

日置市女性センター銀天街 だより 第54号

日置市女性センター銀天街（南日本銀行銀天街出張所）TEL/FAX 099-295-3411
 Mail joseiginten@po5.synapse.ne.jp H.P http://joseiginten.jimdo.com
 開館日時 日、水、金（祝日を除く）10:00~16:00（相談受付含む）保育士在館
 所管 日置市企画課

《1階》

- ★情報コーナー★
（地域・生活・仕事・子育て・社会）
- ★図書コーナー★
- ★プレイゾーン★



《2階》

- ★語り合いの場★
- ★学び合いの場★
- ★いきぬきの場★
- ★リラックスの場★

毎日暑い日が続きますね！

真夏の日差しがきらきらと照りつける中、新型コロナウイルス感染症予防の対策をしながら迎えている今年の夏。マスクの着用や三密を避けるなど、いつも以上に熱中症の予防にも気をつけたいですね。

「日置市女性センター銀天街」では、下記の取り組みを行いながら運営しています！

《日置市女性センター銀天街の取り組み》

- ① マスク着用 ② 入館時の手指消毒 ③ 非接触型体温計による検温
- ④ 換気の徹底 ⑤ 三密を避ける

※利用者の皆様には「利用者カード」を記入していただいています。

暑くて外出できない、ストレスも溜まりがち。

こんな時だからこそ、自分の身体や時間を大切にしてほしい。

講座に参加するもよし！読書に！息抜きに！リラックスに！

日置市女性センターに遊びにきませんか？♪(^ ^)♪



9月カレンダー (水・金・日開館)

回覧

		1	2 ①フラワーアレンジメント	3	4	5
6	7	8	9 おはなし会	10	11	12
13	14	15	16 ②リセットコンディショニング	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27 つくってあそぼう	28	29	30			

新型コロナウイルス感染症予防のため、変更する場合があります。ご利用の際は、マスク着用をお願いします。

★要予約 ★託児あり ★参加無料 (①は材料費必要)

① カuttingボードでフラワーアレンジメント
 9/2 (水) 10:10~11:40 材料費 500円
 Cuttingボードを使ってフラワーアレンジメントを作ってみませんか。
 準備するもの：はさみ、持ち帰り用の袋



② リセットコンディショニング
 9/16 (水) 10:10~11:40
 がんばらない運動で身体リセットしませんか？



- ◆ 予約は、開催日の10日前までに電話かメールで受け付けます。申込者多数の場合は抽選を行い、外れた方のみ1週間前までに連絡します。
- ◆ 託児を利用される方は、お子様の体調など教えていただくために、講座開始の10分前までに受付を終えてください。



申し込み不要です。赤ちゃんから大人まで一緒に参加できます。

- ☆おはなし会 9/9 (水) 10:30 ~ 11:30
- ☆つくってあそぼう 9/27 (日) 10:30 ~ 11:30



〇〇どなたでも気軽に話せます〇〇

- ☆男女共同参画専門員在館日 9/6 (日) 9/9 (水)
- ☆健康相談 (午前) ◎助産師 9/2 (水) ◎保健師 9/11 (金)
- ☆子育てなんでも相談 (チャイまる) (午後) 9/9 (水)



ひおきのバスを 利用してみませんか



団体旅行
慰安旅行
修学旅行 などなど

日置市の貸切バスが
お得

運賃割引 日置市の貸切バス事業者を利用した場合、運賃を割り引いた金額でご利用いただけます。

- 運賃の最大 **70%** を割引（上限額あり）
- 上限額

1日利用の場合

大型バス	50,000 円 × 実走台数
大型バス以外のバス	30,000 円 × 実走台数

連続する2日以上利用の場合

大型バス	80,000 円 × 実走台数
大型バス以外のバス	50,000 円 × 実走台数

事業実施期間

令和2年

令和2年

8月1日 ~ 12月31日

※2日以上利用される場合は、旅行日程の初日が12月31日以前であれば対象となります。

貸切バス事業者

南州交通株式会社

TEL 099-273-2904
<http://www.nansyu-bus.co.jp/>

有限会社竹田観光交通 TEL 099-296-2878

ひまわり交通株式会社

TEL 099-273-0123
<http://himawari-kotsu.com>

内田観光バス TEL 099-296-2300



【申込先】 直接バス事業者にお申し込みください。

【お問い合わせ先】 日置市役所商工観光課観光戦略係 099-248-9409

開館時間

《中央図書館》
午前9時から
午後7時

《ひよし図書館》
午前9時から
午後6時
(土・日・祝日は午後5時)

《東市来図書館》
午前9時から
午後6時
(土・日・祝日は午後5時)

《ふきあげ図書館》
午前9時から
午後6時
(土・日・祝日は午後5時)



おはなし会は、誰でも参加できます。
感染状況等に応じて変更する場合があります。ご了承ください。

中央図書館 9月 休館日

日	月	火	水	木	金	土
		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	29	30			

中央図書館 ☎ 273-6886

★おはなし会★

9月5日(土) 10:30～ だよとおはなし会
9月9日(水)・23日(水) 15:15～ むぎばたけおはなし会
9月26日(土) 10:30～ みつばち文庫のおはなし会

★ファミリーおはなし会★

9月12日(土) 10:30～

★ブックスタート★

9月25日(金) 6～8か月健診にて(中央公民館)

★図書館友の会★

9月29日(火) 9:30～11:30(伊集院地区公民館)

ひよし図書館 9月 休館日

日	月	火	水	木	金	土
		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	29	30			

ひよし図書館 ☎ 292-2001

★おはなし会★

9月12日(土) 14:30～ ひよしひまわりおはなし会

★成人読書会★

9月16日(水) 10:00～11:30

★ブックスタート★

9月11日(金) 6～8か月健診にて(日吉保健センター)

東市来図書館 9月 休館日

日	月	火	水	木	金	土
		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	29	30			

東市来図書館 ☎ 274-9610

★こけけおはなし会★

9月5日(土) 10:30～11:30

★ブックスタート★

9月23日(水) 6～8か月健診にて(東市来保健センター)

★蔵書点検休館★

9月25日(金)～10月2日(金) 蔵書点検のため休館します。
返本は、スロープ側玄関前の返却ポストをご利用ください。
市内の各図書館(中央・ひよし・ふきあげ)でも返本できます。

ふきあげ図書館 9月 休館日

日	月	火	水	木	金	土
		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	29	30			

ふきあげ図書館 ☎ 245-1711

★おはなし会★

9月5日(土) 10:30～11:00 赤ちゃんのおはなし会

9月12日(土) 14:00～14:30 職員

9月26日(土) 14:00～14:30 ぽけっとファンタジー

★ブックスタート★

9月11日(金) 6～8か月健診にて(日吉保健センター)

★認知症関連図書展示のご案内★

令和2年9月20日(日)から26日(土)の「認知症を理解し一緒に歩む県民週間」に合わせ、9月19日(土)から10月15日(木)まで認知症関連図書展示を行ないます。

どうぞ、ご利用ください。



一般書新着本 (一部記載)

*新着本については、各館にお問合せください。
また、日置市立図書館ホームページ
<http://www.hioki-library.jp/> をご覧ください。
4館どこからでも、取り寄せ、予約できます。

所蔵館 中:中央図書館 ひ:ひよし図書館 ふ:ふきあげ図書館 東:東市来図書館

書名	著者名	所蔵館
「あれ?なんだっけ」がなくなる!大人のさがし絵	森 惟明	東
今さら聞けない肥料の話きほんのき	農文協	ひ・東
絵本画家 赤羽末吉 スーホの草原にける虹	赤羽 茂乃	ふ
おいしく折ろう食育おりがみ 第2集	西田 良子	東
鴻上尚史のもっとほがらか人生相談 息苦しい「世間」を楽に生きる処方箋	鴻上 尚史	ひ
高たんぱく質レシピ151 筋力・ダイエットの効果UP、たんぱく質量15g以上のレシピがいっぱい!	主婦の友社	ひ
子どものうつがわかる本 早く気づいてしっかり治す 発達障害やいじめが原因になることも	下山 晴彦	ふ・東
戦国武将の兄弟姉妹たち	橋場 日月	中
できるテレワーク入門 在宅勤務の基本が身に付く本	法林 岳之	中・ひ・ふ・東
任侠シネマ	今野 敏	中・ふ・東
はじめての渋沢栄一 探究の道しるべ	渋沢研究会	ふ
ハツ江おばあちゃんのフライパン1つで100レシピ	高木 ハツ江	中・ひ・ふ
FACTFULNESS 10の思い込みを乗り越え、データを基に世界を正しく見る習慣	ハンス・ロスリング	中・ふ
毎日、無理なく、機嫌よく。 40代からの暮らしを楽しむ小さなヒント	香菜子	ひ
ワイルドサイドをほっつき歩け ハマータウンのおっさんたち	プレイティみかこ	中・ふ



児童書新着本 (一部記載)

書名	著者名	所蔵館
浅井三姉妹<茶々・初・江>	河合 敦	東
しゅっぱーつ	エムナマエ	東
知れば知るほどお相撲ことば こどもたちと楽しむ	『おすもうさん』編集部	中・ひ・ふ
10代のための資格・検定 可能性を広げる道しるべ	大泉書店編集部	ふ
摂食障害オバケの“ササヤキ” やせなくなったら要注意	雨こんこん	ひ
花のすきなおおかみ	葉 祥明	中・ひ
名探偵ポアロ 雲をつかむ死	アガサ・クリスティー	ひ
めげないいきもの事典 生きのこるって、超たいへん!	宮沢 輝夫	ふ
ゆうれい猫と魔術師の少年	廣嶋 玲子	中・東
料理はすごい! シェフが先生!小学生から使える、子どものためのはじめての料理本	柴田書店	東

一般書貸出ベスト (8月1日現在)

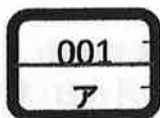
児童書貸出ベスト (8月1日現在)

書名	著者名	書名	著者名
1. 猫を棄てる	村上 春樹	1. たまごにいちゃんどげんちゃん	あきやま ただし
2. いかかなものか	群 ようこ	2. えんそくのおばけずかん	斉藤 洋
2. 希望の糸	東野 圭吾	2. ねずみくんはめいたんてい	上野 紀子
4. 流浪の月	凧良 ゆう	2. のりものおばけずかん	斉藤 洋
4. 輪舞曲(ロンド)	朝井 まかて		



図書館の本の並び方って、どうなっているの?

〇家に住所があるように、図書館の本もラベルの番号(請求記号)で、その本の場所が決められています。



分類記号:「日本十進分類法」(数字を使って本を分類する方法)によって仲間わけされた「本の内容」をあらわします。

図書記号:本著者の名前や、本のタイトルの頭文字などがついています。

ウイルスに負けない身体作り！運動教室参加者募集中！

※当施設ではコロナウイルス感染拡大予防の為、従業員のマスク着用、施設の定期的な換気と入場時に手指の消毒と検温を実施しております。ご協力よろしくお願い致します。

あなたはプール派？フロア派？

- ・膝や腰に負担なく全身運動したい！
- ・泳げるようになりたい！
- ・泳ぎが上手になりたい！
- ・陸上より効率よくトレーニングしたいな

そんなあなたは
プール派！

- ・ダンスでノリノリになりたい！
- ・リラックスしながらゆっくりと体を伸ばしたい
- ・がっつり筋トレがしたい
- ・水着はちょっと///

そんなあなたは
フロア派！



大人スイミング(火・金)

初心～上級までグループに分かれて練習するので、初めての方も安心して参加できます！

気軽に水中運動

水中歩行での全身運動から、遊具を利用し水圧・浮力を使った運動を行います。

スイミー4種目泳法教室

クロールで25m以上泳げる中級者向けの教室です。より専門的な技術や知識を身につける教室です。

アクアピクス

水中での有酸素運動を音楽に合わせて行い、楽しく脂肪燃焼を促す教室です。終了後の達成感は最高！

関節痛スッキリ改善予防

始めに体育館で30分間ストレッチを行った後プールで水中運動を行います。関節痛をスッキリ改善！

ZUMBA®

ラテン調の曲に合わせて、体を動かす事で楽しく脂肪燃焼！思いっきり汗をかきたい方におススメです！



いろいろダンス

年代・性別・ジャンルを問わず、誰でも参加できる教室です。音楽に合わせて楽しく体を動かせます！

やさしいヨガ(水・金)

全身の柔軟性を高めて心も体もリフレッシュできます。※定員18名

脂肪燃焼エアロピクス

音楽にあわせて楽しく運動、楽しく脂肪燃焼！夜開催の教室ですので1日の終わりにリフレッシュしませんか？

デトックスヨガ

深い呼吸を意識しながらヨガを行い、体内の老廃物を輩出しやすい体に整えていきます。※定員18名

リンパストレッチ

リンパの流れを促して代謝を促進させます！今話題の椅子を使ったストレッチも導入中！※定員15名

筋肉体操

自重トレーニングがパワーアップ！自分の体重を利用した筋力トレーニングで、しなやかな筋肉をつけていきます！

日置市B & G 東市来海洋センター

日置市B&G東市来海洋センター 検索

住所 〒899-2201 日置市東市来町湯田3465-1
 アクセス 湯之元駅から徒歩10分(駐車場120台分)
 営業時間 8:30~22:00
 休館日 第1・第3月曜日/年末年始(12/28~1/4)

申込問合せ 099-274-2401

http://nsp-hioki.jp
 LINE @329egtby



教室の時間、受講料、キッズ向け教室は裏面へ！

※祝日は営業 ※夏季(7・8月)は休館せずに営業します。

全20の種類！あなたに合った教室が見つかる！



開催時間・受講料一覧

※表示されている金額は税込となります。

フロア運動プログラム				
教室名	曜日	時間	回数	参加料金
リンパストレッチ	月	14:00~15:00	6	3,600
いろいろダンス	水	14:00~15:00	6	3,600
やさしいヨガ【水】	水	19:30~20:30	10	5,600
ZUMBA®	木	11:30~12:30	10	5,600
デトックスヨガ	木	19:30~20:30	10	5,600
脂肪燃焼エアロビクス	木	19:45~20:45	10	5,600
やさしいヨガ【金】	金	10:00~11:00	10	5,600
筋肉体操	日	19:00~20:00	8	4,600

※自重トレーニングは『筋肉体操』にパワーアップ！



※リンパストレッチ、脂肪燃焼エアロビクスは代行指導員で開催予定です。
 ※初級エアロビクス&ストレッチは講師都合により、休講となります。

プール運動プログラム				
教室名	曜日	時間	回数	参加料金
大人スイミング【火】	火	10:00~11:30	10	5,600
アクアピクス	水	20:00~21:00	10	5,600
スイミー4種目泳法教室	木	14:00~15:00	10	5,600
関節痛スッキリ改善予防	金	10:00~11:30	10	5,600
大人スイミング【金】	金	20:00~21:00	10	5,600
気軽に水中運動	土	10:00~11:00	10	5,600

※SUPYOGAは講師都合により、休講となります。

親子・幼児・子どもを対象とした教室紹介！



見学自由！
窓口にお声掛けください！

親子、3歳~15歳対象

キッズダンス

3歳~未就学児対象の教室です。ダンスの基礎から安心して楽しく習得できるクラスです。幼少期からリズム感を鍛えます。

幼児運動遊び教室【ホップ】

3歳~未就学児対象の教室です。遊具を使って楽しく遊びながら幼児期に必要な運動能力を高めていく教室です。

児童/生徒HIPHOP

新1年生~中学生対象の教室です。ダンスの基礎を学び、楽しみながら柔軟性やリズム感を身に着けます。

児童体作り教室【ステップ】

新1年生~6年生対象の教室です。様々な運動プログラムを通して運動能力を鍛え、基礎的な体づくりを行います。

親子いろいろ体操

0歳~2歳半頃までのお子様と親子で参加していただけます。体操やキッズマツサージなどいろいろなプログラムを行います！

ベビーダンス

生後3ヶ月~2歳半のお子様と親子で参加していただけます。お母さんはシェイプアップ！お子様は寝つきが良くなりダブルの効果！

親子・幼児・子ども対象教室

教室名	曜日	時間	回数	参加料金
ベビーダンス ※定員10組	火 (隔週)	10:00~11:15	6	3,600
親子いろいろ体操 ※0~2歳ごろまで、定員10組	火 (隔週)	10:00~11:15	6	3,600
キッズダンス ※3歳~6歳までの未就学児	水	16:30~17:20	10	5,600
児童/生徒HIPHOP ※小学校1年生~中学生	水	17:30~18:30	10	5,600
幼児運動遊び教室【ホップ】 ※3歳~6歳までの未就学児	金	17:00~17:50	10	5,600
児童体作り教室【ステップ】 ※小学1年生~6年生	金	18:00~19:00	10	5,600

募集締切 2020年9月30日

申し込み時には受講料と印鑑が必要です。
 詳しいスケジュールは申し込み時に配布します。
 申込書は海洋センターの窓口にあります。

※募集締切時に規定人数に達しない場合は教室が休講となる場合がございます。
 必ず期日までに申し込みください。

かみのかわ

令和2年8月
日置地区
防犯協会
第274号

安全第一



夏の交通事故防止運動期間中見守り活動を実施

日置警察署交通課と青パト隊は、夏の交通事故防止期間中、日置市内4箇所のモデル横断歩道において、歩行者保護誘導及び見守り活動を実施しました。

登下校中の子ども達に対し、走行車両がしっかりと速度厳守しているか、横断歩道手前にて一時停止するかの検証をしました。

署員が横断歩道を渡るときは、車が止まってからしっかりと「手を挙げて渡りましょう」と話すと、子ども達達は、元気よくハイと返事をして横断歩道を渡って行きました。

右・左を確認して！



妙円寺地区合同防犯パトロール実施

妙円寺地区館（館長・有川誠）では、夏休みに入った8月3日に地区内の事件や事故を未然に防止するため、各自治会長以下役員が4班に分かれて、巡回パトロールを行いました。

各班巡回終了後、意見交換が行われました。日置警察署員より、地域の安心・安全のため「ながら見守り活動」の協力依頼がありました。

館長あいさつ



パトロールへ出発



☆子供の夏休み注意情報☆

夏休みに入り、子ども達が外出する機会が増えることから、声掛け等の被害に遭わないために、各家庭では次のことについて話し合ひましょう。

- 外出するときは、「どこで・誰と・何を
するのか」などの確認をする。
- 1人で行動しないで、早めに帰宅する。
- 防犯ブザーを持って、行動する。
- 不審者に遭遇したら、「いかのおすし」
を励行する。

★声かけ事案や不審者に関する情報は、日置警察署（099-273-0110）に通報して下さい。

みんなでおぼえよう！
よい子のおやくそく

いかのおすし

イカない

のらない！



お おこえをだす

す ぐにげる

し らせる



あなたのスマホ大丈夫ですか？

スマホ(ケータイ)を使うとき 被害にあわないための ポイント

1 トラブルを事前にシャットアウト

- フィルタリングサービス(有害サイトアクセス制限サービス)を利用しましょう。
保護者と契約済の電話会社にご相談しましょう。
- 覚えのない相手からのメッセージやメールは無視しましょう。
不明付きのメールには、返信やアクセスをせずに、受信拒否の設定をしましょう。

2 ネットの利用は慎重に

- ネット上には、本性を隠し、年齢や性別を偽るなど「なりすまし」をして悪事をはたらく者がいることをしっかり認識しましょう。
- 個人情報(絶対)に書き込まないようにしましょう。



情報を盗用されたり、個人情報が盗まれて悪用されることがあり危険です。

3 トラブルが発生したらすぐ相談

- 困ったときは保護者や先生にすぐ相談しましょう。
- 犯罪にかかわるトラブルは警察総合相談窓口などに相談しましょう。



気をつけて！スマホ利用によるトラブル

うそ電話詐欺被害状況(令和2年6月末現在)
 認知件数 16件 被害金額 約 5,613万円
 不審電話や不審メールはまず相談を
 日置警察署 099-273-0110



◆編集・発行 社会福祉法人 日置市社会福祉協議会 ボランティア活動センター

プルタブ収集 伊集院小学校へ感謝状

7月9日(木)

伊集院小学校の協力で集まったプルタブ310kgを、住友生命保険相互会社へ提供し、感謝状が贈られました。住友生命保険相互会社は、県内の学校等から集められたプルタブ等を換金し、子ども用車椅子を福祉関係機関へ寄贈されています。



子供用車椅子 1台



プルタブ 約850kg分

《福祉体験学習》 6月26日(金)
湯田小学校5年生 45名 東市来地域

高齢者疑似体験
(エルダートライ)

車いす体験



日置市社会福祉協議会では、市内小・中・高校全26校をボランティア協力校に指定し、授業の一環として高齢者疑似体験・車いす体験等の福祉体験学習の指導を実施しています。

◆連絡先◆

- 本所 日置市日吉町日置 1132 番地1 TEL099-246-8561
 - 東市来支所 日置市東市来町湯田 3264 番地 TEL099-274-6565
 - 伊集院支所 日置市伊集院町郡一丁目 100 番地 TEL099-272-2306
 - 吹上支所 日置市吹上町中原 2847 番地 TEL099-296-5257
- ★HPアドレス URL www.hiokishi-syakyo.com/



ふれあい・いきいきサロン
『前進山田』日吉地域



開催日：6月27日(土)

時間：10時～12時

場所：山田自治公民館

人数：20名程

内容：レクリエーション
脳トレ・おしゃべりなど

★年11回昼食を交えて開催！

保健推進員・女性部・在宅福祉アドバイザーの協力のもと、季節の野菜で手作り昼食を頂きました。

マスク寄贈 ～日置市商工会女性部～



8月3日(月)

日置市商工会女性部の方々から、約300枚のマスクが寄贈されました。「未使用のマスクが家にある」との声を受けて、必要な場所に届けたいという思いから集められました。寄贈されたマスクは、福祉関係施設等に届ける予定です。



ひおき子育てサロン紹介

ひおき子育てサロンは、子育て世代の親子が気軽に集えて、交流や仲間づくりを行う場を提供することにより、育児のストレス軽減などを目的に開催しています。新型コロナウイルス感染予防のため、8月はお休みとさせていただきます。



開催日：毎週火曜日(9月から再開予定)

時間：10時～11時半

※当面は新型コロナウイルス感染予防のため11時まで

場所：日吉老人福祉センター

内容：自由遊びが中心

指あそび・わらべうた

本の読み聞かせ

親子で楽しめる季節の行事など



福祉標語コンクール 一般募集!!! ○テーマ:「よりそう心」 ○締め切り:9月11日(金)

詳細は、ホームページまたは日置市社会福祉協議会までお問い合わせください。