



広報  
いちき串木野

3

2022年3月22日発行  
VOL.197



特集

- ・施設紹介【総合体育館編】  
～総合体育館で気軽にトレーニングしよう～
- ・令和4年度いちき串木野市  
スポーツカレンダー

# 施設紹介

【総合体育館編】

## ～総合体育館で気軽に トレーニングしよう～



昨年夏の東京オリンピック・パラリンピックや北京オリンピック・パラリンピックの影響で、スポーツ熱の高まりを感じる今日この頃ですが、トレーニングの場所などにお困りではないでしょうか。平成25年にオープンした総合体育館には、ランニングスペースやトレーニングルームがあり、利用料金もお手頃で、トレーニングにおすすめです。今回は、総合体育館のトレーニングルームやランニングロードを中心にご紹介します。

### トレーニングのポイント

- ・鍛える筋肉を意識する。
- ・呼吸を止めない。
- ・反動をつけない。

### ○トレーニングルーム(施設1階)

何種類もの器具が置いてあり、様々なトレーニングができます。



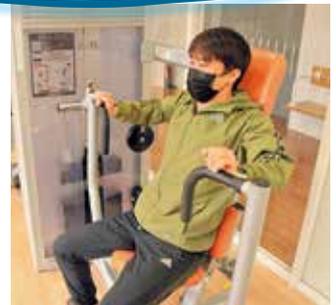
太ももの前、後ろ



太ももの内側、外側



背中



胸

### ○ランニングロード(施設2階)



アリーナを囲む形で、1周約200mあります。雨が降った日に走りたいときや足に負担を掛せずに走るのに最適です。

### ○多目的スペース(施設2階)



巨大な鏡があり、ヨガ、ダンス、フラダンス、卓球等ができます。

## ○施設利用料金(一部掲載)

区分	料金(1時間当たり)			
	市内者		市外者	
	大人	高校生以下	大人	高校生以下
トレーニングルーム	110円	50円	160円	70円
ランニングロード	110円	50円	160円	70円
多目的スペース(専用)	160円	70円	230円	110円
多目的スペース(一部)	70円	30円	110円	50円

※アリーナなどその他の施設料金は、下の二次元コードからご確認ください。

## ○総合体育館年度別利用者数

年度	利用者数
H30年度	71,197人
R 1年度	65,068人
R 2年度	37,415人

### ○利用者、管理人さんの声

- ・利用料金が全体的に安い
- ・いつも施設がきれい
- ・ランニングマシーンを増やしてほしい
- ・雨の日にランニングなどのトレーニングができて助かる
- ・他市から来られる方もいる

# 総合体育館では、令和5年開催予定のかごしま国体・ かごしま大会やプロスポーツの試合が行われます！！



令和5年開催予定のかごしま国体では、正式競技で、バレーボール(成年男子)、バスケットボール(少年女子)、デモンストラーションスポーツで少林寺拳法、3B体操が行われ、かごしま大会では正式競技で車いすバスケットボールが開催されます。また、プロバスケットボールチーム鹿児島レブナイズの公式戦の開催やインターハイ開催時の会場になるなど、市内でハイレベルなスポーツを間近に感じることができる施設です。

今後、国体やプロスポーツの情報、またイベントの開催情報をお知らせしますので、ぜひご利用ください。

総合体育館の施設概要や利用料金等詳しくは右の二次元コードからご確認くださいをお願いします。



### ○問合せ

- 総合体育館 ☎32-8588
- ・開館時間…8:30~22:00
  - ・休館日…毎週月曜日、12/29~翌年1/3  
(月曜日が祝日の場合は、その翌平日)





# 令和4年度いちき串木野市スポーツカレンダー

～人が輝き 文化の薫る 世界に拓かれたまち～

## 【市内スポーツ施設関係】

月	日	曜	大会(行事)名	会場	月	日	曜	大会(行事)名	会場
4	2	土	令和4年度南九州四県対抗バスケットボール選手権大会県予選(～3日)	総合体育館	8	6	土	全日本総合バスケットボール選手権大会鹿児島代表決定戦(～7日)	総合体育館
	3	日	第35回串木野テニスダブルス大会	市庭球場		7	日	第70回照島地区小中学生球技大会	串体セ
	4	月	市サッカーリーグ	多目的G		11	木	市ソフトボールスポーツ少年団夏季大会	多目的G
	10	日	市春季ゲートボール大会	秀栄ドーム		14	日	第13回スポーツデポ杯ソフトバレーボール大会	総合体育館
	16	土	第24回さくら祭りねりんピック弓道大会	市来体育館・市来弓道場		20	土	第5回いちき串木野市長杯アーチェリー大会	市来運動場
	20	水	全九州バレーボール総合選手権大会(高校)(～17日)	総合体育館		20	土	第24回海の日B&Gマリンスポーツ大会	B&G艇庫
	3	火	日置地区春季交流グラウンド・ゴルフ大会	多目的G		21	日	第35回全九州鹿児島大会	多目的G
	7	土	市バレー交流会(～5日)	総合体育館・串体セ 他		21	日	県市町村対抗剣道大会	総合体育館
	8	日	第23回市合気道演武会	串中武道館		22	月	県社会人サッカーリーグ	多目的G
	8	日	県中学校剣道大会	総合体育館		22	月	第38回市長旗争奪ナイターソフトボール大会(～31日)	多目的G
	8	日	中央地区グラウンド・ゴルフ大会	多目的G		25	木	鹿児島県パークゴルフ大会	パークゴルフ場
	10	火	第46回市内ソフトテニス大会	市庭球場		27	土	第38回宮之原杯中学校新人ソフトテニス大会	市庭球場
	10	火	日置地区高等学校体育連盟春季体育大会バドミントン大会	総合体育館		28	日	第30回若鷲旗争奪ソフトボール大会	多目的G
	15	日	第34回B&G杯ミニバレーボール大会	B&G		28	日	第42回西薩地区中学校バレーボール大会	総合体育館・市来体育館
	15	日	湊地区グラウンド・ゴルフ大会	川北スポーツ公園		1	木	第38回市長旗争奪ナイターソフトボール大会(～2日)	多目的G
	15	日	第36回市空手道選手権大会	総合体育館		3	土	U8・9サッカー大会(～4日)	多目的G
	15	日	第77回春季職域ソフトボール大会	多目的G		3	土	市長杯パークゴルフ大会	パークゴルフ場
	20	金	大原地区高齢者グラウンド・ゴルフ大会	多目的G		4	日	第17回市剣道選手権大会	串小体育館
	21	土	第68回鹿児島県中学校春季卓球大会(～22日)	総合体育館		4	日	県9人制バレーボール総合兼全日本県予選	総合体育館
	22	日	第45回市春季親善グラウンド・ゴルフ大会	多目的G		11	日	市民ゴルフ大会	未定
	22	日	第51回照島地区グラウンド・ゴルフ大会	長崎鼻ソ場		11	日	第6回市長杯公民館交流グラウンド・ゴルフ大会	多目的G
	26	木	すこやかおせんしグラウンド・ゴルフ大会	多目的G		13	火	第43回公民館対抗ベストメンバーバレーボール大会(～17日)	市来体育館
	28	土	令和4年度鹿児島県高等学校バスケットボール競技大会(～27日)	総合体育館		16	金	大原地区高齢者グラウンド・ゴルフ大会	多目的G
	28	土	鹿児島県高等学校総合体育大会バレーボール競技(～29日)	総合体育館		18	日	第35回フレッシュリーグジュニア大会(～19日)	多目的G
	29	日	第35回夏季九州選手権南部連盟予選大会	多目的G		21	水	市高齢者クラブグラウンド・ゴルフ大会	多目的G
	5	日	第52回市内卓球大会	総合体育館		23	金	市ソフトボールスポーツ少年団秋季大会	多目的G
	5	日	市サッカーリーグ	多目的G		24	土	第15回B&G杯パークゴルフ大会	パークゴルフ場
	7	火	令和4年度日置地区中学校総合体育大会バスケットボール競技大会(～8日)	総合体育館		25	日	第69回串木野弓道大会	串木野弓道場
	7	火	令和4年度日置地区中学校総合体育大会ソフトテニス競技大会(～10日)	市庭球場		25	日	第57回市内バドミントン大会	総合体育館
	9	木	令和4年度日置地区中学校総合体育大会卓球競技大会	総合体育館		30	金	日置地区高等学校体育連盟秋季体育大会バドミントン大会	総合体育館
	12	日	第35回夏季九州選手権南部連盟予選大会	多目的G		2	日	第2回県下選手権大会予選大会	総合体育館
	18	土	全九州高等学校少林寺拳法大会(～19日)	総合体育館		5	水	すこやかおせんしスポーツ大会	総合体育館
	18	土	第16回市長旗争奪軟式野球大会	多目的G		9	日	第16回市民体育大会	多目的G
	19	日	中央地区混成ミニバレーボール大会	B&G		9	日	市小学校陸上記録会	多目的G
	19	日	市ゲートボール選手権大会	秀栄ドーム		12	水	令和4年度日置地区中学校新人体育大会バスケットボール競技大会(～13日)	総合体育館
	26	日	少林寺拳法鹿児島県大会	総合体育館		12	水	令和4年度日置地区中学校新人体育大会ソフトテニス競技大会(～14日)	市庭球場
	26	日	市サッカーリーグ	多目的G		14	金	令和4年度日置地区中学校新人体育大会卓球競技大会	総合体育館
	2	土	天皇杯・皇后杯6人制バレーボール大会県予選	総合体育館		16	日	第35回秋季九州南部地区連盟大会	多目的G
	3	日	日置地区県民体育大会選考会(バスケットボール)	総合体育館		21	金	日置地区秋季交流グラウンド・ゴルフ大会	多目的G
	3	日	第52回照島地区グラウンド・ゴルフ大会	長崎鼻ソ場		22	土	第43回B&G杯少年剣道錬成大会	B&G
	3	日	第42回ママさんバレーボール日置地区親睦大会	市来体育館		22	土	第33回VICTAS杯県下小学生・中学生卓球大会(～23日)	総合体育館
	3	日	第17回市陸上選手権大会	生冠中		23	日	市身体障害者協会運動会	串体セ
	10	日	日置地区県民体育大会選考会	総合体育館		23	日	第46回市秋季親善グラウンド・ゴルフ大会	多目的G
	18	月	第9回親子サーフィン教室	照島海岸		23	日	第70回日置地区ママさんバレーボールいそじ・ことぶき大会	市来体育館
	19	火	県年金者連盟西薩支部春季グラウンド・ゴルフ大会	多目的G		29	土	市さざなみバレーボール大会(～30日)	総合体育館
	26	火	令和4年度鹿児島県中学校総合体育大会卓球競技大会(～27日)	総合体育館		30	日	第35回秋季九州南部地区連盟大会	多目的G
	28	木	第17回市グラウンド・ゴルフ交歓大会	多目的G		30	日	湊地区グラウンド・ゴルフ大会	川北スポーツ公園
	30	土	県小学生バレーボール夏季大会(～31日)	総合体育館		30	日	第17回串木野太極拳連盟上海倶楽部発表会	串体セ
	31	日	第15回市水泳選手権大会	串西中プール		30	日	第14回照島地区パークゴルフ大会	パークゴルフ場
	31	日	第8回海童旗争奪ソフトボール大会	多目的G					



★特別国民体育大会「燃ゆる感動かごしま国体」  
令和5年10月7日(土)～10月17日(火)

★特別全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」  
令和5年10月28日(土)～10月30日(月)

**開催決定!**

**絶対に勝ちたい戦いが、いちき串木野市にある**  
**チェスト! キバレ!**

【市内スポーツ施設関係】		
月日曜	大会(行事)名	会場
3木	第11回汐見旗争奪ソフトボール大会	多目的G
4金	市高齢者クラブパークゴルフ大会	パークゴルフ場
5土	県年金者連盟西薩支部秋季グラウンド・ゴルフ大会	多目的G
6日	第53回照島地区グラウンド・ゴルフ大会	長崎鼻ソ場
	第41回和田杯テニストーナメント	市庭球場
11日	第33回ママさんバレーボール日置地区争奪戦大会	市来体育館
	市秋季ゲートボール大会	秀栄ドーム
13日	県社会人サッカーリーグ	多目的G
	第48回シーサイドソフトテニス大会	市庭球場
20日	第25回B & G杯少年柔道錬成大会	B & G
	第31回焼肉なべしま杯大会	多目的G
23水	第16回市地区対抗駅伝競走大会	新港周辺
	市ソフトボールドスポーツ少年団本部旗	多目的G
27日	第42回秋季職域ソフトボール大会	多目的G
	第4回いちき串木野市アーチェリー大会	アクアホール
11日	第15回さのさ銃剣道大会	市来武道館
	県社会人サッカーリーグ	多目的G
11日	第16回連盟旗争奪軟式野球大会	多目的G
	B & Gクリスマス会	B & G
18日	ゲートボール打納め大会	秀栄ドーム
	第17回市ロードレース大会	西薩工業団地
24土	令和4年度市来地域弓道大会	市来弓道場
	令和4年度串木野地域弓道大会	串木野弓道場
7土	第11回美豚杯サッカー大会(～25日)	多目的G
8日	第11回ソフトテニス打初め大会	市庭球場
19月	ゲートボール打初め大会	秀栄ドーム
	第48回黒潮旗ソフトボール大会	多目的G
21土	さざなみバレーボール大会	B & G・串体セ 他
	第28回市サッカー選手権	多目的G
4土	鹿児島中央ブロックリーグ冬季大会	総合体育館
	市ソフトボールドスポーツ少年団送別大会	多目的G
5日	第16回市柔道大会	総合体育館
	第17回市さわやかボウリング大会	串木野ゴールデンボール
12日	日置地区ソフトボールドスポーツ少年団送別大会	多目的G
	第19回浜野食品杯さのさ旗争奪小学生バレーボール大会	総合体育館・市来体育館
19日	県高等学校剣道選手権大会	総合体育館
	第28回市サッカー選手権	多目的G
23木	日置地区ソフトボールドスポーツ少年団フェローズ大会	多目的G
25土	第4回鹿児島センターブロック大会(～26日)	総合体育館
4土	第37回串木野さのさ杯4年生以下サッカー大会(～5日)	多目的G・市来運動場
	県小学生バレーボール新人大会(～5日)	総合体育館
12日	第37回木場彦杯家庭婦人バレーボール大会	市来体育館
	第16回会長旗争奪軟式野球大会	多目的G
317金	全九州高等学校バスケットボール春季選手権大会(～19日)	総合体育館
	いちき桜サッカー大会(～19日)	多目的G
19日	第15回市レクリエーションダンス協会発表会	アクアホール
23木	第18回市グラウンド・ゴルフ交歓大会	多目的G
25土	第36回春季九州選手権大会(～26日)	多目的G

★紙面の都合により掲載していない行事等もあります。



熱い鼓動 風は南から  
2023

燃ゆる感動



かごしま国体・かごしま大会

特別国民体育大会

特別全国障害者スポーツ大会

【問合せ】

- ◆シティセールス課 ☎33-5642
- ◆総合体育館 ☎32-8588  
※休館日…月曜日、12/29～翌年1/3  
(月曜日が祝日の場合は、その翌平日)
- ◆多目的グラウンド・庭球場・市来運動場 ☎33-2788  
※休場日…12/29～翌年1/3
- ◆串木野体育センター・長崎鼻公園ソフトボール場 ☎32-1899  
※休館日…月曜日、12/29～翌年1/3
- ◆市来体育館・市来武道館・市民プール (川北スポーツ公園・秀栄ドーム) ☎36-2881  
※休館日…月曜日、12/29～翌年1/3
- ◆B & G 海洋センター (体育館・武道館・艇庫・プール) ☎32-8994  
※休館日…月曜日、12/29～翌年1/3
- ◆いちき串木野パークゴルフ場 ☎32-8118  
※休場日…火曜日、12/29～翌年1/3  
(火曜日が祝日の場合は、その翌平日)

【市内の主なスポーツ施設】

- ◆総合体育館 (バレーボール4面、バスケットボール3面、バドミントン14面)
- ◆庭球場 (コート8面、内4面夜間照明施設)
- ◆旭運動広場
- ◆多目的グラウンド (400mトラック、野球2面、ソフトボール4面、夜間照明施設4面)
- ◆市来運動場 (野球1面、ソフトボール2面)
- ◆市来体育館 (バレーボール3面、バスケットボール2面、バドミントン9面)
- ◆市来武道館 (剣道1面、柔道1面)
- ◆B & G海洋センター 体育館 (バレーボール2面、バスケットボール1面、バドミントン4面) 武道館 (剣道1面、柔道1面)、プール、艇庫
- ◆川上運動広場 (ソフトボール1面、夜間照明施設1面)
- ◆串木野弓道場 (5人立)、市来弓道場 (6人立)
- ◆串木野体育センター (バレーボール2面、バスケットボール1面、バドミントン4面)
- ◆長崎鼻公園ソフトボール場 (ソフトボール1面、夜間照明施設1面)
- ◆相撲競技場
- ◆いちき串木野パークゴルフ場 (36ホール)

※ニュースポーツの貸し出しについては、数量に限りがありますので、事前に総合体育館・串木野体育センター・市来体育館にお問い合わせください。



## コロナ禍における 若者・子どものメンタルヘルス



一般社団法人高橋聡美研究室  
代表理事 高橋聡美氏

### <慢性的なストレス>

コロナ禍3年目を迎え、一旦収束したかのように見えた感染拡大が今、第6波となって、社会を大きく揺るがしています。内閣府の調査によると自粛生活でコロナ疲れを「感じる」「やや感じる」と答えた人は7割を超え、女性や若者の自殺も増えています。

県内の感染者数も今までになく増え、感染への不安はもちろんですが、とりわけ若い世代は、学生のうちにしかできないことを我慢し大人になってしまいます。

### <ソーシャルディスタンスでもたらされた孤立>

ソーシャルディスタンスは、そもそもウイルス感染拡大を防ぐための物理的な距離の意味あいでしたが、いつしか人と人のつながりも奪われているように感じます。

この1年、若いお母さんたちからの心の相談が増えています。出産・子育て世代の人も妊娠期間中に人に会えなかったり、お産の時に実家の手伝いをもらえない、里帰り分娩ができないなど妊娠から出産までの経過で孤立しがちです。子育てサークルのような集まりも開催されないため子育てが「孤育て」になっているのだと思います。また、全国各地、子どものコロナ感染者が増え、家族内感染も増加していることから、子どもも保護者も学校も今まで以上に不安に満ちています。

### <コロナ禍の影響は平等には起きない>

「みんな、我慢して乗り越えよう」と本来励ましとなる言葉は、行き過ぎると「みんなやって当たり前」という同調圧力となり、生きにくい社会を作り出します。

コロナ禍で大変なのは「みんな同じだ」と多くの人は言います。しかし、同じ自粛状況下にあっても年齢・性別・職業・趣味・これからの目標などで、「心理的負担」は全く異なります。おうち時間がもともと好きだった人にとっては自粛はそれほど苦痛ではないでしょう。逆に外食や人と会うことを楽しみにしていた人はストレスが大きくなるでしょう。DVや虐待などの問題を抱えていた家庭では家庭内の緊張がさらに強まったでしょう。

さらに子どもの2年と大人の2年も、全く異なります。



### <子どもたちが喪失したもの>

我が国のコロナ対策は学校の休校措置から始まりました。私たち大人は、もしかしたら子どもたちへの影響を過小に評価していたかもしれません。長期にわたるコロナ禍でメンタルの不調を訴える子どもが全国的に増えています。気分が沈むなどの心の不調だけでなく「お腹が痛い」「頭が痛い」などの身体症状として現れることもあります。

運動会・修学旅行・文化祭など楽しみにしていた行事が縮小・中止になりました。また自分の力が発揮できる試合やコンクールも中止になり、自分らしさを発揮する場も失われています。楽しい給食の時間も黙食です。子ども・若者の間にしかできないことをできずに過ごしています。

2020年に入学した中高校生は1年2年をコロナで過ごし、残る1年は進路を決める学年となります。進路や将来の見通しが立たない、リモート授業になって友達ができない、就職しても職場の人と親睦を図れないなど、人生設計や人との関係性の構築ができにくくなっています。若い時の2年自粛というのは、情緒発達や人間関係構築にも影響を与えていくだろうと思います。まだまだ感染の収束のめどが立たない状況にありますが、その間も子どもたちは心も体も成長していきます。

コロナ禍で子どもたちが自分らしさを発揮できる場所を持てるよう最大限の努力をしていかなければならないと思います。次の時代を作っていく子どもたち。コロナ禍で思いやりを学び、優しい世代となるように、私たち大人が他者に対し寛容で思いやりのある姿をみせていかなければならないと感じています。

市内で頑張っている企業の特徴や取組み、  
若手社員の声などを毎月お伝えします。

# 企業の広場 Vol.24

いちき串木野市立ハローワーク  
(☎26-1191)

## 有限会社東洋ベンディング



### 企業の概要

当社は、創立41年目を迎える自動販売機オペレーターです。5社の飲料メーカーと取引があり、連携を取りながら、薩摩半島一円を5つのルート（いちき串木野、薩摩川内、出水、枕崎、鹿児島）で飲料の提供を行っております。

また、商品入れ替えやメンテナンスに対応できるメンバーが自動販売機をコンピューターシステムで管理、運営し、細やかなサービスを目指しております。

飲料業界も近年、環境変化の中、非常に厳しい状況になってまいりましたが、これからは何らかの仕掛けを施し、日々精進していきたいと思っております。

従業員数 10名  
所在地 〒896-0046 西薩町17-32  
電話番号 32-0190  
経営理念 「皆様が必要とされ、感謝される企業でありたい」  
謙虚に尽くし、  
胸を張れる仕事を!!



### 先輩社員の企業アピール 鍛冶屋 浩昭さん



入社して30年になります。

お客様の笑顔を思い浮かべながら、商品構成を考え、商品の詰め替え、自販機の掃除、周辺の清掃、空缶の回収を行っております。「ホット、ひと息」のなごみの場所になってもらえたら嬉しいです。私の自販機がお待ちしております。

## 株式会社クリーニング太陽



### 企業の概要

弊社営業エリアは薩摩半島地域で直営店・取次店あわせて60店舗の営業店があります。直営店のほとんどは地元のスーパー内にあります。

メイン商品は一般家庭の衣類ですが、布団・毛布・カーペット・カーテンなどの寝装品、着物や皮革製品もクリーニングできます。

また、企業様向けのクリーニングも地元の多くの企業様から作業着やユニフォームの定期回収・配達サービスをご利用いただいております。

従業員数 97名（工場17名）  
所在地 〒896-0056 八房3158-1  
電話番号 32-2217  
基本理念 お客様が満足される仕上を目指し  
お客様が満足される商品を提供する

### 社員の企業アピール



営業先である受付店舗スタッフはほとんどが女性で、工場のスタッフも女性が多いです。

工場作業は一部を除いてほとんどを機械にまかせることができるため、軽作業です。ワイシャツも背広もズボンもそれぞれ専用の仕上機があります。スタッフは①品物を機械にセット②ボタンを押す③機械がプレス（しわを伸ばす）部分手直し④品物を取り外して仕上完了、を繰り返します。

また、工場は機械設備を随時最新のものに更新しながら、スタッフ皆が安全で安心して長く働ける職場作りに取り組んでいます。