

2011  
VOL.42  
12月15日発行

12

# 始良

市報あいら





「あいらん家うまいもん」日時/12月25日(日)午前10時~午後3時  
 おた飯編 場所/蒲生観光交流センター前広場

◆出品グルメ

- ・大楠丼
- ・あいら味噌おでん
- ・あいら牛カレー
- ・蒲生郷黒米うどん
- ・ホタテそば
- ・エイの竜田揚げ甘酢あんかけ

※食材の仕入等の状況により、予告なくメニュー、出店の変更がある場合があります。

※各店舗数量限定です。売り切れの場合はご容赦ください。

◆料金等

当日会場にて食券(お楽しみ抽選券付き、食券3食分900円)をお買い求めください。

※食券の払い戻し、返金等は行いません。

※使用しない食券は、当日に限り「蒲生観光交流センター」及び「あいらスイーツカフェら・びゅー」にて、金券としてご利用いただけます。

お楽しみ抽選券付き食券をお買い求めのかたへ、先着限定で「ら・びゅー」のミニスイーツをプレゼントします。

主催:あいらん家うまいもんプロジェクト実行委員会/共催:蒲生観光交流センター/後援:始良市観光協会

問合せ先 始良市観光協会事務局 TEL 66-3111 (内線283)

◆めしプロの試食振舞い

市内の美味しいお米を、美味しい農産加工品で食べよう!! 市内の農産加工グループが手掛ける「めしプロ」の試食振舞い(午前10時から数量限定)

◆スイーツの振舞い

「ら・びゅー」のスイーツの振舞い(午前11時、午後1時から数量限定)

◆蒲生観光交流センタークリスマスイベント

◆始良市「食」の特産品販売

※当日は、蒲生観光交流センターの駐車場は利用できませんので次の駐車場をご利用ください。

- ・蒲生大クス球技場グラウンド駐車場
- ・シルバー人材センター駐車場
- ・蒲生公民館駐車場

「あいらん家うまいもん」おた飯編

始良市のご当地グルメを  
 みんなで創造しよう

最近、地域おこしを目的として、日本各地で「ご当地グルメ」が作られ、PRが盛んに行われています。ご当地グルメとは、特定の地域(ご当地)で、伝統にこだわらず発祥または開発して定着した料理の総称です。各地のご当地グルメを調べてみると、贅沢ではなく、安価で日常的に食される庶民的なB級グルメ(ラーメン、焼きそば、バーガー、カレー、丼物、粉物等)で、近年新たに開発されて歴史が浅いものが多いようです。また、地域の素材や伝統を重視し、味やつくり方に重点をおいた「郷土料理」が、ご当地グルメとして、全国的に知名度があがるケースもあるようです。ちなみに鹿児島県では「鶏飯」や「つけあげ」、「きびなご料理」が農山魚村郷土料理百選に、「黒豚のしゃぶしゃぶ」がご当地人気料理に選ばれています。

今回ご紹介する「あいらん家うまいもん」おた飯編は、市内で飲食店等を営む有志が集まり、それぞれの店の持ち味を生かしたメニューを開発し、始良市のご当地グルメを創造しようとする食の情報発信プログラム「あいらん家うまいもん」のまさにお試し編で、6つのグルメがエントリーしています。

当日は、各飲食店がお試しサイズのグルメを一品300円で提供しますので、皆さんもそれぞれの店の「自慢の味」を味わってみませんか。

大楠丼

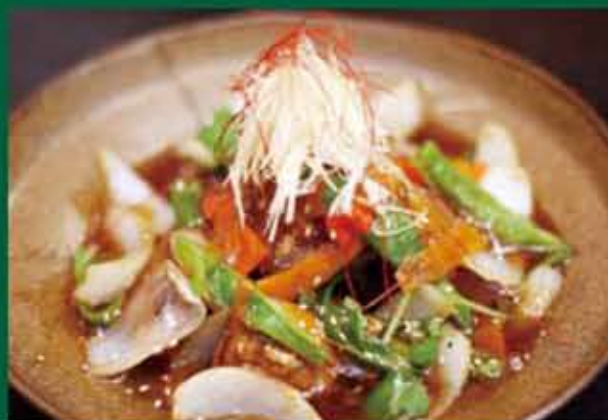


チャーハンの上に焼肉と野菜を彩り良くトッピングした豪快な丼ぶりです。その名の通り、日本一の巨樹蒲生の大クスに見立て、地元産の有機野菜と和牛の焼肉を積み上げたスタミナ満点の一杯です。

食欲をそそる焼肉とさっぱり生野菜でチャーハンをガッツリといただきます。

【えびす亭】

エイの甘酢あんかけ



錦江湾で大量発生し、貝など食害等の被害で困っている「エイ」をどうにか消費できないか苦慮している漁師のかたがたの声を聞き、開発したのがこのメニューです。

ヒレや尾の付根部分をボリューム感のあるサイズで竜田揚げにし、さっぱりした甘酢あんを仕上げました。くせが少なくねっとりとした食感のエイの身は食べたらやみつきになります。

また、別メニューも考案中ですのでご期待ください。

【食彩和楽 侍】

あいら牛カレー



市内で育てた安全・安心の黒毛和牛100%で作ったカレーです。旨みのあるすね肉をベースにサーロインやカルビなどの高級部位の切り落としを加え、じっくりと煮込んでありますので、柔らかいお肉の味わいを楽しんでください。

市内で生産された新米の炊きたてごはんとはあいら牛のカレーの相性は抜群。お子様でも召しあがれるようにリングと蜂蜜を加えた「甘口カレー」もご用意します。

【和牛処 たけなか】

あいら味噌おでん



甘みを重視した「みそ味」が特徴で、お子様からお年寄りまで安心して口にいただける味を追求しました。開店以来、当店メニューの中で最もご愛顧いただいているこの「みそ味のおでん」を「あいらん家うまいもん」へのエントリーのために、出汁の材料から具材まで全ての素材を始良産にこだわって作りました。

始良の匂いがいっぱい詰まったおでんをお楽しみください。

【Ajidokoro 季菜】





## 地域の藻場・干潟の保全再生活動

●10月18日 錦江湾

市沿岸の藻場・干潟の機能維持・回復を図り、環境と生態系を保全するためのさまざまな取り組みを始めた「あいら藻場・干潟再生協議会」が、生き物の隠れ家やすみか、産卵場や稚魚などの保育場となる藻場の再生のため、海草の一種「アマモ」の種子を練り込んだシートを海中に設置しました。

# フォトパレット

photo palette



## 熊本健康おじゃめ大会で好成績

●10月28日 市長室

ねんりんピック2011の協賛大会として開催された熊本健康おじゃめ大会（おじゃめ：熊本の方言でお手玉のこと）において、健康お手玉愛好者の皆さんが、団体2位、個人5種目2位、3位という成績を収められ、市長に報告に來られました。



## 錦江湾あいら祭り

●10月30日 重富海水浴場

あいにくの雨模様にもかかわらず、市内外から多くのかたがたが訪れました。会場では、特産品等の販売やエコツアーが開催され、恒例の車エビのつかみどりも行われました。



あいらん家うまいもん  
プロジェクト実行委員長  
須内 康文

始良市を一層活気のあるまちにするため「食の部分から盛り上げたい」と、「あいらん家うまいもん」シリーズを企画しました。

先日、第6回大会となる全国規模の“B-1グランプリ”が開催され、メディアに大きく取り上げられるなど、ご当地グルメが話題となっていますが、県内外でもご当地グルメによる地域のPRが盛んに行われています。

始良でも「やらなければ！」という使命感と「競合他店を敵視するのではなく、同業者、良きライバルという視点でとらえ、協力し、連携したい」という想いが重なり、実現したこの企画は、まだ、ヨチヨチ歩きで動き始めたばかりですが、参加店がそれぞれ

の“自慢の味”をぶつけ合いながら、“うまいもの原石”を発掘し、始良市独自のご当地グルメの開発が進めばと考えています。

また、市内の熱意ある生産者や加工業者が提供する逸品の数々を消費者である市民にアピールすることも我々飲食物の提供を生業としている者の責務であるとも考えています。

今後、我々が一つの輪を作り、生産者と消費者を繋ぐためにも、“あいらん家うまいもん”シリーズの参加店を拡大していきたいです。

## ホタ天そば



そばのトッピングの定番は、天ぷらやあげ、山芋、たまごなどですが、ホタ天をのつけたそばが登場しました。一見したところ“たこ焼き”に見えるホタ天は、その名のとおり、固くならず食べやすいホタテが丸ごと入っています。そば出汁が浸みたホタ天の食感やテイストは、まるで明石焼き。自慢のアユ出汁でいただくホタ天とそばのコラボレーションをお楽しみください。

【そば処 にいな】

## 黒米うどん



抗酸化物質として有効に働くポリフェノールが含まれる健康食材“黒米”を使ったうどんです。地元産の黒米をほどよく練り込んだうどんをやさしい味に仕上げたお出汁でいただく一杯。つやよく茹であげたうどんは、田舎そばのような見た目からは想像できない、もっちりとした食感で、ツルツルの喉越しがくせになりそう。

【蒲生観光交流センター】





### 高齢者よい歯の表彰式

### 8020高齢者よい歯の表彰

●11月8日 市役所本庁  
8020運動は「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という主旨で厚生労働省等が提唱している運動で、今年31人のかたが「高齢者よい歯の表彰」を受けました。

### SAP隊が文部科学大臣表彰

●11月8日 市長室  
静岡県で開かれた第61回全国学校保健研究大会において、山野安全パトロール隊が、日頃の学校安全ボランティア活動の功績が認められ表彰を受け、市長に報告に来られました。



### 農 music 農 life

●11月13日 フォンタナの丘かも  
蒲生の新スポットで、秋の実りと地元の音楽を融合させたイベントが開催されました。参加者は、新米や農産物などの秋の恵みの販売や蒲生郷を語る地元の歌などを楽しみました。



### 災害時における福祉避難所の設置運営に関する協定を結ぶ

●11月11日 市役所本庁  
災害時における要援護者等の避難生活のための福祉避難所設置に関し、相互協力を盛り込んだ協定を始良市民間社会福祉事業所連絡会と結びました。

### 市内の田の神が集結

●11月13日 漆小学校  
田の神サミットが開催され、多くの参加者が、漆を散策するウォークラリーで里山の風景を満喫しました。また、田の神が一同に展示された会場では、漆田の神講の再現など多くの催しを楽しみました。



### 災害時非常無線通信の協力に関する協定を結ぶ

●11月11日 市役所本庁  
災害時の非常通信における災害情報の通信業務に関し、相互協力を盛り込んだ協定を(社)日本アマチュア無線連盟鹿児島県支部と結びました。



### 元気いっぺ「飯故郷・飯ひとづくり」プロジェクト

●11月20日 蒲生小学校  
米の消費拡大と市の農産加工品等での特産品開発を目的に「めしプロ」が開催され、試食した市民の投票により、有限会社蒲生農産加工の「Wスタミナ味噌」が金賞を受賞しました。(写真は加工グループの代表者の皆さん)  
出品加工品と製造団体  
★キャロットふりかけ：加治木農産加工株式会社  
★ししみそ：(株)始良農産加工  
★黒しよの実：小山田活性化グループさくらの会





# 学校へ行ってみよう!

## 永原小学校



永原小の子どもたち全員集合!!

### 学校教育目標

確かな学力、豊かな心、健やかな体を備え、自ら学び実践する永原っ子の育成

### スローガン

みんなでつくろう 思いやりと笑顔と花いっぱいしの永原小学校

永原小は、全校児童45人（その内特認生23人）の小規模校です。校舎屋上から見渡せば、南に桜島を正面に見据え、眼下には錦江湾の輝き、東は高隈山系、北は霧島山系が望め、まさしく宮崎駿アニメ「天空の城ラピュタ」を連想させる、風光明媚な高台にあります。

### 地域との連携による教育活動の充実

永原小では、地域の伝統芸能の継承活動に力を入れています。運動会において、「辺川棒踊り」と「吉左右踊り・太鼓踊り」を隔年で実施しています。どちらの踊りも



隔年で披露する運動会での「辺川棒踊り」と「吉左右踊り・太鼓踊り」

古くからそれぞれの地域に引き継がれてきた踊りであり、運動会前の練習には、それぞれの地域のかたがたがボランティアで指導されます。特に、「吉左右踊り・太鼓踊り」は、県の無形文化財に指定されている、大変貴重な踊りです。毎年行われる太鼓踊りの奉納の際に、永原小からも児童が参加し、その継承に積極的に協力しています。



ふるさと学寮（食事の様子）

忍耐力などを身に付けることができました。全ての運営を、校区公民館運営審議員の皆さんが行い、また、もらい湯など、近隣の住民のかたがたからのご協力もありました。

### 豊かな心を育む読書活動

永原小では、児童の豊かな心を育むために、年間を通して、担任以外の職員による読み聞かせや読書郵便など、さまざまな特色ある読書活動に取り組んでいます。特に、小規模校の特性を生かした、全学年を縦割り班に分けて行う緑陰読書は、豊かな人間関係を築く上でも大きな効果を上げています。



緑陰読書（銀杏の木の下で）

## 図書館からこんにちは!

本を読むってすばらしい

### 特別整理期間のお知らせ

蔵書点検及び図書館システム統合作業等のため、市内図書館は、次のとおり休館となります。皆さんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

・期間/2月11日(土)~29日(水)  
・対象施設/中央図書館、加治木図書館、蒲生公民館図書室、始良公民館図書室、地区公民館図書室(山田・帖佐・松原・重富・脇元)

### 中央図書館から 今月おすすめの本

身も心も凍えてしまいそうな冬の季節ですが、図書館には冬を楽しむための本がたくさんあります。図書館の本を片手に、寒い冬を楽しく乗り切りましょう。

「サンタ・エクスプレス」  
著者:重松 清(文藝春秋)  
出産のために離れて暮らす母親を慕う、5歳の女の子の素敵なクリスマスを描いた表題作など、寒い季節を温かくしてくれる12の物語。

「藤井旭の 星座と星座神話 冬」  
著者:藤井 旭  
冬は星が最も綺麗に見える季節。初めての人々が実際の夜空で自分の誕生星座が見つけれられるよう、冬の星座についてくわしく解説します。

「きせつの 手づくり図鑑 冬」  
著者:幸村良子(偕成社)  
クリスマスリースやステンドグラスなど、冬にぴったりのいろいろな手づくり作品がいっぱい。作り方をイラストでわかりやすく解説します。

「いつでも土なべ」  
著者:松田美智子(文化学園文化出版局)  
土なべには素材をおいしくしてくれる力があります。煮る、蒸す、焼く、炊く、の4つの調理法と、主材料を3つまでに絞ったシンプルレシピを紹介。

「手編みであつたか毛糸のざぶとん」  
編集:リトルバード(成美堂出版)  
小花モチーフなどカラフルな毛糸のざぶとんの編み方を紹介。ふかふかの座り心地で、汚れても手洗いでできる、毛糸のざぶとんを編んでみませんか。

### 中央図書館から 新着図書の紹介

- 一般書 ・マスカレード・ホテル/東野圭吾 ・スティープ・ジョブズ 神の遺言/桑原晃弥
- ・渡部昇一、「女子会」に挑む!/渡部昇一 ・はげましてはげまされて/竹浪正造
- 児童書 ・オリンポスの神々と7人の英雄①/リック・オードン ・14歳からの原発問題/雨宮処凛

### 1月のおはなし会日程

期 日	館 名	場 所	時 間
7日 土	中央図書館	おはなしコーナー	午後3時~
13日 金	中央図書館	研 修 室	午前11時~
14日 土	加治木図書館	おはなしコーナー	午前10時30分~
21日 土	中央図書館	おはなしコーナー	午後3時~

絵本の読み聞かせなどを行っています。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。

### 中央図書館映画会の案内

水曜名画座 毎週水曜日 午後2時~  
毎週土曜日 再上映 午前10時~

親子映画会 毎週土曜日 午後2時~  
毎週日曜日 午前11時~、午後2時~

1月の映画会スケジュール  
【水曜名画座】4日(木)7日(土)「次郎長三国志」/11日(木)14日(日)「リリー・マルレーン」/18日(木)21日(日)「伊豆の踊子」/25日(木)28日(日)「裸足のギボン」  
【親子映画会】7日(土)「スプーンおばさん」/8日(日)「まんが日本昔ばなし」/14日(土)「ウルトラセブン」/15日(日)「ホームタウンの事件簿他」/21日(土)「うごく絵本シリーズチルビーメロン」/22日(日)「あらいくまラスカル」/28日(土)「トムとジェリー」/29日(日)「キキとララのお嫁さまになりたい他」

### 1月の休館日

中央図書館.....1日(日)~3日(火)年始休館、9日(月)成人の日、10日(火)振替休日、16日(月)、23日(月)、26日(木)資料整理休館日、30日(月)  
加治木図書館.....1日(日)~3日(火)年始休館、9日(月)成人の日、16日(月)、23日(月)、26日(木)資料整理休館日、30日(月)  
蒲生公民館図書室.....1日(日)~4日(火)年始休館、9日(月)成人の日

【問合せ先】 中央図書館 TEL 64-5600 加治木図書館 TEL 62-2605 蒲生公民館図書室 TEL 52-1771



# トライ・トライ・トライ!

健康の第一歩は体づくりから

**\*スポーツ実施率50%を目指す**

子どもの体力の向上や地域スポーツの環境整備、国際競技力の向上などを定めた「スポーツ振興基本計画」では、体力や年齢、技術、興味・目的に応じて、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しむことができる生涯スポーツ社会の実現のため、成人の週1回以上のスポーツ実施率50パーセントを目指しています。

現在、日本での週1回以上のスポーツ実施率は約38・5パーセントと、50パーセントを超えるヨーロッパの先進諸国に比べて低い状況にあるようです。

**\*生涯を通じてスポーツに親しむ**

授業や部活動等で運動に触れる機会があった学生生活に比べ、卒業後はスポーツに親しむ機会が減少する傾向にあります。

このような現状を改善するため、全国に普及してきたのが、欧州型の地域に密着した「総合型地域スポーツクラブ」です。

早いもので今年も残りわずかとなりました。皆さんも新年を迎える事で気持ちをリセットし、新たな目標を決め、一年をスタートする事と思います。その目標の一つに健康づくりや体力づくりを考えたいものに加え、週1回以上の運動を目指してはいかがでしょうか。

## 新春! 運動促進キャンペーン!

### ★ヨガ教室【3カ月コース】

健康法にもリラクセス法にもなるヨガを始めてみませんか。

- ・期間=1月12日~3月29日の毎週木曜日
- ・時間=午後7時30分~9時
- ・会場=重富地区公民館
- ・参加料=6,500円 ※始良スポーツクラブ会員は5,000円
- ・備考=ヨガマット無料貸出。



### ★エアロダンス・コアトレーニング・ピラティス【3カ月コース/3種目まとめて楽しめます】

エアロビで有酸素運動、コアトレーニングで体幹強化、ピラティスで身体の歪みを矯正

- ・期間=1月12日~3月30日
- ・時間=①エアロダンス (水曜日午後7時~8時)  
②コアトレーニング (金曜日午後7時~8時)  
③ピラティス (金曜日午後8時10分~9時10分)
- ・会場=始良市総合運動公園多目的室
- ・参加料=6,500円 ※始良スポーツクラブ会員は5,000円
- ・備考=ヨガマット無料貸出。



### ★中・高年のらくらく体操【3カ月コース】

高齢者でも気軽にできる体操教室! イスやボールを使って気軽に運動をしませんか。

- ・期間=1月12日~3月29日の毎週木曜日
- ・時間=午前9時30分~11時
- ・会場=始良公民館2階視聴覚室
- ・参加料=6,500円 ※始良スポーツクラブ会員は5,000円



【申込及び問合先】 始良スポーツクラブ TEL 65-2535

# ちょこっとチャレンジ!



↑藤浩志さん作。青森ねぶたの廃材の針金を使った龍。

公式ガイドブック→



**◆カモコレ大盛況で終了**  
10月22日から11月20日までの1カ月間、体験型メニューを集めた「カモコレ」を開催し、多くの参加者で賑わいました。カモコレは、NPO法人Lab蒲生郷が主催するイベントで、今回が5回目。蒲生ふるさと交流館では、鹿児島市出身の美術家、藤浩志さんの廃材アートの展示や、韓国の学生を招いて民俗舞踊を踊る体験プログラムなどを行いました。



蒲生ふるさと交流館は、旧蒲生町立保育所を改築し、今年の4月にオープンした公共施設です。三遊亭歌之介さんのチャリティー独演会を始め、コンサートや体験教室など定期的にさまざまなイベントを開催しています。



### ◆板橋一歩展示室の彫刻の入れ替えを行います

蒲生出身の彫刻家で、富山県南砺市井波で活躍した板橋一歩さん(本名/小山田政義・1921~1994)の彫刻を常設展示していますが、1月15日から未公開作品を含め、展示内容を一新します。一歩コレクシヨンの新たな魅力を見つけてみませんか。観覧は無料です。



### 1月のイベント案内

- 1月14日(土)午後3時~  
蒲生の空の下で読み聞かせ  
「森の中のえほんじかん」  
参加料: 無料 ※予約不要
- 1月21日(土)午後1時30分~3時30分  
イモ好き集まれ~  
「焼き芋大会 & 芋版はんこ作り」  
定員: 20人  
参加料: 500円 ※要予約

### ◆絵本「おおくすと大蛇」の予約受付中



定価/1,500円  
予約特別価格/1,400円

蒲生に伝わる民話を絵本化する事業がいよいよ実現します。挿絵は版画家の野田和信さんの木版画です。10月22日には、蒲生八幡神社で発表イベントを開催。大楠の前に設置した大蛇の巨大オブジェをバックに、かもう親子読書会\*Hana Hana\*による絵本の発表が行われ、幻想的な舞台で民話の世界に酔いしれました。

## 蒲生ふるさと交流館

- ◆開館時間/午前9時~午後5時
- ◆開館日/年中無休  
(12月28日~1月4日除く)
- ◆入館料/無料  
(板橋一歩展示室を含む)

施設	利用料
ふるさと交流室	300円/1時間
絵本コーナー	無料

※交流室は、専有して使用する場合は料金。冷暖房別途100円/時間

TEL/FAX 52-0115

☺ タイのコーヒー販売もしています





## ～貴金属の強引な買い取り～

不意に来訪した業者から貴金属の買い取りを勧誘され、冷静に判断できないまま契約してしまったというトラブルが多くなっています。

### 注意点

- ・買い取りは、消費者が業者に代金を支払ってサービスを受けるわけではないため、「クーリング・オフ」が困難です。
- ・いったん業者に貴金属などを渡してしまうと、その後返品を求めても応じない場合があります。また、領収書にも業者の連絡先の記載がなく、対応できず解決が難しいことが多いようです。



### トラブルを避けるために

- ・買い取ってもらうつもりがないなら、「はっきりと断る」ことが大切です。
  - ・消費者宅で、古物の買い取りをする際は、「古物許可証」または「古物商従業者証」の携帯が義務付けられています。
- 契約時には、業者の住所を記録する、許可証などの提示を求め、内容を書き留めておきましょう。
- ・業者に退去するように言っても自宅に居座ったり、物品を出せと脅かされたりしたときは、「警察」を呼びましょう。
  - ・契約してしまっても、「取り消し」できる場合もありますので、早めに相談しましょう。

巡回消費生活相談 ・1月17日(火) 午前10時～正午 / 蒲生総合支所 1階市民室

### 無料法律相談 [午後1時～4時]

- ・1月13日(金)、27日(金) / 市役所本庁 本館1階 第1相談室
- ・1月20日(金) / 加治木ふれあいセンター

※無料法律相談は、事前予約が必要です。  
予約受付 平日：午前9時～午後5時

○無料法律相談の問合先  
ひまわりの会事務局 TEL 099-227-0041

困ったときは一人で悩まず、まず相談!

【問合先】始良市消費生活センター TEL66-3111 (内線157)

## だんじょきょうどうさんかく 男女共同参画の視点

ジェンダー(社会的・文化的に作られた性差)からの解放は男女共通のテーマです。

### 内閣府アドバイザー派遣事業・男女共同参画講演会を開催

10月22日、加音ホールにおいて講師に中嶋玲子氏(元木本町町長、九州初の女性町長)を迎え、講演会を開催しました。

男性に必要以上の負担を強いてきた、女性の能力をつぶしてきた従来の社会の在り方を変えるために男性と女性が支え合い、認め合い、尊重し合うことが男女共同参画社会の実現につながり、また、できる人が、できる事を、少し無理して「私ではなければ頑張ります。」と言う人になりましょうと参加者全員で唱和し、笑いあり、涙ありの講演は、盛会のうちに終了しました。

男女共同参画地域推進員による「朗読劇」やエントランスホールでは、「人権」についてみんなで考えよう!のテーマでパネル展等も同時に開催しました。



### アンケートから抜粋

- 男女共同参画は、女性のことが多いと思っていましたが、話を聞くと本当に男性にも社会的な問題があると分かり、お互い尊重しながら皆で社会を背負っていかねばならないと思いました。(80歳代：女性)
- たいへん説得力のある講演で、自分自身のこと、家族のこと、職場のことなどを振り返り見直すことが多かった。(50歳代：男性)
- 内容が充実していることで心に響くことが多く感動した。これから実践に移すことが責務だと思う。(60歳代：女性) など

女性相談 女性相談員と一緒に考え、あなた自身の力で問題解決へ向かうお手伝いをします。相談はどの場所でもかまいません。無料で秘密は守られます。

相談場所	相談日	相談時間(電話又は面接)	電話番号
始良市役所	毎週水曜日	午前9時～午後4時 (祝日は休み)	66-3111 (内線189)
加治木総合支所	毎週火曜日		62-2111、相談専用 62-2230
蒲生公民館	毎週木曜日		52-1771

【問合先】企画政策課 男女共同参画係 TEL66-3111 (内線241)

## わかりやすい健康講座

Health lecture

### すこやかな妊娠と出産のために

### 妊婦健康診査を受けましょう!

妊婦健診は、妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に観察するために行うものです。妊娠中は、ふだんより一層健康に気をつけなければなりません。また、妊娠・出産・育児に関して心配なことなどがあれば、医師や助産師などに相談をして、妊娠期を安心して過ごすことがとても大切です。

### 【妊婦健康診査のスケジュール】

- ・妊娠初期～23週 4週間に1回
- ・妊娠24週～35週 2週間に1回
- ・妊娠36週～出産 1週間に1回

合計14回ほどです。

※あくまでも標準的なもので、主治医の判断等によって、異なります。

### 妊婦健康診査は 公費補助があります!

母子健康手帳交付時に、妊婦健康診査受診票を交付しています。

### 母子健康手帳の交付 妊娠に気づいたら早めに妊娠の届出をしましょう。

日 時	場 所	内 容
毎週月曜日 午前9時30分～11時	始良保健センター	妊娠届出をされた妊婦さんへ母子健康手帳を交付し、各種制度の紹介や健康相談を行います。
毎週火曜日 午後1時30分～3時30分	始良保健センター	
毎週木曜日 午前9時30分～11時	加治木保健センター	※持参するもの ・妊娠届出書 ・印鑑
毎月第1・3月曜日(祝日の場合は翌日) 午前9時30分～11時	蒲生ふれあいセンター	

### 母子健康相談 妊娠中を心身ともに健康に過ごし、無事に出産するためには、日常生活や栄養などさまざまな事に気を配る必要があります。健康・食事・育児のことなど相談したいことがありましたら、お気軽に相談ください。

日 時	場 所	備 考
毎週火曜日 午後1時30分～3時30分	始良保健センター	※栄養士・助産師による相談日は、母子保健事業に関する相談窓口へお問い合わせください。
毎週月曜日 午前9時30分～11時	加治木保健センター	
毎月第1・3月曜日(祝日の場合は翌日) 午前9時30分～11時	蒲生ふれあいセンター	

### マタニティマークをご存知ですか?



妊娠初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにもとても大切な時期ですが、外見から見分けがつかないため、「電車で席に座れない」「たばこの煙が気になる」などさまざまな苦勞があります。国民運動計画「健やか親子21」で発表されたマタニティマークは、妊婦さんが公共の場で身に付け、周囲に妊婦であることを示しやすくするものです。

マークは厚生労働省ホームページからダウンロードできますので、通勤や通院などでお役立てください。また、マークを身につけている妊婦さんを見かけたら、やさしい環境づくりにご協力ください。

### 母子保健事業に関する相談窓口

健康増進課 健康増進係 TEL 66-3111 (内線142・143)  
加治木市民生活課 健康増進係 TEL 62-2111 (内線500・501)  
蒲生市民生活課 健康増進係 TEL 52-1211 (内線255・254)



### 年末年始のごみ収集等に関する業務休止日のご案内

種類・施設名等	休 止 日		
	始良地区	加治木地区	蒲生地区
可燃ごみ (市による収集)	12月31日(出)~1月3日(火)	A地区: 12月30日(金)~1月4日(水) B地区: 12月31日(出)~1月5日(休)	12月30日(金)~1月4日(水)
資源物・不燃ごみ (市による収集)	12月29日(休)~1月3日(火)	年末・年始の収集はありません。 (総合支所内※3については下記)	12月24日(出)~1月5日(休)
粗大ごみ	【目木金一般廃棄物処分場】※1 1月1日(日)~3日(火)	【鹿児島中央資源化センター】※2 12月29日(休)午後~1月3日(火)	【蒲生ストックヤード】 12月30日(金)~1月4日(水)
し尿汲み取り	12月29日(休)午後~1月3日(火)	12月29日(休)午後~1月3日(火)	12月29日(休)午後~1月3日(火)
資源物収集ステーション (リサイクルセンター内)	12月29日(休)~1月3日(火)		

- 各地区のごみカレンダーをご覧になり、収集日以外は絶対にごみを出さないようお願いいたします。
- 「市による収集」とは、収集業者が各自治会等をまわることです。
- 始良地区の資源物・不燃ごみのステーション開設日については、各自治会でご確認ください。
- 粗大ごみ(※1・2印施設への)搬出許可証の発行は、本庁・加治木総合支所で12月28日(水)までとなっております。

#### 加治木総合支所内(※3) 資源物ステーション(対象者: 加治木地区在住の方のみ)

種 類	閉 鎖 日	開 始 日	備 考
プラスチック類	12月31日(出)~1月1日(日)	1月7日(出)	この日以降は、土・日のみ
びん・缶類	12月29日(休)~1月3日(火)	1月4日(休)	この日以降は、平日、土・日いずれの日でも可
紙類(資源物倉庫)	12月29日(休)~1月3日(火)	1月4日(休)	この日以降は、平日、土・日いずれの日でも可

- 問合せ=生活環境課生活環境係 TEL 66-3111(内線141) 加治木市民生活課生活環境係 TEL 62-2111(内線124)
- 蒲生市民生活課生活環境係 TEL 52-1211(内線256)

**梅北神社**  
初詣参拝者の受け入れ  
始良農林水産課

- ・日時 1月1日(日)、2日(月) 午前8時~午後5時
- ・場所 梅北神社(北山下、駐車場有り)
- ・内容 ぜんざいの振舞い、無料抽選会(空くじなし)、授与品(破魔矢・お守り等)の販売

○問合せ 北山下地区むらづくり委員会 井尻 TEL 68-0317

**七草粥を振舞う会**  
加治木地域振興課

- ・日時 1月7日(土) 午前10時~
- ・数量限定、なくなり次第終了します。
- ・場所 加治木物産館前
- ・対象者 平成24年に数えて7歳を迎える子ども、その家族、それ以外でも無病息災を希望するかた
- ・内容 七草粥の振舞い、子どもに限り七草パン、ちっちゃな七草紅白饅頭、ジュースを振る舞います。
- ※数量限定

○問合せ 加治木町商工会 TEL 63-2295

**愛宕山初日の出巡拝会**  
秘書広報課

- ・日時 1月1日(日) 午前7時~
- ※悪天候の場合は中止します。
- ・場所 愛宕山(白銀坂公共駐車場近く)
- ・内容 愛宕山上で初日の出を迎える。
- ※焼きもちやぜんざいの振舞い(数量限定)があります。

○問合せ 愛宕神社伝統保存会 池田 TEL 65-2748

## お知らせ

### 市税等の納期のお知らせ

税 目	期 別	納 期 限
固定資産税	4期	12月26日(月)
国民健康保険税 (普通徴収)	7期	
介護保険料 (普通徴収)	7期	
後期高齢者医療保険料 (普通徴収)	6期	

※納め忘れのないようにお願いします。

※口座振替のかたは、12月26日が振替日になります。残高のご確認をお願いします。

◎問合せ 管理係 TEL 66-3111(内線159)

### 始良市健康増進計画(案)の公表及びパブリックコメントの募集

健康増進課

始良市健康増進計画(案)に対する市民の皆さんからのご意見を募集します。

計画(案)は、市役所本庁(情報公開コーナー、健康増進課)に

各総合支所(市民生活課健康増進係)及び市のホームページで閲覧できます。

・閲覧及び意見募集期間 12月22日(木)~翌年1月23日(月)

・提出方法 閲覧場所に備えてある書式にご記入いただき、健康増進課または各総合支所市民生活課健康増進係に持参または、郵送、FAX、Eメールにて提出してください。

◎提出及び問合せ先 始良市宮島町25番地 始良市役所 健康増進係 TEL 66-3111(内線143) FAX 67-0095 加治木市民生活課健康増進係 TEL 62-2111(内線500) 蒲生市民生活課健康増進係 TEL 52-1211(内線254) ホームページ <http://www.city.aira.lg.jp/> Eメール: [kenko@city.aira.lg.jp](mailto:kenko@city.aira.lg.jp)

### 平成24年度始良市立幼稚園入園児追加募集受付について

学校教育課

- ・受付期間 1月10日(火)~午前10時~午後4時
- ※先着順です。定員に達し次第受付を終了します。
- ・受付場所 入園希望の幼稚園(事務室)
- ※簡単な面談を実施しますので、入園を希望する幼児と一緒に来園ください。
- ・入園資格 市内在住で、次の期間に生まれた幼児
- 4歳児 平成19年4月2日から平成20年4月1日生まれの幼児
- 5歳児 平成18年4月2日から平成19年4月1日生まれの幼児
- ・募集人員 各幼稚園により異なります。
- ・入園決定 入園決定通知書は、各月末に発送します。

○問合せ 学校事務係 TEL 62-2111(内線224)

企画政策課

春休み海外派遣参加者募集

財団法人青少年研修協会では、ホームステイ、ボランティア、

### 文化交流、学校体験、英語研修、地域見学、野外活動など8事業の参加者を募集しています。

派遣先 米国、英国、豪州、カナダ、ニュージーランド、カンボジア、フィジー

- ・日程 3月25日(日)~4月5日(木) 10~12日間
- ・対象者 小学3年生~高校3年生
- ・参加料 29万8千円~43万8千円

○申込及び問合せ 財団法人国際青少年研修協会 TEL 03-6459-4661 <http://www.kakk.or.jp>

### 健康料理教室

健康増進課

- ・日時 1月20日(金) 午前9時30分~
- ・場所 始良保健センター
- ・内容 おなかに優しい献立
- ・対象者 市内在住のかた
- ・参加料 300円(食材料費として)
- ・定員 20人程度(先着順)
- ・申込期限 1月13日(金)
- ・持参するもの エプロン、三角巾、米0.5合

○申込及び問合せ 食生活改善推進員協議会(始良地区) 古城 TEL 67-0612

**市の人口**  
(12月1日現在)

◎人口 / 75,738人 (-9)

男 / 35,425人 (-15)

女 / 40,313人 (+6)

◎世帯 / 33,785世帯 (+13)

◆休館日 毎週月・火曜日(祝日の場合は開館)、毎月25日(土・日曜日)の場合は開館、年末年始(12月28日~1月4日)

◆開館時間 午前9時~午後4時30分(土・日曜日は午後1時~9時)

◆観測もできます。

また、口径40cmのカセグロニ式反射望遠鏡による天体の観測もできます。

折々のオリジナルプログラムを上映しています。

また、口径40cmのカセグロニ式反射望遠鏡による天体の観測もできます。



表紙の写真  
スターランドAIRA





# 1月の 休日在宅医等

※在宅医の診療時間は、午前9時から午後5時までです（眼科は、午前9時から午後1時まで）。※都合により在宅医が変更になる場合がありますので、医療機関にご連絡の上、受診してください。

※在宅医の変更等については、始良市役所へお問い合わせください。

◎問合先 始良市役所 TEL 66-3-3111

月日	曜日	市町名	医療機関・薬局名	診療科目	電話
1月 1日	日	霧島市(隼人)	酒匂クリニック	整形外科	43-8660
		霧島市(隼人)	森クリニック呼吸器科・内科	内呼吸器科	42-8111
		始良市(加治木)	加治木温泉病院	内科	62-0001
		始良市(始良)	川原泌尿器科クリニック	泌尿器科	64-5181
		湧水町	林内科医院	内科小児科	75-2047
		霧島市(国分)	ここの子どもクリニック	小児科	47-1211
2日	月	始良市(始良)	ドレミ薬局	—	64-5385
		霧島市(国分)	帖佐クリニック	消循環器外科	64-0711
		霧島市(隼人)	永田医院	内科	42-3402
		始良市(加治木)	ザ王病院	内科	62-4611
		始良市(始良)	おおのクリニック	耳鼻咽喉科	64-5533
		霧島市(牧園)	春田医院	内科	76-0053
		始良市(始良)	たかひろ眼科	眼科	55-6000
		霧島市(隼人)	かわの小児科	小児科	42-8866
		始良市(始良)	たき調剤薬局	—	64-5112
		始良市(始良)	中ノ丸薬局	—	67-7050
3日	火	霧島市(国分)	三輪クリニック	内科外科	73-3138
		霧島市(隼人)	鶴丸医院	耳鼻咽喉科	42-0439
		始良市(加治木)	大井病院	内科外科	63-2291
		始良市(始良)	竹内レディースクリニック	産婦人科	65-2296
		湧水町	くりの後庵クリニック	内科	74-1500
		霧島市(国分)	高倉眼科	眼科	47-7300
		始良市(加治木)	すこやかクリニック	小児科	62-0308
		始良市(加治木)	センサー薬局	—	64-3222
		始良市(始良)	ヘルシー薬局始良店	—	67-6868
		始良市(加治木)	新生薬局	—	63-0115
8日	日	霧島市(国分)	国分なかむらクリニック	外科胃腸科	45-3333
		霧島市(隼人)	日当山温泉クリニック	内科	43-3111
		始良市(加治木)	松本外科胃腸科医院	外科胃腸科	63-1911
		始良市(始良)	西クリニック	皮膚形成外科	67-2412
		湧水町	林内科医院	内科小児科	75-2047
		始良市(加治木)	始良みやもと眼科	眼科	62-1010
		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)	ケーアイ調剤薬局西餅田店	—	66-0453
9日	月	霧島市(国分)	原口内科消化器科	内科消化器科	46-2232
		霧島市(隼人)	ひなたやま整形外科	整形外科	44-8118
		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)	朝日ヶ丘クリニック	内科小児科	66-1122
		霧島市(横川)	伊東内科クリニック	内消呼吸器科	72-9088
		始良市(始良)	田中眼科医院	眼科	65-3986
		始良市(始良)	あいら小児科	小児科	66-0115
		始良市(始良)	ケーアイ調剤薬局始良店	—	66-3952
		霧島市(国分)	みみ・はな・のどとしクリニック	耳鼻咽喉科	46-4987
		霧島市(隼人)	隼人温泉病院	内科	42-2151
15日	日	始良市(加治木)	港町クリニック	整形理学療法科	63-9791
		始良市(始良)	やなせ整形外科	整形外科	67-7100
		湧水町	田代医院	内科循環器科	74-2075
		霧島市(国分)	渡辺眼科クリニック	眼科	45-6888
		霧島市(国分)	きたはらこどもクリニック	小児科	64-0677
		始良市(加治木)	ゆり調剤薬局	—	63-0133
		始良市(始良)	はあと薬局	—	67-7507
		霧島市(国分)	田中内科消化器科	内消小児科	46-6123
		霧島市(霧島)	霧島杉安病院	外科	57-1221
		霧島市(溝辺)	佐藤医院	内科小児科	59-2607
22日	日	始良市(始良)	中馬クリニック	内科消化器科	67-8000
		霧島市(牧園)	大庭医院	内科小児科	76-1984
		霧島市(国分)	いちち眼科	眼科	47-3618
		始良市(加治木)	なかむら小児科	小児科	64-3711
		始良市(始良)	つばさ薬局	—	64-5006
		霧島市(国分)	前田産婦人科クリニック	産婦人科	46-6800
		霧島市(隼人)	永山医院	内科小児科	42-0109
		始良市(加治木)	川畑内科医院	内科胃腸小児科	63-1499
29日	日	始良市(始良)	こまき内科循環器科クリニック	内科循環器科	67-8899
		湧水町	吉松温泉医院	内科	75-3311
		霧島市(隼人)	隼人福島眼科	眼科	64-2940
		霧島市(国分)	いかりこどもクリニック	小児科	48-5858
		始良市(始良)	ひだまり薬局	—	65-0050

歯科救急診療(日曜、祝日)／始良郡歯科医師会館口腔保健センター(霧島市溝辺町・空港近く)  
TEL 58-4388 午前9時～午後3時

## 公共施設の年末年始の営業について

施設	年末年始の休み
市役所本庁及び各総合支所	12月29日(休)～1月3日(休) ※1
北山診療所	12月29日(休)～1月3日(休)
龍門滝温泉	※2 1月4日(休)・5日(休)
くすの湯	12月31日(出)～1月1日(日) ※3
始良高齢者福祉センター	12月31日(出)～1月2日(月)
三叉コミュニティセンター	12月29日(休)～1月3日(休)
加治木福祉センター	12月29日(休)～1月3日(休)
蒲生高齢者福祉センター	12月31日(出)～1月2日(月)
加治木ふれあいセンター	12月29日(休)～1月3日(休)
加治木ふれあい物産館	1月1日(日)
蒲生観光交流センター	休みはありません。
蒲生物産館	12月31日(出)～1月3日(休)
加音ホール	12月28日(休)～1月4日(休)
中央図書館	12月29日(休)～1月3日(休)
加治木図書館	12月29日(休)～1月3日(休)
蒲生公民館図書館	12月28日(休)～1月4日(休)
さえすりの森	1月2日(月) ※4
加治木郷土館	12月29日(休)～1月3日(休)
歴史民俗資料館	12月29日(休)～1月3日(休)
椋鳩十文学記念館	12月28日(休)～1月4日(休)
陶夢ランド	12月28日(休)～1月4日(休)
北山伝承館	12月29日(休)～1月3日(休)
スターランド・AIRA	12月28日(休)～1月4日(休)
働く女性の家	12月29日(休)～1月3日(休)

施設	年末年始の休み
始良公民館及び各地区公民館	12月28日(休)～1月4日(休)
蒲生公民館	12月28日(休)～1月4日(休)
始良総合運動公園	12月29日(休)～1月3日(休) ※5
蒲生体育館	12月28日(休)～1月4日(休)
船津公園	12月29日(休)～1月3日(休)
帖佐グラウンド	12月29日(休)～1月3日(休)
サポーランドパーク始良	12月29日(休)～1月3日(休)
火葬場(あいら斎場)	1月1日(日)
大楠運動公園球技場	12月28日(休)～1月4日(休)
大楠運動公園多目的屋内運動場	12月28日(休)～1月4日(休)
始良弓道場	12月29日(休)～1月3日(休)
加治木弓道場	休みはありません。
蒲生弓道場	休みはありません。
加治木運動場	12月28日(休)～1月4日(休)
始良体育センター	12月29日(休)～1月3日(休)
加治木体育館	休みはありません。
蒲生公民館	12月28日(休)～1月4日(休)
蒲生ふるさと交流館	12月28日(休)～1月4日(休)
北山野外研修センター	12月28日(休)～1月4日(休)

※1. 婚姻・出生・死亡等の戸籍に関する届出は、「警備員室」でお預かりいたします。  
 ※2. 12月31日～1月3日：午前6時～午後6時に特別営業  
 ※3. 1月2日：午前9時～午後4時に特別営業  
 ※4. 12月29日～1月3日：レストランは休業  
 ※5. 1月1日：午前6時～9時に開園