

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。

くしま 広報

7

No.1079
毎月1日発行
July 2021



手つかずの日本がここにある。



KUSHIMA is MAX

大束小児童が スイートコーンの 収穫を体験

5月31日、大束小学校全校児童が学校近くのJA串間市大束の畑でスイートコーンの収穫を体験しました。JA大束が地元食材の食育活動の一環で昨年に続いて開催。児童は初めにJA大束職員の森一真さんからスイートコーンの収穫方法や自宅での保存方法などの説明を受けた後、畑に入って大きなスイートコーンを探し出し、もぎ取って収穫していました。6年生の江藤伶桜くんは「初めての収穫でとても楽しかった。ゆがいてそのまま食べたい」と笑顔で話していました。

P253 串間のよかむん ～夏の便～
P455 よかバスのよ・か・と・こ
P657 災害時のとるべき避難
行動を確認しましょう！

水出し緑茶【お茶の西谷園】
三角パックに入っており、手軽においしい緑茶を楽しめます

夢の塩【南大田商店】
都井岬沖の海水を直火で手間暇かけたぜいたくな甘みとまろやかさ

漁師のとれたてちりめん【焼猪塚水産】
漁獲してすぐ仕上げたからこそ新鮮な味わい

なんでもできま酢【焼松尾醸造場】
出汁のきいた三杯酢は、酢の物やチキン南蛮などにピッタリ

自家製しょうゆと酢を使った三杯酢に天然だしを入れて仕上げました。キャベツの千切りやチキン南蛮、ドレッシングなどさまざまな料理に使えます。

宮崎県串間市産ミルキークイーン【喜多米穀店】
つやと粘りがあり、モチモチの食感を楽しめるお米です。冷めてもおいしい！

恋ヶ浦セット

冷蔵 5,500円 (税・送料込み)

いろいろな場面で活躍のできる海と山のおいしい商品を詰め合わせました。



New

クリームチーズと濃厚なマンゴージュースとの味のハーモニーをお楽しみください。

マーチ棒・マンゴーごろごろゴローさん【玉味製菓(有)】
福島高校生との共同開発商品。宮崎果汁のマンゴージュースや県内のドライマンゴーを使用

サブレ生地に刻んで煮詰めたドライマンゴーをサンドしました。

ゴーヤ【野菜生産グループTAHATA】
疲労回復や夏バテ予防の栄養がぎゅっと詰まったこの夏味わいたい一品

オクラ【野菜生産グループTAHATA】
串間の恵みの中で育ったオクラは大きく粘りがあり栄養満点

グルテンフリー九州お米麺(冷やし中華)【焼川北製麺】
ツルっとしたのどごしのよいグルテンフリー麺をさっぱりとした冷やし中華で

イタリアン蒲鉾【焼川畑蒲鉾店】
ビールや焼酎、ワインなどにもよく合う風味豊かななかまぼこです

南国の夏の定番のゴーヤ。塩もみをしてカツオ節をかけて食べると、素材の味も楽しみながらサッパリと食べられておすすめです。

生産者 瀬尾 大樹さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

生産者 松尾 定直さん

串間のよかむん夏の便

黄金の瀬セット

冷凍 5,500円 (税・送料込み)

「今日のご飯何にしよう…」そんなとき冷凍庫を開けると助けてくれる商品中心のラインナップ。主婦の強い味方となってくれるセットです。



味付けすり身【焼川畑かまぼこ店】
魚のうま味をギュッとすり身に。団子状にすることで、揚げたりお吸い物に おすすめ

たまたまシャーベット【たまたまクラブ】
完全熟きんかん「たまたま」を使った甘くさわやかな風味は夏にピッタリ

手羽ギョーザ【焼クシマフーズ】
ギョーザの具に黒豚ミンチを使用。皮はパリパリ、中はジューシーな味わい

トロさば炭火焼【南内野水産】
脂が乗った大きなトロさばを秘伝ダシにじっくりと漬け、七輪で焼き上げました

いかミリン【南内野水産】
フライパンで焼くだけで絶品なおつまみに。噛めば噛むほどうま味が溢れます

ホクホクおもちスティック【ヤマダイフーズ】
油で揚げると外はカリッと中はホクホク。お好みの調味料でおやつからおつまみまで楽しめます

塩こうじホルモン【四季彩館ほりぐち】
国産豚ホルモンを塩麹とニンニクで濃くめに味付け。白ご飯にも生野菜にも相性抜群

グリーンティ・ほうじ茶セット【お茶の葉香園】
ちょっと一息つきたいときや、手土産にちょうどいいサイズ。

バナラシフォンケーキ【はとや】
ふわふわな食感とバナラの風味が口いっぱいに広がります。ジャムや生クリームなどを足すだけでおもてなしの際にも大活躍

塩こうじホルモン

緑茶ティーバッグ【川島茶園】
ホットでもアイスでも一息つきたいときに

焼肉パンザイ(さっぱりレモン味)【焼松尾醸造場】
お肉に合うタレはもちろんレモンの風味が食欲をそそります

切干大根【野菜生産グループTAHATA】
90%が水分でできていた大根を乾燥させることで栄養素をギュッと閉じ込めました

宮崎県産レモンをふんだんに使用しており、さわやかな香りと味を楽しめます。脂っこいお肉に付けるとさっぱりと食べられておすすめです。

TAHATAは串間の若手生産農家で構成しており、自信を持って育てたおがやせ(おれのやさい)をお届けします。切干大根は低温で長く乾燥させており甘みたっぷりです。キュウリなどのマヨネーズとえがおすすめです！

焼きドーナツ(チョコ味・メープル味)【Bon Bon Maman】
揚げないドーナツに今回はチョコ味とメープル味をチョイス

松露(25度)【松露酒造(株)】
穀物の香ばしさと甘みとうま味のバランスの優れた本格芋焼酎

赤芋仕込み・ひむか寿(25度)【寿海酒造(株)】
地元特産の赤芋を使用した芳醇な香りとまろやかな深みの本格芋焼酎

伝承かめ壺造り 幸蔵(20度)【幸蔵酒造(株)】
かめ壺で造られた、風味豊かでぐいぐいと飲めるのどごし

全工程手作業で作っており、芋本来の味を生かした、口いっぱいに広がる深いコクとまろやかさが特徴の焼酎です。焼酎1:ソーダ3で割って飲むとサッパリとして、さらに飲みやすくなるのでおすすめです！

いりこと6種の木ノ実【たいき食品】
いりこと木の実の相性がよく、つつい手伸ばしてしまふ栄養素たっぷりの一品

鶏・炭火焼【焼クシマフーズ】
噛めば噛むほど炭火の風味と国産の若鶏のうま味が口に広がります

都井岬セット

常温 3,500円 (税・送料込み)

ティータイムや夕飯に串間を感じるののできる詰め合わせ。



くしま産新米こしひかり【焼江藤商店】
日本一早い、ふっくらもちりした新米

ピーマン【野菜生産グループTAHATA】
レモンよりビタミンC豊富な夏野菜。夏バテ予防に!!

減農薬で太陽の光をたくさん浴びたビタミンCたっぷりの夏秋ピーマンです。実が肉厚で歯ごたえがあり、また、苦味が少なく、さまざまな料理に彩りを添えられます。

TAHATAは串間の若手生産農家で構成しており、自信を持って育てたおがやせ(おれのやさい)をお届けします。切干大根は低温で長く乾燥させており甘みたっぷりです。キュウリなどのマヨネーズとえがおすすめです！

焼きドーナツ(チョコ味・メープル味)【Bon Bon Maman】
揚げないドーナツに今回はチョコ味とメープル味をチョイス

オクラ【野菜生産グループTAHATA】
串間の恵みの中で育ったオクラは大きく粘りがあり栄養満点

早朝に収穫した新鮮な物をそのままお届けします。気温が上がる前に収穫しているため、鮮度が高く甘みたっぷりです！

漁師のとれたてちりめん【焼猪塚水産】
漁獲してすぐ仕上げたからこそ新鮮な味わい

チーズ棒【焼川畑かまぼこ店】
中にぎゅっと入ったチーズが味の変化を楽しめます

鶏・炭火焼【焼クシマフーズ】
噛めば噛むほど炭火の風味と国産の若鶏のうま味が口に広がります

いりこと6種の木ノ実【たいき食品】
いりこと木の実の相性がよく、つつい手伸ばしてしまふ栄養素たっぷりの一品

焼きドーナツ(チョコ味・メープル味)【Bon Bon Maman】
揚げないドーナツに今回はチョコ味とメープル味をチョイス

全セット
送料込み!

バスの待ち時間に
介護予防体操もできます！



医療介護課介護保険係の皆さん

介護予防体操は、地区の公民館などで住民運営で開催する「いきいき元気教室」で行っている体操です。よかバス乗り方教室では、バスを待つ間を利用して体操を行いました。いろいろな体操ができますので、筋力アップにおすすめてですよ。また「元気教室を始めたい」と検討されている方は、ご連絡いただければ説明に伺いますので、お気軽にお問い合わせください。

問 医療介護課介護保険係
☎ 72-0333

よかバスの “マメ知識”

■運賃一律

よかバスはどこまで乗っても一律の運賃で利用することができます。

路 線	運 賃
市街地循環線	100円（小学生は半額・未就学児無料）
各集落線	200円（小学生は半額・未就学児無料）

■1日フリーパス券

400円で購入できるフリーパス券で1日乗り放題！フリーパス券は車内で購入できます。

■回数券

10回分の料金で11回乗車できる便利な回数券です。車内および宮交タクシー串間営業所で購入できます。

種 別	料 金
1日フリーパス券	400円
回数券 (100円券)	1,000円 (11枚つづり)
回数券 (200円券)	2,000円 (11枚つづり)

問 総合政策課地域振興係
☎ 55-1153

3 バスを待つ間を利用して… 介護予防体操で 心身をリフレッシュ！



市医療介護課の職員と一緒に手足を使った体操で体を動かしました。みんなですると笑いもあり、和気あいあいとバスの待ち時間を過ごしていました。

1 三幸ヶ野バス停で 乗車



皆さん元気にバスに乗りこみ、「上大矢取線」で道の駅にGO！

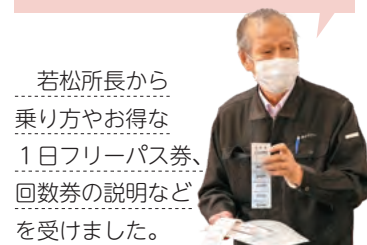
5/13
三幸ヶ野地区サロン

4 道の駅でゆっくりと



買い物などを楽しんだ後、新たな発着場所になった道の駅くしまバス停から「上大矢取線」で帰宅しました。

2 宮交タクシーによる 乗り方の説明



若松所長から乗り方やお得な1日フリーパス券、回数券の説明などを受けました。



・参加者コメント

車内は快適で安心して乗れましたし、体操もできて1日充実した時間を過ごせました。今後は買い物や通院などでぜひ利用したいです。



乗り方教室に参加したいときは、
いつでもご連絡ください！



宮交タクシー
串間営業所 所長
わかまつ かつみ
若松 克己さん

よかバス乗り方教室は、主に「免許返納を考えている方などの次の移動手段の一つとして考えてもらう機会」として、依頼に合わせて随時開催しています。よかバスは市内各地に行けるので利便性の高いバスです。ぜひ一度乗ってみて体験してもらえたらと思います。お気軽にお問い合わせください。

■教室概要

・人数＝4～5名程度 ・運賃＝無料

問 宮交タクシー串間営業所 ☎ 72-0112

串間市内を運行するコミュニティバス「よかバス」は、道の駅「くしま」のプレオープンに伴い、4月24日からダイヤ改正を行いました。

今回のダイヤ改正は、

- 1 道の駅「くしま」が
主な発着場所に
- 2 「本城市木線（市街地～本城～市木）」を新設
- 3 市街地循環線を平日
1日12→18便に増便

が主なポイントです。

3 パカラパカで 都井岬を満喫



あいにくの天気でしたが、岬馬の紹介映像を鑑賞するなど都井岬の魅力を味わっていました。

4 いこいの里で 食事を楽しむ！



最後は地元食材を使った料理をゆっくりと味わい、「本城市木線」で帰宅しました。



よかバス の よかところ

地域密着型のコミュニティバス

1 市木小バス停で乗車



市総合政策課の職員から乗り方などの説明を受けた後、新設された「本城市木線」に乗って道の駅に出発！

2 道の駅でお買い物♪



施設を見学した後、飲食・物販施設で地元の食材などを次々と買い求めていました。買い物後は「都井岬線」でパカラパカへ！

・参加者コメント

各施設を回れてとても楽しい時間を過ごせました。今後はみんなで市内各地を巡る際に利用したいです。

5/7 中福良地区いきいき元気教室

よかバス 乗り方教室

ダイヤ改正後の
乗り方を学びました

よかバスの指定管理者である「宮交タクシー串間営業所」は、免許を返納した高齢者らに、よかバスを次の移動手段の選択肢にしておくと依頼のあった自治会、サロン会などの団体を対象に「よかバス乗り方教室」を行っています。
5月7日は「市木・中福良地区のいきいき元気教室」、5月13日は「大東・三幸ヶ野地区のサロン」がよかバス乗り方教室に参加し、それぞれバスの利用法について学びました。
ここで各教室の内容をご紹介します。

災害時に発令される避難情報が変わりました

内閣府は、風水害などの災害時に自治体から発令され、住民の行動の目安となる「避難情報」を明記した「避難勧告等に関するガイドライン」を改定し、5月20日より施行しました。今回改定したガイドラインは、従来の避難情報を「より分かりやすくし、避難を促す」ように改訂されています。避難情報が発表されたらすぐに行動できるようにしましょう。

変更点

- 警戒レベル5「災害発生情報」→「**緊急安全確保**」に変更（直ちに命を守る行動を）
- 警戒レベル4「避難指示（緊急）／避難勧告」を廃止→「**避難指示**」に一本化（危険な場所から全員避難）
- 警戒レベル3「避難準備・高齢者等避難開始」→「**高齢者等避難**」に変更（危険な場所から高齢者などは避難）

発令される避難情報一覧

警戒レベル	行動を促す情報	住民がとるべき行動
レベル5	緊急安全確保	命の危険 直ちに安全確保！
《警戒レベル4までに必ず避難！》		
レベル4	避難指示 （申間市）	危険な場所から全員避難
レベル3	高齢者等避難 （申間市）	危険な場所から 高齢者などは避難
レベル2	大雨・洪水・高潮注意報 （気象庁）	自らの避難行動を確認
レベル1	早期注意情報 （気象庁）	災害への心構えを高める

！ 警戒レベル3や4が出たら、危険な場所から避難しましょう

！ 「避難」とは「難」を「避」けることです
安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません

！ 避難先は小中学校・公民館ではありません
安全な親戚・知人宅やホテル・旅館に避難することも考えてみましょう

緊急時には防災行政無線でお知らせします

大雨や台風による土砂災害や洪水災害が予想される場合は、防災行政無線によるサイレンを使用して、避難の呼びかけを行います。

避難を発令するときには、同無線、携帯電話エリアメール、テレビ、ラジオを活用したアラート、広報車など多数の手段を使って呼びかけを行います。

情報収集の手段・方法を確認しておきましょう。

サイレンパターン 吹鳴（30秒）→アナウンス広報

サイレンを使用する場合

・警戒レベル**3**（高齢者等避難） ・警戒レベル**4**（避難指示）



必ず
取り組みましょう

避難行動判定フロー

あなたが とるべき避難行動は？



ハザードマップ※1で
自分の家がどこに
あるか確認し、印を
つけてみましょう。

※1 ハザードマップは浸水や土砂災害が発生する恐れの高い区域を着色した地図です。着色されていない所でも災害が起こる可能性があります。
また、ハザードマップは市公式サイト内でダウンロードできます。



家がある場所に色が
塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、市からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください。

はい

災害の危険があるので、原則として※2、**立退き避難**（自宅の外に避難）が必要です。

例外

※2 浸水の危険があっても、
①洪水により家屋が倒壊または崩落してしまう恐れの高い区域の外側である
②浸水する深さよりも高い所にいる
③浸水しても水が引くまで我慢できる、水・食糧などの備えが十分にある場合は**屋内安全確保**（自宅にとどまり安全確保をすること）も可能です。



ご自身または一緒に避難する方は
避難に時間がかかりますか？

はい

安全な場所に
住んでいて
身を寄せられる
親戚や知人は
いますか？

いいえ

警戒レベル**3**
「**高齢者等避難**」が出たら、市が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

はい

警戒レベル**3**
「**高齢者等避難**」が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう（日頃から相談しておきましょう）

いいえ

安全な場所に
住んでいて
身を寄せられる
親戚や知人は
いますか？

はい

警戒レベル**4**
「**避難指示**」が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう（日頃から相談しておきましょう）

いいえ

警戒レベル**4**
「**避難指示**」が出たら、市が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

7月に入り、これから台風・豪雨の多い季節となっていくきます。気象状況によっては避難を余儀なくされる場合もありますので、いざというときに落ち着いて行動できるよう、日頃からとるべき避難行動を確認しておきましょう。

避難行動の確認
内閣府は、災害の状況に応じた避難行動についての指針「避難行動判定フロー」を定めています。これはハザードマップとあわせて確認することで、今住んでいる地域の災害リスクや住宅の条件などから、とるべき行動や適切な避難先を判断できるようにしたものです。
万が一に備えて、自宅の災害リスクととるべき避難行動を確認しましょう。

台風シーズン
到来！

災害時のとるべき避難行動を確認しましょう！





【市木地区】川井富士男さん撮影 「海を眺める手毬花」

うたごよみ

「短歌」串間短歌会選

病院の待合室に屯する
人間縮図 吾もその中

有明一区 長岡 アイ子

早も黄の花咲かせたる夏菊を
苗くれし友に先づ届けたり

堂園 吉田 良子

試合日の今日は汗ばむといふ予報
着たり脱いだり老いの戸惑ひ

古川 野邊 俊子

大輪の真紅のバラが咲きました
コロナ終えたらひ孫に会える

上小路 吉開 美穂

面会中母はうたた寝してをれど

「またね」と言へば

「ありがたう」と言ふ

霧島 清水 しづ子

「俳句」あさひ俳句会選

紫を
亡母に重ねて花菖蒲

仲町 原 里歌

地球儀を

あてなく廻し夏座敷

上町一 又木 順子

苔白き
石燈籠や夏の朝

仲町 藤原 淑子

伽羅路のほどよきえぐみ
朝の膳

仲町 矢野 欽子

暮れのこる
湖面の明かり浮草の

一般投句 鍛冶屋 森本 慶典

*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）

今月の



KUSHIMA
＝くしまトピックス＝
TOPICS

～地域住民が自分たちで豊かな地域づくりを～ 本城・都井地区で地域連携組織発足



あいさつする役員ら

5月21日 本城地区で本市初の地域連携組織「まちづくり協議会『チーム本城』」が発足し、同地区体育館で設立総会が行われました。各自治会長や民生児童委員ら約50人が参加。同チームの鎌田芳徳会長は「地域の皆さんが幸せな生活を送れるよう、一丸となって頑張っていきたい」とあいさつされました。同チームは今後、「地域づくり」「福祉・教育」「防犯・防災」を活動の柱にし、地域のにぎわい創出事業や高齢者・子どもの見守り活動などに主体的に取り組んでいきます。

6月2日 都井地区の地域連携組織「都井地区あかり会」が発足し、同地区基幹集落センターで設立総会が行われました。同地区の関係者や社会福祉協議会の職員ら約20人が参加。同会の石上茂樹会長は「誰もが住みやすい地域に向けて、都井地区ならではの活動をできることから少しずつ行っていきたい」とあいさつされました。同会は今後、高齢者に対してのごみ出し支援や防災訓練を中心に活動を行っていきます。



あいさつする石上会長

6月6日 津波を想定した防災訓練実施



炊き出しを体験する参加者

福島地区の上塩自治会は、南海トラフ巨大地震による津波を想定した防災訓練を行いました。地区の小学生や住民ら約30人が参加。初めに塩屋原公民館で地元の防災士である武田健二さんから津波の危険性や発生時の対応の仕方などについて学んだ後、近くのマンションに実際に避難。その後福島高校に移動し、校内に設置している防災かまどを使用して、ご飯やスイートコーンを本市の防災士らに教わりながら作りました。参加した福島小学校6年生の久保田柚希さんは「津波発生時の行動の仕方が分かってよかった」と話していました。訓練はそのほか、同校体育館で、避難所で使用する簡易ベッドの組み立てなども行われました。

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▶
問 総務課秘書広報係 ☎72-45559



今年の九州南部の梅雨入りは、例年と比べて早かったですが、梅雨明けも早くなると予想されており、間もなく今年も暑い夏がやってきます。

近年の夏は、地球温暖化の影響などにより猛暑日が多く、熱中症が起こりやすい環境になりました。熱中症は条件次第で誰でもかかる可能性がありますので、日頃からこまめな水分補給や十分な睡眠を取るなどして体調管理をしっかりと心がける必要があります。

さて、夏の風物詩の一つである「セミの鳴き声」。鳴き声を出しているのは実はオスのみであり、子孫繁栄のためメスへの求愛行動として夏の暑い中でも勢よく鳴いています。

セミは夏の成虫の間に木の幹に卵を産み、翌年の梅雨時期にその卵がかえり、幼虫は土の中へ潜って長い時間をかけて成長します。その後成長した幼虫は、夏が来ると土の中から外に出て羽化し成虫



成虫としての寿命は、これまで1〜2週間程度といわれていましたが、近年の研究から1カ月程度と考えられるようになってきています。セミは成虫の間にしか卵を産むことができませんので、どちらにしても短い寿命の中で子孫を残さなければなりません。私自身、はかなくも力強いセミの生き様に「頑張れ！」と応援する気持ちで、毎年セミの鳴き声を聞いている。

これから暑い夏が続きますが、市民の皆さまにおいては、熱中症に十分気を付けていただき、セミに負けないように元気に夏を乗り切りましょう。

串間市で地域おこし協力隊に就任して1年以上がたちましたが、今も継続して日々農業の勉強に励んでいます。ご時世的にオンラインでの勉強会も増えていますが、私が勉強するときにはもっぱら本を読みながらの勉強です。ネットで農業関連の本を探して面白そうなのタイトルを見つけたら購入するという生活を送り返し、気が付いたら専門書などがもうすぐ100冊に達してしまっています。

オンラインで買うときは中身を十分に試読できないことが多いので、手元に届いた本を実際に見てみると「思ってた内容と違って辛い」なんてこともしばしば。やはり本屋さんで中身を見てから買うのが一番いいですね。ネットで何でもすぐ買える便利な世の中ですが、少々手間をかけて本屋さんで本を買う方が実は無駄がないのかもしれない。

地域おこし協力隊 活動日記



本を買うときはオンラインと本屋さんのどちら派？

ですが、オンラインだからこそ見つけられた本もあるので、「こんな本が売ってるの？」と思いつつ購入した本が写真にある。営農指導員のためのキュウリの栽培と栄養・生理障害と、根の事典の2冊です。これは本屋さんには置いてないだろうと考えながら即購入を決めた本で、中身も想像通りの内容。本屋さんでは出会えないだろう本を見つけれられるオンラインも素晴らしい。ただ、個人的には本屋さんで本を眺めながらふらふらする時間も好きなので、本屋さんに通いつつオンラインでも本を探るのが一番楽しいです！



第35回国民文化祭・みやざき2020 第20回全国障害者芸術・文化祭みやざき大会 「南浦文之と櫛間院龍源寺 国際フォーラム」



日明貿易の時代から中世の補給港として栄えた本城港地区(湊)と南浦文之などの高僧たちが活躍した櫛間院龍源寺。世界史的な流

れの中で私たちの「くしま」はどのような成り立ちをもつのか？歴史文化や交易、漢文学などの幅広い分野から講師をお招きして、「くしま」の歴史ロマンをひもとく国際フォーラムを開催します！

南浦文之と櫛間院龍源寺 国際フォーラム 大会プログラム

期日：令和3年7月31日(土)

会場：串間市文化会館大ホール

12:30 受付・開場
13:00 開会
13:30 第1部 講演
15:30 休憩
15:45 第2部 全体討論会
17:00 閉会(予定)

参加費 無料
当日参加可

まだまだ知らない事柄がたくさん！



令和3年 7月31日 開催予定！



桂庵禅師肖像 (鹿児島県立図書館蔵)



文之和尚肖像 (鹿児島県立図書館蔵)



ホワイエロビーでは 市指定民俗芸能紹介パネル展も！

討論会司会



ひがし ひでとし 東 英寿 (九州大学大学院 比較社会文化研究院)

講演講師



はたやま しゅうへい 畑山 周平 (東京大学史料編纂所) 日向国南部における戦国争乱の展開



ちん ちゅう 陳 翀 (広島大学文学部) 五山制度の源流



ちよう ぶんちよう 張 文朝 (台湾中央研究院 中国文哲研究所) 朱子「詩集伝」の伝来について



おおぶち たかゆき 大淵 貴之 (鹿児島大学教育学部) 文之玄昌の龍源寺の思い出

※一部の講師は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、インターネットによるリモート出演となる予定です。
※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、大会内容が予告なく変更される場合もございます。あらかじめご了承ください。

問 生涯学習課文化係 ☎ 55-1163



子育て INFO

『子育て中のお悩み相談室』

2～4歳ごろになると自己欲求が出始め、親としてどう対応すればいいのか悩んでしまうことも増えてくるのではないのでしょうか。中でも特に、物を投げたり大声で泣きわめいたり、さまざまな形で現れる癇癪^{かんしゃく}への対応は難しいものです。癇癪とは、子どもが環境や成長に伴って、起こる表現方法の1つです。癇癪を起こしてしまうと、気持ちが落ち着くまではどんな言葉をかけても受け止めきれません。まずは、危険がないように見守ってあげましょう。そして、落ち着いたら「どうしたかったのかな？」と子どもの気持ちを一緒に考え、整理してあげましょう。

また、癇癪が強いときには、別の場所に移すのも1つの方法です。子どもは親と離れて環境が変わることで、気持ちが落ち着きます。落ち着いたらそばに行き抱きしめ、落ち着いたことを褒めてあげましょう。連れていく場所は、静かで刺激のない、安全な場所がいいですね。ぜひ、参考にしてみてください。

- 7月14日(水) 1歳6カ月児健診
- 7月21日(水) 乳児健診

『子ども予防接種』

● 麻しん風しんワクチン

- 第1期 生後12カ月から生後24カ月までの間にある子ども
- 第2期 5歳以上7歳未満の年長児にある子ども(無料接種期間は3月末までです。未接種の方はお早めに!)

● 子宮頸がん予防ワクチン

子宮頸がん予防ワクチンは定期予防接種です(無料)
・接種対象者: 小学6年生から高校1年生の女子
接種希望の方は福祉事務所子育て支援係にてあらかじめ説明を受け、かかりつけ医にてご接種ください。

ハッピー
スマイル

ひだか そう た
日高 湊太くん
(令和2年5月15日生)

ひだか いん たろう ひだか さおり
日高 俊太郎さん・日高 沙織さんの長男(福島地区・鍛冶屋)

ママもパパも大好き。誰にでもニコニコと笑顔を振りまきます。最近是指先を使う遊びが好きで、特にボール遊びが大好きです。みんなから愛されるような子に育ってほしいです。

5歳児健診って
なーに？

問／福祉事務所子育て支援係
☎72-1123 (内線505)

5歳児健診とは市内の年中児を対象にした健診です。「1歳6カ月児健診や3歳児健診は聞いたことあるけど、5歳児健診は...」と思う方も多いのではないのでしょうか。この健診は5年前から始まったもので、聞きなれない方もいるかと思いますが、始めたきっかけは、保護者の「なにか気になる」「小学校入学は大丈夫かな？」そんな声でした。

子どもの成長過程において常に不安はあると思いますが、小学校入学となると不安のハードルも一層高まるのではないのでしょうか。「朝起きられるかな」「友達と仲良くできるかな」など、考えたらキリがないと...」

「でも、小学校入学のための準備であれば、年長さんになってから健診を受けて成長を振り返ればいいのでは？」と思うかもしれませんが、子どもの成長を思い浮かべてください。1年間の成長は本当に大きいので、健診の目的です。

「でも、小学校入学のための準備であれば、年長さんになってから健診を受けて成長を振り返ればいいのでは？」と思うかもしれませんが、子どもの成長を思い浮かべてください。1年間の成長は本当に大きいので、健診の目的です。

子ども医療費
助成制度について

本市では、子どもの健やかな成長を願い、安心して病院受診ができるとともに、保護者の経済的負担を軽減するため、医療費助成を実施しています。

問／福祉事務所こども政策係 ☎72-1123 (内線507)

助成資格対象者

串間市内に住所があり、
健康保険に加入している
0歳～中学生

※転出の際は、子ども医療費受給資格証を返還する必要があります。

助成内容

対 象	自己負担額	
	通院	入院
0歳から 中学校卒業まで (中学校を卒業する年の3月31日まで)	0円	

※食事代、ベッド差額代、保険外診療などは除きます。

医療費受給資格証の
申請に必要な物 (出生・転入時)

- ①子どもの健康保険証
- ②保護者名義の通帳
- ③保護者のマイナンバーカード

※氏名、住所、健康保険証が変わったときには変更届の提出が必要です!! 変更手続きがお済みでないで使用できない場合もあります。お手続き忘れのないようにお願いします。

県外の医療機関を
受診する場合

子ども医療費受給資格証は提示せず、**自己負担分をお支払いください。**後日払い戻しとなります。

県内の医療機関を
受診する場合

健康保険証と一緒に子ども医療費受給資格証を提示してください。**自己負担金は発生しません。**

● 払い戻し申請の方法

次の①～③を福祉事務所こども政策係までご持参ください。

- ①領収書または証明書
- ②子ども医療費受給資格証
- ③子どもの健康保険証

※ 注意

★払い戻し申請は1年以内に行ってください。それ以降を過ぎると払い戻しはできません。

★同じ医療機関ごとに1カ月分まとめて申請してください。後から支払い済み月分の

注意
学校で
けがをした場合

払い戻しは行っていない。

子ども医療費の助成対象外となります。子ども医療費受給資格証は提示せず、自己負担分をお支払いください。後日学校を通して手続きを行い、給付金を受け取ってください。
※誤って子ども医療費助成を利用した場合、返還金が発生します。

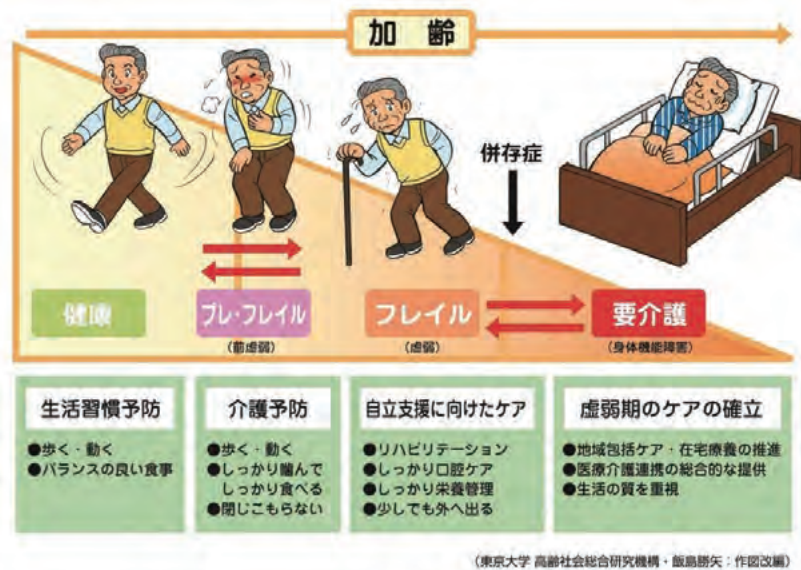
注意

★医療機関への適正受診にご理解とご協力をお願いします。

- ・救急の場合を除き、平日の診療時間内に受診しましょう。
- ・同じ病気で複数の医療機関を受診する「はしご受診」は控えましょう。
- ・普段の健康管理をしてくれる「かかりつけ医」をもちましょう。
- ・お薬手帳を活用しましょう。
- ・「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」を活用しましょう。

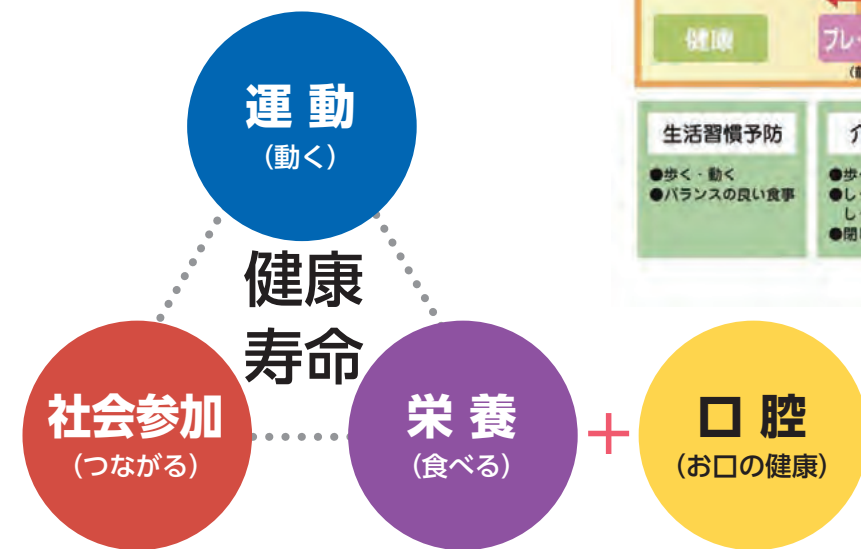
フレイルの予防習慣を！

フレイルを知っていますか？
年齢とともに心身の活力（筋力や運動能力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態をフレイルといいます。



（東京大学 高齢社会総合研究機構・飯島勝矢：作図改題）

フレイル予防には、「栄養（しっかり食べる）」「運動（歩く力や筋力）」「社会参加（人とのつながり）」「口腔（しっかりと噛む）」をバランスよく実践することが大切です。



いきいき元気教室では、椅子に座って手軽に取り組みめる健康的な運動を行っています。そこに必要な「栄養」「口腔」「脳トレ」をプラスすることで、さらに介護予防の効果を期待し、講座を行っています。



栄養講座
～体に必要な食事について～

- ① 大変勉強になった。
- ② ヤクルトと青汁のことが気になっていた。
- ③ 自身の栄養や健康についての相談ができて良かった。



口腔講座
～お口の健康について～

- ① 6/4 歯と口の健康週間で、チラシ配布ももらった。新しい人も来てくれるとうれしい。
- ② 歯が痛くないと歯医者に行かないが、定期的に歯科受診をしようと思う。



脳トレ講座
～いきいき元気に！！～

- ① 身体を動かして声を出すことで、脳の刺激になる。
- ② 楽しかった。
- ③ 「今日はよく笑った」「頭と体を一緒に動かすのは難しい」「職場に資料を持っていく」。



新型コロナウイルス感染症は、高齢者においては感染の危険だけでなく、家に閉じこもることによる健康への悪影響が懸念されています。中でも動かないことで生活不活発となり、フレイル（虚弱）が進みます。

健康の維持に努めるには、「栄養」「運動」「人とのつながり」そして「口腔ケア」をバランスよく実践することが大切です。

問い合わせ先 医療介護課介護保険係（内線510） ☎72-0333

健康
マメ
知識

内視鏡治療および全身麻酔下手術について

今月のドクター
串間市民病院
外科
たかや 高屋 剛先生

■内視鏡治療について

串間市民病院で行っている内視鏡治療には以下のものがあります。

- ①消化管出血（胃潰瘍や十二指腸潰瘍、大腸憩室出血など）に対する止血術
- ②消化管ステント留置（食道ステント、十二指腸ステント、大腸ステント）
- ③早期胃がんに対する内視鏡的切除
- ④大腸ポリープの内視鏡的切除
- ⑤胆管結石に対する内視鏡治療
- ⑥胆管閉塞（がんなどによる）に対するステント留置

このうちの、⑤、⑥について説明します。

内視鏡を口から挿入し、十二指腸に進めます。十二指腸乳頭という胆管の出口から器具を挿入して結石を取り除いたり、ステントを留置するなどの処置を行います。

言葉で書くと単純ですが、実際には難易度の高い処置で施行できる医師も限られています。また、上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）や大腸内視鏡検査（大腸カメラ）と比較すると合併症の発生率も高く、また一旦合併症が生じると重症化することもあります。

合併症の主なものは、急性膵炎、消化管穿孔、出血です。いずれも重症化すれば、致命的となり得るものです。

日本消化器内視鏡学会が行った全国調査では、胆管・膵臓の内視鏡的処置・治療の合併症発生率は約1%で、合併症による死亡率は0.025%でした。また、この内視鏡治療を行う際には鎮静剤・鎮痛剤をあらかじめ投与しています。

当院で対応困難なケースについては、宮崎大学医学部附属病院消化器内科へ紹介させていただいております。

■全身麻酔下手術について

腹腔鏡下胆のう摘出術をメインとして月に2回の全身麻酔手術を行っています。

胆のう摘出術を行った方に胆のう摘出後症候群という病態が生じることがあります。

頻度は報告によりさまざまですが、胆のう摘出術を受けた方の5～40%に一過性あるいは慢性に症状が現れるといわれています。主に以下のような症状が現れます。

- ・一過性あるいは慢性に持続する上腹部痛、違和感、黄疸（皮膚や粘膜が黄色くなる）、吐き気、下痢。

ただし、このような症状はほかの臓器に起こる病気でも頻繁にみられるため、胆のう摘出に起因したものかどうかしっかりと見極める必要があります。

年金
トピック
Topic

令和3年度の
一般免除申請受付は7月からです

経済的な理由などで保険料の納付が困難な場合、申請により保険料の納付が免除・猶予となる制度があります。保険料が未納の状態でも、万が一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

令和3年度（令和3年7月～令和4年6月まで）の免除の受付は7月1日から開始します。免除申請は原則として毎年度必要です。なお、申請時点の2年1カ月前までさかのぼって申請ができますので、忘れずにお手続きをお願いいたします。

一部免除を受けたときは
残りの保険料の納付を忘れずに！

一般免除は、本人・配偶者・世帯主の前年の所得が一定額以下の場合に承認されます。このうち、4分の3免除、半額免除、4分の1免除は、納付すべき保険料の一部が免除されることから一部免除といえます。この一部免除を受けた保険料の残りの保険料、つまり免除を受けていない保険料は、必ず納めなければなりません。免除が承認されても、納付されないと保険料未納期間となってしまうので、ご注意ください。

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



本城地区 下千野在住
山本 真理子さん 三島 秀生さん

仲町商店街にあるシンプルでカ
ジュアルなお店。そこは新串間人
のご夫婦がパンケーキ専門店「NALU
CAFE」を営んでいました。

大阪出身のお2人は、串間の南国
感と人の温かさに魅力を感じ、昨年、
空き家バンク制度を
利用して移住。今年
の4月に移住した当
初から目標にして
いたNALU CAFEを

オープン。お店の名前の「NALU」
はハワイの言葉で「波」。そしてハ
ワイで「波」は幸せを届けてくれる
もの。そんなささやかな幸せ（波）
を届けたい…その想いがお店の名前
に込められています。

改装工事は約6カ月の期間をかけ
て全て自分たちで行いました。入口
の取っ手やイス、机なども手作りさ
れ、天井にもこだわり溢れる装飾が
施されています。

お店のおすすめ商品はパンケーキ。
北海道の小麦粉「きたこのみ」を使用
し、小さなお子さまでも安心して食
べていただくためにベーキングパウ
ダーは不使用。パンケーキには季節



仲町からおいしい波

に合わせた旬のフルーツをぜいたく
に使用した「期間限定のパンケーキ」
と、メープルシロップとホイップパ
ターでシンプルに仕上げた「波乗り
パンケーキ」があります。メニュー
開発には半年もかけ、生クリームや
カスタードの分量までも細かく研究
されています。7月はシャインマス
カットを使用したパンケーキ、秋に
は串間のさつまいもを使用したモン
ブランパンケーキを予定しています。
また、リゾットやオムライス、パフェ
やスムージーなどもあり、ランチか
らティータイムまでのんびりと楽し
むことができます。

くつろぎタイムにはかせない

コーヒーは点数の高い豆のみを使用
するだけでなく、サイフォンという
ガラス製の器具を使い、蒸気圧でお
湯を押し上げ、高い温度のお湯に
コーヒー粉を浸漬しぜいたくに抽出。
奥行きのある香りと味が心と体を癒
やします。

テイクアウトメ
ニューもあり、オ
ムライス、リゾッ
ト、パスタなどの

フードメニューやコーヒー、レモン
スカッシュ、お花紅茶などのドリンクメ
ニューなどがお持ち帰りできます。

「ささやかな幸せを」

ゼロから始めたお2人は、普段お
店の営業以外に、三島さんは写真活
動やリフォーム、足場解体のお仕事
や趣味のサーフィン。山本さんはお
店の営業とは別にアルバイトを掛け
持ち、その傍らで毎週木曜日にヨガ
教室を開き、毎日充実した日々を送
られています。

新串間人、あなどれません。串間
に魅了されたお2人ですが、すっか
り串間を魅了させています。



Profile

ご夫婦で昨年、大
阪から串間に移
住。今年の4月か
ら仲町商店街にパ
ンケーキ専門店
「NALU CAFE」
をオープン。



「夏休み自由研究」特集

毎年夏休みに子どもたちが
頭を悩ませているのが「自由
研究」ではないでしょうか？
図書館では、自由研究につい
ての本を多数取りそろえてお
ります。それらを参考にして、
今年の自由研究、早めに終わ
らせてしまいましょう！



「しょうぼうしや、てんけんよし！」

「消防車は、火事がないと
き、なにをしているの？」消
防士、消防署、いろいろな種
類の消防車…。消防車の役割
や仕組みを、たくさんの絵で
紹介。のりもの新聞も収録。
大きく広がる観音開きのペー
ジあり。



「声の在りか」

小学4年生の息子が出入り
する民間学童で働きはじめた
希和。子どもたちに振り回さ
れながらも、希和はいつの間
にか自分の考えを持たなく
なったことに気づき…。大人
の成長小説。「カドブンノベ
ル」掲載をまとめて単行本化。



- 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
- H P＝<http://www.city.kushima.lg.jp/library/index.html>

新刊情報

ファウンテンブルーの魔人たち(白石一文/著)
流転の中将(奥山 景布子/著)
終活の準備はお済みですか？(桂 望実/著)
捜査一課OB(宮裡 倫太郎/著)
天使たちの課外活動(茅田 砂胡/著)
非正規介護職員ヨボヨボ日記(真山 剛/著)
浮世絵動物園(太田記念美術館/監修)
たべるくばし(とりのくばし編集委員会/編)
ともだちいっしゅうかん(内田 麟太郎/作)

生涯学習 だより

令和3年度 さわやか学級生大募集!! ～さわやか学級ってなんだろう？～

さわやか学級とは、おおむね60歳以上
の方を対象に、自分自身が心身ともに健
康で、積極的に『いきいき人生』を送るた
めの講座のことです。市内7地区(中央・
福島・北方・大東・本城・市木・都井)で
約200名の学級生が、元気に笑顔で楽し
く学んでいます。

健康料理教室や軽スポーツ、もの作り
体験などの年6回の講座や、年に1回、
市外へ出かける移動研修を行っています。

生涯にわたり楽しみながら学ぶことは、
とても大切です。お友達やご近所の方と
一緒に参加してみませんか？

令和3年度さわやか学級(計画)	
6月	開級式・コロナ対策・ 「SDGsって何？」
7月	軽スポーツ(椅子のできるヨガ)
9月	高齢者にお得なお話！
10月	グラウンドゴルフ大会
12月	楽しく作ろう(干支の押絵)
2月	生涯学習成果作品展・発表会
3月	閉級式・講話

※令和3年度は新型コロナウイルス感染症対策の
ため、料理教室と移動研修を変更しております。

●受講料

受講料は無料です。たくさん仲間がで
き、たくさんのことを学べます。
ただし、傷害保険加入料として年間300
円いただいています。また、講座の
内容によっては実費が必要な場合もあ
ります。

●申し込み方法

中央公民館、各支所に置いてある申
込用紙に記入し、保険料(300円)を
添えて直接お申し込みください。

【問い合わせ先】

生涯学習課生涯学習係 ☎55-1161

串間市中央公民館(本館)生涯学習専門指導員 ☎72-4412



私たちと一緒に
さまざまなことを
学びましょう!!



生涯学習専門指導員の皆さん

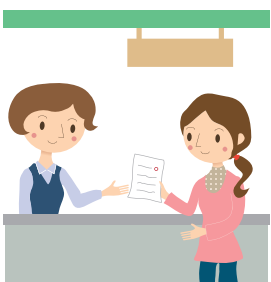
税金

納期限と 口座振替日のお知らせ

8月2日は、
①国民健康保険税（1期）
②後期高齢者医療保険料（1期）
③保育料（7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。

問 ①～②税務課 ☎72-1115
③福祉事務所こども政策係
☎72-1123



告知

産婦人科診療のご案内 (変更のお知らせ)

令和3年6月1日より産婦人科の常勤医の着任により、外来診療日が増えました。外来診療のみで分娩は他医療機関となります。診療については混み合うこともありますので、できる限りご予約をしておからの受診をお勧めします。

●診療日＝月～金曜日（土日・祝日は除く）

●診療受付時間＝午前8時半～午前11時

※月曜日は午前9時半～午前11時、午後2時～午後4時

※急遽、休診となることもありますので、ご予約外での受診の際は電話にてご確認ください。

問 串間市民病院 ☎72-1234



研修

令和3年度 宮崎県防災士養成研修 のお知らせ

令和3年度宮崎県防災士養成研修が開催されます。

●対象者＝宮崎県内に在住、もしくは在勤しすべての講座に出席可能な方
※基礎コース、専門コースともに午前9時半～午後5時（予定）
【受付：午前9時～】

●費用＝受講料は無料。ただし、受験料3,000円と登録料5,000円が必要（串間市の助成制度あり）。

また、昼食代、会場までの交通費は自己負担となります。

●開催会場＝宮崎県立福島高等学校

●日程＝8月29日（日）

●申込期限＝8月19日（木）

●申込方法＝申込方法につきましては、下記問い合わせ先までご連絡ください。

問 危機管理課危機管理係
☎55-1120
NPO法人宮崎県防災士ネットワーク
☎0985-55-0447

募集 串間市美術展の作品を募集します！

広く市民の皆さんに美術作品を発表し鑑賞できる場所を提供するため、今年も串間市美術展の作品を募集します。皆さんの自由な発想と表現豊かな作品をお待ちしております。

●作品部門＝絵画・写真・書道（3部門）

●応募資格＝串間市、日南市および志布志市の在住者ならびに出身者、在勤者および在学者（高校生以上）。

●申込方法＝10月27日（水）午前10時～午後5時 【市文化会館ロビー】

必要事項を記載した申込書（「釈文用紙」は書道部門のみ）を持参し、出品料の支払いと併せてお申し込みください。

●出品料＝各部門、作品1点1,000円（2点目は各500円を加算）。高校生は1点につき500円。

●賞＝各部門・特選・奨励賞・努力賞・新人賞（初出品者）

●審査員＝

絵画：坂元紀雄 写真：黒木一明
書道：本田淳也（敬称略）

●審査＝10月28日（木）

【市文化会館小ホール】

☆審査終了後、審査員との意見交換会を予定します。技法などについてのアドバイスを受けることもできますので、出品の有無にかかわらずご自由にご参加ください。

●結果公表＝受賞者には、10月28日（木）午後2時ごろ事務局が電話連絡いたします。

●表彰式＝10月31日（日）

【市文化会館大ホール】

※美術展の開催要項につきましては、市公式サイトに掲載しているほか、串間市役所生涯学習課をはじめ、各支所、市文化会館、市立図書館、市中央公民館などに配布しています。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によりましては、内容が変更される場合がございます。あらかじめご了承ください。



問 串間市美術展運営委員会事務局
（生涯学習課文化係）
☎55-1163



新型コロナウイルスワクチン接種の スケジュールについて

本市における、新型コロナウイルスワクチン接種について、現在**高齢者**（令和3年度中に65歳に達する、昭和32年4月1日以前に生まれた方）の接種を実施していますが、今後のワクチン接種につきまして、以下の通り計画しています。

●今後の接種計画

現時点では、対象は12歳（令和3年度に12歳になる方）以上で、次のような順でワクチンを受けていただきます。

	年齢など	接種券 発送時期	備考
1	医療従事者など	発送済み	5月より接種開始
2	高齢者	発送済み	5月19日より接種開始
3	基礎疾患を有する方 高齢者施設・保育施設・小中学校・障がい者施設などで従事されている方 60～64歳の方	発送済み ※ワクチン接種の進捗状況により変更があります。	基礎疾患のある方で接種券の優先送付を希望される方は、申請が必要になります。
4	上記以外の方	年齢区分に応じて送付 ・50～59歳 7月上旬予定 ・40～49歳 7月中旬予定 ・39歳以下 7月中旬以降 ※12歳については年齢到達後に随時送付	

●予約方法

ワクチン接種の予約については、各医療機関で予約方法が異なります。

今後は直接電話で予約する方法の他に、パソコン、スマートフォンを使いLINEで予約ができるようになる予定です。

詳細については、今後送付される接種券に同封されているお知らせ、市公式サイト（ポータルサイト）、広報くしまなどでお知らせいたします。また、市総合保健福祉センターを会場とした「集団接種」（16歳以上）については、8月以降に実施する予定です。

●ワクチン接種の最新情報について

ワクチン接種に関する最新情報は、市公式サイト内「新型コロナウイルスワクチン接種ポータルサイト」に掲載しており、随時更新していきます。

ポータルサイトはこちらから⇒



●ワクチン予約に関するお願い

複数の医療機関などで予約が重複されている方がいらっしゃる場合があります。貴重なワクチンを無駄にしないため、**複数の予約をされている方は必ずどちらか一方をキャンセルしていただきますようお願いいたします。**

●65歳以上の方へ

65歳以上で新型コロナウイルスワクチン接種を希望しており、現時点で接種の予約ができていない方は、下記串間市新型コロナウイルスワクチン接種対策室までご相談ください。

ワクチン接種に関する問い合わせ

ワクチンの安全性・有効性など専門的な知見が必要な問い合わせ

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）

☎0987-72-5678

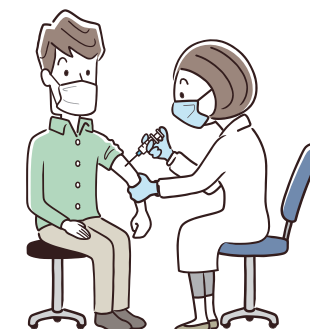
FAX 0987-72-7100（平日：午前8時半～午後5時）

宮崎県コロナワクチン副反応相談センター

☎0985-26-4609

FAX 0985-26-1000

E-mail : fukuhanocall-miyazaki@pref.miyazaki.lg.jp
（24時間対応、土日・祝日も含む）



福祉

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯以外分)について

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、国の制度に基づき特別給付金を支給します。申請方法など詳しい内容については、市公式サイトをご確認いただくか福祉事務所までお問い合わせください。



●**支給対象者**=①②の両方に当てはまる方(※ひとり親世帯分の給付金を受け取った方を除く)

①令和3年3月31日時点で18歳未満の児童(障がい児の場合20歳未満)を養育する父母など(※令和4年2月末までに生まれた新生児も対象になります)

②令和3年度住民税(均等割)が非課税の方または令和3年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった方

●**支給額**=児童1人当たり一律5万円

●**支給方法**=

⑦児童手当、特別児童扶養手当の受給者で住民税非課税の方(申請不要)

・7月中旬以降に
登録口座に振り込み予定。

⑧高校生のお子さんのみで、令和3年4月分の児童手当や特別児童扶養手当を受給していない住民税非課税の方、家計急変者

・**申請手続きが必要です。**

申請受付後、審査終了後に順次指定の口座に振り込みます。

※給付金を受け取った後に受給資格がないことが判明した場合、返金していただく必要があります。

●**申請期限**=令和4年2月28日(月)

申・問 福祉事務所こども政策係
☎72-1123

申請

消費税の適格請求書等保存方式(インボイス制度)の導入について～事業者の方へ～

消費税の仕入税額控除の方式として「適格請求書等保存方式(インボイス制度)」が令和5年10月1日から導入され、本年10月1日から「適格請求書発行事業者(登録事業者)」になるための申請書の受付が開始されます。

適格請求書(インボイス)を発行できるのは、「適格請求書発行事業者(登録事業者)」に限られ、この登録事業者になろうとする場合は、申請書を提出し登録を受ける必要があります。

詳しい情報については、国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)内の「インボイス制度特設サイト」をご覧ください(下のQRコードからも、特設サイトをご覧ください)。

なお、インボイス制度および軽減税率制度に関する一般的なご相談は、専用ダイヤル(☎0120-205-553)で受け付けております。

また、税務署では、「インボイス制度の概要に関する説明会」の開催を予定しております。

日程などが決まり次第あらためてお知らせいたします。

・国税庁ホームページ「インボイス制度特設サイト」



問 日南税務署法人課税部門

☎22-3671

(自動音声案内で「2」を選択)

就労支援

若者の就職を支援します!

「みやざき若者サポートステーション/サポステプラス」では、これから就職をしようとする方々の悩みや不安に関する個別相談、適職診断、職場体験などを行っています。一人ひとりのペースにあわせた支

援で就労へと導きますので、ぜひご利用ください(秘密厳守/相談は無料です)。

日南市への出張相談は下記のとおりです。

●**対象**=就職を目指す15歳から49歳の無業の方とその家族

●**会場**=ハローワーク日南 1階相談室

●**相談日**=7月15日(木) / 9月16日(木) / 11月18日(木) / 令和4年1月20日(木) / 令和4年3月17日(木)

●**時間**=午後12時半～午後4時(お1人約50分の予約制)

※サテライト都城へ直接の来所もできます(平日:午前9時～午後4時)。

問 みやざき若者サポートステーション/サポステプラス サテライト都城(都城市東町4街区30号)
☎0986-36-6510

生活

7月は“社会を明るくする運動”強化月間です

“社会を明るくする運動”～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～はすべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で71回目を迎えます。犯罪や非行のない安全で安心な暮らしをかなえるために、今、何が求められているのか、そして、自分には何ができるのかを、皆さんで考えてみませんか。

問 串間地区更生保護サポートセンター第71回“社会を明るくする運動”串間市推進委員会(〒888-0001 串間市大字西方5268-1) 事務局長 立本 伊佐男(保護司会会長)
☎55-7878

試験

令和3年度下水道排水設備工事責任技術者共通試験のお知らせ

下水道排水設備の工事は、責任技術者が専属する指定工事店が行うことになっています。

本年度の責任技術者試験を次のとおり行います。

新型コロナウイルス感染症の状況によっては、延期または中止する場合があります。

●**日時**=11月7日(日) 午後2時～午後4時(受付:午後1時～)

●**場所**=J A・A Z M本館 大研修室(宮崎市霧島1丁目1番地1)

●**受験料**=6,000円

●**申込書の配布**=7月1日(木) から串間市役所上下水道課で配布いたします。

●**申込期間**=7月19日(月)～7月30日(金)

※申込書を上下水道課へご持参ください。

問 上下水道課下水道工務係
☎72-1355

募集

海上保安官募集

■海上保安学校学生採用試験

●**受付期間**=7月20日(火)～7月29日(木)

●**第一次試験**=9月26日(日)

■海上保安大学校学生採用試験

●**受付期間**=8月26日(木)～9月6日(月)

●**第一次試験**=10月30日(土)～10月31日(日)

問 宮崎海上保安部管理課

☎22-3022

追悼

原爆死没者の慰霊ならびに平和祈念の黙とうについて

広島に原爆が投下された8月6日(金) 午前8時15分、長崎に原爆が投下された8月9日(月) 午前11時2分 および終戦の日の正午に、防災行政無線によるサイレン吹鳴を行います。終戦の日の正午は時報による音楽はなりませんので、ご注意ください。サイレンを合図に原爆死没者の冥福と世界恒久平和の実現を祈念し、黙とうを捧げましょう。

なお、本市は昭和61年に非核平和都市宣言を行っています。

問 総務課総務係 ☎72-4557

イベント ぶりプリ丼ぶりスタンプラリー開催

串間のご当地グルメ「串間活メぶりプリ丼ぶり」のスタンプラリーを、各提供店舗で開催しています。全店のスタンプを集めて各店舗に設置している専用BOXへ応募すると、抽選で商品券が当たります。ぜひご参加ください。

●**期間**=6月7日(月)～8月31日(火)

●**提供店舗**=道の駅「くしま」、お食事処大乃屋、串間温泉いこいの里、鮫処江戸銀(串間市外特別店舗)

※詳細については、串間市観光物産協会

のホームページをご確認ください。

問 一般社団法人串間市観光物産協会
☎72-0479



福祉

ランドセルプレゼント

●**当選者**=10名

●**特典**=当選者は、店頭にてお好きなランドセルを選ぶことができます。

●**対象者**=令和4年4月に小学校入学予定の幼児

●**応募資格**=ひとり親家庭で、児童扶養手当または母子・父子家庭医療費を受給している世帯に限ります。

●**応募期間**=7月20日(火)～9月20日(月)【必着】

●**応募方法**=郵送のみ受け付けます。応募用紙を県母子寡婦福祉連合会のホームページよりダウンロードして、必要事項を記入してください。

●**応募条件**=当選者は、定めた日時に「バッグのあつた」でランドセルを試着して選んでいただきますので、ご来店可能な方となります。

●**当選発表**=当選者には11月ごろお知らせします。

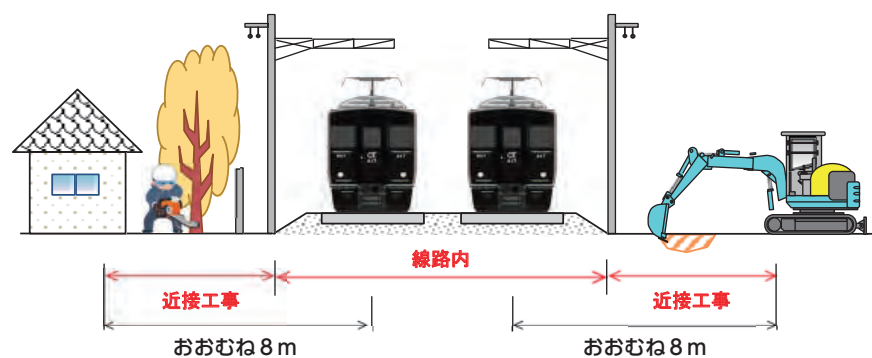
問 一般財団法人

宮崎県母子寡婦福祉連合会

(〒880-0007 宮崎市原町2番22号)

☎0985-22-4696

ご注意 『鉄道近接工事』にご注意ください！



鉄道に関する事故は、一歩間違えば脱線事故や感電事故など、大惨事を引き起こす可能性があります。建物の新築・解体・外壁補修や、庭木・山林の木の伐採など、線路に近接した作業を行う場合は、ＪＲ九州へご相談ください。

※作業内容や環境条件、使用重機によっては8m以上の場合でも近接工事の適用となる場合があります。
問 ＪＲ九州 宮崎総合鉄道事業部
 ☎0985-63-5308
 ■詳しくはＪＲ九州ホームページをご覧ください。

安全へのお願い ＪＲ九州 **検索**

生活 サマージャンボ宝くじについて

「サマージャンボ宝くじ」と「サマージャンボミニ」が、7月13日(火)から全国で2種類同時発売されます。この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

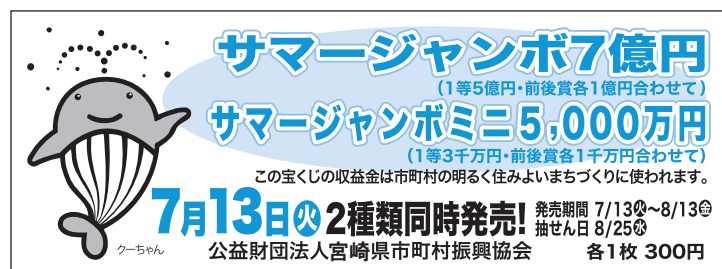
■**今年のサマージャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて7億円！**
 ●1等＝5億円×23本
 ●前後賞各＝1億円×46本
 ※当せん本数は発売総額690億円・23ユニットの場合

■**同時発売のサマージャンボミニは、1等・前後賞合わせて5,000万円！**
 ●1等＝3,000万円×28本
 ●前後賞各＝1,000万円×56本
 ※当せん本数は発売総額210億円・7ユニットの場合

●**発売期間**＝7月13日(火)～8月13日(金)
 ※サマージャンボは、パソコンやスマートフォンからもインターネット購入できます！
 ●**抽せん日**＝8月25日(水)
 ●**支払開始日**＝8月30日(月)
 ●**各1枚**＝300円

昨年のサマージャンボ宝くじ(第848回全国自治宝くじ)およびサマージャンボミニ(第849回全国自治宝くじ)の時効(令和3年8月25日(水))が迫っておりますのでお忘れのないようお願いいたします。

問 (公財)宮崎県市町村振興協会企画課
 ☎0985-31-9590



障がい者(児)への補助制度をご活用ください
 ～障がい者(児)を支援するための各種制度などをご紹介します～

児童発達支援等利用者負担額の助成

児童発達支援等利用者負担額の無償化は、国の制度では、満3歳になって初めての4月1日から3年間で無償化の対象となっていますが、本市においては、児童発達支援などを利用する子どもにおいて、満3歳からの利用者負担額を無償化の対象とします。

- 対象サービス**
 ・児童発達支援
 ・保育所等訪問支援
- 対象となる子ども**＝串間市に住所を有し、串間市の発行する受給者証の交付を受けた満3歳を迎える子ども
- 申請に必要な物**＝申請書(福祉事務所にあります)

ヘルプマーク・ヘルプカードの交付

内部障がいや難病の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方に対して、ヘルプマーク、ヘルプカードを交付します。※ヘルプマークの申請には、原則として各種障がい者手帳や難病を証明する書類などが必要です。詳細についてはお問い合わせください。



問 福祉事務所自立支援係
 ☎72-1123(内線502、503、504)

身体障害者タクシー等利用料金助成

身体に重度の障がいがある方の日常生活の利便を図るため、タクシー料金の一部を助成します。

- 内容**＝利用券1枚につき、タクシーなどの小型車利用料金(上限560円)を助成します。ただし利用券の使用は1回乗車につき1枚です。
- 交付枚数**＝1人につき年度あたり24枚を交付
- ※上半期(4月～9月分)を期間内に12枚、下半期(10月～翌年3月分)を期間内に12枚交付
- ※助成対象条件などの詳細についてはお問い合わせください。

串間温泉いこいの里利用助成

障害者手帳所持者に対し、串間温泉いこいの里を利用する際に使用できる、助成のための利用者カードを交付します。

- 対象者**＝身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
- 助成額**＝1人1回につき250円を助成。ただし、1人につき年36回を限度

障がい者(児)福祉サービス(自立支援給付)

障がい者(児)の日常生活を支えるさまざまなサービスを利用できます。

- 居宅介護(ホームヘルプ)、短期入所(ショートステイ)、生活介護、就労継続支援、共同生活援助(グループホーム)、施設入所支援など**
- 放課後等デイサービス、児童発達支援、保育所等訪問支援など**
- 補装具、日常生活用具、自立支援医療、(新)高額障害福祉サービス等給付費など**

※詳細についてはお問い合わせください。

軽度・中等度難聴児補聴器購入費等助成

身体障害者手帳の交付対象とならない軽度・中等度の難聴児に対して、補聴器の購入費用などの一部を助成します。

- 対象経費**＝補聴器の購入、修理費
- 助成額**＝原則として基準額の3分の2
- ※助成対象条件などの詳細についてはお問い合わせください。

重度心身障害者介護手当

一定の条件を満たす65歳未満の重度心身障がい者と同居する家族で、この方を介護する方を対象に月額5,000円(半年に1回支給)の介護手当を支給します。
 ※詳細についてはお問い合わせください。

特別児童扶養手当

身体、知的、精神のいずれかに中等度以上の障がいがある20歳未満の児童を養育している父母、または養育者に支給されます。障がいの程度は原則として医師の診断書により判定されますが、障害者手帳の障がい部位・程度により診断書の提出が省略できる場合があります。

- 支給要件**＝対象児童が一定の障がい状態にあること(診断書などにより県が認定します)。対象児童が20歳未満であること。児童が施設などに入所していないこと。支給を受けようとする父母、養育者の前年所得が基準額以内であることなどがあります。
- 手当額**＝1級(重度)月額5万2,500円／2級(中等度)月額3万4,970円
- ※手当額は毎年改定されます。申請に関する詳細についてはお問い合わせください。

特別障害者手当

在宅の身体、知的、精神に著しく障がいのある方に対し、一定の手当を支給します。

- 支給対象者**＝20歳以上であって、著しく重度の障がいがあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の障がい者。
- 手当額**＝月額2万7,350円
- ※手当額は毎年改定されます。申請に関する詳細についてはお問い合わせください。

障害児福祉手当

- 支給要件**＝20歳未満であって、重度の障がいの状態にあり、日常生活において常時介護を必要とする在宅の障がい児。
- 手当額**＝月額1万4,880円
- ※手当額は毎年改定されます。申請に関する詳細についてはお問い合わせください。

宮崎県おもいやり駐車場制度

障がいのある方や高齢の方、妊産婦など歩行が困難と認められる方に対して、「おもいやり駐車場利用証」を交付しています。この利用証を利用し、提携した商業施設、病院、銀行、官公庁など公共施設で優先して駐車することができます。
 ※手帳の等級や介護保険の要介護度などの交付基準がありますので、詳細についてはお問い合わせください。



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＝7月4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＝7月26日(月)午前9時～正午
- 場所＝市役所地下D会議室
- 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＝7月19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 串間市社会福祉協議会 ☎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＝7月12日(月) 午前10時～午後3時
- 場所＝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＝
- ①7月1日(木)午前10時～午後3時 市役所1階A会議室
- ②8月5日(木)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、持参する物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＝7月20日(火)午前10時～午後3時
- 場所＝市役所地下D会議室
- 問 市民生活課生活環境係 ☎72-1356

募集 令和3年度原木しいたけ生産新規参入者等基礎研修研修生募集

宮崎県では、原木しいたけの生産を開始しようと検討中の方や開始して間もない方などを対象に、原木しいたけの栽培や出荷に関する基礎的な知識や技術を習得できる研修を実施します。

●受講対象者

- 宮崎県内在住で、以下の方
- ・宮崎県内で原木しいたけの生産を開始しようと検討中の方
- ・原木しいたけの生産を開始して間もない方
- ・原木しいたけの生産に関する基礎的な知識や技術を習得したい方
- ・令和4年3月31日時点で年齢が原則として65歳以下の方

●研修日程など

No.	日 時	研修場所	研修内容
1	9月中旬	宮崎県林業技術センター(美郷町)	・原木しいたけ生産の現状 ・原木しいたけ栽培の基礎 ・原木伐採作業の安全、日常点検
2	10月中旬	宮崎県林業技術センター(美郷町) 生産現場	・ほだ起こし、発生操作 ・生産現場視察
3	11月中旬	宮崎県林業技術センター(美郷町)	・品種の特性、経営、害菌 ・流通、販売
4	令和4年2月中旬	宮崎県経済連椎茸流通センター(日向市)	・選別、乾燥 ・駒打ち(植菌)、伏せ込み

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点などにより、開催の時期・回数・場所・内容などに変更が生じる場合があります。
※開催曜日は、原則として土曜日または日曜日を予定しています。

●受講料など

- 受講料は無料です。ただし、研修場所までの交通費、昼食などは自己負担となります。
- 問 宮崎県環境森林部山村・木材振興課特用林産振興担当(〒880-8501 宮崎市橘通東2丁目10番1号) ☎0985-26-7157 FAX:0985-28-1699



地域づくり

動き出した「地域での支え合い」

本市では地域に住む住民が支え合い、これからも豊かに暮らしていくための仕組みづくりとして、地域連携組織の設立を推進しています。

本城地区に、市内初の地域連携組織が誕生しました。組織の名称は「まちづくり協議会『チーム本城』」で、本城小学校と本城地区在住の中学生にアンケートを行い選ばれたものです。

チーム本城では、3つの取り組みを柱に活動していくこととなっています。1つ目が「福祉・教育」。一人暮らしの高齢者や病気を抱えている人の見守り対策、子どもたちを地域で育て、見守る社会教育の充実を図ることを目的としています。2つ目が「地域づくり」。交通弱者や買い物弱者がどうすれば暮らしやすい地域になっていくか、また、どうすればにぎやかな地域



の暮らしや催しを維持していけるかなどについて取り組んでいきます。最後が「防犯・防災」への取り組みで、自治会や自主防災組織、警察、消防との連携強化、情報の共有を図るほか、地域の団体と連携し、避難訓練や子どもたちを見守る防犯活動を計画しています。

チーム本城は5月21日に設立総会を開催し、総会では今後の方向性や在り方について、出席されていた皆さんで熱く議論されました。今後、チーム本城が地域の課題解決のための仕組みづくりをどう行っていくのか、住民の皆さんや地域の団体、行政とどういった形で協働を進めていくのか、とても楽しみにしています。

地域連携組織で目指していくものは、イベントによる一過性のまちおこしではなく、地域に暮らししている人たちが主体となり、自分たちの生活の中でできることを中心に支え合い、豊かに暮らししていく仕組みづくりです。

自分たちが生活の中で地域のために取り組めることは何かあるか、時間があるときに少しの間でよいので考えていただくと、それがこれからの地域連携組織の活動につながっていくかもしれません。



問 総合政策課地域振興係 ☎55-11153

建物を新增築、解体されたときは税務課にお知らせください

固定資産税は、毎年1月1日(賦課期日)時点
で土地、家屋、償却資産を所有している方にか
かる税金です。

税務課資産税係では定期的に市内の巡回を行
い、工事届などの情報をもとにしながら、土地
や家屋の状況を調べています。しかし、市内全
域の状況を正確に把握することは難しい状況で
す。

家屋については新增築、解体どちらの場合で
も、必ず現地調査をさせていただく必要があり
ます。

建物を新增築、解体されたときは、まずは税
務課にお知らせください。公平公正な課税のた
めに皆さまのご協力をお願いいたします。

問 税務課資産税係 ☎72-1113



COOL CHOICE について

COOL CHOICE(クールチョイス)と
は、CO₂などの温室効果ガスの排出量削減の
ために、脱炭素社会づくりに貢献する「製品
の買い換え」「サービスの利用」「ライフスチ
ルの選択」など地球温暖化対策に資するあら
ゆる「賢い選択」をしていこうという取り組み
のことです。

取り組みの例として、電気のLED化やエ
コペーパーの利用、エコバッグの使用、クー
ルビズ、ウォームビズなどがあります。特に
クールビズや空調の温度設定などはこれか
らの時期に取り組みやすい項目です。このよ
うに、すぐにでも取り組むことのできる内容
になっているので、できることから少しずつ始
めましょう。

問 市民生活課生活環境係
☎72-1356



警察署だより

問 串間警察署 ☎72-0110
警察安全相談#9110

夏季の水難事故に注意！

これから本格的な夏場を迎え、海や川などに出掛ける機会が多くなりますが、例年この時期に水難事故が多発する傾向にあります。

令和2年中の県内における水難事故

- ・発生件数=13件(場所別:海5件、河川8件【釣り5件、サーフィン1件、水遊び3件、その他4件】)
- ・事故者数=14名(うち死者6名)

釣りをする際の心得

- ・必ず救命胴衣を着用しましょう。
- ・磯場はぬれた岩場でも滑らない靴を履きましょう。
- ・転落や高波などの危険がある場所での釣りはやめましょう(立ち入り禁止となっている防波堤などに入ることは犯罪です)。
- ・単独で釣りには行かないようにしましょう。



水泳、水遊びをする際の心得

- ・指定された場所以外では泳がないようにしましょう。
- ・浮き輪や救命胴衣などを準備しましょう。
- ・子どもが水遊びする際は、必ず保護者が付き添いましょう。
- ・泳ぐ前には必ず準備運動をしましょう。
- ・疲れているときや空腹・満腹時、飲酒したときは泳がないようにしましょう。
- ・監視員などの指示や注意書きがあれば従いましょう。



消防団 しょうぼうだんつうしん 通信

■都井分団第1部 部長 川崎弘貴

市民の皆さんこんにちは。串間市消防団です。

今回は都井分団の紹介をさせていただきます。

●都井分団について

- ・分団長=上田郁男
- ・副分団長=山下和彦、泉正人
- ・団員=68名
- ・管轄地区=都井地区(大字都井、大納)
- ・配備車両など=ポンプ車1台、小型動力ポンプ付積載車5台、小型

動力ポンプ1台

- ・部数=1部:迫、2部:宮ノ浦、3部:立宇津、4部:大納、5部:宮原、7部:黒井、8部:東

私たち都井分団第1部は、現在17名の団員が所属し、主に迫地区のメンバーで構成されています。

都井地区の中枢を担う部として、大雨・台風などの自然災害時における巡回や住民の避難誘導を積極的にを行っています。また、昨年秋には、南海トラフ巨大地震を想定した津波

災害時における高台への避難経路確認・誘導訓練を行いました。その他、都井岬火祭りでは、地元消防団代表として警備にもあたり、串間を代表する祭りに携わることができ誇りに思っています。

今年度も新たに2名の団員が加わったことで、これまで以上に地域に目を向けた消防団活動が可能になりました。私たちと一緒に安心・安全な暮らしやすい都井を守っていきたいと思う同志の入団をお待ちしています。



●問い合わせ先=串間市消防本部 ☎72-4151

📅 7月、8月の日曜給油店

月/日	給油店名
7/4	井上仲町店・井手都井店
7/11	坂元串間店・井手都井店
7/18	井手産商串間店・三協西小路店・井手都井店
7/25	酒井串間店・井手都井店
8/1	津曲北方店・井手都井店
8/8	片平本町店・三協西小路店・井手都井店
8/15	井上仲町店・井手都井店
8/22	坂元串間店・井手都井店
8/29	井手産商串間店・井手都井店

人口のうごき(令和3年6月1日現在)

人口 16584人(前月比-6人)
[男性 7788人 女性 8796人] 世帯数 7189世帯

※令和2年度国勢調査からの推計人口です。

🏠 7月、8月の休日在宅医

月/日	医療機関	診療科	電話番号
7/4	はなぶさ消化器・内視鏡クリニック	内・消化器内科・内視鏡内科	74-1187
7/11	にいな内科・循環器科	内・循・呼	71-1711
7/18	岡村クリニック	整形外科	72-7710
7/22	アイレHDクリニック串間	内科・透析内科	55-8181
7/23	ゆうゆうの森クリニック	内科	55-9111
7/25	串間中央クリニック	内科・小児科	27-3181
8/1	アイレHDクリニック串間	内科・透析内科	55-8181
8/8	県南病院	神・精・内科	72-0224
8/9	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112
8/15	とめのファミリークリニック	内科・小児科	76-1425
8/22	はなぶさ消化器・内視鏡クリニック	内・消化器内科・内視鏡内科	74-1187
8/29	にいな内科・循環器科	内・循・呼	71-1711

※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。

7

July
2021

今月のくしま

相談

健康

その他

子育て

イベント

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
27	28	29	30	7/1	2	3
				相談 年金相談(P25)	健康 がん検診 【藤公民館】 【石波公民館】	
4	5	6	7	8	9	10
相談 遺言などの 無料相談 (P25)						
11	12	13	14	15	16	17
健康 新型コロナウイルスワクチン 集団接種2回目 A日程 (6/20接種者) 健康 がん検診 【市総合保健福祉 センター】	相談 人権相談 (P25)	健康 がん検診 【市総合保健福祉 センター】	子育て 1歳6カ月児健診 (P13)	健康 がん検診 【今町公民館】 【金谷公民館】		健康 新型コロナウイルスワクチン 集団接種2回目 B日程 (6/26接種者)
18	19	20	21	22 海の日	23 スポーツの日	24
★ くしま朝市 よかむん市 【串間商工会議所】	相談 法律相談 (P25)	健康 がん検診 【ゆうゆうの森】 相談 消費者生活 巡回相談 (P25)	他 よかむん味だより 「夏の便」申し込み 締め切り日(P2~3) 子育て 乳児健診(P13)			
25	26	27	28	29	30	31
	相談 行政相談 (P25)				他 よかむん味だより 「夏の便」発送日 (P2~3)	★ 南浦文之と 櫛間院龍源寺国際 フォーラム (P10) ★ 夏休みこども 絵画教室 (P16)

※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

ちょうど1年前の編集後記で自炊を始めたとき書きましたが、1年たった現在も自炊が続けられています。当初はスマートフォンでレシピを見ながら、調味料などを入れる際は計量スプーンでしっかりと計って調理をしていましたが、今はだいたいメニューを覚えて、目分量で手際よく作れるようにまできました。今後はイタリア料理などの“オシャレ”な物を作るようにこれからも頑張っていきたいです！(お)

ご意見をお聞かせください！

広報くしまに関するご意見やご感想、取り上げてほしいテーマをお聞かせください。いただいたご意見は、今後の紙面づくりの参考とさせていただきます。

