

12

December
2020

No.201

広
報

いき



【特 集①】

ポイントを集めて楽しくお得に健康づくり！
おたすけ健康スタンプラリー

【特 集②】

ふるさとへの思いを形に
壱岐市ふるさと納税をご紹介します！

 壱岐、誇り
我々が未来をつくる

Iki City Communication Magazine

今月の題字



かわはた み い
川畑 美依さん
(渡良小学校4年)

バレエと習字を頑張っています!!

【特集】 ポイントを集めて楽しくお得に健康づくり！

おたすけ健康スタンプラリー

お問い合わせ 健康増進課 ☎ 45-1114

市民皆様が自ら意欲的に楽しみながら健康づくりや介護予防に取り組み、自己の健康管理に役立てていくことを“おたすけ”するため、『おたすけ健康スタンプラリー』を実施しています。

令和 2 年度 おたすけ健康 スタンプラリー



氏名			
住所			
性別	男性・女性	年齢	
自宅 電話番号			
携帯 番号			

【印し合紙・提出用】

＊電話予約 保険課（地域包括ケア推進センター） 45-1197・
 健康推進課 45-1114
 住所：〒520-0801 和歌山県和歌山市大島5-2番地
 （8:30～17:15 まで 土日・祭日除く）

応募用紙の提出は上記の各所、市役所各庁舎、各事務所
 でも提出できます。

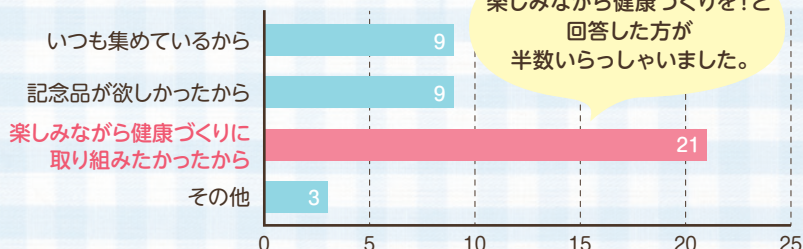
＊詳しくは「おたすけ健康スタンプラリー」の裏の方、を
 参照下さい。

- ★これまでも、「はつらつポイント」や「お得な健康スタンプラリー」などのポイント事業がありましたが、令和2年度から保険や年齢に関係なく、**彦根市にお住まいのすべての方**を対象としています。
- ★スタンプラリーのポイントは、健（検）診の受診や、市が行っている各教室や地域の運動サークルへの参加により集めることができます。詳しくは、市役所各庁舎窓口で配布しているチラシや市ホームページ等でご確認ください。
- ★10ポイント・20ポイントで参加賞を、**30ポイントで記念品**をお渡しします。
- ★**実施期間は、令和3年3月31日まで。記念品の応募期間は、令和3年5月31日までです。**

令和元年度
お得な健康
スタンプラリーに
参加した方の声

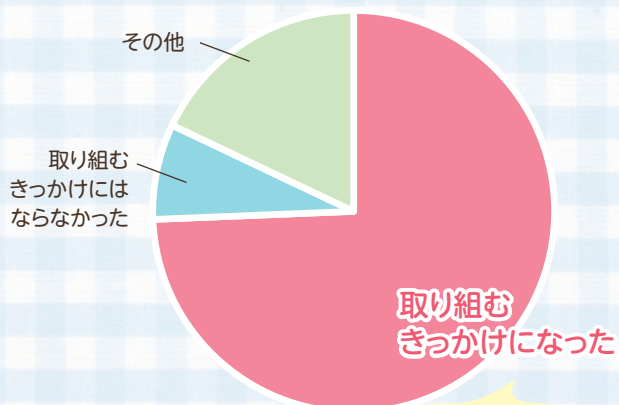
(お得な健康スタンプラリーに関するアンケート結果より)

Q 今回、ポイントを
集めたきっかけは？



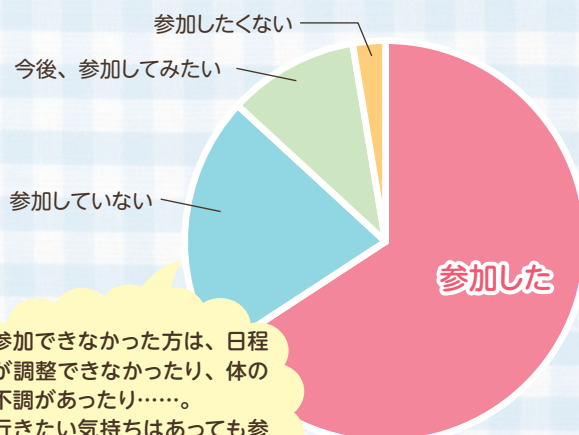
楽しみながら健康づくりを！と
回答した方が
半数いらっしゃいました。

Q ポイントを集めることが健康づくりに取り組むきっかけになりましたか？



7割以上の方の健康づくりの
きっかけになっています！

Q 地域の運動サークルへの参加について



参加できなかった方は、日程が調整できなかったり、体の不調があったり……。行きたい気持ちはあっても参加できない方がいらっしまったようです。



おたすけ健康スタンプラリーのポイント対象となる

運動サークルを募集します！

今回、健康づくりの場をより広く設けることで、習慣的に運動をする機会の増加につながるように、そして、健康づくりに取り組んでいる皆さんがより楽しんで活動が続けていけるように、ポイントの対象となる運動サークルについて、公募を行います。地域で活動している運動サークルがありましたら、ぜひご応募ください。

若い方たちの
運動クラブも
大歓迎です!!

【対象】

地域で活動されている運動サークル

★対象事業への追加後は、次のことにご協力をお願いします。

- ・新規参加者の無料体験の受け入れ（誰でも参加可能）
- ・サークル参加者へ月1ポイントの付与
- ・サークル活動の他、健（検）診受診等、健康づくりの取り組みについて会員の皆さん等への呼びかけ

【募集期間】

令和2年12月1日から令和3年1月29日まで

【応募方法】

応募用紙の提出（窓口・郵送・FAX）又は 電話申し込み



- 提出先：市役所各庁舎・各事務所窓口
- 郵送先：〒811-5392 壱岐市芦辺町芦辺浦 562 番地
壱岐市役所（芦辺庁舎） 健康増進課
- 連絡先：☎ 45-1114（直通）
FAX 45-0996

例えば……



グラウンドゴルフ



ヨガサークル

※応募用紙は各庁舎窓口で配布しています。また、市ホームページにも様式を掲載していますので、「壱岐市 おたすけ健康スタンプラリー」で検索してください。

【対象事業への追加時期】

今回応募があった運動サークルは、令和3年4月から対象事業に追加する予定です。（次年度のおたすけ健康スタンプラリー事業からポイント対象となります。）

ご不明な点がございましたら、健康増進課 ☎ 45-1114 にお問い合わせください

壱岐市ふるさと納税を ご紹介します！

【お問い合わせ】政策企画課企画班 ☎ 48-1134

ふるさと納税とは

生まれ育ったふるさとや、応援したい市や町に寄附をすることです。寄附をすると税金が控除され、寄附をした自治体からお礼の品が贈られます。（災害寄附など一部お礼の品がない場合もあります。）

都会から地方にお金動くことで地域が活性化し、地方が元気になる政策です。ふるさと納税をたくさんしていただくと、市は新規事業や事業拡大ができるようになり、お礼の品を扱う市内の事業者・生産者は販路が広がって、新商品の開発に取り組むことができます。また、市民皆様の住民サービス向上につながる制度です。



壱岐市のふるさと納税は

寄附をされる方が選ぶ4つの使い道から、市の事業に活用させていただいています。具体的には、令和元年度も、子育て支援事業、子ども夢プラン応援、市民皆様の健康増進事業などに活用させていただきました。今後は、寄附をされた方の思いを市民皆様がより身近に感じられるようにしてまいります。

寄附金の使い道

実りの島プロジェクト

農業・漁業等の産業の振興や、景観・自然・歴史文化の保全、観光振興など、壱岐に住む人、訪れる人に実りをもたらす壱岐の宝を磨き上げるプロジェクトです。



安心・安全で充実した しま暮らしプロジェクト

子育て・教育の充実、担い手の育成など、しまづくりは人づくり。未来を担う人材を育て、壱岐島を未来に繋ぐプロジェクトです。

しまの未来を担う 人材育成プロジェクト

移住・定住の促進、福祉・医療の充実、防災力の強化、住環境の整備など、安心・安全で充実したしま暮らし環境を整備するとともに、移住・定住の促進により人口減少を軽減し、様々なしま興し活動を応援することで、しまの活性化を図るプロジェクトです。



市長おまかせ

寄附金は、市政運営の財源である税収が減収している中、本市の貴重な収入となっています。これからも多くの方に壱岐市の魅力を知ってもらえるよう情報発信していくとともに、この島を未来につなぐため、産業の振興、景観・自然・歴史文化の保護、子育て・教育の充実、担い手の育成、移住・定住の促進、福祉・医療の充実など、様々なプロジェクトに取り組んでいきます。

寄附の実績

令和元年度

13,257件

379,964,000円

市外のご家族、ご友人にお知らせしてください！

壱岐市への寄附金は、市民皆様のために活用しています。

また、返礼品は市内の事業者が提供しています。そのため「ふるさと納税」が多くなるほど住民サービスが向上し、市内事業者は収益が上がることから、市全体が潤います。

ぜひ、皆様も市外在住のご家族、ご友人に壱岐への「ふるさと納税」をお知らせしていただませんか？

ふるさと納税の申込書は、市ホームページからダウンロードできます。また、カタログは市役所各庁舎や市内各港でも配布しています。政策企画課にお問い合わせいただければ、市外の寄附希望者様へ送付します。

ふるさとを思う気持ちを伝える手段として活用されている「ふるさと納税」。お知り合いの方にぜひ、壱岐をおすすめしてください。皆様のご協力をお願いします！

※住民票がある地域への寄附は返礼品がありませんのでご注意ください。



ふるさと納税情報

市ホームページ ふるさと応援寄附金ページ
<https://www.city.iki.nagasaki.jp/ikifuru/index.html>



ふるさと納税サイト
「楽天ふるさと納税」
<https://www.rakuten.co.jp/f422100-iki/>



ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」
<https://www.furusato-tax.jp/city/product/42210>



ふるさと納税サイト「さといこ」
<https://www.satoiko.jp/local/detail/302>



壱岐市の公式SNSを紹介します！

壱岐市では、ソーシャルメディアを活用した情報発信を行っています。ぜひご利用ください。

LINE(ライン)ページ

壱岐市ふるさと納税

ふるさと納税返礼品の紹介を中心に、ふるさと納税に関する情報を投稿しています。
ぜひ友だち追加、市外在住のご家族やご友人へのご紹介をお願いします。





民生委員・児童委員の紹介

問 市民福祉課地域福祉班 ☎48-1116

今回退任された民生委員・児童委員の後任として9月1日に就任されました2名の方へ委嘱状の交付が行われました。任期は令和4年11月30日までです。

民生委員・児童委員は、地域・行政・学校などと連携しながらそれぞれの地区で市民皆様の「福祉の窓口」として活動されます。

困りごとや心配ごとなど、お気軽にご相談ください。



うえむら ひでお 植村 英生 さん



えだ ゆうこ 江田 優子 さん

氏 名	町 名	区 分	担当地区	前民生委員・児童委員
植村 英生	勝本	主任児童委員	勝本町全域	品川 哲範
江田 優子	石田	民生委員児童委員	本町	松隈 純子



満100歳！ 長寿を祝って

問 市民福祉課地域福祉班 ☎48-1116

満100歳をお迎えになり、ご長寿をお祝いします！



大正9年9月生まれ どひ としろう 土肥 敏郎 様 (勝本町)

杵岐市立老人ホームにて、入所者やスタッフに囲まれてのお祝いとなりました。

出身は勝本町勝本浦で、高等学校までは杵岐で過ごされました。卒業後は福岡の印刷会社へ就職され、ここでは、現在のアルバムにあたるものを作られていたそうです。その後同じ系列の大阪の印刷会社で働き、しばらくして再度福岡に戻られ70歳ごろまで働かれました。退職後はすぐに杵岐へ戻ってこられました。

敏郎さんはおとなしい性格ですが、杵岐へ帰ってからは作った野菜を老人クラブの方々や知人に配ったり、毎日1時間程度散歩をしたりと活動的な面も多かったそうです。現在は車いすを使用されていますが、入所された平成24年からつい最近までは自分の足で歩かれました。

長寿の秘訣はご飯をしっかりと食べることと、くよくよしないことだそうです。

敏郎さん、これからも元気に長生きしてください。



大正9年9月生まれ おおくぼ とみこ 大久保 富子 様 (勝本町)

杵岐市立老人ホームにて、入所者やスタッフに囲まれてのお祝いとなりました。

出身は勝本町勝本浦で、4人兄妹の次女としてお生まれになりました。生まれつき耳が聞こえづらく、室内で過ごすことが多かったため、ほとんど友達と遊べなかったそうです。幼い頃から長年病院通いで、夏休みなどの長期休みも福岡の病院へ行くため、とにかく友達と遊ぶ機会が少なかったとのことでした。

学校では外で友達と遊べないため、空き時間に読書をするようになり、やがて本を好きになられたそうです。様々な種類の本を読んでいく中で小説が特に好きで、小説中心に読書をされていたそうです。

現在富子さんは明るくお話し好きで、老人ホームの中で同じ勝本町の人と集まってよく会話を楽しまれているそうです。また、会話の途中で面白いことを言ったりもされるそうです。お話しすることも好きですが、ご飯を食べることも好きで、好き嫌いなく食べられるそうです。そのことが長寿に繋がっているのではないかとのことでした。

富子さん、これからも元気に長生きしてください。



年金相談の日程について

問 保険課国保・後期・年金班 ☎45-1157

年金相談を毎月実施しています。12月から3月までの開設日をご案内しますので、年金請求手続きや年金記録確認など、ぜひご利用ください。

【予約方法】

長崎北年金事務所（☎095-861-1354〈音声案内①の②〉）に、開設日の1週間前までに予約してください。予約の際は、基礎年金番号のわかるもの（年金手帳や年金証書等）をご用意ください。

開設日		場所
12月	23日(水)・24日(木)	市役所芦辺庁舎
1月	28日(木)・29日(金)	市役所石田庁舎
2月	25日(木)・26日(金)	市役所郷ノ浦庁舎
3月	25日(木)・26日(金)	市役所勝本庁舎

※相談時間 1日目…午前9時30分から午後5時まで
2日目…午前9時から午後3時まで



大正9年10月生まれ ^{ふくがわ} 福川 シズノ 様（郷ノ浦町）

特別養護老人ホーム光の苑にて、ご家族やスタッフに囲まれてのお祝いとなりました。

郷ノ浦町の志原で6人兄妹の長女としてお生まれになりました。ご結婚後は5人の子宝に恵まれ、立派に育てあげられました。旦那さんが戦争へ行かれ、福川家のみかん農業はシズノさんが支えてこられました。しかし、当時は現在のように農業用の機械や車がなく、斜面に植えられていたみかんを収穫したり、4町に売りに運んだりするのに大変苦労されたそうです。

長年みかん農業をされていましたが、昭和55年ごろに民宿を始められました。デイサービスを利用し始めた頃に民宿の主な仕事を引退され、その後は民宿のお手伝いに回られました。仕事を引退した後も電動カートで買い物に出かけたり、野菜作りをしたりと、とても活発に過ごされました。

シズノさんはお話しすることと歌を歌うことが好きで、施設のスタッフや他の入所者に、楽しい人と言われているそうです。特に歌は、昔の演歌や童謡の歌詞を今でも覚えており、最後まで歌わないと満足されないほど好きということでした。

いつも支えてくれる施設の方々や担当医さん、ご家族に感謝の気持ちを持って過ごされているそうです。

シズノさん、これからも元気に長生きしてください。



大正9年9月生まれ ^{まつくま} 松熊 キクヨ 様（勝本町）

品川病院にて、ご家族やスタッフに囲まれてのお祝いとなりました。

芦辺町の箱崎で、6人兄妹の次女としてお生まれになり、昭和17年に松熊家に嫁がれました。

ご結婚後は旦那さんが戦争による影響で以前のように体を動かすことが難しくなってしまったため、松熊家の農業の中心となり、大きなけがや病気もなく過ごされました。働き者であるキクヨさんは、農業を子どもさんに引き継ぐと家事に専念されました。平成26年頃に骨折されましたが、足腰を農業で鍛えられていたからか、杖があれば自力で歩行できるまで回復されました。

家では毎日テレビや新聞で社会情勢に関心を向けられ、10年以上前から毎日日記を書いているそうです。また、間違い探しなどに何度も挑戦したりと、常に頭のトレーニングをされていました。

入院中の現在は、以前のようにテレビを見たり新聞を読んだりほとんどされていませんが、日記だけは毎日継続して書かれています。そういった頭のトレーニングを続けることが長寿に繋がったのではないかとのことでした。

キクヨさん、これからも元気に長生きしてください。



感染症から身を守るためには

問 健康増進課健康増進班 ☎45-1114

感染症対策の基本は「手洗い」「マスク着用」「咳（せき）エチケット」

毎年秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。また、今年の冬は新型コロナウイルス感染症の流行も心配されています。

これらの感染症の流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや、周囲にうつさないようにすることが重要です。一人ひとりが「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

また、次に該当する方は、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症にかかると重症化するリスクが高いとされています。本人、そして周囲の方は、より一層の対策を徹底いただくようお願いします。

【重症化するリスクが高い方】

高齢者・持病のある方（糖尿病や心不全、呼吸器疾患（COPD）等）・透析を受けている方・免疫抑制や抗がん剤等の治療を受けている方など。なお、妊娠中の方や感染症にかかりやすい幼児も、十分な対策を心がけてください。

正しい手洗いやふだんの健康管理、予防接種で感染を防ぐ

①正しい手洗い



②普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めましょう。

③予防接種を受ける

インフルエンザは、ワクチンの接種により発病の可能性を減らすことができ、また、最も大きな効果として重症化の予防が期待できます。

予防接種がお済みでない方は、早めに接種を受けるようお勧めします。

なお、予防接種を希望する際は、**事前に医療機関に連絡してください。**

④適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度（50%～60%）を保つことも効果的です。

⑤人混みや繁華街への外出を控える

感染症が流行してきたら、不要不急の人混みや繁華街への外出は控えましょう。

⑥3密を避ける

密集・密接・密閉を避け、人と会うときは十分な距離を保ちましょう。

もし、発熱等の症状が出た時は……

インフルエンザと新型コロナウイルス感染症は、症状が似ており、発熱患者が増えることが心配されています。

もし、発熱や咳等の症状が出た場合は、**かかりつけ医に電話で相談し、受診方法を確認したうえで医療機関へ来院されますよう、ご協力をお願いします。**

医療機関には、持病がある方や小さなお子様、高齢の方など感染症にかかると重症化する可能性が高い方も多くいらっしゃいます。感染症を広げないためにも、皆様のご協力をお願いします。

また、かかりつけ医がない場合は、長崎県の「受診・相談センター（☎0120-409-745）」にご連絡ください。



公共下水道及び漁業集落排水への接続の推進

問 上下水道課下水道班 ☎42-1113

公共下水道事業認可区域（郷ノ浦都市計画区域内、半城本村触の一部、田中触の一部、志原西触の一部）及び漁業集落排水処理区域（瀬戸・芦辺地区内、山崎地区内）においては、汚水処理施設を整備しており、現在稼働中です。

整備済みの区域内において、汚水桝へ未接続の皆様におかれましては、お早めの接続をお願いします。

詳しくは、お問い合わせください。



動産公売会のお知らせ

問 税務課納税特別対策班 ☎48-1118

税の公平性と税収を確保するため、差押物件の公売（売却）会を開催します。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。

【日 時】 12月13日(日) 午前9時から午後4時まで

【場 所】 市役所郷ノ浦庁舎 地下第1会議室

【公売方法】 入札方式（購入希望価額を記入し、入札箱に入れる簡単な方法です。）

- 【注意事項】
- ・落札者には公売会終了後にお知らせし、物品の引き渡しは翌日以降となります。
 - ・出品内容は、回覧及び市ホームページでお知らせします。
 - ・感染症対策のため、来場の際はマスクの着用をお願いします。



入札参加資格審査申請について

問 財政課契約班 ☎48-1114

令和3・4年度

「物品・業務委託」入札参加資格審査申請

市が調達する物品及び業務委託等（測量・設計等委託を除く）は、入札・見積を希望する事業者の申請により登録し、登録業者の中から入札及び見積を依頼することとしています。入札参加を希望される方は、関係書類を添えて申請してください。

【受付期間】 令和2年12月1日から令和4年12月28日まで随時受付（土日・祝日を除く）

【登録有効期間】 令和3・4年度（令和3年4月1日から令和5年3月31日まで）2か年度有効

※令和3年4月1日以降に発注する競争入札及び見積に適用されます。

令和3年度「建設工事及び測量・設計等委託業務」入札参加資格審査申請

令和3年度吉崎市建設工事及び測量・設計等委託業務の入札参加を希望される方は、関係書類を添えて申請してください。

【受付期間】 令和3年1月4日から29日まで（土日・祝日を除く。郵送は1月29日消印有効）

※受付期間を過ぎたものは受付できませんのでご注意ください。

【登録有効期間】 令和3年度（令和3年4月1日から令和4年3月31日まで）1か年度有効

申請書類は、市ホームページからダウンロードできます。（メインメニュー＞事業者向け＞入札・契約＞入札参加資格申請）また、市役所各庁舎窓口でも配布しています。

申請方法は、財政課契約班へ書類を持参してください。市外の方は郵送によります。（一般書留・簡易書留・ゆうパック・宅配便など）



功績をたたえて

問 総務課総務班 ☎48-1111

令和2年10月1日付けで高齢者叙勲が発令され、本市より永田 實様が受章されました。ご受章おめでとうございます。

【高齢者叙勲】旭日単光章（地方自治功労）

元郷ノ浦町議会議員、元吉崎市議会議員

なが た 永田 実さん（郷ノ浦町 88 歳）



令和3年度各保育所及び石田こども園の園児募集について

問 こども家庭課児童家庭班 ☎48-1117

令和3年度認可保育所及び石田こども園、小規模保育施設、へき地保育所の園児を募集しています。入園を希望される方は、期限までに申し込みをされますようご案内します。

なお、筒城保育所は令和3年度をもって閉園し、令和4年度から石田こども園と統合することを予めお知らせします。

【入園対象児】

認可保育所	家族の仕事等の都合により、家庭での昼間の保育が困難で保育実施基準に適合する乳幼児（生後4か月から）
石田こども園	【2号認定、3号認定】
小規模保育施設	
へき地保育所	
石田こども園	幼児教育を希望する平成27年4月2日から平成30年4月1日生まれのもの
へき地保育所	【1号認定】

- ※1号認定……満3歳以上で保育を必要としない子ども
2号認定……満3歳以上で保育を必要とする子ども
3号認定……満3歳未満で保育を必要とする子ども

【申込用紙配布場所】

- ①市内各保育所・石田こども園
- ②こども家庭課（市役所郷ノ浦庁舎1階）
- ③市役所各庁舎（勝本・芦辺・石田）市民生活班

【申込期限】 12月11日(金)まで 午前8時30分から午後5時（土日・祝日を除く）

【申込書提出先】 第1入所希望の各保育所又は石田こども園

【申込時の提出書類】

①施設型給付費・地域型保育給付費等支給認定申請書

※支給認定申請書に利用児童及び児童の世帯員すべての方の個人番号（マイナンバー）を記載していただく必要があります。

②入園希望児童の保護者世帯の勤務（内定）証明書または就労状況（予定）申告書

※令和3年4月1日現在、満65歳以上の方は、証明書の提出は必要ありません。

③就労状況（予定）申告書を提出される方は、最新分（令和2年分）の確定申告書及び収支内訳書（決算書）等の写し

④その他必要とする書類（求職活動状況報告書、介護・看護状況申告書、理由書等）

※3歳以上児で1号認定を希望される方は、②③④の書類の提出は必要ありません。

コミュニティ助成事業実施報告

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、宝くじの社会貢献広報のために実施されているものです。

このたび、令和2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。

地域防災組織育成助成事業



防災資器材
(新道公民館自主防災組織)



幼年消防クラブ育成事業



幼年消防用鼓笛隊セット一式
(霞翠幼稚園幼年消防クラブ)

お問い合わせ 危機管理課危機管理班 ☎ 48-1131 / 消防本部警防課 ☎ 45-3037



国際交流員トレパの

吹米と日本と私。
僕の名字は西(West)です♪

The West, East and me

皆さんはアメリカのクリスマスについてご存知でしょうか？ クリスマスは毎年12月25日です。日本では、クリスマスといえば、主にカップルで過ごすものとイメージされますが、それに対して、アメリカでは、主に家族・友達とお祝いする日です。他にも、結構大きな違いがあります。



日本と違って、神道と仏教ではなく、アメリカの宗教は主にキリスト教です。クリスマスはキリスト教の祝日の一つです。クリスマスはイエス・キリストの誕生をお祝いする日です。ローマ帝国で約336年に始まり、9世紀ごろから大切なキリスト教の祝日となったそうです。現代は昔と違い、普段は教会に行かない人でも、クリスマスの時だけは行く人が多いです。日本のお正月の神社参りみたいなものかもしれません。キリスト教信者でなくても、クリスマスという祝日に参加する人が多いです。キリスト教に限らないこともたくさんあります。

それはアメリカのポップカルチャーにある



アメリカのクリスマスについて

サンタクロース、ヘクセンハウス、プレゼント、映画、音楽、クリスマスツリー飾りなどです。約1820年ごろから、プレゼントをあげたりもらったりすることが始まったそうです。20世紀にはたくさんのクリスマスの歌と映画が作られました。“A Christmas Carol”(クリスマス・キャロル)など、有名な本もあります。今でも、毎年クリスマスに関する新たな映画・音楽・商品などがたくさん作られます。日本はコンビニ・スーパーなどで音楽が流されることが多いですね。アメリカではクリスマスの時季にコンビニ・スーパーなどでクリスマスの歌ばかりが流れています。クリスマスが訪れるまで、いつもクリスマスの歌が嫌いになるぐらい耳に入ってきます。結局、クリスマスはアメリカ人にとって最も大切な祝日かもしれません。

今年、私と一緒にクリスマスをお祝いしませんか？



英語トレトレバートレーニング「Christmas (クリスマス)」

- | | | |
|--------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| ● Christmas (クリスマス) | ● Christianity (キリスト教) | ● Church (教会) |
| ● National holiday (祝日) | ● December Twenty-fifth (12月25日) | |
| ● Shintoism (神道) | ● Buddhism (仏教) | ● Roman Empire (ローマ帝国) |
| ● Pop culture (ポップカルチャー) | ● Music (音楽) | ● Christmas songs (クリスマスの歌) |
| ● Santa Claus (サンタクロース) | ● Season (時季) | ● Important (大切) |

10/17

「志原地区まちづくり協議会」設立・事務所開所式

「志原地区まちづくり協議会」が10月1日付けで設立され、10月17日に設立・事務所開所式が開催されました。

志原地区公民館2階の、倉庫であった部屋を拠点施設として改修し、『きばっち、住みよかまちばつろうばい!!』を合言葉に、これからまちづくり協議会活動が展開されていきます。

内山圭三会長は、「住みよいまち、住み続けたいまち“志原”」が実現できるよう、SDGsを関連付けながら住民一人ひとりが主体となってまちづくり協議会活動に取り組んでいきたいと挨拶されました。



10/24

古代米づくり体験 刈り入れ祭

NPO 法人 一支國研究会主催による「古代米づくり体験 刈り入れ祭」が原の辻ガイダンス前体験水田で開催され、5月の「お田植え祭」で植え、6月の「さなぶりの祭り」で豊作を祈った古代米を収穫しました。参加者は貫頭衣に身を包み、子どもたちは弥生時代の石器である石庖丁で、高校生や大人はのこ鎌で、黄金色に実った古代米を丁寧に刈り入れました。



10/27

「香岐市災害復旧に関する協定」締結式

香岐市と九州電力送配電株式会社 香岐配電事業所は、「香岐市災害復旧に関する協定」を締結しました。

近年、地球温暖化が原因とされる猛烈な豪雨や暴風による自然災害が全国各地で頻発し、本市においても停電を含め多くの被害が発生しました。

電力供給という重要なインフラの復旧において協力体制の充実強化を図ることは、市民皆様の安心安全と減災に大きく貢献できるものです。今後、協定内容に沿って、九州電力送配電株式会社 香岐配電事業所との連携をさらに強め、情報共有を密にし、災害時の対応にあたります。



香岐市   通信

【お問い合わせ】
SDGs 未来課 ☎ 48-1137

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
世界を変えるための17の目標

10月26日、菅首相は所信表明演説にて、「2050年までに、温室効果ガス排出量を実質ゼロとする」目標を掲げました。気候変動対策は、国を問わず世界中で議論すべき重要な課題です。2050年までに実質排出量をゼロにするという目標は、EUも同様に掲げているほか、中国も、2060年までにCO₂排出量を減少させ、カーボン・ニュートラルな社会を目指すという宣言を9月に国連総会で発表しています。

香岐市では昨年9月、国内自治体で初めて「気候非常事態宣言」を発出しました。香岐市の現在の再生可能エネルギー自給率は12%。今後、これをできるだけ早い段階で100%とし、脱炭素化社会を実現していきます。

そのために4つの取組を積極的に推進します。

1. 省エネと4R【Reduce(ごみの排出抑制)、Reuse(再利用)、Recycle(再資源化)、Refuse(ごみの発生回避)】の推進
特に海洋プラスチックゴミの削減に努める
2. 太陽光や風力、水素発電などの再生可能エネルギーの導入拡大
3. 森林の適正管理による森林・里山・河川・海の良い自然環境の実現
4. 他の自治体へ協力の呼びかけ

暮らしと仕事の相談窓口

毎日の生活の中での困りごとについての相談窓口です。1人で悩まず、「苓崎市生活相談支援センター」にご相談ください。ご近所にお困りの方がいたら、その方にもお知らせください。相談は無料で、秘密は守られますので、安心してご相談ください。

たとえば、こんなとき…

- ・経済的に困っている。(借金や教育費等で家計のやりくりが大変)
- ・仕事が見つからない。(離職後、なかなか再就職できない)
- ・子どもがひきこもっている。(親も歳をとって将来が心配)
- ・DVを受けている。(今後の生活が不安)
- ・働きたいが外に出られない。(社会に出るのが不安)
- ・家族に介護や医療が必要になった。(使えるサービスがわからない。)

【お問い合わせ】

○苓崎市生活相談支援センター(苓崎市社会福祉協議会内)

☎ 45-0048

○市民福祉課地域福祉班 ☎ 48-1116

あ い カフェ(健康相談)のご案内

【日 時】12月19日(土) 午前10時から正午まで

【場 所】マリナル苓岐 【参加料】無料

【内 容】薬剤師さんのお薬ミニ講話(お薬相談できます。)、健康相談

【お問い合わせ】保険課地域包括支援センター ☎ 45-1197

「介護に関する入門的研修」受講者募集 【受講料無料】

介護業務に携わるための基本的な知識と技術を学べます。介護の仕事を目指している方をはじめ、家族の介護でお悩みの方なども受講できます。全21時間(3日間)のうち、3時間の初歩的な部分のみの受講も可能です。

【開催日】1月9日(土)から11日(月・祝)まで

【場 所】苓岐の島ホール

【対象者】・介護の仕事に関心がある方
・介護施設で仕事をしている無資格の方
・家族の介護に活かしたい方
・子育てがひと段落した方
・定年退職した方、学生の方 など

【申込先】

株式会社ニチイ学館 長崎支店 ☎ 095-827-3705

※事前申込が必要です。詳しくは、県ホームページをご覧ください。

長崎県 介護 入門的研修

検索

【お問い合わせ】

株式会社ニチイ学館 長崎支店 ☎ 095-827-3705

認知症の相談は
こちら

苓崎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



3年間ありがとうございました！

滞在型観光促進担当 梅田 はつみ

12月末をもって任期満了に伴い、地域おこし協力隊を卒業することになりました。滞在型観光促進の石田地区担当として、苓岐島砂浜会の皆さんと一緒に体験プログラムを考え、最初の2年間で10の体験を構築することができました。観光商品として販売を始めた1年目には、約200名の観光のお客様に利用していただけたこと、本当に嬉しかったです！

3年の間に、これまで経験したことのない仕事もたくさんさせていただき、協力隊として働けたことで多くの島の方と知り合うことができました。体験商品の開発以外にも、お土産のステッカー作り・松永安左エ門記念館の検討委員会への参加・観光PR・物産イベントなど、本当に様々な活動をさせていただきました。

また、Facebookでの情報発信では、着任当初1,200名ほどだったフォロワーが2,050名を超えるまでに増加

し、これまで以上にたくさんの方に苓岐の情報が届いたのではないかと思います。

任期後ですが、引き続き苓岐で暮らす予定です。苓岐へ移住した理由のひとつが食の豊かさ。そんな島の魅力を伝えられるような商売がしたいと考えて、苓岐の新鮮野菜をたっぷり使ったサンドイッチの製造販売を11月から始めました！当初は、店舗を構えず週1日(水曜)の配達で販売することにしました。商売を通して、これまでお世話になった苓岐の皆さんに還元していきたいと考えています！

地域にどのような貢献ができるか未知数で始めた仕事でしたが、たくさんのご縁をいただけたこと、感謝しています。関わっていただいた皆さんにお礼を申し上げます。ありがとうございました！

今後も、引き続きよろしくをお願いします。



苓岐島ファーマーズサンドの詳細は、Facebook・Instagram・Twitter 全て @ikiumechansand で検索をお願いします。

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、健康増進課に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
□ タ	□タリックス：出生6週～24週 □タテック：出生6週～32週 ★初回接種は生後2か月～14週6日までの間に受けてください。	期間：通年実施 会場：市内指定医療機関 「吉岐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。
B型肝炎	1歳未満(※生後2か月～9か月未満)	
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)	
麻疹風疹混合	1期：1～2歳未満 2期：小学校入学前の1年間(平成26年4月2日～平成27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	

※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。

遅らせないで! こどもの予防接種

新型コロナウイルスの感染者が全国的に増加しており、お子様が感染症にかからないか、不安を抱えている保護者の方もいらっしゃるかと思います。しかし、お子様の健康が気になるからこそ、**予防接種は遅らせずに、予定どおり受けましょう。**特に、赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、予防接種で防げるはずの重い感染症になるリスクが高まります。予防接種は、決して「不要不急」ではありません。タイミングを逃さずに、接種をお済ませください。

乳幼児の健康、妊婦・育児相談



- 子育てに関することで、不安なこと、聞きたいこと、心配なことがありましたら、「いきいろ」にご連絡ください。
- 詳しくは、市ホームページをご確認いただくか、「いきいろ」にお問い合わせください。

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 ※他市町村から転入された妊婦さんは、「いきいろ」にご連絡ください。	月～金 (祝日除く)	8:30～17:15 随時	吉岐市子育て世代包括支援センター「いきいろ」(芦辺庁舎)
乳児健診	8日(火)	個人通知に記載しています。	吉岐の島ホール ※対象者には個人通知します。
1歳6か月児健診	3日(木)		
3歳児健診	17日(木)		
乳幼児歯科相談 ※今年度は感染症予防のため、ブラッシング・フッ化物塗布は実施しません。	3日(木)	8:30～11:00 ※8:30開場	吉岐の島ホール
すくすく育児相談	21日(月)	13:00～15:30	吉岐子どもセンター

※感染症の流行や天候次第で乳幼児健診、相談事業の開催を中止したり、日程を変更する場合があります。



がん集団検診のお知らせ ～胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん検診を行います～

日にち	場 所	受付時間
11月29日(日)	勝本町ふれあいセンター かざはや	【午前】 8:00 ～ 10:40 【午後】 13:30 ～ 15:00 (午後は胃がん検診はあ りません。)
30日(月)	吉岐の島ホール	
12月 1 日(火)		
2 日(水)		
3 日(木)		
4 日(金)	吉岐島開発総合センター	

- 集団検診の胃がん検診は胃透視検査のみです。(胃力メラはありません。)
- 医療機関でのがん検診は2月末までです。



新型コロナウイルス感染症対策として、着回しによる感染リスクを軽減するため、検査着の持参をお願いします。

- ・肺がん検診・胃がん検診 … 無地のTシャツ
- ・子宮頸がん検診 …… 下半身を覆うもの(スカート等)
- ・マンモグラフィ …… 上半身に羽織るもの
- ・乳腺エコー …… バスタオル

また、発熱等の風邪症状が続いている方など、一定の条件に該当する場合、受診をお断りすることがあります。ご自身の体調の変化を普段から把握し、気になる症状がある場合は集団検診の受診をお控えいただくようお願いします。

なお、受診当日はマスクの着用や手指消毒等、会場内での感染症対策にもご協力いただきますよう、お願いします。

時 日時 場 場所 対 対象者 料 料金 ㊦ 締め切り
定 定員 申 申し込み 内 内容 問 お問い合わせ

12月1日は世界エイズデーです ～壱岐保健所 エイズ即日検査のご案内～

エイズは早期発見・早期治療で発症を予防できます。少しでも不安のある方は検査・相談を受けてみませんか。匿名のため、プライバシーは守られます。

時 12月1日(火) 午前9時30分から午後7時まで

場 壱岐保健所

料 無料

申 電話による事前予約が必要です。

【結果通知】 約1時間後

B型・C型肝炎、風しん抗体検査・梅毒検査（後日結果通知）も同時受検が可能です。

【予約・お問い合わせ】

壱岐保健所企画保健課 ☎ 47-0260

「国の教育ローン」(日本政策金融公庫)のご案内

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さま1人につき**350万円以内**を、固定金利（年1.68%（令和2年11月2日現在））で利用でき、在学期間内は利息のみのご返済とすることができます。

詳しくは、「国の教育ローン」で検索していただくか、下記コールセンターにお問い合わせください。

問 教育ローンコールセンター

☎ 0570-008656（ナビダイヤル）

☎ 03-5321-8656

長崎県育英会からのお知らせ

奨学金の返還について

あなたの返還金は、後輩の新たな奨学金となる重要なものです。奨学金を借りていた方は、約束どおりの返還をお願いします。住所等の変更や、返還が困難となりそうな場合などは、速やかに本会へご連絡ください。

寄附金をお寄せください

長崎県育英会では、寄附金を受け付けています。皆様からのご寄附は、奨学資金として活用させていただき、奨学金事業の充実を図ります。温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。

なお、長崎県育英会への寄附金には、税制上の優遇措置が受けられます。

問 公益財団法人 長崎県育英会 ☎ 095-824-7501

「Go To Eat キャンペーン長崎食事券」について

【お問い合わせ】 商工振興課 商工物産班 ☎ 48-1135

「Go To Eat キャンペーン」は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により甚大な影響を受ける中、感染予防対策に取り組みながら営業している飲食店及び食材を供給する農林漁業者を支援するため、農林水産省が実施する官民一体型の需要喚起キャンペーンです。

このたび、「Go To Eat キャンペーン長崎食事券」が発行され、感染防止対策に取り組んでいる県内の飲食店で利用可能となっています。どなたでも購入でき、購入回数に制限はありません。県内で最大100万冊を販売予定です。

【販売期間】 令和3年1月31日まで ※発行冊数上限に達し次第終了

【販売価格】 1セット8,000円（税込）で、10,000円分（1,000円券×10枚）の食事券を販売（1セットあたり2,000円（25%）のプレミアム付き）

【購入方法】

① ローソンでの購入

ローソン店舗内端末 Loppi にて引換券を発券後、レジにて購入

② 郵送代引による購入

1. スマートフォン又はパソコンから「Go To Eat キャンペーン長崎」ホームページへアクセス
2. 自宅受取サービス申込フォームに、必要事項を入力し、送信
3. 後日、郵便局員が自宅へお届け、代金と引き換えに受け取り（※送料・代引き手数料無料）

スマートフォンやパソコンからのオンライン予約ができない方は、コールセンター（☎ 0570-044123）での電話予約も可能です。

【利用期間】 令和3年3月31日まで

【お問い合わせ】 Go To Eat キャンペーン長崎事務局

☎ 0570-044123

（午前10時から午後5時まで。土日・祝日、12月28日から1月3日を除く）



「Go To Eat キャンペーン長崎」
ホームページ



<https://www.gotoeat-nagasaki.jp/>

加盟店の皆様へのお知らせ

【登録期間】 令和3年1月31日まで

【登録方法】

① オンラインでお申し込みの場合

「Go To Eat キャンペーン長崎」ホームページから登録

② FAX でお申し込みの場合

登録申請書に必要事項をご記入の上、Go To Eat キャンペーン長崎事務局にFAX（☎ 095-824-2491）にて申請（登録申込書は、「Go To Eat キャンペーン長崎」ホームページからダウンロード可能です。）

【お問い合わせ】

加盟店用コールセンター ☎ 095-824-2455

（午前10時から午後5時まで。土日・祝日、12月28日から1月3日を除く）

1年を振り返って

夜空の月や星が冴えわたり、寒さがひとしお身にしみる頃となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

元号が令和に変わって2年目となる本年は、新型コロナウイルス感染症が各地で猛威を振るった年でありました。現在もお、収束する気配が見えず、世界中の人々が不安や心配を抱えている現状です。

本市においても、3月14日に県内初となる感染者が確認され、4月1日から5日にかけて相次いで5例が、その後、8月26日に1例が確認され、これまで計7例が確認されましたが、いずれも封じ込めに成功し、感染拡大を阻止することができています。

一方、国の緊急事態宣言を受けての時短営業や外出自粛等の影響により、飲食業や宿泊施設を中心に、本市の経済は深刻な打撃を受けました。コロナ禍において島外からの需要が見込めない中、市内消費喚起に向けたプレミアム商品券発行事業、並びに観光需要喚起対策として島民限定宿泊・バスキャンペーンの実施等により、事業者支援、市内経済の停滞阻止に全力で取り組んできたところです。

結果として、いずれの事業も予想を上回る成果を見ることができました。市民皆様が市民皆様の支援するという市民力の高さ、「結」の精神に大変感激したところです。感染対応並びに感染予防対策等に対する関係皆様そして市民皆様のご理解とご協力に深く敬意と感謝を申し上げます。さて、今年も残すところあとわずかとなりました。本市では、昨年12月に策定した第3次志岐市総合計画において、「誰一人取り残さない。協働のまちづくり」を基本理念に掲げ、「志岐、誇り 我々が未来をつくる」をスローガンとして、市民皆様の心を繋ぐ未来に向けた取組を着実に進めています。



志岐市立 八幡小学校 全校児童のみなさん(芦辺町諸古南触)

全校みんなで ONE CLASS!

す。3年生と2年生も複式学級です。3年生6名と2年生3名の計9名で「やるばい!」を合言葉に、3年生が勉強も遊びもリーダーとなって毎日楽しく学校生活を送っています。そして今年度、コロナ禍の中で、例年より少し寂しい入学式でしたが、それを吹き飛ばすパワーで八幡小学校に入学してきた1年生。担任から小学校生活に必要なことをしっかりと教わりながらこれまで欠席0を続ける素晴らしい8名です。八幡小学校では、1学期から児童会発案の「金メダルあいさつ」に取り組んでいます。ワンストップ・名前を呼んであいさつがどんどん定着しています。地域の方からも、あいさつが上手になったと言われることが多くなりました。これからは44名の笑顔と元気なあいさつで、八幡のまちを元気にしていきます!

(教頭 土谷 敬治)



八幡半島にある志岐の最東端の学校、八幡小学校。校区内には、志岐の観光名所である左京鼻やはらげ地蔵があります。今年度の八幡小学校は、全校で44名です。最高学年6年生は、11名。担任の指導のもと、毎朝、校舎周辺や運動場のランティス活動に励んでいます。5年生と4年生は、複式学級。5年生11名と4年生5名の計16名で「GO FOR IT!」を合言葉に、毎日、一生懸命に勉強に励んでいます。



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

地域おこし協力隊を紹介します！

10月に新たに1名の方を壱岐市地域おこし協力隊に任命しました。任期は3年間です。皆様、どうぞよろしくお願いします。



就職支援業務担当 **合田 晃** (栃木県下都賀郡)

就業者支援・雇用拡充事業に務めさせていただきます。

UIターンの方向けに、ハローワークはじめ関係各所と連携しながら相談窓口業務、集客、フォローアップ等を行います。また、雇用拡充事業の給付金対象企業様を回らせていただき、市として何か継続的にお力になれることはないか？フォローアップの強化にも努めて参ります。

現在は、多岐にわたる協働先の皆様の業務内容・役割の理解をはじめ、求職者支援員の研修を受けているところです。対峙する皆様のお話をしっかりと伺い、1日でも早く壱岐市の皆様のお役に立てるように努めて参ります。

壱岐の魅かれた所

海の綺麗さが一番です。また、離島であるという物理的な制限から色濃い文化・自然が残っている点と、福岡の近さという立地的ポテンシャルも魅力的だと感じています。

壱岐の印象

とにかく海が綺麗すぎて感動しました。海なし県で育った私は、小さい時からいつか海の綺麗な街に住むことが夢だったからです。あとは魚が本当に美味しい……人生で食べたどの魚よりも、壱岐の魚が圧倒的に美味しいです。他にも壱岐牛、ウニ、神社、神楽、etc... 島を構成する要素の多さにも驚きました（笑）そして出会う人が皆さん優しくて、皆さんが壱岐を好きだという地元愛を強く感じています！

壱岐でやってみたいこと

地域に根付き、地域を主語にした企業を立ち上げたいと考えています。牡蠣が大好きなのと、綺麗な海という地域に根付いた資源を活用せざるを得ないという観点で、「牡蠣養殖」に最も興味があります。後は、サウナが大好きなので、サウナを作って、壱岐の皆様も観光客の方も使えるような島の冬のコンテンツの一つにできたらいいなと思っております。

壱岐の皆さんへひとこと

まずは壱岐を楽しんで、地域の魅力をたくさん理解していきたいと考えております。また、元々民間企業で営業として勤めていたので、皆様のご意見・ご要望をしっかりと伺い、官民のハブとなって皆様のお役に立てる支援・サポートを推進していければと思っております。これからどうぞよろしくお願いいたします。

今月の表紙

古代米づくり体験 刈り入れ祭

(10月24日)

「古代米づくり体験 刈り入れ祭」が開催され、黄金色に実った古代米の稲穂を、子どもたちが石庖丁を使い一つひとつ丁寧に摘み取りました。

詳しくは11ページの「けねやねピックアップニュース」をご覧ください。

人の動き

令和2年10月31日 現在

人口	26,036人	出生	13人
男	12,476人	死亡	37人
女	13,560人	転入	38人
		転出	48人

世帯 11,685 世帯



2020
12月
December

師走 -しわす-

〈花 暦〉 すいせん(うめぼれ)
〈誕生石〉 ターコイズ(成功、繁栄)

● 学校・幼稚園・保育所行事(掲載依頼分)
● 支国博物館行事
● はつらつ元気塾・介護予防教室等
● こどもセンター講座・教室等



老崎市ホームページ

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、簡単に老崎市の情報がご覧になれます。
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、11月1日現在のものです。

新型コロナウイルス感染症の状況により中止・延期する場合があります。ご了承ください。

12/1 火	世界エイズデー 9:30~19:00 エイズ即日検査(老岐保健所) ※要予約 ● 10:00~11:30 いきこひろば
2 水	● 簡城小 持久走大会・餅つき会(簡城ジョギングコース・簡城小) ● 9:30~11:30 コグニサイズ勝本教室(勝本地区公民館) ● 10:00~16:00 人権相談(法務局) ● 13:30~15:30 コグニサイズ渡良教室(渡良地区公民館)
3 木	13:30~ 不動産売会(市役所郷ノ浦庁舎)
4 金	老岐・IKIじんけんウィーク 10日まで(ケーブルテレビにて番組放送) ● 特別企画展 古代世界の中の老岐 1月20日まで
5 土	● 13:30~15:30 たんがるディックウォーキング倶楽部(老岐出合いの村) ● 16:30~18:30 イキテラ
6 日	
7 月	● 10:00~11:30 月曜ミニひろば 10:00~15:00 特設人権相談所(老岐の島ホール・かざはや・つばさ・石田総合福祉センター)
8 火	● 10:00~11:30 いきこひろば ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(老岐の島ホール) ● 9:30~11:30 コグニサイズ勝本教室(勝本地区公民館) ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(石田改善センター)
9 水	● 10:00~16:00 人権相談(法務局) ● 13:30~15:30 コグニサイズ渡良教室(渡良地区公民館) ● 16:30~18:30 イキテラ
10 木	● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(かざはや)
11 金	● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(つばさ)
12 土	● 10:30~14:00~ いきはくシネマ
13 日	9:00~16:00 不動産売会(市役所郷ノ浦庁舎) ● 9:15~12:20 柳田小 収穫祭 ● 14:00~ 老岐学講座
14 月	● 10:00~11:30 月曜ミニひろば
15 火	● 10:00~11:30 いきこひろば ● 9:30~11:30 コグニサイズ勝本教室(勝本地区公民館) ● 10:00~16:00 人権相談(法務局) ● 13:30~15:30 コグニサイズ渡良教室(渡良地区公民館) ● 16:30~18:30 イキテラ
16 水	
17 木	
18 金	

◆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	☎ 45-1113 (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

19 土	● 10:00~12:00 I(あい)カフェ(健康相談)(マリンパル老岐) ● 10:30~14:00~ いきはくシネマ ● 13:15~ バックヤードツアー ● 13:30~15:30 たんがるディックウォーキング倶楽部(鬼の足跡)
20 日	● 14:00~ 特別講座
21 月	
22 火	9:30~11:00 健診結果説明会(老岐の島ホール) 9:30~11:00 健診結果説明会(石田改善センター) ● 9:30~11:30 コグニサイズ勝本教室(勝本地区公民館) ● 9:30~17:00 年金相談(市役所戸辺庁舎) ※要予約 ● 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) ● 13:30~15:30 コグニサイズ渡良教室(渡良地区公民館) ● 16:30~18:30 イキテラ
23 水	● 9:00~15:00 年金相談(市役所戸辺庁舎) ※要予約 9:30~11:00 健診結果説明会(かざはや) ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(かざはや)
24 木	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(つばさ) ● 10:00~11:30 はつらつ元気塾(老岐の島ホール)
25 金	
26 土	14:00~ 石田図書館 上映会
27 日	● 10:00~14:00~ ワークショップ
28 月	
29 火	
30 水	
31 木	
1/1 金	元日
2 土	
3 日	
4 月	● 10:00~11:30 月曜ミニひろば
5 火	● 10:00~11:30 いきこひろば

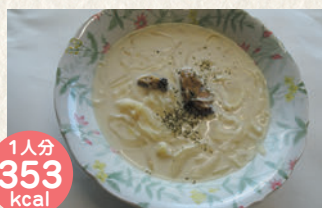
◆芦 辺: 一支国博物館	☎ 45-2731	・ 休館日: 月曜日
原の辻ガイダンス	☎ 45-2065	
老岐島 開発総合センター	☎ 45-3693	・ 休館日: 火曜日
クオリティライフセンターつばさ	☎ 45-4500	・ 休館日: 水曜日

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
澤成ミツヨさん 谷口とみ子さん
(戸辺支部) (郷ノ浦支部)

かきのミルクチャウダー



1人分
353
kcal

かきは鉄や疲労回復効果のあるタウリン、亜鉛等を豊富に含む栄養価の高い食材です。たっぷりの玉ねぎをバターでじっくり炒めることで甘味が増し、濃厚なかきとよく合います。水煮やあさりなどでも代用できますのでぜひお試しください。

材 料《4人分》

小粒かき……………200g	小麦粉……………小さじ2	生クリーム……………50cc
塩……………少々	バター(B)……………5g	塩……………少々
バター(A)……………5g	コンソメ……………2個	こしょう……………少々
酒……………大さじ1	水……………600cc	パセリ……………少々
玉ねぎ……………1個	牛乳……………200cc	

作り方

- ① 玉ねぎは薄切りにする。
- ② コンソメと水を火にかけておく。
- ③ かきは塩少々でふり洗いたら別の鍋に入れ、バターを加え、酒をふり軽くソテーし取り出しておく。
- ④ 同じ鍋にバターを入れ焦げないように玉ねぎを炒め、しんなりしたら小麦粉をふり入れ、粉気がなくなったら②と③を加え、2~3分煮る。
- ⑤ アクを取り、牛乳を加えひと煮立ちさせ、生クリームと塩、こしょうで味を整える。
- ⑥ 器に盛り、お好みで粗みじんのパセリを散らす。



「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。

広報
いき

2020
12
No.201

(毎月1回1日発行)

◎発行 老崎市総務部 総務課
〒851-5002 長崎県老崎市郷ノ浦町本村5-6-2番地
☎(0950) 48-1111 FAX(0950) 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

【作中の説明】老崎市の「一」をモチーフに躍動する曲線が、飛躍する姿を力強く表現。漢字の「入」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。