

枕崎



特集

わたしたちの下水道

ケント・モリ夏休み
スペシャルワークショップ
〈関連記事 9 〉

わたしたちの下水道

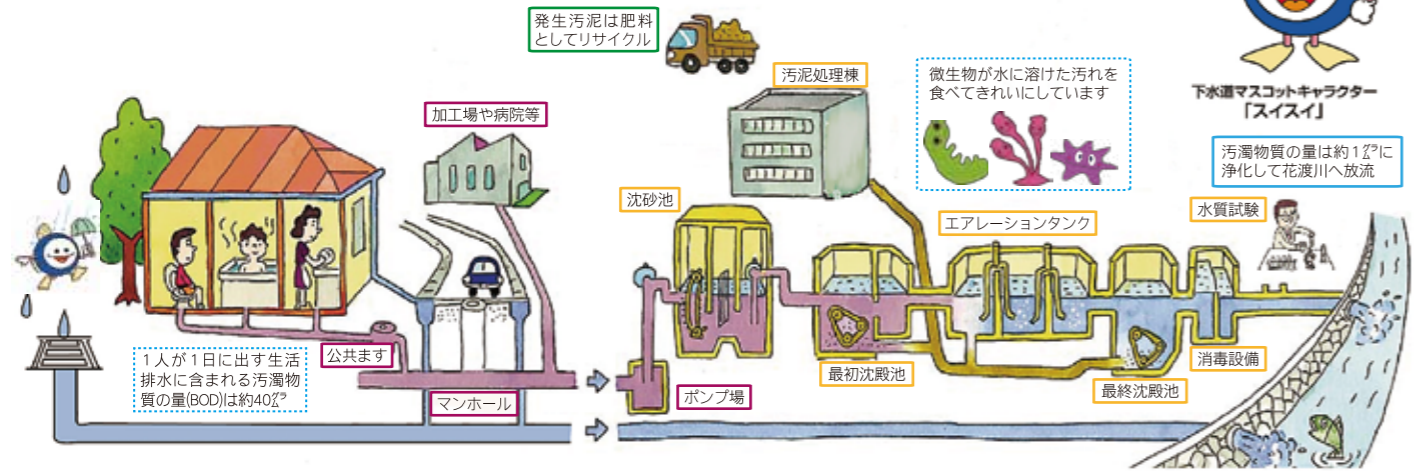
9月10日は「下水道の日」です。
 下水道整備の促進についてみなさんに一層の理解と協力をいただくことを目的に、
 全国一斉に下水道促進のための運動が行われます。
 今回、本市の下水道についてお知らせします。

本市の公共下水道は、昭和59年3月に枕崎地区の一部から供用を開始しました。その後、供用開始区域を広げ、現在は西鹿籠地区の一部でも下水道が使えるようになりました(下図参照)。市内人口に対して下水道を使用できる人の割合を示す「下水道普及率」は、平成29年3月末現在で59・7%、供用開始区域で下水道を実際に使用している人の割合は87・7%となりました。

水環境の保全と快適な生活環境のために

供用開始前は、加工場等から流れる血水で神園川河口の水は赤く染まっていたましたが、現在は82・1%の加工場が接続を完了し、河口の水もきれいになりました。下水道区域内にお住まいで未接続の方は、次世代へ豊かな水環境をつなぐためにも早

循環する下水道のしくみ



下水道にもやさしくらし方

お風呂の目皿はこまめに清掃しましょう。
 トイレトーパー以外のものをトイレに流さないようにしましょう。
 洗濯は決められた量の洗剤を使用しましょう。
 台所では三角コーナーやネットを使い、食材くずを流さないようにしましょう。
 廃油は流さず、新聞紙などに染み込ませて燃えるごみに出しましょう。

飲食店・加工場のみなさんへ

- 公共下水道への接続をお願いします。
- グリーストラップを設置し、油脂類が流出しないよう適切に管理してください。
- 油脂類が原因で下水道管が閉塞する等の事態が発生した場合の復旧費は、原因者の負担となりますので、適切な管理をお願いします。

【グリーストラップの管理の仕方】

- ①バスケットは毎日掃除しましょう。
- ②グリース(油脂)は1週間に1度取り除きましょう。
- ③2・3カ月に1回程度はトラップ内部を確認しましょう。
- ④沈殿物は1カ月に1度清掃しましょう。

油断大敵！油を流すと大変なことに

油が下水道管に流れると次第に固まって、詰まる原因になります。また、処理場では微生物を窒息させ、処理できなくなってしまいます。油脂類や高濃度の薬品は流さないでください。

油で詰まったマンホール
 清掃後
 油は流しちゃ絶対ダメ!

排水の流れが悪いと感じたら

「汚水ます」に汚れがたまっていますか。汚水ますに汚れが溜まっていると下水管まで排水されないため、ときどき清掃をしましょう。

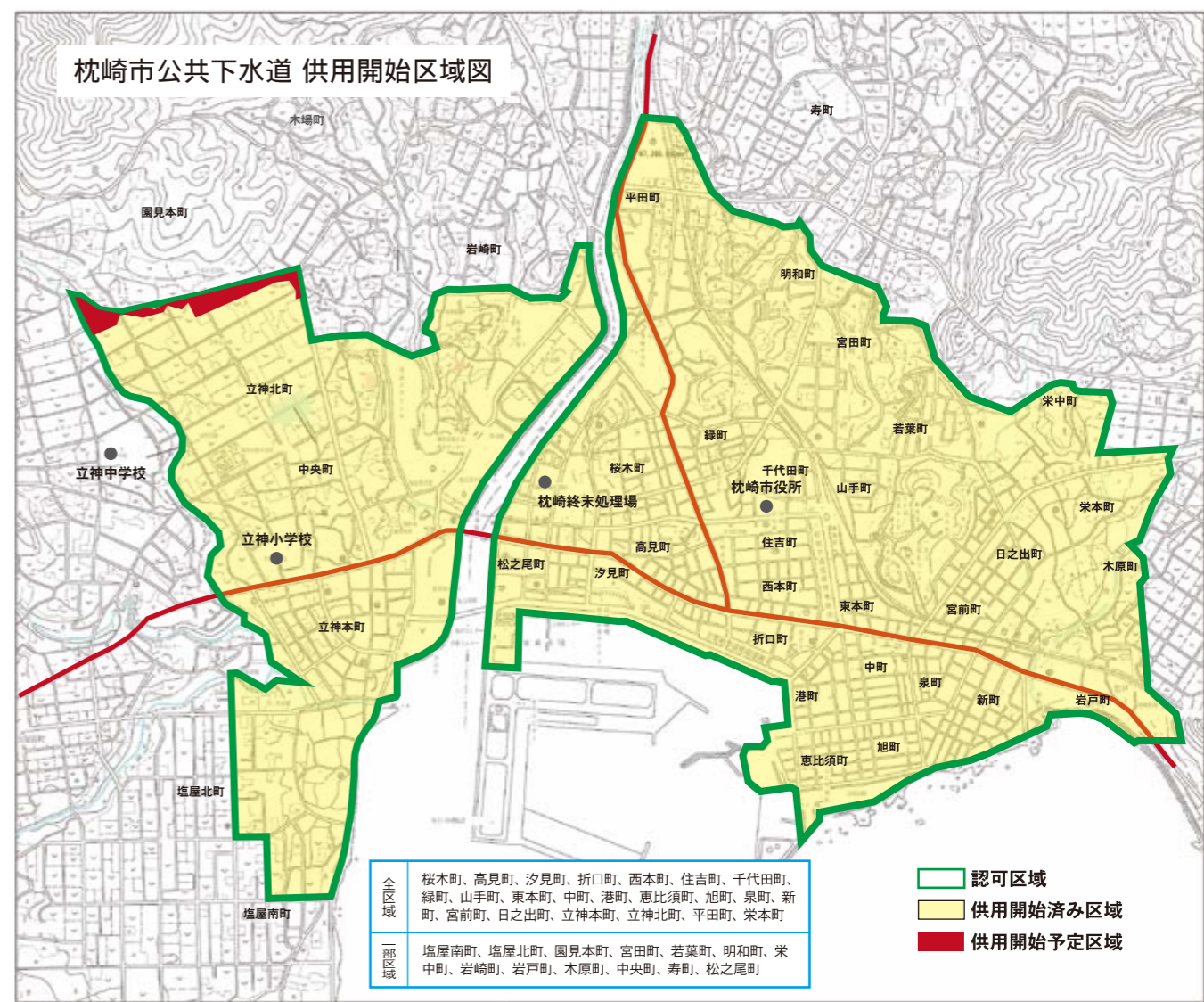


※汚水ますのない家庭では、排水溝の目皿等を清掃しましょう。

敷地内の排水設備は使用者が責任を持って管理しましょう



■問合せ 下水道課 TEL 7211
 111(内線412・413)



早期接続と適切な管理へのご協力をお願いします

総合文化祭

市総合文化祭の出展作品 及び出演団体等を募集

市民のみなさんの日頃の活動成果の発表と交流の場として、市総合文化祭を開催します。そこで、市総合文化祭への出展作品及び出演団体等を募集します。たくさんのご応募をお待ちしています。

■開催期間

展示部門 10月28日(土)～11月5日(日)
市民芸能祭 11月3日(金)

■美術展の部

出品対象 幼稚園、保育園、小学校、中学校、高校、一般
【幼稚園、保育園、小学校、中学校の部】
種類 絵画、版画、立体、デザイン
規格 8つ切り大(27^{センチ}×38^{センチ})
出品点数
・幼稚園、保育園Ⅱ1人1点
・小学校、中学校Ⅱ各学級5点以内
作品審査 10月10日(火)午後1時30分～

■書道展の部

出品対象 小学校、中学校、高校、一般
【小学校、中学校の部】
規格
・小学校1、2年生Ⅱ硬筆(規定用紙)
・小学校3～6年生Ⅱ毛筆

■写真展の部

出品対象 小学校、一般
種類 白黒、カラー
規格 A4(25^{センチ}×30^{センチ})以上、全紙(45^{センチ}×56^{センチ})まで
※組写真作品は市販の白いスチレンボード(56^{センチ}×81^{センチ}、厚さ7^{センチ})内に10枚以内で

貼付。パネル張り不可。
※作品の裏面に主題、データ、簡単な説明をつけること。
※未発表の作品に限る。
主題 自由
出品点数 1人5点以内
作品展示 日時Ⅱ10月15日(日)午後1時～3時/場所Ⅱ南浜館
■問合せ 小湊 TEL 090-2162-8943

■生花展の部

出品対象 一般
申込方法 電話にてお申し込みください。
申込期限 9月29日(金)午後5時
作品展示 日時Ⅱ10月27日(金)午後5時まで/場所Ⅱ市民会館
■問合せ・申込み 華道連合会(岸田) TEL 72-8898

■学習成果展の部

出品対象 公民館講座生、高齢者教室生、団体等の学習者、その他
出品申込 各学級・講座・団体等の代表者に電話でお申し込みください。
※各学級・講座・団体等の代表者は、出品目録を各地区公民館へ提出してください。
申込期限 10月19日(木)午後5時
■問合せ 生涯学習課公民館係 TEL 72-2221

■芸能祭の部

出演基準 市内居住者で、年間を通して活動している団体・個人
出演時間 1団体10分以内(入退場を含む)
※舞蹈については1団体1曲
申込方法 申込用紙(南浜館備付け)に必要事項を記入の上、お申し込みください。
申込期限 9月18日(月)午後5時
■問合せ・申込み 南浜館 TEL 72-9998

防災

市総合防災訓練及び 東日本大震災体験者による 特別講演を実施

桜山地区6公民館(下園、中村、瀬戸口、宝寿庵、籠原、西堀)を対象とし、九州北部豪雨を教訓とした「豪雨災害対応訓練」と「東日本大震災体験者による特別講演」を実施します。
日時 9月17日(日) 午前9時～

場所 妙見センター

■内容

・九州北部豪雨を教訓とし、中洲川氾濫を想定した「豪雨災害対応訓練」(下園、中村、瀬戸口、宝寿庵、籠原、西堀)
・菅野祥一郎さん(岩手県陸前高田市在住・元小学校校長)による講演

防災無線のサイレン吹鳴等

○避難指示・勧告Ⅱ7秒吹鳴3秒休止を3回繰り返し、その後、音声放送をします(該当地域のみ)。
※訓練に際し、サイレン等を吹鳴します。災害と間違わないようにしてください。
※駐車台数に限りがありますので、なるべく乗り合わせで会場ください。
※今年度は、特別講師を岩手県から招いての講演を実施します。最後まで参加をお願いします。
■問合せ 総務課危機管理対策係 TEL 72-1111(内線214)

新ALT紹介 ジョシュア・ヒープスさん(23)



アメリカのニューヨーク出身のジョシュア・ヒープスさんが、本市の新ALTとして7月24日付で着任しました。

日本の歴史のあるところを旅してみたいと話すジョシュアさん。今後、小・中学校での授業はもちろん、国際交流の面でも活躍が期待されます。

道路愛護の心で通りを美しく 「道の日」道路パトロール



8月は、全国一斉「道路ふれあい月間」でした。また、10日は「道の日」に定められています。この日、市や国土交通省、南薩地域振興局建設部、警察署、商工会議所などの関係者が市街地の幹線国・県・市道の道路パトロールを行い、道路清掃や違法看板・道路不法占用などの指導・取締りを行いました。

2017さつま黒潮「きばらん海」枕崎港まつり 中止について

8月5日、6日に開催を予定していましたが「さつま黒潮『きばらん海』枕崎港まつり」は、台風第5号の接近により、納涼花火大会をはじめ、すべての行事をやむなく中止いたしました。

祭りを楽しみにしていた大勢の市民の皆様、祭り開催に向けてご協力・ご尽力いただいた関係者の皆様に対し、ご報告とお礼を申し上げます。

特に、花火大会・三尺玉の打ち上げにつきましては、市民をはじめ多くの皆様、企業の皆様の心温まる寄付金・協賛金をいただき感謝申し上げます。

実行委員会といたしましても、その活用時期等について、今後、十分検討を行ってまいります。

何卒ご理解いただきますようよろしくお願い申し上げます。

まつり実行委員会



出汁之介の わっかない通信

野鳥の楽園「大沼」

稚内の声問地区にある大沼には、毎年10月頃にたくさんの白鳥が越冬の休憩地として集まってくるんだ。大沼は、以前は渡り鳥の通過地点で、白鳥が来ることはなかったんだ。でも、地元漁師が息子の「大沼で大好きな白鳥を見たい」の一言に「呼んでやる」と意気込み、白鳥の模型を浮かべたり鳴き声をテープで流したりと頑張ったおかげで、今では毎年春と秋に確実に白鳥が飛んでくるようになったんだよ。すごい話でしょ？多いときには1日に3千羽もの白鳥が飛んでくるんだ。白鳥が旅立つ頃には稚内でも初雪がちらついて、冬が近づいてくる頃だね。



関西の人気番組「ちちんぷいぷい」(本県でも放送中)が企画した夏祭りが7月31日から8月6日の期間、大阪の梅田駅近くにある毎日放送ビルで開催されました。友好都市である本市と稚内市の水産加工品など、特産品の販売やPRを行うブースが登場。本市コンカツプロジェクトから「コンカツカレー」や「一本釣かつお角煮」などのコンカツ商品を販売しました。会場は連日多くの人出でにぎわい、来場者からは「南



コンカツほくほくじゃが天

北の味が一度に味わえる」と好評でした。
「コンカツ新商品情報」
 ◎コンカツほくほくじゃが天
 北海道産じゃがいも、枕崎鯉節、利尻昆布を使った風味豊かなさつま揚げ
 販売元・取扱店 松野下蒲鉾 TEL 7 2 2 3 2 8

問合せ コンカツプロジェクト協議会事務局(水産商工課内) TEL72-1111・内線421

大阪で南北友好都市が味の競演

関西の人気番組「ちちんぷいぷい」(本県でも放送中)が企画した夏祭りが7月31日から8月6日の期間、大阪の梅田駅近くにある毎日放送ビルで開催されました。



You(あなた)とI(私)が互いに支え合い、尊重しながらともに歩んでいける社会をめざすため、男女共同参画について考えるコーナーです。

■問合せ 企画調整課政策推進係 TEL72-1111(内線219)

昨年発生した熊本地震。地震による家屋の倒壊などで多くの人が避難所や車中での生活を送りました。災害が発生したときに必要な支援は、男性・女性・子ども・高齢者・障害者など一人ひとりに「違い」があります。今回は、平成23年の東日本大震災や熊本地震で明らかになった実態や課題から「男女共同参画の視点に立った防災・復興への取組」について考えます。

東日本大震災の時の避難所では、育児や介護に必要な物資の不足や、授乳室や女性用更衣室が設置されなかったことなどが課題でした。また、「女性」という理由で食事の準備や清掃等を割り振られたなどの実態も明らかになりました。この背景には「男性は仕事・女性は家庭」といった性別による固定的な役割分担意識や、災害や防災の在り方について考える場に参加する人のほとんどが男性だったことが原因と考えられています。

これらを踏まえ、平成23年と平成24年に国の「防災基本計画」の内容が見直され、避難所運営での女性や子育て家庭等への配慮、復旧・復興の場への女性の参画の推進などが新たに盛り込まれました。熊本地震では、東日本大震災での経験等を踏まえ、男女別のトイレや授乳室の設置、避難所運営での女性の参画など、東日本大震災での課題を生かせることが国の調査で分かりました。しかし、一部の避難所では、避難者の状況を把握

しきれず、配慮が十分にできていなかったことも報告されています。

■本市の取組
 本市では、平成25年に「枕崎市防災会議」の委員に初めて女性を任命しました。そして、「枕崎市地域防災計画」の内容を見直し、防災に関する施策・方針の決定過程や防災現場における女性の参画の拡大、男女共同参画の視点を取り入れた防災体制の確立についての項目が加えられました。

■男女共同参画の視点に立った防災・復興への取組
 「男女共同参画の視点に立った防災・復興への取組」とは、災害から受ける影響は人それぞれ「違う」ことに配慮し、事前の備えや災害時の避難所運営等に取り組むことです。具体的には、男女それぞれの視点を取り入れるために、避難所運営の責任者に男女両方を配置し、女性用更衣室・授乳室、男女別の物干し場・トイレを設置することなどです。また、若い男性は力仕事、女性は食事の準備のように、性別や年齢によって役割を固定化しないことも重要です。

これからは、さまざまな視点を取り入れて地域での防災を考える場や訓練などで生かしていきたいましよう。

●枕崎市防災会議委員

	委員数	うち女性	女性比率
平成23年度	12名	0名	0%
平成24年度	12名	0名	0%
平成25年度	13名	1名	7.7%
平成26年度	13名	1名	7.7%
平成27年度	13名	1名	7.7%
平成32年度までに女性委員比率30%を目標(国の「第4次男女共同参画基本計画」)			

集落ぐるみで鳥獣を「寄せ付けない」取り組みをしましょう

知らず知らずのうちに農地や集落が、獣の餌場になっていませんか。秋の収穫後から冬場にかけての取り組みが重要です。被害防止のポイントは、餌場をなくして「寄せ付けない」ことです。

■農地や集落内の「獣の餌場」をなくしましょう

野山に餌が少なくなる冬季は、鳥獣を寄せ付けないチャンスです。次のことに留意し、冬季の餌場をなくすようにしましょう。

- 水田では、収穫後も電気柵等を適切に設置することで獣の農地への侵入を防止し、収穫後に伸びた稲の葉やレンゲを獣が食べられないようにしましょう。獣が



収穫残さを放置しないようにしましょう

餌場と認識すると、翌春の植付け後から被害が発生・拡大します。

- 畦畔や法面では、青草を出さないようにしましょう。特に法面での草刈りは9月頃までに終わらせましょう。10月以降の草刈りは、冬場に餌となる青草を出すこととなります。冬季は枯草の状態となるようにしてください。

■農地周辺や集落内の「獣の隠れ場所」をなくしましょう

耕作放棄地や茂み、ヤブ等の解消を行い、集落内のすみか、潜み場をなくしましょう。また、緩衝帯の設置、枝打ち等を行い、集落内の見通しをよくしましょう。

■問合せ 農政課農政係 TEL72-1111(内線316)

地域おこし協力隊 活動レポート

こしたこづ ひとっもんど!

こんにちは。地域おこし協力隊の前永です。きばらん海でメインステージMCをさせていただく予定だったのですが、台風のため中止となってしまい残念でした。来年は今年の方まで盛大に開催されることを期待したいと思います!



今月の報告は
前永俊輔隊員



さて、7月30日(僕の誕生日でした)に金山校区で「川で遊ぼう」というイベントが行われ、桜山小学校の児童や保護者など約50名が参加しました。子どもたちは川で泳いだり、ダンマ(手長エビの一種だそうです)を網で捕まえたり、川魚を釣ったりし、終了時刻が迫ると「えー、もうー?」という声が聞こえるほど、終始楽しそうに活動していました。

最後は金山センターで山太郎ガニの味噌汁やカツオの腹皮、ガネ(さつまいも入りかき揚げ)やスイカまでいただき、心もお腹も大満足の活動でした!



かつお釣り体験アドベンチャー

■かつお釣り体験アドベンチャーが、7月25日に行われ、市内の中学生8名が鹿児島水産高校の実習船「拓青」に乗船して、枕崎沖で釣り体験をしました。



移植支援のためのナツメグコンサート

■7月30日、南浜館で開催されました。ナツメグの2人は移植支援への理解を呼びかけながら、17曲を披露し、来場者約180名をきれいな歌声で魅了していました。



親子木工教室

■8月11日、南浜館で開催されました。参加した14組46名の親子などは、協力しながらオリジナルの本棚やマガジラックを楽しそうに作っていました。



自然花夏祭り

■8月11日、木口屋集落で開催されました。恒例の竹のそうめん流しをはじめ、ゴム鉄砲の当てや手作りうちわづくりなどのさまざまな体験ブースで子どもたちは楽しんでいました。



世界レベルのダンスを学ぶ

～ケント・モリ夏休みスペシャルワークショップ

アメリカを中心に活動するダンスアーティストのケント・モリさんによるワークショップが、8月18日と19日にLCLダンススタジオで開催されました。

ワークショップには、県内外の幼児から60歳代までの約150名が参加。「ダンスで繋がる」を合言葉に行われたレッスンでは、参加者はケントさんとのダンスを楽しみながら踊っていました。

北海道函館市から参加した吉田花菜さん(13)は「ケントさんとはもちろん、枕崎の人たちとも一緒に踊れて、最高のひと時でした」と話してくれました。



枕崎&立神野球スポ少が九州大会に出場

～第25回九州選抜学童軟式野球大会

第25回九州選抜学童軟式野球大会が8月19日から21日の期間、北九州市で開催され、枕崎野球スポーツ少年団と立神野球スポーツ少年団が県代表として出場しました。大会には九州・沖縄から24チームが出場。枕崎野球スポーツ少年団は1回戦で、立神野球スポーツ少年団は2回戦で惜しくも敗退しました。

枕崎野球スポーツ少年団主将の浜田哲成くん(6年)は「『まず1勝』を目指していましたが、1回戦で負けてしまいました。でも、県外の代表チームと試合ができたので、とてもいい経験になりました。負けたのは悔しかったけど、これから守り勝つチームを目指して練習を頑張っていきたいです」と話してくれました。

本市で初めての水泳合宿

～ナルー アクアティック クラブ夏季強化合宿

千葉県のスイミングクラブ「Nalu Aquatic Club(ナルー アクアティック クラブ)」が、7月31日から8月6日の7日間、市営プールで夏季強化合宿を行いました。鹿児島県水泳連盟の紹介で、今回初めて本市で合宿を行い、参加した12名は真っ黒に日焼けしながらトレーニングを行っていました。

コーチの一本成行さんは「枕崎は環境もよく、充実した合宿ができました。来年もぜひ枕崎で合宿をしたいと思います」と話していました。



立神野球スポ少が小学生の甲子園に出場

～高円宮賜杯第37回全日本学童軟式野球大会 マクドナルド・トーナメント

「小学生の甲子園」とも称される高円宮賜杯第37回全日本学童軟式野球大会 マクドナルド・トーナメントが8月10日から16日の期間、東京都の明治神宮野球場などで開催され、立神野球スポーツ少年団が県代表として出場しました。

大会には全国から51チームが出場し、同少年団は、1回戦で山形県代表の松原ハーバーと対戦。19対2と大差をつけて勝利しました。2回戦は山梨県代表のSNSベースボールクラブとの対戦で、10対12と惜しくも敗退しました。

主将の田畑涼太郎くん(6年)は「明治神宮野球場で試合ができて勝利できたのはとてもうれしいです。でも2回戦で負けたのは悔しかったので、これからもっと努力して強くなりたいです」と話してくれました。



ほっと ホット
フォトニクス



枕崎駅舎前広場が花と光で彩る

～七夕の会主催「七夕彩花」

7月23日から8月3日までの期間、枕崎七夕の会が主催する「七夕彩花」が行われました。

イベント初日には、オープニングイベントが行われ、枕崎小学校金管バンドや枕崎少年少女合唱団などによる演奏のほか、イルミネーションの点灯式が行われました。

このイベントは、「枕崎駅」から始まる街づくり事業の一環として行われ、期間中、ヒマワリなどの夏の花々や青や白のLED照明約3千球を使ったイルミネーションが枕崎駅舎前広場を彩りました。



自己記録更新を目指し懸命の泳ぎ

～市小学校水泳記録会

7月27日、市小学校水泳記録会が市営プールで行われました。記録会には市内小学校から5・6年生の代表児童約140名が参加し、オープン種目を含む32種目が行われました。自己記録更新を目指し、懸命に泳ぐ選手たちに会場からは大きな声援が送られました。

今回、16種目で新記録が誕生しました。

お知らせ

成人式を1月3日に実施

日時 1月3日(水) 午後1時30分～3時30分(受付は午後0時45分～1時20分)
場所 市民会館大ホール
対象者 平成9年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた方
※対象者へ12月上旬に案内ハガキを送付します。
※式典へ出席する際の服装については、式にふさわしい服装とします。
※電話による問合せは、平日の午前8時30分から午後5時15分の間をお願いします。
問合せ 生涯学習課公民館係 (市民会館) TEL7222221

里親制度説明会

里親とは、親の事故や病気など、さまざまな事情により家庭で暮らすことができない子どもを家族の一員として自らの家庭に迎え、あたたかい雰囲気の中で愛情と真心を込めて教育してくださる方のことです。子どもの年齢は0歳から18歳までで、養育期間は数カ月から数年とさまざまです。県内には、何らかの事情により家族と暮らせない子どもが約850名おり、そのうち約80名が里親の元で生活しています。その他の子どもたちは施設等で生活しています。子どもの健全な成長には家庭的な教育環境が求められており、たくさんの里親を必要としています。そこで、里親制度の紹介と里親を募集するため説明会を開催します。事前の申し込みは必要ありませんので、お気軽にお越しください。

問合せ 市立病院管理係 TEL720303

消費税軽減税率制度説明会

事業者を対象として、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。
※消費税の軽減税率制度は、平成31年10月1日からの消費税率の10%への引上げと同時に実施されます。
※軽減対象品目の取扱いがある消費税の課税事業者の方だけでなく、例えば、会議費や交際費として飲食料品等を購入する事業者の方や消費税の免税事業者の方も、取扱商品の適用税率の確認や適用税率ごとの区分経理など、制度の実施に向けた準備が必要となります。
日時 10月25日(水)～27日(金) 午後1時30分～3時
場所 知覧税務署1階会議室
定員 30名
申込締切 10月20日(金) 午後5時

募集

水道検針業務委託人

希望者は、採用試験受験申込書(水道課備付け)を水道課管理係へ直接提出してください。
募集人員 若干名
応募資格
・昭和37年4月2日以降に出生した方で、心身ともに健康な方
・市内在住の方で、12月1日から勤務できる方
・原動機付自転車免許以上を有する方
選考方法 作文試験、面接試験
応募締切 10月5日(木) 午後5時15分まで
試験日 10月12日(木)
※募集要項等その他詳細については、申込書受取時に説明します。
申込み・問合せ 水道課管理係 TEL720224

検定内容
1日目 鯉節工場の見学、さばき方の実習など
2日目 カツオに関する座学、検定試験
応募締切 10月13日(金)
※詳細は、市ホームページをご覧ください。
申込み・問合せ 枕崎カツオマイスター検定事務局(水産商工課内) TEL731092

読書感想文コンクール

読書に親しみ、家庭・学校・地域における読書を勧めるために、読書週間に読書感想文コンクールを実施します。
対象
・小学校児童、中学校・高等学校の生徒、一般人で、市内に居住している人
・高等専門学校、大学の学生(保護者が市内に居住している人)
作品 読書感想文で、4000字詰原稿用紙B4判とする。ただし、小学校低学年は4000字詰でなくてもよい。
※一般の方はエッセイでも可
字数
・小学校低学年 800字以内
・小学校中・高学年 12000字以内

病児保育講演会

日時 9月26日(火) 午後7時～
場所 サン・フレッシュ枕崎多目的ホール
入場料 無料
講師 田邊貴幸先生(鹿児島大学大学院歯学総合研究科小児科学分野)
講演 感染症・予防接種について(特に乳幼児期に関係するもの)

新酒まつり「白波五人衆」

10月29日に開催予定の「新酒まつり」で「白波五人衆」として出演してくださる方を募集します。
※練習は2～3回ほど
応募締切 9月20日(水)
応募方法 薩摩酒造ホームページ(http://www.satsuma.co.jp)から応募用紙をダウンロードし、必要事項を記入の上、郵送またはFAXにて応募してください。
応募先 薩摩酒造株式会社 〒8980025 枕崎市立神本町26番地、FAX725554
問合せ 薩摩酒造株式会社 TEL721231

第7回枕崎カツオマイスター検定受検者

日時 11月4日(土)、5日(日)
場所 南薩地域地場産業振興センター、枕崎水産加工業協同組合、(株)西村浅盛商店

・中学校 1600字以内
・高等学校以上 2000字以内
応募期間 10月1日(日)～31日(火)
提出先 作品は、小学校から高等学校までは各学校を通じて、審査委員が審査日に審査会場へ持参すること。高等専門学校生、大学生、一般成人は直接、市立図書館へ持参すること。
注意事項
・作品は、平成29年4月から10月までのものとし(一般成人はこの限りでない)他のコンクール、出版物等に応募し、またはこれから応募しようとする作品を除く。
・作品は自筆とし、用紙の1行目に題名、次行に学校名、学年(一般成人は住所)、氏名を記入し、作品の最後の行に書籍名、著者名、出版社名を必ず記入すること。

・対象図書は、教科書教材を除く。
・作品を提出するときは、紙コヨリ等で必ずとじること。
出品点数 1人1点とし、小学校から高等学校までは、学校ごとに各学級2点以内。
表彰式
・日時 11月23日(木) 午後1時30分～
・場所 サン・フレッシュ枕崎
※今年度は「ふれあい図書館まつり」読書講演会の中で行います。
その他
・応募作品は、原則として返却はしません。
・特選及び入選の作品は文集を発行します。ただし、エッセイについては掲載されません。
・文集には、学校名、学年、氏名が掲載されます。
問合せ 市立図書館 TEL721231

9254
10月29日に開催予定の「新酒まつり」で「白波五人衆」として出演してくださる方を募集します。
※練習は2～3回ほど
応募締切 9月20日(水)
応募方法 薩摩酒造ホームページ(http://www.satsuma.co.jp)から応募用紙をダウンロードし、必要事項を記入の上、郵送またはFAXにて応募してください。
応募先 薩摩酒造株式会社 〒8980025 枕崎市立神本町26番地、FAX725554
問合せ 薩摩酒造株式会社 TEL721231

宝くじの助成金で 公民館の設備・備品を整備

一般財団法人自治総合センターが、全国自治宝くじの社会貢献広報事業として行っているコミュニティ助成事業は、宝くじの受託収入を財源に地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するものです。本市では木原公民館が助成を受け、公民館の施設・備品の充実を図りました。

◎整備した設備・備品

- ・カラオケ
- ・パソコン
- ・プリンター
- ・冷蔵庫
- ・スピーカー
- ・スピーカースタンド
- ・アルミケース
- ・ワイヤレスマイクほか12品



薩摩半島 X 観光HUNT

薩摩半島の5市で構成される薩摩半島観光振興協議会。行政区を超えた観光情報をお届けします。



第24回小京都ふるさと祭

「農業と観光」をテーマに特産品等を広くPRするイベント。
期日 10月29日(日)
場所 南九州市知覧平和公園自由広場
問合せ 小京都ふるさと祭実行委員会事務局 TEL0993-83-2511



第30回マリンランド笠沙フェスタ

ドラゴンボート、ブリつかみ取りなど海のイベント盛りだくさん。
期日 10月8日(日)
場所 笠沙町笠沙公園グラウンド
問合せ 南さつま市笠沙支所市民課 TEL0993-63-1111



妙円寺詣りフェスタ2017

鹿児島三大行事の妙円寺詣り。徳重神社へ参拝する勇壮な鎧姿の武者行列は必見。
期日 10月21日(土)～22日(日)
場所 徳重神社内特設会場
問合せ 日置市商工観光課 TEL099-248-9409



いちき串木野づくし産業まつり～地かえて祭り～

食のまちいちき串木野の地元物産展やいちき串木野づくしの2日間。
期日 10月21日(土)～22日(日)
場所 串木野新港隣接会場
問合せ いちき串木野づくし産業まつり実行委員会事務局 TEL0996-32-3111

食育は生きること
〜高齢期の食育

■高齢者の栄養不足

年を重ねると、あっさりした味付けや、淡白な食材を好むことがありますが、食べる量も少なくなり、噛みにくい・飲み込みにくい等の身体機能の変化も加わります。そうすると、見た目は元気なように見えても、実は「低栄養」の状態に陥っていることがよくあるのです。

「低栄養」とは、エネルギーとたんぱく質が欠乏した状態、つまり健康な体を維持し、活動するのに必要な栄養素が足りない状態のことです。低栄養にはさまざまな健康リスクがあり、高齢者にとっては肥満よりこわいといわれています。

■肉食で長寿!?

朝はパンと牛乳。昼はごはん焼魚。そして夜のメインは野菜炒め。1日3食、きちんと食べているといいながら、実際

はタンパク質やビタミン、ミネラルが不足している場合があります。特にタンパク質不足は深刻です。

筋肉や血管、免疫細胞などの機能に不可欠な血液成分である「アルブミン」は、タンパク質をもとに体内で作られます。アルブミンの値が低いと長生きできない傾向があるといわれていますが、ほかにも認知症の前段階である認知機能の低下を引き起こすリスクが2倍、脳卒中や心臓病のリスクは2・5倍に上がるという調査結果も出ています。アルブミン値を適正に保つためには、動物性タンパク質を含む卵・肉・魚・乳製品などを摂取することが大切です。中でも「肉」がおすすめです。魚や大豆でもたんぱく質をとることはできますが、肉は鉄分や脂肪などほかの栄養も一緒にとれる上、必要なたんぱく質を効率的に摂取できるのです。アルブミンを作る力は老化に

より徐々に弱まるので、高齢者は若い時以上に意識して肉などのたんぱく質を多くとらないと、アルブミンの減少が加速し、さまざまな病気が進行する要因となってしまいます。高齢者の場合、できれば魚と肉は1対1の割合で、1日2品を目安にしっかり食べてほしいです。



■口から食べることを大切に

当たり前のことのようにも思いますが、口から食べることは多くの利点があり、心身に良い影響をもたらします。

食べ物や飲み物を噛むと脳が活性化し、唾液も出やすくなることから、口腔内の衛生状態がよくなります。また、胃腸の動きも活発になります。

歯がなくて食べにくい、入れ歯が合わず痛みがあるなどの口腔トラブルを抱えていると、思うように食事がとれなくなり、また、唾液の減少に伴い、歯周炎・歯肉炎を招き、口腔内が不衛生になりやすいため、歯みがきなど口のメンテナンスや入れ歯のお手入れはもちろん、定期的に歯科受診することも忘れないようにしましょう。

なるほど! 地域包括ケア

住み慣れた家・地域で安心して暮らし続けたいから

■「認知症疾患医療センター」を知っていますか?
認知症疾患医療センター(以下、センター)とは、認知症の方とそのご家族が住み慣れた地域で安心して生活ができるための支援を行うところです。県内では9カ所あり、南薩地域ではウエルフェア九州病院に併設されています。

- 【センターの役割】
- ・認知症についての一般相談
 - ・認知症の種類の特定(鑑別診断)
 - ・幻覚妄想やイライラ、大声などの周辺症状や身体合併症に対する初期対応
 - ・かかりつけ医や介護関係者への研修等の企画
 - ・地域住民や医療、介護福祉従事者に対するの情報発信

■診察について
センターでは、ご本人やご家族、かかりつけ医から相談を受け、認知症症状の種類の特定(鑑別診断)を行っています。物忘れがある病気の種類としては、アルツハイマー型認知症、血管性認知症、レビー小体型認知症が代表的ですが、治るタイプの認知症もあり、体の病気から引き起こされるものがあります。きちんと診断するために、病状の経過やこれまでの生活について話を聞いた後に、血液検査や画像検査、認知機能検査(物忘れのテスト)、神経学所見も考えながら診察を行います。診察の結果、他の病気が疑われる際には専門の病院に紹介し、うつ病や物忘れ妄想などで精神科専門の治療が必要な場合にはウエルフェア九州病院で治療を行います。一般的には、センターで診察したのちに、かかりつけ医の先生へ今後の加療をお願いしています。

■認知症も早期発見・早期治療が大切です!
認知症も早期に発見し、治療をすすめることで、残された機能の維持やリハビリテーションで生活の質の向上など、治療効果も大きく変わってきます。「同じことを何度も言うようになった」、「物をなくすことが増えた」、「日付や曜日がわからない」、「置き忘れが増えた」等症状がありましたら、かかりつけ医やセンターにご相談ください。

●ウエルフェア九州病院認知症疾患医療センター TEL72-4747
(開設日時=月曜日～金曜日 午前9時～午後5時)

問合せ 地域包括ケア推進課 TEL72-1111(内線463)

消費生活メモ

スーパーやコンビニのATMへ誘導する
還付金等詐欺に注意!

市の職員を名乗る人物から「医療費の還付金があり、1時間以内に手続きが必要だ。指示する連絡先に電話するように」と電話があった。指示された連絡先に電話したところ、通帳とキャッシュカードを持って金融機関

でないところのATMに行くように言われた。冷静になって考えてみるとおかしい。

▼市役所等の職員を名乗り、医療費や社会保険料等の還付金手続きのためにATMへ誘導して送金させる「還付金等詐欺」が、再び増加しています。今日中、「1時間以内」などと還付手続きを迫り、冷静に考えたり周囲に相談したりする余裕を

与えません。金融機関のATMコーナーでは声かけを行うなどの振り込め詐欺対策をとっているため、操作の様子が周囲から見とれ、それがちなスーパーやコンビニなどのATMへ誘導するケースが目立ちます。不審に感じたら、すぐに最寄りの警察署や消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

消費生活に関するトラブルのご相談は枕崎市消費生活センター(市役所内)または消費者ホットライン「188」まで。
TEL72-1111(内線329)
※8:30～12:00、13:00～17:15

南溟館 イベント情報

開 9:00～17:00
※入館は16:30まで
休 毎週月曜日
※月曜日が祝祭日の場合は翌日
問 TEL72-9998

こだいもうそうじょきょく
古代妄想序曲～松山孝独宴會
国内外で活躍を続ける本県出身の現代美術作家・松山孝さんの展覧会を開催します。「吹きぬげる風」をテーマに、さまざまな作品を展示します。
●会期 9月20日(水)～10月9日(月)
●会場 南溟館(第1展示場)
●観覧料 無料

を祈る壁画を描いてきた画家・東慎一郎さん(本市在住)の作品を展示します。会期中に南溟館で仕上げる壁画も見どころです。
●会期 10月11日(水)～15日(日)
●会場 南溟館(第2展示場)
●観覧料 無料



平和の壁画
～これまでとこれから展
世界10カ国で、世界の平和

RYOKO帰国ピアノ・ソロコンサート
～10周年レコード制作記念
本市出身で、パリ在住の塗

木良子さんのピアノ・ソロコンサートを開催します。2006年から2016年の10年間にわたって制作された4枚のアルバムに収録されている楽曲を中心に演奏します。
●日時 10月14日(土) 午後3時～5時(開場=午後2時30分)
●会場 南溟館(第2展示場)
●入場料 一般=2,000円(当日2,500円)、高校生以下=1,000円(当日1,500円)
●チケット販売所 南溟館、市立図書館、市民会館

新刊紹介

一般書
偉人の命日
久垣啓一(著)・多摩大学出版会(編)

人間はだまされる
三浦 準司(著)

あなたならどうする
井上 荒野(著)

児童書
親子でいっしょにつくる
う!わくわく!おりがみ
丹羽 兎子・宮本 真理子(著)

ふーっ!
荒井 洋行(作)

手おけのふくろう
ひらののぶあき(ぶん)
あべ 弘士(え)

決定!第157回芥川賞・直木賞

芥川賞
影裏
沼田 真佑(著)

直木賞
月の満ち欠け
佐藤 正午(著)

高齢者にすすめる本展

高齢者のみなさんに読書を楽しんでいただくために、選んだ本を展示しています。世代を問わず読める本もたくさんありますので、ぜひご利用ください
期間 9月21日(木)まで
場所 1階カウンター前

老後くらい好きにさせてよ
野末 陳平(著)

年を取るのが楽しくなる教養力
齋藤 孝(著)

登記ばあばの70年つくり続けた私の味
鈴木 登紀子(著)

図書館だより No.305

市立図書館 ☎ 72-9254
ホームページ <http://city.makurazaki.lg.jp/site/library/>
★開館時間 9:30～18:00

カレンダー 9月11日～10月9日

日	月	火	水	木	金	土
	9月	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
10月	1	2	3	4	5	6
8	9					

休館日
おはなしのへや 午後3時～
(絵本と紙芝居の読み聞かせ)

