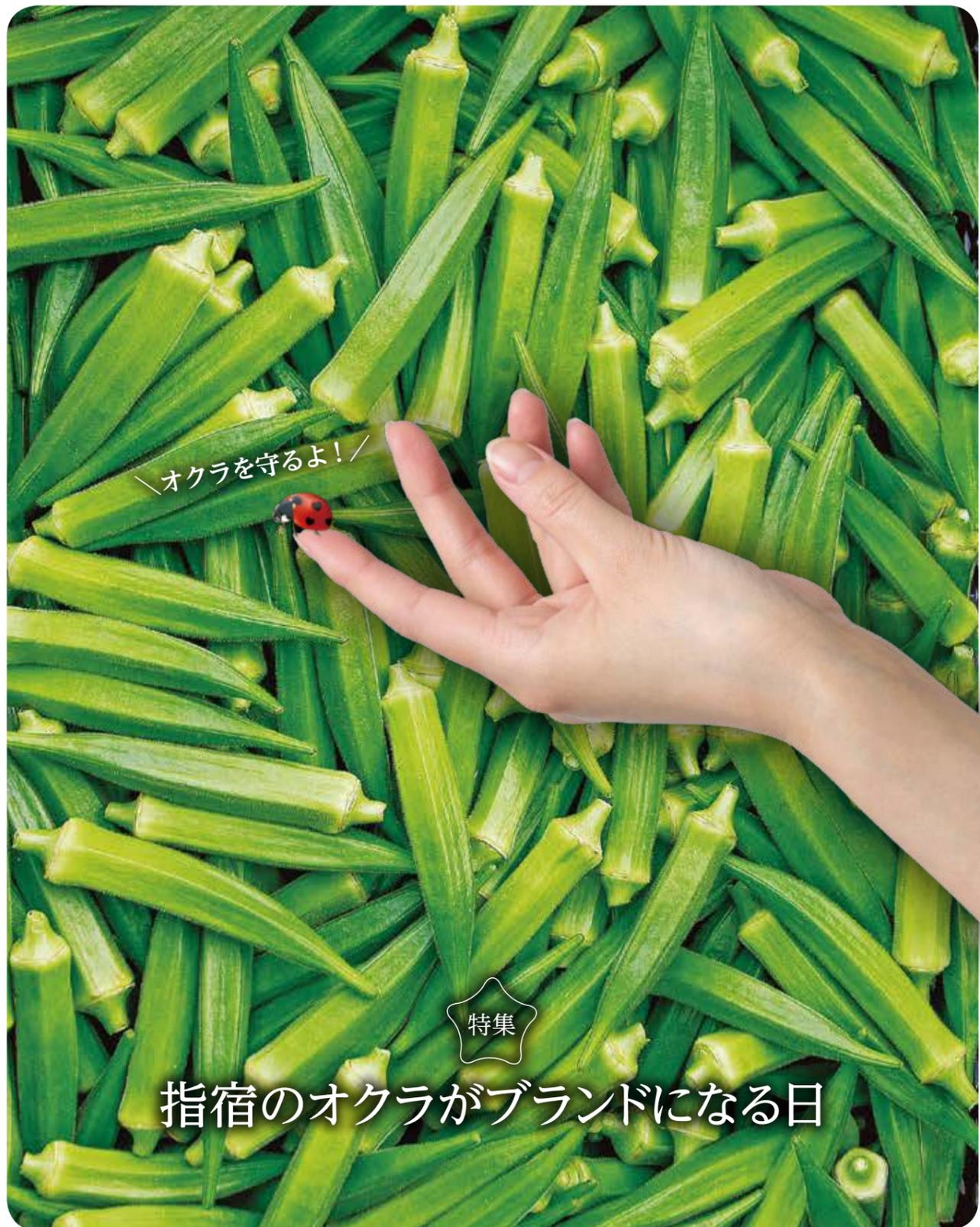


いぶすき

10
2018 Oct.
vol.154



特集

指宿のオクラがブランドになる日

いぶすき 10

Ibusuki City Public Relations

2018 Oct. vol.154

印刷/発指宿新生社印刷
指宿市東方8068-3 ☎0993-24-2002

UD FONT
By MORIYAMA

VEGETABLE
INK

10 October 2018 インフォメーションカレンダー

開催場所
指宿保 指宿保健センター 開聞保 開聞保健センター
レジャ レジャーセンターかいもん 山川文 山川文化ホール
愉徒里 愉徒里館 ヘルシ ヘルシーランド 山川図 山川図書館

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
9/30 レジャーセンター健康相談 13:30~15:30 レジャ	1 ●レジャーセンター健康相談 13:30~15:30 レジャ	2	3 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●子育てママ・パパの運動教室 (託児付き) 10:00~11:00 指宿保 ●乳児・産婦健診(全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	4	5 ●6~8か月児健診(全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	6 ●協働カレッジ「起業講座」
7 ●秋の木市(~21日) ●マイエンザ販売日	8 ●体育の日	9 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 山川文 ●育児相談 ◎10:00~11:00 山川文	10 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●楽しく遊ぼう教室 10:00~11:00 指宿保 ●1歳6か月児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	11 ●ヘルシーランド健康相談 10:00~13:00 ヘルシ	12 ●育児相談 ◎10:00~11:00 開聞保 ●1歳6か月児健診(山川・開聞地域児対象) ◎12:50~13:15 開聞保	13 ●粗大ごみ収集日(丹波校区)
14 ●鰻・西郷どんの道ツアー ●彩花菜館ハロウィンイベント	15 ●子育てママ・パパの運動教室(託児付き) 10:00~11:00 愉徒里 ●2歳児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	16	17 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●育児相談 ◎9:15~10:30 指宿保 ●楽しく遊ぼう教室 10:00~11:00 指宿保 ●3歳児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	18	19 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 開聞保 ●子育てママ・パパの運動教室(託児付き) 10:00~11:00 山川文 ●育児相談 ◎10:00~11:00 開聞保 ●1歳6か月児健診(山川・開聞地域児対象) ◎12:50~13:15 開聞保	20 ●学びのふるさと講座「西郷隆盛と指宿」
21 ●市民体育祭	22 ●マイエンザ販売日 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●楽しく遊ぼう教室 10:00~11:00 指宿保 ●3歳児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	23	24 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●楽しく遊ぼう教室 10:00~11:00 指宿保 ●3歳児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	25 ●6~8か月児健診(全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	26 ●6~8か月児健診(全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	27 ●文化の日 ●指商デパート
28 ●いぶすきふれ愛フェスタ ●いぶすきマルシェ	29 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保	30	31 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保	11/1 	11/2 ●6~8か月児健診(全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	11/3 ●文化の日 ●指商デパート

人のうごき 9月1日現在(前月比)

総人口	40,026人 (-46)
男	18,367人 (-19)
女	21,659人 (-27)
世帯数	18,156戸 (-16)

今月の税金は?

税の種類	期別
固定資産税	3期
都市計画税	3期
国民健康保険税	4期
介護保険料	4期
後期高齢者医療保険料	4期
口座振替日	10月25日Ⓢ
納付書での納期限	10月31日Ⓢ

固税務課収納対策室管理係 ☎232

編集発行

指宿市市長公室広報統計係
〒891-0497 鹿児島県指宿市十町2424番地
☎0993-22-2111 ☎123
ホームページ <http://www.city.ibusuki.lg.jp>
メール info@city.ibusuki.jp

今月の表紙

指宿のオクラを次のステージへ
今こそ産地が一体になる時



今月号の特集では、市の特産品「オクラ」を取り上げ、益虫を使った新しい栽培法をお伝えしました。それはブランド化のためであり、食の安全性向上や自然環境のためでもあります。オクラは、子どもから大人まで広く愛される地域の宝。この宝を未来につなぐために、今こそ産地が一体となって新しい栽培法に取り組み、新しい価値を生み出す時なのかもしれません。



撮影協力 / HOUSE nishiazabu

食通も認めるポテンシャルを持つ――



撮影協力 / Casa Vecchio

地元で愛される身近な食材であり、

特集 指宿のオクラがブランドになる日

今、日本一のオクラの産地いぶすきが変わり始めています。全国的に人が減る時代、求められ続ける食材のあり方とは――。今回の特集では、未来を見据えた新しい取り組みを中心にお伝えします。

市内では今、農薬の使用回数を減らした、オクラの新しい栽培法が広がっています。(詳しくは、次ページで紹介)。そのオクラを使って、指宿産オクラの知名度・付加価値向上を目的とした試食会を7月、東京西麻布のフレンチレストランHOUSEで開催しました。

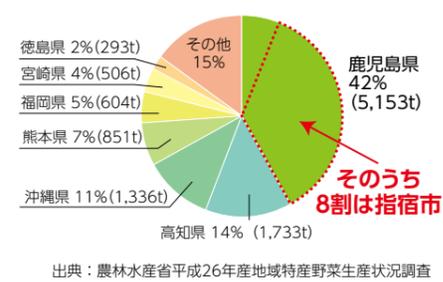
同店の谷シェフが、オクラを主役に、指宿産の黒牛や黒さつま鶏、魚、指宿鰹節などを使った料理を提案。テレビの放送作家をはじめ、ラジオディレクターや料理研究家など、多彩な参加者からは「えっ、これオクラ?」「おいしー」と、驚きや感動の声があふれました。

また、オクラの新たな栽培法や、オクラパウダーを活用した健康や美容への取り組みを紹介すると、参加者らは「おいしくて健康的。もっとPRした方がいい」「少し高くても減農薬オクラを買いたい」などと敏感に反応。指宿産のオクラの効果や多様性を伝える機会になりました。

一流シェフがアレンジ 指宿産オクラに絶賛の声

<p>オクラチーズケーキ</p>  <p>オクラパウダーを使ったとろけるチーズケーキ</p>	<p>オクラマリネと鰹節出汁ピラフ</p>  <p>指宿鰹節のだしとオクラが絶妙にコラボ</p>	<p>オクラロワイヤル&黒鶏</p>  <p>いろいろな形のオクラとむね肉を楽しむ一品</p>	<p>蒸しオクラ&うなぎ</p>  <p>パリッ、ふわっとした食感の春巻き。まさに絶品</p>	<p>オクラソース&黒牛</p>  <p>フレッシュな黒牛をオクラソースで</p>	<p>オクラサラダ</p>  <p>オクラが驚きの姿に。五感で感じるうまさ</p>
--	---	--	--	--	---

オクラの生産量



私たちのオクラはもっと評価されるべき

昭和41年に始まった指宿のオクラ栽培。現在、市内の農家の約6割がオクラを栽培し、新規就農者の多くがオクラを栽培するなどの、指宿の農業を支えている中心的な作物です。そして、なんといってもその生産量は日本一。

ところが、指宿がオクラの産地という事は、全国的にはあまり知られていません。日本の人口が減少していく中、指宿でオクラの産地を守り続けていくためには、地元での消費拡大はもちろん、大消費地の首都圏などでの知名度向上や、付加価値の向上が求められます。



次のページでは新しい栽培法を紹介!

5月に、指宿の新しいオクラ栽培の現場を訪問しました。収穫したオクラをそのまま試食した時、緑臭がなく、うま味強いのに驚きました。歯ごたえがしっかりしているのも特徴ですね。存在感がある一方、緑臭がないので使用方法は幅広い。主役でも脇役でも活躍できますね。



HOUSE nishiazabu シェフ 谷 祐二さん

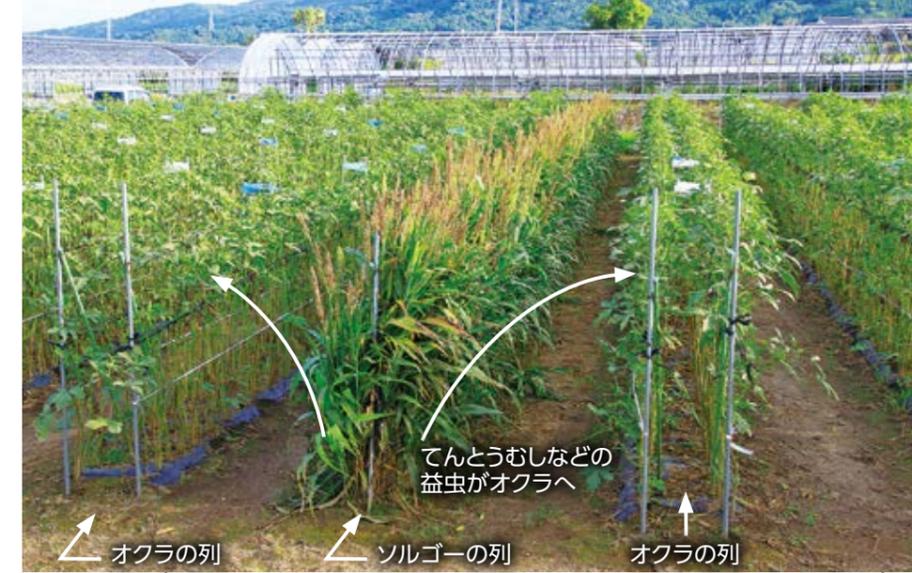
<p>味彩むさし</p>  <p>オクラのランラン 海草揚げ</p>	<p>池田湖パラダイス</p>  <p>オクラのねばねば ヘルシーそば</p>	<p>カーザ ヴェッキオ Casa Vecchio</p>  <p>オクラピザ</p>	<p>総健サポート かがし</p>  <p>オクラのかんたん お好み焼き</p>	<p>さつま味</p>  <p>オクラの梅肉挟み</p>	<p>オクラの「健幸食」が お店で食べられます</p> <p>10月末までの期間限定。指TABLEレシピコンテストの入賞作品が、市内の飲食店で食べられます。</p>
---	--	--	---	---	--



人と環境にやさしいオクラ栽培 新たな技術を支える てんとうむし

農薬だけに頼らず、てんとうむしなどの「害虫と戦う虫（益虫）」を活用する栽培法などを「^{アイピーエム}IPM」といい、市内では取り組む農家が年々増えています。

※ IPM=Integrated Pest Management= 総合的病害虫・雑草管理



※ソルゴーとは…イネ科の一年草で、糖分含有量が多いため昆虫などが集まりやすい。



ナナホシテントウ。他のテントウムシや益虫も多種生息する。

「私の畑では、アブラムシに対する散布は去年と今年、1回も行っていません。そんな前川さんの畑でも、危機はありました。アブラムシが増えてきたが、ソルゴーには益虫がまだ少ない。悩んだ末「これくらいなら我慢して見守ろう」と見てみると、益虫がすべて駆除してくれたそうです。IPM

アブラムシ防除には2年連続農薬いらず

「IPMを始めてから、虫を見る目が変わった。そのうちに益虫と害虫が見分けられるようになって、今では虫たちの戦いを見るのが楽しい」と語る前川さん。IPMは、自然の生態系を生かしつつ、必要なときは益虫に優しい農薬を使う、環境に優しい取り組み。今では、畑にさまざまな生き物が揃っているそうです。

畑に生き物が増えた

IPMに取り組む前川さんが語る 重労働を軽減しながら オクラの価値向上を目指そう

Mは、農薬をまったく使わないわけではなく、状況に応じて判断し、益虫に優しい農薬を使います。

いちばんの効果は 仕事が楽になったこと

前川さんは「農家にとって一番いいのは、農薬散布の回数が減って仕事が楽になること。その分、ほかの作業ができ、生産性を上げられる」と、IPMの利点を話します。

夏の時期の農薬散布は特に過酷。体力的にきついのはもちろん、農薬をかぶらざるを得ない状況もあるといえます。「苦勞が割に合わない。70・80歳代の農家さんが散布している姿を見ると、本当に大変だと思う。ぜひIPMをすすめてほしい」。IPMは経費があまりかからないため、新しく農業を始めた人は、ほぼ全員取り組んでいます。



市指導農業士会会長
まえかわのぶお
前川 信男さん (中川)



畑のソルゴーにはアマガエルも生息

指宿のオクラが ブランドになる日

IPMの取り組みは始まったばかり。市全体で取り組みブランド化できれば、より安心なオクラを全国に届けつつ、消費拡大につながります。

「地元の人には、IPMのプロセスを知ってオクラへの愛着を感じてほしい。形は同じでも、育てた環境で味が変わると思う」と話す前川さん。指宿のオクラの価値を高めることは、産地に住む私たちの誇りにもつながること。環境に優しい農業を応援しながら、今日もオクラを楽しもう。

オクラのIPMってどんな仕組み？

自然に生息するてんとうむしなどの益虫が働き、害虫を退治します。益虫の力を生かすために、次の方法を活用します。

- ① 益虫が集まる「ソルゴー」をオクラ畑の周囲や中に植える
- ② 益虫がソルゴーからオクラに移動しアブラムシを退治する
- ③ 益虫にやさしい農薬を活用する

オクラのIPMの利点は？

経費があまりかからないので始めやすい ソルゴーの種の単価も安く、負担なく始められます。	農薬を使う経費と労力を減らせる 夏場の農薬使用は大変な労力です。
消費者ニーズに応えた減農薬で生産できる 産地のイメージアップや消費拡大につながります。	害虫に農薬への抵抗性をつけさせない 抵抗性がつくと、農薬が効かなくなります。
農業者の健康を守る 農薬被曝は農業者自身が最も深刻です。	環境や生態系への負担を減らせる 将来的に、指宿で農業を続けられるために。

IPMで時間短縮&コスト低減

(10a 当たりの実証活動結果)

	従来	IPM
農薬散布	7回	2回
散布時間	40時間	16時間
農薬費	46,475円	16,393円

10a 当たり年間 24時間短縮、3万円のコスト低減

※産地全体で取り組んだ場合、約7,500万円の
コスト低減と、安全安心のイメージアップ。

取り組んだ農家数

年度	農家数	面積
平成27	30戸	約3ha
28	100戸	約15ha
29	173戸	約25ha

IPMへの取り組みは？

平成27年に、露地野菜では県内初の益虫を活用したIPMに「JAいぶすき指宿オクラ部会エコファーマーグループ」を中心に、30戸の農家取り組みました。その後、大きな費用がかからないこともあり、取り組む農家は年々増えています。また、現在マメ類でもIPMの取り組みが始まっています。

JA いぶすき指宿オクラ部会 エコファーマーグループの皆さん ▶

県の普及指導員・小山田耕作さん(右端)、JAいぶすき営農指導員・二階堂愛さん(左端)らとともに「いいことは広めよう」とIPMに取り組んでいます。



IPMシンポジウムinいぶすき 人・環境に優しい健幸の産地を目指して

日時 10月30日(土)14:30~
場所 ふれあいプラザなのはな館

市内で行われているIPMや、健幸への取り組みを紹介します。地域全体で、オクラを今まで以上に熱く盛り上げていきましょう。ぜひ、ご来場ください。

- ▶ 内容 / IPMと健幸についての事例発表やパネルディスカッション
- ▶ 定員 / 200人(先着順) ▶ 申込方法 / 電話か直接 ▶ 申込締切日 / 10月12日(金)
- 〒890-0001 指宿市農政課畑作指導係(いぶすき農業支援センター内) ☎02111 ☒712

展示コーナーでは、オクラパウダーのプレゼントもあります！



10月1日(月)申込受付開始

第27回 いぶすき菜の花マーチ

平成31年1月26日(土)・27日(日)開催

- ▶会場/ふれあいプラザなのはな館
- ▶コース
 - 1月26日(土) 42km・22km・10km・3km (予定)
 - 1月27日(日) 30km・23km・13km・6km・3km (予定)
- ▶参加料
 - 事前申込 一般2,000円、高校生以下1,000円
 - 当日申込 一般2,200円、高校生以下1,100円
- ※市内中学生以下は無料
- ▶申込方法/要項を取り寄せ、専用申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて郵便局へ。
- ▶申込締切日/12月24日(日)
- ※当日申込もできますが、大会記念品はありません。

申元いぶすき菜の花マーチ実行委員会
(指宿市観光協会内) ☎@3253

第38回 いぶすき菜の花マラソン大会

平成31年1月13日(日)開催

- ▶会場/いぶすき菜の花マラソン大会コース
- ▶種目/フルマラソン (42.195km陸連公認コース)
- ▶参加資格/19歳以上
- ▶参加料/6,000円
- ▶申込方法/要項を取り寄せ、専用申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて郵便局へ。大会ホームページからも申込可。
<http://www.ibusuki-nanohana.com>
- ▶申込締切日/郵便振替 10月31日(日) インターネット (大会ホームページ) 11月30日(金)

問エントリーについて
エントリーセンター ☎0120-711-951
大会について
いぶすき菜の花マラソン大会実行委員会
(指宿市観光協会内) ☎@2550

第29回 指商デパート

地域の皆さんに支えられ、今年で29回目を迎えます。ファミリーマートと共同開発した新商品をはじめ、地元食材を使ったレストランや大抽選会、本校生徒や地元の園児を中心としたステージ発表など、多数の企画を準備してお待ちしております。

- ▶日時/11月3日(土)10:00~14:30
- ▶場所/指宿商業高校
- ▶駐車場/指宿商業高校、今和泉小学校グラウンド、篤姫駐車場



問指宿商業高校 ☎@2204

第17回 いぶすきふれ愛フェスタ

「自分」「他人」「地球」への思いやりについて 考えてみましょう!

同時開催 **第18回ふれあいフレンド文化祭in指宿**

- ▶日時/10月28日(土)10:00~15:00
 - ▶場所/ふれあいプラザなのはな館
 - ▶内容/各種演目(フラ、合奏、日本舞踊、踊り、遊戯など)、各種団体の作品展示、各種体験、バザー、環境保全啓発、各種相談 など
- ※詳しくは、各世帯に配布するチラシをご覧ください。



問地域福祉課障害福祉係 ☎@2111 内275

山の恵みに感謝 第50回かいもん夏祭り



第50回かいもん夏祭りが8月11日、山の日に合わせてかいもん山麓ふれあい公園で開催されました。開間地区のみこしが会場を練り歩き、舞台では川尻保育園の園児のおゆうぎや日本舞踊、フラやストリートダンスなどが催され、地域全体で祭りを盛り上げました。会場には、お盆で帰省した人など、市内外から約11,000人が来訪。年に1度の祭りを楽しみました。祭りの最後には、約3,000発の花火が夏の夜空を彩りました。



1 4地区のみこしが会場を巡行 2 キレのあるダンス 3 大技のパク宙を披露 4 かわいらしい園児の演技 5 優雅に舞うフラ 6 立ち居振る舞いが美しい神舞 7 こぶしの効いた声で歌う川尻出身の歌手好美さん 8 西郷どんのテーマ曲に合わせて華麗に舞う英聖舞会のみなさん 9 子どもたちと心をつなぐソプラノ歌手河知恭子さん



10月はかごしま健康 イエローカードキャンペーン月間

楽しく運動
おいしくご飯
丈夫な体の出来上がり

県では、健康への関心と生活習慣の見直しを呼び掛けるキャンペーンを展開しています。

県内の健康の現状 <「健康かごしま21」一部抜粋>

循環器・糖尿病・がん

- 虚血性心疾患による死亡率（75歳未満男性）、がんによる死亡率（75歳未満女性）が増えています。
- 女性の糖尿病が増加し、糖尿病になるおそれのある人（40歳～74歳）も増えています。

栄養・食生活

- 食塩の取り過ぎに気を付けましょう。県民の1日当たりの食塩摂取量は、成人10.3gと基準値より多くなっています。（1日の目安：男性8g未満、女性7g未満、血圧が気になる人6g未満）
- 1日当たりの野菜・果物摂取量が少なく、30歳代の朝食欠食率が多い。ビタミン、ミネラル、食物繊維などを含む野菜・果物など、意識して食べましょう。
- 成人男性の多量飲酒者の割合、休肝日がない人が増えています。

休養・こころの健康づくり

- 全国の中でも、自殺死亡率が高い。

歯・口腔の健康

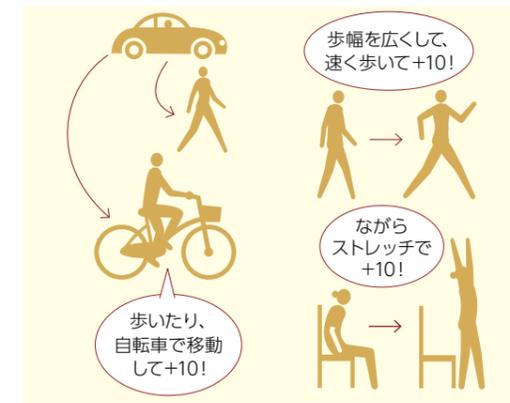
- 全国に比べて乳幼児のむし歯有病率が高く、45歳～54歳で進行した歯周病が増えています。

身体活動・運動

- 大人の日常生活での歩数が減少しており、運動習慣者や地域活動をしている高齢者の割合が減っています。

プラス・テン +10で健康寿命を延ばしましょう！

普段から元気に体を動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、ロコモ、うつ、認知症などになるリスクを下げられます。まずは、今よりも10分多く、毎日体を動かしてみませんか。



健康増進課健康指導係（保健センター内）
☎2111 ☎281



新米のその一粒の光かな

たかはまきよし
高浜 虚子

秋は実りの季節です。「天高く馬肥ゆる秋」です。食べ物がおいしく感じる秋は、食べ過ぎに注意が必要です。秋を天高く感じるのには理由があります。秋になると空気中の水分が減り、ちりやほこりも少なくなり、澄んだ青空が広がります。長崎鼻からは、大隅の山並みや海原遠く南の島々が近くにくっきり見えます。

S.M.A.P.の歌でヒットした「世界に一つだけの花」。

「ナンバーワンにならなくてもいい もともと特別なオンリーワン」と、個性を大切に自分らしく生きることの大切さを歌っています。その歌詞から、競争することや挑戦することを見ますが「その花を咲かせることだけに一生懸命にならばいい」と、一生懸命にならなければ美しい花は咲かない、現状に満足しては個性は開花しないと応援してくれている歌でもあります。

「この国には何でもある。だが、希望だけがない」。村上龍の小説「希望の国のエクソダス」に登場する少年の言葉です。希望は時代を映し出す。ギリシャ神話では、パンドラの開けた小箱から、さまざまな災いがこの世界に飛び散り、最後に希望だけが残りました。

先行き不透明な時だからでしょう。か。「希望」という言葉が題名に入ったCDや本が目につきますが、未来に光を見いだそうという励ましの曲や内容の本が多いといわれています。

平成最後の今年、特に、台風、豪雨、地震と自然災害が多発しています。苦しい時代を乗り越える時、最も大切にしたい言葉が「希望」かもしれません。人類の歴史、時の流れに寄り添ってきた希望ですが、その心は反映しています。



指宿市長
豊留 悦男

子どもが減り、高齢者が増え、生活の質の切り下げを強いられる日本は、衰退の途をたどるとの悲観論も聞かれます。いよいよ指宿市の人口も4万人を切ってきます。だからこそ、今、20年後の指宿の未来図を描かなければなりません。

「むずかしいことをやさしく、やさしいことをふかしく、ふかいことをゆかしく、ゆかいなことをまじめに」。作家の井上ひさしの言葉です。新米のその一粒の光や、人の心を感じるには、感度の優れたアンテナが必要で、指宿の特別なオンリーワンを生かすために、一生懸命になる時が「今」ではないでしょうか。

事の本質に迫り、深く考えていくことが大切です。

CITY TOPICS



鰻区スメ広場整備の感謝状贈呈式

鰻区スメ広場整備の感謝状の贈呈式が、8月27日に行われました。広場を快適に利用してほしいと、常盤建設と市建設業組合青年部、県森林組合いぶすき支部がスメの屋根などを設置。青年部の吉元茂一さんは「鰻地区が発展していくのが楽しみ」と話しました。



関東かいもん会が開催

関東かいもん会（坂上政幸会長）第30回総会が9月8日、東京都で行われ、会員ら約120人が集いました。本市からも市長と福永議長が出席。市民歌の合唱や、開聞出身の歌手micchieさんの歌謡ショーなどで、会場は大盛況。和やかな雰囲気の中、交流を深めました。

差押えの実施状況

種類	平成28年度		平成29年度	
	件数	差押額(円)	件数	差押額(円)
不動産	0	0	3	913,000
生命保険	42	7,879,000	41	5,970,000
給与	9	1,726,000	108	14,885,000
国税還付金	50	2,797,000	32	2,376,000
預貯金	165	8,216,000	191	8,564,000
動産	1	2,411,000	11	370,000
合計	267	23,029,000	386	33,078,000

市税は、福祉や教育など住民サービス維持のための重要な財源です。滞納することは、市の財政を圧迫し、住民サービスの低下を招きます。納期内に納めている人との公平性を保つためにも、財産調査・差押えなどの滞納整理を強化しています。

納め忘れはありませんか 10月は市税徴収強化月間

財産差押えの強化

- 徹底した財産調査と差押えの強化 勤務先・金融機関・生命保険会社などを調査し、差し押えます。
- 搜索の強化 滞納者の住居などに立ち入り、差し押えるべき財産を捜すことができます。強制調査を行います。
- ※差し押えた動産・不動産は公売会などで公売し、その代金は、滞納している市税に充てられます。

納税相談

失業や災害などで納付が難しい人は、分割納付（毎月の納付）の相談ができます。収支状況の聞き取りなどを行い、納税計画を立てます。

☎ 2111-1123
☎ 2111-1123
☎ 2111-1123
☎ 2111-1123



豆腐に込められた 「幸せ」と「可能性」

50年前に開業で起業し、現在、山川成川に店舗兼工場を設ける永谷豆腐店。しっかりと固さの食感を楽しめる木綿豆腐と、やわらかい舌触りで濃厚な味わいが楽しめるおぼろ豆腐が人気だ。

県外の魚市場などで経験を積み、6年前に実家に戻った永谷生男さん。来年3代目として家業を継ぐ予定だという。とても勉強熱心で、豆腐作りを始めて3年目に、大豆の種類やにがり、さらには気候によっても豆腐の仕上がりが変化することに気が付いた。

それからは、先代から受け継がれた味と技を守りつつ、ま



から使った「豆腐ドーナツ」。2児の母で、お菓子づくりが得意な美波さんが、お通じに悩む我が子のために作ったのが始まりだ。体にも優しいこの「豆腐ドーナツ」を、妊娠中の人や子どもにも安心しておいしく食べてもらいたいと思



うしたら豆腐を食べる文化を残せるか考えていた。その時に出会ったのが、おからを使った「豆腐ドーナツ」。2児の母で、お菓子づくりが得意な美波さんが、お通じに悩む我が子のために作ったのが始まりだ。体にも優しいこの「豆腐ドーナツ」を、妊娠中の人や子どもにも安心しておいしく食べてもらいたいと思

まざままおいしさを提案する美波さん。豆腐の可能性を後世へ伝えるため、二人の挑戦は始まったばかりだ。

豆腐の原料である大豆の花言葉は「必ず訪れる幸せ」と「無限の可能性」。

観光シリーズ～光を観せて、魅せられて～ vol.71 観光資源に新たな魅力を

「恋する灯台」を知っていますか。全国の灯台から、ロマンズの聖地にふさわしい灯台を「恋する灯台」に認定するもので、「日本ロマンチスト協会」と「海と日本のプロジェクト」が行っています。



「恋する灯台のまち」認定証の贈呈式

今回、県内で初めて薩摩長崎鼻灯台が選ばれ、9月4日に「恋する灯台のまち」認定証の贈呈式が行われました。現在、「恋する灯台」は全国に42基あります。長崎鼻は、開聞岳を望む雄大な景色や



「恋する灯台のまち」認定証の贈呈式



いぶすき観光ネット

枚間神社神舞

薩摩一の宮、枚間神社に伝わる神舞奉納。神舞は、五穀豊穡や地域の安泰を祝い、荘厳に舞われます。

毎年10月14日の午後7時から、枚間神社のほげ祭の前夜祭として、神舞が奉納されます。かつては、枚間神社の氏子が舞手となり奉納されていましたが、後継者不足となり昭和30年代から当時の開聞町青年団が受け継ぎました。現在も、市青年団連絡協議会開聞支部の会員が中心となり、継承活動に取り組みんでいます。

枚間神社の神舞は、女性が舞う「浦安の舞」と、男性が舞う「剣之舞」「南方之舞」「中央之舞」「天鈿女命之舞」があります。優雅で穏やかに舞う女性の舞と、刀や扇子、鈴などを使って、激しくそして力強く舞う男性の舞が、次々と奉納されます。



浦安の舞(扇)



天鈿女命之舞

夜通し舞われていたそうです。そのことを物語るように、枚間神社の宝物殿には、神舞で使われたと考えられる衣装や、24枚の面が保管されています。「南方之舞」「中央之舞」「天鈿女命之舞」では、この宝物殿に保管されている面が使われます。

女性が舞う「浦安の舞」は、鈴と扇を使う舞の2種類があります。鈴の場合、髪飾り、千早、白衣、緋袴、白足袋を身につけた巫女が「天地の神に祈る朝な夕なぎの海のごとくに波をたたため世を」の歌詞に合わせて、鈴と、鈴から垂れた五色布を使い、優雅に舞われます。舞の随所で鈴を鳴らすことで、舞に華やかさが添えられます。

また、男性が舞う「天鈿女命之舞」では、毛頭、面、羽織、帯、袴、白足袋を身につけ、左手に扇子、右手に鈴を持ち、常に鈴を鳴らしながら舞われます。舞の途中、約4分間、祭文が暗唱され、神舞を締めくくる舞として、優雅でにぎやかに舞われます。

☎ 社会教育課文化係 ☎ 21100

市駅伝競走大会の出場チーム募集

自作のユニホームやゼッケンで、会社やお店のPRも大歓迎。職場やクラブチームなどで参加しませんか。

- ▶ 期日 / 11月18日(日) ※ 荒天中止
- ▶ 場所 / 宮ヶ浜港周辺
- ▶ 区間距離など
 - 中学生の部 一般の部 1区3km、2区～7区各2km
 - 楽ランの部 9kmを5人以上9人以下で走ります。1人につき1km以上とし、50分の制限時間内にゴールしたチームに完走賞を発行します。
 - 小学生の部 1区・7区各2km、2区～6区各1km
- ※ どの部門も男女別の区間は設けません。一般の部・楽ランの部の参加年齢は小学生以上とします。
- ▶ チーム数 / 各部門15チーム (先着順)
- ※ 市民のほか、市内で働いている人、市内の学校を卒業した人なども参加できます。

- ▶ 申込書 / スポーツ振興課、指宿総合体育館、山川勤労者体育センター、開聞総合体育館
- ▶ 申込方法 / 持参 ▶ 申込締切日 / 11月2日(金)



☎ スポーツ振興課スポーツ振興係 (ふれあいプラザなのはな館内) ☎ 0203

第13回 指宿市民体育祭プログラム

体育祭当日は、このプログラムを持参してください。



時刻	回順	種目	出場者	採点	場所	組
9:50	1	おゆうぎ	柳和・指宿幼稚園		内	1
	2	1500m走	中学男子	□	外	1
	3	1500m走	高校男子、一般男子	□	外	1
10:20	4	800m走	中学・高校女子、一般女子	□	外	1
	5	目指せホールインワン	60歳代3人・70歳以上2人の男女各5人	○	内	1
	6	かけっこ	来年度の新1年生		外	
	7	スポーツ少年団競技	スポーツ少年団員		外	
11:10	8	輸入れ	50歳代2人・60歳以上2人の男女各4人	☆	内	1
	9	中学生100m走	1・2・3年男女各1人	△	外	6
	10	小学生100m走	1・2・3・4・5・6年男女各1人	△	外	12
	11	綱引き	一般男女各10人	◎	内	
	12	あわてず運搬	小、中・高、一般、校区(地域)役員	○	内	1
	13	職場・クラブ対抗リレー	一般男女		外	
	14	国体種目チャレンジ	60歳未満男女各4人 60歳以上男女各4人	☆	内	1
	15	新運☆どうかい?!	小、中・高、30歳未満、60歳未満、60歳以上男女キーパー3人 計13人	☆	内	1
12:00	昼食					
12:50	16	健幸づくり体操	来場者全員(応援者も含む)		内	
13:05	17	高校・一般女子100m走 ※50歳以上は60m	高校生、30歳未満、30歳代、40歳代、50歳以上	△	外	5
	18	高校・一般男子100m走	高校生、30歳未満、30歳代、40歳代、50歳以上	△	外	5
13:35	19	いそいで収穫	一般男女各5人	○	内	1
	20	バウンドキャッチ	50歳以上男女各5人	○	内	1
14:05	21	足並みそろえて(百足競走)	小(男女各4人)、中・高(男女各4人)、一般(男女各8人)の計32人	○	外	1
	22	金輪回しリレー	一般男女各4人	○	外	1
	23	マスゲーム	一般女性	◎	内	1
	24	玉入れ	自由参加	☆	内	1
	25	1400mリレー	共通女子(小1~60歳代)	◎	外	1
	26	2000mリレー	共通男子(小1~60歳代)	◎	外	1

日時 10月21日(日)
9:00~ ※荒天中止

場所 指宿市営陸上競技場
☎②3511 (当日連絡先)

主催 指宿市
共催 指宿市自治公民館連絡協議会
指宿市体育協会
主管 指宿市教育委員会
指宿市陸上競技協会

開会式 (9:00~)

- 1 役員・選手団入場
- 2 開会宣言
- 3 国旗・市旗掲揚
- 4 優勝旗返還
- 5 大会会長あいさつ
- 6 祝辞
- 7 競技上の注意
- 8 きよ火入場・点火
- 9 選手代表宣誓
- 10 準備運動
- 11 役員・選手団退場

閉会式 (15:05~)

- 1 役員・選手団入場
- 2 成績発表
- 3 表彰
- 4 講評
- 5 国旗・市旗降納
- 6 きよ火消納
- 7 万歳三唱
- 8 閉会宣言

☎ スポーツ振興課 (ふれあいプラザなのはな館内)
☎②0203

採点

点	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	参加点
△	6点	5点	4点	3点	2点	1点			
□	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点	2点
○	10点	9点	8点	7点	6点	5点			
◎	20点	18点	16点	14点	12点	10点			
☆	入った回数、通過した回数、入った個数								

※出場者は、競技予定時刻の30分前までに編成所に集合してください。

魅力発見 いぶすき日和
「朝の空」
撮影者：米永亜美さん(坦南)
撮影地：湯の浜
コメント
朝、目覚めてカーテンを開けるとこの景色。目覚めのいい朝でした。

焦点距離：4mm/F：1.8
1/326秒/ISO：20

働き世代の女性が対象で、
簡単に健康な料理を学びます。
参加料は無料で、初回参加
者には、料理応援グッズのプ
レゼントもあります。ぜひ参
加してください。

▼日時／11月9日(金)18時30分
～21時30分

▼場所／中央公民館

▼内容
・講話 女性の美容に必要な
栄養とアンチエイジングで
注目される食品
・調理実習 体を若返えさせ
る抗酸化作用食材を使った
美容料理

募集

指女☆クッキングスクール

知

シットク

より楽しく
より暮らしやすく、
まちの情報探し。

市役所各庁舎のご案内
指宿市役所(指)指宿庁舎 ☎0993-22-2111
山(山)山川庁舎 ☎0993-34-1111
開(開)開聞庁舎 ☎0993-32-3111

魅力発見！恋人発見！バスで行く！
バスに乗って山川・開聞の
観光スポットを周遊します。
地域の魅力を感じながら、
恋人探しをしてみませんか。

▼日時／11月18日(日)9時30分
～16時予定

▼集合場所／花とびあ山川イ
ベントパーク

▼内容／山川製塩工場跡散策
や唐船峡での食事・鰻池で
のスキ体験 など



▼定員／14人(先着順)
▼申込締切日／11月2日(金)
※エプロンと三角巾、筆記用
具を持参してください。
▼申問 健康増進課健康指導係
(指宿保健センター内)
☎2881

公園管理の現業職員
▼募集人数／若干名
▼申込資格／市内居住で健康
な人
▼勤務内容／花の植栽、公園
などの花壇の除草 など
▼福利厚生／年次有給休暇、
社会保険、労災保険あり
▼申込方法／市販の履歴書を
直接(3カ月以内に撮影の
顔写真貼付)
▼申込締切日／10月19日(金)
▼申問 指宿温泉まちづくり公社
☎0088

▼対象／20歳～40歳(男性は市
内に居住する人)
▼定員／男女各15人(先着順)
▼参加料
男性3千円、女性2千円
(昼食代含む)
▼申込方法／電話、メール、
直接
▼申問 菜の花商工会開聞支所
(戸破) ☎4780
✉nanohana_h20@yahoo.
co.jp

10月は土地月間
土地は国民のための限られ
た貴重な資源です。
乱開発や無秩序な土地利用
を防止し、秩序ある整備を促
進するため、一定面積以上の
土地取引を行う場合は、国土
利用計画法と、公有地の拡大
の推進に関する法律に基づき
届け出が必要です。

国土利用計画法
▼届け出が必要な土地取引
売買や交換、代物弁済、権
利金・一時金を伴う賃貸借
など(予約を含む)で、次
に該当するもの
都市計画区域内 5千㎡以上
都市計画区域外 1万㎡以上
※個々の取引面積は小さくても、合計で一定面積を超え
る場合は届け出が必要です。
▼届出者／土地の権利取得者
(買主)
▼届出期限／契約締結日(予
約を含む)から2週間以内
公有地の拡大の推進に関する
法律
▼届け出が必要な土地取引
土地の有償譲渡で、次に該
当するもの
都市計画区域内
・道路、都市公園、河川など

10月の粗大ごみ収集
粗大ごみの収集所は、通常
のごみ収集所と異なります。
詳しくは、公民館長に問い合
わせてください。

▼収集日・地区
・10月20日(土)丹波校区
▼収集時間／7時～8時30分
▼環境政策課生活衛生係
☎245

PICK UP NEWS
信漁連山川営業店
10月1日(月)から市税などが
窓口納付できなくなります
県信用漁業協同組合連合会の業務
運営見直しによるものです。口座か
らの自動振替は継続されます。
信漁連山川営業店 ☎341588

10月は土地月間
土地は国民のための限られ
た貴重な資源です。
乱開発や無秩序な土地利用
を防止し、秩序ある整備を促
進するため、一定面積以上の
土地取引を行う場合は、国土
利用計画法と、公有地の拡大
の推進に関する法律に基づき
届け出が必要です。

国土利用計画法
▼届け出が必要な土地取引
売買や交換、代物弁済、権
利金・一時金を伴う賃貸借
など(予約を含む)で、次
に該当するもの
都市計画区域内 5千㎡以上
都市計画区域外 1万㎡以上
※個々の取引面積は小さくても、合計で一定面積を超え
る場合は届け出が必要です。
▼届出者／土地の権利取得者
(売主)
▼届出期限／土地を譲渡しよ
うとする日の3週間前まで
※届け出をしないと、法律で
罰せられることがあります。
▼申問 市長公室政策推進係
☎128

【これまでの記録】

種	目	記録保持者	記録	樹立年	校区等	種	目	記録保持者	記録	樹立年	校区等	
100m走 男子	小学1年	大藪 勇仁	18秒3	H28	山川	100m走 女子	小学1年	浦郷 亜唯	18秒7	H19	指宿・魚見	
	小学2年	大迫 勇稀	16秒67	H28	指宿・魚見		小学2年	三原 恋葉	17秒26	H26	柳田	
	小学3年	和田 佳大	15秒6	H18	丹波		小学3年	南 早智	16秒77	H25	丹波	
	小学4年	和田 佳大	14秒8	H19	丹波		小学4年	山内 李美	14秒91	H24	指宿・魚見	
	小学5年	和田 佳大	14秒8	H20	丹波		小学5年	山内 李美	14秒46	H25	指宿・魚見	
	小学6年	福留 将太	13秒43	H24	柳田		小学6年	山内 李美	13秒68	H26	指宿・魚見	
	中学1年	福留 将太	12秒66	H25	柳田		中学1年	折尾 夏海	13秒24	H25	丹波	
	中学2年	福留 将太	11秒78	H26	柳田		中学2年	折尾 夏海	13秒13	H26	丹波	
	中学3年	岡本 真輝	11秒98	H26	丹波		中学3年	廣森 愛乃	13秒48	H27	柳田	
	高校生	新村 雄大	11秒46	H26	山川		高校生	八重嶽 桜	13秒32	H26	山川	
	30歳未満	田中 雅彦	11秒68	H26	開聞		30歳未満	八重嶽 桜	13秒96	H27	山川	
	30歳代	田中 雅彦	12秒16	H27	開聞		30歳代	垣内さより	14秒0	H18	開聞	
	40歳代	西 高典	12秒66	H24	山川		40歳代	大内山明美	15秒7	H19	丹波	
	50歳以上	毛井 隆	12秒61	H24	丹波		60m走女子	50歳以上	中川路智子	10秒2	H26	柳田
	1500m走 男子	中学生	志水 佑守	4分18秒	H26		今和泉・池田	800m走 女子	中・高校生	森 楓花	2分21秒	H28
高校生		志水 佑守	4分09秒	H27	今和泉・池田	一般	谷口 朋美		2分31秒	H21	丹波	
40歳未満		前田 伯	4分02秒	H27	丹波	1400mリレー 女子	指宿魚見チーム		3分40秒0	H25	指宿・魚見	
40歳以上		石川 正俊	4分27秒	H25	丹波	2000mリレー 男子	開聞チーム		4分45秒21	H26	開聞	



予定どおり開催の場合、
6:30に次の場所で煙火
が打ち上げられます。

【指宿地域】
・大園原交差点
・指宿西公園
・西指宿中学校

【山川地域】
・大山農村公園
・山川外港

【開聞地域】
・開聞総合体育館
・川尻運動場

- 地域・校区旗の色
- 赤 指宿・魚見校区
 - 桃 柳田校区
 - 黄 丹波校区
 - 青 今和泉・池田校区
 - 緑 山川地域
 - 白 開聞地域



▼合併浄化槽設置に補助金
単独浄化槽やくみ取り便槽を合併浄化槽に取り換える場合などに、補助を行っています(表2)。申請が必要ですので、問い合わせください。

※下水道が整備されている区域で、まだ下水道に接続していない世帯は、速やかに接続をお願いします。

▼環境政策課生活衛生係
内245

▼市内の河川
「市環境基本計画」では河川の汚れの度合いを示す、生物化学的酸素要求量(BOD)の目標値を設定しています。二級河川での目標値は、3mg/l以下です。水質検査の結果は次のとおりです(表1)。

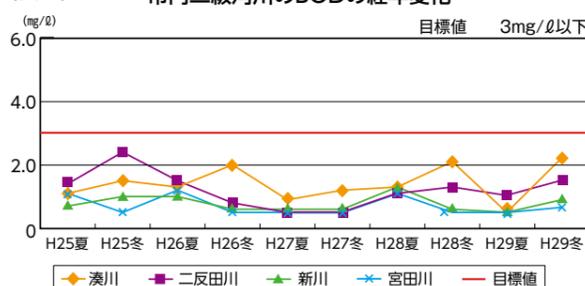
▼環境を知って水資源を守ろう
地球上に存在する水は限りある資源です。しかし、水質汚染が世界的に問題となっており、原因の約6割が生活排水だといわれています。水を取り巻く環境を知って、私たちができることを考えていきましょう。

環境を知って水資源を守ろう

(表2) 合併浄化槽設置補助金

浄化槽種類	既存住宅のくみ取り便槽か単独浄化槽を合併浄化槽に取り換える場合(新築住宅を除く)		新築住宅に高度処理型合併浄化槽を設置する場合(指定区域内)
	合併浄化槽(指定区域外)	高度処理型合併浄化槽(指定区域内)	
5人槽	432,000円	582,000円	150,000円
6~7人槽	514,000円	664,000円	150,000円
8~10人槽	648,000円	798,000円	150,000円

(表1) 市内二級河川のBODの経年変化



▼学びのふるさと講座
西郷隆盛と指宿
指宿は、西郷隆盛ゆかりの地として知られています。大河ドラマ放映をきっかけに、西郷隆盛と指宿の関係や知られざる指宿の魅力を一緒に学びませんか。

▼日時/10月27日(土)13時30分~15時

▼場所/時遊館COCCOはしむれ

▼催し
彩花菜館開館14周年ハロウィンイベント
日時/10月14日(土)10時~16時
場所/道の駅いぶすき彩花菜館
内容/特産品販売、ガラポン抽選会、活魚つかみ取り大会、バルーンとぼしなど
その他/ハロウィンにちなんだ仮装で来館した人には、お菓子をプレゼントします。(数量限定)

※各イベントの時間など、詳しくは彩花菜館ホームページで確認してください。

▼道の駅いぶすき彩花菜館
☎9022

▼講師/東川隆太郎氏(NPO法人まちづくり地域フォーラム・かごしま探検の会 代表理事)

▼受講料/無料

▼申込/社会教育課文化係(時遊館COCCOはしむれ内)
☎5100



砂むし感謝Week
砂むし会館「砂案」
砂むし入浴割引券

10月26日は天然砂風呂の日

有効期間 平成30年10月22日(土)~28日(木)

- 大人、小人も1人490円で入浴可
 - 割引券は原本に限る
 - 本券で5人まで利用可
 - タオル代は別料金
 - 他の割引料金との併用不可
- ※受付時間は8:30~20:30まで(12:30~13:00を除く)。
砂むし会館「砂案」 ☎3900

朝夕や④・⑤は混雑が予想されますので、時間に余裕を持ってお越しください。

PICK UP NEWS

JR指宿枕崎線全線開業55周年記念
いぶすきマルシェ

指宿駅前中央通りの一部を歩行者天国にして、朝市マルシェを開催します。飲食や雑貨、特産品ブースなど約30店舗が出店します。また「JR指宿枕崎線全線開業55周年記念」イベントも開催します。

▶日時/10月28日(土)8:00~12:00
▶場所/指宿駅前中央通り

車両通行止め
▶時間/7:00~13:00
▶区間/日本生命~小吉胃腸科クリニック

☎商工水産課商工運輸係 ☎312



▼行政相談週間
暮らしの中で、行政に対する苦情や要望など相談してください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

▼期間/10月18日(土)~20日(月)
▼時間/13時~15時
▼場所/開聞農業構造改善センター
▼担当/村山陽子
☎4814

▼指宿地域
▼期日/10月19日(金)
▼時間/10時~15時
▼場所/指宿老人福祉センター
▼担当/今村新作
☎4285

▼山川地域
▼期日/10月23日(火)
▼時間/15時~17時
▼場所/山川文化ホール
▼担当/福留みさ子
☎09
01979013714

▼問総務課総務係 ☎113

▼ハロウィンジャンボ宝くじの発売
▼期間/10月1日(土)~23日(火)
▼抽選日/10月30日(土)
▼販売価格/1枚300円

▼マイバッグキャンペーン
レジ袋など、石油が原材料の製品を燃やすと二酸化炭素が発生します。マイバッグの利用は、限りある石油資源の節約や、ごみの減量による地球温暖化対策にもつながります。買物を通して、地球にやさしい暮らし方を考えてみませんか。

▼期間/10月1日(土)~31日(木)
▼県廃棄物・リサイクル対策課 ☎0991286125
94

▼農業後継者の就農奨励金
対象/市内に住所を有する人で、平成26年4月1日以降に、新たに専業として40歳以下で就農し、1年を経過した人(審査あり)
▼奨励金/5万円(1回限り)



▼申込書/農政課
▼申込方法/持参
▼申込締切日/11月7日(土)
▼問農政課担い手支援係(いぶすき農業支援センター内)
☎715

▼野焼きは法律で禁止されています
「窓が開けられない」「洗濯物に臭いがついて困る」など、苦情が寄せられています。野焼きは原則禁止されており、違反した場合、罰則が科される場合があります。

▼例外の焼却行為
●農林水産業を営むためにやむを得ないもの
●たき火や日常生活での焼却で、軽微なもの
※風の向きや強さ、時間帯、周辺の環境などに十分配慮し、周囲に迷惑が掛からないよう焼却してください。悪臭や煙害などで苦情が出る場合は、指導対象となります。

▼問環境政策課環境政策係
☎242



事業主の方へ
住民税の特別徴収

従業員からの所得税を源泉徴収する給与支払者(事業主)は、個人住民税も給与から天引きして市に納める義務があります。県と南薩地域4市は、多くの事業主を特別徴収する者(特別徴収義務者)として指定してきました。まだ指定されていない事業主は、来年6月からの特別徴収開始にご理解・ご協力をお願いします。

特別徴収(給与天引き)の方法による納税のしくみ

1 給与支払報告書の提出 (1月31日まで) → 2 税額の計算
3 特別徴収税額通知書の送付 (5月31日まで) → 市町村
4 特別徴収税額通知書の配布 (5月31日まで) → 従業員
5 税額を徴収(給与天引き) (6月支給分から翌5月支給分まで) → 従業員
6 税額の納入 (翌月10日まで)

問 税務課市民税係 ☎223
南薩地域振興局県税課 ☎099315211317

ヘルシーランド露天風呂~たまたま箱温泉~
露天風呂入浴割引券 11月分
有効期間 平成30年11月2日(金)~30日(金)

- 大人410円で入浴可(小学生以下の割引はありません)
- 本券1枚で5人まで利用可
- 割引券は原本に限る
- 他の割引料金との併用不可
- ▶営業時間/9:30~19:30(受付は19:00まで)
- ▶休館日/毎週(土)(日)(祝)の場合は翌日

※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、女性「洋風」、奇数日は逆になります。
☎ヘルシーランド ☎6966 露天風呂「たまたま箱温泉」 ☎3577

ヘルシーランド露天風呂~たまたま箱温泉~
露天風呂入浴割引券 10月分
有効期間 平成30年10月1日(土)~31日(木)

- 大人410円で入浴可(小学生以下の割引はありません)
- 本券1枚で5人まで利用可
- 割引券は原本に限る
- 他の割引料金との併用不可
- ▶営業時間/9:30~19:30(受付は19:00まで)
- ▶休館日/毎週(土)(日)(祝)の場合は翌日

※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、女性「洋風」、奇数日は逆になります。
☎ヘルシーランド ☎6966 露天風呂「たまたま箱温泉」 ☎3577

指宿高校生がミニうちわを配布

うちわで涼んで観光地巡りを

指宿高校家庭クラブの2年生7人が8月20日、指宿を訪れた観光客に手作りのミニうちわを配布しました。観光客へのPRを目的として、7月から同クラブ役員を中心に準備。うちわには、西郷どんの放送にちなんで西郷隆盛や開聞岳などをデザインし、観光特急「いぶすきのたまたま箱」号の利用者に配り喜ばれました。井上朋香さん(玉利)は「お客さんの笑顔がうれしかった。手作りのうちわで涼みながら観光地を巡ってほしい」と話しました。



おもてなしの心で観光客にうちわを配りました

まちづくりカレッジ@池田が開催

まちづくりのノウハウを学ぶ

池田校区公民館が主催のまちづくりカレッジ@池田が8月17日、池田校区公民館で始まりました。地元や他市町村から、定員を越える40人以上が参加。日置市や垂水市でのまちづくりを通して、地域の人同士が語り合う場所をつくることの重要性などを学びました。熊本から移住した池上有紀さん(中浜)は「まちづくりは、小さな積み重ねが大切。仲間と協力して地域を盛り上げていきたい」と話しました。講座は来年の2月まで、6回開催されます。



地域の魅力を生かすまちづくりを学びました

J Aいぶすき青年部らがソラマメの壁画を制作

特大壁画で特産品をPR

田口田交差点近くのJ Aいぶすきソラマメ選果場に8月9日、縦3m・横10mの壁画が完成しました。観光特急の乗客にも目立つ、選果場の壁面を生かしてソラマメをPRしようと、J Aいぶすき青年部(上川床義一部長)が企画。昨年作成したオクラの壁画の横に、北指宿美術部の生徒19人らが4日間かけて描きました。部長の嶋田舞菜さん(垂門)は「細かいところを塗るのが大変だったけど、完成してうれしい」と話しました。



壁画には青空にソラマメの音符と知林ヶ島が登場

千歳市との青少年相互交流事業が開催

名所巡りやマリンスポーツで交流

指宿市・千歳市青少年相互交流事業が8月3日から4日間行われ、千歳市の小学6年生16人が指宿を訪れました。市内の6年生の家庭にホームステイし、唐船峡そうめん流しやマリンスポーツを体験。千歳市の児童らは、初めての体験に目を輝かせながら、交流を楽しみました。指宿小6年のかみたまり愛さん(道下)は「お別れは寂しかったけど、また会えるのが楽しみ」と話しました。12月には、指宿の児童が千歳市を訪れる予定です。



交流2日目、バナナボートを楽しみました

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

ファミリーコンサートが開催

子どもたちに音楽のプレゼント

指宿青年会議所が主催するファミリーコンサートが8月26日、市民会館で開催されました。家庭教育の支援を目的として行われ、2回の公演には約750人の親子が参加。ホルンやコントラバス、ピアノの生演奏に合わせて、童謡や唱歌を親子で歌うなど、約1時間のプログラムを楽しみました。参加した岩崎友性さん(大迫)は「子どもと一緒にコンサートに参加できて楽しかった。指宿でこういう機会が増えたらうれしい」と話しました。



青年会議所創立45周年記念事業として開催されました

指宿6歳を味わう会が開催

地元の焼酎を身近なものに

指宿6歳を味わう会が8月20日、市内のホテルで開催されました。本市で焼酎製造を行う蔵元6社が、地元の飲食店やホテルなどを対象に、焼酎の魅力をPRしようと開催。原料やおすすめの飲み方を学んだ後、実際に試飲・飲食する中で、和洋中それぞれの料理に合う焼酎の種類や飲み方を探りました。参加した東裕己さんは「今までと違った飲み方を知り、勉強になった。料理に合った焼酎をお客さまに提供していきたい」と話しました。



試飲し、焼酎の可能性を探る参加者たち

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

市農産加工組合がオクラの漬け込み

特産品のオクラを有効活用

市農産加工組合が「オクラ漬け」の漬け込み作業を8月13日に行いました。お盆期間中、市場が閉まり大量に廃棄されていたオクラを有効活用しようと、昭和49年から漬け込みを開始。同組合員をはじめJ Aいぶすきや市の職員が参加し、水洗いと塩もみを丹念に行って約5tのオクラを漬け込みました。同組合長の山澤道子さん(細田西)は「気持ちを入れて漬けた。昔懐かしの味を、より多くの人に味わってほしい」と話しました。



慣れた手つきでオクラを漬け込む組合員ら

岡児ヶ水・浜児ヶ水区の地域体験事業が開催

手作りの箸でそうめんを楽しむ

岡児ヶ水・浜児ヶ水区の地域体験事業が8月11日、徳光小学校で行われました。徳光校区の小学生ら58人が参加し、前半の木工体験では竹で箸を作成。子どもたちは、講師の庄野直道さん(野元)から、のこぎりやかんなの使い方を学び、1本1本丁寧に削っていました。後半は、手作りの箸で流しそうめんを体験。徳光小3年の林龍輝さん(西)は「竹を削るのは大変だったけど、作った箸でそうめんを食べられてよかった」と話しました。



手作りの箸でそうめんを食べる子どもたち

DOCTOR



健康教室

MEDICAL LECTURE
～分かりやすい医療の話～

今月のドクター

指宿医師会
おおしげ かずのり
大重 和典

☎指宿医師会 ☎2820



逆流性食道炎

胸焼けやげっぷ、胸のモヤモヤした感じありませんか。

食道から胃につながる部分は、胃液が食道に逆流するのを防ぐ働きがあります。何らかの原因で胃液が逆流すると、食道の粘膜が炎症を起こし、ただれた状態になります。これを「逆流性食道炎」といいます。逆流性食道炎になると、胸焼けなどの症状を伴うことがあります。

今回は、逆流性食道炎を予防するために、日常生活上の注意点と食生活の注意点を紹介します。

まず、日常生活での注意ですが、毎日規則正しい生活をするように心掛けましょう。十分な睡眠をとり、適度な運動をするようにしましょう。おなかを圧迫するような姿勢、行動に注意しましょう。特に、おなかをしめつけることは避けてください。重いものを持ち上げたり、力んだりすることは避けましょう。普段から背筋を伸ばし、正しい姿勢で過ごすことが大切です。ベルトや下着などで、おなかをしめつけ過ぎないようにしましょう。就寝中の姿勢に気をつけましょう。おなかから頭にかけての部分を、高くするようにしましょう。

食生活の注意点として、消化の良いもの（おかゆ、パン、うどんなど）、高タンパク質の食品（白身魚、半熟卵、鶏のささ身肉など）、高ビタミンの食品（緑黄色野菜、リンゴ、バナナなど）が好ましく、消化の悪い魚介類（イカ、タコや貝類、塩気の多い魚など）、繊維の多い野菜（タケノコ、セロリ、ゴボウなど）、刺激の強い野菜（タマネギ、ニラ、ニンニクなど）、レモンやミカンなどの果物、刺激の強い香辛料や甘いもの、脂肪分の多い肉（ベーコンや牛、豚の脂肉）は好ましくない食品とされています。

また、食事はゆっくりと規則的に取りましょう。食べ過ぎや、夜遅くの食事は控えましょう。食べた後は、すぐに横にならないようにしましょう。

たばこやアルコール、コーヒーや紅茶、炭酸飲料は控えるようにしましょう。

生活習慣の改善のみで症状が良くならない場合は、胃酸を抑える飲み薬での治療をおすすめします。逆流性食道炎の薬は、ここ数年の間に進歩しており、強力に胃酸を抑える薬も開発されてきています。

症状がなかなか改善されない場合は、かかりつけの医師に相談してください。

本のひろば

今月のおすすめ



一般図書 (指宿図書館)
世界一高価な切手の物語
ジェームズ・パロン(著)
高山 祥子(訳)
東京創元社

一般図書 (指宿図書館)
世界一高価な切手の物語
ジェームズ・パロン(著)
高山 祥子(訳)
東京創元社

一般図書 (山川図書館)
佐野洋子の「なに食ってんだ」
佐野 洋子(著)
NHK出版

一般図書 (山川図書館)
佐野洋子の「なに食ってんだ」
佐野 洋子(著)
NHK出版

児童図書 (指宿図書館)
もっと知りたい楽しいトランプ
CLトランプマイスター(著)
メイツ出版

児童図書 (指宿図書館)
もっと知りたい楽しいトランプ
CLトランプマイスター(著)
メイツ出版

児童図書 (山川図書館)
世界モンスターMAP
スチュアート・ヒル(絵)
サンドラ・ローレンス(文)
河出書房新社

児童図書 (山川図書館)
世界モンスターMAP
スチュアート・ヒル(絵)
サンドラ・ローレンス(文)
河出書房新社

指宿図書館 ☎2827
山川図書館 ☎3300

ホームページ <http://www.minc.ne.jp/ibusukilib/>



PICK UP **世界一高価な切手の物語**
「内容」世界に1枚しかないといわれる切手は、どのようにして950万ドル(約10億円)の価値になったのか? 約160年前、イギリス領ギアナで印刷された切手「1セント・マゼンタ」をめぐる人々の、数奇な運命と情熱を描くノンフィクション。

PICK UP **世界モンスターMAP**
【内容】神話や物語に登場する世界のモンスター224種類を、イラストで紹介しています。また、それぞれのモンスターの特徴なども、詳しく解説されています。日本からは鬼、河童、ぬっぺっぼうなどが紹介されています。

10月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

スマートフォンサイト



スマートフォンから、図書館の資料の検索や予約、貸し出し・予約状況の確認ができます。

スマートフォン用アドレス <https://www.ibusuki-lib.jp/WebOpac/mobile/index.do>

日	休館日	時間	演者
火曜	えほんのひろば (指宿図書館)	10:30~11:15	演じ手: つちはしこども学園の先生方
21日	おはなしのとびら (指宿図書館)	10:30~11:15	演じ手: 図書館職員
21日	ビデオアニメ館 (指宿図書館)	11:20~11:50	
27日	ボランティアおはなし会 (山川図書館)	14:00~14:30	演じ手: 山川「おはなしぶんこの会」の皆さん
27日	ふれあい映画会 (山川図書館)	15:00~15:30	

《図書館からのお知らせ》

指宿図書館
10月17日～23日は
予定を変更し開館します
指宿図書館では10月17日～23日、特別整理期間のため休館の予定でしたが、図書館システム更新により、時期が変更になりました。そのため、通常通り開館します。変更後の特別整理期間については、改めて広報紙でお知らせします。

廃棄図書の提供

指宿図書館では、所蔵していた図書を廃棄処理し、市民の方々に提供します。
▼期間/10月10日(土)～23日(土)
▼場所/指宿図書館2階
▼時間/④～⑨時/⑨時～19時
④・⑨時～17時





にしむら ひまり
西村 陽葵ちゃん
明るく元気で優しい女の子に育ってね。



はまさき けんとう
浜崎 剣斗ちゃん
元気いっぱいたくさん笑顔で過ごそうね♪



おつじ かなで
尾辻 奏ちゃん
すくすく元気に大きくなあれ♪



しんどう みつ
新留 実ちゃん
実直であり実りある充実した人生を送ってね。



しんむら るいと
新村 瑠斗ちゃん
兄弟仲良く、元気にすくすく育ってね♥



しらかわ やくも
白澤 八雲ちゃん
健康第一！いっぱい飲んで元気に育ってね



ひご ふく
肥後 福ちゃん
三兄弟仲良く、元気いっぱい遊ぼうね(^_^)



わだ りょうせい
和田 峻生ちゃん
お兄ちゃんと仲良く元気いっぱい成長してね



まえむら いおり
前村 伊織ちゃん
私たちをパパとママにしてくれてありがとう♥



はまだ ひかり
浜田 光莉ちゃん
みんなを元気にできる明るい子になってね。

赤ちゃんの写真大募集!

お子さんやお孫さんの写真掲載を希望する人は、子どもの名前とふりがな、性別、生年月日、保護者名、住所・地区名、電話番号、お子さんへのメッセージを記入し、メール（画像は2MB以内）、郵送、持参のいずれかで応募してください。
☎koshitsu@city.ibusuki.jp

うぶごえ

前田 夏芽	出口 千歳	肥後 福	中道 麻稀乃	和田 峻生	西村 陽葵	浜崎 剣斗	田中 心夏	尾辻 奏	新留 実	小園 和葉	野元 聡馬	小窪 大翔	小窪 みなみ	沼田 奏人	萩原 永翔	氏名
山	口	大牟礼東	湯之里	柳 田	田 良	弥次ヶ湯	五郎ヶ岡	木之下	宮	二月田	垂 門	大園原	大園原	大園原	大園原	【地区】
理宏	智直	美拓	義希	由卓	由耕	愛出	綾喜	みどり	千直	裕幸	美悠	まゆみ	まゆみ	直直	真翔	【保護者】
奈道	芳子	幸幸	宗	香也	佳輔	子	乃巳	隆太郎	明	香平	香治	司	司	美之	夕太	

堅持	前川	前園	浜田	増田	岩本	開間地域	新村	中野	山川地域	白澤	磯部	久津	今林
湊仁	慶翔	夏帆	光莉	増田	憲斗	市外地域	瑠斗	涼夏	八雲	八雲	陽真	輪颯	瑠愛
霧島市	伊勢市	三重県	埼玉県	始良市	大阪府	八尾市	春	森松西	迫北上	迫北上	中小路	迫中	迫中
安亮	昌愛	愛平	愛慧	早康	美匠	一穂	清圭	奈祐	紗哲	里昂	純翔	ゆき	裕雅
美二	平	弓	希	希平	穂郎	美介	美介	央司	貴也	子平	玲	きみ	香

おくやみ

西牟田	原田	福ヶ迫	内 蘭	木佐貫	中 村	上 野	上 菌	井 手	山川地域	上玉利	上高原	松 永	中 村	湯 田	水 迫	磯 元	濱 崎	出口	指宿地域
妙子	美	シヅ子	志	ナル子	れう子	一 實	稔	健一	孝志	イ子	政雄	ミヨ	為 則	繁	トシ子	ヨシエ	喜倉美	喜倉美	【故人】
66	87	91	64	82	87	81	83	68	77	85	92	97	92	84	87	90	83	83	【年齢】
川尻上	川尻北	成川浜	岩 下	井 手	町4区東	西 道	東福元	山 神	大牟礼東	湊 北	柳 田	大牟礼西	北十町	水 迫	瀬 崎	浜 東	堀切園	堀切園	【地区】

日曜・祝日当番医 (診療時間8:00~18:00)

月日	医療機関名 (診療科)	電話番号
10月7日@	【外科】 木之下クリニック	☎@3940
	【内科】 小吉胃腸科クリニック(※)	☎@2011
10月8日@	【外科】 生駒外科医院	☎@3059
	【内科】 宮菌病院 (※)	☎@2001
10月14日@	【外科】 今林整形外科病院	☎@2710
	【内科】 肥後内科クリニック(※)	☎@4148
10月21日@	【外科】 長野整形外科クリニック	☎@3291
	【内科】 幸南クリニック	☎@6090
10月28日@	【外科】 木之下クリニック	☎@3940
	【内科】 指宿さがら病院	☎@3079
11月3日±	【外科】 指宿脳神経外科	☎@1177
	【内科】 伊藤記念病院	☎@4466
11月4日@	【外科】 池田診療所	☎@2101
	【内科】 南記念クリニック (※)	☎@3730

日曜・祝日薬局 (開局時間9:00~18:00)

月日	薬局名	電話番号
10月7日@	イブスキ薬局	☎@4516
10月8日@	チェリー調剤薬局	☎@3705
	かいもん・トミタ薬局	☎@5234
10月14日@	ハッピー薬局	☎@4189
10月21日@	なのはな薬局	☎@1111
10月28日@	イブスキ薬局	☎@4516
11月3日±	なのはな薬局	☎@1111
11月4日@	ゆのさと薬局	☎@6771

かかりつけ医が不在のときは、当番医を利用してください。
(※)印が付いている医療機関では、日曜・祝日の当番日に健康診査が受診できます(事前に申し込んでください)。

夜間・緊急時の当番医を紹介! 当番医テレホンサービス ☎@6868

水道工事当番店

指宿地域	
10月1日~7日	(株)西園組 ☎@2517
8日~14日	(有)上林山組 ☎@5515(夜・休☎090-2511-4331)
15日~21日	(株)後迫組 ☎@3111
22日~28日	(有)指宿工業所 ☎@3530
29日~11月4日	(有)丸栄設備 ☎@2694
山川地域	
10月1日~7日	(株)市山組 ☎@9321
8日~14日	(株)福ヶ迫建設 ☎@1822
15日~21日	(有)前田電気 ☎@9239
22日~28日	(有)東水道工務店 ☎@2447
29日~11月4日	(株)常盤建設 ☎@0872
開間地域	
10月1日~14日	永吉建設(株) ☎@3181
15日~28日	(株)丸新建設 ☎@2227
29日~11月4日	(有)建龍 ☎@2228

※水道工事に関する当番店です。下水やトイレの詰まりなどは、なじみの工事店にお願いしてください。また、宅地内の漏水についてもできるだけ設置業者へ修理依頼をお願いします。

※遺族の方々から香典返しに代えて、市社会福祉協議会に寄付をいただきました。ありがとうございました。ありがとうございました。
8月31日までの受付分(敬称略)
※掲載を希望する人は、届け出時に、市民課、(山)開市民福祉課窓口で申し込んでください。他市町村で届け出た場合でも申し込めます。

次の方々が市社会福祉協議会に寄付してくださりました。ありがとうございました。
一般寄付
・グラウンド・ゴルフ 指宿福祉交流会
第83回なのはな館大会
第84回なのはな館大会
第85回なのはな館大会
第17回ひょうたん池ペア大会

篤志

寄ってらっしゃい

湯豊宿茶屋

ここは市民の集いの場。
広報紙お知らせ版のクイズに
寄せられた声を掲載しています。



受 験勉強の中、地区総体
団体3位。具総体は負
けたけど、いい勝負ができた。
中学の思い出です。
(14歳 Mino)

久 々に指宿総合体育館に
行ったら、とてもきれ
いになっていました。熱中症
が心配な時期ですが、エアコ
ンもつけられて、快適に試合
& 観戦できました。
(34歳 ちゅんた)

指 宿庁舎正面に、国民年
金の垂れ幕がかかって
います。若い頃、なかなか保
険料が払えなかった私は、保
険料免除の申請というものを
知り、助かったことを思い出
しました。あの時、免除申請
をしていなかったら、今もら
っている国民年金がなかった
かもしれません。年を取って
から後悔しないよう、今の若
い人には国民年金について理
解してほしいと思います。
(73歳 女性)

8 月16日、山川図書館で
開催された宿題おたす
け場にボランティアで参加し
ました。私は教員を目指して
いて、子どもたちが「分かつ
た」と言ってくれて、とても
うれしかったです。
(21歳 きのこ)

アで学習の手助けをしていま
す。年齢の近い学生や、教育
のプロに勉強を教えてもらい、
子どもたちも楽しく学習して
いました。

シビックカフェの一つ「宿
題おたすけ場」はキャリア開
発支援を行うデイリーリンクス
が主催。県内の大学生や市内
の元塾講師らが、ボランティ

数 年前、成川にメガソー
ラー太陽光発電ができ
たのですが、タヌキが居場所
や食べ物求めて、畑を荒ら
したり、家の中に侵入して食
料を持って行ったりすることに
が多発しています。
(56歳 ビートル・タカ)



学生らに勉強を教えてもらう子どもたち

ここ数年、タヌキやアナグ
マによる農作物への被害が増
えています。餌になる農産物
の余りを処分したり、やぶ払
いをしてタヌキの隠れ場をな
くしたりなど、地域全体で取
り組むことが大切です。畑に
電気柵を設置する場合は、市
の助成があります。詳しくは、
農政課(☎712)に問い合
わせてください。

指 宿も、オクラやソラマ
メなどの特産品をさら
にPRしたらどうでしょうか。
(23歳 ムキムキ君)

来 年の、菜の花マラソン
に参加する予定です。
連続8回目のチャレンジです。
(71歳 男性)

保険料を払うのが難しいと
きは、免除・猶予制度を利用
してください。申請がなく未
納になると、将来の年金だけ
でなく、不測の事態が起きた
ときの、障害年金や遺族年金
も受け取れない場合があります。
詳しくは、市民課(☎
218)まで。



名古屋のフェアに参加しました

指 宿市に住み始めて4カ
月たちましたが、夕方
のウォーキング中に見る空が
好きです。
(29歳 はしのん)



指宿庁舎正面玄関の垂れ幕