

いぶすき 10

Oct.2020
No.178



特集 いぶすきの魚を食べよう! 食べないなんてもったいない!

いぶすき 10

Ibusuki City Public Relations

2020 Oct. vol.178

印刷/発行指宿新生社印刷
指宿市東58066-3 ☎0993-24-2002

UD FONT
by MOERISAWA

VEGETABLE
OIL INK

10 October 2020 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 開間保 開間総合体育館
山川保 山川図書館 なのほな館 ふれあいプラザなのほな館
ゆて里 コミュニティセンターゆて里館

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
27	28	29	30	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

各種相談

<p>年金</p> <p>年金に関する手続き、相談に応じます。予約が必要です。</p> <p>予約先 鹿児島南年金事務所 ☎099-251-3111 指宿庁舎 第1会議室 10月8日④ 10:00~15:00 年金事務所でも、随時相談に応じます。事前予約が必要です。 予約受付専用電話 ☎0570-05-4890(ナビダイヤル) ☎03-6631-7521 鹿児島南年金事務所 相談日は予約時に決定します。</p>	<p>児童</p> <p>非行、学校生活、虐待など、児童に関するさまざまな相談に応じます。</p> <p>指宿庁舎(地域福祉課) ☎②1063(直通) 毎週④~⑤(祝日は除く) 9:00~16:00</p>	<p>消費生活</p> <p>訪問販売や契約のトラブルなど消費生活に関する相談に応じます。</p> <p>指宿庁舎(商工水産課) 指宿市消費生活センター☎②2334 毎週④~⑤(祝日は除く) 8:30~17:00</p>
<p>人権</p> <p>いじめ・虐待・セクハラなど人権に関する相談に応じます。電話にて相談を受け付けております。</p> <p>☎0993-83-2208 鹿児島地方務局知覧支局</p>	<p>心配ごと</p> <p>生計、家庭、住宅、健康、法律、財産、事故、福祉全般、苦情などさまざまな相談に応じます。</p> <p>指宿老人福祉センター 毎週④ 9:00~12:00、13:00~15:00 山川老人福祉センター 10月7日④、10月21日④ 13:30~16:30 開間農村環境改善センター 10月8日④、10月22日④ 13:30~16:30</p>	<p>行政相談</p> <p>行政が行う諸施策の結果、手法などに関する意見、質問、要望、苦情などを承ります。</p> <p>【指宿地域】指宿老人福祉センター 10月27日④ 10:00~13:00 【山川地域】山川図書館第1学習室 10月6日④、11月4日④ 15:00~17:00 【開間地域】開間農業構造改善センター 10月5日④、11月2日④ 13:00~16:00</p>
<p>婦人</p> <p>家庭、結婚、離婚、仕事、DVなどさまざまな相談に応じます。</p> <p>指宿庁舎(地域福祉課) ☎②1063(直通) 毎週④・⑤・⑥(祝日は除く) 9:00~16:00</p>	<p>障害者就業生活支援</p> <p>就業や在職中の課題などの相談に応じます。予約が必要です。</p> <p>予約先 なんさつ障害者就業・生活支援センター ☎⑧7020※当日受付可 ハローワーク指宿 10月13日④、10月27日④ 10:00~10:45、11:00~11:45</p>	<p>行政書士会</p> <p>相続・贈与・遺産相続協議書、農地関連申請、官公庁書類作成、任意後見人などの相談に応じます。</p> <p>ふれあいプラザなのほな館2階第3会議室 10月15日④ 13:30~16:00 県行政書士会指宿支部 ☎③3219</p>

イベント情報など
● 保健センター日程
◎ は受付時間



キラリ指宿人

いぶすきで輝いている人

指宿市と匝瑳市の深い絆

～おはやしを市の誇れる伝統文化にしたい～



▲市青年振興連絡協議会と萬町親和會の紋章



▲思いよみんなに届け!



▲絆が生まれて11年目

指宿市青年振興連絡協議会
すずきつばさ
鈴木翼さん(湊上)

おはやしのリズムでみこしも観衆も盛り上げます。それが祭りの魅力!!



▲指宿温泉祭での水掛け文化は祇園祭に由来



▲八重垣神社祇園祭
出典元:匝瑳市観光協会
写真:平成27年度八重垣神社祇園祭フォトコンテスト 最優秀賞作品

毎年、9月の下旬に開催している指宿温泉祭に行ったことはありますか。今年に残念ながら中止となりましたが、温泉祭の裏側では多くの団体が祭りを盛り上げるために活動しています。その団体の一つに「指宿市青年振興連絡協議会(青振連)」があります。

今から10年前、青振連ではやしを担当するメンバーが各地の祭りを調べていたところ、八重垣神社祇園祭(千葉県匝瑳市)の映像を発見しました。映像を見た青振連のメンバーは「温泉祭も祇園祭のような老若男女楽しめる祭りにしたい」と思い、飛び入りで祇園祭に参加することを決意し、この行動が匝瑳市の「萬町親和會」との交流のきっかけとなりました。

「萬町親和會の一員として10歳の頃から交流のあった指宿市ではおはやしの楽しさを広めたい」と語るのは、10年間萬町親和會ではやしの活動をし、今年の2月に匝瑳市から来市した鈴木さん。今は、市内の飲食店で働きながら、青振連のメンバーに練習を通じて匝瑳市のおはやし技術を伝えています。「今後は、お

はやしの指導者として、もつと地元の祭りを盛り上げたい。指宿市での経験を生かして自分自身も成長できれば」と鈴木さんは話します。

来年の温泉祭などに向けて、現在も新型コロナウイルス感染症対策をしながら練習を続けています。今年から県民になじみのある「茶わんむしのうた」をおはやし用に編曲し、レパートリーに追加しました。今後は市民歌「希望あらたに」にも挑戦し、オリジナルの楽曲を増やしていく予定です。

最近の鈴木さんの活動として、8月3日に指宿港海岸ではやしを披露しました。市民の皆さんや祇園祭が中止となり落ち込んでいる匝瑳市の仲間に向けて、気持ちの明るくなるよう思いを込めて演奏しました。

今年で匝瑳市との交流は、11年目を迎えました。これまでの青振連は、指宿温泉祭がメインの活動でしたが、これからは市内イベントへの出演などにも力を入れる予定です。鈴木さんは、目標である「おはやしが指宿市の誇りある伝統文化」となるよう、両市の懸け橋となって活動を続けていきます。



未来をつくる こどもたちの夢

夢先生

市内の小・中学校で毎年行われている「夢の教室」。こどもたちの「夢シート」の一部を紹介します。

「夢の教室」とは?

日本サッカー協会が、さまざまな競技の現役選手・OB・OGなどを「夢先生」として学校へ派遣。「夢を持つことや努力することの大切さ」「仲間と協力する大切さ」などを伝えます。ゲームの時間・トークの時間と、夢シートでメッセージのやり取りをします。



指宿小学校の授業から

将来の夢	夢先生の話で印象に残ったこと	夢先生へのメッセージ	夢先生からのメッセージ
けいさつ官 になって いいこと をしたい 小牟礼崇太	かんごし になって みんなの世話を 増元 未玲	あきらめない心 丸山斗馬	波戸先生へ指宿小に来て... くたさりのあつたごさいます... 先生のお話を聞いて、自分が夢を持つ ことの大切さを分かったと思います。 特に先生の努力が、私に大きな影響を 与えました。私も努力を怠らぬよう 頑張ります。先生、これからも よろしくお願いいたします。
声優 になって 本格的に、活動 したい 有村ゆい	大工 になって みんなの家を建てたい 川原暖	あきらめないで 前向きに 高峯百花	波戸先生へ指宿小に来て... くたさりのあつたごさいます... 先生のお話を聞いて、自分が夢を持つ ことの大切さを分かったと思います。 特に先生の努力が、私に大きな影響を 与えました。私も努力を怠らぬよう 頑張ります。先生、これからも よろしくお願いいたします。
		高桑彩花	波戸先生へ指宿小に来て... くたさりのあつたごさいます... 先生のお話を聞いて、自分が夢を持つ ことの大切さを分かったと思います。 特に先生の努力が、私に大きな影響を 与えました。私も努力を怠らぬよう 頑張ります。先生、これからも よろしくお願いいたします。

*今回は、2018年の夢の教室を取り上げました。今年、中学生になったみんなにステキな未来が訪れますように。

いぶすき 10 2020

- もくじ
- 02 ユメセシオン - 未来をつくるこどもたちの夢 -
 - 03 キラリ指宿人 - いぶすきで輝いている人 -
 - 04 特集 - いぶすきの魚を食べよう! 食べないなんてもったいない! -
 - 06 知っとく! ピックアップ
 - 12 スポコミ
 - 13 特産品シリーズ、かごしま国体・かごしま大会通信
 - 14 いぶすきまるごと博物館、芝生のおはなし
 - 15 魅力発見! 「指商」
 - 16 いぶすき日和
 - 17 まちの話
 - 18 知っとく - 情報掲示板 -
 - 28 みんなの本棚
 - 29 健康教室、健幸のひろば
 - 30 うぶごえ、おくやみ、水道工事当番店
 - 31 We LOVE BABY、日曜・祝日当番医・薬局
 - 32 お便りの広場、いぶすきクイズ
 - 33 旬の健幸レシピ
 - 34 報恩謝徳

今月の表紙

第33回アロハ献血 誰かの命をつなぐために



▲献血を行ったいぶすき菜の花レディの濱田希帆さん

アロハ献血が8月4日から3日間、市内23カ所で行われました。今年は、新型コロナウイルス感染症の影響で深刻な血液不足となっていたため、感染防止策を講じた上で開催。献血した聖地泰洋さん(摺ヶ浜南)は「個人での献血は30回目。自分の血液で誰かを助けることができるなら、今後も協力していきたい」と笑顔を見せました。3日間で548人が訪れ、477人の採血が行われました。

●人のうごき 9月1日現在(前月比)

総人口	38,724人(-61)	男	17,867人(-32)
世帯数	17,895戸(-25)	女	20,857人(-29)

今月の税金	期別	税の種類
	3期	固定資産税 都市計画税
4期	国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	
11月2日① 10月26日②	納付書での納期限 口座振替日	

①税務課収納対策室管理係 ☎2111 ☒232

地元で取れた魚を ご家庭で!!

魚介類には、タンパク質やカルシウム、ミネラル、ビタミンなど豊富な栄養が多く含まれ、健康維持に役立つといわれています。たくさん食べて健幸になりましょう!

【魚を使った料理のレシピ集】



鹿児島県ホームページ

【かごしま新鮮魚旬の情報サイト】



“いお・かごしま”
魚食普及拡大推進協議会



かいゑい漁業

いぶすきの魚を食べよう! 食べないなんて もったいない!

皆さんの食卓には、どれくらい頻度で魚が並びますか?
本市は、錦江湾や東シナ海に臨む地理条件により、豊かな水産資源に恵まれ、市内3つの漁協(指宿・山川町・かいゑい)では、毎日新鮮な魚が水揚げされています。
食欲の秋。漁業や小売りに携わる皆さんから伺った指宿で取れる・買える・食べられるおいしい魚の魅力をお伝えします。

地元の魚が買える店



指宿漁協や
かいゑい漁協を
中心に魚を仕入れ販売。
山下水産
やました としゆき
山下 敏行 さん(湯之里)(左から2番目)

- Q1** これからの季節においしくなる魚は?
A1 サバやブリ、パシウカジキ(秋太郎)がおいしくなります。脂がのってくるカマスを自家製の干物に加工もします。
- Q2** 市民の皆さんへ
A2 旬の魚を食べて季節を感じてほしいです。干物は、酸化防止剤を使わないのがこだわりです。お客さまからの声を聞いて、移動販売も始めました。週3回、市内数カ所です新鮮な魚や総菜などを販売しています。

市内で取れた魚は、地域の鮮魚店以外にも、市内量販店やスーパーマーケット、道の駅などでも販売されています。商品を選ぶときは、地元産の魚を探してみてください。

その魚、私たちが取ってます!



かいゑい漁業協同組合
はまさき けんじ
濱崎 健児 さん(脇)
脇浦漁港を
拠点に定置網業を
行ってます。

- Q1** これからの季節においしくなる魚は?
A1 パシウカジキ(秋太郎)やハガツオ、シイラ、カワハギ、ヒラソウダがおいしくなります。定置網はいろいろな魚が取れることが魅力です。以前網にかかったジンベエザメは、鹿児島水族館で展示されました。
- Q2** お勧めの食べ方は?
A2 カワハギは、やっぱり刺し身がおいしいです。刺し身で食べておいしい魚は、ドレッシングをかけてカルパッチョ風にしても楽しめます。シイラはフライもお勧めです。
- Q3** 漁業の魅力は?
A3 定置網業は仲間と一緒に協力して作業できることです。陸上で行う網の手入れも大事な仕事であり、魅力の1つです。

季節の旬の魚

代表的な旬の魚を紹介します。ぜひ、味わってください。

秋



パシウカジキ(秋太郎)

外洋性の魚ですが、秋になると沿岸に近づくので、定置網などで取ることができます。ほんのり赤みがかった刺し身が店頭で並び、様子に秋の訪れを感じる人も多いため、市ではかいゑい漁協管内の定置網などで取れます。

冬



ブリ

師走に脂ものり、おいしくなるので、【鯨】の漢字をあてるとの説もあります。市では錦江湾内の釣り付け漁業や定置網で取れる天然物、山川漁港内などの養殖漁場で取れる養殖物があります。

山川町漁業協同組合
さめしま じんいち
鮫島 甚一 さん(町6区)

山川漁港を拠点に錦江湾内で「一本釣り」「吾智網」「刺し網」を行っています。

- Q1** これからの季節においしくなる魚、お勧めの食べ方は?
A1 ブリが旬です。刺し身、照り焼きもおいしいですが、天然物のブリは「ブリしゃぶ」もお勧めです。
- Q2** 市民の皆さんへ
A2 地元の商店が少なくなったため、空き店舗を利用した販売所を開設しました。地元で取れた魚も買えます。地域の皆さんにぜひ食べてほしいですね。

指宿漁業協同組合
みやた きよたか
宮田 清隆 さん(摺ヶ浜北)

指宿港を拠点に沿岸で「定置網(壺網)」「刺し網」「タコ籠漁」を行っています。

- Q1** これからの季節にどのような魚が取れますか?
A1 冬にかけてボラを取ります。ボラは、珍味として知られるカラスミの原料になります。12月ごろに取れるアジもおいしいです。
- Q2** 地元で漁業をして感じることは?
A2 子どもたちにおいしい魚を食べてもらい、魚を好きになってほしいですね。



国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免制度

新型コロナウイルス感染症の影響により、次の要件を満たす人は、保険税（料）が減免となります。

【申請によって保険税（料）の減免の対象となる人】

減免基準	国民健康保険税	介護保険料・後期高齢者医療保険料
①新型コロナウイルス感染症により、世帯の主たる生計維持者が死亡か重篤な傷病を負った世帯の人	世帯の保険税を全額免除	世帯に属する被保険者の保険料を全額免除
②新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯の主たる生計維持者の収入減少（※）が見込まれる世帯の人	世帯の保険税の一部を減額か免除	世帯に属する被保険者の保険料の一部を減額か免除

※収入減少などについて

- 事業収入や給与収入など、収入の種類ごとに見た収入のいずれかが、令和元年に比べて10分の3以上減少する見込みであること
- 令和元年の所得の合計額が1,000万円以下であること
- 収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

注：申請には、収入を証明する書類（給与明細、売上帳、預金通帳 など）が必要です。

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料は(1)から(3)まで全ての要件に、介護保険料は(1)と(3)の要件に該当する必要があります。

【減免額の計算方法】

減免額 = 対象保険税（料）額（A×B/C） × 減額か免除の割合 D

【表1】対象保険税（料）額

A	保険税（料）額（本来お支払いいただく額）
B	主たる生計維持者の減少が見込まれる収入に係る令和元年の所得の合計額
C	世帯の令和元年の合計所得金額 ※介護保険料は主たる生計維持者の令和元年の合計所得金額

【表2】国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の減額か免除の割合 D

世帯の主たる生計維持者の前年の合計所得金額	減額か免除の割合 D
300万円以下のとき	全部
400万円以下のとき	10分の8
550万円以下のとき	10分の6
750万円以下のとき	10分の4
1,000万円以下のとき	10分の2

【表3】介護保険料の減額か免除の割合 D

世帯の主たる生計維持者の前年の合計所得金額	減額か免除の割合 D
200万円以下のとき	全部
200万円を超えるとき	10分の8

※【表2】・【表3】において、事業などの廃止や失業などの場合には、前年の合計所得金額にかかわらず対象保険税（料）の全部を免除

【対象となる保険税（料）】

令和2年2月1日から令和3年3月31日までの間に納期限が定められている令和元年度分の一部および令和2年度分の保険税（料）

減免を受けるには、申請が必要です

【持参するもの】 1. 印鑑（インキ浸透印不可） 2. 収入状況が分かる書類（売上帳、給与明細、確定申告書 など）※令和元年（平成31年）および令和2年の収入 3. 納税（入）通知書（令和元年度<平成31年度>および令和2年度）

【申請場所】 税務課／市民福祉課市民税務係

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、郵送による申請も受け付けます。申請書などは、申請場所に備え付けています。また、市のホームページにも掲載しています。

☎税務課☎221・225・227・235



市民の皆さんへ 指宿市新型コロナウイルス対策本部からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症予防のため、人と接するときは、間隔を空けて、マスクを着用しましょう。しっかり換気をし、手洗いも丁寧にいきましょう。感染した人や周辺の人などへの差別的な言動や誹謗中傷、不確かな情報を広めることがないように配慮してください。

新型コロナウイルス感染症に係るPCR検査費用を助成します。

新型コロナウイルス感染症PCR検査費用を助成します。申し込み手順など、詳しくは問い合わせてください。

助成対象者	指宿市民：新型コロナウイルス感染に対する不安を感じているが、保健所または医療機関から行政検査対象外と判断された市民。
助成額	1万円を助成（原則1人1回）
実施医療機関	市内協力医療機関
検査の大まかな流れ	<ol style="list-style-type: none"> 検査希望者は、かかりつけ医または医療機関へ電話で相談してください 医療機関は、予約の受付または検査できる医療機関を紹介します ※④⑤は実施しません 指宿保健センター（指宿庁舎敷地内）でクーポン券・同意書を受け取ってください ②で予約した医療機関でPCR検査を受けてください 検査後は、市の助成額（1万円）を差し引いた検査費用を医療機関に支払ってください 医療機関から受診者へ検査結果の通知があります
対象期間	令和3年3月31日☎まで

※保健所または医療機関の判断に基づくPCR検査（行政検査）は、助成対象外です。

「新型コロナウイルス接触確認アプリ」をインストールしましょう。

「厚生労働省 新型コロナウイルス接触確認アプリ COCOA」とは、スマートフォンの近接通信機能（Bluetooth）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について通知を受けることができるアプリです。右のQRコードからインストールできます。

詳しくはこちら



厚生労働省ウェブサイト

※情報元：厚生労働省 内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策推進室 情報通信技術（IT）総合戦略室

☎健康増進課新型コロナウイルス感染対策室（指宿保健センター）☎2111☎634



知っとくーピックアップアップ

04

10月はかごしま健康 イエローカードキャンペーン月間

「食べて、動いて、休んで、毎日の積み重ねが健康力!」

県では、県民の皆さんに健康への注意を喚起し、食生活の改善や運動の習慣化などの生活習慣の見直しを呼び掛ける「かごしま健康イエローカードキャンペーン」を健康関連団体と協働して展開しています。

県内の健康の現状

「健康かごしま21(2013年度～2022年度)中間評価」から一部抜粋

悪化している／改善が必要な目標項目

- 高血圧・糖尿病・脂質異常症有病者が増加
- メタボリック症候群の男性が増加
- 糖尿病治療継続者の割合が減少
- 肥満傾向にある子どもの割合が増加
- 低栄養傾向の高齢者の割合が増加
- 40～60歳代女性の肥満者の割合が増加
- ロコモティブシンドローム(運動器症候群)(※)を認知している者の割合が低い
- ※骨や関節、筋肉などの運動器の衰えが原因で、「立つ」「歩く」といった機能(移動機能)が低下している状態のこと
- 睡眠による休養を十分にとれていない人の割合が改善していない
- 60歳代の咀嚼良好者の割合が減少
- 60歳代の進行した歯周炎がある人の割合が増加

健康増進課健康指導係(指宿保健センター内)
☎21111 ☒282

高血圧や糖尿病の有病者推定数は増加しており、その要因である食生活や運動などの生活習慣の改善が必要です。

□ **1日の食塩摂取量をマイナス2g**
【現状】9.9g→【目標】7.5g未満(男性1人当たり)、6.5g未満(女性1人当たり)

※だしを上手に使う、汁は具たくさん、何にでもしょうゆをかけないなど、減塩の習慣を身に付けましょう!

□ **野菜をプラス1皿**

【現状】291g→【目標】350g以上(成人1人当たり)



□ **1日の歩数を増やしましょう。プラス15分で1,500歩増!**

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、ロコモティブシンドローム、うつ、認知症などになるリスクを下げることができます。



□ **適切な飲酒量を心掛けましょう!**

※1日のお酒の適量:ビールだと500mlまで、焼酎(25度)だと0.6合まで
(現状:「平成29年度県民の健康状況実態調査」結果から引用)
(目標:「日本人の食事摂取基準2020」から引用)



☎☎地域福祉課児童母子福祉係☎272
☒☒市民福祉課健康福祉係☎1114
☒☒市民福祉課健康福祉係☎125



知っとくーピックアップアップ

03

令和3年度 固定資産税・都市計画税の軽減

新型コロナウイルス感染症の影響により厳しい経営環境にある中小事業者などに対して、令和3年度課税分に限り、固定資産税および都市計画税を軽減します。

▶対象者・軽減率/以下の要件を満たす中小事業者等(※1)を対象とし、事業収入の減少率に応じて軽減

令和2年2月～10月の任意の連続する3カ月間の事業収入の対前年同期比減少率	軽減率
30%以上50%未満減少している人	2分の1
50%以上減少している人	全額免除

- (※1) 中小事業者等とは
- 資本金の額か出資金の額が1億円以下の法人
 - 資本金か出資を有しない法人のうち、常時使用する従業員数が1,000人以下の法人
 - 常時使用する従業員数が1,000人以下の個人
 - 大企業の子会社は除く

▶令和3年度軽減対象/償却資産および事業用家屋に係る固定資産税、事業用家屋に係る都市計画税
※事業用であっても土地は軽減対象外です。

▶申告手順

- ①認定経営革新等支援機関等(※2)で以下の点を確認
 - 中小事業者等であること
 - 事業収入が減少していること
 - 事業用資産であること
- ②認定経営革新等支援機関等の確認印が押された申告書に加え、同機関等に提出した必要書類(写し可)を申告窓口へ提出

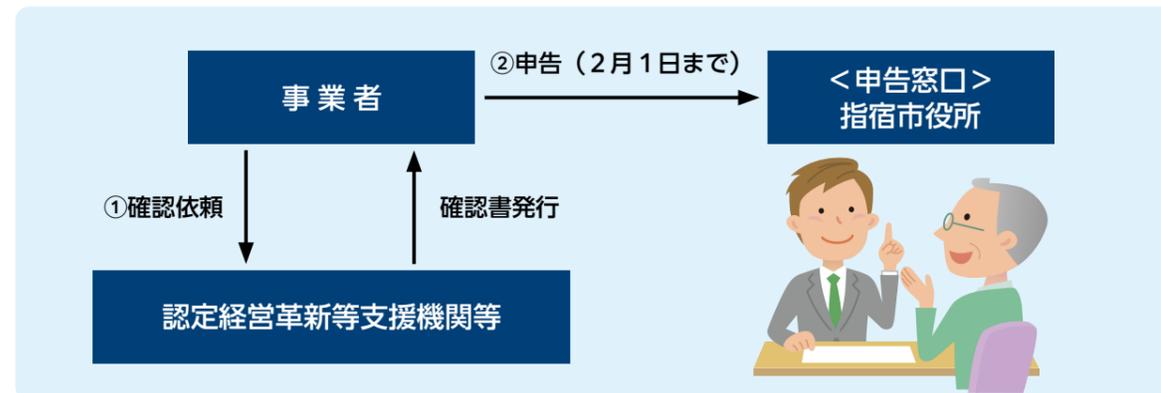
- (※2) 認定経営革新等支援機関等とは
- 税務、財務などの専門知識があり、一定の実務経験を持つ支援機関等(会計士、税理士、商工会議所、商工会 など)

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から郵送による提出をお願いします。
※詳しくは、中小企業庁ホームページで確認してください。



▲中小企業庁ホームページ

《申告の流れ》



▶申告に必要なもの

- 申告書(事業収入割合、特例対象資産一覧、中小企業者等であることの誓約 など)
- 収入の減少が分かる書類(会計帳簿や青色申告決算書の写し など)
- 特例対象家屋の事業割合を示す書類(青色申告決算書や収支内訳書 など)

▶申告様式の入手方法/税務課、☒☒市民福祉課、市ホームページ

▶申告期間/令和3年1月4日☉～2月1日☉



▲市ホームページ

☎☎〒891-0402 指宿市十町2424
税務課固定資産税家屋係☎21111☒227



知っとくーピックアップアップ

05

保育所などの入所案内

令和3年度の入所申し込みを受け付けます。
幼稚園、認定こども園の幼稚園部分の入所は、施設に直接申し込んでください。

- ▶対象/保護者の就労、妊娠や出産、病気、虐待やDVなどで保育が必要な児童
- ▶期間/11月2日☉～30日☉
- ▶提出書類/保育所等入所申込書、就労(予定)証明書など
- ▶申込書/地域福祉課、☒☒市民福祉課
- ▶申込方法/市窓口へ直接
- ▶対象施設(定員)
 - 乗船寺保育園(100人)
 - 光明禅寺保育園(70人)
 - 新西方保育園(60人)
 - 池田保育園(60人)
 - 利永保育所(30人)
 - 慈光保育園(60人)
 - 成川保育園(80人)
 - やまがわ保育園(45人)
 - 開間保育園(60人)
 - 川尻保育園(60人)
 - ひばりこども園(80人)
 - うおみこども園(55人)
 - つちはしこども学園(70人)

- 花のおさなご園(15人)
 - コスモス幼稚園・こすもす保育園(95人)
 - たいせいこども園(85人)
 - せいあこども園(15人)
 - 白百合幼稚園(20人)・しらゆき保育園(15人)
- ※定員は現時点のもので、変更になる場合があります。

☎☎地域福祉課児童母子福祉係☎272
☒☒市民福祉課健康福祉係☎1114
☒☒市民福祉課健康福祉係☎125





4 子育て支援事業で家庭をサポート

保育所・認定こども園・幼稚園などで、通常保育のほかに子育て支援事業を行っています。

※受け入れできる定員など、施設の状況によっては利用できない場合がありますので、ご了承ください。

一時保育

保護者が、病気やその他の事情で緊急・一時的に育児ができなくなったとき、次の施設で一時保育を行います。

- 光明禅寺保育園 ☎②369 新西方保育園 ☎⑤2861
- 池田保育園 ☎⑥2116 慈光保育園 ☎⑤0903
- やまがわ保育園 ☎③2301 開聞保育園 ☎②2100
- しらゆき保育園 ☎⑤6221 白百合幼稚園 ☎②3351
- ひばりこども園 ☎②5254 うおみこども園 ☎②2830
- コスモス幼稚園・こすもす保育園 ☎②5558
- つちはしこども学園 ☎②2020 たいせいこども園 ☎⑤2275

休日保育

日曜日や祝日などに、親が仕事などで保育ができない場合に行っています。申請が必要です。

申園 やまがわ保育園 ☎⑤2301

事前登録が便利です

病児保育 (指宿医療センター) ☎②2231

病気のため保育所などに行けない生後4カ月～小学校6年生の子どもに対し行っています。事前登録と利用時の申請・予約が必要です。

ファミリー・サポート・センター

(開聞保育園内) ☎②2022

子育ての援助をお願いしたい人と援助を行いたい人が会員となり、地域の中で子育て家庭をサポートする有償のボランティア活動です。

▶内容/生後3カ月～小学校6年生の子ども預かりや保育所などへの送迎 など

※どちらの事業も、保護者が指宿市内に勤務している場合は、市外の人でも利用できます。

6 児童虐待、ご一報を

11月は児童虐待防止推進月間

虐待は早期発見が重要です。あなたの身の回りで気になることが起こった場合には、通報してください。通報者の秘密は固く守られます。

通園 全国共通ダイヤル ☎189 (いちはやく)

県中央児童相談所 ☎099-264-3003

地域福祉課児童母子福祉係

☎②2111 ☎②271、☎②1063(直通)



子ども虐待防止
オレンジリボン運動

放課後児童クラブ

保護者が仕事などで昼間家庭にいない小学生を、平日の放課後や土曜日に預かります。

- ひばり児童クラブ(ひばりこども園) ☎②5254
- うおみ児童クラブ(うおみこども園) ☎②2830
- げんきっず(つちはしこども学園) ☎⑤2020
- 新西方(保) こうこうクラブ(新西方保育園) ☎⑤2861
- 池田児童クラブ(池田保育園) ☎⑥2116
- わんぱくキッズ(コスモス幼稚園・こすもす保育園) ☎②5558
- ひまわり会(みどり幼稚園) ☎⑤2021
- 徳光児童クラブ(慈光保育園) ☎⑤0903
- たいせい児童クラブ(たいせいこども園) ☎⑤2275
- 山川子どもクラブ(福元公民館) ☎④1396
- 開聞児童クラブ童夢(開聞保育園) ☎③2100
- 川尻マンゴーくらぶ(川尻保育園) ☎③2141

5 子育ての悩み、ご相談を

子育ての悩みについて、気軽に相談してください。

家庭児童相談室 (地域福祉課内) ☎2111 ☎666、☎②1063(直通)

児童問題(育児相談、児童虐待、不登校など)に関する相談に、相談員が応じます。

指宿保健センター ☎②2111 ☎282

育児不安や子どもの発育・発達など、親子に関する相談に応じます。

地域子育て支援センター

(乗船寺保育園内) ☎②4407、(開聞保育園内) ☎③2270

子育て親子に交流の場を提供し、子育て関連の情報提供や相談、援助などを行います。

子ども・家庭110番 (県中央児童相談所内) ☎099-275-4152

いじめや不登校、友人関係、家庭における問題など、悩みや不安があるときに電話で相談できます。

7 不登校の児童・生徒を支援

なのはな教室 (適応指導教室)

不登校の児童や生徒、それぞれに応じた相談と指導を行い、学校復帰を支援します。

▶場所/指宿庁舎北側別館2階 (旧中央公民館)

▶日時/毎週月～金9:00～15:30

第2② 9:00～12:00

※学校の授業日のみ

園 学校教育課学校教育係 ☎②2111 ☎422



子育て支援を紹介します

地域で支える子育て つながり



喜びや楽しさを感じながら子育てができるように、市内のさまざまな施設や団体が子育て支援活動を行っています。

※日程などは変更になる場合があります。

1 地域や学校などのサポート

家庭教育支援

家庭に必要な、子どもの養育や知識などを学べる教室や交流の場を、保育所・認定こども園・幼稚園や各小・中学校で開設しています。

ブックスタート

赤ちゃんに絵本をプレゼントする「ブックスタート」。絵本の読み聞かせを通して、赤ちゃんと保護者が心を通わせ、楽しく温かいひとときを過ごすことと、乳児期から本に親しむ習慣のきっかけづくりが目的です。

▶対象/市内に住所を有する平成31年4月1日以降生まれの子で、乳児(3～4カ月)健診を受診した子

▶プレゼントの内容

- 絵本1冊(6冊の中から選べます)
- コットンバック
- アドバイスブックレット

▶絵本を受け取るには

- ①乳児健診を受診する
- ②図書館で行われる読み聞かせイベントに参加する
※ブックスタート引換券、図書館児童利用者申請書、母子健康手帳を持参
- ③読み聞かせイベント終了後、プレゼントを受け取る

▶読み聞かせイベント

※指宿図書館は空調機改修工事により、令和3年2月1日②(予定)まで休館となるため、イベントを中止しています。また、山川図書館は開館していますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントを中止しています。イベント中止期間中は、イベントに参加しなくても絵本を受け取ることができます。詳しくは問い合わせてください。

園 社会教育課社会教育係

(ふれあいプラザなのはな館内) ☎③1023

2 子育てにエール ボランティアグループ

子どもたちの豊かな感性を育むため、わらべうたや読み聞かせ、紙芝居などを行っています。

- おはなし「風の会」 ☎090-6294-9195
- NPO法人本と人をつなぐ「そらまめの会」
☎080-6430-2827
- フルーツバスケット ☎⑤3300
- 山川「おはなしぶんこの会」 ☎③5127 (加藤 かつう)

3 親子で遊べる学べるところ

※現在、次の事業は、新型コロナウイルス感染症予防のため、中止しています。詳しい開催状況は、市のホームページを確認してください。

山川図書館

• ボランティアおはなし会
毎月第4④14:00～14:30

• 子ども映画会
偶数月第4④
15:00～15:30

園 山川図書館 ☎⑤3300

指宿図書館

※令和3年2月1日②まで
休館

• えほんのひろば
毎週④
10:30～11:15

• おはなしのとびら
毎月第3③
10:30～11:15

• 子ども映画会
奇数月第3③
11:20～11:50

園 指宿図書館 ☎③2827

コープ指宿店

• あそびの広場
毎週④ 10:30～
園 つちはしこども学園
☎⑤2020



特産品シリーズ

Special Product Series Vol.50



開聞十町の唐船峡食品は、35年前、町営のそうめん製造事業を継承し、現在はそうめんや麵つゆ、白だしなど、幅広く商品開発に取り組んでいる。

社内に入ると代表取締役社長の若山光保さんが笑顔で迎えてくれた。若山さんは同社で11年間製造や営業の経験を持ち、1年前に代表取締役社長へ就任した。

そんな若山さんのイチオシ商品は、「ゆず黒酢ポン酢」だ。先代が約15年前に開聞岳の麓を活用しようと、ユズの栽培を始めたことがきっかけで誕生した。

製造方法は、ユズの果実と皮から果汁とエキスを採取し、

ユズの爽やかな味わいを食卓へ

しょうゆと黒酢をベースに配合する。

健康志向の家庭でも安心して使えるよう、原料のしょうゆは無添加で、酢は県内の黒酢を使用している。

製造後は殺菌作業を行う。一般的に瓶詰め後の殺菌は約120度で加熱殺菌を行うが、ユズの香りを最大限に生かすため、80〜90度でじっくり殺菌する。

「1回の製造に時間を要してしまいますが、良いものをお客さまに届けたい」と思い、製造方法にこだわっています」と話す若山さん。製造方法は開発当時から変わらないという。

最後は社内でテイステイングを行い、味と香りを確かめる。日々の気候で変化する原料を見極めながら、その味を保ち続けるのは、社員らが丸となって積み重ねてきた経験と努力のおかげだ。製造技術を真摯に学び、同社を支える社員に、日々感謝の気持ち

を忘れません」と社員思いの若山さんだからこそ、現在の唐船峡食品があるのだろう。完成した「ゆず黒酢ポン酢」は、フレッシュな香りと爽やかな仕上がりが、愛情を込めてお届けする「ゆず黒酢ポン酢」は、主に国内で販路を広げているが、今後は海外への輸出も挑戦したいと話す。

日ごとに気温が下がり、体調を崩しやすい季節。体を温める鍋料理とともに「ゆず黒酢ポン酢」を使ってみてはいかがだろうか。

☎ 021111314
☎ 021111314
☎ 021111314



燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会



協議状況



今年の秋に鹿児島県で開催予定であった第75回国民体育大会「燃ゆる感動かごしま国体」・第20回全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、延期することがすでに決定しています。

日本スポーツ協会は、2023年に開催内定の佐賀県と2024年に開催内定の滋賀県が、それぞれ1年延期を受け入れたことから、鹿児島県に2023年の開催を提案し、県実行委員会で承認されました。

今後、日本スポーツ協会、スポーツ庁、日本障がい者スポーツ協会との4者協議で開催時期が正式に決定される予定です。本市では、両大会の開催準備を引き続き進めていきます。皆さんの協力をよろしくお願いいたします。

☎ 燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会
指宿市実行委員会事務局
(ふれあいプラザなのはな館内) ☎ 021014



市実行委員会
ホームページ

スポーツでまちを元気に

スポ☆コミ Vol.5 指宿×合宿 編

THANK YOU (^o^)/ For IBU×SHUKU

7月～8月に多くのチームが指宿での合宿を開催しました。今回は、合宿の様子をお伝えします。



7月23日～26日 薩摩隼人ボーイズ (中学生硬式野球)
普段は郡山の早馬球場が活動拠点。神村学園女子硬式野球部との練習試合も実施しました。



7月24日～26日 火の島Jrバレーボール少年団 (桜島)
7月25日には池田小、大成小との練習試合を実施。写真は、池田小と大成小混合チームvs火の島Jrです。



8月5日～7日 鹿児島ユナイテッドU-15 (中学生サッカー)
総勢49人と大人数での合宿！最終日は、U-18 (高校生サッカー) も練習試合で合流しました。



8月7日～10日 鹿児島城西高校駅伝部
夕方から行われた指宿市営陸上競技場での練習風景。指宿市の県下一周駅伝チームも練習に参加しました。



8月8日～10日 鹿児島実業高校女子バレーボール部
開聞総合体育館にて、指宿商業高校と合同合宿。写真は、鹿児島実業の合宿風景です。



8月8日～10日 FCアンジョイ (鹿児島市)
小学生サッカー35人。鹿児島市や南九州市に所属するチームと一緒に練習試合も実施。写真は通常の練習風景です。

「指宿発の大会やスポーツイベントを企画したいっ！」 そんな情熱をSCIがお手伝いします！

SCIでは、スポーツを通して市外の方が指宿を訪れることで、経済効果や地域交流が盛んになるよう取り組んでいます。スポーツイベントや大会を検討して

いる人は、ぜひ事務運営部に連絡してください。施設の予約や宿泊、運営など、精いっぱいサポートします！

☎ SCI 事務運営部 ☎ 021014



魅力発見！「指商」 Vol.3

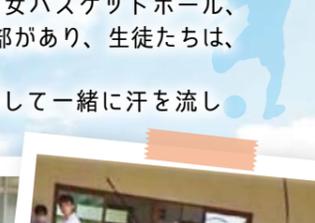
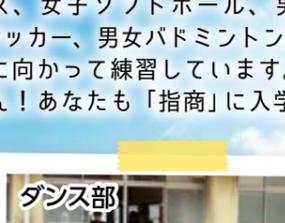
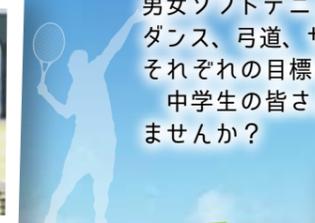


「指商」の部活動

3回目は、「指商」の体育系部活動を紹介します。

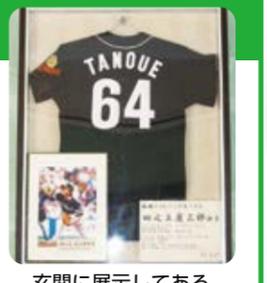


「指商」には、野球、男女バレーボール、陸上競技、男女卓球、男女ソフトテニス、女子ソフトボール、男女バスケットボール、ダンス、弓道、サッカー、男女バドミントン部があり、生徒たちは、それぞれの目標に向かって練習しています。
中学生の皆さん！あなたも「指商」に入学して一緒に汗を流しませんか？



指商豆知識

指商からは、
田之上 慶三郎さんと
故 永射 保さんの2人の
プロ野球選手が誕生しました。



玄関に展示してあるユニホーム

指商クイズの答え

あ=A い=B う=C
3人とも各競技の指導をしています。
指商は、指導者陣も充実しています。



男子バレーボール部 富田教諭

? 指商クイズ? IBUSHO QUIZ

◎ 教諭と該当する経歴などを線で結んでください。

あ	い	う
苑塚教諭	向井教諭	木内教諭
A	B	C
バドミントンの県大会で6回優勝	大学生の時に、箱根駅伝に3回出走	バレーボールの国際審判免許を所持

指商商業高校 ☎2204

いぶすきまるごと博物館 vol.172

昭和47年(1972)、鹿児島県で初めての国民体育大会(以下、国体)が開催されました。この国体は「太陽国体」と名付けられ、県全体が大いに盛り上がりました。本市では、自転車競技・卓球・一般準硬式野球の3競技が開催され、多くの地元出身選手が出場しました。そもそも国体は、戦後の荒廃と混乱の中で、スポーツを通して国民に勇気と希望を与えようと開催が提案され、第1回大会は、昭和21年(1946)に戦災を免れた京都府を中心とした近畿地方で開催されました。

県で初開催となった国体に伴って、多くの選手や観光客を迎え入れるために、県内各地でインフラ整備が進められました。自転車競技の開会式が行われた丹波小学校体育館は、太陽国体開催年の昭和46年(1971)に完成したものです。それ以外にも卓球の試合会場となった柳田小学校体育館や指宿高校体育館、一般準硬式野球の試合会場となった市営野球場は、国体以前に建設され、現在も使用しています。太陽国体以降、本市では市民のスポーツ熱が年々高まり、陸上競技場や総合体育館など多くの体育施設が建設されました。

当時の指宿市役所は、現在の柳田校区公民館や市営十町団地にありました。旧庁舎は指宿町時代の昭和9年(1934)に建設されたもので、昭和29年

太陽国体時の指宿

(1954)に今和泉村との合併後も庁舎として利用され、太陽国体では炬火リレーの中継地点にもなりました。しかし、昭和48年(1973)に老朽化のため、現在の場所に建て替えられました。

時遊館COCCOはしむれでは、太陽国体に注目したミニ企画展「太陽国体 今昔物語」を11月3日まで開催しています。48年前と現在の指宿は、変化した場所もあれば、当時のままの場所もあります。ミニ企画展では「太陽国体」の写真や指宿で開催された競技写真と受賞したトロフィーやメダルなどを展示していますので、「太陽国体」で盛り上がった当時の様子を見てみませんか。

歴史文化課文化財係 ☎5100



▲自転車競技の開会式が開かれた丹波小学校



▲旧指宿市役所

市サッカー・多目的グラウンド通信 芝生のおはなし 後編

今回はウインターオーバーシード(WOS)と冬芝(ペレニアルライグラス)の話です。

夏芝(ティフトン)は気温が下がると、休眠して葉が茶色くなります。冬の間も緑色のグラウンドにするために、夏芝が休眠する前(10月頃)に、夏芝を短く刈り込み、夏芝の上から冬芝の種をまきます。この手法をウインターオーバーシードといいます。種をまいてからおよそ1か月から1か月半ほどで一面緑色の冬芝のグラウンドが出来上がります。冬のグラウンドの芝生としてよく使われるのが、寒さに強いペレニアルライグラスという牧草の一種です。葉の表面には光沢があり、色も鮮やかで見た目が美しいのが特徴です。

ところで、テレビなどでサッカー観戦をした時に、グラウンドのしま模様(ゼブラ模様)に気付いたことはありませんか。これは芝刈りをする際に芝刈り機で芝生を押さえ付けられることで付く模様です。芝刈りの副産物であり、い

わば芝生の寝癖です。グラウンドによってひし形や丸い模様の場合もあります。冬芝は夏芝よりもはっきりとゼブラ模様が出ます。サッカー観戦をする時はぜひ芝生の模様にも注目してみてください。

春になり気温が上がってくると、夏芝が休眠から覚めるため、冬芝を短く刈り込み、出てきた夏芝の葉にたくさんの日光を浴びさせます。夏芝は成長が早く、逆に冬芝は暑さに弱いので、次第に元気をなくします。そうして夏前には一面夏芝のグラウンドが出来上がります。冬芝で夏芝を覆うことによって夏芝の茎や根を保護することや雑草の侵入防除にもつながります。

時期によって変化するグラウンドの芝生にも注目してください。

スポーツ振興課施設管理係 ☎0203

9月7日撮影





海岸協力団体指定証を受領 今後も地域に根ざした活動を

海岸協力団体指定証交付式が7月31日、市役所で行われました。海岸協力団体への指定により、地域に根ざした活動が促進され、実情に応じた多岐にわたる海岸管理の充実につながることを期待されています。指宿港海岸保全推進協議会みなみこうせいの南荒生会長みなみこうせい（南迫田）は「たくさんの人の尽力でここまで活動することができた。指宿港海岸は一部一般開放が始まったので、これからも全区間の完成を目指して取り組んでいきたい」と期待を膨らませました。



指定証を受け取った南会長（前列中央）

自分だけの落ち着いた空間 安心して避難所生活を

福尚が9月15日、市ヘダンボール製ベッドとパーテーションをそれぞれ30組贈呈しました。今回の取り組みは、台風などの自然災害により市民が避難所での生活を余儀なくされた場合を想定し、プライバシーの確保や新型コロナウイルス感染症防止対策などに貢献したいという思いから行われました。福永昭ふくながしやういち 代表取締役（細田東前）は「避難された皆さんが安心して快適な生活を送ることができたらうれしい」と思いを伝えました。



ダンボール製ベッドとパーテーションを贈呈する福永代表取締役（左）

「燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会」延期 PRのぼり旗を再利用

市生涯学習講座「エコバッグ制作」が7月28日、ふれあいプラザなのはな館で行われました。「燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会」の延期で使われなくなったPRのぼり旗を再利用。市民の皆さんがエコバッグを見つけたときに大会を思い出し、今後の延期開催を前向きに考えるきっかけにしてほしいとの思いで、企画されました。受講した中里静枝さんなかざとしずえ（池田）は「オリジナルのエコバッグを早く使ってみたい」と感想を述べました。



エコバッグを作る参加者たち

シルバー美術展が開催 141点の力作が集う

第31回いぶすきシルバー美術展が8月3日から15日まで、時遊館COCCOはしむれで開催されました。今回は、県内60歳以上（最高齢95歳）の皆さんから応募のあった油絵や水彩画など141点を展示。最優秀賞には、31回の美術展の中で初めて水墨画の作品が選ばれ、受賞した上村律子さんかみむらりつこ（向吉）は「まさか受賞できるとは思わなかった。今後も絵画だけでなく、書道など他の分野にも挑戦して楽しみたい」と喜びを語りました。

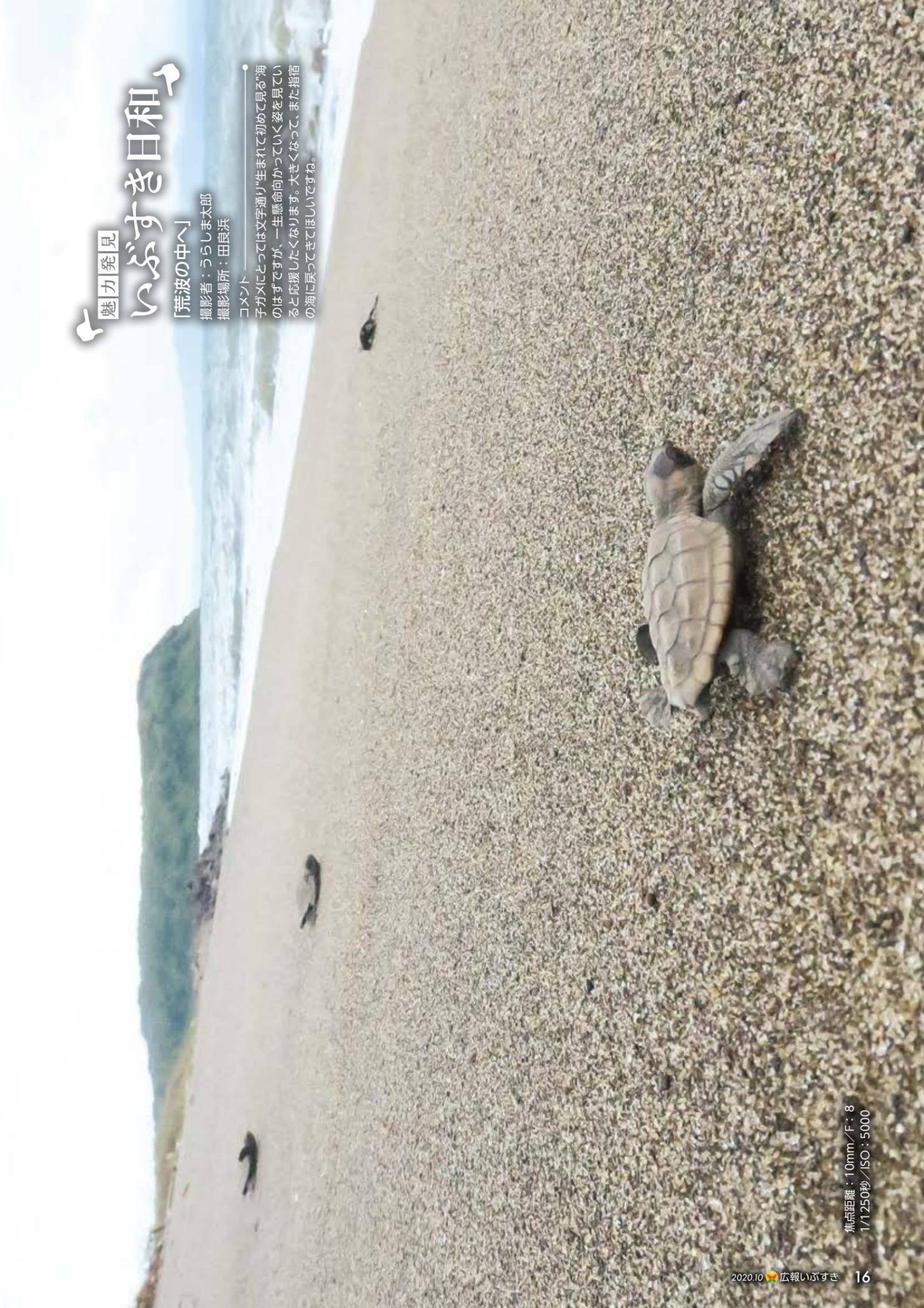


最優秀賞作品「収獲」を披露する上村さん

魅力発見 いぶすき日和 「荒波の中へ」

撮影者：うらしま太郎
撮影場所：田良浜

コメント
子ガメにとっては文字通り「生まれて初めて見る海のはずですが、一生懸命向かっていく姿を見てみると応援したくなります。大きくなって、また指宿の海に戻ってきてほしいですね。



募集

お知らせ

催し

情報掲示板

知

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
山形庁舎 ☎0993-34-1111
開聞庁舎 ☎0993-32-3111

募集

障害者職業能力開発校
令和3年度訓練生

障害のある人を対象に、入
校生を募集します。

▼応募資格/身体障害者手帳、
療育手帳、精神障害者保健
福祉手帳保持者

※手帳のない人は相談してく
ださい。

▼訓練する科/

情報電子科・グラフィック
デザイン科・建築設計科・
義肢福祉用具科・OA事務
科・パレル科・造形実務科
▼訓練期間/令和3年4月
1年間

▼募集期間

指宿市東方9300番地1

スポーツ振興課スポーツ振
興係(ふれあいプラザな
はな館内) ☎020203

市駅伝競走大会の
出場チーム

職場やクラブチーム、学校
の仲間などで参加しませんか。
自作のユニホームで、会社や
お店のPRも大歓迎です。

▼期日/11月15日⑩
※荒天中止(小雨決行)
▼場所/宮ヶ浜港周辺
▼区間距離など

・中学生・一般の部
1区3km、2区〜6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)
※市民の他、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
▼申込先/スポーツ振興課
▼申込方法/持参、メールか
FAX
▼申込締切日/10月28日⑩
▼お問い合わせ/ふれあいプラザな
はな館内 ☎020203
F 020204
E sport@city.ibusuki.jp

お知らせ

おわびと訂正

広報いぶすき9月号25ペー
ジ「障害者委託訓練生の募
集」で鹿児島障害者職業能力
開発校の電話番号に誤りがあ
りました。正しくは「099
614412206」です。お
わびして訂正します。

学校給食試食会の中止

毎年11月に開催していた学
校給食の試食会は、新型コロナ
ウイルス感染症拡大防止の
観点から中止となりました。
指宿市学校給食センター
☎0201530

いぶすきふれ愛
フェスタの中止

10月25日⑩に予定していた
第19回いぶすきふれ愛フェス
タ(同時開催・第20回ふれあ
いフレンド文化祭in指宿)は、
新型コロナウイルス感染症拡
大防止の観点から中止となり
ました。
▼長寿支援課高齢者支援係
内264

各地域文化祭の中止

毎年10月下旬から11月に開
催していた指宿・山川・開聞
各地域の文化祭は、新型コロナ
ウイルス感染症拡大防止の
観点から中止となりました。
▼開聞歴史文化課文化財係
☎0205100

戦没者・市民戦災死し者
追悼式の中止

毎年開催していた戦没者・
市民戦災死し者合同慰霊追悼
式は、新型コロナウイルス感
染症拡大防止の観点から中止
となりました。
▼指宿遺族会事務局(託摩)
☎0901208318456
地域福祉課課保護係 ☎277

図書館フェスティバルの中止

11月7日⑤に予定していた
図書館フェスティバルは、新
型コロナウイルス感染症拡大
防止の観点から中止となりま
した。

▼社会教育課社会教育係(ふ
れあいプラザなのはな館内)
☎0201023

特設人権相談所の中止

本年度予定していた特設人
権相談所の開設は、新型コロナ
ウイルス感染症拡大防止の
観点から中止となりました。
人権相談を希望される場合は、
電話かインターネット窓口へ
相談してください。

▼鹿児島県方法務局知覧支局
☎099318312208
みんなの人権110番
☎057000031110
女性の人権ホットライン
☎05700070810
子どもの人権110番
☎012000071110
Telephone Counseling
(外国語人権相談ダイヤル)
☎05700909111

ハロウィンジャンボ
宝くじの発売

▼期間/9月23日⑩〜10月20
日⑩
▼抽選日/10月27日⑩
▼販売価格/1枚300円
※収益金は、市町村の住みよ
いまちづくりに使われます。
▼鹿児島市町村振興協会
☎0992061001

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く
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

Jアラートの全国一斉
情報伝達訓練

市内全域の防災行政無線の
スピーカーから、一斉放送
(訓練放送)を行います。
▼日時/10月7日⑩11時頃
▼申請/危機管理課消防防炎係
内151

第31回指商デパートの延期

指商デパートは31年目を迎え、本年度を新たなスタ
ートの年と位置付け、開催に向けて準備をしていま
したが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から
来年へ延期となりました。
来年指商デパートで市民の皆さんと笑顔で会える日
を楽しみにしています。
今後ともご支援、ご協力をよろしく申し上げます。



指宿商業高校 ☎2204

第40回いぶすき菜の花マラソン
大会・第29回いぶすき菜の花
マーチについて

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、令
和3年1月10日⑩に開催を予定していた「第40回い
ぶすき菜の花マラソン大会」は1年間延期することと
し、同年1月23日⑩、24日⑩に開催を予定していた
「第29回いぶすき菜の花マーチ」は中止することと
なりました。
次回開催の際には、両イベントへのご参加と、変わ
らぬおもてなしや声援をよろしくお願いいたします。
なお、代替イベントの詳細は広報いぶすき11月号
でお知らせします。

▼いぶすき菜の花マラソン大会 実行委員会事務局
(指宿市観光協会内) ☎0202550
いぶすき菜の花マーチ 実行委員会事務局
(指宿市観光協会内) ☎0203252

募集

お知らせ

催し

インフルエンザ予防接種
費用の一部助成

予診票は10月に配布します。
▼期間／10月1日(金)～令和3年1月31日(金)
※国からの要請により、10月26日(月)までは高齢者の優先接種にご協力をお願いいたします。

▼対象／生後6カ月以上の人の助成額／千円
※65歳以上の生活保護受給者は全額助成(要申請)
▼助成回数／1人1回
▼実施場所／市の指定医療機関(一覧を予診票に同封)
▼接種時に必要なもの／予診票、保険証(各種保険証、高齢者受給者証など)、健康手帳(所有者のみ)、母子健康手帳(18歳未満の人)
▼その他
・医療機関へ事前予約が必要
・予診票裏面の質問事項などを事前に記入

▼指宿保健センター内283
④市民福祉課 ④11113
④市民福祉課 ④125



精神保健福祉普及運動

10月19日(月)～25日(日)は精神保健福祉普及運動期間です。精神保健福祉への理解を深め、心の健康について考えてみましょう。

心の健康相談

本人や家族の「心の健康」に関する悩みや不安、心配事などの相談に、専門の医師や保健師が応じます。※詳しくは、問い合わせてください。

指宿保健所保健係

④3854
地域福祉課障害福祉係 ④275

秋の行政相談週間

暮らしの中で、行政に対する疑問や要望などを相談できます。相談は無料で、秘密は固く守られます。

山川地域

▼日時／10月20日(火)15時～17時

▼場所／浜児ヶ水集落センター

▼担当／福留みさ子
④090-9790-3714

開間地域

▼日時／10月22日(木)～24日(土)13時～15時

▼場所／開間農業構造改善センター

マイバッグキャンペーン
強化月間

県では、7月から開始されたレジ袋有料化と併せて「マイバッグキャンペーン」を実施しています。10月は「強化月間」として、ポスターの掲示や参加店舗による店頭での呼び掛けを行っています。

マイバッグを利用することで、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、海洋ごみの抑制などにつながります。地球に優しい暮らしに努めましょう。
▼期間／10月1日(金)～31日(土)
▼県廃棄物・リサイクル対策課 ④099-2886-2594



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、公民館長などに問い合わせてください。

▼収集日・地区
・10月17日(土) 丹波校区
▼収集時間／7時～8時30分
※特大のごみ袋に入らないものが、粗大ごみです。
▼環境政策課生活衛生係 ④245

センター
担当／村山陽子

④4814

指宿地域

▼日時／10月27日(水)10時～13時

▼場所／指宿老人福祉センター

▼担当／今柳田浩一

④26344

問 総務課総務係 ④113

労使間のトラブルに
関する出張合同相談会

県労働委員会では、より多くの人に気軽に労働相談を利用していただけるように、出張合同相談会を開催します。相談は無料で、秘密は固く守られます。労働者、使用者のどちらでも気軽に相談してください。

▼日時／10月20日(火)10時30分～15時30分(15時受付終了)

※予約者優先

▼場所／指宿庁舎北側別館2階(旧中央公民館)

▼相談事例／解雇、雇止め、配置転換、賃下げ、パワハラ、セクハラ など

▼その他相談会

・10月17日(土) 鹿児島市勤労者交流センター

・10月27日(火) 県庁

※詳しくは、県ホームページか県労働委員会事務局へ問い合わせください。

犬の登録と
秋季狂犬病予防注射

犬(生後91日以上)を飼っている人は、狂犬病予防法で「生涯1回の登録」と「毎年1回の狂犬病予防注射」が義務付けられています。集合予防注射は、どの会場でも受けられます。都合がつかないときは、動物病院などで必ず受けましょう。

▼登録手数料／3千円
▼予防注射料／3400円
▼注意事項
・事前に届くはがきを必ず持参してください。春の集合予防注射、動物病院で接種していた場合は、はがきは

届きません。
・犬をしっかり固定できる人が連れて来てください。
・犬のふんなどは持ち帰ってください。
・犬が死亡した場合や、登録内容に変更がある場合は連絡してください。
・約2週間は他の予防注射を受けさせないでください。
・妊娠・授乳中は予防注射を避け、後日受けてください。
・注射後、異常があったら、獣医師に相談してください。
▼環境政策課生活衛生係 ④246 ④市民福祉課市民税務係 ④123 ④市民福祉課市民税務係 ④122

狂犬病予防注射の日程

※年1回狂犬病予防注射が義務付けられています。
※春期(集合)・動物病院で予防注射を受けた犬は対象外です。

期 日	時 間	場 所
11月12日(金)	9:00～9:20	池田校区公民館
	9:45～10:00	小牧宮農研センター
	10:15～10:30	今和泉校区公民館
	10:50～11:05	下吹越公民館
	11:20～11:35	五郎ヶ岡公民館
11月13日(土)	9:00～9:15	湊児童公園前
	9:30～9:45	丹波校区公民館
	10:00～10:20	下里公民館
	10:35～10:50	ホワイトホールなかこうじ
	11:05～11:20	旧指宿合同庁舎(保健所)
11月16日(月)	9:00～9:15	温湯公民館
	9:30～9:45	久保集会所施設
	10:00～10:15	宮之前宮農研センター
	10:30～10:45	宮ヶ浜駅前
	11:00～11:15	大園原公民館
11月17日(火)	9:00～9:15	玉利公民館
	9:30～9:45	宮自治公民館
	10:00～10:15	柳田校区公民館
	10:30～10:45	瀧山公民館
	11:00～11:20	市役所指宿庁舎 西側車庫前
11月18日(水)	9:00～9:15	福元公民館
	9:35～9:50	成川区民センター
	10:05～10:20	小川区集落センター
	10:35～10:50	利永集落センター
	11:10～11:30	徳光公民館
11月19日(木)	9:00～9:15	川尻ふれあい交流館
	9:35～9:50	開間農村環境改善センター駐車場
	10:05～10:20	十町西部地区農村研修センター
	10:40～10:55	旧JAIいぶすき仙田支所
	11:15～11:30	上野地区農研センター

消費生活センターの
ワンポイントアドバイス

「解約保証」のほが
定期購入トラブルに注意

▼事例

インターネット通販で「初回300円、〇日間解約保証」と表示されたダイエツトサプリメントを注文した。効果を感ぜられなかったため、解約保証期間内に解約を申し出ると、「4カ月以上の定期購入が条件の契約となっているので、解約には4カ月後に連絡が必要」と言われた。「〇日間解約保証のほが」と言うと、「その場合は、通常価格1万5千円の支払いが必要」との回答だった。そのような規約は、ページのかなり下部まで見ないと分からなかった。

▼解説
事業者によって対応が違うため、商品注文する際には、目立つように表示されている「初回300円」「初回実質〇円(送料のみ)」といった価格だけでなく、定期購入が条件となっていないか、定期購入の場合の継続期間や支払うことになる総額など、契約内容をよく確認しましょう。

・継続期間が定められていない場合でも、解約に当たって「次回発送日の〇日前までに申し出が必要」のように申請期間に制限がある、通常価格を支払う必要があるなど、条件が定められているケースがみられます。

・困ったときは、早めに消費生活センターに相談してください。

▼市消費生活センター(商工水産課内) ④2334



募集

お知らせ

催し

子育て世帯への臨時特別給付金は11月2日(月)までに

職場から令和2年4月分(3月分)の児童手当を支給されている公務員で、まだ申請が済んでいない人は、所属長から配布された申請書に児童手当の受給証明を受けた後、地域福祉課へ申請してください。

期限後は申請を受け付けることができませんので、注意してください。

▶申請期限/11月2日(月)まで
※公務員以外は、6月9日に児童手当の振り込み口座へ支給済です(令和元年度児童手当現況届未提出者を除く)。

申問 地域福祉課児童母子福祉係 ☎272
山市民福祉課健康福祉係 ☎1114
市民福祉課健康福祉係 ☎124

鳥インフルエンザウイルスの侵入防止対策

鳥を飼う人は、ウイルスの侵入防止に努めましょう。
野生動物との接触を避けよう
野鳥などのは、病気をもち込む危険性があります。
鳥小屋に防鳥ネット(網目2cm以下程度)などを取り付け、侵入を防ぎましょう。
野鳥などの排せつ物は、ウイルスを含むことがあります。餌・飲み水への混入や接触に注意しましょう。
鳥小屋はいつも清潔に
ふんや食べ残しの餌などはこまめに掃除し、鳥小屋を

清潔にし、おきましよう。
消毒を実施しましょう
鳥小屋に入るときは、必ず長靴などを消毒しましょう。鳥小屋周辺に、消石灰を散布するとさらに効果的です。鳥に異常を感じたら
鳥が弱り様子がおかしいときは、早めに獣医師に相談してください。飼育する鳥が次々と死んだ場合や、野鳥などが複数死んでいる場合は、触れずに市にすぐ連絡してください。
飼育の届け出
伝染病予防のため、鶏、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ホロホロ鳥、七面鳥

農業後継者の就農奨励金

▼対象/市内に住所がある人で、平成28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(審査有り)
▼奨励金/5万円(1回限り)
▼申込方法/農政課で申込書を入力し、記入の上持参
▼申込締切日/11月6日(金)
申問 農政課人・農地プラン推進室推進係(いぶすき農業支援センター内) ☎724

サツマイモの病害にご注意を



近年、県内のサツマイモ産地において、サツマイモ基腐病を主な要因として、ツルが枯れ、イモが腐るなどの被害が発生しています。
次の対策を徹底し、発生予防に努めましょう。

▼今作への対策
・発病株は早急に抜き取り、ほ場外へ撤去する
・発病株を撤去した後、Zボルドーやジーフライン水和

台風被害を受けた森林への補助制度

台風被害を受けた森林を放置すると、水を蓄える機能が低下し、山崩れなどの山地災害の原因となります。被害を受けた森林の伐採や造林を行うと、県の補助制度を利用できる場合があります。制度を活用し、森林機能の保全・回復に努めましょう。
▼補助制度
・造林補助事業
補助率36%~72%
・みんなの森づくり県民税関係事業 補助率70%
・ふるさとの森生産性強化対策事業 補助率50%
※森林組合や森林整備公社などに森林管理を委託している場合も、補助の対象になる場合があります。

心の健康相談

本人や家族の「心の健康」の悩みや不安、心配事などに専門の医師が相談に応じます。
▼日時/11月4日(金)14時~
▼場所/指宿保健所
▼相談の例
・憂鬱な気分が続く、やる気も起きず眠りも浅い
・家族が部屋に引きこもりがちで、どう対応すればいいかわからない
・家族に不審な言動が見られ、病院を受診させるべきか迷っている
・物忘れがひどく、日常生活に支障を来している など
▼相談料/無料
▼予約締切日/10月29日(金)
※保健師への相談は、随時受け付けています。
申問 指宿保健所保健係 ☎3854

フェリーなんきゅう 冬ダイヤ(11月~2月)	
山川港発	根占港発
8:00	9:00
10:00	11:00
13:00	14:30
15:30	16:30

※所要時間は約50分です。出航の15分前までに、乗船手続きを済ませてください。



予問 なんきゅうドック山川営業所 ☎0012
経営者向け定期相談会
売り上げ拡大・経営改善・商品開発など経営上のあらゆる相談に専門家がチーム体制で応じます。相談は無料です。※予約制のため、あらかじめ相談内容をお知らせください。

山川 根占航路 冬ダイヤに変わります
フェリーなんきゅうが、11

補助制度に関すること
県南薩地域振興局林務水産課林務係 ☎0993521335
森林管理の委託に関すること
かごしま森林組合いぶすき支所 ☎1011
その他/耕地林務課林務管理係(いぶすき農業支援センター内) ☎719

健康維持に活用を 医療費を助成します



該当する人には、保険適用分の医療費の支払額を、全額助成します。申請して、認定を受ける必要があります。
▼対象
・重度心身障害者医療費助成
・身体障害者手帳の1級か2級を所持する人
・療育手帳A1かA2の所持者
・療育手帳B1の所持者
・知能指数が35以下と判定された人

ヘルシーランド露天風呂~たまた箱温泉~ 露天風呂入浴割引券 10月分

有効期間 令和2年10月2日(金)~31日(土)
●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(金)(祝の場合は翌日)
※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、奇数日は逆になります。
ヘルシーランド ☎6966 露天風呂「たまた箱温泉」 ☎3577

ヘルシーランド露天風呂~たまた箱温泉~ 露天風呂入浴割引券 11月分

有効期間 令和2年11月1日(日)~30日(月)
●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(金)(祝の場合は翌日)
※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、奇数日は逆になります。
ヘルシーランド ☎6966 露天風呂「たまた箱温泉」 ☎3577

▼対応者/鹿児島県よろず支援拠点のコーディネーター
▼相談の例
・新型コロナウィルス感染症対策の支援や助成金について知りたい
・売上げが落ちてきている
・資金調達、資金繰りに悩んでいる
・これまでもとは違う販路を開拓したい など
▼日時/毎月第2(金)10時~16時
※1事業者約1時間の相談
▼場所/山川文化ホール2階相談室A
申問 商工水産課商工運輸係 ☎313
ひとり親家庭等医療費助成
▼対象
・18歳未満(18歳に達する日以降の最初の3月31日まで)の児童を養育している母子
・父子家庭、父母のいない家庭、父か母に一定の障害がある家庭
※一部対象にならない家庭もあります。
共通事項
▼請求期限/診療月の翌月から6カ月(受給資格者証を提示)
申問 重度心身障害者医療費助成 地域福祉課障害福祉係 ☎274
市民福祉課健康福祉係 ☎1114
市民福祉課健康福祉係 ☎125
子ども・ひとり親家庭等医療費助成 地域福祉課児童母子福祉係 ☎272
市民福祉課健康福祉係 ☎1114
市民福祉課健康福祉係 ☎124

募集

お知らせ

催し

募集

お知らせ

催し

PICK UP NEWS



令和2年度 第1回当選者決定



健幸マイレージ



健康づくりに取り組み、ポイントを貯めて応募すると、抽選で賞品が当たる健幸マイレージ。7月21日に抽選を行い、応募総数1,932口の中から150人が当選しました(当選賞品は、8月末までにお届け済みです)。

▶一般の部

商品券(3千円)

下拂 千鶴子さん(中小路) 折田 孝善さん(柳田) 坂口 利代子さん(小川東)

特産品詰め合わせセット

谷迫 いつ子さん(下原) 北岡 榮一さん(久保) 大平 シズコさん(川尻東) 他5名

商品券(2千円)

東 知行さん(小牧中) 大川 茂子さん(成川浜) 中村 芙佐美さん(大牟礼西) 他13名

商品券(1,500円)

王子田 一雄さん(小田) 篠原 郁代さん(成川浜) 加治屋 進さん(湯山)

川畑 芳子さん(東上) 松山 サチ子さん(中) 鮎川 秋郎さん(瀧口) 他19名

「フラワーパークかごしま」オリジナル商品(ハーバリウム)

新村 久美子さん(脇) 徳永 正信さん(湯之里) 土屋 ヤエ子さん(宮ヶ浜) 他12名

商品券(千円)

上野 哲意さん(弥次ヶ湯) 木之下 三美さん(湊上) 新川床 貞子さん(垂門)

白山 藤宏さん(二月田) 川畑 キクエさん(小川東) 谷村 カスミさん(谷村) 他76名

▶子どもの部/図書カード(3千円)

福永 朋花さん(柳田)

▶次回抽選予定日/11月17日

健康・協働のまちづくり課(ふれあいプラザなのはな館内) ☎1003

▶次回応募締切日/11月10日必着

多数の応募をお待ちしています。

かごしま子育て支援
パスポート事業

子育て家庭を応援する「かごしま子育て支援パスポート事業」の協賛店舗を募集しています。

▼事業の仕組み

妊娠中の人や18歳未満の子どもがいる世帯に、パスポートを交付します。協賛店舗では、パスポートを提示した人に、子育て支援サービスを提供します。

▼支援サービスの内容

子育て家庭を応援する趣旨のサービスであれば、業種・内容は問いません。

▼協賛店舗のサービス内容は、支援パスポートWEBサイトで確認できます。

▼協賛店のメリット

子育て家庭を応援する店舗をPRでき、イメージアップにつながります。

▼申込方法

支援パスポートWEBサイトから
県子育て支援課へ申請書を郵送(申込書は市ホームページからダウンロード)

産後ケア事業を利用しませんか

産後ケアは、助産院などに宿泊して、母親と子がゆっくり過ごしながら、授乳や沐浴などの指導を受け、産後の母親の体力回復を図るものです。

生活困窮者の自立支援

経済的な理由で生活に困っている人などが対象です。相談者と課題を整理し、自立した生活への支援を行います。

事業主の皆さんへ
住民税の特別徴収

事業主は、従業員の所得税を源泉徴収することに加え、

産後の回復に不安がある
育児に不安がある
※医療が必要な人は、利用できません。

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。原則、野焼きは禁止されており、違反した場合、罰則が科される場合があります。

組織を再編しました

9月1日付けで組織の再編を行いました。

市職員人事異動

9月1日付けで市職員の人事異動を行いました。

部長級

健康福祉部参与「健康福祉部健康増進課新型コロナウイルス感染症対策室長兼務(産業振興部参与)

生活困窮者の自立支援

経済的な理由で生活に困っている人などが対象です。相談者と課題を整理し、自立した生活への支援を行います。

事業主の皆さんへ
住民税の特別徴収

事業主は、従業員の所得税を源泉徴収することに加え、

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。原則、野焼きは禁止されており、違反した場合、罰則が科される場合があります。

組織を再編しました

9月1日付けで組織の再編を行いました。

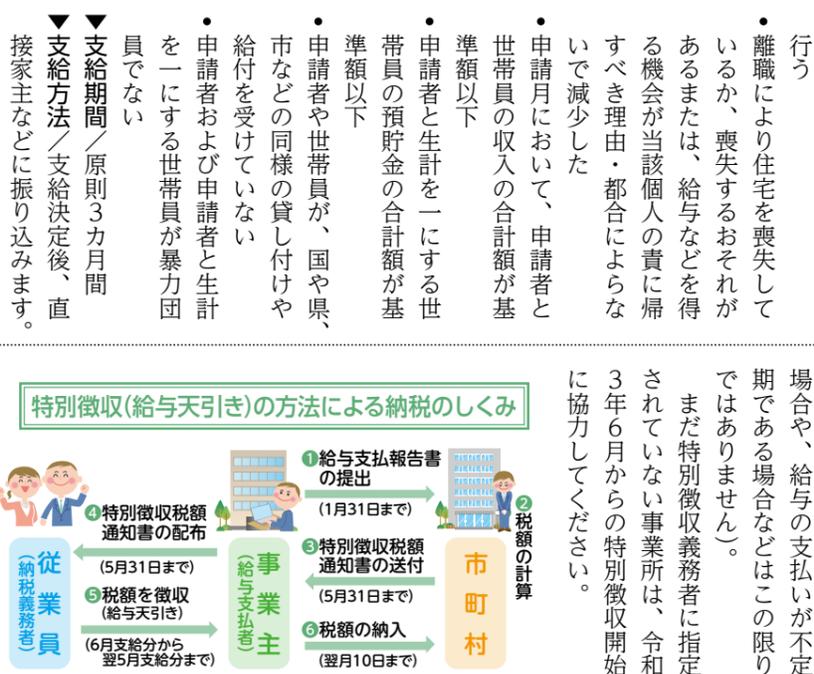
市職員人事異動

9月1日付けで市職員の人事異動を行いました。

部長級

健康福祉部参与「健康福祉部健康増進課新型コロナウイルス感染症対策室長兼務(産業振興部参与)

特別徴収(給与天引き)の方法による納税のしくみ



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。原則、野焼きは禁止されており、違反した場合、罰則が科される場合があります。

組織を再編しました

9月1日付けで組織の再編を行いました。

市職員人事異動

9月1日付けで市職員の人事異動を行いました。

部長級

健康福祉部参与「健康福祉部健康増進課新型コロナウイルス感染症対策室長兼務(産業振興部参与)

△課長級▽

健康福祉部

健康増進課長（健康増進課長兼新型コロナウイルス感染症対策室長）

廣森 政宏

△主幹級▽

健康福祉部

健康増進課主幹兼地域保健係長（健康増進課主幹兼地域保健係長「健康増進課新型コロナウイルス感染症対策室感染対策係長兼務」）

豊田 智子

健康増進課主幹兼新型コロナウイルス感染症対策室感染対策係長「国体・スポーツコンベンション推進室推進担当主幹兼務」(国体・スポーツコンベンション推進室主幹兼競技輸送係長)

打越 貴人

産業振興部

国体・スポーツコンベンション推進室主幹兼推進係長（国体・スポーツコンベンション推進室主幹兼総務広報係長）

坂元 智博



催し

フラワーパーク
かごしま

※ハロウィーン・サルビア展

▼期間／10月10日⑤～11月1日⑩

▼内容／ハロウィーンカラーの園芸装飾展

※写真画コンテスト入賞作品展

▼期間／10月10日⑤～11月3日⑩

▼内容／県内の小・中学生が園内で描いた入賞作品を展示

※カルチャー教室

▼日時／11月29日⑩13時30分～15時30分

▼内容／フレッシュなグリーンを使った森の香りのソース作り

▼定員／20人（要申し込み）

▼参加料／2千円

▼申込方法／1週間前までに電話か受付に直接

▼入園料／高校生以上630円、小・中学生310円(幼児・70歳以上の県民は無料、小

中高生の県民は⑤⑩⑫無料)

※10月25日⑩に開催を予定していた秋の花狩りは、中止となりました。

申問 フラワーパークかごしま

☎3333

COCCOはしむれ
イベント

月間体験

どんぐり帽子のキラキラレジネットレス

▼期間／10月1日⑤～

▼内容／どんぐりとレジンのコラボレーション！キーホルダーにもなる鮮やかなお

花のアクセントで写真映え間違いなしの一品！

▼料金／300円

▼定員／80人（先着順）

市民のための「いぶ好き」ふるさと学」講座②

「太陽国体と鹿児島の変化」

▼内容／48年前の鹿児島県は太陽国体で盛り上がり、インフラ整備が進むなど大きく変化しました。当時の鹿児島島の社会や経済がどのように変化したのかを専門家が解説します（事前予約制）。

▼日時／10月10日⑤13時30分～15時

▼場所／時遊館COCCOはしむれ講堂

▼講師／平井一臣（鹿児島大学文学部教授）

▼受講料／無料

▼申込期間／10月5日⑤～9日⑩

日⑩

スター・ウォッチング①
秋の星座と月を見よう！

秋の夜空には、ペガサス座やアンドロメダ座、みずがめ座などを見つけることができます。家族で、きれいな秋の星空を楽しんでみませんか（事前予約制）。

▼日時／10月31日⑤19時30分～21時

▼場所／時遊館COCCOはしむれ駐車場

▼内容／星座探し、月の観察

▼申込期間／10月5日⑤～30日⑩

▼参加料／無料

※新型コロナウイルス感染症の影響で内容を変更する場合があります。

申問 歴史文化課文化財係

☎5100

健康ふれあい
パークゴルフ大会

▼日時／11月14日⑤9時～

▼集合／かいもん山麓ふれあい公園管理棟前に8時30分

▼参加料／300円

※道具は無料で貸し出します。

▼定員／36人

▼申込方法／電話か直接

▼申込締切日／11月9日⑩

※毎週④は定休日

申問 かいもん山麓ふれあい公園 ☎5566

指宿・南九州、大隅半島を
ぐるっと満喫!!
ドライブスタンプラリー

いぶすき広域観光推進協議会では、大隅地域と連携して、両半島を巡るドライブスタンプラリーを実施します。手持ちのスマートフォンなどでQRコードを読み込み、スタンプを集めよう！対象施設8カ所にあるスタンプを集めると、抽選で62人にペア宿泊券や黒牛、ウナギ、伊勢海老など、素敵な賞品が当たります。

▼期間／9月19日⑤～11月30日⑩

▼場所／指宿市、南九州市、大隅地域

▼実施方法

・スマートフォンなどで「ドライブスタンプラリー」にログイン。
・対象施設に掲示しているQRコードを読み込んでスタンプを集め、特典に応募。

※スタンプラリーへの参加にはユーザー登録が必要です。

問 いぶすき広域観光推進協議会事務局（いぶすき観光デザイン内） ☎1070



ドライブスタンプラリーホームページ

健康教室

生活不活発病について

生活不活発病とは「生活の不活発」が原因で起こる心身の機能低下のことをいいます。東日本大震災などの災害時に避難した人たちの中に動くに動けない状況から活動量が少なくなったことで精神が不安な状態になったり、介助が必要なくらい身体機能が低下したり、生活習慣病や持病が悪化するなどの事例があり注目されるようになりました。

今年は新型コロナウイルスの発生で感染対策として3密を避ける、咳エチケット、こまめな手洗い、不要不急の外出を控えるなどの新しい生活様式を私たちは行っています。また、熱中症対策も必要になりマスク着用時は激しい運動は避けてこまめな水分補給、人と2m以上離れているときはマスクを外す、気温が35℃を超える日は運動を中止するなどの対策が求められています。これらの対策により私たちは人との交流が少なくなり、生活の活動量もかなり低下したのではないかと思います。本市でもころばん体操や体操教室などが縮小され、運動をする機会も少なくなってしまいました。このように動かない（生活が不活発な）状態が続くと生活不活発病が起こります。特に高齢者や持病のある人は起こしやすいため、早期の発見と対策が大切です。

発見のポイントは

- ①屋外を歩くことができるか
- ②自宅内を歩くことができるか
- ③身の回りのことができるか
- ④車いすが必要か
- ⑤外出の回数が減っていないか
- ⑥日中体をよく動かしているか

⑦災害の前より歩行が大変か

⑧新たにできなくなったことはないか

などを確認します。もしできないことやできなくなったことがある場合は、生活不活発病が起こっている可能性があります。生活不活発病の改善は生活の仕方を活発にするように変えることです。毎日の生活の中でどんどん動くようにしましょう。家事も運動と考えて積極的にやりましょう。座ったままでもできる運動をやりましょう。強度を問わずどんな動きでも良いので、身体活動を毎日40分間行うことも勧められています。「安静第一」が逆に動けなくなる原因になるかもしれません。分からない場合はかかりつけ医にどの程度動いたらよいか相談するのも良いと思います。

新型コロナウイルス対策は当分続きそうです。生活不活発病に気を付けて、新型コロナウイルスに負けないように頑張りましょう。



DOCTOR
今月のドクター
指宿医師会
おおしげ きょうこ
大重 京子
指宿医師会 ☎2820

健幸のひろば

ちょこっと意識で健幸ゲット



あなたは次の5項目で、当てはまるものがありますか。①最近、体重が減ってきた②前より歩く速度が遅くなってきた③ウォーキングなどの運動を週1回以上できていない④5分前のことが思い出せない⑤わけもなく疲れたように感じる

これらは年齢を重ねると誰でも感じやすくなりますが、3つ以上当てはまると「フレイル」が心配です。フレイルとは、心と体の活力が低下し、要介護になりやすい状態のことです。人生100年時代を自分らしく生きがいをもって暮らすためには、このフレイルを予防していくことが重要です。

健康長寿のポイントは「運動・栄養・社会参加」の3本柱です。みんなで楽しく体を動かし、しっかり食べることを心掛けて、毎日を明るく過ごしましょう。

3本の柱のうち「運動」のポイントをお伝えします！

30分継続して
ウォーキング



10分×3回に分けて
ウォーキング



時間を分けて歩いても、
運動効果は変わりません！

久野謙也 (2017) 100歳まで動ける体になる「筋力」より
健幸アンパサダー通信vol.12より引用

指宿市立図書館 ☎2820

図書館だより みんなの本棚

ホームページ (パソコン) <http://www.minc.ne.jp/ibusukilib/>
スマートフォン (スマートフォン) <https://www.ibusuki-lib.jp/WebOpac/mobile/index.do>

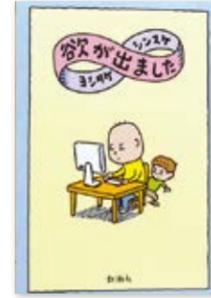


今月のおすすめ本

一般図書 (山川図書館)

欲が出ました
ヨシタケシンスケ (著)
新潮社

【内容】さまざまな「欲」について書かれた大人気絵本作家のエッセイ第2弾。1話1話が短いので、少しずつ読むもよし、一気に読むもよし。イラストも豊富で、ゆったりとした気持ちで楽しむことができます。

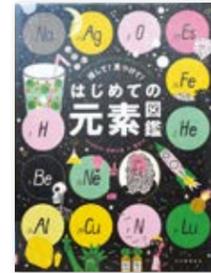


児童図書 (指宿図書館)

探して! 見つけて!
はじめての元素図鑑

マイク・バーフィールド/
文 ローレン・ハンフリー (絵)
河出書房新社

【内容】宇宙にある全てのものは元素からできています。身の回りには、目には見えないけれど、驚くほどたくさんの元素があります。さあ、この本で科学の名探偵オームズと一緒に元素探しをしてみませんか。



臨時休館のお知らせ

指宿図書館は空調改修工事のため、次の期間、臨時休館となります。休館に伴い、全てのサービスを休止します。ご不便をお掛けしますが、ご理解をお願いします。

期間：令和2年9月1日(火)～令和3年1月31日(土)
※2月1日(日)は休館日のため、2月2日(火)より開館予定です。

休館中も返却ポストは利用できます。
山川図書館は通常どおり開館しています。利用してください。

読書週間の展示を行っています

山川図書館では、10月27日(火)から11月9日(日)の読書週間に合わせて、職員おすすめ本の展示を行います。ぜひ、利用してください。



インフォメーション



◆ホームページからこんなことができます!

- ▶読書マラソン/目標読書数の達成率を確認できます。
- ▶My本棚/これから読みたい本や、これまで借りた本の履歴を管理できます。



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
- ※新規登録者は「新規パスワード登録」をクリック
- ②利用者ポータル画面で、借りている本やMy本棚、読書マラソンの機能を利用できます。

10月10日(土)	時間/終日	場所/山川
	新着図書貸出日	
10月23日(金)	時間/終日	場所/山川
	新着図書貸出日	

※行事は変更になることがあります。各図書館に問い合わせてください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、次のイベントは中止となりました。

- ・ボランティアおはなし会 10月24日(土)14:00～
- ・子ども映画会 10月24日(土)15:00～

指宿図書館 ☎2827 ■山川図書館 ☎3300

休館日/毎週(祝日の場合は翌日) ■開館時間/平日9:00～18:30、(土)9:00～17:00

指宿市立図書館のフェイスブックページに「いいね!」すると、イベントやタイムリーな情報が自動的に入ります。



～子どもはまちの宝です～
We LOVE BABY

申岡市長公室広報統計係
☎2111 ☎123



おやま もあな
小川 萌亜菜ちゃん
兄妹仲良く明るく楽しく
生きていってね。



いけます みお
池増 心鳳ちゃん
2人のもとに生まれて来
てくれてありがとう



いのうえ はな
井之上 映菜ちゃん
元気に生まれてきてくれ
てありがとう。



はら はるまさ
原 悠匡ちゃん
いつまでも元気で！兄弟
なかよくね！！



ふくどめ りんたろう
福留 凛太郎ちゃん
元気に大きく育ってね！



ゆきまる しんき
雪丸 真輝ちゃん
元気いっぱい素敵な男の
子に育ってね☆



さこ きいな
迫 来叶ちゃん
幸せを届けてくれてあり
がとう



氏名	地区	【保護者】
中山 風	湯之里	明寿 梨喜
原 悠匡	片野田	友紀子 真吾
廣森 咲心	南十町	朋直 世樹
井之上 映菜	片野田	大かり 祐
磯俣 希羽	大傘礼東	尚之 歩
池増 心鳳	大園原	陽健 香太
宮ノ前 羽花	大園原	千江美 翔美
小山 萌亜菜	温湯	佳昌 菜幸
中村 豪希	柳田	仁寛 美基
中村 率力	春	早紀子 文

おくやみ	指宿地域	市外地域
追 来叶	生 美知子	鹿児島市 鹿兒島市
坂元 陽菜	高 藤藏	福岡県 福岡市
雪丸 真輝	大小田 マキ子	福岡県 福岡市
福留 凛太郎	中川路 スミエ	神奈川県 茅ヶ崎市
	下吉 幸男	
	小宇佐 美智子	

松元重信	富永イ子	開聞地域	松迫みね	迫田二	岩下西村	大保幸子	山川地域	奈次雄	今林尚	濱崎雄	石川次	餅原重次	片平茂夫	小森スミ子	中屋敷愛子	原田盛	山澤隆義	前原フサエ	原永一	大迫佐利	片野田ノリ子	坂本カヨ子	園田實則	肥後秀子
------	------	------	------	-----	------	------	------	-----	-----	-----	-----	------	------	-------	-------	-----	------	-------	-----	------	--------	-------	------	------

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4日◎	【外科】 長野整形外科クリニック	☎23291
	【内科】 橋口医院	☎350022
10月11日◎	【内科】 外村クリニック (※)	☎243770
10月18日◎	【内科】 福元医院 (※)	☎23053
10月25日◎	【内科】 南記念クリニック (※)	☎23730
11月1日◎	【外科】 池田診療所	☎262101
	【内科】 宮園クリニック (※)	☎322001
11月3日◎	【内科】 幸南クリニック	☎256090

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)。

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4日◎	しのはら薬局	☎352757
10月11日◎	指宿薬剤師会薬局	☎26343
10月18日◎	ハート薬局	☎232377
10月25日◎	ゆのさと薬局	☎26771
11月1日◎	かいもん・トミタ薬局	☎25234
11月3日◎	ミヤガハマ薬局	☎21032

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

水道工事当番店

指宿地域		
10月1日~4日	(株)福尚	☎24529
5日~11日	(株)丸善産業	☎25200 (夜・休☎080-8569-1918)
12日~18日	(有)指宿徳永組	☎24091 (夜・休☎2190)
19日~25日	(株)出口組	☎262105
26日~11月1日	中川水道(有)	☎252706
2日~8日	(株)岩野建設	☎23302
山川地域		
10月1日~4日	(株)藏菌組	☎352231
5日~11日	西設備	☎341176
12日~18日	(株)市山組	☎359321
19日~25日	(株)福ヶ迫建設	☎341822
26日~11月1日	(有)前田電気	☎359239
2日~8日	(有)東水道工務店	☎352447 (夜・休☎090-1089-8180)
開聞地域		
10月1日~11日	(株)丸新建設	☎32227
12日~25日	(有)建龍	☎32228
26日~11月8日	永吉建設(株)	☎33181

※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、なじみの工事店をお願いして
ください。また、宅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。
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、(山岡)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。

8月はありませんでした。
篤志



皆さまのお声が聞きたい

お便りの広場

広報紙の感想、身近な出来事などがありましたらお送りください。お便りをお待ちしています。



栗 (27歳 ミルキー)

市 イベントや行事など楽しみにしていましたが、今年は新型コロナウイルス感染症の影響で自粛モードです。新型コロナウイルスをまん延させないためにも自分自身が感染拡大防止に努め、1日でも早く平和な指宿市になりますよう願っています。

(25歳 I・R)

「自分自身が感染拡大防止に努める」という考えは大切ですね。いっどこで新型コロナウイルス感染症に感染するかわからない状況です。一人ひとりが予防に努めましょう。

自 然に湧き出る鰻区のスモ。硫黄の匂いは少し苦手ですが、湧き上がる力強さにパワーをもらっています！

(52歳 すくみちゃん)



▲温泉卵の出来上がり

温泉の蒸気を利用して蒸すスモは、鹿児島弁の「すもる(煙がこもる)」がなまったものといわれています。温度は約98度で、麻袋に生卵を入れて、噴気孔に置いておくことで数分で温泉卵が出来上がります。島津斉彬御供日記には鰻区で江戸時代からスモが存在していたことが記されています。古くから市民に親しまれている指宿ならではの調理方法ですね。

長 かった梅雨がようやく明け、健康マイレージ制度で当選し、市特産品が送られてきました。盛りだくさんの品々が届き、とてもうれしかったです。温泉プールやグラウンドゴルフ、趣味のフラダンスなど日時を記入し、何度か投稿していました。友人の当選は聞いていましたが、初めて自分のこととなり、コロナ禍で少々気分が沈んでいましたが、今後とも励もうと思えました。

(66歳 A・K)

当選おめでとうございます。毎日の運動を欠かさず行い、努力した証ですね。新型コロナウイルス感染症拡大による外出自粛で心配される運動不足などの改善にもつながりますので、これからも健康づくりに励んでください。

海 の日、ついに私たち夫婦の散歩コースである指宿港海岸の一部が、一般公開されました。工事が着工して以来、進捗状況を見てきたので、すてきな海岸ができ、とてもうれしです。今は、朝夕に新しくなった遊歩道を歩いています。車の心配がないのでうれしいですね。完成を心待ちにしています。

(52歳 もこちゃん)

指宿港海岸は平成27年度から工事が始まっています。一部開放になりますが、よみがえった砂浜をぜひ楽しんでください。



▲散歩してみたいかがですか

大山方面から長崎鼻に向かうバスの中から開聞岳を眺めると、近くには緑生い茂る畑、遠くには開聞岳と海が広がっています。時間や天候次第では、畑の間を通過する列車や遠くの島々を見ることが出来ます。令和2年3月には、薩摩長崎鼻灯台に「ハートのモニュメント」が設置されましたので、皆さんも写真を撮りに訪れてみてはいかがでしょう。



▲観光バスから見える景色

言葉の違いなど環境が変化したこと戸惑い、以前に住んでいた土地が恋しくなることもあります。慣れない土地で不安を抱いていたということですが、今では友達にも恵まれて本当によかったです。指宿市が第一の故郷とまで思えるようになったのは、指宿で出会った友達のおかげですね。友達と一緒に指宿ならではの経験をして、これからもたくさん思い出を作ってください。

(42歳 りんごママ)

指 宿に引っ越してきて気が付けば早くも10年が経過しました。最初は「友達もいなくて寂しいなあ」と思うこともありましたが、温かい人柄の指宿市民と知り合い、飲み友達もたくさんできました。今では、第二の故郷です。

旬の健幸レシピ

今月の食材「サツマイモ」



かつおだしのさつまポトフ

<材料 (5人分)>
 サツマイモ…中2個、かつおだし…750ml
 ウィンナー…5本、豚もも肉…125g
 タマネギ…中1個、キャベツ…5枚
 ニンジン…中1/2本、パセリ…適量
 薄口しょうゆ…大さじ2、料理酒…適量
 本みりん…大さじ1、サラダ油…適量

<作り方>
 ①ウィンナーは半分に切り、豚もも肉は一口大に切る。
 ②タマネギ・ニンジン・サツマイモは大き目の一口大に切る。
 ③キャベツは3cm角切りにする。
 ④かつお節で濃い目にだしをとっておく。
 ⑤サラダ油で豚もも肉・ウィンナーを炒めて、料理酒を入れてさらに炒める。
 ⑥野菜類を入れて軽く炒め、かつおだしを入れて火が通るまで煮込む。
 ⑦薄口しょうゆ、本みりんを加え、仕上げにパセリを入れて仕上げる。

<一口メモ>
 地元のサツマイモとかつおだしを使った和風ポトフで、子どもたちに人気のメニューです。かつおだしの風味を生かすため薄味に仕上げています。

<レシピ提供>山川学校給食センター
 健康・協働のまちづくり課健康戦略係 ☎1003

▼応募は、応募用紙を切り取ってご使用ください。

郵送の際はお手数ですが、63円切手を貼ってください。ご意見箱(市役所総合案内前)への投函の際は切手不要です。

891-0497

鹿児島県指宿市十町2424番地

指宿市役所

市長公室 広報統計係

●住所 [〒 -]

都道府県 市区郡

(ふりがな) ●氏名 ●ペンネーム

●電話・携帯電話 歳

●いぶすきクイズの答え お便りの記入欄は裏面にありますので、ぜひご記入ください。



●個人情報の取り扱い
 お預かりした個人情報は、お便りのご紹介、プレゼントの発送および資料作成以外の目的では使用しません。

いぶすきクイズ

問題 今年、100年目を迎える〇〇調査。10月1日を基準日として、5年ごとに実施されます。



▶**ヒント**
 国内の人口・世帯を把握する調査です。

▶**記入事項** / 住所、氏名、ペンネーム、電話・携帯電話、年齢、クイズの答え(〇〇)の他、広報いぶすきに関する感想、指宿市への思い、紹介したい場所・風景、イラスト、身近な出来事などなんでもご記入ください。いただいた内容は、広報紙に掲載する場合があります。ご了承ください。当選の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

▶**応募締切日** / 11月2日(日)必着
 ▶**応募先** / 〒891-0497 指宿市十町2424番地 指宿市市長公室広報統計係
 ☎123 ☒koshitsu@city.ibusuki.jp



応募用メールアドレス

※**商店・事業主の皆さんへ**
 賞品を提供してくださる方を募集しています。ご連絡をお待ちしています。



正解者の中から、抽選で
フラワーパークかごしま オリジナルハーバリウム引換券を5名にプレゼントします。
 ※引き換えは、フラワーパークかごしまで行います。

提供 フラワーパークかごしま
 山川岡児ヶ水1611 ☎3333



昔どこかで見えたことがあるような。

日本の季節の趣をあらわす時に、人々は月を取り上げてきました。

花と月、雪と月。月は四季折々の表情を持っています。空気が澄む秋は、一段と月が冴えて見えます。

ススキと月の取り合わせは、秋のひっそり感と憂いを一層濃くしています。

ススキを飾り、団子をお供えた月見の会も、今年は新型コロナウイルス感染症の影響で、特別な夏に続き、特別な秋になりそうです。

秋の野に咲くコスモスは、この季節を淡いパステル色で飾り、郊外のスケッチにきた子どもたちに、色とりどりのクレヨンで「私を画用紙に大きく描いてよ！」と言いたそうな顔立ちの優しい花です。

中国語ではコスモスを「可思莫思」の字を当てます。「可」と「莫」の文字は、「思」うべし、思「な」なかれと読むことができます。「あきらめたい、あきらめきれない、忘れない、忘れられない」とコスモスには人それぞれの憂

いや寂しさが隠されています。コスモスの花がいざなう想は人さまざまです。

わが子を災害や事故で亡くした親は、秋の花に悲しみが募るだけかもしれません。それでも残された両親は「帰っておいで」と子供の面影をススキやコスモスの花に追い求めるしかありません。豪雨災害や台風災害など、季節が巡

っても「思」うべし、思「な」なかれ：「の哀しい想いが込み上げてくる哀しい現実があります。秋は祭り。今年は今までの祭りのにぎわいが遠くなりそうです。

秋を彩る色はやがて、野のコスモスから山の紅葉へと移っていきます。

今見ている眼前の故郷の風景が、昔見たことのある風景と二重写しになることがあります。

秋晴れの日、寄り合って大勢で稲刈りをしていました。刈った稲をはさ掛けしたあと、みんなで煮しめや芋煮汁など手料理を囲んで飲み語らっていたことを思い出しています。

年老いた農家の方がしみじみ語っていました。「昔は、どのムラの稲刈り、田植え、芋の収穫も祭りのにぎわいだったよ。隣の煮しめの味を今でも覚えてるよ」。

一人では生きていけない共同、共助の生活が秋祭りとともにありました。

「中秋の名月、10年に9年は見えず」と江戸時代には言われたそうですが、秋の長雨、そして台風も多い季節です。たとえ雨でも空を見上げ、秋の夜に天上の月に目をやる心のゆとりが欲しいものです。

縁側に供えられた、ススキ、果物、芋、団子、栗など。懐かしく思い出されます。懐きしく思い出されます。懐きしく思い出されます。懐きしく思い出されます。



指宿市長
豊留 悦男

移りゆく季節。美しく色付く人生を重ねながら、歳月の過ぎ行く早さに驚く「昔どこかで見えたことがあるような」神無月の風景です。



マチを好きになるアプリ

広報いぶすき配信中

行政情報アプリ「i広報紙」が「マチイロ」としてリニューアル！指宿市のお知らせをアプリを通じてスマートフォンやタブレットにお届けします。

ダウンロードはこちらから



▼応募は、応募用紙を切り取ってご使用ください。

お便り 広報紙の感想や身近な出来事など、なんでも好きなメッセージをご記入ください。

※ペンネームを記入した方はペンネームで、氏名を記入した方はイニシャルでご紹介します。