

広報

つしま

10

2025
(令和7年)

今月号の題字

 巖原小学校 4 年生
 うちやま まや
 内山 摩耶さん

行ったぞ！万博！

特集



目次 CONTENTS

- 2 まちかどウォッチング
- 3 みんなの広場
- 4 特集
行ったぞ! 万博!
- 8 市役所インフォメーション
○ 対馬食育フェスタ2025を開催します
○ ながさきピース文化祭2025
対馬市開催イベントを紹介します! ほか
- 15 わがまち再発見 文化財のみかた
城下町府中(現在の厳原)の文化財①
あんによん! 韓国語
秋のことわざ
- 16 島おこし協働隊活動レポート
対州馬保存・活用支援担当 中屋 桜 隊員
たすけあい通信
協議体の役割について
- 17 年金コーナー
国民年金保険料は全額が社会保険料
控除の対象です!
対馬市消費生活相談所だより
固定電話が2時間後に通信できなくなる?!
- 18 みんなで取り組もうSDGs
10月は「食品ロス削減月間」
図書Navi
新刊情報
- 19 情報BOX
- 21 対馬市福岡事務所レポート
対馬の美味しいグルメフェア
旬の食材でおいしく減塩!
秋野菜の黒酢炒め
- 22 数字でみる対馬市・おくやみ
- 23 特別診療案内

まちかどウォッチング

熱中症対策にキャップを寄贈! 9/1



株 株式会社小宮建設(小宮量浩代表取締役)が、社会貢献として対馬高校に体育大会用のキャップを寄贈し、生徒代表の斉藤有成さん(3年)から感謝状が贈呈されました。寄贈されたキャップは、9月7日に行われた体育大会で、全校生徒が着用しました。

事故に備えて訓練が行われました 9/5



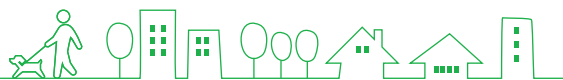
超 高速旅客船事故対応訓練が厳原港2号岸壁で実施されました。ヴィーナス2が厳原港に向けて運航中に衝突し、負傷者が出たとの想定で行われ、関係する7機関が連携して負傷者の救出・搬送の流れを確認しました。

対馬の蜂蜜あま〜い!!

9/13



対 馬のはちみつ採り体験が、豊玉町田地区で行われました。参加者約20人は、対馬のニホンミツバチの説明の後、蜂洞から蜂蜜を採り出す作業を体験し、対馬の自然が凝縮された濃厚な蜂蜜を堪能しました。



海ごみ問題から世界平和へ！

9/14



日 韓共創プロジェクトと題して、厳原町の旧阿連小学校で海ごみを利用してアート作品を作る交流イベントが行われました。鬼をテーマに作られた作品は、鬼の名前などが発表された後、グループごとに音楽に合わせた創作ダンスを披露し、交流を深めました。

家内安全、商売繁盛、交通安全などを祈願して

9/21・22



和 多都美神社（豊玉町）で古式大祭が執り行われました。22日の本祭では、神事が行われた後、豊玉小学校の6年生による卯麦の盆踊りや5年生による子供相撲が奉納され、家内安全、商売繁盛、交通安全などを祈願しました。

対馬駐屯地45周年を記念して

9/14・15



陸 上自衛隊第4音楽隊などが演奏する「陸上自衛隊対馬駐屯地創立45周年音楽演奏会」が対馬市公会堂で行われました。また、翌日には市内の隊員約130人が参加し、陸海空自衛隊合同パレードが行われ、2機のヘリコプターが厳原市街地上空を飛び交いました。

動物愛護週間に合わせて

9/28



動 物愛護イベントが対馬市交流センターで行われました。いきもの絵画コンクールでは、島内の小学生から87点の応募があり、各学年2人ずつが入選作品に選ばれました。また、表彰式後には、動物に関するクイズや、射的・輪投げなどのゲームを楽しみました。



国民スポーツ大会出場！

9月13日・14日、第79回国民スポーツ大会グラウンド・ゴルフ競技会（滋賀県甲賀市）に長崎県代表として「豊玉チーム」が出場しました。



祝 白寿おめでとうございます



中條 条子さん(厳原町)
大正15年9月8日生まれ

99歳を迎えられた中條さんに市から褒状とお祝い金を贈呈し、長寿をお祝いしました。

行ったぞ！万博！



4月13日から開催されてきた、大阪・関西万博が10月13日に幕を下ろしました。6月には、パビリオン「BLUE OCEAN DOME」で1週間にわたって、対馬の海の現状や課題、未来への展望などを、対馬に関わるたくさんの人たちが意見を出しあい考えました。対馬を起点に、地球のこれからについて考えた1週間を振り返ります。

史上初！海に囲まれた万博で対馬を発信！

今回の大阪・関西万博は、大阪湾に作られた人工島「夢洲」を会場に行われました。万博では初となる海に囲まれた会場は、海を通じて世界とつながることを表現しており、古来から海の恵みを受けて暮らし、海をとおして人々が往来し、歴史や文化を紡いできた日本の姿を現しています。対馬もまた、海に囲まれ、様々な恩恵を受けてきました。その一方、海ごみや気候変動などにより、多くの問題を抱えている側面もあり、対馬に似た環境で行われた大阪・関西万博は、対馬をアピールする格好の場所となりました。



海の上に浮かぶ万博会場。期間中は、1日あたり数万～数十万の来場者が訪れました

色々なところで対馬ゆかりのモノが！



対馬に流れ着いた漂着ごみを原料にした買い物かご。連日多くの人でにぎわったオフィシャルショップなどで使われました。



大人気パビリオン「住友館」では、グループ企業が対馬で所有する森林を、ツシマヤマネコの保護活動に提供している縁でツシマヤマネコについて紹介するブースがありました。



韓国からは、対馬を経由して復元された朝鮮通信使船が大阪港に入港しました。また韓国ナショナルデーでは、朝鮮通信使行列が会場で再現され、先導役として対馬藩の武士団が対馬から参加し、万博のシンボル大屋根リングの下を練り歩きました。

万博の目玉「ミライ人間洗濯機」開発に携わった対馬出身者

今回の万博では、対馬にまつわるモノの参加だけではなく、展示や運営などで対馬にゆかりのある人たちも関わりました。豊玉町出身で、現在、住宅設備メーカーの専務取締役を務める平江真輝さんは、万博の目玉の一つとして注目を集めた「ミライ人間洗濯機」の開発に携わりました。

大阪にある私の会社では、微細な泡を発生させ、洗わなくても身体の汚れを落とす浴槽やシャワーなどを作っています。1970年の大阪万博に登場し、実用化しなかったものとして人間洗濯機が挙げられているのを



ミライ人間洗濯機を前にして対馬の子どもたちに説明する平江さん

聞いて、私たちの技術を使えば、実現可能ではないかと声が上がリ、開発することになりました。その後、開発の話を聞いた50年前の開発者やデザイナーの方もプロジェクトに参加してくださり、当時の万博への熱量や思いを感じながら、ともに開発できたことはとても良い経験となりました。

今回の人間洗濯機は、身体だけでなくココロまで洗えるものを目指しました。結果、今までになかったセンサーの開発につながるなどの成果もあり、いろいろな人たちが万博をとおして「未来」を考え、多くの人たちに見せたいと思う力が集まることで、新たな未来が拓けてくるのだと実感しました。

海の蘇生をテーマにしたパビリオンで対馬を発信

海洋資源の持続的活用と海洋生態系の保護をテーマに、環境保護の考え方を学べるパビリオン「BLUE OCEAN DOME」で6月に行われた「対馬ウィーク」では、1週間にわたって、対馬に住む人たちが研究者、企業関係者など、対馬に関わる人たちがそれぞれの考えを持ち寄って発表し、対馬の課題解決に向け意見を交わしました。また、その様子を多くの来場者とオンラインでつながった全世界の人たちが見守りました。

日米韓で海ごみを考える

Day1-2

対馬に大量に流れ着く海ごみは、日本のみならず、世界の共通の問題として注目を集めています。世界の海を覆う海ごみについて、どのように取り組んでいるのか、日本（対馬）・米国・韓国の研究者や企業がそれぞれ発表を行いました。

また、それぞれの国の若者たちが、美しい海を守るためにどのような行動をしているのか、未来に向けてどのような活動をするべきかなどの意見を交わしました。



企業活動をととして未来を描く

Day3-4

環境問題の解決と事業の成長を同時に実現するための取り組みが対馬を舞台に始まっています。海ごみを再生した製品作りや販売をととして、消費者にも、この問題を共有する取り組みやこれからの展望などが紹介されました。

かつて対馬の海の中に広がっていた広大な海藻の森は、磯焼けによって姿を消しました。対馬の現状を目にした企業が、それぞれの分野の強みを生かした藻場の再生や海の森につながる対馬の森林の再生に取り組む活動などについて、発表を行いました。



会場では、海ごみを使ったオブジェや絵馬づくりも

会場の一角には、対馬の海ごみで作られたオブジェを始め、紹介するパネル展示、プラスチックをリサイクルし作る絵馬の展示やワークショップもあり、より多くの人たちに対馬の現状と取り組みを知ってもらう機会となりました。神戸から来場したお客様は「対馬の海ごみ問題が、このような状況だということをはじめて知りました。大変な状況ですが、地域の皆さんが諦めずに色々取り組んでいる姿を見て、ぜひ対馬を訪れたいと思いました」と話していました。



溶かしたプラスチックを型に流し込み絵馬を作る



元宇宙飛行士の毛利 衛さんら著名人も来場しました

対馬出身者が見た対馬ウィーク

海洋プラスチック問題について、対馬が漂流するごみの防波堤となることが、私にはまるで、元寇で元の大軍を前にした対馬の状況と同じに思え、衝撃を受けました。一刻も早く、解決に向けたアジア近隣国との交渉、国際的な法整備の訴え、さらには海洋プラスチックのリサイクル商品開発がもっと必要だと感じています。旅行会社に勤務しているので、島外へのボランティアの呼びかけ、学生向けコンテンツの開発など、自分ができる取り組みを行っていきたく強く感じました。

豊玉町出身で神奈川県在住の
阿比留 真二さん



海がきれいになり「もう一度、母が採ってきたウニやアワビやサザエが食べたい」と話す阿比留さん



ペットボトルキャップで作った素材の絵馬に願いを込めて

対馬をテーマに学び・交わる Day5-6



現在の危機を乗り越え、海に再び希望を見出すための人材育成を目的に開設された「対馬ブルーカレッジ」では、社会人としてそれぞれの分野で活躍する受講生が、自らの経験と学びを融合させた新たな事業構想を発表しました。

また、対馬から西部中学校と豊玉高校の生徒が登壇し、海ごみをとおして始まった都市部の中学生との交流から見えた対馬の未来、探究学習から考えた美しい海を守るアイデアを発表しました。

東アジアの津梁の島・対馬 Day7

対馬をはじめ、海で囲まれた島々は、地球規模の環境問題によって、それぞれの島が育んできた独自の自然や文化を失う危機に直面しています。

この危機を島同士の絆で乗り越えようと、友好都市である沖縄県竹富町と共に語り合いました。

気候変動による環境の変化や海ごみ、人口減少や高齢化など、対馬は、現代社会が抱える様々な問題にいち早く直面し、課題解決に向けて取り組んできました。対馬から見えてきた未来あり方を、世界中の人たちと共有し、その架け橋となるべく、対馬で取り組んでいる人たちが登壇し、その思いや将来への希望を発信しました。



発表を終えて

はたえ あやね
波多江 彩音さん
豊玉高校 2年生

気候変動と関わりがある磯焼けについて発表しました。文字や写真だけで発表してもあまり響かないと思い、得意なイラストを使って発表するなどいろいろと工夫しました。発表が終わって、少し他のパビリオンをみましたが、その中に、気候変動によって海に消えてしまう島があることを知り、自分たちの周りだけの問題ではないことを改めて認識しました。

たちばな ゆき
橘 優希さん
豊玉高校 2年生

対馬の水産資源の現状と解決策について発表したのですが、想像以上の人が会場にいて、何を話したか忘れるくらい緊張しました。万博は、思っていたより巨大で、いろんな国の人がいて、そんな中で発表しても大丈夫なのかと心配になったけれど、ああいった場で発表をうまくすることができて、とても達成感がありました。



この対馬の続きを

世界の人たちが手を取り合って、未来の地球や社会を実現するための方向性を描き出した大阪・関西万博。日本から世界に発信したイベントの中で、対馬もたくさんの発信を行いました。しかし、これで終わりではありません。万博を通して見えた対馬の未来を次の世代へつないでいくため、対馬に関わる全ての人とともに行動し続けましょう。



対馬ウィークダイジェスト映像(You Tubu)

お知らせ

オリエンタルエアブリッジ（ORC）ダイヤ変更のお知らせ



以下のとおり、長崎～対馬線が現在の4往復8便から3往復6便（一部、2往復4便となることもあります。）へ減便となります。詳しくは、ORC（株）ホームページをご覧ください。

ホームページは
こちら

期 間 10月26日（日）～令和8年3月28日（土）
新ダイヤ

長崎 ⇨ 対馬				対馬 ⇨ 長崎			
便名	機材	出発時刻	到着時刻	便名	機材	出発時刻	到着時刻
OC51	42R	7:30	8:05	OC52	42R	8:35	9:15
OC53	42R	11:00	11:35	OC54	42R	12:05	12:45
OC61	42R	19:00	19:35	OC62	42R	20:05	20:45

問い合わせ 地域づくり課 ☎0920(53)6111

献血にご協力ください～届けようあなたの気持ち～

実施日	地 区	献 血 場 所	献 血 受 付 時 間
11月 9日（日）	美津島	サイキ美津島店	9:00～12:00・13:30～16:30
11月11日（火）	厳 原	対馬市役所	9:00～12:00・13:30～16:00
11月12日（水）	厳 原	対馬市役所	9:00～12:00・13:30～15:30
11月18日（火）	上 県	上県行政サービスセンター	9:00～11:00
	上対馬	上対馬総合センター	13:00～15:00
11月19日（水）	峰	峰地区公民館	9:00～11:00
	豊 玉	仁位生活館	13:00～16:00
11月20日（木）	美津島	美津島行政サービスセンター	9:00～11:30
		長崎県対馬病院	13:30～16:30
11月21日（金）	厳 原	長崎県対馬振興局	9:00～12:00・13:30～15:30

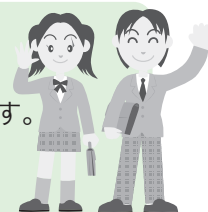
献血をしたことがある人は、前回の献血から男性は12週間後、女性は16週間後に献血可能になります。

お持ちの献血カードに前回献血日、次回献血可能日が記載されていますので、ご確認ください。次回の献血車巡回は、来年5月頃の予定です。皆さん、愛の献血にご協力ください。

「行こうよ！高校生からの献血！」 ～いまからできる社会貢献活動～

この20年間で10代から20代の献血者数は約108万人（約55%）も減少しています。
これからも血液を確保し、患者の命を助けるためには若い世代のみなさんの協力が必要です。
高校生から献血が可能ですので、身近な社会貢献活動として、ご協力をお願いします。

※400mL献血（年齢）男性17歳から 女性18歳から（体重）男女とも50kg以上



問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116
長崎県赤十字血液センター ☎095(843)3331



点鼻式インフルエンザワクチン予防接種(フルミスト)の費用を助成します

令和7年度から従来の皮下接種（注射）に加えて点鼻式インフルエンザワクチン予防接種（フルミスト）が市内医療機関で開始されることに伴い、接種費用の助成を行います。

点鼻式インフルエンザワクチン（フルミスト）とは、注射タイプのインフルエンザワクチンとは異なり、注射器を用いず鼻の中に噴霧するタイプのワクチンです。

対象者 対馬市に住所があり接種日に2歳～小学生の方

接種時期 10月1日～3月31日（医療機関毎に異なります）

接種回数 毎年度、接種期間内に1回接種

助成額 6,000円（生活保護受給者は、8,700円）

自己負担額 各医療機関にお尋ねください

助成を受ける際に必要な書類など

○健康保険証、マイナンバーなど年齢がわかるものをご提示ください。

○生活保護受給者の方は「生活保護受給者証明書」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】

その他

○皮下接種か、または点鼻接種どちらか一方の助成になります。

○接種の際に必ず母子健康手帳をご持参ください。

○ワクチン接種後に鼻水、鼻づまり、せき、のどの痛み、頭痛などの副反応が現れることがあります。

※予約制ですので、事前に各医療機関に予約をお願いします。

【実施医療機関】

医療機関	実施期間	実施日	実施時間	対象者	予約など	電話番号
対馬病院	10/7～1/27	火曜日	14:00～ 15:00～	2歳～小学生	事前電話予約 ※前週の最終開院日まで 予約受付時間 平日15:00～16:30	0920 (54)7111
今屋敷ことう 診療所	11/1～12/27	月・火・水・金・土曜	11:00～12:30 15:00～16:30	2歳～小学生	事前電話予約 窓口予約	0920 (53)5777
佐須奈診療所	10/1～1/31	月～土曜日	月水金) 9:00～12:00 15:00～18:00 火木土) 9:00～12:00	2歳～小学生	事前電話予約 ※3日前まで	0920 (84)2007
上対馬病院	11/1～1/31	火・水曜日	16:00～17:00	2歳～小学生	要予約 事前電話予約 前日正午まで	0920 (86)4344
佐護診療所	10/7～1/27	火曜日	14:30～16:00	2歳～小学生	事前電話予約 ※3日前まで	0920 (84)5259

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

骨髄バンクにご登録ください ～命のボランティア、ドナー登録は2mlの採血から～

10月は「骨髄バンク推進月間」です。

日本には、白血病などの治療が困難な血液疾患で、非血縁者間骨髄移植などを必要としている患者さんは、毎年少なくとも2,000人を数えます。一人でも多くの患者さんを救うには、一人でも多くのドナー登録が必要です。待ち望む患者さんにとって、あなたの登録が命をつなぐチャンスになるかも知れません。

骨髄ドナー登録についての詳細は、日本骨髄バンクホームページをご覧ください。



ホームページは
こちら

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116

対馬保健所 企画保健課 ☎0920(52)0166

話そう。大切な人と。～知らせておこう自分のこと。知っておこう家族のこと～

10月は臓器移植普及推進月間です

臓器の提供には、脳死から提供する場合と、心臓停止後に提供する場合の2つがあります。

どちらとも、意思表示カードなどの書面に表示された本人の意思は尊重されますが、最終的には家族の判断が必要になります。大切な家族が迷わないためにも、日頃から、自分の意思と家族の意思を話し合い自分の気持ちをしっかりと伝え、臓器提供についての意思を表示することが大切です。

臓器提供に関する意思表示の方法



マイナンバーカード



運転免許証



インターネット



意思表示カード

問い合わせ 健康増進課

(公財)長崎県健康事業団 総務課

☎0920(58)1116

☎0957(43)7131

対馬市人事異動

令和7年9月30日付 依願退職

氏 名	旧 配 置
比田勝 努	建設部 建設課 参事兼課長補佐
松尾 萌	消防署 美津島出張所 警防班 主事

令和7年10月1日付 異動

氏 名	新 配 置
黒岩 大作	観光推進部 対馬市福岡事務所 参事兼課長補佐
脇山 武士	観光推進部 観光交流商工課 副参事兼係長
二宮 悠悟	観光推進部 観光交流商工課 主任
平松 馨	福祉部 保護課 主任
一宮 友喜	消防署 美津島出張所 警防班 主任

令和7年10月1日付 採用

氏 名	新 配 置
阿比留 慎介	総務部 財産管理運用課 主事(新規採用)
財部 有奈	観光推進部 博物館学芸課 主事兼対馬博物館主事(新規採用)
小島 悠	市民生活部 税務課 主事(新規採用)
横松 香織	建設部 建設課 技師(新規採用)
松村 晃博	中対馬振興部 地域振興課 船員(新規採用)
森田 紗和子	保健部 医療対策課 豊玉診療所 看護師(新規採用)

新人紹介



対馬市の『新鮮力』を 紹介します!

あ び る しんすけ
阿比留 慎介

総務部 財産管理運用課



一日も早く職場に慣れて、市民の皆様へ信頼されるように努力していきたいと思えます。よろしくお願いたします。

たからべ ゆうな
財部 有奈

観光推進部 博物館学芸課



対馬の歴史について深く理解し、対馬の魅力を多くの方々に知っていただくよう頑張ります。よろしくお願いたします。

こじま はるか
小島 悠

市民生活部 税務課



生まれ育った対馬に貢献できるよう早く仕事を覚えて、頑張りたいと思います。よろしくお願いたします。

よこまつ かおり
横松 香織

建設部 建設課



一日でも早く業務を覚え、対馬市職員としての自覚を持ち一杯頑張ります。どうぞよろしくお願いたします。

まつむら あきひろ
松村 晃博

中対馬振興部 地域振興課



今までとは全く異なる職業ですが、今までの経験などをいかして一生懸命頑張らせていただきます。

もりた さわこ
森田 紗和子

保健部 医療対策課 豊玉診療所



地域のみなさんに安心を届けられるよう頑張ります。よろしくお願いたします。

お知らせ

10月17日～23日は「薬と健康の週間」です

薬を使用する際には次のようなことに注意し、より安全に効果的に使用してください。薬について気になることがあれば、薬剤師・登録販売者に相談しましょう。

- 使用する前に薬の添付文書をよく読みましょう
- 用法・用量を守りましょう
- 薬の剤形にあった服用方法を守りましょう
- 薬の飲み合わせに注意しましょう
- 高齢者や子どもの薬の使用には特に注意しましょう
- 薬は正しく保管しましょう
- 古い薬の使用はやめましょう



問い合わせ

健康増進課 ☎0920(58)1116
対馬保健所 衛生環境課 ☎0920(52)0166

10月は「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」です

昭和56年以降、日本人の死因第一位である「がん」。その昔、がんは不治の病というイメージがありましたが、近年では早期発見・早期治療により生存率が格段に上がっています。

しかし、初期のがんは自覚症状に乏しいため、早期発見には検診受診が不可欠です。市民の皆さんの健康を守るため、対馬市では各種がん検診を実施しています。

詳しくは、対馬市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116



薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

10月から11月までの2か月間は「麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動」の期間です。近年、SNSなどでは大麻には「有害性がない」など誤った情報が広まっており、30歳未満の大麻事犯の検挙人員は大麻事犯の検挙人員全体の約7割となるなど、若年層における薬物乱用の広がりが懸念されています。

薬物に対する正しい知識を身につけ、薬物乱用のない社会をみんなで作りましょう。

問い合わせ

健康増進課 ☎0920(58)1116
対馬保健所 衛生環境課 ☎0920(52)0166



10月は土地月間です（10月1日は土地の日） 大規模な土地取引には届出が必要です

一定面積以上の土地について売買などの取引をした場合には、国土利用計画法により、土地の権利取得者（売買の場合であれば買主）は、契約締結の日から2週間以内に土地の利用目的などについて土地の所在する市町へ届出が必要です。

届出の必要な土地取引面積

市街化区域

2,000㎡以上

市街化区域以外の都市計画区域

5,000㎡以上

都市計画区域以外の区域

10,000㎡以上



問い合わせ 政策企画課 ☎0920(53)6111

令和8年 二十歳を祝う会を開催します

と き 令和8年1月3日（土）
対 象 者 平成17年4月2日～平成18年4月1日
までに生まれた方
と ころ 対馬市シャインドームみね
（峰町三根353）
開式時間 13:00（受付開始 12:00）
対象者への案内 10月中に対象者宛に案内を送付します。詳細は案内文書または対馬市ホームページをご覧ください。
問い合わせ 生涯学習課 ☎0920(88)2004



“新”教育長に糸瀬 英俊 氏

令和7年第3回対馬市議会定例会で教育長任命の同意を得て、10月1日付で糸瀬英俊氏が教育長に就任しました。



糸瀬 英俊 氏

イベント

ながさきピース文化祭2025 対馬市開催イベントを紹介します！

「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

と き 11月2日(日)

①10:00～12:00

②13:00～15:00

③15:30～17:30

と ころ 観光情報館ふれあい処つしま

定 員 各回10人

申込期限 10月24日(金)

(定員に達し次第、募集を終了します)



○竹灯りライトアップ

と き 11月3日(月)～30日(日)

17:00～22:00

と ころ 金石城跡櫓門前

○お城から見る対馬の攻防と交流

参加無料

～金田城・清水山城・金石城を中心に～

と き 11月8日(土) 15:30～17:00

と ころ 対馬市交流センター3階大会議室

定 員 200人

申込期限 11月4日(火)



○清水山城・現地見学会

参加無料

と き 11月9日(日) 9:30～11:30

集 合 観光情報館ふれあい処つしま

定 員 30人

申込期限 11月4日(火)



しまの芸術文化祭in対馬

○第1部 ミュージカル「対馬物語」

と き 11月2日(日)

開演13:30(開場13:00)

と ころ 対馬市交流センターイベントホール

チケット販売場所

各地区公民館

入 場 料 500円(高校生以下無料)

○第2部 芸能発表会

入場無料

と き 11月23日(日)

開演10:00(開場9:30)

と ころ 対馬市交流センターイベントホール

対馬の万葉～防人たちの詠～

○万葉の地を巡るバスツアー

と き 11月3日(月) 集合8:00

集 合 観光情報館ふれあい処つしま



参 加 料 1,000円(高校生以下無料)

定 員 45人

申込期限 10月24日(金)

(定員に達し次第、募集を終了します)

○雅楽公演

観覧無料 申込不要

「万葉の和琴～防人たちの詠～」

と き 11月8日(土) 開演18:30

と ころ 金石城跡櫓門前

※雨天時：対馬市厳原体育館

短歌の祭典

入場無料 申込不要

と き 11月2日(日) 9:00～12:30

と ころ 対馬グランドホテル

※満席時は先着優先となります

障害者ふれあい芸術文化祭

○第22回対馬市民美術展と合同開催！

入場無料

作品展示

と き 前期10月30日(木)～11月3日(月)

後期11月6日(木)～10日(月)

鑑賞時間 9:30～17:30

と ころ 前期 対馬市交流センター

後期 上対馬総合センター

作品販売会

と き 11月2日(日)

と ころ 対馬市交流センター

問い合わせ 生涯学習課 ☎0920(88)2004

「対馬未来フォーラム」で発表しませんか？

対馬に関する研究・実践活動の発表会「対馬未来フォーラム(旧称：対馬学フォーラム)」を開催します。本プログラムのうち「ポスター発表大会」でポスター発表に取り組みたい方を募集します。

日 時 12月21日(日)

9:30～16:00(予定)

場 所 対馬市交流センター(予定)

内 容 ○9:30～12:00「全体発表会」

※6月に開催された大阪・関西万博ブルーオーシャンドームにおける「対馬ウィーク」イベントの成果について、参加企業や学生、島内から参加した子どもたちに発表いただく予定です。

○13:00～16:00「ポスター発表大会」

募集対象 対馬に関する研究や郷土学習、産業振興や環境保全などの実践活動に取り組まれている島内外の個人・企業・団体

発表形式 A0サイズのポスターを用いた「ポスター発表形式」

申込期限 11月28日(金)

問い合わせ SDGs戦略課

☎0920(53)6111



詳細はこちら

イベント

対馬食育フェスタ2025を開催します

と き 10月26日(日)

と ころ 対馬市交流センター1階、2階、3階

【お魚のさばき方教室】10:00~12:00 定員20人

※事前申込が必要です。下記の申込先までお電話ください。

小学生以下の方は保護者同伴での参加をお願いします。

【試食・販売・健康コーナー】12:00~14:00(申込不要)

○試食・販売(対馬産水産物加工品、農産物など)※数に限りがあります。

○健康チェック、相談(脳年齢・骨ウエーブ、血圧測定、ベジチェックなど)

※健康つしま21みんなスマイル元気のわキャンペーン対象イベントです。



参加無料

参加賞
あります!

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116

(申込先)

募 集

健康つしま21推進員を募集します



健康つしま21

~みんなスマイル元気のわ~

随時募集

「健康つしま21計画」に基づく健康づくりを積極的に推進していただける「健康つしま21推進員」を募集します。健康づくりの活動に意欲をお持ちの方なら、どなたでも応募できます。

活動内容 ○健康イベントなどへの協力
○健康情報や健診などの周知活動
○会議や研修会などへの参加

交通費など 会議や研修会に参加した場合の交通費や活動にかかる費用は予算の範囲内で支給します。

応募方法 電話で以下のいずれかにお申し込みください。

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116

(申込先) 南地区保健センター ☎0920(52)4888

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ています

予約申込

対 象 令和8年4月に、高等学校(対馬市内に限る)および大学などに進学を予定している方

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

申込期限 12月26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、詳しくは以下までお問い合わせください。

「予約申込」のメリット

- 進路を決定する時期に奨学金の貸与が約束されるので、学費の心配をすることなく受験勉強に専念できます。
- 「在学申込」に比べて、2か月程早く奨学金を受け取ることができます。



問い合わせ 教育総務課 ☎0920(88)2000

募 集

対馬市会計年度任用職員（保育士・保育補助）を募集します

募集人数 4人
勤務場所 対馬市立比田勝こども園
 （上対馬町比田勝170）
職務内容 ①保育業務 ②保育補助
任用期間 採用日～令和8年3月31日
報 酬 ①時間額1,215円 ②時間額1,127円
応募要件 ①保育士 ②なし
選 考 面接
応募方法 申込用紙（写真貼付）1通を持参または郵送（申込用紙は返却しません）
応募期限 随時（採用者が決定するまで）
問い合わせ 北地区教育事務所 ☎0920(86)3052
（応募先） 上対馬町比田勝575-1

対馬市会計年度任用職員（調理補助）を募集します

募集人数 3人
勤務場所 対馬市立比田勝こども園
 （上対馬町比田勝170）
職務内容 調理補助
任用期間 採用日～令和8年3月31日
報 酬 時間額1,141円
応募要件 なし
選 考 面接
応募方法 申込用紙（写真貼付）1通を持参または郵送（申込用紙は返却しません）
応募期限 随時（採用者が決定するまで）
問い合わせ 北地区教育事務所 ☎0920(86)3052
（応募先） 〒817-1701 上対馬町比田勝575-1

韓国語会話教室（中級、少グループ）受講生を募集します

と き
 一 部 月曜日10:00～11:30 6人
 日程 10/27、11/10、11/17、12/1 （4回）
 二 部 火曜日10:00～11:30 6人
 三 部 火曜日19:00～20:30 6人
 日程 10/28、11/4、11/11、11/18 （4回）
と ころ 対馬市交流センター3階 第5会議室
内 容 各テーマについて会話をする
対 象 ○韓国語の読み聞きが、ある程度可能な方
 ○韓国語で会話がしたい方
問い合わせ 観光交流商工課 ☎0920(53)6111
（申込先）

孫戻し留学生を募集します

孫戻し留学とは、市外在住の児童・生徒が、祖父母などの家から対馬市内の小・中学校へ通学する留学制度です。

対 象 市外在住の小学校1年生から中学校3年生までの児童および生徒
 （令和8年4月時点）
留学期間 令和8年4月～令和9年3月
 （※継続も可能）
留学対象校 対馬市内すべての小・中学校
補助金支給 留学生の祖父母などに対して、月額3万円の補助を行います。また、2人目以降は月額1万円を補助します。留学開始から最大で3年間補助金を受けることができます。
留学申込 孫戻し留学の補助金を受けるには、12月26日（金）までに申込書などの提出が必要です。
 ※留学を希望される方は事前にご連絡ください。
問い合わせ 対馬市島っこ留学推進協議会事務局
（申込先） （教育総務課内）☎0920(88)2000

生ごみの水切りモニターを募集します

家庭から出る生ごみを減らすための「生ごみの水切り器具」を使用し、生ごみから出る水分量を調査する「水切りモニター」を募集します。

募集期限 10月31日（金）
募集条件 市内在住（募集期間中に、市役所各庁舎で水切り器具の受け取りが可能な方）
 ※水切り器具の返却不要。先着100名様。
モニター期間 11月1日（土）～11月30日（日）
モニター方法 水切り器具を使用し、生ごみから出た水分量を用紙に記録する。
 ※計測は目視でも可。目安は大さじ1杯≒15g
 ※生ごみが出なかった日は記録不要。



水切り器具

▼水切り器具の使用例



調査結果提出 12月26日（金）までにWEBからアンケートに回答する。
 ※WEBでの回答が難しい場合はアンケート用紙に記入し、市役所各庁舎へ提出する。
 ※アンケートを提出いただいた方の中から抽選でエコグッズをプレゼント！
問い合わせ 環境政策課 ☎0920(53)6111



アンケートはこちら



城下町府中(現在の巖原)の文化財① 石垣・石塀編

江戸時代、城下町府中では火災が人々の暮らしを脅かしていました。その要因の一つは、この時代の家屋事情とされています。当時、瓦葺き屋根は武士などに限定されており、板屋根や茅葺き屋根が大半を占めていました。そのため、ひとたび火災が発生すると、火は容易に隣家へ燃え広がり、幾度となく甚大な被害が発生しました。このことは、復旧費用が対馬藩だけではまかないきれず、幕府や町人からの拝借金・献金に頼ったという記録からもうかがい知れます。

1695年(元禄8)には火消番所の設置や藩をあげて火の取り締りを行うなど、対策が徹底されるようになりますが、その後も1723年(享保8)の府中大火など、約100年間に5000戸以上の家屋が火災に遭っています。

この状況を鑑み、1841年(天保12)に防火壁による町並み整備が提案されます。各家を囲うように積み上げられた防火壁は、高いもので約4mにも及び、火災延焼を食い止めることで府中の町を守る役割を果たしてきました。かつては、江戸をはじめ全国各地の城下町を中心に防火壁が存在しましたが、戦後の区画整理や開発などによって、現在ではそのほとんどが失われ、残っているのは巖原だけとも言われています。

しかし、その巖原においても、道路工事や家屋の新設・改築のため、年々古い石垣・石塀が失われている状況です。先人が知恵と労力を絞って築いた防火壁を、後世に残し継承していくことが大切です。



今屋敷の防火壁

「天保十五年甲辰正月」と刻銘
火で焙られた痕跡も

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。

あんにょん！韓国語

問い合わせ

観光交流商工課

上対馬振興部

地域振興課

☎0920(53)6111

☎0920(86)3111

秋のことわざ

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！天高く馬肥ゆる季節、秋がようやくやってきました。おいしい食材が溢れる秋、馬だけではなく私たちも食べ過ぎるかもしれませんね。

今回は、韓国の「秋」に関するおいしいことわざをご紹介します。

韓国には「가을 새우는 굵은 허리도 피게 한다」という言葉があります。「秋のエビは曲がった腰も伸ばす」という意味で、9月から12月が旬のエビはうま味や食感が優れ、カルシウムやキトサン、タウリンなどの栄養が豊富なので老人の曲がった腰も伸ばすほど健康に良いことに由来したことわざです。実際、エビは骨や歯の健康、骨粗しょう症の予防、免疫力の強化と血管の健康などにも役に立つ食材とされています。

少し似ている言葉で「가을 전어 머리엔 깨가 서 말」ということわざもあります。「秋のコノシロの頭は特に香ばしくて、ゴマを3斗(約54L)もかけたようだ」という意味で、秋が旬であるコノシロの風味や栄養を強調することわざです。韓国ではよくコノシロを刺身や丸ごと焼いて食べます。

海の幸に恵まれている対馬では、このような食材ももっと手に入れやすいのではないかと思います。ぜひ、旬を迎えた食材を食卓に上げ季節の味わいを堪能してみるのはいかがでしょうか？

対馬市国際交流員
シン ジョングン
申 政 根



対州馬保存・活用支援担当 な か や さくら 中屋 桜 隊員の活動を紹介します

こんにちは！島おこし協働隊の中屋です。

今年も対州馬の魅力をたっぷり楽しんでいただける「令和7年度対州馬ふれあい祭り」を、11月9日（日）に目保呂ダム馬事公園で開催予定です（雨天中止）。

当日は、島内の小中学生が所属する「対州馬少年倶楽部」による発表や、対州馬のパフォーマンス、体験乗馬やふれあい体験など対州馬と実際に触れ合うことで、その温厚な性格や力強さ、魅力を体感していただけるのではないかと思います。

昨年11月に開催した際には、子どもから大人まで幅広い世代の方々にお越しいただき、会場は笑顔と活気に包まれました。今年もさらに内容を充実させ、皆さん楽しんでいただけるよう準備を進めています。



昨年の対州馬ふれあい祭りの様子

秋の一日、カワイイ・乗れる・触れ合える・対馬の宝である「対州馬」とふれあいながら、家族や友人と楽しい時間を過ごしてみませんか？

皆さんのご来場を心よりお待ちしております。詳細は対州馬保存会のSNSなどで随時お知らせしますので、ぜひチェックしてみてください！



TAISHU HORSE CONSERVATION
対州馬保存会 (Instagram)

たすけあい通信 Vol.96

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

今月は協議体の役割についてご紹介します

“協議体”は、互助を中心とした助け合い・支え合い活動の創出を目的として活動を進める組織です。対馬市では平成28年度に豊玉町を皮切りに翌年度からはそれ以外の町ごとに第2層協議体を設置しています。また、平成30年度には市全域を担当する第1層協議体を置いて、対馬市全体の取り組み方を協議・検討しています。このような取り組みの成果もあり、令和7年3月31日時点で助け合い・支え合い活動は36グループが立ち上がり、各地で活動が展開されています。

ただ、こうした活動の発足には、住民の志により動くものなので、もちろん時間もかかります。だからこそしっかりと目標を定める必要があり、昨年度からは中長期的に取り組むため実施5か年計画を立てそのひとつとして、全地区対象にした座談会も継続して開催をしているところです。

お住まいの地域で「助け合いの取り組み」を進めたいという方は、お気軽にご連絡ください。

第1層生活支援コーディネーター 阿比留



サロン会員同士の交流



友愛訪問



企業と連携した買い物支援

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

日本年金機構から、以下のスケジュールで「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（以下「控除証明書」という）が対象者宛てに送付されます。お手元に届きましたら、大切に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

「控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子データの送付もしています。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録を行うと、マイナポータルの「お知らせ」で電子データを受け取ることができます（電子送付希望登録後は書面の郵送が停止されます）。

電子データの利用方法などは、日本年金機構ホームページに動画を掲載しています。

	対 象 者		送 付 時 期
①	令和7年1月1日から令和7年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方	電子送付	令和7年10月中旬から下旬にかけて順次
		郵 送	令和7年10月下旬から11月上旬にかけて順次
②	令和7年10月1日から令和7年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方（①の対象者は除きます。）	電子送付	令和8年1月下旬から順次
		郵 送	令和8年2月上旬

ご家族（配偶者やお子様など）の国民年金保険料を支払っている場合も、その保険料について控除が受けられます。なお「控除証明書」に関するお問い合わせについては、電話番号ナビダイヤル☎0570(003)004でもお受けしています。

国民年金制度は、税法上とても有利なだけでなく、老後はもちろん不慮の事故など、万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れのないようきちんと納めましょう！

長崎北年金事務所の出張年金相談

- と き 11月19日(水) 13:30～17:00
ところ 美津島行政サービスセンター
- と き 11月20日(木) 9:00～16:00
ところ 市役所蔵原庁舎別館会議室

- ★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 11月14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

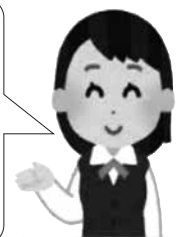
問い合わせ
対馬市消費生活相談所 ☎0920(52)8322
長崎県消費生活センター ☎095(824)0999

固定電話が2時間後に通信できなくなる?!



【相談事例】 自宅の固定電話に国の行政機関を名乗る着信があり、自動音声で「電話が2時間後に通信できなくなります。詳しいことをお聞きになりたい方は1番を押してください」とガイダンスが流れたため、1番を押すと、オペレーターにつながった。氏名と生年月日を聞かれ伝えたところ、一方的に電話を切られた。個人情報を変えたので、悪用されないか心配だ。

- 【消費者へのアドバイス】 このような電話は、個人情報の取得や、金銭をだまし取ることが目的の詐欺電話と考えられます。トラブルに遭わないため、次の点に注意してください。
- ①非通知や心当たりのない番号の着信には出ない。着信履歴にも折り返し電話をしない。
 - ②怪しいと思ったらすぐに電話を切り、絶対に個人情報は伝えない。
 - ③着信番号が「+」から始まる国際電話の場合は、かけ直しをすると海外への通話料金が適用され、高額になる可能性があるため、絶対に折り返さない。



行政機関や電話会社から、電話を停止することに関して自動音声ガイダンスやSMSを使って連絡することは絶対にありません。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
環境政策課
☎0920(53)6111

10月は「食品ロス削減月間」

SDGsのゴール12番目「つくる責任つかう責任」の中に「2030年までに世界全体の一人あたりの食品廃棄を半分に減らそう」という具体的な目標が掲げられています。

「食品ロス」とはまだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

日本では年間約472万トン、1日一人あたりお茶碗一杯分の食品を無駄にしていることとなります。この問題は我々にとって、とても身近で気づきにくい厄介な問題です。解決のためには一人一人の取り組みが大切です。食品ロス削減月間の機会に、対馬で食品ロスを減らす工夫を考え、みんなで行動を起こしましょう。

私たちが普段からできること

1. お店で必要な量だけ買うようにする
2. 消費・賞味期限を確認して適切な管理をする
3. 残っている食材から早めに消費する
4. 皮の剥きすぎなどの過剰除去を避ける

市の取り組み

生ごみ回収事業

食品の無駄を減らすだけでなく、生ごみを堆肥化することで、資源として再利用することも食品ロス対策として有効です。



環境省が推進している取り組み mottECO（モtteコ）

利用者とお店の相互理解のもとで食べ残しを持ち帰り、無駄の削減、エコへの貢献を促す運動です。



30・10（サンマル・イチマル）運動

宴会の時は、乾杯からの30分間とお開き前の10分間は自分の席で料理を楽しみ、食べ残しを減らそうと呼びかける運動です。



問い合わせ
つしま図書館
☎0920(52)3900

10月27日から11月9日は「2025・第79回読書週間」です

今年の標語は「こころとあたまの、深呼吸。」です。森の静けさのように心を整える読書週間、本のページをめくれば、新しい世界がそっと広がります。ぜひ、図書館で一冊の本を手にとってみませんか？

また「リサイクル本コーナー」も特設します。皆さんのお越しをお待ちしています。

11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						

新刊



GB84（上・下）
（文藝春秋）

デイヴィッド・ピース／著
黒原 敏行／訳

1984年の英国炭鉱ストライキを舞台に、政府と労働者の衝突を描いた作品です。国家の暴力、裏切り、策謀が渦巻く中、ストに身を捧げる人々の苦悩と怒りが、重厚な筆致で刻まれています。

新刊



家計にやさしい！
人気料理家が考えた
「お米のかさ増し・
おきかえレシピ」

（宝島社）

宝島社

豆腐やしらすきなどを使ってお米を節約しながら、栄養・美味しさ・満足感を叶える工夫が詰まったレシピ集。米不足が続く今、人気料理家たちの知恵が光る役立つ一冊です。

新刊



100ぴきかぞくの
いちにち
（大日本図書）

古沢 たつお／作

個性豊かな100匹のねこたちの暮らしを描いた絵本です。おうちの中で過ごす1日を通して、それぞれの名前や特徴が紹介され、シリーズの世界が広がるキャラクターブックのような一冊です。

新刊



おばけ村の
スーパードクターG
（ポプラ社）

藤 真知子／作
川原 瑞丸／絵

臆病な新米医師ゴーさんが、ひょんなことからおばけ村の医者に任命される物語。てんぐの村長からもらったアイテムを使い、熱中症や外来種などの環境問題に立ち向かう、笑い学びが詰まった作品です。

お知らせ

令和7年度 対馬ハチミツコンクール

今年度もハチミツコンクールを開催します。5項目（糖度・味・香り・外観・特徴）の基準により審査を実施し、特に秀でているハチミツについては、金賞（1点）、銀賞（2点）、銅賞（3点）に表彰します。ニホンミツバチを愛でる養蜂家の皆さんの参加をお待ちしております。

- 出品受付 10月20日（月）～11月5日（水）
- 出品物 一人につき1品（1升瓶）
- 出品要件
 - 2025年度産であること
 - 10月1日（水）以降に採蜜していること
 - 糖度78以上であること
 - 1升瓶を満杯（すりきり一杯）にしていること
- 主催 対馬市ニホンミツバチ部会
- 問い合わせ 対馬振興局
農林水産部 農業振興普及課
☎0920(52)4011（担当：野田）



税を考える週間

～これからの社会に向かって～

11月11日～11月17日



未来をつくる、
あなたの税。

<https://www.nta.go.jp>

税を考える週間

国税庁

- 問い合わせ 厳原税務署 ☎0920(52)0645

ご存知ですか？ 「高次脳機能障害」

脳卒中や交通事故などで脳にダメージを負った後、以下のような症状が現れ、日常生活や社会生活、学校生活に支障をきたしやすくなります。

現れる症状の種類や程度には個人差があり、多くの場合、複数の症状が重なって現れることが一般的です。

- 記憶障がい
 - 日時、場所、人の名前が覚えられない
 - 一日のスケジュールがわからない
- 注意障がい
 - あくびが多かったり、ボーっとしている
 - 何をするにも疲れやすい
- 遂行機能障がい
 - 指示された作業・動作にとりかかるのに時間がかかる
 - お金を計画的につかえない
- 社会的行動障がい
 - 意欲の低下や何事もやる気が出ない
 - 気分が高揚し、静止が効かない

お困りの場合、まずはお気軽にご相談ください。

【平日 9:00から17:45まで】

- 問い合わせ
対馬保健所 企画保健課 ☎0920(52)0166
長崎県高次脳機能障害支援センター
☎095(844)5515

虹の原特別支援学校高等部対馬分教室の学校公開を開催します

- とき 11月11日（火）8:50～15:15
- ところ 長崎県立虹の原特別支援学校高等部対馬分教室（対馬高等学校内）
- 内容 授業公開、施設見学など
- 対象 対馬市内幼稚園、こども園、保育所（園）、小中学校、高等学校などの幼児・児童生徒および保護者、並びに関係者、関係機関、島内企業、地域の方々
- その他 参加を希望される方は事前にご連絡ください。授業公開後に、教育相談を行います。ご希望の方は、お知らせください。
- 問い合わせ 虹の原特別支援学校高等部対馬分教室（担当：伊藤・河村）
☎0920(52)3222

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 11月4日(火)・18日(火)
10:30~15:00
- と ころ 4日：上県地区公民館(2階)
18日：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



募 集

戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者募集のお知らせ

一般財団法人日本遺族会は「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。同事業では、厚生労働省から補助を受け実施しており、先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象として、父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を深めることを目的としています。

詳しくは、対馬市ホームページ内「戦没者遺族等援護」をご覧ください。

- 問い合わせ 一般財団法人 日本遺族会事務局
☎03(3261)5521

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

イベント

～ジビエでご縁ランチin対馬～

縁結びイベントの参加者を募集します!たくさんのご応募お待ちしております。

- と き 11月29日(土) 11:30~16:00
- と ころ 対馬市内(詳細は参加決定後にご連絡)

- 内 容 縁結びイベント、ジビエを楽しむ食事会

- 対 象 30歳以上の対馬在住の独身男女、対馬に興味のある島外在住の独身女性

※各15人(最小催行人数各5人)

※応募多数の場合、抽選になることがあります

- 参 加 費 男性、島外女性 5,000円

※島外女性は飛行機代含む

島内女性 3,000円

- 申込期限 11月14日(金) 17:00

- 問い合わせ 対馬市社会福祉協議会

☎0920(58)1437



申込はこちら

第49回 豊高祭

- と き 10月26日(日)
10:00~15:30(予定)

- と ころ 豊玉総合運動公園体育館
(パールドーム)

- 内 容

午前：体育祭

- 綱引き、リレーなど競技
- 全校生徒による集団演技 ほか
- ※ちびっこ参加のプログラムもあります。
(お菓子あり)

午後：文化祭

- ステージ発表(合唱・ダンスなど)
- 生徒による作品の展示 ほか

- 問い合わせ 豊玉高等学校
☎0920(58)0399

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





対馬の美味しいグルメフェアin きゅうでんe-住まいる福岡キッチンスタジオ～

9月5日から9月6日にかけての2日間、きゅうでんe-住まいる福岡キッチンスタジオで対馬の美味しいグルメフェアを開催いたしました。今回のイベントでは特産品販売に加え「とんちゃん」や「あなご」の試食を実施。想像を超える、多くのお客様にご来店いただき、売り切れの商品がでるほど大盛況のイベントとなりました!!



旬の食材でおいしく減塩!



毎月19日は、
食育・地産地消の日

秋野菜の黒酢炒め『ながさき健味メニュー』より参照

材料(4人分)目安

- 豚肉スライス……240g
しょうが………4g
A { 濃口醤油…小さじ2/3
酒………小さじ2/3
小麦粉…大さじ1と1/3
揚げ油………適量
さつまいも………120g
れんこん………80g
たまねぎ………160g
エリンギ………60g
赤ピーマン………40g
青ピーマン………80g
サラダ油………小さじ1
黒酢………大さじ3強
B { 砂糖…大さじ3と1/2
濃口醤油…大さじ1強
酒………小さじ2と1/2

作り方

- ①しょうがはおろしてAの調味料と混ぜておく。
- ②豚肉はAの調味液に漬けて味をなじませ、小麦粉を全体に薄くまぶし、油で揚げる。
- ③さつまいも(皮付きのまま)とれんこんは大きめの乱切りにし、油でさっと揚げる。
- ④たまねぎは大きめのくし形、エリンギは食べやすい大きさに切る。
- ⑤ピーマンは大きめの角切りにする。
- ⑥深めのフライパンに油を熱し、④の野菜を炒め、⑤を加えてさらに炒め、たまねぎが透き通ってきたら黒酢と合わせたBの調味料を入れて炒める。
- ⑦最後に②と③を加え、さっくりと混ぜ全体に味をからめる。



さつまいも、れんこん、きのこ類などの秋野菜を種類多く使い、揚げた豚肉とともに黒酢で味付けし、風味よくいただける一品です。

「ながさき健味メニュー
長崎県」はこちら→



一人分の栄養価

エネルギー… 325 kcal
たんぱく質… 10.6 g
脂質……… 24.5 g
食塩相当量… 0.9 g

人口・世帯数		市全体
男		13,231人
女		13,340人
合計		26,571人
世帯数		14,488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)	16 (+4)	3 (+3)	19 (+7)
死者数	本年(昨年比)	0 (0)	1 (+1)	1 (+1)
負傷者数	本年(昨年比)	19 (-2)	2 (+2)	21 (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]	12 (+8)	9 (+8)	21 (+16)
	人身[人]	6 (-3)	2 (+1)	8 (-2)
	死者[人]	4 (0)	1 (+1)	5 (+1)

9月中の異動	転入	75人
	転出	59人
	出生	15人
	死亡	39人

火災発生情報

発生件数	
本年(昨年比)	14 (+7)



おくやみ

(8月21日～9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 扇 好美子 (85歳)			佐賀 古藤美貴子 (77歳)			犬吠 村瀬 秀寛 (78歳)		
網代 西庄 靖彦 (81歳)			仁位 清家百合子 (90歳)			曲 梅野 博子 (81歳)		
一重 平間千代子 (81歳)			横浦 齊藤 恭子 (72歳)			曲 梅野 祐二 (60歳)		
小鹿 辻 直彦 (68歳)			位之端 濱崎 正美 (90歳)			南室 大塔スミ子 (93歳)		
浜町 田村 健二 (89歳)			貝口 波田 令子 (94歳)			宮谷 西上久美子 (88歳)		
上町 大石 修督 (71歳)			東加藤 鍵本 林子 (84歳)			宮谷 庄司千代美 (77歳)		
仁田ノ内 大石 秋枝 (97歳)			大綱 橋本 博利 (78歳)			日吉 柴田 昭男 (89歳)		
井口 大石 卓徳 (84歳)			中の町 吉野 哲 (78歳)			大手橋 大崎 貞子 (87歳)		
犬ヶ浦 西山 幸代 (83歳)			本町 西牟田福次 (88歳)			久田 和久 直寛 (91歳)		
御園 國分 典郎 (85歳)			日の出 大串 清子 (87歳)			安神 平間ツタ子 (92歳)		
伊奈 松崎 武留 (81歳)			瀬原第1 永留はるみ (84歳)			内山 川上ヌイ子 (100歳)		
田ノ浜 乙成 文子 (85歳)			加志 井 晴生 (90歳)			久根田舎 初村 清喜 (84歳)		
狩尾 扇 マチ (85歳)			緒方 平田 兼一 (85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 ☎0920(53)6111



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。

健康寿命の延伸

自分の適正体重を知り維持しましょう
BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

年齢	目標とするBMI
18～49歳	18.5～24.9
50～64歳	20.0～24.9
65～74歳	21.5～24.9
75歳以上	21.5～24.9

(厚生労働省 日本人の食事摂取基準2025版)

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

11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)	5・19	☆リウマチ外来 (長崎医療センター)	28
循環器科(総合外来) (山口圭祐・五所大和)	5・10・12・17・19・26	☆肝臓外来 (長崎大学病院)	21
☆循環器科 (西海救急クリニック)	21	眼科 (九州大学病院)	5・19
☆皮膚科 (長崎大学病院)	6・7・20・21	耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	5・6・12・13・19・20・26・27
☆皮膚科 (九州大学病院)	5・19	耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	4・10・11・17・18・25
糖尿病外来 (福岡大学病院)	10	乳腺外来 (永尾修二)	6・13・17・20・27
泌尿器科 (九州大学病院)	6・13・20・27	☆血液内科 (五日市記念病院)	10
☆泌尿器科 (原三信病院)	21	☆血液内科 (長崎医療センター)	28
☆脊椎外来 (福岡大学病院)	5・19	☆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)	5・12・19・26
☆腫瘍科 (長崎大学病院)	6	☆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)	6・13・20・27		

長崎県上対馬病院

☎0920(86)4321

診療科目	診療日
眼科	5・12・19・26
耳鼻咽喉科	4・18
整形外科	4・11・18・25
泌尿器科	6・20
循環器内科	21
精神科	5・19
外科	6・20
小児科	4・11・18・25
産婦人科	6・20



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
11月 6日 (木)	対馬市交流センター(厳原) 法テラス対馬法律事務所
11月13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
11月20日 (木)	上対馬町地域福祉センター 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→





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

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日までに応募ください。
(先着順ですが初めての方を優先します)



優心!お誕生日
おめでとう!2歳も
たくさん笑って
たくさん遊んで
過ごそうね♡

まえの ゆうしん
前野 優心くん
10/30生まれ(2歳)厳原町



生後5ヶ月で病気にかかり、1週間程入院をすることになりましたが、今では元気いっぱいです! 対馬病院の小児科の先生に病棟の看護師さん、本当にありがとうございました♡♡♡

にしやま しよう
西山 識葉くん
10/17生まれ(1歳)厳原町



お誕生日おめでとう♡♡
あっという間に1歳! お兄ちゃんお姉ちゃんに可愛がられて、そして一緒に成長してる姿がほんと嬉しいよ★☆☆ これからも元気いっぱいすくすく育ってね♡

おつぎ ひろと
扇 宏斗くん
10/22生まれ(1歳)美津島町



2歳のお誕生日おめでとう♡
お歌にダンスが大好きなあむちゃん、毎日沢山お喋りして癒しをありがとう♪ パパとママの宝物です♡ 来月にはお姉ちゃんになるね! 笑顔いっぱいの1年にしようね♡

まつむら あむ
松村 彩夢ちゃん
10/2生まれ(2歳)美津島町



あきちゃん1歳おめでとう♡可愛くて癒しの存在です♪ お兄ちゃんたちとも沢山遊んで楽しい1年にしようね!♡♡

たわら あきと
俵 煌登くん
10/2生まれ(1歳)美津島町



誕生日おめでとう♡
優しく、いつも家族を笑わせてくれるれおくんが大好きです♡ 沢山食べて大きくなってね!★

ながしま れお
長島 令於くん
10/2生まれ(6歳)美津島町



4歳おめでとう! イカゲームばかり歌ってる最近ですが、体調を崩すことも少なくなって嬉しくなりました! たくさん食べて、元気で優しい4歳さんになって♡

しよづの ゆうき
庄野 佑紀くん
10/2生まれ(4歳)美津島町



はると、5歳の誕生日おめでとう★ 最近はお兄ちゃんのお面倒もみてくれて、お兄ちゃんらしくなってきたね! お手伝いもたくさんしてくれてありがとう♡ いっぱい遊んで、楽しい1年にしようね♡

はら はると
原 陽斗くん
10/13生まれ(5歳)豊玉町

「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) 15:30～
- 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) 9:30～
- ② 清水山城 参加無料

短歌の祭典 参加無料

- ① 令和7年11月2日(日) 9:00～12:30
- ② 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) 10:00～
- 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

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

- 後期 ① 令和7年11月6日(木)～10日(月)
- ② 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

- 「万葉の和琴～対馬から大和～」
- ① 令和7年11月8日(土) 18:30～
- ② 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

