

熱く盛り上がり！燃ゆる感動 かごしま国体・かごしま大会

第75回国民体育大会

第20回全国障害者スポーツ大会

かごしま国体
正式競技

柔道



- 2人の選手が畳の上で互いに組み合い、投げ技(手技・腰技など)と固め技(抑込技・絞技・関節技)を用いて勝敗を競います
- 技の決まり方により、「一本」「技あり」などといったポイントが与えられ、「一本」を取るとその時点で勝利

- トーナメント方式による団体戦が行われます。チームは体重別に男子・女子とも5人の選手によって編成します

- 1試合は4分間で、大将戦まで緊迫した技の攻守が続く、団体戦ならではの緊張感が試合をさらに盛り上げます



“柔よく剛を制す”磨き上げられた技に注目



鹿児島情報高等学校2年
田中 航大さん

柔道は、体の大きさや力だけでなく、テクニックや速さも重要で、小さい選手が大きい選手を倒すこともできる競技です。背負い投げや内股など、相手を宙に浮かせる投げ技は格好良いですが、たくさんの練習で磨き上げた固め技も見どころです。

投げるときの声掛けや攻めどきの声援は自分の力になるのはもちろん、相手へのプレッシャーにもなります。ぜひ応援に来てください！

らぶらぶーからのお知らせ

市実行委員会SNSで、人気モデルのねおちゃんとコラボ企画を展開中！すてきな景品がもらえる抽選もあるよ！詳しくは同実行委員会SNS・ホームページへ！



【国体総務課☎808-2478FAX808-0083】



「サイコーの日」
3月1日8時30分スタート！
鹿児島マラソン2020

今月は、鹿児島マラソンオフィシャルアドバイザーの千葉真子さん(元マラソン選手)にインタビューしました。

大会までのラスト1週間は体を休める時期。それまでは毎日5km走るよりも、ゆっくりでいいので、できるだけ長い距離を週に1、2回走ることが効果的です。みなさん頑張ってください！

市民マラソン大会は「走るお祭り」。走る人はもちろん、ゲストのトークショーや後夜祭など、応援する人や支える人も楽しめる、気軽に遊びに行けるお祭りなので、ぜひ応援に来てくださいね。(大会情報は4面、インタビューの詳細はInstagram「かごしまファン」でチェックを)

〈編集・発行〉
〒892-8677山下町11-1鹿児島市広報課☎216-1133FAX216-1134

- 今月号は主に2月10日～3月9日の情報を掲載しています
- 毎月1日～6日に市内の全世帯に配布しています

〈問い合わせ〉

- 鹿児島市役所☎224-1111(代表)、所在地〒892-8677山下町11-1
- サンサンコールかごしま(年中無休8時～21時)☎808-3333FAX808-2525
- 配布・・・南日本リビング新聞社☎239-8124
- 点字版・音声(テープ・CD)版の希望は広報課へ
- 広報紙の紙面作りに対する意見・要望はメールや送信フォーム(右記2次元コード)からkouhou@city.kagoshima.lg.jp



送信フォーム

令和2年1月1日現在推計人口・世帯数 ()は前月比

人口 595,049人(-112) 世帯数 276,524世帯(-76)

プレゼントクイズ

Q. 毎年、鹿児島マラソンを盛り上げる「チェスト!応援隊」。今年はチアダンスやよさこい、応援団など〇団体が参加します。



提供：坂元のくろず 坂元醸造株式会社

提供：薩摩酒造株式会社

※デザインは2020年版に変わります。 ※応募は20歳以上

今月号を読んで〇に入る数字をご回答ください。正解者の中から抽選で、以下の鹿児島マラソンオリジナル賞品をプレゼントします！

- ①オリジナルラベル焼酎900ml 6人
- ②オリジナルラベル黒酢ドリンク270ml(2本セット) 6人

◇対象 市内に住む人(1人1通)

◇申し込み はがきか市ホームページの申し込みフォームで、クイズの答え、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望の商品、広報紙への感想などを〒892-8677山下町11-1広報課へ

◇申込期限 2月15日(消印有効)

◇当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます



スマートフォン専用

1月号のプレゼントクイズの答えは「あつくわくかごしま」でした

田中矯正歯科

鹿児島中央駅から徒歩1分の矯正歯科医院
歯並び無料相談実施中

日本矯正歯科学会認定医・指導医 理事長 田中 翼
日本矯正歯科学会認定医 院長 窪田 健司

歯の裏側矯正治療で大人も子供も見えない・抜かない矯正
見えない・抜かない矯正
見えない・抜かない矯正
見えない・抜かない矯正

【口腔がん】検診行っております

お電話での予約はこちら
TEL.099-257-9052
平日は19時まで診療(水・木休診)
土・日・祝日も診療しています
URL <http://hayanokai.com/>
〒890-0053 鹿児島市中央町21-14
駐車場(6台)あり ※鹿児島も含め鹿児島県内全域から多数の患者様にお越し頂いております

鹿児島中央駅
鹿児島 田中矯正歯科 アミュプラザプレミアム館
鹿児島 田中矯正歯科 アミュプラザプレミアム館
+100m先ベル通り
●アエールプラザ 立体駐車場
●田中矯正歯科

モバイルからのご予約はこちら
※携帯電話用QRコードを添付していただきます。



第26回 リフォーム・塗装の無料セミナー開催!!

最大30万円ポイント獲得のチャンス! 塗り替え勉強会

次世代住宅ポイント制度では一定の条件を満たしたリフォームをした方は、最大30万円分ものポイントを獲得でき、素敵な商品と交換できます。セミナーで詳しく勉強して、お得な情報をゲット!

お見積りのご相談や業者選びのコツ、塗り替えで失敗したくない!何でもお聞きください。一緒に勉強しましょう!!

長期優良住宅リフォーム補助金最大300万円!

鹿児島市のリフォーム補助金の他に、外壁・屋根・塗装・リフォームに対する国の補助金があるのをご存知ですか?

セールス等は一切ございません。安心してご参加ください!

お問合せ・お申込みはコチラ! / 0120-55-1152

3月 6日間(計12回)開催!

6日(金)、7日(土)
13日(金)、14日(土)
27日(金)、28日(土)

①午前の部 定員:15名 ②午後の部 定員:15名
10:00~12:00 13:30~15:30

日時と参加時間をお選びください!

山下小	● ザビエル公園	● 鹿島タクシ	会場】NCサブプラザビル3階
高尾山	● セントラルビル	● パーキング	NCサブプラザ
高尾山	● ローソン 鹿児島千石店	● いわさき	サンプラザ天文館 C-2会議室
高尾山	● ローソン 鹿児島千石店	● パーキング	鹿児島市東千石町2-30

※交通アクセス
鹿児島市東千石町(天文館駅)徒歩約3分
鹿児島市東千石町(天文館)バス停 徒歩約5分
お車でお越しの方は
88台収容の立体駐車場または近くにコインパーキングもございます。