



大地の恵みを人が奏でる だれやめの郷

広報

いさ



特集「大切な命を守る地域医療」

まちの中核病院「県立北薩病院」を紹介します。

2013. 10

ISA City Public Relations No.117

「大切な命を守る地域医療」

まちの中核病院「県立北薩病院」を紹介します。

北薩病院は、伊佐市を中心とする県内北部の地域医療の中核病院として重要な役割を担うとともに、管内の民間病院にはない「神経内科」や「小児科」の診療科を開設しているほか、「呼吸器科」や「循環器科」、「外科」などの専門医による専門医療や高度医療機器を用いた医療など、地域の医療ニーズや民間病院の状況等に対応した高度・良質な医療サービスを提供いただいています。

地域医療を守っていくためにも医療機関の役割を理解し、限りある資源として有効活用しましょう。

近年、医療を取り巻く環境は次第に厳しさを増し、特に平成16年に新臨床研修医制度が開始されて以来、全国の地域公的病院で常勤医師が不足するという事態が続いています。北薩病院もその例に漏れず、鹿児島大学からの医師派遣中止や縮小などにより、平成16年には10科19人であった常勤医師は年々減少し、平成23年末には10人まで減少しました。平成25年9月現在は、研修医1人を含め6科14人となっていますが、地域の皆さまには、診療科の縮小や医師不足に伴い、救急対応や専門的医療へのご期待に充分にお応えできていないことを申し訳なく思っております。今後も、診療科の再開や医師不足の解消にむけて鹿児島大学や関連機関に働きかけを続けていく所存です。

鹿児島県立病院では、公立病院改革ガイドラインも踏まえ、平成18年度～22年度まで県立病院事業改革が行われ、平成23年度からは県立病院事業中期事業計画のもとに経営安定化を図っているところです。また、国の社会保障と税の一体改革の方針を踏まえて、地域の医療機関・介護施設及び行政と連携して、伊佐市を中心とする北薩地区の皆さまにできるだけ充実した医療を提供できるように、態勢を整えていきたいと考えております。

最後になりましたが、地域の皆さまに「頼りになる医療機関」として選んでいただけるよう、職員全員で精進致しますので、今後とも北薩病院に対するご支援のほど、宜しくお願い申し上げます。



院長先生の紹介

名前：小寺 顕一

生年月日：昭和32年9月19日

(56歳)

診療科：循環器科（高血圧や狭心症、心不全、不整脈等の内科的治療を行っています。）

モットー：知足、和を似て貴しとなす

趣味：写真、ドライブ、昔のアニメや映画の鑑賞、魚釣り、バドミントン、星空を眺めること、パソコンの組み立て等々、広く浅い趣味を楽しんでいます。

履歴（県関係）

平成10年7月1日 北薩病院循環器科部長

平成19年4月1日 北薩病院副院長（循環器科部長兼務）

平成25年4月1日 北薩病院院長

北薩病院



所在地 伊佐市大口宮人502-4
 設立日 昭和29年8月1日（改築：昭和61年4月）
 位置付 一般病院（北薩地域の中核的医療機関）

理念 ideology

慈愛 協調 前進

方針 policy

- 1 「患者さんの満足、ご家族の安心を提供します」（医療の姿勢）
- 2 「急性期医療の実践と、より高い専門医療を追求します」（診療の特徴）
- 3 「地域の救急医療体制に、積極的に貢献します」（診療の特徴）
- 4 「地域の医療・福祉との連携を強め、支援します」（地域の支援）
- 5 「仕事を通して、喜びと生き甲斐を追求します」（医療人としての姿勢）

診療科目

内科、神経内科、呼吸器科、循環器科、小児科、外科、脳神経外科、放射線科
 ※休診中：消化器科（H16.6～）、耳鼻いんこう科（H17.4～）



非常勤医師等による専門外来

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| ○糖尿病専門外来 毎週水曜日 | ○肝臓病専門外来 毎月第2・4週金曜日 |
| ○脳神経外科外来 毎週金曜日 | ○呼吸器外科外来 毎月第2・4週火曜日 |
| ○ものわすれ認知症外来 毎週水曜日午後 | ○リウマチ・膠原病外来 毎週火・木曜日午後 |

現在の取組み

- 赤字体質からの脱却
費用の節減、人件費の適正化、収益の確保
- 医師の確保
鹿大への要請、地元出身医師の発掘
- 患者の確保
専門外来の開設、各種検査の充実
- 市町村と小児科の協力
 - ・ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンの無償接種を全国に先駆けて実施
 - ・早期療育必要児、被虐待児、発達障がい児等に係る行政・福祉との連携による支援
 - ・こどもの健康、発達、療育、医療等に係る相談会、講習会、講演会等の実施



病院の特徴

- (1) 地域の中核的医療機関として、地域の医療機関等と連携しながら、民間医療機関では対応困難な高度・専門医療や二次救急医療を提供
- (2) 救急二次輪番体制をとり、救急告示病院として救急医療に対応
- (3) CT、RI、血管造影、消化器内視鏡診断、高気圧酸素治療、在宅酸素療法等の高度医療機器を利用した診断・治療に対応
- (4) 循環器、脳血管障害、小児診療の救急は、地域内では本院のみ
- (5) 血液、神経難病の専門医療に対応

ホットニュース!

「患者サロン」はじめました

—患者さん・家族の語らいの場—



「患者サロン」は、患者さんや家族とともに治療のこと、在宅での生活のことなどを気軽に語りながら、病院の緩和ケアチーム（医師・看護師・薬剤師・栄養士・理学療法士など）と情報交換する場です。

日時：毎月第2木曜日 10:00～12:00

場所：憩いの場（1階 エレベータ横）

診療待ちや看護の合間に、お茶を飲みながら近況を語り、花飾りを作ったり、マッサージを受けたり、ほっと一息できる癒しの時間を持つことで、少しでも治療中の患者さんや家族の人の力になればと考えています。

お気軽にお越しください。また、語らいの場に参加してくださるボランティアの人も募集しています。

☎地域医療連携室

検査できます!

睡眠時無呼吸症候群の検査ができます

～あなたの家族は大丈夫ですか？～



☑ チェックしてみよう!

- 大きないびきをかく
- 夜間に息がとまってたよ、と指摘されたことがある
- 日中いつも眠い
- 居眠り運転をよく起こしそうになる
- 夜中に何度も目が覚める
- 起きたときに頭痛やだるさがある

これらは睡眠時無呼吸症候群の症状とされているものです。

当院ではこれまでの簡易検査に加え、精密検査（1泊2日入院）もできるようになりました。症状が気になる人は、ぜひ一度ご相談ください。

☎呼吸器内科

もの忘れ? 認知症?

もの忘れと認知症の違い

項目	もの忘れ	認知症
原因	加齢によるもの	脳の病気
進行性	すぐには進行しない	進行する
もの忘れの自覚	もの忘れを自覚している	もの忘れを自覚しない
記憶力	記憶力は低下	記憶力の低下とともに、時間感覚や判断力も低下
体験したこと	体験したことの一部を忘れる	体験したこと自体を忘れる
日常生活への支障	とくに支障はない	支障が出る
他の精神症状	他の精神症状は伴わない	他の精神症状を伴うことが多い

もの忘れと認知症の初期症状は、非常に似ているため判断に困ることがあります。

もの忘れ認知症外来では、問診や簡単な認知症チェックで評価し、頭部MRI検査を行います。認知症には、治療によって改善する病気もあるので、家族の異常な言動・行動がある場合は、ぜひご相談ください。

診察日：毎週水曜日 午後

☎神経内科



水準の高い看護実践
が知りたい。

北薩病院には、看護分野のスペシャリストとして日本看護協会から
認定された看護師さんが3人います。どんなお仕事なのでしょう。

教えて、認定看護師さん！



皮膚・排泄ケア認定看護師
下山喜美代さん

皮膚・排泄ケア認定看護師とは、人工肛門、人工膀胱の患者さんや褥瘡（床ずれ）や創傷（傷）のある患者さん、足の潰瘍、失禁をしている人や排泄に問題のある患者さんのケアや指導を行います。患者さんへのケアの実践やスタッフへの指導、教育を行い、患者さんが少しでも良くなるよう努めていきます。



緩和ケア認定看護師
新留咲子さん

「緩和ケア」は、患者さんやご家族の方が、病気により“身体や心につらさ”をもち、援助が必要とされる時に関わるケアです。がんと診断された時から、治療時期、がんと共に歩んでいる間もずっと患者さんが、その人らしく生活できるように心身の苦痛を積極的に緩和し、患者さんにご家族を支えていく看護（緩和ケア）を専門としています。患者さんの日々の生活が穏やかに過ごせるように、お手伝いできたらと思います。



感染管理認定看護師
山之内聡子さん

私は、患者さんはもちろん当院に従事する全ての職員、訪問者の方々を感染から守り、安全な医療環境を提供するために感染対策チームの一員として、日々感染対策に取り組んでいます。主な活動は、院内で発生する感染症の発生状況の把握や感染対策の実践を行っています。また、すべての職員に対して感染対策の教育を行い、感染対策に関する相談も受けています。その他、地域の医療機関との感染対策に関するカンファレンス（協議）や、外部での感染対策の講師や病院のラウンド（巡回点検）など、地域全体の感染対策の向上を目指し活動しています。

全国的に地方の病院勤務の医師が不足している中、北薩病院も例外ではありません。医師を守ることは、地域を守ることに繋がります。私たちにできることは、医療機関の役割分担を理解して、一人ひとりが適切な診療に努め、医師が定着する環境づくりに協力しましょう。

診療時間

初診 月曜～金曜日 8時30分～10時30分

再診 月曜～金曜日 8時30分～11時

※小児科は午後も受け付けています。

（月曜～金曜日 14時～16時）

※再診は、原則として電話予約が必要です。

電話番号 0995・22・8511

「大切な命を守る地域医療」

— 県立北薩病院 —

「イーサキング」 公式ロゴ・イラスト等使用基準

正しく使用して、伊佐の
魅力発信に活用するのじゃ。

個人で楽しむ場合
(店の看板等含む)

申請は必要ありません。

販売目的の場合
(商品パッケージ・グッズ等)

申請が必要です。詳しくは、
市ホームページをご覧ください。

イラスト
全5種類

ロゴ
1種類



問い合わせ先 総務課広報係 (大口庁舎) ☎ 1 3 1 1 1 1 1 6

狂犬病予防注射 & 犬畜登録

生後 91 日以上で、まだ登録していない犬・4 月から今までに狂犬病予防注射を受けていない犬を対象に、予防注射および登録受付を行います。(犬の登録については生涯 1 回、予防注射は毎年 1 回必要です。)

また、犬の死亡、行方不明等の場合は、環境政策課に連絡ください。

しっかり捕まえられる人と一緒に来てね。

おつりのないようお願いします。

🐾 注射料 3,000 円

🐾 新規登録料 3,000 円



狂犬病予防注射日程表

月日	場 所	時 間
10月9日(水)	西太良地区コミュニティセンター	9:05 ~ 9:45
	羽月西青少年センター	10:05 ~ 10:35
	羽月地区公民館	10:55 ~ 11:45
	山野基幹集落センター	13:15 ~ 14:00
10月11日(金)	伊佐市文化会館北側駐車場	14:30 ~ 16:00
	本城校区集会施設	9:05 ~ 9:35
	湯之尾校区集会施設	9:50 ~ 10:20
	市役所(菱刈庁舎) 東側車庫前	10:35 ~ 11:10
	田中校区集会施設	11:30 ~ 12:00

問い合わせ先

環境政策課環境保全係

☎ 1 0 6 0

農作業の安全対策

稲刈りなどで忙しい時期は、特に農作業中における事故に注意してください。

農作業事故の未然防止と安全対策に努めましょう。

○農業機械の点検・整備を作業前に十分行いましょう。

○トラクターを運転する際は、もしもの転落・転倒に備え、必ず安全キャブや安全フレームを正しく装着し、シートベルトと紐付きヘルメットを着用しましょう。

○ほ場への進入路や段差、路肩では、機械の転落・転倒に十分気をつけましょう。

○道路では、低速走行や一時停止等を励行して他の車両に十分注意しましょう。

○ほ場作業以外では、必ず左右ブレーキペダルを連結しましょう。

○出かける前に、帰る時間や作業場所を家族に伝えておきましょう。

○農作業中の災害に備え、労災保険等に加入しましょう。

「自分だけは大丈夫」と思わずに、ゆとりをもって、無理せず農作業に取り組んでください。

問い合わせ先 農政課農政係

☎ 1 3 1 1 2 2 4 6



体力・運動能力調査

体力・運動能力調査として体力テストを行います。

自分の体力年齢や日頃の運動の成果を知りたいという人は、ぜひご参加ください。

日 時 10月15日(火) 19時～

場 所 菱刈農業者トレーニングセンター

対 象 者 20歳～64歳男女

テスト項目 握力測定・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・20mシャトルラン・立ち幅とび

申込期限 10月8日(火)

※屋内で使用できる運動靴をお持ちください。

※当日の健康状態によっては、参加できない場合があります。

申込・問い合わせ先

文化スポーツ課文化スポーツ係

☎②6320・FAX③0981



伊佐市消防団員募集中



伊佐市消防団では、多種にわたる災害に備えて一人でも多くの仲間を募集しています。

18歳以上、心身共に健康で、日本国籍を有し、特に山野・牛尾・羽月西・曾木・針持、菱刈・田中・本城・湯之尾・南永に在住の人を募集しています。

入団を希望する人は、地元消防団または総務課交通消防防災係まで連絡ください。

問い合わせ先 総務課交通消防防災係

☎③1311 ④1118

イノシシ・シカ用電気柵を設置しませんか

- 導入条件
- ①市内住民で、市税の滞納がない人
 - ②30アール以上の集団となっている耕作地(家庭菜園は含まない)
 - ③受益2戸(2人)以上の共同で設置できる箇所
 - ④過去に補助事業で設置していない箇所
 - ⑤作物は販売目的であり、飼料作物は家畜農家へ供給しているもの

補助金 市が電気柵購入額の2分の1を補助、残りは自己負担となります。

申込期限 10月15日(火)

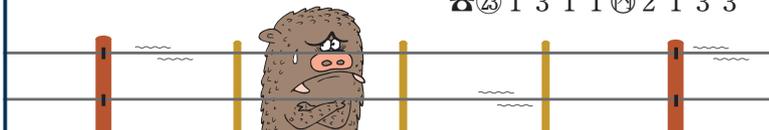
申請 申込後に詳しくお知らせしますが、設置箇所図面や共同設置者名簿、同意書、見積書などが必要となります。

※その他事業導入・設置内容は個別に協議します。

事業実施 平成26年度

問い合わせ先 林務課鳥獣対策係(菱刈庁舎)

☎③1311 ④2133



「税金 & 年金」無料セミナー

税理士・社会保険労務士等が、分かりやすく、丁寧に教えます。

どなたでも参加できます。

期 日	〔項目〕
10月8日(火)	〔所得税〕
10月10日(木)	〔相続税〕
10月11日(金)	〔消費税〕
10月16日(水)	〔源泉所得税〕
10月17日(木)	〔地方税〕
10月18日(金)	〔労働保険〕
10月22日(火)	〔社会保険〕
時 間	13時30分～16時30分
場 所	大口ふれあいセンター
人 員	20人(先着順)

申込方法

希望項目の日を電話でお伝えください。(複数項目・全項目受講可)

申込・問い合わせ先

(公社)始良伊佐法人会事務局

☎0995・62・5382



まちの話題



「敬老会」というよりは「壮年会」

市内各地で行われた敬老祝賀会では、今年もたくさんの笑顔がみられました。趣味に興じる人、地域のボランティア活動に参加されている人、「敬老会」とは名ばかりで、会場は現役世代の「大宴会」といった楽しい雰囲気でした。

これからも、私たちのお手本として元気にお過ごしください。

伊佐市の高齢者

伊佐市の総人口	28,836 人
75 歳以上の人口	6,430 人
総人口に占める割合	22.29 %
100 歳以上の人	28 人
(男性：2 人 女性：26 人)	
市最高齢者（女性）	106 歳
(平成 25 年 9 月 1 日現在)	

いつまでも元気!

第 5 回伊佐市老人クラブ連合会 グラウンドゴルフ大会



8 月 27 日、忠元公園多目的広場において、グラウンドゴルフ大会が行われました。

86 チームおよそ 500 人の参加があり、最高齢は 94 歳の井之上富香さん（花北下）でした。

現在、伊佐市老人クラブ連合会は会員 3,890 人、「健康」「友愛」「奉仕」の三大運動を掲げ活動されています。

同大会では和気あいあいの中、次のような素晴らしい成績が生まれました。（敬称略）

【競技結果】

団体の部	優勝	下青木 A
	準優勝	西本町 B
	第三位	西本町 A
個人の部	優勝	御書スミエ（八代） 34 打
	準優勝	立本ケイ子（白木 B） 34 打
	第三位	永田貫二（西本町 B） 36 打

9月9日は「救急の日」



9月9日を含む1週間は「救急医療週間」として、全国各地で救急に関する行事が実施されました。

市では、9月5日に伊佐市医師会立准看護学校で医師会と伊佐湧水消防組合が訓練を行いました。

倒壊した建物の中に要救護者がいると想定した訓練では、情報伝達・救助・救護・搬送という一連の救助訓練を迅速に行っていました。

皆さんも、いざというときのために地域の防災訓練には積極的に参加しましょう。

「男女共同参画」学びの広場



9月12日、湯之尾小学校の児童が、男女共同参画ワークショップデザイナーの高崎恵さんを講師に迎え、鹿児島大学の学生と一緒に「男女共同参画」について学びました。

講師の高崎さんは、「人は年齢や性別にかかわらず、一人ひとり素敵なところをいっぱい持っているので、仲良くそこをみんなで褒め合って、嫌なことはなぜ嫌なのかと自分の気持ちを話すそんなお友達になってください」とメッセージを送りました。

子ども達は、人と違うことは、悪いことではないし、自分の気持ちをきちっと相手に伝えることの大切さを学びました。

ガラッププロジェクト川遊び体験



8月24日、市山橋近くの川でうなぎの放流がありました。田中校区コミュニティ協議会の呼び掛けで、田中保育所の園児をはじめとする近隣の子どもたちや、保護者や関係者35人が集まり、およそ80匹のうなぎを川に放ちました。

ヌルヌル掴みどころのないうなぎが、川で勢いよく泳ぎだす姿を想像していた子どもたちの期待をよそに、その場で漂うように泳ぐうなぎを見て、「あっちだよ～」と手で突く場面もあり、周囲を和ませました。

その後は、自然保護について学習しながら周辺のごみ拾いを行い、釣りや川遊びを楽しみました。

「田んぼ de あそぼう！」



8月11日、菱刈南浦の田んぼで歓声をあげる集団がいます。その正体は、本城小おやじの会企画のイベントに参加した、本城小児童をはじめとする保護者や地域住民およそ70人です。

“大人も子どもも童心にかえり田んぼであそぼう”をテーマに宝探しゲーム、一輪車レース、ドッジボールなどが行われ、全身泥だらけになりながら夢中で楽しみました。

子どもたちの感想は？
「目や鼻にしみるけど、楽しかったぁ!!」

全日本マスターズ陸上大会 「準優勝」



全日本マスターズ陸上選手権大会
(9月6日～8日 佐賀県)

- 走幅跳 準優勝 記録 5 m 02 cm
 - やり投げ 第三位 記録 36 m 15 cm
- 井手下盛雄さん (山野停車場・62歳)

全国大会へいってきます



第68回 国民体育大会カヌースプリント競技
(10月4日～7日 東京都)
梶木駿さん (大口小学校勤務・23歳)

ソファカバーを寄贈



ふれあいセンターにあるソファに素敵なカバーがかけられています。

これは、ひしかり女性100人会の方々が不用になった生地を再利用した手作りのカバーです。

玉ねぎの皮を使用し染められたもので、作成に2日かかったそうです。とても温かみのある素敵なカバーになっています。

大切にご利用ください。

イーサキンググッズ発売中!



市公認キャラクター「イーサキング」グッズが完成しました。売り切れ続出のクッキーをはじめ、トートバッグやTシャツ、岩手県の間伐材で作られた震災チャリティうちわなど市内3か所で発売中です。次の販売所にてお問い合わせください。(9月20日現在)

★伊佐市役所大口庁舎総合案内所

☎☎1311

★夢さくら館

☎☎3061

★曾木の滝公園内土産物店

☎☎2345

校区や自治会で実施する催しには、舞台を必要とする行事も多くあることから、簡単に設営できるアルミステージを購入しました。最大4.5m×10mの広さになる舞台です。地域活動の充実を図るため、地域で活用ください。

貸出方法など詳しくは、企画調整課にお問い合わせください。

宝くじ助成金で購入





田中校区にインタビュ

田中校区コミュニティ協議会では、「子ども達が安全に水遊びできる場所を作る」を目的に校区振興計画の一つ「ガラッパプロジェクト」に取り組むことになりました。昔は、川が子ども達の楽しい遊び場でした。しかし、河川の整備等に
伴い堤防にはブロックが積まれ、葦等も群生し川遊びの場が無くなり、また“川は危険だ”という概念も生まれ、今では川遊びができなくなっています。

プロジェクトでは、大口東校区と田中校区を結ぶ市山橋上流 100 m、下流 100 mの河川敷地を、県の始良伊佐地域振興局より「みんなの水辺サポート推進事業」に認定いただき、校区民で整備を行い魚釣りができる場所作りを行いました。事業はまず河川敷の草刈りやゴミ拾いなどの整備にはじまり、4月28日の川開きの日には、神事で安全を祈願しその後魚釣りや川遊びを行いました。釣り竿は、河川敷の竹を利用、釣り道具の作り方から、えさの付け方を実演してみせ、それぞれ子ども達自身に作らせました。魚釣りでは、参加者だけでなくスタッフも夢中となり、始めは子ども達のサポートをしていたはずの大人達も童心に返り、子ども達より魚釣りに興じていました。

これまでに、ゴールデンウィークに2回、夏休みに2回の魚釣りを
行い最終日の8月24日は、川内川上流漁業協同組合のご協力によるウナギの放流も行いました。

今後は、さらに安全に川遊びができるように、振興局の協力を得ながら河川整備を進め、校区民が憩える場所の一つとして利用できるように、プロジェクトは、アイデアを募りながら今後も進めていく予定です。(校区役員Kさん談)



問い合わせ先

企画調整課共生協働推進係

☎ 03131111127

110番だより

「その取引！詐欺かもしれません」

突然送りつけられてくる会社のパンフレットや株券・社債券・発展途上国通貨の購入勧誘電話は、詐欺の可能性が大了。

次のような手口には要注意!!

(1) 架空のA会社や発展途上国のB国通貨のパンフレットを郵送・メール便等で送ってくる。

(2) その後「パンフレットに書かれている商品を自分の代わりに買って欲しい。もし買ってもらえたら2倍の金額で引き取る。」等の電話が掛かってきて被害者に購入を検討させる。

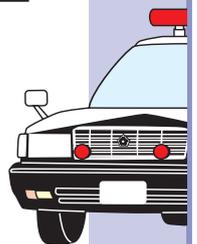
(3) 被害者には最初に教えた連絡先とは違う電話番号を教え、その番号に電話を掛けさせ、現金を指定する銀行口座に振り込ませたり、宅配等で指定する場所に送金させたりする。

相手とのやりとりの中で、次のようなことを言われたら、
「危ない！詐欺です。」

- 金をレターパックで送れ
 - 金を宅急便で送れ
 - 窓口には絶対行くな
- こんな不審な電話がかかってきたり、身に覚えのない書類が届いた際には、相手にせずに、すぐに警察へ相談しましょう。

まずは相談!!
伊佐警察署
☎ 0995
22-0110

鹿児島県警察シンボルマスコット
「チェストくん」



問い合わせ先

伊佐警察署

☎ 0110

ちょっと待った!!

その電話

あやしくないですか？

高齢者をねらった振り込め詐欺の口口がより巧妙化しています。十分気をつけましょう。

はじめから子や孫の名前を出してくる

【具体例】

「おばあちゃん

〇〇だけど・・」

と、孫が泣きながら電話をかけてきた。



「どうしたの」と聞くと、「理由は言えないんだけど、今すぐ50万円がどうしても必要なんだ」と言ってきた。

【アドバイス】

お金を要求してきたら、あやしいと思ひ、いったん電話を切って他の家族と相談する。

電話口に複数の人間が登場する

【具体例】

孫を名乗る人物から電話があり、「事故を起こしてしまった」と泣きはじめた。電話はすぐさま警察



官に代わり、「被害者は今すぐお金を払えば、「示談に応じる」と話してきた。次に被害者が登場して示談金を要求してきた。

【アドバイス】

冷静な判断ができない状況におとしいてくるため、一度電話を切って家族に相談する。交通事故などで、警察官が示談を持ちかけることはないのて、名乗ってきたも信用しない。

振り込め詐欺対策4か条

- ①必ず相手を確認する（おかしいなど感じたら相手の氏名、年齢、住所、電話番号などを確認しましょう）
- ②お金の話が出たら警戒する
- ③電話の話をうのみにしない
- ④お金はすぐに振りこまない・渡さない・送らない

問い合わせ先 消費生活相談窓口（地域振興課内） ☎ 1311 1259

黄色いリボン® 「子育て期にある

男性の家事・育児時間

男性が家事・育児・介護等に関わる時間は、妻の就業状況に関わらず30分程度にとどまり、男性の育児休業取得率も依然として1・89%（平成24年）と低水準です。

日本では、子どもがいる夫婦の夫の家事・育児時間が長いほど、第2子以降の出生割合が高くなる傾向にあります。

今月の女性サロン室

開催日 10月2日（水）
10月16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

夫婦の生活時間



問い合わせ先 企画調整課共生協働推進係 ☎ 1311 1128



健康ですか？あなたの骨



10月20日は世界骨粗しょう症デーとなっています。

骨粗しょう症は骨の量（骨密度）が減り、全身の骨がもろくなって、骨折しやすくなる病気です。骨を丈夫にする食生活や運動などの生活習慣で、骨粗しょう症を予防しましょう。

◎骨粗しょう症になる原因
加齢による消化・吸収力の低下

加齢とともに、胃や腸などの消化器が弱くなるため、カルシウム吸収も悪くなります。

女性ホルモンの減少（更年期）

閉経を迎える女性は、骨の生成に影響を与える女性ホルモン（エストロゲン）の分泌が減少し、骨量は急激に減ります。

偏食・カルシウム不足
小魚や野菜・海藻などの摂取量が減少しているので

カルシウム量が不足しています。

これら以外にも原因はありますが、毎日の生活のあり方で骨の量の減り方をゆるやかにし、予防することも可能です。そのためには「食事」「運動」「日光浴」などが大切です。

◎骨を丈夫にするためには

《食事編》

○食事でカルシウムとビタミンを摂る

○1日3食、規則正しい食事をとる

○栄養バランスのある食事を心がける

○加工食品を摂り過ぎない（リン・塩分が多く含まれています。）

《運動編》

適度な運動によって、骨に体重や刺激を加えると、骨は丈夫になります。体力や運動神経も高め、結果的



に骨粗しょう症や転倒・骨折を予防します。

《日光浴編》

カルシウムの吸収を促進するビタミンDは、適度な日光浴（紫外線）により、皮下脂肪で合成されます。戸外で日光を浴びながら行うウォーキングは効果的ですが、あまりにも過度の日焼けはしみやしわ、皮膚がんなどにつながりますので、注意しましょう。

《タバコ・アルコール編》

カルシウムは、腸管から吸収されます。過度のアルコールやニコチンは腸の働きを妨げ、カルシウムの吸収を悪くしたり、女性ホルモンへの影響を与えたりします。適量を守りましょう。



見逃さないで！骨粗しょう症のサイン！

骨粗しょう症は、長い時間をかけて進行します。次のような症状がみられたら医師に相談しましょう。

- 前かがみの姿勢が辛い
- 些細なことで骨折した
- 背中が痛む
- 背が縮んだなど



問い合わせ先 健康増進課保健指導係 ☎13111215

先月の地元新聞に次のような記事が掲載されました。「宮城県登米市が、南三陸町からの避難者向け災害公営住宅建設を表明」。

南三陸町に隣接する登米市には、町から避難した人が住む仮設住宅が約400世帯（約1,000人）分あります。これは、南三陸町の仮設住宅全体の2割程度であり、決して少ない数字ではありません。その仮設住宅の住民を対象に、同じ新聞社が退去後の居住先を聞くアンケートを実施しましたが、南三陸町への帰還



▲登米市内の仮設住宅

希望が半数を割る結果となっていました。「町の住宅整備にはまだ時間がかかるし、避難生活とはいえ2年半も住めば利便性の高い登米市に愛着も湧いてくる」とは、ある避難住民の言葉です。

冒頭の記事にある登米市の対応は、そのような声に応えた一つの例ですが、一方で甚大な被害が出た沿岸部からの人口流出が加速しかねず、被災沿岸部自治体共通の非常に悩ましい問題となっています。



▲急ピッチで進む高台移転の造成現場

(新納誠朗)

伊佐の味 からだに栄養 **食生**
 おいしいものでいきいき笑顔になる

「ご飯の友、焼酎の友」

「かごしまのおかず（開港舎）」より

レ シ ピ

〈材 料〉 4人分

三枚肉	300g
油	適量
にんにく	2片
┌ 味噌	400g
A 砂糖	200g
└ 酒	1/2 カップ

〈作り方〉

- ①三枚肉はきれいに洗い、ぶつ切りにする。
- ②厚手の鍋で①を焼き、油を捨てる。
- ③みじん切りしたにんにくを②に加え、Aを入れ、味を調整しながらさらさらしく練る。

豚の油味噌

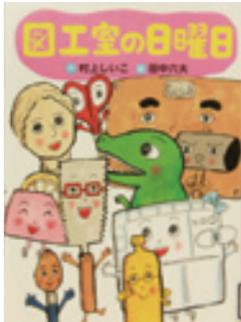


油味噌



【おすすめの一冊】 (新刊全点案内より引用)

児童 図工室の日曜日 村上しいこ (作)、田中六大 (絵)



(出版：講談社)

ここは、せんねん町の、まんねん小学校。日曜日の図工室は、貯金箱作りでもりあがっています。そこに、移動動物園から小さなライオンが逃げ込んできて…。

一般 政と源 三浦しをん



(出版：集英社)

東京都墨田区Y町。つまみ簪職人・源二郎の弟子、徹平の様子がおかしい。どうやら昔の不良仲間によすられたらしい。それを知った源二郎は、幼なじみの国政とともにひと肌脱ぐことにするが…。

【10月の図書館カレンダー】

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	31		

■ は休館日
○ はイベント

開館時間

火～土：9時～18時
日・祝日：9時～17時

【図書館へ献本】

田代伊津子さん (大道)
永山保雄さん (尾之上)

おはなしボランティア
募集中!

子どもとお話の世界
を楽しみたい人なら
どなたでも

【今月の新刊本 (抜粋)】

【 児 童 】	
クサヨミ	藤田雅矢
空を飛んだ男の子のはなし	サリー・ガードナー
だっこだっこ	つちだよしはる
ぐるんぐるんつむじかぜ	アーノルド・ローベル
【 一 般 】	
砂漠ダンス	山下澄人
北の街物語	内田康夫
すなまわり	鶴川健吉
菩提樹荘の殺人	有栖川有栖

【イベント情報】

古本市

日 時 10月25日(金)～11月9日(土)
場 所 大口ふれあいセンター2階展示ギャラリー

秋のとしょかんまつり

日 時 10月26日(土) 10:00～11:00
場 所 菱刈図書館
内 容 図書館ボランティア「おはなしミッケ!」と一緒に小学生も読み手になってのおはなし会

ふれあいメルヘンひろば

日 時 10月26日(土) 10:30～11:00
場 所 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

問い合わせ先

大口図書館 (大口ふれあいセンター内) ☎220417
菱刈図書館 (菱刈ふるさといきがいセンター内) ☎263000

募集

農業研修生と受け入れ農家募集

就農に必要な農業技術や経営手法を習得したい研修生と受け入れ農家を募集します。なお、受け入れ農家に対しては、補助金を交付します。

研修生資格

18歳以上65歳未満で、研修終了後1年以内に市内において就農し、5年以上農業に従事する意思のある人
受け入れ農家資格

市の農政全般に協力する人で、農畜産物の生産や加工販売等の業務に、市が定めた期間、研修生を従事させることが可能な人

申請手続

農政課に備え付けの申請書を10月31日（木）17時までに提出ください。

提出・問い合わせ先

農政課振興係（菱刈庁舎）

☎ 231311 ④ 2243

平成26年度伊佐市医師会立准看護学校学生募集

募集期間 11月1日（金）～29日（金）

入学試験 12月7日（土）

受付 8時30分～8時50分

合格発表 12月11日（水）

試験科目等

国語（高校卒業程度）・作文・一般常識（簡単な計算問題含む）・面接
提出書類

○入学願書（本校所定のもの）、写真（上半身）を添付

○高校卒業（卒業見込み）証明書、高校成績証明書

○受験料10,000円

請求方法

返信用封筒（長形3号）に住所・氏名を記入し、80円切手を貼って請求してください。

請求・問い合わせ先

〒895-2521

伊佐市大口鳥巢450番地

伊佐市医師会立准看護学校

☎ 228802

平成26年度大口幼稚園児募集

▽3歳児（3年保育）

平成22年4月2日～

平成23年4月1日生まれ 20人

▽4歳児（2年保育）

平成21年4月2日～

平成22年4月1日生まれ 20人

▽5歳児（1年保育）

平成20年4月2日～

平成21年4月1日生まれ 5人

願書配布 10月22日（火）8時30分～

入園説明会 10月30日（水）10時～

願書受付 11月5日（火）8時30分～
その他 10月20日（日）9時30分～11時30分

の「大口幼稚園子ども秋まつり」にも幼稚園見学を兼ねて、ぜひお越しください。

問い合わせ先

学校法人大口聖公学園大口幼稚園

☎ 220450

始良・伊佐連絡協議会「始良・伊佐地域体験モニターツアー」参加者募集

コース名

まち歩きとピザ作り体験コース

日時 11月11日（月）

8時30分～17時30分

集合時間 8時15分

発着地 大口元気こころ館

行程

蒲生まち歩き、くすくす館、霧島食

育研究会（ピザ作り体験）、霧島神宮

（観光ボランティアガイド）、丸尾自然

探勝路

募集人員 20人（応募多数の場合抽選）

参加条件

○各観光施設毎のアンケートに回答できる人

○発着地まで自身で来られる人

○全行程に参加できる人

参加費 無料

「燃えろ！ヴォルカ」通信 vol.7
一伊佐市は、ヴォルカ鹿児島を応援していますー

選手・スタッフ紹介



中筋 誠
MAKOTO NAKASUJI

生年月日 昭和62年5月31日
身長 183cm
体重 77kg
出身地 福岡県
ポジション FW

20

後援会会員募集中！
ヴォルカ鹿児島
モバイルサイト



☎メッセージ 九州リーグでは優勝する事ができましたが、あくまで狙っているのはJFL昇格です。しっかり頑張っていきますので今後とも応援よろしくお祈いします！

応募方法

はがき、FAX、インターネットで

応募できます。詳しくは、県ホーム

ページ (http://www.pref.kagoshima.jp/an01/chiki/aira_isa/index.html) を

ご覧ください。

応募期限 10月11日（金）

決定 10月18日（金）までに決定

通知を送付します。

応募・問い合わせ先

〒899-5212

鹿児島県始良市加治木町諏訪町12

始良・伊佐地域観光連絡協議会事務局

（始良・伊佐地域振興局総務企画課内）

☎ 09955638206

FAX 09955638108

お知らせ

10月は「土地月間」です

10月1日は「土地の日」

次のような土地売買や交換等の取引を行った場合、土地の買主は、土地の所在する市町村を通じて都道府県に届け出る義務があります。

- ①都市計画区域内で5、000㎡以上
- ②都市計画区域以外で10、000㎡以上

届出の期限は、契約を締結した日から2週間です。
問い合わせ先
地域振興課振興開発係

☎1311 ④1257

無料公証相談所開催

日時 10月5日(土) 9時～12時
場所 鹿児島公証人合同役場
鹿児島市山下町17番12号

相談内容

公証事務全般、遺言・任意後見契約・売買・消費貸借・賃貸借・債務弁済、離婚給付等の各種契約、私署証書認証、会社の定款認証、確定日付の付与等

相談員 公証人

日本公証人連合会による電話相談

期間 10月1日(火)～7日(月)

時間 9時30分～16時30分
※12時～13時を除く

電話番号 03・3502・8239

問い合わせ先

鹿児島公証人会

☎099・222・2817

高齢者インフルエンザ予防接種

被接種者1人につき1回1、000円を助成します。

対象者

- ①接種日に65歳以上で伊佐市に住所を有する人
- ②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある者として厚生労働省令で定める人

※対象者の年齢基準日は12月31日

実施期間 平成25年10月15日(火)～平成26年1月15日(水)

実施場所 市内の各医療機関

接種費用

各医療機関の接種料金から市の助成金(1、000円)を差し引いた額をお支払いください。

※接種料金は、各医療機関へお問い合わせください。

予診票

対象者①には、予診票を送付します。

※助成は、満65歳になってからが対象

になりますのでご注意ください。

対象者②は、直接医療機関に申し込まれた後に、予診票が交付されます。

※かかりつけの病院以外で接種を受ける場合は、医師の診断書または身体障害者手帳をご持参ください。

問い合わせ先

健康増進課健康推進係

☎1311 ④1216

森林づくり推進員

市では、管理不十分な森林などの把握や森林の間伐実施業推進のために、次の人に森林づくり推進員を委嘱(平成25年9月～平成26年2月)しました。間伐などの森林整備について、お気軽にご相談ください。

推進員	活動地区	電話番号
西 恒良	青木・篠原・市山	②1481
小平 幸男	羽月・羽月西・西太良	②2186
長畑 義輝	木ノ氏・牛尾・山野・平出水	②27725
姫木 義盛	荒田	②3525
是枝 辰郎	南浦	②3391
西 幸二六	徳辺	②2517
亀甲 昭次	下手・市山	②0486

問い合わせ先

林務課林政係

☎1311 ④2132

広告

10月1日～新米入荷!
全国発送いたします
送料格安!!



25年度新米入荷

10月19(土)20(日)2日間、直売所いさ畑にて**新米まつり**を開催します。
新米試食会、秋の味覚大量入荷予定!!

農産物直売所
いさ畑

大口里684-1 ☎29-5108 営9:00～19:00 年中無休

広告

太陽光発電所完成しました。



カナディアンソーラー 約50kw
年間発電量: 約47,693kw
出力保証: 25年
システム保証: 10年
自然災害補償: 10年

株式会社 **タケシタ**
住みやすいでゆく家の専業。株式会社

建築設計・施工・製材・不動産
建材・サッシ・浄化槽・太陽光発電等

TEL: 0995-22-0425
H P <http://takeshitanoie.jp>
e-mail ytake@takeshitanoie.jp

住所: 伊佐市大口小木原 899
タケシタの家造り 検索

若者サポートステーション出張相談

不登校や高校中退者などの進路相談や引きこもりなどの就労相談と訓練等の個別・継続的な相談支援を行います。

対象

15歳～39歳までの当事者とその家族

相談日 毎週木曜日

時間 14時～17時

会場 ハローワーク大口

予約・問い合わせ先

霧島・大隅若者サポートステーション

☎0995・73・7866

第5回水彩画合同展示会

展示期間 10月3日(木)～16日(水)

場所 大口ふれあいセンター

1階アトリウム

内容

伊佐ふれあいサークル水彩画同好会

「里夢会」「彩光会」「粹彩会」の作品を

合同で展示します。

問い合わせ先

☎21613

大口明光学園オープンスクール

日時 10月19日(土)

9時～12時30分

対象

小学5・6年生、中学3年生生女子お

よびその保護者
場所 大口明光学園
内容 授業体験や平常授業の見学など

問い合わせ先

大口明光学園 ☎20609

HP www.okuchimeiko.ac.jp

産地がわかる！

米トレーサビリティ制度

米穀事業者の皆さまへ

◇お米や米加工品の流通には、取引記録の作成・保存と産地情報の伝達が法律で義務付けられています。

◇一般消費者にお米や米加工品を販売・提供する場合には、産地情報の伝達を行うことが法律で義務付けられています。

◇消費者の皆さまへ

◇外食店や小売店等において、メニューや店内掲示、商品の容器や包装を見ていただくと、原料米の産地がわかります。

問い合わせ先

九州農政局鹿児島地域センター

☎099・222・0122

市水道メーター器取替え

対象となる家庭には、事前に検針票にて通知し無料で交換します。

10月の対象地区は次のとおりです。

【大口地区】

小木原上中、小木原東、停車場の一部、春村、小木原下、西本町、八坂町

【菱刈地区】

町舟津田上、町船津田下の一部、荒瀬

※今回、取替えの対象となっている20mm～75mm用のメーター器交換も菱刈全域で行います。

取替えについてのお願い

▽メーターボックスの上に物を置かないでください。

▽不在の時は取替え済のお知らせを郵便受けなどに入れておきます。

問い合わせ先

水道課管理係 ☎21311 ☎1292

伊佐市選挙管理委員会委員長及び委員等の変更

前委員長の退職に伴い、新委員の補充を行い、9月3日の選挙管理委員会において、委員長等が次のとおり決定しました。任期は、平成28年12月25日までです。

委員長 馬場 嘉彌 (下市山)

同職務代理人 萩原 勝之(上之馬場)

委員 亀澤 富紀子(崎山)

新委員 扇園 義人(楠原下)

広告

受講料無料 **第35期生募集!**

きもの着付教室

日本の伝統美を伝えるために...

講師募集!

会場名	住所	開講日	午前	午後	費用
田中ふるさと館 (旧4005 集合施設)	菱刈重留	10月25日	金	金	一
大口ふれあいセンター	大口里	10月18日	金	金	金

※施設の空き状況により、利用できない場合がございます。

普段着から訪問着までの着方 (全15回)

- 帯・着物同屋敷強会も別途開催!! ※交通費・昼食代1,500円
- 楽しい着物パーティもあります。※交通代含む11,000円

お申し込み・お問い合わせ

電話/ハガキ/FAXにて第1・第2希望の会場名・午前/午後・夜間及び郵便番号・住所・氏名・年齢・TELを明記の上、下記の住所までお送りください。

〒890-0056 鹿児島市下荒田4丁目15-18
日本きもの推進協会鹿児島支局 きもの着付教室係

※個人情報保護は受付室内に使用致します。

※教室運営費2,000円が初回の必要となります。

日本きもの推進協会 鹿児島支局 ☎0120-260-676 FAX(099)812-7162

電話受付時間/9時～17時(月～土) ホームページアドレス <http://nihonkimono.com> FAX受付時間/24時間

誕生



(8月2日～8月31日受付分)

- 赤崎 龍翔(和樹・田中上)
- 石井 真羽(良平・大島南)
- 石原 遙真(卓也・富士)
- 井手迫 莉玖(博・大道)
- 大島 ゆい(和樹・向江)
- 太田 瑞昊(勝仁・麓町)
- 川本 莉央(大輔・高柳)
- 小屋敷 優太(誠・須原)
- 竹村 莉杏(立己・西原)
- 中村 篤仁(進一・八代)
- 新原 豪人(洸太郎・前目宇都)
- 西川 哉叶(大史・山田)
- 原水 康成(幸一・下殿)
- 平出水 良聡(学・前目下)
- 廣原 梨乃(翔三・小水流)
- 福本 真生(大輔・下ノ木場)
- 堀尾 星夏(俊彰・西原)
- 山崎 暖子(徹志・井手原)

おくやみ



(8月1日～8月31日受付分)

- 大口地区
- 上原 ヨシエ 98 (篠原)
- 大内田 茂 90 (上目丸)

【今月の表紙】



日々の訓練で緊急時に備える

9月初旬の十曾池、ウエットスーツに酸素ボンベなどの装備を身につけ、引き締まった表情で訓練に励む伊佐湧水消防組合の「水難救助隊」です。厳しい選考基準をクリアし隊員をめざす新人は7人。先輩隊員に指導を受けながら一つ一つの動作を確認し、水中訓練に挑んでいました。

「市民の生命・財産を守るため」高度な救助技術を持つスペシャリストとなるよう期待します。

奥蘭 三郎	羽月地区	前田 森之	廣川 シズエ	中村 安人	田中 スソノ	竹添 壽	園田 ヒデ	楠原 キク	大川 トヨ	山野地区	脇屋敷 フヂ子	山本 ツモル	山口 スミエ	森山 義治	堀ノ内 巖	永田 眞佐子	神野 カツエ	柏木 清熊
58	83	97	76	100	94	97	96	93	93	100	85	88	89	83	90	101		
(堂崎)	(井立田)	(本町)	(小川内)	(上松)	(本町)	(上之馬場)	(上之馬場)	(上之馬場)	(下青木)	(八坂町)	(山ノ口)	(木崎)	(上新町)	(里町)	(篠原)	(木崎)		

弓場 フミエ	松本 三喜	福岡 義弘	水流添 サツ	田村 道雄	末原 フミエ	今西 国雄	井上 タエ子	菱刈地区	恒吉 敦子	龜石 茂子	西太良地区	村岡 シモ	道川内 実男	花牟禮 國夫	長谷川 真	郡山 定宏
98	89	69	91	61	101	87	86	81	74	97	89	88	53	83	67	
(共進)	(荒田下)	(前目中)	(前目下)	(鶴泊)	(永池)	(前目麓)	(鶴泊)	(曾木)	(城下)	(松木原)	(山之神)	(駅前)	(金波田上)	(白木)	(上ノ馬場)	

広告

アスパラギン酸が生の200倍も豊富

薩摩黒にんにく 無添加

URL://Amazon.co.jp手づくりのマテリア霧島

血栓・免疫・代謝・抗癌・血圧・五臓六腑
眼・膝・腰・肩・脂肪・乳酸栄養植物素材
(黒にんにくパワーで貴方の健康を取り戻しませんか)

伊佐総代理店 代表 西 秀雄
〒895-2511 伊佐市大口里西本町 (N&H)
Tel.0995-22-6204 fax.22-6232

広告

前田貴彦法律事務所

弁護士が直接 面談！！

相続 借金 離婚 交通事故
借地借家問題 刑事事件 など

初回相談料30分無料！！

要予約 TEL:0995-55-7700 お気軽にお電話下さい♪

〒899-5215 鹿児島県始良市加治木町本町106 リブロックビル1階

nagomi no hiroba

このコーナーでは、皆さんからの「お便り」や「写真」をお待ちしています。

【投稿について】

- ◆お便りは、字数200文字以内。写真は、1枚につき50文字以内。(文章は、必要に応じて添削する場合があります)
- ◆住所・氏名・年齢・性別・電話番号・ペンネーム(記入がない場合イニシャルで掲載します)を記入の上、市広報係までご投稿ください。
- ◆投稿は、はがき・封書・メールまたは直接広報係へ
- ◆締切は、毎月10日
 ※営利目的や個人、団体を批判・中傷するような内容は掲載できません。
 ※紙面の都合上、掲載できないこともあります。

【投稿・問い合わせ先】

〒895-2511
 伊佐市大口里1888番地
 総務課広報係(大口庁舎)
 「和みのひろば」係
 ☎ 1311
 ☎ 1116・1117
 ✉ koho@city.isa.lg.jp



食事のあと横になってる私に娘が、「豚になるよ」と一言。痩せた娘に言われ少し傷つきながらも、豚か？牛じゃなかったか？。便利なものでネットで調べると、「ほらっ牛でしょう。」しかも、太るといったり行儀が悪いということらしいし、消化にはいいらしい。これからは堂々と体のため横になってると娘に教えよう。「私の娘だからね、あなたも太る遺伝子もってる

年を重ねれば、昔話に花が咲きます。昔、大口市に「伸び行く伊佐」という映画がありました。太田産婆さんが人力車に乗って走る姿や、丸屋の横にあった薬局のご主人が出てきたり、曾木小の庭で何か集まりがあったあとの宴会の様子など…。友人たちが、「あたいどま、喜楽館で何度も見たど、あんフィルムはどっか残っておらんのかい」と話はずみしました。
 (大口 故郷大好き会 90代)

「故郷大好き会」さん、恥ずかしがりやのお仲間の中で、代表してお便りありがとうございました。昭和20年代のお話など楽しく拝見しました。今度はお友達からの投稿もお待ちしています。



イブシロンロケット打上げを見学しました。発射時の大音響、それに負けない見学者の大歓声に感動でした。
 (菱刈 ロケットマニア 40代)

んだから」
 (大口 フルハウス 40代)



人口のうごき (住民基本台帳から)

H25. 9. 1 現在 (前月比)

総人口	28,836人	(- 36)
男	13,337人	(- 24)
女	15,499人	(- 12)
世帯数	14,147世帯	(- 27)

ちなみに私の弟2人も消防団員です。火災予防週間にサイレン鳴らしてアナウンスしたり、行方不明者の捜索にでたり、火災が起きれば何時であっても出動する「責務」を伴います。しかしその分、弟たちをみてみると、苦楽を共にしたかけがえのない「仲間」に出会えたようです。今のところ、女性団員はいませんが、近い将来女性の活躍もみられるかもしれません。私も制服の似合う体形づくりに励むことにしましょう。



編集後記

伊佐市消防団では、仲間を募集しています。消防署と協力して、消火・予防活動をする「消防団」は、地域防災力の要です。「自らの地域は、自らで守る」という精神に基づき、普段はそれぞれの仕事を持ちながら、災害が起きたとき地域を守る活動に従事する人達で、「皆さんの隣人」によって組織されています。

