

心報 つしま

no.114
August 2013

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



特集

シリーズ **対馬で生きる 対馬をつなぐ** ©Maja Murata

海の散歩に出かけませんか?



つしまトピックス..... 2
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



お客様の「美味しい」をヤマネコに

福岡市箱崎で「社家町米穀店」を営む原田正彦さん(写真左)が、上県町佐護の対馬野生生物保護センターを訪れ、店舗での「佐護ツシマヤマネコ米」の売上の一部を「ヤマネコ基金」に寄付されました。



「もしも」に備えて、一番身近に

今年もNTTタウンページ(株)様にご協力いただき、市内各世帯に配布されるタウンページにAED設置一覧や、避難所一覧、市役所での手続き方法などの「対馬市民便利帳」を掲載いただいています。



「つしまチカラ」今年も健在!

7月下旬に開催された長崎県中学校総合体育大会では、今年も対馬市代表選手団が熱戦を展開しました。

陸上競技2年男子1,500mでは、西部中学校の永留瑞樹君が4分22秒20のタイムで、見事今年の長崎県チャンピオンに輝きました。



祝 白寿 おめでとうございます

井手 アキさん(厳原町)大正3年7月21日生まれ

99歳を迎えられた井手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。



あなごって美味しいね!

7月5日の「あなごの日」に併せて、市内各小中学校の給食であなご料理が提供されました。比田勝小学校では「あなご丼」が登場。ちよつと贅沢な給食を、子どもたちは大喜びでほおぼっていました。



仲間との絆を支えに

「長崎県商工会青年部連合会若い経営者の主張大会」が長崎市で開催され、対馬市代表として出場した厳原町の三浦征剛さん(写真中央)が県知事賞を獲得。10月に鹿児島県で開催される九州大会に出場します。

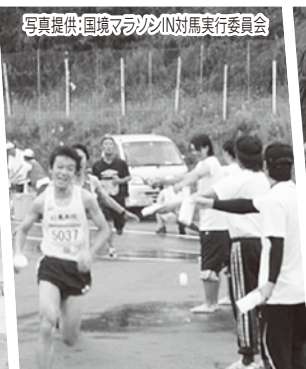


つしまの「うまれる」を守りたい

7月21日、対馬市交流センターで「へき地・離島周産期フォーラム in つしま」が開催されました。日本各地からパネリストを招き、へき地・離島の周産期医療の現状や、これからの対馬のお産について考えました。



写真提供:国境マラソンIN対馬実行委員会



写真提供:国境マラソンIN対馬実行委員会



写真提供:国境マラソンIN対馬実行委員会

雄大な自然に癒やされながら 国境の島を激走



7月7日、梅雨空のもと「第17回国境マラソンIN対馬」が上対馬町三字田浜を中心に開催され、国内外から1,388名のランナーが参加。ランナーたちは、時折激しい雨が降りしきる中、対馬の雄大な自然をバックに力走しました。

今年は出雲大学駅伝や全日本大学駅伝大会の常連校である鹿児島県の「第一工業大学陸上競技部」も参加。ハーフトー一般男子39歳以下の部では、同大学のケニアからの留学生ジョン・カリウキ選手が1時間6分30秒の大会新記録で優勝しました。



大会新記録で優勝した
ジョン・カリウキ選手



海の散歩に出かけませんか?

今や対馬のマリンレジャーに欠かせなくなったシーカヤック。屋久島や奄美大島など有名どころに負けないフィールドが対馬にあることをご存じですか? 「迷路のように入り組んだ浅茅湾」「古代の風景がそのまま残るタイムスリップの旅」「希少な動植物との出会い」など、対馬のシーカヤックは「海拔ゼロメートルからの眺め」だけじゃない醍醐味にあふれています。

今回の『対馬で生きる 対馬をつなぐ』は、これからベストシーズンを迎えるシーカヤックの魅力をご紹介します。

シーカヤックフェスタ2013

7月14日、シーカヤックの魅力に触れてもらおうと、「シーカヤックフェスタ2013」が開催されました。2005年のシーカヤックマラソンを皮切りにスタートしたこのイベント。今年は美津島町のグリーンピアを会場に浅茅湾内のコースに挑戦。遠くは東京、韓国からの参加もありました。



波がゆらゆら揺れるのが面白かった！またやってみたい！



松尾 博愛さん・元愛くん親子

対馬に住んで4年目。初めてシーカヤックを体験しました。水面とカヤックの距離が近いのにびっくり、浅茅湾の大自然を満喫できました。

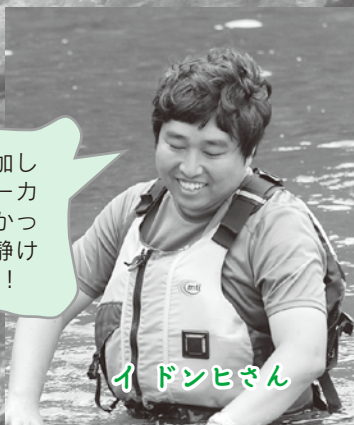
松尾一成さん・友樹さん兄弟



父が転勤で対馬にいるので、気に入って時々遊びにきています。自力で漕ぎ進むのが楽しいですね。東京のビルの中で暮らしていると広々とした大自然と開放感がとても新鮮です。
(一成さん)

カヤックから見る風景は、人工的な物が全くないのが魅力ですね。心が洗われます。
(友樹さん)

韓国ソウルから参加しました。初めてのシーカヤックは風が心地よかったですね。大自然と静けさがこの島の魅力です！



イ ドンヒさん



坊 貴至さん(写真左)

福岡在住の5人組で参加しました。私は海のない岐阜で育ったので、カヤックの横をトビウオがはねたり、頭上をアオサギが通過したりする度に興奮しました。海底も見えますですね。

対馬は最高のシーカヤックフィールド



上野 芳喜さん

エコツアーガイド兼バーのマスター

東京暮らしなどを経て約20年前にUターン。たまたまテレビで見たカヤックに惹かれ趣味で友人らとツーリングを始める。2003年に(有)対馬エコツアーを立ち上げ、浅茅湾をフィールドに大自然と歴史が融合したシーカヤックツアーを展開する傍ら、海岸漂着ゴミ問題にも取り組む。8月4日に行われた「対馬厳原港まつり」で初披露された「そびき唄」の作者でもある。

浅茅湾は最高のフィールド

湖のように波が穏やかで、子どもから年配の方まで経験がなくてもすぐに楽しめます。360度の大パノラマには人工の建造物が全く見えないポイントがあり、金田城からは1300年前に防人が見たのと同じ風景を見渡せます。湾内には数多くの

無人島があり、そこでご飯を食べたりシユノーケリングを楽しんだりとおブションも楽しめます。複雑な入り江は「その先はどうなってるの?」という想像力を膨らませてくれます。

「わざわざ」に見合う面白さを

何気ないことが喜ばれるんですよ。例えば平べったい石で水を切ったり、蜂胴があれば二ホンミツバチの話をしたり、無人島で食べる「ろくべえ」の出汁は対馬のシイタケからとったり、味付きたきイカを出したり…。

お客さんに「対馬って面白い」って言わせるにはどうしたら?って。ずっとその事を考え続けてきました。実は私、根っからのアウトドア人間じゃないんですよ(笑)。でもお客さんの「えー!!」が面白くて。そこを伝えるには自分にとってシーカヤックが一番の方法だったんだなって思ってます。もっと観光客に来てもらうには、高い交通費に見合った中身をアピールしなければなりません。

あたりまえを「特別」に

変えた観光客の一言

金田城城壁を見たドイツの考古学

者は「シーカヤックでこんな風景を見れるところなんて、そうそうない」と言いました。

鋸割岩に一人漕ぎだした観光客は「夢みたいなのと時だった。たった一人で海の上にいるなんて人生で初めて」と。その後、彼は何度も対馬を訪れました。

テーマパークでカヤックをしたという人は「デイズニースーでカヤックをしたことはあるけど、ここは本物のテーマパークですね!」って。その時は確か、絶滅危惧種のミサゴが頭上に現れましたね。

本当は対馬の学生に

乗ってほしい!

中学生や高校生に対馬を出る前に乗ってほしいですね。そして「対馬には面白いものがある」「浅茅湾って面白い」と周囲の人に広める『接着剤』になってもうえたら嬉しい。メディアにとりあげられるより、人から人に伝えてもらって対馬の魅力を広げてほしいですね。

★シーカヤック問い合わせ

(有) 対馬エコツアー

☎0920 (54) 3595

対馬カヤックス

☎0920 (54) 4329



非日常の極み!!
無人島で食べるわっぱ弁当とろくべえ
ランチは上野さんの手作り



断崖絶壁の鋸割岩で
自然の偉大さを実感



海から上陸する金田城トレッキングを
エコミュージアムツアーと名付けた

いざ！「心を解放する旅」へ

非日常を楽しんでほしい

今年のシーカヤックフェスタは夏休みの観光をターゲットに企画しました。定員を超える応募があり、多くは初心者。あいにくのお天気ではありましたが皆さん楽しんでくださいました。

私もそうでしたが、男の子の多くは十五少年漂流記のように、無人島や漂流に憧れる時期があります。「子どもには冒険を」「若い人には達成感

西 護さん

対馬シーカヤックフェスタ実行委員
対馬観光物産協会事務局長

対馬に生まれ、以来今日まで島暮らしを続けている。趣味は探索（砲台巡りや登山・シーカヤック・海岸散策など）。対馬の自然や歴史の知識を豊富に有し、周囲からは「対馬マニア」と呼ばれている。

パソコン講師の経験もあり、島をアピールする数々のブログやホームページの立ち上げにも携わる。

を」「大人には非日常の体験を」思いつき味わってほしいと思うんですね。都会のように観光地化されていない浅茅湾は手付かずの自然が残り、その思いを十分に味わうことができます。

週末ツアーのパターン化で

九州各地からの集客を

福岡⇄対馬のアクセスが意外と良いというのも、モニターからの意見で気づいたことです。金曜日の深夜フェリーで対馬に入り、翌日たっぷりアウトドアで癒され、次の日のフェリーで福岡へ帰る。ということ、遠いイメージの対馬も、福岡はもちろん、鹿児島や熊本からでも、十分土日で動けるっていいことなんです。観光物産協会としても、このアクセスをパターン化して集客に繋げていきたいと思っています。

モニターツアーで

ファンの拡大

対馬の魅力をもっと外にアピールしていきたいと、2009年からは九州の情報発信の拠点である福岡のアウトドアショップを対象に、モニターツアーを実施しています。実際にシヨップのスタッフさんを対馬に迎え、エコツアーを体験していただ

いているんです。

シーカヤックとトレッキングを組み合わせた体験ツアーはとても好評で、皆さんが口コミやブログ、フェイスブック等で紹介してくださると、対馬の雄大な自然の情報が広く発信されていきます。モニターツアーがご縁となり、春に続き、秋にも福岡のデパートで「対馬アウトドアフェア」が開催されることになりました。

心を解放する旅に

漕ぎ出そう

シーカヤックに初めて乗って以来、私が言い続けている言葉が「心を解放する旅」です。毎日学校会社だと、誰も日常は時間によって心が固まっています。

心を解放するという点ではシーカヤックはトレッキング以上だと感じています。「無人島でわくわく」「ちよつと怖いを越えた達成感」。時には「魏志倭人伝の頃、小舟で行きかた古に想いを馳せながらゆらゆら...」。

心を解放してくれる旅がここにはあります。

対馬観光物産協会のブログ

<http://blog.tsushima-net.org/>

『局長N』こと西さんのユニークなコメントがつつい見たくになりますよ。先日のフェスタもアップ中！

対馬にはまだまだ手つかずの大自然がたくさん残っています。でもその“魅力”を、その“偉大さ”を、対馬に住む私たちが十分に知り得ているでしょうか？

手を伸ばせばすぐそこにある「大自然の素晴らしさ」を私たちが実感することこそ、この島を、この島の魅力を全国に広げる近道なのではないでしょうか？

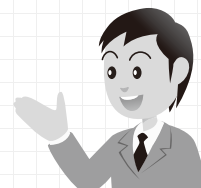
「対馬市組織計画」(仮称)素案概要をお知らせします

1. 組織機構見直しの背景

対馬市は、平成16年3月に旧6町が合併して誕生しましたが、組織機構については、合併当初の組織機構（1本庁・6支所・5出張所）を継承。一部統合等を行い、現在（1本庁・5地域活性化センター・5出張所）に至っています。また、各機関（議会・教育委員会など）の本庁についても、合併当初の本庁分散方式を継承しています。

しかしながら、厳しい財政状況の中において、行政サービスの維持向上、持続可能な財政基盤の確立のために取り組んでいる行財政改革に沿って、職員の削減も計画を上回る実績で進捗し、現在の大規模・広域な組織機構では、職員の配置が非常に厳しい状況となっています（合併時職員数823人、H25.4.1付職員数590人）。

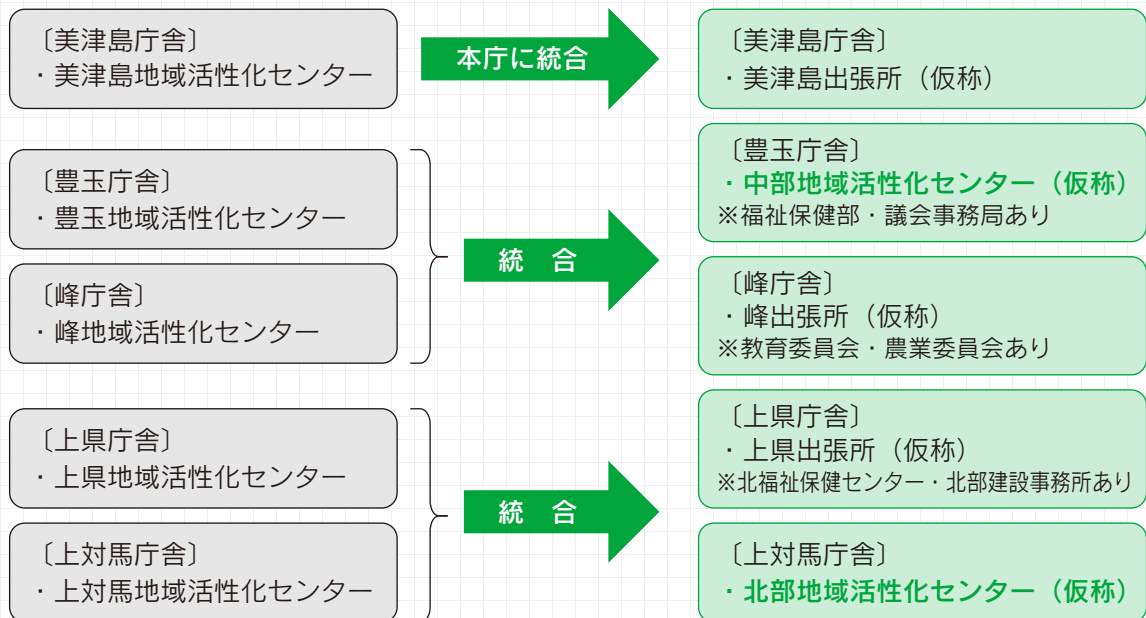
この様なことから、今後における行政サービスの提供、重要政策や重点施策の実現を図るうえで組織機構見直しの必要性が高まり、昨年度、市民・各種団体等からの委員を含む「対馬市組織機構見直し検討委員会」を設置し、本計画の素案を作成しました。



2. 組織機構見直しの主な取り組み

■「地域活性化センターの統合」

- ◇美津島地域活性化センターは本庁と統合します。
- ◇豊玉地域活性化センターと峰地域活性化センターを統合し、**中部地域活性化センター（仮称）**を豊玉庁舎に設置します。
- ◇上県地域活性化センターと上対馬地域活性化センターを統合し、**北部地域活性化センター（仮称）**を上対馬庁舎に設置します。
- ◇統合により廃止となる地域活性化センター（美津島・峰・上県）については、窓口業務を主とした出張所的な機関として配置します。



■「新出張所」(仮称)の業務内容(予定)

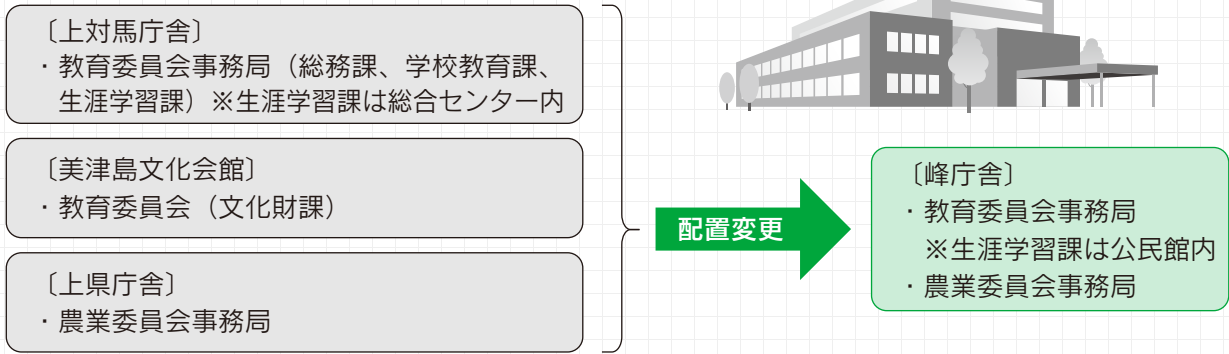
美津島出張所(仮称)
峰 出 張 所(仮称)
上 県 出 張 所(仮称)

○基本的に、現地域活性化センター住民生活課の業務を取り扱うこととします。

- ◆戸籍等各種証明の窓口サービス
- ◆各種福祉関連業務に係る窓口サービス
- ◆税関係業務に係る窓口サービス
- ◆その他

■「一部本庁部署の配置変更」

- ◇教育委員会事務局（総務課・学校教育課・生涯学習課・文化財課）を峰庁舎に配置します。
◇農業委員会事務局を峰庁舎に配置します。



■「各部署管轄区域の見直し」

- ◇各部署業務の管轄区域について、見直す必要のある部署については旧6町の境界を無くし、住民・行政双方にとって最も効率的な形を目指します。

■「市内各出張所（豆酸・佐須・佐賀・仁田・琴）への市職員配置の廃止」

- ◇出張所については、隔日開庁、各種証明の窓口システム構築、窓口業務の民間委託等の対応策を検討し、行政サービスの低下防止策を構築したのち、市職員の配置を無くします。

◎ハガキで提出される場合に(直接ハガキに記載されても結構です。)点線で切り取り、ハガキに貼り付けるなどご利用ください。他の方法による場合は、任意の様式で結構です。

「対馬市組織計画」(仮称)素案に対するご意見・ご提案

[illegible]

ご意見を募集します

- 「対馬市組織計画」（仮称）素案についてのご意見を募集します。

(平成25年9月20日まで)

- ・任意の様式で結構です。
 - ・提出いただく場合は、郵送・メール・FAX及び持参等の方法をお願いします。
- ※持参いただく場合は、各地域活性化センター地域支援課、各出張所でも受け付けています。

- 「対馬市組織計画」（仮称）素案について概要を掲載しましたが、内容についてより詳しく確認される場合は、対馬市ホームページ・総務部総務課・各地域活性化センター地域支援課及び各出張所において閲覧できますのでご利用ください。

- 提出先：総務部 総務課
〒817-8510 対馬市厳原町国分1441
TEL 0920(53)6111
FAX 0920(53)6112
E-mail:tsushimasoumu
@city.nagasaki-tsushima.lg.jp

IP告知放送システムを用いた 全国一斉の緊急情報の伝達試験を行います

実施日：平成25年9月11日(水) 11:00ごろ

地震・津波や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム（J-ALERT）^{（※）}から送られてくる国からの緊急情報を、さまざまな情報伝達手段を用いて確実に皆様へお伝えするため、市内で緊急情報伝達手段の試験を行います。

当日実施する試験は次のとおりです

IP告知放送



「これは、試験放送です」×3
+ 「こちらは、ジェイ・アラート放送です」
+ チャイム♪

（※） J-ALERTとは、地震・津波や武力攻撃などの災害時に国から送られてくる緊急情報を人工衛星などを活用して瞬時に情報伝達するシステムです。

防災の心得 「エリアメール」「緊急速報メール」の設定はお済みですか？

対馬市では、NTTドコモの緊急速報「エリアメール」、au・ソフトバンクの「緊急速報メール」を導入し、避難勧告などの緊急の防災情報をお手持ちの携帯電話に、お知らせできる体制を整えています。

○緊急速報メールの特徴

- ◇非常時の回線混雑などの影響を受けずに、受信できます
- ◇市内在住者はもちろん、一時的に市内にいる旅行者など誰でも受信できます
- ◇無料(通信料・情報料)で受信することができます
- ◇受信した端末の画面に、自動的に表示されます

○配信内容

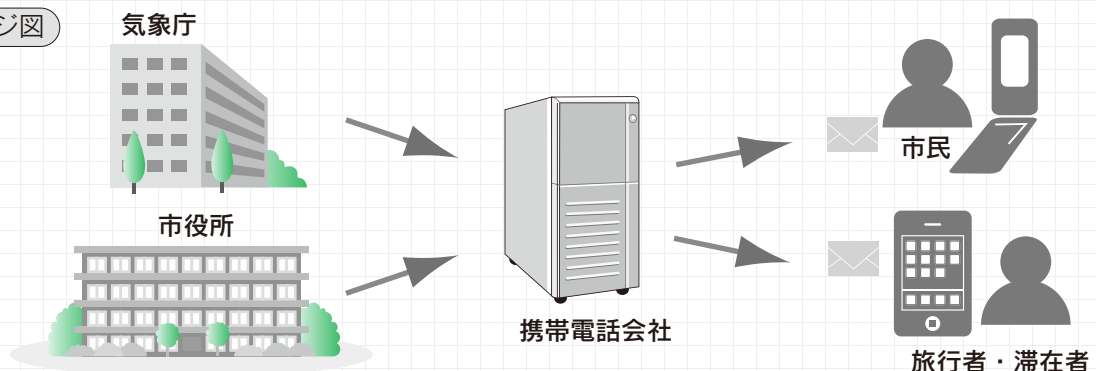
- ◇緊急地震速報 ◇津波に関する情報
- ◇災害・避難に関する情報 ◇国民保護に関する情報



緊急速報メールの受信設定が“OFF(利用しない)”の場合は、受信設定を“ON(利用する)”に変更していただく必要があります（購入時の設定はONになっています）。

なお、緊急速報メールに対応できない携帯電話端末がありますので、各携帯電話事業者【NTTドコモ・KDDI(au)・SoftBank】のホームページなどでご確認ください。

イメージ図



問い合わせ 総務部 総務課 ☎0920(53)6111

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25年9月5日（木）までに

海区漁業調整委員会

海区漁業調整委員会は、都道府県に設置されている行政機関です。

委員会は、漁業者及び漁業従事者を主体とする漁業調整機構として、関係者に対し必要な指示をすること、漁業権に関する事項について知事に意見を述べること等により、水面の総合的利用と漁業生産力の発展に貢献しています。

公選委員は選挙で決定します

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9月5日（木）までに提出しましょう。

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及び対馬市各地域活性化センター地域支援課
※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、各漁協の窓口に備え付けるか、各地区の回覧等で配布することとしています。お手元に届かなかったときは、対馬市選挙管理委員会及び対馬市各地域活性化センター地域支援課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

日韓海岸清掃フェスタIN対馬を開催します

【海岸清掃】

○日 時 平成25年8月24日（土） 8:00集合

※昼食は準備します

○場 所 対馬市上県町湊浜（予定）

○集合場所 湊浜シーランド

※参加を希望される方は、下記までご連絡下さい

【シンポジウム】

○日 時 平成25年8月24日（土） 17:30～19:30

○場 所 対馬市上対馬総合センター

- 内 容
- ・対馬市における漂着ゴミ問題の現状と課題及び解決策の進捗状況報告
 - ・清掃作業参加者によるワークショップ成果発表
 - ・漂着ゴミの再資源化についての研究成果発表

○主 催 対馬市・美しい対馬の海ネットワーク・ふるさと清掃運動会



問い合わせ 市民生活部 環境政策課 ☎0920(53)6111

対馬市人事異動

8月1日付 異動

氏 名	新 配 置
阿比留 勝也	農林水産部 部長
小島 和美	地域再生推進本部 副本部長

NAGASAKI起業家大学「短期コース」を開催します

起業をお考えの方、起業について興味のある方、新規事業分野への進出をお考えの方、会社の経営戦略を見直したい方などを対象に、新たな事業を始める前に検討すべき事項や必要な準備などについて、解りやすく簡単に理解を深めていただけるセミナーを開催します。



- 開催日 平成25年9月28日(土)・29日(日)
- 会場 対馬市交流センター3階 第3会議室
- 講師 有限責任監査法人 トーマツ
- 受講料 無 料
- 申込期限 平成25年9月20日(金)
- 定 員 30名
※受講希望者が10名未満の場合には開催を中止することがあります。
- 主 催 (公財) 長崎県産業振興財団
- 共 催 対馬市・対馬市商工会

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、未来へとつないでいきましょう。

- 開 講 日 平成25年9月26日(木) 19:30～
- 開催日時 毎週木曜日(全10回) 19:30～21:00
- 対 象 一般成人
- 参 加 費 無 料
- 実施場所 対馬市交流センター3階 大会議室
- 募集期間 平成25年8月19日(月)～9月20日(金)
- 主 催 対馬市
- 主 管 対馬芳洲会



雨森芳洲

開催日	講 義 内 容	講 師 (敬称略)
9/26	開講式	
	韓国と対馬との交流～仏教史から見る韓半島と対馬の交流～	チョン ヨンホ 鄭 永鎬(韓国檀国大学校名誉教授 対馬市国際諮問大使)
10/ 3	日朝交流と倭館の成立	小島 武博(芳洲会事務局長)
10/10	半井桃水考 桃水から見た樋口一葉	酒井 勝記(元九州産業大学 非常勤准教授)
10/17	文化八年(1811)対馬易地聘礼後の朝鮮通信使一宗家文庫史料に見るその終焉	齋藤 弘征(対馬市文化財保護審議会委員)
10/24	江戸時代の住民登録	永留 史彦(交隣舎出版企画代表)
10/31	古式捕鯨と対馬の鯨組	吉本 誠一(対馬古文書研究会会員)
11/ 7	享保式年の幕府巡検使「御巡検使御尋并二御答書」を読んで	早田 和文(対馬市文化財保護審議会委員)
11/14	遺跡から見た城下の姿	尾上 博一(対馬市教委文化財課学芸員)
11/21	倭寇の掠奪品かー対馬の仏像と經典	小松 勝助(芳洲会副会長)
11/28	現代の私たちが学ぶべき朝鮮通信使から雨森芳洲の事跡	松原 一征(芳洲会会長)
	閉講式	

韓国語講座受講生を募集します

最初から始める方のための「入門コース」、ちょっと勉強した方のための「初級コース」、かなり慣れてきた方の「中級コース」、3つのコースの講座生を募集します。たくさんのご参加をお待ちしています。

砥原
会場

イ ミンジョン
〈講師〉李 敏貞 先生
(対馬市国際交流員)



日 程

〈初級コース〉

- 午前の部… 10:00～11:30
- 夜の部… 19:30～21:00
- 9月3日(火)～12月3日(火) 毎週火曜日/12回

〈中級コース〉【特別編】

- 午前の部… 10:00～11:30
- 夜の部… 19:30～21:00
- 9月4日(水)～11月13日(水) 毎週水曜日/10回

場 所 対馬市交流センター 料 金 無料

定 員 制限はありません

申込期限 8月30日(金) 12:00まで

問い合わせ(申込先)

観光物産推進本部 ☎0920(53)6111

比田勝
会場

パク ミヘ
〈講師〉朴 瑠慧 先生
(対馬市国際交流員)



日 程

〈入門コース〉

- 午前の部… 9:00～10:30
- 9月3日(火)～11月12日(火) 毎週火曜日/10回

〈初級コース〉

- 午前の部… 10:30～12:00
- 9月4日(水)～11月13日(水) 毎週水曜日/10回
- 夜の部… 19:30～21:00
- 9月3日(火)～11月12日(火) 毎週火曜日/10回

〈中級コース〉

- 夜の部… 20:00～20:50
- 9月5日(木)～11月14日(木) 毎週木曜日/10回

場 所 上対馬総合センター 料 金 無料

定 員 各部20名(定数になり次第締め切り)

申込期限 8月30日(金) 12:00まで

問い合わせ(申込先)

上対馬観光物産事務所 ☎0920(86)4839

中国語講座受講生を募集します

中国語の会話や文法、中国の文化や習慣を学べる「初級コース」の講座生を募集します。たくさんのご参加をお待ちしています。

砥原
会場

ロー チーフエイ
〈講師〉羅 齊慧 先生
(対馬市国際交流員)



日 程

〈初級コース〉

- 午前の部… 10:00～11:30
- 夜の部… 19:30～21:00
- 9月19日(木)～11月28日(木) 毎週木曜日/10回

場 所 対馬市交流センター 料 金 無料

定 員 各部20名(定員になり次第締め切り)

申込期限 8月30日(金) 12:00まで

問い合わせ(申込先)

観光物産推進本部 ☎0920(53)6111

不動産公売を行います

○入札期間：9月3日(火)～9月6日(金) 9:00～17:00 (ただし9月6日は15:00まで)

○開札期日：9月6日(金) 15:10～

○入札及び開札場所：対馬市役所税務課 (厳原町国分1441)

○代金納付期限：9月13日(金) 14:30

売却区分番号：H24(F)003

- ・厳原町小浦字大梶原157番34・37
- ・地目：山林 (現況一部雑種地)
- ・地積：6,565㎡

最低公売価額：2,700万円

公売保証金額：270万円

価格改定



建物



売却区分番号：H24(F)004

- ・峰町志多賀611番
- ・居宅
- ・コンクリートブロック造陸屋根平家建
- ・床面積：101.03㎡

最低公売価額：52万円

公売保証金額：6万円

価格改定

売却区分番号：H24(F)005

- ・厳原町与良内院620番地
- ・宅地 (登記簿面積142㎡)
- ・居宅・事務所
- ・軽量鉄骨造陸屋根2階建
- ・床面積合計：123.39㎡

最低公売価額：133万円

公売保証金額：14万円

価格改定



土地



売却区分番号：H24(F)006・007・008
009・010

- ・美津島町久須保字平瀬原
565番29・35・40・44・45
- ・宅地 (登記簿面積300㎡) × 5物件

最低公売価額：(4物件) 各151万円
及び(1物件) 150万円

公売保証金額：各16万円

価格改定

土地付
建物



売却区分番号：H24(F)012

- ・厳原町中村619番2
- ・宅地 (登記簿面積89.28㎡)
- ・居宅 (木造瓦葺平家建)

床面積：49.58㎡

最低公売価額：199万円

公売保証金額：20万円

価格改定

★入札にあたっての注意点★

1. 公売財産の明細書及び公売公告は対馬市税務課に備え付けてあります。あらかじめ関係資料を必ず確認し、関係公簿等を閲覧するほか、十分な調査を行ったうえで入札してください。
2. 対馬市は、公売財産が不動産である場合、公売財産の引渡義務は負いません。
3. 対馬市は公売財産について瑕疵担保責任を負いません。
4. 入札日には、次のものが必要となりますので、お持ち下さい。
 - (1)公売保証金
 - (2)印鑑：代理人が入札する場合は代理人の印鑑、法人の代表者が入札する場合は代表者印
 - (3)代理人が入札する場合は、委任状
 - (4)共同入札をする場合は、共同入札者持分内訳書、共同入札者全員の住所証明書、代表者以外の方全員からの代表者に対する委任状
5. 公売公告後、公売を中止する場合がありますので、入札前に必ず確認して下さい。
6. 対馬市公売に参加するには、対馬市インターネット公売ガイドラインをよくお読みいただき、確認、同意していただく必要があります。ガイドラインは、対馬市ホームページで確認できます。
7. 日本国籍を持たない個人及び日本国内に本店を持たない法人は入札参加できません。

※上記以外にも出品予定です (厳原町東里及び小浦の土地付建物ほか)。

※物件の詳しい内容は、市民生活部税務課 (厳原町国分1441) または、対馬市ホームページで閲覧できます。
お気軽にお尋ねください。

問い合わせ 市民生活部 税務課 ☎0920(53)6111

10月診療分から障害者福祉医療費助成制度が変わります

長崎県福祉医療費制度の見直しに伴い、平成25年10月診療分から障害者福祉医療費支給対象に精神障害者保健福祉手帳1級所持者の通院医療費が加わります。

また、後期高齢者医療制度が適用となる身体障害者手帳3級及び療育手帳B1所持者を新たに対象とするようになりましたが、自己負担額が下記のように変更されます。

受給者区分	受診日数	通院入院費の自己負担額	
		平成25年9月30日まで	平成25年10月1日以降
身障手帳1・2級所持者 療育手帳A1・A2所持者	1日	800円	800円
	2日以上	1,600円	1,600円
身障手帳3級所持者 療育手帳B1所持者	1日	(支払額－800円)×1/3 ＋800円	(支払額－800円)×1/2 ＋800円
(後期高齢者医療制度適用者は 平成25年9月30日までは対象外)	2日以上	(支払額－1,600円)×1/3 ＋1,600円	(支払額－1,600円)×1/2 ＋1,600円
精神障害者保健福祉手帳 1級所持者（通院のみ）	1日	助成対象外	800円
	2日以上		1,600円

受給者区分	調剤薬局での自己負担額	
	平成25年9月30日まで	平成25年10月1日以降
身障手帳1・2級所持者 療育手帳A1・A2所持者	自己負担無し	自己負担無し
身障手帳3級所持者 療育手帳B1所持者 (後期高齢者医療制度適用者は 平成25年9月30日までは対象外)	支払額×1/3	支払額×1/2
精神障害者保健福祉手帳 1級所持者	助成対象外	自己負担無し

現在、身体障害者手帳3級及び療育手帳B1所持者の方で、福祉医療費受給者証をお持ちでない方は、最寄りの各センター福祉担当窓口及び福祉事務所福祉課で「障害者手帳」「健康保険証」「印鑑」をご持参の上、認定の申請を行って下さい。所得状況を審査した後、認定者には福祉医療費受給者証を交付します。

問い合わせ 福祉事務所 福祉課 ☎0920(58)2294

健康つしま21計画 ひと言健康メモ

対馬市は国や県と比較すると、健康で過ごせる期間が短い傾向にあります。

高齢になっても元気に過ごすためには、生活習慣病の予防が大切!!

健診を受けて自分の健康をチェックしましょう。

問い合わせ 福祉保健部 健康増進課 ☎0920(58)1116



「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
厳原	英語でクッキング講座（後期） ～対馬の素材で各国創作料理～	島おこし協働隊 須澤佳子・村田真耶	5	9月10日～ （隔週火曜日）	19:00～21:30	対馬市交流センター	9月2日	10名
	野菜料理講座	食生活改善推進員	3	9月18日～ （隔週水曜日）	10:00～13:00		9月9日	10名
	簡単お菓子作り講座	御手洗 智子	3	10月13日（日）～12月 （月1回）	10:00～13:00		10月3日	10名
美津島	お茶を楽しむ講座	田中 宗寿	5	9月11日～ （毎週水曜日）	13:30～15:30	美津島地区公民館	9月4日	10名
	郷土料理講座	食生活改善推進員	3	10月23日～ （隔週水曜日）	10:00～13:00		9月30日	10名
豊玉	木工講座	阿比留 恭二	7	9月5日～ （毎週木曜日）	19:00～21:00	ふれあい工房	8月20日	7名
峰	エアロビクス講座	黒岩 莊子	7	9月6日～ （隔週金曜日）	19:00～21:00	峰地区公民館	8月20日	15名

申込・問い合わせ 厳原地区公民館 ☎0920(52)0363 豊玉地区公民館 ☎0920(58)0062
美津島地区公民館 ☎0920(54)4044 峰地区公民館 ☎0920(83)0151

農林振興課からのお知らせ

ハチミツ販売の届け出はお済ですか？ ～ミツバチを飼って、ハチミツを販売される皆様へ～



「養蜂振興法」が改正され、販売等をされる方（または予定の方）は、市役所へ蜜蜂の「養蜂飼育届け」が必要になりました。

- 対 象 者 平成26年1月1日～12月31日の間に販売等をされる方（または予定の方）
○届出期限 平成25年10月31日（木）

問い合わせ 農林水産部 農林振興課 ☎0920(53)6111

里山林の保全管理や資源を利用する活動を応援します

上限:500万円

- 活動メニュー 【地域環境保全タイプ】・里山林景観を維持するための活動・侵入竹の伐採・除去活動
【森林資源利用タイプ】・集落周辺の広葉樹等の搬出活動
【森林空間利用タイプ】・森林環境教育の実践

※交付金を活用するためには、活動組織（3名以上）を設立する必要があります。

問い合わせ 農林水産部 農林振興課 ☎0920(53)6111
対馬振興局 林業課 ☎0920(52)0318



地域マネージャー通信

チマネ通信

VOL.23

豊玉町佐保地区

今回の地域マネージャー通信は、豊玉町佐保地区を紹介します。

地域コミュニティの拠点として生活館が建つ小高い丘一帯を、佐保集落では「シゲノダン」と呼んでいます。この地は、朝鮮半島系の青銅器が多く出土した遺跡を有し、歴史的にも重要な場所として区民に守られてきました。

40世帯ほどの高齢化率の極めて高いこの地区で、ふるさとを愛する心を思い出し、みんなが笑顔で交流できる場所として、また、島外から帰省した孫やひ孫たちが自由に遊び回れる場所として、佐保区民同士の絆をしっかりと後世に継承していこうという区民の総意で「シゲノダン遺跡周辺のコミュニティ拠点整備事業」に取り組みました。

○取り組みのきっかけ

【活用事業】平成24年度「対馬市地域づくり応援事業」

○取り組み内容

- ①佐保川をはさむ拠点一帯の植樹の整備・剪定・除草
- ②積み石塚(一字一石塔)の周辺整備と記念植樹
- ③一字一石塔の説明板の設置
- ④生活館広場の整地とグラウンドゴルフ大会の開催



整備前の石塚はひっそりと寂しくたたずんでいました。佐保区民が協力し合って石塔付近の整備、真砂土の搬入による凸凹の地面整備を行いました。



説明板も設置された「一字一石海会塔」
かいえ



整備した広場でグラウンドゴルフ大会

地域再生推進本部では、市民協働事業を推進するため、地域マネージャーとの連絡役として、地域の実情に応じて地域内に支援員を登用する仕組みづくりを検討しています。

○平成25年度の取り組み



今年度から佐保地区のお世話役を引き受けて下さった、前区長・長郷弘美氏

【地域マネージャー事業のお世話役として】

平成25年度から集落支援員的な役割を引き受けました。昨年度は区長という立場で地域マネージャー制度の活用に取り組み、今年度は副区長として側面から協力させていただきます。新区長と区民の連絡調整係として、区長が動きやすい環境づくりに努めて参ります。また、**今年度は、「わがまち元気創出支援事業」**を採択いただき、昨年度に引き続き区民団結してシゲノダン周辺のコミュニティ広場の環境整備を実施していきます。

更に今年度は、担当地域マネージャーにご相談しながら、「地域づくり計画」の作成を目標にしています。長郷直明区長・評議員・区民の橋渡し役に徹します！

問い合わせ 地域再生推進本部 ☎0920(53)6111



◎今回は、島デザイナーとして活動している松野隊員と村田隊員の活動をご紹介します。

今、対馬市には、2人のデザイナーの作品が皆さんの周りにたくさんあります。ちょっと見てみましょう。

★松野隊員の活動紹介★

「デザイナーの役割とは」。その答えを探し続けながら活動している松野隊員。何かをしよう、作ろうとしている人の志（コンセプト）が何なのかを共に考えて深め、それをイラストを通して『見える形』にしていく活動もまた、デザイナーの役割です。まずは話して、見て、触って、感じ取ったものをかたちにしていく松



松野隊員デザインの
エイトレンジャー

野隊員のデザインは対馬のあちこちに溢れています。ヤマネコスクールバスが道を走り、つしまのおうまちゃん、どどんこくんなどのキャラクターが各家庭に配布されているタウンページを楽しく彩ります。その他にも『対馬市環境基本計画』『佐護ツシマヤマネコ米』などの商品パッケージも松野隊員の作品です。

今年度はそば道場を北部対馬の拠点とするためのプロジェクトや、地域と連携したイベントをデザイナーとしての力を活かして盛り上げる取り組みなども行っています。『みかたかえれば宝島！』対馬の魅力は尽きません。



松野隊員が製作した作品たち

★村田隊員の活動紹介★

「せっかくの対馬の魅力が英語圏の外国人観光客にPRできていない」。海外での生活経験がある村田隊員は対馬に来てからずっと感じていました。釜山経由で来島する英語圏外国人は年々増えてきているのに、対馬には英語表記が少なく、受け入れ態勢があまり整っていません。そこで村田隊員は自身の語学力を活かして対馬を「何もない」から「また来たい」と思える島にするために活動しています。



観光案内で生の声を聞き取る村田隊員

今年度は昨年度の調査をもとに、特に多かった

日帰り観光客向けに、「日本」を

PRできるモデルコース等を盛り込んだ観光マップを作成しました。英語圏外国人が求めている情報が得られるように、飲食店へのヒアリング、モニター観光客への観光案内を通したヒアリング等を行い、情報の充実を図りました。また、メニューや看板、換金手続き書類等を翻訳して3ヶ国表記を増やし、おもてなし体制の強化に取り組みました。今は厳原港周辺ですが、いずれ比田勝港周辺での観光マップ作成にも取り

組む予定です。随時、英語版の対馬 Facebook (<https://www.facebook.com/TsushimaIsland>) や HP (<http://tsushima.weebly.com/>) での情報発信も行っています。さらに、持ち前のデザイン力を活かして商品ラベルやキャラクターの制作にも取り組んでいます。



村田隊員デザインの
協働隊アイコン

問い合わせ

対馬市島おこし協働隊事務局（地域再生推進本部内）

☎0920(53)6111



未来に繋ごう!豊かな森林

平成24年4月1日より施行されました「対馬市森林づくり条例」。
今回は“対馬市森林づくり委員会”の第9回の会議結果について
紹介します。

今回の委員会では、“対馬市森林づくり基本計画”の最終版の確
認と“対馬市伐採ガイドライン”については、6月に開催した林業
関係者の皆さんとの意見交換会で出された意見の検討等を行い、
概ね両計画ともに委員会としての最終案を取りまとめることができ
ました。



両計画は、今後の対馬市の森林づくり指針として、対馬市ホームページに掲載するとともに、林業関係者の皆様をはじめ市内各世帯に配布する予定です。

島の豊かな生態系を後世に残すため、また、豊かな森林資源を有効的に活用していくためのガイドブックとして今後もわかりやすくお知らせしていきたいと思います。また、市民の皆様が参加できる仕組みも作っていききたいと思いますので、今後ともご協力をよろしくお願いします。

問い合わせ 農林水産部 農林振興課 ☎0920(53)6111

年金コーナー



老齢基礎年金は、20歳から60歳までの40年間、保険料をすべて納付した場合、満額になります。

☆満額の年金を受給できない方は、下記の方法で年金額を増額することができます。

1. 納め忘れ（未納）期間の保険料を納付（後納）する。

過去10年以内に納め忘れ（未納）期間があれば、後納申込をすると古い期間から納付できます。
平成27年9月30日までの時限措置です。後納金額は、当時の保険料に一定金額が加算されます。

2. 免除・猶予期間の保険料を納付（追納）する。

免除・猶予期間のうち、10年以内であれば、追納申込をすると古い期間から納付できます。追納金額は、免除・猶予期間の翌年から起算して2年度目までは、当時の保険料と同額、3年度目以降は当時の保険料に一定金額が加算されます。

3. 60歳になってから任意加入をする。

ご本人の申出により、保険料を納付して老齢基礎年金額を増やすことができます。

次の①から③のすべての条件を満たす方が対象となります。

- ① 60歳以上65歳未満の方
- ② 老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
- ③ 20歳から60歳までの年金保険料の納付月数が480月未満の方

【問い合わせ】

👉 日本年金機構長崎北年金事務所 ☎095(861)1582

《長崎北年金事務所の出張年金相談》

- 日時 9月18日（水）13:30～17:00
場所 美津島地域活性化センター 別館会議室
- 日時 9月19日（木）9:00～17:00
場所 対馬市役所 別館会議室

★年金相談は予約制です。

★予約受付期間 8月19日～9月13日まで

予約先 ☎095(861)1387

わがまち再発見!!

シリーズ 文化財の紹介

対馬市教育委員会 文化財課
☎0920(54)2341

『対馬の古墳』

対馬にある遺跡のうち8割が墓地です。亡くなった人を取めるのは、板のような石を組んで作った石棺です。海岸にあるような丸い石の上に積み上げた積石塚と呼ばれるものもあります。一般に古墳といっている浮かべるような土を盛り上げて高い丘を作ったものはわずかでです。

今回はその数少ない盛土で墳丘を作った古墳を紹介します。一番古いものは美津島町の雞知にある出居塚古墳です。4世紀の後半頃に造られたと考えられている前方後方墳です。この後に造られたのが、雞知浦に突き出した岬にある根曾古墳群です。6つのうち1号墳と2号墳が前方後円墳という形の古墳で、ほかは円墳だろうと言われています。6世紀に造られました。7世紀になると、出居塚古墳の南西約500mにサイノヤマ古

墳が造られます。この雞知で4世紀以降に造られてきた古墳群は、当時の大和政権に繋がり深い、対馬を代表する豪族である対馬下県直一族に連なる人たちのお墓と推測されます。667年には美津島町の黒瀬に金田城が造られますが、築城を取り仕切ったのは、その一族ではなかったでしょう。

サイノヤマ古墳の少し後には、厳原町佐須の下原に矢立山古墳群が造られています。佐須は天武天皇の時代に日本で初めて銀が採れた土地で、後にはさらに金が採れたという事で西暦701年には大宝という元号が付けられました(ただし後に金が採れたというのは報告した人物の詐欺だということが分かりました)。ここに埋葬されたのは銀山の開発に貢献した下県直に

関係の深い人物達でしょう。一方、同じ厳原町の豆殿には少し前に保床山古墳が造られました。豆殿では亀の甲羅を使って吉兆を占う、亀卜という神事が今もおこなわれていますが、保床山古墳にはこうした卜占神事の当事者が葬られている可能性があります。かつては対馬から10人が壱岐や伊豆とともに朝廷の卜部に登用されています。

あまり知られていませんが、対馬の古墳は、東、西、南のどれも、日本史の重要な話題に深い関わりを持っているのです。



矢立山1号墳

つしま図書館情報

つしま図書館 ☎0920(52)3900

●本を濡らさないように注意しましょう。

まだまだ暑い日が続きます。暑い日には、冷たい飲み物をバッグに入れてお出かけ…、そんな人も多いのではないのでしょうか。

冷たい水筒やペットボトルの表面についた水滴で、図書を濡らしてしまう方が時々いらっしゃいます。弁償しなくてはならないケースもありますので、ご注意ください。

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					

今月のおすすめ新着本

一般書

『ミツカン社員のお酢定食』 ミツカン／監修

味のバリエーションが豊富なお酢定食1か月分を紹介する、ミツカンのメニュー開発チームによる献立集。

『カメの飼い方・楽しみ方BOOK』 富沢 直人／著

飼育容器や水槽などのセッティング、エサの与え方から、休眠のさせ方、病気の対応などの健康管理まで、美しい写真や楽しいマンガで解説。

『ルーズヴェルト・ゲーム』 池井戸 潤／著

監督に見捨てられ、主力選手をも失ったかつての名門・青島製作所野球部。廃部か存続か。繁栄か衰退か。人生を賭した男達の戦いが始まる…。

児童書

『ハッピーノート』 草野 たき／著

学校でも塾でも、思うように自分を出せずにいる6年生の聡子。本当の気持ちは言えないまま。そんな小学生の日常をみずみずしく描く。

『港で働く人たち』 大浦 佳代／著

漁師、魚市場職員、船舶機器整備士、コンテナターミナルプランナー、運用管制官など、港で働くいろいろな職種を紹介。港の現場としくみ、実際に働く人たちのインタビューも掲載する。

絵本『こんぶのぶーさん』 岡田 よしたか／著

漫才師をめざす、こんぶのぶーさん。相方のオーディションを開くが、なかなかビッパリの相手が見つからず…。「ちくわのわーさん」「うどんのうーやん」に続くナンセンス・ユーモア絵本第3弾。

青年部活動に参加して

(一部省略)

対馬市商工会青年部 三浦 征剛



皆さんが商工会青年部に入ったきっかけは何ですか？『誘われたけんがなんとなく：』とか『先代が入ったけんが：』とか、そういった理由が多いかと思えます。もちろんそれが悪いといっているわけではありません。ただ、私が商工会青年部に出会ったきっかけから入部に至るまで、それはまさに、私の人生を変えるものだったのです。

私は地元の対馬高校を卒業後、『働くなら東京したい！』と勢いで東京の企業に就職をしました。人口4万人弱の対馬から人口1000万人以上の大都会東京。しかし、この環境の変化になかなかついていけず、将来のビジョンも描けぬまま、22歳の春、逃げるように対馬に帰ってきました。

そのまま数ヶ月、特にやりたい事も無く、日々をダラダラ過ごしておりましたところ、とある先輩から、『なんか働いとかかな格好悪かるうもん！俺が知り合いの居酒屋を紹介してやるけん、バイトでもせんか！』と半ば強引にアルバイトを進められました。正直なところ、面倒くさいな〜などと思っていたのですが、断る理由が特に無く、アルバイトを始めてみる事となったのです。

ある日、その居酒屋の閉店時間になろうかとする時でした。店のオーナーが10数名程の団体を引き連れて店にやってきました。『おい、こいつ達になんかメシ作ってやってくれ！』

その団体は商工会青年部でした。そして私を雇って下さった居酒屋のオーナーは商工会青年部の部長をしていたのです。青年部部長であるオーナーと、青年部員達の、深夜まで行われる飲みながらの話し合い。『今度の祭りはどうする？』とか『どげんかして対馬を盛り上げないかんばい！』とか。その光景は、私にとって、とても新鮮なものでした。『こんな人たちは政治家でも無いのに、なんで必死に地域の事を考えようちやろうか？』と、青年部に次第に興味を持つようになったのです。

イヤイヤながらやっていたアルバイトも、毎晩の様にやってくる青年部のおかげで、楽しく、真剣に仕事に打ち込めるようになっていきました。やがて私はその店の正社員となり、2年目、3年目と年を重ね、そして青年部員の活躍を身近に眺めながら、働くことの意味や、地域に貢献することの素晴らしさを学んできました。そういつた中で、私の心に、いつしかひとつの想いが芽生えました。『将来は店をやりたい！そして経営者として商工会青年部の仲間になりたい！』と思うようになったのです。

そして様々なきっかけや出会いが重なり、30歳の春、独立を決めました。不安や恐怖にさいなまれた独立・開業も、商工会・青年部員みんながたくさんの助言とご支援を下され、なんとか軌道に乗せる事ができました。もうすぐ開業して10年が経ちますが、オーナーとの出会い、そして青年部との出会いは、ダ

メ人間だった私の生き方を、正しい道に導いてくれたのです。

それからというもの、他の部員のみんなと笑顔や感動を共有しながら、青年部活動に全力で取り組んできました。そして、気がつけば今年で10年が経ち、あつという間に現役としては最後の年になりました。これまで、どれだけ地域振興に貢献してきたか、自分自身で評価する事は出来ませんが、対馬が大好きだから、愛しているから、精一杯頑張ってきた！という自負はあるつもりです。反面、家業がおろそかになってしまいう事もしばしばでした。妻と二人でやっていた小さい店でしたので、青年部活動の為に店を休んでしまうと、生活に影響が出てしまいます。商売と青年部活動の両立に悩み、青年部を止めようと思った事もありました。しかし、青年部の仲間たちは『無理して活動に出らんでいいけん！仕事は優先やけん！』と気遣っていただき、さらには懇談会や打ち上げ等で私の店を良く利用してくれました。これだけの温情をかけて下さってる仲間たちがいる中、このままではダメだ、と思い、従業員・アルバイトを雇い入れ、出来るだけ活動に参加していこうと決心しました。

人は一人では生きていけません。そして商売も一人ではやっていけません。そういった事を青年部活動の中で知りました。私は青年部という素晴らしい仲間を得たことにより、思いやり、絆、いつくしみ、こういった言葉を深く理解することが出来たのです。

このように、私は青年部に入部したことで、人生や商売にとって素晴らしい経験をしました。そしてそれを、もともと若い経営者に体験して欲しいのですが、そもそも、この若い経営者という人材が対馬にはあまり居ない様に感じます。その理由は、地方自治体が直面している問題、過疎に伴う人口の減少、そして少子高齢化では無いでしょうか？

『仕事が無い』この一言で対馬を去っていく若者を何十人と私は見てきました。これからの未来、我々、地方の商工会青年部が地域振興、まちづくりに携わっていく身として、考えていかなければいけないのは、人口流出の食い止めと、若手人材の育成だと思えます。このままでは、いずれ地域全体の体力が無くなり、我々商工会青年部も衰退の一途を辿って行くかもしれません。

対馬という辺境の島に暮らしていく中で、今、私が考えているのは、たとえば、島内に眠っている才能溢れた若手人材を発掘し、独立を支援したり、また島外で頑張っている対馬出身者、彼らに対馬にUターンしてもらい、対馬で起業させてしまえばよいと思っています。

当然、様々なリスクがあるのは承知しております。責任も伴うでしょう。しかし、我々には商工会という組織のバックアップがあります。税務・金融・販路開拓支援など、経営に携わる様々な相談ができる窓口を持っているのです。それらをフルに活用して、我々、青年部員で若者の独立を支援していく、こういった事を青年部員のみならずこれから考えてはどうでしょうか？才能溢れる若い市民を起業させ、青年部にも入部してもらい、地域振興・まちづくりに貢献してもらい、これを進めていけば、対馬の素晴らしい未来がひらけると思っています！

最後になりますが、冒頭でもお話しした通り、私は若い頃、将来のビジョンなど何も無い人間でしたが、青年部と出会い、独立を決心したからこそ今があります。そろそろ、その恩返しをしなればと考えています。難しいことはできませんが、若い新入部員をもっともっと増やす努力をしたいと思えます。そして青年部のみんなを私の店に連れてきて、従業員にこう言いたいと思っています。『おい！青年部つれてきたけん、なんかメシ作ってやってくれ！』

お知らせ

9月は「船員労働安全衛生月間」

九州運輸局と福岡地区船員労働安全衛生協議会では、船員労働安全衛生月間中、船員災害防止の推進のため、停泊中の船舶を訪船し、安全衛生指導を行うこととしています。

船舶所有者並びに船員の皆様も、本月間中は緑十字旗を掲げて、船内の安全点検を行いましう。

なお、左記病院において、本月間中（土曜日・日曜日・祝祭日を除く）船員無料健康相談所が開設されますので、お気軽にご利用ください。

■船員無料健康相談所

長崎県対馬いづはら病院

☎0920(52)1910

【問い合わせ】

九州運輸局海上安全環境部

船員労働環境課

☎092(472)3175



視覚に障がいがある方の学校相談会

学校相談会

■日時

9月11日(水) 13時30分～15時30分

■場所

長崎県立盲学校

■対象

幼児、小・中学生及びその保護者等（関係者を含む） 学校関係者など

■内容

①授業参観 ②施設・設備見学

③教育内容説明

■申込期限 9月4日(水)

■専攻科（はり・きゅう・

マッサージ師養成課程）相談会

■日時

第1回相談会

9月14日(土) 13時～15時10分

第2回相談会

11月23日(土) 13時～15時10分

■場所

長崎県立盲学校

■対象

視覚に障がいのある方、またその家族及び関係者

■内容

①専攻科の概要説明

対馬ちんぐ音楽祭

今年は11/17(日)に
対馬市交流センターで
開催します!!



問い合わせ

対馬ちんぐ音楽祭実行委員会事務局
☎0920(54)2271

- ② 人体模型の触察や、はり・マッサージ実技の体験
- ③ 文字を拡大して見る方法や音声を頼りにパソコンを操作する方法等の体験
- ④ 個別相談（希望者）

■申込期限

第1回 9月6日(金)

第2回 11月15日(金)

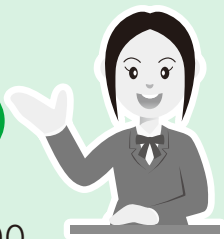
【問い合わせ】（申込先）

長崎県立盲学校（柴田）

☎095(882)0020

Eメール mou@news.ed.jp

交通事故巡回相談



●日時 9月3日(火)
9:00～15:00

●場所 対馬市交流センター
(3階第4会議室)

問い合わせ

長崎県交通・地域安全課 ☎095(895)2341

動物愛護週間イベント

「わんにゃんフェスティバル」

●日時 9月21日(土) 13:00～16:00

●場所 峰町ファミリーパーク

●内容 対馬乗馬体験
動物愛護ポスター展など



問い合わせ

市民生活部 環境政策課 自然環境推進室
☎0920(53)6111

不登校・ひきこもり家族教室を開催します

「不登校」「ひきこもり」について正しく理解したり、言葉かけの工夫などを学んだり、参加者同士の交流の時間を用意しています。

テキストを利用しながら、下記の内容で3回を1クールとして実施します。

開催日	内 容
9月3日(火)	ひきこもりの基礎知識
10月1日(火)	家族間のコミュニケーション(グループワーク)
11月5日(火)	解決へのステップ(グループワーク)



- 対象者 約6ヶ月以上学校や職場に行かず自宅(家庭)にとどまっている状態の方をもつご家族
- 時 間 14:00~16:00
- 場 所 対馬保健所(厳原町宮谷224)
- 従事者 長崎こども・女性・障害者支援センター、保健所職員
- 申 込 参加を希望される方は、まずは電話でお問い合わせください。参加費は無料です。
- 申込期限 8月23日(金)

問い合わせ(申込先) 対馬保健所 地域保健課 ☎0920(52)0166

節電にご協力ください

電気の効率的なご使用による「節電」にご協力いただきますようお願いいたします。

エアコン

衣服などで調節して、設定温度は控えめに。タイマーを上手に使ったりして無駄のないよう工夫しましょう。



照 明

こまめな消灯は省エネの基本。誰もいない部屋の電気は消しましょう。高効率ランプへの取替も効果的。



冷蔵庫

詰め込み過ぎは冷気の流れが悪くなって、エネルギーの無駄。設定温度は適切に。熱いものは冷ましてから入れましょう。



温水洗浄便座

つけっぱなしは大きな無駄。夏場の使用は控えましょう。使用するときには温度を低めに設定しましょう。



電気ポット

不要な保温は避け、必要な時に必要な分だけ沸かしましょう。使わない時はプラグを抜いて。



待機電力(テレビ等)

リモコンで電源をOFFにしても、少量の電気が使われています。寝る時や長時間外出する時は、主電源を切りましょう。



九州電力株式会社

気象庁からのお知らせ

平成25年8月30日から、重大な災害の危険性が著しく大きい場合に、新たに

特別警報

を発表して、最大限の警戒を呼びかけます。

警 報

注意報

問い合わせ

長崎海洋気象台 業務課 ☎095(811)4862

- 特別警報 検索
- 「特別警報」が発表されたら、身を守るために最善を尽くしてください。
 - 「特別警報」が発表されないからといって、安心することは禁物です。

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

全国共通 人権相談ダイヤル ☎0570(003)110

障害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。



9月9日(月)~9月15日(日)

8:30~19:00(土曜日・日曜日は10:00~17:00)

長崎地方法務局 長崎県人権擁護委員連合会

こうほう ショッキング

Vol.52

Kōhō shocking



おお いし ひろ あき

大石 宏明さん

●プロフィール

33歳。豊玉町仁位出身、在住。豊玉高校卒業後は電機メーカーの研修センターで研鑽を積み、福岡で1年間の電器店勤務ののち20歳で帰郷。両親と共に家業の電器店を営む。地域の活動にも積極的に参加し、消防団のほか今年度から商工会青年部豊玉支部長を務める。両親との3人暮らし。

○学生時代、続けていたことは？

小学生の時から高校卒業まで剣道をしていました。防具をつけた時のピンとした緊張感というのが好きでした。剣道は特に礼節を重んじますから、体力と精神の両方に結びついてくると思います。社会人になって剣道から遠ざかった今も、少なからず影響しているのではないのでしょうか。

○家業を継ぐきっかけなどありましたか？

物心ついた頃から電器店を営む両親を見てきました。重い商品を運ぶ姿を見て、休みの日には配達の手伝いもしていました。だから卒業後の進路は、誰に言われるでもなく、両親と一緒に働こうと自分で決めていました。

○お仕事で特に気を配っていることは？

両親の代から「町の電器屋さん」としてご愛顧いただいているお客様もいらつしやいます。家電のトラブルやご不明な点などのご相談には迅速・丁寧な対応を心掛けています。自営業ですから、休みの日にも仕事が入ることもあります。喜んでくださるお客様あつての仕事です。

から頑張れます。

○生まれ育った豊玉の今と昔、変わりましたか？

そうですねえ、僕が学生の頃に比べると、商店街を行き来する人の数が少なくなった気がして、正直さびしいですね。人の往来は変わりましたが、故郷の風景は変わらないように思います。昔からの海や山、観光スポット、町自体の雰囲気は昔から変わらず穏やかで、僕自身は過ごしやすいところだと思っています。

○地の利を生かしたイベントも行われますね。

今年も、今月18日に和多都美神社沖の浅茅湾を会場に「対馬市民ふれあいシーカヤック大会」が開催されます。シーカヤックを体験できる良い機会として、認知度は年々上がっているように思います。海から名所を見ることが出来るのも、穏やかな入り江で船に乗り、海拔0メートルの景色を楽しめるのも、豊玉町の持つ魅力あつてのことだと思っています。

○商工会青年部の皆さんとも活躍のようですね？

商工会青年部豊玉支部では毎年5月に鯉のぼりを多数泳がせ

たり、クリスマスイベントとしてイルミネーションを点灯したりしています。メンバーはそれぞれ忙しい仕事の中、時間を割いて青年部の活動に参加してくれています。今年度から僕が支部長になったのですが、指示されて動いていた一會員の時とは違い、みんなを指示する立場の難しさを感じ始めています。

“何事も経験”とあって、みなで一丸となって頑張ります。

○今後の抱負は？

商工会青年部の活動としては、恒例行事になっているイベントにも何かしらの工夫を織り込んで、地元の皆さんに楽しんでもらえるよう、自分なりに提案し盛り上げていきたいと思っています。仕事に関しても、日々一つ一つを大切にしていきたいです。

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。次回は豊玉町佐志賀にお住まいの佐伯大輔さんです。お楽しみに。

がんばっとーよ! 対馬応援隊

～福岡で活躍する対馬ゆかりの方を紹介するコーナーです～



おももり いっこ
大森 伊都子 さん (57歳)

福岡市出身、福岡市東区千早在住。
高校卒業後、さまざまな職業を経て、
7年前からたこ焼のお店「まるまる屋」
を経営。店舗は九州産業大学の近くに
あり、学生達のお母さんの存在。新メ
ニューの対馬産藻塩を使った「藻塩た
こ焼」は大人の味と大人気。

●まるまる屋を始めたきっかけは?

「美味しく楽しいまるまる屋のたこ焼きが、学生時代の思い出の味にな
れば良いな～」と思い、お店を始めました。

●対馬との出会いのきっかけは?

以前から「塩味のたこ焼を作りたい」と、相性の良い塩を何年も探してい
ました。そんな時、対馬の藻塩を知人から紹介されました。藻塩を使ってみ
てすぐに「これだ!」とひらめきました。

●最後に一言

対馬は豊かな自然に囲まれた素敵なおとこ。美味しい藻塩が生まれた
対馬へ是非行ってみたいです。当店のたこ焼と藻塩の組み合わせは最高!
福岡へお越しの際は、ぜひ藻塩たこ焼を食べにお立ち寄りください。



ちょっと一服!
つしまカフェ

スタッフが会った
対馬と縁のあるヒト、
コト、モノを紹介する
コーナーです。

自然食品の店「ファーム」



福岡市中央区警固にある自然食品の店「ファ
ーム」では、お店の方が集めてきた自然食品・日
用雑貨を販売しています。また、自然食レストラ
ンも併設。ここの販売ブースの一角に「対馬産
あなご」「新鮮な対馬の海の幸」「対馬の地酒」
などを販売しています。

自然食品の店「ファーム」

福岡市中央区警固2-18-1 ☎092(716)9200

あなたのリクエスト曲を「オーケストラ」が奏でます!

～対馬市制施行10周年記念「九州交響楽団コンサート」を開催します～

開催予定 平成26年1月31日(金) 18:30～ 対馬市交流センター
2月 1日(土) 15:00～ 上対馬総合センター
2月 2日(日) 14:00～ 対馬市公会堂

リクエスト曲を
募集します

●提出方法 任意の様式に「リクエスト曲」を記入し、持参・FAX・Eメールにより
提出してください(お電話では受付できません)

●提出先 持 参 8 総務部総務課・各地域活性化センター・地域支援課
FAX: 0920(53)6112
E-mail: 8tsushima@city.nagasaki-tsushima.lg.jp

●提出期限 平成25年9月2日(月)

※なお、全てのリクエスト曲を演奏できるわけではありません。予めご了承ください。



問い合わせ 総務部総務課 ☎0920(53)6111

市長の動き

〔7月〕

- 1日 社会を明るくする運動強調月間出発式
- 2日 平成25年対馬市議会第2回定例会本会議
- 5日 エネルギーコンソーシアム会議
海上保安協会厳原支部総会
定置漁業協議会通常総会
- 7日 国境マラソンIN対馬
インターハイ出場者激励
- 8日 長崎県戦没者慰霊奉賛会評議員会
長崎県水道協会理事会 (長崎市)
- 9日 離島振興関係要望
過疎関係都市連絡協議会総会 (東京都)
- 11日 監査委員辞令交付式
- 12日 農林業振興協議会代表者会
辞令交付
- 13日 対馬林業研究会通常総会
- 14日 シーカヤックフェスタ
- 17日 自衛官募集相談員委嘱状交付式
- 19日 地域の元氣創造施策説明会 (熊本市)
- 20日 対馬市長杯少年柔道大会
陸上自衛隊対馬駐屯地夏祭り
- 21日 へき地・離島周産期フォーラムIN対馬
大浦湾舟グロ大会
- 22日 ハトフキトンネル安全祈願祭
99歳到達褒状贈呈
- 23日 長崎県市町村関係団体合同役員会 (長崎市)
- 24日 上県地域審議会
- 25日 厳原臨港道路厳原久田線開通式
- 26日 豊玉地域審議会
峰地域審議会
- 29日 定例記者発表
後期高齢者医療広域連合運営委員会
離島の振興と港湾に関する研究会 (長崎市)
- 30日 対馬市域連携地域づくり実行委員会
東日本大震災被災地派遣職員辞令交付
- 31日 美津島地域審議会
厳原地域審議会
辞令交付

※太字は島外出張

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

月 顔のむくみ

火 「甲状腺にしこりがあります」
って言われたら？

水 子どもの夜尿症

木 アイバンク

金 パニック障害

土 男性不妊



一人で悩んでいませんか？

長崎県・対馬市・対馬市社会福祉協議会では、多重債務・失業・保育・介護など暮らしに関する悩みや、ストレスによるこころの悩み、または法律に関する相談会を開催しています。料金は全会場無料です。お気軽にご利用ください。

【多重債務者等に対する「暮らしとこころの相談会」】

問い合わせ 対馬保健所地域保健課 ☎0920(52)0166

日 程	時 間	会 場
9月17日(火)	13:00～15:30	ハローワーク対馬

※相談は、弁護士・司法書士・臨床心理士など専門家が対応します。

【こころと暮らしの巡回相談】

問い合わせ 福祉事務所福祉課 ☎0920(58)2294
こころの相談所 ☎0920(52)8162

日 程	時 間	会 場
9月11日(水)	10:00～12:00	上対馬総合センター
	13:00～15:00	上県地区公民館
18日(水)	10:00～12:00	峰地区公民館
	13:00～15:00	豊玉地区公民館
25日(水)	10:00～12:00	美津島地域活性化センター別館

※ありあけ会館(厳原町久田)では、毎週火曜日～金曜日(9:00～17:00)上記相談日を除いて開設しています。

【無料法律相談】

問い合わせ 対馬市社会福祉協議会 地域福祉班 ☎0920(58)1432

日 程	時 間	会 場
9月5日(木)	13:00～16:00	対馬市交流センター(厳原) 担当：法テラス対馬法律事務所
12日(木)		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
26日(木)		上対馬町地域福祉センター 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。



放 送 日	内 容
9月3日(火)	対称な形(6年生)
10日(火)	文字と式(中学生)
17日(火)	折れ線グラフ(4年生)
24日(火)	1次関数(中学生)

田 田 中 宮 長 新 中 樽 鐘 嵯 仁 佐 狩 久 檜 友 古 古	(住所)氏 名(年齢)
淵 淵 村 谷 手 瀬 浜 田 川 峨 位 賀 尾 原 滝 谷 里 里	扇 待 男
蕃 部 三 黒 勝 中 藤 阿 吉 佐 山 田 原 青 須 小 春 中 扇	政 國
建 原 山 岩 見 島 島 比 留 村 伯 田 中 崎 柳 宮 信 日 龜 行 幸	繁 太 郎
瑞 サ 豊 義 富 徳 静 阿 吉 佐 山 田 原 青 須 小 春 中 扇	繁 太 郎
枝 ヨ 子 人 美 江 子 市 春 市 エ	繁 太 郎
72 90 71 91 88 76 72 78 95 88 78 86 93 85 86 84 81 71 88	歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳

交通事故情報 (平成25年中) 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 19 昨年比 -5	本年 0 昨年比 -4	本年 19 昨年比 -9
死者数	本年 1 昨年比 1	本年 0 昨年比 -1	本年 1 昨年比 0
負傷者数	本年 24 昨年比 -7	本年 0 昨年比 -3	本年 24 昨年比 -10

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。

床 阿 佐 豆 久 久	(住所)氏 名(年齢)
谷 連 須 酸 田 田 道	糸 瀬 ツル エ
一 田 高 主 小 糸	瀬 ツル エ
宮 中 松 藤 島 瀬	ツル エ
勝 秀 杉 節 節	ツル エ
一 美 子 子 子	ツル エ
90 80 77 88 67 82	歳 歳 歳 歳 歳 歳

ご冥福をお祈りします

おくやみ

(6月21日～7月20日受付分)

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すようお願いいたします。



長崎県対馬いづはら病院 ☎0920(52)1910

診療科目	診療日	受付時間
血液内科 (長崎医療センター)	17	8:30~15:00
☆神経内科 (森 正孝)	4・18	8:30~11:00
☆循環器科 (白川琢大)	4・11・18・25	8:30~15:00
脳神経外科 (長崎医療センター)	13	8:30~15:00
皮膚科 (長崎医療センター)	25	8:30~11:00
糖尿病外来 (福岡大学病院)	11	8:30~11:00
☆思春期外来 (長崎県精神医療センター)	21	8:30~11:00
泌尿器科 (長崎医療センター)	5・6・19・20	8:30~11:00
泌尿器科 (大村市民病院)	25	8:30~11:00
肝炎外来 (長崎医療センター)	9	8:30~15:00

☆予約制となります。★内科医の紹介により診療予約となります。

長崎県上対馬病院 ☎0920(86)4321

診療科目	診療日	受付時間
眼科	4・18	7:30~11:30
耳鼻科	3・17	8:00~11:30
皮膚科	26	8:00~11:30
泌尿器科	6 24	8:00~11:30 11:00~15:00
循環器科	20	8:00~11:30
脳外科	13	8:00~10:00
神経内科	3	8:00~11:30
産婦人科	5・12・19・26	8:00~11:30
外科	2・5・9・12・19・26・30	8:00~11:30

長崎県中対馬病院 ☎0920(54)2024

診療科目	診療日	受付時間
耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	4・11・18・25 5・12・19・26	8:30~11:00 8:30~10:30
泌尿器科 (長崎大学病院)	4 5 ※予約のみ	13:00~15:00 8:30~11:00
眼科 (九州大学病院)	4・11・18・25	8:30~11:00
皮膚科 (九州大学病院)	11・25 12・26 ※予約のみ	8:30~11:00 8:30~10:00
皮膚科 (長崎大学病院)	5・19 6・20 ※予約のみ	8:30~11:00 8:30~10:00
☆神経内科 (大村市民病院)	17	8:30~11:00 (紹介状制)
☆肝臓外来 (長崎大学病院)	24	(紹介状制)
☆女性専門外来 (聖フランシスコ病院)	18	(紹介状制)
☆腎臓外来 (聖フランシスコ病院)	20	(紹介状制)
補聴器外来	11	9:00~
内視鏡	予約で受け付けています	8:30~11:00

※1. ☆印の診療科は診療科(内科)よりの予約患者様のみの診療を行っております。
※2. 透析診療については、月曜日~土曜日までの午前中に診療しますので、お問い合わせください。



日曜・休日救急医療

在宅当番医

日程	診療所名	電話番号
9/1(日)	東島医院(厳原)	52-7783
8(日)	佐賀診療所(佐賀)	82-0050
15(日)	三根診療所(三根)	83-0032
16(月)	すとう内科医院(厳原)	52-0530
22(日)	今屋敷ことう診療所(厳原)	53-5777
23(月)	佐須奈診療所(佐須奈)	84-2007
29(日)	吉田内科医院(厳原)	52-3322

診療時間は9:00~12:00です(※急患の方のみ)

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

場所	本庁税務課	各地域活性化センター
期間	26(月)~30(金)	29(木)・30(金)

■窓口開設時間 17:30~20:00

※夜間窓口は、毎月末の1週間を予定しています。
(ただし、各地域活性化センターでは2日間を予定)

※9月2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



「税金滞納」は あなたの大きな負担に!

滞納すると延滞金の徴収や、財産差押等の滞納処分を受けます。遅れば遅れるほど、負担は大きくなりますので、税金は必ず納期内に納めましょう。

「払いたくても払えない…」
そんなときは、早めのご相談を。

みなほ、1才のお誕生日おめでとう♡
家族みんな、みなほが大好きだよ♡
優しい女の子に育ってね♡
お父さん・お母さんより

うら たに みな ほ
浦谷南帆ちゃん
8/13生まれ(1才) 厳原町



1才のお誕生日おめでとう♪
お姉ちゃん、お兄ちゃんに負けない
ように、元気にたくましく大きく
なってね♡

た ぐ ち と う ま
田口澄真くん
8/10生まれ(1才) 豊玉町

みつちゃん★
5才のお誕生日おめでとう！
これからも優しく♡朗らか♡な
みつきでいてね！

かわ の みつき
河野尋希ちゃん
8/7生まれ(5才) 厳原町



ゆう、6才のお誕生日おめでとう♡
いつも元気でたまたまに優しい男の子/今年はたくさん
海に行こうね/花火をしようね/楽しい思い出た
くさん作ろう!!/そしてまたたくましくなろうよ!!
かわいいうちの弟もよろしく♡
あとピアノの練習をしてください。

ひがしかわ ゆう
東川 悠くん
8/9生まれ(6才) 上県町

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

8がっ
生まれ

※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早めにご応募ください。(先着順ですが初めての方を優先します)



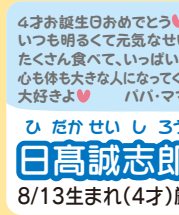
輝邦、大好きだよ♡
2才の誕生日おめでとう!
父・母より

ひ だ け て る に
日高輝邦くん
8/30生まれ(2才) 厳原町



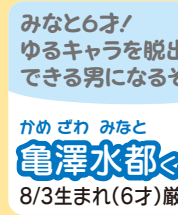
いつも落ちついてるみおさん♡
1才のお誕生日おめでとう♡!!
元気な兄ちゃんと仲良く遊んでね★
お母さんより

あ ひ る み お
阿比留未央ちゃん
8/16生まれ(1才) 豊玉町



4才お誕生日おめでとう♡
いつも明るくて元気なせいくん★
たくさん食べて、いっぱい遊んで
心も体も大きな人になってください♡
大好きよ♡ パパ・ママより

ひ だ け せ い し づ
日高誠志郎くん
8/13生まれ(4才) 厳原町



みなと6才!
ゆるキャラを脱出して
できる男になるぞ♡!!

かめ ざ わ みなと
亀澤水都くん
8/3生まれ(6才) 厳原町



妹もできてすっかりお姉ちゃんに
なった莉羅♡もうちょっと、おしと
やかな女の子になってね♡
4才おめでとう♡ パパ・ママより

きりたに り ら
桐谷莉羅ちゃん
8/1生まれ(4才) 厳原町



しいちゃん♡もう4才だね/お母さんの
お手伝いいつもありがとう♡♪とっても
助かります♡ これからも元気いっぱい
笑顔いっぱいの子になってね♡
いてください!!

くわはら しずく
桑原 雫ちゃん
8/17生まれ(4才) 厳原町

募集

今月の表紙……対州馬を先頭に通り初め
(臨港道路厳原久田線開通)

「広報 つしま」の表紙の写真(季節にあった写真)・お誕生日おめでとう・その他取材依頼等
募集しています。
問い合わせ 【広報業務受託業者】 合資会社 厳原印刷所 (広報担当まで)
〒817-0012 対馬市厳原町日田301-0000(052)0065
Eメール izuin21-r@apricot.ocn.ne.jp

地もんば食べてみらんね!!

「魚の南蛮漬け」

ヘルスメイトレシピ



作り方

- ① 魚の切り身に片栗粉をつけ、油で揚げる。
- ② にんじん・たまねぎ・ピーマンはせん切りにし、サツとゆでて水気をきる。
- ③ Aの調味料を合わせ煮立てる。
- ④ ③に①②を加え、味をなじませる。

お酢でサッパリしてるので、
夏の食欲がないときにオススメ!!!
冷やして食べてもおいしいです♪



旬の食材 アジ



アジは1年中とることが出来ますが、初夏～夏が旬と言われています。ビタミンB1やタウリンを多く含み、夏バテの時期には最適です。身が固くツヤがあるもの、目が透き通っているものを選びましょう。



材料(4人分)

魚(切り身).....	240g
片栗粉.....	適量
揚げ油.....	適量
にんじん.....	40g
たまねぎ.....	120g
ピーマン.....	40g
だし汁.....	60ml
酢.....	100g(大さじ6と2/3)
みりん.....	80g(大さじ4と1/2)
砂糖.....	大さじ4
濃口しょうゆ.....	大さじ2
塩.....	小さじ1/3

1人分栄養価

エネルギー.....	224kcal
たんぱく質.....	13.7g
カルシウム.....	31mg
塩分.....	2.0g

〈広報 つしま8月号に要した費用〉 ¥1,514,280 〈本年度累計〉 ¥7,267,320

！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。

発行/対馬市

〒817-8510 長崎県対馬市厳原町国分1441

☎ 0920(53)6111 FAX 0920(53)6112

E-mail tsushima@city-tsushima.jp

http://www.city-tsushima.nagasaki.jp