



110番だより

野鳥の捕獲、飼育は法律で禁止

以前、メジロを飼っていたという人もいます。現在、愛玩飼養のため、ペットとして野鳥を捕獲、飼育することは原則できません。

捕獲、飼育できるのは、学術研究など許可を得た場合だけです。野鳥の捕獲、飼育は、鳥獣保護法により規制されています。

野鳥を飼っている人がいる
ようだけど？

伊佐市内で、現在、メジロが飼えないからと、通称「チョウセンウグイス」を飼っている人がいるようです。「チョウセンウグイス」といわれている鳥は、ソウシチョウという外来の鳥です。

なぜソウシチョウを飼って
はいけないの？

ソウシチョウは、元々日本にいなかった鳥です。元々日本にいた鳥類と餌や生息場所をめぐって直接的、間接的に競合することや、



ソウシチョウ 全長 15 cm

餌となる昆虫類の捕食などにより、日本の生態系に大きな影響を与えるおそれがあります。

ソウシチョウは、外来生物なので外来生物法の規則を受け、飼育、販売、譲渡、野外に放つことが規制されます。

特別な場合を除き、野鳥を捕獲し、飼育することはできません。自然豊かな伊佐の地です。規則を守って野鳥を愛でましょう。

問い合わせ先 伊佐警察署 ☎0110



あなたらしく生きる「人生の年輪」

唾液腺マッサージ

唾液の働きには、消化を助ける、咀嚼や嚥下を助ける、歯や粘膜を保護する、抗菌作用などがあります。健康維持のため唾液は大きな役割を果たしているのです。

しかし、加齢により唾液の分泌能力が低下すると、口が乾きやすくなりさまざまなトラブルが生じます。健康維持のためにも、唾液腺のマッサージを行い、唾液の分泌を促すことをおすすめします。



耳下腺への刺激

人差し指から小指までの4本の指を頬にあて、上の奥歯のあたりを後ろから前へ向かって回す(10回)



顎下腺への刺激

親指をあごの骨の内側の柔らかい部分にあて、耳の下からあごの下まで5か所ぐりを順番に押す(各5回ずつ)



舌下腺への刺激

両手の親指をそろえ、あごの真下から手突き上げるように、ゆっくりグーっと押す(10回)



【参照】鹿児島県介護予防マニュアル改訂版

高齢者元気度

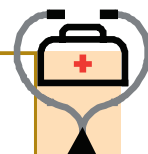
アップ・ポイント事業

8月の対象活動

○子宮・乳がん検診、健康相談、元気アップポイント忠元



相談・問い合わせ先 健康長寿課地域包括支援係 ☎2377



「発達障がい」を理解しよう

「発達障がい」について

発達障がいとは、生まれつきの脳の発達が通常とは異なった特性をもっている状態です。

発達障がいをもつ人は、ものごとの捉え方、関心があること、行動の仕方など多くの人と違うところがあります。そのため、相手とのコミュニケーションや社会的な関係作りにおいて、誤解やトラブルが起きやすいところに困難さがあります。しつけや育て方、本人の努力不足が原因ではありません。

早期に気付くことの大切さ

発達障がいをもつ人の多くは、1〜2歳ごろから学童前期の間に違いが明らかになってきます。小さいころから得意・苦手が理解され、本人のペースで育つことが大切です。障がいに気付かれず、「わがまま」「甘

え」と誤解を受け、必要以上に厳しく対応され続けると、心の病気を引き起こしたり、伸びるはずだった力が伸び悩んだりします。

発達障がいがあっても子どもは確実に^(※)発達します。適切な環境を整えることで自立した大人に育つ人がほとんどです。育ち方の違いや特徴は変わりませんが、子育てや療育・教育を通して、その人らしい豊かな成長を支えることは可能です。**理解することが支援になります**

発達障がいには目に見えない

育ち方の違いに気付くサインとして、乳幼児期に見られる姿を示してみました。これだけで判断できるものではありませんが、参考にしてみてください。

子どもが示す育ちの違いのサイン（乳幼児期）

1歳半まで



- ・視線が合いにくい
- ・あやしても笑わない
- ・抱きにくい、抱っこを嫌がる
- ・睡眠リズムがつきにくい
- ・言葉が遅い
- ・人見知りがない、人見知りが強い

1歳半〜3歳まで



- ・一人遊びが好き
- ・偏食が激しい
- ・音や感触に敏感
- ・よく迷子になる、飛び出す
- ・名前を呼んでも振り向かない
- ・回転するものや流れるものが好き

3歳〜就学まで



- ・集団行動が苦手
- ・じっとしていられない
- ・会話がかみ合いにくい
- ・予定変更でパニックになる
- ・決まったやり方や遊びにこだわる
- ・集団への全体指示が伝わりにくい

そのため、本人や家族は誤解や偏見に苦しむことがあります。障がいそのものより、その大変さや努力が理解されないことに苦しむ人が多くいます。また、「障がい」の否定的な面を心配するあまり、障がいを含めたその人らしさまで否定されることもあります。障がいについても、その人の願いや努力についても、まずは知ろうとすることで力になることができます。

気になることがあったら

一人ひとりに合う関わり方を一緒に考える仲間がいます。気になったらまずは相談してみましょう。身近な学校や保育園・幼稚園の先生も頼りになります。もう少し詳しく知りたい時には、市の保健師、臨床心理士までご相談ください。

連絡先

伊佐市役所こども課

伊佐市トータルサポートセンター

☎ 23 1 3 1 1
☎ 29 5 5 1 1

問い合わせ先

こども課こども相談係（トータルサポートセンター）

☎ 29 5 5 1 1

(※)「発達」とは体や能力の成長だけでなく、目には見えない人の心（内面）が育つ過程をいう

夏だからと伊佐にいたときの感覚でTシャツ姿のまま寝ていたのですが、今朝（7月12日）は、あまりの寒さに目が覚めました。暑がりの私は、この時期なら間違いなく扇風機かエアコンをかけていたのですが、ここでもまた気温の違いに驚きました。

先日「震災復旧・復興に係る自治法派遣職員情報交換・研修会」に参加してきました。宮城県内各地に派遣されている職員が集まり、東日本大震災の被災体験を聞いたり、現状や派遣に伴い思ったことや感じたことを意見交換するというものでした。

石巻市や気仙沼市の職員とも意見交換を行いました。2市とも南三陸町同様、町の広範囲で被害を受けたため、復旧・復興が思うように進んでいない現状で



退去済の仮設住宅

す。南三陸町は、平成29年4月末までには全ての災害公営住宅・高台移転事業の区画が完全に整備される予定であり、計画通りに進んでいます。

それにもかかわらず、復興が遅いとの声が聞かれ、別の街に生活の拠点を築き町から出ていく人も多くいます。先の2市は商店や病院などの中心部が残っていたため、人口の流出を抑えることができていますが、南三陸町は町の中心部の被害が大きかったためこのような事態に陥っています。今後は税収や高齢化などの問題をいかに乗り越えていくかが課題です。

（柏木聡司）

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

Vol.70

「ビタミンCたっぷりのマイルドドリンク」

「かごしまのおかず（開港舎）」より

レ シ ピ

〈材 料〉（4人分）

にがうり	1/2 本
バナナ	1/2 本
牛乳	1 カップ
ヨーグルト	1 カップ
ハチミツ	大さじ 3～4
レモン	少々
氷	少々

〈作り方〉

- ①にがうりの種とわたを取って乱切りにする。バナナも同じ大きさに切り、レモン汁をからませしておく。
- ②すべての材料をミキサーに入れて混ぜ合わせる。最後に氷を入れてかき混ぜる。

ゴーヤジュース



にがうり

Welcome to Library

図書館へようこそ

大口図書館のみ、夏休み期間は休館日も開館します
利用時間：9時～17時

【おすすめの一冊】（新刊全点案内より引用）



庭のマロニエ ジェフ・ゴッテスフェルド



（出版：評論社）

裏庭に立つ1本のマロニエは、ひとりの少女の姿を見るのが好きでした。ある年、戦いが始まって、少女は“隠れ家”でひっそりとくらすようになり…。マロニエが語る、アンネ・フランクの物語。



追憶の渚にて 白石一文



（出版：KADOKAWA）

世界的ベストセラー作家の兄の不審死と遺された謎だらけの随筆。記憶とは食い違う原稿の真実が明かされるとき、「世界」は大きく揺らぎはじめる…。

【8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

◎海音寺潮五郎記念

「銀杏文芸賞」締切：8月20日

「読書感想文・画コンクール」

対象：小・中・高生

締切：9月30日



夏休みの学習に！

【今月の新刊本】

【 児 童 】	
こうさぎとほしのどうくつ	わたりむつこ
ねずみくんとおばけ	なかえよしを
なきむしこぞう	今村葦子
【 一 般 】	
ジニのパズル	崔実
ずんずん！	山本一力
陸王	池井戸潤

【イベント情報】

夏休みおはなし会

日 時 8月5・19・26日（金）10:30～11:00

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！」とひしかり学童による大型絵本などの読み聞かせ

ブックスタート

日 時 8月9日（火）4か月健診時

場 所 まごし館

内 容 4か月児と保護者へ絵本等プレゼント

ふれあいメルヘンひろば

日 時 8月27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