

広報 くしま

MAY.2010 No.862



4月10日、福島地区・桜ヶ丘にて

5

第1特集 ◎P2-3 胃がんバス検診で早期発見・早期治療

毎年受けよう胃がんバス検診

第2特集 ◎P4-5 串間市国際交流協会海外研修派遣事業

観光先進地ハワイで学んできました

THE SLOW FOOD / きゅうり
くしまをあそぼう / 春駒を見に行こう
学校へ行こう / 秋山小学校

THE SLOW LIFE / 井谷ミチヨさん
なるほど! 医療講座 / 生活習慣病と動脈硬化
交流員レポート / ゴールデンウィーク

毎年受けよう 胃がんバス検診

胃がんによる死亡率が高い串間市。その中でも高い割合を占める男性は、バス検診受診者がまだまだ少ないのが現状です。胃がんバス検診を毎年受診して、早期発見に努めましょう。

日本人の死因としてもっとも多いのが「がん」です。串間市でも同様で、年間約100人の方が亡くなっています。串間市では胃がんの死亡率がとも高く、平成19年度の死亡率（人口10万あたりの死亡者数）は107・2人と、国の19・3人に比べ5倍以上、県の33・4人と比べても3倍以上もの高い数字となっています。

「がん」と聞くと「不治の病」というイメージがあるかもしれませんが、しかし、がんは決して不治の病ではありません。診断や治療方法は大きく進歩し、治る病気へと変わってきています。ただ、そのために大切なことは早期発見。特に胃がんは、早期発見し治療することができれば90%以上治る病気です。胃がんの初期は症状がほとんどありません。

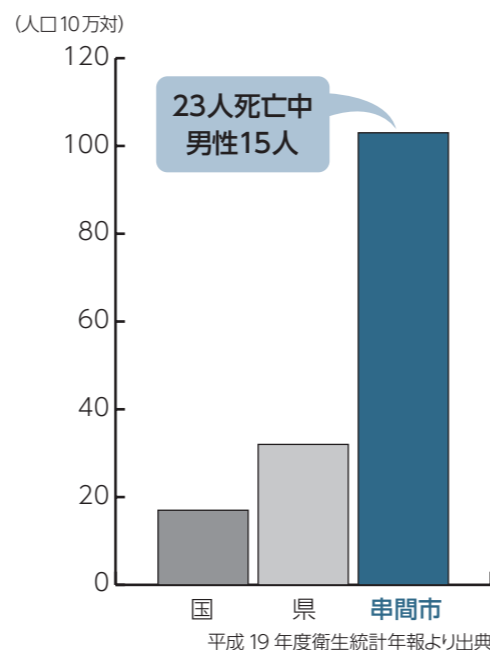
せん。そこで、早期発見にもっとも効果的なのは、年に1度の胃がん検診を受診すること。仕事が忙しい方でも5分で終わるバス検診は特に勧めます。また、胃がんは男性がかかりやすい病気です。串間市内で胃がんにより亡くなった方の割合を見ても、男性の占める割合が非常に高くなっています。このようなことからも、男性には受診を強く勧めます。

平成22年度の胃がん検診は6月から始まりです。また、今年度も休日検診を2日設けています。がんにより体調の変化が現れてからでは遅いのです。毎年胃がん検診を受診する習慣を身につけ、早期発見に努めましょう。
●申込・問い合わせ先 福祉保健課健康増進係 ☎内線508

◎平成22年度 胃がんバス検診・大腸がん検診日程表

日付	会場	胃がん検診	大腸がん検診	
				配布時間
5月31日	月 都井基幹集落センター		●	14:00~14:30
6月3日	木 都井基幹集落センター	●		
6月7日	月 串間市総合保健福祉センター		●	14:00~15:00
6月10日	木 串間市総合保健福祉センター	●		
6月11日	金 桂原研修センター	●		
6月14日	月 石波公民館		●	10:30~11:00
6月17日	木 都井基幹集落センター		●	13:30~14:00
6月17日	木 石波公民館	●		
6月18日	金 いこいの里		●	14:00~14:30
6月18日	金 串間市総合保健福祉センター		●	15:30~16:00
6月18日	金 都井基幹集落センター	●		
6月20日	日 串間市総合保健福祉センター	●		
6月22日	火 大納研修センター		●	14:00~14:30
6月22日	火 本城公民館		●	15:30~16:00
6月23日	水 串間市総合保健福祉センター	●		
6月25日	金 今町公民館		●	15:30~16:00
6月25日	金 名谷バス停近く	●		
6月28日	月 JA大東大平支所		●	14:00~14:30
6月28日	月 大東公民館		●	15:30~16:00
6月29日	火 本城公民館	●		
6月30日	水 今町公民館	●		
7月1日	木 大東公民館	●		
7月2日	金 串間市総合保健福祉センター		●	15:30~16:00
7月2日	金 JA大東大平支所	●		
7月5日	月 市木公民館		●	14:00~14:30
7月7日	水 串間市総合保健福祉センター	●		
7月8日	木 串間市総合保健福祉センター	●		
7月9日	金 市木公民館	●		
7月12日	月 農村環境改善センター		●	14:00~14:30
7月12日	月 串間市総合保健福祉センター		●	15:30~16:00
7月15日	木 串間市総合保健福祉センター	●		
7月16日	金 大東公民館		●	14:00~14:30
7月16日	金 串間市アクティブセンター		●	15:30~16:00
7月16日	金 農村環境改善センター	●		
7月22日	木 串間市総合保健福祉センター		●	14:30~15:00
7月22日	木 串間市アクティブセンター	●		
7月23日	金 大東公民館	●		
7月26日	月 秋山公民館		●	14:00~14:30
7月26日	月 農村環境改善センター		●	15:30~16:00
7月27日	火 串間市総合保健福祉センター	●		
7月28日	水 串間市総合保健福祉センター	●		
7月29日	木 秋山公民館	●		
7月30日	金 農村環境改善センター	●		
8月2日	月 高松公民館		●	14:00~14:30
8月2日	月 笠祇公民館		●	15:30~16:00
8月4日	水 高松公民館	●		
8月6日	金 笠祇公民館	●		
8月7日	土 串間市総合保健福祉センター	●		
8月10日	火 大東小学校体育館		●	14:00~14:30
8月10日	火 串間市アクティブセンター		●	15:30~16:00
8月16日	月 古大内公民館		●	14:00~14:30
8月16日	月 大重野公民館		●	15:30~16:00
8月17日	火 大東小学校体育館	●		
8月18日	水 串間市アクティブセンター	●		
8月19日	木 古大内公民館	●		
8月20日	金 大重野公民館	●		
9月1日	水 串間市総合保健福祉センター	●		

胃がん死亡率・死亡数



胃がんバス検診

胃がんバス検診は、電話による完全予約制で待ち時間ゼロ！ 検診はわずか5分で終了します。

大腸がん検診(容器配布)

左表の日程で都合の悪い方は、串間市総合保健福祉センター健康増進係窓口でも毎週火曜日・金曜日、午前9時～午後4時まで配布しています。

容器の回収は胃がん検診の日程・会場で行います。ただし回収は午前10時までとなっていますのでご注意ください。

【胃がんバス検診予約受付・連絡先】
福祉保健課健康増進係
☎72-0333 (内線505・507・508)
●受付時間帯=平日午前8時半～午後5時



◎ Interview



今年も一緒に受診しようね。

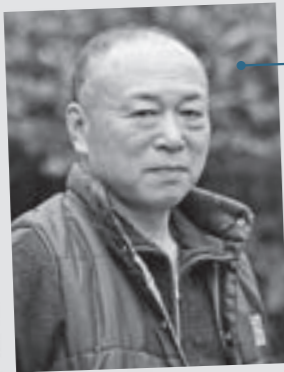
もちろん今年も受診するよ。

昨年、夫婦で胃がんバス検診を受診した

谷口 光秀さん (57歳)
直美さん (55歳) ご夫妻
福島地区・桂原

光秀さんは、過去に胃の検査でとても苦しい思いをした経験があり、胃がん検診から足が遠のいていました。ところが昨年、「内緒で申し込んだ」と言う直美さんの強い勧めもあり、胃がんバス検診を受診。「思っていたよりバリウムも少量だし、検査時間も短くてびっくり」と驚きました。それまで一人で受診していた直美さんは「一人で受診していてもやっぱり夫が心配。二人で受診すれば安心だし、ご飯もおいしく食べられます」と喜んでいます。「自宅近くで受診できるし、予約制だから待ち時間も少ない。検査もらくに受けられました。もし異常があっても早期発見、早期治療。自分の健康のためにぜひ、みんな受診してほしいですね」と、話すお二人でした。





渡邊 邦彦さん *Kunihiko Watanabe*



都井岬に新たな発想を

3回目のハワイ訪問でしたが、今回の目的はハワイと串間の違いを比較し、串間の観光に活かすというものでした。初めて訪れるマウイ島のノースショア海岸に打ち寄せる大波や、ハレアカラ山から見える日没の風景、満天の星空、オアフ島の「ダイヤモンドヘッド」山頂の360度の大パノラマなどの圧倒的なスケールの大自然に感動し、串間との違いを感じる研修となりました。

ハワイ2島を視察して、串間を活性化させるには都井岬の活性化がまず必要ではないかと思えます。そのためには今までの考え方にとらわれないやり方を考えるべきではないでしょうか。都井岬にはさまざまな規制があり、そのため活性化が難しいとみんな思っています。しかし、そのような発想を転換することが今必要ではないでしょうか。思い切った発想の転換が今求められているのではと感じました。



川崎 真治さん *Shinji Kawasaki*



よかバスで観光案内

ワイキキトロリーは、ワイキキの主要なホテルとショッピングセンターや観光スポットを4つの路線で結ぶオープンエアのトロリーバスです。4つの路線はすべて乗り降り自由、乗り換え自由で、主な停留所については日本語の車内アナウンスも流れます。

このワイキキトロリーの素晴らしさ・凄さは運転手です。観光コースのレッドラインだけではなく、ショッピングセンターやショッピングスポットを巡回するすべてのトロリーで、運転手が観光スポットの紹介を行ないながらトロリーを走らせています。まさに、「観光ガイド付バス」です。トロリーに乗って各路線を一回りするだけで、ホノルルの市内観光ができてしまうという素晴らしいサービスです。

よかバスの運転手さんにも、串間の名所案内をしていただければ、特に都井岬線など乗車される方が観光客の方であればなおさら、温泉や岬などの案内は喜ばれると思います。



矢野 哲雄さん *Tetsuo Yano*



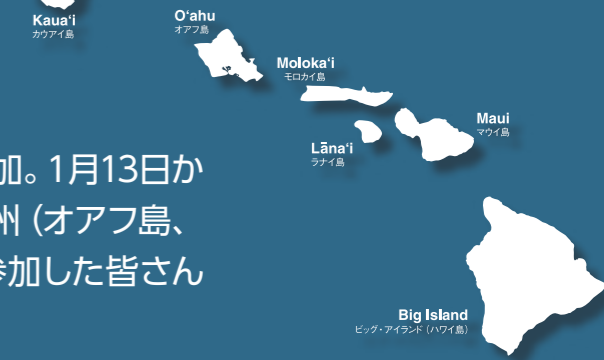
木を生かした街づくり

ホノルルについてまず気付いたことは、多くの木々が街のいたるところに生い茂っていることでした。ハワイと言えば「ヤシの木」のイメージが強いですが、ヤシの木以外の木々もうまく取り入れて南国情緒を醸し出す雰囲気を創り出しています。オアフ島・マウイ島の木々が茂る街並みは大変気持ちが良いものでした。

ところで、九州に目を転じると熊本の黒川温泉では意図的に多くの木を植えています。これは、「人々は木に安らぎを感じるものだ」という発想から黒川温泉全体で取り組んでいるもので、今では木が生い茂っていることが黒川温泉のイメージの一つとして定着しています。そして、串間に帰ってきて気付いたことは「串間の木は山には多いが人の目に付くところには案外少ない」ということでした。街づくりを行う上で、木や花などの植物を生かし、うまく演出することが必要ではないかと思えます。



観光先進地ハワイで 学んできました



串間市国際交流協会の海外派遣事業に3人の方が参加。1月13日から22日までの10日間の日程でアメリカ合衆国ハワイ州（オアフ島、マウイ島）を訪れました。「観光」をテーマに事業に参加した皆さんのレポートを紹介します。



Hawaii

農業の楽しさ体験しました

3月31日、西下弓田の水田でりんぼかん保育園の園児が農業体験を行いました。これは、りんぼかん保育園の保護者、松田朋和・香里夫妻が「農業の楽しさを知ってほしい」と企画、自身の水田を提供したものです。園児たちは田植え機に交代で乗った後、裸足になって水田に入り田植えも体験しました。



交通安全を心がけましょう

4月6日、国道220号高松トンネル西側駐車帯で、春の交通安全運動街頭キャンペーンがありました。市交通安全協議会、市交通安全協会、市交通安全協会など約50人が、志布志市方面からの通行車両にチラシなどを手渡し交通安全を呼びかけました。6日現在、市では死亡事故ゼロ1169日連続中です。



アジサイ植栽の記念碑建立

4月11日、ふるさと林道小瀬・風野線でアジサイ記念碑の除幕式がありました。記念碑は広野歩こう会（黒原正宏代表・18人）を中心とした植栽活動を顕彰しようと市民有志が建立したものです。同林道ではこれまでの植栽により6,000本のアジサイをはじめモミジやヒガン花が四季折々に市民を楽しませています。



笠祇小児童が田植えを体験

4月14日、中山間地域等直接支払制度に取り組んでいる笠祇地区でもち米の田植え作業体験がありました。体験には、笠祇小学校の児童9人と保護者3人、先生4人も参加。この日は天気も良く、楽しく田植えを体験しました。8月上旬には稲刈りを、来年1月には餅つき大会を行い、みんなでおおいしく味わう予定です。



自衛艦「ゆら」福島港に寄港

4月16日、海上自衛隊の輸送艦「ゆら」が福島港に寄港、同港で歓迎セレモニー（海上自衛隊艦艇仲間協力会主催）が行われました。「ゆら」は沿岸海域のへき地や離島への物資・人員を輸送するために建造された中型艦です。17日には午前・午後に分けて艦内を一般公開し、翌18日には次の寄港地へ向け出港しました。



太鼓の指導にも熱が入る



二女の真弥さんも助手として現地に駆け付けた(写真中央)

3万人の大観客。日本から皇太子さまもご臨席になり、いよいよ演奏開始。この1年間で一番の音の揃い具合の大成功。観客はスタンディングオベーションでたたえ、割れんばかりの大喝采となりました。心配していた入退場も含め、割り当てられた10分内に見事収めました。地元紙ニッケイ新聞（日本語版）は「一糸乱れぬ迫力の千人太鼓」とたたえ、報じました。

千人太鼓終了後も基本、打法、知識のレベルアップを図るなど、和太鼓普及のためブラジル国内を奔走。その活動距離は8万kmを超えました。こうした活動の結果からJICAの推薦を受け、今年3月15日に天皇皇后両陛下との御接見が実現。活動状況の写真を使い、両陛下にその活動を説明しました。

11月に再びブラジルへ。今年2月まで、さらなる和太鼓の普及に取り組みました。6月にもブラジルに渡る予定です。2007年に比べ、現在では和太鼓人口・チーム数も増え、ブラジル太鼓協会の中にもリーダーが育ってきました。「今後も体が許す限り、継続して活動を続けていきたい」。養輪さんは、今後もブラジルで和太鼓の心を伝えていく覚悟です。



「ブラジル・日本移民100周年記念式典」での千人太鼓の演奏

派遣の目的は和太鼓の基礎拡充、リーダーの養成、地方での普及など、ブラジルに和太鼓を根付かせること。中でも2008年6月21日にブラジル・サンパウロで開催された「ブラジル・日本移民100周年記念式典」で披露された「千人太鼓」を指導し成功に導くことは、重要な難しい仕事でした。和太鼓は2002年にブラジルに導入され、2004年にブラジル太鼓協会が発足したばかりでした。まだまだ歴史は浅い和太鼓、養輪さんが初めて聴

いた印象は「荒っぽくとにかくパワフル。そして速いリズム」。さらに動作、音ともに不揃いが目立ち、「間」を取ることが苦手だということも分かりました。予想していたものの、不安な気持ちでいっぱいになりました。千人太鼓への挑戦

ブラジルではサンパウロに活動拠点を構えました。千人太鼓の状況を確認すると、打ち手は600人程度、使える太鼓は700個程度。本番まで1年もない中、不安はさらに大きくなりました。しかし、準備を進めるにつれ打ち手の人数も増え、本番前日には1,200人、最終的には1,187人の千人太鼓となりました。千人太鼓参加者への指導が始まりました。サンパウロのチームには直接、サンパウロ以外の地方では数カ所に拠点を置き、多い時では十数チーム、2〜3

和太鼓の心をブラジルに伝える

JICA（国際協力機構）のシニアボランティアとして、2007年7月から2009年7月までの2年間、ブラジルで和太鼓の指導に当たった養輪敏泰さん。日本移民100周年記念式典での「千人太鼓」の大成功など、現地での活動内容や苦労話などを、ご本人にお伺いしました。



養輪 敏泰さん
(福島地区・上小路)
財日本太鼓連盟1級公認指導員

00人を集め指導しました。演奏の練習が順調に進む一方、心配だったのが本番での入退場。会場は本来カーニバルで使用する長さ520m、幅12mの特殊な形状である上、主催者から千人太鼓に与えられた時間は10分。6分の演奏時間を除き、入退場をわずかに2分ずつで行わなくてはなりません。しかし、かつて所属した消防団での規律訓練を生かし、会場の完成が本番前日でありハーサルも完全にできない中、その難題もなんとかクリアできました。

本番では1,187人の打ち手が520mの長さの会場で太鼓を打つために、会場のところどころにスピーカを設置、中央で打つ鉄管の音を流しました。さらに60人の指揮者を配置することで、広さによるリズムのバラつきを解消できました。

いよいよ本番、そして大成功

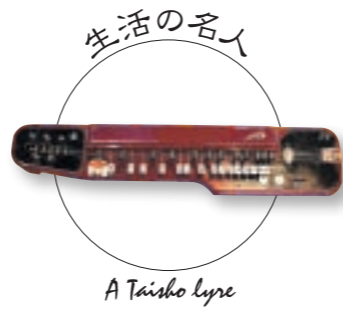
本番では1,187人の打ち手が520mの長さの会場で太鼓を打つために、会場のところどころにスピーカを設置、中央で打つ鉄管の音を流しました。さらに60人の指揮者を配置することで、広さによるリズムのバラつきを解消できました。

和 琴とは少々違う独特の澄んだ音色を奏でる大正琴。左手でポタン(鍵盤)を押さえ、右手で弦を弾いて演奏する弦楽器です。

福島地区・上町にお住まいの井谷ミチヨさん(77歳)は琴城流大正琴スミレ会の代表。子どもころからいろいろな音色が好きだったというミチヨさんが、大正琴に出会ったのは昭和63年のこと。友だちに誘われ演奏を聴きに行ったところ、その音色に惚れ込んでしまったのです。

それまで楽器を習ったことはなく、洋裁一筋。とにかく大正琴が気に入ったミチヨさんは一生懸命に練習に励み、師範の資格を取得するほどの腕前になりました。それでも、まだまだ向上心は衰えず、今でも月に一度は都城まで勉強に通います。

代表を務めるスミレ会は秋の文化祭に向け現在練習中。まずは「パートごとに練習し、7月から全体での合同練習に入ります。」一人ひとりがうまく演奏できても、全体で合わせるのには難しいんです。それでも、好きな仲間が集まって、一つの曲をきれいに演奏できた時の喜びは最高」と話すミチヨさん。「毎日が楽しくてしかたない」と、充実した日々を過ごしています。



【 Cucumis sativus 】

名称/きゅうり
ウリ科きゅうり属のつる性一年草およびその果実。生のままや漬物、寿司(かっぱ巻き)などで食べられる。日本の料理で加熱調理されることは少ないが、中華では煮物や炒め物としても利用される。



ちえ子さんが作った
【きゅうり】
地産地消

シ ヤキツとした歯ごたえが楽しく、おいしい「きゅうり」。徳間にお住まいの武田ちえ子さん(53歳)は、きゅうりのハウス栽培を営んでいます。

ちえ子さんは19年前にきゅうりの栽培を始めました。きゅうり作りが始まるのは9月、種から苗を育てるところから始まりです。11月ごろから収穫できる大きさと異なりますが、ここからがたいへんです。収穫期が終わる5月まで1日も休むことなく、早朝から収穫をしなければなりません。きゅうりはすぐに大きくなってしまいうため、収穫が1日でも遅れると形の良いものが取れなくなってしまうのです。「収穫が始まると1日も休めません。結婚式があっても朝はきゅうり取りです」と話すちえ子さん。

簡単レシピ

きゅうりの一夜漬け

好みのトッピングを楽しもう。



◎材料

- ・きゅうり…………… 適量
- ・ニンジン…………… 適量
- ・かいわれ大根…………… 適量
- ・ゴマ…………… 適量
- ・濃口醤油…………… 適量
- ・砂糖…………… 適量
- ・ゴマ油…………… 適量

◎つくり方

- ① きゅうり、ニンジンを細切りします。
 - ② 濃口醤油、砂糖、ゴマ油をお好みで混ぜたタレと切った野菜をビニール袋に入れ冷蔵庫で一晩寝かせます。
 - ③ 食べるときにかいわれ大根をお好みでかける、または混ぜて完成。
- ※タレはお好みで味を調節してください。

特に、暖かくなる4月からは1日の収穫が朝と夕方の方の2回となるため、さらに忙しくなるそうです。

ちえ子さんの栽培方法は「つる下げ栽培」。伸びたつるを渡してあるひもにかけてあげなくてはなりません。一つ一つ手のかかる作業です。

ちえ子さんのハウスではワンタツチきゅうりも栽培しています。収穫時の1回だけしか触らないワンタツチきゅうりは、手間がかかりますが新鮮さは抜群です。

そんなきゅうりの魅力についてちえ子さんは「きゅうりは病気にも弱く手のかかる作物。でも思ったとおり育ててくれたときは楽しみ。それがやりがいですね」と笑いながら話してくれました。

好きな仲間が集まって
きれいに演奏できた時の喜びは最高。

井谷 ミチヨさん / (77歳)



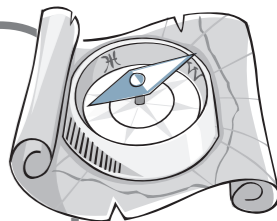
くしまを

串間の魅力 再発見

70



新しくなった小松ヶ丘昇り口



◎春駒を見に行こう

あそぼっ。

今年も春駒の季節が訪れました。毎年、春の都井岬をにぎやかにしてくれる岬馬の子「春駒」。毎年10頭から15頭が生まれ、元気な姿を見せてくれます。

春駒とは
皆さんは春駒の語源を知っていますか。馬の出産時期は春に生まれてくる馬ということ。春駒と呼ぶようになったといわれています。また春駒という言葉には春の野に遊ぶ馬という意味もあります。産まれたばかりの子馬が元気に走り回る姿を表しているようです。

こんなに元気な春駒たちですが、生まれて1年の間に約1/3が死んでしまいます。このように聞くとかわいそうに思えますが、この厳しい試練に耐えてきたからこそ、現在まで岬馬が生き残ることができたのです。

4月14日現在、雄56頭、雌51頭の計107頭の岬馬が暮らしています。今年生まれる春駒たちがこれからも元気に暮らして欲しいものです。

馬追い
岬馬に欠かせない行事といえ

ば馬追いです。毎年、岬馬の夕二駆除のために行われる馬追いです。なかなか迫力のある行事でもあります。普段はゆったり草を食べている馬たちが、疾

走する姿を見ることができない数少ない機会です。全力で走ったり、茂みの中に飛び込んだり、思いもよらない動きを馬たちが見せてくれる、とても貴重な機会です。今年は5月中旬に馬追いを予定しています。機会があれば都井岬まで足を運んでみてください。

ビクターセンターを体験

さて、都井岬に行ったらぜひ

さわやかな5月の都井岬で春駒に会おう



春駒とお母さん馬

訪れたいのが都井岬ビクターセンターです。岬馬の生態を知るには、ここを訪れるのが一番です。

現在ビクターセンターでは岬馬の観察ツアーに力を入れています。なかなか知る事の少ない岬馬の生活の様子や、都井岬の自然の仕組みをガイドの方から聞きながらの散策は、今までは違う都井岬の魅力を感じさせてくれる時間です。

観察ツアーは昼だけではなく夜も実施しています。今年は7月から8月の実施を予定しています。また、職員によるビクターセンター内のガイドも実施していますので、ぜひ一度センターを訪問して体験してみてください。

●問い合わせ先 都井岬ビクターセンター ☎ 76-1154



都井岬ビクターセンターうまの館

串間市では、地域が抱える諸問題に広く取り組むため、平成19年度に自治会制度へ移行しました。個人、自治会、行政が協力・連携し楽しく住みよい地域づくり、串間市の活性化を進めましょう。

平成22年度の自治会長は次の皆さんです。

※敬称略

福島地区自治会

▼桂原 Ⅱ 谷口伸一 ▼穂佐ケ原 Ⅱ 渡邊純博 ▼上町 Ⅱ 松尾正三郎 ▼桜ヶ丘 Ⅱ 渡辺正廣 ▼城山 Ⅱ 片桐一洋 ▼霧島 Ⅱ 田上強 ▼天神 Ⅱ 河野登 ▼上郡元 Ⅱ 野邊千秋 ▼西郡元 Ⅱ 若松雄朗 ▼上小路 Ⅱ 国府秀雄 ▼小路 Ⅱ 佐藤利和 ▼西小路1区 Ⅱ 隈田原瞳 ▼西小路2区 Ⅱ 本田義彦 ▼仲町 Ⅱ 小岩屋健児 ▼泉町 Ⅱ 黒原純郎 ▼本町1丁目 Ⅱ 立本始 ▼本町2丁目 Ⅱ 木島昌洋 ▼寺里 Ⅱ 山下隆 ▼松尾 Ⅱ 矢野義春 ▼下田口 Ⅱ 武田俊廣 ▼上田口 Ⅱ 河野勝 ▼東本西方 Ⅱ 松山美信 ▼中本西方 Ⅱ 加藤数博 ▼西本西方 Ⅱ 野邊洋海 ▼鹿谷 Ⅱ 山内正隆 ▼木代 Ⅱ 永友安行 ▼有明1区 Ⅱ 餅原和隆 ▼有明2区 Ⅱ 日高吉文 ▼西塩町 Ⅱ 鈴木寿公 ▼東塩町 Ⅱ 神戸節司 ▼七ツ橋 Ⅱ 鈴木尚登 ▼西今町 Ⅱ 神戸仁 ▼東今町 Ⅱ 河野義弘 ▼南今町 Ⅱ 河野敏輝 ▼古竹 Ⅱ 結城昭則 ▼笠祇 Ⅱ 鈴木信 ▼奴久

見 Ⅱ 河野安男 ▼高松 Ⅱ 清水幸一 ▼上塩 Ⅱ 川野稔 ▼鍛冶屋 Ⅱ 中野弘光 ▼大島 Ⅱ 清水啓二郎 ▼西下弓田 Ⅱ 西正和 ▼東下弓田 Ⅱ 日高弘章 ▼東金谷 Ⅱ 立本伊佐男 ▼西金谷 Ⅱ 松田泉 ▼南金谷 Ⅱ 吉田長広 ▼北金谷 Ⅱ 隈本繁廣

北方地区自治会

▼鯛取 Ⅱ 武田逸郎 ▼倉掛 Ⅱ 久保野俊郎 ▼秋山 Ⅱ 武田年春 ▼小城久保 Ⅱ 武田勇一 ▼徳間 Ⅱ 江藤幸允 ▼東上池 Ⅱ 竹村義昭 ▼西上池 Ⅱ 須下重文 ▼下池 Ⅱ 三橋昭男 ▼串間 Ⅱ 権藤廣子 ▼初田 Ⅱ 清水和彦 ▼田淵 Ⅱ 牧野寛貴 ▼谷ノ口 Ⅱ 川崎昭二 ▼屋治 Ⅱ 蓑方緑 ▼古川 Ⅱ 水谷今朝夫 ▼羽ヶ瀬 Ⅱ 内野一彦 ▼前田 Ⅱ 岩下耕一 ▼越ヶ谷 Ⅱ 和田節己

大東地区自治会

▼奈留 Ⅱ 村上正勝 ▼仲別府 Ⅱ 島田重忠 ▼古大内 Ⅱ 野辺一俊 ▼長

野 Ⅱ 矢野政次 ▼堂園 Ⅱ 吉田政秀 ▼鳥帽子野 Ⅱ 畑山幸二 ▼西ノ園 Ⅱ 坂本国夫 ▼平原 Ⅱ 吉田珠美 ▼上園田 Ⅱ 井上藤雄 ▼下園田 Ⅱ 別府利信 ▼清水 Ⅱ 吉田英明 ▼上新町 Ⅱ 坂田英俊 ▼中新町 Ⅱ 松本英敏 ▼下新町 Ⅱ 吉田力 ▼石木田 Ⅱ 内田正樹 ▼徳山 Ⅱ 吉田更二 ▼小山 Ⅱ 江藤強 ▼白坂 Ⅱ 坂本義晴 ▼風野 Ⅱ 寺尾国義 ▼片野 Ⅱ 津曲道孝 ▼広野 Ⅱ 津曲敏弘 ▼大平 Ⅱ 加藤俊男 ▼田ノ野 Ⅱ 内野利 ▼中原 Ⅱ 谷口清吉 ▼胡桃ヶ野 Ⅱ 蓑輪英臣 ▼高則 Ⅱ 清水平次 ▼揚原 Ⅱ 大塚忠俊 ▼市ノ瀬1区 Ⅱ 桑山誠 ▼市ノ瀬2区 Ⅱ 野見山学 ▼市ノ瀬3区 Ⅱ 坂田健一 ▼市ノ瀬4区 Ⅱ 江藤久満 ▼井牟田 Ⅱ 江藤勝彦 ▼射馬地野 Ⅱ 河野則文 ▼一氏 Ⅱ 奥村秀光 ▼三ヶ平 Ⅱ 瀬口浩己 ▼三幸ヶ野 Ⅱ 瀬口秀行 ▼真萱 Ⅱ 田中国男 ▼大重野 Ⅱ 武田謙三 ▼矢床 Ⅱ 和田秀樹 ▼上大矢取 Ⅱ 津曲満夫 ▼赤池 Ⅱ 井上一朗

本城地区自治会

▼樋口 Ⅱ 山下九州男 ▼道場 Ⅱ 黒木秀美 ▼下中園 Ⅱ 植松好美 ▼上中園 Ⅱ 國府邦明 ▼口広 Ⅱ 隈田原博己 ▼居城田 Ⅱ 渡辺幸登 ▼遍保ヶ野 Ⅱ 鍋倉保夫 ▼小田代 Ⅱ 荒山修三 ▼春日 Ⅱ 川崎知彦 ▼上平 Ⅱ 佐々木正 ▼下平 Ⅱ 松田敏郎 ▼上代田 Ⅱ 入佐剛 ▼下代田 Ⅱ 本木下修一 ▼上千野 Ⅱ 堀口孝 ▼中千野 Ⅱ 河野智敏 ▼下千野 Ⅱ 渡会今朝夫 ▼港 Ⅱ 林藤男 ▼浦 Ⅱ 鎌田芳徳 ▼仲 Ⅱ 山口一則 ▼上南 Ⅱ 田中弘文 ▼下南 Ⅱ 加地優 ▼永田 Ⅱ 河野政彦

都井地区自治会

▼黒井 Ⅱ 平原勇 ▼立宇津 Ⅱ 井手宜富 ▼迫 Ⅱ 小田原基義 ▼宇戸 Ⅱ 代口吉春 ▼東 Ⅱ 脇元次雄 ▼宮原 Ⅱ 上原忠文 ▼宮ノ浦 Ⅱ 山口雅禧 ▼大納 Ⅱ 田中友二 ▼名谷 Ⅱ 肥田剛 ▼岬 Ⅱ 迫田幸四郎

市木地区自治会

▼郡司部 Ⅱ 岩満辰郎 ▼子持田 Ⅱ 若松豪二 ▼平田 Ⅱ 古野孝司 ▼海北 Ⅱ 工藤義信 ▼中福良 Ⅱ 長野秀明 ▼古都 Ⅱ 宮越博 ▼石原 Ⅱ 山口忠文 ▼内ノ畑 Ⅱ 荒谷博 ▼八ヶ谷 Ⅱ 川崎永伯 ▼上石波 Ⅱ 立川廣和 ▼下石波 Ⅱ 藤崎勝己 ▼大藤 Ⅱ 小笠峰夫 ▼木ヤ藤 Ⅱ 谷廣海 ▼軸 Ⅱ 佐藤博道 ▼築島 Ⅱ 新留寛樹 ▼夫婦浦 Ⅱ 古田栄光

回覧は早めにお届け

回覧板のお知らせには、期限があるものや重要な内容のものがあります。

みんなで協力し、早めの回覧にご協力ください。

●問い合わせ先 串間市役所総務課行政係 内線 31

自治会制度導入4年目、「自助」「共助」「公助」のまちへ。隣の自治会との協力・連携による活動も始まっています。

平成22年度自治会長を紹介しします。

うたごよみ

*短歌、俳句の投稿は
短歌 坂本不二子さん(☎72-4602)
俳句 本田幾男さん(☎72-5280)

「短歌」坂本不二子選

手を上げて小学生が渡りゆく青信号をわたしも渡る
冬木々の生きて来しままポーズとる「ゆうゆうの森」の銀杏樹もまた
寒き朝つづきたる日を躡り炬燵こいしく傘寿のわれは
我が庭に春の花々芽ぶけどもまだ寒いよと新土かける
銀世界万物なべてきらきらと世の憂さはらい明けてゆく朝

ディサビ…河野 ミエ子
ディサビ…廣前 美佐子
ディサビ…吉田 シズ子
ディサビ…山崎 松子
ディサビ…内野 ケサヲ

「俳句」あさひ俳句会選

諍^{いさか}ひて娘と笑み交す草の餅
野生馬にハーレムありぬ風薫る
^{ねじ}扱花や人間魚雷といふ悲劇
下駄音の軽き響きや風光る
鶯や花なき墓の並びをり

仲町…木島 幸子
春日…水元 栄子
上町…川崎 忠康
仲町…原崎 里歌
八ヶ谷…川崎 永伯



満開の桜の下、花見をする家族連れの姿が見られた。4月3日、串間市総合運動公園にて。

国民年金 こんなときは忘れずに届出をしましょう

20歳以上60歳未満のすべての方が、国民年金に加入します。加入期間は月単位で計算され、年金を受ける上で重要な役目を果たします。届出を忘れると、将来、年金が減額されたり、受けられない場合がありますので、届出は必ず行いましょう。

●国民年金に入る・やめる

- ・市町村に国民年金の加入の手続きをする場合①20歳になったとき(厚生年金・共済組合の加入者を除く)。
- ②会社を退職したとき。③配偶者が退職して自営業など(第1号被保険者)になったとき。④年金手帳をなくしたとき(第1号被保険者の場合)。
- ⑤海外に居住し、任意加入する場合。⑥海外から帰ったとき。

- ・勤務先で手続きをする場合①結婚や退職等で配偶者(厚生年金、共済年金加入)の扶養になったとき。②配偶者が会社を変ったとき。③年金手帳をなくしたとき(第2号・3号被保険者の場合)。

●保険料を納付する

- ・年金事務所の手続き①納付書を紛失したときは納付書の再発行を申し出てください。
- ・市町村で手続き①保険料を納めるのが困難なとき(保険料免除の申請)。
- ②30歳未満で保険料を納めるのが困難なとき(若年者納付猶予の申

請)。③学生で保険料を納めるのが困難なとき(学生納付特例の申請)。

●年金をもらう

- ・市町村で手続き①65歳になったときは老齢基礎年金の受給手続きをします(第1号被保険者期間のみ)。
- ②障害になったときは障害基礎年金の受給手続きをします(初診日に第1号被保険者であった場合または20歳前に障害になった場合)。
- ③国民年金加入中に死亡したときは遺族基礎年金・寡婦年金・死亡一時金の請求(請求に要件があります)。

●もらう年金を増やしたい

- ・市町村で手続き①付加保険料の申し出(第1号被保険者のみ)老齢基礎年金に上乗せされます。
- ・国民年金基金に加入する①自営業者など第1号被保険者の方が希望加入でき、老齢基礎年金に上乗せする年金として加入することができます。

●お問い合わせ先

- お問い合わせ先①宮崎県国民年金基金 ☎0985-25-0090
- お問い合わせ先②市民生活課市民係 ☎内線225、都城年金事務所 ☎0986-23-2571

「子ども手当」制度がスタートしました

平成22年4月1日から子ども手当制度が始まりました。子ども手当制度とは、15歳到達後最初の3月31日まで(中学校を卒業するまで)の間にある児童に、一人あたり月額13,000円(平成23年度からは月額26,000円の予定)が支給される制度です。

手続きが必要な方は?

手続きが必要な方は、中学2年・3年生の児童を扶養している保護者の方、平成22年3月まで所得制限により児童手当を受給していなかった保護者の方です。

中学1年生以下の児童を扶養している

平成22年3月までに児童手当の手続きが完了している方は、新たな手続きは必要ありません。ただし、3月まで児童手当をもらっていた方でも、中学2年・3年生を扶養している方は手続きが必要です。

なお、串間市に住民票があり、手続きが必要だと思われる児童がいる家庭

には、5月中に案内文書を送付する予定です(扶養者が公務員の方へも送付される場合があります)。

手続きに必要なものは?

子ども手当の手続きに必要なものは、次のとおりです。

- ・新規申請(今まで児童手当を受けていない方)①保護者の印鑑、保険証

保護者名義の通帳
額改定(すでに児童手当をもらって
いて中学2年・3年生がいる方、第
2子以降が出生された方など)②印
鑑

いつまでに手続きが必要?

児童手当から子ども手当にかわり対象児童が拡大されたため、手続きに猶予期間が設けられています。

新たに子ども手当の手続きをされる方は、平成22年9月30日までに手続きすれば、平成22年4月分から支給対象になります(平成22年4月以降に出生した児童は児童手当と同様に今までもおり15日以内の手続きが必要です)。

手続き先は?

子ども手当は、公務員以外の方は住民票のある市町村の窓口で、公務員の方は職場にて手続きすることになります。

いつもらえるの?

子ども手当の支給は、6月(2月~5月分)、10月(6月~9月分)、2月(10月~1月分)の年3回です。ただし、平成22年6月は平成22年4月、5月分の子ども手当が支給されます。

寄付制度について

子ども手当の全部、または一部の支給を受けずに、子ども・子育て支援の事業に活かすための寄付制度もあります。

- お問い合わせ先①福祉保健課子育て支援係 ☎72-0333(内線504)

なるほど! 医療講座

著: 串間市民病院 内科医師 中西 千尋
なかにし ちひろ

生活習慣病と動脈硬化

以前にも一度書きましたが、今回は生活習慣病と動脈硬化について書いてみようと思います。

生活習慣病

生活習慣病とは、読んで字の如く喫煙や飲酒、塩分のとりすぎ、運動不足などさまざまな生活習慣が原因となって引き起こされる病気のことです。高血圧、脂血異常症、糖尿病、痛風、アルコール性肝炎などがこれに当たり、放置するとさらに脳出血や脳梗塞、心筋梗塞、肝硬変や肝臓がん、肺がんなどを引き起こします。これらを総称して生活習慣病と呼んでいます。

動脈硬化

これらの生活習慣病のうち、そのほとんどの発症や病態の悪化の根幹に深く関わっているのが、動脈硬化です。よく「ヒトは血管とともに老いる」と言われますが、まさにその通りです。

動脈硬化とは、簡単にいうと動脈の壁が肥厚してコレステロールが沈着した状態です。喫煙や運動不足、肥満、脂質のとりすぎなどが動脈硬化を引き起こします。高血圧や脂質異常症、糖尿病は動脈硬化を促進させるため、動脈の壁がどんどん肥厚していきます。この肥厚したものをプラークといいます。プラークが大きくなると血液の流れが悪くなり、さらに放置するとやがて破れて血栓

を形成し血管が詰まってしまいます。こういってことが脳や心臓の血管で起こって、脳梗塞や心筋梗塞が引き起こされる訳です。

動脈硬化を調べるには

これまで動脈硬化の程度を調べる検査として、脈波図(両手足の血圧を測定し、動脈の詰まりや動脈硬化の程度を割り出す検査)、血管造影検査やMRA(造影剤を血管に流し、X線やCTあるいはMRIを用いて血管を映し出し、血管が狭くなっている場所を調べる検査)などが行われてきました。しかし最近では、超音波を用いて頸動脈という首の血管を調べることも、動脈硬化の有無について知ることができるようになりました。それが、頸動脈エコーという検査です。

頸動脈エコー

頸動脈は全身の血管の状態を映し出す「窓」と言われています。頸動脈は動脈硬化の好発部位で、全身の血管の中でも早期から動脈硬化をきたすことが知られているからです。そこで超音波を用いて頸動脈の壁の厚さやプラークの有無などを調べることによって、将来的にどのくらい脳血管障害や心疾患のリスクを持っているかが判断できるのです。しかも超音波検査では、まったく侵襲を伴わずリアルタイムで血管の状態が把握できることに加え、

放射線被曝もありませんし、体内に金属があると受けられないなどの制限もありません。時間も20分くらいですむので、非常に安全かつ簡便な検査です。

当院では現在この検査を、主に毎週水曜日の午後に行っていますが、予想以上に動脈硬化のある方が多くてびっくりしています。なかには血管が狭窄して脳梗塞の一手前という方も少なくありません。高血圧や脂質異常、糖尿病などのある方、あるいは時々頭がふらふらする、めまいを感じる、などの症状がある方は、ぜひ一度この検査を受けてみてください。

市民の皆様へ

新年度になり、当院の医局の先生方も何人か入れ替わりがありました。去り行く先生がいっしょにやっていた方にはわざわざ串間で働きたいと希望して来られた若い先生もいます。残念ながら透析は閉鎖になりましたが、非常勤でこれまでの耳鼻咽喉科、皮膚科の先生に加え4月から循環器内科・呼吸器内科、泌尿器科の先生にも来ていただけるようになりました。

黒木院長のもと、今後も医療崩壊を食い止めるべく医局員一同努力していきますので、皆さまもご協力のほど、よろしくお願いたします。



学校へ行こう

昼休み時間に全員集合、笑顔で撮影。



図書館に行こう

- 開館 午前10時～午後6時
- 休館日 毎週月曜日
- 問い合わせ先 串間市立図書館 館内 72-1177
- 問い合わせて先 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

「今月の新刊」

春 の小夜(松本侑子) ブラックチェーンバー(大沢在昌) とうさんは、大丈夫(佐川光晴) 「人間失格」殺人事件(吉村達也) 命もいらず名もいらず(山本兼一) おたふく(山本一力) 小さな理由(森浩美) Rai way Stories(大崎善生) 下流の宴(林真理子) 波羅蜜(藤沢周) ピストルズ(阿部和重) 真昼なのに昏い部屋(江國香織) 我★神(花村萬月) 光媒の花(道尾秀介) エデン(近藤史恵) 知識ゼロからの天気予報学入門(天達武史) 京都駅0番ホームの危険な乗客たち(西村京太郎) それいゆ(生田紗代) ブギウギ(坂東真砂子) 天国旅行(三浦しをん) プライド(真山仁) 男の背骨(山本一力) モンスター(百田尚樹) オー! ファーザー(伊坂幸太郎) 高く手を振る日(黒井千次) あのとき始まったこと(すべて) (中村航) 御隠居忍法魔物(高橋義夫) 神苦楽島(内田康夫) 乱心タウ(山田宗樹) 主よ、永遠の休息を(菅田哲也) リアル・シンデレラ(姫野カオルコ)

5月のテーマ展示

「作家特集 赤羽末吉 & レオ・レオニ」



今年、絵本作家の赤羽末吉とレオ・レオニが誕生100年を迎えます。昔話や民話の中に日本独特の文化を感じさせる赤羽。心暖まるストーリーと繊細でデザイン性に富む画風のレオニ。二人の作家の世界をぜひ手にとって感じてください。

鼠、闇に跳ぶ



その名も世に聞こえた盗賊・鼠小僧。しかし鼠の顔は遊び人?! 情け深く気っ風のよい次郎吉が、小太刀の達人・妹の小袖とともに、江戸の正義を守って、夜な夜な大活躍する、人情の機微をいきいきと描く、胸すく熱血時代小説。

新 13歳のハローワーク



国語、社会、体育など、好きな科目の扉を開けると、胸がときめく職業図鑑が広がる。好奇心を対象別に分け、その対象の先にあると思われる仕事・職業を紹介する。現代をサバイバルするための仕事の大本科。前作に89の職業を追加。

少人数を最大に生かした教育を

一人ひとりを大切に育て、力を伸ばしていきます。

今回紹介するのは串間市立秋山小学校(福島啓介校長・児童数17人・職員数7人)です。**表現力を高める取り組み**
秋山小学校では表現力を向上させるための活動に取り組んでいます。毎朝、子どもたちは登校すると玄関前から校舎に向かってその日の目標を大きな声で発表。一日の結果は、下校時に校舎に向かって発表します。達成できれば次の日は新たな目標を、達成できないときは次の日に再チャレンジします。**体力推進の取り組み**
秋山小学校の子どもたちは、伝統的に高い運動能力を誇ります。スポーツ少年団活動では、過去に男子バレーボールチームが全国大会に出場するなど好成績を残しています。児童数の減少で男子チームがなくなった現在も、女子バレーボールチーム

が各大会で奮闘中です。また、全校児童で一輪車にも取り組んでいます。新入生には上級生が優しく指導。5・6年生になると高さ2m以上の一輪車を乗りこなすまでに到達。その成果は運動会で披露します。**地域との交流**
秋山小学校の運動会は、地域の運動会を兼ねて盛大に開催されます。校区内4地区に分かれたの対抗戦に、ほとんどの地域住民が参加。各種競技で毎年大盛り上がりです。地域のみならず毎年楽しみにしています。**少人数であることを生かして**
福島啓介校長は「本校は少人数の学校です。ですが、人数が少ないということを最大に生かし、一人ひとりを大切に、ていねいに育て、子どもたちの力を伸ばしてあげたいですね」と話してくださいました。

大人対子どもの対決。



親子駅伝大会

地域との交流が盛んな秋山小学校。毎年12月に開催される駅伝大会にも地域の皆さんが参加します。大会は保護者チーム、地域の消防団チーム、子どもたちが2チームに分かれての計4チームが参加。地域内の特設コースを、それぞれタスキをつなぎながら競争します。コース沿いでは大勢の地域住民の皆さんが選手たちに声援を送り、たいへんな盛り上がりよう。元気な子どもたちや若手の消防団チームに対し、運動不足ぎみの保護者チームには容赦のない叱咤激励の声も飛び交っています。**親子駅伝大会は、何十年も続いている秋山小学校伝統の行事なのです。**

交流員レポート

第8代国際交流員ジュリアンの日本体験記

ゴールデンウィーク

ゴールデンウィークと聞くだけでウキウキする人も少なくないかと思えます。自分もその内の一人です。その中でもかなり浮かれている方だと思えます。
何故かと言うと、ニュージーランドにゴールデンウィークのような連休はありません。唯一あるのがイースター(復活祭)で4連休。イースターと聞いて分かる方もいるかもしれませんが、宗教的なお休みです。ところが最近ではクリスマス同様、宗教的な目的で祝う人は少ないです。イースターになると卵の形をしたチョコレイトがスーパーにずらりと並びます。「イースターバニー」といううさぎがチョコレイトを持って来るといいう行事になりつつあります。日本のバレンタインもそうなのですが、チョコレイトの会社は商売上手ですね。
イースターは4月の第一金曜日、月曜日です。ところが、イースターが終わると年越しまでちゃんとした連休があります。3連休は2回あるのですが日本のゴールデンウィーク、シルバーウィークに比べると物足りないです。だからと言って

This month's expression
今月の表現
Have a good ○○.
○○を楽しんで
Example: have a good holiday!
例: 休みを楽しんで!



イースター・エッグのチョコ



ニュージーランドの社会人は休みが少ないと言っただけではありません。1年にも及ぶ有休は平均で20日、それを全部使わないなんて事はだれもしません。「仕事外の時間を楽しむために働く」この考え方がニュージーランド人のマイペースな雰囲気を作っているのだと思います。
ゴールデンウィークには長崎と佐賀に遊びに行きます。いよいよ遠出ができるチャンスなのでめいっばい楽しんでいきます! 皆さんも良い連休を!

お知らせのページ

市役所の代表電話 ☎0987-72-1111

お知らせ

文化会館5月の行事予定

- ◎「ギャラリー」串間盆栽愛好会盆栽展示＝5月20日（木）～5月22日（土）
- ◎問い合わせ先＝串間市文化会館 ☎72-6333

教育委員会からのお知らせ

- 串間市文化会館の使用料および手数料の収入事務について、次のとおり委託したことをお知らせします。
- ◎委託先＝特定非営利活動法人コミュニティ21理事長川崎眞治
- ◎委託内容＝串間市文化会館使用料および手数料の収入事務
- ◎委託期間＝平成22年4月1日～平成25年3月31日
- ◎問い合わせ先＝教育委員会事務局生涯いきいき係 ☎内線379

市民病院からのお知らせ

- 串間市市民病院の業務委託についてお知らせいたします。
- ◎串間市民病院外来診療費および入院診療費徴収事務
 - ・委託する私人＝東京都千代田区神田駿河台2-9、株式会社ニチイ学館代表取締役寺田大輔
 - ・委託期間＝平成22年4月1日から平成23年3月31日まで
- ◎串間市民病院外来診療費徴収事務
 - ・委託する私人＝宮崎県串間市大字西方6875番地、つやげん九州株式会社串間営業所所長川野等
 - ・委託期間＝平成22年4月1日から

平成23年3月31日まで
◎問い合わせ先＝串間市民病院事務局 ☎72-1234

串間市選挙管理委員会からのお知らせ

- 串間市長選挙及び串間市議会議員補欠選挙を次のとおり行います。
- ◎串間市議会議員の欠員に伴う串間市議会議員補欠選挙を行います。
 - ・選挙の期日＝平成22年5月30日（日）
 - ・選挙の期日の告示日＝平成22年5月23日（日）
 - ・市議会議員の欠員数＝4人
- ◎串間市長選挙
 - 平成22年7月27日任期満了に伴う串間市長選挙を行います。
 - ・選挙の期日＝平成22年7月25日（日）
 - ・選挙の期日の告示日＝平成22年7月18日（日）
- ◎投票日の投票時間
 - 串間市議会議員補欠選挙、串間市長選挙の投票日の投票時間は、午前7時から午後6時までです（前回の選挙で午後8時までの投票所も午後6時までになります）。ただし、第32投票所（築島地区）、第33投票所（舩、夫婦浦地区）は、午前7時から午後4時までです。
- ◎問い合わせ先＝串間市選挙管理委員会 ☎内線271・272

農業者のみなさん 老後に備え農業者年金に加入しましょう

- 串間市は農業者年金の年間加入者が全国で第4位となっています。
- ◎2009年新規加入者ランキング
 - ※全国農業新聞に掲載
 - ▲第1位＝長崎県南島原市▲第2位＝北海道中標津町▲第3位＝北海道芽室町▲第4位＝串間市・西都市▲第6位＝北海道別海町・山形県鶴岡市▲第8位＝熊本県宇城町▲第9位＝長崎県雲仙市▲第10位＝佐賀県白石町・鹿児島県南種子島町

農業者年金は、①積立方式の確定拠出型年金で最も安定的な制度②今後、ますますニーズが高まる終身年金③経営状況や老後設計に応じて保険料を自由に設定できるほか、何より政策年金として国からの保険料助成がある唯一の年金制度などの大きな特徴を持っています。

このように、農業者に与えられた特権であり、老後を豊かで安心して暮らすためには、各自が自分自身の老後生活の備えを考えていく必要があります。農業者の皆さん農業者年金に加入しましょう。

- ◎加入要件
 - ・60歳未満
 - ・農業従事日数60日以上
 - ・国民年金1号被保険者
- ◎問い合わせ先＝串間市農業委員会 ☎内433、JA各支所、地元農業委員

串間市営プール監視員募集

- ◎募集内容＝平成22年度市営プール監視員および受付事務（軽微な公園整備作業などもあります）
- ◎人員及び期間
 - ・6月17日～8月27日＝2人
 - ・6月21日～8月27日＝1人
 - ・7月1日～8月27日＝1人
 - ・7月17日～8月16日＝2人
- ◎日当＝6,000円
- ◎勤務時間＝時間午前8時30分～午後5時15分（毎週火曜日休日）
- ◎応募資格＝①串間市在住もしくは串間市出身者であること②健康であり泳げること③男性19歳～60歳。女性19歳～50歳。※年齢については上記を基本とするが該当者無き場合はこの限りではありません。
- ◎応募方法および期間＝5月1日から6月4日までに登録申込書を総務課職員係に提出してください。定員に満たない場合は順次受け付けます。
- ◎採用通知＝締め切り後一週間以内に連絡いたします。
- ◎問い合わせ先＝市役所総務課職員係 ☎内線312、スポーツセンター ☎72-5262

地上デジタル放送を見るための簡易なチューナー給付等の支援について

- 総務省で行われています地上デジタル放送を見るための簡易なチューナー給付等の支援については、平成22年においても下記のとおり実施することになりましたので、ご連絡いたします。
- ◎申込受付期間
 - 4月19日（月）から7月2日（月）まで（消印有効）
- ◎支援の対象者
 - ・障害者のいる世帯でかつ世帯全員が市町村民税非課税になっている世帯
 - ・生活保護世帯などの公的扶助受給世帯
 - ・社会福祉事業施設に自らテレビを持ち込んでいる入所者
- ◎ご注意
 - ・支援の申し込みには、NHKと受信契約を結び、全額免除の適用を受けていることが必要です。
 - ・すでに、地上デジタル放送を視聴されている世帯は支援の対象外です。
 - ・支援は現物支給ですので、ご自身で購入されたチューナー、アンテナ改修などの費用を清算することはできません。
- ◎問い合わせ先
 - ・地上デジタル放送受信のための支援制度について＝総務省地デジチューナー支援実施センター ☎0570-033-840
 - ・NHKとの受診契約、受信料免除について＝NHK視聴者コールセンター ☎0570-000-588

「話し相手ボランティア」養成講座受講者募集

串間市「話し相手ボランティア」連絡会では、第3回ボランティア養成講座を開催します。「話し相手ボランティア」は、在宅高齢者や施設などを訪問、会話を通じて生活意欲の増進、事故防止などに寄与することを目的とし、串間市内で幅広く活動しています。初心者については、

- 研修、経験を経た会員が行動を共にしながら説明してくれますので、どうぞ気軽に参加、受講してください。
- ◎期日＝5月15日（土）午後1時半～4時半
- ◎場所＝串間市総合保健福祉センター2階
- ◎定員＝20人
- ◎受講料＝無料
- ◎申込・問い合わせ先＝話し相手ボランティア代表・古川啓之 ☎72-6198、または地域生活支援センター「Wing」中村敏子 ☎72-4252

高齢運転者等専用駐車区間制度のお知らせ

- 4月19日から高齢運転者等専用駐車区間制度が施行されました。この制度は、高齢運転者などを支援することを目的で、高齢者などが良く利用する施設の周辺の道路に専用の駐車区間を設置するものです。県内では、宮崎市、都城市、延岡市内にそれぞれ1カ所設置します。
- ◎対象者＝普通自動車対応免許を取得している方で、①70歳以上の方②聴覚障害または肢体不自由を理由に免許に条件を付されている方③妊娠中および出産後8週間以内の方。
- ※駐車するには標章が必要となります。標章の申請などの詳しい手続きについては、串間警察署交通課にお問い合わせください。
- ◎問い合わせ先＝串間警察署交通課 ☎72-0110

平成22年度中小企業の研修等参加助成事業のご案内

- 県内の中小企業の皆様の経営管理能力や技術力の向上を図るため、経営者や従業員の皆さまが国内の公的機関や民間企業において実施される研修などに参加するための経費を助成します。人材育成や技術力向上にご活用ください。
- ◎対象となる企業＝宮崎県内に主たる事務所がある中小企業など。

- ◎助成対象経費＝経営者や従業員が、経営管理能力や技術力の向上を図ることを目的に、これから参加する研修・セミナーなどの次の経費を対象とします。
 - ・受講料、参加料、負担金など
 - ・公共交通機関による目的地までの往復の交通費
 - ・宿泊費
- ※領収書などにより金額が証明される経費が対象となります。
- ◎申請期間
 - ・第一期＝平成22年4月12日から平成22年10月29日まで（平成22年5月から平成22年11月に実施される研修などが対象）
 - ・第二期＝平成22年11月1日から平成23年2月28日まで（平成21年11月から平成23年3月に実施される研修などが対象）
- ※申請期間中に予算額（第一期＝200万円、第二期＝100万円）に達した場合はその時点で募集を終了します。

- ◎助成金の限度額＝助成対象経費の1/2（上限30万円）。ただし、高度技術産学連携地域（宮崎市、国富町、綾町）に主たる事務所がある中小企業などは助成対象経費の2/3（上限30万円）。

- ◎助成金の交付決定＝助成金交付申請書に基づき、交付を決定。※交付は1中小企業などにつき3回まで。

- ◎助成費の支払方法＝精算払い。
- ◎応募方法＝助成金交付申請書を送付。
- ◎申請書の入手方法
 - ・宮崎県産業支援財団ホームページよりダウンロード（http://www.i-port.or.jp）
 - ・連絡により郵送にて送付。

- ◎応募・問い合わせ先＝宮崎県佐土原町東上那珂16500番地2財団法人宮崎県産業支援財団 ☎0985-74-3850、Fax0985-74-3950

お願い
お知らせのページに掲載を希望するかたは、希望する発行日の20日前までには情報政策係にお送りください。



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。

わたしが作ったラビット 載っていました

●宮本誠子さん

3月号の広報紙見ました。いつも楽しい記事をありがとうございます。そして先日は広報紙の特選、誠におめでとございます。いつもながら感心です。3月号裏表紙の「ラビット」私が作ったものでした。見てびっくり。載せてくださって誠にありがとうございます。お礼を申し上げます。

旧吉松家住宅で開催された「吉松邸ひなまつり」の会場で見つけたうさぎ。かわいらしくて広報紙の裏表紙にいいなと思い、撮影して使わせていただきました。宮本さんが作られたものだったんですね。こちらこそ使わせていただきありがとうございます。ございました。

では患者さまに不安を与えたり、がん告知などいろいろな問題があるため、現在当院では原則としてお渡しはしておりません。ご理解をいただきたいと思えます。特段の事情がある場合には主治医に相談してください。「草花ちゃん」さんのように後から気づいた場合でも遠慮なく診療科にお電話いただければ、できる限り対応いたしますので、ご理解をお願いいたします。

お母さん、優しい息子さん 本当にありがとう

●まち子さん

2月28日の日曜日、日南線で志布志に出かけた帰りのこと。3時51分の汽車にのると、津波警報が出ているので運転を見合わせているとアナウンスがあった。仕方ないと思いながら、3時半から10時半まで7時間待ちました。

疲れ果てて長椅子に寝ていたら男の子が「オバちゃん迎えが来たから一緒に帰らない？」と呼びに来てくれた。ちよっと前に本城だと話したりしたのがきっかけで声をかけてくれた。うれしかった。ありがたかった。ほかの男の子もそれぞれ送って、私も家の前まで送っていただいた。帰りついたのは12時前。そ

市民の財産を大切にしてください

●Y・Kさん

桜つつみロードの桜が盗まれています。市民の財産が盗難にあつたのに、現場にはなんの捜査をした形跡もなく犯人を逮捕する姿勢が見られないし、市民の財産を大切にする気持ちが見受けられないのは、たかが桜一本くらいという軽い考えではないのか？ 血税で植えられた市民の財産をもっと大切にしてください。

警察が捜査中であるとの看板などを立てて、犯人が再び犯行を起こさないようにするべきです。植えた市民の気持ちも大切にしてください。

一部の心ない人の行為により、せっかく植樹をしていたいた方々にはたいへん残念なことだれなりに家は聞いたものの、お名前を聞かなかつた。80過ぎの私の一生の不覚と、自分ながら情けなかつた。私も本城地区にいるのだから、そのうちまたどこかで会えるかもしれないと期待することにした。

お母さん、優しい息子さん、本当にありがとうございました。南米チリで発生した地震で、津波警報が発令されることにより、交通機関にもかなりの影響が出ました。まち子さんもJRの運転再開を長時間待たれていたようです。そんな中で出会った優しい息子さんとお母さん。同じ本城地区に住んでいるということ。いつかまた会えるといいですね。

なくなって初めて気づくこと

●T・Nさん

この投稿がここに載るころ、都井岬には春駒が誕生しているのでしょうか。春夏秋冬の移り変わりの中で春の景色が一番好きでした。もつと多くの市民が都井岬を利用していたら、もつと多くの宣伝をして県外の客を呼び込めたなら、都井岬のホテルも閉まることはなかったのと思えます。なくなって初めて存在に気づくのでしょうかね。さ

と思います。ご指摘のありました件につきましては、警察に届け出をしたところであり、現在警察におかれましても道路パトロールなどしていただいているところです。都市建設課におきましても道路パトロールなどを強化し盗難防止に取り組み、再びこのようなことがないよう努力してまいりたいと思えます。都市建設課からの回答でした。このようなことが二度と起こらないことを願います。

自分のことをもう少し見て過ごそう

●ばらのお母さん

2010年になって日記を書くようになりました。いつも今年こそ思いながら三日坊主でした。今日2月28日まで、まじめにつけています。そして少しずつ小物の整備も始めました。

みしくなりました。

残念ながら都井岬観光ホテルは閉館となつてしまいました。都井岬の火を守ろうと、大勢の関係者が奮闘中です。4月24日には「岬の駅都井岬」がオープン。食事や土産物が購入できるようにになりました。これをきっかけに、市民一体となつて都井岬を盛り上げていきましょう。

おいしい海産物 ありがとうございました

●大阪市・上原一雄さん

桜の開花も間近い気候になってまいりました。このたびおいしいご当地の海産物を過分にいただきありがとうございます。ふるりの母から送ってきた思い出…。串間の皆さまのお心がうれしゅうございました。九州物産展が大阪で開かれたときには必ず行ってみたいと思えます。どうぞ串間の皆さまがんばってくださいませ。本日はお礼まで。失礼いたします。

上原さんに送られた海産物は「串間のよかむん味だより」のアンケート回答者に抽選で当たったものです。おめでとうございます。今後も串間市の応援、よろしく願います。

今年が片付けの年になりそうです。段ボールの中を片付け始めたら佐賀のがばいばあちゃんいろいろな言葉が出てきました。それをノートにはり見えています。言葉を読むことにより心が落ち着きます。いい文章です。なにごとでもいい方に前向きに考えたら辛いことがなくなると、そんな言葉が多いようです。ケチは最低！ 節約は天才！ まさしくそうだと思います。でも節約は努力がいります。

歳はとりたくないものだとつくづく思う昨今、身体の調子がいまひとつパツとしないので検査、胃カメラを飲みました。検査をしてくださる先生、主治医の先生と気になるところをお話くださり、安心・満足して帰路につきました。が、胃カメラの時、ピロリ菌の検査を依頼することを忘れていたことに気づきました。申し訳ありませんが、ピロリ菌の検査、画像が必要か不必要か(他の病院では写真をくれるところ、見せてくれる)聞いてほしいと思つたところでした。忘れる本人が一番いけないのですが、その時になるとついつい忘れてしまいます。検討していただかせんか？

自分のことは分らない。本当にその通りだと思えます。「もつと自分を見つめ直して、日々を過ごさなくてはなあ」と、このお便りを読んで思いました。

草花ちゃんからのお便りに市民病院からの回答です。串間市民病院をご利用いただきありがとうございます。

ピロリ菌検査についてのお願ひ

●草花ちゃん

お疲れさまです。毎月楽しみに広報くしま拝見しております。

ピロリ菌の検査についてのお尋ねですが、この検査は健康保険適用の診療上、胃・十二指腸潰瘍などの病変があり主治医が必要と判断したときに行つていきます。患者さまのご希望でピロリ菌の検査をされる場合は自費での検査となることがありますので、まずは医療機関にご相談ください。また、画像(写真)提供につきましては、結果によつ

市民憲章

- 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、子どもに夢と、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 20,493人 (前月比 -142)
男 9,396人 女 11,097人
世帯数 8,720世帯

(平成22年4月1日現在)

おたより待っています

◎この広報紙を読んだ感想や今後取り上げてほしい記事、医療講座に関する質問、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ってください。(官製はがきでも可)

串間温泉いこいの里

〒888-0008 串間市大字本城987
TEL 0987-75-2000 FAX 0987-75-2280
営業時間：午前10時～午後10時
定休日：毎月第3水曜日

第2回わくわく温泉市

【新鮮野菜や海産物、新茶など出店多数！イベント盛りだくさん！】

- ◎期日＝5月4日(水)・5日(木)
 - ◎場所＝いこいの里駐車場・館内
 - ◎時間＝午前10時～午後3時
 - ◎内容＝出張おもちゃ病院(修理費無料、修理は1人2個まで、部品代実費) / プラレールで遊ぼう / ニジマス釣り / オークション / フリーマーケット(出店料500円) / 抽選会 / 手相鑑定(500円) / モノマネライブ(5月5日限定。1回目＝午前11時、2回目＝午後3時)
- ※イベント内容の詳細については串間温泉いこいの里にお問い合わせください。



昨年のわくわく温泉市の様子

風呂の日イベント開催中

5月16日日曜日は「風呂の日」。入浴利用者全員に次回以降利用できる100円割引券を進呈、レストランもお一人様100円割引でご利用できます。さらに入浴者を対象に、季節に応じた特別商品をはじめ無料入浴券や割引券があたる抽選会を開催しています。もちろんポイント2倍サービスも実施中です。

また「風呂の日」は女湯のみ「バラ風呂」を実施。さわやかな香りが好評です。ぜひお試しください。

イベントのお知らせ

今月の表紙

森田俊慶・美代さん ご夫妻
MORITA toshinori, miyo



福島地区・桜ヶ丘にお住まいの森田俊慶さん(39歳)美代さん(40歳)ご夫妻。航空自衛隊高畑山分屯基地勤務の後慶さんは福島地区・金谷の出身。俊慶さんは友だちと野球チームを作ったり、美代さんは長男の通う幼稚園のお母さん仲間とミニバレーを楽しんだり、休日には家族で公園に行ったりと、串間での生活を楽しんでいるお二人。「串間は人が温かく住みやすいけど、そろそろ異動かな」と話しながらも「また串間に戻ってきて、家建てたい」と、将来の夢を話してくれました。

FROM EDITOR'S

6年ぶりに串間市公式ホームページをリニューアルした。新ページはデザインも一新し、音声読み上げや外国語自動翻訳機能を付与するなどアクセシビリティに配慮した。ぜひ一度、ご来訪いただき、皆さまの評価をお願いしたい(ト)

広報担当もとうとう6年目。相棒が(ウ)から27歳(ナ)に代わった。ほんの少し若返ったものの、今回もまたおさ苦しい男同士のコンビ。そんな広報担当者2人が、皆さまのもとへ取材におじゃまします。どうぞよろしく願います(カ)

4月から広報担当。初めての仕事で戸惑うばかり。初めての係の異動、初めての取材、初めての一眼レフ、初めての編集作業と何もかも初めてづくし。これほどの初めてづくしも初めて。精一杯頑張ります。よろしく願います(ナ)

P R E S E N T S



お便りをくださった方から抽選で、「釜めし」と「豆乳鍋」セットのお食事券を25名様にプレゼント。
応募締切は5月31日(月)当日消印有効です。

串間市役所総合政策課
情報政策係 行

(No.862/2010.5)

POST CARD

8 8 8 - 8 5 5 5

お手数ですが50円切手をお貼りください

◎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 () -

◎抽選で25名様にプレゼント致します。
串間温泉いこいの里 お食事券

串

間唯一の観光地都井岬。雄大な自然の景観は日本一だと誇りたい景色です。その観光地である都井岬にそびえ立つ都井岬観光ホテルの突然の閉館、わたしはすぐには信じられませんでした。閉館2日前、家族でバイキングに行ったときは大勢のお客でにぎわっていたからです。幸い串間商工会議所がレストランと地場産品販売を1年間引き継ぐことが決まり、観光客に利用していただくことに少しは安堵しています。けれども一刻も早い全館再開を望んでいます。それには、市民一人ひとりが他人事で済ますのではなく、積極的に利用しあい、今後の方向性について真剣に取り組み、全国へPRしていくことではないでしょうか。

さてわたしは今「串間の道を考える女性会」と「シーニックバイウェイ串間エリア推進協議会」の会長を務めています。「串間の道を考える女性会」は会員70人。この会は、災害に強い交通網の構築と救急医療の搬送時間の短縮を目指して、東九州自動車道「日南～串間」の早期着工と、市内の国道・県道・市道の整備促進を図るべく、女性が自らの意思に基づいて行動することにより地域発展の一翼を担うことを目的としています。東九州自動車道決起大会の参加、宮崎道づくりを考える女性会大会への参加や、道についての勉強会、そして県選出の国会議員の先生方への要望活動などに取り組んでいます。

「日南～串間」志布志間」はまだ予算化もされず、いつ事業化されるかわかりませんが、根気強く訴えていきたいと思っています。道はつながっているからこそ道であり、その道を生かすことにより、企業が

特性を生かした街づくり

増え、人口も増え、若者が増える、そのことにより串間が活気ある街になります。そんな街を子どもや孫に残し、暮らしていけるようにしたいと思っています。「シーニックバイウェイ串間エリア推進協議会」は地域の風景や自然、歴史、文化などの資源を生かして、訪れる人をもてなし、喜びや感動をもたらし、地域や道路の魅力の再発見、再構築によって、地域の活性化と美しい道づくりを目指す取り組みをしています。

今回、名谷トンネル開通記念としてトンネル周辺に串間の花であるカンナを植栽しました。さらに恋ヶ浦海岸まで、空き缶、ごみ拾いをしして道の美化に取り組み、95人の参加者との交流を深めました。なぜ都井岬にと思われるかもしれませんが、わたしは、串間唯一の観光地である都井岬を観光客に喜んでもらえる岬にしたいという思いがあるのです。これからも街全体に真っ赤なカンナを植えていき、カンナの街串間にしたいと願っています。赤色にこだわったのは、赤は燃える火の色、元気のイメージ、そして女性だからです。カンナの花で訪れる人をもてなし、元気ある串間になればと思います。

わたしたち「串間の道を考える女性会」も、カンナの花に負けない母ちゃんパワーで道路の魅力づくりに取り組み、それが地域の活性化につながるよう頑張ります。



▲名谷トンネル開通を記念したカンナ植栽。

随想 ◎ 齊藤 チツ子



Profile

さいとうちつ子(62歳) / 1948年福島地区・西塩町生まれ。川島高等家政学校にて洋裁科各種学校教員助教諭資格認定取得。卒業後、串間に帰省。商工会議所女性会会長を経て、現在「串間の道を考える女性会」会長、シーニックバイウェイ串間推進協議会会長(前)サイ力屋代表取締役。



<http://www.city.kushima.lg.jp/>
Eメール: info@city.kushima.lg.jp

発行/串間市役所 編集/総合政策課情報政策係
〒888-8555 宮崎県串間市大字西方5550番地
TEL 0987-72-1111 FAX 0987-72-6727
印刷/有志布志新生社印刷串間支店



古紙配合率100%再生紙を使用しています。



Trademark of American Soybean Association