

Kirishima City Public Relations, Japan

9

September.2018
VOL.282

霧島

広報きりしま



特集 Special Feature

誰にでもある、苦手なこと

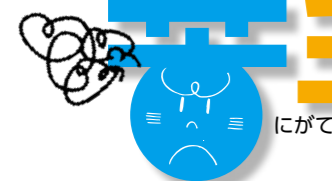
生まれつき脳機能の発達に偏りがあることが原因とされる発達障害。集団行動が苦手、絵を描くのが得意など、人によって特性はさまざまです。今回は、発達障害の特性と日常生活を送るために必要な支援について考えます。



結希さんが学校の授業で手掛けた作品たち



誰にでもある、 苦手なこと



発達障害の特性を知ってもらうために恵子さんが学校などで配る結希さんのプロフィール(右)と成長記録やサポート道具などが詰まった分厚いファイル

「一人で遊んでいることが多いな。名前を呼んでも反応が無いけど、まだ小さいからかな」

隼人町の川井恵子さん(50)の次女で、日当山中学校1年生の結希さん(12)は、1歳6カ月健診で自閉症スペクトラムを疑われ、経過観察が必要だと診断されました。自閉症スペクトラムは発達障害の一つで、生まれつきの脳機能の障害です。コミュニケーションが苦手、こだわりが強い、特定の物事への記憶力が優れているなどの特性が見られます。

経過観察という言葉が気掛かりだった恵子さんは、すぐに児童相談所を訪れました。「きっと大丈夫という思いがありました。でも、相談の直前に怖さや不安が込み上げ、涙があふれてきた」と振り返ります。そして医師から自閉症スペクトラムと診断されます。

支えれば、輝ける

「これからどうすればいいんだろう」「この子の将来はどうなるんだろう」など、大きな不安に襲われたという恵子さん。しかし、楽しそうに遊ぶ結希さんを見て「この子の持っている力を信じよう」と決意します。病院や自閉症の勉強会などでさまざまな支援の提案を受けながら、結希さんを支えるために手探りの日々が続きます。

結希さんは感情のコントロールが苦手です。パニックになったり、身振りやイラストを交えなければ言葉の意味を理解できなかつたりします。恵子さんは「娘の特性を知っている私が周りの人と結希をつなぐ通訳のような役割を果たせば、この子は普通の子と変わらない」と前を向きます。

大好きなスイーツを粘土や折り紙で作ったり、絵を描いたりすることが得意な結希さん。自宅にはたくさんのお品が飾ってあります。パソコンの扱いも慣れたもので、恵子さんは「私でも分からない操作をしている」と舌を巻きます。

結希がいてくれたから

自宅にある分厚いファイルには、結希さんの成長の記録や手作りのサポート道具などの「愛情」がぎっしりと詰まっています。それは恵子さんの成長の記録でもありました。

同じ物事でも人によって捉え方に違いがあるのを理解することが、人に寄り添うことだと、結希さんの子育てを通して学んだという恵子さん。「結希がいてくれたから学べたこともあり、それが私の人生を豊かにしてくれている。これからも一緒に悩み、笑って、結希の明るい未来に向けて少しずつ前に進みます」



鹿児島県
こども総合療育センター所長
医師 外岡 資朗さん(56)

の脳機能の障害で、大きく分けて『自閉症スペクトラム』『注意欠如多動性障害』『学習障害』の3つに分類されます(図)。発達そのものの障害ではなく、能力の偏り」と話します。

その能力について「程度は違えど、私たちに誰にでも得意・不得意があります。発達障害は能力の偏りの度合いが大きいだけで、特定の分野ですごい能力を発揮する人もいます。『障害』と決め付けてはいけません。『障害』と力を含めません。

蓄音機や白熱電球など世紀の大発明をしたトーマス・エジソンも発達障害だったのではないかとわれています。

できるだけ早い支援を

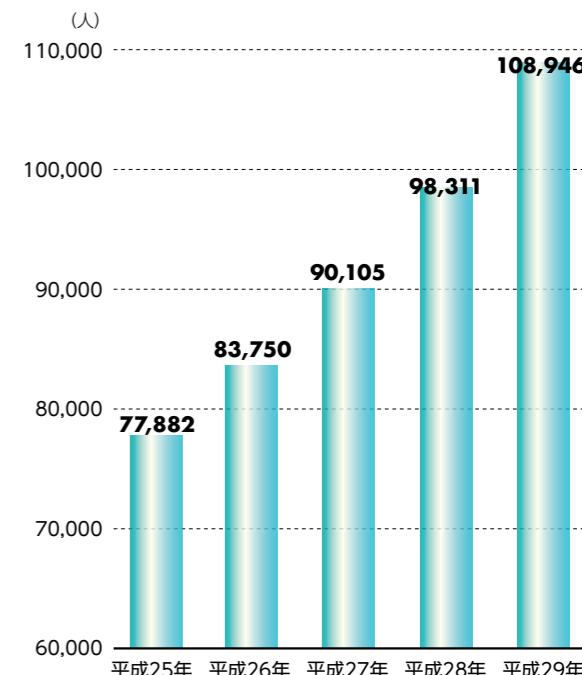
自分の子が発達障害かもしれないと伝えられたとき、診察に行くのは勇気がいることです。

外岡さんは「親として子どもの障害を受け入れるのはとても難しいこと。まずは親しい友人などに打ち明けたら、

「障害＝だめ ではない

近年、発達障害が疑われる子どもたちが
増えています。私たちは発達障害と
どのように寄り添えばよいのでしょうか。

通級により特別支援教育を受けている
全国の児童生徒数



文部科学省「平成29年度通級による指導実施状況調査結果」を基に作成

平成24年の文部科学省の調査によると、全国の公立小中学校の通常学級の児童生徒で発達障害の可能性があるのは6・5%。40人学級に2、3人の割合です。発達障害などが原因で必要に応じて個別に授業を受ける「通級」の児童生徒数も、平成29年度に10万人を超えました(グラフ)。障害の認知や個別対応の拡大が一因とみられます。

発達障害とは何なのか。その特性や関わり方について、鹿児島県こども総合療育センター所長で医師の外岡資朗さん(56)に話を聞きました。

障害ではなく偏り

外岡さんは「発達障害は生まれつき

同じ悩みを持つ人に相談したりしてもいい。不安が和らぎ、励ましてもらえるかもしれません。個人差はありますが、できるだけ早い時期から訓練や支援を受けることで、将来的に社会生活の中で感じる苦しさを軽減できる可能性が高い。とにかく、そのままにしないことが大事」と、子どもの一番近くで寄り添える保護者に訴えます。

少しずつ寄り添って見えること

「診察のとき、家族と一緒にその子の得意・不得意を一つずつ洗い出していくと、困りごとが少しずつ分かり支援の糸口が見えてきます」と話す外岡さん。場合によっては、小さな工夫一つで上手に日常生活が送れるようになることも。

「例えば、授業の前に今日は何を学ぶのか事前に知らないとパニックになる子には、授業の流れを紙に書いて渡しておく。それだけで全くパニックにならない子もいます」

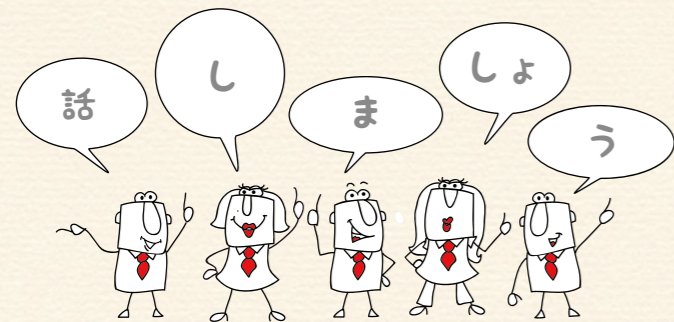
見た目では分かりにくい発達障害。本人が怠けていると思われたり、親のしつけが悪いと思われたりして、苦しみ悩む人はあなたのそばにもいるかもしれません。

私たちは関わりを避けるのではなく、寄り添って特性を知ることでも手を差し伸べられる方法が見えてきます。

障害や療育、教育への悩みや愚痴など 一人で悩まずに一緒におしゃべりしませんか。

子どもの発達や不登校などで悩んでいる人、相談や受診などを勧められていて不安な人、既に療育機関を利用しているけど悩みを共有できる場所がほしい人など、一緒におしゃべりしませんか。

知識や経験豊富なメンバーもいます。何かしら役立つ情報が得られるかもしれません。ぜひ、気軽に遊びに来てください。



【おしゃべり会】

- 日時=毎月第3土曜日 午後7時~9時
- 場所=サン・あもり(隼人町見次1371)
- 参加料=500円(会場使用料など)
- ※初回は無料です。
- ☎=えじそんくらぶ・あうとリーチ メール:st12s7m10r9@ezweb.ne.jp

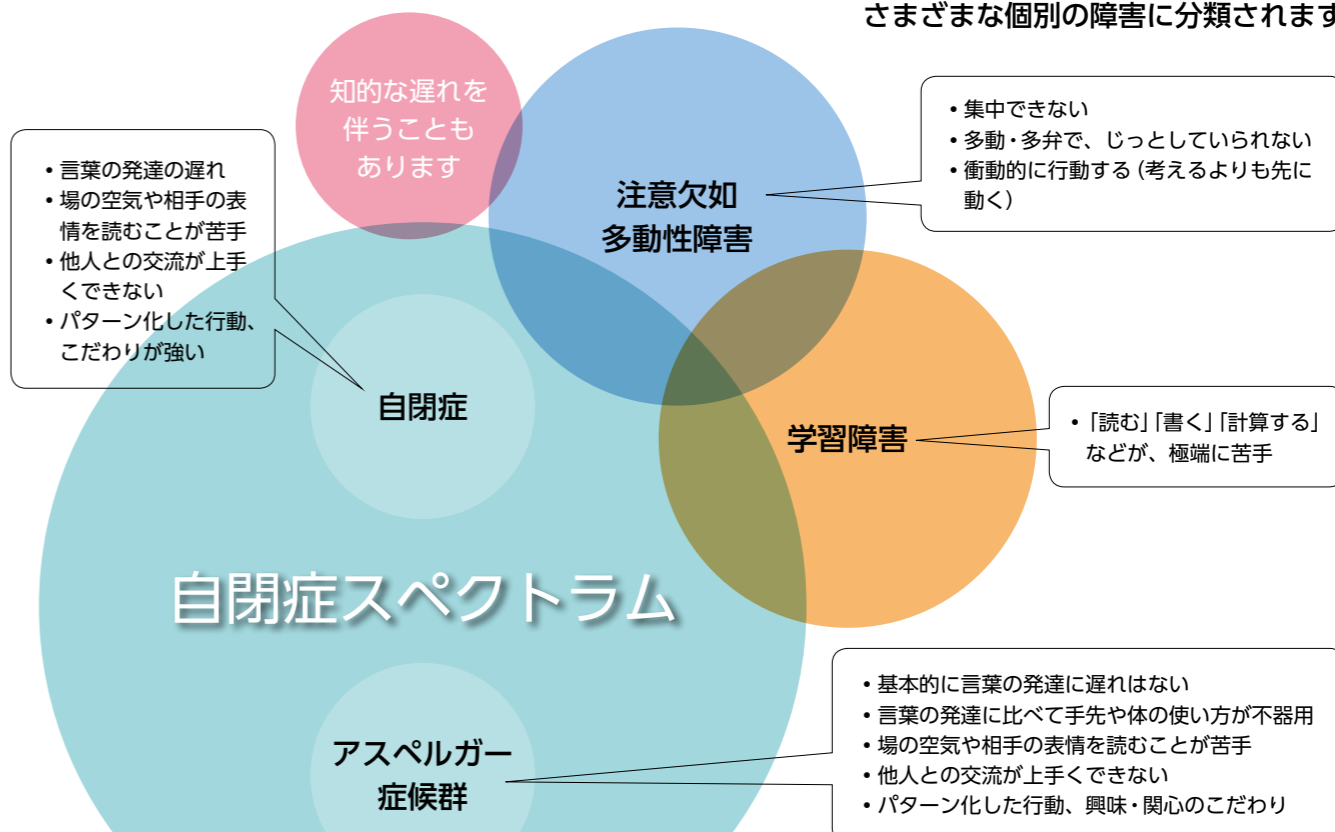


NPO法人 鹿児島県自閉症協会
副会長 野添 裕継さん(59)
国分在住

あなたは一人じゃない

22年前、2歳だった娘が自閉症と診断された帰り道、車で海沿いを走りながら「いっそ、そのまま海に飛び込もうか」と思いました。当時は自閉症に関する情報も少なく、娘の幸せのためにどうすればいいのか悩んでいました。そんな時に手を差し伸べてくれたのが、同じ自閉症の子を持つ親たちでした。同じ悩みを分かち合ったり、壁を乗り越え一歩先を行く豊富な知識や経験を持つ方に出会い、アドバイスをもらったりして心が楽になりました。一人で悩みを抱えて孤立していくことだけは絶対に避けてほしい。あなたは一人ではありません。少し勇気を出して悩みを打ち明けてみませんか。

発達障害は行動や認知の特徴(特性)によって、 さまざまな個別の障害に分類されます





発達に関する 相談窓口

相談先に迷ったら、まずは
連絡してください。

子どもの発達に 関する相談

- 対象＝乳幼児～18歳未満
- 発達相談（予約制）
臨床心理士、言語聴覚士、理
学療法士、作業療法士が子ども
の体・言葉・心の発達について相
談に応じます。必要に応じて療
育機関や専門機関受診までの間、
継続支援します。
- 発達外来（予約制）
医師による診断や相談を行
います。診療後は、学校などの関
係機関と連携して支援します。
- 市こども発達サポートセン
ター（あゆみ）
☎(64)0925
(国分中央3-2-27)

乳幼児期の発育・ 発達・健康に 関する相談

- 対象＝生後～就学前の乳幼児
- 乳幼児育児相談（月1回）
保健師などが育児相談に応じ
ます。
- 心理相談
臨床心理士が個別相談に応じ
ます。
- 市すこやか保健センター
☎(43)0486
(隼人町内山田1-10-33)

16歳以上の生活、 就労に関する相談

- 日常生活、就労の支援相談
（予約制）
日常生活や仕事に関する相談
に応じます。ハローワークなど
と連携した就労支援も行います。
- 県発達障害者支援センター
☎099(264)3720



結希さんは、どこかへ行くときに
友達が見つからないで誘導が必要なこと
もあります。その反面、パソコンを使
いこなす姿には皆「すごい」とうなず
きます。家に遊びに来た友達にはおや
つや飲み物を出すなど、おもてなしも

胸に抱く将来の夢

友達の温かな笑顔に囲まれて楽し
く学校生活を送る結希さん。じゃんけ
んをしたりカルタをしたりして、笑い
声が絶えません。
恵子さんは「集団行動は苦手です
が、小学生の頃から仲がいい同級生に
温かく迎え入れてもらい、少しずつ結
希の中に『みんなと一緒に過ごしたい』
という思いが生まれてきています。親
の力では成し得ないこと。本当に感謝
しています」と頬を緩めます。友達に
支えられながら、結希さんの世界が少
しずつ広がっていきます。

今回取材した皆さんのように、偏
見を持たず「困っている人がいたら助
ける」という純粹な心を持つこと。そ
れが、誰もが生き生きと暮らせる社会
をつくる近道なのかもしれません。

障害の有無に関係なく、得意なこ
と・苦手なことは誰にでもあります。
足りない部分をお互い補い合って暮ら
しているのが私たちの社会です。
家族や友人の他にも、支えてくれ
る人や機会があります。発達につい
て不安や悩みがあるときは、市や県、悩
みを共有してくれる市民団体などを訪
ねてください。

「将来は「パティシエになりたい」
という夢を持つ結希さん。そんな結希
さんの夢がかなうことを、恵子さんだ
けでなく、友達も願っています。
お手の物です。」

発達に関する学習会

発達障害を持ちながら成長していく子どもが、楽しく遊び、学び、そして大人になるた
めに必要な「子育てのこつ」について学びます。

開催日	内 容	講 師
9/18(火)	発達が気がかりな子どもへの関わり方の工夫 ～幼児期編～	通所支援事業所パステル 池田 和子さん
10/19(金)	発達が気がかりな子どもへの関わり方の工夫 ～小学校・中学校編～	学校教育課 芝 隆志 指導主事
11/ 6(火)	発達が気がかりな子どもへの関わり方の工夫 ～中学校・高校編～	木原中学校教諭 園田 弥生さん
11/26(月)	困った行動を続けるのはワケがある ～ペアレントプログラム～	鹿児島大学教育学部教授 肥後 祥治さん
12/ 6(木)	思春期から青年期編 ～心とからだのセルフケアを支援する～	NPO法人こんぱす代表 村岡 伸祥さん

- 時間＝午前10時～11時30分（受付＝午前9時45分から）
 - 場所＝国分シビックセンター行政庁舎別館4階 大会議室
 - 対象＝市民
 - 定員＝各140人
 - 申込期限＝開催日の1週間前まで
- ※申し込み多数の場合は、保護者を優先し、人数調整する場合があります。
※事前予約で託児を受け付けます。託児場所は国分保健センターです。

■市こども発達サポートセンター（あゆみ） ☎(64)0925

みんな支え合いながら 生きている

2歳を迎える前に発達障害の診断を受けた川井結希さん。
一緒に遊びたいと飛び込んでくる友達に支えられ、伸び伸びと成長しています。
彼女の周りには温かな笑顔があふれています。



楽しい学校生活 川越 優結奈さん

顔がかわいい結希ちゃん。毎日、一
緒に遊ぶことが本当に楽しいです。
お母さんからは「学校から帰るといつも
結希ちゃんと遊んだ話をしているよね」
と言われます。年賀状を送ったり、誕生
日に折り紙で作ったケーキを贈ったりす
ると、とても喜んでくれてうれしいです。
最近、パソコンが得意な結希ちゃんの後
ろで操作の仕方をこっそりのぞいて勉
強しています。

みんなと同じ 川越 耀さん

学校は結希ちゃんとずっと同じく
ラス。6年の修学旅行のとき、集団
行動が苦手な結希ちゃんが「みんなと同じ
部屋がいい」と先生に言って、一緒に泊
まったことがうれしくて忘れられませ
ん。結希ちゃんは困っているときに支え
てあげれば、他の友達と何も変わらない。
将来は結希ちゃんのような人を支えて
いく特別支援教育の先生になりたいと思
うようになりました。

出会いは“かみつぎ” 後藤 杏さん

初めて結希ちゃんと遊んだのは小学
1年のとき。近くにあったおもちゃ
を何気なく取ると突然、腕をかまれてび
っくりしました。その後、何をされたら嫌
なのかを考え、行動するときには一声掛
けるようにしました。校庭に出るときは
私の靴を用意してくれる優しい性格。手
先が器用で将来はパティシエになりたい
という結希ちゃん。手作りのケーキを食
べるのが待ち遠しいです。

今夏の豪雨災害から学ぶ

いつでも避難できる心の備えを



平成30年7月豪雨に見舞われた広島県江田島(えたじま)市の被災現場。幸い右奥の家屋は土砂にのみ込まれずに済んだ(写真は同市より提供)

平成30年7月豪雨では、11府県に大雨特別警報が出され、200人を超える死者が出ました。

特に広島県で亡くなった108人のうち約7割が60歳以上、6人が10歳未満でした。土砂災害による死者の半数近くが、被害が想定されていた土砂災害警戒区域で亡くなる

など「逃げ遅れ」も指摘されています。

今年は何年の同時期に比べて台風が多く発生しており、9月以降も警戒が必要です。災害の危険が迫ってきたときは、市が避難情報(下表)を出します。その際は、家族や近所呼び掛け合い、速やかに避難してください。住ん

でいる場所により危険性が異なるため、場合によっては避難情報を待たずに自主避難する勇気も必要です。

避難場所や経路なども事前に確認し、すぐに避難できるようにしてください。

◎問Ⅱ 安心安全課 ☎(64)0997、隼地域振興課、各総合支所地域振興課

霧島市青少年議会 若者目線で 堂々と市政に提言

青少年議員(以下「議員」)が市政に提言する霧島市青少年議会が8月19日、市議会議場で開催されました。

同議会は、子どもたちの市政や選挙への関心を高めようと市と市議会が主催し、平成28年から毎年開催。今年で3回目になります。

各回、私立を含む市内全ての中学校・高校・大学などの約半数の学校の生徒と学生が参加し、今回は12校から各校を代表する22人が議員として参加しました。

まちへの思い、率直に

開会前には、市の担当者から議会の仕組みや議場内のルールを学び、予行演習などを実施。緊張した面持ちでメモを取ったり、提言内容を何度も確認したりする姿が見られました。議長には立候補し

た3人が選出され、交代で務めました。

開会后、議員たちは議長らの発言許可と共に手を挙げ、堂々と登壇。健康や福祉、交通、地方創生など、普段の生活で感じたことの改善策を提言しました。中には、市長の答弁に対し再提言をする議員も出るなど、本会議とも引けを取らない熱い議論が交わされました。

8月に就任した瀬戸上護教育長は講評で「ふるさとを愛し、魅力あふれる霧島市を創りたいという心のこもった提言に頼もしさを感じた」と議員をたたえ、国分中央高校3年の前田夏希さんは「自分たちの声を直接届けられてよかった」と声を弾ませました。市は、若者が届けた声をしっかりと受け止め、今後の市政に着実に生かしていきます。

主な提言

- ・健康意識の向上と健康管理の充実
- ・利便性の高い観光地づくり
- ・人や食などまちの魅力をPRし、人口増加につなげる
- ・地域や学校の特色を生かした教育活動の推進
- ・バス交通の利便性向上と効率化
- ・ごみの減量・資源化
- ・霧島市だけで進学・就職できる仕組みづくり
- ・生涯スポーツと支え合う地域福祉の推進
- ・安全で快適なまちにする施設の整備

※青少年議会の議事録は、9月末に市役所別館3階の教育総務課、市ホームページなどで公開します。



■避難情報の種類と取るべき行動

	情報の種類	発令時の状況	皆さんが取るべき行動
緊急度 ↓ 高	自主避難	・災害の危険が迫っていると自ら判断した場合。	・必要に応じて避難所に避難してください。自主避難する場合は、事前に市へご連絡ください。
	避難準備・高齢者等避難開始	・避難するのに時間を要する高齢者や障がい者などは、避難を始めなければならない状況。 ・災害による人的被害が発生する可能性が高まっている状況。	(避難行動に時間を要する高齢者など) ・支援者と共に、避難所などの安全な場所へ早めに避難を始めてください。 (その他の方) ・非常持ち出し品を用意するなど、いつでも避難できるように準備してください。
	避難勧告*1	・災害による人的被害が発生する可能性がさらに高まっている状況。	・速やかに、避難所などの安全な場所へ避難してください。
	避難指示(緊急)	・災害の前兆現象の発生や切迫した状況から、人的被害が発生する可能性が非常に高まっている、または実際に人的被害が発生した状況。	・避難が完了していない人は、直ちに避難所などの安全な場所へ避難してください。 ・避難に時間的な余裕がない場合は、命を守る最低限の行動を取ってください。*2

*1 危険性が高い場合は、いきなり「避難勧告」などが発令されることもあります。
*2 山の斜面の反対側や家の2階、近所の安全な場所に避難してください。



避難の心得などは、平成28年に全戸配布した「総合防災マップ」をご覧ください。



市ホームページからもご覧いただけます。

万が一に備え、家族の行動や避難場所・方法を日頃から家族でよく話し合っておきましょう。

ミートソース・スパゲティ

レシピ Recipe

■トマトソース

〈材料〉(4人前)

トマト…中4個、玉ネギ…中2個、ニンニク…2かけ、トマトジュース…200cc、ローリエ…1枚、オリーブ油…大さじ1

〈作り方〉

- ①湯むきしたトマト、玉ネギ、ニンニクをみじん切りにする。
- ②鍋にオリーブ油をひき、塩・こしょうした玉ネギ、ニンニクを炒める。
- ③トマト、トマトジュース、ローリエを加え、煮詰める。

■ミートソース

〈材料〉(4人前)

上記トマトソース、合いびき肉…200g、ウスターソース…大さじ1、赤ワイン…100cc、オリーブ油…大さじ1

〈作り方〉

- ①鍋にオリーブ油をひき、合いびき肉を炒める。
- ②トマトソース、ウスターソース、赤ワインを加え3分煮る。



なぜか元気になる
思い出の味

トマトのうまさに“meet”スパゲティ



横川町中ノ
救仁郷 洋子さん(63)



真 っ赤でみずみずしい夏野菜の代表格「トマト」。甘酸っぱく、こくのある味は、暑さの疲れを吹き飛ばしてくれます。

毎年夏になると、豊作で余ったトマトを知人や親戚からもらう横川町の救仁郷洋子さん(63)。今でもそのたび、約30年前のことを思い出します。

「小学生だったうちの子どもは、3人ともトマトが大の苦手。好き嫌いせず、しっかり栄養を取ってほしい」と困った末、思い付いたのが煮込んでトマトソースにすることでした。

「ソースにして、スパゲティで出したら、うそのようにきれいに平らげ、お代わりまでしてくれました。肩透か

しを食ったような、でもほっとしたような気持ちを覚えています」

それからトマトは救仁郷家の人気食材に。特に肉のうま味が詰まったミートソース・スパゲティは子どもたちの大好物になります。

福岡県に住む長男の勝洋さん(35)と一緒に帰省する6歳・4歳・2歳の孫は、口の周りを真っ赤にして頬張ります。次女で千葉県に住む香さん(33)は「一番に思い出す母の味」と話し、伊佐市に住む次女の友紀さん(31)は帰るたびに冷凍保存したトマトソースを持ち帰ります。

「横川町はおいしい野菜の宝庫。鮮度と素材がいいから、どんな料理にし

てもおいしくなるんです。おかげで私の料理でも食べてくれる」と謙遜する救仁郷さん。子どもたちがトマトのおいしさに出会えたのは、「成長期に栄養いっぱいトマトを食べてほしい」という親心のおかげでした。

FMきりしま
(周波数:76.9MHz)で、
この「思い出の味」を
鹿児島弁で紹介します。

- 放送日時=9月13日(木)午後3時30分~、9月14日(金)午前10時30分~
- コーナー名=「SHIKOと堀ちゃんのかごま弁で語りもんそ」

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。



日当山子どもみこしが約30年ぶりに復活

ひ なたやま夏祭りが8月4日、日当山温泉公園であり、子どもみこしが約30年ぶりに復活。地元の園児から小学6年生までの15人が大きな掛け声を出しながら高さ約1mのみこしを担ぎ、会場を練り歩きました。同地区の活性化に取り組む若手19人で結成する「ひなたやま華たれ会」が公民館に眠っていた子どもみこしを修繕。飾り付けは子どもたちが行いました。日当山小学校6年の古川修也君は「初めての経験でした。みんなと担いで楽しかった」と笑顔を見せました。

霧島の歴史を歌とダンスで表現



市 民参加型ミュージカルを手掛けるNPO法人「きりしま創造舞台」が8月4・5日、市民会館で新作の「八月の紅い雲」を公演。出演者の迫力あるせりふや歌声が、約1,400人の観客を魅了しました。

音楽家らが料理と交流を満喫



霧 島国際音楽祭が7月19日から8月5日にかけて県内各地で開催されました。7月22日にはみやまコンセルでビュッフェパーティーがあり、音楽家や来場者が交流と地元主婦らの手料理を楽しみました。

夏休み、親子の絆を深める



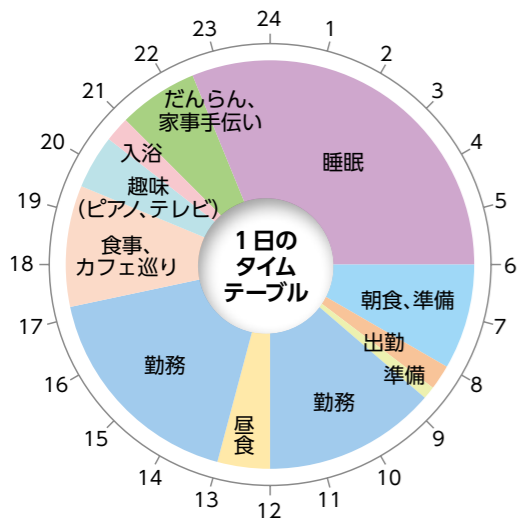
家 庭教育学級親子教室が7月27日、牧園町の持松小学校で行われ、8組の親子が草木染めに挑戦。花壇のマリーゴールドやサルビアの花びらなどから染料を作り、白い布を色鮮やかに染め上げました。

幻想的な光が参道を照らす



鹿 児島神宮六月灯参道灯籠祭りが7月28日にあり、企業や宮内小学校の児童らが奉納した約500個の灯籠が参道を幻想的な光で照らしました。境内では太鼓や吹奏楽演奏などもあり、祭りを盛り上げました。

地元の「今」と「感動」を伝える仕事。



5年ぶりに帰ってきた地元で、友人とカフェなどを巡るのが近頃の楽しみ。

私のお勧めのお店は、7月に開店したばかりの「PizzaビストロSi-en」さん。国分パークプラザの向かいにある、お店の壁がガラス張りの開放感あふれるダイニングバーです。

店内は15席で、落ち着いた雰囲気。国分出身の店主・西村政道さんは13年間、首都圏の洋食店で腕を磨いたそう。カウンター席で声を掛けると、笑顔で応じてくれます。

看板メニューは焼きたての自家製ナポリ風ピザで、直径26cm、24種が全て500円。ローズマリー漬けのオリーブオイルや種類豊富なトッピングで味の変化も楽しめます。スパークリングワインやカクテルなどのドリンクもお手頃価格で、ついお代わりしそう。雰囲気・味・価格良しの、新たな人気店の予感です。



シエン Pizzaビストロ Si-en

- 場所 = 国分中央3-8-15 花弁礼ビル1階
- 営業時間 = 平日/午後6時~午前0時、金・土・祝前日/午後6時~午前2時
- 店休日 = 不定休 ● 駐車場 = 無し
- ☎ = Pizzaビストロ Si-en ☎ (45) 3684

関わった番組をテレビで見たときは感動しました。



南九州ケーブルテレビネット株式会社
放送事業課 勤務
永奥 里奈さん (24)
国分出身。国分高校、長崎大学教育学部卒業。元長崎市観光親善大使。平成30年入社。趣味はピアノ演奏と旅行。両親と3人暮らし。国分在住。

アンテナではなく、各戸へ行くケーブルテレビ(有線)で放送を配信する「ケーブルテレビ」。霧島市を拠点に事業を展開するのが、南九州ケーブルテレビネット(株)(以下「MCT」)です。平成10年に開局し、今年で20周年を迎えます。地域に密着した最も身近な情報を、霧島市と始良市の約1万7千世帯に届けています。

番組は市政情報やイベント・観光・お勧めの飲食店情報まで、老若男女が楽しめる編成。制作した報道番組が全国のケーブルテレビ審査会で準優勝するなど、高い企画・制作力を誇ります。ほかにも光インターネットや電話、電



力供給など幅広いサービスを展開しています。

今年4月、同社に入社したのが国分出身の永奥里奈さん(24)。就職を目指して入学した長崎大学で長崎市の観光親善大使になり、「魅力を人に伝える」素晴らしさを体験。長崎物産展のPRで霧島市を訪れた際、MCTの取材を受け「地元のテレビ局で地元の魅力を伝えたい」と思い入社を志しました。

入社後、番組の取材や編集を行う放送事業課に配属されますが、間もなく「機械操作や取材など全てが初めての経験で、劣等感を感じることも。華やかな表舞台の裏には、大勢に正しく情報を伝える難しさと責任があることを知った」と自信を無くします。

しかし、甲子園県予選の取材に同行した際に球児の保護者から「民放で放送が無い1・2回戦を中継してくれてありがとう」と感謝され、「地域に密着するやりがいを実感しました。入社してよかったです」と前を向くように。

番組の収録や編集の補助のほか、最近ではイベントの一人取材にも出掛けるようになった永奥さん。「今でも失敗はしますが、創造力と活気に満ちた職場で仕事できて毎日楽しい。厳しくも笑顔が絶えない頼もしい先輩たちのように、私も一人前を目指して頑張ります」と声を弾ませました。

ワーク vol.15

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15回は南九州ケーブルテレビネット(株)の永奥里奈さん(24)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

あなたと地域をつなぐ **MCT Arianet**

南九州ケーブルテレビネット(株)
隼人町真孝251 ☎0995(43)0113
<https://www.mct.jp/>

代表者: 代表取締役 山口俊樹	有給休暇の平均取得率: 71%/年
創業: 平成10年12月	月平均残業時間: 10時間
資本金: 1億円	育児休業取得率(男/女): 0人/1人(H30年度)
売上高: 4億3千万円(平成30年3月期)	平成29年採用実績(新卒/それ以外): 4人(0人/4人)
従業員数(男/女): 27人(18人/9人)	初任給: 16万円~26万円
平均年齢: 37歳	勤務時間: 午前8時45分~午後5時15分(年間休日94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。

がん検診のご案内 (10月分)

女性検診

乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症検診、乳房超音波検診（オプション）

20歳以上の女性の市民が対象で、検診日の1カ月前までの予約が必要です。検診スタッフは全て女性で、検診場所に来る検診車で実施します。

●期日/場所=17日(水)～19日(金)、22日(月)/国分保健センター、29日(月)、31日(水)/すこやか保健センター(隼人)

女性検診の予約はお済みですか。

予約をしないと通知は届きません。

申=インターネット、相良病院 ☎099(224)1821、ヘルスサポートセンター鹿兒島 ☎099(267)6292

インターネットでの申し込みはこちらから



霧島 女性検診 検索

※料金などの詳細は、広報きりしま平成30年4月号をご覧ください。

セット検診

胃がん・大腸がん・肺がん検診、腹部超音波検診（オプション）

●期日/場所=3日(水)～5日(金)、24日(水)～26日(金)/すこやか保健センター(隼人)、9日(火)～12日(金)/国分保健センター

●受付=午前8時～9時

問=健康増進課 ☎(64)0905

すこやか保健センター

☎(42)1178

日曜・祝日薬局日程表 (10月)

始良地区薬剤師会

日/曜日	地区	薬局名	電話
7日(日)	国分	みなと調剤薬局	47-2062
	国分	ニック調剤薬局国分西店	56-7577
	隼人	ひなた調剤薬局	42-8704
8日(月)	国分	たんぼ薬局	48-5788
	横川	サン調剤薬局	72-1800
	隼人	ひなた調剤薬局	42-8704
14日(日)	国分	中央一丁目薬局	46-2858
	国分	みほし薬局	48-5840
	横川	タイガー薬局	64-6700
21日(日)	隼人	そうごう薬局隼人店	73-7891
	隼人	みつば薬局	43-0424
28日(日)	牧園	寺脇薬局	76-2008
	隼人	とぞか薬局隼人店	64-2270

◎開局時間は午前9時～午後5時。

※7日(日)ひなた調剤薬局、8日(月)ニック調剤薬局はよと店は午前9時～午後1時です。

休日歯科救急診療

●時間=午前9時～午後3時

●場所=始良地区歯科医師会館口腔保健センター(空港近く)

問=始良地区歯科医師会 ☎(58)4388

小児科・内科 夜間救急診療

●月～金曜=午後7時30分～10時30分

●土曜・日曜・祝日=午後6時30分～9時30分

問=霧島市立医師会医療センター ☎(42)1171

日曜・祝日在宅医担当表 (10月)

始良地区医師会

日/曜日	診療科目	地区	病院名	電話
7日(日)	内循環小児科	国分	鷗木医院	45-0011
	内科	牧園	春田医院	76-0053
	小児科	国分	きたはらこどもクリニック	64-0677
	整形外科	国分	清水整形外科医院	47-3939
	眼科	隼人	隼人福島眼科	64-2940
	内科	始良市	山下わたる内科	67-0101
8日(月)	消化器外科	始良市	浜崎クリニック	62-8588
	内科小児科	横川	林内科	72-1818
	外整形内科	国分	かのう医院	46-9111
	泌尿器科	隼人	島田泌尿器科医院	42-7733
	眼科	隼人	椎原眼科医院	43-1050
	内小児科	始良市	徳重医院	65-2070
14日(日)	小児科	始良市	帖佐こどもクリニック	66-1800
	整形理学療法科	始良市	港町クリニック	63-9791
	内科	隼人	隼人の杜クリニック	42-8800
	内呼吸器科	横川	伊東内科クリニック	72-9088
	小児科	国分	こうの子どもクリニック	47-1211
	耳鼻咽喉科	国分	原口耳鼻咽喉科	46-3333
21日(日)	内科	始良市	徳重クリニック	62-2672
	脳外科内科外科	始良市	青雲会病院	66-3080
	眼科	始良市	西眼科医院	62-2526
	内科	隼人	八反田内科	43-0606
	内皮膚小児科	溝辺	徳永医院	58-2302
	整形外科	隼人	ひなたやま整形外科	44-8118
28日(日)	内科循環器科	始良市	さんのう内科	63-3000
	小児科	始良市	こどもクリニック山崎	65-1350
	皮膚形成外科	始良市	西クリニック	67-2412
	眼科	始良市	青雲会病院眼科	66-3080
	内科	湧水町	前田医院	74-5001
	内科消化器科	国分	田中内科消化器科	46-6123
28日(日)	内科小児科	牧園	大庭医院	76-1984
	脳神経外科	隼人	隼人脳神経外科	73-5353
	内呼吸器科	始良市	河俣内科	67-8005
	小児科	始良市	立花こどもクリニック	73-3888
	眼科	始良市	たかひろ眼科	55-6000
	耳鼻咽喉科	始良市	でぐち耳鼻咽喉科	67-3342

◎原則として往診はしません。

◎診療時間は午前9時～午後5時。(眼科は午前9時～午後1時)

◎都合により変更になる場合がありますので、ご連絡の上、受診してください。

明治維新と霧島

明治維新と山ヶ野金山

その⑤

山ヶ野金山は江戸時代初期から昭和二十八年まで約三百年にわたり操業された、日本で三本の指に入る金山です。金の総採掘量は八十トに上り、最盛期には二万人が山に集まりました。周囲には役所や商店、屋敷が並び、大変な賑わいを見せていました。金山の発見は、川内川の支流(現在のさつま町佐志)で農夫が金鉱石を発見したのが始まりとされています。宮之城の領主であった島津久通はすぐに二代藩主・島津光久に報告し、金山の探索に当たりました。その結果、寛永十七(一六四〇)年三月に金塊を発見。その金塊は「あたかも赤牛の伏せたるが如く(赤牛が寝そべっているような形であった)」と伝えられています。金の採掘は順調に進み、幕府の許可が出てから三年間で約二十トもの金を産出。あまりの多さに薩摩藩の国力強化を警戒した幕府は、採掘の停止を命じました。採掘中止から十三年後の明暦二(一六五六)年、採掘は再び許され、幕末までの二百一十年間で二十五トを産出しました。採れた金による年間収入は、幕末期で三万六千両ほどに上り、奄美の砂糖の二十三万両に次ぐ収入源となります。この財源は、財政難に苦しむ薩摩藩を大きく助けたばかりでなく、明治維新を成し遂げる大きな原動力に

見られたのが始まりとされています。宮之城の領主であった島津久通はすぐに二代藩主・島津光久に報告し、金山の探索に当たりました。その結果、寛永十七(一六四〇)年三月に金塊を発見。その金塊は「あたかも赤牛の伏せたるが如く(赤牛が寝そべっているような形であった)」と伝えられています。金の採掘は順調に進み、幕府の許可が出てから三年間で約二十トもの金を産出。あまりの多さに薩摩藩の国力強化を警戒した幕府は、採掘の停止を命じました。採掘中止から十三年後の明暦二(一六五六)年、採掘は再び許され、幕末までの二百一十年間で二十五トを産出しました。採れた金による年間収入は、幕末期で三万六千両ほどに上り、奄美の砂糖の二十三万両に次ぐ収入源となります。この財源は、財政難に苦しむ薩摩藩を大きく助けたばかりでなく、明治維新を成し遂げる大きな原動力に



山ヶ野製錬所(尚古集成館所蔵)



トロッコ導入前の西浜坑口(尚古集成館所蔵)

開発を支えた西洋技術

薩摩藩が金山開発に成功した理由の一つに、西洋とのパイプがあったことが挙げられます。当初は順調に進んだ採掘や金の製錬も、江戸時代後期に採掘場所が地中深部に及ぶと旧来の工法では効率が高く、金の産出量は減少します。そこで第十二代藩主・忠義は慶応三(一八六七)年、フランス人の鉱山技師・ジャン・フランソワ・コアニエを招き西洋の技術を取り入れます。蒸気搗鉱機や水車搗鉱機を導入し、レンガ造りの製錬所を設置。水銀混合法(水銀アマルガム法)と併せて金の製錬効率を上げました。ちなみに、現在の製錬所跡には当時の建物の基礎部分とレンガ片が残っています。明治十(一八七七)年には、フランス人のペー・オジェを招きます。旧坑

道を測量し直し、新たにトロッコの導入や数カ所ある坑道の連結、排水・通風の整備などを行いました。さらに鉱脈の掘削に火薬(発破)を用いるなど、作業効率を向上させました。ほかにも、蒸気機関運用のために石炭を運搬する道路や水車用の井堰を整備するなど、多岐にわたる指導を行いました。なお、ペー・オジェの給金は月額七百円でした。明治政府高官の西郷隆盛らが月額五百円であったことを考えると、海外の技術を高く評価し、期待していたことが伺えます。今回は山ヶ野金山と五代龍作(五代友厚の娘婿)・西郷菊次郎(西郷隆盛の長子)との関わりについて紹介します。(文責 川鈴)

※1 金鉱石を粉砕する機械。
※2 水銀を用いて金銀を製錬する方法。
※3 明治初期の1円は現在の約三万円。



小物入れ(左)とバラの花びらのように布を組み合わせた模様のバッグ



「誰でもできるがね」と笑いながら直径1mm程度の針の穴に瞬間に糸を通す



色鮮やかな布や反物。その中から組み合わせを選び作品を作る

人の風景

THE SCENE Vol.135
霧島に生きる

「作品を作るときは、ある程度デザインを頭でイメージしてから、寸法や布の組み合わせを決めます。途中で少しもずれると、糸をほどこいてやり直します。納得できるまで諦めません」

お世話になった人や親族に作品をプレゼントして喜ばれているという前田さん。東京に住む娘からのリクエストに応えてバッグを作ることもあります。「作品を作るときは、ある程度デザインを頭でイメージしてから、寸法や布の組み合わせを決めます。途中で少しもずれると、糸をほどこいてやり直します。納得できるまで諦めません」

72歳のとき、家族で経営していたスポーツ用品店を閉店。時間に余裕ができたときに、手芸をしている知人に勧められたのがきっかけでした。仕事柄、ユニフォームにゼッケンを縫い付けていた経験があったので、「これなら」と手芸の本を見ながら小物入れを完成させました。そのときの達成感で手芸のとりこに。独学で技術を身に付けた前田さんは「本が先生」と言い、部屋には手芸の本がぎっしりと並んでいます。

「感想を直接聞いたり、作品が売れたりしたときは、自分が認められた気がしてうれしい。今年も展示会に向けて作品を作る」と意気込みます。近所の人に教えるほどの腕前があっても、新しい作品に取り組むときには何度やっても上手くいかないことも。「体調が良くなかったり、慣れない生地を使ったりするときは失敗することも。そんなときは明日やればよい」と常に前向きな姿勢。

「古布を買いに行っていた骨董市や近所の人を通じて手芸仲間も増えました。「楽しく続けられているのは、仲間がいるから。作品を見せ合い、教え合いいい刺激になっていきます」と笑顔で話す前田さん。手芸仲間と年に1回、自分のデパートで展示会を開き、東京のビルでも数回展示会を開いたことがあります。

「感想を直接聞いたり、作品が売れたりしたときは、自分が認められた気がしてうれしい。今年も展示会に向けて作品を作る」と意気込みます。近所の人に教えるほどの腕前があっても、新しい作品に取り組むときには何度やっても上手くいかないことも。「体調が良くなかったり、慣れない生地を使ったりするときは失敗することも。そんなときは明日やればよい」と常に前向きな姿勢。



96歳、趣味に夢中



前田 ハツヨさん(96)
鹿児島市出身。家の一室が手芸の作業場。毎日家事が終わると作業に取り掛かり、作品作りに精を出している。夫と2人暮らし。国分在住。



市内の60～90代の女性が作るバッグや小物、タペストリー(壁掛け)などの手芸作品を展示。前田さんの作品も並びます。

●期間=11月8日(木)～13日(火) 午前10時～午後5時(13日は午後4時まで)
●場所=きりしま国分山形屋4階 ●入場料=無料 ☎=浜島 ☎(45)4374

第 二 次 霧 島 市 総 合 計 画 が 決 ま り ま し た

まちの未来予想図Ⅱ

シリーズ
⑥



- 「にぎわい」 産業の活力があふれ、交流と賑わいが生まれるまちづくり
- 「くらし」 みどりあふれる快適で暮らし続けたいまちづくり
- 「やさしさ」 誰もが支えあいながら生き生きと暮らせるまちづくり
- 「きょうどう」 市民とつくる協働と連携のまちづくり
- 「しんらい」 信頼される行政経営によるまちづくり

「はぐくみ」 社会を生き抜く力と生涯を通じて 学びあう力を育むまちづくり



市内の豊かな自然環境の中で、小学5年〜中学3年生が自然体験や生活体験を行う「いきりしま探検隊」。思いやりの心や自立心を養い、心と体のバランスが取れた「いきりしまっ子」を育成します。今年は7月22日から6泊7日で登山や釣り、キャンプなどが行われ、約40人が参加しました。

問＝社会教育課 ☎(64)0708



◎いきりま探検隊
参加者
国分西小学校5年
遠藤ももさん

I N T E R V I E W

大好きな自然の中で活動ができると聞き、初めて参加しました。登山では珍しい木々や頂上から眺めるすごくきれいな風景に感動。このまちの自然がもっと好きになりました。キャンプではテントの設営や重い荷物を持つときに、仲間と協力すればできることを実感。初めて家族と離れた7日間、無事に終えて少し自信ができました。



施策3

次世代へつなぐ 芸術文化活動の推進

子どもの頃から身近な場所で優れた芸術文化に触れることができるよう、多様なジャンルの芸術文化を楽しめる機会を提供し、積極的な情報発信に努めます。

また、市民の主体的な芸術文化活動の促進と活動の裾野の拡大を図るため、団体の育成・支援を行い、団体間の相互交流を推進します。

さらに、子どもたちの芸術文化に対する興味・関心を高め、豊かな心を育むため、芸術文化に親しむ機会を積極的に提供します。

施策2

多様な学びを支援する 社会教育の充実

体験活動などを通して、心と体のバランスが取れた「きりしまっ子」を育成し、子どもたちが夢や目標を持つ心を育みます。地域ぐるみで青少年を育成する気運を醸成し、家庭や地域の教育力の向上を図ります。

市民の学習環境の充実に努めるとともに、地域の課題に対する学びとそれを実践する「循環」の仕組みづくりや支援に努めます。さらに、市民が文化財を学び知る機会を積極的に設け、郷土づくりの意識や自発的な保存活動の高揚を促進します。

施策1

立志と将来への希望を 育む学校教育の充実

子どもたちの学力や健康、豊かな心を育み、本市の発展を支えていく人材を育成するため、教職員の資質・能力の向上や安全・安心な教育環境の整備に努めるとともに、地域や関係機関と連携した学校支援体制を構築し、特色ある教育活動を推進します。

また、市立国分中央高校は魅力ある専門高校として、歴史・伝統を継承しつつ、時代と社会の変化に対応できる人材の育成を目指し、さらなる活性化に取り組みます。

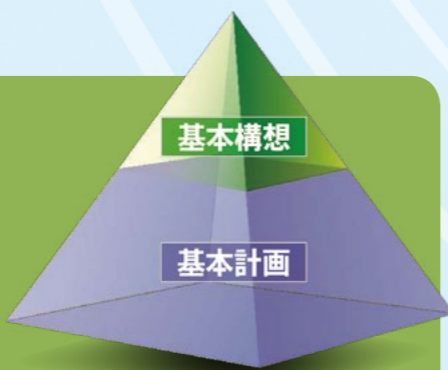
計画の構成と
期間



総合計画は10年の「基本構想」と前期・後期各5年間の「基本計画」で構成されています。

基本構想は、まちづくりの基本理念と将来の目指すべき都市像、6つの基本方針を示し、基本計画は基本構想を実現するための施策や基本事業を示します。

☎＝企画政策課 ☎(64)0914



施策4

スポーツを楽しむ 環境づくりの推進

スポーツ活動は、心身両面にわたる健康の保持増進に欠かせないものであることから、年齢や性別、障害の有無に関わらず、市民が夢や希望を持って生涯にわたり、それぞれの志向に合ったスポーツやレクリエーション活動を継続できる環境づくりに取り組みます。

また、各種スポーツ大会・イベントなどに対応できる施設や設備などの整備を行い、大会・イベントなどの誘致拡大に努めながら、市民の競技力向上を目指します。

特色ある学校づくりと 生涯を通じた学習の推進

このような中、本市は学校・家庭・地域社会・企業などがそれぞれの役割を担い連携しながら、特色ある開かれた学校づくりを進めます。さらに、安全で安心して学べる教育環境の整備や自他の生命を尊重する安全教育を推進します。本市特有の文化の継承・創造に努めながら、誰もが生きがいを持って健全に過ごせるよう、さまざまな学習環境を整備し、それぞれの世代に応じた学習情報をあらゆる機会を通じて提供します。

このような取り組みを通じて郷土を愛し、学力と体力、思いやりの心と高い志を持つ児童生徒を育てます。さらに、市民のさまざまな学習・スポーツ・レクリエーション活動などへの積極的な参加を促し、社会を生き抜く力と生涯を通じて学び合う力を育むまちづくりに取り組みます。今回は最終回。「市民とつくる協働と連携のまちづくり」を11月号で紹介いたします。



霧島まちなか音楽バル 2018

1枚の回遊チケットで、好光は音楽を聴き回す

● **メイン会場・本部**
出演者は当日のお楽しみです。
● 日時=9月29日(土) 午後5時から
● 場所=国分パークプラザ1階イベント広場
● 観覧料=無料

● **ホール会場(近隣のライブハウス、カフェなど8会場)**
自分で聴きたいさまざまなジャンルのアーティストの歌や生演奏を1枚のチケットで聴き回れます。
● 日時=9月29日(土) 午後7時から
● 回遊チケット=一般/1,500円、70歳以上/千円
※出演者やホール会場はインターネットをご覧ください。

霧島市芸術文化フォーラム 検索

問=霧島市芸術文化フォーラム【日高】 ☎090(8585)8598

お知らせ

秋の全国交通安全運動

9月21日～9月30日は「秋の全国交通安全運動」期間です。鹿児島県では「自転車保険への加入」と、「保護者は中学生以下の子どもにもヘルメットを着用させる」ことが義務付けられています。

交通安全を意識して、事故の無い安全な社会を目指しましょう。

- スローガン「ルールとマナー」乗せて走ろう秋の道
- 運動の重点「子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止」

井戸水などの水質検査 登録は9月28日まで

国では、水道法の規制対象とならない井戸などの施設に、年1回の水質検査を行うよう勧められています。

市でも衛生確保のため、管理者に井戸水などの水質検査をお願いしています。水質検査は事前登録制です。希望する人は9月28日(金)までに登録

還付金詐欺の電話に注意



霧島市では7月以降、市職員をかたる還付金詐欺の電話が多数確認されています。

今回確認されているのは、次のような手口です。

市職員を名乗る人物から「国民健康保険税の還付金があります」と電話があり、本日にATMで受け取るよう時間や場所を指示され、結果的に預貯金をだまし取られてしまうというものです。

「医療費や保険税をATMで還付する」ことは絶対にありません。そのような電話は詐欺です。すぐに電話を切り、ご家族や警察、消費生活センターへ相談しましょう。

問=霧島警察署 ☎(47)2110、消費者ホットライン☎188、霧島市消費生活センター ☎(64)0964

夕暮れ時と夜間の歩行中、自転車乗用中の交通事故防止、全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底、飲酒運転の根絶

◎問=安心安全課 ☎(64)0997

平成30年7月豪雨災害 義援金のお礼

本庁および各総合支所にお寄せいただいた平成30年7月豪雨災害の義援金(総額34万8626円)は、日本赤十字社を通じて被災者に届けました。

被災地の一日も早い復興をお祈りするとともに、ご協力

録手続きをお願いします。

●登録用紙配布場所=環境衛生課、隼人市民福祉課、各総合支所市民生活課

※既に登録済みの人や送付先に変更が無い人は必要ありません。検査実施時期などは、登録済みの人に後日通知します。検査費用は管理者の全額負担となります。

◎問=環境衛生課 ☎(64)0950

まんがく 満福祭り

口蹄疫が流行した際に地元産黒毛和牛に対する風評被害を吹き飛ばそうと、平成24年に始めた焼き肉パーティーです。カラオケ大会や抽選会などもあります。

●日時=10月6日(土) 午後5時～9時

●場所=あいら農業協同組合 福山総括支店駐車場(福山町福山5344-1)

●チケット=千円(300枚 限定前売販売)

●チケット取扱場所=市商工会青年部福山支部、炭火焼肉なんぷう

◎問=市商工会青年部福山支部 ☎(56)2333

西郷どん命日イベント

西郷隆盛の命日に、西郷公園で自顕流演武・体験、きりしまサンシャインガールズのライブ、出店などのイベントを行います。

●日時=9月24日(月・祝) 午前11時～午後4時

●場所=西郷公園(溝辺町麓856-1)

老人クラブに参加しませんか

市には健康づくりや奉仕活動に取り組み「老人クラブ」が135団体あります。

地域の仲間と共に、趣味やスポーツなど、さまざまな活動に参加してみませんか。

●対象=おおむね60歳以上

◎問=市老人クラブ連合会 ☎(42)2256

ふるさと会の案内

霧島市のふるさと会は関東・関西・福岡圏域で出身者

◎問=まちなかの駅・始良霧島ブック会(内山) ☎090(8913)6609

明治維新150周年記念シンポジウム

講演とパネルディスカッションを行います。明治維新150周年の節目の年に、先人たちの志や偉業を見直しませんか。(要申し込み)

●鹿兒島会場

●テーマ=明治維新と国家形成

●期日=10月8日(月・祝)

●場所=鹿兒島市民文化ホール

●始良・伊佐会場

●テーマ=世界史の中の明治維新

●期日=10月13日(土)

●場所=霧島市民会館

【共通事項】

●時間=午後1時～5時

●入場料=無料

●申込方法や講演内容、パネリストなどの詳細は「かごしま明治維新博」公式ホームページをご覧ください。

◎問=明治維新150周年記念シンポジウム事務局 ☎099(267)8490

の交流やふるさとへの支援活動などを行っています。

各地にお住まいの知人にぜひ紹介してください。

開催日	時間	ふるさと会名称	地区	会場	連絡先
9/29(土)	12:00	薩摩隼人会	隼人	三州倶楽部	井上 090-8857-5327
9/30(日)	12:00	関東霧島会	霧島	オーラム	大當 042-527-2456
10/7(日)	12:00	わかみこ会	福山	國學院大學	松田 03-3427-5959
10/21(日)	11:30	首都圏さきしま牧園会	牧園	おいどん渋谷店	池田 090-3001-5805
10/28(日)	11:00	東京みぞべ会	溝辺	水月ホテル鶴外荘	前田 090-2247-3072
10/28(日)	12:00	福岡圏霧島市ふるさと会	全域	ホテルニューオータニ博多	新富 090-1192-4060
11/3(土)	11:00	関西圏霧島市ふるさと会	全域	大阪キャッスルホテル	安栖 080-1505-2402
2/17(日)	12:00	関東国分会	国分	日本青年館ホテル	山崎 090-3340-1340

環霧島・錦江湾奥イベント情報

*環霧島会議と錦江湾奥会議を構成するまちのお祭りやイベントの最新情報をいち早くキャッチ。お好みのイベントを探して、出掛けてみませんか。

鹿兒島市 西郷どん大河ドラマ館

●期間=平成31年1月14日(月・祝)まで(無休)、午前9時～午後5時

●場所=市立病院跡地(加治屋町20-1)

●内容=撮影衣装展示、ロケ映像など

●入場料=600円、小中学生300円

問=西郷どん大河ドラマ館 ☎099(808)3153

垂水市 第3回 道の駅たるみず朝獲れ鮮魚市

●期間=9月22日(土)午前10時～正午

●場所=道の駅たるみず物産館前

●内容=新鮮な魚が大盛り入って1袋100円で販売。無くなり次第終了。

問=道の駅たるみず湯つり館 ☎0994(34)2237

始良市 第1回 あいら市花火大会

●日時=9月23日(日・祝) 午後3時30分から(花火打ち上げは午後8時)

●場所=加治木港

●内容=抽選会やステージでの郷土芸能披露、1万発の打ち上げ花火など

問=始良市商工会 ☎(65)2211

都城市 2018 都城焼肉カーニバル

●日時=10月20日(土)午前11時～午後8時

●場所=観音池公園(高城町石山4195)

●内容=午後8時から花火大会も開催。焼き肉は前売り券(2千円)が必要。コンビニエンスストアなどで販売中。

問=都城観光協会 ☎0986(23)2460

※環霧島会議は、霧島山を取り巻く鹿兒島・宮崎両県の5市2町で構成され、県境を越えて連携し、地域活性化を図ります。錦江湾奥会議は、錦江湾奥部に位置する鹿兒島市、始良市、垂水市、霧島市の4市が行政区を越えて連携し、地域活性化を図ります。

募集

メディアアセンター
主催講座

講座番号	講座名	日時	申込期限(必着)
35	第2回 ワード・エクセル活用基礎講座(夜間)	10/9(火)・10(水) 18:30~20:30	9/25(火)
24	デジタルカメラ・スマホ・タブレット写真・動画加工講座	10/16(火) 9:30~15:30	10/2(火)

- 定員=20人
- 受講料=500円
- 申込方法=往復はがき(1講座1枚)に講座番号、講座名、住所、氏名、電話番号を記入し郵送
- 受講決定=はがきで通知(申し込み多数の場合は抽選)

問・申メディアアセンター
☎(64)0919、〒899
14394 国分中央3-45
1

単人運動施設自主講座

■シニアのためのさわやかス
テップ
仲間とわいわい楽しみなが
ら「貯筋運動」や「脳トレ運動」
でリフレッシュしましょう。

国際交流員と交流しよう

コース名	内容	日時	場所	定員	受講料	申込期限
新国際交流員と交流	アメリカの国際交流員イー・ジェリーさんと楽しく交流しませんか。出身地の文化などについて発表します。	9/27(木) 14:00~15:00	国分公民館 調理講義室	先着 30人	無料	9/26(水)
中国語教室(中・上級)	中国語を上手に話すために欠かせない文法の一つである方向補語を学びます。	10/11(木) 14:00~15:00	国分公民館 中研修室	先着 15人		10/10(水)
韓国カルチャー体験	韓国人の人生における記念日などについて紹介します。	10/17(水) 10:30~11:30	国分公民館 調理講義室	先着 15人		10/16(火)
中国伝統のお菓子作り	中国三大伝統祝日の一つである中秋節に欠かせない月餅(げっぺい)を作り、お月見文化の違いを話します。	10/19(金) 14:00~17:00	国分公民館 調理講義室	先着 12人	600円	10/15(月)

- 対象=市民 ※キャンセルする場合は前日までに連絡してください。 ●申込方法=電話か市ホームページから
- 問・申=市民活動推進課 ☎(64)0924

Introduction 新たな国際交流員、イー・ジェリーさん(22)
【米国カリフォルニア州出身】

国際交流員(CIR)は、外国から訪問団が訪れたときの通訳や公用文の翻訳をします。
さまざまなイベントや会合にも出席し、外国文化の紹介や異文化交流の橋渡しを担っています。

日本の文化に興味があり、アメリカで8年間日本語を学びました。アメリカと日本の文化の違いや共通点など理解を深め、皆さんと共有していらと思っています。
霧島市の自然や食べ物、鹿児島弁を聞くことを楽しみにしています。よろしくをお願いします。

きりしまフォト
コンテスト作品

自由部門

霧島市の四季に富んだ自然風景、伝統行事、祭り、景色、産業、人々の暮らし、環境、ジオパークなどを撮影した写真を募集します。

エアポート部門

飛行機、空港で働く人々、出会い、別れなど鹿児島空港の魅力を撮影した写真を募集します。

- 応募規定=平成30年1月1日~平成31年1月25日までに撮影した未発表作品で単写真のみ(組み写真は不可)。被写体が人物の場合は本人の承諾を得たもの。サイズはカラー四つ切り、ワイド四つ切り。デジタル写真の画像処理は不可。
- 応募点数=各部門1人5点以内
- 出品料=1点につき500円、ただし学生は無料(学生証の写しの添付が必要)
- 応募期間=平成31年1月7日(月)~25日(金)必着
- ※入賞作品の著作権は撮影者に帰属します。ただし使用権については、撮影者に同意を得た上で、市の出版物、ホームページ、その他の刊行物に無償で掲載できるものとします。

問・申=スポーツ・文化振興課 ☎(64)0710

第二工業大学公開講座

- 自動車の仕事と点検方法、すぐに活用できる豆知識
- 日時 10月13日(土) 午前10時~11時
- 鹿児島島の近代土木遺産の現在、活かし方を考える
- 日時 10月27日(土) 午前10時~11時

臨床心理士が個別相談に応じます。家族からの相談も受け付けます。(相談無料・要予約)
- 日時 9月25日(火) 午前9時30分~11時30分
- ※1人1時間程度。
- 場所 11すこやか保健センター(1人町内山田1-10-33)

税理士が法律や登記、税金に関する相談に応じます。
- 日時 10月6日(土) 午前10時~午後4時
- 場所 国分公民館大研修室・中研修室・小研修室
- ※予約制ではありません。
- 問 県司法書士会 ☎099(256)0335

不動産無料相談会

弁護士や司法書士、税理士などが、不動産・空き家・空き地に関するトラブルなどについて相談に応じます。(先着順)
- 日時 10月1日(月) 午前10時~午後4時
- 場所 国分シビックセンター1 共通ロビー

無料相談会
公証人や司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員、法務局職員がさまざまな相談に応じます。(要予約)
- 日時 10月7日(日) 午前10時30分~午後4時
- 遺言セミナー
公証人が遺言について説明します。(要申し込み)
- 日時 10月7日(日) 午後1時~午後2時40分
- 定員 11先着50人

相談

9月10日~16日は
自殺予防週間

自殺はさまざまな要因が重なって追い込まれた末の死です。不安や悩みを抱え、1人で悩んでいませんか。

サン・あもり自主講座

- たのしい骨盤体操
- 日時 10月3日~12月19日(全て水曜・全10回) 午後7時~7時50分
- 定員 11先着30人(10人以上で実施)
- 受講料 5千円
- 準備 11ヨガマット(バスケット可)、室内シューズ
- 骨盤エクササイズ
- 日時 10月1日~12月17日(全て月曜・全10回) 午前9時50分~10時50分
- 定員 11先着30人(10人以上で実施)
- 受講料 5千円
- 準備 11ヨガマット(バスケット可)、室内シューズ
- 太極拳講座
- 日時 10月5日~12月14日(全て金曜・全10回) 午後2時~3時30分
- 定員 11先着20人(10人以上で実施)

天降川地区共同利用施設
チャレンジ講座
フラダンス(初中級者向け)
なじみの歌に乗って一緒に踊りませんか。
- 日時 10月10日~3月27日(全て水曜・全10回) 午前9時30分~11時30分
- 対象 11成人女性
- 定員 11先着20人(13人以上で開講)
- 準備 11筆記用具、動きやすい服装
- 受講料 5千円
- 受付 9月10日(月)から
- 問 申 天降川地区共同利用施設 ☎(43)1951

法律・登記・税務
無料相談所

法の日(10月1日)にちなみ、司法書士、土地家屋調査士、

無料相談会
公証人や司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員、法務局職員がさまざまな相談に応じます。(要予約)
- 日時 10月7日(日) 午前10時30分~午後4時
- 遺言セミナー
公証人が遺言について説明します。(要申し込み)
- 日時 10月7日(日) 午後1時~午後2時40分
- 定員 11先着50人

毎月の表紙が楽しみです。8月号はフクロウの仲間のアオバズク。向花小学校のセンダンの木に住んでいるので、2年前に姿を消し、また戻ってきたとのこと。アオバズクに興味があり、図書館で調べてみました。実際に小学校まで行って見ましたが、夕方まで閉まっていて見ることができませんでした。でも、表紙の写真でこんなに大きく見られて感激です。来年も来てくれるといいですね。(T・F 63歳女性)

フクロウにしては少し細いなあと思った8月号の表紙写真。アオバズクという名前であることを知りました。このアオバズクがいる学校は、次女の担任だった先生が現在校長をされており、小学6年の孫が通う向花小学校でした。早速学校に行くと、アオバズクは4羽もいました。下から見上げても逃げようとせず、居心地が良いのだろうと思えました。渡り鳥とのことですが「来年3月まで学校にいて、孫の卒業式を見届けてください」と勝手なお願いをすること

した。(霧島人66歳男性)

8月号の「霧島の「食」ブランドを全国、そして世界へ」の記事を読み、食べることが大好きな私はとても共感しました。霧島市のおいしい食べ物为全国、そして世界へ発信されるなんて、想像しただけでわくわくしました。普段から産地直送品や、地元農家さんが育てた野菜を購入するようにしています。これからも、霧島の食を楽しみながら、霧島市のおいしい食べ物をもっと周りに広めたい



Readers Voice
読者の声



本誌への感想、霧島市への思いなど、たくさんの声をお寄せください。お便りはとじ込みのがき、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。



ます。8月号はモモのパンナコッタ。すごくおいしそう、自分でも作ってみたいと思いました。モモがパンナコッタとしてよりおいしく生まれ変わり、おばあちゃんとのエピソードにこちらまでほんわかした気持ちになりました。(ピーチピチ36歳女性)

取材を担当したスタッフは、自分でも作って冷蔵庫へ。固まるまで待ち遠しく、冷蔵庫を何度も開け閉め。肝心の味は、レシビ通りに作ったのでおいしくできたそうです。

広報きりしまをいつも楽しみにしています。特に隅々まで見るのはお知らせコーナーです。市内各地で行われるイベントが掲載されているので、自分が知らない情報をたくさん得ることができ、時間があれば出掛けています。託児など、赤ちゃん連れでも一緒に参加できるイベントがもっと増えるとありがたいです。(スリノア31歳女性)

市の講演会やイベントには、

夜行性のアオバズクは、夏は日本や中国、朝鮮半島で繁殖し、寒くなると東南アジアで越冬するそうです。もうしばらくは見ることができそうです。職員室に一声掛けてご覧下さいね。

マザーズコーナーはハローワークの中の別室。キッズスペースもあり、子どもが泣いても周りに迷惑を掛けることなく相談できますよ。ぜひご利用ください。

子どもが2歳になり、そろそろ仕事を探したいと思っています。8月号の子育てのコーナーに、国分のハローワークにマザーズコーナーができたと掲載されていました。子育て応援求人、子どもの行事や急病のときなどに配慮してもらえそう、子育て中のお母さんたちも就活がしやすくなると思います。私も早速マザーズコーナーで仕事を探したいと思います。(A・Y 39歳女性)

マザーズコーナーはハローワークの中の別室。キッズスペースもあり、子どもが泣いても周りに迷惑を掛けることなく相談できますよ。ぜひご利用ください。

この便利な世の中に、農機具や農薬を使わずに、手作業で田植えから収穫までをするという人に出会いました。体力づくりが目的だそうで、山あいに広がる棚田には、整然と植えられたイネが雑草に負けじと生き生きと育っていましたよ。(M・O 66歳女性)

温泉好きが高じて霧島市に移住し、「きりしまゆ旅」の第19代横綱にもなりました。湯船にっかりながら、全国から訪れる温泉好きと語り合うことが多いのも、空港が近い霧島市ならではの楽しみです。ただ、車で国道223号を運転していると、道路脇の雑草や道路にはみ出している木が目立ち、残念な気持ちになります。恵まれた温泉地霧島をもっと満足してもら

うために、道路の環境整備をよろしく願います。(S・K 57歳男性)

【お詫び】 市では「霧島市くらしの便利帳」を作成し、8月下旬から市内の全世帯に配布しています。この便利帳の34ページに掲載している霧島市役所の電話番号に誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

誤 45-11111
正 45-51111
問 秘書広報課 ☎(64)0955



母子保健コーディネーター(専任保健師)が設置されました

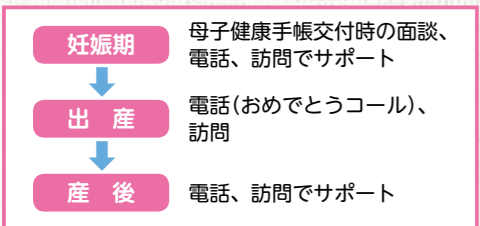
市では、妊娠初期から育児期のさまざまな相談などに応じ、継続的にサポートするために、平成27年4月、すこやか保健センター内に子育て世代包括支援センターを設置しています。



子育て世代包括支援センターとは

妊娠・出産・子育てに関する総合相談窓口です。出産や子育てに関する不安や悩みを解決するために、母子保健コーディネーターや保健師が子どもの成長に合わせた情報の提供やアドバイスを行います。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

母子保健コーディネーターの役割



妊娠から出産、産後4カ月頃までの不安定な時期を中心に、切れ目なく継続的に支援する専任の保健師です。市では平成30年度から配置しました。出産した全員に「おめでとうコール」として電話をかけ、産後の体調や子育てへの不安などについてお聞きしています。継続的な支援や見守りが必要と判断したときには、各地区の担当保健師や、福祉・医療などの関係機関と連携して、子育て家庭に寄り添った支援を行います。

こんなときはご相談ください

- 初めての出産で不安
- 相談できる人がいない
- 出産後の子育てが不安
- 母乳を飲まない
- 子どもの夜泣きがひどい
- 育児で疲れていららする
- 自分自身の悩みを聞いてほしい など

問・相=子育て世代包括支援センター(すこやか保健センター内) 隼人町内山田1-10-33 ☎(42)1178
月曜~金曜の午前8時15分~午後5時(土日・祝日・年末年始は休み)

やっぱり霧島～国分中央ナンバーワン～



ギターとゴッタンデュオ「国分中央バンド」の永野さん(前列右)と同僚・渡邊竜聖さん。曲の振り付けをしたダンス部の生徒に囲まれて。

どーもー、国分中央高校園芸工学科に勤務しています永野昌隆と申します。国分パークプラザでの販売会や霧島ふるさと祭では、生徒が丹精込めて栽培した農産物をご購入いただき、最近では趣味の作詞・作曲とギターの弾き語りで見られることが増えてきました。子どもの頃から歌うことが大好きで、父が『禁じられた遊び』を奏でる姿に憧れてギターを手に取り、歌を作って遊ぶようになりました。大学時代は、暇さえあれば天文館に通い、*流しをして小銭を稼いだものです。本校に赴任して3年目のとき、ラジオの取材がきっかけで『国分中央No.1』という応援歌を作って演奏しました。すると反響が良く、今では本校の清掃時間開始の曲として毎日校内に流れています。部活動の試合でも、生徒が歌ってくれており、本校生の応援歌として定着しています。

昨年末には、前任の教頭先生から「下校・退庁の合図として校内に流す、生徒も職員も帰りたいくなるような曲を作ってほしい」と依頼を受け、『素敵な明日のために』という曲を作りました。午後7時30分になると、下校の合図に校内で流れます。その曲を題材に放送部が作ったラジオ放送作品が、今年7月のNHK杯全国高校放送コンテスト県予選大会で最優秀賞を受賞しました。

たとえ趣味でも、前向きに考え取り組んだ結果が学校の活性化や生徒のやる気に少しでもつながれば、こんなにうれしいことはありません。

他にも霧島市を盛り上げるために作った曲もあります。曲名は『やっぱり霧島』。本校のダンス部が振り付けをした、メイド・イン国分中央高校の霧島市応援ソングです。ゴッタン(箱三味線)の音色がお祭りにぴったり。夏祭りの霧島絵踊りのレパートリーにぜひ、お願いいたします。



紹介した永野さんの自作曲3曲を聞くことができます。



永野 昌隆さん(42)
肝付町内之浦出身。鹿児島大学在学中は「ニューミュージック愛好会」に所属。平成26年に国分中央高校園芸工学科に赴任し、草花を担当。22年寄り添う愛器はグレッチの青いアコースティックギター。霧島で知り合った音楽仲間との語らいが一番の息抜き。妻・子ども4人と国分に暮らす。

*酒場や路上で客のリクエストに応じて客の歌の伴奏をしたり、自分で歌ったりする人。

◎お便りをくださった方の中から、美肌の湯こしかの温泉より「入浴回数券」を5人にプレゼント。応募締め切りは9月20日(木)。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。



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。

PRESENTS

美肌の湯 こしかの温泉の入浴回数券(11枚)を5人にプレゼント

こしかの温泉は昭和53年に「幸荘」として開業し、天然炭酸泉の肌に優しい湯治宿として繁栄してきましたが、老朽化が進み惜しまれながら一旦閉鎖しました。このたび、「美肌の湯 こしかの温泉」としてリニューアルオープンしました。創業時からの源泉かけ流し天然炭酸泉を大浴場と家族湯全てに使用しており、10月1日からは宿泊もできるようになります。皆さまに癒やされる場所として喜んでいただけるよう、最高の笑顔と元気でお待ちしております。



美肌の湯 こしかの温泉 集人町松永2625 ☎(43)4046 受付時間 11:00～23:45



※読者プレゼントを提供して下さる方を募集しています。秘書広報課広報広聴グループ ☎(64)0955 までご連絡ください。

いつでも、どこでも、霧島市の情報を。

より多くの皆さんに市の情報を知ってもらうため、さまざまなツールで情報を発信しています。



霧島市公式HP <https://www.city-kirishima.jp>

霧島市ホームページ



観光や子育て、移住定住情報、イベントカレンダー、行政情報など情報満載。

霧島市Facebook



市の公式フェイスブック。「いいね」をして市からの最新情報をキャッチしてください。

YouTube動画配信



動画共有サイトYouTubeで霧島市が公開している動画を見られます。

きりしまWAGON (Facebook)



霧島市を好きになってもらうために霧島市の魅力を発信しています。

マチイロ(広報誌電子版)



発行日に広報きりしまがスマートフォンやタブレットへ自動配信されます。

霧島市Twitter



霧島市をフォローすると、市ホームページが更新されるたびに情報が届きます。

◎人口/125,925人(-356) ◎世帯数/60,689世帯(-365)
・男性/60,722人(-332) ・女性/65,203人(-24) ・出生89人・死亡96人・転入361人・転出698人 (平成30年8月1日現在)



夕日を眺めて(福山)
8月13日 午後6時55分

今月の表紙

国道220号沿いの宮浦宮から牧之原方面に登る坂道の途中にある「中茶屋(なかのちやや)公園」。夕暮れがきれいだと聞いて行ってみました。空をオレンジ色に染め、海を金色に輝かせる夕日。1日の終わりを感ずる少し寂しくも、暖かい光に包まれ心癒やされるひとときでした。デートに使うもよし。1人で物思いにふけるもよし。少し涼しくなった夕刻をお楽しみください(新村)

【撮影データ】

デジタルカメラ レンズ18～135mm
F3.5～5.6 1/3200s F9 ISO640

第100回全国高校野球選手権記念大会に県代表で出場した創部100年の鹿児島実業高校。節目の年に主将として114人の部員を率いたのは国分出身の西畑選手。初戦で金足農業に敗れましたが、鹿実らしい礼儀や懸命なプレーに心を打たれました。感動をありがとう(上小園)

随想の永野先生は冗談好きで、大学サークルの先輩。路上で歌う「流し」の経験者で、ギター同様、奥さまと22年連れ添う愛妻家。私が「ギター大事にしていますね」と聞くと「奥さんよりも大事だからね」と先生。「冗談は水に「流し」て」と続いてほっとしました(川床)

人の風景で取材した96歳の前田さんは、手芸を愛するすてきな人でした。「奥さんはいるの」と聞かれ「いません」と答える私。中茶屋公園で夕日の写真を撮ってきたら、上小園さんに「誰が行ったのかな」と聞かれ「一人です」と答える私。今年は婚活の秋にしようかな(新村)

恥ずかしながら、これまで発達障害についてよく知りませんでした。取材で明るく元気な川井さん親子に会い、元気を頂きました。結希さんの名前の通り、パティシエになる「希」望が実を「結」ぶことを祈っています。取材を受けてくださり、ありがとうございました(森本)

EDITOR'S

市長コラム 中重真一

詐欺から守ろう、高齢者
還付金詐欺など、特殊詐欺による被害が後を絶ちません。昨年は全国で390億円の被害が発生しました。銀行員や警察官をかたつたり、有料サイトの未納がある旨の文書やメールを送ったりするなど、その手口は巧妙化が進んでいます。特殊詐欺はどこか別の地域での事と思いがちですが、霧島市にも確実に入り込んでいます。昨年は本市でも500万円を超える被害が発生。今年は7月以降、市役所の職員をかたる人物から国民健康保険税の還付金詐欺とみられる電話が多数確認され、被害も発生しています。ATMに行くように指示する電話は詐欺です。警察や市役所に連絡するか、家族や友人に相談してください。一呼吸置いて冷静になることが大切です。家族だけが分かる合言葉を決めたり、電話機の前に注意書きを貼ったりすることで被害を防ぐことができます。敬老会の時期になりました。家族や親戚、近くの高齢者に呼び掛けて、みんな

健康サポートキャンペーン

会員募集中
入会金 **無料**
9/30日まで

Krishima City Public Relations, Japan
2018.9.4発行 VOL.282

霧島新報



発行 / 〒899-4394 鹿児島県霧島市国分中央三丁目45-1 TEL / 0995-45-5111(代)
ホームページ / URL http://www.city.krishima.jp ■メール / E-mail info@city.krishima.jp
編集 / 秘書長 櫻井 正典 TEL / 0995-64-0955 FAX / 0995-64-0934 ■印刷 / (有)国分新報社印刷

夏バテ解消に! 疲れたカラダをリフレッシュ!!



お試し

ジュニアスクール

ご入会の前に、お試しスクールで!
専属インストラクターと楽しくレッスン!!

ジュニアヒップホップ

水曜日(入門コース)
対象 5歳~15歳
期日 9月19日(水)・26日(水)
時間 17:40~18:40
定員 各10名
受講料 1,080円
入会金無料
【ダンス用バツプレゼント】

土曜日(入門コース)
対象 5歳~15歳
期日 9月15日(土)・22日(土)・29日(土)
時間 13:35~14:35
定員 各5名
受講料 1,080円
入会金無料
【ダンス用バツプレゼント】



ジュニアバレエ

対象 5歳~15歳
期日 9月15日(土)・22日(土)・29日(土)
時間 15:45~16:45(5歳~9歳)
16:45~17:45(10歳~15歳)
定員 各5名
受講料 1,080円
入会金無料
【バレエ用シューズプレゼント】

ジュニアスイミング

対象 3歳~小・中学生
期日 9月16日(日)
時間 14:00~15:00
定員 各20名
受講料 1,080円
入会金無料
【スイミングキャップ(親子)プレゼント】

親子ベビースイミング

対象 6か月~2歳
期日 9月14日(金)
時間 11:15~12:00
定員 各20名
受講料 1,080円
入会金無料
【スイミングキャップ(親子)プレゼント】

ジュニア・幼児テニス

●ジュニアクラス
対象 小学生(初心者)
期日 9月16日(日)
時間 14:30~15:30
●幼児クラス
対象 5歳~6歳
期日 9月21日(金)
時間 16:00~17:00
定員 各5名
受講料 1,080円
入会金無料
【シューズ(幼児クラスはラケット)プレゼント】



大好評! ホットヨガ

「健康美」カラダの中から美しく!

体がほぐれやすい室温管理された空間でヨガを行います。新陳代謝やお肌の活性化におススメです。

- こんな方に
- 冷え性・デトックス
 - リラックス・安眠効果
 - ダイエット

※運動のできる服装(スパッツ、着替えなど)、タオル、補給用水分をご準備ください。お申し込みはお電話でどうぞ。

無料体験受付中!

詳しくはお問い合わせください。

今話題の“TRX”が大好評!

TRX サスペンショントレーニングで機能的な体づくりを始めませんか?



片足の筋力アップ、バランスアップ 片足の体重を自分に腕・脚を鍛えます。に効果的です。

「TRX サスペンショントレーニング」は重力と自重を用いたエクササイズで、年齢や性別を問わず、スポーツや日常生活に必要な機能的な筋力を強化し、体幹の安定性向上に効果的です。



一人用トランポリンを使って行うグループエクササイズプログラムです。心肺機能や体幹(コア)、下半身の筋力向上に効果的です。ダイエット、シェイプアップしたい方におすすです。

今話題の トランポリンエクササイズ 10月新登場!



2ヶ月で結果を出す! シェイプアップスクール

先着受付中!!

●減量成功者80%以上!

- 期間:9月11日(火)~11月15日(木)
- 全20回コース(毎週火曜日・木曜日)
- 時間/19:00~21:00(2時間)
- 場所/トレーニングジム・多目的ルーム・スタジオ・第2スタジオ・プール
- 対象/18歳以上(定員15名)
- 料金/16,200円
- 初回オリエンテーション/9月11日(火)19:00~ 多目的ルーム(1F)

最新体験データ	女性(40代)	女性(50代)	スクール平均(42.1歳)
体重	-5.2kg	-3.7kg	-3.1kg
体脂肪率	-5.6%	-5.5%	-3.5%
ウエスト	-5.8cm	-6.9cm	-3.4cm

※スクール体験者の実測値です。(2017年)

効果実感!

私たち、専属トレーナーにおまかせください

フィットネス部門 健康運動指導士 東戸谷チーフトレーナー

ご入会特典
スクール終了後のご入会は、入会金無料となります。



霧島市指定管理者 (株)エルグ・テクノは霧島市指定管理者の指定を受け、公共施設の管理運営を行っております。

霧島市いきいき国分交流センター



宿泊施設
101名収容

霧島市国分重久19
TEL.0995-48-5522

霧島市国分運動公園・国分武道館



霧島市国分運動公園/霧島市国分清水309
霧島市国分武道館/霧島市国分中央1-14-56
TEL.0995-46-4398

霧島市国分総合プール



霧島市国分中央1-14-78
TEL.0995-46-9400

霧島市横川運動公園



霧島市横川町上/3392-3
TEL.0995-72-0619



ERG
URBAN WELLNESS CLUB
TECHNO

スポーツクラブ
エルグ・テクノ 0995-43-7200

霧島市国分野口西2-5(ホテル京セラ前) ■営業時間:火曜日~土曜日 9:00~22:00 日曜日 9:00~19:00 ■休館日:毎週月曜日/年末・年始 ■駐車場150台完備
※記載の料金は消費税込みです。

