

帰ってきたくなる 行ってみたくなる

2021年1月号(1月15日発行) / 通巻第888号

東シナ海の宝のまち

1

# 阿久根

2021 No.888

Photo

尾崎区

(収穫時期を迎えたボンタン)

広報あぐね





# 2021年新春 年頭のごあいさつ

阿久根市長 西平 良将



令和3年の新春を迎え、謹んで新年のお慶びを申し上げます。

また、旧年中は市政運営に際して、ご支援とご協力を賜り、心から感謝を申し上げます。

さて、ご承知のとおり、昨年は春先から新型コロナウイルスが世界中で猛威を振るい、感染症の拡大防止の観点から、本市においても多くのイベントなどが延期・中止を余儀なくされ、交流の場が失われるとともに、飲食店をはじめとした市内商工業者などの経営に対しても多大なる影響を与えました。

そのような状況を克服するため、市では、市民の皆さまの消費喚起、経済支援などを目的に、活性化商品券やプレミアム付食事券の発行をはじめとした各種事業を実施し、市民の皆さま、市内事業所などの支援に取り組んでまいりました。

今後も市内の経済活動を支えながら、市民の皆さまと協働し、積極的な支援を引き続き行ってまいります。



【写真】西平市長と山下小学校の子どもたち



また、本年も、農林水産・商工・観光の振興をはじめ、雇用対策、インフラ整備などさまざまな課題の解決に引き続き全力で取り組み、市民福祉の向上と地域の活性化につなげてまいります。

本市では「帰ってきたくなる 行ってみたいくなる 東シナ海の宝のまち あくね」を市の将来像と位置付け、ふるさと阿久根を次の世代につなぐため、「ひとつづくり」に重点を置いたまちづくりを進めることとしております。

今後も市民の皆さまお一人一人に「笑顔」があふれるまちづくりの実現に向け、着実に歩みを進め、市民の皆さまに寄り添った行政運営に傾注してまいる所存でございますので、皆さまの変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆さまにとりまして、活気に満ち輝かしい笑顔あふれる年になりますよう、心から祈念申し上げます、新年のごあいさつといたします。

## 「帰ってきたくなる 行ってみたいくなる 東シナ海の宝のまち あくね」の実現に向け「まちづくり」は「ひとつづくり」からを基本として施策を進めていきます

### ◆ 地域の資源を生かした「にぎわい」のあるまち

- ・農林水産業の振興
- ・商工業の振興と雇用の確保

### ◆ 地域の魅力が広がる「つながり」のまち

- ・観光の振興
- ・定住と交流の促進

### ◆ 支え合い生き生きと暮らせる健やかなまち

- ・健康の増進と地域医療の充実
- ・子育て支援の充実
- ・高齢者福祉と障がい者福祉の充実
- ・地域福祉の充実と社会保障制度の適正運営

### ◆ 快適・安全で潤いとやすらぎのあるまち

- ・環境の保全
- ・暮らしを支える生活基盤の形成
- ・消防および防災対策の充実
- ・生活の安心および安全の向上

### ◆ 豊かな心が育まれ文化の薫るまち

- ・人材の育成
- ・生涯学習の推進と社会教育の充実
- ・文化の振興とスポーツの推進

### ◆ 協働・連携で明るい未来を開くまち

- ・市民参加と地域コミュニティの活性化
- ・人権の尊重と男女共同参画の推進
- ・適正な行財政運営

県内で唯一  
受賞

# ころばん体操教室が 厚労省老健局長優良賞

介護予防・高齢者生活支援分野



上) 伝達式の参加者：ころばん体操の講師を務める片川智美さん（前列左側）、平成27年度から体操に取り組んでいる高之口区の協力員代表：西田たづ子さん（前列中央）、同じく瀧区の協力員代表：鍋藤静一郎さん（前列右側）

右) 式後、これまでの活動の様子やこれからの意気込みなどを声を弾ませながら話されていました。

※集合写真撮影時のみマスクをはずしていただきました。



「第9回健康寿命をのぼそう！アワード」の表彰式が11月30日にオンライン形式で開催され、阿久根市の「ころばん体操教室」が、厚生労働省老健局長賞(団体部門・優良賞)に輝きました。

「体操を通して地域づくりのきっかけになった」ことが高評価



ワードでは、健康やかで心豊かに生活できる社会

の実現を目指し、健康増進、生活習慣病予防推進に優れた取り組みを行っている企業、団体、自治体を表彰するもので、生活習慣病予防分野、母子保健分野、介護予防・高齢者生活支援分野の3部門に分かれています。

今年度9回目を迎え、3部門には全国から245件が応募し、このうち「ころばん体操教室」は、介護予防・高齢者生活支援分野の団体で応募。全国71件

「あっちの地区ではこげん事をやっている」「あげんとをすれば良かどかい」というように、参加者に会った際にいろいろな地区から相談を受けるようになり、体操をしていることが当たり前になってきていると感じられ、自分のことのようにうれしく思っています。

ここまできたら、体操教室の市内全地区制覇を目指してやりたいと思います。皆と一緒に体操して、もっと元気になりましょう。

市内全地区制覇を目指します！

「ころばん体操の伝導士」こと健康運動指導士 片川智美さん



(企業8件、団体39件、自治体24件)の中から「ころばん体操教室」は、県内で唯一の受賞となりました。

アワードの表彰式で講評をされた公益財団法人さわやか福祉財団会長の堀田力氏は「住民が主体となって体操教室に取り組んだこと

がきっかけで、地域づくりの活動の輪を広げていったことが認められました」と話し、体操教室の協力員や参加者、その活動を支える地域の方々のおさまたげな活動について高く評価されていました。

受賞後の12月18日には、市役所で伝達式が

## 介護予防 認知症予防 にピッタリ!

ころばん体操は、年齢を重ねるうちに衰えがちな肩まわりや下半身の筋力をしっかりつける運動で、介護予防対策にピッタリです。



市内の参加者が一堂に会してころばん体操!  
(平成30年度「チャレンジころばんDAY」開催時の様子)



# 心と体の健康に百点満点 みんなで『ころばん体操』

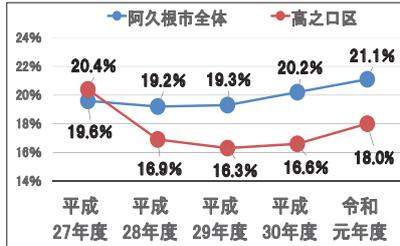
※体操の様子の子の画像は令和元年度以前のものです。



**実績** 平成27年度 2カ所 ⇒ 令和元年度 47カ所

平成27年度に始まったころばん体操は、初めは2カ所でしたが、その後は市内各所に広まり、令和元年度末時点では、47カ所・参加者は1,079人となりました。

参加者からは「立ち上がるのが楽になった」「気持ち明るくなった」「出かける機会が多くなった」とあり、身体・精神面に効果を実感しているようです。



## データからみる体操効果

体操を実施している高之口区の要介護認定率は、平成27年度末では20.4%でしたが、令和元年度末時点では18.0%となり、開始当初よりも減少しています。

この要因の一つとして、継続的に体操を行うことによって、参加者の全身の筋肉の状態や複合的動作能力が向上したことが考えられます。



## 無理なく簡単運動

おもりの入ったバンドを手足に取り付けて、お馴染みの童謡を歌いながら体操を行います。

元気な声が出るようになるだけでなく、楽しい気分で無理なく簡単に運動ができます。

鉄製の  
おもり

バンド(青色)に鉄製のおもり(1本200g)を入れて、手足につけます。はじめはキツイと感じるかもしれませんが、筋肉がついてくると慣れてきます。



左) 体操では参加者の笑顔が絶えない楽しい雰囲気です。

右) 体力測定を定期的に行い、効果を実感!



「私も頑張ります」と今も行われ、代表で出席した西田たづ子さん(高之口区)に西平良将市長から表彰状が手渡されました。西田さんは「新型コロナウイルス感染症対策を考えながら体操するのは大変だけど、仲間の健康と長生きを守るため、これからも頑張ります」と今

後の意気込みを笑顔で話されました。市としては、今後も地域の皆さまと一緒に、なって感染症対策に取り組むにつれ、心と体の健康に百点満点となる「ころばん体操教室」の運営推進を行っていきます。

みんなで  
元気に  
なっと!

## 体操を始めたい方! ご連絡ください!

**体** 操に興味のある方やお住まいの地域でも「ころばん体操を始めたい!」という方は、阿久根市地域包括支援センターまでお気軽にお問い合わせください。

地域包括支援センター ☎0996-73-1272



# 原子力災害に備えて

令和3年2月6日(土)午前7時から **鹿児島県原子力防災訓練**が実施されます！

問 総務課 危機管理係 ☎0996-73-1210

訓練当日は、防災行政無線や広報車などを利用した広報訓練を行います。これを機に、日頃から防災対策を十分に行い、避難の流れや避難先の確認などをお願いします。

## 原子力災害とは？

- 放射線は目に見えず、味や匂いもしないため、五感で感じることはできません。そのため、原子力災害は地震や風水害、火災などとは違い、身体への影響の程度や、どのように行動すればよいかを自ら判断することが困難です。
- 原子力災害が発生する際には、異常を知らせる何らかの前ぶれがあり、時間の経過とともに進展していきます。
- 原子力災害時には、国や県、市からの正確な情報に従い落ち着いて行動することが大切です。



## 原子力災害が起きたらどうすればいいの？



- 阿久根市は、市のほとんどが川内原子力発電所から約10 km～30 kmにあることから、市内全域をUPZ圏内と位置付けています。
- 川内原子力発電所で万が一、事故などが発生した場合は、事態の進展に応じて、屋内退避や一時移転などの防護措置をとる必要があります。
- 原子力災害の情報は、テレビ、ラジオ、防災行政無線、広報車、防災メールなどのあらゆる手段を通じてお知らせしますので、最新情報やデータをこまめに確認し、すぐに行動できるように情報収集に努めてください。

### 主な広報事項

事故の発生日時および概要

原子力発電所における対応状況

住民の方がとるべき行動

避難経路

避難退避時検査場所



事故の状況

行政機関の対応状況

避難対象区域

避難先

安定ヨウ素剤の配布先

# UPZでは、まず屋内退避することが基本です！

## UPZ（5 km～30 km圏内）にお住まいの方の対応方法

### 屋内退避の指示が出されたら

**自宅や職場、最寄りの公共施設などの建物の中に速やかに入ってください。  
また、指示があるまで外出しないでください。**

- ・放射性物質が放出された場合、屋外で行動すると被ばくの危険性が高まるおそれがあります。
- ・UPZでは、福島第一原発事故を踏まえ、被ばくを最小限に抑えるとともに被ばく以外の健康への影響も抑えるため屋内退避を基本としています。
- ・福島第一原発事故において、無理な避難をしたことで、多くの犠牲者が出ました。
- ・地震の影響で、自宅での屋内退避が困難になった場合は、近隣の指定避難所へ避難し、そこで屋内退避します。

### 一時移転・避難の指示が出されたら

**一時移転・避難の指示が出たら、身支度を整え、  
市からの指示に従って、落ち着いて行動してください。**

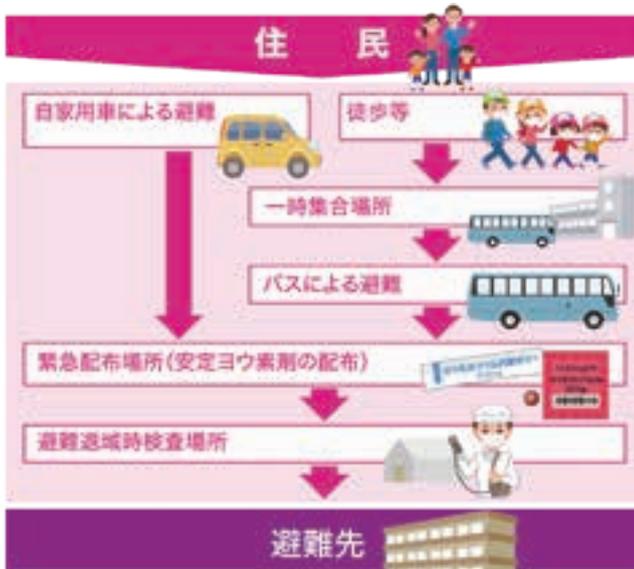
UPZ内の住民が一斉に、一時移転・避難を行うわけではありません。  
お住まいの地域の空間放射線量率が国の基準を超えた場合は、

#### 一時移転

1時間当たり **20  $\mu$ Sv 以上** ▶ 1週間程度内に行います。

#### 避難

1時間当たり **500  $\mu$ Sv 以上** ▶ 数時間のうちにすぐに行います。



○ 避難は原則、自家用車を利用します。自家用車での避難が困難な場合は、乗り合わせもしくは集合場所に参集し、バスなどにより避難します。

○ 一時移転避難先の市町は、地区ごとに次のとおり定めています。

【大川地区】 芦北町 【西目地区】 伊佐市

【山下地区】 伊佐市 【赤瀬川地区】 始良市

【鶴川内地区】 芦北町、伊佐市

【折多地区】 始良市、芦北町、湧水町

【脇本地区】 始良市、長島町

【市街地地区】 伊佐市、湧水町、津奈木町、芦北町

※集合場所・一時移転避難先などの詳細は、阿久根市原子力防災ガイドブックや市ホームページなどでご確認ください。

### 日頃から準備しておきたいもの

<b>貴重品</b> 現金、通帳、印鑑、健康保険証など	<b>非常食品（家族3日分）</b> 水、缶詰、レトルト食品など	<b>応急医薬品</b> 常備薬、救急用品など	<b>衣類等</b> 着替え、タオル、生理用品など	<b>乳幼児用品</b> 紙おむつ、粉ミルク、母乳など
<b>携帯ラジオ・懐中電灯</b> 乾電池も忘れずに	<b>携帯電話</b> 充電器も忘れずに	<b>日常生活に欠かせないもの</b> メガネ、補聴器など		<b>避難時などに使用するもの</b> マスク、ハンカチ、レインコート、帽子、ティッシュ、ビニール袋など

# 阿久根市企業合同研修会受講生募集

「自分のキャリアを思うように発揮できない」、「仕事へのモチベーションが上がらない」といった悩みや、「若手社員が思うように育たない」、「採用してもすぐに退職してしまう」などの課題解決に向けて、企業合同研修会を開催します。

今回は、一般社員の方などを対象に仕事へのモチベーションアップの施策についてをテーマに開催します。参加を希望される方は、商工観光課商工振興係へお申し込みください。

受講料  
無料

日時

令和3年2月9日(火)  
13:30～16:30

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、中止または延期になる場合があります。

場所

風テラスあくね 交流室1・2

対象

一般社員の方など 定員 30人

テーマ

ジョブ・カードを活用した自己理解と  
仕事へのモチベーションアップの気づき

※ジョブ・カードとは「生涯を通じたキャリア・プランニング」および「職業能力証明」の機能を担うツールであり、個人のキャリアアップや、多様な人材の円滑な就職などを促進するため、労働市場インフラとして、キャリアコンサルティングなどの個人への相談支援のもと、求職活動、職業能力開発などの各場面において活用するものです。



## ＜講師プロフィール＞

むかえ たかゆき

向江 隆行さん（株式会社ヒーローズD専務取締役）

### 【役職】

- ◎ 鹿児島県よろず支援拠点コーディネーター よろず支援拠点人手不足対応アドバイザー
- ◎ 介護労働安定センター鹿児島支部他 雇用管理改善サポーター・人材育成コンサルタント

### 【資格】

- ◎ 中小企業診断士 ◎ 2級キャリアコンサルティング技能士 ◎ ITコーディネーター

### 【主な講師】

- ◎ ポリテクセンター鹿児島生産性向上訓練講師
- ◎ 鹿児島県食のプロデューサー養成講座のセミナー講師他

◆ 申込期限 令和3年1月29日(金)

◆ 申込先 商工観光課 商工振興係

☎ 0996-73-1114 FAX 0996-72-2029 Mail [suisho@city.akune.kagoshima.jp](mailto:suisho@city.akune.kagoshima.jp)



## 南九州西回り自動車道阿久根川内道路 着工式

南九州西回り自動車道阿久根川内道路22.4km間の(仮称)湯田西方インターチェンジ(IC)～薩摩水引ICの着工式が12月5日、薩摩川内市の水引小学校で開催されました。

地元選出国會議員や塩田知事、西平良将市長、沿線市町の首長など約40人が出席し、早期完成と工事の安全を祈念して鍬入れが行われました。

現在、本市においては、阿久根IC～(仮称)西目ICを整備中で、全線開通により地域活性化や交流人口増などが期待されます。



## MBCと「防災パートナーシップ協定」を締結

市は令和2年12月1日、MBC((株)南日本放送)と「防災パートナーシップ協定」を締結しました。

この協定には、緊急時の住民への情報伝達でMBCのテレビ、ラジオ、データ放送、アプリなどを活用することや、本市の防災研修会へMBCの気象予報士などを派遣することなどが盛り込まれています。

### ◆「MBCアプリ」について

「MBCアプリ」は、気象警報や防災情報などを通知するほか、最新のニュースなどさまざまな情報を配信するスマートフォン専用のアプリです。

アプリ利用料は無料ですが、通信料は利用者負担となります。右のQRコードを読み取るとダウンロードサイトへ移行します。



## マイナンバーカードの普及促進に向けて 市内企業への出張受け付けを開始

市では、マイナンバーカードの普及に向けて、市内企業で働く阿久根市民の方を対象とした「市内企業出張受け付け」を令和2年12月18日から開始しました。

現在、出張受け付けを希望される企業を募集しています。詳しくは、市民環境課住民年金係(☎0996-73-1218)へお問い合わせください。

▶12月21日スターゼンミーティング  
プロセッサー(株)阿久根工場



—まちづくりはひとづくりから—

### 西平良将市長の主な活動

12月

阿久根市 市長の活動報告

検索

12月	活動内容
1日	レストラン HIGH LINE シェフ東園勇樹氏 表敬訪問
2日	市町村総合事務組合第2回組合議会定例会
3日	大川小学校 140周年記念焼酎 市への寄贈
4日	第4回市議会定例会本会議
5日	南九州西回り自動車道阿久根川内道路着工式(薩摩川内市) 映画「海辺の金魚」関係者試写会
9日	第4回市議会定例会本会議(一般質問) 新型コロナウイルス感染症対策本部会議
10日	第4回市議会定例会本会議(一般質問)

11日	馬見新勉氏 叙勲伝達式 原子力規制委員会委員との意見交換会
14日	坂上鉄夫氏 全国スポーツ推進委員功労者表彰伝達式
16日	健康づくり推進協議会
17日	第4回市議会定例会本会議
18日	折口川水系防災対策協議会要望 ころばん体操表彰伝達式
22日	新環境センター焼却施設視察(出水市) 新型コロナウイルス感染症対策本部会議
23日	鳥インフルエンザ対策本部会議 第1回県障害者施策推進協議会(鹿児島市) 第2回消防組合定例会
25日	国保連合会正副理事長会議 阿久根市長旗九州選抜高等学校駅伝競走大会実行委員会
28日	消防団年末火災予防運動夜警巡視

## 無料弁護士相談が開設されます

問 総務課 行政係 ☎ 0996-73-1210

阿久根市民（法人を除く）の方を対象とした鹿児島県弁護士会による無料弁護士相談が開設されます。法律問題でトラブルや悩みを抱えている方は、この機会にご利用ください。相談には鹿児島県弁護士会所属の弁護士が対応し、秘密は固く守られます。

なお、完全予約制で、定員になり次第、申し込みを締め切ります。

◆日時・場所 **2月3日(水)** 13:30～16:30 風テラスあくね

◆定員 6人（相談時間：1人当たり30分）

◆申込先 総務課 行政係（☎ 0996-73-1210）



## 令和3年度市県民税申告の日程について

問 税務課 課税係 ☎ 0996-73-1203

次ページに記載している会場で市県民税申告・確定申告の受け付けを行います。（お住まいの区以外の会場でも申告ができます）

また、3月1日（月）から3月15日（月）まで（土・日を除く）、市役所の公用車管理事務所でも申告を受け付けます。

令和3年1月1日現在で阿久根市に住所のある方は、原則として令和2年中の所得などについて申告をしなければなりません。

### ◆申告の際は次のものを持参してください

#### ▶市県民税申告を行う方

収入、経費、控除などが分かる資料、印かん

#### ▶確定申告を行う方

収入、経費、控除などが分かる資料、印かん、添付書類、マイナンバーカード（マイナンバーが確認できる書類+本人確認ができる書類（運転免許証、各種保険証など）でも可）、利用者識別番号（税務署へ届出書を提出された方）、口座番号（還付のある方）



### ◆令和3年度以降の市県民税に関する書類事前作成のお願い

令和3年の市県民税申告につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、申告会場での三密（密集・密閉・密接）を避ける取り組みが必須となります。そのため、会場内での混雑を避け、また会場内に留まる時間を短くする取り組みが求められます。

事業などの申告を行う方は、事前に経費などの領収書の整理または収支内訳書の作成を、医療費控除を申告される方につきましては、治療・入院などにかかった領収書の整理または医療費控除明細の事前作成にご協力をお願いします。なお、所得により、医療費控除対象外の方も考えられますので、医療費控除を申告希望の方につきましては、事前に税務課で相談および確認をお願いします。

書類整理などを行っていない状態での申告はお断りまたは書類整理した上で、再度申告をお願いすることがあります。なお、令和4年度以降の市県民税申告についても同様の対応を継続します。

感染症予防対策のため、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

（次ページへ続きます）

(前ページからの続きです)

◆市県民税申告 日程表

2月	区名	受付時間	申告会場	2月	区名	受付時間	申告会場		
1日 (月)	尻 無	9:00～12:00	旧尻無児童館	15日 (月)	遠 矢	10:00～12:00	遠矢公民館		
	仲 仁 田	13:30～16:00	大川地区公民館		山下馬場	13:00～15:00			
	中 屋 敷			16日 (火)	黒 之 浜	9:00～12:00	北さつま漁協 黒之浜支所		
	的 場				大 谷	13:30～15:00			
川 畑 中	牛 之 浜	9:00～11:00	牛之浜区集落センター	大 漣	13:30～15:00	大漣公民館			
2日 (火)	大 川 島	13:00～16:00	西目地区集会施設	17日 (水)	菘 野	9:30～12:00	鶴川内地区 集会施設		
	馬 見 塚				横 手				
	栢 落				宮 原				
	飛 松				梶 田	13:00～15:30			
3日 (水)	段	9:00～11:00	段公民館	桑原城上	18日 (木)		桐野上	9:00～11:30	桐野下公民館
	波 留	13:00～16:30	波留公民館	桑原城下		桐野下	9:00～11:30	桐野下公民館	
4日 (木)	上 野	9:00～11:30	上野公民館	長 谷		13:30～16:30	瀨之浦上	13:30～16:30	瀨之浦上公民館
	倉 津			13:30～15:00	倉津公民館		瀨之浦下		
5日 (金)	佐 瀧	9:00～11:00	佐瀧公民館	19日 (金)	大 淵 川	9:00～11:30	大淵川公民館		
	高 之 口	9:00～11:30	高之口公民館		鳩之浦東			9:00～11:30	鳩之浦東公民館
	瀧	13:30～16:00	瀧公民館		鳩之浦西			9:00～11:30	鳩之浦西公民館
8日 (月)	大 丸	9:00～11:00	大丸公民館	22日 (月)	下 村	13:30～16:30	脇本地区公民館		
	遠見ヶ岡	13:30～16:00	コミュニティ新町		古 里			9:00～11:30	古里公民館
9日 (火)	大 尾	9:00～11:30	大尾公民館	24日 (水)	松ヶ根	9:00～11:30	古里公民館		
	中 村	13:30～17:00	農村環境改善 センター		脇本馬場			13:30～16:00	脇本馬場公民館
	浦			脇本浜					
	牧 内			9:30～11:30	寺山住宅集会施設	25日 (木)	黒 之 上	10:00～11:30	黒之上公民館
東 牧 内	13:30～16:30						永田下公民館	小 漣	13:30～15:30
10日 (水)		米 次	9:00～11:30	山村開発センター	25日 (木)	八 郷		8:30～12:00 13:00～17:00	
	尾 原	9:30～11:30				寺山住宅集会施設	3月1日(月) ～3月15日(月) ※土・日を除く		
	田 代 中								13:30～16:30
	田 代 下	9:00～11:00	尾崎公民館						
	寺 山			13:00～15:30	折多地区集会施設				
	牟 田	9:00～11:00	尾崎公民館						
永 田 上	13:00～15:30			折多地区集会施設					
永 田 下		9:00～11:00	尾崎公民館						
折 口 東	13:00～15:00			高松公民館					
12日 (金)		弓 木 野	9:00～11:00		尾崎公民館	3月1日(月) ～3月15日(月) ※土・日を除く	8:30～12:00 13:00～17:00	阿久根市役所 公用車管理事務所	
	尾 崎	13:00～15:00	高松公民館						

※詳しくは、各世帯に配布している「市県民税申告のお知らせ」をご確認ください。

確定申告に必要な納付確認書(国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料)や固定資産課税台帳登録事項証明書が必要な方は、税務課窓口で交付申請(手数料無料)を行ってください。なお、申請には、本人または同じ世帯の方が申請する場合は本人確認ができる書類(運転免許証、各種保険証など)のみ、代理人の場合は併せて委任状(本人と代理人の押印があるもの)が必要です。

## 「移動ねんきん相談所」を開設します

問 市民環境課 住民年金係 ☎ 0996-73-1218

国民年金・厚生年金・船員保険および共済年金（相談可能なもの）などの年金制度全般に関する「移動ねんきん相談所」を開設します。

相談には、川内年金事務所の職員が応じます。利用される方は、市民環境課に事前予約が必要です。ご注意ください。（※先着順）予約の際は、「氏名」・「基礎年金番号」・「相談内容」・「連絡先（電話番号）」などをお知らせください。

◆日時・場所 **2月17日** 水 9:30～15:30 風テラスあくね 交流室5

### ◆持参するもの

- ▶ 印かん
- ▶ 年金手帳、年金証書、ねんきん特別便、ねんきん定期便など

◆予約受付期間 2月3日（水）～ 2月10日（水）



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となる場合もあります。中止や内容変更の際は、改めて防災行政無線などでお知らせします。

## 手ぶらでマイナンバーカードの申請ができます

問 市民環境課 住民年金係 ☎ 0996-73-1218

マイナンバーカードの申請を簡単に行えるよう、各地区の集会施設などへ出向いて申請を受け付けます。当日は、写真を撮影するだけの簡単な手続きで済みます。

申請はしたいけど方法がよく分からない、市役所は遠いから行くのが大変という方など、ぜひこの機会を利用して、マイナンバーカードを作ってみませんか。



### ◆日時・場所

2月	会場	受付時間	2月	会場	受付時間
2日	西目地区集会施設	10:00～16:00	16日	農村環境改善センター	10:00～16:00
4日	遠矢公民館		18日	折多地区集会施設	
10日	鶴川内地区集会施設		24日	黒之浜 漁村の家	
12日	山村開発センター		25日	大川地区公民館	

※令和2年12月から、三笠支所でも申請を受け付けています。なお、カードの受け取りについては、市役所市民環境課の窓口となります。

※毎月第2日曜日は、マイナンバーカード交付窓口の休日開庁（8:30～12:00、13:00～17:00）を行っています。

## 令和2年8月・9月に実施した総合健診の受診状況について報告します

問 健康増進課 保健予防係 ☎ 0996-73-1228

令和2年度の総合健診は、8月から9月にかけて14日間実施し、期間中の受診者総数は2,120人でした。

令和元年度と比べて各健(検)診受診者数が全体的に減少しました。減少した要因としては、大雨や台風などの影響で、昨年度より実施日数が減少したことや、新型コロナウイルス感染症により、受診を控える傾向にあったことなどが考えられます。

### 令和2年8～9月実施 総合健診受診者

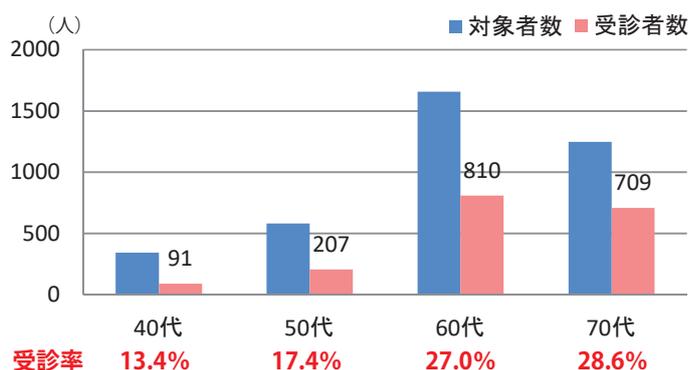
◆ 特定・長寿健診	◆ 大腸がん検診	1,435人	昨年度：1,671人 (-236人)
▶ 特定健診 919人	◆ 胃がん検診	665人	昨年度：823人 (-158人)
▶ 昨年度：1,118人 (-199人)	◆ 腹部超音波検診	1,607人	昨年度：1,988人 (-381人)
▶ 長寿健診 499人			
▶ 昨年度：595人 (-96人)			

### <令和元年度の受診状況など>

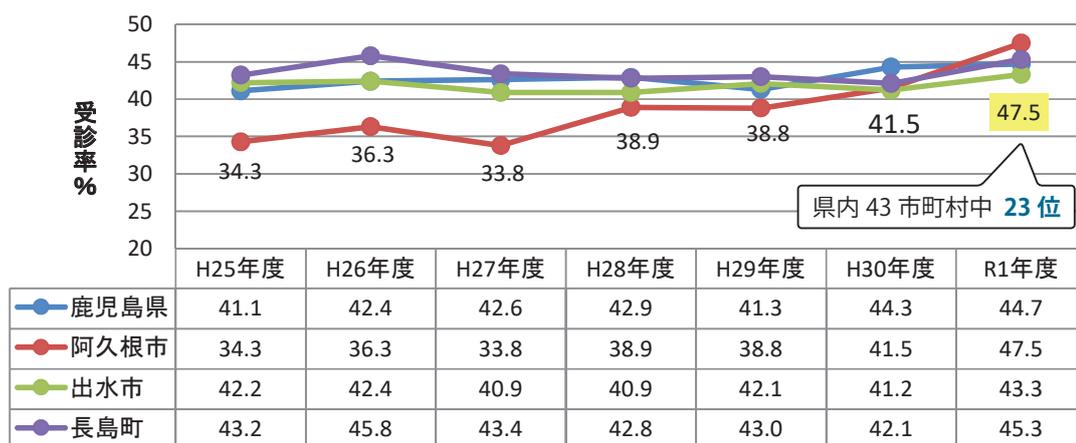
特定健康診査受診率の推移(下図)を見ると、令和元年度特定健診受診率は平成30年度より上がり、県内43市町村中23位でした。特定健康診査未受診者への訪問や、区長や保健推進員の方を中心に地域ぐるみでの受診勧奨に取り組まれたことが受診率向上の要因としてあげられます。

健診を毎年受けることで、異常の有無だけでなく、数値が前年と比べてどう変化しているかも確認でき、生活習慣の早期改善にもつながります。年代別受診率(右図)を見ると、特に40代・50代の受診者が少ない状況です。ご家族、ご友人、ご近所の方と一緒に健診を受けて、毎日を健やかに過ごしましょう。

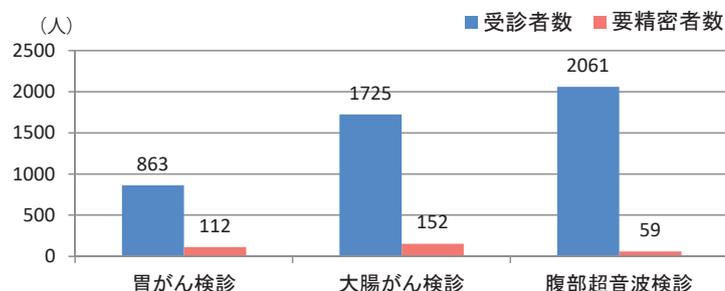
【特定健診 年代別受診率(令和元年度)】



【特定健康診査受診率の推移】



【各種検診の受診者数および要精密者数(令和元年度)】



★毎年、がん検診の要精密者の中には、がんになる前の病変やがんが見つかることがあります。検診により早期発見・早期治療が期待でき、自らの健康を守ることができます。



阿久根市

食改さんのレシピ紹介 1月 チーズまんじゅう

問 健康増進課 保健予防係  
☎ 0996-73-1228

来月のバレンタインに向けて、チーズまんじゅうのレシピをご紹介します。

バレンタインといえば、「今年は何を作ろうか…」と迷う方も多いのではないのでしょうか？  
チーズまんじゅうは作る過程も楽しいので、よかったら今年のバレンタインのお菓子として  
作ってみてはいかがでしょうか。



チーズまんじゅう



材料（8個分）

クリームチーズ	・・・120g	} 1個 
バター（無塩）	・・・30g	
砂糖	・・・20g	
溶き卵	・・・30g	
溶き卵（塗る用）	・・・余り	
☐ホットケーキミックス	・・・100g	
☐スキムミルク	・・・20g	
☐粉チーズ	・・・20g	

【1個当たり】 エネルギー量：166 kcal 食塩相当量：0.3g

作り方

- ① クリームチーズを8等分に分け、軽く丸めて、冷蔵庫に入れておく。
- ② ボウルに室温に戻したバター（無塩）を入れ、泡立て器でクリーム状になるまで混ぜる。砂糖を加え、白っぽくなるまで混ぜる。
- ③ ②に溶き卵を3回に分けて加え、よく混ぜる。☐を加えヘラで粉っぽさがなくなるまで混ぜ、ひとまとめにしてラップで包み、冷蔵庫に入れて30分程おく。
- ④ ③を8等分に分けて丸め、手のひらで平らにのばし、①をのせて包む。
- ⑤ オープンシートを敷いた天板にのせ、④の表面に溶き卵を塗り180℃に予熱したオーブンで15分程焼く。（オーブントースターでも作ることができます。オーブントースターの場合は、焦げないように注意しましょう）

間食の適量はどのくらい？

間食とは、食事以外に摂取するエネルギー源となる食べ物や飲み物のことです。

間食の適量（成人の場合）＝1日200kcal(キロカロリー)以内

ただし、これは3回の食事では主食・主菜・副菜をバランスよく食べ、適量を守っていることが前提となります。

◆ 200kcalの目安量（商品によっても異なります。栄養成分表示を確認しましょう！）



参照：農林水産省ホームページ 食事バランスガイド教材より

## 「福祉サービスに関する巡回相談」について

問 あいわの里相談支援センター ☎ 0996-75-2401

市では、福祉に関するさまざまな問題解決をサポートするために、あいわの里相談支援センターに委託し、巡回相談を行います。相談には、社会福祉士、臨床心理士、理学療法士、言語聴覚士、ジョブコーチなど専門の知識を持った相談員が対応します。「身体やこころに関すること」、「家庭や子育てに関すること」、「福祉サービス利用のこと」など、どのようなお困り事、心配事でもお気軽にご相談ください。また、予約は不要で、市民の方はどなたでもご利用できます。

◆日時 **2月18日** 木

▶ 10:00～正午 風テラスあくね

▶ 13:00～15:00 鶴川内地区集会施設



## 障がいのある方、企業の方へ

## 障がい者就業・生活支援の出張相談会を開催します

問 ほくさつ障害者就業・生活支援センター ☎ 0996-29-5022

障がいのある方の就職や生活、企業の障がい者雇用について、ほくさつ障害者就業・生活支援センターの職員が、直接、相談に応じます。「就職活動はどうしたらいいの?」、「障がいを理解してもらえない」など、障がいのある方だけでなく企業の方も含め、日々の悩みや困り事がありましたら、ぜひこの機会にご相談ください。なお、相談を希望される方は「ほくさつ障害者就業・生活支援センター（☎ 0996-29-5022）」へ電話でご予約ください。

◆日時・場所 **2月5日** 金 10:00～正午 風テラスあくね

## ミツバチの巣箱を設置されている方は飼育届けの提出が必要です

問 県 北薩地域振興局 農政普及課 ☎ 0996-25-5531

問 市 農政課 農政管理係 ☎ 0996-73-1142

養蜂振興法の改正に伴い、ミツバチの巣箱を設置されている方は、毎年1月末までに蜜蜂飼育届の提出が必要です。

◆提出期限 **令和3年1月29日** 金

◆提出先 県 北薩地域振興局 農政普及課（薩摩川内市神田町1-22）

または 阿久根市 農政課 農政管理係

※様式の配布は、阿久根市農政課でも行っています。

### ◆留意点

- ▶ ミツバチの巣箱を設置している全ての方が対象です。  
（ただし、花粉交配用に使用する時期だけミツバチを飼育される方の届け出は不要です）
- ▶ 令和2年に提出されている方も、今年、引き続き飼育される場合は、改めて蜜蜂飼育届の提出が必要です。



## 農業者年金に加入しませんか

農業者年金は、厚生年金に加入されていない農業者のための国民年金（老齢基礎年金）に上乗せする積み立て方式の公的年金です。

◆ **加入要件** 次の全てに当てはまる方であれば、どなたでも加入できます。

・国民年金第1号被保険者 ・年間60日以上農業に従事 ・20歳以上60歳未満

※農家の世帯主だけでなく、配偶者、後継者、後継者の配偶者など、一人ずつ加入できます。

◆ **保険料** 月額2万円～6万7千円

※上記の範囲で加入者自身が自由に選べます。また、いつでも何回でも変更できます。

◆ **特徴**

◎ **80歳までの保証が付いた終身年金**

年金は、一生涯受給できます。なお、80歳までに亡くなった場合には、80歳までに受け取ると仮定した金額を遺族が受け取ることができます。

◎ **若手の担い手には、保険料の一部補助制度**

一定の要件を満たす39歳までの農業者には、保険料の一部（最大で月額1万円）が国から助成されます。

◎ **脱退、再加入は自由** いつでも何回でも脱退、再加入ができます。

◎ **税制上の優遇措置**

60歳までお支払いいただく毎月の保険料は、その全額が社会保険料控除の対象となります。

※保険料は、次の年の分までを一括して前納することができます。さらに、前納した保険料の社会保険料控除は、前納した年または翌年のいずれかを選択して適用することができます。

◆ **問い合わせ先**

農業委員会事務局（☎ 0996 - 73 - 1249）

J A 鹿兒島いずみ 三笠事業所 金融共済課（☎ 0996 - 75 - 2111）

J A 鹿兒島いずみ 阿久根事業所 金融共済課（☎ 0996 - 72 - 1111）



## 濱風ゆめみらい奨学生を募集します

問 教育総務課 総務係 ☎ 0996-73-1257

市では、医師として診療に従事することを目的に大学の医学部で学ぶ方、外国の大学などに留学する方に対し奨学金の貸し付けを行います。

この奨学金は、本市出身の故人の篤志に基づき創設されたもので、地方の医師不足の解消と海外の大学などに留学し知見を広めていただくことを目的としています。

なお、奨学金の貸し付けを受けることができる学生および生徒は、市内に3年以上在住している方の子です。

◆ **募集期間** 1月15日(金)～2月26日(金) ◆ **申込先** 教育総務課 総務係

◆ **奨学金貸付予定月額** 大学・大学院（医学課程および外国の大学・大学院） 月額10万円

◆ **入学一時金貸付予定額**

国内の大学（大学院）・外国の大学（大学院） 80万円以内、入学に際し、1回に限り貸し付けます。

※入学一時金は、入学一時金だけの貸し付けと修学資金貸し付けとの併用も可能です。なお、この入学一時金については、卒業後、一定の要件を満たした場合、返還が免除されます。（医師として市内で従事した場合は、修学資金を含む）

## 市奨学生を募集します

問 教育総務課 総務係 ☎ 0996-73-1257

市では経済的理由で、修学が困難であると認められる方を対象とした市奨学生を募集します。  
なお、奨学金の貸し付けを受けることができる学生および生徒は、市内に3年以上在住している方の子です。

◆ 募集期間 **1月15日(金) ~ 2月26日(金)** ◆ 申込先 教育総務課 総務係

### ◆ 奨学金貸付予定月額

- ▶ 高等学校・高等専修学校 月額 9千円
- ▶ 専門学校・職業訓練短大 月額 1万8千円
- ▶ 大学・大学院 月額 4万円

### ◆ 入学一時金貸付予定額

#### 大学・専門学校・職業訓練短大

80万円以内（一括振り込みで、修業年限によって3年60万円、2年40万円）とし、入学に際し、1回に限り貸し付けます。

※入学一時金は、入学一時金だけの貸し付けと修学資金貸し付けとの併用も可能です。なお、この入学一時金については、卒業後、一定の要件を満たした場合、返還が免除されます。



## 学校規模適正化基本方針に関する地区説明・意見交換会の開催について

問 教育総務課 総務係 ☎ 0996-73-1257

教育委員会では、令和2年5月に市内の学校の在り方について、基本方針（学校規模適正化基本方針）を示しました。

その基本方針について、本年度2回目の地区説明・意見交換会を下記のとおり開催します。自宅の校区に該当する会場に、ぜひご出席ください。なお、出席される方はマスクの着用をお願いします。また、新型コロナウイルスの感染状況次第では、中止または延期することもあります。

説明内容については、前回と同様になります。ご了承ください。



### ◆ 日時・場所など

日時		会場	対象校区
2月7日(日)	10:00~	山村開発センター	田代小学校区
2月8日(月)	19:00~	尾崎公民館	尾崎小学校区
2月9日(火)		大川小学校 講堂	大川小学校区
2月10日(水)		西目地区集会施設	西目小学校区
2月12日(金)		鶴川内地区集会施設	鶴川内小学校区
2月15日(月)		遠矢公民館	山下小学校区
2月17日(水)		脇本地区公民館	脇本小学校区
2月18日(木)		風テラスホール	阿久根小学校区
2月19日(金)		折多地区集会施設	折多小学校区

※対象校区は目安として示しています。いずれかの会場に出席されても結構です。

## 自宅でできる運動について

問 スポーツ推進課 スポーツ係 ☎0996-73-4649

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、外出する機会が減り、体を動かすことが少なくなっていますか。体を動かしたり、スポーツを行う機会が少なくなると、身体機能が低下するだけでなく、知らないうちにストレスもため込んでしまいます。

そこで、11月1日に開催した「ウォーキング教室」で講師を務めていただいた西山<sup>あきと</sup>明人先生に、自宅でできる運動について、壁などを使ったトレーニングを2つご提案いただきましたので、実践されてみてはいかがでしょうか。

詳しくは、スポーツ推進課（☎0996-73-4649）へお問い合わせください。

### ◆トレーニングを始める前に ワンポイント・レッスン！

#### 「ドローイン」して取り組みましょう

##### ドローインとは？

息を吸っておなかを膨らませ、吐きながらへこませます。おなかと背中がくっつくぐらいにおへそ周りの筋肉を縮めるイメージを持ちます。

インナーマッスルと言われる腹横筋や多裂筋をしっかり使えるようになると体幹をより強化でき、基礎代謝のアップやバランス能力のアップにつながります。



西山 明人 先生

##### ◎効果的な実施方法

- ・1日2回（可能であれば朝・夕）
- ・毎日行う（難しい場合は、週に3・4回程度）

### ◆壁プランク

壁に肘から先をつけて、肩・腰・足首までが一直線に伸びるように意識します。この時、体幹を鍛えるとともに、アキレス腱やふくらはぎを伸ばせる効果があります。



### ◆レッグスイング

脚を1本の棒のように伸ばし、片脚を前後や左右に大きくスイングします。股関節を軸に大きく脚を振ることで、より体幹の強化になります。また、腰を曲げたり、胸を反らしたりしないように気を付けることで、股関節周りの柔軟性を高めることができます。壁や椅子につかまりながらでも構いません。



前後に10回



左右に10回



冬季の省エネ・節電に取り組みましょう！



12月のごみ収集量  
91,549kg (前月比 +2.7%)

問 市民環境課 環境対策係 ☎ 0996-73-1219

冬は、暖房用エアコンなどの使用により、夏と同様に電力の需要が大きくなる季節です。地球温暖化対策として **WARMBIZ (ウォームビズ) に取り組み**、暖房に頼り過ぎないように、省エネ・節電に努めましょう。

- ・暖房時の室温は 20℃を目安に設定する。
- ・高機能素材の下着を選んだり、膝掛けやストールを活用する。
- ・根菜類やショウガなど、体を内側から温めてくれる食材をとる。
- ・カーテンや複層ガラスなどを活用し、暖気を逃さないようにする。



また、一つの部屋や場所に集まることでエネルギーを節約する「ウォームシェア」にも取り組んでみましょう。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、「ウォームシェア」の取り組みの中でも以下のように「新しい生活様式」を意識しましょう。

- ◎ 3密を避けること。 ◎ 手洗い、うがいを実践すること。 ◎ 咳エチケットを徹底すること。 ◎ 室温が下がらない程度に、少し窓を開けて定期的に換気をする事。

【第79回】消費生活コーナー

「占いサイトのトラブル」に  
注意ください



困った時はご相談を！  
阿久根市消費生活センター  
(商工観光課内)  
☎ 0996-73-1114 (直通)  
☎ 0996-73-1211 (内線1113)

全国の消費生活センターなどに、占いサイトやアプリに関する相談が多数寄せられ、その件数は増加傾向にあります。

消費者が無料のつもりで占いサイトなどに登録すると、占い師や鑑定士を名乗る者に「あなたは素晴らしい運をもっている」、「すばらしい異性に会える」などと言われ、複数回にわたって占いや運勢鑑定と称したやりとりを繰り返したものの、結果は得られず、やりとりのために高額なお金を支払ってしまったなどのトラブルがみられます。その他、占いサイトに個人情報を登録した結果、多数の迷惑メールや電話の占いサービスがくるようになったとの相談も寄せられています。

いくつか事例を紹介します。

- ① 「必ず宝くじの高額当選に導く」と言われたが、いつまで経っても当たらない。
- ② 無料と思って占いアプリをインストールしたが、無料は最初の3日間だけであり、その後、高額な料金を請求された。
- ③ 電話の占いで無料時間分だけ利用するつもりが、途中で電話を切ることができず高額な料金を請求された。
- ④ 無料占いサイトに個人情報を入力したら、迷惑メールが大量に届くようになった。

被害に遭わないためには、次のことに注意しましょう。

- ① 無料の占いだからといって安易に個人情報を入力しない。
- ② 占い師などからメッセージが届いても安易に返信しない。
- ③ 占い師などの言葉をうのみにしてやりとりを継続しない。

困ったときは、消費生活センターに相談してください。



## 令和2年分の確定申告について

問 出水税務署 ☎ 0996-62-0200

令和2年分の確定申告については、新型コロナウイルス感染症の感染リスクを軽減するため、ご自宅から申告ができるe-Taxをご利用ください。税務署では、署内の申告会場の混雑緩和を図るため、来署される方は「入場整理券」が必要となります。「入場整理券」は、LINEによる「事前発行」と税務署会場で当日配付する「当日発行」のいずれかの方法により取得できます。

また、公的年金を受給されている方を対象として、令和3年2月16日（火）よりも前から申告相談を受け付けています。なお、「当日発行」については「入場整理券」の配付状況に応じて、後日来場をお願いする場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、国税庁ホームページ「確定申告特集」のURL (<http://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/shinkoku/tokushu/index.htm>) からアクセスするか、右QRコードを読み取ってご確認ください。



## 放送大学の入学生を募集しています

問 放送大学鹿児島学習センター ☎ 099-239-3811

放送大学では、2021年4月入学生を募集しています。

10代から90代までの幅広い世代の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。資料を無料で差し上げています。お気軽にご請求ください。



◆ 出願期間 **2月28日** まで

## 北薩広域行政事務組合だより

問 北薩広域行政事務組合 総務課 ☎ 0996-84-4815

北薩広域行政事務組合の事務局事務所および環境センターの移転に伴い、連絡先などが次のとおり変更になります。なお、移転時期については、それぞれ異なりますのでご注意ください。

### 事務局事務所：令和3年2月1日以降

- ◆ 住所 出水市野田町上名 7918-1
- ◆ 電話番号 庶務係：☎ 0996-68-8854 施設整備係：0996-68-8856 介護認定審査係：0996-68-8857
- ◆ FAX ☎ 0996-68-8754

### 新環境センター（エネクリン北薩）：令和3年4月1日以降（※試運転開始：令和3年3月1日）

- ◆ 住所 出水市野田町上名 7918-1
  - ◆ 電話番号 ☎ 0996-68-8853
  - ◆ FAX ☎ 0996-68-8753
- 令和3年3月1日からの試運転に伴い、令和3年2月1日から3月31日までの間は、現環境センター（☎ 0996-75-0739・FAX 0996-75-0739）および新環境センターの電話・FAXが使用可能です。



## アクネ大使 女優・小川紗良さん 監督作品 映画『海辺の金魚』 阿久根市で完成報告および関係者試写会を開催

女優として活躍されているアクネ大使・小川紗良<sup>さら</sup>さんが監督を務めた初の長編作品・映画『海辺の金魚』の関係者初号試写会が12月5日・6日、風テラスあくねで開催されました。

本作品の主人公は、ある事件で幼い頃に母と離れ、児童養護施設で暮らす少女・花<sup>はな</sup>。18歳の誕生日を迎える彼女が悩みながらも将来と向き合う物語となっており、撮影は一昨年の夏に本市で行われ、子役やエキストラなどで多くの市民が出演しています。

上映後、舞台に立った小川監督は「一番見てほしい阿久根の皆さんにお届けできて、うれしく思います」とあいさつし、撮影に協力いただいた市民に感謝の気持ちや阿久根への思いなどを伝え、最後に「子役のオーディションを東京でも行いましたが、阿久根でオーディションをしたとき、この作品は、阿久根の自然の中で育った子どもたちと一緒にやりたいと感じました。お芝居も未経験で大変だったと思いますが、一緒に楽しく頑張ってくれたたくさんの子どもたちに心から感謝しています」と話されました。

映画は今年の初夏に公開予定です。市民の皆さま、映画館でぜひご覧ください。



舞台であいさつを行う小川監督



※映画の撮影風景（写真：令和元年8月31日 大川地区・霧島神社）

## 北山遺跡現地説明会 ～よみがえる古代の“あくね”～

南九州西回り自動車道の建設に伴い、10月から発掘調査が行われている北山遺跡（山下地区）で12月5日、（公財）鹿児島県文化振興財団「埋蔵文化財調査センター」主催の現地説明会が開催されました。

波留・山下地区は古代律令制の下で英禰<sup>あくね</sup>駅が所在した地域と推定されており、北山遺跡では古代（約1,200年前）、中世（約500年前）を中心とした遺構・遺物が発見され、古代の底付きの掘立柱建物跡や土師器、須恵器、中世の貿易陶磁器や瓦室土器、石鍋、石臼などが出土しています。

説明会には、市内外から約130人が来場し、スタッフによる地層や遺構、出土品の説明などを受けた後、発掘体験などを楽しんでいました。



※遺構の説明



※発掘体験



※出土品展示

## 脇本小学校の児童 保護者や地域の方々の応援を背に脇本海岸を全力疾走

脇本小学校の持久走大会が12月10日、脇本海岸で開催されました。

きらきらと輝く波が打ち寄せる美しい白い砂浜で、1年生から6年生までの児童約180人が、保護者や地域の方々から応援を受けながら、学年ごとに設定されたゴールを目指して一生懸命走りました。

参加した児童は全員が完走し、息を切らしながらも達成感あふれる笑顔を見せていました。6年の草留秀伍くんは「海岸で走る練習を行い、呼吸を乱さないよう意識して一生懸命走りました。去年は2位だったので、1位になれてうれしいです」と話しました。



## 鶴川内小学校の児童 保護者の方々と餅つき体験

鶴川内小学校の全児童16人が12月11日、同校で保護者や先生方と一緒に餅つき体験を行いました。

昨年10月に、児童・保護者・先生方が一緒に収穫した餅米をかまどで蒸し、杵を使って『よいしょっ』と力強く餅をつき、最後はきれいな丸型に仕上げて完成。つきたてのお餅の試食も行いました。

6年の西尾昇造くんは「楽しく体験できました。餅を以前より強くつくことができるようになり、また、餅を丸めるのも先生に教えてもらいながら上手にできました。去年よりも柔らかく仕上がり、おいしかったです」と笑顔で話しました。



## 阿久根小学校の児童 ものづくりや昔遊びを体験

ものづくりに関心をもってもらおうと12月12日、阿久根小学校で「ものづくり体験教室」が開催されました。

同校の6年生72人は、鹿児島県職業能力開発協会の会員である鹿児島県畳工業組合、鹿児島県表具内装組合連合会に所属する“ものづくりマイスター”の方々から丁寧な指導を受けながら、ミニ畳・ミニ屏風<sup>びょうぶ</sup>作りに挑戦しました。ミニ畳作りを行った春田悠太郎くん・山迫伊織<sup>いおり</sup>くん・牟田光我<sup>こうが</sup>くんは「縫うのが難しかったけど楽しかったです。うまく作ることができました。パーフェクトに仕上がりました。将来、和室を作りたい」などと笑顔で話しました。

また、同日、学校応援団の方々で協力のもと「昔遊び体験」が同校体育館で開催され、1年生83人が『こま』『まりつき』『だるまおとし』『はねつき』を楽しみました。古郷春菜<sup>はるな</sup>さんは「こまの投げ方などを教えてもらいました。面白かったです」と笑顔で話しました。



※ミニ畳作り



※ミニ屏風作り



※昔遊び（こま）



## 折多小学校の児童 折多校区の自然を守る会や保護者の方々と餅つき体験

折多小学校の3年生15人が12月12日、同校で折多校区の自然を守る会や保護者、先生方と一緒に自分たちで育てた餅米で餅つきを行いました。

蒸し上がった餅米が冷めないうちに、「よいしょっ」の掛け声とともに力強く餅をついた後、イチゴやきなこ、しょうゆ、のりなど思い思いにトッピングを楽しみながら、『自分たちで作ったものはいつも以上においしく感じる』と、おいしそうにつきたてのお餅を食べていました。竹原絆<sup>まじん</sup>くんは「みんなで田植えから稲刈り、脱穀をしたお米で餅つきができて楽しかったです」と嬉しそうに話しました。



## 坂上鉄夫さん 全国スポーツ推進委員功労者表彰を受賞

スポーツ推進委員として長年活動されている坂上鉄夫<sup>てつお</sup>さん（菟野区）が、（公財）全国スポーツ推進委員連合から「全国スポーツ推進委員功労者表彰」を受賞され、12月14日、市役所で伝達式が行われました。

坂上さんは、昭和61年4月1日から34年間の長きにわたり、スポーツ推進委員として活動。推薦団体である鶴川内校区体育協会をはじめ、市体育協会の発展に尽力されるなど本市のスポーツ振興に寄与されました。坂上さんは「今後も校区体協や市体協の発展のため活動していきたい」と話されました。



## 尾崎小学校と西目小学校の児童 ボンタン狩り体験などで交流

尾崎小学校の児童11人と西目小学校の3・4年生の児童28人が12月18日、尾崎公民館近くの農園でボンタン狩り体験交流学習を行いました。

尾崎小学校で、同校の3年生がボンタンについて調べたことをクイズ形式で発表した後、4つのグループに分かれてお互いに自己紹介。農園に移動後は、所有者の盛永宏史<sup>ひろふみ</sup>さん（尾崎区）から収穫方法などを学び、色や大きさなどを確認しながら楽しそうに収穫を行っていました。尾崎小6年の若松夢空<sup>ゆら</sup>さんは「とても楽しかったです。これまでの交流を通して、たくさんの友達ができました」、西目小4年の高之口穂華<sup>まりか</sup>さんは「頭より大きなボンタンが収穫できて、とてもうれしかったです。新しい友達もできてうれしいです」と笑顔で話しました。収穫後は、ボンタンコンテストや重さ当て大会も開催され、両校の児童は、ボンタンを通じて交流を深めました。





## 鶴翔高校の生徒 紅甘夏の収穫実習で地域に貢献！

鶴翔高校の農業科学科の1・2年生41人と食品技術科の1年生11人が12月21日・22日の2日間、阿久根市内の果樹農家で紅甘夏の収穫実習を行いました。

鶴翔高校の収穫実習は、今年で4回目。生徒は農家の方々に指導を受けながら、収穫や運搬作業に励みました。農業科学科2年の本間涼<sup>りょう</sup>さんは「収穫の際、2回に分けて枝から切り離すことなどを教わりました。また、運搬もあるため、大変な作業であることが改めて分かりました」、同科1年の上村佳聖<sup>けいせい</sup>さんは「初めて体験しました。いろいろ教えてもらい、とても勉強になりました」と話し、指導された松下善三<sup>よしみ</sup>さん（桐野下区）は「この農園では1日当たり約6トン収穫し、運搬を行います。作業もすぐに覚えてとても頼りになります。収穫実習を行っていただき、大変ありがたいです」と話されました。



## 農福連携！ 福祉作業所の方々が果樹の収穫作業を実施

出水市の「指定障害福祉サービス 就労継続支援A型（株）地産地消心のきずな」の利用者・指導員の方々が12月21日から1月中旬にかけて、農福連携の一環として、阿久根市内の果樹農家で紅甘夏の収穫や運搬作業を行いました。

農福連携とは、障がいのある方が農業分野で活躍することを通じ、自信や生きがいを持って社会参画を実現していく取り組みで、障がい者の方などの就労や生きがいづくりの場を生み出すだけでなく、担い手不足や高齢化が進む農業分野において、新たな働き手の確保につながる可能性もあります。近年、全国各地において、さまざまな形での取り組みが行われており、農福連携は確実に広がりを見せています。



詳しくは、農政課 農政管理係（☎ 0996-73-1142）へお問い合わせください。

## 山下小学校の児童 地域住民や保護者の方々と餅つき体験

山下小学校の児童約20人が12月26日、同校で地域住民や保護者、先生方と一緒に餅つきを行いました。

今回の餅つきは、学校・地域・保護者が一緒に子どもたちの教育を進めていくことを目的に今年度設立した「山下地域学校協働会議」が主催。児童は、餅つきに使う道具を学んだ後、せいろでふくらと蒸し上がった餅米を順番に『よいしょっ』と力強く杵でつき、柔らかく仕上がったお餅の出来栄に満足そうな表情を浮かべていました。

2年の宮下洋輔<sup>ようすけ</sup>くんは「とても楽しかったです。杵が少し重かったけど、上手にできました。出来たてのお餅は甘くておいしかったです。またやってみたい」と笑顔で話しました。



※体験後は、つきたてのお餅にしょうゆ・きな粉・あんこをトッピングして試食o(∩-∩)o

## 充実した1日！ 完走歩大会・豊穰祭

**11** 月27日（金）、澄み渡る青空の下で恒例の完走歩大会が行われました。生徒たちは体育の時間を利用して練習を重ね、本番は各々のペースで11kmのコースに挑み、全員が時間内にゴールへとたどり着きました！  
また、同日午後には鶴翔高校伝統の豊穰祭が開催され、伊佐農林高校から購入した豚肉や学校産の米・野菜、実習で作ったタレ・豚味噌を生徒職員で存分に味わいました。

農業クラブ会長の永田あかりさん（高尾野中出身）は「新型コロナウイルスの影響で心配でしたが、無事に開催されて良かったです。命の大切さを実感することができ、素晴らしい経験になりました」と語ってくれました。



## 全国に先駆け、本校で映画「海辺の金魚」試写会

**12** 月4日（金）午後、小川紗良監督の「海辺の金魚」の先行試写会が本校で行われ、小川監督、石井助監督、小出プロデューサーの3人が来校くださりました。

この作品は昨年8月下旬に本校で撮影が行われ、見慣れた校舎や水田、さらには鶴翔の制服に身を包んだ主人公が登場し、大変盛り上がりました。試写会後に、監督から映画への思いや映画を支えてくれた人々への感謝の言葉をいただきました。撮影に関わった生徒たちからの質問タイムも設けられ、3人から仕事への熱い情熱や高校生の生き方についてお話をいただきました。

映画は今年の初夏公開されるそうですので、ぜひ応援をよろしくお願いします！



## 修学旅行 ～ 鹿児島魅力再発見の旅 ～

**2** 年生の一大イベントである修学旅行が、12月8日（火）～10日（木）の日程で実施されました。目的地は、当初予定していた関東方面から県内（霧島・指宿）に変更となりました。曾於市のフォレストアドベンチャーや錦江湾遊覧クルーズ、平川動物公園など屋外での活動も多く、天候にも大変恵まれ生徒たちは友情を育みながら満喫していました。最終日に訪れた知覧特攻平和会館にて講話を聞いた川床予里菜さん（出水中出身）は「同世代である少年飛行兵の写真を見て涙が止まらなかった。今一度戦争と平和、そして命の尊さについて考えてみようと思いました」と話してくれました。

鹿児島の歴史や自然を肌で感じ、ふるさとの魅力を改めて実感することのできた3日間となりました。



# みんなのうた

## 短歌（阿久根短歌会）

手作りのミニ門松の出来栄えを  
自画自賛す令和三年

野村 克枝

公園を走る若者風のやう

佐潟 俊子

ほのかに匂ふコロンの香り

夕映えの小枝に憩ふ水鳥は

宮内スマエ

刈り取り終えし田の面をみつむ

枯れすすき風に誘はれ野に舞ひぬ

別府 義明

「春の小川」の楽譜のやうに

## 俳句（阿久根俳句会）

逝く年や自分史いまだ未完成

大漣 克義

子のメールに背中押されて年の暮

川畑 京子

変哲も無き波音に年惜しむ

下藪 沙津

病癒へ酒もほどほど年の暮

谷口 俊明

## 薩摩狂句（阿ん文旦会） 題「帰省」

帰省計画 コロナが潰た 親孝行

大田盛そば

【唱】心は届とつて来年ゆっく帰省やんせち婆が

【投稿先】〒899-1696 阿久根市鶴見町200番地「阿久根市総務課『広報あくね みんなのうた』コーナー」まで  
氏名（ペンネーム可）・住所・電話番号・年齢・性別をご記入の上、郵送またはメールでお寄せください。  
【メール】hishokoho@city.akune.kagoshima.jp 【電話】0996-73-1208 ※紙面の都合上ご紹介できない場合があります。

## 図書館だより

☎ 0996-72-0607  
🕒 9:00 ~ 19:00  
📅 原則月曜日

### <2月の行事>

6日（土）バンビ教室  
20日（土）映画会

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になる場合があります。

### <令和2年度 図書館まつりについて>

今年度は古本の無料配布のみ下記の日程で開催します。  
日時：1月31日（日）9：00～11：00  
場所：風テラスあくね

※マスク着用など感染対策へのご協力をお願いします。  
同会場にて阿久根市小中学校多読賞受賞者おすすめ図書も展示しております。開催時間を長くしておりますので、ごゆっくりお楽しみください。

### 新刊 『教室に並んだ背表紙』 相沢 沙呼（著）



わたしは欠陥品なのかもしれない。中学校の“図書室”を舞台に、ままならない思春期の友人関係や未来への漠然とした不安、揺れる心模様を繊細に描く、全6編の連作短編集。

### 新刊 『今度生まれたら』 内館 牧子（著）



夫の寝顔を見ながら「今度生まれたら、この人とは結婚しない」とつぶやいた70歳の夏江。何の不满もない老後だが、人生の選択はこれでよかったのかと自らに問い…。

### 新刊 『ブラック・ショーマンと名もなき町の殺人』 東野 圭吾（著）



ほとんどの人が訪れたことのない平凡で小さな町。寂れた観光地。ようやく射した希望の光をコロナが奪い、さらに殺人事件が発生。颯爽とあらわれた黒い魔術師が知恵と仕掛けを駆使して、犯人と警察に挑む。

### 新刊 『怪物園』 junaida（著）



怪物園は怪物たちをのせて、長い旅を続けています。ある夜、怪物園から抜け出した怪物たちは、街の通りを行進し始めたのです。外で遊べなくなり、すっかり退屈した子どもたちは、空想の旅に出かけることに…。

※うぶごえ・おくやみは、個人情報のため掲載していません。  
ご了承ください。

# 阿久根

鶴川内小学校 6年  
入尾野心優くん



ぼくが心に残っていることは、修学旅行です。熊本に行きました。熊本城は、敵の侵入を防ぐしかけがたくさんあって驚きました。

ぼくの将来の夢は、サッカーで注目される選手になることです。そのため勉強とサッカーを両立させたいです。

願っております。寒い日がまだまだ続きます。皆さま、体調管理に気を付けて、元氣にお過ごしください。さて、現在、阿久根市役所では庁舎の改修工事を進めています。この工事に伴い、市民ホールへ仮設の壁が設置されました。そこで、この壁を利用して、現在整備が進んでいる南九州西回り自動車道の整備効果や整備状況を来庁された市民の皆さまへPRするためのパネルを設置しました。ご来庁の際は、ぜひご覧ください。(脇園)



彼氏連れ 帰省つ電話い 家族は騒動 尻無八夜

◀ 令和3年3月頃まで展示予定です。



読者のお便り紹介



山下小学校 家庭教育学級

12月2日(水)、山下小学校で家庭教育学級を行いました。

出水市教育委員会生涯学習課の古市安治先生を講師としてお招きし、「人権同和教育」について理解を深めました。会の冒頭、古市先生より、「隣

の方とじゃんけんしてください」と突然のご発言に戸惑いながらもじゃんけんをするお母さん方。わずか数分もしないうちに教室が笑いに包まれ、和やかな雰囲気になりました。しばらくして、先生からの一言「お忙しい毎日ですが、5分でよいから、お子さんと遊んでください」。

皆さん、うなずきながら話を聞いていらっしゃいました。

その後、「しゃぼん玉」などの歌をアコーディオンで演奏しながら歌詞の意味を考えることを通して、人権について深く学ぶことができました。1年生児童の保護者の寺地和美さんは「人に対するものの捉え方、見方などを考える有意義な時間を過ごさせていただきました。今後の生活にぜひ生かしていきたいと思います」と感想を話してくださいました。



2月17日(水)発行予定です。

人のうごき (12月31日現在)

		前月比
人口	19,842人	(-24)
男	9,381人	(-13)
女	10,461人	(-11)
世帯数	10,032世帯	(-13)
●出生	12人/●死亡	33人
●転入	45人/●転出	48人

※うぶごえ・おくやみは、個人情報のため掲載していません。ご了承ください。

令和2年度阿久根市自主文化事業 **アクネ大使音楽フェスティバル**

- ◆日時・場所 **1月24日** 日 14:00～(開場13:00) 風テラスあくね
- ◆チケット(全席自由席) 一般・高校生:500円 中学生以下:無料
- ◆チケット販売所

風テラスあくね(市民交流センター) 阿久根市役所 阿久根市立図書館  
ブックセンター書林 富浜書店 にぎわい交流館阿久根駅(阿久根屋)

昨年予定されていたアクネ大使によるコンサートです。  
新型コロナウイルス感染症のため延期していた待望のコンサートが実現しました。  
アクネ大使のアクネ大使による阿久根のための音楽祭!  
アクネ大使夢の共演によるコンサートにぜひお越しください。

問 生涯学習課  
☎ 0996-72-1051



令和2年度阿久根市自主文化事業 **リチャード&ミカ・ストルツマン デュオリサイタル**

- ◆日時・場所 **2月13日** 土 14:00～(開場13:00) 風テラスあくね
- ◆チケット 一般 前売り:3,500円 当日:4,000円  
(全席自由席) 高校生以下 前売り:1,500円 当日:2,000円
- ◆チケット販売所

風テラスあくね(市民交流センター) 阿久根市役所 阿久根市立図書館  
ブックセンター書林 富浜書店 にぎわい交流館阿久根駅(阿久根屋)  
チケットぴあ(Pコード191-489)

グラミー賞を2度受賞し、さまざまなジャンルの批評家や聴衆から圧倒的な支持を受け活動中。また、ミカ・ストルツマンは熊本県天草市からニューヨークに移住し、ニュージャンルのマリンバ奏者として、幅広い演奏活動を展開しています。

問 生涯学習課 ☎ 0996-72-1051



令和2年度阿久根市自主文化事業 **純名里沙コンサート**

- ◆日時・場所 **2月21日** 日 14:30～(開場13:30) 風テラスあくね
- ◆チケット 一般 前売り:2,500円 当日:3,000円  
(全席自由席) 高校生以下 前売り:1,500円 当日:2,000円
- ◆チケット販売所

風テラスあくね(市民交流センター) 阿久根市役所 阿久根市立図書館  
ブックセンター書林 富浜書店 にぎわい交流館阿久根駅(阿久根屋)

宝塚歌劇団に首席で合格し、現在、歌手としてオーケストラとのホールコンサートからギターやピアノとのデュオライブまで、そして、女優として精力的に活動中。

問 生涯学習課 ☎ 0996-72-1051



**岩崎善徳不動産・行政書士事務所**  
代表 岩崎善徳  
阿久根市大丸町3-14 ☎0996-68-8484

- \* 不動産に関してご相談ください。(鹿児島県宅建協会所属)
- \* 各種行政手続・相談業務もお気軽にお問い合わせください。(鹿児島県行政書士会所属)
- \* 不動産情報に関しては下記もご覧ください。  
URL <https://iwasaki-zenfudousan.jim dofree.com/>

**出水法律事務所**  
弁護士 米田圭吾 (鹿児島県弁護士会所属)  
鹿児島県出水市昭和町3-24  
0996-79-3535  
初回の相談料は1時間まで無料です  
月曜日～金曜日 午前9時30分～午後5時まで  
相続、離婚、借金、労働、交通事故、その他幅広い分野を取り扱っております。お困りのことについて、お気軽にご相談ください。まずは、お電話でご予約ください。