



AIR Review 7

令和5年7月18日 第245号

・ 広報あいら [アイラビュー]

.18

2023

クローズアップ 8.1水害に学ぶ防災

知るのち 備えるのち 雨

AIR Aview 7 .18

2023

今月の表紙
雨の中の少女



今月の表紙は重富の狭霧神社(平松5668)で撮影。享保元年(1716)に創建された神社は子どもたちの元気な声が響く白金原森林公園に隣接し、梅雨時期には様々な色や形の紫陽花が美しく咲き誇る隠れた名所になっています。

令和5年7月18日発行/第245号

発行 始良市役所

編集 秘書広報課広報広聴係

〒899-5294

鹿児島県始良市加治木町本町253番地

TEL 0995 (66) 3111

FAX 0995 (62) 3699

あいらびゅーFMで広報紙が聴けます♪ 89.1MHz

【お知らせ&広報あいらプラス】

- 毎週月・水・金・土・日の朝7:55～、夕方5:55～(5分番組)
- 第2・4水曜日の朝10:00～(30分番組)

- 02 もくじ
- 03 クローズアップ「知るのち備えるのち雨」
- 08 まちの話題「あいらフラッシュ」
- 09 新庁舎をつくる。#54、喜撮あい楽(きどあいらく)
- 10 子育て情報ページ「アイラキッズ」
- 11 子ども館の愛称募集
- 12 図書館だより「ぶらっと、まちかど図書館」
- 13 夏休みのイベント
- 14 健康生活「特定健診で血圧を知ろう!」、医師談#13
- 15 健康づくりを応援する「アイラリー」
- 17 市職員採用試験情報
- 18 お知らせ「くらしガイド」
- 26 休日在宅医
- 27 各種無料相談カレンダー
- 28 錦江湾の夕風、あいらひすとーりー便
- 29 国体情報レポート
- 30 ダイアログカフェ、エコアクション、市長の興味しんしん
- 31 情報の芽
- 32 ジオパーク#14、ジムービー〜地元で映画を〜
- 33 読者の声
- 34 プレゼント、あいらびゅーFM、編集後記
- 35 今月の始良人 - 手話通訳者/手話講師 濱川 千鶴子 さん -

R5.7.1 現在

	市の人口	対前月比	対前年同月比
人口	78,120人	(-17)	(+67)
・男	36,753人	(-6)	(+99)
・女	41,367人	(-11)	(-32)
世帯	38,283世帯	(+29)	(+345)



「広報あいら AIRView」をいつもそばに。

マチイロ

Google play

Available on the App Store



第47回 全国高等学校総合文化祭

2023 かがしま 総文

2023 KAGOSHIMA SOUBUN



大会マスコットキャラクター「かごまる」

入場・観覧 無料

2023 7/29(土) ▶ 8/4(金)

会場 始良市文化会館 加音ホール

「総文祭」は各都道府県代表の高校生による芸術文化活動の祭典。全国から約2万人の高校生が集まり、観覧者は約10万人にもものぼる注目の催しです。文芸部門の会場となっている始良市文化会館加音ホールでは文芸部誌の展示や散文、詩、短歌、俳句の交流会・記念講演の観覧が楽しめます。

一般観覧が可能な日時

7月30日(日) 13:00～16:30

7月31日(月)～
8月2日(水) 9:30～16:30

8月3日(木) 9:30～12:00

※ 最終日には講社文庫出版部による記念講演が予定されています。





クローズアップ 8・1水害に学ぶ防災

知るのち 備えるのち 雨



平成5年(1993)、本市は7月31日未明から8月2日まで続いた大雨で土砂崩れや土石流など未曾有の豪雨災害「8・1水害」に見舞われた。後に気象庁は鹿児島市を中心とした地域を襲った8・6水害と併せて「平成5年8月豪雨」と正式に命名。記憶にも記録にも残る大災害となった。

あれから30年が経ち、当時の子どもたちは親世代になった。8月豪雨を知らない世代も多くなる中、本号では、また来るかもしれないあの日に備えるため、改めて8月豪雨をふり返る。



30年前の8月1日、狹霧神社の横を流れる水路を伝うように土石流が発生。社や鳥居は土砂に飲まれてしまった。

大雨の脅威「8・1水害」

「7月末から大雨が続いて消防詰所に10日ほど泊まり込んだ記憶があります」と話すのは当時、平松分団(重富)の団員として活動にあたっていた黒木俊巳さん。連日、団員総出で避難誘導や安全確保を呼びかける広報活動に出動していた。

7月31日未明から雨が強まり、8月1日の朝は猛烈な大雨。1時間に100ミリを超える雨は、まさにバケツをひっくり返したような勢いで、ワイパーを一番早く動かしても、まともに前が見えないほどだった。市内では、いたる所で土砂崩れや土石流が発生。なかでも傾斜地と居住地域の距離が近い重富地区では多数の被害が確認されたため、黒木さん含む団員らは家々を一軒ずつ回り避難するよう呼びかけた。「土間まで水没した家の中で仏壇に手を合わせている老人を発見した時には、腰まで水につかり担いで逃げました」と黒木さん。到底、高齢者が避難できるような状況ではなかったという。▼

経験のない大雨

鹿児島を襲った大雨の猛威



ドアノブの高さあたりまで流れ込んだ土砂。



桜島サービスエリアも被災



ガードレールの下は水路になっているが、一面が土砂で埋まってどこが水路かわからない。



黒木俊巳さん



何トンもあるような石がそこら中に転がる。大きな石は路面を割り、流れる水は土を削るため、道路には亀裂のような裂け目ができた。

生死を分かつ英断

夕方になると消防本部から吉田方面の様子を確認してほしいと要請を受けた。団員数名とともに黒木さんも消防車に乗り込み、イケダパン近くの消防詰所を後に……。出動してほどなく、思川にかかる城瀬橋にさしかかった。一旦停車し川の水位を確認。「少し手を伸ばせば水面に手が届くほどだった」という思川は木も石も巻き込んで流れるほど増水していた。団員たちは雨も降り続いていたのでため注意を払いながら低速運転で橋を走行することにした。

運転手がゆつくりとアクセルを踏み前進し、橋の中腹まで来たその時、前方に続いていた橋は積み木が崩れるように川の轟音の中に消えた。「バックしろっ」という声とともに急後進。「2・3秒速く走行していたら消防車ごと濁流の中だっただろう」と九死に一生をふり返る。

恐怖の瞬間からいくらかもたないうちに団員たちは後続車が川に転落しないよう消防活動を再開。侵入防止のロープを張り、

対岸の事業所にも連絡。橋の付け根に車を横付けしてもらいバリケードを作った。

この迅速な対応で城瀬橋の流失による死傷者はなかったが、同時に国道10号も通行不能となっていたため重富から鹿児島方面への主要な道路は寸断されることとなった。

追い打ちをかける大雨

平松分団は8月1日以降も土砂の撤去や、信号が機能していない交差点での交通誘導に追われていた。「溜まる疲労や睡眠不足、空腹で冷静ではいられなかった」と話すのは同分団の松元滋美さん。城瀬橋の流失時に消防車に乗っていた一人だ。

幾日も同じような作業を続け日付も時間もよくわからなくなっていた。8月3日以降、小康状態だった雨がまた勢いを取り戻したように降りしきる中、松元さんは次の活動に備え、ガソリンスタンドで消防車の燃料を補給していた。すると鹿児島方面から、軽トラが荷台に何かを乗せて走ってきた。近づいてくるとそれは何人もの避



高速道路のり面も数十メートルにわたって崩落。



黒木さんらすんでのところで落下を免れた城瀬橋。復旧したのは平成6年10月のこと。

計り知れない インフラへの打撃

平成5年8月豪雨による本市の被害状況

死傷者	5人
住家被害	
全壊	17棟
半壊	20棟
一部損壊	48棟
床上浸水	49棟
床下浸水	1041棟

※鹿児島地方気象台HP「市町村別被害状況」



まるで川のような状態の生活道路。

松元滋美さん



難者に乗せた平松分団員の軽トラだった。聞けば国道10号で大規模な土砂崩れがあり、立ち往生する要救助者が多数いたため数人に乗せてきたのだという。「この出来事が8・6水害の始まりだった」と松元さんは話す。

大変なことが起きていると現場に急行。大雨の中、JRの線路に沿うように避難する人々が数珠なりになっていた。ちょうど鹿児島市との市境にある平松神社のあたりは道路が水没していて通行できなくなっていた。避難輸送は消防団だけでは足りない状況だったため警察、自衛隊、バス事業者らと協力して、避難所とのピストン運行で要救助者を運んだ。「避難誘導は夜通しでした。真っ暗な中、吉野台の山々がゴーンと鳴くように大きな音を立てていて生きた心地がしませんでした」と松元さん。いつ土砂災害が発生してもおかしくなかったが覚悟を決めて活動にあたったと話す。



いつもそばに もちだしぶくろ 「持出袋」

多くの被害と教訓を残した8月豪雨。過去に学び活かすため「避難」について県防災センターの解説員馬場ひとみさんにポイントを聞きました。

「大切なのは日頃の心と物の備えです。『買っておけばよかった』『揃えておけばよかった』ということがないように、非常用の持出袋は一人につき一つ準備することが望ましい」といいます。ここでは持出袋に入れておきたい必須のアイテムの一部と豆知識を併せて紹介します。

Point!!

避難時は水と食べ物が必須です。暑い季節の避難所は高温多湿で熱中症のリスクも高くなっています。塩分補給できるようなタブレットも一緒にしておくといでしょう。持ち出す食べ物は熱処理を必要としない缶詰がおすすです。しかし、重さや缶切りが必要なものかどうかを確認することが大切です。



傘はささずに—。冠水すると足元は見えづらくなります。側溝や越水により外れたマンホールなどに落ちると大惨事。避難時はカッパを着用し、傘で足元を確認しながら進むと危険を回避できます。



鹿児島県防災研修センター
馬場 ひとみさん



Point!!

大雨や台風での避難所滞在はいつまで続くかわかりません。薬や保険証、既往歴を携行しましょう。薬などは大きな荷物にならないので、種類・量ともに少し多めに準備しても良いかもしれません。保険証やお薬手帳は日常で使用する機会も

あるため、定期的のコピーをとって、それを防災バックに詰めておくことも工夫のひとつです。

Point!!

雨に濡れながらの避難は体温を奪われます。子どもや高齢者は特に体温調節が難しいため替えの下着や上着、タオルの準備をしておく目安です。衣類などは収納時にスペースをとるため、圧縮袋を活用すると持ち運びの効率がアップします。圧縮袋で濡れるのを防ぐこともできます。



「長い避難所生活には、物の備えも重要ですが心の支えも必要」と馬場さん。家族の写真や手紙など、持出袋にひとつ忍ばせておくと、心落ち着くきっかけになるといいます。そして「今できることをする」ということの重要性を訴えます。平時の家族時間で防災マップを確認したり、実際に持出袋をもって避難所まで歩くコミュニケーションをしたり、命を守るために今できることはたくさんあるのです。



市危機管理課
田畑 直貴 主任主査



防災情報も
まるっと確認！

掲載内容は必要に応じて随時更新しますが、確認できる主な内容は次の通りです。

- 01 避難所情報
- 02 気象情報(鹿児島地方気象台)
- 03 危険度分布図「キキクル」(気象庁)
- 04 河川情報(県河川砂防情報システム)
- 05 公共交通情報(各種交通機関HPにリンク)
- 06 公共施設開館状況
- 07 停電情報(九州電力)
- 08 防災関連マップ
- 09 休日・夜間診療案内 など

ひっくるめました。
防災情報



市HP防災情報は
コチラから

市ホームページ内の防災情報を整理しました。防災関連情報を掲載している県や国のリンクもまとめているため、最新情報を確認することができます。



見てほしい、来てほしい

Check!

ホームページの「防災情報」
初開催の防災フェスタ

始良市消防本部 PRESENTS

こども消防
防災フェスタ
2023

日時 8月6日(日)9:00~15:00

場所 加音ホール・加治木運動場

防災に関する体験コーナーや展示物、ペット避難の講演など内容盛りだくさん。楽しみながら防災知識を深めることができます。キッチンカーもやってきますので、是非ご家族でお越しください♪

やってみよう！体験コーナー

心肺蘇生法・放水訓練
エコ体験・災害時トランシーバー操作
炊き出し調理・実食会・担架づくり
手作り射的・クラフト葉書づくり
HUG訓練(避難所運営ゲーム) など



たりきって、シャッターチャンス！

DMATユニフォームの試着
自衛隊制服等の試着 など

特別講演

備えあれば憂いなし
～ペットと一緒に防災対策～
講師/県獣医師会 動物防災委員会 佐々木 弘一 氏

展示物
ドクターカー
ドクターヘリ
自衛隊車両
避難時のアイテム
など

☎ 消防本部警防課 ☎ 63-3818



topic 1

「始良きんこうWAON」利用金額の一部
イオン九州株式会社が市へ寄附



6月1日、イオン九州(株)から電子マネー「始良きんこうWAON」利用金額の一部を寄附していただきました。イオングループとは、平成28年度に地域貢献協定を締結し、あらゆる活動を通して地域活性化に取り組んでいます。いただいた寄附は市の産業振興などに活用させていただきます。

topic 2

地域の現状や課題について意見交換
知事とのふれあい対話が始良市で開催



6月4日、始良公民館で塩田康一県知事と県民が意見交換する「ふれあい対話」が開催されました。推薦と公募で参加した15名は特別支援教育の充実や県道整備、観光振興などについて意見を交わしました。また、市内外から傍聴者も多く訪れ、有意義な一日となりました。

topic 3

めざせ全国制覇
グラウンドゴルフ同好会「思川みどり会」が優勝



5月12日、特別国民体育大会鹿児島大会県予選で思川みどり会グラウンドゴルフ同好会が男性チーム・女性チーム共に優勝し、県代表として国体出場権を獲得しました。4・5年前から国体に向けて試合を重ねてきた同会。9月24日、25日に霧島市での全国大会に出場予定です。

topic 4

4年ぶり、コガネグモたちの真剣勝負
国の選択無形民俗文化財「くも合戦」開催



6月18日、400年以上の歴史をもつ加治木町くも合戦が加治木福祉センターで開催されました。今年は市内外から約100人が出場し、自慢のくもを戦わせました。親子連れや外国の方の姿も多く見られ、約1500人の観衆がコガネグモの白熱した戦いに熱い視線を送りました。



topic 5

燃ゆる感動かごしま国体開催100日前のイベント
あいらスポーツフェスタ2023開催



6月25日、燃ゆる感動かごしま国体開催100日前のイベントとしてビーラインスポーツパーク始良でスポーツフェスタが開催されました。本市が競技会場となっているゴルフやバスケットボール、ライフル射撃などのゲームを多くの子どもたちが体験しました。

topic 6

JAあいらが企画・製造、国体を応援
かごしま国体デザインペットボトル完成



6月28日、かごしま国体特別仕様ラベルの「きりしま茶」がお披露目されました。ペットボトルには県公式キャラクターの「ぐりぶー」、湧水町の「ゆうたん」、本市の「くすみん」がそれぞれの競技コスチューム姿で描かれています。本市と湧水町のJA窓口やAコープなどで購入できます。



新庁舎 をつくる。

episode 54

今回は、新本庁舎・加治木複合新庁舎の建設工事などについて取り上げます。

☎ 庁舎建設係 ☎66・3075

本庁舎
・
加治木庁舎

始良庁舎2号館 エレベーター取替工事

7月から2号館の老朽化したエレベーターを取り替えるため利用を停止しております。

工期は11月までを予定しており、車いすの方などで工事期間中、2・3階にご用のある場合は1階案内受付にお申し付けください。しばらくの間ご迷惑をお掛けしますが、ご理解くださるようお願いいたします。

加治木複合新庁舎 基礎工事に着手

6月から加治木複合新庁舎は基礎工事に着手しています。11月から骨組工事、年明けに屋根・外壁工事に着手予定です。建物の完成は令和6年9月をめざしています。



加治木庁舎横グラウンドに建設中の加治木複合新庁舎。2023.6.28撮影

建設工事中的新本庁舎内部

(2023.6.28 撮影)



1階窓口



3階執務室



5階機械室



ワンポイント 初夏を感じさせる表現力が素晴らしい。

題名 風薫る五月
場所 思川
撮影者 都外川弘孝
撮影日 2023/04/23/15:48
データ f/8 1/1000 sec. ISO 200
Canon EOS RP

ワンポイント 2人の小学生が画面を引き立てています。

題名 驚きの野焼き
場所 蒲生前之郷橋
撮影者 川畑憲一
撮影日 2023/03/15/15:07
データ f/8 1/60 sec. ISO 100
NIKON D780



SCENE 56
きど 喜撮 あいらく
KIDO - AIRA - KU

このコーナーは、写真を通じて始良市の魅力を伝えるきっかけづくりを目的としています。フォトアドバイザー兼色彩士で本市生涯学習講座の写真講師を務める松田芳一さんの協力を得て、毎月四季の風景や観光スポットを中心に掲載します。市ホームページとInstagramでも公開中。

検索

「始良きどあいらく」
@kido_aira_ku

広報広聴係
☎66-3111



赤ちゃん連れの避難に プラスワンで備える



もし、災害が起きて小さい子どもを連れて避難する場合、何を持って避難すれば良いか咄嗟に判断するのは困難です。日頃から災害を想定して備えをしておくことが大切です。家族用の避難グッズを準備しておくことはもちろんですが、災害時にあると安心な赤ちゃんのための備えを今回紹介します。

一つのバッグに詰めておきたい防災グッズ

※普段使用している母子手帳や抱っこひもがあると安心です。

- 携帯トイレ**
100円ショップなどで購入可。
- おしりふき・流せるティッシュ**
パパママの衛生用品としても重宝。
- 抗菌スプレー**
感染症予防や衛生状態を保つ。
- 携帯ポンチョ**
寒さ対策や雨具として幅広く活躍。
- 液体ミルク・ベビーフード**
開けてそのまま飲むタイプのミルクやおやつなど。ゼリー飲料は水分が取れて利尿作用が低くおすすめ。

問 防災係 ☎66-3063

市や地域子育て支援センターが主催するイベント情報など

市子育て応援広場 イベント情報

イオンタウン始良では未就学児を対象に、親子で楽しめるイベントを定期的開催しています。お気軽にご参加ください。



日程・内容 7.24 (月) 11:00~11:30 親子でワイワイ夏祭り

くじ引きや金魚すくいなど催しものが盛りだくさん

場所 イオンタウン始良 東街区1階 風のコート

問 市子育てコンシェルジュ ☎55-1087 (土・日・月曜日の10:00~15:00)

おかたづけのキホンの㊦ 8.8 (金) 10:00~11:00

パズルを使ってお片付けを親子で疑似体験。片付け力をのばそう!

定員/親子10組(託児なし。申込多数の場合は抽選)

講師/野村 聡子氏(整理収納教育士)

対象/3歳~未就学児

申込期限 7/31 (月) 午後4時

場所・問 かじき親子つどいの広場「かじきっず」☎73-6912

色の力で元気に暮らそう 8.24 (水) 10:00~11:00

色の力を知り、色を暮らしに上手に取り入れて、豊かに過ごす。

定員/親子10組(託児あり10人。申込多数の場合は抽選)

講師/がた ちさと氏(カラーセラピスト)

対象/0歳~2歳児

申込期限 8/16 (水) 午後4時

場所・問 あいら親子つどいの広場「あいあい」☎73-5333



Takeshita MEI

竹下 芽彩ちゃん R3.7.17生まれ

芽彩ちゃんのお顔がみんな大好きだよ!お兄ちゃんと仲良く笑顔いっぱい大きくなってね!

パパ:賢太さん・ママ:香織さん・兄:瑛さん

オススメ遊び場
【市内】松原たいこ公園、イオンタウン始良
【市外】りぼんかん

関心ごと
雨の日でも遊べる場所



Abiru WAKA

阿比留 和花ちゃん R2.7.6生まれ

3歳のお誕生日おめでとう!これからもお兄ちゃんと仲良く、すくすく大きくなってね!

パパ:真之介さん・ママ:理佐さん・兄:大智さん

オススメ遊び場
【市内】蒲生中央公園
【市外】いおワールドかごしま水族館

関心ごと
水遊びスポット
積みごと
夜べムラとトイレトレーニング



Yamagami SORA

山上 昊来くん R3.7.11生まれ

色々な所に行ったり色々なことしたり、たくさん思い出つくりたい!

パパ:祐平さん・ママ:瑠夏さん

オススメ遊び場
【市内】高岡公園、陶夢ランド
【市外】いおワールド鹿児島水族館、吉野公園

関心ごと
子どもの興味や関心の見つけ方、のび方
積みごと
始まりだしたイヤイヤ期の乗り換え方



Tanaka MICHINOSHIN

田中 倫之進くん R4.7.29生まれ

いつも健康なミッチー!笑顔ありがとう!

パパ:真之介さん・ママ:響子さん・兄:順太郎さん

オススメ遊び場

【市内】ようよう

【市外】鹿児島市こども館

関心ごと
お気に入りの絵本を探す

積みごと
離乳食の食材の切り方や柔らかさ



Mizuno AMANE

水野 天寧ちゃん R4.7.19生まれ

1歳も笑顔いっぱい楽しく過ごそうね!

パパ:慎二さん・ママ:有里さん

オススメ遊び場
【市内】あいあい、中央図書館
【市外】平川動物公園、りぼんかん

関心ごと
親子で遊べる施設
積みごと
おむつが早いこと



Hayata MASATO & EMA

早田 誠人くん・**咲舞**ちゃん R2.7.6生まれ R4.7.7生まれ

まーくん、えまお誕生日おめでとう!☆これからも兄妹なかよく過ごしてね!2人が大好きだよ!パパ:健史朗さん・ママ:奈々さん

オススメ遊び場

【市内】ピラリススポーツパーク始良・松原たいこ公園

【市外】吹上浜海浜公園

関心ごと

子どもたちと夏祭りなど季節のイベントに沢山行きたい

積みごと
子どもが走り回って追いつけないこと(笑)



**あいあい
ボーイズ
ガールズ**

抽選ご希望の場合は、あいあいでお申し込みください。申込多数の場合は抽選となります。次回の申込期限は8月6日(日)。対象は9月生まれのお子さんです。

2024年春 加治木ふれあい物産館跡地にOPEN予定

始良市

子ども館の 愛称を大募集♪

応募期限

8月18日^金
必着

子ども館の愛称に
じゅっぴんかばんこーろ



子育ての“輪”が広がる「ゆめエリア」

子ども同士・親同士のつながりをつくり、育む場所

輪

和

4つの
コンセプト

話

環

子育ての“和”が広がる「ゆめエリア」

気軽に利用でき和むことができる、やすらぎを得られる場所

子育ての“話”が広がる「ゆめエリア」

気軽に相談ができる場所、話が弾み、対話による仲間づくりができる場所

子育ての“環”が広がる「ゆめエリア」

次世代育成を支援する拠点、子育てを経験した世代の知恵や情報を引き継ぐ場所



外観イメージ



あそびのひろば イメージ



そらのひろば イメージ

施設概要

- 1 F 駐車場 屋外緑地スペース
- 2 F 屋内キッズスペース(あそびのひろば)、半屋外広場(そらのひろば)、一時預かり室、相談室、多目的室

応募資格

市内在住の方

応募方法

次の①～⑥の項目を記入し、持参・郵送・電子メールのどれかで応募。①子ども館の愛称(読み仮名で3～6文字程度)、由来(50～100字程度)

②氏名 ③年齢 ④生年月日 ⑤住所 ⑥電話番号

専用の入力フォーム(web)での応募も可。1人1点まで。

- ☑ 記入漏れがある場合、応募が無効になることがあります。
- ☑ 応募した愛称に係る全ての権利は市に帰属します。
- ☑ 決定や使用の際に応募作品を補正することがあります。
- ☑ 応募作品は返却しません。※応募に係る費用は自己負担。
- ☑ ほかの類似施設と重複しない名称にしてください。
- ☑ 個人情報とは本事業以外の目的では使用しません。採用者の氏名などはホームページや報道機関を含めた関係者に提供します。

発表方法

市広報紙とホームページ、公式インスタグラムで発表。

※採用者には感謝状と副賞を贈呈する予定です。



申込入力フォーム

専用の入力
フォームは
コチラ



公式インスタグラム

子ども館の
情報を
配信中

応募・問合せ先

〒899-5492 始良市宮島町25番地

始良市役所 子どもみらい課 子ども政策係

☎66-3248 E-mail : kosodate@city.aira.lg.jp

※持参の場合は加治木支所・蒲生支所の各ほけん福祉係でも応募できます。



ぶらっと、まちかど図書館



おサイフケータイで
かざして、
かりよう!



親子映画、貸出ランキング、蔵書検索、
各種サービスなど図書館情報はWEBで

あいらしりつとしょかん

検索

わたしの 一冊

図書館利用者の感想カードからご紹介♪

RECOMMEND

感想カード 今村葉子 さん

文豪、社長になる

門井慶喜著 文藝春秋

菊池寛の半生を群像劇のように語られている。一人で読むのならないが、周りに誰かいると笑いのツボが随所に隠されていて吹き出してしまいそうで危険。天才と俗人の間を自由自在に行き交いながらも直木賞受賞作家として日本の文学に貢献した素晴らしい人物。あつという間に読み終える面白い本である。

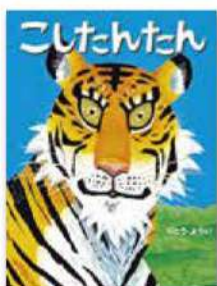


感想カード 匿名 さん

こしたんたん

りとうようい作 絵本館

動物たちの表情が最高!「そろーりそろーり」「こしとんとん」とても喜んでいました。リズムがあり、心をしっかりつかんで、絵も最高です!



NEW ARRIVALS

気になるオススメ新着本



花らんまんに元気 94歳

牧野富太郎 著 興陽館

好きなことだけして「90歳の壁」を越える! 平均寿命63歳(男性)の時代に94歳まで元気に生きた牧野富太郎が、その元気の秘訣を指南するエッセイ集。



「おかえり」と言える、その日まで

中村富士美 著 新潮社

今もどこかの山には、家に帰れずにいる人が助けを待っている。彼らを迎えに行くために今日も捜索を続ける。その実際の様子を民間の山岳遭難捜索チームの代表を務める著者が6つのエピソードで紹介する。



「自分の意見」ってどうつくるの?

平山美希 著 WAVE出版

問いを立てる、言葉を定義する、物事を疑う、考えを深める、答えを出す…。自分の意見をつくることに苦手意識を持っている人に向けて考えを組み立てる「フランス式思考法」を紹介。思考力を強化する練習問題も収録する。

絵本



ぬかどこすけ!

かとうまふみ 作 あかね書房

初めての仕事で張りきる入れものの“かめ”。でもおばあちゃんに入れられたのは、ぐちゃぐちゃしたものがっかり。おまけに毎日かまざられて、においと笑い声が! 中にいたのは…。ぬかづけのおいしい秘密がわかる絵本。

*本の紹介文は株式会社TRC図書館流通センターの「週刊新刊全点案内」から引用しています。

MONTHLY MOVIES

世界の名画・アニメーション

8月



中央図書館2階視聴覚室では、200インチの大
型スクリーンで毎週水曜に水曜映画会(土曜に再上
映)と土・日曜にこども映画会を開催しています。



※詳細は映画日よりをご覧ください(HPからもご覧いただけます。上記QR参照)。

水曜映画会 水曜日午後2時～・土曜日午前10時～

8月2日(水)、5日(土)	きばいやんせ!私
9日(水)、12日(土)	マディソン郡の橋
16日(水)、19日(土)	ぼくたちと駐在さんの700日戦争
23日(水)、26日(土)	レジェンド・オブ・ゴースト
30日(水)	100回泣くこと

こども映画会 土曜日午後2時～・日曜日午後2時～

8月5日(土)、6日(日)	凧になったお母さん
12日(土)、13日(日)	おしりたんてい プブックかいけつ! おしりたんていとうじょう!
19日(土)、20日(日)	ぼくは王さま たまごめいたんてい
26日(土)、27日(日)	トムとジェリーアカデミー・コレクション

BOOKS TO KIDS

中央図書館

お子さんへ、心地よい読み聞かせを

5日(土)、19日(土) 午後3時～

11日(金) 午前11時～

8月のおはなし会

おはなしだっこの会

加治木図書館

26日(土) 午前11時～

朝9時
開館

中央図書館 ▶ ☎ 64-5600

加治木図書館 ▶ ☎ 62-2605

蒲生公民館図書室 ▶ ☎ 52-1771

休 毎週月曜。

📅 8/11(祝)

📅 8/24(木)



8.5 **土** 10:00~15:00

第4回 大人気イベントを今年も開催!
水フェスタ



毎年、8月1日『水の日』をはじめとする1週間は『水の週間』です。市では貴重な資源である水について考え、触れるイベント『水フェスタ』を開催します♪



会場 船津浄水場

内容 浄水場見学

利き水体験

メダカすくい・ちびっこ配管工・消防放水体験

災害時の給水体験・スタンプラリー

キッチンカーの出店 などなど

※会場に駐車場はありません。臨時駐車場(西餅田公園近く)からシャトルバスをご利用ください。



問 水道事業部 ☎ 65-3450

自由研究のヒントがあるかも

夏休みのイベント



夏の風物詩

伝統芸能太鼓踊り

きらびやかな飾り付けや華麗な衣装・化粧、勇壮な踊りを是非、ご覧ください。



加治木
太鼓踊り大会 **水**

8.16

問 文化財係 ☎ 62-2111 内 211



蒲生
太鼓踊り公開 **月**

8.21

問 地域政策係 ☎ 62-2111 内 245



あいら市

花火大会

8.6 **日**

花火打上げ予定時刻
午後8時~

会場 加治木港



8.1 **火** ~ 31 **木**

あいらを巡り尽くせ!
バス乗り放題月間

市が交通事業者に委託して運行している「コミュニティバス」。なんと8月は乗車が無料!ちょっとしたお買い物やお出かけに、是非ご利用ください。



対象は10路線

対象路線は次のコミュニティバスです。乗り間違えにご注意ください。

- ①ふるさとバス蒲生・春花線(東回り・西回り)
- ②始良市3庁舎間巡回バス
- ③加治木地区循環バス(東回り・西回り)
- ④重富地区循環バス(重富駅・始良ニュータウン線)

蒲生地区巡回バス

- ⑤米丸・柘野線
- ⑥小川内・漆線
- ⑦西浦・火の宇都線
- ⑧小川内・西浦線
- ⑨くすの湯・久末線
- ⑩蒲生・山田・帖佐線

バスの時刻表は下記QRからウェブで確認できるほか、市役所や各校区コミュニティ協議会事務所でも受け取れます。



これから毎日
測ろうかな



今回は、**特定健診を受けて自分の血圧を知ろう**です。

●●
健康生活では、健康に関するさまざまなテーマで毎月お届けします。

今月号は、「特定健診を受けて自分の血圧を知ろう」です。日々の暮らしを振り返り、発症予防や重症化予防のために普段の生活の中で意識すべきことを考えてみましょう。

血圧とは…

特定健診の検査項目の1つに血圧があります。血圧とは心臓から全身に送り出された血液が血管の壁を押すときの圧力のことで、夜間睡眠中の血圧は低く、起きて活動している日中は高くなります。



● 万病のもとになる「高血圧」

血圧が高い状態の「高血圧」が続くと全身の血管に負担がかかり、脳や心臓、腎臓などの臓器に影響が出て、脳卒中や心臓病、腎臓病など重大な病気になる危険性が高まります。高血圧は自覚症状がほとんどなく自分では気づかないので、毎年健診を受けることが重要です。

市の特定健診・長寿健診は40歳以上の国民健康保険加入者・後期高齢者医療保険加入者が対象です。加入している健康保険によって、特定健診の実施時期・費用が異なりますので、ご確認のうえ受診をお願いします。

自宅で血圧を測ろう！

普段の血圧の状態を正確に知るために、自宅で血圧測定をすることが大切です。昼間の血圧が正常でも、早朝に血圧が高くなるなどの「仮面高血圧」に気づくことができます。

● 血圧測定のポイント

☑ 血圧計は上腕で測定するのがおすすめ。

☑ 測定のタイミング：1日2回（朝・夜）

朝 起床後、1時間以内、トイレに行った後、朝食の前、薬を飲む前

夜 寝る直前、入浴や飲酒の直後は避ける

☑ カフは心臓と同じ高さで測定。

☑ 椅子に座って1～2分経ってから測定する。



問 健康増進課 ☎66-3293

団塊の世代が後期高齢者となる2025年を控え、さらなる在宅医療の推進が求められる、2015年に「特定行為に係る看護師の研修制度」が制定されました。厚生労働省より指定を受けた研修機関で一定の教育研修を修了し熟練した技術に加え高度な知識と判断力を身に着けた看護師、いわゆる「特定看護師」が誕生しました。「特定看護師」は従来、医師しかできなかった一部の医療行為を実施することが可能になりました。在宅のみならず病院や介護施設などにおいて、看護師の仕事の幅が広が

広がるナースのお仕事



国立病院スタッフが健康と医療についてリレーコラムをお届け



ドクターコラム
医師談



三島 潤子

国立病院機構
南九州病院看護部長

ました。今後、ますますニーズの高まる医療や介護の場面においても、医療を支える担い手としての活躍が期待されています。

病院や地域の医療の現場などで働いている看護師の中には「認定看護師」や「専門看護師」といわれる資格をもった看護師がいます。病院では違う色のユニフォームを着て働いているかと思えます。がんや感染症や認知症、糖尿病、小児看護など幅広い専門分野があり、それぞれの分野で水準の高い看護実践者として、専門的で高度な知識と熟練した看護技術を用いて、看護ケアの向上のために活躍しています。ご興味のある方はいつでもご相談ください。

問 独立行政法人国立病院機構

南九州病院 ☎62・2121



健康づくりを応援

「アイラリー」が8月スタート!

健(検)診の受診や健康教室などに参加し、健康づくりを実践しながら、応募した参加者には参加賞(賞品未定)がもらえるポイントラリー「アイラリー」が昨年に引き続き、今年もはじまります。

この事業は健康づくりに取り組むみなさんが、積極的に健(検)診や献血をしたり、楽しく運動をしたりするなど、健康に対する意識の向上を目的としています。下のカード(ハガキ)に、「健康づくりの目標」と受診した健(検)診や参加した健康イベント、塩分チェックシートなどの記録を記載し、応募してもらう簡単なルールです。どうぞお気軽にご応募ください!



対象となる施設とイベントは、クローバーのマーク

🍀が目印! 広報紙のお知らせやチラシ・ポスター、対象施設にマークが付いています。

20歳以上の市民のみなさんが対象です

対象 始良市在住(1年以上)で20歳以上。市税などの滞納のない方。

応募条件 右記のステップ①~③をすべて実施し、下のハガキを作成のうえ、市役所に提出する。

応募期限 12月26日消印有効※応募はお一人様1回限り。

特典 参加者全員に参加賞(賞品未定)をプレゼント。決定次第、市ホームページでお知らせします。

×キリトリ線

POSTCARD

お手数ですが
切手をお貼り
ください

8 9 9 - 5 4 9 2

始良市役所 健康増進課
アイラリー事務局 行

🍀 切: 12月26日(消印有効)

ふりがな
お名前

生年月日 T・S・H 年 月 日

ご住所 899-
始良市

お電話

※記録漏れ、虚偽の記録は応募無効となります。
※記録が済んだカードは郵送いただくか、市役所、各総合支所各保健センターへご提出ください。
※個人情報などは当事業以外に使用しません。

3つのミッションクリアで、もっと健康に!

アイラリーへの参加方法



ステップ 1

健康づくりの目標を立てる

ウォーキングやラジオ体操など自ら取り組む健康づくりの目標を立てる。

ステップ 2

健(検)診などを受診する

対象になる健(検)診など

がん等セット検診、女性検診、血液検診、特定健診、長寿健診、歯周病検診、献血、人間ドック、職場健診

※カードに受診日や受診場所などを記入。

ステップ 3

健康づくりを実践する

塩分チェックシート(次項参照)を記入。自分の食事の状況を把握する。

対象の施設利用やイベントへ参加し、もらったスタンプ・シールを添付。または、血圧を測定し記入する。

対象施設名	対象利用	電話番号
ビーインスポーツパーク始良	テニスコート、体育館、ジム利用	66-4815
始良体育センター	体育館利用	65-2270
おおくすアリーナ	体育館利用	
大楠運動公園球技場	グラウンド利用	54-3356
多目的屋内運動場	屋内運動場利用	
加治木体育館	体育館利用	62-2111
さえずりの森	宿泊、イベント利用	62-6666
陶夢ランド	陶芸体験、講座、屋内運動場	62-1000
北山伝承館	施設内見学、講座	54-4125

※対象施設をご利用の際には、事務所等でポイントシールをもらってください。

ゴール 応募

123を左のカードに記入して市役所へ郵送(持参可)しよう!



食生活の塩分をチェック!

市では、食の視点から健康づくりを進めるため、「あいら適塩プロジェクト」を策定。「適塩＝適量の食塩を摂ること」について普及啓発を進めています。塩分チェックシートで食事の状況を把握し、改善を進めながら、おいしく健康づくりをはじめましょう。



おいしく
いただきます



食べる頻度
これらの食品を

点数	3点	2点	1点	0点
みそ汁、スープなど	1日2杯以上	1日1杯くらい	2~3回/週	あまり食べない
つけ物、梅干しなど	1日2回以上	1日1回くらい	2~3回/週	あまり食べない
ちくわ、かまぼこなどの練り製品		よく食べる	2~3回/週	あまり食べない
あじの開き、みりん干し、塩鮭など		よく食べる	2~3回/週	あまり食べない
ハムやソーセージ		よく食べる	2~3回/週	あまり食べない
うどん、ラーメンなどの麺類	ほぼ毎日	2~3回/週	1回/週以下	食べない
せんべい、おかき、ポテトチップスなど		よく食べる	2~3回/週	あまり食べない
しょうゆやソースなどをかける頻度は?	よくかける(ほぼ毎食)	毎日1回はかける	時々かける	ほとんどかけない
うどん、ラーメンなどの汁を飲みますか?	全て飲む	半分くらい飲む	少し飲む	ほとんど飲まない
昼食で外食やコンビニ弁当などを利用しますか?	ほぼ毎日	3回/週くらい	1回/週くらい	利用しない
夕食で外食やお惣菜などを利用しますか?	ほぼ毎日	3回/週くらい	1回/週くらい	利用しない
家庭の味付けは外食と比べていかがですか?	濃い	同じ		薄い
食事の量は多いと思いますか?	人より多め		普通	人より少なめ
○を付けた数	×3点	×2点	×1点	×0点
点数	点	点	点	点



まずは食生活を
チェックするのじゃ

適塩
マスコット
「てきえもん」

合計点	点
-----	---

合計点数	評価
0~8点	食塩はあまりとっていないと考えられます。引き続き減塩をしましょう。
9~13点	食塩摂取量は平均的と考えられます。減塩に向けてもう少しがんばりましょう。
14~19点	食塩摂取量は多めと考えられます。食生活のなかで減塩の工夫が必要です。
20点以上	食塩摂取量はかなり多いと考えられます。基本的な食生活の見直しが必要です。



記入もれがないか
チェックしてね



ポイントラリーカードは、市役所・総合支所・保健センターの窓口にあります。詳しくはWEB「あいらアいらラリー」で検索。

問 アイララリー事務局(健康増進課内) ☎66-3293

×キリトリ線

アイララリーポイントラリーカード

ステップ①②③の健康づくりを記録したら郵送、または市役所窓口へご持参ください。

ステップ1 目標を立てる
取組んでいる(目標とする)健康づくりを記入しましょう。

ステップ2 健(検)診などを受診する
受診した検診などにチェックして、受診日や受診した病院または、受診場所を記入しましょう。

<input type="checkbox"/> がん検診	●	■受診日	_____年 月 日
<input type="checkbox"/> 血液健診	●		
<input type="checkbox"/> 特定健診・長寿健診	●		
<input type="checkbox"/> 歯周病検診	●	■受診した病院または場所	_____
<input type="checkbox"/> 人間ドック・職場健診	●		
<input type="checkbox"/> 女性検診	●		
<input type="checkbox"/> 献血・その他	●		

※受診日、病院等は必ず記入ください。

ステップ3 健康づくりを実践する
まずは塩分チェックシートの合計点数を記入しましょう。次に対象施設やイベント参加でシールもしくはスタンプを集めるか、血圧を測定して記入しましょう。

塩分チェックシートの合計点数	参加時点の血圧の数値	月 日
点	/	mmHg
	シール貼付枠	イベント・利用施設名
		月 日

あなたの色で まちを彩る

令和6年度採用

第2回

始良市職員募集 一般事務・専門職・消防職

採用職種・予定人員・対象

- 一般事務A** 5名程度
平成7年4月2日以降に生まれた人
- 一般事務B** 若干名
障害者手帳などの保持者で
平成5年4月2日以降に生まれた人
- 土木技師** 若干名
土木技術に関する専門課程を修了した人(令和6年3月修了見込含む)
昭和63年4月2日以降に生まれた人
- 畜産技師** 若干名
畜産技術に関する専門課程を修了した人(令和6年3月修了見込含む)
昭和63年4月2日以降に生まれた人
- 保健師** 若干名
保健師の資格を有する人(令和6年3月取得見込含む)
昭和63年4月2日以降に生まれた人
- 消防職** 若干名
平成7年4月2日以降に生まれた人

※受験申込みは1つの職種区分に限ります。

※令和5年度第1回職員採用試験受験申込者は受験不可。

申込期限 8月10日(木) ※当日消印有効

申込・問合せ先

〒899-5294 始良市加治木町本町253番地

総務課人事係 ☎66-3012

※消防職はこちら

〒899-5241 始良市加治木町木田2040番地 1

消防本部消防総務課庶務係 ☎63-3816

※採用試験案内はホームページからダウンロードできます。

試験日
9月17日

試験情報は随時配信



@aira_saiyo

@aira_saiyo

詳細や採用試験最新情報
は市ホームページでご確認
ください。右記QR参照。



お知らせ

市税などの納期

税目	期別	納期限	口座振替日
固定資産税	2期	7月31日(月)	7月31日(月)
国民健康保険税(普通徴収)	2期		
介護保険料(普通徴収)	2期		
後期高齢者医療保険料(普通徴収)	1期	7月31日(月)	

※納付が遅れると、督促手数料・延滞金が発生する場合があります。

税務課管理係 ☎ 66-13048

後期高齢者医療保険料の見直し

均等割額(5万6900円)の軽減措置が見直されます。

◇軽減対象所得金額は総所得金額等から公的年金に係る所得金額について15万円を上限に控除した額となります。

◇給与所得者等とは給与所得が公的年金所得、もしくはその両方の所得がある方のことです。

◇健保組合などの被扶養者だった人は資格取得後2年を経過する月までの間に限り、均等割額が5割軽減となります(所得判定により均等

割額が7割軽減となる人は、7割軽減が優先されます。

同一世帯内の被保険者と世帯主の軽減対象所得金額の合計額	軽減割合(軽減後保険料)
43万円+10万円 ×(給与所得者等の数-1)以下	7割 (1万7000円)
43万円+29万円×被保険者数+10万円 ×(給与所得者等の数-1)以下	5割 (2万8400円)
43万円+53万5000円 ×被保険者数+10万円 ×(給与所得者等の数-1)以下	2割 (4万5500円)

市民税係 ☎ 66-13153

後期高齢者医療 保険証

現在お持ちの後期高齢者医療の被保険者証の有効期限は7月31日(月)です。8月から有効の保険証は7月26日(火)までに特定記録郵便(ポストへの投函)で郵送します。

高齢者医療係 ☎ 66-13117

価格高騰重点支援給付金

● 社会福祉課

価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい令和5年度分の住民税均等割非課税世帯や予期せぬ事情により令和5年1月以降家計が急変した世帯を支援する給付金です。

支給額 対象の1世帯あたり3万円(1回限り)

対象 ①令和5年6月1日時点で本市に住民登録のある方で、世帯全員の令和5年度「住民税均等割が非課税」の世帯(非課税世帯) ②申請日時点

で本市に住民登録のある方で令和5年1月以降の収入が予期せぬ事情で減少し、世帯全員が「住民税均等割が非課税相当」の収入となった世帯(家計急変世帯)

申込方法 ①非課税世帯・既に確認書などの必要書類を送っています。必要事項を記載して返送ください。②家計急変世帯・市ホームページから申請書などをダウンロードし必要事項を記入のうえ、必要書類を添えて市社会福祉課まで郵送ください。市ホームページを閲覧できない方は、市社会福祉課(☎66-13203)までご連絡ください。

受付期限 10月31日(火)

コールセンター ※9月13日まで(月)土曜日 午前8時30分~午後6時 ☎0501552619208

夏の交通事故防止運動

期間中はより一層、交通安全の意識を高めて事故に遭わない、起こさないよう努めましょう。

期間 7月11日(火)~20日(休)までの10日間

スローガン 「交通安全 いつも心に 鹿児島路」

生活安全係 ☎ 66-13163

加治木地区サイレン吹鳴

8月は先の大戦で亡くなられた方を悼み、平和への祈りをささげる月です。加治木地区では昭和20年に旧加治木町全域が空襲を受けた8月11日(金)と、全国戦没者追悼式が行われる8月15日(火)の正午にサイレンを鳴らします。1分間の黙とうをささげましょう。

加ほけん福祉係

☎ 62121111 ☎ 131

道路上にはみ出した樹木のせん定・伐採



道路や歩道へはみ出した樹木や枝、倒木などは通行の支障となるだけでなく、見通しを悪くして事故の原因となることがあります。このような状況の土地の所有者は、個人の管理・責任で、せん定・伐採など早めに処置してください。事故を未然に防止し、安

全・安心して道路を利用できるようにご協力をお願いします。

国土課管理係 ☎ 66-13404

全国農業新聞の購読

農業委員会のネットワークが発行する農業総合専門紙。月4回金曜日発行。購読は月額700円。

農業委員事務局振興係 ☎ 5211211 ☎ 283

農業者年金の加入

加入要件

①国民年金第1号被保険者の方(国民年金保険料納付免除者を除く)

②年間60日以上農業に従事している方

③20歳以上65歳未満の方(60歳以上は国民年金の任意加入者に限る)

メリット

①支払った保険料が全額社会保険料控除の対象になり、受取る年金も公的年金控除の対象になる。

②月額2万円~6万7千円の範囲で保険料の額を決めることが可能。

③保険料を将来の年金として積立てる積立方式。

④認定農業者など一定の要件を満たした方は保険料の国庫補助あり。

⑤国庫補助の要件を満たさな

「サマージャンボ宝くじ」と「サマージャンボミニ」を1枚300円で販売（ネット購入もできます）。収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

発売期限 8月4日（金）
抽せん日 8月18日（金）
サマージャンボ 1等（5億円×24本）、1等前後賞（1



サマージャンボ宝くじ ●財政課

人権同和問題啓発強調月間
 人間が人間らしく生きる権利はすべての人が持つ基本的な人権です。人権が尊重される「共生社会」の実現のため8月は人権同和問題啓発強調月間となっています。身近な人権について考えてみましょう。

岡市民相談係 ☎66-3165

い場合でも35歳未満の方で加入要件を満たしていれば、35歳になるまでの間は月額1万円から加入できる。

※詳細は「農業者年金基金」ホームページに掲載。加入申込は農業委員会事務局や農協で受付けています。

岡農業委員事務局振興係
 ☎52-11211 ☎283

無料調停相談会 ●男女共同参画課

日時 8月5日（土）午前9時30分～午後2時30分（受付終了）
場所 かごしま県民交流センター1 3階 大研修室第2

相談員 裁判所の民事調停委員・家事調停委員

行政書士による無料相談会 ●男女共同参画課

日時 8月27日（日）午後1時～4時
場所 始良公民館研修室1、小会議室1
相談員 県行政書士会始良支部会員

相談内容 相続、贈与、遺言、成年後見、農地転用、外国人出入国関係、会社設立

申込 予約不要
岡県行政書士会始良支部長
岡高野 ☎090-11664-9822

相談

児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成更新手続き

8月は「児童扶養手当現況届」と「ひとり親家庭等医療費助成受給資格者証交付（更新）申請書」の提出が必要です。対象の方には案内を送付します。所得超過により支給が停止中の方でも要件を満たせば認定となる場合がありますので、必ず期間内にご提出ください。

提出期間 8月1日（火）～31日（木）
必要書類 郵送で届いた書類をご確認ください。
提出先 子ども福祉係、各総合支所ほけん福祉係
岡子ども福祉係 ☎66-3237

子育て

相談内容 家事関係・民事関係
申込 予約不要。
岡鹿児島調停協会 ☎099-80813706

医療

女性検診（予約制） ●

女性検診の予約を電話にて追加で受け付けます。今年度、未受診の方が対象。

対象・料金
 ・乳がん検診 マンモグラ

健康・スポーツ

脳を元気にする教室 ●

認知症とは？から予防に効果的な生活習慣、家でもできる簡単な運動を楽しく学びましょう。

対象 65歳以上の椅子に座って体を動かすことができる方

未就学児の歯科相談

歯科衛生士によるお子さんの歯みがきや口腔機能の発達についての相談

日時 毎月第2火曜日（祝日の際は、第3火曜日へ変更）、午後1時30分～3時30分（1組30分以内）
場所 始良保健センター
対象 未就学のお子さんとその保護者
申込方法 電話受付
岡母子保健係 ☎65-6115

健康・スポーツ

ファイ・40歳代1900円、50歳以上1100円 乳房超音波検査・4050円（マンモグラフィとのセット受診）
 ・子宮頸がん検診・20歳以上800円
 ・骨粗しょう症検診・40、45、50、55、60、65、70歳400円
 その他の年齢で40歳以上の方1000円
 ※20歳・40歳は無料
 ※年齢は令和6年3月31日時点

日程・場所
 7月26日（水）～28日（金） 加音ホール
 7月31日（月）、8月1日（火） 蒲生ふれあいセンター
 8月2日（水）～4日（金）、19日（土）～25日（金） 始良保健センター

申込方法 電話受付（平日午前9時～午後5時）※定員になり次第、受付終了。
申込先 県民総合保健センター ☎057010481916
岡成人保健係 ☎65-6115

高齢者よい歯の表彰者

市では、毎年ご自身の歯を80歳以上で20本以上お持ちの方を表彰しています（8020運動）。推薦には歯科医による口腔内診査票の提出が必要。9月9日（土）までに市内歯科医院（一部歯科医院を除く）を受診してください。対象者には後日、日程などをご案内します。

未就学児の歯科相談

岡地域包括支援係
 ☎6415537

健康・スポーツ

脳を元気にする教室 ●

認知症とは？から予防に効果的な生活習慣、家でもできる簡単な運動を楽しく学びましょう。

対象 65歳以上の椅子に座って体を動かすことができる方

子育て

児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成更新手続き

8月は「児童扶養手当現況届」と「ひとり親家庭等医療費助成受給資格者証交付（更新）申請書」の提出が必要です。対象の方には案内を送付します。所得超過により支給が停止中の方でも要件を満たせば認定となる場合がありますので、必ず期間内にご提出ください。

提出期間 8月1日（火）～31日（木）
必要書類 郵送で届いた書類をご確認ください。
提出先 子ども福祉係、各総合支所ほけん福祉係
岡子ども福祉係 ☎66-3237

健康・スポーツ

脳を元気にする教室 ●

認知症とは？から予防に効果的な生活習慣、家でもできる簡単な運動を楽しく学びましょう。

対象 65歳以上の椅子に座って体を動かすことができる方

未就学児の歯科相談

岡地域包括支援係
 ☎6415537

健康・スポーツ

脳を元気にする教室 ●

認知症とは？から予防に効果的な生活習慣、家でもできる簡単な運動を楽しく学びましょう。

対象 65歳以上の椅子に座って体を動かすことができる方

子育て

児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成更新手続き

8月は「児童扶養手当現況届」と「ひとり親家庭等医療費助成受給資格者証交付（更新）申請書」の提出が必要です。対象の方には案内を送付します。所得超過により支給が停止中の方でも要件を満たせば認定となる場合がありますので、必ず期間内にご提出ください。

提出期間 8月1日（火）～31日（木）
必要書類 郵送で届いた書類をご確認ください。
提出先 子ども福祉係、各総合支所ほけん福祉係
岡子ども福祉係 ☎66-3237

対象 市内在住の満80歳以上で残存歯を20本以上有し、過去にこの表彰を受けたことのない方※年齢基準 令和6年3月31日
健康推進係 ☎6613293

市テニス交流大会

●保健体育課

日時 8月16日(水)午前9時～正午※雨天中止

場所 ビーラインスポーツパーク始良 テニスコート(CSE)

試合形式 ダブルス

参加資格 ラリーのできる方

※一人での参加も可、参加無料

事務局 西 ☎0801552718275

環境

市の環境に関する市民意識調査アンケート

第2次始良市環境基本計画を策定するにあたり、16歳以上の市民から無作為に抽出した3千人を対象に環境に関するアンケートを実施。アンケートが届いている方は回答をお願いします。アンケートが届いていない方も左のQRコードから調査のご協力をお願いします。



回答期限 7月28日(金)
生活環境係 ☎6613189

地域の緑化活動に補助

緑の羽根募金を財源とした緑化推進事業を実施します。自治会や団体が行う公園や公民館などでの緑化活動(花壇の整備や花苗木の植栽)に対して補助金を交付します。

補助金額 上限1万7千円※多数の応募によって予算額を超えた場合は、交付額の調整。補助金は事業完了後に支払い。

申込期限 7月31日(月)※申込用紙は林務水産課窓口で受取り。後日結果を文書で通知します。

圃場 林務水産係 ☎5211211 圃場 232、加農林水産係 ☎6212111 圃場 172、加農林水産係 ☎6613346

内容 あじさい植込地の除草、ゴミ拾いなど※当会の刈払機もありです。燃料とごみ袋は用意します。

日時 8月19日(土)午前7時30分～(1時間程度)※小雨決行

場所 やなせ整形外科横

持参品 軍手、刈り払い機、鎌など

事務局 圃場 川野 ☎0901798019048

森の大切さを学ぼう

●社会教育課

親子環境教室を開催。親子で自然と触れ合い、森の大切さを考えてみませんか。

日時 8月8日(火)午前10時～午後3時

場所 さえずりの森

対象 小学校までのお子さんがいる家族

定員 先着15組

内容 間伐材を使った木工工作、ピザ作り体験

参加料 1組1500円(保険料、ピザ1枚、工作材料費含む)

申込方法 電話受付

申込期限 7月30日(日)

圃場 始良生活学校 圃場 奈良島 ☎0901271618603

催し

炬火リレー

今年9、10月に本市で開催される国体に向けて、市内3ルートで炬火リレーを実施。

日時 7月26日(水)午前8時40分～

蒲生ルート 午前8時40分～9時12分頃、蒲生八幡神社～蒲生観光交流センター～蒲生麓武家屋敷群～蒲生体育館

始良ルート 午前9時50分～10時27分頃、ビーラインス

スポーツパーク始良～鹿児島県警察学校

加治木ルート 午前11時05分～11時30分頃、柁城小学校～かもだ通り～網掛川公園～加治木総合支所

※通過時間は目安です。当日は「かもだ通り」のみ1時間ほど交通規制を実施します。

事務局 (教育委員会 団体推進課内) ☎6212140

認知症サポーター養成講座

吉本芸人(鹿児島県住みます芸人 飯屋竹洋さん)と一緒に認知症について学び、日常生活の中で自分ができる範囲で認知症の人やその家族を温かく見守り支援する「認知症サポーター」を養成。(受講無料)

日時 8月20日(日)午後1時～2時30分

場所 始良公民館大ホール

対象 市内在住の方(受講無料)

申込方法 電話または下記のQRから

地域包括ケア学習会 共に語らい・学び今を考える

●長寿・障害福祉課

日時 9月7日(木)午後1時30分

地域包括支援係 ☎6415537



分～4時10分

場所 始良公民館大ホール

全市民が地域で安心して暮らし続けるため、地域で取り組んでいることは何か、地域にどのような資源があるのかを考えることを目的に学習会を開催。

講演 「支え合いは地域の宝」みんなで元気に暮らすコツ

講師 全国コミュニティライ

フサポートセンター 地域支え合い推進センター 主幹 木村利浩氏

活動紹介 重富校区コミュニティ協議会、山田校区コミュニティ協議会

申込方法 電話、FAX、電子メール、グループフォーム

※参加無料

※内容の一部が変更になる場合がございます。詳細は市社協HPをご確認ください。

圃場 社会福祉協議会 ☎6517757

夏休み限定！親子教室

●商工観光課

メデイカルアロマでスライム&虫よけスプレーを作成

日時 7月28日(金)午後1時30分～3時30分

場所 働く女性の家

対象 小学生とその保護者

受講料 700円(材料代を

新生田上霊園始良霊場

桜島を見渡す絶好のロケーション区画に


新しい樹木葬区画が完成！新区画完成見学会開催中！



来て見て
確かめて！

youtube 動画



 **新商品** 「じゆもくそう 樹木葬」 新生田上霊園では樹木葬区画合計で300件以上のご成約を頂いております。 2023年5月末完成 40基限定

桜島・錦江湾を見渡す絶好のロケーション区画に新たに完成！

永代供養付き

7年プラン (非課税) **80** 万円 ・ 15年プラン (非課税) **90** 万円 ※別途彫刻代

◆ 管理料：年間 11,000円 (税込)
※最終収蔵者納骨後以降の年度は管理料は発生致しません。

◆ 収納骨数：2個 (6寸の骨壺の場合)
最終収蔵者の納骨から7年・15年後に合祀墓に埋葬し、当園が永代にわたり供養致します。最終収蔵者納骨後以降の年度は管理料が発生致しません。



その他販売商品：屋内納骨壇・永代供養納骨壇・外墓地・合祀墓

らくらくご見学

無料送迎バス運行中



イオンタウン始良から車で約3分

休憩室・法要施設完備



各地域に送迎バスが運行しております。
始良・加治木・吉野・隼人・国分地域など
ご見学 / お参りに是非ご利用ください♪



時刻表

総合霊園

鹿児島県知事認可 指令生衛第704号

公益財団法人
新生田上霊園

始良霊場

お客様の「これでひと安心！」のために…

 **0120-65-2092**

含む)

持参品 エプロン

定員 先着12組(親子)

申込方法 電話受付(月曜休館)

申込期限 7月25日(火)

働く女性の家 ☎65-17843

椋鳩十文学記念館イベント

● 社会教育課

夏季企画展「手紙と椋鳩十」

動物作家として知られる椋

鳩十の手紙やそのエピソード

期間 7月25日(火)～8月31日(休)

場所 椋鳩十文学記念館

※要入館料(市内小・中学生

は無料)

絵手紙教室

日時 7月29日(土)午前10時～

場所 椋鳩十文学記念館・自

由の館

対象 小学生以下の親子

定員 20人程度

参加費 無料

読み聞かせ会

日時 8月10日(休)午後2時30

分

場所 椋鳩十文学記念館・自

由の館

出演団体 こだま+

参加費 無料

椋鳩十文学記念館

☎62-4800

川辺で遊ぼう

● 林務水産課

日時 7月29日(土)午前8時～

11時30分(受付7時30分)

場所 千鳥公園

対象者 園児・小学生 ※保

護者同伴

定員 先着100人

参加費 300円/人(保険

料含む、保護者分も必要)

持参品 川遊びのできる服装

と履物、帽子、魚取り網、バ

ケツ、飲み物

申込期限 7月26日(休)

加治木町まちづくり協議会

☎吉村 ☎63-10364

親子エコクッキング教室

● 生活環境課

日時 8月9日(水)午前9時30

分(受付9時)

場所 始良保健センター

資格 市内在住の小学1～6

年生までの児童とその保護者

定員 先着10組(20人)

参加費 無料

持参品 エプロン、三角巾、

マスク、上履き、手拭きタオル、

飲み物

申込方法 応募用紙に必要事

項を記入し市衛生協会事務局

(市役所本庁生活環境課内)

に提出。

申込期限 7月26日(休)

※応募用紙は市ホームページ

からダウンロードするか、

市役所本庁生活環境課・各

総合支所市民生活係窓口で

受け取りができます。

☎市衛生協会事務局

☎65-15559

健康料理教室

● 健康増進課

親子料理教室

日時 8月2日(水)

内容 おにぎらず、フルーツ

ポンチなど

健康料理教室

日時 8月4日(金)

内容 郷土料理(かいのこ汁豆

腐白玉団子、切干大根の和物)

共通事項

時間 午前9時30分～11時30分

場所 始良保健センター

対象 市内在住の方

参加料 大人300円(食材

料費・保険料) 幼児・小学生

100円 3歳以下無料

定員 16人

持参品 エプロン、マスク、

三角巾、持ち帰り用容器

☎食生活改善推進員協議会

☎古城 ☎67-10612

始良地区「原爆と人間」展

● 教育総務課

核兵器の撤廃や平和の尊さを

訴えるパネルの展示。

日時 8月6日(日)～9日(休)午

前9時～午後5時

場所 市中央図書館

☎090-15728126

員募集中。

※おもちゃ病院の開設はボラ

ンティア。ボランティア会

☎090-15728126

地区「原爆と人間」展実行

委員会 ☎63-13544

おもちゃ病院の開設

● 長寿・障害福祉課

日時 8月13日(日)、27日(日)午

前10時～午後3時

場所 椋鳩十文学記念館・自

由の館

料金 無料(部品代は実費)

※おもちゃ病院の開設はボラ

ンティア。ボランティア会

☎090-15728126

地区「原爆と人間」展実行

委員会 ☎63-13544

天体観望会

● 社会教育課

美しさに感激!月のクレ

ター!

日時 7月29日(土)・30日(日)午

後7時～9時

場所 椋鳩十文学記念館・自

由の館

料金 無料(部品代は実費)

※おもちゃ病院の開設はボラ

ンティア。ボランティア会

☎090-15728126

地区「原爆と人間」展実行

委員会 ☎63-13544

59

スターランドAIRA イベント

天体観望会

美しさに感激!月のクレ

ター!

日時 7月29日(土)・30日(日)午

後7時～9時

場所 椋鳩十文学記念館・自

由の館

料金 無料(部品代は実費)

※おもちゃ病院の開設はボラ

ンティア。ボランティア会

☎090-15728126

地区「原爆と人間」展実行

委員会 ☎63-13544

日時 8月12日(土)・13日(日)午後7時～9時
 頭上に輝く天の川と夏の太陽！
日時 8月19日(土)・20日(日)午後7時～9時
 「ハイテクホバークラフト」をつくろう！
日時 8月20日(日)午後2時～4時
材料費 1000円/人
※要電話予約
夏休み特別企画
 やさしい自由研究のすすめ
日時 7月23日(日)午後2時～3時 **※要予約**
定員 30人 **※要予約**
 水口ケツトを打ち上げよう
日時 7月29日(土)午後2時～4時
定員 10家族 **※要予約**
囲スタ イランドAIRA
☎ 6810688

県民の森イベント

●林務水産課

藍の生葉染め体験

日時 8月1日(火)～9月30日(土)午前10時～正午(受付午前9時30分)

※事前に希望日を申込
場所 県民の森緑化センター
参加料 2000円/人(保険料込)、別途実費が必要
定員 各日先着5人
持参品 作業しやすい服装、染める布(絹)、ゴム手袋など

申込方法 電話受付
申込期間 7月25日(火)～9月29日(金)
〒 5912374
県民の森緑化センター

ふれあい防災教室

●危機管理課

8月のテーマは「防災紙芝居」。防災意識や知識を家族・地域などで共有し、いざという時にあわてず行動できるように一緒に学びましょう。
 「ふれあい防災教室」は月に1回開催され、全員参加賞もあります。

日時 8月20日(日)午後0時20分～1時
場所 県防災研修センター2階研修室
※参加無料・申込は電話かFAXで家族・地域・各種団体などでお申し込みください。
県防災研修センター ☎6415251、☎6615909

音楽の花束をどうぞ

●教育総務課

歌やピアノ、ミュージカルやオペラなどの公演。
日時 8月27日(日)午後2時～(開場：午後1時)

場所 蒲生公民館
参加料 2000円(3歳以上中学生以下は500円)
実行委員会 宇宿 ☎090

講座・教室

要約筆記養成講習会(前期)

要約筆記とは聴覚障害のある方に話し手の話の内容を要約しながら文字にして伝える方法です。

日時 9月9日(土)、10月14日(土)、11月11日(土)、25日(土)、12月9日(土)、23日(土)、1月13日(土)、27日(土)、2月24日(土)、3月9日(土)、23日(土)※全11回、午前10時～午後3時30分

場所 加治木ふれあいセンター
応募条件 ①県内在住の18歳以上の方、②継続して次年度以降の中期・後期講習会を受講できる方(令和7年7月修了予定)、③講習会修了後、全国統一要約筆記者認定試験を受験し合格後は通訳派遣に従事できる方、④パソコンキーボードは実技の際、以下のノートパソコンを持参できる方

- ・ Windows 10か11 (Macは不可)のスペックでセキュリテイソフトが入っているもの。
- ・ 有線LANケーブルなど外部出力端子がつけられるもの。

定員 20人

受講料 無料※テキスト代(パソコンコース6550円、手書きコース4000円)は実費

申込方法 メール・FAX・ハガキのいずれかに次の事項を記入して送付。

「要約筆記者養成講習会受講希望」と明記し、氏名(ふりがな)・住所・電話・FAX番号・メールアドレス・職業・生年月日・自宅のWi-Fi環境の有無・受講希望のコースを記入。
申込期限 7月31日(月)

〒 89010021 鹿児島市小野一丁目1番1号
 ハートピアあがしま3階
 鹿児島県視覚障害者情報センター ☎馬庭 ☎099122015896、☎099122913001
E-mail: youyaku@shihocenter.kagoshima.kagoshima.jp

募集

社協臨時職員(急募)

●社会福祉課

相談支援業務(くらしさせえあい事業 嘱託職員)

業務内容 コロナ禍において一時的に生活に困窮している要支援者に対し下記業務を実施。
 ①電話や面談、訪問など

による状況把握・支援②自立相談支援機関などへのつながり・連携③自立に向けた相談・支援④その他社会福祉協議会業務

対象 令和5年4月1日現在で60歳以下の方

資格 相談業務経験者(社会福祉士、精神保健福祉士、介護支援専門員など)

免許 普通自動車免許(AT限定可)

勤務日 月～金(午前8時30分～午後5時15分)

賃金 月額17万円、通勤手当、賞与(年2回、6・12月)※社会保険、労働保険あり(本会規程などによる)

勤務地 市社会福祉協議会

採用人数 若干名

雇用期間 採用日から令和6年3月31日まで(雇用契約の更新あり)

有給休暇 採用3か月経過後から付与

選考方法 面接
申込方法 履歴書を提出(持参か郵送)

申込期限 7月31日(月)
〒 89015432 宮島町26番地19 ☎6517757

来年度以降の指定管理者

No	施設名称	募集要項の配布期間	現地説明会日時	申請書受付期間	応募窓口	備考
1	蒲生ふるさと交流館	7月1日(土)～7月31日(月)	別途に通知	7月24日(月)～8月4日(金)	社会教育係	62-2111(内245)
2	蒲生観光交流センター 蒲生観光交流センター・別館				観光係	66-3145
3	働く女性の家				企業商工係	66-3145
4	文化会館(加音ホール)				総務係	66-3012
5	小山田農産加工センター				加治木農林水産係	62-2111(内171)
6	龍門滝温泉				施設管理係	62-2801

※募集要項や申請書などの書類は、応募窓口にあります。市ホームページからもダウンロード可。
※申請書や事業計画書などの書類を応募窓口にて提出して

募集種目	募集受付期間	試験日	試験会場
自衛官候補生	～9月5日(火)	9月19日(火)～22日(金) 学科Web試験	国分駐屯地
一般曹候補生	～9月5日(火)	9月22日(金)～23日(土) 学科Web試験	
航空学生	～9月7日(木)	9月18日(月)	県第二合同庁舎
防衛大学校(一般)	～10月18日(水)	10月28日(土)	県建設センター
防衛医科大学(医学)	～10月11日(水)	10月21日(土)	
防衛医科大学(看護)	～10月4日(水)	10月14日(土)	県第二合同庁舎

ください。
※書類に不備(不足・記入漏れなど)があった場合には受け付けできませんので、早め提出してください。
〆 6613034
〆 6613034
自衛官候補生
自衛官募集説明会 ●危機管理課
日時 7月22日(土)午後1時～3時
場所 イオンタウン始良 西街区2階タウンホール
自衛官候補生募集

必要な技能と知識を学ぶ
日時 8月19日(土)・20日(日)・26日(土)午前9時～午後6時
※3日間連続で受講可能な方
場所 消防本部3階大会議室
対象 基本的な心肺蘇生法の知識・技術をお持ちの方(普通救命講習終了程度)
定員 先着25人
申込方法 消防本部警防課へ受講者名簿(事業所名、受講者氏名、生年月日、住所連絡先を明記) ※様式不問
申込期限 8月7日(月)
持参品 「応急手当普及員講習テキスト(ガイドライン2020対応) ※5300円」を購入し持参。テキストの購入はインターネットなどによる個人購入となります。

自衛隊鹿児島地方協力本部
国分地域事務所
〆 4511836
新学校給食センター整備
基本計画市民説明会
新たな学校給食センター整備の基本計画の市民説明会を開催します。
日時 7月25日(水)午後7時～8時(受付午後6時30分)
場所 始良公民館
〆 6613758
応急手当普及員講習

「鹿児島県出身沖縄戦没者追悼式」参列遺族
本県出身沖縄戦没者追悼式への参列を希望されるご遺族を募集。
日時 11月14日(火)※前日から
の団体行動になります。
場所 鹿児島霊園(沖縄県糸満市平和祈念公園内(摩文仁の丘))
対象 沖縄と沖縄近海での戦没で戦没した方の配偶者や三親等内のご遺族
申込期間 8月1日(火)～31日(木)
定員 8人 ※申込多数の場合は選考となります。
〆 6613203
〆 6613203
〆 099128612840
戦没者遺児慰霊友好親善事業
先の大戦で親などを亡くした戦没者の遺児を対象に、戦

【「応急手当普及員とは」】
事業所の従業員や防災組織などの構成員に対して応急手当の指導をする指導者です。応急手当普及員講習を受講し効果測定の結果が一定基準に達した方が、応急手当普及員として認定されます。
〆 6313818、〆 313

KANON de PIANO

演奏会本番と同じ本格ステージで世界3大ピアノのスタインウェイを弾いてみませんか♪

会場 加音ホール 大ホール
利用料 1枠(55分) 3,000円

開催日時
9月23日(土・祝)、令和6年1月8日(月・祝)、2月3日(土)、2月24日(土)
各日:午前9時～午後6時55分
※8月2日(水)8時30分より予約受付開始
※詳細は加音ホールにお問い合わせください。

問合せ 加音ホール ☎62-6200

没した旧戦域を訪れて慰霊追悼と同地域の住民と友好親善を図ります。
参加費 10万円※付添希望者は要相談。
日程などの詳細はお問合せください。参加希望の方は県遺族連合会へお申込ください。
実施地域(一部抜粋) ボルネオ・マレー半島、マリアナ諸島、東部ニューギニア、ピスマーク諸島、インド、ソロモン諸島、フィリピンなど
〆 031326115521、県遺族連合会 ☎099181218292

始良市生涯学習ミニ講座 受講生募集

対象者・申込条件

- ・市内に在住・勤務する18歳以上の方
- ・ミニ講座は、過去に受講した講座であっても繰り返し受講することができます。

申込方法

往復はがき1枚またはメール1通につき「1人1講座」で申込。電話申込は不可。※受講決定は先着順ではありません。

申込・問合せ

〒899-5294 始良市加治木町本町253番地
始良市教育委員会社会教育課 ☎62-2111(内線242)

開設期間

9月～12月(詳細は一覧表の各講座実施日参照)

受講決定などのお知らせ

はがき申込は返信用はがきにて、メール申込はメールにて通知。8月中旬頃にお知らせします。8月25日を過ぎても通知がない場合はご連絡ください。

受講料

3回講座 750円 4回講座 1,000円
※初回到全額一括徴収。途中辞退の場合も返金不可。講座番号3と8は無料。
※講座により別途費用が必要。詳細は講座内容一覧表を参照。

その他

- ・受講決定は申込者本人にのみ有効です。他者へ譲ることはできません。
- ・定員超過の場合は抽選により受講者を決定します。
- ・受講希望者が少ない場合は、開設しないことがあります。
- ・申込に必要な個人情報は、連絡網など講座運営の目的以外には使用しません。なお、講座の様子を撮影し、生涯学習フェアなどで使用することがあります。

往復はがきによる応募

郵便往復はがき

63 899 5294

始良市教育委員会
社会教育課
行

始良市加治木町本町二五三番地

※ここには何も書かないでください

郵便往復はがき

63

返信

ご自分の氏名様

ご自分の住所

①希望講座番号・講座名
②氏名(ふりがな)
③性別
④年齢
⑤郵便番号・住所(始良市外の場合は、勤務先の名称)
⑥電話番号(自宅・携帯)
⑦「講座番号5・6」を申し込む方で託児を希望の方は「託児希望」と記載
⑧託児対象者(就学前)の氏名・性別・年齢(月齢まで)

申込
期限

8月2日(水)
※はがきは
当日消印有効

メールによる応募 応募用アドレス kouza@city.aira.lg.jp

はがきと同様①から⑥まで(講座番号5・6を申し込む方で託児希望者は⑦・⑧まで)をメール本文に記入後、送信ください。メール送信後、受付確認メールがしばらくたっても届かない方は、問合せ窓口までご連絡ください。
(注)メールの方は、ドメイン名「city.aira.lg.jp」からのメールを受信できるように設定しておいてください。

講座内容一覧表

注：会場の都合などで日時が変更となる場合もあります。筆記用具は全講座持参ください。

番号	講座名	実施日	時間	回数	会場	学習内容など	材料費(全:全回分 回:回ごと)など	講師	定員
1	姿勢を整えるヨーガ体験講座	第2・4(火) 9/12, 9/26 10/10, 10/24	13:30 ～ 15:30	4	始良 公民館	日常の二足歩行の動作を見つめ、自分の姿勢のゆがみを意識し、体を整える。	【持参】バスタオル(マット)、動きやすい服装、補水用の飲み物	南谷 弘子	15
2	暮らしを楽にする整理収納	第1(水) 9/6, 10/4 11/1, 12/6	18:30 ～ 20:30	4	"	「片付けをすると心の整理もできる。家がきれいになると気持ちも前向きになる。」整理収納の力で快適生活を送りませんか。	【持参】資料を綴じるファイル	野村 聡子	20
3	わたしと家族の相続講座	火・水曜日 9/19, 10/18	13:30 ～ 15:00	2	"	明治安田生命との連携講座 ～はじめよう!よりよい未来のためのライフ&エンディング～	【持参】資料を綴じるファイル	明治 安田生命	16
4	星空撮影入門	各日曜日 9/3, 10/15, 11/5	18:30 ～ 20:30	3	スター ランド AIRA	地上の風景を入れた星空の写真「星景写真」の撮影法を中心に、これから星空撮影(マニュアル撮影)の基礎を学びたい人向けの入門講座です。	【持参】デジカメ、一眼レフ、スマホなどでマニュアル撮影のできるカメラ 固定用三脚(家にある場合)	今森 諒平	15
5	お灸&リンパマッサージA	各土曜日 9/2, 9/9 9/30, 10/7	9:30 ～ 11:30	4	蒲生 公民館	【託児付講座】 お灸やオイルを使い、手足のツボの特徴を活かして全身のケア法を学ぶ。	材料費 全1,500円(お灸2種、マッサージオイル) 【持参】バスタオル、膝と肘が出せるTシャツ・ジャージなど、チャッカマン	車田 貴子	15
6	心と体の健康	各月曜日 9/4, 10/23 11/6, 12/4	9:30 ～ 11:30	4	"	【託児付講座】 ①「自己尊重トレーニング」 ②「知って得する薬の話」 ③「気功」 ④「世代に応じた健康づくり」など心身両面での健康維持、増進の在り方を考える4回の総合講座。	【持参】「気功」の回で動きやすい服装	上井 七穂 西井上 洋子 丸野 博 健康増進課	15
7	生活を彩るフラワーアレンジメント入門講座	各火曜日 9/12, 9/26 10/10, 10/17	13:30 ～ 15:30	4	松原地区 公民館	フラワーアレンジメントの基礎を学んで、お花を楽しみましょう。	材料費 全5,500円(花代4回分、花器代、アレンジメントレシピ4回分、オアシス代) 【持参】ハサミ、新聞紙、ビニール袋(持ち帰り用)、カッターナイフ	平山 英子	12
8	くらしの法律	第2水曜日 9/13, 10/11 11/8	9:30 ～ 11:30	3	重富地区 公民館	身近な生活の中での法律について、人権問題、遺言書、相続などを学ぶ。	【持参】資料を綴じるファイル	鹿児島地方 法務局	20

8月の休日在宅医など

日(曜日)	市町名	医療機関・薬局名	診療科目	電話
6日 (日)	霧島市(隼人)	隼人の杜クリニック	内科	42-8800
	霧島市(隼人)	はやと整形外科	整形外科	43-6111
	始良市(始良)	河俣内科	内科	67-8005
	始良市(始良)	始良しんさとクリニック	脳神経外科	55-8888
	湧水町	田代医院	内科循環器科	74-2075
	霧島市(国分)	ふたばクリニック小児科皮膚科	小児科	57-5555
	始良市(始良)	田中眼科	眼科	65-3986
	始良市(始良)	アレッタ薬局	—	55-8206
11日 (金)	始良市(始良)	あおい薬局	—	66-9188
	霧島市(国分)	うえぞの内科クリニック	内科	48-6555
	霧島市(隼人)	たまいきクリニック	泌尿器科内科	42-7300
	始良市(加治木)	加治木中央クリニック	内科	63-8800
	始良市(始良)	ながた脳神経外科	脳神経外科	67-7500
	霧島市(溝辺)	佐藤医院	内科小児科	59-2607
	霧島市(隼人)	かわの小児科	小児科	42-8866
	霧島市(国分)	霧島眼科	眼科	45-6888
13日 (日)	始良市(始良)	中ノ丸薬局	—	67-7050
	霧島市(隼人)	永山医院	内科小児科	42-0109
	霧島市(国分)	国分脳神経外科クリニック	脳神経外科	64-0059
	始良市(始良)	あいら糖尿病・甲状腺・内科クリニック	内科	73-8801
	始良市(始良)	青雲会病院	脳外科内科外科	66-3080
	霧島市(牧園)	霧島桜ヶ丘病院	内科	78-3135
	始良市(始良)	こどもとアレルギーのクリニックけいあいら	小児科	55-1888
	始良市(始良)	あいら中央眼科	眼科	55-1725
20日 (日)	始良市(始良)	さわやか薬局	—	66-9922
	始良市(始良)	徳永薬局 あいら中央店	—	73-7787
	霧島市(国分)	はやし内科クリニック	内科	47-7611
	霧島市(国分)	中川整形外科	整形外科	48-5633
	始良市(蒲生)	吉留クリニック	内科	52-1111
	始良市(始良)	でぐち耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科	67-3342
	湧水町	前田医院	内科	74-5001
	始良市(加治木)	すこやかクリニック	小児科	62-0308
27日 (日)	霧島市(国分)	いちち眼科	眼科	47-3618
	始良市(蒲生)	とまと薬局蒲生店	—	54-3020
	始良市(始良)	ゆうき薬局	—	55-5315
	始良市(加治木)	ふれんど薬局	—	63-6161
	霧島市(隼人)	山下内科クリニック	内科	43-0460
	霧島市(隼人)	さくら皮膚科	皮膚科	42-0219
	始良市(始良)	たけうちクリニック	内科外科	64-5550
	始良市(加治木)	四本信一皮膚科	皮膚科	63-9912
霧島市(横川)	林内科	内科小児科	72-1818	
	始良市(始良)	立花こどもクリニック	小児科	73-3888
	霧島市(国分)	隼人福島眼科	眼科	47-7300
	始良市(始良)	ケーアイ調剤薬局 西餅田店	—	66-0453
	始良市(加治木)	ふれんど薬局	—	63-6161
	始良市(始良)	フルール薬局	—	73-5994

※在宅医の診療時間は、午前9時～午後5時(眼科は正午まで)。

※都合により在宅医などが変更されることがありますので、医療機関へご連絡のうえ受診してください。

☎健康推進係 ▶ ☎66-3293

夜間救急診療

【月曜～金曜】 午後8時～11時
(受付午後7時30分～10時30分)

【土曜・日曜・祝休日】 午後7時～10時
(受付午後6時30分～9時30分)

※受診前にまずお電話ください。

霧島市立医師会医療センター
(霧島市隼人町松永3320番地)

☎42-1171

歯科救急診療【日曜、祝日】

午前9時～午後3時

※受付午後2時30分まで

始良地区歯科医師会館口腔保健センター
(霧島市溝辺町・空港近く)

☎58-4388

こどもの救急電話相談【夜間】

お子さんの急な発熱、おう吐、下痢、腹痛などで分からないことがある場合は、経験豊富な看護師が応急処置や医療機関の受診の必要性などのアドバイスをします。

【平日・土曜】

午後7時～翌朝8時

【日曜・祝日・年末年始】

午前8時～翌朝8時

☎ # 8 0 0 0 (県内統一)

※ダイヤル回線などからは

☎ 099-254-1186

あいらAEDマップ

市内に設置されているAED(自動体外式除細動器)のマップです。万が一の時に活用ください。少しでも多くの方にAEDを知ってもらいたいと考えていますので、AEDを新しく設置した場合は、お知らせください。



「あいらAED」で検索

消防本部救急救助係 ☎ 63-3818

協同事業者

国立大学法人大分大学産学官連携推進機構
NPO法人かごしまGIS・GPS技術研究所



7・8月の各種無料相談カレンダー

【特設相談】

相談内容	予約	日 時	場 所	問合せ(予約先)
行政 行政相談委員による 国の行政など 役所の仕事についての相談	不	8月7日(月)	重富公民館	市民相談係 ☎66-3165
		8月9日(水)	蒲生高齢者福祉センター	
		8月16日(水)	始良公民館	
		8月16日(水)	加治木福祉センター	
法律 弁護士による、借金、離婚、 交通事故、相続などの 様々な問題の相談 (1人30分)	要	7月28日(金)	始良公民館	ひまわりの会事務局 ☎099-227-0041 ※完全予約制 (予約は2日前まで)
		8月4日(金)	始良公民館	
		8月18日(金)	始良公民館	
		8月25日(金)	始良公民館	
消費生活 消費生活専門相談員による消費生活 (契約トラブル、悪徳商法、詐欺など) に関する相談	要	8月8日(火)	蒲生総合支所1階選挙管理委員会室	市消費生活センター ☎66-3165 ※予約は前日まで
		8月24日(水)	加治木総合支所北庁舎2階査定室	
女性相談 女性相談員による不安を抱える 女性のための相談	不	8月5日(土)	社会福祉協議会(本所) ※日時が変更になる場合があります。	社会福祉協議会(本所) ☎65-7757
		8月19日(土)		
人権 人権擁護委員による日々の暮らしの中で 起こるさまざまな人権に関する相談	不	8月2日(水)	加治木総合支所北庁舎1階会議室	市民相談係 ☎66-3165
健康 管理栄養士による 生活習慣病予防の栄養相談	要	7月25日(火)	始良保健センター	成人保健係 ☎66-3293
		8月1日(火)		
		8月8日(火)		
		8月22日(火)		
心の相談室 医師による発達・アルコール・ 物忘れなどの相談	要	8月10日(木)	始良市地域活動支援センター	場所と同じ ☎73-5842
更生保護 保護司による、保護司活動全般、青少年の 問題行動や非行など様々な悩み相談	要	8月2日(水)	始良公民館	始良更生保護サポート センター始良分室 ☎45-4123
		8月16日(水)		
障がい者(県) 行政書士による障がい者の方々の さまざまなお困りごとの相談	要	8月20日(日)	ハートピアかごしま	県行政書士会 ☎099-253-6500
外国人(県) 行政書士による国籍・入国・在留手続き などを始めとする行政手続きなど	要	8月20日(日)	かごしま県民交流センター	県行政書士会 ☎099-253-6500

※新型コロナウイルス感染の状況により中止・電話対応になる場合がありますので、予約不要の相談も事前にお問い合わせください。

【常設相談】

相談の種類	内 容	問合せ先
心配ごと	社会福祉協議会による身近な心配ごとなどの相談	社会福祉協議会(本所) ☎65-7757 加治木支所 ☎62-2041・蒲生支所 ☎52-1400 (平日9:00~12:00)
高齢者	高齢者の介護、福祉、健康などの相談	地域包括支援センター ☎64-5537 (平日8:30~17:15)
家庭児童	18歳までの子どもの養育に関する相談	子ども相談支援センター「あいびあ」 ☎66-3120 (平日8:30~16:30)
障がい者	障がいのある方の生活における様々な相談	基幹相談支援センター「あいか」(長寿・障害福祉課内) ☎66-3332 (平日8:30~16:00)
消費生活	消費生活専門相談員による消費生活 (契約トラブル、悪徳商法、詐欺など)に関する相談	消費生活センター ☎66-3165 (平日9:00~16:00)
女性	女性相談員による日常生活の様々な悩み事など 女性のための相談	男女共同参画係 ☎66-3182 (平日9:00~16:00)
人権	人権擁護委員による日々の暮らしの中で起こる さまざまな人権に関する相談	鹿児島地方務局霧島支局 ☎45-0064 (平日9:00~16:00)



楽しい思い出を残すために

錦江湾の恵まれた自然や動植物にまつわるエピソードをご紹介します。



まもなく夏休みですね。海水浴や、川遊び、山でのキャンプなどを計画している方も多いと思います。自然の中ならはの非日常感はとてわくわくしますよね。

ですが自然は私達人間に都合の良いように合わせてはくれません。私達人間が自然に合わせて行動しなければ、大変な事態を引き起こすことがあります。みなさまも水辺の事故や山での事故のニュースなどを耳にしたことがあると思います。そういった事故を防ぐにはどうしたらよいでしょうか。

アメリカのハインリッヒ氏が、数千件の労働災害を調査・分析し、提唱した「ハインリッヒの法則」では、「1件の重大事故には29件の軽微な事故があり、さらにその軽微な事故には300件の何らかの異常が起きている」とつまり「大きな事故は小さなミスや異常が積み重なって起きている」ということを言っています。重大事故を防ぐには、まず小さなミスや異常を起こさないよう注意し、事

前に対策を講じる必要があるのです。

例えば、目的地の施設や設備を知るために下見を行うことや、水辺で遊ぶときはライフジャケットを着用することなど、少し大げさなくらいの対策を講じることが望ましいです。思わぬところで「まさか」は起きます。大きな事故につながることも、軽いけがや体調不良が起こってしまっただけでも、その時間は楽しくなくなってしまうのです。

また、利用場所のルールを事前に確認しておくことも大切です。豊富海岸の一部は、防潮や防風の役割を果たす松林を守るため火気厳禁となっている場所があります。知らずに花火やバーベキューを始めてしまう方をたまにお見掛けします。「知らない」ことで、重大な事故が起こる可能性もあります。

安全に注意しながら、この夏は家族や大切な方と楽しい時間を過ごし、最高の思い出を作りましょう！

環境教育NPO法人くすの木自然館

黒江 恵美

歴史館や郷土館の展示品で実は深い歴史・文化をもっているモノをご紹介します！



あいらひすとリー便 隠れた逸品 編

展示品から歴史を紐解く



松原塩田での「浜広げ」



水タンゴ
(歴史民俗資料館蔵)

#02 松原塩田で使われた水タンゴ

塩は人間が生きていくために欠かせない栄養素の一つです。明治5年(1827)に遠浅の海岸を堤防でせき止めて造られた松原塩田では、昭和26年(1951)まで上質の塩をたくさん生産していました。昭和7年には当時の帖佐村の収入の半分を占める一大産業であったといえます。

塩づくりは、かん水(濃い塩水)を作る工程と、かん水を煮詰めて塩の結晶を作る工程に分けられます。松原塩田では、砂を利用してかん水を作っていました。朝5時ごろに家を出た松原の人たちが、最初にするのが「浜広げ」。砂を塩田にまき均一に広げる作業で、これにより砂に塩が付きやすくなりました。広げた砂の上に海水を打ちかけると、数時間で太陽熱と風が水分を蒸発させ砂

に塩が付きます。その砂を「ゴン」と呼ばれる井戸に集め入れ、これに海水をかけて塩分を溶かし出し、かん水を作り出した。このかん水を鉄釜で煮立てると、真っ白な塩ができ上がったといえます。

塩田作業の大敵は、大切な砂を流してしまう急な雨で、松原の人たちは吉野の山並みに雨雲がかかると大急ぎで砂の片付けに向かったそうです。また、海水の乾燥が早い真夏が塩づくりの最盛期で、かなりつらい仕事であったと伝えられています。

松原塩田は昭和26年のルース台風の直撃で全壊し、塩田道具の大半は失われてしまいました。写真の水タンゴは、現存する数少ない塩田道具で4升(7.2リ)入りの水桶です。炎天下での過酷な作業の合間に、この水が松原の人たちの喉を潤したことでしよう。

問 文化財係 ☎ 62・2111

vol.11

G for 2023 大会情報
レポート

いよいよ開催が目前に迫った「かごしま国体・かごしま大会」!このコーナーではイベントや告知などの大会関連情報をお届けします。

本番に向け熱気高まる「リハ大会」



6月3日(土)・4日(日)に「燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会」のリハーサルを兼ねて第25回鹿児島県民ゴルフ大会と特別全国障害者スポーツ大会バスケットボール(知的)九州ブロック予選会が開催されました。両競技とも熱戦が繰り広げられ、鹿児島県勢も本大会に向け大きくはずみをつけました。

本市開催の競技日程はコチラ

ゴルフ(女子) 9.20(水)~22(金) 鹿児島高牧カントリークラブ

ライフル射撃(25m) 10.8(日)~10(火) 県警察学校射撃場

バスケットボール(成年男女) 10.12(木)~15(日)

始良市蒲生体育館・ビーラインスポーツパーク始良体育館

バスケットボール(知的) 10.28(土)・29(日)

ビーラインスポーツパーク始良体育館

「あいさつ運動」で国体をPR!

市内全小・中学校の「あいさつ運動」で児童・生徒のみなさんが国体のPRをしてくださいました。子どもたちの元気な声に、道行くドライバーのみなさんからも笑顔のお返しがありました。



花いっぱいでおもてなし



今年も『花いっぱい運動』に取り組みます。薩摩中央高校と鶴翔高校の生徒が育てたマリーゴールドなどを、9月上旬に学校や校区コミュニティにお届けします。花をいっぱいに咲かせ選手たちをお出迎えしましょう。

燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会
始良市実行委員会事務局
(教育委員会国体推進課内) ☎・FAX 62-2140



錦江湾奥の
Event Information
催し

錦江湾奥に面する4市が協働で各種事業に取り組んでいます。ここでは各市のイベント・行事をご紹介します。

7月
July



たるみずふれあいフェスタ2023夏祭り

日時 8月12日(土) 予備日8/26

場所 旧垂水港特設会場
(垂水市錦江町1-2)

4年ぶりに開催される、垂水市の夏の風物詩をお楽しみください。

問 垂水市商工会
☎0994-32-0225



第44回 霧島国際音楽祭

日時 7月21日(金)~8月6日(日)

場所 みやまコンセル ほか
(霧島市牧園町高千穂 3311-29)

国内外から高い評価を得ている音楽祭。上質な演奏をご堪能ください。

問 みやまコンセル
☎0995-78-8000



第21回 サマーナイト大花火大会

日時 8月19日(土) 19:30~20:40

場所 鹿児島県本港区

九州最大級の花火大会。1尺玉100連発など、多彩な演出を凝らした約1.5万発もの花火をご覧ください(有料観覧チケット好評発売中)。

問 サンサンコールかごしま
☎099-808-3333

～男女共同参画の視点～
ダイアログカフェ
 お互いを認め合う場、ダイアログ(対話)カフェ(喫茶)

巻き込まれても一人で悩まないで!

だれかにどこかに相談できる窓口があります

DV、性犯罪・性暴力、性的な言葉や行為(性的嫌がらせ)で悩んでいませんか。家族や友達などに相談できない、迷惑をかけたくない。そんなときは、一人で抱え込まずに専門の相談窓口をご利用ください(身の危険を感じたら110番)。

DV、性犯罪・性暴力の相談窓口

- DV相談ナビ #8008
- DV相談+ 0120-279-889(メール、チャット対応可)
- 性犯罪・性暴力ワンストップ相談 #8891
- 警察相談電話 #9110
- 警察・性犯罪相談 #8103



キュアタイム
性暴力・性被害



DV相談ナビ



チャイルドライン
(18歳まで)

変更の
POINT!

性犯罪の規定が変わりました。

- 性交同意年齢が13歳未満から16歳未満に引き上げ
- 性犯罪の公訴時効期間が延長

犯罪として罰せられます!

- 同意のない性交などやわいせつな行為
- わいせつ目的での16歳未満の者への面会要求など
- 性的な画像の盗撮

問 男女共同参画係 ☎66-3163

環境・リサイクルを考える情報コーナー

AIRA ECO ACTION

アイラエコアクション



マイボトルモットル?

冷たい飲み物がおいしい季節がやってきましたね。みなさんはお得いっぱいマイボトルを使用していますか? 最も“お得”を実感しやすいのは「飲み物代の節約」。毎日150円のドリンクを購入する人がマイボトルに変わると1ヵ月で4,500円、年間54,000円の出費が節約できます。また、保温や保冷力があるタイプのボトルならおいしさも長時間維持できます。さらにペットボトルやプラスチック容器による廃棄物の削減や、処理の際に発生するCO2が削減されます。最近はおしゃれなファッションアイテムとしてデザインされたものや、炭酸飲料に対応するなど実用性が高いボトルも販売されています。お気に入りのマイボトルで夏を満喫しましょう。

分別あるある
これが正解。
間違えやすい分別品目をご紹介します!

炊飯器	→	不燃 [赤袋]
蚊取り線香 (電気製品)	→	不燃 [赤袋]
かつら・つけ毛	→	可燃 [黄袋]

問 生活環境係 ☎66-3189

私たちのスポーツがもたらす効果はとても大きなものがあります。見るもよし! やるもよし! 皆さんも新しいスポーツにチャレンジして今年の夏を満喫しましょう!!

今年の秋は鹿児島県で国体があります。コロナ禍を乗り越え特別大会として51年ぶりに開催され、観客やアスリート・大会関係者など多くの方々を鹿児島県を訪れることでしょう。スポーツの祭典まで100日を切り各市町村では急ピッチで準備が進んでいます。

スポーツの祭典といえばなんといってもオリンピック。来年はパリで開催されます。ついこの前、東京五輪があつたばかりなのにもう来年は五輪イヤーですね。またすぐにハイレベルなスポーツの熱い戦いが見られると思うとワクワクします。夏ごろから様々な競技の日本代表が内定しているようです。日本代表選手の大活躍を期待したいですね。

ところで、オリンピックに欠かせないのが聖火リレー。3年前の東京五輪では、福島県からスタートし鹿児島県内でも多くの方が参加しました。来年のパリ五輪では、なんと「海外領土」といわれるところも聖火が巡るんだそうです。フランスには歴史的背景から多くの海外領土があり「南米仏領ギアナ」やカリブ海の「グアドループ」。サーフィン競技が行われる「タヒチ」やインド洋の「レユニオン」といった海外領土にも聖火が上陸し、国内を含めて約1万人の走者がリレーする壮大な計画が進行しています。日本では考えられないルートですね。フランス国内では世界遺産の「ベルサイユ宮殿」や「モンサンミシエル」など観光名所も組み込まれ、聖火リレーのニュースも楽しみにすることができます。

市長の興味しんしん。

日々、感じていること
思っていることをつづります。

湯元敏浩 #54

“海外領土”聖火リレー
～パリ五輪2024～

生活ナビ

海産物の電話勧誘・送り付け商法!?

「売り上げが伸びず困っている。助けて欲しい」、「〇〇産の高級食材を安く購入できる」など海産物の勧誘電話があり「断ったのに商品が送られてきた」、「強引に契約をさせられた」などといった「送り付け商法」の相談が多数寄せられています。

覚えておきたいポイントはコチラ

- ☑ 勧誘されても必要がなければきっぱりと断る。
- ☑ 電話で勧誘を受けて契約した場合は、8日以内にクーリング・オフが可能。
- ☑ 承諾していないのに一方的に商品が送られて来ても受取る必要はなく、支払い義務もない。
- ☑ 心当たりがない商品は配達伝票の業者名・連絡先・荷物問い合わせ番号などを控え、宅配業者に一旦持ち帰ってもらい、家族などに確認。
- ☑ 代引きで支払うと、業者の連絡先などが分からないことが多く、料金を取り戻すことが困難になるので、安易に受取らない。

消費生活センター ☎66-3165

防犯ナビ

「私は大丈夫」が落とし穴。詐欺に用心

市内での今年4月の詐欺被害認知は、還付金詐欺1件、金融商品詐欺1件、架空料金請求詐欺4件です。詐欺の手法はますます巧妙化しているので注意が必要です。

● 還付金詐欺の事例

市職員を名乗る者から「介護保険の払い戻しがある」と電話があった。その後、金融機関を名乗る者からの電話で払戻金受取りのためATMに行き、指示どおりに操作したところ、相手の指定口座へお金が振り込まれる被害にあった。

● 金融商品詐欺の事例

スマートフォンに暗号資産(仮想通貨)の取引の勧誘の電話があり、取引をははじめた被害者。運用資金を振込むように言われ複数回振込んだが、出金したいと申出たところ、相手と連絡が取れなくなった。

● 架空料金請求詐欺の事例

パソコンの警告表示～修理費やウイルス対策費などとして複数回電子マネーカードを購入させられる被害にあった。

詐欺かも…と思ったら、緊急の電話は **110** 番
相談の電話は **#9110** 番

始良地区防犯協会 ☎65-4310

消防119

水難事故から「いのち」を守ろう

夏は海や川など、水辺のレジャーを楽しむ機会が増える季節です。毎年、水難事故が多く発生しています。大切な命を守るために安全対策を心がけましょう。



「危険」、「遊泳禁止」などの掲示がある場所へは絶対に近づかない。

天候の変化に注意し、悪天候のときに海や川などに行かない。



子どもだけで遊ばせず、必ず大人が付き添い、子どもから目を離さない。

万が一に備え、ライフジャケット着用など浮力のあるものを準備しておく。



もし溺れそうになったら「浮いて待つ」が鉄則。

消防本部では心肺蘇生法やAED取り扱いを学べる救急講習も実施。どなたでも受講できますので、興味のある方は気軽にご連絡ください。

消防本部警防課 ☎63-3818

シルバーナビ

人生100年時代。Let'sフレイル予防

歳をとって心と体の働きが弱くなった状態を「フレイル」といいます。そうなる前の早い段階で生活習慣を見直すことで健康な状態に引き返すことが可能です。

- フ** 普段からこまめに体を動かそう
床ふき、庭掃除、買い物、階段昇降 など
- レ** レベルは気にせず、自分のペースで運動を続けよう
少し速いペースのウォーキング、軽い筋トレ など
- イ** いっぱい食べて体力向上
1日3食色々なものを摂取、定期的な歯科健診 など
- ル** ルンルンと前向きに、外出や交流をしよう
1日1回以上の外出、週1回以上の人との交流 など

台所に立っている時も「ながらスクワット」をするなど、日常動作に筋トレを取り入れる大宮路さん(87歳)。2人のひ孫に会うのを楽しみに頑張っているそうです。

脳トレクイズ

- 1 幸運を運んで来るのは青い鳥ですが、子宝を運んで来るのは?
1.ハト 2.ツバメ 3.コウノトリ 4.キジ
- 2 悪口を言うと出てくる動物は?



※答えはP34下部 地域包括支援センター ☎64-5537



岩壁の柱状節理

溶岩流が冷えて固まるとき、温度が下がって岩石の体積が収縮。岩体には角柱状の割れ目が入り「柱状節理」となる。



台地が生んだ隠れた名瀑

龍門滝の北西にある「^{うすめき}獺貫の滝」は幅 8m、高さ 13m。滝つぼは深く、水面は濃い緑色に輝き、左右には柱状節理の断崖がそびえ立つ美しい滝です。滝を形成する岩体はおおよそ 70 万年前の海の地層(国分層群加治木層)の隙間に流れ込んだマグマが冷え固まってできた安山岩で、蔵王岳や龍門滝を形成する安山岩と同じものです。また、柱状節理が発達した崖からの転石には普通オパールと呼ばれる鉱物が確認できることが県の地学会誌において昨年報告されました。

獺貫の滝の近くには江戸時代に加治木郷士・池田助右衛門が西別府台地から木田地区に水を引くため、およそ 4 年をかけて 218m もの岩盤を堀り抜いた「獺貫の切通」もあります。この切通により多くの水が流れ込んだ木田地区には用水路が整備され新田開発が進められました。

龍門滝に比べるとあまり知られていない獺貫の滝ですが地質学的にも、歴史・文化的にも大変貴重な場所なのです。

※現在は工事中で立ち入れません。

桜島・錦江湾ジオパーク

1,583km²



桜島を中心に本市と鹿児島市、垂水市に広がる桜島・錦江湾ジオパーク。地球や大地という意味をもつジオの見どころは「サイト」と呼ばれ、市内には 21 か所あります。ジオが育む自然や文化、人の暮らしをサイトごとにシリーズで紹介いたします。



ジオが育むたからもの

獺貫の滝

始良市民だから お得な割引。

ジュービー

JIMOVIE

お子さんからご年配の方まで“地元 (JIMOTO)”で“映画 (MOVIE)”を楽しんでいただくコーナー。シネマサンシャイン始良 (イオンタウン始良東街区) に賛同をいただき、市民のみなさん限定の割引クーポンをお付けして毎月旬の主な映画をお知らせします。

CINEMA SUNSHINE. x AIRA voucher

シネマサンシャイン始良
「市民映画クーポン」

¥200
通常料金 割引券

この券を切り取り、免許証や保険証、マイナンバーカードなどの市民を証明するものと一緒に劇場窓口、もしくは入口にご持参・ご提示ください。1枚4名様まで有効です。特別興行・他の割引・サービス料金・サービスステイとの併用はできません。

※スマートフォンなどの画像提示は不可。

有効期間 7月18日～8月31日 複写禁



交換ウノ日記

7/7
金



君たちはどう生きるか

7/14
金



ミッション:インポッシブル
デッドレコニング PART ONE

7/21
金



キングダム 運命の炎

7/28
金

左下の割引券を劇場窓口にお持ちください。1枚4名様まで有効です。保険証など市民を証明するものもあわせてご持参ください。



映画 仮面ライダーギーツ 4人のエースと黒狐/
王様騎隊キングオブジャー アドベンチャーへバン

7/28
金



しん次元!クレヨンしんちゃんTHE MOVIE
超能力大決戦 とべとべ手巻き寿司

8/4
金



トランスフォーマー
ビースト覚醒

8/4
金



マイ・エレメント

8/4
金

通常料金(割引対象)

- 一般 ¥1,900
- 大学生 ¥1,500 ※1
- 高校生 ¥1,000 ※1
- 中学生~3歳 ¥1,000 ※2

※1 学生証をご提示ください。

※2 2歳以上から代金を

いただく作品もあります。

サービス料金/デイのご案内

- レイトショー (20時~) ¥1,400
- ファーストデイ (毎月1日) ¥1,200
- シネマサンシャインデイ (毎週水曜) ¥1,200
- シニア (60歳~) ¥1,200
- ペア50割引 (性別問わずどちらかが50歳~2人で) ¥2,600

お問い合わせ

CINEMA SUNSHINE. シネマサンシャイン始良
☎050-6875-6020

市民を証明するものとして「始良きんこう WAON カード」も特別に使用できます。



面白かった・ためになった記事に○をお付けください。

- 1.クローズアップ、2.あいらフラッシュ、3.新庁舎、4.喜撮あい楽
- 5.アイラキッズ、6.子ども館愛称募集、7.図書館、8.夏休みイベント
- 9.健幸生活、10.医師談、11.アイラリー、12.採用試験情報
- 13.くらしガイド、14.休日在宅医、15.相談カレンダー
- 16.錦江湾の汐風、17.ひすとリー便、18.国体
- 19.ダイアログカフェ、20.エコアクション、21.市長の興味しんしん
- 22.情報の芽、23.ジオパーク、24.ジムービー、25.読者の声
- 26.プレゼント、27.あいらびゅーFM、28.編集後記、29.始良人

広報あいらを読んだ感想、今後取り上げてほしい話題や記事、始良市への思い、あなたの身近な出来事などをお書きください。

ご協力ありがとうございました。

×キトリ線

応募のしかた（市役所へ直接持参も可能です）

上のハガキを切り取ってご利用ください。官製ハガキ、直接持参、市ホームページからも可。当選発表は発送をもってかえさせていただきます。応募者の個人情報はプレゼントの発送以外には使用しません。寄せられた感想などを掲載する際、趣旨を変えない程度に添削することもあります。

読者の声&プレゼント

[ビューヴォイス]
View Voice



[次の応募締切]

8月7日（月）

当日消印有効

広報紙の感想、取り上げてほしい話題、あなたの身近な出来事などを送ってください。お便りの中から抽選で市内事業所からご提供いただいた特産品などをプレゼントします。たくさんのお便りお待ちしております。

◆雨の日曜日、新聞やテレビでは見ているものの地元にながら本物を見ていなくも合戦に行きました。会場に入るとたくさんの人で賑わっていました。出場者は4年ぶりの開催ということで輝いていました。3か所で合戦があり「百聞は一見に如かず」と感じることでした。（M・Tさん／加治木町木田）

◆加治木の小鳥神社の近くにクチナシが咲いています。大きな花が咲き、香りがいいです。毎年この季節を楽しみにしています。（M・Tさん／加治木町反土）

V 日本山川沿いの菜の花、蒲生白男のシバザクラ、思川の紫陽花など市内には季節の花を楽しめる場所がたくさんあります。M・Tさんが教えてくださいましたクチナシも見に行ってきました。本当にいい香りで、またひとつ花の名所が増えました。ありがとうございます。先日、市民の方から「希少なランが咲いた」とご連絡をいただいたので早速、撮影に伺いました。花や手入れの説明を聞きながら、



花/スタンホペア・チグリナ
写真/川上 三芳 宅（俄原）

見たこともないようなランに何度もシャッターを切りました。同時に愛情を込めて大切に育てていらつしやるその方の優しさに触れたような気持ちになって、なんだかほっこりなりました。

今月の読者プレゼント
5名様

心に残る口福なひととき —— 。 本格寿司をここで堪能しませんか♪

一期一会の心意気でおもてなし **かもだ鮎**



①厳選された10種類のネタの握り寿司に3種類の小鉢と汁物がセットで楽しめる「寿司ランチ(税込3,000円)」②温かみに包まれた和の雰囲気漂う店内ではカウンター席で大将の匠の技を眺めるもよし。1室テーブル席の個室もあり家族でくつろげる。

昨年12月、かもだ通り沿いにオープンした寿司店「かもだ鮎」。長年、和食料理人として腕を磨いた大将が厳選した新鮮な海の幸を使用し、一貫一貫、心を込めて握る。お店でおろす「本わさび」は香りが高く、魚介の風味をグッと引き立てる。昼は完全予約制で、寿司ランチや海鮮丼(税込2,000円・写真右下)を楽しめる。夜は大将が選びぬいた海鮮ネタを存分に味わえるリッチなお任せコース(税込1万円)をご提供。お酒と供に楽しむお客さんも多いという。今月はかもだ鮎さんから食事券1,000円分を5名様にプレゼント。



かもだ鮎 (住) 加治木町本町10619ブロック1階
 営 11:00~15:00(完全予約制)、18:00~22:00
 休 水・日曜 ☎55-8259 @kamodasushi

※読者プレゼントのご提供をお待ちしております。広報広聴係 ☎66-3111まで

も素晴らしいですね。

当日は生憎の雨でしたが、みなさん懸命にPRしていただきました。商品の企画だけでなく、価格設定や販売方法まで検討し体験することで、多くのことを学んでいます。こうして高校生のアイデアで地元の食材が活かされる機会があること

高校生らが商品開発をした、はだか麦のクッキー「ムッギー」。



高校生らが商品開発をした、はだか麦のクッキー「ムッギー」。

夏休みといえば、色々楽しみもあると思いますが「夏休みの宿題・自由研究」もありますよね。毎年、どうしようかな〜と、悩むお子さまも多いのでは?今月号には自由研究のヒントになる催しや教室のお知らせがあります。是非、参考にしてください!さあ頑張ろう!(いぶすき)

巻末の始良人の取材で手話サークル「かりん」の活動にお邪魔しました。撮影をしながら私も活動に参加させていただき、五十音や数字などの手話を教わりました。声は出さずとも咲く笑顔、徐々に温まる会場の雰囲気、いただいたお菓子、どれをとっても幸せなひとときでした。(うえまつ)



編集後記

thank you for reading

梅雨真っ只中に編集する7月号は、撮影の日程調整が困難。ということで今年をあえて雨の日狙いにしてみました!するとどうでしょう。雨の降らんことorzそれでも撮影協力をもらったモデルの可愛さのおかげで、手前味噌ながらいい感じに仕上がりました。杏ちゃんありがとう!!(やすとみ)

いよいよ夏本番。空を見上げると、大きな入道雲がもくもくと見えました。夏といえばトマトやきゅうり、すいか、ナス、カボチャ、オクラなどの野菜が盛りだくさん。季節の野菜を食べて、夏バテ撃退!この夏も大好きな野菜を食べて元気に乗り切りたいと思います♪(こやま)

POSTCARD

郵送の場合は
お手数ですが
63円切手を
お貼りください

8 9 9 5 2 9 4

始良市役所 秘書広報課
 広報あいら「読者プレゼント」係 行
 2023. 7#245

ご住所

お名前 (掲載する際、実名は載せません。イニシャルで掲載します)

ペンネーム(ペンネームを希望する場合)

電話

年齢 歳

F M周波数は

89.1 MHz

地元FM放送局
あいらびーFM

リクエスト・情報は
 TEL 66-2891
 FAX 70-1891
 メール 891@airafm.jp

P31下部「脳トレクイズ」の答え:答:①3. コウノトリ ②馬と鹿

耳が聞こえる人も聞こえない人も、同じように生活を送れるようにするために、私に何かできることはないか……。その思いを胸に「手話」で人と人の心をつなぐ濱川千鶴子さん。手話講師、そして手話通訳者として県内各地で活躍している。

濱川さんは大学時代に友人に誘われて参加したボランティアサークルではじめて手話と出会った。手話で自己紹介もできない状態で耳が聞こえない人たちと関わり「音のない世界」でのコミュニケーションの壁の厚さに衝撃を受けた。「私には難しいかも」と手話とは距離を置いていたが、それから数か月後、また友人の誘いを受けて今度は手話講習会に参加。耳が聞こえない人が受けてきた差別や普段の生活の中での困りごとについて触れた。聞こえないことで職場では誰からも話しかけられず、孤独を感じながら過ごしたという話を聞いた。「少しコミュニケーションが取れなかっただけで遠ざかってしまった自分が恥ずかしくなりました。きっと私にも何かできることがあるはず」と手話への想いが芽吹いた瞬間だったと振り返る。同時に手話通訳者の担い手不足という実情も目の当たりにし、手話の道を本格的に歩みはじめた。手話講習会はもちろん、積極的に聞こえない人と手話を使って通じ合う経験を多く重ねた。聴覚の違いを超えて思いや喜びを共有できる手

人の思いをつなぐ架け橋になる

手が結ぶコミュニケーションの輪を広げたい

pickup Airan 今月の始良人。

122 手話通訳者/手話講師

はまかわ ちづこ
濱川 千鶴子 さん

毎週木曜日に開催される手話講習会や毎週月曜日と毎月第2・4水曜日に開催される手話サークル「かりん」に所属。耳が聞こえない人にとって「手話は命」と言われるほど大切なものという意識を常に持ちながら、人と人との心をつなぐ。

話という「言語」を知れば知るほど惹かれていった。

二十数年の勉強と経験を積み、サークル役員や手話講習会の講師としても手話の普及に奮励する毎日。所属する手話サークル「かりん」では、ろう者と聴者が手話により心を通わしている。聞こえる、聞こえないに関わらず、一緒に楽しく学ぼうとする濱川さんの姿勢にメンバーの笑顔も絶えない。手話でのコミュニケーションのほかに、ろう者と聴者の文化の違いからくる誤解や偏見などについて学ぶ場をめざす。お互いの関わり方を学び、ろう者への理解を深める啓発活動を行う団体でもあり、サークルは活動の幅も広くと語る。サークルのメンバーと共に署名活動や「かごしま県民手話言語条例」という、ろう者を理解するための施策の普及にも寄与している。

「活動を通して成長していく人たちの姿を見られるのが嬉しいです」と笑みをこぼす濱川さん。だれもが孤立することなく、明るくコミュニケーションをとることができると社会をめざして、今日も奮闘する。



「かりん」ではろう者と聴者が交流しながら楽しく手話を学んでいる。



手話で談笑する時間はサークル参加者の大きな楽しみのひとつ。