

広報

6

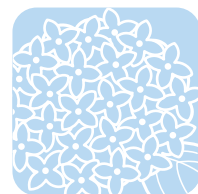
2026
(令和8年)

今月号の題字

鶏鳴小学校3年生

さんちか しゅんすけ
三近 駿介くん

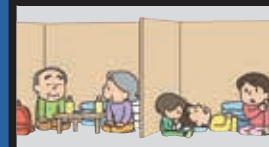
つしま



特集

災害から命を守る

新しい防災気象情報の運用が始まりました

レベル1
早期注意情報レベル2
注意報レベル3
警報レベル4
危険警報レベル5
特別警報

警戒レベルで行動を判断！ 命を守る新ルール

非常時の持ち出し品・備蓄品 チェックリスト

重要

※非常時の持ち出し品・備蓄品チェックリストとしてお使いください。

貴重品

- 現金
- 身分証明書
(運転免許証、パスポート、マイナンバーカードなど)
- 資格確認書
- 印鑑

情報収集用品

- 携帯電話
(充電器を含む)
- 携帯ラジオ
(予備電池を含む)
- 広域避難地図
(ポケット地図でも可)
- 筆記用具

清潔・健康
のための
もの

- 救急セット
- 常備薬・持病薬
- タオル
- トイレットペーパー
- 着替え(下着を含む)
- ウェットティッシュ

食料など
(3日分)

- 非常食
- 飲料水

便利品
など

- 防災ずきん・ヘルメット
- 懐中電灯
(予備電池を含む)

便利品
など

- 使い捨てカイロ
- マスク
- ビニール袋
- 毛布
- スリッパ
- 軍手
- マッチ・ライター
- 雨具
(レインコート、長靴など)
- レジャーシート

その他

- 紙おむつ
(幼児用・高齢者用など)
- 生理用品
- 粉ミルク・哺乳瓶
(赤ちゃんに必要なもの)
- その他自分の生活に欠かせないもの

我が家の
避難スイッチ※詳しくは5ページ
をご覧ください。

目次
CONTENTS

2 まちかどウォッチング

3 みんなの広場-①

4 特集

災害から命を守る

新しい防災気象情報の運用が始まりました

8 みんなの広場-②

市役所インフォメーション

- 対馬サステナブルアイランドカレッジ(仮称)受講生を募集します
- 後期高齢者医療保険料改定のお知らせ ほか

13 わがまち再発見 文化財のみかた
朝鮮通信使の足跡をたどる③～矢来～
あんにょん!韓国語
韓国食堂利用について～食堂編～

14 年金コーナー
10月から国民年金保険料の育児免除制度が始まります
対馬市消費生活相談所だより
巧妙化する定期購入のトラブルにご注意!

15 たすけあい通信
生活支援コーディネーターのご紹介
図書Navi
新刊情報

16 情報BOX

19 対馬市福岡事務所レポート
熊本県山江村の「つつじ祭り」に出店!
地域安全防災室より
防災行政情報はアプリでの受信をお願いします

20 数字でみる対馬市・おこやみ

21 特別診療案内

まちかどウォッチング

スキマ時間を利用して!

5/7



株 式会社タイミー様と対馬市が、包括連携協定を締結しました。島内企業の人材不足の解消を推進し、働く方がスキマ時間を使って仕事をすることが可能になります。

北部対馬で新たな交通手段の検討!

5/7



株 式会社CICAC(シカク)様と対馬市が、包括連携協定を締結しました。人口減少や高齢化の進行により、移動手段の確保が難しい「交通空白地」への対応ができる仕組みづくりに取り組んでいきます。

わけいせいじゃく
和敬清寂

5/10



対 馬市交流センターで、第50回合同茶会「新緑茶会」(主催：(一社)茶道裏千家淡交会対馬支所)が行われました。参加した市民は、落ち着いた和の雰囲気の中で和菓子と抹茶をいただき、日本文化の魅力を感じました。



将来は病院の先生に！

5/16



手 術、腹腔鏡、挿管手技、CT撮影などの体験ができる「対馬病院ふれあいフェスタ」が院内で行われました。参加した子どもたちは将来の医師を目指し、赤ちゃんの沐浴体験や手術体験を行いました。

上対馬地区の水産加工・観光業の活性化を目指して

5/20



上 対馬町総合センター文化ホールで水産業や釣り、マリレジャーなど、海に関する資源を活かした「上対馬地区海業・比田勝港釣り文化振興モデル供用セレモニー」が行われました。式典では、概要説明・鏡割り・記念撮影が行われ、これから始動する海業を盛り上げました。

対馬のスイマーが大活躍！

4月19日、第49回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会長崎県予選会が長崎市民総合プールで行われ、対馬の子どもたちが好成績を収めました。主な結果は以下のとおりです。



- ◎13、14歳：50m自由形第2位・100m背泳ぎ第1位 神崎零くん（写真左から4人目）
- ◎11、12歳：100m背泳ぎ第2位 神崎醒くん（写真左から2人目）
- ◎10歳以下：100m背泳ぎ第1位 糸瀬快くん（写真左から3人目）

新緑の中でウォーキング！

5/17



巖 原町の清水が丘グラウンドを発着点とする「城下町ウォーキング」が行われました。参加した約150人の市民は、晴天のなか、大粒の汗を流しながら、巖原港やお船江跡などを眺め、約5kmのウォーキングを楽しみました。

みんなの広場 No.1

3年連続で農林水産大臣賞受賞！

5月23日、対馬市交流センターで第65回長崎県乾しいたけ品評会が行われました。グラム物131点、箱物26点、ジャンボしいたけ12点、合計169点が出展し、3年連続で上対馬地区の原野貢・たづるさんご夫婦が香信厚肉/箱物部門で最高賞の農林水産大臣賞に輝きました。



祝 白寿 おめでとうございます



栗屋 信子さん(美津島町)
昭和2年5月4日生まれ

99歳を迎えられた栗屋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。

災害から命を守る

ゲリラ豪雨や台風などによって、災害が発生しやすい季節が間もなくやってきます。毎年のように発生する災害に対し、私たちは「命を守る行動」を取らなければなりません。しかし、準備なしにいきなり行動を起こすことはできません。日ごろからの準備や心構えが私たちの命を守るのです。



避難のタイミングはレベルで判断 5色のサインで「逃げどき」を知らせます

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル 5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル 4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル 3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル 2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル 1	早期注意情報			

5月28日から、大雨・河川氾濫・土砂災害・高潮の災害について警戒を呼びかける情報を5段階の警戒レベルに揃えて発表され始めました。災害の危険度や避難のタイミングが直感的にわかるようになりました。

避難行動とは



立ち退き避難



屋内安全確保



避難について知っておくべきポイント

- 避難とは「難」を「避」けることです。安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は、避難場所だけではありません。安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。

市が開設する指定緊急避難場所

対馬市では、台風や大雨などによって災害が発生する可能性がある場合、右の10施設に指定緊急避難場所を開設します。避難場所が不足する場合には、そのほかの施設に避難場所を開設します。

★避難場所には必要な物を持参してください

避難場所は、原則、避難するための場所のみ提供します。災害が発生する前に、避難場所での食料や着替え、毛布など滞在できる準備をしてください。

- 対馬市交流センター
(厳原地区公民館)
【厳原町今屋敷661-3】
- 旧豆酸小学校体育館
【厳原町豆酸626】
- 佐須窓口センター
【厳原町小茂田713】
- 美津島文化会館
【美津島町雞知甲1287-1】
- 豊玉文化会館
【豊玉町仁位370】
- 峰地区公民館
【峰町三根451】
- 中対馬開発総合センター
【峰町佐賀608-1】
- 仁田地区コミュニティーセンター
【上県町榎滝1061-1】
- 上県町地域福祉センター
「喜多の苑」
【上県町佐須奈乙339】
- 上対馬総合センター
【上対馬町比田勝575-1】

音に頼らない「目」の情報ルートを今すぐ確保！

命を守る行動を起こすためには、正確な情報をほしい時に入手する必要があります。対馬市では、市民の皆さんにいち早く情報をお届けするため、デジタルツールを活用した取り組みを行っています。

音だけでは不十分な災害時の情報

昭和32年7月25日、夜間に発生した集中豪雨により630人の死者・行方不明者を出した諫早大水害。川の氾濫や土砂崩れによって多くの被害を出した災害でしたが、この時、避難をつける情報ルートは屋外に設置されたサイレンのみでした。そのサイレンも激しい雨や雷の音に消され、聞こえなかったという証言が多く残されています。

諫早大水害から80年あまり経過しますが、近年の災害時でも、被災地域に住む6割以上の人たちが、避難放送が聞こえなかったと答えるデータがあり、音だけでは、災害時の情報伝達手段として不十分という問題があります。



防災情報の『目での確認』はもちろん、ごみの分別相談から離れた地域の情報まで、あなたのスマホが頼れる相棒に！

対馬市では、広報誌やホームページなどを使い、市の情報を発信していますが、スマートフォンやタブレットを利用し、自宅以外の場所においても、情報を受け取れる環境を整備しています。



防災アプリ
「アットインフォカナル」

● 防災アプリ「アットインフォカナル」

聞き逃しゼロへ。別の地区に暮らす家族の危険も先回り！

放送内容がそのままスマホに届く

防災放送の音声そのままテキスト(文字)として届くため、音量が聞き取りにくくても画面で確実にキャッチ。過去の放送履歴もいつでも読み返せます。

離れて暮らす家族の地域も登録できる

自分が住んでいる地区だけでなく、市内の別の地区を自由にサブ登録できます。例えば、厳原町に住みながら、上県町や豊玉町にある実家の地区を登録すると、その地区に緊急連絡が出た場合、離れたあなたにも通知が届きます。「お父さん、そっちの地域でレベル3が出たから、明るいうちに準備してね」と、あなたが家族の避難スイッチを押してあげることができます。

● 対馬市公式LINE

友だち追加で完了！災害時だけでなく、日常でも便利な相棒

暮らしの疑問に24時間回答OK！

対馬市公式LINEでは、イベントの告知などの情報が入ってくるだけでなく、メニュー表示から、避難所の検索や検診予約のガイドなど、ほしい情報を尋ねることができます。中には、ごみの種類を入力すると、どの種類のごみとして捨てたら良いか答えてくれる機能もあります。AIなので、24時間365日利用可能で情報をほしい時に入手することができます。



対馬市公式LINE

スマートフォン向け防災アプリ 【アットインフォカナル】インストール方法

※画面のレイアウトなどはお使いの機種やOSのバージョンにより異なる場合がございます。
全て無料でご利用いただけますが、ダウンロードなどに係る通信費はご利用者負担となります。

Android端末を
ご利用の方はこちら



iOS端末を
ご利用の方はこちら



1 アプリのダウンロード

スマートフォンのカメラを立ち上げ、上の2次元コードを読み取る。

2

アプリを起動すると最初に操作説明が表示されますのでお読みになり「次へ」。

3

利用規約を最後までスクロールし、同意にチェックを入れ「次へ」。

4

位置情報サービスの使用を許可し「次へ」。

5

「設定」→「購読設定」→「一覧から探す」→「対馬市」を選択

6

希望の地域を選択し、利用者情報を設定。※複数の地区を設定することが可能。

7

登録した内容が表示されていることを確認し「設定」。完了表示がでたら「閉じる」。

8

設定が完了すると、メッセージが届きます。これで初期設定は終了です。アプリは閉じても構いません。自動で情報を受信します。

インストールや設定のお手伝い、活用法のレクチャーなど、地区やグループ単位での出前講習会も行っております。詳しくはお問い合わせください！

対馬市では、市民の皆さんとのコミュニケーションを深め、もしもの時に備えてまいります。一人でも多くの市民の皆さんへ必要な情報が届きますよう、防災アプリ「アットインフォカナル」「対馬市公式LINE」のご利用をお願いします。

問い合わせ：地域安全防災室 ☎0920(53)6206

県大会出場を目指して!

5月23日・24日第67回対馬市中学校体育大会（球技・武道）が行われました。選手たちは、日頃から練習してきたことを発揮し県大会出場を目指しました。主な結果は以下のとおりです。（敬称略）

◎は県中学校総合体育大会出場

- | | | |
|------------------|------------|-------------------|
| ○バレーボール男子……………1位 | ◎東部中 | |
| | 2位 | 豊玉・大船越中合同チーム |
| ○バレーボール女子……………1位 | ◎雞知中 | 2位 巖原中 |
| ○バスケットボール男子…1位 | ◎豊玉中 | 2位 久田中 |
| ○バスケットボール女子…1位 | ◎雞知中 | 2位 巖原中 |
| ○ソフトテニス男子団体…1位 | ◎巖原中 | 2位 比田勝中 |
| ○ソフトテニス女子団体…1位 | ◎比田勝中 | 2位 豊玉中 |
| ○ソフトテニス男子個人…1位 | ◎板井柚稀・日下部楓 | （比田勝中） |
| | 2位 | ◎小宮颯太・松下雅和（豊玉中） |
| ○ソフトテニス女子個人…1位 | ◎波多風佳・小川れい | （豊玉中） |
| | 2位 | ◎宮原寿々代・細井和花（比田勝中） |
| ○剣道男子個人……………1位 | ◎美佐保健翔 | （巖原中） |
| | 2位 | ◎島本剛成（巖原中） |
| ○剣道女子個人……………1位 | ◎友末優月 | （雞知中） |
| | 2位 | ◎吉野心音（巖原中） |



結果はこちら



※県中学校総合体育大会には、剣道男子団体は巖原中が、軟式野球は雞知中が推薦出場します。

市役所インフォメーション

募 集

対馬市一般廃棄物処理基本計画策定委員会の委員を募集します

委員の任務 対馬市一般廃棄物処理基本計画の見直しに係る調査、検討および素案の作成

公募人数 2人

任 期 委嘱された日から令和9年2月末日まで

応募資格 ①市内に住所を有し、現に居住する20歳以上の方

②平日、昼間の委員会に出席可能な方

③市の他の審議会などに公募委員として2つ以上委嘱を受けていない方

応募方法 公募委員応募申込書に必要事項を明記し、持参、郵送、FaxまたはMailにより応募ください。なお、公募委員応募申込書は、環境政策課または、各振興部住民生活課、各行政サービスセンターでお受け取りになるか、市ホームページからダウンロードしてください。

応募期間 7月1日（水）～7月31日（金） 必着

選考方法 「対馬市審議会などの委員の公募に関する要綱」の規定に基づく選考委員会を設置し選考します。

年間開催回数 4回程度を予定

報酬など 「対馬市特別職の職員で非常勤の者の報酬及び費用弁償に関する条例」に基づき支給します。

応 募 先 持 参：環境政策課または、各振興部住民生活課、各行政サービスセンター

郵 送：〒817-8510 長崎県対馬市巖原町国分1441

環境政策課宛 Fax:0920(52)0181 Mail: haikibutu@city-tsushima.jp

※本公募は令和8年度6月補正予算案の成立後に実施するため、内容が変更となる場合があります。

問い合わせ 環境政策課 ☎0920(53)6212

対馬サステナブルアイランドカレッジ(仮称)受講生を募集します

要申込

対馬の豊かな自然と暮らしを次世代へ引き継ぐため、SDGsの視点を生かして新たな実践活動や事業を考える学びのプログラム「対馬サステナブルアイランドカレッジ(仮称)」を開講します。連携大学・企業などの専門家や島内外の実践家を講師に迎え、オンラインによる学びと対馬現地での活動に取り組みます。対馬の未来を動かすアクションを具体的な形にしてみましょ。

※本カレッジは対馬グローバル大学(令和7年度まで開催)の理念を継承した後継プログラムです。



公式サイト

受講資格	市民、対馬出身者・ゆかりのある方、対馬ファンの方など
開講期間	令和8年7月中旬～令和9年2月末
活動形式	オンライン活動(Zoom)および対馬市内
活動テーマ	海ごみ、エネルギー、ネイチャーポジティブ(自然再興)、サーキュラーエコノミー(循環経済)、観光・食の5つのテーマについて学びを深めます。
プログラム概要	<p>専門家などによるオンライン講義(年間10回程度)と少人数グループの勉強会で講師や受講生同士で交流しながら具体的なアイデアを考える「実践ゼミ」(月1回オンライン開催)を通じて、持続可能な対馬のための「みらい行動計画」を作成します。対馬市内での現地実習や成果発表会の開催も予定しています。</p> <p>※オンライン講義のみの聴講も可能です。</p>
受講生募集	<p>(1) 実践ゼミ受講生(定員:各5~6人程度)</p> <p>環境実践ゼミ 専任講師:九州大学大学院工学研究院 准教授 清野聡子</p> <p>しまづくり実践ゼミ 専任講師:九州大学大学院法学研究院 教授 出水薫</p> <p>ビジネス実践ゼミ 専任講師:長崎大学経済学部 准教授 山口純哉</p> <p>(2) オンライン講義聴講生(定員:なし)</p>
受講料	<p>無料</p> <p>※受講に必要なパソコンなどの機材やインターネット環境、教材費、現地実習や成果発表会などへの参加旅費などの実費は自己負担</p>
申込方法・期限	<p>7月20日(月)までにカレッジ公式ウェブサイトからお申し込みください。</p> <p>【URL】http://tsushimaglocal-u.com/</p>
備考	<p>○詳細はカレッジ公式サイトでの募集要項をご覧ください。</p> <p>○カレッジ正式名称は、開講期間中に受講生などによるワークショップを経て決定する予定です。</p>



問い合わせ SDGs戦略課 ☎0920(53)6221

イベント

対馬博物館 特別展関連講座を開催します

入場無料

と き 6月20日(土) 14:00~15:00

「対馬の湿地帯生物と生物多様性」福岡県保健環境研究所 中島淳 先生

6月28日(日) 14:00~15:00

「昆虫図鑑作成の舞台裏(仮題)」九州大学総合研究博物館 丸山宗利 先生

ところ いずれも対馬市交流センター3階大会議室

主催 対馬博物館

問い合わせ 博物館学芸課 ☎0920(53)5100



申し込みはこちら

後期高齢者医療保険料改定のお知らせ

令和8年度の保険料、賦課限度額が変わります

1 保険料率の見直しについて

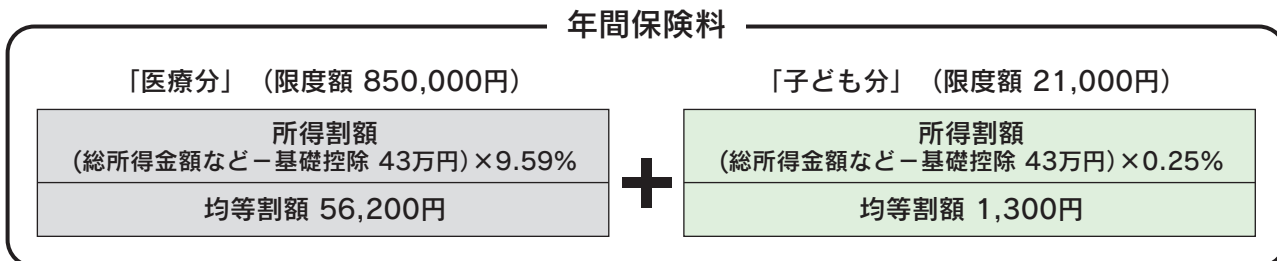
被保険者の皆さんから納めていただく保険料は、医療給付費の支出などの動向を踏まえて見直しが必要であり、次の表のとおり改定することになりました。

	医療分			子ども分 ^{注1}		
	所得割率	均等割額	賦課限度額	所得割率	均等割額	賦課限度額
現行	10.31%	52,400円	800,000円	—	—	—
改正後	9.59%	56,200円	850,000円	0.25%	1,300円	21,000円

注1 令和8年度から、社会全体で子育てを支援するために「子ども・子育て支援金制度」が開始され、全世代から支援金を負担いただくこととされました。

2 保険料の計算方法について

年間の保険料は「医療分」と「子ども分」の合計となり、個人ごとに決まります。



- 均等割額は、世帯の所得や他条件により7割・5割・2割の軽減措置があります。
- 総所得金額などとは、年金所得、給与所得、事業所得などの所得および退職所得以外の分離所得の合計額をいいます。
- 資格確認書の一斉更新時にも、説明のためのパンフレットを同封いたします。

令和8年度の年間保険料は、令和7年中の所得状況などに基づいて7月に決定し、お知らせします。

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1579

令和8年度男女共同参画週間キャッチフレーズが決まりました

6月23日～29日は男女共同参画週間

「あなたらしさが、社会のチカラ」

5 ジェンダー平等を
実現しよう



市民の皆さん一人一人の
取り組みが必要です



- 家事・育児・介護は、家族みんなで協力
- 学校では、子どもの個性や自主性を大切に
- 地域づくりは、みんなでともに
- 男女ともに、働きやすい環境づくり

問い合わせ 対馬市男女共同参画推進懇話会事務局 (総務課内) ☎0920(53)6201

個別型女性がん検診のお知らせ

子宮頸がんは日本人女性の79人に1人、乳がんは8人に1人がかかるといわれますが、初期には自覚症状がほとんどありません。検診が早期発見の決め手です。この機会にぜひ受診しましょう。

〈対馬病院〉

検診項目	検査内容	対象者	時間	費用
子宮頸がん検診	子宮頸部細胞診	20歳以上 ※令和7年度に市の検診を受けていない方	月・火・水 11:00~	2,000円
乳がん検診	マンモグラフィ	40歳以上 ※令和7年度に市の検診を受けていない方	月~金 (木は午前のみ) 10:30~/14:00~	2,000円

※希望受診日の4日前までに電話予約してください。

〈上対馬病院〉

検診項目	検査内容	対象者	時間	費用
子宮頸がん検診	子宮頸部細胞診	20歳以上 ※令和7年度に市の検診を受けていない方	木(第1・3・5のみ) 11:00~	2,000円

※希望受診日の3日前までに電話予約してください。

対象 5月の集団型女性がん検診を受診できなかった方

受診期間 6月1日(月)~12月25日(金)

申込先 健診コールセンター ☎0920(58)7011 *平日9:00~16:00

その他 検診結果の発送は約2か月後になります。

受診できる人数に限りがありますので、お早めにご予約ください。

現在、気になる症状がある方は、検診を待たずに医療機関を受診してください。

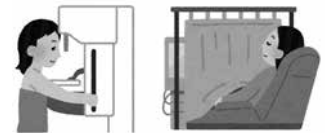
発熱などの風邪症状や強い倦怠感がある場合には、受診日の変更をお願いします。

*子宮頸がん検診…分娩や急な手術が入った時は受診できない場合があります。

月経中は受診できません。すでに予約がお済みの場合、予約の変更をお願いします。

*乳がん検診………月経が終了して5日経過した頃は乳腺の張りが少なく、受診に最適な時期です。

ペースメーカー植込みや頭部シャント術・豊胸手術を受けた方、妊娠・授乳中の方、乳がんで治療を受けた方などは受診できません。



女性がん検診無料クーポンをお持ちの方も、現在予約受付中です。

【無料クーポン対象者】子宮頸がん：平成17年4月2日~平成18年4月1日生

乳がん：昭和60年4月2日~昭和61年4月1日生

問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116

STOP! DV・児童虐待

DVは「夫婦間の問題」だと思っていないませんか？

「これってDVかな?」「今すぐパートナーから逃れたい」「子どもたちのことも心配」など

子どものためにも、一人で悩まず相談してください。



DV相談プラス 24時間受付 ☎0120(279)889 (つなぐはやく)

子どもの虐待に関する相談 ☎189 ※虐待通告は24時間365日対応

問い合わせ 対馬市男女共同参画推進懇話会事務局(総務課内) ☎0920(53)6201

ヤマネコがつなぐご縁で10周年！沖縄の南の島々とこれからの対馬を語ろう 竹富町・対馬市友好都市締結10周年記念シンポジウム「島々の未来共創」

参加無料
申込不要

対馬と同じく、野生のヤマネコが暮らす沖縄県竹富町。希少な自然や独自の文化を守るという同じ使命を持つ両島は、友好都市として10年間絆を深めてきました。この節目に、専門家や両島で活躍する島民を交え、自然と人が共生する「これからの島づくり」について一緒に考えてみませんか？お近くにお越しの際は、途中からの参加も大歓迎です！

○と き：7月4日（土）13:00～17:45
○ところ：対馬市交流センター3階

参加特典：最後まで参加いただいた方に、
竹富町特産の黒糖プレゼント！

<第1部13:00～>
ヤマネコと自然が育んだ文化の未来

基調講演：五箇公一（国立環境研究所）
パネル：長澤孝道（イルンティ・フタデムラ）
吉野元（佐護ヤマネコ稲作研究会）

<第2部15:25～>
美しく豊かな海を守る

基調講演：杉原薫（つくば市ジオパーク室）
パネル：河合正憲（西表財団）
末永通尚（対馬CAPP）

フィナーレ「島々の未来共創宣言」～次世代へつなぐ、自然と文化のバトン～

※展示ホールで友好10周年特別展も同時開催（6月30日～7月7日）

【竹富町ってどんなところ？】

竹富町は、八重山諸島の9つの有人島からなる日本最南端の町です。イリオモテヤマネコが棲む世界自然遺産の「西表島」、赤瓦の町並みが美しい「竹富島」、サトウキビ畑が広がり、ちゅらさん舞台の「小浜島」など、個性豊かな島々に約4千人が暮らしています。全域が世界屈指の美しい「星空保護区」にも認定されています！



イベント詳細
はこちらから

問い合わせ SDGs戦略課 ☎0920(53)6221

歯周疾患検診を実施します

対馬市では、歯科疾患の早期発見・治療および歯の喪失を予防するため、以下の方を対象に歯周疾患検診を実施します。

対象者 対馬市に住所を有し、当該年度に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に達する方

検診内容 問診、口腔内診察（むし歯や歯肉の状態観察）、歯みがき指導

受診方法 市内の実施医療機関へ直接お申し込みください。

実施期間 令和8年5月～令和9年2月末日（1人1回限り）

注意事項 検診を受診するためには、市から届いた歯周疾患検診チケットが必要です（5月はじめに送付しています）。対象の年齢でチケットをお持ちでない方は、以下へお問い合わせください。



問い合わせ 健康増進課 ☎0920(58)1116



朝鮮通信使の足跡をたどる③ ~^{やらい}矢来~

矢来^{*}は、3代藩主・宗義真の治世に府中湊（現在の厳原港）の沖に築かれた3つの石垣（外やらい、中やらい、内やらい）の防波堤です。日本国内・朝鮮からの船が出入りする、まさに対馬藩の玄関口たる府中湊を外洋波から守るための構造物でした。

文化年間（1804～1818）に、朝鮮通信使船が停泊する矢来に対して大規模改修が行われました。当時の対馬藩の記録を見ると、金石川から流れ込んだ土砂が大量に矢来の内側に滞留し、大型で深さのある朝鮮通信使船が出入りできない状況でした。また、土留めの建築物や、荷揚げの場所を新設する必要があったようです。

対馬藩は、これら港湾整備を江戸幕府からの援助を受けながら推進していきます。矢来内側の土砂の^{しゅんせつ}浚渫については、計2万400人余りの人夫が必要と試算しています。現在の対馬市の人口約2万6000人（令和8年4月30日時点）と比べると、対馬藩は膨大な人員を矢来の整備に充てていたことが伺えます。

その後、矢来は、昭和30年代の厳原大橋建設時に土台として利用されました。一部は今でもその石垣を見ることができ、江戸時代と同じく船舶が係留されています。文化年間における朝鮮通信使のための港湾整備は、実は、時代を経て、現在の私たちの生活を陰ながら支えているのです。

※対馬藩の記録では「屋らい」と表記される。



↑現在の厳原港



↑文化年間の府中湊

草場佩川「津島日記」(多久市郷土郷土資料館所蔵)より「府中湊図」

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

上対馬振興部 地域振興課

☎0920(53)6208

☎0920(86)3111

韓国食堂利用について ~食堂編~

今回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！ 今月は韓国の食堂利用についてご紹介します。
一つ目、セルフサービス（셀프 서비스）！この「セルフ」の文字を覚えたら少しは楽になるかもしれません。韓国では店によって水、箸とスプーン、取り皿、はさみのような基本的な道具からソース、おかずなどもセルフで取れるようになっているスペースがあります！

二つ目、トイレパスワード（화장실 비밀번호）！韓国にある食堂やカフェにはトイレがオートロックになっている所があります。主に店の中にトイレがない場合です！一つのトイレをいくつかの店が一緒に使う場合があるので安全管理と店を利用せずにトイレだけ利用する人を防ぐためオートロックになっています。このような場合はパスワードが店の壁やレシートに書いてあります！または鍵で開ける場合もあります。

三つ目、テーブルオーダー（테이블오더）！テーブルでオーダーして決済までできる機械のことです。韓国は元々クレジット決済が多かったですが、コロナの影響で更に多くなり、この機械の導入が早く進みました。これは写真と外国語の表示利用ができるので、文字だけのメニュー表よりも可読性が良く、韓国人にも外国人にも楽だと思います。このような機械はカード専用が多いですが、現金での支払いもできます！現金の場合は店員さんに声をかけてみてください。

今回は皆さんも遭遇するかもしれない見えない利用ルールについて説明しました。全ての状況が該当するわけではありません！あくまで参考にしてください～！



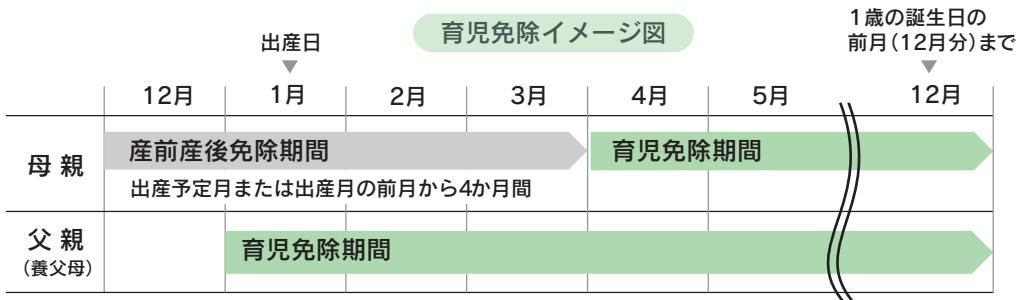
対馬市国際交流員
キム スミン
金 秀珉

令和8年(2026年)10月から国民年金保険料の育児免除制度が始まります

育児期間中の経済的な給付に相当する支援措置として、子を養育する国民年金第1号被保険者（20歳以上60歳未満の自営業者、農業者、学生、無職の方）について、その子が1歳になるまでの期間に係る国民年金保険料の納付を免除される制度が令和8年（2026年）10月から新たに始まります。

子を育てている方（実父母・養父母）は、申請することで、所得に関係なく国民年金保険料の納付が免除されます。

また、納付が免除された期間は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。



長崎北年金事務所の出張年金相談

- とき 7月22日(水) 13:30~17:00
ところ 美津島行政サービスセンター
- とき 7月23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 7月17日(金)
- ★予約先 ☎095(861)1354



マイナポータル(電子申請)はこちらから

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

え、1回だけじゃない!? 1回限りの契約だったはずなのに
巧妙化する定期購入のトラブルにご注意! 定期購入に関する相談が多く寄せられています

【相談概要】

「1回限り」とあった化粧クリームを注文したのに2回目が届き定期購入だと気づいた。スマートフォンの広告で「1回限り2,980円」の化粧クリームを注文した。クリームが届き、同封された請求書を用いて代金を支払った。しかし、2回目の商品が届き、定期購入になっていたことに初めて気がついた。請求金額は約2万円で、最初の注文時には定期購入になるとはわからなかった。最終確認画面や注文完了メールなどはよく覚えていない。どうしたらよいか。

【消費者へのアドバイス】

「定期縛りなし」という記載があっても定期購入の契約かもしれません

全国の消費生活センターには「定期縛りなし」や「回数縛りなし」という広告をみた消費者が注文したところ、実は解約しない限り継続的に商品が届く定期購入の契約だったという相談が寄せられています。「定期縛りなし」は「最低購入回数の指定がない契約」(「いつでも解約できる定期購入」)である可能性がありますので契約時には注意が必要です。



「商品確認画面」も含め、契約条件に関する記載はすべて写真や、スクリーンショットなどにより画像で保存しましょう。また、注文する際にやり取りした事業者からのメールなどがあれば、それらも保存しておきましょう。これらは証拠になります。困ったときは、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。

住み慣れた地域でいつまでも！～生活支援コーディネーターのご紹介～

「ちょっとした困りごとはありませんか？」下のイラストにあるとおり、対馬市には地域の支え合いをサポートする「生活支援コーディネーター（SC）」がいます。

私たちは、高齢者の皆さんが安心して自分らしく暮らせるよう、ボランティア活動の場づくりや、地域のニーズとサービスをつなぐ役割を担っています。

令和8年度は、これまでの取り組みを振り返る大切な年と考えており、特に以下の活動に力を入れます。

- 「つなぐ地区会」の開催：今年度は、31地区以上で住民座談会を行い、地域の声を直接伺います。
- 官民連携のスタート：住民・企業・行政が手を取り合う新しい仕組みづくりを始めます。
- 支え手の養成：移動や外出のお手伝いなど、地域を支える仲間を10人以上養成

住んでいる地区で「こんな活動してみたい」「地域の課題を解決したい」など、気になることがあればイラストにある各圏域の担当者まで、お気軽にご相談ください！ 第1層生活支援コーディネーター 阿比留

第1層 生活支援コーディネーター



対馬市全域 担当：阿比留
対馬市社会福祉協議会 本所



📍 上圏域
担当：庄司・宮原



問合せ先
対馬市社会福祉協議会 上対馬支所
TEL：0920-86-3841

📍 上圏域・中圏域
担当：古藤



問合せ先
対馬市社会福祉協議会 本所(地域福祉課)
TEL：0920-58-1432

📍 中圏域・下圏域
担当：齋藤



問合せ先
対馬市社会福祉協議会 本所(地域福祉課)
TEL：0920-58-1432

📍 下圏域
担当：平山・小島



問合せ先
対馬市社会福祉協議会 美津島支所
TEL：0920-54-2429
対馬市社会福祉協議会 厳原支所
TEL：0920-52-1169

図書Navi

問い合わせ
つしま図書館
☎0920(52)3900

7月の休館日

日	月	火	水	木	金	土	休館日
			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		

図書館の本を予約できるのはご存じですか？

読みたい本が貸出中で借りられない…。そんなときは予約がオススメです。図書館カードがあれば、図書館の本はいつでも予約可能です。詳しくは図書館のカウンターでお尋ねください。

新刊



一般書

【ChatGPT活用】思ったことが
スラスラ話せるすぞい英会話
(リチェンジ)

谷口恵子／著

思ったことをそのまま英語にできる力を育てる一冊。ChatGPTを使い、言いたいことを整理しながら自然な英会話表現を身につけられます。英語が苦手でも会話が続く実践的トレーニングが満載です。

新刊



児童書

六月の満月
(流星舎)

一栗ライオン／著

六月の夜空に満ちる月をめぐり、静かで切ない人間模様を描いた物語。満月が照らし出すのは、登場人物たちの秘めた想いや揺れる心。季節の移ろいととも、読後にそっと余韻が残ります。

新刊



たけのこ のびのび
(ほるぷ出版)

すとうあさえ／文
かじりみな子／絵

土の中ですくすく育つたけのこが、のびのびと世界を広げていく姿を描く心あたたまる絵本。自然の息づかいや成長のよろこびがやさしく伝わり、小さな読者の想像力をそっと育ててくれます。

新刊



あそんでまなぶ
はじめてのふるまいえほん
(西東社)

柗原礼士／監修
たかまつかなえ／イラスト

礼儀やマナーを、遊びながら自然に身につけられる幼児向けの知育絵本。あいさつや食事のふるまいなど、日常で大切な行動をやさしい言葉と楽しいイラストで紹介。はじめてのしつけにぴったりの一冊です。

情報BOX

じょうほうぼくす

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 7月14日(火)・28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
@439admw



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

相談無料
要予約

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け付けています。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 7月29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。※来所は17:00まで
- 問い合わせ 対馬保健所 企画保健課
(予約先) ☎0920(52)0166

お知らせ

詐欺の電話はアプリでブロック!

携帯電話にニセ電話詐欺の犯人から電話がかかってくるケースが急増しています。

犯人からの電話を直接受けないためには、犯人が使う国際電話番号などをアプリでブロックする対策が有効です。※推奨する本アプリは無料です。



要注意電話番号からの着信を遮断・警告

※要注意電話番号とは、過去に犯行に使用された電話番号などのことを言います。

国際電話番号からの着信を遮断・警告

※iOSは警告のみ

通話先情報の表示

※アプリ開発者が登録している公的機関や事業者名称が表示されます

【警察庁推奨アプリ(無料)】

2次元コードを読み取ると、警察庁ホームページからアプリの公式サイトに接続できます。

<https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/sos47/apps/>



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

お知らせ

都市計画区域マスタープランの変更のための説明会を開催します

厳原都市計画の「都市計画区域の整備、開発および保全の方針（都市計画区域マスタープラン）」の変更のための説明会を次のとおり開催します。

- と き 7月6日（月）19:00～20:00
- と ころ 対馬市交流センター 3階大会議室（対馬市厳原町今屋敷661）
- 問い合わせ 長崎県 土木部 都市政策課
☎095(894)3033
対馬市 建設部 建設課
☎0920(53)6218

令和8年度ひきこもり家族教室開催のお知らせ

長崎県ひきこもり地域支援センターでは、ひきこもりで悩んでおられるご家族を対象に家族教室を開催します。

- と き 7月24日（金）、8月28日（金）、9月25日（金）、10月23日（金）、11月27日（金）、12月25日（金）、2月26日（金）
- 開催方法 ①長崎こども・女性・障害者支援センター（長崎市橋口町10-22）
②オンライン開催
- 申込期限 7月3日（金）
- 申込方法 以下へ電話でお申し込みください。
- 問い合わせ 長崎県ひきこもり地域支援センター（長崎こども・女性・障害者支援センター内）
☎095(846)5115

事業主の皆さんへ

労働保険年度更新はお済ですか？

今年度は6月1日（月）から7月10日（金）までが労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間となっています。

事業主の皆さんにおかれましては、期限内の申告・納付をお願いします。

なお、申告・相談は窓口でも受け付けていますので、お気軽にご来署ください。



対馬労働基準監督署
〒817-0016
対馬市厳原町東里341-42
厳原地方合同庁舎3階
☎0920(52)0234

申告・相談は国税庁LINE公式アカウントが便利です



「よくある税の質問」(タックスアンサー)を確認!



税務署でよくある質問に対する一般的な回答を調べることができます!

不明点は「チャットボット」に相談!

あなたが知りたい情報をチャットボット(ふたば)がチャット形式でお答えします!



解決しないときは「国税相談専用ダイヤル」!



「国税相談専用ダイヤル」

☎0570(00)5901をご利用ください!

税務署に電話して音声案内「1」でもOK!

【受付時間 8:30～17:00】

(土日祝日および12月29日～1月3日を除く)

※申告書の提出状況や還付金の処理状況などの個別的な照会には対応しておりません。
※通話料金は、ご利用者の方のご負担となります。

まずは「友だち追加」から!

2次元コードを
スマホで読み取り!



- 問い合わせ 厳原税務署 ☎0920(52)0645

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。

耳の後ろに
白い斑点があります。

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



梅雨時期の大雨・洪水に注意をお願いします

令和8年

防災だより 対馬南警察署 対馬北警察署

大雨、台風の際は **命を守ることを第一に!!**

今年も梅雨、台風の季節がやってきます。事前の備えで命を守る行動を取りましょう!!

命を守るための5箇条

- 1、普段から避難所の位置を確認しておき、非常用持ち出し品を準備しておくこと
- 2、身の危険が迫る前に避難所へ避難すること
- 3、川や田んぼの確認に行かない、水場に近づかないこと
- 4、テレビ、ネット、ラジオ等で最新の気象情報を知っておくこと
- 5、市職員、消防、警察の指示に素直に従いスムーズに避難すること

大雨、台風時は土砂崩れ、河川の氾濫、道路冠水、民家の浸水に巻き込まれ命を失う危険性が高いです。大雨時は避難する場合を除いて**絶対に外出しないでください!**

▼非常用持ち出し品ってなに?
 ・非常食、飲料水
 ・懐中電灯
 ・現金、貴重品
 ・衣服、持病の薬
 ・携帯用ラジオ 等です。

6月から梅雨時期に入りますが、梅雨前線や線状降水帯による大雨、洪水災害被害に気をつけてください。

災害発生の可能性がある場合は命を守る行動を第一に、速やかな避難をお願いします。

最新の気象情報、早期注意報については気象台のサイト「キキクル」で確認できます。

●詳細情報

長崎県警ホームページ内の「対馬南警察署からのお知らせ」をご覧ください。

右の2次元コードからアクセスできます。



●問い合わせ

対馬南警察署 ☎0920(52)0110
 対馬北警察署 ☎0920(84)2110

令和8年度 男女共同参画週間
 キャッチフレーズ

あなたらしさが、社会のチカラ

対馬市男女共同参画推進懇話会

ニセ電話詐欺にだまされない!
 詐欺電話対策あります

固定電話は↓
 0120-210-364

携帯電話は↓
 アプリをダウンロード

対馬南警察署 0920-52-0110

だまされないで!「私は大丈夫」は危険です!

県内では、料金の支払いを巡る架空の請求(架空料金請求詐欺)や保険料などの還付金の返還を口実(還付金詐欺)とするニセ電話詐欺が急増しています。

だまされないポイント

◎架空料金請求詐欺

- 身に覚えのない料金請求のメールには安易に連絡しない。
- 不要なメールが届かないように受信拒否設定をする。

◎還付金詐欺

- ATMで医療費や年金の払戻し手続きをすることはありません。
- 会話内容を自動録音する迷惑電話防止機能付き電話機を活用する。

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

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



熊本県山江村の「つつじ祭り」に出店!

～あおさの味噌汁で深まる山江村との絆～

4月19日、熊本県山江村で開催された「やまつつじ祭り」に物産ブースを出店しました。当日はあいにくの雨模様となったものの、会場には熊本市内をはじめ多くの来場者が詰めかけ、大変な賑わいを見せました。

物産ブースでは、対馬の特産品の販売を行い、対馬をよく知る方や対馬に知り合いのいる方々から温かいお言葉をいただきました。また、磯の香り豊かな「あおさの味噌汁」を振る舞い、雨で肌寒い来場者の心と体を温めました。

ステージイベントでは、かすまきの早食い競争が行われ本市出身の選手が見事優勝を果たし、対馬名物のプライドとメンツをしっかりと保つ快挙に会場は大いに沸きました。

両自治体の特産品と楽しいステージを通じ、山江村と対馬市の絆がさらに深まるイベントとなりました。



防災行政情報はアプリでの受信をお願いします

新防災システムへの移行に伴い、火災や災害、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した。**IP告知端末への放送は令和8年3月末をもって終了しました。**

従来の方法

IP告知端末
(順次回収します)

令和8年4月から

スマホ(タブレット)アプリ
アプリの詳細な説明は対馬市ホームページをご確認ください。

どこにいても配信情報の受信が可能になります。



(Android/iOS用アプリ)



(対馬市ホームページ)

※アプリのインストール方法、その他の詳細については対馬市ホームページをご確認ください。

問い合わせ 地域安全防災室 ☎0920(53)6206

(令和8年5月31日現在)

人口・世帯数		市全体
男		13,006人
女		13,069人
合計		26,075人
世帯数		14,367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)	11 (+3)	1 (-1)	12 (+2)
死者数	本年(前年比)	0 (0)	0 (-1)	0 (-1)
負傷者数	本年(前年比)	16 (+8)	1 (0)	17 (+8)

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]	2 (-1)	3 (-3)	5 (-4)
	人身[人]	3 (+1)	0 (-1)	3 (0)
	死者[人]	0 (-2)	0 (0)	0 (-2)


5月中の異動

転入	41人
転出	49人
出生	6人
死亡	38人

火災発生情報

発生件数	
本年(前年比)	9 (0)

火の確認
いい日を支える
いい習慣



おくやみ

(4月21日～5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	緒方伊勢子	(91歳)	曾	古藤久恵	(81歳)	鴨居瀬住吉	中野アイ子	(89歳)
網代	品川 潔	(84歳)	水崎	福井マリ子	(76歳)	小浦	部原 吉光	(82歳)
舟志	武本 榮子	(85歳)	廻	中庭トシ子	(94歳)	小浦	井田 博一	(73歳)
芦見	的場千恵子	(87歳)	上の町第二	大川 数代	(74歳)	宮谷	増田ヒユミ	(95歳)
一重	平間 美枝	(94歳)	日向	岡村 富雄	(87歳)	日吉	天野 詩子	(65歳)
一重	山下 安世	(87歳)	屋ヶ浦	三島 直義	(82歳)	中村	小田 靖代	(82歳)
一重	平間トモ子	(84歳)	大船越本町	横尾 敬介	(77歳)	田淵	大塔 初子	(84歳)
深山	原 操子	(94歳)	平瀬原	糸瀬あさ子	(66歳)	大手橋	平山利喜雄	(75歳)
友谷	緒方 實行	(90歳)	久須保	浦瀬靖一郎	(84歳)	国分	田川 幸世	(94歳)
飼所	木村 忠義	(92歳)	緒方	大前 法子	(81歳)	豆敷上町	阿比留作江	(86歳)
佐賀	吉田喜久枝	(100歳)	犬吠	永野 好人	(96歳)	下原	三山 幹子	(89歳)
仁位	佐伯 和実	(68歳)	濃部	犬束 洋義	(84歳)	久根田舎	初村 利己	(36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。

5月号おくやみで國分スマ子様の住所に間違いがありました。正しくは根緒です。訂正してお詫びします。

● 熱中症への対策を! ●

熱中症は誰でも起こりうる命に関わる大きな問題です。これからの時期は特に注意が必要です。

- 暑さを避け、身を守りましょう
 - 屋内では…エアコンなどで温度を調節する
遮光カーテンやすだれを利用する
 - 屋外では…日傘や帽子を着用する
日陰を利用しこまめな休憩をとる
- からだの蓄熱を避けるために…通気性のよい、吸湿性、速乾性のある衣服を着用する。保冷剤、水、保水タオルなどで体を冷やす。
- こまめに水分を補給する
喉の渇きを感じなくてもこまめに水分補給しましょう



健康ひと口メモ

健康寿命の延伸 ～がん～

- 定期的ながん検診を受けましょう
- がん検診の結果、精密検査が必要な場合は、早めに受診しましょう



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

7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の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。



長崎県対馬病院

☎0920(54)7111

予約制	診療科目	診療日	予約制	診療科目	診療日
★	脳神経内科 (長崎大学病院)	1・15	★	禁煙外来 (佐野威和雄)	2・9・16・23・30
	循環器科(総合外来) (五所大和)	6・13・27	★	リウマチ外来 (長崎医療センター)	31
★	循環器科 (西海救急クリニック)	17	★	肝臓外来 (長崎医療センター)	17
★	皮膚科 (長崎大学病院)	2・3・16・17		眼科 (九州大学病院)	1・15
★	皮膚科 (九州大学病院)	1・15・29		耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	1・2・8・9・15・16・22・23・29・30
	糖尿病外来 (福岡大学病院)	13		耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	6・7・13・14・21・27・28
	泌尿器科 (九州大学病院)	2・9・16・23・30		乳腺外来 (永尾修二)	2・6・9・13・16・23・27・30
★	泌尿器科 (原三信病院)	17	★	血液内科 (五日市記念病院)	13
★	脊椎外来 (福岡大学病院)	1・15・29	★	血液内科 (長崎医療センター)	24
★	腫瘍科 (長崎大学病院)	9	★	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

★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	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	1・15
外科	2・23
小児科	7・21
産婦人科	2・16



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
7月 9日 (木)	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
7月16日 (木)	13:00 ~ 16:00 上県町地域福祉センター 対馬ひまわり基金法律事務所
7月23日 (木)	対馬市交流センター(厳原) 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→



6月 生まれ
お誕生日 おめでとう

今月お誕生日を迎える 子どもたちを紹介します!!

ご注意ください

- 申し込み多数の場合は、先着順（初めての方優先）とさせていただきます。あらかじめご了承ください。
- できるだけ顔や体（胸より上）が切れていない写真をご用意ください。
- メッセージは50文字程度でお考えください。



ひかちゃん♡
お誕生日おめでとう。
1人で歩ける様になって歩くのが楽しいね。毎日ニコニコ、元気いっぱい、家族も笑顔にしてくれます♡
ずっとママ大好きでいてね♡♡♡

そえじま ひかり
副島 光莉ちゃん
6/9生まれ(1歳)厳原町



7歳のお誕生日おめでとう♡4月からピカピカの小学1年生になった一心♡しっかり者のお兄ちゃんになったね♪これからも一心の笑顔に癒されながらいろんなことがんばろうね♡美咲より♡

ふなこし いっしん
船越 一心くん
6/18生まれ(7歳)厳原町



じいちゃん、ばあちゃん、
じいじ、ばあば♡
ぼくたちこんなに
おおきくなったよ♡
いつもありがとう♡
これからもずっと
みまもっていてね♡
だいすき♡

おつぎ あき まな
扇 滉葵くん 誠渚くん
6/30生まれ(6歳)上対馬町 6/5生まれ(3歳)



あーちゃんおたん
じょうびおめでとう★これから
もげんきいっばい
いなあーちゃん
でいてね♡♡
ピアノもがんば
ろうね♪♪♪

ぎしま あさ
木島 彩咲ちゃん
6/15生まれ(5歳)美津島町



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）

濟州海女博物館・対馬博物館共同企画展

島に生まれ、海女に生きる
— 濟州・影島・対馬

5月30日(土) ~ 8月31日(月)

観覧料 無料

会場 対馬博物館ギャラリー
(厳原町今屋敷668番地2)

主催 濟州海女博物館、影島区、対馬博物館



対馬博物館では、濟州、影島、対馬をつなぐ「島の海女文化」を紹介する写真展を、濟州海女博物館、影島区、対馬博物館が共同で開催しています。それぞれの島で生きる海女の姿を切り取った写真を通して、女性たちが海との対峙の中で紡いだ島のつながりと海女の歴史をご紹介します。

問い合わせ

対馬博物館 ☎0920(53)5100

詳細はこちら(ウェブサイト)→



写真 上：須川英之《海に生きる》2017年
下：濟州記録文化研究所ハガン《たこ獲り》2019年



募 集

お誕生日おめでとう・地域行事などの情報を募集しています。

●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



この用紙は地球環境保護のため再生紙を利用しています。

●発行 対馬市 〒817-8510 長崎県対馬市厳原町国分1441
☎0920(53)6111 Fax 0920(53)6112
Mail : tsushima@city-tsushima.jp
HP http://www.city-tsushima.nagasaki.jp