開催分	109人
職場研修（管理職、入札・契約・例規・会計事務等の基礎知識取得勉強会など）	1,656人
自主研修（自己啓発研修など）	0人
計	1,765人

8. 職員の退職管理の状況

雲仙市職員の退職管理に関する規則により適正に管理を図っています。

9. 職員の分限および懲戒処分の状況

(1) 分限処分（地方公務員法第28条）（令和6年度）

分限処分とは、職員の身分保障を前提としつつ、一定の事由がある場合に、本人の意に反して、その身分に不利益な変動をもたらす処分で、免職、休職、降任および降給の4種類があります。

分限処分	降任	休職	免職	降給	計
		6人			6人

(2) 懲戒処分（地方公務員法第29条）（令和6年度）

懲戒処分とは、職員の一定の服務義務違反に対して、公務員関係における秩序を維持するために任命権者が、職員の道義的責任を追及して科す処分です。

懲戒処分	戒告	減給	停職	免職	計
	2人	1人	2人	1人	6人

10. 職員の福祉および利益の保護の状況

(1) 職員の健康診断実施状況（令和6年度）

区分	受診者数	区分	受診者数
職場健診	182人	人間ドック	179人

(2) 公務災害の認定状況（令和6年度）

公務災害	通勤災害	計
3件	1件	4件

(3) 公平委員会に対する措置要求、不服申立ての状況

令和6年度中の勤務条件に関する措置要求および不利益処分に関する審査請求の該当事案はありませんでした。

人事行政運営等の状況を公表します

市では、市民の皆さまに職員の任免や勤務時間その他勤務条件などの情報を正しく知っていただくために、「雲仙市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、毎年、人事行政運営等の状況を市のホームページや広報紙などを通じて公表しています。今回は主として令和6年度の状況を掲載しています。

問 人事課 ☎0957-47-7726

1. 職員の給与の状況

職員の給与は、基本給としての給料と扶養手当や通勤手当などの一定の条件にあてはまる場合に支給される諸手当からなっており、市議会の議決を経て条例で定められています。

(1) 人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B/A)	(参考) 前年度の人件費率
6年度	40,417人	31,737,052千円	885,008千円	4,477,381千円	14.1%	12.8%

※人件費は、特別職に支給される給料、報酬および共済組合負担金などが含まれます。
※住民基本台帳人口は、令和7年3月31日現在です。
※決算額は、令和6年度地方財政状況調査の数値です。

(2) 職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数 (A)	給与費				一人当たり給与費 (B/A)
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 (B)	
6年度	362人	1,468,305千円	276,585千円	587,141千円	2,332,031千円	6,442千円

※職員手当には退職手当を含みません。 ※職員数は、令和6年4月1日の人数です。
※決算額は、令和6年度地方財政状況調査の数値です。

(3) 職員の平均年齢および平均給料月額 の状況 基準日(令和6年4月1日)

区分	平均年齢	平均給料月額
・雲仙市（一般行政職）	42.3 歳	322,851円
・長崎県（一般行政職）	43.0 歳	318,776円
・国（一般行政職）	42.1 歳	323,823円
・雲仙市（技能労務職）	—	—
・雲仙市（教 育 職）	50.8 歳	416,231円

(4) 特別職の報酬等

市長等の特別職の給料や市議会議員の報酬は、特別職報酬等審議会の答申を受け、市議会の審議を経て条例で定められています。（令和6年4月1日現在）

区分		給料月額等	期末手当
給料	市 長	875,000円	6月期 1.725月分
	副市長	709,000円	12月期 1.725月分
報酬	議 長	438,000円	6月期 1.725月分
	副議長	368,000円	
	議 員	350,000円	12月期 1.725月分
退職手当		(算定方式)	(支給時期)
		特別職としての勤続期間1年につき	
	市 長	600/100	退職時
	副市長	360/100	退職時

(5) 職員の初任給の状況（令和6年4月1日現在）

区 分		雲仙市	長崎県	国
一般行政職	大学卒	196,200円	196,200円	196,200円
	高校卒	166,600円	166,600円	166,600円
技能労務職	高校卒	—	164,000円	—
	中学卒	—	149,900円	—
教育職	大学卒	—	219,700円	—
	短大卒	—	194,800円	—

(6) 職員手当の状況

区 分	内 容						支給職員1人当たり 平均支給年額
	雲仙市			国			
期末手当 勤勉手当	(令和6年度支給割合)			(令和6年度支給割合)			1,605,142円
	期末手当 勤勉手当			期末手当 勤勉手当			
	6月期	1.250 月分	1.050 月分	6月期	1.250 月分	1.050 月分	
	12月期	1.250 月分	1.050 月分	12月期	1.250 月分	1.050 月分	
	計	2.50 月分	2.10 月分	計	2.50 月分	2.10 月分	
	(加算措置の状況)			(加算措置の状況)			
	職制上の段階、職務の級等による加算措置			職制上の段階、職務の級等による加算措置			
	役職加算 5～10%			役職加算 5～20%			
	管理職加算 なし			管理職加算 10～25%			
地域手当	東京都20%、長崎市3% 給料、扶養手当、管理職手当合計額に対する割合(国・県等への派遣職員のみ)						192,394円
特殊勤務手当	著しく危険、不快、不健康または困難な勤務その他の著しく特殊な勤務に従事する職員に支給(7種類)						7,642円
時間外勤務手当	$\frac{(\text{俸給月額} + \text{月額支給特殊勤務手当}) \times 12 \times (\text{支給割合})}{1 \text{週間当たりの勤務時間} \times 52 - (7.75 \times 18)}$						419,349円
扶養手当	○配偶者 6,500円 ○子 10,000円 ○配偶者・子以外の扶養親族1人 6,500円 ○16歳～22歳までの子1人 5,000円加算						285,491円
住居手当	月額16,000円を超える家賃を支払っている職員に最高28,000円まで支給						270,591円
通勤手当	交通機関等利用者には運賃相当額支給(支給限度額 月額55,000円) 自動車等の使用者には通勤距離(2km以上)の区分に応じて支給(支給限度額 月額31,600円)						88,227円
管理職手当	部長級67,900円、次長級54,500円、課長級47,600円、その他42,100円						640,655円
管理職特別勤務手当	週休日および祝祭日、平日深夜における災害等の臨時的または緊急的な業務						18,889円
宿日直手当	宿日直勤務1回につき 4,400円						4,400円

※支給職員(特別職、企業会計職員を除く)1人当たり平均支給年額は令和6年度の額です。(令和6年4月1日現在)

区 分	雲仙市			国		
	支給率	勤奨・定年	自己都合	支給率	勤奨・定年	自己都合
退職手当	勤続20年	24.586875月分	19.6695月分	勤続20年	24.586875月分	19.6695月分
	勤続25年	33.27075 月分	28.0395月分	勤続25年	33.27075 月分	28.0395月分
	勤続35年	47.709 月分	39.7575月分	勤続35年	47.709 月分	39.7575月分
	最高限度	47.709 月分	47.709 月分	最高限度	47.709 月分	47.709 月分
	定年前早期退職特例措置		2～20%	定年前早期退職特例措置		2～45%

デンマークのシェフと市内農家、料理人が交流

8月30、31日、デンマークの有名料理店「ノーマ」の料理人らを招いた交流会があり、在来種野菜の農家や料理人が農作業や試食会を通じて交流を深めました。

万博国際交流プログラム「日本が誇る雲仙市の在来種野菜を全国・世界に発信するプロジェクト」の一環で、「ノーマ」の開発チームヘッドシェフの高橋惇一さんとプロジェクトマネージャーの神尾理沙さんを招待。みんなで野菜の種採りを体験したり、地元料理人が郷土料理を二人に紹介したりして、在来種野菜と一緒に味わいました。高橋さんは「野菜を通じて人がつながっているのが雲仙の魅力。また来たい」と笑顔を見せました。



種採り体験をする高橋シェフ(中央)と神尾さん(左)



料理人の発表を聞く高橋シェフと神尾さん(写真右2人)



地元料理人などが意見交換したトークイベント

南串の子どもら100人 ユニーク競技に挑戦

8月23日、南串第一小学校体育館で「大きく伸びろ！南串の子ども大会」を開催。子ども会ごとにチームを作って、「はしでつまんで」などユニークな6種目に挑戦しました。

子どもたちのほか保護者や地域住民など約100人が参加。長縄跳びでは、夏休みの間に練習してきたチームが大差で勝利。会場には笑い声や応援の声が響き渡り、夏休みの楽しい思い出の一つとなりました。



長縄に挑戦する子どもたち

田代原をきれいに 災害連絡協が除草作業

8月2日、市内建設業でつくる雲仙市災害連絡協議会(宅島寿孝会長)の皆さん74人が、雲仙田代原ミヤマキリシマ保全活用プロジェクトに協力いただき、除草作業を行いました。

同協議会は毎年、ボランティア活動として市内各地で清掃作業を続けています。田代原では、ミヤマキリシマの生育を阻害している雑草などを草刈り機を使って刈り取り、キャンプ場付近は見違えるほどきれいになりました。



中学生が天正遣欧少年使節の足跡たどりローマへ

8月18日～ 25日、440年以上前にキリシタン大名の名代としてローマに渡った「天正遣欧少年使節」の4少年ゆかりの地関係8市町（雲仙市、南島原市、諫早市、大村市、西海市、波佐見町、宮崎県西都市、熊本県天草市）の中学生計16人が、イタリアとバチカンを訪れ、関連施設の視察やローマ教皇謁見などを行いました。

雲仙市からは中学生2人が参加。天正遣欧少年使節がたどった行程を訪れながら、4少年の偉業に思いをはせました。また、本事業とあわせて、千々石ミゲルの子孫、浅田昌彦さんがローマ教皇庁やバチカン図書館などを訪問。昨年完成した「千々石ミゲル墓所発掘調査報告書」を直接渡しました。



長崎日大中学校 3年
おりた さねゆき
織田 真之 さん(国見町)

ミゲルたちは西洋で見聞したことを日本に伝えることができませんでした。ぼくは「ミゲルに代わって多くの人に伝えたい」という思いで研修に参加しました。ローマでは壮大な大聖堂やコロッセオ、教堂謁見など貴重な体験をし、歴史の重みを感じました。フィレンツェやベネチアでは美しい街並みやガラス職人の技に感動しました。食では本場のイタリア料理を味わい、日本のイタリア料理のレベルの高さにも気づきました。この研修で学んだことを今後さらに深め、多くの人に伝えていきたいです。



諫早高校附属中学校 2年
たかはし ゆめ
高橋 夢 さん(愛野町)

私は天正遣欧少年使節ゆかりの地海外派遣事業で、8日間イタリアを訪れました。サン・ジョヴァンニ・イン・ラテラノ大聖堂では、細かな装飾や「聖なる扉」など古代ローマの歴史を感じました。バチカン市国では、ローマ法王の温かい言葉と笑顔が印象に残りました。水の都ベネチアでは、美しい景色とゴンドラ体験、時計台の仕組みや歴史の話など、多くの学びがありました。この体験を通して、イタリアと日本の良さを再認識し、今後に生かしていきたいと思っています。

高齢者叙勲を受章されました

9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 雲仙市議会議員
中村 一明



ご寄付のお礼

コードアドベンチャー長崎の前田純さま（瑞穂町出身）より「遊んで学ぼう！こどもマイクラプログラミング」の本を市内各小学校へ寄贈していただきました。

また、NPO法人日本フッ化物むし歯予防協会の田浦勝彦さまより「フッソマンといっしょに歯をまもろう」の本を市内各小学校へ寄贈していただきました。

ご厚意に心から感謝申し上げますとともに、児童の教育振興のため、大切に活用させていただきます。

商工労政課から補助金・支援金(雇用関係)の紹介

問 商工労政課 ☎0957-47-7836

令和7年度に新設した雇用関係の補助金・支援金を紹介します。詳細は各補助金・支援金のホームページ掲載記事をご覧ください。

支援金名	雲仙市新卒者等就職支援金	HP二次元コード
対象者	①市内事業所に就職した「新規学卒者」で市内在住者 ②4月1日以降に、市内事業所に就職した18歳～35歳の「中途採用者・転職者」で市内在住者	
支援金額	12万円(3カ年で合計36万円を支給)	
申請締切	令和8年3月31日(火)	

支援金名	雲仙市外国人雇用支援金	HP二次元コード
対象者	技能実習生・特定技能外国人などを雇用する市内事業者(農林漁業者など含む)	
支援金額	市内で就業する外国人雇用1名あたり2,500円/月	
申請締切	令和8年3月31日(火)	

支援金名	雲仙市外国人就労環境等整備補助金	HP二次元コード
対象事業	①外国人の就労・生活環境等整備(生活家電購入、住居整備など) ②地域住民との交流や文化・伝統行事の体験等	
対象者	令和7年4月1日以降に新たに外国人材を雇用し、前年度より雇用者数が増加している市内事業者(農林漁業者など含む)	
支援金額	①最大20万円 ②最大10万円(いずれも補助率1/2以内)	
申請締切	令和8年1月30日(金) ※予算額に達し次第、締め切ります	

小浜消防署新庁舎が完成!

問 県央地域広域市町村圏組合消防本部 消防総務課
☎0957-23-0119

小浜消防署を移転し、新庁舎での運用を開始します。新庁舎開庁を機に、職員の資質の向上と組織の効率的な運用を目指し、住民の皆さまの期待に応えられるよう努めてまいります。

- 運用開始日 10月23日(木) 予定
- 新住所 〒854-0517
雲仙市小浜町マリーナ1番地1
- 電話番号 ☎0957-74-3231(変更なし)



案内図▶



◀庁舎

雲仙市市制施行20周年記念「冠事業」募集中!

問 政策企画課 ☎0957-47-7709

各種市民団体などが令和7年度に実施する事業について、「雲仙市市制施行20周年記念事業」の冠を使用して、合併20周年と一緒に盛り上げていただける事業を募集しています。(冠事業としての財政的支援はありません。)

※申請方法については、市のホームページをご覧ください。課までお尋ねください。



みつばちの飼育は届出が必要です

問 農林課 ☎0957-47-7828

みつばちを飼育する際は、原則、届出が必要です。※農作物等の花粉受精のために、一時的に飼育し、その後、適正に処分される人は除きます。

【翌年分の飼養計画について】

農林課または総合支所備え付けの「蜜蜂飼育届」を10月17日までに提出してください。



雲仙ふるさと景観百選フォトコンテスト

問 監理課 ☎0957-47-7841



R 6 景観百選フォトコンテスト最優秀賞

あなたが残したい景観はどこですか？

募集期間 10月1日(水)～令和8年1月9日(金)

応募方法

●インスタグラムの場合

- ①雲仙市公式アカウント「unzen_official」をフォローする。
- ②「#アイシテルウンゼン」
「#雲仙ふるさと景観百選2025」
2つのハッシュタグを付けて写真を投稿する。
※①②を満たした投稿のみ有効。

●メールの場合

作品名・撮影場所・撮影日を記載し7MB以内のデータを送信してください。

【データ送信先】

kanri@city.unzen.lg.jp



賞品

- 【最優秀賞】 1点 賞金3万円
- 【優秀賞】 3点 賞金1万円
- 【入賞】 6点 賞金5千円

雲仙市市制施行20周年記念フォーラムを開催します！

問 政策企画課 ☎0957-47-7709

令和7年度に市制施行20周年を迎えます。増田 寛也さんらをお招きし、記念フォーラムを開催します。

【開催日時】

10月12日(日)午後1時～4時(開場 午後0時30分)

【開催場所】 愛の夢未来センター 大ホール

【内容】

- 基調講演 「地域の知恵で輝く雲仙」 増田 寛也
- パネルディスカッション
「つなげて広げる 雲仙市の可能性」～子ども・若者～
増田寛也、中村桂子、雲仙市長 金澤 秀三郎 ほか
詳細はこちら



ホームページ



増田 寛也 氏

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8年度小・中学校入学に関して就学費用に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・通学用服など)の購入にかかる経費の一部の援助を行います。

対象者

- ①令和8年度小学校入学予定児童の保護者
(申請書類は、就学時健康診断時に配布)
- ②令和8年度中学校入学予定者で、令和7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7年度就学援助事業の認定を受けていない小学6年生の保護者で、中学校新入学用品費の援助を希望する場合は、令和7年度就学援助事業の認定を受ける必要があります。

※認定には審査があります。

援助費の内容

令和8年度小学校入学予定者…57,060円

令和8年度中学校入学予定者…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係する書類を提出してください。二次元コードからも申請できます。

申請書は、学校教育課・生涯学習課各駐在に備え付けてあります。(市ホームページからもダウンロード可)

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26日(金)



10月は土地月間です【10月1日は土地の日】

問 用地課 ☎0957-47-7845

一定面積以上の土地について売買などの取引をした場合は、国土利用計画法により、土地の権利取得者(売買の場合であれば買主)は、**契約締結の日から2週間以内**に土地の利用目的などについて**土地の所在する市町へ届出が必要**です。

※届出様式は、県ホームページ(土地対策室)よりダウンロード可

●雲仙市管内

該当地区	該当面積
都市計画区域 (国見・千々石・小浜の一部地域)	5,000㎡以上
都市計画区域外 (上記以外)	10,000㎡以上

井戸水・生活排水の管理は十分に！

- 問 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

○水質検査を受けましょう！

飲用井戸は年1回、専門の検査機関で水質検査を受け井戸水の安全を確認してください。

○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！

井戸水の異常を感じたら、直ちに使用をやめて、上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。

生ごみの水切りモニターを募集します

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

家庭から生ごみを減らすため、「生ごみの水切り器具」を使い、生ごみ減量化のモニター調査にご協力していただける人を募集します。

「生ごみの水切り器具」は無料配布（返却不要）します。ぜひ、この機会に水切りをご家庭の習慣にしてみませんか。



参考：生ごみの水切り器具

●募集条件

- ・雲仙市にお住まいの人（配布は1世帯当たり1個まで）※先着300世帯
- ・11月1日（土）～30日（日）に、減量できた水分量を報告（アンケートに回答）していただける人

●配布期間

10月1日（水）～31日（金）

●配布場所

環境政策課、各総合支所および地域づくり推進課

●アンケート提出場所

12月26日（金）までに、環境政策課、各総合支所および地域づくり推進課へ提出。

※アンケートを提出した人から抽選でエコグッズをプレゼント

雲仙市二十歳のつどい開催のお知らせ

問 生涯学習課 ☎0957-47-7864

令和8年 雲仙市二十歳のつどい開催のお知らせです。

申込受付中です！

■日時

令和8年1月4日（日）
受付開始：午後1時～

■場所

愛の夢未来センター 大ホール

■対象者 ※在住地、国籍などは問いません。

・平成17年（2005年）4月2日
～平成18年（2006年）4月1日生まれ

■申込期限 11月14日（金）

●雲仙市内に住民票がある皆さま

①返信用はがきの返送（9月9日に往復はがきを発送済み）

●雲仙市内に住民票がない皆さま

②申込用紙の提出（各生涯学習課駐在、生涯学習課）
※①②の他に二次元コードから受付可能（住民票の所在は関係ありません。）

■その他

市ホームページで、「当日までのスケジュール」「送迎バス」などは、随時公表しています。必要に応じてご確認ください。



▲電子申込
二次元コード

10月は「3R推進月間」

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

10月は、ごみを減らす取り組みとして環境省が「3R推進月間」と定め、全国的に3Rを推進しています。この機会に限りある資源の大切さを改めて認識し、環境に優しい無駄のない暮らしにご協力ください。

■「3R」と一人ひとりが出来ること

3Rとは、ごみ減量のためのRからはじまる3つのキーワードです。

①Reduce（リデュース）＝発生抑制

「ごみになるもの」「余分なもの」は買わない、受け取らない

②Reuse（リユース）＝再使用

ものが壊れたら修理やリメイクして長く使い続ける

③Recycle（リサイクル）＝再生利用

- ・資源になるものを正しく分別して出す（集積所、拠点回収など）
- ・リサイクルされた製品を使用する

※資源ごみは、有効なリサイクル資源です。下記のものはストックハウス・分け兵衛ハウスで回収しています。分別し、指定された日時に搬入してください。

（詳しくは環境カレンダーをご覧ください。）

- ダンボール ○新聞・広告 ○雑誌・本
- 白色トレイ ○発泡スチロール ○古着など

暮らしに花を

今月の花 ジュエルオーキッド

花言葉：「優雅」

10月「立光洋ラン園」(立光真一郎さん)が育てたジュエルオーキッドを、本庁に展示しています。立光さんは、試作を2年重ね、今年度より本格的に7品種を4月～11月まで出荷されています。来庁された際はぜひご覧ください。



✕モ 近年、透明なガラス容器の中で植物を育てるテラリウムやジュエルオーキッドへの注目が高まっています。コケがテラリウムの入口だとすれば、ジュエルオーキッドはその中で鑑賞する至高の植物といえます。種類ごとに異なる色合いや輝きは宝石蘭の名にふさわしいものです。

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まれています。



問 農林課 ☎0957-47-7828

学ぼう♪

歴史文化遺産

いなり おにづか こふん 稲荷鬼塚古墳(愛野町)

広域農道沿いにある6世紀後半から7世紀にかけての円墳と考えられます。令和3年に行った発掘調査では、勾玉や切子玉などの装飾品、馬具とみられる鉄製品、須恵器や土師器など、細かい破片も含めると5593点の出土品が発見されました。

直径16m以上の円墳で、墳丘上には稲荷神社^{やしろ}の社があり、その下に亡くなった人を埋葬する石室があると考えられます。墳丘の裾部や石室の入口には、大きさ40cmを超える基礎石を使った石積みが確認され、非常にしっかりとした造りであったことが分かりました。多くの古墳の石室入口は西を向いていますが、調査の結果、入口が北向き(大牟田方面)と分かりました。古墳に眠る人は、この地域を治め有明海を通して他地域と交流を行っていたと考えられます。

県内でもこのように保存状態が良く、多くの遺物がまとまった状態で出土した例はほとんどありません。また、墳丘上の稲荷神社は少なくとも江戸時代以降に祀られたもので、古墳とともに古くから地域の人々によって護られてきました。稲荷鬼塚古墳は、築造から1,500年以上たつ稲荷鬼塚古墳は、この地域を見守っているように感じられます。



上空から



勾玉



調査の様子

問 生涯学習課 ☎0957-47-7864

令和7年度 雲仙市立小・中学校の 全国学力・学習状況 調査結果

問 学校教育課
☎0957-47-7856

市内全小・中学校において今年4月に実施された
「全国学力・学習状況調査」の結果をお知らせします。
〔参加状況〕 小学6年生332人、中学3年生279人

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	平均正答数／問題数	
		本市	全国		本市	全国
小学校	国語	65	67.0	-2.0	9.2/14	9.4/14
	算数	54	58.2	-4.2	8.6/16	9.3/16
	理科	54	57.3	-3.3	9.1/17	9.7/17
中学校	国語	52	54.6	-2.6	7.3/14	7.6/14
	数学	42	48.8	-6.8	6.3/15	7.3/15
	理科	477	505	-28		

※中学校理科は CBT(Computer-based Testing) での実施。
結果は 500 を基準とした IRT スコアによる。

小学校では、国語・算数・理科ともに全国平均を下回りました。

中学校では、国語・数学・理科ともに全国平均を下回りました。

調査で見られた課題

●国語

- ・目的に応じて文章と図表などを結び付けるなどして必要な情報を見付けること
- ・文脈に即して漢字を正しく使うこと など

●算数・数学

- ・百分率を倍を使って捉え直して表現すること
- ・数量を文字を用いた式で表すこと など

●理科

- ・電気が通る回路を実際の生活の中でつくることに関する理解
- ・化学変化を原子や分子のモデルで表すこと など

これらの課題解決に向けて、子供たちが「できた」「わかった」と実感できる授業の実現を目指します。

雲仙市立小・中学校の学習状況調査(児童生徒質問)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。	94.4	93.7	96.0	91.2
	毎日、同じくらいの時刻に寝ている。	84.9	81.9	90.9	81.0
	毎日、同じくらいの時刻に起きている。	92.6	91.0	93.8	92.6
	人の役に立つ人間になりたいと思っている。	98.8	96.4	98.2	96.6
学習	授業では、自分で考え、自分から取り組んでいる。	79.2	80.3	72.7	77.7
	友達との話し合う活動を通じて、考えを深めたり新たな考えに気づいたりすることができている。	87.9	84.9	87.3	84.7
	授業以外に小学生は1時間以上、中学生は2時間以上の学習をしている。	55.6	54.0	18.9	30.8
	学校以外で1日に30分以上読書をしている。	28.7	31.1	26.9	21.4
	授業で、パソコン・タブレットなどのICT機器を、週に3回以上使用している。	72.8	71.7	66.6	76.5

●小・中学校ともに生活面の状況はおおむね良好です。

●小・中学校ともに家庭学習（積極性や時間確保）や読書の時間については、改善を図る必要があります。

授業の中で、一人ひとりの特性や学習の進度に合わせて取り組む場面、また児童生徒同士の対話形式を取り入れた場面などを設定しています。日常においても、まずは自分でしっかり考え、さらに多様な考えに耳を傾け、共に、課題解決するよさを実感できるよう指導していきます。また、ICT機器の使用にも力を入れています。

長崎県高校駅伝大会 10月28日(火)

主催 県高等学校体育連盟 県教育委員会

■女子：午前10時
■男子：午後0時20分
小浜町石合公園スタート
小浜体育館前ゴール



当日は、国道57号、251号、
県道130号(地図赤線)で交
通規制のため、交通混雑が予
想されます。

迂回路(地図青線：雲仙グ
リーンロードほか)をご利用く
ださい。

問 県高等学校体育連盟 駅伝事務局
(県立小浜高等学校内)
☎0957-74-4114

※選手の安全のため、レース中、移動しながらの応援はご遠慮ください。



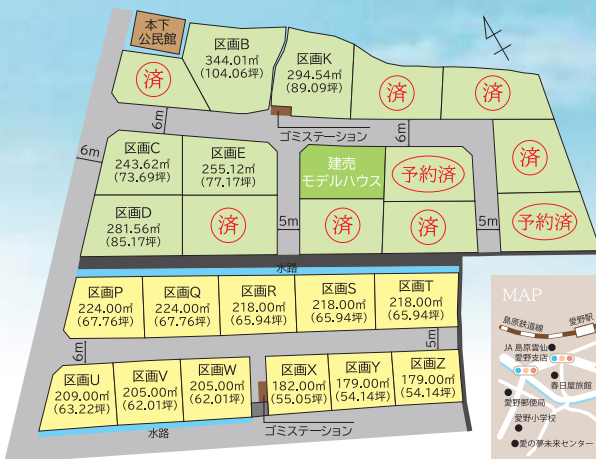
建築条件付き

雲仙市
愛野町
地盤保証
付き

ハウジングタウン愛野 第3期 販売中！

子育てしやすい住環境が整ったハウジングタウン愛野
販売中です！！新たに第3期の販売をスタートします。
ご予約はお早めに！

第1・2期
坪単価
10.8
万円



区画	土地面積	販売価格
B	344.01㎡ (104.06坪)	9,885,000 円
C	243.62㎡ (73.69坪)	7,958,000 円
D	281.56㎡ (85.17坪)	9,198,000 円
E	255.12㎡ (77.17坪)	8,334,000 円
G	219.72㎡ (66.46坪)	7,177,000 円
H	229.45㎡ (69.4坪)	7,495,000 円
J	232.07㎡ (70.2坪)	7,581,000 円
K	294.54㎡ (89.09坪)	9,621,000 円
L	250.12㎡ (75.66坪)	8,171,000 円
M	249.66㎡ (75.52坪)	8,156,000 円
N	255.90㎡ (77.4坪)	8,359,000 円
O	260.65㎡ (78.84坪)	8,514,000 円

区画	土地面積	販売価格
P	224.00㎡ (67.76坪)	8,131,000 円
Q	224.00㎡ (67.76坪)	8,131,000 円
R	218.00㎡ (65.94坪)	7,912,000 円
S	218.00㎡ (65.94坪)	7,912,000 円
T	218.00㎡ (65.94坪)	7,912,000 円
U	209.00㎡ (63.22坪)	7,586,000 円
V	205.00㎡ (62.01坪)	7,441,000 円
W	205.00㎡ (62.01坪)	7,441,000 円
X	182.00㎡ (55.05坪)	6,606,000 円
Y	179.00㎡ (54.14坪)	6,496,000 円
Z	179.00㎡ (54.14坪)	6,496,000 円

※第3期は確定測量の後、記載の寸法・面積・価格等に変更の可能性がございます。ご了承ください。

第3期
坪単価
12
万円

詳しくはWebで
諒早ハウジング

検索



小学校
まで
徒歩7分

保育園
まで
徒歩9分

スーパーや
ドラッグ
ストアも
近い

快適な
住環境

「広告」



FOLLOW
US!

施工事例・最新情報をチェック！



※売却済・交渉中の物件がある
ため、最新情報は株式会社ハウジング
までお気軽にお問い合わせ下さい



長崎県学校生協指定店
housing
株式会社ハウジング

株式会社ハウジング
一級建築士事務所/第(23)-10955号
宅地建物取引業者免許番号/長崎県知事(3)第3902号
建設許可番号/長崎県知事許可(般-6)第13260号

0120-967-303

〒859-0312 長崎県諒早市西里町1705-4

TEL:0957-47-6088 FAX:0957-47-6089 担当：岩本 (携帯 090-3668-1583)



19	●ぴ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) 〔医〕前田内科胃腸科医院 (瑞穂町 77-3089) 〔医〕木戸医院 (小浜町 74-2046)	20	◆からだところの健康相談(午前9時～11時、雲仙市役所、千々石総合支所、小浜総合支所) ●障がい者巡回相談(午後1時30分～4時、小浜総合支所)	21	◆からだところの健康相談(午前9時～11時、雲仙市役所、千々石総合支所、小浜総合支所) ●障がい者巡回相談(午後1時30分～4時、小浜総合支所)	22	◆からだところの健康相談(午前9時～11時、国見総合支所、愛野総合支所) ●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)	23	24	25
26	〔医〕よこた医院 (瑞穂町 77-2000) 〔医〕菅耳鼻咽喉科アレルギー科 (南串山町 88-3131)	27	●行政相談(午前9時～正午、瑞穂総合支所)	28	●3歳児健康診査(吾妻町ふるさと会館)	29	●3歳児健康診査(国見農村環境改善センター)	30	31	

休日在宅当番歯科医

(診療時間／午前9時～正午)

※赤字：雲仙市・青字：島原市・緑字：南島原市

日	医療機関名	所在地	電話番号	日	医療機関名	所在地	電話番号
5	わたなべ歯科・矯正歯科	加津佐町	87-2121	12	広田歯科医院	南串山町	88-3800
	寺田歯科診療所	新町	62-4427		みやざぎ歯科	湖南町	62-7300
19	小浜みやもと歯科医院	小浜町	74-5678	26	永田歯科医院	千々石町	37-2007
	林歯科医院	津町	73-6884		キタ忍歯科医院	湊町	63-6711
							13
							11/2
							62-4579
							37-2121
							62-3765

諫早市子ども準夜診療センター
(受付時間／午後8時～午後10時45分)

診療場所：諫早総合病院
☎0957-22-1380



小児の日曜診療所
(受付時間／土曜午後5時30分～日曜午後4時30分)

診療場所：長崎県島原病院
☎0957-63-0202



※子ども(中学生以下)の診療は、必ず電話で事前の受付が必要です



島原南高歯科医師会
ホームページ



南高医師会
ホームページ

県消防保安室「救急医療電話相談」…………… ☎ #7119

子どもに関する電話相談 (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

※当番医などは急に変更になる場合があるため、各ホームページでご確認ください。

長崎県男女共同参画推進センター きらりあ

◆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 毎月第2・4水曜日 午後6時～9時 男性相談員が相談をお受けします。

- 午前の相談(受付/午前9時30分～10時30分、10月の対象R6.10～R7.5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0時30分～1時10分)
- 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。
- ◆ お問い合わせは健康づくり課(☎47-7876)までご連絡ください。
- に参加希望の人は子ども支援課(☎47-7874)までご連絡ください。

(医)…休日在宅当番医(午前9時～午後5時)

日	月	火	水	木	金	土
10月31日	10月30日	10月29日	10月28日	10月27日	10月26日	10月25日
10月24日	10月23日	10月22日	10月21日	10月20日	10月19日	10月18日
10月17日	10月16日	10月15日	10月14日	10月13日	10月12日	10月11日
10月10日	10月9日	10月8日	10月7日	10月6日	10月5日	10月4日
10月3日	10月2日	10月1日	9月30日	9月29日	9月28日	9月27日
9月26日	9月25日	9月24日	9月23日	9月22日	9月21日	9月20日
9月19日	9月18日	9月17日	9月16日	9月15日	9月14日	9月13日
9月12日	9月11日	9月10日	9月9日	9月8日	9月7日	9月6日
9月5日	9月4日	9月3日	9月2日	9月1日	8月31日	8月30日
8月29日	8月28日	8月27日	8月26日	8月25日	8月24日	8月23日
8月22日	8月21日	8月20日	8月19日	8月18日	8月17日	8月16日
8月15日	8月14日	8月13日	8月12日	8月11日	8月10日	8月9日
8月8日	8月7日	8月6日	8月5日	8月4日	8月3日	8月2日
8月1日	7月31日	7月30日	7月29日	7月28日	7月27日	7月26日
7月25日	7月24日	7月23日	7月22日	7月21日	7月20日	7月19日
7月18日	7月17日	7月16日	7月15日	7月14日	7月13日	7月12日
7月11日	7月10日	7月9日	7月8日	7月7日	7月6日	7月5日
7月4日	7月3日	7月2日	7月1日	6月30日	6月29日	6月28日
6月27日	6月26日	6月25日	6月24日	6月23日	6月22日	6月21日
6月20日	6月19日	6月18日	6月17日	6月16日	6月15日	6月14日
6月13日	6月12日	6月11日	6月10日	6月9日	6月8日	6月7日
6月6日	6月5日	6月4日	6月3日	6月2日	6月1日	5月31日
5月30日	5月29日	5月28日	5月27日	5月26日	5月25日	5月24日
5月23日	5月22日	5月21日	5月20日	5月19日	5月18日	5月17日
5月16日	5月15日	5月14日	5月13日	5月12日	5月11日	5月10日
5月9日	5月8日	5月7日	5月6日	5月5日	5月4日	5月3日
5月2日	5月1日	4月30日	4月29日	4月28日	4月27日	4月26日
4月25日	4月24日	4月23日	4月22日	4月21日	4月20日	4月19日
4月18日	4月17日	4月16日	4月15日	4月14日	4月13日	4月12日
4月11日	4月10日	4月9日	4月8日	4月7日	4月6日	4月5日
4月4日	4月3日	4月2日	4月1日	3月31日	3月30日	3月29日
3月28日	3月27日	3月26日	3月25日	3月24日	3月23日	3月22日
3月21日	3月20日	3月19日	3月18日	3月17日	3月16日	3月15日
3月14日	3月13日	3月12日	3月11日	3月10日	3月9日	3月8日
3月7日	3月6日	3月5日	3月4日	3月3日	3月2日	3月1日
2月29日	2月28日	2月27日	2月26日	2月25日	2月24日	2月23日
2月22日	2月21日	2月20日	2月19日	2月18日	2月17日	2月16日
2月15日	2月14日	2月13日	2月12日	2月11日	2月10日	2月9日
2月8日	2月7日	2月6日	2月5日	2月4日	2月3日	2月2日
2月1日	1月31日	1月30日	1月29日	1月28日	1月27日	1月26日
1月25日	1月24日	1月23日	1月22日	1月21日	1月20日	1月19日
1月18日	1月17日	1月16日	1月15日	1月14日	1月13日	1月12日
1月11日	1月10日	1月9日	1月8日	1月7日	1月6日	1月5日
1月4日	1月3日	1月2日	1月1日	12月31日	12月30日	12月29日
12月28日	12月27日	12月26日	12月25日	12月24日	12月23日	12月22日
12月21日	12月20日	12月19日	12月18日	12月17日	12月16日	12月15日
12月14日	12月13日	12月12日	12月11日	12月10日	12月9日	12月8日
12月7日	12月6日	12月5日	12月4日	12月3日	12月2日	12月1日
11月30日	11月29日	11月28日	11月27日	11月26日	11月25日	11月24日
11月23日	11月22日	11月21日	11月20日	11月19日	11月18日	11月17日
11月16日	11月15日	11月14日	11月13日	11月12日	11月11日	11月10日
11月9日	11月8日	11月7日	11月6日	11月5日	11月4日	11月3日
11月2日	11月1日	10月31日	10月30日	10月29日	10月28日	10月27日
10月26日	10月25日	10月24日	10月23日	10月22日	10月21日	10月20日
10月19日	10月18日	10月17日	10月16日	10月15日		



知ろう、乳がんのこと。

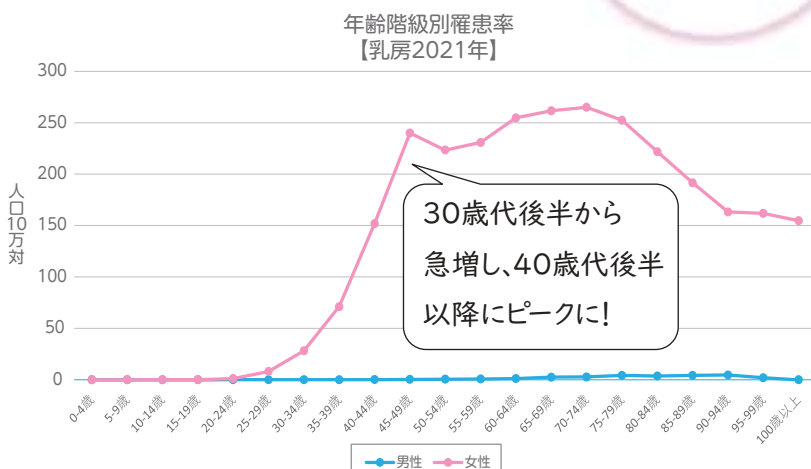
ピンクリボンとは…
乳がんについての
正しい知識を広め、
早期発見の大切さを
呼びかける世界規模
のシンボルマーク

9人に1人 の女性が
乳がんにかかる可能性があり
とされています

年間約10万人が新たに乳がんと診断
されており、女性のかかるがんで第1位
となっています。

乳がんは早期発見・早期治療で

90%以上が治癒することがわかって
います。



出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)

今日から
はじめる

ブレスト・アウェアネス

…乳房を意識する生活習慣のこと

- 自分の乳房の状態を知る
- 変化に気が付いたらすぐ医師に相談する
- 乳房の変化に気をつける
- 年に1回乳がん検診を受ける

☑ 自身の乳房の状態を知るには、月に1度は乳房のセルフチェックを!



見て

「くぼみ・ふくらみ」、「ただれ・変色」、「ひきつれ」はありませんか?
鏡の前に立ち、色や形を見てください。



さわって

「しこり」はありませんか?
4本指で「の」の字を書くように、指先で軽くなでるように「しこり」の有無を調べてください。



つまんで

「血の混じったような分泌物」は出ませんか?
指で乳頭の根元を軽くつまんで、分泌物が出ないか調べてください。



横になって

「しこり」はありませんか?
仰向けに寝て、背中の下に低めの枕か畳んだタオルを入れて、乳房をさわって、しこりを調べてください。



雲仙市の
がん検診は…

20 歳

から受診できます!

検診の日程や会場について、
詳しくは次のページへ!

問 健康づくり課 ☎0957-47-7876

10月の集団健(検)診日程

※集団健診は予約が不要です

実施日の色で、健診の実施内容が異なります。
下記の表より、健(検)診の内容および受付時間をご確認ください。

【実施日・会場】

実施日	会 場
10月 5日(日)	愛野保健福祉センター
10月 6日(月)	
10月 7日(火)	国見農村環境改善センター
10月 8日(水)	
10月 9日(木)	南串山保健福祉センター
10月10日(金)	千々石保健センター
10月30日(木)	瑞穂町公民館
10月31日(金)	

【健診種目・受付時間】

健診種目	健康診査(特定・若年者・後期高齢者) ・ 各種がん検診	受付時間
	健康診査(特定・若年者・後期高齢者) 各種がん検診(※胃がん検診、腹部エコー検査なし) 子宮がん検診・乳がん検診	午前8時～10時 午後0時30分～2時
	子宮がん検診・乳がん検診	午前8時30分～10時30分 午後1時～3時

※10月1日から個別健(検)診実施医療機関に変更がありました。詳しくは上記二次元コードから確認ください。

※料金などの詳しい情報は、世帯配布の「けんしん受け方ガイド」
または、下記二次元コードより確認してください。



【問い合わせ】

- 各種がん検診・若年者健診
健康づくり課 ☎0957-47-7876
- 特定健診・後期高齢者健診
総合窓口課 ☎0957-47-7806

注意

腹部エコー検査は、今年度より対象者が40歳以上の5歳ごとの年齢の人です。(令和8年3月31日時点の年齢)
5年に1度しか市の補助の対象となりませんので、該当する人は受診をご検討下さい。(※対象の人へ受診券の発送はしていません)
水色の実施日に受診ができます。

今年の健康チェックはもう済みましたか？

10月は「骨髄バンク推進月間・臓器移植普及推進月間」です



命のボランティア
ドナー登録は、
2mlの採血から



公式サイト

あなたの登録が、命をつなぐチャンスになるかもしれません。
骨髄バンク登録にご協力ください。

問 日本骨髄バンク ☎03-5280-1789

話そう。大切な人と

～知らせておこう自分のこと。知っておこう家族のこと～
YES でもいい。NO でもいい。あなたの意思を表示しよう。



マイナンバーカード



運転免許証



意思表示カード



インターネット

問 公益社団法人日本臓器移植ネットワーク ☎0120-78-1069

作ってみよう!
季節の野菜レシピ

ごぼうとれんこんの磯辺揚げ

野菜を1日
350g 食べよう



材料 (2人分)

- ・ごぼう …………… 120g
- ・れんこん(水煮) …… 40g
- ・片栗粉 …………… 小さじ4
- ・水 …………… 小さじ4
- ・青のり …………… 小さじ4
- ・揚げ油 …………… 大さじ1
- ・食塩 …………… 1g

作り方

- ①ごぼうは皮をこそぎ、2～3mmの斜め薄切りにし、5分程水にさらし、水気をきる。れんこんは2～3mmの輪切りにする。
- ②①、Aをポリ袋に入れ、混ぜ合わせる。
- ③フライパンに揚げ油を入れて熱し、②を入れ、4分程揚げ焼きにする。
- ④焼き色がついたら裏返し、焼き色がつくまで加熱する。
- ⑤皿に盛り付け、食塩をそえる。

栄養価(1人分)

エネルギー:134kcal たんぱく質:1.9g 脂質:7.2g 炭水化物:17.9g 食塩相当量:0.6g 食物繊維4.3g

※写真、栄養価、野菜量は1人分です

管理栄養士からの
おすすめポイント!

食感、噛みごたえが楽しめる根菜の磯辺揚げです。青のりを衣に混ぜることで、磯の香ばしさも加わり、噛むほどに根菜のうま味も広がります。

野菜量
80g

雲仙市会計年度任用職員募集

申込受付期間 10月1日(水)～10日(金) 午後5時15分まで

※土曜・日曜を除く
※郵送する場合は申込期間内必着

- 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…担当課または雲仙市歴史資料館国見展示館に備え付けの「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、生涯学習課または雲仙市歴史資料館国見展示館に提出してください。
○試験日…10月24日(金) ◎場所…市役所 千々石庁舎 ※試験開始時刻などは申込後お知らせします。

埋蔵文化財発掘作業員		生涯学習課(☎0957-47-7864)		雲仙市歴史資料館国見展示館(☎0957-78-2334)	
業務内容	埋蔵文化財発掘調査に係る作業全般				
任用期間	11月初旬～令和8年3月31日 ※状況によって期間が変更になる場合があります。 調査の進捗状況などで不定休の休業期間があります。 期間中すべての日数発掘調査が行われるわけではありません。	募集人員	10人程度		
		社会保険など	なし		
		選考方法	面接		
		報 酬	時給 1,220円		
勤 務 日	月曜日～金曜日(調査状況によって変動あり。)				
勤務時間	午前9時～午後5時(調査状況によって変動あり。)				
勤務場所	雲仙市内				
応募資格	・18歳以上の健康な人で、調査期間中ほぼ毎回出席できる人。 ・野外での作業のため体力に自信のある人。 ・調査に興味を持っている人。				

申込受付期間 10月9日(木) 午後5時15分まで

※土曜・日曜を除く
※郵送する場合は申込期間内必着

- 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。(市ホームページからダウンロード可)
○試験日…10月16日(木) ◎場所…市役所 千々石庁舎 ※試験開始時刻などは申込後お知らせします。

1 看護師業務(産休代替)		福祉支援課(☎0957-47-7784)	
業務内容	市内の自治会公民館等で行われている介護予防教室での健康チェック、健康体操、認知症予防のレクリエーション指導、健康教育などの高齢者介護予防業務および福祉支援課事務(公用車運転有り) ※職員の産休に伴う代替勤務のため、任用更新に制限があります。	募集人員	1人
		社会保険など	健康保険、厚生年金、雇用保険面接
		選考方法	面接
任用期間	10月24日～令和8年3月31日	報酬	月額212,903円 ※期末手当なし
勤務日	月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)		
勤務時間	午前8時30分～午後5時(7時間30分勤務)		
勤務場所	千々石庁舎 福祉支援課 および 市内の自治会公民館等		
応募資格	・看護師の資格を有する人(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		

雲仙市地域づくり補助金活用事業 学ぼう、遊ぼう！ 雲仙市環境フェスタ

日時 **11月24日(月祝)**

午前10時～午後4時

会場 **愛の夢未来センター**

内容 【基調講演】

- ①「地球温暖化について」
- ②「ごみの削減について」

【イベントコーナー(子供向け有)】

- ダンボール迷路
- 古着、古本お譲り会
- エコ工作

など、環境に携わる団体が多数出展。

【主催】雲仙市環境フェスタ実行委員会

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

雲仙市市制施行20周年記念事業 「みやぞん と笑って雲仙 にじゅうまる」開催決定！！

雲仙市市制施行20周年を祝い、各種メディアで人気のお笑い芸人のみやぞん氏によるSDGsの講演を含むワンマンショーの開催が決定しました。

※詳細は、広報うんぜん11月号に掲載予定

日時 **令和8年
1月18日(日)**

午後1時30分開演

会場 **ハマユリックス
ホール 大ホール**



みやぞん氏

講師 **みやぞん 氏(お笑い芸人)**

●11月5日(水)～ 入場チケットを販売予定です。

【主催】雲仙市文化会館自主文化事業振興会

【共催】雲仙市教育委員会 【後援】雲仙市

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

65歳以上を対象とした予防接種がはじまります

この2つのワクチンは、感染を完全に阻止する効果はありませんが、重症化を防ぐ効果があると言われています。接種を希望する人は医療機関に直接相談、予約のうえ、接種を受けてください。

◎接種費用の対象者、自己負担額などは以下のとおりです。

	インフルエンザ	新型コロナウイルス
対象者	雲仙市に住民票があり、接種日現在で①、②いずれかに該当する人 ①65歳以上の人 ②60歳以上65歳未満の人で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活を極度に制限される人またはヒト免疫不全ウイルス (HIV) による免疫の機能に障害があり、日常生活のほとんどが不可能な人	
接種回数	1回	1回
自己負担額	1,500円	4,700円
接種場所	市内および県内の実施医療機関（事前に医療機関に確認してください。）	
実施接種期間	10月1日(水)～令和8年2月28日(土)	
持参品	①マイナ保険証などの住所が確認できるもの ②自己負担金	
その他	※生活保護受給世帯の人は無料ですが、接種時に生活保護受給者確認ができるものが必要です。雲仙市で保護を受けている人は、総合窓口課、各総合支所、保護課で『生活保護受給者確認書』を発行してもらい、接種時に医療機関に提出してください。ない場合は、自己負担が発生します。※上記期間内に2回接種した場合、2回目は全額自己負担となりますので、ご注意ください。	

問 健康づくり課 ☎ 0957-47-7876

小児インフルエンザ予防接種（任意接種）

接種の種類	皮下接種（注射）		経鼻接種（フルミスト®）
対象者	生後6カ月～12歳	13歳以上の中学生	2歳～未就学児
実施期間	10月1日(水)～令和8年2月28日(土)		
実施場所	雲仙市・南島原市・島原市・諫早市の実施医療機関 （事前に医療機関へ確認し予約してください）		
接種回数	2回	1回	1回
自己負担	1,500円/回		3,000円/回
持参品	母子健康手帳/身分証（マイナンバーカード、保険証 など）/自己負担金		
その他	※問診を受けて体調不良などで接種が出来なかった場合、『接種不可料』が発生する場合があります。保護者の負担となります。保護者はお子さんの体調、健康状態などに気をつけて体調のよい時に、接種してください。 ※生活保護受給世帯の人は「無料」ですが、接種時に『生活保護受給者確認書』の提示が必要です。		

※本年度から鼻に噴霧して行う経鼻接種への助成を開始します。 問 子ども支援課 ☎ 0957-47-7874

相談・訓練

参加無料・予約不要

問 福祉総務課
☎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 10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

●障がい者巡回相談

日時 10月20日(月) 午後1時30分～4時

場所 小浜総合支所

●視覚障害者生活訓練

日時 10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

作って飾ってココロおどる、 ペーパークイリング教室



細長い色紙をクルクル巻いてパーツを作ることによって色々なモチーフができる「ペーパークイリング」。お花のモチーフを台紙に立体的に組み合わせて、お部屋に飾れるステキな作品を作りましょう。

- 日** 10月30日(木) ①午後1時30分～4時30分
②午後7時～10時
10月31日(金) ③午後1時30分～4時30分
④午後7時～10時
※①～④の中で2回以上参加してください。
最大4回参加も可能です。

- 対** 一般
定 10人
講 牛島 愛子 氏 (ボタニカルクイリングジャパン認定インストラクター)
費 1,800円 (材料費)
持 ハサミ ※必要な人はシニアグラス
場 愛の夢未来センター



(作品例)

- 申** 10月6日(月)～24日(金)
問 生涯学習課 愛野駐在 ☎0957-36-0616
※二次元コードからも申し込みできます。

関敬吾と昔話



関敬吾の人生や展示の解説を行います。

- 日** 10月25日(土) 午後2時～3時
対 一般
定 10人
講 丸木 春香 学芸員 (生涯学習課)
持 筆記用具
場 雲仙市小浜歴史資料館
申 10月1日(水)～22日(水)
問 生涯学習課 小浜駐在 ☎0957-74-5501
※二次元コードからも申し込みできます。

「すぐに実践！」 抗加齢医学の基礎と臨床



第3弾! 「老化細胞とその除去について」

- 日** 11月13日(木) 午後7時～8時
対 一般 (40歳以上の人)
定 34人
講 井上 祐一 氏 (愛野記念病院副院長/呼吸器内科医師)
持 筆記用具
場 吾妻町ふるさと会館 2階 研修室1
申 10月6日(月)～11月12日(水)
問 生涯学習課 吾妻駐在 ☎0957-38-3108
※二次元コードからも申し込みできます。

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。

- 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

問 教育委員会生涯学習課 各駐在

AI時代の第一歩!～ChatGPT で生活をちょっと便利に～



ChatGPTの基本的な使い方、日常生活での活用法を学びます。

- 日** 10月29日(水) 午後7時30分～9時
対 一般
定 16人
講 矢倉 祐樹 氏 (AI活用コーチ)
持 筆記用具
場 国見農村環境改善センター 大集会室
申 10月6日(月)～24日(金)
問 生涯学習課 国見駐在 ☎0957-78-1100
※二次元コードからも申し込みできます。

男性による、男性のための フラワーアレンジ講座



男性限定で、フラワーアレンジメントの基礎を学びます。

- 日** 10月29日(水) 午後7時30分～9時
対 一般男性
定 8人
講 中島 康之 氏 (なかしま花屋)
費 3,000円 (材料代)
持 園芸用ハサミ
場 瑞穂町公民館 集会室
申 10月7日(火)～21日(火)
問 生涯学習課 瑞穂駐在 ☎0957-77-2125
※二次元コードからも申し込みできます。

カジュアルに楽しむきもの ～基本の着付けを学ぶ～



基本の着付けとともにウール、小紋など今の季節にカジュアルに楽しめる着付けを学びます。

日 11月12日、19日、12月3日、10日、17日(水)
全5回 各回 午後7時～9時

対 一般
定 5人

講 末岡 佐代子 氏
着付け講師

持 着物、帯、着付け小物
一式(着物と帯は貸出
可申込時に要相談)

場 千々石町公民館

申 10月16日(木)～11月6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できます。



マイみそ作り教室

今年もやります、マイみそ作り! プロが教える手作りの麦みそです。

日 10月24日(金)

午前の部: 午前11時～午後0時30分

午後の部: 午後1時30分～3時

対 一般

定 各回10人

講 久保 桂奈 氏(川添酢造)

費 2,800円(材料代: みそ2.5kg、仕込み袋付き)
※5.0kgご希望の方は4,600円

持 エプロン、マスク、三角巾、タオル、
みそを持ち帰るための手提げ袋

場 愛の夢未来センター 調理室

申 10月7日(火)～17日(金)

問 生涯学習課 愛野駐在 ☎0957-36-0616



踊って脳トレ! 健康フォークダンス教室



踊って元気! 楽しく脳トレ! 簡単なステップで無理なく体を動かしながら脳を活性化! 初心者の方も安心して始められます。

日 ①11月13日(木)・②11月20日(木)
各回 午後1時30分～3時30分

対 一般・シニア

定 10人

講 中里 かをる 氏

持 動きやすい服装、
飲み物(水分補給用)

場 愛の夢未来センター
研修室大

申 10月3日(金)～30日(木)

問 生涯学習課 愛野駐在 ☎0957-36-0616

※二次元コードからも申し込みできます。



じゅういちてんいちまる

11・10防火対策教室



防火防災意識や防災行動力を高めて火災の発生を防ぎ、万が一発生した場合被害を最小限度にとどめ、火災から尊い命と貴重な財産を守りましょう。

日 11月10日(月) 午前10時～11時30分

対 一般

定 20人程度

講 県央地域広域市町村圏組合 小浜消防署

持 筆記用具

場 小浜町南本町公民館

申 10月3日(金)～11月5日(水)

問 生涯学習課 小浜駐在 ☎0957-74-5501

※二次元コードからも申し込みできます。

敵はお腹の浮き輪肉! 撃退ストレッチ教室



日に日についてくる浮き輪のようなお腹周りをスッキリするための運動を行います。

日 11月15日(土)、22日(土)、29日(土) 全3回
午前10時30分～正午

対 一般

定 15人

講 大谷 美加子 氏(ヨガ講師)

持 ヨガマット・タオル・飲み物

場 南申山保健福祉センター レクリエーション室

申 10月6日(月)～20日(月)

問 生涯学習課 南申山駐在 ☎0957-88-3114

※二次元コードからもお申し込みできます。



空家対策教室②



何をしたらいいの? と悩んでいる皆さま必見! 講座で空き家への不安を解消しませんか? 相続や市の空き家対策の制度などについて知ることができます。

日 11月7日(金) 午後1時30分～3時

対 一般

定 15人程度

講 宿輪 徳幸 氏(家族の信託ながさき連絡協議会 代表理事)

持 筆記用具、お茶

場 小浜町南本町公民館 会議室

申 10月3日(金)～11月5日(水)

問 生涯学習課 小浜駐在 ☎0957-74-5501

※二次元コードからも申し込みできます。

地域おこし協力隊通信 vol.58

みなさんこんにちは！「協力隊てなんしょと？」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。

8月13～15日、国見高校の魅力向上の一環として、「第1回 たぬき山カップ」を開催しました。この大会は、サッカーの町・国見町で、県内外の中学生に思う存分プレイを楽しんでもらいながら、国見高校サッカー部も運営にかかわることで、国見高校や雲仙市の魅力を発信しました。初めての開催にもかかわらず、8チームが集結し、熱戦を繰り広げられました。

また、地元のおいしいものが楽しめる出店ブースや、アディダス様にもご協力いただきスパイクの試し履きブースも設置しました。

今回のたぬき山カップを通じて、中学生たちがサッカーの技術を磨くだけでなく、国見町や雲仙市の温かい雰囲気に触れ、忘れられない思い出を作ってくれたら嬉しいです。

来年もさらに多くのチームを招き、サッカーを通じて

地域を盛り上げていきたいです。本大会に賛同いただきました関係者の皆さま、ご協力いただきありがとうございました。



文／雲仙市地域おこし協力隊（政策企画課）
高校魅力向上担当 河野 将徳

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отスナツプ

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：三浦幸菜さん(国見町)

「おはようございます」「風邪は治ったね?」「今日も行っておいで」と子供達に声をかけ、暑い日も寒い日も子供達の登校を見守ってくれる地域の皆さん。ちょっとした言葉に子ども達も照れながら、返して登校しています。毎日元気に登校できるのは暖かい声掛けのおかげだと思います。



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!

📷 寄稿協力：雲仙市PTA連合会母親委員会 お問い合わせは生涯学習課 ☎0957-47-7864) まで

相続・贈与等で、所在場所が分からない
土地を調査いたします

土地調査を行うことによって

- 隣の土地との状況が写真で分かる。
- 有効活用等の判断が立てやすい。
- 譲り受ける人も場所が分かって助かる。
- 地図で、所在場所までのルート（道順）が分かる。

不動産コンサルタント

肥前不動産

諫早市城見町24-34

TEL 0957-23-8555

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

分相返しの取扱いあり。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

お気軽にご予約ください。

TEL.0957-61-0888

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

広告



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

第79回読書週間10月27日(月)～11月9日(日)

標語『こころとあたまの、深呼吸。』



令和7年度雲仙市図書館読書週間イベント

★まほろば・で・かたるんば

(※選出された方には記念品があります!)

発表の部 ミニ・ビブリオバトル

【内 容】おススメの本を3分間で紹介しよう!
観覧は自由です。

【日 時】11月16日(日) 午後2時～3時

【場 所】国見町文化会館 リハーサル室

【対 象】5人(中学生以上)

【持 物】紹介する本

※発表原稿の持ち込みはできません

【申 込】雲仙市図書館・市内図書室に備え付けの
応募用紙、二次元コードから
申込期間:10月1日(水)～25日(土)



掲示の部

【内 容】読書感想文や詩歌、POPなどの作品を募集し、国見町文化会館ロビーに掲示します。

【掲示期間】11月1日(土)～9日(日)

【掲示場所】国見町文化会館 ロビー

【対 象】30人(小学生以上)

【応募期間】10月1日(水)～25日(土)

【応募方法】雲仙市図書館または市内図書室に備え付けの
応募用紙に、必要事項を記入し、作品と一
緒に提出または郵送してください。

※応募用紙は雲仙市または雲仙市図書館ホームページ
からダウンロード可

【提出先】雲仙市図書館・市内図書室カウンターに提出
郵送宛先/雲仙市図書館

〒859-1311 雲仙市国見町土黒甲1079-1

※詳しくは雲仙市図書館ホームページをご覧ください。

★アート×図書館

アートショカン「昆虫のコラージュ」

【内 容】「昆虫」をテーマに紙でコラージュして、絵本
みたいにことばをそえよう!

【日 時】11月1日(土) 午前10時～11時30分

【場 所】国見町文化会館 裏庭 テラス

【定 員】10人(幼児～一般)

【持 物】ウェットティッシュ、タオル、飲み物

【申 込】雲仙市図書館窓口、
電話、二次元コードから
申込期間:10月1日(水)～
定員になるまで



問 雲仙市図書館 ☎0957-78-3977 (月曜休館)

あいの図書室まつり

●ブックリサイクル

【内 容】不要になった本や雑誌を一人10冊まで
お持ち帰りできます。

【日 時】11月8日(土)、9日(日)

午前10時～午後5時

【場 所】愛の夢未来センター
あいのストリート(ロビー)

●フリスビーをつくろう!

【内 容】画用紙と新聞紙を使ってオリジナルのフリ
スビーを作ります。

【日 時】11月9日(日)

午前10時～正午

【場 所】愛の夢未来センター
2階 研修室(大)

【定 員】20人(幼児から小学生)

【申 込】二次元コードから
申込期間:

10月4日(土)～26日(日)



●愛のおはなしの部屋による スペシャルおはなし会

【内 容】絵本の読みかたり、紙芝居上演などを
行います。

【日 時】11月15日(土)

午前10時30分～11時30分

【場 所】愛の夢未来センター
2階 研修室(大)
申込不要

●愛野小学校合唱クラブによる ロビーコンサート

【内 容】子どもたちの元気な歌声をぜひ聴きに
来てください。

【日 時】11月8日(土)

午前9時30分～10時

【場 所】愛の夢未来センター
あいのストリート(1階ロビー)

【定 員】50人
申込不要

詳細は雲仙市図書館ホームページで
ご確認ください。

問 愛野図書室
☎0957-36-0616 (月曜休館)



問 雲仙市図書館 ☎0957-78-3977 (月曜休館)

あなたのための婚活相談会

恋愛、婚活などのカウンセラー活動21年の実績をもつ婚活のプロからアドバイスを受けることができる貴重な機会です。ぜひ、ご相談ください。

日時 11月16日(日) ①午後1時～ ②午後2時～
③午後3時～ (45分間)

場所 愛の夢未来センター 1階会議室

対象 雲仙市にお住まいの
お見合いシステム会員・縁結び隊会員



恋愛カウンセラー
野田 亜希子さん

【申込方法】 メールまたはお電話で必要事項を伝えて申し込みください。

【必要事項】 ①名前 ②希望の日時 ③相談内容 ④携帯電話番号

申込・お問合せ

長崎県婚活サポートセンター あいたか

☎095-893-8860 ✉nagasaki.matching@gmail.com

※事前に相談内容などについてのアンケートを記入していただきます。
※応募者多数の場合は先着順

くらしの情報通信

Case 102 今月のテーマ

「電源プラグ・電源コード・コンセントまわりの事故を防ごう！」

困ったときは消費生活センターへすぐ相談！

家電製品や配線器具の電源プラグや電源コードが傷んでいても、「まだ使えるから大丈夫」とそのまま使い続けていませんか？ また、テレビ台や棚など、家具の裏にあるコンセントを定期的に掃除していますか？ 普段気につけない場所にも、火災につながる危険が潜んでいます。家族の安全を守るために、定期的にご家庭の電気周りを点検し事故を防ぎましょう。

危険な使い方

- ✓ たこ足配線
- ✓ ホコリの蓄積
- ✓ コードを束ねたままの使用
- ✓ 家具でコードを挟む



気を付けるポイント

- ✓ ホコリに要注意！
- ✓ 定期的な掃除
- ✓ 正しい使い方を徹底
- ✓ 異常を感じたら使用中止



モバイルバッテリーなど、リチウムイオン電池の膨張、発煙・発火にもご注意ください！！

困ったときは、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



水を求めた信念の池—野田堤の物語

島原半島の最南端、早崎半島には「野田堤」と呼ばれる人工のため池があります。これは雨水を貯める仕組みで、地域の暮らしに欠かせない存在です。このため池が、どのような背景で造られたのかご存知でしょうか？

16世紀後半、早崎半島に「野田新左衛門」という農民がいました。野田さんは、大きな川のないこの地域で、安定して農業を営むには、ため池が必要だと考え、堤の築造を提案しました。しかし、湧き水もない場所に池を作るという案に、住民たちは「水が貯まるわけがない」と反対し、堤の築造は実現しませんでした。ところが、数年後に深刻な干ばつが襲い、人々は水不足に苦しみました。そこでようやく堤の必要性を実感した住民たちは、野田さんに謝罪し、みんなで力を合わせて工事を始めました。こうして約3年かけて完成したのが、野田さんの名を冠した「野田堤」(周囲約530メートル、面積約1.8ヘクタール)です。

実はこのため池、丘の上にある「雨水を貯めやすい窪地」を利用して作られました。この地形は、島原半島を南北に引っ張る断層の活動によって生じたもので、野田さんはその地形を見抜き、堤の構想に生かしていたのです。

野田さんの地形への深い理解と先見の明によって築かれた野田堤は、450年以上経った今でも地域の暮らしを支え続けています。



問 島原半島ジオパーク協議会事務局 ☎0957-65-5540

「広告」

えっ!そがん
補助金
あったと?

窓断熱補助金
先進的窓リノベ
2025事業



きょくざん
(有) 旭産ト-ヨ-住器

長崎県雲仙市国見町神代辛 932-1
TEL(0957)78-2707(代) FAX(0957)78-3098



ジェネリック医薬品を上手に活用しましょう!

「ジェネリック医薬品」とは…?

後発医薬品とも呼ばれ、新薬（先発医薬品）の独占販売期間が終了した後に、販売が許可される医療用医薬品です。効き目や安全性がすでに立証されている新薬の有効成分を使い製造され、国の安全基準を満たしているため信頼できるお薬です。

開発コストがかからない分、新薬に比べて価格が安く設定されているため、薬代の節約に繋がります。特に、長期的に服薬が必要な人には、経済的な負担軽減が期待できます。

まずは、かかりつけの医師や薬剤師に相談して、ぜひ「ジェネリック医薬品」をご活用下さい!



さあ 行こう!
特定健診!!



問 総合窓口課 ☎0957-47-7806



国民年金からのお知らせ

大切なお知らせ「ねんきん定期便」をお届けしています。

日本年金機構では、保険料納付の実績や将来の年金給付など、ご自身の年金記録を分かりやすく記載した「ねんきん定期便」を毎年誕生月にお送りしています。

【お知らせする内容】

- ・月別状況（直近13月）
- ・（参考）これまでの加入実績に応じた年金額
- ・（参考）年金見込額 など

また、35歳、45歳、59歳の人には、「封書」で「ねんきん定期便」をお送りし、全期間の月別状況や年金見込額などを詳しく記載したパンフレットなどを同封しています。

誕生月に「ねんきん定期便」が届いたら、ぜひご確認ください。

問 ●ねんきん定期便専用ダイヤル ☎0570-058-555
(ナビダイヤル)

●諫早年金事務所

☎0957-25-1662

●総合窓口課

☎0957-47-7806

「経済的に苦しい」「なかなか仕事が見つからない」など、生活に不安がある人は、ご相談ください。

あなたの**生活・お金・仕事**に関する悩みを解決に向け支援します。一人で抱え込まずにまずお電話を!

お仕事探しの人は月1回開催のハローワーク巡回相談へ参加することもできます。

●相談窓口

雲仙くらしの相談室（愛野保健福祉センター内）

月曜日～金曜日（祝日除く）

午前9時～午後5時

問 雲仙くらしの相談室 ☎0957-47-5810

ひとりで悩まず、 ご相談ください

生活保護については、保護課・各総合支所へご相談ください。

●相談窓口

保護課・各総合支所

月曜日～金曜日（祝日除く）

午前8時30分～午後5時15分

問 保護課 ☎0957-47-7875

秘密厳守



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
ひらのやすまろ
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

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
雲仙市小浜町福子 0957-74-9865

「広告」



■ビクターセンターイベント

■星空教室

日時 毎週土曜日・10月6日(月)7日(火)午後7時30分～9時

参加費 大人300円、小学生200円、幼児無料

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

日時 10月12日(日) 午前10時～11時30分

参加費 小学生以上200円

申込 前日の午後5時までに電話で申し込んでください。

■諏訪の池散策

日時 10月13日(月) 26日(日) 午前10時、午後1時30分

参加費 300円

申込 前日午後5時までに電話で申し込んでください。

申込・問 雲仙諏訪の池ビクターセンター

☎0957(76)5010

■高岩山登山会

日時 10月26日(日) 午前10時

集合場所 宝原園地

申込 10月12日(日) 午前9時より電話で受け付け

参加費 大人500円、小学生300円

問 雲仙お山の情報館

☎0957(73)3636

■動物愛護フェスティバル2025 in 島原

日時 10月26日(日) 午後2時～4時

場所 県南保健所(島原市)

長寿犬表彰、猫に関する講和、ミニ動物園、牛の乳搾り体験、動物クイズなど。

問 県南保健所

☎0957(62)3288

■第42回「県央リサイクルの集い」フリーマーケット出店者募集

日時 11月2日(日) 午前9時～正午

場所 県央不燃物再生センター(諫早市)

申込期限 10月15日(水)

出店申込 住所、氏名、年齢、電話番号、出店品目を記入し、Eメール

(kyouka@kenokumai.nagasaki.jp)またはFAX(0957(23)3673)でお申込みください。

問 県央地域広域市町村圏組合総務課

☎0957(23)3600

■日曜にマンモグラフィ検査を受けてみませんか?

日時 10月19日(日)、令和8年1月18日(日) 午前9時～午後4時30分

対象 40歳以上の女性

自己負担金 5000円

問 愛野記念病院健診プラザ

☎0957(27)5757

※予約受付は午前9時～午後5時

■国民年金基金からお知らせ

国民年金基金は、国民年金に上乗せして加入し、より充実した年金を受け取ることができる年金です。節税になり、終身受け取り、ご遺族への一時金もあります。

問 全国国民年金基金

☎0120(65)4192

■諫早調停協会無料手続相談会

紛争等の解決のための手続について相談できます。

日時 10月25日(土) 午前10時30分～午後4時

場所 高城会館(諫早市)

問 諫早調停協会

☎070(1354)7904

■行政書士による無料相談会

日時 10月1日(水)～10日(金) 午前9時～午後5時※平日のみ

会場 市内各行政書士事務所

内容 相続、遺言、農地転用など

申込・問 各行政書士事務所または行政書士会島原支部

☎0957(64)6565

■口加高校文化祭(喜浦祭)および第2回オープンスクール

日時 11月1日(土) 午前9時

場所 口加高校

申込 オープンスクール申込は下記二次元コードから

※文化祭観覧は手続不要。

■令和8年度自治医科大学医学部入学者募集

自治医科大学では、入学科・授業料などが貧乏とされ、卒業後に一定期間離島・へき地の公立病院等に勤務することで、返還が免除されます。

募集人員 100名 ※各都道府県で数人程度ずつ選抜予定

入学者募集要項の入手・問 自治医科大学

☎0285(58)7045

※またはホームページ

■長崎県よろず支援拠点 出張相談会

日時 10月15日(水) 午前9時～午後5時

場所 吾妻町ふるさと会館

対象 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



広報紙読者アンケート 毎月抽選で雲仙ブランドが当たる!

皆さまの意見を反映し、よりよい広報紙を作るため、読者アンケートにご協力ください。アンケートに回答いただいた人の中から、毎月抽選でプレゼントをお送りします。

応募方法 右の二次元コードを読み取り、専用フォームからアンケートにご回答ください。

締切 10月20日(月)

※プレゼントの発送は翌月上旬～中旬になります。



今月のプレゼント
(株式会社マルニ)
マルニのまるゆで野菜



抽選で
1人

地元産の野菜の味わいと栄養を逃がさないよう特殊な調理法で皮ごと丸ごと調理しています。無添加で味付け無し、柔らかいので赤ちゃんの離乳食からお年寄りまで、安心して召し上がれます。



【雲仙ブランド】

雲仙市内の豊かな大地で生産された農畜産物や、近海で獲れた水産物などの特産品・加工品のうち、市内外に自信を持って提供することができる質の高い特産品を認定しています。



雲仙市で開催されるのは、9事業！毎月特集を組んでお知らせいたします！

◆ながさきピース文化祭2025ってなに？

ながさきピース文化祭2025は、「第40回国民文化祭、第25回全国障害者芸術・文化祭」の統一名称（愛称）です。令和7年9月14日～11月30日の78日間、「文化をみんなに」をキャッチフレーズに掲げ、長崎県全域で180を超える多彩な文化イベントを開催！

今月の特集は…

特集1 雲仙市の学校に、瑞宝太鼓がやってくる！

ふれあい和太鼓ワークショップ開催！

雲仙市で開催される「ながさきピース文化祭2025障がい者交流事業」において、和太鼓アーティスト集団「瑞宝太鼓」の皆様が下記の学校で、児童・生徒の皆様へ、特別なワークショップと公演を開いてくださることになりました！

地域の皆様も、この機会に勇壮な和太鼓の演奏をお聞きください。

- 観覧希望の方は、開催日前日までに ホームページの応募フォームからお申込みください。（申込がなくても観覧は可能ですが、お席に限りがあります。）
- 各学校から直接案内が届いた方は申込不要です。



詳しくは雲仙市
ホームページを
ご覧ください



開催日	公演・成果 発表時間	ワークショップ	
		学校名	対象学年
10月14日(火)	午前10時20分～	千々石第二小学校	全学年
10月30日(木)	午後 1時30分～	土黒小学校	6年生
11月20日(木)	午後 1時40分～	瑞穂中学校	3年生

問 ながさきピース文化祭2025雲仙市実行委員会事務局（福祉総務課内） ☎0957-47-7871

特集2 日本昔話研究の開拓者 関敬吾特別展

関敬吾は小浜町富津出身の民俗学者です。柳田國男と出会い民俗学の道へ進みました。日本の昔話を研究し、世界の分類基準で日本の昔話を分類し、研究史に多大な功績を残しました。

遺品などを中心に関敬吾の人生をたどります。

- 期 間 10月22日(水)～11月5日(水) ※火曜日は休館です。
- 場 所 雲仙市小浜歴史資料館
- 時 間 午前9時～午後6時
- 入 館 料 小学生以上100円
- イベント 10月25日(土) 市民講座「関敬吾と昔話」※詳細は22頁の市民講座をご覧ください。
11月1日(土) おはなし会 午前10時～11時 申し込み不要

ながさきピース
文化祭2025
公式ホームページ



問 ながさきピース文化祭2025雲仙市実行委員会事務局（生涯学習課内） ☎0957-47-7864

広告を出しませんか？

広報うんぜん広告掲載
1ヵ月7,500円～

市ホームページバナー掲載
1ヵ月10,500円

市内
割引有！

長期
割引有！

問 未来創生課 ☎0957-47-7714

九州電力
オール電化
キャンペーン
10月1日～12月31日
はじまります！

2025

（お問合せ） 島原市城内1丁目1207番1
九電ネクスト株式会社島原営業所 家庭営業係
（九州電力業務委託会社）
☎0120-761-373

九電ネクスト 九電グループ

「広告」

ながさきピース文化祭2025が始まりました。本市では、ゆかりの画家や研究者にちなんだイベントや演奏会などが予定されています。今回は開催にまつわるお話を2つご紹介したいと思います。

小浜町富津出身の関敬吾氏は、全国各地で語り継がれていた昔話の分類、類型化を行い、「日本昔話集成（大成）」として体系的にまとめた人物です。後進の研究者の一人に、小澤昔ばなし研究所の小澤俊夫さんがおり、イベントを企画していた当初は、小澤さんに講演を依頼しておりました。しかし、弟で世界的指揮者の小澤征爾さんがお亡くなりになったことで予定はキャンセル、実現には至りませんでした。

そんな小澤さんから、関敬吾氏にまつわる興味深いエピソードをお聞きしました。小澤さんがドイツに留学していた際、日本昔話を約30年かけてドイツ語に翻訳したそうです。完成間近になった時、関敬吾氏があとがきを書くと名乗り出ましたが、任せたま関敬吾氏が亡くなられ、ドイツの大学に原稿を預けたまま月日は流れました。

ちょうど昨年、ドイツでダンサー兼振付師として活躍する関美奈子さんが、古里の富津に戻ってスクールを開く企画を進めておりました。美奈子さんにとって、関敬吾氏は大叔父にあたります。私は美奈子さんに事情を説明して、帰国する前にドイツの大学で小澤さんの原稿を探してもらいましたが、残念ながら見つかりませんでした。

美奈子さんは今年も本市を訪れ、生徒である多くの外国人ダンサーと一緒に、ダンスパフォーマンスを披露してくれます。同時期に関敬吾氏の企



画展も開催されます。関敬吾氏と小澤さん、そして美奈子さん、ピース文化祭をきっかけに点と点がつながるような不思議な縁を感じております。

もう一つ、吾妻町出身の女性日本画家、栗原玉葉について。大正期、東京で活躍していた玉葉は「西の上村松園、東の栗原玉葉」と称され、美人画の世界を牽引していました。2018年に長崎歴史文化博物館であった企画展では上村松園、竹久夢二の作品とともに、玉葉の作品が会場を彩りました。中でも目を引いたのが、玉葉の下絵でした。美人画が完成するまでの試行錯誤、制作過程が垣間見られ、非常に感銘を受けたことを今でも覚えております。

10月1日から始まる「雲仙ゆかりの画家特別展」では、長崎歴史文化博物館の企画展を担当した五味俊晶さんをお招きした講演会もあります。この機会にぜひ、一時代を築いた本市出身の画家たちがいたことを、多くの人に知っていただきたいと思います。ご来場お待ちしております。

「広告」



こども食堂

10月26日(日) ひる11時半～13時

こども(中学生以下)：むりょう！

保護者の方がお食事される場合：100円
(財)ジスコ子ども支援：0957-27-1112
(ジスコ不動産・ジスコホテル)

in ジスコホテル小浜温泉
(小浜町南本町 145-2)
毎月、最終日曜日に開催します！

「ほめたいこと」「あげたいもの」「かなえたいこと」募集！
詳しくはHPを見てね！▶



雲仙市市制施行20周年記念事業
草野仁 講演会「いつもチャレンジ精神で」開催

雲仙市市制施行20周年を祝い、本県出身の草野仁氏による講演会を開催します。
チケットをご購入のうえ、皆さまのご来場をお待ちしています！

日時 12月14日(日) 午後2時(午後1時30分開場)
※90分予定

会場 吾妻町ふるさと会館 多目的ホール

●チケット……………一般：2,000円(4歳以上)《全席指定》

※4歳未満膝上観覧無料

●チケット発売…10月7日(火) 午前10時～

●チケット取扱…各窓口にて受付(平日午前10時～午後5時)

愛の夢未来センター(平日) 国見町文化会館(まほろば) ※火曜～土曜

吾妻町ふるさと会館(平日) 千々石総合支所2F生涯学習課(平日)

教育委員会小浜駐在(平日) ハマユリックスホール ※火曜～土曜



ローソンチケット
コード
82915

●お申込み・ご来場する皆さまへのお願い●

※本公演のチケットは完売次第、販売終了となります。

なお、チケットの転売・交換はできません。予めご了承ください。

【主催】雲仙市文化会館自主文化事業振興会 【共催】雲仙市教育委員会 【後援】雲仙市

問 生涯学習課 ☎0957-47-7864

2025 雲仙市産業まつり 出店者・出演者募集!!

日時 12月7日(日) 午前9時～午後3時

会場 JA全農ながさき県南家畜市場(吾妻町)



出店者
出演者
募集!!

①出店者について

・応募用紙に必要事項を記入し提出してください。

●応募用紙設置場所および提出先 観光物産課または各総合支所

※応募は郵送、FAX、メールでも受付ています。※応募用紙は市ホームページからダウンロード可

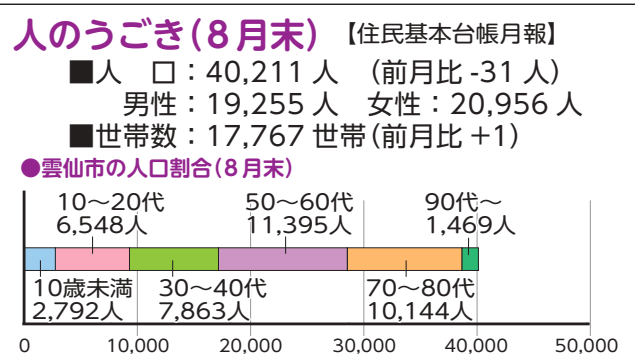
②ステージイベント出演者について

※出演をご検討の人は、直接お問い合わせください。

応募締切/10月20日(月)

詳細は下記までお問い合わせください

問 雲仙市産業まつり実行委員会(観光物産課内) ☎0957-47-7834



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。
11月号は10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 未来創生課 ☎0957-47-7714

ぽつり (広報担当の独り言)

「もう一回、息継ぎの練習をしてみよう。」コーチに励まされ私はビートバンを掴んで、もう一度挑戦した。

私の住んでいる家のそばには大きなため池があった。もし池に落ちて泳げるようにと母が近くのスイミングスクールに兄妹を通わせた。初めて泳いだのは5歳の頃。周りは知らない大人たちがいないし、水に入るのが怖かった。当時の私は超がつくほどの人見知りで、新しい環境に飛び込むのが不安で仕方なかった。最初は水の中で目を泳いでいたが、私は素手でできない。全然楽しくないし、友達もいない。でも、コーチが根気強く、楽しく教えてくれた。苦しかった息継ぎも徐々にスムーズにできるようになった。同い年の友達に出会い、一緒に頑張る仲間もできた。それから、クロールや背泳ぎなどできることが増えた。「うっきは上手に泳げていたね。」とコーチに褒められると、とても嬉しかった。いつの間にか、楽しみながらスイミングに通っていた。今でも泳ぐのは好きだし楽しい。

この経験のおかげで、初めて会う人と恐れずに会話ができるようになった。また、挑戦することの大切さを学んだ。きつかけをくれた母には感謝している。(柚)