

いぶすき

7
2019 July.
vol.163



再び、鉄製甲冑が出土
遺跡が語る
古代の中心地

いぶすき 7

Ibusuki City Public Relations

2019 July. vol.163

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

7 July 2019 インフォメーションカレンダー

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
6/30	1	2	3 ●マイエンザ販売日 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●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	4	5 ●6~8か月児健診 (全地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	6 ●錦江湾クリーンアップ作戦
7	8 ●砂むし会館「砂楽」臨時休館(~12日)	9 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 山川図 ●育児相談 ◎10:00~11:00 山川図	10 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●楽しく遊ぼう教室 10:00~11:00 指宿保 ●1歳6か月児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	11	12 ●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	13 ●貝の標本作り体験
14	15 海の日	16 指宿市ニューファーマーの集い	17 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●育児相談 ◎9:15~10:30 指宿保 ●2歳児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 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	18	19 ●里親制度説明会 ●子育てママ・パパの運動教室(託児付き) 9:30~11:00 山川図	20 ●粗大ごみ収集日(指宿校区) ●マリンスポーツ体験の日
21 ●マイエンザ販売日 ●いぶすきマルシェ	22	23	24 ●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 ●楽しく遊ぼう教室 10:00~11:00 指宿保 ●3歳児健診(指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	25	26 ●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 指宿保 ●育児相談 ◎10:00~11:00 指宿保 ●1歳6か月児健診(山川・開間地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	27
28	29	30	31 ●アロハ献血(~2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	8/1	8/2	8/3

人のうごき 6月1日現在(前月比)

総人口	39,437人 (-71)
男	18,139人 (-31)
女	21,298人 (-40)
世帯数	18,014戸 (-26)

今月の税金は?

税の種類	期別
固定資産税	2期
国民健康保険税	1期・全期
後期高齢者医療保険料	
納付書での納期限	7月31日Ⓞ
口座振替日	7月25日Ⓞ

☎税務課収納対策室管理係 ☎232

編集発行

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

今月の表紙 山川みなと祭りが開催 雨にも負けず元気につかみ取り



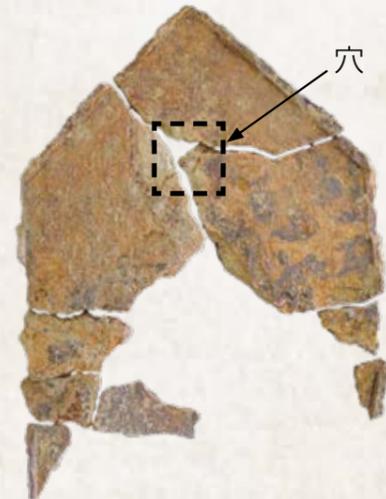
山川みなと祭り本祭りが6月2日、山川港水揚げ場周辺で行われ、終盤には子どもたちに大人気の活魚のつかみ取り大会が行われました。小雨交じりの曇天でしたが、子どもたちは2~3kgほどに育ったブリやカンパチを全力で追いかけ、会場は子どもたちの元気な声で活気に満ちていました。

●イベント情報など ●保健センター日程 ●は受付時間

再び“鉄製甲臺”が出土 遺跡が語る古代の中心地

古代では、亀の甲羅を焼いて占う「^{きぼく}亀卜」で国の重要事項を決定していました。
現在でも、大嘗祭で用いる米の生産地を^{だいじょうさい}亀卜で決定しています。

5月14日、亀卜で使われる鉄製甲臺（占いの道具）が、市内の敷領遺跡で発見されました。



平成8年に出土した鉄製甲臺



▲5月14日に出土した鉄製甲臺
縦約20cm、横約15cm
厚さ約4mm



復元

平成8年に出土した鉄製甲臺を基に復元された複製品。左は箱のふた。中には穴の開いた木板が収められてたと考えられます。

調査担当者は語る



時遊館COCCCOはしむれ学芸員
まつさき ひろたく
松崎 大嗣

2点目の鉄製甲臺が発掘されたことは、敷領遺跡を研究するうえで、非常に重要な発見です。

これまでの研究で、敷領遺跡は古代の役所の可能性が考えられていました。文字が墨書きされた皿や建物、整然と区画された田んぼの跡が発見されたので、人々が生活を営んでいたことは確かですが、政治の中心地だったことを裏付ける決定的な証拠が十分ではなかったため、個人的には半信半疑な気持ちでした。しかし、今回の発見で、やはり政治の中心は敷領遺跡にあったと確信しました。県内で、古代の役所の位置が確定的になった事例はほとんどありません。そのため今回の発見は

とても貴重なものだと考えています。

指宿には、橋牟礼川遺跡もあります。両遺跡に関係性があるのか調査・研究を行い、古代の実態を解明したいと思います。

これから、二つの鉄製甲臺の鉄成分を調べて、同じ材料で作られたのか、木板にどのような木材が使われたのか調査していきます。分析や保存処理が完了した後に、時遊館COCCCOはしむれで展示する予定です。



住宅街にある敷領遺跡
指宿市十町にある敷領遺跡

平成8年から継続的に発掘調査が進められ、古墳時代の土器捨て場などが発見されました。当時の人々が使った土器や石器、鉄製品など、その数、およそ9万点。赤い顔料が塗られた土器や、酒などを飲んだと考えられる小さな壺も出土しました。さらに下の層からは古墳時代後期の竪穴居住群が姿を現しました。これまで、橋牟礼川遺跡では同じ時期

大嘗祭にヒントが

江戸時代の文献をひもとくと、桜町天皇が即位した際の大嘗祭に、ヒ

平成8年の調査で、正体不明な出土品がありました。それは、五角形の形をした鉄製品です。縁がわずかに立ち上がっており、以前は箱型をしていたことがわかりました。さらに、表面には木の痕跡が残っていたため、木板を収めた容器であることがわかりました。また、木板には正方形の穴が開いていることもわかりました。しかし、用途がわかりません。全国の研究者に尋ねてみても、同様の出土品はありませんでした。

謎の鉄製品が出土

の大集落が見つかっていますが、敷領遺跡にも、同規模の集落跡があった可能性が高くなりました。敷領の地では、古代から連続と生活が営まれ、指宿の中心地だったことを示す遺物が出土しました。

二度目の出土

今年の5月14日、発掘現場に衝撃が走りました。2点目の鉄製甲臺が出土したのです。平安時代の地層から発見され、前回と年代が同じ。サイズもほぼ同じでした。2点目の出土で、平安時代の敷領の地で、亀卜が行われていたことが確実になりました。そして、亀卜が行われていたということは、重要な政治機能が敷領遺跡にあったということになります。

亀卜は、火の付いた棒を亀甲に当て、熱が入ったひびの形から吉凶を占います。古代の日本では、この亀卜で重要な意思決定が行われ、「卜部」と呼ばれる亀卜を職業とした集団が行っていました。平成8年に出土した鉄製品は、形と大きさが亀甲と同じで、それを収める鉄製の甲臺だと判明しました。古代の役所（中心地）では占いが行われており、今の敷領遺跡の場所に置かれていた可能性が高まりました。しかし、初の発見だったため、断定には至りませんでした。

古来から、大嘗祭に使用する米を、どこの田から収穫するかを決定する「斎田点定の儀」で行われていた亀卜に、亀の甲羅を五角形に切った製品（亀甲）を用いていたことがわかりました。

おいでよ！時遊館COCCCOはしむれへ！

指宿は、長い歴史のあるまちです。普段と違う視点で見ると、おもしろいものや新しい発見があるはず。時遊館COCCCOはしむれでは、そんな指宿の風土や歴史を楽しく学べます。ぜひご家族や友人とお越しください。

▶開館時間／9:00～17:00

◎時遊館COCCCOはしむれ ☎5100

SNSでも
情報を
発信中



Facebook



Instagram



16th IBUSUKI HULA FESTIVAL

アロハのまちを象徴する「いぶすきフラフェスティバル」が6月7日から3日間、指宿総合体育館をメイン会場として開催されました。16回目の今年はステージ披露や街角フラに308組、延べ2,484人が参加。あでやかな衣装を身にまとったフラ愛好家らが、優雅なフラを披露しました。8日には、指宿駅前で街角フラやハワイアンビアガーデンも行われ、指宿がアロハのまち一色に染まりました。



1~8 優雅なフラを披露する参加者 9 指宿駅前の街角フラには26組209人が参加 10 山川小では本場ハワイの指導者エド・コリアー氏が直接フラを指導



第86回

山川みなと祭り



1 夜空を彩る大輪の花火 2 大漁旗をなびかせる船団パレード 3 水揚げ場で踊り連が祭りを盛り上げる 4 かつお節削り競争 5 かつおみこしが宙を舞う 6 山川ツマベニ太鼓 7 大勢の来場者でにぎわう会場 8 原田駒佐紀会による相撲甚句

山川みなと祭りが6月1日、2日に山川港水揚げ場周辺で開催されました。あいにくの雨に見舞われましたが、踊り連や一部イベントは水揚げ場内で行われ、両日あわせて、約1万3千人の観客が来場。かつお節削り競争や演芸会などを楽しんでいました。

もうすぐ夏休み 「ちりりんロード」を渡ろう

知林ヶ島は、錦江湾に浮かぶ美しい無人島。大潮や中潮の干潮時には砂の道（砂州）が出現し、島に歩いて渡れます。家族や友人、恋人を誘って渡ってみませんか。
※知林ヶ島ガイドが販売する「渡島証明書（100円）」も好評です。記念にどうぞ。



7月・8月の砂州出現予想時刻

日付	潮	干潮時刻	出現予測時間	持続時間	日付	潮	干潮時刻	出現予測時間	持続時間
7月1日(月)	大	12:12	8:55~15:15	6時間20分	8月1日(金)	大	13:28	10:15~16:30	6時間15分
2日(火)	大	12:55	9:35~16:05	6時間30分	2日(土)	大	14:13	11:05~17:10	6時間05分
3日(水)	大	13:39	10:15~16:50	6時間35分	3日(日)	中	14:56	11:55~17:50	5時間55分
4日(木)	大	14:24	11:00~17:35	6時間35分	4日(月)	中	15:39	12:50~18:20	5時間30分
5日(金)	中	15:09	11:50~18:20	6時間30分	5日(火)	中	16:21	13:45~18:50	5時間05分
6日(土)	中	15:55	12:40~19:00	6時間20分	6日(水)	中	17:03	14:50~19:05	4時間15分
7日(日)	中	16:42	13:35~日没	5時間50分	7日(木)	小	17:49	16:15~日没	2時間55分
8日(月)	中	17:31	14:40~日没	4時間45分	8日(金)	小	6:43	—	—
9日(火)	小	6:16	—	—	9日(土)	小	8:07	5:55~10:40	4時間45分
10日(水)	小	7:28	5:40~9:25	3時間45分	10日(日)	長	9:33	6:50~12:10	5時間20分
11日(木)	小	8:47	6:30~11:15	4時間45分	11日(月)	若	10:38	7:40~13:20	5時間40分
12日(火)	長	9:56	7:10~12:45	5時間35分	12日(火)	中	11:29	8:30~14:10	5時間40分
13日(水)	若	10:53	7:50~13:50	6時間00分	13日(水)	中	12:11	9:10~14:55	5時間45分
14日(木)	中	11:41	8:30~14:40	6時間10分	14日(木)	大	12:47	9:50~15:30	5時間40分
15日(金)	中	12:23	9:10~15:25	6時間15分	15日(金)	大	13:21	10:30~16:00	5時間30分
16日(土)	大	13:02	9:50~16:05	6時間15分	16日(土)	大	13:52	11:05~16:30	5時間25分
17日(日)	大	13:38	10:25~16:40	6時間15分	17日(日)	大	14:23	11:45~16:55	5時間10分
18日(月)	大	14:12	11:05~17:10	6時間05分	18日(月)	中	14:52	12:20~17:20	5時間00分
19日(火)	大	14:45	11:45~17:40	5時間55分	19日(火)	中	15:20	13:00~17:35	4時間35分
20日(水)	中	15:17	12:25~18:05	5時間40分	20日(水)	中	15:49	13:40~17:50	4時間10分
21日(木)	中	15:49	13:05~18:30	5時間25分	21日(木)	中	16:19	14:30~18:00	3時間30分
22日(金)	中	16:21	13:45~18:50	5時間05分	22日(金)	小	16:53	15:35~18:05	2時間30分
23日(土)	中	16:55	14:35~19:05	4時間30分	23日(土)	小	17:36	—	—
24日(日)	小	17:34	15:40~19:15	3時間35分	24日(日)	小	6:38	—	—
25日(月)	小	6:34	—	—	25日(月)	長	8:09	日の出~10:35	4時間45分
26日(火)	小	7:47	5:55~9:50	3時間55分	26日(火)	若	9:40	6:45~12:15	5時間30分
27日(水)	長	9:05	6:40~11:35	4時間55分	27日(水)	中	10:45	7:40~13:25	5時間45分
28日(木)	若	10:10	7:15~12:55	5時間40分	28日(木)	中	11:39	8:30~14:25	5時間55分
29日(金)	中	11:04	7:55~13:55	6時間00分	29日(金)	大	12:27	9:25~15:15	5時間50分
30日(土)	中	11:54	8:40~14:55	6時間15分	30日(土)	大	13:12	10:15~16:00	5時間45分
31日(日)	大	12:42	9:25~15:45	6時間20分	31日(日)	大	13:55	11:05~16:35	5時間30分

- ▶注意事項
- 天候が悪い場合は、渡るのはやめましょう。
 - 干潮時刻を過ぎてから渡るのはやめましょう。
 - 台風が過ぎた後は渡らないようにしましょう。
 - その他、危険な渡島は絶対にやめましょう。
- ▶その他
- 子どもが渡る場合は、必ず保護者同伴で渡りましょう。
 - 知林ヶ島には水やトイレがありません。飲み物を持参し、トイレを済ませてから渡りましょう。
 - けがや虫さされ、日焼けなどに気を付けましょう。

万が一、島に取り残された時は、次のところに連絡してください。有償で対応します。
指宿漁業協同組合 ☎2236
海上タクシー ☎090-5739-1552

※島へ渡るには、片道20分程度かかります。砂州は気象の影響を受けやすく、時間どおりに出現しないこともあります。



観光施設管理課観光施設管理係 ☎2111 ☎331

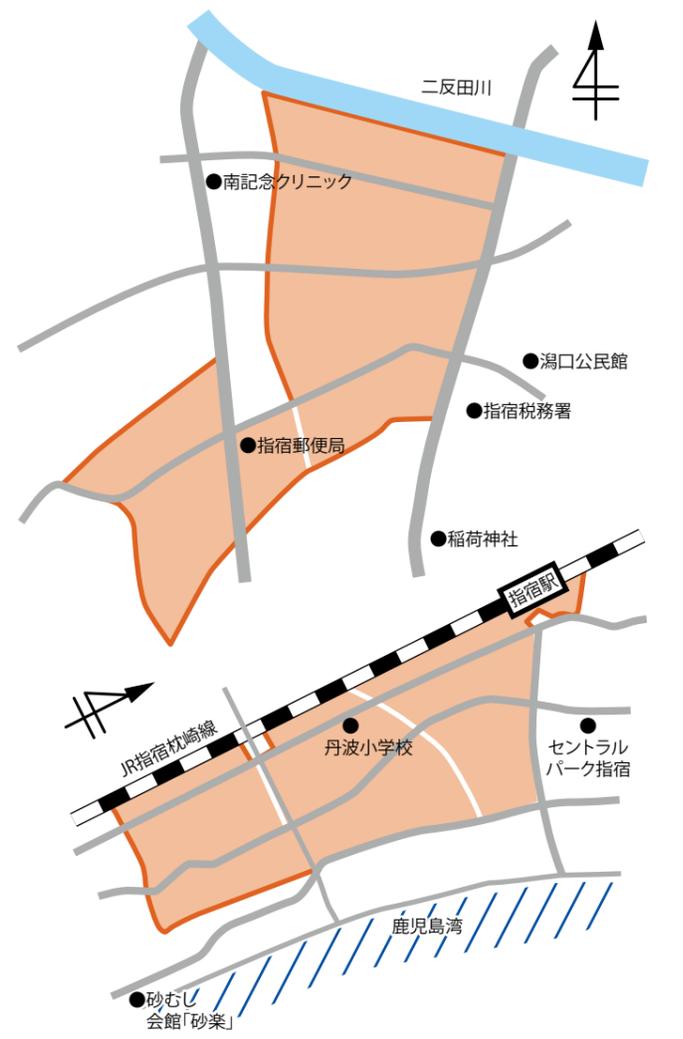
令和元年度 地籍調査 区域が決定

区域内の土地所有者などには、説明会（8月開催予定）の案内を7月中に送付します。これまで、土地所有者、管理者、代理人などの協力により調査を行ってきました。本年度も円滑に調査を行えるよう、皆さまの協力をお願いします。

▶調査区域
大牟礼三丁目、大牟礼四丁目、湯の浜一丁目、湯の浜三丁目、湯の浜四丁目、湊一丁目の一部

※調査対象区域は、一部変更になる場合があります。

建設監理課地籍調査係
☎2111 ☎343



INFORMATION

9月28日(土)・29日(日)開催 第72回 指宿温泉祭参加者・出場者募集

ハンヤ踊りの参加者
▶日時／9月28日(土)17:00~18:30 (予定)
▶場所／指宿駅周辺
▶申込締切日／9月6日(金)
•踊り連コンテストを実施します(賞金あり)。
•練習用CDの貸し出しあり。

みこし渡御の参加者
お囃子(篠笛・太鼓など)だけでも参加できます。子どもや未経験者も大歓迎です。
▶日時／9月29日(日)11:30~21:00 (予定)
▶場所／湯権現神社から祭り会場周辺
▶申込締切日／7月26日(金)
•絆などの衣装代は自己負担です。

舞台イベントの出演者
▶日時／9月29日(日)12:00~19:30 (予定)
▶場所／会場ステージ など
▶申込締切日／7月26日(金)
▶申込方法(共通)／電話

祭りの運営を手伝うボランティアスタッフを募集します。7月26日(金)までに申し込んでください。



指宿温泉祭実行委員会事務局(市青年振興連絡協議会事務局内) ☎25550 (平日13:00~17:00)



指宿の夏！アロハな
IBUSUKI

「アロハ！」。この時季、私はいさつで「アロハ」と言うように心掛けています。

先日、恒例の「第16回いぶすきフラフェスティバル」が開かれました。多くの方々に参加していただき、会場はアロハ一色で盛り上がりつつありました。イベントのエンディングで歌われる「ハワイ・アロハ」の歌詞は、私たちが忘れていた大切な事を教えてくれます。私も参加者と一緒に輪になって、隣の人と手をつないで歌いました。ハワイアンが困難や悲しみに耐え、未来への希望を託した歌です。

アロハは、全てを受け入れる「心」や「精神」であり「思いやり」「尊敬」「愛」をもって人に接することを意味します。ローマ字で表記すると「A・L・O・H・A」となりますが、それぞれの文字には意味があります。Aは思いやり、Lは協調性、Oは喜び、Hは謙虚、素直な心、最後のAは忍耐を表しています。「思いやりと素直な心」をもって他者に感謝し、慈悲と愛情を与え、幸福を分かち合う心が、アロハのあいさつにはあります。

私が、アロハとあいさつする理由には他にもあります。いろいろな悩みや課題を抱えて立ち止まってしまったときアロハの言葉に込められたハワイアンの心に学び、日々の生活に強さと癒やしを取り入れて生活したいからです。「行きたければ自信を持って行きなさい。来たければ、やりたければためらわないで」というメッセージも込められています。ここから「望むことが決まっているならば、実現に向かって進もう。願い事は待っていてはやって来ない」という意味もあります。

これほどまでに、素晴らしい意味を詰め込んだ言葉が私は大好きです。

一度は行ってみたいハワイハワイの先住の人には自然や他人を愛し、隣人を尊敬する心があり、小さな島で過ごすうえでの知恵がありました。ハワイの人はハワイの自然と共存するため、言い伝えやことわざを残しています。その言葉には決意と誇り、温かさ、詰まっています。ハワイが人々を魅了する理由がそこにはあります。

「アロハ」ってあいさつすると「アロハ」って応えてくれる。そんな「東洋のハワイ指宿」を創っていきたいものです。



指宿市長 豊留悦男



7月に入り、台湾も夏休みを迎えました。今回は、夏におすすめのグルメを紹介いたします。

- ①愛文：皮が赤くてリンゴのような形。3種類の中で一番甘くて強い香りがする。
- ②金煌：パイナップルのような形で、ジュース、かき氷のトッピングとして使われる。
- ③土芒果：一番小さく、酸味が強い。



台湾に行ったら、ぜひ食べてみてください！次に、台湾のかき氷を紹介します。主に「清氷（水の水）」と「綿綿氷／雪花氷（ミルク氷）」があります。私の出身地、高雄の「旗津」地域では「渡船頭海之氷」という店が有名です。トッピングが豪華で、フルーツ、小豆、抹茶、ピーナツ、珍珠（タピオカ）、布丁（プリン）、玉米片（コーンフレーク）などを合わせた20種類以上から選べます。組み合わせは、なんと170種類以上。サイズは20倍まであり、好きな具材を選んで、自分好みのかき氷を楽しむことができます！



最後は、旗津の近くにある老舗「郭家肉粽」です。粽に特製ソースとピーナツ粉をかけます。四神湯（薬膳スープ）、豬腳湯（豚足スープ）も絶品です。ちなみに、台湾の粽は、北部より南部の方が甘く、私は甘い方が好きです。

「Akira」の台湾講座

台湾について楽しく学びませんか。
▶日時／7月25日(木)18:30~20:30
▶場所／中央公民館
申問観光課観光企画係 ☎328



燃ゆる感動かがしま国体・大会 PRダンスコンテスト

燃ゆる感動かがしま国体・かがしま大会実行委員会では、ダンスコンテストを開催します。

- 予選**
各チームから提出されたダンス映像を審査します。
- ▶**内容**
- ・同大会イメージソング「ゆめ～KIBAIYANSE～」を使用してダンスを撮影してください。
 - ・カメラ位置やズームは固定してください。
 - ・正面から撮影して全体が映るようにしてください。
- ※詳しくは、問い合わせてください。
- ▶**部門**
- ・幼児・小学生の部（メンバー全員が小学6年生以下）
 - ・一般（年齢制限なし）
- ▶**提出方法**／撮影した映像をDVD-RかCD-Rに書き込み、郵送か持参
- ▶**申込期限**／8月9日(金)必着

- 決勝**
- ▶日時／10月20日(日)10:00~16:00
- ▶場所／鹿児島アリーナ サブアリーナ
- ▶その他
- ・出場チームは、両大会式典オープニングプログラムへの参加候補予定者になります。
 - ・コンテストや両大会式典などの出演に必要な衣装、交通費などの経費は、原則各チームの負担となります。
- ※詳しくは、問い合わせてください。

申問燃ゆる感動かがしま国体・かがしま大会実行委員会事務局（鹿児島県国体・全国障害者スポーツ大会局総務企画課内） ☎099-286-2906
✉kokutai-kenmin@pref.kagoshima.lg.jp



CITY TOPICS



国民年金事業で表彰

本市が市区町村国民年金事業功績厚生労働大臣表彰を受賞しました。同賞は、国民年金事業の発展に取り組んだ市町村に贈られるもので、今年5市が受賞。本市は、高校で年金のセミナーを開催し、制度の周知を行ったことなどが評価されました。

西指宿中に文部科学大臣賞

文部科学大臣賞を受賞した西指宿中学校が6月4日、市長報告に訪れました。読書活動の推進に取り組む学校として表彰されたもので、県内の中学校で唯一受賞。読み聞かせ活動やビブリオバトル、選書会を開催するなどの取り組みが評価されました。



筑波大学で記者発表

民間企業と行政が連携して健康づくり事業を実施する新たなプロジェクトの合同記者発表会が6月12日、筑波大学で行われました。同プロジェクトは、医療費と介護費の抑制を目的に、全国5市町が参加。健幸ポイントの付与などで、健康づくり事業の拡大を目指していきます。



「貝」という言葉を聞くと、皆さんはどのようなことを想像しますか。一般的に、食用としての貝を想像すると思います。世界的に見ても貝を使った料理は多く、私たちがとって身近な食材の一つといえるでしょう。貝は古来より人々の生活と密接に関わり、日本では、約1万1000年前の縄文時代早期から貝塚が作られており、遅くともその頃には、食用としていたことが明らかになっています。貝塚は、当時の人々が食べたものを廃棄する場所（ごみ捨て場）であるため、人々が実際に食べていたものを確認することができません。

さらに、約1万3000年前の縄文時代草創期には、土器の文様を付ける道具としても使われていました。指宿から南に約750kmの沖縄県サキタリ洞遺跡では、世界最古（約2万3000年前）の貝製の釣り針が出土しており、貝は食用としてだけでなく、実用品としても使われていたことが分かります。また、ゴホウラやヤコウガイなどのサンゴ礁海域で採れる貝は、腕輪などの装飾品としても使われていました。



貝塚の剥ぎ取り
(市来貝塚:時遊館COCCOはしむれ所蔵)

さて、昔の指宿では、どのような貝が食べられていたのでしょうか。国指定史跡「指宿橋牟礼川遺跡」では、古墳時代（約1500年前）と奈良・平安時代（約1200年前）の貝塚が発見されています。一番多く確認されるのはマガキガイで、その次にハマグリと

アサリが続きます。比較的浅瀬で採れる貝類が多いため、周辺の海岸から採集して食べていたことが考えられています。少し時代がさかのぼりますが、縄文時代後期（約3500年前）の沖縄・奄美の貝塚では、人魚のモデルといわれるジュゴンの骨が確認されています。今では、沖縄県での生息数が減少しているジュゴンですが、当時の沖縄・奄美では食用としてだけでなく、骨を蝶型骨製品というペンダントにし、装身具としても利用していたと考えられています。昔と変わらず、私たちは海から多くの恩恵を受けています。時遊館COCCOはしむれでは9月1日⑩まで「いぶすきシェルコレ2019―人魚伝説―」を開催中です。博物館を海の中と見立てて、多くの貝標本や人魚に関する伝承などを展示しています。人魚になって、海の中をのぞいてみませんか。

☎ 社会教育課文化係 ☎ 5100

古来より人々に使われた「貝」

ども！東洋のハワイ人こと地域おこし協力隊のたけちゃんです！

早いもので、指宿に引っ越し「地域おこし」をはじめ608日がたちました。残りの任期は488日と半分過ぎました。最近はSNSを通じて交流できる人も増えてきて、うれしいかぎりです。ありがとうございます！

そしてこの度、私は指宿中央通商店街の「代表」に就任しました。指宿中央通商店街は、地域おこし協力隊として派遣された場所であり、私を育ててくれた場所でもあります。商店街を中心に、これからもっとさまざまな場所で活動していきたいと思っています。



指宿駅前にある指宿中央通商店街

私の目標は、指宿全体を盛り上げることです。まだ「指宿」「山川」「開間」を区別して考える人も多いように感じますが、私はそれでいいと思います。「指宿には指宿の」「山川には山川の」「開間には開間の」良さがあります。それぞれの良さを掛け算して、みんなで盛り上げていきましょう。

そこで、皆さんの力を貸していただきたいです！例えば、各地域の公民館での集まりに、ぜひ僕を呼んでください。声を聴いて、皆さんの思いを紡いでいきたいです。

下記の連絡先に、気軽に連絡をください！よろしくお願ひします。(^^)

メール：machiokoshiya@gmail.com

Instagram：ibusuki_chiikiokoshi

Twitter：ibusuki_take

☎あすつが指宿 ☎ 8468



#黄色向上委員会 (Instagram)

対象者限定 プレミアム付商品券を購入できます

対象者には、8月1日に「購入引換券交付申請書」などの案内通知が発送されます。購入する際は申請が必要です。詳しくは、ホームページで確認してください。

※以下の②のみに該当する人は、申請不要です。

▶対象者

①平成31年度の住民税が課税されていない人
※課税者に生活の面倒を見てもらっている人（配偶者や扶養されている人など）や生活保護受給者などは対象外

②3歳未満の子ども（平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子ども）がいる世帯の世帯主

▶商品券購入限度額

・1人につき 2万5千円分（販売額2万円）
・対象児童1人につき 2万5千円分（販売額2万円）

▶申請期間／8月1日⑩～11月30日⑩

▶販売期間／令和元年10月1日⑩～令和2年2月28日⑩

▶使用期間／令和元年10月1日⑩～令和2年3月31日⑩

振り込み詐欺に注意！

申請の際、市から問い合わせがある場合がありますが、口座番号の確認やATM（現金自動預払機）の操作などを依頼することは、決してありません。

不審な電話があった場合は、すぐに市役所か警察署に連絡してください。

☎商工水産課商工運輸係 ☎ 2111 ☎ 312

☎ 4987 ☎ shoko@city.ibusuki.jp

INFORMATION

夏休みは COCCOはしむれに行こう！

ミニプラネタリウム作り

- ▶期間／7月2日⑩～
- ▶場所／時遊館COCCOはしむれ
- ▶内容／小さな投影機をつかって自宅をプラネタリウムにしよう
- ▶料金／300円
- ▶定員／30人（先着順）

- ▶定員／15人
- ▶申込方法／電話か窓口

スター・ウォッチング

- 夜空を眺めながら、夏休みの思い出作りをしませんか。
- ▶日時／8月9日⑩19:30～21:00まで
- ※雨天、曇天の場合は中止
- ▶場所／時遊館COCCOはしむれ駐車場
- ▶内容／夏の星座や土星・木星を大型天体望遠鏡で観察
- ▶参加料／無料
- ▶申込方法／電話
- ▶申込締切日／8月8日⑩
- ☎時遊館COCCOはしむれ ☎ 5100

地層キャンドル作り

- ▶日時／7月21日⑩10:00～11:00
- ▶場所／時遊館COCCOはしむれ
- ▶内容／瓶の中にカラフルな地層風のキャンドル作り
- ▶料金／500円

令和2年1月4日㊤の成人式に向けて、募集を行います。

実行委員

▼対象／平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの人

▼活動期間／8月～令和2年1月

▼活動内容／式のアトラクションや記念冊子の内容を検討・決定（10回程度の会議）、式当日の司会・運営

▼申込締切日／7月31日㊤

意見発表者

▼テーマ／社会や友人、家族、職場、夢や希望 など

募集

成人式の実行委員と意見発表者

情報掲示板

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
開聞庁舎 ☎0993-32-3111

▼申込締切日／9月27日㊤

申 社会教育課社会教育係
（ふれあいプラザなのはな館内） ☎1023

**観光客向けタクシー
割引事業の参加店舗募集**

▼対象／市内で17時以降に営業している飲食店

▼内容／宿泊施設で対象プランを予約した人に、飲食店までのタクシー料金（往復分の初乗り運賃）を割引

▼実施期間／10月～令和2年3月（チケットがなくなり次第終了）

▼申込締切日／7月31日㊤

申 商工水産課商工運輸係
☎313

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



お知らせ

7月の粗大ごみ収集

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・区長・集落長に問い合わせてください。

▼収集日・地区

- 7月20日㊤ 指宿校区
- 7月24日㊤ 十町区（松原田集落を除く）
- 7月26日㊤ 仙田区上野区

▼収集時間／7時～8時30分

※特大の指定ごみ袋に入らない

市の臨時職員募集

臨時職員を随時募集いたします。登録制で、繁忙期など必要に応じて連絡します。

▼申込要件

- 市内に居住している人
- 市税などの滞納がないこと
- エクセルやワードなどパソコン操作ができること（簡易文書作成程度）

▼勤務内容／一般事務補助

▼勤務時間／1日5時間30分程度

▼賃金／時給768円

▼申込方法／履歴書を持参（顔写真貼付）

申 総務課人事行政係
☎116

夏の交通事故防止運動

▼スローガン／鹿児島夏の夏！マナーが輝く快適ロード

▼期間／7月21日㊤～30日㊤

▼重点事項

- 高齢者の交通事故防止
- 重点事項
- 子供の交通事故防止
- 飲酒運転・暴走など無謀運転の根絶

▼交差点における交通事故防止

子ども・若者の自立支援巡回相談会

本人や家族の次のような悩みや不安、心配ごとなどに専門家が無料で相談に応じます。

▼日時／7月25日㊤13時～17時10分

▼場所／中央公民館

▼相談の例

- 学校に行けない
- 家に引きこもりがち など

▼申込締切日／7月18日㊤

申 かがしま子ども・若者総合相談センター
☎099-1257-8230

チャドクガに注意！

ツバキなどの樹木に、チャドクガの幼虫がいることがあります。ツバキ科の植物に発生しやすい毛虫で、体中に数十万本の小さな毒針毛を持ち、刺されると激しいかゆみや痛みが襲われます。決して素手で触らないよう注意してください。

幼虫の駆除は、発生時期の4月下旬と8月上旬に殺虫剤を散布するのが効果的です。不要な枝を剪定するのも発生防止につながります。

申 環境政策課環境政策係
☎243



魅力発見 いぶすぎ日和

「魅せられて」

撮影者：西 美智代さん
撮影場所：開聞仙田コメント

新緑が芽吹く季節に田んぼに水が入り、開聞岳が浮かび上がる風景はとも美しく、雄大な摩羅富士に魅せられます。



焦点距離：27mm/F：13
1/160秒/ISO：250

国民健康保険被保険者証



新しい保険証を7月下旬に郵送します。
住民票と異なる住所地への送付や、簡易書留での送付を希望する人は、7月9日(火)までに連絡してください。
※保険証が届かない場合は、連絡してください。

国民健康保険証・後期高齢者医療保険証の切り替え

アリモドキゾウムシの侵入警戒調査

特殊病害虫のアリモドキゾウムシは、サツマイモの害虫で、生産や関連産業に大きな被害を与えます。トラップを設置し、侵入調査を行います。
▼期間/7月12日(金)～10月18日(金)
▼場所/指宿45カ所、山川45カ所、開闢30カ所
※粘着板を使っているので触らないでください。サツマイモ畑、ノアサガオ・グン

夏季営業時間(営業開始10:00)

期 間	ラストオーダー
5月7日(火)～7月19日(金)	17:00
7月20日(土)～8月31日(土)	19:30
9月1日(日)～9月30日(日)	17:00

市営唐船峡そうめん流しは、年中無休で営業しています。
市営唐船峡そうめん流し
営業時間の案内
市営唐船峡そうめん流し
営業時間の案内
※営業時間は、天候などにより変更する場合があります。

後期高齢者医療被保険者証



郵送を希望しない場合▼窓口での切り替え期間
7月4日(火)、5日(水)、8日(土)、9日(日)
※必要なもの/保険証と印鑑
※代理人が手続きをする場合は、依頼人と代理人の身分証明書(運転免許証やパスポートなど)と印鑑が必要
限度額認定証などの切り替え
限度額適用認定証や、限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は、7月31日です。

社会を明るくする運動 7月は強調月間

犯罪や非行防止、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、明るい社会を築くために「更生保護の日」の7月1日から1カ月間、全国でさまざまな活動が行われます。また、法務大臣から委嘱された保護司が、罪を犯した人の更生の手助けや犯罪や非行防

農政課畑作指導係(いぶすき農業支援センター内) 712



引き続き必要な人は、8月1日以降に窓口で申請してください。
※現在、後期高齢者医療制度の限度額適用認定証を持っている人には、新しい保険証と一緒に送付します。更新の手続きは不要です。
加入する健康保険が変わる場合
他の健康保険への加入や市外転出などで、本市の国保の資格を喪失する場合は、申請が必要で、喪失後、医療機関を受診するときは、保険証の変更を必ず伝えてください。使えなくなった保険証は、窓口に戻還してください。
国保に加入する場合
他の健康保険の資格を喪失し、本市の国保に加入する場合は、勤め先から「健康保険資格喪失連絡票」の交付を受け、持参してください。
保険税に滞納がある場合は、新しい保険証を交付できません。滞納を完済(滞納)に相談してください。

里親制度をご存じですか
里親は、事情があり家族と暮らせない子どもを家族の一員として迎え、愛情と真心を込めて養育します。
子どもの年齢は0歳から18歳まで、養育期間は数カ月から数年とさまざまです。

里親制度を「ご存じですか」
里親は、事情があり家族と暮らせない子どもを家族の一員として迎え、愛情と真心を込めて養育します。
子どもの年齢は0歳から18歳まで、養育期間は数カ月から数年とさまざまです。



PICK UP NEWS

いぶすきマルシェ

指宿駅前中央通りの一部を歩行者天国にして、朝市マルシェを開催します。飲食や雑貨、特産品ブースなど、約30店舗が出店します。

▶日時/7月21日(日)7:00～11:00
▶場所/指宿駅前中央通り
車両通行止め
▶時間/6:00～12:00
▶区間/日本生命～小吉胃腸科クリニック
問 商工水産課商工運輸係 312

催し

池田湖水フェスティバル

池田湖を学ぼうバスツアー

池田湖の自然や水質環境の保全を学びます。

▼日時/8月4日(日)9時～15時(受付8時30分～)
※小雨決行
▼集合/池富士池田湖食事センター
▼定員/50人(先着順)
▼参加料/300円
▼申込方法/直接
▼申込締切日/7月19日(金)

※締切日以降のキャンセルは、参加料の返金できません。
申 環境政策課環境政策係
内 243

PICK UP NEWS

介護サービス負担割合証を送付します

7月中旬以降に、新しい負担割合をお知らせする「負担割合証」を全ての介護認定者と事業対象者に送付します。新しい負担割合証が届いたら、担当のケアマネジャーや介護サービス事業所に提示してください。

所得区分	自己負担割合
右の両方を満たす人 ●65歳以上で本人の合計所得金額が220万円以上 ●本人を含む同一世帯の65歳以上の人の年金収入+その他の合計所得金額が ▶1人の場合、340万円以上 ▶2人以上の場合、463万円以上	3割
右の両方を満たす人で3割負担とならない人 ●65歳以上で本人の合計所得金額が160万円以上 ●本人を含む同一世帯の65歳以上の人の年金収入+その他の合計所得金額が ▶1人の場合、280万円以上 ▶2人以上の場合、346万円以上	2割
非課税者、生活保護受給者、第2号被保険者、上記以外の人	1割

問 国介護課介護保険係 253 市市民福祉課健康福祉係 341114 市市民福祉課健康福祉係 126

サマージャンボくじ
発売期間 7月2日(火)～8月2日(金)
抽選日/8月14日(土)
販売価格は、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。

オールドカーフェスタ実行委員会に感謝状 交通遺児を支援し続け21年

県交通被災者たすけあい協会から感謝状を贈られたオールドカーフェスタ実行委員会が5月9日、市長報告に訪れました。第一回のフェスタで、オールドカーなどの試乗会の収益金を交通遺児に寄付したことがきっかけで、後に会場に募金箱を設置。今年、車のオーナーや来場者から1万346円の寄付がありました。堀之内満弘実行委員長は「交通遺児に何かできればと思い始めた。来場者などのおかげで21年間続けることができ、感謝の気持ちでいっぱい」と話しました。



感謝状を持つ堀之内会長（中央左）

元市議会議員の外園幸吉さん 地方自治功労で旭日小綬章

山川町議会議員として26年10カ月間、指宿市議会議員として4年間在職し、山川町議会では6年間議長として職責を果たされました。行政書士として市民と行政の架け橋になる中で、地域の発展を願い、議員に立候補。在職中は小川団地の建設や地籍調査の実施、地方の交通体系の維持に尽力されました。外園さんは「地域の皆さんに支えられ、大変お世話になった。応援してくれた妻には感謝の気持ちでいっぱい」と話しました。



市民のために尽力された外園さん（谷村下）

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

いぶたま乗車100万人記念イベントが開催 市民100人のフラが花添える

JR指宿枕崎線の特急「指宿のたまて箱」が4月、平成23年の運行開始以来乗車100万人を達成しました。5月12日には記念イベントが指宿駅で開催され、100人の市民フラが華やかにいぶたまを歓迎。南国ならではのおもてなしに乗客たちは大喜びし、ホームはお祝いムードに包まれました。フラに参加し一日駅長を務めた柳田小3年の姫野はるねさん（柳田）は「緊張したけど楽しく踊れた。一日駅長もまたやってみたい」と話しました。



フラの華やかな歓迎を喜ぶ乗客たち

ヒラメの稚魚放流会が開催 すくすく育てて帰ってきてね

丹波小5年生70人が5月11日、指宿港海岸でヒラメの稚魚3,000尾を放流しました。海に親しみを持ってほしいと指宿港海岸保全推進協議会が企画。参加した中拂海麗さん（湊上）は「プニプニしてかわいい。大きく育てて帰ってきてほしい」と話しました。また、利永小・徳光小の3・4年生27人が、5月16日山川町漁協の企画でヒラメの稚魚3,800尾を、山川漁港一本松海岸から放流。児童からは、稚魚が飛び跳ねる様子に歓声が上がりました。



ヒラメを放流する丹波小（左）と利永小・徳光小（右）の児童たち

学びのふるさと講座 本格！貝の標本作り

夏休みの自由研究にピッタリ！県理科作品展に提出できる本格的な貝の標本作り体験ができます。事前に採集した貝で標本を製作します。

▼日時／7月13日④13時30分～15時

▼場所／時遊館COCCOはしむれ

▼講師／中島耕作氏（元日本貝類学会会員）

▼参加料／無料

※事前にホームセンターなどで標本箱キットを購入してください。

▼定員／生徒児童10人（保護者同伴可）

▼申込方法／電話か窓口

▼申込期間／7月1日④～

▼申込先／社会教育課文化係

☎5100

※天候不良の場合中止

初心者向け空手教室

幼年部をはじめ、空手に興味がある、始めたいと思っている人が気軽に参加できる教室です。参加料無料です。

▼日時／毎週水曜日

▼時間／19時～22時（幼児・小学生は20時30分まで）

▼場所／北指宿中学校武道館

※運動できる服装で参加してください。

▼申込方法／電話

▼申込先／市空手道連盟（田川）

☎5970

▼日時／7月20日④～28日④

▼内容／竹山苑で上映会

・21日 えぶろんはうす池田で星空映画祭

まちづくり講演会とワークショップ

インターネット環境があれ、働く場所や住む場所を選ばない「フリーランス」として働く人が増えています。今回、奄美大島でフリーランスを誘致し、地域活性化に取り

22日 いぶすき元湯温泉で上映会

22/25日 カフェMarry（南九州市）で上映会

26日 鳥越屋で上映会

27日 市民会館でショータイムビーコンペティション

28日 市民会館で映画上映

万引き家族、この世界の片隅に ほか2作品

（2000円・前売り券1800円）

※詳しくは、映画祭ホームページで確認してください。

▼チケット／ファミリーマート、TSUTAYA指宿店、砂むし会館「砂楽」、御菓子司鳥越屋、長寿庵・カレーD.O.ホットで販売

▼指宿ムービープロジェクト（下川路） ☎4468

QRコード：ホームページ

PICK UP NEWS

第3回指宿ナイター陸上記録会

県下一周駅伝・県地区対抗女子駅伝選手の育成と競技人口の増加を目的に、記録会を開催します。

▶日時／8月31日④15:00～開始予定（雨天決行）

▶場所／市営陸上競技場

▶種目

- 男女100m（小学4年～一般）
- 男女800m（小学4年～6年）
- 男女1500m（中学～一般）
- 男女3000m（中学～一般）
- 男子5000m（高校・一般）

▶出場条件／本年度鹿児島陸上競技協会登録者（小学生は不要）

▶参加料／小学生500円・中学生600円・高校生800円・一般1000円

▶申込書／市ホームページ

▶申込方法／メール

▼申込先／市陸上競技協会（新小田） ☎090-8666-4861

✉ jaafibusuki@gmail.com

組んでいる人の講演会とワークショップを開催します。まちの将来について、一緒に考えてみませんか。

▼日時／8月1日④14時～17時

▼場所／ふれあいプラザなのはな館

▼参加料／無料

▼内容／フリーランスに優しいまちづくり

▼講師／勝負一郎氏（総務省地域情報化アドバイザー）

▼定員／30人（先着順）

▼申込方法／電話かメール

▼申込先／市長公室政策推進係

☎127

✉ koshitsu@city.ibusuki.jp

ヘルシーランド露天風呂～たまたま箱温泉～

露天風呂入浴割引券

有効期間 令和元年7月1日④～31日④

- 大人1人410円で入浴可（小学生以下の割り引きはありません）
- 本券1枚で5人まで利用可
- 他の割引料金との併用不可
- ※受付時間は9:30～19:00（19:30閉館）
- ※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、奇数日は女性「洋風」、奇数日は逆になります。

☎ヘルシーランド ☎6966（毎週④は休館日）

たまたま箱温泉 ☎3577

指生が法人税を納税

税金を地域の活性化に役立てて

設立して8期目を迎える株式会社「指商」が5月30日、市役所で法人市民税5万700円を納めました（国・県税を含む全納税額は約8万円）。同社の最終売上高は約400万円でした。納税した鎌田美憂さん（野元）と岡元朱梨さん（開間仙田）は「学校の代表として納税するのは緊張した。福祉などに活用して、より良いまちづくりをしてほしい。今期も積極的にPRして、さらに売り上げアップを目指していきたい」と話しました。



税金を納める鎌田さんと岡元さん（左から）

哀惜の碑で慰霊追悼式

英霊を偲び平和を誓う

旧指宿海軍航空基地から出撃した特攻隊員らの慰霊追悼式が5月27日、基地跡の「哀惜の碑」前で行われました。同碑は、出撃した特攻隊員と空襲で亡くなった192人の冥福を祈る碑。追悼式には、遺族や旧海軍出身者で構成する旧指宿かもめの会など関係者が参列し、献花を行いました。佐藤副市長は「戦後74回目の夏を迎える。悲しい歴史を若い世代に語り継ぎ、歴史を繰り返さないことが使命。恒久平和を願う」と話しました。



平和を祈り献花を行う参列者たち

全国コンクールで最優秀賞を受賞

努力でつかんだ日本一

指宿高校3年の田中陽菜さん（西開間）が3月23日、東京都で開催されたローランド・ピアノ・ミュージックフェスティバル2018で、最優秀賞を受賞しました。同コンクールは、全国から12人が出場。地区大会の優勝者がオーケストラに合わせて演奏を競いました。高校1年生の時も出場し、今回初めて最優秀賞に輝きました。田中さんは「自信をもって楽しく弾けた。今までの努力が報われてうれしい」と話しました。



念願の日本一を喜び田中さん

市内の中学生が職場体験

体験して仕事の大切さを学ぶ

5月13日から5日間、北指宿中の3年生103人が、市内の飲食店や福祉施設などで職場体験を行いました。指宿消防署では、5人の生徒が放水訓練や心肺蘇生法などを体験。上吹越葵さん（二月田）は「人形を使った心肺蘇生法の訓練は、落ち着いて体験できた。学んだことを生かして人を助けたい」と話しました。今回の職場体験では、仕事のひとつひとつに、やりがいや大変さを感じ、働くために大切なことを深く学ぶことができました。



心肺蘇生法を学ぶ生徒たち
※市役所で職場体験した生徒が取材し作成した記事・写真です。

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

徳光小の児童がスイカを収穫

こんなに大きく育ったよ

徳光小の3・4年生が6月6日、徳光小学校アグリスクールで育てたスイカの収穫を行いました。山川高校の生徒や地域の協力で育てたスイカは、重さ約10kg、糖度12度と食べ頃。梅雨の合間の青空の下、自分たちで育てたスイカのつるを丁寧に切って、力を合わせて運びました。収穫後は総合高齢者福祉施設徳光苑に届け、利用者らと試食を楽しみました。4年生の井上陸さん（大石）は、「みんなでスイカを収穫できて楽しかった。甘くておいしかった」と話しました。



取れたてのスイカを落とさないように運ぶ児童たち

ニューファーマーの集いが開催

新規就農者へエールを送る

新規就農者を励ます指宿市ニューファーマーの集いが5月31日、ふれあいプラザなのはな館で開催されました。行政関係者や先輩農業者など約40人が、地域農業の新たな担い手9人の門出を記念品を贈呈し祝福しました。新規農業者の物袋兼作さん（物袋）は「知識はまだまだ足りないが、一つひとつ習得できるように努力していく」と決意表明。先輩就農者の塚田幸美さん（川尻中）は「悩んだときは周りの先輩に相談を」とアドバイスしました。



参加した新規就農者たち

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

韓国の高校生と交流続けて30年

日本の文化を肌で感じる

韓国の永化観光経営高校の生徒4人が5月22日から29日、指宿商業高校を訪れました。両校は平成2年から交流を始め、今年で30年目。指宿商業の生徒宅にホームステイをしながら、授業を受けたり市内の観光名所を巡ったりして日本の文化を学びました。23日には同校で歓迎式が行われ、和太鼓部が迫力ある演奏や韓国舞踊などを披露。生徒会長の今吉蓮さんは「指宿の良さを少しでも感じてもらえたら」と話しました。



27日には市役所を訪れ、指宿での生活を報告しました

交通安全運転ラリー大会が開催

標語に交通安全の願い込める

第23回交通安全運転ラリー大会が5月19日、指宿警察署を発着とする50.8kmのコースで行われました。防犯組合や事業所など18チームが参加。チームで考えた交通安全標語を車に張り付け、一時停止などの交通ルールを確認しながらゴールを目指しました。参加した川畑竜也さん（南十町）は「これからも交通ルールを守って、事故防止につなげたい」と話しました。総合優勝は南十町防犯組合、標語の部は温湯壮年団（温湯地区防犯）の皆さん。



南十町防犯組合、温湯壮年団（温湯地区防犯）の皆さん

DOCTOR



健康教室

MEDICAL LECTURE
～分かりやすい医療の話～

今月のドクター

指宿医師会
みなみ けいすけ
南 圭祐

指宿医師会 ☎2820



在宅医療について

皆さんは在宅医療という言葉を知っていますか？

在宅医療とは「医師が患者の自宅や老人ホームへ出向いて行う、さまざまな医療行為」を指します。対象は「病気やけがのため、一人での通院が困難な方」です。具体的には、足腰が不自由な方、認知症や寝たきりの方、ターミナルケア（治療による延命よりも、病気の症状などによる苦痛や不快感を緩和し、自宅での最期の時間を充実させるためのケア）を希望する方です。

在宅医療の最大の長所は「患者さんが住み慣れた環境で生活を続けながら、医療行為を受けられる」ことです。我が家で家族やペットとの時間を持ち、自分のベッド、布団、テレビの音量、外の景色、家の匂いなど、慣れ親しんだものに囲まれながら医療を継続でき、最期まで過ごすことができるのは、在宅医療ならではの良さといえます。

一方、短所として「介護者の負担」が挙げられます。介護する家族の協力があってこそ、在宅医療は成り立ちます。しかし、患者さんが自宅で生活を行う上で、さまざまな問題が発生する可能性があります。

その分、介護者の負担が増えています。

このような場面で活躍するのが、ケアマネージャー（介護支援専門員）、医療ソーシャルワーカーやヘルパー（訪問介護員）の方たちです。介護保険サービスや、実際の介護サポートなど、在宅医療に不可欠な環境調整を行います。

在宅医療という選択肢を医療者だけでなく、患者さんやその家族と共有しておくことが重要です。在宅医療は、医師や看護師だけでは完結しません。患者さんや家族を中心として、地域の多職種がチーム一丸となり、安心した暮らしをサポートすることが「真の在宅医療」であると考えています。

また、自宅で安心して療養を続けるためには、万が一のときの入院にも備える必要があります。地域の協力が必須です。

今後も、指宿地域全体で連携を行うことで、患者さんや家族がより安心して暮らしを送ることができ、指宿が本当に「安心して暮らせる地域」になることを願っています。

本のひろば

今月のおすすめ



PICK UP

一般図書（山川図書館）
敬天愛人 人は人間力が9割
長澤 隆之（原作）
原口 泉（監修）
飛鳥出版

一般図書（指宿図書館）
フライパンひとつで、麺
武蔵 裕子（著）
文化学園文化出版局

児童図書（山川図書館）
数え方図鑑
やまぐち かおり（絵）
日本図書センター

児童図書（指宿図書館）
サムとぶらぶら
アリソン・アトリー（作）
やまわき ゆりこ（画）
福音館書店

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

サムとぶらぶら

【内容】森のはじっこで幸せに暮らす、4ひきのこぶたの兄弟。中でも一番年下のサムは、とびきり元気な男の子です。友だちを助けたり、学校にもぐりこんだり、サムが大活躍のお話です。

PICK UP

敬天愛人 人は人間力が9割

【内容】西郷隆盛の思想を象徴する言葉「敬天愛人」。目まぐるしく変化し続ける現代社会だからこそ、天を敬い、人を愛する心が大切ではないでしょうか。改めて、西郷隆盛の魅力について考えてみませんか。

7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	8/1	2	3

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。

日	内容	時間
休館日		
火曜	えほんのひろば（指宿図書館）	10:30～11:15
17日	鹿児島方言を楽しむ会（指宿図書館）	13:30～15:30
21日	おはなしのとびら（指宿図書館）	10:30～11:15
21日	子ども映画会（指宿図書館）	11:20～11:50
27日	ボランティアおはなし会（山川図書館）	14:00～14:30

献本 次の方から献本がありました
加藤 潤さん（NPO法人頼娃おこそ会）

《図書館からのお知らせ》

鹿児島方言を楽しむ会

- ▼日時／7月17日⑩
13時30分～15時30分
 - ▼場所／指宿図書館2階
 - ▼講師／橋口満氏（鹿児島弁研究者）
 - ▼参加料／無料
 - ▼申込方法／窓口か電話
- 第1回図書館講座**
- ▼日時／7月28日⑩13時～16時（受付12時30分～）
 - ▼場所／指宿図書館2階
 - ▼演題／始めよう！プログラミング！
- ▼日時／7月17日⑩
13時30分～15時30分
- ▼内容／令和2年度から小学校の授業で必修化されるプログラミング学習。親子一緒にゲーム感覚で楽しみませんか？
- ▼講師／塩手雅允氏
- ▼定員／小学生の親子5組
- ▼参加費／無料
- ▼持ってくるもの／パソコン（Wi-Fiに接続できるもの）
- ▼申込方法／電話か窓口
- ▼申込開始／7月10日⑩10時～

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。



検証試験の採血、身体測定の様子

友 達からもらったオクラでオクラ水を作り、毎朝飲んでいきます。血糖値が、116から114になりました。オクラで元気な体を作ります。

(62歳 あらし)

生産量日本一を誇る指宿のオクラ。平成28年度の健康効果の検証で、血糖値上昇を抑える効果があることが分かりました。今年度は高血圧症に対する改善効果について検証を行っています。オクラは今

が旬。地元の野菜を食べて、健康な体作りをしましょう。

旗 を持ち、横断歩道を渡る子どもたちを誘導する見守り隊の人を目にし、ありがたいと思えました。感謝します。人に優しい運転を心掛けます。

(56歳 アイリス)

指 宿に嫁いで7年になりました。近所の人たちもいい人ばかりですが、ただ一つ。運転マナーが悪い人が目立ちます。お店の駐車場で「バックで止めてください」のポスターの前に、前から駐車。「入口専用」のところから堂々と出てくるなど。首をかしげるばかりです。

(35歳 P・Nシュートコ)

交通事故やあり運転などのニュースが毎日のように流れ、自分自身の交通マナーについて考えさせられます。気

持ちの焦りは事故のもと。一時停止や速度など交通ルールを守り、人に優しく、思いやりの気持ちを持って、安全運転に努めていきましょう。

梅 雨が始まりましたね。フラワーパークかごしまのアジサイがともきれいです。ぜひ写真をお願いしま

(43歳 お花大好き)

す。フラワーパークかごしまでは、色とりどりのアジサイが咲いていて、とてもきれいでしたね。アジサイには、色ごとに花言葉があります。青は「辛抱強い愛情」、ピンクは「元気な女性」、白は「寛容」です。ピンクは、花言葉から母の日のプレゼントにも好まれているそうです。花言葉を調べながらの散策もおおすすめです。



満開に咲き誇る白色のアジサイ

広 報紙で初めて「IBU SUKINOTUKURITEE」を知りました。雑貫などは見ているだけで楽しいですよ。これから、お祭りの時期なので、どんなものがあるのか楽しみます。イブツクも山川みなと祭りも楽しみ！

(24歳 あらきん)

広報紙のご愛読ありがとうございます。6月23日にふれあいプラザなのはな館で開催された「IBU SUKINOTUKURITEE」は、たくさんの方が来場されたようです。夏はまだまだ続きます。指宿の夏を楽しんでください。

指 宿は、季節折々のイベントがあり、引越してきたよかったです。5月末には、友達が泊まりがけで遊びに来ます。来る側も迎える側も、その日を楽しみにしています。

(78歳 アツ子ちゃん)

市外の人にも指宿を紹介していただき、ありがとうございます。これから本格的な夏がやってきます。次回は、涼を求めて、唐船峡でさうめん流しなどいかがでしょうか。新しい発見があったときは、

ぜひお使いください。

来 年は東京でオリンピック、鹿児島では国体もあって、スポーツが注目されていますが、私の友達が女子ソフトテニスの全日本シングルス選手権で第3位になりました。高校生の頃、切磋琢磨していたので、友達の活躍はとても励みになります。私も、自分の仕事を頑張らなきゃ。負けないぞー。

(20歳 指宿卒業生)

今回、全日本シングルス選手権で第3位になった加奈乃佳さんは、平成29年度の指宿商業高校卒業生です。当時から県高校総体などで優勝するなど努力を重ね、現在は城山ホテル鹿児島で働きながら、練習を続けているそうです。加さんのこれからの活躍が楽しみです。



第一線で活躍する加さん