

UNZEN 雲仙



今月の表紙

跳んで走って転んで笑ってー。市制20周年を記念して開催された市民運動会では、みんなの笑顔が弾けました。ドローンで撮った人文字は、団結力の証しです。

【P2、3に特集面】

今月の主な内容

- 市制施行20周年記念フォーラムを開催…………… P. 4～5
- ピース文化祭の様子をまとめてお届け…………… P. 6～7
- 「自慢の風景」絵画コンクール受賞作品決定…………… P. 9
- 知ってる？お酒のウソ・ホント…………… P. 20
- 市民講座UNZEN…………… P. 24～25



雲仙市民運動会

10月19日、愛野運動公園グラウンドで市民運動会が開催されました。2年ぶりの開催となり、地域や世代が異なる多くの市民の皆さんが一堂に会し、一体感のある楽しい時間を過ごしました。



「PTA対抗成長ムカデリレー」
中継点で人数が増えるムカデ競争。進んだり、止まったりしながらゴールしました



老人会男女20人ずつが参加した「町対抗玉入れ合戦」。
青空に多くの玉が舞いました



中学生と老人会での「町対抗グラウンドゴルフフリー」。うまく入るかな…？

主な競技結果

種 目		1 位	2 位	3 位
町対抗玉入れ合戦		南串山町	愛野町	小浜町
中学校対抗男女混合リレー		吾妻中	愛野中A	千々石中A
安全運転(リム転がし)		瑞穂町	千々石町	市議会議員
町対抗グラウンドゴルフフリー	男性の部	南串山町	愛野町	千々石町
	女性の部	南串山町	千々石町	国見町
小学校対抗リレー	男子の部	西郷小	大塚小A	土黒小
	女子の部	土黒小	千々石第一小	北串小
PTA対抗成長ムカデリレー		瑞穂中	多比良小	千々石第一小
消防団支団対抗綱引き		瑞穂支団	千々石支団	南串山支団消防署
町対抗年代別リレー		愛野町	小浜町	瑞穂町



婦人会・小学生が協力してお題の人を見つけた「借り人競争」



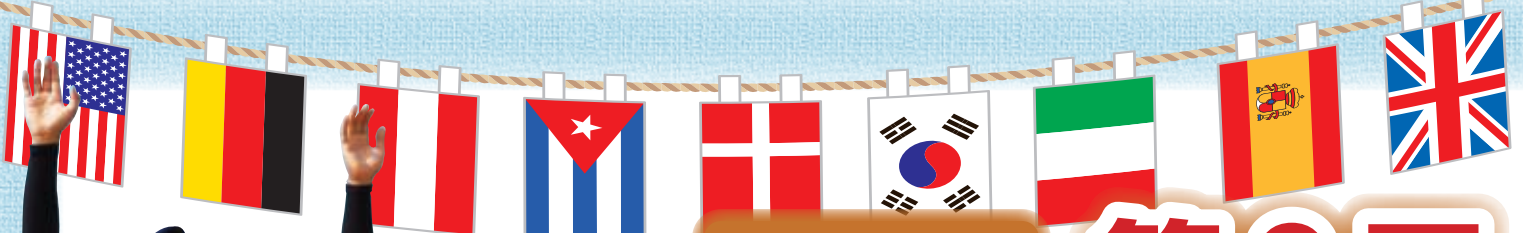
各校自慢の俊足対決！「中学校対抗男女混合リレー」



雲仙ジュニアプラスの皆さんのマーチング演奏が会場に花を添えました



20周年記念イベントで上空から撮影



雲仙市市制施行
20周年記念事業

第8回

スローガン

心ひとつに、20年の感謝を込めて!

愛野中出身で大村工業高の平山未来さんと松尾透真さんが力強く選手宣誓を行いました



雲仙市女性団体情報交換会による「令和音頭」



市内の高校生や各種団体の皆さんなどが出場した「ボール運びリレー」。障害物を乗り越え、笑顔でゴール!

「小学校対抗リレー(男女)」多くの歓声に包まれ、予選を勝ち上がった男女各7校が優勝目指して疾走!



「ふたりで協力! パン食い競争」フラフープ・綱くぐりを乗り越え、パンをゲット!



「町対抗年代別リレー」では、各町の小学生から40代までの韋駄天が集結! 各町の応援も大盛り上がり!!



各町支団による「消防団支団対抗綱引き」。消防署の皆さんもゲスト出場! 応援も白熱しました



自治会長・市議会議員の皆さんが上手にリムを転がした「安全運転」



地域の知恵 未来を拓く

つなげて広げる 雲仙市の可能性～子ども・若者～

市制施行20周年記念フォーラム

10月12日、市制施行20周年記念フォーラム「つなげて広げる雲仙市の可能性～子ども・若者～」を愛の夢未来センターで開催しました。これまでの20年の歩みを振り返り、未来に向かって更に飛躍するため、基調講演やパネルディスカッションを通じて可能性を探りました。



基調講演では、野村総合研究所顧問の増田寛也氏が「地域の知恵で輝く雲仙」をテーマに講演されました。人口減少の現状から地方に求められるもの、これから雲仙市が目指すべき方向性について説明されました。

全国的に地方では人口減少が叫ばれており、雲仙市においても人口減少が進んでいます。雲仙市の人口は、戦後から減少し続けており、長崎県異動人口調査における人口は、雲仙市発足時の平成17年10月1日時点、49,998人でしたが、令和7年10月1日時点で38,497人と20

年間で11,501人減少しています。

近年の社会情勢はめまぐるしく変化し続けており、特に近年においては、新型コロナウイルス感染症の拡大や、大規模かつ激甚化する自然災害、長期化する物価高騰など、地域経済や市民生活にも影響を及ぼしています。

雲仙市では「つながり」で創る賑わいと豊かさを実感できるまちを将来像として、確実に進む人口減少や少子高齢化等に対応すべく、出産・子育て政策を柱とした移住・定住に向けた取り組みを含め、各種施策に取り組んでいます。



▲「地域の知恵で輝く雲仙」と題し講演する増田寛也氏



増田寛也氏プロフィール

ますだひろや 野村総合研究所顧問、スローライフの会 共同代表。元総務大臣、前若手県知事、2020年1月～2025年6月まで日本郵政株式会社社長、2025年6月から現職。人口戦略会議の副議長などを歴任。著書に「地方消滅・東京一極集中が招く人口急減」など。

雲仙人の会プロフィール
くもせんんのかい 雲仙市やその
周辺で、まちおこしに頑張る人や地
域を盛り上げようと活動している
人のネットワークの場として誕生。
それぞれを「雲仙人くもせんん」
と呼び、モノづくり、コトおこしにこ
だわりながら、新しい繋がりを育て
ている。



進行役：野口智子氏
(ゆとり研究所)



堀口治香氏
(雲仙人の会事務局)



荒木政勝氏
(雲仙人の会会長)



金澤市長



坪井ゆづる氏
(地方自治総合研究所客員研究員)



中村桂子氏
(JT生命誌研究館名誉館長)



会場からは質問も飛び出し、
活気にあふれていました。



パネルディスカッション

フォーラムでは講演のほか、パネル
ディスカッションや景観絵画コンク
ール「未来に残したい雲仙市の自慢の
風景」の表彰式もありました。
パネルディスカッションでは、ゆと
り研究所所長の野口智子氏が司会を
務め、金澤市長や雲仙市を盛り上げ
ようとモノづくり「コトおこし」を
頑張る団体である雲仙人くもせん
んのかいの会の方などをパネリストに、
市民と行政が雲仙市の未来を共に考
える事について話し合われました。
このフォーラムを通じて、子どもた
ちの地域愛着を育む教育や活動を継
続的に実施しながら、持続可能な地
域社会の実現に向けて連携を強化す
ることを確認しました。



ロビーでは特産品の販売も。



景観絵画コンクールで
入賞した児童たち



20周年に合わせて、各総合支所などには「未来に残したい風景」などのメッセージが寄せられました。

10/4
▼
10/5

囲碁の祭典 ～熱量日本一の噴湯 小浜温泉で、奮闘 囲碁大会～

囲碁の全国大会と視覚障害者囲碁大会に、延べ350人の皆さまにご参加いただきました。初心者向けの囲碁入門教室、上段者のリーグ戦、プロ棋士による指導碁、視覚障害者囲碁など、幅広い層の方々に小浜での囲碁大会を楽しんでいただきました。



10/14・10/30・11/20

ふれあい和太鼓ワークショップ

千々石第二小学校、土黒小学校、瑞穂中学校にて、瑞宝太鼓によるワークショップと公演を行いました。ワークショップの成果のお披露目もあり、和太鼓を通しての交流を楽しみました。



10/17
▼
10/18

東アジアユースオーケストラ 演奏会とワークショップ

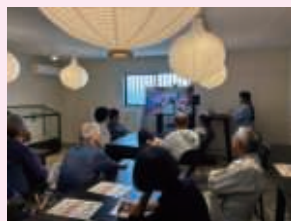
今回の国文祭を機に結成されたユースオーケストラの演奏会には、延べ700人の皆さまにご来場いただきました。指揮の澤和樹氏をはじめ、東アジアの若者たちとの共演による、この日限りのオーケストラとピアニストによる繊細かつダイナミックな演奏に多くの方が魅了されました。



10/22
▼
11/5

日本昔話研究の開拓者 関敬吾特別展

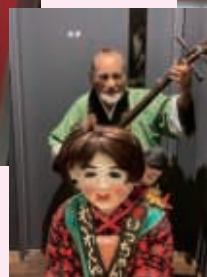
延べ500人の皆さまにご来場いただきました。関敬吾の昔話研究の軌跡を、分類カードや研究資料の特別展示を通じて知っていただく機会となりました。市民講座の作品解説や、昔話のおはなし会など、多くのご参加ありがとうございました。



10/26
・
11/23

コンテンポラリーダンスイベント EXISTENCE

ハプニングパフォーマンスには延べ250人の皆さまに、ダンス公演にも多くの皆さまにご来場いただきました。世界的ダンサーの関美奈子氏、チェリストのヴィレム・シュルツ氏、世界各国の地域のさまざまなアーティストたちによる、形にとらわれないダンスと音楽の表現が多くの観客を惹きつけました。



「ながさきピース文化祭2025」が閉幕しました！

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した、「ながさきピース文化祭2025」が閉幕しました。

雲仙市では、雲仙市ならではの文化、芸術に触れることができる9つの事業を開催しました。

雲仙市の新たな一面に触れた方も多かったのではないのでしょうか？たくさんのご来場誠にありがとうございました！これからも、「文化をみんなに！」「文化を雲仙市の皆さんに！」

9/13
▼
10/13

ふくしアートパネル展

障がいのある人が作成された絵画・書道・写真・手芸・工芸など全87作品を、市内各公共施設で巡回展示を行いました。作品だけでなく、制作過程の写真も併せて展示し、芸術に触れながら、障がいへの理解を深める機会となりました。



9/14
▼
11/2

プロジェクティスタ城谷耕生 ～イタリアから雲仙小浜へ ひとりのデザイナーの軌跡～

50日間にわたる展覧会と、3回のトークイベントに延べ2,000人の皆さまにご来場いただきました。

城谷氏の作品展示や、当時のアトリエの公開を通して、城谷氏の考え方や生き方、城谷氏のデザイナーとしての歩みに触れるとともに、これからの地域づくり、生き方を見つめなおす展覧会となりました。



9/21
▼
10/7

神代小路伝建地区 ～くうじの灯りフェスタ～

延べ1,900人の皆さまにご来場いただきました。普段とは全く違う、幻想的な竹灯りの光に包まれた神代小路。プロジェクションマッピングで違う顔を見せる鍋島邸。神代小路の新たな魅力を感じていただけたのではないのでしょうか。



10/1
▼
10/15

雲仙ゆかりの画家特別展

雲仙ゆかりの画家「栗原玉葉」、「馬場孟臣」、「釧雲泉」の3名の日本画作品展示や、トークイベント、作品解説に、延べ770人の皆さまにご来場いただきました。明治、大正、昭和のそれぞれの時代で、画家としての人生を駆け抜け描かれた約30点の厳選された素晴らしい作品に、来場者の方々もじっくりと見入っていた様子が印象的でした。





第18回雲仙市民スポーツ大会

8月10日～10月5日において、「令和7年度第18回雲仙市民スポーツ大会」が行われ、18競技延べ1,408名の選手が熱戦を繰り広げました。(敬称略)

※小学生・中学生・高校生はオープン参加

競技名	
種目	優勝
バレーボール	
地域・グループ一般男子	小浜南串A
地域・グループ一般女子	吾妻
一般男子	Msize 南串北串
一般女子	吾妻
壮年男子	雲仙クラブ
卓球	
団体	小浜A
一般男子Aパート	芦塚 海都
一般男子Bパート	馬場 歩
一般女子	高原 光夏子
壮年男子	松尾 諭
ベテラン	酒井 良実
オールドベテラン	吉田 政信
剣道	
団体(一般の部)	小浜
団体(小学生の部)	愛野少年剣道部
団体(中学生の部)	愛野少年剣道部
個人(小学生低学年の部)	中島 光希 (愛野少年剣道部)
個人(小学生中学年の部)	竹田 統理 (愛野少年剣道部)
個人(小学生高学年の部)	太田 瑛裕 (愛野少年剣道部)
個人(中学生男子)	湊 蒼大(吾妻心縁館)
個人(中学生女子)	柴田 楓(吾妻心縁館)
柔道	
一般の部	柔豪彩A
中学生の部	愛野中B
バドミントン	
団体戦	小浜クラブA
相撲	
団体戦	国見・瑞穂
個人戦	泉 圭祐
サッカー	
一般の部	国見
壮年の部	国見
軟式野球	
一般	南串野球部
弓道	
団体	小浜
個人男子	小玉 篤(南串山)
個人女子	西川 好子(小浜)

競技名	
種目	優勝
ソフトテニス	
一般団体戦	チームみんなで がんばりましょう
空手道	
ケンケン幼児	松本 天陽 (北空会国見空手道場)
組手・1-2年(男女)	鶴崎 菜々実 (小浜空手道部)
組手・3-4年(女子)	石江 瞳右子 (石江道場雲仙支部)
組手・3-4年(男子)	松田 愛輪 (小浜空手道部)
組手・5-6年(女子)	鶴殿 夏帆 (石江道場雲仙支部)
組手・5-6年(男子)	宮木 翼 (石江道場雲仙支部)
組手・中学女子	平島 凜乙 (北空会国見空手道場)
組手・中学男子	三宅 一生 (石江道場雲仙支部)
組手・小学生団体	小浜空手道部A
組手・中学生団体	石江道場雲仙支部A
組手・一般	坂木 堅淨(国見町)
形・1-2年(男女)	鶴崎 菜々実 (小浜空手道部)
形・3-4年(男女)	林田 優 (小浜空手道部)
形・5-6年(男女)	平島 一颯 (北空会国見空手道場)
形・中学男女	平島 凜乙 (北空会国見空手道場)
形・一般	伊藤 一磨(小浜町)
ソフトボール	
一般男子	オール雲仙クラブ
実年SP	雲仙クラブ
壮年SP	吾妻SPクラブ
バスケットボール	
一般男子	愛野A
一般女子	雲仙選抜
男子30代の部	国見・瑞穂・愛野
男子40代の部	愛野・国見
レスリング	
男子84kg以上級	渡部 悠生
テニス	
団体	愛野町
ゲートボール	
団体	国見ミックス
グラウンド・ゴルフ	
個人(男子)	坂木 一男
個人(女子)	宮崎 洋子

競技名	
種目	優勝
陸上一般男子	
30歳未満	100m 松本 優作(国見)
	走幅跳 大久保 広翼(愛野)
	砲丸投 内田 和希(南串山)
30～39歳	100m 小川 佳祐(国見)
	3000m 北森 大貴(国見)
40～44歳	砲丸投 杉本 和樹(小浜)
45～49歳	3000m 佐藤 大倫(小浜)
	砲丸投 棚坂 浩宗(小浜)
50～59歳	3000m 大石 一(愛野)
	100m 内藤 二郎(愛野)
60歳以上	砲丸投 内藤 二郎(愛野)
陸上一般女子	
30歳未満	100m 渡部 茜(南串山)
50歳以上	砲丸投 林田 美香(千々石)
陸上小学生	
男子	1,2年50m 本多 叶 (北串陸上競技クラブ)
	3,4年100m 栗崎 晴翔 (UNZEN橋JAC)
	5,6年100m 林田 歩 (北串陸上競技クラブ)
女子	1,2年50m 本田 結花 (南串第二小)
	3,4年100m 中村 美海 (UNZEN橋JAC)
	5,6年100m 中村 爽空 (UNZEN橋JAC)
男子	4×100MR 南串第二小
女子	4×100MR UNZEN橋JAC(A)
陸上中学生	
男子	4×100MR 国見中
女子	4×100MR 国見中A



令和7年度景観絵画コンクール 「未来に残したい雲仙市の自慢の風景」

受賞作品決定!!

令和7年度の景観絵画コンクール「未来に残したい雲仙市の自慢の風景」の受賞作品が決定しました。

今年度は市制施行20周年記念事業として開催し、627作品の応募があり、以下の53点の作品を選定。市内の小学生が、未来に残したい自慢の身近な風景を描いた力作です。なお、市内4か所において展示会を開催します。ぜひ会場に足を運んでいただき、作品をご覧ください。

最優秀賞



永尾 世拓さん(南串第二小5年)
「西浜の港」

優秀賞



木村 莉央菜さん(小浜小2年)
「ゆまつり」



豊田 慎平さん(多比良小5年)
「温泉神社のお下り」



本田 大志朗さん(南串第二小6年)
「たなばたけとトラクター」

その他の受賞者は次の通りです。(敬称略)

20周年記念賞 国見町 大川 叶喜(土黒小1年) 瑞穂町 上田 琉翔(西郷小5年)
吾妻町 大瀬 竜悟(愛野小1年) 愛野町 辻 貴帆(愛野小5年)
千々石町 吉村 友花(千々石第一小3年) 小浜町 田中 詩朋(愛野小5年)
南串山町 金子 暖(北串小6年)

入選 松尾 倅臣(多比良小1年) 草野 柊(千々石第一小1年) 井手淵 由椰(多比良小2年)
山本 ゆず(愛野小4年) 佐藤 洸(多比良小5年) 島田 春陽(多比良小6年)

奨励賞 城 充希(大塚小1年) 田中 大賀(愛野小1年) 末吉 心(大塚小1年) 荒木 宥哉(多比良小2年)
辻 莉帆(愛野小2年) 荒木 里穂(北串小2年) 酒井 絢望(多比良小3年) 鳥山 海翔(西郷小3年)
本多 稀(北串小3年) 大川 あやの(多比良小4年) 山口 妃美花(愛野小4年)
山本 優璃愛(千々石第二小4年) 吉尾 優志(大正小5年) 吉田 満歌(八斗木小5年)
松尾 来音(小浜小5年) 松崎 心春(神代小6年) 久保 陽希(大塚小6年) 本多 優南(愛野小6年)

ジオパーク賞 栗原 陸(八斗木小1年) 吉田 琴凜(八斗木小1年) 下谷 葵(愛野小1年) 本田 星弥(神代小2年)
松坂 頼(西郷小2年) 前田 歩(鶴田小2年) 中野 陽真(西郷小3年) 木下 翠奈(大塚小3年)
林田 和花(愛野小3年) 川原 美玲(愛野小4年) 山口 愛結(愛野小4年) 井上 彩葉(南串第二小4年)
山口 紗依(愛野小5年) 出田 悠真(千々石第二小5年) 田代 陸(多比良小5年)
石橋 里知(神代小6年) 酒井 陽向(西郷小6年) 松竹 柚奈(南串第二小6年)

令和7年度景観絵画コンクール「未来に残したい雲仙市の自慢の風景」絵画展を開催

会場	展示作品(小学校)	開催期間
国見町文化会館	国見地区	12月19日(金)～24日(水)
吾妻町ふるさと会館	瑞穂地区	12月2日(火)～7日(日)
	吾妻地区	12月9日(火)～14日(日)
愛の夢未来センター	愛野地区	12月2日(火)～7日(日)
	千々石地区	12月9日(火)～14日(日)
ハマユリックスホール	小浜地区	12月4日(木)～9日(火)
	南串山地区	12月11日(木)～16日(火)

雲仙市議会議員一般選挙 結果

11月2日に執行された雲仙市議会議員一般選挙の結果をお知らせします。

○候補者別得票状況

当選表示	候補者		得票数
	氏名	党派	
当	大久保 正美	無所属	1,748
当	柿田 耕平	無所属	1,704
当	松尾 文昭	無所属	1,579
当	大山 真一	無所属	1,390
当	平野 利和	公明党	1,272
当	上田 美代子	日本共産党	1,223
当	山本 松一	無所属	1,120
当	坂本 弘樹	無所属	1,103
当	藤本 淳次郎	無所属	1,095
当	林田 哲幸	無所属	1,016.315
当	廣瀬 猛男	無所属	909
当	町田 康輔	無所属	883
当	矢崎 勝己	日本共産党	854.075
当	小畑 吉時	無所属	699
当	深堀 善彰	無所属	625
当	渡辺 勝美	無所属	612.924
当	下楠園 康司	無所属	503
	林田 武志	無所属	396.684

○投票結果

投票総数	18,852票
有効投票数	18,733票
無効投票数	119票
投票率	56.46%



問 選挙管理委員会事務局(地域づくり推進課内) ☎0957-47-7805



チョイソうんぜん通信

問 政策企画課 ☎0957-47-7709

「チョイソうんぜん」は、市民の皆さまが歩いて行ける身近な自治会公民館やゴミステーション等を停留所とし、そこから目的地(指定の停留所)まで送迎するサービスです。



まず会員登録!!



会員登録は左の二次元コードからスマートフォンなどで簡単に申込できます。

雲仙市ホームページへ停留所マップを掲載しました! ※右の二次元コードからもアクセスできます。



※チョイソうんぜん利用上の注意※

- 予約時間の5分前には停留所へお越しください。乗り合い送迎サービスですので到着時間が前後することがございますが、ご了承ください。
- 停留所以外で乗り降りすることはできません。また、乗り降りする停留所の変更は、ドライバーではお受けできません。
- 走行中はシートベルトをご着用ください。
- お一人での乗り降りが困難である場合は、介助者の同乗が必要です。
- 他のお客さまのご迷惑になる行為はお止めください。運行に支障が出るような場合には、ドライバーの判断で乗車を中断させていただくことがございます。

サービスの低下に繋がらないよう、お一人お一人がルールを守ってご利用ください。



年末年始の運行スケジュール

年内の運行 ~12月27日(土)
運休期間 12月28日(日)~1月4日(日)
翌年の運行 1月5日(月)~



暮らしに花を

今月の花

ディスバッドマム

花言葉:「高貴」



写真: J A島原雲仙提供

12月は「JA島原雲仙 匠の菊生産組合」の平田真児さんが丹精込めて育てたディスバッドマムを、本庁および瑞穂総合支所に展示しています。ディスバッドマムは色や形の種類が豊富で、アレンジメントや花手水、お祝い事の装飾などにもよく使われ、華やかで存在感のある花です。同組合では、カラフルで個性豊かな40品種を栽培しており、見る人の目を楽しませてくれます。来庁された際はぜひご覧ください。

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。



写真: J A島原雲仙提供

メモ

匠の菊生産組合の菊は吾妻地区を中心に瑞穂、愛野地区で栽培され、「雲仙ブランド」にも認定されています。ディスバッドマムは蕾が小さいうちに頂点以外の蕾をすべて摘み取り、生育中の栄養を一本に集中させることで、大輪に咲かせるのが特徴です。

問 農林課 ☎0957-47-7828

学ぼう♪

歴史文化遺産

雲仙市の始まりの遺跡「百花台遺跡」が テーマの研究会開催

第51回九州旧石器文化研究会(長崎大会)
「黒曜石・安山岩・流紋岩
—石器石材が語る旧石器時代象—」

2025年12月13日(土)
13:00~17:00
【会場】日本旧石器学会長崎支部
「黒曜石が語る旧石器時代象」
場所「明治大学長崎研究センター」
【会場】
「西本九州の石器石材研究の現状と課題」
場所「祥光(長崎大学)」

最新科学で解き明かす
石材産地と
旧石器人の暮らしとは！
2025年12月14日(日)
9:00~14:00
会場「黒曜石・安山岩・流紋岩
—石器石材が語る九州の旧石器時代象—」
コーディネーター:
松本 茂(西郷考古博物館)
星 康次郎(長崎文化財研究所)

歴史や石に興味がある方、
ぜひご参加ください。
参加費 無料(資料集は実費販売あり)
問合せ先
長崎県教育委員会 文化財部
電話 0957-47-7864
0957-78-2334 (国語課直通)

【会場】
国見町文化会館
(まほろば)・多目的ホール
(雲仙市国見町土黒甲 1079-1)
主催:九州旧石器文化研究会
共催:長崎県埋蔵文化財センター・雲仙市教育委員会・日本旧石器学会

日本旧石器学会や九州旧石器文化研究会、長崎県埋蔵文化財センターと共同で、第51回九州旧石器文化研究会 長崎大会『黒曜石・安山岩・流紋岩—石器石材が語る旧石器時代象—』を開催します。

九州は、数万年前、朝鮮半島から初めて人類が日本へ渡ってきた地です。雲仙市でも百花台遺跡などで3万年以上前からの人類活動の様子が発見されています。研究会では、九州各地の石器石材から、最新の研究成果で判明した、旧石器人たちの暮らしぶりを紐解きます。各地の石器石材の実物や、旧石器人が実際に使った石器も展示します。

参加は無料ですので、古代の歴史ロマンを感じてみませんか。

会場:国見町文化会館まほろば
住所:国見町土黒甲1079-1
日時:12月13日(土)午後1時~
12月14日(日)午前9時~
参加費:無料(資料集の実費販売あり)

百花台遺跡からは数万点に及ぶ出土品が確認されており、日本を代表する旧石器時代の遺跡です。まさしく、雲仙市「始まりの遺跡」と言えます。

問 生涯学習課 ☎0957-47-7864

ふれあいコンサート

10月8日、世界で活躍するバイオリニスト亀馬さんと、ピアニストの田口菜々子さんが小浜町内の小学生に向けたコンサートを小浜体育館で開催しました。

子どもたちは生のバイオリンとピアノの音色に聞き入った後、実際に楽器を体験。亀馬さんとのセッションも楽しみ、最後はテレビ番組「情熱大陸」のエンディングテーマを一緒に演奏し、息の合った音色が会場を包みました。



相撲応援みんな食堂に子どもら100人交流

10月15日、瑞穂町高田公民館で、相撲大会に出場する子どもたちを招いた「相撲応援みんな食堂」が初めて開かれました。

同町の伊福八幡神社では毎年、屯宮祭に合わせて相撲大会を開催しています。みんな食堂では、婦人会を中心にカレーやサラダなどを提供し、子どもたちだけでなく保護者やお年寄りにも参加。世代を超えた交流で、おいしい笑顔に包まれました。



雲仙市中学生英語スピーチコンテスト 最優秀賞に本多さん

10月4日、令和7年度雲仙市中学生英語スピーチコンテストを瑞穂町公民館で開催し、市内の中学生13人が「私のふるさと」をテーマに自分の思いや考えを英語で発表しました。日頃学んでいる英語を使って、身ぶり手ぶりも交えながら表情豊かに堂々とスピーチを行いました。

最優秀賞 本多 母二歌さん(瑞穂中1年)
優秀賞 櫻田 結女さん(国見中3年)
小学生代表 大久保 奈南さん(大塚小6年) = 10月実施
※小学生・中学生それぞれ代表1名が長崎県イングリッシュ・スピーチコンテストに出場。





乳牛のオリンピックで好成績

「乳牛のオリンピック」とも称される第16回全日本ホルスタイン共進会 北海道大会(10月25日～26日開催)で、長崎県代表の(株)S.T.M. HOLSTEIN(瑞穂町)の「パッションランド・ルーク・ジャガー号」が優等賞1席に選ばれ、ベストアダーも受賞しました。

10年ぶりの全共、第8部に出場した同牛は、乳房の形質が特に優れている牛に贈られるベストアダーを獲得。これは長崎県酪農業界にとって歴史的な成果であり、雲仙市の酪農技術が全国トップレベルであることを証明しました。

長崎県和牛共進会が開催

11月6日、令和7年度長崎県和牛共進会が県南家畜市場(吾妻町)で開催されました。雲仙市から出品された牛の成績は下記のとおりです。

部門等	順位	名号	飼養者	地区
第1区 若雌の1	優等賞 3席	にいこ	南高愛隣会	瑞穂町
第2区 若雌の2	一等賞 1席	なずな	荒木 大作	千々石町
	二等賞 2席	ふくつる	大島 司	愛野町

また、7月から10月までにあった各種共励会の結果をお知らせします。入賞した皆さま、おめでとうございます。(敬称略)

●第31回「長崎和牛」系統枝肉共励会(7月12日)

▽銀賞＝前田学(吾妻町)

▽銅賞＝小川博信(千々石町)

●第19回「食べてみんな！」長崎和牛枝肉共進会(9月25日)

▽銀賞＝前田学(吾妻町)

●第9回島原半島枝肉共励会(10月29日)

▽金賞・雲仙市長賞＝平野幸一(千々石町)

銅賞＝田原清子(吾妻町)



松本さん 長崎県防火ポスター最優秀賞

長崎県消防協会が募集した令和7年度の長崎県防火ポスターの最優秀賞に、大塚小6年の松本悠辰さんの作品が選ばれました。10月31日、長崎県消防協会の川上清記会長から賞状が贈られました。作品は、防火啓発ポスターとして作成され、県内の消防署など各消防機関に掲示されます。



ワコール女子陸上部がランニング教室

10月21日、瑞穂町に工場があるワコールマニュファクチャリングジャパンが、小中学生向けのランニング教室を愛野運動公園グラウンドで実施しました。

同社の陸上部スパークエンジェルの選手11人が講師を務め、その中には元オリンピック選手の福士加代子さんも参加。小学4年生から中学3年生までの約70人が、憧れのプロ選手から走り方やトレーニングのコツを学びました。

宝くじの助成で防災備品を購入しました。

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

同事業の補助金を利用して、瑞穂町の夏峰自治会自主防災組織が防災備品を購入しました。



ヌーヴォーを夜市で堪能

11月1日、小浜温泉ワイナリーが手掛ける今年の「長崎ヌーヴォー」解禁を祝う夜市が、小浜町でありました。地元の飲食店などが屋台を出店し、生バンドの演奏などもあり、小浜温泉街の一角は賑わいとブドウの香りに包まれました。



雲仙福田屋にふるさと企業大賞

小浜町の旅館経営・雲仙福田屋が令和7年度ふるさと企業大賞（総務大臣賞）を受賞し、11月12日に代表取締役の福田努さんへ表彰状と記念の盾が贈られました。

ふるさと企業大賞は、ふるさと財団（一社法人地域総合整備財団）が、地域経済の活性化や魅力づくりに貢献した全国の企業などを毎年表彰するもの。

福田屋は露天風呂付き客室や展望露天風呂などの新設、火山性蒸気を利用した給湯システムによるCO₂削減、地元食材を活用した地域産品のPR、従業員の9割が地元出身者であること、消防団への入団促進など地域振興に貢献している点が評価されました。



専業農家必見！資材高騰時代を乗り切る自家製堆肥マスター講座！

問 雲仙市有機農業推進協議会（事務局 農林課）
☎0957-47-7828 担当 新居・木村

農業資材の価格高騰が続く中、コストを抑え持続可能な農業を実現するために、【自家製堆肥の活用講座】を開催します。

自家製堆肥づくりの基礎から実践的な活用方法までを学びます。ぜひご参加ください。

日時：12月20日（土） 午後1時～5時

場所：愛の夢未来センター

講師：高谷裕一郎氏（次代の農と食をつくる会 理事）

内容：座学、ワークショップ

・堆肥づくりの基礎から応用までを座学で学習

・質疑応答と地域資材の活用法紹介 など

申込方法：二次元コードまたは電話で



「雲仙市オーガニックビレッジ宣言」の取組に参加してみませんか？

問 雲仙市有機農業推進協議会（事務局 農林課）
☎0957-47-7828 地域おこし協力隊 田中

市内で「有機農業」に取り組まれているか、「有機農業」に興味がある農家の皆さまへ

雲仙市有機農業推進協議会では、「有機農業」で栽培された農産物の販売をするマルシェなどを計画しています。企画への参加や、取組についてご意見をお聞かせいただける農家の人を募集します。

参加方法：

二次元コードから



環境政策課からのお知らせ

問 環境政策課 ☎0957-47-7813

「3010運動」を実践し、食品ロスを減らしましょう

気が付いたら消費期限が切れていた食品、ついつい作り過ぎて食べきれない料理…ありませんか？

日本では、「食品ロス」の量が年間464万トン(農林水産省令和5年度推計値)になり、1人当たりの量に換算すると、毎日お茶碗1杯分のご飯を捨てているのと近い量になります。

「買い物は必要なものだけ」、「料理は作りすぎないようにする」など身近なことから始めましょう。



実践しよう! 3010運動

3010運動とは、**宴席の始まりの30分と終わりの10分は自席でしっかり食事を味わおう**という、食品ロスを減らすための取り組みです。

年末年始は、忘新年会など宴席の機会が多くなる季節。3010運動を実践し、食品ロスの抑制にご協力をお願いします。



使い終わった小型家電は 小型電子機器回収ボックスへ

小型電子機器回収ボックスをご存じですか？小型電子機器回収ボックスに入るサイズ(横:約30cm、縦:約15cm)であれば、ほとんどの小型家電が対象です。使用済みの小型家電がありましたら、小型電子機器回収ボックスをご利用ください。詳細は市ホームページをご覧ください。環境政策課へお問い合わせください。



※ボックスに入れる際の注意点

- 電気スタンドの場合、必ず蛍光灯や電球・LED球をはずしてください。
- 投入口に入らない大きさのものは入れず、不燃ごみで収集日にごみステーションへ出してください。

年末・年始のごみ収集について

- 通常どおり収集します。
12月29日(月)～31日(水)
- 収集をお休みします。
令和8年1月1日(木)～3日(土)

※詳細については環境カレンダーをご確認ください。

年末・年始のし尿くみ取りについて

年末は、**くみ取りの依頼が集中し**、年末年始のお休み前にくみ取りができないことがありますので、**お早めに業者へご依頼**ください。

詳しくは、現在、ご利用中の各業者にお尋ねください。

就学援助事業(新入学用品費)の入学前支給

問 学校教育課 ☎0957-47-7856

令和8年度小・中学校入学で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」のほか申請理由に係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)

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っています。

●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

国見町・瑞穂町の皆さまへ 火災発生状況確認ダイヤル電話番号変更のお知らせ

問 島原消防本部指令課 ☎0957-65-5151

令和8年1月から、火災発生状況を24時間確認できる「市民案内」の電話番号が変更になります。

従 来 ☎050-5536-7064(12月末まで利用可)

変更後 ☎050-1807-6200

※通話料はお客様負担

島原市・南島原市・雲仙市(国見町および瑞穂町)で、消防車両が出動した場所と火災種別(建物、車両、その他等)について、自動音声で情報提供します。

火災発生状況を確認する際のお願い

119番は、命を守るためのホットラインです。火災発生時、119番で問い合わせをされる人が非常に多く、円滑な指令業務の遂行に支障をきたしています。119番を使用した問い合わせは行わないようにお願いします。

病院の問い合わせ・救急車の判断に迷う場合は

＃7119または☎095-801-1217



第十二回特別弔慰金の請求はお済みですか

問 長崎県原爆被爆者援護課 ☎095-895-2427
雲仙市福祉総務課総務高齢班 ☎0957-47-7871

第十二回特別弔慰金の請求を受け付けています。まだ請求がお済みでない皆さまは、早めのお手続きをお願いします。

【支給対象者】

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和7年4月1日(基準日)に、「恩給法による公務扶助料」「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人(戦没者等の妻や父母等)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

- (1)基準日までに援護法による弔慰金の受給権を取得した人
- (2)戦没者等の子
- (3)戦没者等の①父母、②孫、③祖父母、④兄弟姉妹
- (4)上記(1)から(3)以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)

【支給内容】

額面27.5万円、5年償還の記名国債

【請求期限】

令和10年3月31日(金)

※請求期間を過ぎると請求できなくなりますので、ご注意ください。

【請求手続き等】

請求窓口に備え付けの請求書類等でご請求ください。なお、請求の際、戸籍関係書類等が必要となります。

【請求窓口】

福祉総務課、総合窓口課、各総合支所

※対象者の条件などの詳細についてはお問い合わせください。

商品券の有効期限は12月末まで

問 商工労政課 ☎0957-47-7836

市では、エネルギー・食料品等の物価高騰の影響で生活に影響を受けている市民の皆さまのため、8月に市内の登録店舗で使える商品券を配布しています。商品券の**有効期限は12月31日(水)**までです。

有効期限を過ぎた商品券は一切使用できなくなりますので、有効期限までにご使用ください。

【商品券有効期限】 12月31日(水)まで



詳しくはこちらから↑



令和8年度の社会体育施設などの早期予約を受け付けます

申・問 スポーツ振興課 ☎0957-47-7865

社会体育施設の利用申請は、利用開始の日の属する月の1月前の月の初日から利用開始の3日前までの日の受付ですが、恒例の地域の行事やスポーツ大会など、一定の条件を満たす行事などについては、早期の予約を受け付けます。詳しくは、ご相談ください。

●受付期間

①令和8年4月～令和8年5月のご利用分について

【申請期間】12月1日～令和8年1月15日

【決定時期】令和8年1月末

②令和8年6月～令和9年3月のご利用分について

【申請期間】12月1日～令和8年2月13日

(以降も随時受け付けます)

【決定時期】令和8年2月末

●注意事項

※市主催・共催行事を優先する場合があります。

※決定後は施設利用許可申請書をご提出ください。

※予約の希望が重複した場合は、希望者双方で調整をお願いします。

介護予防サポーター養成講座 参加者募集

申・問 福祉支援課 ☎0957-47-7784

養成講座では、介護予防や健康づくりの知識・技術を身につけ、健康づくりの支援ができる人(ボランティア)を養成します。

○日程と内容

日にち	内 容
1月13日(火)	①オリエンテーション ②介護予防・生活支援概論
1月20日(火)	①認知症について ②ロコモティブシンドロームについて
1月27日(火)	栄養講話
2月3日(火)	口腔講話
2月10日(火)	①コミュニケーション概論 ②修了式

○時 間 午後2時～3時30分

○場 所 国見農村環境改善センター
または国見町文化会館まほろば

○持参物 筆記用具、水筒、タオル、眼鏡(必要な人)

○申込期限 令和8年1月7日(水)



千々石第二小学校閉校記念式典を開催します

問・申 千々石第二小学校職員室 ☎0957-37-2058

千々石第二小学校と千々石第一小学校の統合に伴い、千々石第二小学校を令和8年3月31日で閉校します。

閉校記念式典を開催します。参加を希望する人は、お申し込みください。

日 時: 令和8年2月15日(日)

午後1時30分～

場 所: 千々石第二小学校体育館

申込方法: 申込先に電話で

申込期限: 12月23日(火)



21	●ピアサポートうんぜん (午後1時30分～3時30分、愛の夢未来センター) 松本内科医院 (国見町 65-3333) 菅医院 (小浜町 74-2457)	22	●行政相談(午前9時～正午、瑞穂総合支所)	23	24	25	26	27
28	前田内科胃腸科医院 (瑞穂町 77-3089) 京泊馬場医院 (南串山町 88-2050)	29	30	31	今月の税 固定資産税(3期) 国民健康保険税(6期) 納期限、口座振替日 12月25日(木) 口座振替日前日までに残高の確認をお願いします			

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
7	土井歯科クリニック	吾妻町	38-6400	14	ねぎ歯科医院	瑞穂町	77-4182
	あきらデンタルクリニック	南島原市有家町	82-2352		まつしま歯科医院	南島原市有家町	82-0600
28	徳永歯科医院	国見町	78-3105	31	小嶺歯科医院	国見町	78-2366
	イリエ歯科クリニック	南島原市西有家町	82-1717		草野歯科医院	南島原市南有馬町	85-3110



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



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)

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

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

※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。



12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、12月の対象R6.12～R7.7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。● 2歳児健診受付:午後1時～1時15分、
● 3歳児健診受付:午後0時30分～1時10分)
● のお問い合わせは消費生活センター(☎38・7830)までご連絡ください。
● の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。
● 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)

※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
7	8	9	10	11	12	13
● 障がい者巡回相談 (午後1時30分～4 時、国見総合支所)	● 行政相談(午後1時～ 4時、千々石総合支 所、小浜総合支所)	● 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)	● 特設人権相談(午前10時～午後 3時、各地区定例相談開設場所)	● 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(小浜老人福祉 センター)	● パパママひろ ば(愛野保健 福祉センター) ● 休日無料司法 書士相談(午前 10時～午後3 時・受付は午後 2時30分まで 雲仙市役所)
● 太田整形外科 (国見町 78-5413) ● 松島外科 (小浜町 74-4388)						
14	15	16	17	18	19	20
● 佐藤医院 (国見町 78-5555) ● 松藤整形外科 (小浜町 74-2006)		● 2歳児親子歯科健康 診査(国見農村環境 改善センター) ● 献血(午前9時30分 ～11時、午後0時15分 ～4時、雲仙市役所)	● 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) ● 「いばれっと」出張相談会(午 後1時～4時、千々石総合支 所)	◆ からだとこころの健康 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) ● 3歳児健康診査(愛 野保健福祉センター)		



どれくらい知ってる？ お酒のウソ・ホント

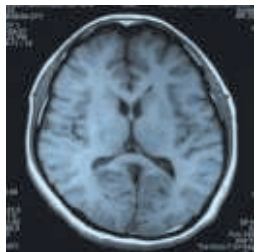
年末年始の時期となり、飲酒をする機会が多い時期となってきました。

飲酒が多くなるこの時期に、お酒のことを知って、付き合い方を見直してみませんか？

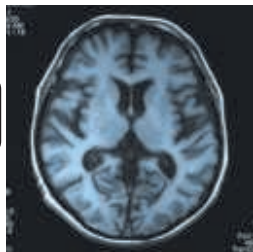


Q.年を取ればお酒に弱くなる ⇒ ホント

高齢者は、若い時と比べて体の水分量が減るなどの理由で、同じ量のアルコールでも酔いやすくなります。大量飲酒が続くと、脳萎縮を引き起こし、認知症発症の可能性も高くなります。



健康者の
脳MRI写真



大量飲酒者の
脳MRI写真

健康者のものと比べ、大量飲酒者の脳MRI写真では、すき間(黒い部分)が多く、脳(灰色の部分)が萎縮していることがわかります。

【画像提供:独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター】



Q.お酒は飲めば飲むほど強くなる ⇒ ウソ

アルコール分解酵素のはたらきの強い・弱い、遺伝によるものと言われており、飲酒を続けることで、お酒に強くなるということはありません。

Q.女性は男性よりお酒に弱い ⇒ ホント

女性は、①一般的に男性と比較して体内の水分量が少ないこと、②女性ホルモンのはたらきによりアルコールの影響を受けやすいことから、男性に比べアルコールによる体への影響が大きく現れる可能性があります。

Q.お酒の量(ml)や種類を気にしていれば大丈夫 ⇒ ウソ

体や精神に対するアルコールの影響は、飲んだお酒の量や種類ではなく、摂取した“純アルコール量”が基準になります。純アルコール量は、下記の方法で確認ができます。

一日あたりの純アルコール量が、**男性は40g、女性は20g**を超えないようにしましょう。

<缶パッケージ>

近年は、缶パッケージにも純アルコール量が表示されています。



栄養成分表示 (100mlあたり)

エネルギー:○kcal
たんぱく質:△g
脂質:□g
:

純アルコール量:
20.0g

<アルコールウォッチ>

摂取した純アルコール量と分解時間の目安がわかります。



～お酒との上手な付き合い方～

- ①自分の飲酒状況を把握する
- ②あらかじめ飲む量を決める
- ③飲酒前または飲酒中に食事をする
- ④飲酒の合間に水などを飲む
- ⑤休肝日を設ける



健康講話(キラプロ)やってます!!

健康づくり課では、

- ・体質がわかるアルコール体質テスト
- ・アルコールと健康の関係 などの

健康に関する出前講話を行っていますので、ぜひご活用ください！
詳細は二次元コードからご確認ください。



12月の集団健(検)診日程

※集団健診は予約が不要です

●健康診査(特定・若年者・後期高齢者)・各種がん検診

実施日	会場	受付時間
7日(日)	吾妻町ふるさと会館	午前8時～10時
8日(月)		

【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



R7.5.12～R8.2.28の期間内に
1回受診できます
※2回目からは、全額自己負担と
なります



※料金などの詳しい情報は、
世帯配布の「が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。

【予防接種】まだ間に合います！

带状疱疹ワクチン R8年3月末まで！

◎対象年齢で接種をご希望の人は、早めに医療機関へ相談・予約を行い、
接種を受けましょう。

今年度対象の人は、令和8年4月以降助成は受けられません。ご注意ください。

- 対象：①令和7年4月2日～令和8年4月1日に65歳を迎える人
②接種日時点で60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり日常生活がほとんど不可能な人
③令和7年4月2日～令和8年4月1日に70、75、80、85、90、95、100歳になる人
④令和7年度に限り、100歳以上の人

■接種回数：生ワクチン 1回／組み換えワクチン 2回（※2か月以上あけて2回接種）

■自己負担額：生ワクチン4,000円／組み換えワクチン10,000円×2回



問 健康づくり課 ☎0957-47-7876

作ってみよう！ 季節の野菜レシピ

白菜と水菜の カリカリじゃこサラダ

野菜を1日
350g 食べよう



材料 (2人分)

- ・白菜 …………… 200g
- ・食塩・砂糖 …… 各小さじ1/2弱
- ・水菜 …………… 30g
- ・こねぎ …………… 1本(10g)
- ・ちりめんじゃこ …… 大さじ1と1/2(7.5g)
- ・サラダ油………… 大さじ1
- ・削り節 …………… 1袋(2.5g)
- A [めんつゆ(3倍濃縮) 各大さじ1/2
- ・酢、ごま油 …………… 1/2

作り方

- ①白菜は繊維に垂直に細切り、水菜は3cmの長さに切り、ボウルに入れる。食塩・砂糖を振りかけて揉み、5分程度置き、水気を絞る。
- ②こねぎは小口切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、ちりめんじゃこを5分程、カリカリになるまで炒め、キッチンペーパーにとり、油を切る。
- ④ボウルに、1、2、削り節、Aを入れてよく和え、器に盛り、3を散らす。

栄養価(1人分)

エネルギー：66kcal たんぱく質：3.3g 脂質：4.2g 炭水化物：5.2g 食塩相当量：0.9g

※写真、栄養価、野菜量は1人分です

野菜量
120g

管理栄養士からの おすすめポイント！

白菜は、食塩・砂糖で揉むことでカサが減るため、生のままでも食べやすくなります。
じゃこ、削り節、めんつゆの旨味で、減塩でも満足感がある味付けに仕上げました。



保育所・認定こども園等の入所に関するお知らせ

令和8年4月1日からの新規入所申し込みの受け付けを開始します！

申込期間 12月1日(月)～26日(金)

※申込期間後の申し込みは、希望する施設および時期に入所できないことがあります。

※令和8年5月1日以降の新規入所は、令和8年4月1日からの申し込みです。

申込場所 子ども支援課、総合窓口課、各総合支所

※必要書類は、市ホームページからダウンロードまたは各窓口で受け取ることができます。

※1号認定希望の場合は、認定こども園または幼稚園に申し込み、内定後に入所手続きとなります。



●認定区分と利用できる施設

認定区分	対象児童	利用可能施設
1号認定(教育利用)	保育を必要としない3歳以上児	認定こども園、幼稚園
2号認定(保育利用)	就労などにより、保育が必要な3歳以上児	保育所、認定こども園
3号認定(保育利用)	就労などにより、保育が必要な3歳未満児	

●市内施設一覧(令和7年12月1日現在)

	町名	施設名	電話番号	認定区分				町名	施設名	電話番号	認定区分		
				1号	2号	3号					1号	2号	3号
保 育 所	国見町	八斗木保育園	78-3450	—	○	○	認 定 こ ど も 園	国見町	くにみ幼稚園	78-3852	○	○	—
		あさひ保育園	78-2816	—	○	○			くにみ子ども園	78-2263	○	○	○
		神代保育所	78-2813	—	○	○			お寺の中央こども園	78-3125	○	○	○
	瑞穂町	円福寺保育園	77-3000	—	○	○		吾妻町	ひじくろこども園	78-2274	○	○	○
		岩戸保育園	77-3001	—	○	○			うせん辻幼稚園	38-3306	○	○	○
		洗心保育園	77-2727	—	○	○			大福寺こども園	20-0383	○	○	○
		正覚寺保育園	77-4190	—	○	○		愛野町	小さき花の幼稚園	36-0063	○	○	○
	吾妻町	あそか保育園	38-2151	—	○	○			どんぐりこども園	36-2118	○	○	○
		和光幼児園	38-7770	—	○	○			なかよしこども園分園 雲仙まっ白こども園	47-9270	○	○	○
	愛野町	すぎのこ保育園	36-1772	—	○	○		千々石町	なかよしこども園	37-3017	○	○	○
		愛野保育園	36-0131	—	○	○		小浜町	小浜こども園	76-0117	○	○	○
	小浜町	恵燈保育園	74-5260	—	○	○							
		北串保育園	74-9014	—	○	○							
		飛子保育園	74-9056	—	○	○							
	南串山町	串山保育園	88-3803	—	○	○							
		八幡保育園	88-2177	—	○	○							
		南串保育園	88-3317	—	○	○							

現況届の提出は忘れずに！

■提出期間

12月1日(月)～26日(金)

■提出先

市内入所の人：現在利用中の保育所・認定こども園

広域入所の人：子ども支援課・総合窓口課・各総合支所

※転園を希望される場合は、「退所届」と、新規の「保育所等利用申込書」の提出が必要です。

雲仙市病児保育事業 令和7年度第4回交流会 (長崎県看護協会・くにみ子ども園病後児保育センター合同開催)のご案内

市では育児支援として実施している訪問型病児・病後児保育について、長崎県看護協会を実施機関に指定しています。そこで看護職のサポーターと登録を頂いているファミリー会員のご家族が顔見知りになり、安心して預けていただくために同協会では交流会を開いています。お子さま同伴でお気軽におこしください。

テーマ「クリスマス会」

内 容：絵本の読み聞かせ、手遊び、ゲーム、制作など

日 時：12月21日(日) 午前10時30分～正午

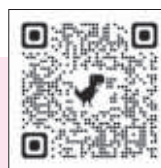
場 所：愛の夢未来センター 2階和室

対象者：市の病児保育事業に登録しているご家族

※事前に予約が必要です。12月19日(金) までに電話でお申し込みください。



申 公益社団法人長崎県看護協会 病児・病後児保育サポートセンター
右記の二次元コードを読み込み、お申し込みください。
またはお電話でお申し込みください。☎0957-25-0807



◆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、オンライン学習などを提供しています。

あなたの知りたいことに特化！ 個別レッスンで疑問を解消

〈デジタル相談窓口〉 【午前の部】 午前9時～正午 【午後の部】 午後2時～5時

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物など、一緒に操作しながら疑問にお答えします。

吾妻町ふるさと会館

12月10日(水)

愛の夢未来センター

12月3日(水)・24日(水)

集処えんがわ

12月15日(月)



▶お申し込みは右の二次元コードから。
※電話でも申し込み可



参加無料
要予約

※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。

▶お申し込みは右の二次元コードから。



無料
要予約

問 行革推進課 ☎0957-47-7742

文さん直伝 本格白菜キムチ作りに挑戦!



韓国出身の文さんによる大人気のキムチ講座第2弾。
今回はみんな大好き白菜キムチを作ります。

- 日** 令和8年1月24日(土)
午前9時30分～正午
- 対** 一般
- 定** 12人
- 講** 文 熙鍾 氏
- 費** 1,200円程度(材料費)
- 持** エプロン、三角巾、マスク、
手拭きタオル
- 場** 愛の夢未来センター 調理室
- 申** 12月8日(月)～26日(金)
- 問** 生涯学習課 愛野駐在
☎0957-36-0616
※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

はじめての編み物じかん♪



初心者向きで、簡単・かわいいネックウォーマーを編みます。※色の指定はできません。

- 日** 令和8年1月13日、20日(火)
全2回 午前10時～正午
- 対** 一般
- 定** 10人
- 講** 田中 恭子 氏
- 費** 1,000円(材料代)
- 持** かぎ針6号、とじ針、はさみ、筆記用具、
メジャーか定規
- 場** 国見農村環境改善センター 談話室
- 申** 12月8日(月)～25日(木)
- 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。



スタンドグラスでつくる 癒しのコトリ



ガラス端材を組み合わせて、かわいい小鳥のオブジェを作ります♪はじめてでも簡単に作れます。

- 日** 令和8年1月17日(土) 午前10時～正午
- 対** 一般
- 定** 10人
- 講** 木下 春生 氏
- 費** 500円(材料代)
- 持** エプロン、軍手(突起がついてないもの)
- 場** 愛の夢未来センター 研修室中
- 申** 12月3日(水)～25日(木)
- 問** 生涯学習課 愛野駐在 ☎0957-36-0616
※二次元コードからもお申し込みできます。



新春茶道教室【入門編】



新春の年始め茶道の侘び寂びの世界観を体験しましょう。
未経験者および初心者歓迎です。

- 日** 令和8年1月24日(土)
午後1時30分～3時30分
- 対** 一般
- 定** 20人程度
- 講** 本多ミドリ(宗翠)先生 裏千家準教授
- 費** 1,500円(材料代)
- 場** 小浜歴史資料館
- 申** 12月1日(月)～令和8年1月20日(火)
- 問** 生涯学習課 小浜駐在 ☎0957-74-5501
二次元コードからもお申し込みできます。



お正月の フラワーアレンジ教室



お正月向けのお花や飾りをアレンジして新年を迎えませんか?

- 日** 12月26日(金) 午後7時30分～9時
- 対** 一般
- 定** 15人
- 講** 中島 康之 氏(なかしま花屋・店主)
- 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** 12月10日(水)～19日(金)
- 問** 生涯学習課 瑞穂駐在 ☎0957-77-2125
※二次元コードからもお申し込みできます。



《昨年の作品》

幼児食教室

～子どもの「食べない」を
「食べたい」に変える魔法のヒント～



幼児食の基本を学び、好き嫌い・偏食のお悩みを解消！成長に合わせた食事のポイントを、調理実習を交えて楽しく学びます。

○にんじんごはん ○豚肉の生姜炒め
○キャベツの納豆和え ○豆乳みそ汁

託児あり

日 令和8年2月7日(土) 午前10時～午後1時

対 未就学のお子さまを持つ人

定 12人

講 井上 茉莉 氏(管理栄養士)

費 500円程度(材料代)

持 筆記用具、エプロン、三角巾、米1合

場 愛の夢未来センター 調理室

申 12月4日(木)～令和8年1月28日(水)

問 生涯学習課 愛野駐在 ☎0957-36-0616

※二次元コードからもお申し込みできます。



ばあばが伝える 「だご汁・どんだへ」



郷土料理 だご汁、どんだへ(いもねったくり)と小鉢
和え物の作り方を食改さんと一緒に学びます。

日 12月13日(土) 午前10時～午後2時

対 一般

定 8人

講 雲仙市食生活改善推進員連絡協議会
瑞穂支部の皆さん

費 1,000円(材料代)

持 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具

場 瑞穂町公民館 調理室

申 12月1日(月)～10日(水)

問 生涯学習課 瑞穂駐在

☎0957-77-2125

※二次元コードからも

お申し込みできます。



昨年度 郷土料理「具雑煮ほか」

雲仙市図書館・市内図書室の年末年始の休館日について

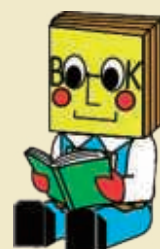
	12月29日(月)～1月3日(土)		1月4日(日)	1月5日(月)	1月6日(火)	問い合わせ
	カウンター	返却ポスト				
雲仙市図書館	×	○	○	×	× 館内整理日	0957-78-3977
愛野図書室	×	×	× 館内整理日	×	○	0957-36-0616
小浜図書室	×	○	○	○	○	0957-74-3810
瑞穂図書室	×	×	○	○	○	0957-77-2125
吾妻図書室	×	×	○	○	○	0957-38-3108
千々石図書室	×	×	○	○	○	0957-37-2520
南串山図書室	×	×	○	○	○	0957-88-3114

お願い

視聴覚資料(DVD・CD)や市外から取り寄せた本、
大型絵本などは返却ポストに入れないでください。

たいへんご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

詳しい内容については各図書館・図書室へお問い合わせください。



問 雲仙市図書館 ☎0957-78-3977 (月曜休館)



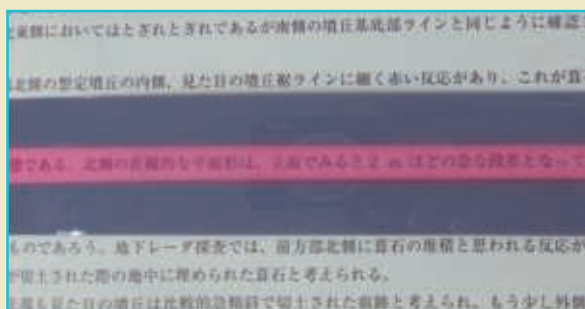
雲仙市図書館
のホームページ
もご覧ください

雲仙市図書館からのお知らせ

「国際障害者デー」である12月3日(水)から日本の「障害者の日」である12月9日(火)までの1週間が「障害者週間」であることを、みなさんご存じでしょうか？

雲仙市図書館において、12月は『みんなにやさしい読書』をテーマに読書の手助けとなるツールの紹介、関連図書の展示などを行っています。普段は触れることが少ない点字付きの資料や絵本、一般の本より文字が大きく、読みやすい『大活字本』、読みたい行を上下または両隣の行から隠すことで、読書に集中しやすくする道具の『リーディングトラッカー』など、ぜひこの機会に手に取ってご覧ください。

リーディングトラッカー



(使用例)

『ミライ on 図書館 電子書籍サービス体験会』

雲仙市図書館と愛野図書室において電子書籍サービスの体験会を実施します。

『電子書籍には興味あるけど、使い方がいまいちわからない』『便利な機能についてもっと知りたい』という方は、ぜひお気軽にお越しください。当日はミライon図書館職員が対応いたします。

日時 12月7日(日)

①午前10時～11時30分 ②午後2時～4時(受付:午後1時30分～)

場所 ①愛野図書室(愛の夢未来センター 1Fロビー)

②雲仙市図書館(国見町文化会館まほろば リハーサル室)

内容 電子書籍サービス・ミライon図書館アプリの説明および、体験

定員 ①愛野図書室 なし ②雲仙市図書館 15名(申込み不要)

参加費 無料



●スマートフォン(タブレットもご用意しますが、台数に限りがありますのでご了承ください)
お持ちいただくもの ●ミライon図書館の利用者登録が未登録のかたは《マイナンバーカード》《マイナンバーカード署名用電子証明書パスワード》をお持ちください。(ミライon図書館の利用者登録済のかたは必要ありません)

問 雲仙市図書館 ☎0957-78-3977 (月曜休館)

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

有明しまばら法律事務所

長崎県弁護士会所属 弁護士 大田 真和

取扱分野

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

相談

初回相談は無料です。相談は土日・夜間も可能です。

依頼費用

分割払いなどの取扱有り。ホームページに詳細記載。

相談予約

お電話にてお気軽にお問い合わせください。

ひとりで悩まずに
お気軽にご予約ください。

TEL.0957-61-0888

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

「広告」

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。今月は、「介護」「介護予防」について具体的な支援内容を紹介します。

構成要素3【介護】

必要に応じて訪問介護（訪問看護）などの在宅介護サービスや通所介護サービスを提供します。また、小規模多機能型居宅介護などの地域密着型サービスによって、臨機応変なサービス提供も可能になります。常時介護が必要になれば、入所施設での介護に切り替えることも可能です。

<具体例>

- ・在宅介護サービス：訪問介護、デイサービスなど、一人ひとりの状態に応じた支援を提供。また、短期間の施設利用（ショートステイ）などを通じて家族の介護負担を軽減。
- ・施設介護サービス：特別養護老人ホーム、介護老人保健施設などで日常生活全般にわたる支援を提供。



構成要素4【介護予防】

「予防」は地域包括ケアシステムの本質となる部分で、要支援・要介護状態にならないための予防、重症化しないための予防、介護状態を軽減するための予防で、生活機能の維持・向上を目指します。社会参加の一環として、高齢者が要介護者の生活支援に携わることも、十分な介護予防になっています。

<具体例>

- ・健康維持のためのプログラムとして運動教室や健康相談などを運営し、介護が必要ない状態を維持したり、介護度が上がらないようにするための支援を提供。
- ・サロン活動や趣味の集いへの参加を促すなど、高齢者の孤立を防ぐために地域交流を推進。
- ・認知症カフェの運営や専門プログラムの提供により、認知症への理解を広めたり、認知症の予防や早期発見を促す取り組みなどを支援。



来月は、地域包括ケアシステム構成要素「生活支援」についてお伝えします。



12月3日(水)～9日(火)は、「障害者週間」

「障害者差別解消」

長崎県では、「障害のある人もない人も共に生きる平和な長崎県づくり条例」に基づき、県民の障害に対する理解を深め、誰もが社会活動に参加できる共生社会の実現を目指しています。また、国の法改正で、令和6年4月から、努力義務とされていた事業者による「合理的配慮の提供」が義務化されました。

障害を事由とした差別と考えられる事案について、地域相談員や広域専門相談員が相談に応じますので、下記までご相談ください。

※合理的配慮の提供とは…障がいのある人から「社会にあるバリア（障壁）を取り除くため対応が必要」と意思が伝えられたときに、行政機関等や事業者が、負担が重すぎない範囲で必要かつ合理的な対応を行うことです。

問 長崎県障害福祉課 ☎095-895-2450 FAX095-823-5082
※月曜～金曜の午前9時から午後5時まで（祝日と年末年始は休み）

平和な長崎県づくり条例

検索

「雲仙市障害者優先調達推進法」

この方針に基づき、市では、毎年目標を設定し、障害者就労支援施設や長崎県障害者共同受注センターへ、「物品」調達や清掃・除草などの「役務」業務を優先的に発注しています。

R6 年度雲仙市発注実績（件数・金額） 41件・24,753,836円

問 福祉総務課 ☎ 0957-47-7871

企業の皆様、障がいがあり、企業への就職をお考えの皆さまへ 「雲仙市障害者職場実習促進事業」

この事業は、短期の障がい者雇用体験を行うことで、お互いの不安・問題点を解消し、障がい者の雇用の機会拡大などを目的としています。市では、この事業により企業へ実習奨励金(2,500円/1日)を支給し、実習者へは交通費（距離規定有）を助成しています。

※実習者は、雲仙市に住所がある18歳以上で、県南障害者就業・生活支援センター「ぱれっと」へ登録している人、各障害者手帳をお持ちの人などの要件があります。

問 県南障害者就業・生活支援センター「ぱれっと」 ☎0957-73-9560
福祉総務課 ☎0957-47-7871

雲仙市地域自立支援協議会 子ども支援部会だより

市内で実施している、支援が必要な子どもたちに向けた福祉サービスの事業所や制度などをご紹介します！

ウェルカム社瑞穂 (ぽけっとくらぶ) 事業所

放課後等デイサービス「ぽけっとくらぶ」では、様々な活動(買い物体験、調理体験、ルール遊び、そうめん流し、焼き芋など)や季節の行事を体験できます。子どもたち一人ひとりが持つたくさんのぽけっと(夢や希望)を大切に育み、多くの成功体験ができるようにサポートを行っています。



利用概要

開所日時 月～土曜日
(12月29日(月)～1月3日(土)は除く)

活動内容 自立支援課題、創作活動、ホースセラピー(エコパーク論所原での乗馬療法)、調理体験、買い物体験、外食体験、地域の行事参加など

その他 送迎(無料)と給食サービス(300円/1食)

問 社会福祉法人コスモス会「ぽけっとくらぶ」 雲仙市国見町神代戊1925 ☎0957-73-6922 Mail: cosmos-3@eagle.ocn.ne.jp

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・家族のつらい
びあサポートうんぜん

日時 12月21日(日)
午後1時30分～3時30分

場所 愛の夢未来センター

- 障がい者巡回相談

日時 12月8日(月)
午後1時30分～4時

場所 国見総合支所

- 視覚障害者生活訓練

日時 12月3日(水)・10日(水)・17日(水)
午前10時～午後2時

場所 愛野保健福祉センター

- 「ぱれっと」出張相談会

日時 12月17日(水)
午後1時～4時

場所 千々石総合支所

100回目のハッピーバースデー

国見町にお住まいの木村照子さんと瑞穂町にお住まいの布田マサエさんが100歳を迎えられました。

木村さんの長生きの秘訣は「食事をしっかり取ること」だそうです。
布田さんの長生きの秘訣は「ご飯をたくさん食べて運動すること」だそうです。

どうぞこれからも健康で長生きされて、幸せにお過ごしください。



◀木村さん
(10月3日撮影)



布田さん▶
(10月10日撮影)

◎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。

「インターネットで旅行予約するときのポイント」

困ったときは消費生活センターへすぐ相談！

近年、多くの旅行予約サイトやアプリが登場し、いつでもどこでも、スマートフォンやパソコンから宿泊施設や交通機関を予約できるようになっています。インターネットでの予約は便利な一方で、思わぬトラブルにあってことがあります。また、日本語表示のサイトでも、運営事業者は海外事業者の場合もあります。安心して旅を楽しむために、次のことを確認しましょう。

チェックポイント

- ✓公式サイトや信頼できる予約サイトを利用
- ✓サイト運営事業者の情報や、顧客対応窓口の問い合わせ手段を確認
- ✓極端に安いプランには注意し、料金の内訳をしっかり確認
- ✓利用規約をよく読み、支払い方法やキャンセル条件を確認
- ✓予約内容が確認できる画面やメールは、旅行が終わるまで保存
- ✓事業者とのやりとりは、送信日時がわかる形で保存



海外事業者とのトラブルについては、越境消費者センター（CCJ）でも受け付けています。

※越境消費者センター（Cross-border Consumer center Japan：CCJ）は、日本の消費者と海外の事業者との間で生じたトラブルの相談窓口です。

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



令和8年用 新生活門松カードの販売

長崎県新生活運動協議会では、新生活門松カードを販売しています。

このカードは、昭和32年に松の木などの保護と伝統文化の継承のために始まり、収益は、地球温暖化防止対策などの事業実施に活用されています。

※市役所での販売は行っていません。

価格

1組（2枚）100円

申込期限

12月26日（金）まで
（午前9時～午後5時、土日祝日除く）

申込先

長崎県新生活運動協議会事務局
☎095-821-1901



長崎県新生活運動協議会

問 地域づくり推進課（消費生活センター） ☎0957-38-7830

【雲仙市総合計画】

市民ワークショップの参加者を募集します!!

本市では第3次雲仙市総合計画の策定にあたり、市民の皆さまの声を本計画に反映するため、雲仙市の将来像を考える市民ワークショップの参加者を募集します。

応募資格

雲仙市内に在住・在勤している人ならどなたでも参加できます。

開催日時・場所

令和8年2月7日（土）午後1時30分～4時30分
吾妻町ふるさと会館 2階 研修室1

募集人数

20人程度 ※応募多数の場合は抽選になることがあります。

募集締め切り

令和8年1月16日（金）

応募方法

①インターネットで申し込む場合

②窓口で申し込む場合

【申込用紙】を記入いただき、雲仙市役所または各総合支所へ提出ください。



その他

- ・報酬および交通費の支給はありません。
- ・報道機関などによる撮影が入る場合があります。
- ・ワークショップの様子（写真など）は、ホームページなどに掲載する場合があります。

地名が語る島原の火山の記憶

雲仙火山を擁する島原半島は、火山災害に何度も見舞われながらも、その火山の恵みとともに歩んできた地域です。日々の暮らしの記憶や災害に備える知恵は、先人によって“地名”に刻まれ、今を生きる私たちに語りかけています。

島原市のいくつかの地名は、火山との関わりがあります。例えば「崩山町」は、1792年の島原大変で眉山が崩れ、その土砂で埋まった地であることを示しています。「しまばら火張山公園」の「火張山」は、島原大変の引き金となった同年の寛政噴火の際、役人が溶岩流の流れを見張っていた歴史に由来します。また、その時溶岩流に襲われた地域は、現在「焼山」と呼ばれています。市内の山手に位置する「礫石原町」は、江戸時代のある時期、火山活動に伴う大量の温泉水が湧き出し、地域一帯が砂礫に覆われた原野となったことから、その名が付けられたと伝えられています。これらの地名は、土地の成り立ちや過去の災害を今に伝える貴重な“ふるさとの記憶”です。



第73回「ジオ空教室」開催!

大寒直前!

～銀水で本格かんざらしを作ろう!～

日時 令和8年1月17日(土)
午前10時～(受付開始 午前9時30分～)
協力 株式会社 玉乃舎(銀水)
U-House(ユーハウス)
※中学生未満は必ず参加人数に限らず
保護者1人ご参加ください
※中学校以上、児童のみ参加可能

定員 10人(子どものみ)
申込期間 12月15日(月)～令和8年1月9日(金)
申し込み方法 下記二次元コードから、メールと電話にて。
内容 「銀水」や島原名物の「かんざらし」、それらとジオパークのつながりについて楽しくお話を聴きます。続いて、実際にかんざらしを作りましょう! 冷たい湧水で仕上げた、やさしい味をお楽しみください。

集合場所 銀水 浜の川湧水観光交流館
島原市白土桃山二丁目1093

服装等 汚れてもよい服装



問 島原半島ジオパーク協議会事務局 ☎0957-65-5540

「広告」

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!

第1・2期 10.8 万円

第3期 12 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	355.12㎡ (107.17坪)	8,334,000 円
G	219.72㎡ (66.46坪)	7,177,000 円
I	229.18㎡ (69.44坪)	7,498,000 円
J	232.07㎡ (70.23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㎡ (75.32坪)	8,156,000 円
N	255.95㎡ (77.48坪)	8,359,000 円
O	260.65㎡ (78.84坪)	8,514,000 円
F	223.99㎡ (67.75坪)	8,130,000 円
Q	224.41㎡ (67.88坪)	8,145,000 円
R	218.61㎡ (66.12坪)	7,934,000 円
S	218.58㎡ (66.12坪)	7,934,000 円
T	218.25㎡ (66.02坪)	7,922,000 円
U	210.12㎡ (63.56坪)	7,627,000 円
V	205.11㎡ (62.04坪)	7,444,000 円
W	206.29㎡ (62.40坪)	7,488,000 円
X	181.94㎡ (55.03坪)	6,603,000 円
Y	178.84㎡ (54.09坪)	6,490,000 円
Z	178.91㎡ (54.12坪)	6,494,000 円

※第3期は造成工事が終了し、図様確定に伴い若干の価格変更がありました。

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、最新情報は練早ハウジングまでお気軽にお問合せ下さい

LINE QR Instagram QR

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

一般建築士事務所/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)



マイナポータルで特定健診の結果が見られます！

マイナンバーカードを健康保険証として利用登録すると、令和2年度以降の特定健診の結果を「マイナポータル」にて閲覧することができます。

また、マイナンバーカードを使って受診すると、本人同意の上で、薬剤情報、特定健診情報、後期高齢者健診情報を医師や薬剤師に共有でき、よりよい医療につながります。

「マイナポータル」とは？

政府が運営するオンラインサービスです。行政手続きがワンストップでできたり、行政機関からのお知らせを確認できたりします。

マイナポータルは
こちらから



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 国民年金保険料をまとめて前払いすると 保険料が割り引きされます

納付方法	納付の種類・特徴	割引額
①早割	□座振替で 納期限より 1カ月早く納める	(例) 12月分を12月末に □座振替で納める 1 カ月 60円
②前納	□座振替で 前もって まとめて納める	次の3種類から選べます ・6カ月前納 ・1年前納 ・2年前納 「1年前納」で 4,400円
③現金払い 前納	現金で前もって まとめて納める	次の4種類から選べます ・6カ月前納 ・1年前納 ・2年前納 ・任意の月から年度末まで 「1年前納」で 3,730円

納付方法、納付する期間の違いにより割引額が変わります。

それぞれで内容や手続きが違いますので、詳しくはお問い合わせ下さい。

問 ●ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
(ナビダイヤル)
●諫早年金事務所 ☎0957-25-1662
●総合窓口課 ☎0957-47-7806

「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。【開催日：12月10日(水)】

●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

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」



竜馬さん バイオリンコンサート 12月10日(水)

吾妻町ふるさと会館
午後2時～3時

0歳から楽しめるコンサート♪
子育て中のパパ・ママの癒しの時間
お子様と一緒に、
パパ・ママだけの参加も可能です

予約・お問い合わせ

佐藤助産院

佐藤信子(090-5023-4618)

予約締切 12月8日

ベビーカーOK 床席(シート席)あり
※予約はお早めに

この事業は雲仙市地域づくり補助金を使用しています。

■Wリーグ(バスケットボール)
女子日本リーグ 島原大会開催
パリオリンピック日本代表メンバーも多数参加。日本のトップレベルの選手のプレーを、間近に見られる絶好の機会です。是非、迫力あるプレーをお楽しみください。

開催日 12月27日(土)
開始時間 第一試合
(MSBC vs 日立ハイテク) 正午、
第二試合
(トヨタ自動車 vs シャンソン化粧品) 午後3時、
会場 島原復興アリーナ
申込 二次元コードより申し込んでください。

問 長崎県バスケットボール協会
☎095(895)9555

■放送大学入学者募集
放送大学では2026年4月入学生を募集しています。幅広い世代の学生が様々な目的で学んでおり、300以上の授業科目をテレビやインターネットで学ぶことができます。

出願締切 第一回 2026年2月27日(金) / 第二回 3月26日(木)

資料請求・問 放送大学長崎学習センター
☎095(813)1317

■ひきこもり家族のつらい
ご家族同士が同じ立場で、安心してご自身の体験や思いを語り合える場です。

日時 12月26日(金) 正午～午後2時 / 令和8年2月27日(金) 午後1時30分～3時30分
場所 県南保健所2階大会議室
※初めて参加する人は事前にお問い合わせ下さい。

問 県南保健所
☎0957(62)3289

■奨学金の返還について
返還金は、後輩の新たな奨学金となる重要なものです。約束どおりの返還をお願いします。

返還が滞っていたり、住所等の変更や、返還が困難となりそうな場合などは、速やかに本会へご連絡ください。

自身の奨学金や連帯保証人となっている奨学金の返還状況等について知りたい場合もお問い合わせください。

■寄附金をお寄せください！
皆様からのご寄附は、様々な事情による遺児等の奨学金として活用させていただきます。

なお、長崎県育英会への寄附金には、税制上の優遇措置が受けられます。

問 公益財団法人 長崎県育英会
奨学金の返還について
☎095(824)7501
寄附金について
☎095(895)7530

■確定申告は、自宅からSeta Xで送信！
令和6年分の確定申告では、約4人中3人の方がスマホやパソコンで申告しています！
確定申告書の作成は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

問 島原税務署
☎0957(62)3282

■小・中・高校生のための春休み海外研修
日程 3月21日～4月4日のう

長崎県最低賃金
時間額 **1,031円**
令和7年12月1日発効
お問い合わせ先
長崎労働局賃金室
☎095-801-0033

賃金上げを支援する各種支援施策

建設業退職金共済制度
主の特長
●国の制度で安全確実
●掛金が一部免除
●電子申請方式で手続き簡単

(地) 勤労者退職金共済機構
建設業退職金共済事業本部
TEL 03-6731-2866

ち8～14日間
研修国 イギリス・オーストラリア・カナダ・サイパンなど
内容 ホームステイ、文化交流、野外活動など
費用 29万～70万
締切 2026年1月16日(金)
問 国際青少年研修協会
☎03(6825)3130

■長崎県よろず支援拠点 出張相談会
日時 12月17日(水) 午前9時～午後5時
場所 愛の夢未来センター
対象者 中小企業・個人事業主の人

問 長崎県よろず支援拠点
(長崎県商工連合会内)
☎095(828)1462

「広告」

安心便利なクリーニング
衣類 和服 ふとん 毛布 防虫 防カビ 無料 集配
衣類のシミ抜き・修理・補正もお任せください

ふくやまクリーニング
☎0957-74-3302
雲仙市小浜町南本町24-1

九州オール電化キャンペーン
購入対象期間 2025.10.10～2025.12.31
応募期間 2025.10.10～2026.1.31
詳しくは 九電 オール電化キャンペーン 検索

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

地域おこし協力隊通信 vol.60

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。

農林課の協力隊、田中です。千々石町の空き家と農地を活用して、農業体験や里山の空気を楽しむ「岳の楽舎」は、ボランティアで行う農業コミュニティです。地元の人の大きな協力もあり、50年以上耕作されていなかった棚田を2022年に甦らせました。10月には、多くの皆さんと稲刈りをしました。参加はほとんどが市外からです。オーナーの竹村さんも、車で片道1時間半かけて、通われています。水路や石積みの整備、自然災害や鳥獣害対策など、課題も多いですが、地元の人も一緒に「楽しむ」気持ちに支えられて、年齢や職業など違う人たちとの交流の場になっています。

協力隊になって、2年が過ぎました。「なぜか雲仙に魅かれる」と、雲仙市に来られる人にたくさん出会いました。私もその気持ちから、暮らしてみても、益々、

雲仙が好きになっています。ただ、狭い脇道の運転だけは、苦手なままですが…。



長崎大学の稲刈りボランティアのみなさん

文／雲仙市地域おこし協力隊（農林課）
農村活性化支援員 田中 祐美

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](#) [Q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：匿名希望

「あなたが生まれた日、母は長い陣痛から解放され疲れ果て、ぐっすり寝ました。父は生まれたばかりの娘が心配で、一睡もできませんでした。泣いた、笑った、あくびをした、と撮り始めた写真は、アルバム43冊になりました。もうすぐ、あなたは成人式を迎えます。20年はあっという間でした。こんな父と母の所に生まれて来てくれて、ありがとう。これからも、よろしくね。」



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

📷 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

活 **車えび** **養殖**

長崎県有明海産

養殖場から
新鮮な車えびを
全国各地へ
お届け！

【お問い合わせ】 深江町漁業協同組合 〒859-1503 長崎県南島原市深江町丙131番地
TEL.0957-72-2005 FAX.0957-72-2563
●車えび養殖場 TEL.0957-65-1788 FAX.0957-65-1388
*その他新鮮な魚介類もお取扱いしております。

お取扱期間／11月上旬～1月下旬

「広告」

市長コラム

テーマ「市制20周年記念フォーラムを終えて」

10月12日、市制施行20周年を記念したフォーラムを開催し、私もパネルディスカッションのメンバーとして登壇させていただきました（P4～5参照）。学識経験者や地元の人たちと一緒に「つなげて広がる 雲仙市の可能性」をテーマに意見交換をさせていただき、大変有意義な時間となりました。

合併から20年が経ち、人口減少が大きな課題となっています。毎年、500人近くが自然減となっておりますが、ここを止めるのは非常に難しいと感じています。それならば、転入者の増加による社会増を図っていくしかありません。全国的に「二地域居住」が注目されており、本市も力を入れたと考えています。一方で、二地域居住者の数だけを競い合うのではなく、ちゃんと地方の税収につながるような仕組みづくりを国には求めていると思います。

本市の例でいうと、千々石町にある農産物直売所「タネト」では、無償インターンが延べ100人続いています。東京などで店主の話を聞いた若者たちが手伝いにやって来る。そこで広がった人たちが、またインターンで訪れるといった循環ができています。また、小浜町では、アパレルとケーキのお店「THE CASE」が開業しました。地元出身の人が東京で成功し、東京に居ながら地元に出店するという遠隔操作のような、これまで本市では珍しかった経営スタイルが生まれています。

こういった人たちの動きは非常に活発で頼もしく思います。前向きに取り組む人たちが、より動きやすい環境をどうやって作るか、どうバックアップしていくかが、行政の役目です。本市に興味を持つ人たちを増やし育ていく施策を、これからも研究してまいります。

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 12月20日(土)

※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歳以上の人限定手となります。

今月のプレゼント

雲仙栗原ねぎ



抽選で
1人

農業を半分以上に抑え品質を追及した逸品です。国内で商標登録をし、JGAP認証およびパイワクJASの取得、長崎県特別栽培農産物、長崎SDGsへの登録などブランド力を高めています。



【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。

「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!

12月28日(日) ひる11時半～13時

こども (中学生まで): むりょう!

保護者の方がお食事される場合: 100円 (障) 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! ▶



公式SNS登録をお願いします

雲仙市ではLINE、Instagram、フェイスブック、X(旧ツイッター)で各種情報を発信しています。

インスタとフェイスブックではイベント情報や支援情報、LINEとXではホームページの最新情報が受け取れます。

ぜひ友達登録、フォローをお願いします。

LINE



Instagram



Facebook



X



問 未来創生課 ☎0957-47-7714

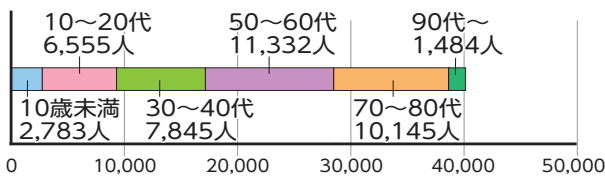
人のうごき(10月末)【住民基本台帳月報】

■人 口：40,144 人 (前月比 -32 人)

男性：19,227 人 女性：20,917 人

■世帯数：17,762 世帯(前月比 -12)

●雲仙市の人口割合(10月末)



のまに進ませよう。(鎌)

そんなわけで今朝もメモ用紙の裏にぼつり。「この原稿が白紙のままだらうか。」

正直、何の変哲もない毎日を送っているつもりでいたし、実際そうだと思う。が、積み重なるメモが毎日小さな何かがあるのだと教えてくれているようでもある。心の琴線は大きくも小さくも触れるのだらう。面倒に思う時もあるのに何だかやめられないのはそんな気がしているからだろうか。

好きな文房具について書いているものもある。「今日はS30というシャープペンで仕事する。」「朝起きたら冷蔵庫が開けっ放しになっていた」「飼っていたメダカが天に召されてしまった。」「愚痴も多い。」

正直、何の変哲もない毎日を送っているつもりでいたし、実際そうだと思う。が、積み重なるメモが毎日小さな何かがあるのだと教えてくれているようでもある。心の琴線は大きくも小さくも触れるのだらう。面倒に思う時もあるのに何だかやめられないのはそんな気がしているからだろうか。



好評発売中

「小山薫堂 東京会議 写真対決 in 雲仙」

雲仙市ガイドブック完成!



小山薫堂氏、織作峰子氏、ハービー・山口氏の3人がテレビ番組「東京会議」の企画で、雲仙市内各地を撮影。その時の写真を1冊にまとめたガイドブック! 価格1,000円。販売店舗など詳しくは市HPでご確認ください。

■雲仙市ガイドブック概要■
A5判変形、全80ページ。本を糸かがりし、背表紙がない「コデックス製本」を採用。本がしっかり開き、写真をフラットに楽しめます。



←詳しくはこちら

問 未来創生課 ☎0957-47-7714

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。1月号は12月3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)

「100円ショップにお掃除ロボットが500円で売っていた」「ここ数日玄関ポーチの天井にカタツムリが逆さまに張り付いている」「そんな気がしていたが、お香と空気清浄機はやはり相性が悪い」。

毎朝その日にやることをメモ用紙に書き出しているのだが、そのメモの裏に何となく印象に残ったことを書いている。日記というほどのものでもなく、その時頭に浮かんだことをちょろと書く程度のもので、書く内容も数日たてば忘れてしまうようなものばかり。