



広報  
こうほう  
報

# 南大隅



みなみおおすみ

December 2018  
Volume.165

12月号



## 主な記事

- ・ふるさと祭り、健康まつり ..... P 2
- ・文化祭、生涯学習大会 ..... P 3
- ・税の申告や手続き ..... P 7～P 8
- ・認知症予防ポイント ..... P 11
- ・職員研修レポート ..... P 13

## 表紙写真

11月23日、南大隅ふるさと祭りを開催し、ふれあいドーム・みなと公園を会場に多くの来場者でにぎわいました。写真は、根占農友会が実施する「もちつき」の様子です。

根占農友会は、11農家で構成され毎年ふるさと祭り当日に総会を開催し、本年40回目を迎えました。永年会員相互の協力により農業振興に取り組んでいます。

# 南大隅ふるさと祭り・健康まつり開催



秋の収穫祭「南大隅ふるさと祭り」と「健康まつり」が11月23日、根占ふれあいドームを中心に同時開催されました。祭りでは、町内産の農林水産物などの販売やカンパチのつかみ取り、ステージショーやマジックショー等が行われました。また、このほかに各種健診や健康相談等が実施され、健康づくり活動の一環として児童生徒から募集した「健康づくり啓発ポスター」の特選者の表彰式も行われました。



表彰された特選の児童・生徒

## 健康づくりポスター入賞者(敬称略)

学年	特選者		入選者			
小学校	1年	神山 宮城幸之丞	神山	片野坂美星	佐多	永吉こころ
	2年	佐多 永吉蓮音	神山	谷川莉菜	佐多	永吉夢花
	3年	神山 堀旭唯斗	神山	西原結月	神山	古殿友愛
	4年	神山 上石田麻耶	神山	石走眞子	神山	堀口史彩
	5年	佐多 新保亜依	神山	中村詞乃	佐多	桑田あすか
	6年	神山 久保紗愛	神山	池之迫綾花	神山	石走姫花
中学校	1年	根占 畑中梨咲	根占	春山さくら	根占	眞邊佳幸
	2年	第一佐多 永山嵐士	根占	福園花凜	根占	川内光誠
	3年	根占 辻将太郎	根占	平瀬詩葉	根占	安達望愛

# 町民文化祭・生涯学習大会



11月3日・4日、町民文化祭・生涯学習大会が町体育館で開催されました。永田穰さん（町二自治会）と北山チヅ子さん（諏訪下自治会）が教育功労者として表彰を受けられました。小・中学生の習字や図画工作、高校生の作品、文化協会員、生涯学習講座生の作品が数多く展示されました。舞台発表は、舞踊、コーラス、フラダンスなど多彩で、指宿市文化協会山川支部との交流や鹿屋市創作市民歌舞劇の特別出演もあり、芸術の秋を堪能できました。



第59回全国スポーツ推進委員研究協議会が、11月15日から16日、鹿児島市鹿児島アリーナで開催され、船倉浩さん（住宅自治会）が30年勤続スポーツ推進委員として表彰され感謝状が贈呈されました。船倉さんは、30年にわたり、スポーツ推進委員（旧体育指導員）として、地域のスポーツ振興に貢献されています。その功績が評価されての表彰となりました。



第45回鹿児島県ソフトボール協会研修・交歓会が、11月17日、出水市で開催され、山下盛隆さん（宮原自治会）が、審判員として永年活躍されており、その功績が評価され、鹿児島県ソフトボール協会表彰を受けられました。

山下さんは、2年後の国体審判員を目指しておられます。（写真中央）



11月13日、各種女性団体連絡協議会主催の「女性議員と語る会・ふれあいトーク」が町中央公民館大会議室で開催されました。当日は町内の8つの女性団体から66人が参加し、日頃の活動や組織のあり方について、「元氣な組織とは」「10年後の組織はどのようになっているか」の2つのテーマで対話形式による意見交換を行いました。真の女性活躍とは何かを年齢や立場を超えて相互に交流を深めました。

## 親子で楽しむ「おはなし会」 神山小学校家庭教育学級

11月6日、神山小学校多目的教室で、小学校1年生、ねじめ幼稚園、根占保育園、未就学児の親子が集まり、約100人が「おはなし会」に参加しました。志布志市の図書館ボランティアグループ「かみふうせん」の方々は、ペープサートや大型絵本、パネルシアターなど、5つの話で読み聞かせを行いました。参加した児童・園児などは、普段とは違う本とのふれあいを楽しんでいました。



パネルシアターによる読み聞かせ

## 人との違いをわかる人に 神山小学校「心の教育の日」

11月5日、神山小学校で6年生や保護者が参加し、ブラインドサッカー日本女子代表ガイドの藤井潤さん(アビスパ福岡)を講師に迎え講演会が開催されました。「当たり前前に混ざり合おう」をテーマに、藤井さんが日本代表ガイドとして海外で経験した話を交え、児童と楽しくコミュニケーションをとりながら「人との違いをわかる・人にやさしく・心配りができる人」について講演されました。



藤井潤さん(写真右)

## 斉彬の足跡と南大隅の歴史 「島津斉彬と薩摩の海防」講演会

11月11日、島津斉彬の足跡を学ぶ講演会が文化ホールで開催されました。

尚古集成館館長の松尾千歳さんを講師に迎え、県内外にある台場跡や砲台、海防の要所としての根占原台場跡の価値などを講演していただきました。パネルディスカッションも開催され、南大隅歴史研究会等の活動が紹介され、明治維新150周年に際して地元の歴史を学ぶ機会となりました。



講演される松尾千歳さん(写真中央)

## 駅伝選手が応援伴走 根占中学校「ロードレース」

11月10日、根占中学校でロードレース大会が開催されました。今年初めて、県下一周駅伝の選手の方々が伴走に参加しました。

根占中学校は、県下一周駅伝最終日のスタート地点に近く、同校の出身者も肝属チームの選手として活躍しています。

先導を務める選手らの走りど、生徒らの走りに、沿道での応援も盛り上がりました。



県下一周駅伝肝属チーム選手が伴走

## 寄り添って50年 第4回南大隅町合同金婚式

11月14日、第4回南大隅町合同金婚式がホテル佐多岬で開催されました。

合同金婚式には、昭和43年4月1日から昭和44年3月31日までに入籍され、50年間連れ添われたご夫婦8組が出席しました。

地域包括支援センターや社会福祉協議会による寸劇や相撲甚句が披露され、みんなで金婚式を祝いました。



合同金婚式に出席された皆さん

## 前田正名の偉業を偲んで 前田水路疎水工事起工120年記念式典

11月11日、栗之脇公民館にて、明治時代に前田正名が根占横別府台地に引いた「前田用水路」の起工120年を祝う式典が開催されました。前田水路組合（組合長：打越道行さん）が主催し、NPO法人「かごしま探検の会」代表理事の東川隆太郎さんが業績を解説した講演を行いました。

参加した約90人の地元農家や関係者は、本町に残る明治時代の偉業を感じることができました。



記念式典に際して挨拶する打越道行さん

## イセエビの丸焼きを堪能 2018南大隅お魚まつり

11月17日、2018南大隅お魚まつりが大泊港で開催され、町内外から200人が参加し地元で捕れたイセエビの丸焼きやトビウオの塩焼き等を楽しみました。この祭りは、海の恵みに感謝しながら地元で捕れる水産物をアピールし、「地産来消（地元産品を来た人に消費していただく）」のモデル事業として漁協関係者の協力のもと実施されています。



イセエビの丸焼きを楽しむ参加者

## 児童生徒の合唱・合奏発表 南大隅町小中合同音楽会

11月14日、文化ホールにて、平成30年度小中合同音楽会が開催されました。

神山小学校4年生48人、佐多小学校全校児童50人が合唱と合奏を発表し、第一佐多中学校全校生徒27人、根占中学校3年生40人が合唱を発表しました。

各学校の演奏中は発表を静かに聴き、心のこもった拍手をおくりました。



佐多小学校全児童の合唱・合奏

## シルバー女性会員寄せ植え講習 平成30年度鉢寄せ講習会

11月19日、南大隅町シルバー人材センターで女性会員による「鉢寄せ講習会」が開催されました。

女性部活性化委員会（委員長：中原幹夫さん）が主催し22人が参加しました。大隅広域公園管理事務所から講師を迎え、自宅の玄関などの飾る場所をイメージしながら、花の向きや場所を考えながら寄せ植えしました。シルバー人材センターは会員の交流を深める取り組みをすすめています。



寄せ植えするシルバー人材センター女性会員

## フォトスポット巡るスポーツ 第3回フォトロゲイニングみなみおおすみ

11月18日、みなと公園でフォトロゲイニングみなみおおすみが開催されました。

今回は、チェックポイントを南大隅町内と指宿市に設置し、高速船なんきゅうを利用したコース設定も行いました。

県内外から52人が参加し、グループ・家族でチェックポイントで写真撮影しながら、観光地や史跡を巡りました。



西郷南洲翁宿所で撮影する参加者

## 永年の交通安全運動功労感謝 県交通安全母の会活動功労者表彰

11月26日、県交通安全母の会の活動功労者表彰を受けられた北山チヅ子さん（諏訪下）、大村るり子さん（町二）が、町長室で受賞の報告を行いました。

両名は、平成21年4月から南大隅町交通安全母の会で活動されています。

交通安全運動は、日頃からの取り組みが大切です。永年のご尽力に感謝します。



受賞された北山さん（写真中央）、大村さん（写真右）

## 明治維新の子孫が南大隅へ みなみおおすみ西郷さぁ展示館トークショー

11月24日、文化ホールで交流大使で山本権兵衛玄孫の山本盛隆さん、西郷隆盛ひ孫の西郷隆夫さん、勝海舟玄孫の高山みな子さんのトークショーが開催されました。南大隅歴史研究会長の松元勇治さんが司会を務め、3人の方々が、それぞれ偉人の子孫として逸話を紹介されました。

会場に集まった約60人は、明治維新の偉人の話を興味深く聴きました。



トークショーで逸話を紹介する交流大使山本盛隆さん

## 平成31年度住民税等申告に向けて早めの準備を！ ～平成30年中に生じた所得～

来年2月に行われる平成31年度住民税等の申告に向けて、正しい申告ができるよう早めの準備をお願いします。例年、必要書類がそろっていない、あるいは計算がされていない場合、申告の受付をできないことがあります。日頃から必要書類の整理に努めましょう。あとで、関係機関等から指摘を受けることがないように適正な申告をお願いします。

### ◇申告の必要な方

事業収入（農業・漁業・営業）や不動産収入のある方

### ◇申告に必要なもの

・収入金額と必要経費がわかる帳簿や収支計算書・農協・市場等の出荷証明書・必要経費の領収書

◇申告日程 申告日程は、広報1月号でお知らせします。

## 医療費控除を受ける際は「医療費控除の明細書」の添付が必要

平成29年分の確定申告から、医療費控除を受ける際は、領収書の添付又は提示が不要となり、代わりに「医療費控除の明細書」の作成・添付が必要となっています。

医療費等の領収書（医療通知に係るものを除く。）について後日、提出又は提示を求められる場合がありますので、確定申告期限等から5年間、ご自宅等で保管してください。

なお、平成28年分以前の確定申告をする場合は、医療費等の領収書の添付又は提示が必要となります。

## 配偶者控除及び配偶者特別控除の適用条件改正

配偶者控除の額が改正されるとともに、合計所得金額1,000万円を超える居住者については、配偶者控除の適用はできないこととされました。

また、配偶者特別控除の対象となる配偶者の合計所得金額の上限額が76万円未満から123万円以下に変更となり、その控除額も改正されました。

## 確定申告書等には個人番号の記載が必要です

社会保障・税番号制度（マイナンバー制度）の導入に伴い、確定申告書等にマイナンバーの記載が必要です。なお、マイナンバーを記載した確定申告書等を税務署へ提出する際には、申告されるご本人の本人確認書類の提示、又は写しの添付が必要です。

また、自宅等からe-Taxで確定申告等を送信する際には、本人確認書類の提示又は写しの添付が不要となりますので、是非、e-Taxをご利用ください。

### ◇本人確認を行うときに使用する書類の例

#### ・マイナンバーカード（個人番号カード）を取得された方

マイナンバーカード（プラスチック製）の表面及び裏面の写し

※マイナンバーカードには、顔写真が表示されているので、番号確認と身元確認がカード1枚で出来ます。

#### ・マイナンバーカードを取得されていない方

通知カード（紙製）の写し+運転免許証または公的医療保険の被保険者証等の写し

※通知カードには、顔写真が表示されていないので、身元確認が出来る書類が別に必要です。

## 法定調書の提出期限は1月31日です

給料、報酬、不動産の使用料等を支払った場合には、源泉徴収票や支払調書などの法定調書（一部を除く。）を一年間の支払分を取りまとめて税務署に提出することになっています。

平成30年中の支払に係る法定調書の提出は、平成31年1月31日（木）までとなっていますから、正確に記載し、期限までに提出してください。

また、マイナンバー制度の導入により、法定調書の提出義務者（支払者）は、原則として金銭等の支払を受ける方及び支払者等のマイナンバー又は法人番号を記載する必要があります。

なお、法定調書の種類ごとに、前々年に提出すべきであった当該法定調書の枚数が1,000枚以上である法定調書については、e-Tax又は光ディスク等による提出が義務化されています。

詳しくは、国税庁ホームページ（<http://www.nta.go.jp/>）をご覧ください。

■問い合わせ先 役場 税務課 TEL 24-3116 支所 総務民生グループ TEL 26-0511

## 申告相談会場等のご案内

税務署が開設する申告相談会場は、次のとおりです。

また、ご自宅でも国税庁ホームページを利用して申告書を作成し、e-Taxによる送信又は印刷して郵送等により提出することができます。

なお、平成31年1月からは、税務署で職員と対面による本人確認を行った後に発行されるID・パスワードを利用して、自宅等からe-Taxを行うことができますので、ID・パスワードの発行を希望される方は、事前に運転免許証等の本人確認書類を持参のうえ、税務署へお越してください。

### 【税務署が開設する申告相談会場】

▼開設場所 鹿屋合同庁舎4階（共用会議室）（鹿屋市西原4丁目5番1号）

▼開設期間 平成31年2月18日（月）から平成31年3月15日（金）まで（土、日を除く。）  
（注）開設期間前は、申告相談会場を設けておりませんので、開設期間にお越してください。

▼受付時間 9時から16時まで

※申告期限間際になりますと申告会場が混み合うことが予想されますので、早めの申告にご協力をお願いいたします。

■問い合わせ先 鹿屋税務署（電話0994-42-3127）※自動音声案内

確定申告に関するご相談は、「0」番を選択してください。

「確定申告電話相談センター」におつなぎします。（平成31年1月16日（水）から3月15日（金）まで）

## いつでもどこでもスマホで申告

平成31年1月から、スマートフォン（以下「スマホ」といいます。）で所得税の確定申告書を作成し、e-Taxで申告することができます。

また、給与所得者（年末調整済み）で、医療費控除又は、ふるさと納税などの寄附金控除を適用して申告する方は、スマホ専用画面をご利用いただけますので、大変便利です。

スマホからe-Taxで申告するためには、事前に税務署で職員と対面による本人確認を行った後に発行される「IDとパスワード（ID・パスワード方式に対応したもの）」が必要となります。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。最寄りの税務署にお問い合わせください。

## 固定資産の変更手続き

家屋を新築、増築または取り壊した場合など、固定資産に変更があった場合には届け出が必要です。役場税務課または支所総務民生グループで早めに手続きをしてください。

### ◇家屋を新築または増築した場合

届け出は電話でも受け付けできます。日程調整を行った上で、職員が現地調査に伺います。

### ◇家屋を取り壊した場合

登記されていない家屋の場合には、「滅失届」を提出してください。後日、職員が現地調査に伺います。

登記されている家屋の場合には、法務局にて「滅失登記」をしてください。

滅失登記をされますと法務局から役場に通知が来ますので、役場での手続きは必要ありません。

■問い合わせ先 役場 税務課 TEL 24-3116 支所 総務民生グループ TEL 26-0511



## 南大隅町空き家等解体撤去事業をご活用ください

町内の空き家対策の一環として、解体撤去費の一部を補助する制度です。防災及び衛生面など、安心・安全な地域住環境を守り、解体後の空き地活用による地域づくりを進めています。

### ◇補助対象となる条件

- ・町内に所在し、住居として建築されたもので、建築後10年以上経過した建物で、現に1年以上居住していない建物
- ・住宅等に付属する倉庫及び車庫、または納屋、畜舎、乾燥場等も含む
- ・解体撤去業者は、南大隅町建設業者等級別表に登録されている業者もしくは建築物の解体及び撤去を行う資格を有する者
- ・申請者及び世帯員が町税等の未納及び滞納がないこと
- ・補助対象工事に要する経費が30万円以上であること

### ◇補助額

- ・補助対象工事に要する経費の30%（補助金額の上限は30万円）
- ・補助回数は、同一敷地内1回限りとなります

### ◇対象とならないケース

- ・抵当権等の権利が設定された空き家及び、土地に地上権等が設定されている空き家
- ・住居として使用していない建物のみ解体
- ・公共事業等による移転、建替え、その他補償の対象となる建物

◇補助申請にあたっては上記以外に要件等ありますので、詳しくは建設課までご相談ください。

■問い合わせ先 役場 建設課 TEL 24-3129

### 【活用例】

11月1日現在で、申請実績が14件。  
具体例として、築50年の木造平屋の解体で約130万円の解体費用がかかり、町より30万円を補助しました。



## 2019佐多岬公園 初日の出拝賀情報

佐多岬公園での初日の出の観覧については、1月1日、午前6時20分から入園開始とします。

ただし、公園内の遊歩道は工事中であるため、入園者の皆さんには一部仮設道路をご利用していただきます。仮設道路には、急な階段も設置されていますので、来園の際には十分ご注意ください。

なお、佐多岬エントランス内の駐車場が満車になることが想定されますので、第2駐車場から無料シャトルバスを運行させる予定です。



佐多岬公園に設置された仮設道路の階段

## 第5回 愛車でGo!!南隅路フォトラリー エントリー募集!

南大隅町・錦江町2町の観光スポットを回って写真を撮り、その総得点を競う「愛車でGo!!南隅路フォトラリー」を下記の日程で開催します。親子や友人、グループでは是非参加してみませんか。

詳しくは南大隅町のホームページをご覧ください。

- ・宿泊者にはボーナスポイント! ・入賞者には豪華特産品を進呈 ・バイクでの参加もOK ・お弁当付き

▼開催日 平成31年1月19日(土) ▼時間 午前9時受付開始 ▼集合場所 南大隅町観光交流物産館 なんとん市場

▼エントリー代 1人1,000円(税込) ▼応募締切日 1月10日(木)まで

■問い合わせ先 役場 観光課 TEL 24-3115

## 「法定相続情報証明制度」をご利用ください

法務局では、法定相続人が誰であるのかを登記官が証明する「法定相続情報証明制度」を取り扱っています。

同証明制度は、登記官にお亡くなりになられた方の戸籍謄本等の関連する書類一式を提出するとともに、相続関係を一覧にした図(法定相続情報一覧図)を併せて提出していただければ、登記官がその一覧図に認証文を付した写しを無料で必要な通数を交付する制度です。その後の相続手続では、この法定相続情報一覧図の写しをご利用いただくことで、戸籍謄本等の関連する書類一式を何度も出し直す必要がなくなります。

また、各手続の審査機関の負担も軽減されますので、是非ともご利用ください。

■問い合わせ先 鹿児島県方法務局鹿屋支局 TEL 0994-43-6790 (音声案内番号: 2)



10月23日(火)、11月15日(木)の2回、食生活改善推進員による男性の料理教室を滑川地区で開催しました。

食材を切るところから、炒める、煮る工程など、普段から料理をしている方や全くしていない方さまざまでしたが、自分たちで声かけしながら役割を決め、おいしい食事が出来上がりました。男性でも作れる、簡単でおいしい料理を食改さんと一緒に作ってみませんか？教室を開催したいグループ、地域での取り組み等で利用したい方がいらっしゃいましたら、保健センターまでお問い合わせください。

## 男性の料理教室開催



「食べるより、つくる楽しさ」を味わう！

## 健康づくり運動教室参加者募集！

町民の皆様の健康維持と増進を図るため健康づくり運動教室を開催します。ひとりでは長続きしない運動も仲間と一緒にあれば楽しく続けることができます。基本的な運動機能をいつまでも維持させるため、若いうちから適度な運動習慣を身につけましょう。希望される方は、12月26日(水)までに根占保健センターまでご連絡ください。

### 筋力アップ運動教室

自分の体重を利用し、重力に逆らうことで筋肉量をアップさせる運動です。自宅でもできる運動を学びながら、コツコツ運動習慣を身につけましょう。

希望される方は下記までご連絡ください。

(マイレージポイントは1ポイントです)

◇日 時 1月8日から3月26日までの毎週火曜日 19時から

◇場 所 町体育館

◇対象者 30歳～64歳 ※町民に限る

◇募集定員 30人(定員に達し次第締め切ります。)

### 器具を使った運動教室

器具を利用し、筋肉量をアップさせる運動です。自分に合った器具を使い、自分のペースでできます。希望される方は、下記までご連絡ください。

(マイレージポイントは1ポイントです)

◇日 時 1月10日から3月26日までの毎週木曜日 19時から

◇場 所 コウフクジム

◇対象者 町内に住所を有する40歳以上の方

◇募集定員 20人(定員に達し次第締め切ります。)

※運動教室の年齢は平成31年4月1日現在です。

## 大隅広域夜間急病センターのご案内

大隅広域夜間急病センターは、夜間の内科・小児科の急病患者を治療するため、大隅地域の3市5町で運営されている診療所です。夜間の突発的な発熱や腹痛など外来により緊急性の高い患者の診察を行います。

診療時間は次のとおりですが、「昼間は仕事だから」、「明日は忙しいから」、「薬だけもらいたいから」といったような理由で、夜間急病センターを安易に利用するのは控えてください。

本来昼間に受診できる人が夜間に受診されると、緊急性の高い患者の診療が遅れるなど、診療体制が維持できなくなりかねません。正しい利用に心がけ、みんなで夜間の診療体制を守りましょう。

◇診療科目 内科・小児科

◇診療時間 年中無休 午後7時～翌日の午前7時(受付時間：午後6時30分～翌日の午前6時30分)

◇受診すべきか迷ったときは 大隅広域夜間急病センター(TEL 0994-45-4119)へお電話ください。  
※看護師等が応急処置や受診の必要性などの助言をします。

◇受診上の注意 治療は応急処置に限られます。受診後は、かかりつけ医などで改めて受診してください。  
健康保険証、お薬手帳、受診料をお持ちのうえお越しください。

### 【夜間の外科診療について】

大隅管内の外科病院等が輪番制で診療を行っています。当番病院の診療時間は、午後6時から午後11時までです。午後11時以降は急患のみの対応となります。

夜間の外科当番病院は、大隅肝属地区消防組合テレホンサービス(TEL 0994-43-0119)で確認ください。

■問い合わせ先 役場 町民保健課 根占保健センター TEL 24-3388

## 平成31年度保育所入所申込

平成31年度保育所の入所者を募集します。

新規に入所を希望される保護者の方は、本庁介護福祉課又は、支所総務民生グループへお問い合わせください。継続で入所を希望される方は、すでに配布されている書類を記入し、お申し込みください。

◇**入所申込みの基準** 町内にお住まいで、以下の保育の必要性の事由に該当する方が対象です。

- ①就労（月48時間以上） ②妊娠・出産 ③保護者の疾病・障がい ④災害復旧 ⑤求職活動  
⑥同居又は長期入院している親族の介護・看護 ⑦就学 ⑧虐待やDVのおそれがあること  
⑨育児休業取得時に、既に保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること  
⑩その他上記に類する状態であると町が認める場合

◇**申込期限** 平成31年1月31日（木）

◇**申込受付場所** 継続入所…現在入所中の保育所 新規入所…本庁介護福祉課、支所総務民生グループ

◇**町内保育所** 根占保育園（Tel 24-2131） つじみ保育園（Tel 24-3765）  
はまゆう保育所（Tel 26-0134）

## 認知症予防のポイント 認知症初期集中支援チームより

認知症にはさまざまな種類がある中で、特に多いアルツハイマー型認知症や脳血管性認知症は、糖尿病や脳血管障害など生活習慣から引き起こされる病気との関連が強く、それらの予防や治療は、確実に間接的な認知症予防となります。すでに生活習慣病にかかっている場合は適切な治療を受け、そうでない場合は定期健診を受けるなど、生活習慣病の予防に心がけましょう。

## 運動

身体活動の低下はアルツハイマー型認知症発症の強力な因子であり、運動習慣の獲得が認知症予防のための課題であると示唆されています。特にコグニサイズにおいては薬と同等の改善が見られると報告があります。コグニサイズとは頭と体を両方同時に動かすこと。15分間しりとりをしながらの足踏み。一人よりも複数で楽しみながらすることがさらに効果があります。町や地域での運動教室に参加するのも効果的です。南大隅町では「パワーアップ運動教室」「ころばん体操」等があります。

## 食事

認知症予防には食事も重要になります。認知症のない家族に比べ、認知症患者の食事は魚と緑黄色野菜の摂取量が少なかったという報告もあるようです。

1. 腹八分目、野菜、魚を中心としたバランスのよい食事を心がけましょう。
2. 夏場や入浴前後は特に脱水に注意しましょう。
3. アルコール、甘いものはひかえましょう。
4. 抗酸化物質や抗炎症成分を多く含む食物を摂取しましょう。（緑黄色野菜、にんじん、玉ねぎ、トマト、きのこ、海藻、りんご、かぼちゃ、オクラ、チンゲンサイ、にら、ほうれんそうなど）

## 気分転換

物忘れが気になるあまり、自信がなくなったりおっくうになったりして、閉じこもりがちになるという声が多く聞かれます。

気持ちがふさぎ込むと物忘れにも悪影響を与えます。

①楽しむことを続けましょう。

好きな音楽を聴いたり、絵を描いたり、今までやっていたことで楽しむことを自分のペースで続け、リフレッシュの時間を持ちましょう。

②昼寝は1日30分以内に。

疲れたときは昼寝も良い方法ですが、寝すぎると夜に眠れなくなってしまうため、30分程度にしましょう。

③人とのつながりを大切に。

家族や友人とのコミュニケーションを楽しみましょう。おしゃべりは頭と心によい刺激になります。同じ取り組みをする仲間と交流する、共同作業を行う、多くの人に成果を発表する機会を持つなどの工夫は大切です。

## その他

よく噛んで食べる  
歯のない人のほうが認知症の症状が重くなるという傾向があるそうです。

歯からの刺激は、直接「脳」に伝わると考えられています。

適度なかたさの食べ物を意識して食べるようにしたり、やわらかいものでもよく噛んで食べる習慣をつけると良いでしょう。

・難聴

聴力障害も認知症の危険因子と言われています。気になる方は耳鼻科受診をお勧めします。

## ここでチェック!

こんな場面が増えてきたら、早めに主治医へ相談を。

1. 約束事をすっかり忘れてすっぽかすことが増えてきた。
2. 料理や仕事など、段取りがうまくできなくなった。
3. 何度も同じものを買ってしまうことが増えてきた。
4. 買い物をするとき小銭を出さずにお札で払うため、財布に小銭がたくさんある。
5. 薬の飲み忘れが増えてきた。

認知症のことが気になったらお気軽にご相談ください。

●南大隅町地域包括支援センター Tel 28-1333 ●肝属郡医師会立病院 地域医療室 Tel 22-3111

■問い合わせ先 役場 介護福祉課 Tel 24-3126 支所 総務民生グループ Tel 26-0511



~ネッピー・みさきちゃん~

# 南大隅町 制度解説4コマ漫画

農業振興の巻（鳥獣害捕獲対策・鳥獣害防止総合支援・鳥獣害防止施設整備事業）



■問い合わせ先 役場 経済課 TEL 24-3128

絵 有木円美（地域おこし協力隊）

## 南大隅町子牛のセリ市情報（平成30年11月）

地区	総頭数	売却頭数	総平均	メス	去勢
根占地区	137頭	93頭	731,011円	659,295円	795,408円
佐多地区	54頭	42頭	870,190円	864,350円	875,500円
肝属地区	1,358頭	1,107頭	745,836円	688,092円	797,738円

肝属全体前月比：44,448円安  
※価格は売却分（税抜価格）

◎南大隅町最高販売価格牛の血統等

区分		父	祖父	曾祖父	日令	体重(kg)	産次	価格
根占	メス	華春福	安福久	北国7の3	275	264	受卵	1,011,000円
	去勢	若百合	安福久	第1花園	285	327	6	1,185,000円
佐多	メス	華春福	安福久	金幸	289	320	5	1,735,000円
	去勢	喜亀忠	華春福	忠茂勝	254	343	2	1,060,000円

■問い合わせ先 役場 経済課 TEL 24-3128

支所産業グループ TEL 26-0511



鹿児島県大阪事務所での経験

鹿児島県大阪事務所観光物産課

黒瀬 謙太 (観光課付)

鹿児島県には国内に東京、大阪、福岡と3つの出先事務所があります。

その中で私が在籍している大阪事務所は、昭和39年に開設され、現在まで至っており、業務エリアは近畿・東海・北陸・中国・四国地方となっています。

事務所内には4つの課があります。企業立地を推進する企業誘致課、農畜産物の販路拡大を推進する流通情報課、U・イターン希望者に対する相談窓口や県人会活動の支援を行うふるさと交流課、そして私が配属されている観光物産課は、県内各地の観光情報の発信や誘致促進、県産品の販路開拓を行っています。

私は平成28年度に1年間大阪事務所へ派遣され、今年度2回目の派遣となります。

1回目は、各種観光物産展やスポーツ合宿誘致、フェリーさんふらわあ利用促進などの観光業務や企業誘致として町出身の企業経営者を訪問させてい

いただきました。

振り返ると、同じ行政の立場でも仕事の仕方や、考え方などは全く異なり、戸惑うことも多々ありました。

特に観光業務を行っていくに当たり、南大隅町のことは元より県全体のことを知らないといけない立場であり、大変なことでも多かったですが、外から自分の住んでいる町を見ることは、とても新鮮で、考えさせられることが多く、良い経験だったと感じています。

2回目の今年度は、前回担当していた各種観光物産展やスポーツ合宿に加え、焼酎や教育旅行(修学旅行)、レストランフェアなど前回経験していない業務も担当しております。大河ドラマの効果もあり、鹿児島県はもちろん南大隅町に対しても多くの方が興味を持たれており、観光物産展への来場者も格段に増えています。

残り4ヶ月、さらに様々な業務とおし、たくさんの方と新しい繋がりを作りたいです。現在、この環境で仕事ができていることは、今後の私の財産となると感じています。残りの限られた期間、追い込みを掛け、出会いを大切に業務に励んでいきたいです。



4月1日から2年間、職員研修の一環として鹿児島県庁企画部地域政策課で仕事をしている日高史子(企画課付)です。研修の内容について報告します。

▼どこにある？

鹿児島市鴨池新町の県庁7階です。

▼地域政策課の主な業務は？

●特定計画係

(移住・交流、地域おこし協力隊、宇宙開発の促進他)

●地域振興係

(地域振興、集落対策、過疎対策他)

●土地対策係

(土地利用、地価調査、景観他)

※特定計画係に所属して、移住・交流に関する仕事をしています。

▼仕事について

県は、市町村だけではできない広域的な仕事や大規模な事業を行っています。役場と県庁では仕事内容が異なり、慣れないことも多く、悩むこともありますが、周りの職員の皆さんが優しく丁寧に接してくださり、楽しい毎日をご過ごしています。



▼経験したこと

業務の中でたくさんの方と交流がありますが、この「出会い」は私にとってかけがえのない財産です。

この出会いを大切に、県庁での経験を町でも活かせるよう、これからの職務に励んでいきたいと思っています。

▼こんな生活を送っています

はじめて地元を離れて鹿児島市内で快適な生活を送っていますが、南大隅町の雄大な自然や家族・友人を思い出すと、故郷に帰りたい気持ちが大きくなります。

▼わたしのリフレッシュ方法

県庁で知り合った友人たちと、県内の市町村を巡り、様々なイベントに参加したり、テニスや登山をしたりと、日々アクティブに生活しています。

# さいなんたん協力隊だより

2018 年 12 月末を以て地域おこし協力隊を退任します…が、  
南大隅町には残ります！

地域おこし協力隊 山下 大裕

## ●地域おこし協力隊の退任

先月の町報「広報みなみおおすみ」にも掲載されましたが、私は 18 歳の頃に決めた『2020 年までに全国公開映画を撮る』という 10 年来の目標を何としても果たすため、2018 年 12 月末を以て南大隅町地域おこし協力隊を退任します。(任期 1 年 6 ヶ月)

地域おこし協力隊は概ね 1 年～3 年を任期として定められている国の制度で、私はもともと 1 年任期の隊員として南大隅町で活動してまいりました。しかし、南大隅町の 1 年間の映像で記録していると 1 年ぴったりの任期では撮影するだけで終わってしまい非常にもったいないことから、撮影した素材を整理し 1 つの形にまとめる期間も見込んで任期を半年延長させていただきました。

## ●退任後も活動拠点の中心は南大隅町に

これまで地元福井県で 3 本の映画を撮ってきた私は次に、より日本の原風景が残っている第二の故郷（母方の実家）鹿児島で映画を撮りたいと思い、昨年 7 月に東京から南大隅町へ移住してきました。そしていきなり映画を撮るのではなくまずはこの町に住み、どんな暮らし、人、自然があるのかを深く調べた上で題材を探そうと思い、得意分野である映像制作技術を活かしながら観光課の地域おこし協力隊として南大隅町の地域活性化に力を注ぐ傍らいろいろと作品制作に向けての取材を重ねてまいりました。

2019 年 1 月以降、私は完全にフリーな立場になるためどこへでも自由に飛び回ることができます。私は南大隅町が好きでこの町での暮らしにハマっています。また観光課に 1 年半いたことで観光案内は一通りできるようになっています。雄川の滝オリジナルグッズの開発も試行錯誤しながらではありますが一つずつ進めています。私が地域おこし協力隊という立場でなくてもできる南大隅町の PR 手段はいくらでもありますので、これからは一町民として全国へ南大隅町の魅力を伝え続けていきます。

私が南大隅町を大切に思う気持ちには変わりはありませんので、地域おこし協力隊の退任は私の地域おこし活動の終了を意味するわけではなくさらなる飛躍を意味するものだとお考えいただければ幸いです。

## ●協力隊の制度は本当に上手く活かすことができれば化ける制度です

私の場合、『ケーブルテレビ局もなく映像資料があまり残っていない』南大隅町と『撮影の数をこなすことで自分の映像スキルを上げたい』私とのメリットが合致しお互い Win-Win の関係でスタートを切れたことが最も良かったと考えています。地域おこし協力隊制度は行政と隊員とのミスマッチさえなければ本当に地域をおこすことができる魅力的な制度だと思います。ネット上にはネガティブな面が取り上げられがちな協力隊制度ですがどんなことにもメリットとデメリットはあります。私は自分が実際に地域おこし協力隊の当事者として活動することで制度の良い点や改善すべき点の両方を知ることができとても良かったと考えています。

まだ南大隅町には住み続けますが、地域おこし協力隊としては年内いっぱい一区切りとさせていただきます。町民の皆様には 1 年半の間、大変お世話になり誠にありがとうございました。これからもよろしくお願いたします。

## 栽培準備が進行中です

来年に完成を予定している熱帯果樹施設で栽培するパインアップルの苗木が届きましたので、大泊のハウスをお借りして苗木の仮植に取り組みました。

作業内容は、植え付け前の処理（発根を促すため）やハウスのビニール張り、合計 400 本を超えるパインアップル苗木の植え付けでした。

多くの方のご協力によって進めることができました。本当にありがとうございました。

地域おこし協力隊 鮫島 歩



## 輝け青春！笑顔満祭！～平成最後の晴れ舞台～



## 第53回南風祭(文化祭)

### 根占・錦江

### クリーンアップ作戦

10月26日(金), 全校生徒・職員で, 根占海岸沿いと錦江町国道沿い歩道の清掃活動を行いました。



### 校内長距離走・駅伝大会

11月8日(木), 晴天のなか長距離走と各学年の代表による駅伝大会が行われました。それぞれが目標とする順位やタイムに向けて最後まで一生懸命に走る生徒の姿が見られました。保護者の皆様, 地域の皆様, ご声援ありがとうございました。



## 指定管理者を募集します

「さたでいランド」の指定管理者として管理運営を行う法人及び団体を募集します。

## ●募集内容

南大隅町さたでいランド

南大隅町佐多伊座敷5616番地

## ▼指定期間

平成31年4月1日から原則5年間

## ▼申請受付期間

平成31年1月4日から1月17日

## ▼説明会（時間及び会場）

12月27日13時30分 さたでいランド  
応募される法人及び団体は、説明会への参加が必要です。

説明会への参加を希望される法人及び団体は、12月25日午前中までに観光課へお申込みください。募集要項・業務仕様書・申請様式等は、役場観光課で受領されるか、町ホームページから入手できます。詳細は役場観光課へお問い合わせください。

## ●問い合わせ先

役場 観光課 TEL24-3115

## 南大隅地区司法書士法律相談センターのご案内

鹿児島県司法書士会では、県民の司法へのアクセス窓口として「南大隅地区司法書士相談センター」を設置し、毎週月曜日に司法書士による「無料法律相談」を受けております。お気軽にご利用ください。

## ●名称

南大隅地区司法書士法律相談センター

## ●所在地

肝属郡錦江町城元1043番地4

## ●内容

相続・売買・賃貸など土地建物の権利問題、貸金や借金などの相談

## ●日時

毎週月曜日 13時～16時

## ●実施方法

司法書士による面談相談

## ●主催者・問い合わせ先

鹿児島県司法書士会

TEL099-256-0335

## 感電事故防止お願い（九州電力）

凧揚げの季節となりましたが、感電事故防止のため、電線付近で凧揚げを行ったり、電柱や鉄塔に登ったりしないようにお願いします。

凧が電線等にかかった場合は、自分で取ろうとせず、お近くの九州電力までご連絡ください。

## ●問い合わせ先

九州電力株式会社 鹿屋営業所

TEL0120-986-806

## 統計調査員の募集について

町では、国や県等が実施する各種統計調査に携わっていただく統計調査員（20歳以上の方）を募集します。統計調査員として登録を希望される方は、ご連絡ください。登録は、各種統計調査を実施するにあたり事前に調査員として登録するもので、今すぐ何かの調査に従事していただく

ものではありません。調査を依頼する場合、登録していただいている方々に、町の担当職員から直接連絡し、仕事の内容や都合等を確認の上お願ひしていただくこととなります。

## ●問い合わせ先

役場 総務課 TEL24-3111

## 調理師免許をお持ちの皆さんへ

平成30年度は、調理師法に基づき2年に1度の『従事者届を提出する年』です！

## ●対象者

12月31日現在において、調理業務に従事している調理師の方

## ●提出期限

平成31年1月15日（火）

## ●問い合わせ先

鹿屋保健所

TEL0994-52-2105

## 北朝鮮人権侵害問題啓発に取り組みましょう

平成18年に「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、日本政府は北朝鮮に対し、認定の有無にかかわらず全ての拉致被害者を一刻も早く帰国させるよう強く求めていきます。そのため「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」を中心に、全国では様々な啓発活動が展開されました。

拉致問題の早期解決に向けて、あなたの声や意見をお聞かせください。

## ●問い合わせ先

内閣官房拉致問題対策本部事務局  
TEL03-3581-8898

## 第13回新春書初め会のご案内

新春書初め会を開催します。お正月にふさわしい感動を味わいましょう。伝統的な書部門、アートな書部門、どちらでも挑戦できます。

親子、お友達同士で、ぜひご参加ください。

## ●日時

平成31年1月5日（土）  
9時から12時まで  
（受付 8時30分から）

●場所 錦江町中央公民館 体育館

●講師 書家 田貫独心先生

## ●対象者

5歳児（保護者同伴）から大人の方まで

●参加費 1,000円  
（紙・墨汁代等）

## ●申込期限

12月27日（木）

## ●その他

道具は主催者で準備しますが、道具をお持ちの方はご準備ください。

また、室内履きをご準備ください。

なお、書初め会で書き上げた作品を1月30日（水）から2月6日（水）の期間、9時から17時まで根占図書館で展示します。（2月4日は、休館日。水曜日は19時まで）

## ●申込み・問い合わせ先

南大隅町教育委員会

TEL24-31164



都合により  
掲載できません

結婚おめでとう (敬称略)

都合により  
掲載できません

お誕生おめでとう (敬称略)

町の人口 (12月1日現在)	
男	3,491人 前月比 -2人
女	3,793人 前月比 -8人
合計	7,284人 前月比 -10人
世帯	4,006戸 前月比 -3戸

町の動き

「町の動き」では、役場町民保健課窓口等で申出のあった方のみを掲載しています。  
他市町村で届け出した方でも、希望があれば掲載しますのでご連絡ください。

保健・検診 ■12月～1月			
月日	行事名	時間	場所
1月8日(火)	結核検診	対象者へ通知	根占地区巡回
1月9日(水)	結核検診		佐多地区巡回
	3歳児健診	13:00～	錦江町保健センター
1月16日(水)	幼児 歯科検診	13:00～	根占保健センター
1月17日(木)	母子相談	9:30～	根占保健センター
1月23日(水)	乳児健診	13:00～	錦江町保健センター

12月に納める税・料		口座振替日
町県民税・固定資産税	4期	12月25日
介護保険料	5期	12月25日

### 町内公営住宅入居者募集

#### ●根占地区

■蔵団地(世帯用)(1戸) ■すわ住宅(単身用)(1戸)

#### ●佐多地区

■上之園団地(1戸) ■川田代団地(1戸)  
 ■郡団地(6戸) ■竹之浦団地(3戸)  
 ■伊座敷団地(4戸) ■浜団地(5戸)  
 ■大中尾団地(2戸)  
 ■旧郡小学校校長住宅(1戸)

●応募締切 12月28日(金)

●抽選日 1月7日(月) 午前10時から

■問い合わせ・申し込み先

役場建設課 Tel 24-3129 (直通)

佐多支所 Tel 26-0511 (代表)

\*申請の際には、所得額証明書と納税証明書が必要となりますので、添付してください。

都合により  
掲載できません

お悔やみ申し上げます (敬称略)

### 町社会福祉協議会 心配ごと相談日

月日	時間	場所
12月26日(水)	9:00～12:00	根占老人福祉センター
1月9日(水)	9:00～12:00	支所会議室
1月16日(水)	9:00～12:00	根占老人福祉センター
1月23日(水)	9:00～12:00	支所会議室
1月30日(水)	9:00～12:00	根占老人福祉センター

### 在宅当番医

月日	当番医院名	電話番号
12月23日	肝属郡医師会立病院	22-3111
12月24日		
12月29日		
～1月3日		
1月6日	藤崎クリニック	22-2238
1月13日	津崎医院	24-2153
1月14日	大根占医院	22-2658
1月20日	長浜医院	22-0137
1月27日	じょうさいクリニック	24-2977

\*諸事情により変更となる場合がありますので来院の前にお問い合わせください。

お買い物は町内で！！

## イプシロンロケット 4号機打上げ日時のお知らせ



JAXAは、下記の日時に内之浦宇宙空間観測所からイプシロンロケット4号機を打ち上げます。2013年9月に試験機初号機を打ち上げて以来、4回目となる今回の打上げに搭載されている革新的衛星技術実証1号機は、JAXAがベンチャー企業の力を利用して開発する「小型実証衛星1号機(RAPIS-1)」(7つの実証テーマを搭載)と6機の超小型衛星・キューブサットの計7機の衛星で構成されています。イプシロンロケットとしては、初めて複数衛星を同時に打ち上げることになります。伝統を受け継ぎ、革新を続けるイプシロンロケットの約1年ぶりとなる打上げを、ぜひご覧ください。

- 打上げ予定日 平成31年1月17日(木)
- 打上げ予定時間帯 9時50分20秒～9時59分37秒

注1: 天候等により打上げ日が変更になる可能性もあります。

最新の情報についてはJAXA HP (<http://www.jaxa.jp>) をご覧ください。

注2: 打上げ当日は見学者来訪等により周辺道路が通常より混雑する恐れがありますのでご注意ください。

## 竹之浦校区「初日の出拝賀」情報

竹之浦校区公民館(館長: 松元良治さん)は、地域活性化の取り組みとして、県道68号線の古里海岸にある立神岩に、初めて「しめ縄」を設置します。

12月22日に設置式を行い、同海岸線では初日の出も含め平成31年2月まで観覧することができます。

●問い合わせ先 竹之浦校区公民館 館長 松元 Tel 090-9721-0321



(イメージ画像)

### 南大隅町ホームページ

<https://www.town.minamiosumi.lg.jp>

※HPは災害規模に応じて、トップページに、「緊急情報」を掲載します。

### 南大隅町公式ツイッター

@t\_minamiosumi

※ツイッターは、HPと連動した情報配信を行います。災害時、電話が不通の際は、ツイッターによる情報収集や、救助要請などで活用されています。

また、スマートフォンや携帯電話では、**緊急速報メール**の配信も行われます。避難情報や地震・津波情報等、町内にいる方へ配信されます。最新機器では「受信する」設定となっておりますが、一部の機種や携帯電話では、個別に設定する必要があります。設定方法については、各携帯電話会社のHPや、ショップ窓口にお問い合わせください。

**マチイロアプリ**をダウンロードすると広報誌や、HPの新着情報を確認できます。

**マチイロ**  
マチを好きになるアプリ



有料広告

広

**初商**  
正月3日9時  
衣料全品  
半額～80%引き  
(一部除外品あり)

**福袋**  
1,000円より

**鯉のぼりセット**  
のぼり旗  
ご予約大割引  
半額より

**お知らせ!** ひろくま衣料部総入替のため  
**全在庫ビックリ価格で大処分!**  
紳士・婦人礼服  
寝具、靴、**他衣料品**  
**全品半額～80%引き!**

**最新設備** コインランドリー **新規開店(年中無休)**

**お待ちせました ホワイト急便再度オープン(日曜休)**

**グラウンド** 補正承り **スポン丈直し、ブラウス袖丈直し**  
**ゴルフ用品** **フックセンター** **エスト直し、外何でもOK**

**オール半額** **ひろくま** **代碼 22-**  
**衣料部** **2345**

あなたの時間を  
町のために  
使ってみませんか?

60歳未満の方  
**会員募集中**

**南大隅町**  
**ブロンズ**  
**人材センター**

臨時・短期的な求人情報などのご相談は  
「南大隅町ブロンズ人材センター」にお任せください!

南大隅町ブロンズ就業支援協議会  
〒994-25-1381 090-4353-4510

詳しくは「南大隅町ブロンズ人材センター」に検索!!

南大隅町唯一の葬儀会館です(365日24時間体制で受付)

**総合葬祭** **メイム** **本社**  
**根占会館**

**家族葬** 承ります。

(通話料無料) **0120-28-4242**

公衆電話・携帯電話からご利用できます 南大隅町根占川南3637(旧西海跡)

**安心の365日・24時間受付**  
— 家族葬、自宅葬から一般葬まで —

**ご家族の一人として、ご家族と共に**

真心と誠意の  
**総合葬祭**  
**ルミエールなんぐう**  
愛・まごころ Lumiere

[JAグループ 働きもつき]  
錦江町馬場 2142 番地 1 (タイヨーさん隣)  
TEL (0994) 28-3491・TEL (0994) 24-4444

