

いぶすき

6
2016 June
vol.126



平成28年熊本地震

広がる支援の輪

[特集] 思いを手紙に乗せて

定期健診を受けよう

いぶすき 6

Ibusuki City Public Relations

2016 June vol.126

印刷/有指宿新生社印刷
〒891-0404 鹿児島県指宿市東方8068-3 ☎@2002

6 June 2016 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
5/29 	5/30	5/31	1 ●エイズ検査 ●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) ◎12:50~13:15 指宿保	2 ●指宿養護学校見学会	3 ●指宿の集い ●6~8か月児健診 (指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	4 ●山川みなと祭り 花火大会
5 ●山川みなと祭り	6 ●レジャーセンター健康相談 13:30~15:30 レジャ	7 	8 ●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	9 	10 ●いぶすきフラフェスタ (~12日) ●乳児・産婦健診 (山川・開間地域児対象) ◎12:50~13:05 指宿保 ●6~8か月児健診 (山川・開間地域児対象) ◎13:05~13:20 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 指宿保	11 
12	13 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 山川文 ●育児相談 10:00~11:30 山川文	14	15 ●MAIENZA販売日 ●健幸ふれあいパークゴルフ大会 ●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 ●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) ◎12:50~13:15 指宿保	16 ●ヘルシーランド健康相談 10:00~13:00 ヘルシ	17 ●教科書の展示 (~30日) ●子育てママ・パパの運動教室 (託児付き) 10:00~11:00 山川文	18 
19 ●育メンパパのスマイルひろば ●健幸ふれあいパークゴルフ大会	20 	21	22 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保 ●楽しく遊ぼう教室 10:00~11:00 指宿保 ●3歳児健診 (指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	23 	24 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 指宿保 ●育児相談 10:00~11:30 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	25 ●新西方 長寿の神様庚申詣を訪ねて
26	27 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 山川文	28 ●マスゲーム講習会	29 ●センター開放 9:00~11:00 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:00~11:00 指宿保	30	7/1 ●6~8か月児健診 (指宿地域児対象) ◎12:50~13:15 指宿保	7/2
7/3 	7/4	7/5	7/6 ●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) ◎12:50~13:15 指宿保	7/7 ●レジャーセンター健康相談 13:30~15:30 レジャ	7/8 ●乳児・産婦健診 (山川・開間地域児対象) ◎12:50~13:05 指宿保 ●6~8か月児健診 (山川・開間地域児対象) ◎13:05~13:20 指宿保 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 指宿保	7/9

人のうごき 5月1日現在(前月比)

総人口	41,744人 (+149)
男	19,114人 (+61)
女	22,630人 (+88)
世帯数	19,004戸 (+109)

今月の税金は?

税の種類	期別
市 県 民 税	全期・1期
□ 座 振 替 日	6月27日◎
納付書での納期限	6月30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
☎@2111 ☎123
ホームページ <http://www.city.ibusuki.lg.jp>
メール info@city.ibusuki.lg.jp

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
指宿里 指宿里館 ヘルシ ヘルシーランド 山川文 山川図書館

● イベント情報など ● 保健センター日程 ◎ は受付時間

今月の表紙

市制施行10周年に合わせて新調
個性が光る夏のユニフォーム



市制施行10周年を記念して、いぶすき菜の花レディの夏の制服となるムーニーが新調されました。市内の服飾店が手掛け、ハイビスカスと穏やかな海をイメージさせるデザインを基調に、3人の個性を表現。4月29日の10周年記念式典では、色鮮やかな衣装で「アロハ」の季節の到来に花を添えました。

指宿市市制施行 10周年記念式典



平成18年に旧指宿市、旧山川町、旧開聞町が合併して誕生した新「指宿市」。その10周年を祝う市制施行10周年記念式典が、4月29日に市民会館で行われました。会場には、市民の他、国会議員や国・県などから多くの来賓に出席いただき、約750人が10周年の節目を祝いました。オープニングは市内中学校吹奏楽部の合同演奏でスタート。豊留市長がアロハ宣言を行い、南国指宿の夏の到来を宣言しました。市政発展に尽力された方や、各分野で功労のあった方たちに、名誉市民の称号追贈や市民表彰、市政功労者表彰を行い、その功績をたたえました。市内の小学生による市民憲章の朗読や、ストリートダンスチームのゼロスタンスと山川少年ツマベニ太鼓のコラボレーションも披露され、式典に花を添えました。式典の前には「アロハ健幸ウオーク」が開催され、市民や鹿児島ユナイテッドFCの選手など約500人が参加。青空の下、涼やかな風を感じながら約3kmを楽しんで歩きました。



1 豊留市長によるアロハ宣言 2 会場を盛り上げた開聞龍宮太鼓 3 表彰を祝う観客たち 4 オープニングを飾った合同演奏 5 10歳の小学生の市民歌斉唱とフラの共演 6～8 天候に恵まれたアロハ健幸ウオーク 9 名誉市民表彰を受け挨拶する下竹原夫人 10 市民表彰を受賞した皆さん 11 夏の制服の菜の花レディとイックン、シーちゃん 12 13 お祝いのコメントを寄せた福元美穂・田之上慶三郎両氏 14 市民憲章を朗読する小学生たち 15 ダンスと太鼓の共演



伊藤 令子氏
(玉利82歳)

夫の伊藤世光氏とともに、昭和41年1月に社会福祉法人心和会を設立し理事に就任。県内に軽費および有料の老人ホームがまだない中、昭和41年12月に軽費老人ホーム千寿園を開設し、地域に開かれた、より良い施設づくりに取り組まれています。現在は、医療法人世光会の理事長も務め、平成26年4月には今後の高齢化社会を見据え、市ではじめてサービス付高齢者向け住宅を開設するなど、高齢者の医療・福祉の向上、地域社会の発展に貢献されています。



大川 正昭氏
(永田76歳)

有限会社大川畜産を設立し肉用牛生産に精励する一方、指宿地区家畜商組合長を長年務めるなど、畜産農家のリーダーとして市の畜産業の発展に大きく貢献されました。揖宿地区農業共済組合の理事、南薩農業共済組合の理事を歴任されたほか、長きにわたり市農業委員を務められました。また、市農業マイスターとして農家の育成・指導にも携わり、現在も市指導農業士として、農家への指導と関係機関とのパイプ役として、農業の普及・発展に貢献されています。



加治 文徳氏
(加治84歳)

いぶすき農業協同組合の監事、揖宿地区農業共済組合の監事・理事を歴任され、合併後の南薩農業共済組合の理事を務められました。また、市農業委員会委員として、地域農業の振興に尽力されました。さらに、旧開聞町議会議員として、連続3期10年の長きにわたり、市民福祉の向上や産業振興、地方自治の発展にも寄与されました。この他、指宿保護区保護司を20年、市文化財保護審議会委員を15年務めるなど、産業、文化、地方自治の各方面に尽力されました。



小牟禮 純哉氏
(追北上80歳)

長年にわたり県建設業協会理事などの要職を務められ、本市の産業経済の発展向上に大きく貢献されました。平成2年5月から平成18年5月まで指宿建設業協同組合の理事長として、人材の育成、技術の研さんに尽力されました。また、建設業界の労働災害防止協会、県港湾漁港建設協会の安全対策委員長として、安全衛生活動の充実にも積極的に取り組むほか、指宿商工会議所副会頭、指宿間税会会長などを歴任するなど、本市の産業経済の発展に尽力されました。



村山 陽子氏
(荒田73歳)

昭和53年4月から母子保健推進員、昭和59年4月から食生活改善推進員を務め、母子保健事業の推進や地域住民の健康増進に寄与されました。平成3年からは、行政相談委員として、課題解決に取り組まれており、住民福祉の向上にも大きく貢献されています。この他、「さねん葉の会」の会長として、あくまきやふくれ菓子など郷土食の伝統継承にも尽力するなど、幅広い活動を通じて地域振興や市民の健康増進、公衆衛生の向上に尽力されています。

表彰



10周年記念式典で表彰された方々を紹介します

名誉市民称号追贈



しもたけはら ひろし
下竹原 弘志氏
(享年93歳)

昭和35年6月に指宿白水館を創業。代表取締役社長などを務められました。優れた先見性と卓越した指導力で、本市観光産業や地域経済発展に大きく貢献。観光客のニーズを的確に捉え、元禄時代の町人文化を取り込んだ「元禄風呂」、桂離宮から命名した雅の館「離宮」など、文化芸術の域まで高めた施設を整備。「東洋のハワイ」指宿のイメージ作りにも積極的に取り組み、昭和の日にはアロハ宣言を行うなど、アロハのまちの基盤づくりに大きく寄与されました。また、「いぶすき菜の花マラソン大会」の開催にも尽力され、現在では、おもてなし全国一のマラソン大会に成長しました。平成20年2月には「薩摩伝承館」を開館。アジアの人々の誘客のため、中国陶磁器の収集にも力を入れる一方、音楽会や講演会、国際会議などでもできる「美術館機能を持った多目的ホール」として多くの人に親しまれ、市民の文化向上と芸術教育の振興、国際観光都市・指宿の発展に大きく寄与しています。また、指宿商工会館（現指宿商工会議所）建設への協力や市社会福祉協議会への献金、社会福祉事業、指宿地区交通安全協会会館建設、指宿市立図書館への寄附など、各分野に貢献をされました。この他、県観光基本計画策定懇談会委員や県観光審議会副会長、運輸大臣の諮問機関の観光政策審議会委員など、要職を歴任。幅広い活動で観光振興はもとより、産業経済にも尽力されました。

市政功労者表彰(敬称略)

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|-------|--------|------|-------|------|--------|------|-------|------|-------|--------|------|------|------|------|-------|------|--------|------|--------|------|-------|------|--------|---------|
| 山脇七子 | 今村善哉 | 保健衛生部門 | 宮地最勝 | 牧口和義 | 林山重孝 | 野元正廣 | 中原洋子 | 中原平藏 | 託摩純三 | 須崎信一郎 | 社会福祉部門 | 福岡亮一 | 馬場幸男 | 中野政道 | 木佐貫熙 | 井上榮一郎 | 伊佐幸子 | 教育文化部門 | 馬場重夫 | 當房昭雄 | 田畑吉文 | 諏訪園一行 | 末吉孝二 | 地方自治部門 | |
| 米永貞嗣 | 深田久美子 | 永吉真一 | 上村悦子 | 大和田靖憲 | 上野至大 | 一般功労部門 | 山下建二 | 松下喜久雄 | 福永昭一 | 福ヶ迫昭善 | 東孝一郎 | 中野政志 | 地島幸平 | 追田順一 | 京田親志 | 川畑秀二 | 川畑三郎 | 岩崎亥三郎 | 今林重夫 | 産業経済部門 | 吉鶴紀雄 | 村山謙一 | 永山武雄 | 久保公孝 | 消防防犯等部門 |

平成28年 熊本地震

被災された皆さまには
心からお見舞い申し上げます

4月に熊本・大分を襲った、最大でマグニチュード7.3の大地震は、大規模な土砂崩れや家屋の倒壊など、広範囲で多数の被害が発生しました。現在でも、多くの人が復旧作業や避難所生活など大変な生活を余儀なくされています。市では、地震直後から救助や給水活動の職員派遣、災害義援金や救援物資の受け入れなどの支援活動を行っています。その他、民間ホテルでの宿泊受け入れやボランティア活動など、市内での支援活動の輪が広がっています。



救援物資の第1便を積み込む市職員たち

消防職員の派遣

地震発生から約1時間後の4月14日②22時23分、緊急消防援助隊として救助隊1隊5人（1次派遣）が緊急出動しました。被災地での救助・捜索活動を行いました。

▼派遣期間／4月14日④～4月26日④ 13日間

▼派遣人数／21人

（1次派遣／4次派遣）

▼派遣車両／救助工作車、救急車など4台

※活動地域 益城町、御船町、美里町、南阿蘇村、西原村

市職員の派遣

市職員を派遣し、被災地での給水や避難所運営補助などを行っています。今後も職員を派遣し、継続的に支援を行います。

▼派遣期間／4月19日④から

▼派遣人数／27人

（5月21日時点）

災害義援金

市役所・社会福祉協議会に設置している義援金箱や各種団体のチャリティーイベント、街頭募金などで、多くの義援金が寄せられています。寄せられた義援金は、日本赤十字社鹿児島県支部を通じて被災地へ送られます。

・総額 294万0818円
（5月18日時点）

入居支援

市営住宅の空き住戸を、被災者に提供しています。

▼入居期間／6カ月間（状況に応じ最長1年6カ月まで）

▼住宅使用料・敷金／免除

※その他の費用は本人負担

宿泊支援

市内の宿泊施設では、被災者の宿泊を特別料金で受け入れています。

- ・指宿コーラルビーチホテル
 - ・指宿こころの宿
 - ・指宿ベイテラスHOTEL & SPA
 - ・ゲストハウス ライダース イン指宿
- ※市に申し出のあった施設

地域住民の助け合い 災害救助の大きな力に

4月14日②22時23分、指宿消防署を緊急出動し被災地で救助活動を行った岡元大輔さんに、その時の話を伺いました。

大地震の恐ろしさ

4月16日⑤の本震発生時、私たちは、益城町で翌日の救助活動に備えていました。下から突き上げるような激しい衝撃と同時に、鳴り響く緊急地震速報。地面には亀裂が入り、重さ20トンの消防車両が横転しそうなほどの激しい揺れ……。前日までは大きな被害がなかった建物も、ほとんどが倒壊し、街の様子も一変しました。大地震の恐ろしさを身をもって感じました。

頼れる地域のつながり

倒壊した建物が多く、がけ崩れや倒木で消防車両も通れない中「お隣は娘さんと避難所に避難したよ」「この集落は〇〇さんに確認させて」「〇〇さんは救助隊の道案内をして」など、地域住民からの正確な情報や声掛け、道案内は、安否確認や救助活動に大きな力を発揮しました。

地域住民のつながり、助け合いは本当にありがたく、大切なことだと実感しました。



INTERVIEW

指宿南九州消防組合
指宿消防署 救助隊長

おかもと だいすけ
岡元 大輔 さん
(迫北下)



夜を徹して行われた救助活動の様子(西原村)

まずは家族と話そう

「まさかこんなところで」救助活動を行う中で、何度も聞いた言葉です。多くの人々が熊本で大地震が起きるとは思っていなかったようです。九州で地震が次々と起こっている今、鹿児島、指宿でも大地震が起きる可能性は十分あります。災害時は、家族との連絡や車での移動も思うようにいきません。頼れるのは自分と、目の前の人です。「指宿で大きな災害が起きたら、家族はここに集まろう、何を準備しておこう」ということを、まずは家族で話をしておきたいです。

熊本の力になりたい



INTERVIEW
平成音楽大学3年
今村 恵菜 さん

熊本の大学に通う私は、被災後とても不安で、上益城郡御船町から指宿の実家に避難してきました。熊本のために「私も何かをしたい」と思っていたところ、なのはな館で救援物資の募集が始まることを知りました。早速、物資を持って行き、ボランティアをしたいと相談

して、なのはな館で物資の仕分けを手伝い始めました。私と同じようにボランティアに集まった熊本の大学生と一緒に、指宿駅などで募金活動も行いました。地元の指宿でも、多くの人々が被災地のために物資や募金を届けてくれて、本当にうれしく、勇気づけられました。たくさんの友達がいる熊本での地震は、とても悲しい出来事です。今も不安な気持ちですが、これからもみんなで支え合っていきたいと思っています。一日でも早く元の熊本に戻ってほしいと願っています。

災害義援金

引き続きご協力をお願いします

市内6カ所で義援金を受け付けています。日本赤十字社鹿児島県支部を通して被災地へ届けられます。

▶義援金箱の設置場所

- ・市役所指宿庁舎、山川庁舎、開聞庁舎
- ・市社会福祉協議会（指宿老人福祉センター、山川老人福祉センター、開聞農村環境改善センター）

▶期間

6月30日⑤まで 8:30~17:00

※土・日・祝日は除く。

☎総務課総務係①11

日本赤十字社指宿市地区（市社会福祉協議会内）☎@5543



続々と寄せられる救援物資(なのはな館)



集まった資材を確認する青年会議所のメンバー



給水派遣出発式「しっかりと支援してきます」と久保主事



平成二十八年二月



「がんは他人事」が我が身に。
 幸いに「初期」で、強がりの私も仏壇に手を合わせ、入念に命乞い。
 命と引き換えに失われる乳房をなでてわび、子どもを育ててくれたお礼を述べた。
 手術の後、目が覚めると、家族の心配そうな顔がおぼろ気に見えた。
 心配かけた分、元気にならねばと強く思った。
 娘には、同じ女性として術後の姿を半強制的に見せた。
 「がんは怖い」が、早期発見なら治る可能性もある。
 経験者の一市民として健診の必要性を伝えたい。

【特集】
 思いを手紙に乗せて
定期健診を受けよう



今年2月に、60代の女性から寄せられた手紙です。この女性に直接お会いして話を伺うことができました。

「がん」という現実が自らの身に起こったことで、多くの人に健診を受けてほしいという強い思いが芽生えました。

胸のしこりに気づいたのは昨年の12月。健診は受けないつもりでしたが、すぐに保健センターに相談して受診しました。

検査結果が出た時は「信じられない。これが現実か」と大きく落胆。親が認知症で介護が大変だったので、自分のときはがんで楽に、周りに負担を掛けず…と考えていましたが、現実

は楽なものではありませんでした。医師から「早く見つかれば怖い病気ではない」と言われ、その言葉を信じ勇気を出して手術に望みました。術後の経過はよく、今は定期健診とホルモン療法を受けています。

今後は、早く元のように元気になり、毎年出場している菜の花マラソンに早く復帰したいと語ってくれました。そのまなざしからは、他人を思う気持ちと強い意志を感じました。

魅力発見

いぶすき日和

「港の神社の風景」

撮影者：池元 正美さん(鳥山)

コメント

写真撮り会で山川港の撮影に行きました。路地を歩き、様々な風景を撮影しながら熊野神社にたどり着きました。境内がとても静かで雰囲気もあり、石灯笼越しにのぞき込んだ一枚。撮影しながら気持ちが癒やされました。



焦点距離:29mm/F:2.2/1/842秒/ISO:32

私たちがサポートします



INTERVIEW
もりかわ けいこ
森川 恵子 (保健師)
健康増進課主幹兼健康指導係長

特定健診では、健診の結果によって、精密検査の受診を勧めたり、生活習慣の見直しをサポートしています。文書で通知したり、直接訪問して指導を行うほか、生活改善の

5年前、レントゲン検査で、心臓の僧帽弁に異常があることが分かりました。これが原因で血液を3割しか全身に送り出せず、人工弁を付ける必要があり、鹿児島医療センターで手術を受けました。全く自覚症状がなかったため、定期的に健診を受けていてよかったです。

手術は心臓と肝臓の機能を一時的に止めて行う必要があり、8時間にも及ぶ手術になりました。幸いにも手術は無事成功し、術後の痛みもそれほどありませんでした。

検査で病気が分かったとき、私の場合落ち込むことはありませんでした。驚いたところでもうにもならないし、あとは治療に専念するのみだと思っていました。

早期発見・早期治療につなげるために

私たち保健師は、11人体制で子どもからお年寄りまで、幅広い市民の健康増進に取り組んでいます。

市民の皆さんには、自分は健康だと思っても健診を必ず受けてもらいたいと思います。自分の体の状態が把握でき、病気の早期発見・早期治療につながります。健診を毎回受けていると、前回のと比較もできるので、体の異変に早く気づいて生活習慣を見直せます。私たち保健師も、健康状態が分かることで、その人に合った的確なアドバイスができます。

教室を開催して、困っている人の話を聞いたり、一緒に考えたりしています。「健康状態はどうですか」と、励ましの電話をすることもあります。健康に不安のある人は遠慮なく相談してください。

健康づくりには、一人ひとりの元気でいきいきと暮らしてもらいたいという思いで取り組んでいます。

肥満や高血糖、高血圧、脂質異常を放置し続けると、生活習慣病になる可能性が高くなります。生活習慣病を防ぐためには、健診を受けておくことがとても重要です。

「自分の健康は自分で守る」ことが基本です。塩分の取り

人工弁を取り付けたため血液をサラサラにする薬を飲んでいますが、毎日元気に生活しています。

私のように自覚症状がない場合は、病気の発見が遅くなることもあると思います。そのため、こらばん体操など地域の集まりの時には「とにかく自覚症状が出る前に健診を」と呼び掛けています。

私が健康でいるために心掛けていることは、毎日8千歩以上歩くことや、食事で多くの種類の食物を取ることで、リズムのある生活を送ることで、妻が料理好きで、山で採

れたよもぎや山菜など、多くの食材で料理を作ってくれることも、私の健康の大きな支えとなっています。また、生活の中に休息の時間を取ることも大切だと思います。

皆さんにも、自分に合った運動や食事などを、免疫力アップや健康維持のためにお勧めしたいと思っています。

健診で救われました



INTERVIEW
あゆかわ あきろう
鮎川 秋郎さん
(80歳・潟口)

健康づくりに取り組んでいます



INTERVIEW
かみたかはら かずよ まさき
上高原 和代・正樹さん
(大牟礼東)

ポイントで自分へのご褒美

健幸ポイントプロジェクトに夫婦で参加しています。歩数計を持ち始めてから、不思議と毎日の歩数を意識するようになりました。今まで車を利用していた場所へも積極的に歩いて行くようになりました。今では、雨の日はどこを歩こうかと困ってしまうくらいです。

ウォーキングの途中で交わす皆さんとの挨拶や日常会話も楽しみの一つです。顔見知りもたくさん増えました。

※平成28年度健幸ポイントプロジェクトの参加者募集は7月を予定しています。



INTERVIEW
とりのこ
鳥越 みち子さん
(渡瀬)

健幸運動教室オススメします

体力や筋力の低下を感じていたところに、教室の案内が目にとまりました。

体育館での運動教室のほか、自宅でも筋力トレーニングや速歩きに取り組んでいます。今ではごみ出しの帰りに遠回りして帰るなど、長く歩くのが習慣になりました。体力年齢はマイナス11歳、ウエストはマイナス8cmの成果が出ました。

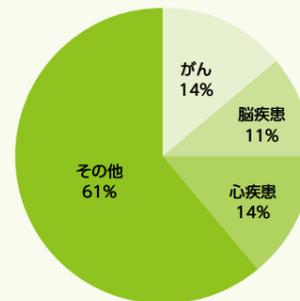
歩数計や毎月もらう実績レポートで自分の頑張りが数値で見えるのも励みになります。体の変化も目に見えて感じており、孫にもお腹が小さくなったと言われました。周りの人にも勧めたいです。

募集期間／6月6日(月)～13日(月)

平成28年度健幸運動教室
▶期間／7月から9カ月間(毎週1回) ▶参加費／9カ月16,200円
▶定員／140人(20人×7コース) ▶場所／指宿総合体育館
▶内容／簡単な筋力トレーニング、エアロバイクでの有酸素運動など
健康のまちづくり推進室 ☎2111 ☎289

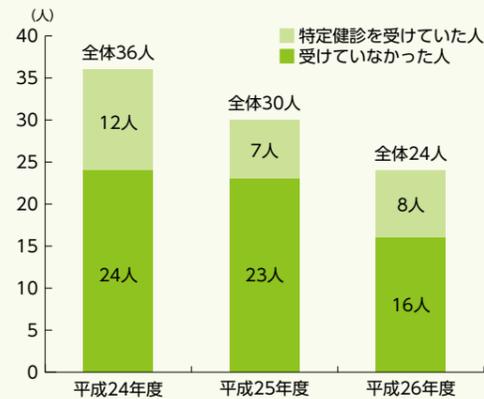
早期発見が重要です

①平成26年度病種別の割合



市の国民健康保険に加入している人で、重い病気のため医療費が大きかった上位100人の分析をしました。がん、脳疾患、心疾患の三大疾病が全体の約4割。生活習慣病と呼ばれ、日頃の生活を見直すことで未然に予防できます。また、病気にかかった場合でも、健診で早期発見できれば、治療で回復する確率は格段に上がります。

②死亡者数と健診の受診状況



上のグラフは、各年度の上位100人のうち、現在までに亡くなった人の健診の受診状況を示しています。各年度とも、おおよそ7割の人が健診を受けていませんでした。発見の遅れで、医療を尽くしても助からないケースが多く見られます。

病気を早期発見し早期治療するためには、毎年健診を受けることがとても重要です。

▶乳がん検診

対象者	平成29年3月31日時点で40歳以上の女性のうち、昨年度受診していない人 ※「乳がん検診無料クーポン券」が届いている人には受診票は発送されません。 ※山川・開間地域の人で、今年度の集団検診で乳がん検診を受診した人には個別検診の受診票は発送されません。 ※乳がん検診は隔年受診のため、今年度受診した人は来年度受診できません。
自己負担額	40～49歳 2,000円 (視診、触診、マンモグラフィ検査2方向撮影) 50歳以上 1,500円 (視診、触診、マンモグラフィ検査1方向撮影) ※次に該当する人は、自己負担額が免除になります。 ・平成29年3月31日時点で70歳以上の人 ・後期高齢者医療保険証の交付を受けている人 ・市民税非課税世帯の人 ・生活保護を受けている人
実施医療機関	生駒外科医院、指宿さがら病院、田畑クリニック
健幸ポイント	30ポイント (受診すると、自動的にマイレージ制度へ応募となります。)

▶大腸がん検診

対象者	平成29年3月31日時点で40歳以上の人 ※社会保険や共済などの加入者、またその家族のうち、平成29年3月31日現在で40歳以上の人については、10月に受診票を発送します。
自己負担額	500円 ※自己負担額が免除になる人は、上記の乳がん検診と同じです。
実施医療機関	・集団検診 厚生連セット検診(9月下旬) ・個別検診 受診票に記載してある市内指定医療機関
健幸ポイント	30ポイント(受診すると、自動的にマイレージ制度へ応募となります。)

▶健康診査(特定・長寿・一般)、肝炎ウイルス検診、乳がん検診、大腸がん検診の受診券等発送月

	指宿地域	山川地域	開間地域
7月中旬	道下、道下上、道下東、大園原、中川、大当、宮ヶ浜、宮ノ前、垂門、狩集、臼山、水迫、久保、永嶺、十石、外城市、田之畑、道上、中福良、南十町、弥次ヶ湯、田良、南迫田、柳田、高野原、湯之里、大牟礼西、大牟礼中、大牟礼東、瀧口、瀧山、湊上、湊中、湊南、湊北、下門、石嶺、池崎、中浜、新永吉	鰻区、小川区、岡児ヶ水区、尾下区、福元区	荒田、西元、上野東、上野中、上野西、坂下
	昭和16年4～6月生まれの人・昭和16年9月～昭和17年3月生まれの人		
8月中旬	二月田、宮、玉利、北十町、木之下、温湯、迫南、迫中、迫北上、迫北下、摺ヶ浜南、摺ヶ浜中、摺ヶ浜北、中小路、小田、片野田、丈六、向吉、下里、国立病院、大渡、堀切園、仮屋、大迫	大山区、浜児ヶ水区、利永区、町区	川尻東、松原、鎮守、川尻中、上手、加治、田中、下吉、谷村
	昭和16年7月生まれの人		
9月中旬	上吹越、下吹越、尾掛、五郎ヶ岡、麓上、麓下、上西、上東、岩本東、岩本中、浜西、浜東、瀬崎、戸迫、小牧東、小牧中、小牧西、畠久保、鳥山、細田東後、細田東前、細田西、渡瀬、永吉	成川区	蛭子、川尻西、川尻上、川尻北、笠口、玉井、中組、東開間、西開間、松原田、脇、塩屋、入野、物袋
	昭和16年8月生まれの人		
10月中旬	社会保険などに該当する人 肝炎ウイルス単独検診(40歳以上の節目の人：5歳刻み) 大腸がん検診 乳がん検診		

※人間ドックや厚生連セット健診を受診する人への発送はありません。

女性は特に
ご注意ください!

～悪質なイタズラ電話～

例年、検診が始まると保健センターや保健所を名乗り、電話で問診をするなど悪質なイタズラ電話が発生しています。

保健センターや保健所が直接電話で問診することはありません。即答せずに一度電話を切り、市に連絡してください。



メタボに着目した健康診査
心筋梗塞や脳卒中の予防のため、メタボリックシンドローム(※)に着目した健康診査(健診)を行っています。保険者(保険証の発行者)が実施するもので、市が行う健診の対象者は、国民健康保険証か後期高齢者医療保険証を持つ人と、生活保護の人です。また、年齢などにより「特定健診」「長寿健診」「一般健診」に分類しています。

社会保険加入者などの健診は、加入している保険者から案内があります。
※食べ過ぎや運動不足などで腹回りに脂肪がたまり、高血糖や脂質異常など、動脈硬化を起こす危険性がいくつも重なっている状態
☎ 指宿保健センター
☎ 2111 283
☎ 市民福祉課健康福祉係
☎ 1113 (直通)
☎ 市民福祉課健康福祉係
☎ 3111 124

7月から来年1月まで、地区ごとに健(検)診月を指定して「健康診査」「肝炎ウイルス検診」「乳がん検診」「大腸がん検診」を実施します。対象者へは、実施月ごとに市政事務嘱託員などを通じて受診券や受診票を配布します。受診券などが届かなかったり、不明な点があるときは問い合わせてください。

各種健(検)診が始まります

早期発見・早期治療で健康維持

▶健康診査(特定・長寿・一般)

健診名	特定健診	長寿健診	一般健診
対象者	受診日に国民健康保険に加入している40～74歳の人	受診時点で75歳以上の人 65～74歳で後期高齢者医療保険証を交付されている人	平成29年3月31日時点で40歳以上で、生活保護を受けている人
主な検査項目	服薬歴や喫煙習慣、自覚症状や他覚症状の有無などの問診 身長、体重、腹囲、血圧、肝機能、血中脂質、血糖、尿、貧血、心電図などの検査 ※腎機能の検査として尿蛋白、血清クレアチニン、血清尿酸、eGFR(推算糸球体濾過量)の検査も行っています。この検査はCKD(慢性腎臓病)の早期発見につながります。		
自己負担額	1,300円 ※次に該当する人は、自己負担額が免除になります。 ・平成29年3月31日時点で65歳以上の人 ・市民税非課税世帯の人 ・生活保護を受けている人		
実施医療機関	受診券に記載の市内指定医療機関		
健幸ポイント	30ポイント(受診すると、自動的にマイレージ制度へ応募となります。)		

▶肝炎ウイルス検診

対象者	・平成29年3月31日時点で40歳の人 ・平成14～27年度中に、B型・C型の両方の検査を受けていない41歳以上の人 ※国民健康保険・後期高齢者医療保険の加入者、生活保護を受けている人については、健康診査の受診券に記載してあります。 ※社会保険や共済などの加入者、その家族のうち、平成29年3月31日時点で40歳以上の5歳刻み(40、45、50…)の人については、10～12月に受診票を発送します。
自己負担額	1,000円 ※次に該当する人は、自己負担額が免除になります。 ・平成29年3月31日時点で70歳以上の人 ・平成29年3月31日時点で40、45、50、55、60、65歳の人 ・後期高齢者医療保険証の交付を受けている人 ・市民税非課税世帯の人 ・生活保護を受けている人
実施医療機関	受診券・受診票に記載の市内指定医療機関
健幸ポイント	30ポイント(受診すると、自動的にマイレージ制度へ応募となります。)

住民税の納付が始まります

住民税（市・県民税）は、毎年1月1日現在に居住している市や県に納める税金で、市が徴収します。

給料などから差し引かれる人を除き、6月10日^⑤に納付書を送ります。各期の納期限までに納めてください。 ※給料などから差し引かれる人も、6月から平成28年度分の差し引きが始まります。

▼住民税がかかる人
その年の1月1日現在、指宿市に住所のある人で、前年に一定額以上の所得がある人。

▼住民税がかからない人
生活保護を受けている人。前年の合計所得金額が28万円以下の人。障害者、未成年者、寡婦（夫）の場合は、合計所得金額が125万円以下の人。

▼住民税の内訳
課税される人に一律にかかる「均等割」額と所得に応じて課税される「所得割」額の合計額です。

均等割 一律5500円
（市民税3500円、県民税2000円）

所得割 所得から扶養控除など各種控除を差し引いた残りの額の10%の額が課税されます（市民税6%、県民税4%）。

▼納付の方法
納める人によって次のいずれかの方法になります。

普通徴収 納付書や口座振替で4期に分けて直接納付します（一括納付も可）。特別徴収 勤務先の事業所などが、毎月の給料から差し引いて納めます。65歳以上で公的年金に住民税がかかる人は、年金から差し引いて納めます。

年金の特別徴収が変わります

10月から、公的年金から差し引かれる特別徴収税額の算定方法が変わり、各月でばらつきがあった徴収税額が平均化されます。また、転出・税

額変更があった場合、普通徴収に変更となりましたが、一定の条件の下では特別徴収が継続されるようになります。

▼住民税について
税務課市民税係
☎21111 ④222

納付は便利で安心な口座振替で

口座振替は、市内各金融機関で申し込みできます。「金融機関が遠い」「納めに行く時間がない」「うっかり納め忘れていた」など納税の不便さが解消されます。手続きには、納税通知書・通帳・届出印が必要です。

取り扱い金融機関

いぶすき農業協同組合、鹿児島銀行、南日本銀行、鹿児島相互信用金庫、鹿児島信用金庫、九州労働金庫、鹿児島県信用漁業協同組合連合会、ゆうちょ銀行（郵便局）

▼口座振替について
税務課収納対策室
☎21111 ④232

6月1日～7日は水道週間

水道週間に水の大切さを感じて、使い方を考えてみませんか。

水漏れに注意

水漏れは、大切な水が無駄にするだけでなく、水道料金が増える場合があります。量水器から宅外側の漏水は料金に反映されず見過ごしがちですが、水の出が悪くなったり、陥没などの二次災害の原因になります。

簡単な水漏れチェック

全ての蛇口を閉めて、量水器の中のパイロットを見てみましょう。水漏れがあると、ゆっくり回ります。すぐに指定給水装置工事業者に修理を依頼しましょう。



パイロット

水漏れの減免申請

水漏れの場合、料金の減免申請ができます。次のような場合は対象外です。

- ・水洗トイレの故障で水が流れていた場合
- ・太陽熱ヒーターや電気温水器などの給湯施設や、露出配管での水漏れの場合

納入は納期限内に

水道事業の経費は、水道料金で賄っています。督促状を発送した翌日から、督促手数料100円が加算されますので、納期内の納入をお願いします。

便利な口座振替

口座振替をお勧めしています。振替日は請求月の25日で、再振替は翌月の15日です。手続きは金融機関窓口でできます。納入通知書を持参してください。

▼水道課業務係 ☎21111 ④383 工務係 ☎386 水道課山川駐在 ☎11116 水道課開閉駐在 ☎111141

土砂災害に備えましょう

梅雨の季節がやってきます。大雨は、一瞬にして人の命を奪う土砂災害をもたらします。普段から風水害に備えましょう。

普段の心がけ

- ・雨どいの清掃や側溝の泥上げをする。
- ・屋根や外壁の補修をする。
- ・防災マップで、家族全員で安全な避難経路と避難場所の確認をする。
- ・3日分程度の持出品をリュックに詰めておく。
- ・※食料、飲料水、下着、タオル、現金、携帯ラジオ、懐中電灯、薬 など

大雨や台風が近づいてきたら

- ・外出は控える。
- ・台風の進路、大雨に関する情報など、気象情報に注意する。
- ・市からの情報に注意する。
- ・避難準備 情報避難の準備を開始
- ・避難勧告 避難場所へ避難を開始
- ・避難指示 直ちに避難を開始



※明るい時間帯に避難しましょう。 ※高齢者や子どもがいる家庭は、できるだけ早めに避難しましょう。

自主防災の活動

- 日頃の活動
 - ・地域の弱点を知り、避難の防災マップを作る。
 - ・避難の支援が必要な人を把握する。
 - ・避難訓練や防災研修をする。
- 災害発生時
 - ・気象情報や市の情報を把握する。
 - ・要支援者などの避難誘導を早めに行う。
 - ・避難所の運営管理を行う。

災害はいつ起こるか分かりません。災害が発生しても落ち着いて行動ができるように、一人ひとりが日頃から備えておくことが大切です。地域住民が互いに協力し、助け合うことも重要です。自主防災組織に積極的に参加、協力しましょう。 ④危険管理課安全安心対策係 ☎21111 ④151

6月は環境月間

環境保全に対する国民の意識・関心を高めるため、6月は環境月間に定められています。

I BUSUKI 環境展2016を開催

指宿の環境を知り、環境保全を考えてもらうため開催します。
▼期間／6月1日^④～30日^④
▼場所／指宿庁舎ロビー
▼展示内容／ごみ分別方法、マイエングザ、ウミガメについてなど

ライトダウンキャンペーン

6月21日から7月7日まで「CO2削減／ライトダウンキャンペーン」を実施します。不要な明かりは消しましょう。
6月21日と7月7日はそれぞれ「夏至ライトダウン」、「七夕ライトダウン」として、20時～22時までの2時間、ライトアップ設備や各家庭の不要な照明の消灯を呼びかけます。この機会に、部屋の明かりを消して、家庭で地球温暖化を話し合ってみませんか。



第二次指宿市環境基本計画を策定

第二次環境基本計画は、豊かな自然環境や生活環境などを守り、将来の世代に良好な環境を引き継ぐため、住民アンケートなどを参考に策定したものです。

平成28年度から平成37年度までの10年間の計画期間です。市の望ましい環境像を「みんなで作る、人々と、環境」にやさしいまち いぶすき」とし、新たな市民ニーズや地域の課題などを踏まえて整理しました。循環型、自然共生、低炭素といった持続可能な社会を目指して、安全・安心な地域づくりに取り組んでいます。計画は、市ホームページに掲載しています。

④環境政策課環境政策係 ☎21111 ④241



紫陽花や きのふの誠 けふの嘘
正岡子規

梅雨の季節の暮らしをほんのりと楽しませて、時には人の心の移ろいも映し出すようなアジサイです。この時期、薄紅に青や紫と目にしみる路傍のアジサイは遠目にも映えています。太陽に輝くアジサイも目を引きませんが、やっぱりに雨にぬれた花が一番のようです。

その名前は、集まるという意味の「アツ」と藍色の「アイ」から生まれたともいわれますが、白楽天の詩にある花から、「紫陽花」と書くようになったようです。

数日前は薄い緑色、昨日は白っぽかったのに今朝見ると淡いブルーにピンク、そして紫と、まさしく「七変化」。このように、花の色が変わっていくところから、「移り気」「ほらふき」「変節」「冷淡」といった花言葉が付けられています。少々暗いイメージですが、一方で「辛抱強い愛情」といった、ポジティブな花言葉もあります。

先日、広報いぶすき(平成

市職員を募集します

指宿の未来を描き、熱い情熱を持ちながらまちづくりに挑戦する職員を募集します。

第1次試験

- ▶ 期日 / 7月24日⑩
- ▶ 場所 / 市役所指宿庁舎
- ▶ 受付期間 / 6月1日⑩～15日⑩(土・日を除く)
- ▶ 申込方法 / 郵送か持参
- ▶ 申込書の請求方法 / 直接取りに来るか市ホームページから入手、郵便請求(封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、120円切手を貼った宛名明記の返信用封筒(角形2号)を同封してください)

第2次試験

- ▶ 期日 / 8月21日⑩(予定)

※新規高校卒業者や一般事務職の採用試験は9月に実施する予定です。



申問総務課人事係 ☎22111 ☎115

職種(事業内容)	採用人員	試験学歴区分	受験資格
一般行政職(保健師事務)	若干名	大学卒業	昭和62年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人で、保健師の資格取得者または平成29年3月までに取得見込みの人
		短大卒業	昭和62年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた人で、保健師の資格取得者または平成29年3月までに取得見込みの人
一般行政職(土木技術事務)	若干名	大学卒業	昭和56年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人で、土木技術の専門課程を修了した人または平成29年3月までに履修見込みの人
		短大卒業	昭和56年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人で、土木技術の専門課程を修了した人または平成29年3月までに履修見込みの人
		高校卒業	昭和56年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人で、土木技術の専門課程を修了した人
一般行政職(農業技術事務)	若干名	大学卒業	昭和56年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人で、農業技術の専門課程を修了した人または平成29年3月までに履修見込みの人
		短大卒業	昭和56年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人で、農業技術の専門課程を修了した人または平成29年3月までに履修見込みの人
		高校卒業	昭和56年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人で、農業技術の専門課程を修了した人
一般行政職(建築技術事務)	若干名	社会人経験	昭和46年4月2日以降に生まれた人で、1級または2級建築士の資格を有し、官公庁または民間企業(公的団体含む)における建築に関する職務経験(アルバイト、パートタイムを除く)が平成28年5月末現在で通算して10年以上ある人
一般行政職(保育士事務)	若干名	大学卒業	昭和62年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人で、保育士の資格取得者または平成29年3月までに取得見込みの人
		短大卒業	昭和62年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人で、保育士の資格取得者または平成29年3月までに取得見込みの人
		高校卒業	昭和62年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた人で、保育士の資格取得者または平成29年3月までに取得見込みの人

※受験申し込みは、1職種に限り、受験申込提出後の職種変更は認めません。
 ※最終学歴(卒業見込みを含む)以外での受験はできません(例：大卒者や大学在学中の人は、短大卒区および高卒区分での受験は不可)。
 ※詳しくは、受験案内を確認してください。

3年7月特別号)を頂きまして。指宿の未来を描くためには、過去に学び行政の継続性とまちづくりの方向性を大切にしてほしいとの思いから、貴重な広報誌をくださったものと思います。

「やすらぎ発見!古代ローマ」漂う花と緑と砂むしの里」平成3年に策定した指宿市総合振興計画のキャッチフレーズです。25年前、指宿市の将来像を定めまちづくりの目標としていますが、その戦略プロジェクトの中に、現在取り組もうとしている事業がたくさん見られます。「指宿港海岸整備」「文化・スポーツ施設の整備」「池田湖環境整備」「新田開発」「中心商店街ショッピングセンター(シビックセンター構想)」「生産性の高い優良農地の保全」「砂むし・温泉健康センター」等々です。

サッカー競技場を整備することで、介護の必要な方々が車いすで散歩し、寝転んで芝生の匂いを感じながら空を見上げる場として、子どもたち



指宿市長 豊留 悦男

が思いっきり走り回る場としてなど、さまざまな活用ができます。

市民に親しまれ活用する施設として整備をするものので、決して「リーグ」などプロ選手のためだけの施設ではありません。もちろんプロのキャンパスや試合を誘致することで、子どもたちに大きな夢や感動を与えることもできます。教育・観光・医療・福祉と多様な事業のできる多機能な場ともなります。

アジサイは小さい花が寄り添って、一つの美を作り上げています。このことから、相手を思い寄り添う気持ちを連想させ、「仲良し」「平和」「団結」という花言葉もあります。

「紫陽花や はなだに かはる きのふ けふ(子規)

CITY TOPICS



LED投光器を寄贈
 (株)常盤建設(尾辻義治社長)が4月15日、LED投光器を市に2台、指宿警察署に1台寄贈しました。尾辻社長は「充電式で持ち運びに便利。音もせず長時間使えるので、夜間の災害時に役立ててほしい」と話しました。



近畿指宿会が開催
 近畿指宿会(上野至大会長)の第41回総会が4月24日大阪府で行われ、約170人の会員が集いました。本市からも豊留市長と松下議長らが出席。懇親会では、指宿の特産品が当たる抽選会などで盛り上がりました。



副市長に佐藤 寛氏が再任
 市議会の同意を得て、4月28日に就任しました。

主な経歴
 ・熊本大学工学部卒
 ・通商産業省福岡通商産業局入局
 ・九州通商産業局地域経済課
 ・九州経済産業局エネルギー環境広報室長
 ・九州経済産業局環境対策課長
 ・指宿市副市長(平成26年度～27年度)

特産品 シリーズ vol.28



親心から生まれた カツオのおだし

山川新栄町に事務所を構える(株)オリッジは、乳幼児でも安心して食べられる「イブシギンのしぜんだし」を製造・販売している。化学調味料や食品添加物などを一切使用しておらず、山川産のかつお節と北海道産の昆布のみを原料とした「和風だし」だ。

特徴のある社名は「独自の(オリジナル)な商品で、お客様に安心な食品を提供する架け橋(ブリッジ)になりたい。共に働く仲間との絆を大切にしたい」との思いから名付けたと語るのは、代表取締役の

商品開発のきっかけは、娘が生まれ4カ月が経ち、そろそろ離乳食を始めようとした時期のこと。妻からの「子どもには安全・安心で、手作りの料理を食べさせたい。近くのお店を回っても化学調味料や食品添加物を使用していないだしが見つからない」とのつぶやきから。以前は、外食関連事業者の課題の解決を支援するコンサルティング業を営んでいた地島さん。実家がかつお節の製造業であったこともあり、かつお節を使った商

品開発で起業することを決意。主な原料のかつお節の製造には、地島さん自身も加わり、品質管理を徹底している。だしの開発では、妻が料理で使いやすいようにと研究を重ね、微粉末にする加工方法にたどり着いた。

開発から4年、地道に営業を行ってきたがいもあり、取引先は少しずつ広がり始めている。営業先の担当者が、試供品を自宅に持ち帰って子どもに試したところ、みそ汁をよく食べるようになったことがきっかけで、取引につながったこともあり「と、こやかに話す地島さん。今年4月には工場を新設し、量産体制を整えつつある。愛情がたっぷり注がれた逸品は、我が子のみならず周りも幸せにする架け橋となっていく。



Ⓜ 商工水産課特産品振興係
☎ 2111 内 314

煙草神社と指宿葉

市内の神社や地区の公民館などで、「煙草神社」などと書かれた碑を見かけることがあります。これらは、煙草の豊作祈願と感謝の儀式を執り行う場として祭られたものです。煙草神社は全国にあります。指宿には少なくとも12カ所と、多く見られるのが特徴です。これは、江戸時代以来、特産品として在来種の煙草「指宿葉」が栽培されていたことに由来すると考えられます。

江戸時代の観光ガイドブック『三國名勝図会』や、明治14年出版の煙草耕作技術書『薩隅煙草録』によれば、指宿葉は、夜中吸っても舌が痛まず、火付きが良く、ぬれた手でキセルに詰めても吸えるのが売りとされておられ、特に漁師が買い求めたといわれています。明治元年には潟口に刻み煙草の大製造工場が造られ、明治初期には、現在の指宿市内で泉内の煙草の過半数が生産されていました。大正4年から昭和20年にかけては、「指宿葉」が皇室の御用達として納められていたことから、その品質の良さがうかがえます。皇室用の煙には、しめ縄を巡らせ旗を立てて、心魂を傾注して耕作していたといわれています。

また、丈六地区の国道沿いには、侍従が皇室御用達の「指宿葉」を視察に来た際の記念碑が残されています。『薩隅煙草録』には、「慶長の初年(1597年)に指宿の里に植えた煙草が日本の煙草栽培の始まりといわれるが、これは、島津氏が盛んに外国と貿易を行っていたことを考えると、信じるに足る話だ」と記されており、これによれば、指宿は煙草発祥の地ということにもなるのです。

「指宿葉」の生産は、戦後に欧米種の試作が始まったことと嗜好の変化から、昭和48年に終了しました。現在では、山川・開聞地域で欧米種の栽培が行われています。

※1 加原奈穂子2014「たばこ神社の民俗誌(1)」
『たばこ史研究』No.128より



指宿煙草出荷の様子(昭和30年代)



久保公民館の煙草神社

PICK UP NEWS

第6代 いぶすき菜の花レディを募集します

指宿の魅力を全国各地でPRする「いぶすき菜の花レディ」を募集します。自薦・他薦は問いません。活動期間は約1年間です。



- ▶ 申込資格 / 市内か近郊に居住の、18歳以上の健康で明るく、在任中積極的に活動できる女性 (高校生不可)
 - ▶ 申込方法 / 郵送かFAX (申込書に、最近撮影した全身と上半身のサービス版写真を各1枚添付)
 - ▶ 申込書 / 観光課、開聞地域振興課、市観光協会、指宿駅構内と砂むし会館砂染内の観光案内所
 - ▶ 選考 / 7月24日(予定)に、私服での選考会を行います。
 - ▶ 賞金 / 入選者10万円、紹介者1万円
- ※選考会参加者には、支度金1万円を進呈します。
- ▶ 申込締切日 / 7月12日(日)
- Ⓜ ☎ 891-0405 指宿市湊二丁目5-33
指宿市観光協会 ☎ 3252 F 3884

「九州を元気に!熊本地震復興応援商品券付き宿泊プラン」で被災地と指宿を応援!

熊本地震の影響で、本市でも宿泊のキャンセルが相次ぎ、4月28日現在で約3万5千人です。このまま長引くと、市の経済に大きな影響を及ぼす恐れがあります。

そこで、市内の宿泊施設で「熊本地震復興応援商品券付き宿泊プラン」を販売します。宿泊額に応じて、市内で使える共通商品券がもらえます。また、宿泊額や商品券利用額の一部が義援金として寄付されます。

- ▶ 販売期間 / 6月1日(日)～8月31日(日)
- ▶ 商品券使用期限 / 9月11日(日)

市外にお住まいの友人・知人にぜひご紹介ください。市民の方も利用できますので、この機会に市内に宿泊してみませんか。詳しくは、市観光ホームページ「いぶすき観光ネット」か各宿泊施設のホームページをご覧ください。

商品券配布額 ※上限2,000円	
1泊1部屋当たりの宿泊額の合計	商品券額
10,000円以上	2,000円(500円×4枚)
7,500円以上10,000円未満	1,500円(500円×3枚)
5,000円以上 7,500円未満	1,000円(500円×2枚)
2,500円以上 5,000円未満	500円(500円×1枚)

例えば...
一人当たり、1泊2食付8,000円で2名1室利用の場合
1泊1部屋合計16,000円→商品券2,000円
商品券でランチや土産をお得に楽しめます。

Ⓜ 宿泊プランについて
観光課観光企画係 ☎ 2111 内 328
商品券について
指宿商工会議所 ☎ 2473 菜の花商工会 ☎ 1141



脳のリトレーニング
 楽習教室
 脳の老化を防ぐ「読み書き」や「計算」「こころばん体操」を行います。
 ※高齢者元気度アップ・ポイント対象事業です。

▼期間／7月～12月
 ▼時間／10時～(1時間程度)
 ▼場所／丹波校区公民館(毎週) 川尻ふれあい交流館(毎週)

▼対象／65歳以上
 ▼教材費／毎月1100円
 ▼募集定員／各16人(経験者を除く)
 ▼申込方法／電話
 ▼申込締切日／6月15日

募集
 脳のリトレーニング
 楽習教室
 健康

より楽しく・より暮らしやすく
知っつく!!
 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

「わたしのまち富士山・郷土富士山作品展」
 作品募集
 薩摩富士「開聞岳」の作品を募集します。えぞ富士「羊蹄山」を望む北海道喜茂別町の町制100周年を記念して開催される作品展です。

▼期間／6月22日～7月22日
 ▼申込方法／喜茂別町へ直接
 ▼申込資格
 絵画展 小学3年～6年生、四つ切りの画用紙に横書き

いぶすき学校応援団
 ボランティア募集
 学校と地域をつなぐ公民館主事などと共に活動する、学校ボランティアを募集します。

▼活動／校門でのあいさつや声掛け、花壇の除草、遊具の補修、琴の弾き方やお茶の立て方指導 など
 ▼申込方法／最寄りの校区公民館に直接
 ▼問合せ先
 社会教育課社会教育係(時遊館COCOはしむれ内)
 ☎5100

申園 指宿市地域包括支援センター
 252

書道展 小学3年～6年生、書道用半紙に縦書き
絵手紙展 年齢不問、52円
 切手で送付可能なもの※いずれも未発表作品で、応募は1人1点まで。作品は返却されません。

▼出品料／無料
 ▼申込方法／電話か直接
 ▼申込締切日／7月5日
 ▼申込場所
 指宿市地域包括支援センター
 北海道虻田郡喜茂別町字伏見264番地の4 喜茂別町教育委員会学校教育係
 ☎0136-3312203
 ☎5100

親子で給食調理体験
 保護者と児童が対象の調理体験と試食を行います。

▼日時／7月21日(8時30分～14時)
 ▼場所／指宿・山川学校給食センター
 ▼対象／小学4年生以上の児童と保護者(2人1組)
 ▼定員／指宿20組、山川10組
 ▼内容
 ・メニューは、カレー(麦ご飯)、サラダ、デザート
 ・納品される食材の確認から、調理後の片付けまでを行います。衛生管理された中で、給食調理の器具を使って調理します。

かいもん夏祭り
 出演者・スタッフ募集
 ▼開催日／8月11日
 ▼出演者募集
 夏祭りで歌やダンスなどを披露する出演者を募集します。
 ▼募集組数／5組(1組8分以内)
 ▼申込方法／電話か直接
 ▼申込締切日／7月10日
 ▼スタッフ募集
 個人、団体を問いません。
 ▼内容／会場設営・撤去、花火片付け
 ▼申込方法／電話か直接
 ▼申込締切日／7月31日
 ▼お問い合わせ先
 指宿市地域包括支援センター
 事務局(かいもん山麓ふれあい公園内)
 ☎5566

親子で給食調理体験
 保護者と児童が対象の調理体験と試食を行います。

▼日時／7月21日(8時30分～14時)
 ▼場所／指宿・山川学校給食センター
 ▼対象／小学4年生以上の児童と保護者(2人1組)
 ▼定員／指宿20組、山川10組
 ▼内容
 ・メニューは、カレー(麦ご飯)、サラダ、デザート
 ・納品される食材の確認から、調理後の片付けまでを行います。衛生管理された中で、給食調理の器具を使って調理します。

砂むし会館「砂楽」～初夏のさわやかサービス期間～
砂むし入浴割引券(6月分)
 有効期間 平成28年6月1日(水)～30日(木)
 ・大人、小人とも1人490円で入浴可
 ・タオル代(120円)別料金 ・本券で5人まで利用可
 ・他の割引料金との併用不可 ・割引券は原本に限る
 ※朝夕や土・日は混雑が予想されます。余裕を持ってお越しください。
 指宿市地域包括支援センター ☎3900

砂むし会館「砂楽」～初夏のさわやかサービス期間～
砂むし入浴割引券(7月分)
 有効期間 平成28年7月1日(金)～31日(日)
 ・大人、小人とも1人490円で入浴可
 ・タオル代(120円)別料金 ・本券で5人まで利用可
 ・他の割引料金との併用不可 ・割引券は原本に限る
 ※朝夕や土・日は混雑が予想されます。余裕を持ってお越しください。
 指宿市地域包括支援センター ☎3900
 7月5日(臨時休館日) および16日(土)～18日(日)は除く。

砂むし会館「砂楽」～初夏のさわやかサービス期間～
砂むし入浴割引券(6月分)
 有効期間 平成28年6月1日(水)～30日(木)
 ・大人、小人とも1人490円で入浴可
 ・タオル代(120円)別料金 ・本券で5人まで利用可
 ・他の割引料金との併用不可 ・割引券は原本に限る
 ※朝夕や土・日は混雑が予想されます。余裕を持ってお越しください。
 指宿市地域包括支援センター ☎3900

砂むし会館「砂楽」～初夏のさわやかサービス期間～
砂むし入浴割引券(7月分)
 有効期間 平成28年7月1日(金)～31日(日)
 ・大人、小人とも1人490円で入浴可
 ・タオル代(120円)別料金 ・本券で5人まで利用可
 ・他の割引料金との併用不可 ・割引券は原本に限る
 ※朝夕や土・日は混雑が予想されます。余裕を持ってお越しください。
 指宿市地域包括支援センター ☎3900
 7月5日(臨時休館日) および16日(土)～18日(日)は除く。

本のひろば

今月のおすすめ

PICK UP

一般図書(山川図書館)
 うちの子は育てにくい子
 アマミ モヨリ(文・絵) KADOKAWA

一般図書(指宿図書館)
 禅に学ぶくらしの整え方
 吉村 昇洋(著) オレンジページ

児童図書(山川図書館)
 いつでもインコ
 斉藤 洋(作) 武田 美穂(絵) 理論社

児童図書(指宿図書館)
 人類は宇宙の果てを見られるか?
 サイモン・ロジャース(著) 主婦と生活社

PICK UP

一般図書(山川図書館)
 うちの子は育てにくい子
 アマミ モヨリ(文・絵) KADOKAWA

一般図書(指宿図書館)
 禅に学ぶくらしの整え方
 吉村 昇洋(著) オレンジページ

児童図書(山川図書館)
 いつでもインコ
 斉藤 洋(作) 武田 美穂(絵) 理論社

児童図書(指宿図書館)
 人類は宇宙の果てを見られるか?
 サイモン・ロジャース(著) 主婦と生活社

指宿図書館 ☎2827
 山川図書館 ☎3300
 ホームページ http://www.minc.ne.jp/ibusukilib/



PICK UP
いつでもインコ
 「内容」毎週日曜日の朝、ぼくの家には遠いベネズエラから不思議な動物たちがやってくる。はたらきものナマケモノ、寝てばかりいるアリクイ、そして今度はスペイン語を話すカラフルな鳥までやってきて…。

PICK UP
禅に学ぶくらしの整え方
 「内容」禅の僧侶でもある著者が「ものごたごたを片付けよう」と語り、禅の考え方を暮らしの中に取り入れていく方法が、いろんな角度から示されています。

6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		

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出来ます。

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)	10:30～11:15 演じ手：つちはしこども学園の先生方
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)	10:30～11:15 演じ手：おひさまおはなし会の皆さん
24日	よるのおはなし会(指宿図書館)	19:30～20:00 演じ手：花いちもんめの皆さん
25日	ボランティアおはなし会(山川図書館)	14:00～14:30 演じ手：山川「おはなしぶんこの会」の皆さん
26日	第1回図書館講座(指宿図書館)	13:30～15:00

献本 次の方から献本がありました
 いわた よしひろ かわづま しょうく
 若田 芳晴さん、薬籠 昭作さん

《図書館からのお知らせ》

第1回図書館講座

▼日時／6月26日(土)13時30分～15時(受付13時)
 ▼場所／指宿図書館2階
 ▼多目的集会室
 ▼演題／地球に遊んでもらいましよう
 ▼内容／南極の自然や、南極観測隊の生活、研究内容などを、動画や写真をしながらクイズ形式で紹介。指宿からも見える三島村の自然の面白さや、地球を相手に遊ぶ楽しさ、発見する面白さを伝えます。

▼講師／大岩根 尚氏(三島村役場定住促進課 地球科学研究専門職員)
 ▼対象／小学4年生以上
 ▼定員／30人
 ▼参加費／無料
 ▼申込方法／窓口か電話



社会福祉協議会の職員採用試験

▼募集人数／若干名
 ▼申込資格
 次の全てに該当する人
 ・昭和51年4月2日以降に生まれた人
 ・高校卒業以上かこれに相当する学力を有する人
 ・福祉に関心があり、社会福祉主事か精神保健福祉士、または社会福祉士の資格を持つ人が取得意欲のある人
 ▼勤務内容
 相談・援助業務、地域福祉活動の調査・研究・事業企画、ボランティア活動振興、一般事務 など
 ▼選考／作文、適正検査
 ▼試験期日
 第1次試験 7月3日①
 第2次試験 第1次試験終了後に通知
 ▼申込方法／郵送か持参
 ▼申込書／市社会福祉協議会本所・各支所
 ▼申込期間／6月1日①～28日①必着
 申問 〒891-0402 指宿市十町2424 指宿市社会福祉協議会（指宿老人福祉センター内） ☎25543

市の臨時職員募集

事務に従事する臨時職員を随時募集しています。登録制で、各部署の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こと
 ・市税などの滞納がないこと
 ・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
 ▼申込方法／履歴書を持参（顔写真添付）
 申問 総務課人事係 ☎115

お知らせ

議会の傍聴にお越しください
 6月2日①開会の平成28年第2回定例会の予定は次のとおりです。
 指宿庁舎ロビー、山川庁舎旧公金取扱所、開聞庁舎多目的フロアで、議会を同時中継しています。
 ※日程を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。
 申問 市議会事務局 ☎512

県行政書士会の無料相談会

身近な相談ごとなど誰でも気軽に相談できます。
 ▼期日／6月16日①、7月21日①
 ▼時間／13時～16時
 ▼場所／中央公民館
 ※緑色の「のぼり旗」が目印です。
 ▼相談内容／相続・贈与・遺産相続協議書、車事故・自動車事故損害賠償請求・車庫証明・登録、離婚・慰謝料・養育費請求 など
 ※相談者の秘密は固く守られます。
 申問 県行政書士会指宿支部（担当・前原） ☎25000

教科書を展示します

教科書展示会を行います。誰でも閲覧できます。
 ▼期間／6月17日①～30日①
 ▼時間／9時～16時
 ▼場所／丹波小学校図書室
 申問 学校教育課学校教育係 ☎424

交通事故無料相談会

交通事故の損害調査や後遺障害の認定手続き、損害賠償額の試算、治療や後遺症などの不安や悩みなど、交通事故の全ての相談に応じます。
 ▼日時／6月18日①10時～15時
 ▼場所／市民会館小会議室
 申問 NPO交通事故被害者救済推進協会南薩地区（担当・有田） ☎09913451089
 ※①～⑤の9時～16時は、同じ電話番号で常設電話相談を受け付けています。

高齢者グループ活動にポイントが付きます

高齢者グループの活動にポイントが付く事業を行っています。ポイントは市内で使える地域商品券と交換できます。

子ども・若者の自立支援巡回相談会

▼日時／6月23日①13時～17時10分
 ▼場所／中央公民館
 ▼対象／不登校、ひきこもり、ニート、フリーターなどの本人と保護者
 ▼申込締切日／6月17日①
 申問 かごしま子ども・若者総合相談センター ☎099125718230

唐船峡そうめん流しお食事券1割引きで販売中

家族や親戚との食事会や贈答に利用しませんか。
 ▼A定食券 通常1万6500円が1万4850円
 ▼B定食券 通常1万3400円が1万2060円
 ※各10枚1組
 ▼販売場所／市営唐船峡そうめん流し、観光課、開聞地域振興課
 申問 市営唐船峡そうめん流し ☎22143

男女共同参画週間

6月23日①～29日①は男女共同参画週間です。誰もが個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するため、私たちのまわりの男女のパートナーシップについて考えてみませんか。
 国の男女共同参画推進本部では、今年度のキャッチフレーズを「意識をカイカク。男女でサンカク。社会をヘンカク。」として、男女共同参画社会基本法の目的や基本理念の理解促進を目指しています。
 申問 市民協働課パートナーシップ推進係 ☎211

気軽になんでも相談を地域の補導委員・青少年育成推進員

市教育委員会では、次の方々に補導委員と青少年育成推進員をお願いしています。学校や家庭の問題などに悩む児童や生徒、保護者の相談対応や、地域パトロール活動、あいさつ・声掛け運動などを行っています。青少年の気軽に相談してください。
 ※青少年育成推進員は、青少年体験活動などの指導者としても活躍しています。
 補導委員（敬称略）
 北指宿中学校区
 上高原哲哉（魚見）
 下吹越百江（魚見）
 幸野 昌廣（柳田）
 濱田 ゆかり（柳田）
 上川床義一（指宿）
 福留 純子（指宿）
 橋口 岳（北中教諭）
 淵上 一幸（北中教諭）
 南指宿中学校区
 上高原 靖（丹波）
 原田 正一（丹波）
 渡辺 沙弓（丹波）
 大山 重徳（丹波）
 川畑千恵子（柳田）
 大平 洋一（柳田）
 濱園 真也（南中教諭）

宮ヶ谷雄二（南中教諭）西指宿中学校区

新西ゆかり（今和泉）
 野元 辰美（今和泉）
 松下 友子（今和泉）
 大迫耕太郎（今和泉）
 岡崎久美子（池田）
 吉永 博隆（池田）
 日高 孝幸（西中教諭）
 新田 千夏（西中教諭）
 山川中学校区
 西 高典（山川）
 川畑 法英（山川）
 東 千勇（大成）
 桃木 安幸（大成）
 高山 茂（徳光）
 西村 圭史（徳光）
 堂込 拓麻（山川中教諭）
 立石 徹（山川中教諭）
 開聞中学校区
 御鍵 清孝（開聞）
 木村 達伊（開聞）
 下舞 等（開聞）
 川畑 和成（開聞）
 山田 博（川尻）
 濱上富士男（川尻）
 西 秀幸（開聞中教諭）
 矢野 太平（開聞中教諭）
 高等学校
 前田 一圭（指高教諭）
 鶴田 智大（指高教諭）
 益田 薫（指商教諭）
 外山 善久（指商教諭）
 古里 裕（山高教諭）
 山本 聡（山高教諭）

青少年育成推進員（敬称略）北指宿中学校区

冷水 清一（指宿）
 下吹越浩之（魚見）
 西川路利広（北中）
 南指宿中学校区
 上村 久榮（丹波）
 迫田 順一（柳田）
 上川路澄江（南中）
 西指宿中学校区
 後迫 芳周（今和泉）
 湯田 也人（池田）
 川路 洋人（西中）
 山川中学校区
 松下 勉（山川）
 上園 英彦（大成）
 山口 貴久（徳光）
 前島 伸彦（利永）
 大川 学（山川中）
 開聞中学校区
 田中 健一（開聞）
 中川 堅治（川尻）
 中野 政道（開聞中）
 申問 社会教育課社会教育係（時遊館COCOはしむれ内） ☎25100

ナンバープレートは見やすく表示

4月1日以降、車のナンバープレートをカバーで被うことや回転させて表示すること、折り返すことなどが禁止になりました。

特定計量器の定期検査

2年に1度、計量器の検査を行っています。商取引や証明上の計量に使用されている特定計量器が検査対象になります。都合のよい日時・会場で検査を受けてください。
 申問 商工水産課商工運輸係 ☎313

期日	時間	場所
6月14日①	10:30～11:30 13:00～15:00	徳光公民館 成川区民センター
15日①	10:00～12:00 13:30～15:00	大山集落センター
16日①	10:00～15:00	山川文化ホール
17日①	10:00～11:30 13:00～14:30	今和泉校区公民館 池田校区公民館
20日①	10:00～14:00	指宿校区公民館
21日①	10:00～15:00	
22日①	10:00～15:00	指宿市役所指宿庁舎
23日①	10:00～14:00	
24日①	10:30～11:30 13:00～15:00	川尻ふれあい交流館 開聞農村環境改善センター

指商中庭コンサートが開催 軽快なメロディーが響き渡る

新入生を歓迎する指宿商業高校中庭コンサートが4月15日、同校で行われました。ダンスを交えて「おどるポンポコリン」など3曲を披露。観覧した生徒や招待された今和泉小とつちはしこども学園の子どもたちも、響き渡る軽快なメロディーに合わせて手拍子を取り、会場一体となって大いに盛り上がりました。新村夢佳さん(小川西)は「楽器の練習の合間に振り付けを覚えたので大変だったけど、みんなが楽しんでくれて私もすごく楽しめました」と笑顔でした。



校舎の窓際は3階まで観覧する生徒でぎっしり。大盛り上がりでした

南薩3市消防指令センターが本格運用開始 迅速な出動指令でさらなる安心を

指宿消防署庁舎内に新設された「南薩3市消防指令センター」の運用開始式が4月11日、同庁舎で行われ豊留市長らが運用開始を祝いました。指宿市・南九州市・南さつま市の通信指令業務を一括管理。最新式の通信指令システムで119番通報者の位置情報を瞬時に特定し、通報から出動までの所要時間を短縮します。3市を代表して豊留市長は「より迅速な出動で災害時や救急救命効果の向上に貢献できる。大いに期待している」とあいさつしました。



モニターには119番通報者や全消防救急車両の位置などが表示されます

まちな話 話題

ZOOM UP IBUSUKI

オールドカーフェスタin指宿かいもんが開催 往年の名車や珍車が大集合

第18回オールドカーフェスタが4月17日、かいもん山麓ふれあい公園で開催されました。1990年以前に製造された名車や珍車など約180台が展示。家族連れなど多くの人でにぎわいました。「ケンメリ」の愛称で知られる4代目スカイラインで鹿児島市から参加した七枝勝哉さんは「38年前娘が生まれた時に購入して、大切に持っている。新緑の下での展示が、自然と調和して素晴らしい」と話しました。会場では、熊本地震の復興支援の募金活動も行われました。



鮮やかな赤色が印象的なフェラーリ。エンジンも注目を集めました

地元の小学生たちが川尻海岸で清掃活動 ウミガメが上陸しやすい砂浜に

4月16日、川尻海岸で清掃活動が行われ、地元の小学生ら約100人が参加しました。ウミガメが安心して産卵できるきれいな海岸にしようと、(株)常盤建設の呼び掛けで2年前に引き続き実施。海岸線約1kmを歩き、空き缶やプラスチックごみ、流木などを拾い集めました。前回も参加した川尻小6年の塚田右京さん(川尻中)は「川尻小でふ化させたウミガメを放流したことがある。きれいになった砂浜に、たくさんのウミガメに帰って来てほしい」と話した。



スポーツ少年団の児童も大勢参加。落ち葉や草もしっかり集めました

地下水採取の届け出

地下水は地層内にあり、地盤を支える働きをしています。このため、地下水を過剰にくみ上げると地盤沈下や湧水を引き起こす恐れがあります。地下水を採取する設備を設置する場合は、「市環境保全条例」に基づき、事前に届け出をする必要があります。
 ▼対象/揚水機の吐出口の口径が40mm以上のもの
 ※温泉法に規定する温泉は除く
 指宿市環境政策課環境政策係
 内 241

平成27年度中山間地域等直接支払制度の実施状況

中山間地域等直接支払制度は、山のすそ野にある傾斜が急な農地や、基盤整備されていない農地などでの農業生産活動の不利を補います。平成27年度は、農道の除草や水路の泥上げ、休耕地でのコスモスなどの植栽による景観形成、農業機械の共有化、鳥獣害対策などを行いました。これらの活動資金となった平成27年度の交付金の交付状況は次のとおりです。
 指宿市農政課(いぶすき農業支援センター内) 711

地区名	参加農家数	面積	交付金額	
指宿地域	新永吉地区	12人	24,608㎡	516,768円
	寺下地区	25人	50,092㎡	849,730円
山川地域	谷之口田地区	43人	50,978㎡	1,070,538円
	小俣地区	51人	67,766㎡	1,085,164円
開聞地域	川釣地区	48人	51,478㎡	411,824円
	入野・物袋地区	28人	176,658㎡	618,303円
合計	207人	421,580㎡	4,552,327円	

催し

市民体育祭
 マスゲームの講習会
 ▼日時/6月28日(土)19時30分～21時30分(受付19時)
 ▼場所/指宿総合体育館
 ▼対象/指宿地域の人の持参するもの/屋内運動靴
 ※山川・開聞地域の人は、9月に行う予定です。
 指宿市スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎270203

育メンパパのスマイルひろば

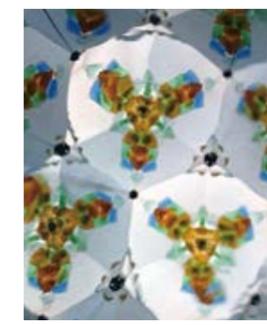
▼日時/6月19日(土)10時～11時30分
 ▼場所/時遊館COCCOはしむれ講堂
 ▼対象/未就学児を持つ父親と子ども(夫婦での参加可)
 ▼内容/親子でのレクリエーションや絵本の読み聞かせ、育児相談、しゃべり場など
 ▼参加料/無料
 指宿市社会教育課社会教育係(時遊館COCCOはしむれ) ☎235100

新西方長寿の神様庚申講を訪ねて

▼期日/6月26日(日)
 ※雨天決行
 ▼集合/9時30分までに篤姫ゆかりの地駐車場
 ▼終了時刻/12時予定
 ▼距離/約7km
 ▼参加料/会員無料、非会員300円(保険料など)
 ▼申込締切日/6月23日(土)17時まで
 ▼申込方法/電話
 指宿市観光協会内ウオーキング協会事務局(担当:廣森) ☎23252

シェルコレ2016 貝の世界

見たことのないような珍しい貝殻の標本を展示します。
 ▼期間/7月1日(金)～9月4日(日)
 ※毎週(月)毎月第4(土)(祝日の時は翌日)は休館日
 ▼時間/9時～17時(入館は16時30分まで)
 ▼場所/時遊館COCCOはしむれ
 関連イベント
 ①海の宝石「シーグラス」万華鏡作り
 ▼日時/8月7日(日)10時～11時
 ▼料金/300円
 ▼定員/20人
 ②多肉植物寄せ植え体験
 ▼日時/8月27日(土)10時～11時
 ▼料金/500円
 ▼定員/20人(初心者向け)
 ▼申込方法/電話
 指宿市時遊館COCCOはしむれ ☎235100



美しい海を次世代へ 錦江湾クリーンアップ作戦

錦江湾の美しい自然環境を守るため、海岸清掃を実施します。市民や観光客が心地よく憩える場所づくりに、あなたもボランティアとして参加を希望する人は事前に申し込んでください。
 ※7月は海岸愛護月間のため、錦江湾沿岸の市町で一斉に清掃が実施されます。
 ▼日時/7月9日(土)7時～9時(雨天中止)
 ▼場所/魚見港周辺(田良岬)
 ▼集合/7時までに指宿エコキャンプ場駐車場
 ▼その他/軍手などは持参、ごみ袋は市が準備
 ▼申込締切日/6月22日(土)
 ▼申込方法/電話
 指宿市長公室政策推進係 内 128



市内各地でゴールデンウイークの催しが開催 子どもたちがGWを満喫

市内各地でゴールデンウイークの催しが開催され、市内外の家族連れなどでにぎわいました。時遊館COCOはしむれでは「はしむれ子どもまつり」が開催。ミニ四駆レースやミニ発掘体験などが行われました。道の駅いぶすき彩花菜館では5日、白バイや消防はしご車など「働く車」が集合。お菓子まきも行われました。その他、フラワーパークかごしまでは、ステージショーで盛り上がった「スプリングフェスティバル2016」が開催、長崎鼻パーキングガーデンでは、多くの動物に触れる「ふれあい動物館」が開設されました。



1改良したミニ四駆でいざ勝負 2土の中から土器発掘 3ヘルメットかぶって消防隊員気分 4はしご車からお菓子まき 5大道芸の妙技に観客が沸く 6パーキングガーデンで10年ぶりに公開のオランウータン「うー様」も大人気

指宿商工会議所40周年記念式典が開催 企業と地域を応援して40年

指宿商工会議所創立40周年記念式典が4月21日、市内のホテルで行われ、会員や招待客など約100人が創立を祝いました。同商工会議所は、市内の商工業の振興や、社会福祉の向上を基本理念に、昭和51年に県内9番目の商工会議所として誕生。今林重夫会頭は「指宿を取り巻く経済環境は依然として厳しい。40周年を契機に活動理念や役割を再認識し、まちづくりや地方創生、農商工連携などさまざまな課題に積極的に取り組みたい」と話しました。



40年を振り返り式辞を述べる今林会頭

人権の花運動の開会式 ヒマワリ育てて人権学ぶ

「人権の花」運動の開会式が4月20日、丹波小学校で行われました。太陽に向かって伸びやかに咲くヒマワリの栽培を通じて、思いやりの心を育てるものです。加治佐敏昭校長が「いじめや人の嫌がる事をしないで、友達を大切にしましょう」とあいさつした後、人権擁護委員らが児童にヒマワリの種と看板プレートを贈呈しました。6年の岩野仁祐さん(迫北上)は、「世界中みんなの心に、思いやりいっぱいの人権の花が咲いてほしい」と話しました。



看板プレートの人権標語には3年2組の児童のものが選ばれました

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI



トライアスロン大会が開催 鉄人たちが指宿で熱き戦い

指宿スポーツフェスタ第30回指宿トライアスロン記念大会が5月15日、市民会館周辺を会場に開催されました。恵まれた天気の中、個人部門とリレー部門の2競技に県内外から男女482人が参加。体力の限界に挑戦する「鉄人」たちがスイム、バイク、ランで競い合いました。初心者からベテランまで参加するこの大会は、市内の中高生など約500人がボランティアで参加。温かい声援などで選手たちをもてなし、大会を支えました。



1一斉にスタート 2スピード感あふれるバイク 3勝敗を左右するラン 4高校生がボランティア 5スイムを見守る応援の人たち 6大きな声と笑顔で選手を誘導 7仲間とゴール

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

夏の味覚徳光スイカが出荷開始 甘みも愛情もいっぱい

徳光スイカの初出荷が5月2日、山川岡児ヶ水で行われました。糖度が高く、シャキシャキとした歯ごたえが特徴の徳光スイカ。宮田實吉さん(今村)のハウスでは、早朝からスイカを1つ1つ選別し丁寧にハサミを入れて、約300個のスイカを収穫しました。宮田さんは「1月末の大雪や4月の雨風で温度管理に苦労したが、ここ数日の好天で糖度は上がってきた。おいしいスイカが出来た」と話しました。徳光スイカの出荷は7月上旬まで続きます。



収穫されたスイカの糖度をJA職員が糖度計で確認しました

JAいぶすき・山川高校あぐりスクールが開校 体験で学ぶ食べ物大切さ

JAいぶすき・山川高校あぐりスクールの開校式が4月23日、山川高校で行われました。8回の授業の中で、地域の児童21人が同校教諭や生徒の指導を受けながら、野菜の植え付けや収穫、調理を行い、食べ物大切さを学びます。開校式後は、同校の畑でトウモロコシなど4種類の夏野菜を植え、タマネギの収穫も体験。柳田小5年の會田遥さん(南十町)は「植えるのは難しかったけど、タマネギが3つも採れて楽しかった。次も参加したい」と話しました。



トウモロコシの植え付けに挑戦する児童たち



誕生

 福園 梁真ちゃん 元気いっぱいな男の子になってね♡♡♡♡♡	 池元 怜空ちゃん 池元3兄弟☆仲良く元気に大きくなあれ♡	 清松 凧海ちゃん 一気に5人家族。笑顔の毎日にしようね。	 清松 愛海ちゃん 兄妹助け合い大きく優しく育ててね!	 有村 和佳ちゃん 無事に生まれてきてくれてありがとうございます♡
 川副 蒼真ちゃん 春の新緑のようにのびのびと元気に育ててね	 前田 唯翔ちゃん 無事に生まれてきてくれてありがとうございます♡	 福留 茉莉花ちゃん たくさん笑ってすくすく元気に育ててね♡	 畠中 琉成ちゃん お兄ちゃんと一緒に元気に大きくなってね	 内田 湊菜ちゃん これからどんどん大きくなってね!
 諏訪下 凧花ちゃん 生まれてきてくれてありがとうございます。	 中間 莉央ちゃん にこにこ笑顔の明るい女の子に育ててね♡	 堀 涼風ちゃん 生まれてきてくれてありがとうございます。	 納身 蓮之介ちゃん 運くん、生まれてきてくれてありがとうございます。	 物袋 綺乃ちゃん きーちゃん♡のびのび大きくなあれ♡

坂元	福園	木佐貫	元丸	下川	池元	永吉	清松	清松	有村	鬼丸	櫻木	指宿地域
花	梁	木佐貫	洋	北	怜	梅	風	愛	和	愛	亮	氏名
色	真	正	奈	十	空	佳	海	海	佳	唯	仁	氏名
湯	柳	弥次	北	北	五	木	玉	玉	下	大	大	地区
口	田	ケ	十	十	郎	之	利	利	吹	当	園	地区
ゆ	大	美	智	和	奈	絵	直	直	千	智	美	保護者
かり	望	由	和	昇	成	翔	孝	孝	津	宏	祐	保護者
輔	一郎	紀	美	美	穂	里	子	子	瑠	留	穂	保護者
		博	幸	悟	子	奈	太	寿	文	一	輔	保護者

前田	山口	山川地域	上谷	西	馬渡	馬渡	兒玉	岩本	若山	田畑	福留	白濱	畠中	伊豆	内田
唯翔	穂華	氏名	丈	結愛	悠仁	悠月	一華	小春	奏登	あおい	茉莉花	隆之介	琉成	本陽向	湊菜
平	下	地区	仮	石	岩	岩	丈	中	摺	摺	迫	迫	湯	湯	湯
原	原	地区	屋	嶺	本	本	六	路	ヶ	ヶ	北	北	山	山	口
加	美	保護者	真	恵	絵	絵	昌	夏	敦	泰	な	裕	美	鉄	早
奈	勇	者	里	美	秀	秀	大	子	匡	博	お	隆	祐	愛	有
子	二		恵	美	美	美	梓	次	子	子	み	美	波	士	未
	樹		篤	隆	光	光	大	次	邦	規	お	博	介	未	亮
	二		美	美	光	光	大	次	邦	規	お	博	介	未	亮

追悼

山	向	上	井	濱	指宿地域	堀	納身	市外地域	物袋	川副	開聞地域
澤	吉	敦	尻	崎	氏名	涼	蓮之介	氏名	綺乃	蒼真	氏名
文	サ	ヲ	ヲ	繁	地区	風	之介	地区	西	荒	地区
子	チ	ワ	ユ	藏	地区	中	福	地区	元	田	地区
92	83	96	100	82	地区	市	野	地区	み	美	地区
鳥	向	柳	岩	尾	地区	沙	恭	地区	夏	代	地区
山	吉	田	本	掛	地区	弥	子	地区	み	子	地区
			東	掛	地区	吉	浩	地区	ど	輔	地区

6月は食育月間です

一人ひとりが健康を意識して、生き生きと暮らすことが大切です。食育月間の重点目標の中から「バランスのよい食事」をお伝えします。

バランスのよい食事

食事を作ったり選んだりする時に、主食、主菜、副菜の組み合わせを意識すると、栄養面や見た目もバランスのよい食事になります。牛乳・乳製品や果物も毎日取りましょう。

	主食 ごはん、パン、麺などの穀類を主な材料にした料理です。炭水化物を多く含みエネルギーのもとになります。
	主菜 魚、肉、卵、大豆を主な食材にした料理です。たんぱく質や脂質を多く含みます。
	副菜 野菜、イモ、海藻などを主な材料にした料理です。いろいろなビタミン、鉄、カルシウム、食物繊維などを含みます。
	牛乳・乳製品 カルシウムを多く含みます。
	果物 ビタミンやミネラルを多く含みます。

健康づくりパネル展示と試食のお知らせ

▶期間/ 6月27日(月)~30日(木)
▶場所/ 指宿庁舎ロビー
※30日(木)12~13時には、体に優しい試食を配布します。

食のボランティアを募集

市民の健康を食事から支援する「食生活改善推進員」を募集しています。興味のある人は問い合わせください。

☎健康増進課健康指導係 (指宿保健センター内) ☎@2111 ☎282

次の方々が市社会福祉協議会に寄付していただきました。ありがとうございます。ありがとうございました。(敬称略)

篤志

- 一般寄付
 - 迫北ブランドゴルフ
 - ホールインワン寄金
 - グラウンド・ゴルフ
- 第57回山川福祉交流会

※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。(敬称略)

4月30日までの受付分

※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す。ありがとうございました。

松	市外	濱	横
田	人	上	村
ト	子	ハ	ト
シ	子	ッ	シ
83	鹿	91	96
鹿	児	鎮	川
島	島	守	尻
市	市		北

DOCTOR



健康教室

MEDICAL LECTURE
～分かりやすい医療の話～

今月のドクター

指宿市歯科医師会

馬渡 成太郎

指宿市歯科医師会事務局(いぢち歯科内)
☎245530



ピンピンコロリとお口の衰え

ピンピンコロリとお口の関係

皆さんよくご存知の「ピンピンコロリ」という言葉。そこには「いつまでも健康で長生きして、死ぬ時はあっさり」という願いが込められています。

しかし、その願いとは裏腹に、ピンピンコロリはそう簡単ではありません。現実には、ネンネンコロリ(ピンピンコロリの逆の言葉で、寝たきりのまま最後を迎えること)が多いのです。

ピンピンコロリを実現するためには、例えば、かかりつけのお医者さんを持つ、前向きに夢を持って生きる、腹八分で程よい運動をすること、いろいろな条件がありますが、その他にも、お口(歯科)に関係する大切なことがあります。

お口の衰え(オーラル・フレイル)!

それは、お口の衰え(オーラル・フレイル)を防止することです。

ではこの「オーラル・フレイル」とは、一体何なのでしょう?

聞きなれない言葉ですが、オーラルが「口」、フレイルが「虚弱、老化、衰え」という意味ですから、オーラル・フレイルとは、「高齢になり、お口の筋肉や活力が衰えた状態」という意味になります。別な言い方をすると、食べものをかむことができない状態や飲み込みが難しい状態になることです。

オーラル・フレイルが進行すると?

ではオーラル・フレイルが進んでしまうと、どうしてピンピンコロリが難しくなってしまうのでしょうか?

それは、大まかな流れとして、次のようなことになってしまいがちだからです。①むし菌や菌周

病を放置する→②歯を失う→③食べものが偏る→④食欲が低下し、かむ力や舌の動きが衰える→⑤かめない、飲み込めない→⑥要介護状態になりがち→⑦ネンネンコロリの確率が高まる、ということです。

オーラル・フレイルの早期発見と予防

では、ピンピンコロリを邪魔するこのオーラル・フレイルを予防するには、どうしたらよいのでしょうか?

それにはまず、できるだけ早くお口の働き(機能)の低下に気づくことです。例えば、①口から食べこぼす②飲み込む時にむせる③人と話をする時に発音しづらい④かめない食べものが増える、などです。

そして、これらの兆候を感じた時には、早めにかかりつけの歯科医院を受診され、できるだけよくかめる状態にし、定期検診で日頃から歯や口をチェックすることが大切です。さらに、予防のためのトレーニングとして、①少し固めの食べものをかむ②意識して人と会話したり、カラオケで歌を歌う③空咳(ゴホンという咳払い)や空嚥下(ゴクンと唾を飲み込む)、ことなどに心がけましょう。もちろん、毎食後にきちんと歯磨きをして、お口の中を清潔に保つことは、絶対に必要なことです。

最後に

「おいしく食べて、元気に生きて、元気に終わりを迎える」健康寿命を伸ばすためにも、ぜひ「健口」で、「健康」になり、「健幸」を実現しましょう。

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
6月5日⑩	【外科】指宿医療センター	☎22231
	【内科】小吉胃腸科クリニック(※)	☎242011
6月12日⑩	【外科】生駒外科医院	☎23059
	【内科】指宿さくら病院	☎23079
6月19日⑩	【外科】肥後胃腸科クリニック	☎22148
	【内科】こどもの森小児科クリニック	☎271010
6月26日⑩	【外科】指宿脳神経外科	☎21177
	【内科】指宿浩然会病院(※)	☎23295
7月3日⑩	【外科】指宿医療センター	☎22231
	【内科】外村クリニック(※)	☎243770

【外科:赤色 内科:緑色】

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

日曜・祝日薬局(開局時間9時～18時)

月日	薬局名	電話番号
6月5日⑩	指宿薬剤師会薬局	☎26343
6月12日⑩	イブスキ薬局	☎24516
	チェリー調剤薬局	☎243705
6月19日⑩	ケーアイ調剤薬局指路店	☎271152
6月26日⑩	なのはな薬局	☎21111
	わたせ薬局	☎24739
7月3日⑩	指宿薬剤師会薬局	☎26343

24時間体制で緊急時の当番医を紹介します。☎226868

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		
1日～5日	㈱丸栄設備	☎22694
6日～12日	㈱丸山水道工務店	☎23131
		(夜・休☎090-8911-3357)
13日～19日	㈱福尚	☎24529
20日～26日	㈱丸善産業	☎25200
		(夜・休☎090-8763-0866)
27日～7月3日	㈱指宿徳永組	☎24091
		(夜・休☎2190)

山川地域		
6月	㈱常盤建設	☎250872
7月	㈱藏菌組	☎22231
開間地域		
6月	㈱建龍	☎22228
7月	永吉建設㈱	☎23181

PICK UP NEWS

第83回

山川みなと祭り

港の繁栄と航海の安全を祈願して、山川みなと祭りが開催されます。前日は花火大会が行われます。

花火大会 6月4日⑩20:00～

※雨天順延

▶場所/山川漁港外港

本祭 6月5日⑩8:00～

▶場所/山川漁港水揚げ場およびその周辺

園菜の花商工会山川本所 ☎241141



第13回

いぶすきフラフェスティバル

競技会をはじめ、街角フラやフラ講師によるステージ披露が行われます。

▶期間/6月10日⑩～12日⑩

▶場所/指宿いわさきホテルJ-BOX、指宿駅前広場

▶入場料/無料(10日の競技会は、大人1,000円、中学生以下500円が必要)

園いぶすきアロハのまちづくり実行委員会
(指宿市観光協会内) ☎23252



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。



(67歳 フラガール)



重たいランドセルにお姉ちゃんも心配そうです

新 学期が始まり、ランドセルが重たそうに下校している新一年生の姿はともかわいらしく、無事に帰ることができると見守っています。孫もピカピカ一年生の仲間入り！すでにお友達との話に夢中で、帰りが大変そうです。(56歳 ちかちゃん)

お友達や兄弟姉妹と楽しそうに登下校する姿、本当にほほ笑ましいですね。今年は12の小学校に333人の新一年生が入学しました。地域の子

どもの見守り・声掛け活動は、子どもと親の安心につながります。子どもは地域の宝。これから見守り活動よろしくお願います。

愛 犬がいつの間にか、息子にリハビリ犬と呼ばれてました。私が犬のために散歩や掃除をする姿を見て、いいリハビリだと言うのです。(59歳 メルママ)

犬と一緒にウォーキングをする人も多いようです。愛犬は喜び自分も健康に。まさに一石二鳥ですね。

娘 が孫を連れて帰省しました。念願の龍宮神社へ連れて行くと、地元の私たちもびっくりするくらいきれいでした。開間岳も目の前に見え、娘たちは貝に願い事も書いて、とても満足していました。(68歳 イチゴ)

龍宮神社は豊玉姫（乙姫様）を祭った神社で、平成23年に地元の寄付で建て替えられました。縁結びの神社としても知られ、貝殻に願い事を書いて祈願することもできます。観光客に人気のパワースポットです。



龍宮伝説発祥の地の長崎鼻に建つ龍宮神社

ると、故郷を離れた人に大変喜ばれるそうです。毎年開催される大山わくわく探検ツアーは、県外からも子どもたちが参加するなど、故郷と都市部との交流も大切にされているようです。

池 田湖の周辺がとても荒れて寂しい限りです。大うなぎがいて、イッシー？も住んでいて…。ボートが湖面を走り、みやげ物店がにぎやかに並んでいた、昔の池田湖を取り戻してください。家にお客様が来た時、指宿を案内する自慢のコースでした。昔が懐かしいです。(77歳 女性)

池田湖周辺の整備のために、3月に「池田湖周辺観光施設整備事業基本計画」を作りました。サイクリング・ウォーキングロードや親水広場の整備など、県や関係機関と連携して整備実現に向けた取り組みを進めていきます。

地 震の被災状況を新聞テレビで見ると、胸がふさがれる思いです。自分のできる事をしようと、なのはな館に資材を持って行きました。今後も募金など続けていきます。(59歳 こもも)

震 災の影響で、指宿のホテルや旅館はキャンセルがものすごいですね。家族がホテルで働いているのでいつ休みになるか心配です。早く余震が収まることを祈ります。(64歳 リリー池田湖)

市内でも、温かい支援の輪が広がっています。下吹越地区では、約20人のボランティアが西原村で炊き出しを行い、豚丼などを振る舞いました。

また、市内の宿泊キャンセルは4月28日現在で約3万5千人です。被災地の復興支援と地域経済の活性化のため、宿泊費と商品券利用額の一部が義援金として被災地に寄付される、商品券付き宿泊プランを販売します。(18ページ参照) 市民の皆さんも購入することができそうです。ぜひ、ご家族やご友人を誘って、ご利用ください。



西原村で炊き出しを行う相撲甚句保存会(下吹越地区)