

広報

# くしま

9

No.1014  
毎月2回1日・15日発行  
September 2016



ニジマスのかみ取りに挑戦

特集1 認知症 ～自分のこととして～

特集2 チャイルドシートは子どもの命綱



# 認知症

自分のこととして

高齢化が進み、将来増加していくことが予想される認知症の患者数。今は若くて関係ないと思っただけでも、あなた自身、家族が突然認知症を患うかもしれません。認知症は決して他人事ではありません。「ひよっとしたら認知症かも」と思ったとき、すぐに対応するためには、認知症を理解しておくことが大切です。この病気を他人事ではなく、自分のこととして考えてみませんか。



認知症サポーターの印「オレンジリング」

## 超高齢化社会の重要課題「認知症」

「認知症」は誰にでも起こりうる脳の病気で、国の調査研究によれば、65歳以上の28%が認知症の人またはその予備軍であるといわれています。串間市に置き換えると高齢者のうち約2,100人（現住人口）がこれにあたり、市民のうち約9人に1人は認知症の何らかの症状があると予想されています。また、認知症はある日突然発症するわけではありません。人によっては、発症までに20年かかるといわれています。つまり、68歳で発症したなら20年前は48歳。認知症に対する意識すらなかった年齢です。認知症は高齢者だけでなく若い人たちの問題でもあるのです。

今回は、認知症についてのお話を医療法人十善会けんなん病院副院長の藤元ますみ先生に伺いました。



ふじもと 藤元ますみ先生 Profile

医療法人十善会けんなん病院 副院長  
日本老年精神医学会専門医・指導医  
日本認知症学会認定専門医  
認知症サポート医

## 「認知症は脳の病気」

認知症は、記憶障害に加え、判断が不適切になるなど日常生活に支障が出る「脳の病気」です。体験したことそのものを忘れてしまったり、ヒントを出されても思い出せない場合は、認知症の可能性があります。体験したことをすぐに思い出せなくてもヒントで思い出したり、別の機会に思い出す場合は、加齢による物忘れが多いですね。

## 早期発見・早期治療の重要性

現在の医学では、認知症を完全に治すことはできませんが、リハビリや薬で進行を止めたり遅らせることはできます。症状が軽い段階で分ければ、それだけ大きな効果が期待できます。また、症状が軽いうちに、病気にどう向き合い、どのように生活していくのかなどについて、専門家の意見を聞きながら、いろいろな準備や手配をしておけば、認知症があっても自分らしい生き方をする事が可能になります。

## 予防に大切なこと

認知症の大部分を占めるアルツハイマー型認知症と血管性認知症は、生活習慣病との関連が指摘されています。アルツハイマー型認知症の危険因子には、高血圧症、糖尿病、肥満、心疾

## 認知症の人に対してできること

身内が認知症として診断されても特別に何かを変える必要はありません。病気であるという視点に立って、受け

入れることが大事です。一番不安に思っているのはご本人ですので、温かくさりげなく、自然に手助けするのが一番です。

繰り返しの質問には丁寧に対応すること、置き忘れがあったら一緒に探してご本人が見つかることができるように支援してあげてください。間違いや失敗に対する不用意な言動は、感情を高めぶらせ攻撃的な行動を招いてしまう可能性があります。ご本人の気持ちをごくんだ声掛けを心掛け、寄り添いながらサポートすることが重要ではないでしょうか。

## 認知症の人にやさしいまちづくりを始めています

### 認知症の人と暮らす家族の集い

認知症の人と暮らす家族が集まり、お茶を飲みながら普段感じている介護の悩みや困りごとなどをお話する場です。家族が少しでも「ほっ」としていただくことを目的にしています。保健師などの専門職も参加していますので、その場で相談対応もしています。

偶数月の下旬に地域生活支援センター Wing で開催していますので、お気軽にご参加ください。

### 認知症地域支援推進員

串間市で暮らす認知症の人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、地域の支援者や支援機関の間の連携を支援する役です。



はしもと ゆみこ 橋本由美さん

認知症になっても安心して家で暮らせるようになるための仕組み作りが大切です。そのためには、ご近所の方々や民生委員、警察との連携などたくさんの方の支援が必要です。高齢化が進む串間では、その仕組み作りは急務。推進員ができることは限られていますので、地域の方々の力をお借りしながら、一緒に見守り体制など仕組みを作っていけたらと思います。

### 認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター養成講座」を受講した人を「認知症サポーター」といいます。認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人やその家族に対して温かい目で見守る人のことです。あなたも認知症サポーターになりませんか？



大東中学校の生徒たちも認知症サポーターです

### 認知症予防!!

認知症を予防するためには、定期的な運動や社会参加が必要です。本市では、その取り組みの一つとして、自治会単位で「いきいき元気教室」を行っています。

保健師が教える“秘密の体操”により、身体も心も元気になり、認知症予防にも効果的です。詳しくは、広報くしま5月号をご覧ください。



いきいき元気教室

## 困ったら、地域包括支援センターに相談を!

串間市地域包括支援センター ☎ 0987-72-0023

「赤ちゃんや小さい子どもを自動車に乗せるときは、チャイルドシートを使う」。きちんと実践していますか。チャイルドシートを使うことは、道路交通法で定められており、6歳未満の子どもにはチャイルドシートの使用が義務づけられています。しかし、宮崎県内における使用率は、7割弱といまだ低い状況にあります。

# チャイルドシートは子どもの命綱



チャイルドシートは子どもの命綱。大人は着用の必要性、種類、装着の正しい方法などを十分理解し、正しく使用して交通事故の危険から子どもたちを守らなければなりません。ルールを守っていても、交通事故は起こり得ます。その時、リスクを最小限に減らすためにどうしたらいいか。串間警察署地域交通課長の日高親弘さんに話を伺います。

## 串間市の状況

平成27年に実施したチャイルドシートの使用率調査では、全国平均で62・7%、宮崎県で67・8%とまだまだ低い使用率です。串間市の状況はというと、平成26年のチャイルドシート違反検挙数が71件、平成27年の検挙数が78件。今年も8月15日現在で、すでに56件の検挙数があり、串間市の検挙数は増加傾向にあるということが言えます。

平成27年全統計によるとチャイルドシート不使用時の致死率は、使用時の約6・6倍、死亡重傷率は2・1倍です。仮に体重10kgの子どもを抱っこしていた場合、時速50キロで衝突した瞬間の体重は、約30倍の300kgとなり、とても腕で支えることはできません。自分自身で安全を確保できない乳幼児の安全を確保するためには、大人が責任を持ってチャイルドシートを使用させてください。法定年齢（6歳）以上に達していても体格が小さい場合は引き続きチャイルドシートを使用することをお勧めします。

## なぜチャイルドシートが必要か

7月に串間駅前近くの交差点で交通事故が起きました。軽乗用車同士が交差点で衝突し、1台が横転する事故です。横転した車には助手席と後部座席に子どもが乗っていました。きちんとチャイルドシートを装着していたため、幸い軽傷で済みまし

## 事故が起きてからでは遅い

子どもが2人、3人となればその分チャイルドシートを用意しなければなりません。さらには、成長に応じてシートの種類も変えていかなければなりません。チャイルドシートは、決して安いものではなく、経済的負担も生じてしまいます。警察署としても行政などと協力しながら貸し出し制度など、支援策を考えていく必要があると思っています。

## これから

万が一交通事故に遭った際、リスクを減らすためにも、必ずチャイルドシートを使いましょう。



串間警察署 地域交通課長 日高親弘さん

## 小さいお子さんを持つお母さんたちに聞きました。

子どもは一人ですが、夫婦それぞれの車に装備して、お金がかかります。チャイルドシートはいらなくなるものなので、リサイクル制度などがあるといいですね。



福島・上小路 茂原真紀子さん

宮崎市などはチャイルドシートの補助制度があると聞いたことがあります。串間市もそういう制度があると経済的負担も軽くなってお母さんたちも助かるのではないのでしょうか。



大東・大重野 赤池香織さん

## 串間市内での取り組み

### ●串間地区交通安全協会チャイルドシートの貸し出し

串間地区交通安全協会では、チャイルドシートを46台保有しており、2カ月を限度（在庫がある場合は1回の更新可）に貸し出しを行っています。お孫さんや小さいお子さんが帰省するときなどぜひご利用ください。



### ●秋祭り福祉バザー

秋祭りで開催される福祉バザーでは子育て用品などが多数出品されます。その中には、チャイルドシートが出品されたりもします。チャイルドシートを安く購入できるかもしれませんので、今年の福祉バザーに行ってみるのもいいかもしれません。



## 問い合わせ先

串間警察署地域交通課  
☎72-01110

## チャイルドシートの種類

チャイルドシートには、乳児用、幼児用、学童用の3種類があります。子どもの成長に合わせたチャイルドシートを選んでください。

### 乳児用シート

- ・体重：13kg未満
- ・身長：70cm以下
- ・年齢：新生児～1歳くらい



乳児期は首が据わっていないため、寝かせるタイプです。車の進行方向に対して後ろ向きに使用しましょう。

### 幼児用シート

- ・体重：9～18kg
- ・身長：65～100cm
- ・年齢：1歳～4歳くらい



首がしっかり据わり、自分で座れることが使い始めの目安です。「前向きシート」として使用します。

### 学童用シート

- ・体重：15～36kg
- ・身長：135cm以下
- ・年齢：4～10歳くらい



「座席を上げて背の高さを補う」「腰ベルトの位置を合わせる」ことによって大人用のシートベルトを使えるようになります。

④適合する年齢や体重・身長はあくまで目安で、製品によって適合範囲が異なります。使用するチャイルドシートに子どもの体格が合っているかどうか必ず確認しましょう。



# 夏の健康食材 オクラを使った明太子炒め&サイダー寒天

暑い日にぴったりひんやり食感



明太子炒めはおつまみに、寒天はデザートにいかが

**市** 木地区の特産といえば『オクラ』。この旬の食材を使った『明太子炒め』と、□あたりの良い『サイダー寒天』を紹介してくれるのは、市木地区・内ノ畑にお住いの山田クミ子さんです。

オクラ料理を作り始めて約30年。最初は切つてご飯にのせるだけなど、簡単な調理でしたが、もっと市木のオクラが有名になったり、生産者のPRになるようなおいしい料理ができないかと考えて作るようになりました。

調理方法はいたって簡単。明太子炒めは、オクラを塩もみして湯がき、斜め半分に切ります。次に明太子を炒め、色が変わったらオクラを入れて軽く混ぜます。あとは味りんを小さじ2杯入れて炒めれば完成です。

サイダー寒天は、まず寒天を300CCの水にもどしておきます。オクラは塩もみしてさっと湯がき、100CCの水を入れてミキサーに

かけます。鍋の寒天液に砂糖を入れてよく煮溶かし、人肌の温度に冷ましておきます。そこにミキサーにかけたオクラを入れて混ぜ、サイダーを入れます。あとは器に入れて冷ませば完成です。

「明太子炒めは、明太子の分量が味を左右するので一番大事。寒天は、オクラの色を生かすために、煮溶かした寒天液を冷ましておくのがポイントです」とクミ子さん。オクラは加熱しすぎると、色が抜けてしまうので注意が必要だとおっしゃっていました。

コレステロール値を下げたり、血糖値の上昇を抑えるなど、さまざまな働きを持つ健康食のオクラ料理。皆さんも試してみませんか。



市木地区・内ノ畑 山田クミ子さん  
とにかく料理が大好きで、オクラを使った料理のレパートリーだけで、約20種類はあります。



# 不動の心で 静かなる武道「弓道」

弓道は自分との闘い

**老** 若男女が誰でも楽しめる弓道。福島地区・上小路にお住いの田上美和子さんは、今年6月に開催された県民総合スポーツ祭の弓道女子個人の部で見事優勝を果たしました。

高校時代に始めた弓道。卒業後は、競技からしばらく離れていましたが、弓道教室のチラシを見たことをきっかけに、未経験者のご主人と一緒に再び弓道を始めました。今ではご主人と一緒に練習を重ねています。家にいるとよく弓道談義が始まり、お互いにアドバイスをし合うそうです。

田上さんは現在、福島中学校の弓道部も指導しています。「生徒たちの成長を感じたり、成績が上がるとすごくうれしいです。自分がやるより、教える方が面白いですよ」と話す田上さん。8月に開催された九州中学生弓道大会では、女子が団体優勝、男子が団体準優



福島地区・上小路 田上美和子さん  
矢が的に当たったときの音を聞くと気持ちいいです。皆さんも弓道を始めてみませんか。

勝、そして個人でも好成績を収め、電話越しに結果を聞きながら大喜びしたそうです。

競技者としても四段の腕前を持つ田上さん。「弓道はどれだけのに当てることができるかを競うだけではなく、立ち振る舞いや作法も弓道にとっては大事な要素。形がきれいでなければ認めてもらえない」と奥深さを語ります。

礼儀、正射、心など多くの要素が求められる弓道。「理想に近づけるように、今後も自身の技を磨きながら、夫婦そろって歳を重ねても続けていきたいですね」と笑顔で話してくれました。



練習は本番のように





# 市民活動に役立つ無料ウェブツール

住所=串間市大字西方5500-2 ●FAX=0987-27-3075 ●開館日=平日 午前9時～午後6時  
 メール=kushimageinin@kkd.biglobe.ne.jp ●HP=http://kushima-panerp.com/

● 市民活動やまちづくりを行うことに、特別なものやツールなどは必要ありません。今多くの方が持っているスマートフォンやタブレットがあれば何でもできる時代です。スマートフォンなどを上手く利用し、その機能を最大限に活用するのが、

● 報共有やマネジメントに便利なツールを一箇所にまとめたツールです。グループ内でのメール機能、カレンダー機能、タスクリスト機能、共有フォルダ機能がついて、頻繁に集まることのできない団体などにお勧めです。  
 ※21人以上は有料。

● LINE 最強のコミュニケーションツール。普段からラインを利用している方も多いのがこのラインで、利用数から一番身近で気軽に活用できるのが特徴です。会員同士でグループを作成し、全員に連絡することが簡単にできます。

● 他にも紹介しきれないほどのツールで溢れています。現代の市民活動において、これらをどう使うか。スマートフォンが鍵を握っています。Panerpではそれらのツールの活用法の支援も、随時行っております。



## 自分の意見を人前で発表することの重要性を再認識しました

き、自主的かつ積極的に交流・協働していく人的ネットワークに支えられた異分野コミュニケーション。産学官民メンバー相互のコミュニケーションを深め、信頼関係を築くことから、ビジネス・プロジェクトなどが動き出すことをモットーに活動する集まりです。

# 子育て支援情報

## 「第3子以降出生祝金」の支給について



第3子以降の出産を奨励し、多子世帯の経済的負担を軽減することで、子どもの健やかな育成と市の活性化を図ることを目的に出生祝金を支給しています。

- 【対象になる方】 今年度、出生祝金の支給対象者は、平成28年4月1日から平成29年3月31日までに出生した第3子以降の子どもで、その保護者が対象児の出産日までに1年以上本市に住所を有しており、出産日以後も本市に引き続き1年以上定住する意思をもつ方です。
- 【支給内容】 出生祝金の支給額は、対象児1人につき30万円です。このうち、半額は串間市共通商品券での支給となります。
- 【支給方法】 出生祝金の支給を受けようとする保護者は、出産日から60日以内に、福祉事務所（市総合保健福祉センター内）で申請手続きをお願いします。 ※必要となるもの：印鑑、通帳、本人確認のための運転免許証など
- 【支給実績】 平成27年度……………35名  
平成28年度（8月9日現在）……………15名

### 出生祝金支給後にアンケートを実施したところ、次のような回答をいただきました。

- ①出生祝金の半分が現金、半分が商品券であることについてどう思われますか？  
 ア 商品券を使うことで活性化につながる……………60%  
 イ 全部現金の方が良い……………35%  
 ウ 全部商品券の方が良い……………0%  
 エ その他……………5%
- ②出生祝金（商品券）を何に使われましたか？（複数回答可）  
 ア 子どもの衣類……………30%  
 イ おむつ……………60%  
 ウ ミルク……………10%  
 エ おもちゃ……………5%  
 オ 食料品……………90%  
 カ その他……………30%  
 ※その他の内容…家族写真、内祝い、成長記録用のカメラ、初節句時のかまぼこやケーキなど
- ③対象の店舗で商品券で買い物をすると、わくわくスタンプが3倍もらえる特典はいかがでしたか？  
 ア よかった……………80%  
 イ 悪かった……………0%
- ④祝金の金額についてどう思われましたか？  
 ア 十分に満足……………70%  
 イ 無いよりは良い……………30%  
 ウ 不満……………0%  
 ※ご意見…子どもを授かって産むとなったら少しでも心強いです。
- ⑤3人以上の子どもの出産を決めたきっかけは何ですか？（複数回答可）  
 ア 第3子以降の保育料が無料……………15%  
 イ 子どもの医療費の助成制度が充実している……………15%  
 ウ 助成制度に関係なく、子どもが欲しかった……………85%  
 エ 夫が子育てや家事に積極的に協力してくれる……………20%
- ⑥配偶者以外で子育てを手伝ってくれる人が身近にいますか？（複数回答可）  
 ア 親……………80%  
 イ 兄弟姉妹……………30%  
 ウ 友人・知人……………5%
- ⑦子育てする中で不安や心配事はどんなことですか？  
 1位 健康に関すること  
 2位 塾や学費  
 3位 保育料や医療費  
 4位 しつけに関すること
- ⑧子育てで不安や心配事があった場合に、配偶者以外で誰に相談していますか？  
 1位 親  
 2位 友人・知人  
 3位 兄弟姉妹  
 4位 保育士・保育教諭  
 5位 子育て支援センター  
 6位 家庭児童相談室

串間市では、出生祝金の他にも、第3子以降の保育料の無料化や、子どもの医療費の助成（中学校卒業まで無料）など、県内でもトップレベルの子育て支援に取り組んでいます。また、経験豊富な保健師や管理栄養士、保育士、家庭児童相談員を総合保健福祉センター内に配置し、子育てに関する相談体制にも力を入れて、安心して子育てができるよう努めていますので、お気軽にご相談ください。

●問い合わせ先=福祉事務所 こども政策係 ☎72-0333、すこやかひろば ☎72-8701、家庭児童相談室 ☎72-5783



九州中学生弓道大会  
女子団体優勝 男子団体準優勝  
福島中学校弓道部  
女子個人準優勝  
佐藤 綾香さん (福島中3年)  
男子個人3位  
北村 航聖くん (福島中3年)



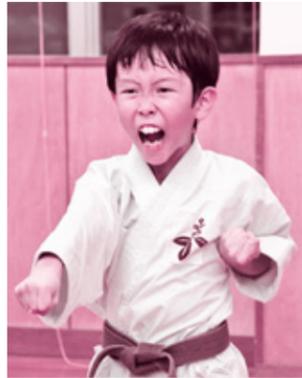
九州中学体育大会(剣道) 出場  
河野 隼佑くん (福島中3年)



日本少年野球選手権大会 出場  
全日本中学野球選手権大会 出場  
宮崎くしまボーイズ



第16回全日本少年少女空手道選手権大会  
女子組手小学2年の部 優勝  
黒木美衣奈さん (有明小2年/串間空手塾 緑勝会)



全日本少年少女空手道選手権大会  
出場  
轟 脩平くん  
(福島小4年/敬武館串間)



# オリンピックにも負けない くしまっ子たちの 熱い夏

8月5日から21日まで17日間にわたって熱戦が繰り広げられたリオ五輪。日本選手団の連日のメダルラッシュに、日本中が大いに盛り上がりました。そんな中、「第16回全日本少年少女空手道選手権」に出場した有明小学校2年の黒木美衣奈さんが日本一に輝くなど、くしまっ子たちも今夏に行われた各種大会で、オリンピック選手に負けない活躍を見せてくれました。



全国小学生学年別柔道大会 出場  
井手 翔真くん (大東小6年/柔道教室岬)  
九州少年柔道大会 出場  
佐藤 匠馬くん (有明小4年/柔道教室岬)



九州中学体育大会(柔道団体) 出場  
大東中学校女子柔道部  
野邊 美月さん、井手 唯花さん、江藤 朱音さん



全九州小学生バレーボール大会 出場  
串間 JVC



JFAフットボール  
フューチャープログラム  
(トレセン) 出場  
宮崎県選抜  
金川 羅彌くん (福島小6年)



九州中学体育大会(空手団体) 出場  
大東中学校女子空手部  
水口 菫さん、岩本 愛花さん



県吹奏楽コンクール 金賞  
福島中学校吹奏楽部



全国高等学校総合文化祭 出場  
福島高校胡桃太鼓部

全日本少年少女空手道選手権大会 出場  
串間空手塾 緑勝会  
城 将くん (有明小2年)  
吉村 菜奈さん (志布志小2年)  
平田 奨英くん (福島小4年)  
吉村 菜奈さん (志布志小4年)  
河野 鉄笙くん (福島小5年)

全九州少年少女空手道選手権 出場  
串間空手塾 緑勝会  
松田 剣志郎くん (福島小3年)  
黒木 煌生くん (福島小4年)  
黒木 星矢くん (有明小6年)



広報 くしま12



著：串間市民病院 産婦人科  
河崎 良和 Yoshikazu Kawasaki

Health Knowledge

# 健康マメちぎ

## 妊婦さんに嫌がらせ？

「マトニティハラスメント」という言葉をご存知でしょうか。略して「マタハラ」。「マトニティ」とは「お母さん」とか「妊婦さん」という意味、「ハラスメント」とは「嫌がらせ」という意味です。「マトニティハラスメント」とは妊婦さんや出産後のお母さんに対して行われる嫌がらせです。具体的には妊娠や出産を理由にして、職場で不当な扱いを受けることです。平成27年度、全国の労働局に寄せられた「マタハラ」に関する相談は4762件に及び、過去最高を2年連続で更新しました。

## 最高裁の判決

数年前、妊娠を理由に管理職を解かれた女性が「妊娠により降格させられたのは男女雇用機会均等法に違反する」として裁判を起しました。労働基準法により、妊婦は業務内容の軽減や勤務時間の変更を請求できます。また、男女雇用機会均等法では妊娠や出産に伴い、仕事の

## マタハラ防止対策

この最高裁の判決を受けて、平成28年3月、マタハラを防止するために男女雇用機会均等法や育児介護休業法などが改正されました。今回の法律改正により、平成29年1月から、「マタハラ防止対策」が事業主に義務化されることになりました。事業主に求められる「マタハラ防止対策」の具体的な指針も公表されました。その指針には、職場における妊娠や出産に関する否定的な言動（本人に直接言わない場合も含む）がハラスメントの発生の原因や背景となり得ると書かれています。事業主に求められる「マタハラ防止対策」の指針の一部をご紹介します。

## 事業主に課せられる義務

①職場における妊娠や出産に関する否定的な言動がハラスメントの発生の原因や背景となり得ること、ハラスメントはあってはならないということ、妊婦は各種の制度（業務軽減や休業など）を利用することができるということ

- ②就業規則などの文書に、ハラスメントを行つた者に対する懲戒規定を定め、その内容を管理・監督者を含む労働者に周知・啓発する。
- ③相談窓口（または担当者）を設置し、速やかに相談できる体制の整備。
- ④ハラスメントに該当するかどうか微妙な場合であっても広く相談に対応し、適切な対応をする。
- ⑤相談があった場合は事実関係を迅速かつ正確に確認する。事実が確認された場合は速やかに被害を受けた労働者に対する配慮のための措置を適正に行つ。また、ハラスメントを行つた者に対して懲戒その他の措置を講ずる。
- ⑥妊娠した労働者がつわりなどの体調不良で、働けなくなったり仕事量が減ることにより、周囲の労働者の業務負担が増大することが、ハラスメントの原因にもなるため、事業主は妊婦の周囲の労働者の業務負担などにも配慮する。
- ⑦妊娠した労働者に対しても、周囲と円滑なコミュニケーションを図りながら、自身の体調に応じて適切な業務を遂行する意識を持つことを周知・啓発する。
- ⑧ハラスメントに関する相談をしたり、事実関係の確認に協力したことを理由に不当な扱いを行わないことを就業規則などの文書で規定し、労働者に周知・啓発する。



# 生涯学習だより

子どもからお年寄りまで、仲間と一緒にいろいろなことを学んだり、楽しんだり、生涯学習にチャレンジしましょう。

## 平成28年度 公民館特別講座10月生募集

10月開講の公民館特別講座をご紹介します。新たな学習のきっかけづくりとして、また、仲間づくりや地域づくりへ発展していくことを目的として開講いたします。

講座名	講師	日時	場所	内容	定員	回数	参加費
1 健康とお酒 (日本酒・焼酎入門)	うちだ 内田 葵	10/7・10/21(金) 18:30～20:00	旧吉松家住宅 など	きき酒師・焼酎アドバイザーの資格を取得した講師による、日本酒と焼酎の入門講座。	20	2	2,000円
2 おもてなし料理 (昼)	なかほら ゆきこ 中原裕紀子	1回目 10/20(木) 10:00～13:00	中央公民館	1回目 一期一会 秋の味覚を心を込めて、誰かのために調理してみよう。 2回目は2月予定	15	2	各1,000円
3 おもてなし料理 (夜)		1回目 10/27(木) 18:30～21:00	中央公民館				
4 手作りパン	あまかわ ともこ 天川知子	第1(金) 10:00～12:30	総合保健福祉センター	月1回のお楽しみ!手軽にできるパン作りを楽しみませんか。	15	6	3,000円
5 脳活気塾・楽しい麻雀	しん しょういち 新修一	第1・3(火) 9:00～12:00	中央公民館	楽しいゲームで脳を活性化しながら多くの仲間と交流を楽しみましょう。	12	10	無料
6 古代文字で年賀状	生涯学習 専門指導員	10/13・11/10・ 12/12 13:00～15:00	都井基幹集落センター	古代文字を使って年賀状を作ります。挑戦してみませんか。	7	3	500円

- 申込締切＝9月21日(水)先着順
- 申込方法＝中央公民館および各地区公民館にて受け付けております。  
※申し込みの際に参加費をお預かりします。
- 申込・問い合わせ先＝中央公民館 ☎72-1846、都井基幹集落センター ☎71-4011

## 10月10日 スポーツフェスタを開催

体力づくりとニュースポーツの普及を目的に「いたちみるかいーくしまんスポーツフェスタ」を10月10日(月)に開催予定です。誰でも気軽に参加できる卓球バレーやシャフルボードなどのニュースポーツを計画していますので、たくさんのご参加をお待ちしています。詳細は広報紙などにてお知らせいたします。

●問い合わせ先Ⅱ生涯学習課スポーツ振興係 ☎内線379

## 11月3日 第34回市民健康ウォーク

11月3日(木)に市民健康ウォークを開催予定です。また簡単・気軽にできるニュースポーツの体験コーナーなども計画しています。たくさんのご参加をお待ちしています。詳細は広報紙などにてお知らせいたします。  
●問い合わせ先Ⅱ生涯学習課スポーツ振興係 ☎内線379





●串間市立図書館 ☎ 72-1177 ●開館=午前10時~午後6時 ●休館日=毎週月曜日 <http://www.kushima-lib.jp/>  
《各自治会・施設・団体を対象にした移動図書館の巡回先を募集中》  
移動図書館車で巡回し、その場で本を選んでいただき、本の貸し出しや返却を行います。土日可。

◆◆◆ 今月の新刊 PICK UP ◆◆◆



「コンビニ人間」  
村田 沙耶香 / 著

36歳未婚女性、古倉恵子。大学卒業後も就職せず、コンビニのバイトは18年目。これまで彼氏なし。ある日、婚活目的の新入り男性、白羽がやってきて、そんなコンビニの生き方は恥ずかしいと突きつけられるが…。



「これから戦場に向かいます」  
山本 美香 / 写真と文

戦場で何が起きているのかを伝えることで、いつの日か、何かが変わるかもしれない。シリアの戦場で銃弾に倒れたジャーナリスト・山本美香のメッセージを写真とともにつづる。



「寄贈作品紹介」  
「埋火 第90号」

昭和61年に創刊され、今年で30年を迎える「埋火」。90という節目の号を迎え、それぞれの想いも紹介されています。図書館で閲覧・貸出もできますので、ぜひご覧ください。

◆◆◆ その他の新刊 ◆◆◆

猿の見る夢 (桐野 夏生)  
友の墓の上で (赤川 次郎)  
ホームズ四世 (新堂 冬樹)  
ゆけ、おりょう (門井 慶喜)  
小説家と過ごす日曜日 (石田 衣良)  
刑罰0号 (西條 奈加)  
強父論 (阿川 佐和子)  
去就 隠蔽捜査6 (今野 敏)  
ケレスの籠 (椎名 誠)

ドッグファイト (楡 周平)  
ラヴィアンローズ (村山 由佳)  
風を繙く (あさの あつこ)  
狩りの時代 (津島 佑子)  
転んでも、大丈夫 ぼくが義足を作る理由 (白井 二美男)  
こんやもバクはねむらない (澤野 秋文)  
生命の始まりを探して僕は生物学者になった (長沼 毅)  
14歳のための宇宙授業 相対論と量子論のはなし (治晴夫)  
絵本 眠れなくなる宇宙のはなし (佐藤 勝彦)

図書館からのお知らせ  
9月のさわやか学級にも  
移動図書館で  
お伺いします!!  
参加される方はぜひ  
本を借りてください!

交流員レポート  
第11代国際交流員  
クリスの  
日本体験記  
今月の表現 This month's expression  
ほとんど  
pretty much  
私はほとんど貯金していない。  
I am pretty much not saving any money.

話すだけでは得られないことを学び始めました。そのおかげで、日本でもさらに心を広めたり、意見を交換したり、同じことができればいいなと思って、日本語力が十分にアップして、国際交流員として仕事することを目指しました。

初めての来日なので、分からないことが数え切れないくらいあります。だからこそさまざまな話を聞いたり話したりしたいので、いつでもどこでも僕のことを見かけたら遠慮せず話しかけてください！あつ、最後に、パスケが趣味なのでパスケが好きな方は一緒にプレイしましょう！



はじめまして！  
クリスチャン・ウォルトンです。



今月のページ  
・記事の余談  
・連絡先など

年金

第1号被保険者(自営業・学生など)のための独自給付

第1号被保険者の遺族給付である遺族基礎年金は、子(18歳未満の子または1・2級の障がいの状態にある20歳未満の子)または子のある配偶者しか受給できません。そこで、次の二つの独自の給付があります。

◎寡婦年金

第1号被保険者(任意加入被保険者も含む)として保険料を納めた期間(免除期間を含む)が25年以上ある夫が何の年金も受けないで亡くなった場合、10年以上婚姻関係(事実婚も含む)のあった妻が60歳から65歳になるまで支給されます。

◎死亡一時金

3年(36月)以上第1号被保険者(任意加入被保険者を含む)の保険料を納付(一部納付済も含む)した人が、老齢基礎年金・障害基礎年金

のいずれも受けないで死亡し、その遺族が遺族基礎年金を受けられない場合には、生計を同一にしていた遺族が受けられます。

受けとる人の順位は①配偶者②子③父母④孫⑤祖父母⑥兄弟姉妹です。※死亡一時金を受ける権利は、2年間で時効となりますのでご注意ください。

付加年金について

将来の生活設計にあわせて年金額をより高いものにしたいため、

定額保険料に上乗せして付加保険料を納めると、老齢基礎年金を受給する時に上乗せの付加年金を受けることができます。

付加保険料 月額400円  
付加年金額 年額200円×納付月数  
※老齢基礎年金の繰上げまたは繰下げ支給を受けた場合は、付加年金額も老齢基礎年金と同じ割合で減額または増額された額になります。  
●問い合わせ先 市民生活課市民係  
☎内線 225・226、都城年金事務所 ☎0986-2312571

発達凸凹の子どもたち

家庭でできる日常生活のケア

「落ち着きがない」「こだわりがある」「思いつくままに行動する」…。発達凸凹の子どもは、常に目が離せず、保護者は気が休まる事がほとんどありません。社会生活に支障が出てきている場合、気になる行動そのものに目が向けられがちなのも仕

方がないことだと思えます。しかし、真に周囲が向き合わなければならぬのは、本人が感じている『生きにくさや困り感』ではないでしょうか。気になる行動ばかりに注目してしまつと、その子の内にある戸惑いや不安な気持ちから分からないままに叱責してしまう場面が増えてしまいます。そのような経験が積み重なることで、自分を好きという気持ちや自信を失い、それが大きくなるにつれ、自分を大切にできる気持ちが育ちにくく、意欲的に社会生活を送ることが

できないといった『二次障がい』につながる恐れがあります。気になる行動にだけ目を向けるのではなく、「なぜその行動が起こるのか」「そのときどんな気持ちなのか」を念頭に置いて接することが大切です。

そこで参考にしてほしいのは、園での実践です。普段園で行っている声掛けや接し方を家庭でも同じように取り組むことは非常に大事なことです。時間や忍耐が必要な場面もあるかもしれませんが、子どもが一人でできることが増えていくと、保護者が子どもを褒める場面も増えます。困ったときはぜひ、保育士に相談してみましょう。

●問い合わせ先 福祉事務所子育て支援係 ☎72-0333

**お知らせ**

INFORMATION



市役所の代表電話  
☎0987-72-1111

**火災発生時の消防サイレンについて**

火災が発生した場合には、発生した地区の防災行政無線からサイレン音が5回吹鳴された後に「○○地区において○○火災が発生しました。」とアナウンスされます。サイレン吹鳴につきまして、より多くの消防団員に速やかに周知する手段ですので、市民の皆さまのご理解をお願いいたします。

●問い合わせ先 消防本部 消防係 ☎72-4151

**秋の全国交通安全運動が始まります**

秋の全国交通安全運動が9月21日(水)から9月30日(金)までの10日間行われます。次代を担う子どものおかげがえのない命を社会全体で交通事故から守ることが重要であるにもかかわらず、通学中の児童が死傷する交通事故が発

生するなど子どもが危険にさらされています。

また、高齢者の交通事故死者数が交通事故死者数全体の半数以上を占め、その減少が強く求められていることからこれらの交通事故情勢に的確に対処するため「子どもと高齢者の交通事故防止」を運動の基本として、交通安全運動を実施します。

●問い合わせ先 危機管理課 危機管理係 ☎内線346

**木造住宅耐震診断・改修の補助制度について**

民間木造住宅耐震化事業の補助を行っております。詳細については、お問い合わせください。

●対象住宅 昭和56年6月以前の戸建て木造住宅(2階以下)

**性暴力被害者支援センター「さぼーとねつと宮崎」の開設について**

県では、性暴力被害者の自身の負担を軽減し、心身の回復を図るため、電話・面接相談、医療、カウンセリングなどの必要な総合的支援を1カ所で受けられる性暴力被害者支援センター「さぼーとねつと宮崎」を開設しました。

●性暴力被害相談電話 ☎0985-3818300

●電話・面接相談時間 午前10時～午後4時 月曜日から金曜日

●問い合わせ先 宮崎県生活・協働・男女参画課 ☎0985-2617040

**募集**

**串間市みんなが輝く居場所 応援事業補助金の再募集について**

高齢者の生きがいづくりや社会参加を推進するため、多

世代(子どもや高齢者)交流できる居場所を、空き家を活用して運営したい市民団体などに改修費と運営費の一部を助成します。

●申請の前に事前連絡を行い、担当係から必ず説明を受けてください。

●補助金の詳細は串間市公式サイトをご覧ください。

●申請締切 10月31日(月)

●申込・問い合わせ先 医療介護課介護保険係 ☎72-0333

**Kushimen's キッチン 男性料理教室参加者募集**

秋といえば行楽！出先で手作りのお弁当を披露し食せばたちまちすてきなメンズの仲間入りかも？というわけで今回のテーマは『お弁当』です。簡単、おいしく、彩り良さをモットーに作ります。料理は初めてという方も大歓迎！お気軽にどうぞ。

●日時 10月6日(木) 午前10時～午後1時

●場所 総合保健福祉センター2階調理室

●参加費 無料(エプロンをご持参ください)

●申込締切 定員15名になり

次第締切

**第21回串間市美術展 出展作品を募集します**

第21回串間市美術展開催に伴い、作品を募集します。

●作品搬入日 11月16日(水) 午前10時～午後5時まで

●搬入会場 串間市文化会館ロビー

●応募資格 串間市と日南市の在住者、出身者、在勤者、在学者(高校生以上)

●作品は、串間市美術展で未発表の作品に限ります。他展へ出品された作品でも、未入賞なら出品可能です。

●募集部門 絵画・写真・書道

●出品料 各部門で1点1,000円、2点目は500円加算

●一般公開 11月18日(金)～23日(水) 午前9時～午後5時

●最終日は午後3時まで

●その他 開催要項・申込用紙につきましては、串間市

**パソコンを使った事務処理能力スキルアップ講座 受講生募集**

役所・中央公民館・各支所・旧吉松家住宅・串間市文化会館・串間市立図書館に設置しております。

●問い合わせ先 串間市美術展運営委員会事務局(旧吉松家住宅内) ☎72-6511

1

7月に串間市・日南市・日南高等職業訓練校・ポート(株)の4者で「若者定着プロジェクト協定」を締結しました。その取り組みとして、日南市にもオフィスを構える「ポート(株)」から講師を派遣していただき、実際に現場でも利用されているテクニックや事務処理能力が習得できる実践的なスキルアップ講座を実施します。

●IT系企業への就職を考えている方、すでにお勤めされ自身のスキルアップをお考えの方など、一定のパソコン操作スキルを持ち、もっと上達したい方にお勧めの講座です。

●期間 10月6日(木)～平成29年2月16日(木) 午後

**平成28年度第2回 危険物取扱者試験の案内**

平成28年度第2回危険物取扱者試験を次のとおり実施します。

●試験地 宮崎市、都城市、延岡市、日南市、小城市、日向市

●申込・問い合わせ先 日南高等職業訓練校 ☎22-2633、メール: nichinan.training.school@gmail.com

●試験の種類 甲種・乙種(第1類から第6類まで全類)・丙種

●試験日 11月20日(日)

●受験願書申請期間 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●持参・郵送 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●電子(インターネット) 9月12日(月)～9月27日(火)

●問い合わせ先 消防本部予防係 ☎72-4151、(財)消防試験研究センター宮崎県支部 ☎0985-2210239

●試験の種別 甲種・乙種(第1類から第6類まで全類)・丙種

●試験日 11月20日(日)

●受験願書申請期間 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●持参・郵送 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●電子(インターネット) 9月12日(月)～9月27日(火)

●問い合わせ先 消防本部予防係 ☎72-4151、(財)消防試験研究センター宮崎県支部 ☎0985-2210239

●試験の種類 甲種・乙種(第1類から第6類まで全類)・丙種

●試験日 11月20日(日)

●受験願書申請期間 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●持参・郵送 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●電子(インターネット) 9月12日(月)～9月27日(火)

●問い合わせ先 消防本部予防係 ☎72-4151、(財)消防試験研究センター宮崎県支部 ☎0985-2210239

●試験の種類 甲種・乙種(第1類から第6類まで全類)・丙種

●試験日 11月20日(日)

●受験願書申請期間 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●持参・郵送 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

●電子(インターネット) 9月12日(月)～9月27日(火)

●問い合わせ先 消防本部予防係 ☎72-4151、(財)消防試験研究センター宮崎県支部 ☎0985-2210239

●試験の種類 甲種・乙種(第1類から第6類まで全類)・丙種

●試験日 11月20日(日)

●受験願書申請期間 9月15日(木)～9月30日(金)【消印有効】

**みんなの健康相談**

こころの悩みやストレスによる疲れ、アルコールによる悩み、認知症に関する問題など、こころの健康に関して専門医による個別相談を実施します。

●日時 9月15日(木) 午後1時半～3時半

●場所 日南保健所相談室

●相談方法 専門家による個別相談(ご家族や支援者からの相談も可能です。)

●秘密は厳守します。

●費用 無料

●申込方法 相談日前日の午前中までに電話にて申込

●申込・問い合わせ先 日南保健所健康づくり課 ☎23-3141

**無料・日曜相談所開設(遺言などの法律相談)**

左記のとおり、法律相談所を開設します。相談料は無料です。気軽にご利用ください。

●日時 10月2日(日)

●午前10時～午後4時

●場所 日南公証役場

●内容 遺言、相続、高齢者などの財産管理、不動産などの賃貸借契約、会社の定款、離婚時の契約など

●その他 予約制のため平日に事前の電話予約が必要

●受付時間 午前8時半～午後5時

●問い合わせ先 日南公証役場 ☎23-5430

**無料相談**

●行政相談 9月26日(月) 午前10時～午後3時

●市役所1階B会議室

●法律相談 9月12日(月) 午後1時半～3時半(要予約) 総合保健福祉センター

●問い合わせ先 ①市民生活課生活係 ☎内線253

②社会福祉協議会 ☎72-6943

このページは読者の皆さんからの声にふれあう場です。いろいろな声をお寄せください。



## ラジオ体操

●百野達夫さん

国民からこよなく親しまれているラジオ体操。長年、体向上や健康維持を担うこの体操が続いていることは有り難い。

昭和の年、小学校に入学した私ですが、その時出会った体操。それ以来一世紀になろうとしている。どんな経過を経て私たちに、定着したのか知りたい。

特に仕事始めには、無くてはならぬ体操。その昔、外国人の研修生が「本国にはない毎朝のラジオ体操だ」と不思議がって尋ねた。「日本では昔から早朝や仕事始めに体操で体を解してから作業開始が習慣になっています」と説明。すぐに仕事を始めると、早く終わると思いがちだが、

初っ端の事故が多いことを教えたいものである。

わずか10分程度の体操、繰り返し返すことで健康管理の一役を担ってくれよう。

毎朝6時になればラジオ体操のスイッチオン。体調に合わせ無理せず続けることが本来の目的。健康の源にしたいもの。

遅くはない、始めましょう。小学生の夏休みの朝といえ

ば、ラジオ体操。眠たくなめんどろくさいと思いつつ、も、ハンコをもちろつたために行っていたのを思い出します。調べてみたら、1922年にはアメリカのボストンで放送されて、1925年放送のメトロポリタン生命保険会社のラジオ体操が、日本の現在の体操の基になっているようです。

## トークセッション 報告会に参加して

●くろやんさん

先日、総務省から出向されている地方創生担当の矢後部長と串間市内で起業されている3名の若手経営者とのトークセッション報告会に足を運びました。

聴衆が私を含め、ほとんどが決まっているかのように、いつもの面々であったこと、経営者側からは、「必要な支援をオンデマンドで受けられやすい施策がほしい」という意見も挙がっていたこと。

今後、ミスマッチが明確化されて、起業者と市民の双方が理解される関係が作られるよう、賛成の意見と同時に反対の意見からも前向きなヒントやメリットを見つけていきたいですね。

反対の意見からも前向きなヒントやメリットを見つけてほしいのですが、簡単なことではないですが大切なことですね。講演会などのイベントに、毎回決まった人だけでなく、新

しい参加者が増えるような工夫も必要です。

## ひまわりの花が楽しみ

●プリンちゃん

いつも保健センターを利用してさせていただいているもので、保健センター前の駐車場の囲みの部分が芝になっていて、みんながその上を踏んで通り汚くなっていました。

ところが今年は、5月初めの頃から芝を取って土を入れ、ひまわりの苗が植えてあります。保健センターに行くたびにひまわりが大きくなっています。そして、6月に入り、松葉ボタンも植えてあり、梅雨明けにはきれいな花を咲かせてくれると思います。楽しみにしています。



もう、誰もその部分を踏み人はいないと思います。夏を感じさせるきれいなひまわりが咲いていますね。市民病院の嘱託職員の方が植えたいです。

# みんなの広場

## 受章おめでとございます



高齢者叙勲を串間市から中村晃一さんが受章されました。  
【瑞宝双光章(地方自治功労)】  
なかむら こういち  
中村 晃一さん

昭和24年に宮崎県入庁。33年の長きにわたり土木部港湾課長、空港整備対策局長などを歴任。昭和57年12月から昭和61年5月まで串間市助役も務め、地方自治の育成と発展に寄与されました。

●受章者のコメント  
今回受章できたのは、素晴らしい同僚や部下に恵まれたこと、家内をはじめ支えてくれる家族がいたからです。一番印象に残っているのは、港湾課長の頃。宮崎空港を国際空港にするために滑走路を拡張したのですが、漁業関係者の反対にあい、それを説得してなんとか実現できたことです。これからは高齢者クラブの会長として、囲碁やグラウンドゴルフなどで市民と触れ合っていきたいです。

## 木下大サーカス宮崎公演 チケットプレゼント



世界が感動した奇跡のホワイトライオン世界猛獣ショーが宮崎にやって来る!

その、木下大サーカス宮崎公演の招待券を、お便りをくださった方の中から抽選で20名様にプレゼントいたします。

当選の発表は、発送をもってかえさせていただきます。お便り待っています。

●公演期間=平成28年10月8日(土)~12月5日(月)  
●会場=イオンモール宮崎特設会場(宮崎市新別府町江口862-1)

※ご注意ください!招待券のご利用は期間中の平日のみとなります。



## 福島高生がまちづくりプレゼン

7月29日、福島高校の3年生28人6グループが、医療・商店街・地域活性化など、まちづくりについてのプレゼンテーションを行いました。

プレゼン終了後の質疑応答では、市職員などとディスカッションを行い、発表した内容についてさらに議論を深めました。



## 市木古式十五夜柱松火祭り

市木地区に300年以上前から伝わるとされる伝統の火祭りが開催されます。

地元で受け継がれてきた伝統芸能の披露なども行われます。皆さまおそろいでぜひお越しください。

- 日時=9月18日(日)  
午後5時~:子供柱松建立・松明投げ、歌など  
午後7時~:柱松建立・松明投げ  
※雨天の場合は10月16日(日)に延期
- 会場=市木岩折神社前
- 問い合わせ先=市木柱松実行委員会 ☎77-0003

## お便り・投稿募集しています。

下記QRコードをご利用ください(紙面に限りがあるので、すべての投稿を掲載することができません。あらかじめご了承ください)。

- ①名前(ペンネーム可) ②連絡先
- ③コメントを必ず添えてください。

●Eメールアドレス  
info@city.kushima.lg.jp



## ●伝言メッセージ例

### じいじ・ばあばへ

じいじ、ばあば、いつもありがとうございます。たくさん長生きして、一緒に遊んでね。

アビちゃん

お便りお待ちしております。

広報コラム



10月21日はあかりの日。

1879年のこの日は、エジソンが白熱電球を完成させた日である。月日は流れ、現在蛍光灯はLEDに変わろうとしている。

数年前まで高価だったLEDがなぜ急速に普及したか。当時1万円近くしていたLED電球を、シャープが約半額の4,000円台で発売。そこから価格下落が進み普及に繋がっていった。当時、照明メーカーで働いていたのだが、驚きとともに一歩先に行かれた感も大いにあった。

エジソンの発明以来、照明は白熱電球、蛍光灯、LEDと約60年の周期でイノベーションが実現されてきた。串間市ができて約60年。ここで串間市の未来を照らすイノベーションを実現させたいものだ。(担)



米国強襲揚陸艦に着艦し、NAVY ホームページで紹介された一枚。

# 「いつも、ここから」

随想

原口 小百合

いつもなら、日頃の疲れを癒しに旅に出るこの時期。今年も春先に他界した祖父の初盆に実家へ帰省した。少し寂しいお盆でも、多くの懐かしい人に会いまた元気をもらおう。この光景に驚いているのはちよっと街中出身の主人である。幼いころから当たり前になった光景でも、あらためて言われてみれば特別に思えてくる。「こ串間の人の「つきあい」は、深く温かい。串間を巣立って15年、自分の夢を追うため必死で走り続けてきた。故郷に甘えず、世間に通ずる人間になることが私の務めと言わんばかりに。両親の教えもまた同じようなものだった。最近になって、この教えの意味を考えるようになる。

私が夢への第一歩を踏み出した時から、不安げな私や母をよそに父は大喜び。いつでもどこでも自慢げに私の話をする父に、恥ずかしさや少しの嫌悪感も覚えるほどだった。そんな父の危篤の知らせが届いたのは、ようやく一人前に空を飛べるようになってすぐのことだった。駆け付けた時には父はずでに息を引

き取ったあと。気付けば父と何も空の話をすることはなかった。もう父の声援を聞くことはないと思うと、あれだけ嫌だった娘自慢も今更になっていとおしく感じてくる。

父は生前「娘のヘリコプターに乗るのが夢」と入院先でも豪語していたらしい。父がいなくなった今もなお「あんたが自慢の娘さん？そら頑張りな」と、たくさんの方々に励ましを頂く。まるで父が用意してくれた応援団のようだ。間違いなく父は形を変えて私を応援し続けている。それから時が経ち、少しの余裕ができるようになって、あらためて故郷を振り返る。幸い鹿屋勤務となった串間に顔を出す機会も増えた。そしてなにも気づかされること、それは何にも変え難いこの故郷の「つきあい」。今も届く父親代わりのエールも、変わらない友人の支えも、故郷「串間」が成せる技。この古き良き「つきあい」が私の原動力になっている。

かつての両親の教え、それは故郷を巣立つだけでなく、故郷を結びつけること。串間を離れ、



はらぐち さゆり(34歳)  
串間市北方出身、鹿屋市在住。パイロットを目指し海上自衛隊に入隊後、ヘリコプター操縦士として数々の訓練、任務に従事。日本人女性初である米国艦艇着艦を果たすなど、その豊富な知識経験を生かし、現在は鹿屋の第211教育航空隊にて教官として後輩の育成に励む。

わたくしたちは、  
1. 豊かな自然を大切に、これをいかしましょう。  
1. お互いを信じ、心をあわせ、平和で明るいまちをつくりましょう。  
1. 健康で働くことに誇りをもち、豊かな住みよいまちをつくりましょう。  
1. だれにも親切にし老人をいたわり、こどもに夢と、しあわせをあたえましょう。  
1. 教養を高め文化のまちをつくりましょう。

●市の木/そてつ ●市の花/かんな  
●市の鳥/めじろ ●市の花木/山桜  
●人口 18,521人 (前月比 -20人)  
男 8,640人 女 9,881人  
世帯数 7,925世帯 (平成28年8月1日現在)  
\*平成27年度国勢調査からの推計人口です。



〒888-0221 宮崎県串間市大字大納42-1  
営業時間：午前9時～午後5時  
休館日：毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)  
**TEL 0987-76-1546**

## 年に一度の大集合！ 駒追い行事が行われます

岬全体から、全ての御崎馬を集めて健康診断などを行う駒追いの行事が、9月24日(土)と25日(日)に実施されます。  
年に一度の恒例行事！御崎馬の集合する様子を見学してみたいかがでしょうか？  
※御崎馬を追いだてて集めるため、普段以上に馬が気が立っている状態になります。見学の際は、牧組合の方たちの指示に従って安全に見学しましょう。

## 野外ガイド受付中です！

ビジターセンターのスタッフと一緒に野外へ出て、御崎馬を観察しながら説明を聞く事のできる野外ガイドも実施しております。ガイド費用はビジターセンターの入館料のみでご利用いただけます。当日の申込は受けできない場合がありますので、必ず事前予約をお願いします。

	午前	午後
御崎馬について学ぼう	10:00～10:30	14:00～14:30
野外ガイド	10:30～12:00	14:30～16:00

## 今月の表紙 “ ニジマス逃げたー！ ”

8月16日に桂原親水公園でニジマス釣り大会が開催されました。市淡水漁業協同組合の協力のもと、河川プールにニジマス200匹を放流。子どもたちは、ニジマス釣りやつかみ取りを楽しみ、魚を捕まえるたびに喜びの歓声を上げていました。表紙は、ニジマスを追い込みながらも寸前で逃がしてしまった子ども一枚。楽しそうな雰囲気伝わればと思っ選びました。



## 編集後記

過去最多41個のメダルを獲得し盛り上がったリオ五輪。レスリング57キロ級銀メダリストの樋口黎選手は競技を始めたきっかけが市の広報紙だそう。オリンピックとは言わぬいが何かを始めるきっかけとなるような広報くしまを作っていきたい(イ)

スローフードのページは、毎回いろんな料理や食材を紹介するのだが、今回のオクラを使ったサイダー寒天は、個人的にとっても斬新だと思った。串間の食材を使った調理法をいろいろ考えて、生産者のPRにもつなげようという心意気も応援したい(オ)



〒888-0008 宮崎県串間市本城987  
営業時間：午前10時～午後10時  
休館日：9月の休館日は21日(水)です  
指定管理者：株式会社スチールユニオン **TEL 0987-75-2000**

## 「十五夜祭」を開催します

- 日時=9月17日(土)午後5時～
- 会場=いこいの里
- 内容=綱引き、大相撲いこいの里場所  
参加景品も多数あります。

## ビアガーデン好評開催中！

温泉でゆっくり癒されて、野外でビアガーデンを楽しもう！雨の日も屋内会場をご用意しています。  
●宮崎牛炭火焼肉食べ放題&飲み放題  
料金=4,000円(前売り3,500円)



## ビュッフェスタイルの 大・小パーティ 予約受付を開始しました

## おたよりお待ちしております！

●この広報紙を読んだ感想や今後取り上げてほしい記事、掲載内容に関する質問、串間市への思い、あなたの身近な出来事、何でも好きなことを書いてください。



↓点線に沿って切り取り、官製葉書に貼り付けてお使いください。

888-8555

## 串間市役所総務課 秘書広報係 行

(No.1014/2016.9)

●ご氏名 \_\_\_\_\_  
フリガナ \_\_\_\_\_

年齢/ \_\_\_\_\_ 歳 性別/ 男・女

●ペンネームまたはイニシャル ※記入がない場合、実名で記載させていただきます。

●ご住所 □□□-□□□□

電話 ( ) -

# うたごえよみ

\*短歌、俳句の投稿は

■短歌 野辺俊子さん ☎72-33300

■俳句 本田幾男さん ☎72-52880

## 「短歌」串間短歌会選

● どこにでもカタバミ低く咲ひてゐる  
見返るほどの華は持たざる

西小路二区 坂本不二子

● 笹かざり揺れる七夕宵の雨

五色の鶴の羽根しぼみおり

有明二区 鈴木のり子

● 国富の短歌大会三回目

友とのつながり一日ふかめぬ

桂原 淵脇 桂子

● 長梅雨の上がりて早々コンバイン

稲田に入りゆく夏雲の下

堂園 吉田 良子

● ミニトマトもぎては含む赤き実に

ひろがる夏の香りたのしむ

小路 安山 らく

## 「俳句」あさひ俳句会選

● 秋風に攫はれし如友遊きぬ

上町一 又木 順子

● ゐねし子の夢のながさや天の川

上小路 木島サイ子

● ほどほどの金もなかりて秋澄みぬ

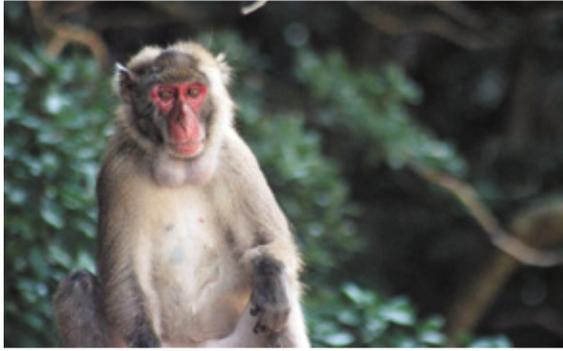
仲町原 里歌

● 霧匂ふ日田は天領旅二日

仲町 木島 幸子

● 底抜けの青にはなやぐ鱗雲

上小路 本田ハズエ



幸島で政権交代  
新しくボスザルとなった「ケイ」