

いぶすき

5
2015 May
vol.113



「特集」私たちが伺います
出張健康鑑定団
注目のスポーツ
ポールウォーキング

いぶすき 5

Ibusuki City Public Relations

2015 May vol.113

印刷/発行指宿新報社印刷
〒891-0404 鹿児島県指宿市東方8068-3 ☎2002

5 May 2015 インフォメーションカレンダー

開催場所
指宿保 指宿保健センター 開間保 開間保健センター
指宿健 指宿市役所ロビー 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 山川図 山川図書館

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
4/26	4/27	4/28	4/29	4/30	1	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日 ●こどもの日体育施設の無料開放	6 振替休日	7 ●成人定期健康相談 9:30~11:00 指宿保	8 ●献血 9:00~12:00/13:00~16:00 指宿健 ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 開間保 ●乳児・産婦健診(山川・開間地域児対象) 12:50~13:05 (受付) 開間保 ●6~8か月健診(山川・開間地域児対象) 13:05~13:20 (受付) 開間保	9 ●宮ヶ浜まち歩きと 篤姫ゆかりの地をめぐるウォーク
10 ●マイエンザ販売日 ●春のグリーン指宿 ●ポールウォーキング無料体験	11 ●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	12 ●粗大ごみ収集(福元・大山・利永区) ●乳児・産婦健診(指宿地域児対象) 12:50~13:15 指宿保	13 ●障害者就業・生活支援の巡回相談 ●センター開放、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 ●子育てママ・パパの運動教室(託児付き) 10:00~11:00 指宿里 ●ヘルシーランド健康相談 10:00~13:00 ヘルシ ●1歳6か月健診(指宿地域児対象) 12:50~13:15 (受付) 指宿保	14	15 ●子育てママ・パパの運動教室(託児付き) 10:00~11:00 山川文	16 ●スター・ウォッチング
17 ●健康ふれあいパターゴルフ大会 ●指宿トライアスロン大会 ●鯉、西郷どんの道ツアー ●家庭倫理の会講演会 ●「がん治療最先端を知る」講座	18 ●行政相談(山川地域)	19 ●粗大ごみ収集(成川・小川・岡塚ヶ水・浜尾ヶ水区)	20 ●センター開放、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 (受付) 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 (受付) 指宿保	21 ●県行政書士会の無料相談会 ●行政相談(開間地域) (~23日)	22 ●行政相談(指宿地域) ●母子手帳交付、妊婦相談 9:30~11:00 開間保	23 ●ミニバレーボール大会
24	25 ●母子手帳交付、妊婦相談、成人定期健康相談 9:30~11:00 山川文 ●マタニティスクール(※要予約) 19:30~22:00 指宿保	26 ●粗大ごみ収集(鰐・尾下区)	27 ●チャレンジデー ●マイエンザ販売日 ●センター開放、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 (受付) 指宿保	28 ●子育てママ・パパの運動教室(託児付き) 19:00~20:00 指宿保	29 ●育児相談 10:00~11:30 開間保 ●3歳児健診(山川・開間地域児対象) 12:50~13:15 (受付) 開間保	30 ●学びのふるさと講座 ●第11回九州・沖縄地区ウォーキング大会in佐賀(~31日)
31	6/1 ●特設人権相談所 ●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	6/2	6/3 ●センター開放、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 (受付) 指宿保	6/4 ●成人定期健康相談 9:30~11:00 指宿保	6/5 ●母子手帳交付、妊婦相談、成人定期健康相談 9:30~11:00 開間保 ●6~8か月健診(指宿地域児対象) 12:50~13:15 (受付) 指宿保	6/6 ●山川みなと祭り花火大会(本祭は翌日)

●イベント情報など ●保健センター日程

人のうごき 4月1日現在(前年比)

総人口	42,178人 (-349)
男	19,280人 (-149)
女	22,898人 (-200)
世帯数	19,020戸 (-44)

今月の税金は?

税の種類	期別
固定資産税・都市計画税	全期・1期
口座振替日	5月25日(日)
納付書での納期限	6月1日(日)

国税務課収納対策室管理係☎232
編集発行
指宿市長公室広報統計係
〒891-0497 鹿児島県指宿市十町2424番地
☎2111☎123
ホームページ <http://www.city.ibusuki.lg.jp>
メール info@city.ibusuki.lg.jp

今月の表紙
市内の各学校で入学式
真新しい制服で新学期

4月、市内の各学校で入学式が行われ、12小学校366人、5中学校334人が新たなスタートを切りました。今和泉小では、ニコニコした笑顔や緊張した面持ちの新1年生が入場すると、在校生や地域の人たちが温かい拍手で新入生を迎え入れていました。

私たちが伺います！



出張 健幸鑑定団

どんなことをやるの？
次のような測定を行い、あなたの健康度を鑑定します。

あなたの健康度をチェックします
市では、市民に自分の健康について知ってもらうため、出張健幸鑑定団を結成しました。保健師や管理栄養士などの「団員」が、多くの人が利用する店舗や金融機関に出張し、健康度を鑑定します。

- ・体組成計で体内年齢を測定
- ・血圧測定
- ・家庭で作ったみそ汁などの塩分濃度の測定
- ・適正な塩分濃度で作ったみそ汁の試飲
- ・保健師や管理栄養士、インストラクターによる健康相談

談や食事相談、オススメの運動のアドバイス
※実施する内容は変更になることがあります。

希望者には、鑑定した結果をもとに保健師や管理栄養士、インストラクターがあなたに合った食事法や運動法などの簡単なアドバイスをいたします。また、体験者にはオリジナルの「健幸鑑定書」を発行します。

協力店舗・金融機関などを募集します

出張健幸鑑定団では、市民の健康づくりを応援するため、この取り組みに協力いただける店舗や金融機関などを募集します。6畳ほどのスペースがあれば、健診できます。店舗での催しやキャンペーンなどで活用してみませんか。※詳しくは、問い合わせください。
申問 健幸のまちづくり推進室
☎ 221111 ☎ 287



写真左から 下吹越室長、加納技師(管理栄養士)、江川技師(保健師)、中野インストラクター

鑑定 必須アイテム

水分の塩分濃度を測る機器で、うすい・ふつう・からいで判定します。簡単に測定できるので、家庭で作る料理で塩分が気になるもの(みそ汁など)を持参してください。
[塩分濃度計]



血圧を測定する機器です。生活習慣病につながる高血圧は、自覚症状がほとんどないので定期的に測定することが大切です。
[血圧計]

[体組成計]



体脂肪や筋肉量、骨量など人間の体の組成を計測するための機器です。主に次の項目が測定できます。

- 体内年齢
測定した体組成が「どの年齢の体組成と近いか」を表現したものです。
- 基礎代謝
1日の消費エネルギーの「7割以上」を占める基礎代謝。同じ体重でも、筋肉が多く基礎代謝が高い人の方が「ダイエットに適した体」と言えます。

- 脚点
体重に占める脚の筋肉量の割合が理想的とされる値と比較して、点数化したものです。
- 内臓脂肪レベル
腹部CT画像で100cm²を越えていると、生活習慣病を引き起こす可能性が高いといわれています。レベル10が、100cm²に相当します。

出張健幸鑑定団を体験しました!!



INTERVIEW

有村 沙織さん(下吹越)

目標年齢はマイナス5歳!
健康には、日ごろから気を付けています。食事の際は、バランスや量を考えて食べるようにしています。今回の健幸鑑定団に診断してもらって、自分の健康度合いが数値で分かったこと、また体内年齢が自分の年齢より若く出たことは、とてもうれしかったです。

ね。こうやって、体脂肪率や基礎代謝が分かると、もう少し運動しようかなという目安になります。また、今回の測定では、脚点や筋肉量、推定骨量など細かい所も知ることができたので健康づくりの目安になります。
体内年齢が、年齢マイナス5歳を目指して自分を磨いていきたいです。



また、年齢とともに増加傾向にある生活習慣病を早めに発見するには、40歳以上が対象となる特定健診、75歳以上が対象となる長寿健診などを

受けることをお勧めします。本市の特定健診、長寿健診は、他の市町村と比べてかなり充実した内容となっています。市役所から通知が来たら積極

的に健診を受けるようにしましょう。自分の体に関心を持ち、自分を知って健康で長生きしましょう。

自分を知って、長生きしよう。

出張健幸鑑定団は、体組成や血圧などを測るといった簡易的なものですが、日ごろから血圧などを測る人は少ないと思います。人によっては、血圧が高いという事実を知ることが怖いかもしれませんが、まずは自分の血圧がどれくらいなのか知るべきだと思います。

ではと期待していません。健診を受けない人の中には、「自分は健康だ」と思いがちなのも多くいます。高血圧は自覚症状がないことが多いため、サイレント・キラー(沈黙の殺し屋)と呼ばれています。しかも、そのまま放置してしまうと心筋梗塞や脳卒中、動脈硬化などの病気を助長し、ある日突然生命を脅かすこともあります。血圧は年齢と共に上昇傾向にあるため、まずは自分の血圧を知ることが重要です。

INTERVIEW

指宿医師会 生駒 明会長

医療法人 回生会
生駒外科医院院長
平成26年から指宿医師会会長を務める。趣味は卓球。

体組成や血圧を知ること、生活習慣病の早期発見につながります。

また、年齢とともに増加傾向にある生活習慣病を早めに発見するには、40歳以上が対象となる特定健診、75歳以上が対象となる長寿健診などを

参加しよう! 子育てママ・パパ 運動教室 託児付き

普段、自分の時間が持てない子育て世代のママ・パパを対象に、託児付きの運動教室を開催しています。申し込みは不要で、無料で参加できます。夜の部もありますので、リフレッシュしてみませんか?

場所	指宿保健センター (水曜日)	山川図書館 (金曜日)	ゆとり館 (水曜日)	指宿保健センター (木曜日)	開間保健センター (水曜日)
時間	10:00 ~ 11:00			19:00 ~ 20:00	
5月	20日	15日	13日	28日	13日
6月	3日	19日	17日	25日	10日
7月	1日	17日	15日	23日	8日
8月	5日	21日	19日	27日	12日
9月	2日	18日	16日	17日	9日

健幸のまちづくり推進室 ☎2111☎287



挑戦しよう!

一番だしのとり方

みそ汁を作るときは、「だし」をしっかりとることで、塩分量を抑えて、おいしく仕上げることができます。

材料(2人前)



- かつお節 10g
- 昆布 1枚
- 水 400cc



①濡らしたペーパータオルで昆布をサッと拭く。



②鍋に昆布と水を入れ、30分ほどおいてから、弱火にかける。



③昆布の周りに泡がついてきたら、沸騰直前で昆布を取り出す。



④沸騰したらかつお節を加える。



⑤1~2分煮て火を止める。かつお節が沈むまでそのままおく。



⑥万能こし器やペーパータオルでこす。



完成!

指宿での暮らしや旅を、スマートフォンで楽しむ
健幸をコンセプトにしたアプリです。

いぶすきアプリ



楽しい!

厳選したスポットにナビします!
エアタグで、かざした方向に情報が浮き出ます。

得する!

観光 Wi-Fi スタンプラリー
モデルコースめぐってスタンプをゲット。コンプリートで特典もゲット。

びっくり!

浮き出る情報 AR マーカー
スマホをかざすと情報が浮き出ます。
※AR=記載されたマーカーを撮影すると情報が浮き出ます

知っとこ!

健幸ひろば
最新のお役立ち情報を伝えます。

一緒に!

健幸エクササイズ
健康体操などのムービー集です。

役立つ!

いざという時に防災マップ
防災に役立つ情報をチェックできます。

便利!

指宿観光ガイド
指宿の観光情報をスマホで見られます。

いぶすきアプリ楽しいよ! いぶすきアプリインストール方法



iPhoneはこちら
Available on the App Store



Androidはこちら
GET IT ON Google play

指宿市フリー Wi-Fi がスタートしました!

指宿駅前広場(足湯周辺) / 砂むしの里交流の広場 / かいもん山麓ふれあい公園管理棟前 / たまたま箱温泉ロビー / 砂むし温泉砂湯里ロビー / 市営唐船峡そうめん流し / 長崎鼻(龍宮神社先東屋周辺) / 西大山駅 / 魚見港公園 / 池田湖(イッシー公園北側園地)

指宿市 健幸のまちづくり推進室 TEL.22-2111 内287

ポールウォーキング始めませんか

スポーツドクターが
開発した健康法です

ポールウォーキングは、日本で生まれたフィットネスウォーキングの一種です。身長に合わせて調整できる専用ポールを両手に持って歩きます。元は整形外科医が歩行機能回復のリハビリの為に考えた方法です。正しい姿勢を維持して理想的なウォーキングスタイルを作ることができます。よく似たスタイルのノルディックウォーキングはもともと、クロスカントリーの夏場のトレーニングの一つとして始まったもので、ポールの形状や突き方などに違いがあります。

ポールウォーキングの良いところは、ポールを持つことで重心が安定し、転倒を予防できるため、高齢者も安心して大きな歩幅で歩くことができます。この歩くときの「歩幅」が重要で、最近の研究では、歩幅が狭くなるほど認知症になるリスクが高まるということが分かっています。また、上半身を積極的に動かしながら歩くことで、通常のウォーキングに比べて約20〜30%運動効果が上がります。

ポールウォーキングで地域を盛り上げたい

必然的に消費カロリーも増えるので高齢者だけでなく若い人がダイエット目的に始めるケースも増えています。

観光業に携わっている私と、ポールウォーキングとの出会いは、指宿で「観光」と「健康」が一体になった新しい取り組みをしたという思いから、ホテルでヘルスツーリズム商品の企画に取り組んだことがきっかけでした。ポールウォーキングの良さや日本ポールウォーキング協会の活動を知れば知るほど、市が目指す「健幸のまちづくり」に合致しているのではなにかと思えました。



INTERVIEW

日本ポールウォーキング協会
マスターコーチ

内村 ゆりさん

ポールウォーキングの普及を図りながら宿泊客に観光地指宿の魅力を伝える。指宿ロイヤルホテルの若女将。

実際に、私もポールを持つだけで、歩く意識が高まるので、姿勢が良くなり体も引き締まり、何より指宿を歩くことが好きになりました。ホテル周辺の砂浜や若宮神社旧温泉街などは風情があって歩くのには最適です。歩くことで地元の良さを再認識するきっかけになるし、意外に知らないことに気付かされる楽しみもありますね。さらに、全国ではポールウォーキングを地域の防犯に役

立てている地域もあります。地域の見回りを兼ねたウォーキングで、子どもたちやご近所さんとの触れ合いが生まれ、地域の絆が深まる。健康づくりが目的でなくても、「楽しんで取り組んだ結果、健康になった」といわれるようになりますね。

無料体験できます
ポールウォーキングに興味がある人は、無料で体験することができます。
▼期日 / 5月10日⑩、6月14日⑩
▼時間 / 10時30分〜12時
▼定員 / 各20人
▼申込方法 / 電話
⑩指宿ロイヤルホテル
☎22-2111

**ひるごきー
ランチで語る会**

一緒に昼食を取りながら、それぞれの地域・団体における活動や市政などについて、気軽な雰囲気の中で語り合おうというものです。

- ▼対象／市内で活動する4人〜9人までの団体
- ▼テーマ／地域や団体が抱える課題など
- ▼開催内容／昼食を取りながら、テーマに基づいた自由な意見交換を行います。
- ▼日時／原則平日の12〜13時
- ▼場所／各団体の活動場所、市役所指宿庁舎

※昼食を用意してください。

みんなで語る会

市長（担当部課長などを含む）が皆さんの所に伺い、それぞれの地域や団体が抱える課題や市の施策などについて語り合い、その解決策を一緒に考えようというものです。

- ▼対象／市内に居住または勤務する10人以上の団体
- ▼テーマ／地域や団体が抱える課題など
- ▼開催内容／協議方法など事前打ち合わせで決定します。
- ▼協議時間／90〜120分程度
- ▼日時／平日の10〜21時
- ▼開催場所／各団体の活動場所、校区公民館など

共通事項

- ▼申込書／指宿庁舎の総合案内、市長公室秘書係、山川・開聞各支所の地域振興課、市ホームページ
- ▼申込方法／郵送、FAX、持参

※日時などは、市長の公務と調整の上、決定します。
※それぞれの地域や団体が抱える課題などについて協議する場です。個人的な苦情、陳情についてはご遠慮ください。

☎市長公室秘書係
☎21111内1121
☎243826

市長と話をしませんか 気軽に語る会

市では、市民の皆さんと市長が気軽に語り合うことができるよう、2つの対話集会を開催しています。



寄付を募集します

市民のスポーツ・文化の振興を図るため「指宿市スポーツ・文化振興基金」を創設しました。

今後、この基金を永続的に

基金の使い道

運営していくために、市民の皆さんから寄付金を募ります。基金の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。寄付の方法は、問い合わせください。

- ▼スポーツ部門／スポーツ競技力向上対策、スポーツの普及や指導者の育成、県大会以上のスポーツ大会の開催 など
- ▼文化部門／児童・生徒の文化活動技量向上対策、文化の普及 など

☎スポーツ部門 市民スポーツ課スポーツ振興係 ☎270203
☎文化部門 社会教育課文化係 ☎235100

スポーツ・文化振興基金 寄付のお願い



チャレンジデーとは

毎年5月の最終水曜日に世界中で行われている住民総参加型のスポーツイベントです。0時から21時までの間に、15分以上継続して運動やスポーツを行った「住民の参加率（%）」を対戦相手の自治体と競い合います。敗れた自治体は、相手の自治体の旗を庁舎の屋上に掲げるというユニークなルールです。

今年の対戦相手は、茨城県常陸太田市。常陸太田市は昨年、51.9%の市民が参加しています。指宿市は参加率50%（約2万1千人）を目標としています。

あなたも参加しよう

チャレンジデーには、市民はもちろん、その市内にい

る人なら誰でも参加できます。「今日はチャレンジデーだ」と思って体を動かし、報告するだけで気軽に参加できます。

運動したら報告を！

チャレンジデーは、参加率を競うイベントです。運動したら当日の20時までに必ず報告しましょう。

▼報告方法／下の参加報告書を切り取り、地区や区などに設置した投函箱に入れましょう。

※団体で活動した場合は、代表者が報告してください。電話でも構いません。

※報告は1人1回です。

☎報告指宿市チャレンジ実行委員会事務局 ☎2977
※当日21時までの臨時回線

5月27日(水)は、次の場所でイベントを行っています。無料で参加できます。

指宿総合体育館

時間	内容
14:00~15:00	高齢者体操教室(65歳以上を対象にした介護予防体操) ☎長寿介護課高齢者支援係 ☎2111☎255
18:00~19:00	キッズダンス(小学生以下)
19:30~21:00	軽スポーツ体験 ○ドッジビー ○スポレック ○ストラックアウト ○スポーツ吹矢 ほか
19:30~21:00	出張健康鑑定団 ○体組成計で筋肉量や骨量、基礎代謝量などが測定できます。

市営陸上競技場

時間	内容
17:30~18:30 (受付17:00~18:00)	100mチャレンジ(先着100人) ※スターティングブロックは使用できません。
19:30~20:10	野外エアロビクス(雨天時:サンシティホールいぶすき)

☎市民スポーツ課スポーツ振興係 ☎270203

みんなと一緒にチャレンジデー

5月27日(水)、15分以上運動して報告を!!

きりと線

チャレンジデー参加報告書 家庭用

代表者氏名			
性別	男・女	年代	歳代
地区名			
運動内容			
活動場所			
家族などでの参加人数	合計	人(本人含む)	

謝恩の日

すっかり夏の陽気となった5月、この季節に深みを増す緑は「青葉」「青田」「青柳」と「青」で表現されます。

山々の草木の葉にざわめきを起す風は「青嵐」、やがてやってくるのは「青梅雨」です。青々とした山野はみなぎる生命力の表れです。

さて、子どもの頃、よく歌った唱歌に「背くらべ」があります。往の傷はおどろしの五月五日の背くらべ、ちまたたべたべえさんが、計ってくれた…と、よく歌っていました。

この歌を作詞した海野厚は7人兄弟の長兄です。後に、海野氏の弟が「あの歌は、私たち兄弟姉妹のことを歌ったものです」と語っています。きっと兄さんが、弟たちに背丈の印を柱に付けてあげたのでしょうか、仲むつまじい様子が浮かんできます。

私たちが小学校の頃の教科書には「背くらべ」が載っていました。現在の教科書にはないとのこと。どうやら少子化の進行と無縁ではないようです。一人っ子が増え、内容が時代にそぐわなくなったのかもしれない。

子どもの数は本市においても毎年減少しており、学校の風景からも少子化の深刻さは驚くばかりです。子育ての経済的負担や女性が子育てしながら働ける環境が整っていないことなど、さまざまな要因があるようですが、鯉のぼりを揚げ、ちまきや柏餅を食べながら、子どもの健やかな成長を願っていた頃を懐かしく思い出しています。

子どもの声、それが泣き声であったとしても何だか安心するものです。

最近、保育園などの建設に対してトラブルが起こる事例もあるらしく、今や小学校や公園なども含め迷惑施設と受け止められているのは、いささか残念な気がします。もちろん



指宿市長 豊留悦男

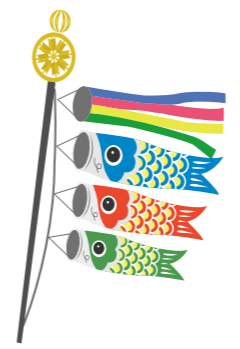
るん自らの生活の快適さを求めることも大切にすべきでしょうが、子どもがのびのび育つ所こそが住みやすい地域のように思います。

何ぶしだ などと 泣き声をしれさせる

と、江戸川柳にあります。子どもが泣くと父親は「いい声だね、それは何節だい」と、子育てを楽しむ親の大きさを感じられます。

江戸時代の親は「子どもは泣くのが商売」と心得ていたようです。

兄妹が背丈を計り合い柱に記す、そんな光景を懐かしく思い出す「この日」です。



三代目 やまと屋の味は「江戸ごやめい」

指宿市二月田で、さつま揚げと鯉加工品の製造・販売業を営む大平博文さん(写真左)。実家は高知県で、かつお節の製造業を営んでいたが、昭和30年代に、原料となるカツオの安定確保のため、山川に移住した。

大平さん自身は、東京でのサラリーマン生活を経て、指宿市内でスポーツ用品店や飲食店を手掛けていたが、10年ほど前に転機が訪れる。

幼い頃から足しげく通い、山川地域の人々から愛されていた、さつま揚げ屋「山元商



店」が閉店するという話を耳にし、「地域の老舗の味を途絶えさせてはいけない」と、「やまと屋」として事業を引き継ぐことにしたのだ。

やまと屋のこだわりは、魚を仕入れ、さばき、さつま揚げに加工するまで、手間暇をかけた一貫して行うこと。味付けや揚げ具合など、元祖山元商店の味を再現するのにとっても苦労した。

大平さんは、「先代は手作業によるさつま揚げ作りにこだわりを持っていた。やっぱり、やまと屋のさつま揚げは他と

は違うと言ってもらえるのがうれしい」と、誇らしげに語ってくれた。

ところで、かつお節の製造過程では、さまざまな部位が生じる。例えば、カツオの腹の部分「腹皮」やカツオの心臓「ちぢんこ」は、昔から山川地域の食卓では親しまれてきた郷土食だ。

大平さんは、地域ならではの珍しいこだわり商品が好まれる最近の市場傾向に目を付け、これらの商品化と既存商品の改良を進めることにした。なかでも、カツオの腹皮薫製「こいじやつど」は、先代の味と製法を引き継ぎつつ、ネーミングにもこだわった。「さまざまなことが起こる人生において、これだ(こいじやつど)と決めたことは、仕事も人生もブレずに進む」大平さんの熱い思いがこもった逸品だ。

商工水産課特産品振興係 ☎2111 ☎314

特産品 シリーズ vol.23

《観光シリーズ》光を觀せて、魅せられて VOL.47

公園で遊びませんか

行楽の季節です。日ごと暖かさを増す春の陽気につられて、外出される機会も増えてくるのではないのでしょうか。市内には、豪州の森公園や池田湖畔、かいもん山麓ふれあい公園など多くの場所に多目的遊具が設置されています。子どもと一緒に公園を利用してみませんか。



新しくなったヘルシーランドの遊具

ヘルシーランドの遊具が完成

山川福元のヘルシーランドにも長い間地域の子どもたちに親しまれてきた多目的遊具がありましたが、経年劣化のため、ここ数年使用できなくなっていました。そのため市では、新設工事を行い、3～12歳の子どもたちが使用することができる多目的遊具を設置しました。この機会に、真新しい遊具で遊んでみませんか。

※遊具は、決まりを守り、特に年少の子どもが利用する時は保護者が見守りましょう。
☎観光課観光管理係 ☎2111 ☎322

男女共同参画社会シリーズ

誰もが自分らしく 安心して暮らせるまちへ

市では、私たちにとって最も身近な人権にかかわる「性別」に焦点を当て、それに起因する問題を解決し、性別にかかわらず一人ひとりの人権が尊重される男女共同参画社会の実現を目指す取り組みを進めています。

- 市内では、次の人たちが、地域に根ざした活動を行っています。
- 県男女共同参画地域推進員 (市男女共同参画推進サポーター兼任)
 - 坂本 清行 (二月田) 中園 伸宏 (二月田)
 - 鍵山あけみ (柳田) 福元 里美 (南十町)
 - 河本 佳子 (成川浜)
 - 市男女共同参画推進サポーター
 - 櫻井美代子 (大園原) 出森 俊郎 (南十町)
 - 亀之園初子 (下里) 上村 悦子 (脇) (敬省略・順不同)



主な活動

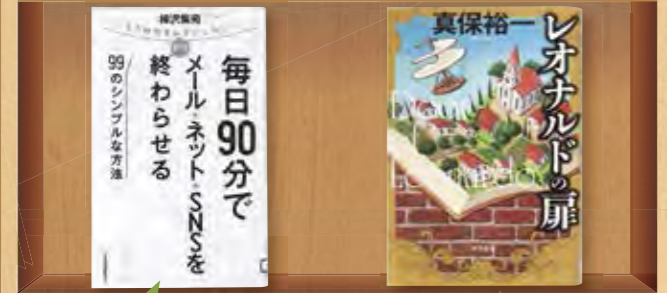
- ・講師やアドバイザーとして地域や学校、団体、グループなどの研修会や勉強会などに参加します。
- ・県や市が行う男女共同参画施策の推進を支援・協力します。

活動を進める中で、団体やグループなどとの連携も必要となります。市民の皆さんのご協力をお願いします。
※講師派遣を希望される場合は、問い合わせください。
☎市民協働課パートナーシップ推進係 ☎2111 ☎212

本のひろば

今月のおすすめ

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



一般図書 (山川図書館)
 毎日90分でメール★ネット★SNSを
 すべて終わらせる99のシンプルな方法
 樺沢紫苑(著)
 東洋経済新報社

一般図書 (指宿図書館)
 レオナルドの扉
 真保裕一(著)
 角川書店

児童図書 (山川図書館)
 ねこの手がしますねこのまき
 内田麟太郎(作) 川端理絵(絵)
 文研出版

一般図書 (指宿図書館)
 てんつくサーカス
 こうだつひろ(作) 田中六太(絵)
 くもん出版



《がん治療について考えませんか?》
 「がん治療の最先端を知る」
 講座を開催します。誰でも無
 料で参加できます。
 ▼日時/5月17日④
 13時30分~15時
 ▼場所/指宿図書館2階
 ▼多目的集会室
 ▼講師/菱川良夫 氏(メデイ
 ポリス医学研究財団)
 ▼メデイポリスががん粒子線治
 療研究センター長
 ▼内容/最新がん治療などの
 医療情報についてセンター
 長から話をうかがいます。

《図書館からのお知らせ》
 ▼定員/30人
 ▼申込方法/電話、窓口
 今月のテーマ展示
 4月23日~5月12日のこ
 もの読書週間にあわせて職員
 おすすめ本の展示を行って
 います。



トツノモツツイ

トツノモツツイ(トキの餅吊り)は、旧暦5月5日に行われる無病息災を祈願する行事です。かつては成川区の各集落で盛んでしたが、現在では鰻区のみ傳承されています。市では、郷土芸能・伝統行事の映像記録事業の一環として、昨年5月のトツノモツツイを取材しました。

綱作り
 行事当日の朝から、綱作りが始まります。男性たちは稲ワラを束ねて練り上げていきます。女性たちは綱に吊るすワラ人形を作ります。綱に、ワラ人形とヤツデの葉、餅を吊るせば完成です。地区の人の話によると、かつては子どもたちだけで山にワラを刈りに行ったり、各家庭に餅をもらいに行ったりして準備をしていましたが、現在は区民が協力して行っています。

トツノモツツイとその由来
 完成した綱は焼酎で清められ、区の入りの道を横切るよう、道端の杉の木に結ばれます。子どもたちは区の内側に並び、「風邪をひかないように」「○○出て行け」と祈願をしながら区の外側へ向かって、綱を越えるように焼酎で清めた石を投げます。行事が終わった後も、綱はしばらくの間張ったまま残され、区を守るのです。

トツノモツツイが始まった時代や由来はよく分かっていません。『山川町史』によると、「トツ」とは、一年間の大事な折目で、祭りのトキ(時または斎か)と記されています。また、この行事には悪疫除けの祈願が込められています。トツノモツツイは、鰻区民と区にゆかりのある人たちによって守り伝えてきました。今年5月10日④に行われます。



地区の外へ石を投げる様子

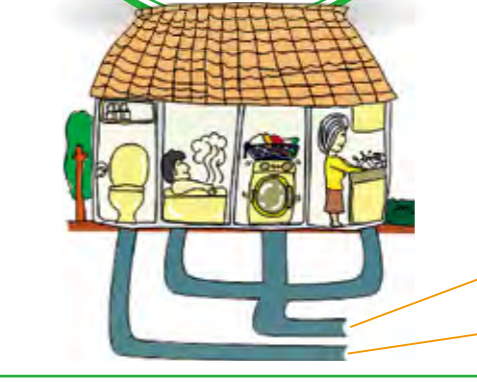


綱作り

海や川を汚す大きな要因は、人の生活排水によるものです。生活排水は約40g/人日の汚濁物質を含んでいます。これらの汚濁物質はどのように海や川へ流れるのでしょうか。

海や川をきれいに ~合併浄化槽に切り替えよう~

みんなの環境広場
 美しい指宿を未来へ残すために④



汚濁物と、風呂、洗濯などの汚濁物がそのまま排出されるため、最も環境に負荷を与える形態と言えます。

生活排水を何も処理しないと、川や海へ流れて、自然環境を汚してしまいます。子どもたちに美しい海や川を残すために、合併処理浄化槽への切り替えをお願いします。

※合併処理浄化槽へ切り替える時は、市の補助が受けられる場合があります。
 環境政策課生活衛生係 ☎2111 ④245



合併処理浄化槽
 微生物の浄化作用を利用して、全ての汚濁物を浄化してから海や川へ排出するため、環境にやさしい浄化槽です。

くみ取り便槽
 し尿はくみ取るので、海や川へ流れることはありませんが、風呂や洗濯などの汚濁物は、そのまま排出されます。

単独処理浄化槽
 し尿のみを浄化しますが、し尿浄化後の

5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						

スマートフォンサイト

 スマートフォンから、図書館の資料の検索や予約をしたり、貸出・予約状況を見ることができます。

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

日	内容	時間
休館日		
火曜	えほんのひろば (指宿図書館)	10:30 ~ 11:15
5日	こどもの日イベント (山川図書館)	10:00 ~ 11:30 14:00 ~ 15:30
8日	よるのおはなし会 (指宿図書館) 演じ手: 図書館職員	19:30 ~ 20:00
9日	ふれあい映画会 (山川図書館)	14:00 ~ 14:40
17日	おはなしのとびら (指宿図書館) 演じ手: 光明寺保育園の先生方	10:30 ~ 11:15
17日	「がん治療の最先端を知る」講座 (指宿図書館)	13:30 ~ 15:00
23日	ボランティアおはなし会 (山川図書館)	14:00 ~ 14:30

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

募集

ふるさと名物商品の募集

地域特産品のさらなる販路開拓や掘り起こしを目的として、ネットの通販サイトなどを利用して「指宿市ふるさと割推進事業(仮称)」を実施します。この通販事業の開始にあたり、通販サイトで販売する商品を広く募集します。

▼事業の仕組み/本事業では、市外の消費者が通販サイトなどを利用して、本来の価格から3割程度引きされた価格で、市が指定する「ふるさと名物商品」を購入できます。市外の消費者に

新小田奨学生

申請 社会教育課社会教育係(時遊館COCO)はしむれ内 ☎2351100

平成27年度の指宿市新小田奨学生を募集します。在学している高校を通して申し込んでください。

▼資格/市内に3年以上居住する人の子弟で、次のいずれにも該当する人
 ・本市に居住し、高等学校に在学していること
 ・学費の支弁が困難と認められること
 ・学業および素行が優秀、かつ身体強健であること

▼支給額/月額5千円
 ▼募集人員/10人
 ※市外の高等学校に在学している人は、事前に問い合わせてください。

▼申込締切日/6月10日 ☎
 問 教育総務課教育総務係 内 411

吹矢サークルの会員

いぶすきスポーツクラブでは、新しく「スポーツ吹矢」のサークルを始めました。年齢、性別を問わず、ゲーム感覚で手軽に楽しめます。

して助成し、購入しやすくすることで、本市の特産品のさらなる購買促進を目指します。

ふるさと名物商品の要件

- ・市内で製造、加工、販売されている商品
 - ・地元では特産品として広く認められている一方で、全国的に知名度不足の商品
 - ・マーケティング戦略などの弱さから市場流通が図れていない商品
 - ・食品については、賞味期限が2週間以上の商品
 - ・運搬に耐えうる商品
- ※「ふるさと名物商品」は、市や関係団体の協議をもって決定します。
- ▼申込方法/電話
 ▼申込締切日/5月27日 ☎
 申 問 商工水産課特産品振興係 内 314

陸上競技公認審判員講習会

平成27年度、28年度は鹿児島県民体育大会の陸上競技が本市で開催されます。また、毎年秋には市民体育祭をはじめ、鹿児島県中学校伝大会や高校駅伝大会なども開催されており、これらの大会には登録された多くの審判

無料体験用の用具も準備していますので、気軽にお越しください。

▼活動日時/毎週 10時～12時
 ▼場所/指宿総合体育館
 問 いぶすきスポーツクラブ ☎2453366

お知らせ

市税等の督促手数料と口座振替

督促手数料について

市税等(住宅使用料、温泉使用料、道路占用料、下水道受益者負担金を含む)の督促手数料は、平成27年度から、督促状を発送した日の翌日から徴収することになりました。市税等は納期限までに納付をお願いします。

□口座振替済通知の廃止
 □口座振替を利用している場合、口座振替済通知書は、平成27年度振替分から省資源化や経費削減により廃止することになりました。通帳などで確認してください。

なお、軽自動車の継続審査(車検)用の口座振替済通知書「納税証明書」と、確定申告書に添付する国民健康保険税等の社会保険料控除用の納

員が必要です。

指宿市陸上競技協会では、各種大会で競技役員として従事する公認審判員を育成するため、新規に審判員登録を希望する人への講習会を開催します。

▼日時/5月16日 13時～16時
 ▼場所/中央公民館
 ▼講師/宮下克巳先生(鹿児島陸上競技協会)
 ▼費用/登録料 2500円、手帳代 500円
 ▼準備するもの/縦4・5cm横3・5cmサイズの顔写真
 ▼申込方法/電話
 ▼申込締切日/5月10日 ☎
 申 問 市陸上競技協会(担当・田淵) ☎090-1116511576

「いぶすきの集い」の参加者

鹿児島指宿会は、本市出身者および本市と縁がある鹿児島市在住の人で、毎年交流会や講演会を開催しています。

▼日時/6月5日 18時30分～21時
 ▼場所/ジェイドガーデンパレス(鹿児島市上荒田19-1)
 ▼会費/4千円
 ▼申込方法/電話

あなたの住まいは安全ですか げけ地近接等危険住宅移転に補助

市では、げけ地崩壊の恐れがある土地に建つ住宅の移転を促進するため、その移転に要する費用の一部を助成しています。

▼事業名/げけ地近接等危険住宅移転事業
 ▼対象となる住宅
 ①昭和46年8月31日以前に建築されたもの
 ②昭和46年9月1日以降に建築され、特定行政庁(県知事等)からは正勧告を受けたもの

※①、②については、高さ2m、勾配30度を超える「がけ」の近くにある住宅
 ※図のような土地に建っている危険住宅であること。

③県が指定した土砂災害特別警戒区域内にある危険住宅

▼補助の内容
 ○除却等費 危険な住宅の撤去に要する費用
 ○建物助成費 危険な住宅に

▼申込締切日/5月25日 ☎
 申 問 上川路会計事務所(担当・赤塚) ☎099-252-7070

男の一人前☆栄養塾

働き世代の男性を対象に、健康な食事を身に付けるための栄養塾を開催します。ヘルシーな一品料理やバランスのよい料理技術を覚えることで、メタボリック体型の予防・改善や生活習慣病発症予防につながるだけでなく、家事の手助けにもなります。

参加者には料理応援グッズをプレゼントします。

▼日時/6月6日 10時～13時
 ▼場所/山川文化ホール
 ▼内容/健康づくりに関する講話や料理初心者に対応した調理実習
 ▼受講料/無料
 ▼定員/14人
 ▼申込方法/電話
 ▼申込締切日/5月28日 ☎
 申 問 健康増進課健康指導係 内 282

第20回指宿市青少年海外派遣事業

オーストラリアでのホームステイを通して、文化・生活

習慣を学びながら、友達づくりや自然探訪などさまざまな体験ができます。広大なオーストラリアで「世界」を体験しませんか。

▼対象/市内に居住する中学生、高校生
 ▼派遣期間/8月16日～27日 ☎
 ※現地の受け入れ状況次第で、期間の変更あり。

▼募集定員/20人以内(最小催行人数10人)
 ▼派遣先/オーストラリア・ロックハンプトン市(姉妹都市)
 ※グラマー・スクールの生徒宅にホームステイし、授業にも参加します。

▼参加料/旅費、研修費、手数料など
 ※市から半額程度の補助金あり。海外事情と参加人数により、経費は変動します。(前回は総額約32万円。)

▼申込書/市内各学校、社会教育課、中央公民館、市ホームページ
 ▼申込方法/市内の各学校に通う学生は学校へ提出。市外の学校に通う学生は社会教育課に提出。

※詳しくは、問い合わせてください。

▼申込締切日/5月13日 ☎

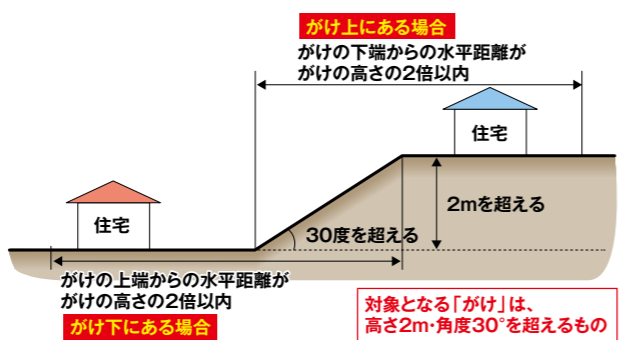
埋蔵文化財包蔵地における土木工事について



遺跡の範囲内やその周辺で、住宅建築や土木工事などの開発事業を行う場合には、工事着手の60日前までに届け出が必要で、家を建てる時は、工事予定地が遺跡の範囲に該当するかを、計画段階などできるだけ早い時期に照会してください。遺跡の範囲を示した地図や届け出に関する書類などは、社会教育課に設置してあります。

また、遺跡の範囲外の場所であっても、工事などで土器や石器などの埋蔵文化財を発見した場合には、連絡してください。

問 社会教育課文化係(時遊館COCO)はしむれ内 ☎2351100



身近な相談相手
 民生委員・児童委員

全国民生委員児童委員連合会は、毎年5月12日を「民生委員・児童委員の日」と定め、この日から1週間を活動強化週間として、民生委員・児童委員やその活動について、より一層の理解促進と周知を図ることとしています。

「広げよう 地域に根ざした 思いやり」

民生委員・児童委員は厚生労働大臣から委嘱されており、安心・安全な福祉のまちづくりを目指し、多くの関係機関と連携して、さまざまな取り組みを推進しています。

心配事や悩み事など1人で抱え込まずに、気軽に相談してください。相談内容に応じて、適切な関係機関へのつなぎ役にもなります。

また、災害発生時に支援が必要となる可能性のある人を把握し、安否確認などを行います。

「地域社会から子どもへの虐待をなくしましょう」

児童虐待によって傷つき、成長や発達が妨げられ、ときには尊い命さえ奪われてしま

無利子で貸し付け 農業振興促進基金



「i広報紙」と検索↓アプリをインストール後、必要事項を入力↓最新号の広報紙が配信されます。

市長公室広報統計係 内123

認定農業者などを対象に、農業用のハウス建設や農業用機械・付属機器を購入する際の資金として、1戸当たり200万円以内(ハウスや機械以外の農業経営に必要な経費は、100万円以内)の貸し付けを実施しています。貸付期間は、金額に応じて5〜8年以内です。ただし、基金には限りがあり、補助事業や農業制度資金を活用する場合は、詳しくは、問い合わせせてく

う痛ましい事件が、全国各地で起きています。「おかしい」「何か変だ」と思ったら、すぐに民生委員・児童委員に連絡してください。秘密は固く守られます。

児童虐待をなくすために、地域の皆さんの協力をお願いします。

地域福祉課児童母子福祉係 内271 山市民福祉課健康福祉係 内118 開市民福祉課健康福祉係 内133

高齢者の実態調査

調査結果は、高齢者の状況把握の基礎資料としてまとめられ、さまざまな問題への対応や緊急時の関係者への連絡見守り活動などの参考資料として活用されます。

なお、調査で知りえた個人情報などは、固く守られます。高齢者福祉行政に必要な基礎資料となる大切な調査ですので、協力をお願いします。

市長寿介護課高齢者福祉係 内255

無利子で貸し付け 家畜購入資金

家畜購入資金の申し込みを受け付けています。

対象/市内の農業従事者で、次に掲げる要件のいずれかに該当する人

- 牛は常時3頭以上、豚は常時繁殖豚3頭以上、または肥育豚50頭以上を飼養しており、今後さらに多頭化しようとする農家
- 耕地面積10a以上を有し、家畜を購入しようとする農家
- 畜種を優良家畜に転換しようとする農家

貸付金額/家畜の購入金額の7割以内

連帯保証人/2人(同一生計でない、保証能力があると認められる人)

貸付時期/8月末頃(貸付日以降の購入家畜が対象)

償還期間/牛 1年据置後4年以内、豚 1年据置後3年以内

申込書/農政課畜産係・市ホームページ

申込方法/直接持参

行政相談週間

日々の暮らしの中で、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。

相談は無料で、秘密は固く守られます。

指宿地域

期日/5月22日(金)
 時間/9時〜15時
 場所/指宿老人福祉センター
 担当/今村新作
 ☎4285

山川地域

期日/5月18日(日)
 時間/10時〜12時
 場所/大山集落センター
 担当/田中誠一
 ☎2110

開開地域

期日/5月21日(水)〜23日(金)
 時間/12時〜15時
 場所/開開農業構造改善センター
 担当/村山陽子
 ☎4814

全国・九州大会出場に 補助金

社会体育の普及振興と競技力の向上を図るため、県外で実施される大会への参加者に補助金を交付します。

松くい虫の航空防除

松くい虫の航空防除を実施します。被害や事故などが発生しないよう協力をお願いします。

申込締切日/5月29日(金)
 申開農政課畜産係(いぶすき農業支援センター内)
 内716

航空防除予定日時	離発着場所	地域	散布予定区域
6月3日(水) 5:00〜10:00	開開山麓ふれあい公園(芝生広場)	開開	○国有林(開開岳周辺) ○開開山麓一帯、ゴルフ場周辺、宝台、荷辛路
【無人ヘリ散布】 5月18日(日)以降 ※詳しくは、問い合わせてください。		指宿	○大山崎
		山川	○戸ヶ峯、長崎鼻周辺
		開開	○開開山麓ふれあい公園周辺、望比公園一帯、入野・物袋海岸一帯

※天候により日時を変更することがあります。

注意事項
 ・散布当日は、松林内への立ち入りや海岸での釣りは避けてください。
 ・葉が車にかかると、塗装が変色したり、剥げたりします。松林の近くに車を駐車しないでください。

対象/体育協会などが主催する各種県大会の予選の結果に伴い、県外で実施される九州大会や全国大会に県代表として、自己負担で出場する団体または個人

補助額/1団体につき10人分までを上限とした次の額

- 九州外(沖縄含む)の大会 1人につき1万円
- 九州内の大会 1人につき5千円

申請書/市民スポーツ課
 申請方法/持参
 届開市民スポーツ課スポーツ振興係 ☎0203

市営唐船峡そうめん流しの 営業時間の案内

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 ☎2143

期間	ラストオーダー
5月7日(水)〜6月30日(日)	17:00
7月1日(水)〜7月17日(金)	19:00
7月18日(土)〜8月31日(日)	20:00
9月1日(水)〜9月30日(日)	19:00
10月1日(水)〜10月31日(土)	17:00

※営業時間は、天候などにより変更する場合があります。

春の 全国交通安全運動

この機会に、一人ひとりの交通安全意識を高めましょう。

期間/5月11日(日)〜20日(水)
 スローガン/横断はしっかりとよく見てたしかめて

運動の最重点事項
 子供と高齢者の交通事故防止

運動の重点事項
 ①早朝、夕暮れ時、夜間における交通事故防止
 ②「3ライト運動」の展開と夜光反射材用品の着用の推進
 ③飲酒運転の根絶
 ④「飲酒運転8せん運動」の展開
 ⑤全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 ⑥全席ベルト着用」します。させます運動」の展開

④自転車等の安全利用の推進(特に、自転車安全利用5則の周知徹底)

⑤交差点における交通事故防止
 ⑥危険管理課安全安心対策係 内152

広報紙をスマホで 広報紙始めました

広報紙をスマートフォン・タブレットで手軽に読んでも

農地の利用変更は 申請や届け出を

農地に家や農業用倉庫を建てる場合、また、相続などにより農地の所有者が変更になった場合や農地の売買、転用形状変更を行う場合は、許可申請や届け出が必要です。

農耕地林務課林務管理係(いぶすき農業支援センター内) 内719

「農振法」に基づく手続き

農地を住宅や農業用倉庫など、農用地以外の用途に利用する場合、区域からの除外や用途変更などの手続きが必要になります。場所によっては、住宅を建てることのできない農地もあります。事前に相談してください。

なお、申請から許可までには、およそ6カ月を要します。この手続きを経た後、農業委員会が農地法の手続きになります。

「農地法」に基づく手続き
 ・農地を耕作する目的で所有

申請などの提出期限

※許可を受けずに転用した場合、原状回復や罰則が科せられる場合もありますので注意してください。

許可を受ける月	申請書・届け出提出期限	許可を受ける月	申請書・届け出提出期限
6月	5月29日(金)	11月	10月30日(金)
7月	6月30日(日)	12月	11月25日(水)
8月	7月31日(金)	1月	12月28日(日)
9月	8月31日(日)	2月	1月29日(金)
10月	9月30日(日)	3月	2月29日(日)

内容によっては許可までの期間がのびることがあります。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

届開農政課 農政課農政係(いぶすき農業支援センター内) 内714、農地法 農業委員会農地係(いぶすき農業支援センター内) 内721

「大年礼・湊・湯の浜」地区
住居表示の届け出を

大牟礼一丁目〜五丁目、湊一丁目〜四丁目、湯の浜一丁目〜六丁目において住居表示を実施しています。

これらの区域内で、建物を新築・取り壊し・改築などを行った場合、住居番号を新たに付番・廃止する必要があります。なお、住民異動届(転入・転居など)の際に、新しい住

居番号を記した付番通知書が必要となりますので、必ず届けてください。

▼届出に必要なもの/建物の出入り口の位置が確認できる図面、印鑑

▼住居表示とは/建物に順序良く番号(住居番号)を付けて場所を分かりやすくするための方法です。

申開 市長公室企画調整係
☎127

PICK UP NEWS

障害者手帳のカバーを統一しました

県では、4月から身体障害者・知的障害者・精神障害者の人に交付する障害者手帳のカバーを統一しました。

○これまでの療育手帳、精神保健福祉手帳の色や大きさを従来の身体障害者手帳(緑色)に合わせ、表記を「障害者手帳」と表記します。

○現在所有している障害者手帳はそのまま使用できますが、各種申請時による再交付申請時に、新しいカバーの手帳を交付します。

○カバーの変更を希望する人は問い合わせてください。

申開 地域福祉課障害福祉係
☎275



農地災害復旧にかかる
材料支給

梅雨時期などの大雨の影響で農地(水田、畑など)の土手が崩れるなどの被害を受けた場合、必要な材料の一部を支給しています。

▼支給品/土のう袋、杭、ネット、ラสบ板など

※復旧作業は、個人で行う必要があり、個人で行う必要がなくなります。

※被害の程度によっては、国庫補助の災害復旧事業の対象となる場合があります。

申開 耕地林務課耕地係(いぶすき農業支援センター内)
☎718



耕作放棄地の
再生支援

荒廃した耕作放棄地を借り受けて、作物生産を再開する農業者などが行う次の取り組みに対して支援しています。希望者は、問い合わせてください。

ミニバレーボール
大会

申開 縄文の森をつくろう会
(担当・馬場) ☎090-319316445
☎2719990

▼日時/5月23日④18時〜22時

▼場所/指宿総合体育館

▼対象/市内居住の社会人

▼参加料/無料(ただし、今年度協会未登録者は1人500円で登録が必要)

▼申込締切日/5月18日④17時まで

申開 指宿総合体育館
☎3511

家庭倫理の会
講演会

▼日時/5月17日④10時〜11時50分

▼場所/開開総合体育館

▼入場料/千円

▼テーマ/生きぬく力

▼講師/吉澤綾子氏(一般社団法人倫理研究所)
申開 家庭倫理の会南薩会長 坂元エイ子 ☎21176

学びのふるさと講座

▼解き明かされる先史時代の鹿兒島・沖縄の交流

▼歴史・考古学・自然などさまざまな分野の専門家による、年5回の講演会を行います。

▼最新の発掘成果を交えながら、土器や貝製品が語る先史時代の南島文化、そして、古代の鹿兒島・沖縄の交流について解き明かします。

▼日時/5月30日④13時30分〜15時

▼場所/時遊館COCOはしむれ

申開 時遊館COCOはしむれ

▼事業内容
①耕作放棄地を再生利用する活動への支援
・定額支援 5万円/10a
・重機を用いて行う場合などは、1/2以内など
・土作り 2万5千円/10a
②施設などの整備への支援
耕作放棄地の再生利用に必要な基盤整備や農業用機械・施設、貯蔵施設、農業体験施設などの整備を支援
小規模基盤整備 2万5千円/10a
③戦略作物などを栽培する活動への支援

申開 農業委員会振興係(いぶすき農業支援センター内)
☎722

催し

宮ヶ浜まち歩きと
篤姫ゆかりの地をめぐる
ウォーク

▼日時/5月9日④
・スタート 8時30分〜11時

▼参加料/無料

▼申込方法/電話

申開 社会教育課文化係(時遊館COCOはしむれ内)
☎5100

▼演題/琉球と薩摩の交流と交易

▼講師/新里貴之氏(鹿兒島大学埋蔵文化財調査センター)

▼受講料/無料

▼申込方法/電話

申開 社会教育課文化係(時遊館COCOはしむれ内)
☎5100

▼期日/5月30日④〜31日④
1泊2日(雨天決行)

▼場所/佐賀県佐賀市

▼集合/8時30分までにセントラルパーク指宿(バスでの移動になります)

▼終了/20時(予定)

▼距離/各日7km〜12km

▼参加料/2万5千円(バス、宿泊、食事、保険料など)

▼申込方法/電話

申開 市観光協会内ウォーキング協会事務局(担当・廣森)
☎3252

▼期日/5月11日④17時まで

▼ゴール 15時まで

▼集合/宮ヶ浜駅
コース/宮ヶ浜駅〜宮ヶ浜まち歩き〜篤姫ゆかりの地(道の駅いぶすき)〜今和泉駅(約8km)

申開 指宿駅 ☎3776

春のクリーン指宿

▼クリーン指宿は、快適に住みやすい環境をつくるための市民参加による清掃作業です。皆さんの協力をお願いします。

▼期日/5月10日④
※雨天中止

申開 クリーン指宿市民会議事務局
☎5550

スター・ウォッチング

▼春の星座と木星・土星を見よう!

▼日時/5月16日④19時30分〜21時

▼場所/時遊館COCOはしむれ駐車場

▼内容/木星を天体望遠鏡で観察します。また、春の夜空にひろがる星座探しもを行います。

▼参加料/無料

▼申込方法/電話

ホテルを見られる時期

▼雨上がりで湿度が高く、風がなく月の出ない夜が好条件です。5月中旬の夕方、薄暗くなって1時間くらいが一番良く出現します。

▼場所/西指宿中学校近くの吉元商会資材置き場近く

▼準備するもの/懐中電灯

▼注意事項/近隣住民に迷惑が掛かる行為やホテルの捕獲はしないでください。暗がりには十分気を付けてください。

申開 吉元憲一 ☎2813

PICK UP NEWS
道の駅いぶすき「彩花菜館」G・Wイベント

3日	軽トラ市
4日	かいらい漁協お魚市
5日	働く車試乗体験(ジープ、パトカー、はしご車) ※記念撮影もできます。
6日	JAF交通安全体験

申開 道の駅いぶすき彩花菜館 ☎279022

スポーツ・文化振興基金に寄付

子どもたちの未来に役立てて

4月10日、関東指宿会の迫進さん(埼玉県川口市在住)が豊留市長を訪れ、市に対して10万円を寄付しました。市は、この寄付金をスポーツ・文化振興基金の第1号として受領しました。中学卒業と同時に本市を離れ60年以上経つ迫さんは、現在、製缶機械の製造会社で会長を務めています。迫さんは、「故郷をいつも思っている。子どもたちの役に立ててほしい」と話しました。



毎月広報誌を楽しみにしていると迫さん(右)

赴任教職員が宣誓式

先生たちをおもてなし

4月10日、市内の小・中学校、高校に赴任してきた教職員の宣誓式が市民会館であり、54人が新任地での活躍を誓いました。式では西森廣幸教育長が、「地域に根付き、地域と共に教育活動にまい進してください」と激励。教職員代表が、「指宿のおもてなし精神を誇りに思い、力を発揮していきたい」とあいさつしました。式後には茶話会が行われ、特産品を味わいながら交流を深めました。



特産品を堪能する教職員たち

県地区選抜バレーボール大会が開催

勝利に向かってアタック

3月21日から2日間、市総合体育館で県地区対抗選抜小学生女子バレーボール大会が行われ、県内各地区から選抜された27チーム約320人が参加しました。本市からも2チームが参加。惜しくも決勝トーナメント初戦で敗退しましたが、白熱した戦いを繰り広げました。キャプテンの永吉凛さん(永吉)は、「負けて悔しかったが小学校最後のいい思い出ができた。中学校でもバレーを続けたい」と話しました。



相手コートにアタック

指宿ロータリークラブが温湿度計を贈呈

健康管理に役立てて

3月19日、指宿ロータリークラブ(出口美富一会長)の4人が豊留市長を訪れ、温湿度計を贈呈しました。今年で創立50周年を迎える同クラブは、節目の年に桜並木の整備や遊歩道の整備など、さまざまな活動を行っています。出口会長は、「部活動や授業中の熱中症対策として役立ててほしい」と話しました。この温湿度計は、市内の中学校、高校、養護学校の9校に設置されます。



温湿度計を渡すクラブ員ら

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

100歳長寿を祝う

いつまでも長生きを

中園ユキエさん(湊南)が4月12日に満100歳を迎えました。市と市社会福祉協議会は祝い金と記念品を贈り、長寿を祝いました。中園さんは現在、指宿温泉病院で穏やかに過ごしています。長寿の秘けつを尋ねると、「踊りが好きで、よく笑い、買い物に行くときはメモをして頭を使うように心掛けていたからでしょうか(親族談)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。



中園ユキエさん

NPO法人「南薩のまなざし」発足

郷土の素晴らしさを発信

4月11日、山川文化ホールで「NPO法人南薩のまなざし」の設立記念式典が行われました。南薩地域に埋もれている歴史や文化などを「南薩学」として集約し、地域や全国に発信しようというのが狙い。式には地域の人など約200人が出席。ガネや煮しめなどの郷土料理が振る舞われ、設立を祝いました。松下尚明理事長は、「行政などと連携・協働して、地域活性化に貢献したい」と今後の抱負を話しました。



地域の食材を活かした料理

まちの話題

ZOOM UP IBUSUKI

オールドカーフェスタが開催

名車・珍車が大集合

3月29日、かいもん山麓ふれあい公園で第17回九州オールドカーフェスタが開催されました。会場には、1940年代に製造された米軍用ジープや1960年代のスーパーカー2000GTなど往年の名車や珍車など約140台が展示。来場者は、懐かしい車を見ながら、オーナーとの会話を楽しんでいました。また、会場内では、いぶすきマルシェも開催。桜が舞い散る会場内は多くの人にぎわいました。



会場には多くの車が集結

比島戦没者慰霊行事が開催

戦後70年、平和を祈る

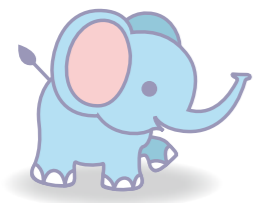
3月27日、比島の地に眠る英霊を慰めようと、花瀬望比公園で戦没者慰霊行事が行われました。戦後70年になる今年は、全国から約1,500人の遺族や関係者が参列。太平洋戦争の激戦地フィリピンで亡くなった約47万6千人の英霊の冥福を祈りました。顕彰会会長の豊留市長は、「戦争の悲惨さを長く後世に語り次ぎ、悲しみの歴史を繰り返さないよう誓います」と慰霊の言葉を述べました。



献花を行う遺族や参列者たち



 奥朝陽ちゃん 優しい素直な子に育ってね☆	 西彩奈ちゃん わが家の宝物☆兄弟仲良く元気に育ってね	 宮里隼颯ちゃん 明るく元気に育ってね。	 吉元盛也ちゃん いっぱい飲んで寝てモリモリ大きくなってね
 白間勇飛ちゃん 笑顔いっぱい元気に育っていいね勇飛くん	 有川莉愛ちゃん パパとママの宝物♡生まれできてくれてありがとう♡	 上菌舞子ちゃん 舞子ちゃん♡家族みんなで仲良く暮らそう♡	 打越陽之介ちゃん 兄弟仲良く、元気で、たくましく育ってね。
 伊瀬知親太朗ちゃん パパとママのところにきてくれてありがとう	 射場山綾乃ちゃん 元気で優しい子に育ってね☆	 上村心虹ちゃん かわいい女の子になってね。大好き♡	



ひんがし
誕生

上吹越 純	當 えみな	西 彩奈	飯屋崎孝輝	前村 彪斗	田畑 杏菜	宮里 隼颯	上久保智也	上川路日菜	神菌 実桜	吉元 鳳明	吉元 盛也	和田 桜河	小吉真音斗	【氏名】	【地区】	【保護者】	
湯山 美昭	湯山 綾武	湯之里 恵裕	高野原 紀翼	弥次ヶ湯 敦徳	北十町 由慎	宮 立二	二月田 しのぶ	二月田 友和	外城市 や祐	外城市 佐達	下吹越 雅隆	大園原 由洋	大園原 玲那	【地区】	【保護者】		
中野 颯介	白間 勇飛	矢野 喜一	有川 莉愛	【氏名】	【地区】	【保護者】	豊倉 陽樹	上菌 舞子	吉田 桜菜	打越陽之介	有村 唯花	中野 栞奈	桑畑 圭吾	秋元 桜介	中川路友理	安川 莉心	奥朝陽
霧島市	枕崎市	世田谷区	東京都	鹿児島市	【地区】	【保護者】	春	春	小川東	小川東	谷村下	井手上	国立病院	向吉	中小路	迫北	奥朝陽
奈津和	候生	義人	愛岬	【保護者】			直樹	京子	純仁	隆二	由紀	紗貴	里太	直裕	まゆみ	明香	綾乃

おくやみ
追悼

江籠昭恵	野元イセツル	前迫國廣	吉元シヅ子	染川嘉照	青木ヨツ子	福留シヅ子	吹留正行	山下ヨシ子	大山典光	小濱弘	川留清志	田原迫ヒサエ	富山ケイ子	福留初男	中原サチ子	内田眞祐	久川豊	櫻井政幸	永山知恵子			
84	89	82	86	93	71	92	82	88	56	85	76	85	77	81	91	90	72	82	84			
北	嶺	屋	里	大牟礼西	宮	柳田	道下	宮ヶ浜	迫南	中浜	中小路	温湯	永吉	柳田	湯之里	湊上	濁口	尾掛	上西			
池田豊志	児玉了	【氏名】	【年齢】	【地区】	開聞地域	濱島イソ	松前長義	山崎マツエ	吉崎喜美雄	木下エツ子	千葉史	上村恵美	今村俊尚	高田静夫	東田ハルエ	吉田正司	濱田キクエ	道下ナツエ	丸山邦廣	中林直樹	後田三郎	
82	86					92	66	92	74	78	81	78	76	96	87	84	82	90	84	58	71	89
川尻東	脇					野道	鰻	平原	竹山苑	岩下	町4区東	徳光苑	愛宕下	前原下	小川中	天神下	東道	飯屋	湯之里	永吉	濁口	北十町

まちの情報交換
南大隅よかところ通信
 フェリーなんきゅうに乗って出掛けよう

今月の話題
第13回チャリティーコンサート&新茶まつり
 福祉・農業・観光を結びつながら過疎化に悩む地域おこしを目指して、今年もチャリティーコンサート&新茶まつりを開催します。新茶の試飲も用意していますので、ぜひご来場ください。

■日時 5月17日⑩ 午前10時開場
 ■場所 花の木農場 (南大隅町根占川北9445-2)
 ■メインコンサート (13:30~15:00)
 鳥羽一郎・神野美伽コンサート
 ■チケット
 大人2,500円 (小学生以下無料)
 ※当日券: 3,000円



■その他
 ◇大隅各地から様々な業者が出店
 コロケ・フランク・ラーメン
 カレーうどん・弁当・ジェラート陶器・衣類など
 ◇他の出演者によるステージ (11:00~)
 伊豆社会福祉法人 白鳩会
 ☎0994-24-2517 (直通)

篤志

次の方々が伊豆社会福祉協議会に寄付してくださいました。ありがとうございます。 (敬称略)

一般寄付
 ○迫北グランドゴルフホール インワン寄金
 ○第44回グラウンド・ゴルフ 山川福祉交流会
 ○健友会(ミニバレー愛好者一同) 匿名

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

3月31日までの受付分

※遺族の方々から香典返しに代えて、伊豆社会福祉協議会に寄付をいただきました。ありがとうございました。

【氏名】 【年齢】 【地区】

西 逸郎 60 鹿児島市

市外
 今村 榮治 90 田中



今月のドクター
指宿医師会
福元 良英

指宿医師会 ☎099-2820

健康教室

MEDICAL LECTURE
~分かりやすい医療の話~

健康設計しませんか

日本人の平均寿命は男性80・2歳、女性86・6歳です。ところが、介護の必要がなく、健康的に生活できる期間を示す「健康寿命」は男性70・4歳、女性73・6歳です。私自身は元気で長生きして、ぽっくり逝きたいと願っています。

「健康寿命」を伸ばすには、①タバコを吸わない、②運動習慣がある、③肥満していない、④お酒を飲み過ぎでない、⑤今の生活が幸せと感じている、ことなどが重要です。いざという時の生命保険家のローン、子どもの養育費、年金など

金銭的な人生設計は立てても、健康設計はどうでしょうか。今回は「健康寿命」を伸ばすための生活習慣病予防について健康設計をしてみましょう。

太りにくい人は、空腹になると食べ始め、満腹になったら食べ終わります。ところが太りやすい人は、それほど空腹ではないのに目の前に刺激(食べ物)があると食べ始め、満腹になっても食べ続け(残さず食べる)。あれば食べるが、なければ食べないタイプの人は、食べたくなくなる刺激を減らすことが有効です。具体

的には、①菓子類は目のつかない所に置く、②グルメ通りなどの危険地帯を通らない、③残り物は翌日に回す、④空腹時に買い物をしない、⑤買い物リストをつくる、⑥外食はヘルシーメニューを心掛ける、などが挙げられます。

ウォーキングなど軽く汗をかく程度の有酸素運動は生活習慣病予防に役立ちます。週150分以上の運動が目標です。1日の歩数と健康指標との関連は、うつ病の予防(4千歩)、心疾患、脳卒中、認知症の予防(5千歩)、骨粗しょう症、骨折、動脈硬化、がんの予防(7千歩)、メタボ(75歳以上)、高血圧、糖尿病、脂質以上の予防(8千歩)、75歳未満のメタボ予防(1万歩)、肥満の予防(1万2千歩)といわれています。また、ウォーキングなどの有酸素運動だけでなく筋力トレーニング(筋トレ)も予防に有効です。筋肉には白筋と赤筋の2種類があります。筋トレでは、赤筋をよく使います。有酸素運動・筋トレの両方を行うと予防効果が増します。(大海を泳ぎ続けるマグロは赤身、海底で静かにしているヒラメやカレイは白身なのも同じ理由。)

体重計に乗る回数が多いほど減量が成功します。朝と晩2回体重を測定すると、太りやすい食べ物や痩せやすい食べ物が自分自身で判断できます。朝と晩の体重増加は、500〜600gが平均です。1kg以上増加している時は何か原因があるはず。食事・運動療法を基礎に、健康設計してみましょう。

人権問題シリーズ 113回

「人権擁護委員の日」特設人権相談所の開設

昭和24年6月1日に人権擁護委員法が施行され、基本的人権を擁護し見守る、人権擁護委員制度が始まりました。

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱され、本市では、9人の人権擁護委員が人権の大切さについて啓発活動を行っています。

全国人権擁護委員連合会は、法施行の6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、全国一斉に特設人権相談所を開設しています。

女性や子ども、高齢者などをめぐる人権の問題など、身近で困っていることがあれば、気軽に相談してください。

なお、相談は無料で秘密は固く守られます。

特設人権相談所

▶日時 / 6月1日(日)10時~15時

▶場所 / 中央公民館

☎市民協働課市民係 ☎2111☎217



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
5月3日(日)	【外科・内科】指宿医療センター	☎22231
5月4日(月)	【外科】指宿脳神経外科 【内科】指宿浩然会病院 (※)	☎21177 ☎23295
5月5日(火)	【外科】木之下クリニック 【内科】伊藤記念病院	☎23940 ☎24466
5月6日(水)	【外科】今林整形外科病院 【内科】指宿さから病院	☎22710 ☎23079
5月10日(日)	【外科】生駒外科医院 【内科】橋口医院	☎23059 ☎250022
5月17日(日)	【外科】長野整形外科クリニック 【内科】いぶすき内科	☎23291 ☎23239
5月24日(日)	【外科】指宿脳神経外科 【内科】指宿温泉病院	☎21177 ☎23653
5月31日(日)	【外科】今林整形外科病院 【内科】福元医院 (※)	☎22710 ☎23053
6月7日(日)	【外科】指宿医療センター 【内科】指宿おおしげ内科 (※)	☎22231 ☎230788

【外科:青色 内科:緑色 外科・内科:青色】
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。 ☎226868

日曜・祝日薬局 (開局時間9時~18時)

月日	薬局名	電話番号
5月3日(日)	指宿薬剤師会薬局	☎26343
5月4日(月)	なのはな薬局 わたせ薬局	☎21111 ☎24739
5月5日(火)	イブスキ薬局	☎24516
5月6日(水)	ハッピー薬局 イブスキ薬局	☎24189 ☎24516
5月10日(日)	チェリー調剤薬局 しのはら薬局	☎243705 ☎252757
5月17日(日)	そうごう薬局指宿店	☎21021
5月24日(日)	なのはな薬局 ヨシ薬局	☎21111 ☎23678
5月31日(日)	ハッピー薬局 ハート薬局	☎24189 ☎2377
6月7日(日)	指宿薬剤師会薬局	☎26343

長期休日当番歯科医 (診療時間9時~12時)

※かかりつけ歯科医が不在のときは、当番歯科医を利用してください。
※通常の日曜・祝日は、かかりつけ歯科医もしくは県歯科医師会館口腔保健センター(☎099-223-0378)を利用してください。

月日	歯科医療機関名	電話番号
5月3日(日)	いぶすき歯科医院	☎25050
5月4日(月)	そのだ歯科医院	☎23561
5月5日(火)	まつもと一広歯科医院	☎24618
5月6日(水)	開間歯科医院	☎24721

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、なじみの工事にお願いしてください。また、宅内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

5月1日、2日	南丸栄設備	☎22694
5月3日	南和田水道	☎24522
5月4日	南中川水道(南)	☎22706
5月5日	株式会社組	☎23111
5月6日	株式会社建設	☎23302
5月7日~10日	南丸山水道工務店	☎23131 (夜・休☎090-8911-3357)
11日~17日	株式会社	☎24529 ☎25200
18日~24日	株式会社産業	(夜・休☎090-8763-0866)
25日~31日	南指宿徳永組	☎24091 (夜・休☎2190)
6月1日~7日	株式会社組	☎22105 (夜・休☎2165)

山川地域

5月	株式会社組	☎22231
6月	株式会社組	☎259321

開間地域

5月	株式会社建設	☎22227
6月	南中村組	☎22228

いぶすき健幸体操DVDが完成

市では、子どもから高齢者まで、楽しく踊りながら健康づくりに取り組んでもらおうと「いぶすき健幸体操」DVDを作成しました。

活用を希望する地域や団体などへは、DVDを提供します。

気軽に問い合わせください。

▶収録内容 / わくわくぼかぼか、指宿市民歌「希望あらたに」アロハバージョン
☎健幸のまちづくり推進室 ☎2111☎287



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



姉妹都市オーストラリア・
 ロックハンプトン市寄贈 (平成8年)



魚見岳の桜

私の周りでは、卒園、卒業、入学と慌ただしいです。来年はわが家も卒園、卒業、入学を控えているので頑張ろうと思います。暖かくなってきたので、お弁当を作ってお花見に行きたいです。
 (37歳 クリ)

卒業や入学は、本人はもちろん、家族にとっても一大イベントですね。春の陽気を感じながら、家族で楽しむお花見は最高ですね。

通学時、手押し信号機押し渡り、右に左に頭をちょこり。一緒に渡り心ほっこり。「気を付けていってらっしゃい！」声掛ける。
 (76歳 女性)

かわいいしぐさが目に浮かび、やさしい気持ちになりました。子どもたちへの声掛け、これからもよろしくお願いします。
 (43歳 ワシントンヤシ)

4月から指宿に異動になりました。毎日通勤1時間ががんばります！
 (72歳 ハッピーマウンテン)

通勤おつかれさまです。指宿は温泉の宝庫。ぜひ疲れた体を癒やしてください。

指宿市民歌をもっと広報、啓蒙することを希望します。

毎日正午に流れる指宿市民

歌「希望あらたに」。オルゴール風にアレンジされたその一節が流れています。動画サイト・ユーチューブでは、美塾篤姫が制作した、市民歌の動画(アロハバージョン&フラバージョン)が配信されています。



心も癒す ぬくもりの [希望あらたに] アロハバージョン

成川トンネルを過ぎ、指宿地域に入るところの竹やぶが、一度はきれいなっていましたが、最近また草が生えていて、見た目にももったいない気がします。市の土地ではないのでしょうか。
 (77歳 シーちゃん)

お尋ねの土地は市の土地ではないと思われれますが、市で

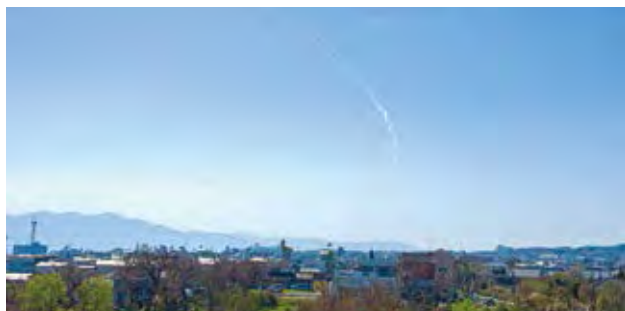
も市道沿道などについて定期的に巡回し、視界が悪かったり、交通の妨げになる箇所などについて随時伐採を行っています。

指宿特産のオクラ、ソラマメ、カボチャ、徳光スイカなど。最近はスナップエンドウがおいしく、こんなおいしい野菜が食べられて幸せです。農家のみなさんに感謝です。
 (56歳 信太)

本市には、生産者の思いが詰まった野菜がたくさん。市の特産であるカボチャやオクラは、食物繊維を多く含み、便秘解消などに効果的です。

3月26日、午前10時21分に種子島から打ち上げられた情報収集衛星「光学5号機」を見ることができました。なんきゅうフェリーで根占港へ向かう錦江湾上でしたが、乗船客全員が歓声と拍手で大空を見上げていました。
 (67歳 彦星)

種子島宇宙センターから打ち上げられた情報収集衛星。高度数百キロ上空から、地上40センチ以上の識別能力があり、安全保障や防災のための情報収集を行います。



宇宙へ飛び立つロケット

毎月、家に届く広報誌を楽しみにしております。引越してきたので、指宿のことは観光程度しか知らなかった私も、広報誌を通していろいろな指宿を知ることができています。記事の住所記載もあり助かります。これからも楽しみにしています。
 (25歳 広報愛読者)

ご愛読ありがとうございます。今月号から広報誌をリニューアルしました。いかがでしたか。これからも指宿のさまざまな面を発信しつつ、見やすく親しみやすい誌面を目指していきます。ぜひ、ご感想をお寄せください。