



かごしま市民のひろば 10月

編集と発行：鹿児島市広報課/〒892鹿児島市山下町11番1号 市役所のでんわ：(24)1111

平成6年(1994年)
第329号

主な内容

- 特集** 10月は体力づくり強調月間
- ⑥ 健康づくりのススメ……………
 - ② 鹿児島市ふれあい長寿社会宣言……………
 - ② 第43回おはら祭11/2・11/3……………
 - ③ 密わります国民健康保険給付内容……………
 - ④ 秋空のもと自然に親しもう……………
 - ⑤ リサイクル市場の開催……………

市の人口(推計)

(平成6年9月1日現在)		(前年同月比)	
人口総数	542,794人		(+3,022人)
男	254,028人		(+1,461人)
女	288,766人		(+1,561人)
世帯数	210,732世帯		(+2,671世帯)



田園の秋 黄昏

秋風に誘われ、郊外へサイクリング。夕暮れの心地よいそよ風と週末の解放感が、ペダルをこぐ足を軽やかにしてくれます。「秋なんだなあ」。のどかな田園風景が広がる農道脇に自転車を止め、大きく深呼吸……。稲穂が頭を垂れ、かかしが豊稔の季節を告げています。「今年も豊作じゃ」。西に傾いた柔らかな陽を受け、道ばたの『田の神さあ』もうれしそう。もうじき黄金色に色づく田で稲刈りが始まります。

～中山町にて

市長随想

昭和三十四年、玉里町の現在地に移転しましたが、ここは愛宕山を背にした島津家別邸跡であり、校内の由緒深い茶室や庭園に象徴される閑静な佇まいは、女子教育にはこの上ない環境であります。このような恵まれた環境と先輩達が築いた伝統のもとに学び育った生徒たちの、文化・体育両面にわたる大きな活躍によって、全国にその名声を馳せています。

また、しつけ教育を重んじる校風から生まれた「床磨き」は長い歴史とともに「廊下の輝きは心の輝き」という理念として今も受け継がれています。そして同校を訪れるたびに接する生徒の礼儀正しさやさわやかな笑顔の中から、鹿児島女子高校のすばらしい校風が伝わってきます。

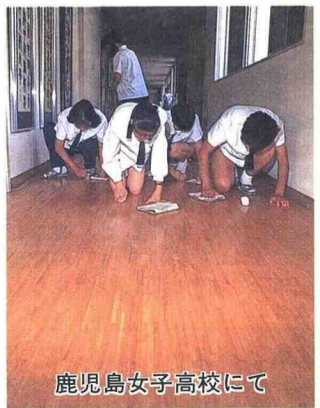
このたび、同時に百周年を迎えた鹿児島商業高校ともども、輝かしい未来への新たな一歩を力強く踏み出されることを願っています。

当時、「女子の才あるは使い難し」という風潮が強い中、県内で最初の女子校でした。鹿児島における女子教育の先駆的な役割を果たした同校は、時代とともに様々な変遷を経ながら発展してきましたが、「雪に耐えて梅花麗し」(西郷南洲翁の漢詩の一節)という建学の精神は百年経った今も脈々と生き続けています。

同校は明治二十七年、その前身である「鹿児島女子実業補習学校」として創立されました。

秋色いちだんと際立った季節になりました。この清々しい季節に、鹿児島女子高校が創立百周年を迎えました。

ふれあいの街かど



鹿児島女子高校にて

鹿児島女子高校
創立百周年によせて

赤崎義則

(大切なものは保存しておきましょう)

鹿児島市ふれあい長寿社会宣言

親から子へ、子から孫へ、家族から隣人へ、そしてまちへと広がっていくふれあいの輪。
そこには、暮らしの中に生きる豊かな心があります。
わたしたちは、励ましあい、助けあい、この輪を大きく広げ、ぬくもりに満ちた長寿社会を築いていきます。

さんさんと輝く南の太陽のもと、健やかな心と体をつくりまします。生き生きとした日々を送るために。

自らの能力をさらに高め、社会に役立てます。生きがいに満ちた人生のために。

高齢者を敬い、豊かな経験と知恵に学びます。いまと未来へ生かすために。

家族のきずなを大切に、明るい家庭をつくりまします。心が通うやすらぎの場にするために。

世代を超えてふれあい、共に生きる喜びを分かちあいます。思いやりに満ちた社会にするために。

平成6年9月15日
鹿児島市

二十一世紀の本格的な高齢社会をふれあいと生きがいに満ちた長寿社会とするため、市民一人ひとりの心構えや取り組みの方向についての理念を示す「鹿児島市ふれあい長寿社会宣言」を九月十五日に制定しました。宣言に盛り込んだ理念は、次の五項目です。

▼生涯を通じた心身の健康づくり：長い人生を有意義に過ごす基本は健康であり、健康は何ものにも替えがたい財産です。栄養・運動・休養のバランスを心算に努めまします。

▼思いやりのある地域社会づくり：都市化が進み、地域の連帯感が薄れつつあると云われていますが、本市は、先祖を敬い、高齢者を大切にする人情味あふれるまちです。老いも若きも地域社会の一員として、思いやりのある社会づくりに努めまします。

▼思いやりのある地域社会づくり：都市化が進み、地域の連帯感が薄れつつあると云われていますが、本市は、先祖を敬い、高齢者を大切にする人情味あふれるまちです。老いも若きも地域社会の一員として、思いやりのある社会づくりに努めまします。

▼敬老の心：長年にわたり郷土の発展に貢献されてきた高齢者を敬い、高齢者が培ってきた豊かな経験と知恵を学び、それを生かすとともに未来へつないでいくように努めまします。

▼明るい家庭づくり：核家族化や女性の社会進出などとともに家庭環境も大きく変化しています。しかし、人が生まれ成長し、年を重ねていく人生の中心は家庭にあります。家族のきずなを大切に、明るい家庭づくりを努めまします。



9月15日
制定

鹿児島市ふれあい 長寿社会宣言

標語募集

市では、長寿社会について啓もうする標語を募集しています。

【応募資格】

市内に住む中・高校生

【応募方法】

はがきに標語、郵便番号、住所、氏名、学校名、学年(年齢)を記入して応募する

【締め切り】

十月三十一日(必着)

【応募先】

〒892 山下町十一一

高齢者福祉課

市職員の募集

【職種および受験資格】

- ◆初級職(一般事務、土木、建築)
昭和50年4月2日以降に生まれた人で、高校などを卒業または卒業見込みの人
 - ◆技能労務A(清掃作業員など)
 - ◆技能労務B(調理員など)→女性のみ
昭和48年4月2日から昭和52年4月1日までに生まれた人で、高校などを卒業または卒業見込みの人
- ※障害者の場合は、各職種の年齢の上限を2歳引き上げます。

【申込期限】 10月11日(火) 17時まで

【第1次試験日】 10月23日(日)

【受験申込書・試験案内】

人事課、東別館総合案内、各支所、出張所にあります。郵便で請求する場合は封筒の表に「試験案内請求」と朱書きし、130円切手をはったあて先明記の返信用封筒(角形2号)を同封のうえ、人事課まで送ってください。

【問い合わせ】 〒892 山下町11-1

鹿児島市役所人事課(本館2階)

10月1日

行政手続法施行

Q: 行政手続法って、どんな法律なんですか。

A: 今までそれぞれの法律によって異なっていた行政処分の

手続きについて一定のルールを設け、行政の意思決定の内容とその決定までの過程が市民の皆さんから見てもわかりやすくなるように制定された法律です。

Q: 市が行う処分は、すべてこの法律の対象となるのですか。

A: 国の法律や政令などに基いて市の機関が行う処分のみが対象となり、本市の条例・規則に基づいて行う処分は、対象とはなりません。

Q: 具体的には、どのような内容が規定されているのですか。

A: この法律には、次の三つの柱があります。

▼「申請に対する処分」の手続き：市民の皆さんが、市から許可・認可・認定などを受けるための申請を行う場合に、わかりやすく迅速な処理を行うため、主に次のことをします。

①その申請が要件を満たしているかどうかを判断する「審査基準」を定め、公表します。

②申請から処分決定までの「標準処理期間」を定めるように努

め、定めたときは公表します。

③申請を拒否するときは、その理由を示します。

▼「不利益処分」の手続き：市が営業許可の取り消しや停止など、市民にとって不利益な処分を行う場合に、その処리를公正で公平なものにするため、主に次のことをします。

①その不利益処分が要件を満たしているかどうかを判断する「処分基準」を定め、公表するよう努めます。

②不利益処分を受けた市民が、その処分について意見を申し出られるように「聴聞手続」または「弁明の機会」の付与手続をとります。

③不利益処分を行うときは、その理由を示します。

▼「行政指導」の手続き：行政指導の手続きやルールについて規定してありますが、本市が行う行政指導は、この手続きの対象とはなりません。

※「審査基準」「標準処理期間」「処分基準」を定めた基準表など、詳しくは申請書を提出する各担当課にお問い合わせください。

【人事課・総務課】

11月2日・3日 第43回 おはら祭

今年も、南九州最大の秋まつり「おはら祭」を開催します。2万人を超える踊り手に加え、九州各地のミスや踊り連も大集合します。市民の皆さんも、祭りを楽しんでみませんか。

11月2日(水)

- 17時 交通規制開始
- 17時45分 おはらおごじよ太鼓共演
- 18時5分 総踊り
- 18時15分 総踊り
- ◇踊りゾーン 高見馬場からいづろまでの電車通り約740m
- 20時10分 花火打ち上げ
- 20時15分 おはらおごじよ太鼓共演
- 20時30分
- 21時 交通規制解除
- ※夜まつりと並行して、県文化センターで「おはら祭の夕べ」が開催され、「95ミス鹿児島」の紹介などが行われます。

11月3日(文化の日)

- 9時30分 交通規制開始
- 10時15分 音楽パレード
- 10時55分 総踊り(午前の部)
- 12時50分
- ◇踊りゾーン 高見馬場から市役所までの電車通り約1,480m。午後の部も同じ。
- 13時
- 13時50分 音楽パレード
- 13時55分 総踊り(午後の部)
- 16時
- 17時 歩行者天国
- 17時30分 交通規制解除
- ※今年から市役所前のみならず大通り公園に「You遊(ゆーゆー)広場」を設け、いろいろな催しを行います。

■電車とバス…「おはら祭」開催中は、交通規制の関係で、電車とバスの運行路線に変更などが生じます。

■問い合わせ おはら祭振興会(観光課内)

踊りゾーンおよび交通規制略図



10月22日・23日 第15回 谷山ふるさと祭

「おはら祭」の地域祭として、今年で15回目を迎える「谷山ふるさと祭」。前夜祭では、演奏会、日本舞踊、抽選会など、本祭では、音楽パレード、総踊り、校区対抗駅伝大会が開催されます。

【日時・場所】

- ◆前夜祭…10月22日(土) 18時30分～21時 谷山サザンホール
- ◆本祭…10月23日(日) 10時30分～16時 谷山電停前から下松崎交差点の国道と春日通り(約1,800m)

【問い合わせ】 谷山ふるさと祭振興会 ☎3576

10月1日から
変わります

国民健康保険 給付内容

入院中の食事代の 患者負担

入院中の食事代の負担金が、定率負担(一般被保険者三割、退職被保険者二割)から定額負担に変わります。

一日あたりの負担金

一般の人：六百円
市民税非課税世帯などの人：四百五十円(十月一日以降の入院日数が九十日を超えた場合は九十日以降は三百円)

市民税非課税世帯などの老齢福祉年金受給権者：二百円

市民税非課税世帯などの人が負担金の軽減を受けるには、申請する必要があります。

申請に必要なもの

国民健康保険被保険者証・印鑑

入院日数が九十日を超えた場合は、それが証明できる書類

老人医療受給者は、健康保険証・受給者証・印鑑(老齢福祉年金受給権者は国民年金証書)

※ただし、入院時減額認定者は申請の必要はありません。

移送費

次のすべての要件を満たす歩行不能の患者の入院・転院の車代などが、今までの療養給付に代わり現金給付となります。

移送の目的である療養が保険

診療として適切であること

患者が当該療養の原因である負傷、疾病により移動困難であること

緊急その他やむを得ないこと

出産育児一時金の給付

被保険者が出産したとき、今までの助産費に代わり出産育児一時金が支給されます。

支給額：一児につき三十万円

付添看護の解消

原則として、平成七年度末までに病院の看護・介護体制が充実され、付添看護の解消が図られます。

在宅医療の推進

自宅で療養生活を送りたいと希望する人のために、今まで寝たきり老人などに行われていた訪問看護事業者(訪問看護ステーション)からの訪問看護の対象を拡大するなど、医師・看護師などが家庭を訪問して在宅療養が受けられるように法律・制度が改正されました。

訪問看護事業者

難病患者や末期ガン患者

精神障害者

重度障害者 など

国民健康保険課・各支所国民健康保険係・高齢者福祉課

水道局 今度はこちらがお手伝いする番です!

福岡市へ 技術職員を派遣

例年より降雨量が少なく、渇水状態が続いている福岡市に、本市から4人の職員を派遣し、9月5日から9日までバルブ操作などの支援を行うとともに、浄水30トンを届けました。



【水道局】

〔住居表示実施後の手続き〕

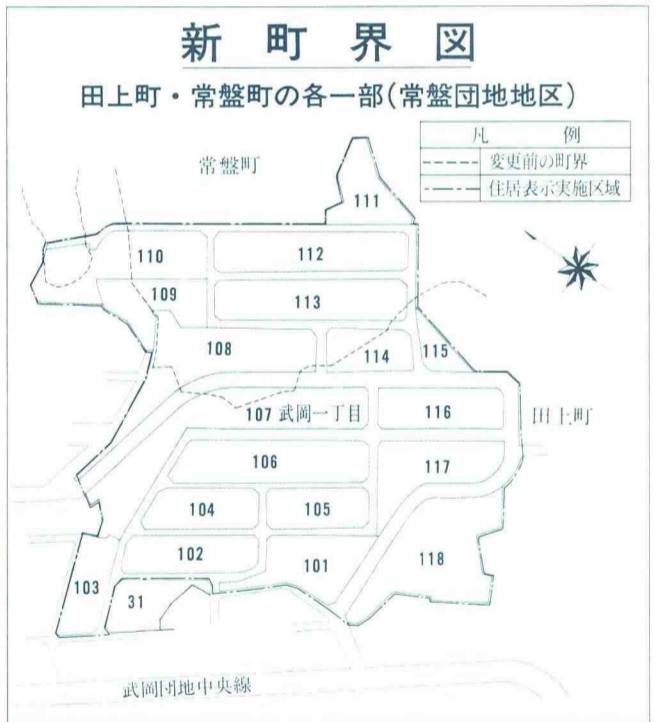
種別	申請人	手続き先	必要書類	期限	備考
市役所備え付けの台帳		市で書き替えます			住民基本台帳、印鑑登録原簿、選挙人名簿など
自動車運転免許	本人	交通安全教育センター	口頭もしくは変更通知書を提示	更新時に	本籍の場合は、筆頭者は本籍変更通知を示す
自動車車検	本人	鹿児島陸運支局	検査証、印鑑、変更証明書	車検時に	
不動産登記簿	本人	法務局	登記申請書、印鑑、変更申請書	必要が生じたとき	登記申請書は市に準備してあります
商業登記簿 法人登記簿	本人	法務局	登記申請書、印鑑、変更申請書など	本店 2週間 支店 3週間	
各種年金	本人	発行元の行政機関など	年金受給権者住所等変更届など	すみやかに	手続きについては受給先に確認してください
各種認可証	本人	発行元の行政機関など	変更証明書、印鑑	各法令による	古物営業、質屋営業、風俗営業など
預貯金類	本人	各金融機関	届け出てある印鑑	各規定による	証券関係、マル優該当者などは証明書が必要

住居表示

10月17日から

田上町・常盤町の各一部を 武岡一丁目に編入

十月十七日から田上町および常盤町の各一部(武岡ビュアタウン)に住居表示が実施され、住所の表示方法が、従来の土地番号から建物に番号をつける方式に切り替えられます。



武岡団地中央線

登記簿などの住所変更手続きは各人で

住居表示の実施に伴い、住民票、印鑑登録原簿、選挙人名簿など市役所の各種台帳は自動的に書き替えられますが、不動産登記簿や各種許可証などは、各人で住所変更の手続きをさせていただきます。

郵便物のあて名は 新住居表示で

十月十七日以降は、郵便物のあて名は、新しい住居表示を使ってください。

新築などの届け出を
住居表示を実施した区域に建物を新築または増改築して、道路への出入口が変わったときは住居番号をつけたり変更する必要がありますので、入居前に必ず届け出てください。

〔清算課〕

11月1日は計量記念日

記念日行事

☆「計量のひろば」の開設
【期日】11月1日(火)・2日(水)
【会場】山形屋1号館7階 エレベーターホール前
◆体力測定コーナー、家庭用計量器無料検査コーナー(対象は家庭のキッチンスケール、ヘルスメーター、体温計)、計量チャレンジコーナーが開設されます。
※計量器の簡単な修理も無料でを行います。

☆動物体長あてクイズ...対象は小・中学生で、平川動物公園にいるビルマニシキヘビの体長を当てていただきます。
【投票期間】10月16日~11月6日
【投票場所】平川動物公園
【測定・審査】11月6日(日)11時(平川動物公園にて)
【発表】11月7日(月)
※素敵な賞品もあります。ぜひ、チャレンジしてください。
※11月6日(日)は、小・中学生先着250人が入園無料となります。

【計量検査所 565633】

—みんなの協力、みんなの統計—

10月18日は「統計の日」です。

趣旨

「統計の日」は、国民の皆さんに統計の重要性について認識していただくとともに、いろいろな統計調査にご協力いただくため、昭和48年に定められたものです。

経緯

「統計の日」は、わが国最初の近代的生産統計である「府県物産表」に関する太政官布告が公布された明治3年9月24日(太陰暦)を現行の太陽暦に換算し、10月18日と定められたものです。

◆統計は何に使われるのですか?

主に市政や社会の動きを数字でとらえるのに使われます。社会経済の発展に伴い、幅広く詳細な統計を準備することが重要となってきました。

◆どのようにして統計をとっているのですか?

現在、政府・地方公共団体が多くの統計をとっていますが、その大部分は統計調査員を通して市民の方々や事業所に協力していただいて調査したものです。これからも、統計調査に対する皆さんのご理解、ご協力をお願いいたします。

平成6年サービス業基本調査

11月1日に、サービス業基本調査が全国一斉に実施されます。この調査は、統計法に基づいて行う国の基本的な統計調査(指定統計調査)で、今回で2回目となります。

【調査の目的】

サービス業事業所の基本的な項目について調査し、わが国のサービス業の基本的構造と事業活動の実態を明らかにしようとするものです。

【調査対象および調査事項】

サービス業の各業種(クリーニング店、理・美容業、旅館・ホテル、パチンコ店など)に共通するもので、従業員数、事業収入金額など基本的な項目について調査します。

【調査方法】

10月下旬から県知事に任命された調査員が調査対象の事業所を訪問して、調査票の記入のお願いをします。

【調査結果の利用】

国や地方公共団体における各種行政施策の基礎資料として利用します。

※統計以外の目的で利用されることは絶対にありません。

【電算統計課】

秋空のもと 自然に親しもう!

いよいよ本格的な秋を迎えました。秋はスポーツ・芸術などのイベントがもりだくさんですが、ときには家族で自然に親しんでみませんか。少年自然の家・宮川野外活動センターの親子のつどいや天体観望会・みかん狩りの情報を集めてみました。

吉野の秋を楽しむ 親子のつどい

深まりゆく秋の野山の植物観察や、いも掘りなどの親子活動で、吉野台地の自然に親しんでみませんか。

- ▼期日 十月二十三日(日)
- ▼場所 少年自然の家
- ▼対象 市内に住む小・中学生とその家族
- ▼定員 百五十人(定員を超えた場合は抽選)
- ▼経費 一人二十円(保険料)
- ▼携行品 水筒・筆記用具・帽子・雨かっぱ・ビニール袋・作業用手袋
- ▼申し込み 往復はがきに参加者全員の氏名・性別・学校・学年・年齢・住所・電話番号を記入して 〒892 吉野町一〇七八―四市立少年自然の家「吉野の秋を楽しむ親子のつどい」係まで
- ▼締め切り 十月十四日(金)
- ▼消印有効
- ▼問い合わせ 市立少年自然の家 ④0333

- ▼定員 百人(定員を超えた場合は抽選)
- ▼経費 一人千五百五十円(保険料・食費代など)
- ▼携行品 野外活動のできる服装・作業用手袋・洗面用具・雨かっぱ・着替え・筆記用具・油性ペン
- ※おやつや遊び道具は持ってこないようにしてください。
- ▼申し込み 往復はがきに住所・氏名・学校・学年・性別・電話番号・保護者名を記入して 〒892 吉野町一〇七八―四市立少年自然の家「子ども天体と語る」係まで
- ▼締め切り 十一月五日(土)
- ▼消印有効
- ▼問い合わせ 市立少年自然の家 ④0333

天体と語る イン吉野台

季節とともに変化する天体を吉野台から家族で観望して、天体に親しんでみませんか。

- ▼期日 十一月十九日(土)曇天の場合は一週間延期・または天体についての映画、講話
- ▼場所 少年自然の家
- ▼対象 市内に住む小・中学生とその家族
- ▼定員 百人(定員を超えた場合は抽選)
- ▼経費 一人二十円(保険料)
- ▼講師 市立科学館 川添先生
- ▼申し込み 往復はがきに参加者全員の氏名・性別・学校・学年・年齢・住所・電話番号を記入して 〒892 吉野町

さつまいも掘り

福平観光農園(平川町)
期間…10月上旬～10月下旬
電話…⑥14410
料金…10坪以下(600円/坪)
10坪以上(500円/坪)

【問い合わせ】谷山農林事務所 ⑥92111

宮川の秋を楽しむ 親子のつどい

いも掘りや自然観察、天体観測で宮川の秋を満喫しよう。

- ▼期日 十一月十二日(土)から十三日(日)まで
- ▼場所 宮川野外活動センター(五ヶ別府町一五九)
- ▼対象 市内に住む小・中学生とその家族
- ▼定員 三十家族(定員を超えた場合は抽選)
- ▼経費 一人五百円(食費など)
- ▼申し込み 往復はがきに参加者全員の氏名・続柄・性別・学年(年齢)・住所・電話番号を記入して 〒892 山下町六一―生涯学習課まで
- ▼締め切り 十月三十一日(月)
- ▼消印有効
- ▼問い合わせ 生涯学習課 ⑦1961

みかん狩り

みかん狩りを家族で楽しんでみませんか。

- ▼鬼塚望岳園(五ヶ別府町)
期間…10月中旬から12月中旬
電話…⑥42006 ⑥20077 ⑥49254
- ▼川口樹園地(五ヶ別府町)
期間…10月中旬から12月中旬
の土・日、祝日(蔵野園)十一月月上旬から十二月中旬(山下園)
- 電話…⑥9262(蔵野園) ⑥3878(山下園)
- ▼中山野下団地(中山町)
期間…10月中旬から12月中旬
電話…⑥1268
- ▼新保果樹園(五ヶ別府町)
期間…10月上旬から12月中旬
の土・日、祝日
- 電話…⑥9156
- ▼入園料 いずれも大人三百円、子ども百五十円
- ▼問い合わせ 谷山農林事務所 ⑥2111



募集

勤労婦人センター 後期講座

市内に住んでいるか、勤務している女性(学生は除く)

▼申し込み方法 直接、本人が申し込む(はがき持参)か、往復はがきに希望講座(第一希望・第二希望)・氏名・年齢・住所・電話番号・勤務先(電話番号)・託児希望の有無(希望する場合幼児の氏名、生年月日)を記入のうえ、〒890 鴨池二丁目三一―一五、勤労婦人センターへお申し込みください。

▼その他 申し込みは一人はがき一通とし、定員を超えた場合は抽選となります。

【問い合わせ】 勤労婦人センター ⑤7039 ⑤18010

なお、お預かりする幼児は十一月一日現在で二歳以上の未就学児に限ります。

▼受講料と締め切り 受講料は無料ですが、教材費などは実費負担です。締め切りは十月十五日(土)必着です。

講座名	定員	回数	曜日	期間
月曜日のワープロ	18	12	月	11/7~2/13
基礎高齢者介護	36	10	火	11/8~1/24
簿記会計	36	15	火	11/8~2/28
家庭料理	36	12	水	11/9~2/15
英会話	36	12	木	11/10~2/16
気功	36	10	木	11/10~2/2
パッチワーク	36	12	月	11/7~2/13
手編み	36	12	火	11/8~2/7
基礎医療事務	36	15	火	11/8~2/28
ボールペン習字	36	12	水	11/9~2/15
卓球	20	10	水	11/9~2/1
木曜日のワープロ	18	12	木	11/10~2/9
茶道(表千家)	36	12	月	11/7~2/13
洋裁	36	12	火	11/8~2/7
バドミントン	20	10	火	11/8~1/24
水曜日のワープロ	18	12	水	11/9~2/15
アートフラワー	36	12	水	11/9~2/15
ワープロ中級	12	12	木	11/10~2/16
健康体操	36	10	金	11/11~2/3
パソコン	24	15	金	11/11~3/10

※基礎高齢者介護は男性も受講できます

第42回市民文化祭

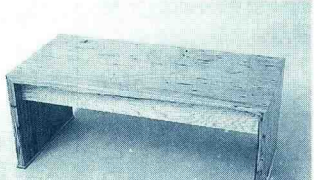
芸術の秋を彩る「市民文化祭」が下記の日程で実施されます。市民の皆さんが、日ごころの成果を発表します。

行事名	期日	時間	会場	入場料等
鹿児島謡曲連合大会	10/10(月)	10:30~16:00	山形屋文化ホール	無料
秋の名流いけばな展	10/19(水)~23(日)	10:00~19:00	山形屋文化ホール	無料
南日本短歌大会	10/23(日)	11:00~17:00	南日本新聞社6階ホール	500円
鹿児島市ふるさと芸能祭	10/23(日)	13:30~15:30	中央公民館	無料
鹿児島オペラ協会研究公演	11/3(木)	14:00~16:00	中央公民館	一般800円 学生500円
邦楽演奏会	11/6(日)	13:00~17:00	中央公民館	300円
南日本薩摩狂句大会	11/6(日)	10:00~16:00	わかたなセンター	500円
煎茶道大会	11/13(日)	10:00~15:00	市民文化ホール4階・5階	1,000円
薩摩琵琶演奏大会	11/13(日)	13:00~17:00	鹿児島市医師会館	無料
秋の茶会	11/20(日)	10:00~15:00	磯庭園茶室	1,000円
ジュニアバレエ	11/20(日)	13:00~16:00	中央公民館	600円
鹿児島合同写真展	11/22(火)~27(日)	9:00~17:00	鹿児島県文化センター	無料
詩吟剣舞道大会	11/23(水)	10:00~17:00	中央公民館	無料
南日本俳句大会	11/23(水)	10:00~17:00	南日本新聞社6階ホール	投句料1,000円
公民館音楽祭	11/26(土)	13:30~16:30	中央公民館	無料

【問い合わせ】 教育委員会文化課 ⑦1962

10月8日は木の日です

私たちの周りを見ても、金属やプラスチックでできたものが多いですが、そのなかに木でできたものが一つでもあると、何となく潤いを感じるものです。10月8日は「木の日」、これを機会にみなさんの周りにはある木を使ったものをもう一度見直してみたいかがでしょうか。



第5回新作工芸展出品

市木材需要拡大連絡協議会(中小企業課内)

秋の木市開催

- 期間 10月15日(土)~11月15日(火)
- 場所 甲突川左岸緑地帯(市民広場)

期間中の催し物	花と緑の相談所
樹木の名当て大会	10月22日(土)
種苗の無料配布	10月16日(日) 10月22日(土) 11月12日(土) 11月13日(日)
グリーン文庫贈呈	10月28日(金) 園芸講習会 11月12日(土)

土曜、日曜、祝日は会場周辺が交通規制されますのでご注意ください
【問い合わせ】 農林課またはNTTハローダイヤル ⑥8600

21世紀のおんなとおとこ

『介護休業制度』つてな一に〜



介護休業制度とは、勤労者が家族の病気やけが・高齢で介護が必要となった場合に、ある一定期間まとまった休みがとれる制度です。

特に家庭看護の中心的な役割を担っている女性の多くが就労している現状から、介護のためにやむなく仕事をやめたり、勤務先や勤務条件を変更しなければならないなど、介護は育児と並んで女性が働きつづけることに大きな障害となっています。

このような場合に、職業と家庭の両立を支援するため「介護休業制度」があります。

「介護は女性の仕事」といわれてきた社会通念を、これからは家族みんなで共に支え合い、みんなで責任を担っていくことが望ましいといえます。

平成5年度鹿児島市労働事情実態調査によると、3.4%の事業所がこの制度を取り入れており、介護休業の期間については「1週間超1カ月まで」、「1カ月超」がともに41.2%となっています。

【問い合わせ】 女性政策課

中南九州都市女性交流会議の開催

自分らしく生きるために〜国際家族年を考える〜

佐賀市・大分市・熊本市・宮崎市・鹿児島市の5市の女性が一堂に集まって女性問題を考える「中南九州都市女性交流会議」を鹿児島市で開催します。入場は無料で、女性に限らずどなたでも参加できます。ぜひご参加ください。

■日時 11月2日(水) 13時30分〜17時

■場所 鹿児島東急イン

■内容 ○講演「自分らしく生きるために

〜国際家族年を考える〜

講師 沖藤 典子氏 (ノンフィクション作家)

○シンポジウム「これからの家族」

コーディネーター 関 志比子氏 (鹿児島大学教授)

パネリスト 中南九州5都市代表

アドバイザー 沖藤 典子氏

【問い合わせ】 女性政策課



ごみ問題と生活環境を考える

リサイクル市場

私たちの暮らしの中で不用になったものは、ごみとして出されますが、その中にはまだ資源として利用できるものもあります。ごみを捨てる時、資源とごみを徹底的に分別すれば、貴重な資源を無駄にすることもなく、ごみの量も減らすことができます。

市ではごみ問題と生活環境を考えるため、リサイクル市場を開催いたします。フリーマーケット・大型リサイクル品の提供・ストロピーによるキャラクターショーなど楽しいイベントがあります。お気軽にご参加ください。

■日時 十一月十三日(日) 十時から十六時まで

■会場 鹿児島総合卸商業団地グラウンド (産業道路沿い)



フリーマーケット 出店者募集

家庭で不用になった日用雑貨や衣類、贈答品、手作り小物などの交換・販売によりリサイクルを体験してみませんか。

▼応募方法 はがきに、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、出品名と点数、販売予定価格

グループ(代表者が二十歳以上であること)の場合は人数を記入して、〒892山下町十一-一清掃部管理課まで

▼締め切り 十月二十六日(水) 必着
※定員を超えた場合は抽選(八区画)



大型リサイクル品に もう一度活躍の場を

家庭で不用になった家具などでまだ使用できるものがあります。清掃部管理課までご連絡ください。

リサイクル市場の会場に展示し、希望者に抽選で提供させていただきます。

【問い合わせ】 清掃部管理課

③0201

【問い合わせ】 清掃事務所



ごみ出しにご協力を

ごみを収集する時に、ごみ袋の中の竹串で手を刺したり、ガラスの破片で手を切ったり、けがをすることがあります。竹串やガラスの破片などの危険ごみを出す場合は、折ったり小さくして安全な容器に入れるか、厚い紙に包み、中身のわかる透明な袋に入れて出してください。

◎カセットコンロ用ガスボンベや各種スプレー缶は収集するときに爆発、火災の恐れがありますので、必ず使いきってから、穴を開けて出してください。

◎ごみの中には、資源として再利用できるものがたくさんあります。古新聞、段ボール、雑誌、アルミ缶などの資源ごみは、資源ごみ回収活動の際に出して下さい。

消費生活センターをより

商品が届かないパソコンの通信販売

最近、代金前払いの通信販売でパソコンを申し込んだが商品が届かない、事業者が所在不明になったり、倒産して代金が返ってこないという被害が全国で発生しています。

通信販売は便利な反面、トラブルも起こりがちです。利用の際、どのようなことに注意したらよいのでしょうか。

■利用上の注意

① 広告の販売条件をよく確かめる。

通信販売では、広告が商品を選ぶ唯一の情報源です。販売価格だけでなく、業者の住所、代金の支払い時期と方法、商品の引き渡し時期、返品が可能か、可能ならばその条件などを広告をよく確かめましょう。

訪問販売と違い、通信販売にはクーリング・オフは適用されません。

② 支払い方法に注意する

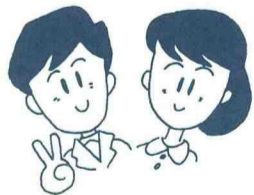
支払い方法には、商品受け取りと同時に代金を払う「代金引き換え」と「前払い」「後払い」があります。前払いの場合、代金を支払った後に事業者が所在

地域でのリサイクル意識やコミュニケーションを深める場、あるいは団体の活動資金づくりの場として、資源ごみ回収活動を積極的に実施して下さるようお願いいたします。

※補助の対象団体となるためには、市への登録が必要です。

【問い合わせ】 清掃部管理課

資源ごみ回収活動補助金単価		
	5年度	6年度
●古紙類	1kgにつき2円⇒3円	
●古繊維類	1kgにつき2円⇒3円	
●空きびん類	1本につき1円⇒1.5円	
●金属類	1kgにつき1円⇒1.5円	



【問い合わせ】 市消費生活センター ⑤3611



「消費者と業界との懇談会」参加者募集!

住まいについて消費者と事業者の懇談会を開催します。日ごろ疑問に思っていることや知りたいことなど直接話し合ってみませんか。

■日時 11月1日(火) 13:30~15:30

■場所 消費生活センター

■テーマ 「住まい」〜新築・改築時のトラブルを防ぐには〜

■参加業界 (財)県住宅建築総合センター

(社)県建築協会

(社)県建築士事務所協会

(社)日本しるあり対策協会

■対象 市内に住む20歳以上の人

■定員 15人

■申し込み はがきに住所・氏名・性別・職業・電話番号・当日質問したいことを記入して郵送

■締め切り 10月20日(木) 消印有効

※託児もできます(2歳以上の幼児)

【申し込み・問い合わせ】 市消費生活センター ⑤3611

〒890 鴨池2丁目25番1-31号



宅地内降灰指定置場
JDMA No.7号
お願い

降灰は降灰ステーションへ



降灰の入った袋だけ置いてください

【問い合わせ】 道路補修課 ②5825

公園内のスポーツ施設(市営)

・有料施設(種目はソフト(ナイター可)、テニス、バレーです)

Table with 3 columns: 施設名, 所在地, 電話. Lists various sports facilities like 天文館公園, 共研公園, etc.

※小野公園・慈眼寺公園の広場では軟式野球もできます。
▶利用申し込み…広場のナイターとテニス、バレーコートは土曜日・日曜日・祝日および大塚公園の17時から21時までの分については毎月利用月の前月の25日に各公園の管理事務所...

・無料施設(種目はソフト、テニス、バレーです)

Table with 3 columns: 施設名, 所在地, 申し込み場所. Lists free facilities like 東開広場, 皇徳寺公園, etc.

※七ツ島公園ではサッカーの試合もできます。
▶利用申し込み…使用する前月の26日から、公園緑化課分は8時45分から(電話での申し込みは10時から)...

Table with 4 columns: 施設名, 所在地, 種目, 使用時間. Lists facilities like 鹿兒島アリーナ, 鴨池市民球場, etc.

※利用申し込み、使用料等については各施設にお問い合わせください。



かごしま健康の森公園温水プール

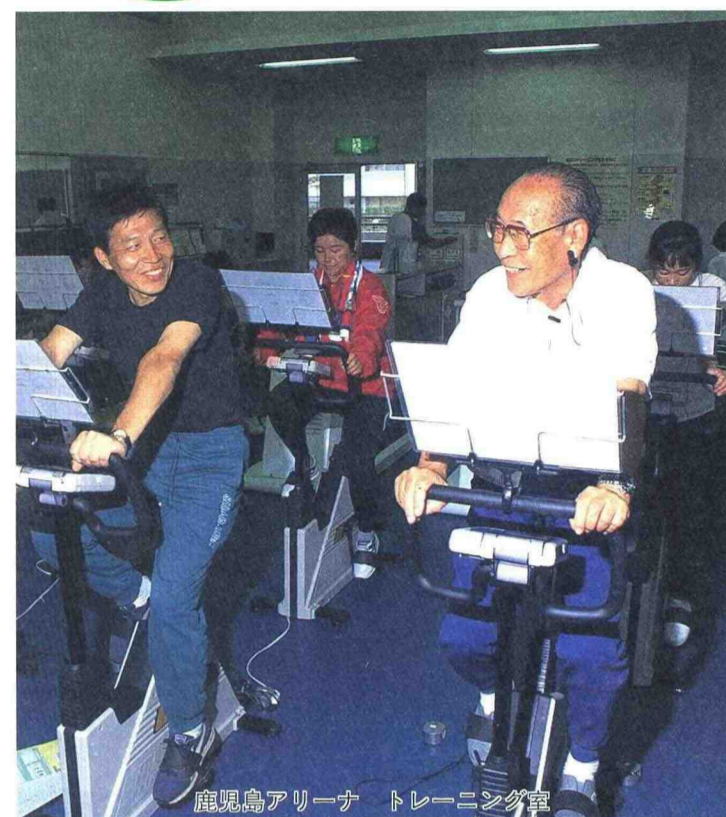
県営スポーツ施設

Table with 3 columns: 施設名, 種目, 問い合わせ. Lists facilities like 陸上競技場, 補助競技場, etc.

上手に使って生き生き健康
スポーツ施設いろいろ

10月は
体づくり
強調月間

健康づくりのススメ



鹿兒島アリーナ トレーニング室

健康チェックリスト

- 1. 靴ひもを結んだり、靴下を履くときに苦勞する
2. スボンやスカートのウエストが窮屈になった
3. 背中に手がまわりにくい
4. 床から物を拾うとき、必ずしゃがむようになった
5. 少しの荷物でも重く感じられ、荷物を持たないことが多い
6. 立ったり座ったりするとき、支えが欲しくなる
7. 階段を下りるとき、足を踏み外しそう、必ずすりにつかまる
8. よく物につまずく
9. 階段を上ったり急いで歩いたりすると、息切れや動悸がする
10. 歩くのがおっくうで、外出してもできるだけ歩かないように乗り物を使う

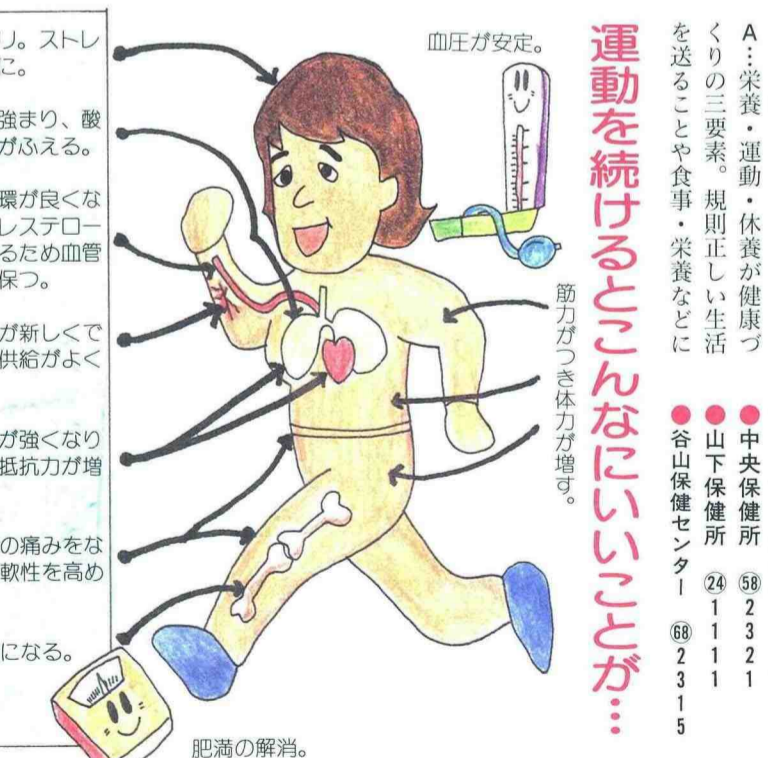
技術革新や交通手段の発達、わたしたちの生活を便利にしました。しかし、便利になった一方で、日常生活における運動量は減ってきています。
意識的に運動をしなければ、健康に必要な運動量を確保しにくく、それが今日の状況ではないでしょうか。
あなたの運動量は十分ですか。運動不足になっていませんか。健康を考えると運動不足は大敵。老後を健康やかに過ごすためにも、運動不足を解消し、日ごろから体力づくりに努めましょう。

日常生活のなかに
運動を取り入れましょう!



山下保健所 保健予防課 健康指導員 武安 栄

Q:上の表から分かることは何でしょうか。
A:この表は運動不足度のチェックです。一つでも自分の該当するものがあれば、運動不足です。
一般に運動不足は疾患や糖尿病など成人病を引き起こす主な原因となります。
運動不足は、他人から与えられるのではなく、自らつくります。運動不足にならないためには、まず体を動かそうという意欲が大切です。
Q:健康づくりのためにどのような運動をすればいいのでしょうか。
A:ジョギングや散歩、水泳など、体内に酸素を多く取り入れながら長く続けられる有酸素運動が最も良いとされています。
有酸素運動は、酸素の力をかりて体内の糖質と脂肪をエネルギーとして使用するため、脂肪が減少し、肥満を予防する効果が期待できます。また、心肺機能を鍛えて持久力の衰えを防ぐなどの効果があります。
運動はいつでもどこでもできます。ジョギングやウォーキングだけでなく、水中エクササイズも運動の効果大です。小さなことでも、できることから楽しく始めてみてはいかがでしょうか。



肥満の解消。
骨が丈夫になる。
腰やひざの痛みをなくし、柔軟性を高める。
呼吸力が強まり、酸素摂取量が増える。
血液の循環が良くなり善玉コレステロールがふえるため血管の若さを保つ。
毛細血管が新しくでき、血液供給がよくなる。
心臓、肺が弱くなり病気の抵抗力が落ちる。
運動を続けることによって...

泳げない人でもできる
水中エクササイズがおすすめ
泳げない人でも楽しく長時間身体を動かすことができる水中エクササイズは、短時間に高い運動効果が得られ、特に中高年の方には安全性の面からも大変効果的な運動です。
これからの季節、室内温水プールで、あなたの健康づくりに活用してみたいかがでしょうか。

歩く
水の中を歩きます。速いほど水は抵抗が深くなる。水の抵抗は大きく、筋肉や心肺機能に対する刺激が大きくなります。前向き、後ろ向き、横向きなどさまざまな方向で体を動かす。いろいろな筋肉を刺激しましょう。
①前進
②上半身を使って前進
③上半身を使って横歩行
④ジャンプ
⑤もも上げジャンプ
⑥浮き身

ジャンプする
水のなかでジャンプします。水深が深いほど、ひざや足への衝撃が少なくなります。
④ジャンプ
肩の力を抜いて軽くジャンプし、前へ進む、後ろへ進む、体をねじるなどして抵抗を大きくします。

水の中へ
⑤もも上げジャンプ
片方ずつももを胸の上に引き上げながらジャンプします。
⑥浮き身
上に伸び上がりながら空気を大きく吸い、ゆっくり吐きながら脱力してうつ伏せになり、水に体を任せます。

鹿兒島市レクリエーション協会に
加入しませんか

鹿兒島市レクリエーション協会が10月2日に発足します。同協会では、市民の皆さんの健康づくりに役立つような手軽なレクリエーションの紹介、普及と指導者の養成のほかに、加入していただいた団体のために、講師の派遣や用具の貸し出しのお世話をいたします。あなたの職場の加入をお待ちしています。

- ・養成に応じたレクリエーション職場巡回指導
・希望に応じたレクリエーション教室の開催
・指導者(リーダー)養成と研修会の開催
・レクリエーションの企画運営のご相談
・レクリエーション指導者の派遣
・レクリエーション用具、資料等の紹介とあつ旋
(年間会費)
①従業員 30人以下の職場...10,000円
②従業員 30人以上の職場...20,000円
【問い合わせ】市レクリエーション協会 ⑥6665

世界をのぞいて! 第6回世界ゲートボール選手権大会
西日本では初めて開催されるこの大会。世界11カ国から160チームが参加して熱戦が展開されます。ぜひご観戦ください。
◆期日 10月30日(日)・・・リーグ戦(第1～第8試合)
10月31日(月)・・・リーグ戦(第9～第12試合)
トーナメント戦(決勝まで)
◆会場 鴨池陸上競技場・野球場・補助競技場
【問い合わせ】市民スポーツ課 ⑥2244

秋だ テニスで
いい汗流そう! 市民ソフトテニス教室
◆期日...10月24日(月)～11月9日(水)の月・水・金曜日(8回)
◆時間...13時30分～16時
◆対象...市内に住む18歳以上の男女(学生は除く)
◆場所...市鴨池テニスコート
◆定員...40人(超えた場合は抽選)
◆費用...300円(保険料)
◆申し込み...往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて10月18日(火)までに申し込む
◆申し込み先・問い合わせ 〒890 永吉町13-9 鹿兒島アリーナ内
市民スポーツ課「市民ソフトテニス教室」係⑥2244

あなたの健康チェックに 鹿兒島アリーナ健康体力相談
専門の医師によるカウンセリングと運動指導で健康・体力づくりを応援します。
◆期日...第1・3土曜日、第2・4水曜日(ただし、行事等により中止することもあります)
◆時間...14時～16時
◆費用...無料
◆その他...申し込みは1回3名まで(予約制)
【申し込み先・問い合わせ】市民スポーツ課 ⑥2244

手軽にスポーツを
楽しませんか 生き生き健康スポーツデー
★10月24日(月)・・・シルバーの部(高齢者・100人)
9:00～11:30 健康体操、軽スポーツ
★10月25日(火)・・・幼児と母親の部(3～5歳児と母親・50組)
13:00～15:30 親子体操、クラフト遊び、ボール遊びなど
★10月27日(木)・・・ミセスの部(婦人・100人)
9:00～11:30 健康体操、ダンス、ゲームなど
★11月5日(土)・・・ニュースポーツ紹介の部
13:00～16:00(年齢の制限はなし・100人)
◆参加は無料 ◆会場はいつでも市民体育館(和田町935)
◆申し込みは10月17日(月)までに電話で直接市民体育館の窓口で申し込む
【問い合わせ】市民体育館 ⑥5115

ご活用ください 市内大学の社会人入学制度

☆市民の生涯学習に対するニーズが高まるなか、一度社会へ出たあと、再び大学で学びたいと志す人のために社会人入学制度が設けられています。
☆詳しくは各大学または生涯学習課へ、お問い合わせください。

大学名	学科	選考方法・期日	対象者
鹿児島県立短期大学 ②1111	商経	小論文、面接 2/2	22歳以上
鹿児島純心女子短期大学 ③2677	生活、英語	小論文、面接 11/25	25歳以上の女性
鹿児島短期大学 ⑥1271	教養、音楽、児童教育	作文、面接ほか 12/8 9	22歳以上の女性
鹿児島女子短期大学 ④9191	児童教育、生活科学、教養	小論文、面接 12/9	22歳以上の女性
鹿児島経済大学 ⑥3211	経営学、経済学、社会学	小論文、面接 12/7	23歳以上の社会人

【生涯学習課 ②71961】

おさかな料理教室

◇市魚類市場魚食普及協議会の料理教室です ◇日時：10月22日(土) 10時30分～14時
◇対象：20代～30代の女性
◇会場：鹿児島県クッキングスクール(新屋敷町18-20花田ビル2階) ◇内容：魚料理2～3品の実習と試食 ◇定員：45人(超えたら抽選)
◇申し込み：往復はがき住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、〒892城南町37-1

市営施設見学会

◇日時：10月21日(金)9時～15時 ◇見学先は南部斎場、平川浄水場、錦江湾公園、南消防署 ◇対象は20歳以上の市民 ◇定員は55人(超えた場合は抽選) ◇参加料は1人300円 ◇申し込みは10月14日(金)の8時30分～16時に電話で広報課へ

墓園使用者

◇対象：市内に墓地を持たない人で遺骨を3年以内に埋蔵できる人か、遺骨のない人で3年以内に納骨施設を設置できる人 ◇使用料：川上墓園



お知らせのひろば

- 問い合わせ**
- ▶ 鹿児島市役所 ②41111
〒892 山下町11-1
 - ▶ 谷山支所 ⑥92111
〒891-01 上福元町4927
 - ▶ 伊敷支所 ⑥92111
〒890 伊敷町3162-1
 - ▶ 東桜島支所 ⑥2111
〒891-15 東桜島町863-1
 - ▶ 吉野出張所 ④30575
〒892 吉野町2267-1
 - ▶ 教育委員会 ⑥271921
〒892 山下町6-1
 - ▶ 市立病院 ⑥242101
〒892 加治屋町20-17
 - ▶ 消防局 ⑥265811
〒892 山下町10-30
 - ▶ 交通局 ⑥572111
〒890 高麗町43-41
 - ▶ 水道局 ⑥577111
〒890 鴨池新町1-10

今月の納期

◆市県民税第3期
◆国民健康保険税第5期
納期は**10月31日**まで

市営住宅空き家 追加募集

◇本年6月の空き家待ち入居者募集で、募集戸数に満たなかった住宅について、追加募集をします(募集戸数に達し次第、締め切ります)

一般住宅

1種：辻ヶ丘、大明丘、西伊敷、日当平、下伊敷、玉里団地、武岡、星ヶ峯、鼓川
2種：辻ヶ丘、大明丘、西伊敷、三和、星ヶ峯
◆单身世帯向け住宅
1種：辻ヶ丘、大明丘、西伊敷、武岡

◆特定目的住宅(2種)
母子世帯向け住宅：西伊敷、武岡、星ヶ峯

差別なくして 住みよい社会 明るい未来

同和対策室

が32万円(5㎡)、星ヶ峯墓園が42万円(6㎡) ◇申請書類：墓地使用許可申請書、住民票(本籍、続柄記載)、印鑑 ◇詳しくは環境衛生課または同谷山分室②1111へ
甲種防火 資格取得講習会 管理者

◇日時：10月24日(月)・25日(火)の9時～17時 ◇会場：県市町村自治会館 ◇受付期限：10月14日(金)まで
◇受付場所：消防局予防課②5811・中央消防署査察係・南消防署査察係

市政広報番組

- ★KKB『かごしまシティチャンネル』
10月8日(土)11時30分～11時45分
内容…生涯スポーツ
- ★KYT『ホットラインかごしま』
10月16日(日)7時30分～7時45分
内容…公民館講座
- ★MBC『市民のひろば』
10月23日(日)10時30分～11時
内容…勤労青少年と語る
- ★KTS『ぐつとグッドかごしま』
11月5日(土)10時15分～10時30分
内容…鹿児島市の上下水道

【お知らせ番組】
『かごしま市政ガイド』
★MBC…毎週土曜日 12時55分～13時
★KTS…毎週日曜日 8時55分～9時
★KKB…毎週金曜日 12時55分～13時
★KYT…毎週日曜日 17時15分～17時20分

【広報課】

市民ギャラリー

◆別館1階 ◆10月24日(月)～28日(金)：フェニックス写真倶楽部写真展
◆10月31日(月)～11月4日(金)：龍友会水墨画展
◆11月7日(月)～11日(金)は立体と平面の長浜みち子展
【東別館2階】 ◆10月17日(月)～21日(金)：第21回緑化

環境変化対応 融資制度

◇市内の中小企業者で、労働時間短縮のための設備の合理化、省力化や従業員の福利厚生施設の整備または大型店進出により経営に影響を受けた方のご利用をおすすめします
◇融資条件：限度額は1500万円、利率は年3.4%(保証料率年0.6%)、期間は運転5年以内、設備7年以内、保証人は1人以上で担保は必要に応じて徴します
◇詳しくは中小企業課まで

市内の交通事故発生状況

(9月10日現在)

- 件数 2,705件
- 死者 22人
- 傷者 3,236人

10月は高齢者雇用促進月間

高齢者(55歳～64歳)を公共職業安定所の紹介で雇い入れた場合や定年到達者の雇用延長などを行った事業所には、各種の助成金制度が設けられています。詳しくはお問い合わせください。

鹿児島公共職業安定所 (ハローワーク鹿児島) ⑤6060

対象	限度額(万円)
除却費など	69
建築費	256(割増金77)
土地取得費	80(割増金105)
造成費	20(割増金38)

◇建設指導課

鹿児島県の最低賃金

◇鹿児島県の最低賃金は、日額4325円、時間額541円です ◇使用者は、適用される最低賃金を労働者に周知し、必ずこれらの金額以上の賃金を支払わなくてはなりません ◇最低賃金は、臨時パート・アルバイトなどを含むすべての労働者に適用されます ◇電気機械器具製造業、各種商品小売業、自動車小売業については、別に産業別最低賃金が適用されます
◇鹿児島労働基準局③8275

市民相談

=相談は無料=

◆市民生活課

- 一般相談 (日常生活の困りごと相談)…毎日9時～16時(休日は除く) ※谷山支所・伊敷支所でも実施
- 法律相談 (サラ金相談を含む)…毎週火・金曜日と第3・4月曜日、13時～16時(12時受け付け抽選、定員10人)
- 花と緑の相談 10/12(水)13時～16時 11/9(水)13時～16時
- 税務相談 10/13(木)13時～16時
- 登記相談 10/13(木)13時～16時
- 不動産相談 10/19(水)13時～16時
- 年金相談 10/19(水)13時～16時
- 建築相談 10/27(木)13時～16時
- 人権相談 11/9(水)13時～16時

◆谷山支所相談係

- 法律相談 第1・3木曜日、13時～16時(12時受け付け抽選、定員10人)
- 税務相談 10/17(月)10時～16時
- 登記相談 10/17(月)13時～16時

◆伊敷支所

- 人権相談 10/21(金)13時～16時

住民実態調査にご協力を

◇住民基本台帳(住民票)を整備するため、住民実態調査を行います ◇10月の調査区域：山田町、中山町、皇徳寺台1～5丁目、五ヶ別府町、星ヶ峯1～5丁目、自由ヶ丘1・2丁目、希望ヶ丘町
◇転入、転居、世帯変更届は住所を異動した日または世帯に変更のあった日から14日以内に届け出をしてください
◇転出届は、転出する日の14日前から届け出ができます
◇市民課

交通災害共済 1年600円の会費で120万円の見舞金

■本庁管内
10月14日(金) 宇宿町上公民館
10月19日(水) 永吉町公民館
10月21日(金) 日当平公民館前
10月21日(金) 日当平住宅集会所
10月25日(火) 三和町第一公民館
10月25日(火) 三和町公民館
10月26日(水) 永吉団地親和会館
10月27日(木) 中央町公民館
10月28日(金) 坂屋公民館
11月1日(火) 磯ビーチハウス
11月2日(水) 原良公民館
11月2日(水) 原良小学校校区公民館
11月9日(水) 田上町天神公民館
11月10日(木) 田上町西天神公民館

■谷山支所管内
10月11日(火) グリーン鹿児島農協中山支店
10月11日(火) グリーン鹿児島農協自由ヶ丘支店
10月12日(水) 福平福祉館
10月12日(水) 平川福祉館
10月13日(木) 星ヶ峯福祉館
10月14日(金) 谷山北福祉館
10月14日(金) 皇徳寺福祉館

■受付時間
本庁管内13時30分～16時(日当平公民館、三和町第一公民館、原良小学校校区公民館は9時30分～12時)
谷山支所管内10時～15時

■問い合わせ 交通安全課

交通局バス嘱託運転士募集

- 対象者 昭和7年4月2日から昭和14年4月1日まで生まれた人で、大型自動車第二種免許の所持者(経験3年以上)
- 採用人員 15人程度
- 受付期間 10月3日(月)～10月14日(金)(土曜日の午後、日曜日、祝日を除く)
- 試験日 10月18日(火)・19日(水)
- 問い合わせ 交通局総務課 ⑤2111

交通安全課

交通安全課

● 催し物案内

●市民文化ホール...「市民」
●谷山サザンホール...「谷山」
●中央公民館...「中央」

Table with columns: 日曜 (Date), 催し物 (Event), 会場 (Venue), 開演 (Start Time), 入場方法 (Admission), 問い合わせ (Contact). Lists various events from October 10th to 8th.

●主催者の都合により開始時刻・入場方法などが変更になることがあります。
●催し物についての詳しいことは、上表の問い合わせ先へお尋ねください。

鹿児島アリーナ催し物案内

永吉町13番地 9
(55) 2244

Table with columns: 日曜 (Date), 催し物 (Event), 会場 (Venue), 開始 (Start Time), 入場方法 (Admission), 問い合わせ (Contact). Lists events at the arena from October 10th to 6th.

●会場の表示...「メイン」はメインアリーナ、「武道」は武道場、「弓道」は弓道場
●主催者の都合により開始時刻・入場方法などが変更になることがあります。
●催し物についての詳しいことは、上表の問い合わせ先へお尋ねください。

ご存じですか
人権擁護委員制度
いじめ、体罰、婚姻、借地、借家、隣近所とのめめごとなどでお悩みの方は、次の委員に気軽に相談ください
相談は無料、秘密は固く守られます

「ひとりひとりの優しさは、社会の資産です。」
赤い羽根共同募金
10月1日～12月31日
ボランティアの汗、時間、赤い羽根。社会福祉活動にご協力ください。
鹿児島県共同募金会
鹿児島市支会 (48)1200

中央卸売市場の臨時休市
青果市場(7)1311の臨時休市は10月22日、26日、11月9日
魚類市場(3)310の臨時休市は10月19日
家屋の取り壊しや用途変更時は 届け出を
固定資産税は毎年1月1日現在で、土地、家屋などを所有している人に課税されます

民事介入暴力無料相談
暴力などでお困りの方、なんでもご相談ください
10月27日(木)の10時～14時
場所：山形屋7階会議場
相談者のプライバシーには十分配慮します(県暴力追放センター)248601
軽自動車税 様式変更 申告書
10月1日から軽自動車税(125cc以下のバイク・小型特殊自動車)の申告書の様式が2枚複写に変わりました
新規登録をされると、標識交付票を交付いたします
自賠責保険の手続きで、車台番号などを確認するのに便利ですので、大切に保管してください
市民税課および各支所
一日合同行政 無料相談
国税の巡回 無料相談
【一日合同行政無料相談】
日時：10月11日(火)の10時～15時
場所：山形屋7階社交室
国税の巡回無料相談もあわせて行います
(鹿児島行政監察事務所)243

247
【国税の巡回無料相談】
日時：10月14日(金)の10時～16時
場所：三越7階会場
(鹿児島県税務相談室)263669
学習情報センター
ワープロ講座
対象：市内に住む社会教育指導者および18歳以上の市民
日時：10月26日(水)～28日(金)の9時30分～16時
場所：市立学習情報センター(市教育総合センター)5階
受講は無料
内容は「基礎知識と基本操作」ほか
定員：20人(超えたら抽選)
申し込み：往復はがきに講座名、住所、氏名、電話番号を記入し、10月14日(金)(必着)までに、〒892山下町6-1市立学習情報センター(27)1925へ



楽しい親子読書入門
対象：市内に住む小・中学生とその保護者
日時：10月29日(土)の14時30分～16時30分
場所：市立図書館
内容：楽しい親子読書のすすめ方(講義と演習)
定員：20組40人(超えたら抽選)
受講は無料
申し込みは電話で申し込み、はがきに住所、氏名(親子)、学年、電話番号を記入し、10月26日(水)(消印有効)までに、〒890鴨池2丁目31-18市立図書館(50)8500へ
白鳥バレエ団「平家物語」
市民文化ホールの自主文化事業として、白鳥バレエ団の「平家物語」を市の補助により安い料金でお楽しみいただけます
開演日時：10月29日(土)18時30分
場所は市民文化ホール
料金：S席5000円、A席4000円、B席3000円(市民文化ホール)8111

第20回看学祭
市立高等看護学校の学園祭です
10月21日(金)
時間：8時30分～16時
場所：市立病院5階学術講堂
催し：講演、サークル活動(10月22日(土))
時間：8時30分～16時
場所：市立高等看護学校(市立病院内)
催し：みんなの広場、計測、バザー、模擬店など
(市立高等看護学校 看学祭実行委員会)25938
市立病院駐車場一部閉鎖
工事のため駐車場の一部を閉鎖しています。
(期間)10月1日～11月15日
来院される方は、できるだけ公共の交通機関をご利用ください。
市立病院総務課 242101

夢・未来・ふしぎ 市立科学館・宇宙劇場番組案内

★オムニマックス映画

- ・アフリカ(新番組)
・10月1日(土)～7年3月31日(金)

アフリカ・セレンゲティ平原の厳しい大自然の中でたくましく生き抜く動物たちを描く作品。



★プラネタリウム

- ・星座の生いたち
・11月27日(日)まで

★天体観望会(天候不良時は中止)

- ・土星のリングを見よう
・10月8日(土)19時～20時30分

※機械保守点検のため11月7日～11月9日の期間、宇宙劇場は休みます。

【市立科学館 (50)8511】

文学関係の資料を探しています

- ★近代文学館(仮称)(平成8年度オープン予定)の文学関係の資料を探しています。
★近代文学館(仮称)では、明治時代以降に発表された文学作品の中で、鹿児島にゆかりの深い作家や作品について、文学資料を紹介することで、市民のみなさんが文学に親しみ、豊かな心と文学の創造がさかんになることを願っています。
★収集対象 作家の著作(初版本)、原稿、手紙、色紙、愛用品など
★収集対象の作家 海音寺潮五郎、林芙美子、椋鳩十、島尾敏雄、梅崎春生、向田邦子 ほか
★これらの文学関係資料をお持ちの方は、お知らせください。
★問い合わせ 文化課 (27)1962





『ふれあいみかん狩り』にご招待

母子家庭と父子家庭の保護者とお子さんを「ふれあいみかん狩り」に招待します

◇期日 11月13日(日)

◇場所 川辺町 ◇集合場所 市役所 9時集合 ◇定員 380人(定員を超えた場合は、抽選) ◇申込期間 10月11日(火)～10月28日(金)

◇申し込み方法等 ①直接または電話で児童家庭課か母子寡婦福祉会(234951)へ(申し込みのときは、母子・遺族年金の番号または児童扶養手当・母子家庭等医療費受給者証の番号など、母子・父子家庭を確認できる番号を合わせてお知らせください)

②参加者には、後日参加証(はがき)を送付 ◇問い合わせ 児童家庭課

有料道路通行料金 障害者割引の対象者拡大

《申請により割引証をお渡しします》

○対象者

- ※身体障害者手帳をお持ちの方 本人運転の場合、全ての方が利用できます。
※身体障害者手帳の第1種をお持ちの方 介護者運転でも利用できます。
※療育手帳の第1種をお持ちの方 介護者運転で利用できます。

○実施時期

10月1日から

○申請に必要なもの

本人運転の場合

身体障害者手帳または療育手帳、自動車運転免許証、自動車検査証(本人または生計を一にする者が所有する車)

介護者運転の場合

身体障害者手帳または療育手帳、自動車検査証(障害者または生計を一にする者が所有する車 ただし、これらの者が所有していない場合は、当該障害者を継続して日常的に介護している者が所有する車)

問い合わせ 社会福祉課・谷山福祉課

各種手当の振り込み

◇児童手当(6月～9月分)を10月5日(水)に指定口座に振り込みます 各受給者は口座を確認してください
◇特別障害者手当・障害児福祉手当および経過的福祉手当(8月～10月分)を、11月10日(木)に振り込みます

◇児童家庭課・谷山福祉課
◇重度身体障害者日常生活用具給付等事業の種目追加

◇追加種目と給付対象者
文字放送デコーダー(聴覚障害者のための文字放送用の機器)；聴覚障害のうち、必要と認められる方
◇社会福祉課・谷山福祉課

◇単位老人クラブ交流研修
単位老人クラブが、市外の老人クラブと交流研修を行う場合に、バス借上料の4分の3を助成します

◇利用範囲 県内(日帰り)
◇助成限度額 大型バスは7万2千円以内、マイクロスは4万8千円以内
◇高齢者福祉課

鹿児島市 戦没者追悼式
主催 鹿児島市
日時 10月16日(日) 13時～16時
場所 中央公民館
お問い合わせ 社会福祉課

福祉ふれあいフェスティバル ボランティア募集

市では11月27日開催の「第3回福祉ふれあいフェスティバル」でボランティアとして参加ご協力いただける方を募集しています
ボランティアの内容は
①障害者の介助
②迷子の世話
③会場の案内・清掃など
ボランティア従事時間 9時から13時まで
※ご協力いただける方は10月31日までにご連絡ください

◇問い合わせ 福祉ふれあいフェスティバル実行委員会事務局 (社会福祉課内)
※当日は、デュークエイセスコンサート・古今亭圓菊の手話落語・アンパンマンショーなど楽しい催しがいっぱい！
◇ご利用を！
育児のことで「悩み」や「心配」をお持ちのお母さん方に電話による相談をおこなっています。
◇相談には、乳幼児保育の専門員が応じますので気軽に電話ください。なお、個人的秘密は厳守いたします
◇相談対象 乳児から就学前までの児童をお持ちの方
◇相談先 社団法人 鹿児島市保育園協会
住吉町15-5 (市住吉分庁舎内) 397000
◇相談日時 月～金曜日 9時～16時
◇問い合わせ 児童家庭課

こんな場合にも保育所へ

保護者がパートで仕事をされる場合や、病気になるいは冠婚葬祭など、緊急・一時的に家庭での保育が困難になる児童を保育所でお預かりします(1カ月14日以内)
※対象児童 原則として1歳から就学前の児童
※実施保育所
・たけおか保育園 武岡2丁目29-1 8401
・二葉園保育所 新屋敷町23-29 3820
・御所保育園 上福元町5-682 851222
1カ所での利用人数は1日10人程度をゆやすにしておりますので、利用についてはお問い合わせください
◇児童家庭課・谷山福祉課

生活福祉資金

◇市内に居住し、市県民税が原則として年額3200円か非課税の世帯に、事業資金などを貸し付けます(生活費、返済金などは除く)
◇申し込みは随時(毎月10日締め切り)
◇ご相談は、近くの民生委員または、市社協市役所分室・谷山支所分室にお問い合わせください

寄付受付

◇香典返し寄付、一般寄付を受け付けています
◇市社会福祉協議会 230704

専門学校開放講座

◇講座名は「高齢者の介護福祉と食事献立」 ◇日時は、10月8日～12月10日の毎週土曜日、13時30分～16時30分
◇場所は城西学園プロフェッショナル・カレッジ
◇受講は無料 ◇申し込みは、城西学園プロフェッショナル・カレッジ 33111

重度心身障害者手当

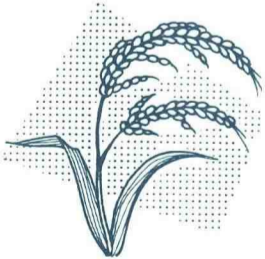
平成6年度市民福祉手当のうち、「重度心身障害者手当」(年額2万2千円)の申請を10月3日から受け付けます。この手当は、毎年申請しないと支給されませんので、昨年申請された人も改めて申請してください。なお、支給は口座振込です。必ず銀行預金通帳を持参してください。10月中旬に申請すると、12月20日に手当が振り込まれます。
【支給の対象者】今年10月1日現在で、引き続き市内に1年以上住み、次のいずれかに該当する20歳以上の人
①身体障害者手帳の1級か、

国民年金 保険料を納められないときは免除申請の手続きを

国民年金では、所得が少ないうちや、病気がけが・失業等のために保険料を納められないときに、保険料の納付を免除する制度があります。免除を希望される方は、早めに申請手続きを行ってください。
免除が認められますと、(1)免除期間分の保険料は、10年前までさかのぼって納めることができます。(2)あとで納めることができなくても、免除期間分については、納めたときの3分の1の老齢基礎年金が受けられます。(3)もしものときには、障害基礎年金等を受けるために必要な資格期間に算入されます。
*申請の際に必要なもの
①国民年金保険料納入通知書
②印鑑(認め印で可)
③学生証(写しで可)または在学証明書
④親元が市外の人は、親の源泉徴収票または確定申告書の写し

市社協相談

◇毎日13時～17時(休日は除く)
◇電話相談や面接相談(生活・福祉など)を行っていただきます
◇電話での相談は 3700
◇相談場所はふれあい福祉センター(祇園之洲コミュニティセンター内)



国民年金課

80歳で自分の歯が20本以上残っている方いませんか?

厚生省は、80歳で20本の歯を残すことを目標に8020運動を進めています。しかしながら、年をとっていくととも歯の健康な方は少なくなっていくのが現状です。そこで、11月に行われる「市民のための歯科健康講座」では、実際に80歳以上で20本以上ご自分の歯が残っている方を表彰することになりました。該当する方がございましたら、最寄りの歯科医院か歯科健康講座実行委員会(市歯科医師会内 20574)までご連絡ください。自薦・他薦は問いません。

新1年生の健康診断手続きはお早めに!

☆ 教育委員会では、来春小学校に入学するお子さんのいるご家庭に就学時健康診断通知書を郵送します。
昭和63年4月2日～平成元年4月1日生まれのお子さん
☆ 保護者の方は、この就学時健康診断通知書を指定された小学校へ期間内に提出し、就学時健康診断についての説明を受けてください。
★ 就学時健康診断通知書は10月下旬に郵送の予定ですが、通知書が届かない場合やご不明の点については、お問い合わせください。
◎ お問い合わせ 教育委員会保健体育課 21951



～山下保健所の1歳6カ月児健康診査会場で～

2歳になったら歯にフッ素を塗りましょう!

健康のひろば

問い合わせ

- 中央保健所 ☎62321
〒890 鴨池2丁目25-1-11
- 山下保健所 ☎241111
〒892 山下町10-5 (市役所内)
- 谷山保健センター ☎62315
〒891-01 谷山塩屋町71

休日と夜間の救急診療

- 休日の昼間
 - ◆医科(8科)…下記一覧表のとおり
 - ◆歯科…口腔保健センター
午前10時～午後3時
(縣国13-15県歯科医師会館内 ☎0378)
- 夜間
 - ◆夜間急病センター(内科・小児科)
(加治屋町3-10市医師会館内 ☎1499)
▷平日…午後7時～翌朝7時
▷休日…午後6時～翌朝7時
 - ◆全夜間輪番在宅医(外科系・産婦人科)
▷毎日…午後6時～翌朝8時
電話案内…☎1499・☎2323～5
 - ◆市内歯科診療所の輪番制
▷毎日…午後6時～午後11時
電話案内…☎0574
 - ◆夜間救急薬局
(加治屋町3-8市医師会館近く ☎8180)
▷毎日…午後6時～翌朝7時
※処方せんによる調剤が主で、一般薬の販売はしていません。

10月1日から

予防接種法、結核予防法が一部改正

主な改正の内容

◇予防接種の対象となる疾病から痘そう、コレラ、インフルエンザおよびウイルス病が外され、新たに破傷風が加えられることになりました。◇予防接種とツベルクリン反応検査については、「受けなければならぬ」という義務から「受けるよう努めなければならぬ」という努力義務に改められました。

◇予防接種により健康被害を受けた場合の救済策の充実を図ることが条文化されました。

インフルエンザは予防接種法の対象疾病から外されました

これは、感染後の症状悪化を防ぐ効果は認められるものの、予防効果が不十分なことや流行するウイルスが変りやすいことからです。

毎年10月～12月に保育園・幼稚園・学校・保健所で行っていた、

老後・節目・やすらぎ健康診査

次の年齢の方々を対象に行っている健康診断です。受診対象者には、診査記録票をお送りしてあります。

老後健康診査	61歳以上
節目健康診査	40、45、50、55、60歳
やすらぎ健康診査	41歳(男)、32歳(女)

※平成6年12月31日時点の年齢
 高血圧症や心臓病・糖尿病・肝臓病などで現在治療中の人は原則として除きます。

この検診は、都合のいい時にかけつけの医療機関で受診でき、診査結果についても直接医師から説明を受けられます。

ふれあい健康展

- ～地域の健康づくり達人がおくるメッセージ～
- 日時 10月21日 10時～15時
 - 場所 中央保健所
 - ★展示コーナー
 - 健康教室活動紹介
 - 作品展示
 - 栄養相談
 - 味噌汁塩分濃度測定
 - うす味の味噌汁試飲
 - 家庭看護健康づくり達人
 - ★学習発表コーナー
 - いきいき体操
 - 太極拳
 - 社交ダンス
 - 健康映画上映
 - ★講演 『風の色が見えた』
 - ★講師 鹿児島大学医学部
リハビリテーション科
助教授 川平 和美氏
 - 入場は無料でどなたでも参加できます。問い合わせは、中央保健所健康指導係へ

受診料は無料ですが、診査記録票の項目以外の検査・投薬・注射については、自己負担です。診査記録票の送付があり、受けていない方は、受診されることをおすすめします。

※問い合わせ、中央保健所検診係へ

早期発見・早期治療

がん集団検診

子宮がん検診 ◇対象は30歳以上の市民 ◇受付時間は13時30分 ◇検診料はけい部400円、けい部・体部800円

乳がん検診 ◇対象は30歳以上の市民 ◇受付時間は9時と13時30分 ◇検診料は3000円

※申し込みは、はがきに受診日、会場、検診の種類、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、受診日の一週間前までに中央保健所検診係へ。

☆子宮がん検診、乳がん検診は市内の医療機関でも実施しています。

月日	曜日	がん検診会場
10月24日	月	子武小学校
10月25日	火	子福平小学校
10月26日	水	子東部農協
10月27日	木	子荒田小学校
10月28日	金	子和田小学校
10月29日	土	子田上小学校
10月30日	日	子武岡小学校
10月31日	月	子谷山市民会館

思春期教室

思春期は、心身両面で急激に変化する時期です。親は子どもの心と体の発達についてよく理解し、適切なアドバイスを与える必要があります。

◇対象は小学生・中学生の子どものいる親、思春期に関心のある人 ◇日時は11月1日、8日、15日の13時15分～16時の3回コース ◇場所は中央保健所

◇内容は思春期における心と体、家庭における性教育、食事、相談など ◇受講料：無料(ただし、テキスト代1000円は実費負担)

※申し込みは、電話で中央保健所歯科母子係へ。締め切りは10月28日です。

日曜・祝日 平日15時～翌日8時

ガソリンスタンド

当番店 問い合わせ ☎672822

県石油 商業組合

休日在宅医さん

診療時間：午前9時～午後6時
 *都合により、休日在宅医が変わることがありますのでご了承ください。
 電話案内 ☎1499・☎2323～5

10月9日(日)

内科
 高田病院(堀江町) 26 4325
 豊平内科クリニック(西田二丁目) 50 6000
 鮫島内科小児科(高麗町) 53 1022
 笹平内科医院(小松原一丁目) 67 1800
 小児科
 井上小児科医院(下福元町) 62 3811
 外科
 富岡胃腸科外科病院(宇宿一丁目) 56 0393
 上片平外科(伊敷町) 29 1101
 整形外科
 大山整形外科(小松原一丁目) 69 6208
 皮膚・泌尿器科
 富山皮膚泌尿器科医院(上荒田町) 51 5500
 産婦人科
 伊敷レディースクリニック(鴨池二丁目) 50 0341
 眼科
 総合病院鹿児島生協病院(下福元町) 67 1455
 耳鼻科
 朝隈耳鼻咽喉科医院(千日町) 22 1871

10月10日(月) 体育の日

内科
 めぐみクリニック(西千石町) 25 7787
 矢野医院(西陵三丁目) 82 2461
 高山内科医院(都元三丁目) 51 3275
 坂之上病院(下福元町) 61 6602
 小児科
 深水小児科医院(下伊敷町) 20 0555
 外科
 鮫島病院(加治屋町) 24 2277
 入来クリニック(中山町) 60 1511
 整形外科
 整形外科米盛病院(草牟田二丁目) 26 3232
 皮膚・泌尿器科
 下荒磯医院(下荒田二丁目) 54 8663
 産婦人科
 産科婦人科のほり病院(荒田一丁目) 56 1313
 眼科
 今村眼科医院(上福元町) 68 2347

耳鼻科
 黒木耳鼻咽喉科(真砂町) 52 8292

10月16日(日)

内科
 金生内科(中町) 26 6262
 しもたたら内科・消化器科(西田二丁目) 50 0555
 青勝山病院(真砂町) 57 1010
 最勝寺内科(星ヶ峯二丁目) 64 5900
 小児科
 小藤小児科(武二丁目) 55 7722
 外科
 天辰病院(桜ヶ丘四丁目) 65 3151
 徳田・馬場クリニック(伊敷町) 20 5845
 整形外科
 児玉整形外科病院(上福元町) 68 3001
 皮膚科
 四本皮膚科クリニック(中央町) 54 0217
 産婦人科
 産科婦人科愛育病院(小松原一丁目) 68 0311
 眼科
 山眼科医院(宇宿一丁目) 55 6493
 耳鼻科
 天辰病院(桜ヶ丘四丁目) 65 3151

10月23日(日)

内科
 米倉内科小児科医院(緑ヶ丘町) 43 0095
 内科沖野病院(西千石町) 23 3238
 野井倉内科クリニック(紫原四丁目) 56 3511
 稲森幸浩内科医院(上福元町) 68 2550
 小児科
 西小児科医院(下荒田一丁目) 54 3797
 外科
 有馬胃腸科外科(与次郎一丁目) 51 6336
 松窪外科(小松原二丁目) 67 0311
 整形外科
 整形外科田平病院(加治屋町) 24 6903
 泌尿器科
 下稲葉病院(山之口町) 26 2322
 産婦人科
 奥田産婦人科(鴨池二丁目) 54 5338
 眼科
 眼井後眼科(山下町) 27 3000
 耳鼻科
 山本耳鼻咽喉科(小松原二丁目) 68 5115

10月30日(日)

内科
 八反丸病院(下竜尾町) 22 3111

肥後内科(中央町) 54 1011
 ますみクリニック(明和一丁目) 82 1586
 岩元医院(桜ヶ丘三丁目) 65 1155
 小児科
 荒田小児科医院(吉野町) 44 3620
 外科
 八反丸病院(下竜尾町) 22 3111
 平林脳神経外科(上福元町) 67 2121
 整形外科
 増田整形外科(郡元一丁目) 57 8100
 皮膚・泌尿器科
 福岡医院(易居町) 25 4655
 産婦人科
 竹田産婦人科(山之口町) 22 0161
 眼科
 藤原眼科クリニック(草牟田二丁目) 23 8762
 耳鼻科
 耳鼻咽喉科田上クリニック(田上一丁目) 58 4133

11月3日(木) 文化の日

内科
 内科小児科ノゾリ医院(呉服町) 26 0077
 東條病院(下荒田二丁目) 53 9800
 内科小児科いちき医院(紫原五丁目) 58 0441
 中尾内科医院(皇徳寺三丁目) 64 5959
 小児科
 川畑医院(大明丘二丁目) 43 0172
 外科
 小田原病院(山之口町) 23 7531
 坂元外科胃腸科(鴨池一丁目) 57 3200
 整形外科

内村整形外科(照国町) 26 1220
 皮膚・泌尿器科
 皮膚科泌尿器科亀甲医院(平之町) 24 0739
 産婦人科
 産婦人科麻酔科堂クリニック(下伊敷町) 27 0303
 眼科
 神眼科医院(東千石町) 22 6684
 耳鼻科
 前山耳鼻咽喉科(上福元町) 60 3387

11月6日(日)

内科
 上村内科医院(千日町) 24 0591
 村山内科医院(城西二丁目) 52 8253
 岡崎医院(紫原一丁目) 54 4272
 内科中原病院(小松原一丁目) 67 5311
 小児科
 小児科吉井医院(紫原二丁目) 51 9721
 外科
 川島病院(上福元町) 68 2252
 大山外科胃腸科(下荒田一丁目) 53 6900
 整形外科
 入部整形外科医院(和田町) 69 3123
 皮膚科
 田中ひふ科医院(東谷山四丁目) 69 1345
 産婦人科
 平山クリニック(上福元町) 68 3361
 眼科
 天文館ビル眼科クリニック(東千石町) 26 4686
 耳鼻科
 大堀耳鼻咽喉科(大明丘三丁目) 43 8389

子ども情報局

朝ごはん食べてる?

スポーツの秋、みんな元気にグラウンドを走り回っているかな。運動した後はおなかがすくけど、みんな好き好きに食べてる?

さて、今月の情報局では、体をつくり、力をつける食事に気をつけたいことをまとめてみました。

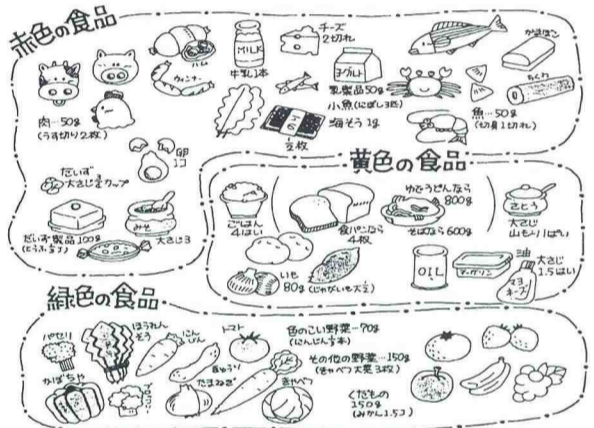
【一日のスタートは朝ごはんから】
朝ごはんをきちんと毎日食べましょう。食べないと体が大きくならないし、考える力もわいてきません。そして、経験あるかもしれないけど、おなかがすいて授業に集中できないよ。

【小魚や海そうを食べよう】
小魚や海そうにはカルシウムがいっぱい。カルシウムの働きは骨や歯を

じょうぶにします。そして、イライラをしずめます。おこりんぼうの君はもしかしたらカルシウム不足かも?

【好ききらいをなくそう】
クレヨンしんちゃんにはピーマンがきらいだけどみんなはどうですか。お魚はちよつととか、にんじんはにがてという人が多いみたいだけど、レバーは鉄分が多くひんげつをふせぐし、野菜にはビタミンが多く、体のちようしを整えるんだよ。それぞれの食べ物には、だいな栄養素が含まれているから、残さずがんばって食べようね。

なにより、お母さんが作る料理や給食は感謝して食べようね。みんな君たちのことを考えて料理してるんだから。



◎一日に食べる量のめやす(小学生)

～器と文様の出会い～

宮之原 謙 展 =好評開催中=

10月30日(日)まで

場所:企画展示室
観覧料:常設展と共通

鹿児島市出身の陶芸家、宮之原 謙。右の写真は作者の絶作の一つで、1日10時間、3カ月制作に没頭した作品です。ご自身の力作をどうぞご覧ください。



「象嵌磁泰山木大皿」1976年

【日曜美術講座受講生募集】

講座名…「風景画」油彩(水彩も可)
講師…野間 隆氏(東光会会員)
日時…10月23日(日) 10:00~16:00
定員…25人(定員を超えたら抽選)
受講料…無料(保険料として20円必要)
申し込み…往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて市立美術館に
10月16日までに郵送。(必着)

郵送先…〒892 城山町4-36 市立美術館日曜美術講座係 ☎43400

市立美術館 ガイド



集れば 楽しい バドミントンサークル クリアー

昭和五十五年に発足した伊敷公民館の自主グループ。会員はうら若き主婦二十三人。毎週火曜日は鹿児島アリーナなどで、そして木曜日は公民館の体育館で午後一時三十分から三十分までさわやかな汗を流す。

体育館にはシャトルを打つ音とキュツ、キュツというシューズのきびきびした音が交錯する。『クリアー』は家庭婦人大会Aクラスで優勝するベアーもいる実力派サークル。勝負は二の次と言いながらも懸命に練習に励む。でも、ひとたびラケットを置くと、よもやま話に花が咲く。

「主人の頭はたたけないけど、シャトルは思い切りたたけていいわ」と冗談も。本当に楽しそう。『バドミントン』は瞬発力が大事、でも、七十歳になっても、一緒に続けていきたいわ」と松沢さんは語る。シャトルを追い、しなる体、そしてスマッシュ。皆、はつらつとコートに舞う。

春から伸びた新芽が充実し、がっちり育った株には、日中二十度前後の温度で、日長時間(昼の長さ)十二時間三十分以下の状態をつくります。※夜は電灯の光を避ける。そして、これから開花期までは、ベランダなど明るい日陰に置いて、光合成をなるべく活発にさせ、多くの同化養分がつけられるようにします。【上手な水やり】かん水量が多かったり、湿度の高い培養土に植えてあるものは、いつまでも栄養成長を続けて、花芽着生が悪くなるので、水やりは控え気味にし、根からの窒素分の吸収をおさえて、花芽が着きやすい環境にします。ただし、強い乾燥状態は逆に花芽着生が悪くなるので要注意です。十月下旬から十一月上旬にかけて、つぼみが見えてきたら水不足はつぼみの発達を阻害するので注意します。鉢土の表面が少し乾いてきたら十分に水を与えます。



園芸 あれこれ 市花と緑の相談員 瀬戸 正徳

シャコバサボテン
花芽をつけるコツ

紫紅色の花をつけるシャコバサボテンはサボテン科の多肉植物で、秋は花芽をつくり開花を楽しむ季節です。【花芽をつけるには】

大山 サチさん



だいすきかごしま マイタウン

原良町

私は生まれも育ちも原良町です。江戸っ子ではありませんが代々ずっと原良町ですから生粋の原良っ子と言ったところでしようか。そんな私が最近、感じるのは、もう他の場所では暮らせないなあということですね。それほど原良はいい所です。

市の中心地には近いし、バス路線も多くたいへん便利です。いい人達が多く、自然も豊かです。近くの山のハゼの紅葉や春先の新緑などが目を楽しませてくれます。

よく小さいころを思い出しますが、昔は、ここはほとんど田んぼと畑で静かな農村地帯でした。今のバス通りの本通り沿いにはキンチク竹が植えられ、その横には原良川が流れていま



した。よく、腰を作ったようにやうなものをとるものでした。夏にはその通りにバンコ(すずみ台)を出して、近所の人と夕涼みを楽しみました。ホテルやオシヨロアサボーイ(赤トンボ)もたくさんありましたよ。

原良に限ったことではないかも知れませんが、昭和の間に町は都市化が進み、便利になりました。反面、車の量が増え、通りを歩くにも肩身のせまい思いをしています。

ところで、かごしまバス停先から左に折れると、明治維新に活躍した薩摩藩家老、小松帯刀の屋敷跡があります。坂本龍馬も宿泊した所です。この小径を龍馬も歩いたかと思うと感に堪えません。訪ねてみませんか。

編集後記

◆澄みわたった青空の下、あちこちから子ども達の歓声が聞こえてくる運動会シーズン。順位はどうであれ我が子のたくましさや改めて感じるお父さん、お母さんも多いのでは◆ところで体格はいいが、体力は今一歩といわれる今の子ども達。そして驚いたことに肥満、高脂血症、糖尿病と大人顔負けの疾病を持った子ども達が増えつつある現実◆生活環境や生活様式の急激な変化が影響を与えているとはいえ、運動不足が大きな原因。時には思いっきり野山をあばれ回るような機会も必要では。