



野草薬草館 OPEN

自然豊かな伊佐市・さつま町には、豊富な野草薬草が自生しています。

人間は、古来より野草薬草を毎日の暮らしに取り入れ、健康維持に活用していましたが、その文化も徐々に廃れてしまいました。

DMOやさしいまちでは、「今ある資源を活かした永続するまちづくり」として、身体にやさしい取り組みのひとつ、野草薬草を用いた観光資源の開発を進めてきました。昨年、曾木発電所遺構展望公園に開園した「おばあちゃんの薬箱・伊佐薬草の杜」に続き、曾木の滝公園内に「野草薬草館」を開館しました。



場 所 曾木の滝公園内
開館時間 10時～17時
定休日 火曜日

**入場料
無料**



館内には、野草薬草の効能や、採取時期などを詳しく解説したパネルや鉢植えなどを展示しています。さまざまな野草薬草について知識を深め、料理への活用方法も学べます。ぜひお越しください。

問い合わせ先 (株)やさしいまち ☎0120・85・8341 または ☎0995・24・4631

地域おこし協力隊 通信



中村由佳

伊佐に来て1年が経ちました。たくさんの人と知り合うことができ、伊佐での生活にもだいぶ慣れてきました。

5月中旬頃からあちこちでホテルが飛んでいますね。週末は子どもたちとホテルを見に行っています。優しい光に癒されます。子どもたちも喜んでいきます。

身近にたくさんさんのホテルスポットがあるなんて、改めて、伊佐は良いところだなあと思います。

さて、昨年から作り始めた大口東校区マップが完成したので、校区の皆さまにお配りしています。ご家族、お友達とマップを片手に散策したり、ドライブしたり、楽しく活用してほしいなあなんて思っています。



市内15地区のマップを作りたかったので、日々、伊佐市内を探索しています。おすすめのスポットなどありましたら、ぜひ教えてください。

伊佐の美味しいがギョウツと詰まった『みそ玉』作りは、コミュニティ協議会主催の体験活動などで、ワイワイ楽しくやらせてもらっています。冷凍庫に『みそ玉』が入っていると何かと便利。「どれにする？」と選ぶのも楽しいものです。機会があれば一緒に作りましょう！



警察官B採用試験（高等学校卒業程度）

鹿児島県警察では、**高等学校卒業程度**の人を対象とした警察官採用試験を実施します（大学を卒業または来春卒業見込みの人は対象外）。

試験区分

警察官B（男性・女性・武道）

※採用予定人員は7月3日公表予定
(<https://www.pref.kagoshima.jp/police/>)

受験資格

昭和63年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人（学校教育法による4年制以上の大学を卒業または来年3月卒業見込みの人もしくはこれらと同等の資格があると人事委員会が認める人を除く）。

なお、武道区分での受験を希望する場合は、受験資格に該当する男性で、柔道2段（高等学校を来年3月卒業見込みの人は初段）以上または剣道2段以上であることが必要。
受付期間

▽郵送・持参

8月7日（水）～23日（金）

▽インターネット

8月7日（水）～21日（水）

第1次試験① 9月22日（日）

試験内容 教養試験、作文試験、実技試験（武道のみ）

試験会場

鹿児島市、鹿屋市、奄美市

※武道は鹿児島市のみ

第1次試験②

10月15日（火）～16日（水）

試験内容 適性検査、身体一般・精密検査、体力検査

試験会場

鹿児島市のみ

試験案内請求先

鹿児島県警察本部及び県下各警察署ほか

申込・問い合わせ先

〒890-8566

鹿児島市鴨池新町10-1

鹿児島県警察本部警務課採用係

☎099・206・2220



問い合わせ先 伊佐警察署 ☎20110



成年後見制度Ⅱ 法定後見制度

先月号では、認知症などで判断能力が不十分になった時に、その人の権利を守る「成年後見制度」について掲載しました。成年後見制度には、判断能力が不十分になってから利用する「法定後見制度」と、判断能力が不十分になる前に利用する「任意後見制度」があります。今回は「法定後見制度」について説明します。

法定後見制度は、自分らしく安心して暮らせるように、本人の権利や財産を守り、本人の意思を尊重した生活ができるよう支援するための制度です。

例えば

自宅で一人暮らし、認知機能の低下がみられ、光熱費などの支払いが十分にできなくなってきた。また、悪質な訪問販売などにより経済的被害を受けたり、受ける可能性がある。介護保険サービスを利用したいが、一人で契約などできない。支援してくれる親族などが居な

い場合、法定後見制度の利用が考えられます。制度を利用すれば、次のような支援が考えられます。

▽成年後見人が代わりに金融機関で手続きをしてくれる。

▽たとえ騙されて契約をしてしまっても、成年後見人がその契約を取り消してくれる。

▽その人のことを考えて、必要に応じた介護保険サービス契約締結の支援をしてくれる。

大口地域包括支援センター

☎232377

菱刈地域包括支援センター

☎261307

※法定後見制度の利用申請ができる人は限られています。（本人、配偶者、四親等内の親族、市町村長など）

高齢者元気度

アップ・ポイント事業

7月の対象活動

○肺がん検診、結果報告会、元気アップポイント忠元



問い合わせ先 長寿介護課（地域包括支援係・高齢者支援係） ☎231311





風しんの抗体検査及び 風しんの第5期の定期接種を実施します

市では、抗体保有率が他の世代に比べて低い男性に
対し、予防接種法に基づき、
風しんの抗体検査及び風し
んの第5期の定期接種を行
います。

今年度は、昭和47年4月
2日〜昭和54年4月1日生
まれの男性に、抗体検査及
び予防接種のクーポン券を
送付します（7月中旬発送
予定）。検査・予防接種を
希望する人は、同封してい
る案内文書をよく読み、受
診してください。

昭和37年4月2日〜昭和
47年4月1日生まれの男性
には、来年度以降、クーポ
ン券を送付予定ですが、今
年度、検査を希望する人は
ご連絡ください。

抗体検査対象者

昭和37年4月2日〜昭和
54年4月1日生まれの男性
（平成26年以降に抗体検査
を受け、検査結果が「陽性」

であり、その記録を保有し
ている場合は除く）

予防接種対象者

風しんの抗体検査を受け
た結果、十分な量の抗体が
ないと判明した男性

検査・予防接種の実施期間

7月22日〜

令和2年3月31日

※各医療機関へ予約が必要
検査・予防接種料金 無料

※クーポン券が必要

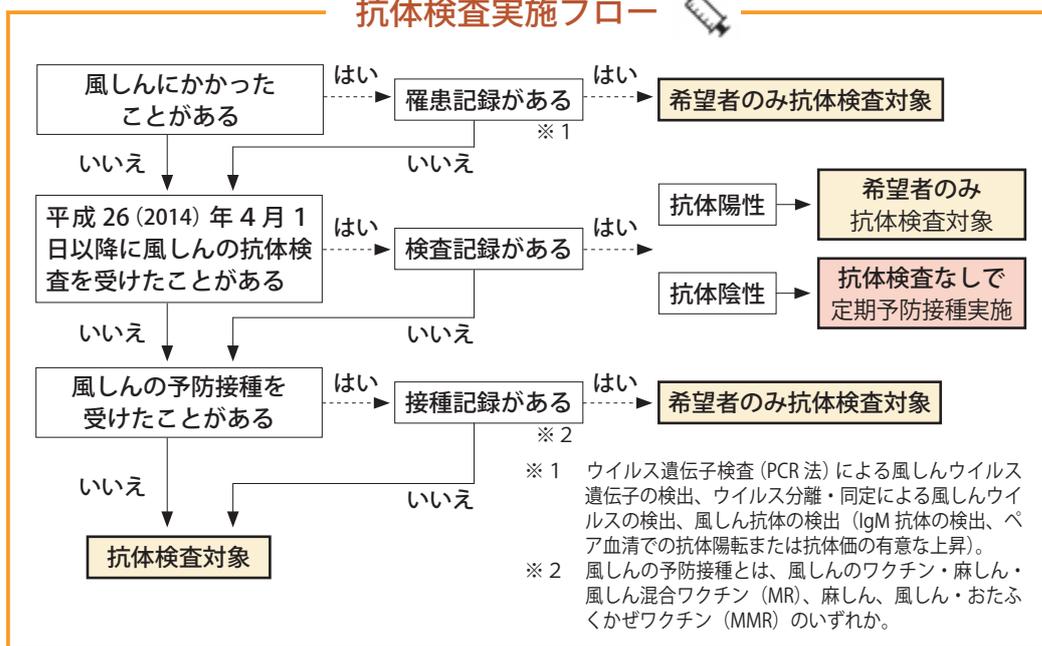
風しんは、発熱及び発し
んを主な症状とし、飛沫感
染により人から人へ感染が
伝播する、感染力の強い疾
病です。

妊娠中の女性が風しんに
感染すると、子どもに眼や
耳などの障害を含む先天性
風しん症候群（CRS）が
生じる可能性があります。

抗体検査や予防接種を受
け、あなた自身、
そしてあなたの
周りの大切な人



抗体検査実施フロー



や家族を風しんから守りましょう。

問い合わせ先 市民課健康推進係 ☎ 1311

「町なかの灯台」
 国道45号沿いの志津川中央団地入口に4月、「南三陸町生涯学習センター」が完成しました。公民館と図書館の機能を備えた木造の複合施設で、構造材や、本棚など至る所に地元の南三陸町産杉が使われています。外観も趣があつて美しい建物です。

震災後に南三陸町が進めてきた公共施設の建築はこれが最後で、災害復旧事業としては、すべてが終了したことになります。

平屋づくりで大きなガラス張り。夜になると各部屋の明かりが交錯しながらパノラマに広がり、まるで町の中にある灯台です。

もうひとつ見つけた町の灯台は、柱や梁、外装・内装、本棚まで、南三陸の材料にこだわった、ぬくもりのある宿です。無機質になりがちで、ただ通り過ぎるだけの廊下も「まなびの廊下」

と名づけられていて、壁一面に本棚が設置され、震災の記録から漫画まで幅広く置かれています。ここは「南三陸まなびの里いりやど」。

入谷という地区にあるのですが、お気づきですか。入谷、いりや、入谷ど、いりやど。センスある人が付けたんだらうなと思つていいます。名前も部屋も心地よくて、ゆっくりできるお宿です。

コーヒー飲みながら、好きな本を読んで、シモンズ製高級ベッドで就寝。最高なのですが、研修施設としても使われているため、朝6時頃「おはようございます」の放送と音楽で一度起こされますので、2度寝の覚悟を。

それでも「いい宿、いりやど」。

(柿ノ迫秀美)



いりやど

転倒予防

脚・お尻・股関節周囲の強化

KOBA 式体幹 バランス トレーニング



指導・モデル：Sライセンスマスタートレーナー 土生さとみ

下半身を鍛える



肩幅に脚を開く



※右脚も同様に行う

↑3~5回

①お尻を後ろに突き出しながら膝をゆっくり曲げる。

※バランスがとれる人は椅子なしにチャレンジ

①左脚を床から5cm位上げる。

②・バランスがとれる人
 左脚を5cm程度上げ下げを行う

・バランスに自信のない人

①の脚を上げたまま5秒キープ

※KOBAトレの掲載は、今月号で終了します。8月号からカヌー競技に関する記事を掲載します。

Welcome to Library

図書館へようこそ



※夏休み期間は休館日も開館
します(大口図書館のみ)
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)

児童 しょうがっこうがだいすき うい



小学校生活を楽しむ
くすぐすためには?
これから小学生になる
みんなに向け、現役
小学生ならではの
視点で、小学校が好
きになるための16
のアドバイスを綴っ
た本を絵本化。

(出版: 学研プラス) 所蔵館: 大口

一般 めぐり逢いサンドイッチ 谷瑞恵



韮公園にある「ピクニッ
ク・バスケット」は、笹子
と露子の姉妹が営む手作り
サンドイッチの専門店。子
どものころの記憶に苦しむ
OLや、父の再婚に悩む少
女、迷える人々の心を、絶
品サンドイッチが癒やす優
しくも愛おしい物語。

(出版: KADOKAWA) 所蔵館: 両館

【7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
※22・29日は大口図書館のみ開館

【図書館へ献本】

長井典子さん (伊佐市)
伊佐保護区保護司会

図書館見学のようす



牛尾小学校



南永小学校

【今月の新刊本】

【 児 童 】		所蔵館
おかいものなんだっけ?	宮野聡子	両館
アレックスとまほうのふね	ヘレン・クレイグ	両館
初恋まねき猫	小手鞠るい	大口
おしりたんていカレーなるじけん	トルル	大口
シェーラ姫の冒険上下	村山早紀	大口
【 一 般 】		所蔵館
夢見る帝国図書館	中島京子	両館
悪の五輪	月村了衛	両館
ふだんの洋食	有元葉子	両館
しあわせしりとり	益田ミリ	大口
ギャザーの服タックの服	月居良子	菱刈

※市ホームページの新刊案内で上記以外の本も紹介しています。

【イベント情報】

○ブックスタート

日 時 7月2日(火) 4か月健診時

場 所 まごし館

内 容 赤ちゃんと保護者へ絵本等プレゼント

○夏休み自由工作 ※詳しくは21ページをご覧ください。

日 時 7月26日(金) 10:00~11:30

○ふれあいメルヘンひろば

日 時 7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による大型絵本などの読み聞かせ

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