

# 霧島

広報きりしま

2

February, 2017  
VOL.248

お知らせ版  
The information version

・自治会に入りましょう ・祝日には国旗を掲げましょう



①kafka(カフカ) ②国分中央バンド ③BellTone(ベルトーン)  
④酔2(よーつー) ⑤memories ⑥ゲスト:中村あゆみさん

## アマチュアバンドが霧島を盛り上げる

県内を中心に活躍するアマチュアバンド5組が、観客の投票で最優秀賞を争う「Music Stage +きりしま」が開催されます。

ゲストは、全国的に有名なシンガーソングライターの中村あゆみさん。会場で生の演奏を聞き、心に残るバンドに投票しませんか。

- 日時 = 3月12日(日) 午後2時から
  - 場所 = 霧島市民会館(全席自由席)
  - 料金 = 前売り券 2,000円、当日券 2,500円
  - 販売所 = 霧島市民会館や国分シビックセンター売店、市教育委員会各出張所、国分進行堂など
- ☎ = 霧島市民会館 ☎ (64)0926

3月の  
おもな  
イベント

24日(金) 霧島郷土芸能の夕べ / 時間: 午後8時30分~9時30分  
/ 場所: みやまコンセル / 入場料: 無料  
☎ = 市観光協会 ☎ (78)2115

2月~3月31日(金) 嘉例川駅ひなまつり / 時間: 午前9時~午後5時 / 場所: JR嘉例川駅 ※ 3月12日(日)は茶会と琴の演奏(特急はやとの風の停車時間に合わせて随時)  
☎ = 嘉例川地区活性化推進委員会【山木】 ☎ (43)9081  
※大隅横川駅ひなまつりの期間は、2月上旬号に掲載。

クリシマイスター

「褒め合う」が合い言葉の  
クリシマイスター動画  
絶賛配信中

★★★★★★★★

クリシマイスター 検索

☎ = 秘書広報課 ☎ (64)0955

# Kirishima Photo Frame

きりしまふとふれーむ



↑ロサンゼルス五輪男子体操個人総合金メダリストの具志堅幸司さん(写真左)とロンドン五輪女子体操代表の田中理恵さんによる教育講演会が1月17日、国分西小学校でありました。



↑地域貢献活動が評価され昨年11月に県の表彰を受けた牧園町麓地区街づくり促進会が12月2日、市を表敬訪問しました。



青葉小学校の創立20周年記念式典が12月10日、同小であり卒業生でプロ野球・千葉ロッテマリーンズの二木康太選手(21)が児童にエールを送りました。←



↑ウォーキングをしながらごみを拾うクリーン・ウォーキングが12月4日、霧島小学校区内であり同小の児童や保護者ら約50人が参加しました。



↑木原小・中学校PTAが年1回発行する文集『けやき』の第50号発行を祝う式典が12月19日、同校であり児童生徒や地域住民などが参加しました。



↑ソウル五輪女子マラソン代表の荒木久美さん(写真右)による運動習慣育成教室が1月16日、安良小学校であり長い距離を走るコツを学びました。



九州のお米食味分析鑑定チャレンジ審査が11月、熊本県菊池市であり横川町の米農家・本村竜見さんのヒノヒカリが鹿児島県出品分で1位になりました。←

## Zoom up Kirishima

# きりしま / かわら版 !!



### Kirishima topics 01 名誉市民・小里氏と惜別

霧島市名誉市民で元衆議院議員の故小里貞利氏の市葬が1月10日、霧島市民会館でありました。葬儀委員長の前田終止市長が追悼の言葉を、三反園訓県知事ら7人が弔辞を述べた後、参列者が次々と献花。市民や国会議員、自治体の首長ら1,100人が故人の功績と人柄をしのび、別れを惜しみました。小里氏は県議会議員を20年務めた後、国政の場で26年間活躍。平成17年に政界を引退し12月14日、肝不全により86歳で亡くなりました。

### Kirishima topics 04 3度目の農林水産大臣賞



12月の第70回全国お茶まつり三重大会で、溝辺町の有村幸二さん(54)が経営する有村(幸)製茶が、普通煎茶10kgの部で1等1席、3度目の農林水産大臣賞を受賞。香りや味などが高く評価されました。

### Kirishima topics 02 マイクロカットと立地協定



マイクロカット(株)が国分上野原テクノパークに工場を増設するため12月26日、市と立地協定を締結。増設工場面積は1,626㎡、平成30年8月の操業を目指し、地元から50人を雇用する予定です。

### Kirishima topics 05 地元の名物料理作りに挑戦



市の名物料理『霧島神話ほっけ鍋』作りが1月14日、高千穂小学校であり6年の児童17人や保護者らが参加。旅館などの調理師に料理の心得や包丁の扱い方を教わりながら、鍋を完成させました。

### Kirishima topics 03 横川の繁殖農家に最高賞



11月の全国優良畜産経営管理技術発表会で、横川町の(株)玉牧場が霧島市で初となる農林水産大臣賞を受賞。肉用牛繁殖農家・久留須茂さん(57)の効率的に高収益を生む経営手腕が評価されました。

★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★

お知らせ

交通災害共済

市交通災害共済は、交通事故の被災者を加入者同士で助け合う相互扶助制度です。1月末現在で市内に住居登録している人に加入申込書を送付しました。小中学生と4月1日現在で満75歳以上の人は、掛け金が免除され自動的に加入者となるため、送付していません。

交通事故に遭った加入者は、見舞金を請求できます。請求には交通事故証明書が必要ですので、必ず警察に事故の届け出をしてください。

市内では今年1月だけで交通死亡事故が4件発生しています。霧島市内の交通事故による死者数は、平成27年は10人、平成28年は8人でした。

自分は安全運転をしていても、もらい事故などがあります。もしもの時に備えて加入しましょう。

●掛け金1人500円

◎問II安心安全課☎(64)09

97 火災が発生しやすい季節 火の取り扱いに注意

3月1日から7日は春の火災予防運動です。平成28年の火災件数は、前年より16件少ない47件でした。

この季節は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなっています。こんろや暖房器具など、火気の取り扱いには十分な注意をお願いします。

■住宅用火災警報器の確認を 住宅用火災警報器は寝室に取り付ける必要があります。寝室が2階以上にある場合は、階段にも設置しましょう。

電池の消耗や機器の不具合により緊急時に正常に作動しないこともあるので、正しく作動するかどうか、1年に1回は確認しましょう。

◎問II消防局予防課☎(64)0433

4月から公共施設などの使用料が変わります

市が設置している公共施設の使用料などは、負担の公平性及び適正化の観点から3年に

霧島消防フェスタ

体験型の防災イベント「霧島消防フェスタ」in御池青少年自然の家」を開催します。

消火器を使った消火体験や消防・警察車両の展示のほか、防災ヘリでの救助訓練を間近で見られます。

ほかにも無料で遊べる楽し

い遊具や霧島ジオパークの見どころを紹介したコーナーがあります。

●日時11月3月12日(日)午前10時～午後3時※雨天決行。

●場所11宮崎県御池青少年自然の家(都城市夏尾町5988-30)

◎問II霧島ジオパーク推進課☎(64)0936

◎問II霧島ジオパーク推進課☎(64)0936



霧島市を訪れる外国の人と話ができたら楽しいと思いませんか。日常会話で使える主な外国語を市のCIR(国際交流員)が教えます。動画で発音もチェックしましょう。

今回のお題 英語/中国語/韓国語は話せません。

	つづり	読み方
英語	I can't speak English	アイキャントスピーク イングリッシュ
韓国語	한국어는 못해요	ハンゴゴヌン モッテヨ
中国語(簡体字)	我不会说汉语	ウオ ブー フィ シウオ ヒアン イウ
中国語(繁体字)	我不會講中國話	ウア ブー フィ ガン スオングォ ウエイ

※簡体字は主に中国本土で使用され、繁体字は主に香港、台湾、マカオなどで使用されています。

↓動画はこちらから エンジョイ!霧島 検索

問=企画政策課 ☎(64)0914

税証明書のコンビニ交付を開始

3月13日から、大手コンビニチェーン各店舗で、マイナンバーカードによる税証明書の交付サービスが始まります。利用するには、マイナンバーカードを取得し、利用者証明用電子証明書の4桁の暗証番号を登録する必要があります。

- 取得できる証明書=住民票、印鑑証明書、所得証明書、課税証明書、所得課税証明書、非課税証明書、戸籍謄抄本、戸籍附票
- ※印鑑証明書は、登録している人のみ。
- ※各種証明書は、現年度のみ。
- ※戸籍は、本籍地が霧島市にある人のみで、現在の戸籍のみ。
- 取扱時間=午前6時30分～午後11時(年末年始、メンテナンス時を除く)
- ※戸籍は、平日午前8時15分～午後5時まで
- 取扱店舗=セブンイレブン、ローソン、ファミリーマート
- 料金=住民票・印鑑証明書・戸籍附票・税証明書は1通200円、戸籍謄抄本は1通450円

問=市民課 ☎(64)0901

一度、見直しを行っています。4月1日からは新料金に変わりますので、施設ごとの新料金は、各施設に問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。

◎問II財政課☎(64)0917

市民と自衛隊のこい

市民と自衛隊員による寸劇や演奏、踊りなど盛りだくさんの楽しいイベントです。

◎問II総務課☎(64)0915

●公開リハーサル  
日時11月3月4日(土)午後2時30分～4時40分

●本番  
日時11月3月5日(日)1日の部 午後2時30分～4時40分、2夜の部 午後6時30分～8時40分

- 場所11霧島市民会館
- 入場料11無料
- ※今回から入場整理券は不要。

あなたの腎臓は健康ですか 3月10日は世界腎臓デー

■新たな国民病  
全国の慢性腎臓病の患者は約1330万人で、成人の約8人に1人が慢性腎臓病であると推計されています。

慢性腎臓病は、腎臓の働きが健康な人の60%未満に低下するが、たんぱく尿が出るという腎臓の異常が3か月以上続く状態です。悪化すると人工透析が必要となる場合があります。

早期発見が大事

慢性腎臓病は自覚症状がほとんどなく、末期まで自分で気付くことがありません。定期的に健康診断を受けて腎臓の状態を確認し、慢性腎臓病を予防しましょう。

慢性腎臓病の原因となる高血圧症や糖尿病がある人は、治療をしっかり行いましょう。血圧や血糖値を適性にコントロールすることが、慢性腎臓病の予防につながります。

◎問II健康増進課☎(64)0946

鹿児島マラソン2017 KAGOSHIMA MARATHON による交通規制に注意

「鹿児島マラソン2017」が3月5日(日)に開催されるため、始良市重富から鹿児島市内にかけて国道10号の一部が交通規制になります。

当日は鹿児島市や始良市などで交通渋滞が予想されます。始良市方面へ向かう人は車の利用を控え、電車などの公共交通機関をご利用ください。

■鹿児島マラソン2017による交通規制

規制区間(国道10号)	規制内容	規制時間
重富郵便局前～鳥越トンネル南側	車両通行止め	8:05～15:25
重富中学校前～重富郵便局前	車両通行止め	9:15～13:30

※規制時間、規制区間は変更されることがあります。

※公共交通機関のダイヤ変更や遅れなどが予想されます。  
※郵便物や宅配便などが遅れて届くことも予想されます。  
※詳細は大会ホームページをご覧ください。

鹿児島マラソン2017 検索

問=鹿児島マラソン実行委員会事務局(鹿児島市観光交流局スポーツ課内) ☎099(803)9622

65歳以上の方、体に障がいがある方、霧島市内宅配無料! サービス実施中

天下の名泉 関平鉱泉

関平鉱泉を宅配で安否確認サービス  
関平鉱泉水を宅配し、お住まいの方の声掛けや安否確認を行います。宅配サービスを受けることができる方

- 霧島市内にお住まいの、同居する全ての方が65歳以上の世帯、または、体に障がいがあるなどの理由で自身の関平鉱泉水の購入が困難な方(65歳未満の健康者が同居している場合は除く)で事前登録をしている方。
- 登録後は電話一本でお届けします。

商品名	金額
20ℓ箱	1,000円
10ℓ箱	600円
2ℓ(6本入)	1,380円
2ℓ(10本入)	2,300円
500ml(12本入)	1,320円
500ml(24本入)	2,640円

お問い合わせは ☎0120-235524 霧島市関平鉱泉販売所 ☎0995(78)2355 FAX0995(78)2036  
【営業時間】8:30～18:00(10月～3月は17:00まで)【休休日】第1・第3火曜日

併設8:エリシオン霧島通所介護事業所

住宅型有料老人ホーム フォートヒルズ霧島

月額利用料(税込) ※部屋代、光熱費、食事を含まず。

要介護1	89,492円	要介護4	55,040円
要介護2	78,692円	要介護5	53,960円
要介護3	64,652円		

●全室個室 ●車いす対応トイレ付 ●ナースコール ●エアコン ●床暖房 ●ペア(二重)ガラス ●照明器具 ●洗面台

入居一時金 0円 新提案

自由選択型 レクリエーション

介護相談随時受付中 ご自宅まで説明に伺います!

随時受付 体験入居・施設見学・資料請求 ☎0986-45-5111 事前にご連絡いただきましたら、送迎いたします。 都城市吉之元町5262番地25

## 引っ越しのトラブルに 遭わないために



3月から4月は引っ越しをする人が特に多い時期です。引っ越し業者も繁忙期に当たり、引っ越しに関するトラブルが全国的に増加する傾向にあります。引っ越し業者を利用するときは、トラブルを未然に防ぐために、次のことに気を付けましょう。

- ・数社から見積もりを取り、比較検討する。価格だけでなく、対応なども確認する。
- ・見積もりは詳細まで確認し、契約に含まれるもの、含まれないものを明確にしておく。
- ・契約書をよく読み、疑問点はすぐに問い合わせる。

困ったときは、まずご相談ください。  
問=消費者ホットライン ☎188  
市消費生活センター ☎(64)0964

## 女性の健康

### まずは検診から

3月1日から8日は女性の健康週間です。女性特有のがん、子宮がんや乳がんがあります。早期発見には、毎年がん検診を受けることが大切です。

霧島市の平成27年度の受診率は子宮がん検診20・2%、乳がん検診22・2%で、県内の自治体平均と比べて低い状況です。特に年代が若いほど受診率も低く、発症後の進行も早い傾向があります。大切な家族や自分の健康の

ためにも、がん検診を受診しましょう。  
◎問健康増進課☎(64)0905

## みやまコンシェル自主事業

### Trombone Family

4種類のトロンボーンと鍵盤楽器を楽しませんか。  
●日時 3月4日(土)午後3時~4時(開場 午後2時30分)  
●入場料 一般500円、高校生以下200円(3歳未満入場不可)  
◎問みやまコンシェル☎(78)

●対象 市内に在住または勤務している女性  
●受講料 1講座千円  
●託児 1日の部に限り、満2歳6か月から就学前までの子どもを預かります。事前に申し込みが必要です(人数制限あり)。

●申込方法 往復はがきに希望講座名、住所、氏名、年齢、職業、電話番号(託児を希望する人は、子どもの氏名、性別、生年月日)を記入の上、郵送  
●申込期限 3月25日(土)当日消印有効



フレッシュ体操を楽しむ参加者

※1人何講座でも申し込みできますが、講座ごとにはがきが必要です。  
※申し込み多数の場合は抽選、少数の場合は開講しないことがあります。  
※趣味、健康のための自主講

## 市有地を売却します

座もあります。詳細は問い合わせください。  
◎問 働く女性の家☎(46)4464、〒899-1433 2 国分中央三丁目43-10

●所在地/地目 溝辺町麓字木佐貫333番7/宅地  
●地積 385・92平方メートル  
●最低売却価格 328万3200円  
●申込方法 溝辺総合支所産業建設課にある申込書に必要事項を記入の上、提出  
●申込期限 3月10日(金)  
●入札期日 3月17日(金)  
※詳細は、問い合わせるか市ホームページをご覧ください。

## 霧島市新水道ビジョン(案)への意見

平成21年に策定した市の水道計画を見直すため、新水道ビジョン(案)に対する意見を募集します。意見は計画策定の参考にし、個別の回答は行いません。

## 募集

### 姉妹都市(岐阜県海津市)交流事業

薩摩義士の偉業史跡、木曾三川公園、世界遺産・五箇山合掌造り集落などの視察や治水神社春の大祭参列、交流会に参加しませんか。  
●期日 4月24日(月)~26日(水)泊3日  
●参加資格 市内に居住または勤務し、薩摩義士などに興味があり、霧島市薩摩義士顕彰会に3年間入会できる健康な人(年会費2千円)  
●負担金 4万円  
●定員 20人(申し込み多数の場合は、地域や過去参加の有無を考慮した上で抽選)  
●申込方法 はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入の上、郵送  
●申込期限 3月24日(金)  
◎問 総務課☎(64)0915

●期間 2月22日(水)~3月15日(水)必着  
●公開方法 市ホームページ、市役所国分庁舎情報公開室、水道部管理課、単人地域振興課、各総合支所地域振興課、コア・よか

●提出方法 閲覧場所にある提出用紙に記入の上、意見投書箱に提出。または郵送、ファクス、市ホームページから提出。  
◎問 水道部管理課☎(42)3500、FAX(43)2032

## 平成29年度市生活学校

食品ロス削減に向けて、食材を使いきる、食べ残さない知恵と工夫を凝らした調理実習をします。  
ほかに食の安全、福祉問題に関する学習や子育て支援ボランティアなどを行います。  
●日時 毎月第2月曜、午前9時~正午(5月~3月)  
●場所 国分公民館  
●定員 先着60人  
●年会費 1千円(別途、保険料500円が必要)  
●申込方法 はがきに住所、氏名、電話番号を記入の上、

## 平成29年度 働く女性の家 定期講座(前期)

	講座名	内容(8回コース)	日程	時間	実施月	定員
昼の部	ヨガ	心と体の健康法	毎週月曜	10:00~12:00	5~6	25人
	生花	生花の基本(小原流)	月2回月曜	13:30~15:30	5~8	15人
	フレッシュ体操	40歳からのストレッチとウォーキング	毎週火曜	13:00~15:30	5~6	25人
夜の部	フラワーアレンジメント	日常生活で手軽にできる花のアレンジ	月2回月曜	18:30~20:30	5~8	15人
	ジャズ体操	音楽に乗って楽しい体操	毎週火曜	18:30~20:30	5~6	25人
	気功太極拳	気功による健康法	毎週木曜	18:30~20:30	5~6	25人
	手作り雑貨	いろいろな小物作り	月2回金曜	18:30~20:30	5~8	15人

## 生活場面の 高次脳機能障害を考える

高齢者の危険運転や物忘れなど、年のせいだと思っていませんか。安心して暮らすためのヒントについて講演します。  
●日時 3月25日(土)午後2時~4時(開場 午後1時30分)  
●場所 始良公民館(始良市西餅田589)  
●講師 窪田正太さん(鹿児島大学医学部保健学科教授)  
●定員 先着300人  
●申込方法 氏名(フリガナ)、連絡先を記入の上、ファクスかメールで  
●申込期限 3月20日(月)

◎問 地域リハビリテーション広域支援センター ☎(62)0001、FAX(62)3778、メール kaon@gyokushoukai.com

霧島市民葬祭の窓口 家族「想い」の専門斎場 家族葬 自宅葬 寺院葬 遺品整理

たくさんのお客様から「ありがとう」のお声をいただいております。

霧島市民葬祭 家族想 おくりびと

事前相談無料 年中無休 24時間受付 随時斎場見学

葬儀一式 19万円より 生花祭壇(洋花にて) 電照写真(4切遺影写真込)

さらに 霊柩車無料 会葬礼状無料 斎場使用料無料

090-1194-5250 TEL0995-45-4445

FAX0995-45-4446 家族想 おくりびと 検索

霧島市国分新町1163-4(ワッキー国分北店(ダイソー)・重久セブンイレブン近く)

急な場面でも安心です 控室・シャワー完備 駐車場40台完備

契約内容確認相談会実施中! アフラックサービスショップ こくぶ中央店

3月末まで、ブラックスワン人形をプレゼント

「保険はいざというときに役に立たなければ用をなしません、契約内容を確認するお手伝いをさせていただきます。ライフスタイルに合った保障内容になっているか、この機会にぜひご相談ください。3月までに保険相談していただくと、ブラックスワン人形をプレゼント致します。

相談は予約不要、無料です。 電話代無料のフリーダイヤルへ 0120-055-331

営業時間 9時~18時(定休日/日曜日) 〒899-4332 霧島市国分中央3丁目9-20 国分パークプラザ1階(せりしま国分山形駅前) TEL 0995-48-6331 FAX 0995-47-4662

アフラック No.1

**県発注河川工事の掘削土砂の受入地**

河川掘削時に発生する建設発生土を有効活用するため、くぼ地の埋め立てや低地のかさ上げなどを目的とした建設発生土の受け入れ地を募集します。

**工事箇所**

- ①天降川左岸(国分野口)
  - ②手籠川右岸(国分新町)
  - ③郡田川右岸(国分新町)
  - ④霧島川(隼人町松永)
- 対象法人・個人を問いません。

- 搬入期間 4月～6月
- 受入条件

●運搬距離は当該工事箇所から①、②は14キロ以内、③19・5キロ以内、④22・5キロ以内

●大型ダンプトラック(10ト車)で土砂の搬入ができること。敷き均しは、受け入れ側で行うこと。

●法律、関係条例上、埋め立て(盛り土)などを行うことが可能な土地で、関係手続きが申し込み時に完了していること。

●原則、おおむね500立方

**河川公園(隼人町住吉)**

●参加資格 小学生以上で、鼓手1人、舵手1人、漕手8人に交代要員2人を含めた1チーム12人以内で、1人1チームのみ

※ポット、パドルは主催者が準備します。

- 定員 先着30チーム
  - 参加料 3千円
  - 申込方法 メール
  - 申込期限 3月24日(金)
- ◎問・申 天降川フェスティバル実行委員会(徳永 ☎90(2369)5937、メール tokunaga@po.mct.ne.jp)

**天降川地区共同利用施設自主講座**

**手作り味噌講座**

- 日時 3月27日(月)午後1時～3時、29日(水)午前10時～正午(全2回)
- 対象 成人男女
- 定員 先着18人
- 準備 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
- 受講料 1750円(材料費含む)
- 受付 2月27日(月)から

以上の土砂搬入が可能な土地。

●申込方法 申込窓口にある申込書に必要事項を記入の上、提出

●申込期限 5月12日(金)

◎問・申 県始良・伊佐地域振興局河川港湾課 ☎(63)8367

**横川運動公園情報**

**高齢者のための楽しいウオーキング教室**

- 日時 3月29日(水)午前11時～正午
- 対象 60歳以上
- 定員 先着10人(5人以上で開催)
- 受講料 無料
- 受付 2月22日(水)から

**ダブルステニス大会**

- 日時 3月26日(日)午前9時30分～午後4時※雨天中止
- 対象 中学生以上男女ペア(平成28年度県選手権・樋口杯ベスト8進出者を除く)
- 定員 12組(8組以上で開催)
- 参加料 2ペア3500円
- 申込期限 3月12日(日)

◎問・申 横川運動公園 ☎(72)0619

**サン・あもり**

**健康自主講座**

**たのしいテニス**

- テニス初心者や基本を見直したい人のためにラケットの握り方から丁寧に指導します。
- 日時 4月4日～5月23日(毎週火曜・全8回) 午前10時～正午
- 定員 先着20人
- 準備 ラケット、テニスシューズ、動きやすい服装、帽子、タオル、飲み物
- 受講料 4千円
- 講師 森園哲義さん、宮園久和さん(県テニス協会会員)

**太極拳**

- ゆったりと呼吸をし、体の芯から癒やされる優しい太極拳講座です。
- 日時 4月7日～6月23日(全て金曜・全10回) 午後2時～3時30分
- 定員 先着30人
- 準備 動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物

※1人当たり約5キロの味噌を持ち帰ることができます。

**みどりの教室・緑化相談**

●家庭果樹の剪定や病害虫対策、季節の花の寄せ植え作りを学び緑化相談にも応じます。

- 日時 4月8日(土)午前10時～正午
  - 場所 県民の森緑化センター(溝辺町有川丹生附地区)
  - 講師 木下政一さん(園芸研究家)
  - 定員 先着30人
  - 参加料 無料(教材購入者は1500円必要)
  - 申込期限 4月3日(月)
- ◎問・申 県民の森緑化センター ☎(59)2374

**相談**

**定例行政相談**

国の行政機関などに対する苦情、要望、相談などを聴き、その解決や実現を図ります。(相談無料)

●受講料 4500円

●講師 馬場照代さん(日本武術太極拳連盟A級指導員)

**共通事項**

- 対象 成人男女
  - 受付 2月27日(月)から
- ◎問・申 サン・あもり ☎(43)3373

**第10回テニス大会**

- 日時 3月26日(日)午前9時から(受付 午前8時から) ※雨天中止。
- 場所 溝辺上床運動公園テニスコート
- 種目 ダブルス戦【一般の部、シニアの部(60歳以上)】
- 定員 先着男女各12組
- 参加料 1組2000円
- 申込期間 3月7日(火)～14日(火)

**天降川でドラゴンボート**

- 桜咲く天降川の景観を楽しみながら、汗を流しませんか。
- 日時 4月2日(日)午前10時～午後4時30分
- 雨天中止。
- 場所 天降川ふるさとの川

相談所も開設しています。

**女性のための無料相談**

●女性の相談員が悩みや問題をあなたと共に考え、問題解決へ向かうお手伝いをします。

期日	3/11(土)	3/28(火)
時間	12:30～17:00	13:30～16:30
場所	市動く女性の家(国分中央三丁目43-10)	隼人庁舎(隼人町内山田一丁目11-11)
相談方法	<面接相談> 要予約 ☎099(254)2651 メンタルケア研究会・コラソン	<面接相談> <電話相談> 予約不要 電話相談の場合 ☎(45)5111
対象	市内在住または市内事業所へ勤務する女性	

◎問 企画政策課 ☎(64)0914

**年金相談**

●社会保険労務士が年金に関する相談に応じます。老齢年金などの請求手続きもできます。(相談無料)

●日時 3月17日(金)午前10時～午後3時

●必要なもの 身分証明書

**休日納税相談窓口**

●事情により市税などを納期内に納付することが難しく、平日に納税相談に来庁できない人のために、休日納税相談窓口を開設しています。

●市税などを納期限が過ぎても納付しなまま放置すると、法律に基づき財産調査、財産差し押さえを行うことがありますので、ぜひご利用ください。

●日時 毎月第2日曜、午前9時～正午

●場所 収納課(市役所国分庁舎1階9番窓口)

●国分庁舎の別館完成に伴い、5月から窓口が議会棟の1階へ移ります。

◎問 収納課 ☎(64)0892

**霧島霊園** 永代維持管理型霊園

**◆永代供養墓 18万円** (税別)

- あとの費用は一切不要です。○神徒の方も安心です。
- 後継者の有無、宗派を問わず生前にお求めいただけます。
- お盆、彼岸の年5回合同供養祭をいたします。

**お仏壇・結納品展示中** ※写真は合成です。

墓石・建築石材の設計・施工販売 墓石建立指定業者 / **ロックアート三典株式会社** ☎0120-66-5001 墓地経営/宗教法人正法寺/環第393号

全区画バリアフリー  
駐車場から墓前へ車イスでお参りできます  
鹿児島神宮  
鹿児島神宮西側となり  
内山田団地  
ファミリーマート

※このコーナーは、出生届・死亡届提出時に掲載依頼書を出された人のみ掲載しています。

山崎 煌士郎	徳持 凛	藤井 ましろ	加世田 紗希	田島 寿見	下川床 日加里	吉村 湊	森 千尋	今村 日依登	豊田 楓真	川口 翔夢	重永 柁	川 結朱羽	米澤 茉希	小吹 一三三	中島 すみれ	児玉 美織	松元 柁華	野間 愛莉	大山 咲和	末吉 柁彩	永谷 凛希	田畑 柁太	◎ <b>隼人地区</b>	八ヶ代 蓮美	狩集 莉望	増田 麦	◎ <b>霧島地区</b>	熊本 翠希	新原 すず
優	えりか	翔	希三佳	正啓	眞	成弥	克仁	隆利	孝幸	喬史	健太	喜久雄	栄見	裕一郎	賢一	洋之	祥太郎	康広	真司	真章	広明	大樹	大樹	栄二	翔	泰博	達雄	秀作	
沢馬場2	諏訪	雇用促進住宅	神宮台	川尻西	住吉7	湯田	新川6	新姫城団地	新川8	県営小田団地	東後	新川8	沢馬場1	東前	見次2	新七	橋之口	川尻西	住吉7	中央2	新川9	駅前4	駅前4	上春山	永池	市野々	牧園5区	高千穂6区	

池田 律子	溝口 イサ子	余慶 一男	溝口 一則	浅谷 勝義	川越 絹江	戸越 淑子	凶師 勳	東中園 虎雄	山口 照男	久松 啓伸	東 静男	東代宮 幸一	西中園 久	徳重 秀夫	福永 ヨシ子	川邊 ツギ	下原 忠	山田 克己	森尾 叶	堀ノ内 瑞稀	◎ <b>福山地区</b>	森尾 彩	下牧之原
82	83	87	69	77	67	79	83	90	90	74	96	57	60	94	90	83	87	81	忍	忍	下牧之原	下牧之原	
越倉	道場口	脇元	府中前西	止上	大野原団地1	片平	岩戸	東町	東下	羽坂	松木西	福島2	福島3	立川	奈敷2	西上	田辺	追田2	下牧之原	下牧之原	下牧之原	下牧之原	

山田 アイ子	南田 盛藏	松元 ユリ子	上新 ノブ	貴島 ミツエ	末永 シツ子	太崎 正吉	小里 貞利	◎ <b>霧島地区</b>	長命 秀雄	成政 孝	有枝 玲子	永江 アツエ	眞方 トミ子	山口 芳治	◎ <b>牧園地区</b>	金田 優	新川 トシ子	一元 フミ子	月野木 スミ子	内村 徳三	畝地 ノキ	◎ <b>横川地区</b>	萩迫 キミエ	中玉利 春夫	黒木 公博	壹岐 キミ	松葉瀬 勉	田村 征隆	島廻 留弘
87	88	93	93	75	88	92	86		89	86	87	71	80	86		84	80	96	87	77	87		88	54	85	93	81	78	81
永池	栢田	祓谷	田口	堀之内	田口	梅北	梅北		牧園10区	万膳3区	高千穂5区	持松4区	持松1区	牧園7区		下尾田	柿木	柿木	上植村	野坂	小原		上石原自治公	桑迫	久保園	栗下	萩迫	宮脇	立川

山形 福元	徳留 フチ子	小川内 輝雄	深迫 イク子	宮原 トミエ	國師 シツ子	久木田 ミチ子	久米村 チヨ子	◎ <b>福山地区</b>	梶原 勝義	平田 公江	吉松 カズ子	米丸 信子	廣元 ヤエ子	加治 義彬	盛田 満美	福留 昭	迫田 ヒデ	中村 トミ	富元 恵子	厚ヶ瀬 鹿男	假屋 良明	眞泉 勝太郎	山ノ口 強	川崎 暢洋	濱崎 ヨシエ	森 清彦	南郷 スミエ	南 トキ
85	68	99	83	68	91	83	92		74	81	67	92	87	72	75	77	89	94	70	79	81	94	70	51	84	87	85	95
西牧之原	下牧之原	東牧之原	西牧之原	砂走	西牧之原	比曾木野	上大廻		川原団地	川尻東	川尻北	餅田下	しゅじゅどん	湯之元2	中姫城東	住吉5	鳥越	松山4	木之房2	東後	朝日	本町1	新七	新川5	牟田	住吉4	下小鹿野	山下

大村 彩葉	堀ノ内 文暉	古川 結陽	◎ <b>国分地区</b>	◎ <b>隼人地区</b>	新原 すず
勇貴	絵里	八十年		秀作	
新町第7	福島4	名波ハイタウン		高千穂6区	

# うぶ声 誕生

田畑 凛乃	増田 美央莉	田中 星名	有水 美蘭	年神 凛杏菜	甲斐 なずな	土持 響生	中迫 愛莉	川口 叶太	高野 真白	宮内 きこ	大村 柚葉
真梨華	慶久	正人	賢人	裕樹	愛良	亮	芳孝	隆治	慎也	貴浩	勇貴
道場下	川跡西	福島4	玄亀庵	野口南	向花東	広瀬13	新町第1	新町第6	川跡西	旭通り	新町第7

山下 航生	原野 壮	櫻庭 まつり	深見 圭吾	高木 希愛	柴田 橙菜	古田 蒼	伊地知 亮太	高田 楓心	大浦 理	本車田 凌
智大	洋和	翼	友一	勇真	正生	章悟	卓也	恵悟	譲	峻
広瀬17	野口西第二	野口団地	福島4	豊北	野口西第一	広瀬24	三郷	東馬場	青葉ニュータウン	小畑

福島 龍一	◎ <b>横川地区</b>	◎ <b>溝辺地区</b>	◎ <b>隼人地区</b>	安田 花弥音	福井 美玲	上野 結人	福野 隼人
龍一	仁	弘幸	健太郎	寿志	文弥	隼人	文弥
上新ハイッ	上宮原	上石原	玉利自治公	福島4	広瀬10	松木西	福島4

## お知らせ

なつかしの映画を観る会

【3月の上映作品】

- 9日 市民ケーン (41年・119分) 当時としては、高度な撮影技術を駆使し、歴代映画の中で傑作とされてきたトーキー(映像に音声が付いた)映画。
- 16日 おしん総集編第3話 (11年・90分) 山形の寒村に生まれた「おしん」が明治から昭和の激動の時代を懸命に生きるドラマ。

- 23日 ジヤズシンガー (27年・88分) アメリカで驚異的な興行収入を記録した世界初のトーキー映画。
- 30日 フランケンシュタイン (31年・90分) フランケンシュタイン博士が、殺人者の脳を死体に移植し、誕生した怪物の話。
- 時間 毎週木曜、午後1時30分から (開場 午後1時)
- 場所 IIメディアセンター鑑賞室 (無料) 予約不要
- 定員 80人 (入場制限あり)
- ◎IIメディアセンター ☎(64)0919

## きりしまフォトコンテスト 入賞作品を展示します

霧島市の四季に富んだ自然風景、伝統行事や鹿児島空港の魅力などの写真を募集した「第13回きりしまフォトコンテスト」の入賞作品を展示します。

- 期間 3月1日(水)午後1時〜15日(水)正午
- 場所 II国分シビックセンター市民ギャラリー
- ※入賞者の紹介と巡回展示の日程は次号(3月7日発行)でお知らせします。
- ◎II文化振興課 ☎(42)1119

市長交際費(12・1月分) 市長の交際費をお知らせします。(単位:円)

日付	内容	金額
12月2日	故 木野田貞則氏(元霧島町長) 告別式時生花	10,800
12月14日	故 平山泰久氏(消防団員) 告別式時生花	10,800
12月14日	故 川平謙吾氏(学校医・検診医) 告別式時生花	10,800
12月17日	故 小里貞利氏(市名誉市民) 告別式時生花	10,800
12月17日	故 小里貞利氏(市名誉市民) 告別式時香典	10,000
1月3日	故 黒木公博氏(元溝辺町商工会長) 告別式時生花	10,800
1月17日	サンフレッチェ広島春季スポーツキャンプ歓迎セレモニー時花束	3,000
1月25日	藤枝MYFC春季スポーツキャンプ歓迎セレモニー時花束	3,000
1月29日	京都サンガF.C.春季スポーツキャンプ歓迎セレモニー時花束	3,000
12・1月分合計		73,000



## ◎日曜・祝日在宅医担当表 (3月)

始良地区医師会

日/曜日	診療科目	地区	病院名	電話
5日(日)	内科	隼人	日当山温泉クリニック	43-3111
	外科胃腸科	国分	国分なかむらクリニック	45-3333
	内消循環器科	始良市	よした内科クリニック	65-1333
	小児科	始良市	すこやかクリニック	62-0308
	耳鼻咽喉科	始良市	おおのクリニック	64-5533
	眼科	始良市	西眼科医院	62-2526
	内科小児科	湧水町	林内科医院	75-2047
12日(日)	内科	牧園	春田医院	76-0053
	内リ八神経内科	隼人	きりしま内科リハビリクリニック	64-2222
	胃腸肛門内科	隼人	原口外科	42-0155
	小児科	国分	いかりこどもクリニック	48-5858
	眼科	国分	高倉眼科	47-7300
	脳外科内科外科	始良市	青雲会病院	66-3080
19日(日)	皮膚形成外科	始良市	西クリニック	67-2412
	内科	国分	みはらクリニック	46-8202
	内科小児科	溝辺	佐藤医院	59-2607
	脳神経外科	隼人	隼人脳神経外科	73-5353
	内科外科	始良市	たけうちクリニック	64-5550
	小児科	始良市	こどもクリニック山崎	65-1350
	産婦人科	始良市	竹内レディースクリニック	65-2296
	眼科	始良市	青雲会病院眼科	66-3080
	内科循環器科	湧水町	田代医院	74-2075
	20日(月)	内科小児科	隼人	永山医院
内消呼吸器科		横川	伊東内科クリニック	72-9088
小児科		国分	こうの子どもクリニック	47-1211
整形外科		国分	はやと整形外科分院	73-5454
内科		始良市	加治木中央クリニック	63-8800
泌尿器科		始良市	ザ王病院	62-4611
眼科		始良市	たかひろ眼科	55-6000
26日(日)	内科	隼人	山下内科クリニック	43-0460
	内科小児科	牧園	大庭医院	76-1984
	脳神経外科	国分	井料クリニック	46-9300
	眼科	隼人	椎原眼科医院	43-1050
	内科胃腸小児科	始良市	川畑内科医院	63-1499
	内科	始良市	野元内科医院	65-2015
	小児科	始良市	帖佐こどもクリニック	66-1800
泌尿器皮膚科	始良市	おばた泌尿器・ひふ科	62-7100	

◎原則として往診はいたしません。  
 ◎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)  
 ◎都合により変更になる場合がありますので、ご連絡の上、受診してください。

## ◎日曜・祝日薬局日程表 (3月)

始良地区薬剤師会

日/曜日	地区	薬局名	電話
5日(日)	国分	なのはな薬局	45-3305
	隼人	ひめぎ薬局	64-2610
	隼人	とぞか薬局隼人店	64-2270
12日(日)	国分	ひまわり薬局	48-5520
	国分	きらら薬局	47-5656
19日(日)	隼人	けやき薬局	44-7001
	国分	健美堂薬局中央店	73-3882
20日(月)	溝辺	ケーアイ調剤薬局溝辺店	59-1555
	国分	カイト薬局	73-6376
	国分	みほし薬局	48-5840
26日(日)	横川	タイガー薬局	64-6700
	国分	ハッピー薬局国分広瀬店	46-9082
	隼人	ニック調剤薬局はやと店	73-4760
	牧園	寺脇薬局	76-2008

始良地区薬剤師会 ☎(43)3352

※薬局の開局時間:午前9時から午後5時まで。12(日)ひまわり薬局、26(日)ニック調剤薬局はやと店は、午前9時から午後1時までです。

### 小児科・内科 夜間救急診療

- 月～金曜日  
午後7時30分～10時30分
  - 土曜・日曜・祝日  
午後6時30分～9時30分
- ☎=霧島市立医師会医療センター ☎(42)1171

### 休日歯科救急診療

- 時間=午前9時～午後3時
- 場所=始良地区歯科医師会館  
口腔保健センター(空港近く)

☎=始良地区歯科医師会  
☎(58)4388

## ◀◀◀ 保健だより

Healthy Lecture

## 健康講座

### 体を動かして 健康寿命を延ばそう

**介**護を必要とせず、日常生活に支障がなく健康で過ごせる期間を健康寿命といいます。健康寿命を延ばすには、塩分や糖分を控えた食生活に努めるほか、禁煙や適度な運動を取り入れることが大切です。

厚生労働省によると、毎日、普段より10分多く体を動かすことで、糖尿病や心臓病、脳卒中、がんなどの生活習慣病が発症するリスクを下げることができます。体を動かすと脳が活性化して気分転換やストレス発散になり、うつ病や認知症の予防にもつながります。

日常生活には、体を動かす場所や時間がたくさんあります。それが「いつ」「どこ」で確保できるのかを考え、自分の生活で少しずつ増やしてみませんか。少しでも長く体を動かすことが健康への第一歩です。

### 【日常生活でできる運動】

- 車の使用を控え、徒歩、自転車などで外出する。
- エレベーターを使わず、階段を利用する。
- ウォーキングやジョギングをする。
- 歩幅を少し広げ、速く歩く。
- テレビを見ながらストレッチをする。
- 風呂掃除をしたり、掃除機をかけたたりする。
- いすに座って足を上げたり、広げたりする。
- 庭の手入れをしたり、子どもと遊んだりする。

☎=健康増進課 ☎(64)0905