



● 串間市立図書館
☎ 72-1177
● 開館=午前10時～午後6時
● 休館日=毎週月曜日
● HP = <https://www.city.kushima.lg.jp/library/index.html>

新刊情報

- ・黄金旅程(馳 星周/著)
- ・能面鬼(五十嵐 貴久/著)
- ・やまのめの六人(原 浩/著)
- ・吾妻おもかげ(梶 よう子/著)
- ・一ノ瀬ユウナが浮いている(乙一/著)
- ・神様の友達の友達の友達はぼく(最果 タヒ/著)
- ・博多さっぱそうらん記(三崎 亜記/著)
- ・ロミオとジュリエットと三人の魔女(門井 慶喜/著)
- ・チンギス紀12(北方 謙三/著)

「田辺聖子 十八歳の日の記録」



田辺聖子/著
大空襲、敗戦、父の死、作家への夢…。2021年に発見された、田辺聖子が1945～47年の青春期をつづった日記。田辺文学の源泉にして、一級の時代の証言。『文藝春秋』掲載に雑誌未収録の日記、小説などを加え書籍化。

蔵書点検

図書館の本の点検のため、
2月7日(月)～12日(土)まで
休館いたします。
休館中は返却ポストをご利用ください。



「博物館の少女」
富安陽子/著
明治16年、文明開化の東京にやってきた大阪の古物商の娘・花岡イカルは、上野の博物館の古蔵で怪異の研究をしている老人の手伝いをするようになる。博物館を舞台に、謎が謎を呼ぶ事件を描く。

「健康」特集



寒くて動けなかった、お正月に食べ過ぎてしまった…。そんな方も多いと思います。
スッキリとした気持ちと身体で新年を健やかに過ごすための本を集めてみました。

イベント情報

としょかんおみくじ

●日にち= 1月4日(火)～7日(金)
今年も「としょかんおみくじ」を行います。大吉を引いた方には粗品を差し上げます。本を借りて、今年1年の運勢を占ってみませんか？

地域づくり

動き出した

「地域での支え合ひ」④

本市では、地域に住む住民が支え合い、豊かに暮らしていくための仕組みづくりとして、旧中学校区単位で地域連携組織の設立を推進しています。

これまで、既に地域連携組織として活動を開始した3地区(本城・都井・北方地区)について、その取り組みと計画についてお知らせしてきました。

今回は、地域連携組織の設立に向けた準備を進めている「市木地区地域連携組織設立準備委員会」(長野秀明会長)の取り組みについてご紹介いたします。

市木地区は令和元年度に地域連携組織設立検討委員会を立ち上げ、そのあり方について議論を重ねてきました。

皆さんもご存じのとおり、市木地区は豊かな自然に恵まれており、それらが織り成す景観や雰囲気、市民のみならず県外の観光客など多くの人を魅了している地域です。

そのような地域においても、

人口減少・少子高齢化といった要因から、多くの課題を抱えており、それを少しでもよりよい方向へ変えていくため、市木地区地域連携組織設立準備委員会が活動しています。

今年度は新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、集まりなどが制限され思うように活動できない期間もありましたが、10月から宮崎県中山間・地域政策課が主催する「みやざきびなた生活圏づくり事業 地域ワークシヨップ」に取り組んでいます。

地域課題の掘り起こしと、これから市木地区地域連携組織が取り組んでいく活動内容について、委員だけではなく住民の皆さまにもご参加いただき真剣な議論を交わしました。多くの方が議論に参加していただいたことでこれまでと違った視点での課題提起などもあり、充実したワークシヨップになっております。

今後は、準備委員会の皆さまによって具体的な取り組みと活動



市木地区地域連携組織設立準備委員会事務局(市木支所内) 担当: 佐藤 ☎ 71-5011

計画を策定し、来年度の地域連携組織設立を目指してまいります。
市木地区における支え合ひの仕組みづくりはこれから本格的に動き出します。興味関心のある方、また地域の課題解決のために具体的なアイデアをお持ちの方がいらつしやいましたら、ぜひご意見をお聞かせください。市木地区にお住まいの方は「できるときに」できる人が「できる範囲で」構いませんので、活動の際にはご協力をお願いいたします。

地域おこし協力隊 活動日記



No.57 毎日のごはんは宝物



2022年、新しい年がスタートしました。と同時に、地域おこし協力隊の退任まで残り1年となり、ラストスパートに入りました。皆さま方のお力添えにより今日まで歩んでこられたこと、深く感謝いたします。

お惣菜。そんな食生活を長いことしていたら、40代には体が耐え切れなくなり、やっぱり病気に。「もっと自分の身体を大切にすればよかった」と後悔し、やっと気が付きました。食が体の細胞を作っているということ。食が命を作っていることを。

な献立ですか?野菜の出現率が爆上がりしていること最近のわが家のごはん。写真の献立は、水菜と椎茸のアーリオオリーブに、大根とお豆腐のお味噌汁、こんにゃくの甘辛煮、大根の梅酢漬け、お米にはお味噌汁の出し殻ふりかけ。野菜中心のごはんです。野菜の皮はもろろん、芯にある成長点(植物の根や茎の先端にある細胞分裂の活発な部分)や種は、生命力が溢れているので栄養豊富。そんな部分を捨てるなんてもったいない。春夏秋冬、その季節ごとに新鮮でおいしく、栄養価が一番蓄えられた旬の野菜を、皮も芯も種も丸ごと全部いただいています。

そんなこんなで、食の大切さを改めて考えていたとき、「毎日のごはんの大切さ」をひたすら楽しく全国に発信している食育団体と出会い、気が付いたらその団体の認定料理講師に。今は仲間の講師たちとオンラインで食育活動を行っています。そして、串間で農業に携わる仕事をしようになつてからは、串間の食を通して人を元気に、串間の特産物や地域をもっと好きになつてもう一つのために、できることは何だろうと考えていたとき、「串間市食生活改善推進員(通称:食改さん)メンバー募集」のチラシを見つけた。そして現在は食改さんの養成講座を受講しています。食が人を作り、人が地域を作る。食改さんを通じて、串間の農産物と共に、いつまでも元気にいきいきと過ごせる地域づくりに貢献できたいいなと思ひながら、勉強させていただいています。

年金トピックス

新成人の皆さん おめでとうございませう!

◎20歳になったら国民年金

公的年金制度は、「世代と世代の支え合ひ」が基本です。国内に居住する20歳以上60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、国民年金の保険料を納めることとなります。

◎国民年金(基礎年金)3つのメリット

- ①老後を支えます(老齢基礎年金)
- ②病气やけがで障がい状態になったときに支えます。納付、免除(一般・学生)をされている方が該当になります(障害基礎年金)
- ③加入者が亡くなったとき、子のある配偶者、子を支えます(遺族基礎年金)

◎保険料の「学生納付特例制度」と「納付猶予制度」

学生などで収入がなく保険料の支払いが困難な場合は、保険料納付猶予制度があります(毎年手続が必要ですが)。

「公的年金などの源泉徴収票」が送付されます!

令和3年中に老齢・退職を事由とする年金を受給される方に、日本年金機構から「源泉徴収票」が送付されます。所得税の確定申告などで必要になりますので、大切に保管してください。