

みんな目指そう!
自立と循環の宝の島 対馬

9
2016
no.151

六報 つしま



昨年9月1日の豪雨災害でのボランティア作業（巖原町瀬地区）

特集

9月1日の豪雨から1年
「自然災害に負けない地域づくりをめざして」



- つしまトピックス……………②
- Pick up!……………③・⑧
- 各課からのお知らせ……………⑨
- こうほうショッキング……………⑳
- お誕生日おめでとう……………㉘

Tsushima Topics

つしまトピックス

おっ つしま
! な島です。 対馬



上対馬高校 島居菜奈佳さんによる特別講義の様子

学びの力を地域に、地域の力を学びに

8月18日から23日にかけて、上県町 志多留・伊奈・田ノ浜地区で「対馬市島おこし実践塾」が行われました。市内の高校生9名、福岡の高校生1名、大学・専門学校生11名が参加し、若い活力を生かした地域づくりの実践活動に取り組みました。



右:上対馬町漁協青壮年部 半田 隆博氏
左:対馬地区漁協青壮年部連絡協議会 久保 幹太会長

チャレンジ、やりたいこと。それは漁師です

7月21日、長崎市で「第34回長崎県漁協青壮年部連合会意見発表会」が開催され、対馬市代表の半田隆博氏が「愛する家族と共に」と題した発表で、見事！優秀賞を受賞しました。



夏の夜のハーモニー

8月27日、美津島町の対馬グリーンパーク特設会場で「つしま海道音楽祭2016」が開催されました。夏の夜に漁り火の見えるステージで、元ちとせさん・唄人羽さんなど日韓あわせて7組のアーティストが、この夏最後のイベントを盛り上げました。



平和集会の様子(大船越小学校)

対馬に学ぶ！鳥栖やまびこ対馬研修団来島

8月8日から10日にかけて、歴史的な繋がりがある、佐賀県鳥栖市から総勢40人の研修団が訪れ、自然や歴史を学ぶとともに、9日には、大船越小・中学校の平和集会にも参加し平和の大切さを改めて学びました。



祝 白寿 おめでとうございます

米内 エシさん(峰町)大正6年8月10日生まれ

99歳を迎えられた米内さんに市から褒状とお祝い金が贈られました。これからも長生きしてください。



対馬の海で・山で動こう!!

8月13日、対馬市交流センターで「対馬の農林水産業合同企業面談会2016」が開催され、島内企業13社が就業希望者との面談を行いました。昨年からはじまった取り組みで、既に20名以上の方が就業しています。

Pickup!① 夏の日差しをいっぱい浴びて

8月6・7日の2日間、厳原港の特設会場で「対馬厳原港まつり」が開催されました。祭りの初日は、子どもみこし・水鉄砲大会・子どもよさこい等が、2日目は、舟グロー大会・ビーチバレー等が行われ、猛暑の中大粒の汗を流しながら祭りを楽しみました。

また、祭りのメインイベントの朝鮮通信使行列には、301名（日本側251名、韓国側50名）が参加し、やぐら門からお祭り会場までの約1.8kmを練り歩きました。正使役に洪干植^{ホンチチュン}氏が、宗対馬守役には比田勝市長が扮し国書を交換しました。



ご存じですか?

※正使役の洪干植氏は、1711年 第9次通信使の正使 洪致中^{ホンチチュン}の8代目子孫

今年3月30日、朝鮮通信使の関連資料をユネスコ世界記憶遺産に登録するため、NPO法人朝鮮通信使縁地連絡協議会と釜山文化財団による日韓共同申請書をユネスコ事務局に提出し、2017年の登録を目指しています。

【申請資料：外交文書や絵巻など日本側48件209点、韓国側63件124点】

「海」っていいねえ!!

Pickup!②

8月20日、上対馬町の比田勝港埋め立て地で「おっどん祭り」が開催されました。今年の祭りのテーマは「海」。海上大相撲大会・海上ごぎ渡り・人間カーリング等、海上での競技に多くの子ども達や大人が参加。真夏の日差しが照りつける中、真っ黒に日焼けした子ども達も、比田勝の「海」を思う存分楽しみました。





9月1日の豪雨から1年 「自然災害に負けない地域づくりをめざして」



昨年9月1日の深夜、下対馬地方を集中豪雨が襲い、
 巖原・美津島を中心に甚大な被害をもたらしました。長
 崎地方気象台は午前2時7分に大雨洪水警報を発表しま
 したが、被害が最も大きかった瀬地区では、その少し前
 に巖原町南部を流れる瀬川が氾濫し、瞬く間に住家は浸
 水しました。そんな中、瀬地区では消防団を招集し、た
 だちに住民に避難を呼びかける放送がされ、人的被害を
 免れました。水道・電気・ガスなどのライフラインが止
 まり、建物や車が流されるほどの被害から、どう立ち直
 ったのか、関係者のみなさんに当時の状況についてお話を伺いました。

対馬市の被害状況

○人的被害…なし

○住宅被害

床上浸水	56棟	巖原管内	40棟
		美津島管内	15棟
		峰管内	1棟
床下浸水	18棟	巖原管内	7棟
		美津島管内	11棟

半壊 2棟
 一部損壊 2棟

座談会

1年前の豪雨から学ぶ

警報より先に消防団が出動

岸川…ちょうどその日は、9月の敬老会の話し合いをしていました。役員会を終えた午後10時頃は、雨がしとしと降っている程度で気にもせず「いつもの雨かな」という思いで帰宅しました。雨が激しくなつたのは寝静まつた頃だと思えます。警報がでたのは2時過ぎですが、その前に消防団が動いてくれたおかげで人的被害を免れました。こんな息苦しいほどの大雨と災害は私の記憶の中で初めてのこと。スケールが違いました。



前豆酸瀬地区区長
岸川 達也さん

山田…警報が出る前に、私の妻の携帯に地区の方から、危険を告げる電話がありました。すぐ

に外を見ると、川が氾濫し、県道には水が流れ出ていましたのですぐに消防団を招集し、地区の住民にも、屋外放送で安全な所への避難を呼びかけました。それもまだ警報が出る前のことでした。



巖原第7分団 副分団長
山田 茂さん

内山…私は消防団として、河川付近の高齢者宅に救助に行きました。本人さんは寝入っていて、呼んでも反応がなく、身内方の許可をとり、石で窓ガラスを割り、中に入りました。水はあつという間に胸の辺りまで来て身の恐怖も覚えました。暗闇を口にくわえた懐中電気を頼りに探さし、もう一人の団員とお年寄りを背負って救出することが

できました。あと少し遅れていたら…。夜中でしたが、川沿いの住民に早い段階で避難を促したことが良い判断だったと思います。



前佐須瀬地区区長
内山 勝正さん

山田…雨が落ち着き、住民全員が無事を確認したところで、ひとまず消防団は解散し、夜明けを待ちました。

ライフラインは止まり、一夜にして生活が激変

岸川…床上・床下浸水をはじめ、水道・ガス・電気といったライフラインは止まる、何十台もの車・倉庫とありとあらゆるものが被害に遭っていました。ある倉庫は、跡形もなく流され、目の前に車が浮かんでいるのも見ました。電柱も倒れるほどの雨でしたから。農機具もほぼ全滅で。地区の役員が集まり、復旧の優先順位を決めてやっていこ

うと話していました。もう夢中でしたね。私の自宅にも住家の被害が大きかった6人の方が避難していました。

内山…私たち役員は、行政機関との連絡役に徹しました。まずは、作業道の確保からみんなを始めました。岸川さんと「とにかく一週間は住民総出で復旧しましょう。一か月を目処になんとか頑張りましょう」と呼びかけました。住民の不安やストレス・疲れが爆発したこともあり、今思えば大変だったな…。と思います。

そんな中、やはり、地区だけでは手一杯という状況になり、社協を通じてボランティアをお願いしました。

齊藤…全国の社協にはボランティアセンターがあり、これは災害に限らず、あらゆる分野でのボランティア人材の登録を募っています。今回は、9月5日・6日の土曜・日曜に合わせ、ケーブルテレビの文字放送とIP告知放送を使い、災害支援ボランティアを、対馬市民に限定して募集しました。県内では

初めての災害ボランティアセンターの立ち上げでしたが、2日間でのべ250人のボランティアが、参加してくださいました。瀬地区の皆さんには、事前に「何をしてほしいか」聞き取り、必要に応じたボランティアの班編制を行いました。



対馬市社会福祉協議会
齊藤 貴紀さん

ボランティアに助けられ、

励まされた復旧活動

岸川・自主的に駆けつけてくださる方も多く、漁師仲間が「何でんするよ！」と手伝ってくださったり、人は出せないが、トラックや、重機・チェーンソー（流木の処理に大活躍）を貸してくださる方もいて、本当に嬉しかったですね。

内山・社協の女性職員さんとボランティアの女性が、地区の主婦のみなさんのために、地区全

員分の夕食（からあげ・豚汁・サラダ）を作っていたとき、この公民館でお年寄りから順番に美味しく頂きました。これまで社協は何をやっているところなのか？と正直思っていました。この災害で地区と身近な距離になり、この先も心強いです。



たくさんのボランティアが集まりました

岸川・ボランティアもそうです。どこまでしてもらえらるんだろうか。と半信半疑なところが私にもありました。しかし、蓋を開けたらそうではありません。

した。側溝の土砂をもくもくと取り除いてくださる姿。自主的に連携し合って、効率的に作業をしてくださる姿、本当に熱心で私たちはボランティアに助けられました。いつか、もし、誰かを応援する機会があれば、私は迷いなくボランティア活動に参加します。

お陰様で、早い復旧につながりました。今振り返っても、人の力が一番だと感じます。1ヶ月で地区住民の生活は落ち着き、いつもどおり正月を迎えることができました。

災害に強い地域づくり



島おこし協働隊
杉田 洸平さん

杉田・私は、島おこし協働隊として、隣の内山地区に住んでいます。夏休みの寺子屋活動で瀬の子どもたちや、住民の方に可愛がっていただいていますので、日ごろの恩返しのできる気持ちで1週

間ボランティアに参加させていただきました。「一晩でこんなにも人の暮らしが変わるものだろうか」という現実を目の当たりにしました。感動したのは、やはり人の力。消防団が地区のことを把握していること、若さ・行動力・話し合いなどは、私の住んでいた大阪ではありえないことです。

ただ、瀬地区は若い人がいたから復旧が早かったと思いますが、そうではない地区もあるはず。島の若者がボランティアに入れる体制をしっかりと作る必要があると感じます。

山田・私も、今回のことで、若い団員の力を見直しました。以前にもまして、地形の変化や地区の危険箇所も意識するようにもなりましたね。地区を知り尽くした消防団の役割は大きいと思います。

内山・行政が良く動いて協力してくださったと思います。日ごろから、市役所をはじめ公共機関と、顔の見える関係を築き、どんなことも相談し合ったり、気軽に連絡を取り合うことが大

事だと気づきました。



対馬市総務課
黒岩 大作さん

黒岩：今回、皆さんのお話を伺い人的被害がなかったことは、地区の皆さんのいち早い判断と行動のおかげであったと改めて確認しました。私たちは市役所の中で災害対応に追われていますが、同時に現場では逼迫した事態となり、それを即座に判断し、対応していかなければならない状況であったことが分かります。

先日、厳原の久和地区でも50年に一度の大雨が振り、災害が心配されましたが人的被害等なく乗り切ることが出来ました。それも昨年の経験を活かし初動体制、消防団との連携、地区との連絡体制をとることが出来たおかげだと思っています。

また、昨年5月24日の長崎県総合防災訓練において、各組織の担当者がお互いに顔の見える

関係を築けたことも大きな成果であると思います。内山さんが話されたように地区と行政の顔の見える関係も大事であり、地区の意見をしっかりと繋ぐパイプ役とならなければなりません。過去の大地震では公的機関の力により多くの命も救われましたが、ご近所により救われた命もそれ以上に多かつたと言われています。『自らの地域は皆で守る』という意識を持って防災対策を行う必要があります。



ハザードマップを全世帯に配布します

土砂災害は「いつ」「どこで」発生するか分からない災害であることから、一瞬にして尊い命や、家などを奪い甚大な被害をもたらしますので、一人一人が土砂災害から身を守れるように備えておくことが大切です。

そのため、この土砂災害ハザードマップを活用して、事前にご自宅周辺の土砂災害の危険性がある場所や範囲及び避難経路や指定避難場所をあらかじめご確認ください。



一番大切なのは、一人一人が取り組む防災

自然災害は、人間の力ではくい止めることはできません。しかし、災害による被害は、私たちの日頃の備えによって減らすことが可能です。「自分でできること」「家族でできること」などについて考え、いつ起こるか分からない災害に備えておくことも大切です。

災害による被害をできるだけ少なくするためには、一人一人が自ら取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む「共助」、国や地方公共団体などが取り組む「公助」が重要だと言われています。

その中でも基本となるのは「自助」、一人一人が自分の身の安全を守ることです。特に災害が発生したときは、まず、自分が無事であることが最も重要です。「自助」に取り組むためには、まず、災害に備え、自分の家の安全対策をしておくとともに、家の外において地震や津波などに遭遇したときの、身の安全の守り方を知っておくことが必要です。

ライフラインが止まり、生き延びていくための水や食料の備えもしましょう。

問い合わせ：総務課 ☎0920(53)6111

Pickup!③ 新しい園舎で「元気はつらつ！」 ～比田勝こども園完成!!～

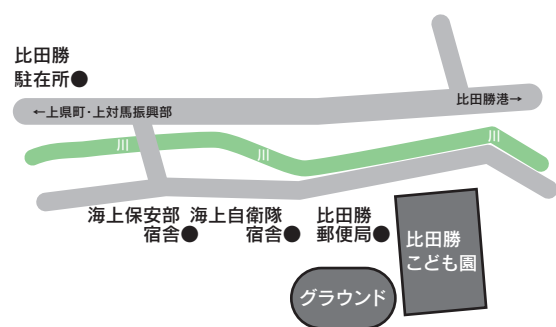


上対馬地区における子育て支援の中核施設として建設を進めてきた「比田勝こども園」が完成し、9月1日、新園舎に移転した比田勝幼稚園の園児が元気よく登園しました。

新園舎は、木造2階建て、延床面積998.5㎡。乳児室・保育室・遊戯室・調理室等を備える保育園・幼稚園を併せた定数115人の施設です。

また、対馬で初めて地中熱を利用した換気システム「ジオパワーシステム」を導入しています。冷暖房のように急激に温度を変化させるのではなく、換気をしながら温度をゆるやかに調整するため、子どもたちが過ごしやすい環境を作り出すとともに地球にもやさしいエコな設計になっています。

来年4月1日には比田勝幼稚園と比田勝保育所・泉保育所が一体となった「比田勝こども園」の開園を予定していますが、その間、比田勝幼稚園として利用します。



対馬学フォーラムで発表してみませんか？

対馬市では、対馬の素晴らしさを知り、楽しく学び合う場として「対馬学フォーラム」を開催します。対馬に関する研究や実践活動の成果を持ち寄り、みんなで共有しませんか。みなさまの発表をお待ちしています。

- 開催日 平成28年12月11日（日）
- 場所 対馬市交流センター3階
- 募集対象 対馬に関する研究や郷土学習、産業振興や環境保全等の実践活動に取り組まれている島内外の方々
- 発表形式 大判の紙（高さ180cm、幅90cm）に取り組み内容や成果をまとめたものを掲示し、来場者に説明する「ポスター発表形式」。1つの会場に対馬に関する多数のポスターを掲示し、来場者に見て頂きます。来場者に説明いただき、個別に意見交換や情報交換を行っていただきます。
- 申込期間 平成28年9月15日（木）～11月15日（火）



昨年のポスターの発表の様子。島内外から約60本の発表が集まりました。

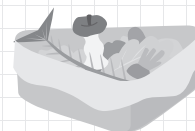
問い合わせ しまづくり推進部 市民協働・交通対策課 ☎0920(53)6111

生ごみの分別収集にご協力願います！

対馬市では、平成24年度より生ごみ等の分別収集の実証実験事業を行っております。今年度も協力世帯数の増加に向けて、協力地区及び世帯の募集を随時行いますので、皆様のご協力をお願いいたします。

また、生ごみの回収量増加に向けて、事業所から排出される生ごみについても随時、募集を行っておりますので、併せてご協力をお願いいたします。

詳細は下記までお問い合わせください。



犬はマナーを守って飼いましょう！

○飼い主の義務について

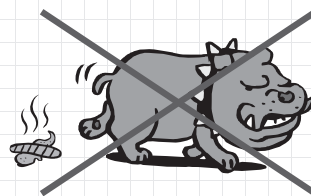
現在、狂犬病予防の観点から法律（狂犬病予防法）により、犬の飼い主には次の3点が義務付けられています。

- ①生後91日以上の子犬は、居住地の市区町村において登録を行い、鑑札の交付を受けること（登録は一生に一度です）。
- ②飼い犬は毎年1回狂犬病予防注射を受けること。また、注射後は居住地の市区町村において注射済票の交付を受けること。
- ③飼い主は交付された鑑札と注射済票を飼い犬の首輪など分かりやすいところに着けておくこと。

○飼い主のマナーについて

飼い犬は必ず繋いで飼いましょう。また、散歩中の犬のフンは飼い主が責任をもって拾いましょう。犬の放し飼いやフンの放置は対馬市犬取締条例で禁止されています。

飼い主の皆様が心がけできれいで住みよいまちをつくりましょう。



問い合わせ 市民生活部 環境政策課 ☎0920(53)6111

第2次対馬市総合計画を策定しました！（第5回）

平成27年度に策定した第2次対馬市総合計画。

今回は“将来像2：地域経済が潤い続ける島”実現のための『なりわいづくり』の3回目、③『観光客の誘致による活性化』と④『ワクワクする新しい仕事の創造』にかかる具体的な施策内容や目標項目について、紹介します。

3. 『観光客の誘致による活性化』 実現のための具体的な施策内容

取組み項目	具体的な取組みの内容	10年後の目標項目
【取組1】 観光客への発信・PRの強化	<ul style="list-style-type: none"> ◎国内・国外への観光や対馬産品等の情報発信 ◎国内・国外の地域との交流の推進 ◎市民への対馬の魅力の普及啓発 	<ul style="list-style-type: none"> ●年間観光客数 5年後：50万人 10年後：80万人 (現在：35.8万人)
【取組2】 観光客の受入体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> ◎ホテル誘致やキャンプ場改修、観光案内板整備等による受入施設等の整備 ◎民泊（※1）の登録者の拡大等による受入体制の強化 ◎おもてなしの普及啓発や観光ガイド養成等による市民の受入体制の推進 ◎各種イベントの開催 	<ul style="list-style-type: none"> ●民泊登録件数 5年後：50件 10年後：80件 (現在：23件) ●修学旅行の受入件数 5年後：累計2校 10年後：累計12校
【取組3】 外国人観光客へのきめ細やかな対応	<ul style="list-style-type: none"> ◎ハングル・英語表記の案内板整備やパンフレット作成、外国人向けの新商品・サービス開発による受入体制の整備 ◎外国人観光客への日本のマナーや文化の普及啓発 ◎ハングル講座等による市民への普及啓発 	<ul style="list-style-type: none"> 年間外国人観光客数 5年後：30万人 10年後：40万人 (現在：19.6万人)

※1 旅人が民家に宿泊し、家族と同じように生活し、食事をともにするしくみ。地域での暮らし体験を通じて、地域の人とのつながりを創りだすとともに、観光以上の地域の魅力を伝えることができる。

4. 『ワクワクする新しい仕事の創造』 実現のための具体的な施策内容

取組み項目	具体的な取組みの内容	10年後の目標項目
【取組1】 創業等支援事業の推進	<ul style="list-style-type: none"> ◎ワンストップ相談窓口における創業・新商品開発等の相談対応 ◎地域資源を活用した創業・新商品開発等のセミナーの開催 ◎アドバイザー派遣による創業及び創業後のフォロー ◎創業等支援事業補助金・銀行融資等の活用による創業支援 	<ul style="list-style-type: none"> ●創業支援事業による創業者数 年7件（平成26年度4件） ●銀行融資による創業者数 年2件 ●上記事業による雇用者数 年12名

本年度より実施いたします各種の取組みに対し市民皆さんの参画・協力をよろしくお願ひします。

※次回は、引き続き、将来像3：『支え合いで自立した島』を実現するための“つながりづくり”（福祉と医療の体制を整える）に係る具体的な取組み内容について、お知らせします。

問い合わせ しまづくり推進部 政策推進課 ☎0920(53)6111

対馬市都市計画審議会公募委員を募集します

都市計画審議会は「都市計画決定」を行うために欠かせない審議会として、都市計画に関する計画の決定や変更など重要な案件を審議していただきます。

- 公募人数 1名
- 任期 選任の日～平成32年7月31日
- 応募資格
 - 1) 市内に住所を有し、現に居住する20歳以上の方
 - 2) 平日昼間に開催される審議会に出席可能な方
 - 3) 公募委員に選任される日において、本市の他の審議会等の公募委員に2以上選任されていない方
 - 4) 行政機関の職員及び市議会議員ではない方
 - 5) 都市計画及びまちづくりに関心のある方
- 応募方法 建設部建設課・各行政サービスセンターに用意してある申込書に必要事項を記入のうえ、郵送・FAX・Eメール・持参により提出してください。
- 応募期限 平成28年10月20日(木) 必着
- 応募先
 - ・持参の場合
対馬市建設部建設課
 - ・郵送、FAXまたはEメールの場合
〒817-8510 長崎県対馬市厳原町国分1441
対馬市建設部建設課都市計画担当 宛て
FAX 0920(53)6123 E-mail:keikaku@city.nagasaki-tsushima.lg.jp
- 選考の方法 対馬市審議会等の委員の公募に関する要綱第9条第1項の規定に基づく選考委員会を設置し選考します。
- 開催回数 不定期（都市計画に関する重要案件がある場合開催）
- 委員の任務 都市計画に関する計画の決定や変更など重要な案件を審議
- 報酬等 「対馬市特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例」に基づき支給します。

厳原都市計画用途地域の一部を変更しました

- 変更箇所 厳原町今屋敷の一部
- 変更用途 第1種住居地域の約1haを商業地域に変更
- 告示日 平成28年8月12日(金)



問い合わせ 建設部 建設課 ☎0920(53)6111

婦人がん個別型検診のご案内

5月の集団型検診を受診できなかった方を対象に、個別型検診を実施します。子宮がんは日本人の35人に1人、乳がんは12人に1人がかかるといわれますが、早期は自覚症状がほとんどありません。検診が早期発見の決め手となりますのでこの機会にぜひ受診しましょう。

- 受診期間 平成28年10月3日（月）～平成28年12月28日（水）
- 申込方法 受診希望日の3日前までに健診コールセンターへ電話予約
☎0920(58)2121 IP(358)2121（平日10:00～16:00）
*申込受付は9月26日（月）から開始となります。

○子宮頸がん検診（子宮頸部細胞診）

対象	20歳以上（平成29年3月31日時点の年齢）		
料金	2,000円		
医療機関	曜日	時間	予約枠
対馬病院	月・火・水	12:30～	10名
上対馬病院	木	11:00～	4名



※分娩等急な手術が入った時は受診できない場合がありますので、御了承ください。

○乳がん検診（マンモグラフィー）

対象	40歳以上の偶数年齢（平成29年3月31日時点の年齢）				
料金	2,000円				
医療機関	曜日	時間	予約枠	時間	予約枠
対馬病院	月～金	10:30～	15分おき	14:00～	15分おき
	木曜は 午後なし	11:30	5名	14:30	3名
上対馬病院	月～金	11:30～	1名	15:00～	2名

※妊娠・授乳中の方、乳がんで治療を受けた方、ペースメーカー、頭部シャント術、豊胸手術を受けた方等は受診できません。

※月経終了5日後頃が受診適正時期です。

個別型検診では受診できる人数に限りがありますので早めにご予約ください。
なお、平成28年5月の集団型検診で受診された方は受診できません。

- 問い合わせ** 健康づくり推進部 健康増進課 ☎0920(52)4888
中地区保健センター ☎0920(58)1116
北福祉保健センター ☎0920(84)2313

9月24日～30日は、結核予防週間です

～知っていますか？「結核」が、現代の病気だってコト～

- 年に1度は定期健診を受けましょう
- 健康チェックと早めの受診を

- せきが2週間以上続く 微熱が続く
- からだがだるい 体重が減った

- 赤ちゃんにはBCG接種を受けさせましょう



結核予防キャラクター、シールぼうや

- 問い合わせ** 健康づくり推進部 健康増進課 ☎0920(52)4888
対馬保健所 ☎0920(52)0166

特定健診・がん検診が日曜日に受けられます

対馬病院のふれあいフェスタにあわせて、対馬市国保の特定（若者）健診が受けられます。肺がん検診と大腸がん検診も一緒に受けることができます。今年度特定（若者）健診をうけてない方はこの機会を利用しましょう。

○日 時 平成28年10月23日（日）受付時間 8:30～9:00

○場 所 対馬病院

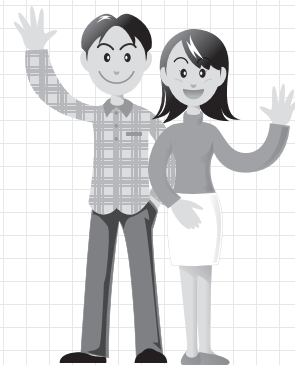
○申 込 健診コールセンター ☎0920(58)2121
(平日10:00～16:00)

○申込期限 平成28年10月17日（月）

○料 金 特定健診（無料）・若者健診（500円）
肺がん検診（300円）・大腸がん検診（500円）

※予約枠が20名となっておりますので早めにお申し込みください。

※今年度既に受診された方は受けられませんのでご了承ください。



問い合わせ 健康づくり推進部 健康増進課 ☎0920(52)4888

● 教育委員会からのお知らせ ●

つしま図書館開館10周年記念公演を開催します

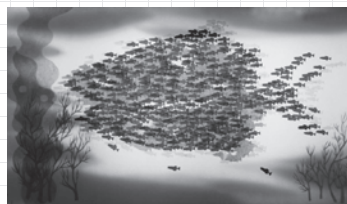
開館10周年を記念し「劇団影法師」による影絵音楽劇の公演を行います。

○平成28年10月15日（土） 対馬市交流センター 14:00開演

○平成28年10月16日（日） 上対馬総合センター 14:00開演

※なお、公演に伴い誠に申し訳ございませんが、10月15・16日は、図書館を休館させていただきます。

入
場
料
無
料



影絵音楽劇の1場面

問い合わせ 教育委員会 つしま図書館 ☎0920(52)3900

市内の「盆踊」を後世に残すために調査をしています

盆踊は、人口減少や少子高齢化等により、継承に必要な担い手の不足と指導者の高齢化等で消滅の危機にありますが「記録作成等の措置を講ずべき無形の民俗文化財」に選択され、報告書として記録保存されているものは「厳原の盆踊」「美津島の盆踊」のみとなっております。

そこで、対馬市教育委員会では豊玉町以北を中心に28・29年度の2ヶ年で調査し、最終的には対馬市全体の盆踊を報告書にまとめる予定です。

この報告書を現在活動中の盆踊の継続や、活動休止及び停止中の盆踊の復活などに役立てていただければと思います。

調査の際には、みなさんのご協力をお願いいたします。



五根緒の盆踊



瀬田地区調査状況

問い合わせ 教育委員会 文化財課 ☎0920(54)2341

古代琴作りに挑戦しませんか？

- 日 時 平成28年10月16日（日）10:00～16:00
 - 場 所 美津島町洲藻 木工クラブ作業場
 - 定 員 先着10名（初心者優先）
 - 参加費 無料 ※ただし、昼食・飲み物は各自でご準備ください。
 - 申込方法 生涯学習課にお電話で申し込みください。
 - 申込期限 平成28年10月7日（金）
- ※詳細については、下記までお問い合わせください。



第13回市民美術展作品を募集します

- 応募部門 洋画・日本画・書道・デザイン・彫刻・工芸・写真
- 出品資格 対馬市内居住者で、高校生（または16歳）以上の方
- 出品料 出品料（1出品者当たり）500円 ※高校生は不要
- 出品点数 各部門に1人2点までとする（1人最高14点まで）
自作未発表（対馬市内で未発表）のものに限る。
- 申込先 生涯学習課及び各地区公民館
- 申込期限 平成28年12月22日（木）
- 展示期間及び会場
前期：平成29年1月25日（水）～29日（日）上対馬地区公民館
後期：平成29年2月1日（水）～5日（日）対馬市交流センター
- 主 催 対馬市教育委員会・対馬市民美術展実行委員会

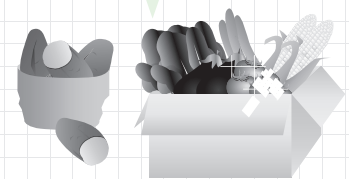


長崎県民大学講座“もっと知りたい「対馬の食」について”を開催します

対馬の郷土料理や地元で採れる野菜・果物などを使った保存食を作るとともに、添加物が多い最近の食事情など「対馬の食」を通じて楽しく学んでもらうことを目的に開催します。

- 日 時 平成28年10月28日（金）13:00～16:00
 - 場 所 厳原地区公民館（対馬市交流センター内）
 - 定 員 先着20名
 - 参加費 無料
 - 申込方法 生涯学習課までお電話で申し込みください。
 - 申込期限 平成28年10月26日（水）
 - 講 師 栄養士 山川 房子氏
- ※詳細については、下記までお問い合わせください。

- 芋のおやつ
- 机の上で簡単にできるジュースを作る



問い合わせ 教育委員会 生涯学習課 ☎0920(88)2004

氏名	新配置
野川和聖	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
糸瀬萌菜花	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
新庄裕哉	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
高島匠太郎	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
扇輔弥哉	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
宮原知成	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
荒木謙吾	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
諏訪竜也	消防本部 総務課付 主事（消防学校入校）
中島勇樹	消防本部 警防課 救急班 主事
稗田昌紀	消防本部 予防課 予防班 主事
糸瀬晃大	消防本部 警防課 警防救助班 主事
豊後太基	消防本部 空港分遣所 警防班 主事
赤松慎吾	消防本部 空港分遣所 警防班 主事
山田大輔	消防本部 総務課付 主事（救急救命九州研修所入校）
平間瞬	消防本部 総務課付 主事
中村弘志	消防本部 北部支署 上対馬出張所 警防班 主事
長瀬直人	消防本部 中部支署 警防班 主事
國分昇吾	消防本部 豆酸分遣所 予防班 主事
松尾吉範	消防本部 豆酸分遣所 警防班 副主事
多田俊春	消防本部 美津島出張所 警防班 主事
奥村茂久	消防本部 北部支署 上対馬出張所 警防班 副主事兼係長

9月1日付

対馬市人事異動

新しく赴任されたALT（英語指導助手）を紹介します



- 氏名 Thompson Dandre（トンプソン ディアンドレ）
- 生年月日 1983年12月27日（32歳）
- 出身国 アメリカ ネバダ州
- 学歴 カリフォルニア州立大学モンレーベイ校卒業（獨協大学に留学経験あり）
- 担当学校 巖原小学校、巖原北小学校、大調小学校、巖原中学校、雞知中学校
- 趣味 テニス、日本のドラマを見ること、旅行、ビデオゲーム
- 好きな俳優 ウィル・スミス

○対馬の印象 風景が綺麗で、人々が親切です。

○ひとこと 対馬で働くことを楽しみにしています。



- 氏名 Ware Savannah Ryanne（ウェア サバンナ ライアン）
- 生年月日 1993年10月1日（22歳）
- 出身国 アメリカ テネシー州
- 学歴 バンダービルト大学
- 担当学校 仁田中学校、仁田小学校、豊小学校、佐須奈中学校、佐須奈小学校、比田勝中学校、比田勝小学校
- 趣味 音楽、裁縫、外国語の勉強
- 好きな俳優 レズリー・オドム・Jr.

○対馬の印象 「対馬」については聞いたことも無く、調べてみて小さな島だと思っていました。でも、来てみると広くて自然がとてもきれいだと思いました。

○ひとこと こんにちは！私の名前は「サバンナ」ですが、子どもの頃から皆に「ライアン」と呼ばれています。大学1年の時から日本語を勉強していますが、まだ、あまり上手くないです。皆さんと一緒に日本語と英語を勉強できることを楽しみにしています！どうぞよろしくをお願いします！



- 氏名 Berlowitz Rachel Malinda（ベロウィツ レイチェル マリンダ）
- 生年月日 1995年6月17日（21歳）
- 出身国 アメリカ ニュージャージー州
- 学歴 マギル大学（カナダケベック州モンリオール）
- 担当学校 豊玉小学校、小綱小学校、南小学校、西小学校、東小学校、豊玉中学校、西部中学校、東部中学校
- 趣味 ハイキング、言語の勉強
- 好きな俳優 ジェイソン・モモアとオーブリー・プラザ

○対馬の印象 対馬はとてもきれいで、皆さんやさしいです。

○ひとこと こんにちは、私はレイチェルです。アメリカのニュージャージー州から来ましたが、カナダのケベック州に住んでいました。日本語が上手ではないですが、私と話していただけますか。一緒に言語の勉強をしましょう！どうぞよろしくをお願いします。

問い合わせ 教育委員会 学校教育課 ☎0920(88)2001
北地区教育事務所 ☎0920(86)3052
南地区教育事務所 ☎0920(52)8855

対馬博物館(仮称)基本・実施設計業務説明会を開催します

対馬博物館(仮称)整備事業において、昨年度末に、設計業務を担う事業者が決まり、現在、事業者とともに建物と展示の設計に取り組んでいます。今年度は、設計の進捗状況をみなさんにお伝えするために、説明会を5回行なう予定です。

第1回目(5/24)には事業者の紹介を、第2回目(7/25)には、途中段階の設計をプラン図や模型を用いてお見せし、みなさんのご質問やご意見をいただきました。

今回の第3回目は、基本設計完了直前に開催し、より詳細な設計や管理運営についてお伝えしていきます。その上で、みなさんからご質問やご意見を頂戴したいと考えています。

今回は、厳原だけではなく上対馬でも開催しますので、お気軽にご参加ください。

第3回対馬博物館(仮称)基本・実施設計業務説明会 ~設計の折り返し地点です~

○日 時 ①平成28年10月3日(月) 19:30~21:00

②平成28年10月4日(火) 19:30~21:00

○場 所 ①上対馬総合センター 大集会室

②対馬市交流センター 第1・2・3会議室

○対 象 博物館に関心のあるみなさま

○申 込 み 不要(当日、直接会場にお越しください)

○主 催 対馬市、石本・トータルメディア共同企業体



問い合わせ 観光交流商工部 文化交流・自然共生課 博物館建設推進室 ☎0920(53)6111

学んですぐ使える韓国語講座 受講生を募集します

韓国ドラマを吹き替えなしで見ませんか。「好きこそ物の上手なれ」という言葉通り「好き」という気持ちは、すごいパワーになります。韓国ドラマにハマっている方はもちろん、韓国人観光客に声をかけてみようかと思っている方々、皆で楽しく勉強しませんか。

○申込期限 平成28年10月7日(金)

○場 所 上対馬総合センター

○料 金 無料(手作りテキスト)

○定 員 各20名

ハン ヒョンミ
〈講師〉韓 賢美 先生
 (上対馬振興部 国際交流員)



初級IIコース

韓国語で挨拶や自己紹介ができるように練習する

〔対象〕初級Iコースを受講した方、ハングルを学んだことのある方

〔日程〕10月11日~12月6日

全8回(毎週火曜日)

午前の部 9:30~11:00

夜間の部 19:30~21:00

中級コース

基本会話・基本文法

〔対象〕韓国語が読める方、初級コースを受講した方

〔日程〕10月12日~12月7日

全8回(毎週水曜日)

夜間の部 19:30~21:00

ドラマ韓国語コース

韓国ドラマのセリフ

〔対象〕基本文法を理解している方、中級コースを受講した方

〔日程〕10月13日~12月8日

全8回(毎週木曜日)

夜間の部 19:30~21:00

※スケジュールや内容は都合により変更する場合がありますので、ご了承ください。

問い合わせ 上対馬振興部 地域振興課 ☎0920(86)3111

“訪問診療”を行っています

○在宅訪問診療とは…

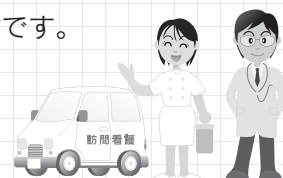
訪問診療とは、具合が悪くなったときだけ医師が診察に伺う「往診」とは異なり、通院が困難な方や介護が必要な方、退院後のケアが必要な方に対して、医師が患者様のご自宅に訪問させて頂き、定期的かつ計画的な医療サービスを提供することです。

※病状の不安定な方でも在宅療養ができるように対馬病院及びあすか訪問看護ステーション等と連携して活動しており、患者様の病状急変に備え24時間連絡がとれる体制をとっています。

○対象となる方…

いづはら診療所で訪問診療をお受け頂くことができる方は次のような方です。

- ①通院が困難な方
- ②自宅での療養を希望される方
- ③がん・末期・難病・重度障害者の方
- ④病院から退院した後のケアが必要な方



○サービスを受けるまでの流れ…

訪問診療のご相談・お申し込み → 訪問診療計画の作成 → 医師による訪問診療開始

○入院が必要になったとき…

当診療所は、救急時の協力医療機関として対馬病院と連携しています。

※ただし、入院の必要性の有無については協力病院の担当医の判断によりますので、患者さま及びご家族の希望による入院はできません。

○訪問診療の費用について…

訪問診療は医療保険適用となっており、自己負担がかかります。

※介護保険の要介護認定を受けている方は、居宅療養管理指導料として、自己負担が別途がかかります。

○居宅療養管理指導の内容…

要介護状態等にある利用者が居宅において自立した生活を営むことができるよう、医師が訪問して病状・心身の状況・置かれている環境等を把握し、ケアマネジャーに居宅サービス計画等の作成に必要な情報を提供するとともに、利用者及び家族の方に療養上の管理・指導・助言等を行います。

※利用料について……ひと月に2回を限度として、介護保険報酬に応じた利用者負担額がかかります。

※住まいの状況、病状等により利用者負担額が変わりますので、詳細については、いづはら診療所にお問い合わせください。

問い合わせ 健康づくり推進部 地域包括・医療対策課 いづはら診療所 ☎0920(52)9011

「渚の湯」指定管理者を募集します

対馬市では「渚の湯」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 渚の湯（上対馬町西泊1217-8）

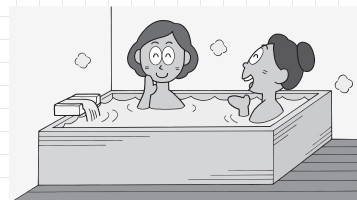
○指定管理期間 平成29年4月1日～平成34年3月31日（5年間）

○申込期限 平成28年10月20日（木） 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、下記までお問い合わせください。

問い合わせ 上対馬振興部 地域振興課 ☎0920(86)3111



民泊をはじめてみませんか？

民泊とは、自宅を利用して民宿業を営むことです。宿泊客を家族の一員として迎え入れ、調理や食事、も宿泊客と一緒にいきます。まるで対馬で暮らすように旅する民泊は、ありのままの対馬を体験できる、人の温かさに触れることができる、と観光客に大変好評で、利用者は年々増加しています。また、学習フィールドとしても価値がある対馬には、学びを求めて多くの学生が来島しています。宿泊客との交流によって、地域の魅力を再発見できるとともに、やりがいも生まれます。地域を、そして対馬を盛り上げるために、民泊を始めませんか。詳しくは、担当課にお問い合わせください。

民泊登録条件

- ・ 宿泊者に農林漁業体験を提供する
 - ・ 衛生的に問題がない
- ※対馬グリーン・ブルーツーリズム協会に入会していただきます（必須）

<民泊をはじめるとあって>

- ・ 地区説明会の開催や個別相談を行います。
- ・ 申請手続きをしっかりとサポートします。
- ・ 広報・予約管理・研修等は窓口となる対馬グリーン・ブルーツーリズム協会事務局が行いますので安心です。

○地域で何軒かまとめて登録するとメリットがあります！

- ・ 団体の受け入れが可能（斡旋機会がふえる）
- ・ 地域で協力して受け入れることで個々人の負担が軽減
- ・ 地域おこしの起爆剤になる



問い合わせ 農林水産部 農林・しいたけ課 ☎0920(53)6111

こども医療費制度がスタートします！

対馬市では、子育て支援政策の一環として、平成28年4月診療分より医療費助成の対象年齢を中学生まで拡大しました。

対象者には、申請書を送付しておりますので、手続きがお済みでない方は、お近くの市役所等でお早めに申請をお願いいたします。

【助成の内容】

対馬市では、**10月診療分より、現物給付方式（払戻し申請不要）を導入しますので、医療機関等（対馬市内の医療機関に限ります）に受診の際に、現物福祉医療費受給者証（黄色のカード）を提示して頂きます。**

1 医療機関あたり1ヶ月ごとに1日800円以内、月2日まで（月1,600円上限）の一部自己負担額をお支払いいただきます。

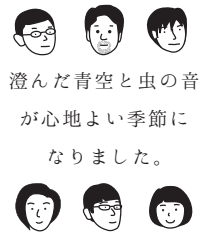
- 医科と歯科は同じ医療機関でも別の医療機関として計算されます。
- 処方箋で薬局から薬が出たときは、**薬局での支払いは不要**です。
- 健康保険適用外の費用は自己負担です。

◆平成28年4月から9月診療分の医療費について

払戻しの申請手続きができます。

お近くの市役所担当窓口にて、領収書・通帳・印鑑を持参のうえ、払戻の手続きを行ってください。

問い合わせ 福祉事務所 福祉課 ☎0920(58)2294



澄んだ青空と虫の音が心地よい季節になりました。

第2回目の設計説明会を開催！



去る七月二十五日、「第二回対馬博物館（仮称）基本・実施設計業務説明会」を開催しました。今年度中に五回開催するうちの第二回目です。当日は、博物館関連の事業にこれまで参加したことがなかった方も来ていただき、参加してくださった方は全部で二八名でした。まず市と事業者から博物館の方針や設計の進捗状況をお伝えし、その後、意見交換の時間を設けました。終了予定時刻を過ぎてもみなさんの手があるほど、多くのご意見・ご質問をいただきました。ここでは、特に多く上がったご意見についてお答えします。まず、展示における自然の取り

扱いは、「宗家関係資料」など重要文化財の展示・収蔵環境の都合により、同一のフロアでの展示は難しいと思いますが、別フロアでの紹介などを検討していきます。また、床面積の拡張は難しいと言えます。周辺の日照確保のための規制によって、これ以上の高さにはできず、遺跡内であることなどから、地下を掘ることが制限されます。一方で、人を集めるために、展示鑑賞だけではない、市民ボランティアやガイドなどの多様な関わり方を検討しています。今後一緒に考えていくために、みなさんのアイデアを教えてください。

説明会で使用した資料がご入用の方、またご質問などがある方は、欄外にある博物館建設推進室にご連絡ください。

次回は十月上旬に上対馬と厳原で行う予定です。詳しい開催情報は「各課からのお知らせ」をご覧ください。

（高田）

博物館ってどんな施設になるの？⑥

ー長崎県立対馬歴史研究センター（仮称）についてー

対馬市は、平成27年11月に長崎県とともに「対馬博物館（仮称）・対馬歴史研究センター（仮称）整備基本計画」を策定しました。「博物館通信」第3号より、その内容をご紹介します。今回は、整備基本計画に掲載し、博物館と一体的に整備する長崎県立対馬歴史研究センター（仮称）について取り上げます。

【研究センターの基本方針】

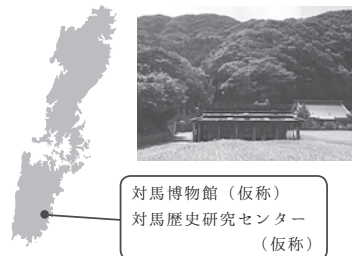
対馬歴史研究センター（仮称）は、長崎県立対馬歴史民俗資料館の機能を引き継ぎ、「宗家関係資料」をはじめとする歴史資料、対馬固有の自然や風土に基づいた民俗や文化の調査研究を続けます。その成果を積極的に国内外に発信しながら、市民・県民が郷土愛をもち、文化財を後世に守り伝える意識を育めるように取り組んでいきます。

【研究センターが担う4つの事業】

- ①調査研究資料：「宗家関係資料」などの対馬に関する歴史資料の収集や調査、対馬固有の民俗や文化の調査を行い、文化財の保護に努めます。
- ②資料修復事業：「宗家関係資料」などの古文書類のうち、損傷の著しいものは専門機関に依頼し、軽度なものは日常的な保存行為を行いながら、次世代に継承していきます。
- ③国内外の研究機関との連携事業：対馬の研究を進める研究機関や研究者と連携しネットワークを構築して協力していきます。
- ④情報発信事業：収蔵資料や「宗家関係資料」のデータベース、デジタル画像などの情報公開に努め、活動成果を広く発信していきます。

※対馬市HPにて整備基本計画全文をご覧いただけます。

整備基本計画の内容のご紹介はこれでおしまいです。ありがとうございました。（高田）



対馬博物館（仮称）
対馬歴史研究センター
（仮称）



県立対馬歴史民俗資料館正面玄関



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～

対馬市役所1階
観光商工課内
☎0920(52)8322

「コンビニ払い」を悪用する架空請求詐欺にご注意を!!

【最新事例】

スマートフォンにしつこく電話があり、有料動画サイト利用料金が未納だと言われた。支払わないと弁護士に依頼し、裁判すると言われた。利用料として28万円を請求されたが、支払えないと言うと、明日までに10万円を支払うように言われた。電話で誘導されるままにコンビニに行き、コンビニ設置の端末を操作して支払った。領収書には、お客様氏名として、知らない人の名前と知らない支払先の名称の記載があった。

【消費者へアドバイス】

この事例は、詐欺業者が消費者に「支払番号」を伝え、コンビニの店頭でその番号を使って、消費者には関係のない料金を支払わせるというコンビニ収納代行の仕組みを悪用した架空請求の手口です。

身に覚えのない不審な請求には電話やメールで対応しないようにしてください。また「支払番号」を通知されても支払わないようにしてください。連絡をすることで電話番号やメールアドレスをはじめとする様々な個人情報を聞き出され、悪用される可能性もあります。

有料サイト利用料金等の架空請求詐欺は、このような「コンビニ払い」以外にも、コンビニで電子マネーを購入させ、ID番号を聞き出す手口もあります。このような手口は間違いなく詐欺ですので、ご注意ください。困った時や被害に遭った場合は、一人で悩まずに対馬市消費生活相談所もしくは長崎県消費生活センターや警察に相談してください。



年金コーナー



国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）・納付猶予・学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等これらの期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して、3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

- ・一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていない場合は、追納はできません。
- ・「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

追納のお申し込み、またはご相談については、下記年金事務所へお願いします。

【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 10月19日(水) 14:00～17:00

場所 峰地区公民館

○日時 10月20日(木) 9:00～17:00

場所 上対馬総合センター

★年金相談は予約制です。

★予約受付期限 10月14日(金)まで

予約先 ☎095(861)1387

わがまち再発見!!

「守ろう、私たちの文化財」

対馬市教育委員会 文化財課
☎0920(54)2341

これまでこのコーナーでは私たちが暮らす町のことを深く理解してもらおうと、地名の由来について連載してきました。今月号からはそれに加えて、色々な文化財の紹介や、文化財を守るための方法や取り組みについても書いていきたいと思います。

遺跡を無断で掘つてはいけません

今回は、地下に眠る文化財の保護についてお話します。

地下には、私たちの先祖が生活していた跡が埋もれています。この生活の跡を遺跡と言います。文化財保護法という法律で「埋蔵文化財包蔵地」として保護されています。遺跡は私たちの住む土地の歴史を物語る、とても大切な文化財ですので、壊すことはもちろん勝手に手を着けることは禁止されています。

そのため、登録されている遺跡や、その近くで地下を掘る場合は、長崎県に届出を行い、許可を得なければなりません。たとえば遺跡がある土地で工事を予定している場合には、着工の60日前までに届出書を提出するように決められています。なお、

工事などの予定地が遺跡に登録されていない場合でも、もし遺構や遺物が見つかった場合は法律に則った手続きが必要になります。

遺構や遺物、遺跡は、登録がされていない場合でも法律で保護されていますので、新しく遺跡が見つかった場合には、手を着けず、文化財課に届け出てください。無断で掘削したり、調査をしてはいけません。場合によっては罰せられますので、十分にご注意ください。

遺跡の位置は長崎県が発行した遺跡地図に掲載されていますが、詳しくは文化財課までお尋ねください。届出などの手続きについてもお問い合わせください。



文化財保護法第94条に基づく確認調査の様子

つしま図書館情報

つしま図書館 ☎0920(52)3900

●つしま図書館が開館10周年を迎えます

皆様のおかげで、10月で開館10周年を迎えます。日々のご利用ありがとうございます（10周年記念公演は各課からのお知らせ13ページをご覧ください）。

●読書の秋になりました

特集のコーナーを設置します。どうぞご利用ください。

10月の休館日

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	31					

★…つしま図書館の日
※公演に伴い15日・16日は休館にさせていただきます。

今月のおすすめ新着本

一般書	『記憶の渚にて』 白石 一文/著 国際的に著名な作家だった兄が謎の死を遂げた。古賀純一は兄の遺品の中から謎の遺書と随筆を発見し、兄の死の真相に迫る――。	『できる大人の食べ方絵じてん さんまをキレイに食べられますか?』 小倉 朋子/監修 小骨の多い焼き魚など、大人なら知っておきたい、食べにくい料理の食べ方のコツを、マンガで楽しく紹介しています。	『ねないこはわたし』 せな けいこ/著 『ねないこだれだ』の著者、せなさんが初めて「自分のこと」を書いた絵本。貴重な貼り絵の原画の写真も満載。
	『新訳ジャングル・ブック』 キプリング/作 オオカミの家族に育てられた人間の少年モーグリが、心強い仲間とともに、きびしいジャングルの掟にしたがってたくましく生きる物語。	『くりちゃんとピーとナーとツー』 どい かや/作 ハムスターのくりちゃんの家には、いとこのピーとナーとツーが遊びにきました。元気いっぱいのお客さまに、くりちゃんはへとへとに…。	『30分でできる伝統おやつ 秋のおやつ』 伝統おやつ研究クラブ/編 日本や世界で食べられ、愛され、親しまれてきたたくさんのおやつ。学校のクラブや授業でも作りやすいよう、30分でできるものを中心にとりあげています。

ヤマネコ事故多発中!
朝晩、全島での安全運転!
 ヤマネコ!?と思ったらすぐお電話を!

24時間ヤマネコ緊急ダイヤル
☎0920(84)5577
 対馬野生生物保護センター

お知らせ

介護職員初任者研修開講

介護職としての知識や技術を習得し、対馬市における介護職員の資質向上及び人材育成を目的として開講します。

■日時

平成28年10月1日
 ～平成29年1月15日まで
 (土日開催 全18回)

■場所

豊玉町福祉センター
 (豊玉町仁位94番地5)

■参加対象

- ①対馬市に居住し、介護職として今後従事が期待できる人
- ②対馬市に居住する母子家庭の母・父子家庭の父・または寡婦
- ①・②のいずれかの方が参加対象となります。

■受講料

- ①の方・・・15,000円
 (別にテキスト代6,069円)
- ②の方・・・テキスト代のみ
 (6,069円)

■申し込み

対馬市社会福祉協議会本所及び支所に設置している申込書もしくは、

対馬市社会福祉協議会又は、長崎県ひとり親家庭等自立促進センターのホームページから申込書をダウンロードの上、お申込みください(開催要綱・研修日程等もございます)。
【問い合わせ】
 対馬市社会福祉協議会
 ☎0920(58)1432

全国一斉!

法務局休日相談所

(長崎地方法務局)開設

登記・戸籍・人権など、生活に身近な問題に関する相談所及び相続登記に関する説明会を開設します。

相談及び説明会については、各会場のお問い合わせ先の電話番号で、9月12日(月)からご予約を受け付けています(8時30分～17時15分まで。土日・祝日を除く)。

ご予約なしでもご相談いただけますが、予約者優先となります。

なお、相談は無料で、秘密は守られます。

■開設日 10月2日(日) 10時～16時

■相談内容

○相続・贈与・抵当権抹消などの登記に関すること

○土地の境界に関すること
 ○会社・法人の設立、変更の登記に関すること

○いじめ・差別、職場や近隣トラブルなど人権に関すること

○遺言・公正証書・定款認証などに関すること など

■説明会の開講時間 10時～11時30分
 演題「相続登記のすすめ」

■場所

◎長崎会場
 長崎地方法務局
 (長崎市万才町8番16号)

【問い合わせ】
 長崎地方法務局 総務課
 ☎095(820)5901

◎諫早会場
 長崎地方法務局諫早支局
 (諫早市幸町4番12号)

【問い合わせ】
 長崎地方法務局諫早支局
 ☎0957(22)0475

◎佐世保会場
 長崎地方法務局佐世保支局
 (佐世保市木場田町2番19号)

【問い合わせ】
 長崎地方法務局佐世保支局
 ☎0956(24)4850

◎長崎会場
 長崎地方法務局長崎支局
 (長崎市本町2番19号)

【問い合わせ】
 長崎地方法務局長崎支局
 ☎0956(24)4850

◎長崎会場
 長崎地方法務局長崎支局
 (長崎市本町2番19号)

今年のオータムジャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて5億円!

1等 3億円×14本 (発売総額420億円・14ユニットの場合)
 前後賞各 1億円×28本 (発売総額420億円・14ユニットの場合)

- 発売期間 9月26日(月)～10月14日(金)まで
- 抽選日 10月21日(金)

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。



宝くじは県内で
 購入しましょう!!

日韓友好の柱となる野外フェス

TSUSHIMA BORDER ISLAND FES 2016

～国境の島・対馬から未来を創る～

- 日 時 10月15日(土) 10:00～21:00
- 場 所 浅茅シーサイドパーク (豊玉町仁位: 豊玉総合運動公園)
- 内 容 日韓アーティストによるミュージックライブ
日韓クリエイターによるトークセッション ほか
- 出演アーティスト 日本→bird・PHONO TONES・ずんだれ ほか
韓国→10CM・OKDAL (屋上月光)
- チケット料金 一般…4,000円/高校生以下…3,000円
※下記で購入すると1,000円お得!
- チケット購入先 ・対馬バーガーKIYO 蔵原店・比田勝店・スーパーサイキ 美津島店・豊玉店
・スーパーバリュータケスエ 比田勝店・バリュースタジアムタケスエ 大浦店
※HPからも購入できますが、店舗購入がお得!
- ホームページ <http://tbif.asia/>



問い合わせ TSUSHIMA BORDER ISLAND FES 実行委員会 (対馬バーガーKIYO内)
☎0920(52)0873 (担当:新庄)

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 10月25日(火) 10:00～15:30
- 場所 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

対馬地区高等学校PTA研修会

～高校関係者ではない方もどうぞ!!～

- 日 時 10月23日(日) 13:00～
- 場 所 対馬市公会堂(豊玉町仁位)
- 内 容
・レインボーさんばハウス
代表 中村まり子氏 講演
・市内3高校保護者代表 実践発表
- 申込等 申込不要・参加費無料
※駐車場は会場周辺に準備しますが、
できる限りお乗り合わせください。

問い合わせ

対馬高等学校 ☎0920(52)1114

リーサス

RESAS(地域経済分析システム)セミナーを開催します

内閣官房及び経済産業省では、産業構造や人の流れなどに関する“ビッグデータ”を集約した「地域経済分析システム(RESAS)」の運用を、平成27年4月から地方自治体向けに開始しているところですが、このシステムの活用を広く知っていただくために下記のとおりセミナーを開催します。

- 日 時 10月3日(月) 13:00～14:00 (受付12:30～)
- 会 場 対馬市交流センター第1～3会議室
- 内 容 ・RESASとは? ・RESASを使った新たな動き(活用事例等の紹介)
・RESASを使ってみる(操作方法・コンテンツ説明)
- 定 員 30名(先着順) ●受講料 無料
- 申込方法 下記の申込先に、氏名・住所・所属・電話番号を、電話またはFAXでご連絡ください。
- 申込期限 9月28日(水) ●主 催 長崎県
- 申 込 先 対馬市しまづくり推進部 政策推進課 ☎0920(53)6111 FAX 0920(53)6112

問い合わせ 公益財団法人ながさき地域政策研究所(受託事業者) ☎095(820)4865 (担当:松本・山口)
しまづくり推進部 政策推進課 ☎0920(53)6111

こうほう ショッキング

Vol.88

Kōhō shocking



●プロフィール

29歳 上県町佐護出身、在住。4人きょうだいの二男に生まれる。上対馬高校を卒業後、福岡にある歯科技工士の専門学校に進学。福岡市内の技工所に6年務め、26歳の時帰郷。忙しい毎日に少し疲れていた心と体を故郷で休めながら、アルバイトをしつつ技工士の技術を生かせる銀細工に取り組み始める。現在、比田勝港国際ターミナル内の船舶代理店「対馬ジェットライン」に勤務しながら、自身のブランド「KOMIYA SILVER」のデザイン・製作・販売を手掛ける。同居の家族は両親と弟、福岡から一緒に帰ってきた猫3匹。

○少年時代の思い出は？

小学校3年から4年の夏休みに、空き缶を使って鉛の湯飲みを作りました。大きい空き缶の中に小さい空き缶を入れ、その間に溶かした鉛を流し込んで型を取って作りました。材料の入手先は、地元の海岸。ここ湊地区はもともと漁師の多い地区です。「かつぎ」と呼ばれる潜水漁で使う重りや、釣りの仕掛けに使われた鉛のくずをかき集めました。

○一度は対馬を離れ、戻ってこられた経緯をお聞かせください。

対馬の若者なら、一度は対馬から出たいと思うものかも知れません。僕もその一人。高校生の頃から対馬を出たいという思いはありました。モノ作りが好きで、それを生かせる仕事を探している時に、歯科技工士という職業を知り、進学して就職。仕事は嫌いではなかったけれど、作業が深夜まで続いて体調を崩し、見かねた兄が帰郷を勧められて。帰ってしばらくは気力もなかったですね（苦笑）。対馬では大手の歯科技工所が入っていて仕事がなく、夏休みシーズンの三宇田浜の監視員や、ヨコワの受け渡しのバイトをしま

した。仕事しながらきれいな海を見ていて、対馬はこんなすてきな場所なのに何も無い、じゃ、自分の技術を生かして銀細工をしてみよう、って思ったんです。銀歯と銀細工って、精密細工という点では共通していて、道具もほぼ流用できるので。

○銀歯との違いはデザイン性という点ですが？

確かに。でも僕、デザインにも興味があって。制作活動に煮詰まると、海辺をぶらぶらするんです。ウニの殻や石ころ、漂着物を見てみると、その模様のすばさに驚かされます。自然の中の形に、たくさんの美しさがあったんだと気づかされました。

○小宮さんにとって対馬は素材の宝庫だったわけですね。

そうですね。そんな中で出会った素材に、海松と言われる黒珊瑚があるんです。とても固くて、研磨したら黒水牛のような光沢が出て、ツヤの中に年輪のような模様も見えます。このあたりではプラスチックが主流になる前の釣り道具の材料に使われていたそうで、今では浅い海域には生息しないため、定置網に魚と一緒にかかってき

たものを分けてもらうくらいしか手に入らないんです。対馬のレア素材として使えるんじゃないかと思っています。

○改めて、対馬の生活はいかがですか？

こちらのほうが、ストレスがなくて楽ですね。内地にはお金を出せば手に入る物が多いけれど、対馬にはお金を出しても手に入らないものが多い。それが魅力です。浜辺を歩きながら漂着物を観察したり収集したりするビーチコーミングも楽しいです。そこから装飾や作品が生まれるのも面白いですよね。対馬には木工細工やてぼ作り、硯作りなどモノ作りが好きな人が多いと思います。僕は、対馬で最初の銀細工職人になって、地域貢献したい。普段あまりアクセサリーをつけない人たちも、何かの記念日や贈り物に使ってもらえたらって、思います。

毎回、登場してくださった方に次の方をご紹介いたたくこのコーナー。次回は豊玉町仁位にお住まいの野北香織さんです。お楽しみに。

長崎離島（対馬・壱岐・五島）の食材で贈る特別ディナー

8月18日(木)、福岡市中央区天神にあるレストランASOで『長崎離島（対馬・壱岐・五島）の食材で贈る特別ディナー』を開催しました。3市のスペシャル食材が集結し、窪津料理長の手によって大変身。対馬市のスペシャル食材は、紅王（アマダイ）・干しいたけ・賀佐ごぼう・蜂蜜・藻塩。特にアマダイを使ったお料理は窪津料理長が会場内で仕上げている、目の前で繰り広げられるパフォーマンスにお客様から大歓声があがりました。



高級レストランに大漁旗。普段とは違った雰囲気。



食材の説明をする窪津料理長



チームを組んで手際よくお料理を仕上げている様子は圧巻



●喜袋の赤ウニ
●五島の天婦羅
●対馬の藻塩のどころぞん
●バルサミコジュレ



炭火で炙った甘鯛の頭、乾燥させた賀佐ごぼうに干しいたけの戻し汁と甘鯛でとった出汁をサイフォンで。



●対馬の天然甘鯛のウヴァポレシ
●柔らかく煮た賀佐ごぼう
●どんご椎茸と甘鯛のスープ



●かんころもちと対馬でとれた和蜂の蜂蜜を使った香り豊かなジェラート

さかなフンの講演会

日時 10月4日(火)
開場18:30 開演19:00

場所 上対馬総合センター
(上対馬町比田勝575-1)

●チケット販売場所
上対馬地区公民館・上県地区公民館・峰地区公民館
豊玉地区公民館・美津島地区公民館・厳原地区公民館

●チケット料金
大人……………1,000円
小学生以上高校生以下…500円
※未就学児の入場は無料。
ただし保護者と同一席。

●チケット販売開始
9月5日(月) 9:00～

●主催 対馬市教育委員会

●主管 北地区教育事務所(上対馬地区公民館)

全席
自由席

問い合わせ 教育委員会 上対馬地区公民館
☎0920(86)3052

米村でんじろうサイエンスショー

テレビでもおなじみ、米村でんじろう先生による『あっ!』と驚く実験の数々。科学の不思議と楽しさを再発見!「科学っておもしろい!」親子で楽しむ体験型科学実験をお楽しみください。

日時 10月9日(日)
開場13:30 開演14:00

場所 対馬市交流センター
2階イベントホール

全席指定

●チケット販売場所
上対馬地区公民館・上県地区公民館・峰地区公民館
豊玉地区公民館・美津島地区公民館・厳原地区公民館

●チケット料金
《前売り》大人…1,000円/中学生以下…500円
《当日》大人…1,500円/中学生以下…1,000円
※3歳以上有料・2歳以下でお席が必要な場合は有料

●主催 対馬市・対馬市教育委員会



※写真はイメージです。実際の内容とはことなる場合がございます。

問い合わせ 教育委員会 厳原地区公民館
☎0920(52)0363

市長の動き <8月>

- 1日 死亡叙勲伝達
下対馬地域審議会
- 2日 上対馬地域審議会
- 3日 長崎県離島振興市町村議会議長会臨時総会
- 4日 中対馬地域審議会
- 5日 長崎県病院企業団訪問 (長崎市)
- 6日 対馬・釜山日韓交流写真展
- 7日 厳原港まつり「朝鮮通信使行列」
厳原港まつり「国書交換式」
厳原港まつり「演芸の夕べ」開会式
- 9日 有人国境離島法に係る内閣官房総合海洋政策本部とのヒアリング (東京都)
- 12日 米内エシ様白寿お祝い
- 16日 長崎県漁青連意見発表会優秀賞受賞報告
- 17日 長崎！県市町スクラムミーティング
- 20日 しものせき馬関まつり (下関市)
- 22日 対馬市議会平成28年第2回臨時会
対馬市国境離島新法協議会
- 23日 島おこし実践塾報告会
- 24日 定例記者発表
- 25日 対馬空港ターミナルビル取締役会 (福岡市)
- 29日 長崎県市長会 (雲仙市)
- 30日 四季の会
- 31日 対馬市総合戦略推進会議

※太字は島外出張

正 桐谷ミヨ子さん
誤 桐谷キヨ子さん

● お詫び ●
広報つしま8月号で掲載いたしました「公民館講座」で、講師のお名前に間違いがありましたので、お詫び申し上げます。訂正させていただきます。

無料法律相談日程のご案内 <10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せん。料金は無料です。お気軽にご利用ください。

日程	時間	会場
6日(木)	13:00 ～ 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
13日(木)		対馬市交流センター（厳原） 担当：法テラス対馬法律事務所
20日(木)	16:00	対馬市総合福祉保健センター（美津島） 担当：対馬ひまわり基金法律事務所
27日(木)		峰町保健福祉センター 担当：法テラス対馬法律事務所

※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

10月のテーマ

- 月 自律神経失調症とは何でしょう？
- 火 他人ごとではない肩こり
- 水 こどもの嘔吐
- 木 まぶたが下がってきたとき
- 金 妊娠中の歯科治療
- 土 子宮筋腫に対する腹腔鏡手術

火災発生情報

平成28年8月31日現在

発生件数	本年	7
	昨年比	-6

交通事故情報

平成28年8月31日現在

区分	発生件数		
	南署管内	北署管内	市全体
本年	32	5	37
昨年比	13	-5	8
死者数	1	0	1
昨年比	-1	0	-1
負傷者数	50	5	55
昨年比	26	-5	21

安全運転で、事故のない対馬を目指しましょう!!

※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。

瀬原第2吉	住吉	曾	塩濱	仁位	仁位	仁位	志賀	佐賀	三根	志留	御園	飼所	芦見	比田勝	比田勝	豊島	(住所) (氏名) (年齢)
93歳	88歳	67歳	85歳	83歳	93歳	97歳	93歳	82歳	84歳	88歳	91歳	91歳	76歳	70歳	78歳		
久根田舎	小茂田	浅田	尾浦	谷道	田淵	宮谷	棧原	南室	曲	久須保	竹敷	洲敷	根緒	西高	西高		
綱崎	田中	中山	小島	中野	阿比	小川	中島	山田	早田	梅野	加藤	黒岩	波多	中山	中山		
善久	敏雄	栄	文子	ハツコ	清	優	チヨ子	フクエ	清	千恵子	義久	信夫	スミ子	静乃	信子		
54歳	90歳	85歳	86歳	98歳	81歳	86歳	89歳	80歳	77歳	79歳	83歳	85歳	98歳	98歳	85歳		

おくやみ
ご冥福をお祈りします
(7月21日～8月20日受付分)

10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・予定変更により診療を中止・変更する事がありますので、事前に確認くださいますようお願いいたします。

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)	24	8:30~予約時間
神経内科 (大村市民病院)	5・18・19	8:30~11:00
循環器科 (根岸耕大)	3・24・31	8:30~11:00
循環器科 (貞光隆志)	6・13・20・27	8:30~11:00
☆脳神経外科 (長崎医療センター)	14 (予約のみ)	13:00~予約時間
皮膚科 (長崎大学病院)	6・20	8:30~11:00
☆皮膚科 (長崎大学病院)	7・21 (予約のみ)	8:30~10:00
皮膚科 (九州大学病院)	12・26	8:30~11:00
糖尿病外来 (福岡大学病院)	11	8:30~予約時間
☆思春期外来 (長崎県精神医療センター)	15	8:30~予約時間
泌尿器科 (九州大学病院)	4・6・11・13・18 20・25・27	8:30~11:00
泌尿器科 (大村市民病院)	26	8:30~11:00
☆泌尿器科 (原三信病院)	8	8:30~予約時間
☆リウマチ外来 (健成クリニック・長崎医療センター)	22・28	8:30~予約時間
☆肝炎外来 (長崎医療センター)	24	8:30~予約時間
☆肝臓外来 (長崎大学病院)	21	8:30~予約時間
眼科 (九州大学病院)	5・19	8:30~11:00
耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	5・6・12・13・19 20・26・27	8:30~11:00
耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	3・4・17・18	8:30~11:00
☆肩外来 (押領司病院)	6	8:30~予約時間
乳腺外来 (永尾修二)	6・13・20・27	8:30~11:00

☆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)。
 ◎腫瘍外来の受付時間は13:00~15:00となっております。
 ◎12月よりそごう薬局が祝日も開局となっております。

長崎県上対馬病院 ☎0920(86)4321

診療科目	診療日	受付時間
眼科	5・12・19・26	8:00~11:30
耳鼻咽喉科	4・18	8:00~11:30
整形外科	11・26	8:00~11:30
泌尿器科	25	11:00~15:00
循環器科	21	8:00~11:30
脳神経外科	14	8:00~10:00
神経内科	4	8:00~11:30
精神科	4 5	8:00~15:00 8:00~11:30
産婦人科	6・13・20・27	8:00~11:30
外科	6・7・13・14・20・21 27・28	8:00~11:30

健康ひとロメモ

年に1度は目の健診を!症状が出にくい病気をチェックしてもらおう!

10月10日は目の愛護デー

目の病気のなかには、自覚症状があまりないまま進むものもあります。眼科検診を受けて、目の健康を守りましょう。



【問い合わせ】健康づくり推進部 健康増進課
☎0920(52)4888

午後8時まで
開いています。

税務課 夜間窓口

〈9月の夜間窓口日程〉

	月	火	水	木	金
本庁税務課			28	29	30
各振興部・行政サービスセンター				29	30

■窓口開設時間 17:30~20:00

※夜間窓口は、毎月末の3日間を予定しています。
(各振興部・行政サービスセンターでは2日間を予定)

※9月30日は、市税・国保税4期の納期です。

【問い合わせ】市民生活部 税務課 ☎0920(53)6111



財産調査

税金を滞納されますと、国税徴収法・地方税法に基づき財産全てに対する調査権限が発生し、この場合の財産調査は、個人情報保護法には一切抵触しません。

滞納すると、勤務先や金融機関等に調査することもあり、あなたの勤務先などに迷惑をかけてしまうかもしれません。

「払いたくても払えない…。」
そんなときは、早めのご相談を。



笑愛ちゃん1才のお誕生日おめでとう！
笑顔がステキな笑愛ちゃん♡
これからもたくさん笑って、たくさん
食べて大きくなあれ♡
お父さん・お母さんより
すとう えま
主藤笑愛ちゃん
9/29生まれ(1才)美津島町



たいちゃん、誕生日おめでとう！
毎日たくさん遊んで笑って、元気に
育ってくれてありがとう♡
これからもますます大きくなあれ！
きうち たいすけ
木内太佑くん
9/30生まれ(1才)美津島町

今月お誕生日を迎える
子ども達を紹介します!!
**お誕生日
おめでとう** ♪

9がつ
生まれ

弟思いの環くん、くいしんぼうの弦くん、
これからも兄弟仲良く元気に育ってね♡



なかむら めぐる
中村 環くん
9/21生まれ(2才)厳原町

ゆづる
弦くん
9/25生まれ(1才)

わが家のおてんば娘♡
2才のおたんじょうびおめで
どう！これからも可愛い笑顔
をいっぱい見せてね♡

ことうちか
後藤千花ちゃん
9/8生まれ(2才)厳原町



りょうくん2才のお誕生日おめでとう♡
お手伝いが大好きで、出来る事がたく
さん増えたね！日々の成長がとても
嬉しいです♡これからも明るく元気に
大きくなってください☆
いけ ぶちりょうた
池淵亮太くん
9/17生まれ(2才)厳原町

ららちゃん、お誕生日おめでとう☆
「いないいないばー」が大好きなららちゃん、
いっぱい遊んで、食べて、話して、みんなを
癒やしてね♡ 怪我なく大きくなりますように☆
パパママさんより

まつほららら
松原朱星ちゃん
9/26生まれ(1才)美津島町



1才のお誕生日おめでとう♡
いつも家族を和ませてくれる凜音は我が
家のアイドル♡ これからも、ねえねと仲
良く遊んでね♡ パパママより
さいとう りおん
斉藤凜音ちゃん
9/10生まれ(1才)美津島町

みーちゃん3才のお誕生日おめでとう♡
おしゃべりが上手になって毎日笑わせて
くれてありがとう♡
これからも元気に育ってね！

しまい みつき
嶋居美月ちゃん
9/1生まれ(3才)厳原町



お姉ちゃんに負けないくらい
スクスク育ってくれて、元気
いっぱい♡ 笑顔が、
お父さんとお母さんの宝物です♡

まつむらるか
松村瑠華ちゃん
9/7生まれ(2才)厳原町



リーちゃん♡いつも弟のゆーくんと
仲良くしてくれてありがとう！
いっぱい遊んで元気に過ごしてね♡
パパママより

させきりせ
佐々木里紗ちゃん
9/27生まれ(5才)美津島町



※毎月たくさんのご応募をいただいています。下記問い合わせ先へお誕生日の前月27日までに応募ください。(先着順ですが初めての方を優先します)

募集

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～
おにぎらず(2種×2個)

ごはんで具材を包み、のりをまいた「おにぎらず」は食べやすく、持ち運びにも便利です。具材は家にあるものでOK♪朝食やお弁当に作ってみませんか？

作り方

- ① ハムは十字に4等分に切る。
レタスは挟みやすい大きさにちぎる。
- ② 梅干しは種を取り、刻んでおく。
- ③ ラップを広げ、焼きのり→ごはん(茶碗半分)→具材
A 1/2→ごはん(茶碗半分)を重ねる。
- ④ 四方から中央にのりを重ね、ラップにくるむ。
Aを2個、Bを2個作る。
- ⑤ のりがなじんだら、半分に切って盛りつける。

1人分栄養価

エネルギー	411kcal	脂質	5.4g
たんぱく質	11.1g	カルシウム	85mg
塩分	1.3g		

材料(4人分)

ごはん(茶碗約4杯分)	800g
レタス	20g
A ロースハム	4枚
スライスチーズ	2枚
昆布佃煮	20g
B 梅干し	15g
しそ	2枚
焼きのり(大きめのもの)	4枚

お誕生日おめでとう！その他取材依頼等募集しています。
お問い合わせ
【広報業務委託業者】合資会社 厳原印刷所(広報担当あり)
〒817-0012 対馬市厳原町日吉3001 ☎0920(02)09095
Eメール izuin21-apricot.ocn.ne.jp

発行/対馬市
〒817-8510 長崎県対馬市厳原町分1441
☎0920(53)6111 FAX0920(53)6112
E-mail tsushima@city-tsushima.jp
http://www.city-tsushima.nagasaki.jp

〈広報つしま8月号に要した費用〉¥1,580,688 〈本年度累計〉¥9,562,320

！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。