



対馬の郷土料理に舌鼓



「よりあい処っしま」が
会場に出張



対馬の特産品も販売

2月17日(土) 快晴の空の下、対馬に馴染みの深いベイサイドプレイス博多にて『30代の対馬島窓会(どうそうかい) in 福岡』を開催しました。対馬にゆかりのある54名が参加。対馬の郷土料理や地酒を味わいながら思い出話に大盛り上がり。観光やUターン、就業情報なども案内しながら対馬一色の1日になりました。



対馬出身 立石健児さんが所属する
チキンナゲツツのLIVE



お腹いっぱい、胸いっぱい
っしまぢカラ

プラス1皿！野菜を食べてよう！

切干大根の中華炒め

毎月19日は、食育・地産地消の日

野菜が足りないと感じる時には、切干大根のような干し野菜を使ってみませんか？

干し野菜は、皮をむく、切るなどの下処理も不要で、味もしみこみやすく、時短料理の味方です。煮たり、炒めたり、汁物に入れたり、生と違った食感が楽しめますよ。



材料(4人分)

切干大根(乾燥)・・・40g	にんにく・・・・・・・・・・1片分
豚もも薄切り肉・・・80g	ごま油・・・・・・・・・・大さじ1・1/2
玉ねぎ・・・・・・・・・・60g	鶏がらスープの素・・・小さじ2
ピーマン・・・・・・・・・・1個	砂糖・・・・・・・・・・・・・小さじ1
人参・・・・・・・・・・・・・40g	濃口醤油・・・・・・・・・・小さじ1・1/2

1人分栄養価

エネルギー・・・128kcal／たんぱく質・・・5.8g
 食物繊維・・・3.0g／食塩相当量・・・0.9g

作り方

- ① 切干大根は水で戻し、水気を絞って5cm位の長さに切る。
- ② 豚肉・玉ねぎ・ピーマン・人参を細切りにする。にんにくはみじん切りにする。
- ③ 鍋にごま油とにんにくを入れ、火にかける。香りがしてきたら、豚肉を入れて炒める。
- ④ 野菜と切干大根を入れて炒める。
- ⑤ 鶏がらスープの素と砂糖を入れて、水気がなくなるまで炒め、最後に醤油で味を整える。

おくやみ

ご冥福をお祈りします

1月21日～2月20日受付分

(住所)	(氏名)	(年齢)
西泊	梅野 豊實 (96歳)	
比田勝	網代 静子 (103歳)	
小鹿	辻 芳太郎 (93歳)	
松ヶ崎	檜橋 直美 (79歳)	
深山	佐護 正毅 (80歳)	
仁田ノ内	田代 保之 (79歳)	
女連	春日亀 直 (84歳)	
佐賀	梯 實 (84歳)	
佐賀	神田 久光 (80歳)	
志多賀	八坂 一枝 (81歳)	
志越	岡野 澄代 (89歳)	
志越	原田 敏雄 (74歳)	
仁位	永留 久男 (84歳)	
曾	村山 典子 (85歳)	
加志々	原野 信弘 (89歳)	
唐洲	小島 進 (80歳)	
上の町第1	柚谷 圭三 (88歳)	
大浜	花岡 光義 (67歳)	
西高浜	俵 鶴代 (101歳)	
箕形	佐伯 正子 (85歳)	
小船越	原田 孝子 (88歳)	
曲	梅野 松夫 (87歳)	
天道茂	大串嘉津治 (80歳)	
今屋敷	福永テル子 (86歳)	
田淵	吉田ミツコ (98歳)	
国分	平澤百合子 (90歳)	
国分	日下 實 (73歳)	
久田	波田 一人 (68歳)	
白子	植西 和子 (80歳)	
与良内院	山形 静子 (77歳)	
豆酸中町	平間 ユキ (95歳)	
豆酸中町	天本 行春 (77歳)	
豆酸浜町	主藤 キイ (92歳)	
浅藻	花田トメコ (87歳)	
小茂田浜	初村 光雄 (84歳)	
日掛	吉野フクエ (90歳)	

(敬称略)

※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。

対馬市の情報

(平成30年2月28日現在)

人口・世帯数

男	女	合計	世帯数
15,426 人	15,939 人	31,365 人	15,111 世帯



交通事故情報

安全運転で、事故のない対馬を目指しましょう!!

区分		南署管内	北署管内	市全体
発生件数	本年(昨年比)	4(-3)	2(0)	6(-3)
死者数	本年(昨年比)	0(-1)	0(0)	0(-1)
負傷者数	本年(昨年比)	7(-5)	3(1)	10(-4)



火災発生情報

発生件数	
本年(昨年比)	4(+1)

火の用心
ことばを形に
習慣に



税務課 夜間窓口

3月の夜間窓口日程

- 本庁税務課
28(水)・29(木)・30(金)
- 各振興部・行政サービスセンター
29(木)・30(金)
- 窓口開設時間
17:30～20:00

午後8時
まで開いて
います!!



※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)

公売の話

税金等を滞納すると滞納した方の財産(動産・不動産など)すべてが差押えの対象となります。差押えの目的は、その財産を売却し、代金を滞納税等に充当することなのです。これを公売といいます。

「払いたくても払えない…。」
そんなときは、早めのご相談を。

●問い合わせ 市民生活部 税務課 ☎0920(53)6111

2月の市長の動き

- 2日
市長に提言! かつちえてしまづくり (第4回)
- 4日
第11回対馬島の合唱祭
- 7日
高齢者叙勲伝達式
上対馬地域審議会
- 8日
国土交通省大阪航空局対馬空港出張所業務引継式
- 9日
中対馬地域審議会
下対馬地域審議会
- 13日
島おこし協働隊・外部集落支援員年間活動報告会
厳原町管内歯科保健等協議会
- 15日
日本離島センター理事会 (東京都)
日本離島センター臨時評議員会 (東京都)
- 17日
壱岐・対馬地区郵便局長会通常総会
- 18日
第17回対馬少年の主張大会
- 19日
省庁訪問 (東京都)
- 20日
NTT R&Dフォーラム2018 (東京都)
- 21日
長崎県市町村関係団体合同総会(長崎市)
- 24～25日
朝鮮通信使の集いIN対馬
- 27～28日
平成30年第1回対馬市議会定例会

※太字は島外出張

4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・変更することがありますので、事前に確認ください。よろしくお願いします。

長崎県対馬病院 ☎0920(54)7111

診療科目	診療日
☆血液内科 (長崎医療センター)	16
☆神経内科 (大村市民病院)	4・17・18
循環器科 (山口圭祐)	2・9・16・23
循環器科 (井口 創)	4・11・18・25
☆脳神経外科 (長崎医療センター)	13
☆皮膚科 (長崎大学病院)	12・13・26・27
☆皮膚科 (九州大学病院)	18
糖尿病外来 (福岡大学病院)	10
☆思春期外来 (長崎県精神医療センター)	21
泌尿器科 (九州大学病院)	5・12・19・26
☆泌尿器科 (原三信病院)	14
泌尿器科 (大村市民病院)	25
☆リウマチ外来 (健成クリニック・長崎医療センター)	21・20
☆肝炎外来 (長崎医療センター)	2
☆肝臓外来 (長崎大学病院)	27
眼科 (九州大学病院)	4・18
耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	4・5・11・12・18・19・25・26
耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	2・3・16・17
乳腺外来 (永尾修二)	5・12・19・26
もの忘れ外来・相談 (家族のみでも可) (川上眞寿弘)	4・18

☆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。

◎さとう薬局は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
眼科	4・11・18・25
耳鼻咽喉科	3・17
整形外科	10・25
泌尿器科	24
循環器内科	20
脳神経外科	13
神経内科	3
精神科	10・11
産婦人科	5・12・19・26
外科	5・6・12・13・19・20・26・27

健康ひと口メモ

「女性の健康を応援します」

- 骨粗鬆症にたばこは大敵!カルシウムの吸収が悪くなります。
- 大豆製品をたっぷりとりましょう。
- 「やせ」も「肥満」も要注意
- 特定健診やがん検診、婦人がん検診を上手に利用して健康をチェックしましょう。
- 問い合わせ 健康づくり推進部 健康増進課 ☎0920(52)4888



24時間電話で健康をお届けします。

健康テレホンサービス

☎0120(555)203 《携帯電話不可》

4月の
テーマ

- 月 首のしこり(リンパ節の腫れ?)
- 火 火傷について
- 水 小児の救急シリーズ⑤異物誤飲
- 木 目にごみが入ったら
- 金 白い被せ物と金属の被せ物の違い
- 土 男性の下部尿路症状があれば前立腺炎を疑います。

まちの話

各課からの
お知らせ

無料法律相談

あんよん!韓国語

対馬振興局からの
お知らせ

わがまち再発見
博物館通信

年金コーナー
消費生活相談所

情報BOX

図書館情報
たすけあい通信

福岡事務所
レポート他

おくやみ
市長の動き他

特別診療案内
他