

お慶びを

とにより、生活がより豊かに、より安心安全に繋がっていくものと期待を大きくしており

上げます。

策の一体化



肥後 正司

皆様方におかれましては、輝かしい新 新年あけましておめでとうございます。 お健やかにお迎えのこととお喜び

深いご理解と、温かいご支援、 また、日頃は、村政各般の運営にあたり 厚く感謝申し上げます。 ご協力を

に逸れたものの、各島では、避難所を開設・運営するなど万全の状態をとりました。幸い で630ミリを超える大雨を観測しました。9月に発生した超大型の台風14号では、 さて、昨年の動きを振り返ってみますと、 本村では6月に口之島で700ミリ、 中之島

す。航空路線につきましては、既にたくさんの方にご利用をしていただいております。 設や、新型コロナウイルスにより実施できていなかった村のイベントを開催できたことで どの災害においても人的被害がなく、安堵したところです。 そのような中、嬉しい話題もありました。村への新しいアクセス手段となる航空路の開

村づくりの実現」に向けて、全力で取り組んで行く考えであります。 ④地域づくり・人づくり・教育環境の充実 ⑤持続可能な行政運営 この「5本柱による **植極的に取り組んでいる結果、村政推進は概ね目指すべく方向に推進してきていると思っ** ております。

これからも村民の皆様に明確な方向性をしっかりと示し、

①人口対策・産業対 私は、村民や議会からのご提示やご支援の中、職員一人一人がそれぞれの役割において、 ②安心安全な暮らしやすい生活環境 ③子育て・医療・介護・福祉の充実

申し上げまして、新年のご挨拶といたします。 最後になりますが、今年が皆様方にとりまして希望に満ちた一年になりますようお祈り



を力強く生き抜いてこられた先人たちに深く敬意を表すると共に、生活の向上を求め、地 なっていましたが、そのような中、2月10日に十島村が日本復帰・村政施行してから70年 目の節目として、70周年記念式典を規模の縮小をしながらも執り行いました。困難な時代 が開始されています。十島村にとりまして、航空路という新たな交通手段が確保されるこ 議会活動に深い関心をお寄せいただき、心から感謝申し上げます。 域の発展と歩んでこられたことに心から感謝する次第です。 また、9月には諏訪之瀬島場外離着陸場避難ターミナルが開設され、鹿児島間との運航 あらためまして、謹んで新春のおよろこびを申し上げます。皆様方には、日頃から村政 令和5年の年頭に当たり、議会を代表いたしまして一言ご挨拶申し上げます。 一昨年からの新型コロナウイルス感染症の影響から、様々な行事を縮小もしくは中止と

の流れとともに、目標達成に向け、皆で村づくりが進められております。 が共に生きる「共生の心」を持ち、村の存続・発展に努めれば、必ずや活力に満ちた村が た「第6次十島村総合振興計画」を見据えながら、「新たな地方創生」を通じて、新しい人 村を取り巻く環境は、 村にとりましては、「第5次十島村総合振興計画」や「十島村総合戦略」に基づいた、ま 依然として厳しい情勢ではありますが、 村民の皆様・議会・行政

実現できると確信いたしております。「ひと」を大切にし、 ために、さらに議員一丸となって、 私たち議会も村の存続と発展の

年一年の村民の皆様のご活躍に期待し、 ご健康とご多幸を、心からお祈り申し上 新型コロナウイルスの収束を願い、 新年のご挨拶といたします。

されるよう努力してまいります。

いに議論し、行政に民意が反映・具体化

諏訪之瀬島中学校 上野 琴美(ウエノ コトミ)

社会人として、責任と行動力のある大人になっていきたいと思い ます。また、素敵な看護師になれるように常に努力していきたいで す。





諏訪之瀬島中学校 山中 雪嘉(ヤマナカ ユキカ) 大人としての自覚を持ち、責任ある行動をとれる人になりたいで **す。また、建築士として一人前になれるように勉強にも励みたいで**

悪石島中学校 有川 雅(アリカワ ミヤビ)

無事に成人を迎えることが出来て嬉しく思うと同時に、両親や家族、 先生方そして帰省をする度に声をかけ応援して下さる島民の方々といっ た多くの方々の支えによるものだと心から感謝しております。

地域に貢献できる看護師となっていつか悪石島に戻ってきます! 大人としてはまだまだ未熟ですが、これからも人との関わりを大切に し誰かにとって支えとなる大人になれるよう日々精進してまいります。



今後も皆様のご指導ご鞭撻の程お願い致します。



宝島中学校 中村 久光(ナカムラ ヒサミツ)

1月9日に私は成人を迎えることになりました。ここまで来れたのは、 両親・兄弟、島民の方々、関わってきた方たちのおかげだと思います。 本当にありがとうございます。

私は、児童福祉士を目指しており、専門学校を辞めた今でも勉強を しています。子どもたちや色んな人たちの力になるためにこの夢を叶 えたいです。

宝島中学校 松下 天哉(マツシタ タカヤ)

本日、成人の日を迎えることが出来ました。ここまで成長できたのは、 多くの人の支えがあってこそです。改めてお礼申し上げます。

私は、県内の建設コンサルタントに就職予定です。鹿児島県の全ての 方々が安全に暮らせるまちづくりに携わりたいと思います。

まだまだ未熟ですが、社会に貢献できるように努力してまいります。





宝島中学校 福島 しほな (フクシマ シホナ) これからも宝島で、島の皆さんと元気に楽しく頑張ります。

今和5年 十島村「二十歳の集い」を挙行しました!!

ない

かと思います

な時間を過ごせ

た

ので

る機会はそう多くは

ない

た

め

島を離れて

から一堂に会す

いに盛り

上が

á し

た









目で りとして、 なりますが の大人として て考えることのできる 動に責任を持ち、 『に責任を持ち、失敗を恐れこれからは自分の発言や行 ある成 ij 時には相手の立場に立 開き、 れるよう願って 力を存分に発揮 この日の 人式を一つの 大きく羽ばた 人生の大きな節 の自覚が必要に か >って未来 決意を胸 v 一人前 、ます。 区切 つ ()

出しました。 が出席し、 緒に大人 また、 名の対象者の内8名の 式にはご親族 共に育った仲間 の第一歩を踏 公も出席 と方

令和5年十島村 が挙行されまし 「二十歳の集

日

月)、

本庁に

て

04

鴨池中学校 土木交通課主事補 濵戸 皓暉(ハマド コウキ)

私の新成人の抱負は、今まで支えてくださった方々に感謝の気持 ちを忘れず、より一層責任感を持ち、仕事に励むことです。

今までお世話になった方々に、少しでも恩返し出来るよう仕事に 励み充実した生活を送りたいと思います。





中之島中学校 羽生 伊織(ハブ イオリ)

無事「二十歳の集い」に参加できたことを嬉しく思います。 現在私は、福岡の大学に通い、将来に向けた勉強を頑張っていま す。大人としては未熟な部分が多いかと思いますが、様々な方々 との関わりを大切にし、これから頑張っていきたいです。

秋田 隆成(諏訪之瀬島)

僕の夢は、任天堂でポケモンのゲームを作る人になることです。そのために、僕は、勉強や運動、生活面も今よりも、もっと頑張りたいです。僕は、今年6年生なので3つの目標を立てました。

- 1. まじめに勉強をする
- 2. 適度に運動をする
- 3. 規則正しい生活をする
- この目標を達成できるように、日々の努力を 頑張りたいです。

山口 英知(諏訪之瀬島)

僕の今年の抱負は、勉強面では良い点数をとり続けることと、生活面では早寝早起きを継続していくということです。

勉強面では、各テストで最低でも80点以上とることです。そのために、日頃からその日の授業で受けた内容をまとめるという勉強をしていきたいです。生活面では、6時40分までに起床して22時までに寝て十分な睡眠を取ることを継続し、習慣にしていきたいです。早寝早起きをすると、日頃の疲れが取れて、学校の登校時間に間に合うからです。今年僕は、この二つの抱負を達成するために頑張ります。

新富 優加(悪石島)

昨年は「仕事、1人暮らし、島暮らし」初めてのことでワクワクした1年でした。夏に島民の方にいただいた1玉のスイカを独り占めできたことは何よりも興奮した出来事でした。今年もワクワクするような経験をたくさんして心を豊かにしていきたいです。とても心身を労り、健康な生活を心がけたいと思います。



友野 旭 (諏訪之瀬島)

6年間、元気に過ごせた事も、まわりの方の 支えがあったからここまでこれたと思います。 中学生では勉強をしっかり頑張りたいです。

弓場 祥一(諏訪之瀬島)

今年は、年男。そして、還暦を迎える。人生 の節目を迎えるに当たって、次のことを抱負と したい。

1. 健康第一に過ごす

やはり健康でなければ、充実した生活を送る ことはできない。そのために、特に、歩く若し くは走ることを心がけた生活を送ることに留意 したい。

2. 什事を楽しむ

現在、諏訪之瀬島小中学校に勤務している。 仕事を楽しむことが充実感に繋がる。子どもた ち、職員仲間と一緒に楽しく学校生活を送れる ように心がけたい。

3. 諏訪之瀬島での生活を楽しむ

縁あって、諏訪之瀬島に赴任させていただいた。現在、諏訪之瀬島の素晴らしい自然や人の温かさに囲まれた生活にとても充実感を感じている。来年は、もっともっとそれらの良さを感じることができるように、諏訪之瀬島での生活を楽しみたい。

小和瀬 椛(平島)

最後の小学校生活を思いっきり楽しむ。

小池 幸希 (悪石島)

二学期は、人に迷惑ばかりかけていました。 なので、今年は相手の立場に立って人のことを 考え、あまり迷惑をかけないようにしたいです。

年男!年女!今年の抱負!

2023年は卯(うさぎ)年、村内の年男・年女は 56 名。 十島村に住む 20 名の卯年生まれの皆さんの今年の抱負を紹介します。

野村 久輔(口之島)

現在、口之島小中学校に勤務しております。 2回目の離島勤務として島民の皆様に支えられ ながら口之島での生活を送っています。今年は、 年男として節目の年を口之島で迎えることにな りました。3年目になります。島民の皆さんと ともに精一杯頑張ります。よろしくお願いしま す。

羽田りか(中之島)

臨時的任用教員として中之島に赴任し、あっという間に年の瀬を迎えました。初めての社会人生活、初めての一人暮らし、初めての離島暮らしで、楽しく刺激的な日々を送っています。

2023 年はうさぎ年、私は年女になります。 うさぎは、天敵から逃げやすいように、敵の 近づく音をいち早く察知し、素早く走れるよ うに進化したそうです。まだまだ先輩方や地 域の方々にはご迷惑をおかけすると思います が、いち早くやるべきことを察知し、素早く 動けるように成長する1年にしたいです。

山木 厚子 (諏訪之瀬島)

50代で島に来て還暦、古希を向かえたことに感謝です。これからも山海留学生を育てながら健康で、楽しい人生を過ごしたいと思います。





尾崎 成就(口之島)

口之島小中学校で教頭として仕事をさせていただいています。赴任して3年目になり、島民の方々にはお世話になるばかりなので、今年はひとつでも島のためになることをできればと思います。

立石 華蓮(口之島)

最高学年になるので、リーダーシップをとれるように頑張りたいです。

西村 太希 (中之島)

新年明けましておめでとうございます。中之島中学校に赴任して早くも2年が過ぎようとしています。この島で多くの方々と出会い私の人生観は、大きく変わりました。とりわけ島民の方々の仕事に対する姿勢には感銘を受けました。島での仕事は、天候や物資高騰の影響を大きく受けます。苦しい状況下でも前向きに挑戦する姿を見て気が引き締まります。「できないこと」より「島だからこそできること」に目を向け、積極的に取り組むようになりました。また、島の方々は常に温かく学校を支えて下さり、感謝しています。今年1年、少しでも恩返しができるよう努めてまいりたいと思います。

大野 眞知江(中之島)

いつも笑顔で、いつも健康で暮らしたい。

0/

令和4年度 各島文化祭開催!!

爽やかな秋晴れの下、各島で文化祭が開催されました。

新型コロナウイルス感染症が猛威を振るう中、日頃の練習の成果を発揮し、一生懸命に頑張 る子供たちを筆頭に、島民が一丸となり、例年以上に盛大に盛り上がることができました。

「地域と学校が共につくる学校行事」は十島村のように狭いコミュニティには切っても切れな い関係にあります。今回の文化祭についても、子どもたちの未来の糧となったことでしょう。 子どもたちはもちろん、指導に当たる先生方、準備や交通整理に協力してくださった保護者 の方々、みんなが頑張った文化祭でした。



▲とても盛り上がりました

▲小さい子たちも頑張りました



【開催日】

【開催日】

諏訪之瀬

【開催日】

令和4年10月29日

 \pm

令和4年

令和4年11月

 \pm



▲みんなでダンス



▲素晴らしい演奏



▲最高の文化祭

岩下 捷人(小宝島)

いつか 1mのハタを釣る。

東 佑弦(小宝島)

去年は、視力が下がりすぎていたので、視力 回復に向けて、ゲームの時間を守ることと、運 動不足にならないように、毎日運動していきた いなと思います。

川崎(東耶(宝島)

私の一年の抱負は「不撓不屈」です。

初めて挑戦することや困難さ、辛さを感じる ことがあっても、この抱負を胸に前進し、乗り 越えていきたいと思ったからです。そして、自 分自身が成長できる一年にしたいと思います。

戸崎 碧來(宝島)

今年の目標は、漢字検定6級に挑戦する事と、 バドミントンが上手になることです。

ち、時の流れのはやさを感じます。

あけましておめでとうございます。

藤森 敬貴 (悪石島)

今年は卯年ということで、様々な面で「飛躍」 する1年にしたいと考えております。

十島・悪石での生活を始めて早くも9か月経

教員としての経験、奉仕活動、趣味の料理や イラスト制作、トレーニングなども充実させて、 自分自身をもう一段も二段も成長させて、人と して大きく飛躍したいと思うところです。

ただ、来年からの勤務地が地元・北海道にな りましたので、一番飛躍するのは「飛行機での 移動距離」かも知れません...。十島での残り 3か月も全力で過ごして参ります。

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

碧彩 (宝島) 戸崎

今年の目標は、スティールパンで難しい曲を 上手に弾けるようになることです。

小宝島 町 まちだ

看護師



ります。どうか、よろし やって参りました。 ように頑張ります。 たせる役割を発揮できる に挑戦したいと思ってお 広島市はファイターズの 小宝島の看護師として お願い致します 北海道の北広島市から 島民の方々に私が果 看護師の集大成とし ムができるところで

↑ before



after↓

港の壁画を、 しょうか 皆さん見に訪れて

行ってくださいました。 在デザイナー 方は、元々口之島出身の方で現 している方と、 ぜひきれいになった西之浜漁 のようなお仕事を その友人の方が

ろに再度、 上がりました。 ところや、 海水などの影響で汚れていた 色を付けきれいに仕 色の剥げているとこ

壁画の修繕をしていただい

ある、 口之島のふるさと作りの一環 壁画の修繕作業を行いま 口之島の西之浜漁港に

新規採用職員を

壁画を修繕しました

紹介します

09

悪石島

【開催日】

令和4年10月29日(土)

【開催日】

令和4年11月5日(土)





▲素晴らしい演技で会場が笑顔に

▲キレイな歌声が会場に響く

▲練習の成果を今発揮

【開催日】

宝島

令和4年10月30日(日)



令和4年11月6日

日)

【開催日】



▲会場に響き渡るスティールパンの音色



▲迫真の演技で会場大盛り上がり

▲会場に鳴り響く太鼓









▲可愛い演技で会場もホッコリ



か?この際に、ぜひ点検を行いましょう で自宅に設置している火災報知器は正常に作動します

ご自宅の火災報知器大丈夫ですか?

①作動点検時に警報がならない場合

→電池切れ又は故障している場合が考えられます

②火災でないのに警報が鳴る場合

池切れの注意音です。電池を新しいものに交換して下さい。 その他に警報が鳴る原因として、 (機器ごと交換する場合は、新しい物に交換して下さい) ≯「ピッピッ」 と短い音が一定の間隔で鳴る場合は、電 タバコの煙、調理時の煙:

は停止します。 ほこりが考えられます。これらの原因がなくなれば、警報

用益を活用し、

救急自動車を毎年寄贈して

おり、救急救命士制度が発足した1991

としまと

↑寄贈時の写真

毎年消防自動車や小型動力ポンプ等の消防

資機材を寄贈しております。また、

1 9 7

ー年度からは自動車損害賠償責任保険の運

を除く全市町村に、

1982年より離島に

1952年より離島

災事業の一環として、

贈していただきました。

「一般社団法人 日本損害保険協会」は防

本損害保険協会」より、

軽消防自動車を寄

令和4年12月23日に「一般社団法人

軽消防自動車を寄贈していただきました!

などで覆う、または警報機を取り外すなど、鳴らないよう にしてから使用して下さい。 →警報機自体に煙が入らないよう、 しっかりビニール袋 ③煙の出る殺虫剤(くん煙式殺虫剤)

を使用する場合

するか、取り付けてある火災報知器のメーカーにお問い合 わせください。 どうしても原因が分からない場合は、 取扱説明書を確認

【交換時期】

台数は3,

503台、

救急自動車の累計寄

軽消防自動車を含む消防資機材の累計寄贈

台を寄贈しております。今回の寄贈により

おります。

今回は、

消防車・救急車どちらも含め19

年度からは、

高規格救急自動車を寄贈して

贈台数は1,

685台となり、

あわせて5

88台がこれまで全国各地に寄贈されて

おります。



を寄贈していただいております。 これまで十島村には、10台の消防資機材 今回寄贈していただいた、 軽消防自動車

↑島内での活用写真

勧めします。

交換時期を確認し、

住宅用火災報知器は、

最大10年を目安に本体の交換をお

は中之島で活用をします。

十島村消防団出初式を開催しました

消防団員を募集しています!

12

十島村消防団では、「自らの地域は自ら守

地域の防火・防災啓発な

各分団で執り行われまし 十島村消防団出初式が

図るため、 団員の防災意識の高揚を 団」が発足して以来、各 ています。 事として、 昭和47年「十島村消防 毎年、 新春の恒例行 実施し

源とする小規模な群発地 幸いにして大規模な災害 ております。 震、諏訪之瀬島は依然と して活発な火山活動をし 本村において、昨年は トカラ列島近海を震 発生しませんでした

進していきます。 災対策の強化、充実を推 ため、これまで以上に防 心安全な生活を確立する 今後も住民の皆様の安

> 消防力向上を図り、 努めてまいります な生活に寄与するよう 民の皆様の安心 · 安全 住



















2023年慰霊の サイレン放送について

ます。 への追悼を行うため、 本年より、災害等により亡くなられた方々 サイレン放送を行い

↓対象となるもの

等及び噴火に関する特別警報の緊急速報

ル」の配信を開始しました。

関する特別警報の緊急速報メール」の配信

このたび、

気象庁が「気象等及び噴火に

を終了することを受け、十島村から「気象

緊急速報メール配信について

3 月 11 日 東日本大震災 14 時 46 分

8月6日 広島県原爆投下 8 時 15 分

8月9日 長崎県原爆投下 11 時 05 分

さんの方が亡くなられました。 対象となるこの4つの戦争、 8 月 15 日 終戦記念日 12時00分 災害ではたく 心より追悼

信を行うこととしたものです。

を行いましょう。

十島村からの配信は、

1月より開始をし

行う必要があるため、十島村が引き続き配

活動を続けている中、特別警報級が発令さ

諏訪之瀬島御岳が現在も活発な火山

の配信が終了となりましたが、十島村にお

令和4年12月26日14時より、

気象庁から

れた際に、

住民の方々へ迅速なお知らせを

ます。その後、右記の時間より1分間のサ 時間程前に防災無線より、案内放送を行い イレン放送を行う予定です。 放送内容としては、右記の時間より約1

が大きいなどのお問い合わせがありました 節を行えておりません。放送を聞き、音量 で連絡下さい。 ら、十島村役場 今回より実施をするため、音量などの調 総務課 危機管理室まで

届きます。

特別警報発表後、

直ちに緊急速報メールが

これにより、住民の皆様には引き続き、

ど多岐にわたり活動を行っています。地域 出動だけでなく、 る」という精神に基づき、あらゆる災害に のために活動・貢献したいという方の入団 口之島

をお待ちしております! ~募集団員~

中之島 諏訪之瀬島 女性1名 男性1名 女性1名

平島 女性1名

悪石島 小宝島 男性1名 欠員なし

宝島 男性4名• 女性1名

〉募集資格~

~年額報酬~ 十島村に住む18歳以上70歳未満の方

①団員年額 4 0, 000円~

②出動手当 2, 000円~

※2時間以上

※出動内容によって変わります

作品受賞のお知らせ

未来に残そう青い海・海上保安庁図画コンクー 宝島小学校2年の本名福竹君が受賞されたので紹 の表彰式が行われました。当コンクールにおいて、 令和4年12月17日 (土) に行われた、「第23回

【コンクール】

第23回未来に残そう青い海・

公益財団法人海上保安協会鹿児島支部長賞 小学生の部 2 年 海上保安庁図画コンクー 本 名 福竹君 (宝島)

保安部のホ 本名君及びその他受賞者の作品は第十管区海上 ジより閲覧できます。



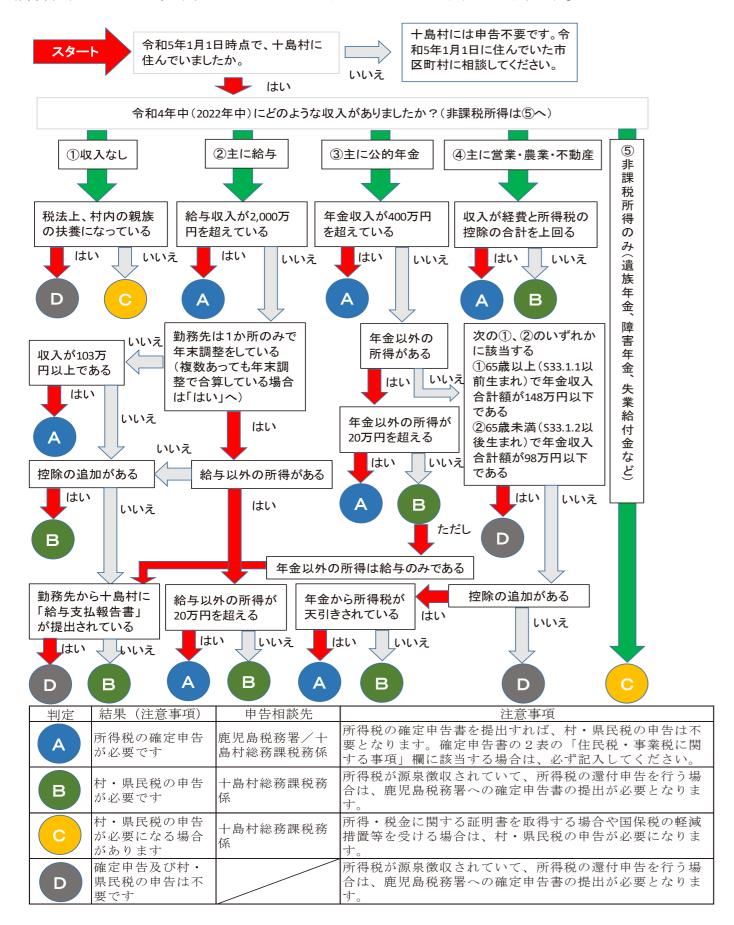
受賞時の本名君



安部HP(作品ページ)

所得税の確定申告・村民税の申告について(令和5年度分)

2022年中(去年の2022年1月1日から12月31日まで)の収入・所得、 所得控除について、下記のAからCに当てはまる方は申告が必要です。



お問い合わせ先 総務課 税務係

宝くじの助成金で整備しました!!

令和4年度は口之島、悪石島にてコミュニティ助成事業を活用しました。以下はその報告です。

口之島、悪石島にて防災用のヘルメット及びライトを整備しました。この設備を活用した住民 | 人 | 人の防災意識がこれまで以上に敏感になり、消防団の意識向上に加え、防災訓練に併せた避難時 の着用や、夜間時の災害時の安全確保の面で期待するところです。今後も各島では避難訓練等の 防災意識の向上に向けた活動を実施予定であり、整備により防災活動の安全強化、地域の自主防 災意識の向上に繋がるきっかけとなりました。



↑悪石島

↓悪石島





コミュニティ助成事業とは?

宝くじ助成金 (通称:コミュニティ助成事業)とは、「一般財団法人 自治総合センター」が 実施している宝くじの社会貢献広報事業です。宝くじの受託事業収入を財源として、コミュニティ 活動に必要な備品や集会施設の設備、安全な地域づくりと共生のまちづくり、地域文化への支 援や地域の国際化の推進及び活力ある地域づくり等に対して助成を行い、地域のコミュニティ 活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するため の制度です。

要件を満たし助成の許可が下りれば、活動に直接必要な設備や備品などにかかる経費に対し て 100 万円から 250 万円までの助成が受けられます。

申請を希望する場合は、十島村を通じて「一般財団法人 自治総合センター」に申請する必 要があります。

例年、秋頃に翌年度の事業申請を行いますので、事業を希望する場合は役場までお問い合わ せください。(※翌年5年度分の事業の募集は終了しました。)

詳しく知りたい方は、下記までお問い合わせください。

十島村役場 総務課 デジタル推進室 TEL:099-222-2101 (代表)

人間ドック・脳ドック施設利用助成にかかるお知らせ

とを目的としています。 と健全で安心安全な村づくりの推進を図るこ 一部助成により、 当事業は人間ドック・脳ドックの受診料の 住民の健康保持と健康増進に寄与し、もっ 被保険者の意識向上ととも

保険者で、 を完納している世帯の方を対象にします。 国民健康保険被保険者・後期高齢者医療被 国保税・後期保険料の他、 村税等

助成額

(上限30, 日ドック受診費用の半額を村が負担 000円)

2日ドッ ク受診費用の70%を村が負担

(上限50, 000円)

利用方法

①住民課に利用申請書を提出

(下記対象施設名を記入してください。)

②役場から利用券を受け取る

③本人による病院との日程調節、 予約を行う

> ④病院で人間ドック・脳ドックを受診し支払 い窓口にて助成額を差し引いた金額を支払う (予約は利用券発行後にお願いいたします。)

施設名	住所
公益団体法人	鹿児島市下伊敷三丁目
鹿児島県民総合保険センター	1番7号
公益社団法人慈愛会	鹿児島県鹿児島市
いづろ今村病院	堀江町 17番1号
公益社団法人鹿児島共済会南風病院	鹿児島県鹿児島市 長田町 14-3
奄美医療生活協同組合	奄美市名瀬
奄美中央病院	長浜町 16-5

住所

鹿児島市東千石町

4-13

【がんド Ź

) JA
デレジ	施設名	住所
ジソフ	医療法人慈風会 厚地脳神経外科病院	鹿児島市東千石町 4-13
	公益財団法人昭和会 いまきいれ総合病院	鹿児島県鹿児島市 下竜尾町 2-6
	公益財団法人 鹿児島共済会 南風病院	鹿児島県鹿児島市 長田町 14-3

他政石	1土ガー
公益団体法人 鹿児島県民総合保険センター	鹿児島市下伊敷三丁目 1番7号
公益社団法人慈愛会 いづろ今村病院	鹿児島県鹿児島市 堀江町 17番1号
公益社団法人鹿児島共済会南風病院	鹿児島県鹿児島市 長田町 14-3
奄美医療生活協同組合 奄美中央病院	奄美市名瀬 長浜町 16-5

施設名 医療法人慈風会 厚地脳神経外科病院

簡易待合所を贈呈していただきました!

り簡易待合所が贈呈されました。 令和4年11月15日(火)に公益財団法人九州運輸振興センターよ

提供されています。 成を受けて、 九州運輸振興センターは30年以上にわたり、 離島航路向けに簡易待合所や冷凍・冷蔵コンテナを制作 日本財団の支援と助

ます。 ます。 これまでも本村は簡易待合所や冷凍コンテナ等の提供を受けており これは離島住民の生活水準の向上の支援等を目的としたもので、 今回贈呈された簡易待合所は諏訪之瀬島の港に設置しており

送付しますので、

お気軽にお問合せ下さい。

ただいま、

2023年4月入学生を募集しています。

詳しい資料を

○募集学生の種類

幅広い世代の方が学んでいます。

働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、

放送大学は、テレビ・インター

-ネットで授業を行う通信制の大学です。

放送大学鹿児島学習センターから、学生募集のお知らせです。

放送大学入学生募集!

の名前が表示してあります。 蔵コンテナには、日本財団のマ なお、 日本財団の支援を受けて作成された簡易待合所や冷凍・冷 クや、 (公益) 九州運輸振興センタ

フェリーとしま



○資料請求 (無料)·

お問合せ先

〇出願期間

修士選科生

(1年間在学し、

修士科目生

(6ヶ月在学し、

希望する科目を履修)

希望する科目を履修

大学院~

全科履修生

(4年以上在学し、

卒業を目指す)

選科履修生

(1年間在学し、

希望する科目を履修)

科目履修生

(6ヶ月在学し、

希望する科目を履修)

教養学部~

2022年11月26日~2023年3月14日

(インターネット出願も受け付けております)

日本 THE NIPPON 配同 FOUNDATION

放送大学鹿児島学習センター

3099

(239) 381

放送大学ホー

ムペ

ージ

https://www.ouj.ac.jp

FAX: 09

9 (239)

Supported by

(公財) 九州運輸振興センター

↓贈呈時の写真

17

【脳ドック】

十島村子育で世代包括支援センターからのお知らせ

奸娠前の健康管理 (プレコンセプションケア)

「プレコンセプションケア」とは、成育医療等基本方針では「女性やカップルを対象に、将来の妊娠のための 健康管理を促す取り組み」と定義しています。男女ともに妊娠を含めた健康に関する正しい知識を身につけ、自 身の健康管理を行うことを目指しています。

私たちの健康は、毎日の生活習慣によって大きく影響を受けることがわかっています。例えば、過剰なアルコ 一ル摂取は、肝臓や循環器系の病気のリスクを高めます。不健康な生活習慣は、病気だけでなく将来の妊娠や出 産にも大きく影響します。生活習慣は、幼少期からの日々の生活から作り上げられていきます。健康な身体づく りのためには、幼少期、思春期から健康的な生活習慣を身に着けることが重要です。

今、目の前の仕事や学業にばかり目が行きがちで、自分の身体を後回しにしていませんか。自分の身体を大切 にできるのは自分自身です。いきなり全部の生活習慣を変えるのは難しいと思いますが、ひとつずつ変えて行き ましょう。

妊娠前から気をつけたい健康管理

(1) 体重

適正な体重は、BMI(体重kg÷身長m÷身長m)で18.5以上25未満と言われています。 女性のやせは、月経異常や骨量の減少を引き起こし、肥満は、男性で精子の増精機能障害、女性では卵 巣の機能抑制の原因になります。また、妊娠期において、やせでは、栄養不良により早産、低出生体重 児のリスクを高め、肥満は妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病のリスクを高めます。

② 栄養

1日3食が基本で、できるだけバランスよく主食・主菜・副菜を取りましょう。 鉄・葉酸・ビタミンDは、妊娠・出産に関与する栄養素です。

何をどのくらい食べればいいのか「食事バランスガイド」(厚労省)を参照しましょう。

③ 嗜好

喫煙は、肺がんや脳卒中、心筋梗塞、生活習慣病等億の病気にも影響を与えます。 妊娠中の喫煙は、早産や低出生体重児などのリスクが高くなり、周囲の人も含めて禁煙が必要です。 奸娠している女性の飲酒は、流産、早産、胎児性アルコール症候群などの危険性が高まります。全妊娠 期間を通して飲酒は控えましょう。また、アルコールは母乳にも移行します。

4 感染症予防と予防接種

クラミジア感染症は、卵管の閉塞・癒着することがあり不妊の原因になったり、HIV や梅毒は胎盤を通 して胎児に感染し、また、妊娠中の風疹の感染は先天性風疹症候群を引き起こします。

妊娠前から、性感染症の予防や風疹のワクチン接種することで、感染を未然に防ぐことが大切です。

⑤ 子宮頸がん検診

子宮頸がんは、若い人でもかかりやすい病気です。 20歳を超えたら、2年に1回は健診を受けましょう。

⑥ メンタルヘルス

現代はストレス社会でありメンタルヘルスの問題を抱える男女の多い中、妊娠・出産等の環境の変化は 心のバランスに支障をきたすことがあります。

心配や不安、悲しみの感情やストレスが消えずに日常生活に支障をきたすようであれば、受診の一つの 目安になりますので、近隣の心療内科や精神科への受診を検討しましょう。

子育で支援拠点施設 各園の活動 / 🏝















いまきらぬ 港の壁画作家 ロコさん 絵本ありがとう!





ほしのこ 文化祭『三太郎物語』」元気に楽しく演じることができました





↑ 悪石鳥 のびっこ園 学習発表会『ミッキーマウスマーチ』

19

村営定期船 フェリーとしま2

令和5年2月運行予定



鹿児島 _ 十島村 _ 名瀬

十島村 土木父連課 航路対策至 TEL: 099-222-2101 フェリーとしま 2

TEL: 090-3022-4523



日	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
曜	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
予	λ				入			入				λ			入		入		入			λ				入		
定			出			出				出			出		出		出			出				出			出	
便			名			名				名瀬便			名		名		名瀬便			名瀬便				名			名瀬便	
			名瀬便			名瀬便				便			名瀬便		名瀬便		便			便				名瀬便			僾	
区															(臨時便)													
分															便													

●令和 4 年 1 2 月 20)日付け 異動							
新職名		職員名	旧職名					
兼水道係		蔵町 拓郎	土木交通課地域整備室長 土木係					
住民課主事 村民室村民係兼保険(<u> </u>	片平 翔太	出納室主事 出納係 兼議会事務局出向					
出納室主事 出納係 兼議会事務局出向		森永 淳平	教育委員会出向					
教育委員会出向		安栖 奈江	土木交通課主事 地域整備室水道係					
●令和4年 2月3	日付け 退職	•						
職員名	職名							
日高 尚子	住民課主幹 村民室村	 民係兼保険係						

広報としまへの広告掲載募!

●広告の規格・掲載料(すべて消費税別)

縦 13.0cm×横 8.5cm 月額 10,000円

縦 13.0cm×横 17.0cm 月額 15,000円

A4サイズ1頁 月額30,000円

●広告掲載の申し込み

広報誌広告掲載申込書(第1号様式)に広告案 を添えて総務課にご提出ください。

編集/発行:十島村役場 総務課 広報広聴係



〒892-0822 鹿児島市泉町 14-15

TEL:099-222-2101

よろしければ皆さんのご意見・ご感想をお聞かせください。

十島村の人口・世帯数 令和5年1月1日現在

島		名	男性	女性	人口	世帯
П	之	島	52	51	103	67
中	之	島	80	59	139	86
諏訪	方之沫	順島	45	34	79	38
平		島	45	32	77	45
悪	石	島	44	36	80	39
小	宝	島	32	24	56	33
宝		島	57	66	123	69
合		計	355	302	657	377