

いぶすき

Ibusuki

10月号
No.94
Oct. 2013

広報いぶすき 平成25年10月号 No.94

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
http://www.city.ibusuki.lg.jp
☎2111 (内線172) info@city.ibusuki.lg.jp



主な記事

特集 エンジョイThe健幸 P2~P13

- P14~P15……市税等の滞納処分
- P16~P17……水環境を守ろう
- P18~P19……指宿の彩り
- P23~P25……まちの話題
- P26~P33……情報掲示板

別紙 第8回市民体育祭プログラム

日曜・祝日当番医 (在宅時間8時~18時)

【外科:青色 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。

項目 月日	医療機関名 (診療科)	電話番号
10月6日 (日)	【外科】指宿医療センター (旧国立病院機構指宿病院) 【内科】外村クリニック (※)	☎22231 ☎243770
10月13日 (日)	【外科】今林整形外科病院 【内科】指宿さがら病院	☎22710 ☎23079
10月14日 (月)	【外科】生駒外科医院 【内科】福元医院 (※)	☎23059 ☎23053
10月20日 (日)	【外科】池田診療所 【内科】こどもの森小児科クリニック	☎262101 ☎271010
10月27日 (日)	【外科】木之下クリニック (旧木之下外科・胃腸科・肛門科クリニック) 【内科】指宿温泉病院	☎233940 ☎253653
11月3日 (日)	【外科】指宿医療センター (旧国立病院機構指宿病院) 【内科】指宿おしげ内科 (※)	☎22231 ☎230788
11月4日 (月)	【外科】指宿脳神経外科 【内科】橋口医院	☎271177 ☎250022

(※) 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 ☎226868

日曜・祝日薬局 (開局時間9時~18時)

項目 月日	薬局名	電話番号
10月6日 (日)	指宿薬剤師会薬局	☎26343
10月13日 (日)	三愛調剤薬局	☎24715
10月14日 (月)	チェリー調剤薬局 ハート薬局	☎243705 ☎232377
10月20日 (日)	ケーアイ調剤薬局	☎271152
10月27日 (日)	イブスキ薬局 ヨシ薬局	☎244516 ☎253678
11月3日 (日)	指宿薬剤師会薬局	☎26343
11月4日 (月)	なのはな薬局 しのはら薬局	☎241111 ☎252757

人のうごき

9月1日現在

総人口	43,307人	(- 61)
男	19,738人	(- 17)
女	23,569人	(- 44)
世帯数	19,252戸	(- 24)

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等は、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

9月30日~10月6日	(有)上林山組 ☎25515 (夜・休☎090-2511-4331)
10月7日~13日	(株)後迫組 ☎253111
14日~20日	(有)指宿工業所 ☎23530 (夜・休☎25182)
21日~27日	(有)丸栄設備 ☎232694
28日~11月3日	(有)丸山水道 ☎233131 (夜・休☎090-8911-3357)

山川地域

10月	(有)東水道工務店 ☎24447
11月	(株)福ヶ迫建設 ☎241822

開聞地域

10月	永吉建設(株) ☎23181
11月	(株)丸新建設 ☎22227

今月の税金は?

税の種類	期別
固定資産税・都市計画税	3期
国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	4期
口座振替日	10月25日(金)
納付書での納期限	10月31日(木)

問い合わせ先
税務課収納対策室管理係
☎22111 (内線232)

今月の表紙

品 かつお節産地入札即売会に熱気
質・味・香りともに極上

9月13日、山川水産加工業協同組合(地島幸平組合長)主催による、第68回かつお節産地入札即売会が山川海洋センターで開催されました。全国から48社の仲買人が参加し、生産13業者が丹精込めて製造した本節や竜節など約59tを出品しました。会場では威勢の良い掛け声が響きました。

携帯電話から市のホームページにアクセスできます。





健幸つて楽しい

運動を続けるためには、「楽しむ」ことが大切だ。気の合う仲間と一緒に体を動かすと楽しい。自然と続けられる。

市では4月のアロハ健幸ウオークを皮切りに「健幸のまちづくり」に対するさまざまな取り組みを実施しています。その成果として、地域の公民館や集会場では、ストレッチやヨガなどを楽しむ市民の明るく元気な声が響くようになりました。また、地域の運動場やウォーキングロードも整備され、スポーツに汗する人も増えていきます。

今月号では、いま、市や市民の皆さんが取り組んでいる健幸づくりの状況や健幸マイレージの当選者の声を紹介します。

エンジョイ The 健幸

中村義輝さんは退職を機に3年前、妻の妙子さんは今年、大山区へ転入してきました。2人とも体を動かすことが大好きな仲の良い夫婦です。そんなある日、妙子さんが一言……

「お父さん、ホッケーを止めて、最近老けたみたい……」

義輝さんはアイスホッケーの選手兼監督として、またフイギューアスケーターとして30



妻の一言で運動教室に通い始めた

仲間たちとの交流こそ活力

年以上の経験を持ち、健康には人一倍自信がありました。「妻の一言で区の健幸運動教室に通い始めました。初めてのころは肩こりで肩を回せない状態でしたが、体を動かすと体調は良くなるし、食欲も出てきました。他にヨーガも始めました。目標はこれ以上体力を落とさないこと、つまりは現状維持です」と義輝さん。農作業の合間に笑いなが

ら話してくれました。「私も肩が上がらず、五十肩かな、でもいつまでも若さは保ちたいなと思って参加しました」と妙子さん。

中村さん夫婦は、「大山区には親戚が多いから地域に溶け込みやすい。これからも、運動教室の参加者たちと、いろいろなことを話していきたい」と、健康づくりと地域交流を楽しみに生活しています。



中村義輝さん・妙子さん



福島裕子さん

最後に「教室に通い始めてから、もう3カ月がたちますが、毎月の体組成計の測定が楽しみです。だって毎回のように測定値が良くなっていくんですよ」と、うれしそうに話してくれました。

「大きく息を吸って、吐きながら……」インストラクターの元気な掛け声で、今日も健幸運動教室が始まります。

「かんたんエアロ片野田」に通う福島裕子さんは、この「かんたん」の響きに心を引かれたそうです。

「前からエアロピクスを体験してみたかったし、これからの生活でも体験できる機会は少ないだろうと、思い切っ

気軽に参加、思ったより簡単

思いきって始めてみたら楽しかった

の動機を教えてくださいました。初めは続けられるか心配もあったのですが、「みんなと一緒に運動するのであれば続けられそう」と感じているそうです。

「幅広い年齢層が取り組んでいて、お互いの体調の変化についての会話も楽しいです。運動内容もそれほど激しいものではないので、無理せず毎週参加できます」と話す福島さん。



運動は1人でやるよりも、みんなで取り組むほうがやっぱり楽しい。

大山区で始まった健幸運動教室

みんなが健康について考え始めた

「区では、これまでもウォーキングや健康体操、ゲートボール大会など、健康づくりに取り組んできました。ありがたいことに自主的に参加する人が多く、健康や運動の必要性に対する意識も高い人がほとんどです」

そう話すのは、大山区長の内藤正英さん。

今年から新たに健幸運動教室にも取り組んでいます。「市から週1回の健幸運動

教室を始めませんかとの話があり、6月から取り組みました。今、約40人の区民が参加しています」

健幸運動教室を始めてから4カ月、最初は周りに誘われて教室に参加していた人も、今では自分から進んで公民館に来る人が多くなっているそうです。

また、口コミで健幸運動教室の効果が広まり、新規に参加する人も増えているそうです。「運動することの良さをみんなが感じている証拠だ」と内藤さんは話します。

参加者の中には「若いころのように一生懸命はできないけれども、健幸運動教室は今の私にちょうどいい。運動をすると、食欲も出るし体の調子もいいです。無理をしないで長く続けたい」とか「目標は、年齢とともに増えてしまった体重を5kg減らすこと。少しずつですが体重も減ってきました。でも食事はしっかりと取るようにしています。今は、ウォーキングも行おうようにして、目標達成までマイペースで焦らず頑張ります」と話してくれる人もいます。



内藤正英さん

内藤さんは、「これから秋と、運動するには良い季節がやってきます。最近はずっとボールを使った運動も取り入れました。腰痛の人も無理なくできると好評です。ボール運動も、みんな笑いながら取り組んでいます」と話を続けます。

市が実施する健幸運動教室の運動は、誰でも簡単に、しかも手軽にできるものばかりです。幅広い年齢層が参加できるように、内容も無理をしない程度の運動を心掛けていきます。

「これからは参加者たちの会話が弾んで、楽しい時間を過ごしてもらえたらうれしいです」と内藤さんは目を輝かせていました。



田淵春夫さん

「元大工さんとか
「おかげさまで、雨が降って
も、上がったらずぐに使える
ごとなったよ」と、
満足そうに話します。
そして、運動後に
気軽に茶飲み話がで
きるようにと、広場
には木製の広い休憩
デッキも設置してお
り、その製作は集落
の80歳を超えた人た
ちが行ったそうです。

みんなで造ったという意義が大きい

ここで健幸の話をしようよ

「うちの集落の元気な年寄りは、西公園までグラウンド・ゴルフに行つとる。だけど、公民館広場で運動ができれば、そこで茶飲み話もできて一番良いやけどなあって思っていたのよ。タイミング良く市が補助事業を始めてくれて、ほんとに良かった」
そう話すのは、片野田公民館長の田淵春夫さん。
今年始まった市の健幸のまちづくりの補助事業を活用して、早速、公民館広場などの整備に取り組みました。
雨ですぐに水が溜まり、グラウンド・ゴルフにも使えない状態だった公民館広場には、水はけの良い土を入れて排水を良くし、整地をしています。
「おかげさまで、雨が降っても、上がったらずぐに使える

「いっとつすれば、わっぜえ、良かんべなるよ」と、まだ生えそわわらない広場の芝生を見ながら話すのは、宮之前公民館長の下川床正吉さん。
宮之前地区では、3年前から私有地を借りて、集落の運動広場として活用しています。
最近、広場に隣接する敷地が集落に寄付されたため、今回、市の健幸のまちづくりの補助事業を活用して、広場の拡張整備を始めました。
広さは全体で3,000㎡、整備前の約2倍にも及びます。やぶ払いや木の剪定、芝生の種まき、外灯の配線工事など、防犯組合や老人会、とにかく集落をあげてみんなで造った広場です。
「できることは、自分たちでやった。みんなで協力して造ったっていうのは、大きな意義があるっと思う」と、住民の協力に、本当にありがた



下川床正吉さん

いと感謝する下川床さん。広場が完成したら、最長50mのグラウンド・ゴルフのコースも作る計画だとか。
「少し離れた指宿小学校にグラウンド・ゴルフに行こうやって声をかけても、『とあか(遠い)』って言う人もね、この広場やれば、来てるよ」と、歩いて行ける集落内の広場だからこそ、高齢な人も集まってくるのだと話します。
近所の方は、カーン、カーンとグラウンド・ゴルフの音が響き出すと、「始まったよ。早よ行くよ」と、集まってきた、若い人も混じって、グラウンド・ゴルフや世間話を楽しんでいるそうです。
また、涼しくなったら集落をぐるっと巡る歩こう会を行う計画で、「みんなで歩こうや」と、声掛けをしようっと思

う。みんな、マイレージを貯めるのも楽しみにしてるよ」と笑顔で話します。
すでに、暗い場所には外灯を付けており、これから、ウォーキングコースの案内看板を設置して、歩数計も買いそろえる予定だそうです。
健幸運動教室については、「公民館に専門のインストラクターが来て教えるでしょ。こいが良か。楽しいと聞きつけて、今日も新しい人が来たよ。『家で、昼寝をするよっか良か』って言っている」と満足そう。そして、涼しくなれば、もつと参加者も増えると期待を込めます。
「ここに来れば楽しい」
広場に來る人や歩く人が1人でも増えて、みんなで楽しんで健康づくりができればうれしいと、熱い思いを話してくれました。



運動には環境も大切だ。
私たちの地域には、みんなが集まる場所がある。
そこは、いつも明るい笑い声がたえない。

がね、板を1枚1枚カンナ掛けて、みんなで作ってくれたのよ」と、集落のパワーに感謝している様子の田淵さん。
また、健幸ロードと名付けるウォーキングコースも3コース作って、道の悪い所には自分たちでコンクリートを運んで、左官さんと一緒に整備を行ったそうです。
「みんなが作業を一緒にやって、集落でこれを作ったっていう意義も大きいよ。本当に感謝している。業者に丸投げすれば、ここまでできないよ」と誇らしげに話します。
整備後、高齢者クラブは、健幸ロードを歩いて、公民館広場でグラウンド・ゴルフをするようになり、休憩デッキも憩いの場として自然と人が集うようになったそうです。

週に1回の健幸運動教室については、「今まで顔も知らなかった人が、ここで会って、健康の話をお互いに行っている。今までやってなかった人にも、健康づくりに前向きな気持ちが出てきている」と参加者の心境の変化にうれしそうに話します。
また、「集落での健幸運動教室は、来年の3月までって言うことやけど、その先も続けるから指導者をどうしようか、今考えてる。みんなお金を出してでも来たいっていう風になると思ってますよ」と話します。
週に1回の広場でのラジオ体操にも40〜50人が集まっており、「健幸づくりを通して集落のまとまりが強くなったと実感している」と、満足そうに話してくれました。

健幸のまちづくり

地域環境整備事業の実施団体

集落(区)	校区
宮ヶ浜	指宿
宮之前	指宿
十之石	指宿
田之畑	指宿
尾掛	魚見
温湯	柳田
小田	丹波
片野	丹波
石嶺	池田
大山	大成
岡児ヶ水	徳光
東開	開聞

1日15分でOK! 速歩きとのんびり歩きで健康に! インターバル速歩

インターバル速歩は、長野県松本市と信州大学の共同事業「熟年体育大学」で、寝たきりと生活習慣病予防のために開発されました。

速歩きとのんびり歩きを交互に繰り返すだけで、年齢とともに低下しがちな体力、特に太ももの筋力や持久力を向上させます。

インターバル速歩は、誰でも簡単にできて、しかも個人の体力に合わせて負荷がかけられる低コストの運動です。何十分も続けるのはつらいという人でも「これだけでいいの?」と思うほど簡単。

インターバル速歩に、皆さんも今日からトライしてみませんか?



実践! 緩急をつけて歩いてみよう

インターバル速歩は、普通のウォーキングに緩急をつけることで、体力アップを図ります。速歩きの合計が1週間で60分以上になることを目標にしましょう。1日15分で達成できます。

Point 1

3分ごとに速歩きとのんびり歩きを繰り返す

時計を見ながら歩くのが一般的ですが、音楽を聴きながら、1曲終わるごとに速度を切り替える人もいます。



準備体操をしましょう。

のんびり歩きは、息を整えながら次の速歩きに備えましょう。

Point 2

速歩きは全力の70%くらい
のんびり歩きは全力の50%くらいで

ハアハアと、息があがる程度の速さです。

思ったよりハードです。

Point 3

正しい姿勢で大股歩きをする
初めは3分を2分にして挑戦

速く歩こうとして、前のめりになったり、すり足で歩いたりするのは、思わぬけのもと。胸を張って正しい姿勢で歩きましょう。

◎老いの不安
◎生活習慣病
◎体力のおとろえ

◎明るく楽しい気分
◎若返り
◎筋力アップ
◎自信



運動効果を高めるための歩き方

顔

あごを軽く引き、まっすぐ前を向きます。

目

視線を10~20m先にすると、背筋がピンと伸びます。

腕

ひじを約90度に曲げて、前後に大きく振りましょう。

肩

肩の力は抜き、リラックスした状態を保ちましょう。

ひざ

しっかり伸ばし、前に蹴り出しましょう。

腰

腰を回して一直線上を歩くように意識すると、歩幅が広がります。

足

かかとから着地し、足裏全体に体重がかかるように移動しましょう。

歩幅

歩幅は大きくとりましょう。

靴選びのポイント

- ジョギングシューズやテニスシューズといったスポーツシューズが適しています。
- つま先部分に十分な余裕があり、窮屈でないものを選びましょう。
- 靴底は柔軟性のあるものを選びましょう。
- かかとは、クッション性が高いものを選んで膝などへの負担を軽減しましょう。



運動効果を高めるためにはウォーキングの姿勢、フォームが大事なポイントになります。背筋をピンと伸ばす。歩幅は大きくとる。腕を振る際はひじを軽く曲げて肩から腕を前後に大きく振るなど、ポイントはさまざまです。しかし無理に正しい姿勢をしようとして頑張り過ぎると、体が硬くなって姿勢がガチガチになってしまう恐れがあります。自分自身の体に合った歩き方を心掛けましょう。歩きながら気づいた時にも自分のフォームを見直すことも大事です。なお、何人かで一緒に歩くと、お互いの姿勢を確認し合えるというメリットがあります。



皆さんは日ごろ、どのくらい運動をしていますか。昨年度に実施した、「いぶすきまちづくりアンケート」では、およそ57%の人が日常生活の中で意識的に体を動かす運動をしていると回答しました。しかし、年間を通してほとんど運動しないと答えた人もおよそ40%を占めました。健康を維持する上で、また、メタボリックシンドロームの予防・改善にも、「運動」は大切です。

体力や運動能力は、20歳をピークに衰え始め、55～59歳では30～35歳の約半分に低下します。

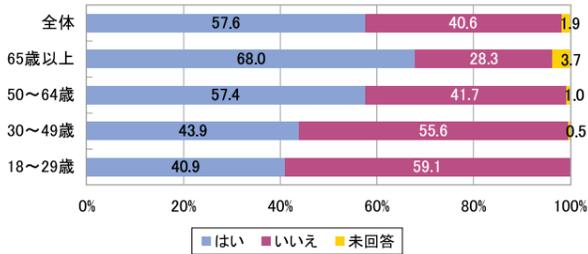
運動は、老化を防止し、肉体だけでなく精神的にもストレスの解消になり健康を維持

健幸は日々の暮らしから作られる。



することができず。健康づくりの方法として、適度な運動は非常に効果的です。

日常生活の中で意識的に体を動かす運動をしていますか



日々の歩きを意識的に増やしてみよう

国は日本人の1日あたりの歩数の目標値を定めており、平成24年度では64歳以下の成人男性で9,000歩、女性で8,500歩、65歳以上では男性5,628歩、女性4,584歩となっています。

市では1日にどれくらい歩いているかを尋ねたところ、市民全体では5,490歩となりました。内訳は64歳以下の男性6,507歩、女性5,264歩、65歳以上の男性5,933歩、女性4,497歩となっています。

自分では歩いているつもりでも、実際は意外と歩いていないものです。

健康のためには歩き貯めも効果的です。

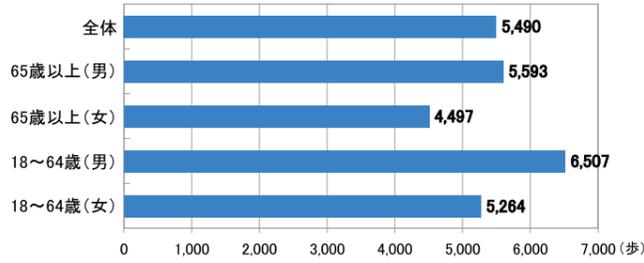
毎日1万歩が無理でも、休日にたくさん歩く。長時間歩くのが難しければ、こまめに歩くなどの工夫をしてみてください。1人がダメなら仲間を

これからもずっと健幸であるために

健康でありたいと願うのは、決して自分のためではない大切な人の顔が浮かぶのではないのでしょうか。

しわが増えてきた両親、ようやく歩くようになったわが子、最近会っていない友達、遠くで暮らしている家族…。

一日にどれくらい歩いていますか



募ってみんなで歩くのも長く続けられるコツです。

問い合わせ先

☎22111

○健幸運動教室に関すること
指宿保健センター(健康増進課地域保健係)
内線282

○健幸のまちづくりに関すること
市長公室健幸戦略係
内線123



大切な人へ思いが届くように、いつまでも健康で暮らしていきたいものです。

健康寿命を延ばし、増え続ける医療費の適正化を図ろうとして始まった「健幸のまちづくり」。

指宿には、私たちが癒やしてくれる温泉や自然環境、新鮮な食材など、健康を保つための豊富な資源がたくさんあります。そういった恵みに感謝しながら明るく元気な「健幸のまちづくり」をみんなで進めていきましょう。

ウォーキングの前後には軽い体操やストレッチを行いましょう

<p>ふくらはぎ</p> <p>かかとを地面に付けたまま伸ばします。</p>	<p>太もも表側</p> <p>壁に手をそえるなどして、つま先を後方へ持ち上げます。</p>	<p>太もも裏側</p> <p>つま先を地面から持ち上げて、太もも裏を伸ばします。</p>	<p>肩</p> <p>ひじを伸ばしている腕を軽く引きながら肩を伸ばします。</p>	<p>二の腕</p> <p>二の腕を反対の手でおさえるように伸ばします。</p>
---	---	--	---	---

私たち健幸運動インストラクターは、現在4人。交替で市内の公民館等を回り、健幸運動教室の指導を行っています。

健幸運動教室では、正しい姿勢での歩き方や柔軟運動などを教えています。

誰もが気軽に健康増進を目指せる運動の1つとしてウォーキングがあります。

自分自身の体調に合わせて目標を定め、マイペースで楽しみながら取り組むことができるのが大きな魅力です。

また、継続していくことで生活習慣病予防や肥満を防止し、さらには景色を楽しみながら歩くことで、リフレッシュ効果を促進させ、ストレス解消にもつながります。



正しい歩きを継続することで、筋肉が引き締まり体のラインがきれいになります。

正しい歩き方は、一見案外に見えます。でも実際は意外とキツイのです。そのため健幸運動教室の参加者の中には、初めのころ、顔をゆがめる人もいましたが、みんな一生懸命レッスンに励んでくれていきます。

また「誰かと歩くことでやる気がでる」という声をよく耳にします。仲間と一緒に歩くことで頑張ろうという気持ちが芽生え、長く続けることができます。楽しく笑いながら運動に取り組むことで、心身ともに良い効果を生み出します。

現在、健幸運動教室は、12の地域で実施しています。参加者の中には、「この教室以外の時間でも運動に取り組んでいるよ」「朝もウォーキングに取り組んでいるよ」などと話してくれる人がいます。

私たちの活動が少しでも市民の皆さんの役に立ち、健康な人が増えていくのもうれしいです。

滞納処分(差し押え)の状況 (平成24年度)

種類	人数	件数	差押額
不動産	1	1	2,786,300円
生命保険	53	55	34,832,376円
給与	3	3	444,900円
国税還付金	29	37	2,369,013円
預貯金	100	105	4,557,731円
出資金	1	1	20,000円
合計	187	202	45,010,320円

財産調査の状況 (平成24年度)

調査先	調査内容	件数
金融機関	口座の有無、取引状況の調査	9,261
勤務先	支払い給与額等の調査	39
税務署	国税還付金、収支内訳書等の調査	2,797
法務局	土地、建物、法人登記等の調査	37
保険会社	加入状況、解約返戻金等の調査	13,503
合計		25,637

税負担の公平性を確保するために 市税等の 強化中 滞納処分

10月は徴収強化・滞納処分強化月間

納税は社会の基本的なルール

税は、私たちが安心して健康な暮らしをするために、重要な役割を担っています。福祉や保険といった社会保障、ごみ処理、教育、道路整備など、さまざまな事業を進める上で、非常に大切な財源です。

市税を滞納することは、納期内に納税している大多数の市民との公平性を欠くこととなります。また、市の財政を圧迫し、住民サービスに支障を来すこととなります。このことから、納税相談もなく納付していない人に対しては、滞納処分により強

制的に徴収していますが、10月は「徴収強化・滞納処分強化月間」のため、この滞納処分をより強化していきます。

滞納処分とは

市税を滞納している場合、裁判所に訴える事が必要とせず、市が独自に滞納者の財産を差し押さえる事です。

滞納処分の対象となる財産

- 債権 預貯金、給与、年金、生命保険、売掛金、所得税還付金、賃料など
- 動産 絵画、自動車など
- 不動産 土地、建物

市税の減免制度

次に掲げた特別な事情により、生活が著しく困窮するようになった場合は、市税等を減免することが出来ます。

- 火災や震災、水害、その他これらに類する災害で、納税義務者が死亡または障害者となった場合
- 納税義務者が所有し、直接居住している住宅、または、日常生活する家財が、災害によって一定以上の損害を受けた場合
- 災害のため、農作物が一定額以上の損害を受けた場合
- 廃業や休業、失業、疾病などにより、所得額が一定以下に減少した場合

延滞金の納付

税金を納期限までに納めなかった場合は、本税の他に延滞金が掛かります。納期限までに納めた人との公平性を図るため、延滞金は必ず納める必要があります。

延滞金は、未納税額に対して年14.6%の利率(1万円の税金を1年間滞納した場合は1日当り4円)で計算します。銀行などでお金を借りる利率より、はるかに高い率です。市税を滞納して預貯金をしていても全く割に合いません。延滞金は納期限までに納めなかったことへの罰則的な意味合いもあります。

相談による分割納付

※延滞金の現在の利率は納期限の翌日から起算して1カ月を経過する日までは、4・3%です。

病気や失業など、やむを得ない理由により一時的に税金を納めることができない場合は、分割納付をすることが出来ます(事前に納税者の生活状況等を聞かせていただきます)。滞納を放置せず、窓口で相談してください。



窓口で相談を

便利な口座振替

納め忘れを防ぐ方法として、口座振替での納税が便利で安心です。一度手続きをすれば、基本的には解約の手続きをするまで有効です。口座振替の申し込みは、税務課、山川・開聞支所税務係または市内の各金融機関で行っています。この機会に、便利で安心な口座振替での納税を利用してください。

夜間納税相談窓口を開設

徴収強化・滞納処分強化月間中、「夜間納税相談窓口」を開設します。昼間に相談できない人は、この機会に相談してください。

- 期間 10月5日(土)～11日(金)
- 時間 20:00まで
- ※土、日は9:00～16:00まで
- 場所 税務課収納対策室



※ここに掲載している内容は要約したものであり、それぞれの税金等によって減免制度の内容が異なります。いずれの場合も、これらの理由により著しく生活が困窮する場合であり、個々に判断されることとなります。

相談・問い合わせ先
税務課収納対策室納税係
☎21111(内線234)

水環境を知って 水資源を守るろう

市の河川の現状

私たちのふるさとには、美しい自然と豊かな資源に恵まれています。市内を流れる多くの河川も、私たちにとっては貴重な財産の1つです。しかし現在、水質汚濁が世界中で広がり、生態系にまで影響を及ぼしています。その原因の約6割が、家庭からの生活排水だともいわれています。現代に生きる私たちの使命は、美しい自然を後世に伝え残すことです。水環境の現状を知り、水資源を守るため、私たちができることを考えていきましょう。

水は貴重な資源

地球には約14億km³の水があるといわれています。その96・5%は海水で、淡水は約3%しかありません。さらに淡水の70%は南極・北極の氷として存在していますので、陸地にある河川、湖沼、地下水などの利用できる水は地球上の水の0・8%程度に過ぎません。

私たちが実際に利用できる淡水は、雨水を除くと、河川の水と地下水の一部ということになります。そして、このわずかな水を私たちは生活・工業・農業用水として利用しているのです。このような視点から見ると、私たちの身の回りには水は、まさに「貴重な資源」といえます。

循環する水

地球の水は1カ所にとどまらず、絶えず地球上を循環しています。地球上の水は海や陸から蒸発して雲となり、やがて雨や雪となって地上に降り注ぎ、川となって流れ、一部は地下水となって再び海に戻っていきます。地球上の水は昔からこのような循環を繰り返すことなく繰り返してきました。そして私たち人類はこの大きな循環の中で水を利用してきたのです。

生活排水の処理

川や湖、海では水質汚染が進んでいます。水質汚染の原因の約60%が、家庭から排出される生活排水なのです。人口の増加や生活水準の向上により、私たちが炊事、洗濯など、毎日の生活の中で出す生活排水が増加し、この排水が川や海を汚している大きな原因ともなっています。

■台所排水は要注意

私たちが何気なく流している食品の残りは、驚くほど水を汚染しています。次の表は台所から流された食品の汚れに対して魚が息できる水質(BOD5mg/l)にするためには、浴槽(300l)で何杯の水が必要かを示したものです。

食品は無駄の無いように料理し、食べ残しはごみとして出すか、生ごみ処理機等で堆肥にするなど工夫をしましょう。

食品の汚濁負荷量	
しょうゆ 小皿に少々(15ml)	1.5杯
日本酒 おちょこ1杯(20ml)	2.7杯
米のとぎ汁 4合といだ場合(2l)	4杯
みそ汁 おわん1杯(200ml)	4.7杯
マヨネーズ ひとしぼり(10ml)	8杯
使用済み天ぷら残り分 (500ml)	330杯

水質汚染の原因

- ① 一般生活排水などによる河川の水質汚染
- ② 工場排水などによる地下水の汚染、海洋の水質汚染
- ③ 産業廃棄物や不法投棄、し尿による河川の水質汚染
- ④ 海上での船舶から流れ出る油の流出、船舶排水による海洋の水質汚染
- ⑤ 雪や雨など、空気中の大気汚染物質が含まれていることによる水質汚染
- ⑥ 農薬による地下水の水質汚染、河川の水質汚染

私たちの取り組み

水質汚染防止のために、私たちができることはどんなことでしょうか。生活の中で一人ひとりが協力していくことによって、私たちの水資源は守られます。水質汚染を少しでも減少させるには、合成洗剤など、川や海を汚染するものを利用しないことも大切なことです。

自然に優しいもの、自然にかえるものをうまく利用していくことが大事なのです。自然に優しいものを使うことは、私たちにとっても安全であり、地球にも安全なのです。

市の取り組み

市では、生活排水をきれいにする合併浄化槽に設置換えする場合があります。補助を受けるには、申請が必要です。詳しくは問い合わせください。

【合併浄化槽設置補助金】

浄化槽種類	既存住宅のくみ取り便槽または単独浄化槽を合併浄化槽へ設置換えする場合		新築住宅に高度処理型合併浄化槽を設置する場合(指定区域内)
	合併浄化槽(指定区域外)	高度処理型合併浄化槽(指定区域内)	
5人槽	432,000円	582,000円	150,000円
6~7人槽	514,000円	664,000円	150,000円
8~10人槽	648,000円	798,000円	150,000円

※指定区域とは排水が池田湖、鰻池に流入する区域のことです。

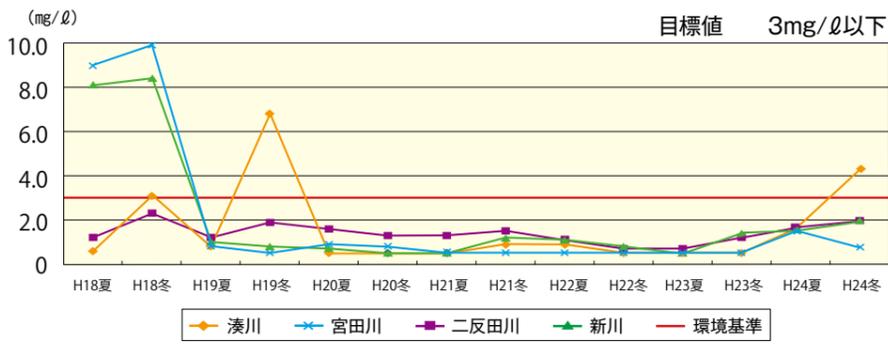
※補助対象区域は、公共下水道認可区域以外です。

※下水道が整備されている区域内で、まだ下水道に接続していない人は、速やかに接続をお願いします。

市内の河川

私たちの暮らしを守り、産業を展覧させる上で特に重要な河川のうち、国が管理している河川を1級河川、比較的流域面積が小さい河川のうち、都道府県が管理している河川を2級河川と区別しています。

市内2級河川のBODの経年変化



最後に

市は、「指宿市環境基本計画」(平成20(27年度)に基づき、基本目標である「みんなであつくる人と環境にやさしいまち」を目指して、市民・事業者・行政など、あらゆる主体の参加と連携により、水・大気環境や自然環境の保全に努めています。

今後も、環境保全の取り組みに対する市民の皆さんの理解と協力をお願いいたします。



申請・問い合わせ先
環境政策課環境政策係
☎21111(内線243)



指宿の彩り

私たちのふるさとには、四季折々の野菜をはじめ、豊かな資源に恵まれた「食」と「健康」のまちです。ここでは、ふるさとが育む「彩り」と、それらを支える産地の思いを紹介します。

鹿児島黒牛

山川高等学校を卒業後、長野県松本市にある国内有数の畜産企業で研修し、そこで2年間、牛の肥育と経営術を学びました。

そして昭和61年、「長野の牧場で培った技術と情熱を、地元や消費者に還元したい」との思いで、故郷に戻りました。

しかし現実には、簡単ではありませんでした。私の両親が畜産業を営んでいた訳ではなかったため、私自身が始めるためには、まず牛舎等の設

備から準備する必要がありました。

また、肥育経営では、子牛を購入し1年半ほど飼育した後に出荷して、初めて収入を得ることができました。

もちろん、その間も飼料代や光熱水費等の経費は発生します。さまざまな面で周りのバックアップがなければ、畜産業に参入することができない状況でした。

私の場合、幸いにも両親が私の情熱を理解し、牛舎建設に協力してくれました。スムーズに畜産経営

指宿の観光と食を一体的にPR



田中 健一さん 地区：上手

をスタートすることができました。

両親には感謝しています。

現在では、黒毛和種の繁殖牛約40頭、肥育牛約90頭を常時飼育し、子牛生産から肥育までの一貫経営を行っています。そして平成24年度からは、JAいぶすき肉用牛部会協議会長を務めさせていただいています。

鹿児島県は畜産王国であり、日本一の和牛産地です。その中でも指宿市は、屈指の産地を形成しています。そのため、家畜伝染病、またそれに伴う風評被害等が発生すると、地域全体に大きな打撃を与えてしまいます。

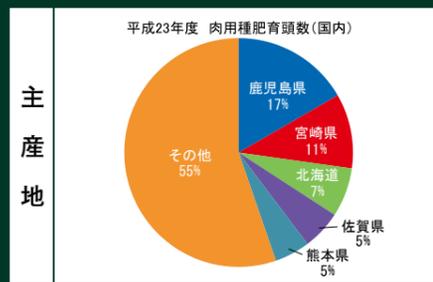
平成2年の口蹄疫や平成13年のBSE問題、そして平成22年に宮崎県で発生した口蹄疫は、記憶に新しいと思います。

その度に「指宿で発生したら…」と不安にかられてきました。いずれも、県内外の関係者らが徹底した防疫活動を展開してくれたおかげで、鹿児島県内への侵入を防ぐことができました。

その一方で、観光面でも、その都度、交通規制やイベント等の自粛など配慮していただき、多くの関係者に感謝しています。

本市は、鹿児島県を代表する観光地であり、農業と同じく基幹産業の1つです。畜産業を営む者として、指宿の観光にも一役買いたいと思

主な品種	黒毛和種
ブランド名	鹿児島黒牛
飼育頭数	16,080頭 (H24.1.1現在、黒毛和種肥育のみ)
生産量	7,769頭 (H23年度実績、黒毛和種のみ)
出荷量	枝肉生産量実績 3,225 t (H23年度、黒毛和種のみ) 生産額実績 5,199,467千円 (H23年度、黒毛和種のみ) 単価実績 1,612円/kg (H23年度、黒毛和種のみ)



肉食文化が幕を開けたといわれる明治維新後、鹿児島でも当時羽島牛・加世田牛・種子島牛などの名称の牛がいました。これらの牛に改良を重ねて生まれたのが、現在の「鹿児島黒牛」であり、ブランド牛にも指定されています。

いは強く持っています。そのような中、指宿商工会議所の役員から指宿駅前「イブの夜にスキ焼き」というイベントを実施するので協力してほしいと依頼がありました。「観光」と「食」がタッグを組む絶好のチャンスと思いいぶすき肉用牛部会として喜んで協力しました。結果として観光と共に指宿の「食」もPRできたと思います。

この活動がきっかけとなり、今はまだ個人的な取り組みではありますが、指宿で育てたかごしまブランド「鹿児島黒牛」を、市内のホテルや旅館、飲食店等に提供する活動も行っています。

こういった活動が大きな流れに育っていったら、「指宿ブランド」が確立していくと信じています。

指宿には毎年、大勢の観光客が訪れます。その観光客に、黒牛や黒豚、黒さつま鶏、四季折々の野菜、新鮮な水産物等々、指宿産のおいしい食材を食べてもらいたいと思います。

そのためには、ホテルや旅館、飲食店、そこで腕を振るう調理人、そして生産者、商工業者等が常に良いもの、良い技を提供し合い、良好な関係を築いていくことが大切です。

その輪が広がっていったら、必ず指宿のイメージアップにつながり、指宿の「食」のファンも今以上に増えていくと思います。

おすすめ旬レシピ



今月のレシピ紹介者
居酒屋 遊膳
澁谷 龍一さん

ハウレンソウとチーズの肉巻き



作り方	材料 (4人分)
①牛バラ肉を並べて塩と黒こしょうを振り、下ゆでしたハウレンソウとチーズを乗せて端から棒状に巻く。	■牛バラ肉 8枚 ■ハウレンソウ 2束 ■チーズ 50g
②①を200℃のオーブンで10分程度焼く。	■塩 適量 ■黒こしょう 適量
③タマネギ、ショウガ、ニンニクをすりおろし、他の調味料と混ぜ合わせて耐熱容器に入れ、ラップをかけて電子レンジで3分間加熱する(ラップには竹串等で穴を開ける)。	■ソース ■タマネギ 小1個 ■ショウガ 1cm角 ■ニンニク 1片 ■酒 60cc ■みりん 30cc
④牛肉巻きを切って器に盛りつけ、③をかける。	■さしみ醤油 60cc ■砂糖 小さじ1
(1人分) エネルギー 338kcal 塩分相当量 2.6g	
問い合わせ先 農政課農政係 ☎22111 (内線711)	

秋の誘い

衣替えのとき季といっても歩けば汗ばむほどです。スーッを着込もうかという気分になれぬ人も多い中で、指宿は今月末までアロハ着用でき、有り難く思うのは私ばかりではないようです。

夏物と秋物が同居しながら、確実に「衣替え前線」は、列島を南下してきます。

「衣」には着る人の魂がこもるといわれます。

襟を正す、裄（ふんどし）を締めてかかる、袂（たもと）を分かつゝ等々。心の有り様を表す衣偏の漢字があることを考えると、衣替えは、心まです入れ替える儀式なのかもしれません。

萩。草冠（くさかんむり）に「秋」と書くほどだから今の季節を代表する花に違いありません。

風にゆれる萩もそうですが、ススキも私たちが秋へ誘ってくれているかのようです。

秋に降る雨を「萩散らし」と呼びます。冬への装いを急ぐ木々を濡らしながら、そぼ降る雨のことです。

「水声（すいせい）に秋あり」秋には、雨の音さえ秋の装いになるといことなのでしようか。西行法師は「松風の音のみならず石走（いわばし）る水にも秋はありけるものを」と詠んでいます。

水の音にさえ秋を感じるような西行の感性には恐れ入ります。

さて、わが国ほど記念日の多い国はありませんが、10月11日はウインクの日です。そう言われると、10と11を並べて右に90度倒すと、片方の目をつぶってウインクをしているように見えます。

例年になく暑かった今年の夏の記憶も急速に薄れ、心地よい秋風を満喫しつつ、秋からウインクを送られていると思えば、ほほ笑ましく、ちょ

つとお茶目な感じがして楽しくなります。

10日は「体育の日」です。食欲の秋、スポーツの秋です。指宿市は「健幸のまち」を目指しています。健康で長生きするために、秋を体いっぱい感じながら歩いてみたらいかがでしょうか。新たな秋を見つめながら、さわやかな空気の中で汗を流すのもいいものです。

秋は歩を速めながら列島を南下しています。紅色や黄色が追いかけてくる豊かな湯の里の秋の誘いです。



指宿市長 豊留 悦男

観光シリーズ

光を觀せて、魅せられて②

指宿で女子力アップ

グルメやゆるキャラなど、今やさまざまな切り口で展開される観光戦略。

近年「女子旅」や「パワースポット巡り」など、女性向けの観光商品が定着するなど、観光の分野でも女性の視点や感性は欠かせないものとなってきています。

このため、本市でも女性をターゲットとしたセミナーや、新たな観光商品開発への取り組みが進められています。

市観光協会では女性向けの観光商品開発に特化した「美プロジェクト」を立ち上げ、10月から体験交流プログラムイベント「きら☆旅」を開催する予定です。

このイベントには、オクラを使ったフェイシャルトリートメントや砂むしに入りながらの海水パック、フラ体験など、女性の憧れやアイデアから生まれた、指宿ならではのプログラムが40種以上企画されています。

また、市内のさまざまな分野で活躍する女性で組織される「美塾篤姫」では、主に女性を対象とした交流会、指宿の素材を使った食や美容に関するセミナー等を実施しています。

私たち指宿市民もこれらの取り組みやイベントへの参加を通じて指宿の魅力を体感し、訪れた人と共に「元気で美しくなれるまち」を目指していきましょう。



海水パックを体験中

問い合わせ先

観光課観光企画室観光企画係
☎21111（内線326）

刑を終えて

出所した人の人権

刑を終えて出所した人やその家族に対する偏見や差別は、根強いものがあります。

また、これらの人々は、地域の一員として生活していかねばなりません。しかし、偏見により就職をはじめとした社会復帰の機会から排除されるなど、立ち直りを目指す人たちに与える現実には極めて厳しいものがあります。

刑を終えて出所した人が社会の一員として円滑な生活を営むためには、本人の強い更生意欲や努力とともに、家庭・職場・地域社会など、周囲の人々の理解と協力が必要です。

次回の特設人権相談所

○開庁庁舎2階会議室
■日時 11月7日（木）10時～15時
■相談内容 いじめ・虐待・セクハラ等

問い合わせ先

市民協働課戸籍係
☎21111（内線217）

人権問題シリーズ 94

いぶすき まるごと博物館(89回) 鹿兒島の神舞と 田の神楽面

鹿兒島の神舞

神楽は、神社の祭礼時に行われる芸能の一つといわれています。

神楽の語源は、「神座（かむくら、かみくら）」に由来するという説が有力で、鎮魂の神事としての起源をもっています。

神楽は、宮中で行われる「御神楽（みかぐら）」と民間で行われる「里神楽（さとかがら）」に大別され、日本の芸能の原点と位置づけられています。

旧薩摩藩領内では、夜神楽のことを「神舞（カンメ）」と呼んでいます。市には、枚聞神社と南方神社にこの神舞が残っています。

鹿兒島県内では、かつてあちこちの神社で神舞が舞われていましたが、今はそれほど

多くありません。

鹿兒島の神舞は、天照大御神が天の岩戸から出てくる岩戸神話に基づく舞いに、田の神舞などが合わさった独特のもので、

田の神舞は、モンペのような「たつつけ袴（はかま）」にすげ笠をかぶり、田んぼにある田の神像と同じ装束で舞います。



田の神

もともと鹿兒島の神舞は、娯楽でもあり、地域の人々の無病息災を神様に感謝し祈る神事でもありました。それに田の神舞が加わっていることは、いつのころからか、神舞に五穀豊穡の願いが込められるようになったことを示しています。

神舞の神楽面

市には、枚聞神社に二十五面、南方神社に十三面、揖宿神社に八面、熊野神社に二面の神楽面が残されています。また、湯之峯神社には奉納面が残されています。

神楽面には、鬼神面、能面のような小面、翁面など、さまざまな種類があります。この中で、一番子どもたちを驚かせるのが鬼神面です。



鬼神面

五方鬼神や四人鬼神と呼ばれる複数の鬼神が舞う時の神楽面は、青、白、赤、黒、黄、に塗られています。これは、青が東、白が西、赤が南、黒が北、黄色が中央を表すという陰陽五行説に基づくものです。

さて、江戸時代から残されてきたこれらの神楽面は、私たちの祖先が神舞を受け継いできた証です。神舞とともに、

地域の大切な宝として、今後とも守っていききたいものです。

今年、枚聞神社と南方神社の神舞は次の日程で行われます。面を被った舞や面を被らない舞など、市に伝わる神秘的で荘厳な神事芸能をぜひご覧ください。

○枚聞神社

■日時 10月14日（月）19時～
例大祭の前夜祭で、開聞龍宮太鼓の演奏が始まり、四つの神舞と浦安の舞が奉納されます。

○南方神社

■日時 11月3日（日）17時～
3年に1回の神舞が行われ、14の舞が奉納されます。



枚聞神社の神舞

縄 古代の土器作りに挑戦 縄文時代の文化を体験

8月17日、時遊館COCCOはしむれで土器作り体験が行われ、市内の子どもら62人が参加しました。子どもらは、指宿の粘土を使って縄文土器を模した鉢やお皿などを制作。28日には窯出しが行われ、土器を手にとった子どもたちは、出来上がりに満面の笑み。丹波小6年の徳永晃輝さん（迫北）は、「形を作るのが難しかったけどよくできた。夏休みのいい思い出になりました」と笑顔でした。



窯出しされる土器



元気でねと声を掛ける子どもたち

大 ウミガメの放流 大きくなって帰っておいで

8月20日、魚見小の児童ら50人が田良岬で子ガメの放流を行いました。同小が7月上旬に山川の村石海岸などでアカウミガメが産卵した卵を保護し、学校のふ化場で生まれたものです。児童らは、体長約10cmの子ガメ63匹を丁寧に海に放流。6年生の中西誠さん（尾掛）は、「大きくなってねという思いで放しました。成長してまた指宿の海岸に帰ってきてほしいです」と話しました。

浸 新潟口雨水ポンプ場を建設 水による被害を軽減

8月23日、新潟口雨水ポンプ場の起工式が行われ、市や工事関係者ら30人が工事の安全を祈願しました。現在、大牟礼・弥次ヶ湯地区の低地帯では、大雨と海の満潮時刻が重なると自然流下での排水ができず、道路冠水による交通網の寸断が起きています。潟口雨水ポンプ場等で強制排水を行っていますが、現施設では老朽化や集中豪雨時の対応が難しくなってきたため、新たなポンプ場が建設されます。



工事の安全を祈願する豊留市長



入賞を喜ぶ岡元さん（中央）と片野田さん（中央左）

日 岡元・片野田ペアが全国で入賞 ごろの鍛錬成果を発揮

8月22日、広島県で第42回全国消防救助技術大会が行われ、指宿南九州消防組合から岡元大輔さん（迫北）と片野田崇行さん（柳田）が「ロープ応用登はん」の部に出場しました。これは、2人で協力して地上15mの到達地点までロープのみで登り、その安全性と時間を競い合う競技です。全国から予選を勝ち抜いた52チームが参加し、2人は8秒7のタイムで見事2位に輝きました。



特産品
シリーズ
VOL.4

みんなに愛される
コクのある焼酎を
～指宿酒造(株)～

「今年の夏は例年になく芋の出来がいい、今後の仕込み作業が楽しみだね」
芋焼酎の甘い香りが漂う工場の中で、指宿酒造(株)工場長の上川床浩行さん（写真左）と杜氏の黒瀬和吉さんは笑顔を見せる。
指宿酒造(株)では、山川地区や開聞地区、南九州市頰娃地区で生産される甘藷を原料としている。暑さが続く年の芋はデンプン含有量が高く、もろみの発酵が進むため、焼酎の出来もよくなるそうだ。
指宿酒造(株)は、昭和62年に

旧指宿市内の蔵元5社が協業化し設立。金山跡地の大谷山からの豊富な湧水を求め、池田地区に工場を構えた。
創業当初から指宿酒造(株)の焼酎造りに携わる黒瀬さんは、現在では数少ない現役の「黒瀬杜氏」の1人だ。黒瀬杜氏とは南さつま市笠沙町から輩出された焼酎職人の集団で、多くの杜氏が全国の蔵元に向き、技術を伝えてきた。
工場の機械化が進んだ現在においても、杜氏の経験と勘は欠かせず、仕込みが始まる9月から11月にかけて、杜氏

たちは工場に寝泊りしながら焼酎の番をする。とくに温度管理は気が抜けず、昼夜何度も確認に走る。上川床さんと黒瀬さんは、「新酒ができる11月ごろは、毎晩眠れない日が続きますね」と笑うが、焼酎造りの名人でさえ、「1年1年が勉強」だという。
最近では、消費者の趣向を捉えて、水割りやロック向けの焼酎も製造しているが、上川床さんのお勧めは、やはりお湯割りだ。
「キビナゴや鶏刺しがあれば、申し分ないですね」と、顔をほころばせる。
飲む人の最高の笑顔を思い浮かべながら、今日も指宿酒造(株)では丹念な仕込み作業が続けられている。

特産品振興係では、特産品づくりにもつわるエピソードを募集しています。500字程度にまとめ、郵送してください。
応募・問い合わせ先
〒891-0497
指宿市十町2424
商工水産課特産品振興係
☎22111（内線314）

みんなのかんきょう広場

美しい指宿を未来へ残すために⑤

野焼きは禁止されています

畑の土手などに、家庭から出た紙類やプラスチック類を焼却した痕跡が見られます。刈り取った草など、農・林・漁業を営むために、やむを得ない廃棄物の焼却は例外として認められていますが、便乗して家庭のごみを一緒に燃やすことは罰則の対象になります。

家庭から出たごみは、燃えるごみと資源ごみに分別して、指定された日時に出してください。

またマルチ作業の際、残ったポリエチレンフィルムの芯や包装材などを畑で焼却処理している実態が報告されています。紙製の芯などは再利用できるため、JAいぶすき各支所販売課で無料回収を行っています。なお回収方法等が各支所で異なりますので、事前に問い合わせの上、利用してください。

例外行為であっても、焼却

をすれば、火災に十分留意して消火するまでその場を離れないとともに、周囲の住宅環境に配慮して、苦情が出ないように努めてください。

家庭ごみや事業所ごみを野焼きすることは禁止されています




問い合わせ先
環境政策課生活衛生係
☎22111（内線244）

英 新AL Tが着任 語の魅力を伝えます

市の新しいAL T（外国語指導助手）にトゥレンバース・ジェイミーさん（オーストラリア・ブリスベン出身）が着任しました。2004年から5年間、沖縄でAL Tを勤め、今年で教員10年目を迎えるジェイミーさん。「指宿は住みやすく、地域の人たちもとても優しい。英語を学ぶ子どもたちに、外国の文化や習慣、景色などいい所をたくさん伝えていきたい」と抱負を話しました。



自己紹介を行うジェイミーさん



一斉に放流する児童たち

海 一本松海岸でウミガメ放流 原へ向かって進め

9月3日、山川小の全児童64人が学校内のふ化場で生まれたウミガメ86匹を一本松海岸で放流しました。保護した卵を同校でふ化させたのは初めてです。児童らは1人1匹ずつカメを手渡され、波打ち際約1mの所に放すと、生まれたばかりのかわいい赤ちゃんガメは海に向かって一直線。一生懸命に進んでいく様子に児童らは、「頑張れ、元気でね」と精一杯応援し見送りました。

い 100歳長寿を祝う までも長生きで

佐々木リチさん（湯之里）が8月25日に、また白山清志さん（大牟礼西）が8月27日に満100歳を迎えました。市と市社会福祉協議会は2人にそれぞれ祝い金と記念品を贈り、長寿を祝いました。

佐々木さんは現在、指宿温泉病院で過ごしています。長寿の秘けつを尋ねると、「本人は何も語らないが、大変な頑張りやでした」（佐々木さんの親族）と話してくれました。白山さんは現在、自宅で元気に過ごしています。長寿の秘けつを尋ねると、「食べ物に注意すること、暴飲暴食をしないことでしょうか」（白山さんの親族）と話してくれました。いつまでも元気で長生きしてください。



白山清志さん



佐々木リチさん

砂 海岸整備シンポジウムが開催 浜再生を願う市民ら集う

9月8日、市民会館で「安全・安心な指宿の海岸整備について考える市民の集い」が行われました。指宿港海岸保全推進協議会（山下建二会長）が主催し、市民ら約800人が参加しました。シンポジウムでは、指宿港海岸の現状や昔の様子、大分県の別府港海岸の成功例などが紹介されました。また、行政や沿岸住民、観光関係者らによるパネルディスカッションも行われました。観光や防災、環境などの視点から活発な意見が交わされ、参加者らは砂浜の再生に向けた取り組みについて興味深く聞き入っていました。

また、当日は金子恭之衆議院国土交通委員長らが魚見岳山頂や摺ヶ浜海岸を訪れ、指宿港海岸の現状を視察しました。



魚見岳から指宿の海岸を視察する関係者ら



シンポジウムに多くの市民が参加

い 赤十字奉仕団が炊き出し訓練 ざという時に備えて

8月28日、市老人福祉センターで指宿赤十字奉仕団（上川路澄江委員長）が、災害時に備える研修会を行いました。上川路委員長は、「災害はいつ起こるか分からない。炊き出しなどを実際に体験し、災害時に役立ててほしい」とあいさつ。ハイゼックスという特殊なビニールを使って、ご飯の炊き出し訓練を行いました。また、災害時の備えと題した講演や緊急時に使える担架の作り方なども学びました。



炊き出しの準備を行う参加者



笑顔で販売する指宿生

デ 百貨店で味のインターハイ パート販売に挑戦

県内の高校生が、デパートで仕入れや販売に挑戦する「鹿児島発味のインターハイ」が8月24日・25日、山形屋で開かれました。家族3世代の来客を増やそうと、同社が初めて企画。指宿商業高校と伊佐農林高校の生徒計29人が参加しました。指宿の生徒は、スプレー菊やかつお節など指宿の特産品63品目を販売。3年生の福永多恵さん（十石）は、「お客様が笑顔で買ってくれ、うれしかった」と笑顔でした。

砂むし会館「砂楽」では、10月26日を「天然砂風呂(天然砂風呂)の日」としています。そこで、温泉の恵みと日ごろのご愛顧に感謝し、10月26日を含む1週間を「砂むし感謝Week」として、砂むし温泉入浴の割引を実施します。

実施期間 10月21日(月)～27日(日)

受付時間 〇 8時30分～12時
〇 13時～20時30分



10月26日は「天然砂風呂の日」
砂むし会館「砂楽」
砂むし感謝Week

砂むし感謝Week
砂むし会館「砂楽」
砂むし入浴割引券

有効期間 平成25年10月21日(月)～27日(日)

〇大人・小人とも400円で入浴できます。
※タオル代は別料金となります。
〇本券1枚で5名様まで割引料金となります。
〇他の割引料金との併用はできません。
〇割引券は原本に限り(コピー・印刷不可)。

夕方や土・日は混雑が予想されますので、時間に余裕を持ってお越しください。

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(10月分)

有効期間 平成25年10月1日(火)～30日(水)

〇毎週木曜日(祝日の場合は金曜日)は休館日です。
※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、女性「洋風」、奇数日は逆になります。
〇大人は400円、子どもは250円で入浴できます。
〇本券1枚で5名様まで割引入浴できます。
〇他の割引料金との併用はできません。
〇割引券は原本に限り(コピー・印刷不可)。

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(11月分)

有効期間 平成25年11月1日(金)～30日(土)

〇毎週木曜日(祝日の場合は金曜日)は休館日です。
※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、女性「洋風」、奇数日は逆になります。
〇大人は400円、子どもは250円で入浴できます。
〇本券1枚で5名様まで割引入浴できます。
〇他の割引料金との併用はできません。
〇割引券は原本に限り(コピー・印刷不可)。

入浴割引の利用

〇左の入浴割引券を切り取り、受付に提出してください。
〇大人・小人とも、400円で5人まで割引料金となります。
※タオルは、別料金になります。また、他の割引料金との併用はできません。
〇夕方や土・日曜日は混雑が予想されますので、時間に余裕を持ってお越しください。

問い合わせ先
〇砂むし会館「砂楽」
☎23900
〇観光課観光管理係
☎22111(内線323)

ヘルシーランド露天風呂～たまたま箱温泉～
お客様感謝フェア
サービス期間

ヘルシーランドでは、日ごろのご愛顧に感謝し、10月と11月の2カ月間を「お客様感謝フェア」として、露天風呂入浴割引を実施します。

左の入浴割引券を切り取り、受付に提出してください。

開閉岳のすそ野に沈む夕日を堪能しながら、心も体もリフレッシュしませんか。

営業時間
露天風呂 9時30分～19時30分(休館日・木曜日)

問い合わせ先
〇ヘルシーランド
☎276966
〇露天風呂「たまたま箱温泉」
☎3577

ヘルシーランドでは、日ごろのご愛顧に感謝し、10月と11月の2カ月間を「お客様感謝フェア」として、露天風呂入浴割引を実施します。

左の入浴割引券を切り取り、受付に提出してください。

開閉岳のすそ野に沈む夕日を堪能しながら、心も体もリフレッシュしませんか。

営業時間
露天風呂 9時30分～19時30分(休館日・木曜日)

問い合わせ先
〇ヘルシーランド
☎276966
〇露天風呂「たまたま箱温泉」
☎3577

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(11月分)

有効期間 平成25年11月1日(金)～30日(土)

〇毎週木曜日(祝日の場合は金曜日)は休館日です。
※露天風呂は、偶数日が男性「和風」、女性「洋風」、奇数日は逆になります。
〇大人は400円、子どもは250円で入浴できます。
〇本券1枚で5名様まで割引入浴できます。
〇他の割引料金との併用はできません。
〇割引券は原本に限り(コピー・印刷不可)。

申し込み・問い合わせ先
揖宿神社
☎24052



てんちの杜
チャリティー
コンサート

縄文の森をつくる会では、揖宿神社でチャリティーコンサートを開催します。

西暦706年創建の揖宿神社の鎮守の杜で、秋色の自然と月あかりの中、幻想的なひと時を過ごしてみませんか。

日時 10月19日(土)18時～20時30分(雨天中止)

場所 揖宿神社境内奥「てんちの杜」
※駐車場には限りがあります。なるべく公共交通機関を利用してください。

参加料 無料

出演 二胡演奏、揖宿神社神楽、湯豊太鼓、市内の音楽活動家ほか

申し込み・問い合わせ先
揖宿神社
☎24052

いぶすき情報掲示板
Information

2013	日	月	火	水	木	金	土
11月	3	4	5	6	7	8	9
10月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30

2013	日	月	火	水	木	金	土
10月	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		

さかな
彩花菜館感謝祭
10月13日(日)11:00～

道の駅いぶすき「彩花菜館」は、10月で9周年を迎えます。そこで、日ごろの感謝を込めて、出荷者主催によるイモ煮や漬け物の振る舞いや豪華景品が当たる抽選会などの感謝祭を開催します。

場所 道の駅いぶすき「彩花菜館」
問い合わせ先
商工水産課特産品振興係
☎22111(内線314)

催し

秋の木市
木市振興会では、果物や草花の苗木などをたくさん取りそろえ、秋の木市を開催します。家族連れで、ぜひお立ち寄りください。

期間 10月11日(金)～20日(日)

時間 8時30分～17時

場所 弥次ヶ湯温泉駐車場隣り

問い合わせ先
〇農政課営農振興係(いぶすき農業支援センター内)
☎22111(内線712)

100m チャレンジ走

いぶすきスポーツクラブでは、100mチャレンジ走を開催します。

日時 10月14日(月)10時～11時30分(受付9時30分)

場所 市営陸上競技場

対象 誰でも参加できます。

定員 100人

参加料 無料

その他
〇受付は当日会場で行います。
〇スパイク、スターティングブロックは使用不可。

問い合わせ先
いぶすきスポーツクラブ
☎245366

第3回 ちっと呑み
～アロハテイストで呑み歩こう～
10月12日(土)17:00～

「Joylinkいぶすき」では、JR指宿駅周辺の飲食店を飲み歩く「ちっと呑み」をまたまた開催します。チケットで各店自慢の料理とドリンクを提供します。気の合う仲間や職場の同僚たちと、ほろ酔い気分で楽しみませんか。

参加方法
事前にチケットを予約してください。
※チケットの受け渡しは、当日の受付で行います。

受付 J R 指宿駅前広場

チケット 〇3枚2,400円 〇4枚3,200円

申込方法 電話またはFAX、ホームページ、フェイスブックのいずれかで事前に申し込んでください。

定員 200人に達するまで

その他
※当日券(2,700円～3,600円)もあります。受付で17時から販売します。
※今回はビンゴカードを利用したゲーム感覚の飲み歩きもできます。御食事券など豪華景品が当たります。

申し込み・問い合わせ先
〇Joylink事務局(担当 湯ノ口)
☎090-9561-1709 FAX230202
〇ホームページ <http://joylink-ibusuki.com/>
〇Facebook 「ちっと呑み」で検索





砂むし旗争奪 親睦ゴルフ大会

■日時 11月4日(月)
○スタート 8時
※少雨決行

■場所 喜入カントリークラブ

■参加資格 中学生以上の市内居住者および出身者または職場が市内の人で4人1組

■募集人員 30組(120人)になり次第締め切ります。

■参加料 2,000円

■プレー料 8,500円
(セルフ・カート・昼食代込み、キャディー代別)

■申込方法 市内ゴルフ練習場に設置してある申込用紙に必要事項を記入の上、FAXで申し込んでください(電話申し込みも可)。

申し込み・問い合わせ先
喜入カントリークラブ(担当・山元)
☎099-134512800
FAX099-134512804

健幸マイレージ対象

鉄砲伝来&宇宙ロケット基地「種子島」ウォーク

■期間 10月19日(土)~20日(日) 1泊2日
※雨天決行

■場所 種子島

■集合 8時までに指宿港トッピー乗船所(島内はバスで移動です)

■指宿着予定 20日(日)16時30分(指宿港)

■距離 両日とも約8~10km

■参加料 30,000円
※トッピー、バス、食事、宿泊費、保険料等含む

■申込方法 電話で申し込んでください。

■申込締切日 10月15日(火)17時まで

申し込み先
○市観光協会内ウオーキング協会事務局(担当・下吉)
☎023252
☎023511

問い合わせ先
○市観光協会内ウオーキング協会事務局(担当・下吉)
☎023252
☎023511

健幸マイレージ対象

健幸ふれあい パターゴルフ大会

仲間たちと楽しく体を動かして、健幸づくりを始めませんか。

■日時 10月27日(日)9時~

■場所 かいもん山麓ふれあい公園パターゴルフ場

■対象 中学生以上

■参加料
○大人 1,000円
○中学生~大学生 500円
■定員 24人
※定員になり次第締め切りします。

■申込方法 電話または直接申し込んでください。

■申込締切日 10月24日(木)

申し込み・問い合わせ先
健幸ふれあいパターゴルフ運営委員会(かいもん山麓ふれあい公園内)
☎025566



障害者職業能力開発訓練生

鹿兒島障害者職業能力開発校では、障害のある人に対して、その適性に応じた職種について、時代のニーズに応えられる知識・技能を習得してもらい、職業人としての自立を支援するため、各種の職業訓練生を募集しています。

■募集期間 10月1日(火)~11月15日(金)

■訓練内容
○普通過程 情報電子科・デザイン製版科・義肢福祉用具科・建築設計科・OA事務科

○短期過程 アパレル科・造形実務科

■対象者 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳保持者

※手帳のない人は相談してください。

■訓練期間 1年

■申込方法 ハローワーク指宿または鹿兒島障害者職業能力開発校に設置してある申し込み用紙に必要事項を記入の上、ハローワーク指宿まで提出してください。

■その他
○入校検定料・入校料・授業料等は無料(ただし、経費は別途必要)。

○ハローワークから斡旋を受けた人で、雇用保険受給者は、訓練期間中(1年間)の延長措置があります。また、雇用保険受給以外の人は、訓練期間中に「訓練手当」か「職業訓練受講給付金」が支給される場合があります。

○訓練後、就職はハローワークが斡旋を行います。

募集

第33回いぶすき菜の花マラソン大会 平成26年1月12日(日)開催

黄色のじゅうたんを広げたような一面の菜の花畑や沿道の応援は、多くのランナーを感動させてくれます。あなたもおもてなし日本一のマラソン大会に参加してみませんか。

- 会場 いぶすき菜の花マラソン大会コース
- 種目 フルマラソン(42.195km陸連公認コース)
- 参加資格 19歳以上
- 参加料 5,000円
- 申込方法 要項を取り寄せ、専用申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて郵便局で申し込んでください。大会ホームページからも申し込みます。
<http://ibusuki-nanohana.sakura.ne.jp/>
- 申込締切日
○郵便振替 10月31日(木)
○インターネット(大会ホームページ) 11月30日(土)

申し込み・要項取り寄せ先
いぶすき菜の花マラソンエントリー事務局
☎0120-711-951

大会についての問い合わせ先
いぶすき菜の花マラソン大会実行委員会(指宿市観光協会内) ☎022550

第22回いぶすき菜の花マーチ 平成26年1月25日(土)・26日(日)開催

美しい開聞岳や長崎鼻、菜の花満開の池田湖など、自然豊かな初春の指宿路を、家族や友人と一緒に楽しみながら歩いてみませんか。体力にあわせて歩く距離も自由に選べます。

- 日程
《山川コース》
○1月25日(土) 40km・25km・10km
《指宿コース》
○1月26日(日) 30km・20km・12km・5km・3km
- 参加料 一般2,000円、高校生以下1,000円
市内中学生以下は無料
- 申込締切日 12月24日(火)
※締め切り後も受け付けますが、大会パンフレットの名簿には記載されません。
※当日も受け付けますが、大会記念品はありません。

申し込み・問い合わせ先
〒891-0405 指宿市湊2-5-33
いぶすき菜の花マーチ実行委員会(指宿市観光協会内) ☎025519

開聞土地改良区の職員

一緒に働きますか?

開聞土地改良区では、職員を募集します。

■募集人員 1人

■応募資格
○昭和53年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた高等学校課程を修了した人

○市内に住民登録し、居住することができる人

■勤務内容 土地改良区における一般事務等

■勤務地 市役所開聞支所敷地内

■募集期間 10月1日(火)~15日(火)17時まで(郵送の場合は同日必着)

■提出書類
○申込書兼履歴書
○最終学歴の卒業証明書または資格証書の写し
○健康診断書(保健所および独立行政医療法人等の公的機関で発行したもの)

■写真2枚(縦4cm×横3cm) ※1カ月以内に撮影したもの。

■採用予定日 11月1日(金)

■選考方法 作文、口述試験により選考します。

○日時 10月20日(日)9時~

○場所 開聞コミュニティ消費センター

申し込み・問い合わせ先
〒891-10603
指宿市開聞十町2867
指宿市開聞土地改良区
☎025243



記入の上、ハローワーク指宿まで提出してください。

お問い合わせ先
○ハローワーク指宿
☎024135
○鹿兒島障害者職業能力開発校
☎099614412206



学校給食センター 給食調理の登録代替職員

市教育委員会では、指宿学校給食センターおよび山川学校給食センターで勤務する、登録代替給食調理員を募集します。

■募集人員 若干名
■応募資格 市内に居住する健康な人

■勤務内容 学校給食の調理および食器洗浄、配送など
■勤務先 指宿学校給食センターまたは山川学校給食センター

■勤務条件
○勤務日 給食実施日のうち、給食センターから要請のある日
○勤務時間 8時30分～15時30分（途中1時間の休憩あり）

■応募方法 市販の履歴書に必要事項を記入の上、最近撮影（6カ月以内）した上半身写真を貼り、指宿学校給食センターまたは山川学校給食センターに本人が直接持参してください。後日、面接を実施し、登録者を決定します。



応募・問い合わせ先
○指宿学校給食センター
☎015330
○山川学校給食センター
☎02540

秋の開聞岳 登山研修会

日本百名山の一つとして知られる開聞岳は、四季を通して登山を楽しめる南薩摩を代表する山です。開聞岳ガイドクラブでは、登山の基礎知識や山野草、野鳥の生態について研修会を開催します。

■期日 11月10日(日)
※雨天中止
■集合 8時までにかいもん山麓ふれあい公園管理棟前
■終了 15時(予定)
■定員 20人程度
■申込方法 電話で申し込んでください。

■申込締切日 11月4日(月)
■その他 登山に適した服装、着替え、手袋、軽食、飲み物を準備してください。



申し込み・問い合わせ先
開聞岳ガイドクラブ(かいもん山麓ふれあい公園内)
担当 西元
☎025566

市駅伝競走大会の 出場チーム

職場・クラブチーム等で、参加してみませんか。
自作のユニフォームやゼッケンで、会社やお店のPRなど大歓迎です。

■期日 11月24日(日)
※荒天中止
■会場 宮ヶ浜港周辺

■区間距離等 1区3km、2区7区各2km
※男女別の区間は特に設けてありません。

■募集チーム 一般(高校生含む)は先着15チーム
※小・中学生のみで編成するチームには、各学校に別途案内します。



申し込み・問い合わせ先
市民スポーツ課スポーツ振興係
☎020203

お知らせ

マイバッグ キャンペーン

県では、レジ袋を削減し、ごみの減量化を推進するため、マイバッグキャンペーンを実施しています。

スーパー等で配布されるレジ袋(1Lサイズ)は、製造の過程で1枚当たり、約60gの二酸化炭素を排出するといわれています。買い物の際にマイバッグを利用することで、二酸化炭素の削減につながります。この機会に、身近な買い物を通して、地球環境について考えてみましょう。



保護ネットは無料で配布します。家庭や近隣にギョボクがある人は、協力してください。

問い合わせ先
ツマベニチョウを大切にする会
会長・今村 ☎090-3325-7329

原案にご意見を

都市計画マスタープラン(案)

市では、概ね20年後の本市のあるべき姿を考え、その実現に向けた都市づくりを進めています。今回都市づくりの指針となる「指宿市都市計画マスタープラン」の原案をまとめました。

パブリック・コメント制度に基づき、広く市民の皆さんから意見等を募集します。多くの意見をお寄せください。

■公表の場所
○都市整備課都市整備係
○山川・開聞支所地域振興課総務係
○市ホームページ
<http://www.city.ibusuki.lg.jp/>

■意見等の募集期間
10月1日(火)～30日(水)必着
■意見等の提出方法
所定の様式により、次のいずれかの方法で提出してください。所定の様式は、公表の場所および市ホームページ上にあります。

■意見等の取り扱い
お寄せいただいた意見等は「指宿市パブリック・コメント制度実施要綱」に基づいて取り扱い、プラン策定の参考にさせていただきます。
なお、お寄せいただいた意見に対する回答は、ホームページで公開します。

問い合わせ先
都市整備課都市整備係
☎022111(内線363)



秋の農作業事故 ゼロ運動月間



10月は「秋の農作業事故ゼロ運動月間」です。

現在、多く発生している農業機械による農作業事故を防ぐため、次のことに注意し、安全に心掛けましょう。

■安全対策事項

- トラクターなどの転落・転倒事故防止のため、危険箇所を確認を徹底しましょう。
- 農道の路肩・側溝周りやほ場のあぜ際は、草刈りを行い目視できるようにしましょう。
- 作業は計画的に行い、定期的に休憩を取るなど無理をしないようにしましょう。
- 作業中の災害に備え、労災保険等に参加しましょう。

※労災保険については、JAいぶすきの本所管理課または各総合支所に問い合わせてください。

■スローガン
「ベテランの 慣れと疲れが事故のもと」
「農作業はもちろん 行きも帰りも 要注意！」

問い合わせ先
農政課担い手支援係(いぶすき農業支援センター内)
☎022111(内線714)

交通事故の無料相談

交通事故に関する損害調査、後遺障害の認定手続き、損害賠償額の試算、治療や後遺症などに関する不安や悩みなど、交通事故に関するすべての相談に応じます。

■日時 10月12日(土)10時～15時

■場所 市民会館小会議室
予約・問い合わせ先
NPO交通事故被害者救済推進協会

南薩地区担当 有田ムツミ
☎099-345-11089
※常設の電話相談窓口
(月・金・9時～16時)
☎099-345-11089

提案公募型補助事業

ツマベニチョウを大切に

市のチョウに制定されている「ツマベニチョウ」を守り、市内どこでも見られるような環境づくりを進めるため、「ツマベニチョウを大切にする会」が発足しました。

幼虫を守ろう!

当会では、市内を巡回して幼虫の保護活動を行います。幼虫が生息するギョボクの枝葉に「保護ネット」をかけ、外敵から守る活動です。

保護ネットは無料で配布します。家庭や近隣にギョボクがある人は、協力してください。

問い合わせ先
ツマベニチョウを大切にする会
会長・今村 ☎090-3325-7329

LOVEいぶすき 販売日程

地域女性団体連絡協議会と市では、畜産・園芸向けにLOVEいぶすきを製造・販売しています。

販売日程

販売日		
10月	13日(日)	—
11月	10日(日)	27日(水)
12月	15日(日)	—
1月	5日(日)	22日(水)
2月	9日(日)	—
3月	9日(日)	26日(水)

- 販売時間 10時～14時
- 場所 山川農業センター
- 価格
 - 1ℓ当たり10円
 - 1人100ℓまで
- ※容器を持参してください。
- ※できるだけお釣りが要らないよう準備してください。
- 購入の条件
 - 市内に在住していること
 - 農場や家庭菜園など使用場所が市内であること

その他
販売する畜産・園芸向けのLOVEいぶすきは、材料に糖蜜を使用しているため、黒色で独特の臭いがあります。掃除や洗濯、ペットのにおい消しなど、家庭で使用する場合は、糖蜜を使用していない家庭用LOVEいぶすきを購入してください。糖蜜を使用していないものは、販売日に販売するほか、市内の取扱店で購入できます。(1本2ℓ入り480円)

問い合わせ先

- 地域女性団体連絡協議会 会長・伊佐 ㊧0408
- 農政課畜産係(いぶすき農業支援センター内) ㊧2111(内線716)



犬は正しい飼い方を

「少しなら良いだろう」と犬を放す飼い主が見受けられます。犬が怖い人も嫌いな人も、安心して暮らせるよう、放し飼いはやめましょう。また、路上に犬のふんがそのままになっており、地域住民をはじめ、観光客も不快な思いをしています。散歩の際は必ず引き綱(リード)をつけて、ふんの始末ができるように、袋やミニスコップ等を携帯しましょう。

犬の習性を理解して、しつけを行いましょう。問題行動が、近隣に迷惑を掛けていないか気を配りましょう。犬も家族です。愛情を持った正しい飼い方をしてください。

問い合わせ先

- 指宿保健所衛生係 ㊧3854
- 指宿保健センター ㊧2111(内線283)
- 山川支所市民福祉課 ㊧1113
- 開聞支所市民福祉課 ㊧3111(内線171)

行政相談所

行政相談が、次の日程で実施されます。暮らしの中で、行政に対する苦情や要望などがあれば、この機会に相談してください。

- 総務大臣から委嘱された行政相談委員が、中立・公正な立場で助言します。
- 相談は無料で、秘密は固く守られます。
- 指宿地区
 - 日時 10月17日(木)、18日(金) 9時～15時
 - 場所 市老人福祉センター
 - 担当委員 今村新作 ㊧4285

○山川地区

- 日時 10月22日(火)10時～12時
- 場所 利永集落センター
- 担当委員 田中誠一 ㊧2110
- 開聞地区
 - 日時 10月23日(水)～25日(金)12時～15時
 - 場所 開聞農業構造改善センター
 - 担当委員 村山陽子 ㊧4814



問い合わせ先

- 総務課総務係 ㊧2111(内線112)

岩本交差点の改良工事

国道226号(今和泉地区)の岩本交差点は、県道岩本開聞線の池田方面への右折車両の停車により、本市街地向けの直進車両の通行が妨げられ、渋滞が発生し、事故が懸念されてきました。

今回、隣接地権者のご理解を頂き、国土交通省、鹿児島国道事務所が発注による交差点改良工事が始まりました。なお、工事期間は、平成26年3月末を予定しています。

問い合わせ先

- 土木課土木建設係 ㊧2111(内線354)

砂むし会館「砂楽」のマスコット

名前が決定しました



動物造形作家であり、本市の観光大使である朝隈俊男氏がデザインした砂むし会館「砂楽」のマスコットキャラクターの名前が「砂吉」に決定しました。

この名前には、砂楽を訪れた人の幸せ(吉)を願う想いが込められています。名前のお公募から投票まで多くの人に協力いただき、ありがとうございました。

- 販売先
 - 砂むし会館「砂楽」内ふるさとショップ ㊧3259
 - ふるさとショップ指宿駅店 ㊧4114
- 問い合わせ先
 - 観光課観光管理係 ㊧2111(内線322)

10月は「土地月間」

土地は国民のための限られた貴重な資源です。明日の豊かな暮らしのために土地の有効活用が大切です。

公有地の拡大の推進に関する法律

国土利用計画法と、公有地の拡大の推進に関する法律では、乱開発や無秩序な土地利用を防止し、秩序ある整備を促進するため、一定面積以上の土地取引について届出制を設けています。

届出の必要な土地取引
土地の有償譲渡で、次に該当するもの
●都市計画区域内
①道路、都市公園、河川など
②それ以外で10,000㎡以上

国土利用計画法

届出の必要な土地取引
売買や交換、代物弁済などで、次に該当するもの
※個々の取引面積は小さくても、合計で一定面積以上となる場合には届け出が必要
です。

届出の必要な土地取引
土地を譲渡しようとする日の3週間前まで
※いずれも、届け出をしないと法律により罰せられることがあります。

- 都市計画区域内
5,000㎡以上
- 都市計画区域外
10,000㎡以上
- 届出者
土地の権利取得者(買い主)
- 届出期限
契約締結日(予約を含む)から2週間以内

- 都市計画区域内
届出は不要です。
- 都市計画区域外
届出は不要です。
- 届出者
土地の権利譲渡者(売り主)
- 届出期限
土地を譲渡しようとする日の3週間前まで
※いずれも、届け出をしないと法律により罰せられることがあります。
- 届け出・問い合わせ先
市長公室企画調整係 ㊧2111(内線128)



アリモドキゾウムシ・イモゾウムシの再発防止に協力を

現在、市では、関係機関の協力のもと、病害虫の侵入警戒調査を実施しています。市民の皆さんも再発防止に協力してください。

※生のサツマイモを庭先に捨てることアリモドキゾウムシ等の餌となり、発生した場合、被害が拡大し危険です。

平成18年にアリモドキゾウムシ、平成20年にイモゾウムシの発生が確認され、発生地域において防除作業を実施し、両病害虫のえさとなるサツマイモ等の栽培を禁止してまいりました。平成24年3月には、根絶が確認され、サツマイモ等も自由に栽培できるようになりました。

■保管方法
サツマイモは虫が入らない容器に入れて、なるべく家の中で保管しましょう。倉庫や土間で保管する場合は、地面よりも一段高くして置くようにしてください。※虫が食べた跡や、虫が付いているサツマイモを見つけた場合は、すぐに連絡してください。

しかし、今後再発すると、サツマイモ等の栽培ができず、甚大な被害が懸念されます。サツマイモの野外への放置や、捨てイモは絶対にやめて、次の点に注意して、処分や保管をしてください。

■処分方法
生のサツマイモの切れ端や皮等は、加熱してから家庭ごみとして出してください。

- 問い合わせ先
 - 県病害虫防除所 ㊧09912451157
 - 南薩地域振興局農政普及課 指宿市十二町駐在 ㊧6422
 - 農政課営農振興係(いぶすき農業支援センター内) ㊧2111(内線712)

誕生

(※印は左ページに写真掲載)

指宿地域	氏名	地区	保護者
	郡山 奏漂	宮ヶ浜	香奈子大
	小川 ゆず香	外城市	敦愛司
	内村 陽樹	二月田	このみ樹
	古江 楓稀	二月田	杏志
	栄 千華子	玉利	千春仁志
	福留 茉莉香	玉利	晋也
	上村 昊	玉利	千恵美
	堤田 華朋	北十町	千恵美
	岡元 瑞希	弥次ヶ湯	裕美里
	西 大河	湯之里	純美
	肥後 凛哉	湊中	有純
	林 奈穂	迫北	憲望
	西園 菜乃	迫北	円誠
	白澤 亜彩	迫北	百合香
	高橋 かな	摺ヶ浜北	桃馬子
	吉崎 礼夢	中小路	寛和
	松下 宗達	丈六	寛和
	白木 利菜	国立病院	明菜

わが家の自慢

じまん

～子どもはまちの宝です～

応募・問い合わせ先 市長公室広報統計係 ☎22111(内線172)

 上村 昊ちゃん 元気いっぱい大きくなあれ♡	 栄 千華子ちゃん 華やかに笑う子になってほしいです。	 内村 陽樹ちゃん みんなに愛される元氣な子に育ててね
-------------------------------------	--	--

 吉田 有吾ちゃん 皆に可愛がられて元氣な男の子になってね！	 島ノ江 莉桜ちゃん 元気いっぱい優しい子に育ててね♡	 今村 聖輝ちゃん お兄ちゃんと仲良く元氣に育ててね♪	 西園 菜乃ちゃん 宝物が増えました♪ねえねえと仲良くね☆	 西 大河ちゃん 誕生を心待ちにしていたよ。大きくなってね
---	--	--	--	--

 田原 由梨ちゃん 【瀧山】 10月2日1歳の誕生日由梨健やかに育ててね	 竹山 結莉ちゃん 【永吉】 明るく優しい子に育ててね♡	 泉 萌々菜ちゃん 三姉妹♡仲良く元氣に育ててね！	 青木 隆之介ちゃん たくましく健やかに育ててね。	 牛込 翔瑛ちゃん 兄弟仲良く、すくすく元氣に大きくなあれ！
--	--	--	--	---

市外	氏名	地区	保護者
	青木 隆之介	相馬市	由智香
	岩下 瑠花	山形市	翔瑛
	和田 康佑	福島市	友弘
	小牧 星菜	福島市	佳弘
	泉 萌々菜	福島市	達也
	皆葉 彩羽	高崎市	雄美
	三好 航太	伊予市	裕武
	濱田 光洋	常滑市	裕美

山川地域	氏名	地区	保護者
	石神 菜月	国立病院	陽竜二
	山元 羽萌	岩本中	美義和

指宿地域	故人	年齢	地区
	諸留 澄江	87	堀切園
	田原 正則	96	温湯
	徳永 正則	87	下里
	東 晴海	82	湯之里
	吉元 ミツエ	88	湯之里
	前田 キミエ	96	片野田
	田中 誠一郎	77	木之下
	土師 利雄	67	五郎ヶ岡
	岩下 正晃	87	湊中
	谷元 良子	81	大牟礼西
	中 茂雄	82	小牧西
	有村 ミ弘	105	下吹越
	戸破 ミ弘	77	浜東
	岡崎 ス	103	飯屋
	小田口 ナミ	91	玉利
	山本 富行	52	尾掛
	尾辻 フサ子	85	温湯
	野元 幸義	77	尾掛
	西村 一典	63	小牧中
	谷 武雄	73	大渡
	池澤 ツミ彦	82	宮
	秋元 利彦	94	弥次ヶ湯

追悼

山川地域	故人	年齢	地区
	宮畑 ヨシ	90	瀬崎
	古田 康	58	向吉
	杓瀬 タマエ	96	湯之里
	井上 久	86	麓下
	上玉利 松雄	91	湯之里
	福里 磐夫	92	町1区東
	前村 久雄	90	下原
	大川 忠愛	93	永田
	室屋 一志	82	愛宕下
	東 コトネ	88	中村
	伊藤 廣松	70	井手下
	外 實弘	81	上出
	東 義弘	88	中村
	水 流スエキク	93	神方上
	湯之上 幸雄	72	西村
	田上 勝生	85	田上
	松安 子	81	後馬場
	東 タケ	90	徳光苑
	倉山 伊勢彦	87	東上
	田中 ナルエ	91	摩富吉

西川 愛吉 84 玉井
 下川 アツ子 75 松原
 山下 常吉 90 塩屋

※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。

8月31日までの受付分

掲載を希望する人は、届出時に、市民協働課、山川・開間各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)

篤志

次の方々が市社会福祉協議会に寄付してくださりました。ありがとうございます。

一般寄付 (敬称略)

- 迫北グランドゴルフ ホールインワン寄金
- 指宿ムービープロジェクト 「太平洋旅立ち」CD売上金
- 増田芳子
- 匿名

男女共同参画社会シリーズ

未熟な家事から学ぶ

ワーク・ライフ・バランスの大切さ

先月号に引き続き体験談を紹介いたします。

育児休業体験談

私はよく、子どもたちの服を取り違えてしまいます。体格の良い次男は、長男の服とサイズがあまり変わりません。毎日のように着替えを手伝っています。子どもたちの服の柄までよく見ていなかったのですね。

また買い物でも未熟さを感じます。他の買い物客を見てみると商品の前でいろいろと考えています。きつと安く考えているので、献立を考えているのでしょうか。

私は買いたい物を何も考えずにポンポンと買い物かごの中へ。その結果、材料が余ったり支払いが高かったりする場合があります。

家事・育児は、とても奥が深いと実感します。毎日続けていると、世間に取り残されているような気持ちになります。

私は復職することがあらかじめ決まっていたのですが、このような事を日常とし、毎日当たり前のようにつながっている人はすごいと思います。

育児休業も終わり、今は共働きで子育てをしています。失敗を繰り返して、反省しながら私たちの子育てや生活はこれからも続いていきます。

○ワーク・ライフ・バランス (仕事と生活の調和)

仕事とプライベートを自分が満足するバランスで展開し、そのバランスを選択できる環境(職場の制度等)を整え、暮らしも職場も幸せにしていきたいでしょう。

それぞれの状況でしっかり責任を果たすことで、社会が変わるかもしれません。

問い合わせ先

市民協働課パートナーシップ推進係

☎22111(内線211)

今、やっています。特定健診

分かりやすい医療の話

MEDICAL LECTURE



Doctor
今月のドクター

指宿医師会 福岡 正樹

市では、毎年7月から11月ごろまで、40歳以上の人を対象に特定健診を実施しています。各地域や集落ごとに月を決めて、毎日（休診日を除く）ほとんどの医療機関で受診できます。これから予定している人はもちろん、すでに受診期間を過ぎた人でも11月ごろまでは受診可能です。

特定健診で何が分かるの？

「健康診断記録票」に基づいて、具体的に説明します。

○身体計測

自分の体格が医学的に肥満か、メタボ体型であるかが分かります。

○血圧

すでに高血圧症か予備軍なのか分かります。身内に高血圧症や脳卒中の人がいたら要注意です。

次に血液検査です。

○脂質系

中性脂肪、コレステロール、特に悪玉コレステロールの値はどうか、血液のサラサラ具合や動脈硬化の程度が分かります。これによって、心筋梗塞や脳梗塞などの危険性が分かります。

○肝機能・腎機能

アルコール肝障害や脂肪肝、ウイルス肝炎（B・C型）の有無や腎臓は正常に働いてくれているか、慢性腎臓病になっっていないかが分かります。

○血糖とHbA1c（ヘモグロビンA1c）

受診時の、血液中の糖の値を測ります。HbA1cでは1〜2カ月前の糖尿病の平均したコントロール具合が分かり、糖尿病の治療に役立ちます。

○尿酸

これは、男性に多い痛風という病気の原因となります。プリン体という物質を含む飲料品を多量に取ると数値が上がります。また、腎臓に悪さをすることがあります。

○貧血検査

血は足りているか、貧血であれば何が原因か、特に女性で他人よりも疲れやすかったり、ちよっとした労働で息が上がったりする人は要注意です。

次は心電図です。

不整脈や狭心症、心不全など心臓の働きが分かります。

次は問診・診察結果です。

特定健診を受診するとおそろしく最後は診察だと思えます。検査から医師が総合判定をして、受診者に結果を通知します。

皆さんは、その結果で今後どう対処するのか、医師と相談して決めてください。ここまですべてが健診の内容です。受けっぱなしではダメですよ！

最後に受診に際して話しておきたいことがあります。

○受診当日は、定期の薬は飲んできてください。

○受診当日、「いつもどおり飲食してしまっただけ」という人も受診してください。多少検査結果に誤差が出ますが、飲食したと分かれば、それを考慮して判定しますので、大きな問題はありません。

何はともあれ、まずは健診を受けましょう。

