

# いぶすき

1  
2020 Jan.  
vol.169



新年のごあいさつ

[特集] 動いて歌って健幸に

地域で広がるころばん体操

いぶすき 1

Ibusuki City Public Relations

2020 Jan. vol.169

印刷/発行指宿新生社印刷  
指宿市東78068-3 ☎0993-24-2002

UD FONT  
By MORIYAMA

VEGETABLE  
INK

## 1 January 2020 インフォメーションカレンダー

開催場所  
指宿区 指宿保健センター 開聞区 開聞保健センター  
山川区 山川図書館 開聞区 開聞総合体育館  
なのはな館 ふれあいプラザなのはな館 山川区 山川図書館

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
12/29 ●彩花菜館 お正月イベント	12/30	12/31	1 元日 ●彩花菜館 お正月イベント	2	3	4 ●市成人式
5 ●市消防出初式	6 ●官公庁仕事始め	7 ●母子手帳交付、 妊婦相談 9:30~11:00 山川区 ●育児相談 10:00~11:00 山川区	8 ●マイエンザ販売日 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●乳児・産婦健診(全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	9 ●マイナンバー カード交付・ 更新窓口 17:15~19:00	10 ●子育てママ・パパの運動 教室(託児付き)9:30~11:00 なのはな館 ●6~8か月児健診 (全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	11
12 ●第39回いぶす き菜の花マラ ソン大会	13 成人の日 ●彩花菜館 マラソンアフ ターイベント	14	15 ●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) 9:30~11:00 開聞保 ●1歳6か月児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	16	17 ●子育てママ・パパの運動 教室(託児付き)9:30~11:00 山川区	18 ●粗大ごみ収集日 (指宿校区) ●協働カレッジ 「つながりの力を生 む対話の進め方」
19 ●マイエンザ 販売日	20 	21	22 ●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 ●2歳児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	23	24 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 開聞保 ●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	25 ●第28回いぶす き菜の花マーチ (~26日) ●学びのふるさと 講座「南九州・南西 諸島の人々の成り 立ちを探る」
26 ●県地区対抗 女子駅伝競走 大会 ●文化財防火デ ー ●マイナンバー カード交付・ 更新窓口 8:30~12:00	27 	28	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 ●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	30 	31	2/1
2/2	2/3 	2/4	2/5 ●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) 9:30~11:00 指宿保 ●乳児・産婦健診(全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	2/6	2/7 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 山川区 ●育児相談 ◎10:00~11:00 山川区 ●6~8か月児健診 (全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	2/8 ●指宿・開聞コー ス九州オルレフ エア

### 人のうごき 12月1日現在(前月比)

総人口	39,239人 (-24)
男	18,093人 (-7)
女	21,146人 (-17)
世帯数	17,962戸 (+2)

### 今月の税金は?

税の種類	期別
市 県 民 税	4期
国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	7期
納付書での納期限	1月31日◎
口座振替日	1月27日◎

国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 <https://www.city.ibusuki.lg.jp>  
メール [info@city.ibusuki.jp](mailto:info@city.ibusuki.jp)

### 今月の表紙

フラワーパークのイルミネーション  
きらめく光で来園者を魅了



1月5日まで行われて  
いるフラワーパークの  
イルミネーション。今年  
のテーマ「グリム童話」  
にちなんで、白雪姫や  
シンデレラなどの物語  
が、約35万球の電球を  
使って、彩られました。  
家族で訪れた上川路あ  
んさん(湯之里)は「お  
話の中の白雪姫や赤ず  
きんちゃんが出てきて、  
とても楽しかった」と話  
しました。

● イベント情報など  
● 保健センター日程  
◎ は受付時間





1 2 指宿総合体育館で11月29日に開催された「ころばん体操交流会」。バンダナ体操や正しい動きを振り返りました 3 4 摺ヶ浜北公民館では、体操後に茶話会を開催。手作りの漬物やお菓子を持ち寄り、みんなでいただきました 5 童謡に合わせて腕を動かします 6 体操前に準備運動。しっかり体をほぐします

**年々減っていく筋肉量**  
 階段を上るときに手すりが必要になる、小さい段差でつまづくなど、歳を重ねると足腰にまつわる悩みが多くなります。昔から「老化は足から」といわれるように、骨や関節、筋肉などの「運動器」と呼ばれる器官は、年を重ねるにつれて衰えていきます。しかし、体を支えるために必要な「筋肉」は、トレーニングを行うことで90歳からでも筋肉量を増やすことができます。



体操用の重りバンド

童謡を歌いながら腕や足を動かす簡単な体操で、地域の人たちが公民館などに集まり、自分たちのペースで行っています。次のページでは、手軽に筋力トレーニングができるころばん体操の動きを紹介します。ぜひ一緒にやってみましょう。

**健康寿命を伸ばそう**  
 「健康寿命」という言葉をご存じですか。病気やけがなどによる介護の必要がなく、健康的に日常生活を送る期間のことです。日本人の健康寿命は、平成28年で男性72・14歳、女性74・79歳です。これに対し、平均寿命は、男性80・98歳、女性87・14歳です。健康寿命と平均寿命を比べると、男性で約9年、女性で約12年と大きな差があります。これは、日常生活で支援や介護を必要とする期間を指します。長い人生、いつまでも元気で過ごすためには「健康寿命」を伸ばすことが大切です。

**楽しく取り組める体操**  
 市では、平成27年から「ころばん体操」を各地域に普及する取り組みを行っています。地域の公民館などに集まり、交流を深めることで、高齢者の閉じこもりを予防することも目的のひとつです。また、普段から地域における助け合いの関係づくりにも役立っています。6種類の簡単な筋力運動を毎週1回行うもので、負荷を増やしたい人は、重りバンドをつけて行います。

特集

動いて歌って健康に

地域で広がる

# ころばん体操



「ころばん体操に参加してから、体の調子がわっぜよかど」「友達とおしゃべりしたり、歌を歌ったりして楽しかあ」

平成27年に始まった「ころばん体操」。6種類の体操で筋力アップを図り、足腰を鍛えることで、いつまでも住み慣れた地域で自分らしい生活を送ることを目指しています。

今回の特集は、地域で広がるころばん体操の魅力を紹介します。



# 参加者に聞きました **ころばん体操** の魅力



くろいわ  
**黒岩 シヅエ** さん  
(95歳・湯之里)

## 気分が明るくなりました

ゆったりとした動きで、無理なく運動ができます。童謡を歌いながらするので、昔懐かしく感じ、気分も良いです。地区の人たちとおしゃべりも楽しくて、ころばん体操が生きがいになっています。



おかもと げんじろう  
**岡本 源二郎** さん  
(82歳・小田)

## 地区の人との交流が増えました

ころばん体操が始まった当初から参加していますが、地区の人との交流が楽しく、顔見知りも増えました。見守り活動にもつながりますので、高齢者にとって良い試みだと思います。



ふくどめ しげよし  
**福留 重義** さん  
(97歳・小川西)

## 体の調子が良くなりました

自宅から歩いて通い、毎回休まず参加しています。運動をするとストレス解消もできて体の調子も良くなり、一日三食バランスの良い食事も取って、健康的な生活を送っています。



もり さだよし  
**森 定儀** さん  
(72歳・松原田)

## 継続は力なりです

週に1回で、無理なく効果的な体操に取り組みます。年に1回の体力測定で、ころばん体操開始時より、良い結果を残せましたので、これからも継続して体力を維持していきたいです。

## ころばん体操 始めませんか /

### 「私の地域でも始めたい」と思ったら連絡を。

ころばん体操は、高齢者元気度アップ・ポイント事業と健幸マイレージ制度の対象です。

#### ころばん体操を始めるまでの流れ

- 体操を始めたい地区は、市に相談
- ↓
- 住民説明会（事業概要の説明）
- ↓
- ころばん体操開始（体力測定）
- ↓
- インストラクターによる指導開始

- ▶市が準備するもの／体操用の重りバンド、CDとDVD、歌詞、個人ファイル など
- ▶各地区で準備するもの／イス（パイプイスなど）、血圧計、CDプレーヤー
- ※参加者へのお知らせなどは各地区で行ってください。
- ▶実施地区（令和元年12月末現在）
- 指宿地域／67地区 54会場
- 山川地域／64地区 10会場
- 開聞地域／23地区 10会場

☎長寿支援課高齢者支援係 ☎2111 ☎251

# ころばん体操を やってみよう！

手軽に筋力トレーニングができるころばん体操。インストラクターの**前田ことみ**さん（左）と**迫百代**さんが、基本的な体操の動きを紹介します。

○ …効果がある部位



## 1 腕を前に上げる

背筋を伸ばし、腕を前に伸ばすように肩の高さ位まで上げましょう。



## 2 腕を横に上げる

背筋を伸ばし、腕を横に伸ばすように肩の高さ位まで上げましょう。体が傾かないように気をつけましょう。



## 3 イスからの立ち上がり

胸の前で腕を組み、背中が丸くならないように上半身を前に倒し、8秒かけてゆっくり立ち上がり、8秒かけてゆっくり座りましょう。10回繰り返しましょう。



## 6 足の横上げ

背筋を伸ばし、ひざが曲がらないように、足の付け根から横に動かしましょう。



## 5 足の後ろ上げ

背筋を伸ばし、ひざが曲がらないように、足の付け根から後ろに動かしましょう。



## 4 ひざを伸ばす

背筋を伸ばし、つま先が上を向くように足を上げましょう。



1・2・4・5・6の体操は左右10回、4秒かけてゆっくり上げ、4秒かけてゆっくり下ろします。

## 令和2年度 市・県民税、国民健康保険税申告日程

▶受付時間(全日程)  
午前 9:00~11:30 午後 13:00~16:00

### 指宿地域

月	日	午前	午後	申告会場
2	7日(金)	細田東後、細田東前、細田西	烏山、渡瀬、永吉	新西方中央公民館
	10日(月)	大牟礼西、大牟礼中、大牟礼東、瀧口、瀧山、湯之里、高野原	南迫田、柳田、宮、玉利	市役所指宿庁舎第1会議室
		片野田、中小路、小田	丈六、摺ヶ浜北、摺ヶ浜中、摺ヶ浜南、迫北上、迫北下	時遊館COCCOはしむれ
	12日(水)	二月田、弥次ヶ湯、温湯	北十町、南十町、田良、木之下	市役所指宿庁舎第1会議室
		迫中、迫南、湊上、湊中、湊南、湊北	下里、向吉、大渡、国立病院	時遊館COCCOはしむれ
	13日(木)	道上、宮之前、中川、田之畑、中福良、外城市、十石	久保、垂門、狩集、水迫、臼山、永嶺	指宿校区公民館
		尾掛、上吹越	下吹越、五郎ヶ岡	魚見校区公民館
14日(金)	道下、道下上、道下東、大園原	宮ヶ浜、大当	指宿校区公民館	
	中浜、池崎、堀切園	仮屋、下門、大迫、石嶺、新永吉	池田校区公民館	
17日(月)	瀬崎、小牧西・戸迫	小牧中・東、畠久保	小牧営農研修センター	
	岩本東、浜西、上西	岩本中、麓上、麓下、浜東、上東	岩本漁村センター	

### 山川地域

月	日	午前	午後	申告会場
2	18日(火)	1区西・東、2区西・東、3区西・東、4区西・東、5区西・東、6区、7区、8区	中村、岩下、天神下、愛宕下、東、中小路、後馬場	福元公民館
		中、東上、東下	市山上、市山下、寺	利永集落センター
	19日(水)	平原、上出、西村	迫、田上、春	大山集落センター
		谷村下、小川中、小川西	谷村上、小川東	小川区集落センター
	20日(木)	井手上、井手下、井手前、川口、成川浜	山神、森松東、森松西	成川区民センター
		鰻	-	鰻区避難施設
21日(金)	中野、神方上、神方下、永田、下原	前園上、前園下、前原上、前原下	成川区民センター	
	野元、清水、東、西	今村、大石、中央、徳光	徳光公民館	
25日(火)	東道、西道、野道、高尾	-	浜児ヶ水集落センター	
	-	尾下	尾下公民館	

### 開聞地域

月	日	午前	午後	申告会場
2	26日(水)	上野東、上野中	上野西、坂下	上野地区営農研修館
		脇、物袋	塩屋、入野	十町西部地区農村研修センター
	27日(木)	上手、加治、田中	下吉、谷村	上仙田地区営農研修館
		川尻東、松原、鎮守	蛭子、川尻西、川尻上、川尻北、川尻中	川尻ふれあい交流館
28日(金)	西元	荒田	下仙田地区農村研修センター	
	荻口、玉井、中組	東開聞、西開聞、松原田	開聞農村環境改善センター	

### 各地区の申告に行けなかった人

月	日	対象地域	申告会場
3	2日(月)、3日(火)	開聞地域	開聞農村環境改善センター
	4日(水)、5日(木)	山川地域	山川図書館
	6日(金)、9日(月)、10日(火)、11日(水)、12日(木)、13日(金)	指宿地域	指宿老人福祉センター
	16日(月)	市内全域	(指宿庁舎隣)

### 日曜日の申告受付

月	日	対象地域	申告会場
2	16日(日)	市内全域	市役所指宿庁舎 税務課窓口
3	8日(日)	市内全域	指宿老人福祉センター (指宿庁舎隣)

## 確定申告時の注意点(市・県民税などに影響あり)

### 16歳未満の扶養親族も省かず申告を

所得税では16歳未満の扶養控除はありませんが、市・県民税では、扶養親族の人数で非課税の判定をします。

### 各種控除も省かず申告を

所得税がかからない場合でも、市・県民税では、控除額が所得額より少なくなり、課税される場合があります。

## 令和2年度 市・県民税の申告が始まります

### ▶申告期間 / 2月7日(金)~3月16日(月)

申告は、市・県民税や国民健康保険税などを正しく課税するための資料になるほか、福祉・医療の給付や保育料の判定などにも用いられます。早めに準備をして、左の表の日時に会場で申告してください。

☎税務課市民税係 ☎2111 ☎221・222・223



### 申告が必要な人

#### ●1月1日現在、本市に住所のある人

ただし、次の人は申告の必要はありません。

- ・税務署で確定申告をした人
- ・給与収入のみで、年末調整済みの人
- ・公的年金の収入のみで次のいずれかに該当する人  
65歳以上で収入が148万円以下  
65歳未満で収入が98万円以下  
(65歳以上は昭和30年1月1日以前に生まれた人)

※障害年金や遺族年金など非課税収入のみの方は、申告が必要です。

- ・収入がなく、市内の親族の確定申告や年末調整で扶養になっている人(市外の親族の扶養になっている場合は、申告が必要)

※給与や年金の源泉徴収票に記載の控除以外に、各種控除を追加する場合も申告が必要です。  
(寡婦(夫)・扶養・生命保険・障害者控除 など)

### 会場での確定申告にはe-Taxの 利用者識別番号が必要です

市の申告で確定申告の必要があると判明した場合、会場で確定申告書を作成し、市が税務署に提出します。作成した確定申告書は、e-Tax(※)で提出しますので、申告者の「利用者識別番号」が必要です。番号を登録している人は、確認できるものを持参してください。未登録の人は、会場での登録手続きが必要です。運転免許証など、写真付きの身分証明書を持参してください。前年の申告で確定申告書を作成された人には、税務署から利用者識別番号が記載された「確定申告書のお知らせ」はがきが送付されます。  
※e-Taxとは、インターネットで確定申告などができるシステムのことで。



- ・所得税がかかる人や所得税の還付を受ける人は、税務署で確定申告をしてください。
- ・譲渡所得などの場合、税務署での確定申告を案内する場合があります。
- ・申告受付期間中は、各庁舎の税務課窓口での申告はできません。

### 申告に必要なもの

#### ●本人の写真付身分証明書

マイナンバーカード、運転免許証など

#### ●本人や扶養家族、事業専従者などの 個人番号が確認できるもの

マイナンバーカード、通知カードなど

#### ●印鑑(認め印で可)

#### ●収入金額や経費が証明できるもの

- ・給与所得、年金所得がある人  
源泉徴収票、賃金明細書など
- ・事業所得(営業・農業など)、不動産所得がある人  
収入と経費が分かる帳簿や収支内訳書、必要経費、領収書(証明書)、出荷証明書など
- ・一時所得、その他の雑所得などがある人  
支払機関発行の支払額証明書など
- ・譲渡所得(土地・建物などの売買)がある人  
契約書など収入が分かる書類、取得費用や譲渡費用が分かるもの

#### ●控除額を証明できるもの

- ・保険料控除を受ける人  
社会保険料(国民年金、国保税など)、生命保険料、地震保険料の控除用証明書  
※国保税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の控除用証明書は、1月中旬ごろ対象者に送付します。
- ・医療費控除を受ける人  
医療費の領収書が各保険者からの医療費通知
- ・障害者控除を受ける人  
身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳など

## 取り扱いに注意

# 「指定外来動植物」に14種が指定されます

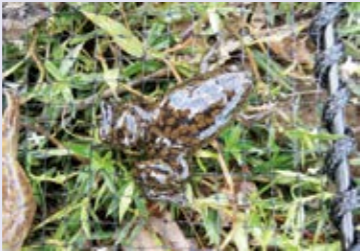
貴重な動植物が多く生息する鹿児島県で近年、外来動植物による生態系への影響が危惧されています。令和2年2月1日から、県の条例に基づき「指定外来動植物」に14種の動植物が指定されます。条例を守り、適切な飼養に努めましょう。

### 県内のすべての地域 (オキナワキノボリトカゲは奄美群島地域を除く)

◆インドクジャク



◆アフリカツメガエル



◆オキナワキノボリトカゲ



◆グリーンソードテール



◆アメリカハマグルマ



◆ホテイアオイ



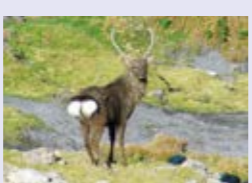
◆ムラサキカッコウアザミ



### 南西諸島地域 (三島・十島)、種子島地域、屋久島地域、奄美群島地域

※キュウシュウジカは馬毛島を除く

◆キュウシュウジカ



◆イノシシ (リュウキュウイノシシを除く)



◆ニホンイタチ



◆ホンドタヌキ



◆ニホンスッポン



◆コイ



### 奄美群島地域

◆ポトス (オウゴンカズラ)



### 次の行為は条例で規制されています

- ▶ 放出などの禁止 / 規制地域内で、施設外への放出など(放出・植栽・は種)は禁止されています
- ▶ 指定外来動植物の取り扱い / 飼養など (飼養・栽培・保管・運搬)をする場合、逸走・逸出しないよう適切な施設 (適合飼養等施設) に収容しなければなりません。
- ▶ 販売の際の説明 / 販売の際、購入者に指定外来動植物であること、飼養などに関する義務などの説明を行わなければなりません。

### 指定外来動植物以外の外来種の規制

- 指定外来動植物のほかに特定外来生物 (アライグマ・カダヤシ・カミツキガメ・オオキンケイギクなど) は以下の行為が禁止され、罰金が科されます。
- ▶ 禁止行為 / 野外に放つ・飼育・栽培・保管・運搬・販売・譲渡 など
- ※詳しくは、外来生物法 (環境省) のホームページで確認してください。



環境省ホームページ

鹿児島県環境林務部自然保護課 ☎099-286-2616

## 1月12日(日)9時スタート 第39回いぶすき菜の花マラソン大会

今年も全国から多くのランナーが集います。おもてなし日本一を目指して、皆さんの温かい声援をお願いします。  
※詳しくは、各家庭に配布されるチラシをご覧ください。



鹿児島県いぶすき菜の花マラソン大会 実行委員会事務局 ☎2550

## 歩こう!黄色いじゅうたんの中を 第28回いぶすき菜の花マーチ

さいごうたかもり 西郷隆盛が愛した「鰻温泉」や長崎鼻、西大山駅など主要な観光地に加え、今年は全8コース会場のフラワーパークかごしま園内を歩きます。一足早い春の息吹を感じながら、家族や友人と一緒に歩いてみませんか。

### ▶場所/フラワーパークかごしま

#### 1日目 1月25日(土)

30km 7:30スタート 22km 8:30スタート  
10km 9:30スタート 3km 9:40スタート  
(お菓子スペシャルコース)

#### 2日目 1月26日(日)

25km 7:30スタート 13km 9:00スタート  
5km 10:00スタート 3km 10:10スタート  
(お菓子スペシャルコース)

### 当日申し込みもできます

- ▶ 参加料 / 一般2,200円、高校生以下1,100円、市内の中学生以下無料 (3kmコースは募集終了)
- ※記念品はありません。
- 鹿児島県いぶすき菜の花マーチ実行委員会 ☎3253

## 令和2年消防出初式

消防関係者らの行進や各種訓練、消防車両との記念撮影コーナー、茶節の振る舞いなど、大人から子どもまで楽しめる催しです。

### ▶内容

- 分列行進** 500人を超える消防関係者や消防車両が行進を行います。
- 消防車両との記念撮影** 県内に1台しか配備されていない拠点機能形成車や、はしご車との記念撮影ができます。
- 訓練披露** 指宿南九州消防組合による救助訓練や、消防団による放水訓練、幼年少年消防クラブの訓練や演技の披露もあります。
- はしご乗り演技** 今年度発足した、指宿南九州消防組合と消防団で結成されたはしご隊が、高さ5mを超えるはしごの上での、はしご乗り演技を初披露します。
- 振る舞い** 女性防火クラブが茶節を振る舞います。

### ▶開催日/ 1月5日(日)

8:45~11:30

▶場所/ 開聞中学校 (雨天時は開聞総合体育館)

体験コーナー 小型ポンプを使用して、放水体験や火災時の煙の様子を体験できます。

### ▶入場料/ 無料



鹿児島県危機管理課消防防災係 ☎2111 ☎152

## ～黄川田隊員3年間ありがとう! 新たに2人の協力隊員が加入～

平成29年1月から活動していた黄川田まなぶ隊員が昨年12月末で任期満了となりました。また、令和元年10月、11月から新たな隊員が加わり、それぞれの担当業務に取り組んでいます。

移住・定住担当の黄川田です。着任から早3年が過ぎ、地域おこし協力隊としての任期が昨年12月をもって終了しました。今では当たり前になりましたが、こちらに来た当初、空の青さ、日差しの強さなど、ちょっとしたことにも驚いていたことが、今では懐かしく思えます。この仕事を担当して指宿への移住を検討する人に、地域の魅力を十分に伝えられたか、移住の手伝いはしっかりできたかなど、自問することはあります。しかし、県外などからご縁をいただいて移住されてきた人たち、また指宿のことをいろいろと教えてくださった地域の人たちと出会えたことが、今の私の宝です。協力隊の任期は終わりましたが、地域の人たち

とつながることができ、人の温かさに触れたことで、私自身、任期後も指宿に定住することを決めました。これからは自分が住むと決めた指宿というまちが、ますます魅力のある地域であり続けてほしいという願いを込めて、働いていきたいと思っています。どこかでお会いすると思います。これからもよろしくお願いいたします。



Profile 地域おこし協力隊  
もとよしりょうへい  
**元吉 遼平さん**

埼玉県出身。指宿に来る前は、自動車の板金塗装をしながら、エアブラシを使い、車などに絵を描いていた。絵で指宿を盛り上げたいと話す26歳。

初めまして、10月から地域おこし協力隊の移住担当に着任しました元吉です。指宿への移住で一番の課題は、仕事が少ないことだと思います。最近はネット環境を整え、自分で仕事を作るフリーランスの人が増えています。彼らの働きやすい環境を作りながら、SNS(ソーシャル・ネットワークワーキング・サービス)で仕事を取っていた経験を生かして、SNSを利用してフリーランスの人への情報発信や、私のような絵描きやフリーランスの人を指宿に呼び込んでいきたいと思っています。しかし、人を呼び込むには、まず自分自身が指宿を知ることが大事です。市民と交流し、指宿を勉強して、市の魅力を発信していきたいです。よろしくお願いいたします。

11月から「国体・スポーツコンベンション推進室」に配属されました瀬戸口です。私の役割は、スポーツをきっかけに指宿を訪れる人を増やし、スポーツを通じてまちをさらに活気づけることです。具体的には、小学生からプロに至るまで、幅広い層を対象とした合宿や大会の誘致、来指されるスポーツチームと市民との触れ合いづくり。滞在中の観光、食、アクティビティ、文化交流などの機会創出。そして、これらの活動を活発に、そして円滑にするための組織づくりです。

「なんで指宿に来たの?」とよく聞かれます。遮る建物がない360度見渡せる景観、冬場の平均気温が高い温暖な気候、一般家庭にもひかれているほどの豊富な温泉、言わずと知れた世界に誇る砂むし温泉、透明度が高く魚影の濃い海、さまざまな表情を見せる絶景の極み開聞岳、ストレスのない渋滞知らずの通勤、横断歩道で道を譲ると深々とお辞儀を返してくれる人生の大先輩たちなど、利便性や効率化を重視する都会に比べ、指宿にはそれに勝るすてきなことや物がいっぱいあります。本当に素晴らしいまちです。指宿の良いところ、他にもぜひ教えてください。

☎市長公室政策推進係 ☎21111 ☎127

皆さんの指宿の魅力をぜひ教えてください!!



Profile 地域おこし協力隊  
せとぐち はるひこ  
**瀬戸口 晴彦さん**

鹿児島市出身。前職は、東京都にあるイベント企画制作会社で、イベントの企画・運営を担当。スポーツ大会、合宿誘致などに取り組む47歳。

## 山川に伝わる「来訪神」伝説

東北から沖縄に至る地域では、1年に一度決まった日に仮面・仮装をして村や家々を訪れ、人々と何らかの交渉をして去ってゆく「来訪神」行事が多くあります。

2018年、ユネスコは日本の「来訪神」10件を「来訪神・仮面・仮装の神々」として世界無形文化遺産に登録しました。鹿児島県内では「甌島のトシドン」「薩摩硫黄島のメンドン」「悪石島のボゼ」が登録されています。これらの行事の共通点として、「来訪神」が正月などの節替わりに家々を訪れ、新たな年を迎えるに当たって、怠け者を戒めることが挙げられます。この「来訪神」は、一般的に海の彼方の理想郷である常世からやってきますが、山川の利永区にも類似した伝承があることをご存じでしょうか。

「昔々、一人の男が南の島から小さな船に乗ってやって来た。男は岡兒ヶ水に上陸し、その辺りではばらく過した。今、岡兒ヶ水ではその辺りをツイドン(鎮守殿)山と呼んでいる。ツイドン山ではばらく過した後、男は利永に移り住み、一生を過ごした。男が亡くなった後、利永の人々は改めて男のありがたさを思い知らされた。男は利永の人々に、いろいろと役に立つ新しい知識を教えてくださいました。村人たちは男の死を悼んだ。そこで、たった一人で船に乗り、南の島からやってきた男の霊を祭るために、長さ60cm余りの刳舟(丸木舟)を作り、利永のツイドンに

奉納した。利永のツイドンは、今の利永神社である。」(山川町史より)  
このように、利永区には南の島からやってきた「来訪神」伝説が存在し、これは海に開けた山川ならではの事例であるといえます。おそらく、南の島々と交流を行っていた証拠が、伝承という形で地域に受け継がれた結果であると考えられます。

この利永神社の刳舟は、12月7日から開催されている時遊館COCOはしむれ企画展「海をみつめた古代人ーイブスキ人の起源」で展示しています。ぜひご覧ください。

☎社会教育課文化係 ☎5100



利永神社の刳舟

## CITY TOPICS

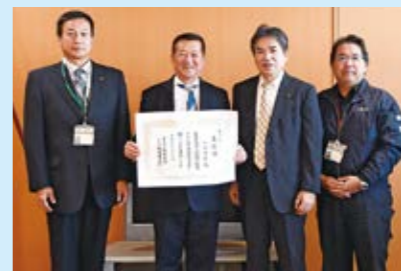


### フォトドラアワード認定式

フォトドラアワード認定式が11月18日、市長応接室で行われました。県とオールトヨタが主催で、ドライブしながら撮った写真で地域の魅力を世界に発信する企画。本市は幸せの黄色いポスト、西大山駅のミラーに映る開聞岳が認定されました。

### 紫白綬有功章を受章

紫白綬有功章を受章した小川久志さん(小川東)の長男優さんが11月29日、市役所を訪れました。同章は、農業技術の研究や地域農業の振興などに貢献した人に贈られるもので、小川さんは県指導農業士として農業振興、担い手育成に貢献しました。



### そらまめの会が知事表彰

県地域貢献活動知事表彰を受賞した本と人をつなぐ「そらまめの会」が12月4日、市役所を訪れました。同団体は、市民が本に親しめるイベントの開催や「ブックカフェ号」の運用を行い、読書活動の普及や地域活性化に貢献しています。



焦点距離：19mm/F：6.3  
1/160秒/ISO：100

 ベルの台湾通信 Vol.2

あけましておめでとうございます！  
2020年がスタートしました！今年もどうぞよろしくお願い致します。

私は、今回日本で初めてお正月を迎えるので、皆さんがどのように過ごすのか、興味津々です。

台湾のお正月（春節）は日本と違って、旧暦を使用しているため、毎年日付が変わりますが、だいたい1月下旬から2月中旬までです。2020年の春節は1月25日から29日まで、ちょうど菜の花マーチの日ですね。前日の24日は、日本の「大晦日」にあたり、中国語で「除夕」といいます。

台湾では、12月31日と1月1日はどのように過ごすと思いますか。一般的には、カウントダウンライブを見ながら家族と自宅で年を越したり、友達と一緒にイベント会場に行って盛り上がり（おみそか）ます。最後は必ずきれいな花火が打ち上げられます。台北101のカウントダウン花火は、とても有名です。

この時期は、日本のような冬休みはなく、1月2日から普通の生活に戻ります。



101のカウントダウン花火



菜の花ジャンパーを着て、指宿市民らしい私！

さて、指宿に来て4カ月がたちました。指宿に来る前は、日本の南端だから、多分そんなに寒くないと思っていました。でも、11月ぐらいから寒さを感じて、風邪もひきました。台湾より寒い指宿の冬を、これからたくさん楽しみたいです。

指宿では、これから菜の花マラソン大会、菜の花マーチ、フラフェスティバルなど大きなイベントがあるので、とても楽しみです。私もスタッフとして、力になりたいと思います。そして、参加者に精いっぱいの声援を送りますよ！

それでは、新しい年が皆さんにとってよい一年になりますように。

INFORMATION

時遊館COCCOはしむれ  
イベント情報

▶開館時間／9:00～17:00

時遊館COCCOはしむれでは、子どもから大人まで楽しめるイベントを開催しています。ぜひ遊びに来てください。

月間特別体験

- 昔ながらの正月遊びコーナー  
▶期間／1月4日④～（毎週④と毎月第4④は休館日です）  
▶内容／昔懐かしい正月遊び  
▶料金／無料

月1イベント

- 羊毛フェルトのミニ手毬アクセサリ  
▶日時／1月19日⑩10:00～12:00  
▶内容／ふわふわと可愛い手毬のアクセサリ作り  
▶料金／500円  
▶定員／20人

共通事項

- ▶場所／時遊館COCCOはしむれ  
▶申込方法／電話か直接



関時遊館COCCOはしむれ ☎②5100





1 観葉植物や雑貨など盛りだくさんの会場 2 色とりどりの切り花を展示 3 苗の無料配布に長蛇の列 4 グリブーと一緒に記念撮影 5 歌のおねえさん「エミリー」のファミリーコンサートも開催。多くの家族連れでにぎわいました 6 指TABELÉレシピコンテスト入賞作品の試食会も行われました 7 あっという間に完売した鹿児島黒牛の試食・販売 8 「あと少し！」丸太切りに挑戦しました



## 情報掲示板

# 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 指宿庁舎 ☎0993-22-2111  
山川庁舎 ☎0993-34-1111  
開間庁舎 ☎0993-32-3111

### 募集

#### 市臨時職員募集

##### 学校事務補助員

- ▼ 募集人員／若干名
- ▼ 申込資格／市内に住所を有し、次の条件を満たす人
- ・ 普通運転免許を有し、健康であること
- ・ 市税などの滞納がないこと
- ▼ 勤務内容／学校運営の補助業務や除草などの環境整備業務 など
- ▼ 勤務日／月～金（祝）、年末年始除く
- ▼ 勤務時間／1日7時間30分
- ▼ 申込書類／市販の履歴書（A4サイズ）
- ※ 履歴書には6カ月以内に撮影した写真を貼り封入の上、表に「学校事務補助員申込書」と朱書きすること

#### 書一と朱書きすること

- ▼ 学校図書館事務職員
- ▼ 募集人員／若干名
- ▼ 申込資格／市内に住所を有し、次の条件を満たす人
- ・ 司書教諭、司書、司書補いづれかの資格を有すること
- ・ ワード、エクセルなどのパソコンの操作ができること
- ・ 普通運転免許を有し、健康であること
- ▼ 市税などの滞納がないこと
- ▼ 勤務内容／学校図書館の運営や蔵書管理、読書指導や調べ学習の補助 など
- ▼ 勤務日／月～金（祝）、年末年始除く、第2④（半日）
- ※ 第2④の勤務は、月～金の勤務と振り替え（半日休み）
- ▼ 勤務時間／月～金7時間30分、③3時間45分
- ▼ 申込書類
- ・ 市販の履歴書（A4サイズ）
- ・ 司書教諭、司書、司書補の資格を証明する書類の写し
- ※ 履歴書には6カ月以内に撮影した写真を貼り封入の上、表に「学校図書館事務職員申込書」と朱書きすること
- ▼ 図書館業務や読書活動の経験がある人は、履歴欄に詳細を記入すること
- ▼ 共通事項
- ▼ 任用期間／令和2年4月1日～令和3年3月31日

#### 市の計画への意見募集

第二期指宿市子ども・子育て支援事業計画（案）

- ▼ 公表場所／地域福祉課児童母子福祉係、市市民福祉課、市ホームページ
- ▼ 提出方法／郵送、メール、FAX、公表場所への持参（郵送は期間内必着）
- ※ 電話受付は行っていません
- ▼ 意見様式／公表場所、ホームページ
- ▼ 意見の募集期間
- 1月6日～2月5日
- ▼ 意見の取り扱い／「市パブリック・コメント」制度実施

# 第34回 いぶすき産業まつり

いぶすき産業まつりが11月30日・12月1日、ふれあいプラザなのはな館で開催されました。市内の全産業が集まり、来場者と交流を深める同まつり。会場には、観葉植物や加工品、金物などのテナントが並び、来場者と地域産業の担い手たちが会話を楽しむ姿も見られました。丸太切り競争やシイタケのつかみ取り、茶節の振る舞いなど、大人から子どもまで楽しめるイベントが盛りだくさん。2日間にわたり多くの人にぎわいました。

### 各種表彰（敬称略・順不同）

- ▼ 産業功労者
- 農業部門 荒田 重信
- 商工業部門 佐々野 政昭 村山 謙一 竹崎 謙一  
今金 章
- 水産業部門 中村 ミチ子
- ▼ 優秀経営者
- 西園 彰
- ▼ 優良団体
- 指宿市農産加工組合

### 第41回 グリーンフェスタいぶすき品評会

- ▼ 金賞
- 観葉(大鉢)の部 田原 迫 公一 (アレカヤシ)
- 観葉(中鉢・小鉢)の部 柚木崎 建史(ホンコンカボック)
- 蘭の部 下高原 昇(八瀬尾帆立)
- オモトの部 吉永 四郎(児玉残雪)
- 観音竹の部 湯田 守(南山錦)
- 熱帯果樹の部 米本 仁巳(アボカド)

#### 県営住宅の空き家待ち登録

空き家待ちの登録者を募集します。募集後、登録順位を抽選で決め、順番に空き家を紹介しますが、入居を保証するものではありません。

- ▼ 住宅名／県営弥次ヶ湯、県営西方、県営新田ふれあい、県営宮ヶ浜、県営大園原の5団地
- ▼ 受付時間／2月3日～28日（④⑤⑥を除く）
- ▼ 抽選日／3月10日
- ▼ 県営住宅指定管理者  
オリック不動産（南薩地域振興局指宿庁舎敷地内）  
☎1711

#### お知らせ

##### 県・市町合同公売会

県と県内の市町は、市民税の滞納解消のため、差し押えた家電品や日用品、美術品などを入札で公売します。売却した財産の代金は、市税などの未納分に充てられます。

- ▼ 日時／1月23日（9時～）
- ▼ 場所／かごしま県民交流センター
- ▼ 国税課収納対策室納税係  
☎231

#### 太陽国体関連品情報提供

来年度、時遊館COCCOはしむれで国体関連のミニ企画展を行います。48年前に行われた太陽国体のお話や情報がある人は連絡してください。

- ▼ 申込 社会教育課文化係  
☎5100

#### お囃子の参加者募集

指宿温泉祭などで、篠笛や太鼓を演奏する、お囃子の参加者を募集します。月2回程度の練習を予定。参加料無料で、未経験者も大歓迎です。



▼ 青年振興連絡協議会事務局  
☎5550（月～金13時～17時）

# 令和元年 市民表彰

市民表彰は、長年にわたり市の発展と市民の福祉向上に貢献した人を表彰するものです。表彰式は、11月25日、市役所指宿庁舎で行われました。



## <社会福祉部門>



みやち さいしょう  
宮地 最勝氏  
(蛭子・84歳)

昭和51年7月から社会福祉法人一子地福祉会乗船寺保育園園長を務められています。昭和48年からは障害児保育事業にも積極的に取り組み、心身に障害のある子どもと健全児との統合保育を実施されています。また、平成23年4月から市保育会会長として、児童福祉の関係者などを対象とした保育推進会議を開催するなど、本市の児童福祉の発展に尽力されています。

## <産業経済部門>



やまざわ みちこ  
山澤 道子氏  
(細田西・80歳)

平成2年に市内の生活改善グループを統合し、農・漁家の生活合理化を図るために、市生活研究グループを発足されました。また、市農産加工組合に設立当初から参加され、平成25年4月からは会長に就任し、後輩の育成指導に努めています。そして、平成28年には販路拡大のため40年ぶりにニーズに合わせた新商品の開発を行うなど、本市の産業の発展に尽力されています。

## まちな話 話題

ZOOM UP IBUSUKI

### かいゑい祭が開催 新鮮な海の幸を格安で

「かいゑい祭り」が11月23日、川尻漁港で開催されました。地元の人に新鮮な魚を安く提供したいと、かいゑい漁協が開催し、今年で4回目。水揚げされたばかりの新鮮なサバやハガツオなどを買い求める人で、港は早朝から活気にあふれていました。アラ汁や焼き物の振る舞い、競り体験なども実施。夫婦で訪れた西貢象さん（小川西）は「初めて来たが、安くてびっくり。新鮮な魚を刺身と塩焼きにして食べたい」と話しました。



鮮度抜群の魚介類を買い求めるお客さんたち

### 弁論大会、英語スピーチ・スキットコンテストが開催 伝え、私の思い

市中学生弁論大会、英語スピーチ・スキットコンテストが11月13日、市民会館で行われました。市内全中学校から18組23人が社会に対する自分の思いや将来の夢、初めて指宿を訪れた外国人へ観光案内をする様子などを発表しました。スキットの部で最優秀賞を獲得した開間中学校2年の入野健盛さん（荒田）と田中孝英さん（中組）は「最優秀賞を獲得してうれしい。2人の仲も深まり、これからもっと英語を勉強していきたい」と話しました。



日本の文化や指宿を英語で伝える生徒

1月から開設  
マイナンバーカード  
交付・更新の時間外窓口

マイナンバーカードの交付  
電子証明書更新手続きのため  
の窓口を開設します。住民異  
動・住民票などの証明書発行  
の受付は行っていません。  
▼開設日  
●毎月第2㊶（17時15分～19  
時受付）  
●毎月第4㊶（8時30分～12  
時受付）  
※開設日は変更になることが  
あります。詳しくは問い合  
わせてください。  
問 市民課市民係 ㉒213  
問 市民福祉課市民係  
係 115 問 市民福祉課市  
民係係係 ㉒127

1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  
●1月18日㊶ 指宿校区  
▼収集時間／7時～8時30分  
※特大の指定ごみ袋に入らな  
いものが、粗大ごみです。  
問 環境政策課生活衛生係  
係 245

文化財防火デー

法隆寺の金堂壁画が焼失し  
た1月26日を文化財防火デー  
とし、全国的に文化財防火運  
動を展開します。消火訓練に  
地域からの参加をお願いします。  
▼日時／1月26日㊶10時～11時  
▼対象地域／成川区井手方地  
域  
▼場所／成川板碑・成川十一  
観音座像、石殿（井手方集  
落センターに集合）  
問 社会教育課文化係  
係 ㉒5100

仕事や家庭での  
動物飼養は報告を

2月1日時点で対象の動物  
を飼養している場合、年に1  
回報告の義務があります。  
▼報告様式／農政課畜産係、  
市ホームページ  
▼対象動物／哺乳類（ウシ、  
シカ、ウマ、めん羊、ヤギ、  
ブタ、イノシシ）、鳥類（ニ  
ワトリ、アヒル、ウズラ、  
キジ、ダチョウ、ホロホロ  
チョウ、シチメンチョウ）  
▼報告内容／所有者の住所、  
氏名、飼養場所、種類や数、  
畜舎数、衛生管理の状況  
▼報告期限／哺乳類4月15日

㊶、鳥類6月15日㊶  
問 農政課畜産係（いぶすき農  
業支援センター内）㉒716

催し

指宿・開間コース  
九州オルレフェア

地図を片手に、リボンや標  
識を目印に歩いて、自然や歴  
史、人とのふれあいを楽しむ  
「九州オルレ」。指宿の美し  
い自然を満喫してみませんか。  
▼日時／2月8日㊶10時JR  
開間駅スタート（受付9時  
～、雨天決行）  
▼コース／JR開間駅～JR  
西大山駅  
▼参加料／千円（未就学児無料）  
※保険料・温泉入浴券・記念  
品などを含む  
▼定員／150人  
▼申込方法／電話かFAX、  
メール（①代表者氏名、②  
住所、③参加人数、④参加  
者氏名、⑤電話番号、⑥交  
通手段を記入）  
▼申込締切日／1月30日㊶  
▼その他  
●駐車場は市役所開間庁舎  
●指宿駅からスタート地点、  
ゴール地点から市役所開間  
庁舎とJR指宿駅までシャ  
トルバスを運行します。

協働カレッジ

つながりの力を生む  
対話の進め方

▼日時／1月18日㊶14時～16  
時30分  
▼場所／ふれあいプラザなの  
はな館  
▼内容／地域や職場でお互い  
のつながりを作り、相乗効  
果を生む「対話」を進めて  
いくための考え方や、方法  
を、事例やワークショップ  
を通じて学びます。  
▼講師／池元正美氏（キャリ  
アコンサルタント）  
▼定員／20人（要申し込み）  
▼受講料／無料  
問 デイリーリンクス  
係 ㉒1113

県地区対抗  
女子駅伝競走大会

第33回鹿児島県地区対抗女  
子駅伝競走大会が、霧島市で  
開催されます。力走する選手  
たちに、大きな声援をお願い  
します。大会当日は、テレビ  
やラジオ（MBC）で生放送  
される予定です。  
▼日時／1月26日㊶10時スタ  
ート  
▼コース・距離／霧島市単人  
運動場がスタート・ゴール  
の、国分下井で折り返す6  
区間21・0975km  
問 スポーツ振興課スポーツ振  
興係 係 ㉒0203

学びのふるさと講座  
南九州・南西諸島の  
成り立ちを探る

12月7日から開催している  
企画展「海をみつめた古代人  
ーイブスキ人の起源ー」に合  
わせて、古代の南九州と南西

諸島の人々の成り立ちについ  
て、最新の発掘調査成果を基  
に、講演会を開催します。  
▼日時／1月25日㊶13時30分  
～15時  
▼場所／時遊館COCCOは  
しむれ  
▼講師／竹中正巳氏（鹿児島  
女子短期大学教授）  
▼受講料／無料  
問 社会教育課文化係  
係 ㉒5100



IBUSUKI no TUKURITEが開催  
雑貨で指宿を盛り上げる

第5回IBUSUKI no TUKURITEが12月8日、ふれあいプラザなのはな館屋内多目的広場で開催されました。40店舗出店され、市にゆかりのある作家たちが雑貨や食べ物などを販売。会場では、お楽しみスタンプラリーも行われ、多くの来場者でにぎわいました。実行委員の竹下さおりさん（潟口）は「出展者の皆さんなどのおかげで開催できた。お客さんがたくさん来てくれて、楽しんでもらえたことがうれしい」と話しました。



お目当ての雑貨を買い求める来場者

団体功労者総務大臣賞を受賞  
地域の発展を目指して

福元区長の今村善哉さん（後馬場）が団体功労者総務大臣表彰を受賞し、12月2日市役所を訪れました。今村さんは平成6年から区長に就任し、市政事務嘱託員や市環境衛生協力会会長などを併任。地域づくりでは、20年間途絶えていた「やまがわ豊祭」の復活や福元区自主防災組織の設立などに尽力されました。今村さんは「皆さんの支えがあって受賞できた。これからも一生懸命地区の発展に取り組んでいきたい」と話しました。



受賞を喜ぶ今村区長（中央）

生涯学習フェスティバルが開催  
学びの祭典が楽しさで沸く

生涯学習フェスティバルが11月23日、ふれあいプラザなのはな館で開催されました。舞台では、社会教育功労者などの表彰や青少年海外派遣事業報告、市民講座受講生の学習発表などが行われました。その他、ニュースポーツ体験やワークショップなどで、多くの市民が学びの1日を楽しみました。



オープニングで、ハンドベル同好会が心地よい演奏を披露

社会教育功労者等表彰 受賞者一覧（敬称略・順不同）

青少年の善行等表彰

澁谷七海 釧田 瑚心（丹波小4年・摺ヶ浜南、摺ヶ浜中）  
鶴田 菜緒（池田小6年・中浜）  
迫田貴之祐（南指宿中3年・南十町）  
伊藤 大智（指宿高3年・二月田）

町区子ども会、株式会社指商、指宿高等学校図書委員会  
山川高等学校家庭クラブ

社会教育功労者表彰

安楽 茂子（潟山） 大岩本ひとみ（岩本東）  
川崎 京子（成川浜） 上野 順子（玉井）  
今福 重友（谷村）

社会教育優良団体表彰

大山コミュニティ推進会議大山ツアー実行委員会



表彰された受賞者の皆さん

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

夢の教室が開催

夢は未来の原動力

JFAこころのプロジェクト「夢の教室」が、12月2日から11日間、市内の小・中学校で行われました。さまざまな競技の現役選手やOB・OGなどが「夢先生」として授業を行うもので、10日の柳田小では、元サッカー選手の田中輝和さんが登場。体を動かすゲームや体験談を交えた授業では、全力で取り組むこと、夢を持つことの大切さなどを学びました。5年生の福元隆綺さん（北十町）は「野球選手を目指して練習を頑張る」と話しました。



夢先生の話真剣に聞く児童たち

川尻元気マルシェが開催

手作りマルシェでまちを元気に

川尻元気マルシェが12月8日、川尻ふれあい交流館で開催されました。川尻区を盛り上げようと、川尻元気プロジェクトが主催。32の団体が参加し、アラ汁や腹皮の振る舞い、食べ物の販売や、おゆうぎの披露などが行われました。会場には、多くの家族連れなどが詰め掛け大盛況。買い物などを楽しみました。訪れた田口美沙紀さん（鎮守）は「いろんな店があって楽しい。もっと地元が盛り上がるイベントが増えたら」と話しました。



開聞岳を背景に出店が並び、多くの人でにぎわいました

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

かつお節祭りが開催

格安花かつおに長蛇の列

「かつお節祭り」が11月24日、道の駅山川港活北海道で開催されました。かつお節をさらに普及させようと、同日の「いい節の日」に合わせ、山川水産加工業協同組合などが開催。会場では、山川が生産日本一を誇る「本枯本節」の花かつおの格安販売や、道の駅出荷者らの加工品販売、茶節の振る舞いなど行われ、市民や観光客でにぎわいました。夫婦で訪れた吹田和代さん（迫北下）は「毎年来ています。花かつおが楽しみ」と話しました。



削りたての花かつおを販売

南薩地域植樹祭が開催

豊かな森林を後世へつなぐ

南薩地域植樹祭が11月23日、レイクグリーンパークの多目的広場で開催されました。清らかな水や景観を提供してくれる森林の重要性を再確認し、南薩地域の緑化推進と林業振興が目的で、今年は本市で開催。南薩4市から関係者ら約180人が出席し、林業功労者の表彰や各種コンクールの表彰、植樹祭スローガンの採択などが行われました。式典最後には、ヒガンザクラとイペーを植樹し、南薩地域の林業振興と緑化推進を誓いました。



林業振興と緑化推進を誓いました

DOCTOR



# 健康教室

~分かりやすい医療の話~

## 今月のドクター

指宿医師会  
木之下 藤郎

指宿医師会 ☎2820



## 新たな時代へ向け

指宿市民の皆さま。明けましておめでとうございます。令和という新たな時代を迎え、最初のお正月となりますね。

天皇、皇后両陛下の祝賀パレードをテレビで見ました。雅子皇后さまと同年代の私には、その笑顔と、沿道から歓声を上げる国民の姿に感極まる表情に「よく頑張られましたね」と、誠に僭越ながらお声をお掛けしたい気持ちになりました。外交官だったその見事な語学力を用い、外国要人も通訳なしで会話をされる。東京オリンピックなどを控える日本のために、さらにお力を発揮されるお姿が想像されます。

観光地指宿にも、外国から多くの観光客が訪れます。そこで、最近問題となっているのが外国人の患者さんへの対応です。処置に対しては、なんとか対応可能ですが、診療報酬の受け取りの際、彼らはカードでの支払いを求めます。海外では、カード支払いが主流となっていますが、日本はまだ現金社会で、医療機関でも対応できないところがほとんどです。特に、夜間受診時のトラブルを、多く耳にするようになりまして。カード支払いへの対応は、徐々に整備していかなければならないのですが、ホテル旅館関係者は、外国人の宿泊者を夜間受診させる際には、日本円を持たせていただくと大変助かります。夜

中にお金のことで時間がかかるのも、困りますね。医師会が行っている病院群輪番制は、病院で夜間の診療を交代で行う国の制度です。病院だけでは大変と、指宿では有床診療所も加わり、夜間診療を行っています。しかし最近、国は「病院のベッドを減らせ、減らせ」と訴えてきます。医療費が掛かるのは、入院できるベッドがあるからだ。そこで国は公的医療機関に限り、診療実績が低い病院名を公表しました。その病院はベッドを減らすか、他の病院と統合・合併しなさいと。診療実績が低いのは、人口の減ってきた地方の病院がほとんどです。指宿には、幸い名指しをされた病院はありませんでした。それは、救急を頑張ってくれていたおかげと分かりました。

夜間みんなで手分けして1次救急を診て、2次救急病棟の負担を、少しでも減らせるよう努力を重ねていますが、先ほど述べた理由で入院施設も減ってきています。医師それぞれにかかる負担も大きくなっており、私を含め医師たちのため息も多くなってきました。

妙案はありませんが、ラグビー日本代表に倣い、ドン!とスクラムを組み、医師会みんなで困難を乗り越える所存です。

安心安全にまちを、市民を守るため。

# 本のひろば

## 今月のおすすめ

**PICK UP**

**一般図書 (山川図書館)**  
親が知らない子どものスマホ  
鈴木 朋子(著)  
日経BP

**一般図書 (指宿図書館)**  
今の空から天気を予想できる本  
武田 康男(著)  
緑書房

**児童図書 (山川図書館)**  
ニュースからくらしまで  
絵と新聞でわかる平成時代  
理論社

**児童図書 (指宿図書館)**  
ねこの小児科医ローベルト  
木地 雅映子(作)  
五十嵐 大介(絵)  
偕成社

指宿図書館 ☎2827  
山川図書館 ☎353300

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

**PICK UP**

### ねこの小児科医ローベルト

【内容】ローベルトは猫の小児科医。夜中に具合の悪い子どもがいれば、診察に来てくれます。ユキの弟の具合が突然悪くなりました。病院に連れて行こうか迷っていた時に電話帳にあったのは「夜間救急専門小児科医」の文字。早速、電話をかけてみると...

**PICK UP**

### 親が知らない子どものスマホ

【内容】デジタルネイティブと呼ばれる子どもたちは、生まれた時からインターネットが身近にあり、勉強も恋も友情も全てがスマホの中で起きています。この本では、最新のスマホ事情や親として注意すべき点を紹介します。

### 文芸いぶすきの発行

「文芸いぶすき64号」を発行しました。市内外から多くの人に投稿いただき、ありがとうございました。各図書館で、一人1部ずつ無料配布しています。

### 「読書マラソン大会 2020年・冬」を開催

1月12日から2月29日までの期間、「読書マラソン大会2020年・冬」を開催します。順位を確認するため、事前にパスワードの登録が必要です。ホームページや図書館の窓口で登録できます。



### 利用方法

- ①指宿市立図書館のホームページを開き「利用照会」をクリック
  - ②利用照会メニューの「読書マラソン大会」をクリックすると順位が確認できます。
- ※新規登録者は「新規パスワード登録」をクリック

### 1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	

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

### 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。

## 図書館からのお知らせ

- 休館日
- 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
- 19日 **おはなしのとびら (指宿図書館)** ..... 10:30~11:15  
演じ手：コスモス幼稚園・こすもす保育園の先生方
- 19日 **子ども映画会 (指宿図書館)** ..... 11:20~11:50
- 21日 **鹿児島方言を楽しむ会 (指宿図書館)** ..... 13:30~15:30
- 25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「おはなしぶんごの会」の皆さん

献本 次の方から献本がありました。  
池堂 彰彦さん 徳留 裕子さん 雑草社指宿支部

～子どもはまちの宝です～  
**We LOVE BABY**

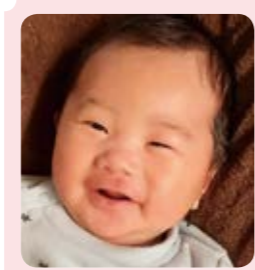
伊豆市長公室広報統計係  
 ☎2111 ☒123



みふくしょうえい  
**三福 章瑛ちゃん**  
 4人兄弟の末っ子、たくましく育ってね!



さおゆずき  
**佐尾 柚咲ちゃん**  
 元気にすくすく育ってね♥



はまもと りつき  
**濱元 律稀ちゃん**  
 にこにこ元気で優しい男の子に育ってね♥



まつした みお  
**松下 実央ちゃん**  
 兄妹仲良く元気に大きくなってね。生まれてきてくれてありがとう♥



ひこれん  
**肥後 蓮ちゃん**  
 元気に生まれてくれてありがとう♥蓮大好き♥



しろま ゆうしん  
**白間 勇心ちゃん**  
 元気いっぱい笑顔を見せるとくさん見せてね



よしい りいな  
**吉井 李衣柳ちゃん**  
 元気にすくすく育ってね★



さとう まれ  
**佐藤 稀ちゃん**  
 ももがDズニエラード連れてってくれるてよ

**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
1月1日*	【外科】 今林整形外科病院	☎22710
	【内科】 指宿さがら病院	☎23079
1月2日*	【外科】 生駒外科医院	☎23059
	【内科】 宮園病院 (※)	☎22001
1月3日金	【外科・内科】 指宿医療センター	☎22231
1月5日日	【外科】 池田診療所	☎262101
	【内科】 小吉胃腸科クリニック (※)	☎242011
1月12日日	【外科】 今林整形外科病院	☎22710
	【内科】 指宿浩然会病院 (※)	☎23295
1月13日月	【外科】 指宿脳神経外科	☎271177
	【内科】 指宿おとしげ内科 (※)	☎20788
1月19日日	【外科】 肥後胃腸科クリニック	☎22148
	【内科】 南記念クリニック (※)	☎23730
1月26日日	【外科】 木之下クリニック	☎23940
	【内科】 こどもの森小児科クリニック	☎271010
2月2日日	【外科】 指宿医療センター	☎22231
	【内科】 大重内科	☎241003

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せん(事前に申し込んでください)。

**夜間・緊急時の当番医を紹介します** 当番医テレホンサービス ☎226868

**日曜・祝日薬局 (開局時間9:00~18:00)**

月日	薬局名	電話番号
1月1日*	ハッピー薬局	☎264189
	イブスキ薬局	☎244516
1月2日*	チェリー調剤薬局	☎243705
	かいもん・トミタ薬局	☎25234
1月3日金	指宿薬剤師会薬局	☎26343
1月5日日	そうごう薬局開聞店	☎272151
1月12日日	ハッピー薬局	☎264189
	アイリス薬局	☎275385
1月13日月	わたせ薬局	☎24739
	なのはな薬局	☎241111
1月19日日	ゆのさと薬局	☎26771
1月26日日	ケーアイ調剤薬局指宿店	☎271152
	イブスキ薬局	☎244516
2月2日日	指宿薬剤師会薬局	☎26343
	まどか薬局	☎252120

**長期休日当番歯科医 (診療時間9:00~12:00)**

月日	歯科医療機関名	電話番号
1月1日*	なかはら歯科医院	☎232920
1月2日*	上野歯科医院	☎243145
1月3日金	まわたり歯科医院	☎233161

かかりつけ歯科医が不在のときは、当番歯科医を利用してください。  
 ※通常の日曜・祝日は、かかりつけ歯科医もしくは県歯科医師会口腔保健センター(☎099-223-0378)を利用してください。

**水道工事当番店**

指宿地域		
1月1日	(株)出口組	☎262105
2日	(株)丸善産業	☎25200(夜・休☎080-8569-1918)
3日	(有)丸山水道工務店	☎233131(夜・休☎090-8911-3357) ☎23080(夜・休☎080-8563-8361)
4日	(株)西園組	☎252517
5日	(株)出口組	☎262105
6日~12日	中川水道(有)	☎252706
13日~19日	(株)岩野建設	☎233302
20日~26日	中村設備	☎23013
27日~2月2日	(有)和田水道	☎244522
山川地域		
1月1日	(株)市山組	☎359321
2日	(有)前田電気	☎359239
3日	(有)東水道工務店	☎352447(夜・休☎090-1089-8180)
4日	西設備	☎341176
5日	(株)福ヶ迫建設	☎341822
6日~12日	(有)前田電気	☎359239
13日~19日	(有)東水道工務店	☎352447(夜・休☎090-1089-8180)
20日~26日	(株)常盤建設	☎350872
27日~2月2日	(株)藏園組	☎352231
開聞地域		
1月1日~5日	(有)建龍	☎22228
6日~19日	永吉建設(株)	☎23181
20日~2月2日	(株)丸新建設	☎22227

※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。

**うぶいえ**

氏名	地区	【保護者】
白間 勇心	入野区	綾生
西元 蒼陽	市山下	美豪和
吉井 李衣柳	小川中	友圭市郎
神蘭 虎ノ助	川口	有浩紗平
佐藤 稀	川口	美健樹太
三福 章瑛	町7区	明章香仁
佐尾 柚咲	岩下区	見諒帆太
小牟禮 三葉	中小路	幸浩恵平
河野 光眞	迫北下	奈瑠美秀
高吉 咲莉菜	濁山	哲愛陽莉平
濱元 律稀	濁山	紫貴乃宏
松下 実央	柳田	英央史
内田 千陽	田良	菜穂貴
下曾山 偉大	道下上	裕太
指宿地域		祐太

氏名	地区	【保護者】
米下 勇吉	下之園	南孝子
南 吉	南	クサエ
木之下 勝章	木之下	章次
池増 明子	下西ノ園	次明
室屋 桂子	池増	明子
竹下 隆廣	室屋	桂子
山野 正子	竹下	隆廣
長井 邦守	山野	正子
中園 ノブ子	長井	邦守
寺脇 真由美	中園	ノブ子
小吉 陽子	寺脇	真由美
上原 勇作	小吉	陽子
吉永 美智子	上原	勇作
下地頭所 キミ子	吉永	美智子
谷山 静枝	下地頭所	キミ子
馬場 春美	谷山	静枝
佐々木 美紀子	馬場	春美
東時 盛	佐々木	美紀子
故人	東時	盛

氏名	地区	【保護者】
東川 義雄	東川	義雄
中村 アサエ	中川	アサエ
永田 ムツエ	中村	アサエ
浦郷 清治	永田	ムツエ
永瀬 清二	浦郷	清治
逆瀬川 ヨツ子	永瀬	清二
馬場 ヨサ子	逆瀬川	ヨツ子
水野 照子	馬場	ヨサ子
南野 三郎	水野	照子
福里 昭盛	南野	三郎
福ヶ迫 末義	福里	昭盛
竹下 まちな子	福ヶ迫	末義
吉村 アツ子	竹下	まちな子
前田 フヂ子	吉村	アツ子
鮫島 イトエ	前田	フヂ子
萩原 静男	鮫島	イトエ
外薮 フヂエ	萩原	静男
北川 アツ子	外薮	フヂエ
吉崎 千鶴	北川	アツ子
田淵 テル子	吉崎	千鶴
松山 シツ子	田淵	テル子
東留 靖行	松山	シツ子
諸留 素子	東留	靖行
大田 ミエ子	諸留	素子
塩屋 吉	大田	ミエ子

※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。  
 ※掲載を希望する人は、届け出時に、市民協働課、(山)開市民福祉課窓口で申し込んでください。他市町村で届け出した場合でも申し込めます。

11月30日までの受付分(敬称略)

11月はありませんでした。

**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。



知林ヶ島  
(67歳 M.U.)



## フ

ラワーパークのイルミネーションが始まりますね。毎年家族で行っていますが、ここに来ると「あー、冬がきたなあ」と感じます。フラワーパークの広大な敷地に、キラキラと光る電飾と花のコラボレーションがとてもきれいで、毎年行っても飽きません。今年も、見るのがとても楽しみです。早く行きたいです。

(24歳 ちっぺ)



キラキラ輝くイルミネーション

## 指

1月5日まで開催のフラワーパークイルミネーション。今年「フェアリーテイル〜グリム童話の世界へようこそ〜」がテーマで、約35万球の電球を使った幻想的な光は、訪れた人に感動を与えてくれます。期間中は、壁掛けクリスマスツリー作りや、クリスマスソングの演奏なども行われています。寒さが身に染みる季節ですが、ほっと一息つけそうな時間を過ごせそうですね。

## 指

宿に引越してきて、数年がたちました。地域にもだいぶ慣れてきて、温暖な気候の指宿が、ますます大好きになりました。鹿屋市や鹿児島市の友達も、私と同じくらい指宿が気に入ったようで、ちよくちよく遊びに来ます。友達が来たときは、唐船峡そうめん流し、温泉、長崎鼻、西大山駅、道の駅、そ

の他、時間の許す限りあちこち回っています。指宿が友情を深める場所になりました。ありがたいことです。

(78歳 あっちゃん)

友達との指宿散策、とても楽しそうな様子が伝わりました。観光名所も、季節によっていろいろな表情を見せるので、いつ行っても新たな発見がありそうですね。指宿ファンもどんどん増えてうれしいです。これからも、皆さんで楽しい思い出をたくさん作ってください。



道の駅いぶすき彩花菜館にあるポスト

## こ

の時期になると、「30・10運動」という言葉をよく聞きます。せっかくなのでおいしい料理を残さず食べて、もったいないですね。私は、残さず全部食べるようにしています。

(72歳 イルミネーション)

「30・10運動」とは、宴会などで乾杯後の30分間とお開き前の10分間は、自分の席で料理を楽しみ、食べ残しをなくするという取り組みです。飲食店などから出る生ごみの約6割は、食べ残された料理だといわれています。丹精込めて作られた料理が捨てられてしまうのは、とてももったいないことですね。1月には、新年会シーズンです。「残さず食べよう」とみんなを祝いましょう。

## 指

宿在住5年目の娘の家庭へ遊びに行ったとき、初めて「広報いぶすき」を読みました。その月のイベントや、その他の情報がたくさん書いてあって、素晴らしいですね。娘に「来月号からも取っておいてね」とお願いしました。

(62歳 イブスクラブさん)

広報紙を読んでいただき、ありがとうございます。また、話題やお知らせなど、市の情報をできるだけ分かりやすく伝え、市内外の皆さんに読んでもらえる広報紙作りに励んでいます。これからも、広報紙へのご意見など、お待ちしております。

## 先

日、サンフレッチェ広島サッカークラブの試合がエディオンスタジアム(広島市)で行われました。会場では、指宿市のかつお節削りや、砂むし温泉の紹介などがあり、家族で参加しました。とても楽しく、指宿をもっと知りたくまりました。家族旅行で行ってみたいです。

(広島からのお便りです)

お便りありがとうございます。サンフレッチェ広島が本日でキャンプを行ったご縁で、11月23日に試合会場指宿のPRブースを設けました。ハーフタイムには、グラウンドを練り歩き、1万7千人の観客に向けてPR。これを機に、指宿と広島の交流が深まり、市に興味を持った人が、来年の国体などにたくさん訪れてくれるとうれしいです。



サポーターが作った広島と指宿が書かれた横断幕