

世 界各地で異常気象による災害が多発、甚大な被害を被りました。わが鹿児島でも火山の噴火や地震・台風等、災害による被害を防止あるいは軽減するためには、常日頃から防災について、しっかりと考えておく必要があると思います。

「想定外の災害」ではなく、最善の対策と行動で「想定内の災害」としたいものです。
(T.O 東市来町 60代男性)

お便りありがとうございます。
たしかに災害の多い1年でした。地震や台風、桜島の噴火など不安も多かったです。

8月に日吉で行われた総合防災訓練に行ってきた。かなり本格的なもので、災害への備えの大切さを感じました。

「備えあれば憂いなし」。起り得る災害に向けての日頃からの心構えが大事ですね。

今 年は苦難の年だった。持病の腰痛が頻繁に発症。台風15号で生きがいの農園では野菜やハウスは散々。心まで折れた。

さらに、特定健診では3つの臓器でひつかかり、小心者の私は深く沈んだ。精密検査ではクリアしたが度々のシヨックで心が折れたままだった。

そんな中、栄養士や看護師から「食や生活の習慣」について有難いアドバイスを頂いた。検診結果は「気を付ける」とのサインと受け止め、生活習慣をリセットした。

今、何事にも「楽しく・ほどほど」をモットーに、前向きに過ごしている。「災い転じて福となす」の年でもあった。市の特定健診に感謝感謝である。

(小心者 東市来町 60代男性)

お便りありがとうございます。

特定健診を受けていただきありがとうございます。「気を付ける」のサインも検診を受けないと受け取ることができませんね。

私もそろそろ気を付けなければと感じています。日ごろの生活習慣、そして運動。体を動かすことも大切です。

「災い転じて福となす」。生きがいの農園で元気に農作業を楽しめば、きつと来年はいい検診結果が出ると思います。がんばってくださいー！

今月のお題～激動の1年を振り返る～

～日置市お便り板～

私

は今、主人の介護をさせて頂いているため、集會事に出られないので、毎月の市報、隅々まで目を通しています。良い勉強になります。出て行つて見てきたように楽しいです。

(軽トラばあちゃん 東市来町 70代女性)

お便りありがとうございます。

すみずみまで目を通していただいて本当にうれしく思います。みなさんに喜んでいただけたらいいので、毎月届けるため、これからもがんばっていきます。毎月届けられる「広報ひおき」、楽しみにしててください！

来

年春から、出産のお祝い品が支給されるとのこと。日置市がますます子育てしやすい街になりそうですね。行政の方々が市民のために日々一生懸命思案して下さっているのだなと新聞を読んで嬉しく思いました。

今後の発展に期待しています。

(妊娠5ヵ月♡1児のママより 伊集院町 30代女性)

お便りありがとうございます。

マタニティボックス。行政だけじゃなく、市内企業の皆さんや子育て中のお母さん、大学の先生など専門の方たちが知恵を出し合ってできあがったものなんです。本当に感謝です。また近いうちに広報紙でも紹介しますね。

今年の春ごろでしょうか。産まれてくる赤ちゃんのものにも届くと思います。楽しみにしててくださいね。

フリートーク

～日置市お便り板～