



心報 つしま

no.138
August 2015

★底 **ちカラ** で活力づくり ★市民 **ちカラ** でまちづくり ★広がる **ちカラ** で未来づくり



特集

対馬から世界へ!

日本代表として活躍する対馬出身アスリート

つしまトピックス……………②
Pick up!……………③
各課からのお知らせ……………⑧

こうほうショッキング……………②④
お誕生日おめでとう……………②⑧





工事の安全を祈願して

7月10日、上県町佐護東里で大地バイパス美止タトンネルの安全祈願祭が行われ無事故無災害を誓いました。上県町佐護から佐須奈までの間に3つのトンネルが予定されており、平成30年3月には全て開通する予定です。



対馬の伝統文化をいつまでも

7月19日、上対馬町の大河内湾で伝統文化体験学習の一環として上対馬高校が毎年行っている「第17回舟グロ大会」が開催されました。クラス対抗戦や保護者・OB・職員対抗戦などが行われ、風化しつつある伝統文化を継承しました。



対馬の海と言えばシーカヤック

7月19日、美津島町箕形で対馬シーカヤックフェスタ2015が開催されました。島内外から参加した79名は、対馬の自然を満喫し、浅茅湾の穏やかな波に誘われながら体験コースやリレーなどを楽しみました。



災害発生時、郵便局と市がタッグを組みます

7月21日、対馬市内郵便局と対馬市は、災害発生時における協力に関する協定書を締結しました。市内で災害が発生した場合、市内の郵便局と市が相互に協力し、必要な対応を円滑に遂行することを目的として結ばれました。



名誉会員賞受賞おめでとうございます

6月28日、対馬市交流センターで開催された対馬市食生活改善推進協議会の総会で、厳原支部の今津千世さんが名誉会員賞を受賞しました。今津さんは、90歳の今まで地域の食生活改善及び食文化継承の担い手として活躍し、健康づくり活動への功績が讃えられ受賞されました。



「日本遺産」認定交付式！

6月29日、東京国立博物館で今年度認定を受けた全国18カ所の日本遺産の認定証の交付が下村文部科学大臣より行われました。国境の島「壱岐・対馬」も、ブース出店でその地域の魅力や構成資産などのPRを行いました。



「絶対消さんといかん!!」って思いました

7月2日、上県町の対馬市消防署北部支署で上対馬町にお住まいの位下末子さんへ、5月に上対馬町比田勝で発生した建物火災の際、的確かつ勇気ある素早い行動で延焼拡大阻止に尽力されたとして感謝状が手渡されました。

Pickup!① 国境の島を駆け抜ける

7月5日、上対馬町の三字田浜海水浴場前を発着点とする「第19回国境マラソンIN対馬」が開催されました。今年は島内外から1,306名（内韓国からの参加者273名）が参加し、梅雨の晴れ間の中、国境の島を駆け抜けました。



おめでとう！九州大会準優勝！

Pickup!②

7月11・12日の両日、唐津市で開催された全九州シニアバスケットボール交歓大会（40歳以上の大会で参加が8県から16チーム）に長崎県代表として出場した「対馬スターズ」（監督：龍井義一）がみごと準優勝し、9月に山形県酒田市で開催される全国大会に出場します。



対馬から世界へ！

日本代表として活躍する
対馬出身アスリート

今年6月、カナダで開かれた第14回世界男子ソフトボール選手権大会に出場した日本チームのメンバーに、対馬生まれのアスリートがいることをご存知ですか？

糸瀬勇助さん（22歳）です。仁田中学校出身の糸瀬さんは、大村工業高校時代から全国選抜大会で準優勝、国体でも3位と活躍。卒業後は実業団の「ホンダエンジニアリング」（栃木）に所属し、東日本リーグで本塁打王、打点王、ベストナインに輝きました。

念願の日本代表入りを果たし、世界を舞台に活躍する糸瀬さんに、子どもの頃の話や世界選手権での経験を伺いました。

世界男子ソフトボール選手権大会

ソフトボールでは世界最高峰の大会。今年、カナダ・サスカソーンを舞台に6月26日、7月5日までの10日間開催されました。参加16か国の予選リーグを突破し決勝リーグに駒を進めた日本チームはメダルの期待がかかりましたが、惜しくも5位で終戦。糸瀬選手は、3試合に出場しました。ソフトボールは、2020年東京オリンピックでの正式種目復帰を目指した動きも盛んです。

糸瀬選手にインタビュー



Qどんな子どもでしたか？

人一倍やんちゃで、好奇心から色んな事に挑戦して失敗し、怪我ばかりして親に心配をかけるような子どもでした。高いところが好きでその頃住んでいたアパートの雨どいを木登りのように登って、気が付けば4階建ての屋上……。それを近所のおばさんが見ていて心配で声を掛けようとしたのですが、驚かせると落

ちてしまうんじゃないかと思ひ、落ちないように願ひながら見ていたそうです。

その頃の夢は、添乗員になること、テレビ番組の「S ASUKE（サスケ）」に出ることでした！

Qソフトボールを始めたきっかけは？

小学校3年の頃、親の仕事の関係で佐須の金田小学校から仁田小学校へ転校し

ました。そこで同級生たちが部活でソフトボールをしていたので、自分もやってみたいと思ったのがきっかけです。

Qどんな練習をしていましたか？

練習は、キャッチボール・トスバッティング・フリーバッティング・ノック・シートバッティング・投げ込みなどです。小学校



仁田小学校時代。ホームヘスライディング「セーフ!!!」

の時は、ピッチャーをしていましたので特に投げ込みをしていました。

Q大村工業高校時代には大舞台で快挙を成し遂げましたね

高校2年の春、最後の全国選抜大会で決勝まで勝ち進み、和歌山県の箕島高校と対戦しました。負けはしましたが、準優勝という結果を残すことができました。実業団を意識し始めたのは、高校の就職活動中で、ソフト部の監督の紹介で今の会社に入りました。

糸瀬 勇助選手プロフィール



所 属	母 校	身 長	体 重	背 番 号	ポ ジ シ ョ ン	誕 生 日	座 右 の 銘	尊 敬 す る 人
ホンダエンジニアリング	今年の世界選手権で日本代表入り 金田小学校→仁田小学校→ 仁田中学校→大村工業高校	170センチ	65キロ	6	内野手／右投右打	1992年9月24日	なんとかなる！	父親（自分の考え方にブレが無い）

第14回世界男子ソフトボール選手権大会出場
祝 日本代表 糸瀬勇助 君
仁田小 Jr ソフトボールクラブ OB
6月26日～7月5日 カナダにて

世界大会出場が決まり、喜びに沸く地元では横断幕が掲げられました



予選デンマーク戦でバッターボックスに立つ糸瀬選手

Q実業団でのライフスタイルは？

平日は基本的に仕事が優先です。水曜と金曜の2日間はNO残業デーなので、定時後9時過ぎまで練習しています。土日は練習や練習試合をしています。

ソフトボールで世界を目指したいと思いはじめたのは、実業団に入ってから、外国人選手を目にするようになってからです。外国人選手は日本人と比べものにならないくらいパワーがあります。そこに日本人の技術やスピードがどれだけ通用

するのか試してみたいと感じました。

日本代表には、昨年の9月に行われた国内選考会を通過して選ばれました。同じく昨年の12月に行われたアジア選手権後の再選考を経て、メンバー入り。一流の選手達の技や力を肌で感じられる楽しみに燃えてきました。

Qソフトボールの魅力は？

野球やサッカーと違ってまだまだマイナースポーツですが、凄く華やかで面白いです。スピード感や迫力があるのでたくさんの人に知ってもらいたいですね。

Q自分を高めるために意識していることは？

素直に受け入れることです。自分自身のプレーにブレイドを意識していません。他人が良いプレーをしたら純粋に凄いと思いますし、自分も出来るようになりたいと思います。人が教えてくれる事をまず吸収して、良い部分を取り入れ、合

ない部分は何が悪いか考える事を意識してやっています。練習はあまり好きではないので、短い時間で意味のある練習をする考え方を大事にしています。

Q世界大会を経験して得たものは？

目標を持つていなければ、それ以上の結果は生まれないことを学びました。今まで世界のトップレベルといえば、到底届かない領域だと考えていましたが、今回の世界大会で、実際にその相手と戦い、世界でも日本



日本代表メンバー。2列目中央が糸瀬選手

の技術やスピードが通用することを実感しました。世界と戦うという目標がメダルを獲得するという新たな目標に変わりました。

世界大会を思い出にせず、しっかり日本に持ち帰って伝えることで、日本全体のソフトボールのレベルを上げていきたいです。夢は世界大会で優勝することです!!

対馬の球児へ メッセージを

僕は小さい時から今まで、人に勝る何か特別なものはひとつもありません。ですが、ずっと大切にしていることが2つあります。それは「素直」と「前向き」です。人から教わることに正しき事も間違っている事もありです。それをやる前からミスしたくないからやらないのではなく、まず素直に受け止めてやってみることが大事だと思います。失敗してもその中で気づい

たことが後々役に立つことがあるからです。前向きになることは、自分自身や周りの人に良い影響を与えることができます。練習や試合をしていて、苦しい時や辛い時に自分の中で「良い人生勉強させてもらってるな」と感じる事ができれば何でも克服できます。考え方、行動次第で自分の人生は変えられるので試してみてください。常に大きな夢を持ち、対馬の宝として将来へ強く輝いてください。



決勝トーナメントのオーストラリア戦
3点リードされて後が無いというときに円陣を組んで気合いを入れる日本チーム

にい 勇助兄 僕たちもがんばってるよ!!

対馬市内のソフトボール大会で、それぞれの県大会出場を勝ち取った下記の2チームが長崎県大会で優秀な成績を収めました。

★第29回 小学生ソフトボール長崎県大会 (全日本大会長崎県予選)



3位

厳原少年ソフトボールクラブ

日程：平成27年5月30日(土)・31日(日)
会場：雲仙市愛野運動公園グラウンド

試合結果

1回戦	1	2	3	4	5	6	7	計
長崎 S C	0	0	1	0	0	×	×	1
厳原少年	0	0	0	2	×	×	×	2

5回で時間切れにより終了

2回戦	1	2	3	4	5	6	7	計
壱岐レッド	0	0	0	0	1	×	×	1
厳原少年	0	2	0	0	×	×	×	2

5回で時間切れにより終了

準決勝	1	2	3	4	5	6	7	計
国見少年	1	0	1	0	2	0	1	5
厳原少年	0	0	0	0	0	2	1	3

※全日本大会には、準決勝で敗れた国見少年が出場しました。



★第33回 九州小学生ソフトボール長崎県大会 (九州大会長崎県予選)



優勝

豊玉小ジュニアソフトボールクラブ

日程：平成27年5月30日(土)
会場：松浦市民運動公園

試合結果

1回戦	1	2	3	4	5	6	7	計
松浦フェニックス	0	0	0	0	×	×	×	0
豊玉小ジュニア	3	1	0	6	×	×	×	10

4回コールドゲーム

2回戦	1	2	3	4	5	6	7	計
西海キッズ	0	0	0	0	×	×	×	0
豊玉小ジュニア	4	1	4	1	×	×	×	10

4回コールドゲーム

準決勝	1	2	3	4	5	6	7	計
三会少年	1	0	0	0	0	0	×	1
豊玉小ジュニア	0	2	1	0	0	1	×	4

6回で時間切れにより終了



※九州本大会が長崎県で行われるため決勝戦は行わず豊玉小ジュニアとO・Kクラブ(佐世保)の優勝でしたが、抽選の結果、5対4で勝利し、豊玉小ジュニアが優勝旗を持ち帰ることができ、九州本大会の長崎県第1代表となりました。

各委員会の構成をお知らせします(平成27年7月2日現在)

総務文教常任委員会

委員長 黒田 昭雄
副委員長 小宮 教義
委員 船越 洋一
委員 脇本 啓喜
委員 小田 昭人
委員 上野 洋次郎

厚生常任委員会

委員長 大部 初幸
副委員長 小島 徳重
委員 入江 有紀
委員 洲上 清
委員 波田 政和
委員 兵頭 栄
委員 山本 輝昭

産業建設常任委員会

委員長 春田 新一
副委員長 齋藤 久光
委員 信義
委員 初村 久藏
委員 大浦 孝司
委員 小川 廣康
委員 作元 義文

議会運営委員会

委員長 上野 洋次郎
副委員長 洲上 清
委員 春田 新一
委員 黒田 昭雄
委員 小田 昭人
委員 齋藤 久光
委員 大部 初幸

国境離島活性化対策特別委員会

委員長 信義
副委員長 作元 義文
委員 入江 有紀
委員 船越 洋一
委員 洲上 清
委員 小宮 教義
委員 初村 久藏
委員 山本 輝昭

国県道路等整備促進特別委員会

委員長 齋藤 久光
副委員長 脇本 啓喜
委員 小島 徳重
委員 小田 昭人
委員 波田 政和
委員 大浦 孝司
委員 小川 廣康
委員 兵頭 栄

議会改革特別委員会

委員長 山本 輝昭(議員定数部会)
副委員長 洲上 清(議会活性化部会)

議員定数部会

部長 初村 久藏
委員 春田 新一
委員 入江 有紀
委員 船越 洋一
委員 黒田 昭雄
委員 齋藤 久光
委員 小宮 教義
委員 大浦 孝司
委員 作元 義文

議会活性化部会

大部 初幸
小島 徳重
脇本 啓喜
小田 昭人
信義
波田 政和
上野 洋次郎
小川 廣康
兵頭 栄

いづはら病院跡利用調査特別委員会

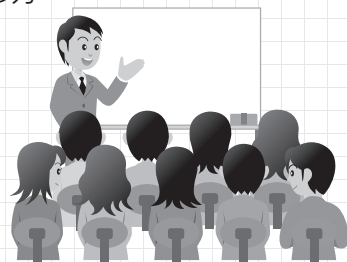
委員長 船越 洋一
副委員長 洲上 清
委員 脇本 啓喜
委員 上野 洋次郎
委員 小宮 教義
委員 初村 久藏
委員 大浦 孝司
委員 小川 廣康

地域資源活用セミナーの開催について

下記のとおりセミナーを開催します。

対馬の資源を活用して、事業化や新商品の開発などを考えておられる方は是非ご参加ください。

- 日 時 平成27年10月1日（木）14：00～（受付13：30～）
- 会 場 美津島文化会館3階大会議室
- 講 師 福岡市博多区（株）ウィッシュ・ボーン 代表取締役 吉田 誠
- 内 容 講演・ワークショップ
- 対 象 者 地域資源を活用した新商品開発や市内での創業をお考えの方
- 定 員 20名（先着順）
- 受 講 料 無料
- 申込方法 下記の申込先に電話でお申し込みください。
- 申込期限 平成27年9月11日（金）
- 申 込 先 〒817-8510 対馬市厳原町国分1441
しまづくり戦略本部 新政策推進課
☎0920(53)6111



今年も数多くの学生が対馬を訪れます

域学連携（地域と大学との連携）による地域づくりの一環として、8月以降、全国各地から約400名の学生が来島し、教育・福祉・伝統芸能・観光・環境・建築・芸術などをテーマに支援活動や学術研究に取り組みます。

特に、今年度の新規事業「こども対馬未来塾」※ に九州大学や明治大学等の学生17名が参加し、こどもたちの自学自習をサポートします。数多くの学生が訪れますので、皆さまのご理解・ご協力をよろしくお願いします。

※こども対馬未来塾：小中学生向けの「夏休み寺子屋」を比田勝・佐須奈・佐賀・厳原・瀬・久和・内院で、高校生向けの「学び舎つしま」を比田勝・仁位・厳原で開催します。

対馬3高校の魅力化について

少子化や過疎化、生徒のニーズの多様化等により、対馬・豊玉・上対馬高校をとりまく状況は厳しさを増しています。高校の維持・存続の問題は、対馬の未来を担う子どもたちのためだけではなく、子育て世代の定住・移住に影響し、地域活性化・地方創生の鍵とも言えます。そのため、高校関係者のみならず、行政・地域・関係機関が一体となって取り組むべき課題と考えています。

対馬市では、平成26年度に「高校魅力化推進懇話会」を設置し「対馬3高校魅力化構想」の作成に取り組んでいます。本構想は、社会の変化を捉え、対馬と3高校の強み・個性・魅力を最大限に発揮し、高校の維持・存続に向け、市の今後の取り組みに関する基本的な考え方を示すものです。生徒が「通いたい」、保護者が「通わせたい」、地域が「存続させたい」と感じられるよう、さらに魅力あふれる高校にし、郷土愛を持った対馬の未来の担い手を育成できるよう、市民の皆さまのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。今後、地域意見交換会や意見公募を行う予定です。その詳細や魅力化構想の概要は追ってお知らせいたします。



高校魅力化推進懇話会の様子

問い合わせ しまづくり戦略本部 新政策推進課 ☎0920(53)6111

韓国語講座「おもてなし編」を開講します！

- 日 程 平成27年8月19日～9月8日（毎週水曜日・4回）※最後の日だけ火曜日
 ・8月19日（水）道案内 ・8月26日（水）お店での対応
 ・9月2日（水）禁止表現 ・9月8日（火）対馬の紹介
- 対 象 ハングルの読み書きができる方はもちろん、ハングルは分からないが韓国人と接する機会が多くて韓国語に興味を持っている方。商店・飲食店・宿泊業の方など、応接会話だけでもマスターしたいという方は是非ご参加ください。
- 内 容 韓国人観光客からよく道を聞かれるのに韓国語で説明ができない！お客さんと業務上の会話をしたい！これダメなのに韓国語でどう言えばいいのかわからない！韓国語で対馬の魅力をアピールしたい！とにかく韓国語で話せる機会がほしい！と思う方いらっしゃいませんか？たったの4回ですが、簡単な韓国語を話せるようになりますようにしましょう。
- 時 間 10:00～11:30・19:30～21:00
- 場 所 対馬市交流センター
- 料 金 無料
- 申込み 申込み不要で自由参加です。当日直接会場にお越しください。

問い合わせ 総合政策部 観光交流商工課 ☎0920(53)6111

対馬の歴史を学んでみませんか？ ～対馬の歴史講座生を募集します～

大陸文化の窓口として、固有の文化遺産を育んできた対馬！その歴史を学び、輪を広げ、対馬の未来へとつないでいきましょう。

- 開 講 日 平成27年9月24日（木）19:30～
- 開催日時 毎週木曜日 19:30～21:00
- 実施場所 対馬市交流センター3階 大会議室（第4回と6回は別会場）
- 募集期間 平成27年8月20日（木）～9月15日（火）
 （第4回だけ、第6回だけの受講も可能です）
- 主 催 対馬市・朝鮮通信使対馬顕彰事業会
- 主 管 対馬芳洲会

開催日	講 義 内 容	講師（敬称略）
9月24日	（開講式）～ 宗義智 波瀾の生涯	武末 俊紀
10月1日	萬松院と宗氏のまちづくり 開山400年を迎えて	山口 華代
10月8日	つしまの仙像夜話	大澤 信
※10月15日	長松寺の大般若経	小松 勝助
10月22日	明治維新と倭館 対馬が長崎県になった背景	永留 史彦
※10月29日	文化8年(1811)最後の朝鮮通信使 対馬府中三ヶ月の誠信交隣	齊藤 弘征
11月5日	みんなでつくる博物館	高田 あゆみ
11月12日	対馬の自然	國分 英俊
11月19日	朝鮮総督府の「宗家文庫」調査	古川 祐貴
11月26日	朝鮮通信使馬上才図巻と馬上才 ～（閉講式）	小島 武博

※10月15日（会場：上対馬町琴地区集会所） ※10月29日（会場：豊玉公民館視聴覚室）

問い合わせ 総合政策部 観光交流商工課 「対馬の歴史講座」係 ☎0920(53)6111

旧軍人・軍属及びご遺族の皆様へ

恩給法及び戦傷病者・戦没者遺族等援護法についての巡回相談会を実施します

- 日 時 平成27年9月29日（火） 9:30～
 - 会 場 上対馬総合センター 会議室
 - 日 時 平成27年9月30日（水） 9:30～
 - 会 場 対馬市交流センター 3階 会議室
- お気軽にお越しください。

戦没者等のご遺族に対する特別弔慰金のご案内について

戦後70周年に当たり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表するため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金を支給するものです。

○対 象

平成27年4月1日において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金等を受けていないご遺族1人に支給します。

※戦没者の死亡当時のご遺族で…

1. 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
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3親等内の親族

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していたこと等が条件となります。

○申請期間 平成27年4月1日～平成30年4月2日

○申請場所 対馬市福祉事務所・各福祉保健センター・各行政サービスセンターで申請できます。

問い合わせ 福祉事務所 福祉課 ☎0920(58)2294

対馬市成年後見制度利用支援事業実施要綱を改正しました

◆成年後見制度とは

認知症・知的障害・精神障害などによって判断能力が不十分な方を保護する制度です。家庭裁判所から選任された成年後見人等が、本人に代わって財産の管理や介護サービスなどの契約を行うことにより、本人の権利を守り生活を支援します。

◆改正内容

- ・「後見人等の報酬助成」等に関する条項を加えました。（第10条～第13条）
- ・成年後見制度を利用するにあたって成年後見人等への報酬の支払いが困難であると認められる場合、後見人等へ支払われる報酬に対し、報酬の全部又は一部を助成します。

○施行日 平成27年7月1日

○後見人等へ支払われる報酬に対し助成を行う。

・施設等に入所している場合……月額18,000円を上限とする。

・その他（在宅の場合）……月額28,000円を上限とする。

※後見人等へ支払われる報酬に対し助成を行うことで、成年後見制度の利用促進を図ります。

問い合わせ 保健部 地域包括・医療対策課 ☎0920(58)1117
福祉事務所 福祉課 ☎0920(58)2294



今年の10月から、あなたにもマイナンバーが通知されます



マイナンバー（社会保障・税番号）とは、国民一人ひとりがもつ12桁の番号です。
社会保障・税・災害対策等の分野で個人の情報を適切かつ効率的に管理するために活用されます。



■マイナンバーによる情報連携でよりよい暮らしへ

国民の利便性の向上

添付書類の削減など、行政手続が簡素化され、国民の負担が軽減されます。

行政機関が持っている自分の情報を確認したり、行政機関から様々なサービスのお知らせを受け取ったりできます。

行政の効率化

行政機関や地方公共団体などで、様々な情報の照合・転記・入力などに要している時間や労力が大幅に削減されます。

複数の業務の間での連携が進み、作業の重複などの無駄が削減されます。

公平・公正な社会の実現

所得や他の行政サービスの受給状況を把握しやすくなるため、負担を不当に免れることや給付を不正に受けることを防止するとともに、本当に困っている方にきめ細かな支援を行うことができます。

※H28年1月から順次開始予定です。

■今年の10月からマイナンバーの通知が始まります

通知カード（表面）

通知カード（裏面）

●左記のような通知カードが10月以降に住民票上の住所に届きます。
(対馬市は10月中旬以降の予定です)

●通知カードには個人番号が記載されています。
紛失されないようご注意ください。
また、個人番号カード取得の際にも必要です。

●「通知カード」は皆さんに郵送されますが、「個人番号カード」取得には申請が必要です。
(個人番号カード取得は強制ではありません)

■個人番号カードを取得するには？

- ①通知カードと同封されている「個人番号カード交付申請書」に必要事項を記載し、写真を添付の上、郵送ください。
- ②郵送で申請後、国が委託する機関（J-LIS）から完成した個人番号カードがいったん、市役所に送られます。

その後、市役所市民課から文書でお知らせをいたしますので、必要書類をご持参の上来庁いただき交付いたします。

※住基カードと異なり、市町村での作成ができないため、日数を要します。お急ぎの場合は事前にご相談ください。

■個人番号カードを取得すると様々なメリットがあります



- 身分証明書になるほか、今後健康保険証などの機能が追加されます（時期は未定です）。
- ICチップを活用した様々なサービスも展開予定です。
- 従来の住基カードと同様に公的個人認証サービス（e-Taxの確定申告等に利用）も搭載されます。

■カードに関するご質問

○住民基本台帳カードは使えなくなるのですか？

平成28年1月から「個人番号カード」（申請者のみ）が交付され始めますので、住基カードの新たな発行はなくなります。ただし、平成27年12月まで住基カードの発行は可能です。また、既にお持ちの住基カードの有効期間内は引き続きご利用できます。

○個人番号カードに有効期限はありますか？

20歳以上の方は10年、20歳未満の方は容姿の変化を考慮して、5年の予定です。

○住所が変わった場合等は、「通知カード」又は「個人番号カード」の記載内容の変更は必要ですか？

必要となります。引っ越し等で市町村に転入届を提出される場合には、通知カード又は個人番号カードを提出して住所の変更等を行っていただく必要があります。引っ越し以外の場合でも、記載内容に変更があった場合には届出を行ってください。

○個人番号カードの取得は義務付けられるのですか？

個人番号カードについては取得の強制はされません。通知カードについては、皆さんに郵送されますので大切に保管しておいてください。

○通知カードと個人番号はどう違うのですか？

《通知カード》 紙製のカードで、券面に氏名・住所・生年月日・性別・マイナンバーが記載されています。個人番号カードと違い顔写真は記載されません。このため単体では本人確認はできませんので併せて免許証等の書類が必要となります。

《個人番号カード》 通知カードに同封されてくる申請書を郵送で提出いただくことにより交付されます。住民基本台帳カードと同様にICチップのついたカードを予定しています。表面に氏名・住所・生年月日・性別と顔写真、裏面にマイナンバーが記載されます。本人確認のための身分証明書としてもご利用いただけます。

○マイナンバーが漏えいすることはないのですか？

マイナンバー制度では、制度・システムの両面から様々な安全策を講じています。

《制度面》 ・ 本人確認を義務付け・第三者委員会による個人情報の監視・監督
・ 罰則の強化・行政機関の情報のやり取りの履歴はマイナポータルを用いて確認可能。
※マイナポータル…マイナンバーに係る自分の情報をパソコンやスマホを利用して確認できる個人用サイトです。（平成29年1月から利用開始予定）

《システム面》 ・ 個人情報は一元的に管理せず、行政機関ごとに分散して管理。
・ 行政機関が情報をやり取りする場合には、マイナンバーを直接用いず、暗号化した連携符号を利用。
・ システムへのアクセス制御によりマイナンバーを利用するシステムへアクセスできる人を制限しアクセス記録を管理。

以上のように皆様の大切な個人情報を漏らすことのないようセキュリティ対策を講じておりますので制度に対するご理解を賜りますようお願いいたします。

マイナンバー・法人番号の詳細はこちら

内閣官房マイナンバー制度ホームページ <http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>

☎0570(20)0178 9:30~17:30（土日祝日・年末年始を除く）

問い合わせ 市民生活部 市民課 ☎0920(53)6111

特別永住者の方へ ～重要なお知らせです～

「外国人登録証明書」の「次回確認（切替）申請期間」の始期が**2015年（平成27年）7月8日**までの方は、同日をもって「外国人登録証明書」の有効期間が満了しています。

また、2015年（平成27年）7月8日までに16歳の誕生日を迎えている方も「外国人登録証明書」の有効期間が満了しています。

また「特別永住者証明書」をお持ちでない特別永住者の方で、上記の期間が経過した「外国人登録証明書」をお持ちの方は、至急、**居住地の役場窓口**にお越しの上、特別永住者証明書の交付の申請を行ってください。

なお、特別永住者証明書の交付を受けていないことをもって、特別永住者の地位が失われることはありませんが「みなし再入国許可」の適用がありませんので、ご注意ください。

詳しくは「入国管理局のホームページ」をご覧ください。

「特別永住者証明書等への切替案内」 (www.immi-moj.go.jp/eiju/index.html)

「特別永住者・中長期在留者の方へ（在留カード等への切替のお知らせ）」

(www.immi-moj.go.jp/keiziban/pdf/kirikaenoosirase.pdf)

問い合わせ 市民生活部 市民課 ☎0920(53)6111

永住者の方へ ～重要なお知らせです～

永住者の方の「外国人登録証明書」は**2015年（平成27年）7月8日**をもって全て有効期間が満了しています。

まだ「在留カード」をお持ちでない永住者の方は、至急、**入国管理局対馬出張所**にお越しのうえ在留カードの交付申請を行ってください。

なお、在留カードの交付を受けていないことをもって、在留資格が失われることはありませんが「みなし再入国許可」の適用がありませんので、ご注意ください。

詳しくは「入国管理局のホームページ」をご覧ください。

「特別永住者証明書等への切替案内」 (www.immi-moj.go.jp/eiju/index.html)

「中長期在留者の方へ（お知らせ）」 (www.immi-moj.go.jp/keiziban/pdf/150331.pdf)

問い合わせ 市民生活部 市民課 ☎0920(53)6111
福岡入国管理局対馬出張所 ☎0920(52)0432

やむを得ない理由で住民票の住所地でマイナンバーが記載された「通知カード」を受け取ることができない方へ

今年10月以降に、住民票上の住所地にマイナンバーが記載された「通知カード」が郵送されます。しかし、現在、やむを得ない理由※で、住民票上の住所地ではないところにお住まいの方は居所情報登録申請を行っていただき、申請が認められた場合には現在お住まいの居所に「通知カード」を郵送することができます。

※やむを得ない理由とは…

- ①東日本大震災による被災者で、住所地以外の居所に避難されている方
- ②DV・ストーカー行為等、児童虐待等の被害を受けている方で、住所地以外の居所に移動されている方
- ③一人暮らしで、長期間、医療機関・施設に入院・入所されている方
(施設等に入所されている方で住民票を施設の住所に移されている方は除きます)

※申請書の提出期間 **平成27年8月24日（月）～9月25日（金）**

提出期間内に、住民票をおいている住所地の市区町村に持参または郵送してください。

申請書の様式や必要な添付書類については、総務省または対馬市ホームページをご覧ください。

(対馬市市民課窓口にもご用意しております)

問い合わせ マイナンバーコールセンター ☎0570(20)0178 ※平日9:30～17:30(土日祝日・年末年始を除く)
市民生活部 市民課 ☎0920(53)6111

対馬市不法投棄合同監視パトロール

6月23日（火）～6月25日（木）にかけて対馬保健所・対馬市・対馬振興局・対馬南北警察署・対馬海上保安部合同で、対馬市不法投棄監視合同パトロールを行いました。空き缶などのポイ捨てや、テレビ・冷蔵庫などの家電製品等の不法投棄が数多く見られました。不法投棄は法律で禁止されている行為です。投棄者は5年以下の懲役、1,000万円以下の罰金または、この併科に処される可能性があります。対馬の美しい自然を守り、未来の子ども達に残していけるよう、ごみのポイ捨てや不法投棄は絶対に止めましょう。



開会式の様子



投棄されたゴミ

問い合わせ 市民生活部 環境政策課 ☎0920(53)6111

都市計画区域の拡大に関する意見交換会を開催します

現在、厳原市街地に設定しています「都市計画区域」を雞知地区まで拡大することの適否について、地域の皆様と意見交換会を開催します。

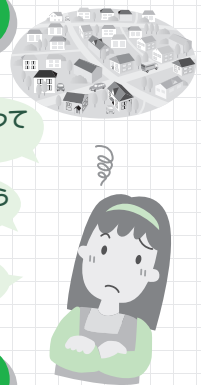
都市計画について説明させていただきますので皆様のご意見をお聞かせください。

- 日 時 平成27年9月2日（水） 19:30～（1時間半程度）
- 会 場 美津島文化会館 3階 大会議室

都市計画ってなに？

都市計画区域になったら何が変わるの？

都市計画法の適用で規制が厳しくなるのでは？



都市計画変更（案）の縦覧を行います

○変更する都市計画

- ①厳原都市計画区域の整備・開発及び保全の方針
- ②厳原都市計画道路「国道382号線・臨港線・東浜宮前線・厳原豆酸美津島線・久田南線」
- ③厳原都市計画道路「堀田線・横町線」
- ④厳原都市公園「今屋敷公園」

○縦覧期間 平成27年8月21日（金）～9月4日（金）（土日を除く）9:00～17:00

○縦覧場所 ①②県庁都市計画課・対馬振興局道路課・対馬市建設課 ③④対馬市建設課

なお、都市計画の案について、関係市町の住民及び利害関係人は、縦覧期間中、意見書を提出することができます。

問い合わせ 建設部 建設課 ☎0920(53)6111

「学びの秋」新しいことにチャレンジしてみませんか？ 秋開催の公民館講座生を募集します

○対 象 対馬市内在住であればどなたでも受講できます。

○受講料 受講料は無料です。但し、材料費・教材費は受講者負担となります。



対馬市各地区公民館講座 募集一覧表

地区	講座名	講師名	回数	開催予定期間	予定開催時間	開催場所	申込期限	定員
上 対 馬	生け花講座	修行 恵子	7	9月～10月 (毎週火曜日)	19:00～21:00	上対馬総合センター	8月31日	15名
	おやつ作り講座	國分 亜沙奈	5	9月～10月 (毎週木曜日)	19:00～21:00			20名
	エコクラフト講座	住屋 ゆかり	6	9月～10月 (毎週火曜日)	10:00～12:00			10名
上 県	舞踊講座	吉田 志保子	7	10月～11月 (毎週水曜日)	19:30～21:00	上県地区公民館	9月25日	10名
峰	エコクラフト講座	安藤 さゆり	6	9月5日～ (毎週土曜日)	9:30～11:30	峰地区公民館	8月31日	15名
	ミニ門松講座	日高 光博	1	12月末	10:00～16:00		12月2日	10名
豊 玉	木工講座	阿比留 恭二	5	9月～10月 (毎週水曜日)	19:00～21:00	ふれあい工房	8月25日	5名
	笑いヨガ講座	阿比留 美喜代	4	9月～10月 (毎週水曜日)		豊玉地区公民館		20名
美 津 島	洋裁講座 ※応募多数の場合は 抽選で決定します	桐谷 ミヨ子	7	9月～11月 (水曜日)	9:30～11:30	美津島地区公民館	9月2日	7名
	陶芸教室	山崎 一宏		9月～11月 (火曜日)	19:30～21:30			10名
厳 原	旬の野菜料理講座	食生活改善推進員	5	9月下旬～10月 (隔週水曜日)	10:00～13:00	対馬市交流センター	9月15日	10名
	フラダンス講座	中田 彩	7	10月6日～11月 (火曜日)	10:00～12:00			15組

申込・問い合わせ

厳原地区公民館
美津島地区公民館
豊玉地区公民館

☎0920(52)0363
☎0920(54)4044
☎0920(58)0062

峰地区公民館
上県地区公民館
上対馬地区公民館

☎0920(83)0151
☎0920(84)2576
☎0920(86)3052

越高遺跡・夫婦石遺跡発掘調査

対馬市教育委員会は熊本大学と共同で上県町にある縄文時代の遺跡を発掘調査します。遺跡は、越高にある越高遺跡と、久原にある夫婦石遺跡の2箇所です。どちらも対馬では最も古い遺跡に数えられます。縄文土器と一緒に朝鮮半島の土器が大量に見つかっており、全国的にも非常に珍しく、重要な遺跡です。いっぽうで、性格や範囲など分からない面も多く残されています。また海岸に近い浸食の影響を受けやすく、その保存が危惧されます。

そこで熊本大学と協力して、大切な遺跡を保存するための基本的な情報を得ることを目的に発掘調査を計画しました。調査期間中、見学は自由です。ただし、安全と遺跡保護のため調査区内には無断で入らないようにしてください。なお、日程は天候や調査の進行状況により変更される可能性があります。

- 調査主体 対馬市・熊本大学
- 調査遺跡 越高遺跡（上県町越高）・夫婦石遺跡（上県町久原）
- 遺跡概要
 - ＜越高遺跡＞ 上県町越高所在 縄文時代早期末～前期
 - ＜夫婦石遺跡＞ 上県町久原所在 縄文時代前期～後期
- 調査概要
 - 調査期間 平成27年8月10日（月）～8月24日（月）
 - 調査組織 対馬市教育委員会文化財課
熊本大学文学部考古学研究室

調査内容

- （1）事前調査：8月10日～15日
 - ＜夫婦石遺跡＞
- （2）本調査：8月16日～25日
 - ＜越高遺跡＞ 8月16日～19日
 - ＜夫婦石遺跡＞ 8月20日～24日



問い合わせ 教育委員会 文化財課 ☎0920(54)2341

● 選挙管理委員会からのお知らせ ●

対馬海区漁業調整委員会委員選挙人名簿の登録申請は平成27年9月5日までに

平成27年9月1日現在で調製する対馬海区漁業調整委員会委員選挙人名簿の登録について、下記の事項のいずれかに該当する方は、もれなく申請書を提出しましょう。

※この申請書に基づいて選挙人名簿を作成しますので、申請がなかった場合、たとえ選挙権があっても投票することができませんのでご注意ください。

○選挙権を有するものの範囲

- ①対馬市内に住所または事業場を有するものであって、1年に90日以上、漁船を使用する漁業を営みまたは漁業者のために漁船を使用して行う水産動植物の採捕もしくは養殖に従事するもの
- ②知事の権限によって上記該当者の範囲を拡張せられたもの
- ③海区漁業調整委員会の委員または漁業協同組合、もしくは漁業協同組合連合会の役員であってその委員またはその役員に就任後上記①②に該当しなくなったため選挙権を失ったもの

○申請書の提出先

対馬市選挙管理委員会、対馬市各振興部地域振興課及び対馬市各行政サービスセンター

※各地区区長及び漁協の各支所で受け付けている地区もあります。

申請書は、各漁協の窓口へ備え付けるか、各地区の回覧等で配布することとしていますが、お手元に届かなかったときは、対馬市選挙管理委員会、対馬市各振興部地域振興課及び対馬市各行政サービスセンターに備え付けていますので、早めにご連絡ください。

問い合わせ 選挙管理委員会 ☎0920(53)6111

平成27年国勢調査にご協力をお願いします

◎平成27年10月1日を基準として全国一斉に国勢調査が実施されます。

9月上旬～中旬にかけて、調査員が各世帯へお伺いいたしますので、調査へのご協力をお願いいたします。

国勢調査は5年ごとに行われており、国内に住んでいるすべての人・世帯を対象として行うもので、行政の基礎となる人口・世帯の実態を明らかにする、国の最も基本的な統計調査です。

国勢調査は次のような流れで行われます。



平成27年国勢調査よりパソコンまたはスマートフォン等による回答が可能となります。

今回の国勢調査より、パソコンまたはスマートフォン等で回答が可能な「インターネット回答」が全国導入されます。調査員が各世帯へインターネットで回答するための利用者情報を配布いたします。配布された利用者情報を用いてインターネットでご回答ください。

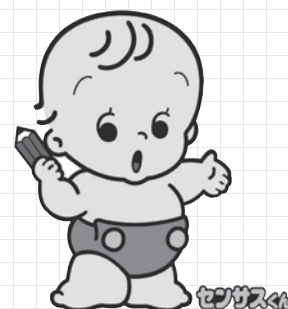
インターネットでの回答受付期間は 9月10日から9月20日となっております。

受付期間終了後、インターネットでの回答がなかった世帯へ、調査員が調査票の配布にお伺いいたします。ご記入が終わりましたら、調査員への提出もしくは調査票と同時に配布される郵送用封筒でご返信ください。

調査員は総務省統計局長より任命を受けた「調査員証」を携行しております。なお、統計法により知り得た情報は「守秘義務」として、他に絶対に漏らしてはいけないこととなっておりますので、調査へのご協力をお願いいたします。

<注意>

全国で調査員を装った語り調査等が発生しております。
不審な点がございましたら下記担当までご連絡ください。



問い合わせ

総合政策部	政策企画課	☎0920(53)6111
中対馬振興部	地域振興課	☎0920(58)1111
上対馬振興部	地域振興課	☎0920(86)3111

上県町地域福祉センター「喜多の苑」指定管理者を募集します

対馬市では、上県町地域福祉センター「喜多の苑」の指定管理者となって施設の管理運営をしていただけの法人を募集しています。

○施設名称 上県町地域福祉センター「喜多の苑」(上県町佐須奈乙339)

○指定管理期間 平成28年4月1日～平成33年3月31日(5年間)

○申込期限 9月30日(水) 17:30まで

申請受付は、平日の8:45～17:30です。

※募集内容の詳細等については、担当課までお問い合わせください。

問い合わせ 福祉事務所 福祉課 ☎0920(58)1119

「湯多里ランドつしま」指定管理者を募集します

対馬市では「湯多里ランドつしま」の指定管理者となって施設の管理運営をしていただける法人・その他の団体を募集しています。

○施設名称 湯多里ランドつしま(美津島町雞知乙1168-1)

○指定管理期間 平成28年4月1日～平成33年3月31日(5年間)

○申込期限 9月30日(水) 17:30まで

申請受付は、平日の8:45～17:30です。

※募集内容の詳細等については、担当課までお問い合わせください。

問い合わせ 市民生活部 美津島行政サービスセンター ☎0920(54)2271

源泉所得税等の徴収漏れに関する事務処理について(ご報告とお詫び)

昨年8月に厳原税務署長から「源泉所得税等の自己点検について」の行政指導通知を受け、点検の結果、平成22年1月1日から平成26年10月31日までの調査対象期間において、個人事業主である測量士などに対する源泉所得税の徴収漏れがあることを確認いたしました。

その是正措置は、一旦、徴収漏れとなった所得税を市が納付し、対象の個人事業主から所轄の税務署へ更正の請求手続きを行い、その事業主が還付を受けた所得税を市へ納付していただくというものであります。ついては、事実確認後、対象となった8事業主の皆様へ謝罪のうえ、所要の手続きをお願いしておりましたところ、本年4月1日付をもちまして、還付所得税43,017,523円全額の納付が完了し、その一連の手続きが終了いたしましたのでご報告申し上げます。

併せて、対馬市が納付いたしました不納付加算税並びに延滞税合計3,585,200円については、源泉徴収義務者である市の責任において、昨年12月議会で予算化のうえ支出したものでありますが、その額が多額となった事等を含めまして、市民の皆様へ対し心からお詫び申し上げます。

また、事実発覚後、原因等を調査し、再発防止策を徹底しておりますので、ご理解の程お願いいたします。

対馬市長 財 部 能 成



要チェック! 消費者トラブルに巻き込まれる前に

対馬市消費生活相談所だより

～消費者トラブルに関する事例やアドバイスをご紹介します～

対馬市消費生活相談所

☎0920(52)8322

巧妙化するスマートフォンでの【ワンクリック詐欺】の手口にご注意を!!

【事例】

スマートフォンなどの携帯端末でアダルトサイトを閲覧中、画面に表示された「18歳以上」の部分をクリックしたところ、“シャッター音が聞こえ”スマホに登録完了の画面が表示され高額の利用料を請求された。また音だけでなく、“バイブレーション機能が作動”した。

【消費者へアドバイス】

ウェブサイトを閲覧するだけでスマートフォンなどの携帯端末のカメラを操作したり、撮影した画像を送信させたりすることはできません。請求画面を表示する際にシャッター音やバイブレーションが再生されるよう仕組んでいるだけと思われます。

また最近ではアダルトサイトを閲覧中に「登録完了」などを画面に表示させたのちに、番号が記載された画面をポップアップさせ、うっかりタップしてしまうと、業者に電話がかかってしまうという仕組みの悪質なサイトもできています。また電話番号の頭に「186」を付けており、電話番号を知らせる仕組みにしているなど巧妙化しています。

ブラウザの表示から請求画面を消すため、タブの削除や閲覧履歴の消去を行うこと、そして業者には絶対に連絡を取らないことが必要です。ブラウザのタブの削除は誤操作により電話発信をしてしまう可能性があるため、ブラウザの閲覧履歴を消去するなどをお勧めします。

アダルトサイトの利用料請求などをめぐる国民センターへの相談件数は、過去最多の10万件以上に上りました。このうちスマートフォンの利用者は半数近い相談が寄せられています。

お困りの際には一人で悩まず対馬市消費生活相談所や長崎県消費生活センターへ相談してください。



年金コーナー



「年金情報流出」を口実にした犯罪にご注意ください!

日本年金機構を名乗って口座番号を聞き出そうとする者や「流出した個人情報削除してあげる」と持ちかけてくる者が現れています。

●日本年金機構から、この件でお客様に電話やメールで連絡することは、一切ありません。なお、流出が確認された方への新しい基礎年金番号は、郵送でお知らせします。

●日本年金機構が、この件でお客様にお金やキャッシュカードを要求することは一切ありません。

●日本年金機構が、この件でお客様にATMの操作をお願いすることは一切ありません。

ご自分の情報が流出しているのでは? など、ご心配の方は下記専用電話窓口または長崎北年金事務所へご相談ください。

(不正アクセス専用コールセンター)

電話番号 0120(818)211(フリーダイヤル)

受付時間 8:30～21:00(平日及び土日)

【問い合わせ】

☎日本年金機構長崎北年金事務所 ☎095(861)1354

《長崎北年金事務所の出張年金相談》

○日時 9月9日(水) 13:30～17:00

場所 美津島行政サービスセンター
別館会議室

○日時 9月10日(木) 9:00～17:00

場所 対馬市役所 大会議室

★年金相談は予約制です。

★予約受付期限 9月4日(金)まで

予約先 ☎095(861)1387

わがまち再発見!!

対馬市教育委員会 文化財課
☎0920(54)2341

対馬各地の地名

(大字編)

*出典について、特に明示しない限り『津島紀事』を引用しています。

【豊玉町鏝川】

対馬では、細長い形状のことを「やり」と呼んでいます。この場所が奥に細長い谷状の土地であることを指して「鏝」と呼んだことが語源とされています。
「川」とありますが、これは谷状地形のことを指しています。

【豊玉町千尋藻】

「千尋」とは、非常に長い、深いという意味であり、藻は「浦」が訛ったものと伝わっており、奥深い大漁湾

(旧称オロシカ湾)の形状が語源であるとされています。

この他「藻」の語源として、言い伝えでは、神功皇后が新羅へ渡る際に、この場所へ立ち寄られたが、秣が無かつたため、海中の藻を採って馬に与えたことが由来とされています。

【豊玉町曾】

語源については、「底浦」が訛ったものとされています。現在の集落中心部は、江戸時代に埋め立てて造成された場所で、元々は曾川の河口でした。埋め立てられるまでは、深い浦が形成されていたため、湾の入口に対して、湾の奥を指し「底浦」と称していました。が、埋め立て後、浦が省略され、底が訛り「曾(そ)」と称されるようになったと伝わります。

【豊玉町位之端】

地名の初見は、室町時代で「いのはし」と表記されています。集落としての本格的な形成が始まったのは、江戸時代以降とされていますが、この地にある太地子川を境に、仁位郡と峰郡と分かれているため「仁位郡之端」が転じて「位之端」と称すようになったとされています。



むつのごせん
六御前神社のイチヨウ(県指定天然記念物:千尋藻)

つしま図書館情報

つしま図書館 ☎0920(52)3900

- つしま図書館のエアコンは28℃に設定しています。
- 貸出した本の返却期限は2週間後です。
継続して借りたい場合は、期限以内に図書館へお電話ください。
さらに2週間、借りることができます。
(予約が入っている本と、課題図書は継続貸出できません)

9月の休館日

■休館日

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

※9月22日(火)～9月24日(木)は、貸出システムの更新作業のため休館とさせていただきます。

今月のおすすめ新着本

一般書

『服を買うなら、捨てなさい』 地曳 いく子／著

キャリア30年超のスタイリストが「少ない服で素敵にみせる」ファッションの新常識を指南します。

『ちゃんぽん食べたかつ!』 さだ まさし／著

ヴァイオリニストになるという大志を抱き、長崎から上京した中学生の佐田少年。愛すべき悪友や恩師、ヘンテコな隣人との毎日のなか、直面する人生の挫折。夢を諦めた少年が選ぶ道とは――?

『いけるね!シカ肉おいしいレシピ60』 松井 賢一／著

鹿解体と販売で知られる異色の県職員の著者が、鹿肉をうまくする方法を伝授。基本を踏まえて一押し料理、シカ肉ならではの一品、そして内臓料理まで、おいしいシカ肉レシピ60種が集合。

児童書

『はこ』 小野 不由美／著

あかないはこ。ふると、コソコソおとがする。「はこ」と「女の子」をめぐる、静かな恐怖の物語。あなたを恐怖の世界へとじこめる。

『みぢかなふしぎ1 ねえ、どうして力にさされるとかゆいの?』 今泉 忠明・井桁 容子／著

「ねえ、どうして力にさされるとかゆいの?」など聞かれても答えにくい子どもの疑問にすっきり答える絵本。子どもの「どうして?」に、大人もなるほど!と思ってしまう答えがいっぱい詰まっています!

『自由研究にぴったり!夏休みの自然観察』 中村 忠昌／著

やってみたい観察がきっと見つかる、植物・動物・空のジャンル別、17テーマ。まとめ方もわかって、自由研究はバッチリ!!

お知らせ

対馬救急医療研究会

9月9日は「救急の日」です。また6日～12日までの1週間を「救急医療週間」として、全国各地において救急に関するさまざまな行事が実施されています。

対馬でもこの行事の一環として「対馬救急医療研究会」を開催します。

入場無料ですので、皆様お誘いあわせの上、お気軽にご参加ください。

テーマ

「医療再編後の

救急医療体制を考える」

■日時 9月5日(土) 14時～16時

■場所 対馬市交流センター

主催

対馬市医師会・対馬市・対馬保健所

協力

長崎県対馬病院・長崎県上対馬病院

【問い合わせ】

対馬保健所

☎0920(52)0166

第39回 豊高祭

■日時 9月6日(日) 10時～15時(予定)

■場所 パールドーム

■内容

《午前》

○体育祭

綱引き・リレー等競技・幼児向けの競技も実施します。(景品を準備しています)

《午後》

○文化祭

ステージ発表(合唱・劇など)・写真展など

○食物バザー

ポップコーン・綿菓子無料配布

【問い合わせ】

豊玉高校(担当:新里香織)

☎0920(58)0399

対馬の道をみんなで守ろう!

長崎大学主催

「道守補助員講座」

みなさん散歩や通勤の時に、陥没した道や曲がったガードレールなどを見かけた事はありませんか?

人も道も長持ちさせるには傷んだ箇所の早期発見が大事です。この度長崎大学では「傷んだ道路や橋」を見つけた時にどうすればいいのか? みんなの道をみんなで守る「道守補助員」の講習・実習を行います。お誘い合わせの上是非ご参加ください。

■日時 9月12日(土) 13時～16時30分

■場所 対馬市交流センター 3階

■受講対象 対馬市民の皆さま

■人数 約20名

■受講料 無料

■主催 長崎大学インフラ長寿化センター
※同センターは世界遺産「軍艦島」の3次元CG化に成功した研究機関です。特別講演「文化財と3次元映像(仮題)」も開催予定です。

【問い合わせ】

長崎大学インフラ長寿化センター

☎095(819)2880

離島地区高校の在り方に

関する意見交換会

中学校卒業生数が減少傾向にある離島地区において、地域の県立高校の現状や教育成果について情報を共有するとともに、今後の魅力化や特色化などについて、県教育委員会、県立学校等の学校関係者と、地元小中学校保護者の皆様との意見交換会が行われます。

会議は、公開で行い傍聴もできます。

《上対馬高校》

■日時 8月26日(水) 19時～20時30分

■場所 上対馬総合センター 研修室

《豊玉高校》

■日時 8月27日(木) 19時～20時30分

■場所 豊玉文化会館 大集会室

【問い合わせ】

県教育庁総務課

☎095(894)3317

試験

平成27年度 下水道排水設備工事責任技術者試験

■日時 11月29日(日) 13時～16時

■内容

下水道の一般的分野及び技術的分野

■場所

公益財団法人長崎県建設技術研究センター

(大村市池田2丁目1311番3)

■受付期間

9月7日(月)～9月25日(金)

※9時～17時 土曜日・日曜日・祝祭日を除く。

■受験資格

学歴に応じて、下水道工事等の実務経験が必要です。

■受験料 8,000円

■実施団体 長崎県下水道協会

■申込方法

公益財団法人長崎県建設技術研究センターのホームページから申込書をダウンロードし、左記申込先への直接の申し込みか、郵送(簡易書留)でお願いします。

【問い合わせ】(申込先)

公益財団法人長崎県建設技術研究センター

(略称:ナーク)

大村市池田2丁目1311番3

☎0957(54)1604

真ん中から対馬を盛り上げよう!!

「つしまんなかまつり」を開催します

対馬ん中に埋もれた田舎・オリジナルのグルメ料理による

第2回「つしまんなかグランプリ ～じえ1～」を開催!!!

- 開催日 10月4日(日)
- 場 所 対馬市ファミリーパーク(峰町吉田)
- 締 切 9月11日(金)

出場者大募集!!

※参加資格…個人または団体(飲食店も可) 低価格で提供して頂ける方。
※審査方法…お客様の満足度でお気に入り投票により決定。
※グランプリ・準グランプリには豪華賞品!

問い合わせ つしまんなかまつり事務局(峰行政サービスセンター内) ☎0920(83)0301

おまつりの
出店も
募集します!!



ハローワークと長崎県が 再就職のお手伝い!!

～ハローワーク in 上対馬～

対馬市・九州内(寮完備・住込)の詳細な求人情報があります。

履歴書・応募書類の書き方、面接指導・訓練、就職支援セミナー等、就職のための応援もしています。

雇用保険受給中の方は、求職活動実績にカウントできます。ぜひ、お気軽にご相談ください。

- 日 時 9月1日(火)・29日(火) 10:00～15:30
- 会 場 上県行政サービスセンター

厚生労働省長崎労働局・ハローワーク
長崎県・長崎県総合就業支援センター

問い合わせ(予約先)

〈労働局〉ハローワーク長崎西洋館センター
☎095(808)0251
〈長崎県〉長崎県総合就業支援センター
☎095(842)5424

人権相談窓口のお知らせ

子どもの人権110番 ☎0120(007)110

- 受付時間 〈平日〉8:30～17:15 (通話料無料)

被害を訴えられない、身近な人と相談できない子どもが重大な結果に至らないよう、問題解決に導くための電話相談を受け付けています。

女性の人権ホットライン ☎0570(070)810

- 受付時間 〈平日〉8:30～17:15

ドメスティック・バイオレンス、セクシャル・ハラスメント、ストーカー行為等の人権問題をいち早くつかみ、その解決に導くための電話相談を受け付けています。

9月7日(月)～13日(日)

全国一斉「高齢者・障がい者の人権あんしん相談」強化週間

0570(003)110 (全国共通人権相談ダイヤル)

- 受付時間 8:30～19:00(ただし土日は10:00～17:00)

期間中「全国共通人権相談ダイヤル」の受付時間を延長します。障がいのある人に対する不当な扱い、高齢者への虐待など、ひとりで悩まず電話してください。

(法務省)インターネット人権相談受付

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html>

長崎地方法務局/長崎県人権擁護委員連合会
対馬市総務部総務課

政治家の寄附は禁止、有権者が求めることも禁止されています

みんなで
徹底しよう
三ない運動

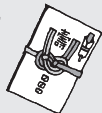
贈らない!

求めない!

受け取らない!

これらのものも、
政治家の寄附禁止の
対象となります。

秘書等が代理で
出席する場合の
結婚祝



地域の運動会・
スポーツ大会への
飲食物等の差入



お祭りへの
寄附・差入



町内会の集会・
旅行等の催物への
寸志・飲食物の
差入



落成式・
開店祝等の
花輪



病気見舞



お歳暮・お年賀



入学祝・卒業祝



葬儀の花輪・
供花



秘書等が代理で
出席する場合の
葬儀の香典



総務省 なるほど! 選挙「寄附の禁止」

総務省 寄附の禁止

検索

(公財) 明るい選挙推進協会

明るい選挙推進協会 三ない運動

検索

こうほう ショッキング

Vol.76

Kōhō shocking



は せ が わ さ と こ

長谷川 理子 さん

●プロフィール

45歳。愛知県名古屋市出身。武蔵野音楽大学声楽科を卒業後、名古屋市内の高校でソルフェージュを教えるかたわら音楽教室でリトミックを用いた音楽教育に携わる。38歳の時、リトミックの国際免許を取得するためにスイス・ジュネーブへ留学。その後、より深く音楽を学びたいとコンセルヴァトワール(音楽院)に入学、中世音楽を学ぶ。楽理科でマスター取得。昨年8月、アフリカで医療に従事していた夫の転勤に合わせて対馬へ転居。中学生の息子2人の母でもある。上対馬町大浦在住。

ソルフェージュ…音楽の基礎的訓練の総称
リトミック…音楽を体で体験し、想像力や表現力を養う総合教育

○ジュネーブでの生活はいかがでしたか？

日本でフランス語を学ばずに留学したのですが、ジュネーブには国際機関も多く、人口の約40%が外国人ということもあり外国人への対応が豊かでした。息子が二人おりますが、ジュネーブに転居した当時は小学生と幼稚園児。公立の学校に通いながら日本語補習校にも通いました。子どもの順応性は素晴らしいですね。私は言いたいことが何とか伝わるという程度のフランス語しか話せるようになりませんでした。息子たちは兄弟同士ならフランス語で会話します。私のフランス語はダメだそうです(苦笑)。

○久しぶりの日本、対馬での生活は？

二人の学校生活のことが気にはなっていました。いろいろ配慮いただいて。でもそれ以上に、対馬の子ども達に本当に助けてもらいました。現在はバレーボール部で活動しています。が、ジュネーブの学校と比べて日本の学校は忙しいですね！土日にも部活動があるのに驚きました。私も地元の方に野菜の育て方や地域のことを教えていた

だいているところです。

○対馬で興味を持ったことは？

留学中に中世音楽の文献の研究をしたのですが、論文を書くにあたって先生から「日本のことを何かテーマにしたら？」と勧められました。良い機会だと思い、自分でも全く未知の領域だった雅楽を選んだのですが、そのことで日本の中世の歴史にも興味を持ちました。対馬に来てみると、古代から近世までの歴史が色濃く残っていて、特に10世紀より前の時代のものに魅力を感じています。対馬の山々、自然の素晴らしさもまた魅力です。スイスの豊かな自然にも大いに感激しましたが、対馬のそれとは全く違う印象で。山々の色合いの中に私たちに寄り添っているような精霊の存在を感じたんです。対馬には社や鳥居が多いですね。万物に宿る精霊を崇拜対象とするアニミズムや自然崇拜、神道が息づく土地だと思いました。信仰と音楽は結びつきが強いので、興味深いです。伝統芸能などの奥義や秘伝を口伝に教える「口伝」にも興味があるので、対馬の民謡も興味深いですね。

○対馬の魅力とは？

対馬の自然や、住んでいる人たちの人柄だと思います。それは、対馬が島であるということに関係があるのではないかと思います。対馬の人たちは島という立地環境の中、教養深く、誇りを保ちつつ、古いものを守ってきたと感じています。

○長谷川さんにとって対馬は興味津々の場所のようですね。

本当に(笑)。まだ対馬という1ページを開けたばかりですが、したいことや知りたいことが山積みです。対馬の気候、特に冬の風の強さにびっくりしましたが、自然の厳しさにも楽しさを感じながら、師匠と呼ばせていただいている地元の方に野菜の育て方を教わったり、庭の花も充実させたりしたいです。文化に関してたくさん知りたいので、教えていただきたいです。でも、母親業としては大事な時期でもあるので、バランスを取りながら徐々にページを進めたいです。

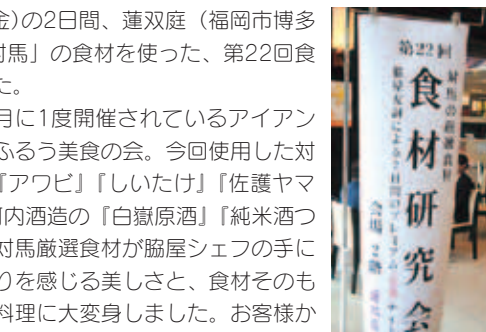
毎回、登場してくださった方に次の方をご紹介いただくこのコーナー。次回は上対馬町鰐浦にお住まいの小島智子さんです。お楽しみに。

第22回食材研究会『今宵の厳選食材 対馬』

7月23日(木)・24日(金)の2日間、蓮双庭（福岡市博多区博多駅前2丁目）で「対馬」の食材を使った、第22回食材研究会が開催されました。

食材研究会とは、2ヶ月に1度開催されているアイアンシェフ脇屋友詞氏が腕をふるう美食の会。今回使用した対馬厳選食材は『あなご』『アワビ』『しいたけ』『佐護ヤマネコ米』。ドリンクには河内酒造の『白嶽原酒』『純米酒つま』『対馬やまねこ』。対馬厳選食材が脇屋シェフの手により見た目も繊細で心配りを感じる美しさと、食材そのものの食感と味を楽しめる料理に大変身しました。お客様から『こんな美味しいコリコリしたアワビを食べるのは初めてだ！』『対馬は食べ物の宝庫でとても良い島ですね。是非行ってみたいです。』と声を掛けていただき、対馬の魅力を知っていただけました。

脇屋氏の腕により『対馬の旬』がさらに美味しく、沢山の方に味わってもらうとても貴重な時間となりました。



料理について語る脇屋シェフ



会場の様子



ドリンクコーナーの「対馬やまねこ」と「白嶽原酒」 対馬の鮑の熱々の一品



対馬の穴子と太刀魚二品の喜び

WAVE FUKUOKA!

福岡の“旬”をお届けします

「蓮双庭」平賀料理長対馬食材現地視察



食材研究会の1か月前の6月25日に、蓮双庭平賀料理長が対馬の食材現地視察を執行。メイン食材は「あなご」「あわび」で決定していましたが、それ以外の食材を求めて視察を行いました。「現地に足を運び、生産者の方々から直接話を聞くことで、料理に気持ちを込めることができるんです」と話す平賀料理長。メイン食材以外では「いか」「米」「しいたけ」「酒」などとても熱心に視察されていました。

食材研究会以外での蓮双庭の新たな対馬食材メニューの誕生が楽しみです。

わがまちの文化財を守ろう



平成24年10月に盗難被害に遭った仏像のうち、峰町木坂・海神神社所有の「銅造如来立像」（重要文化財）が返還されました。

仏像の返還を待ち望んでいた所有者はもとより、地域の方々も安堵しているところです。

盗難事件発生以来、市民の皆様には、返還に対する署名活動にご協力いただくなど、対馬が一丸となって絶え間なく返還運動を続けてきました。

今回仏像が返還されたことは、このような取り組みが実を結んだものであると思っております。

しかしながら、同時に被害にあった豊玉町小綱観音寺の「観世音菩薩坐像」が返還されなかったことは大変残念であります。

対馬市としては、この件についても引き続き速やかに返還されるよう、関係機関を通じて強く求めてまいります。



銅造如来立像

市長の動き 〈7月〉

- 1日**
社会を明るくする運動
航空運賃低廉化及び対馬プレーン就航キャンペーン(福岡市)
- 2日**
平成27年第2回対馬市議会定例会
- 5日**
国境マラソンin対馬
- 7日**
RKB・JR九州・九州大学関係者との意見交換会(福岡市)
- 9日**
対馬栽培漁業振興公社理事会
職場体験学習中学生との座談会
対馬市総合戦略推進会議
- 10日**
長崎県水道協会役員会 (長崎市)
長崎県国民健康保険団体連合会理事会(長崎市)
- 14日**
省庁訪問 (東京都)
平成27年度過疎関係都市連絡協議会総会(東京都)
- 15日**
上対馬地域審議会
- 16日**
中対馬地域審議会
下対馬地域審議会
- 17日**
JR九州高速船混乗についての意見交換会(福岡市)
- 18日**
対馬市民ボランティア連絡協議会総会
- 19日**
対馬シーカヤックフェスタ2015
伝統文化体験学習第17回「舟グロ大会」
大浦湾舟グロ大会
- 21日**
国境離島新法制定に係る要請活動 (東京都)
- 22日**
省庁訪問 (東京都)
- 23日**
中学校総合体育大会対馬市選手団団結式
- 24日**
対馬高校ユネスコスクールキックオフ講演会
九州経済連合会他共催「2015夏のタベ」(福岡市)
- 27日**
市長定例記者発表
しまとく通貨発行委員会事務局との協議
- 28日**
県庁訪問 (長崎市)
- 29日**
離島活性化交付金事業検討会議 (長崎市)
全国畜産農協組合長との面談 (熊本市)
- 30日**
熊本県畜産農協組合長との面談 (熊本市)
インターハイ女子やり投げ決勝激励(和歌山市)
イノシシ・シカの資源活用に関する普及啓発活動(大阪市)
- 31日**
厳原区長会
厳原町管内学校歯科検診協議会

※太字は島外出張

無料法律相談日程のご案内 〈9月〉

対馬市社会福祉協議会では、法律に関する相談会を開催しています。料金は無料です。お気軽にご利用ください。

日程	時間	会場
3日(木)	13:00)	対馬市交流センター(厳原) 担当: 対馬ひまわり基金法律事務所
10日(木)		対馬市総合福祉保健センター(美津島) 担当: 法テラス対馬法律事務所
24日(木)	16:00	上対馬町地域福祉センター 担当: 対馬ひまわり基金法律事務所

※法律相談を希望される方は、必ず事前(前日の16:00まで)に予約をお願いします。

プライバシー・相談内容・秘密は固く守られますので、安心してご相談ください。

予約・問い合わせ 対馬市社会福祉協議会 地域福祉班
☎0920(58)1432

健康 24時間電話で健康をお届けします
テレホンサービス
☎0120(555)203

9月のテーマ

- リウマチ性多発筋痛症をご存知ですか?
- 足の症状が気になる方へ下肢動脈閉塞症
- 子どもの下痢の対処法
- シミいろいろ
- 高齢者の不眠
- 繰り返す膀胱炎

火災発生情報
平成27年7月31日現在

発生件数	本年	12
	昨年比	6

交通事故情報
平成27年7月31日現在

区分	南署管内	北署管内	市全体
発生件数	本年 14	8	22
	昨年比 -9	4	-5
死者数	本年 0	0	0
	昨年比 -2	0	-2
負傷者数	本年 20	8	28
	昨年比 -9	2	-7

安全運転で、事故のない対馬を目指しましょう!!

おぐやみ (6月21日~7月20日受付分)

ご冥福をお祈りします

小千尋	千尋	仁位	仁位	志賀	女連	久原	鹿見	志留	御園	犬浦	瀬田	恵古	大地	上町	豊島	(住所氏名)
綱藻	原田	築城	佐伯	阿比留	小田	市山	濱崎	古島	春田	白石	山田	神宮	武田	日高	小島	(住所氏名)
村瀬	直喜	博治	薫之	大作	ゼン	繁則	信代	勝俊	ヒサ子	勉吉	春吉	初子	キミコ	六助	赤名	(住所氏名)
81歳	71歳	95歳	74歳	80歳	85歳	93歳	86歳	82歳	84歳	76歳	87歳	92歳	91歳	99歳	95歳	(年齢)
上下	浅堀	久田	田道	日吉	棧原	細浦	賀谷	緒方	根緒	高浜	大浜	瀬原	日向	吉野	愛志	(住所氏名)
山原	藻田	中村	圓島	松島	須賀	中島	園部	松島	中山	濱本	瀬川	平山	兼子	愛志	68歳	(住所氏名)
廣田	幸雄	藤次郎	平武	温美	健	千尋	重男	孝雄	シズ子	シズ子	タキ子	幸義	兼子	愛志	68歳	(年齢)
90歳	94歳	93歳	97歳	54歳	84歳	20歳	77歳	88歳	81歳	91歳	76歳	74歳	68歳	90歳	68歳	(年齢)

※このコーナーは、届出の際、戸籍窓口で承諾のあった方のみ掲載しております。(敬称略)

9月の特別診療案内

※特別診療のうち、長崎大学・国立病院長崎医療センター等応援につきましては、空路欠航等により診療を中止する事がありますので、事前に確認くださいませうお願いします。

長崎県対馬病院 ☎0920(54)7111

診療科目	診療日	受付時間
☆ 血液内科 (長崎医療センター)	14	8:30～予約時間
神 経 内 科 (大村市民病院)	2・15・16	8:30～11:00
循 環 器 科 (根岸耕大)	2・9・16・30	8:30～11:00
循 環 器 科 (井口 創)	1・3・8・10・15・17・24・29	8:30～11:00
脳 神 経 外 科 (長崎医療センター)	11	8:30～15:00
皮 膚 科 (長崎医療センター)	16	8:30～11:00
皮 膚 科 (長崎大学病院)	3・17	8:30～11:00
☆ 皮 膚 科 (長崎大学病院)	4・18	8:30～10:00
皮 膚 科 (九州大学病院)	9・30	8:30～11:00
☆ 糖 尿 病 外 来 (福岡大学病院)	2	8:30～予約時間
☆ 思 春 期 外 来 (長崎県精神医療センター)	19	8:30～予約時間
泌 尿 器 科 (長崎医療センター)	4・24・25	8:30～11:00
泌 尿 器 科 (大村市民病院)	30	8:30～11:00
☆ 泌 尿 器 科 (原三信病院)	26	8:30～予約時間
泌 尿 器 科 (長崎大学病院)	16・17	8:30～11:00
☆ リウマチ外来 (長崎県対馬病院)(長崎医療センター)	10・25	8:30～予約時間
肝 炎 外 来 (長崎医療センター)	14	8:30～15:00
☆ 肝 臓 外 来 (長崎大学病院)	18	8:30～予約時間
眼 科 (九州大学病院)	2・9・16・30	8:30～11:00
耳 鼻 咽 喉 科 (福岡大学病院)	2・3・9・10・16・17・24・30	8:30～11:00
耳 鼻 咽 喉 科 (長崎大学病院)	1・14・15	8:30～11:00
☆ 肩 外 来 (押領司病院)	24	8:30～予約時間

☆予約制となります(受診歴がない希望の患者様は、総合外来を受診し相談ください)。

長崎県上対馬病院 ☎0920(86)4321

診療科目	診療日	受付時間
眼 科	2・9・16・30	8:00～11:30
耳鼻咽喉科	1・15	8:00～11:30
整形外科	2・24	8:00～11:30
皮膚科	17	8:00～11:30
泌 尿 器 科	18	8:00～11:30
	29	11:00～15:00
循環器科	18	8:00～11:30
脳神経外科	11	8:00～10:00
神経内科	1	8:00～11:30
精 神 科	8	8:00～15:00
	9	8:00～11:30
産婦人科	3・10・17・24	8:00～11:30
外 科	3・4・10・11・17・18・24・25	8:00～11:30



日曜・休日救急医療

在宅当番医

日 程	診 療 所 名	電 話 番 号
9/6(日)	三 根 診 療 所 (峰 町)	83-0032
13(日)	今屋敷ことう診療所(厳原町)	53-5777
20(日)	すとう内科医院(厳原町)	52-0530
21(月)	佐 須 奈 診 療 所 (上 県 町)	84-2007
22(火)	佐 賀 診 療 所 (峰 町)	82-0050
23(水)	東 島 医 院 (厳原町)	52-7783
27(日)	佐 須 奈 診 療 所 (上 県 町)	84-2007

診療時間は9:00～12:00です(※急患の方のみ)。

健康ひと口メモ

自分の体のことをよく知ろう

- 年に1回は健診を受けよう(がん検診も)。
- 自分の健康に対する意識を高めよう。
- 気軽に相談できるかかりつけ医を持とう。



【問い合わせ】保健部 健康増進課 ☎0920(58)1116

午後8時まで
開いています。

税務課 夜間窓口

■8月の夜間窓口日程

	月	火	水	木	金		月	金
本庁税務課	31	25	26	27	28	各振興部・ 行政サービス センター	31	28

■窓口開設時間 17:30～20:00

※おおむね毎月末の5日間(土・日・祝祭日を除く)を予定しています。
(各振興部・行政サービスセンターでは2日間を予定)

※8月31日は、市税・国保税3期の納期です。



【問い合わせ】市民生活部 税務課 ☎0920(53)6111

差押えについて

「いきなり口座のお金を差し押えられた」「文書や電話で予告してくれたら払ったのに」とのご意見をいただくケースがあります。
税金は「差し押えられるから払うもの」ではなく「義務として払わなければならないもの」です。

「払いたくても払えない…。」
そんなときは、早めのご相談を。



華乃、お誕生日
おめでとう♡
いつもニコニコ
癒しをありがとう♡
いつでも仲良し
姉妹でいてね♡★

なかやま か の
中山華乃ちゃん
8/8生まれ(1才)美津島町



2才の誕生日
おめでとう!!
毎日、色々な成長を
見せてくれてありが
と♡祐真の笑顔が
家族みんなの宝物
です♡これからも
元気いっぱい
大きくな～れ★

うめ の ゆう ま
梅野祐真くん
8/3生まれ(2才)豊玉町

今月お誕生日を
迎える子ども達を
紹介します!!

8がつ
生まれ

お誕生日
おめでとう



じいちゃん。
ばあちゃん。
きみばあちゃん。
近所の
おばあちゃんたち。
いつも遊んでくれて
ありがとう♡!

よし だ な お
吉田直生くん
8/21生まれ(1才)豊玉町



元気いっぱい、
お腹いっぱい、
たくさん食べて
大きくなって♡

かた や ま ゆ い
片山 結ちゃん
8/23生まれ(1才)上対馬町



誕生日おめでとう★
この対馬の自然の
中で、優しく強い
人になってね♡
今年の夏は海や
山で家族みんな
笑顔いっぱい
遊ぼうね♡!

もり した せい すけ
森下惺丞くん
8/21生まれ(2才)厳原町

ご注意
ください

- 申し込み多数の場合は、先着順（初めての方優先）とさせていただきます。あらかじめご了承ください。
- 携帯電話で撮影した写真は、画質が荒く使えない場合があります。
- できるだけ頭や体（胸より上）が切れていない写真をご用意ください。
- 応募締切は、お誕生日の前月27日です。お早めにご応募ください。



募集

今月の表紙……対馬厳原港まつり

お誕生日おめでとう・その他取材依頼等募集しています。
【広報業務受託業者】合資会社 厳原印刷所（広報担当）
〒817-0002 対馬市厳原町日詰3001 ☎0920(53)0000
Eメール izuin21-t@apricot.ocn.ne.jp

※詳細はのり面に掲載します。

毎月19日は食育・地産地消の日

～おいしい対馬の食材を食べましょう～

あなごときゅうりの
ピリ辛炒め



作り方

- ① あなごを2～3cm程度の一口大に切り、片栗粉をつけて揚げる。
- ② きゅうりを乱切りにする。
- ③ フライパンにAの調味量を加え、加熱する。
- ④ 砂糖が溶けたら①と②を加え、よくからませる。
- ⑤ タレがからまったら、盛り付け、小口切りにした小ねぎを散らす。

1人分栄養価

エネルギー…222kcal 脂質…10.3g
たんぱく質…11.9g カルシウム…61mg
食塩…1.8g

材料(4人分)

あなご……………1尾
片栗粉……………適量
揚げ油……………適量
きゅうり……………1本
小ねぎ……………少々
濃口醤油……………大さじ2
砂糖……………大さじ2
みりん……………大さじ2
豆板醤……………小さじ1

対馬のあなご水揚げ量は日本一です！
西側でとれるあなごは「西あなご」と呼ばれています。疲れ目予防、美肌効果のあるビタミンA、老化防止のビタミンEも含まれ、低カロリー・高たんぱくで夏におすすめの食材です。



〈広報つしま8月号に要した費用〉¥1,580,688 〈本年度累計〉¥7,981,632

！な島です。対馬

■この用紙は地球環境保護のため再生紙を利用しています。