

広報



海とみどり、
歴史を活かす癒しのしま、
壱岐

【特集】

～3月は自殺対策強化月間です～

「こころ」と「いのち」を
守り支えるために

3

March
2020

No.192

Iki City
Communication
Magazine

いき

／ 今月の題字 ／



きくち けいご
菊池 啓吾さん
(那賀小学校4年)

字が上手になりたいです！



「いのち」を守り支えるために

壱岐市の状況

健康増進課で「心の健康づくり」の推進、地域包括支援センターで高齢者のうつ対策、市民部で様々な相談事業など、各部署で保健福祉事業を実施していますが、自殺の実態については明らかなものがなく、実態に合わせた取り組みも難しいのが実情でした。

〈自殺で亡くなった人〉



41人

(男性32人、女性9人)
(平成24年から平成28年の合計)

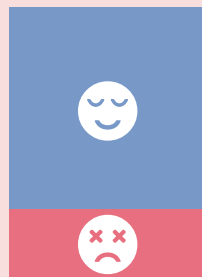
〈自殺死亡率〉

30.0人

100,000人

(平成28年度 人口10万対)

〈睡眠を十分とれていない人の割合〉

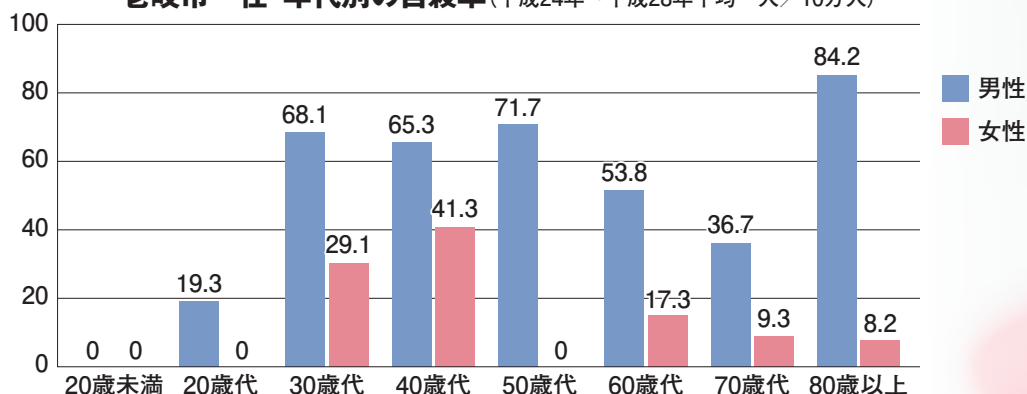


26.4%

※増加傾向

(壱岐市国民健康保険の特定健診の問診より)

壱岐市 性・年代別の自殺率 (平成24年～平成28年平均 人／10万人)



壱岐市のめざす姿

【数値目標】

- 令和4年度までに、自殺死亡率を**24.0人に減少**
- 睡眠を十分とれていない人の割合を**24.0%に減少**
- 4年後までの市職員(管理職・一般職)の自殺対策研修受講率**70%以上**
アンケートの回答が「参加して良かった」「理解が深まった」が**70%以上**



壱岐市では、平成30年度末に「壱岐市いのちを支える自殺対策計画」を策定しました。その一部をご紹介します。

この計画は、自殺対策基本法に基づき、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」をめざした令和4年度までの計画です。

市役所内の部署の枠を超えて策定し、地域の関係機関にも参画いただきました。

3月は、家庭・学校や仕事など周囲に大きな変化が生じる季節です。身近なところで「いつもと違う……」と感じたら、地域で声をかけ、見守りの輪を広げましょう。



壱岐市の取り組みの5つの柱

1. 市民一人ひとりの気づきと見守りを促す……ストレスチェックやうつ予防の普及
2. こころの健康づくりを推進する……組織・団体・職域での講座や講演会の開催
3. 「気づき」のための人材育成及び資質の向上……誰でもいつでもゲートキーパー作戦！
4. 社会全体の自殺リスクを低下させる（社会環境の整備）……相談窓口の充実とつなぎの強化
5. 地域におけるネットワークの強化



市民皆さんの取り組み 地域で声をかけ、見守りの輪を広げましょう



主な相談先の紹介

相談内容	相談窓口名称	電話番号	相談時間
こころの悩み相談	こころの電話	095-847-7867	午前9時から正午まで、午後1時から午後3時15分まで 月曜日から金曜日（祝日を除く）
	長崎いのちの電話	095-842-4343	午前9時から午後10時まで（年中無休） 毎月第1・3土曜日は、午前9時から翌午前9時まで（24時間）
こころの健康相談 例：うつ病・アルコール依存症	壱岐保健所	47-0260	午前9時から午後5時45分まで 月曜日から金曜日（祝日を除く）
	壱岐市 健康増進課	45-1114	午前8時30分から午後5時15分まで 月曜日から金曜日（祝日を除く）
高齢者介護や 権利擁護など 総合相談	壱岐市地域包括 支援センター	45-1197	午前8時30分から午後5時15分まで 月曜日から金曜日（祝日を除く）
	壱岐市社会福祉協議会	45-0048	午前8時30分から午後5時15分まで 月曜日から金曜日（祝日、12月29日から1月3日までを除く）
生活・福祉の 心配ごと相談	壱岐市 市民福祉課	48-1116	午前8時30分から午後5時15分まで 月曜日から金曜日（祝日を除く）
	壱岐市社会福祉協議会	45-0048	午前8時30分から午後5時15分まで 月曜日から金曜日（祝日、12月29日から1月3日までを除く）

チャット形式でのSNS相談もあります！
QRコードを読み込んで友達登録▶▶▶



(LINE) アカウント名：生きづらびっと
ID：yorisoi-chat



風しんの抗体検査・予防接種について（3年間の緊急対策）

問 健康増進課健康増進班 ☎45-1114

市では、国の対策に準じて風しんの感染予防・まん延予防のために、成人男性を対象とした風しんの抗体検査及び予防接種を実施しています。この機会にぜひ受診しましょう。

【内 容】①抗体検査を受診（血液検査）

検査の結果、十分な量の抗体がなかった場合…

②予防接種を受ける

【対象者】昭和 37 年 4 月 2 日から昭和 54 年 4 月 1 日の間に生まれた男性

【受けるために必要なもの】

●クーポン券 ●保険証（本人確認ができるもの）

☆クーポン券を使うと自己負担金は無料です。

☆受診が確認できない方には、5 月末頃に再度新しいクーポン券を送付予定ですが、4 月から 5 月の間に受診する場合は 2019 年度クーポン券を使うことができます。再発行を希望する方は健康増進課にご連絡ください。

風しんについて

風しんは感染力が強い感染症です。妊娠早期の妊婦が感染すると出生児が先天性風疹症候群（眼や耳、心臓に障害が出る）になる可能性があります。感染を拡大させないためには社会全体が免疫を持つことが重要です。

市内の実施医療機関等、詳しくは市ホームページをご覧ください。

（トップページ＞メニュー＞健康・福祉＞予防接種＞風しんの抗体検査及び第 5 期定期接種のお知らせ）



※市外の医療機関での受診を希望される場合は、厚生労働省ホームページで受診可能な医療機関をご確認ください。（ホーム＞政策について＞分野別の政策一覧＞健康・医療＞健康＞感染症・予防接種情報＞風しんの追加的対策について＞風しん抗体検査・風しん第 5 期定期接種受託医療機関）



運転免許証の更新手続きに関するお知らせ

問 危機管理課危機管理班 ☎48-1131

長崎県警察本部において、令和 2 年度からの長崎県内運転免許証更新時講習事務について見直しが図られていましたが、壱岐地区においては、現状どおり壱岐警察署で全ての講習を受けることができます。

令和 2 年度運転免許証更新時講習事務実施業務一覧表

署名	更新受付	更新時講習				
		違反	初回	一般	優良	高齢
壱岐	○	○	○	○	○	○

○は即日交付



ペットボトルキャップのリサイクルについて

問 環境衛生課廃棄物対策班 ☎45-1112

令和 2 年 4 月から、ペットボトルキャップもリサイクル品目に追加されます。各自治公民館のリサイクルステーションに専用ボックスを 3 月中旬に設置予定です。

現在、壱岐市は県下でリサイクル率 1 位です。

地球温暖化に最も影響を及ぼしている二酸化炭素を減らすためにも、より一層のごみの減量化及びリサイクルの推進にご協力をお願いします。

詳しくは、「改訂版ごみ分別のしおり」（3 月中旬に各戸配布予定）をご覧ください。



期日前投票所投票立会人の公募について

問 選挙管理委員会事務局 ☎48-1111

令和 2 年 4 月 12 日(日)執行予定の壱岐市長選挙及び壱岐市議会議員補欠選挙の期日前投票所投票立会人を公募します。

【応募期限】令和 2 年 3 月 24 日(火)

【応募資格】選挙権を有する人

【応募方法】市役所各庁舎市民生活班（郷ノ浦庁舎は選挙管理委員会）又は各事務所に設置している申込用紙を提出ください。（市ホームページからもダウンロードできます。）

詳しくは、選挙管理委員会事務局にお問い合わせください。

※応募者多数の場合は、抽選となります。



食品の原料原産地表示について

問 農林課農林畜産班 ☎44-6112

長崎県食品安全・消費生活課 ☎095-895-2366

平成 27 年 4 月 1 日に食品表示法が施行され、同法に基づき食品表示の新しいルールである「食品表示基準」が定められました。また平成 29 年の基準の一部改正で、原料原産地表示義務が全ての加工食品に拡大されました。次の 1 及び 2 について、経過措置期間内にご対応をお願いします。

1. 食品表示基準への対応

（経過措置期間：令和 2 年 3 月末まで）

（旧表示からの主な変更点）

- ①アレルギー表示に係るルールの改善
- ②原材料と添加物を明確に区分して表示
- ③新たな製造所固有記号への移行（従来制度の廃止）
- ④栄養成分表示の義務化

2. 新たな原料原産地表示制度

（経過措置期間：令和 4 年 3 月末まで）

これまで一部の加工食品のみに義務付けられていた原料原産地の表示が国内で製造又は、加工された全ての加工食品（輸入品を除く）に拡大されました。使用した原材料に占める重量割合が最も高い原材料の原料原産地を表示します。



国民年金 学生納付特例制度について

問 保険課国保・後期・年金班 ☎45-1157
長崎北年金事務所 ☎095-861-1354

国民年金は、20歳以上であれば学生も加入しなければなりません。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

【対象者】

学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程）に在学する学生で、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であること

所得の目安 118万円+ {扶養親族等の数×38万円}

【学生納付特例の承認期間】

4月から翌年3月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合は、4月初めに再申請の用紙が届きます。引き続き、学生納付特例制度の申請を希望される場合は、必要事項を記入の上、ご返送ください。

【学生納付特例の申請】

学生納付特例制度により、令和元年度に保険料納付を猶予されている方で、令和2年度も引き続き在学予定の方へ、3月末に基礎年金番号等が印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書を送付します。

同一の学校に在学されている方は、このハガキに必要な事項を記入して返送いただくことにより、令和2年度の申請ができます。（この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です。）

なお、令和2年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付をご希望の場合は、納付書を作成します。長崎北年金事務所又は保険課にお問い合わせください。



コミュニティ助成事業実施報告

問 政策企画課企画班 ☎48-1134
消防本部警防課 ☎45-3037

コミュニティ助成事業とは、一般財団法人自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に地域のコミュニティ活動に助成を行い、コミュニティの健全な発展を図るとともに宝くじの普及広報のために実施されているものです。

このたび、令和元年度コミュニティ助成金を活用し、次の整備を行いましたのでお知らせします。



一般コミュニティ助成事業 コミュニティ活動備品の購入
(石田町自治公民館連絡協議会)



女性消防隊育成事業
D-1 級軽可搬消防ポンプ式、LED 投光器、
携帯ライト
(初瀬婦人消防隊)



4月から「壱岐市ケーブルテレビ施設」の指定管理者が 光ネットワーク株式会社になります

問 政策企画課情報管理班 ☎48-1134

4月から、壱岐市ケーブルテレビ施設のテレビやインターネット、IP 電話の管理業務を光ネットワーク(株)が行います。

Q. 何か手続きがあるのですか？

A. 同意のハガキを出していただいた方は、手続きはありません。（不同意、未提出の方は3月末でサービス停止となります。）

Q. 何が変わるのですか？

A. 基本のサービス内容は変わりませんが、4月以降、窓口の電話番号や事務所の場所が変わります。（別途、回覧等でお知らせします。）

Q. 料金は変わるのですか？

A. サービス料金は変わりません。

Q. 指定管理者になる光ネットワーク(株)とはどんな会社ですか？

A. 熊本県で同様のサービスを提供しています。

また、(株)九電工、(株)オートメーション・テクノロジー、イクストライド(株)が共同で管理業務を行います。

令和2年
2/1施行**ガソリンを携行缶で購入される皆様へ**

ガソリンの適正な使用を徹底するため、ガソリンを携行缶で購入される方に対して、

消防法で ① 本人確認 (運転免許証の提示など)**② 使用目的の確認** を行うとともに、**販売記録を作成することが義務付けられています。****⚠ ガソリンを取り扱うときの注意事項 ⚠****灯油用ポリ容器**

ガソリンは、灯油用ポリ容器に入れることはできません!!

ガソリン携行缶**！ 噴出注意！**

- ★周囲の安全を確認
- ★フタを開ける前に
 - ①エンジン停止
 - ②エア抜きをする
- ★高温の場所禁止

ガソリン携行缶に貼られている注意事項に留意して取り扱ってください!!



セルフスタンドにおいても、ガソリン容器への詰替えは、ガソリンスタンドの従業員が行う必要があります!!

**皆様のご理解とご協力をお願いいたします**本改正に関する詳しい情報は
<https://www.fdma.go.jp/mission/prevention/gasoline/>

■ 人生 100 年時代の働き方とは？

皆さんは、今の仕事に満足されていますか？ 朝から夕方、もしくは夜まで、ただ黙々と働き続けているだけになっていませんか？ 働くことで納得できる報酬を得ることは勿論ですが、社会の人の役に立っていることを実感できたり、メリハリをつけて働きながら自身の成長を実感できたりしていますか？

「人生 100 年」と言われる時代です。働くことと向き合い、真剣に考える必要があるのではないのでしょうか。

これからの少子高齢化が進む社会においては、長時間にわたって疲弊するような働き方をするのではなく、技術面でのイノベーションを起こしながら持続できる働き方に変えていくことが求められます。これは、都会の通信情報系の会社や広告代理店だけの話ではありません。農業従事者も漁業従事者も、その他あらゆる産業に働く人にとって、「労働」と「余暇」のバランスを見直し、またその生き甲斐を見直し、心身ともに健康でなければなりません。

■ 新しい時代に向けて

スマート農業、スマート漁業、IoT、AI、ロボット、ドローン、5G……。様々なキーワードがニュースや雑誌で紹介されています。想像もつかないような仕事がどんどん広がっていくでしょう。体力がなければできなかった労働や単純作業の繰り返しなどで精神的に苦痛だった労働から、解放されるようになっていくと言われています。これからは、AI を備えたロボットができる仕事はロボットに任せ、人にしかできない仕事、人が考えるしかない仕事を人がする時代になっていきます。

人々が持続的に発展するために、何をすべきか？ そのことを念頭に、新しい技術革新を活用する。そういう効率のよい働き方に変革していくと同時に、メリハリをつけて心身をリフレッシュしながら健康的に暮らせるようにしていきましょう。

SDGs の目標 8 番は「働きがいも経済成長も」、また目標 9 番は、「産業と技術革新の基盤をつくろう」です。

皆さんは、どんな仕事にどんな風に取り組みますか？ それはどんな楽しみのためでしょうか？ 新しい時代に向けて想像を働かせてみませんか？

8 働きがいも
経済成長も



9 産業と技術革新の
基盤をつくろう



国際交流員トレバーの

The West, East and me

欧米と日本と私。僕の名字は西 (West) です！

心の平静：新春マラソンの考え

皆さん、こんにちは！ 春がもうすぐ来ます！ 今回は、1 月に参加した新春マラソンについて書きたいと思っています。

新春マラソンのハーフを走りました。私は 11 月ごろに足の怪我が治り、毎週 1 回ぐらい長距離を走る練習をしました。けれど、ハーフ当日前の練習制限距離は約 15 キロでした。当日、15 キロの地点に着いたあとに足がボロボロになり、膝が爆発するかと思いました。このきつい中で、『もちろん体と一緒に私の心も疲れたでしょう』と考えられるかもしれませんが、それは違います。もちろん体は疲れました。でも、心は落ち着いていました。

私のハーフの目標は 2 時間でした。実際に 1 時間 45 分でゴールし、目標を達成しました。最後の 5 キロでは私は 10 人以上に追い抜かれました。その時、脳裏によぎったのは、「抜かれちゃだめだ！」「おい！」「絶対に勝ってやる!! 頑張るんだ!!」という感情です。

その後こう思いました。「でもなんで？」「勝つ必要ってあるの？ 他の選手を打ち負かしてまで？」そして出た答えは、「違う、違う、そんなことする必要なんてないんだ。」ということです。

ハーフはもちろん大変で疲れましたが、心のエネルギーは、まだたっぷり残っていたので、マッサージをして温泉に入った後に、友達と一緒にサーフィンをしました。

どんなに辛い・きつい時でも、自分のエゴに気づいたら冷静になれると思います。これで、心の平静を保つことができると思っています。^_^



Life Further post: "Peace and Truth" (英語)
ライフ ファザー投稿:「平和と真実」(英語)



Life of Trevor West post: "Life in Japan So Far" (英語)
トレバー・ウエストの人生投稿:「今までの日本での生活」(英語)



1月24日金

壱岐市と株式会社博多大丸との「九州探検隊」アンバサダー認定式

壱 岐市と株式会社博多大丸との「九州探検隊」アンバサダー認定式を行いました。「九州探検隊」は一昨年 65 周年を迎えた博多大丸の記念事業で、3 年間で九州の全 119 市を訪問し、地元九州のまだ知られていない魅力ある「モノ」「コト」「文化」を発掘し、広く紹介・提供することで九州全体の活性化を目指しています。認定は本市が 39 市目で、県内では 4 市目となります。壱岐市のまだ知られていない魅力の発掘により、認知度向上と活性化に繋がることを期待します。



1月10日金

株式会社リクルートとの連携協力協定締結式

壱 岐市と株式会社リクルート（以下リクルート）は、緊密な連携のもと、相互に協力し、新たな地域創生手法の確立を目的とした包括連携協定を締結しました。

本協定に基づき、本市はリクルートと協働して、リクルートの持つ人材開発や組織活性のノウハウ、様々なパートナー企業や団体とのリレーションを生かし、地域社会における人と地域の先進的な繋がり方を探索してまいります。

また、本市と慶應義塾大学 SFC 研究所との間で締結している「地域創生に関する研究開発の連携協力協定」に基づき、慶應義塾大学 SFC 研究所も交えた三者による連携協力についての覚書も同時に締結し、取り組みのモデル化や横展開を視野に入れた体制で活動を進めてまいります。



2月1日土

認知症市民公開講座

壱 岐市と壱岐医師会とエーザイ株式会社との「認知症とともに生きる地域づくり」連携協定締結を記念し、認知症市民公開講座を開催しました。大分大学医学部 総合診療・総合内科学講座 診療教授の吉岩あおい先生を講師にお招きし、「認知症早期発見の大切さと地域で取り組む認知症予防～大分県豊後高田市の取り組みを通して～」をテーマに講演いただき、認知症への理解を深めました。



1月26日回～28日回

「描いてみんな！長崎」事業 直木賞作家 川越 宗一氏 来島

著 書『熱源』で第 162 回直木賞を受賞された作家の川越宗一氏が、今年度の「描いてみんな！長崎」事業で執筆される小説の取材のため来島されました。今回執筆されるのは、長崎県出身の実業家、梅屋庄吉の人生の軌跡を独自の視点から描く長編書き下ろし小説で、庄吉の妻、トクが勝本町出身であることから、ゆかりの地を訪問されました。小説に先立ち、ウェブサイト「文藝春秋 BOOKS」(<https://books.bunshun.jp/>)にて、紀行が掲載される予定です。



2月2日

第13回 壱岐市市民合唱祭

壱 岐市市民合唱祭実行委員会の主催により、第13回となる壱岐市市民合唱祭が壱岐の島ホールで開催されました。石田小学校「ザ・はーもにー」、さわやか混声合唱団、壱岐文化ホール・ジュニア合唱団、コール・リーベ女声合唱団、壱岐混声合唱団、壱岐高等学校 吹奏楽部のみなさんによる合唱や合奏が披露され、会場には美しいハーモニーと子どもたちの元気な歌声が響き渡りました。最後には来場者も一緒に「Believe (ビリーブ)」と「壱岐洋洋」を合唱し、音楽の祭典を楽しみました。



2月2日

第62回 壱岐一周駅伝大会

壱 岐体育協会の主催により、第62回となる壱岐一周駅伝大会が開催されました。青年の部と一般の部に各町から計8チームが出場し、壱岐の島ホールを一斉にスタートしました。沿道からの大きな声援を受けながらチームワークと健脚を競い、市内全域をタスキで繋ぎました。青年の部は石田町が初優勝、一般の部は郷ノ浦町が8大会連続となる優勝に輝きました。



ラッピングトラックを活用した壱岐市PRについて

☎ 観光課観光しまづくり班 ☎48-1130

島外へ壱岐市の魅力をPRすることを目的に、このたび島内運送業者の皆様にご協力いただき、輸送トラックに壱岐の自然やグルメ、歴史等の魅力をデザインした「ラッピングトラック」が誕生しました。

令和元年度から令和3年度まで、毎年4台のラッピングを実施し、3年間で計12台のラッピングトラックが誕生する予定です。ラッピングに使用する観光素材については、市と運送業者様の間で協議を重ね、壱岐の魅力が伝わるものを選定しています。

今年度の4台のラッピングトラックは、すでに昨年の12月中旬から九州管内や中国地方方面への運行を開始しています。

今回、島内運送事業者様のご理解をいただき実施することができました。今回のような官民連携した取り組みは島内の方の観光への意識向上にも繋がるうえ、壱岐の魅力的な観光素材を島外へ効果的にPRできるものと思っており、本市の知名度向上、誘客促進を期待しています。

令和元年度に整備した4台のラッピングトラック

①
【両サイド】
筒城浜
【リア】
松永安左エ門



②
【両サイド】
壱岐の海(高速船)
【リア】
実りの島ロゴ



③
【両サイド】
原の辻遺跡
【リア】
小島神社



④
【両サイド】
壱岐牛
【リア】
猿岩



「身障者等の専用駐車場」の適正な利用について

「身障者等の専用駐車場」は、歩行が困難な方々のための駐車スペースです。歩行が困難な方々が利用しやすいよう、建物に近い位置にスペースも広くつくられています。

譲り合う思いやりの気持ちを持って、「身障者等の専用駐車場」は、本当に必要とされる方々のために空けておきましょう。

長崎県では、「身障者等の専用駐車場」の適正な利用を図るため、パーキング・パーミット（身障者用駐車場利用証）制度が導入されています。利用証は、市役所各庁舎市民生活班（郷ノ浦庁舎は市民福祉課）で交付しています。



【有効期間】1年以上
身体障がい者、高齢者、
知的障がい者、難病者用



【有効期間】1年未満
妊娠婦、けが人用

【お問い合わせ】市民福祉課地域福祉班 ☎ 48-1116

あい I カフェ（健康相談）

【日 時】3月19日（木）午前10時から正午まで

【場 所】マリンパル壱岐 【参加料】無料

【内 容】終活、血圧測定、健康相談

【お問い合わせ】壱岐市地域包括支援センター ☎ 45-1197

「市内路線バス乗車カード」の利用について

満75歳の誕生日を迎えたら、1路線100円（ワンコイン）でバスに乗れる「市内路線バス乗車カード」を利用しましょう。

市役所各庁舎市民生活班（郷ノ浦庁舎は市民福祉課）又は各事務所に写真（4cm×3cm）と印鑑をお持ちください。後日、乗車カードを郵送でお送りします。三島地区在住の方は、「三島航路乗船カード」も併せて利用しましょう。

【お問い合わせ】市民福祉課地域福祉班 ☎ 48-1116

介護保険料（納付書払い分）の

納め忘れはありませんか？

今年度の介護保険料（納付書払い分）の最終納期限は、3月31日（火）となっています。

納期限までに市役所各庁舎・各事務所、又は市内金融機関（郵便局を除く）で納付をお願いします。

皆様一人ひとりの保険料は、介護保険制度を運営するための大切な財源です。

介護が必要となったときに安心して充実したサービスを利用できるよう、介護保険料の納付にご理解とご協力をお願いします。

【お問い合わせ】保険課介護保険班 ☎ 45-1157

認知症の相談はこちら

壱岐市地域包括支援センター

☎ 45-1197

平日 午前8時30分から
午後5時15分まで

地域おこし協力隊だより

最終年度の活動について



滞在型観光促進担当

うめだ 梅田はつみ

あっという間に活動3年目に突入しました！これまで、石田町で体験できる観光のお客様向けプログラムを、壱岐島砂浜会さんと一緒に考えてきました。昨年4月からの販売合計では、180名のお客様に体験していただくことができました。これも、体験の先生を引き受けてくれた地域の皆さんが、日々お忙しい中、お客様の受け入れを行ってくださるおかげです！来年度にも新たな体験プログラムを検討中ですので、観光のお客様に壱岐での滞在をより楽しんでもらいたいと思います。

任期終了後は、何か商売をしたいと考えているので、今年度は起業セミナーや講習会に参加し、起業された方や、任期を終えられた協力隊の方の話を聞いたりするなどして、構想を練っているところです。来年度も引き続きよろしくお願いします！



1年を振り返って



空き家活用促進担当

ふじき 藤木 彩乃

早いもので、今年度も最終月となりました。何に挑戦をして、何が成長できたかを振り返る貴重な区切りの時期かと思います。昨年5月から着任した私にとっても、年度末は区切りの時期です。

今年度の私の挑戦は壱岐島へ移住し、地域おこし協力隊として仕事を始めたことです。今まで暮らしていた土地を離れることに不安もありましたが、それ以上に楽しみが上回り、今もおかげさまで居心地の良い日々を過ごしています。また仕事面でも初めてのことはばかりでしたが、多くの方に助けていただき、無事に今年度を終えることができそうです。書中をもってお礼申し上げます。

来年度は今年度以上に空き家バンクや空き家相談室イエマチの周知、空き家バンクへの登録促進、移住希望者へのサポートができるように努めたいと思います。来年度もよろしくお願いします。



今月の
健康づくりメッセージ

うん動を 毎日すれば けんこうに

【渡良小学校 小山 陽人(こやま はると)】

結婚・妊娠・子育て
応援サイト



乳幼児の予防接種



※対象年齢になりましたら、個人通知をします。
詳しい内容は、健康増進課へお問い合わせください。

予防接種	接種対象年齢(※標準的な接種年齢)	実施方法等
B型肝炎	1歳未満(※生後2か月～9か月未満)	期間：通年実施 会場：市内指定医療機関 「吉崎市予防接種のお知らせ」、市ホームページ等でご確認ください。 ●必ず予防接種を受ける3日前までに、医療機関へ予約をしてください。 予診票は医療機関にあります。
ヒブ	生後2か月～5歳未満(※生後2か月～7か月未満)	
小児用肺炎球菌	★接種開始年齢によって回数が異なります。	
4種混合	生後3か月～7歳6か月未満(※生後3か月～1歳未満)	
B C G	1歳未満(※生後5か月～8か月未満)	
麻しん風しん混合	1期：1～2歳未満 2期：小学校入学前の1年間(平成25年4月2日～平成26年4月1日生)	
水痘	1歳～3歳未満(ただし、水痘に罹っていない方が対象)	
日本脳炎	1期：生後6か月～7歳6か月未満(※3歳～4歳) 2期：9歳～13歳未満 特例措置対象者：平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方で、20歳の誕生日の前日までの間	
不活化ポリオ	生後3か月～7歳6か月未満で3種混合接種が完了し、ポリオワクチン接種が完了していない方 最初から4種混合を接種している方は接種する必要はありません。	

※医療機関での接種では、診療の状況でお待ちいただく場合がありますので、ご了承ください。

乳幼児の健康、妊婦・育児相談



他市町村から転入された妊婦さんは、
健康増進課までご連絡ください。

項目	実施日	受付時間	会場
母子健康手帳の交付及び妊婦相談	月～金(祝日除く)	8:30～17:15 随時	健康増進課窓口(芦辺庁舎内)
乳児健診	3日(火)・17日(火)	13:00～13:30	吉崎の島ホール ※対象者には個人通知します。
1歳6か月児健診	5日(木)	13:00～13:30	
3歳児健診	19日(木)	13:00～13:20	
乳幼児歯科相談	5日(木)	8:30～11:00 ※8:30開場	吉崎の島ホール
離乳食教室	23日(月)	13:00～13:30	吉崎こどもセンター

4月1日から原則屋内禁煙が義務付けられます

健康増進法の改正に伴い、受動喫煙の防止が強化されます。喫煙のルールを守り、特に健康への影響が大きい妊婦や子ども、患者の方への配慮をお願いします。



3月1日～3月7日は「子ども予防接種週間」です!

母子健康手帳で予防接種履歴をご確認ください!

まだ接種が完了していない予防接種がある方は、感染症予防のため対象年齢の期間内に受けることをお勧めします(対象年齢を過ぎての接種は、個人の希望による任意接種となるので、接種費用は全額自費となります)。

予防接種を受ける時には……

★必ず予防接種を受ける**3日前**までに、医療機関へ予約をしてください。

◎日程、受付時間等は予約時にご確認ください。

◎予定人数に達した場合、予約ができない場合がありますのでご了承ください。

★接種当日は、必ず「母子健康手帳」をご持参ください。

接種記録を確認し、記入するために必要です。

★予診票は医療機関にあります。



郷ノ浦図書館からのお知らせ

いよいよ春です。転勤、転校、卒業等で吉岐を離れる皆さん。旅立ちの前に、ぜひ図書館に来られませんか！新生活に向けて参考になったり、先人たちの格言や生き方を知ることでもできます。

貸出中の本がある皆さん。早めの返却をお願いします。不要になる利用者カードも回収しています。

また、家で眠っている書籍は寄贈を受け付けます。お知らせください。

〈お問い合わせ〉郷ノ浦図書館 ☎ 47-0255

【開館時間】午前9時から午後6時まで

【休館日】毎週火曜日・毎月第3木曜日

書籍案内 ～読んでみませんか？～



『ひとり暮らしレスキュー BOOK』(成美堂出版)

これから始まるひとり暮らしの「困った！」をこの1冊ですべて解決できるかも！

イラスト付きカラー展開でとても読みやすいお助けBOOKです！



『働く君に贈る25の言葉』佐々木常夫／著(WAVE出版)

ビジネスで培いそして苦難を乗り越えた著者の深い人生観。

これから始まる人生と仕事に立ち向かう若者にぜひとも読んでほしい1冊です。



図書館
ホームページ



図書館蔵書
検索・予約

東京2020オリンピック聖火リレーの詳細ルートが公表されました！

東京2020組織委員会から、東京2020オリンピック聖火リレーの詳細なルートが公表されました。吉岐市のルートは、「原の辻ガイダンス前」をスタートし、安国寺を通過し「吉岐市立一支国博物館」を到着地としています。周辺にお住まいの皆様や事業所の皆様には、交通規制等で大変ご不便をおかけすることとなりますが、ご理解・ご協力を賜りますようお願いいたします。

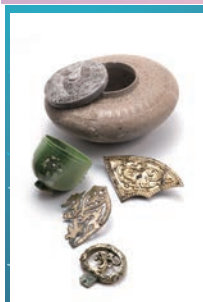
【通過日時】5月8日(金) 午後12時～13時

(なお、実施予定時間及び交通規制の箇所や規制時間等の詳細は公表され次第お知らせします。)

お問い合わせ 社会教育課生涯学習班 ☎ 45-1113



令和2年3月14日
おかげさまで開館10周年！

吉岐市立一支国博物館 長崎県埋蔵文化財センター
一支国博物館トピックス

一支国博物館・長崎県埋蔵文化財センター
収蔵品展 ～学芸員・研究員のおススメ逸品！～

3/6(金)～5/10(日) 観覧無料

学芸員や研究員が各自厳選したおススメの逸品を紹介。「吉岐島の歴史ってこんなに深くてももしろいんだ～！」と再発見できる企画展ですよ。

3/1(日)、7(土)、8(日)、14(土)、15(日)
スペシャル紅白まんじゅう
BIG 無料配布
(各日先着150個)

3/14(土)15:00
餅まき

3/29(日)10:00～15:00
鎮信流 春のお茶会

3/14(土)8:45～17:30
[最終入館 17:00]
常設展示室観覧料 無料

3/21(土)10:00～15:00
いきはくフリマ

3/28(土)8:45
春のうららか探訪バスツアー
(有料/事前予約必要)

キッズこうこがく研究所別館展

光のラビリンス

2/29(土)～4/5(日) 入場無料

あなたの声や動きにあわせて、色とりどりの光や影、映像などが動き出す！ふしぎな光の世界へようこそ！

企画協力/ステップ・イースト



七色小道 坪倉輝明
©teruaki TSUBOKURA



toatope 本多和 / 下田芳彦
©yamato HONDA / yoshihiko SHIMODA

声楽、チェロ、フルート、ピアノで奏でる名曲の数々——

一支国浪漫コンサート 3/14(土)15:30 開演 入場無料

出演：長崎県新演奏家協会

司会：野上麗 (元吉岐市 CATV アナウンサー)

吉岐学講座

3/7(土)14:00
吉岐国神岳山「明星院」考
[講師] 須藤正人(当館 館長)

特別講座

3/22(日)13:00 “特別” 特別講座

いきはくシネマ

3/21(土)10:00 / 14:00
おまふうまそうだな
3/28(土)10:00 / 14:00
おじゃる丸スペシャル

健康増進事業

3/6(金)14:00 健幸(康)体操
18:00 Let's ピラティス



吉岐市立 一支国博物館

一支国博物館

(検索)

TEL 45-2731

株式会社リクルート及び 東京大学先端科学技術研究センター との連携協定の締結について

木々が芽吹き始め、やわらかな日差しに春の訪れを実感する季節となりました。

さて、本市では、昨年9月に行った「気候非常事態宣言」が日本の自治体初ということで広く注目を集めていることもあり、大学や企業等からの連携協定の申し出が相次いでおり、SDGs未来都市として本市が目指す具体的なイメージの1つである「外部から多様な知恵を取り込み、進化と変化を恐れない柔軟で強靱な地域づくり」に資することから連携協定の締結を進めております。

本年1月10日には、株式会社リクルートと連携協力に関する協定を締結し、同日、慶応義塾大学湘南藤沢キャンパス（SFC）研究所も交えた三者による連携協力についての覚書も締結しました。この連携により、本年4月から吉崎テレワークセンター内に「吉崎なみらい研究所」を設置し、地域おこし企業人（三大都市圏に勤務する社会人）と市職員等と一緒に、本市の地域課題を学び合

い、大学の高度かつ専門的な指導と株式会社リクルートの人材開発・組織活性のノウハウや企業間ネットワーク等を活用し、将来の吉崎市の発展に必要な人材育成を図ってまいります。

また、2月7日には、東京大学先端科学技術研究センターと持続可能な地域づくりに関する連携協定を締結しました。

本市では、すでに国の補助事業を活用し、水素を活用して再生可能エネルギーをより多く利用するためのエネルギー実証システムの導入に向けて調査・設計事業に取り組んでいます。同事業にご協力をいただいております同研究センターとの協定締結により、環境にやさしい再生可能エネルギーを市民皆様が使える社会を目指し、取組を進めてまいります。

SDGs未来都市として、本市の豊かな自然環境を次の世代へと受け継ぎ、持続可能で安全・安心に暮らせる島、クリーンなエネルギーを自給自足できる島を目指してまいります。



吉崎市立 田河小学校 6年生のみなさん(芦辺町諸吉二亦触)



目指せ！

『全力たがわ』のしんのリーダー

この1年間で、『全力たがわ』の合言葉のもと、「しんのリーダー」を目指して、13人で力を合わせて、「3つのしん」をがんばってききました。

1つ目は「た」「進」自分からテキパキ行動しようです。自分の言動に責任をもち、「やってみせる」を合言葉に毎日の生活を送っています。特に、あいさつは「立ち止まって、名前を付けて・最後におじぎをする」ということを心がけてきました。心のこもったあいさつが田河小全体に広がっています。

2つ目は「が」「伸」努力を続けてグングン伸びようです。子どもたちは、一つ一つの課題に真剣に向き合い、落ち着いた態度で授業に臨んでいます。友達との考えのよさに気付いたり、それに対する自分の考えを発表したりすることで、共に学ぶことに楽しさを感じ、共に力を伸ばしてきました。

3つ目は「わ」「信」ホカホカ心で大切な仲間と信じ合おうです。どんなときでも最善を尽くし、励まし合ったり教え合ったりしながら、様々な活動に取り組んできました。「困っている人がいたらすぐに声をかける」「分からない人がいたら一緒に考える」など、お互いを大切にしている姿が多く見られました。

しんのリーダーとして全力でがんばったこの1年、どんなことにも負けない芯の強さを身に付けました。これからも自分の力を信じて、『全力たがわ』の精神で進んでいってください。ファイト！真のリーダー。

(担任 桑原希代子)



よろしくね おいかわ たえ か 妙香ちゃん 1日 信克さん・美穂さん (郷ノ浦町長峰本村触)	元気いっぱい☆ すえ た と き 与喜くん 3日 啓介さん・理恵さん (郷ノ浦町里触)	絆愛姉、心絆見、大好き♡ たかはし さき ゆ う 絆竜くん 4日 大夢さん・彩菜さん (勝本町立石南触)	ついでいきたい♪ ひら た あ ん じ ゅ う 晏朱ちゃん 11日 大輔さん・愛さん (郷ノ浦町郷ノ浦)	いっぱい遊んでね♡ まつ お さ き 彩生ちゃん 14日 和則さん・文恵さん (郷ノ浦町片原触)	Sing a Song!! こばし た け る 岳くん 19日 裕樹さん・麻由さん (芦辺町諸吉東触)
大きくなあれ!! おお た か ひ な た 陽くん 21日 誠さん・尚さん (芦辺町諸吉大石触)	ニャンニャン大好き♡ や ま う ち も も こ 桃子ちゃん 21日 基大さん・邦子さん (郷ノ浦町釘山触)	動物大好き☆ は し か わ ち さ き 千咲くん 23日 勇人さん・未沙さん (郷ノ浦町初山東触)	お兄ちゃん大好き♡ さ と う き こ 希子ちゃん 25日 敬承さん・留美子さん (芦辺町諸吉本村触)	お歌だいすき♪ た て い し 弘 太郎さん・悠莉奈さん (郷ノ浦町郷ノ浦) 27日	はるが兄、育メンパ♪ な が し ま れ い が 怜我くん 29日 徹宜さん・めぐみさん (石田町南触)

「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歳になる月の前月1日までとなります。詳しくは総務課（☎48-1111）まで。

「もしも」のための交通災害共済

交通災害共済は、交通事故による被災者を救済する制度です。日本国内どこで起きた交通事故でも、けが等の程度に応じて見舞金が支払われます。交通事故を起こさない・遭わないことが一番ですが、「もしも」のときのために、家族そろって加入しましょう。

【加入できる方】 苓岐市に住民登録をしている方（外国人の方も含む）

※就学（学生）のため、一時的に転出している方も加入できます。

【共済掛金】 加入者1人につき年間500円

※中途加入者（4月以降の加入者）も同額

【共済期間】 令和2年4月1日から令和3年3月31日まで

※中途加入者は、申込を受理した日から令和3年3月31日まで

【共済の対象となる事故】 国内で自動車や汽車、電車、原動機付自転車、自転車（16インチ以上）、定期旅客船、旅客機などの接触、衝突、転覆などにより事故にあった場合

※飲酒運転や無免許運転など重大な過失によって事故を起こした場合や、天災によって生じた事故などは対象外となります。

【災害共済の請求期限】 事故発生日から2年以内

【申込方法】 申込用紙に住所及び申込人数分の氏名等をご記入の上、掛金を添えて、市役所各庁舎市民生活班又は各事務所にご提出ください。

※申込用紙や請求書等の関係書類は、市役所各庁舎市民生活班（郷ノ浦庁舎は危機管理課）にあります。

【お問い合わせ】 危機管理課危機管理班 ☎48-1131

今月の表紙

第13回苓岐市市民合唱祭

（2月2日）

市内のコーラスグループや吹奏楽団が一堂に会し、会場は美しいハーモニーに包まれました。最後は出演者全員で「Believe（ビリーブ）」と「苓岐洋洋」を合唱しました。

人の動き

令和2年1月31日 現在

人口	26,398人	出生	18人
男	12,636人	死亡	51人
女	13,762人	転入	28人
		転出	34人

世帯 11,668世帯



2020
3月
March

弥生 -やよい-

〈花 暦〉さくら(潔白)

〈誕生石〉ブラッドストーン(沈着、勇氣)

●…学校・幼稚園・保育所行事(掲載依頼分)

●…一支部博物館行事

●…はつらつ元気塾

●…こどもセンター講座・教室等



老岐市ホームページ

携帯電話のカメラを使い、左のQRコードを読み取るだけで、簡単に老岐市の情報がご覧になります。

ご覧にならない方はこちらのアドレスをご入力ください。
⇒ <https://www.city.iki.nagasaki.jp>

今月の行事予定

※このカレンダーは、2月1日現在のものです。その後の日程等の変更につきましては、ご了承ください。

3/1 日	● キッズこうごく研究所別館 光のラビリンス 4月5日まで ● スペシャル紅白まんじゅうBIG 無料配布(先着150個) ● 10:00~11:30 老岐高校 第72回卒業式 ● 10:00~12:00 老岐商業高校 第59回卒業式
2 月	● 10:00~11:30 月曜ミニ広場
3 火	● 9:30~10:20 虹の原特別支援学校老岐分校高等部 第5回卒業式 ● 10:00~11:30 老岐市インバウンドセミナー おもてなしのための"やさしい日本語"(老岐の島ホール) ● 10:00~11:30 いきこ広場
4 水	● 9:30~11:00 健診結果説明会(石田改善センター) ● 10:00~16:00 人権相談(法務局) ● 13:30~15:00 健診結果説明会(かざはや)
5 木	
6 金	● 一支部博物館・長崎県埋蔵文化財センター 収蔵品展 5月10日まで ● 9:30~11:00 健診結果説明会(つばさ) ● 13:30~15:00 健診結果説明会(老岐の島ホール) ● 13:30~15:30 老岐市インバウンドセミナー おもてなしのための"やさしい日本語"(老岐の島ホール) ● 14:00~18:00 健康増進事業
7 土	● スペシャル紅白まんじゅうBIG 無料配布(先着150個) ● 9:00~13:00 原の辻ウォーク2020(原の辻一支部王都復元公園及びその周辺)※要申込 ● 14:00~ 老岐学講座
8 日	● スペシャル紅白まんじゅうBIG 無料配布(先着150個) ● 12:00~15:30 長崎県埋蔵文化財センター/まいぶんキッズ大集合
9 月	● 10:00~11:30 月曜ミニ広場/赤ちゃん広場
10 火	● 10:00~11:30 いきこ広場 ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(老岐の島ホール)
11 水	● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(石田改善センター) ● 10:00~16:00 人権相談(法務局)
12 木	● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(かざはや)
13 金	● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(つばさ)
14 土	● スペシャル紅白まんじゅうBIG 無料配布(先着150個) ● 8:45~17:30[最終入館17:00] 常設展示室観覧料 無料 ● 15:00 餅まき ● 15:30開演 一支部浪漫コンサート
15 日	● スペシャル紅白まんじゅうBIG 無料配布(先着150個)
16 月	令和元年分 所得税及び復興特別所得税・贈与税の確定申告・納付期限(老岐税務署) ● 9:40~10:30 虹の原特別支援学校老岐分校 小学部 第3回・中学部 第4回卒業式
17 火	● 市内中学校 卒業式

18 水	● 10:00~16:00 人権相談(法務局)
19 木	● 市内小学校 卒業式 ● 10:00~12:00 I(あい)カフェ(健康相談)(マリンパル老岐)
20 金	● 古代技術体験(原の辻ガイダンス) 23日まで 春分の日
21 土	● 10:00~14:00 いきはくシネマ ● 10:00~15:00 いきはくフリマ
22 日	● 13:00~ 特別講座
23 月	● 市内幼稚園 卒園式 ● 渡良・沼津保育所・石田こども園 卒園式
24 火	● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(老岐の島ホール)
25 水	● 柳田・志原保育所 卒園式 ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(石田改善センター) ● 10:00~16:00 人権相談(法務局)
26 木	● 公立認可保育所 卒園式 ● 9:30~11:00 健診結果説明会(つばさ) ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(かざはや) ● 10:30~17:00 年金相談(市役所勝本庁舎)※要予約 ● 13:30~15:00 健診結果説明会(老岐の島ホール)
27 金	● 9:00~14:00 年金相談(市役所勝本庁舎)※要予約 ● 9:30~11:00 健診結果説明会(石田改善センター) ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(つばさ) ● 13:30~15:00 健診結果説明会(かざはや)
28 土	● 8:45 春のうららかに探訪バスツアー ※要予約 ● 10:00~14:00 いきはくシネマ
29 日	● 10:00~15:00 鎮信流 春のお茶会
30 月	
31 火	令和元年分 個人事業者の消費税及び地方消費税の確定申告・納付期限(老岐税務署)
4/1 水	● 常設展示室 一支部トピック 新・顔モデル一般公開 ● 10:00~16:00 人権相談(法務局)
2 木	
3 金	
4 土	
5 日	老岐市長選挙及び老岐市議会議員補欠選挙告示

◆郷ノ浦: 老岐の島ホール(老岐文化ホール)	☎ 47-4111	・休館日: 水曜日
◆勝本: 老岐西部開発総合センター	☎ 45-1202 (社会教育課)	
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: 一支部博物館	☎ 45-2731	・休館日: 月曜日
原の辻ガイダンス	☎ 45-2065	
老岐島開発総合センター	☎ 45-3693	・休館日: 火曜日
クオリティーライフセンターつばさ	☎ 45-4500	・休館日: 水曜日



ヘルスメイトさんの
クッキング
レシピ



今月のヘルスメイトさん
此見 功子さん 渡野 竹美さん
(郷ノ浦支部) (勝本支部)

にんじんとこんにゃくのきんぴら風

豚肉を加えることで栄養価が上がり、食べごたえのあるレシピです。今回のレシピにたかの爪を加えると、ピリッとした食感が加わりいいアクセントになります。



1人分
186
kcal

材 料《4人分》

にんじん……………	40g	A	しょうゆ……………	大さじ1
糸こんにゃく (きんぴら用)……………	150g		みりん……………	小さじ2
小ネギ……………	3g(2本程度)		砂糖……………	小さじ1
豚肉……………	60g		酒……………	大さじ1
ごま油……………	小さじ2		和風だしの素……………	小さじ1
白ごま……………	小さじ2			

作り方

- ① 糸こんにゃくは下茹でをする。(下茹で不要のタイプは軽く水洗いして水を切っておく。)
- ② にんじんは千切りにし、小ネギは小口切りにする。
- ③ 豚肉は食べやすい大きさに切る。
- ④ フライパンにごま油を入れ、豚肉を炒める。
- ⑤ 豚肉に火が通ったら、にんじん、糸こんにゃくを加え、さらに炒める。
- ⑥ にんじんに火が通ったら、Aの調味料を入れ汁気がなくなるまで煮詰める。
- ⑦ 火を止め、白ごまと小ネギをふりかけ混ぜ合わせる。



「広報いき」は、見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。



「広報いき」は、石油系有機溶剤の一部を大豆油に置き換えたソイインキを使用しています。

◎発行 老岐市総務部 総務課
〒851-0022 長崎県老岐市郷ノ浦町本村6-2番地
TEL 0958-48-1111 FAX 0958-48-1111
E-MAIL iki-sounu@city.iki.jp

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

【記事の説明】老岐市の「一」をモチーフに躍動する曲線や、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。赤は活力と未来へ輝く太陽、緑は自然に恵まれた豊かな暮らしを意味します。