



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



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)	2 (+2)	4 (+2)
死者数	本年(昨年比) 0 (0)	1 (+1)	1 (+1)
負傷者数	本年(昨年比) 2 (-3)	1 (+1)	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)	檜根	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次健康つしま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→

