

霧島

広報きりしま



特集 Special Feature

今から備える介護予防



八田 冷子さん(68)
市社会福祉協議会会長。週末は夫が営むそば屋で女将として店を切り盛りする。日置市在住。

地域とつながる
介護予防といっても、単に運動機能や栄養状態などの維持・改善を目指せばいいというものではなく、地域とつながることが鍵だと八田さんは

目標を持って生きる
病院や施設でリハビリなど訴えます。「東日本大震災の直後から、絆という言葉が日本中に広がり、私たちの生活と密接になりました。人が本当に困ったとき、ちょっと声を掛け合える関係が身近にあることが大事です。とはいえず、月に1回ほどの声掛けだけでは、安否確認にはなっても地域とつながるといってところまでは至らない。高齢者研究では、少なくとも1週間か2週間に1度会えるような場が必要だと考えられています」

あなたのフレイル状態を自己診断
『イレブン・チェック』をやってみよう

※回答欄の右側に該当する項目が多いほど要注意。

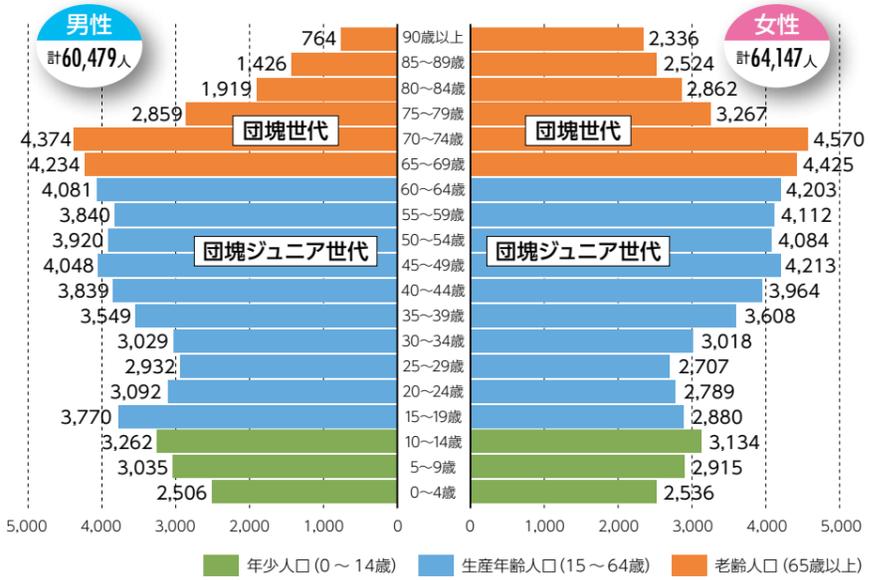
質問	回答欄
1 ほぼ同じ年齢の同性と比較し、健康に気をつけた食事を心がけている	はい いいえ
2 野菜料理と主菜(肉・魚)を両方とも毎日2回以上は食べている	はい いいえ
3 「さきいか」「たくあん」くらいの硬さの食品を普通にかみ切れる	はい いいえ
4 お茶や汁物でむせることがある	いいえ はい
5 1回30分以上の汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施している	はい いいえ
6 日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している	はい いいえ
7 ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い	はい いいえ
8 昨年と比べて外出の回数が減っている	いいえ はい
9 1日1回以上は、誰かと一緒に食事をする	はい いいえ
10 自分が活気にあふれていると思う	はい いいえ
11 何よりもまず、物忘れが気になる	いいえ はい

※フレイル予防ハンドブックを基に作成。

を受けるとは、運動機能を持続・改善する点で有効ですが、つらいリハビリや運動に継続して取り組むことは決して簡単なことではありません。「二人一人が生きてきた背

景も違い、好きなものも違う。人との関わりの中で感情が生まれ、目標もできます。例えば友達とおいしい物を食べに行きたいとかゲートボールをしたい、旅行に行きたいといった目標を持つだけでも、そのために努力したくなりませんか。経験を生かして近所で農業を教えたり、できるうちに従事したりと、社会貢献が自分の介護予防につながる人もいます。住み慣れた地域の中で週に1回だけでも交流の場に足を運んだり声を掛け合ったりすることが、予防としていかに大切なのかを知っていたら、元気なうちに実践してほしいと思います」

霧島市の人口構成(令和5年7月1日現在)



「これからの時代、今と同じようなケアを受けることは難しくなるかもしれない」と警鐘を鳴らすのは、市高齢者施策委員会委員を務める八田冷子さん(68)です。介護が必要な人を社会全体で支えるため、平成12年に創

設された介護保険制度は現在、時代の流れと多様なニーズに対応しながら大きく変化しています。令和7(2025)年には団塊の世代全員が後期高齢者に、令和22(2040)年には団塊ジュニアの世代が65歳以上と

介護予防と聞くと、まだまだ自分には関係ないと思う人も多いのではないのでしょうか。超高齢社会の問題が深刻さを増す中、私たちは何をすべきなのかを考えます。

今すぐ始める フレイル予防
今から備える介護予防

「要介護状態になってからも努力次第で改善を目指せますが、そうなる前から介護予防を意識し、取り組むことが重要です」と八田さんは力を込めます。

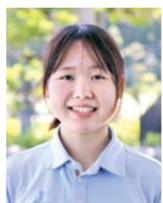
「要介護状態になってからも努力次第で改善を目指せますが、そうなる前から介護予防を意識し、取り組むことが重要です」と八田さんは力を込めます。

介護予防とは、要介護状態になることを防いだり遅らせたり、要介護状態になっても悪化を防ぎ、軽減を目指すことです。介護保険法では、要介護状態になることを予防するため自ら健康の保持増進に努め、要介護状態となった場合でも進んでリハビリなどのサービスを利用して生活機能の維持向上に努めるよう規定されています。

「一般的に、85歳を超える」と要介護認定を受ける人の割合が増えます。霧島市でも、介護の担い手不足の影響は計り知れません」

「介護予防とは、要介護状態になることを防いだり遅らせたり、要介護状態になっても悪化を防ぎ、軽減を目指すことです。介護保険法では、要介護状態になることを予防するため自ら健康の保持増進に努め、要介護状態となった場合でも進んでリハビリなどのサービスを利用して生活機能の維持向上に努めるよう規定されています。」

INTERVIEW



嘉祥園 介護福祉士 苗田 美優さん(20)

地域の未来に安心を

福祉施設で働く祖母が身近にいたおかげで、幼い頃から福祉や介護の仕事に興味があり、人の役に立ちたいと思っていました。利用者さんからのありがたい言葉がとてもやりがいにつながる仕事ですが、介護職は人手不足が深刻。当施設でも、特定技能実習生の方に頑張っていたいています。頼もしい先輩方も、いつかは卒業の時期がきます。10年後20年後にもこの地域の高齢者のよりどころとして在り続けられる施設を目指し、これからも頑張ります。



地域のひろばで介護予防

市では、地域の皆さんが自主的に集まり交流する「地域のひろば」づくりを推進しており、令和5年度は99カ所で交流が行われました。

あなたの地域でも健康づくりや介護予防に取り組む「地域のひろば」を始めませんか。

■「地域のひろば」を始めるには

- 実施団体＝地区自治公民館、自治会（複数の自治会が合同で実施することも可）
- 補助金＝1団体当たり22,500円～100,000円

※補助対象となる活動など詳細は、問い合わせください。
 〓市社会福祉協議会 ☎(45)1557、
 長寿介護課 ☎(64)0704

運動体操サロンで楽しく健康づくり

フレイルの人やフレイル予防に興味のある人を対象に、座ってできる運動や体操などを行う教室です。前期日程など詳細は、広報きりしま5月上旬号をご覧ください。

※前期日程は既に定員に達している場合があります。

- 期間＝【前期】5月～10月（月2回）、
 【後期】11月～3月（月2回）

- 対象＝65歳以上の市民
- 定員＝各会場先着30人
- 受講料＝無料

〓長寿介護課 ☎(64)0704、
 各総合支所市民生活課



短期集中型予防サービス (通所サービスC)を利用しませんか

運動・栄養・口腔について学び、日々のセルフケアに生かしませんか。自宅から事業所までの送迎も可能です。利用時間など詳細は問い合わせください。

- 内容/回数
- 機能訓練指導員による日常生活動作練習など/12回
- 管理栄養士による栄養相談など/1回
- 歯科衛生士による口腔ケアなど/1回
- 期間＝3カ月（全12回）
- 対象
- 歩行や身の回り動作などの低下があり、地域包括支援センターが必要と認められた人
- 介護保険を申請し、要支援1か2と認定された人
- 料金＝1回500円（別途、食事代が必要な場合があります）

居住地域	事業所
国分・隼人南	リハビリデイサービス隼人国分 (国分野口西289)
国分南	リハケアガーデンネクスト (国分広瀬1-24-30)
国分北・隼人北	いきいき国分交流センター (国分重久19)
横川・溝辺	デイサービスセンターえがお (横川町中/5091-1)
国分・福山	リハケアガーデン国分 (国分中央4-12-22)
牧園・霧島	みんなの家 (牧園町宿窪田939)

〓市地域包括支援センター ☎(48)7979



理学療法士
中村 大輔さん(42)

「まずは自分の現状と向き合うことが重要です。適切な予防に取り組めば、フレイルの進行を緩め、元の状態に戻すこともできます」と話すのは、理学療法士の中村大輔さん(42)です。

適切な予防のために
 栄養が不足した状態でトレーニングを行っても、ガス欠の状態です。トレーニングを効果的に行うためには、栄養面のケアは欠かせません。さらに、低栄養の原因はかんだり飲み込んだりする口腔機能の低下などが考えられます。フレイルの原因は一つではなく、さまざまな問題が関連しているんです」と呼びかけます。

「適切な予防につながる」との思いから同年8月、介護施設などの社会資源が少ない横川地区で、最初の運動体操サロンをスタートさせました。抱えている課題は人それぞれ。管理栄養士や歯科衛生士などを含むさまざまな人や機関と連携することで、フレイル予防につながる体制を整えました。しかし、最も大切なことは、本人が楽しく続けられること。関わる全ての人のための楽しい気持ちが集まれば、それが一番のフレイル予防につながる」と信じています。

「介護予防について取り上げた今回の特集。超高齢社会を生きる私たちは今、まさに過渡期を迎えています。高齢者が地域で自分らしく暮らし続ける環境づくりはもちろんです。元気なうちに自らの健康を保持増進することが大切です。」

市は高齢者福祉の向上や介護保険事業の円滑な運営のため、すこやか支えあいプラン2024を作成し、さまざまな取り組みを行っています。まずは自分ができることから取り組んでみましょう。フレイル予防、あなたはいいつ始めますか。

INTERVIEW



国分在住
塩水 勝男さん(82)

トレーニングを続けて杖が不要に

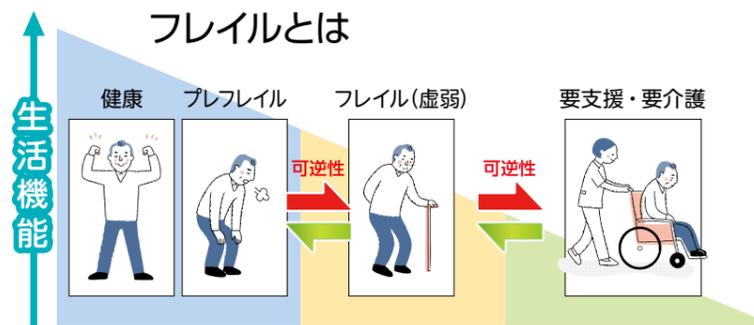
加齢とともに歩行が困難になり、杖がなければ歩けないほどに。このままではいけないと思い、妻の勧めで短期集中型予防サービスを利用しました。始めはボールを使った簡単なトレーニングですら体が思うように動きませんでしたが、指導員の助言を受けて、トレーニングマシンを使った運動もできるように。3カ月後には杖なしで歩けるようになりました。今でも週2回ジムに通って体力を維持し、大好きな釣りも満喫しています。



(株)エルグ・テクノ
健康運動指導士
東芦谷 薫さん(40)

若いうちからフレイル予防を意識して

運動体操サロンや短期集中型予防サービスなどでトレーニングの指導をしています。コロナ下では外出制限などで人との交流が減少。体や口を動かす機会が少なくなるとフレイルが進行し、体に悪い影響があります。元気な高齢者は若いうちから健康につながる活動を始めています。市内にはスポーツクラブやパーソナルジムなども増えています。早めにフレイル予防を意識し、自分に合った方法で楽しく体を動かす習慣を身に付けませんか。



今すぐ始めるフレイル予防

誰しも加齢による心身の衰えは避けることができません。いつまでも元気で家族や地域の人たちとつながり、社会参加しながら過ごすには、フレイル予防が鍵となります。



真夏の祭典 ~音楽祭が育んできた伝統の継承~



霧島国際音楽祭は毎年7月中旬から約20日間、世界各地で活躍する音楽家が集い、霧島市を中心に県内各地で開催されます。日本で最も歴史のある音楽祭の一つであり、国内外から「世界一流の音楽祭」と高

い評価を得ています。次代を担う音楽学生の学びの場でもある同音楽祭。今年7月19日(金)から8月4日(日)まで行われます。この貴重な機会に、一流の演奏をご堪能ください。

※詳細は霧島国際音楽祭ホームページをご覧ください。

問=みやまコンセール ☎(78)8000



霧島国際音楽祭のホームページはこちらから

霧島市内の主な公演スケジュール一覧

期日	開演時間	公演名	会場	料金	
7月	20日(土) 19:30	霧島神宮かがり火コンサート	霧島神宮	無料	
	21日(日) 14:00	オープニング・コンサート	みやまコンセール	5,500円(4,500円)	
	23日(火) 13:00	エアポート・コンサート	鹿児島空港	無料	
	25日(木) 19:00	霧島国際音楽祭in国分ハウジングホール 浅野祥&神田将	国分ハウジングホール(市民会館)	2,000円(1,000円)	
	27日(土)	13:00	松田華音・牛田智大 ダブル・リサイタル	みやまコンセール	4,000円(3,000円)
		16:00	クラーロフ率いるキリシマ・ストリング・アンサンブル ヴィヴァルディ「四季」	みやまコンセール	4,000円(3,000円)
	28日(日)	13:00	音楽祭名物!チェロ・オーケストラ	みやまコンセール	3,000円(2,000円)
16:00		堤剛音楽監督 バースデー・コンサート	みやまコンセール	4,000円(3,000円)	
29日(月) 11:00	きりしま街なかコンサート	きりしま国分山形屋(2F)	無料		
8月	3日(土)	10:30	霧島国際音楽祭受賞者ガラ・コンサート	みやまコンセール	2,000円(1,000円)
		15:30	ゲヴァントハウス管コンマスのエルベン・プロデュース 魂揺さぶるオール・ドイツ・プログラム	みやまコンセール	4,000円(3,000円)
	4日(日) 13:00	ファイナル・オーケストラ・コンサート	みやまコンセール	6,000円(5,000円)	

※未就学児の入場・同伴不可(入場無料のコンサートを除く)。カッコ内は高校生以下の料金。

問・申=みやまコンセール ☎(78)8000

「友の会」入会で霧島国際音楽祭をもっと身近に

音楽祭に参加する音楽家や受講生を応援するために設立された霧島国際音楽祭きりしま友の会。音楽祭の発展や、音楽を楽しむ地域づくりに貢献するために活動しています。

- 主な会員特典=音楽祭コンサートチケットの先行予約や特別料金での購入、会員に限り無料で見学できるレッスンやコンサートなど
- 年会費=個人会員/3,000円、家族会員(個人会員の同世帯で2人目以降)/2,000円、ジュニア会員(高校生以下)/1,000円、法人会員/10,000円

問・申=霧島国際音楽祭きりしま友の会事務局(スポーツ・文化振興課内) ☎(64)0710



講師やアーティストなどと交流できるビュッフェパーティー

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。



地元の魅力発信に向けて 高校生が新茶の手摘みを体験

分中央高校ビジネス情報科3年生75人が4月30日、牧園町にあるヘンタ製茶(有)の畑で新茶の手摘みを体験しました。特産品である霧島茶の振る舞いや地元のPR動画を制作する講座などを選択している生徒に、生産現場を知って学びを深めてもらおうと15年ほど前から続いています。商品開発の勉強をしている造倉万璃(せうくら)さんは「初めて茶摘みを体験した。これからの授業でお茶の濃さが味わえるお菓子を作る予定。霧島茶のおいしさを生かしたい」と笑顔で話しました。

薩摩切子がゴジラとコラボ



美の匠ガラス工房弟子丸が4月23日に市役所を訪れ、70周年を迎えたゴジラとコラボし、薩摩切子のタンブラーなど9点の製作を報告しました。一部の商品はふるさと納税返礼品として取り扱われます。

親子で楽しめるマルシェ



子ども連れの家族に、1日楽しく過ごしてもらうことをコンセプトに4月28日、日当山温泉公園でかいいるまるしえが初開催。読み聞かせや音楽ステージなどの催しがあり、多くの人を楽しみました。

能登半島地震被災地へ派遣



能登半島地震の被災地支援のため4月30日、市職員9人を派遣する出発式が市役所で行われました。石川県輪島市と志賀町で、被災家屋の調査業務や災害ごみの処分の受け付け業務などに従事します。

こいのぼりの下で住民交流



こいのぼりの日を前にした5月3日、国分小学校で鯉のぼり大会が開催され、地域住民や児童、保護者ら約200人が参加。グラウンドゴルフや綱引き、じゃんけん大会などがあり、にぎやかな歓声が響きました。

ご当地の魅力が詰まった、お客さまと地域をつなぐ宿。



株式会社星野リゾート・マネジメント 界霧島 サービスチーム
小辻 絵理花さん(24)
 青森県出身。令和4年入社。趣味はダイビング。
 特技はバッティング。隼人町在住。

フラットな関係の職場です。



ON OFF

霧 島錦江湾国立公園内にたたずむ、(株)星野リゾート・マネジメントが運営する温泉旅館「界霧島」。全客室から桜島や錦江湾を望むことができ、スロープカーを使って湯浴み小屋へ向かえば、霧島山の恵みの温泉と豊かな自然に心身ともに癒やされます。

「星野リゾートでは多様な経験を持つ人材を大切にしています。採用内定後の入社月が選べるのも、個人に経験を積んでほしいから。入社後も役職はなく全員が同じ立場で話し合い、より良いサービスの提供につなげています」と話すのは総支配人の松嶋勇さん(26)です。「スタッフは麓村塾というビジネススキルを学ぶ機会や、目を養う

ため社員特別優待で運営施設に泊まれるなど制度も充実しています」と松嶋さんは続けます。

同旅館では地域ならではの伝統や魅力を大事にしています。鹿児島県の伝統工芸品をあしらった客室や地域色のある料理だけでなく、地域の文化を体験する「ご当地楽」として、スタッフによる天孫降臨神話に基づいた舞の披露も。その中でニギノミコト役を担うのは、サービスチームのスタッフとして働く小辻絵理花さん(24)です。「当旅館ではフロント業務だけでなく、清掃などあらゆる仕事を担います。そうすることでさまざまな気づきがあり、チーム内でフラットに議論することができると小辻さんはほほ笑みます。小辻さんが同社に就職したきっかけは、学生時代のアルバイトの経験からでした。「接客業に携わりたくてテーマパークでアルバイトをしていましたが、短時間で多くの人を相手にする業務でした。もっと個人に寄り添った接客をしたい」と思いこの仕事に。ここではいろいろな業務を通じてお客さまとお話しする機会が多く、直接お礼を言っていたりすることも多く、すごく励みになります。今はフロント業務のリーダーをしているので、もっとスキルアップしたいです」



学 生の頃からバスケットボールやソフトボールをしていて体を動かすことが大好き。毎日のストレッチは欠かせず、趣味でダイビングやストレス発散にバッティングセンターに行くこともあります。

休みの日においしい物が食べたい時によく行くのが日当山無垢食堂です。配属が霧島に決まってから同僚に教えてもらい、今では一人で行くほどお気に入りの店に。毎回頼んでしまうのが桜島鶏の唐揚げで、鶏肉はこんなにジューシーなものかと驚きました。唐揚げ以外の主菜と副菜は2週間ごとに替わり、地元の旬の食材がふんだんに使われ彩り良く優しい味付けで、何回行っても飽きません。食事の後は隣の物産館で買い物をして、のんびり足湯に漬かるのもお勧めです。



日当山無垢食堂
 ●場所=隼人町内1487-1(日当山西郷どん村内)
 ●営業時間=午前11時~午後2時30分(ラストオーダー:午後2時)
 ●店休日=水曜、年末年始 ●駐車場=65台
 日当山無垢食堂 ☎(56)8615

ワーク vol.73

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73回は、株式会社星野リゾート・マネジメント 界霧島の小辻絵理花さん(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。

株式会社星野リゾート・マネジメント 界霧島

霧島田口字霧島山2583-21 ☎(64)8565
<https://hoshinoresorts.com/ja/hotels/kaikirishima/> 界霧島 検索

全社情報	代表者: 中村 海太	採用実績(新卒/中途): 1,050人(840人/210人、令和5年度)
	創業: 大正3年	従業員数(男/女): 3,809人(1,414人/2,395人)
	資本金: 1,000万円	有給休暇の平均取得日数: 9.7日/年
	初任給: 18~24万円	育児休業取得者数(男/女): 121人(31人/90人、令和3年度)
	平均年齢: 30.8歳	勤務時間: 8時間/1日、24時間シフト制
	月平均残業時間: 31.3時間	



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。

生きていく上で欠かすことができない「食」を未来につなぐ、私たちのまちの新規就農者や農業後継者などを紹介します。

霧島の農業をミライへ



永山 弘明さん(39) 牧園町出身、牧園町在住。
就農2年目。香輝園勤務。
営農類型: 工芸農作物 経営作目: 茶 営農面積: 5.5ha

香輝園の
Instagramは
こちら



桜の花もいよいよ終わりを告げる4月中旬、市内の茶畑では一番茶の摘み取りが本格化します。

牧園町で茶の生産に取り組み永山弘明さん(39)は、2年前にサラリーマン生活に区切りをつけ、茶業を営む妻の実家で茶農家としての道を歩み始めました。「それまでは自分の仕事の合間に手伝いをする程度。当然不安はありましたが、未経験のことばかりで逆に楽しさを感じる毎日です」と、茶農家の先輩でもある妻の茜さん(28)の隣で話す永山さんの顔には、充実感が浮かびます。

「サラリーマン時代は、生活するのみに働いていた気がします。今は自分が作ったお茶をおいしいと言って飲んでもらえることが一番の喜び。仕事にやりがいも感じられて、この道を選んで良かったなと思います。とはいえ、まだまだ覚えることばかり。紅茶の生産にも取り組んでいます。これからもいろいろなお茶作りに挑戦してみたい」。永山さんのお茶との奮闘は続きます。

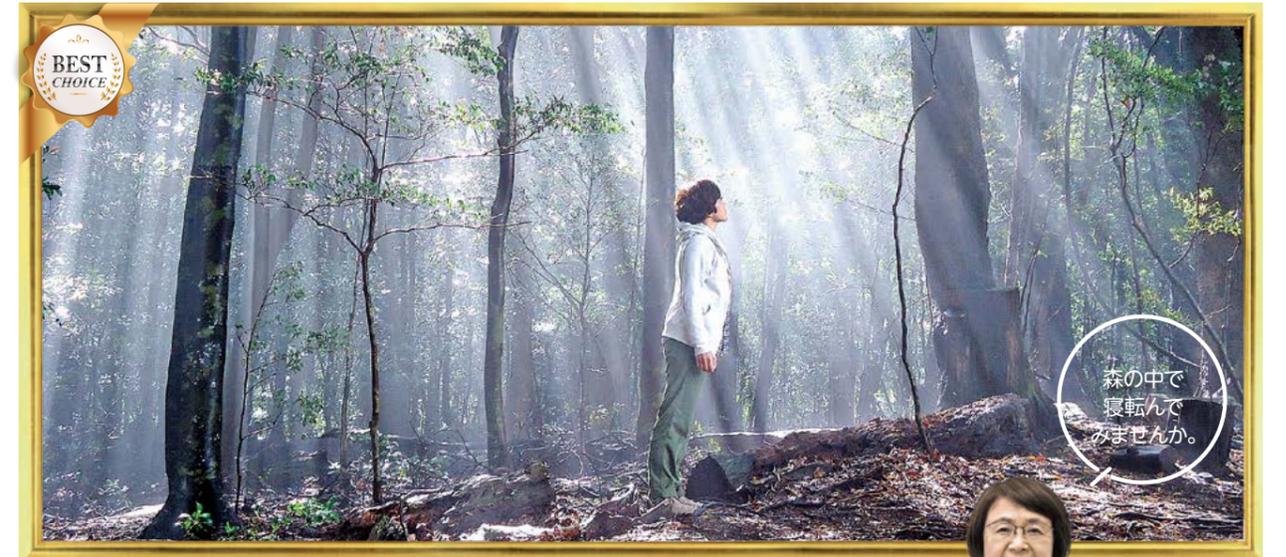
新たな味わいの有機和紅茶ほうじ

香輝園では、煎茶のほかに和紅茶の製造販売も行っています。「夫にお茶の知識がなかったことが、かえっていろいろなアイデアを試すことにつながっている」と妻の茜さん。試行錯誤の末に商品化したのが有機和紅茶ほうじです。有

機栽培の茶で作った和紅茶を強めに焙煎して、口に含むとほうじ茶特有のしっかりした味わいととも、ほのかな甘さが広がります。牧園町の霧島ふもとの駅、牧園町特産品販売所、Instagramなどで購入できます。



日本で最初の国立公園・霧島錦江湾国立公園がある霧島市。市内全域の自然や文化などは霧島ジオパークとして、日本ジオパークに認定されています。霧島山や錦江湾をはじめとする、魅力あふれるスポットを紹介します。



霧島ジオパークには森林セラピーロードもあります。今回は、霧島森林セラピーガイドクラブの遠竹美代子さんに森林セラピーの魅力をお聞きしました。

霧島の森で癒やし時間

森林の持つリラックス効果で心身を癒やし、健康維持・増進を図る「森林セラピー®」。霧島市はリラックス効果が科学的に実証され、森林セラピー基地に認定されています。



霧島森林セラピー
ガイドクラブ
遠竹美代子さん

森に入ったり木の香りを嗅いだりした時に、ほっと心が落ち着いた経験はありませんか。

森林が持つ力は、これまで「森林浴」として知られてきましたが、それはあくまで感覚的なものでした。これを科学的に解明し、森の力で心と体を健康にしようとするのが「森林セラピー」。霧島市でも都会と比較した実証実験が行われ、血圧が安定し脳が沈静化するなどの効果があることが分

かりました。

私たちガイドは森の力を感じてもらえるよう、ただ森の中を歩くだけでなく、手で幹を触ったり葉の匂いを嗅いだり、五感を使うように声掛けをしています。一番好評なのは寝転んでみることで、木々の木漏れ日や鳥

のさえずりに癒やされます。私は「休」という字は森林セラピーのことだと思っています。森の中で頭を空っぽにする時間を作ってみませんか。ガイドクラブ主催の定期イベントではヨガや自家製ハーブティーの試飲などもありますので、気軽に参加ください。



森林セラピーロード・丸尾自然探勝路

●総距離: 約2.3km

樹齢200年以上の照葉樹の大木が生い茂り、シカや珍しいチョウ、野鳥が生息しています。霧に包まれた早朝は一層神秘的な空間に。コース近くには霧島最古の岩風呂もあります。



ガイドクラブ定期イベントの詳細はこちら

遊具がリニューアル 東公園

国分中央4丁目3078
駐車場：約16台
ゲートボールやグラウンドゴルフがで
きる芝広場と児童広場があります。

- 身障者用駐車場
- 自販機
- 屋根付き休憩所
- 授乳室
- 多目的トイレ
- ベビーチェア
- 乳児用ベッド

管理者から一言／今年3月に複合遊具とシーソーをリニューアルしました。市内中心部に近く、休日には多くの人でにぎわいます。園内には、ブランコや鉄棒などの遊具、砂場などのほか芝広場もあり、幅広い年代で楽しめる公園です。



3月にリニューアルした複合遊具



トンネルスライダーは子どもに大人気 茶ノミコトくんがデザインされた遊具

立地が良く、保育園の帰りや買い物にあわせてよく遊びに来ています。特に土日は利用する家族が多くにぎわっています。芝生がきれいに管理されているので、お弁当を広げてピクニックをするのにもお勧めの公園ですね。

最近は遊具も新しくなって子どもたちが大喜び。トンネルスライダーは、透明な部分から楽しそうに遊ぶ子どもの顔が見えるので、こちらもうれしくなります。茶ノミコトくんの絵柄を合わせる遊具も子どものお気に入りです。

ます。シーソーやブランコもあって、親子で触れ合いながら遊ぶのもうってつけです。桜の木があるので、春は花見を楽しみながら子どもとゆっくり過ごすのもお勧めですよ。

vol.44

てくぱく

育児を楽しもう

楽しい育児をサポートするコーナーです。子どもと一緒に出かけたい場所や育児に役立つ情報などを紹介します。

ぴかぴかの遊具で「てくぱく」。



紹介者

里中 理沙さん(36) 国分在住
蒼空ちゃん(2)



家庭で楽しむ 給食通信

調理のポイント 仕上げに水溶き片栗粉を加えることで、調味料が全体によくからみます。豚も肉の代わりに、好みの食材を使ったり調味料の分量を調整したりしてもおいしいです。

市では、食育の生きた教材となる学校給食を通して、食に関する正しい知識や食文化の継承、自然の恵みなどを学ぶ取り組みを進めています。このコーナーでは、給食メニューをレシピとともに紹介します。

RECIPE チンジャオロース 1人分 103kcal

国分南小学校(単独調理場)
国分南井2109 ☎(46)0221
・食数:610食



- ピーマンが苦手でもおいしく食べられる**
- 材料(4人分)**
- タケノコ 40g
 - ニンジン 40g
 - ピーマン 40g
 - 豚もも肉 160g
 - ごま油 小さじ1
 - 塩 ひとつまみ
 - A こしょう 少々
 - おろしニンニク 小さじ1/2

- A おろしショウガ 小さじ1/2
- 料理酒 小さじ1
- 三温糖 小さじ1
- 濃い口しょうゆ 小さじ2
- B オイスターソース 小さじ2
- みりん 小さじ2
- 料理酒 小さじ2
- 片栗粉 小さじ1

- 作り方**
- ① タケノコ、ニンジン、ピーマンを千切りに切りそろえる。
 - ② 豚もも肉を短冊切りにする。
 - ③ フライパンにごま油を引いて熱し、②を入れて軽く炒め、Aを加えてさらに炒める。
 - ④ タケノコとニンジンを加えて炒め、Bを加えて味を調える。
 - ⑤ ピーマンを加えて炒める。
 - ⑥ 同量の水で溶いた片栗粉を加え、全体にからめる。

SMILE KIDS 3歳までの子どもを紹介します。6月生まれのみならず、ハッピーバースデー

うちむら ここみ
内村 心咲ちゃん 1歳

国分

いいに大好きここちゃん
兄妹仲良く
元気に育ってね

保護者:和美さん

なかしま ちか
中島 千佳ちゃん 3歳

国分

お話上手で笑顔の
すてきな千佳ちゃん♪
だーいすき♥

保護者:泰紀さん

ありかわ おおの
有川 桜賀ちゃん 1歳

単人

桜のようにこれから
たくさんの人を
幸せにしてみよう♥

保護者:直輝さん

にいばら めいせい
新原 明星ちゃん 1歳

国分

ニコニコ明星♥
これからもみんなを
笑顔で癒やしてみよう♥

保護者:浩太郎さん

投稿募集中!

7月号に掲載する子どもの写真を募集しています。下の応募フォームから申し込みください。申し込み多数の場合は抽選です。

- 対象=令和3年～5年の7月生まれの子ども(住民票が霧島市)
- 期限=6月25日(火)
- ☎=秘書広報課 ☎(64)0955

←応募フォームはこちらから

国分南小学校6年2組の給食風景

当日のメニュー
ごはん 牛乳
中華スープ
チンジャオロース

ジュシーなお肉と
ごはんの相性が抜群です。

選手と違い

ベンチに戻ることに試合が続いてグラウンドに立つこともある野球の審判員。どんな条件下であっても常に正確で公平な判定をするために、体力・知力をフル稼働させて試合を支えています。「プレーボールの声がかかると、それまで緊張していたのが嘘みたいに集中できます」と屈託のない笑顔で話すのは、県内で初めて野球の女性審判員になった野村弥生さん(45)です。

野村さんの父親は学童チームの監督を務めており、幼少の頃から野球が身近にある環境で野村さんは育ちました。「自分も野球をしたいという気持ちはありましたが、当時は女性が野球をしやすい環境になく勇気を出せなかった」と野村さんは振り返ります。「息子が野球を始めた小学生の頃、練習試合で審判を務めるのは選手の父親たちでした。なかなか人数が集まらなくて、私にできることがあればと父親たちに交じって審判を引き受けていました」と話す野村さんが正式に審判員になろうと決意したのは一昨年のこと。「子どもが中学の部活を引退するとなったときに、まだ野球に関わり続けたい、審判を本格的にしてみたいと思いました」

公式試合で審判を務めるためには、全日本野球協会などが定めるガイドラインののっとり、まずは公認審判員3級の資格を取る必要があります。野村さんも先輩審判員から指導を受け、時間を見つけては審判の動きを学ぶためにグラ

ウンドに足を運び、認定講習を経て昨年3月、公認審判員になりました。「認定は受けましたが、試合の中で覚えることの方が多い。一瞬で判断しないといけないし、すぐ次のプレーが始まるので切り替えも早くしないといけない。集中力を切らさないようにと心がけています」と話す野村さん。時間があればルールブックを読み込み、動画サイトで審判の動きを研究してまねてみるなど、技術向上に余念がありません。「初めて球審をしたのは、息子がピッチャーとして出ていた練習試合でした。緊張して目の前で何が起こっているか分からなくなるような感覚に陥ったことも。その時の悔しさをばねに、もっと経験を積んでかっこいいジャッジができるようになりたい」

野村さんは現在、2級審判員への昇級試験合格を目指し日々奮闘しています。「いずれは国際審判員の資格を取って、海外でも審判をしてみたい。そのために英語の勉強も頑張ります。女だからと思わず、過去の自分に負けないようにかっこよくなりたい」。そう力を込める野村さんの華やかなジャッジに大観衆が息を飲む、そんな瞬間を待ち望んでいます。



野村 弥生さん(45)
大崎町出身。趣味は手芸などハンドメイド。起きた時と寝る前のコーヒーが欠かせない。国分在住。

昨日より

かっこいい

自分



人の風景

THE SCENE Vol.191
霧島に生きる



お知らせ

農地の利用状況調査

農業委員会では、6月から8月を農地パトロール期間と定めています。この間、遊休農地の把握と解消や利用権設定などの履行状況、違反転用の早期発見などを目的に農地の利用状況調査を行います。調査のため、農地に立ち入る場合があります。ご協力をお願いいたします。

遊休農地は、雑草や雑木が生い茂り、病害虫や火災の発生源となります。近隣の農地や住民に悪影響を及ぼす恐れもあります。農地法では、農地の所有者や耕作権のある人は適正で効率的な利用を行うことが義務付けられています。農地が適正に管理されていない場合、農業委員会から所有者に対し草払いなどの対応をお願いすることがあります。

イヌマキを枯らす書虫

キオビエダシヤクの幼虫は

イヌマキなどの葉を食べて木を枯らします。幼虫の体長は5センチ程度で、オレンジ色と黒か灰色、黄色の模様をしたシヤクトリムシです。4月から12月の間に出現し、一度発生すると急激に数が増えます。幼虫を見かけたらずに駆除しましょう。

● 駆除の方法
 ● 少数発生⇒木を揺すって落ちてきた幼虫を殺す
 ● 大量発生⇒トレボン乳剤やロックオンなどを散布する



キオビエダシヤクの幼虫

● 問 林務水産課 ☎(64)0938

パブリックコメント実施状況の公表

パブリックコメント制度は、市の重要な政策の計画案などの必要な事項を公表し、広く市民の皆さんに意見などを求

田んぼの水は適切に管理しましょう

水田で除草剤などの農薬を使用する際は、水路や河川に流れ出ないように努めましょう。

農業用水が水路やほ場から道路にあふれ出ることがないように、適切な水管理を心掛けましょう。

全国パーキンソン病友の会

■始良・霧島地区交流会

病気を正しく理解してもらうために、活動報告や講演な



みんなできれいに 錦江湾クリーンアップ作戦

錦江湾の環境を守るため、市内3カ所の海岸で清掃活動を行います。(荒天中止)

団体で参加するときは、事前に連絡してください。詳細は問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。

- 日時/場所
 ● 6月30日(日)午前6時30分～7時40分/国分下井海岸
 ● 7月13日(土)午前7時～9時/小浜海岸
 ● 7月15日(月・祝)午前7時～8時30分/福山港周辺海岸
- 必要な物=作業用手袋、タオル
 ※ごみ袋は当日配布します。

問・申=環境衛生課 ☎(64)0961

め、それを考慮して意思決定を行う手続きです。令和5年度の実施状況は次のとおりです。

案件名	募集期間	担当課	提出意見数	意見項目数	回答項目数
霧島市社会体育施設長寿命化計画(案)	令和5年11月2日～12月1日	スポーツ・文化振興課	46	11	11
霧島市立地適正化計画(案)	令和5年12月11日～令和6年1月12日	都市計画課	2	5	5
霧島市すこやか支えあいプラン2024(第10期高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画)(案)	令和6年1月15日～2月2日	長寿・障害福祉課	1	3	2
第7期霧島市障害福祉計画及び第3期霧島市障がい児福祉計画(案)	令和6年1月15日～2月2日	長寿・障害福祉課	1	2	2
第3期霧島市国民健康保険健康事業実施計画(データヘルス計画)(案)	令和6年2月15日～3月1日	保険年金課	0	0	0
霧島市地球温暖化対策実行計画(区域施策編)(案)	令和6年2月15日～3月15日	環境衛生課	0	0	0

市水産まつりに行ってみよう

地元の貴重な水産資源であるアユや霧島いわがきなどを味わい、親しんでもらう市水産まつりを開催します。



- 日時=6月30日(日)午前10時～午後1時
- 場所=日当山温泉公園(単人町東郷1613-2)
- 内容
 ● 水産物販売コーナー(活きアユ、霧島いわがき、霧島うなぎなど)
 ● 鮎めし販売コーナー
 ● アユの塩焼きコーナー(購入したアユをその場で焼いて食べられます)
 ● 魚のさばき方教室(対象=小学5年生以上)
 ● 霧島市商工会コーナー(ハンドメイド作品や飲料、かき氷の販売など)

問=林務水産課 ☎(64)0938

6月は食育月間 健康づくりは食事から

6月は食育月間、毎月19日は食育の日です。

生活リズムを整え、1日3回の食事を規則正しくバランスよく食べる習慣を身に付けることは、健やかな成長を促し、生活習慣病や栄養不足を予防する上でも重要です。家族や友人と食卓を囲んで



市食育推進キャラクター「酢がめちゃん」

● 問 健康増進課 ☎(64)0905

あそび歌作家の鈴木翼さんによる教育セミナーです。あそび歌を覚えて、保育の現場で生かしませんか。

● 日時 7月4日(木)午後7時から

● 対象 幼稚園・保育園・子ども園・児童養護施設・福祉施設の関係者

● 参加料 1000円

● 問 申 国分ハウジングホール ☎(64)0926

みやまコンサート

■みやまスペシャルコンサート「牧神の午後〜音とおどり子たち」

音楽と朗読、踊りが一体となつて神話の世界を表現するプログラムです。

● 日時 6月30日(日)午後2時開演

● 入場料 一般2千円、学生千円(全席自由、3歳から入場可)

● 問 申 みやまコンサート ☎(78)8000

鹿児島高专吹奏楽部 定期演奏会

● 日時 6月16日(日)午後2時30分開演

募集

議員と語るかい

市議会では、議員と意見交換をする「議員と語るかい」を定期的に開催しています。

● 期日 7月23日(火)～26日(金のいずれかの日)

● 対象
 ● 自治会公募型 市内の地区自治公民館や自治会

● 地域テーマ型 市内に在住か通勤・通学する個人

● 申込方法 市ホームページで募集要領を確認の上、申込書(市ホームページからダウンロード可)を直接か

ファクス、メールで提出

● 申込期限 自治会公募型 7月1日(月)、地域テーマ型 7月12日(金)

● 問 申 議会事務局 ☎(64)0922、FAX(64)0923、メール gikai@city-kiirishima.jp

メディアセンター 主催講座

講座番号	講座名	日時	定員	受講料	申込期限(必着)
31	第1回パソコン基礎講座	7/3(水)・4(木) 18:30～20:30	20人	500円	6/19(水)
33	第1回ワード基礎講座	7/8(月)・9(火) 18:30～20:30			6/24(月)

- 対象=パソコン操作初心者 ※申し込み多数の場合は抽選。
- 申込方法=【往復はがき(1講座1枚)】講座番号、講座名、住所、氏名、電話番号を記入し郵送、【FAX】講座番号、講座名、住所、氏名、電話番号・ファクス番号を記入し送信、【窓口】申込用紙に記入し、普通はがきと併せて提出、【インターネット】申し込みフォームから



● 問 申 メディアセンター ☎ FAX(64)0919、〒899-4394 国分中央3-45-1



KIRISHIMA GLOBAL ACTIVITY 2024

KIRISHIMA GLOBAL ACTIVITY 2024では、グローバルな取り組みをしている地元企業や市内の名所を外国人と一緒に巡りながら、国際感覚を身に付けたり、コミュニケーション能力を高めたりします。最終日には世界の仲間とオンラインでつながり、互いの国の文化について英語で交流します。

今年度は、東進ハイスクール英語講師である安河内哲也さんを講師に迎え、英語を学ぶ意義や成果の出る学習法について話します。

グローバルな視点を手に入れて、世界とつながる未来を考えてみませんか。

- 期日 = 8月6日(火)・7日(水)、26日(月)
- 場所 = 国分シビックセンターなど市内各地
- 対象 = 市内在住の中学生
- 定員 = 20人
- ※申し込み多数の場合は抽選。
- 参加料 = 無料(別途、保険料が必要)
- ※弁当を注文する場合は、昼食代が必要。
- 申込方法 = 各学校から配布する要項に掲載されている申し込みフォームから
- 申込期間 = 6月10日(月)~7月12日(金)
- 問=学校教育課 ☎(64)0707

いきいき国分交流センター

- たいのしいエアロビクス
 - 期間 7月3日~24日(毎週水曜・全4回)
 - 時間 午後1時25分~2時25分
 - やさしいエアロビクス
 - 期間 7月5日~26日(毎週金曜・全4回)
 - 時間 午後0時20分~1時20分
- 【共通事項】
- 対象 成人(高校生を除く)
 - 定員 1先着14人(4人以上で実施)
 - 受講料 2400円
 - 受付 6月19日(水)から

県民の森イベント

- 上野原縄文の森(48)5701
 - カブトムシ捕り・クラフト体験ファミリーキャンプ
 - 日時 7月19日(金)午後6時45分~20日(土)午前11時
 - 集合場所 県民の森丹生附オートキャンプ場管理棟(溝辺町有川2987-37)
 - 定員 1先着10家族
 - 必要な物 懐中電灯、虫かご、虫捕り網、虫の餌、軍手、大きめのビニール袋、キャンプ道具、食材
- 親子で植物採集・標本作成
 - 日時 7月27日(土)午前9時30分~午後3時
 - 集合場所 県民の森管理事務所(始良市北山3464-1119)
 - 定員 10家族
 - 申し込み多数の場合は抽選。
 - 必要な物 屋外活動のできる服装、帽子、軍手
 - 申込期間 6月6日(木)~7月9日(火)
- 親子で植物採集・標本作成
 - 日時 7月27日(土)午前9時30分~午後3時
 - 集合場所 県民の森管理事務所(始良市北山3464-1119)
 - 定員 10家族
 - 申し込み多数の場合は抽選。
 - 必要な物 剪定ばさみ、新聞紙、豆荷札、軍手、筆記用具、大きめのビニール袋、昼食、飲み物
 - 申込期間 6月15日(土)~7月15日(月・祝)

サン・あもり

- たいのしい骨盤体操
 - 期間 7月10日~9月11日(至て水曜・全8回)
 - 時間 午後7時5分~7時55分
 - 対象 成人(高校生を除く)
 - 定員 1先着20人(10人以上で実施)
 - 受講料 4400円
 - 必要な物 ヨガマット(バスタオル可)、室内シューズ

城山公園イベント

- あくまき作り
 - 郷土菓子・あくまきを作って食べてみませんか。
 - 日時 6月27日(木)午前9時30分~午後0時30分
 - 定員 1先着20人(10人以上で実施)
 - 参加料 2000円
 - 必要な物 エプロン、マスク、三角巾

第一工科大学公開講座

- 世界の水政策とセルビアの水問題
 - 日時 7月6日(土)午前10時~11時
 - 参加料 無料
 - 申込方法 第一工科大学社会・地域連携センターホームページから
- 第一工科大学社会・地域連携センター(45)0640

第一幼児教育短期大学公開講座

- 親子運動遊び
 - 運動能力の基礎は、幼児期から小学生までの時期に育まれます。親子で楽しく体を動かしましょう。
 - 日時 8月4日(日)午前10時~11時30分
 - 対象 3歳~小学2年生と保護者
 - 定員 1先着15組
 - 参加料 無料

花をかざろうプロジェクト

- フラワーアレンジメント教室(花育)
 - 市内の花農家が心を込めて作った花を使い、親子ですてきな作品を作りませんか。
 - 日時 7月6日(土)午前10時~正午
 - 場所 国分公民館工作室
 - 講師 市内生花店
 - 対象 小中高生と保護者
 - 定員 1先着6組
 - 受講料 大人1500円、小中高生500円
 - 申込方法 氏名と参加人数をメール

障がい者の就労技術を身に付ける講座

- 就業実務科デュアルコース
 - 仕事に必要な知識の習得と、企業での職場体験・実習を行います。
 - 期間 8月1日(木)~11月

上野原縄文の森

- どんぐりイベント
 - 冷やしそうめん&工作
 - 竹でオリジナルの箸を作り、冷やしそうめんを食べます。
 - 日時 7月20日(土)午前10時~午後2時
 - 場所 上野原縄文の森体験広場
 - 定員 1先着30人
 - 参加料 500円
 - 申込期間 7月2日(火)
- つくってドキドキ体験 狩猟道具「弓矢作り」
 - オリジナル弓矢を作ってみませんか。

かごしま子ども芸術センター

- おはなしマルシェがやってきた!
 - 0歳から鑑賞できます。親子で音楽劇を楽しみませんか。
 - 日時 6月23日(日)午前11時~正午
 - 場所 サン・あもり
 - 定員 1150人
 - 料金 1300円(当日200円増し、3歳以下無料)
 - チケット販売場所 けりしま国分山形屋
 - 購入期限 6月22日(土)
 - 問合せ けりしま子ども芸術センター 霧島支部(力石) ☎090(9600)4267

錦江湾奥おでかけ情報

錦江湾奥会議を構成するまちのイベント情報などを紹介します。

垂水市 シェラトン鹿児島で「垂水フェア」開催

鹿児島島の食の魅力を発信したいという思いから始まった、地域と食のコラボレーション企画に垂水市が選ばれました。垂水市の海の幸、山の幸をぜひ堪能ください。

- 期間 = 6月4日(火)~7月31日(水)
- 場所 = シェラトン鹿児島(鹿児島市高麗町43-15)
- 問 = シェラトン鹿児島 ☎099(821)1111

始良市 カノンでピアノ2024夏

演奏会本番と同じ本格ステージで世界3大ピアノのスタインウェイを弾いてみませんか。

- 日時 = 8月3日(土)・4日(日)
- 午前9時~午後6時55分(1枠につき55分、全10枠)
- 場所 = 始良市文化会館加音ホール(始良市加治木町木田5348-185)
- 問 = 加音ホール ☎0995(62)6200

※錦江湾奥会議は、錦江湾奥部に位置する鹿児島市、始良市、垂水市、霧島市の4市が行政区を越えて連携し、地域活性化を図る取り組みです。



あなたの言葉 辻村 深月 著
あの時飲み込んだ一言。今感じている気持ち。その言葉はいつか必ずあなたを助けてくれる。これから大人になる人たちへ、自らの体験を基に語りかけるエッセイ集。

もう明日が待っている 鈴木 おさむ 著
メンバーの脱退、結婚、海外スターとの巡り合い、東日本大震災発生後の生放送、そして解散。国民的グループに伴走してきた放送作家が最後に贈る、涙と希望の物語。

新陰の大河 上田 秀人 著
新陰流は稀代の兵法家・上泉信綱から始まった。戦国武将にして新陰流の開祖、剣聖・上泉信綱がたったの難難辛苦の生涯を描く、勘定侍柳生真剣勝負シリーズの原点。

脱「ハワポ」ぽびきのデザインテクニック まいべる 著
レイアウト、カラー、配色などをまねするだけでパワーポイントらしいデザインから脱却。スタイリッシュな資料を作るための85の簡単なテクニックを紹介しします。

図書館へ行こう



<http://www.lib-kirishima.jp/>

読者のお便り

読者の皆さんからの声を伝えるコーナーです。



私たち一人一人が問題意識を持って取り組むことが求められています。

「ごみの今」と「未来」。とても勉強になりました。「ごみ出しのマナーが悪くて収集をされる人にご迷惑をかけていることがありますが、心してごみの減量化と再資源化に努めたいと思います。(K・G 83歳)

「ごみの今」と「未来」について、娘たちの通う小学校でも保護者と一緒に学ぶ機会がありました。牧園で行われた「スゴGOMI」にも家族で参加し、「ごみ問題についてさらに関心が深まりました。(Y・K 37歳)

▼ごみの減量化と再資源化。

3月末、6年生を送る会の企画で子どもたちと保護者に手話の話をさせてもらいました。あいさつや指文字など、あつという間の2時間でした。私の方がすてきな時間を過ごさせてもらいました。昨年は盲導犬の話だったと聞きまして、この地域の子どもたちは幸せですね。私が小さい頃にこんなことを学ぶ機会があれば、また世界が広がっていたかもと思ったりします。私も

またこれから手話の勉強を頑張ろうと思います。霧島最高。(きくじゅう 50歳)

▼霧島市では手話に興味がある人や資格取得を目指す人のために、手話奉仕員・手話通訳者養成講座も行っています。詳しくは広報きりしま3月上旬号や市ホームページをご覧ください。

笑点の大ファンです。先月の林家木久扇さんの講演、みんなで見に行きました。年を取ると遠くまで行けないので、これからのような催しが霧島市であるといいなと思

新刊紹介

日本の合戦年表／小和田泰経
103歳、名言だらけ。な一んちゃって／石井哲代
北朝鮮入門／磯崎敦仁・澤田克己
アイム総理／伊藤賀一
10代に届けたい5つの「授業」／生田武志
あしたをみがけ／横沢彰
マイクラフト レッドストーンの城／サルワット・チャダ
<共働き・子育て>世代の本音／本道敦子
黒幕ゲーム／久追遥希
探偵はもう、死んでいる。11／二語十
デジタル時代の児童の読解力／難波博孝
トコトンやさしいスキンケア化粧品の本／江連智暢
わたしの1ヶ月1000円ごほうび 2／おづまりこ
はじめてのエディブルフラワー／油井奈々・ゆいだいき
プレゼントのできている／矢部太郎
チェアリングはじめます／いとうみゆき
はっけん!カナヘビ／竹中踐
都会のトム&ソーヤ 21／はやみねかおる
七瀬くん家の3兄弟 4／青山そらら

隼人図書館

夏休み企画
手作りおもちゃ教室
～クリップモーター～

コイルを使ってぐるぐる回るおもちゃを作ってみよう。

- 日時= 8月4日(日)午前10時～正午
- 講師= 池田良行さん(パン先生)
- 対象= 小学生以下
- 定員= 先着20人
- 材料代= 500円
- 受付= 7月2日(火)から

問・申・隼人図書館 ☎(43)7574

遊びに来てね



絵手紙を募集しています。住所、氏名、電話番号を明記して秘書広報課まで郵送ください。



本誌への感想、霧島市への思いなど、皆さんの声をお寄せください。お便りはとじ込みのはがき、市ホームページからお送りください。

ます。次を楽しみにしています。大いに笑って過ごしたいと思います。(K・A 81歳)

▼ほかに林家木久扇さんの霧島講演の感想が届きました。広報誌ではこれからも市内のさまざまなイベント情報などを紹介しますので、隅々までチェックしてみてください。

郷土史への扉。広報誌が届いた日の昼間に松下美術館に行った私には、とてもタイムリーでした。散歩代わりに向かった美術館でしたが、中には300枚以上の仮面が

飾ってあり、南九州では身近な存在だったのだなと感じることができました。霧島市内には他にも展示されている場所があると分かって、さらに興味を持ちました。(たしま 28歳)

▼市内各地の仮面を巡ってみるのも面白そうですね。広報誌を参考にお出かけください。

このほかたくさんのお便りを頂きありがとうございます。文章は誌面の都合上、調整させていただくことがありますので、ご了承ください。

郷土の扉

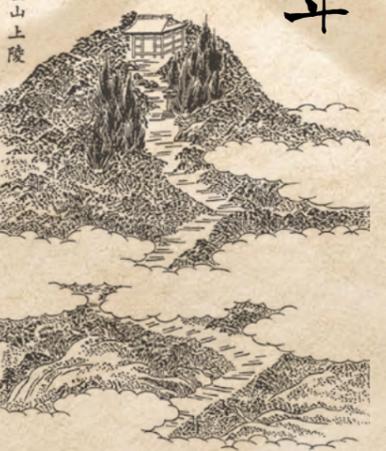
『古事記』『日本書紀』には神代三山陵の名前だけがあり、場所について具体的な記述はありません。江戸時代になると、国学という学問の中で、神話に書かれた場所がどこか考察する動きが起こります。薩摩藩では白尾国柱という学者がこの三山陵の場所を考察し

「古事記」「日本書紀」には神代三山陵の名前だけがあり、場所について具体的な記述はありません。江戸時代になると、国学という学問の中で、神話に書かれた場所がどこか考察する動きが起こります。薩摩藩では白尾国柱という学者がこの三山陵の場所を考察し

空港の近くにひっそりとある高屋山上陵。宮内庁が管轄するこの御陵は今年7月、治定150年を迎えます。政府から神の墓だと治定された山は、その決定までの歴史も面白いものです。そもそも山陵とは

「古事記」「日本書紀」に書かれる天皇の祖先神である彦火火出見尊の墓所とされる場所です。薩摩川内市の可愛山陵(瓊瓊杵尊の墓所)、鹿屋市の吾平山上陵(鷲草草葺不合尊の墓所)とともに、南九州を舞台とした日向神話の神の墓所として神代三山陵と呼ばれています。

治定150年 高屋 山上陵



【三国名勝図会】に描かれた高屋山上陵(内之浦説)



溝辺町にある高屋山上陵

崎のさまざまな地域に候補地や伝説地として現われていったのです。明治7年の決定

明治維新は、神話をその出自の基にする天皇を、政治の中心と据えるものでした。そのため、明治になると神話上の場所を政府が定めるといふ動きが出てきました。鹿児島だけでなく宮崎にもさまざまな候補地があったものの、

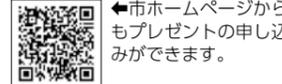
明治政府で力が強かった薩摩藩の影響か、三山陵の場所は薩摩藩内にある候補地が有力となっています。特に高屋山上陵の場所は内之浦が有力視されていて、明治5(1872)年に明治天皇が来鹿された際には、山陵として内之浦を遥拝されました。しかし、新たな説として溝辺の神割岡が急浮上します。官命により溝辺を実地調査した田中頼庸が『高屋山陵考』を著し、高屋

山上陵は溝辺にあると力説します。その根拠は『古事記』に「高千穂の山の西」にあると書かれていたこと、神割岡の近くに鷹屋神社があり、「高屋」が「鷹屋」と音が通じるというものでした。この説はにわかに取り上げられるようになり、当時の宮内省によって明治7(1874)年7月、神代三山陵が治定。高屋山上陵については溝辺説が採用され、現在の場所に決定しました。

なお、神代三山陵の決定に先立ち、同年2月に霧島神社は霧島神宮へ、同年3月に鹿児島神社は鹿児島神宮、鶴戸神社は鶴戸神宮(宮崎県日南市)へと改称され、神宮号が与えられました。神宮とは、神社の中で天皇や天皇の祖先神を祭神とする特別な由緒があると勅許を受けた神社です。この決定は、各陵で行われる祭祀を神代三山陵では行わないこととし、霧島・鹿児島・鶴戸の三神宮での祭祀をもってこれに代えるという目的で行われました。

※1 通称。正式には「たかやのやまのえのみでさき」と読む。
※2 国が場所を特定・決定すること。
※3 遠くの場所を拜むこと。

◎秘書広報課にお便りをくださった方の中から抽選で、坂元醸造(株)より坂元のくろず「壺畑」レストランの食事券(1,650円分)を10人にプレゼント。応募締め切りは6月25日(火)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。



PRESENTS

坂元のくろず「壺畑」レストランの食事券 (1,650円分)を10人にプレゼント

くろずのふるさと、温暖な気候に恵まれた大地。52,000本のつぼが並ぶ「壺畑」の向こうに錦江湾・桜島を望むぜいたくな景色が広がります。くろずの文化に触れ、くろずの魅力が引き出された料理やスイーツを楽しみながら、穏やかな時間を過ごしていただけます。

壺畑
情報館 & レストラン

坂元のくろず「壺畑」レストラン
霧島市福山町福山3075 ☎0995(54)7700
営業時間/ 10:00 ~ 17:00 年中無休(12/31 ~ 1/1除く)

この空気も、ごちそうです。

※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。

↑アプリのダウンロードはこちらから。フィーチャーフォンは通知機能のみ利用できます

アプリのアイコン

きりしま防災・行政ナビ

◎人口/ 123,640人(+461) ◎世帯数/ 63,202世帯(+621)
 ・男性/60,062人(+392) ・女性/63,578人(+69) ・出生70人 ・死亡117人 ・転入1,334人 ・転出818人 (令和6年5月1日現在)

今月の表紙

色とりどりの傘で晴れやかな空間を演出するのは、単人町にあるホテル京セラです。同ホテルといえば13階建ての高さを生かし、ブラインドを開閉しメッセージを描く窓文字がすっかり定着。地域の人たちを楽しませるため3年前から新たに始めたアンブレラスカイは、7月10日まで無料で見られます。梅雨の季節、千本の傘の花で彩られた世界を楽しんでみませんか(西)

【撮影データ】
デジタルカメラ レンズ18 ~ 55mm・F3.5-5.6 1/4000秒 F4.5 ISO800

知 っているようで理解が乏しかった介護の世界。今回の取材は、何となく聞いたことがあったフレイルという言葉の意味や幅の広さを知る良いきっかけに。同時に、自分の作文能力は既にフレイル状態であることが判明。難しいテーマが苦手な私に、どうか支援の手を(西)

県 内初、女性で野球の審判員になった野村さん。話を聞くだけで審判の面白みが伝わってきて、実際に審判姿を撮影しに行くこと審判員の一拳一投足に目がくぎ付けに。いつの間にか3試合が過ぎていました。プロ野球観戦の際など審判員のジャッジにもぜひ注目を(伊地知)

片 頭痛持ちの私にとって梅雨はいつもより体調管理に気を付けたい時期です。最近の日課は「天気痛予報」をチェックすること。気圧の変化による片頭痛発生の可能性を予測してくれます。いろんな情報を参考にして天気は下り坂でも心と体は晴れやかに過ごしたいです(東)

集 真藍、七変化、八仙花。全て同じ植物を指します。国分の野口公民館西集会所付近の道路沿いに淡い紫や水色の花が咲き始めました。まだ株が小さいので地面から直接花が咲いているようにも見えます。冒頭の集真藍はあつざいと読むそうです。さて何の花でしょうか(富久)

市長コラム 中重真一

能登半島へ職員派遣

以前から準備を進めていた能登半島地震の被災地への支援は、総務省からの派遣要請を受け、5月6日から職員を派遣しています。石川県輪島市へは短期の職員を2人ずつ編成して派遣し、同県志賀町へは3カ月の中期派遣を行い、今後とも順次交代しながら支援を続けます。

実際に現地でも支援業務に従事した職員に話を聞くと、被災家屋の調査では見た目以上に内部の損傷が激しく、まだ水道も8割程度までしか復旧できていないとのことでした。被災地の皆さまが一日でも早く元の生活に戻れるように、今後も必要な支援を行っていきます。

本市においても能登半島地震などの教訓を踏まえた地域防災計画の見直しを行い、多様な主体と連携した被災者支援や実践的な防災訓練の実施などにも取り組んでいく予定です。

水道施設の耐震化など、さまざまな課題が見えた能登半島地震。職員派遣など被災地への支援を通して、今後の本市のまちづくりにも生かしていきます。

人生の最後に 向き合う場所

「ばかやろう」と心の中で叫んだり、
ちょっとしたことで腹も立ったけど…
でも、いなくなるとわかったら淋しさが溢れてきた。

迷惑もいっぱいかけたかもしれないけど、
それでも、たくさんの人が
偲んでくれたことに、
とても嬉しく思いました。
皆が心から想ってくれたことが、
最期の瞬間に幸せを与えてくれました。

楽しいことも、嬉しいことも、
いっぱい思い出せた。
最後に向き合えて…よかった。

出会ってくれて、ありがとうね…
そんな風に、思えた場所でした。



とても面倒見のよい葬儀社
大和葬儀社

24時間

365日受付対応

0120-66-4949

