



こころ

2021
08
vol.205



わたしがわたしに還る島^{かえ}

特集

P4~7 海洋エネルギーが照らす、五島市の未来

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。

五島が持つ豊かな自然の力を、
新たなエネルギーへ



2019年、五島市沖が国内で初めて浮体式洋上風力発電の促進区域に指定。今年6月には、促進区域における発電事業者が決定しました。今後、崎山沖に設置する浮体式洋上風車8基程度の建設工事が始まります。

関連4~7ページ

撮影:西山芳一

海外渡航時の「ワクチン接種証明書」の申請について

新型コロナウイルスワクチンを接種済みの方で、海外渡航の際に接種証明が必要な場合、市で接種証明書を発行します。

申請方法

■窓口の場合

旅券（パスポート）と接種券を、国保健康政策課または各支所・出張所へ持参し、窓口で手続きを行ってください。

■郵送の場合

市ホームページまると同じに掲載の申請書に必要事項を記入し、次の①～③を同封の上郵送してください。

- ①旅券（パスポート）の写し
- ②接種券の写し
- ③返信用封筒（返信先の住所・氏名・郵便番号を明記し、切手を貼ったもの）

【送付先】

〒853-8501 五島市福江町1番1号
国保健康政策課
(新型コロナワクチン接種推進チーム)

※国内での接種証明について

接種済みの接種券右側にある「予防接種済証（臨時）」をご利用ください。



詳しくは、市ホームページ
まると同じをご覧ください。



ワクチンについてのQ&A

Q1

ワクチンを接種すると「心筋炎」や「心膜炎」になる人がいるというのは本当ですか？

A

ファイザーワクチン接種後、頻度としてはごくまれですが、心筋炎あるいは心膜炎になったという報告がなされています。しかし、軽傷の場合が多く、心筋炎や心膜炎のリスクがあるとしても、ワクチン接種のメリットの方がはるかに大きいと考えられます。



Q2

ワクチンを接種した後も、感染予防対策（マスク着用や手洗い、手指消毒等）は必要ですか？

A

ワクチンを接種した方から他人への感染をどの程度予防できるかはまだ分かっていません。引き続き、皆さまに感染予防対策を継続していただくようお願いします。



詳しくは厚労省のホームページをご覧ください。

厚労省 新型コロナワクチンQ&A

検索

【お問い合わせ先】 受付時間 平日9時～17時
五島市新型コロナワクチン接種コールセンター

☎ 72-1095



台風シーズン到来

7月3日、静岡県熱海市で大規模な土石流が発生し、多くの方が亡くなりました。安否不明の方も多数おられます。7月9日未明からは、九州中部・南部に線状降水帯による豪雨があり、多くの自治体が「避難指示」、「緊急安全確保」を発令しました。

家屋を飲み込みながら駆け下る土石流、街並みを襲う濁流など、被災現場からの生々しい報道に胸が痛みます。しかし、他人ごとではありません。災害は時と場所を選びません。

災害に備える、危険が迫る前に避難することの大切さを、熱海や九州の災害は改めて私たちに教えてくれました。

福江市街地にお住いの世帯に「福江川ハザードマップ」を配布しました。市内の全世帯には、すでに、お住いの地域ごとの**ハザードマップ（土砂災害）**を配布しています。まずは、このハザードマップで、自分が住んでいる場所はどういう災害の危険があるのか、避難所はどこかを確認してください。

台風の接近が報道されたら、**停電・断水に備えてください**。懐中電灯の準備やラジオの電池交換、ペットボトルなど飲み水の確保。お風呂の水を残しておけば、トイレ用の水としても利用できます。避難に備えて、**非常時の持ち出し用品のチェック**もしておきましょう。

台風による被害が予想される時には、できるだけ明るいうちに、「高齢者等避難」を発令します。お年寄りだけでなく、障がいのある方、小さなお子さんなどのいる世帯は**早めの避難**をお願いします。詳しくは広報ごとう6月号・7月号をご覧ください。

安全な場所は避難所だけではありません。去年は多くの方がホテルに避難しました。安全な場所や頑強な建物に住む家族や友人宅など、普段から相談し、安心して避難できる準備をしてください。

避難所では、「場所取り」は禁止ですのでよろしくをお願いします。インスタント麺を持参する方もいますが、パンなどそのまま食べられるものを各自で用意してください。避難所も自助が基本です。

新型コロナウイルスのワクチン接種は順調に進んでおり、1回目の接種が市民全体の約52%、2回目が約35%という状況です（7月18日現在）。**接種が終わった方もマスクを着用**するなど、**避難所での感染拡大防止対策**には、これまで同様の取り組みをお願いします。

◆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 ◆9月8日(水) ◆10月13日(水) 午後1時30分～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

https://blog.goo.ne.jp/ctg_roshoku_nagasaki



※新型コロナウイルス感染症拡大状況によって、中止する可能性があります。最新の開催情報はお電話でお尋ねいただくかウェブサイトをご覧ください。

特集

海洋エネルギーが照らす、 五島市の未来

問 再生可能エネルギー推進室 ☎88-9503

昨年、国は「2050年までにカーボンニュートラル^{*}の実現を目指す」と宣言しました。その取り組みの一つとして期待が高まっているのが「再生可能エネルギー」。五島市では、特に海洋エネルギーを利用した発電について、全国でも先駆的に推進してきました。

その成果もあり、2019年、五島市沖が国内で初めて再エネ海域利用法に基づく浮体式洋上風力発電の促進区域に指定。今年6月には、促進区域における浮体式洋上風力発電事業者として、国が戸田建設株式会社を代表とする「(仮)ごとう市沖洋上風力発電合同会社」を選定しました。今後、崎山沖でのウインドファーム整備に向け、浮体式洋上風車の建設工事が始まります。

時代を見据え、2010年から始まった五島市の「海洋エネルギーの島づくり」。今回のウインドファーム事業の実現により大きく前進します。

※カーボンニュートラル

…「人の活動などで排出される二酸化炭素量」と「植物の光合成などで吸収される二酸化炭素量」が同じで、差し引きゼロになるという考え方。

これまでの取り組み

浮体式洋上風力発電

- 2010年 環境省の実証事業開始
- 2012年 椀島沖に100kW小規模試験機設置
- 2013年 椀島沖に2,000kW実証機設置
- 2014年 発電した電力を活用し水素製造
(日本初の水素燃料電池船)
- 2016年 崎山沖へ移動した2,000kW浮体式洋上風力発電所稼働開始 (日本初の商用化)
- 2019年 五島市沖が国の促進区域に指定
(日本初の促進区域)
- 2021年 促進区域における発電事業者決定
- 2023年 崎山沖での浮体式洋上風力発電ウインドファーム事業運転開始 (予定)

潮流発電

- 2016年 環境省・経済産業省が連携した実証事業開始
- 2021年 奈留瀬戸に500kW発電機設置

ゼロカーボンシティ宣言

「ゼロカーボンシティ」とは、2050年までに二酸化炭素の排出量実質ゼロを目指す自治体のこと。昨年12月、総理大臣官邸で行われた「2050年カーボンニュートラル・全国フォーラム」に、野口市長がオンラインで出席し、「ゼロカーボンシティ宣言」を表明しました。

二酸化炭素の排出量を減らすため、五島市では次のことに取り組んでいます。

- ▽再生可能エネルギーの地産地消の推進
- ▽電気自動車の推進
- ▽市役所における省エネルギー
- ▽一般廃棄物焼却量の減少

二酸化炭素の排出量を減らさなければ、近年多くの人の命を奪っている猛暑、集中豪雨、大型台風などの異常気象による災害がさらに激甚化し、生命をおびやかすといわれています。

持続可能なまちづくりのため、市民の皆さまと一緒に取り組んでいきます。

持続可能な島を目指し、
五島が誇る海の力を、
自然に優しいエネルギーへ



今後、崎山沖に8基程度の洋上風車を建設予定 (イメージ図)

今注目されている、海洋エネルギーを使った発電

浮体式洋上風力発電

浮体式洋上風力発電とは、海上に浮かせた浮体式海洋構造物に乗せた風車を使って発電すること。浮体が漂流しないように、海中ではチェーンで海底につながりつけています。国土が狭く海に囲まれた日本に適した発電方法といわれており、特に五島は平均風速が7m/秒と安定的に風が吹くため、十分なエネルギーを得ることができます。

五島市では、2012年に椀島沖での小規模試験機設置に始まり、翌年には同じく椀島沖に2,000kWの実証機「はえんかぜ」を設置。2016年には、崎山沖に移設し日本で初めて商用化されました。

崎山沖に設置されている風車のブレードの直径は80m、海中の浮体も含めた全長は172m、総重量は3,400tにのびります。日本の技術力が結集された発電機で、台風にもびくともしない設計。一般家庭約1,800世帯分の電気を生み出しています。



崎山沖に設置されている浮体式洋上風車
(出力：2,000kW)

潮流発電

潮流発電は、潮の満ち引きを利用し、一般的には水車によって回転エネルギーに変換して発電するもの。潮流は、月と太陽の引力で生じる周期的な「潮汐」によって起こる水平方向の流れであり、潮の干満によって規則的に流れるため、発電に利用する場合には予測が可能。信頼性が高く、次世代の再生可能エネルギーとして期待されています。

五島市では、環境省の事業として、九電みらいエナジー株式会社などが2016年から奈留瀬戸で実証事業を開始。今年1月には、奈留瀬戸の水深40mの所に500kWの発電機「なるミライ」を設置しました。

5月には、大型の潮流発電機としては日本で初めて経済産業省の審査に合格。商業運転に必要な安全性や性能が認められ、商用化に向けた第一歩を踏み出しました。



奈留瀬戸に設置されている発電機「なるミライ」
(出力：500kW)
(写真：九電みらいエナジー株式会社提供)

再生可能エネルギーのまち、五島市へ

再生可能エネルギーの発展によって、五島市はどのように変わっていくのか。

2019年、五島市の再生可能エネルギーによる電力自給率(推計値)は約50%。市内で消費する電気の約半分が、再生可能エネルギーで生み出されています。これから始まる崎山沖のウインドファーム事業により、2023年の自給率は約80%になる見込みです。

また、ウインドファーム事業は、自給率の上昇だけではなく、新たな漁場の造成や雇用の創出にもなり、五島の豊かな自然を守りつつ地域の活性化につながります。

【五島市の再生可能エネルギーによる発電量】



漁業との共生 (海の森林化)

洋上風車の海に沈んでいる部分(基礎部)は、海藻が茂り、多くの魚が住み着く人工的な漁礁となっています。



巨木のような風車に群れる魚たち
(写真：一般社団法人 海洋エネルギー漁業共生センター提供)

雇用の創出・地域経済の活性化

市内の再生可能エネルギー関連企業で、新たな雇用が生まれています。今後始まるウインドファーム事業により、さらなる雇用の創出が期待できます。また、建設予定の洋上風車には、五島産のコンクリートを使用予定。地元経済の活性化につながっています。

【市内関連企業と従業員数の変化】

	2016**	2021**	差引
関連企業数	4社	9社	+5社
従業員数	39名	94名	+55名

※ 4月1日時点

再生可能エネルギーについては、市の特設サイトで日々情報を発信しています。もっと知りたい!という方、ぜひこちらをご覧ください。

まるごと 再生可能エネルギー情報

検索

再エネ特設サイト→





島の暮らしにクラフトビールを

はしからぶるーいんぐ

春日宣親(39)

BEER SHOP Mugi-Mariにて(幸町2-12山口ビル1階)

「五島にクラフトビールを広げたい」、そう話すのは、生まれも育ちも東京都の春日宣親さん。日々の通勤ラッシュや雑踏に疲れを感じ、中、自然に囲まれた生活への憧れから移住を決意。心惹かれる「田舎」を探しているうちに、「国境離島」の言葉を知り、「島暮らし」に興味を持つようになりました。

何度か五島を訪れ、地元の方との出会いや経験が大きなきっかけとなり、2019年10月に移住。「島の端っこ」であること、大瀬崎の自然が織り成す魅力に、「ここだ!」と惹きつけられ、五島のさらに端である玉之浦に住むことを決めたそうです。

移住をするならば「自分で何かを始めたい」「お酒に関わる仕事がしたい」「ビールを造りたい」との思いが強かった春日さん。知り合いのブルワリー*で醸造やイベント出店の手伝いをしていたこともあり、また、五島では焼酎やワインは造られているが、ビール醸造はされていないこと、クラフトビールのブームすらも届いていないことを機に、「それならば!」と「はしからぶるーいんぐ」の名前でクラフトビール事業を開始。

さまざまな問題・ハードルによってブルワリー設立には至っていないものの、市内イベントや家庭のバーベキューにキッチンカーによる出張ビアバーを提供。さら

にクラフトビールを知ってもらうために、店内改装はほぼ自身で行ったという専門酒屋「BEER SHOP Mugi-Mari」を今年4月にオープン。海外ビールを中心に集めたクラフトビールを販売。店内はフリースペースも併設されており、誰でも利用することが可能です。

クラフトビール、以前は「地ビール」と呼ばれていた時代もありましたが、現在では「小規模なビール醸造所で丹精込めて造られる(クラフト)」「ビールとして、5年ほど前から都心部で話題に。日本全国で100を超えるブルワリーが新設される中、長崎県のみブルワリーがゼロでした(2021年5月に吉岐にて、長崎県唯一のブルワリーが誕生)。

世界のビアスタイルは100種以上といわれており、さらに細かく分類するとその数は国内のビールだけでも1,000以上。世界のビールだと10,000種類以上が存在するといわれています。

そんな無限大の可能性を秘めたビールの世界を五島にも広げたい!大きな目標に向け、五島のブルワリー誕生を目指して奮闘は続きます。

*ブルワリー…ビール醸造所

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

ごとうめ 極上



「溶岩塩」

自然工房 匠の釜



工場長の辻さん(写真右)と
職員の草野さん

下 大津町、眼下に海を望む「自然工房 匠の釜」。平成25年に看板を上げ、銚瀬溶岩海岸付近の海水を使った上質な塩「溶岩塩」を作り続けています。

工場長の辻洋さん(つじひろ)は、新上五島町の石油備蓄基地関連事業の元船長。定年後も海と関わりのある仕事として、塩の製造に情熱を注いでいます。

工房では丸2日かけて塩を炊き上げていきます。1日目は、不要な物質等を取り除いた海水を大きな平釜に満たし、薪をくべながら炊いて水分を飛ばします。2日目には結晶化がよいように始まり、沸騰させないように細心の注意を払いながら火力を調整。この調整が見た目の美しさや食感につながる最重要工程です。夏には工房内が50℃を超える暑さとなり過酷な環境です。

が、上質な塩を作るため、まさに命がけで作業に取り組んでいます。

こだわりのポイントは、環境配慮と驚くほどの丁寧さ。火入れの燃料となる木材には、親会社で建設業を営む(有)アクティヴの工事現場で伐採された木や解体された建築木材を再利用。品質の良い塩を提供するため、一粒一粒をルーペで拡大しながら選別しています。

溶岩塩の中でも希少な「一番塩」を食べてみると、とてもまるやかで優しい甘みがあり、苦みは全くありません。お寿司やステーキ、天ぷらとの相性は抜群といわれるのも納得。シンプルに塩むすびでも、普段と違つたより美味しい体験ができることとです。

東京銀座の寿司屋やレストランからの注文もあり、また、福岡のホテルのスィーツの材料のひとつとして採用されたり、料理のプロも認める高級な一品。遠方の人向けにオンラインショップを設けており、ふるさと納税の返礼品としても人気

の商品です。

「コロナが落ち着き全国の飲食店が再び活気づいたら、うちの塩をもっと広めていきたい」と語る辻さん。美味しい料理の決め手は塩。ぜひ一度お試しください。



こだわりの「溶岩塩」
まるやかで優しい甘みが特徴

自然工房 匠の釜 ☎72-3277



【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

取材・執筆
ライターグループ fumoto

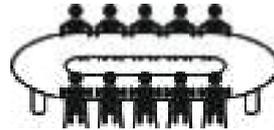
日本ジオパーク認定に向け、 いよいよ現地調査!

現地調査のスケジュール ※行程は変更になる場合があります。

8月23日①から26日④にかけて「現地調査」が実施されます。審査員3名が来島し、ヒアリングや現地視察を通して、運営体制や地域資源の保全と活用の状況などを確認します。市民の皆さまの理解や関わりも重要な評価のポイントです。審査員を見かけたら、五島の魅力やジオパークの楽しさを語ってくださいね!

8/23
(月)
午後

五島列島ジオパーク
推進協議会の会長や
会員に対するヒアリング・
意見交換



8/24
(火)

現地視察と活動状況
のヒアリング(1日目)

大地の成り立ちや大地を活かした人々の暮らしの説明、地域の取り組みの紹介。

主な視察予定地

❖奈留…舅ヶ島千畳敷、
水晶岳、江上集落



舅ヶ島千畳敷

❖岐宿…ともづな石、
魚津ヶ崎、城岳展望所



魚津ヶ崎

8/25
(水)

現地視察と活動状況
のヒアリング(2日目)

主な視察予定地

❖富江…井坑、円畑、石文化



石材で造られた貯蔵庫

❖崎山…鑑瀬、カツメ海岸



カツメ海岸

❖福江…福江城、福江武家屋敷



福江武家屋敷通り

8/26
(木)
午前

五島列島ジオパーク
推進協議会事務局
との意見交換・自己評価表
の確認

※自己評価表…ジオパークで実施すべき事項が書かれたチェックリスト



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
(政策企画課内) ☎72-6782

YouTubeチャンネル配信中!
五島列島ジオチャンネル
最新作「つばきの島 久賀島」



お知らせ ジオパーク紹介パネル展
福江港ターミナル2階で絶賛展示中!





どこまでも続くかのような地層



さまざまな岩が転がる海岸



海に突き出るように広がる平坦な岩



タフォニが見られる珍しい巨大な岩

自然が作り出す岩石アート的美術館 **とやのくび 登屋ノ首**

中에서도私のイチオシは、タフォニ※が見られる巨大な岩。平らな側面に八チの巣のような穴が無数にあいている不思議な岩ですが、よく見ると鳥が巣を作っていて、自然界の命の営みを感じます。

タフォニ自体は海の多い五島ではよく見られるのですが、これほどの大きな落石に見られるのは珍しいとのこと。山から落下した岩のほとんどが砕け風化していきませんが、この岩は落ちたままの姿で長い間ここ

岐宿町川原、白石地区の裏側に位置する静かな集落「惣津」。穏やかな港の先から入山し、ゆったりと歩くこと1時間弱。パツと開けた視界の先には、感動の世界が待っています。そこはジオ好きにはたまらない、知る人ぞ知る秘境「登屋ノ首」。断崖絶壁の左手沿岸は、縦や横になった地層がどこまでも続き、自然の偉大さを教えてくれます。右手沿岸には、波や風で侵食され、さまざまな色や形をした岩がゴロゴロ。寝転んでみると、地球の呼吸が直に伝わるような感覚が味わえます。

また、そこから望む山側の景色が壮観。五島列島の基である、露出した五島層群の圧巻の姿に、「すごいー！」という言葉以外出てきません。まるでここは自然が作り出す岩石アート的美術館。何時間でも眺めていられます。

にあったことを物語っています。私は今、魚津ヶ崎公園の「花笑みきくや」という店舗の運営に携わっていますが、活動の中でさまざまな人たちとの出会いがあり、五島の成り立ちや歴史に興味を持つようになりました。ジオの観点から五島を見るようになると、普段何気なく見ていた景色にこんなにもすてきなストーリーがあったのかと、感動と愛おしさすら覚えます。これからも、素晴らしい五島の魅力を自分なりに発見し、多くの人に伝えていきたいと思っています。

取材・執筆
ライターグループ tumoto



大島 眞由美さん

(写真：最前)

地域の女性団体「八咲花」代表。魚津ヶ崎公園内の「花笑みきくや」を活動し拠点として、地域の活性化を目指し奮闘中。フリーハンドのイラストやデザインの特技を生かし、五島弁カルタの絵も担当。

※タフォニ
…岩盤の表面にあいた穴のこと。海からのしびきを受けて、それが蒸発し、塩類が固まる時に岩を壊し、穴があととされる。

五島市花いっぱいコンクール 5個人、4団体を表彰

6月22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、美しい街にすくため、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

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

最優秀賞 依喜代子(三井楽町)

優秀賞 田中春子(上崎山町)

奨励賞 稲田忠利(富江町)

奨励賞 石谷義光(三井楽町)

奨励賞 中村嘉男(三井楽町)

【団体の部】

優秀賞 泊町内会有志の会

優秀賞 上崎山老人クラブ

優秀賞 崎山小学校

奨励賞 本山小学校

問管理課空き家・公園班

☎72・6371



22年間で約200件の相談に対応

平山行政相談委員に総務大臣から感謝状

6月29日、行政相談委員としての長年の功績を称え、平山紀久博（きくひろ）さんに総務大臣から感謝状が贈られました。平山さんは、22年もの長い活動の中で約200件の相談に対応。感謝状

贈呈式では、「どんな相談でも、親身になって聞くことを大切にしてください。解決しお礼を言われた時が何より嬉しかった」と、これまでの相談を振り返りました。

行政相談委員は、総務大臣が委嘱する無報酬のボランティア。地域の方々の身近な相談役として、行政の手続き等に関する相談を受け、相談者への助言や関係行政機関への通知を行います。五島市では、次のとおり定例相談所を開設していますので、お気軽にご相談ください。

行政相談委員は、総務大臣が委嘱する無報酬のボランティア。地域の方々の身近な相談役として、行政の手続き等に関する相談を受け、相談者への助言や関係行政機関への通知を行います。五島市では、次のとおり定例相談所を開設していますので、お気軽にご相談ください。



感謝状を受け取った平山さん(写真中央)

【五島市の行政相談】

地区	氏名(敬称略)	日時(毎月開催)	場所
福江	山田壽美	第3☎13時~15時	市役所1階相談室
富江	片町利則	第2☎13時~15時	富江支所
玉之浦	西極久美子	第3☾9時~11時	玉之浦支所1階和室
三井楽	谷川良二	第3☎14時~16時	三井楽町公民館
岐宿	花川錦章	第3☎9時~11時	岐宿町開発センター
奈留	松本尚忠	第3☎14時~16時	奈留町総合センター

料無料 問総務課行政推進班 ☎72-6110



受賞の報告に訪れた、立石光徳前会長(写真中央)と中村権矢会長(写真右)

ヤブツバキの花から取り出した「五島つばき酵母」で快挙 五島市商工会 農林水産大臣賞受賞

6月29日、「第10回地域産業支援プログラム表彰(イノベーションネットアワード)」で農林水産大臣賞に選ばれた五島市商工会が、受賞の報告のため市長を表敬訪問しました。

「地域産業支援プログラム表彰」とは、全国の産業支援機関や大学などでつくる全国イノベーション推進機関ネットワークなどが主催し、地域の特性に応じた新事業・新産業創出を支

援する取組を表彰するもの。今回は、全国の研究機関や民間企業などによる計35件の応募がある中、県内初、商工会としては全国初の快挙を達成しました。

2012年から手探りでヤブツバキの研究に着手し、酵母の取り出しに成功。2013年には「五島つばき酵母」と名付け、研究を進めてきました。

五島つばき酵母は、発酵力が強く、同じ酵母で酒類や魚醤、パンなど、さまざまな商品開発ができるのが特徴。既に、清酒や焼酎、ワイン、パン、魚醤、化粧品など、地元企業を中心に酵母の特徴を応用した商品開発に結びつきました。

今後は、五島市の活性化のため、さらなる事業展開や販路の開拓を目指しています。

商工雇用政策課商工交通班

☎ 72・7862



五島市LINE公式アカウント 友だち募集中



ID:@gotocity



ワクチン予約

ごみ分別案内

移住定住

タイムライン

LINEの「友だち追加」からID検索するか、二次元コードをスキャンしてください。

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

昨年中止になってしまったこともあり、今年こそはと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、今年の第118回石城会総会・懇親会も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。来年は中止となった2年分を取り戻せるよう3倍盛り上げましょう。

お問合せ先 幹事：63回生 0959-72-6114

五島市ゆかりの店 ～福岡編～

五島市公認産品応援店

むしや

蒸屋 じょうきげん

和の「蒸し物」料理に特化しているお店で、大将の片峰さんは五島市出身。長年培ってきた料理の技術を活かし、食材本来の美味しさをよりヘルシーに味わってもらおうと、平尾に蒸し料理の専門店をオープンしました。

人気メニューは、五島産の伊勢海老を使った「酒蒸し」。蒸すことで伊勢海老の風味が口いっぱいに広がります。また、特製のおご出汁スープに五島豚を合わせた、こだわりの「五島おご出汁しゃぶしゃぶ」もおすすめ。しゃぶしゃぶは、インターネットでも購入可能なので、贈答用にもぴったりです。

ぜひ、福岡の知人や友人へお知らせください。



- 大 将： かたみね ゆうき 片峰 悠毅 (玉之浦出身)
- 住 所： 810-0014
福岡市中央区平尾2-9-8-1F
- 営業時間： 17時～24時
(ラストオーダー :23時)
- 電話番号： 092-707-1164
- 定休日： なし

五島市公認産品応援店は、市HPにも掲載しています。



東京事務所からのお知らせ

都内イベントで五島の観光・物産をPRしました

6月22日、東京都港区新橋で、大手旅行会社「㈱阪急交通社」が主催する地域の魅力発信セミナー「阪急たびコト塾」が開催されました。「コロナが明けたらGo to 五島(GOTO)！～五島の魅力を伝えます～」と題し、人数を制限した中で集まった40～80代の参加者約40名に、五島の魅力を紹介しながらコロナ収束後の来島を呼びかけました。

セミナーでは、世界遺産や大瀬崎など、定番の観光スポットを紹介。物産の紹介では、実際に島内の事業者と会場をオンラインでつなぎ、参加者とのやり取りを通して、五島が誇る産品の魅力をお伝えしました。

物産販売も行い、セミナーで紹介した「かんころ餅」や「五島うどん」など、多くの商品をご購入いただきました。

参加者のほとんどが、五島を訪れたことがなく、セミナー後のアンケートでは、「ぜひとも訪れてみたい」という声を多数いただき、五島の魅力をお伝えすることができたと感じています。

東京事務所では、新型コロナウイルスの収束後を見据え、観光誘客や物産振興につながるよう今後も活動を続けていきます。



会場の様子

☎五島市東京事務所 ☎03-3239-0812

イベント情報



申 問 富江支所窓口班
 〒853-0201 五島市富江町富江1-1
 ☎ 86-11112
 F 86-0193

8月18日㊤～9月15日㊤
 他新型コロナウイルス感染症の影響により中止する場合があります。

受付期間
 申 参加者名簿を持参、郵送（締切日必着）またはFAXで提出
 ※大会当日にお支払いください。
 料 1チーム1,000円

※高校生の出場は2名までです。
 内 ソフトボール（スローピッチ）
 募 6チーム（1チーム10人編成）
 場 富江緑地公園
 試 試合開始8時30分～
 受 付 8時～

時 9月26日㊤
 対 高校生以上
 第14回富江町各種団体対抗スローピッチ大会



イベントの中止について

新型コロナウイルス感染症の影響により、市民の皆さまの安全確保を第一に考え、次のイベントの中止が決定しました。

- 富江まつり 問 富江支所地域振興班 ☎ 86-1161
- 玉之浦町港祭り 問 玉之浦支所地域振興班 ☎ 87-2216
- 三井楽夏まつり 問 三井楽支所地域振興班 ☎ 84-3163
- 奈留夏まつり 問 奈留支所地域振興班 ☎ 64-3117



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。

■ 働く婦人の家主催講座 場 勤福センター ㊤ ①②8月18日㊤、③9月15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・持参
①バレエストレッチ講座 クラシックの曲に合わせて体を動かし簡単なバレエの動作でストレッチを行います。体が硬い方や運動が苦手な方にもおすすめです。	西山 花野	10	9月～11月 ※初回9/5	㊤	10:00～11:30	12	無料 ・バレエシューズ（靴下でも可） ・ヨガマット ※動きやすい服装でお越しください。
②かぎ針で編む季節の飾りもの講座 かぎ針編みの基礎を学んで、季節の飾りものを一緒に作って楽しみましょう。	西里しのぶ	10	9月～1月 ※初回9/11	㊤	13:30～15:30	10	材料費1,500円程度 ・かぎ針4号、6号 ・とじ針 ・綿 ・裁縫道具
③お茶を楽しむ講座 お茶の作法を学びながら、まずは楽しく抹茶をいただきます。	里 晃子	2	10月30日㊤ 1月29日㊤	㊤	13:30～15:00	12	教材費 1回500円

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 1. 申込フォームから申込み
 2. 窓口にある申込書に必要事項を記入して提出
 3. ハガキに、①講座名②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥勤務先⑦電話番号を記入し投函
 ※電話申込不可

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



募集

市営住宅の入居者募集

募集する住宅

福江地区		玉之浦地区	
第2奥浦住宅	1戸	芝浦住宅A棟	3戸
第2旭丘住宅	1戸	芝浦住宅B棟	2戸
下崎山住宅	1戸	岐宿地区	
木場住宅	1戸	山里団地	1戸
富江地区		奈留地区	
只狩下団地B棟	1戸	昭和第1団地	2戸
		昭和第2団地	1戸

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。芝浦住宅A棟201号と芝浦住宅A棟202号についても除く）。
- ③ 収入が定められた基準内（詳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10日（火）～20日（金）

他住宅見学会：8月6日（金）

申 閩建設課建築住宅班

☎72・6118

または各支所地域振興班

未来に残そう青い海 海上保安庁図画コンクールの募集

子供たちに海の関心と海上保安業務の理解を深めてもらおうと、毎年開催しています。今年から「五島市長賞（海上保安協会五島支部長賞）」を新設し、市長からの表彰と応募作品の展示を実施予定。ぜひご応募ください。

対 小中学生

申 応募用紙に必要事項を記入し

郵送

9月6日（月） ※当日消印有効

詳しくはお問い合わせください。

申 閩五島海上保安署

☎72・3999

市

施設

の指定管理者募集

市

の施設

の指定

管理者

募集

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。募集要項と申請書類は担当課で配布します。詳しくは、お問い合わせください。

受付期間8月2日（月）～8月31日（火）

施設名称／所在地	指定期間（予定）	担当課
岐宿生活支援ハウスふれあいの里 （五島市岐宿町岐宿383番地1）	令和4年4月1日から 令和7年3月31日まで	長寿介護課 ☎72-6194
奈留高齢者生活福祉センターやすらぎ荘 （五島市奈留町船廻879番地1）	令和4年4月1日から 令和7年3月31日まで	
五島市民三井楽プール （五島市三井楽町濱ノ畔512番地3）	令和4年4月1日から 令和9年3月31日まで	三井楽支所 ☎84-3162

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。



新登場



Yakult1000

乳酸菌シロタ株1,000億個（1本100ml当たり）

ストレスの緩和・睡眠の質を向上 + 腸内環境を改善

ストレス・睡眠が気になる
人々のために開発されました。

〒853-0001
長崎県五島市栄町9-1
五島ヤクルト販売（株）
☎ 0959-72-8960

健康・福祉

福祉医療費受給者証(障がい者)は9月3日(金)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月上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方は、更新手続きをしてください。

対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。

必要書類 申請書、同意書、印鑑、保険証、障害者手帳

申請 社会福祉課障がい福祉班

☎72・6117

自死遺族のついで「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。

時 8月21日(土)14時30分～16時

場 五島保健所2階

申 不要 料 無料
 五島保健所 ☎72・3125

子育て

児童扶養手当の「現況届」は8月31日(火)までに提出が必要です

対象となるご家庭には、7月下旬に案内文書を送付しています。社会福祉課または各支所窓口班に準備している現況届に、必要事項を記入し、必要書類を添えて、必ず受給資格者本人が手続きしてください。

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。

申請 社会福祉課こども家庭未来班

☎72・6117

鶴南特別支援学校五島分校(小・中学部) 授業体験週間

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。

時 9月6日(日)～10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。

場 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(水)

申請 鶴南特別支援学校五島分校
 小・中学部 ☎74・0333

相談

子どもの人権・女性の悩みごと相談所を開設します

いじめやハラスメント、DV、体罰、虐待などの相談をお受けします。

時 8月22日(日)9時～12時

場 勤福センター1階談話室

閩市民課住民生活係

☎72・6112

長崎地方事務局五島支局

☎72・2261

子どもの人権110番強化週間

強化週間中は、受付時間を延長して相談をお受けします。

※(土)は10時～17時

時 8月27日(金)～9月2日(木)

8時30分～19時

※(土)は10時～17時

8時30分～19時

※(土)は10時～17時

電話相談

☎0120・007・110

閩長崎地方事務局人権擁護課

☎095・820・5982



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>



成年後見無料相談会

書類の手続きに困っている、お金のやりくりができない、悪い人にだまされたらどうしよう…などのお悩みはありませんか？このようなお悩みをお持ちの方のために、「成年後見制度」があります。この制度は、判断能力が不十分なため契約等の法律行為を行えない人を、後見人等が代理し、必要な契約等を締結したり財産を管理したりして本人の保護を図るものです。

認知症や知的障がい、精神障がいなどで判断能力の低下がある方々が、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、ご相談をお受けします。

■成年後見制度の利用を考えている方やご家族、その方の支援に携わっている方

時 8月12日(金)～8月16日(月)

【午前の部】 10時～12時

【午後の部】 13時～15時

相談1件につき1時間以内

場市役所内相談室

申 不要

※事前に電話予約をしておくと、お待ちいただくことなく案内できます。

他窓口での相談のほか、インターネットを利用したテレビ電話での相談もできます。

テレビ電話をご希望の方は、申し込みの際にお伝えください。

相談会開催期間のうち、

8月14日(土)・15日(日)は、市内の弁護士が相談に乗ります

成年後見制度の無料相談のほか、希望される方は、親族申立てについての動画を視聴することもできます (30分程度)。

時 8月14日(土)、15日(日)

場市役所内相談室

申 電話 (事前予約制)

申 岡長寿介護課長寿支援班

☎ 72・6194

社会福祉課障がい福祉班

☎ 72・6117



お知らせ

危険物取扱者保安講習会

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。

時 9月16日(水)

13時30分～16時30分

場消防本部3階会議室

受付 8月5日(金)～8月25日(金)

※申込書は消防本部と消防署各出張所で配布

申 岡消防本部消防課危険物係

☎ 72・3133

椿実 は 9月頃から採りましょう

椿実は、9月初旬頃に成熟します。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。

『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】



毎日暮らしの相談。 ←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)張本葬祭サービス

ハートホール福江
☎ 0959-74-6666

五箇市榎山町520





・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。

岡農林課 椿・森林班 ☎88・9533

令和3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し、更新を希望する方は、必ず更新登録の手続きを行ってください。名簿に追加の登録を希望する場合も、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2日(月)～31日(火)

※当日消印有効

申請財政課契約管理班 ☎72・6173

STOP!ポイ捨て・不法投棄

公園や道路沿いに、ポイ捨てによるたばこの吸い殻や空き缶などが散乱しており、使わなくなった家電製品の不法投棄も多発しています。これらは美しい景観を損ねるだけでなく、近隣の方々へ多大な迷惑をかけます。また、たばこのポイ捨ては火災にもつながり、非常に危険です。

外出先で出たごみは持ち帰り、分別後、指定のごみ袋に入れ、決められた収集日に「ごみステーション」に出しましょう。家電製品は、家電リサイクル法に則って家電製品の小売り業者などに引き取ってもらいましょう。

法令に違反した場合、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金またはその両方が科せられることがあります(法人の場合は3億円以下の罰金)。



岡生活環境課環境班

☎72・6116

ごみは正しく出しましょう

五島市では、ごみの分別が8分別17品目になっています。燃やすごみは焼却処理、資源ごみ等は資源化処理、燃やせないごみは最終処分場に埋め立て処理を行っています。

【ごみの資源化量】

種類	重量 (t)
金属類	405.59
紙類	995.47
びん類	275.19
ペットボトル	141.97
古布類	15.47
小型家電品	40.96
電池・蛍光管	20.79
剪定枝	91.43
合計	1,986.87

(令和2年度)

【ごみの搬入量(市民排出分)】

種類	重量 (t)
燃やすごみ	11,325.68
燃やせないごみ	236.44
資源ごみ	2,183.78
合計	13,745.90

(令和2年度)

ごみを出すときは、ごみの手引書を参考にしてください。分からない場合は、お問い合わせください。

岡生活環境課環境班

☎72・6116

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**

一般競争入札による市有財産の売払いをを行います

参加を希望する方は、期限までに一般競争入札参加申込書を提出してください。

8月13日(金)17時

【売払物件】

物件番号	所在及び地番	区分・種目	面積 (㎡)	最低売却価格 (円)	入札日時	入札場所
1	五島市富江町 富江528番19	土地 (雑種地)	135.00	891,000	8月18日(金) 10時～	市役所3階 3-B会議室
2	五島市富江町 狩立600番2	土地 (雑種地)	486.00	534,600		
3	五島市富江町 職人274番1	土地 (宅地)	384.13	1,574,933		
4	五島市富江町 黒瀬1290番1	土地 (宅地)	366.42	256,494		
5	五島市富江町 山下338番3	土地 (宅地)	592.20	3,671,640		
6	五島市大荒町 995番6	土地 (雑種地)	526.00	3,997,600		
7	五島市玉之浦町 小川935番	土地 (宅地)	207.85	660,550		
		建物 (木造スレート)	49.00			
		建物 (木造スレート)	7.10			
8	五島市三井楽町濱ノ畔 1278番3の一部	土地 (宅地)	281.08	1,827,020		

※物件の引渡しは現状のままで行います。

※物件番号7は土地(1筆)、建物(2棟)一体としての売却です。

※物件番号8は落札金額に分筆測量費389,886円を加算した額が契約額となります。

詳しくは、財政課契約管財班でお配りする入札案内書をご覧ください。

☎ 問 財政課契約管財班 ☎72-6173 (受付時間：開庁日の8時30分～17時15分)

(株)五島式典社 ごとうしきてんしゃ 齋場 五島中央会館 ☎0959-74-5551 齋場 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」

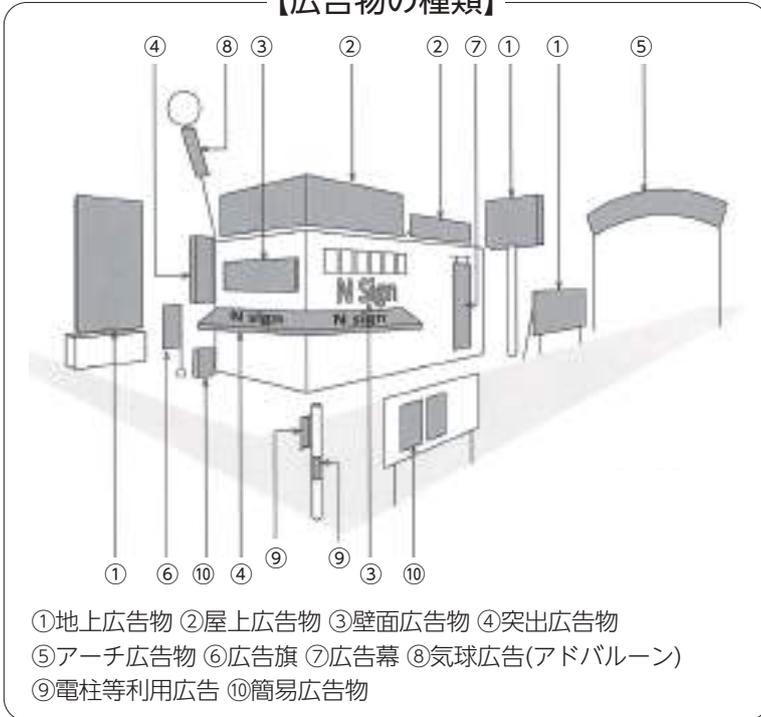



※ 葬儀の準備や段取り、費用など、分からない事は、何でもプロに、聞いて下さい。 **相談は、何度でも無料。**

屋外広告物を設置する場合は、事前に許可が必要です

屋外広告物とは、常時または一定の期間継続して公衆に表示されるものです（営利目的かどうかは問いません）。設置予定の広告物がある場合はご相談ください。

【広告物の種類】



開業して、看板を出したい！

申請が必要かわからない。

どんなものが対象になるの？



↑市HPはこちら

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

まるとう 屋外広告物

問建設課都市計画係 ☎72-6118

「高額当選しました」などの詐欺メールにご注意ください

五島市内で、次の詐欺被害が発生しました。

相談事例

スマートフォンに「3億円当たりました」とメールが届いた。次に「受取手数料として3千円の電子マネーが必要なので、コンビニに行ってください」と指示され、コンビニで電子マネーを購入し、番号を相手にメールした。

その後、何度も「3億円を受取るための手数料を支払ってください」とメールが届き、多額の電子マネーを購入させられた。



アドバイス

- 「当選」「お金をあげる」などの文言で消費者を惹きつけ、「受け取るためには手数料が必要」と何度も支払いをさせる詐欺です。何もしていないのに大金が入るといふ怪しいメールは無視しましょう。
- ATMやコンビニの機械に何度も来る方は、被害にあっている可能性があります。見かけたら、声かけや警察への通報を行いましょう。
- 異変に気づいた際は、すぐに消費生活センターに相談するよう、本人に促してください。
- 迷惑メールが届かないよう拒否設定を行いましょう。

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」

島に帰ってくる若者・ご家族が増えています

でも**家**がない！ 

五島市内に空き家をお持ちの方、市役所にお電話ください

近年、Uターンする（一旦島外で暮らした後、五島市に帰ってくる）若者やご家族が増えています。しかし、そんな方々を悩ませているのは「**家不足**」。島に帰りたいけど住む家がなくて困っている方がいます。

五島市は、空き家を貸したい人・売りたい人と家を借りたい人・買いたい人をつなぐ「五島市空き家バンク」を運営しています。

貸してもいい空き家や売ってもいい空き家、数年以内に空き家になりそうな家をお持ちの方は、ぜひ市役所へご連絡ください。

荷物が残っているものや改修が必要な家でもかまいません。

ご協力をお願いします。

■Uターン者数＝島に帰ってきた人の数

令和2年度	61人
平成28年度～令和2年度	284人

※移住相談窓口を通じて五島市に帰って来た人の数

■Uターン相談件数

令和2年度	68人
-------	-----

※移住相談窓口にて、五島市に帰りたいと相談があった件数

■五島市空き家バンク：地区別軒(件)数

地区	登録軒数(累計)	成約件数
福江	96	70
富江	39	33
玉之浦	18	10
三井楽	23	19
岐宿	33	29
奈留	23	14
合計	232	175

※登録軒数、成約件数は平成27年～令和3年5月末時点

空き家バンクに登録すると、空き家リフォーム補助金の対象に

■空き家リフォーム補助金とは

空き家の内装工事費を一部助成します。

対 象

- ・空き家の所有者が、五島市に帰って来た人や移住者に貸すために行う内装工事の費用
- ・五島市に帰って来た人や移住者が住むために行う内装工事の費用

補助額

対象経費の2分の1以内の額(上限100万円)

■補助金の活用例



 地域協働課移住定住促進班 ☎76-3070

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**

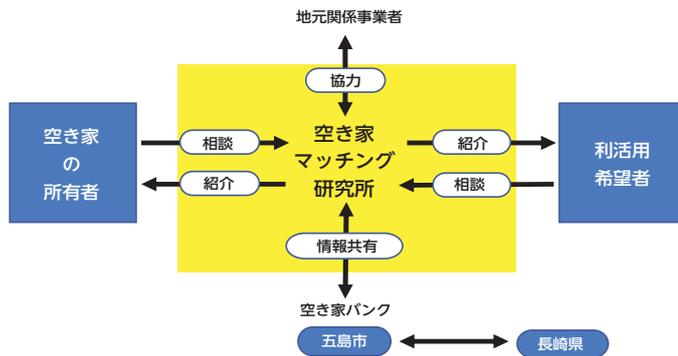
今村組 航空局表彰 検索

<http://imamuragumi.net>
地域社会に貢献する

株式会社 **今村組**

空き家活用団体のご紹介 ～NPO法人 五島空き家マッチング研究所～

令和元年度から、民間事業者との連携を図るため、移住者向けの住宅を確保する空き家活用団体として、「NPO法人 五島空き家マッチング研究所」を認定しました。こちらの団体は、「五島の空き家に光を灯すこと」を目的とし、空き家と五島で暮らしていきたい方との良い縁を結び、一つでも多くの空き家が「明き家」となってほしいという思いから、各専門職の有志によって設立された団体です。



NPO法人五島空き家マッチング研究所では、空き家の賃貸・売買に関する相談や、住みたい・買いたいという希望者の相談などを受け付けています。また、相続関係の相談なども行っています。利活用できる空き家をお持ちの方で、活用方法に困っている方は、ぜひご相談ください。

空き家物件改修前後



空き家大家Tさんのコメント

空き家活用団体に空き家の相談をして良かったです。空き家が見違えるようにきれいになり、すてきな方に住んでいただけて嬉しいです。

空き家活用団体のこれまでの実績

- ・空き家掘り起し(27件)
- ・空き家カルテの作成
- ・建物状況調査
- ・空き家物件の改修
- ・空き家改修物件の内覧会

☎NPO法人五島空き家マッチング研究所 ☎74-3292

Aqua Clara 「お水」にこだわるならアクアクララ!

美味しさ 安心 eco

アクアクララ正規代理店 **アクアクララ五島福江**

TEL:0959-76-3676

長崎県五島市池田町5-22 [LINE](#) **LINE公式アカウント**

五島在住釣り好き **YouTuber 『釣りします』** がやっています! ぜひ遊びに来てください。

新図書館の建設をはじめています

現在の図書館は書架スペースをはじめ閲覧・学習スペースを十分確保できておらず、施設全体の老朽化も進んでいるため、平成14年から移転改築に向けた取り組みを始めました。平成30年に新図書館整備基本計画を見直し、「しまの暮らしをささえ、地域をつくる図書館」を基本理念に、令和5年4月の開館に向けて整備を進めています。

【施設の概要】

場 所 木場町450番地1 (旧五島中央病院跡地)
構 造 鉄筋コンクリート造一部S・SRC造平屋建
延床面積 2,293㎡

【スケジュール】

工事期間 令和3年7月から15か月間
開館準備 令和4年10月から6か月間
開 館 令和5年4月から

【新図書館完成イメージ】



北側



南側

問教育委員会生涯学習課 ☎72-7800

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 禎一朗**



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
- 支給実績 1億8,900万円** (令和3年4月現在)
- 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

☆認知症と共に生きる☆

今回は、認知症によく見られる「家に帰りたい」という気持ちをひもといていきます。

Vol.2 「家に帰りたい」はどこに帰りたい？

皆さんは仕事や学校でうまくいかないときに「家に帰りたいなあ」と思うことはありませんか？実は認知症の人と同じ気持ちです。

認知症の症状によって失敗を体験し、「自分の居場所がない」と感じると、たとえ家にいても、「帰りたい」と言ってしまう。これは、「安心して生活することができる“家”に帰りたい」という意味です。

家族や友人が「ここにいてもいいんだよ」と認めてあげると、居心地が良くなり、少しずつ「家に帰りたい」とは思わなくなります。「ありがとう」、「さすがだね」などと、安心感を与える普段からの声かけが大切です。

おじいちゃん

最近物忘れが目立つようになってきた。趣味は時代劇鑑賞。

わたし

おじいちゃんの物忘れに最近頭を悩ませている。

問長寿介護課長寿支援班 ☎72-6194

ウロウロ… キョロキョロ…

おじいちゃん、うろろうしてどうしたの？

今までありがとうございました。家に帰ります。

何言ってるの、おじいちゃんの家はここでしょう？

何を言ってるんじゃ！！家でお母さんが待ってるんだから早く帰らないと怒られる！

おじいちゃんのお母さんって…今何歳なのよ~~~~！！

※おじいちゃんの年齢は84歳です。

ノザワ博士の

獣害コラム

唱歌「故郷（ふるさと）」

帰省の時期になりました。今年も島から離れたお子さんや友人と話し合っている頃でしょう。私自身は父最期の春に立ち会うことをあきらめ、最後の最後まで親不孝をしたまま初盆の時期を迎え、まぶたの奥の面影、ふるさとを思い、ただ切なくなる日々です。

うさぎ追いしかの山〜、と始まる唱歌「故郷」。豊かな里山の風景がそこにはうたわわれています。ここで登場するウサギは、和名「ニホンノウサギ」です。ニホンノウサギはニホンジカ同様にいくつかの亜種に分けられますが、五島市内で見かけるそれも同じ種のウサギです。シカの生息状況を把握するために備えたカメラには夜間しばしばこのウサギが写り込みます。五島のウサギは他の地域と異なり、天敵が極めて少ないのが特徴です。一般にはキツネなどが天敵ですが、五島では捕食哺乳類であるキツネがいません。警戒心がないのか、よそと比べて、い

つまでもウサギがカメラの前でポーズをとっています。

かつて植林が勧められていた時代、このウサギは、杉の苗木を食べてしまうことから、害獣としてとらえられていました。今は逆に日本中で数が減ってしまい、地域によってはレッドリストに掲載されています。

ふるさとの山にいるこの動物。時には人間の価値観で害と呼び、減少すれば保護しようと言われています。

私たちはもう少し長い目で、故郷の動物たちと付き合ってみても良いのではないのでしょうか。



ニホンノウサギ

文：野澤 努（玉之浦支所地域おこし協力隊）

問玉之浦支所地域振興班 ☎87-2216



開館時間 / 10:00~18:00

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

休館日 / 8月2日 10日 16日 23日 30日 31日

9月6日 13日 21日 27日 30日

ホームページ

図書館にある本の検索、予約もできます



■移動図書館 (8/1 ~ 9/10)

旧蕨小学校	8月はお休みです 9/ 7 14:30~14:45
市役所富江支所	8/ 5 13:25~13:40 9/ 2 13:25~13:40
玉之浦町公民館	8/18 13:25~13:40
市役所岐宿支所	8/20 13:50~14:05
三井楽町公民館	8/20 13:20~13:35 9/10 13:20~13:35

※雨天の場合は中止することがあります。

■8/1 ~ 9/10のイベント

絵本の読みかたり

0 ~ 2歳向け 8/7 11時 ~ 湯市立図書館3階
 3歳以上向け 8/21 11時 ~ 湯市立図書館3階
 0 ~ 2歳向け 9/4 11時 ~ 湯市立図書館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
 します。状況によっては中止することもあります。

アートのひろば (展示)

「俳句と絵」夫婦展
はせせいかん
 長谷静寛・長谷セツ子

ボランティアをしてみませんか？

読書ボランティアグループ「おはなしもこもこ」は、絵本の読みかたりなどを一緒にしていただける方、人形劇や小物の制作のお手伝いができる方を募集中。経験の有無は問いません。興味がある方は一度「絵本の読みかたり」へお越しください。



『マンガでわかる 楽しい草取り』

西尾剛 / 著 (誠文堂新光社)



花や野菜をうまく作るためには、雑草が増え過ぎないことが大切。草取りを楽しめるように、それぞれの雑草の特徴など、写真や4コママンガを交えてわかりやすく解説。

『いつものBarで、失恋の謎解きを』

大石大 / 著 (双葉社)



馴染みのバーで過去の失恋の話をしていた綾に、初老の男が社会学や心理学を使って「失恋の真相」を語り出し…。男女が陥るスレ違いを、当時の流行や社会情勢を交えて描いたミステリー。

蒼い森の工房
 江川 一真
 富江町黒瀬 1132 TEL 090-8289-2915
 ニホンミツバチ蜂蜜の販売 木工品の販売・受注
木工教室
 フリープランで作りたい物のサポートをします。
 新規ウッドターニングを近日開講 (準備中)。
 詳しくは直接ご相談ください。

年金だより

新型コロナウイルスの影響で国民年金
保険料の納付が困難な方へ

新型コロナウイルス感染症の影響による減収を理由とした国民年金保険料の臨時特例措置が令和3年度も延長されています。

対象者

次の①②をいずれも満たす方
①令和2年2月以降に、感染症の影響により収入が減少している。

②令和2年2月以降の所得状況からみて、当年中の所得見込みが一定額以下となる。

対象期間

◆令和3年7月～令和4年6月
※既に令和2年度分で申請をされた方も、令和3年度分は改めて申請が必要です。

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、ご相談ください。

子の加算	基本額
1人につき 224,700円	年額 780,900円
3人目以降 1人につき 74,900円	

年金相談をご利用ください

◆対面による相談

長崎南年金事務所の職員による出張相談。年金の疑問・質問に応じるほか、年金請求の手続きもできます。

時 9月15日⑩10時～15時

場 市役所本庁1階第2相談室

予約受付期間

相談希望日の2か月前から、平日8時30分～16時30分

㊦ 9月2日

◆テレビ電話を利用した相談

年金機構の職員によるテレビ電話での相談。利用時間内であれば、ご自身の都合の良い時間に年金相談を受けることができます。

利用時間 平日9時～16時

場 市役所本庁1階第2相談室

予約受付期間

相談希望日の1か月前から前日まで、平日8時30分～16時30分

必要なもの

①本人確認ができるもの（マイナンバーカード、運転免許証など）
②委任状（代理人の場合）

※相談は、必ず事前に予約が必要です。基礎年金番号が分かるものを「用意の上、予約ください」。

問 長崎南年金事務所 お客様相談室

☎ 0955-808-7639（直通）

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。

必要なもの

①本人確認ができるもの（マイナンバーカード、運転免許証など）
②通帳またはカード

申問 国保健康政策課 国保・年金班

☎ 72・6119

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

日本しろあり対策協会認定防除士



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2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が進行し、経済的困窮などによる社会的孤立の問題なども顕在化しております。さらに新型コロナウイルス感染症や自然災害の多発などの影響により、多種多様な支援体制が必要とされており、地域においては、「地域共生社会」の実現に向け、包括的な支援体制の整備が求められています。

このような中、本会では、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、自粛や中止の判断を都度行いながら、ふれあいいきいきサロン事業の推進による「ふれあい交流の場」の創出、生活困窮者自立相談支援事業や福祉サービスの利用援助事業、特例の緊急小口資金や総合支援資金など各種貸付制度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、法人後見事業の実施など様々な角度から地域福祉の推進に取り組んでまいりました。

☆法人運営事業の実施

☆生活支援活動推進計画の実施

- (1)アウトリーチの徹底
- (2)相談・支援体制の強化
- (3)地域づくりのための活動基盤整備
- (4)行政とのパートナーシップ

☆地域福祉活動推進事業の実施

☆募金活動及び募金配分金事業の実施

- (1)募金活動事業
- (2)配分金事業

☆福祉センター等運営管理及び受託事業の実施

- (1)福祉センター等運営管理
- (2)受託事業

☆各種団体事務の実施

☆介護保険・介護サービス事業の実施

- (1)居宅介護支援事業
- (2)訪問介護事業
- (3)地域密着型通所介護事業及び通所介護事業
- (4)短期入所生活介護事業

(5)障害福祉サービス事業

- (6)小離島地区におけるデイサービス事業の受託運営
- (7)介護保険制度外の方への支援
- (8)自家用自動車有償運送事業

☆認定こども園・保育所・児童クラブ事業の実施

- (1)幼保連携型とみえ認定こども園事業
- (2)とみえ認定こども園児童クラブの運営
- (3)市立保育事業所受託運営(中川・奈留)

令和2年度 収支決算報告

勘定科目	金額	割合
1 会費収入	603,400	0.05%
2 寄付金収入	4,024,358	0.34%
3 経常経費補助金収入	99,963,881	8.56%
4 受託金収入	35,355,788	3.03%
5 事業収入	14,817,236	1.27%
6 介護保険事業収入	392,237,174	33.58%
7 保育事業収入	190,192,980	16.28%
8 その他の収入	104,713,226	8.96%
9 前期末支払資金残高	326,256,937	27.93%
収入合計	1,168,164,980	100.00%

勘定科目	金額	割合
1 人件費支出	581,089,953	49.74%
2 事業費支出	90,149,882	7.72%
3 事務費支出	58,684,637	5.02%
4 共同募金配分金事業費	4,830,621	0.41%
5 助成金支出	1,500,845	0.13%
6 その他の支出	1,396,570	0.12%
7 施設整備等支出	16,581,160	1.43%
8 その他の活動支出	64,066,365	5.48%
9 当期末支払資金残高	349,864,947	29.95%
支出合計	1,168,164,980	100.00%

- 〇入江 嘉久(天荒町) 亡祖父 三島岩男
- 〇道端 久憲(籠淵町) 亡父 伸幸
- 〇平山 喜之(舌久木町) 亡妻 幸子
- 〇貞方 正喜(上大津町) 亡叔母 タツ
- 〇臼井 隆子(三井楽町) 亡夫 壽秀
- 〇比留澤源治(岐宿町) 亡母 モヨ
- 〇江口 芳文(奈留町) 亡母 ノブエ
- 〇藤下 里美(愛知県常陸市) 亡母 三宅幸子

ありがとうございました。

香典返し

(敬称略)

《令和三年六月一日より六月三十日 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



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	日	市民防火の日（サイレン吹鳴） 7:00～
02	月	健康相談（要予約）【富江支所】 9:30～11:00 母親教室（要予約）【福江保健センター 3階】 14:00～15:30
03	火	
04	水	巡回相談かたらん会【富江支所】 13:30～15:00
05	木	
06	金	乳幼児相談（要予約）【福江保健センター 3階】 9:00～10:30
07	土	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
08	日	たまフェス（フリーマーケット）【玉之浦カントリーパーク】 16:00～19:30
09	月	
10	火	健康相談（要予約）【岐宿町開発センター】 9:30～11:00
11	水	結婚相談（要予約）【福江保健センター 4階】 10:00～16:00 行政相談【富江支所】 13:00～15:00
12	木	成年後見無料相談会（～16日）【市役所内相談室】 10:00～12:00、13:00～15:00 ※関連18ページ
13	金	健康相談（要予約）【福江保健センター 3階】 9:30～11:00 東京2020パラリンピック聖火フェスティバル 五島市採火式【五島港公園】 10:00～11:00
14	土	マイナンバー休日臨時窓口開設【市役所 1階市民課】 9:00～16:00
15	日	市民防火の日（サイレン吹鳴） 7:00～
16	月	行政相談【玉之浦支所 1階和室】 9:00～11:00
17	火	
18	水	行政相談【市役所 1階相談室】 13:00～15:00 行政相談【三井楽町公民館】 14:00～16:00 行政相談【奈留町総合センター】 14:00～16:00
19	木	行政相談【岐宿町開発センター】 9:00～11:00
20	金	健康相談（要予約）【三井楽町公民館】 9:30～11:00 離乳食教室（要予約）【福江保健センター 2階】 14:00～15:00
21	土	結婚相談（要予約）【福江保健センター 4階】 10:00～16:00 絵本の読みかたり（3歳以上向け）【市立図書館 3階】 11:00～ ※関連26ページ 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
22	日	子どもの人権・女性の悩みごと相談所開設【勤福センター 1階相談室】 9:00～12:00 ※17ページ

1分間の黙とうを
 広島原爆の日 8月6日金 8時15分
 長崎原爆の日 8月9日土 11時2分
 終戦の日 8月15日日 正午
 問 市民課住民生活係 ☎72-6144

夏休み期間のプール利用は人数制限があります

『新型コロナ感染症対策のため入場待ちの場合があります』

※利用者は各自体調管理をし施設をご利用ください。

夏休み期間の10～11時子供水泳教室
参加者募集中(送迎バス有)デス

三井楽スイミングクラブ
☎0959-84-3125
営業時間10:00～20:00(毎週火曜日は定休日)



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

23	月	
24	火	健康相談（要予約）【玉之浦町公民館】 9:30～11:00
25	水	結婚相談（要予約）【オンライン相談】 10:00～16:00
26	木	認知症カフェ「花サロン」【籠淵町2127-1】 13:00～15:00
27	金	子どもの人権110番強化週間（～9/2）【電話相談】 8:30～19:00（㊥㊦は10:00～17:00） ※関連17ページ 健康相談（要予約）【奈留支所】 9:30～11:00
28	土	
29	日	マイナンバー休日臨時窓口開設【市役所1階市民課】 9:00～16:00
30	月	母親教室（要予約）【福江保健センター3階】 14:00～15:30
31	火	
9/01	水	市民防火の日（サイレン吹鳴） 7:00～
02	木	
03	金	乳幼児相談（要予約）【福江保健センター3階】 9:00～10:30
04	土	第18回五島市民体育大会（ゲートボール、グラウンド・ゴルフ）【各会場】 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
05	日	第18回五島市民体育大会（柔道、ソフトボール一般FP、バドミントン、サッカー）【各会場】 9:00～ 母親教室（要予約）【福江保健センター3階】 13:30～15:30
06	月	第18回五島市民体育大会（ペタンク）【大津みなと公園】 9:00～ 鶴南特別支援学校五島分校（小・中学部）授業体験週間【鶴南特別支援学校五島分校小・ 中学部】 9:00～11:25 ※関連17ページ 健康相談（要予約）【富江支所】 9:30～11:00
07	火	多郎島公園でヨガ【さんさん富江キャンプ村海水浴場棧敷】 10:00～11:30
08	水	結婚相談（要予約）【福江保健センター4階】 10:00～16:00 行政相談【富江支所】 13:00～15:00
09	木	
10	金	健康相談（要予約）【福江保健センター3階】 9:30～11:00 離乳食教室（要予約）【福江保健センター3階】 14:00～15:00

山本二三美術館
Cygames背景アート展
～イマジネーションを形作る～

人気ゲーム制作会社Cygamesとの
コラボ展を開催します。
📅9月5日㊥まで 9時～18時
📍山本二三美術館

8月救急当番医表

当番日	当番医者名	電話番号
8月1日㊥	福江産婦人科医院	72-6140
8月8日㊥	郡家病院	72-2436
8月9日㊥	久保循環器内科	75-0881
8月15日㊥	聖マリア病院	72-5101
8月22日㊥	井上内科小児科医院	72-3051
8月29日㊥	いけだ内科	88-9120

※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。

※受診の際は、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

編集後記



崎山沖の浮体式洋上風車は、全
長172m、重さ3,400t。なんで浮く

んだらう?なんで倒れないんだらう?調べてみると、物理の法則を使った緻密な設計がされているそうです。ちなみに、この原理はペットボトルでも再現できるみたいで、空のまま水の上に置いても立たないけど、少し水を入れると立ちやすくなるとのこと。8月になり、子どもたちは夏休み真っ只中。もし自由研究のテーマが決まっていなかったら、「海に浮かぶ風車」なんていかがでしょうか。

くま

お誕生おめでとう



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)

(敬称略)

子の氏名 保護者 住所

大町 凌清(りょうせい) 哲郎 岐宿町
 深谷 潤葉(うるは) 亜怜 木場町
 基 泰知(たいち) 拓生 玉之浦町
 野原 菜帆(なほ) 拓馬 松山町
 本間 絢斗(あやと) 晴幸 福岡県福岡市
 近藤 沙彩(さや) 幸彦 木場町
 田原 紬希(つむぎ) 勇作 岐宿町
 神取 依樹(いつき) 成卓 大分県大分市
 岸上 凧沙(なぎさ) 悟 上大津町
 大石 蒼晴(あおば) 裕貴 木場町
 山下心乃葉(このほ) 裕樹 木場町



(6月6日〜7月5日届出分)

(敬称略)

【福祉施設維持管理費として】

山口末美(玉之浦町)亡夫芳男
 田村耕一(上大津町)亡父勝
 【高齢者福祉費(介護保険事業)として】
 西津繁(東浜町)亡母道子
 【教育費寄附金として】
 梶山延子(武家屋敷)亡夫一夫

【ぎじの里】

入江嘉久(岐宿町)亡義父三島岩男
 比留澤源治(岐宿町)亡母モヨ

【末広荘】

阿野うらら(福江町)亡母福枝
 【なるの里】

北川悟(奈留町)亡母トヨ
 江口芳文(奈留町)亡母ノブエ
 【グループホームファミリアハウス】

針本吉雄(富江町)亡父伊之助

【聖マリア会】

貞方愛子(岐宿町)亡夫慶一
 中村與衛(大荒町)亡母ヤエ
 平山良雄(吉久木町)亡母マツエ

【かけはし福江】

貞方正喜(上大津町)亡叔母タツ
 小田一春(大荒町)亡母サツ子

【五島福寿園】

畦倉一徳(籠淵町)亡母文字
 【みみらくの里】

堀川武義(三井楽町)亡妻ヨミ
 【緑乃園】

高木秀樹(長崎市)亡母澄子

ご冥福をお祈りいたします

(6月6日〜7月5日届出分)

(敬称略)

氏名	年齢	死亡日	住所
山田 ノヨ	92歳	6/8	大荒町
平田 正實	82歳	6/9	岐宿町松山
福浦 利文	62歳	6/10	平蔵町
山中フミ子	84歳	6/11	吉田町
永井 進	70歳	6/12	木場町
平山マツエ	91歳	6/13	吉久木町
小原道雄	59歳	6/14	奈留町大車
西津 道子	81歳	6/14	東浜町
岩下 末光	90歳	6/14	松山町

宮本	大村	白井	小田	中村	山内	笠松	中里	青木	山下	堀川	出口	三崎	丸山	比留澤	野原	藤田	坂口	平田	平尾	寺脇	宮崎	丸山	中川
キヨ	勢子	壽秀	サツ子	ヤエ	ヤス	アヤノ	義弘	恵美子	ヨシ	ヨミ	眞市	俊章	悦子	モヨ	ミツエ	スミノ	正巳	美由紀	幸人	敏子	満子	信	エ子
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7
15	15	16	16	16	17	18	18	19	19	19	22	23	24	24	25	26	26	26	27	28	28	28	4
戸岐町	三井楽町	三井楽町員津	大荒町	久賀町	紺屋町	奈留町泊	吉田町	大荒町	松山町	三井楽町元	江川町	岐宿町中嶽	堤町	岐宿町岐宿	吉久木町	三井楽町高崎	上大津町	大荒町	富江町狩立	吉田町	向町	富江町長峰	野々切町

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

末留葬儀社
貸切型 一般葬斎場
福江斎場 76-3030

葬儀保険の千の風

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な手続き!

保障は最高100歳まで!

貸切型 厚志会館
家族葬斎場
専用ダイヤル 088-9551

貸切型 福江斎場
一般葬斎場
専用ダイヤル 076-3030

末留葬儀社



かるしおで元気な **ごとう**



かるしお…塩を軽く使ってうまみを引き出す、減塩の新しい考え方

まずは1品からでも!「かるしお」を続けるコツ

「かるしお」料理は、少ない調味料で食材のうま味を引き出すため、下ごしらえやひと手間が必要になります。最初からすべての料理を「かるしお」にするのは大変。まずは1日、1食、1品からでも試してみましょう。これまでの味つけが濃いと感じるようになれば、体もずいぶん変わっているはずですよ。

「ゆっくり「かるしお生活」
始めてみよう!

調味料を量ることを習慣に



酢やスパイス、ハーブで素材の味を引き立てる



かるしお生活のポイント

みそ汁やスープは1日1回まで



うま味の出る・新鮮・旬の食材を使用する



年間通して薄味に!夏も同じ塩分量で

夏は汗をかくので塩分が必要と思われがち。しかし、体に必要な塩分量は1日あたり1~2g程度といわれています。普通に食事をしている限り、塩分が不足することはありません。

今月のかるしおレシピ

根菜としらたきのきんぴら風

材料
(4人分)

大根	100g	油	小さじ1
しらたき	60g	砂糖	小さじ2
にんじん	20g	しょうゆ	小さじ2
ピーマン	15g	だし汁	1/2カップ

A



作り方

- ①大根は7mmの拍子切りに、にんじんは3mm幅の細切りにし、それぞれをゆで、水気を切る。しらたきは4~5cmの長さに切り、さっと茹でて水気をとる。ピーマンは3mm幅の細切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、ピーマンを炒め、しんなりしたら一度取り出す。
- ③②のフライパンに大根と人参を炒める。しらたきを加えてさらに炒め、Aを加える。軽く炒めて、火からおろし、あら熱がとれたらピーマンを戻し入れて混ぜる。

(「国循の美味しいかるしおレシピ」より引用)

POINT!



- ・食材を最初に茹でることで、加熱時間が少なくなり、調味料を効率的に利用できます。
- ・低カロリーのしらたきを加えボリュームアップ

五島市食育推進計画 食育スローガン

ごごはんを中心に **と**島民の食卓を **う**海の幸、山の幸で豊かにします

五島市の人口 (R3. 6. 30現在)

総数 / 35,758人 (-52)

男 16,967人 (-27)

女 18,791人 (-25)

- 福江 22,561人 ●玉之浦 1,216人 ●岐宿 3,072人 ●世帯数 19,711世帯 (-23)
- 富江 4,351人 ●三井楽 2,508人 ●奈留 2,050人 ●心のふるさと市民 22,081人 ※ ()は前月比

ひとの動き (R3. 6. 1~30)

- 出生 (実態調査、帰化等含む) 9人 ●転入 53人
- 死亡 (実態調査、国籍離脱等含む) 45人 ●転出 69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。