



広報

つしま

3

2025
(令和7年)

March



今月号の題字

鶏鳴小学校 4年生

ささき ゆうま
佐々木 悠真くん

特集

子育てに寄り添う島を目指して



つしま 3

目次 CONTENTS

- 2 まちかどウォッチング
- 3 みんなの広場No.1
- 4 特集
子育てに寄り添う島を目指して
- 8 みんなの広場No.2
- 8 市役所インフォメーション
○災害・防災アプリ(アットインフォカナル)の登録
○テレビ放送用光回線とインターネットサービスの
民間移行に関するお知らせ ほか
- 17 わがまち再発見 文化財のみかた
版経のみかた
あんによん!韓国語
「ア行」のハングル
- 18 島おこし協働隊活動レポート
2人の島おこし協働隊員が退任します
たすけあい通信
美津島町根緒地区のサロン活動
- 19 年金コーナー
60歳以降の国民年金任意加入制度
対馬市消費生活相談所だより
ネット通販での「定期縛りなし」が「解約する
まで続く定期購入」だったなんて…!!
- 20 みんなで取り組もうSDGs
対馬ブルーカレッジ「事業構想計画」成果
発表会
図書Navi
新刊情報
- 21 情報BOX
- 23 対馬市福岡事務所レポート
令和7年度福岡対馬会新年祝賀会
旬の食材でおいしく減塩!
あじのマスタードソース
- 24 数字でみる対馬市・おくやみ
- 25 特別診療案内

まちかどウォッチング

音楽の魅力を発信!

2/2



第 17回対馬島の合唱祭が対馬市交流センターで行われました。参加者は日頃の練習の成果を披露し美しいハーモニーを奏で、合唱祭のラストには「君をのせて」を参加者全員で合唱するなど音楽に触れる1日となりました。

親しみやすく見られるアニメが完成!

2/7



今 里地区(美津島町)に伝わる神話を題材にしたアニメ、海ノ民話アニメーション「神さまの田ひらき」が完成し、監督の沼田心之介氏が市長を表敬訪問しました。対馬市には「海ノ民話のまち」として認定証が送られました。

植樹は現在までに28,000本

2/9



あ そうベイパーク玄海つつじの森(美津島町)でゲンカイツツジの植樹活動(主催:玄海つつじの森つくろう会)が行われました。参加者は厳しい寒さの中、遊歩道に苗木130本を丁寧に植えました。



若者の創業マインド向上を目的として 2/14



第 12回高校生ビジネスプラン・グランプリ（主催：日本政策金融公庫）で、対馬高校商業科3年の原田怜央さん、濱崎裕成さん、嘉瀬颯姫さんの「対馬の海を守り隊」が、全国5,151件の中からベスト100に選ばれ、市長に受賞報告を行いました。

1年間の活動内容をフェス形式で開催 2/15



第 2回協働隊フェスが長崎県対馬青年の家で行われ、7人の協働隊員が、活動報告を行いました。荒井勇人隊員（自然共生チャレンジャー）は有害鳥獣対策について発表し、参加者は、くくり罠や猟銃などを手にするデモ授業を体験しました。

おいしい！アジフライ！！ 2/17



株 式会社三陽（高橋利明代表取締役）が市内小中学校の給食用として、皮付アジフライ（冷凍）6,840枚を贈呈しました。厳原小学校では、2月14日にひと足早く給食で提供され、児童たちがおいしそうに頬張っていました。

まるっと全部対馬産！ 2/23



対 馬水産加工祭が対馬市交流センターで行われました。市内の加工業者が対馬産の水産物を販売したほか、先着500人に対馬産アイゴを使った商品をプレゼントするなど、訪れた市民は多様な水産加工品を手に取り購入していました。

みんなの広場 No.1

消防士が熱い思いを発表

2月14日、第35回消防職員意見発表会が対馬市消防本部で行われました。9人の消防士が、日常の勤務における課題や業務の中で体験した問題を発表。最優秀賞を修行夢空さん（上対馬出張所）が、優秀賞を山田大晴さんと中村瑠花さん（共に本署）が受賞しました。修行さんと山田さんは、4月11日に対馬市で開催される県大会に出場します。



左から山田大晴さん、修行夢空さん

祝 白寿おめでとうございます



吉田 喜久枝さん(峰町)大正15年2月17日生まれ

99歳を迎えられた吉田さんに市から褒状と祝い金を贈呈し、長寿をお祝いしました。



子育てに寄り添う島を目指して



1年間に対馬で生まれる子どもの数は約130人。この島で健やかに育ってほしいと思うのは、全ての島民の願いではないでしょうか。一方、人口減少や高齢化の波が押し寄せる対馬で、子育てをするには大変な場面も多くなってきました。どうすれば、子どもたちが健やかに育つ島にすることができるのでしょうか。市や地域の皆さんの取り組みを紹介します。

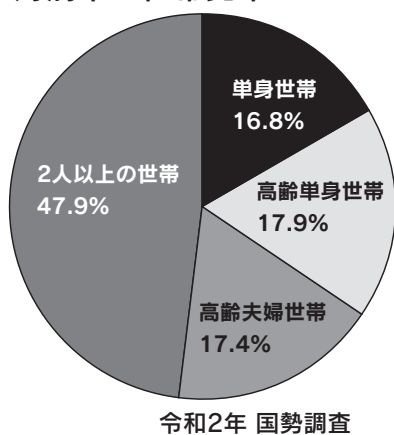
こそだ 「孤育て」を知っていますか？

核家族化や、地域の人たちとの関わりが薄くなった現代において、親族の協力が得られず、近所との付き合いもない中で子どもを育てている状態を「孤育て」と呼びます。育児の責任を母親や父親ひとりで背負い込み、子どもの世話に追われて、外出はもちろん、身だしなみなど、日々の暮らしにも支障が出る状態が続くと、心身の不調をきたすだけでなく、子どもへの虐待など、大きな問題に発展する可能性があります。



対馬が孤育ての島になる可能性も

対馬市の世帯比率



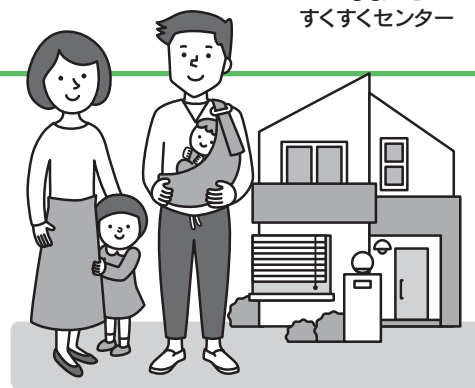
人口減少や高齢化が進む対馬では、これまでのように、同じ家に暮らす複数の大人が関わって子育てを行うことが難しくなっています。令和2年の調査を元にとすると、約1万3千世帯のうち、一人暮らしや高齢の夫婦だけの世帯は半数以上にのぼります。家の中に子どもがおらず、直接子育てに関わることもない世帯が増えることは、社会と、子育てに携わる人たちとの接点がなくなることを意味しています。子どもを抱えたお母さんやお父さんを孤立させないためにも、住民一人一人が関わった新たな仕組みづくりと行動が求められます。

妊娠から出産、子育てまでを地域全体でサポートする

国は、子どもや若者の権利が保障され、健やかな成長を社会全体で後押しすることで、将来にわたって幸せに生活できる社会を目指す「子どもまんなか社会」の実現にむけ様々な施策を行っています。その中で、医療機関や子育て支援施設、行政や民営の支援拠点など、子育てに関わる部署が協力して支援する体制を、地域単位で作ることが求められており、対馬市では令和3年4月に子育て世代包括支援センター「つしまっこすくすくセンター」を立ち上げました。センターに所属する保健師、栄養士、その他の職種が関わって子育てを行う一人一人に寄り添った、切れ目のない細やかな支援を目指して活動を行っています。



つしまっこ
すくすくセンター



取り組みの一部を紹介します！



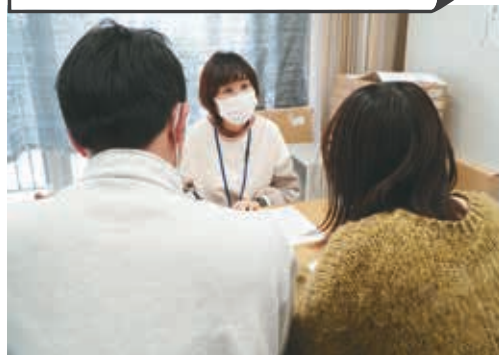
妊娠がわかったけれど、
これからどうしたら
いいの？

病院で妊娠の診断を受けると、妊娠届出書をも
らった後、妊娠届を市に提出します。その際、渡さ
れるのが、母子健康手帳です。対馬市では、母子健康手帳を
交付する際には、今後の健診や手続きなどに関する説明にく
わえて保健師、栄養士や歯科衛生士など専門の職員がチーム
を組んで、妊娠中の過ごし方やこれからの食事のこと、お口
のケアなど、1時間ほどかけて、より細かな説明を行うように
しています。



母子健康手帳だけでなく、
妊娠中の過ごし方や夫婦で
できる歯科検診の案内な
どが配られる

つしまっすくすくセンターでは、
妊娠前から妊娠、出産、子育て期の中
で関わる機会を最大限活用し、支援
につながる取り組みを行っています。



初めての母子手帳交付を受けるご夫婦。
「これからどうしていいか不安だったが、丁寧
に説明してもらい不安な気持ちが和らいだ」と
話していました。

子どもの成長で
気になることが
あるけど、
どうしたらいいの？



地域子育て支援センター



健診をきっかけに、相談の機会を作る

赤ちゃんが生まれたら、保健師がご自宅
に伺う新生児訪問をはじめ、5歳児まで定期
的に健診があります。対馬市では、法律で
決められた1歳6か月児健康診査と3歳児健
康診査の間に独自に2歳児の歯の健診事業に
取り組んでいます。成長の変化が大きいこ
の時期に、発達の具合や子育ての疑問など
にお答えすることで、保護者の方に安心して
子育てに取り組んでもらいたいと考えて
います。また、市内5か所にある地域子育て
支援センターでは、同年代のお子さんと触
れ合う機会づくりや、育児への相談などを
気軽に行うことができます。

急な用事の時に子どもの迎えや
預かりをお願いしたいけれど...

市内には、家事や育児を支援する取り組みを行っている事業者や団体が
あり、有償で保育施設などから自宅への送迎や、通院やリフレッシュのた
めの一時預かりなど、子育てのお手伝いを行っています。お手伝いして
いるのは、講習を受けた市内在住の人たちで、子育てに関わる新しい形
として注目されています。

活動の内容は次ページで詳しくお伝えします。



親でも学校の先生でもない、子どもを育てる新たな立ち位置

令和5年度に誕生した「つしまファミリーサポートセンター」は、子ども（生後4か月から小学校6年生まで）の育児支援を希望する人と、援助を行いたい人をつなぐ取り組みです。令和7年2月現在で、依頼会員55人、援助会員47人、両方会員（依頼も援助も行う）14人が登録しています。



どんなことをサポートしてもらっているの？

つしまファミリーサポートセンターで多い依頼内容

- 1位 学校の放課後の子どもの送迎および預かり
- 2位 保育施設の保育開始前や保育終了後の子どもの送迎および預かり
- 3位 依頼会員宅での預かり（依頼会員在宅時）



つしまファミリーサポートセンターの情報はこちら

※1時間当たりの利用料金

	午前6時～午前7時	午前7時～午後7時	午後7時～午後10時
平日	800円	700円	800円
土・日・祝日・年末年始	900円	800円	900円

※複数の子どもを預ける場合は、2人目から半額

利用料金はどのくらいかかるの？

※送迎（1回200円）おやつ代など実費負担



どんな人が来るのか心配...

援助会員は登録後、支援の仕方や安全、小児看護に関することなどを学ぶ講習を受ける必要があります。また、依頼者からサポートの依頼があった場合、センターの窓口だけでなく、援助会員も、サポートをする保護者や子どもたちと面談し、信頼関係を築いたうえでサポートを行っています。



サポート会員
平山明美さん

子育て経験者として応援します！

定年に対馬に帰ってきたとき、サポート会員を募集していることを知り、会員になりました。保育施設でも働いた経験もあり、子どものお世話するのは慣れていましたが、ここでは1人の子どもさんのお世話をすることが多いので、私のことを慣れてくれるのがとても不安でした。初めての依頼が終わった時、ホッとしたと同時に、困っている人の役に立つことができた嬉しさはとても大きかったです。仕事と子育ての両立は大変です。更に転勤などで両親をはじめ家族の協力が得られないとなれば、本当に心細くて不安だと思います。そんな時は、どうか私たちを頼ってください。皆さんの頑張りを対馬に住む仲間として、応援しています。



講習の様子

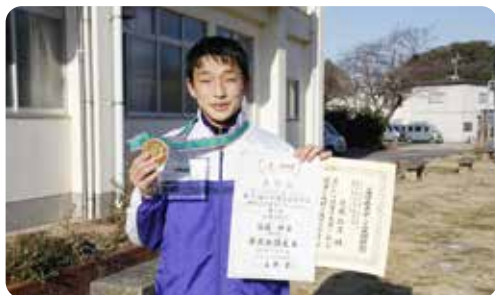
対馬市では、部局内の連携のほか各機関や市民と協力しながら、子どもを産み育てる皆さんのお手伝いを行っています。相談はもちろん、皆さんが抱えているお悩みなどがありましたら、お気軽にお問い合わせください。

健康増進課 ☎0920(58)1116 美津島(小船越～濃部) 豊玉・峰・上県(鹿見・久原・女連)
北地区保健センター ☎0920(84)2313 上県(鹿見・久原・女連以外)・上対馬
南地区保健センター ☎0920(52)4888 美津島(根緒～大山)・厳原

※令和7年4月から北地区保健センターが健康増進課に統合されます。

つしまっ子が全国優勝の栄冠

昨年10月に三重県で開催された第55回U16陸上競技大会において、近藤壮真くん（難知中3年）が、ジャベリックスロー競技に出場し見事優勝の栄冠に輝きました。近藤くんは、2月10日に発表された長崎県スポーツ奨励顕彰も受賞しました。



対馬市の文化財保護に貢献

2月25日、美津島文化会館で令和6年度対馬市教育委員会表彰が行われ、対馬市の文化振興において特に貢献されたとして、早田和文さんが表彰されました。早田さんは「今後も健康の許す限り協力していきたい」とコメントしました。



ピンク色の花の柔らかさを表現！

2月14日、第21回対馬市民美術展表彰が行われ、同美術展に通算20回出展した御手洗哲さんと奥野茂樹さんが表彰されました。表彰式には御手洗さんが出席して、中島教育長から表彰状を受け取りました。



頑張って描いたから嬉しかった!!

2月25日、県内の小・中学校から87,183人が参加した第70回記念子ども県展で金田小学校2年生の野崎蒼生くんが、絵画部門で最高賞の知事賞を受賞しました。また金田小学校は、特選に4人・入選に5人が選ばれ優良校として表彰されました。



市役所インフォメーション

お知らせ

令和7年4月1日から、JRグループで精神障害者割引制度が導入されます

対象者

精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方

（手帳に旅客鉄道株式会社等旅客運賃減額第1種または第2種の記載があるもの）

- 第1種：精神障害者保健福祉手帳 1級
- 第2種：精神障害者保健福祉手帳 2級または3級

割引を受けるためには

福祉課またはお近くの市役所福祉関係窓口にお手持ちの手帳をご持参ください。窓口で手帳に「第1種」または「第2種」の記載を行います。割引制度を利用される方は、事前に手続きをお願いします。

なお、割引に関する問い合わせは、直接JR窓口へお尋ねください。

問い合わせ 福祉課 ☎0920(58)1119

災害・防災アプリ（アットインフォカナル）の登録をお願いします

3月1日から火災を含む災害情報や「対馬市からののお知らせ」を防災アプリでお伝えすることができるようになりました。防災アプリ「@InfoCanal（アットインフォカナル）」をスマートフォンやタブレットにインストールすることで市からの各種情報に関するメッセージを取得できるようになります。また、屋外放送設備（屋外スピーカー）で放送した内容を聞き逃した場合に確認をすることもできます。（すべての放送ではありません）利用する際は、右記の二次元コードを読み込むことでアプリインストール画面へ移動しますので、そちらからインストールをしてください。

または、各ストアで「アットインフォカナル」と検索してインストールしてください。



登録手順 ※機種によって異なる場合があります。

- ① 二次元コード（右上）の読取、またはアプリストアで『（アット）インフォカナル』と検索してインストール
- ② 「通知」を許可し、利用規約に同意
- ③ 「位置情報」を許可
- ④ 購読設定の「一覧から探す」から「長崎県」＞「対馬市」を選択⇒各町から購読したい地区を選択し「設定」を押す（複数地区を選択可）
- ⑤ 「Welcome message」が届いたら「既読（確認）」を押す
- ⑥ 右上の歯車マークを押す⇒「利用者設定」を押す（推奨）
- ⑦ ニックネームを入力⇒「設定」を押す（推奨）

※詳しい登録方法は、対馬市ホームページをご確認ください。



登録方法

問い合わせ 地域安全防災室 ☎0920(53)6111

飼いネコ適正飼養推進キャンペーンを実施しています

対馬市ネコ適正飼養条例を遵守してネコを適正飼養（完全室内飼育）する飼い主を対象として、飼いネコの避妊去勢手術費用を半額補助します。

危険から守り、トラブルを防ぐために、ネコは室内で飼いましょう。

ネコを室内で飼うことで

実施期間 3月1日（土）～31日（月）

対象 市内でネコを適正飼養する人

- 補助条件**
- (1) 市へネコの飼養登録を申請すること
 - (2) ネコを適正飼養（完全室内飼育）すること
 - (3) 対馬市ネコ適正飼養条例を遵守すること
- ※上記事項が遵守されていない事実が発覚した場合は、補助費用を全額自己負担していただきます。

補助費用 飼いネコの避妊去勢手術費

申込方法 以下の動物病院へ直接連絡してお申し込みください。

○対馬の森どうぶつ病院（美津島町） ☎0920(54)8755

○対馬動物医療センター（上県町） ☎0920(84)2681

問い合わせ 自然共生課 ☎0920(53)6111



人も飼いネコもヤマネコも
みんなが暮らしやすい
環境づくりにつながります。

带状疱疹ワクチン接種の助成が始まります



対象者 ①60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で1級の障害者手帳を交付されている方
 ②令和7年4月2日から令和8年4月1日までに65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳になられる方、および100歳以上の方

助成期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日

※生活保護の方は無料です。「生活保護受給者証」が必要となりますので、ケースワーカーにご相談ください。（保護課 ☎0920(58)1414）

種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種費用	8,860円	22,060円
助成額	4,860円	12,060円
自己負担額	4,000円	10,000円
接種方法	皮下注射	筋肉注射
接種回数	1回接種	2回接種
特徴	○安価 ○副反応が出にくい ○免疫不全の方は不可	○有効性が高い ○効果持続期間が長い ○高価

- 接種希望者は、健康（マイナ）保険証などの年齢がわかるものを医療機関に提示してください。
- 既に当該ワクチンの接種を終了された方は、対象外となります。
- 対象者は毎年度変わりますので、接種の機会を逃さないようご注意ください。なお、100歳以上の方は令和7年度に限り定期接種の対象となります。
- 医療機関によって取り扱うワクチンの種類は異なります。詳細は、各医療機関にお問い合わせください。

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116
 南地区保健センター ☎0920(52)4888

詳しい日程・予約先は、
3月の地区回覧をご覧ください



3月は「自殺対策強化月間」です

3月から4月は、就職や転勤、進学、引っ越しなどで生活環境が大きく変化してストレスを受けやすい時期でもあります。もし強いストレスを感じることや、自分のこころが病気ではないかと思ったときは、ひとりで悩まずに相談しましょう。また、周囲の人は、発言や行動などの中から何らかのサインに気づいてあげることが大切です。

こころのサイン

- ☐ 気分が沈み、やる気がなくなる
- ☐ 不安や緊張が高まる
- ☐ 急に涙が出てくる
- ☐ 人付き合いが面倒になる

からだのサイン

- ☐ 肩こりや頭痛、腹痛などの痛み
- ☐ 寝つきが悪い、夜中や朝方目が覚める
- ☐ 食欲がなくなる、または食べ過ぎる
- ☐ めまいや耳鳴り

気持ちや体調の異変は、あなたの身体から発せられる危険信号です。自分のストレスサインに気づき、早めに対処することで深刻な事態になることを未然に防ぐことができます。

【主な相談窓口】

#いのちSOS ☎0120(061)338
 よりそいホットライン ☎0120(279)338
 こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570(064)556
 長崎いのちの電話（9:00～22:00） ☎095(842)4343

※SNSでも相談できます。「厚生労働省 SNS相談」で検索してください。



問い合わせ 福祉課 ☎0920(58)1119

HPVワクチン接種の経過措置に関するお知らせ



HPVワクチンは、子宮頸がんなどを予防するもので、標準的な接種は中学1年女子です。

国の方針により令和3年度まで積極的な勧奨を控えていましたが、公費での接種機会を逃した方に対して、公平な接種機会を確保する観点から、令和4年度から令和7年3月31日まで「キャッチアップ接種」を実施しています。

需要が大幅に増えたことにより、令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した方で3回目接種が完了していない方は、令和8年3月31日まで公費での接種が可能になりました。ご希望の方は早めの接種をおすすめします。

- 対象者**
- キャッチアップ接種：平成9年度から平成19年度生まれの女子
(平成9年4月2日から平成20年4月1日生まれ)
 - 定期接種の最終年度にあたる平成20年度生まれの女子
(平成20年4月2日から平成21年4月1日生まれ)
- ※上記の対象者のうち、令和7年3月31日までに1回以上接種した方が対象

ワクチンの種類	1回目	2回目	3回目
2価：サーバリックス	初回	初回から1か月後	初回から6か月後
4価：ガーダシル		初回から2か月後	初回から6か月後
9価：シルガード			

- ワクチンごとに接種間隔が異なりますので、ご注意ください。3回とも同一のワクチンを接種します。
- 基本的には、3回とも同じ医療機関で接種してください。やむを得ず、他の医療機関で接種する場合は、接種済証を必ず持参してください。
- すでに1～2回接種が済んでいる場合は、過去の記録がある接種済証など医療機関に持参してください。残りの回数を接種できます。
- 3回目接種まで完了している方は、今後の接種は必要ありません。
- 対馬市に住所があり、長崎県外の医療機関で接種を希望される方は、事前に予防接種依頼交付申請書を提出する必要があります。

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116

令和7年度 高齢者移動費助成事業の利用券を交付します

対象者 申請時点で、75歳以上の在宅の高齢者

※障がい者移動支援や外出支援サービスを利用されている方、生活保護受給世帯の方は対象外です。

受付開始日 ①令和7年4月1日現在で、75歳以上の方：令和7年4月1日（火）～

※令和6年度利用券の交付を受けた方は、利用券を3月下旬に郵送しますので手続きは不要です。

②令和7年4月2日以降に75歳になる方：75歳の誕生日～

助成内容 ピンク色の利用券（12枚綴り）を1人につき1冊交付します。

※令和7年度中に75歳になる方は、誕生月および申請月により、交付枚数が少なくなります。

申請方法 市民課、各振興部住民生活課、各行政サービスセンター、各窓口センターに申請書および以下の必要書類を添えて提出してください。

必要書類 ①本人申請：本人確認書類（介護保険証など） ※写しでも可

②代理申請：申請者および代理人の本人確認書類 ※写しでも可

券有効期限 令和8年3月31日

問い合わせ 長寿介護課 ☎0920(58)1118

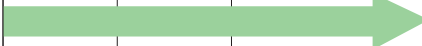
中学校の休日の部活動を段階的に地域移行していきます

学校部活動は、学校教育の一環として生徒の学習意欲の向上や責任感、学校教育が目指す資質・能力の育成に資するなど様々な意義を有した活動として行われてきました。しかし、少子化の進行に加えて、専門性や意向に関わらず教員が顧問を務めている状況下において、これまでの運営・指導体制の継続は、困難となっています。

対馬市では、下記の方向性のもと「地域クラブ活動」体制への移行を進めていきます。

対馬市の地域移行の方向性

- 地域のスポーツ・文化団体と学校との連携や協働を推進していきます。
- 準備が整った学校・部から順次移行していき、令和7年度末には休日の部活動の地域移行を完了し、令和8年度からは休日の活動は地域クラブ活動として実施します。
- 平日の部活動の地域移行は、休日の地域移行の進捗状況などを検証しながら推進していきます。

	R6	R7	R8
部活動（平日）			
部活動（休日）			※R8から休日は地域クラブ活動へ
地域クラブ活動（休日）			

■学校部活動と地域クラブ活動の主な違い

学校部活動		
活動日	平日（月～金） 1日休み	土日いずれか
運営	学校	
指導者	教員・外部指導者	
活動場所	学校施設	
活動単位	学校単位	
保険	スポーツ振興センター保険	

これまで（学校教育活動）



地域クラブ活動	
活動日	土日いずれか
運営	保護者会、地域のスポーツ・文化団体
指導者	地域の指導者、教員（兼職兼業希望者）
活動場所	社会教育施設・学校施設
活動単位	単一校に限らない
保険	一般の保険

地域移行後（学校教育活動から社会教育活動へ）

地域クラブの認定について

- 「対馬市地域クラブ認定要件確認書」の要件を、全て満たした活動を行う地域のクラブを、対馬市地域クラブとして認定します。
- クラブの責任者が「対馬市地域クラブ認定要件確認書」「地域クラブ認定申請書」「規約」「活動計画書」「役員および会員名簿」「保険加入書の写し」を市教育委員会生涯学習課へ提出することによって、地域クラブとして登録されます。

指導者について

- 県の指導者エントリーシステムや対馬市の指導者エントリーシステムを活用して、指導者の確保に努めます。
- 教職員の兼職兼業については、本人の意思を尊重し、業務への影響や健康への配慮など、学校運営に支障がないことを確認した上で許可をします。

※基本方針の詳細版や地域クラブの認定に係る申請書などの様式は、対馬市ホームページに掲載しています。

問い合わせ 学校教育課 ☎0920(88)2001



令和6年度 対馬市、長崎県、全国学力・学習状況調査結果をお知らせします

【実施日】

◇市学力調査

小学校：令和6年12月9日(月)～13日(金)

中学校：令和7年1月8日(水)～17日(金)

◇長崎県学力調査

令和6年4月18日(木)・19日(金)

◇全国学力・学習状況調査

令和6年4月18日(木)

【各学力調査の対象学年・教科】

◇市学力調査

小学3・4年生(国・算)／中学1年生(国・数・英)

◇長崎県学力調査

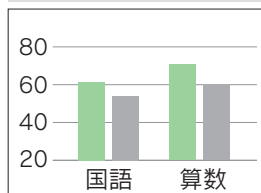
小学5年生(国・算)／小学6年生(理)

中学2年生(国・数)／中学3年生(英)

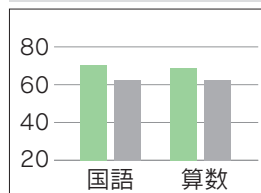
◇全国学力・学習状況調査

小学6年生(国・算)／中学3年生(国・数)

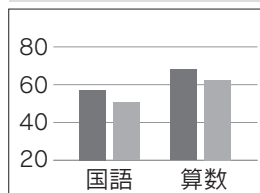
【小3】市学力



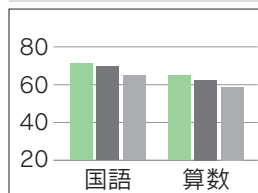
【小4】市学力



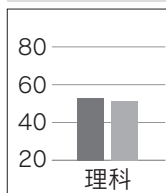
【小5】県学力



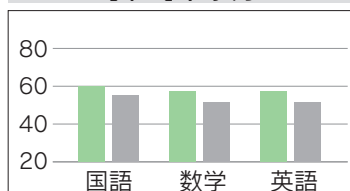
【小6】全国学力



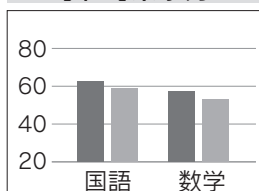
【小6】県学力



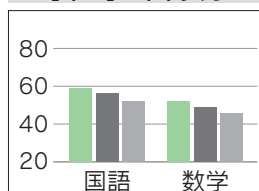
【中1】市学力



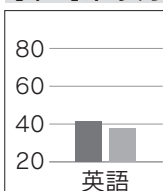
【中2】県学力



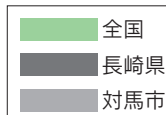
【中3】全国学力



【中3】県学力



グラフの縦軸は
正答率



学校では

- 調査結果分析を踏まえた「学力向上プラン」を作成し、実践します。
- 子どもが自分にとって最適な学習の進め方を考え、決定する場面を設け、個別最適な学びの充実を図ります。
- 授業と授業外の学びをつなぐ授業づくりに努めます。

家庭では

- 規則正しい生活リズムを継続していきましょう。
- 子どもが自分で学習や生活をマネジメントできるよう、サポートしましょう。
- 読書に親しむ環境づくりに努めましょう。

【小学校：国語】

- 集めた情報を分類したり関係づけたりしながら、伝えたい内容を整理することができています。
- ▼登場人物の相互関係や心情などについて、描写を基に捉えることに課題があります。

【小学校：算数】

- 図形の「見取り図」について理解し、書くことができています。
- ▼図形の面積や体積の求め方、グラフの読み取りに課題があります。

教育委員会では

- 学校における授業改善の支援を行います。
- いつでもどこでも学び直しができるようタブレットを活用した学習環境を整えます。
- 市独自で小学3～4年生、中学1年生の学力調査を実施します。

【中学校：国語】

- 言葉の特徴や使い方を正しく理解しています。
- ▼必要な情報に着目して要約することに課題があります。

【中学校：数学】

- グラフやデータの読み取りができています。
- ▼目的に応じて式を変形したり、その意味を読み取ったりして、事柄が成り立つ理由を説明することに課題があります。

○…できていること ▼…改善を要すること

質問紙調査の結果（主な内容）

- 基本的な生活習慣（朝食・就寝・起床）は、小学生が全国平均並み、中学生が全国平均を上回っています。
- 「いじめはいけないことだ」「人が困っていたら進んで助けている」「将来の夢や目標を持っている」「地域や社会をよくするために何かしてみたい」について、小学校・中学校ともに全国平均を上回っています。
- ▼「家にある本の冊数」「新聞を読んでいる」について、小学校・中学校ともに全国平均を下回っています。

問い合わせ 学校教育課 ☎0920(88)2001

「健康つしま21」みんなスマイル元気の **わ** キャンペーン



健康づくりの推進を目的としたキャンペーンを実施します。令和7年度は歯周疾患検診など、対象イベントを拡大しています。

対 象 満20歳以上の対馬市民

内 容 対象イベントへの参加で、1ポイントがもらえます。4ポイントを集めて、キャンペーンに応募された方には、プレゼント(地場産品など)を贈呈します。

応募方法 イベント会場で配布するキャンペーンハガキで、ご応募ください。

応募期限 令和8年3月2日(月)※当日消印有効

そ の 他 各種対象イベントの日程などは、変更になる可能性もあります。詳細は、広報つしまなどでご確認ください。

対象イベント	とき・ところ
ウォーキングイベント	・かみつしま渚きらきらウォーク 4月27日(上対馬) ・城下町ウォーキング 5月11日(厳原) ・シーサイドウォーキング 6月15日(上県) ・美津島グリーンパークウォーキング 10月 4日(美津島) ・とよたま神話の里ウォーキング 11月 8日(豊玉)
健康づくりイベント	・歯はつと笑顔フェスティバル ・対馬食育フェスタ ・いきいき豊玉まつり産業祭 健康コーナー11月頃(豊玉)など
国保特定健診 (人間ドック費用助成申請者含む)	個別型健診5月～2月(集団型健診10月)
国保若者健診	
後期高齢者健診	
がん検診(胃・肺・大腸)	
女性がん検診(乳・子宮)	個別型検診6月～12月(集団型検診5月)
骨粗鬆症検診	個別型検診5月～2月(集団型検診5月)
歯周疾患検診	5月～2月(各歯科医療機関)

問い合わせ 「健康つしま21みんなスマイル元気の**わ**キャンペーン」事務局
 健康増進課 ☎0920(58)1116
 南地区保健センター ☎0920(52)4888



対馬市健康キャラクター
タクトくん

テレビ放送用光回線とインターネットサービスの民間移行に関するお知らせ

現在提供している対馬市CATVサービスについて、設備の老朽化や通信速度の遅延といった課題を解消するため、NTT西日本の光回線を活用したサービスへの移行を進めています。

移行前後のサービス概要と令和7年度対馬市CATVサービス移行スケジュールは、以下のとおりです。

市民の皆さんには、対馬市CATVサービス変更や光回線切替工事に伴い、大変ご迷惑をおかけいたしますがご理解とご協力をお願いします。

サービス移行概要

現在のサービス	新サービス
テレビ ☒ 対馬市CATV 一般住宅 1,047円 事業所 2,095円	☒ NTT西日本の光回線を利用して対馬市CATVテレビサービスを継続 ☒ 一般住宅 1,047円 事業所 2,095円 (整備完了後、適切な料金を検討し、決定します。)
インターネット ☒ 最大30～100Mbps 2,619円～5,919円	☒ インターネットサービスの民間への移行 ☒ 最大概ね1Gbpsの都市部と同等サービスを提供 ☒ 都市部と同等料金で民間事業者が提供 (複数の事業者の中からお選びいただく必要があります。) 5,000円前後～(民間事業者ごとに異なります。)
IP電話 ☒ 島内加入者間無料電話	☒ 機器の老朽化に伴い、島内加入者間無料電話は廃止いたします。 ※加入者宅内切替工事完了後、使用できなくなります。
音声告知システム ☒ 告知放送	☒ 無線方式による新たな告知システム導入を計画しています。

サービス移行スケジュール (予定)

	住 所	電 話 番 号	移行案内送付時期 (予定)	集中工事期間 (予定)
美津島町	犬吠、大山、鴨居瀬、芦浦、賀谷、小船越、濃部	0920(55)●●●●	2025年3月上旬	2025年4月中旬～2025年7月末
美津島町	濃部の一部			
美津島町	和板、糸瀬、嵯峨、佐志賀、貝鮒、千尋藻、鍵川、	0920(58)●●●●	2025年4月中旬	2025年5月中旬～2025年7月末
豊玉町	横浦、曾、仁位、卯麦、佐保、志多浦、大綱、小綱、銘、田、貝口、唐洲、廻	0920(59)●●●●		
上対馬町	鰐浦、豊、泉、西泊、古里、比田勝、	0920(84)●●●●	2025年6月上旬	2025年7月上旬～2025年10月末
上対馬町	網代、大浦、河内、唐舟志、富浦、浜久須、玖須、	0920(86)●●●●		
上対馬町	大増、舟志、五根緒、西津屋、佐須奈、佐護北里、佐護東里、佐護西里、佐護南里、志多留の一部	0920(88)●●●●		
豊玉町	曾の一部	0920(82)●●●●	2025年9月上旬	2025年10月上旬～2025年11月末
峰町	櫛、佐賀、志多賀、志越	0920(87)●●●●		
上対馬町	小鹿、一重、芦見、琴	0920(88)●●●●		
上対馬町	志多留、伊奈、瀬田、檉滝、飼所、御園、越高、	0920(83)●●●●	2025年10月上旬	2025年11月上旬～2025年12月末
上対馬町	犬ヶ浦、鹿見、久原、女連	0920(85)●●●●		
上対馬町	三根、狩尾、木坂、青海、津柳、吉田、賀佐	0920(88)●●●●		

※集合住宅にお住まいの方は、上記スケジュールと異なる場合があります。

※対馬市CATVのテレビサービスを継続利用するためには移行の手続きが必要です。移行案内が届いたら、お早めに移行申込書の提出をお願いします。なお、対馬市の光回線は令和8年末頃に廃止予定です。それに伴い、対馬市が提供するインターネットサービスは終了しますので、移行申込書の提出にあわせて民間の光インターネットサービスへお申し込みください。

※上記に記載されていない地区にお住まいで対馬市CATVサービス利用中の方には、移行申込書を送付し順次工事を実施しています。移行申込書を提出されていない方は、お早めにご提出ください。

問い合わせ 財産管理運用課 ☎ 0920(53)6111

お知らせ

令和7年度 犬の狂犬病予防集合注射を実施します

4月から5月にかけて、狂犬病予防集合注射を行います。スケジュールは、対馬市ホームページに掲載していますので、ご確認ください。

また、犬の登録がお済みでない方でも、その場で登録手続きのうえ注射を受け付けていますので、注射代と合わせて登録手数料（3,000円）をご持参ください。

※令和7年度から注射料金が改定となる可能性があります。すでに犬の登録がお済みの方は、案内ハガキをご確認ください。まだ登録がお済みでない方は、詳しくはこちら対馬市ホームページをご確認ください。

問い合わせ 環境政策課 ☎0920(53)6111



児童扶養手当などの各種手当額が変更になります

各種手当額は、前年の全国消費者物価指数の変動に応じて改定されます。対前年比2.7%増であったことから、令和7年度の各種手当額は以下のとおりとなります。

手当区分			令和7年度手当額 (令和7年4月分から)
①	児童扶養手当		11,010円～46,690円
	第2子以降加算		5,520円～11,030円
	特別児童 扶養手当	1 級	56,800円
		2 級	37,830円
②	障害児福祉手当		16,100円
	特別障害者手当		29,590円

問い合わせ 【①の手当】 こども未来課
☎0920(58)1117
【②の手当】 福祉課
☎0920(58)1119

対馬市人事異動

令和7年2月28日付 依頼退職

氏 名	旧 配 置
橘 啓人	消防署 北部支署上対馬出張所 警防班 主事

募 集

朝鮮通信使パレードに参加してみませんか？

要申込

と き 4月25日（金）～27日（日）2泊3日
と ころ 韓国釜山広域市
※パスポート・島民カードが必要となります。
内 容 総勢2,000人が参加する約2kmの大
パレードに武士衣装を着て参加して
もらいます。
対 象 対馬市に在住する70歳未満の方
定 員 6人程度(男性に限る)
※申込多数の場合は初めて参加される方
を優先
参 加 費 10,000円
(船賃、宿泊費、バス代、食事代含む)
申込期限 3月28日（金）
問い合わせ 朝鮮通信使行列振興会事務局
(申込先) (文化交流課内) ☎0920(53)6111



あなたの「学びたい」を応援！

対馬市奨学資金の奨学生を募集します

在学申込

対 象 令和7年4月に、高等学校(対馬市内に限
る)および大学などに在学している方
貸与資格 ①本人または保護者が対馬市に住所を有
する方
②品行方正、学業優秀、健康な方で、経
済的理由により就学が困難であると認
められる方(学力および所得の選考基
準あり)
③他の奨学金を受給していない方

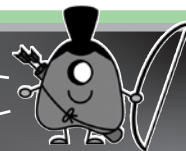
貸与月額 【高等学校】
(自 宅 通 学) 18,000円以内
(自宅外通学) 23,000円以内
【大学など】 50,000円以内

貸与期間 在学する学校の正規の修業期間

申込期間 4月10日（木）～5月9日（金）

そ の 他 卒業後、対馬市に居住し就業することで、
返還免除が受けられます。
奨学金制度や申込方法など、詳しくは下
記までお問い合わせください。

問い合わせ 教育総務課 ☎0920(88)2000



はんきょう

版経のみかた

対馬は歴史上、大陸と日本の架け橋となっており、大陸ゆかりの文物が多くもたらされています。その一つが版経（印刷された經典）で、朝鮮や中国からもたらされた渡来版経が多く残っています。

版経はそれまでの一字一字書き写す写経から、さらなる仏教布教のため10世紀の中国を治めた北宋が、版木による大蔵経【別名：一切経（漢語でまとめられた仏教聖典の総集編）】の大量印刷を可能にしました。これを開宝蔵と呼び、日本や高麗（現在の朝鮮半島）にももたらされ、11世紀の高麗は開宝蔵をもとに高麗版大蔵経（初雕版）を作成しました。この高麗版が13世紀の元の侵略により焼失すると、再雕版として再び作成されました。

中国でも北宋末から南宋時代にかけて（12世紀頃）新たな形の版経が多く作られるようになりました。対馬には朝鮮半島を経由して普寧寺版の經典が残っています。

これらの版経が本格的に日本に輸入されるようになったのは15世紀ごろであり、当時の日本の権力者たちにとって版経を得ることは国内におけるステータスを高めるものでした。当主であった宗家がこれらの版経を朝鮮半島から輸入し、寺社保護のため地元の神社やお寺に奉納したことが版経内の記載などからうかがえます。



版経伝来ルート

	指定名	伝来地	指定区分
1	高麗版大般若経（初彫版）	長松寺	国重文
2	高麗版大般若経（再彫版）	金剛院	国重文
3	高麗版一切経（再彫版）	多久頭魂神社	国重文
4	元版大般若経（普寧寺版）	西福寺	県指定
5	東泉寺の五部大乗経	東泉寺	県指定
6	妙光寺の大般若経（普寧寺版）	妙光寺	市指定
7	東福寺版大般若経	梅林寺	市指定
8	黒瀬の大般若経	黒瀬	市指定

対馬に残る版経（指定文化財のみ）

些細なことでもかまいませんので、疑問や質問がありましたらお気軽にお尋ねください。

あんによん！韓国語

問い合わせ

文化交流課

上対馬振興部

地域振興課

☎0920(53)6111

☎0920(86)3111

「ア行」のハングル

みなさん、アンニョンハセヨ！
今月はハングルを勉強します。

「ア、イ、ウ、エ、オ」の読み方と、単語を表にしてみました。日常でも使える単語なのでぜひ活用してみましょう！

日本語	ハングル	単語	単語(発音)
ア	아	父	아빠 (アッパ)
イ	이	ひたい	이마 (イマ)
ウ	우	牛乳	우유 (ウユ)
エ	에	～に	～에 (～エ)
オ	오	きゅうり	오이 (オイ)

※「～에」は「부산에 살았습니다.
(釜山に住みました)」のように使えます。

対馬市国際交流員
キム スミン
金 秀珉

直接書きながら、発音してみませんか？ハングルも上から下、左から右の順で書きます。

では、次の単語を上表から探して発音してみてください！➡ 오이우유(きゅうり牛乳)

さて、「きゅうり味の牛乳」はありませんが、韓国には「きゅうり石鰯(오이비누)」があります！韓国できゅうりは肌にやさしいと言われていて、きゅうりを切ってパックにもしています。

次回は「カ行」を勉強したいと思います！



令和6年度をもって2人の島おこし協働隊員が退任します



釜坂 綾

海の森再生支援担当

着任日:令和3年4月1日

退任日:令和7年3月31日



海の森再生支援 対馬の水産業を
担当の活動 支える場所



川邊 裕太郎

つしま人財コーディネーター

着任日:令和6年4月1日

退任日:令和7年3月31日

着任から早くも4年が経ち、任期満了のため3月末で退任します。これまで多くの方にお世話になり、色々なことを教えていただきました。この場を借りてお礼を申し上げます。在任中の主なミッションは、①海藻が無くなる現象“磯焼け”の実態把握②対馬の海の魅力や現在抱えている課題の情報発信でした。毎月、藻場の生物調査や地域の方への聞き取り、教員免許（高校・水産）を持っていることを活かした出前授業・移動水族館に注力し、多くの学校に呼んでいただきました。退任後も対馬に残り「海の森再生支援担当」設置の到達目標として掲げられていた「若者が安心して漁業を営める島」のロールモデルとなれるよう水産業界で頑張っていきますので、今後ともよろしくお願いします。

事業者の人手不足や移住促進のために設立され、派遣事業を展開する「対馬づくり事業協同組合」の運営支援をミッションとして、この1年間活動してきました。従業員の皆さん、組合員の皆さんのご協力により、少しずつ、事業が軌道に乗ってきたところですが、新しいことにチャレンジするため、3月で退任することになりました。

「本気の島おこし」と「世代交代」をモットーに引き続き対馬で活動をしていきますので、これからもよろしくお願いいたします。

たすけあい通信

Vol.89

問い合わせ

対馬市社会福祉協議会

☎0920(58)1432

対馬市長寿介護課

☎0920(58)1118

美津島町根緒地区のサロン活動を紹介します！

美津島町根緒地区で実施している「ねおしゃべらんね会～アジユマ倶楽部～」は、地区内の高齢者が住み慣れた地域で元気で楽しく生活できるよう、令和2年4月に結成され、根緒離島体験施設で奇数月の第2月曜日、10時から12時まで活動しています。このサロンには近くのグループホームに入所されている方も参加されており、一緒に輪投げ、ダンボールック、スクエアステップ、棒体操、お手玉、茶話会などのレクリエーションや脳のトレーニングをして楽しんでいます。

人と人がつながることで生まれる思いやり、お互いさまの関係はとても心が和みます。これからも、このようなサロン活動が長く継続していくよう、私たちもサポートしていきたいと思ひます。

第2層生活支援コーディネーター（下圏域担当） 平山



あんたがっただこさ～♪



いつも手作りのおいしい
おやつタイムです



お手玉を使った軽スポーツに
挑戦しています

60歳以降の国民年金任意加入制度を活用しましょう！

老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受給資格期間を満たしていない場合や、受給資格期間は満たしているけれど満額の年金を受給できない場合、60歳以降でも国民年金に任意加入することができます。

60歳から65歳になるまでの間であれば国民年金に任意加入して、保険料を納めることにより、満額に近づけることができます。

また、老齢基礎年金を受けるためには保険料の納付済期間や免除期間が原則10年以上必要となりますが、この受給資格期間を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます。

この任意加入中の保険料も通常の保険料と同様に社会保険料控除の対象となりますし、あわせて付加保険料をつけることもできます。

詳しくは、年金事務所または市役所年金担当窓口にお問い合わせください。

※国民年金の任意加入は、お申し出した日からとなります。

※任意加入の保険料は原則、口座振替での申し込みとなりますので、通帳と口座届出印が必要です。

長崎北年金事務所の出張年金相談

- と き 4月23日(水) 14:00～17:00
ところ 中対馬振興部
- と き 4月24日(木) 9:00～15:00
ところ 上対馬総合センター

★年金相談は予約制です。相談時間枠には限りがありますので、お客様のご希望に添えない場合もございます。

★予約受付期限 4月18日(金)

★予約先 ☎095(861)1354

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

問い合わせ
対馬市消費生活相談所 ☎0920(52)8322
長崎県消費生活センター ☎095(824)0999

ネット通販での「定期縛りなし」が「解約するまで続く定期購入」だったなんて…!!

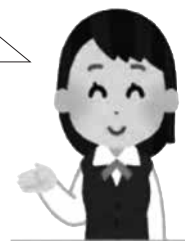


【相談事例】

動画配信の広告に、初回お試し価格900円で「定期縛りなし」と書かれたダイエットサプリを購入した。商品が届き納品書を確認したところ、定期購入だと分かった。解約したい。

【消費者へのアドバイス】

通信販売はクーリング・オフ制度の対象外で、原則として事業者が定める規約に従うことになります。そのため「定期縛りなし」という記載は「1回限り」という意味ではない可能性があります。ただし、契約条件の表示がなかったり、不実の表示や消費者を誤認させるような表示であった場合は、申し込みの意思表示を取り消せる場合があります。注文する前に、販売サイトや「最終確認画面」の表示をよく確認し「最終確認画面」は、スクリーンショットで必ず保存しましょう。



スクリーンショットの方法が分からない場合は、家族などの身近な人や契約している通信事業者、携帯電話ショップなどに尋ねるか、通信事業者の公式ホームページなどで確認してください。困った時は一人で悩まずに対馬市消費生活相談所に相談してください。



みんなで取り組もうSDGs

問い合わせ
SDGs推進課
☎0920(53)6111

対馬ブルーカレッジ「事業構想計画」成果発表会を開催します！

令和6年6月に開講した「対馬ブルーカレッジ」。島内外12人の受講生が、対馬の海ごみや磯焼け対策、水産資源保全などの海の社会課題の解決を図るため、新たな視点で事業を構想してきました。

その事業構想計画の成果発表会を3月29日に開催します。市民の皆さん、特に海に関するお仕事をされている方、海の社会課題解決に関心のある方の多数のご参加をお待ちしております。

と き 3月29日(土) 10:00～13:00
※昼休憩は挟みません

ところ 対馬市交流センター3階

参加費 無料 ※途中参加・退席自由

申込み 不要

※オンライン参加ご希望の場合は、右図からお申込みください。オンライン参加用のURLをお知らせします。



発表者・タイトル一覧

発表者	事業構想計画のタイトル
釜坂 綾	対馬の海・水産業をPR!身近に学べる海洋教育施設
木原 綾大	水産資源のコールドチェーンイノベーション 食で繋がるプラットフォーム
久保 幹太	魚つかみ取り体験、および環境保全教育で持続的日韓親善
齊藤ももこ	食でつながり、共につくる。海と山プロジェクト
島田 真典	ものづくりでトライする藻場保全
周木 康記	対馬エコラベル協会発足～対馬の持続可能な環境保全へ～
田雑 陽介	銀行に行けば解決～海業に関する人財・情報のマッチングプラットフォーム
築城 慎一	対馬の漁師から鮮度そのまま直行便～対馬の美味いが直接届く～
津田 祐樹	対馬ブルーファンドプロジェクト ～対馬を海洋環境保全技術の集積地に～
原田 恵理	人と人をマッチング～漁業女子誘致ツアー計画～
船原 希実	海カフェ構想～海とコーヒーで人と人を繋げる～
丸尾 勝俊	漂着ゴミ回収イベントと回収ゴミの活用について



問い合わせ
つしま図書館
☎0920(52)3900

4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			

転出・転居予定の方へ

図書館で借りた本や雑誌など返し忘れはありませんか？本の返し忘れにご注意ください。図書館が閉まっているときは返却ボックスをご利用ください。

新刊



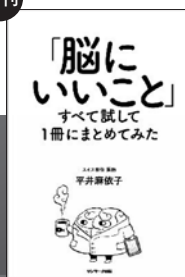
一般書

『謎の香りはパン屋から』
(宝島社)

土屋 うさぎ/著

大阪のとあるパン屋でアルバイトをしている大学生の小春。そこに持ち込まれる数々の謎を解決するのは小春の推理力！
焼きたてのパンの香り漂う「日常の謎」連作ミステリーです。

新刊



『脳にいいこと』すべて試して1冊にまとめた
(サンマーク出版)

平井 麻依子/著

医師である著者が自身の脳手術による後遺症へ立ち向かうため、世界中の脳科学のエビデンスを自分の脳で実験。
脳のコンディションを整える方法がまとめられた一冊です。

新刊



児童書

ちいかわ 人生のことわざ
(講談社)

ナガノ/著

かわいい見た目は裏腹に色々なことが起こる「ちいかわ」の世界は、ことわざを勉強するのにぴったり！
大人から子どもまで楽しめる、かわいくて分かりやすいことわざ本です。

新刊



ピカチュウとうみのたからさがし
(小学館)

まつおりかこ/著

ピカチュウたちはポケチャマが持っていた宝の地図をもとに宝探しの冒険へ出かけます。
洞窟、浜辺、海の中…ピカチュウたちと一緒に宝探しを楽しんでみませんか？

お知らせ

3月は自殺対策強化月間です

自殺の多くは「追い詰められた末の死」であり、身近な問題です。苦しいときは思い切って相談してみてください。

また、長崎県では「ここるところのほっとライン@ながさき」として、SNSでの相談窓口を開設しています。LINE登録を行い、ご相談ください。秘密厳守ですので、LINE登録はご安心ください。



LINE登録はこちら!

長崎県以外のSNSで相談をご検討されている場合は「厚生労働省 SNS相談」で検索をお願いします。

自殺はその多くが防ぐことができる社会的な問題です。自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話に耳を傾け、必要な支援につなげ、見守る人のことを「ゲートキーパー」と呼んでいます。ゲートキーパーには資格が必要なく、誰でもなることができます。もし、いつも顔を合わせる人が、最近元気がないなど、いつもと違ったら、まずは勇気をもって「どうしたの?」と声をかけてみませんか。

●問い合わせ

- こころの健康相談統一ダイヤル
☎0570(064)556
【9:00～17:45、18:30～22:30
(土・日・祝日は定休日)】
- よりそいホットライン
☎0120(279)338
【24時間対応・フリーダイヤル】
※Faxによる相談：03(3868)3811
- 対馬保健所
☎0920(52)0166
【9:00～17:45(土・日・祝日は閉庁日)】

令和6年度 男女共同参画週間 キャッチフレーズ

だれもがどれも 選べる社会に

対馬市男女共同参画推進懇話会

令和6年分 確定申告納付の期限などのお知らせ

●納付期限

税 目	納付の期限	口座振替日(振替納税)
申告所得税および復興特別所得税	令和7年 3月17日(月)	令和7年 4月23日(水)
消費税および地方消費税(個人事業者)	令和7年 3月31日(月)	令和7年 4月30日(水)

●納付は納付書のいらない簡単・便利な振替納税をご利用ください!

振替納税のメリット

- ①初回のみ「振替依頼書」を提出するだけで、毎年継続して利用可能!
- ②振替日にご指定の預貯金口座から自動で引き落とし!



●ご利用方法

提出物 預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書(振替依頼書)

提出方法 オンライン(e-Tax)で所轄の税務署へ提出または書面で所轄の税務署・金融機関へ提出

提出期限 申告所得税および復興特別所得税

→令和7年3月17日(月)

消費税および地方消費税(個人事業者)

→令和7年3月31日(月)



振替納税について→



オンライン(e-Tax)での提出方法について→



●問い合わせ 蔵原税務署

☎0920(52)0645

被爆者定期健康診断を実施します

長崎県が定期健康診断の日時と場所を定めて、年に2回封書で案内します。

●対象者 被爆者健康手帳所持者および第一種健康診断受診者証所持者

●と き 上半期：5月1日(木)～7月31日(木)
下半期：10月1日(水)～12月26日(金)

●問い合わせ 長崎県原爆被爆者援護課

☎095(895)2475

募 集

長崎県上対馬病院職員(一般事務・高卒程度)

- 第1次試験日 4月27日(日)
- 受付期限 3月31日(月)
- 受験資格 平成4年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方で、高等学校卒業以上の学歴を有する方または令和8年3月までに卒業見込みの方
- 採用予定数 1人
- 採用予定日 令和8年4月1日付
- 問い合わせ 長崎県上対馬病院 総務係
☎0920(86)4321

ヤマネコ目撃情報募集中

皆さんからの目撃情報をもとに、ツシマヤマネコの交通事故対策に取り組んでいます。

対馬野生生物保護センター
(ヤマネコセンター)

「はよ、ここ 鳴らせ 鳴らせ!」

0920-84-5577 ※24時間対応

耳の後ろに
白い斑点があります。



だまされないで!「私は大丈夫」は危険です!

県内では、料金の支払いを巡る架空の請求(架空料金請求詐欺)や保険料などの還付金の返還を口実(還付金詐欺)とする二重電話詐欺が急増しています。

だまされないポイント

◎架空料金請求詐欺

- 身に覚えのない料金請求のメールには安易に連絡しない。
- 不要なメールが届かないように受信拒否設定をする。

◎還付金詐欺

- ATMで医療費や年金の払戻し手続きをすることはありません。
- 会話内容を自動録音する迷惑電話防止機能付き電話機を活用する。



問い合わせ 対馬南警察署 ☎0920(52)0110
対馬北警察署 ☎0920(84)2110

相 談

ハローワークin 上対馬地域

相談無料

ハローワークが再就職のお手伝い!!

- と き 4月8日(火)・22日(火)
10:30~15:00
- と ころ 上県行政サービスセンター
- 問い合わせ
ハローワークつしま職業紹介部門
☎0920(52)8609
※オンラインでの職業相談も可能です。



事前予約が必要です。

こころに関する相談会(精神科嘱託医師相談)

相談無料・要予約

不安やイライラが強く眠れない、やる気が出ない、アルコールやギャンブルをやめたくてもやめられない、ひきこもりなど、こころの健康に関する相談を実施します。また、思春期のこころの悩み、身体の悩みについての相談も受け付けています。当日は、ご家族の方でも精神科医に相談できます。プライバシーは守られますので、まずはお電話ください。

- と き 3月26日(水) 15:00~17:00
- と ころ 対馬保健所
- 申込期限 3月24日(月)
- そ の 他 保健所職員(保健師など)による相談も随時(平日9:00~17:45)行っています。
- 問い合わせ(予約先)
対馬保健所 企画保健課 ☎0920(52)0166

交通安全協会へのご理解・ご協力を!

交通安全協会は、地域から交通事故をなくし、明るい社会を作り上げるために組織された団体です。毎年、入学児童にランドセルカバーおよび反射材を、幼稚園児や保育園児には、信号ワッペンを贈呈するとともに、通学時の街頭指導など交通事故防止の活動を行っています。

運転免許証取得者の
任意のご加入をお願い
します。



問い合わせ

(一社)対馬地区交通安全協会 ☎0920(52)5541
対馬北地区交通安全協会 ☎0920(84)2905



令和7年度福岡対馬会新年祝賀会 1月26日（日）

毎年恒例の福岡対馬会新年祝賀会が、グランフェスタ博多で開催されました！福岡対馬会は、福岡在住の対馬出身者とその親族、対馬にゆかりのある方が親睦をはかり交流する会です。今年は、来賓を含め約150人が参加され、市長挨拶の後、中国伝統芸能の変面ショーが行われるなど、会は大盛り上がりでした。抽選会では対馬にゆかりのある食材や地酒が景品として贈呈され、皆さん懐かしい対馬での思い出話に華を咲かせていました。

【福岡対馬会 入会のご希望も随時受付中】

懐かしい再会や、思わぬ対馬のつながりが発見できるかもしれませんよ！最新の情報はFacebook『福岡対馬会』で検索！

＜問い合わせ＞福岡対馬会 井本副会長 ☎090(7293)5626



対馬食材フェアinNTT西日本

2月14日（金）NTT西日本九州支店で対馬食材フェアが開催されました！このフェアは平成22年から始まり、今年で12回目の開催となりました。会場にはとんちゃんや煮あなごに加え白嶽酒造のお酒などが並び、NTT社員約120人の皆さんが対馬の味を存分に楽しみました。



旬の食材でおいしく減塩！

毎月19日は、
食育・地産地消の日

メニュー あじのマスタードソース

材料(4人分)目安

- あじ
(三枚おろし) 70g×4切
- A { 食塩 ……小さじ1/3
こしょう ……少々
小麦粉 ……大さじ1弱
サラダ油 ……大さじ1と2/3
- B { 酢 ……大さじ3と1/5
オリーブ油 ……大さじ1と2/3
砂糖 ……大さじ1と1/3
粒入りマスタード ……小さじ2
- たまねぎ ……80g
きゅうり ……40g
赤ピーマン ……20g

「ながさき健味んメニュー」より参照

作り方

- ① あじはAを振り小麦粉をまぶす。
- ② ボウルに調味料Bを合わせてソースをつくる。
- ③ たまねぎは薄切りにして水にさらしたあと、水気をしっかり絞る。きゅうりはせん切りにする。赤ピーマンはせん切りにし茹で、水気をしっかり絞る。
- ④ フライパンにサラダ油を熱し、①の魚をこんがり焼き②のソースに漬ける。
- ⑤ ③の野菜を④のソースに漬けておむ。
- ⑥ 器に魚を盛り、上から野菜をのせる。

1人分の
栄養価

エネルギー…219 kcal
たんぱく質…14.5 g
脂質…13.7 g
食塩相当量…0.8 g



主菜に、脳を活性化させるといわれるDHAや動脈硬化などに有効に働くといわれるEPAを豊富に含む「あじ」を使い、若い人に好まれるようマスタード風味に仕上げました。

「ながさき健味んメニュー 長崎県」はこちら→



人口・世帯数

	市 全 体
男	13,429人
女	13,579人
合 計	27,008人
世 帯 数	14,528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!! (累計)

区 分	南署管内	北署管内	市 全 体
発生件数	本年(昨年比) 2 (0)	本年(昨年比) 2 (+2)	本年(昨年比) 4 (+2)
死 者 数	本年(昨年比) 0 (0)	本年(昨年比) 1 (+1)	本年(昨年比) 1 (+1)
負傷者数	本年(昨年比) 2 (-3)	本年(昨年比) 1 (+1)	本年(昨年比) 3 (-2)

海の事故情報

※「死者」には、行方不明者を含みます。 (累計)

区 分	対馬海上保安部管内	比田勝海上保安署管内	全 体
発生数 (昨年比)			
船舶[隻]	2 (+2)	0 (-1)	2 (+1)
人身[人]	0 (-2)	1 (0)	1 (-2)
死者[人]	0 (-1)	1 (+1)	1 (0)

2月中の異動		転 入	47人
		転 出	64人
		出 生	7人
		死 亡	37人

火災発生情報

発生件数
本年(昨年比) 3 (0)

守りたい
未来があるから
火の用心



おくやみ

(1月21日～2月20日受付分)

住 所	氏 名	(年齢)	住 所	氏 名	(年齢)	住 所	氏 名	(年齢)
鰐 浦	山田 英子	(93歳)	中 浜	小島 要子	(81歳)	国 分	中田 敏彦	(86歳)
小 鹿	糸瀬 久江	(71歳)	小船越	勝見 英巳	(82歳)	久田道	木屋登喜代	(88歳)
越 高	本多フミヨ	(97歳)	小船越	中村 和弘	(68歳)	白 子	阿比留キヨ子	(89歳)
千尋藻	築城 悦子	(81歳)	南 室	山崎 道子	(90歳)	浅 藻	大谷 軍人	(86歳)
水 崎	二宮 洋子	(60歳)	棧 原	日高 正富	(71歳)	浅 藻	小森利千子	(59歳)
廻	阿比留輝幸	(74歳)	宮 谷	川上 幸男	(81歳)	阿 連	上原 ウメ	(92歳)
大 綱	平山 誠志	(90歳)	宮 谷	中山 由也	(61歳)	阿 連	神宮 武	(87歳)
大 浜	江頭三枝子	(82歳)	日 吉	小島 武博	(76歳)	小茂田	初村智恵子	(83歳)
洲 藻	平松キクエ	(89歳)	今屋敷	神宮 彩加	(33歳)	檉 根	安達 信子	(92歳)
尾 崎	藤 八代加	(65歳)	田 淵	竹末 香織	(53歳)			
中 浜	川上イチ子	(95歳)	国 分	川内 里美	(98歳)			

(お詫び) 2月号掲載のおくやみに誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

【誤】根緒 桐谷クラ子 (96歳) 【正】椎根 桐谷クラ子 (96歳)

ご冥福をお祈りします



(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。

税務課夜間窓口

○税務課 ○各振興部
○各行政サービスセンター

3月28日(金)・31日(月)20:00まで

※夜間窓口は、令和7年3月末で終了します。

地方税お支払サイトはこちらから→

問い合わせ 税務課 ☎0920(53)6111



健康ひと口メモ

健康寿命の延伸 ～飲酒～

- 飲酒による身体への影響と適正量を知りましょう
- 週2日は休肝日をつくりましょう



第3次健康つま21計画より

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116

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など応援につきましては、飛行機の欠航や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	診療科目	診療日
☆脳神経内科 (長崎大学病院)	2・16	☆小児心臓 (大村市民病院)	4
循環器科(総合外来) (山口圭祐・五所大和)	2・7・9・14・16・21・23・28・30	☆肝臓外来 (長崎大学病院)	18
☆循環器科 (福岡徳洲会病院)	18	☆脳外科 (長崎医療センター)	11
☆皮膚科 (長崎大学病院)	3・4・17・18	眼科 (九州大学病院)	2・16
☆皮膚科 (九州大学病院)	2・16・30	耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	2・3・9・10・16・17・23・24・30
糖尿病外来 (福岡大学病院)	14	耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	1・7・8・14・15・21・22・28
泌尿器科 (九州大学病院)	3・10・24	乳腺外来 (永尾修二)	3・10・14・17・21・24・28
☆泌尿器科 (原三信病院)	25	☆血液内科 (五日市記念病院)	14
☆脊椎外来 (福岡山王病院)	2・9・16・23・30	☆血液内科 (長崎医療センター)	25
☆腫瘍科 (長崎大学病院)	3	もの忘れ外来・相談 (家族のみでも可)(電話予約可) (八坂貴宏・副島航介)	2・9・16・23
☆禁煙外来 (佐野威和雄)	3・10・17・24	☆完全予約制となります。 (受診歴がない希望の患者様は、総合外来を受診し相談ください。)	

長崎県上対馬病院

☎0920(86)4321

診療科目	診療日
眼科	2・9・16・23・30
耳鼻咽喉科	1・15
整形外科	1・8・15・22
泌尿器科	3・17
循環器内科	18
精神科	9・30
外科	3・17
小児科	1・8・15・22
産婦人科	3・17
脳外科	11

無料法律相談日程のご案内

対馬市社会福祉協議会では、法律に関する相談会を開催しています。料金は無料です。

とき	ところ / 担当
4月10日 (木)	上対馬町地域福祉センター 対馬ひまわり基金法律事務所
4月17日 (木)	13:00 ~ 16:00 対馬市総合福祉保健センター(美津島) 対馬ひまわり基金法律事務所
4月24日 (木)	対馬市交流センター(厳原) 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。

問い合わせ(予約先)

対馬市社会福祉協議会
☎0920(58)1432

ネットでの予約はこちら→





今月お誕生日を迎える
子どもたちを紹介します!!

お誕生日 おめでとう

ご注意ください

- 申し込み多数の場合は、先着順（初めての方優先）とさせていただきます。あらかじめご了承ください。
- できるだけ顔や体（胸より上）が切れていない写真をご用意ください。
- メッセージは50文字程度でお考えください。



ちーちゃん1歳の
誕生日おめでとう
♡可愛い笑顔に
家族みんな癒
されています♡
お兄ちゃんと
沢山遊んで、
元気にすくすく
育ってね★

はら ちはや
原 千颯くん

3/13生まれ(1歳)豊玉町



毎日たくさん食べ
て、遊んで元気
いっぱいな柾人
くん♡リズム
にのって踊る
可愛い姿でみ
んなを笑顔に
してくれます♪
大好きだよ△

ささき しゅんと
佐々木 柾人くん

3/8生まれ(2歳)美津島町

3歳のお誕生日おめで
とう△やんちゃんこと
ばかりしてるけど、お
兄ちゃんの背中を見
て色々なことに挑
戦して、たくさんで
きるようになった
ね△★これから、
お兄ちゃんと一緒
にたくさんの笑顔
△を見せてネ△♡

いとせ まさと
糸瀬 将仁くん

3/26生まれ(3歳)上対馬町



6歳のお誕生日おめで
とう♡対馬に引っ越して来て、新し
い慣れない環境の中でも毎
日ニコニコで元気に過
してくれていて頼もしいよ△
春からはいよいよ小学
生/何にでも頑張る碧翔
を期待しています/これか
ら家族みんなで、仲良
く楽しく笑顔で過してい
うね♡大好きだよ♡

うの あおと
上野 碧翔くん

3/28生まれ(6歳)美津島町



元気に3歳を迎えるこ
とができました!可
愛いがってくださ
る方々いつもありが
とうございます★
パパとママのお手
伝いが大好きな優
心△これからた
くましく育ってね♡

さくもと ゆうしん
作元 優心くん

3/9生まれ(3歳)厳原町



掲載をご希望の方は、下記問い合わせ先へお誕生日の前月25日までにお願いください。(先着順ですが初めての方を優先します)

「健康つしま21」みんなスマイル元気のわキャンペーン

かみつしま 渚 さらきらウオーク

参加無料 要申込

- と き 4月27日(日) 受付開始 9:15~
- と ころ 上対馬町三字田浜
- コ ー ス 約6キロ
- 参加資格 どなたでも参加できます。※小学3年生以下は、保護者同伴
- 申込期限 4月21日(月) 17:00
- 申込方法 電話、Faxまたは申込フォームからお申し込みください。
氏名・年齢・住所・電話番号をお知らせください。
- そ の 他
 - 飲み物は各自でご用意ください。
 - 中止の場合は、当日朝7時頃までに代表者へ連絡します。



申込フォーム



問い合わせ(申込先) 健康増進課 ☎0920(58)1116 Fax0920(58)2755

募 集

お誕生日おめでとう・地域行事などの取材を募集しています。

- 問い合わせ・応募先
広報業務受託業者「株式会社厳原印刷所 広報担当」まで
〒817-0012 対馬市厳原町日吉301 ☎0920(52)0665
Mail: izuin21-r@apricot.ocn.ne.jp

