

今月の言葉 正しいしつけが 子どもへの 最大の贈り物!

**青少年の非行・事故防止と安全・安心な地域づくりに努めます。**

①巡回補導は年間を通して実施し、青少年の安全・事故防止に努めます。  
 ・青少年育成センター職員による巡回補導(週1、2回)  
 ・市青少年指導委員による巡回補導との連携活動(月1回程度)  
 ・関係機関・団体との連携による巡回補導(年間8回)  
 ②家庭(親)・地域への意識啓発に努めます。  
 ・「広報まぐら」の「いきいき」で広く市民の皆様へ青少年健全育成について情報を提供して啓発(親)や地域へへの運動への登壇に努めます。  
 ③環境の浄化及び点検に努めます。  
 ・青少年の溜まり場や公園を巡回し市民あいさつ運動日・4月14日(金)登校の時間帯に市民全体で声かけ・あいさつを

**青少年健全育成の気風づくりと環境浄化に努めよう**

新しい年度が始まりました。新しい制服を身につけた小学生・中学生・高校生を街中で見かけます。心新たな気持ちで登校している姿は、頼もしさを感じさせてくれます。  
 枕崎市青少年育成センターでは、本年度も市民の皆様とともに青少年健全育成に全力で取り組んでいきますのでご協力をお願いします。



**消費生活** **モモ** **若者が狙われている!**

■問合せ 消費生活相談室 TEL72-1111 内線329

若者をターゲットにした悪質な商法が後を絶たない状況です。その中でも、新入生、新社会人があふれる春は、勧誘が盛んな季節です。  
 受験勉強などから開放されて気が緩むのと同時に、新生活に伴う緊張感や不安感で、心理状態が不安定となったところから業者は「ついで」を狙っています。  
 また、最近では、家族と暮らししている若者にも、気を許せる友人など身近な知り合いからマルチ商法に勧誘されることも多くなっています。  
 資格商法、キャッチ商法、インターネット商法、エステ勧誘、アポイントメントセールスなど若者が興味をもつ勧誘の手口がいろいろあります。新入生の悪質商法として、

一度契約すると簡単に解約できず、高額な登録料、情報提供料を請求されるものも登場しています。  
 インターネットを使って情報提供を行う「内職商(業務提供)」で、高額な登録料、情報提供料を請求されるものも登場しています。  
 一度契約すると簡単に解約できず、高額な登録料、情報提供料を請求されるものも登場しています。

○問合せ  
 ・操作方法やパソコンの環境設定等コールセンター TEL099-255-9302  
 ・枕崎市の手続きに関すること企画調整課情報政策係 TEL72-1111 内線228-229

www.city.makurazaki.kagoshima.jp



■問合せ 健康センター TEL72-7176

**「らへらへ体操」で介護予防**

介護予防の現場から②

簡単にできる介護予防体操

曲の中で登場する、片足立ちや足踏みは、骨粗しょう症や転倒予防に重要な下肢のバランス力・筋力アップを図るほか、硬くなりやすい股関節の可動域を広げることが期待されます。また、腕を正面や上下に突き出す肩関節の運動や脳を活性化させる手指の運動も盛り込まれています。  
 元気な方はもとより、足腰の弱い方など椅子に座ったままで体操に参加できることも大きな特徴の一つです。

この「らへらへ体操」は、地域の公民館に出向いて行う出前講座等で紹介されています。  
 今後、たくさんの方に広めていきたいと思っておりますので、興味のある方は健康センターまでご連絡ください。



元気いっぱい体操を披露(生涯学習フェスティバル)

3月12日に市民会館で行われた生涯学習フェスティバルで、「簡単筋トレ事業」自主講座生と健康指導員による「らへらへ体操」が披露されました。  
 この「らへらへ体操」は、介護いらずの元気高齢者育成を目指して、鹿児島市の「介護予防のつねりをおこす会」が開発し、同会長の徳田修司・鹿児島大学教育学部教授が監修したものです。なじみのある「おはら節」の曲に、覚えやすい動きをつけることで、日常生活に取り入れやすいように工夫されています。

**新着本**

あさのあつこ 完全読本  
 ズッコケ中年三人組 ●那須 正幹(著)

きえた魔法のダイヤ ●あんびる やすこ(著)

文明の迷路 ●香川 元太郎(作・絵)

**映画になった小説たち**

シムソンス シムソンス 森谷 雄(著)  
 「一緒に世界を目指すのよ!」てんでパラパラな女子高生4人が、カーリングと出会い、夢を見つけた…。ソルトレークシティ五輪カーリング女子日本代表「シムソンス」がモデルの青春ストーリー

パッチギ! 朝山 実(著)  
 亡国のイージス 福井晴敏(著)  
 空中庭園 角田光代(著)

**雑誌リサイクルデー**  
 4月17日(月) 午前9時~  
 保存期間の過ぎた雑誌(平成15年7月~12月分)を差し上げます。欲しかったあの雑誌が、あなたの元へ...

**図書館だより**  
 No.168  
 市立図書館 ☎ 72-9254

**カレンダー** 4月10日~5月9日

日	月	火	水	木	金	土
	4月	10	11	12	13	14
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
	5月	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9		

● 休館日  
 ● 絵本や紙芝居の読みかき 毎週水曜日 午後3時半~

