



『結いのまち』

〜ともに支えあう まちづくり〜

第4回



☆校区コミュニティ協議会

地域の特色を活かした活動を展開している校区コミュニティ協議会は、以前、「校区公民館活動推進委員会」という名称でした。

当時は、校区民の融和を図るための体育・文化行事が主な活動で、地域によっては高齢者学級やふるさと学寮などの生涯学習活動が盛んな地域もありました。これらの活動に、地域の安全安心、地域活性化などの活動を取り入れた組織として、大口地区においては平成19年度、菱刈地区においては平成23年度に、校区コミュニティ協議会として発足しました。

☆校区まちづくり会議

自分の地域の「自慢や、課題は？」と聞かれると、ほとんどの皆さんは答えられると思います。しかし、「その自慢の活用、課題への取組みができていますか？」を聞かれた時、「できています」と答えられる人がいるでしょうか…。今まで

明確にすることのなかった、「地域の自慢や資源」と、「地域の課題」が今、全ての校区の「校区まちづくり会議」のなかで、明らかにされています。

そして、それらを基に、10年後の自分、家族、地域を想像し、私たちは何を活かし、課題を解決する取組みをどのように進めるのか、真剣に考える時を迎えています。

次回からは、すでに動き出している取組みについて触れていきます。

☆東北の被災地で語られた名言

「大きく強力な一人のリーダーより、小さなリーダーが各所に沢山存在し、お互いにネットワークを作るこそが、真のリーダーそのものである。」

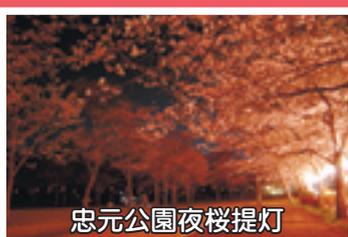


住んでいる地域を知っていますか？

まちづくり会議の話題は、「地域資源・地域課題」です。桜の名所、B級グルメ、川のイベント…。その他、今月は花見や総会などもあり、いつもとは違う人たちと話をする機会も多いと思います。まずは、「見て・聞いて・食べて・参加して」地域を感じてみましょう。



「手羽キング」ののぼり旗が目印！



忠元公園夜桜提灯

時間 18時30分～22時
4月8日(日)まで！



只今参加者募集中！
4月29日(日)開催！



問い合わせ先

市企画調整課共生協働推進係

☎ 1311-1127

美容トラブルにさようなら

今回は、若い女性に多い美容トラブルについてお知らせします。

◆まつ毛エクステンション

つけまつ毛より自然でアイメイクの時間も短縮できる「まつ毛エクステ」は、目力アップには強力な味方ですが、つける際に使用する接着剤による危害が発生しています。

トラブル

目がしみる・痛い・充血・ドライアイ・角膜のキズ
どこでやれば安全なの？

まつ毛エクステは高度な技術と衛生面での知識が必要なので、厚生労働省は「美容所の届けのある施設で美容師の有資格者が行うこと」としています。

◆アートメイク（皮膚に針を用いて色素を注入）

まゆ毛の形を整えたり、アイラインを引くのは意外と難しいもの。また、温泉やプールで化粧がとれると「麻呂まゆ」になることも。そんなわけで、アートメイクをす



る人もいますが、危害が発生していますのでご注意ください！

トラブル

危害事例のほとんどが、サロンで医師以外の人から施術を受けたケースです。多くが腫れ・化膿といった症状があります。

アートメイクの除去は難しいの？

アートメイクは簡単にできても、除去は医療機関（美容クリニック）で行うことになり、費用も時間もかかります。

◆ピアス

ピアスは耳たぶに留め具がないのでおしゃれですが、トラブルも多く発生しています。

トラブル

細菌感染・金属アレルギーなど
専門医（皮膚科、美容外科、形成外科など）の診察を受けることが大切です。

(注)全国消費生活相談員協会「美容トラブルにさようなら」から抜粋

問い合わせ先

消費生活相談窓口（市地域振興課内）

☎ 13111111 ☎ 1259

黄色いリボン④ 女性の人権を侵害するあらゆる形態の

暴力の防止と救済に向けた環境の整備

市が、平成21年に実施した「男女共同参画社会についての市民意識調査」によると、配偶者等からの暴力を受けた経験が「1度でも

ある」と回答した女性は、38%となっており、約3人に1人が配偶者等からの暴力を経験し、セクシュアル・ハラスメントの被害経験については、すべての項目で「経験がある」または「経験はないが見聞きしたことがある」との回答がありました。

また、配偶者等からの暴力を受けた経験がある人に、その相談先について尋ねたところ「家族や親戚」19.8%、「友人・知人」20.3%となっている一方で、「どこにも、誰にも相談しなかった」と答えた人が39.8%となっており、暴力が潜在化していることがわかりました。

さらに、配偶者等からの暴力に対する認識については、ほとんどの項目で「どんな場合も暴力にあ

たると思う」の割合が高いものの、この割合が最も高い項目でも9割を超えておらず、暴力を容認する意識があることもうかがえました。

女性に対する暴力は、重大な人権侵害であり、男女共同参画社会を形成していく上で、克服すべき重要な課題です。これらの暴力の背景には、社会全体として根強く

残る男女の固定的な役割分担意識や男女間の経済格差、上下関係などが、個人の問題ではなく社会の構造的な問題であるという認識に立った取り組みが必要です。

女性サロン室

女性が自分らしく生きるために、あなたと一緒に考えます。ぜひご利用ください。

開催日 4月4日(水)・18日(水)
時間 13時30分～16時
場所 大口仲町旧安楽ヨシ子宅
女性サロン室連絡先

☎ 090・3016・3660

問い合わせ先

市企画調整課共生協働推進係

☎ 13111111 ☎ 1128



特定健診大作戦

受診率 65%達成にご協力ください！



「特定健診大作戦」が実行されて5年目を迎える。作戦は順調だろうか。

この4年間、市民の方々に特定健診を受けていただくよう働きかけてきました。その結果、伊佐市国民健康保険では平成23年度は、受診率50%を越えました。しかし24年度の目標は65%です。そこで、健診を受けていただけるように、お得な情報を提供します。

作戦1 「早めにチェック お得な健診」

特定健診は、症状が出る前に異常を発見できる手段です。『ある日突然倒れた』『気づいたときは手遅れだった』ということの無いよう、毎年、健診でチェックすることが重要です！

作戦2 「年一回 お得な時間の使い方」

生活習慣病は、人々が気づかないうちに身体をおびやかすだけでなく、場合によっては長期間の治療、入院・手術が必要になるなど、

恐ろしい特性を持っています。元気で働き、生活するために、健康チェックのできる健診の日を、年1回は優先して欲しいと、作戦を実行しています。

作戦3 「健診特典 お得な健康サポート」

もし、健診で生活習慣病のリスクが高いと分かっても、心配は無用です。特定保健指導担当が健康づくりのサポートをしています。一人ひとりに合う運動や食事などを一緒に考え、健康づくりに取り組む作戦です。

国民健康保険以外の人（40歳以上74歳以下）は、勤務先または加入する各医療保険者へお問い合わせください。「特定健診大作戦」の期限まであと一年。伊佐市の人々の健康と健闘を祈つてるよ!!



◎ 国民健康保険加入者の特定健診の受診方法

| | | | |
|---|-------------------|--|--------|
| ① | 集団健診 | 4月10日（火）～20日（金）大口元気こころ館 4月21日（土）～25日（水）菱刈総合保健福祉センター（まごし館） 受診希望者に受診券を送付していますが、受診券がなくても（申込みしていなくても）、期間中なら受診できます。 土・日も実施し、胃がん検診等（有料）も受診可能。タクシー助成券あり。 | } 無料受診 |
| ② | 情報提供 (H23より開始) | 伊佐市内医療機関、水保医療センターに生活習慣病で定期通院中の人は、市が送付する情報提供票を本人承諾の上、病院に提出し、病院が検査項目を全て記載し市に送付すれば、特定健診を受診したことになります。※注 | |
| ③ | 個別健診 | 医療機関に定期的にかかっていない人は、伊佐市内契約医療機関、水保医療センター、人吉総合病院にて特定健診を無料受診できます。 | |
| ④ | 人間ドック | 契約医療機関にて、市助成ドック（1日・女性・PETがん・脳）を受診すれば、特定健診を受けたことになります。 | |
| ⑤ | 職場健診 | 健診結果（特定健診項目）を市に提出すれば、特定健診を受診したことになります。 | |



いずれかの方法で受診してください

※注 情報提供に係る本人負担は無料。ただし、通常治療行為（診断、血液検査等）は、有料となります。

問い合わせ先

市健康増進課健康推進係

☎ 013111217

未曾有の大震災で被災した多くのまちの中で、偶然のようにつながった1本の絆。小さくても継続的に支援を続けてきた宮城県南三陸町へ、平成24年4月から1年間、伊佐市の職員2人が、派遣されました。

彼らは、同町が求める職種に対応し、震災復興計画策定と税務関連の職場へ配属されます。

南三陸町の今はどんな様子なのか。この「南三陸だより」では、派遣職員2人の近況などを連載します。

【南三陸町は、こんなまち】
平成17年10月、志津川町と歌津町がひとつになり、「南三陸町」が誕生しました。豊かな自然と人々の絆を大切にす南三陸町が、合併5周年の節目に制定した「町民憲章」を紹介します。

わたしたちは、この素晴らしい町に暮らしながら、共に成長してゆくことを

願ってここに希望の姿をうたいます。
海のように広い心で
魚のようにいきいき泳ごう
山のように豊かな愛で
繭のようにみんなを包もう
空のように澄んだ瞳で
川のように命をつなごう
大きな自然の手のひらに
抱かれている町 南三陸

※憲章は「前文」と4文節からなる「本文」で構成されています。



小倉史郎 主査
南三陸町復興企画課



上田恒静 主事
南三陸町町民税務課

伊佐の味
からだに栄養



おいしいものでいきいき笑顔になる

Vol.18

「大地の恵み、旬の素材の味をいかして…」

「かごしまのおかず（開港舎）」より



〈材 料〉（4人分）

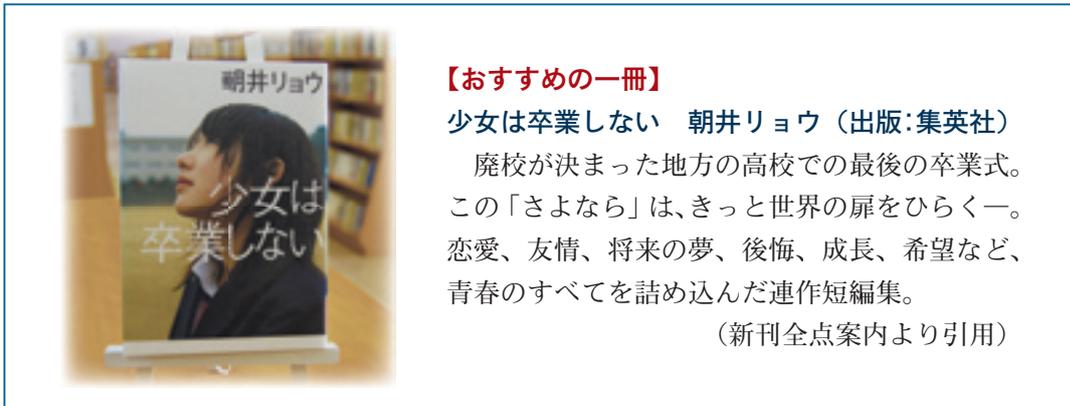
| | | | |
|------|-------|---------|-------|
| きゃべつ | 300 g | 鶏胸肉 | 250 g |
| 塩 | 適量 | 酒 | 適量 |
| A | 練りからし | 大さじ 1 | |
| | ごま油 | 大さじ 1 | |
| | 塩 | 小さじ 2/3 | |
| | 香菜 | 適宜 | |

〈作り方〉

- ① きゃべつは芯を除いて6～7mm幅の細切りにする。
- ② 鶏肉は塩をすり込み、酒をからめてしばらくおき、こんがり焼く。
- ③ ボウルにAときゃべつを入れて混ぜ、しんなりしたら手で細かくさいた鶏肉とちぎった香菜を加えて混ぜる。



きゃべつ



【おすすめの一冊】

少女は卒業しない 朝井リョウ (出版:集英社)

廃校が決まった地方の高校での最後の卒業式。この「さよなら」は、きっと世界の扉をひらく一。恋愛、友情、将来の夢、後悔、成長、希望など、青春のすべてを詰め込んだ連作短編集。

(新刊全点案内より引用)

【ご利用案内】

伊佐市、旧横川町、湧水町、さつま町に在住か、伊佐市内に通勤・通学をしている人であれば借りられます。

図書利用カード作成のため、免許証など、本人を確認できるものをご持参ください。

開館時間

午前9時～午後6時(火曜日～土曜日)

午前9時～午後5時(日曜、祝日)

休館日

毎週月曜日(ただし、祝日の場合翌日)

年末年始(12月28日～1月4日)

【4月の休館日】

4月 2日(月)・9日(月)

16日(月)・23日(月)

【図書館へ献本】

新菌真智子さん (下目丸)

永山保雄さん (尾之上)

前田忠亮さん (新町)

【今月の新刊本(抜粋)】

| 【 児 童 】 | |
|-------------|-----------|
| ゆめのスカイツリー | accototo |
| ちょうつがいきいきい | 軽部武宏 |
| トンネルをほる | エドワード・ミラー |
| 東北んめえもんのうた | 長谷川義史 |
| 【 一 般 】 | |
| P K | 伊坂幸太郎 |
| とにかくうちに帰ります | 津村記久子 |
| 厩橋 | 小池昌代 |
| 私の中の男の子 | 山崎ナオコーラ |

【イベント情報】

図書館まつり

日 時 4月21日(土) 10:00～11:00

場 所 伊佐市立菱刈図書館

内 容 図書館ボランティア「おはなしミック」による大型絵本や紙芝居の読み聞かせ、劇など

ふれあいメルヘンひろば

日 時 4月28日(土) 10:30～11:00

場 所 伊佐市立大口図書館

内 容 図書館ボランティア「ぎんなん」による大型絵本や紙芝居の読み聞かせなど

図書館ボランティア「ぎんなん」から会員募集

読書活動推進の一環として、市立図書館といっしょに、絵本や紙芝居など読み聞かせ活動を実施しています。

申込・問い合わせ先 大口図書館

☎20417

問い合わせ先

大口図書館(大口ふれあいセンター内)

☎20417

菱刈図書館(菱刈ふるさといきがいセンター内)

☎263000

