

広報あくね 2026年9月号(9月15日発行) / 通巻第956号

帰ってきたくなる 行ってみたくなる 東シナ海の宝のまち

阿久根



わたしたち、イワシ育ち。

9

主な記事

(特集) 阿久根とイワシ	2
阿久根みどこい祭り案内	8
第28回あくね洋画展	10
阿久根の伝統華の50歳組	13

2026 No.956

Photo イワシ、いただきます

特集 阿久根とイワシ

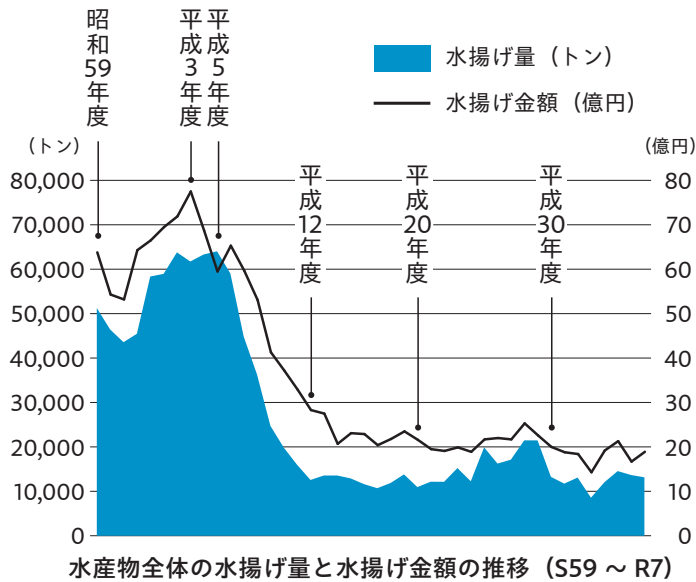
阿久根の沖合には、世界最大の暖流「黒潮」の分流である「対馬海流」が流れ込み、イワシやアジ、サバ、ブリなどが群れをなしてやってきます。そして日本三大急潮「黒之瀬戸」では、激しい渦潮が海底の栄養を巻き上げ、豊富なプランクトンを発生させて海を豊かに育みます。そこへ注ぎ込むのが、山々のミネラルを含んだ八代海の内海の水。外洋の力強い「黒潮（対馬海流）」と栄養豊かな「内海の水」。性質の異なる2つの海が阿久根沖で激しく交わり、エサが豊富で多くの魚が集う豊かな海を作り出しています。

この恵まれた漁場を背景に、阿久根は古くから北薩を代表する漁港として発展してきました。江戸時代に薩摩藩が編纂した『三國名勝図会』にも、阿久根には大船が停泊できる港があり、魚や貝などの海産物が豊富に獲れる土地であったことが記されています。なかでもイワシは、県内1位の水揚げを誇り、阿久根の水産業の発展を支え、まちの歴史とともにある魚です。



阿久根は江戸時代から海運業で栄え、海と暮らしをともにしてきました。戦後には、漁法や漁具の改良が進み、船も動力船へと移行。水産物への需要が高まる中、当時の阿久根市漁協は魚市場の拡大などの整備を進め、昭和46年には九州でも初といわれる最新式の冷凍冷蔵庫を市が設置するなど、水産業の基盤を整えていきました。

こうした取り組みを背景に、水揚げは徐々に増加し、平成3年度の水揚げ金額は過去最高の77億5千万円を記録。水揚げ量では、平成5年度に過去最高の約6万4千トンを記録し、阿久根の水産業は大きな活況を迎えます。



この中でも、イワシ類は約32%を占め、主要な魚種であったことが伺えます。



豊漁に沸く魚市場

根といえば「イワシ」と、イワシは阿久根の名を全国へ届ける存在となりました。



上) イワシのふるさと便発送作業
下) 第1便出発式 (平成7年)

昭和62年、市・漁協・郵便局が一体となり、獲れたてのイワシを全国に届ける「イワシのふるさと便」が始まりました。発送作業は市職員や漁協関係者が総出で早朝から始まり、港には活気があふれました。1箱4kgのイワシを箱詰めして全国へ発送。初年度は約1万8千箱、4回目の平成2年には約4万5千箱にまで増加。新鮮で手頃な阿久根のイワシに、市内の小学生が書いた「イワシだより」を添えて届ける取り組みは全国から大きな反響を呼び、昭和62年から平成7年までの9年間で、約31万箱が全国各地へ届けられました。郵便局内に設けられた事務局には全国から電話が相次ぎ、職員が息つく間もないほどのにぎわいだったといえます。「阿久

しかし、過去最高の水揚げを記録したその翌年から、イワシの水揚げは減少の一途をたどります。イワシのふるさと便は、平成7年の全9回をもって終了。平成12年度の水揚げ量は約1万3千トンと、ピーク時の約2割にまで減少しました。イワシが獲れなくなると、その影響は漁業だけに留まらず、魚を買い付ける仲買や水産加工、流通など、魚を取り巻く地域の産業にも影響が広がっていきました。

水揚げ量だけを見れば、阿久根の水産業は大きく変容しましたが、それでもイワシをはじめとした新鮮な魚介類や、旨味を凝縮させた丸干しなどの加工品を全国へ届ける営みは形を変えながら今も受け継がれています。

私が漁師になった 35 年前は、魚が豊富に獲れていて、「漁師になれば一生食いっぱぐれない」と言われた全盛期でした。昔は水産業が阿久根の主要な産業で、みんなが誇りをもって仕事をしていました。その伝統を受け継ぎ、北さつま漁協青壮年部では、磯焼け対策としてウニの密度管理や食植性魚類の駆除、イカシバの設置など海の環境を守る活動に取り組んでいます。阿久根の海は、東シナ海の外海と八代海の内海、そして黒之瀬戸の急な潮流の三つの違う環境が合わさっています。潮の流れも速すぎず、遅すぎずでちょうど良く、魚の身が締まりすぎることも、脂が乗りすぎることもない。その絶妙なバランスが「阿久根の魚はおいしい」と言われる理由だと感じています。今は失われつつありますが、昔はどの家庭にもその家なりの魚のさばき方や、つけあげの味がありました。地域の食文化を守り、阿久根の海と水産業を未来へつないでいくために、阿久根の魚を食べてそのおいしさや価値を地元の皆さんに知っていただきたいです。

あつし
洲崎 篤 さん

智実丸、北さつま漁協青壮年部長



まさひろ
下園 正博 さん

株式会社下園薩男商店 代表取締役社長

40 年～50 年前、マイワシがたくさん獲れて、それを大量に出荷することで丸干しが盛んになりました。その後、マイワシがパタッと獲れなくなって、漁師と丸干し屋が話し合い、まだ獲れていたウルメイワシの付加価値を上げようと始まったのが「朝獲れ」です。明け方に獲るウルメイワシは、お腹の中にエサのアミがなく、丸干しにすると苦みが少ないため、きれいに仕上がります。「アミ食っていない鮮度の良いウルメイワシだったら最高の丸干しができる。そんなウルメだったら高値で買い付ける」という話から始まりました。そこから「阿久根の丸干し、ウルメイワシはおいしい」と価値も上がり、一番多いときで丸干し屋は 40 軒ほどいました。丸干し屋がこれだけ集まり、朝獲れに限定しているのは全国で阿久根だけです。しかし最近はウルメイワシが減り、マイワシが増えてきたため、「ウルメイワシの丸干し屋」から「イワシを扱う会社」という風に再定義して、商品を模索していく必要があります。阿久根と丸干し屋はイワシで成り立ってきたからこそ、この土地に根付いたものを大事にして、時代に合わせて価値を高め、これからの時代にも残していきたいですね。





北さつま漁協女性部では、小学生やその保護者を対象に、魚のさばき方や魚料理のおいしさを伝える活動を行っています。最初は、魚のわた（内臓）を見て、「気持ち悪い」と怖がる子どもたちも、さばいていくうちに「自分でもっとやりたい」と積極的になり、自分でさばいた魚を食べると、みんな「おいしい」と喜びます。魚をさばくのは難しそうに思われますが、三枚おろしには包丁を数回入れるだけで半身が取れる簡単な方法もあります。さばき方や調理法を工夫すれば、骨ごと食べることができたり、煮付けや素揚げなど、手間のかからない料理もさまざまあります。魚食を根付かせるためには、子どものうちから魚を食べる習慣があることが大切で、親御さんが食卓に魚を出していただく必要があります。阿久根の魚は、質の良い脂が乗っていて、あっさりといくらでも食べられます。阿久根に住んでいるなら、地元で水揚げされた新鮮な魚を食べないのはもったいないです。将来、阿久根を離れても「阿久根の魚はおいしかった」と思い出してもらえたらうれしいですね。

前田 恵子^{けいこ}さん
北さつま漁協女性部長

夫が仲買をしていて、うちでは子どもが小さい頃から魚を食べてきたので、「魚と肉だったら魚が好き！」と言うほどみんな魚が大好きなんです。刺身が好きな子もいれば、フライが好きな子、焼き魚や煮付けが好きな子もいて、魚が食卓に出ると「やったー！」って喜びます。特に刺身はすぐになくなりますね。焼き魚だと、骨をきれいに取って頭の中まで食べています（笑）小さい頃から食べているから、魚をきれいに食べることも自然と身についたのだと思います。阿久根は新鮮な魚が身近にあるので、ありがたい環境ですよ。子どもたちに魚を食べてもらうなら、フライが一番食べやすいです。うちでは切り身を醤油、ニンニク、砂糖、ごま油、お酢に漬け込んでフライにします。生臭さも飛ぶので、子どもたちもたくさん食べてくれます。イワシなら手開きもできるので、休みの日に子どもたちと一緒にたくさん作るのもいいですね。刺身なら生姜醤油で食べてもおいしいし、余ったらフライにしてもいい。イワシは安いので、子どもと一緒に魚を触って料理するには、やりやすい魚だと思います。

濱崎 かすみ^{たかし}さんご家族

敬史さん、明子^{あきこ}さん、咲良^{さくら}さん、心敬^{みのり}さん、敬仁^{はやと}さん



阿久根の水産業の行方



阿久根といえば、やっぱりイワシでしょう。昔はイワシがたくさん獲れて、水揚げも77億円ありました。イワシは昔から30年～35年周期と言われていて、近年、イワシがまた獲れ始めています。自然が相手なので絶対とは言えませんが、今後も豊漁が続けばと期待しています。しかし、せっかく魚が獲れても、陸上で受け入れられなければ意味がありません。そのため、今後は北さつま漁協として、フィッシュポンプ※をもう1台増やしたり、急速冷凍庫や氷の貯蔵設備の整備、老朽化した設備の更新などの受け入れ体制を整えていき、阿久根にもっと水揚げしてもらえるような環境をつくっていきます。組合員も高齢化・減少していますが、私としては、阿久根をもう一度、30億、40億円の水揚げがある港まで持っていきたい。阿久根に活気を取り戻し、漁業に携わる関係者の生活が豊かになることで漁協も職員も元気になって、それが地域の活性化につながればいい。単純なことですけど、そこを目指しています。阿久根の水産業を、もう一度盛り上げていきます。

※魚を海水と一緒に吸い上げ、船から素早く水揚げするための機械

鶴長 洋一^{よういち}さん

北さつま漁業協同組合 代表理事組合長

イワシは栄養もすごい！

DHA・EPA … 血中の中性脂肪を減らす
カルシウム … 骨や歯を丈夫にする
たんぱく質 … 健康な体をつくるもと



冷めてもおいしいので、
お弁当に入れても○！

食改さん考案！イワシレシピ

材料（2人分）

- ・イワシ … 2匹
- ・塩 … 少々
- ・こしょう … 少々
- ・カレー粉 … 小さじ1
- ・マヨネーズ … 大さじ2
- ・パン粉 … 適量
- ・サラダ油 … 小さじ2

作り方

- ① イワシは頭を落としてワタを除き、手開きする。
- ② ①に塩、こしょうを振る。10分ほど置いたら水分をふき取る。
- ③ マヨネーズとカレー粉を合わせて、開いたイワシの上に塗り、パン粉をかける。
- ④ 耐熱容器に③を並べてサラダ油をまわしかけ、200℃のオーブンで10～15分程度焼く。

マイワシ

えらぶたに
骨質の筋がある

からだに黒色斑が並ぶ



体の黒い斑点が特徴。20cmほどのものは大羽イワシとも呼ぶ。節分に柊の葉に刺して邪気を払う習慣も。

YouTube



東京・銀座、赤坂で和食店を営む、阿久根グループ代表でアクネ大使の松本康太郎^{こうたろう}さんが、イワシの手開きや料理を動画で紹介中！

10月4日は イワシの日

阿久根のイワシを食べよう!



令和7年度イワシの日絵画コンクール最優秀賞作品 『イワシとなかよし』

魚離れが進み、イワシが地元の特産品だということを知らない子どもたちが増え、大人で丸干しの食べ方を知らない人もいて、自分たちにとっては当たり前だっただけにショックでした。まずはイワシを知って食べてもらおうと、漁師、丸干し屋、資材屋、市と「イワシー家」を結成しました。10月4日のイワシの日に合わせて学校給食に丸干しを提供したり、絵画コンクールも開催しています。活動4年目になり、子どもたちから「イワシちょうだい」と言われるようになって、ビックリするほど反応が変わりました。皆さんには、阿久根には全国に誇れるイワシがあるんだということを知って、阿久根を好きになってもらいたいです。イワシだけでなく、アジやウニ、伊勢えびもあります。そうした阿久根の海の幸が、何か一品でも食卓にあったらいいですね。



イワシー家 代表
こうへい
尻無 公平 さん
有限会社 鈴木海産

カタクチイワシ

片方の口が
大きい



..... 背部は黒い

苦みが強いのが特徴。稚魚はちりめん、成魚は煮干しなどに加工され、養殖魚のエサにも用いられる。阿久根ではタレとも呼ばれる。

ウルメイワシ

ウルウルした
大きな目



腹部にかたい
..... うろこがない

脂が少ないのが特徴。乾燥させたものは噛むほど旨味が出る。長時間乾燥させたものを上乾、目を串で抜いて吊り干しするため目抜きともいう。

うんまか! おどっか!
見上げっか!

阿久根 みどこい 祭り

ことしはBBQも楽しめる
「うんまかストリート」開設!

★2026年10月10日(土)・11日(日)2日間開催★

新登場!

10日 「うんまかストリート」
(土) 10:00~17:30

本町通り

10日 「パレード・ハンヤ総踊り」
(土) 15:15~17:15

国道3号

11日 「花火大会」
(日) 18:30~19:30

阿久根新港外港

主催:阿久根みどこい祭り実行委員会(阿久根市役所商工観光課内)

AKUNE 2026.09

8



阿久根みどこい祭り

2026年10月10日(土)



市観光サイト

うんまかストリート

本町通りでは、赤瀬川六尺棒踊りやバルーンショー、市民カラオケ大会（事前エントリー制）など、さまざまなステージイベントを開催します。

また、阿久根グルメや食材・特産品の販売のほか、浜焼き・BBQコーナー（有料・予約制）も設け、「食のまち阿久根」の魅力を存分に堪能できます。

- 10:00～ オープニング
- 10:10～ Vivace（ヴィバーチェ）【ダンス】
- 10:45～ NOS（ノス）【ダンス】
- 11:15～ ひらり音楽教室【合唱・歌唱】
- 11:50～ 赤瀬川六尺棒踊り【郷土芸能】
- 12:10～ ゆうき&リリー【バルーンショー】
- 13:10～ 恋kiダンシング【ダンス】



- 13:40～ 市民カラオケ大会【歌唱】
～15:00 ステージイベント終了

市民カラオケ大会出場者募集中!! (9/25まで)

浜焼き・BBQ席事前予約受付中!! (9/25まで)

※詳しくは、市観光サイトをご覧ください。

- 17:15～ ハンヤ踊りコンテスト表彰式
～17:30 イベント終了
～19:00 交通規制

パレード・ハンヤ総踊り

国道3号線（阿久根小学校前～大丸町交差点）では、神輿や園児たちの演奏によるパレードを皮切りに、阿久根ハンヤ節や鹿児島おはら節の生演奏に合わせて、「ヨイサー!ヨイサー!」の掛け声とともに市民総出で踊ります。

また、総踊りコンテストも開催され、優秀な団体には表彰が行われます。

- 15:15～ 神輿・音楽パレード
- 16:00～ 総踊り 第1部
阿久根ハンヤ踊り（15分）（休憩10分）
- 16:25～ 総踊り 第2部
鹿児島おはら節（15分）（休憩10分）
- 16:50～ 総踊り 第3部
阿久根ハンヤ踊り（20分）
- 17:10～ 結果発表

【お問い合わせ先】

阿久根みどこい祭り実行委員会
（阿久根市商工観光課内）

電話0996-73-1114



2026

みどこい祭り花火大会

2026年10月11日(日)18:30～19:30



花火大会の会場図・駐車場は、阿久根商工会議所ホームページをご確認ください。



商工会議所サイト

中止・延期は防災行政無線及び市観光サイト等に掲載します。

※予備日（花火大会のみ）2026年10月17日(土)

第28回
あくね洋画展

一般・高校生の部
あくね洋画大賞



『断層～裂界～』
松下幸男（阿久根市）

< 審査講評（抜粋） >

大きな3つの塊を左、上、右半分と配置し、その中にZの形にブルーの色を入れている構成が良い。暖色と寒色が織り交ざり、見ていて傑作だと思う。



『一撃粉碎』
山本京子（水俣市）

阿久根市議会議員賞



『兆』
福原彩（鹿児島市）

阿久根市長賞



『安曇野』
戸子田玲子（さつま町）

委嘱作家賞



『微眠』
梅ヶ谷志織（鹿児島市）

阿久根市教育長賞



県美術協会賞

『復興の街角』
蓮池洋久(伊佐市)



南日本新聞社賞

『追憶』
大山さゆり(鹿児島市)



阿久根市文化協会長賞

『FBB V〜イワシボンタン熱いぞ阿久根』
若松智仁(霧島市)



高校生賞

『清澄』
玉利百花(出水高2年)



高校生賞

『彼岸の夜』
木下未羽(出水高1年)



高校生賞

『逢空』
出水優希菜(出水商業高3年)

今年で28回目を迎えた「あくね洋画展」。小中学生から一般まで、1144点もの作品が寄せられ、市内をはじめ県内外からも多くの作品が集まり、県内でも歴史ある洋画展として親しまれています。

人物や風景、身近な暮らしなど、それぞれの視点で描かれた多彩な作品が会場を彩り、数多くの力作が9月6日まで展示されました。8月29日にはオープニングセレモニーと表彰式が行われ、式典後には前田友幸先生によるギャラリートークも開催。作品の見どころや技法についての解説に耳を傾けながら、来場者は一つ一つの作品をじっくりと鑑賞しました。



作品数

一般・高校生の部 162 点 / ジュニアの部 982 点

審査員

武田 信雄 / 桶田 洋明 / 前田 友幸



ジュニアの部 特別賞受賞者

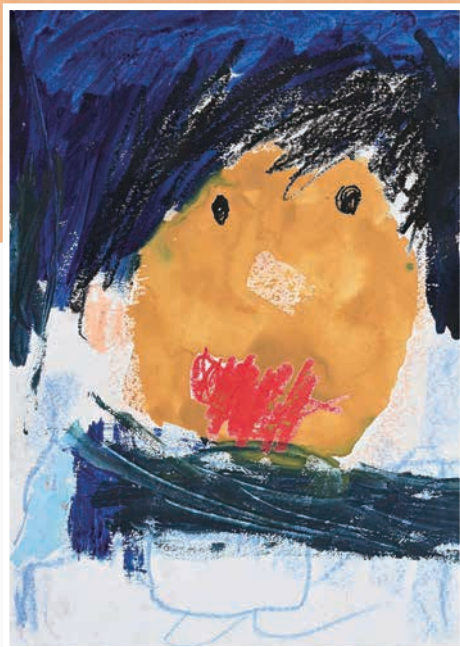


一般・高校生の部 特別賞受賞者

第28回
あくね洋画展

ジュニアの部
あくね洋画大賞

ジュニアの部に審査講評はありません。



『うんていをがんばるぼく』
溝下颯人 (鶴荘学園2年)



『6年間見てきた景色』
佃拓翔 (粟ヶ窪小6年)

阿久根市議会
議長賞



『黄金の鯉』
塩屋維将 (川内南中1年)

阿久根市長賞



『しろくま』
築瀬暖 (阿久根小2年)

南日本新聞社賞



『ぼくの町の出水駅』
井上雅斗 (米ノ津東小4年)

阿久根市文化協会
会長賞



『何げない場所』
谷口紘大 (川内南中3年)

県美術協会賞

55歳で迎えた 5年越しの「華の50歳組」

令和3年度対象者「華の50歳組」歓迎レセプション

「華の50歳組」は、50歳という節目の年に、全国各地から阿久根に集い母校の運動会で走り、旧交を温め、同級生の絆を深める阿久根特有の伝統行事です。同級生が一堂に会し互いの無事を喜ぶとともに、亡き恩師や友人を慰霊します。

新型コロナウイルス感染症の影響により開催できなかった令和3年度対象者「華の50歳組」歓迎レセプションを8月8日に開催しました。本来であれば、50歳を迎えた年に母校の運動会で再会し、同級生たちと節目の年を祝う予定でしたが、感染拡大により実現できませんでした。その後、代表者らが協議を重ね、5年の時を経て55歳となった今年、歓迎レセプションが実現しました。久しぶりに顔を合わせた参加者たちは、懐かしい思い出を語り合ったり、近況を報告したりしながら、旧友との再会を喜びました。



フォトギャラリーはこちら ▶

阿久根の伝統

華の 50歳組

対象者・参加者数

- 対象者 462人（うち故人 12人）
- 参加者 180人
（市内 67人・県内 56人・県外 57人）





熊本県内に職員を派遣

令和8年熊本地震 被災地を支援しています

7月28日に最大震度7を観測した「令和8年熊本地震」により、熊本県内では甚大な被害が発生しました。被災された皆さまに、心からお見舞い申し上げます。

本市では、被災地の一日も早い復旧・復興を支援するため、八代市・人吉市への給水支援、八代市への避難所運営業務、阿久根地区消防組合による緊急消防救助隊の救助活動を実施しています。

被災地では、今も多くの方が不安な生活を送っています。市では、被災地の状況や必要とされる支援を把握、関係機関と連携し、継続的な支援を続けてまいります。



描く楽しさを学ぶ

子どもスケッチ教室を開催



市教育委員会主催で、7月と8月に「子どもスケッチ教室」を開催し、市内小学生38人が参加しました。下絵・彩色・仕上げなどを山元敏弘先生（阿久根絵画会会員・あぐね洋画展招待作家）と山元智子先生が丁寧に指導し、最終日には、完成した作品の工夫したポイントなどを一人ずつ発表しました。

参加した阿久根小学校3年の黒神俊太さんは「色を塗るのが難しかったけど、絵を描くのは楽しかった」。佐藤太陽さんは「先生に教えてもらって上手に描けました。来年も参加したいです」と笑顔で話しました。

地域防災力を強化

三笠分団古里班に最新型の普通消防積載車を配備

配備から28年が経過し、老朽化が進んでいた三笠分団古里班の普通消防積載車を、電源立地地域対策交付金を活用して最新型の車両に更新しました。今回、配備した車両は、四輪駆動のディーゼルエンジン車で走破性に優れており、若年の団員でも容易に運転ができるよう、オートマの車両（AT車）となっています。

車両には、火災現場などで必要な資機材を積載しているほか、照明類を全てLED化するなど団員の安全確保、迅速な現場活動が可能な仕様となっており、地域防災力の向上が期待されます。



地域課題への理解深める

区長連絡協議会研修会を開催

8月12日、風テラスあくねで令和8年度阿久根市区長連絡協議会研修会を開催し、各区長が出席しました。

前半は、鹿児島県の「県政出前セミナー」を活用し、県環境林務部から「ごみ減量化対策、各種リサイクル制度」をテーマに、容器包装や家電、自動車リサイクル制度の説明のほか、県内他自治体の事例や本市の海岸漂着物ごみについての説明がありました。

後半では、区の高齢化が進む中で新たな課題となっている「身寄りのない方への支援」として市の関係課が説明を行い、参加者は理解を深めました。



Welcome, Teacher Mitchell!

Mitchell Taylor

ミッチェル・テイラー 先生

出身 カナダ オンタリオ州カレドン

趣味 バスケットボール・ホッケー・ラクロス・サッカー・バドミントンなどのスポーツ、料理、写真撮影

好きな食べ物 パスタ、バーベキュー、お寿司

阿久根の印象 美しい景色に恵まれた海沿いの町

A
L
T
の
紹
介

こんにちは！ミッチェル・テイラーです。
将来のために、地球環境をどう守るかを勉強しています。スポーツが大好きで、特にホッケーが好きです。阿久根の皆さんと交流しながら多くのことを学ぶとともに、カナダについてたくさん伝えたいと思います！この機会はまさに夢の実現なので、全力で頑張ります！

Thank you, Teacher Theo!



1年間ありがとうございました。
阿久根の皆さんのおかげで、楽しく過ごすことができました。
このまちの素敵な自然、食べ物、そして優しい皆さんのことを忘れません。児童生徒の皆さん、勉強を頑張ってください。

「to the Next」～次に向かって～
「for the Next」～次のために～

西平良将 市長の主な活動

市ホームページもご覧ください。

阿久根市 市長の活動報告

検索

8月

8月 活 動 内 容

1日 第49回泉佐野郷土芸能の集い（大阪府泉佐野市）

令和8年度北薩地域農業を語る会

3日 (株)太田電機工業所寄付贈呈式

5日 「道の日」奉仕作業出発式

8日 令和3年度対象者「華の50歳組」歓迎レセプション

令和8年度「海の日」にかかる感謝状伝達式

10日 令和8年度「サンセット牛之浜景勝地」の道の駅整備促進協議会総会

17日 令和8年度第2回原子力安全対策連絡協議会（鹿児島市）

19日 令和8年度第2回鹿児島県市長会定例会（出水市）

関連
8月10日

令和8年度「海の日」にかかる感謝状伝達式

西平市長は、阿久根市救難所長として15年間にわたり海難救助活動に尽力した功績が認められ、第十管区海上保安本部から感謝状が贈られました。当日は、平川串木野海上保安部長が来庁され、贈呈式が行われました。



西平市長の病気療養について

西平市長は、消化器系の病気の治療のため、医師の診断に基づき8月後半から1カ月程度療養に専念することとなりました。療養期間中も、市長としての意思決定が可能であることから、職務代理者は置かないこととしております。療養期間中の市政運営につきましては、市長と必要な連絡を取りながら、副市長を中心に職員が一丸となって業務にあたり、市民サービスに支障が生じないよう、万全を期してまいります。

市民の皆さまにはご心配をおかけいたしますが、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



工事の様子をご紹介します

新図書館の建設現場では、基礎配筋（基礎の鉄筋組み立て）作業を行っています。

基礎配筋は、建物の重さや地震による力を地面に伝え、建物の傾きや沈下を防ぐ重要な役割を担っています。

圧縮に強く引っ張りに弱い 引っ張りに強く圧縮に弱い

コンクリート

+

鉄筋

設計において、建物の形状や規模、建物の重さ、地盤の状態などをもとに構造計算を行い、基礎の大きさや鉄筋の太さ、配置などを決定します。

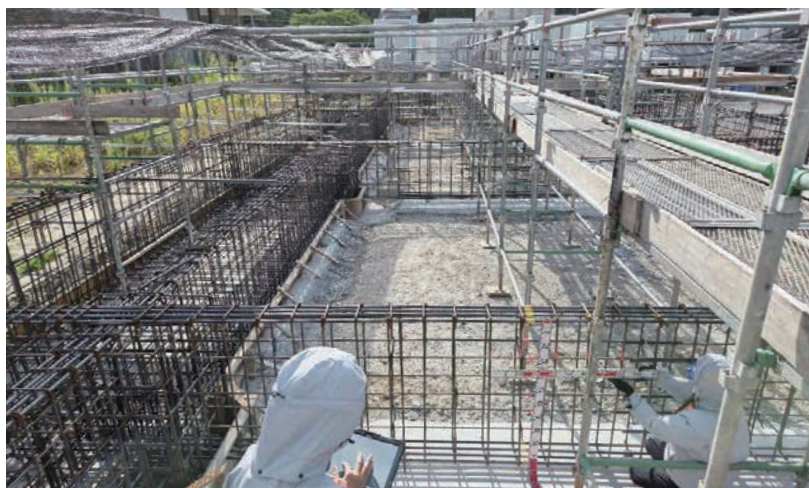
現場では、基礎の中に鉄筋を組み込み、その後、コンクリートを流し込みます。これらが一体となることで、それぞれの特徴を生かし、地震などに耐える丈夫な基礎が作られます。



現場では、配筋検査を行い、設計図どおりに鉄筋が組まれているか、鉄筋の長さや配置、間隔、太さなどについて細かく確認します。鉄筋は基礎が出来上がると見えなくなるため、コンクリートを流し込む前にしっかりと確認することが重要です。

決められた寸法で整然と組み上げられた鉄筋の様子は圧巻です。この後、型枠を組み立てて基礎の形をつくります。そこにコンクリートを隅々まで流し込み、固めることで、基礎が完成します。

いよいよ、建物の骨格が立ち上がっていきます。風テラスあくねにお立ち寄りの際は、工事の様子にも注目してみてください。





「北薩で恋活」 婚活イベントを開催します

問 企画推進課 地域振興係 ☎ 73-1215

阿久根の海を眺めながら、グランピング施設で素敵な出会いを見つけてみませんか？

食事や楽しい交流を通して、自然と距離が縮まるひとときを過ごしましょう。

詳しくは専用サイトをご覧ください。

日時 10月12日(月・祝)

対象者 男性：北薩地域在住の25～45歳の独身の方
女性：25～45歳の独身の方

定員 30人(男女各15人)

参加費 2,000円

問い合わせ先 MBC 開発(株) ☎ 099-225-0280



鹿児島県収入証紙の販売を終了します

問 会計課 会計係 ☎ 73-1152

鹿児島県の収入証紙を用いた手数料の納付は、電子マネーやクレジットカードなどのキャッシュレス決済の導入に伴い、令和8年9月末をもって終了します。これに伴い、市役所での証紙の販売も終了します(契約書などに貼り付ける国の収入印紙とは異なります。)

10月以降の手数料の納付方法は、①オンラインでの納付、②支払窓口での納付、③納付書での納付になります。詳しくは手数料を所管する鹿児島県の担当課へお問い合わせください。



「終活」フェスタ

私らしく生きるために。大切な家族のために。

10.3^土・24^土 2日間開催
14:00～17:00

—— 風テラスあくね



阿久根市社会福祉協議会
☎ 0996-72-3800

司法書士や葬祭業者などを講師に迎え、誰もが迎える「終活」について学ぶ2日間
■ どなたでも参加できます
■ 申し込みは電話・二次元コードから



令和8年熊本地震 災害義援金を受け付けています

阿久根市と阿久根市社会福祉協議会では、被災地を支援するため、日本赤十字社による義援金(現金のみ)の受付を行っています。お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社を通じて全額被災地へ届けられます。

受付場所

- ・阿久根市役所 1階 総合受付
- ・阿久根市社会福祉協議会
- ・三笠支所、大川出張所
- ・風テラスあくね(市民交流センター)



特設人権相談を開設します

問 市民課 住民年金係 ☎ 73-1218

いじめや虐待、セクハラ、配偶者・パートナーからの暴力、インターネット上での誹謗中傷などの人権の問題でお困りの方に向けて、人権擁護委員による特設人権相談を実施します。相談は無料で、秘密は厳守されます。

日時 9月28日(月) 10:00～15:00

場所 風テラスあくね

人権擁護委員 ・川畑ゆかりさん ・濱崎美佐代さん
・高崎良二さん ・高村和恵さん



生活保護の追加給付を行います

問 福祉課 保護係 ☎ 73-1242

平成25年から実施した生活扶助基準の改定に関する最高裁判決を踏まえ、保護費の追加給付を行います。申出方法など、詳しくは福祉課までお問い合わせください。

対象世帯

- 平成25年8月から平成30年9月までの間に本市で生活保護を受給したことがある全ての世帯
- 上記のほか、平成30年10月から令和8年3月までの間に本市で生活保護を受給したことがある世帯のうち、一定期間入院・入所されていた方や一部加算が算定されていた方、期末一時扶助費が算定された世帯など(亡くなられた方は対象外)

申出方法 本市で生活保護を受給していた当時の世帯主からの申し出が必要です。当時の世帯主が亡くなっている場合は、当時生活保護を受給していた世帯員からの申し出となります。申し出は、福祉課窓口または郵送により受け付けます。

受付期限 令和9年7月31日(土)まで(土日祝日を除く)

10月1日から

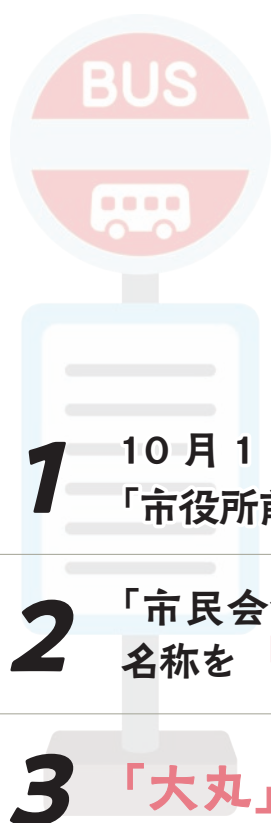
路線バス

運行ルートを変更します



[変更する運行ルート]

- 佐潟口－水俣車庫線
- 車庫前－阿久根線
- 阿久根－だんだん市場線



1 10月1日から**赤線のルート**で運行します
「市役所前」バス停にも停車するようになります

2 「市民会館入口」バス停を**移設**し、
名称を「**風テラスあくね入口**」に変更します

3 「**大丸**」バス停を新設します

移設・名称変更
「風テラスあくね入口」バス停

問 企画推進課 地域振興係 ☎ 73-1215

9月1日から

生活道路における自動車の法定速度 が引き下げられました



30
km/h

生活道路における自動車の法定速度が**60km/h** から**30km/h**に引き下げられました。

生活道路とは、地域住民の日常生活に利用されるような中央線などがない、比較的狭い道路のことです。

※道路標識や道路標示により最高速度が指定されている道路では、指定されているその速度が最高速度となります。

市内 44 区で運行中！

10月1日から

乗合タクシー

運行曜日・時間が変わります

地域の方と乗り合わせて
通院や買い物に利用できます！

利用方法

- ① 対象地域を運行するタクシー会社に電話予約します。
[始発便は前日まで、それ以外の便は出発 30 分前まで]
- ② 定刻に利用者が指定する場所に向かい、順に乗せて
定められた区間を運行します。

運賃

一人一律

200円

10月1日から **運行曜日** と **運行時間** が変更になります！

地域名 / →は目的地		運行日	往路 (自宅→目的地)	復路 (目的地→自宅)	予約先
大川地区	牛之浜・仲仁田・中屋敷・的場・川畑中・尻無 → 的場区周辺	月～金	① 7:50 ② 9:40 ③ 13:20	① 10:00 ② 12:10 ③ 15:00	(資) 阿久根タクシー ☎ 090-3665-8484
西目地区	落・杵・馬見塚・佐潟 → 市街地	火・木	① 8:30 ② 11:30 ③ 13:50	① 11:00 ② 13:30 ③ 15:50	
阿久根地区	遠見ヶ岡・倉津 → 市街地				
鶴川内地区	桑原城上・桑原城下・長谷 → 市街地	火・木	① 8:00 ② 11:00 ③ 13:20	① 10:30 ② 13:00 ③ 15:20	
折多地区	丸内・大下・内田 → 市街地	火・木			
山下地区	弓木野・尾崎・山下馬場・遠矢 → 市街地	月・水 金・土			
脇本地区	八郷・小漣・大漣・松ヶ根 → 脇本地区公民館周辺	月・水 金・土	① 8:20 ② 10:50 ③ 13:20	① 10:00 ② 12:30 ③ 15:00	(資) 阿久根タクシー ☎ 080-6423-8496
	瀬之浦上・瀬之浦下・大淵川 → 脇本地区公民館周辺	火・木			
	深田・黒之浜・大谷 → 脇本地区公民館周辺	月・水 金・土	① 8:50 ② 11:15 ③ 13:45	① 10:25 ② 12:55 ③ 15:25	
	桐野上・桐野下 → 脇本地区公民館周辺	火・木			
鶴川内地区	米次・尾原・田代中・田代下 → 市街地	月・水 金・土	① 8:00 ② 10:30 ③ 13:10	① 9:40 ② 12:20 ③ 16:00	(株) 第一交通 ☎ 0120-63-1135
	梶・羽田・宮原・横手・菫野・木佐木野 → 市街地	月・水 金・土	① 8:10 ② 10:40 ③ 13:20	① 9:40 ② 12:20 ③ 16:00	

地震による「電気火災」に注意！

問 阿久根消防署 警防課 ☎ 72-0119

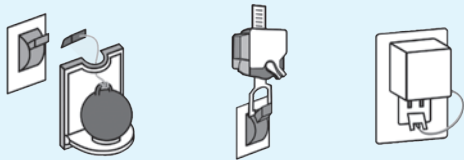
地震の揺れで倒れた家具などが電気機器や配線を傷つけ、停電から復旧した際に電気が流れることで、火災が発生することがあります。東日本大震災では、原因が特定された火災の過半数が電気関係によるものでした。

電気火災には感震ブレーカーが効果的

感震ブレーカーは、地震の揺れを感知すると自動的に電気を遮断する器具です。地震の際に不在だったり、避難のためにブレーカーを切る余裕がない場合に有効な手段です。感震ブレーカーは3種類あります。

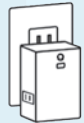


分電盤に取り付けるタイプ



おもり落下、バネ作動、内臓センサーで遮断するタイプ

コンセントに取り付けるタイプ



設置するときの注意

停電に備えて、懐中電灯や足元灯を常備するほか、生命の維持に直結する医療用機器を設置している場合は、非常用バッテリーなども準備しておきましょう。

※消防署では感震ブレーカーなどの販売は行っていません。消防署を名乗る訪問販売や詐欺に注意してください。



運動を始めた方 「健康運動教室」を開催します

問 スポーツ推進課 スポーツ係 ☎ 73-4649

西園敦子先生を講師に迎え、運動を始めた方、足腰の筋力アップをしたい方など運動を始めた方の健康運動教室を開催します。

日時 10月 14日(水)・16日(金)・21日(水)・23日(金)・
28日(水)・29日(木)

11月 4日(水)・6日(金)・11日(水)・13日(金)
各日10:00～1時間程度(B&G 体育館)

対象 18歳以上の市内在住の方(医者に運動を止められている方はご遠慮ください。)

定員 先着30人

準備物 室内シューズ、ヨガマット(バスタオル)、飲み物

参加料 1,260円(保険料含む)

申込方法 10月5日(月)までに総合体育館事務所に備え付けの申込書に記入されるか、二次元コードからお申し込みください(参加料は総合体育館の受付にて支払い)。



阿久根市長選挙の期日について

問 選挙管理委員会事務局 ☎ 73-1267

令和9年1月15日で任期満了となる阿久根市長選挙の期日が決定しました。

投票・開票日 12月20日(日)

期日の告示 12月13日(日)

立候補予定者の説明会

日時 10月28日(水) 13:30～

場所 阿久根市役所 2階大会議室

持ち物 印かんを持参してください。

あくねボンタンロードレース大会実行委員会事務局(総合体育館内)
☎ 0996-73-4649 / FAX 0996-73-4639



第43回

あくねボンタンロードレース大会

雨天決行

12.6 日

スポーツ BIG 0000 WINNER PUNK

阿久根総合運動公園
陸上競技場

スタート	種目	参加資格
9:15	3 km / 小学生男子・女子	小学生以上
9:45	3 km / ファミリー・中学生以上	
10:15	21.0975km / ハーフマラソン	18歳以上(高校生不可)
10:45	10km	高校生・16歳以上
10:55	5 km	中学生以上

[参加料] 小中学生 1,000円 / 高校生 1,500円 / 一般 3,000円
ファミリーの部に参加の一般は2人目以降 2,000円

申込締切 ▶ 10月18日(日)

参加申込用紙配布場所

- 阿久根市役所 市民相談室
- 総合体育館窓口
- 大川出張所
- 風テラスあくね
- 三笠支所

申込方法

1. Web 申し込み

- RUNNET
- SPORTS ENTRY



2. 直接申し込み

参加申込書・参加料を大会実行委員会事務局(総合体育館内)に提出

インフルエンザ予防接種・ 新型コロナウイルス感染症予防接種

＼助成があります／

子どものインフルエンザ予防接種

対象者 18歳以下の方（令和9年4月1日時点）

接種回数（接種日時点）

- 生後6カ月以上12歳以下の方 2回
- 13歳以上18歳以下の方 1回

実施期間 10月1日～12月31日（休診日を除く）

助成金額 1回につき上限3,000円

助成金額を差し引いた金額を医療機関へお支払いください。3,000円以下の場合、費用負担はありません。

※ 予防接種費用助成の詳細については、予診票に同封している案内文をご確認ください。

問 こども保健課 保健予防係 ☎ 73-1228

予防接種は、発症予防や重症化防止を目的としたもので、接種義務はありません。対象者には、9月末に予診票を送付します。高齢者のインフルエンザと新型コロナウイルス感染症予防接種の予診票は一つの封筒でお送りします。

高齢者のインフルエンザ予防接種

対象者 65歳以上の方（接種日時点）

接種回数 1回

実施期間 10月1日～12月31日（休診日を除く）

接種費用 1,400円

新型コロナウイルス 感染症予防接種

対象者 65歳以上の方（接種日時点）

接種回数 1回

実施期間 10月1日～3月31日（休診日を除く）

接種費用 4,500円

12月
から

郵送法の
大腸がん検診が
はじまります



郵送法大腸がん検診

期間

令和8年 12月1日（火）～ 令和9年 2月5日（金）

内容

大腸がん検診

大腸がんや前段階のポリープを見つけるため、2日間の便を取り、便の中に血液が混じっていないか調べる免疫便潜血検査を行います。

料金

無料

申込期間

9月15日（火）～12月25日（金）

申込方法

- Web 申し込み
- 電話（こども保健課 保健予防係）

☎ 0996-73-1228

平日 8:30～17:15



予約制総合健診

期間

令和9年 1月23日（土）・24日（日）

**内容
料金**

大腸がん検診 … 無料
特定・長寿健診^{※1} … 無料
胃がん検診 … 1,500円
腹部超音波検診 … 1,500円
前立腺がん検診 … 600円
肝炎ウイルス検診 … 500円^{※2}

申込期間

9月15日（火）～12月25日（金）

申込方法

- Web 申し込み
- 電話（こども保健課 保健予防係）

☎ 0996-73-1228

平日 8:30～17:15



※1 国保加入者・後期高齢者の方のみ
※2 節目の年齢の方は無料

令和8年度 女性がん検診のお知らせ



がんは、早期発見・早期治療できれば、より高い確率で完治します。
「集団検診・予約検診・個別検診」3種類の検診方法から選んで
受診してください。



集団検診

委託先
鹿児島県民総合保健センター

日程	検査内容	受付時間・会場	
		8:45 ~ 10:15	13:00 ~ 14:00
10月22日(木)	子宮・マンモグラフィ・骨	保健センター	
10月23日(金)	子宮・マンモグラフィ・骨 要予約 乳房超音波*	西目地区集会施設	
10月24日(土)	子宮・マンモグラフィ・骨 要予約 乳房超音波*	保健センター	
10月25日(日)	子宮・マンモグラフィ・骨 要予約 乳房超音波*	脇本地区公民館	
10月26日(月)	子宮・マンモグラフィ・骨	脇本地区公民館	
10月27日(火)	子宮・マンモグラフィ・骨	保健センター	
10月28日(水)	子宮・マンモグラフィ・骨	保健センター	鶴川内地区集会施設

子宮…子宮頸がん検診(20歳以上)、マンモグラフィ…マンモグラフィ検査(40歳以上。必須検査)、
骨…骨粗しょう症(40歳以上)

※ 乳房超音波検査は、30歳以上の方のみが受診できます。事前に予約が必要ですので、
ご希望の方は、インターネット予約されるか、電話でご予約ください。



乳房超音波検査申込フォーム



0996-73-1228

こども保健課 保健予防係



予約検診

委託先

乳がん：相良病院

子宮頸がん・骨粗しょう症：ヘルスサポートセンター鹿児島

日程	会場	受付時間・内容・対象
11月6日（金）	保健センター	受付時間 9:00～16:00（予定） ● 子宮頸がん検診 … 20歳以上 ● 乳がん検診（マンモグラフィ検査）… 40歳以上 ● 乳がん検診（超音波検査） ▶ 30歳代の方 ▶ 40歳以上のマンモグラフィ検査の受診者で希望のある方 ● 骨粗しょう症検診 … 40歳以上
11月7日（土）	脇本地区公民館	
11月8日（日）	保健センター	
11月9日（月）	保健センター	

予約検診はお申し込みが必要です。定員になり次第、予約受付を終了します。

託児を希望される方は、予約の際にお伝えください。

インターネット予約

予約期間 9月11日（金）～27日（日）



阿久根市女性がん検診
Web 予約サービス

電話予約（平日 9:00～17:00）

予約期間 9月11日（金）～25日（金）

直接、検診機関に電話予約してください。
どちらか一方への連絡のみで上記全ての
検診予約ができます。

● 相良病院（健診事業部）
☎ 099-224-1821

● ヘルスサポートセンター鹿児島
☎ 099-267-6292



個別検診

子宮頸がん検診

内山病院 / 予約制

期 間 令和9年1月29日（金）まで

受診日 火曜日・金曜日の週2回
13:00～14:00 ※1日6人まで

対象者 20歳以上
節目年齢（20・25・30・35・40歳）の方は無料

負担額 1,200円

内 容 子宮頸部の細胞診

予約先 内山病院 ☎73-1551 平日9:00～17:00

予約方法 ①希望検診日時を2週間前までに電話予約
②予約の際に「阿久根市の子宮頸がん検診
予約をお願いします」とお伝えください。

乳がん検診

出水郡医師会広域医療センター / 予約制

期 間 令和9年3月31日（水）まで

受診日 月～金曜日の平日
① 14:00～14:30
② 14:30～15:00
※検診の種類ごとに①②の時間帯1人ずつ

内 容 マンモグラフィ検査 / 40歳以上 [1,500円]
対象者 乳房超音波検査 / 30歳以上※
負担額 [30歳代 1,500円、40歳以上 4,730円]
※40歳以上の方が受ける場合はマンモグラフィ検査
を必ず受ける必要があります。

予約先 出水郡医師会広域医療センター ☎73-1331
平日9:00～16:00

予約方法 ①希望検診日時を2週間前までに電話予約
②予約の際に「阿久根市の乳がん検診予約
をお願いします」とお伝えください。



水俣病医療手帳・被害者手帳の マイナカードとの連携について

医療手帳や被害者手帳をお持ちの方に、10月以降、マイナカードと手帳の連携について、県からお知らせを送付します。手続きをされた方は、対応している医療機関でマイナカードを使うことで、医療手帳や被害者手帳をご提示いただく必要がなくなります。

連携を希望される方は、お知らせをご確認の上、必要書類の返送など、必要な手続きをお願いします。また、手帳をお持ちでない方で、昭和49年12月31日以前に1年以上水俣湾またはその周辺水域の魚介類を食べたことに伴い健康に不安を感じられる方は、年に1回健診などを無償で受けることができます。健診などを希望される方は、事前に登録が必要です。環境林務課へご連絡ください。詳しくは県のホームページに掲載しています。

問 鹿児島県環境林務課 環境保健係
☎099-286-2584



県行政書士会出水支部 による無料相談会開催

日時▶10月3日(土) 10:00～15:00
(受付は14:30まで)

場所▶出水市中央公民館

相談内容▶相続・遺言、農地法、各種許認可・法人設立、権利義務などの関係、契約書などの作成、交通事故、外国人労働者雇用・帰化の相談など

その他▶秘密は厳守されます。予約がなくても相談可能(予約者が優先)。

予約先・問い合わせ▶

鹿児島県行政書士会出水支部
(担当:岩崎) ☎080-9245-0969

9/23は「手話の日」 9/21～27は「国際ろう者週間」

令和7年6月25日に「手話に関する施策の推進に関する法律」が施行され、毎年9月23日が「手話の日」と定められました。また、9月21日から27日は「国際ろう者週間」です。この機会に手話に対する理解と関心を深めていただくため、市役所で手話に関するパネル展を開催します。ぜひご覧ください。

問 福祉課 福祉係 ☎73-1240



9/24～30は 「結核予防週間」

結核は、「昔の病気」と思われるかもしれませんが、今でも世界の死亡原因のトップ10に入る病気です。2024年、世界では1,070万人が新たに結核を発病し、123万人が亡くなっています。日本では10,051人が発病し、1,461人が亡くなりました。新登録結核患者は、高齢者に多く、およそ6割が60歳以上となっています。

結核とは▶結核菌によって主に肺に炎症が起きる病気です。最初は風邪に似た症状で始まりますが、●痰のからむ咳が2週間以上続いている ●微熱・体のだるさが2週間以上続いているなどの症状が当てはまる場合には、早めに受診しましょう。

問 こども保健課 保健予防係
☎73-1228

10月 マイナンバーカード 休日窓口の開設

日時 10月17日(土) 8:30～12:00
前日までの事前予約制
予約 市民課 住民年金係 ☎79-3122

社会生活基本調査への 協力をお願いします

総務省統計局(鹿児島県)では、社会生活基本調査を実施します。特定の世帯を対象に、10月上旬から中旬にかけて、調査員がご自宅に伺って調査書類を配布します。回答は、スマートフォンやパソコンなどを使ってインターネットで回答することができるほか、紙の調査票への記入でも回答できます。国民生活の実態を明らかにすることを目的として実施する調査ですので、ご協力をお願いします。

調査対象区▶浜区、古里区

問 鹿児島県統計課 人口労働統計係
☎099-286-2482

農業者年金に加入しませんか

農業者年金は、厚生年金などに加入していない農業者のための、国民年金(老齢基礎年金)に上乗せする積立方式の公的年金です。

加入要件▶次の全てを満たす方

- ①国民年金1号被保険者
- ②年間60日以上農業に従事
- ③20歳以上60歳未満

保険料▶月額2万円～6万7千円特徴

▶①終身年金で、万が一の場合は死亡一時金あり ②一定の要件で保険料の国庫補助あり ③保険料は全額社会保険料控除、運用益非課税、公的年金等控除の対象になるなどの優遇あり

問 農業委員会事務局 ☎73-1249

9月は「健康増進月間」 1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠

生涯にわたり健康でいきいきと生活するためには、元気に自立した生活を送れる期間「健康寿命」の延伸が大切です。

- ✓ 自分にあった運動を実践・継続しよう
- ✓ バランスの良い食事を心がけよう
- ✓ 十分な睡眠時間を確保しよう
- ✓ 禁煙に取り組もう
- ✓ 定期的に健康診断(特定健診・がん検診・歯周病検診)を受けよう

問 こども保健課 保健予防係
☎73-1228

**トラクター・重機
トラック・農機具**
古くても、壊れてても、不動車でも
どこでも **高く買い取る** ことを目指しています!!
広報誌を見て、ご連絡下さった方へ粗品、
又は買取額10%UP致します。

Tel: 0986-77-9092
農機具高価買取専門店
アヴァンティ
〒885-1105 宮崎県都城市丸谷町
古物商許可 第951040015111号
携帯: 080-3375-9750
FAX: 0986-77-9092
https://kaitorimiyazaki.jimdo.com



平

成29年から続く地域のサロ
ンをはじめ、数々の地域行
事で手料理を振る舞うのは、
中原トミエさん98歳。サロンで定番
となっている持ち寄りのお茶会で
は、煮しめや赤飯、おこわなどやさ
しい味わいの料理が「何を作っても
本当に美味しい」とみんなから人気
です。

始良市蒲生^{かろう}町出身の中原さんは、
阿久根に嫁いできた頃から本格的に
料理を始め、台所に立つ姑の背中を
見て味付けや工夫を学び、そこに長
年の経験が加わって、自分ならではの
味を築き上げてきました。



VOL.54 (尾原区)
中原 トミエ さん (98)

「トミエさんのレシピどおりに
作っても同じ味にならない」と周
囲が話すと、「大きい釜を使ってガ
スで炊くからかな」とにこやかに
お話をしてくださいました。
取材の日も、湯気の立つ赤飯を
囲みながら「美味しいね」「また作っ
てね」と会話が弾み、笑い声が絶
えないひとときとなりました。
長年、料理を通して人々を笑顔
にしてきた中原さん。これからも
その温かな人柄と手料理で、地域
のみんなの心とお腹を満たし続け
ます。



「あくねの元気者」大募集！ 75歳以上の方で話題性のある方をお待ちしております。

問 介護長寿課 高齢者支援係 TEL 73-1241 / FAX 73-0297 / MAIL korei@city.akune.kagoshima.jp

朝食は、体内時計のリズム
を整えます。
起床後1時間以内の朝食で、
全身の時計をスタートさせ
ましょう！



朝食を食べる習慣を
身につけましょう！



健康 ひろば

朝ごはん、食べていますか？

近年、若い世代の朝食の欠食が問題と
なっています。朝食の欠食理由はさまざま
で、「食べる時間がない」「食欲がない」
「ダイエット」などです。朝食の欠食
は、肥満や脂質異常症などの生活習慣病
の発症を助長することにもなるので、毎
朝しっかりと食べるようにしましょう。

▼朝食の効果

①朝食による体温の上昇効果

朝食を食べると、消化管が筋肉運動を
はじめ、それによって得られた熱を利用
して、寝ている間に低下した体温を上
昇させます。

②エネルギー源や栄養素の補給

人間の身体は、寝ている間にもエネ
ルギーを使っています。朝食により、就
寝中に使われたエネルギーや栄養素と
午前中に使うためのエネルギーや栄養
素を補充することができます。

③便秘の予防

胃の中に食べ物が入ってくると、その
信号を受けて大腸が蠕動^{ぜんどう}運動を起こ
し、便をS状結腸から直腸へ送り出し
ます。

問 こども保健課 保健予防係
☎ 73-11228

空き家から、地域のこれからを考える。

家

空き家利活用研究会

あきやけん活動報告会

こんにちは！移住コーディネーターの齊藤です。

今回は『空き家利活用研究会 あきやけん活動報告会』のお知らせです。最近の空き家利活用状況や、空き家活用に取り組む人の紹介、あきやけんの活動報告を通して、地域のこれからを一緒に考える機会になればと思っています。

空き家に関心のある方、地域での活動に興味のある方など、ぜひお気軽にご参加ください。

参加予約はこちら



9月27日

10:00 ~ 12:00

9:30 受付開始

場所 風テラス阿久根 交流室1・2

移住定住・空き家相談窓口

阿久根市 企画推進課

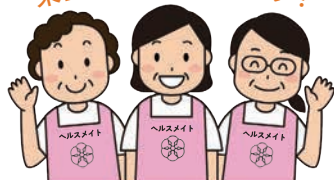
〒899-1696 鹿児島県阿久根市鶴見町200番地

☎ 0996-73-1214

✉ kikaku@city.akune.kagoshima.jp



栄養バランスバッチリ！



さんの活動レシピ

問 こども保健課 保健予防係 ☎ 73-1228

材料 4人分

- 鯛刺身用サク … 320 g
- 塩 … 少々
- ブロッコリー … 大4房
- にんじん … 40 g
- れんこん … 400 g
- 片栗粉 … 小さじ2
- おろししょうが … 小さじ2

- ① ● だし汁 … 400ml
● しょうゆ … 小さじ4
● みりん … 小さじ2
- ② ● 片栗粉 … 小さじ4
● 水 … 大さじ2

作り方

- ① 鯛は4等分に切り、塩少々をふる。ブロッコリーは縦4等分に切り、にんじんは薄い輪切りにする。
- ② れんこんは皮をむき、すりおろして、片栗粉小さじ2を加えて混ぜる。
- ③ 耐熱容器に①を1/4ずつ盛り付け、鯛の上に②を1/4ずつのせる。蒸し器で10分蒸す。
- ④ 小鍋に①を沸かし、②でとろみをつける。蒸しあがった③に④をかけて、おろししょうがをのせる。

今月のメニュー 鯛のレンコン蒸し



1人あたり エネルギー量 … 216kcal
食塩相当量 … 1.2g

今回は、「鯛のレンコン蒸し」のご紹介です。柔らかく、とろみがついていて飲み込みやすいので、口腔の調子が悪いときにもおすすめの一品です。

また、9月は健康増進普及月間ですので、この機会に運動や食事、禁煙などの生活習慣を見直してみましよう。

阿久根・夏の食を教わってきました

今回は夏の食ということで「ところてん」と「お盆団子」の作り方を教わってきました。阿久根の夏の食について質問させていただくとよく名前が挙がるのが「ところてん」。昔はよく家庭で手作りしていたという話を伺いました。私はところてんにあまり馴染みがなかったので、テングサを見るのも初めて。鍋でグツグツ煮込んで、型に流し込んで固めたら見覚えがある形に。手作りのところてんはツルツルとした爽やかな喉越しで夏にぴったりでした。

お盆団子は、お盆の最終日（送り盆）にお供えし、ご先祖さまを見送るためのお供物。アカメガシワという葉で白いお団子を包んで細く裂いたシュロの葉で上部を結び、10～15分ほど茹でます。この時、葉の柄はご先祖さまが肩にひょいと掛けて持ち帰れるように長く残しておくそうです。中のお団子は、だんご粉・薄力粉・塩少々というシンプルなもの。茹であがったお団子は、砂糖やきな粉をまぶしていただきました。昔ながらの作り方やご先祖さまを想う気持ちに触れ、阿久根の食文化の豊かさを再発見できました。

地域おこし協力隊 清野



阿久根市地域おこし協力隊 Facebook、Instagram もあります。
協力隊への連絡は (株) まちの灯台阿久根 (☎ 0996-72-3646) まで

奇美博物館
(チーメイ博物館)

入り口の端にある広場には、壮大な阿波羅噴泉（アポロンの泉広場）があります。水堀にかかる橋の橋脚には勇猛な白い獅子の頭部を象った彫刻が施され、荘厳なオリンポス十二神も整然と並べられています。博物館正面入り口はドーム型の屋根が高々とそびえ、各面ごとに異なるギリシャ様式の列柱が醸す威厳は、数々の宝物を所蔵する宮殿の華やかさをより引き立てています。博物館の最高地点に安置されている彫刻は「榮耀天使」です。フランスの彫刻家ルイ・エルネスト・バリアスの作品を模倣して作られました。

奇美博物館は2015年にオープンしました。建築主体のファサードは長さ150メートル、高さ42メートルで、13億円を投じて建てられました。奇美グループの許文龍氏が建造後、台南市に寄贈しました。開幕後は台湾各地や海外から旅行者が訪れるマストスポットになっています。敷地面積9.5ヘクタールの博物館には、数多くの貴重な国際レベルの芸術品が所蔵されています。「3歳のこどもから90代のお年寄りまで、観て、聴いて、理解することができる音楽や芸術のある地元の博物館。敷居の低い美学と文化の殿堂」という許文龍氏の願いを実現しています。台南に来れば、ヨーロッパに勝るとも劣らない、珍しい芸術作品が揃う美の殿堂を見ることができます。

出典：台南旅遊網公式サイト



No. 15



阿久根市と友好交流都市の
台湾・台南市善化区。
地域おこし協力隊として活動
する台南出身の張さんが、
その魅力を紹介していきます。

(株)太田電機工業所が創業 80 年記念し寄付

(株)太田電機工業所が創業 80 周年を迎えたことを記念し、8 月 3 日、代表取締役の太田泰寛^{やすひろ}さんから本市へ 80 万円の寄付をいただきました。

同社は、太田さんの祖父が空襲で焼けたモーターを「直せないか」と相談されたことをきっかけに事業を始め、現在は、電気・水道・衛生・空調設備などの各種工事を始め、福祉用具の貸与・販売、住宅改修など、幅広く事業を展開されています。

太田さんは「市役所から工事を受注するなど、今まで会社が続いたのは阿久根市があったからで、お世話になっている。必要な事業に使ってほしい」と話しました。

寄付金は、50 万円を市有施設などの整備・保全に関する事業へ、30 万円を福祉に関する事業へ活用します。



宇宙ってどんなところ？ JAXA 職員が講演

8 月 1 日、阿久根市 PTA 連絡協議会と阿久根市子ども会育成連絡協議会の合同研修会として、宇宙に関する講演会が開催されました。講師を務めたのは、宇宙航空研究開発機構（JAXA）の職員としてロケット追尾^{みつのり}の責任者を務めた宮里光憲^{みつのり}さん。

ロケットの打ち上げや国際宇宙ステーションでの実験の様子などを映像で紹介しながら、人工衛星の役割や宇宙旅行などについて、専門的な視点から分かりやすく解説しました。「宇宙人はいるの？」と子どもからの質問には、「たくさんの星があるから、絶対宇宙人はいると思う。それはエイリアンではなくて、優しい宇宙人であってほしいな」とユーモアを交えて回答し、子どもたちは、興味津々に耳を傾けていました。



リー謙二さん国際言語学オリンピック金賞

ラ・サール高校 2 年で阿久根中学校出身のリー謙二^{けんじ}さんが第 23 回国際言語学オリンピック（IOL2026）※で金賞を受賞しました。

同大会は、7 月 26 日から 8 月 2 日までルーマニアのブカレストで開催され、46 の国と地域から 255 人が参加。日本からは 8 人が出場し、リーさんは初出場ながら個人戦で金賞を受賞。日本人では 2 位、大会全体で 9 位という成績を収め、団体戦でもチームの一員として努力賞を受賞しました。リーさんは「学校に言語が好き人が多い、自身が立ち上げた『言語学研究会』の実績をつくろうと思い、受験しました。結果の発表は下位の賞から順に行われ、銀賞まで名前が呼ばれず、金賞への期待と不安でとても緊張しました。金賞と分かったときは、とにかくうれしかったです」と喜びを語りました。



※初めて見る言語のデータから隠れた法則を見つけ、論理的に解き明かす競技

楠田ゆうなさん女子 400m 障害で日本一

鹿児島女子高校 3 年で阿久根中学校出身の楠田ゆうなさんが 8 月 2 日に開催された 2026 年度全国高校総合体育大会（近畿総体）女子 400 m 障害で優勝しました。

大会では 57 秒 74 を記録し、昨年の準優勝から順位を上げて初優勝。高校歴代 6 位となる記録で、自身もつ鹿児島県記録も更新しました。

楠田さんは「今年はけがからのスタートで、シーズンに入っても不安がありましたが、勝つことよりも楽しむことを大切に、しっかりと自分のレースができました」と振り返りました。今後については、「日の丸を背負って世界でも戦えるように頑張りたい」と力強く語りました。





阿久根ロータリークラブが面接支援

8月24日、鶴翔高校で「阿久根ロータリークラブによる模擬面接会」が行われました。この取り組みは、就職試験を控えた生徒たちが外部の方々から実践的な面接指導を受け、希望する進路の実現につなげることを目的としています。

当日は23人の生徒が参加し、90分にわたって面接の指導を受け、生徒たちは本番を想定した緊張感のある雰囲気の中、真剣な表情で面接に臨みました。

経営者の立場から「相手の目を見て、はっきりと話すことを意識しよう」「自分の言葉で自信を持って伝えよう」などのアドバイスを受けていました。



地域で盛り上げる「わきもと元気祭り」

8月23日、協本の^{ともまち}塘町川沿い通りで「わきもと元気祭り」が開催され、地域住民や家族連れなど多くの人でにぎわいました。

ステージでは、三笠中学校吹奏楽部による演奏をはじめ、子ども向けのじゃんけんゲームや舞踊、ダンス、カラオケなど、地域の皆さんによる多彩な催しが行われ、会場は笑顔と歓声に包まれました。

フィナーレでは夜空に打ち上げられた花火が夏の夜を彩り、協本の元気が存分に感じられる祭りとなりました。



どでカボチャ、今年が一番は？

8月30日、協本地区公民館で「日本一どでカボチャ大会第22回鹿児島県大会」が開催されました。この大会は、まちおこしを目的に栽培されたカボチャの出来を競うもので、三笠地域村おこし有志会が毎年開催しています。当日は、大きく個性豊かな形のカボチャ11個が並び、小学生の部は協本小学校3年の石原侑奈^{ゆうな}さんの23kg、一般の部では、出水高校1年の福浦航^{わたる}さんの115kgがそれぞれ優勝しました。

福浦さんは、「祖父と一緒に育てて出場できたことを誇りに思います。以前より栽培する人が少なくなってきて寂しいですが、協本地区を盛り上げるためにも、たくさんの人に出場してほしい」と話しました。



鹿児島レブナイズによるバスケット教室

8月28日、市総合体育館で、Bリーグ新2部の鹿児島レブナイズの選手とコーチによるバスケットボール教室が開催され、市内の小中学生71人が参加しました。

ユ・ミンス選手やコーチの指導のもと、体を動かしながら楽しめる基礎トレーニングから、ドリブルやシュートなどの実践的な練習まで、プロの技術を間近で学びました。教室の最後には、身長201cmのユ・ミンス選手との1on1対決も行われ、ダンクシュートが決まると会場から大きな歓声が上がりました。対戦した阿久根中学校2年の長尾晃希^{こうき}さんは「ハンドリングやシュートのコツなど、プロの選手から教えてもらえて、良い経験になりました」と話しました。



1年生総合学科生徒による「大丸町活性化プロジェクト」挑戦を続けています！

先 月号でも紹介した阿久根市の大丸町の活性化プロジェクトに総合学科1年生28名で挑戦しています。商店街の方々にご協力をいただき、大丸町を「自分たちにできることで活性化したい！」という思いのもとに、【シャッターアート班】【大丸町花壇整備班】【大丸町でのミニイベント班】の3つのチームに分かれ、活性化案を計画してきました。いよいよ8月中旬より実際の活動を始めました。まずは、8月19日、21日に大丸町の一部区間の花壇の除草、シャッターアートの制作を始めました。気温が高い中ですが、事前に計画した役割分担や計画に沿って、協力して楽しく活動を進めています。まだシャッターアートは完成していませんが、ぜひ大丸町を通る際には、途中経過^{こうめい}を見てください。1年1組の永井野孔明さん（野田中卒）は「いよいよ自分たちで計画したプロジェクトをスタートしました。うまくいくか不安ですが、クラスみんなで知恵を出し合って、少しでもまちを明るくする助けになりたいです」と初めての挑戦に意気込んでいます。



お知らせ

私たち鶴翔高校総合学科
1年生28名と3年生1名で
大丸町商店街活性化プロジェクトとして
○シャッターアート
○一部区間の花壇整備を行っています。
10月1日(木)14時35分～16時25分、シャッターアートお披露目ミニバザーを開催します！ぜひお越しください！
場所：大丸町100-1(旧土田金物店)



10月1日は
本校3年A組シリーズの豚味噌やウニ殻
小物、和菓子などを販売する予定です！



省エネ・節電で、 家計にも地球にもやさしく

問 環境水産課 生活環境係 ☎ 73-1219

夏は、エアコンなどの使用により電気使用量が増える時期です。電気の使用量が増えると、温室効果ガス(CO₂)の排出量が増加し、地球温暖化の一因となります。一方で、家庭でできる省エネ・節電は、環境への負荷を減らすだけでなく、電気料金の節約にもつながります。毎日の暮らしの中で、無理のない範囲で省エネ・節電に取り組みましょう。

- ④ **家庭でできる省エネ・節電** 夏の家庭では、エアコンや冷蔵庫が電気使用量の多くを占めています。これらの家電を上手に使うことが、省エネ・節電のポイントです。

▶ エアコンの工夫

- 室温の目安は 28℃を参考にしましょう。
- フィルターは2週間に1回程度掃除しましょう。
- 扇風機やサーキュレーターを併用し、効率よく涼しく過ごしましょう。
- カーテンやブラインドで日差しを遮りましょう。
- 室外機の吹出口や周囲には物を置かないようにしましょう。

▶ 冷蔵庫の工夫

- 食品は詰め込み過ぎないようにしましょう。
- 熱いものは冷ましてから入れましょう。
- ドアの開閉はできるだけ少なく、短時間で済ませましょう。
- 冷蔵庫の周囲には適度な隙間を確保しましょう。

熱中症に
ご注意ください

省エネ・節電は大切ですが、暑さを我慢し過ぎることは熱中症につながる恐れがあります。エアコンを適切に使用し、こまめな水分補給を行うなど、体調管理を優先しながら、無理のない範囲で省エネ・節電にご協力をお願いします。

一人一人の小さな取り組みが、電気料金の節約だけでなく、環境にやさしい未来につながります。身近なことから、省エネ・節電に取り組んでみませんか。

見守り 新鮮判情報

1カ月無料の**動画配信サービス**を登録。動画を視聴しようとしたが上手くいかず、数週間後に**アプリ**を**削除**した。その後、キャリア決済で毎月約2,000円、半年以上も**サブスクの代金**が**引き落とされて**いることに気付いた。一度も視聴せずにアプリを削除したのに、引き落とされていたことに納得できない。(60歳代)



©Kurosaki Gen

サブスクリプション アプリの削除だけでは 解約になりません!

ひとこと助言

- ◎ サブスクリプション(サブスク)は、定められた料金を定期的に支払うことで一定期間商品やサービスを利用できるサービスです。一度契約すると、利用しなくても解約しない限り、支払いが続きます。
- ◎ サブスクの契約は、アプリのアイコンを削除したり、アプリをアンインストールするだけでは解約とはなりません。事業者の定めた方法で解約することが必要です。
- ◎ 無料のお試しの場合は、お試し期間が終わると自動的に定額サービスに移行することが多いので注意が必要です。
- ◎ 利用していないサブスクの請求に気付けるように、クレジットカードやキャリア決済などの明細は、毎月確認しましょう。
- ◎ 困ったときは、消費生活センターにご相談ください。

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)

☎ 73-1278

みんなのうた

短歌（阿久根短歌会）

降りそそぐ月の光に魅せられて
酷暑忘るる夏のひととき
佐潟俊子

空蟬を地に置き激しく蟬は鳴く
儚き命燃やすが如く
谷口久美子

熱中症にかからぬやうにと念押され
身を謹みて夏畑を打つ
有田イチエ

百日紅天に向かひて白く咲く
夏日に負けぬ花の強さよ
堂之下浩子

和歌（個人）

さやさやとさやけき風の音色にも
去ぞのえにしを感じおり
竹原田鶴子
（竹の宮流）

俳句（阿久根俳句会）

季題「朝顔・西瓜」

朝顔を活けてひととき朝の涼
京田磨美

朝顔や足取り軽き夜勤明け
大漣克義

スイカ種飛ばした幼き日の遠し
川畑京子

亡き人の庭の朝顔咲きにけり
波留淑子

薩摩狂句（阿ん文旦会）

題「長げ」

日が長げで すったい疲れた
農仕事
尻無八夜

【唱】今年（こと）しや野菜物（やせもん） 全減（ぜんめつ）！ 疲れた（だれた）
借金相談（かいそだん） 長げ（なが）もんじやった 爺（じ）が押印（おしひん）
大盛（おほしげ）

【唱】銭儲（ぜんとい）も無（な）か 爺様（じさめ）の言（こと）が尻（し）じや

【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 ☎ 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
📅 休原則 月曜日

お知らせ

< 10月の行事 >

バンビ教室 3日（土）
ブックスタート 9日（金）
映画会 17日（土）
子育て支援（折多） 20日（火）
子ども読書の日記念読み聞かせ会 24日（土）

< 9月21日は世界アルツハイマーデー >

今年の世界アルツハイマーデーは9月21日で、標語は「忘れても笑顔で暮らせる街づくり」です。平成6年に国際アルツハイマー病協会（ADI）が世界保健機関（WHO）と共同で制定したものです。
認知症月間として、図書館も関連本の特集や関係各所との連携をすすめます。

電子図書館

おすすめの1冊



おかしになりたいピーマン
岩神愛（作/絵）

みんなにおいしく食べてもらいたいピーマンは、お菓子になることにしました。でも、キャンディーになっても、アイスクリームになっても、ケーキになっても、ピーマンだとばれて…。ピーマンが大好きになる絵本。

新刊『短いこの人生でいちばん大事なもの』吉本 ばなな（著）



風邪を引いた叔父さんの代わりに、軽井沢の別荘を整理しに行った塾講師の円。そこで、叔母が生前残したメッセージを見つけ…。

新刊『傾斜のマリア』恩田 陸（著）



神原恵弥は、九州のN崎出身の祖母が遺した不思議な数え歌の意味を探るため、N崎を訪れた。そんな恵弥にN崎大学の医学教授が、米国の監視下に置かれている女性科学者への接触を求めてきて…。

新刊『裸足のゴースト』逢崎 遊（著）



怪我で引退した元実業団ランナーの柴田は、保険営業所へ異動となり、悪質なセールスに携わることに。心身をすり減らす日々のなか、陸上部時代の先輩に誘われ、ブラインドランナーの伴走者として陸上競技に舞い戻り…。

新刊『せかいをみてきたペンギンくん』M.レイ（作）、H.A.レイ（作）



ペンギンランドのラジオ局で働くペンギンくんは、「おはなし」を見つける旅に出ることに。友達のアザラシとシロクマがくれた、上等な皮と頑丈なロープで舟をつくり、それに乗って出発し…。

※うぶごえ・おくやみは、個人情報のため掲載していません。



親子で楽しく学ぶゼロカーボン

8月9日、親子で環境について楽しく学ぶ「再エネ・ゼロカーボンワークショップ」が開催され、40人が参加しました。NTT 西日本(株)を講師に、クイズ形式で地球温暖化やエコについて学んだほか、ソーラーエコハウスキットを使った工作を通して、外側から熱を遮る断熱の体験を行い、夏の暑さを防ぐ工夫について学びました。参加した末増翼翔^{つばさ}さんは「楽しく勉強できて夏休みのいい経験になりました」と話しました。



今月の題字

阿久根

出水郡医師会広域医療センター
附属阿久根看護学校2年

題字 福永明^{めい}さん (後列右から2番目)

文章 平尾菜々美^{ななみ}さん (後列右から5番目)



年齢やこれまでの経験はそれぞれ異なりますが、互いに支え合いながら日々の学習や試験に励んでいます。一つひとつの学びを大切に積み重ね、知識や技術だけでなく、思いやりの心も培っています。9月の小児実習に向けて、学びを大切に日々成長していきます。

阿っくんの応援をお願いします！

ゆるキャラで地域を盛り上げる民間発の企画「ゆるバス 2026」に阿っくんがエントリーしています。投票期限の10月3日(土)まで、1日1回投票が可能です。皆さまの貴重な1票で阿っくんの応援をお願いします！



投票はこちら！



みそ玉作り体験会に参加しませんか？

市内の農産物を活用した加工品開発や手作りの加工品販売などを行う阿久根市生活研究グループによる「みそ玉作り体験会」を10月17日(土)10:00から、中央公民館鶴見分館で開催します。定員は先着30人で、参加料は500円。お一人あたり7個のみそ玉をお持ち帰りできます。親子でぜひご参加ください！

9月30日(木)までに農政林務課(☎73-1142)へお申し込みください。



先日、初めて華の50歳組のレセプションの取材に行きました。市内でよく顔を合わせている方もいれば、中には小学生ぶりに再会する方もいらっしゃいました。私は市外出身なのでこの感動を味わうことはできませんが、やはりこの行事は阿久根になくてはならないものだと感じました。(末廣)

水産関係者のお話を伺い、阿久根の魚はなぜおいしいのか言語化できたように思います。私自身、父が水産業に携わっていたこともあり、イワシに育ててもらった一人です。頭の中で「サカナサカナサカナ」を食べると「アタマアタマアタマ」が良くなる」とエンドレスで流れていました。ということで今日だけはイワシでください。阿久根の海の幸をぜひ食卓に。(森枝)



次号(10月号)は、
10月15日(木)発行予定です。

人のうごき(8月31日現在)

	前月比
人 □	17,480人(-21)
男	8,323人(-11)
女	9,157人(-10)
世帯数	9,478世帯(-8)
●出生	7人/●死亡 26人
●転入	49人/●転出 51人
※その他事由による異動増減 0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。



市役所・番所丘公園に設置したソーラーパネルで発電した電力量などをお知らせします。

8月の電気地産地消

208,333 kWh

一般家庭 588 世帯が
月間で使用する量

CO2 削減量

94.4 t-CO2

スギの木 6,741 本分
が年間で吸収する量

お知らせ

第20回 あくね伊勢海老祭り

期間 9月1日(火)～10月31日(土)

市内 11 店舗で開催中!

- | | |
|--------------|------------|
| ① 市場食堂ぶえんかん | ② ドライブイン潮騒 |
| ③ 太郎寿司 | ④ らぼんじょね |
| ⑤ 焼肉ひこさん | ⑥ 日本料理 まつき |
| ⑦ 竹馬の友 | ⑧ 十三 (とみ) |
| ⑨ 道の駅 TRITON | ⑩ 肴屋もる |
| ⑪ Bar N | |

営業時間や料理の内容、料金、予約の有無などは各参加店で異なります。詳しくは、市観光サイトをご覧ください。

20周年
特別企画も
実施中!



20周年 特別企画

あくね伊勢海老祭り

阿久根の海が育んだ、
極上の伊勢海老を堪能!

2026年 期間 9月1日(火)～10月31日(土)

三大エビ旅
阿久根で味わう、
三つの美の魅力

タカエビ 薩摩擦エビ

海の恵みに感謝をこめて
阿久根の宝を召し上げよう!

有料広告

家族葬 No.1 宣言!

地域密着のさくら会館・つるみ会館

市民の皆さまに安心して任せて頂き
残された御家族に
日本一負担のかからない葬儀社を目指します!

広報阿久根見た! //
で、祭壇10%OFF //

その方らしいお葬式

- ☑ お葬式のかたち
- ☑ お葬式費用
- ☑ お支払い方法

事前相談受付中
お葬式の
公善社

tel.0996-72-0634

〒899-1629
鹿児島県阿久根市塩浜町2丁目20番地

有料広告

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。

有料広告

第3回
ぼんたん GOND SUP
レース大会

マルシェも同時開催!

2026. 10.18 日 9:30 ~

会場: 新田川~寺島宗則記念館前

ぼんたん GOND SUP 実行委員会 ☎ 090-1970-8358 【落合】

有料広告

ONE-Stop/ Service Benry 生活支援サービス

あなたの暮らしのお困りごとを解決します!

スタッフ募集
お客様の生活の悩みを解決する
時間を大募集中です!

ガーデンメンテナンス エアコンサービス ハウスクリーニング ハウスメンテナンス

☎ 0120-08-0185

有料広告

グループホーム 桃の家
住宅型有料老人ホーム
デイサービス 桃の家

入居者募集
空き室あります

スタッフ募集中
年齢制限なし

〒899-1604 鹿児島県阿久根市山下4-452-1
TEL (0996) 72-3753
FAX (0996) 72-3726 re-momo3751@po4.synapse.ne.jp

