



広報

つしま

9

2025
(令和7年)



今月号の題字

鶏鳴小学校 2年生

まこめ なお
馬込 直央くん

特集

文化をみんなに

ながさきピース文化祭 開催！



ながさきピース文化祭2025

第40回国民文化祭

第25回全国障害者芸術・文化祭

令和7年

9月14日(日)→11月30日(日)

目次 CONTENTS

- 2 まちかどウォッチング
- 4 特集
文化をみんなに
- 8 みんなの広場
市役所インフォメーション
○「農業委員」「農地利用最適化推進委員」の推薦
および募集
○対馬グローバル大学web講義の受講生募集 ほか
- 16 わがまち再発見 文化財のみかた
対馬の石塔③
あんにょん!韓国語
サ行のハングル
- 17 島おこし協働隊活動レポート
島おこし協働隊員が退任します
たすけあい通信
地域助け合い活動曾地区住民座談会
- 18 年金コーナー
国民年金保険料の免除期間・納付猶予
期間がある方へ
対馬市消費生活相談所だより
インターネット回線の電話勧誘の相談が
増加しています。契約は慎重に!!
- 19 みんなで取り組もうSDGs
映像に平和への願いをのせ、世界と
つながろう
図書Navi
新刊情報
- 20 情報BOX
- 23 対馬市福岡事務所レポート
みんな集まれ! 対馬PARTY
学校給食からこんにちは!!
たまごのふわふわスープ
- 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

国防の最前線で夏祭り

8/6



陸

上自衛隊対馬駐屯地夏祭りが陸自グラウンドで行われました。対馬元寇太鼓の演奏や上対馬ロッカーズのダンス、桜雪Ma-uのよさこいなどが披露され、祭りの最後には参加者全員で「対馬音頭」を踊り、夏祭りを楽しみました。

国境離島・対馬でSDGsを学ぶ

8/9~11



島

内外の高校生・大学生が参加し「令和7年度対馬グローバル大学SDGs実践塾」が開催されました。豊玉町貝口で地域の人たちと交流、美津島町久須保で箱罟・くくり罟の設置作業などを体験した後、最終日には対馬で体験したSDGsの成果発表会が行われました。

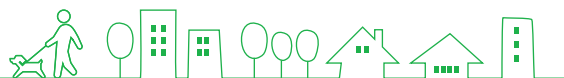
先祖の御霊を供養

8/15



国

指定重要無形民俗文化財「風流踊」に分類される「対馬の盆踊」が峰町吉田、厳原町曲、峰町三根上里でそれぞれ行われました。厳原町曲地区では、8月15日の夕方、墓地で盆踊を奉納し、先祖の御霊を慰めました。



真夏の日差しをまっすぐに浴びながら

8/2・3



対 馬厳原港まつり（主催：厳原港まつり振興会）が厳原港東浜ふ頭で行われました。初日は、モルック※体験やこどもみこし、納涼花火大会などを、2日目には子どもイベントやペギンセ舞踊団の演舞など、祭りのフィナーレで島谷ひとみさんのスペシャルライブが行われ、訪れた市民は祭りを大いに楽しんでいました。

※フィンランド発祥で木製の棒を投げて、12本あるピンの倒れ方で採点する軽スポーツ

日韓交流の華！

8/3



朝 鮮通信使行列の再現が厳原市街地で行われ、日韓合わせて約230人が参加しました。色鮮やかな衣装に身を包み、太鼓や笛などを鳴り響かせ行進した後、国書交換式が対馬博物館で行われました。宗対馬守役を陸上自衛隊対馬警備隊副隊長の齋藤誠氏が、正使役を釜山広域市議会議員の黄錫七氏ファンソクチルが務め、お互いに国書を交換し、日韓友好をアピールしました。

夏休みのラストはおっどん祭り

8/31



お っどん祭りが、上対馬町比田勝港埋立地で行われました。来年のおっどん祭りのポスターとなる小学生ポスター表彰では、比田勝小6年の永野愛純あすみさんの作品が最優秀賞に選ばれました。またステージでは、上対馬ロッカーズのダンスや愛鼓連の太鼓演奏、ビンゴゲームなどが行われ、夏休み最後の日曜日を楽しみました。

三十一音に想いを乗せて…
みそひともし



ながさきピース
文化祭の詳しい
情報はこちら

文化をみんなに

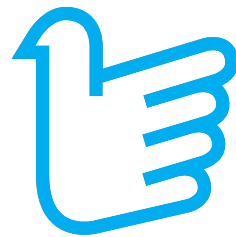
ながさきピース文化祭2025 はじまる!

全国規模の文化の祭典である「ながさきピース文化祭 2025」が始まりました。9月14日から11月30日までの78日間、県内各地で様々な催しが開かれます。対馬市でも全国から作品を募集して開催する「短歌の祭典」をはじめ、対馬で文化活動を行う人たちの発表の場や、対馬の歴史を学ぶイベントが予定されています。

ながさきピース文化祭2025（国民文化祭）とは

国民文化祭は、各地で行われている文化活動を全国的規模で発表、共演、交流する機会を作ること、国民の文化活動へ参加する機運を高め、これをきっかけに新しい文化活動が生まれることを目的に開催される、国内最大規模の文化の祭典です。昭和61年度から各都道府県が持ち回りでっており、平成29年度からは全国障害者芸術・文化祭とともに開催されています。

古代から日本と世界中の人々が交流する窓口であり、その交流によって独自の文化が発展してきた長崎県で開催される今回の文化祭は、ピース（平和）な時だからこそ、文化を楽しむことができる文化芸術を通じて、平和を長崎から国内外へ発信しようという思いを込め「ながさきピース文化祭」と名付けられました。11月30日までの期間中、県内各市町で、毎年全国で行われている文化の全国大会や各地域の特徴に合わせたイベントが行われます。



ながさきピース文化祭のロゴマーク。平和の象徴の「鳩」と、文化を育み、未来へつなぐ「手」がモチーフ

対馬で短歌の全国大会が開催

対馬市では短歌の全国大会が開催されました。短歌は、五・七・五・七・七の31の音で表現する日本独自の短い詩です。和歌とも呼ばれ、平安時代から日本で親しまれてきました。大会では、全国各地から短歌を募集し、対馬で入賞作品の発表と選評が行われます。



現存する最古の歌集「万葉集」には、対馬を題材にした約40首の短歌があり、歌碑が各地にあります。（写真は対馬グリーンパーク）

対馬の子どもたちも短歌作りに挑戦



短歌に取り組む豆酸中学生。
市内の多くの小中学生も短歌を作りました。



豆酸中学校2年生
勝井 福さん

応援しているプロ野球チームをテーマに作品を作りました。試合中、選手がホームランを打った時に感じた気持ちを言葉にしました。

今回の大会には、全国の約1300人から、2000点を越す作品が寄せられました。作品の中には、対馬の子どもたちが詠んだ短歌も多くあり、対馬や自分が好きなことを31音で表現しました。今年度で閉校する、豆酸中学校でも、5人の生徒たちが短歌作りに挑戦、それぞれ思い思いの作品を作り提出しました。

短歌の祭典 表彰式

全国から募集した短歌作品の入賞者の発表や入賞作品（一部）の講評を行います。また、万葉集に造詣の深い花井しおり氏（人間環境大学教授）並びに、対馬高等学校の生徒による記念講演を実施します。

【日時】 令和7年11月2日（日曜日）
9：00～12：30（予定）
【会場】 対馬グランドホテル



文化の『チカラ』で対馬を元気に

ながさきピース文化祭開催中、対馬では短歌の祭典以外にも様々な行事が行われます。これまで対馬の人たちによってつないできた文化の力を発表する場や、文化とまちづくりを融合させたイベントなど、文化で対馬を元気にするイベントがたくさんあります。



しまの芸術文化祭in対馬

対馬の舞台を中心にこれまで活動してきた団体が、町や団体の垣根を越えた、芸術文化祭を開催します。

第1部

激動の時代に翻弄される対馬を舞台で描く ミュージカル「対馬物語」

【日時】11月2日（日）13:30～ 【会場】対馬市交流センターイベントホール

入場料:500円（高校生以下無料）

初演から15年、島内外で感動を呼び続ける物語

戦国時代、朝鮮出兵や関ヶ原の戦いなど、時代の大きな波に翻弄された対馬をテーマに、平成23年に生まれた市民参加型のミュージカル作品です。これまで、島内での公演のほか、東京や福岡、長崎など国内各地はもとより、釜山でも公演を行ってきました。宗家第19代義智公を主人公に、小西行長の娘で妻となるマリアと家臣など、日本と朝鮮の間に立ち、自らの生存のために両国の平和な関係を築くために奔走した対馬の人たちの姿を描いた物語です。



対馬物語は、役者だけでなく、合唱や舞踊、太鼓など、約70人が舞台上がり物語を作り上げます。



ジェームス三木さん
来島時の写真

人々の感情を動かし、進化し続ける作品

対馬物語は、大河ドラマなど数々の名作を世に生み出し、今年6月に亡くなったジェームス三木さんが脚本を手がけました。ジェームス三木さんが描いたのは、400年前の対馬で生きていた人々の等身大の姿。対馬の歴史を、登場人物の思いや悩み、抱える劣等感とともに描くことで、観客はもちろん、出演者ら作品に関わる人たちの感情を動かし続けています。そんな作品を、対馬に関わる人たちが演じ作り上げることで、さらに深みを増し、15年にわたって進化し続けています。

第2部

文化協会 芸能発表会

【日時】11月23日（日）10:00～ 【会場】対馬市交流センターイベントホール

対馬では、6町単位で文化協会があり、それぞれの地域で活動をする人たちが所属、年に一度、一年間の活動の成果を発表する芸能発表会を行ってきました。ながさきピース文化祭に合わせ、それぞれで活動する団体が集まり、その成果を発表する芸能発表会を開催します。

するイベントが盛りだくさん！



「国境の島」対馬の歴史を学ぼう！

対馬には、国境の島だからこそその歴史があり、それらを知る遺構も残されています。イベントでは、講演会や現地ツアー、城下町を彩る竹灯りのライトアップなどを通じ、対馬の歴史を知り、魅力を再認識します。

11月
(8・9日) 対馬お城大使講演会と清水山城ガイドツアー

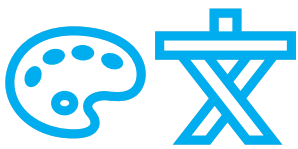
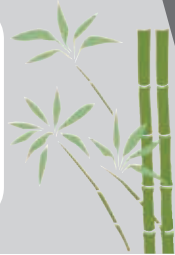
「国境の島」として日本の歴史的場面に立ち会ってきた「金田城跡（国特別史跡）」や「金石城跡（国史跡）」などを対象に、対馬お城大使の萩原さちこ氏を講師とした講演会、ガイドツアーを実施します。



11月
(2～30日) 城下町を竹灯りでライトアップ



古くから城下町として栄えた厳原町中心部を竹灯りで彩ります。イベント中には竹灯りを作るワークショップを開催し、作った竹灯りを「金石城櫓門前」に設置します。



障がい者ふれあい芸術文化祭

前期：10月30日（木）～11月3日（月）
後期：11月6日（木）～11月10日（月）
作品販売会：11月2日（日）

障がいおよび障がい者への市民の理解を広げるとともに、障がい者の自立と社会参加を促すことを目的として「第22回対馬市民美術展」と合同で作品展を実施します。また、開催期間中に障がい者の方が制作した作品の販売会を実施します。



対馬の万葉～防人たちの詠～^{うた}

講演会：11月2日（日）
バスツアー：11月3日（祝）
雅楽公演：11月8日（土） 18:30～ 金石城櫓門前

対馬の万葉文化の魅力を再発見するとともに、市内外に広く発信するため、講演会や雅楽公演、島内の景勝地をめぐるバスツアーを開催します。



問い合わせ

生涯学習課

☎0920(88)2004

福祉課

☎0920(58)1119

県大会目指して!!

8月24日、市内各地で第71回島民体育大会（球技・武道）が開催されました。各競技で熱戦が繰り広げられ、対馬のアスリートたちが県大会出場を目指しました。

※1位のみ掲載・敬称略

競 技	部 門	優勝者（町）名	競 技	部 門	優勝者（町）名
軟式野球	男子	美津島町	卓 球	団体（混合）	上対馬町
バスケットボール	男子	美津島町		個人 一般	磯 清誠（上対馬町）
バレーボール	男子	美津島町		ベテラン	田口 功二（美津島町）
	女子	上県町		女子	島崎 泉（厳原町）
テニス	混合	厳原町	剣 道	団体	厳原町
ソフトテニス	混合	上対馬町		個人 34歳以下	平山 皓資（厳原町）
ソフトボール	一般FP男子	上県町		44歳以下	吉田 武史（上対馬町）
	壮年SP男子	豊玉町		54歳以下	横瀬 雄一郎（豊玉町）
	実年SP男子	豊玉町		55歳以上	永留 達也（厳原町）
バドミントン	男子	美津島町	弓 道	団体（混合）	美津島町
	女子	厳原町		個人 男子	川辺 裕章（厳原町）
グラウンド・ゴルフ	総合	豊玉町		女子	川辺 真由美（厳原町）
	男子	豊玉町	ゲートボール	団体	峰A（櫛）
	女子	豊玉町	ポウリング	混合	美津島町



対馬市代表として 19年ぶりの快挙!

8月20日に長崎市で開催された第47回「少年の主張長崎県大会」において、対馬市代表として出場した豊玉中学校3年の若松青波さんが最優秀賞を受賞しました。



市役所インフォメーション

お知らせ

飼い犬との散歩は正しく行えていますか？

飼い犬の登録はお済みですか？

犬を飼っているすべての方が必ずお住まいの市町村に登録をしなければなりません。登録は、環境政策課、各振興部住民生活課および各行政サービスセンターで行うことができますので、登録をお願いします。

首輪、リードは付けていますか？

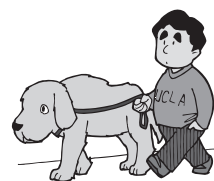
普段はおとなしい犬でも、何かの拍子に走り出したり、人に飛びついたりして誰かを傷つけてしまうかもしれません。

また、犬が苦手な方やお子様連れの方などリードをつけていない犬に対して不安を感じる方もいます。「わたしの犬は大丈夫」と思っている周りの人や、もしものときを考えて、**首輪とリードは必ずつけましょう。**

（首輪以外にも、ハーネス（胴輪）を使用することで、すり抜け防止や犬への負担軽減にもつながります。）

フンの後始末、忘れていませんか？

犬のフンの後始末は、飼い主または、その犬の散歩をしている方が必ず行いましょう。**フンの後始末は飼い主の責任です。**みんなの街をきれいにしていくためにもご協力をお願いします。



廃家電や粗大ごみなど、廃棄物の処分に「無許可」の回収業者を利用しないでください！

近年、家庭から排出される廃家電や粗大ごみなどの廃棄物を無許可で回収・保管している違法回収が見られます。一般廃棄物収集運搬許可を持っていない業者が家庭から排出される廃家電などの廃棄物を回収・保管することは違法です。廃棄物を無許可の回収業者に引き渡すと、適正な処理が確認できず、ごみの不法投棄につながる恐れがあります。ご家庭から排出される廃棄物の運搬依頼は一般廃棄物収集運搬許可を有している業者をお願いしてください。

ご家庭のテレビ、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機は「家電リサイクル法」に基づき、購入先の家電小売店などに引き取られます。詳しくは、以下の担当窓口や家電小売店にお尋ねください。

問い合わせ 対馬市 環境政策課 ☎0920(53)6111
対馬保健所 衛生環境課 ☎0920(52)0166



(違法回収された廃棄物の様子)

世界アルツハイマーデー オレンジライトアップの実施

認知症についての関心と理解を深めるために、9月21日は「世界アルツハイマーデー」そして、9月は「世界アルツハイマー月間」と定められています。対馬市では、認知症支援・啓発活動のシンボルカラーのオレンジによって金石城櫓門のライトアップを実施します。オレンジ色は温かさや安心感を与え、認知症支援活動のシンボルとして広く認識されています。

オレンジライトアップ と き 9月17日(水)～24日(水) 19:00～22:00
と ころ 金石城櫓門(厳原町)

問い合わせ 長寿介護課 ☎0920(58)1118

9月は健康増進普及月間です

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 よい睡眠 ～健康寿命の延伸～

食事、運動、喫煙などの生活習慣の改善の大切さを伝え、健康に対する国民一人一人の意識の向上や健康づくりの実践を促進することを目的に、厚生労働省は9月からの1か月間を「健康増進普及月間」と定め、積極的な普及啓発を行っています。

年に一度は健診を受けましょう

生活習慣病の早期発見のためには、定期的に健診を受けて、自身の健康状態を把握することが大切です。特定健診は、**メタボリックシンドローム**に着目した健診です。年に一度特定健診を受けましょう。

健診結果は生活習慣の改善に生かしましょう

健診結果を受け取ったら、普段の生活習慣を振り返り、食生活の改善や定期的な運動に取り組みましょう。また、紹介状を受け取った方は、精密検査を受けることが大切です。放置せず、医療機関を受診しましょう。

※メタボリックシンドロームとは、内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより心臓病や脳卒中などになりやすい病態を指します。

～歩くことを習慣にしましょう～

歩くことを習慣にすることは、健康維持に効果的です。毎日少しずつでも歩くことを意識することで、心肺機能の向上、生活習慣病の予防、ストレス解消、筋力アップなど、様々なメリットが得られます。

～アプリを活用することでモチベーションアップ～

令和7年度「みんなで“歩こーで”（長崎県市町対抗歩数競争）」が開催されます。

開催期間 10月1日(水)～10月31日(金)

参加方法 歩こーでをダウンロードして「対馬市」と登録することで参加となります。

※県内21市町別の10月(1か月間)の平均歩数とダウンロード率により順位が決定されます。

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116

ダウンロードはこちらから→



対馬市は市内事業者の働き方改革を推進します

対馬市は、働き方改革を推進する制度として以下の制度を設けています。

認定内容において就労支援や補助制度など様々な支援制度でサポートしていきます。

詳しくは対馬市のホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

①対馬市働きやすい職場認定制度

本市に事業所を置く常時雇用者10人以上の事業者が女性活躍社会に根差した職場環境づくりや子育てしやすい環境づくりなど、働きやすい職場に対する取り組みについて審査し『対馬市働きやすい職場認定企業』として認定します。(1つ星～3つ星)

また2つ星～3つ星企業については、働きやすい職場環境づくりの積極的な取り組みに応じて「働きやすい職場認定奨励金」を支給します。

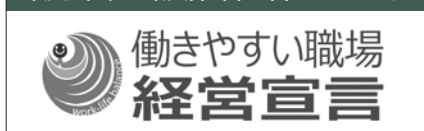
働きやすい職場認定ロゴマーク



②対馬市働きやすい職場経営宣言制度

本市に事業所を置く常時雇用者5人以上の事業者が職場環境の改善や長時間労働の削減など働きやすい職場環境づくりに積極的に取り組むことを宣言することを認定する制度です。

働きやすい職場経営宣言ロゴマーク



③対馬市働き方改革推進補助金

本市の働き方改革を目指す事業者が、従業員の労働時間の削減や給与アップなど生産性向上に資する設備投資について補助することで市内事業者の職場環境づくりを支援します。

問い合わせ 観光交流商工課 ☎0920(53)6111

「令和9年度 長崎県立虹の原特別支援学校対馬分校小・中学部開校に向けた地域住民説明会」のお知らせ

令和9年度に長崎県立虹の原特別支援学校対馬分校小・中学部が、対馬市立厳原中学校内に開校します。

以下のとおり、地域住民説明会を開催しますので、参加を希望される方は、**9月26日(金)までにお申込み**ください。

なお、本説明会はオンライン参加も可能ですので、申込時に参加方法を選択してください。

と き 10月22日(水) 19:00～20:00

と ころ 厳原中学校3階集会室

申込方法 申込フォームから申込願います。

問い合わせ 学校教育課 ☎0920(88)2001



申込はこちら

● 知的障がいのある子どもを教育する特別支援学校では ●

- きめ細やかな指導により、子ども一人一人の自立への意欲を引き出し、明るく、たくましく生きる教育を行います。
 - 小学部では、基礎学力や社会性の育成に努め、豊富な体験活動の積み重ねにより、基本的な生活習慣や人間関係の形成につなげます。
 - 中学部では、働く意欲や技能を身につけ、積極的に社会参加をする力を養います。
 - 一人一人に指導が行き届くような体制を整えています。
- (おおよそ) 小・中学部……各学年、児童生徒6人に1人の教員
※重複障がいがある子どもには3人に1人の教員

令和7年度 新型コロナワクチン接種のお知らせ

令和7年度から新型コロナワクチン接種の自己負担額が変わります

対象者 ①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満のうち、心臓・腎臓または呼吸器で1級障害者手帳を交付されている方

接種時期 10月～3月（医療機関毎に異なります）

接種回数 毎年度、秋～冬に1回

自己負担 4,000円（接種費用15,600円のうち、11,600円を助成します。）生活保護の方は無料です。

注意事項 定期接種に対する助成は10月～3月の間に接種した場合、年度に1回のみです。

以下の場合には全額自己負担となりますので注意してください。

・10月～3月の間に、2回目の接種をした場合

・10月～3月の期間以外に接種した場合

※生活保護の方は「生活保護受給者証」が必要です。

ケースワーカーにご相談ください。【保護課 ☎0920(58)1414】

お知らせ ○対象者①②以外の方が接種を希望する場合（任意接種）は、全額自己負担となり、市からの助成はありません。接種を希望する場合は、実施の可否も含めて、各医療機関へ直接お問い合わせください。

○定期接種を受ける努力義務や、市からの接種勧奨の規定はありません。

○接種券はありません。

○医療機関によって取り扱い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。



定期接種の実施期間は医療機関毎に異なります。詳しい日程・ご予約先は、9月の地区回覧をご覧ください。

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

国勢調査インターネット回答支援ブースを設置します

令和7年10月1日現在を基準として日本に住むすべての人と世帯を対象として国勢調査が行われます。

9月中旬から下旬にかけて調査員が各世帯へ調査書類の配布に伺います。

令和7年国勢調査では24時間いつでも回答できて調査員に調査票を提出する必要のない「インターネット回答」をおすすめしています。

お気軽にお立ち寄りください

○インターネット回答の方法がわからない

○インターネットで回答したいけど、スマートフォンやタブレットを持っていない

○国勢調査について気軽に聞いてみたい

など皆さんのお悩みにお答えするために国勢調査インターネット回答支援ブースを設置します。ここでは担当職員がお問い合わせに対応するほか、ブースに設置しているタブレットで実際にインターネット回答することが可能です。

と き 9月27日（土）・28日（日）

11:00～16:00

と ころ 対馬市交流センター3階

南地区教育事務所前 子育てスペース

持 ち 物 調査員より配布された「インターネットご回答のお願い」をお持ちください。

問い合わせ 政策企画課 ☎0920(53)6111

9月24日～9月30日は「結核・呼吸器感染症予防週間」です！

結核とは？

結核菌という細菌によって、主に肺に炎症が起きる病気です。菌を出している患者の咳やくしゃみの飛沫が空気中に飛び散り、周囲の人が吸い込むことで感染します。感染しても必ず発病するとは限らず、1～2割の人が発病するといわれています。早期発見し、治療を開始することで治すことができます。

予防のポイント

- ☑1年に1回は結核定期健康診断（胸部レントゲン）を受けましょう
- ☑健康チェックと早めの受診 2週間以上続く、**咳や痰、微熱、体の怠さや体重減少に要注意！**
- ☑生後1歳になるまでにBCG接種をしましょう！

呼吸器感染症とは？

感染症の原因となる生き物が肺や気管支といった呼吸器に入って炎症を起こす病気のことをいい、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、細菌性肺炎などがあります。

予防のポイント

- ☑換気やマスク着用、手洗いなどの基本的な感染対策を心掛けましょう！
- ☑予防接種を受けることで、感染を予防し重症化を防ぎましょう！

問い合わせ

対馬市 健康増進課 ☎0920(58)1116
対馬保健所 企画保健課 ☎0920(52)0166



募 集

「農業委員」「農地利用最適化推進委員」の推薦および募集を行います

業務内容 農業委員 ○農地の権利移転や転用などに係る調査および許認可審議
○農地利用の最適化に係る現地調査および指導
○農地利用最適化推進指針の作成・変更

農地利用最適化推進委員

- 担当地区内の農地利用の最適化に係る現地調査および利用関係者への調整と推進
- 農地利用最適化推進指針の作成・変更などへの意見

募集人数および任期など

区 分	区域名および募集人数				任 期	報酬など（年額）
農業委員	対馬市全域		14人		令和8年3月1日 ～令和11年2月28日	会長255,000円 委員233,000円
農地利用 最適化 推進委員	厳 原 町	3人	峰 町	2人	委嘱の日 ～令和11年2月28日	215,000円
	美津島町	2人	上 県 町	3人		
	豊 玉 町	2人	上対馬町	2人		

推薦・応募の届出書の入手方法および提出場所

入手方法：対馬市ホームページからダウンロードするか、以下の提出場所にも備えています。

提出場所：農業委員会事務局 〒817-1301 峰町三根451
農林しいたけ課 〒817-8510 厳原町国分1441
中対馬振興部地域振興課 〒817-1292 豊玉町仁位380
上対馬振興部地域振興課 〒817-1701 上対馬町比田勝575-1

選考方法 農業委員は対馬市農業委員候補者評価委員会を開催し、提出された書類をもとに選考します。
農地利用最適化推進委員は農業委員会の総会において、提出された書類をもとに選考します。
なお、必要に応じて対馬市農業委員候補者評価委員会に意見を求めることがあります。また、両委員とも面接や関係者からの意見聴取などを行う場合があります。

推薦・応募期限 9月30日（火）17:30

そ の 他 推薦を受ける方および応募をする方の資格、手続きなど、詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ 農業委員会事務局 ☎0920(83)0302

対馬グローバル大学web講義の受講生を募集しています

受講料無料

対馬グローバル大学では、web講義の受講を随時受け付けています。関心のある講義のみの受講も可能です。ぜひお申し込みください。直近の講義は以下のとおりです。

講義日時	講義名	講師
10月14日（火） 19:00～20:00	ツシヤママネコ野生順化ステーションにおける保全の取組みについて（仮題）	谷口 晃基 氏（環境省対馬自然保護官事務所蔵原事務室 自然保護官）



※web講義は、パソコンやスマートフォンなどからZoomで受講できます。当日参加できない場合は、後日対馬グローバル大学ポータルサイトで視聴できます。申込はこちら

対馬グローバル大学の活動紹介

対馬グローバル大学では、8月9日から8月11日にかけて島内外の高校生、大学生を対象に対馬でSDGsを学ぶ合宿プログラム「SDGs実践塾」（開催地：美津島町女護島・久須保地区および豊玉町貝口地区など）を開催し、13人の参加者が地域での実践活動やワークショップに取り組みました。

SDGs実践塾では、齊藤ももこさん【里山獣医/一般社団法人daidai 代表理事】の指導を受けながらシカ・イノシシなどの有害鳥獣問題への取り組みに関連したレクチャーを受講し、箱罟設置の現場体験やジビエの加工場などを見学しました。また豊玉町貝口地区では、集落の活性化や耕作放棄地の活用を目指した貝口ピアパークプロジェクトについて学び、プロジェクトメンバーや地域の方々と交流しながらそば打ちを体験しました。

こうした活動から得られた対馬の魅力や課題をヒントに、ワークショップを通じて塾生同士で学び合い、最終日には塾生一人一人が「私が考える持続可能な地域や暮らしにおいて大切なこと」をテーマに対馬グローバル大学学長（代理：一宮副市長）や実習先の関係者などに修了発表を行いました。発表後は、塾生に対して対馬グローバル修了証書が授与されました。



対馬高等学校3年
長瀬 昂志 さん

高校でユネスコスクール部に所属しており、対馬の地域課題と接する機会がありました。それらの問題について、島内から見た視点と島外から見た視点の違いに触れられることを期待し、参加を決めました。特に、貝口ピアパークで行ったそば打ち体験が印象に残っています。対馬のそばに関する歴史や背景を知ることにより、これまで学んできたさまざまなことにも同様に歴史や背景があることに気付きました。これまで、私は歴史や背景を学ぶ側の立場だと思っていましたが、今後は受け継ぐ側になっていきたいと思います。最後に、私はSDGs実践塾で価値観が変わるような新たな視点にも出会うことができたので、ぜひ後輩たちにも次年度、挑戦してみたいです。



箱罟の設置体験



ワークショップの様子



そば打ち体験の様子



長崎大学教育学部1年
浦谷 幸歩 さん

小学生の頃に対馬に住んでいた経験があり、対馬のことが大好きで、来島の機会を待ち望んでいました。今回SDGs実践塾に参加できたことをとても嬉しく思います。

「生物」分野に興味があるため、有害鳥獣問題に関わる取り組みに非常に興味がありました。齊藤ももこさんの活動や貝口ピアパークでのプロジェクトは、頭の中で考えるだけでなく、それを自ら行動に移している点が印象的でした。私自身、ただやりたいことを考えるのではなく、実際の行動に移してみようと思えるようになりました。これから、私の大好きな対馬を多くの人に知ってもらえるように頑張りたいです。



貝口地区での交流

この記事は、SDGs実践塾修了生でSDGs戦略課にてインターンシップをしていた佐名田はるなさん（福岡女子大学2年）が執筆しました。

公民館で素敵な趣味を見つけてみませんか？

秋・冬開催の「公民館講座受講生」を募集します

受講無料 要申込

対 象 対馬市在住であればどなたでも受講できます。

受 講 料 無料です。ただし、教材費は受講者負担となります。

申込方法 右記申込フォーム、各地区公民館窓口または電話でお申し込みください。
応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。詳細は、各地区公民館へ
お尋ねください。

申込はこちら

講 座	講 師 (敬称略)	回数	開 催 予 定 日 時		会 場	定 員	申込先 公民館	申込期限
ピラティス講座	古賀 亜衣	5	10月14日～ (毎週火曜日)	①18:00～19:00 ②19:00～20:00	対馬市交流 センター和室	①10人 ②10人	①	9月30日
対馬と朝鮮半島 (韓半島)の歴史講座 (①対馬と朝鮮出兵)	文 彰浩	3	10月6日(月曜日) ※2回目以降は初回時に相談	15:00～17:00	対馬市交流 センター	10人		9月28日
陶芸講座	溝井 洋三	10	10月5日～ (毎週日曜日)	10:00～12:00	対馬市交流センター 生活実習室	10人		9月28日
パッチワーク教室	浦瀬 鈴子	4	10月9日～11月27日 (第2・4木曜日)	13:00～15:00	美津島文化会館	20人	②	9月22日
洋裁教室	藤 邦子	4	10月6日～11月17日 (第1・3月曜日) ※2回目以降は受講生と相談	13:00～15:00	美津島文化会館	8人		9月22日
ヨガ講座	中田 彩	4	10月28日～11月18日 (毎週火曜日)	19:30～21:00	美津島文化会館	15人		10月20日
二胡講座	松村 勝利	4	10月4日～10月25日 (毎週土曜日)	18:30～20:30	美津島文化会館	10人		9月22日
スターウォッチング (秋から冬への星座めぐり)	島田 和典	3	10月4日～12月20日 (土曜日) ※2回目以降は受講生と相談	18:30～20:00	美津島文化会館 (観測に応じ会場変更あり)	15人		9月22日
ハンドベル講座	岡本 侑莉	4	10月10日～10月31日 (毎週金曜日)	18:00～19:00	美津島文化会館	15人		9月22日
パン講座	岩戸 喜恵子	3	10月2日～10月16日 (毎週木曜日)	10:00～13:00	豊玉地区公民館 調理室	6人	③	9月24日
姿勢改善体操講座	井川 吉徳	6	10月7日～11月11日 (毎週火曜日)	14:00～15:30	峰地区公民館	10人	④	9月30日
こけ玉講座	佐護 まさ子	7	10月1日～11月12日 (毎週水曜日)	13:30～15:30	上県地区公民館	10人	⑤	9月26日
陶芸講座	日高 光博	8	10月6日～ (月曜日) ※2回目以降は受講生と相談	19:00～21:00	やまねこ工房 (上県町佐須奈)	15人		9月26日
木工講座	島居 佳都雄	4	10月から11月の土曜日 または日曜日 ※日程・回数は受講生と相談	①10:00～12:00 ②13:00～15:00	対馬ヤマネコ工房 (上県町佐護)	6人		9月26日
こけ玉講座	佐護 まさ子	4	10月17日～11月21日 (隔週金曜日)	13:30～15:30	上対馬総合センター	8人	⑥	9月30日

問い合わせ ①厳原地区公民館 ☎0920(52)0363
(申込先) ②美津島地区公民館 ☎0920(54)4044
③豊玉地区公民館 ☎0920(58)0062

④峰地区公民館 ☎0920(83)0151
⑤上県地区公民館 ☎0920(84)2576
⑥上対馬地区公民館 ☎0920(86)3052

募 集

日額会計年度任用職員(事務補助)を募集します

募集人数 1人
勤務場所 対馬市しまづくり推進部政策企画課
(対馬市厳原町国分1441)
職務内容 国勢調査に係る審査業務など
任用期間 10月27日～11月25日
報 酬 日額 7,892円
応募要件 無
選 考 書類審査および面接
応募方法 申込用紙(写真貼付)1通を持参または
必着で郵送(申込用紙は返却しません)
応募期限 9月26日(金) 17:30
問い合わせ 政策企画課
(応募先) 〒817-8510 対馬市厳原町国分1441
☎0920(53)6111

ハチミツコンクールの審査員を募集します

対馬市ニホンミツバチ部会では、毎年対馬市で採れたハチミツの外観、食味などを審査・表彰するコンクールを行っています。蜂蜜・養蜂に興味のある我こそはという方、コンクールの審査員になってみませんか？

応募要件 蜂蜜・養蜂に興味のある方
募集人員 3人程度
審査日時 11月8日(土)
10:00～14:00(予定)
場 所 対馬振興局
報 酬 令和7年産ハチミツ
(現物支給2.5合程度)
交通費用 個人負担
応募締切 10月17日(金)
応募方法 電話・Mailなどで問い合わせ先へご連絡ください
そ の 他 詳しい審査方法については当日ニホンミツバチ部会会員より説明があります。
問い合わせ 農林しいたけ課
☎0920(53)6111
Fax:0920(53)6122
Mail:t_nourin@city-tsushima.jp

若い方の参加
大歓迎!!



市民劇団 団員募集!

対馬市民劇団「漁火」は、演劇を通じて対馬の歴史・魅力を発信している市民劇団です。役者はもちろん、音響や照明などのスタッフもあわせて募集しています。

初心者でも大歓迎ですので、一緒に新たな『対馬物語』を作っていきますか？

問い合わせ
市民演劇で町づくり「漁火」実行委員会事務局
☎0920(52)0363(厳原地区生涯学習センター内)

イベント

対馬市厳原ウォークラリー大会を開催します

参加無料 要申込

と き 10月13日(月・祝)
10:00スタート(受付9:00～)
(グループごとに時間差スタート)
と ころ 清水が丘グラウンド
コ ー ス 約6km
対 象 者 児童・学生・一般
申込方法 参加申込書を申込先まで持参もしくは
Faxでお申し込みください。
※参加申込書は、厳原地区生涯学習センターにあります。
申込期限 10月3日(金) 17:00
問い合わせ 厳原地区生涯学習センター
(申込先) ☎0920(52)0363
Fax:0920(52)0333

健康つしま21みんなスマイル元気のわキャンペーン 2025とよたま神話の里ウォーキングを開催 します

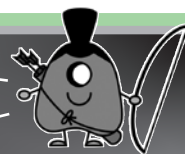
参加無料 要申込

と き 11月8日(土) 受付 9:00～9:30
と ころ 豊玉町保健センター
距 離 4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。電話、Faxの場合は、氏名・年齢・住所・電話番号をお知らせください。
申込期限 11月4日(火) 17:00
そ の 他 ○飲み物は各自でご用意ください。
○キャンペーン応募ハガキをお持ちの方は、ご持参ください。
○車でお越しの方は、豊玉診療所、社会福祉協議会よこの駐車場をご利用ください。
○中止の場合は、当日朝7:30頃までに代表者へ連絡します。
問い合わせ 健康増進課
(申込先) ☎0920(58)1116
Fax0920(58)2755



申込はこちら





対馬の石塔③ ～豆酩内院の石塔群～

今月号は、長崎県指定有形文化財「^{ないいん}対馬内院の^{ほうきよういんとう}宝篋印塔と^{ごりんとう}五輪塔群」を紹介します。

厳原町豆酩内院の^{ないいら}奈伊良神社参道脇には、高さ約3mの巨大な宝篋印塔が極めて良い状態で建っています。この宝篋印塔は、マグマが地下深くでゆっくり冷えてできた花こう岩を石材として用いています。花こう岩は別名「御影石」とも呼ばれ、その名称は兵庫県神戸市東灘区の御影地域に由来します。内院の宝篋印塔も現在の兵庫県で製作され、瀬戸内海を介して対馬に搬入されたと言われています。内院の宝篋印塔は、畿内地方に残る花こう岩製、かつ紀年銘（製作年）が刻まれているものと比較すると、14世紀後半の製作と推定されます。

また、宝篋印塔がある旧内院小中学校の敷地内には、五輪塔と呼ばれる石塔が複数建てられています。これらは先月号でも紹介した日引石を加工した五輪塔群であり、その一つに「応安7年（1374）」の年紀が刻まれているものがあるなど、製作地と年代が分かることが特徴的です。

内院の宝篋印塔と五輪塔群は、前期倭寇が活動していた14世紀後半に製作されたといわれています。そして、日本海ルートだけではなく瀬戸内海ルートも介して対馬に搬入されたとされる経路からも、彼らが海上交易にともない、日本各地に複数のネットワークを持っていたことがうかがえます。



厳原町内院の宝篋印塔



五輪塔群

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

観光交流商工課

☎0920(53)6111

上対馬振興部

地域振興課

☎0920(86)3111

サ行のハングル

このコーナーでは毎月、生活に使える韓国語のフレーズをテーマに沿って紹介していますが、今月は韓国の文化をコラム形式で紹介します。

みなさん、アンニョンハセヨ！今月はサ行のハングルを勉強しましょう。

「サ、シ、ス、セ、ソ」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！

今日は^{スパク}수박と^{ソグム}소금について話したいと思います。日本では수박に소금をつけて食べる話がありますが、韓国のチェジュ（済州島）では수박を삼잔창につけて食べるらしいです。ここでの삼잔창は삼ギョプサルと一緒に食べるしょっぱい付け味噌のことです！

日韓が甘い수박にしょっぱい味をつけるのは隣国だからでしょうか？実はしょっぱい味は甘さを強める化学的な原理があります。SGLT-1という腎臓にあるタンパク質で、ナトリウムを活用してブドウ糖を吸収しやすくする役割があります。それが舌の味覚細胞にもあることが分かり人間は本能的に甘いものとしょっぱいものを区別できます。韓国ではこのような組み合わせの食べ方を「^{단짠단짠}단짠단짠（甘じょっぱい）」と言います！



対馬市国際交流員

김소민
金秀珉

日本語	ハングル	単語(発音)	意味
サ	사	사과 (サグア)	リンゴ
シ	시	시간 (シガン)	時間
ス	수	수박 (スパク)	スイカ
セ	세	세시 (セシ)	3時
ソ	소	소금 (ソグム)	塩



令和7年9月末をもって島おこし協働隊員が退任します



あらい はやと
荒井 勇人 ミッション名: 自然共生チャレンジャー
着任日: 令和4年10月1日 退任日: 令和7年9月30日

こんにちは。島おこし協働隊・自然共生チャレンジャーの荒井です。令和7年9月末日をもって島おこし協働隊を退任します。

移住して約3年が経ち、まだまだ強めの対馬弁は聞き取りができませんが、協働隊の活動を通して、いろんな人たちと出会えたことに感謝をしています。

在任中のミッションについては、シカ対策を中心とした生物多様性保全活動を行ってきました。対馬に来てからスタートしたわな猫、銃猫、ハンティングドローンなど様々なことにチャレンジすることができました。成功も失敗もありましたが、非常に充実した3年間となりました。ありがとうございました！

退任後も引き続き対馬で暮らし、有害鳥獣対策やレーザークラフト教室などの活動を継続して行っていこうと考えています。そして、自然共生チャレンジャーとしての到達目標でもある「自然共生型社会の担い手」のロールモデルとなれるよう、対馬の自然とともに生活をして、地域に貢献できるよう頑張っていきます。

改めまして、皆さま今後ともよろしくお願いします！

たすけあい通信 Vol.95



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

地域助け合い活動曾地区住民座談会

6月30日、豊玉町曾地区において『地域助け合い活動 ～みんなで語ろう！10年先の自分たちのこと～』をテーマに地区住民座談会を開催しました。この日は7人の方が参加してくださいました。

最初に住民主体で取り組まれている移動・外出支援の動画をご覧いただいた上で、地区のみなさんが気になっていること、困りごとなどを話し合いました。その結果「地区内の住民が高齢化している」「一人暮らしの高齢者が多い」といった課題が挙げられました。そこで、高齢者の見守りや避難行動などの助け合い活動の一助となるよう地区の皆さんと地区内の資源マップを作成しました。

今後も引き続き、皆さんの地区にお邪魔して、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう助け合い活動を推進してまいりますので、ぜひお住いの地区での開催の折には足を運んでみてください。ご理解、ご協力をよろしくお願いします。

第2層生活支援コーディネーター 齋藤・古藤



移動・外出支援の動画を視聴中！



曾地区のマップ作成中!!



完成!!!

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除などの承認を受けた期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除などの承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

◎一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていない場合は追納はできません。

◎原則、学生納付特例と猶予がある場合は、先に経過した学生納付特例と猶予の月分（古い月分）から順番に納付していくことになります。

◎老齢基礎年金を受給している方は申込できません。

詳しくは年金事務所へお問い合わせください。

※また、免除・納付猶予申請などは随時、年金事務所や市役所年金窓口で受け付けています。年金事務所からの通知などが届いている方はぜひご覧になり、手続きにご活用ください。

なお、失業した証明などをお持ちの方はご持参いただくと免除申請がスムーズに行えます。

長崎北年金事務所の出張年金相談

〇と き 10月22日(水) 14:00～17:00

ところ 峰行政サービスセンター

〇と き 10月23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 10月17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

インターネット回線の電話勧誘の相談が増加しています。契約は慎重に!!

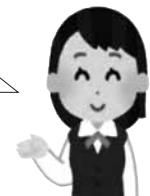


【相談事例】

自宅の固定電話に「今よりインターネット契約の通信料が安くなる」と勧誘があり、プロバイダーを別業者に変更したが安くならない。解約したいがどうすればよいか。

【消費者へのアドバイス】

プロバイダーなどの電気通信サービスは、電気通信事業法の「初期契約解除制度」を利用することで、契約書面受領日から8日以内であれば、契約を解除することができます。初期契約解除を申し出る際は、簡易書留など、送付した記録が残る方法で事業者に通知しましょう。また、虚偽説明など勧誘に問題があった場合は、初期契約解除の期間を過ぎても契約の取消しができる可能性があります。



電話で勧誘されても、すぐに契約せず、説明をしっかりと聞き、サービス内容や解約時の違約金も含めた全体的な費用負担を検討し、ご自身の利用環境や目的に照らして必要性を検討しましょう。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戦略課
☎0920 (53) 6111

映像に平和への願いをのせ、世界とつながろう

大阪・関西万博ブルーオーシャン・ドーム「対馬ウィーク」で上映された3本の基調映像のうち『海はつながっている』が「国際平和映像祭2025」のファイナリスト作品に選ばれました。

この映像祭は、平和を願う世界中の若者が、映像によってお互いを知り、国を超えたつながりをもってほしいという願いから、毎年9月21日の「ピースデー」（国際平和の日）に合わせて開催される、平和をテーマにした映像祭です。15回目の開催となる今年、過去最多の66か国から267もの作品が集まり、11作品がファイナリストに選ばれました。『海はつながっている』はそのうちの1つで、大変な快挙です。

この作品は、立教大学の映像制作学生団体「Bilder.」が制作し、映像祭に出品。対馬に漂着する膨大な海洋プラスチックごみは看過できない環境問題であり、人類全体が深く関与し、その解決に向けて取り組むべき課題であることを強く訴えています。2022年、同団体の学生たちは対馬の海洋プラスチック問題に衝撃を受けて以来、都市部に住む消費者に映像で伝え、行動の「きっかけ」を創り出す活動を続けてきました。

世界は今、プラスチック汚染を無くそうと国際条約づくりを進めています。対馬にとって、海洋プラスチック問題の根本的解決のための重要な条約となりますが、各国の深い溝は埋まらず、合意は2度も先送りとなりました。映画祭のファイナリストはフランス、イラン、ロシア、日本、中国、フィリピン、メキシコ、ブラジルの8か国。条約づくりを巡り対立している国も含まれます。プラスチックの汚染を終わらせるとい世界共通の目標のもと、対馬の映像を通じて若者たちが団結し、対立を乗り越えて国際融和と汚染根絶へ導くことを願っています。



『海はつながっている』の万博上映の様子。対馬ウィーク期間中、多くの来館者が鑑賞しました。この映像は対馬ウィークのYouTubeチャンネルでご覧になれます



問い合わせ
つしま図書館
☎0920 (52) 3900

10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	31	

★つしま図書館まつりを開催します！

とき：10月18日(土) 13：30～ ところ：対馬市交流センター4階 視聴覚室
事前申込不要・入場無料です。皆さんのお越しをお待ちしています！
詳しい内容につきましては、つしま図書館ホームページをご覧ください。

新刊



一般書

新刊



新刊



児童書

新刊



あの子とO

(新潮社)

万城目 学／著

高校生の僕が不思議な少女と出会い、謎の“O”をめぐる日常が少しずつ変わっていく青春物語。現実と幻想が交錯し、笑い切なさの中で友情や成長を描く、温かくも不思議な世界が広がります。

外国人のあたりまえ図鑑

(WAVE出版)

南 龍太／著

日本に住む外国人の文化や価値観を、43の国・地域を通じて紹介するユニークな本です。「当たり前」の違いや共通点を知りながら、日常の視点を広げ、多様性を受け入れるきっかけになります。

大地震 サバイバル きみならどうする？

(Gakken) 改訂版

国崎 信江／監修
ユータ／漫画

大地震発生時の行動や避難方法、日常からの備えを最新情報とともに解説。豊富なイラストと具体例で子どもから大人まで理解しやすく、家庭や地域の防災力を高める実践的ガイドです。

ようかいのもり ペろりレストラン

(大日本図書)

長谷川 あかり／文・絵

個性豊かな妖怪たちが集うにぎやかなレストランを舞台にした楽しい絵本です。ちょうちんおばけが迎える食卓では、不思議でおもしろい料理が次々と登場し、読者を笑顔にします。

情報BOX

じょうほうばっくす

お知らせ

9月10日～16日は自殺予防週間です

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「こことこ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。下記のQRコードからLINE登録を行い、ご相談ください。

秘密厳守ですので、ご安心ください。



←「こことこころのほっとライン@ながさき」の登録QRコード

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。

《相談機関》

○こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570(064)556

(平日9:00～17:45・18:30～22:30)

○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 0120(773)776

○対馬保健所

☎0920(52)0166 (平日9:00～17:45)

●問い合わせ 対馬保健所 ☎0920(52)0166

マンモサンデーを実施します

乳がんは日本の女性が最もかかりやすいがん、9人に1人が乳がんにかかっており、乳がん、で亡くなる方は年々増加しています。しかし、早期に発見し適切な治療を行えば90%の方が治るといわれています。今まで乳がん検診に行ったことが無い方、最近忙しくて受診できていない方は、日曜日に受診できるこの機会に「乳がん検診」を受けてみませんか。

検査項目	対 象 者 (令和8年3月31日時点の年齢)	受診費用 (税込)
マンモグラフィ	①対馬市無料クーポン対象者	無料
	②対馬市の乳がん検診対象者 (40歳以上で令和6年度に市のがん検診でマンモグラフィ検査を受けていない方)	2,000円
	③40歳以上で上記①②に該当しない方	5,500円
乳腺エコー	年齢制限なし	4,000円
マンモグラフィ + 乳腺エコー	①対馬市無料クーポン対象者	4,000円
	②対馬市の乳がん検診対象者 (40歳以上で令和6年度に市のがん検診でマンモグラフィ検査を受けていない方)	6,000円
	③40歳以上で上記①②に該当しない方	9,000円

- と き 10月19日(日) 500円
お得
- と ころ 長崎県対馬病院
- 申込方法 お電話またはホームページから予約
- 申 込 先 長崎県対馬病院
☎0920(54)7111
平日14:00～17:00
- 申込期間 9月22日(月)～10月17日(金)
- 準 備 品 マイナ保険証(または資格確認書)、受診費用、お持ちの方は対馬市無料クーポン
- そ の 他 対馬市無料クーポンは4月末に対象者に発送しています。マンモグラフィを昨年度受診された方はご遠慮ください。現在、気になる症状などがある方は、検診を待たずに医療機関を受診してください。来院の際にはマスクを着用し、感染予防に努めていただきますようお願いいたします。発熱(37.5度以上)などの風邪症状や強い倦怠感がある場合には、受診を見合わせてください。

●問い合わせ
長崎県対馬病院
☎0920(54)7111



対馬病院ホームページ

この場所を必要としている方がいます！

長崎県おもいやり駐車場制度

(旧 長崎県パーキング・パーミット制度)

長崎県おもいやり駐車場制度とは

車椅子使用者駐車場区画及び一般駐車場のうち、県の協力施設として登録した駐車場について、駐車場の利用に配慮が必要な方におもいやり駐車場利用証を交付し、利用できる方を明確にすることで、適正利用を図る制度です。

市民の皆様へお願い

おもいやり駐車場は、車椅子の利用者など、車の乗り降りや移動に配慮が必要な方のための区画です。本当に必要な方が利用できるよう、駐車場の適正利用に、ご理解とご協力をお願いします。

利用証

使用方法

駐車場用ステッカー

使用事例

お知らせ

フォークリフト運転技能講習 《厚生労働省長崎労働局委託事業》

求職活動中の皆さんへ、専門技能を取得して早期就職へ！

- 費用 テキスト料・受講料無料
- 対象 満18歳以上で、かつ現在ハローワークへ求職登録をされている自動車運転免許証所持者
※約3か月後に行う就職状況アンケートをご提出していただける方
- 定員 5人
- とき 10月29日（水）
再就職支援セミナー
11月4日（火）～7日（金）
フォークリフト運転技能講習
- ところ （再就職支援セミナー）
豊玉地区公民館1階研修室
（学科）豊玉地区公民館1階研修室
（実技）豊玉町総合運動公園駐車場
- 申込締切 10月21日（火）
- 問い合わせ （株）ヒューマングループ
☎0956(37)8170
Mail:ngs.koukyou@humangroup.co.jp

厳原税務署からのお知らせ

- 窓口受付時間のお知らせ
納税証明書の請求と納付の受付時間は
9:00～15:00までです
※税務署の開庁時間は8:30から17:00までです。

国税の納付は、キャッシュレス納付！

振替納税 スマホアプリ納付 ダイレクト納付
クレジットカード納付 インターネットバンキング

納税証明書は、オンライン請求！

スマホで請求＆受取可能！
オンライン請求なら手数料がお得！
PDF形式なら何度でも印刷可能！



福岡国税局・税務署

キャッシュレス納付
について↓



納税証明書のオンライン
請求について↓



- 問い合わせ 厳原税務署 ☎0920(52)0645

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには、**請求書の提出が必要**です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

対象となる方

○老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

- ☑ 65歳以上である
- ☑ 世帯員全員の市町村民税が非課税となっている
- ☑ 年金収入額とその他所得額の合計が約90万円以下である

○障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります

- ☑ 前年の所得額が約479万円以下である

請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から9月初旬頃から、**請求可能な旨のお知らせを送付**します。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入して提出してください。**令和8年1月5日までに請求手続きが完了しますと、令和7年10月からさかのぼって受け取ることができます。**

②年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。日本年金機構や厚生労働省から、電話でお客様の家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

◎年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。

●給付金専用ダイヤル

☎0570(05)4092（ナビダイヤル）



年金生活者支援給付金

検索

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5,000万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月19日金2種類同時発売! 発売期間 9/19金～10/19日
抽せん日 10/28日

公益財団法人長崎県市町村振興協会 各1枚 300円

お知らせ

医師による、こころに関する相談会 (精神科嘱託医師相談)を開催します

要予約
相談無料

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付けています。本人や家族でも精神科医に無料で相談できます。プライバシーは守られます。まずはお電話ください。

- と き 9月24日(水) 15:00～17:00
(相談日の2日前の午前中までにお申し込みください)
- と ころ 対馬保健所(対馬振興局保健部)
- 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

対馬市民の皆さんと訪日外国人観光客の 皆さんが安心して歩けるまちへ

対馬北警察署・対馬南警察署からのお願い

近年、全国的に外国人運転者による交通事故が増加傾向にあり、対馬でも訪日外国人観光客の増加に伴い交通事故が増えています。市民の皆さんからも、外国人観光客の交通マナー向上を望む声が寄せられていました。

そこで対馬北・南警察署は、市民と観光客の交通事故防止のため、国際ターミナルがある厳原・比田勝地区の横断歩道に、ハングル表記のストップマットを設置しました。このマットは日本語表記のストップマットの隣に設置し、長崎県警マスコット「キャッチ君」のツシマヤマネコバージョン「ヤマネコキャッチ君」が、歩行者の安全な横断を呼びかけます。

対馬でしか見られないヤマネコキャッチ君をぜひ探してみてください。



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

米寿会マルシェを開催します

就労継続支援B型事業所に通所されている利用者さんが、一つ一つ丁寧に作り上げた商品を販売します。どれも素敵な商品ばかりです。

たくさんのご来場お待ちしております。

- と き 10月12日(日) 9:00～13:00
- と ころ スーパーサイキ美津島店
※雨天時は屋内駐車場で開催します。
- 主 催 社会福祉法人 米寿会
- 問い合わせ 社会福祉法人 米寿会(中村)
☎0920(52)6366

イベント

第26回 厳原中学校吹奏楽部 定期演奏会

入場無料

- と き 10月19日(日)
開場13:30 開演14:00
- と ころ 対馬市交流センター
イベントホール



- 問い合わせ 厳原中学校 ☎0920(52)1105

相談会

ハローワークin 上対馬地域

要予約
相談無料

ハローワークが再就職のお手伝い!!

- と き 10月7日(火)・21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。

公式LINE開設しました!

各種セミナーや事業所説明会、イベント情報などを随時配信します。ぜひ、お友だち登録をお願いします!



LINE ID
@439admwt





みんな集まれ! 対馬PARTY

8月23日、福岡東映ホテルで“みんな集まれ！対馬PARTY”を開催しました。対馬を知る、学ぶ、食べる、至福の時間というコンセプトの元、マグロの解体ショーや対馬クイズを実施しました。ほかにも、郷土料理のとんちゃんや、対馬の地酒がビュッフェに登場し、ご参加いただいた皆さんに対馬の味を存分に楽しんでもいただきました！これからも、対馬のファンになっていただける方を増やしていけるよう、福岡から対馬の活性化に向けてのイベントを続けて参ります。



令和7年第2回 鳥栖やまびこ対馬研修団が来島しました 8月8日～10日



レポート

スタッフ

阿比留所長

平松

阿比留

尾ノ上

しまひこ

学校給食からこんにちは!!



毎月19日は、
食育・地産地消の日

メニュー たまごのふわふわスープ

材料(4人分)目安

- ベーコン……………1枚
- サラダ油……………少々
- ★ たまご……………2個
- ★ 粉チーズ……………大さじ1
- ★ パン粉……………大さじ2
- にんじん……………1/2本
- たまねぎ……………1/2個
- ほうれん草……………1/3束
- コンソメ……………大さじ1/2
- うすくちしょうゆ…大さじ1
- こしょう……………少々
- 水……………520ml

作り方

- ① ベーコンは5ミリ幅、にんじんは細切り、たまねぎは薄切り、ほうれん草はゆでて3センチ幅に切っておく。
- ② 鍋にベーコンを入れ、にんじん、たまねぎを入れて軽く炒める。
- ③ ②に水を加え、にんじんがやわらかくなるまで煮て、調味料で味を調える。
- ④ ボールにたまごを溶き、粉チーズとパン粉を加えてよく混ぜる。
- ⑤ ③に④を流し入れ、ほうれん草を加えてひと煮立ちしたら火を止めます。



対馬産のたまねぎを使用しました。子どもたちからは「たまごがふわふわでおいしかった。」という感想があり、好評だったようです。具たくさんで栄養たっぷりなので、朝ごはんにもおすすめです。

1人分の栄養価

エネルギー……………87kcal
たんぱく質……………5.4g
食塩……………0.3g



人口・世帯数

	市 全 体
男	13,239人
女	13,340人
合 計	26,579人
世 帯 数	14,481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) 12 (+4)	3 (+3)	15 (+7)
死 者 数	本年(昨年比) 0 (0)	1 (+1)	1 (+1)
負傷者数	本年(昨年比) 14 (0)	2 (+2)	16 (+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]	11 (+7)	8 (+7)	19 (+14)
人身[人]	4 (-4)	2 (+1)	6 (-3)
死者[人]	2 (-2)	1 (+1)	3 (-1)

8月中の異動	転 入	90人
	転 出	133人
	出 生	15人
	死 亡	89人

火災発生情報

発 生 件 数
本年(昨年比) 14 (+7)

急ぐ日も
足止め火を止め
準備よし



おくやみ

(7月21日～8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	御手洗住夫	(90歳)	志多賀	小田ヒサエ	(89歳)	小 浦	原田 輝夫	(74歳)
鰐 浦	宮原 孫己	(88歳)	位之端	森田 博輝	(62歳)	南 室	部原 秀己	(90歳)
泉	木寺 和昭	(84歳)	大 綱	中島 頼子	(90歳)	阿 須	立石 秀保	(70歳)
古 里	山田 崎子	(84歳)	小 綱	安野 覚	(91歳)	棧 原	飯束カズミ	(80歳)
比田勝	永川真千子	(77歳)	上の町第一	北村 麻美	(43歳)	田 淵	副島 久子	(97歳)
浜久須	篠田 治義	(74歳)	上の町第二	糸瀬キヨノ	(85歳)	田 淵	箱崎 時男	(74歳)
五根緒	篠田 傳	(92歳)	高 浜	藤田 弘美	(82歳)	久田道	仁位 勝良	(88歳)
琴	米田加昌子	(69歳)	根 緒	中山ツギコ	(90歳)	豆酩上町	山城 小枝	(93歳)
下 町	吉野 吉廣	(76歳)	竹 敷	西倉 政子	(78歳)	豆酩中町	日高 富子	(89歳)
木 坂	島居 菊乃	(85歳)	浦 崎	松村 英二	(76歳)	阿 連	橘 一門	(77歳)
狩 尾	渡邊 信夫	(83歳)	平瀬原	犬束美知子	(81歳)	久根田舎	初村 博枝	(65歳)
佐 賀	俵 妙子	(93歳)	元鴨居瀬	波田 祝江	(93歳)	久根浜	熊本喜美枝	(96歳)
志多賀	大石ミヤ子	(91歳)	小 浦	吉岡 雪廣	(81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



運動習慣を身につけるために
ツシマファンアクティビティ
マップを活用しましょう

ダウンロードは
こちらから→



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

健康ひとロメモ

10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)	1・22	☆肝臓外来 (長崎大学病院)	10
循環器科(総合外来) (山口圭祐・五所大和)	1・6・8・15・20・22・27・29	☆脳外科 (長崎医療センター)	10
☆循環器科 (西海救急クリニック)	17	眼科 (九州大学病院)	1・15
☆皮膚科 (長崎大学病院)	2・3・16・17	耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	1・2・8・9・15・16・22・23・29・30
☆皮膚科 (九州大学病院)	1・15・29	耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	6・7・14・20・21・27・28
糖尿病外来 (福岡大学病院)	20	乳腺外来 (永尾修二)	2・6・9・16・20・23・27・30
泌尿器科 (九州大学病院)	2・9・16・23・30	☆血液内科 (五日市記念病院)	6
☆泌尿器科 (原三信病院)	17	☆血液内科 (長崎医療センター)	24
☆脊椎外来 (福岡大学病院)	1・15・29	☆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)	1・8・15・22
☆腫瘍科 (長崎大学病院)	16	☆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)。	
☆禁煙外来 (佐野威和雄)	2・9・16・23・30		

長崎県上対馬病院

☎0920(86)4321

診療科目	診療日
眼科	1・8・15・22・29
耳鼻咽喉科	7・21
整形外科	7・14・21・28
泌尿器科	2・16
循環器内科	17
精神科	15・29
外科	2・16
小児科	7・14・21・28
産婦人科	2・16
脳外科	10

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
10月 9日 (木)	対馬市交流センター(厳原) 対馬ひまわり基金法律事務所
10月16日 (木)	13:00 ~ 16:00 対馬市総合福祉保健センター(美津島) 法テラス対馬法律事務所
10月23日 (木)	上県町地域福祉センター 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→





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日までにご応募ください。
(先着順ですが初めての方を優先します)

2歳のお誕生日おめでとう！
この1年
できることが沢山
増えたね♡笑顔
溢れる素敵な1年
にしようね♪

たむら ぞつま
田村 想真くん
9/29生まれ(2歳) 厳原町



1歳のお誕生日おめでとう♡
笑顔いっぱい
元気いっぱい
のひいろ♡これから
もすくすく大き
くなってね!!

もりた ひいろ
森田 陽彩ちゃん
9/26生まれ(1歳) 美津島町



5歳のお誕生日おめでとう
弟が大好きで、
よく面倒を見てくれる
優しいお兄ちゃん♡
これからもその優し
さで、たくさんの人
を幸せにしていね♡♡

いとせ とうま
糸瀬 瞳真くん
9/29生まれ(5歳) 上対馬町



誕生日おめでとう★
弟が生まれてから優
しく弟に接している姿
に成長感じるよ♡
これからも元気で優
い子に育ってね♡

おつぎ おとは
扇 音羽ちゃん
9/3生まれ(5歳) 美津島町



阿比留家のお笑い&
癒し担当あおくん★
6歳おめでとう♡♡
いよいよ年長さん！
全力で楽しんで最
高の1年にしていね♡

あひる あおと
阿比留 蒼斗くん
9/25生まれ(6歳) 厳原町



2人ともお誕生日おめでとう！
歌とダンスが大好き、優しい
つむちゃん♡もりもり食べて、
お姉ちゃんと同じことがし
たいしずちゃん♡この1年も
元気に、たくさん遊ぼうね♡

ほんだ つむぎ
本多 紘ちゃん
9/9生まれ(4歳) 上県町



しずく
雫 雫ちゃん
9/7生まれ(2歳)



えま6さいのおたんじょ
うびおめでとう♡らい
ねんは、しょうがくせい
だね★とっても、たの
しみだね♡6さいも、
えがおでたのしくげ
んきにすごそうね！♡

ひらやま えま
平山 依菜ちゃん
9/24生まれ(6歳) 厳原町



「国境の島」対馬の 歴史を学ぼう！

竹灯り制作ワークショップ 参加無料

- ① 令和7年11月2日(日) 2時間×3回
- ② 観光情報館 ふれあい処つしま

竹灯りライトアップ 参加無料

- ① 令和7年11月3日(月)～30日(日)
- ② 点灯時間 17:00～22:00

- ③ 金石城跡 櫓門前

対馬お城大使講演会 参加無料

- ① 令和7年11月8日(土)
- ② 対馬市交流センター

対馬お城大使と行くお城巡り

- ① 令和7年11月9日(日) 参加無料
- ② 清水山城

短歌の祭典 参加無料

- ① 令和7年11月2日(日)
- ② 9:00～12:30

- ③ 対馬グランドホテル

※無料送迎バス運行予定

- ・対馬市交流センター 8時20分発
- ・対馬グランドホテル 式典終了後

しまの芸術文化祭in対馬

第1部 ミュージカル「対馬物語」

- ① 令和7年11月2日(日)
- ② 開場 13:00 開演 13:30
- ③ 対馬市交流センターイベントホール
- ※チケット販売 9月1日(月)9:00～
- ④ 対馬市各地区公民館
- ※チケット料金 500円(高校生以下無料)

第2部 芸能発表会 参加無料

- ① 令和7年11月23日(日)
- ② 対馬市交流センターイベントホール

ながさきピース文化祭2025

対馬市イベント紹介

障害者ふれあい芸術文化祭 作品展示 参加無料

- ① 前期 令和7年10月30日～11月3日
- ② 対馬市交流センター 3階

- ③ 後期 令和7年11月6日～10日
- ④ 上対馬総合センター

作品販売会 参加無料

- ① 令和7年11月2日(日)
- ② 対馬市交流センター

対馬の万葉 ～防人たちの詠～

万葉の地を巡るバスツアー

- ① 令和7年11月3日(月)
- ② 集合 8:00 ツアー 8:30～12:30
- ③ 集合 観光情報館 ふれあい処つしま
- ※参加料 1,000円(イベント保険料含)

雅楽公演 参加無料

- ① 「万葉の和琴～対馬から大和～」
- ② 令和7年11月8日 18:30～
- ③ 金石城跡 櫓門前

問合せ先 生涯学習課

- ☎ 817-1301 対馬市峰町三根451
- ☎ 0920-88-2004

詳細は対馬市HP
をご確認ください



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

