

伊佐の魅力を発信！

地域おこし協力隊
VOICE



いしばえ

デザイナーの石田です。今月はデザインで関わらせていただいたひまわり福祉会さんの新商品『お米・もち麦キユーブ』をご紹介します。キユーブ型のパッケージは持ち運びやすくお土産にぴったり。手のひらサイズの300g(2合)です。ひまわり福祉会さんが伊佐の地で大切に育てたお米をぜひ手土産にいかがでしょうか。曾木食彩かまどさんの店舗で購入いただけます。お土産のパッケージは柄だけでなく、サイズ感も大事なデ



ザインのポイントですね！

さて、私は3年目の隊員です。卒業後は伊佐を拠点としたデザイン業開業に向けて絶賛準備中です。2年と半年前地域おこし協力隊という制度に興味を持ち、長年勤めた都市部の会社を勇気を出して退職したものの、やはり安定した現状を変える不安はありました。心配もされましたが、それ以上の応援ももらいました。それから伊佐市とご縁をいただき、「卒業後もやっていけそうだ」と思うくらいに恵まれております。地域のみなさまのお役に立てるようなデザイナーをめざして参りますので、残りの任期も何卒よろしく願っています！

(石田 萌)



たたかあき

工芸ものづくり担当として活動を開始してから5か月が経過しましたが、どれも内容が濃く充実したものとなりました。

まず、マルシェイベントでの「系織りコースター作り講座」ではたくさんの方に体験していただきました。楽しそうに織っている姿を見て、もっとものづくりの楽しさを提供できる機会を作りたいと思います。



創作活動としては、8枚綜そう高機こうたかばたを組み立て終わってサ

ンプルを織りました。カシミアよりも軽くて暖かいとても貴重な糸が手に入ったので冬が来る前に作品を完成させたいです。



9月中旬には織に特化した外国人向けのツアーを実施しました。ニュージーランドから織作家が来日し、伊佐に5日間滞在して、私が育てている藍で羊毛の生葉染めを体験したり、大島紬関連の体験や見学などをしたりしていただきました。

また、市内宿泊施設などから英訳のご依頼をいただき英語スキルを活かしたお手伝いをさせていただくこともできました。

最後に、素敵なご縁やお声がけ、サポートをいただきありがとうございます。そのすべてが私の今の伊佐での充実した生活に繋がっており、こうして心地よく暮らせていることに感謝いたします。

(田中 亜紀)



田中(久)

牛尾地区の空き家を購入しました！市内外から人が集まる場づくりに挑戦していきます。

革小物教室も無事終了し、難航中の工房用空き家探しに注力しております。



田 畑



西 上

10月11日(水) 夕方6時10分~NHK 鹿児島「哲也の部屋」で、だれやめ狂言『大工の落書』の取組をお話しさせていただきます！

15ページもご覧ください

鹿児島国体に合わせ、イラストを使用した新しい伊佐のグッズを制作中です！



坂 元



佐 野

ゆのお四季倶楽部さんにて前目麓の田の神様の置物を販売いたします。

いさつねづね 2023 vol.8



ガソリンスタンドの
スタッフさん。
通りすがりの時でも
お客さんの車だと気づくとこちらへ
ペコリとあいさつをしてくれます。

まったく違う場所で見かける素敵なあいさつ

家の前を通りすぎる車へ必ず会釈をする人。
知り合いでない私にも
穏やかな表情であいさつを向けてくださる。
車内からできるだけ
ゆっくりふかぶかど
あいさつをお返します。



毎日元気よくあいさつをして、
登下校している伊佐っ子さん。
どんな人にも大きな声であいさつ！
伊佐にはあいさつがいっぱいです。
伊佐へUターン移住した私が思うこと。
それは伊佐の「あいさつがある日常」が
好きだなあとということです。



帰るときも同じように。
温泉あがりには
ほどよくゆる〜く。
でも、ちゃんとしたあいさつ。
あいさつにはじまり、
あいさつに終わるのが温泉での時間です。



みなさん知り合いてなくても、
誰かいればあいさつをします。
その日の天気や季節の話を
したりすることも。

伊佐のあいさつで
特に私が好きなのは
温泉でのあいさつです。



これは私の思い出話です。
以前、アフリカ大陸の真ん中あたり、
「ウガンダ共和国」という国で2年間暮らし、
ボランティアとして働いたことがありました。
ウガンダのあいさつは
とにかく長い!
「元気?」にはじまり、
生活のこと、仕事、
家族のことを一通り聞く、
長いあいさつです。
たとえ一週間前に
会った人だとしても
必ずこのあいさつから
はじまります。
ウガンダはあいさつを
とても大切にしている。
この一連のあいさつが
スムーズにできるように、
ウガンダ生活の第一関門を
突破した!という感じ。
すべては良いあいさつから。
それは万国共通なのかもしれません。

次回もこんにちは!



お散歩の時のあいさつ。
ご近所さんへはもちろんのこと、
ぶらぶらと隣の地域へ行った時は、
必ずあいさつをします。
伊佐ではあたりまえの
日常かもしれませんが、
都会ではなかなか
出会うことのない風景です。

はい、こんにちは。

110番
だより

ヒューマンエラーをつぶして 交通事故防止！

交通事故の大半は、運転者のミス、つまりヒューマンエラーで発生しています。次のヒューマンエラーをなくして、交通事故防止に努めましょう。

① 「急ぎの心理」をつぶす

急ぎの心理が危険行動を生みま
す。カキケコ運転を
励行しましょう。



「力」： かつかしい
「キ」： きにしない
「ク」： くよくよしない
「ケ」： けんかしない
「コ」： こせこせしない

② 「慣れ」をつぶす

慣れは、油断を生みます。毎日
同じ道路を走行していても、交通
環境は日々変わります。いつもと
違う危険性を感じ取って運転の仕
方などを変えてみましょう。

③ 「思い込み」をつぶす

思い込みは、得てして確認を
怠ってしまいます。「だろこう運転」
をやめ、「かもしれない運転」を
励行しましょう。

④ 「錯覚」をつぶす

錯覚は、判断ミスを招きます。
夜間走行時、前車のテールランプ
を見ると追従したくなるなどのド
ライバー心理が働くところ、実は
停車しており追突したなど、錯覚
による事故も発生しています。視
覚上の錯覚を知るとともに、疲労
運転防止に努めましょう。

⑤ 「手抜きと省略」をつぶす

手抜きと省略は、確認が疎かに
なります。一時停止場所で交差道
路からいつも車が来ない状況から
「今日も車は来ないだろう」と一
時停止を省略、手抜きするなどが
典型的です。「交差点一時停止」
などと呼称運転をしてみてもどう
ですか。

⑥ 「疲労」をつぶす

疲労は、事故を誘発します。疲
れがたまっていると、「少しでも
近く」「少しでも早く」という心
理が働きます。体調不良の時は、
運転を避けましょう。

問い合わせ先 伊佐湧水警察署 ☎22-0110

あなたらしく生きる
人生の年輪

男性限定！ 「筋力アップ教室」参加者募集

「最近、運動不足だな」「もっと
体力をつけたい」と感じたことは
ありませんか。年齢とともに、筋
力や体力は低下していきまます。高
齢者の健康増進・介護予防には、
筋力維持と筋力アップがとても重
要です。そこで、昨年大好評だっ
た「男性限定！筋力アップ教室」
を今年度も開催します。この機会
に、ぜひ受講してみませんか。

対象者 65歳から80歳までの男性
※ただし、治療中の病気等で主治
医からの運動制限がない人

※原則、毎回受講できる人
受講料 無料

内容	会場	時間	日程
ストレッチ 筋力アップ運動 など	大口元気こころ館または まごし温泉多目的ホール	14時～15時30分	<ul style="list-style-type: none"> 11月2日(木)、9日(木)、 16日(木)、30日(木) 12月7日(木)、14日(木)



昨年度の様子



定員 先着15人
申込期限 10月20日(金)

※定員に達し次第、締切ります。
今すぐお申込みください！

※参加希望者には、詳細について
の資料を送付します。

**高齢者元気度
アップ・ポイント事業**

10月の対象活動

○元気アップポイント忠元、校
区コミュニティ高齢者元気度
アップ・ポイント事業

申込・問い合わせ先 大口地域包括支援センター ☎23-2377・菱刈地域包括支援センター ☎26-1307

健康 + コーナー

児童虐待は 社会全体で解決すべき問題です



オレンジリボンには
子ども虐待を防止するという
メッセージが込められています。

児童虐待とは

親または親に代わる養育者等が、
子どもの心身を傷つけ、すこやかな
成長・発達を損なう行為です。

子どもの虐待はどうして起るの？

なぜ、親がわが子を虐待するよう
なことが起るのでしょいか。
多くの場合、ひとつのことが原因
ではなく、左の図のようにさまざま
な要因が重なったとき、家族関係が
不安定になり、子どもの虐待が引き
起こされます。

親の要因

- 育児不安
(子育てがうまくいかないなどの不安によるストレスなど)
- 親自身の虐待された経験 (精神的なトラウマ)
- 病気・障害
(病気などの体調不良による養育力の低下)
- 精神的に不安な状態
(産後うつやアルコール依存など)



子供の要因

- 育てにくい子ども
(かんしゃくが激しい、
こだわりが強い)
- 病気・障がい
(先天異常の疾患、
発達の遅れなど)

子どもの虐待 発生可能性大

家族を取り巻く要因

- 核家族化によるもの
(育児に関して相談できる人がいない)
- 不安定な夫婦関係
(夫婦げんかがたえない、ドメスティックバイオレンス)
- 経済的不安
(不景気による収入低下・失業など)
- 地域からの孤立
(近所の人とのつき合いが薄い)

【地域のみなさんへ】

おねがいします！ 親を責めないで
子どもを虐待している親も同様に傷
ついています

子どもの虐待の原因はさまざま
ですが、虐待する親の大半は、ひとり
で苦しみ、悩み続けたその結果が子
どもへの虐待となって現れています。
見かけたことだけで、親を決して責
めないでください。

子どもを虐待している親は、助けを
求めています

近所や地域から敬遠されてしま
うと、一層社会から孤立してしま
います。そんな人にこそ地域の力や近所
のみなさんの助けが必要なのです。

特別なことは必要ありません。ま
ずは身近にいる子どもと子育て家庭
に関心をもつことです。また、可能
であれば、保護者や子どもにさりげ
なく声かけや手助けをするなどご自
身ができそうなことを探してみてください。

【子どもと保護者のみなさんへ】

親子のための相談LINEを活用し
てください

子育てや親子関係について悩んだ
時に、こども（18歳未満）とその保

虐待かも?!

と思ったら、
迷わず連絡してください

- 連絡者やその連絡内容などの情報は固く守られます。
- もし、連絡情報が間違いであった場合でも、連絡者が罰せられることはありません。
- あなたの連絡・相談が子どもを守るとともに、子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩となります。

連絡・相談窓口

- ◆こども課 ☎ 23-1311 (市役所代表・随時対応)
- ◆鹿児島県北部児童相談所 ☎ 0996-21-3150 (平日 8:30~17:15)
- ◆鹿児島県中央児童相談所 ☎ 099-264-3003 (24時間)
- ◆児童相談所全国共通ダイヤル いちはやく 189番 (24時間)
※お近くの児童相談所につながります

護者などが相談できる窓口です。鹿
児島県の相談対応時間は平日(祝日・
年末年始(12月29日~1月3日)除
く) 9時~22時です。左のQRコー
ドを読み取るか、『親
子のための相談ライ
ン 子ども家庭庁』と検
索して、友だち登録を
してご利用ください。



問い合わせ先 こども課こども相談係 ☎ 23-1311 (内線) 1215



図書館情報

休館日：月曜日

※月曜日が祝日のときは翌日

開館時間

火～土：9時～18時

日・祝日：9時～17時

● 菱刈図書館

(菱刈ふるさといきがいセンター内)

☎ 26-3000

● 大口図書館臨時窓口

(オニツカ1階店舗内)

☎ 22-0417

※営業時間 10時～18時

● イベント情報

秋のとしょかんまつり

日時 10月21日(土) 10時～11時

場所 菱刈図書館

内容

図書館ボランティア「おはなしミツケ」による大型絵本や紙芝居の読み聞かせ

ふれあいメルヘンひろば

日時 10月28日(土)

10時30分～11時

場所 大口図書館臨時窓口

オニツカ1階

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



● 今月の新刊本

〔児童〕

6+1の不思議 / 斉藤洋作 (両館)
どすこいみいちゃんパンやさん / 町田尚子作 (両館)

ジブリの食卓天空の城ラピュタ / スタジオジブリ 監修 (大口)

〔一般〕

逆転正義 / 下村敦史著 (両館)
百鬼園事件帖 / 三上延著 (両館)

子どもと楽しく学ぶ片づけの教科書 / 清水麻帆・清水幸子著 (菱刈)

※市ホームページの最新案内で掲載以外の本も紹介しています。

※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！

● 献本

前畑 雄也さん (伊佐市)

おすすめの一冊 (新刊全点案内より引用)



ぼくのじゃがいも

ジヨシュ・レイシー：作 モモコ・アベ：絵
みやさかひろみ：訳 / こぐま社

ペットが欲しいアルバートに、パパがプレゼントしてくれたのは、なんと、じゃがいも！アルバートは、じゃがいもをペットとして可愛がるようになりますが…。生き物の伸びやかな生命力が印象に残る、ゆかいな物語。

所蔵館：両館



わたしの本棚

三千円の使いかた

原田ひ香著 / 中央公論新社



推薦者 蓑田 啓子さん (菱刈中学校司書)

「人は三千円の使い方で人生が決まるよ」と、主人公の祖母の意外な言葉から始まる物語です。

家族3世代4人、年代も環境も違う主人公たちの今の時代にもあるあると思うようなエピソードや生き方を通して、お金の価値観や人生について考えさせられます。若い人は娘たちの立場で、世代別にそれぞれの目線で楽しめる本です。



●伊佐市ピアサポート推進事業 市民公開講座

「ネット・ゲームとの付き合い方について考える」

近年若年層を中心にネットやゲームへの依存が社会問題となつています。依存についての基本的な知識やその背景を学び、ネットやゲームとの上手な付き合い方について考える機会を作りませんか。周りで見守る大人も、子どもたちへの適切な声かけや関わり方を学び、一緒に考えていきましょう。



日時 10月21日(土) 14:00～15:30

場所 菱刈環境改善センター

●講演 「思春期におけるネット・ゲーム依存の理解とその対応について」



松崎 尊信 氏
(独立行政法人国立病院機構
久里浜医療センター精神科診療部長)

対象者 関心のある人ならどなたでも (定員 200 人)

申込方法 QRコード、または申込先へお申し込みください。

申込期限 10月18日(水)

※当日は託児あり
(10月12日(木)までに予約が必要)



<申込 QR コード>

●同時開催 12:00～14:00

ネット・ゲーム体験会 (eスポーツ協会)

申込・問い合わせ先

社会福祉法人慈和会 ☎23-0322 (前畑)

市基幹相談支援センター ☎23-1317 (佐抜)

医療法人慈和会大口病院 ☎22-0336 (竹原)

こども課子育て支援係 ☎23-1328

農政情報「農のいろは」

農作業事故防止について

農業の機械化が進展する一方で、県内においても農業機械による農作業事故の発生が後を絶たない状況です。

このため、農作業事故の未然防止を目的として、農繁期の4月～6月を「春の農作業事故ゼロ運動」9月～10月を「秋の農作業事故ゼロ運動」の実施期間と定め、鹿児島県内で農作業事故の未然防止と安全対策の周知徹底を図っています。



近年、乗用型トラクター等農業機械の転落・転倒による死亡事故等が多く発生していることから、安全に作業ができるよう、次のことに取り組みしましょう。

【事故防止対策】

○ほ場周辺の危険箇所の確認・危険回避行動の実践(危険箇所での減速、危険箇所の迂回ルートの設定など)

○危険箇所の改善(道路端や曲がり角の草刈り、路肩の補強など)

○トラクターに作業機を装着して公道を走行する際は、十分な道幅を確保し、灯火器を設置して、安全運転を心がけましょう。

○農業機械の定期的な点検・整備を行い、整備不良による事故を防ぎましょう。

【被害軽減対策】



シートベルトとヘルメットの着用

安全フレーム付きトラクターの利用



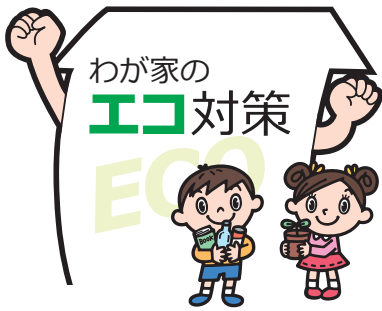
【熱中症対策】

○こまめに休憩や水分補給を行うなど、熱中症に気をつけましょう。

問い合わせ先

農政課農業政策係

☎23-1311 内線 2246

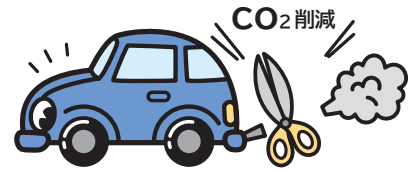


地球にも家計にも
やさしい取組み！

運動の秋だからこそ 移動手段

過ごしやすく運動をするには最適な季節です。そこで、運動不足な現代人の健康づくりも兼ねて、なるべく文明の利器に頼らないエコな移動の方法を提案します。

無理せず、できることから実践しましょう。



徒歩 なるべく歩く習慣をつける

これこそ健康づくりも兼ねた究極のエコ対策のひとつ。近場の移動なら、なるべく歩くようにしましょう。現代人の多くは運動不足です。運動不足の解消のために、近所をウォーキングしてみては？



自転車 自転車を利用して楽しむ

歩くにはちょっと遠い距離なら、自転車を利用しましょう。また自転車は、単なる移動手段としてだけでなく、スポーツとしての楽しみもあります。ただし、自転車も立派な車両です。きちんと交通ルールを守ることも忘れずに。

乗り換え 自動車からスクーターにする

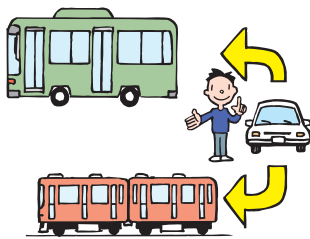
通勤などで自動車を使っている人は、スクーターに乗り換えてみましょう。晴れた日に風を切って走れば、思った以上の気分転換、ストレス解消になるものです。もちろん、省エネ効果だって大いに期待できます。

相乗り 数人で自動車に相乗りする

数人が同じ目的地に自動車で移動する場合は、別々に行かずに相乗りをしましょう。移動での運動効果は望めませんが、省エネには役立ちます。

旅をするなら 公共交通機関で

春と同様、行楽も楽しい秋です。旅に出るなら公共交通機関を使いましょう。マイカーで移動するよりも、大人数で共用できる電車やバスなど公共交通機関を利用した方が当然省エネにつながります。さらに、知らない土地で見慣れない電車などに乗ること自体が旅の一興となります。



10月は3R推進月間



リデュース
ごみの発生、資源の消費
をもとから減らすこと



リユース
繰り返し使うこと



リサイクル
資源として再び利用
すること

「3R」は、ごみを限りなく減らすことでごみの焼却や埋立処理による環境への負担をできるだけ少なくし、さらに、限りある地球の資源の使用を減らすために、資源を有効的に繰り返し使う社会（これを循環型社会と言います）を実現するための、重要なキーワードです。

3Rはどれも重要な行動ですが、特にごみの発生、資源の消費をもとから減らすリデュースが一番重要な行動です。まずは、「ごみになるものを買わない、もらわない」「長く使える製品を買う」行動を心がけましょう。

くわしくは **Re-Style 環境省 検索**



問い合わせ先 環境政策課環境保全係 ☎ 22-1060