

広報

# なかがたね



2022  
No.798

6

月号

“よいらーいき”でつなぐ  
人の和と豊かな自然が織りなす “躍動なかがたね”

ぽかぽか晴天に  
元気いっぱいの園児と鯉のぼり

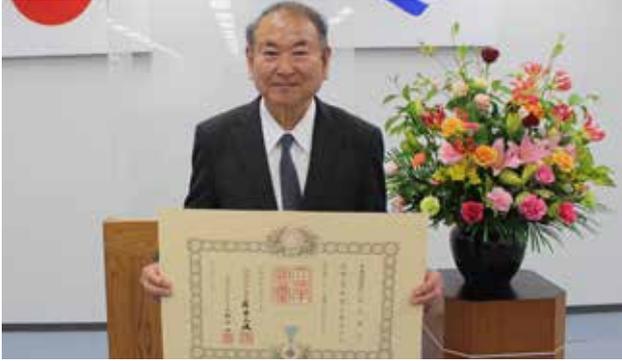
4月22日中央保育所撮影



広報紙 QR

## 長年の功績が評価され 松元清人さん瑞宝単光章

叙勲伝達式：鹿児島県庁（令和4年5月9日）



松元さんは、昭和52年1月6日に中種子町消防団に入団してから、中央分団長、町消防団長を歴任し、「町民の生命と財産を守る」という使命の下、勤続年数44年3ヶ月の長きに渡り務めた功績が評価されました。

また、中種子町商工会理事を務め、町政発展にも貢献されました。

## 川下三業さん旭日双光章



川下さんは、昭和62年4月30日から、中種子町議会議員として4期15年4ヶ月を務め、平成15年4月27日から、中種子町長として3期12年を務めた長年の功績が、地方自治功労として評価されました。

また、在職期間中は、財団法人種子島農業公社理事長をはじめ多様な役職も歴任し、町政発展に尽力されました。

## 地理的表示（GI）保護制度登録を報告 安納いもブランド推進本部

3月2日に、『種子島安納いも』が地理的表示（GI）保護制度に登録されたことを受け、4月13日に、生産販売部会副会長の池山朝生さん（栄町）と安納いもブランド推進本部が町に報告を行いました。

池山さんは「産地はサツマイモ基腐病により大変疲弊しています。この度のGI認証により、さらなる生産技術向上と消費者の信頼獲得に繋げ、この困難な局面を乗り越え、産地一体となり品質とブランド力の向上に努めます」と述べました。



写真中央 池山朝生さん

## 牛翔「ひろみ」号がグランドチャンピオン 町畜産共進会



4月20日に、令和4年度町畜産共進会が種子島家畜市場で開催され、肉用牛第2部に出品した（株）牛翔の「ひろみ」号が、グランドチャンピオンの栄冠に輝きました。

本共進会で、第2部最優秀賞の6頭と、第3部最優秀賞の6頭は、5月10日に行われる、熊毛地区第1次予選に町の代表として出場します。

わくわく学ぼう

令和4年度『どんぐり学級』開講式

4月26日に、どんぐり学級の開講式がありました。新しく7人を加えて、学級生19人となり、一年間を通して講話や一日遠足、温泉入浴など多種他様なカリキュラムを受講していきます。

開講にあたり学級長の雨田勇さん（池之向）が、「いろいろなことを学び合うどんぐり学級にしましょう」とあいさつしました。



※敬称略  
前列左から 城木峰子・長野テイ・長谷川和子・今間三九子・雨田勇  
日高茂・安田義次  
後列左から 上門咲子・中山洋子・横山日沙子・嶋名郁子・森山功日  
内村和子・馬場英子・安田安子・榎本ゆう子・徳永三季

グリーン・カレッジキャンプ体験

自然レクリエーション村



開会式では本町の特産品として安納芋などを贈呈

5月3日から5日にかけて、熊野の自然レクリエーション村で、放送事業などを手がける「ディスカバリー・ジャパン」主催によるキャンプ体験が開催されました。小学4年〜6年の児童20人が参加し、アウトドアを通じて環境に対する関心を深めながら、キャンプを楽しみました。

また、特別協賛のキャンプ製品メーカー「コールマン」から、テント10張が町に寄贈され、自然レクリエーション村で使用されています。

地域おこし協力隊通信 (No. 64)

「空き店舗活用に関する補助金制度ができました」

私が地域おこし協力隊として取り組んでいる仕事の一つに「空き家・空き店舗の利活用の促進」があります。これまで、この協力隊通信の場では、古房集落の空き家を再生した背景、移住者を受け入れたことができた過程を書かせていただきました。

今回は、この令和4年度から新たに始まった「中種子町空き店舗等活用整備事業補助金」(以下、空き店舗整備事業)について紹介したいと思います。

町内をはじめ、全国では少子高齢化や後継者不足に伴い空き家や空き店舗などの増加が社会問題として注目されています。なかでも鹿児島県は、平成30年住宅・土地統計調査(総務省)の結果によると、住宅総数に占める空き家の割合が19.0%と全国で6番目に高い県であることが明らかになりました。およそ5軒に1軒が空き家と考えると、その多さが想像できるように思えます。

本町ではこうした課題に対し、空き家バンク登録制度の実施や、イターンやリターン者などの地域後継者に貸し出す目的で、空き家の整備を行った場合に、その費用の一部を補助する制度を設け周知をしてみました。

しかしながら、この制度は居住用住宅のみが要件であり、事業用には利用することはできないという課題もありました。こうした課題を踏まえ、今年度から新たに、事業者が空き店舗を活用する際に補助を受けられる空き店舗整備事業が始まったのです。現在、空き店舗となっている建物を利用して新たに事業を始める場合に、建物の改装や水道等設備の改修に係る経費を対象に補助金が交付されます。上限額はありますが、事業を始めるきっかけに補助金があるということは、非常に心強いものと思います。

このように、町は様々な支援体制を整えながら、町内の空き家・空き店舗の利活用促進に取り組んでいます。少しずつではありますが、こうした制度を利用して、町内の遊休施設が利用されることを願っています。

空き店舗整備事業の詳しい要件については、ホームページをご覧ください。企画課までお問い合わせください。湯目知史(ゆのめともふみ) | 中種子町地域おこし協力隊員。宮城県出身。種子島の美しい瞬間を文字にして伝えるライター。

## 税・保険料の納付期限について

◎お問い合わせ先 税務課管理収納係 ☎ ㉓ 1111 内線 236  
福祉環境課介護保険係 内線 215・293 町民保健課高齢者医療係 内線 289

6月 は下表の税・保険料の納付期限となっています。

納付期限を過ぎると督促手数料のほか、延滞金も発生する場合がありますので、期限内の納付をお願いします。すでに納付期限を過ぎた分についても、お早めの納付をお願いします。

なお、町県民税および固定資産税の納税通知書は6月上旬に発送予定です。

税・保険料	期別	納付期限
町県民税（住民税）	1期	6月30日（木）
固定資産税	1期	
介護保険料	2期	
後期高齢者医療保険料	2期	

## 消費税のインボイス制度の説明会について

◎お問い合わせ先 種子島税務署 ☎ ㉓ 0440 ※自動音声案内に従い「2」を選択してください。

### ■説明会の開催

～事業者の方は、どなたでも参加できます～

種子島税務署では、「インボイス制度の概要に関する説明会」を、以下のとおり開催します。

### ■日時

6月14日（火）午後2時～午後3時30分

### ■場所

種子島合同庁舎2階共用第1・2会議室（西之表市）

### ■定員 10人

### ■留意事項 事前予約が必要です。

●予約受付 6月9日（木）午後5時まで

●参加費用は無料です。

●事前予約制のため、種子島税務署までご連絡ください。（定員到達次第締切）

●新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスク着用でお越しください。

※新型コロナウイルス感染症の急激な拡大などにより、開催が中止となる場合もあります。

## 自衛官を募集します

◎お問い合わせ先 自衛隊種子島駐在員事務所 ☎ ㉓ 0299  
総務課消防交通係 ☎ ㉓ 1111 内線 222

募集種目	受験資格	受付期間	試験日程	合格発表	入隊時期
幹部候補生	① 22歳以上26歳未満の方（20歳以上22歳未満の方は大卒（見込みを含む）） ② 修士課程修了者など（見込みを含む）は28歳未満の方	3月1日～6月16日（飛行要員を除く）	●1次試験 6月25日	●1次試験 7月22日	令和5年 3月中旬～ 4月上旬
	歯科 薬剤科 専門の大卒（見込み含む） 20歳以上30歳未満の方		●2次試験 8月1日～7日	●2次試験（最終） 9月22日	

詳しくは自衛官募集ホームページ：<https://www.mod.go.jp/gsdf/jieikanbosyu/>から確認することができます。



## マイナンバーカード申請・交付の開庁時間のお知らせ

◎お問い合わせ先 町民保健課戸籍住民係 ☎ ㊟ 1111 内線 212

### 《開庁日》

■平日午前8時30分から午後5時15分まで。

※土・日・祝日を除く。

### 《時間外開庁日》

□毎週火曜日午後7時まで。

■第4日曜日午前8時30分から正午まで。

※日程に変更などがある場合には、防災無線などでお知らせします。

### 6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## お口元気歯ッピー健診について

◎お問い合わせ先 鹿児島県後期高齢者医療広域連合業務課保健事業班 ☎ 099-206-1329  
町民保健課高齢者医療係 ☎ ㊟ 1111 内線 289

鹿児島県後期高齢者医療広域連合では、今年度に76歳および80歳の誕生日を迎えられる後期高齢者医療の被保険者を対象に、口腔健診（お口元気歯ッピー健診）を実施します。

高齢期になると、むせこんだり、のどにつかえたりすることが多く、これが原因で誤嚥性肺炎を起こすことがあります。

この健診は「歯」だけでなく「お口の機能」も含めて検査しますので、義歯（入れ歯など）を使用中の方も受診いただけます。

対象者には6月1日以降に到着するように受診券（オレンジ封筒）をお送りしていますので、県内の歯科医療機関に予約後受診してください。

### ■健診期間

令和4年6月1日（水）～  
令和5年1月31日（火）



### ■健診料 無料

### ■対象者

#### ●今年度76歳のお誕生日を迎える方

（昭和21年4月1日～昭和22年3月31日生まれの被保険者）

#### ●今年度80歳のお誕生日を迎える方

（昭和17年4月1日～昭和18年3月31日生まれの被保険者）

### ■注意事項

新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続いていることから、体調を第一に考え、無理のない範囲で受診してください。

## 登記相談所の開設について

◎お問い合わせ先 総務課行政係 ☎ ㊟ 1111 内線 213・211

6月21日（火）午前10時から午後3時まで、中央公民館和室において、法務局による登記相談所を開設します。

申請手続や土地調査などでお困りの方はお気軽にお越しください。

相談には予約が必要となりますので、6月14日（火）までに連絡をお願いします。



## 令和4年度ウミガメ保護監視員について

◎お問い合わせ先 福祉環境課環境衛生係 ☎ ㉞ 1111 内線 201

本年度のウミガメ保護監視員に、春田清徳さん（平鍋）、春田守さん（平鍋）、水谷志津江さん（旭町）、高橋麻子さん（美座）の4人が委嘱されました。5月1日から8月31日の期間、長浜海岸一帯のウミガメの保護・監視にあたります。

### ■ウミガメ保護監視員からのお願い

4月下旬から8月頃までは、ウミガメの上陸、産卵の時期になります。許可無くウミガメの捕獲や卵の採取をすることは禁止されています。ウミガメは、光や音に敏感です。暗くなった海岸で騒いだり、光を照らしたり、脅かしたりしないでください。海岸にごみを捨てたり、産卵中のウミガ

メには絶対に近づかないでください。触らないでください。ウミガメの保護にご協力をお願いします。



## 令和4年10月支給分の児童手当の制度が一部変更になります

◎お問い合わせ先 福祉環境課福祉係 ☎ ㉞ 1111 内線 200

### ①特例給付の支給に関わる所得上限額が設けられます。

所得額により特例給付（月額5,000円）の支給がされない方が発生します。

### ②毎年6月に提出していた現況届が原則不要になります。

ただし次の方は、引き続き現況届の提出が必要です。

- 配偶者からの暴力等により、住民票の住所地が中種子町と異なる方
  - 支給要件児童の戸籍や住民票がない方
  - 離婚協議中で配偶者と別居されている方
  - 法人である未成年後見人、施設等の受給者の方
  - その他、中種子町から提出の案内があった方
- ※詳細につきましては、町ホームページに掲載します。また、児童手当6月支給分の支払通知にも、制度改正のお知らせを同封しますのでご確認をお願いします。

## みんなで防ごう土砂災害（6月1日～30日は土砂災害防止月間）

◎お問い合わせ先 建設課管理係 ☎ ㉞ 1111 内線 242

土砂災害は他人事ではありません。大雨や台風、地震などによる土石流や、がけ崩れなどの土砂災害が発生すると、多くの尊い生命が失われます。

土砂災害から自分「たち」の生命を守るため、日ごろから次の点に注意して、早めの避難を心がけましょう。また雨が降り出したら、雨の降り方と5段階の警戒レベルを用いた防災情報に注意しましょう。

- 土砂災害は突然発生しますが、前兆現象を知っておきましょう。
- ※例 ・地すべりなど ➡ 湧き水量の増加など  
・土石流 ➡ 流水の異常な濁りなど
- 危険箇所を知っておきましょう。
  - 警戒レベル4で全員避難が必要です。
  - 避難場所を知っておきましょう。
  - 逃げ方を知っておきましょう。

## 漁業再生活動の取り組みについて

◎お問い合わせ先 農林水産課林務水産係 ☎ ㉓ 1111 内線 202

### 1. 集落協定の概要

- 市町村名 中種子町
- 協定締結集落名 ごんげん中種子集落
- 交付金額 5,909,829円
- 協定参加世帯数  
漁業世帯数 44世帯

### 2. 協定締結の経緯

漁獲の減少または魚価低迷、漁業者の減少や高齢化などの問題を抱えている中、漁業の活性化を目指し離島交付金による漁業再生活動に取り組みました。

### 3. 取り組み内容

- トコブシの稚貝放流  
西海岸に10,000個を放流。
- ヒラメ・キジハタの稚魚放流  
13,700尾を放流。
- イカ柴投入事業  
2月に8箇所、イカ柴を投入し、産卵場を整備。
- 回遊魚餌付け  
11月・12月に実施



- サメ駆除対策事業

8～9月に実施。

- 漁場監視

5～6月に密漁の監視。

- 魚食普及

11月、1月に2校の小学校で魚料理教室を実施。  
(増田・納官)

- 新たな漁具・漁法の導入

ソデイカ漁を1月に取り組みました。

### 4. 取り組みの成果

漁場の生産力の向上に関する取り組みと、創意工夫を活かした取り組みを実施することにより、地域漁業の活性化が図られました。



## 令和4年度熊野海水浴場監視員および自然レクリエーション村管理員を募集します

◎お問い合わせ先 企画課商工観光係 ☎ ㉓ 1111 内線 231

熊野海水浴場監視員と自然レクリエーション村管理員として従事する会計年度任用職員パートタイムを募集します。

### ■募集人員

管理員1人、監視員4人（常時3人体制）

### ■勤務期間

7月1日（金）～8月31日（水）

### ■勤務時間

午前8時30分～午後5時15分まで

### ■賃金

管理員・監視員 日給6,957円

### ■申し込み方法

申込書をご記入のうえ、6月3日（金）までに企画課までお申し込みください。（申込書は企画課にあります。）



### ■海の家出店者募集について

熊野海水浴場開設に伴い海の家の出店者を募集します。

### ●出店期間

7月1日（金）～8月31日（水）

### ●出店場所

自然レクリエーション村入り口駐車場敷地内

### ●申込期限

6月3日（金）まで

※出店希望の方は企画課までお問い合わせください。

## 令和4年度職員採用試験について

◎お問い合わせ先 総務課行政係 ☎ 27) 1111 内線 211・288

令和4年度中種子町職員採用試験を下記のとおり実施します。

詳しいことは、お問い合わせいただくか、町ホームページから「中種子町職員採用試験案内」をご覧ください。

■試験日 7月10日(日) 午前10時00分から  
(受付:午前9時20分～午前9時50分)

■会場 中央公民館  
全国町村会館※東京会場でも受験できます

■受験資格 下表に定める条件を満たす方

試験区分	採用予定人数	勤務先および職務内容	受験資格
一般事務職	若干名	町長事務部局、議会事務部局、各種委員会事務部局または公営企業部局で一般事務に従事	平成5年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方で、高等学校以上を卒業または令和5年3月までに卒業見込みの方
土木技術職	若干名	町長事務部局、公営企業部局で土木工事設計などに従事	平成5年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方で、高等学校以上の学校で土木課程または専門学校の土木課程を卒業または令和5年3月までに卒業見込みの方

## ■資料請求方法

- (1) 総務課に直接請求
- (2) 町ホームページからダウンロード
- (3) 郵送での請求の場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、84円切手を貼ったあて先明記の返信用封筒(12cm×23.5cm以下)を同封のうえ、総務課に送付

## ■受付期間

5月12日(木)～6月10日(金)まで

## ■資料請求あて先

〒891-3692

鹿児島県熊毛郡中種子町野間5186番地  
中種子町役場 総務課行政係

町ホームページ (<https://town.nakatane.kagoshima.jp/>) 「ホーム > 町の情報 >

人事・職員 > 令和4年度職員採用試験(一般事務職・土木技術職)」

掲載ページ QR →



## 「燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会」運営ボランティア再募集について

令和5年開催の両大会の成功に向けて、一緒に活動していただく運営ボランティアを再募集しています。県民みんなで、全国から訪れる全ての方々をまごころのこもったおもてなしでお迎えし、みんなの心に残る両大会にしましょう。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

●募集人数 6,000人 ●ボランティア内容 開・閉会式、かごしま大会競技会の運営補助など

※詳しくは、県実行委員会ホームページをご覧ください。

◎お問い合わせ先

燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会実行委員会事務局

鹿児島県総務企画課 ☎099(286)2906 FAX:099(286)5553

E-mail:kokutai-kenmin@pref.kagoshima.lg.jp

掲載ページ QR →



## 種子島こりーなイベント情報!!

◎お問い合わせ先 種子島こりーな ☎ ㊟ 3711

### このほんよんでくれ!

■日時 6月24日(金) 午後6時開場 午後6時30分開演  
■場所 種子島こりーな



■料金(全席指定) 一般500円(3歳以下無料)

#### ■チケット販売

種子島こりーな  
種子島開発総合センター(西之表市鉄砲館)

#### ご来場のお客様へ

- 新型コロナウイルス感染症対策に関する国・県などの方針や、ガイドラインに基づいた対策を講じ開催します。
- ご来場にあたっては、マスクの着用と検温にご協力ください。
- 購入したチケットに、名前・電話番号を記入し、必ずご持参ください。
- 今後、新型コロナウイルス感染症の感染状況次第により、公演を延期または中止する場合があります。

## 図書だより

### 本が読みづらいと感じる方への図書室サービス

■マルチメディア DAISY (デイジー) 図書の  
217タイトルの貸し出しを開始しました。

誰でも利用可能な93タイトルと、障害があるために、通常の本では読書が困難な方のみ利用可能な124タイトルが、貸し出し可能となりました。



#### ■マルチメディア DAISY 図書の説明

通常の本では、読書が困難な方のために作られた電子図書です。

文章をハイライトしながら、その部分の音声と一緒に読むことができます。文字の大きさや背景の色、音声スピードなども変えることができ、様々な障害(※)のため活字による読書が困難な方に有効であるとされています。

#### ※様々な障害

発達障害(自閉症スペクトラム障害、学習障害、注意欠落、多動性障害)、知的障害、上肢障害、視覚障害(全盲、弱視)など

図書室のホームページ (<http://www.nakatane-library.jp/>) の蔵書検索で、「DAISY」を検索するとタイトルを確認することができます。

図書室ページ QR ➡



## 農業用施設などの維持管理の徹底と点検記録の整理について

◎お問い合わせ先 農地整備課管理係 ☎ 27 1111 内線 284・268

本町では、異常な自然現象によって農業用施設（農道・水路など）が被災したとき、農林水産省所管の国庫補助事業で施設を復旧しています。

災害復旧事業の対象となる農業用施設は、日頃からの適正な維持管理が行われていることが前提となっていますので、次のとおり施設の維持管理の徹底と点検記録の整理をお願いします。（維持管理を怠ったことが原因で生じたと認められる災害は、災害復旧事業として採択されない場合があります）



### ■維持管理について

除草作業のみでは維持管理不足とみなされる可能性があり、災害発生要因となる水路・側溝などの堆積土砂の撤去、補修などを行っていることを示すことが必要です。

### ■点検記録簿について

施設を利用する受益者や水利組合などで維持管理の状況や年間計画などを日常から整理してください。

水路については、利用前の共同役務の実施記録、取水期の点検パトロール記録など。

農道については、共同役務の実施記録、定期補修、砂利などの投入記録など。

### ■維持管理作業写真について

上記の点検や補修をおこなった際の記録として必要です。

※維持管理・点検記録簿の様式は、任意の様式で構いません。参考様式については、農地整備課に備えています。

## 土地改良区新役員紹介

◎お問い合わせ先 土地改良区 ☎ 27 1111 内線 267

令和4年3月25日開催の第57通常総代会にて、以下のとおり新役員が選任されました。

任期は、令和4年4月26日から令和8年4月25日までの4年間です。

よろしく申し上げます。

（役職は令和4年4月15日開催の、臨時監事会および理事会にて決定）

被選任区	役職	氏名	監事	員外監事
第1 星原被選任区	理事	田中 義人	春田 守	平山 良太
第2 納官被選任区	副理事長	園中 勝弘		
第3 増田被選任区	理事	馬場 賢治		
第4 野間上被選任区	理事	岩 次則		
第5 野間下被選任区	理事長	浜脇 吉嗣	総括監事 永浜 一春	
第6 油久被選任区	理事	秋田 澄徳		
第7 南界被選任区	筆頭理事	潮 恵男		
第8 岩岡被選任区	理事	森山 昭市		

### 節句人形・鯉のぼりなどのご寄贈のお願い

◎お問い合わせ先 歴史民俗資料館 ☎ ㉓ 2233

歴史民俗資料館では、ひな人形や兜飾りなどの「節句人形」や「鯉のぼり」などのご寄贈をお願いしております。

ご寄贈いただいた人形などは資料館・古市家住宅の企画展にて展示します。

ご寄贈いただける方は、上記までご連絡ください。



### スポーツ安全保険の加入募集について

◎お問い合わせ先 種子島中央体育館 ☎ ㉓ 2226

スポーツ安全保険は、4人以上のアマチュアの団体（学校管理下を除く社会教育関係団体）を対象とした保険です。

地域や会社、仲間ですぽーつをするときには、万が一の損害事故に備えて保険に加入しましょう。※申込用紙は、種子島中央体育館窓口で受取可。

#### ■加入できる団体

スポーツ活動、文化・ボランティア・地域活動、指導・審判などを行う社会教育関係団体（学校管理下を除く）

#### ■補償される範囲

- ① 団体での活動中
- ② 団体活動への往復中



#### ■補償できる事故

##### ●傷害保険

急激で偶然な外来の事故により被った傷害による死亡、後遺障害、入院、手術、通院を補償

##### ●賠償責任保険

他人にけがをさせたり、他人の物を壊したことにより、法律上の損害賠償責任を負うことによって被った損害を補償

##### ●突然死葬祭費用保険

突然死（急性心不全、脳内出血などによる死亡）に際し、親族が負担した葬祭費用を補償

詳しくは、公益財団法人スポーツ安全協会ホームページ(<http://www.sportsanzen.org>)をご覧ください。

### 人権ってなんだろう 第6回「外国人の人権について」

◎お問い合わせ先 社会教育課社会教育係 ☎ ㉓ 1111 内線 262

#### 国際社会の一員として

国籍や民族など異なる者同士が、文化的な違いを認め、理解しあい、共に生きていく多文化共生の社会を目指しましょう。

#### 身近に生きづらさが存在します

外国人であることを理由に、アパートへの入居や公衆浴場での入浴を断られるなど、外国人は生活上の困難を抱えています。

#### 差別的な言動は許されません

特定の人種や出身国、民族などによって攻撃、脅迫、侮辱するヘイトスピーチなどの差別的言動は、決して許されるものではありません。

#### 安心して働くことができる環境を

就労やその技能実習のため来日する外国人が増えています。外国人が安心して働き、生活することができる職場や地域の環境をつくっていく必要があります。

石油組合中種子支部より

日曜日当番のお知らせ

組合加盟店	7月	8月	9月
(有) 和人組 中央給油センター	3日	14日	11日
	17日	28日	25日
	31日		
種子島石油(株) 中種子中央給油所(畠田)	10日	7日	4日
	24日	21日	18日

◎お問い合わせ先

(有) 和人組中央給油センター ☎ 24 2255

種子島石油(株) 中種子中央給油所 ☎ 27 0205

放送大学入学生募集

放送大学はテレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。

6月10日から、2022年10月入学生を募集します。詳しい資料を送付しますので、お気軽にお問い合わせください。

■募集学生の種類

－教養学部－

科目履修生（6ヶ月在学し、希望する科目を履修）

選科履修生（1年間在学し、希望する科目を履修）

全科履修生（4年以上在学し、卒業を目指す）

－大学院－

修士科目生（6ヶ月在学し、希望する科目を履修）

修士選科生（1年間在学し、希望する科目を履修）

■出願期間

6月10日～8月31日、9月1日～9月13日

（インターネット出願も受け付けています）

■資料請求（無料）・お問い合わせ先

〒892-8790 放送大学鹿児島学習センター

鹿児島市山下町14-50

（かごしま県民交流センター西棟4階）

☎099-239-3811 FAX:099-239-3841

放送大学ホームページ <https://www.ouj.ac.jp>



令和4年度（2022年度）の労働保険

年度更新について

●6月1日から7月11日までは、労働保険料の申告および納付の期間です。

●e-Govから電子申請による申告も可能です。

◎お問い合わせ先

鹿児島労働局労働保険徴収室 ☎099-223-8276

地域包括支援センターだより

◎お問い合わせ先

☎ 27 1223

『認知症サポーター養成講座』について ～認知症について一緒に学び地域で支えよう～

認知症を正しく理解し、地域での見守りやちょっとした手助けで、認知症になっても安心して暮らし続けられる町をめざして、認知症サポーターを養成しています。

「認知症ってどんな病気?」「認知症の人に対してどう接すればいいの?」といった認知症に関する基礎知識が学べます。講座は90分で、学校や職場、集落の集まりや仲間同士など、対象に合わせた内容を準備しています。地域で認知症の人を支える一人として認知症サポーター養成講座を受けてみませんか。

地域包括支援センターでは認知症に関する相談を受けています。お気軽にご相談ください。

■無理なく実践できるフレイル予防（第3回）

フレイルとは、加齢により心身の機能や活力が低下している状態のことです。毎日の生活習慣の中に取り入れたいフレイル予防のヒントを紹介します。

●朝食はしっかりと

朝食は毎朝しっかりととりましょう。高齢期は「低栄養」を防ぐため、たんぱく質を意識してとることが大切です。また、よく噛んでゆっくりと食べることも大切です。



『黄水仙』 

花大根遙かに望む宇宙基地

伏之前 岩崎カネ子

今日のみは善女となりて仏生

会 上方 大久保篤子

正門の声高らかに一年生

伏之前 山元悦子

行く春やネクタイ外し田畑継

ぐ 大牟礼 川下光子

吹きわたる島風小僧山笑う

本村 秀

墨染の若き僧行く花吹雪

大津市 大崎郁子

絶妙なり塩の塩梅さくら餅

上方 昇竜

花大根小さな園をかくしけり

横町 山小田雅子

花大根遠きハミング花鉢

満足山 一穂

軽やかな子等のピアノに蝶々

舞う 田島 一郎

『つまべに 詠草』 

雨のあがりを待ちてゐたるや黒き蝶の海桐花

の白き花に寄り来

春が来た菜花つわぶき蓬採り寝覚めのうぐい

す島の贅沢

出世より恥をかかぬの懸命が前への道筋細く

なしたり

裏庭をのんびり通る野良猫と互いに見合いて

時間は止まる

爪切るを延ばせばよかったと悔いにつつ誰が置

きくれしや朝つわをむく

縁児は何十兆もの細胞を三キロの身に授かり

産まるや

山並みは若葉ふっくら盛り上がりはひふへほ

ほと笑う声する

早朝よりじいじいじいじと呼び回され二歳の

孫との遊びに疲る

落花生を植えたる後の忙しさ糸縄張るをカラ

ス見ており

息と孫に逢う為母は旅に出た父の写真をバツ

クにつめて

函館 山田 正明

伏之前 徳永 武彦

伏之前 中嶋 喜代子

資料館だより (508号)

町が誇る重要遺跡 その2

立切遺跡②

昨年(2021年)の広報なかたね10月号に続き第二弾として、今

から約3万5千年前頃の種

子島の大地の様相と立切に

生きた人々の生活に迫りま

す。

3万5千年前の地球は、

最終氷期といわれ、世界平

均気温は8度。日本列島の

大部分の地域は寒冷で乾燥

し、海面が現在より10

0メートル以上も低く、一

部陸続きであったとされて

います。

当時の自然環境について

は、遺跡の発掘調査によっ

て発見された地層や遺構・

遺物から採集された炭化材

の樹種同定分析によって推

定することができま

す。

これまでの調査・研究に

より立切遺跡において出土

した炭化材は、クスノキ科、

ツバキ属、ハイノキ属、イ

イギリなど広葉樹であるこ

とが分かりました。

この結果から、当時の種

子島は他の地域とは異なり、

おおむね照葉樹林に覆われ

た比較的温暖な地域であり、

植物質食料(木の実など)

の加工品である石器類の出

土からも、落とし穴猟のみ

に頼らず、植物質食料に依

存した生業が営まれていた

ことが推定されました。

このようなことから立

切遺跡は、列島南部、南西

諸島北端域における後期旧

石器時代前半期の生活史を

伝える遺跡として、他に類

をみず、極めて貴重である

といえるのです。

(中種子町教育委員会

社会教育課文化係)

## 6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です

### 《令和4年度 標語》

「いただきます 人生100年 歯と共に」

#### ■歯科健診を定期的に受けましょう

皆さんの歯とお口の健康をつくるために、歯医者さんでは歯科健診や歯科相談、むし歯や歯周病予防のための治療を行っています。

#### ■むし歯のチェック

むし歯は、噛む面やつけ根だけでなく、歯と歯の間などの直接見えないところにもできやすいものです。一度つめて治療してあっても、そのわきの方に新たなむし歯ができることもあります。

#### ■歯ぐきのチェック

歯の周りのポケット（歯周ポケット）が深いと、歯周病になります。あなたの歯周ポケットの深さはどのくらいか、チェックしてもらいましょう。

#### ■ブラッシング指導

歯と歯ぐきの正しい磨き方は、その人の歯並びや歯磨きの癖などのため、一人ひとり違うものです。あなたに合った、歯ブラシ・フロス・歯間ブラシなどの正しい使い方を、歯医者さんに教わりましょう。

#### ■歯石を取る

歯石は誰にでもつき、歯肉を圧迫するなどして、歯周病を引き起こす原因の一つとなります。自分で取り除くことは困難ですので、定期的に歯医者さんに歯石を取り除いてもらいましょう。

#### ■歯科相談

むし歯や歯周病についての悩み事以外でも、歯医者さんは相談にのってくれます。顎の痛み（顎関節症）、噛むこと（摂食）、飲み込むこと（嚥下）について指導や治療、要介護者のお口の中のケアなどについても気軽に相談してみましょう。

#### ■お口の中の粘膜の病気チェック

お口の中や舌、唇、口角などの粘膜にできる炎症（口内炎）には、お口の中やその周りに原因があるものと、全身的な原因があるものがあります。口腔粘膜の異常は、口腔がんなどの病気の可能性もあります。

普段からお口の中を清潔に保つとともに、定期的に歯医者さんでお口の中の粘膜の状態をチェックしてもらいましょう。（日本歯科医師会引用）

※6月4日～13日まで保健センターで集団健診と一緒に歯周病検診も行っております。ぜひこの機会に受診してみましょう。



## 春から秋はマダニに注意を！

マダニに噛まれた場合、重症熱性血小板減少症候群などに罹患する可能性があります。草むらや藪などマダニが多く生息する場所に入る場合には下記の点にご注意ください。

#### ■重症熱性血小板減少症候群の症状

発熱、倦怠感、食欲低下、消化器症状、出血症状、リンパ節腫脹

#### ■潜伏期間 6日～2週間



#### ■感染予防対策

- 肌の露出を少なくする
  - ・長袖、長ズボンを着用する
  - ・帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻く
  - ・足を完全に覆う靴を履く（サンダルなどは避ける）
- シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる
- 明るい色の服を着る（マダニを目視しやすい）

#### ■もし噛まれたら

無理に引き抜こうとせず、医療機関を受診し、除去してもらってください。

たばこの健康影響を知ろう！世界禁煙デー5月31日から6月6日の1週間は「禁煙週間」です。

## ■喫煙に関する健康影響

喫煙者のたばこの害（肺がん・胃がん・大腸がん・心筋梗塞・くも膜下出血など）についてはよく知られています。また受動喫煙による周囲の方への影響も多く報告されています。

若者の喫煙による健康影響については、もちろん若くから吸い続けるとそれだけ長く吸ってしまうことになり、上記に挙げた健康影響のリスクが高くなります。また、身体活動やスポーツへの影響、咳や痰といった呼吸器症状や喘息発作など、日常生活において支障をきたす症状を引き起こす可能性があります。

## ■喫煙者の30～40%は「禁煙したいと考えているが、禁煙できない。」

これはニコチンによる依存状態にあるからです。やめたいと考えているが、自分一人では禁煙の自信が無い方は、禁煙外来を利用してみてはいかがでしょうか？

島内では種子島医療センターに禁煙外来があります。一定の条件を満たせば健康保険が適用されます。



## 6月19日～6月25日は「ハンセン病問題を正しく理解する週間」です

ハンセン病問題に対する解決の促進を図るために、県では「ハンセン病問題を正しく理解する週間」を定めています。

ハンセン病は、らい菌によっておこる感染症ですが、感染力は弱く早期発見と早期治療により、完治する病気です。

誤った隔離政策によって、強制的に隔離され、ご本人だけでなく、ご家族も偏見や差別を受け、多くの方々のかけがえのない人生が奪われました。

病気が治っても家族の元へ帰れず、社会復帰が難しい状況にあり、今もなお、多くの方々が、療養所での生活を余儀なくされています。

長い間、偏見や差別に苦しめられたハンセン病患者であった方々や家族が、平穩に安心して生活できる地域づくりのために、また、二度とこのような悲しい歴史を繰り返さないために、私たち一人ひとりが、ハンセン病問題とは何か正しく理解することが大切です。

## 食生活改善推進員コーナー

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」、

毎月第3土曜日は「かごしま生き生き食の日」です！

保健センターでは、友達や親子と一緒に楽しく料理に携わることで「食」に関心を持てるよう、おやこ食育教室を行っています。

毎年、各学校・園を対象に開催し、食生活改善推進員と一緒に調理に携わります。

教室の申し込みについては、各学校・園を通して保護者の方に案内文が届きます。普段お家でお子さんと一緒に調理する時間をなかなかとることができない方、この機会にぜひご参加ください！

※今年度も新型コロナウイルス感染症対策を行いながら開催します。



## 成人用肺炎球菌ワクチン予防接種のお知らせ

■対象者（平成26年度から平成30年度の間に肺炎球菌ワクチンを接種していない方で①または②に該当する方）①下表の誕生日に該当する方

65歳	70歳	75歳	80歳	85歳	90歳	95歳	100歳
S32.4.2 } S33.4.1	S27.4.2 } S28.4.1	S22.4.2 } S23.4.1	S17.4.2 } S18.4.1	S12.4.2 } S13.4.1	S7.4.2 } S8.4.1	S2.4.2 } S3.4.1	T11.4.2 } T12.4.1

②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に、自己の身の周りの日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方

※65歳になる方には通知していますが、70歳以上の方で接種を希望される方は、保健センターまでお問い合わせください。



### ■費用

助成額3,000円

差額は自己負担（生活保護受給者は無料）

### ■期間

令和4年4月1日～令和5年3月31日

※実施期間を過ぎると全額自己負担となります。

早めに接種を済ませましょう！！

### ■その他

これまでに肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがある方は、今回定期接種として受けることはできません。

また、5年以内に再接種を行うと強い副反応があります。過去の接種状況をご確認ください。

## スポーツ大会の結果



■第56回全空連鹿児島県空手道連盟春季大会  
（4月30日～5月1日・県総合体育センター体育館）  
▽小3男子の部  
■個人戦  
▽4位優秀賞 上浦 彩登（畠田）



■第47回沖縄県新人人体重別高等学校柔道大会  
（4月23日・沖縄県立武道館）  
▽100kg級  
■個人戦  
優勝 福 大雅  
（沖縄尚学2年・旭町出身）



■全国マスタース鹿児島県代表選考会  
（4月30日～5月1日・県総合体育センター体育館）  
▽形2部  
■組手3部  
▽50歳～59歳男子  
2位 川原 憲一（松原）  
▽50～54歳男子  
優勝 川原 憲一（松原）



■小6男子の部  
▽組手個人戦  
5位優秀賞 園田 真利（田島）

呼吸で使われる筋肉について

今回は呼吸について紹介をしたいと思います。

「体を鍛えよう」、「体調に気を付けよう」と思う人は多いでしょうが、呼吸に対して「鍛えよう」、「気を付けよう」と思う人は少ないと思います。

しかし呼吸とは、肺が勝手に動いて空気の出し入れをしているわけではなく、呼吸筋が肺を広げたり、縮めたりして空気の出し入れを行っています。

呼吸筋は加齢によって硬くなり、衰えます。また、肺の弾性も低下し空気を出し入れする力は落ちていきます。空気の出し入れが十分でないとお苦しさを感じたり、肺機能が低下したり、不安な気持ちが強くなったりします。

呼吸筋の向上には、ウォーキングが効果的です。胸を張り、背筋を伸ばして歩くようにすると胸郭が広がり、息を大きく出し入れすることになります。また、普段から姿勢を良くすることを心掛け、大きな声を出したり歌を歌うようにすると呼吸筋が鍛えられ

ます。意識的に、息を吐き切るトレーニングを行うのもよいとされています（腹式呼吸・口すぼめ呼吸）。呼吸筋のストレッチには、首・肩・背中の筋肉をほぐすことが大事です。普段何気なく行っている呼吸ですが、大切な生命活動のひとつですので、少しでも興味を持っていただけたらと思います。

呼吸筋ストレッチの一部紹介  
参照：独立行政法人環境再生保全機構 呼吸筋ストレッチ体操



宇宙センターだより

宇宙科学技術館 ☎ 26 9244  
種子島宇宙センターホームページQR



7月31日(日)開催予定!

種子島宇宙センター特別公開

2022年7月31日(日)に、種子島宇宙センター特別公開を開催予定です! 新型コロナウイルス感染症の影響で2020、2021年度は開催せず、2019年5月以来約3年ぶりの開催となります。

通常のバスツアーでは見学できない施設・設備を見学できる特別なツアーや職員講演、水口ケット打上げ体験など、皆様に楽しんでいただける企画を検討しているところです。

今回は新型コロナウイルス感染症対策として、事前予約制・人数制限を設ける可能性がございます。また、感染状況次第ではオンラインでの開催に変更となる可能性もございます。

今後の情報につきましては、種子島宇宙センターホームページ・ツイッターにて随時お知らせしますので、そちらをチェックしてください! 皆様のご来場をお待ちしています。

種子島宇宙センター  
ツイッターQR ↓



打上げの舞台裏「気象の観測」

安全にロケットを打ち上げるため、気象の観測・予測は欠かせません。この気象の観測は、打上げの4日前から24時間体制で行われ、打上げ当日には航空機や高層気球、気象レーダーなども活用しています。



高層気球を用いた気象観測の様子

JAXAでは、打上げへの影響が大きく観測が難しい氷結層についても、精度よく評価する手法を確立しています。

今後もロケットの整備作業や打上げの確実な実施、さらにH3やイプシロンSにおける高頻度打上げを見据え、最新かつ的確な気象情報を提供できるよう、さらなる追究・深化の取り組みを続けていきます。

(記事の内容は4月28日時点)

●寄附のお礼

亡くなられた方々のご家族から、社会福祉協議会へ金一封が寄せられました。これらの善意に感謝するとともに、謹んで故人のご冥福をお祈り申し上げます。(敬称略)

- 山根 敏之 (満足山) 美園 和彦 (日置市)
- 向井 信二 (古房) 鳥居 勇 (輪之尾)
- 野崎 健 (町山崎) 山元 修 (松原)
- 眞戸原 幸子 (上方) 濱田 貞廣 (郡原)

暮らしのうごき

人口の動き

総人口	7,560人(77)	出生	3人
男性	3,611人(42)	死亡	10人
女性	3,949人(35)	転入	115人
世帯数	4,163戸(55)	転出	32人

※( )は前月との比較(4月末現在)

火事・救急

火事・救急(町内) 4月中			
火事	1件	うち建物	0件
救急	37件	うち急病	29件

交通事故(人身)

交通事故	町内	島内
発生件数	0件(-2)	1件(-4)
死者数	0件(0)	0件(0)
負傷者数	0件(-2)	1件(-4)

※令和4年4月、( )は前年同時期比較

## 戸籍の窓

令和4年4月受付分  
(承諾書をいただいた方のみ掲載)

### こんにちは赤ちゃん

男の子	名前	両親	集落
4/2	田淵川 銀次 <small>ぎんじ</small>	豊・優香	上方

女の子	名前	両親	集落
4/25	永濱 桜音羽 <small>おとほ</small>	誼・絵里	伏之前

### おくやみ申しあげます

名前	集落	年齢
4/6 尾辻 多津子	つまべに苑	85歳
4/11 阿世知 幸徳	牧川	86歳
4/12 田中 終	浜津脇	91歳
4/12 馬場 陽子	中山	93歳
4/17 野崎 千カ	町山崎	105歳
4/17 日高 健一	田島	74歳
4/18 吉岡 哲郎	つまべに苑	74歳
4/23 山元 甫	松原	93歳
4/29 濱田 千ズ子	郡原	78歳

※『新型コロナウイルス感染症について』

**検索**

■高齢の方や持病をお持ちの方は特に注意が必要です。

■咳エチケットに努めましょう。

③指の間

④手首

①手のひら

②手の甲

■入念に飛沫を洗い落としてください。

■飛沫や接触にご注意ください。

■人込みを避け、飛沫をよけましょう。

新型コロナウイルス感染症について

# 「なかたねお知らせ版」 6月1日～30日

※新型コロナウイルス感染症対策のため予定が変更になる場合があります。

## 保健センター すこやかカレンダー

保健センターで実施

日	行事
2 (木)	ぽかぽか教室 13:00～
3 (金)	母子手帳交付 13:00～
4 (土) ～14 (火)	結核検診 8 (水) を除く
4 (土) ～13 (月)	集団健診
14 (火)	職場健診
16 (木)	乳幼児健診
23 (木)	すこやかマタニティ教室 (栄養) 18:00～
24 (金)	乳幼児健診 母子手帳交付 13:00～

## 乳幼児健診

保健センターで実施

受付時間	対象者	対象月齢
16 (木) 12:45～13:00	3 歳 児	H31.4.1～R1.5.15
24 (金) 9:00～9:15	3～5ヶ月児	R4.2.1～R4.2.28
24 (金) 9:00～9:15	6～8ヶ月児	R3.11.1～R3.11.30
24 (金) 9:15～9:30	9～11ヶ月児	R3.8.1～R3.8.31
24 (金) 9:30～9:45	1歳6ヶ月児	R2.10.1～R2.11.30

## 予防接種医療機関日程

- ・田上診療所 (月・金曜日の14:00～16:00)
- ・種子島医療センター (月～土曜日の14:00～16:00)
- ・公立種子島病院 (金曜日の16:00～)
- ・高岡医院は下記のとおり

接種種類	接種期間	接種可能対象者
MR混合期2	6月1日～6月11日	H28.4.2～H29.4.1生まれ
日本脳炎1期	6月13日～6月30日	H31.4.2～R2.4.1生まれ
日本脳炎1期追加		H29.4.2～H30.4.1生まれ
		H30.4.2～H31.4.1生まれ
日本脳炎2期		H23.4.2～H24.4.1生まれ
		H24.4.2～H25.4.1生まれ
日本脳炎特例		H16.4.2～H17.4.1生まれ

予防接種を受ける際は事前に医療機関へご確認・ご予約をお願いします。

日本脳炎については、令和3年度対象(1期追加および2期)の方も接種可能となります。

※詳しい事については、保健センター ☎ ㉓ 1133 までお問い合わせください。

## 行事・イベントなど

日	行事
1 (水)	よろず支援拠点定期相談会 11:00～
7 (火) ～10 (金)	地区中体連総合体育大会
9 (木) ～16 (木)	町議会
11 (土)	土曜授業
15 (水)	どんぐり学級
18 (土)	チャレンジキッズ「オリエンテーション」
24 (金)	自主文化事業「このほんよんでくれ!」 種子島こりーな
25 (土)	中央公民館図書室おはなし会 10:30～

## 公立種子島病院 (☎ ㉓ 1230)

各科	診察日
眼科	6 (月)・7 (火)・20 (月)・21 (火)
耳鼻咽喉科	毎週木曜日
整形外科	毎週火曜日
小児科	毎週月曜日～金曜日
消化器検査	毎週水曜日
野田先生勤務日	6 (月) 午後～10 (金) 午前 20 (月) 午後～24 (金) 午前

## 休日在宅医当番表

日	病院・医名	☎ ㉓
5 (日)	公立種子島病院	1230
12 (日)	種子島医療センター	0960
19 (日)	田上診療所	0325
26 (日)	種子島医療センター	0960

## 子育て支援センターおひさま (保育所内)

未就園児対象 全て 10:00～11:30

日	行事	場所
7 (火)	幼児学級 (2～4歳) ダンボールあそび	福祉センター
10 (金)	幼児学級 (1歳) ダンボールあそび	福祉センター
17 (金)	赤ちゃん教室 (1歳未満) 歌あそび	福祉センター
21 (火)	幼児学級 (2～4歳) 七夕制作	福祉センター
23 (木)	幼児学級 (1歳) 七夕制作	福祉センター
28 (火)	赤ちゃん教室 (1歳未満) 七夕制作	福祉センター

## 中央保育所園庭開放日

※第2・第4月曜日 13日・27日 (10:30～12:00)

活動への参加など、詳しくは「子育て支援センターおひさま」☎ ㉓ 0031 (中央保育所内) までお問い合わせください。

★開業22周年、ご愛顧キャンペーン実施中

毎日爽快 **今日の疲れは 今日癒そう!**

**脊椎セラピーサロン**  
はじめました。

肩がこる、腰が重い、更年期、なかなか眠れない等、カラダのことで、お悩みの方におススメ一度お試しください。

カラダが楽になったと好評です♥

お試し 30分 1650円  
60分 2200円

★純国産最新マシン導入  
脱毛がバージョンアップしました

純国産安心脱毛 ●産毛 ●キッズ  
●シニア(介護脱毛) ●メンズ等  
詳しくはお気軽にお問い合わせください

ココロとカラダが若返る  
健美サロン華子ステーション  
お問合せ0997-24-3465  
西之表体育館ウラ

**HANAKO STATION**

7年間コミコミ 新車が月々定額

**7MAX**  
7年保証

頭金なし

車検込み 自動車税込み 自賠責保険込み オイル交換込み 雑費込み マットパイパー込み

**SUZUKI SMILE**

NEW CAR 新車

スズキ ワゴンRスマイルG 快適パッケージ

1 全てコミコミ 32万円

新車全メーカー 全車種取り扱い!

TOYOTA NISSAN HONDA MAZDA SUBARU SUZUKI MITSUBISHI

**ジョイカル種子島店**  
(有)牧瀬自動車  
TEL.0997-27-0344  
鹿児島県熊毛郡中種子町野間4193

TANEYAKU Jet foil  
**TOPY & ROCKET**

「トッピー&ロケット」の  
WEBサイトでは  
有人離島割引料金での  
決済が可能になりました。

予約してから  
中種子窓口での支払いや  
クレジットカードでの  
支払いができます。

また、鹿児島港の港止めで  
急便サービスをしています。  
詳しい内容につきましては  
お問い合わせください。

**種子屋久高速船株式会社**

西之表営業所 0570-004015 / 7時~17時※  
※土・月は6時~17時  
中種子窓口 0997-27-3663 / 9時~17時※  
※土・日・祝日は休み  
臨時休業により来店される際は、営業日の確認をお願いします

安心をあなたに  
**シロアリ無料診断**

『羽アリを見かけた…』  
『床がグラグラする…』  
どんな不安にも電話一本ですぐに対応します。

まずは気軽にお電話を

**小坂しろあり**  
〒891-3116 西之表市鴨女町110  
☎0997-23-0885  
☎080-3411-5207

Conditioning Gym **THANKS**  
～中種子筋力再生道場～

**無料体験実施中!**  
初回体験から1週間、何回でも無料体験できます

ジムって…  
重たいものを持つ?…バーベルなどお任せせん  
激しいのでは?…汗はほとんどかきません  
時間がかかるのでは?…慣れれば15分位です  
効果がでるの?…その場で効果が実感できます  
若者のためでは?…50歳以上70%女性65%  
自分にあうか?…1週間試してご判断ください  
この機会に、自分の力で自分をバージョンアップ!

**各種関節痛の軽減!**

若い頃は…  
関節を支える・守る筋力>関節を動かす筋力  
年齢を重ねると…  
関節を支える・守る筋力<関節を動かす筋力  
まずは**関節を支える・守る筋力**をしっかりと鍛えること、痛みもですが「**痛みの原因**」にもアプローチすることが大切だと考えます

火~金10:00~20:00 土曜10:00~14:00  
中種子町野間5297-15旭町通り(T-MAX向い)  
いつでもお気軽にお問い合わせください  
TEL090-2333-6150

**離島航空 割引カード**

の**更新手続き**はお済みですか?

『有効期限は3年間』  
鹿児島離島航空割引カードについてのお問い合わせは中種子町役場企画課(2階) ☎ 27 1111 まで!!

【持参する物】  
○身分証明書  
○証明写真 (横2.5cm×縦3cm)

鹿児島離島航空割引カード  
有効期限 令和 年 月 日 迄  
発行日

**島の四季彩 コレウス (シソ科)**

【別名】キンランジソ(金襴紫蘇)、ニシキジソ(錦紫蘇)

【原産地】主に東南アジア

【栽培適地】真夏の高温期は半日陰で、肥沃で適湿な場所

【繁殖法】挿し芽、実生

別名は、その葉のいろどりを表現したものです。熱帯では多年草ですが、日本の園芸界では1年草として扱われています。シソ科の代表的な夏の観賞用植物で、古くからありますが、近年はその変化も一段と豊富



なっています。高性・矮性、大葉・小葉・細葉・キク葉・フリンジ葉、種子系・栄養増殖系などで、葉にはいろいろな形状で斑が入っています。多品種を組み合わせると、これだけで花壇を飾ることができるほどです。同属の別種で横臥性のコモンソウ(ヒメコリウス)があり、同様に利用されています。面倒見が良ければ、バスケットや吊り鉢にも出来ます。繁殖は、種子で販売されていることありますが、栄養増殖系のものは15℃以上の気温があれば、挿し芽が容易です。

【写真・資料提供】香月茂樹さん(元薬草試験場長)