



知っていますか「マイナンバー制度」

問い合わせ先 総務課行政係 ☎231311

顔写真付きで身分証明書にもなる マイナンバーカード（個人番号カード）交付の流れ



1 マイナンバーカードの交付申請をした人には順次、市から交付通知書（はがき）を送付しています。

2 **マイナンバーカードを受け取るために**
必要なもの①交付通知書②通知カード③交付通知書に記載してある必要書類
受け取る場所

【大口地区の人】市民課（大口庁舎）
【菱刈地区の人】地域総務課（菱刈庁舎）
※手続きには10分～15分かかります（待ち時間別）。時間に余裕をもってお越しください。

3 手続き最後は①本人確認②マイナンバーカードの暗証番号を設定③マイナンバーカード交付※カードの暗証番号をあらかじめ決めておいてください。

制度に関する問い合わせ先 ☎0120・95・0178
※平日9時30分～22時・土日祝9時30分～17時30分



あなたらしく生きる「人生の年輪」

相談・問い合わせ先 健康長寿課地域包括支援係 ☎232377

認知症を正しく理解し明るく支える

認知症の基礎や認知症の人や家族の気持ちについて1年間紹介しました。市ではこれからも認知症に対する支援策を展開していきます。

平成30年4月までに実施予定の取り組みをご紹介します。

①認知症初期集中支援チーム

認知症が疑われる40歳以上の在宅生活を送る人で、医療サービス、介護サービスを受けていない人または中断している人に対し、専門スタッフが自宅に訪問し、受診や適切なサービス等につながるように支援します。

②認知症地域支援推進員

医療機関や介護サービス及び地域の支援機関の連携を図るための支援や、認知症の人やその家族を支援する相談業務を行います。

③認知症カフェ

認知症の人や家族が地域の人や専門家と情報を共有し、お互いを理解しあえる場所を

提供します。

認知症になったらどうしたらいいか、どんなサービスが受けられるか疑問にお答えする案内冊子「認知症ケアパス」は、市役所・介護施設・医療機関などにあります。（市ホームページでも閲覧可）

認知症に関する相談は次の機関まで。

◎大口地域包括支援センター（大口庁舎） ☎232377

◎菱刈地域包括支援センター（菱刈庁舎） ☎261307

◎サブセンターはやひと ☎220002

◎サブセンターすずらん ☎230155

◎サブセンターレインボー ☎262258

高齢者元気度
アップ・ポイント事業
3月の対象活動
◎健康相談





110番だより

平成28年度 警察官A(大学卒)採用試験

鹿児島県警察では、大学を卒業または来春卒業見込みの人を対象とした警察官採用試験を行います。受験資格

○警察官A(男性・女性)

①昭和60年4月2日(31歳)～平成7年4月1日(22歳)に生まれた人で、学校教育法による大学(4年生以上のもの)を卒業した人もしくは平成29年3月末までに卒業見込みの人またはこれらと同等の資格があると認め

る人

②「飛び級・飛び入学による大学卒業(見込み)者の特例」

平成7年4月2日(21歳)～平成11年4月1日(18歳)に生まれた人で、学校教育法による大学(4年生以上のもの)を卒業した人または平成29年3月末までに卒業見込みの人

○警察官A(武道)

右記の①②に該当する男性で、柔道または剣道の段位が3段以上であること



※(一)内の年齢は平成29年3月末現在の満年齢

受付期間

3月28日(月)～4月13日(水)

※郵送の場合は13日の消印有効

第1次試験 5月8日(日)

試験内容

教養試験、論文試験、身体一般

検査、実技試験(武道のみ)

試験会場 鹿児島市

試験案内請求先

県警察本部及び県下警察署

問い合わせ先

鹿児島県警察本部警務課採用係

☎099・206・2220

HP <http://www.pref.kagoshima.jp/police/>

問い合わせ先 伊佐警察署 ☎20110



戦後70年「縁と絆」記憶の風景と未来をたどる

学童疎開記念誌「つなぐ」語り継ぎたい想い

西之表市と共同で作成していた

「学童疎開記念誌」が完成しました。記念誌完成に至るまで当時を知る人に話をうかがい、両市をつないだ縁や平和の尊さを後世につなげるために、次代を担う高校生らにも動画撮影やシンボルマーク作りで参加してもらいました。

▽種子島高校放送部が70年ぶりの再会に密着した動画(九州高校放送コンテスト・テレビ部門優勝作品)は編集・DVD化され記念誌とセットになります。

▽大口明光学園中学・高校から寄せられた54作品のうち4点が最終審査に残り、両市長による審査の結果、シンボルマークが決

定しました。

種子島の西之表から伊佐まで直線約150km。小学校2年生(6年生の児童ら約2800人が伊佐(大口・菱刈)に疎開しました。記念誌に掲載された体験談から当時の生活や家族への想い、戦争の悲慘さが伝わります。そして同時につらい時代をともに過ごした友人・家族への感謝の言葉が綴られています。

A4版100頁、計500部を発行し、両市の学校や図書館などに配付します。

今月号で連載は最終回です。戦後70年、語り継ぐべき歴史や想いは届けられたでしょうか。

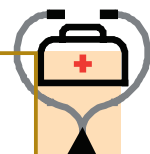


高校1年 猪野未晴さん

伊佐市花の桜と西之表市花のテッポウユリを組合せ、両市の結びつきの強さをリボンで表現しました

※イラストレーター 小門幸恵さん (Small Gate Design) 修整

問い合わせ先 伊佐PR課交流PR第1係 ☎204113



毎年3月は 「自殺対策強化月間」

最近「あん人は、あんまり語らんくなったね」「元気がなかね」と感じたことはありませんか。

日本の自殺者数は、平成25・26年で3万人を下回り減少はしています。しかし鹿児島県全体の中・高年自殺者数は依然多い状況です。

市でも平成25年に7人、平成26年に8人が自殺で亡くなっています。(警察統計から)

ここにたまった疲れをそのままにすると、心身さまざまな悪影響を及ぼしますが、もつとも不幸な出来事のひとつが自殺です。自殺は、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、さまざまな要因によって心理的に追い込まれた末の死です。

自殺を思いつめた人は、悩みながらも何らかの「こ

ころのサイン』(自殺のサイン)を発していると言われています。そのサインに対し、「いつもと様子が違う」という周囲の人の「気づき」がとても大事です。

自殺者を一人でも減らすために今あなたができること

(1)気づき

家族や仲間の変化に気づいて声をかける

「いつもと様子が違うので心配だ」と声をかけてみましょう。声をかけることで、「あなたは決してひとりではない」ということを理解してもらえるかもしれません。

(2)傾聴

本人の気持ちを尊重し耳を傾ける

話をじっくり聞き、その気持ちを肯定的に受け止め

【相談窓口】

「鹿児島いのちの電話」

☎099・250・7000

相談日：24時間年中無休

「鹿児島県自殺予防情報センター」

☎099・228・9558

相談日：月・木

時間：9～12時・13～16時

※面接は電話予約が必要。

「よりそいホットライン」

☎0120・279・338

相談日：24時間年中無休

※17頁をご覧ください。

ると、その人は気持ちが落ち着いて、本来の自分を取り戻すことができるかもしれません。この「傾聴」は、悩みを聞くうえで常に心がけたいことです。

(3)つなぎ 早めに専門家などに相談するよう促す

抱え込んでいる問題や悩みを解決する方法を知らずに、死を選んでしまうことほど残念なことはありません。専門家の支援を受けること、さまざまな支援の輪を広げていくことが大切です。

(4)見守り 寄り添いながら、じっくりと見守る

話を聞いた↓専門家を紹介した↓万事解決、ということとはまずありません。一見元気になったように見えても、悩みは繰り返し頭を占めるものです。本人が完全に乗り越えるまで、長期間見守る必要があります。

昨年4月に南三陸町に来
てから、早くも1年が経
うとしています。整地中
だった市街地に南三陸病院
が建ち、住民の住宅再建も
始まり、何もなかったとこ
ろに街の形が見えてくるよ
うになりました。

2月、市街地にあたる志
津川地区の災害公営住宅
(集合住宅)の完成に伴い、
入居者に入居のための補助
制度などを説明する「くら
しの懇談会」がありました。
説明会には私も参加し、
住民の皆さんと直接お話し
ることができました。
皆さんの期待や不安を現
地職員と派遣職員一丸と
なつて受け止め、少しでも
解決できるよう真剣に取り
組む姿をみて、住民と職員
「復興への切なる願い」を
改めて強く感じることで
きました。

災害公営住宅(建設中)



南三陸病院



【訂正とお詫び】

(福田光一郎)

先月の「南三陸だより」
担当は柏木聡司さんでした。
訂正しお詫び申し上げます。

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

知覧茶の佃煮



Vol.65

「最後まで無駄にしない」

「かごしまのおかず(開港舎)」より

レ シ ピ

〈材 料〉(4人分)

茶の出しがら	300～400g		
いりこ(子魚)	30g	「砂糖	適量
白ごま	大さじ3	A みりん	適量
一味唐辛子	適宜	「醤油	適量

〈作り方〉

- ①いりこは折れるくらいにから煎りする。
- ②出しがらがくれるほどの水を入れて中火で煮る。
- ③②をAで味付けし、①を入れて汁気がなくなるまで煮る。ごまを加え好みで一味を入れる。

茶の佃煮

Welcome to Library

図書館へようこそ

【おすすめの一冊】（新刊全点案内より引用）



ブルくんのだいじなひ キャンデス・フレミング



（出版：講談社）

今日は、ブルドーザーのブルくんにとって大事な日。元気いっぱい工事現場を駆け抜けます。でもみんな、忙しそうに仕事をしていて、ブルくんはつまらなくなってしまいました。仕事が終わりと、帰ろうとすると…。



死んでいない者 滝口悠生



（出版：文藝春秋）

秋のある日、大住生を遂げた男の通夜に親類たちが集まった。一人ひとりが死に思いをはせ、互いを思い、家族の記憶が広がって…。永遠の時間が立ち上がる奇跡の一夜を描く。

【3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

【今月の新刊本】

【 児 童 】	
アカンやん、ヤカンまん	村上しいこ
おしれ列車	最上一平
ひみつのとっくん	佐川芳枝
【 一 般 】	
ガラパゴス 上下	相場英雄
その姿の消し方	堀江敏幸
倒れるときは前のめり	有川浩
溺れる月	新野剛志

【イベント情報】

ふれあいメルヘンひろば

日 時 3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

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

問い合わせ先

大口図書館（大口ふれあいセンター内）

菱刈図書館（菱刈ふるさといきがいセンター内）

☎220417

☎263000