

11月12日(月)～25日(日)は

女性に対する

暴力をなくす運動



あなたは一人じゃないよ

OP

暴力

暴力は、その対象の性別や加害者、被害者の間柄に関係なく、決して許されるものではありません。

特に配偶者からの暴力(ドメスティック・バイオレンス/DV)や性犯罪、売買春、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為などの女性に対する暴力行為は、女性の人権を侵害する行為です。

女性に対する暴力をなくすためには、一人一人が大切な存在であることを認識して、相手も自分も大切にすることが大切です。あなたが家族のみんなが大切な存在であることを、この機会に家庭で話し合ってみましょう。

◎問い合わせ 生活文化課

☎23-2121

都城市の現状

平成23年度に、本市の女性総合相談に寄せられた相談件数は、1,054件でした。そのうちDV被害者からの相談は170件で、全体の16割に当たります。

被害者との関係では、夫婦や恋人関係などのパートナー間の問題が最も多く156件でした。

身体的、精神的暴力以外にも、生活費を渡さないなどの経済的な暴力の相談も寄せられています。

ドメスティックバイオレンス(DV)って?

ドメスティック・バイオレンス(DV)とは、夫婦や恋人関係にある親しい関係の中での暴力のことです。男性が女性から受ける暴力もありますが、圧倒的に女性が男性から受ける暴力が多い状況にあります。

また、最近では、大人だけではなく若い世代でも、デートDVと呼ばれる恋人間の暴力が問題となつていきます。

暴力の種類

暴力には、身体的な暴力だけではなく、精神的・性的暴力なども含まれ、それらが複雑に絡み合つて、被害者の心と体を傷つけます。

①身体的暴力

- ・ 殴る、蹴る
- ・ 物を投げつける、髪を引っ張る
- ・ 刃物などを体に突きつける

②精神的暴力

- ・ 大声で怒鳴る、おどす
- ・ 人前で侮辱的・差別的発言をする

③性的暴力

- ・ 無視する
- ・ 性的行為を強要する
- ・ 避妊に協力しない



我慢しないで 勇気を持って相談を!

「誰も助けてくれる人がいない」「世間体が気になる」などの理由で、暴力を受けていても誰にも相談できない人がいます。

そうしたあなたの力になれる、窓口と専門家がいます。まずは、1本の電話から始めてください。

身近な人が暴力を受けているとき あなたにできることは

身の回りで暴力を受けている人がいたら、まずは、話を否定せずに受け止めてください。DVについて誰かに相談するのは、とても勇気のいることです。「あなたは一人じゃないよ」と伝えて、相談先の情報を教えてください。

●都城市女性総合相談

【女性相談員による相談】

平日の10時～16時

【女性臨床心理士による

こころの相談(要予約)】

11月20日(火) 14時～16時

【女性弁護士による法律相談(要予約)】

11月27日(火) 13時～16時

◎相談専用電話 ☎23-7157

●女性ホットラインくすのき

毎週土曜日 14時～16時

☎36-0740

ST

児童虐待

11月は 児童虐待防止

推進月間

あなたの連絡が
子どもを虐待から守ります

子どもを守るべき保護者（養育者）が、子どもの身体や心を傷つける児童虐待。こうした子どもへの虐待は、身体的虐待や心理的虐待、育児放棄（ネグレクト）、性的虐待などが重複して起こっていることが少なくありません。子どもたちを虐待から守るために、おかしいと感じたらすぐに連絡してください。

◎問い合わせ こども課
☎23-2684

都城市の取り組み

本市では、平成17年4月に子どもに関する相談窓口を、同年9月に都城市要保護児童対策地域協議会の事務局をこども課内に設置し、関係機関と連携を取り、組織的対応を迅速に行っています。

平成23年度、本市に寄せられた58件の児童

家庭相談の

うち、虐待

に関する相

談が36件と

大半を占め、

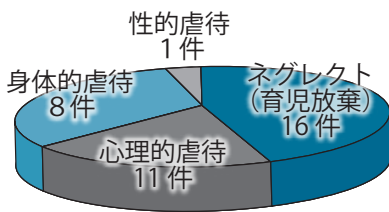
特に育児放

棄の相談が

多く寄せら

れています。

平成23年度虐待相談内訳



なぜ虐待が起こるの？

虐待は、さまざまな要因が複雑に絡み合って起こります。それは、これといった特別な事情がある訳ではなく、どこか家庭でも起こり得ることなのです。

●主な虐待の要因

①子育てからくるストレス

子どもという時間が長い、子育ての相談相手や近所に知り合いがないなど

②家庭内のストレス

夫婦関係や家族関係がうまくいかない、経済的不安があるなど

③養育者の問題

子どもがかかわりたくない、虐待されて育った経験がある、病気がちななど

子どもを虐待から 守るための5カ条

- ① おかしいと感じたら迷わず連絡
- ② しつけのつもりは言い訳
（子どもの立場に立って判断）
- ③ 一人で考え込まない
（できることから実行）
- ④ 親の立場より子どもの立場
（子どもの命を最優先）
- ⑤ 虐待は、あなたの周りにも起こり得る（特別なことではない）

あなたの連絡が 子どもを虐待から守ります

児童虐待は、皆さんの身近なところで起きているのかもしれない。何か気になることがあったら、そのままにせず、県の児童相談所や市役所へ相談・通告（連絡）してください。通告（連絡）は、子どもと保護者に救いの手を差し伸べる大事な一歩です。



また、自分の子育てに不安を感じたら、相談してみましよう。きっと、一緒に解決策を見い出してくれます。

◎相談・通告（連絡）先

こども課 ☎23-2684

☎23-2111（閉庁時）

山之口総合支所市民生活課

☎57-3111

高城保健センター

☎58-6800

☎58-2311（閉庁時）

山田総合支所市民生活課

☎64-1111

高崎福祉保健センター

☎62-4411

☎62-1111（閉庁時）

宮崎県南部福祉こどもセンター

（都城児童相談所）☎22-4294

平成24年度

都城市文化賞



体育部門

あぐね ひではる
莫根 秀春さん(栄町)

本年度、体育部門で選ばれた莫根秀春さんは、都城市相撲連盟会長や宮崎県相撲連盟副会長を半世紀以上の長きにわたり務め、各種の相撲競技会などを主催するなど、相撲競技の普及や発展に貢献しました。

自身も昭和24年開催の第4回国民体育大会相撲競技でベスト16に入り、その後は、相撲連盟の役員として、国体に出場する選手らの強化練習を支えてきました。

平成2年には、九州相撲連盟顧問に就任。九州規模の大会にも役員として関わるようになりました。また、本市で開催された大相撲地方巡業のとき、地元責任者として、市民の皆さんに本物の大相撲に接する機会を提供しました。さらに、市体育協会の役員を歴

都城市文化賞は、文化の向上や発展に顕著な業績または功労のあった個人、団体に對し、都城市文化賞条例に基づき贈呈されるもので、旧都城市時代も含め、これまでに95人、7団体が受賞しています。7回目となる今年度の文化賞には、体育部門で1人が選ばれました。

◎問い合わせ 生活文化課

☎23-2132

任するなど、スポーツの発展に尽くした功績が認められ、平成9年には文部科学大臣功労者賞を受賞しました。

外国人力士が台頭する現在も、日本人の力士を育てたいという思いから、子ども相撲大会を開催したり、国体選手らの練習を本市で行ったりするなど、人材の発掘や育成に意欲を見せています。



早水公園体育文化センターで行われた地方巡業で、両横綱に囲まれた莫根さん

安心できる 住みよいまちづくり

安全で住みよいまちづくりを目指し、「安全・安心みやこんじよ盆地大会」を開催します。この大会を通して、もう一度安全とは何かを考えてみましょう。

◎問い合わせ 生活文化課

☎23-7180

安全・安心みやこんじよ盆地大会

安全功労者などの表彰や飲酒運転根絶作文の表彰と朗読、宮崎県警察音楽隊の演奏などを行います。気軽に参加ください。

●日時 12月15日(土)

13時開場 13時30分開演

●場所 総合文化ホール

犯罪や交通事故の現状

都城市警察署管内では、車やバイクなどの器物損壊や、自転車の盗難が多発しています。特に、自転車は二重ロックをするなどして盗難に遭わないようにしましょう。

また、交通事故件数は昨年より減少傾向ですが、死亡者数は上回っています。高齢者が被害者となる事故が半数を占めていますので、十分注意して運転しましょう。

飲酒運転根絶に向けた取り組み

都城市警察署管内の飲酒運転検挙者数は過去5年連続で県内最多で、憂慮すべき事態が続いています。

市では、新たな取り組みとして、飲食店や事業所などを対象とした特別対策事業を行い、飲酒運転の根絶を目指します。

●飲食店の来店者への対策

来店客に「ハンドルキーパーはお決まりですか？」と書かれた割り箸を提供。裏面には罰則などを記載し、飲酒運転の怖さを訴えています。また、飲酒運転根絶に協力しても

らうため市が選定したハンドルキーパー推奨店に、コースター

やのぼり旗を配布します。

●事業所・高齢者・若者対策

交通事故加害者の手記「贖いの日々」を市内の400事業所に配布。また、若者を対象にゴーグルを使った酩酊体験を開催。高齢者には反射材を配布するなどして、飲酒運転の根絶と事故防止に向けた事業を実施します。



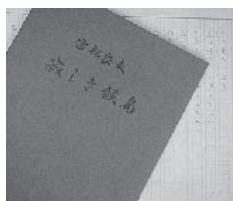


郷土が生んだ詩人 富松良夫

富松良夫は明治36（1903）

年、現在の姫城町に生まれ、6歳の時、重い病気のため体が不自由になり、小学校卒業後は進学もかなわず、独学で文学を学びました。

詩集を亡き富士子の霊に捧ぐ」という、良夫の良き理解者でもあり、



全国の詩人との交流のきっかけとなった詩集「寂しき候鳥」

19歳で友人らと文学創作活動の出発点となる文芸同人誌「盆地」を刊行し、26歳の時には詩誌「白」を主宰しました。

昭和5年に発表した第1詩集「寂しき候鳥」には、「この小さき

生きた、まさに郷土の詩人です。その作風などから「南の宮沢賢治」とたたえられたり、「霧島の詩人」とも称されたりしました。

● **場所** 図書館3階大会議室
● **内容** 富松良夫顕彰委員の小西宏子さんによる講演と作品の朗読

● **日時** 11月24日(土) 13時30分開演

● **富松良夫の詩に触れてみよう!**
図書館まつり(第一部)で富松良夫講演会を開催します。参加は無料ですので気軽に参加ください。

その歌詞は今でも多くの市民に親しまれています。

いま振り返る郷土の偉人

上原勇作と富松良夫

うえはらゆうさく

とみまつよしお

秋も深まるこの季節。読書を楽しんでいる人も多いのではないのでしょうか。
今回は、郷土が生んだ詩人と図書館の前身を築いた2人の偉人を紹介します。

◎ 問い合わせ 図書館 ☎22-0239

人材育成に尽力した上原勇作

上原勇作は安政3（1856）年、現在の土町に生まれ、13歳の若さで明道館の教師に任命されました。その後上京し、野津陸軍少佐邸の書生となり、明治12（1879）年に陸軍士官学校を首席で卒業後、フランスに留学し、工兵の近代化を学び、日清・日露戦争では陸軍参謀を、その後は、陸軍大臣や教育総監などを務め、昭和8年に78歳で亡くなりました。

上原文庫

陸軍大臣就任を記念して、大正3（1914）年に設立された上原文庫。勇作は、たくさん本を寄贈しました。寄贈された書籍や雑誌などは、国会図書館にも所蔵

の無い史料を多数含む貴重な本であることが分かっています。

上原文庫を見学しませんか

通常は閲覧できませんが、事前に申し込みをすれば見学できます。



約5,000冊の図書資料群



糖尿病予防のポイント 運動不足の解消と食生活の改善

国民健康栄養調査によると、20歳以上の3人に1人が糖尿病またはその予備軍と推計されていて、放っておくと血管や神経が侵され、さまざまな合併症が起る非常に怖い病気です。この機会に糖尿病への関心を高め、その予防法などについて正しく理解しましょう。

◎問い合わせ 健康課 23-2765

糖尿病ってどんな病気？

食べ物や飲み物が消化吸収されて作り出されるブドウ糖。糖尿病は、このブドウ糖が血液中に異常に多くなる病気です。

糖尿病にはいくつかの種類がありますが、日本人の患者の9割以上は、過食や運動不足が原因となつて起る糖尿病です。

中でも、肥満の人は標準的な体重の人より糖尿病になる確率が、5倍も高くなっています。その原因は体の中で唯一、ブドウ糖を分解するインスリンというホルモンの分泌が減ってしまったたり、うまく作用しなくなったりして、血糖値が上がるためです。

糖尿病の進行度

自覚症状

自覚症状なし



トイレの回数が増える
のどが乾く



疲れやすくなる
よく食べても
体重が減る



目がかすむ
手足がしびれる
感覚が鈍くなる



体の中の変化

高血糖が続く

細胞が脱水症
状を起こす

糖をエネルギー
化できない

合併症を併発

- ・神経障害
- ・腎症
- ・網膜症
- ・心筋梗塞
- ・脳梗塞
- ・白内症
- ・壊疽
- ・感染症など

思い当たる症状はありませんか？

<あなたの肥満度はどれくらい？>

肥満の判定に用いられるBMIを計算してみましょう。25を超えると肥満と判定されます。22が標準とされ、最も病気に掛かりにくい理想的な数値といわれています。

BMI＝

体重()kg÷身長()m÷身長()m

18.5未満……低体重

18.5以上25未満……普通体重

25以上……肥満

糖尿病はなぜ怖い？

血糖値が高い状態が続いても、自覚症状が現れにくいのが糖尿病の厄介なところです。「のどが渇く」「トイレの回数が増えた」「よく食べるのに体重が減る」といった症状に気付いたところには、病気が進行しているということも珍しくありません。

こうした状態を放っておくと、さまざまな合併症を招きます。視力低下や失明の原因となる網膜症のほか、感覚まひを引き起こす神経障害、人工透析や腎移植が必要になることもある腎症は、三大合併症と呼ばれています。

そうならないためには、早期発見と治療が大切です。症状が無くても年に1度は健康診査を受けましょう。

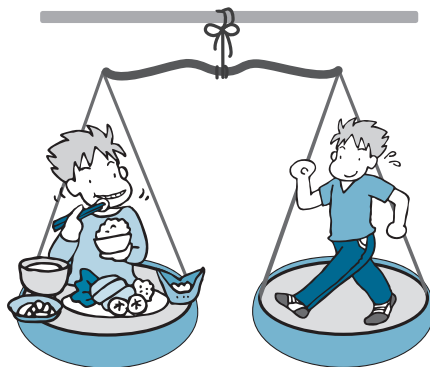
糖尿病を防ぐには

糖尿病の多くは、運動不足の解消と食生活の改善で予防できるといわれています。食べ過ぎず、バランスを考えて3食規則正しく食べることを心掛けましょう。

また、体を動かすことも大切です。運動は、インスリンの働きを活発にし血糖値を下げ、肥満を改善するだけでなくストレスの解消にも役立ちます。

市では、こうした食事と運動に着目した生活習慣病予防のための教室を開催しています。保健師や栄養士の指導を受けながら改善することが出来ます。詳しくは健康課に問い合わせください。

11月14日は世界糖尿病デー



予防のポイントは
食と運動のバランスを取ること