

Kirishima City Public Relations, Japan

12

December, 2022  
VOL.376

# 霧島

広報きりしま

特集 Special Feature

# IJU

移住  
霧島で良い住



毎年、多くの移住者がやって来る霧島市。市に寄せられる移住についての相談は年間750件近くに上ります。移住者はどんな思いがあつてこのまちに来たのでしょうか。今回は移住者の視点から、このまちの魅力を探ります。

都会から地方への移住。定年後にのんびり暮らすため、地方への移住を選択する人は以前から多くいました。近年では、20代や30代の若い世代でも地方へ移住する人が増加(グラフ)。業務のデジタル化や、新型コロナウイルスの感染拡大に伴うリモートワークなど働き方が変わってきたことが理由の一つに挙げられます。

霧島市では昨年度、市内全域の光ファイバ網整備が完了。都会の企業に所属しながら、地方で暮らす場所として今、霧島市が注目されています。

### 趣味と仕事を両立

昨年、霧島町にある空き家を購入し、妻の美紗稀さん(30)と共に移住した江口弾さん(29)は東京の会社に勤め、主にリモートワークで業務をこなします。「キャンプが趣味で、自然豊かな場所です。暮らしたかった。妻の実家が鹿児島市だったので、近くで探して見つけたこの家が気に入った」と話すように、地方での暮らしに憧れがありました。

仕事で月に1度は東京に行くため「空

港が近いというだけでも、この土地に価値がある」と力を込める弾さん。「光回線があれば、大抵のことはできます。東京で高い家賃を払って狭い家に住むよりも、地方の安くて広い家に住みたいと考えるのは、自然な感覚でした」と振り返ります。今の暮らしを500万円ほどで実現し「資金は多くなくても、普通の会社員でも移住できるんです」と笑顔を見せます。

### 肌で感じる、人とのつながり

「東京では、歩けば酔っ払いが転がっていますが、こっちは栗が落ちています。どちらか拾うなら、やっぱり栗が良いですよ」とおどける弾さん。仕事や趣



# IJU

移住  
霧島で良い住



味のゲームで目が疲れたら、外の景色を見るだけで保養に。近くを愛犬と散歩したり、川辺でくつろいだりと、生活の充実ぶりがうかがえます。

移住直後から人気者の2人。地域の人が「シイタケ採ってきたよ」「一緒に焼酎飲もう」「イチゴ食べにおいで」といった、うれしいお誘いが連日のようにあります。蜂の子を食べたりイノシシと出会ったり、濃密な時間を過ごす弾さんは「感動の毎日。ご近所さんとの会話が、こんなに良いものだとは。決して人は多くない寂しい場所ですが、東京にいた時よりも、心が温まるのを感じる」と優しい表情を浮かべます。

### 田舎だからこそかなう夢

2人は移住の際、空き家と合わせて

山を購入。趣味のキャンプを自分たちで楽しむだけでなく、将来はキャンプ場を開くという夢をかなえるためです。移住後はその思いが、より具体的なものになりました。

「食べ物や風景、温泉など、実際に住んでその魅力を五感で感じました。それをもっと多くの人に伝えたくなった」と話す弾さん。「今はまだ模索中ですが、もつとこの場所を訪れる人が増えるような仕掛けを作ります」と新たな目標ができたそう。美紗稀さんは「キャンプのオフシーズンにも人が集まれるように、納屋を改修してカフェを開きたい」と目を輝かせます。

地域の人たちに温かく見守られながら2人の夢が形になる日も、そう遠くないかもしれません。

江口弾さん(29)

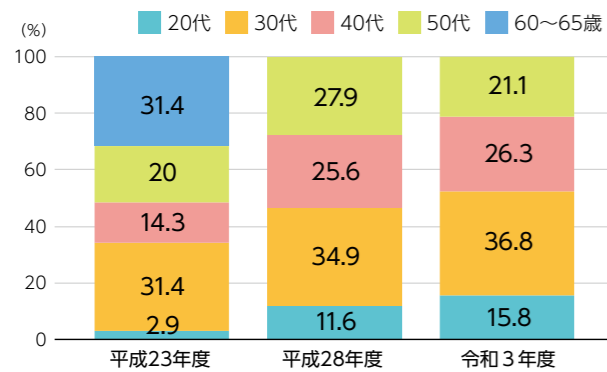
東京都江戸川区出身。仮想空間の場面や条件の設定・作成、動画編集が主な業務。好きなしょうゆは「母ゆずり」。

美紗稀さん(30)

鹿児島市出身。料理上手で、イノシシ肉の調理もお手の物。実は移住するなら雪国を思い描いていた。



補助制度を活用した移住者(世帯主)の年齢構成比



※平成25年度以降は補助対象が60歳未満。

おかえり

有村博志さん(67)  
父の代から続くお茶農家の代表をいっ  
成さんに譲り、今はお手伝い中。  
美恵子さん(64)



溝辺町の有村一成さん(33)は昨年帰郷し、実家のお茶農家を継ぎました。そこにはどんな思いがあったのでしょうか。家族の声と共に紹介します。

「おかえり」と「ただいま」。

― 帰郷のきっかけは。

一成さん：会社に勤めながらも、実家のことが常に頭の片隅にありました。時間がたつにつれ、他人の会社を手伝っているという感覚が強くなり、自分でやってみたい、家業を手伝いたいという思いが強くなったんです。

怜奈さん：子どもがまだ小さいので、移り住むなら早いうちにといいのもありましたね。

― 生活の拠点を移す上で不安はありませんでしたか。

一成さん：都会に比べるとお店が少なく、不便になることは目に見えていたのですが、不安といえばそれくらいでしょうか。知らない土地ではないので、むしろ定住するならここが良かった。  
怜奈さん：以前は転勤が多く、マンション

― 子どもたちの反応はどうですか。

一成さん：自然が多く子どもは喜んでいきます。大きな公園が近くにあるのも助かります。都会は交通事故なども多いので、心配事はむしろ減ったくらいです。  
怜奈さん：親が近くに住んでいるだけでも心強い。地域性なのか、子どもが通う保育園も温かな雰囲気です、こっ

― 一成さんから「霧島に帰る。お茶農家を継ぐ」と聞いた時の心境は。

博志さん：何度かそんな話もあったので、毎回息子には言っていたんです。大変だぞ、やめておけと(笑)。父の代から始

めたお茶農家ですが、もう十分かな。でも、いざ継いでくれるとなったらうれしいものです。

美恵子さん：長年2人でやってきて、商売の難しさや農家の大変さもよく知っている。うまくいくかも分からないので、心配が先でした。いくつになっても、それが親と子なのかもしれないね。

― 半世紀近く続く家業を途絶えさせるのは、寂しい気がしますよね。

博志さん：消費者が求める味を追求するには、体力的に厳しかったんです。現に、病気を機に製茶工場は閉めました。息子が継いでくれるとは思っていませんでした。生産だけでも続けていて良かった。

一成さん：製茶の仕事がなくなった分、今は生産と小売りに力を入れています。家族の時間が増えたので、製茶をやめるという父の決断には感謝している

― 一成さんが近くに帰ってきて、今の生活はどうですか。

博志さん：とにかくにぎやかで、まだまだ頑張らないといけなくなりました。それがうれしくもあるんですが。

美恵子さん：帰って来たのを聞いて、92歳と89歳の両親まで元気になったんです。家族としては、帰ってきてくれたことへの感謝の思いが強いですね。

― 改めて、お互いに何か言葉をかけるとしたら、何と言いたいですか。

博志さん：「おかえり」。2人で決めたことだと思っているので、力を合わせて頑張つて。微力ながらお手伝いします。

一成さん：帰ってきてくれて良かったと思ってもらえるように、これからも頑張ります。それが親孝行だと思うので、「ただいま」と胸を張って言えるのはそれからです。

お茶の石峰園



有村 一成さん(33)  
昨年福岡県から帰郷。実家のお茶農家を継ぎ、法人化した株お茶の石峰園代表取締役。  
怜奈さん(32)・唯愛ちゃん(3)・緋奈乃ちゃん(1)



お茶の石峰園  
店頭以外では溝辺町物産館よこで〜ろなどでも販売しています。  
●住所=溝辺町麓5817-2  
●営業時間=午前9時~午後5時  
●店休日=不定休  
☎=お茶の石峰園 ☎(58)3760



石峰園のInstagramはこちら

## 専門の相談員が対応

- 窓口や電話で、移住相談を受け付けます。
- 住所=東京都千代田区有楽町2-10-1東京交通会館8階
  - 時間=午前10時～午後6時
  - 相談電話番号=☎080(7731)7915
  - 定休日=月曜、祝日、夏季・冬季休業
  - ※火曜は他のセンター職員が対応。
- ☎=ふるさと回帰支援センター ☎03(6273)4401

## 東京の移住イベントに出展します

**JOIN移住・交流&地域おこしフェア**  
～ここからはじまる地域とのつながり～  
首都圏に住む人を対象に、霧島市への移住に関する相談に応じます。

- 日時=1月14日(土) 午前10時～午後5時
- 場所=東京ビッグサイト南1ホール(東京都江東区)
- 入場料=無料

## 移住体験イベントを開催

**霧島オンラインツアー**  
Zoomを用いた移住体験ツアーです。霧島市で活躍する移住者の声を聞かせません。

- 日時=12月25日(日)、1月22日(日) 午後1時～5時
- 参加料=無料(通信料は利用者負担)
- 申込方法=申し込みフォームから
- 申込期限=各開催日の3日前まで

☎=地域政策課 ☎(64)0952



## 市内への移住を応援します

市ホームページ「おじゃんせ霧島」では、移住・定住支援制度や移住者の声、移住イベント以外にも、空き家バンクを活用した空き家・土地情報などを掲載しています。ぜひご覧ください。



「おじゃんせ霧島」はこちらから

## ふるさと創生移住定住補助金

霧島市への移住に対し、住宅の取得や賃貸住宅入居への補助金を支給します。

### 補助金限度額

補助金の種類	住宅取得		住宅増改築	家賃	
	新築	中古購入			
転入(市外住民)	中山間地域	50万円	30万円	20万円(増改築費用の4/5)	24万円(月額賃料の2/3を12月分)
	市街地	—	10万円	10万円(増改築費用の3/5)	—
転居(市民)	中山間地域	50万円	30万円	20万円(増改築費用の4/5)	24万円(月額賃料の2/3を12月分)

※40歳未満で配偶者と同居している人か、高校生以下の子どもと同居している人には、30万円の加算金があります。(中山間地域への転入者のみ、家賃補助は除く)

☎=地域政策課 ☎(64)0952



絹のような舌触りが特徴的なサツマイモ、シルクスイート

農士家園のホームページはこちら



と人を耕すことを経営理念に掲げる農士家園の活動を開始。「食を通して、消費者に品種や生産者、作られた地域の

ことなど、食の背景まで知ってもらいたい。そこから別の品種を買ったり、産地を訪れたりすることが、生産者のよい商品開発につながる。その循環によって地域の魅力を高めることにもなる」と熱が入ります。

観光地や魅力的な産品などを活用することで、都会にいた時より「できることは増えた」と話す和田さん。「ここでは当たり前にあるものも、外から見れば貴重なものがほとんど。どうすれば活用できるかを考えるのが面白い」とやりがいを感じた表情を浮かべます。

「都会で得た経験や考え方は、今の霧島にはないものかもしれません。外の視点も



## 移住体験住宅ねっこ

建物約30坪の1棟貸しで、Wi-Fi(光回線)完備。最大5人まで利用できます。詳細はホームページをご覧ください。

※利用時に30分程度の面談あり。観光目的の利用はできません。

- 住所=牧園町高千穂3171-5
- 料金(1日分)=10日以内/5,500円、11日以上20日以内/3,300円、21日以上30日以内/2,200円
- 予約方法=ねっこホームページから

☎=移住体験住宅ねっこ ☎080(5267)4907



ねっこのホームページはこちら

持っているだけでも大きな強み。今までの霧島になかったものや人、視点が增えれば、このまちはもっと面白くなる。霧島に少しでも興味を持ってくれる人を、地域が、私たちが、受け入れる準備はあります」

霧島市は「都会と比べて不便」「自然しかない」と感じている人がいるかもしれないが、このまちは都会にはない魅力や強みがあります。そして、移住者を受け入れる土壌もあるのです。

地域の人と移住者が交わることで、新たな魅力の発見につながるかもしれません。知り合いや親戚に移住を考えている人がいれば、こう伝えてみてください。「霧島はこれから、もっと面白くなるよ」と。



和田新さん(28)

主にサツマイモを育てる生産農家。ジェラートなどの加工品販売も行う。農士家園代表。

# 支えたい、移住の1歩目

移住の1歩目を踏み出そうにも、生活拠点を移すのはとても勇気が要る事です。そんな移住を検討している人に、手を差し伸べる人がいます。

いざ「移住しよう」と決意しても、住む所や働く場所など、考えなければいけないことがたくさんあります。できることなら実際に風土を味わいながら生活し、勤め先などを吟味してから決断したいという人も、多いのではないのでしょうか。

お試し移住の拠点として

牧園町にある移住体験住宅「ねっこ」は、霧島市への移住を検討している人が利用できる、空き家を活用した宿泊施設です。運営するのは、Uターン者の和田新さん(28)。東京農業大学を卒業し神奈川県で就職後、幼い頃からの「霧島が大好き」という思いをそのまま、4年前に帰郷しました。

「霧島には温泉や国立公園など、地域資源がたくさんあります。魅力があるなら必要なのは外の人材の受け皿なので、その一助になれば」と。霧島に興味を持ってくれた人が、地域に根を張るためのお手伝いをしたかった」と、ねっこの開設に込めた思いを口にします。

親戚の空き家を譲り受けてねっこを開設した和田さん。補助金などの公的支援は受けず、クラウドファンディングや地域の人の力を借りて、ウッドデッキを手作りしたり、壁材を張り替えたりと少しずつ改修。昨年10月にオープンしてから70人の利用がありました。

「そのうち14人が霧島市への移住を決断し、今でも連絡をとり合う人もいます。地域の人がねっこの改修を手伝ってくれたように、みんなが温かく迎えてくれます。そんな思いが感じられる場所でもある」

都会の経験を霧島で生かす

和田さんが、人があふれる都会で感じたのは「ここには自分の代わりがいくらか」という疑問でした。「だからこそ、自分にしかできないことをやりたい。それが少しずつ形になり、その一つがねっこでした」と笑顔を見せます。

3年ほど前には、農業を通して地域の魅力を発信しようと、土(地域資源)

### INTERVIEW

## ねっこの利用が移住の後押しに



牧園町在住  
小堀真央さん(32)  
陽丸ちゃん(3)

ねっこを利用した時の面談で各地区の特色や市の相談窓口、先輩移住者のことなどを教えてもらって、とても勇気づけられました。ねっこの景色が最高で、霧島市に決めた理由の一つでもあります。利用していなければここまでスムーズに移住できなかったと思うので、今でも感謝しています。



マイナンバーカードとは、マイナンバー(個人番号)が記載された顔写真付きのカードのことです。ICチップが入ったプラスチック製のカードには、マイナンバーのほか住所、氏名、生年月日、性別などの情報が表示されます。

# マイナンバーカードを作りませんか

転免許証がマイナンバーカードに一体化される予定で、デジタル社会の重要な基盤になります。

## 申請するならば今がチャンス

国は、ほぼ全ての国民が令和4年度中にマイナンバーカードを取得することを目指しています。

12月末までに取得の申請をすると、最大2万円分のマイナポイントがもらえます。まだ取得していない人は、オンラインでも申請できるので、この機会に取得しませんか。

## 紛失時なども安心のサポート体制

万が一マイナンバーカードを紛失してしまっても、24時間365日対応のコールセンターに電話すれば、カードを一時的に停止できるので安心です。

問=マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120(95)0178

KIRISHIMA GENNARK



# 霧島ジオパークのエリアが拡大

ジオパークとは、貴重な地形・地質の遺産や景観を保護しながら、教育や持続可能な開発に生かそうという取り組みで、それらが同じ考え方の元で管理された、一つのまとまった地域のことです。



平成22年に日本ジオパークに認定された、霧島ジオパーク。4月に日本ジオパーク委員会にエリア拡大の申請を行い、これまでの3倍超となる総面積約27万5千ヘクタールで認定されました。

従来の霧島ジオパークは、鹿児島・宮崎両県の7市町(霧島、曾於、湧水、都城、小林、えびの、高原)にまたがる、活火山・霧島山を中心としたエリアでした。霧島山をはじめとする大地の貴重な遺産を生かした観光や教育、防災などの活動を行う中で、自治体内でもエリアの内側と外側があることや、「霧島ジオパークは山のことだけ」といったイメージが払拭できないなど、さまざまな課題がありました。

そこで今回、霧島山周辺から人々の暮らす山麓を含めた

7市町全域までエリアを拡大。巨大噴火の痕跡や生き物が多く暮らす湿地など、これまでエリア外だった麓の貴重な自然のほかに、火山と人の暮らしとのつながりを示す史跡や神社なども霧島ジオパークに含まれることになり、より一体的に地域の歴史や物語を説明できるようになりました。

霧島市では天降川河口の干潟や、火山の石を利用した石塔(隼人塚)と摩崖仏(横川町にある赤水の岩堂摩崖仏)、地形を利用した黒酢のつぼ畑などが追加になりました。

私たちの暮らしは太古の昔から大地と共にあり、それは今も変わりません。地球の歴史を学び、楽しむことができる「大地の公園」を訪れて、そこで暮らすことの意味を考えてみませんか。

## ジオパークを知って地域の魅力再発見



ジオパークの考え方が好きで今年、念願がなって認定ガイドに。本当の意味で暮らしを豊かにするのは、お金や利便さではなく、ジオパークの考え方だと思います。一見不慣れた地理的要因があっても、人々はその土地で生活するために、工夫

や努力を重ねてきました。そういった歴史などの背景まで読み解くのが、ジオパークの醍醐味です。霧島ジオパークには、将来に残し守っていくべき場所がたくさんあります。歴史や自然など、普段とは異なる視点で地域を観察するのも面白

いですよ。まずはジオガイドの私たちと一緒に出かけ、地域の魅力を発見するきっかけにしませんか。



ガイドツアーの申し込みもできる霧島ジオパークホームページはこちら

## マイナンバーの安全性に関する疑問に答えます

**問** 他人が成り済ましてカードを悪用されるのでは。

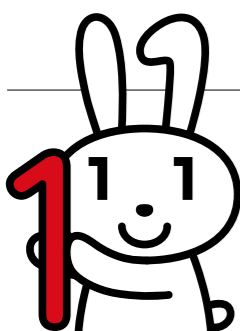
**答** 顔写真付きのため、第三者が容易に成り済ますことはできません。文字をレーザーで彫り込み、複雑な彩紋パターンなどの特殊加工を施すことで、顔写真を含めたカードの偽造を困難にしています。

**問** カードのICチップから、重要な個人情報が漏れるのでは。

**答** 税や年金、健診結果や薬剤情報などのプライバシー性の高い情報は記録されません。ICチップの読み取りに必要なパスワードは、一定回数間違えるとロックがかかります。不正に情報を読み取ろうとすると、ICチップが自動で壊れる仕組みになっており、高いセキュリティを確保しています。

**問** マイナンバーが漏れいしたら個人情報も全て漏れるのでは。

**答** 情報を一元管理することはありません。今まで各機関で管理していた個人情報は引き続きその機関が管理し、必要な時にだけやりとりする「分散管理」という仕組みを採用しています。特定の共通データベースを作ることはないので、芋づる式に情報が漏れることもありません。



## マイナンバーカードの申請を出張サポート

市では、記載内容の確認や記入の支援、顔写真の撮影(無料)などマイナンバーカードの申請サポートを、地区自治公民館や商業施設などで行っています。個人での申請に不安を感じる人はお越しください。日程など詳細は問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。

問=[地区自治公民館での申請サポート]市民課 ☎(64)0901、  
[商業施設での申請サポート]DX推進課 ☎(55)4012



↑市ホームページはこちら



↑国の「マイナンバーカード総合サイト」はこちら

上野原の台地でつなぐ30回目のたすき  
第30回霧島市・上野原縄文の森駅伝大会



**4**年ぶりの開催で、30回目を迎える霧島市・上野原縄文の森駅伝大会は、早春の一大スポーツイベントです。

上野原縄文の森祭りの広場を中心とした周回コースには、国内最古・最大級の縄文集落の霧島山、南には錦江湾を望み、1万500年前の悠久の歴史を肌で感じながら走ることができます。

競技者だけでなく、職場の同僚や気心の知れた仲間同士、学校OB、スポーツ少年団などさまざまなチーム構成で、誰でも気軽に参加できる大会です。

遠来賞や第30回記念の特別賞、参加賞、お楽しみ抽選会などを予定しています。ぜひ参加してみませんか。

● 期日 11月12日(日)  
● 雨天実施。

- 場所 上野原縄文の森祭りの広場
  - ジョギングの部
    - 距離 11 高校生以上4・8キロ、中学生以下2・4キロ
    - 参加料 11 高校生以上3千円、中学生以下2千円
  - 駅伝の部
    - 距離 11 9・6キロ(一般男女・一般混成・中学男女7区間、小学男女8区間)
    - 参加料(1チーム) 11 高校生以上8千円、中学生7千円、小学生以下5千円
    - 申込方法 11 大会ホームページかエントリーサイト(MSPONENTRI)から
    - 申込期限 11月31日(火)
- ◎ 問 申 実行委員会事務局 (スポーツ・文化振興課内)  
☎(64)0710



大会ホームページ



エントリーサイト

縄文文化を肌で感じながら走る



(株)平島南営業所 副長 轟木 寛史さん(37)

会社が上野原縄文の森近くにある縁で、毎年駅伝の部に参加。会社のレクリエーションとして、福岡や熊本の本社の社員も参加しています。日頃なかなか会えない仲間と会える上に、事業所対抗で熱くなりますね。終了後に、仲間とバーベキュー

をするのも楽しみの一つです。上野原縄文の森駅伝の魅力は、遺跡の周りを走ることで縄文文化を肌で感じられることや、沿道の応援が身近に感じること。応援が力になり、背中を押してくれる気がします。

INTERVIEW  
今回は、前回よりもタイムを少しでも縮めたいですね。ぶっつけ本番で挑むことが多いですが、少し練習して挑もうと思っています。大会をきっかけにジョギングを始めた人もいるので、一度参加すると楽しさが分かりますよ。



Topic of kirishima city

まちの話題

市ホームページに掲載している「まちの話題」にも、市内の出来事を紹介していますのでご覧ください。



縄文遺跡をまちづくりに生かすには 魅力や活用方法などを意見交換

縄文遺跡を持つ都市が、遺跡の魅力や活用方法について話し合う「縄文シティサミットinきりしま」が11月5日、国分シビックセンター多目的ホールで開催されました。青森市長をはじめとする10都市の首長らが参加し、それぞれが抱える課題やまちづくりに生かすための方策について意見を出し合いました。講師を務めた同志社大学文学部教授の水ノ江和同さん(59)は「近年は発掘や解析技術の進歩も著しい。同じ場所を掘るだけでも新たな発見がある」と話しました。

絶景を堪能する紅葉まつり



色 づき始めた紅葉を楽しんでもらおうと11月6日、きりしま紅葉まつりが霧島神話の里公園で3年ぶりに開催。桜島を一望できる絶景の中、九面太鼓や弦楽四重奏の演奏が人々を歓迎しました。

秋晴れの下スポーツに親しむ



体 を動かすことに興味を持ってもらおうと11月12日、国分運動公園をメイン会場に霧島スポーツまつりが開催。トランポリンやカヌーなど28競技の体験ブースが設けられ、延べ5,000人が楽しみました。

霧島で楽しむハロウィーン



ハ ロウィーンの日を楽しんでもらおうと10月29日・30日、国分シビックセンター周辺で「キリシマハロウィーン」が開催。衣装した多くの家族連れでにぎわい、会場周辺はハロウィーン一色になりました。

歴史も学べる祭りが初開催



隼 人塚公園で11月6日、神宮通り会主催の隼人塚ふる里フェスタが初開催。飲食ブースのほか、隼人塚にまつわる歴史クイズ、駅長服の着用体験などがあり、多くの家族連れでにぎわいました。



**通** 所介護や居宅介護支援、訪問看護などのサービスを提供する国の(株)ユニティ。平成21年に設立し、現在は市内外に7事業所を展開しています。

利用者の社会参加を促す活動を積極的に行う先進的な事業所として、冊子「つながる役割はたらく」で全国的に紹介された同社。「利用者自身が社会的役割を実感できるようにと、小学校で行った鉄棒のペンキ塗りやあいさつ活動が、地域との交流につながっていると評価されたのでは」と話すのは、同社事業部長の川畑裕司さん(45)です。「結ばれる心」を理念に掲げる同社では

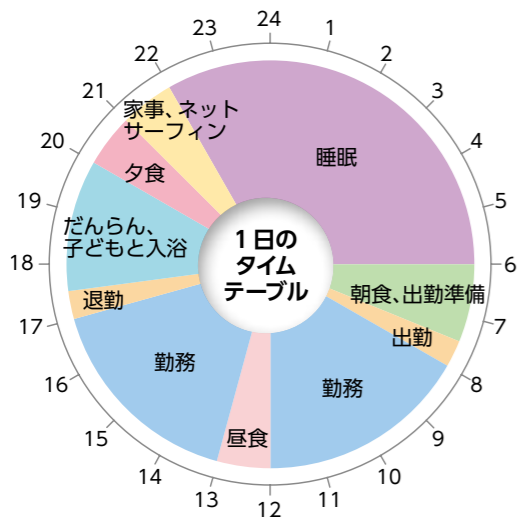
「利用者さんの思いに寄り添い、その人らしい生活や生き方を一緒に作っていきけるようなサービスを目指しています」と力を込めます。

国分にある通所介護施設リハケアガーデン国分で作業療法士として働くのが、入社2年目の古木廉さん(23)です。友人の入院がきっかけで作業療法士という仕事を知った古木さんは、専門学校の現場実習で同社を訪れます。「社会参加を重視した活動や、スタッフと利用者さんの生き生きとした姿に魅力を感じ、入社を決意しました」と振り返ります。

趣味の魚釣りを仕事にも応用した古木さん。「ただ魚を釣って帰るだけではなく、釣りざおの手入れや投げ方、仕掛け作りなどを、利用者さんの手指の訓練として取り入れました」と話し、「作業がうまくできないときは、なぜできないのかを利用者さんと一緒に考えます。できたときに『ありがとう』と言ってもらえるのが、一番やりがいを感じます」と目を輝かせます。

「先日開催した施設の秋祭りでは、火おこしからサンマを焼くところまで全て利用者さんにやってもらいました。役割を持つことで、同じ作業でも生き生きと取り組めます。これからも利用者さんが楽しく取り組める活動を続けていきたいです」

## 利用者の社会参加を手助けする介護施設。



OFF



リハケアガーデン国分 作業療法士  
古木廉さん(23)  
奄美市出身。鹿児島第一医療リハビリ専門学校作業療法学科卒業。令和3年入社。趣味は釣り、特技は野球。妻と子どもの3人暮らし。国分在住。

いつもにぎやかで笑顔あふれる職場です。



霧島市にはたくさんの企業があり、そこで多くの若者が生き生きと働いています。このコーナーでは、そんな企業や若者の暮らしを紹介します。第60回は株式会社ユニティの古木廉さん(23)です。就職を控える生徒や学生の皆さん、ぜひ霧島市で働き・暮らすという未来を描いてみませんか。

**社** 員の仲が良く、仕事帰りや休みの日には釣りや野球などのレクリエーションを一緒に楽しんでいます。そんな私が疲れを癒やすために家族で出かけるのが、日当山温泉郷の一角にある「いやしの湯山翠」です。

21室ある家族湯はそれぞれ造りが異なっているのが魅力。全室内風呂、露天風呂、休憩室が完備されています。木々の緑や空を見上げて入る露天風呂は雰囲気良く、とても気に入っています。

個室につながる通路はまるで日本庭園のようで趣があり、風呂上がりにはあずま屋で飲み物を片手に景色を楽しんでいます。

料金は60分2,000円から(延長可)。平日は同じ料金で90分利用することができるので、子ども連れでも時間を気にせずゆったりと過ごせてお薦めですよ。



**いやしの湯山翠**  
●場所=国分剣之宇都町207-1 ●駐車場=32台  
●営業時間=午前10時~午前1時(受付:午前0時まで)  
●店休日=無休  
☎=いやしの湯山翠 ☎(45)2226

取材協力企業

**株式会社ユニティ**

国分中央4-12-22 ☎(56)7515

<https://www.unity-g.com> ユニティ 霧島市

代表者: 濱田 桂太郎  
創業: 平成21年11月  
資本金: 300万円  
売上高: 3億3,000万円(令和4年7月期)

従業員数(男/女): 66人(22人/44人)  
平均年齢: 34歳  
有給休暇の平均取得日数: 8日/年  
月平均残業時間: 4時間  
育児休業取得者数(男/女): 4人(1人/3人)  
初任給: 18.5万~30万円  
採用実績(新卒/中途): 10人(9人/1人、令和3年度)  
勤務時間: 午前8時~午後5時(年間休日107日)



市ホームページでこのコーナーのバックナンバーをご覧いただけます。



**調理のポイント** 黒酢が決め手の食欲をそそる一品です。歯ごたえを良くするため、しっかり野菜の水気を切り、炒め過ぎないようにしましょう。

市では、食育の生きた教材となる学校給食を通して、食に関する正しい知識や食文化の継承、自然の恵みなどを学ぶ取り組みを進めています。このコーナーでは、人気の給食メニューをレシピとともに紹介します。

## 揚げ豚と細切り野菜の炒め物

霧島学校給食センター 霧島田口316-1 ☎(57)0354  
 ・配布先：霧島中、大田小、霧島小、永水小、大田幼稚園 ・食数：320食

材料(4人分)	干しシイタケ.....2.5g(中1/2枚)	④L 薄口しょうゆ.....小さじ1
	たけのこの水煮.....30g	片栗粉(でんぷん粉).....大さじ2
	ニンジン.....30g(中1/4本)	サラダ油.....適量
	タマネギ.....50g(中1/4個)	黒砂糖粉.....大さじ1
	ピーマン.....25g(大1/2個)	濃口しょうゆ.....大さじ1
	豚肉.....180g	黒酢.....小さじ2
	① おろしニンニク.....小さじ1	ケチャップ.....大さじ1
	② おろしショウガ.....小さじ1	干しシイタケの戻し汁.....大さじ1
	③ 料理酒.....小さじ1	いりごま.....小さじ2弱

- 作り方**
- ①干しシイタケを水で戻す。
  - ②たけのこ、ニンジン、タマネギ、ピーマンと①を5cmの長さで細切りにする。
  - ③②を下ゆでし、水気を切る。
  - ④豚肉を幅1cm、長さ5cmの拍子木切りにし、④で下味を付ける。
  - ⑤④に片栗粉をまぶし、サラダ油で揚げる。
  - ⑥⑥をよく混ぜて、加熱する。
  - ⑦⑥に③と⑤を入れて炒め、いりごまを振る。



大田小学校3年生の給食風景

今日のメニュー  
 ごはん 牛乳  
 揚げ豚と細切り野菜の炒め物  
 具だくさんみそ汁 ミカン

口の中で味が広がって  
 お肉も野菜もおいしい。

屋外遊具  
**市こども館** (すかいびあ) ④  
 国分上野原テクノパーク2-1 ☎(46)8485

開館時間:午前9時30分~午後0時30分、午後1時30分~5時  
 休館日:火曜(祝日の場合は翌日)、12月29日~1月3日

施設の利用料は無料。室内遊戯室利用時には会員カードの作成が必要。混雑状況などに応じ利用制限を設ける場合があります。

管理者から一言/7月で1周年を迎えた全天候型施設の市こども館。今回は屋外遊具を紹介。1~3歳は「フレッシュファーム」、3~6歳は「クリスマスツジのハウスコンビ」、6~12歳は「わんぱく森のツリーハウス」で遊べる、楽しさ満載の遊び場です。



7色の滑り台が付いたクリスマスツジのハウスコンビ



伸び伸び遊べるフレッシュファーム 景色を楽しめる休憩所

**市** こどもセンターにあったチラシを見てこども館を知り、子どもたちは遊びに来てすぐに気に入りました。晴れた日に真っ先に向かうのは屋外にある大型複合遊具です。フレッシュファームは床が柔らかい素材で柵に囲まれているので、2歳の娘を安心して遊ばせることができます。水色の滑り台がお気に入りの5歳の娘は、ハウスコンビをお城に見立てて遊んでいます。6歳になればもっと大きな滑り台で遊べるので、楽しみにしているようです。

vol.29

# てくぱく

育児を楽しもう

楽しい育児をサポートするコーナーです。子どもと一緒に出かけたい場所や育児に役立つ情報などを紹介します。



福崎 弘樹さん(37) 国分在住  
 佳苗さん(37)・結梨ちゃん(5)・愛依ちゃん(2)

子どもが生き生きと遊べる場所です。紹介者

## SMILE KIDS 3歳までの子どもを紹介します。12月生まれのみんな、Happy Birthday

<p>かわさき さわか 川崎 佐和花ちゃん 3歳</p> <p>痛ることが大好きなさわかちゃん。元気に育ってね!</p> <p>保護者:美紀さん</p>	<p>もとむら ささ 本村 早笑ちゃん 1歳</p> <p>ニコニコ早笑ちゃん。かわいいなま❤</p> <p>保護者:賢志さん</p>	<p>にしむら りんご 西村 林檎ちゃん 3歳</p> <p>もうすぐお姉ちゃんになるりんちゃん。3人で仲良くね</p> <p>保護者:亮馬さん</p>	<p>かわとこ まつすけ 川床 聡介ちゃん 3歳</p> <p>いつもニコニコ笑顔の聡ちゃんが家族の元気の源です!</p> <p>保護者:俊之さん</p>	<p><b>投稿募集中!</b></p> <p>1月号に掲載する子どもの写真を募集しています。下の応募フォームから申し込みください。申し込み多数の場合は抽選です。</p> <p>●対象=令和2年~4年の1月生まれの子ども(住民票が霧島市)</p> <p>●期限=12月20日(火)</p> <p>☎=秘書広報課 ☎(64)0955</p> <p>←応募フォームはこちら</p>
--	---	--	---	--



# Let's 家クササイズ Let's exercise

いつまでも健「幸」で過ごすために。隙間時間にできる運動や脳トレを紹介します。



## 骨盤底筋を鍛え、姿勢や尿漏れを改善する運動

### (1) つまみ上げるように締める

骨盤底筋の収縮を意識しやすくするため、丸く畳んだタオルの上に座る。背筋を伸ばし、排尿を途中で止めるような感覚で骨盤底筋を締め、収縮をイメージする。



POINT! 呼吸を止めないように注意。

骨盤底筋を締める(収縮させる)運動

### (2) 骨盤底筋の収縮を確認する

骨盤の突起した部分に手を当て、少し内側を押さえる。骨盤底筋を締め、指で押さえた場所に力が入っているかを確認する。



POINT! 骨盤底筋と一緒に働く腹横筋の収縮を確認。

今回\*霧島どんサポートの会が紹介するのは、骨盤底筋を鍛える運動です。

「骨盤底筋は、骨盤の底の部分にある複数の筋肉の総称。体のバランスや姿勢を保持する体幹の土台、排尿・排便をコントロールするなどの役割があります」と話すのは理学療法士の下村珠美さん(37)と福丸智菜さん(26)です。

骨盤内にある臓器が落ちないように支える力強さと、排せつや出産のための柔軟性が求められる骨盤底筋。運動不足や加齢などで衰えると、姿勢が崩れたり、くしゃみなどで尿が漏れる腹圧性失禁の原因になったりします。

「骨盤底筋の収縮を認識するには練習が必要です。まずは骨盤底筋を意識して動かすことを目指しましょう」と下村さんは話します。

### 隙間時間で“ながら運動”

福丸さんは「個人差はありますが、運動の効果を実感するまで2~3カ月かかるといわれています。今回は座ったまま、立ったままできる運動を紹介。テレビコマーシャルの間だけとか、お湯を沸かしている間だけなど、隙間時間を見つけて取り組んでみてください」と提案します。

骨盤底筋を鍛えるには、続けることが大切です。1日2~3回を目安に、無理せず取り組む習慣を身に付けましょう。

ながら運動で無理せず毎日続けましょう。



福丸智菜さん(26)

理学療法士(霧島整形外科) 下村珠美さん(37)

### 準備運動



- ① 頭の上で手を組み、頭を押さえる。
- ② 上から押さえる力に反発するように、3秒間背筋を伸ばし、力を抜く。
- ③ ①と②を5回繰り返す。

### 座った姿勢での運動



- 基礎編**
- ① 骨盤底筋の収縮を確認するため、骨盤の少し内側を押さえる。
  - ② 骨盤底筋を2秒間締め、力を抜く。
  - ③ 続けて8秒間締め、力を抜く。
  - ④ ②と③を5回繰り返す。
- 応用編**
- ① 骨盤底筋を締めたまま、両手をゆっくり前から頭上に上げ、同様に下げる。  
※肩・首に力が入らないように注意。
  - ② ①を5回繰り返す。
  - ③ 力を抜き、10秒間休憩。
  - ④ ①~③を5回繰り返す。

### 立った姿勢での運動



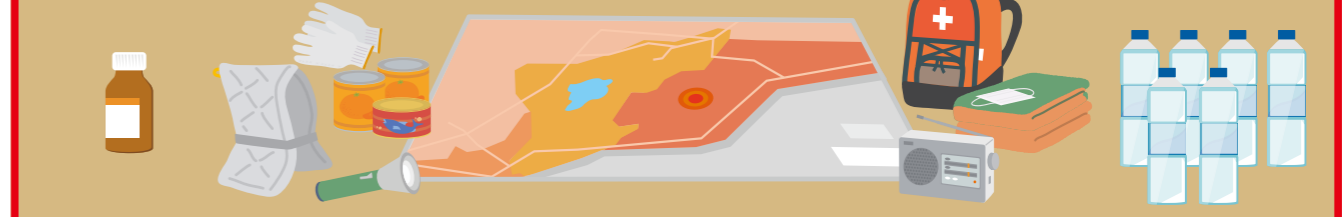
- 基礎編**
- ① 安定した場所に手を置いて、足を肩幅に開く。
  - ② 骨盤底筋を2秒間締め、力を抜く。
  - ③ 続けて8秒間締め、力を抜く。
  - ④ ②と③を5回繰り返す。
- 応用編**
- ① 安定した場所に手を置き、かかと同士を付け、つま先を開く。
  - ② 骨盤底筋を締めたまま、かかとの上げ下げをゆっくりと5回繰り返す、力を抜く。
  - ③ ②を3回(慣れてきたら5回)繰り返す。

\*市の介護予防を目的に、地域のひろば事業などで講話・講習を行う理学療法士、作業療法士、言語聴覚士で構成された団体。

# BOUSAI LABO



東日本大震災以降、「BOUSAI (防災)」という言葉は、世界の共通語になっています。100年に1度の災害が頻発する今、日頃から災害に備える方法をシリーズで紹介します。



## 大掃除ついでに 火災の危険も一掃

国は「避難情報に関するガイドライン」で5段階の警戒レベルを定め、直感的に理解しやすいように住民がとるべき行動を明確化。行政が発信する防災情報を基に判断し、早め早めの避難行動をとるようにしましょう。



抜けかけて、ほこりがたまった電源プラグ



棚の下敷きになっている電源コード

有馬祐一さん(52)



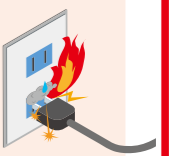
ほこりを払って、きれいに年越し。



たこ足配線ときつく束ねた電源コード

### トラッキング現象とは

電源プラグに付いたほこりや水分によって、トラック(電気の通り道)ができ、異常発熱する現象



これからの季節は空気が乾燥し、火災が多くなる時期。新年を迎えるため、年末に家を大掃除する人も多いと思います。その際に火災発生の危険性がないか点検し、予防に努めることが大切です。

製品評価技術基盤機構(nite)の調べによると、トラッキング対策製品の普及で平成28年から令和元年までは、配線器具(電源ブレーカー・プラグなど)による発火事故は減少傾向にありました。しかし、令和2・3年は件数

が増加。コロナ下で在宅ワークが増えたことなどが要因だと考えられます。

霧島市においても毎年、配線器具の発火による火災が発生しています。火災を防ぐために、次の点に注意しましょう。

- 電源プラグやテーブルタップ、コンセントの差し込み口にほこりがたまらないよう掃除する
- テーブルタップやコンセントの差し込み口付近に、水分やアルコールを含む物を置かない

- 電源プラグがしっかりとコンセントに差さっているか、電源コードが物の下敷きになっていないか、無理に引っ張られていないか確認する
- 最大消費電力を超える使用をしない。たこ足配線や電源コードをきつく束ねる行為は危険です

大掃除の際は、電源プラグなどの確認だけでなく、コンセント周りの油污の掃除、住宅用火災警報器の動作確認・経年劣化による取り換え検討を行い、安心して新年を迎えましょう。



子どもたちに熱心に教える宮田さん

# わらを通して編む 人とのつながり

## 人の風景 THE SCENE Vol.176 霧島に生きる



宮田利明さん(81)  
国分出身。地区自治公民館長や  
民生委員、地域ボランティア団  
体・川原塾塾長などを歴任。焼  
酎をこよなく愛す。妻と長女と  
3人暮らし。国分在住。



材料のもち米のわら



①5本を1束にして十字に置く



②束の端をひもで結ぶ



③束をねじっていく



④3束を1本に編み込む



⑤飛び出たわらを切って完成

自宅には、しめ縄を作るためだけのビニールハウスがあり、忙しい時は1日中こもることも。「凝り症で、時間を忘れるほど没頭してしまうので、よく妻に叱られます」とおどけます。

人に頼られることが多く、若い頃からPTA役員や地区公民館の役員、地域ボランティア団体・川原塾の発足にも携わってきました。「生まれ育った場所の豊かな自然と美しい景色が大好きで、特に黒石岳から見る朝日は絶景です。昔は黒石岳に初日の出を見に来る人に、甘酒の振る舞いもしていました。コロナ下で集まってくる活動がなかなかできないので、米を作る傍ら、コスモスなどを植えて地域の美化活動をしています。地域をなんとか盛り上げられたらうれしい」とふるさとを思う気持ちは誰にも負けません。

「しめ縄の使い方は人それぞれだが、屋内であれば20年以上きれいに使える。長い期間使用してもらうためにも、一つ一つの作業を妥協したくはない。わらを編み込むには握力があるが、これからも手先が動く限り、しめ縄作りを続けたい」と力を込めます。

「昔は各家庭で稲わらを使って、俵やむしろを編むことが当たり前でしたが、今ではしめ縄を作る人の方が珍しくなりました。使用するわらで出来が変わるので試行錯誤し、自分の満足する物を作るようになったのは10年くらいたつてから。今では手の感覚でわらの重さも分かるようになりました」と話します。

「しめ縄に使う材料は、もち米のわら。材料にもこだわり、自身の田んぼで育てたわらを使います。数本のわらを十字に置いていき、作った束を手のひらで押さえながら転がし、手際よくきれいなしめ縄を作っていく様子は見事の一語です。」

**正** 月飾りに使われるしめ縄。神の領域と現世を隔てる結界となり、中に不浄なものが入ってこないようにする役割があるとされます。天照大神が天の岩戸に隠れたことで災いが相次いだことから再びそこに戻ってしまうことがないように、しめ縄で戸をふさいだという、日本神話に由来があるといわれています。

国分川原で農業を営む宮田利明さん(81)は、しめ縄を作り30年の達人です。「きっかけは地域の先輩に頼まれて。ここまで自己流でやってきました」と振り返ります。毎年地元の神社や企業、地域からの依頼は数え切れないほどで、12月には地元の川原小学校でしめ縄教室を行う宮田さん。「最初の頃は簡単なものしか作れなかった子も、6年生になるとすごく立派な物が作れるようになりますよ。毎年、子どもたちや保護者の笑顔が見たくて、自分自身楽しみで続けています」とほほ笑みます。

## 令和5年度 スポーツ施設などの利用申請

令和5年度に各種大会などで市内のスポーツ施設などの利用を希望する場合は、次の事項を確認の上、早めに申し込んでください。希望する日時、場所が重複した場合は調整します。

※利用日の1カ月前までに使用許可申請書を提出してください。

### 優先順位

- ① 市主催行事など(全国・九州・県・始良地区レベルの行事)
- ② 市スポーツ協会加盟団体主催行事、地区自治公民館主催行事
- ③ その他団体の主催行事

問・申=対象施設を管理する指定管理者・担当課

施設名	指定管理者・担当課	連絡先	申込期限
国分運動公園	㈱エルグ・テクノ	☎(46)4398	12月28日(水)
国分武道館			12月23日(金)
国分総合プール		☎(46)9400	12月23日(金)
北公園	市施設管理公社	☎(64)0921	12月28日(水)
国分海浜公園・南公園			
春山緑地公園			
国分児童体育館			
横川運動公園・温水プール	㈱エルグ・テクノ	☎(72)0619	12月28日(水)
霧島運動場	霧島総合支所地域振興課	☎(57)1112	12月28日(水)
隼人運動施設	NPO法人 隼人錦江スポーツクラブ	☎(55)0188	12月28日(水)
隼人温水プール			
隼人庭球場・健康温水プール			
福山運動施設	きりしまPPP(株)	☎(56)3786	12月28日(水)
まきのはら運動公園			

施設名	指定管理者・担当課	連絡先	受付
上床運動公園	きりしまPPP(株)	☎(58)2451	12月1日(木)から
牧園みやまの森運動公園			☎(76)2500

**年金事務所での相談・請求は事前予約を**

年金相談や請求手続きの事前予約を行っています。受け付けは希望日の1カ月前から前日までです。

※基礎年金番号が分かる物を準備し、電話してください。

●問・申 日本年金機構 年金相談予約受付専用電話 ☎0570(05)4890、加治木年金事務所 ☎(62)351

**上床公園で初日の出を見ませんか**

上床公園の絶景スポットから初日を見逃しませんか。

- 期間 1月16日(月)～2月3日(金)
- 場所 国分シビックセンター 共通ロビー
- 問 部 落解放霧島市研究集会実行委員会事務局(隼人人権啓発センター内) ☎(42)0558

**年末年始特別警戒**

例年、年末年始は事故や犯罪が起こりやすい時期です。12月10日(土)から1月10日(火)までを年末年始特別警戒期間として、警察や市役所各種団体などが警戒活動を強化します。

- 問 安心安全課 ☎(64)0997

**「緑の募金」カレンダーバザー展**

全国の企業・団体の協力により寄贈されたカレンダーのバザーを開催します。売上金の全額が緑の募金に充てられます。

- 問 市みどり推進協議会事務局(林務水産課内) ☎(64)0938

**上野原縄文の森 河口コレクション**

「河口貞徳氏の軌跡Ⅴ」長年、県の考古学界をリードしてきた故・河口貞徳氏(県)

- 日時 12月24日(土) 午前10時～午後4時
- 場所 IIイオン隼人国分店
- 問 市みどり推進協議会事務局(林務水産課内) ☎(64)0938

**考古学会元会長が調査した遺跡に関する考古資料を展示します。**

- 期間 1月13日(金)まで
- 場所 II上野原縄文の森展示館常設展示室
- 料金 II小中学生150円、高校・大学生210円、大人320円
- ※20人以上で団体割引あり。県内在住の70歳以上の人は無料。県内在住の小中高生は土日・祝日に限り無料。(いずれも年齢などが確認できる書類を持参)
- 問 II上野原縄文の森 ☎(48)5701

**お知らせ**

**事業を行っている人は償却資産の申告を**

事業を行っている人は、毎年1月1日現在の償却資産の状況を、その資産が所在する市町村に申告する義務があります。今年度申告した人には来年度用の申告書を送ります。新規事業者など初めて申告する人は、申告書を市ホームページからダウンロードするか税務課に請求してください。

■申告は便利な電子申告を利用ください

「eLTAx」による電子申告

**コロナ対策商品券 使用は1月15日まで**

市が発行するコロナ対策商品券の使用期限は、1月15日(日)までです。

使用期限後は、店舗などで使用できなくなりますのでご注意ください。使用できる店舗など詳細は、市ホームページ

**詐欺的な投資勧誘のトラブルに注意**

「SNSで知り合った人から投資サイトを案内され、数回に分けて送金したが出金ができなくなった」「簡単に稼げる」「もうかる」ことを強調するネット広告をきっかけに、セミナーを受講し契約したが、広告や説明と異なり、もうかはず解約したい」という相談が多く寄せられています。

簡単に高額収入を得られることを強調する広告は安易に信用しないようにしましょう。取引内容や損失の可能性がよく分からない場合は契約しないでください。

不安に思ったときやトラブルになった場合は、消費生活センターをご覧ください。

**「じんけん」について考えてみませんか**

一人一人が人権問題を自らの課題として受け止め、正しく理解するために、「今日までそして明日から」と題した講演を行います。

- 問 II消費者ホットライン ☎188、消費生活センター ☎(64)0964

**「きりしま旅割クーポン」で霧島市内を満喫**


霧島市内の宿泊施設や旅行会社で使える5,000円分の「きりしま旅割クーポン」をスマートフォンアプリ・LINEで販売しています。市内の魅力ある観光地や宿泊施設を満喫しませんか。

- 一般販売=12月8日(木)11時から
- 利用期間=12月8日(木)～3月1日(水)利用分
- 問 「きりしま旅割クーポン事業」事務局 ☎099(821)8370

**市が発信する新型コロナウイルス情報**

依然として新型コロナウイルスの感染拡大が懸念されています(11月24日現在)。人との距離が十分に確保できるか、会話をしている場面があるかなど、その場の状況に応じてマスク着用の必要があるかを判断し、感染予防に努めましょう。

本誌掲載後にイベントなどが中止や延期になることがあります。開催については主催者に問い合わせください。ワクチン接種など新型コロナウイルスに関する最新の情報は市ホームページで発信しています。



**問 II 商工振興課 ☎(64)0912**

市コロナ対策商品券



**「きりしま旅割クーポン」で霧島市内を満喫**

霧島市内の宿泊施設や旅行会社で使える5,000円分の「きりしま旅割クーポン」をスマートフォンアプリ・LINEで販売しています。市内の魅力ある観光地や宿泊施設を満喫しませんか。

- 一般販売=12月8日(木)11時から
- 利用期間=12月8日(木)～3月1日(水)利用分
- 問 「きりしま旅割クーポン事業」事務局 ☎099(821)8370

利用区分	クーポン	販売価格	販売口数
平日	5,000円分	2,000円	1人2口まで
土日・祝日		3,000円	

※上限に達し次第、販売を終了します。  
※宿泊で利用する場合、利用区分はチェックアウト日が基準日となります。



1 取り扱い施設やクーポンの購入はこちらから



**国分シビックセンターで  
8K放送「国宝へようこそ」を上映展示**

BS8Kで放送されたNHKの番組「国宝へようこそ 霧島神宮」を、国分シビックセンターで上映展示します。70インチの巨大8Kモニターで美しい霧島神宮社殿の映像をお楽しみください。

※45分番組を繰り返し再生します。  
●期間=12月19日(月)～1月10日(火)  
※12月29日～1月3日は閉館。  
●時間=午前8時15分～午後9時  
●場所=国分シビックセンターエントランスホール  
問=NHK鹿児島放送局 ☎099(805)7070

### 口腔健診は1月まで

**お口元気菌ツッピー健診**  
飲み込みの機能が低下すると、窒息や肺炎の原因となります。機能低下を未然に防ぐために健診を受けましょう。期限が迫っていますので、早めに県内歯科医療機関に予約の上、受診してください。対象者には6月に受診券を送付しました。受診券がない人は問い合わせください。  
●対象Ⅱ令和3年度に75歳か79歳の誕生日を迎えた後期高齢者医療の被保険者

### みやまコンセル

**待BRASS**  
国内オーケストラの首席奏者らによるプラスアンサンブルを、奇跡のホールでお楽しみください。  
●日時Ⅱ12月25日(日)午後2時～4時

### 第二次市総合計画後期基本計画(案)への意見募集

市では、「第二次霧島市総合計画後期基本計画(案)」を策定しました。この計画に対する意見を募集します。  
●意見提出期間Ⅱ12月26日(月)～1月19日(木)  
●閲覧場所Ⅱ市ホームページ、市役所情報公開コーナー、企画政策課、隼人市民サービスセンター、各総合支所  
●提出方法Ⅱ閲覧場所にある意見提出用紙に記入し、郵送かファクス、メール、ご意見投書箱に提出  
●問Ⅱ企画政策課 ☎(64)0914、FAX(47)2522

### メディアセンター主催講座

講座番号	講座名	期日	定員	受講料	申込期限(必着)
32	第2回パソコン基礎講座(Windows10)	1/12(木)・13(金) 18:30～20:30	10人	500円	12/28(水)

●対象=パソコン操作初心者の方 ※申し込み多数の場合は抽選。  
●申込方法=【往復はがき(1講座1枚)】講座番号、講座名、住所、氏名、電話番号を記入し郵送、【FAX】講座番号、講座名、住所、氏名、電話・ファクス番号を記入し送信、【窓口】申込用紙に記入し、普通はがきと併せて提出

### 城山公園フォトコンテスト

城山公園内や城山公園から見える四季折々の景色、遠くから城山公園を撮影した写真を募集します。賞金や参加賞があります。  
●問Ⅱ市民活動推進課 ☎(64)0924

●応募規定Ⅱ未発表のものでカラープリントワイド四つ切り  
●応募点数Ⅱ2点以内  
●応募期間Ⅱ2月21日(火)～3月1日(水)必着  
※応募方法など詳細は問い合わせるか、城山公園ホームページをご覧ください。

●時間Ⅱ午後1時25分～2時25分  
●やさしいエアロビクス  
●期間Ⅱ1月13日～2月3日(毎週金曜・全4回)  
●時間Ⅱ午後0時20分～1時20分

センター ☎(48)5522  
●県民の森イベント  
●葉章を使ったオリジナルブレンドティー作り  
●日時Ⅱ1月28日(土)午前9時30分～正午  
●場所Ⅱ県民の森緑化センター1(始良市有川2987-1)

●参加料Ⅱ300円(材料代、保険料を含む)  
●必要な物Ⅱ作業しやすい服装、エプロン、ゴム手袋、飲み物、持ち帰り用の袋(レジ袋など)  
●申込期間Ⅱ12月16日(金)～1月16日(月)  
●問Ⅱ県民の森管理事務 所 ☎(68)0557

●参加料Ⅱ無料  
●申込方法Ⅱ第一工科大学社会・地域連携センター ☎(45)0640

### サン・あまり

●たのしい骨盤体操  
●期間Ⅱ1月11日～3月15日(全て水曜・全7回)  
●時間Ⅱ午後7時5分～7時55分  
●対象Ⅱ成人(高校生を除く)  
●定員Ⅱ先着20人(10人以上で実施)  
●受講料Ⅱ3850円  
●必要な物Ⅱヨガマット(バスタオル可)、室内シューズ  
●問Ⅱサン・あまり ☎(43)3373

●問Ⅱいきいき国分交流  
●対象Ⅱ成人(高校生を除く)  
●定員Ⅱ先着14人  
●受講料Ⅱ2400円  
●受付Ⅱ12月21日(水)から

●対象Ⅱ中学生以上  
●定員Ⅱ10人  
※申し込み多数の場合は抽選。

### 第一工科大学公開講座

●仮想から現実へ  
●参加料Ⅱ300円(材料代、保険料を含む)  
●必要な物Ⅱ作業しやすい服装、エプロン、ゴム手袋、飲み物、持ち帰り用の袋(レジ袋など)  
●申込期間Ⅱ12月16日(金)～1月16日(月)  
●問Ⅱ県民の森管理事務 所 ☎(68)0557

●申込期間Ⅱ12月31日(土)  
●問Ⅱ第一工科大学社会・地域連携センター ☎(45)0640

●たのしいエアロビクス  
●期間Ⅱ1月11日～2月1日(毎週水曜・全4回)

**結婚したい人を応援**  
**出会いサポートセンター**を利用しよう

県が独身・成人の結婚支援を委託する「かごしま出会いサポートセンター」(以下、「センター」)では、登録会員同士のお見合いや、交流イベントの開催など、参加者の交際・結婚をサポートしています。センターの活動をボランティアでサポートする人や企業も募集しています。

会員は900人以上  
4年間で56組が結婚しています

QRコード: ←登録・閲覧方法の動画はこちら

●結婚を希望する人へ  
●登録会員から気が合う人を探す  
●出会いのきっかけをつくる出張窓口を開設します(インターネットでの完全予約制)。入会登録やタブレットによる会員プロフィールの閲覧、1対1でのお見合いの申し込みができます。  
●期日=1月8日(日)、2月19日(日)、3月5日(日)  
●対象=独身の20歳以上  
●登録料=1万円(2年間有効)

【1月8日(日)の詳細】  
●時間=午前9時50分～午後4時  
●場所=国分公民館中研修室  
●定員=先着10人  
●申込期限=1月7日(土)

●交流イベントに参加して出会う  
センターのイベント会員に登録すると、センターやかごしま出会い応援団(民間店舗など)が主催する交流イベント情報が配信され、希望するイベントに参加できます。  
●登録料=無料(イベント参加料は別途必要)

●センターをサポートしたい企業・団体へ  
●かごしま出会い応援団  
センター主催のミニイベントや会員同士の引き合わせ会場として店舗を提供したり、イベント会員に対する店舗主催の交流イベントを開催したりできます。協力企業・団体はセンターのホームページで紹介しています。  
●対象=レストラン、カフェ、ホテル、旅館、結婚式場などを運営する県内の企業・団体など

●登録会員をサポートしたい人へ  
●マッチングサポーター  
会員同士のお見合い日時の調整と、お見合い後の交際状況をメールで報告していただけます。  
●対象=30歳以上の県民で、パソコンかスマートフォンを持っている人  
●謝金=交通費として1回1,000円

※詳細は同センターホームページをご覧ください。  
問=かごしま出会いサポートセンター ☎099(208)1150  
各種登録・イベント情報などはこちら→

みその本



飛田和緒 著

みそを1年かけて丁寧に仕込んでみませんか。みそ作り20余年の著者が、基本の仕込みから、いろいろな豆で作るみそ、使い方まで易しく解説します。

湊かなえのことは結び



湊かなえ 著

家族、友人、猫など著者が愛するものや、リスナーとの温かな交流、お薦めの本などが満載。著者がパーソナリティーを務めたラジオ番組を基に書籍化された本です。

知らなかった！おなかのなかの赤ちゃん図鑑



増崎英明 監修

生命の始まりから、受精、胎児の成長、出産までを、時系列で解説。おなかの中で赤ちゃんがどのように育つのかを、Q&Aやコラムを交えて丁寧に伝えます。

だじゃれむかしむかし



長谷川義史 作

「おばさまのみみはそばとせみ」「キャッツとまめの木」「へんなやつとぐれてるやつ」。古今東西の昔話のタイトルで、登場人物たちがだじゃれ競演する絵本です。



## 読者のお便り

読者の皆さんからの声を伝えるコーナーです。



毎月表紙の写真がとてすてきだなと思いつながら手に取っています。特集もタイムリーで、興味のあることも多く楽しみに読んでいます。和牛の大会や取り組んでいる方々の苦労や熱い気持ちや伝わり、ますます霧島市の牛を応援する気持ちが大きくなりました。いつも感じますが、広報ざりしまはカラーが多いのでとても読みやすく、毎月発行されている皆さんのパワーを感じます。ありがとうございます。(春樹56歳)

▼5年に1度の全国和牛能力共進会で、見事霧島市の牛が

日本一になりました。出品されたお二人の努力や苦労、関係者の皆さんの協力で、勝ち取った日本一だと思います。本当におめでとうございます。

関東に住んでいましたが、今月から地元霧島に帰ってきて、初めて広報ざりしまを見ました。今の霧島のことや財政のこと、イベント、子育て支援のための施設など、知らない情報をたくさん知ることができて助かりました。出産を控えているので、子育てに役立つ情報は、特にありがたいです。次号も楽しみにしています。(りあん33歳)

ずつと来たいと思っていた霧島ヘワーケーションを目的に来ました。空港前のワーキングスペースに置いてあった広報誌は、観光客向けの情報誌かと思うほど斬新でした。誌面で興味深かったのが、ミライ、ワクワクと給食通信。市内の企業で活躍する若手の掲載は、今後の担い手のためにもリアルで良い記事だと思いました。給食のレシピは、私のまちの給食でもおいしいメニューがあったので、ぜひ載せてほしいです。全体的に

おしゃれですね。私のまちの広報誌もこんな感じになったらと思います。(M・S 48歳)

▼霧島市へようこそ。広報誌は各年代に読んでいただけるよう、いろいろな分野を取り上げています。これからも身近で手に取ってもらえる広報誌づくり、頑張っていきます。

「持続可能な財政運営のため」を興味深く読ませていただきました。最近物価の上昇や円安などがあり、家計もすっかり見直さなければと思っています。市の財政を

預かる方々は大変だと思えます。霧島市はおおむね健全な財政運営とのこと。これからも市の財政状況と一緒に、わが家の家計も健全に保てるように頑張りたいと思います。(Y・U 71歳)

▼本市の財政指数などは、国が健全化を促す基準を下回っています。これからも、健全な財政運営に努めていきます。

### 今月の絵手紙



大坪優子さん(溝辺)

本誌への感想、霧島市への思いなど、皆さんの声をお寄せください。お便りはとじ込みのはがき、ファクス(0995-64-0934)、携帯電話やスマートフォンは左の2次元コード、パソコンは市ホームページからお送りください。



## 図書館へ行こう



スマホ用 携帯用

<http://www.lib-kirishima.jp/>

### 新刊紹介

- 天下大乱／伊東潤
- 水底のスピカ／乾ルカ
- 君のクイズ／小川哲
- 麻阿と豪／諸田玲子
- 徳川家康と戦国時代／福田智弘
- 世界のおみやげ図鑑／地球の歩き方編集室
- 白バイ隊員交通取り締まりとほほ日記／洋吾
- 算数が大得意になる／プレジデント社
- クリスマス／ドミニク・フウフェル
- オトナ女子の不調&お悩み解消BOOK／扶桑社
- 奄美ごはん／恵上イサ子
- 世界のすごい駅／地球の歩き方編集室
- 10歳からの読める・わかるいちばんやさしい刑法／和田俊憲
- 睡眠の大研究／櫻井武
- おばけのひみつきち／吉田純子
- 雨の日は好きな人／佐藤まどか
- ようかいむらのうきうきクリスマス／たかいよしかず
- ぞうさんのおてがみ／いもようこ

**国分図書館**

**冬のおはなし会(ほるとの森)**

- 日時=12月24日(土)午後2時30分~3時
- 場所=メディアセンター鑑賞室
- 内容=読み聞かせ、紙芝居、パネルシアターほか
- 定員=先着10組

問=国分図書館 ☎(64)0918

遊びに来てね

イベント名	日時[対象]	場所
ほるとの森おはなし会	1月14日(土) 14:30~15:00	国分図書館
幼児と小学生のためのおはなしの部屋(りんごの木)	1月はお休みです。	
赤ちゃんとわらべうた・えほんのへや(りんごの木)	1月はお休みです。	
おはなしの部屋	1月5日(木) 16:00~16:30 [幼児]	隼人図書館
	1月6日(金) 11:00~11:30 [赤ちゃん]	
	1月15日(日) 11:00~11:30 [幼児・小学生]	
おはなしの時間(紙ふうせん)	1月16日(月) 15:30~16:30	霧島図書室
おはなしひろば	1月28日(土) 10:00~11:00	福山図書室

\*状況により、中止になる場合があります。市ホームページなどで事前に確認ください。

### 霧島市立図書館に おいでください。

市内7カ所の図書館(室)で本が借りられます。

- 国分図書館 ☎(64)0918
- 隼人図書館 ☎(43)7574
- 溝辺図書室 ☎(58)3191
- 横川図書室 ☎(72)1596
- 牧園図書室 ☎(76)2714
- 霧島図書室 ☎(57)0316
- 福山図書室 ☎(56)2026



# 郷土の扉

火と煙を噴き上げる火山は、古来から人々を畏れさせ、信仰の対象ともされました。霧島神宮は霧島山信仰、鹿

## 火山と信仰

霧島ジオパークのエリアが広がり、霧島市全域が認定エリアになりました。霧島市の歴史・文化財を語る上で、火山は切っても切り離すことはできません。今回は、霧島市の文化財と火山との関わりを紹介します。

**火山に挟まれた場所**

桜島・霧島山に挟まれた霧島市は、まさに火山に囲まれて人々が住まう場所。錦江湾の湾奥部は世界最大級のカルデラ噴火によってできた地形です。その噴火の際に噴出した火砕流で埋め尽くされてきたシラス台地から、縄文時代の定住集落跡を含む上野原遺跡が発掘されました。発掘の際、住居跡に古い噴火による火山灰が検出されたことで、日本最古級であることが判明。火山とともにあった上野原遺跡は、遺跡が国指定史跡、出土品が重要文化財になっています。

神頼みとして田の神像(田の神さあ)が各地に作られるようになりました。市内には至る所に、火山から生まれた信仰が息づいているのです。

**火山がもたらした岩**

火山が噴火したときに出てくる噴出物が火砕流に運ばれて積み重なるると、火砕流堆積物という地層になります。横川・牧園の天降川の中流域でも、それらを観察することができます。九州の5大カルデラのうちの、三つのカル

# 火山の恵み

呼ばれる黒い軽石を観察できます。横川の赤水地区には、溶結凝灰岩の崖に仏像を浮き彫りにした赤水の岩堂磨崖仏があり、立体的に彫られた姿は見る者を感動させます。火山から出た火砕流堆積物は、それ自体が文化財になるだけでなく、加工されたものも文化財としての価値が認められています。市内の文化財を見ると、火山を信仰しながらも巧みに利用し、共生してきた先人たちの姿がうかがえます。

デラ(加久藤・阿多・始良の噴火による火砕流堆積物)があり、地質学的に大変貴重な地域として国の天然記念物に指定。火山噴出物そのものが文化財になっている、珍しい場所なのです。

火砕流堆積物が熱と圧力によって固まったものは溶結凝灰岩と呼ばれ、軟質で加工しやすいためにさまざまなものに使用されます。市内の国指定史跡・隼人塚と大隅国分寺跡の石塔類は、天降川流域で採石された溶結凝灰岩で造られたと考えられており、スコリアと

児島神宮は桜島信仰から始まる神社といわれています。国宝に指定された霧島神宮本殿は、露出した溶岩をそのまま礎石として利用し、斜面を流れた溶岩上面の傾斜を生かして建てられるなど、火山と密接な造りの社殿となっています。

水はけが良過ぎるシラスが広く分布する鹿児島は稲作に適しておらず、江戸時代は特に、霧島山や桜島の噴火による火山灰の影響で厳しい時代でした。そのため、稲がしっかりと育つように、

雨上がりのセンリョウ(国分川内) 11月23日 午前11時24分

【撮影データ】  
デジタルカメラ レンズ18~55mm・F3.5-5.6 1/60秒 F5.6 ISO200



国指定天然記念物になっている、天降川流域の火砕流堆積物。水によってできた罅(くずれ)の穴が広がる。



県指定有形民俗文化財になっている宮内の田の神。鹿児島神宮の御神田にある田の神像。

◎秘書広報課にお便りをくださった方の中から、霧島神宮温泉湯めぐり委員会の「入湯霧札(1,200円分)」を10人にプレゼント。応募締め切りは12月20日(火)当日消印有効です。  
※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。



市ホームページからもプレゼントの申し込みができます。

12 PRESENTS

## 霧島神宮温泉湯めぐり委員会「入湯霧札(1,200円分)」を10人にプレゼント

霧島神宮温泉郷は神話のふるさと、天孫降臨のニニギノミコトを祭っている霧島神宮周辺に広がる温泉です。入湯霧札で温泉施設を3回利用できます(複数人で分けて使用することも可能です)。対象施設は、あかまつ荘、民宿きりしま路、アクティブリゾート霧島、さくらさくら温泉、民宿登山口温泉の5施設です。



霧島市観光案内所 霧島田口2459-6 ☎(57)1588  
営業時間/9:00~17:00

霧島市観光案内所 検索

※読者プレゼントを提供して下さる方を募集しています。秘書広報課広報グループ ☎(64)0955 までご連絡ください。

## いつでも、どこでも、霧島市の情報を。

より多くの皆さんに市の情報を知ってもらうため、さまざまなツールで情報を発信しています。



↑アプリのダウンロードはこちらから。フィーチャーフォンは通知機能のみ利用できません



## きりしま防災・行政ナビ

<p><b>霧島市ホームページ</b></p> <p>観光や子育て、移住定住情報、イベントカレンダー、行政情報など情報満載。</p>	<p><b>霧島市Facebook</b></p> <p>市の公式フェイスブック。「いいね」をして市からの最新情報をキャッチしてください。</p>
<p><b>YouTube動画配信</b></p> <p>動画共有サイトYouTubeで霧島市が公開している動画を見られます。</p>	<p><b>きりしまWAGON (Facebook)</b></p> <p>霧島市を好きになってもらうために霧島市の魅力を発信しています。</p>
<p><b>マチイロ(広報誌電子版)</b></p> <p>発行日に広報きりしまがスマートフォンやタブレットへ自動配信されます。</p>	<p><b>霧島市Twitter</b></p> <p>霧島市をフォローすると、市ホームページが更新されるたびに情報が届きます。</p>

◎人口/124,741人(+68) ◎世帯数/62,569世帯(+62)  
・男性/60,376人(+70) ・女性/64,365人(-2) ・出生89人 ・死亡119人 ・転入366人 ・転出263人 (令和4年11月1日現在)



### 今月の表紙

赤い果実をサンゴに見立て、クササンゴとも呼ばれるセンリョウ。漢字で千両と書くことから、正月の縁起物として知られています。県内生産量1位を誇る霧島市。そのほとんどが国分川内で栽培され市場に出荷されます。雨上がりのこの日、林の中には露にぬれたセンリョウが神秘的に浮かび上がっていました。花の少ない冬、美しい実をつけるセンリョウを飾りませんか(西)

コロナ下になり急増したといわれるマスク美人にマスクイケメン。外してがっかり…なんてこともあるとか。今回取材をさせていただいた(株)ユニティの古木さんは、マスク姿が某アイドルグループのMJさんにそっくり。果たしてマスクの下は…しっかりイケメンでした(西)

全国旅行支援を利用し、市内の旅館やホテルに宿泊。今年は霧島の秋を堪能しました。温泉に漬かり肌はつるつるに、おいしい食事で体はぶくぶくに。イベント満載です。食量が増える年末年始。大掃除で体を動かし、火災の危険だけでなくぜい肉も一掃したい(岩澤)

からの景色一つでも都会にはない、このまちの魅力。移住者と話す中で、市の魅力を伝える広報担当として誇らしくなりました。人との関わりは視点や考え方などの刺激があり、移住者ならなおのことです。皆さんにも、移住者とのすてきな出会いがありますように(南立)

しめ縄を作って30年の宮田さん。子どもたちの笑顔が見たくて、毎年しめ縄教室を開いています。経験したことのある子は作り始めるとコツを思い出し、きれいに仕上げています。子どもたちと宮田さんの様子を見ながら、ずっと続いてほしい風景だと思いました(種子島)

EDITORS

### 市長コラム 中重真一

きばれ加治木工業 44年ぶりに花園出場を決めた加治木工業高校ラグビー部には、霧島市在住の生徒が多く在籍しています。私が設立から携わり、設立当初は監督も務めていた小学生向けの霧島ジュニアラグビークラブ。そこでラグビーを始めた選手もいます。高校ラグビーマンの聖地・花園ラグビー場で、縁のある選手たちが躍動する姿を想像するだけで胸が弾みます。

その中には、私に通っていた向花小学校時代の後輩の息子もいます。私の弟と同級生だったこともあり、後輩とは当時から仲が良く、社会人ラグビーチームでも一緒にプレーしていました。市役所で働いていたため、本心に公私ともに深い付き合いでした。しかし、突然の病魔に先日若くして亡くなりました。彼が最期まで気にしていたのが息子の花園予選。彼の夢をみんながかなえてくれました。

コラムを書いている今日は、サッカーW杯ドイツ戦の翌日。歴史的勝利を果たした日本代表のように、花園で活躍してくれることを願っています。

コロナに負けるな!! 咳エチケット・手洗い・消毒・うがい

ご来校時は手指消毒・マスク着用・検温などご協力よろしくお願い致します

クルマの  
免許は

やっぱり  
空港

空港自動車学校は新型コロナウイルス感染拡大防止に取り組んでいます。ご入校をお考えの方、すでに教習を受けている方は以下の点に該当しないかご確認ください。

- ① ひと月以内に海外渡航歴がない。  
入学後に海外渡航予定がない。
- ② 1週間以内に新型コロナウイルス等の罹患者との濃厚接触がない。
- ③ 発熱、咳、頭痛、倦怠感、味覚や嗅覚障害等の感染症の自覚症状がない。

※入校希望の方は事前に御予約をお願い致します。  
※上記の症状等に該当される方はご入校・教習をご遠慮いただく場合があります。  
また途中で発症した場合は教習を中断させていただくことがありますのでご了承ください。  
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、教習の中断及び業務時間の縮小などの対応をさせていただきます可能性もあります。  
※お急ぎの方は、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

普通自動車

オートマなら  
ミッションなら

総額

288,850円  
305,350円

料金内訳

入学金

(写真・適性検査)

教習料

(技能・学科)

検定料

(仮免許申請手数料  
仮免許交付手数料  
修了検定料・卒業検定料)

※上記は最短時間の料金です。技能教習が延長された場合と、検定不合格時に補習を受講する場合は1時間あたり5,500円が加算されます。  
※修了検定不合格時には再検定料として3,300円/回、卒業検定不合格時には再検定料として4,400円/回が加算されます。  
※仮免許学科試験に不合格の場合、再試験料1,700円/回が加算されます。※高速道路教習は実車走行で行います。  
※夜間(17:30~)割増料金は900円/時限です。学生(高校生、大学生等)は無料です。  
※入学後、途中で退学される場合は、未実施の技能教習料と学科教習料を払い戻しいたします。

高校生の皆さんへ

普通免許取得で入校したら 総額から **5,000円引き!**



提携信販会社のローンが利用できます。

※事前に審査があります。詳細についてはお問い合わせ下さい。



送迎バス無料利用可能(高校⇄自動車学校⇄自宅)

※道路の状況等で、自宅近くでの乗車になる場合があります。

お問い合わせ・お申し込みは

鹿児島県公安委員会指定[技能試験免除]

空港自動車学校 TEL 0995-42-8583

広告

鹿児島県霧島市隼人町内2352-1

空港自動車学校

検索

