

みんなつながる。まちがかがやく。

# 広報くしま

3

March 2018

No.1039  
毎月1回 1日発行

夢は、南の果てにある。  
太陽と海と野生動物。天然づくし、くしまし。

# For the FUTURE.

～ぼくらのまちのコト～



福島高校  
地域創生学を通して  
見えてきたもの

No.1039 広報くしま  
2018年3月1日発行  
(毎月1回 1日発行) 発行/串間市役所 編集/総務課秘書広報係

〒888-8555 宮崎県串間市大字西方5550番地 電話:0987-72-1111 FAX:0987-72-6727  
http://www.city.kushima.lg.jp Eメール:info@city.kushima.lg.jp 印刷/(株)宮崎南印刷

file# 11 串間でつくられた逸品たち



安全安心で美味しいちりめんを皆様にお届けすることがモットーです。

ご飯のお供に「漁師のとれたてちりめん」  
株式会社 猪塚水産

炊きたてのご飯の上に「漁師のとれたてちりめん」をたっぷりつけて口いっぱいにかきこむ。程よいやわらかさと塩加減。このシンプルな食べ方がいちばん美味しい。  
「日本一のちりめんじゃこを目指しています」と語っていたのは株式会社猪塚水産・代表取締役の猪塚文泰さん。ちりめんじゃこ漁は夜明けとともに出漁し、2隻の船で網を引きます。港に水揚げした後、加工機で洗浄・釜ゆで・半乾燥を行い、30分〜1時間ほど天日干しをするちりめんじゃこができあがります。出荷先のほとんどが関西で、大阪の市場では一番人気です。  
猪塚水産のちりめんじゃこ漁は昭和48年、猪塚さんの父親の代から始まりました。当時からちりめんじゃこは六次産業化されており、漁の方法は今も昔もほとんど変わっていません。しかし変わってきたところもあります。「今はちりめんじゃこの原料となる魚(カタクチイワシの仔魚)の群れが少なくなってきました。漁獲量がゼロの月もありますよ」と話してくれました。  
時期によって魚体の質もさまざまのこと。自然の恵みを感じながら、こだわりのちりめんじゃこを食べてみてはいかがでしょうか？

# 「地域創生学」を解説!!

## 地域創生クラス

1、2組が取り組む学習クラス。体験学習がメインとなり、串間市役所や宮崎産経大、地元企業の協力の下、①「食」をメインテーマとして地域資源を生かした商品開発、②「食」に関する流通やサービス、マーケティングの学習の2つを柱に活動しました。

### 前期

#### 特産物でまちを活性化させるには?

まずは、どんな地域資源があるのかを知るためにくしまアオイファームさんを訪問。すると、串間には5種類の芋があることが発覚! 串間で年に2回行なわれている移住体験ツアーで、この5種の芋を使ったお菓子を参加者に提供することが決定しました。



芋の苗植え体験もしました

その後、全国の移住ツアーについて調べたり、どんなお菓子を作るかアイデアを出し合うなど、実践に向けた下地を作っていました。



グループごとのアイデアを発表する生徒たち

### 後期

#### 商品開発開始! 串間のPRへ

開発するお菓子のコンセプトは「串間のファンを作ろう」に決定! 串間産の5種類の芋を多くの人に知ってもらおうという思いから、タルトの開発がスタートしました。タルトに使う芋のペーストはアオイファームさんからの提供、生地は自分たちで作りました。商品ネーミングとパッケージについては外部講師を招いて、アドバイスをもらい、ついに商品が完成! 移住体験ツアー参加者に提供し、存分に串間をPRしました。



完成したタルト

串間に5種類も芋があったなんてビックリ!



2年 河野 華羽さん

## 地域創生探究クラス

3組が取り組む学習クラス。進路に応じた5つのチームに分かれて、串間の活性化に向けた研究を進めます。昨年4月に市役所を訪問し、各チームのテーマに沿った串間市の課題を聞き取り調査。そして、導き出したアイデアを、2月に開催した発表会で披露しました。

### 教育国際チーム

世の中では少子化が進んでいるが、串間には保育園数も多く、子どもの数も決して少なくはない。その強みをさらに生かすため、福島高校を「コミュニティスクール」と位置づけ、子育てしやすい場所、小学生の遊び場に活用できないか。

### 地域医療チーム

市民の健康への関心が低いという課題に対して、健康講座や南九州大学に足を運んで研究。①健康増進に関するPR活動、②健康に良いとされているファイトケミカルスープの考案、③子どもを対象にした健康教室の実施の3つを軸に、健康に対して幼少期からの習慣づけを行う。

### 工学エネルギーチーム

市は再生可能エネルギーによるまちづくりを推進しているが、市民の認知度の低さが課題。そこで、再生可能エネルギーの生産設備と、子どもの遊び場という2つの機能を持たせたツリーハウスを建設し、再生可能エネルギーを市民にPRできないだろうか。

## 5つのチームの提案を紹介

### 農学食品チーム

農業従事者の減少という課題を研究・調査。昨年閉校になった中学校の校舎を宿泊所として利用しながら、「農業体験ツアー」を実施することで、他県の人から串間を知るきっかけになる。そこから移住という流れになれば、農業従事者が増えるのではないか。

### 地域創生チーム

市を活性化させることを目的に高校生に何が出来るのかを研究。串間をたくさんの人に知ってもらい、足を運んでもらうことが必要であり、そのためには串間市のPR動画を発信する必要がある。発表会では自分たちで制作した動画を上映しました。

アイデアを出すことが難しかったです(笑)



2年 安永 遼さん

# 知ってた?

## 福島高校

# 地域創生学

ちいきそうせいがく

福島高校では、現在、「地域創生学」という授業に力を入れています。生徒たちは、一体どのようなことを学んでいるのでしょうか? その全貌を明らかにします。

## 地域創生学のはじまり

普通科系高校の授業としては珍しい「地域創生学」。導入した経緯について、福島高校の代継 忍先生に話を伺いました。

地域創生学には、「くしま学」という前身の授業がありました。現在も小学校、中学校では取り組んでいますが、かつては当校でも行っていたんです。ですが、それは小中のくしま学の内容と大きく変わるものではなかったんです。そこで、くしま学で見つけた串間の課題を解決するための提案を行い、実現させるところまでを学習できないかなと考えたんです。

これが3年前のことなのですが、当時の2年生は、串間の名産品で作ったスイーツを商店街の空き店舗で提供する「スイーツカフェ」をできないか市に提案しました。空き店舗の利用までには至らなかったのですが、11月の秋祭りでは観光案内所を使って自分たちが考案したケーキを販売しました。提案通りの実現はできなかったものの、アイデアを提案すれば実現してくれる人がいる。また、高校生でも実現できることはあると

いうことが証明できたんです。

この高校版くしま学がベースとなり昨年4月に、学校設定教科の「地域創生学」という授業が誕生しました。それまでは「総合的な学習の時間」を授業時間に充てていましたが、地域創生学になったことで、豊富な時間で研究活動にじっくり取り組めるようになりました。この授業は、問題解決力、判断力、表現力を養うことを目的としています。さらに、チーム作業による協働力も身に付けられるでしょう。彼らには卒業後、地元(ローカル)でも、グローバルな舞台でも活躍できるグローバルリーダー(グローバルローカルリーダー)として成長して欲しいですね。



宮崎県立福島高等学校 進路指導主事 代継 忍先生

### 1年次

入試後のクラス選抜試験により、学力に応じて3つのクラスに分類。

### 2年次

2年次から、学力と本人の希望を考慮しクラスを分類。1年次に1、2組だった生徒が3組に進学することも可能。

### 3年次

#### 1、2組【普通クラス】

- 少人数指導による基礎学力の定着
- 高校と中学の教員と連携して英語・数学を指導

#### 3組【探究クラス】

- 大学進学を視野に基礎から応用力までを養成

#### 1、2組【地域創生クラス】

就職、専門学校進学を目指す情報ビジネスコースと、私立大学、短大、医療系以外の専門学校進学を目指す総合進学コースに分類。

#### 3組【探究クラス】

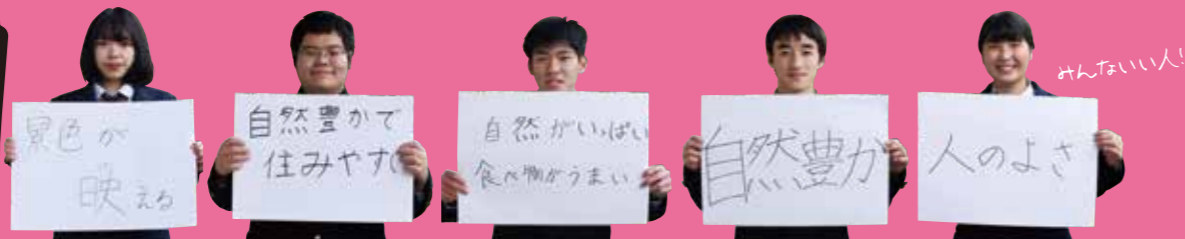
文系と理系に分かれ、国公立大学や私立大学、医療系専門学校への進学を目指す。

## 福高3年間の学び

普通科高校でありながら、就職にも進学にも対応できる福島高校。3年間の流れを見てみましょう。

Question 1.

串間のいいところは？

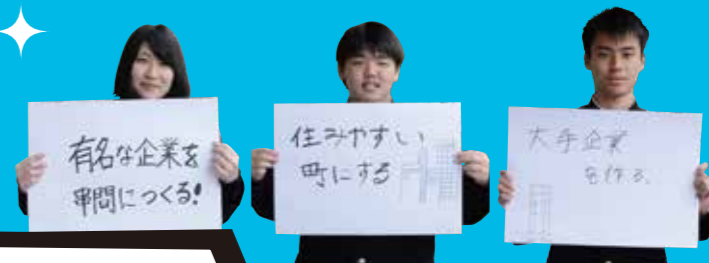


Question 2.

もし自分が市長なら串間をどうする？



「地域創生学」を通して  
これからの串間市について考える福島高校の2年生。  
彼らは郷土に対してどのような思いを抱いているのでしょうか。  
3つの質問に答えてもらいました。



実はこんなこと、考えてます。!

# 福高生のホンネ

Question 3.

自分にとって串間はどんな場所？



**川野** 市役所の人にバイオマス燃料の働きや発電の仕組みを教えてもらったことがあるんだけど、エネルギーについての知識が全然なかったから理解するのが難しかった。

**川畑** 私は、串間が抱えている課題のどれを取り上げて、どう改善すればいいのかを考えるのが大変だった。市民の健康への意識が全体的に低いことは意外だったな。創生クラスの2人はどうだった？

**鈴木** 自分は、串間に5種類も芋があるなんて知らなかった。

**戸上** どんな商品を作れば串間のファンを作れるのかとても悩んだけど、やりがいがあった。

**川野** タルト以外にはどんな案があったの？

**戸上** 芋を使ったプリンとかクレープとか。みんなで投票した結果、タルトになったんだ。

たくさん悩みました

課題はこれだ！

**川畑** 創生クラスの2人は串間の一番の課題って何だと思う？

**鈴木** 高齢化が進んでいること、串間から出て行く若者が多いことだと思う。

**戸上** お店が少ないこと。高校生が通えるお店があったら嬉しいな。カフェとかあって欲しい。

**川畑** 確かに！洋服屋さんもあつたらいいな。

**川野** うんうん、自分はバスケットをするからバスケット専門店が欲しい。

**鈴木** 川畑さんと川野くんは？

**川野** 市民が市の取り組みを理解していないことが課題だと思う。研究にあたって街頭調査をしたときに思ったんだ。例えば、市はバイオマス発電に取り組んでいるみたいなんだけど、聞いた限りだとみんな知らなかったから。市の取り組みを知らないのと協力もできないので、市側も、情報をもっと市民に行き渡るようにすることが必要だと思う。市が活性化していくには市民の力が必要だろうから。

**川畑** 私は仕事が少ないことになって思う。修学旅行で東京に行ったときに、こんな仕事もあるんだってすごく驚いたことがあったから。仕事が増えないことには人口も増えないだろうし。あとは、川野くんと同じで、情報が行き渡ってない気がする。

**僕らの望み**

**川野** 創生クラスの2人はこれからの串間にどうなって欲しい？

**鈴木** 串間が活性化することだけど、これからは平和な串間であり続けて欲しい！

**戸上** 元気なまちになって欲しい。だから、まずは私たち若者が元気を出していかなきゃって思う。探究クラスの2人は？

**川野** 人口とお店が増えて宮崎市と同じぐらいの規模になって欲しい。

**川畑** そうだね、もっとまちが盛り上がったらいいいね。でも、発展しても串間のいいところはそのままであって欲しい。

**鈴木** 今後、自分たちが発展のためにできそうなことってある？

串間の魅力を  
僕たち、私たちが発信します！

**川畑** 探究クラスの別のチームが、串間のPR動画を作っているんだけど、そういう風に魅力を発信することなら自分にもできそうかな。串間を訪れてもらうきっかけになると思うから。

**川野** 自分は卒業したら県外に進学しようと思ってるんだけど、たくさん知識と経験を積み重ねて、また串間に戻ってきたときにそれを生かせるくらいなと思ってる。



「地域創生学」で学んだ！感じた！ / 福高生が徹底トーク

～こんなジモトになったらいいな～



地域創生探究クラス 工学エネルギーチーム 川野 翔さん

地域創生探究クラス 地域医療チーム 川畑 陽菜さん

地域創生クラス 戸上 梓さん

地域創生クラス 鈴木 悠平さん

「地域創生探究クラス」と「地域創生クラス」に分かれ、それぞれのテーマで串間市のためにできることを研究する福島高校の2年生。学年を代表して4人の生徒が熱いトークを繰り広げました。

**川野** 僕たち工学エネルギーチームは、再生可能エネルギー（以下、再エネ）を市民に知ってもらうことを目標にしているよ。

**鈴木** 具体的にはどんなことをしているの？

**川野** 再エネをPRするために、小型の風車を付けたツリーハウスを作れないか考えてる。ツリーハウスにすることで、子どもの遊び場所が少ないっていう串間の課題も一緒に解決できないかなって思っ

**戸上** 川畑さんは？

**川畑** 私は地域医療について研究してるよ。健康診断の受診率が悪いことが市の課題の一つにあつたんだけど、市民の健康への関心を高めるには何が効果的なんだろう

とって、Dr.エトーの健幸講座や南九州大学に足を運んでヒントをもらったよ。

**戸上** どんなヒントだったの？

**川畑** 一つはファイトケミカルスーパ。ファイトケミカルっていうのは野菜とか果物に含まれる化学成分のことなんだけど、抗酸化作用などがあつてとにかく健康に良いんだって！このスーパをあすか園と共同して、朝市で市民の方に振る舞う予定だよ。

もう一つは、健康でいるためには子どもの頃からの生活習慣の積み重ねが大事なの。だから福島小の4年生に簡単な体操を教えるに行ってるよ。

**川畑** 2人は何を勉強したの？

**戸上** 地域創生クラスのテーマは、「串間のファンを作ろう」。串間にあるものを使って自分たちに何ができるかを考えて、市内の企業や団体の協力のもと、串間産の5種類の芋を味わえるタルトを、移住体験ツアーで参加者に振る舞ったの。

**鈴木** タルトは作るだけじゃなくて商品名を考えたり、パッケージのデザインも考えたよ。

～いきいき元気であるために～



# 始めませんか？ 「いきいき元気教室」

串間市では平成27年度より、高齢者を対象にした簡単な体操教室を市民運営型でスタートしています。教室は市内各地の公民館。みなさんがお住まいの地区でも始めてみませんか？

問／医療介護課介護保険係 ☎72-0333 (内線510)

◆なるほど！  
いきいき元気教室

いきいき元気体操とは週に1回、公民館などを利用して、負荷を調節できるベルトを手首や足首に巻いて、体操を行う教室のことです。教室の運営は地域住民が主体となって行いますが、最初の1カ月間は専門のスタッフが派遣され、丁寧に体操を教えてくれるので安心です。初めての方には、体操後に感想を聞いて、無理のない範囲で次回のおもりの重さを設定するので、誰でも安心して参加できます。



◆ご存知ですか？「いきいきサポーター」

各会場にはステップアップ講座を受講された、いきいきサポーターさんが教室を引っ張ってくれています。年齢は問わず、サポーターの最高年齢は88歳。このいきいきサポーターさんが、体操のことやおもりの付け方など、初めて参加される方にも優しく教えてくれます。そんなサポーターさんの活躍を紹介します。



おもりの管理



おもりの付け方を教えます



ステップアップ講座での意見交換



体操を説明するボードの準備

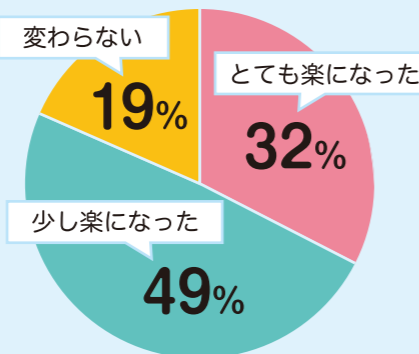
◆体操だけでなく楽しみもいっぱい

現在、市内31自治会で実施している教室ですが、参加される方の楽しみは、体操だけではありません。教室は地域の方との交流の場となっています。みなでお茶を飲んだり、教室の日以外にグラウンドゴルフをしたり、中には忘年会を開いたという地区も。外に出て、人と会話をしたり、体を動かすことは脳を活性化させ、認知症の予防にもつながります。いつまでも健康でいるためにいきいき元気教室に参加して、少しでも刺激のある生活を送りませんか？

◆心と身体の変化

教室では、開始から約6カ月後にアンケート調査をしています。体操の効果だけでなく気持ちの面などでも、良い結果が出ています。

体を動かすことが  
楽になったと答えた方



◆みなさんからの声

- ・体操を始める前は面倒と思っていたけど、続けられている足が良く上がるようになった

体操を始めてから  
布団の上げ下げが  
楽になりました。



のがみ あきこ  
寺里 野上 章子さん

◆教室を始めよう！

ステップ1

仲間を集める

回覧板などで周知を図り、教室に興味のある方を募りましょう。何名からでも始めることはできますが、人数が多い方が楽しいですよ。

ステップ2

申し込みをする

仲間が集まったら、市医療介護課介護保険係に申し込みましょう。その後の流れについては打ち合わせを行います。

ステップ3

説明会を開催

担当課職員が公民館などを訪問し、説明。教室を開催するかどうかを決めていただきます。説明会は自治会ごとの開催になります。

ステップ4

スタッフが  
体操を伝授！

教室の開催が決定したら、1カ月間で体操を覚えていただき、2カ月目以降は自主教室となります。(体操は簡単ですのでご安心を)

みんなで和気あい  
あいとやっています。  
今年はお花見にも  
行きたいですね。



西小路1区  
たてもと よしこ  
立本 良子さん

みんなで集まると  
楽しいですよ～！



2月11日

05



ユーモアを交え講演する舞の海さん

**舞の海さん体験談交え講演**

市文化会館で「第25回串間市生涯学習推進大会」が行われ、元小結でNHK大相撲解説者、舞の海秀平さんの講演会がありました。テレビの解説では話せない本音や自身の体験談を紹介しながらユーモアたっぷりに話して笑いを誘い、会場いっぱい集まった来場者の心をひきつけていました。



福島地区・本町2丁目  
ふるさわ ゆうこ  
古澤 雄子さん

舞の海さんの講演会はとても面白かったです。裏話を聞けて、今度から相撲を見るのが楽しみになりました。実物はテレビで見るとより男前でしたね。

2月9日

04

**入学前に市内の園児交流**

4月の小学校入学を前に市内の年長児が集まって交流を深める「第30回もうすぐ一年生がんばろう大会」が総合体育館でありました。市内12保育施設に通う約170人の園児が参加。ふれあい遊びやゲームなどを通して、入学を前に園児たちは友達との輪を広げていました。



ふるさと納税を活用して行われたがんばろう大会



りんぼかん保育園  
みやうら そうた  
宮浦 颯大くん

みんなでたくさんゲームができて楽しかったです。新しいお友達もたくさんできました。1年生になったら勉強をがんばりたいです。

2月7日

01



要望活動に参加した福島高生

**福島高生が早期整備要望**

東九州自動車道の早期事業化に関する要望活動のため福島高校の生徒4名が財務省と国土交通省を訪れました。生徒たちは、財務省の長峰誠大臣政務官らに対して、農業・医療・観光・防災の観点から研究してきた内容を基に、自らの声で東九州道の必要性を強く要望しました。

2月9日

03



都井岬で行われた恒例の野焼き

**春を前に都井岬で野焼き**

都井岬でダニの駆除や春の芽吹きを促す恒例の野焼きが行われました。岬を管理する都井御崎牧組合員ら約30人が参加。点火した竹筒を手に火を放つと一面が炎と煙に包まれました。黒い焼け跡が広がった都井岬では、3月中旬に新芽が顔を出し始め、3月下旬には岬馬の出産シーズンを迎えます。



福島地区・小路  
ました かずきよ  
木下 和清さん

少しでもお役に立てればと思いボランティアで参加しました。野焼きが終われば春はもうすぐ。春駒がたくさん見れるといいですね。

2月7日～2月20日

**くしま  
プレイバック**

まちで起こったあんなことやこんなこと。串間の1カ月を振り返ります。



福島高校  
ただりゅうすけ  
武田 隆佑さん

とても貴重な経験をさせていただきました。高速道路は串間には必要なもの。今回の要望活動が少しでも早期開通へつながると嬉しいです。

2月7日～3月11日

02

**旧吉松家住宅でひなまつり**

国指定重要文化財の旧吉松家住宅で「吉松邸ひなまつり」を開催しています。邸内には、市民の皆さまから提供していただいたひな壇やさげもん飾りなどがにぎやかに飾り付けられ、市内外から訪れた多くの来場者は、華やかな雰囲気を楽しんでいました。



市民ら提供のひな飾りが並ぶ吉松邸ひなまつり



福島地区・本町1丁目  
さの せつこ  
佐野 勢津子さん しみず みどりさん のへ こ  
野辺 スミ子さん

毎年来ていますが、いつでも素晴らしいです。吉松邸の雰囲気とおひなさまがマッチしていてとても良かったです。

2月19日

06



奨励金を手渡された黒瀬水産の新卒者ら

**市内就労の若者へ奨励金**

若者の地元就職やUターン者の定住を促進するため、市内で就労した若者へ「就労奨励金」を交付しました。市内の事業所に就職した新卒者やUターン者が対象。市長が6事業所を訪れ、対象者14名に奨励金として市内の店舗で使える共通商品券10万円を手渡しました。



黒瀬水産株式会社  
たなか くまき  
田中 邦真さん

**TOPIC**

**第一勧業信用組合と  
包括的連携協定締結**

2月20日、本市と第一勧業信用組合との間で、包括的連携協定を締結しました。これにより、同信組の店舗網(22支店4出張所)を活用して地元商品のPRを行ったり、本店2階を販路拡大・ビジネスマッチングに向けた地方連携オフィスとして活用できるようにになります。



第一勧業信用組合の新田理事長(左)と島田市長

こんな制度があるとは知りませんでした。とてもありがたいです。大事に使わせていただこうと思います。仕事も早く一人前になれるように頑張ります。

# くしまっ子

## 全国で戦える泳ぎを目指して

福島小学校6年の三井隆太君が水泳を始めたのは、5歳のとき。同じ保育園に通っていた友達に誘われてスイミングスクールに通うようになると、コーチの指導で少しずつ上達し、水泳の楽しさに魅了されていきました。

練習は日南市のスイミングスクールに毎日通い、最低でも一日4km、多いときには6km泳ぐことも。隆太君は大会で上位に入賞すれば嬉しいし、練習した分だけ記



5番コースで泳げる実力の持ち主です

### さらなる高みに挑戦!

中学生になっても  
頑張ります



11. 三井 隆太くん

福島小学校6年。日南市のスイミングスクールで練習を重ねる。種目は自由形と背泳ぎ。実力は県内でもトップクラスで、2月には九州大会にも出場した。

録が伸びていくのも水泳の楽しいところ」と話します。

隆太君を一番身近でサポートするのは母・友紀さん。「母は毎日の送り迎えや試合の応援、栄養管理もしてくれ。自分が水泳に打ち込めるのも親のおかげです」と感謝の気持ちも忘れません。

2月には50mと100m自由形で九州大会への参加標準記録を突破し出場しました。しかし、県内ではトップクラスの実力があるものの、九州大会では上位に食い込むことができませんでした。「上には上がいると感じたし、まだまだ練習が足りないなと思った」と悔しさをにじませます。

4月からは県外の中学校に進学し、新たな挑戦がスタートします。目標は「全国で戦える選手になること」と力を込めて話す隆太君。目標の実現に向けて泳ぐ練習の日々は続きます。



## 郷土史研究がライフワーク

知れば知るほどおもしろい

串間市の歴史を調べて約40年。郷土史の研究がライフワークの田中靖基さんは、福島地区・仲町に住む80歳。

郷土史の世界に足を踏み入れたのは、田中さんが市職員時代に文化財を担当したことが始まりです。仕事をしていく中でだんだんと興味を持ち始め、次第に地域の歴史の遺産を守っていかねければという思いが強くなりました。

昭和58年には、田中さんら歴史愛好家数名が発起人となり、郷土史を調査研究する「串間史談会」を発足。研究発表会や史跡調査史談会の会報を作るなど精力的に活動を続けてきました。

史談会の活動が新聞などで取り上げられると、都城市や志布志市、肝付町などの研究者との交流も始まります。「いろいろな人と情報交換ができるようになり、研究の幅が広がったことが今につながっている」と田中さんは当時を振り返ります。

現在は、郷土史研究に専念するため串間史談会を卒業し、玉璧や仏像を中心に研究を行っています。調査は市外の図書館などで丹念に文献を調べ、必ず現地へ足を運びます。「実際の場所へ行き、その時代に戻った感覚でその場を見ると、当時の様子が見えるような気がします。」



串間で活躍する人を  
紹介します

きらめき図鑑  
kirameki

がする。それに現地に行くことで新しい発見もある」と田中さん。常に自分の目で確かめることを信条としています。

田中さんは、研究者の育成のために講座や講演会などの講師を引き受け、これまでの調査研究で蓄積した資料を惜しみなく公開しています。「歴史や文化は、放っておくと消えてしまう。自分の知識を次の世代に伝えることは歴史を残すということ。まだまだ伝えたいことがたくさん残っている」と人材育成にも力を入れています。

今、田中さんにとって一番のテーマは串間の文化財を観光資源として利用できないかということ。例えば、市木の龍源寺で修業した串間市出身の玉仲宗瑠が京都にある大徳寺の住職となり、織田信長の葬式を執り仕切った話や16世紀の世界古地図に本城・港地区の記述があり、交易により繁栄していたという話など、串間には観光に活用できそうな地域資源が存在します。「歴史には、まちの活性化につながる知恵や財産が詰まっている」と話します。

たなか やすもと  
田中 靖基さん  
(福島地区・仲町)

くしま郷土史家。これまで榎間院地頭野邊氏や中世の串間など研究は多岐にわたる。現在は玉璧や仏像を中心に研究を行う。



講座などで講師も務めます



研究とともに本も増えます

## 地域おこし協力隊

# 活動日記

vol.11 自分の言葉で伝える

にしざわ なな  
西沢 奈々さん



私は現在、観光物産協会で物産部門の担当をしています。串間市の地場産品のPRをしていく中で、一番大切にしていることは「自分の言葉で表現すること」。その商品を使っているところを想像させることが

できるかどうかで購買意欲に変化があると感じています。せっかく購入してもらったら商品を手に取り、使う場面を想像し、ワクワクした気持ちになって購入してもらうことが私にとってのやりがいです。

物産展で都市圏に行くと、串間で普段使っているものが目新しくたり、聞いたことなかったりと、地域によって反応もさまざま。そこで商品に興味を持ってもらうツールとして、手書きのPOPを活用しています。

社長の似顔絵を使ってみたり、簡単なレシピを載せてみたり、見て楽しくなるようなキャッチコピーを入れてみたり。そこか

らお客さまとの会話が始まることも多く、コミュニケーションツールとしてとても役立っています。そして何より、その商品に対して愛着が湧くのでお客さまに自信を持ってオススメできるのです。

今時、パソコンを使えばクオリティーの高いPOPができるかもしれませんが、あえて手書きで作成することで自分の思いをPOPに乗せてお客さまに届けることができると感じています。これからも事業所とお客さまの架け橋となれるよう、商品の良さを自分の言葉で伝えていきたいです。



お気軽に  
ご相談ください。

福祉事務所 子育て支援係  
とどろき かずひろ  
**轟 和宏**さん

## 支援につなげる 発達凸凹の子どもたち

問/福祉事務所子育て支援係 ☎72-1123(内線505)

以前このコーナーで「発達障がい」発達凸凹は関わり方が大切だとお話ししました。そのためまずは、発達凸凹であることに気づいてあげることが大切になってきます。

この発達凸凹の特徴が顕著に表れてくるのが5歳前後です。それ以前は性格的なものなのか、発達凸凹の特徴なのか判断しづらい部分もあります。この5歳前後という時期は社会性が身につく、周りの状況を判断して行動できるようになってきます。小さなお子さんは泣いたり、駄々をこねたりして自分の気持ちを行動で示しますが、5歳前後になると、ある程度は自分で状況判断して言葉として表現することができるようになります。しかし、発達凸凹の子どもは状況判断が難しく、言葉で気持ちを表現することも苦手です。

そうなることのような行動がみられるのでしょうか。状況判断が難しいため人が傷つくようなことを口にしたたり、自分勝手に行動してしまったり、気持ちを上手く表現できないため行動で示す(多動)。あるいは、上手く言葉で

表現できないために黙る、という風になってしまいます。このような特徴を理解して「人」の気持ちを考えない「じつ」といえない「ちゃん」と話を聞きなさい」と叱ってしまうことになりま。

では、なぜ発達凸凹になるのでしょうか。テレビやゲームの影響？しつけの問題？いいえ、それは脳の構造(脳のタイプ)によるものだとわかってきています。生まれつきそういう脳のタイプだったにもかかわらず、特徴が見えづらかっただけなのです。環境により発達凸凹になった訳ではないのです。

そういうタイプの脳だと分かればそれに関わり方をすればいいということになります。ですが、気づいてあげられないと適切な関わり方は困難です。

先ほど述べたように子ども達はなんらかのサインを出してくれていると思います。そのサインに周り気づいてあげることが適切な支援につなげることができようになるのです。

気になることがありましたらご相談ください。

## 子育て info

- 3月7日(水)1歳6カ月児健診
- 3月14日(水)乳児健診  
それぞれ、対象児には個別に案内しています。
- 予防接種  
予防接種は病気にかかる前に接種しておくことが大事なポイントです。「生後2カ月からのワクチンデビュー」をおすすめしています。
- 麻しん風しんワクチン  
予防のために麻しん風しんワクチン(MRワクチン)を接種しましょう。  
第1期 生後12月から生後24月までの間にいる子ども  
第2期 5歳以上7歳未満の年長児にある子ども(無料接種期間は3月末までです。未接種の方はお早め!)

## ハッピー スマイル

さとう かほ  
**佐藤 花帆**ちゃん

平成29年3月14日生

ごうへい ゆうき  
佐藤皓平さん・祐紀さんの長女  
(福島地区・泉町)



とても元気で2歳のお兄ちゃんとおもちゃの取り合いをしてよくケンカしています。子どもが二人になって家中はにぎやかです。最近ではよく食べるようになって、白ごはんが大好き。3月からは保育園に通うので、みんなと仲良く、明るく元気な子に育ってほしいですね。

# Happy Smile

## お子さんの食事の悩みQ&A

問/福祉事務所子ども政策係 ☎72-1123(内線506)

## すくすくのびのび

子育て支援情報

### ちょっとした工夫で 偏食を無くそう!

小さい頃の栄養は子どもの発達において重要な役割があります。今月はお子さんの健やかな成長のためにできる食事の工夫や考え方についてお話しします。

**Q** 偏食が多くて困っています。どうしたらよいのでしょうか?

**A** 好きなものばかり与えず、少しずつでも食品の種類を増やし、6〜7歳頃までに食べられるようになることを目指しましょう。偏食にもいろいろあります。例えば決まったものしか食べない、野菜は全く食べない、肉は一切食べないなどお子さんによってさまざまです。

昨日は食べてくれたのに今日は食べてくれなかったりと、お子さんの体調や気分によって変わるので保護者の方も苦慮されているところだと思います。そんなときには、次の方法を試してみてください。

### 方法1

少しでも口に入れたら  
オーバーに気味に褒める

お子さんの性格にもよりますが、無理に食べさせることはせず、少しでも食べたらOK!と考え、オーバーリアクションで褒めてあげましょう。また、お子さんの年齢によっても伝え方にポイントがあります。

●1〜2歳「人のまねをする時期」  
家族兄弟と一緒に食べて見せる。ゆっくり何回も同じことを言い聞かせる。

●3歳「言葉でのコミュニケーションがとれる」  
「食べると元気になるよ。お友達といっばい遊べるね」など褒めることで自信が付きやすい時期です。

●6〜7歳「味覚が定まる」  
6〜7歳になると偏食が固着してしまうといわれています。できるだけ未就学児の時にいろんな味に慣れておきましょう。

### 方法2

量を減らす  
(食べ切れる量)

量を減らしたものを小皿に入れて、これだけ食べたらもう食べなくていいよと提案してみます。食べきれたらしっかり褒めてあげること、少しだけでも完食できた達成感を味わうことができます。ちなみに最初から少量を出して、最初は元々の量を出して、食べなかった場合は少なくして「これだけ食べようね」と声かけをしましょう。この方が「最初に比べたら少しだから食べてみるか…」という気分になってくれる子も多いようです。



### 方法3

調理、味付けでの工夫

野菜は味だけでなく食感や食べにくさで苦手になっているお子さんも多くいます。味付けに関しては、ウインナーなどお子さんが好きなタンパク源と一緒に調理することやトマトケチャップ、カレー粉、とろけるチーズなどを一緒に用いることで食べやすくなります。また、幼児のうちはまだ生野菜などはうまくかみ切れないので、繊維を断ちきるように切ってあげたり、べらべらしたレタスなどはチャーハンなどに入れてしんなりさせたり、柔らかくして食べやすくしてあげることがポイントでしょう。

#### 《注意点》

調味料を使いすぎることは野菜本来の味を覚えられなくなるので、食べるきっかけとして使い、徐々に野菜そのものを食べられる調理に変えていきましょう。



偏食は多くのお子さんを通る道。怒ってまで無理して食べさせる必要はありません。しかし、成長期の子どもたちにとってはたくさんの食材から成長に必要な栄養を得ることが重要です。そのためには少しの工夫と根気強さが必要です。無理強いせず少しずつ経験させる機会を増やしていきましょう。







「じゃが  
じゃが」

# 健康通信

相談窓口/地域生活支援センター  
「ウイング」(ニシムタ前)  
☎71-1578

## 「心のSOSをキャッチします」



3月は「自殺対策強化月間」です

3月は、就職、転職など生活環境が大きく変動する時期であり、自殺者数が増加する傾向にあります。自殺者はさまざまな心配事が重なって自殺に追い込まれていくといわれており、「誰にでも起こり得る危機」です。例えば、「失業」→「生活苦」→「介護の悩み」→「身体疾患」→「自殺」。平均4つ以上の問題が連鎖するといわれており、一つ一つの心配事を取り除く、もし

くは軽くしてあげることが必要です。悩みごとを一人で抱え込み、思い悩み、自殺を考えるほど思い詰めてしまう人を守り、減らしたいと、3月の「自殺対策強化月間」はさまざまな相談窓口を設けています。市民の皆さんに利用していただけるように広報紙などで案内しています。串間市でも365日いつでも相談・電話・メールで相談できる窓口があります。

## 食生活改善で体いきいき 食改レシピ

### Vol.11 きんかんサラダ

旬のきんかんを使った簡単な一品。ビタミンたっぷりて風邪予防にも効果があり、きんかんがアクセントになりおいしく食べられます。お好みで、ドレッシングで和えても美味しいですよ。



#### ■材料(4人分)

- ・きんかん.....300g
- ・シーチキン缶.....小1缶
- ・ごぼう.....100g
- ・マヨネーズ.....大さじ3
- ・塩.....少々

#### 【作り方】

- ①. 湯を沸かし、塩をひとつまみ入れ、きんかんをさっと湯通しする。半分に切って種を取り細かく輪切りにする。
- ②. ごぼうはさがきにして茹でておく。
- ③. ボウルにきんかん、シーチキン、ごぼう、マヨネーズを入れて和える。

## 健康 マメ知識

## 禁煙のすすめ

毎日元気に過ごしたい

# 健康

health

色々なギモンにお答えします!

## 健康 Q&A

### Q.1 たばこの害とは?

**A** たばこには約200種類の有害物質と40種類以上の発がん物質が含まれています。2020年には世界で年間840万人が、喫煙が原因でお亡くなりになると推測されています。具体的には世界のどこかで1時間に560人がお亡くなりになっている計算になります。

### Q.2 軽いたばこならいいのでは?

**A** 最近では“軽いたばこ”が主流ですが、減煙効果としてあまり効果はありません。ニコチン依存が強い方は、かえって深く吸い込んだり、本数が増えたりして、ニコチンの濃度を維持しようとします。

### Q.3 どうしたらやめられますか?

**A** 本人の意志が最も大事です。実際に7~8割はたばこをやめようと思っていますが、やめられない、禁煙を失敗する理由は、ニコチン依存と精神的な依存です。当院にも禁煙外来がありますので利用してください。

### Q.4 禁煙外来って何をするの?

**A** ニコチンは依存性が高い薬物ですので、禁煙外来で使う禁煙の補助剤として、ニコチン代替療法剤が広く知られています。ニコチン依存から離脱するには、ニコチンガムや貼付剤で、ニコチン濃度を維持して、ニコチン以外の有害物質を排除したところから、徐々にニコチンの量を減らして行って禁煙に挑戦していくのです。精神的な依存から離脱するのは、生活習慣の改善です。喫煙者は年間22,000回の喫煙習慣をやめていくように習慣を変えていかなければいけないのです。

## Doctor's コラム

総合診療科  
松田 俊太郎 先生

最近はやっている加熱式たばこや電子たばこは、健康に悪影響がもたらされる可能性があまりありません。従来からの加熱式たばこと同様に、飲食店などの公共の場所、公共交通機関での使用は認められないと思います。

実際は、従来型の加熱式たばこと同様に依存性薬物であるニコチンが含まれています。これらの新型たばこは、「煙が出ない、あるいは煙が見えにくいので禁煙のエリアでも吸える」「受動喫煙の危険がない」「従来の加熱式たばこより健康リスクが少ない」と誤認され、急速な広がりを見せています。

加熱式たばこや電子たばこは、加熱式たばこをやめられない人、あるいはやめる意志のない人にとっては健康被害の低減につながるとして、従来の加熱式たばこ使用者の代替品として推奨する考え方があります。しかし、安全であるという科学的証拠は現時点では得られていませんので、安全神話は推測にすぎません。非加熱・加熱式たばこは、従来の加熱式たばこに比べてタール(たばこ煙中の有害物質のうち

粒子成分)が削減されていますが、一方で加熱式たばこはほぼ同レベルのニコチンなどの有害物質が含まれていることはすでに報告されています。

私の推測ですが、どんなたばこもたばこには違いはありません。生活習慣病といえ、高血圧、高脂血症、糖尿病など多くの病気が思い浮かぶと思いますが、最も問題のある生活習慣病は喫煙です。

それでは、喫煙習慣をやめるにはどうしたらいいでしょうか。大きく分けて二つあります。まずは煙環境を整える、ちよつと1本を控える工夫です。そのためには、①禁煙宣言をする、②タバコ、ライター、灰皿を捨てる、③吸いたくなる場所にいかない、④食後はすぐに食卓を離れて、アルコールやコーヒーを控える、⑤ストレス、過労を避ける、です。

次に気を紛らわすことです。そのためには、①口寂しさを紛らわす(砂糖なしガムなど)、②手の寂しさを紛らわす(趣味、手仕事など)、③冷たい水や熱いお茶を飲む、④こまめに動く、深呼吸をする、などです。よく、たばこ1本で5分30秒、命が縮むといわれます。たばこを吸われる方は、自分の健康のために、まずは禁煙にチャレンジしてください。

# 生涯学習だより

仲間と一緒にいろいろなことを学んだり、楽しんだり。  
子どもから、高齢者までみんなでチャレンジ!

サークル pick up!

## エンジェルハート

場所:中央公民館  
日時:第1火曜日  
午前9時半~11時半

### やめられないとまらないハンドベル

ハンドベルの音色を楽しみながら活動しています。楽器経験がない方、楽譜が分からない方でも楽しむことができます。ハンドベルは、一人ずつの音が重なり合って一つの音楽が完成します。音がそろったときの喜びは一度味わうとやめられません。何かやってみたい、そんな方は気軽にベルを鳴らしに来てください。



月一回の活動を楽しみながら活動しています。楽しみながら頭の活性化にもつながるので一石二鳥ですね!

参加者  
かわかみ ちづこ  
**川上 知津子さん**  
(福島地区・寺里)

平成29年度生涯学習推進大会(作品展示会)はいかがでしたでしょうか? 人との出会い、作品との出会い、皆さんにも楽しんでいただけたと思っております。

4月は、30年度の公民館定期講座などの募集を行います。広報紙と一緒にパンフレットを配布しますのでお見逃しのないようにしてください。活動は6月からです。

また、定期講座以外に自主サークルも開講しています。サークルの情報を詳しく知りたい方は、各公民館にお問い合わせください。

## 公民館定期講座募集は4月!

くか、市公式サイトをご覧ください。自主サークルは、いつでも参加できますので、気軽に見学にいらしてください。

# BOOKS

今月のおすすめ



### 今月のテーマ展示『ベストリーダー』特集

今月のテーマ展示は、平成29年度によく貸し出しされた本を紹介しています。昨年から今年にかけて話題になった本、テレビや映画化したあの本などなど。同時に、一度も貸し出しされなかった「泣いている本」も展示します。



### 『おばけのまめ』 accototo / えとぶん

おばけはどこからやってくる? おばけから「おばけのまめ」をもらった男の子。土に埋めると、小さな葉っぱが顔を出し、やがて育って実になった。中身はかわいいまめ。おなべで煮て食べてみると... たべるとどうなるのでしょうか?



### 『玄鳥さりて』 葉室 麟 / 著

藩内で出世を遂げる三浦圭吾。その陰には、遠島を引き受けてまで彼を守ろうとした剣の達人・樋口六郎兵衛の献身があった。だが、藩主の企てにより二人は敵対するよう仕立てられ... 剣が結ぶ男と女の絆を端然と描く傑作時代長編。

今回は林佳奈子さんに紹介していただきました!

この一冊



申間市立図書館の数ある蔵書の中から、司書さんオススメの一冊を紹介!



『桂米朝 上方落語大全集』 桂米朝  
図書館では本だけでなく、落語のCDも置いてあります!最近ではマンガやアニメ、落語を映像化した番組が話題となっているので、気になっていた方はぜひこの機会に聴いてみてはどうでしょうか?

豊かな日々を

# Life

ライフ

### 【新刊情報】

○百年泥(石井遊佳)○ヲトメノイノリ(石田千)○口笛の上手な白雪姫(小川洋子)○春待ち雑貨店ぶらたん(岡崎琢磨)○樓月(今野敏)○幕末暗殺!(谷津矢車)○サニー・シックスティーン・ルール(関口尚)○僕と彼女の左手(辻堂 ゆめ)○護られなかった者たちへ(中山七里)○広島電鉄殺人事件(西村京太郎)○牛天神(山本一力)○婚約迷走中(群 ようこ) その他多数

### 申間市立図書館

申間市大字西方6524-58  
TEL 0987-72-1177  
FAX 0987-72-0803  
開館 午前10時~午後6時  
休館日 月曜日  
HP <http://www.kushima-lib.jp/>

# みんなが主役

ふるさと申間のために

### 市民団体紹介

## くしま市民活動交流センター パナップ



4月よりセンターは運営事業者が変わり、新たなステップへと進みます。平成24年より「NPO法人くしま商道芸人」が運営してきましたが、今回でいったん、最終回となります。最後はくしま市民活動交流センターパナップについて紹介します。

Q 活動のこだわりは? 決してNOと言わないことです。できないことも確かにありますが「できません」「分かりませんが終わりはなく、できるうちに一緒に考えます」を徹底してきました。結果、多くの方に「パナップを利用してよかった」と言ってもらえました。

Q 最後に これまで多くの方と出会うことができました。支援する立場にありながら多くのご支援、ご協力を頂きました。本当にありがとうございます。くしま市民活動交流センターパナップは皆様の市民力があってこそ、ここまで来れたと思います。私たちはこれからも皆様の市民活動を応援いたします。

### みなさまの市民活動を支援します くしま市民活動交流センター Panerp

申間市大字西方 5500-2  
TEL・FAX 0987-27-3075  
開館日 平日午前9時~午後6時  
メール kushimageinin@kdd.biglobe.ne.jp  
HP <http://kushima-panerp.com/>

## 年金トピックス

### あなたの気になる年金記録 もう一度、ご確認を!

ご自身の年金記録に「もれ」や「誤り」があるのではとご心配の方は、お近くの年金事務所や専用ダイヤルにご相談ください。詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

#### ◎「ねんきんネット」サービスをご存じですか?

「ねんきんネット」サービスとは、24時間いつでもどこでも自宅のパソコンやお手持のスマートフォンを利用して、インターネットでご自身の最新の年金加入記録などを確認することができるサービスのことです。

これまでの年金記録の照会や、将来受け取る年金額をさまざまな条件に応じて試算できます。詳しくは「ねんきんネット」で検索してください。

#### ◎「アクセスキー」があれば、「ねんきんネット」のご利用登録はカンタン!

年金事務所にてアクセスキーを発行しています。アクセスキーがあればユーザーIDを即時に取得でき、「ねんきんネット」へログインできます。※登録には年金手帳や年金証書に記載されている基礎年金番号が必要です。

○「ねんきん定期便」「ねんきんネット」についての問い合わせは、専用ダイヤル☎0570-058-555まで、もしくは都城年金事務所までご連絡ください。

問 / 市民生活課市民係 ☎内線 225・226 都城年金事務所 ☎0986-23-2571



絶滅危惧種のおキナグサ

まだまだ知らない串間がたくさん！

## くしま再発見

春は南からやってくる！

都井岬の草原に、春を告げる使者が顔を出します！絶滅危惧種のおキナグサです。日本の草原は、里山の生活文化と共に守られてきた環境で、野焼きや草刈り、放牧といった管理が無ければ、すぐ数（やぶ）になり、森へと変わっていく宿命にあります。農村の過疎・高齢化や生活文化の変化によって、里山の管理が難しくなってきた現代日本

では、草原の面積は激減しつつあり、草原に生きた動物にも、絶滅危惧種に指定されるものも多くあります。

都井岬では、1頭の岬馬が1日に生重量で約30〜40kgの芝草を食べると言われています。都井岬全体で考えれば、およそ3〜4トンの草が毎日無くなっている計算です。岬馬の芝刈り効果は大変なものです。同時にそれだけたくさん草が生産されていることにもなります。仮に岬馬が絶滅したら、都井岬の海が見える草原は、すぐに数に限り、おキナグサも消えてしまうことでしょう。

そして、自然の仕組みは、とても上手にできています。おキナグサは毒草で、岬馬は周囲の草だけ刈り取り、おキナグサは食べ残されるので、都井岬には非常にたくさんのおキナグサを見ることができるとは、おキナグサは笠原・古竹草原や阿蘇の草原にも見ら



のんびりお昼寝中

『野生馬ガイドツアー』を行っていただきます。都井岬へお越しの際には、ぜひビジターセンターへお立ち寄りください！今年もカワイイ子馬に会えるかな？

岬馬の出産シーズンは3月〜8月。なかでも、4・5月に最も多く生まれます



遊びにきてね！



都井岬ならではの光景

### ●クリスチャン プロフィール●

アメリカ・ノースカロライナ州出身/25歳(5月20日生まれ)/O型/  
3人兄弟(兄・クリス・妹)/趣味:バスケットボール/好きな食べ物:焼肉

## START!

月曜日

午前10時〜11時

金曜日

保育園訪問

毎週保育園を訪問し、英語を教えたり、一緒にゲームをしたりしながら子どもたちと触れ合っています。「クリ先生〜」と子どもたちにも大人気!



一緒にあそぼー!

火曜日

午前10時〜午後5時

図書館での交流

市立図書館の奥にある「クリスチャンの部屋」。そこで図書館利用者との交流を図っています。他にも移動図書館で小学校などに行ったりもします。図書館に来たときは部屋をのぞいてください。



お待ちしております!

火曜日

火:午後6時半〜8時40分

水:午前10時〜12時

水曜日

英会話教室

無料の英会話教室を中央公民館で開いています。英会話の勉強だけでなく、アメリカの話をしたり、フリートークをして楽しんでいます。申込は不要ですので、気軽に参加してくださいね。



発音してみましょ



木曜日

午前10時〜午後5時

観光案内所で  
まち案内

毎週木曜日はJR串間駅横にある観光案内所でまち案内。この仕事をする事で串間のことを知ることも多いとか。今では観光客に串間のおすすめポイントを紹介しています。



ここが案内所!



話が楽しくて  
ついつい長居しちゃっ

## それいけ! クリスチャン

番外編

体当たり取材  
奮闘記

第11回

クリスチャンのお仕事  
5days!

国際交流員クリスチャン・ウォルトンが毎月いろいろなことに挑戦する企画『それいけ!クリスチャン』。毎月体当たりでこの企画に取り組んでいるクリスチャンですが、「普段は何してるの?」って思われている方も多いのでは?今回はいつもの体当たり取材をお休みし、クリスチャン自身が国際交流員として普段どんなお仕事をしているのか、みなさんに奮闘ぶりをご紹介します。

### クリスチャンから

「国際交流員って何?」「どんなことをしていますか?」と串間市で働めたこの一年半の中でよく聞かれました。身近な人だけでなく、市民の皆さんに自分が日々どういう仕事をしているかを理解していただきたいと思ったので、いつもの企画を一休みさせていただき普段の仕事内容を紹介しました。

今回紹介した仕事以外にも国際交流イベントを開いたり、講座などで講師をすることもあります。英語学習だけでなく、異文化に触れることなど、赤ちゃんから年配の方まで、多面的な物事の見方を育てていただけるように交流を図りたいと思っています。

#### ●クリスチャンの連絡先

串間市役所総務課総務係 ☎72-1111(内線319)  
christian\_walton@city.kushima.lg.jp

また一緒に遊ぼうね!



市内14カ所にある河川の水質検査結果をお知らせします。身近な河川の状況を知り、わたしたちの手で美しい川を守り継いでいきましょう。

## 美しい川を守り継ごう

### ●串間市の河川の状況

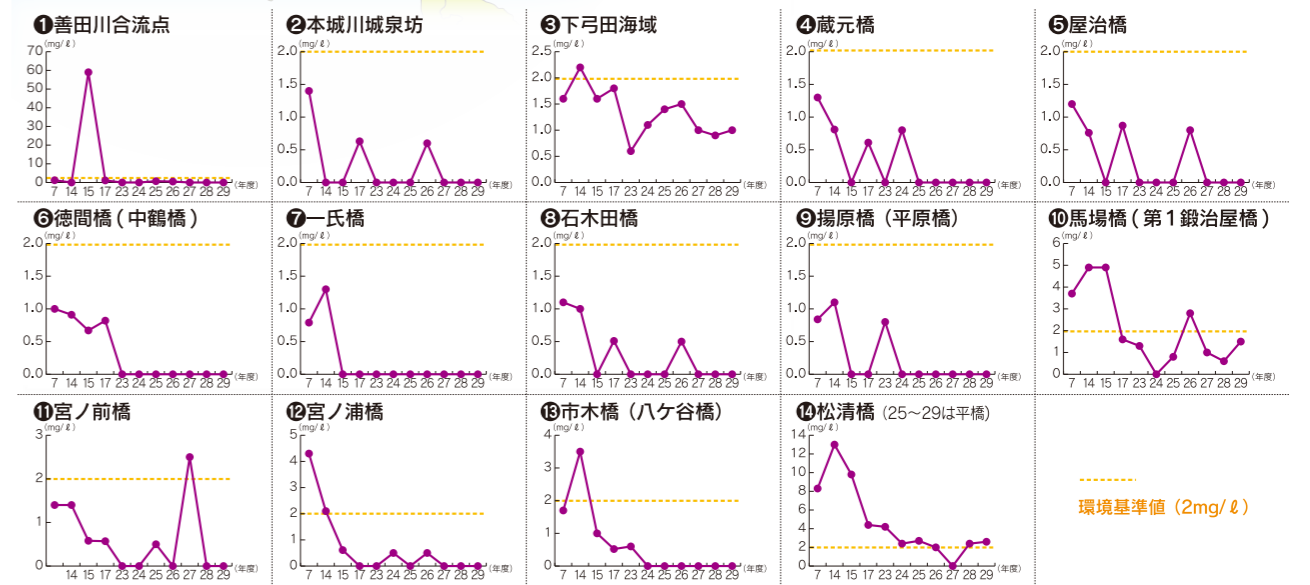
串間市では、市内14カ所河川の水質を測定しています。平成7年度から29年度までの主な年度のBOD（生物化学的酸素要求量・微生物が水中の有機物を分解するときに消費する酸素量とされ、この値が大きいほど水が汚れている）をグラフで紹介いたします。

平成29年度の数値では天神川がBOD2.6mg/ℓと、環境基準値（BOD2mg/ℓ）を上回っています。多くの箇所では水質は良好を保っています。しかし、市民の皆さまの意識次第ではさらなる改善が得られるでしょう。まだ生活排水は十分に処理されていないとは言えないため、各家庭から出される生活排水の処理が水質保全の要となります。

●わたしたちができること  
美しい川を守るためにわたしたちができることは、汚れた生活排水を川に流さないことです。



グラフは基準値（BOD2mg/ℓ）を表示するため、掲載されるものは調査地点によってはグラフの線の推移が分かりにくいものもあります。縦軸はBOD、横軸は年度です。※ただし、⑨下弓田の縦軸はCODになります。



※環境基準(県が目標と定める水質基準と水域)  
●福島川上流一赤池滝より上流、BOD1mg/ℓ以下。●福島川下流一赤池滝より下流、福島川に流入する初田川、善田川および西方川を含む、BOD2mg/ℓ以下。●大平川上流一末広橋より上流、BOD1mg/ℓ以下。●大平川下流一末広橋より福島川合流点まで、大平川下流に流入する奈留川および秋山川を含む、BOD2mg/ℓ以下。●串間地先海域一下弓田海域付近、COD2mg/ℓ以下。●⑨⑩⑪については、目安としての基準を表示。●⑨下弓田海域のみCOD(化学的酸素消費量)で表示。●⑩H27、28年度は工事の関係上八ヶ谷橋で採水。●H24年度以前は松清橋で採水、H25年度以降は工事の関係上平橋で採水。

問 / 市民生活課生活環境係 ☎内線253

### 官民一体でまちを変える！

## 串間の元気総力戦 くしま創生会議始動！

市民と行政が一体となって串間市が抱える課題解決に取り組みため、「くしま創生会議」を立ち上げました。この会議で出された市政に対する提案やアイデアなど、市民のニーズを直接市政へ反映させ、串間の活性化につなげていきます。

会議は、「くしま創生若者未来会議」「くしま創生市民会議」の

2つの会議で構成されます。

### ●若者未来会議

市内の青年会議所や青年団協議会など各団体の青年部や女性部の代表者、企業経営者など20代のメンバーを中心に12名で構成。会議は、全員でのグループワーク形式で行われ、若者の視点で意見提案を行います。任期は平成32年3月31日まで。

### ●市民会議

市内の団体や企業などから推薦を受けた方や公募した市民ら幅広い年齢層の約50名で構成。会議は、観光や子育てなど、テーマごとに分科会を置き、その中で議論を行い、意見を提案します。任期は平成32年3月31日まで。

### ●第一回会議を開催

2月14日に「若者未来会議」、2月23日に「市民会議」がそれぞれ開催され、各委員に委嘱状が交付されました。

若者未来会議では、行政担当者や農林水産業の振興を

テーマに議論。「特産品を育て上げ売り出したらどうか」「古い体質を変えていかなければ」などの意見が出されました。約50人が出席した市民会議でも、熱心な意見交換が行われました。

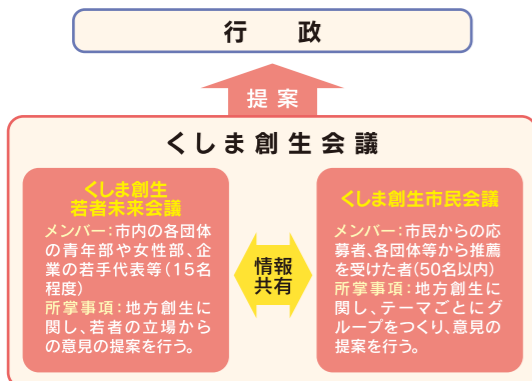
私が掲げているマニフェストの実現に向けた取り組みがスタートしました。市民の声を市政に反映できる体制づくりを進めていきますので、市民総力戦で元氣なくしまを創っていきましょう！

串間市長  
島田 俊光

### くしま創生会議の流れ

平成30年	2月中旬	委員による協議 年間4回開催	・委嘱状交付 ・委員による協議	【行政】
平成30年	10月上旬 12月上旬	委員の任期	・意見集約 ・行政へ政策案を提言	・担当課へ提案 ・事業評価 ・予算要求
平成31年	1月中旬 3月中旬 3月下旬	1年を1つのサイクルとし、次年度以降も同様の流れで行う予定です。		・予算内示 ・予算案可決 ・委員報告
平成32年	3月末 4月上旬	2代目委員の任期		
平成33年				
平成34年	3月末			

### 組織相関図



問 / 総合政策課内政策立案プロジェクトチーム ☎内線333

## 会場が「和」に染まる！ 第2回春の芸能まつりを開催します

大正琴・舞踊・歌謡・太鼓などさまざまな舞台芸術に触れてみませんか？

多彩な演目を披露する出演者の熱演に乞うご期待です！

- 日時 3月25日(日) 開演午後1時(開場12時半～)
- 場所 串間市文化会館 大ホール
- 入場料 全席自由500円

問 串間市文化協会 ☎090-8835-7625

## 今回のテーマは「みんなでつくろう 健康くしま」 Dr.エトーの「健幸づくり講座」

市民病院に勤務している江藤敏治先生(大東出身、通称：Dr.エトー)をお迎えして、毎月いろいろなテーマで“健幸”について考えます。

- 第11回テーマ みんなでつくろう 健康くしま
- 日時 3月28日(水) 午後1時～2時半
- 場所 総合保健福祉センター2階研修室
- その他 保健師・栄養士による個別相談会、体内年齢の計測の他、10回参加されると称号「健幸の匠」に認定し、記念品を差し上げます。

問 申 医療介護課 ☎72-0333

## 無料でご利用いただけます こころの健康相談

こころの悩みなど、こころの健康に関することについて専門医による個別相談です。

- 日時 3月22日(木) 午後1時半～3時半
- 場所 日南保健所相談室
- 相談方法 専門医による個別相談(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し込みください。

問 申 日南保健所健康づくり課 ☎23-3141

## 遺言などの相談 無料・日曜相談所開設

下記のとおり、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 4月8日(日) 午前8時～正午
- 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(午前8時半～午後5時)に事前の電話予約が必要  
※相談は平日も無料です。電話予約をしてお越しください。

問 日南公証役場 ☎23-5430

## 分別にご協力ください 平成29年度プラスチック製容器 包装ペール品質調査結果について


平成29年4月より本格実施しておりますプラスチックリサイクルについては、毎年一回公益財団法人日本リサイクル協会が品質調査を行っており、平成29年10月11日に品質調査が行われました。

品質調査は、保管所から任意のペール(串間市が出したプラスチックを梱包したもの)3つを取り出し、以下の3項目について行われ、下記の結果となりました。

- ①破袋度(収集の際使用された袋が確実に破袋され中身が分別されている)
- ②容器包装比率[異物(汚れたプラスチックやペットボトルなど)混入の割合]
- ③禁忌品の有無(禁忌品とは注射器・ライター・乾電池・カミソリなどの危険品)

●結果	項目	破袋度	容器包装比率	禁忌品
判定		A(満点)	A(満点)	D(有り)
備考		特になし	全重量の96.87%	カミソリ1個・替刃2個

上記の結果から、破袋度・容器包装比率についてはA判定となり、リサイクル資源として最高の評価をいただきました。しかしながら、禁忌品の有無についての項目では、カミソリ・替刃の混入によりD判定という結果となっております。

D判定になった場合、翌年度以降改善が見られないと引き取り停止になる場合があります。禁忌品の混入を防ぐためにも、排出する前に再度確認をお願いします。  
プラスチックごみは  このマークが目印です。

問 市民生活課生活環境係 ☎内線254

## 花より団子?! 総合運動公園桜まつりを開催します

提灯によるライトアップで総合運動公園の夜桜をお楽しみください。期間中、指定の駐車場に限りパーベキューなどが可能です。

- 期間 3月23日(金)～4月15日(日)  
※ライトアップは午後6時～9時45分(10時に閉園)
- 注意事項
  - ①ごみは必ず持ち帰ってください。
  - ②ビールの飲み残しや汁物を会場内に捨てない。
  - ③公園内の指定の駐車場以外は火気厳禁です。
  - ④飲酒運転は絶対にしない、させない。

問 串間市民スポーツセンター ☎72-5262

## 子育てサポート企業をPR くるみんマークを取得しよう

「くるみんマーク」とは、従業員の仕事と子育ての両立のために、一定の要件を満たし、厚生労働大臣の認定を受けた企業が、商品や広告につけることで、子育てサポート企業であることをPRできるマークです。子育て支援をしている企業として「くるみんマーク」の取得を目指しましょう！



問 宮崎労働局雇用環境・均等室 ☎0985-38-8821

## 返礼品のご提供にご協力を ふるさと納税協力事業者を募集します

串間市にふるさと納税をしていただいた寄附者に対し、寄附額に応じたお礼の品を送付しています。

そこで、平成29年度に引き続き平成30年度も、ふるさと納税制度による本市への寄附促進と地元特産品などのPR・販売促進との相乗効果を図るため、ふるさと納税をされた方へのお礼の品として進呈する商品を提供していただける事業者を募集します。

詳細は、下記までお問い合わせください。

- 募集期間 3月1日(木)～3月23日(金)

問 総合政策課地域振興係 ☎内線440  
cpromo@city.kushima.lg.jp

## ダメ!絶対! 不法投棄は重大な犯罪です

不法投棄は、地域の景観を損なうだけでなく、有害な物質が漏れる恐れがあり、土壌や地下水、河川が汚染されるなどの深刻な環境問題につながる重大な犯罪行為ですので絶対に行わないでください。

- 不法投棄とは  
廃棄物を定められたルールに従って適正に処理せず、処分場以外の山林や原野、空き地などにみだりに捨てたり埋めたりする行為です。  
○人気のない山林などに廃棄物を捨てること  
○資材置き場などに廃棄物を放置すること  
○空き地などに廃棄物をダンプで運んで穴を掘って埋めること  
○道路沿いにタバコの吸い殻や空き缶などをポイ捨てることなどがあげられます。
- 不法投棄には厳しい罰則があります  
不法投棄をした者は、5年以下の懲役もしくは、1000万円以下(法人の場合は、3億円以下)の罰金、またはその両方の処罰が科せられます。
- 市での不法投棄防止対策について  
市では不法投棄を未然に防止するために、次のような活動を実施しています。  
○投棄されやすい場所への不法投棄防止用警告看板などの設置  
○市職員によるパトロール  
○広報紙などによる啓発活動  
市では、上記の不法投棄体側を実施していますが、市民の皆さまの協力が何より大事です。地域ぐるみで監視や不法投棄をさせない環境をつくり、地域を守る取り組みをしましょう。
- 土地の所有者(管理者)には責任があります  
土地の所有者(管理者)は、自分の土地に不法投棄されたときは、捨てた者が不明な場合、その廃棄物を自らの責任で処理しなければなりません。  
日頃から、こまめに草刈りをして清潔に保つようにし、みだりに人が立ち入れないように囲いや防犯灯を設置するなどして、土地の管理には十分に注意してください。
- 不法投棄をしている者を発見したら!  
“不法投棄をしている者を発見した場合”または“不法投棄をした者が特定できそうな証拠品を見つけた場合”は、「日時」や「場所」「投棄物の種類」「車両のナンバー」などわかる範囲で結構ですので記録していただき、市役所市民生活課または串間警察署へ通報してください。不法投棄された廃棄物は現状のままにしておいてください。  
なお、ご自身の安全を確保していただき、投棄者に接触したり、連絡したりすることは危険ですので避けてください。



通報先 市民生活課 ☎72-1111 / 串間警察署 ☎72-0110

Info KUSHIMA  
インフォくしま

# 串間市からの お知らせ&募集

市役所の代表電話 ☎0987-72-1111

## 3/28～4/3の7日間 窓口時間延長のお知らせ

年度末から年度始めは、住所異動などの手続きが集中して窓口が混雑するため、窓口時間を延長します。お仕事などにより、通常の開庁時間帯に手続きできない方はぜひご利用ください。

- 窓口延長日時 3月28日(水)～4月3日(火)  
▷月～金曜日 午後5時15分～午後7時  
▷土・日曜日 午前8時半～午後5時
- 取り扱う内容  
転入・転出・転居の届出、国民年金、家庭ごみに関する事務

問 市民生活課 ☎内線223・224

## 備えあれば憂いなし スポーツ安全保険に加入しませんか

子ども会、自治会、運動クラブなど4名以上のグループで加入できます。団体活動中の万一のケガや賠償責任などの事故に備えましょう。

- 銀行などで加入する場合  
「加入依頼書」を指定銀行の窓口へ掛金とともに提出。『加入依頼書』は、前年度加入団体については3月上旬までに代表者住所に届きます。新たに加盟される場合は生涯学習課や中央公民館、各支所に設置してあります。
- インターネット加入の場合  
スポーツ安全協会ホームページ「スポ安ねっと」で必要事項を入力後にコンビニエンスストアから掛金を支払ってください。

問 スポーツ安全協会宮崎県支部 ☎0985-55-3136

## より元気な街へ 宝くじ助成金で整備しました

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの収益を財源に、地域コミュニティ活動に必要な施設、または設備の整備などに助成を行っています。

今年度は、三ヶ平地区会(公民館建設および活動備品)、柱松大おどり保存会(太鼓備品)、市ノ瀬二区自治会(自治会放送整備)がこの助成金を受け、整備しました。

宝くじの収益は、このように私たちの身近なところにも役立てられています。



問 総合政策課地域振興係 ☎内線334



美しさに魅了された石波海岸

「串間に  
移住して  
思うこと」



2001年、所属していた団体のイベントで三戸サツエさんをお呼びすることになり、打合せで訪れたのが私と串間の出会いでした。南郷から南下すると海の色はますます碧くなりました。出身地の瀬戸内では決してみることもない長い波と遠くに見えた白く続く砂浜、さほど大きくはないのですが穏やかでどっしりとした山々を背景に、砂浜に沿って伸びる亜熱帯樹防風林。その時受けたこの景色のインパクトは今も私の中で息づいています。その後も何度か串間と関わることもありましたが、ここに自分が住むことになるなど思っても寄らないことでした。

そこへ2017年、思いがけない縁から本当にこの海岸のそばに住むことになり、現在、くしま市民活動交流センターで働いています。今回、来てつくづく思ったのは串間の半分は海に囲まれているのだな、ということ。この海岸に、汚染された場所では産卵しないウミガメがあがってくるのです。また、市木地区から市内への通勤時山道で目を奪われるのが龍口山。山幸彦の狩場といわれた勿体の森がこの山々の麓になります。悠久

の時に身を委ねる想いです。昨年11月より月一回くしま市民活動交流センターが開催している田中靖基さんの郷土史講座を聞いて以来、ますます串間の歴史の重なりを実感せずにはおられません。宮崎空港に掲げられている宮崎県神話マップでは串間には何も無いことになっていますが、こんなに豊かな時間が流れ、「玉璧」の発掘が伺える資料がいろいろあります。郷土史講座も毎回参加者のみならずで熱く盛り上がっています。

田中さんが惜しみなく見せてくださる史料の数々をなんとか串間の地域づくりに生かせないかとも思います。

半分を海に囲まれている串間市の状況も歴史の中で語られました。陸からではない、海からの交流も遠い昔盛んに行なわれたことを伺わせる資料、史実があるのです。胸わくわくする大陸との関わりが見え隠れします。海岸線には全国唯一の野生馬が生息する都井岬があります。「あそこはええよなあ」と市民の皆さんもお気に入りですが、ここを訪れる外国からのお客様にもとても人気の場所なのです。今年度開催されているインバウン



さとう あきこ  
佐藤 明子 (64歳)  
山口県出身。2000年綾町に開設された青少年育成に関わる農的くらしを軸とした施設のスタッフとして宮崎に。2009年、宮崎県の中山間活性化事業に携わって以来、町づくり関連の仕事に関わる。2017年4月より串間市在住。

ド促進対応セミナーにおいて外国から都井岬を訪れたお客様の声や何度か紹介されました。オリンピックが開催される2020年までに外国旅行者の受け入れを4000万人にしたいと政府も目標を定めています。

串間市が誕生したのが昭和29年。その翌年昭和30年の人口は42305人(串間市統計)、今年1月1日発表の人口は17987人。明治24年の人口18031人、ほぼ現在の人口数と同じです。人口減少だけが課題ではなく、どんなふうになっている資源を組み合わせたら地域のみなさんの暮らしや串間市が維持可能になっていくのか、そしてこんな貴重な財産がこれからは歴史を重ねていけるのか、串間市のそんな姿を市外、ひいては国外の方々に紹介できたらなあ、と夢は膨らみます。

休日在宅医

月/日	医療機関	診療科	電話番号
3/4	みつとめ眼科	眼科	72-7000
3/11	とめのファミリークリニック	内科・小児科	76-1425
3/18	英医院	内科	74-1187
3/21	中島医院	内科・小児科	72-5202
3/25	吾社クリニック	内科	71-3411

\*休日在宅医は変更になる場合があります。受診する前に医療機関もしくはテレフォンサービス(☎23-9999)にて必ずご確認ください。

日曜給油店

月/日	給油店名
3/4	片平本町店・津曲北方店・井手都井店
3/11	坂元串間店・三協西小路店・井手都井店
3/18	酒井串間店・井手産商串間店・井手都井店
3/25	谷口本町店・井上仲町店・井手都井店

人口と世帯数 [平成30年2月1日現在]

■人口 17,954人 (前月比 -33人)  
[男性 8,408人 女性 9,546人]  
■世帯数 7,828世帯

\*平成27年度国勢調査からの推計人口です。

“防災ニュース”

東日本大震災を忘れていませんか?

3月11日は東日本大震災が起こった日です。串間でも「南海トラフ巨大地震」が発生すると大きな被害が出ると予想されています。今一度、防災について向き合みましょう。

CHECK1 「地震対策」

地震発生時、自分がどこにいるかで危険度は変わります。すぐに机の下に隠れるなど、身の安全を確保しましょう!

CHECK2 「備蓄品」

子どもやペットがいるなど、家庭によって必要な物資は変わります。何が必要となるのか考えてみましょう!

CHECK3 「避難先」

災害は家族がバラバラの時に発生することも考えられます。我が家の避難先がどこなのか、どこで合流するか話し合みましょう!

問/危機管理課危機管理係 ☎内線344

法律・人権・行政などに関する相談会  
無料相談

- ①行政相談  
▷日時 3月26日(月) 午前10時～午後3時  
▷場所 市役所1階A会議室
- ②法律相談  
▷日時 3月20日(火) 午後3時～5時(要予約)  
▷場所 総合保健福祉センター
- ③人権相談  
▷日時 3月12日(月) 午前10時～午後3時  
▷場所 市木支所
- ④年金相談  
▷日時 4月5日(木) 午前10時～午後3時  
▷場所 市役所1階A会議室  
※事前に都城年金事務所へ予約(1カ月前から可)が必要です。予約の際、持参するものの確認をお願いします。  
※予約受付時間 平日午前8時半～午後5時15分
- ⑤消費者生活巡回相談  
▷日時 3月20日(火) 午前10時～午後3時  
▷場所 市役所1階市民生活課相談室

- 問
- ①市民生活課生活環境係 ☎内線253
  - ②社会福祉協議会 ☎72-6943
  - ③総務課総務係 ☎内線314・319
  - ④市民生活課市民係 ☎内線225・226  
都城年金事務所 ☎0986-23-2571
  - ⑤市民生活課生活環境係 ☎内線253

地球の  
メッセージ  
message from the earth

COOL CHOICE ~省エネ豆知識2~

現在環境省が推し進めている環境啓発指針「COOL CHOICE(賢い選択)」では生活の中で見落としがちなることを教えてください。

例えば配達サービスを利用することは多いと思いますが、荷物の受け取りが再配達になってしまうと、配達員の労力以外にも、配達車が無駄に温室効果ガスを排出していることにお気づきでしょうか。その排出量は全国で42万トン/年(串間市全体の5分の1の面積分の森林が一年間に吸収するCO2量、串間市役所が一年間で排出する温室効果ガスの約50倍)にもなります。全ての経済行動の裏側には、環境負荷が伴っていることを気に留めながら、「COOL CHOICE」を目指しましょう。

問/市民生活課生活環境係 ☎内線253