

夢は、南の果てにある。
太陽と海と野生動物。天然づくし、くしまし。

10

No. 1094
毎月1日発行
October 2022

広報くしま



かんしょ
大きい甘藷取れたよ!

大東小児童が収穫体験

大東小学校の全校児童は8月30日、甘藷の収穫体験を行いました。

地元特産品である甘藷に親しんでもらおうと3年ぶりの開催。体験は学校隣にある畑で実施され、PTAらが協力しました。

4月下旬に児童自身が植え付けをして大きく育った甘藷を「大きい!」などの歓声を上げながら丁寧に収穫していました。

3年生の吉田楓真くん、井手麗翔くんは「大きい物がたくさん取れて楽しかった。甘藷が大好きなのでこれからもたくさん食べていきたい」と笑顔で話していました。



KUSHIDELIGRAM



公式LINE

P2

くしまで
暮らしてみらんね?
串間市移住センターオープン

P3~5

総合運動公園に
行こう!
充実した施設をご紹介

P17

toigenic4&
都井岬観光交流館の
ナゾ解きイベント



総合運動公園に行こう！

**充実したスポーツ施設がたくさん！
子どもたちが遊べる広場や草スキー場も！**

串間市総合運動公園には、体育館、陸上競技場、野球場、テニスコート、弓道場などさまざまなスポーツ施設があり、普段の練習や大会、キャンプなどで数多く利用されています。また、遊具がある芝生広場や2種類のコースがある草スキー場など、憩いの場もあり、さまざまな方がのびのびと遊ぶことができます。

本特集は、充実した総合運動公園の魅力をご紹介します！運動公園を利用して心身をリフレッシュしませんか？

写真：お父さんと遊びに来た
水野双葉ちゃん（左）
琴葉ちゃん（右）



次ページをCheck!



移住を支援する「串間市移住センター」がオープンしました

今日のコロナ禍で地方移住への機運が高まる中、串間市をふるさとと思って安心して移住してもらえるように、移住希望者の移住から定着までのニーズに対してきめ細かく柔軟に対応し、ワンストップで支援する相談拠点として「串間市移住センター」を、9月1日に開設しました。本市の魅力を発信しながら、移住希望者への相談対応、移住後のフォローアップを行い、串間市への移住・定住の促進を図っていきます。今回は、センターの概要や運営を行う任意団体「IJUくしま」からセンターの魅力などを紹介します。



- 場所＝パンケーキ専門店「NALU CAFE (なるカフェ)」2階 (串間市大字西方5497番地1)
- 対応日＝定休日(毎週水曜日)および年末年始(12月29日～翌年1月3日)を除く日
- 対応時間＝午前10時～午後6時
- 運営者＝IJU(イジュ)くしま(代表:吉田奈穂さん) ☎070-4172-0427
- 業務内容(予定含み)
 - 移住希望者の相談対応
 - 情報発信 ●移住セミナーなどの企画・参加
 - 空き家バンクの物件登録促進・紹介など
 - 定住者へのフォローアップ
 - 企業と移住者のマッチング
 - お試し移住 ●ワーケーション

■センター長からひとこと

こんにちは、センター長の三島秀生です。私が2年前、串間市に移住をした際、地域の皆さまが家族のように私たちを受け入れてくださったのが自分の中で衝撃でした。私たちもこれから移住される方をしっかりサポートしていこうと思います。よろしくをお願いします。



みしま ひでお
三島 秀生さん



■運営者の「IJUくしま」に聞きました！

■IJUくしまの想い
IJUくしまは昨年、串間市移住体験ツアーの実施団体として設立しました。ツアーを実施するだけでなく1年間の活動を通して、移住についてさまざまな勉強をしてきました。

実際の移住者に話を聞いたり、他の地域の移住政策を知ることによって「串間市ももっと移住について取り組まなければならない」と次第に感じるようになりました。

九州地域間連携推進機構株式会社が実施している「九州移住ドラフト会議」に参加したことも、移住について深く考えるきっかけでした。「九州移住ドラフト会議」とは、移住者を受け入れたい地域を「球団」、移住志望者を「選手」と見立て、プロ野球のドラフト会議さながらに球団が選手を指名するマッチングイベントです。本来なら移住者に選ばれるはずの地域が、移住者を選ぶ立場になります。そのイベントを通じて今年の4月、大阪から1組の家族が串間市に移住、事業継承に結び付けました。

また、九州各地の移住支援団体とのパイプができたことも、大きな成果でした。

このような経験の中から私たちIJUくしまもステップアップしていこうと、センターの運営を受託させていただきました。

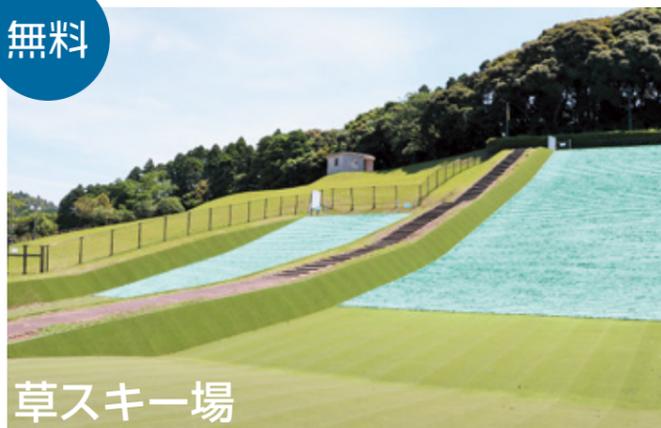
■センターの“ココ”が魅力

センターは、昨年4月に仲町商店街にオープンした「NALU CAFE (なるカフェ)」の2階にあります。大阪から移住してきた夫婦が営んでいるパンケーキ専門店ですが、夏はかき氷が大人気です。ヨガやリラクゼーションもできるので、移住相談だけでなく、おいしいものを食べたり、アクティビティを楽しんだりもできます。

センターの目の前には、国指定重要文化財の旧吉松家住宅や、徒歩圏内に道の駅「くしま」もあります。相談に来られたら、立ち寄っていただきたいスポットがすぐそこにあることも魅力の1つです。

●問い合わせ先＝総合政策課地域振興係 ☎55-1153

無料



草スキー場

幼児・低学年用のショートコース、10歳以上が利用できるロングコースの2コース設置。休日には多くの家族連れらが利用されています。

利用時間 午前9時～午後5時(時期によって変更あり)



芝生広場

広々とした広場で遊具施設も設置。ピクニックなど家族の憩いの場として多く利用されています。

多目的広場



利用種目 軟式野球、サッカー、ソフトボールなど
利用時間 午前9時～午後10時(ナイター設備完備)

野球場(投球練習場)



利用種目 野球
利用時間 午前9時～日没(投球練習場は午後10時まで)

プール(7、8月限定)



室内体育施設

利用種目 サッカー、野球、グラウンドゴルフ、運動会など
利用時間 午前9時～午後10時



トレーニング室

利用時間 午前9時半～午後9時半



※室内体育施設の屋根・外壁工事により利用時間などが変更になる可能性があります。お問い合わせください。

総合体育館

有料



●本館
利用種目 バレーボール、バスケットボール、バドミントンなど
利用時間 午前9時～午後10時
●別館
利用種目 空手、剣道、卓球など
利用時間 午前9時～午後10時

テニスコート



利用種目 テニス
利用時間 午前9時～午後10時(ナイター設備完備)

弓道場



利用種目 弓道
利用時間 午前9時～午後10時

陸上競技場

利用種目 陸上競技、サッカーなど
利用時間 午前9時～日没



COMMENT

串間市総合運動公園には、さまざまなスポーツ施設、憩いの場があり、小さなお子さんから高齢者の方まで気軽に楽しめる場所です。また、野鳥の森や花木園など自然もたくさんあり、季節ごとに花を植えているので、四季折々の景色を楽しむことができます。

陸上競技場会議室では週2回、健康増進のためにヨガ教室を開催しています。心も体も元気になりますよ!

これからも皆さまが安全に使っていただける公園にしていきたいので、ルールを守ったご使用をお願いいたします!

市民スポーツセンター
いわなが たかひろ
岩永 崇寛さん

ホームページ、公式Instagram、LINEなどで施設・イベント情報などを発信しています!

串間市総合運動公園ホームページのほか、公式Instagram・LINE公式アカウントなどで、イベント情報やフィットネス教室情報、休場日などの情報を発信しています!最新情報をゲットして、大いに運動公園を利用しませんか?



ホームページ
<https://www.kushima-sportspark.jp/>



Instagram
kushima.sportspark



LINE
@kushima-sppk

有料施設 利用の流れ

①電話または総合窓口(市民総合体育館事務室)で使用する施設を予約

受付時間
午前8時～午後8時半
(年末年始除く)

予約電話番号
☎72-5262

②総合窓口で申請書を記入し、使用料を支払う

料金は利用区分や時間帯などで異なるため、詳しくはお問い合わせください。

〒722-8501 串間市市民スポーツセンター(総合窓口:市民総合体育館事務室) ☎72-5262(午前8時～午後8時半)

運動の秋! ヨガで心身をリフレッシュしませんか?



毎週月、金曜日に陸上競技場の1階会議室で「くしまヨガ教室」を開催しています。

ヨガは、呼吸、瞑想、姿勢を組み合わせることで、有酸素運動で、ダイエットや体力向上などの健康増進に効果があるといわれています。

15歳以上の方ならどなたでも参加できます。ぜひ参加してリフレッシュしませんか?

内容

- ・月曜日=Night YOGA(ナイトヨガ)
基本的ポーズを丁寧に無理のないヨガ
- ・金曜日=Chair YOGA(チェアヨガ)
椅子を使ったヨガ。体力に自信のない方や体の硬い方にもおすすめ

時間

- ・毎週月曜日:午後7時半～午後8時半(60分)
- ・毎週金曜日:午前10時45分～午前11時45分(60分)

■場所=陸上競技場1階会議室

■料金=各教室1回500円

■定員=各教室10名

■参加対象者=15歳以上(性別不問。中学生不可)

■申し込み方法=電話で申し込み
☎72-5262(市民スポーツセンター)

その他

- ・ヨガマットは準備しているので不要(持参可)
- ・シューズ不要。動きやすい服装でお越しください。
- ・飲み物、タオルをご持参ください。



ヨガをすることで体がほぐれて心もスッキリになります。教室には幅広い世代の方が参加されていて、中には長年通われている方もいらっしゃいます。皆さん和気あいあいとヨガを行っていて、そこで新たなお友達ができたりと交流の場にもなっています。初心者の方も大歓迎ですので、皆さまのご参加をお待ちしています!

インストラクター
おおあり ひろみ
大有 裕美さん

8月31日 市木小児童がSUPをしながら地域の自然を満喫



SUPを楽しむ児童たち

市木小学校の5、6年生14人は、近くの市木川でスタンドアップパドルボード（SUP）を体験しました。県ライフセービング協会代表理事の藤田和人さんが、救命胴衣を着用した状態で水の浮き方やボードの乗り方を指導。その後児童たちは約3キロ先の石波海岸河口に向けて出発しました。最初はボードの上でバランスを取るのに苦戦していましたが、慣れてくると立つなどして自然の豊かさを感じながら約1時間かけてSUPを満喫しました。5年生の匹田優月さんは「初めて体験したがうまくこげて楽しかったし景色もきれいだった。またやってみてみたい」と笑顔で話していました。

9月1日 地域資源を活用した健康増進プログラムを考案するワークショップ開始

本市は「100歳健康増進運動事業」で、地域資源を活用した健康増進プログラムを市民主導で考案するワークショップを開始しました。市民の健康増進や市外からの誘客を目的に、10月までの全3回を通して市内の市民団体などの代表らが集まって意見を出し合い、来年度以降の実装に向けてプログラムを検討していきます。初回は地域活性化支援に取り組む「株式会社さとゆめ」が講師となり、山形県や長野県での先進事例を紹介。その後、班ごとに市内の施設や自然などで活用できるもの、足りない物を挙げ、最後に全体で発表し合いました。環境ボランティア団体「環の会」代表の河野幸子さんは「串間の魅力や課題を再確認できた。地域資源をうまく生かした内容を考えていきたい」と話していました。



意見を出し合う参加者ら

9月2日 本城小児童が伝統芸能の千野棒おどりを学ぶ



保存会の稲本さんの指導を受けながら練習に励む児童たち

本城小学校の5、6年生は、本城地区の伝統芸能である「千野棒おどり」の練習を開始しました。練習を重ねて同月24日の運動会で披露。千野棒おどりは古流武術を原型として江戸時代に生まれ、約300年前から同地区で伝承されています。初回は千野棒おどり保存会の稲本民雄さんらが、2種類ある舞のうち、6尺棒、3尺棒を使う6尺踊りを指導。児童たちは「ハイ、エイ」などと元気に声を上げながら棒さばきの練習に励んでいました。6年生の井上大雅くんは「最後の運動会になるので、一生懸命練習してかっこよく踊りたい」と話していました。

8月12日 串間の新たな落葉果樹を目指し初の収穫



来年へ期待を込め日々手入れをしています

土木・建築業の傍ら、2年前から本格的にブドウの栽培を始めた花立満男さんが今年初の収穫作業を行いました。「孫を喜ばせようと5年前に2本植えたのがきっかけ。今のを充実させていいものを作りたい」と花立さん。現在、奥さんの美紀子さんなど3人でピオーネ、シャインマスカット、巨峰、涼香、グロスクローネを栽培しています。花立さんの細かく行き届いた管理が幹のいい成長へとつながり、今年約1,000房をJA串間市大東に出荷し、Aコープ大東店や道の駅「くしま」などで販売。来年には約3,000房の収穫を目指しています。

8月19日 コンテナホテル整備の企業立地協定締結

本市は、市内にコンテナホテルを整備する株式会社南部環境クリーンセンターと企業立地協定を締結しました。施設は市の中心部に建設され、ベッドやユニットバスなどを備えた1室あたり広さ13平方メートルのコンテナが18室設置されます。また、風呂や飲み物用のお湯を沸かすためなどの燃料は、地域資源の活用と環境への配慮から木質バイオマス（廃材）が使用されます。同社の榎田昭彦社長は「市と連携して運動公園を利用する方などの宿泊を取り込み地域活性化に貢献したい」と話していました。



操業は9月下旬予定です

8月23日 全国高校総体柔道100キロ級3位の井手翔真さん表敬



今後の活躍が期待されます

本市出身で延岡学園高校3年生の井手翔真さんが、8月に行われた全国高校総体（インターハイ）の男子柔道100キロ級で3位の成績を収めたことを市長らに報告しました。井手さんは年長から柔道を始め、昨年出場した全国高校総体では惜しくもベスト16という結果に。その悔しさをバネに普段の練習以外にも走り込みなどの自主練習に励み、その成果が今回の結果につながりました。井手さんは「優勝を狙っていたので悔しさもあるが全国で初めて結果を残せてうれしかった。大学では一からまた頑張っていきたい」とさらなる活躍を誓いました。

十人十色

じゅうにん
といろ

子どもの歯を守る むし歯ゼロのお友だち



8月10日に行われた3歳児健診で、むし歯のなかったお友だちです。

問/福祉事務所子育て支援係
☎72-1123 (内線508)



子育てINFO

「子育て中のお悩み相談室」

子どもがいる家庭では、子育てにおける悩みはつきものです。例えば…
【子どものしつけの悩み】【子どもの発達の悩み】【子どもの食事に関する悩み】など。
「こんな悩み、私だけかも…」と思うこともあるかもしれませんが、さまざまな種類の悩みを多くのママ・パパたちが抱えています。
子育てに向き合い、子どもに愛情を注いでいるからこそ悩みがつきないのです。
しかし、頑張りすぎたり、考えすぎたりすると悩みが絶えない子育てをすることになりかねません。
悩むことは頑張っている証拠です。
1人で抱え込まず、「どうやったらうまくいくか」を考えたり周囲の人の話を聞いたりしながら、自分に合った解決策を見つけて子育てを楽しみましょう。

「子ども予防接種」

- 子宮頸がんワクチンについて
積極的な接種勧奨が再開されたことに伴い、対象者に順次個別通知をしています。
・定期接種対象者：平成17年4月2日～平成23年4月1日生まれの女性の方
・キャッチアップ接種対象者：平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性の方で、まだ3回接種していない方はお早めの接種をお願いいたします。
- 子宮頸がんワクチン任意(自費)接種費用償還制度について
子宮頸がんワクチン接種の積極的勧奨の差し控えにより定期接種の機会を逃し、令和4年8月31日までに任意(自費)で接種した方に費用の償還を行います。対象年齢の方には個別通知をしていますので、過去の接種歴をご確認の上、該当の方は申請をしてください。
・対象者：キャッチアップ接種対象者でまだ無料接種を3回しておらず、高校2年生相当年齢以降、令和4年8月31日までに国内において2価もしくは4価ワクチンの任意(自費)接種を受けた方(※9価は対象外)
・申請に必要なもの：申請書(市公式サイトでダウンロード、窓口お渡し)、接種したことが分かる母子手帳などの写し、額の分かる領収書などの原本(無い場合は市の定める額)
・申請期日：令和4年9月1日から令和7年3月31日まで(接種日は令和4年8月31日まで)
- 日本脳炎・麻疹風しん(2期)・2種混合ワクチンも個別通知をしております。
その他のワクチンと併せてお早めの接種をお願いいたします。



ハッピー スマイル

谷口 凌唯くん
(令和3年10月13日生)
谷口昌輝・侑子さんの次男(福島地区)

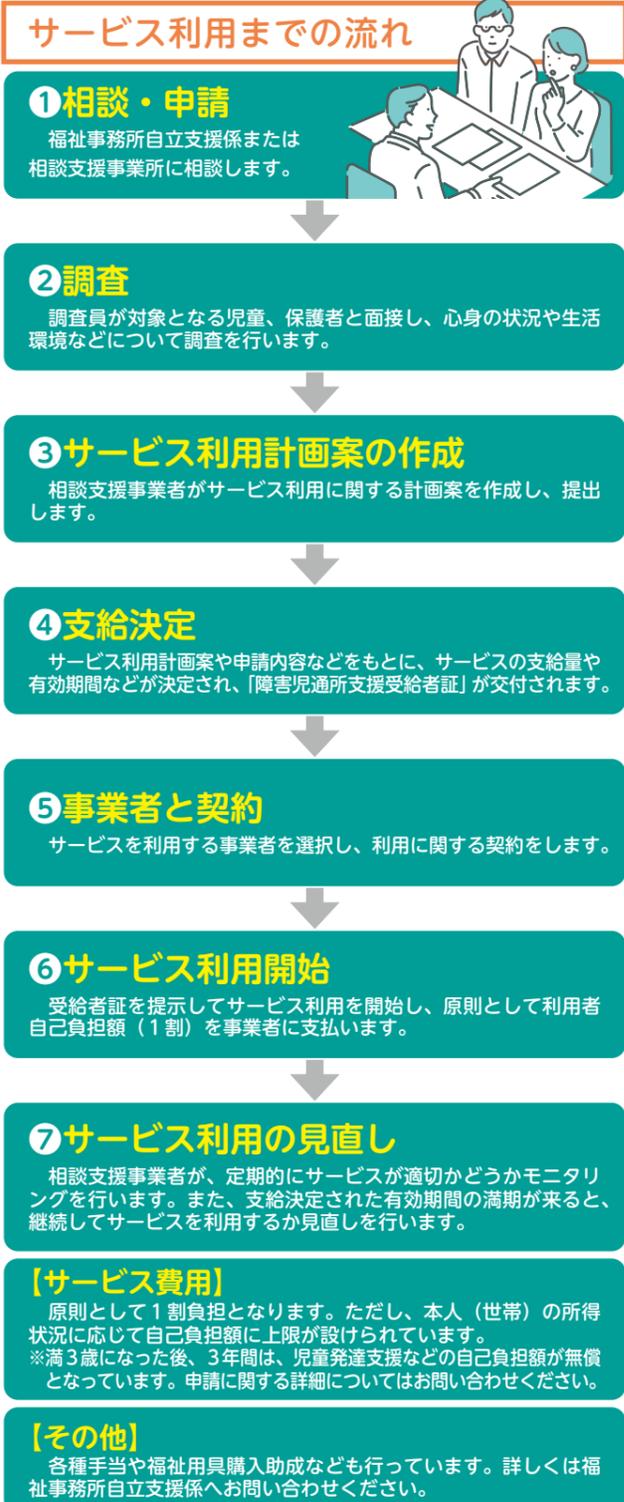
人見知りせず愛嬌のある凌唯くん。お姉ちゃんからはよく面倒を見てもらっていて、お兄ちゃんとは新幹線のおもちゃなどで一緒に遊んでいます。顔を見たときに「ニコッ」と笑顔を見せてくれるのがとてもかわいくて癒やされています。これからは健康でたくましい子に育ってね。

すくすくのびのび

子育て支援情報

障がい児通所 支援サービスのご紹介

発達などに困り感があったり、身体的に障がいのある児童などが利用できるサービスをご紹介します。



- 「障がい児通所支援サービス」
未就学の障がい児に、日常生活における基本的な動作の指導、知識技能の付与、集団生活への適応訓練その他必要な支援を行います。
- 放課後等デイサービス
就学中の障がい児に、放課後または休業日に、生活能力の向上のために必要な訓練、社会との交流の促進その他必要な支援を行います。
- 保育所等訪問支援
保育所などを訪問し、集団生活への適応のための専門的な支援などを行います。
- 短期入所
児童福祉施設などへ短期間の入所をし、入浴、排せつおよび食事その他の必要な支援を行います。
- 障がい児相談支援
さまざまな相談に応じ、また、障がい児通所支援サービスを利用する際の計画を作成し、サービス利用をサポートします。

- #### 【対象者】
- 次のいずれかの要件を満たす18歳未満の児童が対象となります。
- ① 身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳のいずれかをお持ちの児童
 - ② 特別児童扶養手当などを受給中の児童
 - ③ 医師の診断により、サービスの利用が必要とされる児童

- #### 【申請に必要なもの】
- 身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳のうち交付を受けているもの
※いずれも交付を受けていない場合、医師の診断書などが必要になります。
- 障がい者手帳

問/福祉事務所自立支援係 ☎72-1123 (内線502)



糖尿病のお話

皆さまこんにちは。串間市民病院の江藤です。今月は糖尿病についてのお話です。本市は宮崎県の中でも糖尿病で治療している患者さまが多いところ。主な原因として運動不足、過度の飲酒、お菓子や甘い飲料のとり過ぎなどの生活習慣が考えられます。また過度のストレスも糖尿病悪化の引き金になります。少なくとも年に1回の健康診断を受けられて、糖尿病の可能性がある場合や、血糖値が高い(200以上)、ヘモグロビンA1Cが高い(7以上)、尿に糖が混じるといった方は必ず病院を受診してください。

特に最近の糖尿病の考え方で大切なことは、まず血糖値を正常値まで下げることです。血糖が高い状態が長く続くと動脈が硬くなり、合併症の進行が早くなります。動脈硬化は糖尿病の3大合併症である

- ①網膜症からの失明
 - ②腎臓病からの透析
 - ③手足の感覚がマヒする神経障害
- のほか、心筋梗塞や脳梗塞、高血圧を引き起こします。糖尿病進行に伴う自律神経障害は、胃無力症などの消化器症状、便秘や下痢、腹部膨満感などを引き起こします。これらの症状は血糖値を正常値までコントロールすることでリスクを低減することが可能となりました。

糖尿病治療薬にはインスリン注射、血糖値を下げるインスリンの分泌を促すもの、インスリンの効きをよくするものほか、腎臓から糖を逃がして血糖値を下げるものもあります。合併する病気によっても薬を選ぶ時代になってきました。食事療法や運動療法もとても大切ですが、医師と相談されて自分に合った治療薬を選択しましょう。

最後に糖尿病はがんを合併しやすいことも分かっています。分かっているがんは肝臓がん、すい臓がん、大腸がん、乳がん、子宮体がん、膀胱がんです。がん予防のためには血糖コントロール、禁煙、節酒、歩くこと、肥満がある場合は3キロ体重を落とすことです。特に急に血糖値が上がった場合、がんの合併が起きていることがあります。要注意です。糖尿病の患者さまは内視鏡検査やCT検査、腹部エコー検査など定期的ながん検診を受けるようにしてください。串間市民病院ではこのようながん検診のほか、糖尿病教育入院も実施しております。食事療法や運動療法を学ぶだけでなく、がんの早期発見を目指した各種検査や心筋梗塞、脳梗塞リスク低減を目指した教育入院です。ぜひご利用いただき、早期発見、早期治療に取り組んでください。次の通り、糖尿病対策7カ条を記しました。良好な睡眠、歯周病治療も糖尿病にはとても大切です。ぜひご相談ください。

今後とも串間市民病院をどうぞよろしくお願いたします。

決定版！糖尿病対策7カ条！

- ①ぐっすり寝よう！医師に相談！
 - ②寝酒厳禁！晩酌を減らそう！
 - ③歯科医と仲良く歯周病予防！
 - ④禁煙して歯とすい臓を守ろう！
 - ⑤1日筋トレ10分、散歩30分！
 - ⑥毎日両手3杯分の野菜大切！
 - ⑦ストレスは大敵！怒らない！
- 嘆かない！都合よく考えよう！
毎日笑顔で過ごしましょう！

問 串間市民病院事務局 ☎72-1234

院長 江藤 敏治 先生

串間市民病院院長、医学博士・内科医・産業医・公認心理師・労働衛生コンサルタント・農作業安全アドバイザー
 【略歴ならびに活動内容】
 1962年 串間市生まれ。
 1989年 宮崎医科大学卒業。
 1994年から3年間ハーバード大学医学部で研究。
 1999年 串間市民病院内科部長、
 2002年 宮崎大学准教授、
 2013年 宮崎県立看護大学・大学院教授、
 2020年 4月から現職



10月はピンクリボン運動強化月間

毎年10月はピンクリボン運動の強化月間となっています。世界規模で乳がん検診の早期受診を呼び掛けています。今日、国内では9人に1人が乳がんになるといわれ、本市でも乳がんが原因で亡くなる方は少なくありません。特に、40歳代から50歳代で乳がんを発症する方が多いのがこの疾患の特徴です。

また、乳がんは自分で発見することのできる唯一のがんであることをご存じですか？身体の表面に近い部分に発生するため、自分で観察したり触れたりすることによって発見できる可能性があります。さらに、早期発見・早期治療ができれば90%以上が治癒できます。

日頃から自分の乳房を観察、触れるなどのセルフチェックを行いましょう。特に入浴時がお勧めです。左右差やえくぼ、でっぱり、変色などがなければチェック。そして、乳房全体をくまなく触れてしこりがないかチェックしましょう。もし、いつもと違う変化を感じたら、早めの受診をお願いします。また、セルフチェックだけでなく、マンモグラフィ検査などの乳がん検診も早期発見には重要です。セルフチェックでは分からない小さな変化を発見できるのは検診だけです。今年度は、昨年検診を受診されていない方が対象となります。まだ検診を受診されていない方は早めの受診をお願いします。

問 医療介護課健康増進係 ☎72-0333 (内線519)

高齢者インフルエンザ予防接種が始まります！

本市では予防接種法に基づき、インフルエンザ予防接種の助成を行っています。予防接種の効果と副反応についてご理解をされた上でご接種ください。

なお、インフルエンザ予防接種は、新型コロナウイルスワクチン接種の日から前後2週間以上空ける必要はありません。医療機関によって接種できる日程が異なりますので、接種の際は医療機関へのご確認をお願いします。

- 助成対象者
 - 串間市に住民票がある
 - ①65歳以上の方 (65歳の誕生日の前日から対象となります)
 - ②満60歳以上満65歳未満の方で、心臓、じん臓、もしくは呼吸器の障がいまたはヒト免疫不全ウイルス(HIV)により免疫機能の障がいをもつ身体障害者1級の方
- 接種期間
 10月1日(土)～令和5年1月31日(火)
- 自己負担金
 1,400円(医療機関の窓口で支払い)
- ※生活保護世帯の方は生活保護受給証明書を提出することで無料となります。

- 接種を受ける際の持ち物
 - ・予診票(市総合保健福祉センターまたは各医療機関に用意してあります)
 - ・健康手帳(お持ちでない方は市総合保健福祉センター、各支所で交付しています)
 - ・保険証
- 市内で接種を実施する医療機関

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
はなぶさ消化器・内視鏡クリニック	☎74-1187	岡村クリニック	☎72-7710
ゆうゆうの森クリニック	☎55-9111	串間中央クリニック	☎27-3181
県南病院	☎72-0224	アイレHDクリニック串間	☎55-8181
のだ小児科医院	☎71-1112	とめのファミリークリニック	☎76-1425
こいな内科・循環器科	☎71-1711	串間市民病院	☎72-1234
市木診療所	☎77-0349		

※医療機関によっては事前に予約が必要です。希望される医療機関にお問い合わせください。
 ※串間市外の医療機関であっても、宮崎県内の医療機関であれば接種できる場合があります。

問 新型コロナウイルスワクチン接種対策室 ☎72-5678

うたごよみ

「短歌」串間短歌会選

昨夜の雨に崩へし山肌を走る水
白蛇のごとく光つ下る

堂園 吉田 良子

チャンネルは「自然百景」ふたり居の
つうかあなれば言葉も要らぬ

古川 野邊 俊子

ゴンドラは大涌谷に差し掛かり
怖がる妻の目の定まらず

大平 城 敏

十年目二番目の孫生まれしとう
どっしりと笑む男の子の写真

上小路 吉開 美穂

小崎鼻沖ゆく船に手を振るは
風にゆれたるパーム椰子かな

一般投稿 大納 山口 ヨシ子

「俳句」あさひ俳句会選

身に入むや老ひて他郷の人となる

上町一 又木 順子

怒涛寄す鵜戸の宮前鰯雲

仲町 木島 幸子

中天に月定まりて酔ごこち

仲町 矢野 欽子

秋灯下苦吟の末の一句かな

仲町 原 里歌

笹竹に声の重なる秋雀

一般投稿 鍛冶屋 森本 慶典



【福島地区・道の駅「くしま」】岡留久幸さん撮影 「夕暮れ迫る道の駅「くしま」」

うたごよみに掲載する写真を募集しています。
まちの魅力を再発見できる写真のご応募をお待ちしています。
詳しくはこちら▶



☎ 総務課秘書広報係 ☎72-4559

*短歌・俳句の投稿は ■短歌 清水しづ子さん (☎72-5546)
■俳句 又木 順子さん (☎72-0159)

図書館に行こう



- 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
- HP = <https://www.city.kushima.lg.jp/library/index.html>

新刊情報

- 越境刑事(中山 七里/著)
 - 晴明変生(森谷 明子/著)
 - 丹野智文笑顔で生きる(丹野 智文/著)
 - 南町奉行と火消し婆(風野 真知雄/著)
 - 三世探偵団(赤川 次郎/著)
 - ループ・オブ・ザ・コード(荻堂 顕/著)
 - 家裁調査官・庵原かのん(乃南 アサ/著)
 - あきであそぼう(高橋 京子/監修)
- 他多数



「競争の番人2」
新川 帆立/著

九州事務所への転勤を命じられた公正取引委員会の審査官・白熊楓。いわくつきの部署に配属され、慣れない土地での生活に苦しみながらも、内債業務のエース・常盤と呉服業界の内偵に乗り出し…。『小説現代』連載を加筆訂正。



「どっちが強い!? X12」
エアーチーム/作

超進化した生物・恐竜キッドとの戦いの行方は!?「どっちが強い!?!」と「恐竜キングダム」の2シリーズがクロスオーバーした学習まんが。空想生物たちのスリリングなバトルを読み進めるうちに自然と科学知識が身につく。



今月のテーマ展示
「My favorite book」特集

10月27日～11月9日は秋の読書週間です。毎年、市内の小学生におすすめの本を紹介してもらい、その本を図書館に展示します。普段なかなか手に取らない本も、誰かのおすすめだと手に取ってしまうかも。ぜひ読書の秋をお楽しみください。

イベント情報

～としょかんまつり～

図書館で役目を終えた本、各家庭で役目を終えた本を次の読みたい方へつなげます。

● 日時 = 10月23日(日)
午後1時～午後3時

● 場所 = 市文化会館前広場
※雨天時は市中央公民館体育室
(旧アクティブセンター)



市長コラム

組織の責任者

柿、栗、みかんが色づき

始め、いよいよ「味覚の秋」の到来です。秋の夜長、虫たちの合唱に癒やされ、つい晩酌が進んでしまいますが、それも健康であるからこそと幸せを感じます。秋のお彼岸にはお墓参り、丈夫な体に育ててくれた両親に感謝の念をささげます。両親が亡くなった今、生き続けているにもっと優しく親孝行できなかつたかと反省もしています。

私は組織を守る責任者であります。その中で自分なりにモデルとしているのが新選組の近藤勇と土方歳三で、その生き方、組織の責任に憧れています。鬼の副長として規律を徹底的に重んじていた土方歳三。共に新選組を結成した山南敬

助は、近藤や土方との意見の対立で新選組を脱走し、近藤と土方は隊規違反者として粛清します。組織を守るためには盟友に対しても手段を選ばないほどの徹底ぶりですが、近藤は、文武に長け、温厚な人柄で隊員に慕われていた山南の粛清に心を痛めたという話もあります。

「泣いて馬鹿を斬る」という言葉があります。中国の三国時代、蜀の軍師であった諸葛孔明は、手下の馬謖が命令に従わず魏に大敗したため、泣いて粛清を命じたということからできた言葉で、規律を保つためにはたとえ愛する者であっても、違反者は厳しく処分することのたとえです。

この言葉のようにまではない指導もしなければならぬと思っています。また、間違いが起こったときは、上司へ速やかに報告・相談をしながら適切に対応し、再発防止に向けて対策を立てることが大事です。私自身もこのことの大切さについて日々指導を受けてきま



都井岬に咲くヒガンバナ

した。

先日亡くなられた京セラの名譽会長である故稲盛和夫さんは「部下を守れないトップは資格がない。会社が発展するのは社員が頑張っているからこそである」と部下のことを全力で考えサポートすることを常に考えられていて、部下にも指導されていました。

仕事は責任を持って一生懸命頑張る。時には大変なこと、辛いこともあると思いますが、苦労坂を上る勇氣や根性も必要だと私は考えています。私自身も部下に信頼されるよう自分を磨かないと「責任者としての資格がない」と稲盛さんに注意されそうだと、秋の夜長を感じつつ考える今日この頃です。

地域おこし協力隊 活動日記



No.66 ありがとうございます これから



甲斐 道仁さん

気付けば串間に移住して3年が経とうとしています。高速を走っていたら車が故障し、紆余曲折を経て串間に辿り着いたことが、今となっては懐かしい思い出です。

農業について漠然としたイメージしかなく、農業とは? というところから、串間の農家の皆さんに「農業について」、「作物について」などいろいろなることを学ばせていただきました。

そして、ピーマンをやっていくことを選んでからの時間はあっという間でした。串間のピーマン生産者の方々に具体的な生産方法はじめ、ありとあらゆることを学ばせていただき、とても濃い1年間を過ごしました。串間で濃い1年があったからこそ、みやぎき農業実践塾での栽培研修で成果を上げることができましたし、就農してからの問題点の洗い出しもできました。

今年の7月に串間に戻ってからは、就農に向けて関係各所との打ち合わせや、就農するハウスの改修工事などできることは自分で作業したので、目まぐるしく時間が過ぎていきました。

農家出身でない者が就農に辿り着くまでには、思い通りにいかないことや、もどかしさなどもありました。こま



「ありがとう串間駅」

新駅舎リニューアル前に 福島高生が旧駅舎を見学しました

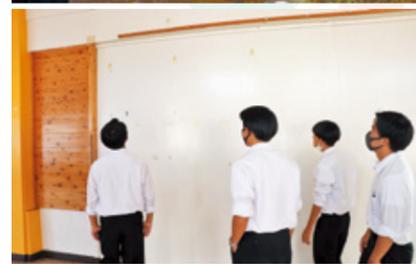
串間駅は今年度、建物の老朽化のため新駅舎にリニューアルします。リニューアルを前に、福島高校2年生の地域創生学の生徒は8月25日、旧駅舎への感謝の気持ちを込めて見学を行いました。

同駅は1962年(昭和37年)に開業し、60年間串間の玄関口として地域を見守り続けています。

新駅舎は室内待ち合いスペースを設置し、利用する皆さまに快適な空間を提供。今年度中に完成し、来年度4月にオープン予定です。

見学で生徒たちは、慣れ親しんだ駅舎を名残惜しそうに見ていました。

参加した生徒は「いつも通学でJRを利用していますが、串間駅の駅舎は色、デザインともに目立つ串間のシンボルだったので、解体されることを寂しく思います。しかし在学中に新しい駅舎を利用することができるので、完成を楽しみにしています」と新駅舎への期待を膨らませていました。



【問い合わせ先】
総合政策課地域振興係
☎ 55-1153

またまだ知らない時間がたくさん！
しま再発見



トイジェニック toigenic 4 & 都井岬観光交流館の ナゾ解きイベント

「トイジェニック(toigenic)」が今年も開催！

Instagramを使った都井岬フォトコンテスト「トイジェニック(toigenic)」は今年で4回目となります。これまでできてきた作品が多く寄せられている大人気企画で、スマートフォンがあれば簡単に参加できます。

都井岬のおすすめ撮影スポット

- 小松ヶ丘…野生馬、芝生の緑、青い海のすべてを収めることができる絶景スポットで、多くの人が撮影に訪れます。美しい夕日や夜の星空も撮影できます。
- 都井岬灯台…青空と岬の緑に囲まれた白亜の灯台や、展望台から望む日向灘がとても美しく、どこでシャッターを切っても最高の写真が撮影できます。
- 都井岬観光交流館パカラパカ…休憩しながら、都井岬の大パノラマを撮影することができます。特製フードやドリンクを「インスタ映え」を意識して撮ってみるのもおすすめです。遊びに来た野生馬とスイーツのコラボ写真が撮れるかもしれませんよ。
- 御崎神社…荒々しい崖の中腹に鎮座する赤い社が、神々しい雰囲気を漂わせています。撮影にテクニックが必要な、上級者向けの撮影スポットです。

これらのスポット以外にも、季節の草花などを撮影するのもいいですね。応募期間は令和5年1月30日(月)まで。簡単応募で、豪華賞品がもらえるチャンスです。皆さま、ぜひ都井岬に行って、撮影を楽しんでください。

問 串間市観光物産協会 野生馬ガイド ☎090-4588-1133
(受付時間：午前9時～午後5時15分/火曜を除く)

都井岬観光交流館では ナゾ解きイベントを開催中です！

施設内の各所に隠された謎を解いてご応募いただくと、抽選で豪華地場産品が当たります！
天高く馬肥ゆる秋！ぜひ都井岬へお越しください。
秋風の吹く草原が心地よいですよ！

- ◆開催期間◆
10月1日(土)～10月10日(月)
- ◆参加方法◆
施設で500円以上お買い物いただいた方を対象にレジで解答用紙を配布します。
全問正解者の中から抽選で地場産品をプレゼント(12名)！
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

問 都井岬観光交流館 PAKALAPAKA (パカラパカ)
☎27-3477 営業時間：午前9時～午後5時(火曜休館)



募集テーマ 【あなたの好きな都井岬】

- ◆応募方法◆
 - ①串間市観光物産協会公式Instagram「toigenic」をフォロー！
 - ②都井岬ですてきな写真を撮ろう！
 - ③写真投稿時にハッシュタグ「#toigenic4」と「#都井岬」をつけて投稿するだけ！
- ※Instagramアカウントを「非公開」にされている場合は、応募が無効となります。ご注意ください。



謎解き 第二弾

都井岬観光交流館 PAKALAPAKA

10月1日(土)～10月10日(月)

全問正解者の中から抽選で豪華賞品をプレゼント(12名)！

賞品例：パカラパカ限定グッズ、都井岬産品、オリジナルグッズなど

くしまっ子

少年少女レスリング全国大会で 小学生3人が上位入賞



左から鈴木さん、川崎くん、江藤さん

市内のジュニアレスリングチーム「一般社団法人レスリング競技『くしまグリーンホース』(鈴木博也代表)」に所属する小学生3人が、7月下旬に東京都で行われた「第39回全国少年少女選手権大会」で、全国から強者が集う中、見事上位入賞を果たしました。

輝かしい成績を収めたのは、小学6年女子33キロ級で準優勝の鈴木菜花さん、同6年男子30キロ級で3位の川崎綜友くん、同5年36キロ級で8強入りの江藤かん奈さん。

それぞれの子に、大会を振り返っての感想やレスリングの魅力などについて話を聞きました。

準優勝
(小学6年女子
33キロ級)

すずき なのは
鈴木 菜花さん
(福島小)

大会を振り返って

初めて決勝進出を決めたときはとてもうれしかったです。大会に向けて最後まで諦めずに練習してきたので、「練習の成果を出さる」という気持ちで決勝に臨みました。相手のパワーが強かったので、スピードを意識して積極的に攻めましたが、わずかの差で負けてしまいました。悔しかったです。

レスリングを始めたキッカケ

監督であるお父さんの影響を受けて4歳から始めました。最初は「楽しそうだな」という気持ちで始めましたが、練習のときになると緊張して慣れるのに2、3カ月ほどかかりました。

好きなところ、魅力

得意技の片足タックルとアングル(寝技)を決めたときはうれしいです。

今後の目標や夢

オリンピック出場です！

3位
(小学6年男子
30キロ級)

かわさき そうすけ
川崎 綜友くん
(福島小)

大会を振り返って

大会前は練習以外にも運動公園での走り込みや自宅での筋トレをして頑張ってきました。準決勝では相手は守りがうまく、1点差を返そうと積極的に攻めましたが、押さえ込まれて負けてしまいました。悔しかったです。3位という成績を残せてうれしかったです。

レスリングを始めたキッカケ

菜花さんと保育園が一緒なこともあって、親と道場に見学に行き「楽しそうだな」と思い始めました。

好きなところ、魅力

点数差で負けていても、フォール(両肩をマット上に完全に押さえつけること。2秒継続したら勝利が決まる)で逆転勝ちができたときはとてもうれしいです。最後まで諦めず勝負できるところが魅力です。

今後の目標や夢

中学生でもレスリングでいい成績を残していきたいです！

8強
(小学5年女子
36キロ級)

えとう かなな
江藤 かん奈さん
(金谷小)

大会を振り返って

会場がとても大きく、初めてのベスト8入りで試合はとても緊張しました。「負けたくない」と強い気持ちを持って試合に挑みましたが、相手が強く負けてしまいました。悔しい気持ちもありますが、ベスト8になることができうれしかったです。

レスリングを始めたキッカケ

テレビでレスリングの試合を見て「カッコいいな。私も強くなりたい」と思い、小学2年生から始めました。

好きなところ、魅力

練習は楽しいこともきついこともあるけど、みんなで切磋琢磨合っています。菜花さん、綜友くんの先輩2人からもやる気をもらっています。

今後の目標や夢

6年生までに全国大会で優勝したいです！

3人は、来年1月に東京都で開催される「全国選抜大会」に向けて現在練習に励んでおり、「優勝したい」と声をそろえて意気込みます。指導する鈴木代表は「優勝目指して頑張ってもらいたい。楽しさ、厳しさのメリハリをつけて指導していきたい」と期待を込めます。

税金

納期限と口座振替日のお知らせ

- 10月31日は、
- ①固定資産税(3期)
 - ②市県民税(3期)
 - ③国民健康保険税(4期)
 - ④介護保険料(4期)
 - ⑤後期高齢者医療保険料(4期)
- の納期限および口座振替日です。忘れずに納めましょう。

口座振替をご利用の場合は残高の確認をお願いします。

☎ 税務課 ☎ 72 - 1115

子育て

納期限と口座振替日のお知らせ

10月31日は、保育料(10月分)の納期限および口座振替日です。忘れずに納めましょう。口座振替をご利用の場合は残高の確認をお願いします。

☎ 福祉事務所こども政策係 ☎ 72 - 1123

福祉

「認知症予防講座」参加者募集

★認知症予防講座～年齢に負けない！令和時代のセカンドライフ～★
認知症予防対策について、座学・体験型の講座を行います。

- 内容・日時
- ①楽しく学ぶ！認知症予防講座＝10月27日(木)午後1時半～午後3時
 - ②あなたは大丈夫？フレイル予防講座＝11月10日(木)午後1時半～午後3時
 - ③MYライフ&エンディング講座＝11月24日(木)午後1時半～午後3時
- 場所＝道の駅「くしま」市民交流施設内多目的室
- 定員＝先着20名
- ☎ 医療介護課介護保険係 ☎ 72 - 0333 (内線510)

イベント

kushimen's kitchen (男性料理教室) 参加者募集！

本市では男性を対象とした料理教室を実施しています。今回のテーマは「減塩」です。

食材や調理法を変えると減塩でもおいしく食べられますよ！
初心者大歓迎！お気軽にお問い合わせください。

- 日時＝10月22日(土) 午前10時～午後1時終了予定
- 場所＝市総合保健福祉センター2階調理室
- 料金＝無料(エプロン、三角巾【バンダナなど】、マスクをご持参ください)
- 締め切り＝10月20日(木)まで(ただし、定員5名になり次第締め切らせていただきます)
- メニュー(予定)
鶏むね肉のマスタードチキン、さっぱりきのこのマリネ、芋の豆乳みそ汁、コーヒゼリー(メニューは変更になる場合があります)

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止になる場合があります。なお、当日は感染予防のため、検温と体調チェックを行います。体調の優れない方は参加をお控えください。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

☎ 医療介護課健康増進係 ☎ 72 - 0333 (内線520)

イベント

名称決定！令和5年「串間市はたち式」のご案内

成人式の名称が、参加者有志による実行委員会で「はたち式」に決定いたしました。式典への参加方法については次の通りです。

■串間市に住民登録をしている方

10月中旬頃、案内文書を送付し、記念冊子にお名前を掲載いたしますので、特に手続きは必要ありません。

■串間市以外に住民登録をしている方

進学や就職により市外に転出した方も串間市の式典に出席できます。案内文書を送付しますので、申し込みをお願いします。

- 対象者＝平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方
 - 日時＝令和5年1月8日(日)
 - 受付＝午前10時半
 - 会場＝市文化会館
 - 申し込み方法＝お電話でお申し込みください。
 - 記念冊子の名簿掲載締め切り＝11月4日(金)
記念冊子の名簿掲載を希望されない方はご連絡ください。
 - その他
新型コロナウイルス感染症などの影響により、式典の開催中止または延期をする場合がございます。その際、交通機関、着物、着付けなどのキャンセル料などの補償は行いませんので、あらかじめご了承くださいませようをお願いいたします。
- ☎ 生涯学習課生涯学習係 ☎ 55 - 1161



新型コロナウイルス ワクチン接種について

ワクチン接種は予約が必要です。

※電話、LINEで予約をされていない方は接種できません

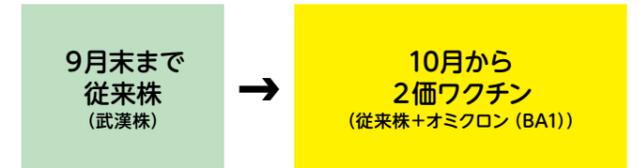
接種期間が延長、ワクチンが変わります

9月末までを期限として従来株(武漢株)のワクチンでワクチン接種が行われていました。今後、接種期間が令和5年3月末まで延長となり、10月からは2価ワクチンという従来株とオミクロン株(BA1)対応のワクチンを使用します。
オミクロン株ワクチンは、12歳以上を対象として、1人1回接種することができます。

コロナワクチンとインフルエンザワクチンは同時接種ができます

通常、コロナワクチンは他の予防接種との間隔を2週間空ける必要がありますが、インフルエンザワクチンは同じ日に接種することもできます。接種を希望される方はかかりつけ医にご相談ください(65歳以上のインフルエンザワクチン接種については、11ページをご覧ください)。

【ワクチンの移行予定】



※移行時期は予定であり、ワクチンの入荷状況により前後する可能性があります。

30代以下の皆さまへ

新型コロナウイルスに感染すると若い方でも重症化する場合があります。しかし、3回目のワクチン接種者は、未接種者に比べ、BA.5に感染して発症するリスク(有症状となるリスク)が65%減少しています。

自分自身と大切な方を守るために、3回目接種のご検討をお願いします。

【大人用(12歳以上)ワクチン】

接種回数	接種できるワクチン	予約方法	注意点
初回接種(1・2回目)	従来株(武漢株)	電話のみ	・2回目の予約は、1回目予約日の3週間後となります。 ・接種できる日にち・病院が限られます。
3回目	2価ワクチン(従来株+オミクロン株(BA1)) ※2価ワクチンの接種は1人1回	電話またはLINE	【接種券について】 3回目 2回目接種日から5カ月後に発送します。 ※初回接種をノバボックスで接種された方は、6カ月後以降に発送となります。
4回目			ワクチンの在庫状況を調整しながら、3回目接種日から5カ月後以降に順次発送します。

9月末までに4回目接種を受けた(4回目のワクチンが従来ワクチン)場合のみ、5回目接種としてオミクロン株対応ワクチンが接種できる予定です。

接種開始時期・対象者が決まり次第、広報紙などにてお知らせします。

5～12歳のお子さんの保護者の皆さまへ

ワクチン接種が努力義務となりました

小児用接種においても新型コロナウイルスの重症化予防に寄与することが確認され、発症予防・重症化予防効果がデメリット(副反応)を上回ったと判断されました。これに伴い、9月6日から小児用ワクチン接種が保護者の「努力義務」となりました。

小児用ワクチンの接種量は、大人用の3分の2の量となっており、副反応は大人と比べ軽い傾向があります。お子さんのかかりつけ医と相談しながら、接種をご検討ください。

○串間市の小児用ワクチン接種を実施している医療機関

- ・のだ小児科医院(福島地区)
- ・とめのファミリークリニック(都井地区)

3回目の接種が始まりました

5～11歳の子どもへ3回目の接種を実施することが決まりました。2回目の接種から5カ月経過後に接種が可能となります。接種券は、接種ができるようになる日をめどに発送します。接種券が届き次第、LINEまたは電話にてご予約ください。

【小児用(5～11歳)ワクチン】

接種回数	接種できるワクチン	予約方法	注意点
初回接種(1・2回目)	従来株(武漢株)	電話またはLINE	・2回目の予約は、1回目予約の3週間後です。 ・接種できる病院は、のだ小児科医院、とめのファミリークリニックです。
3回目			・接種券は、2回目接種終了日から5カ月後に送付します。

ワクチン接種に関する問い合わせ

串間市新型コロナウイルスワクチン接種対策室(市総合保健福祉センター内) ☎ 888-0001 宮崎県串間市西方9365-8

☎ 72 - 5678

FAX 72-7100【月～金曜：午前8時半～午後5時15分】
※予約は午前9時～午後4時

申請

新型コロナウイルス感染症に関する傷病手当金の手続き延長のお知らせ

この「傷病手当金」は、新型コロナウイルス感染症への感染などによる病気休業により、収入の減少があった世帯の生活を保障するための給付金です。対象期間が3カ月延長されましたのでお知らせします。

- 対象期間**=令和2年1月1日から令和4年12月31日まで(今後さらに変更になる場合があります)
- 対象者**=給与収入のある国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者のうち、新型コロナウイルス感染症に感染した方、または発熱などの症状があり感染が疑われる方。
- 支給要件**=新型コロナウイルスに感染などの理由により仕事ができ

ず、収入が減少した場合。
●**支給金額**=労務に服していれば本来受給できた給与収入の3分の2にあたる額を傷病手当金として支給詳しくは電話にてお問い合わせください。

☎72-0333(内線513)

告知

宮崎県最低賃金が時間額853円に改定されます。

宮崎県最低賃金は、本年10月6日(木)から「時間額853円」に改定されることになりました。最低賃金は臨時、パート、アルバイトを含む宮崎県内で働くすべての労働者に適用されます。※最低賃金の算定にあたって、次の賃金は算入しません。

- ①臨時に支払われる賃金
 - ②1カ月を超える期間ごとに支払われる賃金(賞与など)
 - ③時間外割増賃金、休日割増賃金、深夜割増賃金
 - ④精皆勤手当
 - ⑤通勤手当
 - ⑥家族手当
- ☎0985-38-8836



生活

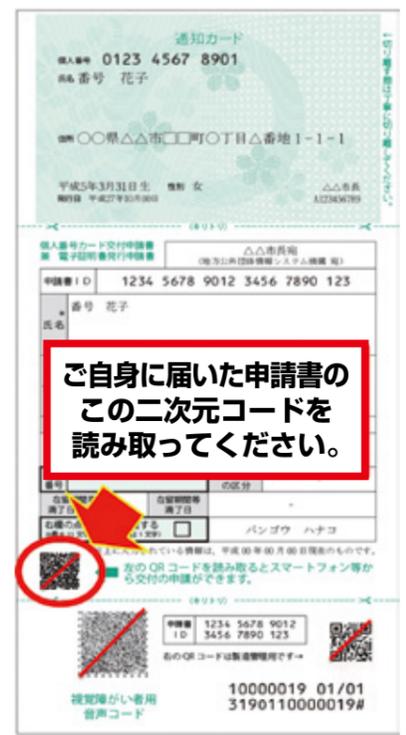
市役所や支所でマイナンバーカードの申請ができます!

マイナンバーカードの申請を市役所および各支所の窓口で行うことができます。

- 受付時間**=午前8時半～午後5時15分
- ※市役所本庁のみ毎週木曜日は午後7時まで窓口を延長しております(祝日を除く)。
- ※写真撮影を行います。
- コンビニで各種証明書が取得できます!**
- マイナンバーカードを使用し、コンビニのコピー機で証明書が発行できます。
- 戸籍謄本、戸籍抄本、戸籍の附票**
- ▷平日午前9時～午後5時15分
- 住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、課税証明書、所得証明書**
- ▷毎日午前6時半～午後11時(12月29日～1月3日を除く)
- ※串間市に住民票がない方で、本籍

が串間市にある方が戸籍謄本などを発行する場合は、初回のみコンビニのコピー機より事前審査が必要となります。

●**スマートフォンからマイナンバーカードの申請ができます!**



ご自身に届いた申請書のこの二次元コードを読み取ってください。

申請書の紛失、記載してある住所や氏名に変更がある場合は、申請書の再発行が必要です。

令和2年5月25日以降、通知カードの発行は行っていません。代わりに届いた個人番号カード交付申請書でもカードの申請が可能です。

- 事業所訪問にてマイナンバーカードの出張申請を受け付けします!**
- 勤務先に市役所職員が伺い、従業員さんの写真撮影から申請までお手伝いします。カード完成後は勤務先までお届けします(本人確認が必要です)。お電話もしくは二次元コードよりお申し込みください。
- ※2名さま以上からお申し込み可能です。
- ※事業所訪問のお申し込みは、本庁市民生活課のみ受け付けを行っております。

- ☎ 串間市役所
- 市民生活課 ☎72-1111
- 大東支所 ☎71-2011
- 本城支所 ☎71-3011
- 都井支所 ☎71-4011
- 市木支所 ☎71-5011



子育て

就学時健診のお知らせ(令和5年度新入学児童対象)

来年度、小学校に入学する子どもを対象に健康診断を実施します。対象児童の保護者の方には9月中旬頃までに案内を送付しておりますのでご確認ください。

- 実施日および対象校区**=
- ・10月14日(金) 福島小学校(大字西方・大字南方地区以外)、有明小学校、北方小学校、金谷小学校、秋山小学校、大東小学校、大平小学校、本城小学校、市木小学校、都井小学校
- ・10月21日(金) 福島小学校(大字西方・大字南方地区)
- 受付時間**=午後1時15分～午後1時50分
- 健康診断開始時間**
- ・第1部:午後2時～
- ・第2部:午後2時15分～
- 会場**=市総合保健福祉センター
- ☎ 串間市教育委員会学校政策課 教育総務係 ☎55-1119

相談

平日夜間・土日もどうぞ!「労働相談週間」を開催します!

宮崎県労働委員会では、労働者と使用者との間に生じた職場のトラブル(パワハラ、賃金未払い、解雇など)について、随時、秘密厳守・無料で相談に応じています。

以下の日程は、「労働相談週間」として平日夜間および土曜・日曜にも相談を受け付けます。

- 受付時間**=10月15日(土)～10月21日(金)
- ・土日:午前9時～正午、午後1時～午後5時
- ・平日:午前8時半～正午、午後1時～午後7時
- ※通常は、平日午前8時半～正午、午後1時～午後5時
- ※面談を希望される場合は、事前に

- 電話連絡をお願いします。
- 対象者**=県内の事業所に勤務する労働者および使用者
- 場所**=宮崎県労働委員会事務局(宮崎市橘通東1丁目9-10【県庁3号館6階】)
- 相談方法**=電話、面談(要予約)、FAX、インターネット(「宮崎県労働相談メール送信フォーム」で検索)
- ☎ 宮崎県労働委員会事務局 相談専用電話「働くあんしんサポートダイヤル」 ☎0985-26-7538 FAX:0985-20-2715

生活

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が全国で2種類同時発売!

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

- ★「今年のハロウィンジャンボは、1等・前後賞合わせて5億円!」
- ・1等:3億円×11本
- ・前後賞:各1億円×22本
- ※当せん本数は発売総額330億円・11ユニットの場合
- ★「同時発売のハロウィンジャンボミニは、1等・前後賞合わせて5,000万円!」
- ・1等:3,000万円×20本
- ※当せん本数は発売総額150億円・5ユニットの場合
- 発売期間**=9月21日(水)～10月21日(金)
- ※ハロウィンジャンボは、パソコンやスマートフォンからもネット購入できます!
- 抽せん日**=10月28日(金)
- 金額**=各1枚300円
- ※昨年のハロウィンジャンボ宝くじ(第899回全国自治宝くじ)およびハロウィンジャンボミニ(第900回全国自治宝くじ)の時効(令和4年11月3日【木】)が迫っておりますのでお忘れなく。
- ☎(公財)宮崎県市町村振興協会企画課 ☎0985-31-9590

募集

戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者募集

先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象として、戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ります。

- 実施地域**=東部ニューギニア、台湾・バシー海峡、中国など
- 参加費**=10万円
- 参加資格**=戦没者の遺児 ※付き添い希望者は要相談
- ☎ 日本遺族会事務局 ☎03-3261-5521
- ☎ 宮崎県遺族連合会事務局 ☎0985-22-2858

イベント

第27回串間市美術展が開催されます

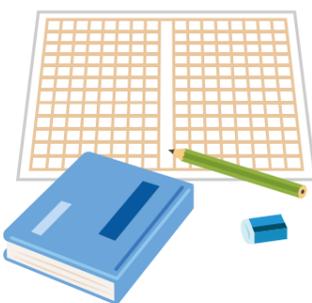
串間市、日南市および志布志市の在住者・在勤者・出身者の皆さまの想いの詰まった作品を展示します。

- 搬入日**=10月26日(水) 午前10時～午後5時
- 一般公開**=10月29日(土)～11月4日(金)午前9時～午後5時
- ※最終日は午後3時まで
- 会場**=市文化会館小ホール
- 作品部門**=絵画、写真、書道
- 表彰式**=10月30日(日)午前10時から(市文化会館大ホール) 皆さまのご来場をお待ちしております。入場料は無料です。
- 新型コロナウイルス感染症予防のため、マスク着用でご来場ください。発熱や体調不良の方は入場できませんのでご了承ください。
- ☎ 串間市美術展運営委員会事務局(生涯学習課内) ☎55-1163



募集

文芸誌「ひおうぎ」
第11号作品募集



串間市文化協会では文芸誌「ひおうぎ」第11号の作品を、全市民を対象に募集します。

串間の文化・文学活動の充実と発展のため、多くの方々の応募をお待ちしております。

●応募作品

- ・小説＝原稿用紙10枚以内
- ・随筆＝原稿用紙3枚以内
- ・詩＝40行以内 1篇
- ・短歌＝5首
- ・俳句＝5句
- ・川柳＝5句

●応募規定

- ・原稿用紙は、A4もしくはB4で400字詰めを使用し、縦書きしてください。
- ・作品には、必ず題名、住所、地区名、氏名、電話番号を記入してください。
- ・読みづらい語句などには、ふりがなを付けてください。
- ・応募原稿は返却しません。コピーなどにより別途保存してください。
- ・2部門まで応募できます。

●応募期間

8月15日(月)～令和5年1月10日(火)【必着】

●「ひおうぎ」11号 発行予定日

令和5年2月1日(水)

宛先・問 串間市文化協会 山内 学
住所：串間市大字西方9002-3
☎・FAX：72-3456

自然 ～海の資源を大切に～

密漁を防いで串間の海を守ろう!!

海の資源は、漁業者が大切に管理、利用しており、密漁は、漁業の生産活動や水産資源に深刻な影響を与える犯罪行為です。

海には、漁業関係の法律や県の漁業調整規則に基づいてさまざまなルールが決められており、以下の特定の水産物を許可なく採捕すると罰せられます。

また、県南部地区の沿岸には、漁業者の生計を確保するため、漁業法に基づく「共同漁業権」が設定されており、免許を受けた漁協組合員以外が以下の物を採ることは禁止されています。それ以外の方がこの権利を侵すと漁業権侵害として罰せられることがあります。

●県南部地区で採捕してはいけない水産動植物

		ナマコ、アマノリ、イガイ、エサムシ、トコブシ、ウニ、カキ、カメノテ、キリンサイ、タコ、テングサ、トサカノリ、バイ、フノリ、ワカメも対象です。
【ハマグリ】	【サザエ】	
		※この他に、ブリ(全長15センチ以下)、ウナギ(全長25センチ以下)、ボラ(全長10センチ以下)も採捕してはいけません。
【アワビ】	【イセエビ】	

●主な法定刑

特定水産動植物(ウナギ稚魚、アワビ、ナマコ)の採捕禁止違反・密漁品譲受などの罪	無許可操業などの罪	漁業権侵害の罪
3年以下の懲役または3000万円以下の罰金	3年以下の懲役または300万円以下の罰金	100万円以下の罰金

一般の釣りやレジャーなど(遊漁者)では、漁具や漁法が制限されており、その範囲内で行うことが可能です。

(例)



※採捕が禁止されていない水産動植物に限ります。

トラブル防止と水産動植物の保護などのためにもルールを守りましょう。県、日南市、串間市、漁業協同組合や警察などの関係機関で構成する県南部地区密漁防止対策協議会では、これらの密漁に対して厳正に対処するとともに、密漁防止活動に取り組んでいます。

密漁が疑われる事案を見かけましたら、協議会まで情報をお寄せください。

問 県南部地区密漁防止対策協議会(日南市役所水産林政課内)☎31-1135

生活 令和4年度 狂犬病予防注射・畜犬登録について

飼い犬は『生涯1回の登録』と『年1回の狂犬病予防注射』を受けることが義務付けられています。

下記日程で実施しますので、都合のいい会場をご利用ください(動物病院などでも狂犬病予防注射は受けられます)。畜犬登録する場合、下記日程でも登録が可能です。

日	時間	会場
10月6日(木)	9:00～9:20	揚原公民館(揚原)
	9:35～9:50	大束支所(上新町)
	10:10～10:30	上町公民館(上町)
	10:40～11:00	市民総合体育館下(西小路)
	11:10～11:30	今町公民館(東今町)
	13:30～13:45	市木公民館(中福良)
10月7日(金)	14:35～14:50	都井基幹集落センター(迫)
	15:05～15:20	旧本城支所(上平)
	9:00～9:15	有明児童公園(有明2区)
	9:30～9:50	西浜1丁目16-1 (BeamKUSHIMAの南)
	10:00～10:20	市役所下駐車場(仲町)
10:35～10:50	農村環境改善センター(屋治)	

狂犬病予防接種に係る料金などについては、次の通りです。

- ・狂犬病予防注射料 3,300円
- ・犬の新規登録料 3,000円

問 市民生活課生活環境係☎72-1356

相談 行政相談週間について

10月17日(月)～23日(日)は、行政相談週間です。

毎日の暮らしの中で、国などの仕事について、①苦情や困っていることがある、②相談してみたら説明が納得がいけない、③制度や仕組みが分からない、④どこに相談したらよいか分からない、などがありましたら行政相談委員にご相談ください。

また、今月は通常の相談日とは別に支所での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)。

会場	日	曜日	時間
市役所(1階B会議室)	10月17日	月	9:00～12:00
本城支所	10月18日	火	10:00～11:45
都井支所	10月18日	火	13:15～15:00
市木支所	10月19日	水	10:00～11:45
大束支所	10月19日	水	13:15～15:00

問 市民生活課生活環境係☎72-1356

税金 消費税のインボイス制度などの説明会・登録申請相談会に関するお知らせ

令和5年10月から「適格請求書等保存方式(インボイス制度)」が導入されます。事業者の方がインボイス制度への理解を深めていただいた上で、事業に応じた対応や準備を進めていただくよう説明会などを開催します。

【開催日時など】

年月日	開催日時		定員	申し込み締め切り日※1	開催場所
	時間	時間			
10月25日(火)	10:00～12:00	14:00～16:00	10名	10月21日(金) 17時まで	日南税務署 2階会議室 (日南市上平野町1丁目8番地4号)
	10:00～12:00	14:00～16:00	10名		
11月22日(火)	10:00～12:00	14:00～16:00	10名	11月18日(金) 17時まで	
	10:00～12:00	14:00～16:00	10名		
12月20日(火)	10:00～12:00	14:00～16:00	10名	12月16日(金) 17時まで	
	10:00～12:00	14:00～16:00	10名		

- ※1 事前予約制になります。申し込み締め切り日までに電話で申し込みをお願いします。
- ※2 会場へお越しの際は、なるべく公共機関をご利用ください。
- ※3 登録申請を希望する参加者の方に、会場内で手続きのサポートを行います(e-Taxで申請する場合はマイナンバーカードが必要です)。
- ※4 新型コロナウイルス感染症拡大防止に配慮した開催としており、今後、同感染症の状況などによって開催が中止となる場合もあります。

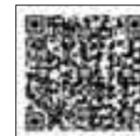
▶適格請求書等保存方式(インボイス制度)とは…

消費税の申告において、買い手が仕入税額控除の適用を受けるためには、原則として、売り手である登録事業者から交付を受けた適格請求書の保存が必要となる制度です。

なお、詳しい情報は、国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)をご覧ください(下の二次元コードからも、特設サイトをご覧ください)。

また、インボイス制度に関する一般的なご質問やご相談は、専用ダイヤル(☎0120-205-553)で受け付けております。

▼「インボイス制度特設サイト」 ▼登録はパソコン・スマートフォンから!



問 日南税務署法人課税部門☎22-3671 (音声案内で「2」を選択)

道の駅「くしま」 だより

道の駅「くしま」

来駅者数 50万人突破!



おかげさまで50万人を突破いたしました。これもひとえにご来駅いただいております皆さま並びに日頃、出荷していただいている出荷者協議会の皆さまのおかげと感謝申し上げます。

昨年のプレオープンから約1年半さまざまな媒体を用いて情報発信を行ってきました。テレビやラジオなどのメディア戦略もうまくいっているものと確信しております。

これからも“くしま”をとことんPRしていきます。

まだまだ道半ば、これからもお越しいただくたくさんのお客さまの充実した時間の創出のためにもよりよい道の駅づくりに努めてまいります。

問 道の駅「くしま」 ☎72-0800

無料相談

①遺言などの無料相談

- 相談対象=遺言、相続、高齢者などの財産管理、離婚時の契約など
- 日時=10月2日(日)午前8時~正午
- 場所=日南公証役場(日南市戸高1丁目3-2)
- その他=予約制のため、平日に事前の電話予約が必要です(午前8時半~午後5時)。

問 日南公証役場
☎23-5430

②行政相談

- 相談対象=行政に対する意見や要望、相談など
- 日時・場所=P22をご覧ください。

問 市民生活課生活環境係
☎72-1356

③法律相談

- 相談対象=ご近所トラブル、離婚、相続、債務整理、労働問題、交通事故、会社経営など
- 日時=10月17日(月)午後1時~終了次第(要予約)
- 場所=市総合保健福祉センター
問 市社会福祉協議会 ☎72-6943



④人権相談

- 相談対象=セクハラ、パワハラ、家庭内暴力、体罰、いじめ、誹謗中傷、差別など
- 日時・場所

- ①10月3日(月)午前10時~午後3時
市役所地下D会議室
- ②11月14日(月)午前10時~午後3時
市木支所
- 問 総務課総務係 ☎72-4557



⑤年金相談

- 相談対象=高齢、障害、遺族などの年金請求および相談

- 日時・場所
- ①10月6日(木)午前10時~午後3時
市役所1階A会議室
- ②11月2日(水)午前10時~午後3時
市役所1階A会議室

- その他=事前に都城年金事務所へ予約(1カ月前から可)が必要です。予約の際、持参するものの確認をお願いします。

※予約受付時間=平日午前8時半~午後5時15分

問 市民生活課市民係 ☎72-1117
都城年金事務所
☎0986-23-2571

⑥消費者生活巡回相談

- 相談対象=消費者トラブル(商品、訪問販売、契約など)に関する相談
- 日時=10月18日(火)午前10時~午後3時

- 場所=市民生活課市民相談室
- その他=事前(前週金曜日の午後4時まで)に電話予約が必要です。

問 日南申問消費者生活センター
☎23-4390

年金 トピック

「障害年金について」 ご相談ください

障害年金は、病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。病気やけがで初めて医師の診療を受けたときに「国民年金」に加入していた場合は「障害基礎年金(1、2級)」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金(1、3級)」が請求できます。

●受給要件(すべてに該当することが必要)

- ①国民年金または厚生年金加入期間である間に、障がいの原因となった傷病の初診日があること。
 - ②障がいの状態が、障害認定日(初診日から1年6カ月を経過した日または、1年6カ月以内に症状固定した日)において、国民年金・厚生年金の障害等級に該当していること。
- ※障害者手帳とは障害等級の判断基準が異なります。

●③保険料の納付要件を満たしていること。

●どのような手続きがいるの?
障害基礎年金の請求先は申問市役所市民生活課、障害厚生年金の請求先は都城年金事務所です。請求手続きには、初診日を証明できるものや診断書などの添付書類が必要となります。必ず事前にご相談ください。相談の際には、年金手帳など基礎年金番号の分かるものと本人確認書類をお持ちください。

問い合わせ先 市民生活課市民係 ☎72-1117(内線225・226) / 都城年金事務所 ☎0986-23-2571

税チャンネル

国民健康保険への加入・脱退の手続きについて



新たに就職・退職・転職により社会保険などを加入・脱退し、国民健康保険に加入・脱退される時は、保険の切り替えの手続きが必要となります。切り替えの手続きがない場合、国税と社会保険料などの重複負担や、社会保険などの喪失日までさかのぼって国税の支払いが発生することがあります。

手続きについては、必要書類などもありますので、下記までお問い合わせください。

☎ 税務課国保・介護課係 ☎ 72-1114



ゼロカーボンアクション30

脱炭素社会の実現には、一人一人のライフスタイルの転換が重要です。「ゼロカーボンアクション30」にできることから取り組んでみましょう。

今回紹介するのは「消費エネルギーの見える化」です。

スマートメーター導入によって、ウェブサイトなどを通じた電力などの使用状況や料金などの見える化などが可能になります。さらに家庭内エネルギー全体を管理するHEMSと連携することで、遠隔の操作もできるようになります。見える化で賢く電気を使いましょう。

スマートメーターの場合、30分ごとの電気使用量が分かるので、省エネの実感や光熱水費の削減にもつながります。

☎ 市民生活課生活環境係 ☎ 72-1356

消防団 しょうぼうだんつうしん 通信



■中央分団第1部

串間市の中央部を活動範囲とする串間市消防団中央分団！その中でも今回は、鹿児島県志布志市県境の分団で中央分団第1部（高松地区）のご紹介をさせていただきますね。

串間市消防団は、松下富男団長、日高秋則副団長、山下明彦副団長を中心とし、6つの地区にて組織されています。

その地区の1つ、中央分団（山下ただはる分団長、鈴木直也副分団長、黒水伸一副分団長）は、総員100名の9つの部で構成されています。

今回は中央分団第1部（高松地区）、黒木親志部長を含む12名の主な活動は、火災や自然災害における予防巡回活動、地域の水利確認、器具や機械および車両の点検、そして有事の際に常に団員同士で密に連携できるように訓練しています！（^^）

最近ではコロナ禍により実施できていない、南海トラフ大地震を想定した津波避難訓練や避難道の整備を自治会と協力して取り組んでいます。

また、高松地区においても過疎化

が進んでおり、地域にて消防団活動の必要性が増しています。団員数の減少を解消できるよう、串間市そして地域のために活動して貢献したい方の入団をお待ちしております（^^）

今後も串間市消防団全体で各地区住民の安心安全な生活のために、団員一同が今まで以上に消防活動に努力していきますので皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

☎ 串間市消防本部 ☎ 72-4151



出初式での放水写真です

警察署だより

☎ 串間警察署 ☎ 72-0110 警察安全相談#9110

～盗難被害の多くは無施錠によるものです～ カギかけを習慣づけましょう！

自宅（家）

■家を出るときは必ず玄関・窓に施錠を！

- ①朝のごみ出し、近所への買い物など、短時間の外出でも施錠をしましょう。
- ②玄関以外の勝手口ドア、掃き出し窓、浴槽、トイレの小窓も施錠しましょう。

車

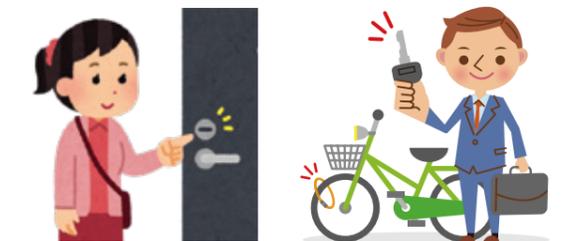
■車から離れるときはドアに施錠を！

- ①コンビニでの買い物など、短時間での駐車でも必ず施錠しましょう。
- ②貴重品を車内に置かないようにしましょう。
- ③車の窓も閉めましょう。

バイク・自転車

■バイク・自転車を停めたら施錠を！

- ①短時間でも必ず施錠（二重ロック）をしましょう。
- ②路上を避けて駐輪場に停めましょう。



10月、11月の日曜給油店

月/日	給油店名
10/ 2	片平本町店・井手都井店
10/ 9	三協西小路店・井手都井店
10/16	井手産商串間店・井手都井店
10/23	酒井串間店・井手都井店
10/30	津曲北方店・井手都井店
11/ 6	片平本町店・井手都井店
11/13	三協西小路店・井手都井店
11/20	井手産商串間店・井手都井店
11/27	酒井串間店・井手都井店

人口のうごき（令和4年9月1日現在）

人口 16,182人（前月比-17人）
 [男性 7,576人 女性 8,606人] 世帯数 7,101世帯
 ※令和2年国勢調査からの推計人口です。

10月、11月の休日在宅医

※受診前に医療機関に電話をかけて症状をお伝えください。

月/日	医療機関	診療科	電話番号
10/ 2	県南病院	神・精・内科	72-0224
10/ 9	ゆうゆうの森クリニック	内科	55-9111
10/10	アイレHDクリニック串間	内科・透析内科	55-8181
10/16	はなぶさ消化器・内視鏡クリニック	内・消内・内視内	74-1187
10/23	にいな内科・循環器科	内・循・呼	71-1711
10/30	岡村クリニック	整形外科	72-7710
11/ 3	とめのファミリークリニック	内科・小児科	76-1425
11/ 6	ゆうゆうの森クリニック	内科	55-9111
11/13	串間中央クリニック	内科・小児科	27-3181
11/20	県南病院	神・精・内科	72-0224
11/23	アイレHDクリニック串間	内科・透析内科	55-8181
11/27	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112

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

10
October
2022

今月のくしま



組 相談 育 子育て 健 健康 ☆ イベント 他 その他

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
25	26	27	28	29	30	10/1
						☆ ナゾ解きイベント開始日 (P17) 健 高齢者インフルエンザ予防接種開始 (P11)
2	3	4	5	6	7	8
	組 人権相談 (P24) 他 大東地区デマンド型乗り合いタクシー実証運行開始		健 各種集団健(検)診【本城公民館】	組 年金相談 (P24)	☆ イプシロンロケット6号機打ち上げ予定日	
				他 狂犬病予防注射・畜犬登録(P22)		
9	10	11	12	13	14	15
	スポーツの日 ☆ ナゾ解きイベント最終日 (P17)	健 結核検診【各会場】	育 3歳児健診 健 各種集団健(検)診【大東公民館】		育 就学時健診 (P20)	
16	17	18	19	20	21	22
☆ よかむん朝市よかむん市【道の駅「くしま」イベント広場】	組 法律相談 (P24)	組 消費者生活巡回相談 (P24)	育 2歳児歯科健診 健 結核検診【各会場】	組 総合相談(社協・包括)【道の駅「くしま」市民交流施設内】午前11時～午後2時	育 就学時健診 (P20)	☆ kushimen's kitchen【男性料理教室】(P19)
	組 行政相談週間 (P22)					
23	24	25	26	27	28	29
☆ としょかんまつり (P14)	健 各種集団健(検)診【市総合保健福祉センター】		☆ 第27回 串間市美術展 搬入日 (P20)	健 認知症予防講座 (P19) 健 結核検診【各会場】		☆ 第27回 串間市美術展 一般公開開始日 (P20)
30	31	11/1	2	3	4	5
☆ 第27回 串間市美術展 表彰式 (P20)	他 固定資産税(3期)、市県民税(3期)、国民健康保険税(4期)、介護保険料(4期)、後期高齢者医療保険料(4期)、保育料(10月分)の納期限および口座振替日 (P19)		組 年金相談 (P24)	健 結核検診【市総合保健福祉センター】		
☆ 第27回串間市美術展 (P20)						

※各日程については予定であり、変更になる場合があります。

編集後記

今年も残すところ2カ月となりました☆私の大好きな季節「秋」がやってきて、「お散歩しようかな」「夜はさんまを焼こうかな」とつい気持ちガルンルンします！皆さんの好きな季節は何ですか(^^)？今月は

広報紙についての会議があるので、しっかり勉強し、これからもさまざまな情報を皆さんに楽しんでいただけるようにまだまだ頑張ります☆(た)

広報くしまに関するご意見・ご感想はこちらから▼



No.1094 広報くしま 2022年10月1日発行 発行/串間市役所 編集/総務課秘書広報係

〒888-8555 宮崎県串間市大字西方5550番地 電話：0987-72-1111 FAX：0987-72-6727
<https://www.city.kushima.lg.jp/> Eメール：jr.info@city.kushima.lg.jp 印刷/株式会社新生社印刷串間支店

