



城下町府中(現在の巖原)の文化財① 石垣・石堀編

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・石堀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 隊員の活動をご紹介します

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（モッテコ）

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、ひよ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。