



よりあい処 つしま ～あなご祭り～



7月4日～7月6日にかけて、よりあい処つしまで「あなご祭り」を開催いたしました。毎年恒例のあなご祭り、今年は1階のイベントコーナーで、初めて巖原町小茂田の桐谷商店さんが穴子チラシ弁当を販売！また、特産品コーナーでは特別に仕入れた穴子の塩辛や“べっぴんあなご”の刺身が登場し、多くのお客様にご購入いただきました。

2階のお食事処では、3人の料理人が考えた穴子を使用した、個性あふれる“和・洋・中”のランチ限定料理を提供。ディナーでは、コース料理やあなごメニューの穴子を増量して提供しました。さらに、イベント広場ではあなご天からのプレゼント企画を開催！去年に引き続き大好評の企画となり、多くのお客様に喜んでいただきました。これからも対馬の穴子を多くの方に知っていただき、味わっていただけるようスタッフ一同、福岡からPR活動を続けてまいります。



朝ごはんコンテスト 優秀賞

今日も一日がんばろう!!朝ごはん

巖原小学校6年 米田 杏子さん

※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。



●おにぎり (材料4人分)

ごはん ……茶わん4杯
じゃこ ……大さじ山盛り4
大葉 ……8枚
うめぼし ……2個
白いりごま ……大さじ2

●豆にゆうみそ汁 (材料4人分)

さつまいも ……1/2本
こまつな ……1/3袋
しめじ ……1/2かぶ
あつあげ ……1/2丁
だし入りみそ ……適量
豆にゆう ……大さじ6

●サラダ (材料4人分)

ワカメ、ひじき(もどしたもの) ……各大さじ1
ツナ缶 ……1缶
きゅうり ……1本
水菜 ……1/2束
ミニトマト ……8個
す、さとう、すりごま ……各大さじ1
しょうゆ ……大さじ2

●たまごやき (材料4人分)

たまご ……3個
めんつゆ ……大さじ1
マヨネーズ ……3周
油 ……適量

●おにぎり (作り方)

①ボウルにごはん、じゃこ、きざんだ大葉、うめぼし、白いりごまを入れ、まぜる。
②ラップでおにぎりにする。

●豆にゆうみそ汁 (作り方)

①なべに水を入れる。②さつまいも、こまつな、しめじ、あつあげを切る。③具材をなべに入れる。④だし入りみそを入れる。⑤豆にゆうを入れる。

●サラダ (作り方)

①水菜を洗い、3cmほどに切る。②きゅうりを食べやすい大きさに切る。③ツナ缶とごま、調味料をまぜ、ドレッシングを作る。④野菜と海そうをまぜ、ドレッシングをかける。

●たまごやき (作り方)

①ボウルにたまご、めんつゆ、マヨネーズを入れてまぜる。②フライパンに油をひいてたまごを焼く。



<工夫したところ>

- サラダにたっぷり海そうを入れました。
- おみそ汁にも具をたくさん入れて豆にゆうも合わせました。
- おにぎりは栄養満点で何個でも食べれるおいしさです。
- 玉子焼きは私の一番のとくい料理です。

人口・世帯数

	市 全 体
男	13,257人
女	13,390人
合 計	26,647人
世 帯 数	14,494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) 11 (-4)	2 (+2)	13 (-2)
死 者 数	本年(昨年比) 0 (0)	1 (+1)	1 (+1)
負傷者数	本年(昨年比) 12 (-1)	1 (+1)	13 (0)

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]	7 (+3)	8 (+7)	15 (+10)
人身[人]	3 (-4)	2 (+1)	5 (-3)
死者[人]	2 (-1)	1 (+1)	3 (0)

7月中の異動	転 入	75人
	転 出	59人
	出 生	11人
	死 亡	43人

火災発生情報

発生件数
本年(昨年比) 3 (+2)

急ぐ日も
足止め火を止め
準備よし



おくやみ

(6月21日～7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	浦崎 久夫	(88歳)	中 浜	川内 義一	(78歳)	久 田	梯 八重子	(82歳)
網 代	山城 健	(92歳)	久須保	小島平八郎	(89歳)	久 和	川上 嘉文	(69歳)
網 代	扇 勇美	(81歳)	犬 吠	犬束サキエ	(92歳)	豆酸上町	椿 次吉	(80歳)
瀬田一区	小宮千鶴子	(87歳)	長 手	阿比留ハツミ	(89歳)	豆酸中町	小嶋 サヨ	(96歳)
御 園	重田 益己	(86歳)	細浦飛渡	斉藤 強	(77歳)	豆酸中町	主藤ハルエ	(93歳)
鹿 見	阿比留静代	(88歳)	棧 原	村瀬 巖	(84歳)	豆酸中町	松井 常盤	(83歳)
久 原	若松 久	(90歳)	宮 谷	尾崎 早苗	(81歳)	浅 藻	岩瀬 幸志	(100歳)
青 海	平山 俊和	(78歳)	日 吉	村山 常治	(76歳)	浅 藻	北園 笹子	(91歳)
櫛	永留 芳枝	(77歳)	天道茂	遠藤 正人	(71歳)	佐須瀬	椿 トキ子	(88歳)
佐 賀	島居 洋	(77歳)	大手橋	黒岩 強	(83歳)	阿 連	上野ノブエ	(103歳)
高 浜	神崎 房美	(76歳)	久田西里	酒井 芳郎	(69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。



防災アプリ「@ (アット) インフォカナル」の登録について

防災情報や対馬市からのお知らせに関する情報の受け取り方法が変わります。現在、使用中のIP告知端末は、令和8年3月末までに順次使用ができなくなります。

問い合わせ 地域安全防災室

対馬市 インフォカナル 検索
アプリのインストール方法や詳細は対馬市ホームページでご確認ください。

☎0920(53)6111



健康寿命の延伸

朝はすっきり目覚めていますか？
心身の健康を保つために「質」「量」とともに十分な睡眠をとみましょう。第3次健康つしま21計画より

詳細は健康づくりのための
睡眠ガイド2023→

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116



健康ひとロメモ

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)	3・17	☆禁煙外来 (佐野威和雄)	4・11・18・25
循環器科(総合外来) (山口圭祐・五所大和)	1・3・8・10・17・22・24・29	☆リウマチ外来 (長崎医療センター)	26
☆循環器科 (西海救急クリニック)	19	☆肝臓外来 (長崎大学病院)	19
☆皮膚科 (長崎大学病院)	4・5・18・19	眼科 (九州大学病院)	3・17
☆皮膚科 (九州大学病院)	3・17	耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	3・4・10・11・17・18・24・25
糖尿病外来 (福岡大学病院)	8	耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	1・2・8・9・16・22・29・30
泌尿器科 (九州大学病院)	4・11・18・25	乳腺外来 (永尾修二)	1・4・11・18・22・25・29
☆泌尿器科 (原三信病院)	19	☆血液内科 (五日市記念病院)	8
☆脊椎外来 (福岡大学病院)	3・17	☆血液内科 (長崎医療センター)	26
☆腫瘍科 (長崎大学病院)	4	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)	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	3・10・17・24
耳鼻咽喉科	2・16
整形外科	2・9・16・30
泌尿器科	4・18
循環器内科	19
精神科	10・24
外科	4・18
小児科	2・9・16
産婦人科	4・18



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
9月 6日 (土)	10:00~12:00 対馬市交流センター(厳原) 13:00~17:00 法テラス対馬法律事務所 対馬ひまわり基金法律事務所
9月18日 (木)	13:00~ 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
9月25日 (木)	16:00 豊玉町福祉センター 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→

