

いぶすき

2
2017 Feb.
vol.134



いぶすき菜の花マラソン

【特集】「おいしい」が幸せを招く

地域食材の底デカラ

いぶすき 2

Ibusuki City Public Relations

2017 Feb. vol.134

印刷/海指宿新社印刷
〒891-0404 鹿児島県指宿市東方8068-3 ☎0993-24-2002

2 February 2017 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
ゆ徒里 ゆ徒里館 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
1/29 ● 驚姫のひなまつり(～3月20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 ● 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(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	1/30 ● 市・県民税申告(～3月15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 ● 1歳6か月児健診(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	1/31 ● 市・県民税申告(～3月15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 ● 1歳6か月児健診(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	1 ● 驚姫のひなまつり(～3月20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 ● 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(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	2 ● スマイルひろば ● いぶようマーケット	3 ● 6～8か月児健診(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保 ● レジャーセンター健康相談 13:30～15:30 レジャ	4 ● スター・ウォッチング ● 粗大ごみ収集日(丹波校区)
5 ● 御領ヶ池で野鳥観察会	6 ● 母子手帳交付、妊婦相談 9:30～11:00 山川文 ● 育児相談 〇10:00～11:30 山川文	7 ● 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) 〇12:50～13:15 指宿保	8 ● MAIENZA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 ● 育児相談 〇9:15～10:30 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 ● 2歳児健診(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	9 ● スマイルひろば ● ヘルシーランド健康相談 10:00～13:00 ヘルシ	10 ● スマイルひろば ● 乳児・産婦健診(山川・開間地域児対象) 〇12:50～13:05 開間保 ● 6～8か月児健診(山川・開間地域児対象) 〇13:05～13:20 開間保 ● 母子手帳交付、妊婦相談 9:30～11:00 開間保	11 建国記念の日 ● ニュースポーツ体験会 ● 粗大ごみ収集日(指宿校区)
12 ● いぶすきマルシェwithいぶすきの豆・まめ祭り ● 指宿・開間コース九州オルレフェア ● 糸織作り体験	13 ● マタニティスクール(※事前予約が必要) 19:30～22:00 指宿保	14 ● 母子手帳交付、妊婦相談 9:30～11:00 山川文 ● 育児相談 〇10:00～11:30 山川文	15 ● 粗大ごみ収集日(十町区※松原田集落を除く) ● 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 〇9:15～10:30 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 ● 3歳児健診(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	16 ● スマイルひろば ● ヘルシーランド健康相談 10:00～13:00 ヘルシ	17 ● 子育てママ・パパの運動教室(託児付き) 10:00～11:00 山川文 ● 羊毛フェルトの雛人形作り体験 ● 粗大ごみ収集日(柳田・池田校区)	18 ● 県下一周駅伝競走大会(～22日) ● 粗大ごみ収集日(魚見・今泉校区)
19 ● はしむれ日曜講座	20 ● マタニティスクール(※事前予約が必要) 19:30～22:00 指宿保	21 ● 母子手帳交付、妊婦相談 9:30～11:00 山川文 ● 育児相談 〇10:00～11:30 山川文	22 ● 粗大ごみ収集日(十町区※松原田集落を除く) ● 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 〇9:15～10:30 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 ● 3歳児健診(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	23 ● スマイルひろば	24 ● 粗大ごみ収集日(仙田区・上野区) ● 母子手帳交付、妊婦相談 9:30～11:00 開間保 ● 育児相談 〇10:00～11:30 開間保 ● 1歳6か月児健診(山川・開間地域児対象) 〇12:50～13:15 開間保	25 ● 羊毛フェルトの雛人形作り体験 ● 粗大ごみ収集日(柳田・池田校区)
26 ● 丹波小PTA音楽鑑賞会ミニコンサート	27 ● 母子手帳交付、妊婦相談 9:30～11:00 山川文 ● 育児相談 〇10:00～11:30 山川文	28 ● 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(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	3/1 ● 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(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	3/2 ● スマイルひろば	3/3 ● 6～8か月児健診(指宿地域児対象) 〇12:50～13:15 指宿保	3/4 ● 粗大ごみ収集日

人のうごき 1月1日現在(前月比)

総人口	41,092人 (-48)
男	18,879人 (-24)
女	22,213人 (-24)
世帯数	18,290戸 (-24)

今月の税金は?

税の種類	期別
国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	8期
口座振替日	2月27日◎
納付書での納期限	2月28日◎

国税務課収納対策室管理係 ☎232

編集発行

指宿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

中川地区でごちよう踊り
勇壮な舞いで新年を祝う



中川地区の郷土芸能ごちよう踊りが1月1日、高祖神社に奉納されました。色鮮やかな陣羽織風の衣装を身にまとった17人の踊り手が、鬼神を先頭に太鼓や鉦を打ち鳴らしながら勇ましい舞いを披露。奉納後は公民館前でも披露され、時折、鬼神が「ウオー」と奇声を上げながら集まった住民に近づき、手にしたビロロの葉の扇をかざして魔祓いし、新年を祝いました。

● イベント情報など ● 保健センター日程 ◎ は受付時間



おもてなし満開

第36回 いぶすき 菜の花マラソン

指宿に春の訪れを告げる、第36回いぶすき菜の花マラソン大会が、1月8日に開催されました。

前日から降り続いた雨もスタート時には上がり、絶好のマラソン日和に。エントリーした1万5178人のランナーにとって、幸先よい新年のスタートとなりました。

9時の号砲で、ふれあいプラザなのはな館前をスタートしたランナーたち。池田湖畔や、コース沿道に咲く菜の花を楽しみながら、新春の指宿路を駆け抜けました。

そしてもちろん、目に楽しただけでは終わらない本大会。何ととってもランナーを魅了してやまないのが、市民らによる沿道での「おもてなし」。カツオの腹皮やふかし芋、おにぎりに豚汁、スープや果物などなど。ランナーは「食べ物で毎年楽しみ」と口々に語り、リピーターの中には、食べ物を全て把握し、食のペースも考えて走る人もいました。

また、今回も約2千人の大会ボランティアが、救護や給水、記録などで大会に従事。沿道では、地域の人々がランナーにあたたかいエールを送り、走る人も笑顔、応援する人も笑顔の大会になりました。

1 浜見ヶ水でランナーをハイタッチで激励。ランナーの間でもおなじみです 2 池田湖畔で写真を撮るおもてなしが喜ばれました 3-5 やっぱうれしい「食」のおもてなし 6 なんと第1回大会から36回連続出場！「今日も楽しんで完走目指します」 7 ゴールが近づく中、応援ソング「負けないで」を繰り返し演奏してランナーを後押し



約4か月かけ式の準備に取り組んだ成人式実行委員会のメンバーら



成人式が1月4日、市民会館で行われました

今年の新成人は、493人。両親や地域の人も参列し、新成人の門出を祝いました。

第一部の式典では、豊留市長の式辞を受け、新成人代表の長山佳樹さん(二月田)が「言動に責任を持ち、指宿への誇りを胸に生きていく」と誓いの言葉を述べました。

第二部では、実行委員が企画したアトラクションを開催。特産品が当たる抽選会のほか、中学時代の写真で作ったスライドショーや恩師からのビデオレターを上映。懐かしさに会場が沸き、20代は自分を広げる10年「仲間を大切に」と



◀成人式実行委員会が取材・編集した成人式記念誌。思い出の場所やエピソード、今後の目標などが綴られた

いった恩師のメッセージに感銘を受けていました。

閉会後は、旧友との再会を喜ぶ光景や、家族で写真を撮る姿が見られ、晴れの日を喜ぶ笑顔であふれていました。

新成人が生まれた1996-97年のできごと

アトランタ・オリンピック開催、ヤフージャパンがサービス開始、「海の日」が施行、ポケモン・たまごっちブーム、安室奈美恵のファッションを真似た「アムラー」出現、ファイナルファンタジー7がヒット など

流行語大賞

「自分で自分をほめたい」(有森裕子)

ヒット曲

Mr.Children「名もなき詩」、globe「DEPARTURES」、久保田利伸 with ナオミ・キャンベル「LA・LA・LA LOVE SONG」など

新成人にインタビュー



きただ ひろし
迫田 郭志さん(上手)

広島で、スポーツ・保育の勉強とバレーボールをしています。将来は、バレーボールの実業団選手になりたいです。



さかもと あすか
坂元 明日香さん(川尻北)

大阪でパティシエになるために勉強中。将来は自分が作るお菓子で、食べた人が幸せになれるようなパティシエになりたい。



うちしだい 大貴さん(小川東)

熊本でリハビリテーションを学んでいます。言語聴士になって、耳が不自由な人などの役に立てる仕事に就きたいです。



うちぞの あきみ
内園 亜記美さん(愛宕下)

鹿児島市で看護の勉強をしています。一人暮らしをして、親のありがたみや家族の温かさを、あらためて感じました。



ひだりめりゅうせい
吹留 龍生さん

運送会社で働き始めて3年目。これから一人前になって、いろんな仕事ができる、人に優しい男になりたいです。



にしむた ゆきな
西牟田 幸奈さん(五郎ヶ岡)

今年短大を卒業して、春からは地元の保育園に就職します。責任感のある自立した人になりたいです。



みずさこしろう
水迫 翔さん

愛知県で自動車製造の仕事をしています。今後の目標は、芯があって周りから信頼される技術士になることです。



いまむら ゆうき
今村 有希さん

大学の医学部を目指して勉強中。今年は絶対合格！将来は、人に信頼されるフレンドリーなお医者さんになりたいです。



なかもた らいと
中俣 頼人さん(中浜)

建築の仕事に就くために、福岡の大学で学んでいます。将来は、環境のことも考えられる建築士になりたいです。



のぐち
野口 ひなよさん(瀬崎)

今目指していることは、立派な看護師になること。困っている人にいつも助けてくれた両親に、ありがとうと伝えたいです。

「おいしい」が幸せを招く
地域**食**材の底デカラ



鹿児島女子短期大学で行われたレシピコンテストで、それぞれの作品を思いを込めて作る参加者



特集

「おいしい」が幸せを招く

地域**食**材の底デカラ

オクラやソラマメなどの農産物をはじめ、かつお節などの加工食品など、市内にあふれる豊富な食材は、私たちの宝です。そんな地元のおいしい食材に、「健康」という付加価値をつけることができれば、食卓が健康に彩られたものになるだけでなく、より愛される特産品になる。そう考え、市では、鹿児島女子短期大学や鹿児島純心女子大学などと共同で、地域食材の研究や健康食の普及に取り組んでいます。

今回の特集では「食」に注目した健康づくりを紹介いたします。

「健幸」を作る

指**T A B L E**

レシ**P I**

コン**T E S T**

指宿の野菜や加工食品などを使った、家庭の食卓を彩る健康料理・スイーツなどの健康・ヘルシーレシピ(以下、健幸食)のコンテストを行いました。

今年の8月から募集し、小学生から一般まで、たくさんの応募がありました。

書類審査の後、11月19日に鹿児島女子短期大学で試作・試食審査を行い、優秀作品が決定しました。

優秀作品を
産業まつりでお披露目

昨年の12月3・4日に行われたいぶすき産業まつり内で、グランプリ・準グランプリ作品のお披露目会と試食会を行いました。

来場者は、指宿の食材でできた作品を堪能し、さっそく作ってみようと、用意したレシピを持ち帰っていました。

今回が市として初めてのレシピコンテストでしたが、健幸食の普及のため、今後も市民の皆さんからアイデアを募集していきます。



レシピコンテストの 上**菌**審査員長に伺いました

食育料理研究家
かみその ふみこ
上**菌** 芙美子さん



本市在住。全国的に活躍し、多くのテレビ出演をはじめ、自治体などが主催する料理教室の講師、大手企業の商品開発も手掛ける。

—— 審査に携わってみていかがでしたか
応募作品も多く、作る人の熱心さがレシピに表れていました。地元食材への思い入れの深さにも関心しました。試作審査では、皆さんが落ち着いて上手に調理をされているなと感じました。時間内に完成してよかったと思います。

—— 健幸食としてどのような工夫が必要ですか
応募のあったレシピは、バランスの良いレシピばかりでした。あとは、塩分量を少し調整すれば立派な健幸食。鹿児島の食事は、一般的に塩分量が多いですね。レシピのネーミングも大切です。

—— 食生活のアドバイスをお願いします
みそ汁や煮物などを作るときに、粉末だしを使うことが多いと思います。だしを使うのは大切ですが、せっかく地元食材にかつお節があるので、使わない手はありません。塩分の摂取量も変わりますし、何よりひと手間かけることが、自分自身の喜びに変わります。パックのかつお節と昆布で簡単に作れます。ぜひお勧めしたいですね。

私も、時間がなく買ってきたものを食卓に出すこともあります。ここでひと手間。例えば刺身のパックをそのまま出すのではなく、皿に乗せるだけのちょっとした心配り。自分や誰かを思う気持ちも、食には大切だと思いますね。

レシピコンテスト 結果発表

- | | | | |
|-----------------------|---|-----------------|--|
| お手軽!
おかず・お弁当部門 | 魚見岳に登って食べようバーガー
T A B L E 大好き筋肉チーム
追 百代さん・あさのさん(湯之里) | ヘルシー!
スイーツ部門 | オクラかるかん
指宿竹元病院保育園 はと
小牟禮 祐子さん(湯之里)・藤井 崇さん(二月田) |
| | さつまのちく天
西内 麻紀さん(井手前) | | 四季の奏でスイートメモリーのカルテット
川畑 優子さん(大牟礼東) |
| | おくらのランラン海草揚げ
まつなが てるえ
松永 照恵さん | | お茶のケーキ
新小田 美月さん(迫中) |
| 家族だんらん!
やわらかメニュー部門 | イッシーくんの宝箱
久保 あけみさん | 小・中学生部門 | ベジたまる
井上 未彩さん・恵さん(湯山) |
| | オクラのかんたんお好み焼き
水迫 はるかさん(宮之前) | | 野菜たっぷり指宿のスープ
南 愛音さん(大園原)・山田 悠河さん(大園原)
諸留 愛弥さん(大当) |
| | 経節と実えんどうの焼きおにぎり茶漬け
肥後 晴夏さん(大当) | | 開間だけ丼
まきお ひより
牧尾 陽和さん・千代美さん(下吹越) |
| | 夏を乗り切れ!オクラのねばねばヘルシーそば
長山 育美さん(二月田) | | 2じゆるいのオクラんボール
原 彩七さん・可児 キミ子さん(玉利) |



全作品のレシピを掲載！

今回実施したコンテストの優秀作品(14作品)のレシピを全て掲載したリーフレットが完成しました。無料で配布していますので、ぜひ手に取ってご覧ください。

▶配布場所/ 指宿保健センター、市役所各庁舎、時遊館 COCCO はしむれ、指宿図書館、山川図書館、各校区公民館 など
※市ホームページからもダウンロードできます。
健康のまちづくり推進室 ☎2111 ☒289



家族だんらん! やわらかメニュー部門

イッシーくんの宝石箱

材料 2人分

- A オクラ 4本、粉寒天 2g、だし汁 250cc
- B サツマイモ 20g、人参 10g、鶏ミンチ 20g、だし汁 100cc、とろみ用だし汁 大さじ1、片栗粉 大さじ1、カラーピーマン 3色 適量、砂糖 少々
- 和風ソース
 - イ 麵つゆ 10cc、だし汁 40cc
 - ロ だし汁 大さじ1/2、片栗粉 大さじ1/2
- だし汁
 - 水 1ℓに対し、だし昆布 10g、かつお節 20g

作り方

- ① ダイヤ型に切ったカラーピーマンに砂糖をかけておく。
- ② Bの野菜はみじん切りにしてから、だし汁で煮て、とろみをつけておく。
- ③ オクラをさっと茹でる。
- ④ 粉寒天をだし汁で煮溶かし、あら熱がとれたら③を入れ、ミキサーにかける。
- ⑤ ④の半量を型に入れ、②の具材を乗せたときに沈まない固さになるまで冷ます。

久保 あけみさん(市外)

普段から減塩を意識した料理を作るよう、心掛けていますが、1食当たり1g以下の料理を考えるのは大変だと感じました。試行錯誤を繰り返し、だし汁のうま味を生かした料理に仕上げました。



- ⑥ ⑤の上に、②が真ん中にくるようにして乗せ、⑤の残りを流し入れ、再度冷やし固める。
- ⑦ イを煮立てて、ロでとろみをつけ、和風ソースを作る。
- ⑧ ⑥を2つに切り、器に盛り、⑦の和風ソースをまわしかけ、①の砂糖を洗い流してダイヤ型に切ったカラーピーマンを飾って出来上がり。

ポイント

材料Bには、時期に応じて季節の野菜(キヌサヤ、ソラマメなど)を加えても良いです。



いぶたべる 指TABLEレシピコンテスト グランプリ作品



指宿の新鮮な野菜や加工食品などの地域食材を使った、家庭で手軽に作れる料理です。ぜひ、ご家庭のメニューに健幸食を取り入れてみてください。

お手軽! おかず・お弁当部門

魚見岳に登って 食べようバーガー

材料 2人分

- ご飯 1合、卵 1個、山川漬け 大さじ2、ゴマ・小ネギ・ごま油 各小さじ1、揚げ油 適量
- 中の具材
 - シビの腹皮 2枚、小麦粉 大さじ2、サツマイモ スライス4枚、トマト スライス2枚、レタス 1枚、大葉 2枚、スライスチーズ 2枚、マヨネーズ 大さじ1 (お好みで)
- 甘辛たれ
 - 濃口しょうゆ・砂糖・料理酒・みりん 各大さじ1、ゴマ・小ネギ 各小さじ1

作り方

- ① ご飯に卵とゴマ、刻んだ山川漬けを入れて混ぜる。形を整え、フライパンにごま油を引き、軽く焦げ目が付くまで焼く。
- ② 腹皮は、切れ目を入れてから小麦粉でまぶして、油で揚げる。サツマイモも油で揚げ、大葉は千切りに刻んでおく。
- ③ 甘辛たれの調味料を鍋に入れ、たれを作り、揚げた腹皮をからめる。
- ④ 工程①でできたものに、具材をはさんでライスバーガーの出来上がり。マヨネーズはお好みで。

たべる TABLE 大好き筋肉チーム

さこももよ 迫 百代さん・あさのさん(湯之里)

おにぎりを持って出た時に、おかずも一緒に食べたいと思って考えました。具材をアレンジできるので、指宿の季節の野菜を挟んで食べてほしいです。



ポイント

ご飯と腹皮の組み合わせは抜群です。山川漬けを入れているところもポイントで、食欲が増す一品です。

小・中学生部門

ベジたまる

材料 2人分

- ご飯 1合
- 味付すり身 250g
- オクラ 4本(大)
- かつお節(小分け) 1パック
- 塩昆布 10~15g
- とろけるチーズ 20g
- グリーンリーフ 4枚
- 揚げ油 適量

作り方

- ① オクラを洗い、輪切りにする。
- ② ご飯にかつお節、塩昆布、オクラを混ぜる。
- ③ ラップを使い②で丸いおにぎりを作り、真ん中にとろけるチーズを入れる。
- ④ ③を味付すり身で包む。
- ⑤ ④を170℃の油できつね色になるくらいに揚げる。
- ⑥ ⑤をグリーンリーフで巻き、ワックスペーパーで包む。

いのうえ みさ

井上 未彩さん(丹波小2年)・恵さん(湯山)

かつお節と昆布でうま味を出し、オクラやチーズなどでビタミンやミネラル、カルシウムが取れます。混ぜたり丸めたり、小さな子どもでも一緒に楽しく料理できますよ。



ポイント

作り方の工程④の時、油を薄く塗ったラップに味付すり身を乗せ、おにぎりを包むと、ラップに付きません。塩昆布は、メーカーによって味が異なるので、味を見ながら調整してください。

ヘルシー! スイーツ部門

オクラ かるかん

材料 2人分

- オクラ 2~3本、水 190cc、かるかん粉(市販の物で砂糖入り) 300g
- あずき芋あん
 - あずきあん 100g、サツマイモ 中1本、砂糖 大さじ3

作り方

- ① オクラをゆでて、ミキサーでペースト状にしておく。
- ② あずき芋あんを作る。サツマイモはゆでて皮をむき、つぶして砂糖を混ぜておく。その後、あずきあんと混ぜて丸く形を整えておく。
- ③ ペースト状にしたオクラとかるかん粉を混ぜて、生地の状態を見ながら徐々に水を加えていく。5分ほど生地を休ませる。
- ④ 生地の中にあずき芋あんを入れて20分程蒸したら、オクラかるかんの出来上がり。

指宿竹元病院保育園 ほと

こむれ ゆうこ 小牟禮 祐子さん(湯之里)・藤井 崇さん(二月田)

保育園の子どもたちのおやつ用に、市販のかるかん粉と、頂いたオクラでかるかんを作りました。指宿特産のオクラとサツマイモを使用し、子どもも大人もおいしく食べられる、オリジナルかるかんが出来ました。



ポイント

ヤマモのみを使用しているかるかんよりとろみがあるので、出来立てはもちろん、冷めてからもしっとりおいしく食べられます。オクラを入れることで、彩りもきれいです。

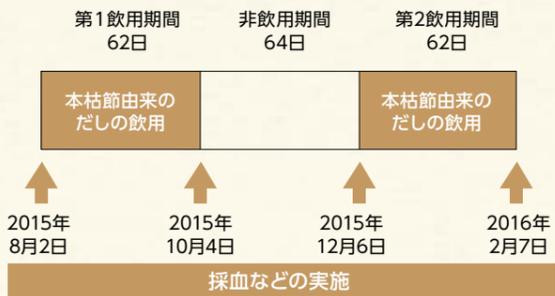
健康長寿を求めて

本枯節を科学する

江戸時代の書物「本朝食鑑」に「気血を補い、腸胃を調え、筋力を壮し、歯牙を固くし、ひふのきめを密にし、髭髪を美しくする」といった効能があると記されるかつお節。市の特産品には、健康長寿に結びつく成分があるのでしょつか。鹿児島女子短期大学の協力で、かつおだしの検証を行いました。

検証の実施方法

検証に参加したのは、市民モニター60人。毎食前、紙パックに詰めた本枯節から、熱湯で1分間だしをとり、飲用してもらいました。期間は、62日間ずつの2回。各飲用期間の間には、64日間のだしを飲まない期間を設けました。参加者には、毎日の飲用記録をつけてもらい、飲用期間の前後には、採血などを行いました。



検証に参加した
濱崎 秀子さん
(湊北)

かつおだしに健康になる成分が入っているかもしれないという内容に興味があり、参加しました。実際にだしをとってみると、味付けをしていないのにうまみがあって、それだけでもおいしい。だしをとることも大事なんだと思いながら、楽しんで参加しました。削りたてのかつお節をそのまま食べるのもおいしいですよ。

本枯節

かつお節は、加工工程の違いで名称が異なります。カツオをゆでて薫製にしたものを「荒節」といい、さらに「カビ付け」と「天日干し」を数ヶ月繰り返し、手間ひまをかけた伝統製法で作り上げたのが「本枯節」です。

夏の食材

オクラを科学する



かつお節とともに日本一の生産量を誇る夏の農産物といえば、やはりオクラです。平成27年度、鹿児島純心女子大学の中西隆之教授の協力で、夏場の特産品オクラについても、ラットを使って健康効果の動物検証を行いました。

その結果、オクラを与えたグループは、体重増加のスピードが落ち、もう一方のグループより7%減少。ふん重量は、オクラを与えたグループの方が、ほぼ全期間を通じて多いことも確認できました。

オクラのネバネバは、水溶性食物繊維のペクチンなどによるもので、便通をよくする働きがあります。両グループで同じ量の食物繊維を混ぜたにも関わらず差が出たことで、便通改善や体重増加抑制には、食物繊維以外の成分も関与していると考えられます。

そのほか、血液検査では肝機能や脂質代謝の数値にも明確な差が出ました。オクラが、肝炎予防や肝機能を正常に保つ可能性も期待できます。

これらの実験結果を踏まえ、平成28年度は市民モニター30人を募り、同大学と共同でオクラ摂取による血糖値上昇抑制効果の検証を行っています。健康に関する効果が確認できれば、特産品のオクラがダイエットや生活習慣病、メタボ予防の食材として、注目されるのが期待されます。

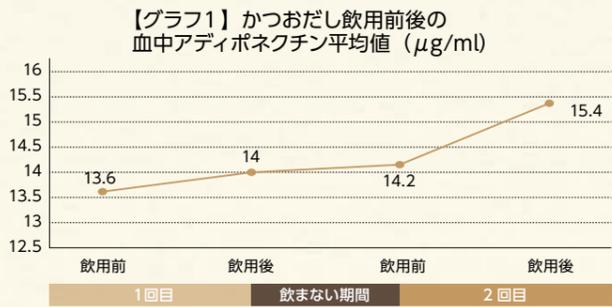
検証を行った住澤教授にお話を伺いました。

検証のポイント

今回の検証より前に、かつおだしにはまだ知られていない健康によい働きがあるのではと考え、学内で検証を行いました。そこで浮かび上がったのが、善玉ホルモンの「アディポネクチン」。糖尿病などの生活習慣病の予防に効果があると考えられ、注目されています。今回、中高年を対象にした大規模な検証で、健康との関係を調べました。

アディポネクチンの血中濃度の

アディポネクチンの濃度は、今回の検証期間を通して平均的に上昇していることが確認できました。(グラフ1)
健康への効果を立証するためには、かつおだしを飲まない期間の濃度が減少する必要がありますが、今回はほぼ横



ばいの状況。飲まない期間の維持・上昇について、さらに細かい検討が必要であるとの結果になりました。

アディポネクチンの血中濃度を高めた可能性が、さらに高くなったということです。本枯節の科学的な研究は、始まったばかり。本枯節に含まれる、どの成分がアディポネクチンの増加に関わっているのか、健康への効果を立証するためには、成分を明らかにしていく必要があります。現在、カツオに含まれる成分で、疲労回復に効果があるといわれるアンセリンとアディポネクチン増加との関係を調べる実験を行っています。そして今後も、可能性のある成分を検証していく予定です。かつおだしの飲用が、健康に良いことが明らかにできれば、日々の食事にかつおだしが使われ、より地域に愛される食材になると思います。



鹿児島女子短期大学生生活化学科
住澤 知之教授

広島生まれ熊本育ち。鹿児島大学助手、スタンフォード大学博士研究員、産業医科大学講師を経て、平成22年から現職。専攻は生化学で、分子・細胞レベルでの研究の経験を活かし、今回のかつお節研究も、最終的には細胞レベルでのメカニズム解明を目指す。

本枯節の検証は始まったばかり

今回の検証で言えることは、かつおだしを飲むことが、ア



皆さんは、どのような食事の時間を過ごされていますか。「今日の料理はおいしいね」家族で話すその一言にほっこり。食事を通じて幸せに過ごす時間も健康づくりです。毎日の食事、ひと工夫でさらに魅力を引き出せることが分かりました。可能性がいっぱいの地域食材を活用して、皆さんが幸せな時間を過ごせる取り組みを、これからも進めて行きます。健康のまちづくり推進室

☎ 21111 内 287

逃げ得、滞納は許しません 滞納処分強化中！

市税は、住民サービス維持のため重要な財源です。市税の滞納は、住民サービスを提供する財源が減少するだけでなく、納期内に納付した人との公平性を欠きます。

徴収強化月間の取組み

- ・自宅や勤務先への納税催告の強化（電話、文書送付）
- ・徹底した財産調査（勤務先、金融機関、生命保険会社など）
- ・財産の差押え強化（給与、預貯金、生命保険、売掛金、不動産など）
- ・タイヤロック（自動車差押え）
- ・昼間・夜間徴収
- ・差押えを前提とした「搜索」の実施（滞納者の住居などに立ち入り、差押えた動産などを公売・換価）

※昨年11月の搜索で、247点の動産を差押えました。



▲差押えたもの一例

延滞金について

延滞金は、納期限までに納付がなかった場合に加算され、期限後1カ月を経過するまでは年利2・7%、1カ月経過後は9・0%で計算されます。納期内に納付した人との公平性を保つため、延滞金の利率は高くなっています。延滞金だけの未納でも、差押えは行います。

納税相談

失業や災害などの事情で納付が難しい人は、分割納付（毎月定期的な納付）の方法があります。納税相談（収支状況の聞き取りなど）を行い、滞納解消につながる納税計画を立てていきます。該当する人は相談してください。

☎ 21111 内 235
税務課収納対策室納税係

滞納処分執行状況

平成27年度		平成28年度 (11月末現在)	
件数	差押え額	件数	差押え額
304	18,031,642	144	11,632,243



鬼は内 福も内

2月到来。
陰暦2月の別称「如月」の語源は色々あるようです。寒い冬が過ぎて陽気が訪れる時節ということから（気更来）、秋に黄落した草木が芽を張り出す月だから（草木張り）などといわれています。

この時期になると、プロ野球やサッカーのチームが一斉に九州、沖縄など南国各地でキャンプインします。2月は（梅見月）ともいわれ、2月の花は梅です。各地から梅の便りが届いています。

（梅一輪一輪ほどの暖かさ）は服部嵐雪が詠んだ句です。梅が一輪咲きそれを見ると、かすかに一輪ほどの暖かさが感じられる。という意味です。

節分。鬼を追い出すと家が困ってしまう。という人がいます。鬼塚さん、鬼頭さん、九鬼さんなど名字に「鬼」のつく家では「鬼は外」以外の口上

もあるようです。鬼を追い出してしまったら縁起が悪いからとのこと。商売をする家でも、鬼は内（家・お店）に入らないと商売繁盛につながらないため、「鬼は内」「福も内」というところがあるようです。

「来年のことを言えば鬼が笑う」といいますが、人間が先々のことを見通そうとしても無駄だよと、鬼があざけるだけだと人々は想像したのでしょうか。

「鬼と戯言」とは親しくされるほど気味が悪くなると言う意味です。「鬼に瘤を取らるる」は、こぶ取りじいさんの昔話からきた言葉で、被害がかえって利益や得になるとの意味のようです。

笑う鬼、涙を浮かべる鬼と、鬼にまつわる言葉はさまざま

で、鬼たちは人間の周囲に始終出没しているかのようです。何とも怪しく恐ろしい鬼たちを、豆の力で退治するといふ、節分のユーモラスな光景を童心に返り懐かしく思い出し、鬼たちに親近感さえ抱く節分の行事です。

時に、人の心に鬼は棲みつきそうになります。その鬼を豆と一緒に追い出すために豆をまき、心の中の鬼たちにはどんどん退散してもらって、良い一年にしたいものです。

節分の頃、親のまいた豆を兄弟で拾っていた頃を懐かしく思い出しています。



指宿市長 豊留 悦男

CITY TOPICS

キルギス共和国大使が来庁

中央アジアのキルギス共和国チンギス・アイダルベコフ駐日大使（中央左）が昨年12月21日、市役所を訪れました。大使は、昨年4月に新たに就任。今後も、観光や農業の分野などで、市や市内業者などの協力や支援を得たいと話されました。



皇后杯女子サッカーの結果を報告

本市出身サッカー選手の福元美穂（INAC神戸レオネッサ所属）、高橋 悠（伊賀FCくノ一所属）両選手が1月5日、帰郷に併せて市長を訪問。昨年12月の第38回皇后杯での熱戦を報告し「今年も第一線で活躍したい」と決意を話しました。



文部科学大臣表彰受賞を報告

スポーツ推進委員功労者として文部科学大臣表彰を受賞した馬場幸男さん（町1区西）が昨年12月7日、市長に受賞を報告しました。馬場さんは、昭和57年から市スポーツ推進委員（旧体育指導委員）として活躍し、長年の功績が評価されました。



サッカー・多目的グラウンド 整備事業の基本構想説明会

山川地域

- ▼期日／2月15日
- ▼場所／山川図書館

指宿地域

- ▼期日／2月16日
- ▼場所／中央公民館

開聞地域

- ▼期日／2月21日
- ▼場所／開聞総合体育館

※時間は共通で、19時30分～20時30分です。

☎ 21111 内 128
市長公室政策推進係

特産品 シリーズ vol.31

日本の食文化に欠かすことのできない伝統的な発酵調味料として、しょうゆやみそが挙げられる。地域によって味や色、香りなど好みに違いがあり、地域色が現れやすいものだ。そんなしょうゆやみそを、市内で製造しているのが、湯之里にあるコバンキュー醸造だ。社名を昭和36年に変更し、現在3代目の小林典善さんが代表取締役を務めている。しょうゆ造りは近代化が進み、安定した品質や低コスト化を実現するため、しょうゆ

造りの基となる生揚げ醤油までは、県醤油醸造協同組合の工場で、一括製造される。すべての原料は安全性を考慮し、非遺伝子組換えのものを使用。これを基に、食品メーカーなど、顧客の要望に合わせて製造をしている。甘さや内容成分などを加味しながら、商品を上上げていく。

一方みそは、米みや麦みやそのほか、米や大豆の形を残さないすりみそを製造。主原料の大豆は、ゆで上げを行わず、蒸し上げにして素材のうま味や風味を閉じ込め、昔ながらの田舎みその風味に近づけるよう、工夫を凝らしている。最も重要な工程は、火入れの作業だ。微妙な温度加減や時間の長短で、出来が大きく左右されるため、みその表情が変わる一瞬を見逃せない。「出来上がったみそは、保管

庫で2カ月ほど発酵させ出荷しますが、味が際立つのは、出荷から更に2〜3カ月経つてからです」と小林さんは話す。

商品は、主に南薩地域で消費される。指宿・山川の給食センターや市営唐船峡そうめん流しなどへも納品され、地域の味を支える存在になっている。また、郷土出身者などからも根強い人気があり、全国各地から注文の声が届くそうだ。

同社のしょうゆやみそは、子どもたちに受け継がれる味、故郷を思い起こさせる味として、これからも地域の味の道しるべとなることだろう。



地域の味の道しるべ



☎ 099-2111-314
☎ 2111-314

体に負担をかけないがん陽子線治療

陽子線治療とは

放射線治療の一つで、陽子線の、身体の中を通過せずに止まる性質を利用するものです。がん病巣を狙い撃ちでき、周りの組織への影響を最小限に抑えられるため、副作用も少なく済みます。治療中は、熱や痛みを感じません。治療時間は、1日20分程度です。

治療できる臓器

頭頸部、肺、肝臓、膵臓、腎臓、前立腺がんなどに有効です。胃や十二指腸、大腸などの消化管などは治療できない場合もありますので、問い合わせてください。

治療費について

技術料として288万3千円、その他保険診療分の費用を合わせ、300万円程度が必要です。技術料は全額自己負担ですが、民間保険の「先進医療特約」で支払いが可能です。場合があります。

補助金があります

県では、金融機関などから治療費の借入れを行った場合の利子の一部を助成する「粒子線がん治療費利子補給事業」を行っています。

- ▼対象／患者本人（鹿児島県民）か家族 など
 - ▼対象借入金／借入金のうち、陽子線治療相当分
 - ▼利子補給率／6%以内
 - ▼利子補給期間／5年以内
 - ※所得制限があります。
- ☎ 099-2286-2693



※小児がんについては、昨年4月から技術料も保険適応になっています。

☎ 099-2286-2693
http://www.medipolis.org

川尻に伝わる「塩釜どん」の掛軸

川尻漁港の入口には「塩釜どん」と呼ばれる自然石が3個、一列に並べて祭られています。これは、塩釜神社の御神体です。川尻の伝承では、昔々、この地に塩土老翁という神様が塩釜を築造し、二反歩（約2千㎡）ほどの日本最古の塩田を開いたといわれています。江戸時代から明治時代の初めまでは、枚聞神社のお祭りの際、川尻の塩屋（現在の川尻上・北集落）と脇浦の塩屋、開聞岳を挟んだ東西の塩屋が、交替で塩を献納していました。

また、川尻には「塩釜どん」を描いたとされる掛軸が古くから伝わっています。上部には開聞岳が空高くそびえ立っており、その麓に枚聞神社の屋根の一部が配置されています。前面には、3人の神様が並んでおり、中央は天智天皇、向かって左側は大宮姫、右側の不動尊の姿をしているのが塩土老翁と伝えられています。かつては正月二日に床の間に掲げ、塩神様の祭典を行っていたそうです。掛軸の下部には、海水をくむ人やまきを運ぶ人が見てとれますが、これは江戸時代の製塩を描いたものと考えられます。掛軸がいつ頃の作かは不明ですが、塩釜神社の由緒を表すために作られたのではないかと推測されます。

現在、掛軸は川尻校区公民館に保管されています。

塩釜どんの掛軸や市の製塩の歴史について、時遊館COCCOはしむれで2月26日④まで開催の「もっと大好き！指宿展―海に開かれた私たちのまち―」で展示しています。

☎ 099-235-1000



「塩釜どん」の掛軸

川尻漁港入口の「塩釜どん」

《観光シリーズ》光を觀せて、魅せられて VOL.62

指宿で「西郷どん」ゆかりの地を巡ろう

平成30年に放映が決定したNHK大河ドラマ「西郷どん」。温泉好きだった西郷隆盛は、湯治でたびたび指宿を訪れており、奄美遠島の際も山川港から出航しています。皆さんも、一足先に「西郷どん」ゆかりの地を訪れてみては。

鱒温泉

西郷どんが湯治に訪れ、約1カ月滞在した温泉郷。滞在中は、佐賀の乱に敗れた江藤新平との会談も行われました。



鱒温泉は、指宿でも唯一の単純硫黄泉

当時の宿泊所のそばには、西郷どんが訪れたことを記念した、石像も建てられています。「スメ（巢目）」と呼ばれる、温泉蒸気を利用した天然のかまどで蒸した温泉たまごも名物です。

山川港

西郷どんが、2度の奄美遠島にあった際に出航した

港。2度目の出航前には、山川に1カ月ほど滞留しています。

二月田温泉

西郷どんが、たびたび湯治に訪れた温泉郷。島津久光の上洛計画に反対した西郷どんが、引きこもったといわれています。



どの温泉に入ったかは不明だが、殿様湯など歴史ある公衆浴場が点在している

第八代濱崎太平次

海運商「ヤマキ」の八代目で、幕末の薩摩藩を資金面で支えた豪商。西郷どんも太平次の屋敷を訪れた記録が残っています。

この他にも、指宿市内には多数のゆかりの地や逸話が残っています。詳しくは、市観光ホームページ「いぶすき観光ネット」をご覧ください。

☎ 099-2111-326

泊まって
当たる!

「指宿どーん」と プレゼントキャンペーン

「九州ふっこう割」終了に伴い、宿泊客数が落ち込むおそれがあること、平成30年に放映が決まった「西郷どん」に向けた「ゆかりの地・指宿」のPRのため、2月1日から9月30日まで、市内の対象宿泊施設に泊まると、抽選で指宿の特産品などが当たるキャンペーンを実施します。

市民の皆さんも、ぜひ友人などに西郷どんにゆかりのある指宿を紹介してください。

本キャンペーンの詳細や対象宿泊施設は、市観光ホームページ「いぶすき観光ネット」をご覧ください。

☎観光課観光企画係 ☎2111 ☎326



キャンペーンの詳細や
対象宿泊施設はコチラから
いぶすき観光ネット▶



第1弾 泊まって応募するだけ!! / 「指宿どーん」とプレゼント!

市内の対象施設に泊まって応募すると、豪華特産品を毎月抽選で10名様、合計30名様にど〜んとプレゼントします!!

対象宿泊期間：2月1日(水)～4月30日(日)



西郷どんコース
指宿温泉で育ったウナギのかば焼きや指宿のグルメなど(2万円相当)



篤姫コース
鹿児島黒豚や指宿のグルメなど(2万円相当)

▶応募方法
宿泊施設から応募券に証明をもらい、必要事項を記入し、専用応募箱に投函する(賞品の発送先は日本国内に限る)。

第2弾 指宿の魅力を伝えよう! / つながる「いぶすき」キャンペーン

紹介カードを使って泊まると、紹介した人も紹介された人も毎月抽選で10組20名様、合計80組160名様に指宿の魅力がギュッと詰まった特産品をど〜んとプレゼントします。

カード配布期間：2月1日(水)～8月31日(木)
対象宿泊期間：2月1日(水)～9月30日(土)



さらに 広報いぶすき読者限定企画
広報専用紹介カード
右のカードで誰かに紹介すると、紹介された人が宿泊するだけでキャンペーンに応募できます。左側の「紹介する人」欄にあなたの情報を記入して、友人などに渡してください。おトクなカードで指宿をPRしよう! **チェック**

広報いぶすき専用 つながる「いぶすき」紹介カード

〈紹介する人〉※記入忘れにご注意ください。

フリガナ	フリガナ
お名前	お名前
年齢	年齢
性別	性別
〒	〒
ご住所	ご住所
電話番号	電話番号
指宿のおすすめスポット	宿泊日

〈紹介された人〉

フリガナ	フリガナ
お名前	お名前
年齢	年齢
性別	性別
〒	〒
ご住所	ご住所
電話番号	電話番号
指宿のおすすめスポット	宿泊日

宿泊証明 ※宿泊施設記入欄

▶応募方法/紹介者からこのカードをもらった人は、対象施設に宿泊した際に、証明をもらって備え付けの応募箱に投函してください。毎月抽選で、紹介者と応募者のペア10組20人、合計80組160人に指宿の特産品が当たります。

▶対象宿泊期間/平成29年2月1日(水)～9月30日(土)
※このカードは広報いぶすき読者限定の紹介カードです。通常の紹介カードは、紹介する人も宿泊が必要です。賞品の発送先は日本国内に限ります。

☎指宿市観光課観光企画係 ☎0993-22-2111 ☎326

詳細はコチラから▶
いぶすき観光ネット

〈アンケート〉該当する番号を○するか、ご記入ください。

Q.1 今回の宿泊について教えてください。
◆人数/男性 ___人 女性 ___人
◆目的/①家族旅行 ②友人との旅行 ③仕事 ④一人旅 ⑤その他 ()

Q.2 指宿を訪れたのは何回目ですか?
①はじめて ②2～10回 ③11回以上

Q.3 今回、指宿を訪れたきっかけは? ※複数回答可
①このキャンペーンを知って → 何で知りましたか? _____
②指宿に行ってみたかった ③過去に訪れてよかった ④仕事 ⑤その他 ()

Q.4 紹介者とのご関係は? ◎自由意見(指宿の魅力や感想など)
①家族・親戚 ②友人 ③職場 ④その他 () _____

本のひろば

今月のおすすめ

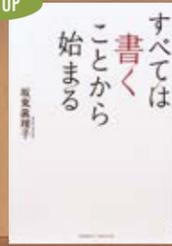
指宿図書館 ☎232827
 山川図書館 ☎353300
 ホームページ <http://www.minc.ne.jp/ibusukilib/>



PICK UP



一般図書 (山川図書館)
乙女の日本史 文学編
 堀江 宏樹、滝乃 みわこ (著)
 KADOKAWA



一般図書 (指宿図書館)
すべては書くことから始まる
 坂東 眞理子 (著)
 クロスメディア・パブリッシング

児童図書 (山川図書館)
はたらく車
 小賀野 実 (監修)
 ポプラ社

児童図書 (指宿図書館)
二ノ丸くんが調査中
 石川 宏千花 (作)
 うぐいす 祥子 (絵)
 偕成社

PICK UP



▼ 申込 指宿図書館
 ▼ 定員 / 30人
 ▼ 参加料 / 無料
 ▼ 日時 / 2月26日 ①
 14時～15時30分
 ▼ 場所 / 指宿図書館
 ▼ 演題 / 陽子線治療
 指宿でのチャレンジ
 ▼ 第4回図書館講座
 メディポリス国際陽子線
 治療センターは、九州初の
 がんを粒子線で治療する先
 進医療機関です。全国で講
 演を行う 菱川良夫センター
 長が、講演を行います。



指宿図書館では、講座に合わせて関連本を展示しています。

魅力発見 いぶすき日和

「池田湖、絶景」

撮影者：瀬田満保さん（浜西）

コメント
 葉の花マラソンボランティアに参加してきました。前日からの雨も、ランナーがスタートする頃には上がり、直前に池田湖畔では開間岳も顔を出し、その絶景に思わずシャッターを切っていました。

PICK UP

はたらく車

【内容】工事現場で働く車や、人やものを運ぶ車など、身の回りの働く車に関する知識や秘密が紹介されています。全ページにカラー写真が掲載されているので、小さな子どもでも楽しめます。

PICK UP

すべては書くことから始まる

【内容】仕事で必要なのは、明快な文章を書く力。品格のあるメール、仕事がかかどる文書・資料の作り方など、ビジネスの場で必要とされる「書く力」を身につけるためのヒントが紹介されています。

2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				

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をしたり、貸出・予約状況を見ることができます。

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

日	内容	時間
休館日		
火曜	えほんのひろば (指宿図書館) 演じ手：つちはしこども学園の先生方	10:30～11:15
11日	ふれあい映画会 (山川図書館)	14:00～14:40
19日	おはなしのとびら (指宿図書館) 演じ手：指宿高校生徒	10:30～11:15
24日	よるのおはなし会 (指宿図書館) 演じ手：図書館職員	19:30～20:00
25日	ボランティアおはなし会 (山川図書館) 演じ手：山川「おはなしぶんこの会」の皆さん	14:00～14:30
26日	第4回図書館講座 (指宿図書館)	14:00～15:30

《図書館からのお知らせ》

より楽しく・より暮らしやすく
知っく!!
情報掲示板

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
開聞庁舎 ☎0993-32-3111

募集

県障害者スポーツ大会参加者

- ▼日時／5月21日⑧8時～
- ▼場所／鹿児島市内各地
- ▼参加資格／次の全てに該当
・身体障害者手帳・療育手帳の交付を受けているか、それに準ずる障害がある人
- ・県内居住で13歳以上の人
(平成29年4月1日現在)
- ・出場同意書を事前提出でき、医師が出場可能と認めた人
- ▼競技種目／陸上、フライングデイスク、卓球、水泳、アーチェリー、ボウリング、レクリエーション
- ▼申込方法／電話

仕事や家庭での動物飼養は報告を

- 伝染病の発生・流行予防のため、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14日(金)、鳥類6月15日(木)
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎716

「指宿市公共施設等総合管理計画(案)」に関する意見募集

- 公共施設などに関する計画「指宿市公共施設等総合管理計画(案)」をまとめました。市民からの意見を募集します。
- ▼公表・閲覧場所／行政改革推進室、(開)地域振興課総務係、市ホームページ

公園・道路管理の作業員

- ▼申込締切日／3月3日(金)
- ▼申込資格／市内居住で50歳未満の健康な人
- ▼勤務内容
・公園管理作業員 花の植栽、公園の草取り など
・道路管理作業員 市道の路面補修などの維持管理、市道・河川の草払い、台風後の片付け など
- ▼勤務時間／8時30分～17時
- ▼福利厚生／年次有給休暇、社会保険、労災保険あり
- ▼申込方法／A4サイズの市販の履歴書を持参(3カ月以内に撮影の顔写真貼付)
- ▼申込締切日／3月10日(金)
- ▼採用予定日／4月1日(土)
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎0088

給食食材の納入業者

- ▼申込資格／市学校給食センターで使用できる食材の数量を納入できること
- ▼申込方法／指定願書(指宿市学校給食センターに設置)、営業許可証、納税証明書など

意見の募集期間

- 2月10日(金)～3月13日(日)
- ▼提出方法／郵送、メール、公表場所へ持参(郵送は期間内必着)
- ※電話受付は行いません。
- ▼意見様式／公表場所
- ▼意見の取り扱い／寄せられた意見は「市パブリックコメント制度実施要綱」に基づいて取り扱い、計画の参考になります。意見への回答は、市ホームページで公開します。
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎131
✉somu@city.ibusuki.jp

「指宿市一般廃棄物処理基本計画改訂版(案)」に関する意見募集

- 一般廃棄物に関する計画「指宿市一般廃棄物処理基本計画改訂版(案)」をまとめました。市民からの意見を募集します。
- ▼公表場所／環境政策課生活衛生係、(開)市民福祉課市民生活係、市ホームページ
- ▼意見の募集期間
2月6日(日)～3月7日(火)
- ▼提出方法／郵送、メール、公表場所へ持参(郵送は期間内必着)

お知らせ

体育施設利用調整会

- 平成29年10月から平成30年3月末までの間に、大会などで市体育施設を使用する団体は、2月10日(金)までに計画書を提出してください。
- ▼計画書様式／指宿・開聞総合体育館、B&G山川海洋センター、山川勤労者体育センター
- ※指宿総合体育館は、国民体育大会に向けた大規模改修で、平成29年4月～12月末(予定)まで利用できません。
- ▼利用調整会
▼日時／2月27日(日)19時～
- ▼場所／指宿総合体育館
- ※通常の練習での予約は、使用日の2週間前から、電話か窓口で受け付けます。
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎3511



家宝をくん蒸しませんか

- ※電話受付は行いません。
- ▼意見様式／公表場所
- ▼意見の取り扱い／寄せられた意見は「市パブリックコメント制度実施要綱」に基づいて取り扱い、計画の参考になります。意見への回答は、市ホームページで公開します。
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎245
✉kankyo@city.ibusuki.jp

環境政策課生活衛生係

- 家系図や古文書などの害虫よけをしませんか。専門員が作業し、料金は無料です。
- ▼受付／2月13日(日)～24日(金)
- ※返却は3月中旬を予定
- ▼場所／時遊館COCOはしむれ
- ▼対象／家系図、古文書、掛け軸、古写真、軍服 など
- ※大きさや形、数により対応できない場合があります。
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎5100



PICK UP NEWS

レイクグリーンパークの指定管理者を募集します

- ▶指定管理の期間
平成29年9月1日から平成34年3月31日まで(4年7カ月)
- ▶申込方法
募集要項を入手し、必要事項を記入の上、関係書類を添えて窓口か配達証明郵便で申し込んでください。募集要項は、耕地林務課か市ホームページから入手できます。
- ▶募集要項配布
2月6日(日)～
- ▶申込締切日
3月10日(金)17:00必着



- ▶現地説明会
2月24日(金)10:00～
※応募する場合は、必ず参加してください。
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内) ☎718

スポーツ栄養実践セミナー

- スポーツをする子どもに適した食べ物やその量について、保護者を対象に講演します。
- ▼日時／2月19日(日)10時30分～11時30分
- ▼場所／中央公民館
- ▼定員／50人
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎080-5248-0824
✉charain.wagon@gmail.com

開聞地域の粗大ごみ収集

- 収集所は、通常のごみ収集所とは異なります。区長・集落長に問い合わせてください。
- ▼収集日
・2月22日(土)十町区(松原田集落を除く)
- ・2月24日(日)仙田区・上野区
- ▼時間／7時～8時30分
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎245

心の健康相談

- 本人や家族の「心の健康」に関する次のような悩みや不安、心配ごとなどに専門の医師が相談に応じます。

ミニバレーボール大会

- ▼日時／3月2日(日)14時～
- ▼場所／指宿保健所
- ▼相談の例
・憂うつな気分が続く、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どうか迷っている。
- ▼相談料／無料
- ▼予約締切日／2月23日(木)
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎3854

ミニバレーボール大会

- ▼日時／3月4日(土)18時～22時
- ▼場所／開聞総合体育館
- ▼対象／市内居住か市内で勤務、または市内チーム所属の社会人
- ▼参加料／無料(協会未登録者は700円で登録が必要)
- ▼申込締切日／2月27日(日)17時まで
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎3511
- ▼お問い合わせ先(いぶすき農業支援センター内)
☎244857

高校生企業ガイダンスが開催

高校生の地元就職で地域に活力を

市内の高校生に地元企業を知ってもらい、将来の就職につなげるための「高校生向け地元企業ガイダンス」が12月7日、指宿商業高校で開催されました。ガイダンスには、指宿商業高校、山川高校、指宿養護学校から133人の生徒が参加。20の企業ブースを順に回り説明を受け、それぞれの魅力や仕事内容について理解を深めていました。指宿商業高校2年の諸留綾美さん(久保)は「地元の企業は、実家から通える点が魅力的。現在検討中です」と話しました。



各ブースでは、真剣に話を聞く生徒の姿が見られました

九州女子サッカーリーグ公式戦が市内で初開催

指宿出身の3選手も活躍

九州女子サッカーリーグの公式戦が12月4日、市宮陸上競技場で開催され、ジュブリーレ鹿児島と福岡大学が対戦しました。同リーグは九州・沖縄8県的女子チームが参加し、本市では初めての公式戦。ジュブリーレ鹿児島では、本市出身の佐々木舞子(迫北上)、笹山和都(井手上)、田中恵(前原下)3選手も活躍しました。観戦した丹波小6年の鶴留拓実さん(迫北下)は「パス回しもうまく迫力があった。自分もあんなプレーがしたい」と話しました。



左から笹山、佐々木、田中選手 攻め上がる田中選手(左)

平成29年 消防出初式



消防出初式が1月15日、サンシティホールいぶすき横の広場で行われました。新年を迎え、あらためて消防団員の士気や市民の防火意識を高めようと、豊留市長や消防関係者など752人が参加。消防団の糸乱れぬ分列行進や消防功労者の表彰、幼年・少年消防クラブの演技などが披露されました。また、指宿方面隊第2中隊が、色鮮やかな一斉放水を行い、新春の青空を彩りました。

1 隊列を乱さず堂々と分列行進 2 魚見幼年消防クラブの演技披露 3 消防庁長官表彰の伝達を受ける市消防団徳永副団長 4 迫力のある一斉放水

まちな話 話題 ZOOM UP IBUSUKI

池田小で餅つき土曜授業

昔ながらの餅つき知って

きねと臼を使った餅つきの授業が12月10日、池田小の全校児童を対象に行われました。餅も機械でつく時代、昔ながらの餅つきを体験してもらいたいと、新永吉棚田組合・保全委員会が指導。児童たちは、慣れない手つきながら餅つきを楽しんでいました。餅がつき上がると、みんなで団子に丸め、つきたてのおいしさを堪能。4年生の南駿斗さん(石嶺)は「初めてやって楽しかった。きねが重くてちょっとぐらぐらしたけど、うまくできた」と話しました。



よいしょ、よいしょ。自分たちでついた餅は味も格別です

養護学校の生徒がおもてなし学習

おもてなし活動を自信につなげて

指宿養護学校高等部の生徒19人が12月9日、指宿駅でおもてなし学習を行いました。観光客や地域の人とのふれあいをなど社会体験を通して、生徒の自信を高めることなどが目的。観光特急「指宿のたまて箱」の発着に合わせ、ホームでは観光ガイド会との旗振り、駅構内では作業学習で作った小皿やスナップエンドウを観光客にプレゼントしました。また同日、西大山駅では山川高校生活情報科の3年生14人が、観光客らを温かいお茶でもてなしました。



生徒らのもてなしに観光客も笑顔で話し掛けていました

各種表彰・伝達

- 消防庁長官表彰**
 - 永年勤続功労章 徳永 政三
- 日本消防協会会長表彰**
 - 勤続章(30年) 木原 豊一、田畑 光彦、高崎 純孝、丸山 徳裕
- 県消防協会総裁表彰**
 - 功績章(20年) 新村 一美、吹留 政弘、新西 一洋、濱田 格、田口 耕作
 - 精績章(15年) 山下富士雄、濱崎 健児
- 県知事表彰**
 - 勤続章(10年) 岩切 良久、池水 保仁、池増 剛、木野 博生、川畑 竜也、有村 清幸、諸留 正文、大久保孝昭、前原 祐樹、増永 一将、西森 清秀、田原 耕喜、澤山 建志、竹部 真成、中村 晋作、山口 拓也、福永 智裕、小川 貴之、永吉 奨、和野 光教、上田 繁之、野口 智樹、菱田 智昭、今村 智樹、濱田 達也
- 指宿市長表彰**
 - 30年勤続(30年以上) 小村 秀吉、鶴丸 秀信、中村 幸二
 - 20年勤続(20年以上) 田中 静、松木 義人、迫 清美、尾山 和明、阿萬 光彦、中野 弘巳、徳留 和彦、吉永 和博、大坪 泰史、田畑 慎弥、安田 洋隆、西村 慎司、白山 正志、立根 正和、田之畑 悠、高橋世志彦、大迫 恵太、高杉 美好、中野 健一、下川床 美好、中野 昭平、岩崎 新、谷村 健二、中野 政彦
 - 10年勤続(10~11年未満) 徳留 和彦、吉永 和博、大坪 泰史、田畑 慎弥、安田 洋隆、西村 慎司、白山 正志、立根 正和、田之畑 悠、高橋世志彦、大迫 恵太、高杉 美好、中野 健一、下川床 美好、中野 昭平、岩崎 新、谷村 健二、中野 政彦
- 指宿支部長表彰**
 - 25年勤続 田中 清美、下曾山茂人、岡元 浩司、坂本 秀行、今林 弘信、川畑 貢
 - 15年勤続 中村 浩一、吉元 清久、前川 信男、上川床俊彦、平原 正明、高田 幸三、前村久仁彦、福里 長彦、内藤 祐二、岡 泰雅、谷口 誠吾、福崎 広志、西村 久則、桃木 正人、平峰 正巳、迫 英彦、堀之内光秀
- 県消防協会**
 - 特別功労章(ラッパ要員) 10年勤続 蓮香 健史
 - 5年勤続 山口 拓也、菱田 康二、福田 己年、西傘田 淳
 - 初期消火 東川 義雄
 - 協力団体 常盤建設、吉本葬祭
 - 内助の功労表彰 30年功労 小村ひとみ、中村みさ子、20年功労 松木 桂子、迫 厚子、尾山 直美、阿萬あつこ、中野 睦子
 - 退団者感謝状 上村 秀範、高崎 幸男、宮田 守康、下吹越成夫、水迫 一民、元脇 博、中西 健市、南 眞二、川口 繁人、中村 司、林 大樹、物袋 純次、新吉 健二、濱田 順一、坂元 和人、川上 重行、原村 猛、西留 祥一、中村 茂人、水溜 久文、中村 一秋

宮之前地区で唐人踊り

琉球から伝わる縁起の良い踊り

宮之前地区の郷土芸能唐人踊りが1月1日、光明寺に奉納されました。40～50歳代の男性12人の踊りを、地域の人や参拝客が見守りました。この踊りは、島津家の温泉別荘に滞在した琉球の人々の踊りを、宮之前の人たちが見よう見まねで覚えたのが始まり。踊った人が、太平洋戦争などで無事に生還したことから、縁起の良い踊りとして継承されています。保存会長の下川床学さん(宮之前)は「後世に伝えるためにも毎年踊っていきたい」と話しました。



独特の歌に合わせたゆったりと人情味豊かな踊りです

山川ふるさと歳の市が開催

年越しの買い物で大にぎわい

山川ふるさと歳の市が12月29日、山川港水揚げ場と道の駅山川港活お海道で開催されました。会場では、鮮魚や切花の他、野菜や金物、正月飾りなどが販売。カツオの腹皮や茶節の無料配布も行われ、正月用品を買い求める多くの人でにぎわいました。また、抽選会や餅つき体験なども行われ、本マグロの解体ショーでは、漁協職員が見事な包丁さばきを披露。その場で刺身にして振る舞われると「脂が乗っておいしい〜」と、会場は大いに盛り上がりました。



重さ約47kgもある本マグロの解体ショー。多くの人が詰め掛けました

中・韓国語、ソフトテニス競技で全国大会出場

文武両道に活躍する指商生

指宿商業高校の生徒11人が、外国語スピーチやスポーツの県・九州大会で優秀な成績を収め全国大会出場を決めました。生徒らは12月19日、市長に大会出場を報告。「中国語スピーチ」に出場する3年の池増知里さん(二月田)は「茶いっぺプロジェクトのおもてなし活動を精一杯スピーチしたい」と話しました。「韓国語スキット(寸劇)」に2年の川原美結さんと瀧田花月さんが、「ソフトテニス競技」に女子ソフトテニス部の8人が出場します。



市長に全国大会出場を報告する指商の生徒たち

熊本地震復興義援金を贈呈

市と観光客の思いを込めて

豊留市長らが12月14日、観光客や市内宿泊施設などから寄せられた熊本地震復興への義援金2,890,395円を、日本赤十字社鹿児島県支部長の三反園訓(みたそののり) 県知事に贈呈しました。義援金は、被災地支援と宿泊キャンセルが相次いだ市内の経済活性化のため、昨年6月～8月に市で取り組んだ「九州を元気に!熊本地震復興応援商品券付き宿泊プラン」で寄せられたもの。同支部を通して熊本県の復興支援に役立てられます。1日も早い復興をお祈りします。



三反園支部長(中央左)に義援金を贈呈する豊留市長ら

まちな話 話題

ZOOM UP IBUSUKI

浜児ヶ水でサンコンメ

竹筒回して一年の幸運を祈る

サンコンメが1月7日、浜児ヶ水で行われました。無病息災などと書かれた半紙を貼り付け、小銭を入れた竹筒を、中・高生らが担いで勢い良く回り、地面に放り投げます。竹筒の割れ目から小銭が飛び出すと、子どもたちが競って拾い集め、家の神棚に供えて一年の幸福を祈ります。この行事は、数え年15歳の二才入りの通過儀礼だったといわれています。徳光小2年の小山煌貴さん(野元)は「初めて参加した。たくさん拾えて楽しかった」と話しました。



竹筒が投げられる瞬間を、周りを囲む子どもたちが待ち構えます

尾掛地区でイシナト

今年のを射止める

正月の伝統行事イシナトが1月1日、尾掛地区で行われました。地元の小・中学生や、正月で祖父母宅に帰省中の子どもなど約10人が参加。一列に並び、青竹を割って作った弓矢で、「イシナト、イシナト、何じゃなか、飛べよ」の掛け声とともに転がってくるボンタンなどを狙い撃ち。一年の運勢を占いました。2回命中させた、魚見小6年の野元響さん(尾掛)は「転がり方をよく見て放つのがコツ。これからも地域の伝統行事が続いてほしい」と話しました。



命中させるのに苦戦しながら、何度も楽しんでチャレンジしました

まちな話 話題

ZOOM UP IBUSUKI

イブの夜にスキ焼きが開催

聖夜を盛り上げ10回目

今年で10回目の「イブの夜にスキ焼き」が12月24日、指宿駅前広場で開催されました。イベントでは、指宿産黒毛和牛のすき焼きを一杯200円で販売。イルミネーションがクリスマスムードを盛り上げる中、約1時間で完売の大盛況。会場では、10回目の開催を記念した街コンをはじめ、フラやダンスの披露、地元飲食店などの屋台の出店がありました。訪れた多くの家族連れなどが、温かい料理と多彩な催しで、心温まるイブの夜を楽しみました。



すき焼きには長い行列。甘い香りが会場を包みます

もっと大好き!指宿展始まる

指宿ならではの海の魅力が満載

もっと大好き!指宿展が12月17日、時遊館COCCOはしむれで始まりました。指宿に伝わる龍宮伝説や山川かつお節の歴史、古代人の漁具、製塩など、6コーナーで資料を展示。枚聞神社の宝物として門外不出だった千年酒甕や利永神社に奉納された舟、川尻に伝わる塩釜どんの掛軸も公開されました。和田ミチエさん(向吉)は「知らない事も多く、勉強になった。楽しかった」と話しました。指宿の海にまつわる魅力満載の企画展は、2月26日まで開催されます。



学芸員の説明に聞き入る来館者ら

伊達市長公室広報統計係
 ☎2111 ☎123



誕生

 にしやま おうすけ 西山 旺祐ちゃん 会えるのをずっと待って たよ！元気に育て☆	 まつもと いちか 松元 一花ちゃん うまれてきてくれてあり がとう♡	 のざき ちはや 野崎 ちはやちゃん 元気な笑顔のたえない明 るい子に育ってね。	 すわ あんじゅ 諏訪 杏絢ちゃん お姉ちゃんたちと仲良く すくすく育ってね。
 いのうえ しゅう 井上 柊ちゃん お姉ちゃんとなかよくあ そんでね！	 にし おうせい 西 應晟ちゃん 明るく立派な男の子にな ってるね。	 かみむら れいし 上村 礼侍ちゃん 兄弟仲良く元気一杯に成 長してください。	 はまうえ かえり 濱上 楓ちゃん たくさん食べてたくさん 大きくなってね！

松元 一花	野崎 ちはや	高田 紬生	諏訪 杏絢	溜 絢斗	桃木陽菜子	新留 花菜	岩川 透也	内田 滯	大迫 暖	吉永 圭慧	指宿地域
小田 明宏	中小路 祐雄	湯山 百裕	湯口 百雄	湯口 千秀	大牟礼西 舞陽	湯之里 愛雄	玉利 志晃	二月田 菜裕	宮ヶ浜 春恵	大園原 千恵	指宿地域
幸 理	太 子	恵 紀	香 貴	明 和	子 平	斗 弓	平 織	貴 穂	太 美	葵 葵	指宿地域

井上 柊	松山 誠太	西 應晟	上村 礼侍	濱上 楓	田中 凛心	西山 旺佑	寺西 彩音
大牟礼市	熊本県	川尻上	川尻東	松原田	今村	春	丈六
綾 哲	香 賢	麻 健	優 貴	遥 雄	加 彰	香 尚	明 隆
子 志	澄 郎	衣 吾	佳 博	香 仁	奈 洋	夕 吾	香 幸

池 増	吉 崎	下川床	今奈良	吉 鶴	増 網	下之園	松 崎	下 尾	新 山	王子田	室 屋	井 元	田 中	上温湯	門 田	白 濱	橋 口	前 川	吹 留
ハル	弘	藤 義	國 雄	茂 敏	憲 憲	利 通	春 雄	繁 繁	満 満	淑 子	吉 治	留 美	良 廣	フ サ	金 之助	ヨ リ	フ ミ	忠 忠	重 春
102	40	79	84	69	92	89	91	94	75	89	84	43	93	99	86	90	89	88	88
中小路	二月田	宮之前	大牟礼中	永 吉	大園原	摺ヶ浜北	木之下	片野田	木之下	丈 六	宮	石 嶺	中福良	大 当	下 門	十 石	麓 下	中 川	下吹越

福 留	宗 一	95	荳 口	藤 坂	今 村	上 瀬	白 濱	田 中	谷 口	戸 田	大 蘭	永 田	奥 山	岩 下	田 上	德 留	大 久保	吉 山	田 代	井 上	小 山	中 川	石 田	
指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿	指宿
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	区	

指宿広域市町村圏組合では
 市清掃センター敷地内に新ご
 み処理施設を建設中です。
 4月1日の稼働に向けて、
 現在は、試験運転を行って
 います。
 これに伴い、山川・開聞地
 域のごみを処理していた顕
 娃
 ごみ処理施設は、3月31日
 までのごみの受け入れを停止
 します。



4月から
 新ごみ処理施設が
 稼働します

処理手数料(1回の持ち込みにつき)

区分	手数料
250kg以下	510円
250kgを超え 500kg以下	1,020円
500kgを 超えるもの	1,020円に、 500kg増すごとに 1,020円を加算

新施設で処理するごみ
 新ごみ処理施設で処理する
 ごみは、指宿市全域と南九州
 市領域のごみで、「家庭系
 一般廃棄物」と「事業系一般廃
 棄物(産業廃棄物以外の廃棄
 物)に限られます。
 ※一般廃棄物でも、ごみ処理
 施設に搬入できないものも
 あります。

搬入時間
 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕
 (1月1日~3日は休み)

市民の皆さんへお願い
 大きな費用をかけて完成す
 る新ごみ処理施設を、少しで
 も長く使い続けるために、ご
 みの減量・資源化にご協力く
 ださい。子供たちの未来のた
 めに、市民が一つになって取
 り組みましょう。
 ※新ごみ処理施設の詳細は、
 指宿広域市町村圏組合が後
 日発行するチラシをご覧ください。
 環境政策課生活衛生係
 ☎2111 ☎245



ごみを搬入するときは
 分別して、袋に入れるも
 のは「指定ごみ袋」に
 入れてください。

- 直接搬入の注意事項**
- 分別を行い「指定ごみ袋」に
 入るものは、必ず袋に入れ
 て搬入してください。
 - ごみ減量のために、生ごみ
 などは、水切りを十分に行
 ってください。

- 篤志**
 (敬称略)
- 次の方々が市社会福祉協議会
 に寄付してくださいました。あ
 りがとうございました。
- 一般寄付**
 (敬称略)
- 迫北ランドゴルフ
 - ホールインワン寄金
 - グラウンド・ゴルフ
 - 第65回山川福祉交流会
 - かつてあったラグビーチーム「指宿スクラム会」
 - 匿名

※掲載を希望する人は、届け出
 時に、市民協働課、山川・開
 聞支所市民福祉課窓口で申し
 付けてください。他市町村で
 届け出した人でも、希望があ
 れば掲載しますので連絡して
 ください。

12月31日までの寄付分

※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。

山下ユキ	萩原勇夫	濱田不二馬	今福厚雄	下吉鶴代
91	79	86	83	95
塩屋	西開	蛭子	谷村	上手



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
もり ひろすみ
森 浩純

指宿医師会 ☎096-2820



子どもの予防接種Q&A

日頃の診察室で、よく尋ねられる質問事項に関してお答えします。

Q：このたび、待望の赤ちゃんが生まれました。市役所から予防接種の冊子が送られてきました。ワクチンの種類が多くて、どれから接種すればいいのか分かりません。

A：生後2カ月になりましたら接種を始めます。まずは、ヒブと肺炎球菌ワクチンです。いずれも、感染したときに重症化する可能性の高い、髄膜炎を予防するワクチンです。その後、四種混合、B型肝炎ワクチンと続きます。

Q：新しいワクチンが始まったと聞いたのですが。
A：毎年のように新しいワクチンが始まっています。最も新しいのは、B型肝炎ワクチンです。昨年の10月から、定期予防接種となりました。将来、肝硬変、肝臓がんになる可能性のある肝炎ウイルスに対するワクチンです。0歳時に接種するワクチンですが、それ以上の年齢でも接種した方がよいワクチンです。

Q：定期予防接種と任意予防接種とがあります。任意は接種しなくてもいいと聞いたのですが。
A：行政的な扱いだけの違いであり（無料か有料か）ワクチンの重要性の違いはありません。可

能であれば接種をお勧めします。

Q：ワクチンを接種するよりも、かかった方がいいと聞きました。

A：かかって何事もなく治ったのであれば、たまたまラッキーだっただけです。感染したために後遺症を残したり、最悪、命を落とす感染症もあります。そのような危険な賭けに出るよりは、確実に免疫のつく予防接種をお勧めします。

Q：うちの子は病気にかからないので、ワクチンは必要ありません。

A：確かに、全員その感染症にかかり重症になるわけではありません。しかし、もしその病気になり、ワクチンさえ接種していればここまで悪くならなかったのに、と後悔しないで済むように、接種をお願いします。また、他の人に感染させないという、間接的な効果もあります。自分のお子さんだけでなく、地域みんなの子どもたちが健康でいられるために、大切な予防法です。

以上、いくつかの質問事項について簡単に書きました。実際は、それぞれのお子さまごとに異なります。かかりつけの医師に、最も適したスケジュールを作ってもらったらよいでしょう。

日曜・祝日当番医・薬局・水道工事当番店

日曜・祝日当番医（在宅時間8時～18時）

月日	医療機関名（診療科）	電話番号
2月5日⑩	【外科】指宿医療センター	☎096-2231
	【内科】南記念クリニック（※）	☎096-3730
2月11日⑤	【外科】生駒外科医院	☎096-3059
	【内科】宮菌病院（※）	☎096-2001
2月12日⑩	【外科】今林整形外科病院	☎096-2710
	【内科】指宿浩然会病院（※）	☎096-3295
2月19日⑩	【外科】池田診療所	☎096-2101
	【内科】外村クリニック（※）	☎096-3770
2月26日⑩	【外科】指宿脳神経外科	☎096-1177
	【内科】肥後病院（※）	☎096-4148
3月5日⑩	【外科】指宿医療センター	☎096-2231
	【内科】大重内科	☎096-1003

日曜・祝日薬局（開局時間9時～18時）

月日	薬局名	電話番号
2月5日⑩	指宿薬剤師会薬局	☎096-6343
	ゆのさと薬局	☎096-6771
2月11日⑤	チェリー調剤薬局	☎096-3705
	かいもん・トミタ薬局	☎096-5234
2月12日⑩	ハッピー薬局	☎096-4189
	わたせ薬局	☎096-4739
2月19日⑩	ゆのさと薬局	☎096-6771
2月26日⑩	なのはな薬局	☎096-1111
3月5日⑩	指宿薬剤師会薬局	☎096-6343
	まどか薬局	☎096-2120

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）。

24時間体制で緊急時の当番医を紹介します。当番医テレホンサービス ☎096-6868

水道工事当番店

※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。

指宿地域		
2月1日～5日	㈱岩野建設	☎096-3302
6日～12日	中村設備	☎096-3013
13日～19日	㈲和田水道	☎096-4522
20日～26日	㈱西園組	☎096-2517
27日～3月5日	㈲上林山組	☎096-5515
		（夜・休☎090-2511-4331）

山川地域		
2月	㈱藏菌組	☎096-2231
3月	㈱市山組	☎096-9321

開間地域		
2月	㈱丸新建設	☎096-2227
3月	㈲建龍	☎096-2228

PICK UP NEWS

第64回

県下一周市郡対抗 駅伝競走大会

以下の時間帯に、市内を駆け抜けます。力走する選手に、大きな声援をお願いします。

市内通過の予定時刻

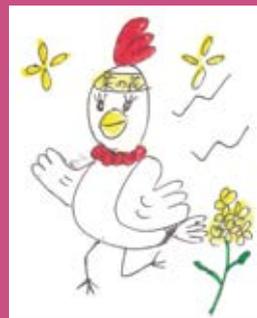
2月18日⑤		
10:53 道の駅いぶすき	11:36 山川駅前	
11:07 指宿小前	11:43 山川高校前	
11:18 柳田小前	11:58 利永小前中継所	
11:26 COCCOはしむれ中継所	12:11 開間十町交差点	
	12:16 開間入野郵便局	

▶期間／2月18日⑤～22日⑥



☎スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎096-0203

ここは市民の集いの場。
広報誌お知らせ版の
クイズに応募いただいた
意見などを
掲載しています。



菜の花マラソン頑張ります
(23歳 いの子)

指

宿駅の地下道が明るく
きれいになりました。
ありがとうございました。
きたら指宿駅西口駐車場も
願います。

(64歳 優斗のじいじ)

指宿駅前と西口を結ぶ地下
通路。昨年12月、照明を蛍光
灯からLEDに変更し、ポス
ターなどを掲示する照明付き
パネルも設置。明るくなりま
した。出入口や通路内には、
指宿図書館や時遊館COC
Oはしむれ、砂むし温泉「砂



6枚のパネルには観光案内ポスターを掲示

楽」など、周辺施設までの距
離を示した看板も設置して
います。安心して利用できるよ
うに、今後もご意見をお待ち
しています。

県

外に住んでいる5人の
孫は「指宿のたまた
箱」の大ファン。先日、新聞
で指宿駅でのおもてなしを見
ました。これからも活動して
いただきたいと思います。孫たち
も、そんな時に帰省出来たら
いいな、と願っています。

(69歳 いちい)

平成23年3月の、いぶたま
運行開始から約6年。ボラン
ティアガイドやホテル会、高
校生などが、旗振りや茶の振
る舞いなどのおもてなしを続
けています。毎日のように、
駅や沿線で行われるおもてな
し。お孫さんも、今度帰省す
る時には「おもてなし」に出
会えるといいですね。



市職員らも休憩時間に旗振りを続けています

職

場を定年退職し、余暇
を楽しんでいます。最
近はグラウンドゴルフが楽し
みで、池田湖のほとりにある
「えぶろんはうす」に出かけ
ます。早く売店が復活するこ
とを望んでいます。カフェが
欲しいですね！

(62歳 女性)

えぶろんはうす池田の売
店・食堂は、昨年11月から休
業しています。現在、9月か
らの営業再開に向けて、施設
の管理者を募集する準備を進
めています。(20ページ参照)
営業再開までしばらくお待ち
ください。

健

康のため、ウォーキン
グに汗を流し、温泉で
体を温め幸せを感じています。
指宿は良い所です。

(71歳 男性)

指宿は、国内屈指の温泉天
国。泉質は主に塩化物泉で、
温まりやすく湯冷めしにくい
のが特徴です。これからも、
楽しんで「健幸」づくりして
ください。

テ

レビで指宿のラーメン
店が人気1位になっ
て、うれしく思いました。

(60歳 ARASHI)

昨年12月に行われた、第3
回鹿児島ラーメン王決定戦の
本戦出場者を決める県民投票。
指宿のラーメン店「たけと
ら」さんが1位に選ばれまし
た。上位18店が、2月17日(金)
19日(土)に鹿児島市のドルフ
インポート前で開催される本
戦に集結します。みなさんの
投票で第3回鹿児島ラーメン
王が決定します。頑張ってほ
しいですね。

文

書館の本を市役所で返
却できるので時々利用
しています。とても助かりま
す。(58歳 風来坊)

指宿・山川図書館で借りた
本は、市役所各庁舎や川尻ふ
れあい交流館、池田・今和泉
校区公民館でも返却できます。
夜間や休館日には、各図書館
の返却ポストも利用できます。
ぜひご利用ください。

私

が住む大牟礼地区では、
今年初めて菜の花マラ
ソンのランナーを受け入れま
した。歓迎会もとても喜んで
くれて、ランナーたちの笑顔
に、なんだか私たちが元
気をもらいました。また来年
も来てくれるかな〜♪

(60歳 かーちゃん)

今年、宮ヶ浜地区など市内
9地区でランナーの宿泊を受
け入れました。大牟礼公民館
では、大会前日の懇親会で全
国各地から集まった17人のラ
ンナーに、鹿児島に古くから
伝わる酒の席での遊び「ナン
コ」を紹介。トーナメント戦
も行われ、大いに盛り上がり
ました。ランナーたちは「お
もてなしが何よりうれしい。
また一つ参加する楽しみが増
えました。明日も楽しみ」と
笑顔で話していました。



ナンコ大会では各自の目標タイムなども発表