

みんなつながる。まちがかがやく。

広報 くしま

6

June 2018

No.1042
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、くしまし。

No.1042 広報 くしま 2018年6月1日発行 (毎月1回 1日発行) 発行 / 串間市役所 編集 / 総務課秘書広報係

T888-8555 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# 14 串間でつくられた逸品たち



今が旬！串間が育てた海の幸「バイ貝」

本木下 武利



バイ貝はツブ貝とは異なり貝殻の表面の凹凸が少なく丸くなめらかです。

早期発見・治療が自分を救う！ がん検診へ行こう！

6月1日(金)の午前9時より、各種がん検診の予約受付を開始します。
自分のため、そして、大切な家族のためにも
定期的に検診を受けて、ずっと健康で過ごしましょう。

がん検診
予約受付開始
します！



獲れたてのバイ貝をシンプルに塩茹でする。爪楊枝でくり抜くとぷりっとした身が飛び出す。コリコリとした食感と磯の香りはお酒のお供にぴったりです。
「元気なうちは漁を続けていきたいです」と話してくれたのは福島港でバイ貝漁を行っている本木下武利さん。朝4時半に起きて漁に出ます。バイ貝の旬は4月〜8月半ば。この時期は10〜30キログラム程の水揚げ量があります。全国各地で水揚げされるバイ貝ですが、串間でも新鮮で大きなバイ貝を獲ることが出来ます。
本木下さんがバイ貝漁を始めたのは50歳になってから。元々バイ貝漁をされていた方から「かご漁」を教わりました。かごをロープにはわせ、一日おきに50かごずつ水揚げします。バイ貝の他にもタコが揚がることもしばしば。現在でも始めた当初のやり方で漁を行っています。
「昔に比べると、水揚げ量は減少しています。以前は獲れていた場所でも今では獲れないこともありませぬ」と本木下さん。長年の勘を頼りに、バイ貝が獲れる場所を探り出しています。
仕出しやオードブルにもよく使われており、なじみのあるバイ貝。改めて串間の豊富な海の幸を感じますね。

平成30年度版串間市健(検)診ガイドで受診したい検診・日程・会場を選択

個別検診(医療機関)で受診する場合

医療機関・検診種類を選択する

医療機関へ直接予約する

※医療機関によっては予約不要の場合もあるので各医療機関にお問い合わせください

医療機関を受診し結果を聞く

※医療機関、検診内容により結果が出るまで時間がかかることがあります。受診後に必ず確認してください

バス検診(集団検診)で受診する場合

串間市の集団検診は完全予約制!!
問/医療介護課 ☎72-0333

検診10日前~1週間前に検診案内、
検査キットが送付されてくる

検診予約日時に会場へ行く

※予約時間よりも早く会場に来ていただいても受付できませんのでご注意ください

約1カ月後に検査結果が自宅に届く

がん検診は
どんな流れで行われるの?



ドおしゃべり〜!



串間市民病院 外科
真方 寿人先生

「がんが怖い」とお思いの方こそ、早期発見の
きっかけとなるがん検診を受けましょう!

Q. 毎年検診は必要なのでしょうか。

A. 現在各自治体主体で行われているがん検診は、①胃がん②大腸がん③肺がん④乳がん⑤子宮頸がんの5つがあります。このうち、①、②、③が毎年、他の2つは2年に1回の受診が推奨されています。

Q. がんの症状は? また、それを感じた時はどうすればいい?

A. がんの症状は種類によります。例えば胃がんは、胃のあたりの痛みや食欲不振、体重減少などがみられます。すでに出血するほど進行している場合は、吐血や下血を認めることもあります。大腸がんであれば、下血のほか、便が細くなったりもします。進行した大腸がんでは、がんによって腸閉塞を起こして病院に救急搬送される方もいます。いずれの場合も、異常を感じた際には、まずかかりつけ医などに具体的な症状をお伝えください。医師ががんを疑った場合には、精密検査ができる病院を紹介されることになります。

Q. がんが見つかったらどうすればよいのでしょうか?

A. 正確にはがん検診で異常を指摘された段階では、まだ「がんの疑いがある状態」です。少しでも早く対応可能な診療科のある病院を受診してください。がんの確定診断を得るためには、さらなる精密検査が必要になります。

Q. がんが発見されたらと思うと、怖くて検診を受けられないのですが。

A. がん検診の目的は、がんを早期に発見することです。がんの進行度をあらわす「ステージ」という言葉がありますが、ステージはIからIVまであり、Iが早期、IVが最も進行したがんです。ステージI、IIで見つかって治療を受ければ90%以上の人は助かりますが、反対にステージIVで見つかった場合には、5年後に生きているのは5人に1人いるかいないか、ということになります。だからこそ、早期発見・治療が重要なんです。

早期発見・治療が自分を救う! / がん検診のススメ



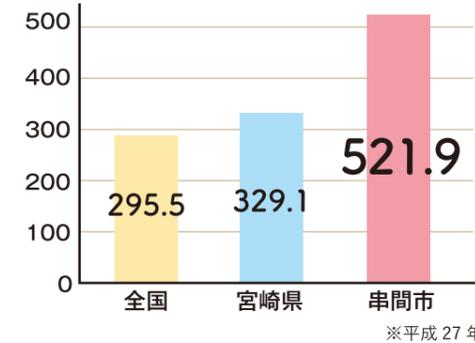
「がん」は早期発見・治療によって治る病気です。そこで、鍵となるのが「がん検診」。今年度も6月1日(金)9時から予約の受付を開始します。これからも健康でいるために定期的な検診を受けましょう。

問 医療介護課 健康増進係 ☎ 72-0333 FAX 72-0310 メール zoushin@city.kushima.lg.jp

串間市のがん死亡率は
全国の約1.8倍、
宮崎県の約1.6倍

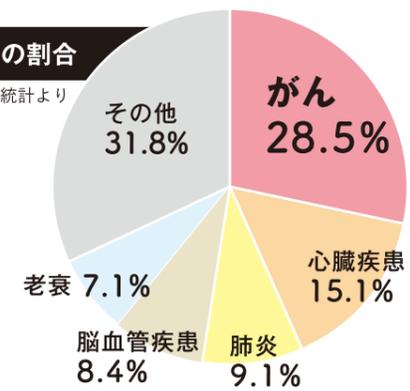
国・県と串間市のがん死亡率
(人口10万対)

死亡率とは、通常1年単位で算出され、「人口を10万人としたときに何人死亡したか」を表す数値です。死亡率: 死亡者数 ÷ 人口 × 100,000



死因別死亡数の割合

※平成28年人口動態統計より



「がん」は日本人の死因第1位って知ってた? その割合は年々増加しているんだ。がんは、発見が遅れるほど治る確率が低くなるし、若い人がかかると年配者と比べて進行が早い、やっかいな病気なんだ。

「がん」は死因第1位!!

串間市は人口に対して
がんで亡くなっちゃう
人の割合がでかいね



どうしてがんになるの?

人間の体を構成する細胞は常に刺激や毒性のある物質(活性酸素等)などにさらされているんだ。刺激などで傷ついた細胞は、自己回復し、元通りになる力があるんだけど、細胞の持つ回復力をはるかに超えるダメージを受けてしまうと、傷ついた部分が回復できずに、細胞自身が正常な働きをしなくなったり、別の働きをするようになってしまったり。皮膚のシミはその一例だよ。

日頃からできる
がん予防

がんは、過度の飲酒、喫煙、ピロリ菌感染などが主な発生要因です。普段の生活でも予防を心掛けましょう。

さらにダメージが重なったり大きくなったりすると、傷ついた細胞は、がん細胞に変わってしまうことがあるんだ。これががんの始まりなんだって。

検診の予約は6月1日から!



届いていませんか?

みなさん、がん検診の予約は済んでいるかな? 今年度から受診券を個人宛に送っているよ。串間市では次の検診を受けることができるんだ。

- 胃がん検診... 胃X線検査、胃カメラ検査
- 大腸がん検診... 便潜血検査
- 子宮頸がん検診... 細胞診検査
- 乳がん検診... マンモグラフィ検査

がんは早期に発見して、適切な治療を受けることができれば、必要以上に恐れることはない病気なんだ。いつまでも健康でいるためにすぐに検診の予約をしよう!

「まさか自分が、がんになるなんて思ってもいませんでした。毎年検診も受けていましたし、診断された時は、全く現実味がありませんでした。」「6年前、4人目の子どもを妊娠中に妊婦健診で子宮頸がんが見つかりました。」

松田さんは妊娠中だったこともあり、出産してから治療をしようと考えていましたが、主治医の先生からは、中絶手術をしてからの治療を勧められたそうです。「中絶できる期限の1カ月の間、すごくすごく悩みました。家族からの、自分の体が一番大事だよ」という言葉が背中を押してくれて中絶を決意しました」と松田さん。そうして、がんの切除手術を

受けたのですが、術後の検査でがんが残っている疑いが見つかりました。「子どもがすでに3人いたこともあり、子宮と片方の卵巣の摘出を決定しました。始めの手術から全摘までに約1年の期間があったのですが、早期発見だったおかげなのか、痛くも痒くもなく、本当にがんなのかなって思うこともありませんでした。」

最後に現在の生活について聞くと、「全摘の影響でホルモンのバランスが崩れて更年期障害が早く来ってしまうと言われていたので、定期的に通院していますが、体調に問題はありません。あの時、手術して本当に良かったと思っています。まず、早期発見・治療がとても大事だなと思いました。」

自分の体が一番大事



〈6年前に子宮頸がんが発覚〉

まつだ かおり
松田 香里さん(39)

がん体験者インタビュー

検診によってがんが発覚した二人。共に検診と早期発見の重要性を力説します。

生きる



〈2年前に肺がんが発覚〉

しまうら けいこ
嶋浦 憲子さん(62)

「まさか自分が、がんになるなんて思ってもいませんでした。毎年検診も受けていましたし、診断された時は、全く現実味がありませんでした。」「6年前、4人目の子どもを妊娠中に妊婦健診で子宮頸がんが見つかりました。」

松田さんは妊娠中だったこともあり、出産してから治療をしようと考えていましたが、主治医の先生からは、中絶手術をしてからの治療を勧められたそうです。「中絶できる期限の1カ月の間、すごくすごく悩みました。家族からの、自分の体が一番大事だよ」という言葉が背中を押してくれて中絶を決意しました」と松田さん。そうして、がんの切除手術を

受けたのですが、術後の検査でがんが残っている疑いが見つかりました。「子どもがすでに3人いたこともあり、子宮と片方の卵巣の摘出を決定しました。始めの手術から全摘までに約1年の期間があったのですが、早期発見だったおかげなのか、痛くも痒くもなく、本当にがんなのかなって思うこともありませんでした。」

最後に現在の生活について聞くと、「全摘の影響でホルモンのバランスが崩れて更年期障害が早く来ってしまうと言われていたので、定期的に通院していますが、体調に問題はありません。あの時、手術して本当に良かったと思っています。まず、早期発見・治療がとても大事だなと思いました。」

受けるはずじゃなかった検診で...

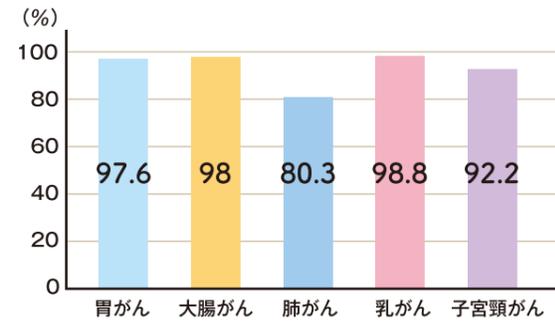
嶋浦さんにはがんが見つかったのは2年前。健康づくり推進員としてがん検診会場を受付をしていた嶋浦さんは、受診者数があまりに少なかったため、せっかくだからという気持ちで、「肺がん検診」を受けてみることに。そんなきっかけだったにも関わらず通知には、「異常あり。要精密検査」という文字が。

精密検査に行ったのは、1カ月半後。向かった先は、宮崎市にあるがん診断センターでした。「病院の看板を見た瞬間に、私『がん』なんだと思って、恐ろしくて体の震えが止まりませんでした。主人は泣いていましたね」と嶋浦さん。さらに、診断を受けてからは「死」を覚悟していた

その後、県立日南病院で右の肺の3分の2を摘出しました。がんを乗り越え、現在は月に一回の検査を受けながら元気に暮らす嶋浦さんですが、今があるのは早期発見のおかげだと語気を強めます。「とにかく検診を受けて欲しいですね。検診を受けるのが怖いとよく耳にしますが、受けないほうが怖いです。私もあの時見つかったいなかつたら、啞血して死んでいたと医者から言われたからです。」

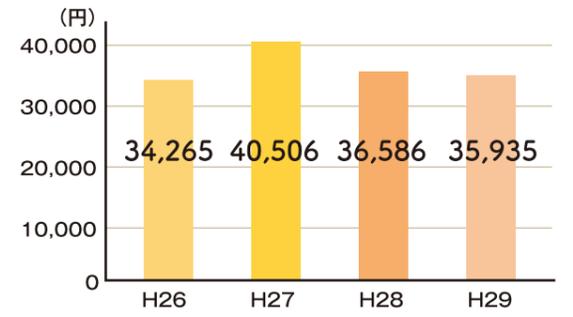
5年生存率

5年生存率：がんの診断から5年経過後に生存している患者の比率



がんにかかる国保加入者1人当たりの医療費

国保データベースシステム 累計値から算出



平成30年度 各種集団健(検)診日程一覧

※今年度より、乳がんエコー検査も検診バス内で受診できるようになりました。
※大腸がん検診だけ受診される方は9時~10時までに容器をお持ちください。

地区	日時	会場	受付時間				
			特定健診	胃がん	大腸がん	肺がん	乳がんエコー検査
福島	6/22(金)	串間市総合保健福祉センター		8時~11時半	8時~11時半		
	7/1(日)		8時半~11時半	8時~11時半	8時~11時半		
	7/8(日)					9時~11時半 13時~15時	
	7/19(木)			8時~11時半	8時~11時半		
	8/5(日)		8時半~11時半	8時~11時半	8時~11時半		
	8/10(金)			8時~11時半	8時~11時半		
	8/19(日)						9時~11時半 13時~15時
	9/6(木)						9時~11時半 13時~15時
	9/13(木)			8時~11時半	8時~11時半		
	9/19(水)			8時~11時半	8時~11時半		
	9/30(日)		8時半~11時半	8時~11時半	8時~11時半		
	10/5(金)			8時~11時半	8時~11時半		
	10/16(火)					9時~11時半 13時~15時	
	10/21(日)		8時半~11時半	8時~11時半	8時~11時半		
10/25(木)		8時~11時半	8時~11時半				
10/30(火)					9時~11時半 13時~15時		
11/10(土)				9時~11時半 13時~15時			
11/14(水)		8時~11時半	8時~11時半				
12/16(日)	8時半~11時半	8時~11時半	8時~11時半				
北方	7/12(木)	農村環境改善センター		8時~11時半	8時~11時半		
	9/11(火)	ゆうゆうの森		8時~11時半	8時~11時半		
大東	6/26(火)	大東公民館		8時~11時半	8時~11時半		
	8/3(金)	大東小学校		8時~11時半	8時~11時半		
	11/30(金)	大東公民館		8時~11時半	8時~11時半		
本城	7/10(火)	本城公民館		8時~11時半	8時~11時半		
	8/31(金)			8時~11時半	8時~11時半		
都井	7/26(木)	旧都井中学校		8時~11時半	8時~11時半		
	11/20(火)			8時~11時半	8時~11時半		
市木	6/28(木)	石波公民館		8時~9時	8時~9時		
		藤公民館		10時~11時半	10時~11時半		
		市木公民館		8時~11時半	8時~11時半		

5月12日～14日

05



基調講演で草原の大切さを話す宮崎植物研究会の南谷会長

草原保全と再生を目指して

草原の保全や再生について考える「第12回全国草原サミット・シンポジウム」が本市と川南町で開催されました。12日は市文化会館で基調講演があり、「草原や湿原を守るには」などをテーマにした分科会も行われました。13日には都井岬を現地視察し、14日に川南町で閉幕。講演会などを通じ、今後の活用や課題について意見を交わしました。



串間を訪れるのは2回目です。野焼き支援のボランティアをしていて、安全対策を勉強しに来ました。参考にできるところは取り入れていきたいですね。

熊本県在住
清野 耕平さん

くしま木質バイオマスが本市へ寄付

4月20日、3月に操業を開始した「くしま木質バイオマス発電株式会社」が、本市に寄付金100万円を贈りました。堀口社長と同社に出資する「シン・エナジー株式会社」の乾社長らが市役所を訪れ、島田市長に寄付金を手渡しました。寄付金は今後、産業観光の振興に役立てる予定です。



寄付金を贈った堀口社長(右)と乾社長(左)



左から 延岡市在住
川添 愛未さん
山田 美波さん
中島 智子さん

大学で動物の勉強をしていて、岬馬に興味がありました。思っていた以上に近くで見れて驚きました。馬特有の行動も勉強になりました。

5月12日

04

春の農林まつりにぎわう

串間の食や自然をPRする「春の農林まつり(南那珂森林組合主催)」が文化会館前広場で行われました。村上三絃道による三味線演奏やマグロ解体ショー、丸太の早切り競争などの多彩なイベントや地場産品販売などの出店も並び、会場は多くの来場者でにぎわっていました。



マグロの解体ショーに見入る来場者ら



都井地区・大納
田畑 保さん
光江 さん

たくさんの人で賑わって雰囲気がいいですね。マグロの振る舞いもおもしろかったし、エイサーなどの踊りも良かったです。元気をもらえました。

5月19日

06



岬馬を間近で観察する参加者

都井岬を散策し岬馬観察

都井岬で県総合博物館の野外講座「岬馬を観察しよう」が行われ、11名が参加しました。市文化財専門員で岬馬に詳しい秋田優さんがガイドを務め、小松ヶ丘を散策しながら野生馬の生態や植物などを観察。参加者たちはガイドの話を熱心に聞き入りながら、都井岬の貴重な自然について理解を深めていました。

4月20日

01



活動内容や抱負を述べる選手ら

スポ少結団式で活躍誓う

市民総合体育館でスポーツ少年団の結団式が行われ、11団体約180名の団員たちが今年の活躍を誓いました。ユニホームに身を包んだ選手たちは、団体ごとに活動内容を紹介します。最後に、全選手で団員綱領を読み上げ、スポーツを通じた心身の成長を宣誓し、1年間全力を尽くすことを誓いました。

5月4日・5日

03



都井岬で2日間開催された春駒ルシェ

都井岬で自慢の特産品PR

都井岬で連休を利用して訪れた観光客らをターゲットに、串間市の特産品をPRする「春駒ルシェ」が開かれました。市内の事業所など4店舗が出店。都井岬を訪れた大勢の観光客が立ち寄り、にぎわっていました。また、会場ではふるさと納税のPRやこいのぼり作り体験も行われていました。



都井岬には初めて来ましたが、自然豊かで景色もすごくきれいです。お目当ての馬も見れたし、出店で食べた天ぷらもおもしろかったですね。

福岡県在住
宮本 まりあさん

くしまプレイバック

4月20日～5月19日

まちで起こったあんなことやこんなこと。串間の1カ月を振り返ります。



串間JVCのキャプテンです。今年はみんなでしっかりボールをつなぎ合って、全国大会を目指して頑張っていきたいと思っています。

福島小学校6年
脇元 晋臣くん

4月29日

02

ウミガメ繁殖地きれいに

ウミガメの産卵シーズンを前に、千野、崎田の浜で清掃活動がありました。保護に取り組む「くしまネットワーク協議会」の呼びかけに応じた地元住民や高校生ら約350人が参加。参加者は海岸沿いを歩きながら、約1時間半かけてウミガメの上陸を妨げる漂着した流木などを取り除きました。



海岸線を清掃する参加者たち



人が捨てたゴミというよりは流木などが多かったです。千野浜だけでなく、どこの浜でもウミガメが産卵できる環境が整うといいですね。

福島高校3年
金川 芹菜さん

くしまっ子

攻守の要を担う主将 最後の夏へ情熱燃やす



練習に精を出す山下くん

昨年秋に行われた県中学秋季体育大会南那珂地区予選で優勝し、県大会でベスト16に入った串間中サッカー部を引っ張るのは主将の山下高斗くん。小学3年のとき、福島サッカースポーツ少年団でボールを蹴り始めて以来、サッカー一筋です。

ポジションは中盤のボランチ。ポルトガル語で「舵取り」を意味し、相手の攻撃の目を摘んだり、パスを散らして攻撃の起点となるポジションで、攻守の要を担っています。

一蹴入魂!



やました しゅうと
14. 山下 高斗くん
串間中学校3年。小学3年からサッカーを始める。部員29名のサッカー部の主将としてチームをけん引。2年の冬には県選抜にも選ばれた。好きな選手はブラジル代表のネイマール。

2年の冬には、県の選抜に選ばれ、千葉県で行われた試合に出場しました。「選出されたときはうれしかったです。頑張ってきたよかったです」と山下君。1年のときから県トレセンの練習会に参加して初めて選ばれました。県選抜を経験し、「チームメイトも対戦相手もレベルが高かった」と振り返りながらも、「その中で対等にプレーできたのは自信になった」と手応えを感じています。

現在は、6月の中学生生活最後の大会に向けて練習にも熱が入ります。試合ではチームワークを大事にし、日頃の練習から主将として積極的に声掛けをするなど、周囲との連携を高めています。「サッカーの良さは、点を決めてみんなで喜び合えるところ。最後の大会をみんなで喜びを分かち合えるように悔いなく頑張りたい」と山下君。夏の熱き舞台での活躍を誓います。



市道沿い整備 手作りバラ園1万本鮮やか

亡き妻思い育てたバラ満開

秋山小近くの市道沿い100メートルほどにわたって今年も1万本を超す鮮やかなバラが花開きました。北方地区・東上池の野辺保雄さんが丹精込めて咲かせた花で、3年前にがんと闘う妻・敬子さんを励まそうと育て始めました。敬子さんは花を見る前に他界してしまいましたが、保雄さんは「生まれ育った秋山を少しでも元気にできれば」と花の世話を続けています。

一本抜くなど、毎日のように通い、花の世話に没頭。2016年5月には、市道沿いの花壇に1万本のバラが咲き誇りました。

バラは車から見やすいようにと、つるがはう棚を車の目の高さに設定し、少し傾斜をつけるなど、工夫が施されています。また、訪れた人たちが年中、花を楽しめるようにバラ以外にも芝桜やアジサイ、サルズベリなど四季折々の草花も植え、くつろぎながらゆっくり鑑賞できるように親戚らと手作りのベンチやテーブル、展望台なども設けました。

「バラ園が観光名所の一つとして串間に人を呼び込むきっかけになれば」。3シーズン目を迎えた今年、バラ園には約70品種1000株が植栽され、見頃を迎えた5月には、メディアや口コミで知った来場者が市内外から次々と訪れました。「こうやって見に来てくれた人や地元の人が喜んでくれてうれしい。妻も喜んでくれてるはず」と鑑賞を楽しむ来場者を見つめながら微笑む保雄さん。

今年はずいぶん暑かったが「しっかりと手入れしてまた来年の5月にはきれいな花を咲かせたい」と、1年後の美しい風景と訪れる人の笑顔を思い浮かべながら大切に育てています。



のべ やすお
野辺 保雄さん
(北方地区・東上池)
秋山出身。独学でバラ栽培を学び、バラ園のほとんどを手作りで整備した。記録として整備の前後を写真で残している。



ベンチも手作り



自然の中でゆったりとした時間が流れる



串間で活躍する人を
紹介します
きらめき図鑑
kirameki

地域おこし協力隊

活動日記

vol.14 髪を切った理由について

ふくしま あやの
福島 綾乃さん



失恋じゃないです。以前からヘアドネーション(髪を失った子どもたちのウィッグを作るための髪を提供すること)をしようとして2年ほど伸ばしているのですが、少々切ってもらいました。

その後、いろんなトリートメントを取り寄せてなんとかチリチリになった髪がストレートに戻らないかと頑張っていたのですが、努力の甲斐も虚しく、もとに戻るわけもなく。諦めよう。どんなに頑張っても元に戻るはずがない!仕方なく美容室で10cmほど切ってもらうことに。しようがない。また頑張っって伸びるのを待つことにします。でもまあ、毛先が燃えた程度でよかったです。あのまま写真を撮り続けて

いたらきつとアフロになっていたでしょう。取材時にはいろいろと気をつけようと思いました。



要チェック!
活動の様子を
ご覧いただけます。

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。

乳幼児フッ素塗布のご案内

フッ素は歯の質を強化し、むし歯になりにくくなります。
乳幼児を対象にしたフッ素塗布を次のとおり実施します。
○日 時 6月20日(水) 午後1時~1時半
○場 所 総合保健福祉センター2階『すこやかひろば』

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

4月11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。



子育て info

- 6月13日(水)3歳児健診
- 6月20日(水)2歳児歯科健診
それぞれ、対象児には個別に案内しています。

●予防接種

感染力が強く、高熱や発疹などの症状が出る麻疹(はしか)の患者が沖縄県で流行しています。麻疹の怖さは、「空気感染」にあります。感染者の近くにいるだけでもうつってしまうほどの強力な感染力があり、感染するとほぼ100%発症します。その強力な感染力を阻止するために、ワクチン接種が必要です。

●麻疹風しんワクチン

- 第1期 生後12月から生後24月に至るまでの間にある子
- 第2期 5歳以上7歳未満の者であって、年長児にある子

ハッピー
スマイル

あんどう まさなり
安藤 将成くん
平成29年5月12日生

あきら ゆき
安藤彰さん・由紀さんの長男
(福島地区・上町)

おっとりしていてマイペースです。最近バイバイができるようになってきました。初めの子育てで、しかも4月に串間市に引っ越してきたばかりなので不安もありますが、母が鹿屋市から手伝いに来てくれるので助かっています。串間で元気にやさしい子に育ててほしいですね。

Happy Smile

児童手当現況届のお知らせ

問/福祉事務所 こども政策係 ☎72-1123(内線506)

すくすく
のびのび

子育て支援情報

児童手当は、家庭などにおける生活の安定に寄与するとともに、次代の社会を担うお子さんの健全な成長に資することを目的としています。
認定を受けたあとも、引き続き児童手当を受け取るためには、毎年6月に現況届が必要ですよ！
現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当等を引き続き受ける要件(児童の監督や保護、生計同一関係など)を満たしているかどうかを確認するためのものです。受給者(保護者)の保険証、印鑑、通帳(口座を変更する場合は持参の上、串間市総合保健福祉センター内福祉事務所子ども政策係、または各支所で手続きをしてください。提出がない場合は、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。
※マイナンバーカードを使用して、児童手当の現況届がオンラインで可能となりました。
詳しくは、串間市公式サイト内の「子育てワンストップサービス」をご覧ください。

なるほど児童手当

支給対象

中学校卒業まで(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の児童を養育している方

支給額

表1

対象児童の年齢	児童手当(月額)	特例給付*1(月額)	
3歳未満	15,000円	児童1人につき一律5,000円	
3歳~小学生	第1,2子		10,000円
	第3子以降*2		15,000円
中学生	10,000円		

*1 児童を養育している方の所得が所得制限限度額(表2)以上の場合、特例給付として月額一律5,000円を支給します。

*2 「第3子以降」とは、高校卒業まで(18歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の養育している児童のうち、3番目以降をいいます。

表2

扶養親族等の数	所得制限限度額(万円)	収入額の目安(万円)
0人	622.0	833.3
1人	660.0	875.6
2人	698.0	917.8
3人	736.0	960.0

支給時期

原則として、毎年6月、10月、2月にそれぞれの前月分までの手当を支給します。
例)6月の支給日には、2~5月分の手当を支給します。

手続き方法

お子さんが生まれ、他の市区町村から転入したときは、現住所の市区町村に申請が必要です(公務員の場合は勤務先に申請)。申請は、出生や転入から15日以内に行ってください。市区町村の認定を受ければ、原則として、申請した月の翌月分の手当から支給します。

ただし、誕生日や転入した日(異動日)が月末に近い場合、申請日が翌月になっても異動日の翌日から15日以内であれば、申請月分から支給します。申請が遅れると、原則、遅れた月分の手当を受けられなくなりますので、ご注意ください。手続きが必要となるのは以下の場合です。

- *初めてお子さんが生まれたとき
- *第2子以降の出生などにより養育するお子さんが増えたとき
- *他の市区町村に住所が変わったとき
- *公務員になったとき、または公務員でなくなったとき

【手続きに必要な添付書類】

- ・請求者の健康保険被保険者証
- ・印鑑(シャチハタは不可)
- ・請求者(保護者)名義の通帳
- ・請求者および配偶者の個人番号カード、または個人番号通知カードおよび本人確認書類
- ・児童が串間市外に住んでいる場合
→児童のマイナンバーが記載された世帯全員の住民票

6月は児童手当現況届のご提出をお忘れなく！



「じゃが
じゃが」

健康通信

問/医療介護課健康増進係
☎72-0333(内線517)

年に一度のからだ点検!

「健診の季節到来」



今年もこの季節がやってきました。6月1日から特定健診が始まっています。さる造さんは、「今年こそは」と意気込んで健診会場へ向かったようです。ハラハラしてた頃を思い出していましたが、果たしてハラは引込んだのでしょうか。次回ご期待ください。

のさる造さんのようなポヨポヨのお腹には、脳や心臓に重大なダメージを負わせる病気を引き起こす原因である『内臓脂肪』が蓄積されている可能性があります。内臓脂肪は血液をドロドロにしたたり、血管を硬くするといった作用があります。ドロドロの血液や硬くなった血管は、心筋梗塞や脳梗塞の原因です。自分のため、家族のためにも、年に一度はからだの点検『特定健診』を受けてみませんか?

健康 マメ知識

誰もが恐れるがんのコト

毎日元気に過ごしたい

健康

health

健康 Q&A

色々なギモンにお答えします!

Q.1 「がん」って何ですか?

A 人間の体は多数の細胞から成り立っており、その細胞それぞれに遺伝子を持ち、分裂したり増殖したりしながら生きています。その遺伝子に傷が入り、異常な増殖を始めた細胞ががん細胞です。がん細胞は正常な細胞よりも強力で、周りの細胞を取り込んだり、栄養を奪いながら増殖していきます。さらにその場で大きくなるだけでなく、血液やリンパ液の流れに乗って他の臓器にとんで行って、その先でも大きくなってさまざまな悪さをします。

Q.2 がんの治療法は何ですか?

A 病院で保険の範囲で行われる治療は基本的に3つしかありません。「手術」、「化学療法(抗がん剤治療)」、「放射線療法」がそうであり、この3つを「標準治療」と呼びます。それぞれ特徴があるので、がんと診断された場合はこの中から治療法を選択したり、あるいは組み合わせて行っていくことになります。

Q.3 標準治療の他に治療法はありますか?

A 現在はテレビや新聞の他、インターネットなどでも多くの情報に触れることができるので、例えばインターネット

(Q3のつづき)
トで「がん」「治療法」と検索するだけでも、標準治療以外の多くの治療法がヒットします。少なくとも、最も多くの患者さんに効果が証明されたのは上述の標準治療であり、それ以外の治療法については「効いた人もいれば、そうでない人もいる」段階であり、その効いた人自体も非常に少ないので、標準治療たりえないのだ、と思ってしまうとよいでしょう。

Q.4 がんの「ステージ」とは何ですか?

A がんの進行度のことです。I(0からの場合もあり)からIVまであり、ステージIが一番早期、ステージIVが一番進行した方が生存率は高くなります。ステージIVを「末期がん」と呼ぶことがあります。確かに一番進行した状態のがんではありますが、その状態でも1年2年と生存される方もおられますので、あまり正確とは言えないでしょう。

Doctor's コラム



外科
真方 寿人先生

皆さんは「手術を受ける」ということをどのようにお考えでしょうか。「怖い」「痛そう」などの不安も大きいことでしょうか。しかし、何より「手術をしたら良くなるんだ」という期待をお持ちのことでしょう。確かに整形外科や眼科の手術については、術後に歩けるようになったり、目が見えるようになって、手術の効果を実感することができると言えます。ただ残念ながら外科の手術に限れば、「手術をして前よりもよくなることは非常に少ない」と言えます。

胃がんや大腸がんの手術では、胃や腸が短くなることで消化吸収機能は低下します。がんの部位によっては、人工肛門を造らなければなりません。手術の後には縫合不全という恐ろしい合併症のリスクがあります。これは、さまざまな要因によって吻合部に「漏れ」を生じる合併症で、大きな縫合不全が起こった場合は命に関わります。術後数週間を無事に乗り切って退院できたとしても、まだ油断できません。

発見された時にはすでに他の臓器に転移を待たずに手術ができない場合があります。その場合は抗がん剤や放射線など、次善の治療法を模索することになります。

手術ができる可能性を少しでも高めるために、早期発見のためのがん検診を受けていただきたいと思います。

食と栄養なんでもQ&A

栄養のことについての疑問を教えてください。
管理栄養士がお答えします♪
問/医療介護課健康増進係
☎72-0333
zoushin@city.kushima.lg.jp

Q 甘いものが好きなのですがカロリーが気になります。和菓子和洋菓子だと和菓子の方がカロリーが低いと聞きました。ヘルシーに食べたい人は和菓子を選んだ方がよいですか?

A カロリーだけ見ると和菓子の方が低いです。材料のほとんどが炭水化物で作られており、血糖値の変動が大きいので食べ方に注意が必要です。

解説 甘いものを食べると心がほっとする、幸せを感じるという方も多いのではないのでしょうか。仕事の合間に脳へエネルギー補給する意味も込めて、つい手が伸びてしまうという方も…。

気をつける点として、甘いもの、おいしいもの=カロリーが高いことが多く、少しの量で必要以上の糖質、脂質もついてきてしまうという一面があります。

ケーキが食べたいけど、どうせ食べるなら少しでもカロリーの低い和菓子にしようと考えている方もいるかもしれませんが、カロリーだけに目を向けてしまうのも注意が必要です。

確かに洋菓子に比べ和菓子はカロリーが低いです。材料を見てみると、米や小麦、砂糖などほとんどが炭水化物です。そのため食後の血糖値の上昇・降下も急激になり、結果太りやすくなります。カロリーが低いからOKという考え方には注意が必要です。

こんな話をすると、和菓子も洋菓子も食べられない…と思ってしまうかもしれませんが、お菓子の糖分は全部ダメというわけではなく、疲れた時、脳を使いすぎた時はすばやくエネルギーに変わり、心のリラックス効果もあるので、自分へのご褒美として賢く取り入れて適量食べるようにしましょう。



〔短歌〕 串間短歌会選

例年の時期にじゃがいも植えましたたゞそれだけで心満たされる

有明一区 長岡アイ子

回復を信じて日びを過しおり入院一月夢の如しも

上中園 鍋倉文子

夕明り幾重にも白き花の雲花立の丘へ登りつつ見る

堂園 吉田良子

見はるかす杉の木立のどこかしこ笑ふ雑木の美し四月

古川 野邊俊子

芝桜やさしき母の紅に似て一坪半の庭に咲き満つ

桂原 淵脇桂子

短歌の投稿は 清水しづ子さんまで(☎7215546)

〔俳句〕 あさひ俳句会選

薫風や漫ろ歩きの一万歩

仲町 矢野欽子

春昼や静もる町のたたづまい

仲町 藤原淑子

迂闊にも過ぎゆく日々を時鳥

上小路 木島サイ子

子等の声残像とあり鳥雲に

上町一 神戸和子

野生馬の草食む丘や翁草

一般投句 今町 谷みき

俳句の投稿は 本田 幾男さんまで(☎7215280)

【大東・三幸ヶ野の甘しょ畑】 岩下 和史さん撮影
串間の原風景でもある甘しょ畑。苗の植え付けが終わり、
広大な畑には緑が広がる。見慣れた風景ではあるが、上から
見るとひと味違った景色に感じられる。

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
お待ちしております。
詳しくは、こちら



問合せ先 総務課秘書広報係 ☎内線315

12の季節

うたごよみ

今月は「福高の凄み！」を紹介します



福高 NOW 福島高校通信

挨拶が凄み！



先生と生徒の仲も良く、校内では元気な挨拶が飛び交っています。学校関係者以外の方にも気軽に挨拶ができる、それが福高生の素晴らしさだと思います。

掃除が凄み！



今年度の生徒会の目標が「美化活動」です。毎日15分間の清掃時間を充実させ、日頃の感謝を込めて学校をきれいにしている、それが福高生の素晴らしさだと思います。

3年生で一番挨拶が元気な

なかじよ りりあ
中所 璃莉亜 さん

挨拶は魔法の言葉だと思います。挨拶から生まれるコミュニケーションの輪を大事にしています。

3年生で一番清掃に取り組んでいる

かとう あおい
加藤 あおい さん

掃除が好きです。身の周りの環境が自分自身を作るので毎日励んでいます。

他にもたくさん良い所があります！ 元気な福高生をよろしくお願ひします。

トピック

基礎年金(老齢・障害・遺族)についてお知らせします

老齢基礎年金

65歳から生涯にわたり支給されます。老齢基礎年金を受けるためには保険料を納めた期間と免除された期間が最低10年(120月)あることが必要です。
○20~60歳になるまでの40年間(480月)の全期間保険料を納めた方は、65歳から満額の老齢基礎年金が支給されます。
○会社員や公務員だった方には老齢厚生年金が上乗せされて支給されます。

障害基礎年金

国民年金加入期間中に病気やケガで重い障がいが残り働けなくなった時や、20歳前の事故などで障がい者になった時に障がいの程度により支給されます。18歳未満の子(障がいのある子は20歳未満)の人数によって加算があります。

遺族基礎年金

国民年金の加入者や老齢基礎年金を受ける資格のある人が死亡した時は、その方によって生計を維持されていた18歳未満の子(障がい者は20歳未満)のある配偶者または子に支給されます。
※障害基礎年金や遺族基礎年金を受けるためには、納付状況など必要条件が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

問 / 市民生活課市民係 ☎内線 225・226 都城年金事務所 ☎0986-23-2571

BOOKS

今月のおすすめ

豊かな日々を

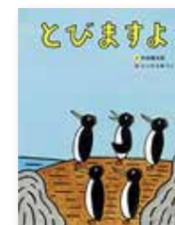
Life

ライフ



今月のテーマ展示 『サッカー・ワールドカップ』特集

遂に4年に1度のサッカーの祭典「ワールドカップ」が始まります。普段サッカーに興味のない方もこの時期は別！一緒にサッカーの世界に浸りましょう。サッカー少年向けの本もたくさん展示します。



『とびますよ』

にしむら あつこ/絵 内田 麟太郎/文

もしかして、ひょっとして、こんなことが起こるかも!? プタ、ソウ、ペンギン、バス、飛行機、スイカ、こども。いろんなものが、空をとびます。ことばがたのしいユーモア絵本。



『Team383』

中澤 日菜子/著

運転免許を返納して落ち込む75歳の葉介の元に、自転車レースへの誘いが舞い込んだ。個性豊かなメンバーに刺激され、葉介の日常は大きく変わり始め…。平均年齢76.6歳の痛快青春小説。『小説新潮』掲載を書籍化。

【新刊情報】

○100歳の100の知恵(吉沢 久子)○5時過ぎランチ(羽田 圭介)○三千万の使いかた(原田 ひ香)○玉村警部補の巡礼(海堂 尊)○法廷弁論(加茂 隆康)○二人の推理は夢見がち(青柳 碧人)○みなさんの爆弾(朝比奈 あすか)○ステイ・ゴールド(池田 久輝)○隠蔽人類(鳥飼 否宇)○向こう側の、ヨーコ(真梨 幸子)○碧と花電車の街(麻宮 ゆり子) その他多数

串間市立図書館

串間市大字西方6524-58
TEL 0987-72-1177
FAX 0987-72-0803
開館 午前10時~午後6時
休館日 月曜日
HP <http://www.kushima-lib.jp/>



今回は柏崎 香寿美さんに紹介していただきました!

この一冊

串間市立図書館の数ある蔵書の中から、職員さんオススメの一冊を紹介!



『食堂メツシタ』 山口 恵以子/著

「食堂のおばちゃん」シリーズが人気の山口恵以子最新作です。舞台は食堂からイタリアンレストランと変わりますが、食堂で働きながら小説を書いていた作者だからこそその料理描写は今作でも見事の一言です。見たことも食べたこともない料理の数々ですが、読後は腹ペコ間違いなしです。

みんなが主役 ふるさと串間のために



パナップをご活用ください



串間市大字西方5721-1 (IBNSA)
TEL・FAX 0987-72-5123
開館日 平日午前9時~午後6時
メール hello@panerp.jp

今年度の活動について
事務所も移転し新規一転した「くしま市民活動交流センター」ですが、パナップの今まで提供してきたサービスはそのまま、利用料の事項も含め継続します。コピー、チラシ作りなどを利用できます。
今年度の新しい取り組みとして、事務所を利用する人を待っているだけでなく自ら出かけていく動きを作っていきます。「地域連携」への市のほうでも舵をとり始めた地域の暮らしの見直しに対する支援です。
現在串間市全体では153の自治会があります。この数は串間市が誕生した翌年、昭和30年、42305人だった頃とほぼ同じ数です。これまでに何度か再編成の試みがなされてきましたが、結局、元の形に戻っています。
昨今、高齢化が進み、自治会長の役割が重なり、「ますます役員を頼みになくなってきた」「今のままでは5年後やっつけられない」などの声を聞きますが、介護保険の度重なる変更を受けて、介護を受け入れる地域力も必要となり、社会福祉協議会でも昨年より地域の力の掘り起こしに注力しています。
市でも「地域連携」のモデル地区を北方地区とし、取り組み始めました。
これらの動きを有効的にコーディネートすべく、また串間の持続可能性を高める最重要事項と位置づけ、パナップもアイデアを提供しながら共に動いていきたいと考えています。



溶結凝灰岩を彫ってつくった仏像

まだまだ知らない串間がたくさん！

くしま再発見



旧吉松家住宅の石堀



溶結凝灰岩の岸壁

市内のいろいろな場所で見ることが出来る石材に溶結凝灰岩があります。石としてはやわらかく加工しやすいのが特徴で古くから石堀、記念碑、墓石などに多く使われています。

南九州で広く見られる溶結凝灰岩は、今から2万9千年前現在の桜島から奥の鹿児島湾を火口とする始良カルデラが大噴火した際の噴出物が厚く積もって固まったものです。始良カルデラの噴出物は火砕流として流

れ出し、南九州を広く埋め、間地方には都城や志布志方面から流れ込み、谷を埋め尽くしてあふれ出し、現在の三幸ヶ野原や大東原、善田原など、市内の台地のほとんどを造りました。これらの台地上は旧石器時代から現在までの生活の場として、畑作や畜産などの生産基盤として、串間にとって大事な歴史の舞台となってきました。

溶結凝灰岩の様子は大矢取川沿いの三幸ヶ野地区や一氏地区で厚い堆積地層の岸壁を観察す

ることが出来ます。また、赤池溪谷の景観もこの溶結凝灰岩が長い年月の川の流れによって生み出した自然の造形です。

噴火発生当時は、想像を絶する災害を起こした反面、後の歴史では大きな恵みをもたらすことになった溶結凝灰岩。あらためて自然のスケールの大きさや脅威を感じることで出来る台地や溪谷を訪れてみてはいかがでしょうか？

〈問い合わせ先〉
生涯学習課文化係 ☎内線378

串間の基盤、身近な石材「溶結凝灰岩」

赤池溪谷

●クリスチャン プロフィール●
アメリカ・ノースカロライナ州出身/26歳(5月20日生まれ)/O型/
3人兄弟(兄・クリス・妹)/趣味:バスケ・カラオケ/好きな食べ物:焼肉

スタート!

水洗いで牛の体をキレイに

競り市の前に、前日に牛舎で牛の水洗い。鶴田康太郎さんの指導を受け、少しビビリながらも牛をきれいにしていくクリスチャン。

意外とでかいっ... / ビクビク



いざ競り市へ!

今回競りに出す牛は3頭。牛が到着すると体重を測って指定の場所へ移動させます。競り会場には牛がずらり。



重いー! 動かないー!

美しい牛たちがズラリ+

毛並みを整えるブラッシング

競り市の前に出品者の松田朋和さんと一緒に念入りにブラッシング。



目利きタイムスタート

生産者の準備がひと段落すると購買者の皆さんが品定め。



ドキドキのクリスチャン

競り開始。次々に牛が競りに掛けられ、順番を待ちます。



落札なるか?

いよいよ松田さんの出番。クリスチャンと一緒に競りを見守ります。



競りが終わりほっと一安心

無事3頭とも落札され、松田さんも安堵の表情。今回競り落とされた子牛は肥育農家さんの下で育てられ出荷されるか、母牛として育てられます。



やったー!

よかったよかった!

競りを終えて

最初に牛を洗った時に子牛なのにとにかくデカくてちょっとビビりました。牛を引くのが大変だと思いましたが、それより牛からの突然のふんを避けることの方が大変でした(笑)。牛のことに関して無知な僕に松田さんと鶴田さんが丁寧に教えてくださってとても感謝でした。今回牛のお世話をさせていただいて、全国の皆さんが宮崎牛のおいしさを理解していただくように、これからも立派な牛を育て続けてください! という気分になりました。



それいけ! クリスチャン

体当たり取材 奮闘記

第14回

子牛を市場へ送り出す競り市を体験

国際交流員クリスチャン・ウォルトンが毎月いろいろなことに挑戦する企画『それいけ! クリスチャン』。今月は和牛の繁殖農家を営む松田農産さんにお世話になり、生後約10カ月の子牛が売りに出される競りの現場に連れて行っていただきました。牛のお世話初体験のクリスチャン。子牛たちを無事市場へ送り出すことはできたか?!

松田農産のみなさん
ありがとうございました。

ステップ1 耐震診断
 診断費用の全額(最大6万円)補助
 木造住宅耐震診断士が現況図面や現地調査、所有者への聞き取りを基に住宅の耐震性を判定します。

ステップ2 耐震改修設計
 設計費用の2/3(最大10万円)補助
 木造住宅の補強設計を行い、改修工事の図面を作成します。

ステップ3-1 段階的耐震改修工事
 工事費用の1/2(最大45万円)補助
 耐震改修工事を段階的に行うもので、一定の基準を満たすことを条件として、部分的・簡易的に工事を行うことができます。

ステップ3-2 耐震改修工事
 工事費用の1/2(最大75万円)補助
 診断結果が0.7未満(倒壊する可能性が高い)住宅を1.0以上(一応倒壊しない)住宅に補強する工事を行うことができます。

※耐震改修工事以外のリフォーム工事部分は補助の対象外になります。内容の詳細についてはお問い合わせください。

対象住宅
 昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅



熊本地震被災状況

今こそ木造住宅の耐震化を推進事業費補助金のお知らせ

本市では耐震改修工事に取り組みやすくなるよう制度を拡充し、木造住宅の耐震診断・改修費用の一部を補助しています。この機会に、地震から自分の命を守るためにも、木造住宅の耐震化を進めてください。

問・申 / 都市建設課建築住宅係 ☎内線414・415

市長コラム

串間で全国草原サミット開催

今年も梅雨を迎える季節となりました。この時期は、大雨による河川の増水や土砂災害が発生しやすい季節でもあります。地域の安全対策は行政としても調整を繰り返しながら常に心掛けておりますが、私たちだけでは目の行き届かない所もあります。突然の危険から身を守るためにも、「日頃の備え」を皆さん一人一人が心掛け、万全の対策をお願い申し上げます。

さて、5月1日から3日間にわたり、串間市と川南町の合同で「第12回全国草原サミット・シンポジウム in 串間・川南」が開催され、全国から草原の自然保護や継承に取り組む専門家など約350名の方々に参加していただきました。2日目に開催された都井岬の現地見学会では、都井岬の緑の草原、黒潮流れる太平洋を望みながら、間近で見ることのできる野生馬に大変感動されて皆さん帰られていきました。

本市には『岬馬』が息づく都井岬を始め、県の希少野生動物重要生息地に指定されている笠祇・古竹地区など、貴重な草原が存在します。いずれの草原も、地域の伝統的な生活文化の中で、現代まで大切に残された串間の貴重な宝です。今大会は改めて草原について考え、またその魅力を全国に発信できる機会となったのではないのでしょうか。

今回は、静岡県東伊豆町での開催になります。出会いを大切に、そして都井岬を大きくPRしたいと思っております。



都井岬を見学する参加者

旭日単光章(地方自治功労)

こいわや けんじ
 福島地区・仲町 **小岩屋 健児**さん

平成8年から21年の長きにわたり仲町自治会の会長を務められ、自治会の活性化に寄与されました。また、市社会教育委員や市スポーツ推進審議会委員、さらには民生委員・児童委員を歴任するなど、市政の発展や社会教育、社会福祉などの向上に多大な貢献を果たされました。

串間に来て、さまざまな活動を行ってききました。自営業だったのが幸いに、活動の意欲を押し付けてくれたと思います。今回、自治活動を評価していただき、叙勲を頂いたことを大変光栄に思います。これまで協力、支援して下さった方々に感謝申し上げます。



平成30年春の叙勲・褒章において、本市から小岩屋健児さんが社会の各分野で顕著な功績を挙げた方に贈られる旭日単光章、武田英樹さんが公共性のある仕事に長年従事した方に贈られる瑞宝単光章、森本明子さんが社会や公共の福祉、文化などに貢献した方に贈られる藍綬褒章を受章されました。



おめでとーいびやうます 春の叙勲・褒章を受章されました

藍綬褒章(更生保護功績)

もりもと あきこ
 大東地区・揚原 **森本 明子**さん

平成10年に保護司を委嘱されて以来、20年の長きにわたり罪を犯した人の社会復帰を支え、再犯や非行の防止に尽力されました。また、平成19年からは子どもの健全育成や犯罪の起きない地域づくりに取り組む串間地区更生保護女性会会長も務められています。

串間に支えられてきた20年ですので、みんなの代表としていただくという気持ちです。今年の8月で保護司は定年を迎えますが、定年後も犯罪のない地域づくりを目指して、そして地域を元気にできるように少しでも力になればと思います。



瑞宝単光章(消防功労)

たけだ えいき
 北方地区・初田 **武田 英樹**さん

昭和43年に串間市消防団に入団して以来、長きにわたり消防業務に精励し、市民の生命と財産の保護に尽力されました。また、部長や副団長を経て平成24年から3年間団長を務め、規律・技術訓練を精力的に行い、団員の育成に力を注がれました。

思いもしなかったことですが、名誉な章を頂き大変光栄に思います。地域住民や歴代の消防団員の方々、家族の支えのおかげで長きにわたって消防業務に従事することができました。この章に恥じることはないようこれからも地域のために精進していきたいです。



問 / 総務課総務係 ☎内線314

受付は6月18日から 税務職員採用試験 受験者募集

人事院九州事務局と熊本国税局では、税務職員採用試験の受験者を募集します。

申込受付は6月18日(月)から開始しますので、受験資格などの詳細は、人事院ホームページまたは「採用情報NAVI」をご覧ください。また、下記までお問い合わせください。

問 人事院九州事務局 ☎092-431-7733
熊本国税局人事第二課試験研修係 ☎096-354-6171
日南税務署 ☎22-3671

求職活動中の方へ 建築関係訓練生の募集について

宮崎県建築業協会では、建設労働者の育成・確保を図るため、県内における建設労働者緊急育成支援事業に取り組んでいます。未就職者、離転職者、新卒者、未就職卒業者などの求職活動中で県内での就職を希望する方を訓練生として募集します。

- ケンセツ総合講座(塗装、内装、とび・土工・鉄筋、型枠)
 - ▷訓練期間 6月26日(火)～7月31日(火)
 - ▷訓練日数 26日
 - ▷申込締切 6月15日(金)
 - ▷定員 10名

問 (一社)宮崎県建築業協会内 建設労働者緊急育成支援事業担当 ☎0985-65-5864

気になることはご相談を! 肝臓のこと、なんでもご相談ください

宮崎県では、肝臓の電話相談窓口を設置しています。「肝炎ウイルス検査で陽性と言われたけど、どうすればいいの?」、「肝炎の治療法は?副作用はあるの?」、「治療費の助成は受けられるの?」など、お気軽にご相談ください。医療機関からの相談も受け付けております。



- 受付時間 月曜～金曜(平日のみ) 午前9時～午後5時

相談窓口 宮崎大学医学部附属病院肝疾患センター ☎0985-85-9763

遺言などの相談 無料・日曜相談所開設

下記のとおり、相談所を開設します。相談料は無料です。気軽にご利用ください。

- 日時 6月10日(日)・7月8日(日) 午前8時～正午
- 場所 日南公証役場
- 内容 遺言、相続、高齢者などの財産管理、不動産などの賃貸借契約、会社の定款、離婚時の契約など
- その他 予約制のため平日(午前8時半～午後5時)に事前の電話予約が必要
※相談は平日も無料です。電話予約をしてお越しください。

問 日南公証役場 ☎23-5430

募集は6月29日まで 平成30年住宅・土地統計調査員の募集について

総務省、宮崎県、串間市は平成30年10月1日時点で平成30年住宅・土地統計調査を実施します。この調査は、住宅に居住する世帯、現住居および土地などに関する実態を調査し、住環境に関する基礎資料を得ることを目的とした調査です。

串間市では、この調査に従事していただく調査員を募集しています。下記内容をご確認の上、ご協力いただける方はよろしくお問い合わせください。

応募要件	①20歳以上で責任をもってやっていただける方 ②税務、警察、選挙関係者でない方 ③反社会的勢力との関係を有していない方 ④守秘義務を順守できる方
事務の流れ	8月下旬 調査員事務説明会への出席 9月上旬 調査地区の確認、書類準備など 9月下旬 調査対象名簿の作成、調査書類配布 10月上旬 調査書類の回収、未提出先訪問 10月下旬 調査書類の検査と提出 ※調査活動は、あらかじめ定められた日までに終えるようにしていただければご自身の都合によって合わせる事ができます。
報酬	受け持ち件数による(平均4万円)
応募方法	①電話での応募 0987-72-1111(内線338) ②メールによる応募(氏名、住所、電話番号を入力) Mail: tokei@city.kushima.lg.jp
締め切り	6月29日(金)まで ※応募多数の場合選考あり

問 総合政策課情報統計係 ☎内線338

20名限定! Kushimen's kitchen(男性料理教室)参加者募集!

串間市では男性を対象とした料理教室を実施しています。楽しく作って、楽しく食について学ぶ教室です。

「自分の食べる料理を作ってみよう」「料理男子になってみよう」「たまには奥さんに料理を作ってもらいたい」など理由は何でもOK! お気軽にお問い合わせください。料理初心者も大歓迎です。



●日程

	テーマ	日程
第1回	バランスばっちり大人のキャラ弁	平成30年6月23日(土)
第2回	おいしく食べる減塩レシピ	平成30年10月20日(土)
第3回	コンビニ商品で簡単アレンジ料理	平成31年2月16日(土)

- 時間 午前10時～午後1時終了予定
- 料金 無料
- 申込締切 各日程の3日前まで
※ただし、定員20名になり次第締め切らせていただきます。

問 申 医療介護課健康増進係 ☎72-0333

ご理解とご協力をお願いします 無人ヘリによる水稲防除実施について

串間市管内で防除に使用される産業用無人ヘリコプターは、生産者の依頼を受け、国の許可のもと水稲防除を実施いたします。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たします。

- 防除時期 6月上旬～7月上旬
- 防除時間 朝6時から日没まで

問 南部無人ヘリ防除協議会事務局NOSAIみやざき南部センター ☎21-9171

バザー用品、出店者も受付中! 第29回福祉バザー～あおぞら広場～

- 日時 6月24日(日) 午前10時～午後2時半
- 場所 市総合保健福祉センター
- 主催 串間市手をつなぐ育成会とあおぞら広場の会
- 内容 無料工作教室、さをり織り体験、手芸品や手作りお菓子、季節の野菜の販売。カレーやうどん、やきそばの販売もあります。
※バザー用品および出店者を随時受け付けています。お気軽にご連絡ください。

問 元木さん ☎72-7911
地域生活支援センターウイング ☎71-1578

健やかで幸せでいるために Dr.エト一の「健幸づくり講座」を開催します

大東出身で串間市民病院に勤務(毎週水曜)している江藤敏治先生(通称:Dr.エト一)の講座を、下記のテーマで実施します。

- 第14回テーマ 肺炎・脳血管疾患・認知症を予防できる口腔ケア
- 日時 6月27日(水) 午後1時～午後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、体脂肪率の計測の他、10回参加されると称号「健幸の匠」に認定し、記念品を差し上げます。

問 申 医療介護課 ☎72-0333

成人式を盛り上げましょう 平成31年成人式実行委員大募集!

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? 素敵なお出をみんなで作りましょう。

- 応募資格 平成30年度に成人を迎えられる方(平成10年4月2日～平成11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 10名程度

問 生涯学習課生涯学習係 ☎内線378

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

7月2日は、
①市県民税(1期)
②介護保険料(2期)
③保育料(6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 ①②税務課 ☎内線214・216
③福祉事務所こども政策係 ☎72-1123

ダメ、ゼツタイ! 不法投棄は重大な犯罪です

不法投棄は、土壌や地下水、河川が汚染されるなどの深刻な環境破壊につながる重大な犯罪行為です。

- 監視パトロールを実施しています
市では、防止対策として、職員によるパトロールを実施しています。不法投棄を発見した場合は、警察署へ通報します。
- 不法投棄には厳しい罰則があります
不法投棄をした者は、5年以下の懲役もしくは、1000万円以下(法人の場合は3億円以下)の罰金、またはその両方の処罰が科せられます。
- 不法投棄をさせない環境をつくりましょう
不法投棄を防ぐには、市民の皆さまの協力が何より大切です。地域ぐるみで不法投棄をさせない環境づくりや、地域を守る取り組みを行いましょう。

問 市民生活課生活環境係 ☎内線253

盲導犬、介助犬、聴導犬が給付されます 身体障がい者補助犬の給付について

- 給付を受けることができる方
①県内におおむね1年以上居住する18歳以上の方で次のいずれかの状態にある方
・視覚障がい1級の身体障害者手帳の交付を受けている方またはこれに準ずる方
・肢体不自由1、2級の身体障害者手帳の交付を受けている方またはこれに準ずる方
・聴覚障がい2級の身体障害者手帳の交付を受けている方またはこれに準ずる方
②所定の訓練を受け、補助犬を適切に利用し、飼育できる方
③補助犬を使用することにより就労等社会活動への参加に効果があると認められる方
- 申込期限 平成30年7月27日(金)まで

問 宮崎県障がい福祉課 ☎0985-32-4468

休日在宅医

月/日	医療機関	診療科	電話番号
6/3	県南病院	神・精・内科	72-0224
6/10	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112
6/17	とめのファミリークリニック	内科・小児科	76-1425
6/24	英医院	内科	74-1187
7/1	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。

日曜給油店

月/日	給油店名
6/3	片平本町店・津曲北方店・井手都井店
6/10	坂元串間店・三協西小路店・井手都井店
6/17	酒井串間店・井手産商串間店・井手都井店
6/24	谷口本町店・井上仲町店・井手都井店
7/1	片平本町店・津曲北方店・井手都井店

人口と世帯数 [平成30年5月1日現在]

- 人口 17,827人(前月比+26人)
[男性 8,357人 女性 9,470人]
- 世帯数 7,815世帯(平成30年5月1日現在)

* 平成27年度国勢調査からの推計人口です。

法律・人権・行政などに関する相談会

無料相談

①行政相談

▷日時 6月25日(月) 午前10時～午後3時
▷場所 市役所地下D会議室

②法律相談

▷日時 6月18日(月) 午後1時～3時(要予約)
▷場所 総合保健福祉センター

③人権相談

▷日時 6月1日(金) 午前10時～午後3時
▷場所 市役所地下D会議室
▷日時 7月9日(月) 午前10時～午後3時
▷場所 都井支所

④年金相談

▷日時 6月7日(木)・7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

⑤消費者生活巡回相談

▷日時 6月19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

- | | |
|---------------|---------------|
| 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 |

“防災ニュース”

地震が起きたら ガスの取り扱いに注意を

地震が発生したら、まず、身の安全を確保し、ガスを使用している場合は、揺れがおさまってから火を消しましょう。揺れている最中に無理に火を消そうとすると、調理器具などが落下し、やけど等のケガをする恐れがあります。また、避難するときは、ガスの元栓、容器バルブも閉めましょう。

災害に強いLPガス

LPガスは、各家庭ごとに供給可能な「分散型エネルギー」です。災害発生時にガスの供給が遮断された場合も、個別に調査・点検を行うことで都市ガスに比べて相対的に早く復旧させることができます。また、緊急時のエネルギー源として、避難所や仮設住宅にも迅速に供給することができます。

※5月号で掲載した「備蓄のいろは」中、ライフラインが9割程度復旧するまでに要した日数は都市ガスを含んでかかった日数になっています。

問／危機管理課危機管理係 ☎内線344



地球の
メッセージ
message from the earth

酸性雨とリサイクル

雨の日が続く梅雨の季節です。さて、雨に関する環境問題の中に、酸性雨があります。酸性雨は工場や自動車、火山などから排出・発生する大気汚染物質が原因とされています。大気汚染物質は、化石燃料の燃焼などにより発生します。それらが雲に取り込まれることで、雨が酸性になります。

工場や火山などが主な原因ですが、私たち一人ひとりが取り組むごみの分別も対策につながっています。現在実施しているプラスチックリサイクルも、皆さまのご協力により可燃ごみが減少しており、大気汚染物質排出の低減につながっています。

今後もエコ活動に取り組み、美しく住みよい串間市を目指しましょう。

問／市民生活課生活環境係 ☎内線253

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等をご紹介します～

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初乗り料金分(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。
- 交付方法 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

障害者住宅改造助成事業

在宅の障がい者(児)(手帳の等級制限あり)のいる世帯に対し、その住宅を居住に適するよう改造するために要する費用を助成し、自立した生活の維持・促進および介護者の負担軽減を図ります。

ただし、新築や家屋の基本的構造を変えるような大規模な内容の場合は助成の対象とはなりません。また、老朽化に伴う修理や修繕が目的の事業ではありません。

- 内容 居住家屋で既存の浴室、便所、玄関、台所、廊下などについて、対象者の負担軽減に必要と認められる部分。
※上限は20万円(介護保険法による住宅改修対象者については上限20万円)ですが、生計中心者の所得状況により全額助成とならない場合があります。

重度心身障がい者介護手当

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。

未就学児ことばの教室

ことばの発達のための訓練指導教室を開催しています。対象は、原則的に市内に居住する未就学児で、ことばの発達に遅れがある、正しい発音ができないなど、ことばに関することで心配事のある児童です。

- 開催 原則毎週水曜日(祝日を除く)
- 開催場所 串間市総合保健福祉センター
- 指導時間 1回40分(開始時刻は調整により決定)
※利用を希望される場合、申込手続きが必要です。

特別障がい者手当

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

- 支給要件 20歳以上の重度の障がい者であって、重度の障がいを2つ以上有し、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26,940円 ※手当額は毎年改定されます。

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(診断書等により県が認定します)。対象児童が20歳未満であること。児童が施設等に入所していないこと。手当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51,700円 2級(中等度)月額34,430円
※手当額は毎年改定されます。

障がい児福祉手当

- 支給要件 20歳未満の障がい児であって、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程度の状態にある在宅の障がい児。
- 手当額 月額14,650円
※手当額は毎年改定されます。

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、官公庁など公共的施設で優先して駐車することができます。

- 対象者 各種障がい者手帳所持者、高齢者、難病患者、妊産婦、けがにより杖などを使用する方。ただし、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。

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。

- 交付対象者
【ヘルプマーク】
身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳、特定疾病療養証を有している方または高次脳機能障がいの方で、周りからの援助や配慮を必要としている方
【ヘルプカード】
身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者、高齢者、難病患者、妊産婦、けが人および病人などで、周りからの援助や配慮を必要としている方



各種制度で支給条件が異なります。詳細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)



Dr.エト一の健幸講座では健幸への道しるべを伝える

「めざせ健幸」 串間人 「笑顔」の力



私は串間が大好きです。綺麗な空、澄み切った空気、鮮やかな緑、広大な海、皆の笑顔、本当に美味しい海の幸、山の幸、風景も人々の関係もどこをどの角度から切り取っても素晴らしく輝いています。子どもの頃から変わらない自分自身の原風景が残っていて、おだやかな時の中で充実した時間が流れとても幸せに感じ安心した気持ちになります。

15年ぶりに串間市民病院で診療させていただきとても感謝しています。毎週水曜日の診療は毎回が真剣勝負で、フル回転で超忙しいですが、「病気が良くなった」とか「ありがとう。元気をもらった」と皆さんに笑顔をもらおうと自分も自然に笑顔になっていきます。本当にやりがいを感じ充実感で一杯になり、ますます頑張ろうという気持ちになります。

この「笑顔」はとても大きな力を秘めています。まず第1に幸せになります。脳は幸せを感じると自然と「笑顔」を作ります。逆に「笑顔」は「脳に幸せと感させる」のです。「作り笑い」でも免疫力が上がっていきます。免疫力は体を丈夫にしていきます。具体的には、

若さを取り戻す、元気になる、風邪にかかりにくい、がん治療の効果を上げるなどです。人のからだは未知な部分が多すぎます。第2に笑顔は他の人も幸せにしてくれます。笑顔は人から人へ移っていきます。自分と周りを幸せにする笑顔で串間を一杯にしたいです。

医師として働き始めたころ、「病気を治すことを第1に勉強し診療していました。診療するにつれ、治る「病気」は本当に「稀」で、多くの病気は一生付き合わなければならぬ、自分の人生の一部と感じるようになりました。その「一部」も確かに「いとしい」自分自身です。うまく付き合うとその「一部」も笑顔で接してくれるようになります。自分の健康のパロメータと考えれば生活の仕方、生き方も変わってくるのです。

この病気とうまく付き合う方法、病気を防ぐ方法を伝え、「笑顔」で過ごせる時間として昨年年度から「Dr.エト一の健幸講演会」を毎月開催しています。ご参加いただいた市民の方は延べ1100人を超えました。ありがたいことです。体や心、病気のこ



えとう としはる
江藤 敏治 (55歳)
宮崎県立看護大学・大学院教授・内科医・医学博士。大東出身。宮崎西高理数科、宮崎医科大学卒。ハーバード大学留学を経て平成11年から3年間串間市民病院内科部長。平成25年から現職。昨年度全国母子保健推進会議会長賞受賞。

となど毎回様々なテーマで話しています。ぜひご参加ください。自分や子供、孫の人生が間違いなく変わると思います。参加できない方は、串間市のホームページでも見ることが出来ます。DVDの貸し出しも考えています。知識があるか無いかで人生が大きく変わります。ぜひご利用ください。

最後に、どの地で診療（仕事）してもやりがいを感じるのと同じではあるのですが、地元串間の診療は格別です。さらに今年宮崎県立看護大学と串間市で健康支援の協定を結びました。とてもうれしく思っています。生まれ育った土地、育てていただいた方々への恩返し、これから社会を支え、世界で活躍していく子供たちの道しるべになれるように一生懸命努力したいと考えています。これからもどうぞよろしくお願いたします。

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

3個人たたえる 社会福祉功労者等表彰



4月27日、市総合保健福祉センターで平成30年度串間市社会福祉功労者等表彰式が行われ、3個人の功績をたたえました。表彰式では、長年にわたり社会福祉の増進に尽力され、多大な貢献をいただいた永倉順子さん、江藤強さん、鎌倉ツヤ子さんの3名に市長より表彰状と記念品が贈られました。

TOPIC

JAはまゆうが 太陽のタマゴを市長に贈呈



4月26日、串間産完熟マンゴーをPRしようと、収穫が本格化している完熟マンゴーのうち最高品質の「太陽のタマゴ」をJAはまゆう果樹部会産熟果樹専門部が、市長へ贈呈しました。試食した市長も「甘くておいしい」と絶賛。出荷は4月中旬から8月上旬まで、6月中旬にピークを迎えます。

TOPIC

串間市茶業振興会 市内の全小中高へ新茶を贈呈



5月22日、市内で生産した「くしま茶」を広く知ってもらおうと、生産者11戸で構成する串間市茶業振興会が市内の12小中高に新茶を贈りました。同振興会は毎年この時期に、学校へ新茶を贈呈し、今年で14回目。吉田秀智会長が教育長室を訪れ、1袋100グラム入りの新茶を60袋贈呈しました。

TOPIC

福島高生がボランティアで 北方中学校を清掃



4月19日に福島高生が昨年3月に閉校した旧北方中学校の清掃を行いました。4月27日に旧北方中で行われた遠足を前に、きれいにしようと休日を利用して行われたもので、生徒会を中心に野球部やバスケットボール部など約50人の生徒が参加。学校内の落ち葉などをほうきで丁寧に掃き集めていました。

TOPIC

本城・江切川でホタル、美しく



本城・崎田に流れる江切川で、5月中旬から下旬にかけてゲンジボタルが飛び交い、淡い光が川周辺をほのかに彩りました。ホタルが光り始めるのは午後7時半を過ぎた頃。日没とともに水面に姿を現し、薄暗闇の中でホタルの淡い黄色が一斉に舞う様子が見られ、幻想的な風景が広がっていました。