



毎月2回1日・15日発行

広報

# くしま

# 5

May.2012  
No.910



special feature



- 特集1 特定健診のすすめ～医師が語る健診のツボ～
- 特集2 エコ肥料いきいきがお求めやすくなりました

最近、  
お腹まわりが  
少し気になる…

いやいや  
健康には  
自信がある

# 特定健診の すすめ

そんな皆さんすべてに受けてほしいのが特定健診。  
あなたの生活習慣に病の危険因子が潜んでいるかもしれないかも。特定健診ではこの危険因子を早期に発見し、生活習慣の改善をすることができます。知っておきたい特定健診のツボについて、医師の先生にお話を聞きました。



いな内科・循環器科  
ひろみ  
新名洋美先生

内臓脂肪を落とすため、運動や食生活など生活習慣の改善を支援するのです。

## 大きな利点は『支援と診察』

特定健診の結果、生活習慣病のリスクの高い方は特定保健指導を受けることができます。保健指導の対象者には、リスクにあわせた動機付け支援・積極的支援などの利用券が送付されます。

積極的支援では個別面接などが行われ、保健師や栄養管理士などの指導のもと目標を立てて生活習慣の改善を行います。どう改善されたかを6カ月後に保健師や栄養管理士と一緒に振り返ります。

## 知らないと損をする健診の話

健診を受けないと保険料が上がる  
40歳から75歳未満の国民健康保険加入者の方を対象とした特定健診。串間市での特定健診の受診率は4年間で平均20%台を推移しており、国の定める受診目標の65%を大きく割っています。

特定健診の受診率が低いと、後期高齢者支援金（75歳以上の方が使った医療費に対し、串間市国民

健康保険加入者一人ひとりが負担するお金）の負担金が増額されてしまうのです。  
ところが特定健診を受診すると…

- ①健康維持につながる
  - ②医療費の出費が抑えられる
  - ③全体の受診率が上がれば保険料の増額を避けることができる
- と多くの利点があるのです。

## 知って得する健診の話

そもそも、特定健診とはどのよ

うな健診なのでしょうか。市内でいな内科・循環器科を営む新名洋美先生にお話を聞きました。

「内臓脂肪があると血圧や血糖、中の脂肪が高くなります。すると動脈硬化や糖尿病、脳卒中などの生活習慣病になるリスクが高くなる。逆にいうと、内臓脂肪を落とせばリスクが減るわけです。特定健診ではこのように、やせることでメリットを受ける人たちを引き出すことが目的なのです。そして

## 検査結果はあなたの『健康住所』

特定健診を毎年受け昨年の結果と今年の結果、さらに数年間の結果を比べることで、自分自身の健康状態を認識できる機会になります。受診者の皆さんが健診結果をどう活用したらよいか、アドバイスをお聞きしました。

「特定健診の重要な検査項目である『腹囲・血圧・血糖・脂質』の4つは、自分の『健康に関する住所』だと思ってください。『腹囲は○cmで血圧は△△・下が□□。血糖は○○で脂質は△△』と皆さんが数値を言うようになると思います。そして自分の今の健康住所は健康地域内だとか、昨年より危険地域寄りになったなどを毎年確認していただければと思います」

いかがでしたか、特定健診の話。今年のあなたの健康住所、知りたくありませんか。今年も特定健診を必ず受診しましょう。

●問い合わせ先 医療介護課 医療保険係 ☎72-03333

## 特定健診のおしらせ

### ◎期間

6月1日～11月30日

### ◎検査内容

身体測定、身体診察、血液検査、血圧測定、尿検査、腎機能検査、貧血検査、心電図検査

### ◎自己負担額

1,300円

### 【今年度からの特典】

- ①がん検診と同時受診可  
日曜日にがん検診（集団検診）と同時

に実施（4回）します。

### ②40歳には無料クーポン券発行

40歳の節目者（今年度41歳になる方）に無料で健診を受けられる「40歳無料クーポン券」を発行します。

### ③説明会参加で割引あり

健診開始前に各地区で開催する「健診前説明会」に出席された方（国民健康被保険者）に割引クーポン券（300円）を発行します。



「積極的支援で指導を受けると勉強になりますよ。人は指摘なり注意なりを受けるとずっと記憶に残りますから（笑）。すると日々の生活の中で食事や運動に気を配るようになる。この小さな積み重ねが5年後10年後の健康に必ず効いてきます。このほか動機付け支援というものがあり、健康を守るための有益な情報を提供してもらえますよ」

昨年度からは、特定健診に『心電図と貧血』の検査項目が加わり内容も充実しました。健診では、医師の診察を受けられることも大きなメリットです。

「特定健診はメタボの危険のある人を早期に発見できるだけでなく、基本健診の部分が大きなウエイトを占めています。なので偶然診察時に甲状腺がんや心臓弁膜症が見つかった例もありました。あくまで、付随したものですけどね。診察を受けるということの利点は大きいでしょう。だから、すべての人に健診を受けてほしいですね」



# こころ豊かなお茶の時間

新茶の季節、お茶の楽しみ方を聞いてきました。

緑あふれる5月、おいしい新茶の季節がやってきました。皆さんがお茶を淹れるのは一体どんなときでしょうか。ホッと一息つきたいとき、お客さまに出すとき。すぐにお茶を飲みたい、飲んでいただきたい、その気持ち、ちよつとガマンしてみませんか。今回は大東地区・石木田で茶業を営む内田宗宏さん・奈々美さんご夫妻に聞きました。まずお湯を入れ湯飲みを温めておきます。本来なら『茶こぼし』に捨てますが、そのままお茶に使っても大丈夫。次にそのお湯を『湯冷まし』で冷ましておきます。茶葉の品種で



内田宗宏さん(25歳)  
奈々美さん(26歳)  
茶葉をミルミキサーなどで粉末状にして氷水に入れてもおいしいですよ。子どもでもゴクゴク飲めると評判です。

異なりますが、だいたい60度程度まで冷まします。「お客さんとの間に流れるゆつくりとした『時間』。これもお茶の楽しみの一つですね」と内田さん。だいたい良い温度になったら、一度湯飲みに戻します。これは人数分の適量を量るため、このとき手に持って熱くないぐらいが適温です。さあいいよ。いよお湯を入れます。一回だけきゅうすを回転させると、お湯だけが回転してお茶がゆつくりと出てきます。湯飲みに注ぐときには、全ての湯飲みに少しずつ注ぎ分けま。一番おいしいのは最後の一滴。「一番大事なお客さんに飲んでいただきたい味です」とのこと。驚いたのが飲み方。口の中で左右のほおに当てるように回して飲むと、お茶の本当の旨みを味わえます。普通に飲むのは味が全く違うので、ぜひ一度お試しください。皆さんも、だれかとゆつくりとお茶を楽しんでみませんか。



【緑茶の品種】  
茶葉にも品種があり、収穫時期によって極早生、中手、晩生などに分けられる。それぞれ、「色」、「味」、「香」と、異なる楽しみ方がある。市販の茶葉などはこれらの調和が取れたブレンドがなされている。

茶器のちよつとイイはなし



ここでは今回見せていただいた、ちよつと変わった茶器のご紹介をします。手前のきゅうすは普通のものとは比べて、底の面積が広くて高さがあまりありません。この形状によって、茶葉がきゅうす全体に広がり旨味がゆつくり出せるとのこと。奥のきれいな陶器は、なんと茶筒。

わたしたちが日ごろ目にするのは木や缶ですが、素材が違います。通常のものより湿気を取り込みやすく、また逃がしにくいので、茶葉の状態を一定に保つことができるそうです。こうした茶器の役割や違いを知ること、お茶を楽しむひとつのコツなのかもしれません。



チヅカさんが作った花のさげもの。1組のさげものには、花のモチーフ150~160個が使われており、布とビーズは美しく映えるよう考えて配色されている。

## 自分でできることは自分で健康のため楽しみながら何かをしたい

「みなに迷惑をかけないよう元気でいなくてはと日々思っています」  
そう話すのは本城地区・上中園にお住まいの長田チヅカさん。92歳という年齢ながら家事はすべて自分でこなし、日々身体や頭をできるだけ使うよう心がけています。そんなチヅカさんの堅実で丁寧な日々の暮らしをご紹介します。

3度の食事すべてを手作りし、それが全く苦にならないというチヅカさん。朝食には必ずみそ汁を添えるのが決まり。「みそ汁は昔から元気の素だからね」と話します。佃煮も自分で作り食卓に常備。ときには酢豚やしょうが焼きなど肉料理も献立に加え、調理の手間を厭いません。「自分で食べるものだから自分で作るの当たり前ですよ」と謙遜します。

趣味も多彩。昔、青年学校で裁縫の先生を務めていたチヅカさんは、

## スローライフ

Kushima slow Life  
名人に学ぶ

「元気であるため」に自分でできることを見つけ、積極的に実行するチヅカさん。何より、それを楽しむに変えることのできる生活の名人です。上手な齡の重ね方、お手本にしませんか。



おさだ  
長田チヅカさん(92歳)  
週に2回、デイサービスを利用して。友との出会いや学ぶことがたくさんあり、生きがいを感じています。



## 串間の茶摘み風景

# 1972

大東地区で撮影された茶摘みの模様です。当時、静岡市場に出荷された串間のお茶が、本場である静岡や京都の製品をおさえ、キロ当たりの取引額が1位になりました。市全体が高温多湿な土地に恵まれ、茶づくりには最適な条件にあるとのこと。昔も今も美味しいお茶を提供し続けてくれる、茶園の風景です。～昭和47年5月発行・広報くしまから～



My Town Topics

# まちの話題

市内の話題や出来事などを写真を交えて紹介します。

Scene 6

### 障がい者の社会参加を支援



4月22日、総合保健福祉センターで第3回福祉バザー『あおぞら広場』が開かれました。同バザーは障がい者の社会参加と地域交流を目的に開催。イベントを支援しようと、多くのボランティアも参加しました。会場では手作りの焼き菓子や生活用品販売のほか、紙芝居教室や音楽鑑賞会、軽食コーナーも設置され、幅広い年齢の来場者が思い思いに楽しみました。



INTERVIEW

**サービス満点**  
福島地区・西小路  
**南理加さん**  
がせい  
**凱成くん**

4月に串間に越して来たばかりです。今日は、家族3人で来ました。昼食にと食べたカレーとバラ寿司がとてもおいしかったです。買い物をするたびにおまけをたくさんいただくなど、サービス満点。次回もぜひ足を運びたいと思いました。

Scene 5

### 地域の課題解決のために



4月16日から4月26日にかけて、市内6地区で平成24年度串間市自治会長会が開催されました。野辺修光市長は「東日本大震災を教訓に、あらためて自治会や隣近所の絆を深めることの大切さを再認識したい」と話しました。各地区の自治会長からは、道路や公民館の利用といった地域の課題や、地区に関する市の政策への質問や意見が数多く出されていました。



INTERVIEW

**8年間の想い**  
大東地区・下新町  
**吉田つとむさん**

自治会連合会の会長を3年、大東地区の会長を8年間努めました。地域を盛り上げるために、みんなの意見をまとめあげるのが大変でしたね。大東地区多目的運動公園建設時に、大東地区の自治会から桜を贈ったことが印象に残っています。

Scene 4

### 防犯の意識向上に向けて



4月3日、西・東・南今町地区の皆さんと関係者らが防犯グッズやチラシの配布を行いました。串間市防犯協会主催の春の地域安全運動の一環として行われ、警察や市役所の関係者にも参加しました。同地区は、平成24年度から「地域の安全・安心活動推進モデル地区」に認定されています。高齢化が進む地区の防犯意識向上のために、今後も活動していかれます。



INTERVIEW

**地域みんなで**  
福島地区・東今町  
自治会長  
**河野義弘さん**

こうした活動に慣れないので、手探りでやっています。年間4、5回の活動を予定しています。特に高齢者のお宅を訪問するなど、地域に適した活動をしていきたいです。皆さんの防犯意識向上に、少しでもお役に立てればと思っています。

Scene 3

### 平和への祈りを捧げました



4月18日から24日にかけて各地区で戦没者慰霊祭が開催されました。福島地区では、串間市戦没者遺族連合会会長の城光也さんが「私たちは戦後67年を精一杯生きてきました。平和な日本があるのは英霊のおかげです。今後も感謝の気持ちを終生忘れないように生きていきます。」と追悼の言葉を述べられました。多くのご遺族が、戦没者の冥福を祈っていました。



INTERVIEW

**家族の代表で**  
福島地区・天神  
**野辺ミチ子さん**

地区の慰霊祭には、家族の代表として25年ほど前から参列しています。戦争で亡くなった義理の父に祈りを捧げました。今年で百歳になる義理の母は、現在入院していて参列できませんが、平和を願う気持ちは今でも変わらないと思います。

Scene 2

### 串間の魅力を発信します



4月6日から7日にかけて、宮崎市のJR宮崎フレスタ内のアンテナショップで、ご来店4万人突破記念イベントが開催されました。ショップは昨年の5月から営業しており、串間市の地場産品を販売しています。当日は、5月21日の金環日食にちなんだ商品販売や市内では初登場の都井岬のゆるキャラとの記念撮影など、店内は約600人のお客さんで賑わいました。



INTERVIEW

**よかむんPR**  
串間市地場産業振興  
対策協議会 会長  
**松尾定直さん**

串間の味を多くの人にお伝えできる場があるというのは素晴らしいこと。観光などの情報発信の場にも利用していきたいです。皆さんも近くにお越しの際は、是非お立ち寄りください。市内のお知り合いやご親戚にもおススメしてくださいね。

Scene 1

### 安心なコンロのご利用を



4月11日、社団法人宮崎県エルピーガス協会串間支部が串間市に対して、Siセンサーコンロの寄贈を行いました。このコンロには、過熱防止装置や火を消し忘れたときの消火機能などの安全な機能が付いています。市中央公民館をはじめ3施設に設置されます。料理教室などの機会を通じて、市民の皆さんに機器の便利さや安全性を体験して欲しいとのことでした。



INTERVIEW

**安全への想い**  
(社)宮崎県エルピーガス  
協会串間支部 支部長  
**佐々木誠さん**

当協会では今以上に安心してLPガスを利用させていただきたいの思いから、Siセンサーコンロの普及に努めています。ガスは地震などの災害時に、復旧が最も早く安全です。市民の皆さんにガスのことを良く知って、利用してほしいですね。

5月21日(月)に、金環日食が観測できます。日食とは太陽、月、地球がほぼ一直線上に並んだときに月が太陽の前を通り、その一部または全部を隠してしまう現象。太陽と、見かけがそれより少し小さい月がぴったりと重なって、太陽がリング状に見えるものを『金環日食』といいます。光り輝く指輪にみえることから、とても幻想的な天文現象です。

宮崎県では300年ぶり

日本では観測されるのは25年ぶり、宮崎県では実に約300年ぶりのこと。串間市は中心食線(日食帯の中心線)に入るため、国内でも有数の観測地。特に都井岬は太平洋を一望できる抜群のロケーションにあるため、日本全国の愛好家の注目を集めています。当日は日本各地から、日食観測のために多くの人々が串間市を訪れることでしょう。

日食の観測できる時間

午前6時13分〜8時44分

金環日食 in 都井岬

宮崎県で観測できるのは約300年ぶり。絶好の観測ポイントで奇跡の天体ショーを楽しもう。

\*完全な日食は7時20分ごろの予定(約4分間)。観測するときには観察グラスをお使いください(直視しない)。失明する可能性があります。

5月21日は岬の駅都井岬も午前6時から営業します。また、前日には岬の駅をメイン会場に、さまざまなイベントを開催。地元ミュージシャンらによるライブ演奏や手作り眼鏡コンテストが開催される予定です。

日食限定商品も

また串間市地場産業振興対策協議会では、今回の金環日食にちなんだ商品を新たに開発しました。金柑を使った加工品や、金環日食



金環日食にちなんだ限定商品

をイメージした商品を5月21日までの期間限定で販売しています。

インターネット通販「串間

市特産ふるさと市クシマニア」や各店舗にてご購入いただけます。今回の記念に、あなたのお気に入りの一品を探してみたいかありませんか。

◎問い合わせ先 5・21くしま実行委員会 ☎27-3075 (イベント)・串間市地場産業振興対策協議会 ☎72-0506 (限定商品)

ボランティア募集中!

イベントを一緒に盛り上げませんか? 5.21くしま実行委員会では、前夜祭イベントのお手伝いをしてくださるボランティアを募集しています。イベント当日だけの参加や準備の手助けなど、ちょっとしたお手伝いでも結構です。少しでも今回のイベントに興味のある方はぜひご連絡ください。一緒に金環日食と串間市を盛り上げましょう! ●お問い合わせ=5.21くしま実行委員会(パナップ) ☎27-3075



九州窯元行列 in 串間は串間商工会議所青年部(水元和人会長)が中心市街地活性化のため、平成20年から旧吉松家住宅にて開催しています。今年も5月25日から27日までの3日間に渡って開催されます。

昨年は台風の影響で2日間の開催となりましたが、市内外から約1,500人が来場。皆さん窯元との話に花を咲かせながら、有田焼や伊万里焼などの焼き物をゆつくり楽しんでいました。今回も将来が期待される若手陶芸家を中心に、県内や鹿児島県のみならず遠くは福岡県からおよそ30の窯元が集います。今回は新たに4の窯元が新店する予定です。若手ならではの情熱を感じられるのではないのでしょうか。

畳の上で

九州窯元行列の最大の魅力は、やはり国指定重要文化財である旧吉松家住宅で陶器を眺めることができる、という点です。『畳の上の陶

器市』というテーマにも象徴されるように、情緒あふれる内装の中に美しい陶器が並ぶ風景は、まるで大正時代にタイムスリップしたかのよう。また靴を脱ぎ、畳の上でリラックスして窯元と話せるのも魅力です。なかなか直接話す機会のない窯元との会話を通して、陶器の違った一面や楽しみ方を発見できるかもしれません。

商店街でも陶器市

会場周辺の仲町商店街の空き店舗などでも展示を行っています。普段見慣れた商店街が陶器や小物であふれる様子には、少し不思議な感覚にさせられるかもしれません。また今回も『夜市』を開催。夕闇の幻想的な雰囲気の中での陶器たちは、昼間とは違う表情を見せて

くれるでしょう。

今年で5回を数え、すっかり串間市の恒例行事となった九州窯元行列 in 串間。5月最後のお休みは、ぜひ子どもさんからおじいちゃん、おばあちゃんまで、皆さんで旧吉松家住宅へ出かけてみませんか。きつと陶器との素敵な出会いが待っていることでしょう。

◎問い合わせ先 串間商工会議所 ☎72-0254

九州の窯元が集結。畳の上の陶器市が今年も開催されます。九州窯元行列 in 串間



串間商工会議所 青年部 会長 水元和人さん

皆様のご協力で九州窯元行列も5回目を迎えることができました。毎年、試行錯誤しながら、継続して開催していきたいとの思いで頑張っています。窯元さんたちからも、お客さんと触れあえる貴重な機会だと感謝の言葉をいただきます。全国でも珍しい、国指定重要文化財と陶器のコラボレーションを、ぜひ見に来てください。

皆さんは最初に乗った自転車... 県南最高のコースがあな

この大会の魅力はなんと... 串間の皆さんも参加して

この事業は「市民発!」の補... 助を受けています。

2012.5.27 ツールロード・にちなん・くしま

■全国から自転車愛好家が参加するサイクリングイベントを開催... 串間のまちをカラフルなスポーツサイクリストが駆けぬけます。

串間市民限定! 募集締切を拡大します

串間市民限定で参加募集の締め切りを拡大します。ふるってご参加ください。

◎申込期限 5月15日(火)

◎競技種目 下記地図を参照

\*AコースとBコースのみ 串間地区を含みます。

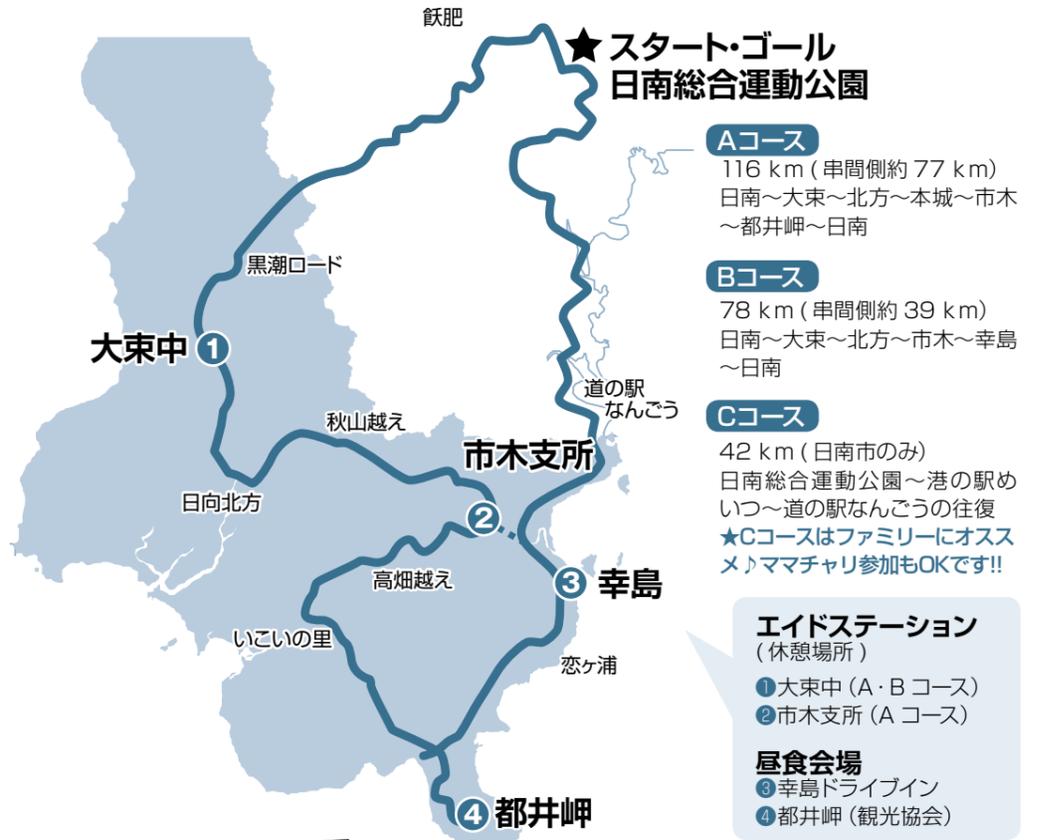
◎参加料

・Aコース 一般5,000円、学生4,000円

・Bコース 一般4,000円、学生3,000円

・Cコース 一般3,000円、学生2,000円

\*損害保険料を含む ◎申込・問い合わせ先 串間市サイクリング実行委員会 (パナップ) ☎27-3075



前日プレイイベント開催 自転車に乗るすべての人に... サイクリングシンポジウム 日時=5月26日(土) 場所=串間市アクティブセンター

- 福島地区 ▼桂原 山口農広 ▼穂佐ヶ原 河野和生 ▼上町 古川眞澄 ▼桜ヶ丘 小柳由美子 ▼城山 松田チミ子 ▼霧島 田上里美 ▼天神 山田辰美 ▼上郡元 野邊千秋 ▼西郡元 加藤正樹 ▼上小路 山口義人 ▼小路 佐藤利和 ▼西小路1区 隈田原瞳 ▼西小路2区 河野日出男 ▼仲町 小岩屋健兒 ▼泉町 黒原純郎 ▼本町1丁目 立本始 ▼本町2丁目 木島昌洋 ▼寺里 山下隆 ▼松尾 矢野幸広 ▼下田口 森不二三 ▼上田口 河野清光 ▼東本西方 森克秀 ▼中本西方 財津直視 ▼西本西方 大山秋男 ▼鹿谷 内田敏典 ▼木代 永友安行 ▼有明1区 餅原和隆 ▼有明2区 日高吉文 ▼西塩町 鈴木壽公 ▼東塩町 佐野寛 ▼七ツ橋 鈴木尚登 ▼西今町 神戸仁 ▼東今町 河野義弘 ▼南今町 河野敏輝 ▼古竹 濱崎達己 ▼笠祇 中山道行 ▼奴久見 河野辰男 ▼高松

- 吉野勉 ▼上塩 田中卓良 ▼鍛冶屋 前田俊郎 ▼大島 河野良人 ▼西下弓田 小西長行 ▼東下弓田 日高勇作 ▼東金谷 立本伊佐男 ▼西金谷 鈴木健二 ▼南金谷 今村勝哉 ▼北金谷 鈴木和夫 北方地区 ▼鯛取 武田幸生 ▼倉掛 蓑方順一郎 ▼秋山 安田正小 城久保 武田重樹 ▼徳間 武田進二 ▼東上池 上村照明 ▼西上池 清水芳郎 ▼下池 加藤美 ▼串間 岩田智子 ▼初田 武田秀紀 ▼田淵 牧野宣英 ▼谷ノ口 加藤和彦 ▼屋治 加藤弘明 ▼古川 中野浩司 ▼羽ヶ瀬 深江昇 ▼前田 日高忠頼 ▼越ヶ谷 内野恵子 大東地区 ▼奈留 村上正勝 ▼仲別府 島田敏則 ▼古大内 野辺寛雄 ▼長野 野辺光浩 ▼堂

- 園 東郷久盛 ▼烏帽子野 折田二広 ▼西ノ園 西田浩二 ▼平原 水谷康介 ▼上園田 畑山典秀 ▼下園田 津曲今朝美 ▼清水 田村英治 ▼上新町 吉田巧 ▼中新町 園田茂美 ▼下新町 谷口寔通 ▼石木田 内田眞二 ▼徳山 武田博人 ▼小山 野下一郎 ▼白坂 野辺新次 ▼風野 長野勇夫 ▼片野 津曲長範 ▼広野 津曲政広 ▼大平 津曲精治 ▼田ノ野 野辺千賀子 ▼中原 藤木公二 ▼胡桃ヶ野 日高秋則 ▼高則 鈴木政郎 ▼揚原 花立満男 ▼市ノ瀬1区 小見門俊二郎 ▼市ノ瀬2区 深江二美 ▼市ノ瀬3区 柴田優二 ▼市ノ瀬4区 江藤隆一 ▼井牟田 江藤功子 ▼射馬地野 瀬口秀樹 ▼一氏 井手通 ▼三ヶ平 星田正己 ▼三幸ヶ野 安永伸二 ▼真宣 肥田木良孝 ▼大

- 重野 河野哲郎 ▼矢床 谷口則美 ▼上天矢取 大塚三州男 ▼赤池 中畑康弘 本城地区 ▼樋口 代口安則 ▼道場 河野栄作 ▼下中園 鶴木寿昭 ▼上中園 川崎則男 ▼口広 島田弘司 ▼居城田 渡辺慶二 ▼遍保ヶ野 友部利美 ▼小田代 鈴木保明 ▼春日 本田嗣夫 ▼上平 川添孝明 ▼下平 島田宏郎 ▼上代田 森勝己 ▼下代田 島田忠次 ▼上千野 鬼塚修二 ▼中千野 瀬戸内久弥 ▼下千野 森本雅男 ▼港 林藤男 ▼浦 山崎昭二 ▼仲 米崎玉樹 ▼上南 小西和昭 ▼下南 本庄健次 ▼永田 河野政彦 都井地区 ▼黒井 門川重雄 ▼立宇津 水元久男 ▼迫 井上重義 ▼宇戸 上村眞司 ▼東 小

- 田原博幸 ▼宮原 前田厚喜 ▼宮ノ浦 中村義勝 ▼大納 岩元修二 ▼名谷 肥田重信 ▼岬 寺坂勝 市木地区 ▼郡司部 岩満辰郎 ▼子持 田 加藤正人 ▼平田 阿部功 ▼海北 橋口賢一 ▼中福良 長野秀明 ▼古都 廣見洋二 ▼石原 山口忠文 ▼内ノ畑 内田義孝 ▼八ヶ谷 瀬越智子 ▼上石波 平木俊二 ▼下石波 東濱勝己 ▼大藤 舟井修二 ▼木ヤ藤 谷廣海 ▼舳 佐藤博道 ▼築島 新留寛樹 ▼夫婦浦 南土居政次 回覧は早めに回しましょう 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 総合政策課 協働推進係 ☎内線335

平成24年度自治会長を紹介しします

自治会長の皆さんとともに「自助」「共助」「公助」を 市民、市役所すべてで進めていきたいと思います

# 魅力ある**福島高校**の取り組み

第一回目の投稿で紹介した情報ビジネスコース。今回は進学コースについてご紹介いたします。



福島高校3年生 生徒会長  
前門充徒くん

皆さんこんにちは。前門です。今回で3回目の投稿になりました。よろしくお願ひします。

さて、福島高校には普通コースが2クラス、情報ビジネスコースが1クラスあります。第1回目では情報ビジネスコースを紹介させていただきました(今年で3年連続就職率100%を達成しました)。

今回は進学コースを紹介します。進学コースを担当している村上先生に話を聞きました。

**村上先生のコメント**  
進学コースは、専門学校、短大、4年制大学等への進学、および公務

員合格を目的としているコースです。生徒たちは向学心があり、教える側も非常にやりがいを感じています。福島高校は小規模校ですが本校ならではのアウトホームな雰囲気、生徒と教師の間で進路の話や授業の質問などをいつでもすることが出来ます。

わたしは本校3年目ですが、この部分が進路実現において非常にプラスに働いていると思います。今年の3年生も今、それぞれの夢を叶えるために精一杯頑張っているところです。

わたしたちも全員合格を目標に全力でサポートしていきます。**おわりに**

わたしたちが進学や就職をするときに求められるのは学力です。

今年度、生徒会は「自ら学び、表現力のある福高生」というスローガ

ンの下、活動をしています。進学や就職でだけかと競争するときには、最新の知識やノウハウを持つていなければ、相手に勝つことはできません。そしてわたしたちは、それらの競争に勝っていかなければなりません。

福島高校の先生方は、熱心な先生方ばかりで生徒も先生方について行くよい学習環境があります。

また、平成24年度学校経営方針では、重点目標を確かな学力の向上としています。具体的には基礎学力の向上、進路実現のための学力・体力・コミュニケーションの向上を掲げています。先生方に専門的な知識をしっかりと教えてもらい、自分の力にしていくことが将来の夢に近づく一歩だと考えます。

## インタビュー



3年3組 (進学コース)  
金川由希さん

の前には、過去問題を解き、解説までしっかりと指導してください。特に国語や英語は、授業範囲では全く触れない単語や文法などの難しい問題も多く、けやきタイムで得る知識も多くありました。

進路について先生方が親身になって相談に乗ってくださり、多くのアドバイスをいただけるのも福島高校進学コースの大きな特色だと思います。

わたしが進学コースに進んだ理由は大学に進学したいからです。進学コースの特色は、部活動と両立でき授業が楽しくて分かりやすい!!そして、分からないところは気軽に先生方に聞きに行くことができ、個別に指導が受けられるところです。

けやきタイムでは自分の進路に合ったコースを選択することができ、わたしは国立公立講座を選択しています。大学入試の2次試験の対策に加えて授業の補足をしてもらい、模試

# Health Knowledge 健康マメちしき

## 串間の胃がんを お一人でも減らしたい

串間市民の皆さんお元気ですか? いまきなりですが、皆さんはヘリコバクター・ピロリ、またはピロリ菌(以下、ピロリ)ご存知でしょうか?

胃の中は消化のために酸がとても強い状態にあります。そんな所に普通は何も住めませんが、結核菌みたいなやつけなものに限り生き延びています。そして、約30年前に胃の中から今回のピロリが発見されました。その後、ピロリが胃や十二指腸潰瘍をはじめいくつかの病気の原因となることが分かってきました。「何でこげな余計なものが入って来るの?」と思いますよね。まだ分からんことも多いですが幼少時の衛生環境の悪さとの関連が疑われており、日本人の50歳以上の80%位はピロリを持っているのではと言われ、逆に上下水道が完備した若い世代には少ないとされています。

「なぜなげ腐れもんは全部消してしまえ!」というのが本音ですが、ピロリを持つ全員の方が病気になる訳ではなく、昨今の医療費高騰の問題もあり、その検査や治療(除菌治療と呼びます)で保険が効くのは現時点では、胃十二指腸潰瘍・胃の特殊なリンパ腫、特殊な血液の病気、そして早期胃がんを内視鏡(以下、胃力

メ)で取った方のみで、それ以外は自腹での診療となっております。

今の病名でぐっご目引くのが最後の胃がんですね。ではなぜ、早期のがんを胃力メラで取りきれた人までがピロリを除菌するのか? 実は、最近ピロリと胃がんの関係が取り沙汰されているんです。難しい説明は避けませんが、要はピロリが胃に住み着きしばらくして胃炎(=胃の炎症)が生じ、炎症が続くとそれを母地にしてがんが発生するという流れです。さらに悪い事に欧米より日本のピロリの方が毒性が強いとも言われています。よって、胃がんができた↓カメラで取れた↓またがんができないか↓ピロリはがんの引き金じや↓なら消せ、となる訳ですね。

となれば、積極的にピロリがいるか調べ、いれば除菌するのが理想で、実際専門家の先生も勧めています。しかし、先ほどの通り保険診療がままならないのが現状なんです。ちなみに除菌治療は、胃薬1剤・抗生物質2剤を1週間服用し、1回目の治療で7~8割方消えますが、消えなかつたときは抗生物質を1種類替えて2回目の治療となり、ここまでは保険でOKです(あくまで先ほどの病気の方向が対象ですが)。2回目の治療でほぼ大半の方は治療が成功しますが、それでもダメな方の3回目以降の薬の組み合わせは現在検討中の段階です。

ただ残念ながら、ピロリを消せば胃がんの発生がゼロになるわけではないので、元々ピロリのない方、また治療で消えた方も引き続きがん検診は重要です。検診ではバリウムか胃力メラか?と迷う所ですね。結論は難しいですが、バリウム検査は奥が深く難しいというのが実感です。ぶっちゃけ検査する者の上手い、下手がはつきりする検査や思ひます。一方、最新の胃力メラの画質は驚くほど良く、上手い下手をある程度カバーしてくれるかなと思います。見逃し例もあるので過信は禁物です。苦痛や危険性ではバリウムに一步劣ります。最後にどちらを選ぶかはやはり皆さま次第ですね、無責任で御免なさい。ただ、今後はピロリの問題や診断機器の進歩で胃がん検診の姿が変わっていく可能性は大いにあるかなと思っています。

最後に一人でも胃がんを減らすためにもピロリは全部やっつけたいのが本音ですが、自費診療の壁が大きいのしかかります。当方、ヘリコバクター学会の認定医で当院は同学会の保険外診療可能施設に登録しており、人間ドックのような形で皆さまに少しでも安くピロリ診療が提供できないか模索中です。体制を整え串間市の胃がんを少しでも減らしたいと切に願う次第です。力不足ですが、皆さん今後よろしくお願ひいたします。

図書館に来ました

小説を主に読みますが、最近は仏教関係の本を読んで... 現代風に翻訳したものが読みやすくて気に入っています...

福島地区・寺里 清水喜代子さん

Kushima Library

●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/



「猫背の虎 動乱始末」 真保裕一／著

大地震後の江戸を救うべく新米同心が走る! 安政2年10月2日、直下型大地震が江戸を襲った...



「かすていら」 さだまさし／著

さだまさしが父に捧げるもうひとつの『精霊流し』。若き父の記憶は、カステラの香りとともに故郷の風景を連れてくる...



5月のテーマ展示 「落語」

落語は身振りと言りのみで物語を進めていく独特な演芸であり、江戸期から明治期にかけて成立しました...

いを、月に祈りを(中村航)パトロネ(藤野可織)朱鳥の陵(坂東真砂子)千年ジュリエット(初野晴)結婚(井上荒野)...

パラダイス・ロスト(柳広司)鼠、剣を磨く(赤川次郎)ナミヤ雑貨店の奇蹟(東野圭吾)ファイナル・オペラ(山田正紀)...

■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

引き続きパラオの話です。パラオは南国の島国なので予想通り海が半端じゃなくきれいです...



無人島と観光客

今月の表現 This month's expression ○○は見たことがない I have never seen ○○. Example: I have never seen an ocean like that.

年金

基礎年金について

国民年金はすべての国民が加入し、基礎年金(老齢・障害・遺族)を支給する制度です...

\*老齢基礎年金 65歳から生涯にわたり老齢基礎年金収入は大切です。

年金が支給されます。

※老齢基礎年金を受けけるためには保険料を納めた期間と免除された期間が最低25年間(300月)あることが必要です。

○20～60歳までの40年間(480月)の全期間保険料を納めた方は、65歳から満額の老齢基礎年金が支給されます。

○会社員や公務員だった方には老齢厚生年金や退職共済年金が上乘せされて支給されます。

\*障害基礎年金

\*本年度(7～3月下旬)に実施予定の事業。

◎補助率および補助金額 補助対象経費の一部を助成(上限額は100万円)。

◎補助対象経費 事業実施に必要な経費(人件費は除く)

◎対象資格

・市内で活動し、構成人員が3人以上であること(組織の規約が整備されていること)。

・事業の企画立案から実績報告まで自ら行うことができることと認められること。

募集

平成24年度市民発!

にぎわい創出事業追加募集

◎追加募集対象事業

- ・地域活性化に関する事業
・地域の特色を活かした事業
・人と人との交流を促進する事業
・市が実施する事業の補完または民間移行を推進し、市施策の推進に寄与する事業(協働事業)

国民年金加入期間中に病気やケガで重い障がいが残り働けなくなったときや20歳前の事故などで障がい者になったときに障がいの程度により支給されます。

は子に支給されます。 ※障害基礎年金や遺族基礎年金を受けけるには、障がいや死亡といった事故が発生するまでの公的年金加入期間の2/3以上...

●問い合わせ先 市民生活課市民係 ☎内線225・226

られること。

・代表者など(役員)の市税などの滞納がないこと。
・宗教・政治的活動を行う団体でないこと。

・暴力団体による不当な行為の防止等に関する法律(平成3年法律第77号)第2条第2号に規定する暴力団の構成員が含まれる団体でないこと。

◎提出書類

・市民発! にぎわい創出事業参加申請書(様式は協働推進係・市

ホームページにて入手可)

・事業計画書、収支予算書、団体組織などの規約、市税などの完納証明書、パートナーシップ協議書(協働事業のみ)

◎締切 5月18日(金) \*必着

◎審査および選考 5月下旬予定

\*書類審査を通過した団体は企画の発表を行っていただく公開審査を実施します。

\*詳細はお問い合わせください。

◎問い合わせ先 総合政策課協働推進係 ☎内線335

# お知らせのページ

市役所の代表電話 ☎0987-72-1111

## お知らせ

### 自動車税は納期限内に納めましょう

自動車税は4月1日現在、宮崎運輸支局に登録されている自動車の所有者または使用者に課税されます。金融機関または県税・総務事務所のほか各コンビニエンスストア、インターネット利用によるクレジットカードでも自動車税を納めることができます(詳しくは納税通知書をご覧ください)。

自動車をお持ちの方は、5月31日(木)までに自動車税を納めてください。5月中旬までに納税通知書が届かないときはお近くの県税・総務事務所までご連絡ください。なお、障がい者の方のために使用する自動車については一定の要件に該当する場合、納期限までに申請すれば自動車税の一定額が減免されます。

●問い合わせ先=日南県税・総務事務所 ☎23-3771

### 市民総合体育館が利用しやすくなりました

串間市民総合体育館の利用はこれまで、午前・午後などの時間帯区分のみの設定でしたが、1時間を単位としての利用もできるようになりました。ご家族や少人数での短時間利用など、どうぞお気軽にご利用ください。

●問い合わせ先=市民スポーツセ

ンター ☎72-5262

### 文化会館改修工事に伴う休館について

5月から文化会館の天井を補強するための改修工事をいたします。休館期間や利用可能施設などは下記のとおりです。

●休館予定=5月1日(火)~9月30日(日)

●使用できない施設=大ホール、小ホール、ロビー、ホワイエ、ギャラリー

●使用できる施設=和楽屋、洋楽屋

お客さまにはご迷惑をおかけしますが、ご了承くださいますようお願い申し上げます。

◎問い合わせ先=串間市文化会館 ☎72-6333

### 『串間情報ガイド』発刊ご希望の方入手できます

串間市の総合情報紙『ゆうゆう田舎暮らし(串間情報ガイド)』を発刊しました(A4版・110ページ)。



210店と公共機関、まちのポイントなどを掲載しています。『串間の全体像を魅せる』ため、ボランティア団体くしま移住者ネットワークが1年がかりで編集・発行しました。

4月から市役所窓口にて新規転入者の方へ同紙をプレゼントしています。希望される市民の方は下記にて入手いただけます。

◎配布場所=Hondaカーズ串間・都井岬『岬の駅』・夢珈房・串

間商工会議所、中央公民館など \*1コイン頒布。数に限りあり

◎問い合わせ先=くしま移住者ネットワーク(蓮尾) ☎75-1666

### ウミガメ保護について~お願い~

市内の長浜、今町、港(千野)、大納、石波、藤の各海浜はウミガメの上陸産卵地です。毎年5月から9月ごろまで親ガメが上陸産卵し、ふ化した子ガメが海に帰る行動が繰り返されます。海浜への車の乗り入れやゴミの放棄はウミガメの行動の妨げとなります。

世界的に希少な動物、環境保全の目安でもあり、各海浜では保護協力員の方々が保護活動を行っています。

ウミガメの保護につきましてご協力をお願いいたします。

◎問い合わせ先=教育委員会文化係 ☎72-6511(旧吉松家住宅内)

### 平成23年度 串間市がんばつどふるさと応援基金の運用について

平成23年度串間市がんばつどふるさと応援基金に多くの方々から寄附をいただき、ありがとうございました。

寄附をいただいた方の中で希望された方のみ住所・お名前・寄附額をお知らせいたします。

◎寄附者\*名前(住所、寄附額)

- ・恒吉良典さま(千葉県千葉市、非公表)
- ・恒吉圭子さま(千葉県千葉市、非公表)
- ・川上正樹さま(兵庫県高砂市、50,000円)
- ・川上昌美さま(兵庫県高砂市、50,000円)
- ・亀崎直樹さま(兵庫県神戸市、非公表)
- ・非公表(非公表、100,000円)1人

・非公表(非公表、非公表)2人

### ◎寄付金の使途

①地域文化の伝承及び育成に関する事業=0円

②地域産業の振興に関する事業=158,000円

③自然環境並びに地域景観の保全及び活用に関する事業=130,000円

④高齢者支援・子育て支援等の福祉向上に関する事業=0円

⑤青少年の健全育成と教育信仰に関する事業=0円

⑥その他目的達成のために必要と認められる事業=200,000円 \*寄附総額=488,000円

◎問い合わせ先=総合政策課企画統計係 ☎内線333

### 小型船舶操縦免許証(更新・失効)講習会

◎日時=6月20日(水) \*午後2時~(午後1時半受付)

◎場所=串間市アクティブセンター研修室

◎対象=有効期限が1年2カ月以内に切れる免許証および失効した免許証

\*更新=有効期限が平成24年6月21日~平成25年8月21日の免許証

\*失効=有効期限が平成24年6月20日以前の免許証

◎持参するもの=操縦免許証、認印 \*下記に該当する方は住民票(本籍記載)が必要。

①住所記載のない「海技免状」をお持ちの方

②住所記載のある「操縦免許証」をお持ちの方で、記載事項に変更のある場合(合併による市町村名変更の場合は不要)

◎料金(送料、写真代含む)

・更新講習=9,000円

・失効講習=15,000円

◎その他=できるだけ事前に予約してください。視力検査、写真撮影も当日実施します。

◎申込・問い合わせ先=入枝海事

事務所 ☎099-281-7753

## 募集

### 串間市営プール監視員募集

平成24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)を募集します。

◎募集人数および期間

・6月20日~8月27日=3人

・7月1日~8月27日=2人

・7月20日~8月27日=1人

◎日当=6,000円

◎勤務時間=午前8時半~午後5時15分 \*毎週火曜日は休日

◎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しますが、該当者なしの場合はこの限りではありません。

◎募集期間=5月1日(火)~6月4日(月)

\*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=締め切り後面接などを実施し、一週間以内に連絡。

◎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

### キャンドルナイトinくしま2012実行委員募集

今年で第9回目となります『キャンドルナイトinくしま2012』を7月7日に開催するにあたり、実行委員を募集します。

過年度より実行委員としてご協力いただいた方のほか、日ごろより環境保全に関わる活動をされている方々にも広くご参加いただきたいと思っております。会議に出席できない方でも、キャンドル作りや当

日のご協力がいただける場合にはぜひ、ご連絡ください。多くの皆さまのご協力をお願いいたします。

実行委員会について

◎日時=5月16日(水)午後7時

◎場所=串間市役所1階A会議室

◎問い合わせ先=キャンドルナイトinくしま実行委員会事務局(市民生活課内) ☎内線254

### 税務職員採用試験受験者

人事院九州事務局と熊本国税局では、税務職員採用試験(旧Ⅲ種(税務))の受験者を募集します。

募集要項

◎受験資格=平成3年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方\*学歴は問いません

◎試験の程度=高校卒業程度

◎受付期間=6月26日(火)~7月5日(木)まで(インターネット申込み期間)

◎第一次試験=9月9日(日)

◎申込用紙=人事院九州事務局、熊本国税局または最寄りの税務署に備え付けています。

◎申込先=全国の各人事院事務局 \*希望する第1次試験地により、申込先が異なります。詳しくは下記へお問い合わせください。

①人事院九州事務局 ☎092-431-7733

②熊本国税局人事第2課試験研修係 ☎096-354-6171

◎問い合わせ先=日南税務署 ☎22-3671

### お詫びと訂正

本紙4月1日号表紙および22ページで紹介いたしました『庄司さん』は『正司さん』、20ページ読者のページ掲載の『長倉ゆかりさん』は『永倉ゆかりさん』の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

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。

### 散歩をしてみませんか

●紅玉りんごさん

夜明けが早くなったので、時々朝散歩をしています。黄色や紫の花が咲き、水鏡となった水田に緑の山々が映り、ドラマの中のような風景が楽しめます。歩いた日は、一日体の調子が良いような気がします。でも、最近ゴミが気になるようになりました。空き缶、吸い殻、食品トレイ；お墓の近くには花を包んであったビニールも捨ててありました。どんなに小さなアメの包装やたばこのフィルタも、紙と違って雨で溶けたりはしません。長い間残っているのです。なぜ、持ち帰って収集日に出す、という簡単な

ことができないのでしょうか。「捨てればゴミ、分ければ資源」と学校で習っても、通学路がこんな有様では子どもたちはどう考えるでしょう。たとえ進学や就職で、いったんこの地を離れても、帰ってきたい、と思える魅力ある故郷を作るにはここに住む人がこの地を愛し、大切にすることが第一歩だと思います。地域の人が大事にしない場所に、観光客だって呼ばれません。車に乗っているとなかなか道路脇まで目が届かないので皆さんぜひ一度近所を歩いてみませんか。

だいぶ暖かくなってきました、体を動かすことが楽しい季節になりましたね。ウォーキング

とつてのものが、もつと多くなっても良いのかもかもしれませんね。

### ふるさとへの思いを大切に

●竹下圭之さん

先般、朝日新聞の全国版「男のひといき」欄に「津代さん75歳の挑戦」が掲載された。岐阜県大垣市在住で80歳代の大東出身の長岡力ズさんから電話をもらった。「投稿を見て串間を懐かしく思い出したが、その後は振込用紙だけが届きます」と話された。広報担当に、「広報くしま」を12月分まで送ってもらおうに切手を届けた。先日「とてもうれしかったです。今度ふるさと納税を3万円します」と電話があった。串間を離れている人にとって「広報くしま」は大きな故郷との絆になるのだと思った。「ふるさと納税」にはこのころのこもった対応をお願いします。

「花旅みやざき」は宮崎県内各地の花の名所を紹介する企画ですね。都井岬もアジサイやヒオウギの名所として紹介されています。花ピラを敷き詰めた「インフィオラータ」を製作したことは新聞などで大きな話題になり、宮崎県の大きなアピールになったことでしょうか。さて、串間市内でも観光案内板などでアピールを、のご意見。確かに市内に点在する看板などは、選挙の情報ははじめ市民の皆さんに向けたものが多くない気がしますが、観光客や帰省された方に

グなどにはピッタリの時期なのではないでしょうか。道端の花や木々を眺めながらゆっくりとした時間を過ごせそうです。でもその風景にゴミが落ちていたら、せつかくの楽しい気分が台無しですね。紅玉りんごさんのおっしゃるとおり、子どもたちは大人がすることをしています。串間に観光に来てもらいたい、子どもたちに串間に残ってもらいたい。その想いを実現するにはどうすれば良いのでしょうか。たまにはゆっくり歩いてみて、たまに立ち止まり、自分の周囲を見渡してみ、自分が住みたい地域なのか、見つめ直す時間が、わたしたちには必要なかもしれません。

### 夫婦の道のり

●百野達夫さん

夫婦の定義についてはよく知らないが、今日まで歩いてきた道のりから考えてみることにした。まったく知らない者同志が出会いや人の紹介などで意を決する夫婦。未来が分からないだ

まずは、広報くしまへのお褒めの言葉をいただきました。ありがとうございます。「広報くしまは故郷との絆になる」これ以上ないお言葉でした。遠く離れた地からも故郷を感じられる。そんな誌面づくりを心がけなければならぬと改めて感じました。今後、市内のいろいろな人の絆をご紹介します。と思います。

竹下さんからの便りに総合政策課企画統計係から回答いたします。

これまで寄附をいただいた方々へは、毎年寄附の内容を掲載した広報くしまと、応援寄附金のパンフレットと寄附のご案内を送付しております。現在、寄附者への1年間分の広報送付は行っておりませんが、遠く離れた地からふるさとへ寄附をされる方々の気持ちも大切にしたいと思っております。ご意見ありがとうございます。

## メッセージ・写真投稿コーナー

お誕生のお祝いや、感謝の気持ちをメッセージにして贈りませんか。また、あなたが撮影した写真（人・風景・ペットなんでも可）もぜひ、お送りください。6月17日は父の日です。お父さんへの日ごろの感謝の気持ちを伝えてみませんか。父の日のプレゼントに広報誌、いかがですか。



【オキナグサ】  
Pulsatilla cernua  
キンポウゲ目  
キンポウゲ科

日当たりの良い草地でしか育たないオキナグサ。全国的に減少している。希少な植物であるが、都井岬では、御崎馬との良好な関係により育成環境が維持され、春になると美しい花を咲かせた本種に出会うことができる。

●投稿者：フォトグラファー 山下啓さん

けに賭け事に似た面もある。その賭け事に縁あって今町駅前の人と連れ添うことになった。大なり小なりの問題を秘めながら勢よく駆け出したが、想像しえなかった大波小波で舟は難航。日がたち月が巡り年が明ければ、次々に一男二女ができた。子どもの誕生は働きずくめの環境に笑いと和やかな雰囲気をつくり、生活に張りりとフアイトが増した。戦場みたいな子育てに続き、適齢期になったら子どもを嫁取り嫁出し。人に遅れまいとなりふり構わず走り続けた足跡。月日は流れて、孫もひ孫もできた。ダイヤモンド婚は昨年クリアしたが二人の平均年齢は80歳を越した。その分しわも増えた。いつ倒れてもおかしくない年代に突入している。体力の維持にと運動もしてみるが、病めば病んだで気を揉み「ガンでは」と二人して顔を見合す。60余年の喜怒哀楽、過ぎし月日の流れは早いもの。願わくば共に健康で。夫婦の

絆をベースに思いやりという潤滑油を差し合って、残された道のりを送りたい。独身のわたしには、とてもうらやましい内容のお便りですね。楽しいこと、辛いこと、色々なことがあった結婚生活が想像されます。お二人の築きあげてきた絆によって、お子さんやお孫さん、ひ孫さんの今があるのではないのでしょうか。その絆は消えることなく、お子さんたちをとおして、周囲の皆さんにもつながっていくことでしょうか。これから夫婦の道のりを、お二人で元気に歩んでいけることを願っています。

### くしまのアピールを

●タンポポさん

宮崎県立美術館で花旅みやざきが開幕され、壁面の投射スペースは巨大で国内で最大級とされる。又総合文化公園では花ピラで七千本のバラの花ピラを敷き詰めたインフィオラータがこの日ボランティアで制作された。県内の魅力をアピールするイベ

## 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ないことがあります。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



お便りお待ちしています。

◎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。たくさんたくさん長生きして、一緒に遊んでね。

アビちゃん

◎河野正名  
想はついでに



上/シルバー人材センター設立総会時の様子。  
下/有明小前で交通指導にあたる筆者。

平成3年の始め、市報でシルバー人材センターを開設すると知り、当時国鉄を退職し遊んでいたの何か仕事もらえるかと思い申し込みました。説明会には市役所退職の山崎さん（故人）、小学校退職の谷口先生（故人）など20～30名くらいの方が集まりました。福祉事務所黒木所長さんの説明の後、準備委員会を作るよういわれ、わたしは年長の山崎さんを推薦。山崎さんは「河野さん、市役所へ行くのに近いから君がやってくれ」といわれお受けすることにしました。

何回か会合するうち、失業対策事業に参加したことのある2～3人から「道具は支給しないのか」との声が出ました。失対は道具を全部支給していたとのこと、シルバーとは全く異なったやり方だったようです。後日、宮崎での会合でその話をしたところ、延岡の理事長さんが「シルバーは大工さんと一緒だよ。そのように勉強させたら。大工は全部自分の道具で仕事に行くでしょう」とおっしゃいました。「なるほど」と思い、現在わたしはときどきその話をしています。

串間市シルバーも設立以来、事務局を始め市民各位の節大なるご支援、ご協力をいただき20年の節目の年を迎えることができました。紙面をおかりして心から感謝を申し上げます。今後とも、ご支援のほどよろしく申し上げます。

ボランティア活動のこと

自治会長を7年務めさせていただきました。ゴミの回収が始まるたびに初回の回収日、分別ができておらず百野氏の加勢をもらいました。袋を買って来てやっと分別をし、市役所に再度回収のお願いをしたことが一番の思い出です。また、リサイクルも始まり、営林署の山の一部をお借りできないかと市役所へ相談。後日、許可が出て増田工業会長から整地してもらい、小屋を作りました。回収のカゴは持ち回りということで雨のときは砂で汚れると思い、セメントを薄く流してもらいました。傾斜がついているので、雨水もたまたま最高のリサイクル場となりました。

また、無人駅（福島今町駅）の清掃も14年間やりました。あるときは、地区の民生児童委員の先輩が来て「前任の交通指導員さんがケガのため退職されるので後任を探してくれと頼まれた」と言いました。2人で話す中で「おれが一時でも加勢しようか」と引き受けたのが平成9年12月1日でした。以来14年間、有明小学校前で子どもたちと元気な声であいさつを交わしながら学校へ送ります。

昨年11月には交通安全功労者として市内から個人では小生が、学校では有明小学校が県知事表彰を受けました。いろいろ書きましたが、どれもボランティアだと考えています。

想  
随想



Profile

かわのまさな  
(82歳)

有明1区在住。昭和4年、福島地区・木代生まれ。現在、串間市シルバー人材センターの理事長を務める。昭和22年に国鉄に就職し、同59年に退職。串間市シルバー人材センター設立準備委員会を経て、平成3年4月1日、同センターを設立。理事長に就任。

チャレンジくしまアンテナショップ宮崎からのお知らせ

開設1周年を迎えました

JR宮崎駅構内フレスタで串間の地場産品を販売している「チャレンジくしま アンテナショップ宮崎」。5月で開設1周年を迎えました。

店内には約30業者が出展。200品目以上の品ぞろえを目指しています。

店舗では地場産品のPRはもとより、串間市の地域行事や観光イベントなどの情報を県内外に広く発信。串間の交流人口の増加、そして地域経済の活性化をめざしています。

宮崎市へお出かけの際は「チャレンジくしま アンテナショップ宮崎」にもぜひ、お立ち寄りください。

新しい発見があるかも！

チャレンジくしま アンテナショップ宮崎  
TEL 0985-75-0303

金環日食にちなんだキンカン商品が買える！

本紙10ページでご紹介した「金環日食」にちなんだ「キンカン」の新商品は、アンテナショップ宮崎でも販売しています。

※ただし5月21日までの期間限定。

商品名（全9品）

- ◎龍眼
- ◎きんかん入りかまぼこ
- ◎木熟きんかんドリンク
- ◎チューリップカレー・ギョウザ・メンタイ
- ◎きんかん甘露煮
- ◎完熟マンゴージャム
- ◎きんかん
- ◎きんかん上用饅頭
- ◎きんかん飴

読者プレゼント  
お便りをくださった方の中から抽選で5名様に「串間の地場産品セット(3,000円相当)」をプレゼント。  
※応募締切は5月31日(休)当日消印有効です。

オリーブの風～Vento di oliva～のみなさん～福島地区・東町のハーブ園にて～



植物の香りとみどりで癒しのまちづくりをめざしている『オリーブの風～Vento di oliva～』（新井照代代表・32人）の皆さん。福島地区・東町にハーブ園（ハーブ42種類・花木35種類）を開きました。土地（東町・津曲秀夫さんが無償貸与）や花木の苗、雨水タンクなどすべてが会員の提供で、手作りの優しさあふれる癒しの空間となっています。5月22日にはフリーマーケットを開催すること。「季節の花を愛でにぜひお越しください」と笑顔の皆さんでした。

市民憲章

- わたしたちは、
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、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 19,965人（前月比-113人）  
男9,218人 女10,747人  
世帯数8,347世帯

（平成24年4月1日現在）  
\*平成22年度国勢調査からの推計人口です。

FROM EDITOR'S

今月から新しく担当になった(シ)です。入庁以来こんなに短期間にこんなに多くの人に話を聞いたのは初めてでした。話を聞くのはすごくエネルギーが要ること。市民の想いがいっぱい詰まった広報誌にしていきたいです(シ)

心洗われる思いがした。今号で紹介した長田チツカさん。とにかく控え目でこちらが感心するにつけ「痛み入ります」と頭を下げられた。紙幅上、お伝えできなかった教養の深さにも驚くばかり。年齢を重ねた先輩方は社会の宝(サ)

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、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り、官製葉書に貼り付けてお使い下さい。

888-8555  
串間市役所総合政策課  
情報政策係 行

(No.910/2012.5)

◎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 ( ) -



2012年5月1日発行 (毎月2回1日・15日発行)

発行/申間市役所

編集/総合政策課情報政策係

〒888-8555 宮崎県申間市大字西方5550番地

TEL 0987-72-1111 FAX 0987-72-6727

http://www.city.kushima.lg.jp/

Eメール: info@city.kushima.lg.jp

印刷/有志布志新生社印刷申間支店



ラビットミニラベンター(オリーブの風ハーブ園にて)

## 「短歌」

申間短歌会選

牧水の歌碑のかたへの落ち椿笑ひこぼして賑々しかり  
 雪柳見ぬ間に咲いて満開の白く目立ちて気づかさる花  
 新聞も読まずなりたる隣の翁遊び心をくると巻く  
 水張田にさぎ波たたせ兄弟が肩を並べて畦ぬりし居り  
 ゼブラゾーン遅れはならじと背をのびし若きのヒールのリズム追いゆく

粟小路区…坂本不二子  
 上平…土居スミ子  
 上中園…鍋倉文子  
 豊子首…河野ヨシ子  
 有明三区…鈴木のり子

## うた

## ごよみ

## 「俳句」

あさひ俳句会選

靱の浦に鼓の響く花明り  
 新床の畳香れり木の芽風  
 麦秋に映えて明るき峠茶屋  
 父卒寿シヤンと迎えて五月かな  
 ノルマ多く大地鋤きをり山笑ふ

仲町…矢野欽子  
 上小路…木島サイ子  
 申間…島田ミネ子  
 仲町…原里歌  
 上町…川崎忠康

\*短歌、俳句の投稿は

■短歌 野辺 俊子さん (☎72-3300)

■俳句 本田 幾男さん (☎72-5280)