

みんなつながる。まちがかがやく。

# 広報くしま

みんなつながる。まちがかがやく。

# 広報くしま

8  
August 2019  
No.1056 広報くしま  
毎月1回 1日発行

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。

そのおなか  
メタボだつたら  
大変なことにな  
なりますよ…。

自分がメタボかどうか  
がわかる特定健診を  
通常10,259円のところ  
令和元年11月30日まで  
1,300円で受診可能!  
この機会をお見逃しなく!

レチッ

No.1056 広報くしま  
2019年8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  
http://www.city.kushima.lg.jp Eメール:info@city.kushima.lg.jp 印刷／(株)宮崎南印刷

file# 28 串間でつくられた逸品の方



オンラインショップでグルテンフリー麺を使用した商品を購入することができます。

「品質のこだわりとして、認証された安全な原材料を使っていました」と語ってくれたのは、株式会社川北製麺の3代目社長・有田豪さん。製麺業としては約70年の歴史があり、現在は「グルテンフリー麺」に力を入れています。

『グルテンフリー』とはアレルギー認識の強い小麦粉に含まれるたんぱく質（グルテン）を摂取しない食事法です。美容やダイエットにも影響があると言われていることから、健康に気を遣う女性のあいだで注目されています。また、『グルテンフリー麺』は種類も豊富で、違うさまざまな料理に応用できることが強みです。

「まずは一度手に取って食べてもらいたいですね」と有田さん。関東や関西で行われた展示会でも評判が良く、某高級ホテルに隣接するレストランからも声が掛かりました。また、台湾や香港、マカオなどの海外へ向けた出品も予定しています。

スイーツなどではよく耳にする「グルテンフリー」。これを機会に「グルテンフリー麺」に挑戦してみてはいかがですか？



串間から世界へ! 「グルテンフリー麺」

株式会社 川北製麺

つるつとした食感で、のど越しの良い麺。『グルテンフリー麺』は普段食べ慣れている麺と同じような感覚で食べることができます。

「品質のこだわりとして、認証された安全な原材料を使っていました」と語ってくれたのは、株式会社川北製麺の3代目社長・有田豪さん。製麺業としては約70年の歴史があり、現在は「グルテンフリー麺」に力を入れています。

『グルテンフリー』とはアレルギー認識の強い小麦粉に含まれるたんぱく質（グルテン）を摂取しない食事法です。美容やダイエットにも影響があると言われていることから、健康に気を遣う女性のあいだで注目されています。また、『グルテンフリー麺』は種類も豊富で、違うさまざまな料理に応用できることが強みです。

「まずは一度手に取って食べてもらいたいですね」と有田さん。関東や関西で行われた展示会でも評判が良く、某高級ホテルに隣接するレストランからも声が掛かりました。また、台湾や香港、マカオなどの海外へ向けた出品も予定しています。

スイーツなどではよく耳にする「グルテンフリー」。これを機会に「グルテンフリー麺」に挑戦してみてはいかがですか？

# Health Check!

## 特定健診で健康維持！

自分がメタボかどうかを知ることができる特定健診。11月30日までが受診期間となっています。

### なるほど特定健診

#### Q 対象となるのは？

国民健康保険に加入している40歳～74歳の方です。

#### Q 健診の内容は？

基本的な内容は次の通りです。

- ・身体測定 ・血圧測定 ・身体検査
- ・尿検査 ・血液検査 ・腎機能検査
- ・貧血検査 ・心電図検査

※医師が必要と認めた場合は眼底検査を行います。

#### Q 健診にかかる費用はいくら？

11月30日までの期間内であれば1,300円で受診できます。すべて自費で受診すると10,259円もかかるので、ぜひ期間内に受診してください。

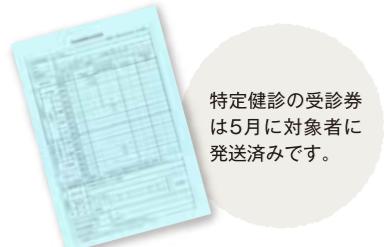
#### Q 結果はどのくらいでわかるのですか？

受診から1、2カ月後に、医療機関から健診結果とそれを踏まえた生活習慣の改善に関する情報が届きます。

#### Q メタボと診断されたらどうすればいいの？

メタボと診断された場合には、医師や保健師、管理栄養士などによって、一人ひとりに合わせた生活習慣を見直すための保健指導が行われます。

### 特定健診受診の流れ



特定健診の受診券は5月に対象者に発送済みです。

#### 持参するもの

- 特定健診受診券  保険証
- 健診料金  健康手帳
- (紛失された方は医療介護課 ☎72-0333まで)

#### 定期的に病院で検査を受けている方

#### ＜みなし健診（情報提供事業）＞

病院で定期的に検査を受けられている方は、いつもの病院検査を「特定健診を受診した」とみなすことができます。例えば、病院で採血検査を受ける際に、一度の採血で『診療』と『健診』に活用することが可能です。その際、通常の医療費のほか、追加費用はかかりません。

【問】串間市医療介護課 ☎72-0333

#### 集団健診か個別健診のどちらかを選択

##### 集団健診を選んだ場合

- 9/1 (日)
- 10/27 (日)
- 12/15 (日)

医療介護課 ☎72-0333で  
予約を行ってください。  
健診会場：串間市総合保健福祉センター

##### 個別健診を選んだ場合

11/30  
まで

下記医療機関に直接予約してください。

英医院	74-1187
にいな内科・循環器科	71-1711
中島医院	72-5202
吾社クリニック	71-3411
県南病院	72-0224
串間市民病院	72-1234
市木診療所	77-0349
とめのファミリークリニック	76-1425
ゆうゆうの森クリニック	55-9111

※日南市でも実施できる医療機関があります。  
受診を希望される方は、受診希望医療機関または、医療保険係（☎72-0333）までお問い合わせください。

#### 平日は健診に行けないという方

#### ＜まとめて健診（集団健診）＞

日曜日に実施している「まとめて健診」は○特定健診○胃がん検診○大腸がん検診を一度に受けられるとても便利な健(検)診です。平日の日中は仕事などで時間が取れないという人はぜひご利用ください。

##### 健(検)診日程

9/1(日)・10/27(日)・12/15(日)

##### 健(検)診料金

40歳～69歳 [特定健診]1,300円+[胃がん検診]1,200円+[大腸がん検診]800円=3,300円  
70歳～74歳 [特定健診]1,300円+[胃がん検診] 400円+[大腸がん検診]200円=1,900円

## 特定健診で

# メタボ 予防&改善！



メタボのことを単なる肥満だと思っている方いませんか。

メタボは、そのまま放っておくと生活習慣病を発症し、命にも関わる危険な病態。そんなメタボを早期に発見し、生活習慣病の発症リスクを軽減するために特定健診が欠かせません。

## 命にも関わる メタボリックシンдро́м

まず初めに、メタボリックシンдро́м（以下、メタボ）は単なる肥満、太り気味の体形のことではありません。命にも関わる危険な病態なんです。具体的には、次のような病態のことを言います。

**メタボとは…**  
内臓脂肪が蓄積した内臓肥満に、高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさった状態。

このような状態が続くと、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病【表1】を発症し、その結果、動脈硬化が進行して心筋梗塞や脳梗塞など重篤な疾患を招いてしまう

**元気だからこそ受けたい特定健診**  
メタボには自覚症状がほとんどないことに触れましたが、体の中では必ず何らかの変化が現れます。その変化に着目することで、

メタボには自覚症状がほとんどないことに触れましたが、体の中では必ず何らかの変化が現れます。その変化に着目することで、

生活習慣病は一度発症すると完治が難しきたり、後遺症が残ってしまうケースも少なくありません。元気だからといって健診を受けるのではなく、元気なときに毎年1回の特定健診を受けることが大切です。いつも健康で過ごせるよう、ぜひ特定健診を受診しましょう。

早い段階でメタボを予防・改善し、生活習慣病のリスクを回避させることを目的に行われているのが特定健診です。

[表1]

### メタボリックシンдро́мによって引き起こされる生活習慣病

- 糖尿病
- 高血圧症
- 脂質異常症
- 虚血性心疾患
- 脳血管障害
- 高尿酸血症 など

## エトー先生に聞きました！

# Q1

講座を始めたきっかけを教えてください。

**A** 平成27年から29年までの間、「地域の活性化と健康度を高める」目標に、日南でも同じような講座を実施していました。すると、健康診断の受診率は上がりましたし、生活習慣病にかかる医療費が1人あたりで約6,000円ほど下がることにつながったんです。それから串間市民病院に勤務するようになったこともあって、何か地元のためにできることはないかなといったところから、日南で掴んだノウハウを生かして健幸づくり講座を始めることになりました。

今の世の中は、体に関することやリスクを軽減する予防医学を少しでも知っているのと知らないのとでは、人生が大きく変わります。健康のことをわかりやすく伝えるということを医療人としての使命だと思って取り組んでいます。

# Q2

手応えはいかがでしょう。

**A** 正直、日南のとき以上に健康診断の受診率が上がっています。はじめて講座を開いたときは、60人の参加でしたが、最高で150人ほど集まつたこともあります。受講者の皆さんには、毎回、講座終了後に講義資料を5部ずつ持ち帰っていただいて、会場まで来ることが出来ない方やまだ足を運ばれたことがない方に配ってもらっています。配布率に関するアンケートを取ってみても、平均して4.3部も配っていただけというよう、「資料を貰えるのを楽しみにしている」といった声を聞くと嬉しい限りです。



絶対に楽しかったと言わせます！ぜひ、参加してみて！

# Q3

講座を行う上で意識していることは何でしょうか？

**A** 私が一方的に話すのではなく、受講者同士が話し合ったりする中で新しい出会いの場になることを大切にしています。講座では、毎回、「自分を好きになります。そして、人を認められるようになります」と話しています。人は心が元気であることが一番の健康につながるんですよ。

あと、話すときは難しい用語を使わないことです。聞いている人がわかりやすいように身近な出来事を面白おかしく例に挙げて話すようにしています。とにかく、楽しいと思ってもらうことを大事にしています。

# Q4

ズバリ、先生の夢は何でしょう。

**A** 人のいいところを自然にお互いが褒め合えるような環境が作られていくこと。これが、まち全体に浸透していくれば、若い子たちにも必ず良い影響を与えるだろうし、きっと元気のある明るい地域になっていくと思っています。

# Q5

市民の皆さんにメッセージをお願いします。

**A** 絶対に楽しい講座です！お友だちが増えることも間違いません。幸せだと感じられる時間を過ごすことができると思うので、ぜひ一度足をお運びください。

## エトー先生 いつもありがとうございます！

参加者の声

1回目の参加：甲斐さん

熱中症対策がテーマということで、友だちに誘われて参加しました。熱中症については知っているつもりでしたが、知らないこともあって、先生の詳しい話を聞いて良かったです。

2回目の参加：間瀬田さん

はじめて参加したときに、いい講座だな～と思って今日も参加しました。水曜日は午前中にサロンがあるのでバタバタ駆けつけています(笑)。今日も大変勉強になりました。

5回目の参加：水元さん

講座に通い始めた頃は色々なことがあって、つらかったけど、ここで習ったことを実践し始めてから気持ちが明るくなりました。もっともっと元気な自分を目指します。



甲斐 勝子さん

間瀬田 郁子さん

水元 ミキ工さん

知ってる？

大東出身のカリスマドクターが講師！

# Dr.エトーの健幸づくり講座

平成29年からスタートした本講座。開始から3年目を迎えた今では、大人気の市民講座となっています。一度会場に足を運べば、講座の虜になること間違いないです。



この日集まった参加者は89名（取材日：6月26日）

毎月講座開催中  
日 時 每月第4水曜日 13:00~14:30  
場 所 総合保健福祉センター 2階 研修室  
※詳細はP22~25のインフォくしまに掲載しています。



## 私たち、『健幸の匠』です!!

講座に10回通うと、称号として『健幸の匠』に認定されます。認定された皆さん、講座の盛り上げ役として活躍しています。代表して原口さんと清水さんに話を伺いました。



匠 はらぐち ひでき  
原口 英紀さん

生死をさまよった経験から  
健康に気を遣うようになりました

私は、過去に3度、くも膜下出血を発症したことがあって、毎日の健康を気にするようになりました。健康というものは、一朝一夕に作れるものではありませんから、日々健康への意識を持ち続けることが大事だと思って、講座に通っています。これからも通い続けます！



匠 しみず よし子さん

講座に来るみんなに  
会えるのが月に一回の楽しみです

講座で、認知症予防には水を飲むことが有効だと知ってから、勤務するデイサービスで実践してみたところ、それまで会話が難しかった人が、少しずつ話せるようになり、知識を持っているのと持っていないのとでは違うんだなと実感しました。先生のお話と受講者のみんなに会えるのが毎月の楽しみです。



ワ イワイガヤガヤ。何やら楽しそうな笑い声が聞こえてくるのは、総合保健福祉センターの2階にある研修室。部屋の中で行われていたのは、Dr.エトーの健幸づくり講座（以下、エトー健幸講座）です。

講座は、串間市民病院に勤務しているDr.エトーこと、江藤敏治先生が講師として行っているもので、健康にまつわるテーマに沿って、毎月第4水曜日に同場所で開催されています。テーマは、季節ごとに流行する病気や、日常生活において気をつけることなど

ど、一度は耳にしたことがある内容が中心です。

講座の一番の魅力は「活気」。わかりやすい解説はもちろん、受講者同士で話し合う時間があるなど、参加型の講座となっており、はじめて足を運ぶ方でも肩の力を抜いて参加することができます。

講座

一

番

の

魅

力

は

「

活

気

」。

象となつてお

り、正

し

い

健

康

の

知

識

を

身

に

付

ける

こ

と

が

で

き

ま

す。

参

加

は

無

料

で

市

民

の

皆

さ

ん

が

対

象

と

な

つ

て

お

り

り

上

げ

役

と

して

活

躍

し

て

い

ます。

ま

た

7月8日

05



風力発電の説明に聞き入る児童たち

**風力発電所を小学生が見学**

市内で着々と建設が進んでいる風力発電所の建設場所を本城小学校の全児童45人が見学しました。間近で風力発電所を見学した後に、九電工職員の方から発電の仕組みや大きさなどの説明があり、生徒らは興味津々に聞き入り、風力発電について理解を深めていました(※事前に許可をもらって、特別に見学しています)。

本城小学校5年生  
おにかわひなた  
鬼塚陽向ちゃん

TOPIC

**千種保育所から  
七夕飾りの贈り物**

7月1日、千種保育所の園児9人が総合保健福祉センターと市民病院を訪れ、手作りの七夕飾りを贈りました。高さ3メートルほどの笹には、将来的の夢などの願い事が書かれた短冊や華やかな飾りなどが付けられ、施設の正面入口に展示されました。



七夕飾りを贈った千種保育所の園児たち

有明小学校6年生  
清水 瑞生くん

早朝からで、少し眠かったですがプラスチック系のごみをたくさん捨つことができました。普段の生活中でもごみには気をつけたいです。

7月5日

04

**高齢者の感覚を体験**

大平小学校で高齢者の体の動きを体験する福祉体験学習が行われ、3年生以上の7人が参加しました。介護老人福祉施設「長寿の里」の職員の皆さん方が指導に協力され、児童たちは手足に重りなどを着けた歩行体験や耳栓とヘッドホンを着けて声の聞き取りにくさの体験などを通じて、高齢者の気持ちを学んでいました。



装具を着けて階段を下りる様子

大平小学校5年生  
やまくち こうろう  
山口虎太郎くん

重りを着けて階段を歩くのは、本当にきつかったです。高齢者の方々の気持ちが分かって、困っている方がいたら積極的に声を掛けたいです。

7月15日

06

**有明地区海岸で清掃活動**

串間市青少年協議会有明支部主催の、高松海水浴場と福島港今町海岸で清掃活動が行われ、地域住民や有明小学校の児童ら約130人が参加しました。日本財団海と日本PROJECTの「海を未来へ引き継ぐアクション」の輪を広げる活動」を導入し、プラスチックごみや流木などをそれぞれ分別しながら、これからの海水浴シーズンに向けて海岸をきれいにしました。

6月29日

01



串間への思いや魅力などを話す世古さん

**地域おこし協力隊活動報告**

旧吉松家住宅で本市の地域おこし協力隊の活動報告会が開催され、市民の方約30人が参加しました。本年度中で任期を終える3人の隊員がそれぞれ3年間の活動の取り組みを振り返りました。7月で任期を終える世古さんは今後、原木シイタケ栽培に携わる予定で、「いろいろな形で串間に恩返しをしていきたい」と抱負を語っていました。



串間に来てあつという間に過ぎた3年間でした。出会えた方々には、いろいろな経験をさせていただきました。これからは本城地区にいるのでよろしくお願いします。

地域おこし協力隊  
せご なおゆき  
世古直之さん

02

7月5日  
**すくすく成長願う**

市総合保健福祉センターすこやか広場で七夕まつり会が開催され、親子約30人が参加しました。七夕に合わせて毎年実施しており、職員による歌やブラックシアターでの「織姫とひこ星」の演劇、12星座の話があり、親子一緒に楽しんでいました。



ブラックシアターの様子



子どもと一緒に七夕の話を聞いてよかったです。これからもすくすく成長するように、願いを込めました。

参加者の皆さん

6月29日～7月15日

**くしま  
プレイバック**

まちで起きたあんなことやこんなこと。  
串間の1ヶ月を振り返ります。

# くしまっ子☆

柔道個人戦、  
団体戦で県大会優勝目指す

串間警察署内にある道場で、練習で汗を流す串間中学校柔道部。男子8人、女子1人、計9人の部員が所属しており、チームのエースである井手翔真くんは、昨年11月に開催された第42回宮崎県中学校秋季体育大会の73kg級で優勝し、今年6月に開催された第70回宮崎県中学校総合体育大会南那珂地区予選でも、同階級で優勝を果たしました。井手くんは、親戚の紹介で柔道の練習を見学した際に、技を決めます。

井手くんは、親戚の紹介で柔道の練習を見学した際に、技を決めます。

「攻めに自信があり、積極的に技を繰り出します」と井手くん。また、「精神面で弱気にならないよう、練習で自分を追い込み、自信を高めてきたので、県大会で優勝して結果を残したい」と活躍を誓います。



28. 井手 翔真くん  
串間中学校3年生。5歳から柔道を始め、幼少時代から数々の大会で優秀な成績を収めており、4月に福岡県で開催された九州選抜中学生大会の団体戦で宮崎県代表として出場。得意技は払い腰と大内刈り。

いる姿に一目惚れし、5歳から柔道を始め、現在週3日の練習に励んでいます。

「体格差があつても、技術を磨くことで勝つことが出来るのが柔道の魅力です」と井手くん。また、「大きな大会で優勝して、両親に喜んでもらえたときは嬉しいし、これからも恩返しをしていきたい」と感謝の気持ちを忘れません。

男子団体戦でも県大会出場が決まっており、外部指導者コーチの松尾直洋さんは、「井手くんを中心として、それぞれの選手が持ち味を生かして優勝してほしい」と活躍に期待します。

井手くんは、親戚の紹介で柔道の練習を見学した際に、技を決めます。

「攻めに自信があり、積極的に技を繰り出します」と井手くん。また、「精神面で弱気にならないよう、練習で自分を追い込み、自信を高めてきたので、県大会で優勝して結果を残したい」と活躍を誓います。

## 地域おこし協力隊

# 活動日記

vol.28

## 恋人「レンくん」について



### 最近、恋人ができました。

市役所から駐車場までの脇道にいつもあいさつしてくれる猫がいて「市役所まで送つて行ってあげるよ」とか「お疲れさま。3分間だけデートしようよ」と言われているような気持ちになるぐらい社交的でかわいいのです。でも私にだけにかわいいそぶりをするの

ではなく、通りすがりの人には大体そんな振る舞いをしています。同じく猫が大好きな総務課松本さんの写真撮影に快く応じていたこともありました。そんな姿を目撃することが多く、私はその猫を心の中で「ナンパくん」と呼んでいました。

ある日、仕事終わりの私を待ち構えるように「ナンパくん」が脇道でスタンバイしていました。帰り道のデートを楽しんでいたら、親御さん、というか飼い主さんが「あ! やっぱりレンくんの彼女だったんだ♥」と一言。「え!? ナンパくん!! 君、本当はレンくんっていう名前だったの!? そして私、君の彼女だったんだね!？」それからというもの、私は「ナンパく



福島 綾乃さん



喜多るみさん  
(福島地区・仲町)

手作りサンドイッチ「なかよし」の店主。東京都出身。3人の子の母であり、休みの日に小学生の息子と出かけるのが楽しみの1つ。



ポップでおしゃれな外観



色鮮やかな商品が並ぶ

串間のあんな人こんな人  
**People**  
ピープル

串間で活躍する人を紹介します  
**きらめき図鑑**  
kirameki

串間駅近くにポップな水色の外装のお店があります。店の名は「手作りサンドイッチなかよし」。店主である喜多るみさんが昨年6月にオープンし、手作りのサンドイッチ目掛けて連日、開店前から多くの人が並びます。

喜多さんは、店をオープンするまでは子育てをしながら、夫、祥一さんが営む喜多米穀店のお手伝いをしていました。子育てがある程度落ち着き、時間に余裕が出来始めた3年ほど前に、祥一さんが「空いた時間に何か新しいことをしてみたら」と提案があり、「自分で楽しくみんなが元気になるよううな店を出したい」と思うように分も楽しくみんなが元気になるよう以前から興味のあった肉や野菜など栄養バランスの良い食事を手軽に取れるサンドイッチ専門店の出店を決め、オープンしました。

店の営業は火曜から土曜の週5日で、午前11時半から午後2時。夫、祥一さんの妹と2人で店を切り盛りしており、前日の夜に仕込み、当日の早朝に仕込んだ物を完成させます。メニューは、子どもから高齢者まで喜んでもらえるよう地元の野菜やフルーツなどを使い、13~15種類あります。

オープン以来、毎回サンドイッ

チは売り切れ、好評である中、商品作りや接客で常に「丁寧さ」を意識していると喜多さん。また、インスタグラムやフェイスブックでの情報発信も欠かさず行っており、その効果もあって、購入者の年齢層が広がり、また、市外から来られる方も増えたと話します。

「オープン前の、1年間かけた試作品作りが非常に大変だった」と喜多さん。他の店にはないものを提供したいとの思いがあり、毎週のように関係者で集まって話し合いを行い、その後サンプルを作り提供できませんでした。また、オープン当初は、手作りのため1日70個程度しか提供できませんでしたが、「多くの方に味わってもらいたい」との意向から、工夫を重ね、今では平日は100個、土曜日は130個以上常時提供できるようになりました。

初は、手作りのため1日70個程度しか提供できませんでしたが、「多くの方に味わってもらいたい」との意向から、工夫を重ね、今では平日は100個、土曜日は130個以上常時提供できるようになりました。

地域の方はもちろんのこと、さまざまな方に愛されるように、新商品を今後も作っていき、何度も足を運んでもらえるようなお店作りを目指したい。ランチがいつも少しでも楽しくなつてもらえた嬉しさ」と喜多さん。これらも丹精込めた愛情いっぱいのサンドイッチ作りは続いていきます。

チは売り切れ、好評である中、商品作りや接客で常に「丁寧さ」を意識していると喜多さん。また、インスタグラムやフェイスブックでの情報発信も欠かさず行っており、その効果もあって、購入者の年齢層が広がり、また、市外から来られる方も増えたと話します。

「オープン前の、1年間かけた試作品作りが非常に大変だった」と喜多さん。他の店にはないものを提供したいとの思いがあり、毎週のように関係者で集まって話し合いを行い、その後サンプルを作り提供できませんでした。また、オープン当初は、手作りのため1日70個程度しか提供できませんでしたが、「多くの方に味わってもらいたい」との意向から、工夫を重ね、今では平日は100個、土曜日は130個以上常時提供できるようになりました。

初は、手作りのため1日70個程度しか提供できませんでしたが、「多くの方に味わってもらいたい」との意向から、工夫を重ね、今では平日は100個、土曜日は130個以上常時提供できるようになりました。

## 乳幼児フッ化物塗布のご案内

フッ化物は歯の質を強化し、むし歯になりにくくなります。  
乳幼児を対象にしたフッ化物塗布を次のとおり実施します。

○日 時 8月7日(水) 午後1時～1時半  
○場 所 総合保健福祉センター2階『すこやか広場』

開催の案内は  
個別通知しません。  
年3回になるように受けると  
効果があります。

## 子どもの歯を守る

問 / 福祉事務所子育て支援係 ☎ 72-1123(内線508)

### むし歯ゼロのお友だち

6月12日に行われた3歳児健康診査で、むし歯がなかったお友だちを紹介します。



## ハッピージ スマイル

よしなが はると  
**吉長 波琉斗くん**  
平成31年2月21日生  
こうへい あやか  
吉長康平さん・綾佳さんの長男  
(福島地区・上郡元)



## 子育て info

### ●8月21日(水) 3歳児健診

### ●8月7日(水) フッ化物塗布のみ

3歳児健診対象児には個別に案内しています。

### ●予防接種

予防接種は病気にかかる前にワクチン接種しておくことが大事なポイントです。「生後2カ月からのワクチンデビュー」をおすすめしています。

### ●「子ども発達相談室」

言葉など発達に関して気になるお子さんへの支援やその周りの大人的の助言をします。どうぞ相談ください。お一人ずつ予約制で対応させていただきます。

●対象児 未就学児

●期 日 毎週金曜日 午前中

●場 所 串間市総合保健福祉センター2階  
すこやか広場

## ひとり親家庭への支援策について

問 / 福祉事務所こども政策係 ☎ 72-1123(内線507)



講師 牟田京子氏



- 日時 8月18日(日)  
▶講演会11時15分～12時15分  
串間市保健福祉センター2階 研修室  
▶懇談会12時15分～13時30分  
串間市保健福祉センター2階 いこいの間
- 参加費 無料  
(託児所もあります。事前予約が必要です。)

マイナスをプラスに変えるり  
フレーミング～視点を変え、  
言葉を変えたら子はのびる～  
幼少期より、自身を含む3人の子どもを養うために懸命に働く母を見て育ったという牟田京子氏を講師に迎え、育儿や進路に悩みを抱えるお母さん、お父さんに対して、子どもへの接し方のコツをお話しします。

牟田氏は、DV被害者、生活保護受給家庭、母子家庭、貧困、差別という家庭環境に

育った自身の経験から、いかに働いたり親の方に對し、給付金を実感し、実行している方です。決して諦めないことの重要性を実感し、実行している方です。

- 支給対象者 次のすべての要件を満たす方が対象です。
- 申請受付期間 ①令和元年11月分の児童扶養手当の支給を受ける父または母
- 支給額 ②基準日(令和元年10月31日)に
- 申請受付期間 おいて、これまでに婚姻(法律婚)をしたことがない方
- 支給額 ③基準日(令和元年10月31日)に
- 申請受付期間 おいて、事実婚をしていない方または事実婚の相手方の生死が明らかでない方
- 支給額 ④支給額=17500円
- 申請受付期間 令和元年8月1日(木)～令和元年12月27日(金)
- 申請受付期間 ※児童扶養手当の現況届の際に、申請することができます。

- ◎未婚の児童扶養手当受給者に対する臨時・特別給付金 児童扶養手当受給者のうち、未婚のひとり親の方に対し、給付金を支給します。

- ◎児童扶養手当現況届集中日にあわせてハローワークの臨時窓口が設置されます

- ◎「母子および父子家庭等医療費助成制度」について 母子および父子家庭などに対する医療費の一部を助成する制度があります。串間市に住所があり、健康保険に加入している母子および父子家庭などの方が対象となります(所得制限があり、所得制限限度額以上の方は対象外となります)。
- 日時 8月6日(火)  
10時～12時、13時～15時

- 日時 8月6日(火)  
10時～12時、13時～15時

Happy Smile

すくすく  
のびのび  
子育て支援情報

ひとり親家庭への支援策についてお知らせします。

◎児童扶養手当現況届集中日にあわせてハローワークの臨時窓口が設置されます



# うたごよみ

12の季節



## 「俳句」あさひ俳句会選

燕の子五つの口開け餌を待つ

春日 水元栄子

誘はれて月の影曳く夕端居

仲町 木島幸子

妣の笑顔思ひ白玉供へけり

串間 島田ミネ子

奥木咲く小径にいるよと君の声

仲町 原里歌

青嵐葉コロコロかくれんぼ

一般投句 都井 松野修子

短歌の投稿は 清水しづ子さんまで(☎72-5546)

## 「短歌」串間短歌会選

ブチとまと一つ二つと熟れ初めて十になつたら食べようと待つ

西小路 坂本不二子

雑草とけふは格闘やちみろかい出で行く夫よ 体調良好

古川 野邊俊子

病む夫にパソコン操作教えれば思い出したとにつこり笑う

西浜 河野ヨシ子

山村の電力生まむ風車二基梅雨の嵐に廻りておらむ

小路 安山らく

俳句の投稿は 又木順子さんまで(☎72-0159)

【恋ヶ浦】 岩下和史さん撮影

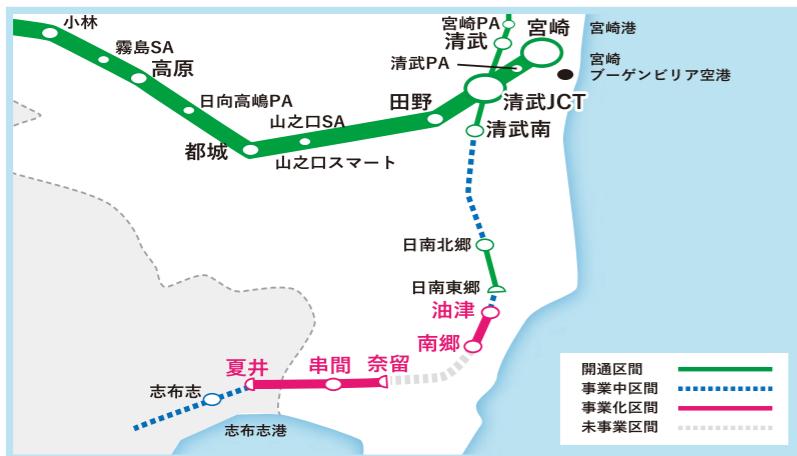
県内でも屈指のサーフインスポットである恋ヶ浦で、波に乗るサーファーの様子。

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



問合せ先 総務課秘書広報係 ☎内線315





【スケジュール】

開催日	受付開始	説明時間	会場
8月20日(火)			串間市総合保健福祉センター
8月21日(水)			串間市農村環境改善センター
8月26日(月)			西方公民館
8月27日(火)			木代公民館
8月28日(水)			高松公民館
9月2日(月)			大束支所
9月3日(火)			串間市総合保健福祉センター

## 東九州自動車道について 現地立ち入り説明会を開催します

国道220号(東九州自動車道)油津・夏井道路「奈留IC(仮称)」  
串間IC(仮称)～夏井IC(仮称)間の事業化に伴い、測量調査を実施するための現地立ち入り説明会を開催します。

問 / 国土交通省 九州地方整備局 宮崎河川国道事務所調査第二課 ☎0985-24-8502(直通)、☎0985-24-8221(代表)  
串間市役所 東九州道・中心市街地対策課 ☎0987-72-1111(内線434)



串間中学校男子バレーボール部表彰の様子

### 串間市体育協会スポーツ功労賞・優秀賞を受賞されました

- 串間市バレーボール協会 前田 忠利さま
- ミニバレーボール協会 江藤 止さま
- 串間中学校男子バレーボール部

問 / 生涯学習課スポーツ振興係 (内線380)

## 謎を解き明かして 野生馬を救え!



まだまだ知らない串間がたくさん！

## くしま再発見

### 8月31日まで! 謎解きゲーム「消えた野生馬の救出」

昨年9月から始まつた周遊型謎解きゲーム、「消えた野生馬の救出」! 皆さんももうプレイされましたか? 1年間にわたり開催してきたこのイベントも、早いもので8月31日に終了となります。

◆謎解きゲームって何?

ここ数年、全国的に流行している謎解きゲーム。主に、観光地やテーマパークなどで開催される参加型のイベントです。参

加者は謎解きキットを手に、隠された謎を解き明かしながらミッションクリアを目指します! 「消えた野生馬の救出」はエリア内を幅広く探索する周遊型のため、移動手段が必要です!

舞台は都井岬、馬追いの日。でも、謎の怪盗マシクに1頭の馬がさらわれた! 野生馬を救い出す挑戦が今始まる……!

「消えた野生馬の救出」ではゲームを進める上で「LINE」が必須。充電は満タンにしてきてくださいね。周遊型の良い所は、ゲームを進めながらいろいろな場所を回れること! 初めて都井岬を訪れる方にもおすすめです。無事にミッションをクリアして、野生馬を救出できた方には素敵なプレゼントがあります!

串間市民や学生にはお得な料金割引も。一緒に謎を解くことで団結力が高まつたり、コミュニケーションが増えたり、家族や友達と一緒に盛り上がれること間違いなしです! 宮崎では珍しい謎解きゲーム。この機会にぜひ遊んでみてください!



### 料 金

大人1名: 3,000円  
串間市民/日南市民/専門学校生/高校生/大学生: 2,000円  
グループチケット 大人4名: 10,000円

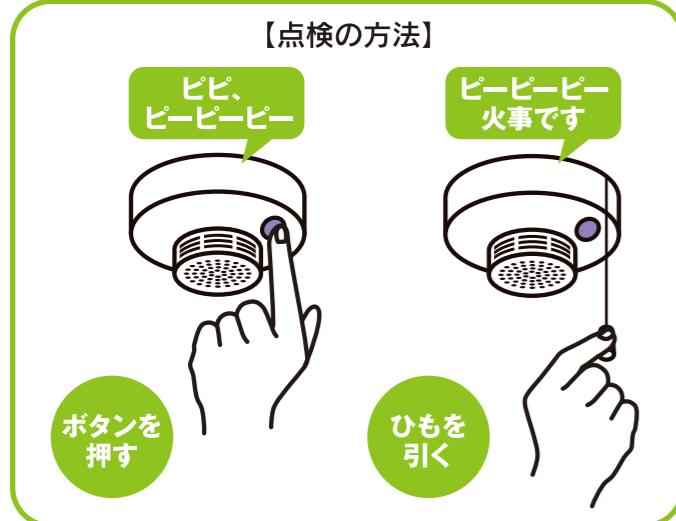
### 時 間

9:00 ~ 17:00(最終スタート15:00)

### 休 み

毎週月曜定休 (月曜が祝日の場合は火曜)

○ボタンを押したり、ひもを引いたりしてチェックしてください。



#### 住宅用火災報知器には寿命があります

住宅用火災報知器は、センサーなど電子部品の寿命や電池切れなどで火災を感知しないことがあります。

10年を目安に本体を交換しましょう。

問/串間市消防本部 予防係 ☎72-4151



あたご祭りの様子

## 市長コラム

### お盆の迎え火

寒かつた冬が過ぎ、暖かい春の訪れを感じ、今年も暑い夏の訪れとともに、先祖の靈を慰めるお盆を迎えようとしています。幸い早期水稻の盛んな串間では、超早場米の収穫が始まりましたが、全国各地で長雨による日照不足や気温の冷え込みなどで農作物に大きな被害が出ていています。自然は時として人間社会を戒めます。天国の先祖は私たちの社会を安心して見ている

でどうか。今年も地震や豪雨など多くの災害が起き、亡くなつた方達を思つと無念になります。運命といつても、「もう少しあなたの方達といたい」と思いながら、お盆の迎え火をたいて先祖を迎えて、在りし日をしのびながら送り火をたきます。市民の皆さんも、先祖に子どもや孫と一緒に線香を手向けて敬つて、暑い夏をお過ごしください。合掌。

現年日本人の平均寿命は、男女80歳を超え、人生100年と言われる時代となりました。われわれ団塊世代はもつと命を大切に生きていくため、健康に心掛け、心の豊かさを保ち、無理のない生活を楽しみ、若者に希望を与えるような元気な長寿社会を目指していくべきです。

今年も著名人が多く亡くなつており、周りでも先輩、友人、家族が亡くなっています。運命といつても、「もう少しあなたの方達といたい」と思いながら、お盆の迎え火をたいて先祖を迎えて、在りし日をしのびながら送り火をたきます。

### 定期的に点検しましょう 住宅用火災報知器が正常に作動するか、 いざというときに備えて

- 【点検の方法】  
・ボタンを押す  
・ひもを引く
- 【点検をしても音が鳴らない】  
・本体故障  
・電池切れ
- 【対処法】  
・本体交換  
・電池交換

※電池切れの場合でも交換時期が近いときは本体交換をお勧めします。

9月に2次の結核検診を実施します。5月、6月に行われた結核検診がお済みでない方は受診していただきますようお願いします。  
8月中旬より青色のハガキサイズの受診票を郵送します。受診票持参のうえ、お近くの会場までお越しください。予約は不要です。なお、職場や病院にて受診済み(ただし平成31年4月1日以降)の方は受診不要です(※通知不要のご連絡をいただいている方にも受診票が届く場合があります。「了承ください」)。その他ご不明な点はご連絡ください。

#### 令和元年度 結核検診(2次)日程表

日 時	会 場	時 間
9月6日(金)	金谷公民館	9:30~9:40
	塩屋原公民館	10:00~10:10
	商工会議所	10:30~10:40
	本城支所	11:20~11:30
	いこいの里	13:30~13:40
	立宇津漁港	14:10~14:20
	都井基幹集落センター	14:50~15:00
9月19日(木)	石波公民館	9:40~9:50
	市木公民館	10:10~10:20
	倉掛地区営農研修施設	11:00~11:10
	農村環境改善センター	11:30~11:40
	上町(幸せホームあすか)	13:30~13:45
	アクティブセンター	14:05~14:15
	串間市役所(正面玄関前駐車場)	14:35~14:45
9月24日(火)	旧JA大東大平支所	10:00~10:10
	スーパーけんちゃん	10:30~10:40
	大東公民館	11:00~11:15
	今町駅前	13:30~13:45
	ミネサキ串間店	14:05~14:15
	スーパーよしだ	14:35~14:45
	串間市総合保健福祉センター	15:05~15:15

受診者数や交通状況により、時間に遅れが出る場合がありますがご了承ください。

★持ってくるもの:青い受診票(対象者に郵送予定です)。料金は掛かりません。



結核は過去の病気ではありません。  
結核検診は法律(※)により定期的な受診が必要です!!  
65歳以上の方は必ず年に1回受診しましょう♪  
※感染症の予防および感染症の患者に対する医療に関する法律

問/☎72-0333(健康増進係)

## 65歳以上の方で結核検診がまだお済みでない方へ 結核検診(2次)を実施します

65歳以上の方で結核検診がまだお済みでない方へ

夏休みは家族で都井岬!

## 馬ふん紙うちわ工作体験を開催します

問 都井岬ビジターセンター ☎0987-76-1546

都井岬ビジターセンターでは、夏休み期間限定、馬ふん紙うちわ工作体験を開催いたします。自由研究の課題として利用される方も毎年多くいらっしゃいます。他にも、体験メニューをご準備しておりますので、ぜひご家族で都井岬に遊びに来てください。

- 開催期間 7月19日(金)~8月22日(木)
- 体験料 うちわ1セット800円(野生馬保護協力金、入館料は別途必要)
- その他 参加者に串間産マンゴーアイスをプレゼント

8月1日~8月22日の期間限定!

## キッズ野生馬ガイド体験を開催します

問 都井岬ビジターセンター ☎0987-76-1546

都井岬ビジターセンターのお仕事を体験していただく企画です。当時はビジターセンターのユニフォームを着てお仕事を体験します。終わつた後は記念撮影とフォトフレームをプレゼント!

貴重な体験ができるチャンスです。ぜひご参加ください。

- 開催期間 8月1日(木)~8月22日(木) (※12日は除く)
- 定員 3名(1回の体験につき)
- 対象 5歳以上
- 体験料 500円(野生馬保護協力金、入館料は別途必要)
- その他 当日の体験は館内で行います。  
・予約優先(空きがあれば当日申し込みも可)

林業界を目指す、あなた!

## 宮崎林業大学校の募集について

問 宮崎県環境森林部 森林経営課 ☎0985-26-7158

宮崎県林業技術センターでは、宮崎県林業担い手育成総合研修の研修生を募集します。本県林業の成長産業化をリードする人材の育成を目指し、みやざき林業大学校では、人材を養成します。

- 定員 15名程度
- 研修期間 1年
- 場所 宮崎県林業技術センター(宮崎県美郷町)
- 研修費用 選考検定料:無料  
研修受講料:年額118,800円
- その他 遠隔地の受講者には、公営住宅の斡旋があります。

ご理解とご協力をお願いします

## 市道泉町牟田ヶ迫線ほか 道路改良に伴う交通規制について

問 東九州道・中心市街地対策課 施設整備係 ☎内線438

通称仲町通りの路面高質形成工事に伴い、当分の間、一方通行などによる交通規制(旧吉松家住宅前、下郡元交差点から福島小学校側へ約220m)を行います。施工中はご迷惑をおかけしますがご協力をお願いします。

祝・旧吉松家住宅100周年!!

## 旧吉松家住宅 100周年記念落語会のお知らせ

問 吉松部落語会実行委員会 ☎090-5082-3458

- 日時 9月28日(土)
- 時間 開場:午後2時／開演:午後2時半
- 場所 旧吉松家住宅
- 出演 落語:三遊亭好太郎師匠、三遊亭西村  
マジック:永田誠弥
- 料金 2,000円(前売り券)

ぜひご利用ください

## 「エコ肥料いきいき」の無料交付について

問 市民生活課生活環境係(内線254)

環境美化の推進とボランティアなどによる活動を支援するため、環境美化活動に取り組む個人やボランティア団体などに「エコ肥料いきいき」を無料で交付しています。

- 申請場所 串間市役所市民生活課
- 受取方法 申請後に交付される無料交付決定通知書を持って、串間エコクリーンセンターで肥料をお受け取りください。
- その他 活動終了後、活動写真をつけて実績報告書の提出をお願いします。環境美化推進やボランティア活動以外で使用される場合は、1袋150円で販売しております。ぜひご利用ください。

住みよい地域を目指して

## みんなでつくろう安心の街

問 串間地区防犯協会 ☎72-111(内線346)

防犯意識の高揚と、「自分たちの安全は、自分たちで守る」を合言葉に、地域住民の自主的な防犯活動の推進を図るために、この運動を実施するものです。犯罪や事故のない、安全で安心して生活できる街づくりに、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

●運動の重点

- ①うそ電話詐欺の被害防止「家族の絆で詐欺ブロック」
- ②乗り物や住宅の「鍵かけ」運動の推進
- ③子どもや女性に対する犯罪の被害防止
- ④夏休み期間中の少年の非行防止

自由研究の題材にどうですか?

## 夏休み親子体験教室「楽しいリサイクル工作」

問 申 日南串間広域不燃物処理組合(黒潮センター)

☎0987-68-1560

ペットボトルを使った「空気砲」工作をしてみませんか? 施設見学も同時開催します。

- 日時 8月25日(日) 午前9時半~午前11時半
- 場所 黒潮環境センター
- 内容 ペットボトルを使って、親子で「空気砲」を作成します。
- 対象者 日南市・串間市在学の小学生と保護者1組
- 定員 15組
- 参加費 無料
- 準備物 500mlペットボトル1個、トイレットペーパーの芯
- 申込期限 8月16日(金) 午後5時まで

成人式を盛り上げましょう!

## 令和2年成人式実行委員大募集!

問 串間市教育委員会 生涯学習課 ☎内線378

串間市では成人者を祝うため、その企画から運営までを行う実行委員会を組織します。一生に一度の成人式。成人者自らの手で盛り上げてみませんか? 素敵な思い出をみんなで作りましょう。

●応募資格

令和元年度に成人を迎える方(平成11年4月2日~平成12年4月1日生)

●募集期間 随時募集

●内容 実行委員会により、成人式関連行事などの企画・運営を行う。

●募集人数 令和2年新成人者10名程度

今日は腎臓のことについて学びます

## Dr.エトーの「健幸づくり講座」を開催します

問 申 医療介護課 ☎72-0333(内線517)

串間市民病院に勤務(毎週水曜)している江藤敏治先生(大東出身! 通称: Dr.エトー)の講座を下記のテーマで実施します。

●第28回テーマ まだ間に合う! 腎臓を守るテクニック CKDを防ごう

●日時 8月28日(水) 午後1時~2時半

●場所 総合保健福祉センター2階研修室

●参加特典 保健師・栄養士による個別相談会、体脂肪計測の他、10回参加されると称号「健幸の匠」の認定証を差し上げます。

Info KUSHIMA  
インフォくしま

# 串間市からの お知らせ&募集

市役所の代表電話 ☎0987-72-1111

忘れずに納めましょう

## 納期限と口座振替日のお知らせ

問 ①~⑤税務課 ☎内線214・216

⑥福祉事務所こども政策係 ☎72-1123(内線527)

9月2日は、

①市県民税(2期)

②固定資産税(2期)

③国民健康保険税(2期)

④介護保険料(3期)

⑤後期高齢者医療保険料(2期)

⑥保育料(8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。

職員採用試験を実施します

## 令和元年度職員採用試験のご案内

問 申 総務課職員係 ☎内線312

●1次試験日 9月22日(日)

●試験会場 串間市立串間中学校

●受付締切 8月21日(水)午後5時15分

●その他 2次試験は10月20日(日)に串間市中央公民館で実施します

●採用試験の種類など

種類	職種	採用予定人員	受験資格
上級試験	一般事務	2名程度	平成2年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた者
初級試験	一般事務	1名程度	平成6年4月2日から平成14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)又はこれと同等と認める大学校等を卒業又は卒業見込みの者は受験できません
初級試験	土木技師	1名程度	平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた者
消防士試験	消防士	1名程度	平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた者で、次の要件を全て満たす者 (1)両目とも視力1.0以上(矯正視力を含む)であること (2)聴力が完全な者 (3)普通自動車運転免許を取得している者又は採用までに取得見込の者

※申込方法などの詳細につきましては市公式サイトをご覧ください。

## 休日在宅医

月/日	医療機関	診療科	電話番号
8/4	とめのファミリークリニック	内科・小児科	76-1425
8/11	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112
8/12	英医院	内科	74-1187
8/18	にいな内科・循環器科	内・循・呼	71-1711
8/25	岡村クリニック	整形外科	72-7710

\*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。

## 日曜給油店

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

## 人口と世帯数[令和元年7月1日現在]

- 人口 17,422人(前月比 -35人)  
〔男性 8,198人 女性 9,224人〕  
■世帯数 7,741世帯(令和元年7月1日現在)

※平成27年度国勢調査からの推計人口です。

## “防災ニュース”

### 「大雨危険度通知」提供開始のお知らせ

7月10日からYahoo!Japanにて「大雨危険度」の配信が開始されました。Yahoo!Japanトップページでは「警戒レベル3相当」以上に上昇した時に、市町村ごとの土砂災害や洪水の危険度、とるべき行動が表示されます。また、スマートフォン対応のYahoo!アプリではプッシュ通知を通じてユーザーへ配信されます。

#### ①対応アプリ

- ・「Yahoo!Japan」アプリ(iOS版、Android版)
- ・「Yahoo!天気」アプリ(iOS版、Android版)
- ・「Yahoo!防災速報」アプリ(iOS版、Android版、メール版)

#### ②プッシュ通知する内容

- ・警戒レベル(例:警戒レベル3、警戒レベル4など)
- ・とるべき行動(例:高齢者等避難、今すぐ避難など)
- ・災害ごとの危険度の変化  
(例:土砂災害の危険度が上昇など)
- ※プッシュ通知は設定した市町村にて  
「警戒レベル3」以上に高まった場合発信されます。



問／危機管理課危機管理係 ☎内線344

# 税 チャンネル

## 申告を忘れていませんか?

国民健康保険では、被保険者(世帯)の所得に応じて、国民健康保険税の軽減措置や医療費の自己負担割合・限度額の判定を行っています。

そのため、世帯主だけでなく、世帯に属する高校生世代以上の世帯員についても、所得が無い、少ない、非課税所得(障害年金や遺族年金、恩給など)のみなどに関わらず、必ず申告が必要です。

申告されないと、国民健康保険税や医療費の自己負担額が高くなるなど不利益が生じる場合もあります。

なお、世帯と個人の別などはありますが、後期高齢者医療や介護保険でも同様に所得の申告が必要です。

被保険者の方は、毎年、正しい申告をされるようお願いします。

問／税務課国保・介護賦課係 ☎内線263・264

## 復旧工事を行います

### 串間市赤池キャンプ場の休止について

問 商工観光スポーツランド推進課 ☎内線269

串間市赤池キャンプ場につきましては、昨年度発生した台風災害の復旧工事に伴い、8月31日までの使用を休止いたします。市民の皆さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

## 福祉のお仕事に興味のある方へ

### 福祉の仕事就職面接・相談会が開催されます

問 宮崎公共職業安定所 ☎0985-23-2245

福祉関係のお仕事への就職を目指す方を対象とした「福祉の仕事就職面接・相談会」を開催いたします。福祉のお仕事へ就職を目指す方はもちろんのこと、興味のある方、資格のない方でもお気軽に相談できます。皆さんのご参加お待ちしております。

●日時 8月24日(土) 午後1時～午後4時

●会場 宮崎観光ホテル東館3階 光耀

●主催 ハローワーク宮崎、宮崎県福祉人材センター

## 注意しましょう!

### 九州電力から感電事故防止のお願い

問 九州電力株式会社日南営業所 営業グループ ☎0120-986-706

戸外での活動が盛んになる季節ですが、電線付近で魚釣りやセミとりをしないこと、切れた電線に絶対に触れないこと、発電所・変電所へは立ち入らないこと、電柱・鉄塔には昇らないようお願いします。

なお、万が一釣り糸が電線にかかった場合は、自分で取ろうとせず、お近くの九州電力までご連絡いただきますようお願いします。

## 詳しくはお電話またはHPまで

### キャッシュレス・ポイント還元支援について

問 キャッシュレス・消費者還元事務局 ☎0570-000-655

10月からの消費税率引き上げに伴う需要平準化対策として、キャッシュレスを使った場合、来年6月までポイント還元を国が支援します。支援対象は、中小・小規模事業者が営む店舗などで原則全産業が対象です。詳しくはお問い合わせください。



# 地球のメッセージ

## message from the earth

### エコドライブのすすめ

夏休みの家族旅行、お盆の帰省などドライブの機会が増える季節です。

人と環境を思いやりエコドライブを実践し、安全運転に努めてください。

エコドライブとは、急がない、乱暴にならない。ゆっくり加速、ゆっくりブレーキ。車間距離にゆとりを持つ。ひとつひとつは小さなことかもしれません。でも、それが積み重なれば、日本、世界のドライバーが、みんなで取り組めば、きっと大きな力になります。環境への負荷や、交通事故が減り、あなたやあなたを取り巻くみんなの幸せにもつながります。

また、「燃費」がよくなり、同乗者も安心して楽しむことができます。みんなでエコドライブに取り組みましょう。

問／市民生活課生活環境係 ☎内線252

## 法律・人権・行政などに関する相談会

### 無料相談

問 ①市民生活課生活環境係 ☎内線253  
②社会福祉協議会 ☎72-6943  
③総務課総務係 ☎内線314-319  
④市民生活課市民係 ☎内線225-226  
都城年金事務所 ☎0986-23-2571  
⑤市民生活課生活環境係 ☎内線253

#### ①行政相談

▷日時 8月26日(月) 午前9時～正午  
▷場所 市役所地下D会議室

#### ②法律相談

▷日時 8月19日(月) 午後1時～終了次第(要予約)  
▷場所 総合保健福祉センター

#### ③人権相談

▷日時 8月5日(月) 午前10時～午後3時  
▷場所 市役所地下D会議室

#### ④年金相談

▷日時 8月1日(木) 午前10時～午後3時  
▷場所 市役所1階A会議室

▷日時 9月5日(木) 午前10時～午後3時  
▷場所 市役所1階A会議室

※事前に都城年金事務所へ予約(1ヵ月前から可)が必要です。予約の際、持参するも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

#### ⑤消費者生活巡回相談

▷日時 8月20日(火) 午前10時～午後3時  
▷場所 市役所1階市民生活課相談室

## 鉄道の運行に伴って

### 線路側に木が倒れないように 管理をお願いします

問 宮崎総合鉄道事業部 ☎0985-63-5308

線路への倒木により、列車との衝突事故や遅延が発生しています。倒木により損害が発生した場合、損害請求をする場合がございますので、線路へ木が倒れないように管理をお願いいたします。また、線路のそばで伐木を行う際は、安全を確認するため、事前にJR九州にご連絡をお願いいたします。

列車をご利用されるお客さまの安全安定輸送のためご理解、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

**徒然なるまほー**

# 「串間市での地方自治体実地体験を終えて」

市長室で市長との記念写真

随想

6月24日から28日の5日間、串間市で新規採用国家公務員の地方自治体実地体験が実施され、3名の方が参加。さまざまな分野の研修を通じてのそれの方の感想です。

●佐々木大樹さん

今回の研修でさまざまな事を学びました。

1つ目は、行政は常に住民の方々のニーズをくみ取った政策を実施することです。研修では、さまざまなおと直接お話しすることができ、ICT化など国が推進している政策の現場での限界や、都市部と地方間のさまざまな格差などの問題に目を見開かされました。今後は国民の皆さんへ、より良い政策が実行されるよう、政策運営に携わっていきたいです。

2つ目は眞の地方創生は市民の方々の活力・努力を行政が後押ししていくものであるべきことです。串間市の市民・民間業者は日本のみならず世界から注目される取り組みを行つており、それらの取り組みによつてさまざまな活力が生まれていると感じました。国は、地方にあるたくさんの地方創生の芽をつぶさずに、丁寧に花開くよう支援すべきだと感じました。

串間は私の中でただの宮崎の一つではなく、今後もずっと輝き

●内田誠子さん

本研修での一番の学びは、「市役所はひとつという考え方を市民が持っている」ことを実感し、深く理解しました。

市役所で市民の方とすれ違つた際に、あいさつをされました。本省の勤務ではあまり意識することがなかったのですが、よくよく考えてみれば公務員としてあるべき姿であり、明るく挨拶しなければ改めて身の引き締まる思いがしました。

次に、農業分野に関する視察で、JA串間市大東での外国人技能実習生実習期間連絡会に参加しました。串間市の農業をめぐるさまざまな課題に対して、直接触れることができました。自らの知識不足を悔やみながらも、実際に起つている病害やスマート農業の推進に対して改めて取り組みを続けていかなければならぬという使命感を新たにしました。

今後、信頼される国家公務員となり、我が国の農業の発展に貢献できるよう、引き続き職務に励んでいきたいです。

●山本直哉さん

研修を通して、串間市には都井岬をはじめとした豊富で多様な観光

写真左から  
山本 直哉(23歳)  
国土交通省自動車局総務課  
佐々木大樹(24歳)  
外務省経済局国際貿易課  
内田 誠子(24歳)  
農林水産省生産局技術普及課

**TOPIC**

## 串間ライオンズクラブ 救命胴衣贈呈

7月2日、市役所で串間ライオンズクラブからむつみ保育園へ子ども用救命胴衣(ライフジャケット)の贈呈式が行われました。ライオンズクラブ国際協会337-B地区の事業の一環で、南海トラフ巨大地震に備え、津波から子どもを守るのが目的で、救命胴衣20着が贈られました。

**EVENT**

## 第36回福島港花火大会

今年も福島港今町海岸で最大10号玉の花火が打ち上げられ迫力満点です。各種ステージイベントや軽食、地場産品コーナーもあります。

- 日 時 8月12日(月) 午後8時～花火打ち上げ
- 会 場 福島港今町海岸
- 問い合わせ先 くしま活性化委員会 ☎72-0053

**EVENT**

## 第53回都井岬火まつり

大蛇退治の伝説を再現した祭りで、高さ30mの柱松の頂上めがけて投げ入れ、宙に舞う松明は幻想的な空間を生み出します。

- 日時 8月23(金)・24(土) 午後5時
- 場所 旧都井岬観光ホテル前広場
- 問い合わせ先 くしま活性化委員会 ☎72-0053

**TOPIC**

## 情報アラカルト

串間で行われるイベントやまちの話題まで、見逃せない情報が満載です。

**TOPIC**

## 災害危険箇所点検調査を実施しました

6月18日、大雨や台風などの災害に備えるため、市内における災害危険箇所の点検調査が行われ、関係機関の担当者が参加しました。危険箇所の情報を共有し、災害時の迅速な救援、復旧活動につなげるため毎年実施しています。今回は、5月の大雨被災地などを視察し、災害時の連携を確認しました。

**TOPIC**

## 都井岬観光交流館建設に伴う安全祈願祭を実施しました

6月26日、都井岬観光交流館建設予定地で安全祈願祭を行いました。関係者ら約20人が参加し、玉串をささげるなどして工事の無事と施設の発展を祈願しました。来年4月のオープン予定で、トイレや休憩スペース、軽食などを提供し、串間エコツーリズム活動や新エネルギーの紹介コーナーを設置することとしています。