



ことう

2020
08
vol.193



わたしがわたしに還る島^{かえ}

特集

P4~7 五島列島ジオパーク構想の見どころを紹介
P8~9 五島市長選挙

五島市公式
Facebook



五島市観光
プロモーション動画



※通信料は、各個人の負担となります。



V・ファーレン長崎のヴィヴィくんが五島市役所にやってきた!

関連…11ページ



「知ることのきっかけ作りで、 行ってみよう」を増やしたい

福江商店街 若手団体 B M K



3月に発行されたフォトブック「五島市福江商店街2020ー営む人々の風景ー」、皆さんはご存知でしょうか。中を開くと、商店街各店舗を営む人々の笑顔と、印象的なキャッチフレーズ。約60店舗の情報を収めたこのフォトブックを企画・制作したのが、今回ご紹介する福江商店街の若手団体「B M K」の皆さんです。

B M Kは、平田修一さんを代表とする、各店舗の二・三代目8名が集まった有志団体で、これまでに商店街の清掃活動や、福江夜市のタスキリレー企画などを行ってきました。

「商店街は、幼いころから過ごした場所。でも知らないお店もまだあって、どんな人が営んでいるのか、どんなものを売っているのか、まずは知れたかったんです。そして、平成から令和へ時代の変わり目に、どんなお店が商店街にあるのか記念・記録に残したかった。それがフォトブック制作のきっかけです。取材時は、話をしていくにつれて、昔話などをどんどん話してくださり、とても楽し

かったです」と語る平田さん。知ること、行ったことのなかったお店に入るきっかけに、馴染みの店でもより店主と会話するきっかけになって欲しい。営む側でありながら、利用者でもある彼らの思いが作り上げた一冊です。

発行後は、「見ました！」と来店・会話のきっかけになったり、自分たち自身もいい記念になったりと、掲載店舗の方からの感想も届くそうです。

現在は、市内の病院や金融機関の待合所、レンタカー、ホテル、五島発着の船内などに設置。見かけたら、ぜひ手に取り、まずはフォトブックで商店街散策をお楽しみください。



制作した福江商店街のフォトブック

取材・執筆
ライターグループ fumoto

五島の逸品と生産者をご紹介します

五島列島椿 スプラウト三葉家



「五島列島椿」 スプラウト三葉家



店主の山下さんと妻の純子さん

創

業から約70年、五島で愛され続けるスプラウト三葉家の最中。元々は、玉之浦町荒川の豆谷旅館のお茶菓子として考案されたのが始まり。当時、温泉湯を使って作っていたことから、「湯最中^{ゆもなか}」として長年五島で親しまれてきました。

昨年の8月、味はそのまま、名前を「五島列島椿」に変え、パッケージの「椿」の文字に五島列島の地図を入れるなど、大きくリニューアルしました。

3代目となる山下恭二さん^{やましたきょうじ}（60）のこだわりは、安心・安全な国産の材料。海外産が主流になっている中、創業から現在まで、すべて国産のものだけで作っています。北海道産の小豆は、

海外産と比べ、練り上げた際に芯が残りにくく、舌触りの良いあんに。国産のもち米は、粘りが強くモチモチとした食感が楽しめます。

最中の作り方も創業当時から変わっていません。小豆は3日間かけて練り上げ、砂糖となじませることで、より一体化しまるやかなあんになります。あんの硬さや練り具合などは、その日の気温や湿度によっても変わるもの。長年の経験で培った自分の感覚があるからこそ、今でも変わらない味を表現できます。そのあんを包む皮は、いくつもの専門店を試食した中で選び抜いた、福岡の最中種専門店のものを使用。パリパリとして、香ばしい味わいが口の中に広がる皮は、上品な甘さのあんと相性抜群です。

すべての工程、材料にこだわり抜いたスプラウト三葉家の「五島列島椿」は、ふるさと納税の返礼品としても人気の商品です。

山下さんは、「今後は、昨年導入したフードプリン

ターを使って、五島の名所を最中にプリントした商品なども手掛けていきたい。イベントなどに合わせた商品にすることで、もっと多くの人に食べてもらえれば」と話します。

先代から受け継がれてきた老舗の味を守り続けています。



店主のこだわりが詰まった最中「五島列島椿」

問 スプラウト三葉家 ☎72-2618
五島市中央町6-36



【ふるさと納税に関するお問合せ】
政策企画課まちづくり推進班 ☎72-6782

特集

五島列島ジオパーク構想の見どころを紹介

あなたの自慢の場所はどこですか？

写真①：杵島 鷹ノ巣崎

溶岩が作り出した柱状の絶壁

杵島 鷹ノ巣崎

福江島の北東に位置する杵島は、1000万年以上にできた火山の島です。

五島でよく見られる黒っぽい溶岩と違い、やや白っぽい色をしています。その杵島の東海岸と隣のツブラ島に見られるのが柱状節理と呼ばれる火山が作った不思議な景色です。

特に鷹ノ巣崎付近では、最大で高さ100メートル程の柱状節理の崖が海からそそり立ち圧巻です。その大きさは、写真に写る人の大きさと比べると一目瞭然(写真①)。柱状節理は、火山から流れ出した溶岩がゆっくり冷えて固まる時、体積が縮むことで主に六角形の断面の割れ目をつくり、それが柱のようになっていきます。



溶岩が冷えるにつれ、お互い引っ張り合い、割れ目ができる。



日本では、兵庫県の玄武洞や福井県の東尋坊、佐賀県の七ツ釜な



五島列島ジオパーク構想
GOTO Islands GEOPARK Plan

五島列島ジオパーク
推進協議会 facebook



(政策企画課内) ☎72-6782

この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用した。(承認番号 令元情使、第415-GISMAP43034号)

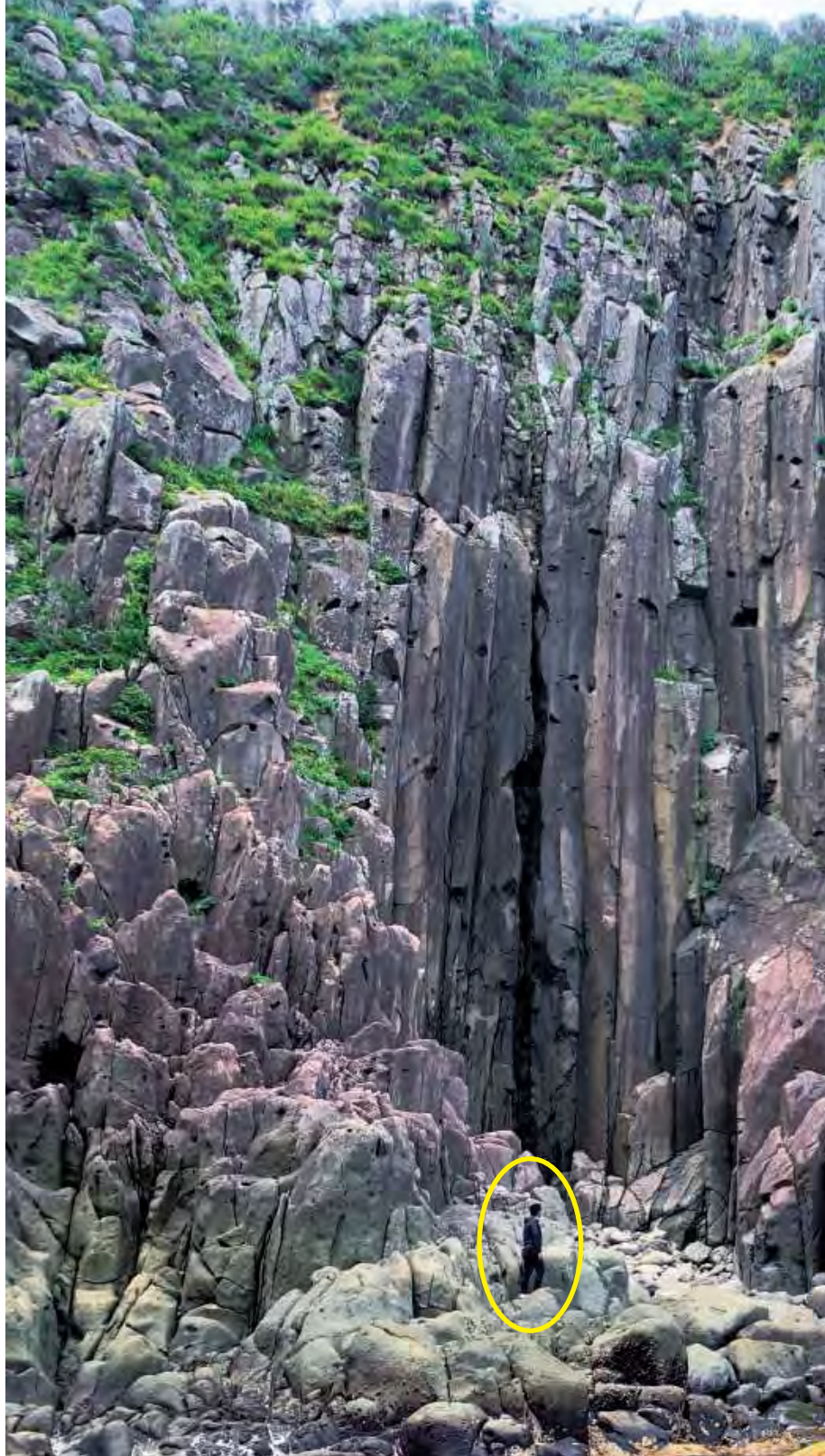


「空海の階段」と
呼ばれる玄武岩質
の貫入岩

写真②：鷹ノ巣崎 階段状の黒い岩



写真③：富江町山崎地区の海岸に広がる柱状節理の断面



どが柱状節理のスポットとして有名。富江町山崎地区の海岸では、柱状節理の断面を見ることが出来ます(写真③)。

鷹ノ巣崎のもう一つの見どころが「空海の階段」と呼ばれる階段状の黒い岩です(写真②)。海面から崖の上まで続くこの岩の正体は、玄武岩質の貫入岩^{かんにゅうがん}。柱状節理ができた時代よりもっと新しい時代に、地下から上がってきたマグマがもとの地層のすき間に入り込み、脈のように固まったものです。

見どころたくさん鷹ノ巣崎。船でしか近づけずアクセスの難易度は高い場所ですが、一度は訪れたい島の絶景ポイントです。

特集

五島列島 ジオパーク構想の 見どころを紹介



何かの横顔にも見える奇岩

戸楽の海岸(福江)



白(砂)と黒(泥)のしましま断崖Ⅱ

田ノ浦の断崖(久賀島)



白(砂)と黒(泥)のしましま断崖Ⅰ

島山島の断崖(玉之浦) ※ドローン撮影



卵? キャベツ? 玉ねぎ?

平蔵の玉ねぎ状風化(奥浦)



サイと思われる足跡が残る

舅ヶ島の千畳敷(奈留)



満潮時、海に沈む幻の道

前島と末津島を結ぶトンボロ(奈留)



日本一と名高い白砂海岸

高浜海岸(三井楽)・頓泊海岸(玉之浦) ※ドローン撮影



海に突き出た像の鼻

黒島カレホコ鼻の海食洞(富江)



火山と荒波が生んだ庄巻の光景

女岳の海食崖(嵯峨島)



中が丸見え25mの山

細ヶ岳(黄島)※ドローン撮影



水飴のように滑らか

多郎島のパホイホイ溶岩(富江)



溶岩と砂浜の間から湧き出る水

江湖ノ浜の溶岩海岸(福江)



由来は神様の爪のような地形?

崎山鼻のカヅメ海岸(崎山)※ドローン撮影



自然の中で森林浴

ドンドン淵(岐宿)



田んぼが広がる古代の湖

山内盆地展望所からの眺め(岐宿)

五島市長選挙

五島市のリーダーを決める大切な選挙です。
明るく住みよい暮らしのため、
必ず投票に行きましょう。

投票日

8月30日(日) 7時～18時

久賀島地区／奈留地区… 8月29日(土) 7時～18時

※久賀島地区・奈留地区の方の期日前投票は、8月28日(金)までとなります。ご注意ください。

福江港ターミナル

時 8月24日(月)
～ 8月29日(土)
8時30分～18時

五島市奈留支所

時 8月24日(月)
～ 8月28日(金)
8時30分～20時

福江保健センター

富江老人福祉センター
五島市玉之浦支所
五島市三井楽支所
五島市岐宿支所

時 8月24日(月)
～ 8月29日(土)
8時30分～20時

才津政男商店

時 8月24日(月)
～ 8月29日(土)
9時～18時

五島シティモール

時 8月24日(月)
～ 8月29日(土)
10時～20時

赤島住民センター

時 8月27日(木)
9時～12時

黄島住民センター

時 8月27日(木)
8時30分～12時

久賀島地区公民館

時 8月27日(木)～28日(金)
8時30分～17時

投票日当日、投票に行けない方は、
期日前投票をご利用ください

投票所入場券

8月23日(日)以降に郵送予定です。投票の際は、忘れずに持参してください。

※入場券を忘れた場合や届いていない場合も、選挙資格が確認できれば投票できます。くわしくは、投票所の受付でお尋ねください。

※新型コロナウイルス感染症対策として、マスクの着用と期日前投票所の比較的空いた時間帯をご利用いただくなど、ご協力をお願いします。

今回の選挙で投票できる人

▼令和2年5月22日以前から五島市に住民登録している

▼投票日当日、満18歳以上（平成14年8月31日までに生まれた方）

不在者投票

選挙期間中（8月24日～30日）に、市外に滞在される方は、不在者投票をご利用ください。

※投票用紙の請求は選挙期間前にもできますので、早めにご請求ください。

移動支援

投票区の統合により、投票日当日に統合先の投票所までの移動手段が無い方は、タクシーによる送迎を行います。タクシーの利用は、事前に申込みが必要です。

利用方法

- ①選挙管理委員会事務局へ電話または来庁し申請する ※費用については、選挙管理委員会が負担します
- ②選挙管理委員会事務局からタクシー業者へ予約
- ③選挙管理委員会事務局から配車時間をお知らせ
- ④投票日当日にタクシーが配車される

申請期間

8月24日(月)～8月28日(金)

申 問 五島市選挙管理委員会事務局
(総務課内) ☎72-7802

期日前投票は、お住まいの地区に関係なくどの場所でも投票ができます。

嵯峨島漁村センター

時 8月28日(金)
10時～15時30分

伊福貴住民センター

時 8月28日(金)
13時～17時30分

本窯郷里センター

時 8月28日(金)
9時～12時

移動期日前投票所(車で巡回します)

▼ 8月26日(水)

永這集会所……………9時～11時
汐池集会所……………12時～14時
矢神集会所……………15時～17時

▼ 8月27日(木)

椿の里……………8時30分～10時30分
猪之木町内公民館…11時30分～13時30分
蕨町内公民館…………14時30分～16時30分

太田地区集会施設…9時～11時
琴石地区集会施設…12時～14時
丸子地区構造改善センター…15時～17時

東風泊集会所…………9時～11時
椿原バス停前…………12時～14時
南越集会所……………15時～17時

▼ 8月28日(金)

丹奈集会所……………9時～11時
布浦集会所……………12時～14時
繁敷地区集会施設…15時30分～17時30分

雨通宿町内公民館…9時～11時
上の平集会所…………12時30分～14時30分
小川生活館……………15時30分～17時30分

前島地区集会室……9時～11時
大串町内公民館……14時～17時

▼ 8月29日(土)

宮原町内公民館……9時～11時
観音平三叉路…………11時30分～12時30分
大曾根神社前…………13時～14時
黒蔵公民館……………15時30分～17時30分

※期日前投票は、宣誓書の記入が必要です

五島市花いっぱいコンクール 2個人、4団体を表彰

6月17日、花いっぱいコンクールの表彰式を行いました。

このコンクールは、五島市を花いっぱい、美しい街にしていくため、日頃から花いっぱい運動に積極的に取り組む個人や団体を表彰するものです。



五島市花いっぱい運動推進協議会の山田会長(中央)と受賞者の皆さん

受賞者の皆さん、おめでとうございます。また、たくさんのご応募ありがとうございました。

受賞者は次のとおりです。

【個人の部】

※敬称は省略しています

優秀賞

田口カズエ(三井楽町)

優秀賞

田中 春子(上崎山町)

【団体の部】

最優秀賞

奈留こちどまり花・

花ボランティア

優秀賞

崎山小学校

優秀賞

上崎山老人クラブ

奨励賞

緑丘グラウンドゴルフクラブ

五島市花いっぱい運動

推進協議会事務局

(管理課内)

☎ 72・6371

五島電気工事業協同組合と 大規模災害発生時の協定を締結

五島市は、五島電気工事業協同組合(理事長・小畑和男氏)と大規模災害発生時における支援活動を行うための災害協定を締結しました。五島電気工事業協同組合には市内17の事業所が加盟しています。この協定は、こ

これらの事業所が、大規模災害発生時に社会貢献の一環として、市民生活の早期復旧を図ることを目

野口市長は、「近年、雨や台風が狂暴化している。避難所において電気のない生活は不安になる。このような協定はとてもありがたいです」とお礼の言葉を述べました。

間総務課危機管理班

☎ 72・6110



五島電気工事業協同組合 小畑理事長(写真右)



◆労災職業病(じん肺・振動病・難聴など)無料相談会

「息切れ、セキ・タンが出る」「手足のしびれ、冷え、痛み、こわばり」「耳鳴り、聞こえが悪い」こんな症状で悩んでいませんか？仕事が原因なら、労災保険の適用が受けられます。退職していても大丈夫。詳細は無料相談会でお尋ねください。

相談日 ◆8月5日(水) ◆9月9日(水) 午後1時～3時

場 所 五島ふれあい診療所(五島市三尾野2丁目1-29)

主 催 建交労九州支部長崎分会 電話 095-801-8800

※お手数ですが、マスクの着用・アルコール消毒等にご協力ください。 ※県内の新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、中止する可能性があります。

問 工商工雇用政策課 ☎ 72・7862



地元ロータリアン有志一同の皆さん
※2名は欠席

地元ロータリアン有志6名の方から、合計50万円の寄附をいただきました。寄附したお金は、それぞれの方が受け取った特別定額給付金。代表の山下実さんは「新型コロナウイルスの影響で、生活が苦しくなった方のために活用してほしい」と話します。

いただいた寄附金は、新型コロナウイルス感染症の経済対策として活用します。

寄附ありがとうございます
地元ロータリアン有志一同様



表敬訪問した高田社長とヴィヴィくん

7月1日、株式会社V・ファレン長崎の高田春奈代表取締役社長が、社長就任のあいさつやご当地ヴィヴィくん完成の報告などのため、市長を表敬訪問しました。

V・ファレン長崎は、ホームタウンの魅力発信や地域活性化のため、クラブマスケットのヴィヴィくんが、県内21市町の名所や特産品とコラボしたご当地口

V・ファレン長崎の高田社長と
ヴィヴィくんが活動報告に来ました

問 スポーツ振興課 ☎ 72・6184



五島市の椿とコラボしたヴィヴィくん

ゴを制作。五島市は、特産の椿とコラボしたロゴになっており、今回の訪問では、それをあしらったポロシャツを市へ寄贈いただきました。

高田社長は、「県内唯一のプロサッカークラブとして、若手選手のリリーグ戦を五島で行ったり、ヴィヴィくんが五島の祭りに参加したりするなど、地域貢献に一層力を入れていきたい」と話しました。



長崎県立五島高等学校同窓会

今年の石城会総会・懇親会は中止します

本年は創立120周年の節目を迎える年でもあり、楽しみにされていた方も大変多いことと思いますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年の石城会総会・懇親会は中止することといたしました。何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。また、来年会いできることを楽しみにしております。

お問合せ先

幹事：62回生 0959-72-6118 または 0959-72-6127



■移住者数(2015年4月～2020年3月)

- ・合計672人。うち、Uターンは233人。
- ・移住者の3分の1以上がUターンです。
- ・移住者の約7割が、30代以下。

■U I ターン者の転入前の住所(2015年4月～2020年3月)

	都道府県	人数		都道府県	人数
1	長崎県	129	6	神奈川県	29
2	福岡県	113	7	埼玉県	28
3	東京都	82	8	海外	26
4	大阪府	63	9	北海道	19
5	愛知県	31	10	千葉県	13

高まる「田舎暮らし」への関心
内閣官房まち・ひと・しごと創生本部の調査(令和2年5月公表)によると、東京圏在住者全体の49.8%が、1都3県(東京・埼玉・千葉・神奈川)以外の地方暮らしに関心があると回答しています。出身別では、東京圏出身者は45.9%、地方圏出身者では61.7%に上っています。

近年の特徴として、都市部在住の若い世代が、自分の祖父母が住む地方に移住する、孫ターンが増えています。

「五島に帰る」をサポートします
皆さんの周りに「五島に帰りたい(孫ターンしたい)」と話している方がいたら、五島市のU I ターン相談窓口をご案内ください。地域協働課が「五島に帰る」をサポートします。

U I ターン者への支援制度

■奨学金返還助成



五島市内で就労する35歳未満の方の奨学金の返還費用の一部を助成。

■子育て世帯引越し助成



五島市に転入する子育て世帯等などの引越し費用の一部を助成。

■就職面接&起業調査旅費助成



U I ターンを希望する40歳未満の方が、五島市内での就職面接や起業調査を行う場合の旅費の一部を助成。

■移住支援金



東京圏からU I ターンしてきて、ながさき県内就職応援サイト「Nなび」に登録している法人に就職した方、長崎県が実施する創業支援事業により五島市内で創業した方に「移住支援金」を支給。

その他、空き家の情報提供「空き家バンク」や空き家リフォーム助成、お試し住宅などの支援があります。

【五島市U I ターン相談窓口】

地域協働課 移住定住促進班

☎76-3070 ☎74-1994 (代表)

✉ ui-turn@city.goto.nagasaki.jp

Uターン用
ホームページ



オンライン
移住相談
申込フォーム



フレフレ! 五島

福岡事務所
インタビューコラム

Vol.73

五島での思い出

小中高と剣道三昧の毎日でした。改めて思い出を聞かれると、小さいときに近所の海に遊びに行ったことが頭をよぎってきます。兄や友人と泳ぎに行くことが多かったのですが、懐かしい夏の思い出です。

五島を離れて

最近よくテレビで五島の特集をしている番組を見ます。住んでいる



くすもと しょうた
楠本 省太さん
昭和60年生まれ（34歳）
富江町出身
美容師（LABO）

福岡の五島人
情報、求ム！



所長 小倉



職員 竹森



ブログ

五島市福岡事務所
☎092-409-0908
【開庁時間：9時～17時45分】

五島市に期待すること

Uターンを含めた、現在五島在住の方の「住みやすい環境」と、島外に出ている方が盆・正月などに「帰省しやすい環境」を作っていただけたらと思います。

た時よりも賑やかになってきているのを見ると、私も「わいわいばんざい」と思います。
18年間、五島で毎日のように見ていた、なんてことない海が、今ではお店の内装のモチーフにするくらい大好きになり、五島の海が恋しくなります。

五島の海で釣りをしたり、スキューバダイビングをしたりすることが、帰省時の楽しみです。

五島市ゆかりの店 ～東京・東海編～

五島市公認産品応援店
男前料理と五島列島福江港直送の魚

「神保町 無花果 ichijiku」

東京の神保町駅にある「神保町 無花果 ichijiku」を紹介します。

お店の代表は、7月号で紹介した「虎ノ門はらから hara-kara」の西牧さん。ご自身の店舗をとおして、五島の魚の美味しさをお客さんに伝えていきます。「美味しいものをリーズナブルに」をモットーに、板前手作りの料理を手頃な価格で楽しめます。

西牧さんのお店はまだほかにもあり、順次、公認産品応援店への登録を目指しています。

ぜひ、首都圏の知人、友人などへお知らせください！



■ 代表者名：にししまき しげお
西牧 重雄

■ 場 所：〒101-0051

東京都千代田区神田神保町1-9
神保町KMビル1F

■ 営業時間：⑨～⑤ 11時～13時
17時～23時15分

L.O.お料理22時
お飲み物22時45分

■ 電話番号：050-5570-6073

■ 定休日：①②③ ※ご予約があれば営業

後期地区巡回健診（集団健診）がはじまります!!

後期集団健診は、感染予防対策を講じて実施します。健康づくりカレンダーの内容から変更しておりますので、こちらをご覧ください。すべての健（検）診で予約が必要です。

予約枠					
① 8:00～8:30	② 8:30～9:00	③ 9:00～9:30	④ 9:30～10:00	⑤ 10:00～10:30	⑥ 10:30～11:00 ※玉之浦地区を除く
⑦ 13:00～13:30	※玉之浦地区を除く		⑧ 13:30～14:00	⑨ 14:00～14:30	⑩ 14:30～15:00 ※奈留地区を除く
⑪ 17:00～17:30	⑫ 17:30～18:00	⑬ 18:00～18:30			

※①～⑥は胃がん検診あり、⑦～⑬は胃がん検診なし。 ※⑪～⑬は9/10の夜間健診のみ。

地区（会場）	日時	時間	胃がん	予約期間／問い合わせ先
福江 （福江保健センター）	9月9日㊦	午前	○	予8月17日～8月19日 問国保健康政策課健康づくり班 ☎74-5831
		午後		
	9月10日㊦	午前	○	
		午後		
		夜間		
	9月11日㊦	午前	○	
		午後		
	9月12日㊦	午前	○	予11月25日～11月27日 問国保健康政策課健康づくり班 ☎74-5831
		午後		
	9月13日㊦	午前	○	
		午後		
	12月9日㊦	午前	○	
		午後		
三井楽（三井楽町公民館）	9月15日㊦	午前	○	予8月17日～8月19日 問三井楽支所窓口班 ☎84-3115
		午後		
岐宿（岐宿町開発センター）	9月16日㊦	午前	○	予8月17日～8月19日 問岐宿支所窓口班 ☎82-1113
		午後		
富江（富江町民センター）	9月17日㊦	午前	○	予8月17日～8月19日 問富江支所窓口班 ☎86-1140
		午後		
奈留（奈留町総合センター）	12月10日㊦	午前	○	予11月25日～11月27日 問奈留支所窓口班 ☎64-3111
		午後		
玉之浦（午前：玉之浦町公民館） （午後：中須生活館）	12月11日㊦	午前	○	予11月25日～11月27日 問玉之浦支所窓口班 ☎87-2211
		午後		

■受診する上でのお願い

- ・ **胃がん検診、肺がん検診を受診される方は、無地の下着またはTシャツを着用もしくはご持参ください**（検査着の貸し出しは行いません）。
- ・ 感染予防対策のため、予約枠の定員に達した場合、受けられないことがあります。
- ・ 受診時はマスクの着用をお願いします。体調がすぐれない方は受診をお控えください。

乳がん・子宮頸がん検診(集団検診)がはじまります!!

乳がん・子宮頸がん検診(集団検診)は、感染予防対策を講じて実施します。健康づくりカレンダーの内容から変更しておりますので、こちらをご覧ください。**乳がん検診は予約が必要です。**

予約枠				
① 8:00～9:00	② 9:00～10:00	③ 10:00～10:30	④ 10:30～11:00	※玉之浦地区を除く
⑦ 13:00～13:30 ※玉之浦地区を除く	⑧ 13:30～14:00	⑨ 14:00～14:30	⑩ 14:30～15:00 ※奈留地区を除く	⑪ 15:00～16:00 ※奈留地区を除く

地区(会場)	日時	予約期間/問い合わせ先
奈留 (奈留保健センター)	8月31日⑨	予 8月20日～8月21日 問 奈留支所窓口班 ☎64-3111
玉之浦 (午前:玉之浦町公民館) (午後:中須生活館)	9月1日⑩	予 8月20日～8月21日 問 玉之浦支所窓口班 ☎87-2211
三井楽 (三井楽町公民館)	9月2日⑩	予 8月20日～8月21日 問 三井楽支所窓口班 ☎84-3115
富江 (富江町民センター)	9月3日⑩	予 8月20日～8月21日 問 富江支所窓口班 ☎86-1140
福江 (福江保健センター)	9月4日⑤	予 8月24日～8月28日 問 国保健康政策課健康づくり班 ☎74-5831
	9月5日⑤	
	9月6日⑤	
岐宿 (岐宿町開発センター)	9月7日⑨	予 8月20日～8月21日 問 岐宿支所窓口班 ☎82-1113
	9月8日⑩	
福江 (福江保健センター)	12月5日⑤	予 11月30日～12月4日 問 国保健康政策課健康づくり班 ☎74-5831 ※8日⑩のダイキョービッグバリュー会場 では30代の方は受けられません。
	12月6日⑤	
	12月7日⑤	
福江 (ダイキョービッグバリュー)	12月8日⑩	

■受診する上でのお願い

- ・ **バスタオルをご持参**ください(検査着の貸し出しは行いません)。
- ・ 感染予防対策のため、予約枠の定員に達した場合、受けられないことがあります。
- ・ 受診時はマスクの着用をお願いします。体調がすぐれない方は受診をお控えください。



五島中央病院からのお願い

五島を感染症から守りたい

そのためには、皆様のご協力が必要です。



電話による診察と
処方を行っています。

受診前にご連絡ください！

熱のある方

島外へ出て2週間以内の方

島外からの方と2週間以内に接触された方

五島中央病院 ☎72-3181



五島市に安定した医療を提供するためには、皆さん一人一人の協力が必要です。

五島中央病院感染制御・呼吸器内科医師
伊藤裕也



五島をコロナ禍から守るために、私達も頑張っています。皆様のご協力をお願い致します。

五島中央病院院長
竹島史直

帰国者・接触者相談センター（五島保健所）では、新型コロナウイルス感染症が疑われる方の相談を受け付けています。
問五島保健所 ☎72-3125

LINEでごみの分別が分かります！

手引書を見たり、電話で問い合わせをしなくても、五島市LINE公式アカウントにメッセージを送るだけで、簡単にごみの分別方法を調べることができるようになりました。



五島市LINE公式アカウントとの
友だち登録はコチラから！⇒



問情報推進課広聴広報班 ☎72-6369

イベントの中止・延期について

新型コロナウイルス感染症の影響により、次のイベントの中止が決定しました。

■第32回五島綱引選手権IN奈留

問「五島綱引選手権IN奈留」実行委員会事務局
(奈留支所内) ☎64-3112

最新情報は市ホームページをご覧ください。

まるとう コロナ イベント 検索



法律相談 | 相続・借金・離婚・交通事故・土地など（個人・法人可）

相談無料（要予約）



五島ひだまり
法律事務所

長崎県弁護士会 弁護士 古坂良文

弁護士歴10年以上の経験豊富な弁護士が
あなたの力になります。お気軽にご相談下さい。

☎ 0959(75)0825

〒853-0015 長崎県五島市東浜町1丁目6番10号 白浜ビル1階

<http://goto-hidamari.com>



暮らしの情報

健康・福祉

**地域の食生活のリーダー☆
食生活改善推進員養成講座
受講生募集**

素敵な仲間ができるチャン
ス！健康づくりを一緒に学んで
みませんか？

市内在住で、全6回の講座に
参加できる方（振替あり）

時10月6日⑩20日⑩11月6日⑩
17日⑩12月2日⑩16日⑩

※いずれも9時30分～13時30分

場福江保健センター3階

内食と健康に関する講話・調理実習

募10名（先着順） 料無料

申電話 9月11日⑩

申問国保健康政策課健康づくり班

☎74・5831

健康教室

「あなたの腎臓を守りましょう！」

対健康に関心のある方

時8月25日⑩13時～15時

場五島中央病院2階講義室

料無料 申電話（当日受付可）

持参筆記用具

血糖測定器（持っている方のみ）

※新型コロナウイルス感染症の影響で中

止する場合があります。事前に五島中
央病院へお問い合わせください。

問五島中央病院（内科外来）

☎72・3181

**福祉医療費受給者証（障がい者）は
9月11日⑩までに更新が必要です**

福祉医療費受給者証（障がい者）
の有効期限は9月末までです。

対象者には、8月中旬に申請

書などを送付しますので、引き
続き医療費の助成を受けるには、
更新手続きをしてください。

更新手続きをしてください。

次のいずれかの手帳をお持ち

の方※所得による制限があります

①身体障害者手帳1～3級

②療育手帳A1、A2またはB1

③精神障害者保健福祉手帳1級

申必要書類を持参のうえ、社会

福祉課または各支所・出張所

で手続きをしてください。

必要 申請書、同意書、印鑑、

書類 保険証、障害者手帳

申問社会福祉障がい福祉班

☎72・6117

自死遺族のつらい 「分かち合いの会」

身近な方を自死（自殺）で亡
くされた方が、思いを語り合う
場です。語りを聴くことで、心
の安らぎを取り戻す場を目指し
ます。

時8月23日⑩14時30分～16時

場五島保健所2階

申不要 料無料

問五島保健所☎72・3125

「福祉のお仕事プチ面談会 in 五島」開催

施設職員との個別面談を通し

て、就職機会の拡大と社会福祉施

設などの人材確保につなげます。

対福祉関係の職場に就職・転職

を希望する方

・福祉施設の近くにお住まい

で、仕事を探している方

・福祉の仕事内容を知りたい方

・高校生の方 など

時8月21日⑩10時～

場福江文化会館3階展示室

料無料

問長崎県社会福祉協議会

☎095・846・8656

『事前相談』して 葬儀社を決めました。

比較したから、納得できた。

【当社HP】



即日返しも対応。
←詳しくは
ホームページで



施行費用例の掲載・事前相談の
詳細もホームページで。

<http://harimotosousai.jp>

ハートホール福江

検索

（有）坂本葬祭サービス

ハートホール福江

☎0959-74-6666

五島市松山町520





はじめよう！ あなただけの運動日記

いつまでも若々しく健康でいるために運動が大切と分かっているけど、なかなか実行できないですね。でも普段の生活パターンを少し変えるだけで運動につながります。大切なのは身体を動かそうとする気持ちです。

スポーツ振興課では、「健康体力づくり運動日記」であなたの健康体力づくりを応援します！

対市内在住の方

内容

■ 1日30分程度の運動を日記づけしていくとポイントがたまり、100日達成ごとに賞状と記念品を進呈

■ 500日達成すると賞状とポイント相当額の地元特産品や健康グッズなどと交換

日記には、運動時間のほかに毎朝の体温や、食事内容、体重・血圧など自由に書き込むことができ、日々の健康管理にも役立ちます。

■ 受付窓口 に設置の申込用紙へ必要事項を記入し、持参またはFAXで提出。申込用紙は

市ホームページからもダウンロードできます。

受付窓口 ■ スポーツ振興課・各支所・各地区公民館

■ 随時受付（期限なし）

他「健康体力づくり運動日記」の様式が新しく変わります。新しい日記の様式へ変更する場合は受付窓口まで。

※現在の日記をそのまま継続して利用することもできます

■ 申込スポーツ振興課

☎ 72・6184

☎ 72・3412



500日達成②島の干物セット



100日達成記念タオル



500日達成③贅沢五島美豚セット



500日達成①くまごろうのジャム

子育て

鶴南特別支援学校五島分校（小・中学部）授業体験週間

授業体験や授業参観を通して、

五島分校小・中学部の教育に対する理解を深めてもらいます。

■ 8月31日（月）、9月2日（水）～4日（金）

9時～11時25分

※新型コロナウイルス感染症の影響により変更になる場合があります

■ 鶴南特別支援学校五島分校小

中学部（福江小学校内）

■ 8月18日（火）

■ 申問鶴南特別支援学校五島分校

小中学部 ☎ 74・0333

児童扶養手当の「現況届」は

8月31日（月）までに提出が必要です

対象となるご家庭には、7月中旬に案内文書を送付しています。期限までに提出がない場合、手当が支給できなくなります。必ず受給者本人が手続きしてください。※新型コロナウイルス感染予防のため、郵送による提出も受け付けています。

■ 申問社会福祉課 こども家庭未来班

☎ 72・6117

労働基準監督署、公共職業安定所、年金事務所、協会けんぽなどへの諸手続きを代行します！

T S R 社会保険労務士事務所

特定社会保険労務士

才津 禎一郎



長崎県社会保険労務士会所属
厚生労働省委嘱 年金委員
医療労務コンサルタント

五島市幸町 1-2 福江郵便局となり
TEL: 72-3993 FAX: 88-9056
（つながらない時は、090-3010-0303 まで）

主な業務

- 就業規則・社内規程の作成
- 社会保険・労働保険の手続き
- 労働紛争に関する「調停」「あっせん」の代理業務
- 給与・賞与計算事務受託
- 各種助成金の申請手続き
- 労務管理、人事制度、賃金制度に関するご相談
- 年金相談、公的年金の申請手続き

支給実績 1億6千万円（令和2年4月現在）

ひとり親世帯臨時特別給付金

■基本給付

① 次の①または②を監護等して

いるひとり親(養育者含む)で、

(1) ③に該当する方

① 18歳を迎えた後最初の3月31

日までの間にある児童

② 20歳未満の障害を持っている

児童等

(1) 令和2年6月分の児童扶養手

当が支給された方(全部支給

停止者は除きます)

↓ 申請手続きは不要です。8

月14日に児童扶養手当の受

給口座へ振込みます。

(2) 公的年金等を受給しており、

令和2年6月分の児童扶養手

当の支給が全部停止される方

(3) 新型コロナウイルス感染症の

影響を受けて家計が急変する

など、収入が児童扶養手当を

受給している方と同じ水準と

なっている方(家計急変者)

支給1世帯5万円、第2子以降

ひとりにつき3万円

■追加給付

① 基本給付の(1)、(2)のうち、新

型コロナウイルス感染症の影響

響を受けて家計が急変し、収

入が減少した方

支給1世帯5万円

① 基本給付の(2)、(3)及び追加給

付は申請が必要です。申請内

容によって必要となる申請書な

どが変わります。くわしくはお

問い合わせください。

② 令和3年2月12日(金)

くわしくは、市ホームページを

ご覧ください。

③ まるごと 児童扶養手当 検索

④ 申請 社会福祉課 こども家庭未来班

☎ 72・6117

【公務員の方へ】

子育て世帯への臨時特別給付

金の申請はお済みですか?

① 令和2年4月分(3月分含む)

の児童手当を受給している公

務員の方。

※ 児童1人当たり5千円の支給を受

けている特例給付の方は対象外

② 給付 対象児童1人につき1万円

③ 申請 勤務先から配布された申請書

に必要事項を記入し、支給対

象者であることの証明を受け

て、郵送または持参にて申請。

令和2年4月1日以降に五島

市へ転入された方は、同年3

月31日時点で住民票のあった

市区町村へ申請してください。

④ 9月30日(必着)

⑤ 申請 社会福祉課 こども家庭未来班

☎ 72・6117

お知らせ

危険物取扱者保安講習会

危険物取扱者免状をお持ちの

危険物取扱者の方で、一定の条

件を満たす方は、定期的に危険

物取扱者保安講習を受講しなけ

ればなりません。

⑥ 9月17日(水)

⑦ 【給油取扱所従事者】

9時～12時

⑧ 【給油取扱所以外の従事者】

13時30分～16時30分

⑨ 五島市消防本部3階会議室

⑩ 8月26日(水)

⑪ 申請 消防本部消防課危険物係

☎ 72・3133

※ 申込書は消防本部と消防署各出張所で配付

無料低額診療事業のお知らせ

五島ふれあい診療所は、経済的な理由で医療を受けることが困難な方に、安心して適切な治療を受けていただくために、社会福祉法に基づいて、無料又は低額で診療を行う事業を開始しました。経済的理由で医療を受けられない方(収入の基準があります)が対象で、就学援助を受けている世帯も利用できます。

五島ふれあい診療所 三尾野2-1-29 電話 75-0717





お知らせ

入札により市有地を売却します

入札を希望する方は、一般競争入札参加申込書を期限までに提出してください。

入札日時：8月31日(金) 10時30分～

場所：市役所新本館 3階3-A会議室

※8月24日(金)17時

※入札参加申込書の提出期限

対象物件

物件番号	地番	種目	面積 (㎡)	最低売却価格 (円)
1	福江町1052-1	土地宅地	86.59	2,043,524

※物件の引渡しは現状のままで行います

くわしくは、市ホームページをご覧ください。

まるとう 市有地売却

申 問 財政課契約管財班 ☎72-6173

令和2年度 物品競争入札参加資格登録(更新・追加)

市が発注する物品の製造請負、買入、修繕及び借入等に関する入札及び契約については、「物品競争入札参加資格者名簿」に登録する必要があります。令和元年度に名簿へ登録された方は、必ず更新登録の手続きを行ってください。追加で登録を希望する場合は、追加登録の手続きをお願いします。

申請書は、市ホームページからダウンロードできるほか、財政課または各支所に設置しています。

申請期間 8月3日(月)～31日(月)

※当日消印有効

申 問 財政課契約管財班

☎72・6173

椿実(つばき)は9月頃から採りましょう

椿実(つばき)は、9月初旬頃まで成熟します。早く採ると、種子が軽く椿油の量も少なくなります。目安は、1本の木に数個の口(くち)割れ実が出始めた頃です。

■無断採取は止めましょう！
自分の土地以外で椿実を採る

場合は、所有者の同意を得てください。

■椿実の収穫は安全に！

・背の高い木は、器具を使用し、地上から収穫してください。

・マダニや毒ヘビなどが活発になる季節です。長袖、長ズボンを着用し、被害にあわないよう注意してください。

・害虫などの被害にあった場合や体調が悪い場合は、すぐに病院を受診してください。

問 農林課 ☎88・9533

後期高齢者医療保険制度にご加入中の皆様へ

6月末から7月初めに、マイナンバーカードの申請書や返信用封筒などをお送りしましたが、すでにお持ちの方や申請中の方は再度申請する必要があります。

マイナンバーカードが健康保険証として使えるようになって、後期高齢者医療被保険者証は、従来どおりお送りします。

問 長崎県後期高齢者医療広域連合

☎095・816・3930

新築・リフォームのご相談、お見積りは無料です。
お気軽にご相談ください。



大瀬崎灯台 1971年に今村組が元請施工



航空局表彰の高い技術力
一級建築士事務所で安心監理

☎ 72-3348

今村組 航空局表彰 検索

<http://imamuragumi.net>
地域社会に貢献する

株式会社 今村組

令和3年成人式参加者等募集

対平成12(2000)年4月2日～平成13(2001)年4月1日生まれの方

地区	場所	日時	個人通知
福江	福江文化会館	1月4日㊤13時～	なし
富江	富江町公民館	1月4日㊤14時～	あり
玉之浦	玉之浦町公民館	1月4日㊤14時～	あり
三井楽	三井楽町公民館	1月4日㊤14時～	あり
岐宿	岐宿町開発センター	1月4日㊤14時～	あり
奈留	奈留町総合センター	1月4日㊤15時～	あり

甲【福江】ハガキに①氏名(ふりがな)②生年月日

③性別④案内状送付先住所⑤保護者の氏名

⑥電話番号を記入し投函(12/4㊤必着)。

締切後、案内状をお送りします。

【福江以外】保護者の方へ案内状をお送りしますので、
出欠をご連絡ください。

▽事前申込をしなくても式への参加はできますが、
成人証書・名簿などに名前を掲載できません。
▽案内状が届かない場合は、電話でお問合せください。

「はたちの誓い」発表者募集

発表内容は自由(大人としての自覚と将来への決意)。発表したいことを1,200字程度にまとめ、教育委員会生涯学習課または各支所教育委員会分室へ提出してください。

募各地区1～2名

㊤11月6日㊤

成人式司会進行者募集

希望者は教育委員会生涯学習課または各支所教育委員会分室へご連絡ください。

※進行表は主催者が作成します

募各地区1～2名

㊤11月6日㊤

甲 問〒853-8501五島市福江町1-1
教育委員会生涯学習課 ☎72-7800

第17回五島市民体育大会 参加チーム募集

広報ごとう7月号に掲載した参加チームの募集について、サッカー競技が漏れていました。会場や種別など、くわしくは市ホームページをご覧ください。

競技名	開催日	申込締切
サッカー	9月27日㊤	8月20日㊤

甲 問五島市民体育大会事務局 ☎72-6184
(中央公園市民体育館スポーツ振興課内)

第17回五島市民体育大会

検索

機能訓練特化型 デイサービス

介護予防・日常生活支援総合事業指定事業者番号(42A2200044)

未来

地域密着型通所介護 介護保険事業者番号(4292200153)

ごとう

介護保険適用。入浴・食事はありません。おしゃべりしながら楽しく**運動**♪男性も続けやすい。

▶要支援1・2 / 要介護1・2 / 事業対象者の方に**オススメ**

▶**未認定**の方もご相談ください

五島シティモール 2階
(家具731 ツーピース内)

☎ 0959-72-8430

送迎あり

**半日
3時間**

**見学
歓迎**



講座の受講生募集 ～みんなで集い、楽しく学習～

※講師の敬称は省略しています

※講座によっては持参が必要な物があります

■きんせい秋の勤労者支援講座

場勤福センター

講座名／内容	講師	回	期間	曜日	時間	定員	料金
簿記三級入門講座 簿記を基礎から学習しませんか？	古賀 登茂子	12	9～11月 ※初回 9/11	毎週金	19:00 ～ 21:00	12	無料

対 不問 ※定員を超える場合は40歳未満の勤労青少年を優先

申 申込フォーム、電話、FAX、メール

または、窓口にある申込書で申込み。

託児が必要な方は、開講日の前日までにご連絡ください。

申 問 勤労青少年ホーム（勤福センター内）

☎74-3307 ☎72-5741

✉kinrou-b@city.goto.nagasaki.jp 申込フォーム



■働く婦人の家主催講座

場勤福センター

講座名／内容	講師	回	期間	曜日	時間	定員	料金
バレエストレッチ講座 ㊦9月5日㊦ 体が硬い方にもお勧めです	西山 花野	10	9～11月 ※初回 9/6	㊦	10:00 ～ 11:30	12	無料
布で作る季節の飾り講座 ㊦9月23日㊦ 飾りものでお部屋を演出しませんか？	北川 美津子	10	9～2月 ※初回 9/26	㊦	13:30 ～ 15:30	15	4,500円 (材料費)
Happyハーバルライフ講座 ㊦9月30日㊦ ハーブについて楽しく学びます	北川 栄恵	3	10～12月 ※初回 10/11	㊦	10:00 ～ 11:30	12	月1,000円程度 (材料費)
お茶を楽しむ講座 ㊦10月23日金 楽しくお茶をいただきましょう	里 晃子	2	10月31日 1月9日	㊦	13:30 ～ 15:00	12	月500円 (材料費)

対 不問 ※定員を超える場合は女性労働者、労働者家庭の女性を優先

申 窓口にある申込書に必要事項を記入し提出。

または、ハガキに①講座名②住所③氏名④年齢

⑤勤務先⑥電話番号を記入し投函。 ※申込フォームからも申込みできます（電話申込み不可）

申 問 〒853-0018五島市池田町1-2

働く婦人の家（勤福センター内）

☎74-3307（照会用）



申込フォーム

■中央公民館講座

場勤福センター ㊦8月22日㊦（定員になり次第、締切）

講座名／内容	講師	回	期間	曜日	時間	定員	料金
子ども英会話教室「小学3・4年生コース」 会話、ゲーム、歌などで英語を楽しみます	貞方 恭子	12	9～2月 ※初回 9/12	第2㊦ 第4㊦	9:00 ～ 10:30	15	原則無料
子ども英会話教室「小学5・6年生コース」 会話、ゲーム、歌などで英語を楽しみます	貞方 恭子	12	9～2月 ※初回 9/12	第2㊦ 第4㊦	10:30 ～ 12:00	15	原則無料
はじめての日常英会話教室 日常・トラベル英会話や洋楽を学びます	貞方 恭子	12	9～2月 ※初回 9/1	第1㊦ 第3㊦	10:00 ～ 11:30	15	原則無料
考えてみよう終活を！ 色々な角度から学びます	張本 和伸	6	9～2月 ※初回 9/17	第3㊦	10:00 ～ 11:30	15	原則無料

対 成人の方・子ども英会話教室は小学3～6年生

申 1. 窓口にある申込書に必要事項を記入して提出

2. ハガキに①講座名②住所③氏名④連絡先⑤学年（子ども英会話のみ）を記入して投函 ※電話申込み不可

申 問 〒853-0018五島市池田町1-2

中央公民館 ☎72-2515（照会用）





暮らしの情報

募集

市営住宅等の入居者募集

募集する住宅

福江地区		玉之浦地区	
戸楽住宅	1戸	芝浦住宅A棟	2戸
松山住宅	3戸	奈留地区	
下崎山住宅	2戸	昭和第1団地	1戸
小泊住宅	1戸	昭和第2団地	1戸
野路河住宅C棟	1戸	白這団地	1戸
岐宿地区			
二本楠団地	1戸		
洲之元団地	1戸		

【資原則】次の要件を満たしていること

- ① 国税・地方税の滞納がない
- ② 同居または同居しようとする親族がいる（60歳以上、障がいがある方などは除く）
- ③ 収入が定められた基準内（くわしくはお問い合わせください）
- ④ 住居に困っている
- ⑤ 入居者本人や同居または同居しようとする親族が暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律に定める暴力団員でない

【申】申込書に必要書類を添えて提出

※入居時期は、9月下旬以降の予定

【添】①世帯全員の前年の収入を証明する書類②税の滞納がない

ことを証明する書類

【受】8月11日（金）～21日（金）

【他】住宅見学会：8月7日（金）

【申】問建設課 ☎72・6118

または各支所地域振興班

学びを通じて仲間づくりを！
女性教室を開きませんか？

日々の生活の充実・向上などの「生涯学習の場」として、地域のみなさんで開設しませんか？

学習情報の提供や講師紹介、講師謝金を支援し、女性の学習や活動を応援します。

【対】市内に在住の女性グループ（地域もしくは職場などで構成する女性グループ）

※5名以上

【時】年3回～5回程度

1回あたり2時間程度

【場】公民館・自宅など、どこでも

【内】家庭生活・教養・趣味・健康など

【申】問教育委員会生涯学習課

☎72・7800

市の施設の指定管理者募集

次の施設の指定管理者（市の施設の管理を行う団体）を募集します。

募集要項・申請書類は、担当課で配布します。くわしくは、担当課へお問い合わせください。

施設名称／所在地	指定期間（予定）	担当課
五島市久賀島観光交流拠点センター 久賀町103番地・104番地	令和3年4月1日～ 令和8年3月31日まで（5年間）	政策企画課 ☎72-6782
五島市富江温泉センター 富江町松尾662番地2	令和3年4月1日～ 令和8年3月31日まで（5年間）	富江支所 ☎86-1161
五島市笠松宏有記念館 奈留町船廻937番地1	令和3年4月1日～ 令和8年3月31日まで（5年間）	奈留支所 ☎64-3117
五島市五島食肉センター 吉久木町938番地	令和3年4月1日～ 令和8年3月31日まで（5年間）	農林課 ☎72-7816
ふくえ児童館 三尾野一丁目7番1号	令和3年4月1日～ 令和6年3月31日まで（3年間）	社会福祉課 ☎72-6117

【※】8月31日（日）

指定管理者制度…公共施設の管理運営を公募等により決定された団体が行うもの。民間の能力やノウハウを活用し、経費を削減しながら住民サービスの向上を図る制度です。



無料相談

名称／内容	日時	場所	お問合せ
子どもの人権相談 女性の悩みごと相談 いじめ、ハラスメント、DV、体罰、虐待などの相談をお受けします。	8月23日㊥ 9時～12時	勤福センター 1階談話室	市民課 ☎72-6144 長崎地方法務局五島支局 ☎72-2261
子どもの人権110番 8/28～9/3の強化週間中は、受付時間を延長。㊥㊦も受け付けます。	8月28日～9月3日 8時30分～19時 ※㊥㊦は10時～17時	電話相談 0120-007-110	長崎地方法務局 ☎095-820-5982

みんなの 防災

台風に備えよう！



台風は事前に備えができる災害です。普段からできる準備や、接近前の対策、接近してからの対策を確認し、台風に備えましょう。

■普段から

- ☑ 家の外の備えは十分に。
水害に備え、側溝や排水溝の掃除をし、水はけをよくしておきましょう。また、屋根、塀、壁などの点検、補強も台風が来る前に行っておきましょう。
- ☑ 非常用品を備蓄する。
ライフラインが途絶えたときの事を想定し、非常用品を備えましょう。
(懐中電灯、ラジオ、予備電池、充電器など)

■接近する前に

- ☑ 家の周りにあるものが飛ばされないよう再点検をする。
- ☑ 最新の台風情報を常に確認しましょう。

■接近してから

- ☑ 用水路の見回りや海岸の見回りは絶対にやめましょう。
- ☑ 屋外での作業は絶対にやめましょう。
- ☑ 停電が発生したら、まずご近所を確認しましょう。
ご近所も停電している場合は、停電情報※をチェックしましょう。電話による問い合わせは時間がかかる場合があります。
- ☑ 停電が長引く場合は、冷蔵庫の中身をクーラーボックスなどに移し替えましょう。

※九州電力送配電株式会社が、停電情報などをメールでお知らせします。

無料

会員登録は
こちらから



スマートフォン



携帯電話

問 総務課危機管理班 ☎72-6110

(株)五島式典社 斎場 五島中央会館 ☎0959-74-5551 斎場 奈留会館 ☎0959-64-3101



エンゼルケア

「臭いが消える処置」「変色しない処置」

エンゼルメイク

「面影と、感謝の気持ちが蘇るメイク」



※ 葬儀の準備や段取り、費用など、分からない事は、何でもプロに、聞いて下さい。相談は、何度でも無料。



地域で見守り！ 知っ得コラム

「医療と介護のしおり」

医療や介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して生活ができるように、「医療と介護のしおり」を作成しました。

市内の医療機関や介護事業所の一覧、在宅医療や介護サービスに関する情報などを掲載しています。

ぜひご活用頂き、皆様の暮らしにお役立てください。

「医療と介護のしおり」は、長寿介護課・地域包括支援センター、各支所、各出張所にも設置しているほか、市ホームページにも掲載しています。

まるごと 医療と介護のしおり

検索



五島市在宅医療・ 介護連携相談センター

在宅医療と介護を結びつけるコーディネーターとしてご相談に対応する窓口です。

地域包括支援センターと連携し対応します。

☑在宅医療、介護関係者の方

在宅で医療、介護どちらも必要とする方

相談月～金 ※祝祭日・年末年始を除く

8時30分～17時15分

☎72-6120 担当：楠本



問 長寿介護課 ☎72-6194

ノザワ博士の

獣害コラム

イノシシ都市伝説

文：野澤努(玉之浦支所)

イノシシというと獐猛でマムシを食べて、猪突猛進に突っ込んでくるというイメージがあります。しかし実際は人を恐れて逃げ隠れて生息し、ヘビやカエルをたまに口にしますが、基本はどんぐりやタケノコなどを食べます。掘り返している様子が観察されますが、畑や草地でイモなどを探しているのです。

そして、よく聞く都市伝説があります。それは「隣町で飼育していたイノブタが逃げて広がった」です。この手の話は日本中で聞きます。イノシシと豚をかけ合わせたイノブタ生産は、昔流行しました。実は豚とは同じ動物なので、イノブタとイノシシの子供はイノシシに戻りま

す。だから「隣町の」イノブタが本当に広がってきたのかは誰にもわからないのです。

でも必ず「隣町から」と言われます。よほど隣のイノシシは悪く見えるのかな？

さてそんな誤解されがちなイノシシですが、頭から伸びる発達した筋肉で噛む力が強く、万が一噛まれるとウリボウであっても人の力では外すことができないほどの力を出します。イノシシを見かけても不用意に近づかないようにしてください。



問 玉之浦支所 ☎87-2216

完全予約制にて農園就労相談会開催中
障がいをお持ちの方に一般就労の機会をご案内します。

【コルディアール農園について】

- ①障がいをお持ちの方の一般就労をサポートします。
- ②障がいのケースに関係なく働ける環境を整えています。
- ③医療・介護職員によるサポート体制を整えています。

気になった方は農園就労相談会へ！

農園の雰囲気や業務風景を直接見て頂けます。
弊社従業員より丁寧に農園の説明をさせていただきます。



【株式会社JSHの事業内容について】

弊社は「地方への貢献」×「障がいをお持ちの方の就労機会の格差の解消」を実現するために農園を運営しています。

株式会社JSH【障がい者雇用支援】

住所 長崎県五島市末広町3-4

☎ 0959-88-9345

Jsh

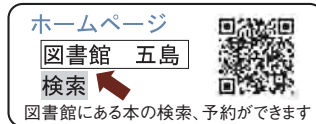


開館時間／10:00～18:00

☎72-6900 ☎72-8877 ✉ gotolibrary@soleil.ocn.ne.jp

休館日／8月3日(月)11日(火)17日(月)24日(月)31日(月)

9月1日(火)7日(月)14日(月)23日(水)28日(月)30日(水)



■移動図書館 (8/1～9/10)

旧蔵小学校	8月はお休みです 9/ 8(火) 14:30～14:45
市役所富江支所	8/20(木) 13:25～13:40
玉之浦町公民館	8/19(水) 13:25～13:40
市役所岐宿支所	8/21(金) 14:00～14:15
三井楽町公民館	8/21(金) 13:20～13:35

■8/1～9/10のイベント

絵本の読みかたり

0～2歳向け 時8/1(土)11時～場市立図書館3階

0～2歳向け 時9/5(土)11時～場市立図書館3階

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、事前申込制とさせていただきます。

アートひろば (展示)

絵画 平山光枝個展

■特設コーナーを設置しています

▽平和学習

6月から8月まで、平和や戦争をテーマにした絵本・紙芝居・童話などを特設しています。今年は戦後75周年です。ぜひご活用ください。

貸出冊数…1人3冊まで (学級など、団体は15冊)

貸出期間…2週間 (延長できません)

予 約…不可

▽読書感想文課題図書

読書推進を目的とした読書感想文コンクールで課題図書に選ばれた本です。

貸出について以下の制限がありますので、利用される際にはご注意ください。

貸出冊数…1人3冊まで (学級など、団体は15冊)

貸出期間…1週間 (延長できません)

予 約…3冊まで

■イチオシ!郷土を知る本 vol.25

『五島うどんの御力 (みりょく)』

日本最古説を追って

吉村 政徳／著 (長崎新聞社)



「長崎県にある上五島は、日本最古のうどん発祥地」うどん博士の言葉に揺り動かされ、町の元教育長が真相解明に乗り出した。

五島うどんの起源とは…?五島うどんのミリョク満載の1冊。



『世界一素朴な質問、宇宙一美しい答え』

ジェンマ・エルウィン・ハリス／編 (河出書房新社)



「水に触るとどうして濡れている感じがするの?」。子どもたちからの素朴な質問に、世界中の大人たちがやさしく答えます。

あなたは「人がどんな風に恋に落ちるのか」説明できますか?

年金だより

遺族基礎年金をご存知ですか

遺族基礎年金は、国民年金加入中の方等が亡くなられたときにその方によって生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子（18歳到達年度の末日までの子、もしくは20歳未満で1級・2級の障害の状態にある子）」が受けることができます。

ただし、保険料を納付しておらず、免除も受けていない場合は受けられない場合がありますので、万が一の際の、ご遺族の生活安定のためにも納付しましょう。

納付が困難な場合は、免除制度がありますので、お気軽にご相談ください。

子の加算	基本額
1人につき 224,900円	年額 781,700円
3人目以降 1人につき 75,000円	

年金相談（予約制）

長崎南年金事務所による出張相談。

時	①	②
8月19日	8月20日	9月16日
10時～17時	9時～15時	10時～17時
		9月17日 9時～15時

場市役所1階相談室

① 8月6日 ② 9月3日

◆必要なもの

▽身分証明書（年金証書・手帳、運転免許証、保険証など）、委任状（代理人の場合）

65歳になったら老齢年金を忘れずに！

国民年金だけ加入していた方で、納付、免除と合算対象期間を合計して10年以上ある方は、65歳の誕生日の前日以降に、請求手続きをしてください。

◆手続きに必要なもの

①印かん②通帳③配偶者の年金証書など（③は配偶者が公的年金を受給している場合）

申問 国保健康政策課 国保・年金班

☎ 72・61119

または各支所窓口班、各出張所

「奨励金9,980万円のお受取りが可能です」というメールが来た



相談事例

スマホのSMSに「奨励金9,980万円のお受取りが可能です」とメールが届いた。

海外から送金するので手続きとして5千円が必要とのことだが、お金がもらえるのならと5千円をカード決済した。それから、1万円、2万円、7万5千円を次々と請求され、合計11万円をカード決済した。

次に、12万5千円を請求されたが、今まで指示通りに支払っても入金されないのに終わりが無いことに気づいた。



アドバイス

突然、「お金をあげます」というメールが届いても決して相手にしないでください。知らない人からお金がもらえることはありません。

- ・不審なメールに書かれている電話番号に連絡しない。
- ・不審なメールに返信しない。
- ・不審なメールに書かれているURLをクリックしない。

少しでも不安を感じたら、すぐに消費生活センターに相談してください
相談 問 消費生活センター

福江町1番1号 ☎72-6144 ☎72-6899
または消費者ホットライン「188」



社会福祉法人 五島市社会福祉協議会



・本 所 74-5511
・富 江 支 所 86-2150
・玉 之 浦 支 所 88-2200
・三 井 楽 支 所 84-2254
・岐 宿 支 所 82-1525
・奈 留 支 所 64-4753
・とみえ認定こども園 86-0464



令和元年度 事業報告

福祉を取り巻く情勢は、少子高齢社会や都市化、住民同士のつながりの希薄化、経済的困窮などによる社会的孤立の問題など、ますます複雑多様化し、公的な制度に基づくサービスや支援だけでは対応できない、制度の狭間で支援を必要とする人たちを支える地域づくりの必要性が高まっています。

このような中、本会では、ふれあいいきいきサロン事業の推進、生活困窮者自立相談支援事業や福祉サービス利用援助事業、各種貸付制度などを活用した相談支援体制の強化、ボランティアセンターごとうを中心としたボランティア活動の実施・支援、民生委員児童委員・主任児童委員や老人クラブの活動支援を通じたアウトリーチの実施、新たな試みとして成年後見を担う為、検討委員会や準備会を立ち上げ、事業実施に向けて協議するなど様々な角度から地域福祉の推進に取り組んで来ました。

☆地域福祉事業

- ◆老人福祉推進事業
- ◆障害児・者福祉推進事業
- ◆母子・父子福祉推進事業
- ◆青少年福祉推進事業
- ◆ボランティア活動推進事業
- ◆総合福祉推進事業
- ◆福祉センター等管理運営事業
- ◆相談事業

◆福祉サービス利用援助受託事業

- ◆生活困窮者自立相談支援受託事業
- ◆生活支援ハウス受託事業
- ◆毎日型配食サービス受託事業

☆こども園・保育所・児童クラブ事業

- ◆幼保連携型とみえ認定こども園事業
- ◆とみえ認定こども園児童クラブ事業
- ◆へき地保育所受託運営事業

☆介護保険事業

- ◆居宅介護支援事業
- ◆訪問介護事業
- ◆通所介護事業
- ◆福祉用具貸与事業 (公益)
- ◆特定福祉用具販売事業 (公益)
- ◆短期入所生活介護事業

◆市受託事業

- ・デイスサービスかばしま
- ・デイスサービス久賀
- ・三井楽ミニデイスサービス
- ◆障害福祉サービス事業
- ◆福祉有償運送事業

令和元年度 収支決算報告

	勘 定 科 目	金 額	割 合
1	会費収入	657,000	0.06%
2	寄付金収入	2,541,277	0.22%
3	経常経費補助金収入	100,136,584	8.53%
4	受託金収入	32,585,306	2.77%
5	事業収入	19,228,946	1.64%
6	介護保険事業収入	403,761,234	34.37%
7	保育事業収入	155,252,167	13.22%
8	その他の収入	154,530,538	13.15%
9	前期末支払資金残高	305,912,981	26.04%
	収 入 合 計	1,174,606,033	100.00%

	勘 定 科 目	金 額	割 合
1	人件費支出	608,859,111	51.83%
2	事業費支出	90,199,800	7.68%
3	事務費支出	62,913,539	5.36%
4	共同募金配分金事業費	5,433,580	0.46%
5	助成金支出	1,705,275	0.14%
6	その他の支出	1,384,968	0.12%
7	施設整備等支出	12,776,330	1.09%
8	その他の活動支出	65,076,493	5.54%
9	当期末支払資金残高	326,256,937	27.78%
	支 出 合 計	1,174,606,033	100.00%

〇山崎 一博 (富江町山手 亡妻道代)
 〇本村 誠 (富江町狩立 亡母トシ子)
 〇鳥越 政市 (富江町岳 亡妻マツ)
 〇谷合 倫代 (玉之浦町玉之浦 亡夫正則)
 〇木村 友喜 (三井楽町濱窄 亡父則人)

ありがとうございました

香典返し

(敬称略)

《六月一日〜六月三十日 寄付者一覧》

この度、皆様より心温まる
ご寄付をいただきました。
ここに、ご芳名を掲載し、御礼に
かえさせていただきます。



寄付お礼

生活にお困りの方、
まずはご相談ください。

専門の支援員があなたの困りごとについて、他の専門機関と連携して解決に向けて支援します。

お問い合わせ先/
五島市生活困窮者自立
相談支援事業相談窓口

時間/平日8時30分〜17時15分

☎/0959-78-0780

メール
soudan@goto-shakyo.or.jp



～このページは五島市社会福祉協議会の広告です～

R2. 8月号



ごとう

28



新型コロナウイルス感染症の影響により、延期または中止になる場合があります

五島市イベントカレンダー

※次の建物は、略称で表記しています。

●福江島開発総合センター／岐宿町開発センター

●富江町老人福祉センター、富江町公民館／富江町民センター

●福江総合福祉保健センター／福江保健センター

●奈留離島開発総合センター／奈留町総合センター

●五島市勤労福祉センター／勤福センター

8/01 土 市民防火の日（サイレン吹鳴）7:00～
絵本の読みかたり（0～2歳向け）【市立図書館3階】11:00～ ※関連26ページ

02 日

03 月 母親教室（要予約）【福江保健センター3階】14:00～15:30
健康相談【富江町民センター】9:30～11:00

04 火

05 水 行政相談（福江保健センター2階相談室）13:00～15:00
巡回相談「かたらん会」【富江町民センター】13:30～15:00

06 木 よろず支援相談会（中小企業経営無料相談会）【市役所2-A会議室】10:00～17:00

07 金 乳幼児相談（要予約）【福江保健センター3階】9:00～10:30

08 土 マイナンバー臨時窓口開設【市役所1階市民課】9:00～16:00

09 日

10 月

11 火 健康相談【岐宿町開発センター】9:30～11:00

12 水 行政相談【富江町民センター】13:00～15:00

13 木

14 金 健康相談【福江保健センター3階】9:30～11:00

15 土 市民防火の日（サイレン吹鳴）7:00～

16 日

17 月 行政相談【玉之浦支所1階和室】9:00～12:00

18 火 よろず支援相談会（中小企業経営無料相談会）【市役所3階第3委員会室】10:00～17:00

19 水 行政相談【福江保健センター2階相談室】13:00～15:00
行政相談【三井楽町公民館】14:00～16:00

20 木 行政相談【岐宿町開発センター】9:00～11:00

21 金 健康相談【三井楽町公民館】9:30～11:00
福祉のお仕事プチ面談会 in 五島【福江文化会館3階展示室】10:00～ ※関連17ページ

22 土

1分間の黙とうを

広島原爆の日 8月6日⑧8時15分
長崎原爆の日 8月9日⑧11時2分
終戦の日 8月15日⑧正午
※市民課住民生活係 ☎72-6144

『夏休み水泳教室』に参加しませんか

《8/5(水)～夏休みの期間》

三井楽スイミングクラブ

夏休み水泳教室時間割表 (体験参加も受付中) ☎0959-84-3125

コース	時間	月	火	水	木	金	土	日
(初級・中級・上級)A	10:00～11:00	○	定休日	○	○	○	○	○
(初級・中級・上級)B	14:00～15:00						○	○
(初級・中級・上級)C	17:00～18:00	×		×	×	×		

営業時間10:00～20:00（毎週火曜日は定休日）

8月
August

9月
September

五島市イベントカレンダー

※次の建物は、略称で表記しています。

●福江島開発総合センター／岐宿町開発センター

●富江町老人福祉センター、富江町公民館／富江町民センター

●福江総合福祉保健センター／福江保健センター

●奈留島開発総合センター／奈留町総合センター

●五島市勤労福祉センター／勤福センター

23 日 自死遺族のつどい「分かち合いの会」【五島保健所 2 階】 14:30～16:00 ※関連17ページ

24 月

25 火 健康相談【玉之浦町公民館】 9:30～11:00
健康教室「あなたの腎臓を守りましょう」【五島中央病院 2 階講義室】 13:00～15:00 ※関連17ページ

26 水

27 木 認知症カフェ「花サロン」【籠淵町2127-1】 13:00～15:00

28 金 健康相談【奈留支所 2 階会議室】 9:30～11:00
離乳食教室（要予約）【福江保健センター 3 階】 14:00～15:30

29 土 こらぼらQでんeco「福江城石垣清掃」【福江城跡】 9:00～12:00 ※7/11から変更しました

30 日 五島市長選挙投票日（久賀地区・奈留地区は8/29㊥） 7:00～18:00 ※関連8～9ページ

31 月 市民税 2 期・国民健康保険税 2 期納期限
鶴南特別支援学校五島分校（小・中学部）授業体験週間（8/31、9/2～9/4）
【鶴南特別支援学校五島分校小中学部（福江小学校内）】 9:00～11:25 ※関連18ページ
母親教室（要予約）【福江保健センター 3 階】 14:00～15:30

9/01 火 市民防火の日（サイレン吹鳴） 7:00～
多郎島公園でヨガ【さんさん富江キャンプ村海水浴場敷】 10:00～11:30

02 水 行政相談【福江保健センター 2 階相談室】 13:00～15:00
多郎島公園で太極拳【さんさん富江キャンプ村海水浴場敷】 13:30～15:30

03 木 よろず支援相談会（中小企業経営無料相談会）【市役所 2 - A 会議室】 10:00～17:00

04 金 五島市民体育大会（ゲートボール）【大津みなと公園】 9:00～
乳幼児相談（要予約）【福江保健センター 3 階】 9:00～10:30

05 土 五島市民体育大会（グラウンド・ゴルフ）【中央公園多目的広場】 9:00～
絵本の読みかたり（0～2 歳向け）【市立図書館3階】 11:00～ ※関連26ページ

06 日 五島市民体育大会（卓球・ソフトボール一般 F P・バドミントン）【各会場】
母親教室（要予約）【福江保健センター 3 階】 ①13:45～ ②14:40～

07 月 健康相談【富江町民センター】 9:30～11:00

08 火 五島市民体育大会（ペタンク）【大津みなと公園】 9:00～

09 水 行政相談【富江町民センター】 13:00～15:00
多郎島公園で太極拳【さんさん富江キャンプ村海水浴場敷】 13:30～15:30

10 木

8 月救急当番医表

当番日	当番医者名	電話番号
8月2日㊥	井上内科小児科医院	72-3051
8月9日㊥	久保循環器内科	75-0881
8月10日㊥	郡家病院	72-2436
8月16日㊥	いけだ内科	88-9120
8月23日㊥	聖マリア病院	72-5101
8月30日㊥	福江産婦人科医院	72-6140

※診療時間 ㊥9時～18時

※㊥の正午以降、㊥の18時以降は、五島中央病院、富江病院、奈留医療センターへ。

※変更の可能性あり。出かける前に、五島医師会 ☎72-5000
または五島市役所 ☎72-6111へご確認ください。

※受診する際は、事前に各医療機関に予約をお願いします。

電話で
確認！

防災行政無線の放送内容 ☎75-0890

火災の場所や種類など ☎72-6000

五島市で20年の経験と実績
井関シロアリ消毒

☎ 0959-76-3431

五島市大荒町735-1

日本しろあい対策協会認定防除士

お誕生おめでとう



(6月6日～7月5日届出分)

子の氏名	保護者	住所
川口 恵衣	康弘	武家屋敷
坂井 滉哉	佑光	大荒町
青木 新	都美香	武家屋敷
川端 彩嵐	誠也	西彼杵郡時津町
出口 蒼人	貢	大荒町
牟田 敏喜	勇作	五島市
加賀谷 海歩	広大	上大津町
松田 千咲	優希	広島県広島市
早川 尊琉	耕平	神奈川県横浜
藤田 龍吾	健吾	下大津町
谷川 璃都	智文	上大津町
藤田 舟	力也	上大津町
片山 穂香	寛亀	木場町
西口 美琴	元輝	上大津町
野口 芽依咲	勝利	岐宿町
中村 颯	健	五島市
永尾 凛	美桜	佐世保市

ご寄附ありがとうございました

(6月6日～7月5日届出分)

【福祉施設維持管理費として】
松岡清文(上大津町)亡母フミ子
富永茂人(下崎山町)亡父傳
草野恵介(伊福貴町)亡父傳
山下浩伸(下崎山町)亡父富雄
谷合倫代(玉之浦町)亡夫正則
【健康増進事業として】
神之浦清美(下大津町)亡夫潔
【一般寄附金として】
村岡哲崇(富江町富江)亡父末男
【聖マリア会】
中村由美子(戸岐町)亡母チヨ
小田理香(籠淵町)亡母塚本フミ子
吉谷和馬(木場町)亡妻須磨子
才津善忠(大荒町)亡母シヅエ
今村伸子(上崎山町)亡母濱口静華
【五島福寿園】
中村隆(三尾野)亡母昭子
谷川均(岐宿町)亡母イチ
【かけはし木場】
吉谷和馬(木場町)亡妻須磨子
【きじの里】
平田正之(岐宿町)亡父久太郎
神之浦修(岐宿町)亡父元次
【只狩荘アイサビスセンター】
鳥越政市(富江町)亡妻マツ

【かけはし福江】 お詫びと訂正

7月号、寄附金掲載のページにつきまして誤りがありましたので次のとおり訂正致します。

(正)有川フヂエ 亡母アキラ
(誤)有川フヂエ 亡父アキラ
謹んでお詫び申し上げます。

ご冥福をお祈りいたします

(6月6日～7月5日届出分)

氏名	年齢	死亡日	住所
谷川 イチ	96歳	6/5	岐宿町河務
江口 ツギ	98歳	6/5	三井薬町河務
川上 玲子	89歳	6/5	岐宿町川原
園山カズ子	87歳	6/6	三井薬町河務
塚本フミ子	74歳	6/7	松山町
平田久太郎	93歳	6/9	岐宿町松山
松尾 宮次	89歳	6/9	向町
吉谷須磨子	75歳	6/11	木場町
石政 君代	80歳	6/11	富江町富江
千巢 彌市	90歳	6/13	岐宿町河務
古井 安隆	64歳	6/14	木場町
内海ヨシ子	85歳	6/15	堤町
松本 繁	92歳	6/15	猪之木町
鳥越 マツ	89歳	6/15	富江町岳
道下 政治	82歳	6/16	野々切町
才津シヅエ	90歳	6/16	大荒町

新 清	83歳	6/17	堤町
中村 正	77歳	6/19	野々切町
出口ヨシノ	96歳	6/19	富江町岳
平田 益夫	64歳	6/19	木場町
木場彌一郎	92歳	6/19	上崎山町
古里 初則	61歳	6/20	上崎山町
田中 梅雄	73歳	6/20	奈留町船廻
田口 桂子	78歳	6/21	上大津町
藤原キクエ	72歳	6/21	平蔵町
橋口 泰子	86歳	6/22	上大津町
松野尾祐二郎	59歳	6/23	富江町富江
堀田 久	73歳	6/26	奈留町泊
濱口 静華	84歳	6/27	上崎山町
丹野貴美子	86歳	6/27	岐宿町岐宿
永尾 秀巳	64歳	6/28	三井薬町河務
藤田 正夫	82歳	6/28	下崎山町
植松 熙一	81歳	6/29	大荒町
山村サキ子	83歳	6/30	木場町
村上 時子	70歳	6/30	上崎山町
長尾 タ子	85歳	6/30	岐宿町松山
小島 洋子	78歳	6/30	福江町
櫻井 タニ	100歳	7/1	野々切町
中元 清春	91歳	7/1	三井薬町河務
馬場 ニワ	90歳	7/2	三井薬町河務
松井 治彦	72歳	7/4	吉久木町

ひと家族ずつの貸切型だから
ストレスなくゆっくりお別れができる

未留葬儀社

貸切型 一般葬斎場

福江斎場 76-3030

葬儀保険。千の風

月々の保険料 2,000円

100万円を保障

加入審査は告知だけの簡単手続き!

保障は最高100歳まで!

貸切型 厚志会館

専用ダイヤル 76-3-19

88-9551

貸切型 福江斎場

専用ダイヤル 吉久木町76-4-1

76-3030

未留葬儀社



スポーツ栄養で元気な



スポーツ栄養…運動やスポーツにより身体活動量が多い人のために必要な栄養

「食育」とは、様々な経験を通じて、「食」に関する知識とバランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

五島市では食育推進計画を作り、食育を総合的・計画的に推進しています。

スポーツ栄養を通じて正しい食生活を身に付けましょう。



ココに載せる
スポーツの
写真を大募集!



写真の応募はコチラから→

スポーツ栄養⑤

栄養バランスを意識しよう

栄養バランスのよい食事＝「主食・主菜・副菜」をそろえる

主食



米・パン・めん類で、
「炭水化物」を含む。

主菜



魚・肉・卵・大豆製品で、「たんぱく質」、「脂質」、「ミネラル」を含む。

副菜



野菜、海藻、こんにゃく、きのこ類で「ビタミン」、「ミネラル」を含む。

主食・主菜・副菜をそろえると炭水化物、たんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラルの5大栄養素を摂ることができます。スポーツをする子どもはさらに、毎食「乳製品」「果物」を加え、運動のための栄養を補いましょう。

「具だくさんみそ汁」を定番に

和食の基本「みそ汁」は野菜、海藻、きのこなど、様々な食材を入れても味がまとまり、不足しがちな「副菜」をたくさん摂ることができます。「具だくさんみそ汁」を食卓の定番メニューにしましょう。

今月のメニュー→ 具だくさんみそ汁

和食の基本「みそ汁」のレシピをホームページで紹介しています。

まるごと 食育レシピ

検索



五島市食育推進計画 食育スローガン

- ごはんを中心に
- 島民の食卓を
- 海の幸、山の幸で豊かにします

五島市の人口 (R2. 6. 30現在)

総数 36,443人(-3)

男 17,229人(+9)

女 19,214人(-12)

- 福江 22,943人 ●玉之浦 1,251人 ●岐宿 3,129人 ●世帯数 19,854世帯(+1)
- 富江 4,454人 ●三井楽 2,546人 ●奈留 2,120人 ●心のふるさと市民 21,946人 ※ () は前月比

ひとの動き

(R2. 6. 1~30)

- 出生 (実態調査、帰化等含む) 25人 ●転入 61人
- 死亡 (実態調査、国籍離脱等含む) 48人 ●転出 41人

市の代表 電話番号

- 本 庁 72-6111 ●富江支所 86-1111 ●玉之浦支所 87-2211
- 三井楽支所 84-3111 ●岐宿支所 82-1111 ●奈留支所 64-3111
- 消防本部 72-3131



「広報ごとう」は、
植物油インキを使用しています。

