

広報

# くしま

10

No.992

毎月2回1日・15日発行

October 2015



ジュニアレスリングクラブ「くしまグリーンホース」と福島高校レスリング部の皆さん

特集1 百光年の輝き

特集2 あなたのマイナンバーが通知されます

長寿祝い、金  
支給事業  
100光年の  
輝き

# 百光年の輝き

山あり谷あり  
百年の時を  
歩んでこられた人生に  
敬意を込めて

市内には  
百歳以上の方が  
21人います。

9月21日は「敬老の日」。国民の祝日に関する法律（祝日法）には「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」と記されています。長年にわたり、社会のためにつくされた高齢者を敬い、長寿を祝うとともに、高齢者の福祉について関心を深め、高齢者の生活の向上を図ろうという気持ちが進められています。

市では「敬老の日」を前に、高齢者の方に長寿祝い金を贈呈しました。

長寿祝金等支給事業については、日本の平均寿命が男女共に80歳を超えたため、平成27年度から祝金支給対象が、88歳、100歳到達者、最高齢者へ変更となりました。

対象者は、88歳が192人、100歳が6人です。最高齢は108歳の岩本チャコさん。本年度末までに100歳を迎えられる方は、川崎種秋さん、日高ハツミさん、吉松喜義さん、山口キミヨさん、江藤トミヨさん、谷口フサエさんの6人です。

9月2日には最高齢者と100歳到達者の皆さんを市長が訪問し、長寿祝い金と花束を手渡しました（祝金支給対象の変更に伴い、市長訪問の対象者についても100歳到達者、最高齢者の希望者となっています）。

市長が「ご長寿おめでとうございます。いつまでもお元気でいてください」と声をかけると「ありがとうございます」と、とてもすてきな笑顔を見せてくれました。百年という長い人生をたくましく歩んでこられた長寿者の皆さん、皆さんがいつまでも元気に人生を歩まれることを心から願い、ご長寿をお祝いいたします。



本城地区・樋口  
川崎種秋さん (100歳)



幸寿園  
日高ハツミさん (100歳)



幸せホームあすか  
吉松喜義さん (100歳)



長寿の里  
岩本チャコさん (108歳)



幸寿園  
山口キミヨさん (100歳)



大東地区・市ノ瀬2区  
江藤トミヨさん (100歳)



長寿の里  
谷口フサエさん (100歳)

※年齢は今年度中に達する年齢です

# 10月以降に あなたのマイナンバーが 通知されます



マイナンバーをきちんと受け取って、  
通知カードは大切に保管しましょう



マイナンバーキャラクター  
マイナちゃん

平成27年  
10月以降

住民票の住所に「通知カード」が届き、  
12桁のマイナンバー（個人番号）をお知らせします。

平成28年  
1月以降

税の手続き、年金、医療保険、雇用保険の手続きでのマイナンバーの利用が  
スタートします。申請者への個人番号カードの交付も始まります。

## マイナンバーが住民票の住所に届きます

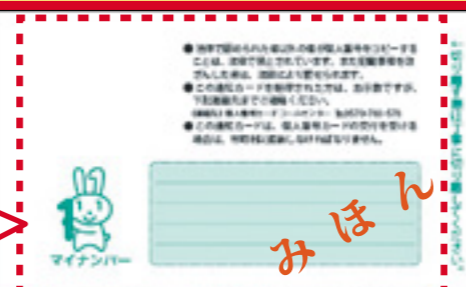
マイナンバーは住民票の世帯ごとに簡易書留で届きます。

※通知カードは、住民票の住所に送られます。そのため、実際に住んでいる住所と住民票の住所が異なる人は、  
早めに住所変更の手続きをお願いします。

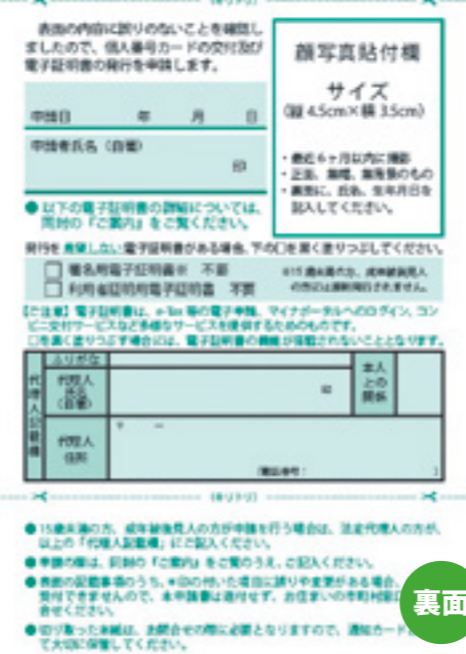


通知カード

切り取り線で切る  
ミシン目によって  
切り離すとカード  
サイズになります



個人番号カード  
交付申請書



裏面

表面

## 注意！ 通知カードは大切に保管してください

平成28年1月以降、職場や行政手続きの際にマイナンバーの提示を求められることがあります。  
マイナンバーが記載されている「通知カード」は、絶対になくさないように  
大切に保管してください。



- ①あなたのマイナンバー（個人番号）です。
- ②このカードは、あなたにマイナンバーを通知するための「通知カード」です。
- ③記載されている氏名、住所などに誤りや引越しなどによる変更がある場合は、市役所にご連絡ください。

## 個人番号カードは無料で取得でき、 本人確認に利用できる 公的身分証明書です

個人番号カードとは、マイナンバーを記載した書類の提出やさまざまな本人確認の場面で利用できるカードです。  
市役所に申請することで、平成28年1月以降に交付されます。

- マイナンバーを記載した書類を提出する際、通知カードなど番号が正しいことを確認するための書類の提示も求められますが、通知カードだけでは法律上義務付けられている本人確認は完了せず、運転免許証などの書類を用意する必要があります。
- マイナンバーが記載された個人番号カードなら、顔写真があるので、本人確認が1枚で完了します。

※住基カードは有効期限まで利用できますが、個人番号カードとの重複所持はできません。

※カードのデザインは、現在検討中です。



表面

氏名、住所、生年月日、性別、本人の写真



裏面

マイナンバー等が記載、ICチップ搭載

## 問い合わせ先

- コールセンター ☎0570-20-0178  
〔全国共通ナビダイヤル〕 平日9:30～17:30（祝日・年末年始を除く）
- 串間市役所市民生活課市民係 ☎72-1111（内線221）



# 南国の香り漂うグアバ この香りを全国に届けます



ビタミンC含有量は果物の中で2番目に多いグアバ

マメちしき  
ビタミンC豊富な  
「グアバ」



フトモモ科。亜熱帯性の植物。  
果実は強い特徴的な香りを持ち、ビタミンCはなんとレモンの2.2倍。その他、ビタミンE、ミネラル、カリウムなど栄養が豊富に含まれている。  
葉に含まれるポリフェノールは、高血圧や糖尿病などの予防に効果があるとされ、グアバ茶としても利用される。



福島地区・上小路  
おなぎ なりあき  
大迫 成長さん  
果実は淡いピンク色で、果肉が多く、桃を思わせるまろやかな味がします。

**南** 国情緒あふれ、芳醇な香りが魅力のフルーツ「グアバ」。福島地区・上小路にお住まいの大迫成長さんは、都井地区・恋ヶ浦で、串間ではあまりなじみのないグアバを栽培しています。  
父である幸二さんが、34年前にグアバの栽培を始め、成長さんも10年前から栽培に関わるようになりました。「小さい頃から収穫の手伝いをして、ずっと父の背中を見ていたので、大きくなったら自分もグアバを作る人になるんだと自然と思っていました」と幼い頃からの夢をかなえた成長さん。  
1本の木で約千個の実がなるグアバ。年中収穫が可能で、8月中旬〜9月末が旬の時期。薄いピンク色の果肉が多く、皮ごと食べ

られる果実ですが、完熟すると3日ほどしか日持ちしません。そこで、果実を生搾りしてドリンクやジャムなどに加工しています。成長さんは「最初は知識もなく、何もかも手探りの状況でした。天候に左右されながらも、父と一緒に試行錯誤を繰り返して、ようやく今の製造方法を確立できました」と数々の苦労を重ねた様子。  
今では全国からお客さんが訪れるほどの大人気。「全国から感謝の声をいただくのがうれしい。これからも感謝の気持ちを忘れずに挑戦していきたい」と力強く話してくれました。  
実は皮ごと食べられ、葉はお茶として飲まれるグアバ。串間からその魅力を全国へ届けています。



# フォークサウンドに想いを込めて 心に沁みる歌声と演奏で聴く人を魅了

## 女

性2人のコーラスと楽器演奏を中心とし、懐かしのフォークサウンドを奏でる6人組フォークバンド「アップルシスターズ」。音楽好きの仲間で結成され、活動は11年目を迎えました。メンバーの平均年齢は還暦を超えますが、「心の旅」や「あの素晴らしい愛をもう一度」など昔懐かしいフォークソングを今に伝えようと活動を続け、定期的にイベントなどでライブ活動を展開しています。

「楽器の生音と女性コーラスがこだわり」と話すのはリーダーの岡留久幸さん。アコースティックギター、フルートそしてウッドベースの演奏に、坂元喜久枝さんと岡留妙子さんの深みのあるコーラスが折り重なります。  
みんなで集まって行う練習は週一回。「子育ても終わり、自分の時間ができたことで、楽しくバン

ド活動ができています」とメンバーは話します。

長年の活動でファンも着実に増え、最近では同窓会などでの演奏依頼もあるそうです。「発表する場があることがうれしいし、モチベーションにもなる。新しい曲にも挑戦して、これからも健康である限り歌い続けたいですね」と笑顔で話してくれました。

6人が織りなす懐かしのフォークサウンド。聴きながらあの頃の青春時代に思いをはせてみるのもいいかもしれません。



アップルシスターズの皆さん  
次回のライブは10月11日(日)の「キャンドルナイトinくしま」です。ぜひ聴きにきてください。



音楽イベント「くしま音遊散歩」にて

ボーカル: 坂元喜久枝さん、ギター&コーラス: 岡留妙子さん、フルート: 百野真弓さん、ギター: 岡留久幸さん、ギター: 吉田英明さん、ウッドベース: 中川研児さん

# まちの話題

My town topics

市内の話題や出来事などを写真を交えて紹介します。

## 1 炎のアーチが夏の夜空に

8月28日、都井岬旧岬の駅前広場で「第49回都井岬まつり」がありました。柱松に先駆けて、太鼓演奏やいであやかさんによるライブなどが行われ、また、都井御崎文化財愛護少年少女団による都井曰太鼓踊りも披露されました。柱松では、大蛇に見立てた高さ30メートルの柱松の先をめぐり、宮原柱松保存会の勢子たちが松明を投げ込みました。15分ほどで松明が命中し、火花が点火すると大きな拍手が送られました。



宮崎市在住  
児玉静雄さん・智子さん  
戸高峰男さん  
佳代子さん・航くん  
毎年楽しみに

8年ほど前から毎年来ています。今日は戸高さん夫婦に柱松の素晴らしさを一度は見せたくて連れて来ました。特にメインイベントの柱松の松明投げを楽しみにしています。去年は早く命中したので、今年の柱松は30分以上は楽しませてほしいですね。

## 2 大地震に備えて防災訓練

8月30日、蔵元橋河川敷などで、南海トラフ巨大地震を想定した県総合防災訓練が行われました。訓練には、県内各地の消防隊や自衛隊、警察、地域の防災組織などの関係機関が参加。埋没車両や倒壊家屋から被災者を救出する訓練や、総合体育館を避難所とした住民による避難訓練など大掛かりな訓練が行われました。この他、市民病院では負傷した住民の搬送訓練なども行われ、関係機関と住民救護を確認しました。

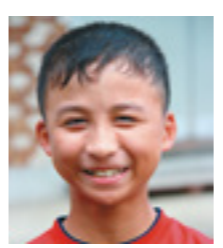


宮崎市消防局  
中村芳松さん  
貴重な機会に

緊急消防援助隊の訓練の一環として参加しました。県内各地の消防と合同訓練できる機会はありませんので、連携を深めることができ、貴重な訓練になりました。訓練を生かし、情報伝達をはじめ、連携をしっかりとできるようにしていきたいですね。

## 3 急病患者への対処法学ぶ

9月17日、救急の日の行事の一環として、市木小学校で串間市消防本部による救急救命教室が開催されました。全校児童20名が参加し、実際に人形を使いながら心肺蘇生法を体験。救急救命士の指導で、AEDの操作や心臓マッサージの方法などを学びました。また、心肺蘇生が必要な傷病者を発見してから救急隊に引き継ぎ、病院搬送までの救急シミュレーションも行われ、児童たちは真剣な様子で取り組んでいました。



市木小学校 6年生  
工藤一真くん  
ためになった

心臓マッサージは力加減が難しく大変でした。AEDの操作は、音声があったので分かりやすかったです。今日一番印象に残ったことは、救急隊の方がカッコいいと感じたことです。この経験を生かして、救助が必要な人がいたら助けたいです。

## 4 新指定管理者で営業開始

9月19日、串間温泉いこいの里が新しい指定管理者「株式会社スチールユニオン」の運営でブランドオープンしました。5日にプレオープンし、温泉の営業を開始。19日から食事処の営業が始まりました。式典では、川崎良和代表が「いろいろな言葉をいただき、責任の重さを感じています。これからご協力をよろしく願います」とあいさつしました。同施設は期間限定で入浴料300円。ぜひ足をお運びください。



本城地区・崎田  
鎌田恵子さん  
盛り上げたい

地域の方々と一緒にオープンのお手伝いをさせていただきました。今は入浴料も安くなっているし、何より社長の意気込みを感じています。私たち本城地区民としても、いこいの里は持続してもらいたいです。協力一緒に盛り上げていきたいですね。

## 5 伝統行事でにぎやかな夜

9月19日、大東地区・広野で「もぐらもち」がありました。無病息災と五穀豊穡を願い、約400年前から続く十五夜の伝統行事。日没とともに、地区の若者が扮する面を被り藁をつけた「メゴスリ」と呼ばれる鬼が、子ども約50人を引き連れ、集落を巡回し家々に乱入。座敷に上がり込むと机をたたいたり、住人に寄りかかったりして金銭や酒を要求するなど大暴れし、にぎやかに無礼講の夜が繰り広げられました。



大東地区・片野  
津曲求さん  
伝統の継承を

「もぐらもち」という名前は、もぐらを土の中から駆除したお礼にお米をもらったことに由来しています。最近、子どもたちもおとなしくなった気がしていて、少し寂しく感じます。これからもこの伝統行事が、長く残り続けてほしいです。

## 6 漁解禁のイセエビ堪能

9月20日、串間市漁協荷捌所(漁)で1日に漁が解禁になったイセエビを提供する「イセエビ祭り(串間市漁協主催)」がありました。今年も毎月第3日曜日に開催される朝市「よかむん市」との同時開催。イセエビが通常価格より安く購入できるといふこともあり、多くの人が買い求めていました。また、先着250名限定でイセエビの味噌汁の無料配布やサツマイモスティックの振る舞いもあり、長蛇の列ができていました。



都城市在住  
有村修・いつ子さん  
身がたっぷり

都城市から来ました。大きいイセエビを購入できました。安く購入できるのでいいですね。帰ったら刺身にして食べようと思います。味噌汁の振る舞いも思ったより身がたっぷり入っていてとてもおいしくいただきました。また来年も来たいですね。



## 園児にお米のプレゼント

9月4日、こばと幼稚園で新米コシヒカリの贈呈式が行われました。毎年、南那珂地区農産園芸関係協議会では、新米コシヒカリを南那珂管内12カ所の保育所などに寄贈し、おいしい新米を園児に食べてもらうことをごはん食に親しんでもらう活動を行っています。



新米のおにぎりをいただきました



## 南那珂森林組合がボランティア活動

9月19日、南那珂森林組合職員で結成される森林ボランティアグループ「やまびこ会」の串間市出身者約40名が、朝7時から草刈り機を手に市総合運動公園の草刈りを行いました。同会は年に2回、地域貢献のため、ボランティアで日南市や串間市にある施設の草刈りなどを実施しています。



草刈りを行う南那珂森林組合職員

## まちづくりシェアリング 交流会、開催しました

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/

市民団体などの交流を深め、情報やノウハウなどの共有を行い、さらなる市民活動の発展を目的に毎年開催している交流会。市内で活動する各団体の代表者など14団体18名が、それぞれの活動紹介や近況報告を行いました。

今回新たに「市民大会」と称して、市民活動について思うことや串間市について考えることを参加者全員で意見を出し合いました。

『会員の意識低下の改善法』『三大祭りの魅力化』など、さまざまなテーマについて議論が行われました。すぐにできること、思いもなかったアイデア、交流の中でしか生まれないものが数多くありました。



活発な意見交換ができました

市民団体などの交流を深め、情報やノウハウなどの共有を行い、さらなる市民活動の発展を目的に毎年開催している交流会。市内で活動する各団体の代表者など14団体18名が、それぞれの活動紹介や近況報告を行いました。

この参加者で実行委員会を組み、各団体の魅力を存分に生かした事業を実施しようというものです。具体的に何をどうやるか、今後さらに話し合いの場を設け、年度内に実施予定です。

小さなことからコツコツと、市民団体が串間市の協働の礎を築いています。これからの展開を随時報告してまいりますので、ご意見やアイデアなどありましたら、パナップまでお願いいたします。市民活動がまちを変えます、創ります。

### みなで「このこと」を建設的な議論が行われる中で「みんなで何か一つのことをやる」とい

皆さん、こんにちは。地方創生特命部長の矢後です。串間市に赴任してから早いもので6カ月が過ぎました。引き続き、気を引き締めて頑張りたいと思います。

今回は、串間市を代表する伝統行事「都井岬火まつり」に行ってきたお話をしたいと思います。

この都井岬火まつりは、大昔、人や家畜に危害を加え、村人を苦しめていた大蛇を、衛徳坊という徳の高いお坊さんが、村人と共に火攻めで退治したという伝説にちなんで、五穀豊穡を願うお祭りです。都井地区柱松保存会の皆さんによって大切に受け継がれています。

当日は、旧岬の駅前広場に立派なステージが設営され、都井出身のいであやかさんのスペシャルライブや太鼓演奏などが披露されました。

その後、都井御崎文化財愛護少年少女団のみなさんによる「都井臼太鼓踊り」が披露されました。メインイベント

## 「第49回 都井岬火まつり」に行ってきました

前にとっても厳かな雰囲気になりました。

そして、「柱松」の第一投を市長に代わって努めさせていただきました。事前練習もないうっつけ本番でしたが、観客席に飛んでいったりせず、ほっとしました。

本番では太鼓の響きにのせ、勢子の皆さんが柱松のてっぺんめがけ、松明を次々と投げ込み、松明が夜空に上がるたびに会場からは大きな歓声が上がりました。間もなくして、松明が見事頂上のかごに入り、大蛇に見立てた柱松は倒れ、花火が打ち上がり、大きな拍手が送られました。

今回は節目の50回目。来年が今からとても楽しみです!



松明で描く炎の放物線

## 子育て支援情報

### 「みやざき子育てサポートセンター」が皆さまの子育てを応援します

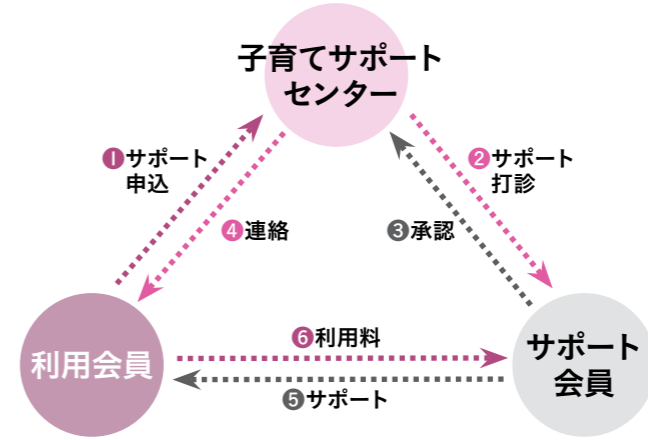
子育て家庭の親が、安心して子どもを預けることができる一時的な預かり保育のサポート支援を実施しています。



みやざき子育てサポートセンターは、子育て家庭が残業や出張、冠婚葬祭、子どもが病気の時(病氣回復期)など一時的にお子さんをお預かりする会員の支えあいネットワークです。

利用会員を対応するサポート会員をあらかじめ紹介し、会員同士の相互理解が深まるようサポートします。

#### 基本的な仕組み



#### サポート内容

サポート会員の自宅などにおいて、以下のお子さまを一時的に預かります。

- ・保育所などへの通所開始前までの預かり
- ・保育所などへの送迎および帰宅後の預かり

#### 会員の条件

- ・放課後児童クラブの迎えおよび帰宅後の預かり
- ・保育所・学童など休み時の預かり
- ・急な残業や出張の際の預かり
- ・病気の時(病氣回復期)で保育所などへの通所が困難な場合
- ・その他育児に関する必要な援助(冠婚葬祭など)

#### 利用会員

県内に居住する方

#### サポート会員

県内に居住する方で、自宅などで子どもを預かることができる子育て経験者および有資格者の方(看護師、保育士、保健師など)

※サポート会員養成講座での研修あり

#### サポート対象

生後6カ月~小学生まで

#### 利用料金

1時間600円~750円(地域によって利用料金は異なります)

### あなたも会員になりませんか? サポート会員養成講座

- 期日 ▽講座=10月26日(月)~27日(火)  
▽保育実習=10月28日(水)~30日(金)のいずれかの1日
- 会場=串間市総合保健福祉センター
- 対象=自宅などでお子さんを預かることができる方で、サポート会員として活動を希望される方
- 定員=30名 ●参加費=無料 ●申込締切=10月16日(金)

#### 問い合わせ先

【会員登録・講座申込】みやざき子育てサポートセンター ☎0985-28-0707

※申込受付期間=午前10時~午後6時(土日・祝日を除く)

#### 【その他】

福祉事務所こども対策室子育て支援係 ☎72-0333(内線527)



# 高齢者インフルエンザ 予防接種の助成を実施します

高齢者インフルエンザ予防接種の助成を実施します。

## 実施期間および接種回数

10月1日(木)～平成28年1月30日(土)の間で1回接種

## 対象者

串間市に住居登録がある

- ① 65歳以上の方
- ② 60～64歳で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の障害  
またはHIVにより免疫機能の障害を有する身体障害者1級の方

自己負担額 1,400円

※ただし、生活保護世帯は証明書提出で無料

## 持参するもの

健康手帳、自己負担金、健康保険証



問い合わせ先 医療介護課健康増進係 ☎72-0333

## 市内の医療機関

予約が必要な医療機関がありますので、ご注意ください。

医療機関名	電話番号
英医院	74-1187
県南病院	72-0224
のだ小児科医院	71-1112
にいな内科・循環器科	71-1711
とめのファミリークリニック	76-1425
串間市民病院 ※11月2日(月)～	72-1234
谷村内科医院	72-4786
中島医院	72-5202
本城診療所	75-1234
岡村クリニック	72-7710
市木診療所	77-0349

※県内であれば上記以外でも受けられる医療機関があります。

**新制服のタイプが決定**  
現在、制服の選定作業を市内小学校の保護者代表各2名から構成される新制服選定委員会を設けて進めています。  
8月24日に実施した第3回新制服選定委員会において、8月5日に実施した3社によるメーカープレゼンの結果を踏まえて協議した結果、ベイスデザインは、男子は「詰め襟タイプ」、女子は広く「セーラータイプ」の制服で検討することとなりました。  
今後は、各メーカーが最終デザインとなるサンプルを作成し、10月から各小学校での展示を実施します。各学校での展示については、別途学校より保護者の皆さまへご案内します。

**校章デザインコンクール**  
7月1日～8月20日に実施した校章デザインコンクールの募集により422点(小学校32点、中学校367点、一般応募23点)の応募をいただきました。たくさんのお応募ありがとうございました。  
地域の皆さんの思いを込めた校章をつくり、新しい学校のシンボルとしていくため、今後は市内の美術に専門的な知識を有しておられる小学校の先生方(4名)を専門委員として、校章デザインとなる最優秀賞1点、優秀賞4点を選定する予定です。

# 新しい中学校づくり 推進だより

第5号

一般・保護者向け展示説明会  
日時 11月3日(火・祝)  
午前9時半～午後4時半  
会場 串間市文化会館ギャラリー  
展示する制服 男女冬・夏服  
※当日、同会館は市民秋まつり「串間市児童・生徒作品展」会場にもなっています。ぜひご来場ください。



# 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。

今回は、第33回市民健康ウォークなどについてお知らせします。

## 第33回市民健康ウォーク

11月3日(火・祝)に、市民健康ウォークを開催します。今回は、約5・5kmのコースを「速いグループ」と「ゆっくりグループ」に分かれて歩く計画になっていますので、自分に合ったペースで歩くことができます。

また、ポールウォーキング(両手につえ状のポールを持って歩きます)も計画しています。より良い歩き方を目標に、歩く楽しさを実感しながら、爽やかな秋風の中、心地よい汗を流しましょう。  
会場にはニュースポーツ体験も設ける予定です。ぜひご参加ください。

- 日時 11月3日(火・祝) 午前8時半～正午(受付は8時から)
- 参加費 200円(保険料含む)
- ※食生活改善推進員さんによる軽食の振る舞いあり
- 申込締切 10月23日(金)
- ※健康マイレージポイント対象の事業です。

問い合わせ先 串間市教育委員会 生涯学習課スポーツ振興係 ☎内線380



## 市外に住居登録のある方は成人式の事前受付が必要です

平成27年度成人式対象者で、串間市内に住居がない方については、事前受付が必要となります。受付を済ませられていない方は、お早めにご連絡ください。また、事前受付をしなくても、成人式に参加することは可能ですが、成人式冊子の名簿には記載されませんのでご了承ください。

- 受付方法 電話のみ
- 名簿掲載締切 12月18日(金)
- 対象者 平成7年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方
- 問い合わせ先 串間市教育委員会 生涯学習課生涯学習係 ☎内線379

## クラフトテープですてきなかが作り講座を開きました

市木公民館で、クラフトテープを使った、世界に一つだけのオリジナルかご作りをしました。初めて挑戦する方ばかりで、心配しながらの製作でしたが、出来上がったときの喜びは大きく、楽しんでいただきました。講座は5回で終了しましたが、もっと習いたいとの声があり、サークルを作ることにになりましたので、興味のある方は遊びにきてください。  
問い合わせ先 中央公民館 ☎72-1846



すてきなかがが出来ました

## 夏休みいきいきスポーツランド

夏休み期間中、市民総合体育館を会場に4回開催しました。小学生低学年を中心に、約30名の参加がありました。非常に暑い中での開催でしたが、皆さん元気いっぱい楽しんでいました。  
卓球バレーやフライングディスクなどのニュースポーツを実施しましたが、ラダー(はしご状の物を床に置き、ステップを変えて遊ぶ)やカローリング(水上で行うカローリングを室内で行えるように考案されたスポーツ)が人気のようでした。



卓球バレーを楽しみました

こんにちは！



# 福島高校



## 魅力ある 福島高校の 取り組み

～自ら学び  
表現力ある  
福高生～

文化の部



体育の部



最高の樹祭（いつきさい）になりました

わたしが  
レポートします。



福島高校2年  
生徒会長  
ますだ なりひろ  
増田 成宏さん

皆さんこんにちは。新しく生徒会長になった2年の増田成宏です。福島中学校出身で、部活は剣道部に所属しています。これから私が福島高校の近況についてお伝えしていきます。よろしくお願ひします。

### 樹祭文化の部がありました

先日、福島高校では樹祭が行われました。樹祭とは、福島高校の体育祭と文化祭の総称です。

まず、文化の部が9月2日・3日の2日間にわたり、文化会館で行われました。オープニングセレモニー

では、新生徒会のメンバーによるマリオカートの動画や蛍光液で光る棒を使ったダンス、胡桃太鼓部の演奏で盛り上がりました。特に、1・2年生による合唱コンクールや2・3年生による演劇・映画が中心で、見ている人を魅了する合唱や個性溢れる演技が感動を生みました。さらに、吹奏楽部の演奏や、ダンス同好会の演技を始めとした文化部のレベルの高い発表が披露されました。展示コーナーでは、部活動での日頃の成果を展示物として紹介しました。福島高校の先生方もステージで発表され、生徒と先生が一体となって良い樹祭文化の部になりました。

行われました。雨の影響で2日間順延になりましたが、気持ちを切らさず体育祭に臨むことができました。赤団・白団に分かれ、クラス対抗リレーや学年別団技などたくさんさんの種目がありました。赤団・白団の応援団の演舞などを通して福高生一丸となり、最高の樹祭体育の部を創り上げることができました。福高生は、この樹祭という学校の一大行事に向けて、夏休み中も学校に来てたくさんさんの時間を費やしましたが、樹祭を通して一回りも二回りも成長することができました。今後は、2年生は修学旅行、3年生は大学受験・就職試験などさまざまな行事がありますが、自分の進路実現に向けて、福島高校全体で頑張っていきたいと思ひます。



# 健康マメちぎ



著：串間市民病院 内科  
鴻野 一元 Kazumoto Kouno

## 糖尿病と つきあっていくために

収穫の秋を迎え、畑も金色に色づき、ついついおいしい物をたくさん食べてしまいたくなる季節ですが、糖尿病の患者さまにとっては悩み多い季節でもあります。今回は、糖尿病の考え方や病気との付き合い方について書きたいと思ひます。

### 糖尿病とは

糖尿病は、血中のブドウ糖の数値が上がるだけの病気ではありません。ブドウ糖の血中濃度が高いと、血液中のリポタンパク（コレステロールの一種）が酸化されたり、ブドウ糖とリポタンパクが結合して変化し、血管の内側に蓄積されプラーク（粥腫）という塊を作っていきます。つまり動脈硬化を進行させていく病気といふことになります。しかも動脈硬化は自覚症状なしに進行していきます。

これはそれほど血糖値が高くない、糖尿病予備群（空腹時の血糖値が110〜125mg/dl）の段階からでも進行し始めることが研究の結果で分かっています。

### 糖尿病のタイプ

血糖値を下げる唯一のホルモンであるインスリンは、すい臓のβ細胞が作っています。このβ細胞を自己免疫が攻撃し、破壊してインスリンが作れなくなったものが、1型糖尿病といわれるものです。

1型糖尿病は遺伝的な素因や後天的に作られる自己抗体によって引き起こされる病気のため、若年で発症したり、高齢で発症したりすることもあります。インスリンが枯渇するため、必然的にインスリン治療が必要です。

遺伝的な素因や、環境、生活習慣が関連して、インスリンが出ていても肥満があり十分に作用しなくなったり、インスリンの分泌能力が低下したり、インスリンの分泌のタイミングが遅れたりすることにより発症するものを2型糖尿病といひます。その他にも、特定の内分泌疾患、肝臓やすい臓の病気、妊娠によって発症する糖尿病もあります。

### なぜ治療しなければならぬのか

放っておくと、さまざま合併症を引き起こします。感染症を起こしやすくなり、また治りにくくなったりします。網膜症、腎症、神経障害、認知症、大血管障害（心筋梗塞、脳梗塞など）などがその例です。がん（肝がん、大腸がん、すい臓がん、乳がんなど）の発症リスクが高まるともいわれています。

### 治療のポイント

糖尿病の薬やインスリン注射薬はたくさん種類がありますが、日常生活の管理ができなければ、いくら薬の量を増やしても、治療は困難となってしまいます。必要以上のカロリーを摂取することに

って、体内に脂肪がたまり、インスリンが効きにくい体質に変化してしまいます。このため、治療の基本は食事療法です。ご自身の適正体重と労働強度から算出した摂取すべき適正なカロリー数を把握しておかなければなりません。その他にも、栄養素のバランスや規則的な食事習慣がとても大事です。治療に必要な食事療法について分からないことがあれば、担当の先生や栄養士さんに相談して、栄養指導を受けてください。

糖尿病治療は、健康な人と同様の生活を送るためにも、合併症の予防が大事です。血糖値を下げることはもちろんですが、血圧、コレステロール、尿酸値などの管理やストレス軽減、肥満の改善、運動習慣、十分な休養などを長期間にわたって行うことが大切です。

### 運動がなぜ大事か

運動すると筋肉や肝臓にグリコーゲンとして蓄積されたブドウ糖が消費されるため、それを補うために血中のブドウ糖が筋肉に取り込まれ血糖値が低下します。そのため、筋肉量を維持していくことがとても大事です。

これからの季節、食欲だけでなく、スポーツに適した季節でもあります。積極的に体を動かして、体質改善に取り組み、病気とつきあって、生活を豊かにしていきます。





●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 ◆◆◆



「ワクチンX」  
桂望美 / 著

20XX年。理想の人間に近づける夢のワクチン“性格補強ワクチン”が突然生産不能に。発覚を恐れた女社長は東奔西走するが…。幸せを求める人々の欲望、絶望、希望が交錯する怒濤のヒューマン・サスペンス。



「いっぱい木のそばで」  
G. プライアン・カラス / 作

かつて、男の子がどんぐりを土に埋めました。どんぐりは芽を出し、やがて大きな木になって…。木のそばで移り変わっていく人々の暮らしを、年代を追って描いた絵本。



今月のテーマ展示  
「ティーンズ特集」

ティーンズというのは大人と子どもの中間にいる10代の人達のことです。今月は、そんな10代に読んでほしい本をいろんなジャンルで集めました。大人の方もぜひのぞいてみてください。

◆◆◆ その他の新刊 ◆◆◆

- 約束 (香納 諒一)
- 七変化 (鳥羽 亮)
- 三十石船 (岡本 さとる)
- ここはポツコニアン (宮部 みゆき)
- レールの向こう (大城 立裕)
- マイストーリー (林 真理子)
- 花鳥茶屋せせらぎ (志川 節子)
- 恋せよ魂魄 (仁木 英之)
- 文士の好物 (阿川 弘之)

- 繭 (青山 七重)
- 空色の小鳥 (大崎 梢)
- ジミ・ヘンドリクス・エクスペリエンス (滝口 悠生)
- MとΣ (内村 薫風)
- 稲と日本人 (甲斐 信枝)
- いっすんこじろう (加藤 休ミ)
- めだかの王様 (岡田 潤)
- 六十年ぶりの手紙 (佐々木 智子)
- 走れ、風のように (マイケル モーパージュ)

イベント案内

10/11日  
さいとうしのぶ  
絵本ライブ&ワークショップ  
「世界にひとつだけの  
絵本をつくろう!!!」

- 時間=午後1時半～3時
- 場所=アクティブセンター研修室
- 定員=40人(小学3年生までは親子参加で)

自分の名前を使った世界でひとつだけの絵本をみんなで作りましょう。幼稚園・保育園ぐらいから楽しめます。参加ご希望の方は図書館まで。

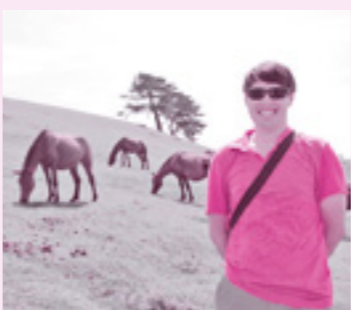


交流員レポーター  
第10代国際交流員  
ジョンの  
日本体験記  
今月の表現 This month's expression  
落ち着いて  
Keep your cool  
間違えないように落ち着いてね。  
Keep your cool so you do not mess this up.

ら野生馬の歴史について習いました。驚いたのはその野生馬の大きさです。アメリカの馬と比較すると都井岬の馬はとて小さかったからです。

また、都井岬の馬は人間の干渉を受けずに自由に住んでいます。だから、300年前の日本の馬と比べても大きさは同じのことです。都井岬にいる先生によると、その野生馬は江戸時代の侍が乗った馬と同じ大きさだそうなんです。本当にタイムスリップしたみたいなんです。

最後に、できる限り串間で国際交流員としていろいろなことをやりたいです。皆様のご協力をお願いします。一緒に交流しましょう!



野生馬とポーズする私

ホームページで  
変わる情報!



今月のページ  
・記事の余談  
・連絡先など

年金

年金の請求について

年金を受給するためには、300月以上の納付と免除期間が必要となっています。また、満額(480月)受給は20歳～60歳まで40年の納付が必要です。  
受給資格を満たした方には、裁定請求書が誕生月の3カ月前に送られ

てきます。

加入していた年金制度で提出先や必要書類が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

任意加入できます

60歳までに受給資格期間(300月)を満たしていない場合や、納付済期間が満額の40年に満たない場合には、任意加入して保険料を納めることができます。

※加入できる条件

●日本国内に住所のある60歳以上65歳未満の方

●日本国籍を持ち、海外に居住する20歳以上65歳未満の方

なお、昭和40年4月1日以前に生まれた方は、65歳までに受給資格が満たない場合、70歳まで加入することができます。

未支給年金請求の手続きはお済みですか?

年金受給者が死亡した月までの年金を受けていない場合、生計を同じくしていたご遺族は未支給年金の請求をすることができます。

請求できる遺族の範囲は、3親等内の親族となっています。

請求書は、年金の死亡届も兼ねていますので、お早めに手続きをお願いします。なお、受けていた年金の種類によって提出先や必要書類が異なります。詳しくはお問い合わせください。

※未支給年金を受ける権利は5年で時効となりますのでご注意ください。

●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 ☎0986-23-2571

子どもの歯を守る

乳幼児フッ素塗布のご案内

フッ素は歯の質を強化します。乳幼児を対象にしたフッ素塗布を次のとおり実施します。

●日時 10月21日(水)

●午後1時～1時半

●場所 総合保健福祉センター12階 『すこやかひろば』

●問い合わせ先

福祉事務所子育て支援係  
☎72-0333 (内線508)

●むし歯ゼロのお友だち

8月5日に行われた3歳児健康診査で、むし歯がなかったお友だちを紹介いたします。

	吉田 悠人くん		古屋 芹菜ちゃん		佐藤 颯亮くん		川田 龍季くん		清水 椿ちゃん		竹之内 楓くん		山田 悠希ちゃん
	野田 咲依ちゃん		村中 美桜ちゃん		森崎 春太くん		河野 井依ちゃん		渡辺 夢桃ちゃん		清水 音花ちゃん		正司 来夢ちゃん
	横田 一真くん		四田 優月ちゃん		内田 翔くん		福田 千紗ちゃん		渡辺 夢桃ちゃん		清水 音花ちゃん		正司 来夢ちゃん
	野田 咲依ちゃん		村中 美桜ちゃん		森崎 春太くん		河野 井依ちゃん		渡辺 夢桃ちゃん		清水 音花ちゃん		正司 来夢ちゃん

●お詫びと訂正  
8月1日号に掲載したお友だちの名前の読み方に間違いがありました。正しくは、三神心結(みゆちゃん)です。訂正してお詫びします。

# お知らせ

INFORMATION



市役所の代表電話

☎0987-72-1111

## 串間市戦没者合同追悼式の開催について

終戦から70年の歳月がたちました。戦没者に対し追悼の誠を捧げるとともに、二度と戦争の惨劇が繰り返されることのないよう、平和を祈念して追悼式を行います。どなたでも参加できます。皆さまのご参加をお待ちしております。

●日時 10月10日(土) 午前10時～11時(予定)

●場所 串間市文化会館大ホール(参加無料)

※式典後のアトラクションとして串間くるみ太鼓の演奏があります。

●問い合わせ先 串間市福祉事務所 社会福祉係 ☎72-0333 (内線581)

## 10月は土地月間です

国土利用計画法では、一定面積以上の土地売買などを行った場合、土地の権利取得者は契約日から起算して2週間

以内に土地の所在する市町村長を経由して知事に届け出ることが義務付けられています(山林等も届出の対象です)。

届出が必要な土地の面積

①市街化区域  
2,000㎡以上

②①以外の都市計画区域  
5,000㎡以上

③都市計画区域外  
10,000㎡以上

土地の有効利用の実現のため、市民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

●問い合わせ先 総合政策課 企画統計係 ☎内線334

## 10月1日は浄化槽の日

10月1日は、浄化槽のことについて今一度理解を深める日となっています。そこで、浄化槽の法定検査についてのお願いです。

浄化槽は、浄化槽法で保守点検や清掃とは別に次の定期検査を受けるよう、浄化槽管理者に義務付けられています。

●7条検査 浄化槽を使い始めて3カ月を経過してから5カ月以内に行う検査

●11条検査 7条検査後、毎年1回定期的に行う検査

この検査で、放流される水質が悪くないか、浄化槽が正常に機能しているかどうか確認となります。これに違反すると罰則または罰金が科せられることとなりますので必ず法定検査を受けましょう。

また、法定検査で不適正と結果がなされた場合は、改善に努めましょう。

●問い合わせ先 宮崎県環境科学協会 ☎0985-51-4331、市民生活課生活環境係 ☎内線253

## 秋の農作業安全確認運動

毎年、全国で約400件の農作業死亡事故が発生しています。他産業と比較しても就業人口あたりの死亡者数は高い水準となっています。

農家の皆さんは、露地品目の収穫作業、施設野菜の土壌耕耘などで農作業機械を扱う作業に従事することが多くなりますので、農作業安全に十分気を付けてください。

## 夕暮れ時の「早めの点灯」・「ピカピカ」運動

夕暮れ時や夜間には、重大な交通事故が多発する傾向にあり、県内では昨年も夕暮れが早くなる10月以降、歩行者などが犠牲となる多数の死亡事故が発生しています。

早めのライト点灯と反射材の積極的な活用を推進し、交通事故を防止しましょう。

●期間 10月21日(月)～平成28年1月31日(日)

●運動の重点

①ライトの「早めの点灯」・「こまめな切り替え」の励行

②外出する際には、反射材用品の活用と明るい色の服装の着用徹底

●問い合わせ先 危機管理課 ☎内線346

## みんなが「安心安全」の街

10月11日(日)～20日(火)までの10日間は全国各地域安全運動期間です。この運動が「安全で住みよい地域社会」につながりますよう、皆さんのご

協力をお願いします。

①子どもと女性の犯罪被害防止

人通りが多く明るい安全な道を選びましょう。

②特殊詐欺の被害防止

「携帯電話が変わった」「証人になった」「会社の金を使い込んだ」「還付金がある」「ATMへ行って」「宅配便やゆうパック、レターパックで送って」などの電話が来たら、家族、知人、警察などに相談しましょう。

③住宅対象の侵入窃盗対策

センサーライトなどを設置しましょう。また、少しの間でも留守にされる時は「鍵かけ」をしましょう。

④車上狙いの被害防止

車のドアロックをし、現金や貴重品などを車内に置かないようにしましょう。

●問い合わせ先 串間地区防犯協会 ☎内線346

## 危険ごみ用の袋の廃止

平成25年12月1日より危険ごみ用の袋は廃止されており、危険ごみは燃やせないごみ用の袋で出すことになっています。ご家庭に危険ごみ用の袋がある場合は、燃やせないご

み用の袋として使用して構いません。

## 爆発する恐れのあるスプレー類は中身を全部出し、必ず穴を空けて出してください。

ご協力よろしくお願います。

●問い合わせ先 市民生活課 生活環境係 ☎内線254

## エコ肥料いきいきの一時販売終了のお知らせ

串間エコクリンセンターで販売している『エコ肥料いきいき』は、たい肥製造設備修繕のため、当分の間、販売を停止します。販売再開については、改めてご案内します。ご利用の皆さまには、大変ご迷惑をおかけすることとなりますが、ご理解ください。よろしくお願いいたします。

●問い合わせ先 市民生活課 生活環境係 ☎内線252

## 金婚祝賀会の廃止について

これまで敬老事業の一環として、結婚50周年を迎えられたご夫婦を対象に、金婚祝賀会を実施していましたが、夫婦そろって50年を迎えられなかつた方々への配慮や、参加者の減少、ご家族で金婚式をお祝いされている状況などを

## 医療講演会「わがごまの口から食べる幸せ」～他職種で支える～

口腔ケアの第一人者である宇都先生による医療講演会を行います。皆さまのご参加をお待ちしています。

●期日 10月28日(水) 午後6時半～8時

●場所 串間市総合保健福祉センター

●講師 ひとえ歯科クリニック院長 宇都仁恵先生

●問い合わせ先 串間市民病院 ☎72-1234

## 募集

### ミニテニス教室参加者募集

串間市ミニテニス協会では初心者および初級者を対象としたミニテニス教室を実施します。公認指導員が講師を務め、ラケットは準備します。

## 建設労働者養成訓練 訓練生募集説明会

建設業に就職したい方を対象に職業訓練を実施します。職業訓練から資格取得・就職先紹介まで全て無料です。詳しくは左記日程の募集説明会にご参加ください。

●日時 10月27日(火) 午前11時～正午

●会場 ハローワーク日南

●参加対象 離職者、新卒者などで、県内での就職を希望する者(経験不問)および保護者

●問い合わせ先 一般社団法人宮崎県建築業協会 ☎0985-6515864

## 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 11月1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 ☎2315430

## 無料相談

### 行政相談週間

10月19日(月)～25日(日)は、行政相談週間です。毎日の暮らしの中で、困っていること、苦情や悩んでいること、苦情や仕組みが分からない、苦情を申し出たが、説明や措置などに納得がいかない、どこに相談したら良いか分からない、

などがありましたら行政相談委員にご相談ください。

今月は通常の相談日とは別に「特設相談所」を開設します。相談は無料で、秘密は固く守られますのでお気軽にご相談ください(予約不要)。

- ①行政相談
  - 定例相談所
    - ・10月26日(月) 午前10時～午後3時
    - ・10月27日(火) 午前10時～11時45分
    - ・10月27日(火) 午後1時15分～3時
    - ・10月28日(水) 午前10時～11時45分
    - ・10月28日(水) 午後1時15分～3時
  - 特設相談所
    - ・10月27日(火) 午前10時～11時45分
    - ・10月27日(火) 午後1時15分～3時
    - ・10月28日(水) 午前10時～11時45分
    - ・10月28日(水) 午後1時15分～3時
- ②法律相談 10月19日(月) 午後1時～3時(要予約)
- 総合保健福祉センター
- 問い合わせ先
  - ①市民生活課生活環境係 ☎内線252
  - ②社会福祉協議会 ☎72-6943

# 読者のページ くしまにあ



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。

## 蜂名人の桑山くん

●福岡市 松本カオリさん  
久しぶりに投稿いたします。日本全国温暖化、自然が少なくなり、人間も狂ってきたかのような今日この頃です。8月には大東の同窓会が開催されます。地元役員さんも連絡などご苦労をおかけして、私は遠いのでただ参加するのみです。

1年ぶりの再会であつと言う間です。昨年は桑山くんの隣になり、たまたま蜂名人の話を聞くのみでした。危険とは言え、相談の電話がかかったら飛んで行き、とても相手の方に喜ばれるそうです。そんな話を聞いて、まさか主人が蜂に刺されるとは…。桑山くん電話で相談したところ「福岡まで遠いので行けないよ」と。ネットで調べて

駄目なら冬が来る1月まで待てば、蜂は巣だけ残していなくなるかと教えていただき、本当に指示通り実行しました。桑山くんありがとう。感謝いたします。

蜂の大きさは3cmくらい、巣が30cm×30cm。階段の中央部の裏に巣をくんでいたので、主人も知らずに蜘蛛の巣を棒で払いのけようとしたとき、蜂がはじめは5〜6匹飛び、そこから車に乗ろうとすると、狂暴な黒い塊のような球体が共鳴の羽根の音を立てて、主人に襲い掛かってきました。頭部、頸部、足、手。木綿の服で行ったので、眩暈（めまい）と強震に気絶する手前だった。よく運転して帰ってきたものの、私がシャワーで流水してすぐ病院に連れて行き、継続点滴で2〜3カ月体調悪く、今は良好に向

かっています。蜂は本当に危険。地元にいる桑山名人がいるので、串間の方は安心安全ですよ。

異常気象の影響で、危険な外来生物も増えているようです。蜂に刺されると、亡くなってしまう場合もあるそうなので気を付けたいですね。それにしても、串間には蜂名人がいたんですね。ぜひお会いしてみたいです。

## 皆さまのご支援 ありがとうございます

### ●串間空手塾緑勝会 父母の会の皆さん

初秋の候、皆さまにおかれましてはますますご清祥のこととお慶び申し上げます。さて、このたびは、串間空手塾緑勝会5名の全国大会出場に際しまして、多大なご支援をいただき、本当にありがとうございました。ご厚意を深く感謝申し上げます。大会につきましては、平成27年8月8日から9日に東京

武道館で開催され、年に1度の日本一「てっぺん」を目指し、熱戦が繰り広げられました。

5名とも一生懸命頑張ってくれ、黒木美衣奈（有明小1年）5位入賞、松田剣志郎（福島小2年）5位入賞、平田奨英（福島小3年）2回戦敗退、黒木惇生（福島小3年）2回戦敗退、黒木星矢（有明小5年）2回戦敗退とうれしくもあり、悔しくもある大会結果となりました。

この結果は、出場者本人はもとより、出場できなかった道場生に刺激となり、良い影響を与えてくれました。今後ともご支援に励めるべく日本一「てっぺん」目指し、精進してまいりますので、ご声援賜りますようお願い申し上げます。簡単ではございますが、大会結果報告とお礼に代えさせていただきます。

空手大会お疲れさまでした。子どもたちはもちろん、父母の会の皆さんもいろいろとご苦労があったと思います。出

場した5名は、この経験を生かしてこれからも頑張ってくださいですね。結果報告ありがとうございました。

## 消費期限と賞味期限

### ●リナママさん

広報くしま8月号が届きました。稲刈りのシーズンになり夏本番です。健康マメちしき、しっかりと目を通しました。夏の暑さに勝つために健康な食生活を送ります。消費期限と賞味期限をしっかり学んで、保存方法を守って常温と冷暗所。なかなか分からないことばかりでした。とても学ばせてもらい、ありがとうございました。夏は暑いのでいやなことばかりでしたが、今年の夏はエアコンを付けないで過ごします。

健康マメちしきの熟読ありがとうございました。夏は特に食品の管理が大変ですね。季節の変わり目で体調を崩しやすいので健康には気をつけてください。

# みんなの広場



## 串間 ぶりぶり めざせ！4万食キャンペーン

10月1日(木)から11月15日(日)にかけて、「ぶりぶり めざせ！4万食キャンペーン」を市内2店舗、市外1店舗で開催します。各店舗でぶりぶり丼を召し上がっていただいた方を対象に、抽選で豪華賞品をプレゼント。店舗ごとの抽選もありますので、この機会にぜひ、3店舗のぶりぶり丼を食べ比べてみてください。

●問い合わせ先＝串間市観光協会 ☎72-0479



## 集落営農組織を設立しました

●道場・小田代地区

8月21日、道場・小田代地区で集落営農の基礎組織となる「OH道地区農用地利用改善団体（組合員70名）」の設立総会が開催されました。この総会で規約や役員が決定し、今後は「集落の話し合いの場、相談の場」として、耕作放棄地の解消・防止のほか、作付地の集約化、農作業・農業機械の共同化を進めていくこととしています。



## 市民発！ にぎわい創出事業 盆栽「秋季展」

●串間盆栽愛好会

丹精込めて育てたサツキや盆栽などを展示します。また、11月3日には盆栽講習会も開催します。ぜひ、足をお運びください。

- 日時＝11月1日(日)～4日(水)午前9時～午後5時(2日(月)は休館・4日(水)は正午まで)
- 場所＝文化会館ホワイエ
- 展示物＝サツキ、松柏など
- その他＝11月3日(火)午後1時～盆栽講習会を開催
- 入場料＝無料
- 問い合わせ先＝串間盆栽愛好会水元さん ☎75-1895



## 笠祇小学校 心に刻んだ最後の運動会

9月20日、今年度限りで休校する笠祇小学校の最後の運動会が開かれました。全児童は7人。運動会は、児童、先生、保護者だけでなく、地域住民や卒業生らも競技に参加し、児童と一緒に思い出を胸に刻みました。

## 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



お便りお待ちしております。

## ●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



夏休みは給食がないため、毎日弁当。  
旬のものを取り入れ、栄養のバランスを考えて愛情たっぷりの弁当です。

# 「私が大事に しているもの」

随想

吉松 三代

嫁ぎ先が串間市。その串間市の住民になって早30年です。教員生活の振り出しは椎葉村の小さな学校で、出張に行くにも泊が必要な山奥の学校でした。ある出張で夫と出会い、その年に結婚しました。夫婦そろって串間に帰ってきたのは昭和63年の春。私の串間市生活はそこからスタートでした。串間に来て私のアンテナはいろいろなところに伸びました。自分に必要な情報や活動があれば吸収したく、たくさんの気づきや学びがありました。

最近いろいろな活動があります。就活、婚活、妊活そして終活。なんでもかんでも「活」がついています。いろいろな活動を計画的に進めていくことが大事な時代になってきたとは思いますが、常に次を意識して行動していくために、自分で考えて行動できる子どもたちを育てなければなりません。私の活動をあえて例えるなら弁活（弁当活動）・食活（食事活動）でしょうか。

子育て時代、時間に追われながらも、夕食の時間は大事にしました。夫も中学校の体育教師

でバリバリの部活指導者。帰日も遅く土日もない。子どもたちと過ごす時間は限られていたのに、夕食は必ず父親が帰ってきたからでした。テレビを消し5人で囲む食卓、子どもたちは我先にいろいろな話を話します。とても充実した時間でした。家族5人が同じ給食を食べている時期があり、給食で盛り上がった日もありました。主人の両親が作ってくれたお米や旬の野菜はとてもありがたく、時々姑から届く煮染めや白和えも子どもたちはとてもおいしくいただきました。

私の仕事は子どもたちの健全な成長をお手伝いする養護教諭です。わが子3人も子どもに関わる仕事に就きました。宮崎市に高校進学した息子の忘れられない言葉があります。ある日、「にぎり飯でもいい。親が作ったご飯が食べたい」とつぶやきました。家を離れ寮生活で寂しさや不安をたくさん抱えていたとき、思い出すのは家庭の味だったようです。それから時間が許す限り週末は弁当を作った野球の練習を見に行ったもので



よしまつ みよ  
南方在住。串間市では金谷小・都井中・本城中に勤務。現在は本城小5年目。多くの教え子が親になっていて、子育てを楽しんでほしいと思うこの頃。都井中時代のやんちゃ坊主が大工になり、リフォームしてくれた我が家もう10年目になる。

す。息子の笑顔を想像しながらの弁当作りは楽しみでもありません。食は人の心を豊かにし、家族の絆を深めてくれるかけがえのないものです。今年の夏も小さな弁当箱にあふれるほどの愛情を注ぎ込んで、ほとんど毎日弁当を作りました。我が家は「男子厨房に入れ」。最近では夫が弁当作りに目覚め弁当男子になり、息子も時間がある時は夕食を作ってくれるようになりました。コンビニが増え手軽にお腹を満たすことができるけど、安心して安全な食を楽しんでいきたいです。家を離れた子どもたちが帰省する時に、家庭の味をリクエストしてもらえよう、ますます食活・弁活にチャレンジしたいと思います。

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持ち、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/かなな  
●市の鳥/めじろ ●市の花木/山桜  
●人口 18,780人 (前月比 -23人)  
男 8,695人 女 10,085人  
世帯数 8,212世帯 (平成27年9月1日現在)  
\*平成22年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**

## ウマ〜くかけるかな？ 「都井岬の魅力を再発見！秋のスケッチ大会」

都井岬の秋空の下、スケッチしてみませんか？  
はじめに御崎馬について勉強して、その後、都井岬の自然に触れながらのスケッチ大会。入賞部門も用意しています。その他にも、馬のふんを使った「馬ふん紙作り体験」など、内容盛りだくさん！また、昼食にはカレーを準備していますので、お気軽にご参加ください。

- 日時= 10月18日(日) ※雨天時10月24日(土)  
午前10時～午後3時(予定)
- 集合場所= 都井岬ビジターセンター
- 募集人数= 40名
- 募集締切= 10月15日(木) 午後5時まで
- 参加費= 大人・高校生以上1,000円、小学生・中学生500円
- イベント内容
  - ・馬の生態について学ぼう！(館内で御崎馬について学習)
  - ・ウマ〜くかけるかな？(馬のスケッチ大会)
  - ・都井岬の自然のなかで食べよう！(カレーの振る舞い)
  - ・馬のフンではがきが作れるの？(馬ふん紙体験)
- 準備するもの= 動きやすい服装(上着・スポン・帽子・運動靴・タオル・水筒)、画材用具(画用紙以外、色鉛筆、クレヨン)

串間温泉  
**いしいり**  
指定管理者：株式会社スチールユニオン  
〒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：10月21日(水)  
**TEL 0987-75-2000**

## これからは名古屋めし 藤吉郎 見参！

お食事処は、これまでの「本城亭」から「藤吉郎」と名前を変えて、食事メニューも大幅に見直しました。



※写真はイメージです。

- ひつまぶし
- みそかつ
- きしめん

## 季節の本格御膳料理

10月は秋の味覚御膳 3,500円～  
ご予約承ります。

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。

## 今月の表紙 “ レスリングで全国へ ”

ジュニアレスリングクラブ「くしまグリーンホース(鈴木博也代表、14人)」は福島高校レスリング部とともに汗を流し、確実に実力をつけています。8月に行われた玉名杯九州少年少女選手権で、瀬ノ口巧くん(福島中3年)、岩村隆斗くん(福島中2年)が準優勝、川崎綜友くん(5歳)が優勝し、中学生2名は11月28日～29日に行われる全国中学選抜レスリング選手権大会に出場します。

左から岩村くん、川崎くん、瀬ノ口くん

広報に携わっている人々や場所と出会い、たくさんの方の協力を得た。笑顔で取材にご協力いただいた皆さまありがとうございます。すてきな巡り合わせに感謝します(ユ)

長寿祝金支給事業で7名の方の写真をご家族の方々と一緒に撮影させていただきました。皆さん100歳のご高齢とは思えないほどお元気。すてきな笑顔がとても印象的でした(イ)

9月から広報を担当することになった。約3週間だが取材で初めての経験をさせてもらっており、自分の知らない串間を知る機会も多い。これから新たな串間を発見したい。(オ)

888-8555  
串間市役所総合政策課  
情報政策係 行  
(No.992/2015.10)

●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 ( ) -



串間市は平和首長会議に  
加盟しています



大東地区・広野に現れた鬼「メゴスリ」  
もぐらもちにて

# うたごえよみ

## 「短歌」串間短歌会選

● かたはらに 君あるごとし 椅子寄せて

八年のおもひ 星空に語れり

有明二区 鈴木のり子

● ふるさとに 在りてもふるさと思ひぬき

兄を失くしし 母の終戦

堂園 吉田 良子

● すいかずらの 甘い蜜味 にくむすべ

教わりし 母の歳とうに越ゆ

小路 安山 らく

● 赤トンボ 秋のさざしか 目の前を

一群なして 低空飛行

一般投稿 幸寿園 川邊 一子

● 立秋の 暑さもとばす 台風か

高畑山の 雲のすぎゆく

一般投稿 鍛冶屋 森本 慶典

## 「俳句」あさひ俳句会選

● ぬっと鬼めが 月の畦行く 土竜打ち

仲町 木島 幸子

● 白菊や ゆくよも言わずに 夫は逝き

仲町 原 里歌

● 念ずれば 叶ひそうなる 鱒雲

上小路 木島サイ子

● 笑栗の 艶めきてをり 草の上

春日 水元 栄子

● 故郷の 記憶に映ゆる 天の川

上町一 又木 順子

\*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(☎72-52800)



古紙配合率100%再生紙を使用しています