

特 集

まちを支える人 #1

中体連の軌跡

い
き

2025
No.255

6



今月の題字



けん玉を
がんばっています。

かじやま りょうた
梶山 稜太 さん
(盈科小学校2年)

今月の表紙

第75回壱岐市中学校体育大会 (中体連) 球技・剣道大会

中体連球技・剣道大会が開催され、日々練習に励んできた選手たちの闘志あふれるプレーが繰り広げられました。各会場で大きな声援が響き渡っていました。



災害に備えたまちづくり

☎総務課 危機管理班 ☎48-1131

災害はいつ、どこで起こるかわかりません。しかし、私たちの地域には、そんな非常時に備えて日々活動している人々がいます。今回は、地域の防災活動を支える3人の方々にお話を伺いました。

壱岐市消防本部：みせ よしき 祥希さん



Q 消防署の勤務体制や業務について教えてください。

壱岐市消防本部は、職員数62名で24時間勤務を2交替で勤務しています。日頃から、市民の生命・身体・財産を災害から守るため、火災想定訓練、救助訓練、救急活動訓練など多種多様な災害に迅速な対応ができるよう訓練を行っています。

また、避難訓練時に職員が出向き、訓練指導や火災・地震・津波からの避難方法について指導しています。他にも、救命率向上のため応急手当普及活動にも力をいれ、心肺蘇生法やAED（自動体外式除細動器）の使い方をはじめ、非常時に必要な応急手当の知識を身につけるため講習を行っています。

Q その他にどのような業務を行っていますか。

消防業務で思い浮かぶのは、火災や救急、救助等の災害活動だと思いますが、その他にも「予防」という業務があります。読んで字の如く「予め、防ぐ」ことを業務としており、消防法に基づき、施設等の防火・防災対策が講じられるように、立入検査や行政指導等を行います。また、地域住民の方に防火・防災意識の高揚・啓発を図ることなども主な仕事です。火災を未然に防



はしご登はん訓練の様子



ロープブリッジ救出訓練の様子

ぐことができたら火災件数や死傷者数の減少につながります。また、火災が起きた場合でも被害を軽減するため、皆さんがいのちを守る対策として、壱岐市火災予防条例では、住宅用火災警報器を設置することが義務付けられています。年に数回各自で動作点検をし、設置から10年経過したら交換の目安となりますので交換するようにしてください。

壱岐市消防団 かわむら しんたろう 慎太郎さん
壱岐本地区代表副団長



Q 消防団について、団員の構成、年齢層、どのような方が消防団として働いているのか教えてください。

現在、壱岐市内には安川代表はじめ以下787名の消防団員がいます。最年長は63歳、最年少は21歳です。壱岐市内に居住し、または勤務するもので、防災に対する志が高く、健康な方で18歳以上であればどなたでも入れます。

Q 消防団の取り組みについて(災害に備えた取り組み、実際に災害が起こった際の動きなど)教えてください。

消防団は、自分たちの地域は自分たちで守るという考えのもと、普段は別の仕事をしている地域の人が、火災や災害があれば職場から出勤しています。

災害に備えた取り組みとしては、定期的に現場を想定した放水訓練や、ポンプの取り扱い訓練、隔年でポンプ操法を行っています。訓練の見学や体験も大歓迎です。

また、消防団フェスタ、消防音楽隊の定期演奏会などを行い、広く市民に消防団を知ってもらうための活動もしています。消防団員には、年金制度などもあるので、地域のために動いた時間が自分の将来にもつながります。

壱岐市消防団では、随時消防団員を募集していますので、興味のある方は、消防本部総務課へご連絡ください。



放水訓練の様子



ポンプの取り扱い訓練の様子



消防団アカウント



消防音楽隊アカウント

壱岐市総務課危機管理班：小嶋 那奈美さん

本市の危機管理・防災体制のさらなる連携強化のため、令和7年4月1日付にて壱岐市消防本部から危機管理班へ配属。



Q 壱岐市の取り組みについて、教えてください。

壱岐市では、災害に強い町づくりを目指すため、危険箇所の周知や、災害時の対応力を強化するための取り組みを行っています。

災害が起こっていなくても、常日頃から自主的に災害に備えることが重要です。地域の安全・安心を守るために、私たち一人ひとりができることを考え、行動していきましょう。

毎年6月は「土砂災害防止月間」です!

6月は梅雨のシーズンとなり、大雨や集中豪雨による洪水や土砂災害の発生が予想されます。国土交通省では、土砂災害の防止と被害の軽減を目的に昭和58年から毎年6月を「土砂災害防止月間」と定めています。

近年全国各地で豪雨災害が発生していることから、家庭等において周囲の危険な場所を確認したり、備蓄品を用意するなど、災害時に自分の命を守れるよう日頃から備えましょう。

土砂災害とは

大きく「土石流」「地すべり」「がけ崩れ」の3つに分類することができます。また、土砂災害が発生する前には、様々な前兆現象が発生することがあり、こうした前兆現象に気づいた際には、周囲の人にも伝え、すぐに避難することが大切です。

	がけ崩れ	地すべり	土石流
種類			
特徴	斜面の地表に近い部分が、雨水の浸透や地震等で緩み、突然崩れ落ちる現象。崩れ落ちるまでの時間がごく短いため、人家の近くでは逃げ遅れも発生し、人命を奪うことが多い。	斜面の一部または全部が、地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象。土塊の移動量が大きいため、甚大な被害が発生する。	山腹や川底の石、土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流される現象。時速20～40kmという速度で一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまうこともある。
前兆現象	<ul style="list-style-type: none"> 崖にひび割れができる。 小石がパラパラと落ちてくる。 崖から水が湧き出る。 湧水が止まる、または濁る。 	<ul style="list-style-type: none"> 地面のひび割れや陥没が見られる。 崖や斜面から水が噴き出す。 井戸や沢の水が濁る。 地鳴りや山鳴りがする。 樹木が傾く。 亀裂や段差が発生する。 	<ul style="list-style-type: none"> 山鳴りがする。 急に川の水が濁り、流木が混ざり始める。 降雨が続くのに川の水位が下がる。 立木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえる。

お住まいの地域が「土砂災害警戒区域」であるか確認する

長崎県は、土砂災害のおそれがある場所を「土砂災害警戒区域」に指定しています。お住いの場所や、近隣地域が土砂災害警戒区域に指定されているか確認したい場合には、長崎県ホームページ(市町村別の区域指定状況)や、長崎県防災ポータル内の防災GISをご確認ください。(地図上で確認したい場合は、防災GISが便利です。)



長崎県ホームページ
(市町村別の区域指定状況)



長崎県防災ポータル内
防災GIS

避難情報が発令されたら早めの避難

大雨時、市から避難情報(高齢者等避難、避難指示等)が発令された場合は、安全な場所へ早めに避難しましょう。お年寄りや要配慮者等、避難に時間がかかる人は、移動の時間を考えて早めに避難することが大切です。

※「避難」とは「難」を「避」けること、つまり「安全を確保すること」です。
安全な場所にいる人は、必ず避難場所に行く必要はありません。

備蓄品チェックリスト

水・食品関係

- 備蓄水(1人あたり1日3ℓ)
- 缶詰
- インスタント食品
- レトルト食品
- 乾燥米
- 飴
- お菓子 など



燃料関係

- ガスボンベ
- カセットコンロ
- 乾電池
- 固形燃料
- ろうそく
- マッチ
- ライター
- 発熱剤(水を注ぐだけで発熱しミルクや食品を温めることができます。)



日用品・その他

- 簡易(携帯)トイレ
- トイレットペーパー
- 懐中電灯
- モバイルバッテリー
- ヘルメット
- 軍手
- ウエットタオル
- ウエットティッシュ
- ポリ袋
- マスク
- 消毒液
- 雨具
- 常備薬
- 現金
- 生理用品 など



※水・食品類は最低3日分準備し、ローリングストック法で常に新しい非常食の備蓄を心がけましょう。非常食をまとめ買いしても消費期限を過ぎると再びまとめ買いが必要になります。定期的に非常食を消費し、消費した分だけ補充しましょう。

壱岐市防災・警報・避難情報サービス一覧

市ホームページでLINE公式アカウントやメール配信サービスなどの登録方法をお知らせしています。もしもに備えて、積極的に情報を入手するよう心がけましょう。



詳しくはこちら



特集②

中体連の軌跡

問一緒に推進課 広報戦略班 ☎48-1137

中学3年生にとって、これまで励んできた部活動の集大成となる「中体連」。

この日のために、どれだけ練習に汗を流したでしょうか。そして、大切な仲間とかけがえのない時間をどれだけ過ごしたでしょうか。熱心に指導してくれた顧問の先生のために、たくさんサポートしてくれた後輩たちのために、いつも味方でいてくれた家族のために、そして、何よりも今日まで諦めなかった自分のために。一人ひとりが全力で挑んだ中体連の一部をご紹介します。感動と躍動が伝わる、まぶしい姿をぜひ、ご覧ください。





祝 満100歳！長寿を祝って

☎ 長寿支援課 長寿福祉班 ☎45-1197



ご自宅にて

大正14年4月生まれ
な 中田 延幸さん(勝本町)

- 【性格】毎日庭の手入れを欠かさず続けるなど、とてもきれい好き。
- 【趣味・特技】野菜や花を育てること。
- 【長寿の秘訣】若い頃から農業などで体を動かしていたこと。
延幸さん、これからも元気に長生きしてください。

行政

企業版ふるさと納税寄附に対する感謝状贈呈式についてお知らせします。

☎ 商工振興課 ふるさと振興班 ☎44-5009



竹永健二郎代表取締役社長（写真右）

この度、九州郵船株式会社様（本社：福岡県福岡市）から企業版ふるさと納税のご寄附をいただき、感謝状を贈呈しました。いただいた寄附は、壱岐高校野球部の甲子園出場に対する支援として有効に活用させていただき、堂々たる熱戦を繰り広げた球児達への力強い後押しとなりました。

同社は、九州、壱岐、対馬を結ぶ航路を運営されており、本年で105年目を迎えられ、長年に渡り、壱岐市の重要な交通手段を担われています。

壱岐市ケーブルテレビの減免申請についてお知らせします。

☎ 一緒に推進課 情報管理班 ☎48-1140

壱岐市ケーブルテレビをご覧の方で、次に該当される方は使用料（光テレビ1,040円）が全額または半額免除となります。昨年度（令和6年度）から電子申請による減免手続きができるようになりました。

現在、免除となっている方の免除期間は令和7年6月分までです。令和7年7月分以降も引き続き免除を受けられる方は6月23日までに減免申請書を提出してください。申請書は、市役所各支所・事務所及び市ホームページから取得できます。

【全額免除となる方】

NHK受信料全額免除の世帯

【半額免除となる方】

- ・NHK受信料半額免除の世帯
- ・世帯の全員が70歳以上で、市民税非課税の世帯
- ・自治公民館、老人憩いの家、へき地保健福祉館（当該施設の一部を借用している事務所等は除く。）



詳しくはこちら

令和7年度 新規採用職員を 紹介します！ (令和7年6月1日現在)

総務課

ながやま 長山 浩三



【趣味】 スポーツ観戦

これまでの経験を活かし、壱岐の島の発展に努めてまいります。よろしくお願いたします。

地域共創課

にしむら 西村 凌



【趣味】 スポーツ・音楽鑑賞

これまでの経験や知識を活かして、少しでも壱岐市の人口問題を解決できるように努力していきたいです。

観光課

まつもと 松本 健太



【趣味】 楽器演奏(トランペット)・料理・カラオケ

社会人での経験を最大限に活かし、壱岐市の発展に尽力してまいります。観光で壱岐を盛り上げていきます!!よろしくお願いたします。

市民福祉課

すえなが 末永 美輝



【趣味】 スポーツ観戦

これまでの民間や行政事務経験を活かしつつ、市民の皆様に寄り添って、日々の業務に精一杯取り組みます。

保護課

やまかわ 山川 幸輝



【趣味】 ツーリング・アニメ鑑賞

壱岐市役所職員の一員として、市民の皆様のお力になれるよう精一杯頑張りたいと思います。

税務課

さかい 酒井 愛夢



【趣味】 ソフトボール

地元で働くことができ嬉しいです。明るく元気に頑張ります！よろしくお願いたします。

長寿支援課

くばら 久原 那津実



【趣味】 音楽鑑賞

先輩方のお力を借りながら、保健師として少しでも地域の皆様のお役に立てるよう、学んでいきたいと思ひます。

健康増進課

さかぐち 坂口 淳子



【趣味】 手芸

これまで積み重ねてきた経験や知識を活かして、市民の皆様との関わりを大切にし、健康を支援することに努めていきたいと思ひます。よろしくお願いたします。

商工振興課

すえなが 末永 浩幸



【趣味】 ソフトボール・野球観戦

これまで社会人で培った経験を活かし、壱岐市の更なる発展に貢献してまいります。

建設課

たけまつ 竹松 瑛人



【趣味】 剣道

建設に関する知識が少なく、苦戦する毎日ですが、早く慣れて新しい風を巻き起こしていきたいと思ひます！

上下水道課

とよさか 豊坂 将平



【趣味】 旅行

社会人となり、分からないことが沢山あるので日々勉強し、壱岐市の皆様のために精一杯頑張りますので、よろしくお願いたします。

議会事務局

ながた 永田 美里



【趣味】 バレーボール・旅行

社会人経験を活かしながら、フレッシュな気持ちを持って頑張りたいと思ひます。

教育総務課

すえなが 末永 尚徳



【趣味】 スポーツ観戦

社会人経験者として採用となり、Uターンして来ました。壱岐市職員としては1からですが、これまでの経験を活かし市政に貢献してまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。

児童に関する手当(手当額変更)についてお知らせします。

☎ 子育て支援課 こども支援班 ☎48-1117

【児童手当】

高校生年代までの児童を養育している方に支給します。

【手当月額】

0～3歳未満	第1子、第2子	15,000円
	第3子以降	30,000円
3歳～高校生年代	第1子、第2子	10,000円
	第3子以降	30,000円

【支給日】 偶数月の15日（前月分と前々月分の2か月分を支給）

【児童扶養手当】

対象児童（18歳の3月まで。一定の障害を有する場合は20歳未満）を監護する父や母、または父母に代わり養育している人に支給します。

※世帯所得が一定額以上あるときは、手当額の一部または全部が停止となります。

【手当月額（令和7年4月以降）】

- ・全部支給：46,690円（2人目以降 11,030円加算）
- ・一部支給：11,010円 ～ 46,680円（2人目以降 5,520円 ～ 11,020円加算）

【支給日】 奇数月の11日（前月分と前々月分の2か月分を支給）

【特別児童扶養手当】

精神または身体に障害を有する20歳未満の児童を監護する父母や養育者に県から支給されます。

※世帯所得が一定額以上あるときは、手当額の全部が停止となります。

【手当月額】 1級：56,800円、2級：37,830円

【支給日】

- ・4月分～7月分：8月11日
- ・8月分～11月分：11月11日
- ・12月分～3月分：4月11日

※いずれの手当も支給日が土日・祝祭日の場合は繰り上げて支給します。

戦没者の遺族に対する特別弔慰金の請求についてお知らせします。

☎ 市民福祉課 地域福祉班 ☎48-1116

第12回特別弔慰金の請求を受け付けています。

【支給額】 27.5万円

【支給方法】 5年償還の記名国債として支給

【対象者】（以下の2つの条件を満たす方で、優先順位の高いお一人に支給します。）

- ・戦没者などが亡くなった当時のご遺族であること。
- ・令和7年4月1日（基準日）において、公務扶助料等の年金を受け取っていないこと。

【請求期間】 令和7年4月1日から令和10年3月31日まで（3年間）

【請求窓口への持参品】 請求者の本人確認書類（マイナンバーカード等）

※代理人の場合、上記に加えて委任状及び代理人の本人確認書類も必要となります。

※その他、請求に必要な書類（戸籍抄本等）は請求権者によって異なりますので、請求窓口でご確認ください。

【請求窓口】 市民福祉課 地域福祉班



詳しくはこちら

地域計画策定に係る関連手続きの変更についてお知らせします。

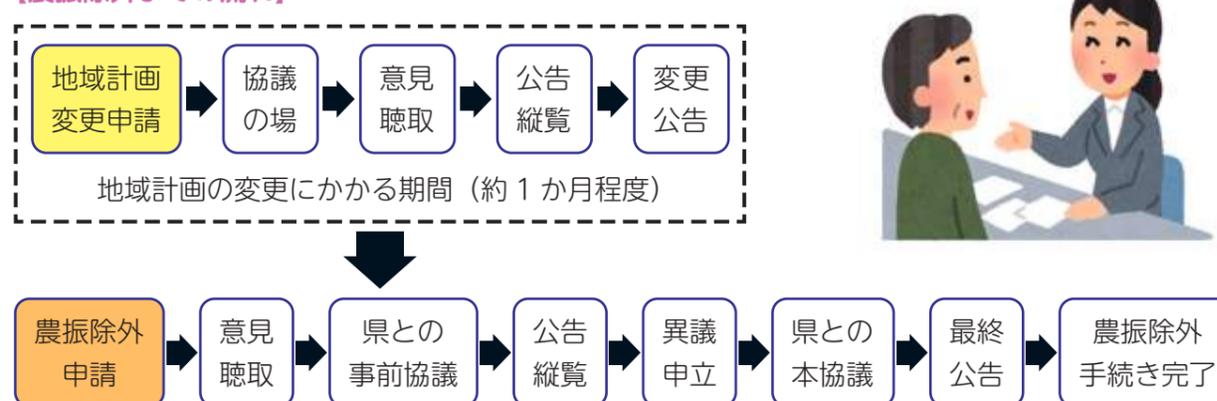
☎ 農林課 農業振興班 ☎44-6112

【農振除外や農地転用許可について】

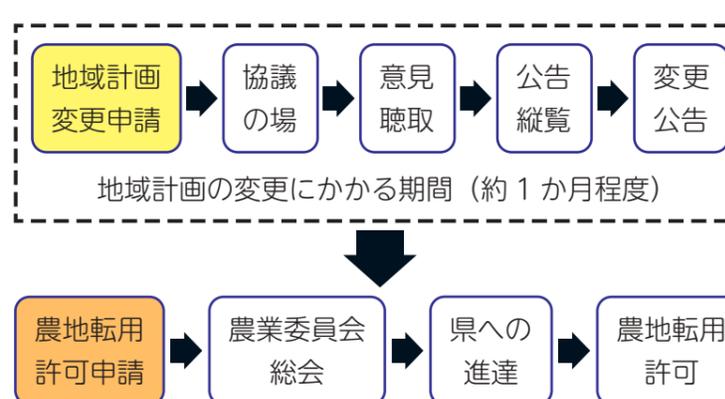
市では、農業経営基盤強化促進法第19条第1項の規定により、令和7年3月14日に地域計画を策定しました。地域計画の策定に伴い、地域計画区域内の農地を「農用地区域からの除外（農振除外）」する場合や「農地転用」を行う場合、地域計画の変更（除外）手続きをする必要があります。（公共転用の場合も同様）これまでより手続きに時間を要することになりますのでご注意ください。

また、地域計画区域からの除外の際は、事前に担当へご相談ください。

【農振除外までの流れ】



【農地転用許可までの流れ】（農振外・農用地外の場合）



【農地の貸借・売買について】

令和7年4月1日からの地域計画策定後は、農用地利用集積計画により貸借や売買を行う「利用権設定等促進事業」が農地中間管理事業に一本化されます（利用権設定等促進事業が廃止されます）。令和7年4月以降の農地の貸借・売買を行うには、以下の方法となります。

- ①農地法第3条に基づく許可申請（従前のとおり）
- ②農地中間管理事業（令和7年4月以降は、農地中間管理機構を通じて農地の所有者（貸し手）と農地の耕作者（借り手）の3者間の農地の貸借）

※既に利用権設定がされている契約（相対）については、契約期間満了日まで有効です。

■ 吉崎市議会議員一般選挙の日程(予定)についてお知らせします。

問 選挙管理委員会 ☎48-1111

8月6日の任期満了に伴う「吉崎市議会議員一般選挙」について、下記の日程により執行することに決定しましたのでお知らせします。

告示予定日：7月13日

投票予定日：7月20日

※国政選挙（参議院議員通常選挙）の日程により変更する場合があります。

■ 国勢調査についてお知らせします。

問 地域共創課 企画市民協働班 ☎48-1134

令和7年10月1日を基準日として、全国一斉に令和7年国勢調査が実施されます。

国勢調査は、5年に1度、日本に住むすべての人と世帯を対象に行われる最も重要な統計調査です。調査から得られる結果は、生活環境の改善や地域防災計画の立案、地方交付税の算定など、わたしたちの生活に欠かせないさまざまな行政施策に役立てられますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

【調査の目的】

国内の人および世帯の実態を把握し、各種行政施策その他の基礎資料を得ること。

【調査の流れ】

調査票などの調査書類は、9月下旬から、調査員が対象となるすべての世帯に配布します。調査員は総務大臣により任命される非常勤の国家公務員であり、調査活動中は「統計調査員証」を携行しています。

【調査の期日】

令和7年10月1日現在

【調査の対象】

調査の期日に住むすべての人（外国人含む）と世帯。

【調査の回答方法】

- ・インターネットで回答する
- ・紙の調査票を郵送する
- ・紙の調査票を調査員に提出する

※市ではインターネット回答を推進しています。配布するQRコードでも簡単に回答ができますので、ぜひインターネット回答をご利用ください。

【かたり調査にご注意ください】

「かたり調査」とは、国勢調査等、行政機関が行う統計調査であるかのような、紛らわしい表示や説明をして、世帯等から個人情報等を詐取する行為のことです。特に以下のようなことを調査員が国勢調査の目的で行うことはありませんので、ご注意ください。

- ・銀行のキャッシュカードやマイナンバーカードを預かることや、口座の暗証番号をお尋ねすることはありません。
- ・国勢調査のために金品を要求することや還付金が発生することはありません。



詳しくはこちら



■ 各種健(検)診が6月2日から始まります！

問 健康増進課 健康増進班 ☎45-1114 / 長寿支援課 地域包括支援センター ☎45-1197

予約が必要な場合がありますので、事前に医療機関へお問い合わせください。

	対 象	費用	通知方法
特定健診	40歳～74歳の 吉崎市国民健康保険の方	無料	黄色の封筒で受診券を送付します。
先取り健診	30歳代の方	無料	国民健康保険の方は受診券を送付します。
	30歳以上の生活保護の方		
後期高齢者健診	75歳以上の方 (後期高齢者医療被保険者の方)	無料	ピンク色の封筒で受診券を送付します。
がん検診	各種検診ごとに異なります。 受診券をご確認ください。	受診券に記載しています。	受診券（緑色の文字のはがき）を送付します。
歯周疾患検診	20歳・30歳・40歳・50歳・ 60歳・70歳になる方	無料	受診券（ピンク色の文字のはがき）を送付します。

各種健診(検)診の期間は6月2日から2月28日までですが、例年、2月は受診が込み合いますので、早めの受診をおすすめします。

※治療が必要な場合の治療費は、自己負担となります。

※受診券を紛失された方は、再発行できます。



詳しくはこちら

ポイントを集めて、
楽しくお得に健康づくり
各種健(検)診の受診は、
「おたすけ健康スタンプラリー」
の対象です。

■ 後期高齢者医療制度の「資格確認書」についてお知らせします。

問 保険課 国保・後期・年金班 ☎45-1157

後期高齢者医療制度に加入する皆様には、マイナ保険証の有無に関わらず、申請なしで、令和8年7月末まで使える「資格確認書」をお届けします。(令和7年8月からの資格確認書は、7月中にお届けする予定です)

マイナ保険証での受付が難しい方でも、「資格確認書」で医療を受けられますので、ご安心ください。なお、マイナ保険証を利用されている方は引き続きご利用ください。

令和7年4月分からの年金額等についてお知らせします。

問 保険課 国保・後期・年金班 ☎45-1157

法律の規定により、令和7年4月分(6月13日支払分)からの標準的な年金額は、下の表のとおりです。なお、令和7年5月分以降の年金額が全額支給停止となる方などは、5月15日に支払われます。

		令和7年度(月額)
国民年金 (老齢基礎年金(満額))	67歳以下の方 (昭和31年4月2日以後生まれ)	69,308円
	68歳以上の方 (昭和31年4月1日以前生まれ)	69,108円
厚生年金※(夫婦2人分の老齢基礎年金を含む)		232,784円

※平均的な収入(平均標準報酬(賞与含む月額換算)45.5万円)で40年間就業した場合に受け取り始める年金(老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金(満額))の給付水準です。

また、年金生活者支援給付金の支給額は、下の表のとおりとなります。

	令和7年度(月額)
老齢年金生活者支援給付金	※5,450円
障害年金生活者支援給付金	(1級) 6,813円
	(2級) 5,450円
遺族年金生活者支援給付金	5,450円

※基準額であり、実際の金額は保険料納付済期間等に応じて算出されます。

年金額は、納付期間等により受給者ごとに異なります。年金額に関するお問い合わせは、日本年金機構となります。

年金の決定内容や支払内容の確認などは、テレビ電話を利用した年金相談窓口をご利用ください。(事前予約が必要です。)

【予約受付時間】 午前8時30分から午後4時30分まで(土日・祝日・年末年始を除く。)

詳しくは、日本年金機構(☎095-861-1354)へお問い合わせください。

下水道への接続についてお知らせします。

問 上下水道課 下水道班 ☎42-1113

下水道は、健康で快適な生活環境を確保するとともに、河川や水路の水質汚濁の防止へと繋がります。

下水道区域内(公共下水道区域内、漁業集落排水施設区域内)にお住まいの方は早めの接続をお願いします。また、この排水設備の接続工事は排水設備指定工事店の中から選んで施工していただくこととなります。

詳しくは、上下水道課までお問い合わせください。



税務職員(高等学校卒業程度)募集についてお知らせします。

問 福岡国税局 人事第二課 試験研修係 ☎092-411-0031

受験資格

①令和7年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者(令和4年4月1日以降に卒業した者が該当)及び令和8年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者

②人事院が①に掲げる者に準ずると認める者

試験の程度

高等学校卒業程度

試験日

・第1次試験…9月7日
・第2次試験…10月15日から10月24日までのうち第1次試験合格通知書で指定する日時

受付期間

6月13日午前9時から6月25日まで(受信有効)

※受験案内を確認し、申込みは、インターネットから行ってください。

インターネット申込みに関する問合せ先 人事院人材局試験課 ☎03-3581-5311



詳しくはこちら

長崎医師保育サポートシステム「保育サポーター」募集についてお知らせします。

問 長崎大学病院メディカル・ワークライフバランスセンター ☎095-819-7979

苓岐市で働く医師の育児支援(一時預かりや送迎など)を行う「保育サポーター」を募集・養成するため、DVD講習を行います。DVDを貸出し、ご自宅で視聴していただきます。

育児や保育の経験があり、子育て支援の活動に力を貸して下さる方のご応募をお待ちしています。

申込方法など詳しくは、お問い合わせください。



ながさきピース文化祭2025 苓岐の島History

問 ながさきピース文化祭2025 苓岐市実行委員会事務局(文化スポーツ振興課内) ☎47-0207

かすまき

かすまきは、あんこをカステラ生地で巻いた和菓子です。江戸時代に朝鮮貿易で栄えた対馬藩において、参勤交代で江戸から帰った藩主の無事を喜び、長旅の疲れを癒すために考案された、と言われています。

対馬から伝わったかすまきを苓岐で最初に作ったのは、明治33年創業の丸善菓子店の創業者、長田善平さんで、その後島内各所へと広まったそうです。

「苓岐は細巻き、対馬は太巻き」と言われていますが、店舗毎に製法、太さ、餡の種類などが異なり、それぞれ独自の進化を続けています。

苓岐を代表する銘菓として、島内外の子供から大人まで、幅広い年代の人々に愛されている和菓子です。



おさだ ぜんぺい 長田善平さん 細巻きかすまき

～図書館を活用しよう～

毎月、上映会とおはなし会を開催しています。日時、図書館内掲示板や市ホームページでお知らせしています。お気軽にご参加ください。石田図書館に借りたい本が無い場合、長崎県のミライon図書館から取り寄せて借りることができます。窓口やWEB申し込みをご利用ください。

～上映会のお知らせ～

【上映作品】『ハンターズ』

グリム童話をテーマに描くトレジャー・ハンティング・ムービー。

【日時】6月21日午後1時30分から(約89分)

【場所】石田図書館シアタールーム

【入場料】無料 【申込】不要



<お問い合わせ>

石田図書館 TEL・FAX 44-8800

【開館時間】午前9時から午後6時まで

【休館日】毎週水曜日・毎月第3金曜日



ミライon図書館
『とりよせくん』



石田図書館
蔵書検索・予約



毎年6月は「食育月間」
毎月19日は「食育の日」です!

食べることは生きることであり、健康な身体と心を育むことにつながります。
～「食育月間」から食育を実践してみませんか?～



→ 日々の生活の中の「食」に関する全てが「食育」です。

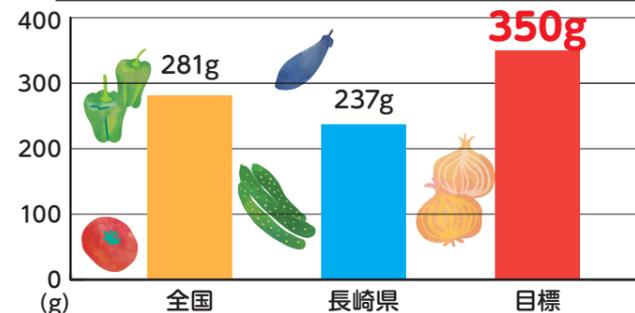


野菜を食べましょう

野菜を食べることは、生活習慣病の予防にもつながります。

長崎県の野菜摂取量

2017年から2019年にかけて国が実施した「国民健康・栄養調査」によると長崎県の一人あたり野菜摂取量は「全国ワースト1位」でした。
※「国民健康・栄養調査」(2017年～2019年データ)



長崎県の20歳以上の1人1日当たりの野菜摂取量は237g程度であり、全国平均摂取量及び、摂取目標量を大きく下回っている状況です。

野菜を食べるメリット

野菜には不足しがちな食物繊維が多く含まれています。血圧や血糖値、コレステロールが気になる人は積極的に食べましょう!

※医師等により、指導を受けている方はその指示に従ってください

野菜で適塩!

野菜に含まれる「カリウム」は食塩のとりすぎを調整する働きがあります。

→野菜をとることは適塩につながります。

まずは「あと1品!」

野菜摂取の目標は「350g」

今の食事にまずは1品野菜を追加してみませんか。冷凍野菜やカット野菜など、どんな野菜でも構いません!



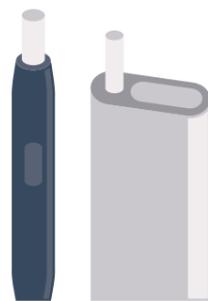
おいしく、楽しく! 野菜を食べて健康な生活をおくりましょう!

開け! 健康の扉

5月31日～6月6日は禁煙週間

「加熱式たばこ」だから大丈夫と思いませんか?

「加熱式たばこ」とは、たばこ葉を燃焼させずに電气的に加熱し、霧状化したニコチンと加熱によって発生した化学物質を吸入するタイプのたばこ製品です。日本では平成28年頃から急速に普及しています。



紙巻たばこより健康への害は少ない!?

加熱式たばこは、ニコチン以外の有害物質の量は紙巻たばこより少ないといわれていますが、多くの種類の有害化学物質が含まれています。今後どのくらい健康影響がでてくるのか、まだわかっていません。

「有害物質少ない=健康被害が少ない」ではありません。

周りには迷惑はかけていない!?

受動喫煙の原因となる「環境たばこ煙(副流煙+呼出煙)」は紙巻たばこよりも少ないですが、吐いた息にはニコチンが含まれています。受動喫煙者の健康に悪影響を及ぼす可能性は否定できません。

副流煙: たばこの先から出る煙
呼出煙: 喫煙者が吐く煙



食べ物、捨てていませんか?

国民1人当たりの食品ロス量

1日約103g

おにぎり約1個のご飯の量(110g)に近い量

年間約38kg

本来食べられるのに捨てられてしまう食品を「食品ロス」といいます。日本の食品ロス量の約半分は家庭から出ています。食品ロスを減らすためには、家で食品ロスがでないようにするだけでなく、食べ物を買うお店、食べるお店でも食品ロスを減らすことを意識することが大切です!



食品ロス削減国民運動ロゴマーク「ろすのん」

参考: 農林水産省、厚生労働省ホームページ

子育て♥広場

問 子育て支援課
☎48-1117

しはらほいくしよ・やなぎだほいくしよ

令和7年3月末をもって閉所し、長い歴史に幕を下ろしました。
これまで園児たちを温かく見守ってくださり本当にありがとうございました。



地域おこし協力隊

問 地域共創課 人口対策班
☎48-1134



地域おこし協力隊
ながさわ
長澤 みずき

3年間の感謝を込めて

この度、地域おこし協力隊としての3年間の任期を無事に終えることとなりました。

着任当初は、新たな暮らしや業務に不安もありましたが、地域の皆さまをはじめたくさんの方の温かいご支援のおかげで、さまざまな活動に取り組むことができました。

私のミッションは「移住定住促進担当」。地域の魅力を伝え、新たなご縁を繋ぐために日々皆様と意見を交わしながら、多くの学びと経験を重ねてまいりました。この3年間で出会うことができた一つひとつのご縁が、私にとって大切な宝物です。

活動の区切りとして、地域おこし協力隊を退任しますが、私はこれからも大好きな壱岐で暮らしていきます。この島で出会った人たち、そしてこれから出会う人たちと、肩を並べて、笑って、時に悩みながら、未来に向けて歩いていきたいと思っています。

これまで温かく接して下さったすべての皆様に、心より感謝申し上げます。今後とも変わらぬご指導ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



「1歳になりました♪」に登場しませんか？
写真の提出期限は、1歳になる月の前々月の25日までとなっています。詳しくは、一緒に推進課(☎48-1137)までお問い合わせください。

まなとにいちんだいすき♡

おがた けいと
尾形 圭都くん
3日 将平さん、雅美さん
勝本町坂本触

にいに、たくさん遊ぼうね!

おにさき
鬼崎 かやのちゃん
3日 巧さん、なつみさん
郷ノ浦町東触

元気に育ってます☆

のもと ひなた
野元 陽太くん
8日 雄太さん、さゆみさん
芦辺町諸吉二亦触

ガラスヤデー☆

まえだ はるか
前田 陽花ちゃん
18日 翔吾さん、文子さん
芦辺町箱崎大左右触

潤いに、だいすき!

たけした りん
竹下 凜ちゃん
26日 晃司さん、佳恵さん
芦辺町箱崎諸津触

じいばあ大好き

やまかわ あやと
山川 絢翔くん
29日 雄翔さん、寿々恵さん
郷ノ浦町片原触

にいにだいすき♡

しらかわ すい
白川 珠唯ちゃん
30日 秀貴さん、紗央里さん
勝本町立石東触

ヘルスメイトさんのクッキングレシピ

問 健康増進課 健康増進班
☎45-1114



1人分374kcal

野菜たっぷり春巻き

材料(4人分)

春巻きの皮	8枚	酒	大さじ1
豚ひき肉	240g	濃口醤油	小さじ4
長ねぎ	1本(100g)	みりん	小さじ1
ニラ	80g	片栗粉	小さじ2
赤ピーマン	2個(60g)	こしょう	少々
しいたけ	4個(60g)	薄力粉	大さじ1
生姜	20g	水	大さじ1
揚げ油	適量	酢	大さじ2

作り方

- ①長ねぎは縦半分に切り、斜め5mm幅の薄切りにする。ニラは2~3cm長さに切る。赤ピーマンは繊維を断ち切るように2~3cm長さの細切りにする。しいたけは2~3cmの薄切り、生姜は千切りにする。
- ②豚ひき肉と①を炒め、Aを入れて味をつける。
- ③②を8等分して、春巻きの皮で包み、薄力粉と水を混ぜたものを巻き終わりに塗ってとめる。
- ④170℃に熱した油で揚げ、きつね色になったら取り出し、油をきる。器に盛り付けて酢を添える。

皆さん、野菜は食べていますか?国民健康・栄養調査の結果では、長崎県の野菜摂取量の平均は目標量である350gよりも約100g少ない結果でした。野菜の価格高騰もありますが、野菜が苦手な方はぜひ、春巻きなどにアレンジして食べてみてくださいね!



すまがき 末永さん(芦辺支部) たけとむ 竹富さん(郷ノ浦支部)

※このカレンダーは、4月28日現在のものです。
日程等は変更される場合もありますので、ご了承ください。

- …学校・幼稚園・保育所行事(掲載依頼分)
- ★…はつらつ元気塾・介護予防教室等
- ▲…一支国博物館行事

- ◆郷ノ浦： 吉崎の島ホール(吉崎文化ホール) ☎47-4111 ・休館日：水曜日
- ◆勝本： ふれあいセンターかざはや ☎48-3200 ・休館日：月曜日
- ◆石田： 石田農村環境改善センター ☎44-5179 ・休館日：月曜日
- ◆芦辺： 一支国博物館 ☎45-2731 ・休館日：月曜日
- 原の辻ガイダンス ☎45-2065 ・休館日：水曜日
- 吉崎島開発総合センター ☎45-3693 ・休館日：火曜日
- クオリティライフセンターつばさ ☎45-4500 ・休館日：水曜日

6/1	▲特別企画展「川瀬巴水 旅と郷愁の風景」6月8日まで ▲報道写真展「甲子園への道2025春」(主催：吉崎新聞社) 6月29日まで
2周	
3火	
4水	★10:00～12:00 コグニサイズ教室勝本教室(勝本地区公民館) 10:00～16:00 人権相談 ★13:30～15:30 コグニサイズ教室渡良教室(渡良地区公民館)
5木	★9:30～11:30 コグニサイズ教室那賀教室(那賀地区公民館) ★13:30～15:30 コグニサイズ教室筒城教室(筒城地区公民館)
6金	▲11:00～12:00 / 14:00～15:00 いさはく健康講座(一支国博物館 館内)※要予約 ★13:30～15:30 たんがるディックウォーキング倶楽部 (B-クラス)
7土	14:00～15:00 キラキラ(更生保護女性会)による絵本の読み聞かせ(郷ノ浦図書館) 8:20～12:00 ツール・ド・吉崎島2025(第37回吉崎サイクルフェスティバル)(吉崎市内) ★13:30～15:15 たんがるディックウォーキング倶楽部 (S-クラス) ▲14:00～ 吉崎学講座
8日	
9月	
10火	★10:00～11:30 はつらつ元気塾(吉崎の島ホール)
11水	●柳田地域連携プロジェクト「田植え、芋ざし、大豆播種」(柳田小) ★10:00～11:30 はつらつ元気塾(改善センター) ★10:00～12:00 コグニサイズ教室勝本教室(勝本地区公民館) 10:00～16:00 人権相談 ★13:30～15:30 コグニサイズ教室渡良教室(渡良地区公民館)
12木	★9:30～11:30 コグニサイズ教室那賀教室(那賀地区公民館) ★10:00～11:30 はつらつ元気塾(かざはや) ★13:30～15:30 コグニサイズ教室筒城教室(筒城地区公民館)
13金	★10:00～11:30 はつらつ元気塾(離島センター) 10:00～14:00 行政相談所開設(吉崎の島ホール)
14土	●第75回吉崎市中学校体育大会(中体連)陸上・相撲大会
15日	
16月	
17火	★9:30～11:30 コグニサイズ教室那賀教室(那賀地区公民館) ★13:30～15:30 コグニサイズ教室筒城教室(筒城地区公民館)
18水	★10:00～12:00 コグニサイズ教室勝本教室(勝本地区公民館) 10:00～16:00 人権相談 ★13:30～15:30 コグニサイズ教室渡良教室(渡良地区公民館)

19木	
20金	
21土	▲10:30～ / 14:00～ いさはくシネマ ★13:15～ パックヤードツアー ★13:30～15:30 たんがるディックウォーキング倶楽部 (B-クラス) 14:00～15:00 キラキラ(更生保護女性会)による絵本の読み聞かせ(郷ノ浦図書館)
22日	▲14:00～ 特別講座
23月	●勝本っ子の心を見つめる教育週間 27日まで(勝本小) ●長崎っ子の心を見つめる教育週間 27日まで (虹の原特別支援学校吉崎分校小中学部(盈科小内))
24火	★10:00～11:30 はつらつ元気塾(吉崎の島ホール) ★10:00～11:30 はつらつ元気塾(改善センター) ★10:00～12:00 コグニサイズ教室勝本教室(勝本地区公民館) 10:00～16:00 人権相談 ★13:30～15:30 コグニサイズ教室渡良教室(渡良地区公民館)
25水	★9:30～11:30 コグニサイズ教室那賀教室(那賀地区公民館) ★10:00～11:30 はつらつ元気塾(かざはや) ★13:30～15:30 コグニサイズ教室筒城教室(筒城地区公民館)
26木	
27金	★10:00～11:30 はつらつ元気塾(離島センター)
28土	
29日	
30月	●長崎っ子の心を見つめる教育週間 7月4日まで (虹の原特別支援学校吉崎分校高等部(吉崎高内))
7/1火	
2水	★10:00～12:00 コグニサイズ教室勝本教室(勝本地区公民館) 10:00～16:00 人権相談 ★13:30～15:30 コグニサイズ教室渡良教室(渡良地区公民館)
3木	★9:30～11:30 コグニサイズ教室那賀教室(那賀地区公民館) ★13:30～15:30 コグニサイズ教室筒城教室(筒城地区公民館)
4金	
5土	14:00～15:00 キラキラ(更生保護女性会)による絵本の読み聞かせ

発行 吉崎市総務部 一緒に推進課
〒811-5192 長崎県吉崎市郷ノ浦町本村56-2番地
☎(0920)4811111 FAX(0920)4811555

ホームページアドレス
<https://www.city.iki.nagasaki.jp>
メールアドレス
mailto:city.iki@ig.jp

「市章の説明(吉崎市の「い」をモチーフに躍動する曲線で、飛躍する姿を力強く表現。漢字の「人」で波を表現し、出会いと交流をイメージ。赤は活力と未来を輝く太陽。緑は自然に恵まれた豊かな暮らしを意味します。」

消防コーナー

問 消防本部 予防課 ☎45-3037

4月の火災 1件 令和7年合計**8件** (昨年比4件増)
(内訳) 建物1件

4月の救急 111件 令和7年合計**611件** (昨年比47件減)
(内訳) 急病68件、一般負傷19件、交通事故9件、労働災害2件、水難事故1件、その他(転院等)12件

吉崎市火災予防標語

ひのようじん かぞくみんなの あいことば

梅雨の大雨災害に備えて、自宅の周辺や溝等のゴミや土砂を取り除き、雨水の排水をよくしましょう。また、避難に備えて避難場所や避難経路、持ち出し品を確認しておきましょう。

人の動き ▶ 人口 23,455人 男 11,295人 女 12,160人 世帯 11,281世帯 (令和7年4月30日現在) 転入 166人 転出 80人 出生 6人 死亡 36人 (4月中)