

伊佐の魅力を発信!

地域おこし協力隊 VOICE



かなやま とも のり

あけましておめでとうござい... 伊佐に来てから過ごす2度目の冬になりました。伊佐の寒さはやはり身にしみるものがありますが、囲炉裏や薪ストーブをみると、同協力隊の林さんの影響か、火のある暮らしがとても豊かだな、と思っているところなんです。そんな林さんの古民家から出た木材を加工して箸やら、スプーンやらを日々制作しており、より一層木材に触れる機会が多いのですが、やはり「木」のもの

は美しいですね!自然物だからこそ手くいかない時もありますが、だからこそ形が完成した時に出る木目や表情、そして使ってみて楽しめる質感などに、最近改めて良いなと感じております。



そして寒いこの時期、暖かいお茶を飲む機会が多いのでは



ないでしょうか?湯呑は陶器のものがメジャーでしょうが、木製のもは熱伝導率が低いので持つても熱くなく、なおかつ冷めにくいことをご存知でしょうか。気分によって器を変えることも冬の楽しみではないでしょうか。協力隊としては残り1年、

3月にはワークショップを考えておりますので、今後ともよろしく願っています。(金山 智則)



となか たかひろ

小中です!今回も大口高校の授業への支援についてお話しします。

大口高校では、生徒が「まちの課題」を自身で考え、その解決策を考えるという授業をしています。その中で地域社会のことを生徒に知ってもらうことを目的に、生徒が考える課題の状況を地域の大人にお話ししていただく機会を作り、市役所の職員、観光特産協会、鹿児島大学、美容師など10人の大人の方に協力をお願いできました。

生徒にとっては、図書館やインターネットでは得られない生の情報を得ること、継続的な相談相手を見つけるという2つの利点があり、授業

の後にも主体的に動く生徒のグループが、市役所に電話で質問をしてさらに学びを深めるといったことが起きています。少しずつですが、待っているだけではなく自分で情報を獲得するという経験を得ることができていると思います。個人的にはそういった経験が、これからの生徒自身の進路選択など社会に出ていくときに非常に重要な経験だと考えています。



今後自分の進む道を自分で決めるといふ勇氣を持ってもらえるように、生徒の伴走をしていければと考えているところです! (小仲 貴宏)

任期も残り3か月!楽しむことを忘れずに頑張ります。2021年もよろしくお願いいたします。



中村

清永



この季節は温泉や鍋など寒いからこそできることを楽しみたいです。

先日断熱ワークショップを行いました。古民家が暖かくなってきました!



林

高市



冬のお供は、湯たんぽ・珈琲・チョコレート。みなさんのアイテムは何ですか?

冬のアナグマを食べました。脂が甘くて美味しかったです!



田崎



飲酒運転の根絶

飲酒運転は悪質、危険な行為であるとともに、厳しい罰則と責任を負う重大な犯罪です。

また、飲酒運転をした人だけでなく、飲酒した人に車両を提供した人や酒類の提供者、飲酒した人が運転する車両の同乗者など、運転者以外にも罰則が科せられます。アルコールの影響は個人差がありますが、一般的には次の身体への影響があります。

- 視力が落ち、視野が狭くなる
- 集中力が低下する
- 平衡感覚が狂う

このため、とっさの時に反応が遅れて操作を誤ったり、気が大きくなって無謀な運転となるおそれがあるなど、大きな事故を起こす危険性が極めて高くなります。

飲酒場所へは車で行かない、ハンドルキーパーを決めておくなど、家族や職場でルールを決めておきましょう。

私たち一人ひとりが「飲酒運転をしない、させない、許さない」

という気持ちを徹底することが飲酒運転根絶への大きな力となります。

～飲酒運転「8(やっ)せん運動」展開中!～

- 1 酒を飲んだら運転しません
- 2 運転するなら酒は飲みません
- 3 酒を飲んだ人には運転させません
- 4 酒を飲んだ人には車を貸しません
- 5 運転する人に酒はすすめません
- 6 酒を飲んだ人の車には同乗しません
- 7 使用者は、従業員に飲酒運転を命じたり、認めたりしません
- 8 酒を飲んだら自転車も乗りません



問い合わせ先

伊佐湧水警察署

☎0110



成年後見制度研修会を開催しました

12月8日(火)、介護や障がい福祉サービス、医療関係者を対象に、2回に分けて成年後見制度研修会を開催しました。合計で60人ほどの参加の中、講師の天達司法書士、大塚司法書士より、成年後見制度の概要についてわかりやす

く丁寧に説明していただきました。参加者からは「今後の業務の参考になった」「市民のみなさんにももっと周知して欲しい」「具体的な内容が分かった」等の感想がありました。

長寿介護課からは、成年後見制度に関する市の現状と今後について説明しました。

成年後見制度は、認知症、知的・精神・発達障がい等により、物事を判断する能力が十分でない人に対して、本人の権利を守る援助者(成年後見人等)を選び、本人を法的に支援する制度です。

今回は専門職向けの研修会でしたが、今後は市民対象の講演会等を企画しますので、その際は多数の参加をお待ちしています。



高齢者元気度アップ・ポイント事業

1月の対象活動

○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)

☎1311



40分でつながる命

～献血にご協力ください～



1回献血量	全血献血		成分献血	
	200mL 献血	400mL 献血	血漿成分献血 <small>しょう</small>	血小板成分献血
1回献血量	200mL	400mL	600mL 以下	400mL 以下
年齢	16～69歳※	男性 17～69歳※ 女性 18～69歳※	18～69歳※	男性 18～69歳※ 女性 18～54歳
体重	男性 45kg以上 女性 40kg以上	男女とも 50kg以上	男性 45kg以上 女性 40kg以上	

○献血の種類は？

※65歳～69歳の方は、60歳～64歳の間に献血経験がある人に限ります。

○献血にかかる時間は？

400mLの献血の場合は、受付から問診、そして献血終了まで約40分です。
○成分献血、400mL献血について

人間一人ひとりの血液は、たとえ血液型が同じでも微妙に違ってきます。

このため、一人の患者さんに使われる輸血用血液製剤が、より少ない人数の献血によってまかなわれていなければならないほど、輸血後の副作用（発熱など）発生の可能性が低くなります。成分献血、400mL献血は、200mL献血に比べて献血量が多いことから、少ない献血者からの輸血を可能にし、安全性を向上させる献血方法と言えます。

○日本では1日3,000人が献血を待っています

日本で最も輸血を必要としているのは、がんや白血病などの病気と闘う患者さんです。治療のために抗がん剤や放射線を使用すると副作用により、正常な赤血球や血小板を造ることができなくなることがあります。そのため、患者さんが病气と闘うためには定期的な輸血を受ける必要があります。

○血液は保存ができない？

血液は生きた細胞です。そのため、採血後、輸血用血液製剤として使用ができる「有効期間」が定められています。最も輸血に使用される赤血球製剤は採血後21日間。血小板製剤は採血後4日しか保存することができません。

そのため、血液を必要とする患者さんにお届けするためには、みなさんの定期的な献血のご協力が必要です。

○新型コロナウイルスで献血もピンチ

新型コロナウイルスの感染拡大防止対策として企業でのテレワークや学校でのWeb授業が推奨されています。そのため、献血バスが出動する行き先が見つからず、新型コロナウイルスの流行開始以来、全国で慢性的な献血者減少が続いています。輸血を待つ患者さんのため、献血バスを見かけた際にはぜひ献血にご協力ください！

『献血』は命をつなぐボランティア！
みなさまのご協力をお願いします



問い合わせ先 市民課健康推進係 ☎13311



「新たな船出」

仕事のお供に、いつも連れていたのは、大漁旗のトートバッグ。シミがあつたり、色褪せたりして年季が入っています。派遣期間一年数か月のシミではありませぬ。このバッグを手に入れたのは9年前、生地の歴史はそれよりも前です。



震災で町の漁船の8割が流失、漁師たちは高台の自宅から、自分の船が流されていくのを目の当たりにしました。漁師の命とも言える漁船がなくなり、何もかも失われたように感じる中大漁旗だけは残っていることに気づきます。今はなき漁船の歴史と、共に育まれてきた漁師の想いがいつぱい詰まった大漁旗を、飾ることはできなくても何かの形で残せないかー。

そんな願いを受け、町の観光協会スタッフが考案し、

誕生したのがこのバッグです。とても丈夫で手染めならではの美しさがあります。完成したときからあるシミや色褪せは、背景にある旗の持ち主の物語まで想像させる、一つのデザインのようです。

9年前、伊佐市の短期派遣職員40人程に、町からお礼として贈られたのが、私の手元にあるものです。

(柿ノ迫秀美)

新しい船が初めて海に浮かぶとき、また大漁で帰港するとき、船上から空に向かって掲げられる色鮮やかな旗が大漁旗です。旗は新船で乗り出す漁師に、友人や仲間、親戚から「漁の安全と豊漁」を願って贈られる貴重な一枚です。

2021年、雨風に耐える丈夫さと伝統的な美しさを持つ大漁旗を掲げて、新しい年への船出です。

世界一 やさしいまちを目指します DMO やさしいまち 伊佐 ぎつま



薬草を食べて健康に

野山でよく見かけるクワ。語源は蚕が食べる葉、「食う葉」という説もあるようですが、もともとは人間が食べるものでした。

クワの若芽や若葉は美味しく、天ぷらや和え物、汁の具にします。熟した実は、そのまま食べても美味しいですが、ジャムや果実酒にもできます。成長した葉も乾燥してパウダー状にすることでさまざまな料理に使用します。

クワの葉には、補血、強壯作用があり、中風、高血圧、動脈硬化、脳出血、不眠に効果があるといわれています。さらに、昆虫変態ホルモンを含むため神経痛にもよいとされます。また食後の血糖値上昇を穏やかにする効果が確認され、糖尿病予防も期待できる注目の薬草です。健康のための食生活にぜひとりいれてほしいものです。

先日、さつま町柘野で丹

精込めてクワを栽培され、パウダーを作っている人とお会いしました。地域を健康にされたいとの思いが伝わり、その優しさに感動しました。

*村上光太郎著「食べる薬草事典」薬草を食べる」から出典

クワ



【クワの葉と豆乳のラテ】

温めた豆乳と甘酒を同量あわせ、クワの葉パウダーを適量混ぜていただきます。冬はショウガなどを加えてもよいでしょう。

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)

【児童】 迷子の魂 オルガ・トカルチュ



昔、ものすごくよく働く人がいた。彼はずっと以前に、どこか遠くに、自分の魂を置き忘れてしまった。彼は、医師の助言に従い、「迷子の魂」を待つことにするが…。

所蔵館：両館

(出版：岩波書店)

【一般】 水と礫 藤原無雨



仕事上の事故をきっかけに故郷へ戻ったクザーノは、弟分の後を追ひ、砂漠のむこうにある幻の町へ旅立った。父、祖父、息子、孫。何度でも回帰する灼熱の旅が一族の目にしたすべての風景を映し出す…。

所蔵館：両館

(出版：河出書房新社)

【1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 31	25	26	27	28	29	30

■ 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

◎蔵書点検のため菱刈図書館は
1月25日(月)～30日(土)
は休館です。

【献本】

宮原 望子さん (伊佐市)
上野 弘子さん (伊佐市)
岸 和子さん (熊本市)
佐渡 京子さん (熊本市)

※菱刈図書館ではブックリサイクルコーナーを常設しています。定期的に入れ替えていますので、ぜひご利用ください!

【今月の新刊本】

【児童】		所蔵館
こたつ	麻生知子	両館
なんでもレストラン	鈴木まもる	両館
あしたのことば	森絵都	両館
魔女が相棒? オコジョ姫とカエル王子	柏葉幸子	両館
このかみなあに?	谷内つねお	大口
【一般】		所蔵館
青春とは、	姫野カオルコ	両館
ガラスの50代	酒井順子	両館
アンダークラス	相場英雄	両館
リモートワーク大全	壽かおり	大口
生き抜くヒント	五木寛之	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】 ※新型コロナウイルス感染症の影響を考慮して中止や延期する場合があります。

○ふれあいメルヘンひろば

日時 1月23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