

心報 つしま

no.146
2016

★底チカラで活力づくり ★市民チカラでまちづくり ★広がるチカラで未来づくり



特集

比田勝市政 発進！

- | | |
|-----------|---|
| つしまトピックス | 2 |
| Pick up! | 3 |
| 各課からのお知らせ | 8 |

- | | |
|------------|----|
| こうほうショッキング | 24 |
| お誕生日おめでとう | 28 |





未来の消防士は僕だ！

3月13日、対馬市消防本部で「消防フェスタ2016」が開催されました。消防車の前で記念撮影や、消火器を使った消火体験・消防車からの放水体験等が行われ、普段間近で見る事ができない消防車等に触れる事ができ子ども達は大興奮していました。



つつみかん片手にRUN

3月13日、厳原町の豆酸で「豆酸の里ロードレース」が行われました。ロードレースの部(8k・4.4k)とウォーキングの部(4.4k)があり、沿道から見守る豆酸みかん農家の有志の方々から「つつみかん」が手渡され豆酸の町中を走り抜けました。



ご寄付ありがとうございました

3月15日、対馬市役所で長崎県管工事業協同組合連合会様より20万円、対馬管工事業協同組合様より10万円、合わせて30万円を社会貢献事業に役立つようにと、対馬市にご寄付をいただきました。大切に使わせていただきます。



祝 白寿 おめでとうございます

浦瀬 スミ子さん (美津島町) 大正6年3月10日生まれ

99歳を迎えた浦瀬さんに市から褒状とお祝い金が贈られました。これからも長生きしてください。

おっ しま な島です。対馬 トピックス



カルタで対馬の偉人を学ぶ

3月5日、厳原町の長寿院で「第7回芳洲先生の事績を偲ぶ会(芳洲会)」が行なわれました。法要後、芳洲カルタ取り大会が行われ、参加した小学生達は、江戸時代の儒学者で朝鮮通信使に随行した対馬の偉人である雨森芳洲先生を学びました。



ウマイッ！酔っ払ったあ(^^;;

3月6日、美津島町の河内酒造で第8回あそう物産市「第7回河内酒造蔵開き」が行なされました。地酒の利き酒当てや猪鍋の振る舞い、美津島町出身のnarukoさんのコンサートなどがあり、多くの市民が赤ら顔で対馬唯一の蔵元の地酒を楽しみました。



対馬の歴史文化を発信するシンボル

3月12日、厳原町の中村ふれあい公園で宗義智公顕彰碑完成除幕式が行われました。顕彰碑は、銅像2台座1.8mの高さで、義智公の子孫の宗中正氏や実行委員会会長の小島武博氏などが銅像にかけてあった白布を引き銅像が公開されました。

Pickup!① たくさんの思い出をありがとう

3月6日、明治6年に阿連地区の延命寺で「阿連学校」として授業を開始されてから142年、佐須村立尋常小学校阿連分校として創立依頼120年という歴史を持った、対馬市立阿連小学校で閉校式が行われました。全校児童は10名で、今年度2名が最後の卒業生として阿連小学校を卒業します。第一部のお別れ集会では、児童達による阿連小学校の思い出を演劇にして発表。第二部の閉校記念式典では、児童代表の山崎亮汰くんが学校旗を市長に返納、式の最後には出席者全員で校歌を合唱し阿連小学校の歴史に幕を閉じました。

阿連小学校の児童は、4月から金田小学校へ登校します。



8年間走りに走りました

3月25日、2期8年間の対馬市長としての職を辞する財部前市長の退任式が、市役所別館大会議室で行われました。職員からのフォトムービーが放映された後、財部前市長から職員へ激励の言葉が送られました。市役所正面玄関では花束を手渡された前市長が涙ながらに「ありがとう」と職員に挨拶をかわし市役所を後にしました。

Pickup!②



Pickup!③ 知恵と汗を出しながら



3月28日、市役所正面玄関前に市長となって初登庁した比田勝新市長へ、職員から花束が手渡され、多くの職員が初登庁を歓迎しました。その後、職員へ比田勝新市長から訓示が述べられ、比田勝新市政のスタートを切りました。

発進！比田勝市政



任期満了に伴う対馬市長選挙において、無所属新人で元副市長の比田勝尚喜さんが当選し、3月28日に初登庁しました。

人口減少時代を迎え、過疎高齢化・少子化・農林水産業の振興・交流人口の拡大など多くの課題を次世代への夢や期待に変えるべく、対馬のかじ取り役を任せられた比田勝新市長にこれからの対馬についてインタビューしました。

つしま
デカラ
Power Of Tsushima

市長選への 決断

財部市長の3期目への不出馬を受けて、これまでに築き上げてこられた政策を停滞させるわけにはいかない。特に（仮称）国境離島新法の成立を目前に控えて、期成会や市議会と共に一丸となつて対馬市の活性化に向けて国や県に働きかける重要な時期だと考えました。新法が成立した後も他の離島に後れを取らないよう中央とのパイプを最大限に活用しながら、継続を力にして、見直すべきところは果敢に修正する「守・破・離」の手法で市民の皆様が「対馬に生まれて良かつた。対馬に住んで良かつた」と想える豊かな島づくりを目指していきたいと決心しました。

しゅーはーり【守破離】
剣道や茶道などで、修業における段階を示したもの。

「守」は、師や流派の教え、型、技を忠実に守り、確実に身につける段階。「破」は、他の師や流派の教えについても考え、良いものを取り入れ、心技を発展させる段階。「離」は、一つの流派から離れ、独自の新しいものを生み出し確立させる段階。



選挙戦を振り返り 感じたこと

対馬全島を歩きながらあらためて、空き家と独居老人世帯の多さに驚きました。これは、基幹産業である農林水産業の衰退と雇用の場の減少が大きな原因であるのではと考えています。中でも高齢者の皆様からは、

病院等への通院における路線バスの改善や交通網の充実を強く要望されました。また、市民の皆様は、今後も住み慣れた対馬で生活していくことを強く望んでいました。

「地域包括ケアシステム」の早期構築を目指しながら、健康増進や福祉が急務だと考えています。そこで御

施策の充実を図り、併せて、産業の活性化や交流人口の拡大を図ります。

嶽や白嶽の深山幽谷な自然のなかで、東側にも西側にも海峡が見渡せるような縦走路を整備したいと考えています。

公約 「豊かなしまづくり 5つの拡大戦略」の 具体的な政策

①交流人口の拡大

対馬は、農林水産業の活性化なくして地域振興を図ることはできません。また、農林水産業に元気がなくては交流人口の拡大も望めません。農林水産業と観光産業の融合を図り、体験観光等の受け入れを充実したいと考えています。これまでの見せる

観光に、対馬の豊かな食材を食べる楽しみを乗じた「観光の掛け算」を構築するために、対馬の特産品や食材の安定供給のための「特産品配送センター」を整備します。

懸案であつた宿泊施設不足につい

ても、厳原地区や上対馬地区で建設計画が具体化してきますが、20万人を超える韓国人観光客とともに、国内観光客をもつと持続的に呼び込むためには、新たな観光資源の開発が急務だと考えています。そこで御



初登庁で職員に訓示する比田勝市長

はじめに着手すべきは「ふるさと納税制度」の有効活用です。対馬の特産品の生産高と販売額を引き上げるため、さらに、特産品の加工における雇用の場を拡大させるため、返

②産業・所得の拡大

はじめて着手すべきは「ふるさと納税制度」の有効活用です。対馬の

特産品の生産高と販売額を引き上げるため、さらに、特産品の加工における雇用の場を拡大させるため、返

産業化を推進することで、付加価値を付け、生産者の所得向上につなげてまいります。また、これらの製造過程で必要となる施設整備については、補助事業で支援して参ります。



③人づくり・教育の拡大

全国で5番目を推移している出生率（2.18）を更に伸ばし、人口減少に歯止めをかけるためには、出逢いの場の提供が必須であるため、関係機関と連携しながら積極的に進めます。また、子育て世代の経済的負担軽減のため、保育所及び幼稚園料金の3人目以降の無料化など、利用料金の低廉化に向けた取り組みのほか、子ども医療費については、現在の未就学時までの助成を中学生にまで拡大します。

対馬市準市民の認定書を交付し、優待券を発行しながら対馬へ呼び込むことで、島内での消費拡大に繋げていきます。

農林水産物については、「対馬しいたけ」をはじめ、魚介類では、「アナゴ」や「アカムツ」、「アマダイ」等のブランド品が数多くあり、特定の市場では高値で取引されています。さらに、それ以外の産物も含め、従来の第一次産業の枠を超えて6次

産業化を推進することで、付加価値を付け、生産者の所得向上につなげてまいります。また、これらの製造過程で必要となる施設整備については、補助事業で支援して参ります。

④健康・福祉の拡大

対馬いづはら病院跡地の直営診療所につきましては、6月の開設に向けて準備を進めているところです。併せて、特別養護老人ホーム（50床+シヨートステイ40床）も平成29年度の早い時期に開所予定であり、福祉・医療体制の充実に努めます。

また、対馬いづはら病院跡地は、総合福祉・健康増進施設の拠点として位置づけ、現在の足湯の温泉源（漁火の湯）を活用した温浴施設と簡易な運動施設の整備による健康増進を図り、年々高騰する医療費や介護費等を抑制したいと考えます。

高齢者の方は、家族による介護をはじめ在宅サービス等を利用して、できる限り住み慣れた自宅や地域の介護施設に入所したいと考えておられることがから、先に述べましたように「地域包括ケアシステム」の早期構築が必要と考えています。また、要介護者とならないための予防に対する取り組みとして、高齢者の交流の場の確保や健康体操の推進、検診受診率の向上に取り組みます。

り、強い体と心を持つた「対馬っ子」を育みます。

⑤快適生活環境の拡大

「対馬市長期人口ビジョン」で示した目標すべき将来の方向性を踏まえ、市民の皆様が対馬に住み続けるために必要なサポートとして交通網の充実があげられました。各地域の幹線道路の整備拡充や病院等に通院する路線バスの充実が喫緊の課題であるため、国や県にも強く要望しながら、幹線道路の整備拡充に努め、「ミニユーニティバス等の充実を図ります。また、北部地域の強い念願であるJR九州高速船への混乗の実現について位置づけ、現在の足湯の温泉源（漁火の湯）を活用した温浴施設と簡易な運動施設の整備による健康増進を図り、年々高騰する医療費や介護費等を抑制したいと考えます。



財部前市長が唱えてきた 協働のまちづくりの継承

座右の銘

地域マネジャーや集落支援員等の協力と、各地域の皆様方の自分たちのまちを自分たちの力で豊かにしていきたいとの熱い想いが実を結び、現在64地区が、地域づくり計画を策定しています。また、地域づくり宣言については、181行政区の半数を超える98地区が、各地区の将来像を掲げ実現に向けての活動を開始されています。市民の皆様の熱い想いを後押しするのが行政の役割と考えていますが今後も市民と議会、行政が知恵と汗を流しながらスクランムを組んでまいりたいと思います。

また、早期の成立が予想される（仮称）国境離島新法により、航空運賃や航路運賃の低廉化が可能になりますため、国内観光客が増えることで交流人口のさらなる拡大が期待されます。島おこし協働隊や域学連携事業による大学、学生の視点や感覚を最大限に活用した島づくりを今後も目指します。

10年後の対馬

10年後の対馬をイメージしますと、対馬市総合戦略の施策展開により、人口減少のスピードも減速し、

小学生の時の恩師から贈られた「為せば成る、為さねば成らぬ何事も・・・」江戸時代中期の米沢藩主・上杉鷹山の名言ですが、「やろうと思えば何でもできます。できないのはやろうと思わないからです。」を心の中に秘めておくことで、いつの間にか座右の銘となつております。最近、分かつたことですがケネディ元アメリカ大統領も上杉鷹山公を政治家として尊敬していたそうです。江戸時代中期に人口減少対策として、現在の子供手当のような施策や農村への土着を奨励した施策は、領地返上寸前の藩財政の立て直しも含めて、今の時代にも通じる政治手腕の持ち主ではないでしょうか。政策的にも見習いたいと思います。

10年後の対馬をイメージします。待望の国境離島新法の成立後、航路・航空運賃の低廉化が実現。交流人口の拡大に伴う生活及び観光基盤の整備も進み、島内には、国内外からの旅行客が溢れ、子どもから高齢者まで市民の元気な声が響く「自然と歴史と活力に溢れた国境の島」と思えます。10年後の対馬をイメージします。

については、対馬デカラを結集し、「一億総活躍社会」ならぬ「市民総活躍の島」を目指し、その実現に邁進する所存でありますので、市民の皆様のご理解とご協力をお願ひいたします。



プロフィール

- 昭和29年9月15日生まれ（61歳）上対馬町大増出身
- 西日本短期大学卒
- 昭和52年上対馬町役場入庁
- 平成17年4月から対馬市役所本庁勤務
- 農林水産部長を経て平成25年8月に対馬市副市長に就任
- 小学校から続けている剣道は教士7段
- 厳原町で妻と長男との3人暮らし
- 趣味は旅行。学生時代には北海道を一周。
信州・沖縄・与論島などを巡った。

フェリー・ジェットフォイル運賃の割引制度の拡充について

長崎県及び対馬市では、一定の要件を満たすフェリーとジェットフォイル利用者に対して、次のとおり島民限定の運賃割引（50%割引）を実施しておりますが、平成28年4月1日から本土への通院者等に対する割引が追加となりました。

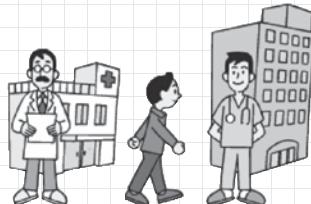
○割引制度

『現行の割引制度』

- ① 特定医療割引 ② 後期高齢者割引 ③ 学生割引
- ④ 身体障害者等自動車航送料割引

『追加される割引制度』

- 本土通院等割引



対馬病院・上対馬病院において診療を受けた島民が、島内で完結できない高度医療をするため、主治医が事前に発行する紹介状をもって、本土医療機関で受診する場合に割引を受けることができます。

なお、既に紹介状をもって本土医療機関で受診されている方も4月1日以降は対象となります。

○対象航路 ①博多～厳原間 ②博多～比田勝間

○手続き手順

- ① 対馬病院又は上対馬病院で「紹介状（初回のみ必要）」及び

「本土通院等療養申告書・療養状況申告書」をもらう。

※上記申告書は、病院での証明印が必要です（証明料として220円必要です）。

※複数回、本土の医療機関に受診される方は上記申告書を保管してください。

※3月31日以前から紹介状をもって本土医療機関に受診されている方は、本土通院等療養申告書の発行に時間をおこしますので、対馬病院又は上対馬病院に事前にご連絡ください。

- ② 「割引申込書」及び「紹介状（初回のみ必要）」、「本土通院等療養申告書・療養状況申告書」を乗船窓口に提示し、割引を受ける。

※紹介状は、乗船窓口では開封しません。



※詳しくは、未来創造・交通政策課までお尋ねください。



対馬市地域公共交通活性化協議会及び 対馬市地域交通検討委員会委員を募集します

○委員の任務 新たな公共交通網の構築に向けた検討・審議（年4回程度開催）

○委員の任期 平成28年5月下旬～平成30年3月31日

○委員の報酬等 対馬市特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例に準じて支給

○募集人数 2名

○応募資格 ① 地域公共交通に興味や関心がある方で、新たな公共交通網の構築に協力いただける方
② 本市に住所を有し居住している20歳以上の方

③ 本市の他の審議会等の公募委員に2つ以上選任されていない方

④ 行政機関の職員及び市議会議員でない方

⑤ 平日の昼間に開催する協議会に出席できる方

○応募方法 未来創造・交通政策課、各地域振興課、各行政サービスセンターに用意してある申込書に必要事項を記入のうえ、郵送・FAX・持参にて応募してください。

○応募期限 平成28年5月10日（火）

○応募先 未来創造・交通政策課 〒817-8510 対馬市厳原町国分1441

FAX 0920(53)6112

問い合わせ しまづくり戦略本部 未来創造・交通政策課 ☎0920(53)6111

『対馬市教育大綱』を策定しました

対馬市教育大綱（平成28年度～）

このたび、平成26年の地方教育行政の組織及び運営に関する法律の一部を改正する法律の施行に伴い、本市では、市長と教育委員会で構成する「総合教育会議」を設置し、協議・調整を経て「対馬市教育大綱」を策定しました。

基本理念

「ふるさと対馬を愛し、学び続ける人が育つまち」

この基本理念に基づき、恵まれた自然や貴重な歴史遺産、先人が築いてきた文化・風土を大切にし、人づくり、なりわいづくり、つながりづくり、ふるさとづくりに挑戦し「自立と循環の島つしま」の構築を目指して、市長部局と教育委員会が一体となって取り組んでまいります。

基本目標

(1) 生まれ育った地域への郷土愛の育成

将来の地域の担い手である子どもたちが、生まれ育った地域に誇りと愛着を持てるよう、豊かな自然や歴史・文化・伝統など、対馬の魅力に触れる郷土学習を推進し、郷土愛の育成に努めます。

(2) 確かな学力を身に付け、自己実現ができる子どもの育成

確かな学力や豊かな創造性を身に付け、自己実現に向けて、自らの能力を高めていこうとする意欲をもった子どもたちを育てます。また、自分自身の気持ちや考えを明確にし、他者の気持ちや考え方を尊重できるコミュニケーション能力を持った、グローバル化にも対応できる子どもたちを育てます。

(3) 子どもたちとしっかりと向き合った対応と関係機関との連携強化

子どもたちの個性や特性を正しく理解し、しっかりと向き合うことにより、命を大切にする心や思いやりの心を身に付けさせます。また、学校の危機管理体制の充実、関係機関との連携強化を図り、学校・家庭・地域が一体となった取組を推進します。

(4) 安全・安心で信頼される学校づくりの推進

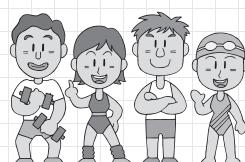
少子化により児童・生徒数が年々減少する中、保護者や地域の理解を得ながら適正な学校統合を進めています。また、PTAや学校支援会議による協働体制を充実させ、適正な教育環境を整備し、子ども・保護者・地域から安全・安心で信頼される学校づくりを目指します。

(5) 地域の特色を生かした生涯学習・生涯スポーツの推進

地域の特色やさまざまな学習資源を生かし、一人ひとりの生きがいづくりにつながる生涯学習の推進を図ります。また、生涯を通して、だれでも・いつでも・どこでもスポーツ活動に参加できるよう、市民やスポーツ団体等と連携し、スポーツに親しめる環境づくりに取り組みます。

(6) 対馬固有の遺跡や文化財の保存・活用の推進と島内外への情報発信の充実

国境の島として誇れる文化財と歴史遺産の保存・活用に取り組むとともに、特色ある文化芸術活動を次世代に継承していきます。また、対馬の魅力を島内外に発信できる人材を育成し、その価値を伝える交流の場としての拠点とそのネットワークづくりを目指します。



平成28年度から軽自動車税の課税率が変わります

平成26年度の地方税の改正により軽自動車税の税率が引上げられ、適用開始が1年間延期されていたものが、次のとおり変更になります（軽自動車税の課税の基準日は、毎年4月1日に車の所有者に課税され、3月31日までに廃車すると課税されません）。

①原付バイク等

車種	原付			ミニカー	農耕作業用	小型特殊 その他	軽自動車 二輪	小型二輪 自動二輪
	50cc以下	90cc以下	125cc以下					
新税率 【平成28年度以降】	2,000円	2,000円	2,400円	3,700円	2,400円	5,900円	3,600円	6,000円

手続・問い合わせ

○原付・ミニカー・農耕作業用・小型特殊…市民生活部 税務課 ☎0920(53)6111

各振興部住民生活課・各行政サービスセンター

※市外へ転出した場合は転出先の市役所・区役所・町村役場

○軽自動車二輪・小型二輪・自動二輪…対馬地区自家用自動車協会（対馬市厳原町久田645）☎0920(52)0537

②三輪・四輪の軽自動車

三輪および四輪以上の軽自動車は、平成27年4月1日以後に新規登録する車両について、平成28年度から新税率が適用されます。

ただし、平成27年3月31日までに登録された車両については、現行税率に据え置かれます。

車種	軽自動車三輪	乗用		貨物	
		自家用	営業用	自家用	営業用
現行税率 (平成27年3月31日までの登録車)	3,100円	7,200円	5,500円	4,000円	3,000円
新税率 (平成27年4月1日以降の新規登録車)	3,900円	10,800円	6,900円	5,000円	3,800円
経年重課 (新規登録後13年経過)	4,600円	12,900円	8,200円	6,000円	4,500円

※経年重課（重加算）は、初年度検査年月から起算して13年経過した車体で、その翌年度4月1日の軽自動車の所有者に対し、新税率に新たに加算されて課税します。

具体例（軽四輪 乗用 自家用車の場合）

○平成11年9月に新車を購入した（初年度登録 平成11年9月）

年税額	7,200円	12,900円（重課が適用）
年 度	～H26 H27 H28 H29 H30 H31 H32 H33 H34 H35 H36 H37 H38 H39 H40 H41 H42	

*平成14年以前に新規登録されたものは、平成28年度から重課が適用されます。

○平成24年9月に新車を購入した（初年度登録 平成24年9月）

年税額	7,200円	12,900円（重課が適用）
年 度	～H26 H27 H28 H29 H30 H31 H32 H33 H34 H35 H36 H37 H38 H39 H40 H41 H42	

○平成27年3月に新車を購入した（初年度登録 平成27年3月）

年税額	—	7,200円	12,900円
年 度	～H26 H27 H28 H29 H30 H31 H32 H33 H34 H35 H36 H37 H38 H39 H40 H41 H42		

○平成27年5月に新車を購入した（初年度登録 平成27年5月）

年税額	—	10,800円	12,900円
年 度	～H26 H27 H28 H29 H30 H31 H32 H33 H34 H35 H36 H37 H38 H39 H40 H41 H42		

手続・問い合わせ

○軽自動車三輪・四輪…対馬地区自家用自動車協会（対馬市厳原町久田645）☎0920(52)0537

保育所等の利用者負担額(保育料)を改正しました!

改正点

○ 1号認定（教育認定）

- ・一律負担から応能負担に算定方法の変更
- ・階層を設定し、国基準額の約7割に負担軽減の設定

○ 2号・3号認定（保育認定）

- ・国基準額の9割設定に加え、高い階層を約7割設定に負担軽減の拡充
- ※多子軽減（第2子半額、第3子以降無料）の適用範囲を18歳までに拡大
- ※ひとり親世帯等の負担を大幅軽減

詳しい内容については、担当窓口まで問い合わせください。



平成28年度 対馬市利用者負担額表（1号認定）

階層区分	定義	利用者負担額	
1	生活保護世帯	0円	
2	市民税非課税世帯及び市民税均等割のみ課税世帯	母子等 その他 0円 3,000円	
3-A	市民税所得割課税額48,600円未満世帯	母子等 その他 3,100円 7,200円	
3-B	市民税所得割課税額77,101円未満世帯	母子等 その他 5,100円 11,300円	
4-A		120,000円未満	12,400円
4-B	市民税所得割課税世帯	211,201円未満	14,400円
5		211,201円以上	18,000円

平成28年度 対馬市利用者負担額表（2号認定・3号認定）

階層区分	定義	利用者負担額			
		2号認定 [3~5歳 保育園等の子ども]		3号認定 [0~2歳 保育園等の子ども]	
		保育標準時間	保育短時間	保育標準時間	保育短時間
1	生活保護世帯	0円	0円	0円	0円
2	市民税非課税世帯	母子等 その他 0円 5,400円	0円 5,300円	0円 8,100円	0円 8,000円
3-A	市民税均等割のみ課税世帯 及び市民税所得割課税額 24,300円未満世帯	母子等 その他 5,400円 11,800円	5,300円 11,600円	6,700円 14,500円	6,600円 14,300円
3-B	市民税所得割課税額48,600円未満世帯	母子等 その他 6,900円 14,900円	6,800円 14,600円	8,300円 17,600円	8,200円 17,300円
4-A	市民税所得割課税世帯 77,101円未満	母子等 その他 9,800円 19,600円	9,700円 19,300円	11,100円 22,300円	11,000円 22,000円
4-B		97,000円未満	24,300円	23,900円	27,000円
5	169,000円未満	29,100円	28,600円	31,200円	30,600円
6	301,000円未満	33,800円	33,200円	42,700円	41,900円
7	397,000円未満	33,800円	33,200円	56,000円	55,000円
8	397,000円以上	33,800円	33,200円	72,800円	71,500円

問い合わせ 福祉部 こども未来課 ☎0920(58)1119

汚泥発酵肥料「浅浦」は、生産を休止しております

対馬北部衛生センターの汚泥発酵肥料「浅浦」は、平成28年3月末をもちまして生産を休止しております。

今後の汚泥発酵肥料の販売につきましては、「浅浦」の在庫品約1,300袋は、引き続き対馬北部衛生センター（上対馬町唐舟志）及び対馬クリーンセンター北部中継所（上県町佐須奈）で販売を行います。なお「浅浦」の在庫品がなくなり次第、厳美清華苑汚泥発酵肥料「ありねよし1号」を販売いたします。

問い合わせ 市民生活部 環境政策課 ☎0920(53)6111

年に1度は婦人がん検診を受けましょう！

子宮頸がんはこの20年間に低年齢化が急速に進んでおり、20～40歳代前半の若い年齢層で発症者が増えています。

乳がんにおいても女性の12名に1人の割合でかかるとされており、40歳代後半～60歳代前半での発症率が増えています。

年に1度の婦人がん検診を受けましょう。

※年齢は年度末年齢です。

婦人がん検診の内容・対象者及び料金

	検診の種類	検診内容	対象者（※対馬市民に限ります）	料金
1	子宮がん検診	子宮頸部細胞診・医師が必要と判断した方には子宮体部細胞診	20歳以上	1,000円
2	乳がん検診	エコー検査＆マンモグラフィー検査（2方向）	40・42・44・46・48歳	2,600円
		エコー検査＆マンモグラフィー検査（1方向）	50歳以上の偶数年齢	2,000円
		乳房超音波検査（エコー検査）	40歳以上の奇数年齢 (秋に個別型検診を予定していますが奇数年齢の方は対象となりませんのでこの機会に受診しましょう)	800円

婦人がん検診日程表

町	午 前			午 後	
	日 程	会 場	受付時間	会 場	受付時間
上 対 馬 県	5月 7 日 土	仁田コミュニティセンター	9:00～11:00	上県町ふれあいプラザ	13:30～15:00
	5月 8 日 日	上対馬町地域福祉センター	9:00～11:00	上対馬町地域福祉センター	13:30～15:00
	5月 9 日 月	上県町地域福祉センター	9:00～10:30	一重地区集会施設	13:30～15:00
厳 原	5月12日 木	豆駿小学校体育館	8:30～9:30	久根へき地保健福祉館	14:00～15:00
	5月13日 金	金田小学校体育館	8:00～9:00	健康管理センター	13:30～15:00
美 津 島	5月14日 土	健康管理センター	8:00～10:00	健康管理センター	13:30～15:00
	5月15日 日	健康管理センター	8:00～10:00	健康管理センター	13:30～15:00
豊	5月16日 月	対馬市総合福祉センター（美津島保健センター）	8:00～10:00	対馬市総合福祉センター（美津島保健センター）	13:30～15:00
	5月17日 火	対馬市総合福祉センター（美津島保健センター）	8:00～10:00	対馬市総合福祉センター（美津島保健センター）	13:30～15:00
玉	5月18日 水	豊玉町保健センター	8:00～10:00	豊玉町保健センター	13:30～15:00
峰	5月19日 木	豊玉町保健センター	8:00～10:00	豊玉町保健センター	13:30～15:00
峰	5月20日 金	峰地区公民館	8:00～9:30	中対馬開発総合センター	13:00～14:30

※申込みは不要です。 ※当日持ってくるもの：保険証または後期高齢者医療被保険者証、検診料金

問い合わせ 保健部 健康増進課 ☎0920(58)1116

南福祉保健センター ☎0920(52)4888 北福祉保健センター ☎0920(84)2313

● 水産課からのお知らせ ●

漁師になりませんか？



- 申込資格 真に対馬市に定着して漁業を営もうという強い意志を有する健康な人、かつ、漁業種類を問わず1年以上漁業経験がなく、申込の受付時点で55歳以下の人（U・Iターン可）
- 募集人員 4名程度
- 研修地 対馬管内の受け入れ可能な漁協
- 研修内容 ①一本釣り、延縄漁業等の実践指導（仕掛けの作り方・餌の付け方・仕掛けの投入方法及び巻上方法・ロープワーク・船舶の操作方法等）
②定置網漁業、養殖漁業等、雇用されて行う漁業の実践指導
- 研修の特徴 収入がない研修中は、一定の要件を満たす研修者に生活費の補助制度あり
- 研修期間 研修開始から2年以内（1ヵ月当たり20日以上の研修を実施）
※②の場合1年内
- 住居 研修期間中の住居の斡旋が必要な方は別途ご相談ください。
- 申込期限 平成28年5月31日（火）まで
※1 事業の詳細は対馬市ホームページをご覧ください。
※2 研修を希望する場所の漁協と相談の上、申し込みください。

問い合わせ 農林水産部 水産課（対馬市新規漁業者就業推進協議会事務局）☎0920(53)6111

● 水道局からのお知らせ ●

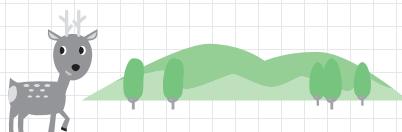
対馬市水道料金等検討委員会委員を募集します

- 委員の任務 簡易水道事業及び水道事業の経営統合にあたり、現行水道料金の格差を是正し料金の一元化及び適正な水道料金等のあり方を検討・審議する（年4回程度開催）
- 委員の任期 委嘱の日から、市長に意見書を提出するまで
- 委員の報酬等 対馬市特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例により支給
- 募集人数 1名
- 応募資格 ①将来の対馬市水道事業の健全経営について関心がある方
②本市に住所を有し居住している20歳以上の方
③平日の昼間に開催する委員会に出席できる方
- 応募方法 水道部水道課・各振興部住民生活課・行政サービスセンターに用意してある申込書に必要事項を記入のうえ、郵送・FAX・持参にて応募してください。
(対馬市ホームページでも入手出来ます)
- 応募期限 平成28年4月28日(木) 17:30（郵送の場合は当日消印有効）
- 応募先 対馬市役所 水道部 水道課 〒817-8510 対馬市厳原町国分1441
FAX 0920(52)1337

問い合わせ 水道局 ☎0920(52)0943

● 農林・しいたけ課からのお知らせ ●

狩猟免許試験を行います



- 試験種目 わな猟（わな）
- 受験資格 18歳以上
- 受付期間 平成28年4月25日（月）～5月20日（金）
- 試験科目 知識試験・適性試験（視力・聴力・運動能力）
- 開催日時 平成28年6月9日(木) 9:30～
- 開催場所 峰地区公民館
- ☆無免許での鳥獣捕獲は罰せられます!!（1年以下の懲役もしくは100万円以下の罰金）

問い合わせ 農林水産部 農林・しいたけ課 有害鳥獣対策室 ☎0920(53)6111
対馬振興局 農業振興普及課 ☎0920(52)4011

国指定名勝 旧金石城庭園の入園料を ゴールデンウィーク期間中は無料とします

対馬市では、厳原町今屋敷にある「国指定名勝 旧金石城庭園」の魅力を広く理解していただくため、ゴールデンウィーク期間中（4月29日～5月8日迄の間、ただし5月2・6日は休園日）の入園料を無料とします。

また、5月9日以降も引き続き、隣接の万松院に入場する際に配布されるパンフレットを持参した場合は、入園料を半額とします（当日のみ有効）。



旧金石城庭園：江戸時代に対馬藩主の居館であった金石城の西南に造られた近世庭園

旧金石城庭園入園料一覧

区分	住所地	入園料 (現行)	入園料 (ゴールデンウィーク 期間中: 4月29日～5月8日)	入園料 (5月9日以降: 万松院パンフレット持参の場合)
一般	市外	300円	無 料	現行入園料の半額
	市内	100円	無 料	現行入園料の半額
小・中学生	市外	100円	無 料	現行入園料の半額
	市内	50円	無 料	無 料
幼児	市外	無 料	無 料	無 料
	市内	無 料	無 料	無 料
団体 (10人以上)	市外	入園料の8割(1人当たり)	無 料	現行入園料の半額
	市内	入園料の8割(1人当たり)	無 料	現行入園料の半額

※ただし、5月2・6日は休園日とさせていただきます。

問い合わせ 教育委員会 文化財課 ☎0920(54)2341

対馬市学校図書館支援員を募集します

○職務内容 配置校の学校図書館の運営に関する支援

図書購入に関する支援

子どもの読書に関する相談の支援

○勤務場所 ①厳原町佐須中学校・金田小学校（2校） ②豊玉町乙宮小学校（1校）

○募集人員 2名

○応募資格 対馬市内に居住し、通勤が可能で健康な方（年齢・性別・資格は問いません）

○勤務期間 平成28年6月1日～平成29年3月31日

○賃金 時給740円

○勤務時間等 1日の勤務時間は4時間。年間200日以内（100日×2校を基本）

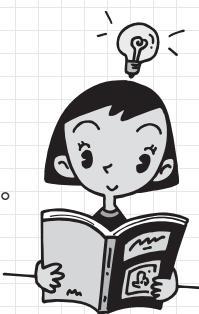
○選考方法 書類審査及び面接

○面接日時 申込者に別途通知する

○応募方法 市販の履歴書（自筆・写真貼付）を下記へ持参または郵送してください。
※履歴書の返却はいたしません。

○応募期限 平成28年5月2日（月）17:00（必着）

○応募先 対馬市教育委員会 学校教育課 〒817-1301 対馬市峰町三根451



問い合わせ 教育委員会 学校教育課 ☎0920(88)2001（担当：米田）

博物館通信

第3号

平成28年4月吉日



新年度が始まりました

対馬の文化財ってこんなにすごいんだ！



「対馬に博物館をつくつて、展示するモノ（文化財）つてあるの？」市民の方からこのような質問を受けることがあります。そのたびに「対馬は文化財の世界では〈聖地〉なんです！」「対馬の文化財は、日本だけでなく世界の宝なんですね！」と説明するとともに、情報発信の不足を痛感し、この「対馬の文化財ってこんなにすごいんだ！講座」を企画しました。

第一回は、二月七日、峰地区公民館にて、「対馬の仏像」をテーマに開催し、講師には、仏教美術を専門とする菊竹淳一氏（九州大学名誉教授）をお招きしました。菊竹氏は、約四十年前に依頼を受けてください。
（大澤信）

け、二年にわたって対馬の仏像を調査されました。当時「対馬には何もないから、何もないことを確認しに来てくれ」と言われ期待せずに訪れたそうです。しかし実際に各集落に祀られた仏像には大陸から伝わったもの（渡来仏）が多く、驚きの連続だったそうです。対馬の仏像盗難事件にも言及され、「世界に誇るべき対馬の文化財を守り、次世代に伝えていくためにも、対馬に博物館が必要なんだ」と強くおっしゃっていました。

また今回は講演にあわせて、峰の資料館に並ぶ文化財について、解説を行いました。展示だけではわからない面白さを垣間見る機会になつたのではないでしょうか。

今後も継続して対馬の文化財についてみな人と一緒に考える機会を作っています。次回は、四月一六日と一七日、「対馬の考古学」をテーマに行います。ぜひお越しください。

博物館ってどんな施設になるの？①

－対馬のしまづくりと各施設の必要性について－

対馬市は、平成27年11月に長崎県とともに「対馬博物館（仮称）・対馬歴史研究センター（仮称）整備基本計画」を策定しました。「博物館通信」にその内容を紹介していきます。

まずは、整備基本計画の第1章「対馬のしまづくりと各施設の必要性」についてです。

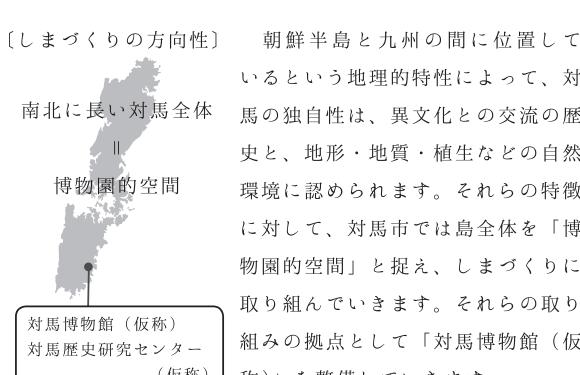


【対馬博物館（仮称）の必要性】

平成18年3月に「対馬国際交流ミュージアム（仮称）～宗家文庫資料等保存活用施設整備基本計画提言書」がまとめられて以来、対馬市は博物館整備について検討してきました。しまづくりの拠点という役割、対馬の自然・歴史・文化を守る施設としての役割、そして観光の拠点としての役割を担うことが、対馬博物館には求められています。

【対馬歴史研究センター（仮称）の必要性】

1977年に開館した県立対馬歴史民俗資料館は、「宗家関係資料」などの歴史資料を調査・研究する役割を担ってきました。しかし施設の老朽化、展示施設の不備、収蔵庫の狭隘化、修復室・研究室の不足が課題となっています。そこで、調査研究機能と保存修復機能を強化していくために、長崎県は市の博物館整備に合わせて、資料館の役割を引き継ぐ「対馬歴史研究センター（仮称）」の整備を行います。



※対馬市HPにて整備基本計画全文をご覧いただけます。

【次回予告】第4号では、第2章のうち、博物館と研究センターの基本理念についてご紹介します。

子どもの医療費助成がスタートします

対馬市では福祉医療費助成について、支給対象の拡大を下記のとおり実施します。

○支給対象者 小学生から中学生まで

○支給対象月 平成28年4月診療分から

※現在、支給については準備中です。医療機関・薬局へ受診の際にお支払いした領収書は、払い戻しの対象となりますので大切に保管してください。詳しくは、下記まで問い合わせください。

問い合わせ 福祉事務所 福祉課 ☎0920(58)2294



新人紹介

対馬市の『新鮮力』を 紹介します!

初心を忘れず頑張ります。よろしくお願ひいたします。

おだ ゆき
小田 友貴 24歳
雞知保育所

子どもたちとたくさん遊んで、安心できる保育士になりたいです。

あおき ゆうじ
青木 祐二 44歳
福祉部 福祉課 兼 総務部 総務課 監査指導室

最近、釣りを始めたばかりですが、せっかくの対馬なのでぜひ、島上でも微力ですが、対馬市の大発展事物に寄与できればと思います。

でしまる ゆうき
弟子丸 優希 22歳
市民生活部 美津島行政サービスセンター

多くの市民の皆様と関わることで、理解を深めています。そこから島行動でできるよう努めています。

しろさき けんじ
城崎 健二 18歳
市民生活部 税務課

少しでも早く仕事に慣れ、皆様のお役に立てる様に頑張りました。

まつお ゆり
松尾 悠里 28歳
北福祉保健センター

組生対馬のみなさんが心も体も健生き生きと生活できるよう取り組んでいきます。

はらだ あづさ
原田 亜寿沙 32歳
豊玉診療所

地域の方々が、快く医療が受けられるように、援助していきたいと思います。少しでも元気に笑顔になります。

さうち なおこ
木内 尚子 32歳
豊玉診療所

対馬の皆さんのが健康に携われるよう、安全安心な看護を提供できます。

さでら かほ
木寺 香帆 22歳
比田勝保育所

笑顔のたえない明るい保育を目指し、子どもからも保護者の方が喜んでいただける一生懸命頑張ります。



3月
31日付

対馬市人事異動

氏名		新配置		割愛退職	4月1日付	
氏名	新配置	長郷 康明	税務課 主任(併任)		田口 紀史	旧配置
細川 夏樹	市民生活部 主任(併任)	梅野 則仁	消防署副署長(南部担当) 兼美津島出張所長	中部支署 中部文書支署峰出張所長	鈴木 茂	消防署 北部支署北上対馬出張所長
伊藤 鋼平	総務課 理事(福祉行政担当) 監査指導室担当(併任)	緒方 修一	消防署 中部支署分遣所主幹 空港出張所	津屋 永幸	消防署 中部支署 警防班 参事	中部支署 中部文書支署上対馬出張所長
青木 俊幸	農林水産部 専門官	村瀬 整治	消防署 中部支署 参事	平間 恵一	学校教育課 課長補佐兼指導主事	田口 紀史
阿比留 忠明	農林水産部 専門官	阿比留 勝也	未米創造・交通政策課 課長補佐	永尾 裕司	学校教育課 課長補佐兼指導主事	梅野 則仁
國分 幸和	未米創造・交通政策課 課長補佐	豊田 充	未米創造・交通政策課 課長補佐	築城 美香	総務課 副長補佐	鈴木 茂
永留 史彦☆	総務課 副長補佐	藤原 大作☆	総務課 副長補佐	黒岩 恵美	財政管理運用課 課長補佐	梅野 則仁
永留 亘宏☆	総務課 副長補佐	永留 亘宏☆	総務課 副長補佐	永留 亘宏☆	財政管理運用課 課長補佐	田口 紀史

氏名	新配置
犬束 幸吉☆	水産課 課長補佐
横瀬 雄一郎	水産課 係長
永留 正悟	水産課付 主事(長崎県派遣)
三原 立也☆	水産課 室長(主幹) 海洋資源保全室
阿比留 克成	基盤整備課 課長補佐
佐伯 廣教☆	部長
山内 輝幸	管理課 課長補佐
梅野 敏弘	管理課 副課長
主藤 公康	建設課 参事官
永留 和也	建設課 副参事
阿比留 克博☆	建設課 係長
中対馬振興部	水道局
平山 祝詞	部長
藤島 隆之	水道課 参事官長補佐兼水道部水道課参事兼課長補佐
神宮 茂☆	水道課 副課長補佐
波田 安徳☆	水道課 副参事兼係長
阿比留 良拓	水道課 課長補佐兼水道部水道課課長補佐
原田 真大	水道課 主任
扇 明宏	地域振興課 課長補佐
武田 浩二☆	地域振興課 課長補佐
小島 和美☆	理事兼北部建設事務所 所長
多田 幸喜☆	次長兼上県行政サニベイセンター所長 兼田宗一センター所長兼田水道事務所長
武末 祥人	地域振興課 課長
庄司 伸吾☆	地域振興課 課長補佐
原田 卓弥☆	地域振興課 係長
板井 夕妃☆	地域振興課 課長
木寺 裕也☆	住民生活課 課長

会計管理者		松本 絹代		御手洗 逸男☆		平間 壽郎		再任用		森山 忠昭☆	
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晃☆	平間 壽郎	平間 壽郎	松本 絹代	会計管理者
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晃☆	杉原 要	杉原 要	御手洗 逸男☆	会計課
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晃☆	梅野 菊次	梅野 菊次	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晃☆	齊藤 恵子	齊藤 恵子	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晃☆	山田 真理子	山田 真理子	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晃☆	阿比留 義範	阿比留 義範	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晃☆	井上 篤保	井上 篤保	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晃☆	財部 晁☆	財部 恒子	財部 恒子	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	古里 滿雄	古里 滿雄	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	永野 清利	永野 清利	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	竹森 健一郎	竹森 健一郎	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	永瀬 勝也	永瀬 勝也	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	梅野 浩二	梅野 浩二	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	川辺 真由美	川辺 真由美	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	教育委員会事務局	教育委員会事務局	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	須川 善美☆	須川 善美☆	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	佐伯 真司	佐伯 真司	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	扇 光彦	扇 光彦	御手洗 逸男☆	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	糸瀬 史子☆	糸瀬 史子☆	松本 絹代	総合政策部
西原 芽生	西原 芽生	土肥 熊男☆	土肥 熊男☆	須川 直人☆	須川 直人☆	財部 晁☆	財部 晁☆	平山 俊章	平山 俊章	御手洗 逸男☆	総合政策部



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

～消費者トラブルに関する事例やアドバイスをご紹介します～

対馬市役所1階
観光交流商工課内
☎0920(52)8322

4月から電力小売の自由化に便乗した悪質な訪問販売や不審な電話勧誘などに注意してください

【相談事例】

訪問販売で「電力小売り自由化で将来は電気代が倍になる。太陽光発電システムをつけてオール電化にし、発電した電気を売ってみないか」と勧説され契約した。冷静になって考えると支払総額400万円は高いので、契約をやめたい。

【消費者へのアドバイス】

訪問販売や電話勧説などで消費者が、申込や契約をした場合でも、一定期間内（契約書面等を受領した日を含め、8日間）であれば、一方的に契約解除する事が出来ます。

4月から電力小売りが自由化されますが、それをうたい文句に県内では高齢者宅などに電気事業者をかたり太陽光発電システムなどの工事や給湯器などの購入を勧める不審な電話が相次いでいます。曖昧な返事をせず、必要なければキッパリ断りましょう。また、契約してしまっても一人で悩まず、家族や対馬市消費生活相談所もしくは長崎県消費生活センターに相談しましょう。



年金コーナー



保険料の免除制度があります

所得が少ないとときや失業等により保険料を納めることができない場合には、本人の申請によって、保険料の納付が免除される制度があります。

①免除（全額免除・一部免除）申請

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合や、失業等の事由がある場合に、保険料が全額免除または一部免除となります。

②若年者納付猶予申請

30歳未満の方で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、納付が猶予されます。

③学生納付特例申請

学生の方で本人の前年所得が一定額以下の場合に、納付が猶予されます。

※付加年金または国民年金基金に加入中の場合、免除等が承認されると脱退となります。

■過去2年まで遡って免除申請ができます。

平成26年度4月から法律が改正され、保険料の納付期限から2年を経過していない期間について、遡って免除を申請できるようになりました。ただし、申請が遅れると万一のときに障害年金が受け取れないなどの不利益が生じる場合がありますので、すみやかに申請してください。

■「納付・全額免除・一部免除・納付猶予」と「未納」の違い

	納付	全額免除	一部免除	若年者納付猶予 (学生納付特例)	未納
老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格期間に…	含まれる	含まれる	含まれる (注2)	含まれる	含まれない
老齢基礎年金額の計算に…	含まれる	含まれる (注1)	含まれる (注1・2)	含まれない	含まれない

(注1) 保険料を納めた場合と比べて、受け取る年金額が以下のとおりになります。（平成21年4月以降の免除期間）

・全額免除の場合…2分の1・4分の3免除の場合…8分の5
・半額免除の場合…4分の3・4分の1免除の場合…8分の7

(注2) 一部免除については、減額された保険料を納めないと「未納」と同等扱いとなります。

《長崎北年金事務所の出張年金相談》

○日時 5月18日(水) 13:30～17:00

場所 美津島行政サービスセンター 別館会議室

○日時 5月19日(木) 9:00～17:00

場所 対馬市役所 別館会議室

★年金相談は予約制です。

★予約受付期限 5月13日(金)まで(期限厳守)

予約先 ☎095(861)1387

平成28年度の国民年金保険料額は、月額16,260円です

詳しくは、年金事務所へお問い合わせください。

【問い合わせ】

日本年金機構長崎北年金事務所 ☎095(861)1354

わがまち再発見♪

対馬市教育委員会 文化財課

☎0920(54)2341

対馬各地の地名 (大字編)

【美津島町小船越】

先月号で紹介した大船越の由来と同じく、小船越地区も浅茅湾と対馬海峡に挟まれた「地峡」と呼ばれる地形をした場所です。

古來、遣唐使や遣新羅などの使節団は、小船越で一旦船を陸揚げして丘を越えるか、もしくは「西の漕出」に泊めていた別の船に乗り換えるなどして、日本海側から浅茅湾を通つて東シナ海側へ横断していました。中世以降、九州本土から朝鮮へ渡る船の多くは、まず鴨居瀬に着き、同じ湾内の最奥の小船越に進み、西の漕出を抜けて、浅茅湾へ向かうというルートを取っています。

5月の休館日

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				

『ごきげんで生きる48の方法』

大谷 由里子／著

たった1分でも笑顔に戻れるコツを知ってる人は強い！元吉本興業マネージャーが、1万人を超える人の人生を見たなかでつかんだ「ごきげん力」とは？

『ヘアアレンジの便利帳』

工藤 由布／著

基本のヘアアレンジテクニックからシーン別スペシャルアレンジ、手作りヘアアクセの作り方などを、手とり足とり解説します。

『ポテトむらのコロッケまつり』

竹下 文子／文

たくさんとれたじゃがいもを見て、ポテトおばさんは考えました。「なにかびっくりするような面白いことはできないかしら？」

『わたしたちのカノン』

中村 天音／著

ピアノが好きな中学1年生・桐野結は、孤高のバイオリニスト・九能アキラ、天才チェリスト・美山奏とピアノ三重奏を結成。個性豊かなメンバーとの合奏に結は…。

「百船の泊つる
つしまの浅茅山
しぐれの雨にも
みたひにけり」

【美津島町鴨居瀬】
『津島紀事』によると、古

万葉集には、新羅に派遣される使節が、浅茅湾で潮待ちをしている時に詠んだ次の歌が残されています。

奈良時代に編さんされた万葉集には、新羅に派遣される使節が、浅茅湾で潮待ちをしている時に詠んだ次の歌が残されています。



美津島町鴨居瀬・赤島大橋

つしま図書館情報

つしま図書館 ☎0920(52)3900

●図書館の利用方法

図書館での本の貸出し、インターネット、DVD視聴には図書館カードの作成が必要です。詳しくは図書館へお尋ねください。

●子ども読書週間

特集コーナーを設置しています。ぜひ読んでみてください。

期間：4月23日～5月12日

今月のおすすめ新着本

『江ノ島西浦写真館』

三上 延／著

館主の死により幕を閉じた「江ノ島西浦写真館」。祖母の遺品整理のために写真館を訪れた桂木繭は「未渡し写真」の束を見つけ、注文主に返していくが…。

『イヌとネコのふしき101』

武内 ゆかり／著

毎日のように見かける、いちばん身近な動物・イヌとネコについての101の素朴な疑問に、一問一答でズバリと答える本。

一般書

児童書

Information

ヤマネコ事故多発中!
朝晩、全島での安全運転!
ヤマネコにと戯つたひきすぐお電話を!

24時間ヤマネコ緊急ダイヤル
00920(84)5577
対馬野生生物保護センター

募集

第20回 国境マラソンIN対馬 ボランティア

■開催日 7月3日(日) 雨天決行

■会場 三宇田海水浴場（上対馬町西泊）

■ボランティア申込締切 5月31日(火)

本大会は、ボランティアの皆様に支えられています。一緒に大会を盛り上げてくださる皆様のご応募をお待ちしております。

■内容

給水サービス・受付

ランナー誘導・手荷物預かり等

■保険

活動にあたっては、実行委員会で必要な保険に加入します。

《参加者も募集しています》

【問い合わせ】

対馬市上対馬振興部地域振興課内
国境マラソンIN対馬実行委員会事務局

☎ 0920(06)3117

<http://www.kokkyomarathon.tushima.jp/>

平成29年度 長崎県教員採用選考試験 受験対策講習会(後期)

■受講料 無料
(講義テキスト・演習問題等)

■申込締切 5月17日(火)

■申込方法

公立小・中学校教員志望の皆さん方が、一人でも多く採用選考試験に合格されることを願つて、教員育成事業として第22回受験対策（後期）講習会を開催します。

熱意ある皆さんとの受講をお待ちしています。

■開催日時

5月21日(土) 10時～15時50分

6月11日(土) 10時～16時

■会場

対馬市交流センター3階

■受講資格

○平成29年度長崎県公立学校教員採用選考試験受験希望者

○将来長崎県公立学校教員採用選考試験の受験を希望する者

（現役大学生も可）

■内容

演習（教職教養・一般教養）・演習問題の解答と解説・質疑・自主学習他



交通災害共済からのお詫び

～市民の皆さんへ～

平成28年度市町村交通災害共済のパンフレット中に「お守りもいいけどワンコインでもっと安心」という表現において、長崎県神社庁から「お守りと災害共済制度を同列比較して、いかにも災害共済制度が優れており、お守りを軽視している」とのご意見をいただいたところでございます。

本組合といたしましては、決してお守りを軽視する趣旨で作成したものではございませんが、当組合が地方自治法による公共団体であり宗教的中立性に対する配慮が不足していたことを反省し、上記文言を撤回いたします。関係各位におかれましては、ご理解賜りますようお願ひいたしますとともに、誤解を招く表現等を使用したことに対しまして、深くお詫び申し上げます。

長崎県市町村総合事務組合

平成28年『看護の日 in 対馬』開催のお知らせ

看護の日の事業は「思いやり・支えあい・命の大切さ」をコンセプトに、市民一人ひとりに看護の関心を高め、理解を深めるとともに、活気ある長寿社会づくりに寄与する目的で開催しています。

友人や家族で気軽におこしください。ご参加お待ちしております。

- 日 時 5月14日(土) 13:00~15:45
- 会 場 対馬市交流センター 3階 研修室
- 内 容

13:00~14:00

- まちの保健室（健康チェック（血管年齢推計・体組成計あります）・栄養相談）
- BLS（一次救命措置）体験コーナー
- キッズナース（白衣で写真撮影）コーナー

14:15~15:45

- 講演『しあわせな暮らしと地域にはなにがある？』
講師：福岡テンジン大学
学長 岩永 真一先生



- 主 催 長崎県看護協会 対馬支部
- 共 催 対馬市・対馬市社会福祉協議会

問い合わせ

長崎県看護協会 対馬支部(上対馬病院) ☎0920(86)4321

4月は 未成年者飲酒防止 強調月間

未成年者の飲酒は法律で禁止されています。
未成年者がお酒を飲むと、脳の機能の低下、肝臓等の臓器への障害、性ホルモンの異常などのリスクが高くなります。

お酒は二十歳になってから

福岡国税局・税務署

平成28年
4月開設

性暴力被害者支援 サポートながさき

性暴力被害相談専用ホットライン
☎095(895)8856

月～金 9:30～17:00(土日祝祭日・年末年始をのぞく)

あなたは悪くないよ。自分を責めないで。
うまく話せなくてもいいよ。
私たちと一緒にこれからのことを考えましょう。
あなたの秘密は守ります。

「サポートながさき」は、公益社団法人長崎犯罪被害者支援センターに設置した性暴力被害専門の支援窓口です。

ハローワークと長崎県が再就職のお手伝い!! ~ハローワーク in 上対馬~

対馬市・九州内（寮完備・住込）の詳細な求人情報があります。
履歴書・応募書類の書き方、面接指導・訓練、就職支援セミナー等、就職のための応援もしています。
雇用保険受給中の方は、求職活動実績にカウントできます。ぜひ、お気軽にご相談ください。

- 日時 5月10日(火) 10:00~15:30
- 場所 上県行政サービスセンター

厚生労働省長崎労働局・ハローワーク・長崎県・長崎県総合就業支援センター

問い合わせ(予約先) 〈労働局〉ハローワーク長崎西洋館センター ☎095(808)0251
〈長崎県〉長崎県総合就業支援センター ☎095(842)5424



こうほう ショッキング

Kōhō shocking

vol.84



なかしま まさはる
中島 正治さん

●プロフィール

34歳。豊玉町仁位出身、在住。ナショナル（現在のパナソニック）製の家電販売店を営む両親のもと、2人きょうだいの長男として生まれる。豊玉高校を卒業後、松下電器産業創業者の松下幸之助が系列電器店の後継者育成のために設立した松下電器商学院で1年間「入塾」と呼ばれる学校生活。福岡の系列電器店での修業を経て21歳の時、帰郷。父と共にパナソニックショップ「エイム中島」で地元に密着した店舗経営に携わる。両親との3人暮らし。趣味はイカ釣りと旅行。国内旅行がもっぱらで、お気に入りは京都。

○「松下電器商学院」を、失礼ですが初めて知りました。

パナソニックの看板を掲げる「町の電器屋さん」の後継者は入れないんです。ここで経営に関する

「力」の電器店後継者は入れないんです。ここで経営に関する

ノウハウや、販売戦略のヒントなどを学びながら、電気工事士などの国家資格も取得します。

○学校生活はいかがでしたか？

「入塾」と呼ばれる生活です

から、かなりのものでした。全

寮制で、5時半に起きたらみ

なでマラソン。毎朝正座で「論

語」や「孟子」など中国古典を

学びます。机の整理整頓も厳し

くチェックされ、夜は10時半に

寮のブレーカーが落とされると

いう一日でした。1ヶ月ほどで

その生活にも慣れましたが、最

初はきつかったですねえ。

○お父さまが始めたお店は

40年を迎えようとしていますね。

僕が小さい頃、父が家にいるイメージはありませんでした。きっとお客様のところをあちこち回っていたのでしょうか。いつの頃からか、なんとか店を継ぐような気はしていましたが、継ぐ覚悟ができたのは

学校に入った時。退学もさせられるほどの厳しさで経営について学ぶ環境を与えて、覚悟が決ましたように思います。

○家電量販店もある中で「町の電器屋さん」のポジションとは？

小回りが利く、というのは利

点だと思います。量販店は商品

をたくさん展示して、見せて売

る。僕たちはたくさん展示はし

ませんが、商品の知識は量販店

と同じだけ持っています。そし

て、お客様のお宅にも上がり

せていただくほど繋がりが濃い

ですから、例えば冷蔵庫をご検

討の時でも「この幅なら入る」

つて分かるんです。お客様の

ニーズがこちらも把握できてい

ると提案もしやすいですし、結

果としてその方に合った良いも

のをお勧めできます。商品を通

して普段の生活と一体化したお

付き合いをしている感じです。

○お付き合いが深いと、気づく

点も多いのではないですか？

そうですね、父の代からのお

人暮らしは大変だからと島外の子どもさんのもとへ転居すると

いつ話をお聞きしたり。子ども

の数も減っていますが、商工会

青年部で揚げた鯉のぼりを見て

喜んでくれるのを目にすると、

やつぱり嬉しいものです。子ど

も達が島を出でないで良い

ように、島外に出ても帰つてき

て仕事ができるように、みんな

が住みやすい環境があればと思

いますね。

○生まれ育った豊玉で、変わらないものとは？

住む人の人柄の良さ、人間性ですね。これは変わっていません。それと、史跡や風景。これ

も町の大事な魅力です。意外と

近くに住む人のほうが、そういう

場所に行つていらないんじや

ないかと思います。和多都美神

社を海上から見るのも、また違

う風景が楽しめますよ。そんな

良い場所を生かした、人を呼べ

る仕掛けをみんなでしていきた

いです。

毎回、登場してくださった方に次の方をご紹介していただくこのコーナー。次回は豊玉町横浦にお住まいの斎藤雅文さんです。

国境の島・対馬よくばり旅

3月26日（土）・27日（日）の2日間、春の息吹を感じる対馬へ『国境の島・対馬よくばり旅』の御一行様が訪れました。参加者は10名。

今回のツアーでは、対馬の日常に触れてほしいと魚捌きや、しいたけ収穫、郷土料理作り、そば打ち等さまざまな体験を盛り込み、民泊に宿泊。ホンモノの対馬に触れ、宿から出発する際には別れを惜しむ方も。

参加者からは「今まで参加したツアーの中で一番楽しかった。」「楽しくて全くストレスを感じなかった。」「民泊は初めてだったが、おもてなし最高だった。」「また対馬ツアーに参加したい。」などのお声をいただきました。



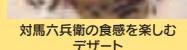
WAVE FUKUOKA!

福岡の“旬”をお届けします

厳選食材でめぐる九州の旬

1日限りのスペシャルディナーが、株式会社ひらまつのレストラン「リストランテASO天神」で開催されました。

使用された対馬食材は、あなご・あおさ・ヒオウギ貝・サバ・サザエ・イノシシ・シカ・椎茸・ヤマネコ米・藻塩・蜂蜜・ゆず・紅ふうき・対州そば・ろくべえ。



料理長の窪津朋生シェフが対馬を訪問し出会った厳選食材は、対馬への想いを込めた新たな魅力を引き出す料理に変身!見た目に感動、美味しさにも感動の連続でした。

楽しい韓国語講座
受講生を募集します

「韓国語を勉強してみたい」と考えている方、この機会に韓国語を学んでみませんか？対馬市の国際交流員が韓国文化の紹介などもしながら、楽しく韓国語をお教えします。

●申込方法 下記の問い合わせ先に電話で申込み。

●申込期限 平成28年5月2日(月)

●場 所 対馬市交流センター

●料 金 無料（教材代等については受講生負担）

●定 員 無制限

〈講師〉**申琇閔**先生
(対馬市国際交流員)
シンスミン

入門
コース

初心者の方、自信のない方を対象に、
ハングル・簡単会話等を勉強します。

日 程 5月10日(火)～（毎週火曜日開催）
全10回 ※業務等により変動します。

●午前の部……10:00～11:30

●夜間の部……19:30～21:00

初級
コース

ハングルに慣れている方や初級コースの受講生を対象に、数字・実践会話等を勉強します。

日 程 5月11日(水)～（毎週水曜日開催）
全10回 ※業務等により変動します。

●午前の部……10:00～11:30

●夜間の部……19:30～21:00

市長の動き

（3月）

- 1日**
平成27年度厳原町管内歯科保健等協議会
- 3～18日**
平成28年第1回対馬市議会定例会
- 5日**
第7回「芳洲先生の事績を偲ぶ会」
- 6日**
阿連小学校閉校式
- 8日**
PIARAピアノコンクール最優秀賞受賞報告
- 10日**
予算審査特別委員会
対馬青年の家施設運営協会理事会
- 11日**
国会議員様方との面会 (東京都)
医師確保に向けての関係者協議 (東京都)
- 12日**
国際航路混乗についての関係者協議 (東京都)
- 15日**
対馬管工事協同組合役員様方来庁
- 22日**
市長業務引継
対馬市地域公共交通活性化協議会
- 23日**
企業訪問
対馬環境エネルギー・コンソーシアム会議(福岡市)
- 25日**
市長退任挨拶
東横イン業務協定調印式
- 26日**
東横インホテル地鎮祭
- 28日**
市長就任挨拶
- 31日**
辞令交付式

※太字は島外出張

※このコーナーは、届出の際、戸籍窓口で承諾のあつた方のみ掲載しております。

姓	住	住	中	田	加	千	千	千	和	嵯	佐	佐	佐	三	久	友	太	唐	西	鰐	(住所)	
名	名	の	の	の	志	尋藻	尋藻	尋藻	板	志賀	志賀	志賀	志賀	根上	原	谷	鼓町	舟志	泊	浦	(氏名)	
吹崎	吉	吉	中の町	田	志々	藻	藻	藻	板	峨	志賀	志賀	志賀	根上	原	谷	鼓町	舟志	泊	鰐浦	(住所)	
日高	鶴	阿比留	勝村	波田	阿比留	中井	扇	須川	平山	川崎	日高	梯	井上八重子	久壽米木吉夫	土肥	島居	八島ミエ子	木野田吉利	糸瀬	宮原	(氏名)	
マサ子	爲	留	繁喜	進治	一磨	義廣	勝雄	富枝	花子	俊夫	久子	武雄	春美	清美	清子	島居	八島ミエ子	比田勝侯子	楨代	和子	(年齢)	
80歳	89歳	92歳	91歳	88歳	82歳	63歳	77歳	82歳	81歳	88歳	63歳	80歳	91歳	77歳	79歳	90歳	86歳	83歳	86歳	86歳	89歳	(年齢)
久根浜	椎根浜	小茂田	小茂田	小茂田	阿連	豆酸中町	豆酸中町	豆酸中町	与良内院	久	久田道	大手橋	大手橋	阿須	阿須	南室	小浦	久須保	尾崎	小島	(年齢)	
小嶋	平川	小田	幾度	松久千枝子	山崎	二宮	永尾清之助	阿比留初子	庄司	增田	中村	平間	德丸	山崎三千男	虎雄	幸治	大塔房子	小島ツタコ	小島	鶴枝	(年齢)	
藤枝	弘實	静夫	シズ子	時枝	國夫	輝男	忠	安男	輝男	79歳	84歳	82歳	94歳	69歳	84歳	85歳	96歳	89歳	75歳	88歳	(年齢)	
89歳	83歳	87歳	89歳	98歳	91歳	82歳	94歳	82歳	62歳	79歳	84歳	82歳	94歳	69歳	84歳	85歳	96歳	89歳	75歳	88歳	(年齢)	

おぐやみ

（2月21日～3月20日受付分）

無料法律相談日程のご案内

（5月）

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。お気軽にご利用ください。

日 程	時 間	会 場
12日(木)	13:00	対馬市交流センター（厳原） 担当：対馬ひまわり基金法律事務所
19日(木)	16:00	対馬市総合福祉保健センター（美津島） 担当：法テラス対馬法律事務所
26日(木)		上対馬地域福祉センター 担当：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。

予約・問い合わせ 対馬市社会福祉協議会 地域福祉班
☎0920(58)1432

健 康 24時間電話で健康をお届けします
テレホンサービス
0120(555)203

5月のテーマ

① 慢性疲労症候群

火 肝臓がん

水 赤ちゃんのワクチン

木 失明する眼の病気

金 自殺と「うつ」の関係

土 残薬問題：
お宅に薬が残っていませんか？

火災発生情報

平成28年3月31日現在

発生件数	本年	1
昨年比	0	-3

交通事故情報

平成28年3月31日現在

区分	南署管内	北署管内	市全体
発生件数	13	3	16
昨年比	9	-1	8
死者数	0	0	0
負傷者数	20	3	23
昨年比	13	-1	12

安全運転で、事故のない対馬を目指しましょう!!

ご冥福をお祈りします

（年齢）

5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等応援につきましては、空路欠航・予定変更により診療を中止・変更する事がありますので、事前に確認くださいますようお願いします。

長崎県対馬病院

☎0920(54)7111

診療科目	診療日	受付時間
☆ 血液内科 (長崎医療センター)	16	8:30~予約時間
神経内科 (大村市民病院)	11・24・25	8:30~11:00
循環器科 (根岸耕大)	2・9・16・23・30	8:30~11:00
循環器科 (貞光隆志)	12・19・26	8:30~11:00
☆脳神経外科 (長崎医療センター)	13(予約のみ)	13:00~予約時間
皮膚科 (長崎大学病院)	6・19	8:30~11:00
☆皮膚科 (長崎大学病院)	20(予約のみ)	8:30~10:00
皮膚科 (九州大学病院)	11・25	8:30~11:00
糖尿病外来 (福岡大学病院)	10	8:30~予約時間
☆思春期外来 (長崎県精神医療センター)	21	8:30~予約時間
泌尿器科 (九州大学病院)	10・12・17・19・ 24・26・31	8:30~11:00
泌尿器科 (大村市民病院)	25	8:30~11:00
☆泌尿器科 (原三信病院)	7	8:30~予約時間
☆リウマチ外来 (健成クリニック・長崎医療センター)	21・27	8:30~予約時間
肝炎外来 (長崎医療センター)	16	8:30~15:00
☆肝臓外来 (長崎大学病院)	27	8:30~予約時間
眼科 (九州大学病院)	18	8:30~11:00
耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	11・12・18・19・ 25・26	8:30~11:00
耳鼻咽喉科 (長崎大学病院)	9・10・23・24	8:30~11:00
乳腺外来 (永尾修二)	12・19・26	8:30~11:00

☆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）。
◎腫瘍外来の受付時間は13:00~15:00となっております。
◎12月よりそうごう薬局が祝日も開局となっております。

長崎県上対馬病院

☎0920(86)4321

診療科目	診療日	受付時間
眼科	11・18・25	8:00~11:30
耳鼻咽喉科	10・24	8:00~11:30
整形外科	11・31	8:00~11:30
泌尿器科	24	11:00~15:00
循環器科	20	8:00~11:30
脳神経外科	13	8:00~10:00
神経内科	10	8:00~11:30
精神科	10 11	8:00~15:00 8:00~11:30
産婦人科	12・19・26	8:00~11:30
外科	6・12・13・19・20・26・27	8:00~11:30

救急医療在宅当番医の廃止について

対馬市では、対馬市医師会のご協力により、救急医療在宅当番医制度を設け、休日における島内の第一次救急医療体制の確保をして参りましたが、医療体制の変化や利用状況、道路網の整備による救急搬送時間の短縮等を考慮し、平成28年度から廃止することにいたしました。

【問い合わせ】保健部 地域包括・医療対策課
☎0920(58)1117

健康ひと口メモ



たばこの害から身を守ろう！

- 職場や家庭で吸えない環境をつくろう。
(分煙をすすめよう)
- 吸う人は吸わない人へ配慮しよう。
- 禁煙にチャレンジしよう。 健康つしま21計画より

【問い合わせ】保健部 健康増進課 ☎0920(58)1116

午後8時まで
開いています。

税務課 夜間窓口

〈4月の夜間窓口日程〉

本庁税務課	月	火	水	木	金	各振興部・ 行政サービス センター	水	木
	25	26	27	28	22		27	28

■窓口開設時間 17:30~20:00

※おおむね毎月末の5日間(土・日・祝祭日を除く)を
予定しています。
(各振興部・行政サービスセンターでは2日間を予定)

【問い合わせ】市民生活部 税務課 ☎0920(53)6111



差押えについて

「いきなり口座のお金を差し押さえられた」「文書や電話で予告してくれたら払ったのに」とのご意見をいただくケースがあります。

税金は「差し押さえられるから払うもの」ではなく「義務として払わなければならないもの」です。

「払いたくても払えない…。」
そんなときは、早めのご相談を。

今月お誕生日を迎える子ども達を紹介します!!

お誕生日おめでとう

4がつ
生まれ



ほりいとしき
掘井俊希くん
4/6生まれ(1才)厳原町



はらやまと
原 大空くん
4/7生まれ(1才)上対馬町



おおうらゆくろ
大浦夢来ちゃん
4/21生まれ(2才)上対馬町



ひまちんが我が家に来てくれて
1年/毎日家族のみんなを楽しませてくれて、ありがとうございます♪これからも元気一杯大きくなってね♪
ひまちゃんの家族一同より
父・母より

いのつかれん
井上蓮咲くん
4/15生まれ(3才)美津島町



まつばらしおん
松原獅恩くん
4/16生まれ(4才)美津島町



はらだえいた
原田瑛汰くん
4/15生まれ(3才)厳原町

※毎月たくさんのご応募をいただいています。下記問い合わせ先へお誕生日の前月27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)

募集

今月の表紙…対馬市立金田小学校 一人だけの入学式

お誕生日おめでとう! その他取材依頼等募集しております。
問い合わせ
【広報業務請託業者】印鑑会社 厳原印刷所 (広報担当あさじ)
〒817-0012 対馬市厳原町田町301 ☎0920(53)61441
Eメール izuin21-1@apricot.ocn.ne.jp

●平成27年度標語コンクール最優秀賞作品紹介●

食育は人をそだてる 地産地消は地域を育てる



食育・地産地消レシピ 野菜のかきかき和え



材料(4人分)

キャベツ	150g
人参	40g
きゅうり	60g
塩	少々
みそ	小さじ2
酢	小さじ2
砂糖	小さじ1
白すりごま	大さじ1/2
かつお節	小1パック

作り方

- ① キャベツは1口大に切り、人参は皮をむいて細切りにする。
キャベツ、人参は湯通しして水気をしぶる。きゅうりは薄い輪切りにして塩もみする。
- ② ビニール袋にみそ、酢、砂糖、すりごま、かつお節を入れる。
- ③ ②に①の野菜を加えて和える。5分程おいて盛りつける。

1人分栄養価

エネルギー	33kcal	たんぱく質	1.6g
カルシウム	40mg	食塩	0.4g



〈広報つしま4月号に要した費用〉¥1,580,688 〈本年度累計〉¥1,580,688

!な島です。対馬

■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。