

9/2

ビームライフル体験会



市総合体育館で、ビームライフルの体験会が開催され、家族連れなど8名の方が参加しました。

ビームライフル競技は、的に光を照射して競う射撃スポーツの入門となる競技で、子どもも安全に楽しむことができます。

参加した子どもたちは、高得点の的めがけて楽しそうに体験していました。

9/18

全国杖道大会で優勝・準優勝



杖道発祥の地、福岡県で開催された第59回全国杖道大会に本市から5名出場し、少年の部で荒田獅竜選手（串木野中学校）が優勝、四段の部で、宮路武久選手が準優勝しました。

杖道の稽古は、串木野中学校武道館、誠道館（桜町）で行っています。興味のある方は、お問い合わせください。

●問合せ 南 ☎32-3197

9/17

第7回市長杯 市民ふれあいグラウンド・ゴルフ大会



秋晴れのもと、第7回市長杯市民ふれあいグラウンド・ゴルフ大会が開催され、市内の愛好者140名が参加し、日頃の腕を競い合いました。

- 団体の部 優勝 平瀬会 (A)
- 準優勝 平瀬会 (B)
- 第3位 陣笠
- 個人の部 優勝 森 ミサエ (紅さつま)
- 準優勝 原口 勝義 (平瀬会 (B))
- 第3位 祐下 主税 (ふもと同好会)

9/24

第71回串木野弓道大会



串木野弓道場で第71回串木野弓道大会が開催されました。県内各地から32チーム93名が参加し、熱戦が繰り広げられました。市内の入賞者は次のとおりです。

- 団体の部 第3位 橋口 聖矢・外園 操・橋口 誠 (串木野A)
- 個人男子の部 第4位 橋口 聖矢
- 個人女子の部 第9位 橋口 聡子

9/27 島平上ことぶき会が優良団体表彰を受賞



市高齢者クラブ所属の島平上ことぶき会は、9月8日開催の「ゆめ・ときめき鹿児島」ねんりん大会で、健康づくり部門の優良団体表彰を受賞しました。

島平上ことぶき会では、地域の方と体力や心の健康維持のために、グラウンド・ゴルフやころばん体操、各種団体からの出前講座の開催など、多くの活動を企画・実施しています。今回の受賞は、その活動が評価されたものです。おめでとうございます。

10/5 電設協会が照明を点検・清掃



社団法人鹿児島県電設協会（串木野・川薩・北薩地区）の会員18名が、ボランティアで串木野高齢者福祉センター、串木野健康増進センター等の施設の電気機器の点検・清掃活動を行いました。

本事業は、社会貢献活動の一環として行われており、清掃後は、各施設の照明が見違えるようにきれいになりました。電設協会の皆さまありがとうございました。

10/4

まぐろ普及出前授業



川上小学校で、まぐろ普及出前授業が開催されました。これは、まぐろの普及・食育・後継者育成・遠洋まぐろ漁業のPRを目的に、鹿児島まぐろ同友会が行っているものです。

授業では、漁の様子のDVD視聴や解説、まぐろの水揚げゲーム（ツナ引き）、まぐろの刺身の試食が行われました。児童からは、「授業では聞けない話でとても勉強になった」「刺身がとても美味しかった」との感想があり、多くの児童がまぐろに興味を持ってくれました。

また、当日は、鹿児島まぐろ船主協会、鹿児島まぐろ同友会、市漁業後継者協議会から提供されたまぐろを使った特別給食が、市立幼小中学校に提供されました。

10/10 「まぐろの日キャンペーン」のまぐろ販売



10月10日のまぐろの日に、鹿児島まぐろ船主協会が本市のまぐろ船が水揚げした「薩州串木野まぐろ（天然冷凍メバチマグロ）」を500円で販売しました。

鮮度の高いまぐろを生産者価格で購入できるとあって、会場のAコープ串木野店では、市内外から多くの方が訪れ、予定よりも早く完売しました。

10/20

神村学園吹奏楽部 第36回全日本マーチングコンテスト出場



神村学園中等部高等部吹奏楽部が、10月8日に福岡国際センターで行われた、第41回九州マーチングコンテスト・高等学校以上の部で金賞を受賞しました。また、金賞受賞校のうち4校のみが選ばれる九州代表に17年ぶりに選ばれ、11月19日開催の全日本マーチングコンテストへ出場が決定しました。

吹奏楽部部長の高等部3年生串岡優来さんは、「保護者や関係者の皆さんのサポートのおかげで、金賞を獲得できました。全日本では、さらにレベルアップした演奏を見せるように努力したい」と話しました。

10/22

未来に乾杯！ 十代からの本格焼酎体験vol.4



今回の本格焼酎体験事業では、「白石酒造」の見学を行い、県内でも数少ない、芋栽培から焼酎造りを手掛ける蔵元の想いやこだわりを学びました。その後、年明けに瓶詰めを予定している、焼酎の参加者オリジナルラベルのデザイン検討会を実施しました。参加者の想いが詰まったデザインの完成が楽しみです。

10/22

市来町漁協から秋太郎のプレゼント



市来えびす市場で秋の味覚祭が開催され、多くの方が来場しました。

その中で、市来町漁業協同組合から市来地域の高齢者施設へ、秋を告げる旬の秋太郎（バショウカジキ）のプレゼントがありました。これは、約30年ほど続いているものです。

市来町漁業協同組合組合長の久保光朗さんは、「おいしい秋太郎をお召し上がりいただき、いつまでもお元気でいてください」と話していました。



10/23

照島神社秋大祭



照島神社で五穀豊穡や地域の安全を願う秋大祭が行われました。

また、当日は、4年ぶりの稚児行列も行われ、地域や子どもたちの安全を願い、来年度照島小学校の新1年生となる子どもたちが、天狗と一緒に、照島神社から照島小学校、照島保育園にかけて練り歩きました。

「くるくるMOMIJIバス」が運行中！



紅葉が見頃となった冠岳とJR串木野駅を結ぶ観光シャトルバス（予約制）が運行中です。

●**運行期間** 11月23日（木・祝）～12月3日（日）
※期間中の土日祝日限定

詳しくは11月6日号のおしらせ版、または二次元コードからご覧ください。



紅葉散策のお供にいかが？くるくるMOMIJIバス名物「冠岳薬膳弁当」販売中！（要予約）

薬膳料理家の梶英子氏が監修の、旬の地域食材を用いて丁寧に手作りで仕上げたお弁当です。

徐福伝説と薬草の自生地でも知られる冠岳で、心にも体にも優しい薬膳を味わってみませんか？



- 販売日** くるくるMOMIJIバス運行日
 - 受渡場所** 冠岳花川砂防公園
 - 受渡時間** 11：00～13：30
 - 販売金額** 1個1,300円（税込）※みそ汁付き
 - 製作** cafe' ONE LOVE
 - 申込** 市総合観光案内所 ☎32-5256
- ※乗車希望日の2日前までに、バス予約と一緒に申し込みください。

10/26 間近で見る一流の演劇

照島小学校で、劇団野ばらによる「あした あさってしあさって」の演劇が実施されました。

これは市町村による青少年劇場事業として上演されたもので、子どもたちは、普段なかなか見る機会の少ない一流の演劇を鑑賞し、貴重な体験となったようです。

10/12 串木野ライオンズクラブ環境奉仕作業



串木野ライオンズクラブから約20名の会員が参加し、環境奉仕活動として、かもめ公園を清掃しました。暑い中、ありがとうございました。

10/22 シルバー人材センター奉仕作業



シルバー人材センターの会員により、かもめ公園周辺のゴミ拾いなどの奉仕作業が行われました。

この活動は、「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」に合わせて、実施されているものです。

公園の美化に貢献していただき、ありがとうございました。



本市で取り組んでいる「食のまちづくり」に関連する情報を紹介します。「食」を通じて、いろんなことを楽しむ、いろんなことをやってみる。人がいきいきと輝き、まちが元気になる。それが「いちき串木野市 食のまちづくり宣言」です。いちき串木野市は、海の味、山の味、こだわりの珈琲から蔵元の焼酎まで、心がほっとするおいしいものが身近にある、豊かな食文化を誇るまちです。この食文化をおいしく、楽しく味わいながら、人がいきいきと輝くまちをみんなで育てていきましょう。



Vol.03

「この地だから在る、地元の焼酎」

text & photo / Fumikazu Kobayashi

「そろそろ焼酎にする？」
「そうだね、確かボトル入っていたような？」

「すいませーん！焼酎のボトル
キープとお湯のセットください。
グラスは3つ」

みたいな会話が夜の居酒屋では頻繁に聞こえてきます。最初はビールで乾杯するも、最終的には焼酎に行き着いて、みんな笑顔で日々の疲れを癒します。一方、家庭でも夕飯時には年季の入った魔法瓶と一升瓶、慣れた手つきでお湯割りをつくり、グラスの中で対流する曇気楼を少し甘めのおかずと一緒に流し込み、明日への英気を養います。

『だれやめ』鹿児島では夜の晩酌のことをこう言います。だれやめとは『だれ＝疲れ』『やめ＝止め』という意味で、1日の疲れを癒してまた明日も頑張ろう！と、お酒好きの心の声を代弁し、そして飲む理由もつくってくれる、魔法の儀式のようなものですね。

鹿児島の人々の生活に古くから溶け込んでいる焼酎ですが、その製造技術が急速に発達したのは明治時代でした。当時、大蔵省の税務監査局の技師として働いていた河内源一郎氏が鹿児島に赴任し、焼酎の麴の研究を始め、沖縄の泡盛の麴菌から胞子を取って焼酎に適した河内黒麴菌（いわゆる黒

麴）を培養することに成功しました。その後、新種・河内菌白麴（いわゆる白麴）を発見。河内源一郎氏と焼酎蔵、杜氏軍団などの研究と努力の結果、安定的に焼酎を仕込む技術が確立していったのです。

麴と同じく大事な原材料である、さつまいもも実は鹿児島の土地柄が大いに関係しています。さつまいもは根が地中を這うようにして育つので、台風銀座と呼ばれるほど台風の襲来が多い鹿児島でも、その風に飛ばされる事が少ないのです。また、雨が多いと水が地中に溜まって腐ってしましますが、鹿児島は火山灰が堆積してきたシラス台地、やせた土地ではありますが水捌けは抜群で、さつまいもを育てる環境に非常に適しています。

日常的に目にしたり、口になっている焼酎ですが、実は鹿児島だからこそ造れるお酒なのです。オー、ミラクルリカー！

いちき串木野市には現在8つの焼酎蔵があります。鹿児島全土を見渡してもここまで近距離に密集

している地は他になかなかありません。特に集中している市来は明治～昭和初期にかけて薩摩街道出水筋の宿場町として、市来湊は江戸・大阪方面へ物資を輸送する港としてとても賑わっていたそうです。決して賑わっていたからというミーハーな理由ではなく、市来の地で湧く水は水質が良く、焼酎の仕込みにとても適していたので、焼酎蔵が集まっているのです。

主に鹿児島や九州圏内で消費されることが多いお酒ですが、広く焼酎について知ってもらおうと、今年の2月に鹿児島では初めてとなる産地を巡るツーリズム、〈焼酎ツーリズムかごしま2023〉がいちき串木野市を中心に開催されました。全国から約130名が焼酎蔵とその産地の散策を楽しみ、お気に入りの一本と出会い、現地へ来ないとできない体験をしました。

焼酎蔵はこの時期、仕込みの真っ最中です。蔵から漏れ出てくる良い香りを嘸み締めながら、美味しい焼酎が醸されるのを待ちたいと思います。

公式 note



いちき串木野市のおいしい情報、
コラムの続きはコチラからご覧いただけます。
https://note.com/oishiku_hitoiki



食生活を見直して慢性腎臓病（CKD）を予防しよう

慢性腎臓病（CKD）とは腎臓の働きが徐々に低下していく腎臓病の総称です。

腎臓は「沈黙の臓器」とも呼ばれ、腎機能低下を放置しておくとう工透析に繋がり生涯にわたり治療が必要となります。さらに脳卒中や心臓病のリスクも高まるといわれています。日頃の生活習慣・食生活の見直し・改善とともに健診や医療機関で早期発見し、適切な治療を行うことで発症予防や重症化を防ぐことができます。

検診結果を見てみましょう！こんな人は要注意

- ①尿たんぱくが（±）、（+）以上
- ②eGFRが60未満
- ③尿潜血（+）以上

慢性腎臓病(CKD)を予防するための食生活のポイント

1. 主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事

| 主 食 (エネルギー) | 主 菜 (たんぱく質や脂肪) | 副 菜 (ビタミン・ミネラル・食物繊維) |
|--------------------------------------|--|--|
| | | |
| <p>毎食適量を食べることで 主菜の摂りすぎ防止や減塩に</p> | <p>筋肉、血液など体を作る材料 摂りすぎ・不足に注意が必要!! 1日の目安：手のひら4～5つ分</p> | <p>野菜たっぷり汁物にすると 満足感や減塩に繋がります 1日の目標量：350g</p> |

2. 食塩は控えめに

～食塩摂取量の目標値～
 男性：7.5g / 日未満
 女性：6.5g / 日未満
 (血圧が高めの方は6g / 日未満)



減塩のコツ

- ・めん類の汁を飲まない
- ・減塩食品・調味料の活用
- ・旬の食材やだしを使う
- ・調味料を追加しない
- ・食塩の多い食べ物を摂りすぎないなど



いちき串木野市では、皆さんの腎臓を守るため
CKD予防ネットワークに取り組んでいます！



Jinのすけ Zoushin CKDシール 詳しくは市HPへ
 健診等で腎臓の異常等が見られた方を対象にかけ医と腎臓専門医、薬剤師、歯科医、保健師、
 管理栄養士が連携して、これ以上悪化しないように腎臓を守っていく取り組みのことで。

口腔ケアで歯周病・糖尿病を予防！

歯周病と糖尿病は悪影響を及ぼし合う一方で、歯周病を治療すると血糖値も改善することがわかってきました。

歯周病検診のお知らせ

40、50、60、70歳の節目年齢（R6.4.1時点）検診対象者へ受診券を個別に送付しています。受診期間は、12月末までです。



口腔ケアで
 歯周病と
 糖尿病を予防！



市政CIVIC NEWS ニュース

市ではこんなことをしています



9/27~29

洋上風力発電事業先進地視察

「市洋上風力発電調査研究協議会」は、千葉県銚子市を視察しました。
銚子市は、年間を通して強い風が吹き、陸上風力発電の発電量は千葉県内の約80%を占めています。2013年に国の実証として沖合約3kmに洋上風力発電施設（着床式）が1基設置され、商用運転を行っています。

また、2020年には再エネ海域利用法における促進区域に指定され、2028年には31基の風車（風車の最高到達点約250m）が洋上に設置され運転開始を見込んでいます。



実証機視察（洋上風力発電）



意見交換会

同市は、洋上風力発電事業の収益の一部を地域還元する取組等を積極的に行っており、銚子市漁業協同組合を主体として商工会議所・市の3者で視察受け入れ等を行う銚子協同事業オフショアウインドサービス(株)の設立や風車設置後の漁場創出に取り組む(株)銚子漁業共生センターの設立など「オール銚子」で取り組んでいます。

今回の視察では、漁業協同組合・商工会議所・市・銚子協同事業オフショアウインドサービス(株)と意見交換を行い、洋上風力発電に対する取組内容や発電事業者と連携した地域振興策等を学ぶことができました。

市では引き続き、洋上風力発電に関する漁業振興策・地域振興策を調査研究し、関係者と連携した施策を検討していきます。

市長の主な動き（10月）

| 日にち | 内容 | 日にち | 内容 |
|--------|--|--------------------------|--|
| 1 (日) | 照島小学校運動会 | 22 (日) | ・妙円寺詣り行事大会総合開会式（日置市） ・黎明の地ふるさと短歌大会授賞式 |
| 2 (月) | 県かつお・まぐろ漁業対策協議会総会（鹿児島市） | | |
| 6 (金) | 中華民国 111 年記念國慶節祝賀レセプション（福岡県） | 23 (月) | ・照島神社秋大祭 ・みらいトーク（ファミリーサポートセンター） |
| 7 (土) | ・かごしま国体総合開会式（鹿児島市） ・かごしま国体提灯奉迎の祭典（鹿児島市） | | |
| | 11 (水) | かごしま国体成年男子バレーボール競技決勝・表彰式 | 26 (木) |
| 12 (木) | 防犯功労者全国表彰伝達式 | 27 (金) | |
| 15 (日) | 関西いちき串木野会総会（大阪府） | | 28 (土) |
| 16 (月) | ・かごしま国体少年女子バスケットボール競技決勝・表彰式 ・市医師会との懇談会 | 29 (日) | |
| | 17 (火) | | かごしま国体総合閉会式（鹿児島市） |
| 18 (水) | ・九州市長会（熊本市・19日まで） ・県市長会臨時会（熊本県） | 30 (月) | かごしま大会閉会式（鹿児島市） |
| | 20 (金) | | ・神村学園吹奏楽部全日本マーチングコンテスト出場報告 ・石油コンビナート等総合防災訓練 ・みらいトーク（建設業協会） |
| 21 (土) | | 串木野高校文化祭 | |

障害のある方への合理的配慮の提供を

令和6年4月1日から、障害者差別解消法の改正に伴い、事業者による障害のある人への「合理的配慮の提供」が義務化されます。

障害のある人もない人も、互いにその人らしさを認め合いながら共に生きる社会の実現に向け、障害者の処遇改善等、事業者の皆さまもどのような取り組みができるか考えていきましょう。

●「合理的配慮」の具体例

■障害のある人からの申出

飲食店で車椅子のまま着席したい。



■申出への対応（合理的配慮の提供）

机に備え付けの椅子を片付けて、車椅子のまま着席できるスペースを確保した。



■障害のある人からの申出

難聴のため筆談によるコミュニケーションを希望したが、弱視でもあるため細いペンや小さな文字では読みづらい。



■申出への対応（合理的配慮の提供）

太いペンで大きな文字を書いて筆談を行った。

■障害のある人からの申出

大勢の人がいるところでは、どうしても周囲が気になってしまい落ち着かず、待合室での順番待ちが難しい。



■申出への対応（合理的配慮の提供）

別室の確保が困難であったため、待合室の中で、比較的周りからの視線が遮られるようなスペースに椅子を移動させ、順番待ちできるように配慮した。



※障害者への具体的な配慮については、県ホームページをご確認ください。

鹿児島県 障害者差別解消 検索



県ホームページ



内閣府リーフレット

●問合せ 県くらし保健福祉部障害福祉課 ☎099-286-2953

県障害者権利擁護センター ☎099-286-5110

メール：k-anshin1@pref.kagoshima.lg.jp 月～金 8：30～17：15

国体延期のため、実に5年間以上に渡り踊ってきました、「燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会」のイメージソングダンス「ゆめ～KIBAIYANSE～ダンス」も、国体の総合開会式での披露で踊り締めとなりました。一つの踊りを、こんなに長く行ったのも初めての事でしたが、楽しい時間でした。

また、スポーツ推進委員として、中央地区の横路心さんが昨年10月から、上名地区の川畑年弘さん、野平地区の西別府浩明さん、旭地区の市来栄光さんが今年度から新しく仲間に加わりました。何かありましたら、気軽に声をかけていただき、今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

(スポーツ推進委員協議会 会長 徳重 和彦)

●市スポーツ推進委員紹介

- | | | |
|--------------------|--------------------|-------------------|
| 【冠岳地区】瀬戸口 健治 | 【生福地区】田島 洋平 | 【上名地区】川畑 年弘・小園 絹代 |
| 【大原地区】安藤 太洋・蓑茂 裕子 | 【中央地区】横路 心・藤井 淳子 | 【本浦地区】西川 善幸・井上 美幸 |
| 【野平地区】西別府 浩明 | 【照島地区】吉永 努・北園・由乃 | 【旭 地区】市来 栄光 |
| 【荒川地区】岩村 光雄 | 【羽島地区】大崎 勝夫・関根 由理佳 | 【川南地区】原口 俊昭 |
| 【川北地区】堂園 善昭・黒木 眞利子 | 【湊 地区】内野 勝之・瀬戸口 寛子 | 【湊町地区】大迫 秀人 |
| 【川上地区】徳重 和彦 | | |

かごしま国体・大会を振り返って

令和2年から延期されていた「かごしま国体・かごしま大会」が特別大会として盛大に開催されました。本市でも、成年男子バレーボール競技、少年女子バスケットボール競技、車いすバスケットボール競技が開催され、多いに盛り上がりました。

我々スポーツ推進委員も、大会開催まではPR活動に、大会当日は、ボランティアとして大会運営に協力しながら、かごしま国体初日の総合開会式のオープニングプログラム内でイメージソングダンス「ゆめ～KIBAIYANSE～ダンス」を披露しました。天皇陛下をはじめ、多くの著名な方々が多数参加された中での披露ということで、緊張で表情も動きも大分固くなっていましたが、何とか大会に華を添えることができ、市の名声も広められたのではないかと自負しています。



さのさ祭り市中流し踊りでの1コマ



いちき串木野サマーフェスタでダンス披露



かごしま国体総合開会式での集合写真

延期されたこともあり、長期に渡りPRを続けてきた、鹿児島県での51年ぶりの国体、初めて開催された障がい者スポーツ大会が終了し、力の抜けた感もありますが、今後とも、市民の皆様の健康と、市のスポーツの推進のため頑張っていますので、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

いちき串木野パークゴルフ場



- パークゴルフは、幅広い世代で楽しめるスポーツです。
- 子ども会、公民館、まちづくり協議会等の地域活動や職場・各種団体での交流、家族や友達同士で、ぜひ、いちき串木野パークゴルフ場をご利用ください。お得な回数券もご用意しています。
- 大会等の予約が入っている場合がありますので、ご利用の際には空き状況をパークゴルフ場へお問い合わせください。

生福 9874-92 ☎32-8118

通常 8:30~17:00 ※7~8月のみ 8:30~19:00

火曜休場（祝祭日は翌日休場、12月29日~1月1日は休場）

大人（高校生以上） 520円 回数券：11枚綴り 5,200円 33枚綴り 15,000円

子ども（小・中学生以下） 310円 回数券：11枚綴り 3,100円



まちづくり防災課

☎33-5632

第3回 地域みんなで子育てをしましょう

子育ては、家庭、学校、地域で行うのがいいと言われています。地域の人から声をかけられて育った子どもは、地域に親しみ、故郷のことを考える大人になります。

子どもは地域の宝であり未来の宝です。子どもの目線を踏まえた地域のあり方や、地域ぐるみの子育て支援を考えることで、子どもに輝かしい未来がくる地域づくりをしましょう。

自治基本条例第7条（子どもの権利）

子どもは、年齢に応じてまちづくりに参加し、意見を表明する権利を有します。

具体的な活動例

- ・子ども会議など身近な生活やまちづくりについて話し合おう。



- ・子ども達が空き瓶を集める活動を公民館で広報してもらおう。



- ・子ども達におもちゃリサイクル品を販売する機会を設ける。

