



今月の表紙

10月19日、市制20周年を記念して市民運動会がありました。会場には木枠のフォトフレームもお目見えし、町対抗年代別リレーを制した愛野町チームが記念にパチリ。
【運動会の詳報は12月号に掲載します】

今月の主な内容

- 雲仙市市制施行20周年記念式典 開催 P. 2～4
- 一般会計決算ほかの内容を報告します..... P. 8～10
- 歯、大切にしていますか？ P. 18
- ながさきピース文化祭特集！コンテンポラリーダンス P. 24
- イベント情報 P. 32



雲仙市市制施行20周年記念式典を開催しました



司会を務めた国見、小浜の両高校生

令和7年10月11日、雲仙市が市制施行20周年を迎えたことを記念して、愛の夢未来センターにおいて『雲仙市市制施行20周年記念式典』を開催いたしました。当日は多数のご来賓の皆様ご臨席のもと、市制施行20周年記念表彰並びに令和7年雲仙市表彰に加えて、この節目の年をお祝いする様々なアトラクションが披露され、盛会のうちに終了することができました。ここでは式典の様子を一部ご紹介いたします。

来賓の皆さまにご祝辞を賜りました。



外間雅広島県議会議長



山本啓介参院議員



山田勝彦衆院議員



加藤竜祥衆院議員



大石賢吾県知事



受賞者代表謝辞



表彰状の贈呈



記念動画の上映



木管五重奏/サンク・エトワール・クインテット



鳥刺し/神代鳥刺し保存会



祝太鼓「打楽」/瑞宝太鼓

市長式辞

未来のため 市民協働で全力を尽くす

(部抜粋)

今から20年前の平成17年10月11日、旧南高来郡の国見町、瑞穂町、吾妻町、愛野町、千々石町、小浜町、南串山町の7つの町が合併し、長崎県内12番目の市として「雲仙市」が誕生しました。

雲仙市誕生に際しましては、将来の地域のあるべき姿について真摯にご協議をいただき、合併・市制施行に向け多大なるご尽力を賜りました。改めまして、そのご労苦に対し深く敬意と感謝の意を表します。

このようにして誕生した雲仙市が、記念すべき20周年という大きな節目を迎えることができましたことは、本日ご臨席賜りましたご来賓の皆様をはじめ、市民の皆様お人ひとりの温かいご支援とたゆまぬご尽力の賜物であり、心より厚く御礼申し上げます。

この20年間、地方を取り巻く時代の潮流は、地方分権から地方創生へとめまぐるしく変化し



金澤秀三郎雲仙市長

てまいりました。そのような中であって、市政の総合的な経営指針として雲仙市総合計画を策定し、本市の将来像であります「つながり」で創る賑わいと豊かさを実感できるまち」の実現に向け、将来にわたって持続可能な地方行政の確立を図るとともに、地方創生時代にふさわしい市民参加のまちづくりに向けた各種施策に取り組んでまいりました。

今後とも社会情勢がめまぐるしく変化していくことが予想される中、その時々課題や市民ニーズを的確に捉え、柔軟かつ実効性がある施策を講じていかなければ、本市が時代に取残り残されてしまつのは明白であります。

これからの時代を生きる子どもや若者たちが、本市の魅力や可能性を実感し、未来に夢や希望を持つことができるよう、私たちは、行政だけではなく、市民の皆様お一人おひとりの関わりを深め、地域資源や特性を生かしながら、「このまちに住んでよかった」と心から思ってもらえる雲仙市の実現に全力で取り組んでまいります。

先ほど、61名の市制施行20周年記念表彰、並びに31名、3団体への令和七年雲仙市表彰を執り行いました。

受賞されました皆様の今日までのご功績を称え、そのご労苦に対し厚く御礼と感謝の意を表しますとともに、今後とも本市発展のために変わらぬご支援とご指導を賜りますようお願い申し上げます。

議長挨拶

次の世代に 誇れる郷土を残していく

(部抜粋)

二十周年を記念いたしまして表彰の栄に浴されました皆様方、誠にめでとうございます。長年にわたり、本市発展のために力を尽くしてこられた皆様のご功績は、私たち市民にとっても大きな励みであり、式典を通じてその功績を広く称えることができることを、誠に意義深く感じております。

平成十七年十月の市制施行以来、本市は豊かな自然と温泉、そして農畜水産業や観光といった地域資源を最大限に活かしながら歩みを進めてまいりました。

この二十年を振り返りますと、多くの地方自治体が抱える人口減少や少子高齢化の加速に加え、気候変動による自然災害の激甚化、国際情勢の緊迫化など、私達を取り巻く環境は決して容易なものではありませんでした。特に、近年では世界的な新型コロナウイルス感染症の拡大という、誰も予期しなかった大き



小畑吉時市議会議長

な試練に直面いたしました。市民の生活は変じ、学校や地域行事の中止、観光業や飲食業の深刻な落ち込みなど、甚大な影響がありました。しかしながら、そのような厳しい社会情勢の中にあつても、市民の皆様温かいご理解とご協力、そして歴代市長をはじめとする職員各位のたゆまぬ努力とご来賓の皆様の大なるご支援により、教育・福祉・産業・観光・道路網の整備など、多岐にわたる分野で着実に歩みを進めることができたことは、誠に喜ばしい限りであります。

この二十周年という大きな節目を迎え、私たちは過去を振り返ると同時に、未来への責任を強く自覚せねばなりません。今、まさに「地方創生の時代」にあつて、人口減少社会を乗り越え、次の世代に誇れる郷土を残していくことが、我々に課せられた使命であります。

市議会といたしまして、市民の皆様とともに、雲仙市が十年後、さらに百年先も輝き続けるまちとなるよう、全力を尽くしてまいります。どうか今後とも市政発展のため、皆様方の一層のご指導とご鞭撻を賜りますよう、心からお願い申し上げます。



市制施行20周年記念表彰・令和7年雲仙市表彰

記念式典において、市制施行20周年記念表彰並びに令和7年雲仙市表彰を執り行いました。市制施行20周年記念表彰では61名、雲仙市表彰では個人31名・3団体に表彰状と記念品を授与しました。被表彰者の皆様は以下のとおりです。（敬称略）

市制施行20周年記念表彰



【地方自治功労】

町田 康則 (小浜町)
小田 孝明 (国見町)
元村 康一 (小浜町)
松尾 文昭 (愛野町)
深堀 善彰 (国見町)
酒井 恭二 (南串山町)
森崎 茂徳 (小浜町)
東 康敬 (瑞穂町)
小筏 正治 (国見町)
松尾 茂敏 (愛野町)
大島 忠保 (愛野町)
川内 幸徳 (南串山町)
山下 晏弘 (小浜町)
野口 邦夫 (小浜町)
吉田 美根子 (小浜町)

【社会福祉功労】

松永 千穂子 (南串山町)
川内 正文 (吾妻町)
廣瀬 和一郎 (小浜町)
門 康之 (瑞穂町)
徳永 三恵 (国見町)
藤野 幸徳 (瑞穂町)
瑞穂 真爾 (瑞穂町)
釣川 義紀 (国見町)
三好 範子 (小浜町)
草野 明子 (小浜町)
野口 邦夫 (小浜町)
遠藤 家持 (国見町)
三宅 淳子 (南串山町)
宮崎 ちづよ (小浜町)
佐々木 智子 (吾妻町)
和田 淳子 (南串山町)

【教育文化功労】

中村 晋作 (愛野町)
天野 力太 (千々石町)
市村 経敏 (愛野町)
副島 慎一 (小浜町)
平湯 秀司 (小浜町)
草野 茂 (千々石町)
中村 篤子 (小浜町)
寺田 賢太郎 (愛野町)
津田 和司 (小浜町)
田口 一夫 (愛野町)
堺 正信 (国見町)
草野 あき子 (小浜町)

【消防・防災・交通安全・防犯功労】

平田 良孝 (瑞穂町)
荒木 孝文 (小浜町)

松田 英房 (南串山町)
山本 清 (国見町)
中村 有二 (小浜町)
木村 清純 (小浜町)
久保 俊英 (瑞穂町)
松本 竜也 (国見町)
増田 知宏 (南串山町)
溝口 敏一 (愛野町)
秋山 広樹 (吾妻町)
中島 康之 (国見町)
宮本 達也 (愛野町)
田中 章貴 (吾妻町)
馬渡 功 (吾妻町)
森 定征 (小浜町)
田中 洋一 (千々石町)
奥野 隆 (愛野町)

令和7年雲仙市表彰



【徳行功労】

認知症の人と家族の会 長崎県支部
雲仙地区 かおり会 (千々石町)

【地方自治功労】

佐藤 義隆 (千々石町)
渡辺 勝美 (国見町)
元村 康一 (小浜町)

【教育文化功労】

横田 美登志 (瑞穂町)
菅 喜郎 (南串山町)
廣田 明彦 (小浜町)

峯 政重 (吾妻町)
岩岡 誠二 (愛野町)
熊野 清貴 (小浜町)
林田 滯音 (愛野町)
雲仙市立大正小学校 (瑞穂町)

【消防・防災・交通安全・防犯功労】

芦塚 信幸 (千々石町)
宮崎 芳守 (小浜町)
近藤 勝博 (南串山町)
坂本 伊州 (国見町)
松尾 宗樹 (愛野町)
馬場 均 (小浜町)

磯田 健一 (愛野町)
町田 長興 (千々石町)
竹下 秀也 (南串山町)
中村 政浩 (千々石町)

【その他】

ケヤキーズ (国見町)
吉武 まひろ (国見町)
稲本 喬弘 (国見町)
法 虹春 (国見町)
林田 蒼生 (島原市)
平山 未来 (愛野町)
本多 翔 (吾妻町)

渡邊 嘉孝 (吾妻町)
松尾 透真 (愛野町)
吉田 真大 (愛野町)
東 遼汰 (島原市)
黒田 拓海 (国見町)
堀田 祐雅 (国見町)
田中 絆太 (小浜町)
前田 煌士郎 (国見町)
吉田 侃太 (国見町)
岩岡 倅大 (国見町)
前田 将輝 (国見町)

20周年記念給食おいしいね♪

10月9日、児童生徒が考案した市制20周年記念メニューの給食が、市内小・中学校で提供されました。

メニューは市内の児童生徒から募集し、メインや汁物など4品を採用。地元の食材をたっぷり使った特別な給食に子どもたちは笑顔で舌鼓を打ちました。

採用メニュー

- ・雲仙湯豚汁(神代小3年 桶本大雅さん)
- ・吾妻みその豚みそカツ(愛野中3年 寺田大翔さん)
- ・かぼちゃときゅうりのサラダ(愛野中1年 佐藤夏芽さん)
- ・びわゼリー(千々石第二小5年 黒田京香さん)



土庄町70周年、友好交流誓う

9月28日、本市と友好交流協定を結んでいる香川県土庄町の町制70周年記念式典が同町の町立中央公民館であり、来賓として金澤市長と小畑議長が出席しました。

本市と土庄町の歴史は、島原の乱までさかのぼります。乱後、幕府の移住政策で土庄町がある小豆島から多くの住民が現在の南串山町などに移り住みました。松の植樹交流などを重ね2017年、両市町は友好交流協定を結びました。

式典後、金澤市長と小畑議長は岡野能之町長と歓談し、両市町のさらなる交流を確認しました。

ピックアップ

瀬戸内国際芸術祭にかわいいフグ

瀬戸内海の島々などを舞台に開催されている瀬戸内国際芸術祭2025に、千々石町出身の森聖華さんの作品が彩りを添えています。

森さんは1996年生まれで、長崎日大高を卒業後、東京藝術大学へ進学。2024年に同大学院陶芸研究分野を卒業後、東京を拠点に作陶活動が続けています。

芸術祭に出展した作品は「七河豚神」。七福神に扮した陶器製のフグは、愛くるしい表情で来場者の目を楽しませていました。



ちびっ子防火大会で「防火の誓い」

9月26日、幼年消防クラブ「ちびっ子防火大会」が小浜体育館で開催され、市内の保育園など11カ所の園児約140人が参加しました。

正しい防火知識を知ってもらい、火遊び防止などになげようと、小浜消防署が毎年開催。園児たちは、放水体験など4種類のコーナーを体験。最後はみんなで元気よく「防火の誓い」を読み上げ、「火の用心」を呼びかけました。



国道57号富津防災 早期完成アピール

9月13日、「国道57号富津防災建設促進大会～愛野小浜バイパス整備実現に向けて～」を吾妻町ふるさと会館で開催し、約420人が力強く早期完成をアピールしました。

この大会は、令和4年度に事業化された小浜町から千々石町を結ぶ「国道57号富津防災」の早期完成と愛野小浜バイパスの整備実現を目指して毎年開催。

大会では防災対策、住民生活の利便性向上、農業・漁業のための物流の効率化、観光産業を含む地場産業の活性化など総合的な地域振興の観点から、幹線道路網の必要性を訴えました。

大会終盤において関係機関が連携して事業を推進していくことを確認し、ガンバロー三唱で決意を新たにしました。



雲仙市防災士ネットワーク設立総会を開催

7月26日、雲仙市防災士ネットワーク設立総会が市役所でありました。同ネットワークは防災士同士がつながり、関係機関や地域と連携して、防災意識と地域防災力の向上を目指します。

総会で寺田会長は「会員の仲間づくりや知識、技能等を高めながら、各地域における自主防災活動の一助になれるよう努めていきたい」と決意を述べました。

同ネットワークは自主防災活動の活動なども支援しています。詳しくは危機管理課までお尋ねください。



令和7年度 雲仙市優秀工事表彰

9月18日、雲仙市優秀工事表彰式が、吾妻町ふるさと会館であり、2件の施工業者や担当技術者を表彰しました。同表彰は、市発注工事のうち、他の模範となる優れた工事を施工した業者などを表彰することで、適正な施工の確保と市内建設業の技術力の向上を図ることが目的です。

本年度は、対象工事77件のうち、施工管理や現場条件への対応などが特に優秀な2件の施工業者と担当技術者を表彰しました。

【受賞者(敬称略)】

- | | |
|----------------|-----------------|
| ● 市道千々石耕地線改良工事 | ● 普通河川栗林川浚渫工事 |
| 施工業者: 株式会社 大建 | 施工業者: 株式会社 石原建設 |
| 代表取締役: 川原大次郎 | 代表取締役: 石原 恒清 |
| 主任技術者: 木原 辰美 | 主任技術者: 石原 恒清 |



優良運転者などを表彰

9月22日、優良運転者等表彰式が市役所で行われ、長年にわたり無事故、無違反だった8人と、功労役員として3人が表彰されました。

表彰式は「秋の全国交通安全運動」(9月21日～30日)の一環で行われ、雲仙警察署や交通安全団体などが参加。式後は、交通安全を呼び掛ける車両パレードに出発しました。

放牧牛に子どもたち歓声

9月21日、雲仙市吾妻岳牧野にて、2年に一度の恒例行事「吾妻岳牧野放牧牛共進会」がありました。今回は初めて市内の児童園児を招待しました。

放牧牛は足腰が強いのが特徴で、子どもたちは悠々と草原を歩く放牧牛に歓声。共進会を見学したあとは、焼き肉で交流して大自然を満喫しました。

【お知らせ】新規組合員を募集!

吾妻岳の豊かな自然の中で、繁殖牛の放牧経営に挑戦しませんか？放牧による低コスト化・省力化を实践し、地域の畜産業を共に支える新しい仲間を求めています。



瑞穂町の乳牛を県代表に選出

9月25日、「第16回全日本ホルスタイン共進会長崎県代表牛選考会」がJA全農ながさき県南家畜市場で開催されました。県内の酪農家から乳牛が出品され、審査の結果、県代表牛として「経産の部」で瑞穂町の株式会社 S.T.M.HOLSTEINの「パッションランド・ルーク・ジャガー号」が選ばれました。

市代表にケヤキーズ

9月21日、長崎県少年ソフトボール大会の雲仙市予選大会が愛野運動公園グラウンドであり、ケヤキーズが優勝、AS-A が準優勝を飾りました。ケヤキーズは県大会への出場権を得ました。



優勝したケヤキーズ



準優勝の AS-A



目指せ新記録！オバマギネス大会

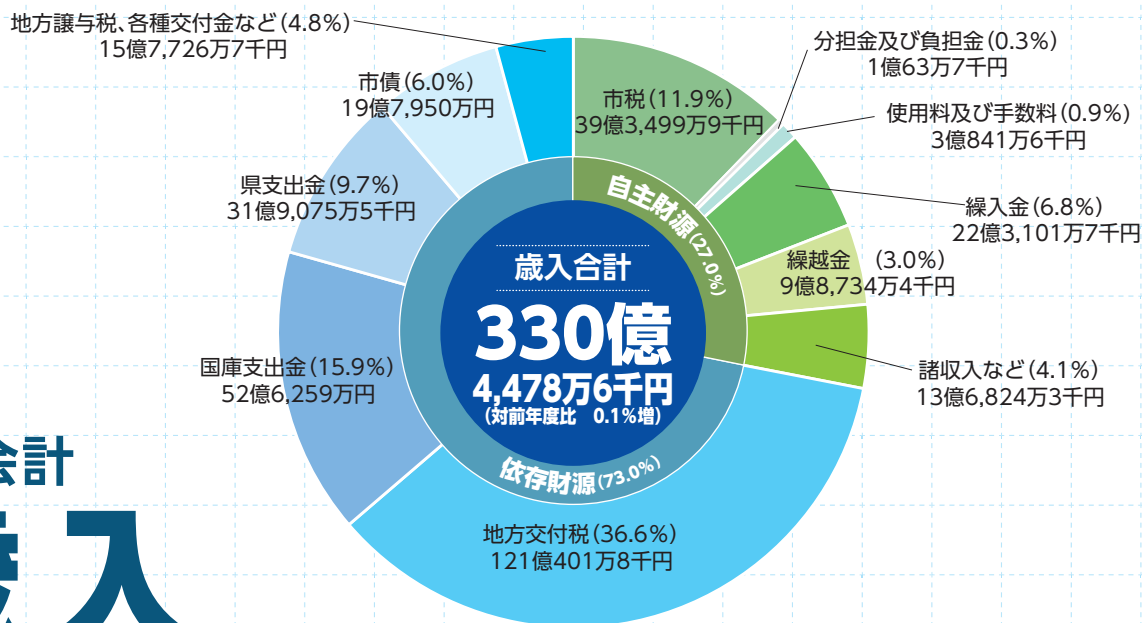
9月6日、「オバマギネス大会」を小浜体育館で開催し、町内の児童54人がユニーク競技で記録更新を目指しました。

児童らは、趣向を凝らした6種目に挑戦。ざぶとん飛ばしレースと、ぞうきんがけレースの2種目で新記録が生まれました。子どもたちの熱戦に、集まった保護者も大興奮。会場は大きな歓声と拍手に包まれました。

一般会計

歳入

●対前年度比0.1%増



一般会計における歳入決算額は、330億4,478万6千円です。令和5年度の決算額と比較すると、地方交付税や繰入金の増などにより、全体で2,521万5千円(0.1%)の増となっています。

歳入の構成比を見てみると、自主財源(※1)は、歳入全体のうち27%にとどまり、依存財源(※2)の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6年度決算報告

昨年度、市民1人あたりに使われたお金は、**78万5,869円**でした。

(一般会計のみ)

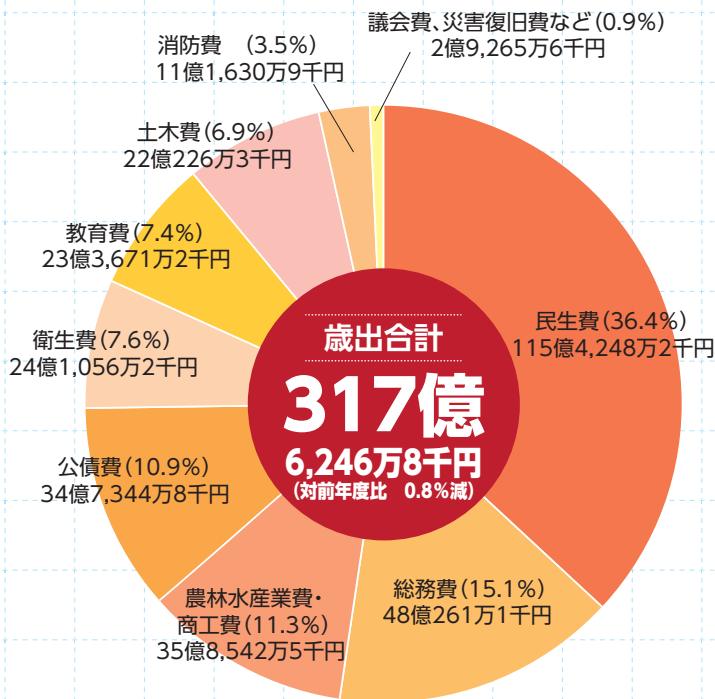
※令和7年3月末人口：40,417人から算出

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	330億4,478万6千円	317億6,246万8千円
国民健康保険特別会計	66億6,364万1千円	66億4,016万2千円
後期高齢者医療特別会計	6億5,142万3千円	6億4,639万2千円
国民宿舎事業特別会計	5,102万8千円	4,497万7千円
温泉浴場事業特別会計	1,403万9千円	1,178万6千円
企業誘致用地整備事業特別会計	4億5,167万3千円	4億5,167万3千円
合 計	408億7,659万円	395億5,745万8千円

※合計については、決算書と合致させるため端数調整しています。



一般会計 歳出

●対前年度比0.8%減

市の貯金と借金

(令和6年度末現在)

貯金(基金残高)

200億5,701万7千円

借金(市債残高)

197億3,005万6千円

一般会計における歳出決算額は、317億6,246万8千円です。令和5年度の決算額と比較すると、商工費や公債費の減などにより、全体で2億6,975万9千円(0.8%)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
- 公債費：償還金の元金や利子
- 衛生費：健康診断、ごみ・し尿処理、予防接種など
- 教育費：小中学校やホール、スポーツ施設の運営・管理など
- 土木費：道路の整備・維持、市営住宅の管理など
- 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	10億8,253万円
資本的収入	4億2,723万4千円
支 出	
収益的支出	8億7,564万9千円
資本的支出	9億8,252万1千円

【下水道事業会計】

収 入	
収益的収入	12億2,643万8千円
資本的収入	1億1,781万6千円
支 出	
収益的支出	10億9,027万9千円
資本的支出	5億2,720万2千円

●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(※3)などで補てんしました。

※3 損益勘定留保資金

減価償却費などの、現金支出がなく企業内に留保される資金

市民の皆さまへ

令和6年度の一般会計歳入歳出決算について、令和7年第3回市議会定例会の認定に付したところですが、ふるさと納税募集費用の割合が寄附額の5割以下であることに對し、基準違反にあたるとして指定の取り消しを受け、不認定となりました。

決算が不認定となった場合でも、法的効力や執行済みの予算への影響はありませんが、地方自治法第233条第7項の規定に基づき、必要な措置を講じ、議会に報告を行う予定です。

令和6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。

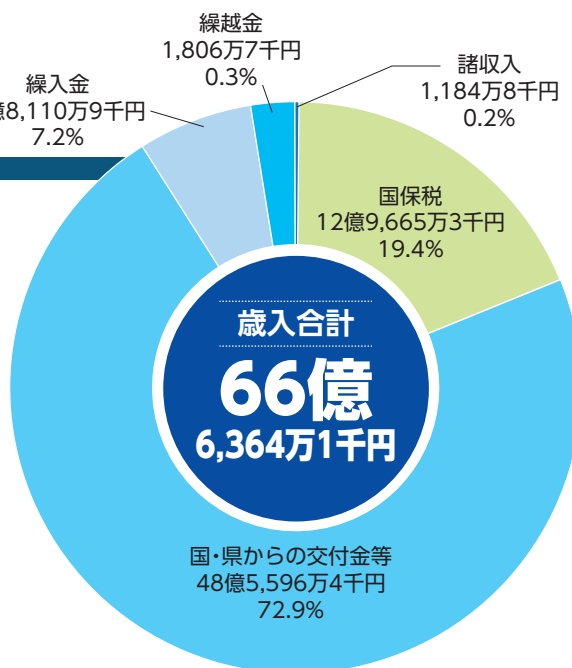
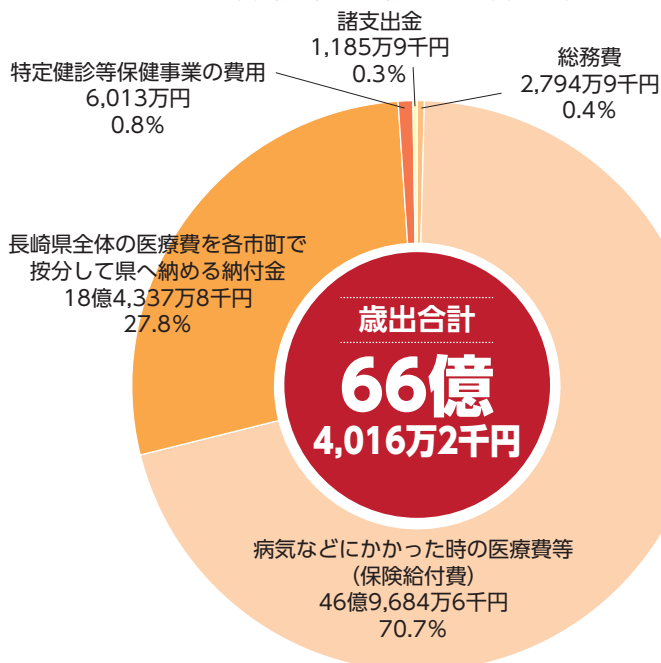
今回は、令和6年度の国保事業について、加入している被保険者数や1人あたりの総医療費を踏まえ、決算状況を紹介します。

歳入

66億6,364万1千円

▶7割以上を県からの交付金や一般会計繰入金などが占め、残りを皆さまからの国保税で賄っています。

国保税収は収入全体の約2割！



歳出

66億4,016万2千円

◀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おそれがあります。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6年度平均)

被保険者数 11,812人 ……①
世帯数 6,708世帯

令和6年度総医療費(10割)

54億3,843万9,768円 ……②

被保険者1人あたり総医療費

46万417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

暮らしに花を

今月の花

トルコギキョウ

花言葉:「優美、すがすがしい美しさ」

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。花色も種類も豊富なトルコギキョウは、ブーケや贈り物としても人気の花です。平野さんは、白やピンク、ラベンダーの花色を中心に約20品種を栽培されています。来庁された際はぜひご覧ください。



メモ

平野さんは、腐葉土を使った堆肥を作り、湿度や温度管理、水やりを徹底して栽培されています。

花の鮮度を保つため、水揚げ用バケツの衛生管理にも気を配り、長く楽しめる花を届けられるよう工夫されています

雲仙市花き振興協議会では令和7年度、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。



問 農林課 ☎0957-47-7828

学ぼう♪

歴史文化遺産

佐賀県産黒曜石で作られたナイフ形石器

雲仙市では約3万年前の遺跡が見つかっており、日本列島に人類が登場して間もない頃から、人々の生活が営まれていました。写真は国見町百花台遺跡から見つかった、約3万年前の黒曜石製の石器で「ナイフ形石器」と呼ばれるものです。文字通り「ナイフ」として使ったり、「やり先」として動物を狩る道具としても使用されました。全体の長さは約7cm、刃渡りは5cm。ナイフ形石器としては大型で、県内でも最大級の大きさです。遺跡からは300点を超える「ナイフ形石器」が見つかっており、県内最多、全国でも屈指の発見数です。

黒曜石は噴火活動によって作られますが、普賢岳の噴火では黒曜石はできません。島原半島では、黒曜石以外でも、古代人が石器として利用する石は無く、遠い場所から石器の材料を運んできて作っていました。ナイフ形石器は、科学分析の結果、佐賀県伊万里市のこしたけ腰岳という山の黒曜石で作られています。50キロ以上離れた場所の石です。ナイフ形石器以外にも数万点にのぼる石器や石器のかけらが見つかっており、そのすべてが数十キロ以上離れた場所から持ち込まれています。百花台で暮らした古代人たちは、石器作りに大変苦労したと思われますが、それに勝る魅力が百花台にあったのでしょう。



表面 側面 裏面
当時は木製や「鹿の角」を加工した「柄」(持ち手)が付いていたと考えられます。

問 生涯学習課 ☎0957-47-7864

雲仙市市制施行20周年記念事業 第19回 雲仙市民芸術祭 開催♪



昨年の
市民芸術祭の様子

市内の音楽家、舞台芸術家がステージで輝く、芸術の祭典にぜひ足を運んでみませんか。

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

***入場無料／申込不要**

日時: 11月30日(日)

午後0時30分～4時予定

場所: ハマユリックスホール 大ホール

出演: 雲仙ジュニアブラス～Best Smiles～・・・
(ほか24団体)

問 雲仙市民芸術祭実行委員会(生涯学習課内)
☎0957-47-7864

第20回 雲仙市美術展覧会 出展作品募集

市展

雲仙市市制施行20周年記念事業第20回雲仙市美術展覧会を愛の夢未来センターで開催。部門は日本画・洋画・彫刻／工芸・書・写真・デザインの6部門です。出展作品を募集しますので、皆さまふるってご応募ください。

展覧会期日

令和8年**2月5日(木)～8日(日)**

午前10時～午後6時

申込期間

11月4日(火)～12月19日(金)

申込先

〒854-0492 雲仙市千々石町戊582番地
生涯学習課または各駐在

募集要項を確認いただき、お申し込みください。

※募集要項・申込書は生涯学習課または各駐在にあります。



問 雲仙市文化連盟事務局(生涯学習課内)
☎0957-47-7864

◆ デジタルに関する相談窓口を実施しています！

(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基本的な使い方、アプリ(LINEなど)の操作、インターネットでの手続きや調べものなど、一緒に操作しながら、疑問にお答えします。

開設場所	開催日	時間
吾妻町ふるさと会館 2階研修室3	11月19日(水)	午前9時～正午 午後2時～5時
愛の夢未来センター 2階研修室小1	11月12日(水)	
集処えんがわ 千々石町戊93番地	11月5日(水)・11月26日(水)	



お申し込みは下記の
二次元コードから
※電話でも申込可

**参加無料
要申込**



〈パソコンの貸出〉

※上記の会場では皆さんが自由に利用することができるパソコンの貸出をしています。



お申し込みは下記の
二次元コードから

**無料
要申込**



問 行革推進課 ☎0957-47-7742

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5年度の虫歯がある子どもの割合（健診時）は、1歳6カ月児健診では約0.4%（R4：約0.9%）、3歳児健診になると13.5%（R4：13.9%）でした。

経年的にみると、虫歯のある子どもの割合は減少傾向にありますが、年齢が上がるにつれ高くなりますので、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. 虫歯菌を減らす

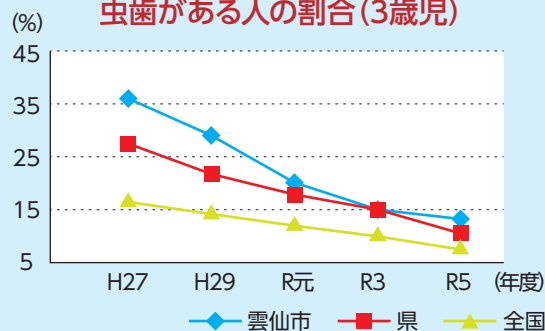
- 歯が生えたら、できるだけ早く歯ブラシに慣れさせましょう。
- 歯ブラシとデンタルフロスを併用し、隅々まできれいにみがいてあげましょう。
- 10歳頃までは1日1回、夕食後や夜寝る前に仕上げみがきをしてあげましょう。

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食べましょう。
- 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。



虫歯がある人の割合（3歳児）



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回以上のフッ化物塗布を行いましょう。

生後8カ月から4歳児を対象に「乳幼児フッ化物塗布助成券」をお送りしています。

詳しくは、二次元コードをご覧ください。



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を目的に「パパママひろば」を開催しています！

初めて出産を迎える人や、2・3人目の人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。

対象者：市内に在住の妊婦とその家族（里帰り予定可）

（受講の目安：妊娠16週以降～）

内容：赤ちゃんのお風呂の入れ方、パパの妊婦体験など

日時：12月13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

申し込み：子ども支援課（12月5日（金）まで）

持参するもの：母子健康手帳、水分補給用の飲み物

詳しくは
二次元コードを
ご覧ください。



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）

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)

リチウムイオンによる火災防止月間について

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

環境省では、11月を「リチウムイオン電池による火災防止月間」として周知啓発の一層の強化を図っています。ぜひ、使用中またはご家庭に眠っているリチウムイオン電池使用製品を確認する機会としてください。

市では、リチウムイオン電池等の適正な分別・回収を推進し、火災事故の防止およびリサイクルの促進を図るため、令和7年9月からリチウムイオン電池およびリチウムイオン電池使用製品を回収しています。

●対象

- ・リチウムイオン電池、ニッケル水素電池
- ・リチウムイオン電池等を使用した製品

※取り外し不可の場合のみ

例) モバイルバッテリー、スマートフォン など

●回収場所

市役所本庁および各総合支所
(小型家電回収ボックス付近)

※小型充電式電池回収用ペール缶を設置しています。

特設人権相談所を開設します

問 地域づくり推進課 ☎0957-47-7805

12月4日(木)～10日(水)の「第77回人権週間」にあわせて、特設人権相談所を開設します。家庭内のもめ事や隣近所のトラブル、悩みや心配ごとなど、ひとりで悩まず、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。



開設場所	期日	相談時間
国見町文化会館まほろば	12月3日(水)	午前10時 ～ 午後3時
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		
南串山総合支所		

秋季全国火災予防運動

問 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

2025年度全国統一防火標語

「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

11月9日(日)～11月15日(土)は、秋季全国火災予防運動が実施されます。雲仙市内では、「建物火災」、「車両火災」、「その他の火災」が発生しており、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注意し、火災予防を心がけましょう。

雲仙市内の火災件数(2025年1月～8月)

	建物火災	車両火災	林野火災	船舶火災	その他の火災	合計
小浜消防署管内	5	1	0	0	3	9
島原消防署管内	1	0	0	0	4	5
雲仙市合計	6	1	0	0	7	14

雲仙市入札参加資格審査申請の定期受付について

申・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、有効期間を2年間(令和7～8年度)として受付終了しているため、今回の定期受付は行いません。

●受付期間

11月4日(火)から令和8年1月30日(金)

午前9時～午後5時

(土日・祝日および年末年始を除く)

※全ての区分で電子申請システムを活用した書面申請を基本とします。

※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。

●有効期間

令和8年4月1日～令和9年3月31日

令和7年度長崎県男女共同参画地域リーダー育成事業

問 地域づくり推進課 ☎0957-47-7805

みんな

「男女の視点で！誰もが安心できる避難生活の備え」

男女共同参画の視点を取り入れた「防災カード」を使って、災害時に発生する様々な困りごとへの対応や備えを具体的に学びましょう！

●講師

長崎県男女共同参画推進センター

●期日

11月27日(木)午後1時30分～3時30分

●場所

島原市有明公民館

●申込期限

11月17日(月)



[申込]



共家事 共育て ウィーク

トモカジ・トモソダテ



期間 2025 11.14 金 → 23 日



詳しくはこちら

「共家事・共育て」とは？

女性に偏りがちな家事や子育てを、夫婦をはじめ家族や地域などがみんなでシェアすることです！「みんなでシェア」には、お惣菜や便利家電などを活用して、家事時間を短縮することもあります。「共家事・共育て」で、家族との時間や自分の時間をもっと豊かにしてみませんか？
詳しくはウェブサイトをぜひご覧ください！

11月30日(日)午前10時～愛の夢未来センターにて
「共家事・共育て講座 パパのためのベビーマッサージ教室」開催!申込→
(問・申込)生涯学習課 愛野駐在 ☎0957-36-0616



詳しくはこちら

16	●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)	17	◆からだ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)	18	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	19	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	20	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)	21	22
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター)	●からだ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)	●1歳6カ月児健康診査(小浜老人福祉センター)	●視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、小浜老人福祉センター)	●1歳6カ月児健康診査(愛野保健福祉センター)							
●あさサポートうんぜん(午後1時30分～3時30分											

休日在宅当番歯科医 (診療時間／午前9時～正午)

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
2	天野歯科	千々石町	37-2121	3	城代歯科医院	千々石町	37-2818
	植木歯科医院	島原市白川町	62-3765		渡部歯科医院	島原市下川町	63-1750
16	鶴田歯科医院	愛野町	36-7611	23	畑中歯科医院	愛野町	36-3535
	松藤歯科	島原市北政徳町	62-7355		あおい歯科	島原市南安徳町	61-1800
	まぎ歯科あづま	吾妻町	20-0118	12/17	土井歯科クリニック	吾妻町	38-6400
30	さとう歯科クリニック	南島原市有楽町	82-1771		あざらデンタルクリニック	南島原市有楽町	82-2352



南高医師会
ホームページ



島原南高歯科医師会
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

※ 赤字：雲仙市・青字：島原市・緑字：南島原市

日	電話番号	日	医療機関名	所在地	電話番号
9	37-2818		愛野歯科口腔外科クリニック	愛野町	36-7110
	63-1750		大田歯科医院	島原市大町	62-7407
24	36-3535		寺田歯科医院	愛野町	36-2322
	61-1800		泉歯科医院	南島原市深江町	72-2066
12/14	38-6400		ねざ歯科医院	瑞穂町	77-4182
	82-2352		まつしま歯科医院	南島原市有楽町	82-0600



休日在宅当番薬局(島原薬剤師会ホームページ)
(営業時間／午前9時～午後5時)

※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。

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

11月くらしのカレンダー

● 午前の相談 (受付/午前9時30分～10時30分、11月の対象R6.11～R7.6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/1.6歳:午後0時30分～1時10分、
2歳:午後1時～1時15分)
● の予約は消費生活センター(☎38-7830)までご連絡ください。
● 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。
◆ のお問い合わせは健康づくり課(☎47-7876)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)

※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
今月の税 国民健康保険税(5期) 納期限、口座振替日 12月1日(月) 口座振替日前日までに残高の確認をお願いします						
2	3	4	5	6	7	8
● 文化の日 【医】安藤医院 (吾妻町 38-2152) 【医】泌尿帰化・皮膚科 菅医院 (南串山町 88-3151)	● 赤ちゃん健康相談 (国見農村環境改善センター) ● 遺言・契約等法律相談(午後1時～4時、愛の夢未来センター) ● 行政相談(午後1時～4時、千々石総合支所、小浜総合支所)	● 赤ちゃん健康相談 (国見農村環境改善センター) ● 遺言・契約等法律相談(午後1時～4時、愛の夢未来センター) ● 行政相談(午後1時～4時、千々石総合支所、小浜総合支所)	● 赤ちゃん健康相談 (小浜老人福祉センター) ● 視覚障害者生活訓練(午前10時～午後2時、愛野保健福祉センター)	● 赤ちゃん健康相談 (吾妻町ふるさと会館) ● 赤ちゃん健康相談 (愛野保健福祉センター)	◆ からだとこころの健康相談(午前9時～11時、瑞穂総合支所、南串山総合支所) ● 赤ちゃん健康相談 (愛野保健福祉センター)	1
9	10	11	12	13	14	15
● 障がい者巡回相談(午後1時30分～4時、南串山総合支所) 【医】愛野ありあけ病院 (愛野町 36-0153) 【医】木戸眼科 (小浜町 74-3222)	● 赤ちゃん健康相談 (国見農村環境改善センター) ● 遺言・契約等法律相談(午後1時～4時、愛の夢未来センター) ● 行政相談(午後1時～4時、千々石総合支所、小浜総合支所)	● 献血(午後1時15分～4時、瑞穂総合支所) ● 行政相談(午前9時～正午、国見総合支所、吾妻町ふるさと会館、午後1時～4時、南串山総合支所)	● 献血(午後1時15分～4時、愛野保健福祉センター) ● 2歳児親子歯科健康診査(愛野保健福祉センター) ● 人権よろず相談(午前9時～正午、国見町文化会館) ● 行政相談(午前9時～正午、愛の夢未来センター)	● 献血(午後1時15分～4時、愛野保健福祉センター) ● 2歳児親子歯科健康診査(愛野保健福祉センター) ● 人権よろず相談(午前9時～正午、国見町文化会館) ● 行政相談(午前9時～正午、愛の夢未来センター)	● 2歳児親子歯科健康診査(瑞穂町公民館)	15



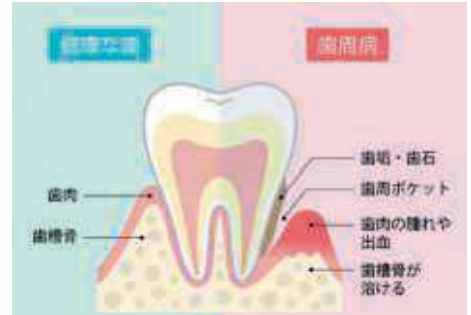
歯、大切にしていますか？

11月8日は
「良い歯の日」



全身の健康は、お口から！

みなさんは日頃から、どのくらいお口の健康に気を配っていますか？
何年も歯科医を受診していない人もいるかもしれません。
お口の健康を保つことは、「食べる」だけでなく、会話を楽しむなど、
豊かな人生を送るための基礎になります。



本当は怖い？歯周病

歯周病とは、細菌の感染によって、歯の周りの歯茎（歯肉）や、歯を支える骨などが溶けてしまう病気です。
歯を失う原因第1位で、放っておくと、歯が抜け落ちてしまいます。歯周病菌は、血管を通して全身に感染し、
全身に影響を及ぼす怖い病気です。
自覚症状がほとんど無いため「気づいた時には重症化していた」なんてことも少なくありません。



2つのケアの両立がカギ！



セルフケア

お口の健康管理の基本は毎日の
歯磨きなどのセルフケアです。
フロスや歯間ブラシも使用
しましょう。

プロフェッショナルケア

セルフケアと合わせて重要なのが、
定期的なプロフェッショナルケア。
かかりつけの歯科医を
もちましょう。



歯科健診を受けましょう！

歯周病健診で歯周病を早く発見し、歯と全身の健康を守りましょう。
健診券・歯科医院予約が必要です。詳しくは二次元コードもしくはお問い合わせください。

20～75歳誕生日前日までの方

お口のチェック健診

500円



※70歳以上の方、生活保護を受けている方は無料

【お問い合わせ】健康づくり課 ☎ 0957-47-7876

75歳以上の方

お口“いきいき”健康支援事業

無料



【お問い合わせ】長崎県後期高齢者医療広域連合
☎ 0958-16-3930

11月・12月の集団健(検)診日程

※集団健診は予約が不要です

実 施 日	健(検)診内容	会 場	受付時間
11月10日(月)	子宮がん・乳がん・骨粗しょう症検診	国見農村環境 改善センター	午前 8 時30分～10時30分 午後 1 時～ 3 時
11月11日(火)	子宮がん・乳がん検診		
11月12日(水)	子宮がん・乳がん検診	愛野保健福祉センター	
11月13日(木)	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・乳がん検診	小 浜 体 育 館	午後 0 時30分～ 2 時
11月14日(金)	健康診査（特定・若年者・後期高齢者） 各種がん検診		
11月16日(日)	健康診査（特定・若年者・後期高齢者） 各種がん検診	瑞 穂 町 公 民 館	午前 8 時～10時
12月 7日(日)	健康診査（特定・若年者・後期高齢者） 各種がん検診	吾妻町ふるさと会館	
12月 8日(月)			

注意!!

雲仙市の健診では、**対象者が40歳以上の5歳ごとの年齢**の人となる検診等があります。(令和8年3月31日時点の年齢)

・腹部エコー検査…40歳～105歳まで(集団健診・個別健診でも受診可) ※水色の実施日に受診できます。

・骨粗しょう症検診…40歳～70歳までの女性(集団健診のみ) ※橙色の実施日に受診できます。

対象の人は、今年を逃すと市の補助を受けた受診のチャンスが5年後になってしまいます。

対象年齢で受診がまだの人は、是非ご確認ください。(※対象者への受診券等の発送はしていません)



※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、二次元コードより確認してください。



【問】 ●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

作ってみよう! 季節の野菜レシピ

ブロッコリーのコク旨和え

野菜を1日
350g 食べよう



材料 (2人分)

- ・ブロッコリー …………… 140 g
- A
- ・マヨネーズ …… 大さじ1と1/2
- ・オリーブオイル …… 小さじ1
- ・濃口醤油 …………… 小さじ1/2
- ・かつお節 …… 2.5 g (小袋1袋)

作り方

- ①ブロッコリーはよく洗い、小房に分ける。
- ②①を耐熱容器に入れ、ふんわりラップをかけて電子レンジ600wで3～4分加熱する。
- ③②にAを入れ、全体に行きわたるよう混ぜ合わせる。

栄養価 (1人分)

エネルギー: 160kcal たんぱく質: 5.3g 脂質: 13.5g 炭水化物: 5.5g 食塩相当量: 0.6g

※写真、栄養価、野菜量は1人分です

野菜量
70g

管理栄養士からの おすすめポイント!

電子レンジで加熱することで水溶性ビタミンの流失を防ぎます。マヨネーズとオリーブオイルと一緒に調理することで、脂溶性ビタミンの吸収率もアップします。調理工程も少なく、ブロッコリーの栄養素を丸ごと摂れる時短レシピです。

レザースマホホルダー作り



本革を使ったスマホホルダーを作ります。初めての方でも1回で完成します。

- 日** 11月24日(月)
午後1時～4時
対 一般
定 8人
講 宮田 絵利子氏
(bulaレザー店主)
費 2,000円 ※材料費
持 必要な人は老眼鏡
場 小浜町南本町公民館
申 11月7日(金)～17日(月)
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。
※お申込み時に縦型か、横型か、またレザーは9色からお選びください。
※実際の革の色と印刷の色に若干の違いがあることもございます。

正月飾り「福亀」づくり



縁起物の亀のお正月飾りを作ります。

- 日** 12月12日(金) 午前10時～正午
対 一般
定 10人
講 北尾 嘉子 氏
費 1,000円 (材料費)
持 はさみ
場 南申山図書室会議室
申 11月10日(月)～25日(火)
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込みできます。



ピラティス♥はじめましてレッスン ～体と心にやさしい時間～



初心者を対象としたエクササイズを行います。自分の体と向き合う時間をつくり、心身ともに健康になりましょう。

- 日** 12月4日、11日 (木・全2回)
午後7時30分～8時30分
定 8人
講 奥野 文香 氏 (ピラティスタイム)
持 ヨガマット、タオル、水分補給用飲料
※動きやすい服装
場 吾妻町ふるさと会館 2階和室1.2
申 11月7日(金)～12月3日(水)
問 生涯学習課 吾妻駐在 ☎0957-38-3108
二次元コードからもお申し込みできます。



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

和紙で折る 白馬の干支飾り



和紙を使って縁起の良い干支飾りを作ります。

- 日** 11月28日(金) 午後1時～3時
対 一般
定 8人
講 町田 秀子 氏 (折り紙講師)
費 950円 (材料代)
持 筆記用具、はさみ、のり、木工用ボンド (速乾)
場 千々石町公民館
申 11月4日(火)～21日(金)
問 千々石町公民館 ☎0957-37-2520
※二次元コードからも申込できます。



～癒しの音色～ はじめてのウクレレ教室



基本の3コードを学んでかんたんな曲を演奏します。ウクレレの音色で心癒される時間・・・新たな趣味の扉を開いてみませんか。

- 日** 12月14日(日)、21日(日) 午前10時～正午
対 一般
定 12人
講 佐々木 博行 氏
持 必要な人は老眼鏡
場 小浜町南本町公民館
申 11月10日(月)～12月9日(火)
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。



郷土料理～胡麻豆腐と 地元野菜で作るおやき～



昔から伝承されてきた料理を実習し、郷土料理の良さを
知り伝承する大切さを学びます。

- 日** 11月20日(木) 午前9時30分～11時30分
対 一般
定 10人
講 芦塚 多津子 氏(雲仙市食生活改善推進員連
 絡協議会千々石支部 代表)
費 500円程度(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4日(火)～18日(火)
問 千々石町公民館
 ☎0957-37-2520
 ※二次元コードからも
 申込できます



スマホを使った 図書館活用講座



スマホに「マイ図書館」を登録し、図書館を便利に活
用する方法を学びます。

- 日** 11月21日(金) 午前10時～正午
対 雲仙市図書館利用者カード、スマホは持っている
 が、マイ図書館を登録していない一般の人。スマ
 ホの基本的な操作はできる人
定 8人
講 雲仙市図書館司書
 ※スマホ操作時にかかる通信費は自己負担です
持 雲仙市図書館利用者カード、充電されたスマー
 トフォン
場 国見町文化会館 リハーサル室(雲仙市図書館
 は同施設内)
申 11月4日(火)～14日(金)
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。

未来を変える 空き家対策のいま



空き家の管理や相続等と空き家活用支援制度につい
て学びます。個別相談もあります。(要予約先着2人)

- 日** 12月11日(木) 午後1時30分～3時30分
対 一般
定 40人
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
場 国見農村環境改善センター 大集会室
申 11月5日(水)～12月5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。

雲仙発! 知って食べたい伝統野菜



雲仙市の伝統野菜について学び、雲仙こぶ高菜を
使ったカンタン料理を作ります。
(雲仙こぶ高菜白和え・雲仙こぶ高菜フレッシュサラダ)

- 日** 12月2日(火)
 午前10時～正午
定 16人
講 馬場 節枝 氏(雲仙市
 伝統野菜を守り育む会)
費 700円(材料代)
持 エプロン・三角巾・筆記用具・手拭きタオル
場 吾妻町ふるさと会館 2階調理実習室
申 11月7日(金)～25日(火)
問 生涯学習課 吾妻駐在 ☎0957-38-3108
 二次元コードからもお申し込みできます。



雲仙こぶ高菜白和え

いきいきシニア教室 「ボッチャを楽しもう」



ボッチャゲームに参加しませんか?グループ(3人)での参加
申し込みも受け付けます。ボールを投げたり、転がしたり、
他のボールに当てたりして、目標に近づけるのを競うゲーム
です。雲仙市ではボッチャ大会の開催も予定されています。

- 日** 11月14日(金) 午後1時30分～2時30分
対 高齢者・一般
定 20人
場 国見農村環境改善センター
申 11月7日(金)まで
問 生涯学習課 国見駐在 ☎0957-78-1100
 ※二次元コードからもお申し込みできます。

高齢者教室 「カーリングボッチャ」を楽しもう

「カーリング」と「ボッチャ」を一緒にした「カーリング
ボッチャ」は、体力がなくても安心して参加できます。
楽しい時間を過ごしませんか。

- 日** 11月25日(火) 午前10時～11時30分
対 高齢者
定 20人
講 関 君子 氏(県南レクリエーション研究会)
持 運動ができる服装、飲み物、汗拭きタオル
場 吾妻町ふるさと会館 多目的ホール
申 11月10日(月)～21日(金)
問 生涯学習課 吾妻駐在 ☎0957-38-3108

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「著しく重度の障がい」などがあり、日常生活で、「在宅で常時特別の介護が必要な人」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し、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、「重複した最重度障がいがある」、「最重度障がいとやや重度の重複障がいがある」などの要件があります。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	29,590円	16,100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。また、受給中に、①・②に該当すると資格喪失となります。	①病院などに継続して3カ月を超えて入院するとき ②施設等に入所しているとき ③受給者およびその配偶者、または扶養義務者の所得が一定額以上あるとき	①公的年金等の支給を受けているとき ②施設等に入所しているとき ③受給者およびその扶養義務者の所得が一定額以上あるとき

※上記手当については、毎年「所得状況届」の提出が必要です。

問 福祉総務課 ☎0957-47-7871

令和7年度「はり等施術受給者証」「高齢者・障がい者タクシー券」を交付しています

●はり等施術受給者証

対象者

雲仙市内に住所がある人

持参するもの

- ・本人の場合
健康保険証や運転免許証などの本人確認できるもの
- ・代理人が窓口へ出向く場合
利用者本人の健康保険証や運転免許証などの本人から委任されたことが確認できるもの

●交付窓口 福祉総務課、
各総合支所、総合窓口課

●高齢者タクシー券、障がい者タクシー券

対象者

雲仙市内に住所があり、かつ、現に居住している人で、次の要件のいずれかを満たす人

- ①満70歳以上の人
 - ②身体障害者手帳1～3級、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人
- ※年度途中で①、②いずれかの要件を満たした場合は該当月から受け取ることができます。

持参するもの

- ・本人の場合
 - ①健康保険証や運転免許証などの本人確認できるもの
 - ②印鑑（自署いただける場合は不要）
 - ・代理人が窓口へ出向く場合
 - ①利用者本人の健康保険証や運転免許証などの本人から委任されたことが確認できるもの
 - ②印鑑（自署いただける場合は不要）
- ※身体障害者手帳1～3級、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、更生医療受給者証（人工透析のみ）、特定疾病療養受療証（人工透析のみ）、特定医療費（指定難病）受給者証、運転経歴証明書（70歳以上のみ）をお持ちの人は、必ず持参してください。

問 福祉総務課 ☎0957-47-7871

令和7年度 雲仙市戦没者追悼式

先の大戦により、祖国のために尊い犠牲となられた雲仙市出身戦没者の御遺徳を偲び、その御霊に感謝の誠を捧げるとともに、我が国の恒久平和を祈念するため、令和7年度雲仙市戦没者追悼式が開催されます。

日時 12月13日（土）午前10時開式
場所 吾妻町ふるさと会館

詳しくは、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内）☎0957-37-2855

雲仙市地域自立支援協議会 就労部会だより

就労部会では、支援が必要な人の就労支援と雇用促進の協議を行っています。今回は障害者関係機関である「長崎県発達障害者支援センター」をご紹介します！

長崎県発達障害者支援センター「しおさい」

長崎県発達障害者支援センター「しおさい(潮彩)」は、自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如・多動症(ADHD)限局性学習症(SLD)などの発達障害のある本人・家族関係機関への相談支援を行う機関です。

相談支援の対象となるのは、発達障害のあるご本人やご家族、診断はまだ受けていない人で、ご自身またはご家族が発達障害かもしれないとお悩みの人です。発達障害児・者に関わる支援機関・関係機関になります。

発達障害当事者・家族・支援者のためのセミナーの開催を予定しています。

●日時 11月22日(土)午後2時～

●場所 長崎県庁

詳細はホームページをご覧ください。



問 長崎県発達障害者支援センター

諫早市永昌東町24番地3

☎0957-22-1802

Mail : jh-c@coffee.ocn.ne.jp

センター概要

開庁時間 午前9時～午後5時

閉庁日 土・日・祝

その他 来所相談は予約制です。相談ご希望の人は電話やメールでご連絡ください。

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 11月16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 11月10日(月)
午後1時30分～4時

場所 南串山総合支所

●視覚障害者生活訓練

日時 11月5日(水)・19日(水)
午前10時～午後2時

場所 愛野保健福祉センター(5日)
小浜老人福祉センター(19日)

100回目の ハッピーバースデー

100歳を迎えられた皆さまを長生きの秘訣とともに紹介します。

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。

＊()はお住まい、「」は長生きの秘訣



淵上 スミエさん(国見町)
「好き嫌いなくよく食べ、
たくさんおしゃべりすること」



栗林 ミヨさん(国見町)
「手芸などをして指先を動かすこと」



一ノ瀬 フジノさん(小浜町)
「おいしいご飯を好き嫌いなく
毎日3食食べること(特に魚が好き)」



織田 ヨシコさん(国見町)
「好き嫌いなく食べ、よく笑うこと」



松永 フクミさん(小浜町)
「くよくよせず、悩まないこと」

◎ご本人とご家族から掲載の同意があった方のみ紹介しています。



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…

コンテンポラリーダンス公演「EXISTENCE」

小浜町富津出身で、ベルリンを拠点にダンサー、振付師として世界的に活躍されている関美奈子氏を招き、故郷・小浜の自然や自身の体験から着想したコンテンポラリーダンス公演を開催します。雲仙市で行われたながさきピース文化祭2025各種事業の最後を飾るイベントとなりますので、皆様のご来場をお待ちしております。

出演者 関美奈子氏(ダンス・振付)
ウィレム シュルツ
 Willem Schulz氏(チェロパフォーマンス)
日時 11月23日(日)
 午後3時開演(午後2時30分開場)
場所 ハマユリックスホール
入場料 一般2,000円
 高校生以下無料(要整理券)
 ※小学生以下の児童は、保護者の同伴が必要です

【チケット・整理券情報】

下記窓口にてチケットおよび整理券販売
 (午前10時～午後5時)

- 国見町文化会館(火曜～土曜)
- 瑞穂町公民館
- 吾妻町ふるさと会館
- 愛の夢未来センター
- 生涯学習課(千々石総合支所2階)
- 教育委員会小浜駐在
- ハマユリックスホール(火曜～土曜)

- 一般チケットはローソンチケットでも販売中！
 Lコード：81968

詳しくは
 ホームページで



ローソンチケット
 予約はこちら



関美奈子コンテンポラリーダンス公演

EXISTENCE

11.23 日 15:00 開演 (14:30 開場)
 ハマユリックスホール

前売チケット・整理券
好評販売中！

雲仙市小浜町富津出身
 関美奈子 雲仙市で
 待望の凱旋公演！

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

熱烈歓迎！ Zoom 中国語夜間学習会
 中国語初心者・学習者、中国映画愛好者歓迎！
 少人数制授業、体験無料、親切丁寧な指導

- ① 中国語基礎講座(入門～中級)
- ② 中国映画、連続ドラマ講座(リスニング重視)
- ③ 孔子『論語』シリーズ講座(20篇、普通話版)
- ④ 中華文学講座(諸葛孔明、陶淵明の名作など)
- ⑤ 子ども中国語講座(ディズニー中国語シリーズ)

主催者：独学クラブ『学宝』

<https://www.gakuho-club.com> 詳細をご覧ください

E-mail: info@gakuzi.com お気軽にご連絡下さい

有明しまばら法律事務所

長崎県弁護士会所属 弁護士 大田 真和

取扱分野

借金問題、離婚、養育費、相続、成年後見、交通事故、
 労働、不動産、犯罪被害者支援、事業者関係など全般。

相談

初回相談は無料です。相談は土日・夜間も可能です。

依頼費用

分割払いなどの取扱あり。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



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

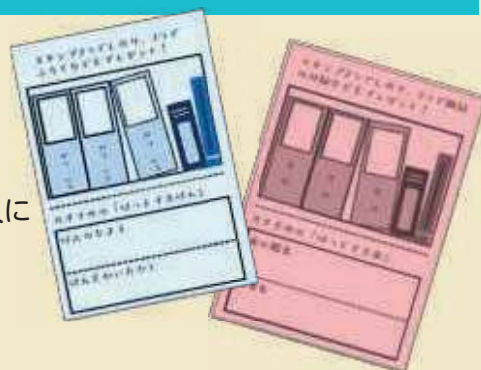
雲仙市図書館 読書週間イベント

★読書週間スタンプラリー

【期 間】11月16日(日)まで

【内 容】本を借りるとスタンプがたまる。(1日1個)
スタンプが2つでしおりのプレゼント!
スタンプを3つためて「ほっとする本」を紹介してくれた人に
雑誌付録などのプレゼント!

☆子どもから大人まで、どなたでもご参加いただけます。
たくさんのご来館をおまちしています。



お知らせ

国見町文化会館まほろば・雲仙市図書館における空調設備の修理が完了しました。
利用者の皆さまには、長期間にわたりご迷惑をおかけいたしました。
故障期間中のご理解と協力で誠にありがとうございます。

問 雲仙市図書館 ☎0957-78-3977 (月曜休館)

南串山図書室イベント

★秋のおはなしの泉

【日 時】11月8日(土)午前10時～11時

【場 所】南串山保健福祉センター 多目的集会室

【内 容】図書ボランティア『絵本の森の会』のみなさんによる読み語り、手あそびなど
申込不要でどなたでも参加できます。

問 南串山図書室 ☎0957-88-3114

愛野図書室より

★特別休館日のお知らせ

11月7日(金)は『あいの図書室まつり(11月8日～11月9日)』の準備のため休館します。
ご利用のみなさまにはご不便をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。
そして11月8日(土)、9日(日)開催の『あいの図書室まつり』へのご来場をおまちしていま
す。『あいの図書室まつり』の詳しい内容については広報うんぜん10月号または、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)

「広告」

60歳以上の健康で働く意欲のある方へ

シルバー世代の「働きたい」を応援します!!

シルバー人材センター 会員募集中!!

センターでは、一般家庭や企業、公共団体から、臨時的・短期的または軽易なお仕事の依頼を受け、希望に応じて高齢者に提供しています。お問い合わせは、下記連絡先をお願いします。

一般社団法人 雲仙市シルバー人材センター 雲仙市千々石町戊756番地1 ☎0957-37-6777

この広告は、高齢者活躍人材確保育成事業(厚生労働省長崎労働局委託)により、長崎県シルバー人材センター連合会が提供しています。

南島原市有家町に息づく福の神— そろばんを持つ恵比寿さんの謎

「恵比寿さん」とは、七福神の一柱で、主に漁業の神様として知られています。

一般的には、鯛を抱えて釣り竿を持ったお姿で親しまれていますが、有家町には少し変わった恵比寿さんが存在することをご存知でしょうか？

例えば、有家町小川地区の港近くにある恵比寿像は、雲仙火山の溶岩を用いて1943年に地元の人々の手によって建立されました。当時、小川地区は商いが盛んな地域であり、商売道具の象徴であるそろばんを持たせることで、商売繁盛の願いを込めたといわれています。これは、漁業だけでなく商業を営む町ならではの工夫といえるでしょう。

有家町を歩けば、路地やお堂、お店の中など、思いがけない場所でそろばんを手にした恵比寿さんに出会えます。どの像も表情が豊かで、見る人の心を和ませてくれます。天気の良い日には、カメラ片手に「そろばん恵比寿めぐり」に出かけてみてはいかがでしょうか。

問 島原半島ジオパーク協議会事務局 ☎0957-65-5540



雲仙市
愛野町
地盤保証
付き

建築条件付き

ハウジングタウン愛野 第3期 販売中!

詳しくはWebで
練早ハウジング 検索

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!!

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	219.32㎡ (66.46坪)	3,227,000円
I	229.45㎡ (69.19坪)	2,195,000円
J	233.07㎡ (70.29坪)	2,561,000円
K	294.54㎡ (89.09坪)	9,621,000円
L	250.13㎡ (75.00坪)	8,271,000円
M	349.66㎡ (105.29坪)	8,156,000円
N	355.90㎡ (107.40坪)	8,359,000円
O	300.60㎡ (91.41坪)	8,114,000円
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)	6,806,000円
Y	179.00㎡ (54.14坪)	6,496,000円
Z	179.00㎡ (54.14坪)	6,496,000円

第3期 12月スタート

※第3期は特定測量の後、記載の付法・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。

長崎県学校生協指定店
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(設-6)第13260号

0120-967-303

〒859-0312 長崎県諫早市西里町1705-4
TEL:0957-47-6088 FAX:0957-47-6089 担当: 岩本 (携帯 090-3668-1583)

※売却・交渉中の物件があるため、最新情報は練早ハウジングまでお気軽にお問合せ下さい

施工事例・最新情報をチェック!

「光回線サービスの勧誘トラブル」

困ったときは消費生活センターへすぐ相談！

平成27年2月1日より、NTT東日本とNTT西日本(以下、NTT東西)が光回線サービスの卸売を開始しました。これにより、卸売を受けた様々な事業者(以下、光コラボレーション事業者)が光回線だけでなく独自サービスを組み合わせ、様々な料金や契約形態で販売しています。消費者にとっては契約先の選択肢が増えましたが、その一方で、事業者の勧誘時の説明不足などに伴い、光回線サービスの勧誘に関するトラブルの相談が多く寄せられています。「安くなる」と言われても、**すぐに契約しない**にしましょう。



事例

- ✓ 契約先のプラン変更だと思ったら、別業者との契約になっていた。
- ✓ 料金が安くなると言われて契約したら、後日、高額な請求を受けた。

アドバイス

- ✓ 現在の契約内容を確認しておく
- ✓ 勧誘を受けたら、事業者名やサービス名など、コラボ光の契約内容を確認する
- ✓ 勧誘されてもすぐに返事をしない
- ✓ 契約内容を十分に確認した上で検討し、必要がない場合はきっぱり断る

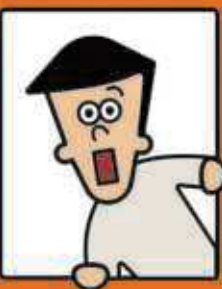
コラボ光はNTT東西との契約ではなく、光コラボレーション事業者との契約であることを理解しましょう

困ったときは、すぐに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



「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

きょくさん
(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



国保ワンポイントアドバイス

◆「ポリファーマシー」ってご存じですか

多くの薬を服用することで、副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなくなる状態を「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。

◆お薬手帳やマイナ保険証を活用しましょう

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。

また、マイナ保険証を利用することで、過去のお薬情報等を見られるようになり、お薬の飲み合わせや分量を調整してもらうこともできますので、ポリファーマシーを防ぐために有効です。



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

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が送付されます。

年末調整や確定申告の際には、必ずこの証明書(または領収書)が必要です。大切に保管して下さい。

発送スケジュールは、次のとおりです

発送時期	対 象 者
令和7年10月下旬～11月上旬	令和7年1月1日から令和7年9月30日の間に国民年金保険料を納付した人
令和8年2月上旬	(上記に該当する人を除く) 令和7年10月1日から令和7年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」の概要、よくあるご質問(Q&A)、お問い合わせに対話形式で24時間自動対応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

「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
雲仙市小浜町飛子 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、11月23日(日)
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 11月9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時までに電話かカウンターで申し込んでください。

■お手軽バードウォッチング

日時 11月16日23日(日) 24日(月)30日(日)
①午前10時～②午後1時30分
コース 60分、90分、120分
いずれかのコース
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

■11月自然観察会「普賢岳紅葉登山会」

日時 11月9日(日) 午前9時集合
集合場所 雲仙お山の情報館
申込 10月26日(日) 午前9時より電話で申し込んでください。
参加費 大人2500円、小学生1250円
申込・問 雲仙お山の情報館
☎0957(73)3636

■第44回長崎矯正展

刑務所作業製品等の展示・販売の他、各種イベントやバザーなど。
日時 11月8日(土) 午前9時～午後4時、9日(日) 午前9時～午後3時
場所 長崎刑務所(諫早市)
長崎刑務所

☎0957(22)1330

■クリスマス・ピアノミニコンサート

日時 11月29日(土) 午前の部午前10時～11時、午後の部午後2時～3時
会場 さとう助産院
対象 プレ・産後・子育て中のご家族
参加費 大人500円、子ども無料
申込 11月1日～20日
※雲仙市地域づくり補助金を活用しています。

申込・問 佐藤信子(さとう助産院)

☎090(5023)4618

■確定申告はマイナンバーカードを使ってスマホ申告

「マイナンバーカード」と「スマホ」で申告をする際には、マイナンバーカード発行時に設定した2つのパスワード(利用者証明用電子証明書、署名用電子証明書)が必要です。忘れた場合は市役所で再設定をお願いします。

問 島原税務署
☎0957(62)3282

■11月は「ねんきん月間」

日本年金機構では、毎年11月に公的年金制度に対する理解を深めていただくための取り組みを行っています。
詳しくは、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、ご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金見込額について、様々な試算ができます。
問 諫早年金事務所
☎0957(25)1662

■11月25日(火)から12月1日(月)は「犯罪被害者週間」です

警察や長崎犯罪被害者支援センターでは犯罪被害者やその家族に対する被害の回復・軽減、再被害防止等の支援活動を行っています。

■依存症に関する相談窓口

11月10日から16日までは、「アルコール関連問題啓発週間」です。保健所では、専門職がアルコール依存症をはじめとする依存症全般の相談を受け付けています。ご本人や、ご家族の問題でも、ご相談ください。

場所 県南保健所 地域保健課
時間 平日 午前9時～午後5時45分
問 県南保健所
☎0957(62)3289

■市民公開講座「代謝がカギ!」脂肪肝ゼロのライフスタイル」および「医療相談会」開催

講座後は医師、看護師、栄養士が医療相談に応じます。
日時 11月21日(金)
・市民公開講座 午後3時～4時
・医療相談会 午後4時～4時30分
場所 国立病院機構 長崎医療センター(大村市)
※事前申込不要、参加費無料
問 長崎医療センター臨床研究センター事務局
☎0957(27)3021

■緩和ケア市民公開講座 開催

「もしもの時の為に話し合おう!」島原半島におけるACP、アドバンス・ケア・プランニングの取り組み※入場無料
日時 11月29日(土) 午後2時～3時30分
場所・申込 ①長崎県島原病院・申込不要 ②WEB配信・ホームページ

ページより11月28日(金)午後3時まで申し込んでください。
問 長崎県島原病院 総合医療支援センター
☎0957(63)1145

■12月1日は世界エイズデーです

HIV・エイズに関する正しい知識を広め、偏見や差別のない社会を目指す日です。
県南保健所では、無料匿名でHIV、梅毒、クラミジアの検査を実施しています。不安に思ったら検査を受けましょう。また、気になる症状がある場合には、医療機関を受診しましょう。

問 県南保健所 地域保健課
☎0957(62)3289

■長崎県届ける人権啓発事業 映画上映会「アウンサリたちの戦争」

太平洋戦争中、声の力で国民を鼓舞したアウンサリたちの知られざる活動を、事実に基づき映像化した作品。
日時 11月14日(金) 受付午後1時、開会午後1時25分
場所 深江ふるさと伝承館(南島原市)
※入場無料・申込不要
問 島原半島地区人権教育研究会(事務局 島原第二中)
☎0957(62)4813
部活動放同盟長崎県連合会
☎095(845)4145

■戦没者遺児による慰霊友好親善事業の実施について

日本遺族会では、先の大戦の戦没者の遺児を対象に、旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行い、現地の人々との友好親善をはかる慰霊友好親善事業を実施しています。費用は10万円。令和7年度で最後の実施となります。

申込・問 長崎県連合遺族会
☎095(843)3585

■甲種防火管理新規講習

日時 令和8年1月28日(水) 午前9時50分～午後4時50分、29日(木) 午前9時50分～午後3時55分
開催場所 諫早文化会館
料金 8000円(税込)
申込期間 11月25日(火)～12月2日(火)
申込 (二財) 日本防火・防災協会ホームページから申し込んでください。

問 県央地域広域市町村圏組合消防本部予防指導課
☎0957(23)0119

■ポリテクセンター長崎 令和7年度1月期受講生募集

訓練科名(1月入所)コース
機械CAD科、板金・溶接科、電気設備技術科、設備管理科、住宅リフォーム技術科
受講料 無料(テキスト代などは自己負担)
募集期限 11月20日(木)
申込・問 ポリテクセンター長崎 訓練課
☎0957(22)2324

■長崎県よろず支援拠点 出張相談会

日時 11月19日(水)
会場 愛の夢未来センター
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

■目や見え方の相談会

お子様や保護者、教育関係の方が対象の個別相談会です。
日時 12月10日(水) 午前10時～午後2時20分
場所 県南保健所
予約締切 相談日の2週間前
申込・問 長崎県立盲学校
☎095(882)0020

地域おこし協力隊通信 vol.59

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、神代小路の町おこしをしている地域おこし協力隊の高見です。

東京から雲仙市に家族で移住して、協力隊に就任し、2年が過ぎました。今年度から神代小路で飲食店（カフェ）をオープンしておりましたが、諸事情により小浜に移転をしました。今後、神代小路の店舗については、国見で活動している方が活用されますが、一緒に小路をもっと盛り上げていきたいと考えています。

夏には、子供たちと一緒に「古民家スタンプラリー」を開催しました。クイズや紙芝居で、鍋島家の歴史を学びながら、神代小路の武家屋敷を巡ることが出来ました。

今年は「ながさきピース文化祭2025」が秋頃に行われ、竹灯籠でライトアップした「灯りのフェスタ」が開催され、様々なイベントも大盛況でした。いつもは11月～12月で行う「小さな文化祭り」も併せて行いました。

現在、市で管理している茅葺屋根の「永松邸」や門倉2階がある「中山邸」は、平日の火曜日～金曜日と、イベントなどがある時は土日祝日も開館しています。

これから過ごしやすい季節になります、ぜひ、神代小路の伝統的建造物群保存地区と国指定重要文化財「鍋島邸」などの見学と散策に、神代小路へお越しください。



古民家スタンプラリー



神代「灯りのフェスタ」

文／雲仙市地域おこし協力隊（観光物産課）
まちなみ活性化コーディネーター 高見 正人

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」 ぽかぽかフोट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：まるはちさん(南串山町)

テレビが大好きな4人の子どもたちですが、たまにはテレビを消してボードゲームをしたり読書や工作をする日を作るようにしています。そんな日はいつもより笑い声が溢れて家の中が明るくなります。メディアとの距離を程よく取って、上手に活用できるようになってほしいものです。



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

第17回 雲仙市産業まつり～特産まんぞく市～開催!!

雲仙市産業まつりが開催されます! 農林水産物や商工製品などの特産品の販売、ふるまい・試食、体験コーナー、ステージイベントなどが予定されています。市内各所より無料シャトルバスも運行します。ぜひお越しください。

日時 **12月7日(日)** 午前9時～午後3時

場所 **JA全農ながさき県南家畜市場(吾妻町)**



※当日は渋滞が発生する可能性があります。雲仙市役所駐車場と愛野運動公園駐車場を臨時駐車場とし、**特典付き無料シャトルバスも運行**しますので、ご利用ください。

問 雲仙市産業まつり実行委員会(観光物産課内) ☎0957-47-7834

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 11月20日(木)

※プレゼントの発送は翌月上旬～中旬になります。
※プレゼント品はお酒です。※応募は20歳以上の人限定となります。

今月の
プレゼント
雲仙蜜柑ワイン
(小浜温泉ワイナリー)



抽選で
1人

雲仙市・南島原市産のみかんを使用した「長崎蜜柑」は、みかんの香りがほんのり、すっきりとしたとても飲みやすいワインです。アルコール度数も低く女性にも人気です。



【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。

「広告」

こども食堂

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!

11月30日(日) ひる11時半～13時

こども (中学生まで): わりょう!
保護者の方がお食事される場合: 100円
(問) ジスコ子ども支援: 0957-27-1112
(ジスコ不動産・ジスコホテル)

ジスコ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 「みやぞん と笑って雲仙にじゅうまる」開催!!

雲仙市市制施行20周年を祝い、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を開催します。皆さまのご来場をお待ちしております!

日時 **令和8年1月18日(日)** 午後1時30分開演
(午後0時30分開場)

会場 **ハマユリックスホール 大ホール**

●チケット……一般：2,000円 子ども：1,500円(中学生以下)

《全席指定》※4歳未満観覧無料

●チケット発売…11月18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

瑞穂町公民館(平日) 千々石総合支所2F生涯学習課(平日)

吾妻町ふるさと会館(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
84344



●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

第20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♪雲仙の紅葉を眺めながら、秋を堪能しませんか?

日時 **11月16日(日)** 集合 **矢岳駐車場(雲仙ゴルフ場横)**

受付/午前9時10分 開会式/午前9時30分 スタート/午前9時50分

雲仙温泉の周辺のコースを歩き、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。

雨天
中止

距離 約5kmまたは約8kmコース(当日選択)

申込期限/11月11日(火)

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(飲み物はご持参ください)

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) FAX0957-37-3112

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

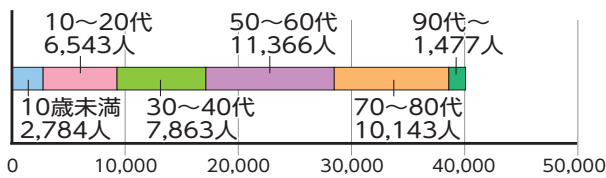
人のうごき(9月末) 【住民基本台帳月報】

■人 口：40,176人 (前月比-35人)

男性：19,244人 女性：20,932人

■世帯数：17,774世帯(前月比+7)

●雲仙市の人口割合(9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。

12月号は11月5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)

運動不足で体重増加中。これじゃいかんと思ってスマホの万歩計機能をオンにしてみたものの、日々の歩数は1日5千歩を行ったり来たり。かと言って自発的に何か運動をしているわけではない。そんな折、10月19日に市民運動会があり、撮影係で終日過ごした。終わってみれば歩数は約2万5千歩。単純に18キロ程度歩いた計算。何の種目にも参加していないのに、たづなり運動させてもらって得した気分。みんなの笑顔もしっかり撮れた。撮れ高は12月号をお楽しみに。

ただ、帰るころにはヒザが笑っていた。ふくらはぎもパンパンで、足が二歩手前の状態。これはメンテが必要だと思い、家路とは逆に車を走らせ、瑞穂町の千年の湯に立ち寄った。というか、昼過ぎごろから温泉を楽しみに動き回っていたのが本音。

小浜温泉と比べてやや低めの温度設定が、疲弊した体に心地よい。足をもみながらじつじつと温まり、今日一日をあれこれ振り返る。至福の時間。湯船にはちらほらと運動会に出場したと思われる人たちの姿も。みんな疲れを癒やしに來たんだろうな。

全力で走って跳んでも、じつかり癒やしてくれる温泉がすごそこにある。市制20周年、やっぱりこはいいまちだと、改めてほこり。(完)