

# 国体通信 vol.6

燃ゆる感動がごしま国体薩摩川内市実行委員会では、国体の趣旨に賛同し、物品などをご提供いただける企業・団体の皆さまを募集しています。いただいた物品などは、広報活動や、大会運営などに幅広く活用させていただきます。

一緒にかがしま国体を盛り上げましょう。皆さまのご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

問合せ・申込先  
〒895-8650 薩摩川内市神田町3番22号  
燃ゆる感動がごしま国体薩摩川内市実行委員会  
事務局(国体推進課内)  
☎(23)5111 ☎(20)5570  
✉ kokutai-kikaku@city.satsumasendai.lg.jp



## ご協賛をお願いします!

- ### 協賛特典
- 物品に企業名などを表示することができます。(表示方法などは市実行委員会と協議の上、決定となります。)
  - 市実行委員会のホームページに、協賛者様のお名前、写真、ホームページリンクなどを掲載し、紹介させていただきます。
  - 協賛者様の広報活動(商品や商品広告を除く)やCSR(社会貢献活動)に、国体の愛称などを使用したフレーズをご利用いただけます。
  - 協賛内容に応じ、感謝状や礼状を贈らせていただきます。

### ★協賛方法★

「物品」「現金」のいずれかをお選びいただけます。

物品一例

- ・「歓迎」「応援」のぼり旗
- ・資料封入用の資料袋
- ・大会参加記念品 など

その他、ご提案・ご要望がございましたら、問合せ・申込先までご連絡ください。

《例》大会参加記念品  
2018年 福井しあわせ元気国体

## 深発見 歴史文化 遺産

コンマセンダイ

### 第十回 氷河期を生き抜いた鬼蓮

〜自然から学び、共生するために〜

薩摩川内には長い歴史の中で起きた物語、育まれた文化が数多くあります。このコーナーでは、数ある薩摩川内の歴史・文化の中から、とっておきのトピックスをご紹介します。

今回は、寄田町の小比良池に自生する絶滅危惧種「オニバス」の生存戦略と持続への取り組みをご紹介します。

### 小比良池のオニバス

寄田町の小比良池は、多くの水生植物や昆虫、小魚が観察できる自然豊かな池です。

近年国内で激減しているオニバスも自生していて、昭和30年に「オニバス自生地」として鹿児島県の天然記念物に指定されています。

種子は水底の土中に沈むと休眠状態になり、何十年も発芽しない場合もあります。休眠し、発芽サイクルをずらすことで、長年の気候変化に対応したのかもかもしれません。

徐々に葉を大きくしながら、水中の閉鎖花で自家受粉をして、種子を水底に拡散させます。水上に開放花も出しますが、あまり実にはつきません。

### SDGs 小比良池から学ぶ

小比良池には外来種のホテイアオイが大量に繁殖をし、オニバスの生育を妨げていました。

オニバスの絶滅を防ぐため、地元企業や住民の方々によるホテイアオイの除去作業が行われ、令和2年度には重機と人力により、全面除去作業を実施しました。

今年の8月上旬には小比良池で5株のオニバスを確認しており、この記事を書きながら読まれている9月10日頃には葉も大きくなり、株数も増えていることが期待されます。

オニバスを含めた小比良池の生物多様性を観察すると、生態系の保護と持続可能な社会のヒントが見つかるかもしれません。

平安時代の『枕草子』では、「おそろしげなもの」として挙げられ、また、江戸時代の『天和本草』では、実に「味も亦甘美ナリ薬トシテ食ス」と記され、実が甘くて薬として食べられていたことが分かります。

■文責・問合せ▶社会教育課文化財G(中央公民館内)  
☎(22)7251

## 血管にもガタがきます ~その原因のひとつが高血圧~

皆さんは、普段血圧を意識して生活していますか？  
血圧は、心臓から出た血液が血管の壁を押しやることをいいます。高血圧になると、知らず知らずのうちに血管に負担をかけているのです。



- ◎血管と血圧の関係は？  
正常な血管は弾力性があり、しなやかに動くことで血液を送り出しています。しかし、高血圧で血管に高い圧がかかり続けると、血管が傷つき、血管の壁が厚く、硬くなり血液の流れが悪くなります。この状態が長く続くと、**脳卒中や心臓病(心筋梗塞・狭心症)、慢性腎臓病**などを引き起こします。
- ◎血圧をあげる原因は？  
□塩分、糖分の取り過ぎ □多量飲酒 □睡眠不足 □ストレス □たばこ □肥満、BMI25以上 など
- ◎全身の血管の太さは？  
心臓から出たすぐの血管(大動脈)は、人体の中で最も太い血管で、500円玉の大きさ(2.5cm)です。腕の血管は鉛筆の太さ(5~8mm)、体中に張り巡らされている毛細血管は、髪の毛の太さ(0.005mm)程度といわれています。血管を田んぼのあぜに置き換えてみましょう。あぜに水が勢いよく流れてきたらどうなりますか？

**高血圧は自覚症状がありません。あなたの血管を守るために、まずは血圧測定をしてみましょう。**

心配なことや分からないことは、市民健康課、またはかかりつけ医へご相談ください。

市民健康課(すこやかふれあいプラザ内)  
☎(22)8811  
▲市HP

## VOL.17 防災トピックス

### 助かる命を 救うために

このコーナーでは、防災に関する備えや避難時の注意など、日ごろから災害に備えるための情報をスポットで発信していきます。

▲▲▲ですと通報者の情報を伝えましょう。

▲▲▲ですと通報者の住所や目標となる建物、交差点、公園などを詳しく伝えましょう。

③火災・事故の状況  
誰か(何が)どのような状況かを分かりやすく正確に伝えましょう。

④通報者の氏名・連絡先  
「私は〇〇です。電話番号は、〇〇〇-〇〇〇〇-」

消防局では、普通救命講習を随時受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

問合せ・普通救命講習の申込先  
消防局警防課警防救急係 ☎(22)0125  
▲消防局HP

### 9月9日は救急の日

毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間(今年は9月4日(日)から9月10日(土)まで)を「救急医療週間」としています。

もし、目の前で突然人が倒れたり、けがをしたら何をしたらいいのでしょうか。

そんな「もしも」のときに備えて、普通救命講習を受講し、119番通報をする際のポイントや心肺蘇生法、AEDの使用法などについて確認しましょう。

119番通報のポイント

- ①火災か救急か  
「火事です」または「救急です」とはっきり伝えましょう。

### 普通救命講習の内容

心肺蘇生法  
AEDの使用法  
窒息の対処法

止まった心臓に電気を与えるときに使用する「AED(=自動体外式除細動器)」の使い方を学びます。

心臓や呼吸が止まったときに行う「胸骨圧迫(=心臓マッサージ)」と「人工呼吸」を学びます。

□やのどなどに異物(食べ物など)が詰まった場合に、異物を取り除く方法を学びます。

薩摩川内市消防局マスコットキャラクター「ユリハナ君」