地域おこし協力隊
活動レポート

協力隊が行く！

今月の担当は 赤池 隊員です！

こんにちは！地域おこし協力隊の赤池です！

５月に早くも梅雨入りし、外で体を動かす機会が減る時期だと思います。そんなときこそ室内でできるニュースポーツを始めてみるチャンスです！

▲フライングディスクにチャレンジする赤池隊員

ニュースポーツ体験

５月の中旬、スポーツ推進委員の研修会に参加させてもらい、鹿児島市でニュースポーツの体験をしました。フライングディスク、ピックルボール、フロアカーリングの３種目をそれぞれ体験し、ルールや道具の扱い方、ゲームの楽しみ方を学びました。私はどの種目も初めてだったのでワクワクしながら挑みましたが、やはりうまくはいかないものですね…。フライングディスクではゴールと呼ばれる大きな輪の中にディスクを通した回数を競う種目があるのですが、一向にゴールの中にディスクを放ることができず、ピックルボールではラリーの練習の際、相手をしてくれた指導者の先生を延々と右に左に走らせるという乱れぶりでした（やっぱり道具を使う競技は難しいです…）。ですが、どの種目もルールが複雑でなく、ゲームの展開が早かったり、だれが見ても結果がわかりやすいので初めてでも親しみやすく、とても楽しめました。そして何より盛り上がります！ニュースポーツの良さを身をもって実感できたので、枕崎市でもいろいろなニュースポーツが体験できる機会をつくっていきたいと思います！

鹿児島県障害者スポーツ大会

５月18日に鴨池補助競技場で行われた鹿児島県障害者スポーツ大会のフライングディスク競技にボランティアとして参加しました。先述した研修会でフライングディスクを体験したばかりだったので、実際に競技風景を見ることができて良かったです。この大会は10月に滋賀県で開催される全国障害者スポーツ大会の選考を兼ねており、県内各地から１００名以上の選手が集まりました。聴覚障害や知的障害、身体障害など選手の障害はさまざまですが、フライングディスクは全国大会の正式競技の中で唯一、障害区分をしていない競技になります。そのため主に世代ごとで競うのですが、下は中学生から上は高齢者まで選手の年齢も幅広く、本当に誰でも始めやすい競技だと思いました。また、競技中の選手たちは競い合ってはいるものの、他の選手がいいスローをすればみんなで褒め合い、うまくいかなければ励まし合うという、スポーツマンシップあふれる場面を何度も目にして、あの輪の中でスポーツをするのは楽しいだろうなと率直に思いました。もっと多くの人に興味をもってもらうために、今後も障害者スポーツに携わりながら競技のことや魅力をお伝えしていければと思います。

市長コラム vol.74

走ることについて語るときに僕の語ること（私の場合）

タイトルは作家・村上春樹さんのエッセーのタイトルです。

４月29日、昭和の日に開催された「大野岳マラソン」をはじめて走りました。南九州市頴娃にある大野岳の頂上まで往復18キロを走るマラソン大会に参加して、走る楽しさを再確認することができました。この大会に出場するきっかけは、毎年２月に開催される県下一周駅伝の川辺チームの解団式で、南九州市の職員の方が「大野岳マラソン」の開催の案内と参加を呼びかけておられて、その場の雰囲気でついつい「出場します！」と皆さんの前で宣言したことでした。市長になってからも、コロナ禍前に２度「いぶすき菜の花マラソン」を走っていましたが、２０２０年以来、約５年ぶりのマラソン大会出場に期待と不安がありました。普段からウォーキングやランニングは続けてはいましたが、以前に比べるとその量はだいぶ減少していましたので、どちらかというと不安の方が大きかった気がします。過去に出場したマラソンでは、大会へ向けてかなり走り込みをして準備をしていましたが、年齢も60歳を過ぎて、これまでのようなハードなトレーニングはせずにレースの日まで、できるだけ疲労を残さない、その日がピークになるように、枕崎弁で言うところの「そろ～いと」準備をしてレース当日を迎えました。大会は80歳代の選手を含む１０００人余りの方が出場して行われましたが、好天にも恵まれて、気持ちよく、苦しんで、楽しんで、完走することができました。タイムも２時間半以内で帰って来られたらいいな、と思っていましたが、ぎりぎり２時間を切るタイムで走ることができました。マラソンは、走り終えた後のなんとも言えない満足感が、また走ろうという気持ちにさせてくれます。

本市でも１月には「かつおランニングＤＡＹ」が開催されます。よかったら、走ってみませんか。

熱中症予防のため、「涼み処」を設置します

「涼み処」は
のぼりが目印です

「熱中症警戒アラート（熱中症警戒情報）」
「熱中症特別警戒アラート（熱中症特別警戒情報）」
をご存じですか？

「熱中症警戒アラート（熱中症警戒情報）」とは

府県予報区等内において、いずれかの暑さ指数情報提供地点における、翌日・当日の日最高暑さ指数（WBGT）が33（予測値）に達する場合に発表されます。

「熱中症特別警戒アラート（熱中症特別警戒情報）」とは

都道府県内において、全ての暑さ指数情報提供地点における、翌日の日最高暑さ指数（WBGT）が35（予測値）に達する場合等に発表されます。

「涼み処」（すずみどころ）について

「涼み処」とは…

暑さをしのぎ涼しく快適に一時休憩できるスペースで、期間中、通常の開館日に無償で開放する場所のことです。

熱中症警戒情報が多く発生する７月１日から９月30日までの期間、一時的に暑さをしのぐための場所として、右表の施設を「涼み処」として開設します。

指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）の指定について

「涼み処」のうち、老人福祉センターおよび市民会館は指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）に指定しています。

熱中症特別警戒アラートが発表された際にはクーリングシェルターとして開放します。

■市内「涼み処」設置一覧

施設名	住所
老人福祉センター	日之出町231番地
市民会館	千代田町114番地
松之尾センター	汐見町260番地
立神センター	大塚南町129番地
別府センター	別府東町574番地
金山センター	田布川町463番地
妙見センター	寿町186番地
枕崎市立図書館	住吉町131番地
枕崎お魚センター	松之尾町33番地１

※利用時間は各施設の開館時間となります。
※当日の使用状況により利用できない場合があります。

「涼み処」を提供いただける事業所を募集します！

市では、熱中症対策のために「涼み処」を提供いただける事業所を募集しています。ご協力いただける事業所は、市のホームページ等で周知します。

※提供に係る必要要件等の詳細は、右の２次元コードより市のホームページをご確認ください。

■問合せ　健康・こども課健康増進係　TEL72-7176

スポーツ・文化イベント情報

南溟館
開 9:00 ～ 17:00
※入館は16：30まで
休 毎週月曜日
※月曜日が祝祭日の場合は翌日
問 スポーツ・文化振興課
TEL72-9998

第４回枕崎国際芸術賞展

平成28年度から３年に１回開催している現代アートの国際コンクール「枕崎国際芸術賞展」の第４回展を開催します。

国内外から寄せられた多様性あふれる平面および立体作品を展示します。

●**会期**　７月21日（月・祝）～９月15日（月・祝）
※会期中無休

詳細は、枕崎国際芸術賞展の特設ホームページで随時お知らせしていきます。

南溟館臨時休館のお知らせ

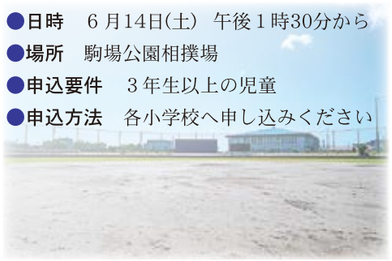
今夏開催される第４回枕崎国際芸術賞展の開催準備のため、休館しています。

●**休館期間**　７月20日（日）まで

第33回黒潮すもう大会を開催

個人戦のほか、小学校の代表者による団体戦も開催されます。市内の小学生の皆さんの参加および市民の皆さんの応援をよろしくお願いします。

●**日時**　６月14日（土）　午後１時30分から
●**場所**　駒場公園相撲場
●**申込要件**　３年生以上の児童
●**申込方法**　各小学校へ申し込みください



道路で動物の死骸を見かけたら市役所までご連絡ください　TEL76-1097