

Kirishima City Public Relations, Japan

2

February, 2021
VOL.335

霧島

広報きりしま



特集 Special Feature

薬を知って、薬を食べる

薬を知って、薬を食べる

We know the medicine and eat medicine

病気や体の異常に対処するために必要な薬。
その種類が増えると副作用が出る危険性が増加します。
今回は身近な薬のことについて考えます。

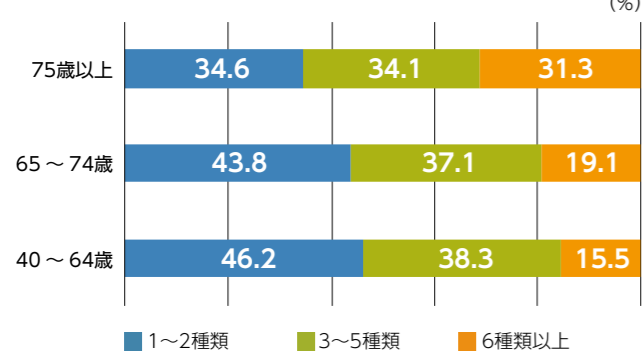
医学の発展とともに私たちの暮らしに欠かせなくなった薬ですが、どんな薬にも必ず副作用があります。症状の改善が期待できる主作用に対して、求める以外の好ましくない効果が副作用です。服用する薬の種類が多くなると副作用が出やすくなり、その状態を「多剤併用（ポリファーマシー）」といいます。高齢になるほど日常的に複数の薬を服用する人が多く、より一層適切な管理が必要です。

薬のリスクを考える

「何種類以上から多剤併用という定義はありませんが、6種類以上を服用している人は、副作用などによる意図しない健康への悪影響が出やすくなります。薬の成分は体内にないもので、良くも悪くも体にとって異物なのです」と話すのは、始良地区薬剤師会会長の山崎貴さん(59)です。

「多剤併用が必ずしも悪いことではありません。多くの種類の薬を飲んでいても、補い合うものなど、それぞれ役割が違うからです。しかし、薬の飲み合わせによっては効果を下げたり、効き過ぎてしまったりすることがあります。飲み方や用法・用量を守らないと、治りが遅くなることや期待していた効果が得られなくなることも。症状が治まったとしても、処方の際に指導

年齢別院外処方(薬局調剤)の薬の種類 (%)



※令和元年「社会医療診療行為別統計の概況」(令和元年6月審査分)を基に作成。

何冊も持っている人は、薬剤師に相談してください。健康面に不安のある人は、かかりつけ薬剤師制度を活用しましょう。
お薬手帳はスマートフォンでも管理できます。

電子版のお薬手帳はこちらから

お薬手帳を活用しましょう

表紙

「大切な情報」欄
副作用やアレルギー歴以外にも、持病などがあれば記入しておきましょう。医師や薬剤師に知ってほしいことはこのページに。

された通りに服用し、薬の管理を徹底することが大切です」と呼び掛けます。
薬の管理は専門家に

薬の管理に役立つのが、調剤薬局に行けば無料でもらえるお薬手帳。副作用やアレルギーの有無などを記入することで、薬剤師が薬の飲み合わせや相互作用を考慮する際に、なくてはならない情報を確認できます。

「複数の病院に通っている人に多いのが重複処方。手帳を活用すれば無駄な薬を処方されることがなくなり、何より同じ質問に何度も回答する手間がなくなります。手帳は病院ごとで分け

ずに、1冊にまとめてください」と山崎さんは話します。

薬はいわばオーダーメイド

処方された薬は一人一人の体質や体格、受診時の症状に合わせて組み合わせた、あなた専用の薬です。「飲み残しがあるから」「似たような症状だから」といった理由で使い回したり、人にあげたりするのは、とても危険な行為。時にはアレルギー症状が起きて命に関わることもあります。

「サプリメントや市販薬が飲み合わせに影響する場合もあるので、気にすることは何でも医師や薬剤師に相談してください。細かな相談は受け身ではない、治療への参加です。お互いに納得して治療する、安心して薬を飲むための一歩につながります」と山崎さんは病院や薬局で自身の情報を伝える必要性を訴えます。



始良地区薬剤師会会長
山崎 貴さん(59)
霧島町出身。福岡大学薬学部薬学科卒業。県内の病院や調剤薬局勤務を経て、現在は霧島記念病院で勤務。国分在住。



福山町在住
狩集 一男さん(78)

妻が長い間体の不調を抱えていました。副作用なのか病状なのか一向に良くなりず、毎日こんなにたくさんの薬を飲んで良いものか、疑問と不安を抱くようになりまし。病院を変えてからは薬の量が減り、その後少しずつ体調も良くなってきました。食事や運動習慣なども見直し、今は妻と2人で元気にパークゴルフを楽しんでいます。

INTERVIEW



国分在住
岩下 夕紀子さん(46)
陽香さん(12)

娘は皮膚が弱く、ステロイドの塗り薬を変えるため体質から改善できればと漢方専門の病院を受診。その時々症状に合わせて漢方を処方してもらい改善しています。私も鼻炎やぜんそくに長年悩んでいましたが、状態に合わせて薬のおかげで年々良くなってきました。今では家族全員、漢方を頼りにしています。

受け身でない治療が改善に

体調に合わせた薬で体質改善

鹿児島の郷土料理

茶節 ちゃぶし

鹿児島には古くから親しまれている郷土料理「茶節」があります。

これは、かつお節と麦みそに、緑茶を注いだ汁物です。鹿児島県では、元気が出る飲み物、お酒を飲み過ぎた翌日の疲労回復に効果があるものとして重宝されてきました。



- 【材料】※おわん1杯分
- ・みそ(麦みそにすると九州風):10g
 - ・緑茶:100~150ml
 - ・かつお節:削ったもの1つかみか、市販の削り節パック1袋

【作り方】

- ①おわんにみそとかつお節を入れ、熱い緑茶を注ぎよく混ぜ、冷めないようにふたをして少し置く。
- ②お好みでショウガのすりおろしや刻みネギを加えて出来上がり。かつお節のおいしいだしが出て、うま味が出ます。

手軽に作れるので、みそ汁の代わりにもいいですよ。



暮らしに根付く東洋医学について、西洋医学と東洋医学の両方を学んだ医師・立蔵順子さんに聞きました。

東洋医学では、なんとなく体の調子が悪いなど、病気とはいえないけれども体調不良がある状態を「未病」といいます。具体的な病気になる前から治療の対象と考える、予防医学の側面を持っています。健康で長生きするためには養生する。飲食の節度を守ること、生活を規則正しくすることを重視します。

病気の状態から少しでも健康な状態に近づけ、薬がいらぬ状態にすることが、本当の意味での治療です。薬を飲むことだけが治療ではありません。自分の体質を知り生活習慣を見直すことで、自然治癒力を引き出すのも東洋医学の治療の一つです。

薬膳という言葉が広まったのは最近ですが、その考え方は昔ながらの食事にも通じるものがあります。みそやかつお節などの発酵食品は免疫力を高めるなど、体に良いことが知られています。

鹿児島の郷土料理にも、ニッケイの葉を使ったかかん団子や山芋を使ったかかんなど、生薬として使われている素材を使用した料理が多くあります。私たちの暮らしに受け継がれてきた食事にも、実は薬膳といえるものがあふれています。

まずは食材に含まれる成分や性質を知り、健康に生かすことから始めてみてはいかがでしょうか。



あんず東洋医学クリニック院長
立蔵 順子さん

国分出身。鹿児島大学大学院卒業、医学博士。病院勤務を経て、たちくろ小児科を開院、10年前に引退。専門外だった東洋医学を勉強するうち、医師に戻ることを決意。4年前にあんず東洋医学クリニックを開院。国分在住。

暮らしの中にある薬

薬



薬は適切に服用・管理するだけでなく、免疫力を高めることで薬に頼らずに済むよう日頃の生活を見直すことも大切です。

薬は大きく分けて欧米で発達した西洋薬と、日本や中国で発達した東洋薬に分けられます。患部に視点を置き、手術したり、臓器に直接働きかけたりして治療を図る西洋医学に対し、東洋医学では全身に視点を置き、免疫機能を高めることで治療を目指します。どちらが良いということはなく、慢性的なものかなど、症状や体質に応じて使い分けるのが理想とされます。

漢方という薬

東洋医学の中でも広く知られる漢方薬。主に複数の生薬を配合したものを一つの漢方薬として使用します。生薬は自然にある植物や動物などさまざまなものから作られ、中には西洋薬としてその成分が使用されるものも。近年では、がん治療の中でも免疫治療として漢方薬を用いることがあるなど、漢方の力が注目されています。

薬膳は食を用いた健康法

漢方などに代表される東洋医学には「薬食同源」という考え方があります。食べ物も薬も、元は同じものという意味です。健康な体をつくり、免疫力や自然治癒力を高めるためには食事が欠かせません。毎日の食事で健康を管理することは、はるか昔から伝わる健康法なのです。

薬膳と聞くと「難しそう」「本当に効果があるのか」と思う人がいるかもしれませんが、食事療法を兼ね備えた料理のことを指します。どんな料理にも応用できる考え方で、食材が持つ作用を上手に活用しようとするものが薬膳です。

食べ物の性質や効果を知り、自分の体質や体調に合った食材を選ぶようになるのも、健康への近道です。

身近な薬について考えた今回の特集。私たちの命を救う薬ですが、その反面副作用も。医師や薬剤師などの指示に従い、お薬手帳を活用するなど薬と上手に付き合いましょ。

薬に頼らずとも、食事一つで体質改善につなげられることもあります。食事や運動習慣を見直し、日頃から病気になるや感染症への抵抗力・免疫力を養うことを意識してみませんか。

日常に霧島茶を



霧島市の地域ブランド「ゲンセン霧島」に認定されている七つのお茶商品。お茶の魅力を広めるため、パッケージなどを統一した新商品「ゲンセン霧島茶」を開発しました。

じっくりとお茶を入れ、ゆっくりと過ごす時間は、急激に変化し続ける現代において、心身のバランスを保つために重要なことです。お茶は霧島市の主要な特産品の一つ。全国茶品評会でも毎年上位の成績を収めるなど高い評価を受けています。鹿児島という温暖な地域でありながら、茶畑が広がる山麓は昼夜の寒暖差が大きく、朝霧の立つ特徴的な気候風土です。この環境が霧島茶のすがすがしい香りやまろやかなうま味を引き出します。ひとくくりに霧島茶といっても、茶畑が違えば味わいが







異なります。市内にはそれぞれこだわりの持つ生産者がいます。コーヒーの豆や入れ方にこだわる人が多いように、お茶もこだわって違いを楽しんでもらいたい。そのきっかけになればと考えたのが、同じパッケージ・量・価格の「ゲンセン霧島茶」です。紹介している味の特徴を参考に、好みの霧島茶を見つけてください。飲んで楽しむだけでなく、贈り物としてもゲンセン霧島茶はいかがでしょう。

◎ 霧島ガストロノミー推進協議会 観光PR課 ☎(64) 0705

ゲンセン霧島茶はここで買えます
日当山無垢食堂
特産品販売所

- 場所=日当山西郷どん村(隼人町内1487-1)
- 営業時間=午前8時30分~午後6時
- 店休日=12月31日~1月2日
- ☎=日当山無垢食堂 ☎(56)8615

「ゲンセン霧島茶」各商品の紹介
①色 ②味・香り

<p>空港製茶/煎茶 ①澄んだ黄金色 ②パンチの効いた香ばしい焙煎香で思わず飲みたくなる。すっきりとしたうま味で喉ごしが良い</p>	
<p>末重製茶/煎茶 ①淡い黄緑色 ②若芽のすがすがしい香り、飲み口はやわらかくクリーミー。後半は強い甘味の余韻が残る</p>	
<p>有村製茶/煎茶 ①緑みの明るい黄緑色 ②芳醇な香りと優しい口当たり。透き通るような喉ごしと白ワインを思わせる甘み</p>	
<p>西芳香園製茶/煎茶 ①緑みの黄金色 ②焙煎香を利かせた香ばしい香り。香り・うま味・渋味が三位一体となったおいしさ</p>	
<p>今吉製茶/煎茶 ①深みのある黄緑色 ②海苔を連想させるような覆い香で上品な香り立ち。爽やかな新鮮味がある味</p>	
<p>ヘンタ製茶/有機抹茶 ①深みのある濃緑色 ②うま味、渋味のバランスが良く、合わせて食べる甘味菓子を想像する楽しみがある</p>	
<p>松山産業/有機紅茶 ①深い朱色 ②上品なリンゴのような香り。甘みとフルーティさ、後味には適度なバランスの渋味もある</p>	

1727人の新成人が希望を胸に新たな門出



市内7地区で成人式が開催され、大人の仲間入りを果たしました。



新 成人の門出を祝う成人式が1月3日と5日、市内の7会場で開催されました。成人を迎えたのは、平成12年4月2日から平成13年4月1日に生まれた人です。

コロナ禍の中、開催された今年の成人式。検温や分散開催など感染症対策に努め、実行委員会を中心に各地区で工夫を凝らした式典が行われました。溝辺地区は恩師と思い出を語り合い、横川地区は大隅横川駅で記念撮影後に夢を書いた風船を飛ばし、牧園地区は一人一人が近況報告をし、霧島地区はろうそくに火をともし大人の誓いをする「ともしびのつどい」を行い、福山地区は特産品の黒酢を新成人に贈呈しました。

新成人たちは旧友との思い出話に花を咲かせ、晴れやかな表情を浮かべました。

各会場の対象者(出席者)は、国分906人(484人)、溝辺108人(64人)、横川47人(25人)、牧園48人(29人)、霧島43人(25人)、隼人527人(304人)、福山48人(37人)でした。

<p>国分地区 鶴丸珠李さん</p>  <p>県内の短大で英語を勉強しています。霧島が大好きで、休日に市内を巡るのが楽しみ。温かい家庭を築くのが夢なので、まずは仕事を一生懸命頑張って、自立した女性になることが目標です。</p>	<p>溝辺地区 小川ゆめさん</p>  <p>看護師を目指して鹿児島市の専門学校に通っています。高校生の時に、手術で不安な私を励ましてくれた看護師さんや今まで温かく見守ってくれた両親のように、優しい人になりたいです。</p>	<p>横川地区 長丸優輝さん</p>  <p>壁にぶつかった時に支えてくれた家族と、数えきれないほどの思い出を恵み人生を豊かにしてくれた友人に感謝。県外に就職しますが、人情味あふれる地元に戻ってきたいと思っています。</p>	<p>福山地区 有村貴行さん</p>  <p>体を鍛えることに興味があり、栄養士になりたいと思っています。自分のしたいことに挑戦させてくれる両親に感謝。芯がしっかりしていて、人から好かれる父が憧れの存在で、目標です。</p>
<p>牧園地区 小島菜々子さん</p>  <p>鹿児島市のリハビリテーション病院で働いています。自分のことは二の次で育ててくれた親には感謝と尊敬ばかり。母のように強く優しい大人になれるよう、心の余裕を持ちたいと思います。</p>	<p>隼人地区 胡摩達結さん</p>  <p>県内の短大で資格取得の勉強に励んでいます。自ら考え行動する大人になりたいです。就職したら、これまで女手一つで私を育て、いつも味方でいてくれる母を旅行に連れて行きたいです。</p>	<p>霧島地区 田中海聖さん</p>  <p>鹿児島市で建築関係の仕事をしています。チャレンジ精神を大切に、経験したことを確実に自分のものにして、成長できればと思っています。みんなに愛され、頼られる人になりたいです。</p>	<p>松山産業 有機紅茶</p> 



地球に ecoとを vol.2

地球温暖化や森林破壊、海洋汚染、食糧問題、エネルギー問題などさまざまな地球規模の環境問題が私たちの生活をおびやかしています。環境問題を解決し、良好な環境を将来の世代に引き継いでいくため、市では「環境基本計画」を策定しています。計画に掲げる施策のうち、ごみの減量化・資源化などについて、現状や一人一人ができる取り組みなどを紹介します。

ごみ収集の現場から

～一人一人の心掛けで住みよいまちに～

生活する上で必ず発生するごみは、各家庭で分別し収集日の午前8時までに指定のごみ置き場に出すようになっています。そのごみを収集するのは、市が地区ごとに委託した収集業者です。多い地区では収集車1台で1日約100カ所を回りますが、分別が守られていなかったり、ごみ置き場の外にごみ袋が置かれたりして、中には回収できないものも。昨年度、回収できなかったごみは15,500件以上にもなります。きれいなまちを保つには、一人一人の心掛けが大切です。今回は国分地区の収集業者・国分市清掃社の一日に密着し、ごみ収集の現場を紹介します。

ごみ収集業者の一日



7:40 朝礼、車両点検



8:00 ごみ収集/目視や感触、重さで回収できるかを確認。回収できないものにはシールを貼る 収集車がいっぱいになると、処理施設に搬入する

16:30 収集終了、車両の清掃・点検



17:15 業務終了

INTERVIEW ごみ収集を通してコミュニケーション



国分市清掃社 久木元 智典さん(46)

処理施設に運ばれたごみは、焼却・再利用されるので、私たちごみ収集業者がまず処理できるものを正しく判断する必要があります。誤ったごみの出し方をしている人の中には、分別方法を勘違いしている人も多いと思います。例えば、発泡スチロール。プラと書かれていても霧島市では燃えるごみとして処理するため、資源物としては回収できません。

分別などを誤ったごみが混ざっているときは該当箇所を丸で囲み、赤いシールに「燃えるごみです」などコメントを記入。収集を通して市民の方々のコミュニケーションを心掛けているので、次の収集日にきれいに分別されていた時はうれしいです。捨て方に迷ったときは、ごみ出しカレンダーや市ホームページ、ごみ分別アプリで確認し、正しい分別に協力をお願いします。

ごみ袋を出すときのお願い

- 指定のごみ袋で指定のごみ置き場の中に出す
- ごみ袋の口は十字に縛る
- 収集日の午前8時までに出す。間に合わない場合は持ち帰り、次の収集日に出すか直接処理施設に持ち込む
- ペットボトルやプラスチック容器包装類は中まできれいに洗う。油など汚れが取れない場合は燃えるごみに
- 生ごみは水分を切る
- 鋭利なものを入れる場合は新聞紙などで包む



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。



新町線・山崎線の開通祝う 渋滞緩和に期待

県が整備していた奈良田団地前交差点からJR日豊本線をまたぎ、県道60号までの延長500mの新町線と、市が整備していた山崎線の国分中央高校前交差点から新町線への接続区間157mの開通が12月21日に行われ、関係者や地域住民ら約70人が参加しました。平成25年に事業着手し、新町線は総事業費約45億円、山崎線は約9億円をかけて完成しました。開通によって、歩行者の安全確保や向花五差路付近の渋滞緩和、鹿児島空港へのアクセス向上が期待されます。

京セラ株式会社と立地協定



市は12月18日、市役所で塩田県知事立ち会いの下、京セラ株式会社と新研究棟建設の立地協定を締結。建築面積は5,989.98㎡、1月に着工し令和4年9月操業、約35人の新規雇用を予定しています。

城山公園に新オブジェ完成



城山公園に新たな名所を作ろうと、市シルバー人材センターが展望広場に「時空ブランコ」と隼人工業高校美術部員がデザインした案内看板を設置。12月10日に完成記念式典があり、披露されました。

中福良校区をもっと元気に



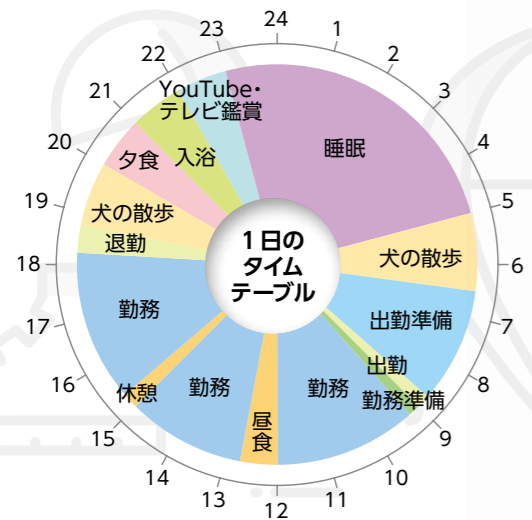
中福良小の5・6年生14人が、嘉例川駅のモザイクアートと6月に亡くなった嘉例川観光大使「にゃん太郎」のストラップを制作。12月23日、地区活性化推進委員会に贈呈し、駅舎内に飾られています。

自らの可能性や将来を考える



市主催の「立志塾」が12月19日、国分公民館などであり、市内の小学5・6年生20人が参加。パイロットから移動販売業へ転身した人や気象予報士の話を聞いた後、みかん農家の仕事を体験しました。

お客様の幸せが、自分自身の幸せに。



ON

努力した分だけ
評価してくれる
会社です。



OFF

旅 行が趣味で、会社の5連休制度を使って香港など海外に行くことも。コロナ禍の今は、市内のさまざまな温泉を巡ってプチ旅行気分を味わっています。

中でもお気に入り、隼人町日当山にある家族湯「日本湯小屋物語」。頑張った時に自分へのごほうびとして、家族や友人と利用しています。温泉に漬かると気分がリフレッシュし、お肌もすべすべに。話が弾み、つつい長風呂した後は、部屋にある休憩スペースでゆっくり過ごすこともできるのが良いですね。

おとぎ話や枕草子をテーマにした家族湯が全11部屋、料金は1,700円から(平日80分、土日・祝日・繁忙期60分)。すべり台で遊べる部屋もありますが、私はぶんぶく茶釜の湯が好きです。人気の温泉にぜひ行ってみてください。

お薦め



日本湯小屋物語

- 場所 = 隼人町姫城2486 ● 駐車場 = 20台
- 営業時間 = 午前10時～午前0時(受付:午後11時まで)
- ※ 予約は当日のみ、午前9時50分から。
- 店休日 = 第4月曜
- ☎ = 日本湯小屋物語 ☎(42)3406

株式会社ハンズマン 国分店
戸高綾乃さん(23)
隼人町出身。国分高校、県立短期大学生活科学科卒業。
平成30年に入社。特技はテニスで、犬の散歩が日課。
両親・姉と4人暮らし。隼人町在住。

日 曜大工・園芸・家庭用品を中心に、住まいと暮らしを豊かにするための商品を販売するホームセンター・株ハンズマン。九州内に11店舗を構えます。

1店舗当たりの商品数が23万点に上る同社の経営理念は「お客様第一主義に徹する」。住まいと暮らしに関する商品はお客様のニーズがある限り取り寄せ、たとえ100本入りのストローでもお客様の要望があれば袋を開けて1本でも販売します。在庫管理は、あえて自動発注にせず、お客と商品に毎日接する従業員が売れ行きなどを見て発注し、消費者動向の把握につなげています。



社員教育にも力を入れている同社では、商品の使い方などを学ぶ勉強会を実施。お客様の要望に応じて商品を入荷するなど、改善意識の高い社員を評価して、給与に反映させる制度を設けているほか、年1回の5連休取得制度や資格手当もあり、福利厚生も充実しています。

国分店で日用品・家庭用品を担当するのは、入社3年目の戸高綾乃さん(23)。地元で人と接する仕事がしたいと思い就職活動をしていた時に、会社説明会で聞いた「できません、ありませんと言わない接客」に共感し、入社を決意しました。

「商品の場所を聞かれたときには、口で伝えるのではなく、自分の足で案内する丁寧な接客がハンズマンの強み。『ここで全てそろった、ありがとうございます』と言われた時に、やりがいを感じます」と話します。

商品を目立たせるポップ作りや、展示レイアウトも従業員が自ら考える同社。「展示のこつは先輩が分かりやすく教えてくれるので経験がない人も安心。自分が使ってみて良いと感じた商品をお客様に使ってもらいたいのので、レイアウトにこだわった商品が売れた時は、喜びもひとしお。お客様からお薦めの商品を教えてもらうこともあり、日々勉強です」と笑顔が輝きます。

ミライ、ワク・ワーク vol.41

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41回は株式会社ハンズマンの戸高綾乃さん(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。

取材協力企業

株式会社ハンズマン 国分店

国分府中町32-23 ☎0995(48)8788

<https://www.handsman.co.jp>

代表者:大園 誠司
資本金:10億5,750万円

創業:昭和39年12月
売上高:311億円(令和2年6月期)

従業員数(男/女):81人(30人/51人)
平均年齢:48.6歳
有給休暇の平均取得日数:11.1日/年
月平均残業時間:12時間
育休取得者数(男/女):3人(0人/3人)

初任給:162,800～183,500円
採用実績(新卒/それ以外):2人(1人/1人、令和元年度)
勤務時間:午前6時45分～午後10時15分のうち7時間55分/シフト制(年間休日104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ください。



3本の柱で子育てをサポート
キッズパークきりしま
 国分中央3-9-20 2F ☎(48)6886

【子育て一時預かり】開所時間：午前10時～午後9時 対象：1歳～小学3年生(登録料1,000円、1人1時間250円)
 【子育て支援センター】開所時間：午前10時～正午、午後1時～5時(無料) 対象：小学校入学前までの親子

スタッフから一言／「子育て一時預かり」では、家庭のような温かさで保育士がお子さんをお預かりします。「子育て支援センター」では、親子体操と子育てサロンを月1回ずつ開催。「ファミリーサポート・センター」では子どもの送迎などの子育て支援を行っています。



子育て一時預かりでは複数の保育士が対応

キッズパークきりしまのホームページはこちら



親子で遊べるふれあい広場



月に2回の親子イベントは大人気

vol.11

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。子どもと一緒に出席したい場所や育児に役立つ情報などを紹介します。

自分の時間をつくらってリフレッシュ



久保望さん(33) 国分在住
 和慶ちゃん(2)

5年ほど前、長男が1歳の時からキッズパークの「子育て一時預かり」を利用して。きっかけは、資格取得の学校に通うためでした。今では、美容室や病院など用事があるときに利用し、自分の時間をつくるようにしています。

1時間から預けることができ、とても助かっています。幼稚園に入るまでは同年代の子どもと遊ぶ機会が少ないですが、キッズパークでの触れ合いを通していろいろな経験ができます。保育士さんたちも皆さん親切

で、息子もここが大好きです。同じ施設内にある「ふれあい広場」は、雨の日でも親子で遊ぶことができお勤めですよ。「子育て支援センター」であるイベントも今度、親子で参加してみたいと思います。

SMILE KIDS 3歳までの子どもを紹介します。2月生まれのみ、ハッピーバースデー

いわしたれお 岩下 怜央ちゃん 1歳

国分

ねえねと仲良しな 怜央くん❤️ 元気にすくすく育ってね

保護者：弥寿子さん

たさきるな 田崎 琉菜ちゃん 1歳

国分

いつも幸せをありがとう❤️ 沢山食べて大きくなってね!

保護者：渚さん

よしまつれい や 吉松 令弥ちゃん 1歳

国分

いっぱい食べて、寝てのびのびと自分らしくね★

保護者：大貴さん

よしむらまな 吉村 菜菜ちゃん 3歳

国分

わが家のアイドル! ねえね、にいにたくさん遊ぼう★

保護者：初美さん

投稿募集中!

3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。

●対象=2018～2020年の3月生まれの子ども(住民票が霧島市)
 ●期限=2月22日(月)
 ☎=秘書広報課 ☎(64)0955

←応募フォームはこちら

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。

防災ラボ vol.8

親子でサバイバル③ 毛布と棒で簡易担架

近年、日本ではこれまで経験をしたことがないような災害が頻発しています。国は、避難情報がより直感的に伝わるよう避難勧告などの指針を出しています。行政が発令する災害情報を有効に活用し、早め早めの避難行動をとるようにしましょう。



自衛隊員から説明を聞く



大人が乗っても大丈夫

木場さん親子 (国分在住)



持ち上げる時はゆっくりと



毛布と突っ張り棒で担架作り



着ている衣服を使った担架作り

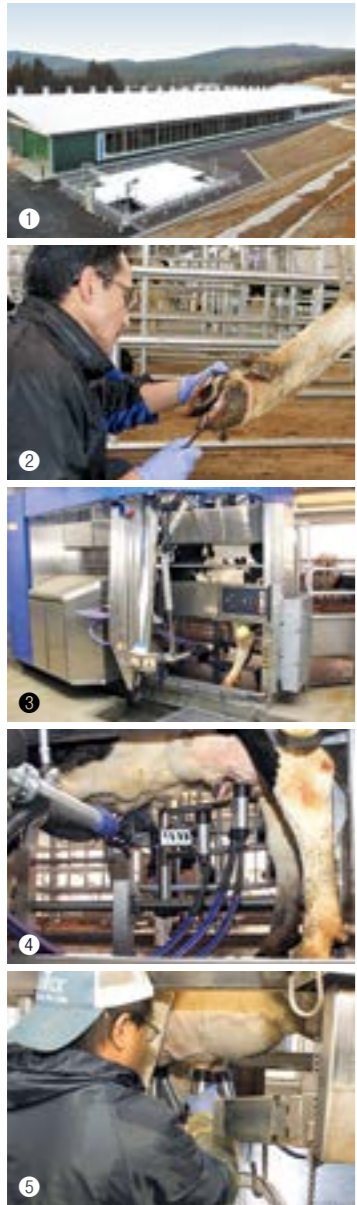
緊急時には安全な場所に移動することが重要。けが人や病人がいた場合、抱え上げることもできますが、担架があれば傷病者の負担も少なく安全に運ぶことができます。ただ、緊急時に担架があるとは限りません。そのようなとき、簡単に担架を作る方法を紹介しましょう。

準備するのは、毛布やシーツなど大きめの布(衣服も可)と耐久性のある物干しざおや突っ張り棒などの長い棒です。まず毛布を横長になるよう広げ、左から3分の1のところを棒を置いて毛布の左側を折り返します。折り返した辺の端に十分な余裕を取り、その上に棒をもう1本置いて、右側を折り返します。最後に、右側から折り返した毛布を左の棒にかけて、折り返せば完成です。

毛布の代わりに衣服を利用して作ることもできます。上着のボタンやファスナーを外さず、袖を棒に通せば完成です。担架を持ち上げる時はゆっくり同時に立ち上がり、持ち上げる時の掛け声も重要です。

参加した木場さん親子は「家にある洋服や突っ張り棒を使って、簡単にできた」と驚いていました。

講師を務めた国分駐屯地の山口三等陸曹は「人を運ぶので、丈夫な布と棒を使ってほしい。重さが分散されるので、大人を搬送する際も楽ですよ」と話しました。



①1月に完成した新しい牛舎 ②軽いけがの処置は自分たちで行う ③④新牛舎に導入した搾乳ロボット。全自動で人手は掛からない ⑤既存設備での搾乳の様子。手作業で吸入器を取り付ける

うし 丑年に新しい酪農に挑戦



池田 雄太さん(57)
牧園町出身。趣味は山登りとスキー。走ることも好きで60歳までにフルマラソンに挑戦するのが目標。一番の理解者であり、とても感謝している妻と2人暮らし。国分在住。

牧 園町万膳の標高900mに広がる農事組合法人霧島第一牧場。設立者の一人である父親の跡を継ぎ、現在牧場長を務めるのが池田雄太さん(57)です。北海道の大学を卒業し、全国酪農協同組合連合会に就職。牛乳工場で品質管理に従事しました。「漠然と北海道に行きたいという気持ちがあったので、酪農を学ぶと言って大学に行かせてもらいました」と本音を漏らします。

池田さんが30歳の時に父親から「人手が足りないから帰ってきてほしい」と連絡があり、会社を辞めて帰郷。「搾乳、哺乳、餌の調整、ほ場の管理などやらなければならなかったと思う一方、早く牧場の一員になりたいとがむしゃらに働きました」。


まず担当したのが子牛を育てる哺育。4年目からは経理業務に携わり、牧場全体の経営にも徐々に関わっていきます。平成21年に牧場長に就任するも、平成23年には消化障害などが起きる病気である第四胃変位や産後の起立不能などで搾乳量が減り経営危機に陥ります。何か対策をしなければと考えた池田さんは、工場での経験を生かし感覚で行っていた作業を徹底的に見直します。牧草など粗飼料の品質向上と飼料の配合調整、繁殖改善、定期的な蹄蹄の四つの項目で課題解決に取り組み、牛の状態が改善。9千キが平均といわれる1頭当たりの年間搾乳量は1万2500キに向上しました。

「初めのうちは取り組みに半信半疑だった従業員も、改善結果が数値に表れたことでより協力的に。ここまでの成果はそのおかげ」と感謝します。その取り組みがうれしい出来事につながります。全国の酪農家が集まり経営の成果発表や意見交換を行う、全国酪農青年女性酪農発表大会。昨年度の同大会で、自身の取り組みを発表した池田さんは、県勢として初めて最優秀賞を受賞しました。


その結果に満足することなく、更なる収益改善のため飼養頭数を増やそうと計画していた池田さんに転機が訪れます。獣医をを目指す学生の受け入れなどで交流があった鹿児島大学の教授から、ロボットやAIなどの先端技術を活用したスマート農業に挑戦してみないかと提案が。「単純に機械などを導入するだけでなく、若い人たちが農業に興味を持つように導くのもスマート農業の役割だ」という説明に共感しました」と導入を決意します。

餌の供給や搾乳、温湿度管理、牛の状態確認などを自動で行う、国内有数の牛舎が1月に完成し、運用が始まりました。「これだけの施設ができたのは大学や行政、県酪をはじめとする関連団体の方々の支援のおかげです。台風や積雪など自然の脅威と同時に豊かな自然の恵みを感じる事ができるこの仕事。若い世代にその魅力を伝えていくため、これからも頑張ります」と力を込め、日本の酪農の明日を見つめます。

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(1月28日現在)。外出時にはマスクを着用し、イベントなどの会場ではアルコール消毒などの感染症対策にご協力ください。せきや発熱などの症状がある人は、できるだけ外出を控えるようにしましょう。市ホームページでは、最新の情報を発信しています。本誌掲載後に中止や延期になった市内のイベントは、主催者に問い合わせるか市ホームページなどで最新の情報を確認できます。



お知らせ

運動施設の利用停止

天然芝の張り替えやトラックなどの大規模改修を予定しています。

国分運動公園陸上競技場(外周道路含む)

●期間 3月29日(月)～令和4年3月31日(木)

※芝生部分は養生のため、期間後もしばらくの間利用できません。

国分海浜公園

第1グラウンド

●期間 4月1日(木)～7月31日(土)

※作業の進捗状況により変更

する場合があります。

光プロードバンド サービス開始

3月1日から万膳、安楽、嘉例川、山ヶ野局エリアで光プロードバンドサービスを利用できます。利用を希望する場合は、NTT西日本か希望の光サービス提供事業者にお問い合わせください。

対象電話局番
(43)9 x x x
(54)45 x x ~49 x x
(54)6 x x x
(54)9 x x x
(73)2 x x x
(76)9 x x x
(77)2 x x x

自治会に加入して住みよい地域に

自治会は、同じ地域の住民同士が助け合い、協力しながら安全・安心で住みよい地域をつくるための組織です。防犯や防災、教育、子育てなどさまざまな活動を通して地域の絆を育み、困ったときの力になります。自治会に入っていない人は、ぜひ加入しましょう。

国民健康保険被保険者資格証明書を持つ人へ

発熱などの症状があり、新型コロナウイルスの感染が疑われ、診療・検査医療機関を受診した場合やそこで交付された処方せんに基づいて保険薬局を利用した場合は、資格証明書を被保険者証とみなして取り扱います。

国民健康保険被保険者資格証明書を持つ人へ

●問 市民活動推進課 ☎(64)0988、隼人地域振興課、各総合支所地域振興課

初午祭鈴かけ馬踊り奉納はありません

鹿児島神宮で神事のみ行ないますが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、見学はお控えください。

県下一周市郡対抗駅伝競走大会

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、中継所や沿道での応援はご遠慮ください。選手が通過する時間帯は付近の道路で交通規制があります。

期 日	通過予定時刻	中 継 所
第3日 2/15(月)	14:06	霧島警察署横川幹部派出所
	14:38	牧園麓(平川温泉前)
	15:24	【着】日当山(ファミリーマートはとや姫城店前)
第4日 2/16(火)	9:00	【発】国分南中学校
	9:30	国分上之段(鹿児島ラーメンみよし家前)
第5日 2/17(水)	12:08	福山(福山港前)
	12:36	国分西小学校(西地区コミュニティ広場前)

緑の募金

緑の募金は、小中学校や自治会、市民団体などが取り組む森林づくりや環境緑化活動への支援に活用されます。昨年度は市全体で346万8550円の募金が集まりました。今年も皆さまのご支援ご協力をお願いします。

●期間 4月30日(金)まで

国民年金保険料の納付は口座振替がお得

国民年金保険料の納付は、納め忘れの心配がない「口座振替」をお勧めします。さらに、早割や前納で納付すると、割引もありお得です。希望する人は年金手帳、預金通帳、金融機関への届出印を持参し、下表の申込期限までに申し込みください。

■口座振替の方法と申込期限・割引額

振替方法	納付対象月	申込期限	1回当たりの納付額(※)	割引額(※)
通常振替(割引なし)	翌月末に振り替えます。	—	16,540円	なし
当月末振替(早割)	通常の納付期限より1カ月早く口座から振り替えます。	—	16,490円	50円
6カ月前納	令和3年4月～9月分	2/26(金)	98,110円	1,130円
	令和3年10月～令和4年3月分	8/31(火)		
1年前納	令和3年4月～令和4年3月分(12カ月分)	2/26(金)	194,320円	4,160円
2年前納	令和3年4月～令和5年3月分(24カ月分)	2/26(金)	381,960円	15,840円

※令和2年度分の金額です。令和3年度は異なります。

問・申=加治木年金事務所 ☎(62)3511、保険年金課 ☎(64)0886、隼人市民福祉課、各総合支所市民生活課、各金融機関窓口

猫は適正に飼いましょ

2月は「猫の適正飼養推進月間」です。県内では昨年度だけで約1400匹の猫が保健所に収容されています。その多くは飼い主に捨てられた猫、けがや病気で動けなくなった野良猫です。野良猫の増加につながる無責任な餌やりはやめましょう。飼い主はルールを守り、最後まで責任を持って飼いましょ。

●猫を適正に飼うルール

- 室内で飼う
- 猫は室内で飼い、交通事故やけが、感染症などから守りましょう。鳴き声やふん尿など、猫が周囲の人に迷惑を掛けないよう気を付けましょう。
- 不妊処置をする
- 猫は年に複数回出産が可能です。飼えなくなる前に動物

きりしま寄席「春風亭昇太・桂竹丸二人会」

「笑点」でおなじみの春風亭昇太と鹿屋市出身の桂竹丸による落語をお楽しみください。9月6日の振替公演です。前回購入したチケットは当日そのまま利用できます。

●日時 3月22日(月)午後6時～7時30分(開場 午後5時)

●場所 市民会館

●料金 全席指定2千円(当日500円増し)

※未就学児は入場できません。感染症対策のため限定500席、前後左右の席を空けた配席です。

●チケット販売所 市民会館 国分シビックセンター1階 売店、各総合支所地域振興課、きりしま国分山形屋、チケットぴあ

●問 市民会館 ☎(64)0926



保育施設で働きませんか



霧島市では、保育施設で働きたい人と、人材を求める市内の保育施設を橋渡しする保育人材バンクを開設しています。

市内の保育施設では保育士などが不足しており、年度途中での入所や一時保育、延長保育などに対応できないなどの支障が出ています。

保育士などの資格を持っている人で、保育現場への復帰を考えている人は、ぜひ登録をお願いします。

保育施設で働きたい人へ

●登録できる人の要件

市内や近隣の市町に住んでいて、保育士、幼稚園教諭、保健師、看護師、栄養士のいずれかの資格を持っている人

●申込方法

登録票と求職票を直接か郵送、ファクス
※就職を希望する保育施設から求人があった場合、紹介状を発行し、保育施設が行う面接の日程を市が調整します。面接には紹介状、履歴書、保育士などの資格免許証を持参してください。

保育士などを求めている保育施設へ

●求人できる保育施設

市内の保育所、認定こども園、小規模保育事業所、児童クラブ（認可外保育所は除く）

●申込方法

求人票を直接か郵送、ファクス
※求人があった保育施設に求職者がいた場合、面接の日程調整の連絡をします。面接後は、結果を保育人材バンクに連絡してください。
※登録票、求職票、求人票は子育て支援課で配布。（市ホームページからもダウンロードできます）



子育て支援課
(無料職業紹介責任者)

問・申=子育て支援課
☎(64)0991、FAX(64)0946

霧島市保育人材バンク 検索



↑申し込みはこちら

- 参加料 無料
- 申込期限 3月5日(金)
- 対象 霧島市へ移住やUターンを考えている人(新卒・キャリア可)
- 日時 3月6日(土)午後1時～4時
- 会場 霧島市へ移住やUターンの会場

鹿児島神宮史跡巡り
 不思議な力が宿っていると
 いわれる場所を観光ガイドと
 巡ります。
 ●日時 3月7日(日)午前10時～午後0時30分
 ※小雨実施。
 ●集合場所 単人駅前広場
 ●定員 先着25人
 ●参加料 中学生以上500円、小学生250円、未就学児無料

どんぐりイベント「ふれあい体験」
 折り紙遊びやアウトドア料理を行います。
 ●日時 3月20日(土・祝)午前10時～午後2時
 ●場所 上野原縄文の森体験広場

相談
 精神対話士による不安や心配事などの無料相談
 精神対話士は専門的知識と
 ●日時 3月13日(土)午後1時～5時
 ●参加料 400円
 ●申込期限 3月13日(土)



↑申し込みはこちら

相談
 精神対話士による不安や心配事などの無料相談
 ●日時 3月14日(日)・21日(日)・28日(日)、3月6日(土)～8日(月)
 ●時間 午後1時～5時
 ●場所 国分公民館小研修室
 ●対象 39歳以下の人(保護者からの相談も可)
 ●問・申 メンタルケア協会 鹿児島事務所(肥後) ☎070(4476)1020

「簡単に稼げる副業」の勧誘広告に注意
 インターネット広告を見て、副業の契約をした人から「思うように稼げず、解約しようとしたが返金を拒否された」 「業者と連絡が取れなくなった」などの相談が寄せられています。簡単に高額収入を得られることを強調する広告は危険です。安易に信用しないようにしましょう。
 不安に思ったときやトラブルになった場合は、消費生活センターに相談してください。
 ●問 消費者ホットライン ☎188、消費生活センター ☎(64)0964

JR肥薩線の駅舎にひな人形を飾ります
 ●大隅横川駅「手作りひなかざり展」
 地域の人が手作りした多彩な創作ひな人形を展示します。
 ●期間=3月31日(水)まで
 ●時間=午前8時30分～午後5時
 ●問 大隅横川駅保存活用実行委員会事務局(横川総合支所地域振興課内) ☎(72)0582
 ●嘉例川駅「ひなまつり」
 7段飾りのひな人形などを展示します。
 ●期間=3月31日(水)まで
 ●時間=午前9時～午後5時
 ※3月7日(日)には、琴の演奏があります。
 ●問 嘉例川地区活性化推進委員会【山木】 ☎(43)9081

募 集
横川運動公園
 ●大人の水泳教室
 ●期間 3月3日～17日(毎週水曜・全3回)
 ●時間 午前11時～正午
 ●対象 成人
 ●定員 先着10人(5人以上で実施)
 ●受講料 1800円
 ●受付 2月19日(金)から
 ●問・申 横川運動公園 ☎(72)0619
 ●水中体操
 ●期間 3月5日～26日(毎週水曜・全4回)

国分総合プール
 ●水泳教室
 ●期間 3月5日～26日(毎週水曜・全4回)
 ●時間 午前11時～正午
 ●対象 成人
 ●定員 先着10人(5人以上で実施)
 ●受講料 1800円
 ●受付 2月19日(金)から
 ●問・申 横川運動公園 ☎(72)0619

講座名	日時	対象
ブランディングセミナー ～コロナ禍における「売れる商品」の仕組みとは～	3/12(金) 10:00～11:30	創業を予定している人、個人事業主、小規模事業者
補助金活用セミナー ～今からでも遅くない「初めての補助金活用術」～	3/26(金) 10:00～11:30	創業を予定している人、個人事業主、小規模事業者
HACCPセミナー ～「HACCPに沿った衛生管理」の導入に向けて～	3/26(金) 14:30～16:00	食品の製造・加工・調理・販売などを行う事業者

●場所 国分シビックセンター 行政庁舎別館2・2会議室
 ●講師 県よろず支援拠点

商工事業者向けセミナー
 ●週金曜・全4回
 ●時間 午後1時～2時
 ●対象 18歳以上
 ●定員 先着20人(5人以上で実施)
 ●受講料 2640円
 ●受付 2月19日(金)から
 ●問・申 国分総合プール ☎(46)9400

国分武道館
 ●やさしいフラダンス
 ●期間 3月17日～4月7日(毎週水曜・全4回)
 ●時間 午前10時30分～11時30分
 ●対象 成人
 ●定員 14人(5人以上で実施)
 ●受講料 2640円
 ●受付 2月19日(金)から
 ●問・申 国分運動公園 ☎(46)4398

国際交流員と交流しよう

コース名	内 容	日 時	場 所	定員	申込期限
国際料理キッチン※	アメリカ韓国料理「ブデチゲ」を作ります。韓国・アメリカ国際交流員合同で実施。	3/4(木) 18:00～20:00	国分公民館 調理講義室	先着15人	3/1(月)
English Hour(上級)	趣味や仕事などについての会話を練習します。	3/10(水) 18:00～19:00	国分公民館 中研修室		3/9(火)
英語でティータイム	アメリカの家族の日常や過ごし方を紹介します。	3/17(水) 14:00～15:00	国分公民館 調理講義室	先着20人	3/16(火)
韓国語教室(初級)	家族の呼び方や自分の家族を紹介する表現を学びます。	3/18(木) 18:30～19:30	国分公民館 中研修室	先着15人	3/17(水)

●対象=市民 ●参加料=無料(※は材料代500円[予定])
 ●申込方法=電話か市ホームページから(キャンセルする場合は、前日までに連絡してください)
 ●問・申=市民活動推進課 ☎(64)0924

Uターン就活イベント
 霧島市への移住・Uターンを考えている人必見の企業説明会をオンライン(Zoom)で開催します。
 ●日時 3月14日(日)・21日(日)・28日(日)、3月6日(土)～8日(月)
 ●時間 午後1時～5時
 ●場所 国分公民館小研修室
 ●対象 39歳以下の人(保護者からの相談も可)
 ●問・申 メンタルケア協会 鹿児島事務所(肥後) ☎070(4476)1020

ほほえみを忘れずに。
ルンリンでいきましょう



応仁悪童伝



胸キュン
恋するいきもの図鑑



099ひきのきもちだいの
おやすみなさい



村上康成 絵

冬が近づいて、寒がりのカエルのお兄ちゃんは眠くて仕方ありません。元気に歩く弟たちの後から、背中を丸めて付いていくうち、ヘビの穴で寝てしまいました。

今泉 忠明 監修

チンパンジーは手作りの愛のベッドに胸キュン、ナガレガエルが後ろ足を伸ばして愛を歌う姿に胸キュン。生き物たちの面白い求愛行動をイラストで紹介。

木下 昌輝 著

妖しいほどの美貌をもつ稚児と、両刃の剣を操る少年。山名全、細川勝元らが激突する応仁の京で、2人は業と知恵と美貌を武器に、命を賭して戦います。

美輪 明宏 著

「仲の悪い夫と同じ家にいるのが不快」「身勝手な祖母が怖い」「息子への接し方がわからない」。さまざまな悩みに美輪明宏が厳しくも優しい言葉で答えます。

図書館へ行こう



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

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。



以前から夫が献血をしていますが、私も献血しようとしたところ、貧血気味で献血ができませんでした。数カ月空けて、また挑戦しようと思ったときに特集だったので、興味深く読ませていただきました。健康意識も高まる上、誰かのために近づくことができるボランティア。この記事で献血者が増えたらいいと思いました。私もまた献血に行ってみます。(ゆまりん47歳)

献血の特集が掲載されました。私も高校生のときから献血をしています。自分自

身は年に1回くらいしか献血できていません。広報誌で献血のPRをすることで老若男女の健康な人が献血してくださることを願っています。(きも61歳)

▼霧島市は昨年度、県内19市の中で人口に対する献血数の割合が一番高かったです。これは市民の皆さんの献血に対する関心の高さだと思われま

1月号から「地球にいいことを」という環境問題を紹介

する連載が始まり、とてもうれしかったです。SDGsやプラスチックごみ問題などに興味があり、霧島市のごみ処理法やリサイクル率の現状、ボランティア袋の仕組みなどがどうなのか調べました。その時に、市の情報をもっと手軽に知れたらいいなと感じました。今後の連載にも期待しています。また環境問題を紹介する施設や展示などもあったらいいです。(たる31歳)

環境問題は地球規模の問題ですが、一人一人の行動を見直すことで改善できることもたくさんあります。それぞれ

国分図書館

新型コロナウイルス対策にも
つながる機器を、
4月から導入します。

人との接触を減らし、短時間で手続きができますので、ぜひご利用ください。

- ▶自動貸出機
 - ・カウンターに並ぶことなく、簡単な操作で貸し出しできます。
 - ・メールアドレスを登録すれば、利用者カードがなくてもスマートフォンで貸し出しができます。
- ▶自動返却機
 - ・利用者が返却ポストに1冊ずつ投入することで、貸し出し状況を確認しながら、返却手続きができます。
- ▶貸出ロッカー
 - ・館外に設置するので、国分シビックセンターが開いている時間であれば、図書館ホームページで予約した本をいつでも受け取ることができます。
- ▶セキュリティゲート
 - ・貸し出し手続きが済んでいない本が通過すると、音と光で警告します。

遊びに来てね



☎国分図書館 ☎(64)0918

新刊紹介

- 夢幻/上田秀人
- あずかりやさん4/大山淳子
- 騙る/黒川博行
- 雪のなまえ/村山由佳
- しのぶ恋/諸田玲子
- 感染症時代のマスクの教科書/飯田裕貴子
- 暮らしも仕事も快適にテレワークのインテリア/バイインターナショナル
- 文章の問題地図/上阪徹
- 日本人なら知っておきたい天皇論大活字本/小林よしのり
- 子どものアレルギーのすべてがわかる本/海老澤元宏
- ジーンズで小物/ブティック社
- 弔辞/ビートたけし
- 名探偵コナンKODOMO時事ワード2021/小学館
- チコちゃんに叱られる/オオシカケンイチ
- おとのさま、まほうつかいになる/中川ひろたか
- おともだちになってくれる?/アナタ・ジェラーム
- ゆうこさんのルーペ/多屋光孫
- 怪物園/ジュナイダ
- よんひゃくまんさいのびわこさん/小沢さかえ

ができることを一緒に考えて
いきたいと思えます。

私は霧島市に嫁いで11年になります。右も左も分からなかった私にとって、「広報きりしま」は大事な情報源でした。育児サロンやイベントの紹介など、私をいろいろな場所に連れて行ってくれました。また、四季折々の表紙に大変感動しています。コロナ禍で制限されることもありますが、「人の風景」の霧島に生きる人たちの情熱に毎回エネルギーをもらっています。今できることを探していきたいと思



宮下敏子さん(国分)

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。



イベント名	日時[対象]	場所
赤ちゃんとわらべうた・えほんのへや(りんごの木)	3月1日(月) 10:30~11:00	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)	3月6日(土) 10:30~11:30	
おはなしの部屋	2月21日(日) 11:00~11:30 [幼児・小学生]	隼人図書館
	3月4日(木) 16:00~16:30 [幼児]	
	3月5日(金) 11:00~11:30 [赤ちゃん]	
おはなし広場	2月20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 ☎(78)3349
- 霧島図書室 ☎(57)0316
- 福山図書室 ☎(56)2026



京田辺産

たけのこ、野菜詰め合わせを3人にプレゼント

京都産の中でも特に人気の京都山城たけのこ。京田辺市で採れた京都山城たけのこ(真空パック)と農家さんが大切に育てた旬の野菜の詰め合わせです。ぜひ味わってみてください。



画像はイメージです。



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。

【災害時相互応援協定締結の経緯】

霧島市と京田辺市は、郷土芸能「単人舞」のつながりや、ハンドボールなどで交流があったことが縁で、平成24年に同協定を締結しました。同協定は、どちらかのまちで大規模な災害が発生した場合に、復旧活動など相互の応援を約束するものです。遠隔地のまちと協定を結ぶことで、地震などで双方が被災地となる危険性を避けることができます。幸い、今のところ、双方とも応援活動を求めるほどの大規模災害には見舞われていませんが、同協定は、市民の安全・安心を守る上で心強い存在です。この記事を通じて、互いのまちについて理解を深める機会にしましょう。



酬恩庵一休寺

同志社大学京田辺キャンパス

単人舞の共演

【京田辺市ってこんなまち】

京田辺市は、人口約7万人。京都・大阪・奈良の中間に位置し、鉄道やバスなどの公共交通が充実していることから、いずれにも30分程度でアクセスすることができる交通網が魅力です。将来的には北陸新幹線の新駅設置が予定されています。テレビアニメでおなじみの一休さんが晩年を過ごした「酬恩庵一休寺」があるなど、多彩な伝統行事や文化を現代に引き継ぐ一方で、同志社大学や同志社女子大学があり、さまざまな分野において研究が行われるなど、新旧の文化が融合しています。霧島市とは歴史的な繋がりがあり、京田辺市の無形民俗文化財「大住単人舞」は、飛鳥時代に宮中警護のため畿内へ移り住んだ大隅単人舞が伝えたといわれています。平成25年に本市で開催された大隅国建国1300年記念「単人舞の共演」では、京田辺市の中学生が「大住単人舞」を披露しました。



災害時の 応援パートナー

霧島市×京都府京田辺市

◎お便りをくださった方の中から、京田辺産たけのこ、野菜詰め合わせを3人にプレゼント。応募締め切りは2月22日(月)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。

◎人口/124,993人(+94) ◎世帯数/61,589世帯(+49)
・男性/60,323人(+56) ・女性/64,670人(+38) ・出生74人 ・死亡121人 ・転入385人 ・転出239人 (令和3年1月1日現在)

今月の表紙



氷柱出現(牧園町高千穂)
1月12日 午後3時56分

日本列島に寒波が到来した1月中旬、牧園町の丸尾滝そばに巨大な氷の壁が出現。パイプの空気穴から噴き出した温泉水などが、木の枝や葉に付着し凍結したものと思われます。氷柱は丸尾探勝路出入口付近に二つでき、高さ5m、幅8mほどありました。近くに事務所がある市観光協会によると「すごく珍しい。滅多に見ることができない光景だった」と驚いていました(種子島)

【撮影データ】
デジタルカメラ レンズ17~55mm・F2.8
1/320秒 F3.2 ISO800

霧島第一牧場を取材。寒波の影響で牧場周辺は積雪があり、取材日を翌週に変更しました。2、3日暖かい日が続いていましたが道路脇にはまだ雪が…積雪は毎年あるそうで、市街地との気候の違いを痛感。私たちの食を支えてくださる農業関係者に改めて感謝です(生野)

ごみ収集業者に密着。使命感を持って働いている姿に感銘を受け、雨の日も風の日も収集してくれる人がいるから町がきれいに保たれていることを改めて実感しました。収集に同行して私自身分別方法を勉強しているものがあって、皆さんも一度見直してみても(岩澤)

薬を反対から読むとリスク。皆さんはお気付きになりましたか。病気のリスクを減らすには生活習慣を見直すことが大切です。四季を感じる日本文化は、それ自身が健康の一助になります。郷土料理には受け継がれてきた理由があるということですね(南立)

小学5・6年生を対象に「立志塾」が開催され、各分野の職業人の話を子どもたちは真剣なまなざしで聞いていました。講師が共通して言っていたのが「夢を諦めない強い気持ちを持ってほしい」という言葉。10年後、20年後の子どもたちの活躍がとても楽しみです(種子島)

市長コラム 中重真一

人に優しいまち

先月号の特集で、献血について取り上げました。昨年3月の本コラムでも、県内19市の中で献血者数の人口比割合が一番高いことをご紹介しました。

新型コロナウイルスは、献血事業にも大きな影響を与えています。感染者数の増加で医療現場が逼迫している都市部においては、在宅勤務や遠隔授業が増えたことによって献血バスの行き先が見つからず、全国からの血液の応援で必要数を確保する状況が続いているようです。鹿児島県においても、輸血に使う量が献血量を上回っています。

先月18日は、国分シビックセンターで献血が実施されました。献血バス1台当たり50人の献血が目標のところ、80人の受け付けで74人が献血。多くの市民の皆さまにご協力いただきありがとうございました。

献血できる体の状態だけでなく、誰かのために協力したいという心も献血には必要です。人に優しいまちを目指し、霧島市として今後も献血に積極的に協力していければと考えています。

毎年2月の初めに節分の豆まきをする家庭も多いのではないのでしょうか。子どもの頃、豆がとても好きだった私は、歳の数だけ豆を食べるという風習に納得がいかず、もっと食べたかった記憶があります。

節分はその名のとおり季節を分けるという意味があり、立春の前日に当たります。立夏、立秋、立冬の前日も節分に当たりますが、江戸時代以降は立春のみ残っており、旧正月に近いからという説が有力です。

今年の節分は2月2日でした。節分が2月3日以外になるのは昭和59(1984)年2月4日以来37年ぶり、2月2日になるのは明治30(1897)年2月2日以来124年ぶりのことです。

節分は2月3日と思っている人が多いようですが、国立天文台のホームページによると、節分は固定された日付ではなく、立春が定まれば節分の日も定まります。立春や立夏などの日付は、太陽と地球の位置関係

によって決まります。

なぜ変動するかというと、暦の上での1年は365日ですが、地球が太陽の周りを1周するには、365日と数時間かかるので、その分立春が遅くなっていきます。うるう年は1日多いので、4年前よりも少し早くなるという計算になります。こうして毎年節分の日が決まります。

節分と鬼 今年の節分

節分の成り立ちと鬼

節分はもともと中国の宮中行事で、日本の宮中にも取り入れられた追儺という行事と関係があるようです。追儺は大みそかに行われる儀式で、鬼やらいともいいます。

追儺は桃の木で作った弓で鬼を追いかけて外に追い出します。こ

の鬼は悪い気のこと、はやり病などが起きないようにするためや、鎮めるために行われたとされます。この行事は江戸時代頃に宮中を離れ、鬼を追い払う節分行事に取り込まれたようです。江戸時代の後期に鹿児島を訪れた江戸の講談師・伊東凌舎が著した『鹿児島ぶり』で、鹿児島で下で熱病が流行すると、鬼や山伏、

あると信じられてきました。日本の神話では、イザナギが黄泉国に追いかけられたときに桃を投げた逃げ切りです。このことから、桃から生まれた桃太郎が鬼退治に行く昔話が誕生したと考えられます。豆をまいて鬼を追い払うというのは江戸時代になってからのことでしょう。節分で注意したいのは、昔の



伊東凌舎「鹿児島ぶり」より「熱病神之図」

怪物などの大きな人形(熱病神)を町ごとに紙で作り、ほら貝を吹くなどして追いかけて回し、最後は浜で焼き捨てる風習があることを紹介しており、鬼やらいの名残ではないかと述べています。

鬼を追い払うことに使われていたものは元々豆ではなく桃でした。桃は中国では邪気や鬼を制する果物で

人々は鬼を追い払うのであって、滅ぼすのではないということです。桃太郎は鬼を懲らしめますが、滅亡させてはいません。前述のとおり鬼は、やはり病などと考えられてきました。昔の人々は無意識のうちに鬼を滅ぼすことはできないと思っていたので

(文責 坂元)

広告

永代供養墓

生前購入ができます
御契約者の半数は生前で購入されています。
購入後の管理費用は掛かりません。

お墓の維持管理でお悩みの方

- 家系を継ぐものがない。
- 将来、お墓のことで子供に負担を掛けたくない。
- 一人暮らしで身寄りがないため将来の管理が不安。
- 高齢化に伴いお墓の管理ができない方。
- お花の交換、日々のおつとめは当霊園がいたします。
- お盆や彼岸、正月など、合同供養祭を年3回行います。

195,000円(税込)~

価格は2021年1月現在のものです。

御見学会 開催中!!

ご希望の方は
お急ぎください。

個人のお名前を石に刻むことにより、「生きた証」を残します。
**改葬(お墓の引越し)の事や
色々な手続きの事、
何でもお聞きください。**

神徒の方も安心下さい。宗旨、宗派は問いません。

永代維持管理型霊園



ペット永代供養墓 完成!!

~君の生きた証をずっと残してあげたい~

1 小型犬チワワ等の焼骨

価格は2021年1月現在のものです。
1万円(税別)

- 大型犬まで各種ペットの永代供養をお引き受けします。
- 購入後一切費用は掛かりません。
- 永代に渡りずっと供養いたします。(年に2回合同供養祭を行います)
- 掃除もお花交換もお線香も、毎日あなたに代わって行います。

君も家族の一員、
きちんと供養したい。



想

高品質の墓石を特別価格にてご提供

墓地・墓石工事費込み
(墓誌、供物台は別売)

827,500円 (税別)

霧島モダン

耐久性・防汚性に優れ匠の技が冴える高品質の墓石です。

墓地・墓石工事費込み
(墓誌、供物台は別売)

1,227,500円 (税別)

大型駐車場完備・全区画バリアフリー



管理・環境・設備の整った美しい墓地を見学されませんか?

共に癒やされる ご先祖様との語り合いの場

悠久乃丘 霧島霊園

〒899-5106 鹿児島県霧島市年人町内山田1738番地37

0120-66-5001 TEL 0995-57-5001 FAX 0995-57-5000

墓地経営/宗教学人正法寺 許可番号/環第393号