

みんなつながる。まちがかがやく。

広報くしま



日南線&よかバス
みんなで
どこ行く？

串間を遊び尽くそう！



10

October 2018

No.1046
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。



列車だいすき☆

No.1046 広報くしま

2018年10月1日発行 発行／串間市役所 編集／総務課秘書広報係
(毎月1回 1日発行)

〒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.kushimalg.jp 印刷／(株)宮崎南印刷

file# 18 串間でつくられた逸品たち

Made in Kushima
逸品ストーリー

人と大自然が育む特産品！

「グアバ」

・宮崎果汁 株式会社

完熟したグアバに含まれるビタミンCはレモンの約4倍の数値を誇ります。



鮮やかなピンク色と濃厚などろみのグアバジュース。ひとくち口に含むと桃のようなまろやかさと芳醇な香りが広がります。
「グアバで串間を盛り上げたいです」と話してくれたのは宮崎果汁株式会社・代表取締役の大迫成長さん。甘みの強い『ピックグアバ』を自社農園で栽培しています。

昭和53年、グアバを特産品しようという試みから栽培が始まりました。最初は寒波により露地に植えたグアバが枯れ苦労しましたが、ビニルハウスに植えたものだけが偶然生き残り、翌年からは順調に収穫できるようになりました。完熟すると2~3日しか手持ちしないことから、加工品としてジュース製造を行うようになりました。現在ではネットや県内の販売のほか、全国の百貨店の催事にも出展しており、徐々にファンが増えています。

「恋ヶ浦は、黒潮のおかげで年中海風が吹きます。冬でもほとんど霜がおりず、グアバの栽培環境に合っているんですよ」と成長さん。串間の温暖な気候が特産品を作り出しています。

シャーベットやゼリーにしたりお酒で割ったりが合うとか。秋の夜長、お好みの方法でグアバジュースを味わってみませんか？

いこいの里
旅の終わりにひとっ風呂
充実した弾丸ツアーも終わりが近づいてきました。最後は、温泉につかって旅の疲れを癒やします。

16:12 着
18:50 着
※土日祝のみ運行

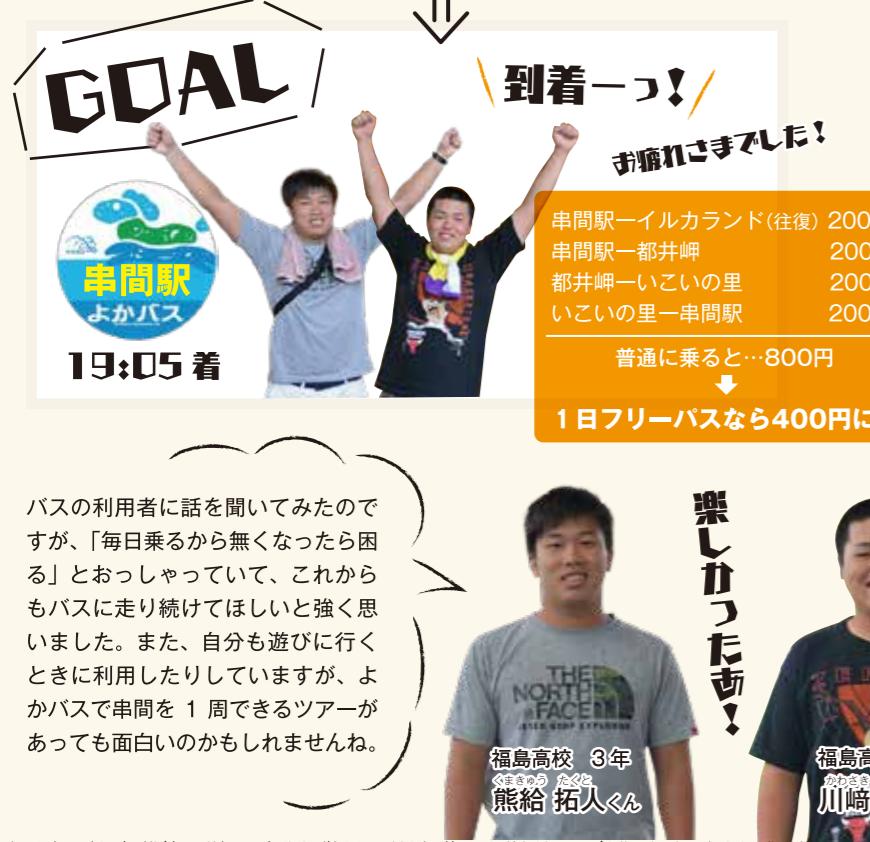
いい湯だなあ

GOAL / 到着一つ！
お疲れさまでした！

串間駅 よかバス 19:05 着

串間駅一イルカランド(往復) 200円
串間駅一都井岬 200円
都井岬一いこいの里 200円
いこいの里一串間駅 200円

普通に乗ると…800円
1日フリーパスなら400円に！



都井岬
絶句するほどの大大大絶景！
小松ヶ丘からの景色は最高！改めて見る都井岬からの景色に終始圧倒されています。

13:45 着
15:49 着

眺め最高！

串間駅 よかバス 13:05 着

次なる目的地は都井岬。
都井岬線に乗り出発進行！

よかバスに乗って、車内からゆっくり景色を見ることが出来て、改めて串間っていいところだなって感じました。イルカランドには初めて行きましたが、高校生の自分でも楽しかったですね。あと、バスに乗る時間を調整すれば、これだけ遊べるということに驚きました。これからもよかバスを使っていこうと思います。

その2 運賃が一律！

よかバスはどこまで乗っても運賃が変わることがありません。

- 回数券は10回分の運賃で11回乗車が可能です。フリー乗降券、回数券ともに車内か宮交タクシー串間営業所でご購入できます。
- 主要な交差点の前後・横断歩道の前後・橋梁上・踏切の前後・急カーブ・道路幅の狭い場所・勾配の急な坂および坂の頂上付近・その他危険な箇所

(3) フリー乗降ができない場所

よかバスはどこまで乗っても運賃が変わることがありません。



路線	運賃
市街地循環線	100円(小学生は半額・未就学児無料)
集落往復線	200円(小学生は半額・未就学児無料)
1日フリー乗降券	400円(小学生は半額・未就学児無料)
回数券(100円券)	1,000円 11枚綴り
回数券(200円券)	2,000円 11枚綴り

この標識が目印！

1日フリー乗降券で巡る串間
よかバス

市内を走る「よかバス」がたった400円で1日乗り放題になるフリー乗降券の存在を知っていましたか？
よかバスはアイデアを駆使して活用すれば、充実した遊び方もできるんです。
というわけで今回は、全日運行している市街地循環線と都井岬線を使って串間を堪能してみました！
※イルカランドは土日のみの経由、串間温泉18時50分発の便は土日祝のみの運行となっています。

大乃屋
地元グルメに舌鼓！
食べ盛りの2人。もちろんご飯は大盛りです。

串間活〆ぶりブリ丼

串間駅 よかバス 11:48 着

福島高校 3年の熊給拓人くんと川崎大輝くんに協力してもらいました！

START

車内は快適～

いざ出発!!
まずは車内でフリー乗降券を購入！市街地循環線(南回り)に乗り、まずはイルカランドを目指します。

しばらくすると、車窓からは志布志湾の大ハナマラ。

9:53 着

イルカランド
※土日のみの経由

意外とデカイッ

イルカランドの目玉イベント
イルカショーもしっかり堪能。

動物と触れ合えるのもイルカランドの魅力。ボニーに癒やされます。

近くで見るカメの迫力に圧倒されながら餌やり体験。

到着一つ !! /
2人とも初めてというイルカランドにワクワクな様子。

10:06 着
11:33 着

よかバスの
よかどー

よかバスは一般的な路線バスと比べて、より利用しやすい仕組みになっています。うまく活用してぜひご利用ください。

その1 フリー乗降が可能！

バスを利用するときは、基本的にバス停で乗り降りしますが、よかバスは路線上であれば、希望する場所での乗降(フリー乗降)もできるんです。※フリー乗降は、市街地循環線および国道220号・448号の一部地域ではご利用できません。

■よかバスのルール

- 降りるとき
道幅の広い安全な場所で待ち、バスが来たらはつきりと手を挙げて合図してください。
- 最寄りの停留所の発車時刻を参考に、余裕をもってお待ちください。
- 乗るとき
降りる場所を早めにブザー、または口頭で乗務員に合図してください。
- 停まりますので、ご了承ください。

申請書類は、総合政策課、市役所各支所、串間駅で配布しています!

JR日南線利用促進連絡協議会イメージキャラクター「ニッキー」

日南線で思い出をつくろう! JR日南線 思い出づくり事業

遠足や部活動、レクリエーション等にJR日南線を利用する際に、市が運賃の補助を行います。

問/総合政策課 地域振興係 ☎72-1111(内線334)

対象団体 …串間市内の保育園、幼稚園、小中学校、高校、親子会、スポーツ少年団、高齢者クラブ、福祉施設など。

補助金額 …運賃総額の10/10以内（千円未満切捨て。ただし、1団体5万円を上限とします）
 ※申請書は先着順の受付とし、予算を超える場合は締切とします。※申請額満額を補助できない場合があります。
 ※JR日南線利用日の2週間前までの申請をお願いします。※補助金の交付は1団体につき1回限りとします。

要件 次のすべての要件を満たすことが必要です。
 ① 3人以上の団体であることとします。（園児・児童の場合は原則、引率者（保護者も対象）が必要です。その際の運賃も補助対象とします）
 ② JR日南線の区間（南宮崎～志布志）の運賃（往復分も可）とします。（行き先が宮崎駅の場合はその分も含みます）
 ③ 乗車券は串間駅で購入してください。（JR利用実績証明書が必要です）
 ④ 利用後に感想文または絵画を提出してください。提出していただいた作品の展示会を開催予定です。（1団体につき利用人数の半数以上の提出をお願いします。様式は別途指定します）

手続きの流れ

- 補助金等交付申請書の提出 → 乗車券の購入 → JR日南線利用 → 補助事業実績報告書の提出 → 請求書の提出 → 感想文または絵画の提出

思い出づくり事業でお出かけ♪

7月19日（木）、市木保育所の園児14名と職員5名の計19名が本事業を活用して、西方地区にある、むつみ保育園にお出かけしました。



最寄りの南郷駅まで路線バスを使って、福島今町駅まで移動しました。列車に乗るのが初めてと言う子も多く、子どもたちは景色を見たりしながら楽しそうにしていました。列車の本数が少ないので、目的地に着いてからの遊ぶ時間が短くなってしましましたが、バスにも列車にも乗れて良い経験になったと思います。

初めて列車に乗って楽しかったです。着くまでは友だちとおしゃべりしたり、アイスを食べたりしました。むつみ保育園で新しい友達ができるので良かったです。また乗りたいな。

みんなで日南線
にちにち日南線
まいにち日南線
ランランララーラー

(中略)
みんなで日南線
にちにち日南線
まいにち日南線
ランランララーラー

みんなで乗ろうよ素敵なお日南線
車内で降りれば馬さんに会えるよ
自然がいっぱい笑顔もいっぱい
一緒に乗つたら今日から友だちだ

それは
日本の中の宮崎の素敵な列車を
知ってるかい？
宮崎県から鹿児島県まで続く
ワンマンで頑張っています
走らせてているのはJR九州

単線運行してます
（木 彩也香（宮崎市出身）

JR日南線を身近に感じても
らうために制作したPRソング
「My日南線」を紹介します。
♪ 日南線イメージソング
S M Y 日南線 S



歌の試聴は
こちらから♪

日南線活性化作戦!!

今年3月17日、JR九州が九州管内で路線の減便を実施。日南線は、3本が減便、6本が運転区間短縮となりました。そこで、市やJR日南線利用促進連絡協議会では、日南線の活性化に向け、利用のきっかけづくりに取り組んでいます。

3月17日、JR九州が昭和62年の民営化以来、最大規模となる減便とダイヤ改正を行いました。九州管内で117本の減便、宮崎県内では15本が減便され、特急では車掌を乗せないワンマン運転が、日豊線宮崎ー鹿児島中央間で新たに開始されました。

県内を走る普通列車は、日豊線が7本、吉都線5本、日南線3本が減便。また、日南線の6本、日豊線の1本で運転区間が短縮されています。現在、乗客数は少ないものの、日南線を必要としている人がいるのは確かな事実です。また、今はマイカーを利用している方も、いずれ鉄道など公共交通機関を頼ることになるかもしれません。将来を見据えて、いま一度自分ごととして日南線について考えてみましょう。

減便とダイヤ改正

利用促進の取り組み

沿線4市（宮崎市、日南市、串間市、志布志市）からなるJR日南線利用促進連絡協議会では、JR九州と協力しながら、鉄道利用のきっかけづくりのためのイベントを開催しています。



沿線大集合 ～鉄道の日感謝祭2018 in 宮崎駅～

10月14日の「鉄道の日」にあわせて10月を中心に関連各地で開催されるイベント。利用促進連絡協議会も参加し、JR日南線の魅力をPRします。

日時 10月27日(土) 10:00~17:00
場所 宮崎駅西口広場
内容 運転士シミュレーター体験、架線作業車乗車体験、運転台乗車体験など



利用促進連絡協議会の催し

JR日南線クイズ
正解者にはプレゼントあり!

ガラポン抽選会

JR日南線に関するアンケートに回答いただいた方を対象にガラポン抽選会を行います。

JR日南線の歌「My日南線」のダンス披露
「My日南線」ダンスコンテストで最優秀賞に輝いた団体が会場ステージでダンスを披露!

秋のくしまウォーク! ～JR九州ウォーキング in くしま～

九州各地の駅を起点に、自然やご当地グルメなどを楽しみながら歩き回るイベント。市民秋まつりメイン会場や旧吉松家住宅での催しもお楽しみいただけます。

11月3日(土・祝)
スタート駅：串間駅
スタート受付 8:15~11:40
ゴール受付 15:00まで
コース距離 5km **所要時間** 約1.5時間



当日は吉松邸まつりを開催!



特典
 ●スタート受付時
秋まつり会場で使える串間市の地場産品引換券プレゼント(先着100名様)
 ●スタンプラリーも同時開催! 宮崎牛が当たるかも!
 ●ゴール受付時
宮崎県産牛乳(200ml)プレゼント(先着150名様)

9月16日

05



大勢の人でにぎわったイセエビ祭り

今年も盛況！イセエビ祭り

漁の解禁にあわせて恒例の「イセエビ祭り」が串間市漁協で開かれました。イセエビの直売は、市価より安く購入できることもあり、開始前から長蛇の列。販売開始と同時に次々と買い求めていました。また、イセエビが半身入ったみそ汁の振る舞いにも行列ができ、港は多くの人が朝からにぎわっていました。



整理券番号が123番だったので心配していましたが、無事購入できてよかったです。家に帰ったら孫と一緒に食べたいと思います。

TOPIC

めざせ東京オリンピック

9月17日、故郷串間から声援を送り活躍を後押ししようと、ビーチバレー選手くしまPR大使を務める坂口佳穂さんの応援団結成式が行われました。結成式には親族や関係者ら約60人が出席。坂口選手も出席し、「東京オリンピックを目指して頑張りたい」と話していました。



結成式であいさつをする坂口佳穂さん

そば作りは初体験で楽しみにして来ました。暑さや烟が広くて大変でしたが、これから無事成長してほしいです。次回の収穫が楽しみです。

福島地区・西郡元
新名第一さん 紀子さん**古竹地区でそば種まきに汗**

古竹地区でくしまn自然学校が主催するそば作り体験が行われました。この日は参加者や地区住民ら約20人が参加。参加者は地元の方々から教わりながら、約20アールの畑に等間隔に種をまいてきました。体験は種まきから収穫、そば打ちなど3回に分けて行われ、11月25日に収穫予定です。

9月16日

06



そばの種をまく参加者たち

8月24・25日

01



松明の描く放物線が夜空を照らした柱松

大蛇退治、今年は1時間超え

都井岬で夏の終わりの風物詩「火まつり」が開催されました。ハイライトは午後8時からの、火攻めによる大蛇退治の伝説を再現した「柱松」。高さ30メートルの柱の頂上めがけ、勢子たちが松明を投げ込むと、炎のアーチが上空に描かれました。今年は両日ともに1時間を超え、見事命中すると大歓声が上がりました。

8月29日

03

外国人技能実習生 歓迎式
【技能実習生インドネシア第1期生】

歓迎式に出席したインドネシアからの実習生たち

外国人実習生で人材確保

外国人技能実習制度を活用し、JA串間市大束管内の生産者4戸が受け入れたインドネシアからの外国人技能実習生8人の歓迎式が開かれました。第1期生となる実習生は、甘しょや葉たばこ農家のもとで農作業に励み、3年かけて農業技術を習得します。また、人手不足が深刻化する中、人材確保にも期待がかかります。



早く仕事を覚えて一生懸命頑張ります。目標は日本語能力試験N1の資格を取ることです。日本では雪を見ることと魚釣りを楽しみにしています。

インドネシア出身
アルディ・サエブディンさん

14年ぶりに火まつりに行きました。なかなか入らなかつですが勢子や観客との一体感がよかつたです。勢子の皆さん、お疲れさまでした。

北方地区・前田
つまがり しづ
津曲 志都さん

02

8月26日

お芋ごろごろ大大大収穫

J.A串間市大束青年部が毎年8月に開催している恒例の「いも掘り大会」が大束地区であり、市内外から親子連れら約300人が参加しました。参加者たちは畑に入ると、大きく育った甘しょを次々と掘り起し、畑には収穫を楽しむ子どもらの歓声が響き渡っていました。



いも掘り大会で甘しょの収穫を楽しむ子どもら

楽しんで農産物を収穫できる機会はあまりないので、子どもにとってもいい経験です。生産者や食に対する感謝の気持ちを持つてもらえたたらと思います。

宮崎市在住
かわの しげき
河野茂樹さん 莉子ちゃん

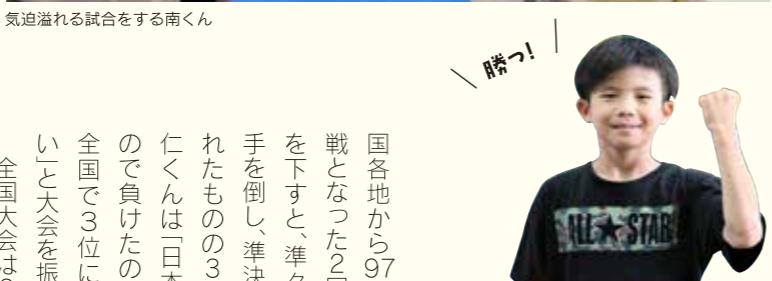
くしまっ子☆

空手の全国大会で3位
目指すは日本一

各都道府県予選を勝ち抜いた上位2名が出場し、空手の小学生日本一を決める「第18回全日本少年少女空手道選手権大会」が8月に行われ、福島小学校2年の南仁くんが学年別で競う個人組手の部で3位に入賞しました。

親のすすめで4歳の頃から串間週3回の稽古を重ね着実に力を付けてきました。

5月の県大会で優勝して出場を決めた全国大会の同部門には、全



全国各地から97人がエントリー。初戦となつた2回戦で栃木県の選手を下すと、準々決勝まで次々と相手を倒し、準決勝に進出。そこで敗れたものの3位をつかみました。仁くんは「日本一を目指していたので負けたのは悔しかったけど、全国で3位になれたのはうれしい」と大会を振り返ります。

全国大会は2年連続の出場でしたが、昨年は3回戦敗退。敗戦をバネにこの1年で稽古を積み、中段突きのキレを磨いてきました。また、「仁くんが通つる緑勝会は6年連続で全国大会入賞者を輩出している道場で、手本となる上級生がいることも大きな刺激となり、原動力となっています。大会後は新しい技の練習に取り組んでおり、来年こそは日本一を取りたい」と仁くん。全国の頂点を目指し、さらに日々の稽古に打ち込んでいます。

地域おこし協力隊活動日記

vol.18

「ヤマダイかんしょ
地理的表示保護制度(GI)登録」

ヤマダイかんしょ

「地理的表示保護制度」
に2018年8月6日登録!



8月6日にJA串間市大東のブランド甘藷「ヤマダイかんしょ」が地理的表示保護制度(GI)に登録されました。「地理的表示保護制度(GI)とは、その地域で長年育まれた生産方法や、その地域の気候・土壤などの生産地の特性により、高い品質と評価を獲得している産品について、その名称を知的財産として登録・保護する制度です。

約2年前にブランド推進協議会の業務を担つた際に、一番最初に任せられた仕事が、GI登録に向けての支援業務でした。正直、素人の私に弁理士に任されるような仕事が舞い込み驚きました。ですが、実はGIについては長く参加していた農水省の有志の会の勉強会で学んだ事もあり、メンバーの中にも精通した人達がいたり、仕事で関わっていた県でGIを取得に向けて取り組んでいたりと、応援してくれる環境があつたので取り組んでみようという気持ちになりました。実際やってみると、長年評価されてきた品質の良さを客観的に論理的に文章を作るという点に大変苦労しました。しかし、壁にぶち当たるたびに、資料として読みあさつた、昭和39年からの生産者の苦労や努力により西日本有数の甘藷産地になった歴史に奮起しました。時に



ながとも
長友 るみさん



I LOVE 岬馬

岬馬に魅了された男

転機となつたのは大学3年の2000年春。大学教授から岬馬のことを知ると、すぐに都井岬を訪れました。初めて訪れた都井岬は雨が降つて、霧がかかつた小松ヶ丘を上がって行くと、目の前に現れた野性味あふれる真つ黒の雄馬に衝撃を受け、一目ぼれしたこと。私も生きる場を与えてくれることで、私も生き残つたといいます。大学4年時の一年間は都井岬へ住み込み、研究論文を書き上げると、卒業後は宮崎大学大学院へ進学し研究を重ねました。卒業後も串間市の臨時職員と

馬が奇跡的に現代に生き残つたことで、私は生きる場を与えてもらつた」と秋田さん。岬馬を中心とした丘陵の草原や花々、昆虫など、まつたく違う生物であつて生きています。「ありのままの自然環境をこれからも残していくことは、なにかしら関わり合いを持つことが不可欠。そのためにも岬馬の魅力を多くの人に伝えていきたい」。

秋田 優さん
(福島地区・西今町)
福島県生まれ、静岡県育ち。40歳。大学時代に都井岬の岬馬に魅了され、串間市に移り住む。現在は市のエコツーリズム推進室で岬馬の価値啓発や保護活動などに取り組む。



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

都井岬で生きる国天然記念物の野生馬「岬馬」にほれ込み、串間に移り住んだ秋田優さん。現在は市のエコツーリズム推進室で岬馬の価値啓発や保護活動に取り組んでいます。また、講演会の講師や野生馬ガイドも務め「秋田さんのガイドを聞きながら一緒に歩くと都井岬が10倍面白くなる」という人もいるほど、都井岬に精通する名解説者もあります。

静岡県で育つた秋田さんは山形大学に進学し、国内の大型野生動物である二ホンジカやカモシカなどを研究していました。「昔から馬は好きな動物の対象であつたが、身近な世界で馬といえば競馬や乗馬クラブの世界しかないと、いう思い込みで、研究する対象ではなかつた」と当時を振り返ります。

「岬馬との出会いから約20年。「岬馬との出会いから約20年。馬が奇跡的に現代に生き残つたことで、私も生き残つていて生きています。」と秋田さん。岬馬を中心とした丘陵の草原や花々、昆虫など、まつたく違う生物であつて生きています。「ありのままの自然環境をこれからも残していくことは、この価値を現代社会に認められることは不可欠。そのためにも岬馬の魅力を多くの人に伝えていきたい」。

乳幼児フッ素塗布のご案内

フッ素は歯の質を強化します。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 10月17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」

むし歯ゼロのお友だち

8月8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・スマイル

ふるかわ ゆうな
古川 裕菜ちゃん

平成29年11月27日生

たまお あきよ
古川環男さん・晃代さんの長女
(北方地区・屋治)



子育てinfo

●10月17日(水)2歳児歯科健診

対象児には個別に案内します。

●すこやかひろば

総合保健福祉センター2階のすこやかひろばは、平日だけでなく日曜日・祝日も開放しています。親子の遊び場としてどうぞご利用ください。

●時間: 平日 8時半~17時 日・祝 9時~16時

●利用料: 無料

●「子ども発達相談室」

お一人ずつ予約制で対応させていただきます。どうぞご相談ください。

●対象児: 未就学児

●期 日: 毎週金曜日の午前中

●場 所: 総合保健福祉センター2階 すこやかひろば

Happy Smile

開催の案内は個別通知しません。
年3回になるようフッ素塗布を受けると効果があります。

六十色 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)

ひとり親家庭に関する 支援について(相談)

申・問 / 福祉事務所こども政策係 ☎72-1123(内線507)

主な関係機関

- 串間市福祉事務所 家庭児童相談員
- 串間市母子寡婦福祉連絡協議会
- 日南公共職業安定所
- 宮崎県母子寡婦福祉連合会
- 宮崎県中央福祉こどもセンター

自立のための就労相談や子ども
の就学のことなど多くの相談が
寄せられ、昨年度は延べ309
件の相談がありました。
母子・父子自立支援員がいます。
母子・父子自立支援員だけでは
解決が難しい場合は、左記の関
係機関などと連携して解決のお
手伝いをしていきます。

相談方法

○直接相談

福祉事務所に来られての相談

相談には事前予約が必要です。窓口ではなく、別室での相談を希望される場合は、予約の際に、別室希望と申し込んでください。

お困りのことは
何でもご相談ください。

母子・父子自立支援員
まるい ともご
丸井 智子さん



《これまでの相談例》

- 就職、転職を希望しているが、どこに相談すればいいかわからない。
- 子どもが進学を希望していて、奨学金や貸付について知りたい。
- 収入が少なく、生活が苦しいが、どこに相談すればいいかわからない。
- 助成を受けて資格を取得したいと思っているが、どのような助成があるのか知りたい。

ファイナンシャルプランナー(FP)による個別相談を行います!

ファイナンシャルプランナーとは、お金のやりくりのプロです。家計管理から将来のプランニングまでさまざまなアドバイスを行ってくれます。家計のやりくりなどに悩んでいる方、この機会にFPに相談してみませんか。

○日 程: 10月12日(金)・11月9日(金)・12月14日(金)・1月11日(金)・2月8日(金)

○申 込: 相談日の10日前までにお申し込みください(先着順)

○時間帯: 9時~12時の内2時間以内 ○場 所: 串間市総合保健福祉センター内1階相談室

持ってくるもの

※相談資料として準備していただければ、具体的なアドバイスを受けることができます。

○収入のわかるもの

給料明細・源泉徴収票

○財産のわかるもの

不動産の価格が確認できるもの・貯蓄(通帳など)

○支出のわかるもの

・家計収支洗い出しシート(予約をされた方に郵送します)

・家計簿・保険証書・ねんきん定期便の通知書・借入金の明細書

すくすく のびのび

子育て支援情報

母子・父子自立支援員が
サポートします

ひとりで悩まずに相談してみませんか?



じやが
じやが

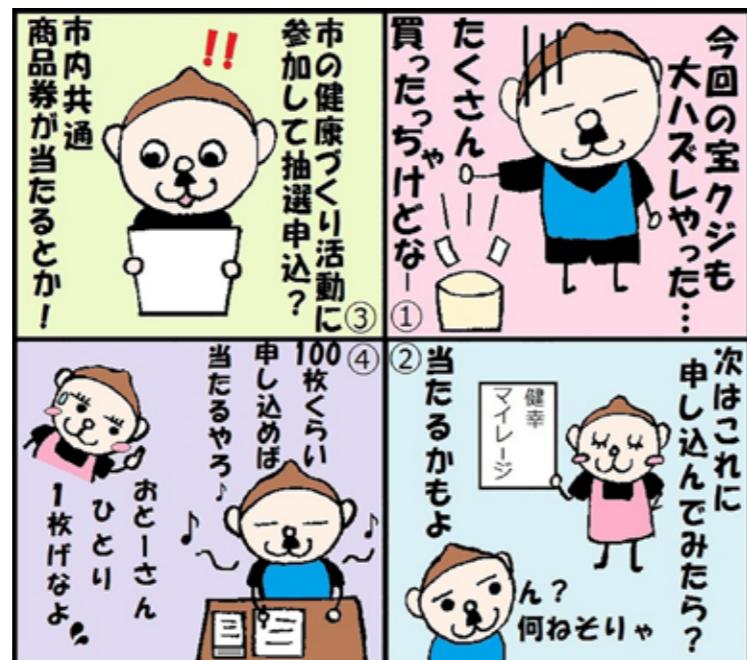
健康通信

問/医療介護課健康増進係
☎72-0333(内線517)

串間市健幸マイレージ事業が大きく変わりましたこれまでご案内してきました健康マイレージ事業を一新し、「串間市健幸マイレージ事業」として実施します。市が実施している各種健康づくり活動の参加にポイントを付与し、抽選申し込みの上、抽選の結果当選された方に記念品(賞品)を贈呈します。抽選申込書は、医療介護課、各支所に設置するほか、市の公式サイトからもダウロードできます。

対象となる健康づくり活動に利があります。健康づくり活動にふるってご参加いただき、抽選申し込みをお願いします。詳細につきましては、9月1日の行政連絡文書で全戸配布したチラシや市の公式サイトなどをご参照ください。健康になつて、かつ商品券が当たるかもしれないこのチャンスをぜひお見逃しなく!

「健幸になつて運試し」



健康
マメ知識

変形性膝関節症について

色々なギモンにお答えします!

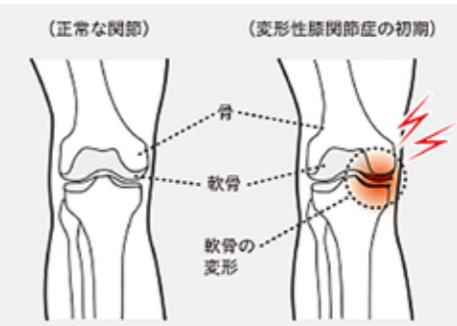
Q & A

毎日元気に過ごしたい
健康
health

Q.1 変形性膝関節症の原因は?

A

関節軟骨の老化によることが多く、肥満や素因(遺伝子)も関与しています。加齢によるものでは、関節軟骨が年齢とともに弾力性を失い、使い過ぎによりすり減り、関節が変形します。また外傷(骨折、靭帯や半月板損傷など)、化膿性関節炎などの感染の後遺症として発症することもあります。



Q.2 変形性膝関節症の診断は?

A

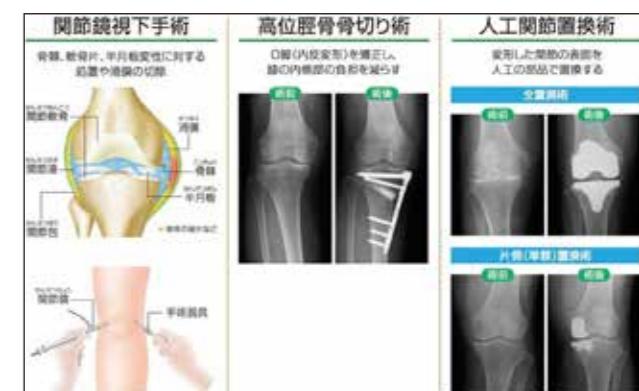
問診や診察、時に触診で膝内側の圧痛の有無、関節の動きの範囲、腫れやO脚変形などの有無(X脚変形になる方もいます)を調べ、X線(レントゲン)検査で診断します。必要によりMRI検査なども行います。



Q.4 変形性膝関節症の治療法は?

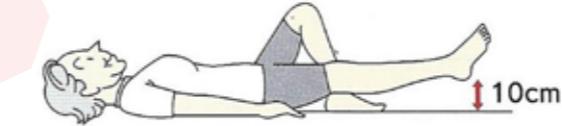
A

症状が軽い場合は痛み止めの内服薬や外用薬を使ったり、膝関節内にヒアルロン酸の注射などをします。また大腿四頭筋強化訓練、関節可動域改善訓練などの運動器リハビリテーションを行ったり、膝を温めたりする物理療法を行います。足底板や膝装具を作成することもあります。このような治療でも治らない場合は手術治療も検討します。これには関節鏡(内視鏡)手術、高位脛骨骨切り術(骨を切って変形を矯正する)、人工膝関節置換術などがあります。



Q.3 予防・日常生活での注意点は?

A



SLR運動(脚あげ体操)

- ・大腿四頭筋(ふとももの前の筋肉)の筋力訓練
- ・減量(肥満の方は)
- ・正座を避ける
- ・クーラーなどで冷やしすぎない

現在、日本で変形性膝関節症を患っている人はおよそ2000万人、そのうち整形外科を受診して適切な治療を受けている人は4万人程度といわれています。もう年だからとあきらめず、膝の痛みで悩まれている方は、一度整形外科を受診していただければと思いまます。保存療法を続けていくことで、ほとんどの人が痛みをコントロールすることができますし、日常生活に支障がないのなら、必ずしも手術法が必要なわけではありません。症状が進行して痛みが我慢できなくなり、日常生活動作に大きな支障がある場合には手術療法を検討してみてはいかがでしょうか。

市民病院に赴任してから、早いものでもうすぐ3年になります。膝が痛くて動きづらい、そんな症状に悩まされる高齢の方は多いのではないか? 高齢の膝の痛みの原因としては、半月板の損傷、骨壊死、関節リウマチ、偽痛風など、さまざま考えられるのですが、中でも多いのが変形性膝関節症です。

Doctor's
コラム



整形外科
すがた こう
菅田 耕先生

うたごよみ

12の季節



「俳句」あさひ俳句会選

人故に地球は哀し天の川

上町一 又木順子

黄落や山路険しき車椅子

上小路 本田幾男

リハビリや窓辺をたたく大夕立

上町一 神戸和子

この形地球でひとつ雲の峰

越ヶ谷 白石方子

刻時手でなぞりて読めば鳥渡る

上小路 木島サイ子

俳句の投稿は 本田 幾男さんまで(☎72-5280)

「短歌」串間短歌会選

蜘蛛の網に桜わくらば一葉が揚羽蝶に化身ゆうらりゆらり

吉川 野邊俊子

うだるよな暑き真昼間気配して脊戸をかけ来る風心地よし

堂園 吉田良子

月ごよみ剝がすかたへに格言を脳にとめて心の糧とす

有明一区 長岡アイ子

残したる亡夫の恩給其の額のわが家建ちたり息子設計

上中園 鍋倉文子

大空をひと筆書きのように飛ぶ雀集団追つて見ており

有明 鈴木のり子

短歌の投稿は 清水しづ子さんまで(☎72-5546)

【恋ヶ浦】 川井 富士男さん撮影

県内でも屈指のサーフインスポット。ビッグウェーブを求めて県内外から多くのサーファーが訪れる。美しい景観が広がり砂浜と青い海を一望できる。

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

**今月は
「福島高校ってこんなこともするんだ!」
という事を紹介します**

福島高校に留学生がやってきました!

二学期が始まり、ラトビアからの留学生がやってきましたので、ご紹介します！

Hello, my name is Elina. I am 17 years old. I am from Latvia, which is in Europe. I am a figure skater, but I also enjoy reading, drawing and baking. My favorite color is pink. よろしくおねがいします！

エリーナさん(2年)

防災研修に行ってきます

現在、全国各地で起きている「地震」。また、津波などの災害に備えるため、災害についての正しい知識を得るために、東日本大震災で被害にあった宮城県に防災研修を行ってきます。

串間市に一つしかない高校である福島高校が災害時に地域の役に立てるよう多くのことを学んできたいと思います。

待ちに待った高文祭

9月21日に高校総合文化祭が開催され、私たち福島高生もこの大会に参加しました。この大会が最後となる生徒も多くいて、参加する生徒は優勝することを目指し日々の練習に励んできました。福島高校が一体となって取り組んだ素晴らしい大会になりました。

年金 トピック

☑ 国民年金老齢基礎年金の 繰上げ受給と繰下げ受給について

◎ 繰上げ受給

希望すれば60歳から65歳になるまでの間に繰り上げて老齢基礎年金を受け取ることができます。繰上げ受給の請求をした時点(月単位)に応じて年金が減額され、その減額率は一生変わりません。

《主な注意事項》

- ・事後重症などによる障害基礎年金や、寡婦年金を受け取ることができません。
- ・任意加入や、保険料を追納することができません。
- ・特別支給の老齢厚生(退職共済)年金の定額部分が

問 / 市民生活課市民係 ☎ 内線 225・226

一部支給停止されます。

・繰上げ受給を取り消すことができません。

◎ 繰下げ受給

希望すれば66歳以降から繰り下げて老齢基礎年金を受け取ることができます。繰下げ受給の請求をした時点(月単位)に応じて年金が増額され、その増額率は一生変わりません。

《主な注意事項》

- ・70歳に達した月を過ぎて請求を行っても増額率は増えません。
- ・66歳に達した日以降の繰下げ待機期間中に、他の公的年金の受給権を得た場合には、その時点で増額率が固定されます。

都城年金事務所 ☎ 0986-23-2571

としょかんまつり

日時 10月21日(日)午後1時～3時

会場 串間市文化会館前広場

今年は青空の下で 本のリサイクル市！

時間:午後1時～3時

場所:文化会館前広場 ※雨天時は会館内ホワイエ

ご家庭でいらなくなつた本を 図書館へお持ちください。

- ・10月20日(土)まで持ち込みを受け付けます。
- ・不要になった本1冊で1冊分の交換券がもらえます。
- ・マンガでも雑誌でも大丈夫ですが、汚れたものや傷みの激しいものはご遠慮ください。
- ・ホコリなどきれいに拭き取ってお持ちください。
- ・図書館で本を借りた方も交換券がもらえます。

お問合せ

串間市立図書館

TEL 0987-72-1177 FAX 0987-72-0803
E-mail info-kcl@mnet.ne.jp

おはなし会

時間:午後1時～(随時)

場所:会館前広場

手遊び・絵本・紙芝居などなど、たのしいおはなしいっぱい！子どもも大人も楽しんでください。



【新刊情報】

- 用心棒たちの危機(鳥羽亮)
- 一揆の声(千野隆司)
- 影の守護者(堂場瞬一)
- 歪んだ波紋(塙田武士)
- ストロング・スタイル(行成薫)
- 日傘を差す女(伊集院静)
- オブジェクトム(高山羽根子)
- 私が誰かわりますか(谷川直子)
- ある日失わずにすむもの(乙川優三郎)
- シンドローム(真山仁)
- 蝶のゆくへ(葉室麟)
- 星をつなぐ手(村山早紀)
- 赤い靴(大山淳子)
- 清原和博告白(清原和博)
- 人殺しの息子と呼ばれて(張江泰之)

みんなが主役

ふるさと串間のために



講演をする島中さんと受講者のみなさん



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

8月31日には、開催に向けて本城再活性化推進協議会との協働やキャンドルナイトへ向けての準備を進めています。

島中星輝さんを招へいして「大學」が始まりました。

1時間目は、大東地区出身のパナップもお知らせや受付、準備を支援してきた「くしま市民

大学」が始まりました。

8月31日には、開催に向けて本城再活性化推進協議会との協働やキャンドルナイトへ向けての準備を進めています。

島中星輝さんを招へいして「大學」が始まりました。

1時間目は、大東地区出身のパナップもお知らせや受付、準備を支援してきた「くしま市民

大学」が始まりました。

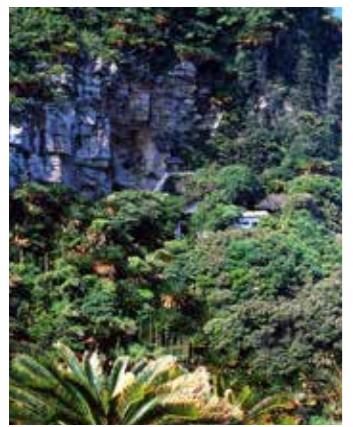
島中星輝さんを招へいして「大學」が始まりました。

島中星輝さんを招へいして「大學」が始まりました。

島中星輝さんを招へいして「大學」が始まりました。

としょかんまつりの準備や後片付け、リサイクル市、読み聞かせなどお手伝いをしてくださるボランティアを募集しています。
あなたの「できること」で一緒にとしょかんまつりを盛り上げましょう！

運営ボランティア
大募集



都井岬

【都井岬ビジターセンター】
「日本の灯台50選」にも選ばれており、九州では唯一の参観可能な灯台であり、貴重な内部を見ることができます。また、灯台から眺める大海原は、目の前には遮るものがないパノラマに広がりまさに絶景です。

【都井岬灯台】

【御崎神社】
約1300年前708年に創建されたと伝えられています。建されたと伝えられています。縁結びと航海安全の神様が祀られている神社で、太平洋に對面していくというもので、観光地を

【都井岬】
今年度の取り組みとして、全国のさまざまなところで開催され話題になっている、「謎解きゲーム」を都井岬において行うことになりました。今回は一つの会場で行うものではなく、都井岬内を周遊しながら謎を解いていくというものです。

【都井岬ビジターセンター】
岬の全てがわかります。

【ソテツ自生地】
約3,000本のソテツが自生

【都井岬灯台】
4月11日、昭和天皇、皇后両陛下が岬においての折、ソテツの自然林をご覧になり、その印象を昭和54年の歌会始で「都井岬の丘のかたへに蘇鉄見ゆ」は自生地の北限にて」とお読みになられています。



まだまだ知らない串間がたくさん！ くしま再発見

都井岬で謎解きゲームを開催中！

串間市と日南市において、両市が連携し、観光・体験・食事・宿泊など、それぞれが持つ特色を生かし、地域観光のかじ取り役となる組織「地域連携DMO」の設立に向け進めています。

今年度の取り組みとして、全国のさまざまなところで開催され話題になっている、「謎解きゲーム」を都井岬において行うことになりました。今回は一つの会場で行うものではなく、都井岬内を周遊しながら謎を解いていくというものです。

今年度の取り組みとして、全国のさまざまなところで開催され話題になっている、「謎解きゲーム」を都井岬において行うことになりました。今回は一つの会場で行うものではなく、都井岬内を周遊しながら謎を解いていくというものです。

【都井岬ビジターセンター】
岬と自然界の成り立ちなど都井岬の全てがわかります。

【御崎神社】
約1300年前708年に創建されたと伝えられています。建されたと伝えられています。縁結びと航海安全の神様が祀られている神社で、太平洋に對面していくというものです。

【ソテツ自生地】
約3,000本のソテツが自生

【都井岬灯台】
4月11日、昭和天皇、皇后両陛下が岬においての折、ソテツの自然林をご覧になり、その印象を昭和54年の歌会始で「都井岬の丘のかたへに蘇鉄見ゆ」は自生地の北限にて」とお読みになられています。

謎解きゲーム 「消えた野生馬の救出」

日時 平成30年9月1日(土)～12月2日(日)

営業時間／9:00～17:00(最終スタート15:00)
定休日／毎週月曜日(都井岬ビジターセンターが休館のため)

場所 都井岬内(スタート地点：都井岬ビジターセンター)

価格 大人1名：3,000円
日南市/串間市民または高校生・大学生・専門学生:2,000円
グループチケット 大人4名:10,000円
※同伴者が購入している場合、中学生以下は無料でチケット配布内容物 ●謎解きブック1冊
●都井岬ビジターセンター入館チケット
●都井岬灯台入館券こちらから
アクセス！

ゲームの進め方

- 謎解きブックの指示に従って進めていきます。
- ゲームを進めるにあたって、スマートフォンおよびLINEを使用します。
- 謎を解くことを楽しむため、謎が解けたことによるプレゼントなどはありません。

キットの販売先

都井岬ビジターセンター、アソビューホームページ



●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！

出発進行ー!!

都井岬ビジターセンターの電動アシストレンタサイクルは料金500円で乗り放題。さっそくレッツゴー！



電動アシスト恐るべし

まずは灯台へ。電動アシストのおかげで坂道もらくらく。

灯台到着！
が、天気に恵まれず

灯台はあいにくの天気で霧に覆われ気味…。灯台の入口付近にある売店の焼きだんごに興味津々のクリスチャン。

さらに下って
御崎神社へ

初めての御崎神社を満喫するクリスチャン！



謎のパンダ現る

次は都井岬の小さい方の灯台「南灯台」へ！ 行く途中には謎のパンダ像と遭遇。



体験を終えて

雨風の中でも体が動かせて気持ち良かったです。灯台で馬を見かけることはかなり予想外でした。馬を見たとたん去年の馬追いのことを思い出しました。灯台から神社まではずっと下りで少しジェットコースターみたいな感覚で期待していたより楽しかった。雨で思うようにゆっくりできなかつたですが、晴れた時にまた都井岬へ行こうと思っています！



サイクリングも大詰め！

最後は国民宿舎の前にある若山牧水の歌碑を見て都井岬めぐり終了。

それいけ！
クリスチャン体当たり取材
奮闘記

第18回

レンタサイクルで巡る
都井岬

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』。今回は都井岬ビジターセンターでレンタサイクルを借りて都井岬めぐりへ！電動アシスト自転車で坂道もなんのその。サイクリングで都井岬の新たな魅力を発見できること間違いなしだ！



通のみぞ知るスポットへ

知る人ぞ知る南灯台からは絶景が見渡せます。

四季折々の都井岬に触れる

サイクリングで都井岬をめぐると季節によって移り変わる草花を楽しむことも。もちろん御崎馬との遭遇も楽しめます。



市内には百歳以上の方が29人います。

百光年の輝き

市では「敬老の日」を前に、本年度末までに88歳、100になられる方と最高齢の方を対象に長寿祝い金を贈呈しました。

対象者は88歳が191人、そして100歳を迎える方は、澤口カオリさん、川口タマエさん、林ミクさん、田村みついさん、大下サトリさん、内田ミサオさん、出口シキエさん、吉松セツエさん、代口ルイさん、

松田トミさん、岩本チヤコさん(県内では2番目)です。

9月6日には最高齢者と100歳到達者の皆さんを島田市長が訪問し、長寿祝い金と花束を手渡しました(訪問の対象者については100歳到達者、最高齢者希望者となつております)。

百年という長い人生をたくましく生きてこられた皆さん。皆さんの歩んでこられたその人生に敬意と感謝を込めて、ご長寿をお祝いいたします。

氏名	地区	氏名	地区
いわもと 岩本 チヤコさん	大東・市ノ瀬4区	うちだ 内田 ミサオさん	大東・石木田
さわぐち 澤口 カオリさん	長寿の里	でぐち 出口 シキエさん	本城・下千野
かわぐち 川口 タマエさん	福島・上小路	しまつ 吉松 セツエさん	福島・鹿谷
はやし 林 ミクさん	福島・小路	だいきち 代口 ルイさん	福島・泉町
たむら 田村 みついさん	寿楽園	まつだ 松田 トミさん	福島・北金谷
おおした 大下 サトリさん	市木・大藤		

※松田トミさんは訪問辞退されたため写真なし



インフルエンザの予防接種が始まります!

市内11の医療機関で接種可能です

■接種期間

10月1日(月)～平成31年1月

串間市では、インフルエンザの予防接種の助成を実施します。接種を希望される場合は、

予防接種の効果と副反応についてご理解をされた上で接種してください。

■自己負担金

1400円(医療機関の窓口での支払い)

■接種を受ける際に必要なもの

※対象者は生活保護世帯の方は、生活保護受給証明書の提出で無料

・予診票(串間市総合保健福祉センターまたは各医療機関で入手可)、健康手帳、保険証

(1)満65歳以上の人
(2)満60歳以上満65歳未満の人
で、心臓、じん臓もしくは呼吸器の障害またはヒト免疫不全ウイルス(H1N1)により免疫機能の障害を有する身体障害者1級の人

※ワクチンの関係もありますので、医療機関への予約もしくは確認をお願いします。

※県内であれば上記以外でも受けられる医療機関があります。



問 / 医療介護課 健康増進係 ☎ 72-0333(内線517)

市長コラム

敬老の日を祝う

9月17日の敬老の日に先立ち、9月6日に市内最高齢者の岩本チヤコさん(110歳)と今年度中に100歳を迎える10名の方たちにお会いしました。皆さん大変お元気で、100年という長い人生を歩んでこられた皆さんから私も元気やパワーをいただき訪問となりました。

お生まれになった大正から昭和、平成と激動の時代を生きてこられた人生の歴史の中

には、戦争なども経験し、さまざまな苦労や涙の日々もあつたと思いますが、こうして子どもや孫たちに囲まれて一緒に長寿を喜ぶ姿に感動しました。これまで本市を支えてきてくださった皆さんに、心から感謝と敬意を表したいと思います。これからも健やかに長生きされますようお祈りしています。

ところで、今年の長寿祝いは、対象者が全員女性でいらっしゃいました。女性の方が男性よりも長寿であるのは世界的傾向であります。国が進めている人生100年時代構想は男女共に元気に100歳を迎えることを目標にしております。そのためには、高齢者の活躍の場や安心して暮らすことのできる社会をつくることが重要な課題です。将来、100歳の同窓会を楽しむ姿が見られるよう、人生100年時代を見据えたまちづくりを進めていくことも私たちの大きな役割の一つだと思つています。



110歳を迎えた市内最高齢者の岩本チヤコさん

には、戦争なども経験し、さまざまな苦労や涙の日々もあつたと思いますが、こうして子どもや孫たちに囲まれて一緒に長寿を喜ぶ姿に感動しました。これまで本市を支えてきてくださった皆さんに、心から感謝と敬意を表したいと思います。これからも健やかに長生きされますようお祈りしています。

ところで、今年の長寿祝いは、対象者が全員女性でいらっしゃいました。女性の方が男性よりも長寿であるのは世界的傾向であります。国が進めている人生100年時代構想は男女共に元気に100歳を迎えることを目標にしております。そのためには、高齢者の活躍の場や安心して暮らすことのできる社会をつくることが重要な課題です。将来、100歳の同窓会を楽しむ姿が見られるよう、人生100年時代を見据えたまちづくりを進めていくことも私たちの大きな役割の一つだと思つています。

問 / 福祉事務所 社会福祉係 ☎ 72-1123

今回のテーマは「食べておいしい 病気を防ぐ地産地消」
Dr.エトーの「健幸づくり講座」を開催します

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18回テーマ 食べておいしい 病気を防ぐ地産地消
- 日 時 10月24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

読み聞かせのコツを学べます
朗読ボランティア養成講座

読み聞かせに興味のある方や子育て中の親御さんなど、どなたでも参加が可能です。

- 日 時 10月6日(土)・10月27日(土)・11月24日(土)
午後1時~3時
- 場 所 総合保健福祉センター2階研修室
- 講 師 西山 百世氏
- 参加費 無料
- その他 参加は随時受け付けています
※3日間全て受講できない方でも参加は可能です。

問 申 串間市音声訳ボランティア「カナリヤ会」 ☎080-3990-0818
串間市社会福祉協議会 ☎72-6943

参加をお待ちしています
くしま市民大学に参加しませんか

串間にゆかりの方々を講師に迎え、市民を対象にした楽しい大学を開催します(全6回)。

- 日 時 10月26日(金) 午後6時半~
- 場 所 旧NSA(西方5721-1)
- 3回目テーマ 地域の将来を、住民目線で考えよう
- 講 師 河野通博氏(福島地区出身。日南市議会議員。学習塾経営)



問 くしま市民活動交流センターパナップ ☎72-5123

初心者大歓迎
Kushimen'sキッチン(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。今回のテーマは「おいしく食べる減塩レシピ」。減塩でもおいしく食べるコツを学びながら、楽しく料理してみませんか。初心者の方も大歓迎です。

- 日 時 10月20日(土) 午前10時~午後1時(予定)
- 場 所 総合保健福祉センター2階
- 参加費 無料(エプロンをご持参ください)
- 締 切 定員15名になり次第締め切り

問 申 医療介護課健康増進係 ☎72-0333

10月1日から発売開始
ハロウィンジャンボ宝くじが発売されます

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

- 発売期間 10月1日(月)~23日(火)
- 抽選日 10月30日(火)
- ハロウィンジャンボ
▷1等 3億円×9本 ▷前後賞 各1億円×18本
※当選本数は発売総額270億円・9ユニットの場合
- ハロウィンジャンボミニ
▷1等 3000万円×20本 ▷前後賞 各1000万円×40本
※当選本数は発売総額120億円・4ユニットの場合

問 (公財)県市町村振興協会 ☎0985-31-9590

すべての労働者に適応
最低賃金が時間額762円に改定されます

宮崎県最低賃金は、平成30年10月5日から「時間額762円」に改定されることになりました。

最低賃金は臨時、パート、アルバイトを含む宮崎県内で働くすべての労働者に適用されます。

詳しくは、宮崎労働局ホームページをご覧ください。



問 宮崎労働局労働基準部賃金室 ☎0985-38-8836

バザー用品&出店者受付中
第30回福祉バザー～あおぞら広場～

- 日時 10月28日(日) 午前10時~午後2時半
- 場所 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(干支の置物作り)、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时受け付けています。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

ぜひ足をお運びください
リサイクルまつりを開催します

毎年開催していますリサイクルまつりを今年は南郷地区で開催します。リサイクル品の無料抽選会では、自転車をはじめとしたさまざまなりサイクル品をご用意しておりますので、ご家族おそろいでお越しください。

- 日 時 10月28日(日) 午前9時半~
- 場 所 南郷ハートフルセンター(なんごうハートフルまつり会場内)

問 黒潮環境センター ☎68-1560

ご協力ありがとうございました
平成30年住宅・土地統計調査へのお礼

総務省、宮崎県、串間市では、10月1日を期日として「住宅・土地統計調査」を実施しています。すでにご回答いただいた方につきましては、大変お忙しい中ご協力をいただきありがとうございました。今後とも各種統計調査へのご協力をよろしくお願い申し上げます。

★まだ回答がお済みでない方へ
お忙しいところ恐縮ですが、調査員から受け取った調査書類をご確認いただき回答をお願いいたします。(インターネット回答の締切は10月8日(月)まで)

問 総合政策課情報統計係 ☎内線338

安全で住みよい地域社会を目指して
全国地域安全運動が始まります

10月11日(木)~20日(土)までの10日間は全国地域安全運動期間です。この運動が「安全で住みよい地域社会」につながりますよう、皆さんのご理解ご協力をお願いいたします。

- 運動の重点
①子供と女性の犯罪被害防止
②特殊詐欺の被害防止
③住宅対象侵入窃盗の被害防止

問 串間地区防犯協会(危機管理課内) ☎内線346

受診がまだの方は、必ず受診してください
秋祭り会場で結核検診を行います

65歳以上で、今年度まだ結核検診を受診していない方必見です。秋祭りの日にウイング前の健康福祉コーナーにて結核検診を行います。年に1度の結核検診は、国の法律で義務となっております。結核を広めないためにも、必ず受診してください。対象の方には再度、受診券(青色)をお送りする予定です。今年度受けられた方は受診する必要はありません。

- 日 時 11月3日(土) 午前9時~午後3時
- 場 所 秋祭り会場健康福祉コーナー(ニシムタ前ウイング内)

問 医療介護課健康増進係 ☎72-0333

11月11日は一斉清掃活動
県民総ぐるみ運動「クリーンアップ宮崎」

毎年11月に県民総ぐるみ運動「クリーンアップ宮崎」を実施しており、市内でも11月11日に自治会単位で一斉清掃を行います。

実施にあたり、ごみ袋を支給しますので、10月1日分の行政連絡文書で各自治会長に配布する無料支給申請書を市民生活課に提出して下さい。また、剪定枝や草などの可燃物を袋に入れずに軽トラックなどでじん芥処理場に持ち込むことも可能です。その場合も行政連絡文書で配布する直接搬入申請書を提出して下さい。申請は自治会長名で行うものになりますので、ご利用の際は自治会長に相談の上申請を行って下さい。

問 市民生活課生活環境係 ☎内線252

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

10月31日は、

- ①固定資産税(3期)
- ②市県民税(3期)
- ③国民健康保険税(5期)
- ④介護保険料(4期)
- ⑤後期高齢者医療保険料(4期)
- ⑥保育料(10月分)

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

- 問 ①~⑤税務課 ☎内線214-216
⑥福祉事務所こども政策係 ☎72-1123

禁煙にご協力ください

10月1日より市内小・中学校の施設は
全面禁煙となります

平成30年7月25日公布「健康増進法の一部を改正する法律」に伴い、串間市内すべての小・中学校の屋内、屋外を全面禁煙とします。

児童生徒の「学び舎」を受動喫煙から守る対策として、11校の小・中学校が一体となって取り組みます。

市民の皆さまのご理解、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

問 学校政策課教育総務係 ☎内線375

必ず受診してください

平成31年度 新入学児童対象
健康診断を実施します

来年度、小学校に入学する子どもを対象に健康診断を実施します。

- 実施日および対象校区
▷10月19日(金) 有明小、北方小、金谷小、秋山小、大東小、大平小、本城小、市木小、都井小
- ▷10月26日(金) 福島小
- 時 間 午後2時~
※午後1時~1時半受付
- 会 場 総合保健福祉センター2階

問 学校政策課教育総務係 ☎内線375

休日在宅医

月/日	医療機関	診療科	電話番号
10/7	吾社クリニック	内科	71-3411
10/8	にいな内科・循環器科	内・循・呼	71-1711
10/14	岡村クリニック	整形外科	72-7710
10/21	英医院	内科	74-1187
10/28	ゆうゆうの森クリニック	内科	55-9111
11/3	県南病院	神・精・内科	72-0224
11/4	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112

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

日曜給油店

月/日	給油店名
10/7	坂元串間店・三協西小路店・井手都井店
10/14	酒井串間店・井手産商串間店・井手都井店
10/21	谷口本町店・井上仲町店・井手都井店
10/28	片平本町店・津曲北方店・井手都井店
11/4	坂元串間店・三協西小路店・井手都井店

人口と世帯数 [平成30年9月1日現在]

■人口 17,790人 (前月比+9人)
[男性 8,346人 女性 9,444人]

■世帯数 7,828世帯 (平成30年9月1日現在)

*平成27年度国勢調査からの推計人口です。



警察署だより

廃棄物(ゴミ)の処理は適正に!! ～不法投棄や不法焼却は罰せられます～

廃棄物の処理方法

○一般廃棄物(家庭ごみなど)

それぞれの区域で定められた「ごみ分別・出し方」に従い、指定された集積所などに出してください。

○産業廃棄物(事業ごみなど)

産業廃棄物処理業の許可を有する業者に委託して処分してください。

不法投棄や不法焼却をした場合

5年以下の懲役若しくは、1,000万円以下の罰金などに処されます。

例外もあります

焼却については、法律違反に該当しない場合もありますので、不安に思った時は必ず市役所に確認してください。

問／串間警察署 ☎72-0110

税 チャンネル

深刻な申告?

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。申告しないと、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だけでなく、3万円以下の過料が課せられる場合もあります。

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・申／税務課国保・介護賦課係 ☎内線263・264

地球の メッセージ message from the earth

浄化槽適正管理月間

宮崎県では、浄化槽の機能や役割について改めて理解を深め、適正な維持管理を推進するため、10月を「浄化槽適正管理月間」としています。

浄化槽の管理者は、適正な維持管理のため、①保守点検、②清掃、③法定検査を受ける義務があります。

①保守点検：浄化槽内の微生物の管理、装置・機器の点検を行う
②清掃：浄化槽内の汚泥を取り除き、機械類の洗浄・掃除を行う
③法定検査：保守点検・清掃が適正に行われ、浄化槽が正しく機能しているか水質検査などにより判定する

浄化槽について正しい使い方・管理方法を実践し、きれいな水辺環境を目指しましょう。

問／市民生活課生活環境係 ☎内線253

串間市代表選手候補者募集

第9回宮崎県市町村対抗駅伝競争大会

宮崎県市町村対抗駅伝走大会に出場する串間市代表選手の候補者を募集します。なお、代表選手は選考会を経て決定する予定です。

●大会日時 平成31年1月14日(月・成人の日)

●コース 県庁を発着とする宮崎市内周回コース

●募集選手

- ▷ 1区(1.7km) 小学5・6年生男子
- ▷ 2区(2.3km) 50歳以上の男性
- ▷ 3区(5.0km) 高校生男子
- ▷ 4区(2.6km) 40歳以上49歳以下の男性
- ▷ 5区(2.7km) 中学生男子
- ▷ 6区(4.8km) 高校生を除く18歳以上39歳までの男性
- ▷ 7区(3.4km) 中学生男子
- ▷ 8区(1.1km) 小学5・6年生女子
- ▷ 9区(1.5km) 小学5・6年生男子
- ▷ 10区(7.4km) 高校生を除く18歳以上39歳までの男性
- ▷ 11区(1.0km) 小学5・6年生女子
- ▷ 12区(5.7km) 高校生男子

●参加資格 串間市在住もしくは勤務している者もしくはふるさと選手制度に該当する者

※詳細はお問い合わせください。

●募集期間 10月31日(水)まで

高校生や若手職員などが対象

電話対応・ビジネスマナーセミナー開催

串間市アクティブセンター自主事業の一つとして、高校生や若手職員などを対象にした「電話対応・ビジネスマナーセミナー」を開催します。受講料は無料ですので、お気軽に申し込みください。

●日 時 10月27日(土)午前9時半～11時半

●場 所 アクティブセンター研修室

●受講料 無料

●申込締切 10月20日(土)

問・申 串間市アクティブセンター ☎72-4412

整体操で元気な体に！

健康運動指導士による 整体操教室のお知らせ

整体操は身体の機能を広く整える施術であり「身体の痛みの緩和」「姿勢が良くなる」「スポーツのパフォーマンスの向上」「美容効果」など身体に良い効果があると言われています。

整体操を基礎から学んでみたい方や肩こり・腰痛・坐骨神経痛など、体の痛みでお悩みの方などにおすすめです。

●日 時 10月25日(木)午後7時～8時半

●場 所 農村環境改善センター(さくらさくら認定こども園の横)

●参加費 無料

問・申 串間市農村環境改善センター ☎72-7502

自分らしい人生について考えてみませんか?

終活をテーマにした講演会のお知らせ

●日 時 11月6日(火)午後6時半～8時半

●会 場 南郷ハートフルセンター(日南市南郷町中村7051-25)

●参加費 無料

●申込締切 10月26日(金)

●基調講演

▷演題 「わたしらしく生きるために」

▷講師 宮崎大学大学院教授 板井孝志郎氏

●その他 串間市民病院、県立日南病院の事例発表や意見交換も予定

問・申 公益社団法人宮崎県看護協会 ☎0985-58-0622

ふるってご応募ください

文芸誌「ひおうぎ」第9号作品募集

文芸誌「ひおうぎ」第9号の作品を全民対象に募集します。

●応募作品 小説(原稿用紙10枚以内)・随筆(原稿用紙3枚以内)・詩(40行以内1篇)・短歌(5首)・俳句(5句)・川柳(5句)

●応募規定

・原稿用紙は400字詰めを使用し、縦書きして下さい。

・作品には必ず題名、住所、地区名、氏名、電話番号を記入して下さい。

・応募原稿は返却しません。

・2部門まで応募できます。

●応募締切 平成31年1月10日(必着)

問・申 串間市文化協会 ☎72-3456

徒然なるまほー

隨想
すいそう

「挑戦することを
恐れないで」

東南アジアの旅はかけがえのない経験に

私は去年の11月から大学を1年休学し、「ほらいやー」というブログラムを利用して9ヶ月間東南アジアを旅しながらボランティアをしてきました。

一番印象に残ったのは半年間、英語と日本語を教えていたカンボジアです。私の住んでいたところは各家庭にヤシの木やマンゴーの木、トロピカルフルーツがたくさん生えており、自然がたっぷりでした。キッチンは外の小屋みたいなところにあり、冷蔵庫を持っている家庭などはほとんどありません。井戸もまだまだ現役です。近所の方々はとても温かく接してくれて、会うといつも「ニヤムバーイナウ? (ご飯食べた?)」や「タウナー? (どこ行くの?)」など私に挨拶してくれました。生徒の子どもたちも遠くから「あゆみーあゆみー」と大きな声で呼んでくれて、毎日外で、手作りの縄跳びや鬼ごっこをして遊ぶのがとても楽しかったです。カンボジアの自然と人の温かさは私の生まれ育った町、串間に似ています。串間もどこに行つても自然が豊かで、人も心に余裕があり笑顔が多いです。初めて

行つた街なのに地元の串間を思い出し懐かしい印象を受けました。しかし、この9ヶ月間は楽しいことはありました。この将来のために何ができるのか分からなかつたり、指導方法に悩んだりしていました。特に辛かつたのは、自分が「外国人」ということを実感することです。長期で外国に住んだことのある方なら共感していただけると思うのですが、現地の人々にとっては無意識でも何だか自分がのけ者にされているような、「お前は私たちとは違う」と言われて見ます。そのたびになぜか串間の夢を見るのです。夢の中で何をしていましたかはあまり覚えていませんが、実家や高校の風景が浮かんできます。この夢を見るたびに「串間から」とまでせつかく來たんだからがんばる」という気持ちになりました。

この旅を通じて、私は世界にもつ果がきちんと出る社会、例えば学校と教育を普及させるには教育の成績を卒業した後に就職先がある、という社会を実現させるのが大事だと考えようになりました。具体的に野田歩美(21歳)

1997年串間市生まれ。宮崎県立福島高校を卒業後、神戸市外国语大学に入学。大学3年時に休学し、国際NGO団体 NOCEの「ほらいやー」というプロジェクトに参加し東南アジアを旅する。

TOPIC

秋の訪れ告げる巨大ススキ

9月上旬から中旬にかけて大東地区の揚原交差点付近でパンパスグラスが見ごろを迎え、風に揺れる銀色の穂が一足早く秋の訪れを感じさせていました。パンパスグラスはイネ科の多年草で、草丈は2~3メートルを超える高さがあり、毎年通行人やドライバーの目を楽しませています。

EVENT

第3回串間焼酎まつり

地元の焼酎を飲んで盛り上がりよう

2018年11月9日(金) 17:00~20:00 会場: 串間商工会議所

■串間焼酎無料ふるまい
■地場産品多数出店
■DJ&ライブをお楽しみに!

先着130名様にオリジナルグラスプレゼント!

問合せ先: 寿海酒造株式会社 (0987) 72-5611

串間市の3蔵元(寿海酒造、幸蔵酒造、松露酒造)自慢の焼酎の無料振る舞いや串間産食材を使ったおつまみや軽食の販売が行われます。さらに地元で活動しているDJによる音楽も会場を盛り上げます。先着130名様にはオリジナルグラスをプレゼント! 焼酎好きはもちろん、焼酎の飲めない方には、梅酒や金柑酒をご用意。缶ビールやソフトドリンクの販売もあります。みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

- 日時 11月9日(金)午後5時~8時
- ※雨天決行
- 会場 串間市総合運動公園
- 内容 小中高生のエコメッセージ発表やステーシイベント、地場産品の出店など

※今年はキャンドルナイトの写真投稿を募集し、後日エコメッセージと共に展示して、優秀作品を表彰します。応募方法など詳しくはお問い合わせください。

●問い合わせ先 事務局(河野さん) ☎090-1199-5496

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。

EVENT

キャンドルナイト～今しま2018

家の照明を消してエネルギーと地球環境について考えてみませんか。「ちきゅうのためにできること100人の一步で」をテーマに、3000個の手作りキャンドルが幻想的な空間を作り出します。ぜひご来場ください。

- 日時 10月7日(日)
- 午後3時半~7時半(点火は5時半)
- ※雨天の場合は8日(月)に延期
- 会場 串間市総合運動公園
- 内容 小中高生のエコメッセージ発表やステーシイベント、地場産品の出店など

※今年はキャンドルナイトの写真投稿を募集し、後日エコメッセージと共に展示して、優秀作品を表彰します。応募方法など詳しくはお問い合わせください。

●問い合わせ先 事務局(河野さん) ☎090-1199-5496