

アジアに発信する歴史海道都市



広報

つしま



No.60



20歳の笑顔 2009 対馬市成人式

◆主な内容◆

- クローズアップ..... 2 健康コーナー..... 11
- 対馬市成人式..... 4 農林振興課コーナー..... 12
- 対馬市消防出初式..... 6 スジンのアンニョンハセヨ... 19

人口・世帯数(平成21年1月末現在)

人口	男	17,946人
	女	18,901人
	合計	36,847人
世帯数	15,641世帯	

発行：対馬市 〒817-8510 長崎県対馬市厳原町国分1441番地  
 TEL0920-53-6111 FAX0920-53-6112  
 E-mail tsushima@city-tsushima.jp http://www.city.tsushima.nagasaki.jp

印刷：(資) 厳原印刷所

# ヤマネコデーの設定 対馬名所カルタづくりなど

## クローズアップ

対馬が好きだから

# 提案

豊玉町  
加志々中学校  
3年生14人の

## 発信



「かたらんね市長室に参加したいのですが」という中学生からの電話が、地域再生推進本部にかかってきました。そのことを担当から聞いた市長は、「行って話を聞こう」と学校へ車を走らせました。

加志々中学校（松永博幸校長）3年生、14人が取り組みを行っている総合学習「対馬学」は、自然の良さを知らうと外部から専門の講師を招き対馬の自然と歴史、やまねこの生態を学んでいます。

また、学校近辺の沿岸清掃も行き、白嶽登山、ヤマネコセンターへ見学など自然の豊かさ、素晴らしさを直接体験すると同時に、生徒自らが、今まで知らない島の顔を発掘することができたようです。

しかし、歴史や文化、自然の壮大さに感銘する傍ら、地域のことを地域の人知らない、自然が失われているなどの問題点が浮かび上がりました。

自然の良さを守り、伝えていくために何ができるのでしょうか。生徒たちが知恵を絞り問題解決の為に話し合う。解決するためには学んだことを

発信し、出来ることから行動を勇氣とやる気が1月20日、市長への提案へと実現しました。

### 市長へ提案

### ツシマヤマネコデーの設定

島民みんなで考えよう



ヤマネコデーの必要性を提案する赤木佳奈さん

交通事故による死亡、トラバサミによる被害、自然環境の悪化による餌不足などによりツシマヤマネコが減少しています。絶滅危惧にあるツシ

マヤマネコを大切にしていくなか、気持ちを醸成していく契機とするために「ツシマヤマネコデー」を設定し、ヤマネコ保護に関するイベントや、近所の未使用山林の手入、植樹を全島あげて実施してはどうですか。「ツシマヤマネコデー」の設定については、一年間で交通事故等が多発している日に設定してみてもどうですか。

### 市長へ提案

### 対馬名所カルタづくり

地域の人々が地域を知ろう

総合学習を進めるうちに対馬に住んでいるのに対馬を知らない人が多いことに気づきました。

島に住む多くの人に、私たちの住んでいる島の素晴らしさ、自然や文化、歴史などについて知ってもらいたいと考え、遊びながら学べるカルタに着目しました。

今、島の名所をテーマにしたカルタ作りを行っています。完成後、市内の小中学校や幼

稚園、公民館等に配布したいので対応ができませんか。



ユニークな発想がいっぱい盛り込まれているカルタを提案する大浦有貴さん

昨年5月から作成に取り組み、名刺サイズの大きさに万松院、白嶽、漁火、舟志の森、通信使用列など対馬の名所を描いた絵札と読み札を作成、読み札のことは、絵札のデザインも全て生徒が考えました。

絵札と読み札50音でワンセット

生徒が考えたカルタの一例

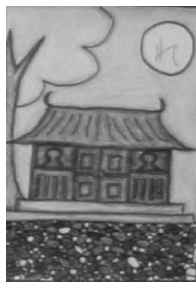
とつあんが  
とよからつつで  
いのししいい



えぼしだけ  
ぐるりみわたす  
つしまのぜっけい



れ  
つきしある  
つしまのめいしよは  
ばんししょういん



の  
らしごと  
ちからじまんの  
たいしゅうつま



市長へ提案

漂着ゴミの問題

願いをこめた啓発で

海岸のゴミ拾いを実施し、私たちの出したゴミを始め、韓国や中国などの漂着ゴミが

多いのに気付きました。漂着するゴミの問題を、市民を始め対馬を訪れる日韓の観光客などに理解していただくため、漂着したペットボトルのラベル、ラーメンやお菓子袋のゴミを利用し、ポイ捨て禁止ポスターを作製し、このポスターを厳原港、比田勝港、対馬空港や島内の主要観光スポットに設置したいと考えていますが実現できないでしょうか。

漂着ゴミでつくられている啓発ポスター



ゴミ問題を提案する土脇由香さん

提案を受けて



加志々中生徒の提案とパネルを前に財部市長もこの笑顔

「ツシマヤママネコデー」の設定は、市民を意識した仕掛けとして凄く良い提案と思います。ツシマヤママネコ基金条例を制定し、基金を集める手法を、民間企業と提携し現在実施しています。この基金を活用し、「ツシマヤママネコデー」に充てていく仕組みを作り上げていきたい。また、対馬名所カルタづくりは、カルタの文、絵ともにユニークな発想で素晴らしいと思います。以前手作りカルタを作成した経緯もあるので経験を生かし実現できるよう対応します。「漂着ゴミの問題」は、

ポスターの文字部分に漂着ゴミを利用しており発想が素晴らしいです。基本的に、これからの対馬を担うみなさんの言うことは実施したいと考えています。



市長の説明を真剣に聞く生徒たち

一本の電話から始まった市長への提案。ふるさとを学ぶことで郷土愛が生まれ、必然的に自然が好きになります。加志々中生徒の島を愛する純粋な気持ちに心が浄化される一方私たち大人も考えさせられました。今、何が出来るのか「通学路を歩く生徒を見てふと思えます。次世代に誇れる島にしておなくては」と。

成年証書を受け取る6町の代表者



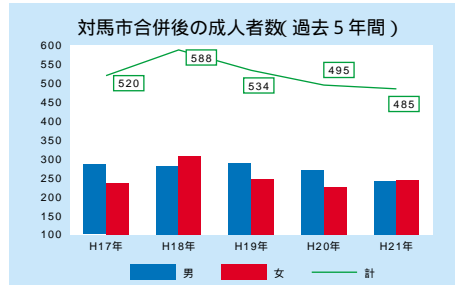
誓いのことを述べる岡田さん



# 新たなる門出を迎え輝く若人

対馬のDNA 485名が今、動き出す

## 対馬市成人式



新成人の門出を祝う対馬市成人式が1月11日、シャインドームみねで開催されました。今年成人式を迎えたのは、昭和63年4月2日から平成へと20歳が移り変わる、記念すべき年となりました。式には男性178名、女性188名、合わせて366名が出席し、真新しいスーツや羽織袴、色鮮やかな着物で着飾った新成人たちが、大人への第一歩を踏み出しました。

旧友と久しぶりの対面に喜ぶ場面も見られ、おしゃべりや記念撮影など楽しんでいました。



バッチリ撮ってね



お母さんたちも今日はカメラマン



新成人を代表し上県町の岡田さんが「訪れるであろう困難に真摯に向かい合い、自らの意思で選んだ道を信じ、21世紀の担い手として飛躍していくことを誓います」と、力強く誓いのことを述べ、会場は若いエネルギーで満ち溢れていました。

午後1時から始まった式典では、財部市長が各町代表の新成人6人に成年証書を手渡した後、皆さんを取り巻く状況は厳しいが、必ず2度、3度とチャンスが訪れる。その時に備え、日々の精進を怠らないように、これから共に島を支え合う同志としてその行動に期待しています」と式辞を述べました。



田中 理沙  
(学生)

余裕を持って行動したい。  
看護師になって将来は対馬で働きたい。  
自然が豊かな島であってほしい。  
対馬が栄えるようにしっかりとした施策をして欲しい。島を大切にしてもらいたい。



國分 祐太郎  
(美容師)

これから頑張っていかななくてはいけない。  
一人前の美容師になり、将来は独立をしたい。  
若い人が戻ってこれる島になって欲しい。対馬の海を大切に守って欲しい。  
みんなが働ける場所をもっと増やして下さい。



浅野 友梨  
(学生)

実感はないけど大人としてのスタートラインに立ちました。  
管理栄養士になって地元に戻って働きたい。  
若者が帰って来れるような島になって欲しい。  
韓国との交流も良いけど、他県との交流も盛んにして欲しい。

# 新成人に聞く

成人になった感想  
将来の目標  
こんな対馬になって欲しい  
国や行政に対してひとこと



古藤 鉄平  
(学生)

しっかりしなくてはならない。  
中学校の教諭  
人口流出に歯止めをかけ、若者で賑わう島になってほしい。  
対馬の魅力を生土の人たちに知ってもらえるようなPRを展開して下さい。



神宮 未来  
(学生)

もう少し大人っぽになりたい。  
4月から保育士になったので立派な保育士になるよう頑張ります。  
みんなが元気で笑顔の絶えない島になって欲しい。  
国が対馬の状況に目を向けて真剣に取り組んで欲しい。



伊原 悠介  
(学生)

まだまだ子供、これから着実に大人へと歩みたい。  
金融系の仕事に就職したい。  
市になって色々問題があるが、もっと賑やかな島になれば。  
若者の島離れを防ぐため、働く場の確保と遊べる施設を作りたい。

防火・防災の決意を新たに

# 対馬市消防出初式

対馬市消防出初式が1月6日、対馬市公会堂（豊玉町仁位）で開かれ、市内96分団、520人の団員が防火、防災への誓を新たにしました。

式に先立ち行われた分列行進では、豊玉中学校から豊玉地域活性化センターまでの約400メートルを、仁位保育所幼年消防クラブ園児49人を



峰消防団の一斉放水訓練の様子

先頭に、団員520人、消防車両30台が力強く行進をしました。

「お父さん、タバコの投げ捨てやめましょう」「お母さん、天ぷら鍋の火を止めて」「マッチ一本火事の元」と元気がよく園児が太鼓を叩き防火を呼びかけました。

式典では、市長が「災害から市民の生命と財産を守る消防の使命と責任の重大さを理



式典で人員報告をする宮崎団長

元気がよく防火を呼びかけた仁位保育所幼年消防クラブ



解され一層のご尽力を」と式辞を述べ、長年消防業務に功績のあつた団員への表彰や退団された団員に感謝状を授与しました。

宮崎義則団長は「自分たちの地域は自分たちが守り一致団結を」と訓示し、式の後、各町で一斉放水訓練を行い、団員の士気を高めていました。平成20年に対馬市で発生した火災件数は21件、その内、建物火災が14件と3分2を占め、昨年より2件増加、出火原因はガスコンロやたばこが多く、ちよつとした不注意が火災を招いています。

## 消防意見発表大会

### 最優秀賞に 飯野 聡さん

対馬市消防本部主催による第21回対馬市消防職員意見発表会が1月20日に開催され、若手消防職員7人が、日頃の勤務で感じた課題や問題、今後の改善策などについて意見を発表しました。

最優秀賞には、「6分間 勇気 未来」と題し発表した消防署美津島出張所の飯野聡さんが選ばれました。

飯野さんは、国内で救急車が現場に到着する平均時間の6分間の重要性を訴え、市民が突然心肺停止した際、その場に居合わせた人が心肺蘇生を速やかに行えば、救命効果



最優秀賞に選ばれた飯野さん



が向上する。そのため多くの人の命を救う心肺蘇生術や自動体外式除細動器（AED）の普及を強調しました。「心肺蘇生術を毎日、出勤前や夕食時の時間帯にテレビで放送することにより、多くの人に少しでも関心を高めてもらいたい。視覚で訴え、記憶に残すことが初期救命措置において、絶大な効果を与える。このたつた6分間の勇気が、誰かの未来へとつながる。あなたの救急活動への参加が求められている」と発表しました。飯野さんは、4月7日に島原市で行われる県下消防職員意見発表会に出場します。優秀賞には、「大切な命のために」と題した消防署本署の扇祥喜さんが選ばれました。

## 天まで届け今年の願い「キッシュウ焼き」



1月11日、上県町佐護地区で正月の伝統行事「キッシュウ焼き」が行われ、佐護小学校の児童や生徒ら約100人が1年間の無病息災を祈りました。

途絶えていた伝統行事を体験してもらおうと佐護中学校区育成会（平山美登会長）が4年前から開催し、昨年暮れ、地域住民が学校近くの田んぼに高さ・直径約3mの杉の枝や竹を積み上げました。この日は、強風のため開始時間が3時間遅れ、午前9時に点火されると白煙や炎が勢いよく

舞い上がり、時折「パーン」と竹が破裂する音が山々に響き渡りました。

書き初めの紙が煙にあおられて高く上がると、書が上達すると言われており、児童、生徒らは「責任感」「感謝」など思いをしたためた半紙を手に、炎に向かい今年の目標を誓いました。参加した阿比留和弘くん（小6）の目標は「一生懸命」「来年は中学生、スポーツに勉強に一生懸命頑張ります」と一年の目標を誓いました。



一生懸命を誓った阿比留くん

## ワクワク、ヒックリ パントマイム



1月21日、厳原幼稚園でパントマイムが披露されました。「壁がないのに、あるみたい」「何で？」と園児を驚かせたのは、長崎出身でパントマイムを始めて20数年、1人で全国各地の保育所や幼稚園などを訪れ、2000回以上公演を行っている村田美穂さんです。

引つ張ったり、引つ張られたりとコミカルな演技で笑わせる綱引きや、両足を踏ん張り透明なバーベルをいかにも重そうに持ち上げる重量挙げ

に、園児や保護者がくぎ付けになりました。

風船ショーでは、細長い風船が素早く犬やキリンなど動物に変身。次はどんな動物に変身するのかなとワクワクしながら見つめる園児は、美穂さんの一つ一つの演技に驚いたり感動したりと目を輝かせていました。

上対馬町琴ヶ芦見

## 城岳トンネルが開通

車で4分間時間短縮



主要地方道上対馬豊玉線の上対馬町琴ヶ芦見間に建設されていた「城岳トンネル」が全長640m、車道幅員5.5mを含む、琴ヶ芦見工区的全線が完成し、2月5日から供用が開始されました。

## 「交通安全都市宣言市」を宣言

対馬市では、昨年、6人の尊い人命が交通事故により失われました。県全体の交通死亡事故数は、減少傾向にある中、本市では逆の結果となっており、まさに憂慮すべき事態です。

対馬市の運転免許人口は、10月末で20,584人、県全体の2.4%であるが、交通事故死者数の割合は17.1%と、信じがたい数字になっています。

今こそ市民全体が一丸となって交通安全対策に真剣に取り組み、交通事故がない、安全かつ安心して生き生きと暮らせる元気なまちづくりを実現するため「交通安全都市宣言市」として宣言します。

当工区は、平成15年度から事業を開始し全体延長は2280m、平成18年度までに琴側465mを部分供用し、この度、城岳トンネルを含む1815mが完成したもので、総工事費は、約25億円。これにより約1500m、車で約4分間の時間が短縮され通勤、通学路等の安全確保や大型車両の進行がスムーズになり、産業、経済の進展に大きな効果が期待されます。

### 30点が出品 元気野菜コンテスト



第3回「元気野菜コンテスト」が1月18日、峰地区公民館で開かれ約150人が参加しました。

家庭から出るごみの約4割を占めるといわれる生ごみを利用し、ごみの減量化を図ると共に自然環境の保全、食育などについて考えようと生ごみ減量化ネットワーク長崎などが主催しました。

元気野菜は、生ごみを微生物の力で分解し、土に戻して栽培した野菜で、栄養価が高く野菜本来の味を持つと言われ、自然と植物とのつながりについて考える「食育」の分野でも注目されています。

コンテストには、大根、白菜、人参、ブロッコリーなど元気野菜30点が出品され、上県町久原の原田良子さんのブロッコリーが、最優秀賞に選ばれました。

出品された野菜はどれも色鮮やかにたくましく成長したものでばかりで、皆さんを驚かせていました。また、環境アドバイザー中尾慶子さんの講演も行われ、微生物がもたらす食の重要性、人体との関わりなど食の改善、意識の改革を参加者に教えてくれました。



最優秀賞に選ばれた原田さん

### 偉大な先人たちの苦勞を体験

1月10日、佐須奈小中学校の児童生徒や保護者、地域の方々約100人が明治時代に分校の生徒が通った山道を歩きました。

佐須奈地区青少年健全育成協議会（原田聖也会長）などが先人の偉大さや自然の壮大さ、郷土愛を育んでもらおうと企画されたもので、佐須奈の島大國魂御子神社境内から上対馬町浜久

須までの7キロを、3時間かけ歩きました。山道は、急傾斜や細く険しい箇所が多く恐怖の余り泣き出す児童もいるほど、ロープを張り安全を確保し、互いに励まし合いながら目的地の浜久須公園を目指しました。険しい山道を歩き終え舗装道路に出てきた時は、参加者全員が安堵の気持ちに浸たり改めて、先人の偉大さと自然の壮大さを実感していました。

明治時代は、佐須奈小中学校の分校が上対馬町の玖須、大増両地区にそれぞれあり、教諭や児童が山道を歩いて行き来していました。参加した八島史織さん（中2）は「舗装されていない山道を歩くのは大変でちよっときつかったです。昔の人はすごい」と話してくれました。



お疲れさまでした

### とうすい 桃水飴がPRにひと役



厳原町に生まれ明治、大正時代に小説家として活躍した半井桃水の似顔絵入り飴「桃水飴」が、桃水の生家跡である「半井桃水館（厳原町中村）」で発売されています。

桃水は、少年時代韓国・釜山で過ごし、東京に帰ってからは新聞記者や小説家として活躍、樋口一葉の師としても知られています。

同館の指定管理者NPO法人「対馬郷宿」が、東京の一葉記念館で販売されている「一葉飴」をヒントに、多くの人に桃水の顔を知ってもらい、同館と対馬のPRになればと、桃水誕生日の1月12日から販売をはじめました。

一袋5粒入りで200円  
砂糖味で無香料

問い合わせは、半井桃水館  
0920 52 2422



# 就任

太田鳳祥  
厳原町豆酸



平成21年1月1日付けで対馬市の新しい人権擁護委員として就任された太田さんです。世の中で弱い立場である子供と高齢者の人権に関わりたいと抱負を述べられました。これからよろしくお願ひします。

# 人権擁護委員が 変わります

# 退任

永尾五助  
厳原町豆酸



平成20年12月31日をもって、任期満了により退任されました。永尾さんは、平成8年2月15日から人権擁護委員を務め地域に根付いた人権擁護、啓発にご尽力されました。長い間本当にありがとうございました。

## ジェットfoil運航に関する 経過説明会を開催



1月16日、上対馬総合センターで平成21年4月以降のジェットfoil運航体制協議に関する経過説明会が開催され、100人の住民が参加しました。市からは、九州郵船との協議の中で比田勝港便の運航再開は、現在の燃料価格、従来の利用状況では、相当な補填が必要であり、当面の運航は難しく、まず早期に対馬からジェットfoilで日帰りできる運航体制を確保するために、厳原港起終点の2便の運航体制を構築していきたいとの説明がありました。これに対して住民からは、運航再開に対する意見と共に、他社の参入を求める意見や「フェリーげんかい」の改善を求める意見などが相次いでいました。

## 人事異動

1月31日付退職

勝見末利(福祉保健部長)

2月1日付異動

氏名後の( )内は旧所属

### 【市長部局】

《観光物産推進本部》 上対馬観光物産事務所長(昇任) 〓 平間千弘(教育委員会生涯学習課参事兼課長補佐) 〓 総務企画部 総務課豆酸出張所長 〓 棧原馬佐敏(美津島地域活性化センター) 〓 住民生活課長

《市民生活部》 部長 〓 近藤義則(上対馬地域活性化センター) 〓 部長 〓 対馬地域活性化センター 〓 部長 〓 課長(昇任) 〓 川崎英嗣(同課参事兼課長補佐)

《福祉保健部》 部長(昇任) 〓 扇照幸(監査事務局長)

《農林水産部》 部長(昇任) 〓 川本治源(同部基盤整備課長) 〓 理事 〓 小島憲治(同部部長) 〓 基盤整備課長 〓 松村利宏(北部建設事務所長)

《建設部》 北部建設事務所長(昇任) 〓 島居清晴(同事務所参事兼課長補佐) 〓 同事務所副参事兼係長 〓 山口博邦(上県地域活性化センター) 〓 地域支援課

《美津島地域活性化センター》 〓 住民生活課長 〓 俵邦雄(市民生活部 〓 課長)

《豊玉地域活性化センター》 〓 部長 〓 橋本政次(市民生活部長) 〓 理事 〓 松井雅美(同センター) 〓 部長 〓 井雅美(同センター) 〓 部長 〓 永留秀幸(教育委員会教育部長) 〓 理事 〓 阿比留博幸(同センター) 〓 部長

《上県地域活性化センター》 〓 部長(昇任) 〓 武田延幸(上対馬観光物産事務所長) 〓 理事 〓 原田義則(同センター) 〓 部長

《上対馬地域活性化センター》 〓 部長(昇任) 〓 糸瀬良久(同センター) 〓 地域支援課長 〓 地域支援課長(昇任) 〓 古里満雄(建設部北部建設事務所参事兼課長補佐)

《教育委員会事務局》 〓 教育部長(昇任) 〓 中村敏明(同委員会総務課長) 〓 総務課長 〓 梅野泉(〓 峰地区生涯学習センター) 〓 所長兼峰地区公民館長 〓 浦田一徳(中地区教育事務所長)

《監査委員事務局》 〓 事務局長 〓 主藤繁明(総務企画部総務課豆酸出張所 〓 課長)

## 市民協働コーナー

## 地域マネージャー制度の取り組み状況!

地域マネージャー制度は、モデル校区で各行政区での話し合いが進められています。

これまでに地域で議題となった主なものは、『地域内の遊休船舶の体験観光等への活用方法』や『地域の方の労力提供による地域内の環境整備』、『朝市や道路沿いの活用』、『地場産品を活用した起業』などであり、今後、市民と地域マネージャーが話し合いを重ねながら、これらの実現を図っていきます。平成21年度からの市内全域でのスタートに伴い、今後、市内全校区において制度の説明会を開催いたします。日程等は区長さんを通じ調整させていただきますのでどうぞよろしくお願いいたします。

## 地域マネージャー制度Q &amp; A

Q：地域マネージャーが、自分の所管する担当事務と違う分野での説明依頼を受けた場合、対応できるのでしょうか？

A：全ての分野で対応できるとは言いがたい面もあります。その場合、持ち帰り主管する担当課との協議により次回に説明します。なお、事前に依頼があれば担当者の会議への派遣も可能です。

## かたらんね市長室への参加者募集について！



市長に提言をしたい。市長の考え方を聞きたい。些細なことでも構いません。対馬を想う様々なご意見を吸収し、振興や環境問題などあらゆる面の施策において、財産になればと「かたらんね市長室」を開催しています。受付は随時行っております。今後の予定は下記のとおりです。参加ご希望の方は、是非、お申し込み下さい。

開催予定日時	開催場所
2月26日(木)19時～	美津島地域活性化センター会議室
3月25日(水)19時～	対馬市役所4階市長室

## 対馬市コミュニティ・ビジネス振興事業補助金について(お知らせ)

対馬市では、今後、地域住民が主体となって地域が抱える課題の解決や地域資源を活用する起業(コミュニティ・ビジネス)について、事業の立ち上げを支援する事業を展開しています。平成21年4月以降に事業の受付を行う予定であり、事業内容や補助内容等の相談は随時受け付けていますので、お気軽に下記担当までご連絡下さい。

なお、事業の内容は対馬市ホームページにも掲載しておりますのでご参照ください。  
対馬市HP：<http://www.city.tsushima.nagasaki.jp/index.php>



## コミュニティ・ビジネスとは？

聞きなれない言葉ですが、「こんなサービスがあったらいいのに・・・」という地元の声を、そこに住む皆さん自身がビジネスチャンスとしてとらえ、アイデアや労力を持ち寄って、地域に密着した継続的なサービスとして提供する取り組みの事です。

## お問い合わせ窓口

対馬市 地域再生推進本部 協働のまちづくり推進グループ(多田、一宮、西川)

：0920-53-6111 FAX：0920-53-6122

E-Mail：tiikisaisei@city-tsushima.jp

健康コーナー

# 自分流 楽しく続ける 健康づくり ~考えよう「たばこ」の健康被害! ~

生活習慣病の予防には、栄養のバランスを考えた食事をする、運動を取り入れる、上手なストレス解消法を身につけるなど、毎日の生活の中で自分にできることを取り入れることが大切です。

吸うのが習慣になると、なかなかやめるのが難しいといわれる「たばこ」について考えてみましょう。

## なぜ健康によくないのでしょうか？

体内にある肺は、吸い込んだ空気の中から、からだに必要な酸素をとり込む働きをしています。もし、たばこを吸ってしまうと、肺が汚れ、酸素をうまくとり込めず、呼吸が苦しくなるほか、健康への影響も生じてきます。



## 健康へ及ぼす影響とは？

たばこの煙には、ニコチン、タール、一酸化炭素など多くの有害物質が含まれています。そのため、肺がん、喉頭がん、食道がんなど多くのがんや、虚血性心疾患、脳血管障害、歯周病などの疾患が発症する危険性が高くなります。また、低体重児が生まれてくる率も高くなります。

## 含まれるおもな有害物質

### ニコチン

たばこがやめられなくなる原因になっているほか、体内の血管を細くし、心臓に負担をかけたりします。

### 一酸化炭素

血液中で、酸素が運ばれるのを邪魔し、息切れ、スタミナ不足をおこしたりします。



### タール

がんの原因になる発がん性物質のかたまりです。肺をどす黒くさせ、その働きを低下させたりします。

## 「たばこ」を吸うのが習慣になると、なかなかやめるのが難しいのはどうして？

たばこを吸うことが習慣になってしまうと、いざやめようとしても、イライラし、集中力がなくなり、吸わずにいられなくなるからです。（「ニコチン依存」といいます。）

## 「低ニコチン、低タールのたばこだから...少しはいいのでは」と考えていませんか？

ニコチン依存度が高い喫煙者のなかには、体内に一定のニコチン量が入らないと満足できない人もいます。低ニコチンのたばこでは、煙を吸い込む回数が増えたり、吸い込み方が深くなったり、さらに本数までも増えていき、結果的に害になると考えられます。

**お問い合わせ先** 対馬地域・職域連携推進協議会  
事務局：対馬保健所 地域保健課 0920-52-0166

\* 対馬地域・職域連携推進協議会では、地域と職場における保健活動の連携により、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供や、健康管理体制を構築できるよう、事業の推進を図るため協議を行っています。

## 後期高齢者医療の保険料は2月が最終の納期です

後期高齢者医療の保険料を納付書で納付の皆様、納付はお済みでしょうか？

保険料を滞納されますと短期証や資格証明書となり、被保険者証の交付が制限されることがあります。保険料はお早めに納入ください。

問い合わせ先 長寿支援課 0920 58 1117

# 造林補助金を活用して山の手入れをしよう **農林振興課** コーナー

## 造林補助金とは

森林は、木材生産のほか国土の保全、水資源のかん養、保健休養の場の提供、自然環境の保全・形成等の国民生活に不可欠な公益的機能を持っています。

国・県では、森林が健全に育成・整備され、公益的機能が高度に発揮されることを目的として、森林の育成・整備に関する作業に補助金を交付しています。



## 補助の対象となる作業と林齢

作業名	林齢	作業内容
人工造林		伐採跡地などへの植栽
防鹿ネット		人工造林を行ったときに設置
下刈	1～10	人工林で行う雑草木の除去。7～10年生の間では1回だけ
枝打ち	11～30	枝葉の除去。高さ約2mまで
除伐	11～35	下刈り後、最初に行う不用木、不良木の除去
保育間伐	11～35	除伐後、35年生までの切り捨て間伐
団地間伐(搬出)	26～45	材の搬出を伴う利用間伐
抜き伐り(切り捨て)	31～60	高齢級の切り捨て間伐
抜き伐り(搬出)	31～60	高齢級の利用間伐
枝条巻き付け		シカ角擦り被害防止のための枝条巻き付け
天然林改良		しいたけ原木林などの造成(天然林の除伐ではありません)
作業道		間伐等の実施、間伐材の搬出に必要な作業道の作設

各事業には採択条件があります。詳しくは対馬市役所、各地域活性化センター、対馬地方局林業課、森林組合へお問い合わせください。

## 平成21年度「ながさき県民参加の森林(もり)づくり事業」の公募受付について

公募期間: 2月16日(月)～3月31日(火)1次募集



### 【対象となる活動】

#### 森林保全に関する県民意識の啓発

森林・林業に関する研修会、植樹や森林整備に関する活動、リーダー研修など  
インターネットによる情報発信、森林セラピー、森林の見学会、新たな森林づくりの普及・啓発など

#### 安全・安心の向上を目指す森林整備

特徴的な樹木の保全、里山林の整備、地域植樹祭など

#### 海の活力向上を目指す森林整備

海を育む森林の保全活動、漁民の森活動など

#### 次世代健全育成のための森林づくり

緑の少年団の育成・活動支援、森林体験活動支援、学校林整備など  
森林環境学習と併せて実施される木製品の導入など

#### 自立的な森林管理の支援

林業研究グループなどの地域活動支援、環境に配慮した森林経営への支援など  
バイオマス等多様な森林づくりのための試験研究など

## 【補助額】 20万円以上、200万円以内

【問い合わせ先】 農林振興課 0920 53 6111 対馬地方局 林業課 0920 52 0318  
2次募集は5～6月にかけて行なわれます。

# 年金コーナー

国民年金保険料がクレジットカードで納付できます。

国民年金保険料を納めやすくするために、平成20年3月分よりクレジットカードによる納付が行えるようになりました。希望の場合は、国民年金保険料クレジットカード納付(変更)申出書を社会保険事務所へ提出して下さい。

納付できる保険料は「定額保険料」及び「付加保険料込みの定額保険料」です。過去の未払い分及び保険料の一部を免除されている場合は利用できません。また、クレジットカードでの毎月払い(毎月の保険料を当月末に立替)には割引はありません。

一年前納及び半年前納の割引額は、現金で納付する場合と同様です。

なお、カード会社へのお支払回数は一回払いのみとなりますのでご注意ください。詳しくは、お近くの社会保険事務所へおたずねください。

詐欺に注意を!

「ねんきん特別便」のお届けについて、電話でコンビニエンスストアなどのATM(現金自動預け払い機)の操作

をお願いすることはありません。

社会保険事務所の職員を名乗り、年金保険料を重複して納めていたため還付することになった「還付するのでATMコーナーに行つてフリーダイヤルに電話するように」等の連絡・指示があり、相手の指定する口座に振り込んでしまった事例が報告されています。不審な電話があった場合は、ATMの操作を行つたり、個人情報をお教えたりすることはせず、お近くの社会保険事務所等へお問い合わせください。

長崎社会保険事務局運営課

095 832 6254

社会保険事務局の出張相談

日時 3月11日(水)  
午前 11時から午後6時まで  
場所 対馬市役所別館第1会議室  
日時 3月12日(木)  
午前 10時から午後3時まで  
場所 美津島地域活性化センター別館会議室

## 母子家庭

### 支援制度のお知らせ

対馬市では母子家庭のお母さんを支援しています。

#### 《資格取得の助成》

自立支援教育訓練給付金  
雇用保険の加入期間が1年未満でホームヘルパーなど教育訓練講座を受講する方に、受講費用の一部を助成します。

【支援額】 受講費用の20%  
(上限10万円、下限4千円)

#### 高等技能訓練促進費

就職に有利な看護師・保育士・理学療法士などの資格取得を目指し2年以上就学する場合に、一定期間生活費の一部を助成します。

#### 《福祉資金貸付》

##### 就職支度資金

就職の際に必要なとする被服、履物などや通勤用自動車の購入費など

【限度額】 一括10万円  
(自動車購入は32万円)

【償還期間】 貸付終了1年後～6年

以内

##### 修学資金

子の修学に際しての授業料など(義務教育期間は不可)

【限度額】 学校により異なる

【償還期間】 貸付期間の4倍以内

##### 就学支度資金

子の入学に際しての必要な物の購入費及び入寮費など

【限度額】 学校により異なる

【償還期間】 5年以内

##### 修業資金

子の自動車運転免許等(高校3年生対象)を習得するのに必要な授業料など

【限度額】 46万円

【償還期間】 6年以内

他にも、母子・寡婦家庭に対する支援制度・貸付があります。

この制度を利用するためには、必ず事前相談・事前申請手続きが必要になりますので、詳しくは福祉事務所福祉課にお問い合わせ下さい。

#### 【問い合わせ先】

対馬市福祉事務所福祉課  
0920 58 2294

# 環境衛生課コーナー

## 汚泥肥料が有料化になります

今まで、汚泥再生処理センターで製造した汚泥肥料につきましては、無料で配布しておりましたが、袋代等諸経費の値上がりにより、平成21年4月1日から汚泥肥料1袋(12kg入)100円を用料として徴収させていただきますことになりましたので、ご理解のほどよろしく申し上げます。

肥料を申し込まれる方は、下記へご連絡ください(予約制)

巖美清華苑 対馬市美津島町根緒471番地 0920-52-0929  
 北部衛生センター 対馬市上対馬町唐舟志46番地 0920-86-2177

問い合わせ 環境衛生課 0920 53 6111

## 「わがまち再発見！」

シリーズ 文化財の紹介

### 玉調

国道382号線沿い、万関橋の北、犬吠の西に位置する『玉調』地区は季節毎に多くの人が訪れます。秋にはとうもろこし、そばが収穫され、島山までの道路もあり、途中には浅茅パールブリッジが架かり、春には玄海ツツジのスポットとして人気があります。

あまり知られていませんが、玉調周辺には弥生・古墳時代の遺跡が点在し、今でも残っています。多くは岬の先端付近にあるので分かりづらいですが、国道から数百mの距離にある遺跡もあります。過去に調査された遺跡として「ハナデンボ遺跡」(弥生時代後期)があります。現地は水田に突き出た丘陵の突端にあり、箱式石棺が4基確認されました。この遺跡が作られた当時、この地は海に面した岬であったと考えられています。昭和43年(1968)の調査では壺や瓶片が見つかっています。

1471年成立した「海東諸国紀」に玉調の記載はありませんが、「津島紀事」には大山の一部として扱われています。玉調の地名は「和名類聚抄」に見え、奈良時代の須恵器も確認され

ています。「ハナデンボ遺跡」以外にも複数の石棺を持つ古墳があり、少なくとも弥生から古墳時代を経て奈良時代には人々が生活していたことが窺えます。その中で力を持った人達が石棺に埋葬されたのでしょうか。その後、中世から近世の中頃まで無人の地であったようである当時の文献や地図には玉調は記されていません。

『玉調』の地名は真珠に由来したものと考えられています。都(平安京)に献上していたとありますので、貴人達が対馬の浅茅湾で採れた真珠を身に付けていたことでしょう。



玉調(南から)

対馬市教育委員会 文化財課

0920(54)2341

当時の『玉調』(国道及び周辺の田畑)は海でした。島内では、昔はこの辺りまで海だった」と考えられているところが少なくありません。現在と古代の地形を現存する遺跡などから見比べてみると、面白い発見があると思います。『玉調』のようにそれぞれの地区においても歴史があり、神社やお寺、遺跡など郷土史を学ぶ材料があります。自分の住んでいる地名には由来があり、様々な歴史があります。一度調べてみてはどうでしょうか。以外にも知らない、そして新発見があるかもしれません。

「海東諸国紀」文明3年(1471)季  
 氏朝鮮国の申叔舟が編纂した歴史書  
 日本と琉球の歴史・地理・風俗・言語・  
 通交をまとめた研究書。  
 「津島紀事」文化3年(1806)平  
 山東山編著。地理、歴史、風土などを  
 記した大書。  
 「和名類聚抄」(承平年間931)~  
 938年成立)源順(みなもとのし  
 たこう)著。漢語辞書。当時の国・  
 群・郷名など記されている。

# 嘱託・委託職員を募集します

業務内容	保育業務	保育所調理	調理員		配送員
勤務箇所	対馬市内保育所	泉保育所	厳原学校給食 共同調理場	美津島学校給食 共同調理場	美津島学校給食 共同調理場
募集人員	若干名	1人	1人	7人	若干名
応募資格	通勤可能で保育士免許を有する者	通勤可能で次に掲げる条件に該当する者 調理師又は栄養士免許いずれかの資格を有する者 上記の資格をもっていない者でも、保育所調理業務に意欲的に従事する者	60歳未満で、通勤可能な者		60歳未満で、通勤可能な者 自動車普通免許
期間	平成21年4月1日～平成22年3月31日				
報酬	対馬市嘱託職員管理要綱による		127,000円	127,000円	143,000円
選考方法	書類審査及び面接		面接		
選考日時等	応募者に別途通知		平成21年3月8日(日)午前9時から美津島文化会館		
申込方法	市販の履歴書(自筆、写真貼付)、保育士証(写)各1通、持参か郵送で申し込んでください	市販の履歴書(自筆、写真貼付)と資格をお持ちの方はその資格証の写し各1通、持参か郵送で申し込んでください	市販の履歴書(自筆、写真貼付) 1通、持参か郵送で申し込んでください 履歴書余白に応募する業務、勤務箇所を明記すること		
申込期限	平成21年3月6日(金)午後5時まで(必着)		平成21年2月27日(金)午後5時まで(必着)		
申込及び問い合わせ先	〒817-1292 対馬市豊玉町仁位380番地 対馬市福祉事務所福祉課 0920-58-2294		〒817-0021 対馬市厳原町今屋敷661番地3 南地区教育事務所(対馬市交流センター4階) 0920-52-8855 〒817-0012 対馬市厳原町日吉374番地 厳原学校給食共同調理場 0920-52-0975 〒817-0322 対馬市美津島町雞知乙573番地5 美津島学校給食共同調理場 0920-54-2333		

応募に際し提出された書類は、理由の如何を問わず返却しません。

「安全・安心なまちづくり」を目指す  
「防犯まちづくり推進指導員」「地域防犯リーダー」を紹介

## 防犯まちづくり

推進指導員とは

犯罪防止のための自主的活動や各種団体、地域防犯リーダーとの連携協力を行い、安全で安心なまちづくりに関する住民活動を推進していきます。推進員は、ボランティアで、対馬管内の警察署にそれぞれ一人任命されます。

対馬南警察署管内

河合 徹

対馬北警察署管内

野田 一男

## 地域防犯リーダーとは

県が主催する講習会(地域防犯リーダー養成コース)を受講し自主的活動の盛り上げ、防犯ボランティア団体の組織化、各種団体との連携協力など、地域づくりの推進を行います。

久田中学校区

鎌田 眞次

久田中学校区

久和 利裕

平間 勝美

吉野 克行

上野 隼人

小田 弘仁

小田 裕子

関 裕子

扇 裕子

梅野 徹弥

小川 初實

片山 純孝

双須 軍治

東部中学校区

小田 太

土肥 玉子

荒木 美代子

佐護中学校区

小宮 政利

平山 美登

乙成 信義

前野 勝政

阿比留 伸昭

仁田中学校区

山口 公子

國分 千秋

菅野 克紀

比田勝中学校区

山川 加奈

豊中学校区

小茂田 和則

梅野 芳博

飯野 嘉泰

井 友弘

厳原中学校区

豆酸中学校区

上原 正康

南陽中学校区

木寺 芳博

# 情報コーナー

お知らせ

## 行政書士による 無料相談会

行政書士会对馬支部事務局・黒瀬  
0920(52)3085

行政書士記念日(2月22日)に、行政書士による無料相談会を実施します。

あなたの抱える法律問題(訴訟性のないもの)や許認可申請手続き等の相談に応じ、代理人としてあなたをサポートします。お気軽にご相談ください。

日時 2月22日(日)

10時～15時

場所 厳原町中村

『半井桃水館・集会室』

参加予定行政書士

阿比留徳・石倉進・黒瀬勝

## 確定申告は eTaxで

厳原税務署

0920(52)0645

eTaxは、自宅やオフィスや事務所からインターネットを利用して申告・納税等ができる便利なサービスの、国税電子申告・納税システムです。

「eTax」で

利用できる手続

所得税、法人税、消費税、

酒税及び印紙税の申告

申請・届出等

すべての税目の納税

所得税・贈与税の

申告と納税

3月16日(月)まで

個人事業者の消費税及び

地方消費税の申告と納税は

3月31日(火)まで

## 「振替納税を ご利用の方の振替日」

所得税 4月22日(水)

個人事業者の消費税及び地方消費税

4月27日(月)

振替日の前日までに、納税額に見合う預貯金残高のご確認をお願いします。

## 平成22年度 長崎県教員採用選考試験 受験対策講習会

退職校長会事務局

0920(52)3570

対馬出身者で公立小・中学校教員志望の方が、一人でも多く採用選考試験に合格されることを願い、教員育成事業を開催します。

日時 4月18日(土)・

19日(日)

9時～16時30分

会場 対馬市交流センター

3階(厳原町今屋敷)

受講資格 平成22年度長崎

県公立学校教員採用選考試

験受験希望者

講習内容 講義(学習指

導要領、学習指導、審議会

答申等) 演習(教職教養・

一般教養) 懇談(受験対策、その他)

受講料 無料

受講申込

締め切り 3月31日(火)

申込先

〒817 0032

対馬市厳原町久田361 3

対馬市退職校長会事務局

川上 肇宛

0920(52)3570

申込方法・官製はがきに

氏名、年齢、受験校種、

勤務先、連絡先(住所、電

話)を明記してください。

## 認知症高齢者の 家族の集いに 参加しませんか

市では認知症の高齢者を介護している方が集まりお互いの介護経験を話し合ったり悩みを打ち明けたりする目的で集いを開催します。

参加を希望される方はお気軽にお問い合わせください。

対象となる方

認知症の方を介護されている方

## 上対馬会場

開催日 3月6日(金)

時間 13時30分～15時30分

場所 上対馬町地域福祉

センター

問い合わせ先

対馬市北福祉保健センター

0920(84)2313

## 厳原会場

開催日 3月10日(火)

時間 13時30分～15時30分

場所 対馬市交流センター

3階第一会議室

問い合わせ先

対馬市南福祉保健センター

0920(52)1211

## 豊玉会場

開催日 3月12日(木)

時間 13時30分～15時30分

場所 豊玉町保健センター

問い合わせ先

対馬市地域包括支援センター

0920(58)1117

\*場所は都合の良い会場をお選びください。



**障害者巡回歯科診療が実施されます**

受診できる方

一般の歯科診療所で治療・  
検診及び通院が困難な障害者（児）など

受診の際は、保護者や介助者等の同伴が必要です。  
診療日

4～5月の木・金曜日（隔週）

4月

9日（木）、10日（金）

23日（木）、24日（金）

5月

14日（木）、15日（金）

28日（木）、29日（金）

実施場所

豊玉町保健センター

申込者の状況に依り、実施場所は上対馬町地域福祉センターと対馬保健所に変更することもあります。

診療時間

木曜日 13時～17時

金曜日 9時～15時

（12時～13時は休診）

診療費用

保険診療ですので、一般の歯科医院で受診するのと同じように自己負担があります。

持参する物

健康保険証、被爆者健康手帳、身体障害者手帳、療育手帳は、初診日に必ず持参してください。

申込窓口

対馬市福祉事務所福祉課

申込方法

窓口に来所するか、電話で申込みください。電話の場合は、申込み用紙を後日郵送いたします。

各地域活性化センターにも申込み用紙があります。

申込期限 3月13日（金）

問い合わせ先

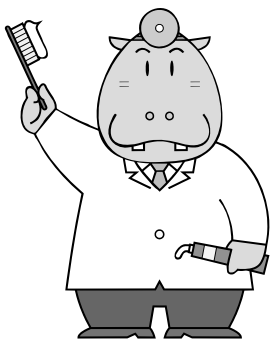
対馬市福祉事務所

0920(58)1119

対馬保健所地域保健課

0920(52)0166

診療内容の問い合わせは、長崎県歯科医師会口腔保健センター  
095(848)5970



**図書館が休館します**

つしま図書館 0920(52)3900

館内の全蔵書点検、入れ替え作業のため図書館を休館します。

**休館期間 3月3日(火)～3月12日(木)**

返却本は返却ボックスに投函する事が出来ます。

また、3月末まで土曜、日曜は学習ルーム（対馬交流センター4階研修室）を開放しますので、ご利用ください。



**2月に入った本の紹介！**

**霸王の番人**

真保裕一 / 著

今、明かされる「本能寺」に隠された真実。歴史から葬られた戦国の名将・明智光秀は、乱世を断つため、信長を支え、そして斬った。ミステリー界の雄がまったく新しい視点で描く戦国絵巻。

**上・下巻**

講談社



**オバマ「勝つ話術、勝てる駆け引き」**

西川秀和 / 著 講談社

2008年の民主党大統領予備選、バラク・オバマとヒラリー・クリントンの戦いの軌跡を追い、オバマが人々の心をとらえた言葉とその戦略を余すところなく紹介する。予想を覆した男に学ぶ、苦境からつかむ勝利術。



**モダンタイムス**

伊坂幸太郎 / 著 講談社

「勇気はあるか？」29歳の会社員となった私の前で、見知らぬ男がそうやってきた。「実家に」と言いかけたが、言葉を止めた、そのわけは... 「モーニング」連載の長編小説を書籍化した作品。



**時間とは何か**

池内 了 / 著 講談社

時間といってもさまざまな時間の流れと感じ方があります。時間について思いをめぐらせてみては？文章とオールカラーイラストのコラボレーションでおくる、新しい科学読み物。



池上彰のニュースに登場する国ぐにのかけとひかり

池上 彰 / 著 さ・え・ら書房

世界から伝わってくる悲慘なニュース。人が人の死を知っても何も感じないことほど恐ろしいことはない。命の大切さをもう一度考えてみよう。1巻では、東アジア・東南アジア・南アジアの「かけ」と「ひかり」を紹介する。



**3月の図書館カレンダー**

の日は、図書館がお休みです。

3 月						
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				

おはなし会は毎月第3土曜日の午後2時から3時に、4階ギャラリーにて開催しています。

# ヘルスマイトコーナー

(食生活改善推進員) 上対馬支部

〔問い合わせ〕  
福祉保健部 北福祉保健センター  
0920(84)2313

## 大人から子供まで みんなで食育

今年度上対馬支部は、泉地区で伝達講習会を開催しました。

9月は高齢者の健康・食生活について、11月には親子食育教室をテーマに開催し、それぞれ15名程の参加がありました。「なぜ今食育なのか」について学んだ後、調理実習を行いました。

参加者をご近居さん同士ということもあり、とても和んだ雰囲気の中で有意義な時間を過ごすことが出来ました。

私たちヘルスマイトは、今後も地区の健康づくりの担い手として役割が果たせるよう、継続した活動を心がけていきたいと思えます。



### ★豚もも肉のピザ風



材 料		(4人分)
豚もも肉……………8枚	玉ねぎ……………1/8個	
(ひとくちカツ用/30g位のもの)	サラダ油……………小さじ1	
A [	塩……………小さじ1/4	ケチャップ……………大さじ2
	こしょう……………少々	溶けるチーズ……………80g
小麦粉……………小さじ2	ラディッシュ……………2個	
ピーマン……………1個		

【一人分栄養価】 エネルギー…193kcal、たんぱく質…18.3g、脂質…10.7g、カルシウム、145mg、塩分…1.0g

### 作 り 方

豚肉は筋を切り、たたいて薄くのばす。Aで下味をつけ、小麦粉を全体に薄くふる。  
ピーマンと玉ねぎは薄切りにする。  
豚肉の片面が焼けたら返し、上面にケチャップを塗って とチーズを散らす。  
蓋をして弱火にし、肉に火が通り、チーズが溶けるまで焼く。  
器に盛り、ラディッシュを添える。



## ダガーナイフ類をお持ちではありませんか？



警察では、このようなナイフの引取りを行っています

銃刀法  
改正

銃刀法が改正され、平成21年1月5日からダガーナイフ類等の両側に刃が付いた刃物は、所持が禁止となります。既に所持されている方は、平成21年7月4日までに最寄りの警察署に提出するなどの措置をお願いします。それ以降も所持を続けると、不法所持として処罰されることとなりますので注意してください。

引取り期間：平成21年7月4日まで

引取り場所：各警察署（生活安全課・刑事生活安全課） 対馬南警察署 0920(52)0110 対馬北警察署 0920(84)2110



ソネ スジシ  
国際交流員 成 修眞  
(観光物産推進本部)

# スジシのアソニョンハセヨ〜♪

## 韓国の伝統茶 体にいいよ



対馬で迎える3度目の冬。もう寒さには馴れたはずだと高をくくっていても、迫ってくる隙間風にオンドルが限りなく恋しくなる今日この頃です。こたつ、ストーブなどをフル稼働しながら、一生懸命に体を温める私に、実はもう一つ強い味方があります。母のお手製のゆず茶(유자차: ユザチャ)がそれです。蜂蜜に漬けたゆずに熱いお湯を注いで飲むと体も心も温まります。日本ではあまり馴染みがないのですが、韓国では、おいしさ&風邪予防などで、冬に好まれて飲まれている茶です。それ以外にも、いろいろな茶がありますが、今月は寒い冬を乗り越える、体にいい韓国の伝統茶をご紹介します。

### ☆お勧め伝統茶☆

数多くある伝統茶の中で、お勧め伝統茶をご紹介します。どれも普段の生活でよく飲むお茶です。

ユザチャ(유자차・ゆず茶)	甘い香りで、茶に入っている果実、ゆずの皮まで全部食べます。風邪予防に効くので、冬によく飲みます。
モダア茶(모과차・カリン茶)	ゆず茶と同じく、蜂蜜につけたカリンを茶にしたものです。
インサムチャ(인삼차・朝鮮人参茶)	韓国といえば、朝鮮人参は欠かせないですね。疲労がたまったら、朝鮮人参茶を飲んで、元気を出します。朝鮮人参に入っているサポニンには癌予防作用があることで有名です。
コルムチャ(울무차・鳩麦茶)	肌にいいので、女性に大人気のお茶です。
オミザチャ(오미자차・五味子茶)	朝鮮五味子の茶。すこし苦味がありますが、さっぱりした味です。視力と記憶力を促進し、咳の特効薬として知られています。
クッカチャ(국화차・菊花茶)	芳醇な香りと香ばしい味です。頭痛やめまいに利き、ダイエットに効果的です。
スジョンア(수정과)	シナモンと生姜、松の実、胡桃、干し柿と一緒に味わえる茶。夏に冷たくして飲みます。生姜とシナモンの味が絶妙に絡まって体にしみこみます。



菊花茶

日本では、お茶といえば、緑茶のイメージが強いのですが、韓国では、緑茶ももちろんありますが、それ以外にもゆず茶、かぼちゃ茶、ナツメ茶など、普段飲む茶の種類がとても多いです。家で楽しむこともできますし、伝統茶屋(韓国の伝統家屋に伝統茶を味わえる洒落た所)に行ってもいいです。

### 伝統茶・スジョンア作りに挑戦! ~家庭でも簡単に作れます~



冬には冷まらず、熱いうちに飲みましょう。

#### 作り方

鍋に水(10カップ)と生姜を入れ、9分ほど強火にかけ、煮立ったら中火に落とし、1時間ほど煮つめてからカーゼでこす。  
鍋に水(10カップ)とシナモンバーを入れ、9分ほど強火にかけ、煮立ったら中火に落とし、1時間ほど煮つめてからカーゼでこす。  
鍋に生姜水とシナモン水と三温糖と砂糖を入れ、12分ほど強火にかけ煮立ったら中火で10分ほどさらに煮詰める。  
お茶の上に、干し柿で巻いた胡桃と松の実を浮かせたら完成!

#### 材料

生姜(薄切り)...200g、シナモンバー...120g、三温糖...1カップ、砂糖...1.3カップ、干し柿...5個、胡桃...10個、松の実...5g



【今月の一言】 감기 조심하세요

カムギ チョシマセヨ~!(風邪に気をつけてください)

対馬の皆さん、くれぐれもカムギ チョシマセヨ~!!

おくやみのコーナー (12月21日) 1月20日受付分

「ご冥福をお祈りします」 (敬称略)

小茂田	阿連	根緒	今里	吹崎	箕形	洲藻	西高浜	西高浜	雞知本町	瀬原第一	犬吠	細浦飛渡	鴨住吉	佐廻	横浦	賀曾	佐賀	志多賀	志越	女連	上湊	舟琴	(住所)					
齊藤	西山	西尾	橘	神宮	中山	鳥羽	依依	依依	近藤	吉嶺	小田ツル子	齊藤ミスエ	幸山武敏	堀喜久雄	伊藤哲郎	齊藤万代	平間君枝	多田歌	阿比留イマ	阿比留久生	八坂成吉	今永傳次	系瀬喜代幸	小宮信輔	日高カヨ	庄司武雄	古藤良雄	(氏名)
郁子	トク	初子	萬作	豊	頼利	政男	敏明	清枝	美義	要																		(年齢)
80歳	89歳	86歳	71歳	98歳	76歳	72歳	61歳	66歳	63歳	83歳	79歳	79歳	83歳	54歳	73歳	86歳	76歳	86歳	82歳	97歳	79歳	75歳	59歳	89歳	93歳	93歳	79歳	(住所)
																												(氏名)
																												(年齢)
																												(住所)
																												(氏名)
																												(年齢)

訂正とお詫び  
 下記のとおり記載内容に誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。  
 「広報つしま1月号」8ページ「韓国語スピーチ大会で最優秀賞」の写真説明  
 【誤】「高田さん 緒方さん」  
 【正】「緒方さん 高田さん」

このコーナーは、届出の際の戸籍窓口で承諾のあった方のみ掲載しております。

浅藻	豆酸	久和	久和	久田	久田	日吉	日吉	曲	曲	日掛	椎根	櫻根																
富村ミツエ	佐伯キチ	川上志磨夫	内山あや子	角屋光義	川上定久	大浦鴻	糸瀬保美	梅野伊勢	梅野邦幸	木屋エ工	長瀬ツル	一宮春江																(住所)
86歳	86歳	78歳	59歳	59歳	50歳	79歳	71歳	96歳	65歳	93歳	85歳	81歳																(氏名)
																												(年齢)

市長の動き 《1月》

- 5日 仕事始め式
- 6日 消防出初め式
- 7日 離島航路協議 (福岡市)
- 8日 テレビ朝日取材 (市長応接室)、九州運輸局海事振興部との協議、福岡市長との面談 (福岡市)
- 9~10日 県知事への陳情 (長崎市)、企業訪問 (大阪市)
- 11日 対馬市成人式
- 13日 韓国ソウル市江西区議会行政視察
- 14日 黒田福美さん表敬訪問、倉敷市議会行政視察、長崎県議会離島半島地域振興特別委員会視察
- 16日 福岡財務支局長ヒアリング、住民説明会 (ジェットフォイルの件)
- 17日 対馬市商工会上県支部会員との懇談会
- 18日 第3回元気野菜コンテスト
- 19日 対馬市議会臨時会
- 20日 市営渡海船に関する運輸局ヒアリング、加志々中学校生徒との意見交換
- 21日 県交通政策課との協議 (長崎市)
- 22日 部長会議
- 23日 NHK「民謡を訪ねて」収録
- 24~26日 企業向け対馬市プレゼンテーション (大阪市) 省庁への陳情活動 (東京)
- 27日 定例記者発表
- 29日 対馬市議会臨時会
- 30日 当初予算査定
- 31日 韓国航空専門学校生ホームステイ歓迎式

太字は島外出張

社会福祉協議会からのお知らせ

3月の無料法律相談

日程	会場	申込先	担当弁護士
2日(月)	対馬市総合福祉保健センター	【社協 美津島支所】 0920 54 2429	小坂昌司 弁護士 (九弁連)
9日(月)	対馬市交流センター 第4会議室	【社協 巖原支所】 0920 52 1169	和智大助 弁護士 (九弁連)
18日(水)	峰町保健福祉センター	【社協 峰支所】 0920 83 0294	廣部俊介 弁護士 (ひまわり基金法律事務所)

相談の時間は午後1時~午後4時  
 相談を希望される方は、必ず事前(前日の午後4時まで)に予約をお願いします。

3月の心配ごと相談

日程	会場	担当相談員	相談内容
10日(火)	対馬市交流センター 第4会議室	永尾五助、村岡月子	よろず相談
17日(火)	上対馬町地域福祉センター	三原叶也、佐伯 繁	障害相談
24日(火)	対馬市交流センター 第4会議室	村岡月子、山崎一宏	よろず相談

相談の時間は午後1時~午後4時  
 相談の受付は、当日会場で先着順になります。  
 相談員は、当日変更となることがありますので、ご了承下さい。

【問い合わせ】対馬市社会福祉協議会 地域福祉班 0920(58)1432

交通事故情報 (平成21年中) 1月31日現在

区分	対馬南署管内			対馬北署管内			対馬市全体		
	本年	昨年比		本年	昨年比		本年	昨年比	
発生件数	本年	2		0			2		
	昨年比	1		0			1		
死者数	本年	0		0			0		
	昨年比	0		0			0		
負傷者数	本年	2		0			2		
	昨年比	-1		0			-1		

「交通安全都市宣言」対馬市



# ● 特別診療案内 3月分 ●



診療科目	診療日	受付時間	診療時間
血液内科 (長崎医療センター)	第2(火) 10	8:30 15:00	13:00 受付患者様終了まで
神経内科 (森正孝)	第1・2・4(水) 4・11	8:30 11:00	9:00 受付患者様終了まで
	25	8:30 15:00	13:00 受付患者様終了まで
循環器科 (守崎勝悟)	毎週水午後 4・11・18・25	8:30 15:00	13:00 受付患者様終了まで
脳神経外科 (長崎医療センター)	第2(金) 13	8:30 15:00	13:00 受付患者様終了まで
皮膚科 (中对馬病院) (長崎医療センター)	第1・2・3(水) 4・11・18	8:30 15:00	13:00 受付患者様終了まで
	第4(水) 25	8:30 11:00	9:00 受付患者様終了まで
糖尿病外来 (川上眞寿弘)	毎週(水) 4・11・18・25	8:30 11:00	9:00 受付患者様終了まで
思春期外来 (長崎県立精神医療センター)	第3(土) 21	8:30 11:00	9:00 受付患者様終了まで

## 長崎県離島医療圏組合 対馬いづはら病院

電話 0920 52 1910

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。

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、事前に確認下さいませようお願いします。

診療科目	診療日	受付時間
耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	毎週(火) 3・10・17・24・31	8:30 ~ 11:00
	毎週(水) 4・11・18・25	8:30 ~ 10:00
泌尿器科 (長崎大学病院)	第1(木・金) 5・6 *木曜日は予約のみ	8:30 ~ 11:00
眼科 (対馬いづはら病院)	毎週(月・木) 2・5・9・12・16 19・23・26・30	8:30 ~ 11:00
神経内科 (市立大村市民病院)	第2・4(火) 10・24	8:30 ~ 11:00 (紹介状制)
言語療法・摂食嚥下訓練 (対馬いづはら病院)	第2・4(木) 12・26	予約のみ
補聴器外来	第1(火) 3	9:00 ~
内視鏡	予約にて受付けています。	8:30 ~ 11:00

## 長崎県離島医療圏組合 中对馬病院

電話 0920 54 2024

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. 空路欠航の場合は他の医師が代診致します。
3. 透析診療については、月曜日～土曜日まで午前中に診療しますので、お問い合わせください。
4. 予約制で事業所健診・社会保険生活習慣病予防検診も行っています。

健康  
テレホン  
サービス

24時間電話で健康をお届けします

095(826)5511

3月のテーマ

- 月 若者のはしか
- 火 関節リウマチの早期診断と治療 ~不治の病から治る時代の幕開け~
- 水 小学校入学を前にしての注意点
- 木 春に多い目の病気 ~アレルギー性結膜炎~
- 金 境界性人格障害
- 土・日 くり返す膀胱炎

日曜・休日  
救急医療  
在宅当番医

日程	診療所名	医師名
3月1日	佐賀診療所(佐賀)	武林幸子
8日	吉田内科医院(厳原)	吉田茂幸
15日	かも整形外科医院(厳原)	賀茂和典
20日	東島医院(厳原)	東島英孝
22日	佐須奈診療所(佐須奈)	豊田信寛
29日	今屋敷ことう診療所(厳原)	古藤剛

診療時間 9:00 ~ 12:00(急患のみ)



初優勝をした厳原陸上クラブ

## 県小学生クラブ対抗駅伝 初V 厳原陸上クラブ

準優勝 久田陸上クラブ

1月10日、諫早市で開催された第10回県小学生クラブ対抗駅伝で、厳原陸上クラブが初優勝を飾りました。

大会は、6区間（各1.5キロ）で争われ、42チームが出場、厳原陸上クラブは1区の大浦瑞季さんが3位と好スタートを切り、2区阿比留仁虎くんで先頭に立つと、その後も安定した走りを見せ、首位を奪われることなく、追い上げる久田陸上クラブを振り切りました。久田陸上クラブは、4区三浦健太くん、5区松原由希さんが区間賞を記録し、大会3連覇の夢を6区に繋ぎ、長瀬智彦くんも区間賞

を取る力走を見せましたが、僅か26秒差で惜しくも準優勝となりました。また、鶏鳴陸上クラブも6位に入賞する活躍をし、つしまつ子の駅伝レベルの高さがうかがえました。

優勝した厳原陸上クラブは、3月21、22日に大阪で開催される全国大会に県代表として出場します。

## 一万本が集結した 力作アートを発見



題名「浅茅湾の光2008」

加志々中学校に展示されているこの絵は、同校卒業生（平成19年度卒）8人が「つまようじ点描画」に取り組んだ作品です。

縦92.5cm、横183cmの発砲スチール板に、一万本の「つまようじ」を1cm間隔に刺し制作したものです。

学校から臨む浅茅湾を背景に、ツシマヤマネコを採り入れ、ふるさとの風景の美しさ、自然の素晴らしさを語りかけてくれます。眺める角度で表情が微妙に変化し、細かい作業を根気よく積み重ねたまさに圧巻の作品です。

## 隠れた対馬の名所を巡る

# 対馬 HOT SPOT

## 対馬四国八十八ヶ所

四国八十八ヶ所は、四国にある弘法大師ゆかりの札所の総称ですので皆さん聞いたことがあると思いますが、「対馬四国八十八ヶ所」を耳にしたことはありますか？私たちが住んでいる対馬にも八十八ヶ所が存在します。

空海伝説は全国に数多く残っていますが、対馬にも、遣唐使として唐に留学した空海が日本に帰国する際、日本の玄関ともいえる対馬に立ち寄ったと言われており、また1番札所である金剛院にある木像は、対馬に来た空海が水面に写った自分自身を見て彫ったとされています。

対馬四国八十八ヶ所の各町別札所数は、厳原町に40ヶ所、美津島町に12ヶ所、豊玉町に5ヶ所、峰町に2ヶ所、上県町に19ヶ所、上対馬町に10ヶ所となっています。

その他にも、今、対馬CATVでも紹介されている豆酸や写真にも紹介している88番札所の裏山を囲むように設けられているものなど30分から1時間半程度の短時間で廻ること

のできる八十八ヶ所も島内にくつかりあります。

暖かくなってくるこれからの時期に、健康づくりとして、また地域の歴史再発見のため、身近にある八十八ヶ所を歩いてみてはいかがでしょうか。

対馬市役所観光物産推進本部

0920(53)6111

メールアドレス

asightseeing@city-tsushima.jp



88番札所 薬師如来（厳原町久田 寿福院）