

広報 くしま

SEPTEMBER.2010 No.870



8月12日、福島地区・寺里にて

9

第1特集 ◎P2-3 行政改革の主な取り組み状況をお知らせします。

「小さくて効率的な自治体」の実現に向けて

第2特集 ◎P4-5 一人で悩まずにだれかに相談しましょう。

かけがえのないあなたの「いのち」を大切に

THE SLOW FOOD / パッチンエビ
くしまをあそぼう / トビウオすくい
学校へ行こう / 北方小学校

THE SLOW LIFE / 多田美代子さん
なるほど! 医療講座 / ビタミンとお薬
交流員レポート / タイ パート1

「小さくて効率的な自治体」 の実現に向けて

行政改革の推進は開かれた地方分権社会の構築を目指すため、市民と行政が協働して最少の経費で最大の効果を生み出すまちづくりを進めていくことが求められています。

また、人口の減少、少子・高齢化の進行、社会経済環境の急激な変化に加え、地方分権の進展など本市を取り巻く環境は大きく変化しており、財政事情が極めて厳しい中において、簡素で効率的・効果的な行政運営が求められています。平成21年度に実施した行政改革の主な取り組み状況をお知らせします。

平成21年度「行政改革」の主な取り組み状況

実施項目	行政改革取組状況
(1) 職員の意識改革と資質の向上	
<ul style="list-style-type: none"> 実績主義に基づく人事制度の検討 ゼロ予算事業の推進 	<ul style="list-style-type: none"> 「職員一人ひとりが市民や組織から期待される行動と成果を残せる職員に成長すること」を目指すため、平成21年度から人事評価制度を導入しました。 月に2回、職員が自治会に行政連絡文書を配達しました。 (平成22年3月末現在153地区中136地区を職員が配達) (効果額：984千円) 職員による市役所敷地内などの清掃に取り組みました。
(2) 市民との協働による市政の確立	
<ul style="list-style-type: none"> パブリックコメント制度の導入 公正の確保と透明性の向上 	<ul style="list-style-type: none"> 平成19年度の申問市パブリックコメント制度の導入を受け、市で定める基本的な方針や条例などの政策形成の素案や関連資料を市民の皆さんに公表し、広く意見を募集しました。(件数：3件) 情報公開制度に基づき公文書の公開をしています。公開状況については、広報紙で市民へ周知しています。(件数：4件) 入札制度について、条件付一般競争入札を1件、総合評価落札方式の入札を試行的に2件実施し、入札の公平性・透明性の確保に努めました。
(3) 時代に即応した行政組織機構の整備	
<ul style="list-style-type: none"> 組織機構の見直し 各種審議会などの見直し 	<ul style="list-style-type: none"> 事務の最適化により、地籍調査係を税務課から農林水産課へ移管しました。 組織の統廃合を検討するとともに、女性委員の積極的な登用を促進し、効率的で効果的な会議運営を図りました。 (各種審議会などの女性登用率 33.5%)

(4) 自主性の高い財政運営の確保

<ul style="list-style-type: none"> 経常経費の見直し 負担金・補助金の見直し 未利用財産の売り払い 行政評価の充実 未収金の徴収体制の確立 	<ul style="list-style-type: none"> 当初予算編成時に、一般財源を基準とした範囲において、前年度当初予算額の98%の範囲内としました(ただし、光熱水費、燃料費は前年度12月補正後の額を基本)。 市単独による各種運営補助金および事業補助金について、前年度当初予算額の90%の範囲内としました。 <ul style="list-style-type: none"> 廃止 5件 ▲1,714千円 減額 22件 ▲3,894千円 未利用財産の売り払いについては、HPや紙面による情報発信を行い未利用財産の処分を行いました。 <ul style="list-style-type: none"> 6件 7,629千円 事務事業評価の充実に重点を置き、事業の必要性、公共性、公平性、有効性、効率性の見地から客観的に判断するよう事業の厳選に取り組みました。 <ul style="list-style-type: none"> 評価対象事業件数：221件(うち継続189件、新規32件) 採択事業205件、不採択事業2件、保留事業14件 市税などは平成18年度より導入した滞納整理指導官の指導を受け、差押え予告・差押え・公売予告などの滞納処分の徹底、納税相談による分割納付の徹底による税負担の公平性の確保に努めました。 <ul style="list-style-type: none"> 平成21年度収納率など <ul style="list-style-type: none"> 市 税……………現年度 96.83%……………過年度 20.21% 国民健康保険税……………現年度 92.21%……………過年度 21.75% 介護保険料……………現年度 98.79%……………過年度 23.45% 後期高齢者医療保険料……………現年度 98.64%……………過年度 70.74% 保育料……………現年度 96.17%……………過年度 10.17% 市営住宅使用料……………現年度 98.07%……………過年度 8.38% 下水道負担金……………現年度 94.43%……………過年度 22.43% 下水道使用料……………現年度 99.00%……………過年度 64.91% 水道料(上水)……………現年度 99.24%……………過年度 87.32% 水道料(簡水)……………現年度 99.28%……………過年度 46.42% 診療費患者負担金……………現年度 96.96%……………過年度 39.13%
---	---

(5) 事務事業の整理合理化および業務執行方式の見直し

<ul style="list-style-type: none"> ㈱串間リフレッシュビレッジ(三セク)の見直し 投票場の見直し 市立保育所 	<ul style="list-style-type: none"> 平成21年9月2日に清算登記終了しました。 10か所の投票所において、投票時間の2時間繰り上げを実施しました。(効果額：95千円) 市立隣保館保育園を平成21年6月から民営化し、法人保育所に移行しました。
--	--

(6) 定員管理の適正化および給与などの見直し

<ul style="list-style-type: none"> 定員管理の適正化 給与の適正化 給与・報酬などの削減 	<ul style="list-style-type: none"> 定員管理計画を作成し、平成25年度までに22人の削減を目指します。平成21年度に4人を削減しました。(平成21年4月現在380人) 管理職手当の見直しを行いました。 看護師手当および消防士手当の廃止をしました。(効果額：3,576千円) 市長の給料15%、副市長の給料12%、教育長の給料10%、常勤監査委員の給料10%の削減(効果額：3,320千円) 非常勤特別職の報酬を5%削減(効果額：4,026千円)
--	--

(7) 情報化の推進

<ul style="list-style-type: none"> 戸籍事務OA化の推進 	<ul style="list-style-type: none"> 窓口業務の迅速化、正確性など、事務機能の合理化および市民サービスの向上に向け、平成22年3月に完了しました。
--	--

かけがえのないあなたの「いのち」を大切に

近年、日本では自殺者数が毎年3万人前後を推移し、深刻な社会問題となっています。自殺はだれにでも起こりうる問題。一人で悩まずに、まずはだれかに相談しましょう。

日本の自殺者数は毎年3万人前後を推移しています。自殺未遂者はその10倍はいると言われており、毎年30万人（1日1,000人）の人たちが自殺を凶つていると予測されます。内閣府は平成19年に「自殺総合対策大綱」を策定。9月10日の「世界自殺予防デー」に合わせて、毎年9月10日から16日を「自殺予防週間」として自殺予防を呼びかけています。

■自殺の原因と背景

厚生労働省によると、平成20年の全国の自殺者数は30,229人、人口10万対の自殺死亡率24.0人。宮崎県は同年、364人、人口10万対の自殺死亡率32.0人と全国に比べて高いものの、自殺予防への積極的な取り組みにより、平成20年以降は減少傾向にあります。

家庭や仕事のストレス、経済面の不安などを抱える人ほど自殺願望が強い傾向にあると指摘されています。地域社会や家庭・職場などとのつながりを失うことから「生きる不安」を抱え一人での悩み、「ひとりぼっち」という絶望感や孤独感から自殺に至る過程があることから、自殺はだれにでも起こりうる問題なのです。

■自殺と精神疾患の関係

自殺を凶つた多くの人がうつ病やアルコール依存症などの精神疾患にかかっており、特にうつ病の割合が高いといわれています。うつ病は単に気分が落ち込んでいだけでなく「心身の

疲労が蓄積し、休息のリズムが乱れて、疲れているのに休めない状態」で、心身に疲れきってエネルギーが低下した状態です。

厚生労働省の調査によると、約15人に1人は生涯のうち1回以上うつ病を経験。ありふれた病気のひとつともいえますが、多くの人には病気になるまで気づかず、治療を受けずにいるという結果が出ています。体のだるさや不眠、食欲低下などの身体症状、ゆううつな気分や不安感、やる気がおきかないなどの心の症状に特に気をつけてください。周囲の方々は、以前と比べて表情が暗くなる、体調不良の訴えが多い、周囲との交流を避けるようになった、飲酒量が増えたなどのサインを見逃さず、適切な対応をとることが重要です。

本人がゆっくりとくつろげる環境をつくり、励まされず、否定せず、気晴らしを無理強いせず、寄り添って思いを受け止めることが必要です。そして、医療機関などに相談し、適切な治療を辛抱強く実施していくことが大切なのです。

■ひとりで悩まず、まずだれかに相談を

自殺を考えている人は、死を考えると同時に「生きたい」と

いう気持ちの間で激しく揺れ動き悩んでいます。その中で、不眠や体調不良などの自殺の危険を示すサインを発しているのです。しかし、この気持ちをだれかに相談することへの躊躇や抵抗感などがあるために、周囲にはなかなか伝わらず、早期発見を困難にしています。このような状況で重要なのは、周囲の家族や同僚、地域住民の支援です。身近な人々が心身の不調に気付いてあげることや、一言声をかけることにより自殺を防ぐことにつながっていくのです。

自殺は決して個人の弱さや性格などの問題でなく、健康問題、経済問題、生活問題、労働問題、家庭問題などさまざまな要因が関係しているのです。「もう自殺しかない」と思い込んでしまっているのは、今抱えている過大なストレスで視野が狭くなっていることが原因と考えられます。

まず専門家に相談することが解決への第一歩です。精神保健福祉センター、保健所、精神科医、職場の産業医、地域の保健福祉スタッフなどに相談してみてください。自分は大丈夫」と自己判断せず、専門医の診察を受けることが大事です。治療をきちんと進めた上で、今抱えている問題の解決を考え、労働人権、金銭などの問題、家庭不

和などもそれぞれの専門家（弁護士、団体、NPOなど）に相談することで、解決の糸口がきつと見つかります。もちろんこうした問題も自分一人で解決しようとせず、できる限り身近な信頼できる人に相談し一緒に考えれば、少しでも心の負担を軽くできます。

自ら命を絶つた人の無念さ、

またその自殺に直面した家族、友人、同僚など周囲の辛さや悲しみは深く、知り知れませんが、自殺を防ぐことは社会にとって大きな課題です。今、この瞬間にも自殺問題で思い悩む多くの人たちがいます。自殺は本人、そして周りが正しい知識や情報を得て、解決のための一歩を踏み出し、具体的な行動をとることにより、未然に防ぐことが可能になります。まずはだれかに相談すること、相談を受ける側は思いを受け止めること、そして周囲が自殺の危険のサインを見逃さず適切に対応していくことが必要なのです。

●相談先Ⅱ福祉保健課自立支援係 ☎72-0333（内線510）

JIJING健康への研修参加者募集

強い絆のあった人が亡くなるという体験は、残された人々に

心の問題を引き起こすことがあります。

今回、自死遺族支援に重点を置き、一人で悩まずに安心して悲しみを吐き出すことができる地域づくり、一人でも多くの命をつなぎとめることができる地域となることを願って「こころの健康づくり研修会」を開催します。

●日時Ⅱ9月21日（火）午後1時～4時

●会場Ⅱ串間市総合保健福祉センター

●講演Ⅱ「自死遺族のいたみ共にできること」／講師Ⅱ石倉紘子氏（こころのカフェきょうと）

●活動紹介ⅡNPO法人こぼやしハートム／話し相手ボランティア（串間市）／NPO法人みんなのくらしセミナー

●対象Ⅱ一般住民、民生委員、自治会長など地域関係者、行政および相談・医療機関の担当者など100人程度

●参加料Ⅱ無料

●申込方法Ⅱ参加申込書により FAXまたは郵送、電話での申し込みも可能。

●申込・問い合わせ先Ⅱ南保健所健康づくり課疾病対策担当 ☎889-2536 日南市吾田西1-5-10 ☎23-3141 FAX 23-3014

◎自殺者数の推移

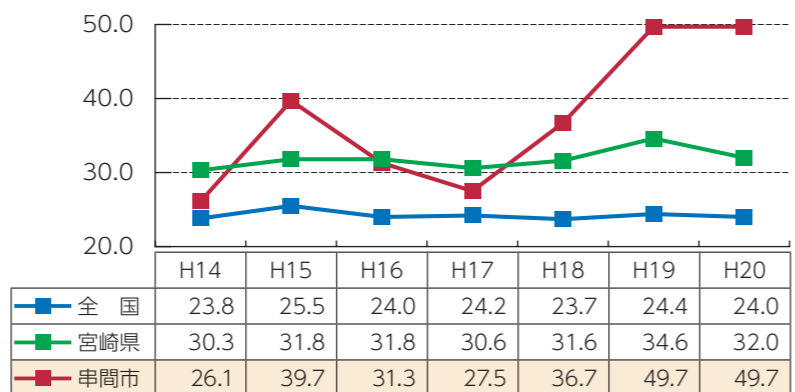
■全国		H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20
男性		21,677	23,396	21,955	22,236	21,419	22,007	21,546
女性		8,272	8,713	8,292	8,317	8,502	8,820	8,683
合計		29,949	32,109	30,247	30,553	29,921	30,827	30,229

■宮崎県		H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20
男性		260	278	275	259	243	284	258
女性		93	91	93	93	119	110	106
合計		353	369	368	352	362	394	364

■串間市		H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20
男性		5	6	5	3	7	9	9
女性		1	3	2	3	1	2	2
合計		6	9	7	6	8	11	11

※厚生労働省の人口動態統計及び県の衛生統計年報より（H14～H20まで確定数）

◎自殺率の比較（人口10万対の自殺者数）



串間市の自殺対策普及啓発活動

国は、例年、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、地方公共団体、関係団体などとも連携して、重点的に広報啓発活動を展開するとともに、関係施策を強力に推進することとしました。串間市も県と連携し、さまざまな悩みの相談窓口を一覧にした「こころの電話帳」を全戸に配布し、本庁1階ロビーと総合保健福祉センター内に自殺対策コーナーを設置しパンフレットなどを置きました。

また、宮崎県の自殺対策シンボルである「青Tシャツ」とともに県が作成した「ひとりで悩まないで誰かに話してみませんか」というメッセージを込めた青ポロシャツを、毎週水曜日に総合保健福祉センターに勤務する職員が着用し普及啓発に努めました。この毎週水曜日の青ポロシャツ着用は現在も続いています。串間市では今後も県と連携し、自殺対策普及啓発に努めていきます。



青ポロシャツを着用して勤務する職員。「ひとりで悩まないでだれかに話してみませんか」

まの話題

8年間お疲れさまでした

第14代、15代串間市長として8年間務められた鈴木重格さんが7月27日、退任されました。退任式で鈴木さんは「常にどうすれば串間が発展するか考えていました。支えてくれた皆さんに感謝します。ありがとうございました」とあいさつ。退任の際には職員や市民約200人に見送られ市役所を後にしました。8年間お疲れさまでした。



第16代市長が就任しました

7月28日、第16代串間市長に野辺修光市長が就任しました。野辺市長は7月25日に行われた串間市長選挙において当選されました。また就任式に先立って26日に行われた当選証書付与式では、市長選挙で当選した野辺修光市長と、18日告示の串間市議会議員補欠選挙で当選した河野清見さんに当選証書が付与されました。



全国大会での健闘祈ります

7月の県中学校総合体育大会で優勝・準優勝などの好成績を取った福島中学校の弓道部と柔道部の生徒が8月4日、野辺市長を訪問しました。生徒たちはごろの練習の内容や大会の結果を市長に報告し、市長から「日本一を目指して頑張ってください」と、激励されると「全国大会も頑張ります」と決意を述べました。



キャンプで串間に元気を!

中京大学硬式野球部が8月4日から7日間、夏季串間キャンプを行いました。これまで春季キャンプを串間で行ってきた同部は、口蹄疫で疲弊する宮崎県を応援しようと、今回初めて夏季キャンプを実施。半田卓也監督は「串間が元気になるためにきました。自分たちも秋の大会に向けて力をつけよう」と話していました。



農業の楽しさ体験しました

8月16日、西下弓田の松田農産の田んぼで、りんぼかん保育園の園児が稲刈りを体験しました。園児たちはかまを使って稲を刈った後、交代でコンバインに乗せてもらいました。同保育園の保護者でもある松田農産の松田朋和さんは「これをきっかけに、子どもたちに農業の楽しさを知ってほしい」と話していました。



串間市中学校 職場体験学習

地域の職場で働くことを通して、仕事の意義やあり方を学ぶとともに、地元への愛着と誇りを育てます。

自分の生き方に自信をもつ子どもへの育成を目指すとともに、串間を愛し誇りに思う子どもたちを育てていこうとするものです。職場体験学習を終えた後、生徒たちからは、「仕事をする上でチームワークがとても大切だ」ということを知りました。「目の前の仕事に一生懸命頑張ることが大事だ」ということを知りました。これからは、自分から進んで仕事をできるようにしたい」などの感想がありました。

実施にあたっては、市内の多くの事業所の方々のご協力・ご支援をいただきました。子どもたちは、業務を体験するだけでなく、言葉遣いや礼儀について指導を受けたり、体験談を聞かせていただいたりするなど、きめ細かな配慮のなかで貴重な体験をすることができました。この職場体験学習を通して、子どもたちは学校では体験できない仕事や職業に対する理解を深めることができました。

また、働くことの意義や大切さを含めた勤労観や職業観も高めることができ、人間関係の在り方や社会性の重要性にも気づくことができました。これらの体験により、将来の職業生活や社会生活への夢や希望が、より強く鮮明になったことでしょう。この職場体験学習が今後の学校生活に生かされ、学習面や生活面での一層の充実にもつながるものと期待されます。

【受け入れ事業所】

串間郵便局、串間市立図書館、串間消防署、自衛隊13警戒、串間温泉いこいの里、マルチョンラーメン、うどんの七福、寿司虎寺里支店、セブンプラザ串間店、玉味製菓、四季彩館ほりぐち(含西浜店)、ニシムタ串間店、有限会社はとや(含すも)、つまがり書店、ハールエスパシオふくみ、みどりや菓子舗、串間市民病院、のだ小児科、かな保育園、南さくら保育園、むつみ保育園、串間保育園、上篠原保育園、北方保育所、大東中央保育所、原写真館、トヨタカロラ宮崎串間店、JAはまゆう串間 選果場、宮崎果汁、JA大東、寿海酒造、黒瀬水産、ハッピーヘア、井上石油、加藤動物病院(敬称略)



保育士の仕事も体験。



値札はりを体験。



救助器具の使い方の説明を受ける。

小節のきいた高く澄んだ歌声。大東地区・大重野にお住まいの多田美代子さんは、会社勤めの傍ら市内外のイベント会場で自慢の歌声を披露しています。

子どものころから歌が好きだったという美代子さんが当時聴いていたのは主にポップス。ところが中学生のころ、テレビで流れていた演歌調のCMソングを真似て歌ってみたところ「自分って小節がまわる」と、自らの歌にびっくり。それからは演歌や民謡にも興味を持つようになりました。

高校生になると地域の夏祭りなどで観客を前に歌うことも。卒業後、一時串間を離れ歌うことから遠ざかりましたが、帰郷すると再び歌を。地域のイベントや敬老会では、自分の歌を聴いた人たちが喜んでくれる姿に美代子さんは感動、「歌はいいなあ」と実感しました。

昨年、大東地区を元気付けようと作られた「大東よかよか音頭（作詞作曲・田原宣男さん）」を美代子さんが歌うことになり、CDも製作。これからこの曲を市内のいろんなイベントで披露する予定です。

「歌うことで地域の皆さんに喜んでもらえたら」と美代子さん。その歌で地元大東を、そして串間を元気付けていきます。



大東よかよか音頭



「大東よかよか音頭」では、大東の甘しょ畑や自然豊かな風景を歌っている。

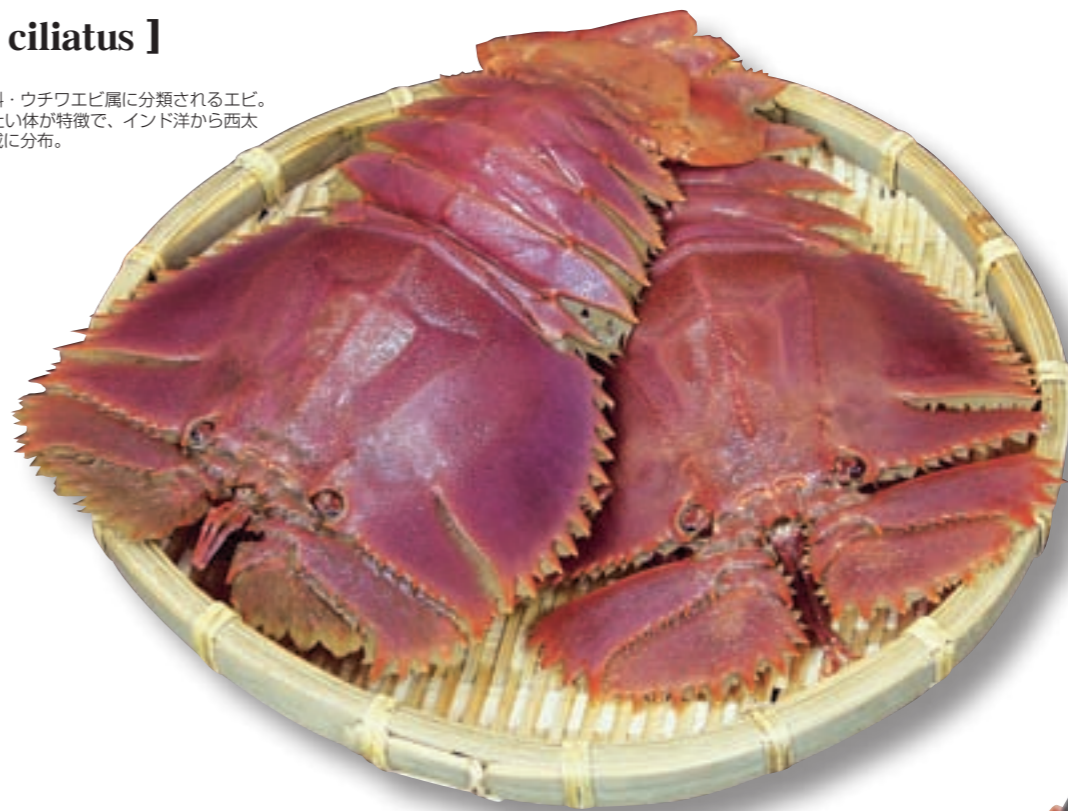


歌うことが大好き。
歌うことで皆さんに喜んでもらいたい。

ただみよこ
多田美代子さん / (37歳)

【Ibacuc ciliatus】

名称/ウチワエビ
エビ目・セミエビ科・ウチワエビ属に分類されるエビ。
うちわのような平たい体の特徴で、インド洋から西太平洋の熱帯・温帯域に分布。



和美さん 自慢の地産地消【パツチンエビ】

【パツチンエビ】

パチパチッと元気の良い音をたてて跳ねるパツチンエビ。福島地区・高松にお住まいの川畑和美さん（60歳）は、パツチンエビ漁を営んでいます。

正式にはウチワエビの名前で知られているパツチンエビ。名前の由来は、胴の部分と頭とをパチパチと急激に折り畳んで威嚇するためとも言われています。

実はパツチンエビはイセエビの仲間。身にうま味がつまっています。イセエビ以上の味との評価を受けることもあるほどです。「刺身にしてもいいし、みそ汁もダシが出ておいしい。どう料理してもおいしいね」と話す和美さん。

パツチンエビ漁は5月から7月にかけて行われます。和美さんの漁が始まるのは早

朝4時。3時間ほどかけて漁場に向かいます。漁にかかる時間は約8時間。1日の漁が終わったあとは、船で一泊します。漁場まで往復で6時間かかるため、泊まりこみの方が効率が良いからです。

パツチンエビが住んでいるのは水深150mほどの海底。そのため、漁の方法は底引き網漁です。22mほどの長さの底引き網を使い、漁を行います。この網は網目が大きくなっていて、小さいパツチンエビは捕らないよう工夫されています。「昔はたくさんパツチンエビが捕れたが、今はだいぶ少なくなっている。資源を守るため、できることはしていかないといかん」と話す和美さん。これからのパツチンエビ漁のために、資源保護にも取り組んでいます。

簡単レシピ

パツチンエビのみそ汁

エビの風味を楽しもう。



◎材料

- パツチンエビ..... 2〜3匹
- みそ..... 適量
- ねぎ..... 適量

◎作り方

- ① 鍋に水を張り縦に2つに切ったパツチンエビを入れる。
- ② あくをとりながら20分ほど加熱する。
- ③ みそを入れながら味を調節する。
- ④ 好みでねぎを入れ食べる。

くしまを

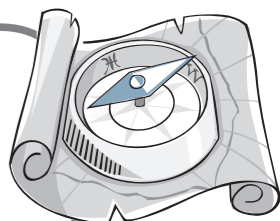
串間の魅力 再発見

74

◎トビウオすくい



本日の獲物



あそぼっ。

串間の夏を代表する魚、トビウオ。今回は、トビウオすくいに挑戦してきました。今回、初めてのトビウオすくいということもあり、うまくすくうことができたのか緊張しながら、港へと向かいました。空が暗くなり始めた午後7時過ぎ。都井の立宇津港を出発します。目的は港から2kmほど先の沖合。ここがトビウオすくいのできるポイントです。

この日は月がとても明るい夜。海が見渡せてとてもきれいな景色を楽しめました。しかし、漁師さんの話では、水面が明るいと集魚灯の光が目立たなくなってしまう、トビウオが集まりにくくなってしまふとのこと。月明かりのない真っ暗な夜のほうが最適なのです。不安になりながら待っていると、船の下を影が走ります。トビウオだと喜んだのもつかの間、あつという間に泳ぎ去ってしまいました。

今度は逃がさないようにと、じつと海を見てみると、再びトビウオがやってきました。急いでタモですくおうとしますが、

トビウオの素早い動きについていけず、逃げられてしまいます。見かねた漁師さんが代わり、とても簡単に一匹すくってしまいました。

1時間ほどの漁の結果、漁師さんのおかげで、4匹のトビウオをすくうことができました。残念ながら自力ではトビウオをすくうことはできませんでした。しかし、トビウオすくいの条件としてはあまり良くなかったにも関わらず、4匹のトビウオをすくうことができたことは、とても運が良いとのこと。初めてのトビウオすくいとしては、良

い結果でした。条件がよければ辺り一面にトビウオが泳いでいることもあるそうなので、再挑戦するときはぜひ見てみたいと思っています。

港に戻ると、とれたてのトビウオを刺身でいただきました。しっかりとした歯ごたえのする、甘味のある刺身は、今まで食べたことがないほどおいしい刺身でした。

串間の夏の風物詩トビウオすくいを、一度体験してみたいという方。●期間 10月31日まで ●出航時間 午後7時ごろ ※出航は日没後となるので状況によって時間が変わります。詳しくはお問い合わせ時に確認をお願いします。

●時間 1時間 ●料金 1万円(1隻5人まで) ●問い合わせ先 串間市東漁業協同組合 ☎76-1515

真夏の夜のトビウオすくいに挑戦



チャンスを逃さないよう海を見つめます



トビウオの刺身

串間市では職員採用試験を行います。

【欠格事項】

- ① 次のうちいずれかの一つに該当する者は、受験できません。
 - ① 日本国籍を有しない者
 - ② 成年被後見人または被保佐人の執行を受けるまでまたはその執行が終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの者
 - ③ 串間市職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない者
 - ④ 日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他団体を結成し、または加入した者

【受験の手続き】

申込書は、串間市役所総務課職員係で交付するほか、ホームページからダウンロードしてご利用ください。郵送で申込書を請求する場合は、封筒の表に「採用試験申込書請求」と朱書きし、140円の切手を貼った返信封筒（A4判が入る大きさ）を必ず同封してください。

【申込受付期間】

9月17日(金)まで。平日(月～金)の午前8時半から午後5時15分まで(祭日除く)。9月17日(金)は午後5時15分必着。

【試験日】

- ・ 一次試験 10月17日(日)
- ・ 二次試験、選考試験(看護師・薬剤師) 11月14日(日)
- ・ 二次試験(看護師・薬剤師を除く) 11月15日(月)

【二次試験】

- ・ 教養試験 選考試験を除く全職種
- ・ 専門試験 土木技師および保健師の職種
- ・ 実技試験 消防士の職種
- ・ 適性試験 土木技師および保健師以外の職種

【二次試験】

- ・ 作文試験 上級以外の職種
- ・ 論文試験 上級の職種および選考試験
- ・ 人物試験、身体検査 1次試験合格者および選考試験

● 申込・問い合わせ先 串間市役所総務課職員係 ☎888-8555 宮崎県串間市大字西方5550番地 ☎0987-721111 (内線313) ホームページアドレス www.city.kushima.jp

● 採用試験の種類・採用予定人員・職務内容および受験資格

試験は次の職種のうち、いずれか一つを受験することができます。なお、受付締切後の変更はできません。

種類	職種	採用予定人員	職務内容	受験資格
上級試験	一般事務	3人程度	市長部局などに勤務し、一般事務の業務などに従事します	昭和56年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた者
初級試験	一般事務	2人程度	市長部局などに勤務し、一般事務の業務などに従事します	昭和60年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者。ただし、学校教育法に基づく大学(短期大学は除く)またはこれと同等と認める大学校などを卒業または卒業見込の者は受験できません。
社会人経験者試験	一般事務	1人程度	市長部局などに勤務し、一般事務の業務などに従事します	・昭和50年4月2日以降に生まれた者で、平成22年7月末日現在、会社員・自営業者などとして1年以上の継続した期間にわたり、週30時間以上勤務の職務経験が通算5年以上の者 ・アルバイト、パートタイマー、公務員の職務経験も上記条件に合えば通算できます。 ・同時期に複数の事業に従事していた場合は、いずれか一方の従事期間のみを通算します。 ・休業期間(1カ月以上の休業期間が該当。出産休暇は除く)は職務経験に含めることはできません。 ・在職証明は、最終合格時に提出し、履歴に虚偽があったり、証明ができない場合は合格を取り消します。
上級試験	土木技師	2人程度	市長部局などに勤務し、土木技師の業務などに従事します	昭和56年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた者
上級試験	保健師	1人程度	市長部局などに勤務し、保健師の業務などに従事します	昭和56年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた者で、保健師の免許を有する者または国家試験(平成22年度実施)に合格し、免許を取得見込みの者
中級試験	看護師	4人程度	市民病院などに勤務し、看護師の業務などに従事します	昭和50年4月2日以降に生まれた者で、看護師の免許を有する者または国家試験(平成22年度実施)に合格し、免許を取得見込みの者
初級試験	消防士	1人程度	消防署などに勤務し、消防士の業務などに従事します	昭和60年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者で下記の要件を満たす者 (1)両眼とも視力1.0以上(矯正視力を含む)で色覚が正常であること (2)聴力が完全な者
選考試験	社会福祉士	1人程度	市長部局などに勤務し、社会福祉士の業務などに従事します	昭和50年4月2日以降に生まれた者で、社会福祉士の資格を有する者または国家試験(平成22年度実施)に合格し、免許を取得見込みの者
選考試験	薬剤師	1人程度	市民病院などに勤務し、薬剤師の業務などに従事します	昭和45年4月2日以降に生まれた者で薬剤師の免許を有する者または国家試験(平成22年度実施)に合格し、免許を取得見込みの者

あなたの力を串間市に 平成22年度 串間市職員採用試験を実施します。



夕暮れ時、上町橋からの風景。日中はまだまだ暑さが厳しいが、朝夕は幾分か涼しさを感じるようになった。

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」串間短歌会選

人生のよさも悪さも教えてくれた優しき姉は逝きて花咲く
陽を受けて虹色に映ゆひとつぶの小さなトマトを愛しみて摘む
潮の香と緑の風をはらませて「今日もやるぞ」とスティック握る
山百合の花に遊べる番い蝶はなのいとなみ折らずに帰る
雨つづく川の水嵩増しきたり堤防の土手水越す怖さ

(一般投稿)
都井松野修子
西小呂区矢野笛美
有明一区長岡アイ子
上中園国府須賀子
上平土居スミ子

「俳句」あさひ俳句会選

ひおうぎの吹かるる岬馬跳ねる
夏草や面影若く兵眠る
灼くる日の思ひは遙か終戦忌
薪能小鼓ボンと星ひとつ
わが身入る肩中ほどの片蔭に

上町川崎忠康
寺里谷口秀子
串間島田ミネ子
上小路木島サイ子
仲町矢野欽子

国民年金基金からのご案内

国民年金基金は自営業、フリーランなど、国民年金第1号被保険者の方たちが、より豊かな老後を送れるようにするための公的な年金制度です。加入できる人は、国民年金の第1号被保険者の保険料を納めている方ですが、次の方は加入できません。

- ① 第1号被保険者でなくなつたとき
 - ② 国民年金の保険料が免除されたとき
 - ③ 農業者年金に加入したとき
 - ④ 国民年金の任意加入被保険者になったとき
- 国民年金基金の5つのメリット
- ① 終身年金が基本
 - ・ 65歳から生涯受け取る終身年金（A型・B型）が基本ですので長生きリスクに対応できます
 - ② 年金額が確定、掛金額も一定
 - ・ 掛金の支払いにより、将来受け取る年金額が確定します
 - ・ 加入時の掛金は60歳まで変更なし
 - ③ 税制上の優遇
 - ・ 掛金は全額社会保険料控除の対象
 - ・ 受け取る年金は公的年金等控除対象
 - ④ 万が一の時は家族に遺族一時金支給
 - ⑤ 自由なプラン設計
 - ・ ライフプランに合わせ、年金額や受取期間を設定できます
 - ・ 加入後も年金・掛金の額を口数単位で増減できます
 - ・ 掛金を年度分全納すると割引あり

● 給付の種類

国民年金基金の給付は、老齢年金と遺族一時金です。

- ・ 基金の加入資格を途中で喪失した場合一時金は支給されず、掛金を納めた期間に応じた年金が将来支給されます。
- ・ 国民年金の老齢基礎年金を繰り上げ受給する方は、繰り上げ受給期間中は基金から国民年金の付加年金に相当する部分だけを受け取ります。

● 問い合わせ先

宮崎県国民年金基金
☎ 0985-2510090

● 追納をおすすめします！

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除）・若年者納付猶予・学生納付特例の承認を受けられた期間は、年金を受け取るために必要な受給資格期間に算入されますが、受け取る年金額は保険料を全額納めたときよりも老齢基礎年金の額が少なくなります。

そこで、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であれば、あとから保険料を納付（追納）ができるようになっていきます。ただし、免除などの期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納されると、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乘せられます。追納のお申し込みは近くの年金事務所までお願いいたします。

● 問い合わせ先

都城年金事務所 ☎ 0986-2312571、市民生活課 ☎ 市民係 ☎ 内線 225・226

JICA ボランティア 体験談&説明会開催のお知らせ

独立行政法人国際協力機構（以下 JICA）では、平成22年度の秋募集として、青年海外協力隊と日系社会青年ボランティアを募集します。

青年海外協力隊とは、技術や経験を生かして、開発途上国の人たちと共に生活し、相互理解を図りながら、自助努力を促進させる形で、協力活動を展開していく海外ボランティアです。

日系社会青年ボランティアは、青年海外協力隊とは同じ形で実施されていますが、中南米の日系人・日系社会への協力を通じて、その国の人たちや社会へ貢献するボランティアです。

- 青年海外協力隊
- ・ 募集人数 未定（平成21年度秋募集の合格者は764人）
 - ・ 募集分野 農林水産、加工、保守操作、土木建築、保健衛生、教育文化、スポーツ、計画・行政の8部門、約120職種
 - ・ 派遣国 アジア、アフリカ、中南米、大洋州、中近東など計約80カ国
- 日系社会青年ボランティア
- ・ 募集人数 未定（平成21年度秋募集の合格者は36人）
 - ・ 募集分野 教育文化、保健衛生、福祉部門を中心に約10職種、日本語教育が大半

- ・ 派遣国 中南米（アルゼンチン、ボリビア、ブラジル、チリ、コロンビア、ドミニカ共和国、メキシコ、パラグアイ）地域の日系団体
 - ・ 募集期間 10月1日（金）～11月8日（月）
 - ・ 応募資格 11月8日時点で満20歳から満39歳までの日本国籍を持つ方
- ※ 派遣国は要請の追加や取り止めにより変更となる場合があります。
- 派遣までの流れ

- ① 応募
 - ② 一次選考（書類選考） 所定の応募書類（健康診断書含む）に必要事項を記入し送付
 - ③ 二次選考 面接、語学試験、健康診断、実技試験（該当職種のみ）
 - ④ 派遣前訓練
 - ⑤ 派遣
- ・ 派遣期間 原則として2年間（赴任形態は単身赴任となります）
 - ・ 待遇など JICA の規定に基づき、往復旅費、現地生活費、住居費、国内積立金などを支給
- 体験談および説明会
- ・ 宮崎開催会場 宮崎市民プラザ4階大会議室
 - ・ 日時 10月6日（水）、10月23日（土）午後7時開催
- 問い合わせ先
- 独立行政法人国際協力機構九州国際センター（JICA九州）市民参加協力課ボランティア班 ☎ 093-671-8349

Medical Lecture



なるほど！医療講座

著：串間市民病院 薬剤師 鶴岡 裕子
つるおか ゆうこ

ビタミンとお薬

今

年の夏は例年にも増して暑さが厳しかったですね。暑いと血行が良くなり発汗量が増えるために、エネルギーが使われます。エネルギー源である糖質などが不足したり、効率よく代謝されずに老廃物が蓄積したりすると、疲れを感じると言われています。疲れを感じる時こそ、エネルギー源として糖質・たんぱく質・脂質を、また効率の良い代謝のためにビタミン・ミネラルをバランス良く取ることが大切です。しかしバランスよい食事を毎日続けることは口で言うほど簡単ではありませんよね。

さて昨今の健康ブームで、サプリメントとしてビタミン・ミネラルを製品化したものをよく見かけます。基本はもちろん食事からの栄養ですが、不足しがちなビタミン・ミネラルはサプリメントを利用するのも一つの方法です。そこで今回はビタミンに焦点をあて、サプリメントを取る際の注意点やお薬との飲み合わせについてのお話をします。

ビタミンは不足してもダメ！ 取りすぎてもダメ！

ビタミンは生きていくのに必要な栄養素で、ほとんどのビタミンは体の中で作ることができず食物から取らなければいけません。不足すると欠乏症、取りすぎると過剰症という健康障害が起こります。厚生労働省は1日の食事から取るビタミンの量

を「日本人の食事摂取基準」の中で定めています。そこで定められている各ビタミンの「推奨量」または「目安量」とは、欠乏症にならないように1日に食品から取るべき量、反対に「耐容上限量」とは過剰症にならないように上限を示した値です。

ビタミンには水に溶ける水溶性ビタミン（ビタミンB群・C、パントテン酸、葉酸、ピオチン、ナイアシン）と水に溶けない脂溶性ビタミン（ビタミンA・D・E・K）があります。

水溶性ビタミンは余分に取っても尿と一緒に体外へ排出されるので、耐容上限量は定められていません（ビタミンB6、ナイアシン、葉酸には定められています）。上限が無いとなるとたくさん取りたくなりますが、例えばお肌にはいいビタミンCは、大量に取っても消化管からの吸収率が下がったり尿へ出ていく量が増えるだけだということを知られています。また1日に3〜4gほどの多量を摂取すると、下痢や吐き気など胃腸への影響

が問題になりますので、水溶性ビタミンといえどもやはり取り過ぎはお勧めできません。過剰症が問題となるのは脂溶性ビタミンです。信頼できるメーカーが販売しているサプリメントには成分量と1日に取る量が必ず表示されていますので、病院でもらうお薬と同じように1日量をきちんと守って上手に日々の食事にプ

ラスしてください。

お薬との飲み合わせについて

サプリメントを取る際にはお薬との飲み合わせにも注意が必要です。例えば、感染症にかかった時に病院から出される抗生物質は、感染症の原因である菌を殺す働きをしますが、同時に腸内細菌にまで影響を与えます。そのため、私たちの体の中で腸内細菌によって作られているビタミンB群やビタミンKの欠乏を引き起こすことがあります。抗生物質の服用は通常は短期間なので過度の心配はいりませんが、病気によって長期間服用される方はそういったビタミンの補給を心がけるとよいです。

風邪で熱が出た時などに飲む解熱鎮痛薬（アスピリンなど）はビタミンCの吸収を妨げ体内の濃度を下げると言われています。また葉酸の活性を下げるという報告もあります。特にビタミンCは免疫力を高めて風邪の症状を和らげる働きもあるので一緒にビタミンCを補給することをお勧めします（サプリメントではなく、ホットレモンなどでもいいですよ）。

今回例に挙げたのはほんの一例です。また、鉄やカルシウムなどのミネラルにもお薬との飲み合わせに注意が必要な場合があります。サプリメントを取る際、現在飲んでお薬との飲み合わせが気になる場合は、ぜひ一度薬剤師にご相談ください。

学校へ行こう

学校のシンボル、せんだんの木の前で撮影。



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 72-11177

【今月の新刊】

ゆ んでめて(畠中恵) リア家の人々(橋本治) 若き日の友情(辻邦生) あんじゅう(宮部みゆき) ランプコントロール(大崎善生) 悪の教典・上下(貴志祐介) 窓の外は向日葵の畑(樋口有介) 儲けすぎた男(渡辺房男) おとうとの木(宮ノ川頭) 確信犯(大門剛明) 湖底の城1巻(宮城谷昌光) 御当家七代お崇り申す(佐藤雅美) シューマンの指(奥泉光) ふたつの枷(古処誠二) 無頼無頼ッ!(矢野隆) 乙女の密告(赤染晶子) 島に戦争が来た(加藤幸子) 昭和質店の客(佐江衆二) アルバトロスは羽ばたかない(七河迦南) なんとなく・青空(工藤直子) ひそやかな花園(角田光代) 白い道(吉村昭) そのころ、白旗(アパルトでは)伊藤たかみ) 原稿(零枚日記(小川洋子) 先生のおさがお(南木佳士) 西巻説百物語(京極夏彦) プレイズメス1990(海堂尊) 三千枚の金貨・上下(宮本輝) 星と輝き花と咲き(松井今朝子) 赦し(矢口敦子) 悪道(森村誠二) 浅草のおんな(伊集院静)

9月のテーマ展示 「クラシック」



秋といえば食べ物、読書、音楽の秋！ 今月は「クラシック」をテーマに入門書やクラシックの解説書、作曲家の音楽の世界などをさまざまな角度からみたクラシック書籍を集めています。自分に合った心地よい1冊を探してみませんか？

す いはんきのあきやすみ



村上 しいこ/著

今日は学校の運動会。お母ちゃんがお弁当をつくらうとしたら、炊飯器のふたが開かなくなった。すると、炊飯器に顔と手足がついて、しゃべりはじめた！ しかも、運動会に出たいと言い出して…。

埋火



平田 英徳他/著

「埋火」第72号が発刊されました。山内学/後藤等/松田 惟怒/桑山靖子/島田洋子/清水しづ子/隈本隆子/得能哲夫/田中勢津子/久保田伸治/城野蒼一/著 俳句、詩、短歌、随筆、小説が綴られています。

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

暑 いですね！ さすが九州の夏。そんな暑い中九州を離れてタイに行ってきました。福岡空港から5時間半、入国続きを済ませて、外に出た瞬間タイの呼び込みとのバトルが始まりました。「タクシー？ 安いよ、兄ちゃん！」首を振りながら歩き続けます。タイに来たことがある友だちに「声をかけてくるタクシーには乗るな」と言われていたので、正式なタクシー乗り場でタクシーをゲット。はつきり言ってぼろぼろなタクシー。窓が開かないから高速の料金所はドアを開ける運転手。何故かタイ米の香りがする車内。タイに来たことを実感しました。窓の外は見知らぬ風景が広がっています。王様の写真がやたらと多いのに気が付いてびっくり。街角、道路の上、車の中。みんな王様が大好きなのではないか。

タクシーを降りてゲストハウスに直行。バンコクでも有名なカオサン通りであって見つけやすいと言われたのですが、見当たりません。タイの猛暑をひたすら歩き回る事30分、やっと見つけました。かばんを部屋に置き、カオサン通りを探検！

タイパーティー



タイの体験記はこれからが本番です！ でも書く欄が無くなったので来月のタイ・パーティーまで。コップンカッ(タイ語ありがとう)。



タイのバーにて

This month's expression 今月の表現

○○ was a lot of fun.

○○はとても楽しかった。

Example: Thailand was a lot of fun.

例：タイはとても楽しかった。

自主性を持った子どもたち

「元気」「やる気」「勇気」「根気」がいっぱい輝く学校を目指しています。

感謝の気持ちを持って収穫



稲刈り体験

8月11日はもち米の稲刈り体験を行いました。このお米は4月に全校児童で田植えしたものです。その後5年生が成長を観察しながら、雑草取りや肥料やり、かかしを立てて世話しました。この日は5・6年生が今まで刈った稲を、4年生以下の子どもたちが運搬、干歯こぎや足ふみ脱穀機などを使って脱穀しました。このもち米は12月に餅つきをして、地域の高齢者の方々と味わいます。また、できたお餅は、田植えから稲刈りまでお世話になったJAはまゆう青年部、保護者、地域の方々をはじめ、日ごろお世話になった皆さんに、感謝の気持ちを込めて贈ります。

今回紹介するのは串間市立北方小学校(小川勇一校長。全校児童83人、職員13人と人数は多くありませんが、学校いっばいに子どもたちの元気があふれています。子どもたちの自主的な取り組み 学校では「元気」「やる気」「勇気」「根気」がいっぱい輝く学校を目標に、児童、先生、保護者の皆さんが一体となってさまざまな活動に取り組んでいます。その活動の一つに「スゲエあいさつ」というものがあります。これは「ス・進んで」「ゲ・元気に」「エ・笑顔で」あいさつするということ。子どもたちのあいさつは地域の方々や、学校を訪れた方々からも大変好評です。また、毎朝の玄関前でのあいさつ運動は、朝早く登校してきた子どもたちが、玄関前で次々に登校してくる児童に大きな声

であいさつ。あとから登校してきた子どもたちも、そのあいさつの列に加わっていきます。さらに6年生は朝のボランティア清掃も行っています。毎朝登校すると、玄関や体育館前周辺をきれいに清掃。この2つの活動は、子どもたちの間で代々受け継がれているもので、先輩たちの姿を見てきた子どもたちが、自主的に取り組んでいるのです。感謝の気持ちを忘れない大人に 「北方小の子どもたちはみんな素直で、目が生き生きと輝いています。伸びる要素がいっぱいです」と小川校長。「保護者の方や地域の皆さんも、子どもたちのためなら労を惜しまず協力してくれれます。素直さや優しく温かい心を持ち続け、親や地域の方への感謝の気持ちを忘れない大人になってほしい」と、子どもたちの成長を願っています。

お知らせのページ

市役所の代表電話 ☎0987-72-1111

お知らせ

保育士募集のお知らせ

市では保育士の臨時職員を募集しています。勤務条件など、詳細については市総務課までお問い合わせください。
◎問い合わせ先＝総務課職員係 ☎内線 313

無料日曜相談所開設のお知らせです

日南公証役場で法律相談所が開設されます。内容は、遺言、相続、高齢者などの財産管理など無料で相談が受けられますので、気軽にご利用ください。なお、予約制になっていますので、平日に事前の電話予約が必要です。
◎日時＝9月12日(日) 午前10時～午後4時
◎問い合わせ先＝日南公証役場 ☎23-5430 (受付時間午前8時半～午後5時)

日本脳炎予防接種を受けましょう

日本脳炎の予防接種については、厚生労働省の勧告により積極的な勧奨を控えてきましたが、今年度は3歳に対する初回接種の積極的な勧奨を行うこととなりました。また、本年度3歳に達する子ども以外でも、本人や保護者が特に希望する場合には対象年齢内であれば接種できます。また、【Ⅱ期】9歳から13歳に関しましては、新ワクチンの使用が現段階では認められていないため、現時点での接種はできません。厚生労働省では未接種のまま対象年齢を

超過した方への対応も含め、使用の可否について速やかに検討するとしておりますので、お待ちください。新たな情報が入り次第お知らせします。

- ◎対象年齢＝【Ⅰ期】3歳～7歳6カ月未満
 - ◎料金＝無料
 - ◎持参する物＝母子健康手帳・予診票
 - ◎医療機関＝のぞ小児科医院、とめのファミリークリニック、英医院、市木診療所、中島医院、本城診療所
- ※ポリオ生ワクチン以外は年間通していつでも予防接種が受けられます。対象年齢に達したら、実施医療機関に問い合わせて早期の接種をお勧めします。
- ◎問い合わせ先＝福祉保健課子育て支援係 ☎72-0333 (内線503)

乳幼児医療費受給資格証更新手続きのお知らせ

- 平成16年4月2日から平成19年10月1日生まれのお子さんは、現在お持ちの乳幼児医療費受給資格証の有効期間が平成22年9月30日までとなっていますので、更新手続きが必要です。
- ◎対象者＝平成16年4月2日～平成19年10月1日生まれのお子さん
 - ◎日程＝9月14日(火)～9月30日(木)まで(土・日曜日、祝日を除く)
 - ◎更新場所＝串間市総合保健福祉センター内福祉保健課子育て支援係または各支所
 - ◎持ってくる物＝お子さんの保険証、印鑑、現在お持ちの乳幼児医療費受給資格証
- ※対象者には詳細を別途通知します。
- ◎問い合わせ先＝福祉保健課子育て支援係 ☎72-0333 (内線504)

防衛大学校学生募集のお知らせ

- 平成22年度の防衛大学校学生、防衛医科大学校学生、看護学生を募集します。
- ◎募集種目＝①防衛大学校学生(推薦) ②防衛大学校学生(一般) ③防衛医科大学校学生 ④看護学生

- ◎受験資格＝①高校卒業者(見込含)で21歳未満の者(推薦については高等学校長の推薦などが別途必要です) ②高校卒業者(見込含)で21歳未満の者(自衛官は23歳未満) ③高校卒業者(見込含)で21歳未満の者 ④高校卒業者(見込含)で24歳未満の者
 - ◎受付期間＝①9月6日～9月9日 ②③ ④9月6日～10月1日
 - ◎試験日＝①9月25・26日 ②1次試験11月6・7日、2次試験12月14～18日 ③1次試験10月30日・31日、2次試験12月8～10日 ④1次試験10月23日、2次試験11月20日・21日
 - ◎合格発表＝①11月2日 ②③平成23年2月10日 ④平成23年1月7日
 - ◎採用時期＝①②③平成23年4月上旬 ④平成23年3月下旬～4月上旬
- 受験資格には、ほかにも条件があります。詳しくはお問い合わせください。
- ◎申込・問い合わせ先＝自衛隊日南地域事務所 ☎23-1360

ドレスアップ大作戦参加者募集

- ハッピー串間つながり隊では、第1回ドレスアップ大作戦を開催します。普段はなかなか体験できないドレスを着て、健康づくりを学ぶイベントです。参加をお待ちしています。
- ※この事業は平成22年度市民発！にぎわい創出事業の採択事業です。
- ◎日時＝10月16日(土) 午前10時～午後2時
 - ◎場所＝串間温泉いこいの里
 - ◎内容＝ドレスアップ後、記念撮影と食事をしながらの交流会を行います
 - ◎対象者＝高齢者の方であればどなたでも参加できます(先着10組)
 - ◎参加料＝2千円(食事代を含む)
 - ◎問い合わせ先＝ハッピー串間つながり隊長鎌田芳徳 ☎75-2639

小型船舶免許講習会

- ◎日時＝9月25日(土) 午前9時半より受付、10時開始
- ◎場所＝串間市アクティブセンター

- ◎必要な物＝本籍記載の住民票(免状に住所が記載されていて変更のない方は不要です)、現免状、認印
 - ◎受講料＝更新の方、9千円(写真代、郵送料などすべて含む)、失効の方はお問い合わせください
- ※有効期限の1年前から更新できます。早めに更新されても有効期間は短縮されません。
- ◎問い合わせ先＝西岡海事事務所 ☎0120-76-5554(通話料無料)

土木事務所からのお知らせ

大雨や台風の季節となりました。市民の皆さまには、樹木や木の枝などの管理をよろしく願います。また、県の管理する道路・歩道上に張り出している木の枝などは、個人所有のものであっても、通行に支障をきたす部分は緊急に串間土木事務所が除去させていただくことがあります。皆さまのご理解とご協力をよろしく願います。

- ◎問い合わせ先＝串間土木事務所総務課管理担当 ☎72-0134

戦没者遺児による慰霊友好親善のお知らせ

- 日本遺族会では、戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者を募集しています。戦没した地域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、地域住民との友好親善を図ることを目的としています。
- ◎対象＝戦没者遺児
 - ◎費用＝参加費8万円
 - ◎実施地域
- ・ソロモン諸島(申込締切9月13日)
 - ・ボルネオ・マレー半島(申込締切9月27日)
 - ・マーシャル諸島(申込締切10月12日)
 - ・ミャンマー(申込締切10月15日)
 - ・マリアナ諸島(申込締切12月15日)
 - ・洋上慰霊(申込締切12月5日)
- ※日程・申し込みなどの詳細につきましてはお問い合わせください。
- ◎問い合わせ先＝日本遺族会事業課事業係 ☎03-3261-5521(内線3656)

オウム真理教による犯罪行為を受けた方・ご遺族に給付金が支給されます

- オウム真理教によって行われた犯罪行為(地下鉄サリン事件、松本サリン事件など法律で定められた8事件)により亡くなられた方のご遺族、障がいが残った方などに対して、国から給付金が支給されます。詳しくはお問い合わせください。
- ◎申請期限＝12月17日まで
- ※やむを得ない理由により、この期間内に申請ができなかったときは、その理由がなくなった日から6カ月以内に限り申請できます。
- ◎問い合わせ先＝串間警察署 ☎72-0110、県警察本部警務課犯罪被害者支援室 ☎0985-31-0110

平成22年国勢調査の実施と予想人口当てクイズ

- 10月1日、全国一斉に国勢調査が行われます。調査の結果は、福祉、雇用、防災、環境など皆さんの生活に密着した問題を考える行政上の大切な基礎資料となります。提出された調査票は統計上の目的以外に使用することはありません。9月下旬から世帯ごとに調査員が伺いますので、調査へのご協力をお願いいたします。
- あなたの調査票には日本の大切な未来がまつまっています。
- 予想人口当てクイズに応募しよう**
- 国勢調査の串間市の予想人口を募集します。ふるってご応募ください。
- ◎応募資格＝串間市に居住している人
 - ◎応募方法＝ハガキに
- ①予想人口
 - ②郵便番号
 - ③住所
 - ④氏名(ふりがな)
 - ⑤年齢
 - ⑥電話番号
- 以上をご記入ください。
- ※応募数は1人1枚まで、ハガキ1枚につき1答
- ◎締め切り＝10月1日(金)

- ※当日消印有効
 - ◎賞金および賞品
- ・1等(1人)＝1万円分の商品券
 - ・2等(2人)＝5千円分の商品券
 - ・3等(2人)＝2千円分の商品券
- ◎ヒント!!「人口の推移」
- ・平成12年10月1日＝23,647人(国勢調査実施)
 - ・平成17年10月1日＝22,118人(国勢調査実施)
 - ・平成18年10月1日＝21,796人
 - ・平成19年10月1日＝21,448人
 - ・平成20年10月1日＝21,005人
 - ・平成21年10月1日＝20,683人
- ◎当選者の決定方法＝平成23年2月末日までに統計局が公表する串間市の人口に一致したものまたは最も近いものから順位を定め、当選者を決定。当選者複数の場合は、事務局抽選により決定。
 - ◎当選発表＝本人に通知(平成23年3月ころ)
 - ◎応募・問い合わせ先＝串間市役所総合政策課内予想人口当てクイズ係 ☎888-8555(住所不要) ☎内線265・266

口蹄疫義援金ありがとうございました

猛威を振るう口蹄疫対策に役立ててほしいと、串間市に義援金をご寄付いただきました。ご寄付いただいたのは次の方々です(8月13日までの受付分)。

- ◎寄付者＝串間商工会議所、串間市地場産業振興対策協議会、ホンダカーズ串間(敬称略)

皆さまの善意、ありがとうございました。

【おわびと訂正】

広報くしま8月15日号4ページ「平成22年第4回串間市議会(6月定例会)審議結果一覧」内、「市長選出」は「市長提出」の誤りでした。おわ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。

読者のページ
郵便くしまにあ



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。

串間は第二のふるさと

●佳鳳さん

父が亡くなって3回目の夏がきました。父はこの串間の地で30年以上も仕事をし、串間をこよなく愛した1人です。縁あってわたしも数年前から串間に住んでいます。父の思い出がたくさん詰まったこの場所を、時間の許す限りいろんな場所に足を運び、いろんな方と話をさせていただいています。

串間の方たちは、みんな温かい心を持った方ばかりで、本当に心が和みます。

先日、偶然にも父のことを知っているという方に会い、話をさせていただきました。仕事場での父のことを聞くことができ、改めて父が頑張っていたということへの喜びなど、いろんな思いが心を駆け巡り、こみ上げてくる涙を止めることができました。

我が家に来て8年になる金魚さん。もう成魚になっていると思うが、赤ちゃんができる気配はない。興味ありだが残念。それにしても、毎日そうめんをおいしそうに食べてくれるので、金魚さんたちは可愛い。

露店の金魚すくい、夏の風物詩ですね。僕も子どもころ何度か挑戦した記憶があります。ですが、家に持って帰っても長く育てることができた記憶は残念ながらほとんどありません。8年というと、金魚にとってはなかなかの高齢になるのではないのでしょうか。これからも末長くかわいがってあげてください。

料理上手な人になりたい

●のりかのお母さん

エシャロットのコーナー見ました。わたしも昨年と今年、らっきょうを作っています。

最初はプランターで始まりました。今年は空き地に少し多く植えることができました。らっきょうはらっきょう酢で漬けることしか知りませんでした。いろいろな人たち、皆さんのおかげでたくさんらっきょうレシピを教えてください、自分でつくったららっきょうを楽しんで食べています。来年のために、また植

んでした。父にとってもわたしにとっても串間は第二のふるさとと言っても過言ではありません。

串間を愛したお父さんの思い出をたどるとするのは、貴重なことだと思います。また、亡くなられた後に新しい発見があるというのも、とてもすてきなことだと思います。佳鳳さんもお父さんと同様に、この串間を気に入っていただけたら幸いに思います。

市民病院のみなさん
お世話になりました

●草花ちゃん

毎月広報くしま楽しみにしています。裏表紙のワンポイント写真、7月分はアジサイでしたが、ピワの写真に引き続き、2

えておきたいと思っています。今年よりたくさんの料理法を、図書館に行き本を借りて、マイノートにたくさんメモしておきます。少しでも料理上手な人になりたいと思います。

らっきょうと言えば酢漬けか、生らっきょうを酢味噌で食べるくらいしか、僕も知りませんが、ほかにもいろんな食べ方があるのでしようね。いろんな食材をいろんな調理法で食べてみるのも勉強になるし、新しい発見もあるかもしれませんね。

思い出の都井岬

●松本力オリスん

広報くしま8月号「読者のページ」、N・Sさんの「変わりゆく串間」を拝読して、都井岬観光ホテルが閉館したことを知り、びっくりとさみしい気持ちの一人です。

福岡に住み、遠い昔の思い出ですが、主人と灯台下で写真を撮ったこと、野生馬が四季折々の中で育まれるその風景は実に美しい。道路には時々サルが顔を出し見送ってくれたり、帰りに観光ホテルでお土産を買い求めたりと、楽しんだ遠い昔…。岬の駅ができてひと安心。PRや品物をどんどん紹介して

枚目のしおりを作りました。とても重宝しています。

わたし、ちよつとしたことで市民病院に入院、手術することとなり、昔の病院とは想像もつかない市民病院にびっくりしました。朝7時ころには回診、午後からの回診も6時〜7時と先生の身体を心配してしまうほどのハードスケジュールをこなしていらっしゃる整形外科の先生、本当にありがとうございます。看護師さんたちも気さくに話を聞いてくださり、うれしく思いました。お世話になりました。体に気をつけて、頑張ってください。

広報紙の裏表紙がそのような形で役立っているとは、思いもありませんでした。ありがとうございます。手術後の経過はいかがなでしょうか。草花ちゃんさんもお体にはお気をつけたい

お客さんが来るよう、応援しています。



松本力オリスんから、御崎馬の水彩画が書かれたお便りをいただきました。残念ながら都井岬観光ホテルは閉館してしまいました。都井岬をはじめ、地元の方々と皆さんの関係者の方が都井岬を盛り上げようと、一生懸命頑張っています。松本さん、これからも応援よろしくお願ひします！

「広報くしま」では皆さんからのお便りをお待ちしています。楽しかったこと、悲しかったこと、何でも結構ですので、どしどしお便りをお寄せください。表紙のご夫婦や、スローフード・スローライフコーナーに出ただけの方、随想コーナーに寄稿していただける方も御持ちしています。自薦・他薦は問いませんので、どしどしご連絡ください。お待ちしております。

言葉と気持に感動しました

●ミッチーさん

6月25日、わたしの38回目の誕生日に、人生のいい出来事がありました。その日は強い雨が降ったりやんだりの日でした。5歳の長女と夕方、四季彩館ほりぐち本店に買い物に行った時のことです。ちょうど着いた時、雨がやんでいたのでカサを持たずに店内に入りました。買い物を終え車に戻ろうとした時に大雨が降り始めました。

長女と2人、雨が小降りになるのを待っていると、近くにいた60歳後半くらいの奥さまが市のごみ袋(店で買ったばかりの物)を取り出し、防空頭巾の形を作り、わたしと娘に「これがかぶっていきなさい」と言われたのです。わたしは「もったいないから、大丈夫です」と断りました。そうしたらその奥さまが「子どもが濡れたらたいへん。もったいないはこういう時に使う言葉ではないのよ」と教えてくれました。

わたしは、ものすごくそのお言葉とお気持ちに感動しました。そして防空頭巾の形になったご

み袋をいただき、娘と2人さほど濡れずに車に戻ることができました。あの時の奥さま、本当にありがとうございました。

ごみ袋を渡された奥さまの言葉には、これからの串間を担う子どもたちへの思いやりや優しさ、いっぱい詰まっているように感じますね。なかなかできること、言えることではありません。ミッチーさんのお便りを読んで、自分もこんなすてきな大人にならなければ、と痛切に感じました。

金魚はそうめんが好き

●百野達夫さん

梅雨がようやく明けて、初夏の空がまぶしく感じられるようになった。子どもたちが待ち遠しかったプールや海などでの水浴びシーズン到来。夏まつりも開催されて金魚屋さんも露天に現れよう。

孫たちが小学生の時、仲町のあたご祭で金魚すくいに挑戦し6匹を獲得した。持ち帰って金魚は雨だれ用タンクに入れた。以後、餌はそうめんばかり。すくった孫たちは大学生となり県外にいたので、金魚の世話はわたしがやっていた。

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 20,394人 (前月比 -28)
男 9,338人 女 11,056人
世帯数 8,759世帯
(平成22年8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

伊勢海老まつりのおしらせ

9月の伊勢海老解禁に合わせて、「伊勢海老まつり」を開催します。

◎期間：9月2日～11月30日

伊勢海老会席プラン 7,500円【税込・要予約】
～プリプリの伊勢海老をたっぷり使ったぜいたくな伊勢海老づくしの会席料理です～

・先付・椀・お造り・焼物・替り皿・サラダ・揚物・みそ汁・ご飯・香の物・果物

伊勢海老定食プラン 3,500円(税込)

～伊勢海老の美味しさを満喫！～

・先付・お造り・みそ汁・ご飯・香の物・果物

※おみやげ・贈答用にお持ち帰りや発送も承ります。



写真：伊勢海老会席プラン

温泉の日

今月は9月19日(第3日曜日)

- ・空くじなしの抽選会
- ・レストランお一人様100円引

9月の休館日 9月15日(水)

イベントのお知らせ

今月の表紙

岩本俊秀・留美さん ご夫妻
IWAMOTO toshihide, rumi



福島地区・寺里にお住まいの岩本俊秀さん(29歳)・留美さん(31歳)ご夫妻。俊秀さんはサッカー、野球、ゴルフとスポーツが大好き。「子どもが大きくなったら一緒にサッカーをしたい」という夢があります。一方の留美さんは、野菜や花を育てるガーデニングが趣味。野菜が苦手な俊秀さんに「少しでも野菜を食べてほしい」と、留美さんが愛情込めて育てた野菜が食卓に並ぶこともしばしばです。将来の目標を尋ねると、「健康で幸せな家族です」と、笑顔で答えるお二人でした。

FROM EDITOR'S

小 用あり家族で上京した。久しぶりの都会に、無理して時間を作り街を練り歩く。程なく人とコンクリートジャンルの熱気にあたり、休憩を繰り返して、早々に退散。帰路妻との語らいに、自分の年と串間の心地よさを再認識した(ト)

半 袖短パン姿で山登り。厳しい日差しで腕は真っ赤に日焼け。下山後、靴下を脱いだはずの足になぜか白い靴下が出現。足も日焼けしたらしく靴下の跡が美しいまでに白くクッキリ残っていた。はすかしいので半分短パンは自粛で(カ)

9 月に入り、いよいよ串間の夏も後半戦。しかし、すでに夏バテ気味です。そのためか、かなり大きめの口内炎ができてしまいました。食事のたびに震えるほどの痛みを味わっています。調子を整えて夏を乗り切りたいと思います(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9月30日(木)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.870/2010.9)

POST CARD

888-8555

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

わ たしは、Iターン2年目です。市木の第一印象は、自然は素晴らしく、移住者を温かく迎えてくださる方が多く見られます。南国宮崎の人柄は、ありがたいです。

わたしは、市木の大自然の中で手作り擬似餌を製作しています。ルアーテストは最高の環境。工房の目の前に市木川があり、9月ごろから市木川で、ルアーを使って、たくさん釣れだします。海も車で数分で、石波海岸や幸島や鳥島や築島などのたくさん釣るポイントがあり、一年中ルアーフィッシングが楽しめる環境なので、第二の人生である擬似餌製作に専念する決意で移住を決断しました。

わたしなりに、市木を紹介しました。山あり川あり海あり自然が絵画のように、ある時は水墨画またある時は油絵、またある時は、水彩画のように365日いろいろな芸術を見せていただきたくもありません。

市木は、若者さんや中高年さんの移住者がたくさんいます。その中でも自分のやりたい夢、こ・だ・わ・りを持ち日々努力されています。

9月は祭り。火祭「市木柱松」です。去年の火祭の写真をホームページに掲載しています。興味のある方は「飛工房」で検索してください。

県道48号線沿いの石波から、古都方面で市木の先輩方が発見した「梵字」が見られますし、南浦文士之和尚様の歴史などいろいろ発見できると思います。

わたしの住んでいる市木の古都地区は、約70年以上前は旅館などがあり活気があったそうです。今もその当時の面影が少しだけ残っています。今は、若者の移住者が増えています。不景気で仕事がありません。農家や漁師の方の手伝いをして生活しています。

とびかのぶお(54歳) / 1956年7月生まれ。福岡のデザイン学科卒業。写真館の企画課入社。5年後トップアンテナセンタースタジオ勤務。3年後料理を専門の先生に弟子入り。5年後独立。PHOTO TOBIKA設立。16年前から手作り擬似餌製作開始。写真は現在休業中。今は擬似餌製作続行中。擬似餌製作所「飛工房」現在に至る。

風を感じる市木で!!

随想 ◎飛賀 信夫

ます。自治会長さんが仕事を紹介し頑張っている人たちもいます。休みは、サーフィンや釣りを満喫して、不便を楽しんでいるみたいです。みなさん元気で表情も豊かでわたしも元気をもらっています。感謝!!

市木には、釣り倶楽部があり、懇親会にちよくちよくお誘いがあるので、情報を集めています。非常に助かり、擬似餌の製作に生かしています。倶楽部に消防団団長が入っていて、消防団に入団して欲しいと説得され入団することになりました。7月3日朝、市木川がはんらの恐れがある大至急来てくれとの電話が。初めての経験で緊張していましたが、消防車に乗り見回ったところ、途中小川がはんらん寸前。雨も大降り、雷も鳴るなか小川がはんらんし道が浸水し始めたので、わたしともう一人で道を封鎖しろとの命令。雨は猛烈に降り、見る見るうちに道路が川に。住民の方から家が浸水しそうですねと土のうが欲しいとの連絡が。大至急連絡し、ほかの団員が土のうを積み上げくい止めましたが、市木川はまだ危ない状況でした。10時間以上待機状態。夜7時過ぎに解除。緊張の一日で疲れましたが、地区に少しでも貢献できたのでは?

今回の体験で地球の環境問題をより考えます。便利より少し不便がいいのでは? わたしの仕事は、遊びの喜びや夢をお手伝いすることです。手は抜けません。常に真剣勝負の作品を心のスローライフのおとも!! 工房に市木の風が!!



▲自宅前にて撮影。飛び立つ前の一瞬です。



Profile

とびかのぶお(54歳) / 1956年7月生まれ。福岡のデザイン学科卒業。写真館の企画課入社。5年後トップアンテナセンタースタジオ勤務。3年後料理を専門の先生に弟子入り。5年後独立。PHOTO TOBIKA設立。16年前から手作り擬似餌製作開始。写真は現在休業中。今は擬似餌製作続行中。擬似餌製作所「飛工房」現在に至る。



Camera

<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