



## よりあい処 つしま あおさフェア

令和7年6月6日から6月8日、よりあい処つしまで、初めて「あおさフェア」を開催しました。特産品コーナーでは、対馬産のあおさを特別価格で販売。2階お食事処ではフェア限定のメニューが登場し、あおさの天婦羅と対州そばが大好評!

特に、あおさの天婦羅がサクサクでおいしかったとお客様から嬉しいお言葉をいただきました。フェアの3日間を通して、皆さんに対馬のあおさを知っていただける良い機会となりました。



## 対馬物産マルシェ

6/5(木)~6/8(日)アイランドアイ  
全国くらしの器フェア2025 in福岡  
『福岡市東区香椎照葉』



## 福岡対馬会定期総会・懇親会

6/8(日) グランフェスタ博多  
『福岡市博多区博多駅東』



## 朝ごはんコンテスト 優秀賞

## 栄養満点!! 元気もりもり朝ごはん

豊玉小学校6年 小宮 翠さん

※学校名・学年は、ご応募時点のものです。

昨年度、子どもたちに朝ごはんの大切さを考えてもらうことを目的に、小学5・6年生を対象とした朝ごはんコンテストを実施しました。



### ●ごはん (材料4人分)

佐護米……………適量  
もち麦……………適量

### ●おくらスープ(材料4人分)

オクラ……………6本  
ニンジン……………適量  
タマネギ……………適量  
エノキ……………適量  
たまご……………2個  
コンソメ……………適量



### ●魚のかば焼きと野菜ぞえ(材料4人分)

アカバナ……………2匹  
かたくりこ……………適量  
さとう……………適量  
しょうゆ……………適量  
ごま……………少々  
アスパラ……………4本  
ミニトマト……………8個

### ●ブルーベリーヨーグルト

プレーンヨーグルト……………適量  
ブルーベリー……………適量  
ハチミツ……………適量  
ミント……………少々

### <工夫したところ>

○オクラ、タマネギ、アスパラ、トマト、ブルーベリーは祖母の畑でしゅうかくしたものを使用しました。  
○魚のかば焼きは、学校の授業でさばき方を教えてもらったので、つくりました。アジやサバもおいしいです。

### ●ごはん (作り方)

①ごはんを盛り付ける。

### ●おくらスープ (作り方)

- ①水を入れて、お湯をわかす。
- ②野菜(ニンジン、タマネギ、オクラ、エノキ)を切り、なべに入れて、にる。
- ③たまごをとき、入れる。
- ④コンソメを入れる。

### ●魚のかば焼きと野菜ぞえ (作り方)

- ①魚を3枚におろす。
- ②かたくりこをつけてフライパンで焼く。
- ③さとう、しょうゆで味付けし、ごまをちらす。
- ④アスパラをゆでる。ミニトマトを洗ってかざる。

### ●ブルーベリーヨーグルト (作り方)

- ①ヨーグルトにハチミツ、ブルーベリー、ミントをかざりつける。

(令和7年6月30日現在)

人口・世帯数		市全体
男		13,264人
女		13,399人
合計		26,663人
世帯数		14,499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(前年比)	10 (+5)	2 (+2)	12 (+7)
死者数	本年(前年比)	0 (0)	1 (+1)	1 (+1)
負傷者数	本年(前年比)	11 (+1)	1 (+1)	12 (+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 (前年比)	船舶[隻]	7 (+4)	8 (+7)	15 (+11)
	人身[人]	2 (-4)	2 (+1)	4 (-3)
	死者[人]	1 (-1)	1 (+1)	2 (0)

6月中の異動

転入	53人
転出	46人
出生	4人
死亡	47人

**火災発生情報**

発生件数	
本年(前年比)	0 (-1)

急ぐ日も  
足止め火を止め  
準備よし



おくやみ

(5月21日～6月20日受付分)

住所	氏名	(年齢)	住所	氏名	(年齢)	住所	氏名	(年齢)
大浦	山田八千江	(87歳)	唐洲	阿比留善行	(92歳)	曲	阿比留清香	(69歳)
泉	原 房代	(96歳)	廻	阿比留孝白	(67歳)	宮谷	内山 宗雄	(77歳)
泉	園田美世子	(89歳)	上の町第一	小島 若子	(90歳)	日吉	秋永 伸	(75歳)
古里	中村 敏昭	(80歳)	上の町第一	藤 信雄	(84歳)	天道茂	高野ミツエ	(77歳)
本元町	小田美恵子	(89歳)	上の町第二	吉田 喜久	(70歳)	中村	中條 邦昭	(72歳)
下町	安重 孝一	(77歳)	瀬原第1	中島 孝欣	(94歳)	今屋敷	中島富美枝	(101歳)
太鼓町	丸尾ハルエ	(91歳)	根 緒	阿比留延子	(90歳)	今屋敷	石井 照子	(97歳)
井口	佐護 計理	(93歳)	根 緒	濱崎せい子	(83歳)	国分	鳥屋喜久子	(99歳)
瀬田一区	糸瀬磨里恵	(93歳)	根 緒	小島 武夫	(75歳)	安神	平間 達夫	(95歳)
伊奈	小宮平次郎	(81歳)	久須保	前川トモエ	(85歳)	豆敷中町	主藤 信夫	(93歳)
女連	部原 俊彦	(70歳)	小船越	宮崎フサヨ	(96歳)	浅藻	辻井 増市	(101歳)
吉田	龍造寺 速	(90歳)	赤 島	川口 隆	(76歳)	浅藻	奥本 和恵	(88歳)
仁位	木村 徳市	(91歳)	新鴨居瀬	阿比留英子	(86歳)	椎根浜	長瀬 英信	(84歳)
貝口	波田 博信	(63歳)	曲	阿比留フユ子	(78歳)	椎 根	桐谷 清治	(93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。

健康ひとロメモ

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

健康寿命の延伸

- 年に1度は健診を受けましょう
- 生活習慣改善のために保健指導を受けましょう
- 食事の際は、野菜を最初に食べましょう
- 自分の身体を知るために、体重や血圧を測りましょう



# 8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)	6・20	☆小児心臓 (大村市民病院)	1
循環器科(総合外来) (山口圭祐・五所大和)	4・6・13・18・20・25・27	☆肝臓外来 (長崎大学病院)	22
☆循環器科 (西海救急クリニック)	22	☆脳外科 (長崎医療センター)	8
☆皮膚科 (長崎大学病院)	7・8・21・22	眼 科 (九州大学病院)	6・20
☆皮膚科 (九州大学病院)	13・20	耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	6・7・13・14・20・21・27・28
糖尿病外来 (福岡大学病院)	18	耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	4・5・12・18・19・25・26
泌尿器科 (九州大学病院)	7・14・21・28	乳腺外来 (永尾修二)	4・7・14・18・21・25・28
☆泌尿器科 (原三信病院)	8	☆血液内科 (五日市記念病院)	4
☆脊椎外来 (福岡大学病院)	6・20	☆血液内科 (長崎医療センター)	22
☆腫瘍科 (長崎大学病院)	7	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)	6・13・20・27
☆禁煙外来 (佐野威和雄)	7・14・21・28	☆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	6・20・27
耳鼻咽喉科	5・19
整形外科	5・12・19・26
泌尿器科	7・21
循環器内科	22
精神科	6・20
外 科	7・21
小児科	5・12・19・26
産婦人科	7・21
脳外科	8

## 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
8月 7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
8月21日 (木)	13:00 ~ 16:00 対馬市交流センター(厳原) 法テラス対馬法律事務所
8月28日 (木)	峰保健福祉センター 対馬ひまわり基金法律事務所

※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→

