



火事に気を付けようね。

禁煙を始めてみませんか？

たばこが健康に良くないことは、喫煙者を含め多くの方が知っていると思いますが、一方で、「たばこを吸うとホッとしてストレス解消になる」「周りに迷惑を掛けないように吸っている」「体のためにやめたいがやめられない」など喫煙者の思いは様々です。自分自身や大切な人のために、吸う人も吸わない人もたばこについて正しく理解しましょう。

命を落とす最大の原因は「たばこ」

日本人が命を落とす最大の原因となっているたばこには4,700種類以上の化学物質と約70種類の発がん性物質が含まれており、次のような様々な病気を引き起こします。

- がん ●脳卒中（脳梗塞や脳出血など）
- 虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）
- 認知症 ●糖尿病 ●骨粗しょう症
- 歯周病 ●COPD（慢性閉塞性肺疾患）
- 早産 ●低出生体重児 ●胎児発育遅延

加熱式たばこで安心していませんか？

紙巻きたばこより有害物質の量や煙が少ないことが宣伝され、急速に普及した加熱式たばこですが、有害物質が含まれている以上、病気のリスクが減るとは限りません。また、煙が出ないため周囲に影響がないと思われがちですが、喫煙者が吐き出す息にも有害物質が含まれているので受動喫煙は発生します。

見えないサードハンドスモークに注意

たばこを吸わない人が、たばこの煙を吸われることを受動喫煙といいます。たばこの先から出る煙には、喫煙者が吸い込む煙以上に有害物質が含まれています。また、衣類や壁、家具などに付着した有害物質を吸い込む「サードハンドスモーク」も受動喫煙の一つです。

喫煙後30～45分間は、喫煙者の息からも有害物質が出続けます。



たばこでストレスは解消されません

喫煙によって感じるストレス軽減の効果は、たばこに含まれるニコチンが切れたことによるイライラが一時的に緩和されたからに過ぎません。喫煙した直後はストレスが軽減しますが、時間が経ちニコチンの効果が切れてくると再びイライラしてきます。ストレス解消のための喫煙がよりストレスを溜めているのです。

禁煙するのに遅すぎることはありません

禁煙外来で治療しましょう

たばこをやめたくてもやめられないのは意志の弱さではなく「ニコチン依存」という病気になっているからです。たばこをやめたい方は禁煙外来がおすすめです。治療の一部はオンライン診療もできます。

禁煙の効果はすぐに表れます

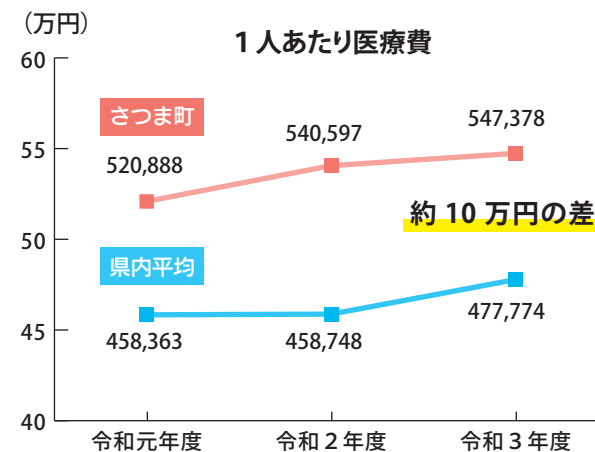
- | | | |
|---------|----|-----------------------|
| 20分後 | —— | 血圧と脈拍が正常値に戻る |
| 24時間後 | —— | 心臓発作のリスクが低下する |
| 数日後 | —— | 味覚や嗅覚が改善する |
| 1～9か月後 | —— | 肺機能の改善がみられる |
| 1年後 | —— | 咳や喘鳴が改善する |
| 2～4年後 | —— | 虚血性心疾患や脳梗塞のリスクが低下する |
| 5～9年後 | —— | 肺がんのリスクが低下する |
| 10～15年後 | —— | 様々な病気のリスクが非喫煙者レベルに近づく |



問 保健福祉課 保険係（内線2135）

生活習慣を見直して健康づくりと医療費節約

見逃していませんか 体からのSOS



令和3年度の国民健康保険の総医療費は26億3,180万円で、前年度と比べて1・4%減少しています。しかし、1人あたり医療費は54万7千円で、県内市町村平均の47万8千円を大きく上回っています。

増え続ける医療費のうち、約4分の1は生活習慣病にかかる医療費です。生活習慣病とはその名の通り、生活習慣が原因の一つで発症する病気のことです。偏った食事や運動不足、ストレス、喫煙や過度の飲酒といった好ましくない生活習慣が積み重なると、発症のリスクが高くなります。

1 本町の1人あたり医療費
県内4位、54万7千円

3 生活習慣の見直し
お手伝いします

生活習慣病には、遺伝や加齢など避けられない要因もありますが、食事や運動など日々の生活を見直すことで、発症や重症化のリスクを確実に減らすことができます。

町では、保健師や看護師、管理栄養士が健康づくりの支援を行っています。生活習慣や健診結果に関することなど、役場保健福祉課保険係にお気軽にご相談ください。

生活習慣の見直し お手伝いします

- ・ 食べているのに体重が落ちた
- ・ すぐにのどが渇く
- ・ 水を飲む量が増えた
- ・ 尿の回数や量が増えた
- ・ 体がだるい、疲れが取れない

こんな症状ありませんか？

2 自覚しにくい怖い病気
6人に1人が糖尿病

糖尿病の患者数は年々増加し、予備軍も含め成人の6人に1人が糖尿病にかかっています。本町も糖尿病で通院している方の割合は県内平均と比べて1・3倍多くなっています。



日本糖尿病学会

主な生活習慣病が与える影響

POINT

- ・ 定期的に健康診断（特定健診）を受け、体の異常サインに早く気付く
- ・ 異常サインがあった場合は、自覚症状に関わらず医療機関へ相談する



脂質異常症、高血圧症、糖尿病

自覚症状はほとんどありませんが、放置すると確実に血管が傷つきます。適切な治療を受けることで、通常の日常生活を送ることができます。

重症化

脳血管疾患、虚血性心疾患、慢性腎不全

重症化すると、まひなどの後遺症、通院回数の増加、厳しい食事制限など日常生活に支障をきたす場合があります。入院治療費など費用負担も大きくなります。

問 保健福祉課 保険係（内線2135）

さつま美術展に力作そろう

さつま美術展の審査会が行われました。「さつま町のいいね！」を題材にしたテーマ部門と自由部門の2部門で612点の応募があり、テーマ部門では宮之城中学校1年の廣瀬^{あきと}斗さんの「朝の紫尾山」、自由部門では恵光保育園年長の池山朝陽^{あさひ}くんの「たけのこがいっぱい!!」が最優秀賞に選ばれました。入選以上の作品は12月2日から22日まで役場本庁1階町民ホールに展示されます。



廣瀬斗さん
「朝の紫尾山」



池山朝陽くん
「たけのこがいっぱい!!」

鶴田小 高齢者と昔遊びで交流

11月4日、鶴田小学校で1、2年生30人が地域の高齢者と竹とんぼやあやとりなどの昔遊びをしながら交流しました。初めは道具の扱いに慣れず悪戦苦闘していましたが、地域の方に教わりながら徐々にコツをつかみ夢中になって遊びました。あやとりを体験した2年の園田笑汰朗さんは「今日できるようになったことを家族に見せて自慢したいです」と話しました。



見て見て！ほうきができたよ！



美しい歌声が響き渡るハーモニーさつまのコーラス

文化発表会に町の芸術文化が結集

11月6日、宮之城文化センターで町文化発表会が行われました。例年と異なり町文化協会のみでの開催となった今回、展示部門では写真、俳句、帯結びなど7団体の作品が会場を彩りました。3年ぶりとなった舞台部門では、舞踊、五ツ太鼓、コーラスなど15団体が日頃の練習の成果を披露。また、同協会の発展に対する表彰では、日高由美子さんが社会文化努力賞を受賞しました。



「はじめまして」のあいさつでは手の匂いを嗅いでもらいます

中津川小 犬との接し方を学ぶ

11月2日、中津川小学校で1、2年生11人が、県動物愛護センターの犬とふれあいながらコミュニケーションの方法を学びました。初めて会った犬とのあいさつの仕方やなでる部位などを学習し、同センター職員のアドバイスを受けながら実践。2年の山下瑛怜菜^{あきな}さんは「やさしくなでるようにしたいです」と話しました。



体験塾生が柏原の史跡を巡る

10月15日、柏原地区でさつまふるさと体験塾の町内探索ウォーキングが行われました。塾生12人が参加し、同地区にある大願寺薬師堂跡・開山堂跡や鎮守神社など、かつてこの地を治めた祁答院渋谷氏ゆかりの史跡を巡りました。参加者からは「町の歴史を感じることができました」「社会の授業で学んだことも出てきて印象に残りました」などの感想がありました。



さつまガイドから鎮守神社の説明を受ける塾生

山崎小 伝統芸能の落語と紙切り鑑賞

11月14日、山崎小学校で落語と紙切りの公演が行われました。落語では、扇子などを様々な道具に見立て、所作で想像をかきたてる方法の説明があり、柳家三之助^{はつてんじん}さんが「初天神」、柳家^{きんだゆう}禽太夫さんが「元犬^{もといぬ}」を披露。紙切りでは、林家^{りやう}楽一さんが1枚の紙とはさみで動物などを作りました。5年の吉津咲希^{さき}さんは「落語では一人で何人もの役を演じてすごいと思いました」と話しました。



紙切りでは馬や猫などが出来上がり歓声が上がりました



5月の県高校総体で2位を獲得したときの中園さん（左）

中園さん ハンマー投げ県大会優勝

9月14日に行われた鹿児島県高等学校新人陸上競技大会で、川内高校2年の中園大貴^{たかひ}さん（神子地区）が男子ハンマー投げの種目で優勝しました。10月14日には、九州大会にも出場し10位の成績を収めました。高校から同種目を始めた中園さんは、「九州ではまだまだですが、次のインターハイは先生に恩返しをするためにも出場できるように頑張ります」と話しました。



主人公の健太郎少年といじめられてきた動物たち

盈進小 演劇で思いやりの心を学ぶ

11月17日、盈進小学校で、劇団野ばらによる演劇「あしたあさってしあさって」の公演が行われました。作品は、少年が今までいじめてきた動物から夢の中で仕返しされ、自分勝手だった過去を思い出し、優しい心を取り戻していく物語。児童らは目の前の迫真の演技に見入っていた様子で、6年の谷口柚菜^{ゆな}さんは「寂しくてつらくても周りの人に当たらず優しくしたいです」と話しました。

木原さん 赤ひげ功労賞を受賞

木原晃一さんが、長年にわたり地域医療を支えてきた医師を表彰する、第10回日本医師会赤ひげ大賞の赤ひげ功労賞を受賞しました。昭和56年、木原さんは船木に木原医院を開院。以来、県医師会理事をはじめとした数多くの役職を歴任し、地域医療の確保や救急業務推進に尽力してきました。表彰式では秋篠宮皇嗣同妃両殿下御臨席の下、岸田文雄総理が受賞を称えました。



長年にわたり本町の医療体制確保に尽力された木原さん

白男川でハロウィンイベント

10月29日、白男川地区にあるうましき里きららの楽校で、あっきゃげハロウィン秋祭りが行われました。会場には約650人が訪れ、ステージイベントや抽選会を楽しみました。ステージで五ツ太鼓を披露し、抽選会で1等を当てた盈進小学校6年の面園絢音さんは「ずっと練習を続けてきたので披露できてうれしかったです。1等も当てて最高のご褒美をもらえました」と笑顔を見せました。



抽選会では仮装した司会者が会場を盛り上げました



青空の下で「ナイスショット！」

グラウンドゴルフで交流深める

11月11日、宮之城運動公園で町高齢者交流グラウンドゴルフ大会が開催されました。会場では60チーム約300人がクラブを握り、真剣な中でも時折笑顔を見せながらスコアを競いました。大会を主催した町高齢者クラブ連合会の下大迫次男会長は「みんなでプレーできて楽しかったです。高齢者の生きがいがづくり、健康づくりにつながる良い大会になりました」と振り返りました。



ハロウィン感満載のブースでお買い物

北薩広域公園で秋祭り開催

10月30日、県立北薩広域公園で秋祭りが開催されました。ハロウィンにあわせて仮装した雑貨店や飲食店42店舗が並ぶピクニックマーケットのほか、花苗の無料プレゼントやパトカーと白バイの展示などが行われ、約3,000人の来場者でにぎわいました。参加した宮之城中学校1年の森田桜寧さんは「久しぶりに友達と大きなイベントに参加できて楽しかったです」と話しました。

19歳の焼酎プロジェクト開催

11月13日、小牧醸造株式会社で、薩摩心酔会による19歳の焼酎プロジェクトの芋焼酎造り体験が行われました。今年度20歳を迎える12人が参加し、芋切りや権入れなど芋焼酎の仕込みを学びました。仕込んだ焼酎は来年1月に開催される二十歳のつどいで披露される予定です。二十歳のつどい実行委員の齊藤依吹さんは「手元に来るまでに、ここまで手間が掛かっているとは思いませんでした。完成したら、一緒に携わった方の想いを感じながら友人たちと楽しみたいです」と話しました。



- ④ 竹製の棒で発酵したモロミを混ぜる権入れを体験しました
- ⑤ 芋焼酎が造られる工程を説明する小牧一徳代表取締役社長
- ⑥ 参加者は仕込みの説明一つ一つを熱心に聴きました
- ⑦ 芋切りの方法を従業員に教わりました
- ⑧ 休憩中に焼き芋を食べました
- ⑨ 芋焼酎の原料となるコガネセンガン



3年ぶりに焼酎でKANPAI

11月3日、柏原地区にある飲食店、あぶ家泰炭駐車で「さつま町も焼酎でKANPAI」が行われました。焼酎で夜の街を明るくしたいと、11月1日の本格芋焼酎の日にあわせて蔵元や酒販店、飲食店が共同で企画。約200人が新酒を堪能しました。副実行委員長の井上晃悟朗さんは「夜の街の明かりが消えないように、はしご酒をして飲食店を盛り上げましょう」とあいさつしました。



来場者とスタッフ全員で乾杯！



黄金色に輝くさつま町のこの出荷を祝いました

超早掘りタケノコを初出荷

10月14日、さつま町のこの出発式が北さつま農協本所で行われ、超早掘りタケノコ11.3kgが、東京都にある豊洲市場に向け出発しました。この時期のタケノコは非常に希少で、えぐみが少なく、タケノコ本来の豊かな風味を感じることができます。北さつま農協たけのこ部会の木下守会長は「昨年同様品質の良いタケノコを収穫できました。高値での取引を期待したいです」と話しました。

県に幹線道路の整備促進を要望

11月7日、北薩空港幹線道路整備促進期成会が塩田康一知事などに要望を行いました。北薩横断道路について、主に鹿児島空港から北薩空港道路間、広瀬道路から宮之城道路間の早期整備を要望。また同日、国道328号整備促進期成会も、下船木集落から町頭集落までの4車線化や、小山田バイパスの早期整備を要望しました。塩田知事から「工事や調査、用地買収などを鋭意進めている。早期完成に向け、引き続き整備に努めたい」と回答がありました。



左から期成会会長の上野町長、塩田知事、出水市議会の田上真由美議長

新たに商工業を営む人を応援

11月1日、商工業新規参入者支援補助金交付決定通知書の交付式が行われました。町が新規参入者に補助金を支給して支援するもので、今回交付を受けたのは整体業の水口晃一さんと、造園業の稲留雄大さん。水口さんは「利用しやすいサービスを提供して、メイン事業の訪問リハビリで高齢社会を支えたいです」、稲留さんは「若い世代に造園業の魅力を伝え、町内企業と一緒に盛り上げてまちを良くしていきたいです」と意気込みを話しました。



左から上野町長、水口さん、稲留さん

北薩横断道路の早期整備に向け沿線地域とともに機運を高める

10月14日、薩摩農村環境改善センターで、高規格道路北薩横断道路整備促進地方大会が行われました。沿線の4市2町から約300人が参加し、鹿児島空港から阿久根市までの北薩横断道路の全線開通、特に空港から北薩空港道路間と、広瀬道路から宮之城道路間の早期整備を地域一体で要望。来賓として国会議員などが出席する中、各地域の代表が力強くアピールしました。

本町からは、農林業代表で畜産農家の中原光稀さんが「地域全体の物流の生命線として全線開通を待ち望んでいます」と発表。また、宮之城中学校3年の堀口凜太郎さんが「道路は日常に欠かせないライフライン。生活や心を豊かにしてくれます。一日でも早い全線開通を願っています」と未来へのメッセージを読み上げました。最後は参加者全員のガンバロー三唱で、早期全線開通に向けて結束を強めました。



①② 早期整備への想いを堂々と発表した中原さん（左）と堀口さん
③ オープニングで迫力ある演奏を披露した紫元流五ツ太鼓
④ 沿線の地域が一丸となって要望していくことを誓いました

まちのニュース

3年ぶりに町駅伝競走大会開催 新コースで鶴田Aが優勝

11月13日、町駅伝競走大会が、白男川紫陽館前をスタートし、かぐや姫グラウンド前をゴールとする13区間18.31kmで行われました。今回からコースを変更し、虎居地区と白男川地区の周回コースで実施。7チーム91人の選手がたすきを懸命につなぎました。レースは、1区で宮之城北部が先頭に立ちましたが、2区で鶴田Aが首位を奪うとそのまま逃げ切り、1時間00分59秒で平成25年の大会以来、8回目の優勝を飾りました。Bクラス優勝は鶴田Bチーム。3年ぶりとなる大会に、沿道には多くの人が応援に訪れ、力走する選手に声援や拍手を送りました。

■総合順位（カッコ内は構成）

- | |
|-------------------------------------|
| 1位 鶴田A（鶴田、神子、柏原、紫尾）……………1時間00分59秒 |
| 2位 宮之城北部（虎居、柊野、平川、白男川、泊野）…1時間03分02秒 |
| 3位 宮之城屋地船木（宮之城屋地、船木）……………1時間03分11秒 |
| 4位 宮之城ほたる（時吉、湯田、佐志）……………1時間05分32秒 |
| 5位 鶴田B（鶴田、神子、柏原、紫尾）……………1時間10分04秒 |
| 6位 薩摩（求名、中津川、永野）……………1時間11分49秒 |
| 7位 宮之城山崎（山崎、久富木、二渡）……………1時間13分50秒 |

■区間賞（敬称略）

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1区 曾木 大士朗（宮之城北部） | 7区 高塚 秀一（宮之城屋地船木） |
| 2区 小川 歩加（鶴田A） | 8区 萩木場 啓三（鶴田A） |
| 3区 下市 聖風（鶴田A） | 9区 崎本 潤（宮之城屋地船木） |
| 4区 重森 瞳（宮之城屋地船木） | 10区 大野 晃平（鶴田A） |
| 5区 外川内 新（宮之城屋地船木） | 11区 植村 星南（鶴田A） |
| 6区 堀口 理央（鶴田A） | 12区 竹之内 修樹（宮之城屋地船木） |
| | 13区 内村 博斗（宮之城北部） |





みのむた りつこ
養牟田 律子 さん(74)

湯田地区出身。結婚を機に中津川地区に移り住み、恵光保育園で働きはじめる。平成22年からは同園の園長を務め、現在は理事長として園を運営。地域と協力しながら昨年11月に開いた子ども食堂「なかっこカフェ」で子どもと高齢者の交流の場を提供している。



▼また、主任児童委員を務めていた養牟田さんは、委員の研修で子ども食堂のことを知ります。「それぞれの地域に合わせた子ども食堂を実践してみてください」という講師の言葉を受け「子どもと高齢者がふれあえる場として子ども食堂を作りたい。それなら私にできる」と一念発起。

▼中津川地区にある恵光保育園。子どもたちの元気な声が聞こえてきます。同園の理事長を務めているのが養牟田律子さん。園児からは「理事長先生」と親しまれています。

▼養牟田さんが保育の道に進んだきっかけは「手に職をつけない」という母の言葉で、高校生のときに保育資格の勉強を始めました。宮之城高校を卒業後は宮之城町役場で働きながら勉強を続け、保育資格を取得。結婚を機に役場を退職すると中津川地区に移住し、義父が運営していた同園で保育士として働き始めました。

「保育の仕事で一番大切なことは、子どもたちを保護者から預かった状態でそのままお返しすること」と語る養牟田さん。現在も保育の現場に立ち、子どもたちに教えるためにと取得した書道師範の腕前を活かしながら、温かい眼差しで字の書き方を指導しています。



大勢の昼食を準備する養牟田さん



子どもたちが作ったなかっこカフェの看板

▼「昔から行動する前に考え込んだりするのが苦手。『泣きよかひつ飛び』の精神でやってきました。これからやりたいことがたくさんあってワクワクしています」と語る養牟田さん。子どもたちと高齢者の笑顔のため、養牟田さんの挑戦はまだ続きます。

自身が所属する地域の婦人会「ゆめはな会」や中津川公民館と協力し、令和3年11月に子ども食堂「なかっこカフェ」を始めました。小学校の土曜授業に合わせ、毎月第2土曜日に中津川交流館で活動しており、毎回メニューを変えながら地域の方に昼食を提供しています。養牟田さんは「子どもたちとのふれあいが私の元気の源。高齢者も子どもたちと交流することで元気に過ごせるはず」と笑顔で語り、交流の場をもっと充実させたいと意気込みを見せます。



鍋に水と昆布を入れ、出汁を作ります。



鶏もも肉、里芋、ニンジンを一口大に切り、シメジは根元を取ってほぐします。



別の鍋で②を下ゆでし、鶏もも肉が白っぽくなったならざるにあげます。



①に白菜の芯と③を入れて強火でゆで、煮立ったら弱火にして7～8分間煮ます。



ジャガイモをすりおろし、調整豆乳とよく混ぜ合わせます。



④に白菜の葉とみそ、⑤を入れ、とろみがつくまで煮て完成。

教えてくれる食改さん※



※食を通した健康づくりを行うボランティア団体

◆材料（2人分）

鶏もも肉	150g
里芋	150g
白菜	120g
ジャガイモ	100g
ニンジン	50g
シメジ	50g
みそ	40g
昆布	10cm 角 1枚
水	1.5 カップ
調整豆乳	1 カップ

MEMO

ジャガイモは、ビタミンCやB₂、食物繊維のほかに、過剰な塩分を排出するカリウムが豊富です。また、イモ類に含まれるでんぷんによりビタミンCが守られているため、加熱調理で減少しないのが特徴です。

図書室へ行こう

おすすめの新着本

こども
図書館
～えほんの森～



からっぽのにくまん

作 / まつなが もえ
白泉社

中身を詰められなかった肉まんが、まちを走りまわる! からっぽのまんまどりで着いたところは? 小さな肉まんの大きな冒険。MOE創作絵本グループ受賞作。

鶴田中央
公民館
図書室



はぐれんぼう

著 / 青山 七恵
講談社

屋地
楽習館
図書室



米粉のおやつとおかず

著 / 中村 リエ
宝島社

おせちを本で学ぼう

おせち料理は歳神様にお供える料理で、大晦日の夜までに準備します。図書室には「喜ばれるおせち料理とごちそうレシピ」や絵本「おせちさん はーい!」など、おせち料理に関連した本が多くあります。日本の伝統料理や行事を学び、季節を感じて楽しみましょう。



田作り

カタクチイワシを肥料としていたことから五穀豊穡を願う。

黒豆

健康でまめに働きますようにと無病息災を願う。

数の子

二親（ニシン）から多くの子が出ることから子孫繁栄を願う。

▶ こども図書館～えほんの森～ ☎ 57-1202 ▶ 屋地楽習館図書室 ☎ 53-1994 ▶ 鶴田中央公民館図書室 ☎ 53-1111 (内線4412)
▶ 休館日 [12月] 5日、12日、18日、26日、29～31日 【1月】 1～3日、10日、15日、23日、24～29日 (屋地楽習館、鶴田中央公民館)、30日、31日 (こども図書館)

第103回 消費生活講座

デジタルでしか実態がつかめない遺品「デジタル遺品」について、遺族からIDやパスワードが分からず定期購入や月額制のサービスを解約できないなどの相談があります。

トラブルの事例

事例1 先日父が亡くなった。父が契約していた通販サイトの有料会員を解約したいが、IDやパスワードが分からないため、会員ページにログインできず、手続きが何もできない。

事例2 亡くなった夫が利用していた決済アプリの残高が10万円あることが分かった。しかし、夫のスマホのロックが解除できないため、詳細が確認できない。



遺品リストの整理は生前に

デジタル遺品のトラブルに注意

アドバイス

- ▶ 金融資産や重要書類などは生前に整理しておかないと、家族に負担が増えたり、トラブルになる場合があります。
- ▶ 端末のロック解除方法、退会が必要なサイトとそのIDやパスワード、ネット関連の金融資産などをノートに記録し、通帳と一緒に保管すると良いでしょう。
- ▶ 遺族は、まず契約先に手続きについて確認しましょう。



困ったらすぐにご相談ください

相談窓口 (相談無料・秘密厳守)

商工観光PR課 商工振興係

☎ 53-1111 (内線2286)

土日の相談は消費者ホットライン

☎ 188 泣き寝入りはいややへ



みゃんじょ 吹奏楽フェスタ 2023

1/29 SUN
(日)

13:30 開場 14:00 開演

会場：宮之城文化センター

入場無料 (整理券が必要)

お問い合わせ先：宮之城文化センター ☎ 53-1732

出演団体

鶴田小学校吹奏楽部

盈進小学校吹奏楽部

宮之城中学校吹奏楽部

薩摩中央高校吹奏楽部

宮之城吹奏楽団

吹奏楽経験者



3年ぶりの開催となるみゃんじょ吹奏楽フェスタは、吹奏楽の町を代表する音楽イベント。今回で22回目を迎える私たち宮之城吹奏楽団は初回から出演しています。高校1年生から60歳までの幅広い世代の団員が在籍し、現在約30人で活動しています。学校や仕事と両立しながら活動しており、毎週土日にある練習には県外から通う団員もいます。

フェスタでは、初めて参加する若い世代の人たちと演奏するのが楽しみです。また、町外に住む人が故郷で地元の人と一緒に演奏するきっかけになればうれしいですね。聴いている人に元気を与えられるような演奏をしたいと思います。



本番に向け練習する宮之城吹奏楽団



宮之城吹奏楽団
紺屋 弘志 団長

interview

前年度の返還期間中に返還された奨学資金に相当する額。

○お問い合わせ先
教育総務課 総務係
(内線2511)

敬老商品券の期限は 2月28日まで

80歳、90歳に贈呈した敬老商品券の有効期限は、令和5年2月28日までです。まだ利用していない方は、町内のお店で早めにご利用ください。



○お問い合わせ先
高齢者支援課 高齢者支援係
(内線2172)

■申請期間

1月4日(水)～31日(火)
※定員を超える場合は書類選考などにより奨学生を決めます。

○お問い合わせ先
教育総務課 総務係
(内線2511)

奨学資金返還に対する 支援制度があります

町の奨学資金の貸与を受けて進学した方が一定の条件を満たす場合、卒業後に返還した奨学資金に対して補助金を支給します。

■対象者(全要件を満たす方)
・平成30年度から令和4年度までに新規で町の奨学資金の貸与を受けて進学した方
・定められた期間内に奨学金を返還した方
・1年以上継続して町に住所があり、住んでいる方

■補助額
町奨学資金貸与規則により定められた年間額を限度額として、

お知らせ

奨学資金の貸与制度があります

高校、大学などに在学または進学予定の方で、経済的な理由により修学が難しい場合、無利子で学費を借りることができます。

■条件

・保護者の住所が本町
・申請者世帯の収入が基準範囲内
・学業成績要件を満たす

■貸与額

・月額2万円以内
高校、高等専門学校1～3学年、専修学校高等課程、特別支援学校高等部
・月額3万円以内
大学、短期大学、高等専門学校4、5学年、専修学校2年以上の専門課程

■返還方法

在学期間終了後6か月を経過した月の翌月から、貸与金額に応じて定められた期間内に月払、半年払または年払で返還。

お知らせ

12月は給与所得者の 年末調整の月です

■正しく申告しましょう

12月は年末調整の月です。大部分の給与所得者は、年末調整によりその年の納税を完了することになります。年末調整が正しく行われるためには、勤務先に扶養親族や保険料などの申告を正しく行うことが大切です。

■個人番号について

給与所得者は「給与所得者の扶養控除等(異動)申告書」に、給与所得者本人、控除対象配偶者、控除対象扶養親族などの個人番号を記載する必要があります。なお、給与支払者が従業員などの個人番号等を記載した帳簿を備えている場合は、個人番号の記載は必要ありません。

○お問い合わせ先

・川内税務署
☎0996(22)2830
※自動音声案内
・国税庁ホームページ

年末調整がよくわかる
ページ(令和4年分)▶



10月の火災・救急

■火災	0件	
■救急	急病	48件 43人
	交通事故	7件 7人
	その他	29件 29人
■ドクターヘリ	出動	6件
	運んだ人	2人

○お問い合わせ先

消防総務課 総務係
☎(52)0119



どの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

■控除対象

控除の対象となるのは令和4年1月1日から令和4年12月31日までに納めた保険料の全額です。過去の年度分や追納した保険料も含まれます。また、自身の保険料だけではなく、家族が負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料もあわせて控除が受けられます。

■日本年金機構から控除証明書が届きます

令和4年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付した方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されています。年末調整や確定申告を行うときまで大切に保管してください。令和4年10月1日から12月31日までの間に国民年金保険料を納めた方には来年の2月上旬に送付されます。

■電子データの控除証明書がマイナポータルで受け取れます

e-Taxでの確定申告などに利用できる電子データの控除証明書がマイナポータルで受け取れるようになりました。詳しくは、日本年金機構ホームページをご確認ください。

確定申告・年末調整に必要な通知書をマイナポータルで受け取る▶



■忘れずにしっかり保険料を納めましょう

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないよう納めましょう。

○お問い合わせ先

川内年金事務所
☎0996(22)5276
(自動音声案内②→②)

くらしの 情報

町のイベントや手続きなど
様々な情報をお知らせします

税金

今月の納税

■固定資産税第4期

■国民健康保険税第6期

■後期高齢者医療保険料第6期

■介護保険料第6期

納期限………12月26日(月)
口座振替日…12月20日(火)

○お問い合わせ先

税務課 収納係(内線2113)

募集

シルバー人材センター 入会説明会

60歳以上の方、まだまだ現役です。続きはシルバーで活かしてみませんか。条件次第では、入会即就業も可能です。参加希望の方はお電話でお申し込みください。当日参加もできます。

■日時

12月20日(火)
午前9時～午前11時30分

■会場

町シルバー人材センター

■対象者

60歳以上の町民

○お問い合わせ先

町シルバー人材センター
☎(52)3363

年金

納めた国民年金保険料は 全額が控除対象

国民年金保険料は所得税法と地方税法上、健康保険や厚生年金な

家屋を新築や解体した方へ 固定資産税のお知らせ

■家屋を新築した方へ

今年中に新築または増築した家屋(倉庫や車庫を含む)は、来年度から固定資産税の課税対象となります。課税額算出のため、調査員が建物内外の家屋を調査します。

■家屋を解体したら届出を

家屋を解体(滅失)した方は、12月末までに家屋滅失届を提出してください。届出がないと、来年度も課税される場合があります。届出が翌年になる場合は、解体した業者の解体証明書が必要です。なお、住宅を解体した場合は、住宅用地特例がはずれ、土地の税額が上がる場合があります。

■償却資産の申告をお願いします

個人または会社で工場や商店を営んでいる方で、その事業に用いる構築物や機械、運搬具、備品などがある場合は申告が必要です。昨年申告した方には申告用紙を郵送します。届かない場合や新たに申告する場合はご連絡ください。なお、太陽光発電設備は10kw未満の個人住宅用以外は事業用資産となり、償却資産として固定資産税の課税対象となる場合があります。(課税標準額合計が150万円未満のときは課税されません)

▶ 申告期限: 令和5年1月31日(火)

お問い合わせ先

税務課 資産税係(内線2115)



今月の読者プレゼント



**薩摩
おごじょうゆ**



農家そばヤマサキ特製の万能調味料で「薩摩のさつま」認定商品。プレゼントは1本です。

広報さつまにお便りをくださった方の中から**3名様**にプレゼント。ご応募お待ちしております♪

応募方法

住所、氏名、ペンネーム（ない場合は実名で掲載）、年齢、性別、電話番号を記入し、次の宛先までお送りください。

〒895-1803 さつま町宮之城屋地1565-2
さつま町役場 広報さつま 行
メール：ki-koho@satsuma-net.jp

広報紙の感想や身の周りの出来事、イラストや写真など、皆さまの声をお聞かせください。LINEからの応募もOK！

※個人情報の取扱い…お便りのご紹介・賞品発送以外の目的では使用しません。

**お便り
募集中**



応募締切

**12/31
(土)**

当日消印有効



LINE

娘

が20歳の誕生日を迎え、帰省できないかもと考えていたが、誕生日を過ぎたものの家族でお祝いし、地元の焼酎で乾杯できました。コロナで家族や友人になかなか会えませんが、また次に会える日を楽しみに、元気に過ごしてほしいです。

(マロンちゃん)

季節ごとにいろんな野菜や果物が置いてある無人販売。気になるものが置いてあると、思わず車を停めて見てしまいますよね。寒くなるこれからの季節は、長ネギが安く売っていないかチェックしたいです！ (末永)

(海鮮丼さん)

野

菜の無人直売所を利用しています。これだけたくさんの量が100円で手に入るの嬉しいですし、すぐ助かっていきます。そして何よりおいしい！前を通ったとき、野菜がたくさん置いてあると嬉しくなります。これからも引き続き利用させていただきます！

お便り紹介

出水法律事務所

弁護士 米田 圭吾 (鹿児島県弁護士会所属)

鹿児島県出水市昭和町3-24
☎0996-79-3535 初回の相談は1時間まで無料です。

月曜日～金曜日 午前9時30分～午後5時まで

相続、離婚、借金、労働、交通事故、その他幅広い分野を取り扱っております。お困りのことについて、お気軽にご相談ください。まずは、お電話でご予約ください。

トラクター・重機 トラック・農機具

古くても、壊れてても、不動車でも 見積り無料 どこでも かけつけます！

どこよりも **高く買い取る** ことを目指しています！！

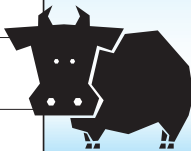
広報誌を見て、ご連絡下さった方へ粗品、又は買取額10%UP致します。

TEL: 0986-77-9092

農機具高価買取専門店 古物商許可 第951040015111号
アヴァンティ 携帯: 080-3375-9750
〒885-1105 宮崎県都城市丸谷町 FAX: 0986-77-9092
https://kaitorimiyazaki.jimdo.com

11月子牛せり市結果 期日：11月8日(火)、9日(水) (消費税抜き、売却分) 単位：頭・円・kg

性別	頭数	総売上高	最高価格	平均価格	平均体重	前回比 (対10月分)
めす	275	151,332,000	1,512,000	550,298	278	47,030円高値
去勢	282	170,920,000	1,005,000	606,099	302	11,057円高値
合計	557	322,252,000	1,512,000	578,549	290	27,165円高値



表紙の写真説明

11月20日、宮之城運動公園で行われた町産業祭&JA農業祭の消防体験コーナーを撮影しました。オレンジ色の救助服を着た2歳の平木場結土くんが、町消防職員と一緒に消火器を使い、炎のイラストが描かれた的をめがけて水を発射。上手に的に当たることができました。(末永)



墓石 納骨堂

銘碑の彫り込み

墓石・納骨堂 解体・撤去

お墓のリフォーム



確実な信頼と永年の実績を誇る
鳥居石材店 鳥居 通
さつま町虎居町7-8 TEL0996 (53) 1189

1歳で～す

毎月1番最初に
生まれた赤ちゃん

にしぞの みと
西園 滯愛ちゃん

令和3年12月14日生まれ



平川地区

母 美 似 さん

滯愛ちゃんへ
すくすく元気に
育ててね!

鮫島 ミキ子	内之倉 ノリ	外園 カツエ	平 シゲ子	福園 スミエ	なくなつた人	おくやみ	折小野 陽斗 男	あかちゃん	うぶごえ
97	95	92	90	89	年齢 公民会		賢	保護者 公民会	
山崎 麓	木 浜	甫 立	築 平	梶野 中岡下			湯田 原		

東 美代子	川内野 ケイ子	有村 和美	神野 チヅ子	本房 紀美子	稲森 トシ	内山 文高	村田 征史	増田 力	幸澤 一男
97	95	71	83	85	94	100	80	85	79
轟 原	豆 漬	梶野 中岡下	紫尾 下	轟 原	船木 下	城之 口	五日 町	武白 猿	紫尾 下

小椎 八重 テル子	川畑 美喜子	今屋 常男	神脇 藤子	豊田 方ムツ	蘭田 秀明	川久保 クニ子	上西 リキ	平野 英輔	日當瀬 裕二
95	87	95	99	94	95	92	96	89	64
大薄 下	須 杭	虎居 馬場	愛 宕	上川 口	飯屋 原	湯田 下	ほのぼの 苑	きらら	日當瀬

戸籍の窓

10月16日～11月15日届出分

※届出人の同意分のみ掲載(敬称略)

さつま町開催競技(正式競技) ラグビーフットボール少年男子

令和5年
10月8日(日)～
10月12日(木)

北薩広域公園運動広場、
かぐや姫グラウンド

ボランティアも募集中

さつま町 国体

問 国体推進室 国体推進係(内線2561)



燃ゆる感動
がごしま国体
熱い鼓動 風は南から

2023

町長の動静(令和4年10月)

※主な会議及び行事

2日(日)	あなたも1日議員
3日(月)	職員朝会 ▽まちづくり座談会(湯田地区)
4日(火)	農業委員会意見書提出、意見交換
5日(水)	企画政策課、建設課、ふるさと振興課各課協議 ▽KKKBがごしまフォードドライブプロジェクト対応
6日(木)	全国和牛能力共進会開会式【霧島市】
7日(金)	指名推薦委員会報告 ▽木の日要望活動
8日(土)	九州地方整備局、九州防衛局表敬訪問【福岡県】 中華民国111年國慶節祝賀レセプション【福岡県】 まちづくり座談会(中津川地区)
10日(月)	全国和牛能力共進会閉会式【霧島市】
11日(火)	社会教育課協議
12日(水)	ICT推進アドバイザー活動報告 ▽企画政策課協議 国道504号さつま町・出水市間改良整備促進議員期成会総会【出水市】
14日(金)	阿久根市制施行70周年記念式典【阿久根市】 北薩空港幹線道路整備促進期成会地方大会 ▽まちづくり座談会(時吉地区) 大小路地区引堤事業及びかわまちづくり整備事業完成式典【薩摩川内市】
15日(土)	企画政策課協議 ▽土木事業連絡会【薩摩川内市】
17日(月)	県畜産協会理事會【鹿児島市】 ▽県庁経営技術課ほか訪問【鹿児島市】
18日(火)	まちづくり座談会(虎居地区)
19日(水)	課長連絡会 ▽現地調査 ▽来客対応(鹿児島地方協力本部長) 県環境保全協会祁答院支部要望書受領 ▽政策推進会議
20日(木)	意見交換会(株)Deai社長 社会教育課協議 ▽(株)日特スパークテックWKSさつま工場めつき棟安全祈願祭 来客対応(株)食品安全推進センター ▽宮崎県綾町議会表敬訪問 企画政策課協議 ▽県ウエイトリフティング協会表敬訪問 まちづくり座談会(宮之城屋地地区)
21日(金)	薩摩中央高校魅力化コーディネーター活動報告 SDGs・カーボンニュートラル推進宣言式典 ▽町民環境課協議 来客対応(川内原子力総合事務所長)
24日(月)	防衛省要望【東京都】
25日(火)	国土交通省要望【東京都】
26日(水)	企画政策課、農政課各課協議 ▽入札 ▽北さつま農協との意見交換会
27日(木)	町村会定期総会【龍郷町】
28日(金)	総務課協議 ▽まちづくり座談会(二渡地区)
30日(日)	秋の火災予防運動訓練式 ▽鶴田小学校運動会
31日(月)	企画政策課協議 ▽県国有林野等所在市町村長有志協議会【鹿児島市】 県庁人事課訪問【鹿児島市】



25日 国土交通省要望



20日 県ウエイトリフティング協会表敬訪問



25日 国土交通省要望



20日 県ウエイトリフティング協会表敬訪問

SDGsと脱炭素の推進を宣言

10月21日、役場本庁でSDGs・カーボンニュートラル推進宣言式を行いました。県や株式会社鹿児島銀行、九州電力株式会社鹿児島支店など脱炭素に協力する団体も出席し、SDGs標語コンテストの表彰式や懸垂幕掲揚などを実施。SDGsとカーボンニュートラルの宣言を、コンテスト最優秀賞受賞者の鶴田小学校2年の井上澄美さん、宮之城中学校2年の古町陸さん、薩摩中央高校1年の米盛凜さんが行いました。



(左から) 最優秀賞に選ばれた久土目真弓さん、米盛凜さん、古町陸さん、井上澄美さん

大賞に選ばれた坂下浩代さんの標語「どれにする 小さな取り組み 明るい未来」はSDGs推進のキャッチフレーズとして使用し、二つの宣言内容の実現に向けてまちぐるみで取り組んでいきます。宣言の全文は町ホームページでご覧いただけます。



お問い合わせ先

- ・SDGsに関すること
企画政策課 企画政策係(内線2224)
- ・カーボンニュートラルに関すること
町民環境課 環境係(内線2128)



宣言文を読む井上さん



古町さんと米盛さん



地域探訪



01 宗功寺公園

宮之城島津家2代目当主の島津忠長が、京都大徳寺の玉仲和尚の指導を受けて菩提寺である大徳山宗功寺を創建しました。京都妙心寺の末寺で、本尊は十一面観音だったと江戸時代の三国名勝図絵に記録があります。幕末から明治初期にかけての廃仏毀釈により宮之城島津家墓所以外の宗功寺に関する施設は壊されました。宮之城島津家墓所は、宮之城島津家2代忠長から14代久寶までの歴代当主とその家族の墓があります。令和2年3月、島津宗家、越前(重富)島津家、加治木島津家、垂水島津家、今和泉島津家とともに国指定史跡「鹿児島島津家墓所」に指定されました。



竹紙を使用しています
(竹パルプ 10%配合)

休日在宅医 / 当番薬局

※都合により変更になる場合があります。受診の際は事前に電話で確認してください。

12月					
稲津病院	☎52-3355	4日	やまだ薬局	☎52-4585	
薩摩郡医師会病院	☎53-0326	11日	青空薬局	☎52-0101	
相良医院	☎53-0160	18日	うさぎ薬局	☎52-4116	
さつまクリニック	☎57-0020	25日	いむた薬局	☎31-8228	
海江田医院	☎53-0006	30日	タバタ薬局	☎21-3344	
ますざき医院	☎52-4510	31日	ぎんざ薬局	☎53-0500	
1月					
薩摩郡医師会病院	☎53-0326	1日	青空薬局	☎52-0101	
クオラハビテーション病院	☎53-1177	2日	m y 薬局さつま	☎29-3100	
鬼丸整形外科	☎56-8811	3日	うさぎ薬局	☎52-4116	
薩摩郡医師会病院	☎53-0326	8日	青空薬局	☎52-0101	
小緑内科	☎52-1676	9日	かぐや姫薬局	☎29-3301	

人口のうごき

令和4年11月1日現在(前月比)
 人 □ 19,191人 (-33)
 男 8,995人 (-12)
 女 10,196人 (-21)
 世帯数 8,881世帯(-19)
 転入 37人 転出 36人
 出生 3人 死亡 37人

通学優先バス

一 臨時便の運行日 一
 12月：ありません
 1月：10日

※臨時便運行日は最終便運休
 (問) 企画政策課 地域振興係

Facebook



Instagram



LINE



YouTube

