

物語都市ひとよし

広報 ひとよし



主な内容
CONTENTS

- ・今、私たちにできること。
東北地方太平洋沖地震特集… P 2～5
- ・鉄道新時代の幕開け 九州新幹線全線開業 …… P 6
- ・2011 春のじゅぐりっと博覧会 …………… P 7

No.936
4.1
Apr/2011

被災地へー。

人吉総合病院DMATと人吉下球磨消防組合に被災地への出動要請があった。現地の様子を聞いた。

人吉下球磨消防署の隊員5人(第1次隊)は、消防庁長官からの出動指示を受け14日、資機材搬送車とタンク車で人吉を出発。玉名パーキングエリアで県内の各消防隊のメンバーと合流し陸路で被災地へと向かった。16日の夕方、現地に到着。翌17日から仙台市若林区のぬかるむ農地帯での捜索活動や仙台港の工場地火災の消火活動などを行った。

第1次隊の隊長を務めた伊高消防司令は「360度見回しても被災地。この状況がこの場所だけではないと思う」とたいへんな災害だと思つた。自分たちが車両で通るときに現地のお年寄りが頭を下げてくれる姿を見て隊員全員が胸を熱くした。もっと早く到着して一日でも多く活動したかった」と話した。県内の消防隊は第2次隊までが出動した。

人吉下球磨消防隊



写真提供=人吉下球磨消防組合

人吉総合病院DMAT



写真提供=人吉総合病院

人吉総合病院の「DMAT(災害派遣医療チーム)に県から出動の要請が来たのは、地震発生翌日の12日午前3時すぎ。同病院が編成するDMAT2チームはそれぞれ福岡県の航空自衛隊春日基地と仙台市の陸上自衛隊霞目駐屯地に派遣され、14日までに両チームとも人吉に帰ってきた。

し、被災地外に搬送することとが任務だった。現地に派遣された下川副院長は、現地の様子を「仙台は寒かった。駐屯地はヘリコプターが頻繁に離着陸する状態。余震も頻繁に起きていた」「初めての災害出動だったが、思うような活動はできなかった。現地の情報は錯綜していたため予定どおりの行動がとれなかった。寒さもあり被災者の方が心配」と話した。

DMATとは

「災害急性期に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた医療チーム」と定義。Disaster Medical Assistance Team(災害派遣医療チーム)の頭文字をとってDMAT(ディーマット)と呼ばれている。医師、看護師、業務調整員で構成され、大規模災害などの現場に、おおむね48時間以内に活動できる機動性を持った、専門的な訓練を受けた医療チームのこと。

INTERVIEW



人吉下球磨消防組合 中央消防署 東喜八 消防課長

地震が発生したらー。いつ発生するか分からない大地震。地震が起きたときにどうすればいいか。人吉下球磨消防組合中央消防署の東消防課長に話を聞いた。

地震が発生したときに何より重要なことは、自分の身を守ることです。机の下などに隠れて安全を確保してください。慌てて外に出たりするとガラスや屋根瓦が落ちて来て、大変危険です。安全が確認できたら台所の火を消し、電気のブレーカーを落としてください。これは火事などの二次災害を防ぐためです。

避難する際には、倒壊物や土砂災害から身を守り安全な場所を通って指定された避難場所へ避難してください。また、避難勧告などが発令されたら「我が家は大丈夫」という考えを捨てて避難してください。その際は行政の指示に従い速やかな行動のご協力をお願いします。

地震に限らず、災害はいつ起きるかわかりません。「もしも」のときに備えて普段から防災用品の備えや、避難場所の確認をするなどご家庭で災害に対する知識と備えを話し合っておくことが重要です。



写真提供=人吉下球磨消防組合

今、私たちにできること。 東北地方太平洋沖地震



写真提供=人吉下球磨消防組合

平成23年3月11日午後2時46分ごろ、三陸沖を震源に発生した東北地方太平洋沖地震。国内観測史上最大のマグニチュード(M)9.0の大地震による津波が東北地方の太平洋沿岸部を襲うなど、死者・行方不明者2万人以上(3月25日現在)という未曾有の事態になった。これを受けて人吉市でもさまざまな動きがあった。



人吉市の対応

国難とも言える事態に市も支援の方針を決定した。

- 被災地支援**
 - 3月14日に日赤共同募金の受け入れ窓口を市役所本庁舎ロビーに設置しました。募金箱は本庁舎のほか、別館、カルチャーパレス、市社会福祉協議会にも設置しています。
 - 物的支援については4月8日(金)まで勤労青少年ホームで次の3品を集めます。
 - ◎トイレトペーパー
 - ◎大人用紙おむつ
 - ◎大人用尿取りパッド
 - ※全て未使用・未開封で箱入りケースまたはビニール袋などで梱包されているもの。詳細は本紙24ページに掲載。
 - 水、食糧などについては、現時点で市民の方からの支援は受け付けていません。
 - また、人的支援については各機関からの復旧支援の要請に応じ、市職員を派遣できる体制をとっています。

- 被災された方の受け入れ**
 - 中長期に避難生活を余儀なくされる被災民の方々の受け入れと住宅を確保します。住宅については空いている市営住宅をはじめ、居住可能な民間・公的機関の寮、宿泊施設に協力要請します。また、不動産業団体へも協力をお願いいたしますので、ご家族や親戚、お知り合いの方など希望があればご連絡ください。
- 市民生活への影響**
 - 3月25日現在、市内関係者の被害などの情報は入っていません。また、被災地と取り引きがあり損失のあった事業者などの情報もありません。
 - 民間で実施されるイベントや祝賀会などは、時期的にはばかられるようなものでも内容を見直すなどして、できるだけ実施してほしいと思います。地域経済のためにもお願いします。その際には、義援金を募るなど被災地支援の機運を盛り上げていただきたいと思ひます。
- 問合せ**
 - 市地域生活課危機管理係 (022-2111-1111) 内線2111
- 観光イベントへの影響**
 - 3月中に開催予定をしていた市など行政が関与する観光イベントは、中止、延期または縮小しました。4月から始まる「じゅぶりつと博覧会」や「お城まつり」(4月30日・5月1日)については、被災地のチャリティーイベントを兼ねて開催することを決定しました。



始業前に募金活動をする一中生たち



集まった支援物資を運ぶ人吉青年会議所のメンバー(左)/九ちゃんフェスタのバザーで集まった売り上げを募金箱に入れる親子(中)/青井阿蘇神社の敷地内で即売会を開く人吉市ボランティア連絡協議会のメンバー(右上)/タクシーの運転席シートにつけられた募金箱(右下)

広がる想い—

地震発生の翌週、早くも市内の学校や団体などでは義援金や支援物資を集める動きが始まった。

早期の校舎で募金の呼びかけ

3月17日の午前7時30分すぎ。始業前の第一中学校の校舎入り口付近に生徒会メンバーたちの声が響く。「募金お願いします」。登校してきた生徒や部活の朝練習が終わった生徒が、次々とお小遣いなどから用意したお金を募金箱に入れていく。最初は小さかった呼びかけの声も次第に大きくなっていった。

生徒会でボランティア委員長を務める梶原聡子さんはひと際大きな声で呼びかけた。梶原さんは地震発生後、「2年前の先輩も、中国四川省の地震のとき活動を起こした。私にもできることがあるならやってみよう」と思い立ち、先生に相談。すぐさま生徒会メンバーが招集されみんなの賛同のもと募金活動が始まった。梶原さんは「災害がこれ以上広がらないでほしい」と話す。

神社での活動 届けられる野菜

3月15日から一週間、市内のボランティア団体で構成される人吉市ボランティア連絡協議会が、呼びかけた農家か

ベントを執行した。フリーマーケットに出品し売り上げを募金した女性は「震災が発生して世界各地から支援が来ている。自分にも何かできないかと一緒に出品した友達とも相談して募金した」と話した。

タクシーに募金箱 初めての試み

市内のタクシー会社「つばめタクシー」では3月14日から所有する普通車のタクシー27台全車に募金箱を設置。「ここまで大きい地震は初めて。少しでも力になれば」との思いから初めて行なったもの。「タクシーだと人吉球磨中を募金箱を持って回っているのと同じようなもの。少しでも多くの人の目にとまれば」とこのアイデアを思いついた北貴之営業主任は話す。運転手の話によると「地震の話の流れから、おつりをそのまま入れてくれる人もいます」という。

また、同社ではガソリンの供給不足を受け待機車両のエンジンストップにも取り組んでいる。「お客さんには車内が寒いと言われることもあるがご協力いただいている」と北主任。

ら寄付された米と小豆を買ってもらい代金を募金する活動を展開した。「人が集まる」ということで場所は青井阿蘇神社内に。新聞で活動を知った人たちから「自分たちも協力したい」と自分の畑で採れたキャベツやニンジンなどの野菜や米、手作りの小物などが寄付された品が並べられた。

馬場佳代子会長は「場所を提供してくれた青井阿蘇神社や、野菜や品物を持ち込んでくれたみなさんなど協力してくれる人が多くありがたかった。若い男性の募金も多く、日本の将来も安心だと感じたと喜ぶ。

イベント決行 売り上げを募金

3月17日・18日に九日町の子育て支援団体九ちゃんクラブが開催したイベント「九ちゃんフェスタ」。お母さんの手作りの小物などを集めたフリーマーケットなど多くの親子でにぎわった。「日増しに厳しい状況になる被災地の様子を見て一時は中止を検討した」とスタッフの井手さんは話す。しかし、お母さんたちから「売り上げを義援金として役立ててほしい」との声があがりイ

日本は一つ 全部つながっている

人吉青年会議所は19日・20日の両日、支援物資の募集を行なった。全国の青年会議所ごとに集める物資を振り分け、人吉市では米、水、ミルクや紙おむつなどの乳幼児用品を割り当てられた。

午前9時の受付開始から支援物資の持ち込みが始まり、500ミリのペットボトル24本が入ったダンボール100箱などの大型寄付や、中原小学校4年生の寄せ書きが書かれたお米など多くの善意が持ち込まれた。

深野誠二理事長は「被災した人たちも協力し合って生活している。こんなにたくさん物資が集められてありがたい。日本は一つ。全部がつながっているんだと感じた」と集まった物資を前に話した。

今私たちにできること

紹介した活動はほんのひと握り。まだまだ想いは広がっている。募金活動をする一中生たちの横に貼ってある紙にはこう書いてあった。「惨状を見て嘆くより、今僕らにできることを考えよう」。

INTERVIEW



人吉市社会福祉協議会 速永同志子事務局長

東 北関東大震災で被災された方々に心からお見舞いを申し上げます。被災された方々が一日も早く日常生活に戻ることができるよう、今私たちにできることは義援金を集めることです。現在、市社会福祉協議会では日赤事務局として義援金の受付を行っています。お寄せ頂いた義援金は日本赤十字社を通じて被災者へ確実に届けます。

なお、現地でのボランティア活動については、被災地によっては受け入れ体制が整っていないところもありますので、熊本県ボランティアセンターのホームページなどで最新情報を確認してから行動してください。今回の災害は決して遠い所で起きていることではありません。市社会福祉協議会としても災害時に備え、災害ボランティアセンターの設置訓練をはじめ、ボランティアの登録や研修などに積極的に取り組んでまいります。



中原小4年生の寄せ書きが書かれた米袋(左)/活動を知って寄付された野菜(中)/市役所本庁舎ロビーの募金箱に募金する市民(右)

2011春のじゅぐりっと博覧会

石野公園 ミニ動物園

＊ 4月29日(金)～5月8日(日)
＊ 石野公園
新幹線とSL人吉にちなんで、うさぎの「さくら」と亀の「ハチロク」と触れ合うミニ動物園を開園。

石野公園こどもまつり

＊ 5月4日(水)・5日(木)
＊ 石野公園
こいのぼりがいっぱいの石野公園。景品が当たるゲーム大会や、期間限定の工芸体験メニューもあります。

じゅぐりっとバンドフェスタ

2011春
＊ 5月22日(日)
＊ カルチャーパレス
市内外で活躍するアマチュア音楽グループのステージ。楽器に触ったり、来場者全員で歌うコーナーもあります。
開演 12:00～※入場無料

くま川軽トラックさんぽ市

＊ 4月17日(日)・5月15日(日)
＊ 九日町
朝採れ新鮮野菜や果物など多数出店。さまざまなB級グルメの出店もあります。

第2回ひとよし歌謡祭&八代亜紀オンステージ

＊ 5月20日(金)
＊ カルチャーパレス
特別ゲストに八代亜紀さん、司会に原武博之さんを迎え、市内の演歌愛好家の演歌まつりを開催。開演 18:30～※有料

影絵&マジック&音楽でひととき

＊ 5月22日(日)
＊ 九日町瀬原観音院
まつぼっくり劇場の影絵パフォーマンスや、人吉出身の「KiLa」などのマジックショー、石塚まみミニライブを開催。
1部= 17:30～(マジック&影絵) 2部= 19:30～(音楽&マジック) ※有料

＊ステージ＊ ＊イベント＊

日本百名城人吉お城まつり

＊ 4月30日(土)・5月1日(日)
＊ ふるさと歴史の広場、九日町通り一帯
甲冑武者や鉦叩き少年隊など、約200人の武者行列が市内を練り歩きます。郷土芸能や太鼓などのステージ、流鏝馬の披露もあります。

第5回じゅぐりっと野外コンサート

＊ 5月21日(土)
＊ 中川原公園
※雨天時=人吉一中体育館
幻想的な灯りに彩られた中川原公園で、一流ミュージシャンの演奏をお楽しみください。
出演=吉川よしひろ、続木カ、石塚まみ、森と川と花の合唱団
開演 19:00～※有料(中学生以下無料)

＊体験＊

大鯉のぼりの泳ぐ通り

＊ 4月1日(金)～5月31日(火)
＊ 鍛冶屋町通り
50年前の大鯉のぼりや「一寸法師」「桃太郎」の紙芝居展示など、昭和30年代のレトロな雰囲気が楽しめます。

「人吉歴史廻廊」

人吉まちかど資料館
＊ 4月1日(金)～5月31日(火)
＊ 市内一円
青井阿蘇神社など9会場を「西郷どんの散歩道」、人吉城跡周辺を「相良殿さんの散歩道」として、本市の歴史・文化などを歩いて・見て体験できます。

人吉城下町体験

タウンツーリズム
＊ 4月15日(金)～5月31日(火)
＊ 一期屋(新町)
球磨焼酎のデコラベル製作や焼酎飲み比べ体験ができます。
＊ 養毛鍛冶屋(下薩摩瀬町)
プロの仕事場で包丁づくり体験ができます。
＊ 立山商店(鍛冶屋町)
人吉球磨茶のマイペットボトルづくり体験や、戦国時代にポルトガルから伝わり、人吉だけに残ったウンスカルタが体験できます。

＊参加＊

人吉・球磨かっぱモバイルラリー

＊ 3月1日(火)～5月31日(火)
＊ 人吉球磨地域一帯
かっぱ伝説が残る人吉球磨。参加店にあるポスターのQRコードを読み込み、ポイントを貯めて応募すると、抽選で豪華商品が!

球磨焼酎 春の陣

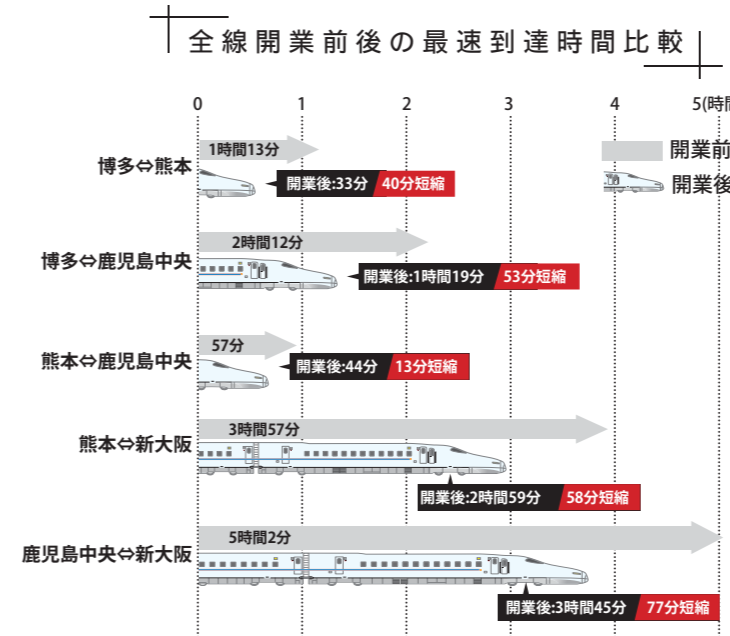
＊ 5月9日(月)～21日(土)
＊ 人吉社交飲食業組合加盟店
35の加盟店が焼酎の楽しみ方を紹介。プレゼント贈呈や球磨焼酎が当たる抽選券も配布。

SL人吉お出迎え・お見送り

＊ 期間中のSL人吉運行日
＊ 人吉駅周辺
みんなで手を振ってお出迎え・お見送りしましょう。マスコットキャラクター「ヒットくん」も登場。日曜日には時代劇衣装の侍やフラダンスのおもてなし隊も。

～鉄道新時代の幕開け～

九州新幹線全線開業。



3月12日、九州新幹線鹿児島ルートが全線開業しました。平成16年3月に新八代駅～鹿児島中央駅が部分開業してから7年、待望の全線開業です。山陽新幹線との相互直通運転が実現したことで、熊本駅～新大阪駅が最短2時間59分になったほか、九州内の移動所要時間も

も大幅に短縮されています。本市と新八代駅を結ぶ新たな高速バス「B&Sみやざき」も運行され、新幹線との併用により博多駅から約1時間30分で本市に到着できるようになりました。



高速バス「B&Sみやざき」時刻表

下り				上り			
九州新幹線(博多駅→新八代駅)		高速バス「B&Sみやざき」		高速バス「B&Sみやざき」		九州新幹線(新八代駅→博多駅)	
博多駅発	新八代駅着	新八代駅発	人吉IC着	人吉IC発	新八代駅着	新八代駅発	博多駅着
6:45	7:39	7:46	8:21	6:54	7:34	7:54	8:45
7:51	8:45	8:52	9:27	7:49	8:29	8:49	9:40
8:55	9:47	9:54	10:29	8:40	9:20	9:40	10:32
9:49	10:40	10:47	11:22	9:40	10:20	10:40	11:32
11:04	11:55	12:02	12:37	10:40	11:20	11:40	12:32
12:09	13:00	13:07	13:42	11:40	12:20	12:40	13:32
13:09	14:00	14:07	14:42	12:44	13:24	13:44	14:36
14:09	15:00	15:07	15:42	13:44	14:24	14:44	15:36
15:09	16:00	16:07	16:42	14:44	15:24	15:44	16:36
16:09	17:00	17:07	17:42	15:44	16:24	16:44	17:36
17:09	18:00	18:07	18:42	16:40	17:20	17:40	18:33
18:09	19:00	19:07	19:42	17:58	18:38	18:58	19:51
19:11	20:02	20:09	20:44	19:02	19:42	20:02	20:54
20:04	20:55	21:02	21:37	19:51	20:31	20:51	21:44
21:09	22:00	22:07	22:42	20:32	21:12	21:32	22:36
21:52	22:55	23:02	23:37	22:01	22:41	23:01	23:55

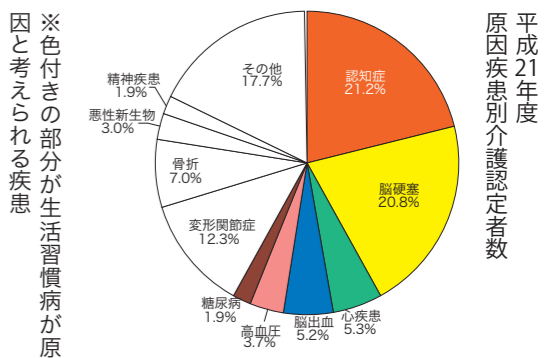
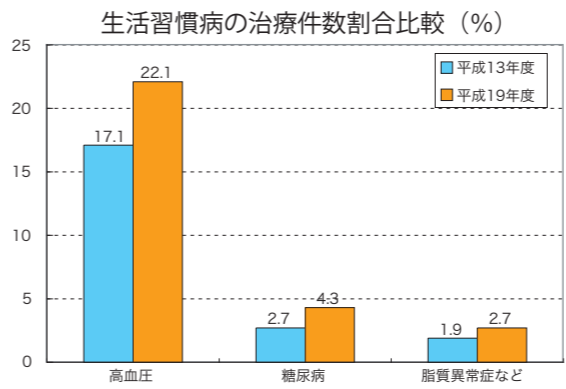
料金 高速バス「B&Sみやざき」=人吉IC～新八代駅 片道1,350円(子どもは半額)
新幹線+「B&Sみやざき」の2枚きっぷ=人吉IC～福岡市内 10,000円(子どもは半額)
問合せ JR九州人吉駅(☎22-4011)

市では、急速な高齢化や、ライフスタイルの変化に伴い増加している糖尿病などの生活習慣病や、がん、こころの健康問題などに対応するため「人吉市健康増進計画・食育推進計画」を新たに策定しました。

この計画の期間は平成23年から25年までで、生涯を通じた健康づくりのため、生活習慣病予防に重点をおき、「食育」の視点を取り入れていきます。

計画策定の背景

本市でも高血圧や糖尿病など生活習慣病の方は増加しています。生活習慣病が進んだ



※色付きの部分が生活習慣病が原因と考えられる疾患

ことで人工透析を必要とする方の割合は県下でも高い水準にあります。また、介護が必要な方のうち生活習慣病が原因と考えられる方の割合は平成21年度で50%を超えています。このような状況の中で生活習慣を振り返る機会になる健診の受診率はまだまだ低い状況にあります。予防を重視した健康づくりの取り組みが必要とされています。

5つの基本目標

予防を重視した健康づくりのため、5つの基本目標を立て、取り組みを進めていきます。

①子どもの頃から適切な生活習慣の定着

助け合いの子育て！あなたも仲間に入りませんか？

会員募集中！ ファミリーサポートセンターひとよし

ファミリーサポートセンターとは、子育ての助けが必要な方（依頼会員）と助けたい方（協力会員）が会員になって、地域で子育ての相互支援を行う組織です。

「会員登録（無料）」が必要ですが

依頼会員：育児の助けが必要な方

市内に在住または勤務している方で、原則として、生後6カ月から小学6年生のお子さんをお持ちの方
協力会員：育児の手助けをしたい方

市内に在住し、自宅で子どもを預かることができる方で、心身ともに健康で子どもが好きな方
両方会員

協力会員、依頼会員の両方に登録できる方
※協力会員と両方会員は、登録のとき基礎講座を受講していただきます。

育児助け合いの内容
○保育施設までの送迎○保育施設の開始時までや終了後の子どもの預かり○学校の放課

ファミサポの仕組み

料金 (1時間につき)	平日 午前7時～午後8時	左記以外
1人目	600円	700円
2人目以降	300円	350円

利用時間 午前6時～午後10時
※料金は依頼会員が協力会員に直接支払います。送迎や食事を伴う場合は、別途料金が必要です。

後や学童保育終了後の子どもの預かり○冠婚葬祭や兄弟姉妹の学校行事の際の預かり
※これ以外でも気軽にご相談ください。
※病児・病後児の預かりや宿泊を伴う預かりはできません。

※万一の事故に備えて、保険はファミリーサポートセンターが負担します。
問合せ ファミリーサポートセンターひとよし (☎24) 9192・市社会福祉協議会内)

人吉市健康増進計画・食育推進計画を策定 「みんな健康 笑顔のまち ひとよし」

子どもの頃から基本的な生活のリズムを身につけ、食事や睡眠時間などが適切に取れ、改善していくための支援を推進します。また、食生活、たばこ、歯などさまざまな領域において生活習慣の定着を図るなど、生活習慣病の予防を推進します。【乳幼児健康診査、育児相談、育児学級、健康教育】

②生活習慣病の発症予防および重症化・合併症の予防
メタボリックシンドロームに着目し、早い時期から特定健康診査や特定保健指導を受けられる体制の整備と充実に努めます。特に高血圧・糖尿病を中心とした生活改善と重症化・合併症の予防を推進します。【特定健診・特定保健指導、健康教室、医療機関との連携】

③がん予防および早期発見・早期治療
がん予防や検診の必要性について知識の普及に努め、さらに、がんの早期発見のための検診普及率、精密検査受診率の向上に向けての取り組みを推進します。【健康教室、検診受診率向上】

④こころの健康づくり
関係機関と連携して命の大切さを理解する機会を提供します。ひとりで悩まず相談できる体制の整備を早急に進めます。【健康相談、知識の普及啓発】

⑤こころを育む「食」と「農」の構築
農業体験などを通じて「食」と「農」の関係性を学ぶことで、地域や農業への理解を深め生産者への感謝や食事をいただくことができることを喜びと感ずるなど、「生きる力」を身につける食育を進めます。また、地産地消を推進するとともに、環境に配慮した農業の推進、食の安全・安心への啓発を図ります。【食農体験の推進、地場産品の納入促進、有機農産物の生産拡大】詳しくは、市ホームページをご覧ください。



③がん予防および早期発見・早期治療
がん予防や検診の必要性について知識の普及に努め、さらに、がんの早期発見のための検診普及率、精密検査受診率の向上に向けての取り組みを推進します。【健康教室、検診受診率向上】

問合せ 市保健センター (☎24)8010
ホームページ http://www.city.hitoyoshi.lg.jp/

児童扶養手当（4月支払い分）の振込は4月11日です

平成23年4月支払い分（平成22年12月～平成23年3月分）の児童扶養手当（父または母と生計を同じくしていない児童が育成される家庭の生活と自立を助ける手当）は、4月11日（月）に指定の金融機関の口座に振り込みます。現況届を出していない方などは支払いができませんので、至急手続きをしてください。

問合せ 市福祉課児童福祉係 (☎24)2111内線 1145

母子家庭のお母さんの資格取得を支援

【人吉市母子家庭自立支援教育訓練給付金支給事業】
市が指定した教育訓練給付講座を受講した市内に住所がある母子家庭の母に、自立支援教育訓練給付金を支給します。

条件 ①児童扶養手当支給水準の母子世帯 ②雇用保険法による教育訓練給付の受給資格を有していない方 ③教育訓練を受けることが適職に就くために必要であると認められる方

給付額 経費の20%以内（4千円以上・上限10万円）
対象講座 厚生労働省指定の「教育訓練給付講座」など

受付期間 受講開始日の1カ月前まで
※教育訓練給付金の支給は原則として1回限りです。詳しくは市福祉課にお尋ねください。

【人吉市母子家庭高等技能訓練促進費等支給事業】
准看護師資格など、資格取得後にその職種への就職が見込まれる専門的な資格を取得する際の経済的支援を行うものです。平成23年度の申請の受け付けを開始しましたので、該当される方や関心をお持ちの方はお気軽にご相談ください。

問合せ 市福祉課児童福祉係 (☎24)2111内線 1145

みんなの学舎

最終回

地域のシンボルであり、懐かしく、楽しい思い出が残る学校。
シリーズで市内の小中学校を紹介します。



田野小学校



全校児童の話し合い

田野小学校は鹿児島県との県境、標高680mの高原にある赤い屋根のかわいい学校です。平成14年度に分校から本校に昇格し、平成22年度の全校児童は7人。「小さな学校で大きな教育を！」のローガンの下、小規模校ならではの特色を生かした、さまざまな教育活動にチャレンジしています。



田野小学校教育目標

小さな学校で、大きな教育を！

～心身ともにたくましく、豊かな感性と主体的な行動力を備え、自らを誇れる児童の育成～



運動会の「俵踊り」

自然と地域性を生かした活動 子どもたちは豊かな自然と温かい地域の皆さんに見守られています。毎年秋には運動会を地域の皆さんと合同開催し、大変盛り上がります。



複式学級での学び合い

複式学級での学び合い 平成22年度は1・3年生3人、4・6年生4人の複式学級でした。日ごろから自主的に学習したり、異学年に学習を教える学び合いの姿が見られます。



生け花教室

生け花教室 小規模校ならではの活動として、年間を通して児童全員で生け花教室に取り組み、豊かな感性を高めています。



みはる山でソリスキー

また、冬には「みはる山」で、みんな和気あいあいとしソリスキーに取り組みます。

夫婦で15年以上
市道の清掃を続ける
丸尾 友次さん 美重子さん
(浪床町)



=ひとよしで頑張っている人を紹介します！=



まるお ともじ/みえこ

友次さん：昭和8年11月1日生。A B型。美重子さん：昭和16年2月11日生。A型。友次さんは囲碁・将棋ともに3段の腕前も最近は無沙汰の様子。美重子さんは去年の県体のグラウンドゴルフ女子団体に優勝している。2人の共通の趣味はグラウンドゴルフで週3回町内の仲間と楽しんむ。

東 間小学校の通学路にもなっている市道・田町〜七地線の崖下約50メートルの清掃を2人で15年以上続けたという事で、人吉市社会福祉協議会会長表彰を受けた。
表彰された感想を尋ねると「清掃は」家の近所だけ。当たり前のことをしているだけ。あんまり大ごととせんでください。ほかにもっといろいろな活動している人はいますから」と話す丸尾さんご夫婦。「こんなことで表彰されるなんて心苦しか」と続けられた。友次さんは勤めていた職場を58歳で退職。その後2人で清掃をするようになった。「年を取れば一人で清掃するのはきつくなりますけん」と友次さんが話すと、美重子さんが「2人で1人前やもんね」と笑う。
道路は坂道になっていて道幅に対し交通量が多い。秋になると木の葉や葉っぱが落ちて、転んだり滑ったりしやすくなるので特に気をつけて清掃する。多い時は5箱分の木の葉が集まる。また、夏場は暑い中、1時間以上かけて草を刈ることもある。「この道は自分の庭みたいなもの。きれいにしたいほうが気持ちよかですけん」と友次さん。近所の人も足を止めて声をかけてきたり、時には一緒に清掃を手伝ってくれるという。
「仲がよくて、2人とも元気だから続けてこられた。元気なうちは続けていきたい」と美重子さん。仲の良いお2人は今年の12月で結婚50周年。金婚式を迎える。



若さで担う くま鉄の未来
くま川鉄道新規学卒社員入社式

くま川鉄道(株)が開業以来初めて新規学卒社員を採用し、3月7日に入社式がありました。久保山護熙さん(山江村)と加藤育見さん(下永野町)の2人で、今春高校卒業の18歳です。入社式では藤木社長が「くま川鉄道の新しい時代を若い人が背負う。人吉球磨地域が良くなるように頑張ってください」と激励。久保山さんは「早く一人前の車両検収係になり、お客様に安心して乗車していただける環境を作っていきたい」。加藤さんは「お客様に楽しんでもらえ、もう一度乗りたい」と話しました。



子育てママの力作がズラリ
九ちゃんフェスタ

九日町の子育て広場「ほっとステーション九ちゃんクラブ」のイベント「九ちゃんフェスタ」が3月17・18日に開催されました。運営ボランティアの募集なども目的にしたもので、初日の17日は、クラブの利用者など7人が出展したアクセサリーや子ども服など約150点が並ぶ「ハンドメイドフリマ」も実施。来場した多くの親子連れは、心のこもった手作りの品々を買い求めていました。翌日の18日には「手作りスイーツでティータイム」も行われ、両日の売り上げの一部は東北地方太平洋沖地震の義援金に充てられました。

恒例の「人吉球磨は、ひなまつり」が1月30日から3月31日まで開催されました。市内会場の石野公園、九日町・五日町通り、鍛冶屋町通りには、優雅なひな人形や素朴で温かみのある土びな、鮮やかな手作りの飾りなどが並び、訪れる観光客の目を惹きつけていました。

また、3月5日に石野公園で行われたイベント「うれし!たのし!ひなまつり」では、女の子が華やかな衣装で「おひなさま」に変身する着付け体験もあり、お母さんと一緒に満面の笑顔を見せてくれました。

華やかに春を感じて
人吉球磨は、ひなまつり



去年の7月にリニューアルして「新しい人吉の顔」に生まれ変わった人吉駅前広場が、県が主催するくまもと景観賞の部門賞・地域景観賞を受賞しました。

くまもと景観賞は郷土の景観形成に大きく貢献している人々の功績を広く顕彰するもので、人吉市の受賞は17年振り。今回の受賞は、「駅に降り立った第一印象が、自然豊かな優しい旅情あるものになった」(審査員評)などの評価を受けたものです。

表彰式は3月25日に県庁で行なわれ、蒲島県知事から林副市長へ賞状が贈られました。

「くまもと景観賞」で部門賞
人吉駅前広場が地域景観賞受賞



中世城の謎にせまる
人吉城跡(上原城跡)発掘調査地見学会



現在調査が進められている史跡人吉城跡「上原城跡」の現地見学会が3月21日に行われました。資料が少なく謎が多い相良氏の中世城である上原城跡内の16カ所で行われた手掘り試掘調査の結果報告を兼ねたものです。

参加者は道路や堀などの遺構のほか出土した陶磁器や鉄製品などを興味深く見学し、市文化振興課職員の説明に耳を傾けていました。この全国的にも貴重な文化財の試掘調査は今後さらに2カ年間行われ、その後本格調査が行われる予定です。

球磨工業高校の技術の粋
くま川下り新造船完成

くま川下り(株)が球磨工業高校に製造を依頼した川下り船が完成し、3月22日に人吉発船場で進水式がありました。

川下り船は船頭の手で作られていましたが、定年退職などで困難になり、伝統建築に取り組んでいる同校に依頼。技術を生かした地域貢献として学校側も快諾し、建築科の3年生12人が課題研究で1年をかけて製造しました。製造に携わった鈴木一史君は「船の曲線を合わせるのが難しかった。良い経験になった」と話しました。「さくら」と命名された新造船は「梅花の渡し」を中心に利用されます。



ウメの花を愛で春を楽しむ
第37回梅まつり



約4600本のウメが人気の人吉梅園で2月27日、人吉梅まつりが開催されました。心配された天気も持ちこたえ、訪れた観光客からは可憐に咲く白い梅の花を楽しんでいました。

またステージではダンスや太鼓演舞などが行なわれ、恒例となっている第三中学校女子生徒による創作舞踊「梅娘」が披露されました。

今回初めてステージで踊ったという女子生徒は「本番も一回もまじがえずに踊れてよかったです」とホッとした様子で話していました。

向う三軒両隣の地域福祉
人吉市地域福祉推進大会



人吉市地域福祉推進大会が2月23日、カルチャーパレスで開催されました。地域でお互いを助け合い支えあう向う三軒両隣の再生を目指した「地域福祉計画」と「地域福祉活動計画」が策定されたことで行われたものです。当日は両計画の概要説明や市の福祉の現状報告などの後、鹿児島県鹿屋市柳谷自治公民館長で、地域活性化伝道士の豊重哲郎さんが「やねだん 行政にたよらない感動のむらおこし」と題して講演。豊重さんは「感動と感謝の心が重要。それがあれば人は仲間になり地域再生の力になる」と熱く話されました。

情報ひろば

あなたの暮らしに役立つ情報をお届けします

市役所（代表） ☎22-2111
 カルチャーパレス ☎24-3311 スポーツパレス ☎22-1688 水道局 ☎22-5497
 保健センター ☎24-8420 石野公園 ☎22-6700 人吉城歴史館 ☎22-2324

浄化槽を設置される方に補助を行います。単独処理浄化槽（し尿のみを処理）から浄化槽（合併処理）への転換も対象になります。ですので、お早めにご相談ください。

浄化槽設置補助申請を受け付けます

★ダンボールでも生ごみ処理容器を作ることができます。詳しくはお尋ねください。
申請・問合せ 市環境課廃棄物対策係

落ちたヒナを拾わないで！

春は野鳥の繁殖期です。巣立ちしたヒナが落ちていても、必ず親鳥が世話をします。拾わないようにしましょう。県では5月10日からの1カ月間を指導取締強化月間と定め、野鳥保護への理解を深めることや、違法捕獲などの防止に取り組んでいます。
問合せ 球磨地域振興局森林保全課（☎24190）、熊本県自然保護課（☎096-333-2275）

↓点線に沿って切り取ってください

POST CARD

8 6 8 8 6 0 1

お手数ですが50円切手をお貼りください

◎ご氏名

フリガナ

年齢： 歳 性別： 男・女

◎ペンネーム・イニシャル

※記入がない場合、実名で記載させていただきます

◎ご住所

□□□□□□□□

電話 () -



このポストカードは、みなさんからのおたよりのコーナーへのおたより（広報ひとよしへの感想や人吉への思い、身近な出来事など）にお使い下さい。官製はがきや封書、メールでのおたよりも大歓迎です。お待ちしております。

メール info@city.hitoyoshi.lg.jp

生ごみ処理機・処理容器の購入を助成します

生ごみ処理機・処理容器の購入経費の一部を市が補助します。

補助金額

◆生ごみ処理機（電化製品）
 購入価格の3分の1で上限1万5千円（1家庭1台）
 ◆生ごみ処理容器（購入価格の2分の1で、上限3千円）1家庭2台まで

申請方法

市環境課備え付けの申請書に必要事項を記入して申請してください。申請書は市のホームページからもダウンロードできます。
 ※予算の範囲内で申請を受け付けます。（先着順）

お知らせ

INFORMATION

生ごみ処理機・処理容器の購入を助成します

対象者 公共下水道認可区域外で、浄化槽を平成24年3月までに設置される方（事業所・借家などを除く）
補助金額
 5人槽＝33万2千円
 7人槽＝41万4千円
 10人槽＝54万8千円
 ※単独処理浄化槽からの転換は撤去費用の補助もありません。
受付開始 4月18日（月）
申込方法 施工業者を通じて「浄化槽設置届」を提出した後、「補助金申請書」を提出してください。
 ※予算の範囲内で申請を受け付けます。（先着順）
問合せ 市水道局下水道課事業係

平成23年度人吉市移動図書館巡回日程表

		巡回日																	
		10月	11月	12月	1月	2月	3月	巡回日											
時間・場所	曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
10:10～10:40	中原保育園	5/26	24	14	5	2/23	13	18	8/29	20	31	21	休	休	休	休	休	休	休
	蓬萊保育園	6/27	25	22	13	3/24	21	12	2/30	21	25	22	休	休	休	休	休	休	休
	山江保育園	7/28	26	16	21	18	8/29	20	17	8	12	2/23	休	休	休	休	休	休	休
	暁保育園	8	6/27	17	8	5/26	16	14	4/25	16	20	17	休	休	休	休	休	休	休
	せん月保育園	12	10/31	21	12	9/30	27	25	15	6	17	7/28	休	休	休	休	休	休	休
	なつめ保育園	13	11	8	20	10	7/28	19	9	7	11	8/29	休	休	休	休	休	休	休
	あいだ保育園	14	12	2	28	25	15	6	6/27	15	19	9	1	1	1	1	1	1	1
	おこば保育園	15	13	3	15	12	2/30	21	11	2	6/27	休	休	休	休	休	休	休	休
	泉田保育園	19	17	7	26	16	6	4	1/22	13	24	14	6	6	6	6	6	6	6
	みどり保育園	20	18	15	6	17	14	5	5/26	14	18	15	7	7	7	7	7	7	7
	第三中学校	21	19	9	14	11	1/22	13	10	1	26	16	8	8	8	8	8	8	8
	こばと保育園	22	20	10	1	19	9	7	7/28	9	13	3	9	9	9	9	9	9	9



★雨天・降雪および巡回先の都合などで、巡回を中止することがあります。
 ★保育園・幼稚園・小学校・コミセンは周辺の方も利用できます。
 ★2月・3月の最終巡回は返却のみです。
 ★図書の出し入れは無料です。図書館利用カードを忘れずにご提示ください。
 （図書館利用カードは、市図書館の窓口で発行します）

問合せ
 市図書館（☎24-3518）

ラッソ

申込・問合せ 市社会教育課スポーツ振興係
☎2111内線5241

募集教室(全14教室) はじめてのいけばな(池坊)、花と遊ぶ(小原流)、はじめてのお茶、ジュニアソフトテニス、バドミントン、ハンドボール、フットサル、ゴルフ、ベースボールキッズ、ビーチボールバレー、キッズビート体操、健康ボウリング、カヌー、レクリエーションクラブ

募集人員 各教室によって異なります。※先着順

入会金 ファミリー会員1万4千円、一般1万円、ジュニア5千円 ※ファミリー会員は家族であれば何人でも可。ジュニアは18歳未満の方です。※入会金のほかに参加料が必要な教室があります。

申込方法 市社会教育課備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、入会金を添えて申し込んでください。複数教室の参加申し込みもできます。※教室によっては定員になり次第、受け付けを終了するものもあります。

今月は「教室の参加申し込み方法」です

総合型地域スポーツクラブ(総合型クラブ)「カルヴァーリョ・ラッソ人吉」のお知らせ窓口です。ポルトガル語で「カルヴァーリョ」は「樫(かし)」「ラッソ」は「絆(ぎずな)」という意味です。誰もが気軽にスポーツや文化活動を楽しみ、「ひとづくり」・「まちづくり」を推進することをクラブの理念としています。



ラッソ通信

Vol.22

市社会教育課

悪質業者に狙われる高齢者

悪質業者にとって高齢者だけの住居は訪問しやすく、高齢者の年金・貯蓄などの大切な財産が狙われています。

高齢者の被害相談が多いものは、訪問販売に次いで電話勧誘販売、点検商法です。

悪質業者の誘い文句の例

- 「あなたのお金が2倍にも3倍にもなりますよ」
- 「銀行に預けるより投資の方が断然徳ですよ」
- 「足腰の痛みが治ります」「血液がサラサラになります」
- 「当選しました」「あなただけが選ばれました」

消費者へのアドバイス

- ◆「怪しい話には「乗らない」「聞かない」
 - ◆「うまい話はない」
 - ◆「タダより高いものはない」
- 必要がなければ、きっぱりと断りましょう。地域で起きている最新の情報に注意して、近所で話題にしま

ハイハイ学校にご注意!

市内各所で高齢者をターゲットにした「ハイハイ学校」が開催されています。初めはタダでも、最終的に高額商品を買わされるという苦情相談が寄せられています。そういう誘いに乗って参加しないようにしましょう。

早めにご相談ください!

被害に遭ったり、少しでも疑問を持ったときは、クーリング・オフ期間を過ぎていても、すぐに市消費生活センターにご相談ください。

はい、こちら消費生活センターです



Consumption life center
人吉市消費生活センター
☎22-2111内線 1215・1216

Fire Volunteer 消防団

第2方面隊第3分団第3部

(管轄：中神町)

皆さん、元気ですかっ！元気があれば何でもできる！私たち第3分団第3部は若くて元気な地元大好き集団で現在員は17人です。詰所は中原小学校のすぐ近くにあり、毎月1、2回集まって巡回や訓練を行ない部の結束強化を図っています。

私たちの管轄区域は高低差が大きい。ため、浸水や土砂災害の恐れがある箇所があり、消防団にも迅速な対応が求められます。幸い団員の所属する事業所や地域の皆さん、消防団OB、何より家族の協力で消防団活動に全力で励むことができています。おかげで家族円満、交際順調のわが部では最近結婚や出産などのおめでたが相次いでいます。まさ



団員の所属事業所

- JAくま人吉給油所
- (株)三和金属人吉製作所
- 人吉市役所
- 国民宿舎くまがわ荘
- ルネサスセミコンダクタ九州・山口(株)
- 人吉連合青果(株)
- 大畑小学校
- (株)泉林業
- パナランドユキ
- 汚泥再生処理センター
- 医療法人回生会 堤病院
- 浅野製材所
- 千里工業

に伊達直人もびつくりの爆連「たいぎやーラッシュ」です。2月には団員2人が結婚式を挙げ団員の心を温める一方、フトコロを大いに冷やしてくれました。

わが部では伝統的に「笑える」「楽しむ」「雰囲気づくり」を何よりも大切にしています。地域のために何かをしたと思うあなた、友達を作りたいあなた、仲間に入りませんか？交友関係が広がり人生が豊かになります。危ぶむなかれ、迷わず行けよ、行けば分かるさ消防団」「二歩踏み出す勇気があれば素敵な出会いがそこにある」団員一同、心からお待ちしています。



第3分団第3部
某団員の結婚披露パーティーにて

市地域生活課危機管理係 ☎2111内線2112 消防団担当者)まで



みぢかなことからエコ講座

市環境課

有害ごみの出し方

家庭から出る「有害ごみ」は、各町内に1カ所ずつ設置してある収集箱に出すことになっていきます。(有害ごみ収集箱の設置場所は、市環境課または町内会長にお尋ねください)

蛍光灯・蛍光管型電球

紙などに包まず、割れないように注意してそのまま収集箱に入れてください。

【出す前に割れてしまったら】

割れたものは「燃えないごみ」になります。「ワレモノ」と書いた新聞紙などに包んで「燃えないごみ」袋に入れて出してください。

※金属器具や豆電球など蛍光管以外のものは「燃えないごみ」になります。

乾電池

乾電池に「水銀0使用」の表示があるときは「燃えないごみ」で出してください。(現在はほとんどの乾電池に水銀を使用していない「水銀0使用」の表示があります)表示がない乾電池だけが「有害ごみ」になりますのでご注意ください。

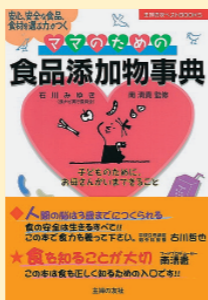
水銀使用の温度計・体温計

ただし、電子式のものや赤いアルコールで表示されているものは「燃えないごみ」です。



市図書館
(☎243518)

《一般》
ママのための
食品添加物事典



いしかわ
石川 みゆき
みなみ きよたか
南 清貴 監修

家庭の食卓を安心・安全な食品で満たすために項目別に食品・食材を紹介し、普段の食卓に上るさまざまな食品を選ぶ基準を分かりやすく紹介します。

《児童》
りんごがコロコロ
コロリンコ



みうら たろう
三浦 太郎 作

ぞうさんが、りんごをころろとしたりと、鼻からすべって、いろいろな動物の上をコロコロコロリンコ、コロリンコ、コロリンコ、コロリンコ、コロリンコと、りんごがころころがっていきま。リズムカルで読んで楽しくなる絵本です。

*4月の休館日は、4日・11日・18日・25日です。

健診・各種検診の申し込みをお忘れなく

申込期限 4月22日^金

☒=医療機関、☒=検診車 ※年齢は平成24年3月31日現在

- 4月上旬に国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者の方へ各種検診申込書を送付します。
- ◆社会保険に加入している方は各職場で健康診断が行われますので、各種検診申込書は送付しません。
- ◆退職される方（平成23年3月末日退職の方も含む）や社会保険加入事業所にお勤めの方で「各種検診申込書」が必要な方は、市保健センターへご連絡ください。また、平成20年度から始まった特定健診については、各医療保険者にお問い合わせください。

便利な「複合検診」をご利用ください

- 19～74歳の方は希望する複数の検診（2つ以上）を1日で受ける「複合検診」が利用できます。
- 対象者** 19～74歳の方（医療機関の場合＝40～74歳）
- 募集人数** 1,800人程度（医療機関＝600人、検診車＝1,200人）
- 申込期間** 4月20日（水）～23日（土）※先着順。定員に達し次第締め切ります。
- 検診項目** 特定健診（国保加入者のみ）、大腸がん、胸部レントゲン、胃がん、肝炎ウイルス、前立腺がん、腹部超音波、乳がん、マンモグラフィ、子宮頸がん
- 検診期間** 医療機関＝6月1日（水）～7月31日（日）
検診車（市保健センター）＝6月20日（月）～29日（水）※検診車の検診時間は午前中のみ。
- 申込方法** 申込先に直接申し込んでください。
- 必要な物** 健康保険証、印鑑、各種検診申込書
- 申込・問合せ** 市保健センター健康増進係（☎24-8010）
※生活保護世帯の方、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方、市民税非課税世帯の方の複合検診料は無料です。高齢受給者証をお持ちの方は、特定健診を除いた複合検診料金が無料です。

地域包括支援センターだより

住み慣れた地域で安心して生活を送るため「認知症に関する取り組み」をご紹介します。

▶もの忘れ相談

毎月第2月曜日に「もの忘れ専門の医師」が個別のご相談を受け付けます。※完全予約制

▶高齢者見守りネットワーク

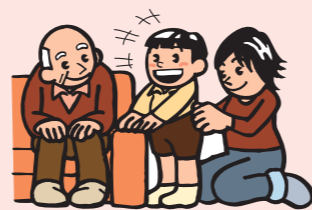
徘徊が心配される高齢者を地域全体で見守ります。事故やけがを未然に防ぎ安心して生活できるようにするため、本人やその家族から依頼があった関係者に情報を提供して、日常の見守りや声かけをお願いします。

▶徘徊高齢者検索システム事業

徘徊が心配される高齢者に居場所を知らせる機器を持っていただき、行方不明など緊急事態が発生したとき、すぐに保護できるようにするものです。

▶認知症サポーター養成講座

安心して暮らせるまちづくりを目指して、認知症の方とその家族を支援していただく認知症サポーターを養成する講座を開催しています。



問合せ 人吉市地域包括支援センター（市高齢者支援課内）
（☎22-2111内線1235・1236、FAX24-9536）

項目	対象者	実施機関	料金
ヤング健診	19～39歳	☒7月	2,500円
特定健診	40～74歳	☒6月～7月 ☒7月	2,500円（70～74歳は800円）
後期高齢者健診	75歳以上 ^{★注1}	☒7月 ☒9～11月	800円

★注1 65～74歳で一定の障がいがある方を含む



項目	対象者	実施機関	料金	複合検診
大腸がん検診	40歳以上の男女	☒6～7月 ☒9～11月	700円	利用可
胸部レントゲン検診	19歳以上の男女	☒6～7月（複合検診のみ） ☒7月	500円	
かくだん 喀痰検診	胸部レントゲン受診者のうち問診で必要と認める方	☒6～7月（複合検診のみ） ☒7月	800円	
胃がん検診	40歳以上の男女	☒6～7月（複合検診のみ） ☒11月	☒2,200円 ☒1,500円	
肝炎ウイルス検診	40歳以上の方または市の肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	☒6～7月・9～11月 ☒7月	☒1,200円 ☒800円	
前立腺がん検診	40歳以上の男性	☒9～11月 ☒11月	800円 （60歳のみ無料）	
腹部超音波検診	30歳以上の男女	☒9～11月 ☒11月	1,800円	
乳がん検診	30歳以上の女性	☒11～12月 ☒11月	☒1,300円 ☒1,100円	
マンモグラフィ検診 ※必ず乳がん検診と併用受診になります	40歳以上の偶数年齢の女性	☒11～12月 ☒11月	1,100円	
けい 子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	☒11～12月 ☒11月	☒2,200円 ☒1,200円	
こつしょうしょう 骨粗鬆症検診	20～70歳で5歳刻みの節目年齢の女性	☒11月	500円	利用不可
歯周疾患検診	30・40・50・60・70歳の男女	☒10～11月	1,300円	

対象者には申込書を送付します

申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ町内会長（町内嘱託員）に提出していただくか、直接市保健センターに提出してください。各検診開始の10日前頃に問診票を送付しますので、検診当日は記入した問診票をお持ちください。

【問合せ】 市保健センター健康増進係（☎24-8010）

市長の部屋

ひと好し ちょっといい話

「先手あいさつ明るい笑顔、傘一本お茶一杯運動」を広げましょう

From the Mayor



3月13日、23日は梅や桜の花香の中に、市内の小中学校で卒業式が執り行われました。りりしく成長したわが子の姿に、感動を覚えられた保護者も少なからずおられたことでしょう。教え子と呼ばれる先生方の声も震え、式は徐々に最高潮に達してゆきます。

やはり「仰げば尊し」は卒業生と参観者にとって、恩師への感謝、互いの友情、別離の思いが込められていて実にふさわしい歌ですね。

さて、国難ともいえる今度の大地震は、被災地の現状が明らかになればなるほど心が痛み、思わず涙している自分がいます。「早く何かしてあげねば」と心は焦るのですが、国は人命救助を第一に行動し、次に水や食料、寝具などの供給を行っております。そこで市民の皆さまにお願いがございます。被災地で不足している物資を直接お届けし、被災された方々の生活の手助けをしたいと考えていますので、支援物資のご提供にぜひご協力をお願いいたします。(24ページに詳細情報)なお、義援金は引き続き市役所や市社会福祉協議会などで受け付けておりますので、善意をお寄せいただきますように、重ねてお願いを申し上げます。

また各種催事や発表会、会合、祝賀会などは犠牲者に黙とうし、被災地のための募金などを行いながら実施していただければありがたいと存じます。人吉の経済が落ち込まないためです。

医療のお話し

From the doctor



今月のドクター
人吉市医師会 理事 高橋 耕一

オーバートレーニング症候群について

最近の子どものたちの運動面については、2つの両極端な問題が指摘されています。1つはご存じのように運動不足による体力低下、もう1つはスポーツをやり過ぎて、さまざまなスポーツ障害を起こしていることです。その中で子どもの内科的スポーツ障害は意外と知られていません。今回は内科的スポーツ障害の中でも最近注目されているものとして、オーバートレーニング症候群についてお話しします。

オーバートレーニング症候群とは

オーバートレーニング症候群とは、過剰なトレーニング負荷によって運動能力や競技成績が低下し、短期間では回復しなくなる状態で、一種の慢性疲労です。この病気は古くから知られていましたが、以前はプロスポーツ選手や、高校生でも甲子園を目指すような有力校の選手などに限られていました。サッカーの日本代表で、日韓ワールドカップでもゴールを決めた森島選手も、この病気になったこと

があります。

近年の状況

ところが近年は、普通の中学校の運動部の生徒や、どうかすると小学校の高学年ぐらいでもみられるようになってきました。この傾向は、最近のわが国では幼少時から1つのスポーツを徹底的に鍛え、早くからお互いを競わせるようになってきたためではないかといわれています。所属する運動部によっては毎日数時間以上練習し、土・日曜日は対外試合、さらに夕方の練習に加え早朝練習を行っている運動部も多いと聞きます。こうなると自宅に帰るとぐっすり、ただ寝るだけという生活となります。

現れる症状

新入部員が夏休み前の時期に発症することが多いといわれており、不眠、興奮性、食欲減退、体重減少、頭痛、動悸、微熱、いら立ち、不活発、異常発汗などの症状がみられます。さらに女子では生理が止まってしまい、将来に問題を残す可能性があるため特に注意が必要となります。

治療と予防

オーバートレーニング症候群の治療は休養(休部)で、回復には軽症で数週間、重症例では数カ月が必要で、かかってから治療するよりも予防あるいは早期発見が重要です。そのためには運動部の指導者はもちろんのこと、部活をしている子どもの保護者も休養や栄養の不足、日常生活での心身のストレスなどについて常に気をつけておく必要があります。



新燃岳災害対策情報

被害状況調査を行ないました

引き続き活発な火山活動が続いている鹿児島・宮崎県境の新燃岳。今後の本市への降灰に備えた状況把握や対策検討のため、市では新燃岳からの距離

が30〜35kmにある宮崎県都城市と三股町などの被害状況確認と、対策調査を2月に行っています。

【都城市】
新燃岳の東南にあり、直線距離で30km圏内にある都城市。市街地や農地に多くの火山灰が堆積し、農家の野菜収穫にも支障が出ている状況でした。

【三股町】
都城市に隣接している三股町。大量の火山灰が飛来し、各家庭周辺や道路などに堆積。集められた膨大な火山灰は、仮置場に運搬され集積されています。

今後決定した本市の対策は、広報ひとよしや市ホームページなどでお知らせしていきます。

問合せ 市地域生活課危機管理係 (☎22111内線2111)



- 1 農作物の火山灰除去状況(都城市)
- 2 火山灰に覆われたレタス(都城市)
- 3 家庭から出された火山灰の集積状況(三股町)
- 4 清掃車で集められた火山灰(三股町)

5月1日号から
情報ひろばのハガキが無くなります

今後は、「みなさんからおたより」コーナーにおたよりされる時は、官製はがき・封書・Eメールで送ってください。お待ちしております。



くまモンが善隣保育園で園児たちと一緒にかけっこ！突然のサプライズに子どもたちも大喜びでした。

今月のナイスショット!

皆さんの善意を地震の被災地に届けます

「支援物資」のご提供をお願いします

3月11日に起きた東日本大震災は最大震度7、マグニチュード9.0を記録し、3月25日現在で死者・行方不明者が2万人を超える大惨事になっています。市では被災地を支援するため、市民の皆さまに義援金のご協力をお願いしていますが、被災地では生活に必要なさまざまな物資も不足しています。そこで被災地から要望があった物資を直接届け、被災された方の生活を手助けしたいと考えていますので、支援物資のご提供にぜひご協力をお願いします。

◆支援物資の届け先 宮城県仙台市

◆提供をお願いする支援物資 トイレットペーパー、大人用紙おむつ、大人用尿取りパッド



※写真は一例です。この商品を推奨しているわけではありません。

※全て未使用・未開封で箱・ケースまたはビニール袋などで梱包されているものに限りま

※被災地のご要望を受けて上記3品目に限らせていただきます。

※集まった物資は市が直接仙台市に届けます。

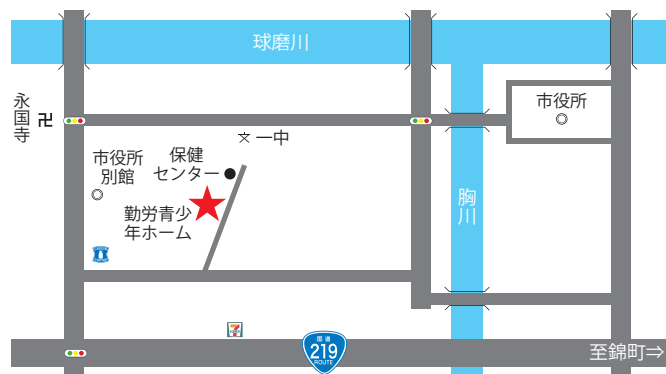
◆物資受付

場 所 市勤労青少年ホーム
 (西間下町7-1、☎24-3871)

受付時間 午前9時～午後4時

受付締切 4月8日(金)

問 合 せ 市福祉課福祉政策係
 (☎22-2111内線1141)
 市地域生活課危機管理係
 (☎22-2111内線2111)



今月の表紙

大畑小学校卒業式
 (3/23・大畑小学校)

大畑小学校では男子15人、女子11人の26人が卒業。感極まった卒業生や保護者の目から涙がこぼれる感動的な式でした。

桜の花が咲き誇る3月は卒業や退職、人事異動など別れの月です。お世話になった先生や先輩、同僚との別れに涙された方も多かったのではないのでしょうか。そういう私も「広報ひとよし」に携わって1年でしたが、この4月に他の部署へ異動になりました。これまで取材に協力していただいた市民の皆さんや周りの方への感謝の気持ちでいっぱいです。「広報ひとよし」は、これからも新しいスタッフで、皆さんの役に立つ情報を発信していきますので、よろしくお願



Editorial

編集後記

編集室から