Nichinan City Public Relations Magazine

好きです にちなん

November 2020
11.15
No.140

今月の表紙　国文祭・芸文祭さきがけプログラム「南郷大島ミュージアム」が開幕。魅力あふれる自然豊かな大島を博物館に見立てたアートプロジェクトの開催は12月６日まで。

特　集　**脱はんこに向けて取り組み始めました**

特　集　**糖尿病を知ろう**　11月14日は世界糖尿病デー

特　集　**安心・安全な水道水をお届けするために**

無料 FREE APP
このアイコンが目印

Delivering e-book in English
한국어전자전송중
电子书籍以中文简体字发布
電子書籍以中文繁體字發布
ในระหว่างการ จัดส่ง หนังสืออิเล็กทอล
Entregar e-book em Português
Entregar e-libro en Español
Menyampaikan e-book dalam Bahasa Indonesia

多言語自動翻訳　文字拡大

スマホで読める!
好きです にちなん
デジタルブック配信中!!

ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める／９言語に対応【日本、英、中国（簡・繁）、韓国、タイ、ポルトガル、スペイン、インドネシア】／音声読み上げもできる／文字サイズを調整できる

※ブラウザ版は音声読み上げには対応しておりません。音声読み上げには、無料アプリ（カタポケ）のインストールが必要です。※アプリケーションの利用は無料ですが、ダウンロードには別途通信料がかかります。

脱はんこに向けて取り組み始めました

市では、市民の皆さまの窓口での負担軽減のため、法令で義務づけられているものを除き、申請書への押印を段階的に廃止していきます。

申請書などの見直しへ

新型コロナウイルスの影響により、これまで当たり前だと思われていた対面でのやりとりが見直されるようになってきました。国においても、行政手続きの見直しを行うことは、感染症のまん延防止のみならず、業務そのものの見直しや効率化が図られるとして、積極的に取り組んでいます。

一部が「脱はんこ」に

先行して、10月5日から国民健康保険とマイナンバーカードに関する一部の申請書類が、マイナンバーカードや自動車運転免許証など、顔写真付き身分証明書の提示で本人が確認できれば、申請書への押印が不要となりました。

脱はんこの取り組みが進むことで、窓口での申請時に「印鑑を忘れた」と、自宅などに取りに帰ることがなくなり、市民の皆さんの負担が軽減され、行政手続きの簡素化にもつながります。

今後、脱はんこの手続きにつきましては、随時、市のホームページなどでお知らせしていきます。

脱はんこ Q&A

Q 市民は役所に印鑑を持ってこなくてよくなりますか？

A すべての申請で、すぐに印鑑が不要になるわけではありません。押印が必要なものもあります。

Q 押印が必要な書類はどのようなものがありますか？

A 国の法令・通知や、県の条例などで押印が求められているものがあります。（婚姻届や転籍届など）市の独自の手続きであっても、例えば請求書や契約書などは引き続き押印を求めることになります。今後「いる」「いらない」を精査していきます。

Q 押印の廃止だけでなくオンラインでの申請ができるようになりますか？

A 現在すでにマイナンバーカードを使って申請できるものが26種類あります。国も手続きの簡素化を進めていますので、マイナンバーカードを使った申請は、今後も増えると考えられます。

マイナンバーカードについては次のページへ。

問い合わせ 総合戦略課 ☎(31)1116

ますます便利な「マイナンバーカード」

マイナンバーカードを持っているとさまざまなメリットがあります。

コンビニ交付だと手数料が100円お得！	最大5,000円分のポイントがもらえる！	自宅での行政手続きが可能！
コンビニ交付 コンビニで各種証明書が発行可能 （利用可能時間　6：30～23：00　12/29～1/3は除く） ※戸籍に関する証明は平日9:00～17:15に限り利用可能	**マイナポイント** マイナポイントの申し込みを行い、チャージ・お買い物をすると最大5,000円分のポイントが付与（2021年3月まで） ※問い合わせ 商工・マーケティング課 ☎(31)1169	**オンライン申請** 26種類の手続きがオンラインで申請可能 ・児童手当の現況届等 ・保育施設等の入園申込 ・介護保険被保険者証の再交付申請 ・介護保険負担割合証の再交付申請 など

今後、マイナンバーカードは　このように利用される予定です。

健康保険証	運転免許証	オンライン申請の拡大
2021年3月から利用開始 ※現在の健康保険証でも利用可能	2026年から運転免許証との統合を予定	押印の廃止などにより行政手続きのオンライン化を順次拡大予定

今後ますますマイナンバーカードの必要性が高まり、窓口での申請が混み合うことが予想されます。またカードの交付には申請から約1カ月の期間を要しますので、早めの申請をお願いします。

申請方法

本庁市民課・北郷町地域振興センター・南郷町地域振興センターでは、顔写真撮影（無料）と申請を受け付けています。

【時間外・休日開庁のご案内（本庁市民課のみ）】

時間外　毎週火曜日　17:15～19:30

休　日　第2日曜日　9:00～12:00

【必要な物】　運転免許証、健康保険証などの身分証明書

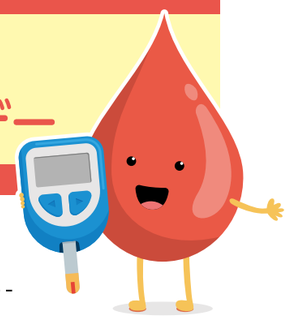
出張サービスします！

企業や自治会など（5名以上）で申し込みすると、職員が会場まで出向き、マイナンバーカード申請の出張サービスを実施します。お気軽にお申し込みください。

●申込先　市民課　☎(31)1124

糖尿病を知ろう

11月14日は世界糖尿病デー



糖尿病は、「網膜症」「腎症」「末梢神経障害」という糖尿病に特徴的な3大合併症を引き起こす以外にも、心筋梗塞や脳梗塞などの「動脈硬化性疾患」「認知症」「がん」「心不全」「歯周病」のリスクであることが知られています。従って、日々の暮らしに大きな影響を与えるこれらの病気を予防するためにも、糖尿病にならないように予防することや、発病した糖尿病を適切に治療することが必要となります。

毎年、11月14日を含む一週間は「全国糖尿病週間」と定められています。この機会に糖尿病について一緒に考えてみましょう。

日南市立中部病院 院長　中津留 邦展
（宮崎県糖尿病対策推進会議 幹事、糖尿病専門医、糖尿病協会療養指導医）

糖尿病とは

血液中のブドウ糖（血糖）の割合が必要以上に高くなった状態が慢性的に続くのが糖尿病です。自己免疫が関係して起こる「1型糖尿病」と、遺伝因子に過食（特に高脂肪食）や運動不足、肥満、ストレス、加齢などが加わった「2型糖尿病」があります。一般的なのは、2型糖尿病で日本では糖尿病患者の90％がこのタイプ。近年は生活習慣の変化から子どもや若年層にも増えてきています。

2型糖尿病の主な症状

- 疲れやすい。
- のどの渇きをよく感じる。
- トイレが近くなった。
- よく食べるのに、体重が減っていく。
- 目がかすむ。
- 足がつったり、しびれたりする。
- 手足がチクチクするような感じがある。
- ちょっとした傷が治りにくい。
- 皮膚が乾燥しやすく、かゆいことがある。
- 食後に急にだるくなったり、とても眠くなったりする。

2型糖尿病なりやすいのは

- 肥満または過去に肥満だった人。（BMIが1kg／㎡増えるごとに、男性・女性ともに発症リスクが17％上昇）
- 家族に糖尿病の患者がいる人。（家族歴があると、男性2・0倍、女性2・7倍発症リスクが上昇）
- 運動不足の人。
- 高血圧の人。
- 喫煙をする人。

糖尿病は自覚症状が無く進行する病気です。

気がつかないうちに糖尿病になって進行していることがあります。糖尿病は、血液検査を受けないと判断はできません。まずは、職場や地域で実施している健康診断を早めに受けて、ご自分の血糖値を確認しましょう。

健康診断を受けて、「今は大丈夫」と言われたら予防対策を心がけましょう。

糖尿病予防につながる生活習慣

食生活

- 腹八分目。
- 食品の種類はできるだけ多くする。
- 食物繊維を多く取る。（野菜、きのこ、海藻など）
- 3食を規則正しく。
- ゆっくりよくかんで食べる。
- 間食は控える。（特に夕食後の間食・夜食に注意）

運動

- 今より10分多く体を動かす。
- 日常生活の中で積極的に運動を取り入れる。
- ウォーキングなどの有酸素運動を週3回以上（週合計150分以上）が目安。

ストレス解消

- ストレスに対抗するためのホルモンは、血糖値を上昇させるものがあります。趣味などを生かし、ストレスを解消しましょう。

糖尿病を治療中の方へ

「糖尿病連携手帳」を活用し重症化を防ぎましょう。

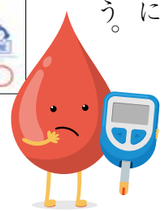
❶糖尿病連携手帳は糖尿病に関する検査データなどを記入するものです。

❷かかりつけ医や薬局、糖尿病と関係の深い眼科や歯科の診察時にも提出し、重症化の予防に活用しましょう。

❸病院受診の際などは、手帳を持参し、検査結果やコメントを記入してもらいましょう。（医師・歯科医師・薬剤師・看護師・保健師・管理栄養士など）

❹記録を振り返り、生活習慣改善や治療に活用しましょう。

糖尿病連携手帳



糖尿病連携手帳は「自分が持ち歩く自分のカルテ」

1 かかりつけ医への受診に加え、定期的に眼科・歯科を受診しましょう。
眼科・歯科は、医師の指示のもと6カ月～1年に1回は受診しましょう！

2 治療中断は非常に危険です。自己判断で中止しないようにしてください。

3 年1回の健康診査を受けましょう。

4 専門職の支援を積極的に活用しましょう！
日南市では、保健師・看護師・管理栄養士などが支援を実施しています。お気軽にご連絡ください。

定期的な歯科受診が必要です。

歯周病はインスリンの効きを妨げ、血糖値を悪化させます。また、糖尿病があると、免疫機能の低下や血流の悪化により歯周病になりやすくなります。歯周病を治療すると、インスリンの効きも良くなり、血糖値も改善すると言われています。

歯周病がある → 糖尿病が悪化する

●問い合わせ　健康増進課　☎(31)1129

安心・安全な水道水をお届けするために

日南市の水道事業は、大正10年以降、平成の合併にて北郷および南郷地区を給水区域としながら、約100年にわたり水道水を各家庭に届けています。このような中、人口減少や施設の老朽化、地震への備えなど、水道事業を取り巻く環境は年々厳しくなっています。

水道水は、私たちの生活には欠かせないものです。今回は、将来にわたって安心・安全な水道水をお届けするための取り組みをご紹介します。

■水道事業の概要

本市が管理する水道事業は、令和2年3月末現在、上水道事業と大島簡易水道事業があります。

総人口5万2293人に対して4万9830人に給水しており、総人口に対する給水普及率は、95％となっています。水道施設としては、水道水の源となる「水源地」が21か所、水道水をつくる「浄水場」が13か所、水道水を一時的に貯めておく「配水池」が31か所あります。水道管の総延長は、約555㎞にも及びます。

■水道事業が抱える問題

☑水道管の老朽化

水道管の標準的な耐用年数は40年とされており、老朽化は漏水の原因となります。水道管の総延長約555㎞のうち、令和元年度末時点において、40年を経過した水道管の延長は、約94㎞、全体の約17％となっています。

☑南郷地区の問題

南郷地区は、津波ハザードマップ内に一部の水道施設があるため、津波により給水ができなくなるというリスクが懸念されています。さらに、榎原地区においては、水源が表流水であるため、大雨の際、水源の水質悪化が見られます。

水道管の老朽化による漏水

日南から南郷への送水管埋設工事

吾田配水池系の配水管耐震化工事

☑給水人口の減少

平成29年度の給水人口は、5万2332人でしたが、令和元年度は、4万9830人であり、10年後には4万2千人程度にまで減少し、それに伴い水道料金収入も減少する見込みです。

■問題を解決するために

本市では、将来にわたって安心・安全な水道水をお届けするために、長期的な施設整備計画を策定し、老朽管の更新や耐震化事業などを実施しています。

耐震化事業としては、市の防災計画における重要拠点施設につながる水道管の耐震化工事を実施しています。事業完了までには約40年要する見込みです。

また、南郷地区については、飫肥浄水場の豊富な水道水を南郷まで送る事業の実施により、将来の管理コストを縮減します。この事業は平成29年度から取り組んでおり、令和14年度の完了予定です。

その他、老朽管の更新や機械電機設備の更新なども急務であるため、年間約7億円の建設改良費が必要となっています。

■水道料金見直しの検討

水道水の供給範囲や水道施設は、現状とほぼ変わらないため、水道施設に係る年間の建設改良費は、ほぼ横ばいで推移する計画です。

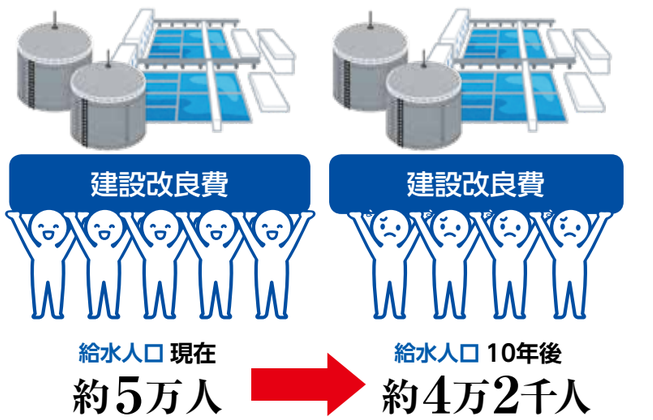
しかしながら、給水人口は、減少が見込まれるため、給水人口一人当たりの建設改良費は増加していき、水道使用者の負担は増えていきます。

水道事業は、水道料金の収入により経営しています。人口減少に伴う水道料金収入の減少は、水道事業の安定した経営が難しくなることを意味します。

本市としましては、日南地区と南郷地区の水道施設一元化など、水道事業の効率化に努めていますが、厳しい経営状況にあります。

そのため、現在、水道料金の見直しを検討しており、10月8日の水道事業等経営審議会において、水道料金の見直しについて諮問を行いました。この審議会では、今後の財政シミュレーションや経営改善などを審議していただいております。

この審議会の内容につきましては、随時、市のホームページでお知らせしていきます。



●問い合わせ　水道課
- 水道施設の工事や経営に関すること
  管理係、施設計画係、工務係　☎(31)1171
- 水道料金に関すること　営業係　☎(31)1149

Photo scrap in NICHINAN まちのわだい

特集 さきがけプログラム 南郷大島ミュージアム

第35回 国民文化祭・みやざき2020　第20回 全国障害者芸術・文化祭みやざき大会 さきがけプログラム 南郷大島ミュージアム

期間:10月17日(土)～12月6日(日)　**会場:**日南市南郷町大島、目井津港周辺

飫肥石アートの設置完了　9月29日

「南郷大島ミュージアム」のイベントのひとつ、飫肥石アートの設置作業が実施されました。この飫肥石アートとは、県内出身アーティストの指導のもと南郷地区の小・中学校の児童・生徒が、自由な発想で色とりどりに飫肥石に描いたものです。

オープニングセレモニー　10月17日

宮崎県で来年開催される国文祭・芸文祭の「さきがけプログラム」として、本市で実施される「南郷大島ミュージアム」のオープニングセレモニーが行われました。アトラクションでは、会場となる大島をバックに、日南太鼓衆爽空の笛と太鼓演奏が開幕を熱く盛り上げました。

開幕目前　大島プロジェクト会議が環境整備　9月26日

「南郷大島ミュージアム」開幕を前に、大島プロジェクト会議の会員25人が、訪れる人に快適に楽しんでもらおうと、臨時に南郷町大島の沿道の大掛りな環境整備を行いました。大島プロジェクト会議は、年３回、定期的に大島で環境整備を実施されています。

自然とアートの融合　アーティスト作品搬入　9月27日

「南郷大島ミュージアム」で、大島に設置する９人のアーティストの作品搬入が行われました。目井津港から台船で作品を車に載せたまま大島へ運搬し、車でキャビンへ運びました。大島プロジェクトによる草刈り作業もあり、スムーズに設置作業が行われました。

栄誉をたたえる 第12回 日南市功労表彰

日南市功労表彰は、市の政治、経済、文化、福祉などさまざまな分野で市政の振興に寄与し、その功労が特に著しい方を表彰します。

今年は「公共福祉功労部門」で髙﨑裕文さん、「産業経済功労部門」で清水満雄さん、「地方自治功労部門」で黒木新一さんが選ばれました。被表彰者の皆さんをご紹介します。

公共福祉功労部門

社会福祉法人裕愛会　理事長

髙﨑（たかさき） 裕文（ひろふみ）さん

（吾田地区）

昭和50年4月に社会福祉法人裕愛会わかすぎ保育園を開設され、現在まで理事長を務めるとともに、わかすぎ保育園や中央こども保育園の園長を通算25年にわたって務められました。また、平成10年４月に日南市で初めてとなる日南市地域子育て支援センターを開設後、平成16年4月には病児保育事業を開始するなど、子どもたちの健やかな成長と地域の福祉の充実に大きく貢献されています。

髙﨑さんのお話

今でも毎日、園に出向いて子どもたちの元気な声を聞いて元気をもらっています。さまざまな家庭環境が存在する現代社会において、全ての子どもたちが平等に幸せになってほしいと願いつつ、さらなる保護者の子育て支援も行っていきたいです。今後は、高齢者から子どもまで幅広く共存する理念に基づいて行う保育を考えています。

産業経済功労部門

日南商工会議所　名誉会頭

清水（しみず） 満雄（みつお）さん

（吾田地区）

昭和50年３月に日南商工会議所議員に就任後、昭和54年３月に常議員、平成16年11月に副会頭、平成18年４月に会頭に就任し、今日まで45年間の長きにわたって、市内中小企業の経営改善に尽力され、令和元年７月からは名誉会頭として、地元商工業の発展に大きく貢献されています。また、日南市中心市街地活性化協議会の会長として、立ち上げから計画実現に力を注がれました。さらに、東九州自動車道の早期整備についても粘り強く要望活動を続けられ、本市の都市基盤整備に大きく寄与されました。

清水さんのお話

東九州自動車道の早期整備については、先頭に立って約70万人の署名を集めるなど、約40年間、関係機関へ要望を続けてきました。また、中心市街地活性化についても旗揚げし「絶対にあきらめない」信条で基盤を築き、活動してきました。これからも日南市の活性化やまちづくりに取り組んでいきたいです。

地方自治功労部門

元 日南市消防団 団長

黒木（くろき） 新一（しんいち）さん

（東郷地区）

昭和44年４月、日南市消防団東郷分団に入団以来、約50年間、団務に精励し、消防団員の育成強化など、献身的に努力されました。また、永年の輝かしい実績と温厚誠実な性格が認められ、平成26年４月から令和２年３月まで消防団長を務められました。団員相互の融和と、団結を図り、規律訓練、操法訓練においても豊かな知識、技術を持って各団員の指導に尽力され、日南市の消防発展に寄与されました。

黒木さんのお話

自分だけの力ではなく、消防団を代表して表彰していただいたと思っています。これもご指導くださった先輩、そして幹部、団員、地域の皆さんの支えがあったおかげと、感謝に堪えません。今後は、消防団活動で培った知識と経験を生かし、少しでも地域の皆さんの安心・安全の手助けとなるよう、防災講話などを開催して、地域全体の防災意識の向上に努めていきたいです。

日南市公式LINE
市内企業の採用情報・UIJターン情報・市広報誌発行などをお知らせします。

観光にちなんの旅
イベントやグルメ、宿泊などの情報のほか、一般投稿フォトアルバムもあります。

日南市公式フェイスブック
日々の出来事や行事のお知らせ、市長・副市長の動きなどを紹介しています。

絆を深めて50年 10月13日

金婚式で長年の労をねぎらう

「いきいき合同金婚式」が開催され、今年で結婚50周年を迎える夫婦10組が参加しました。長年の労をねぎらい長寿を祝うために、市が参加者を募集し開催。式では、参加者同士の歓談、藤間稔樹さんの祝舞が披露され、お祝いムードを盛り上げていました。

「うそ電話詐欺」被害を防ぐ 10月８日

日南警察署と宮崎県警友会日南支部が協定締結

高齢者が被害者となることが多い「うそ電話詐欺」を防ごうと、日南警察署と退職警察職員団体の宮崎県警友会日南支部が「うそ電話詐欺被害防止に関する協定」を締結。宮崎県警友会による、高齢者宅の留守番電話設定や広報啓発活動などで被害防止につなげます。

北郷小中学校５年生 10月14日

稲刈り体験

北郷小中学校の５年生約30人が、育った稲穂の稲刈り体験をしました。この稲は、子どもたちが６月上旬に、実習田「輝田郷（きたごう）」で田植えをした稲で、JAはまゆう青年部の方から、かまの使い方などの指導をうけて作業を開始。汗をかきながら稲刈り作業に没頭していました。

令和２年度 10月８日

日南市体育協会表彰式・宮崎県生涯スポーツ功労者表彰式

日南市内におけるスポーツの健全なる普及振興に貢献した方へ日南市体育協会表彰式があり、功労の部で８人、優秀成績の部で１人が受賞しました。また、県生涯スポーツ功労を受賞された日南市の２人の方の表彰もあわせて行われました。

広げよう緑の大地 10月16日

みどりの少年団が募金活動

北郷みどりの少年団（北郷小中学校４年生）が、環境学習の一環で緑の募金キャラバンに参加。出発式での宣誓に続き市役所や市内スーパーで協力を呼びかけました。いただいた募金は、環境緑化や森林整備、少年団の活動支援などに大切に活用されます。

「とっとこマスクプロジェクト」 10月12日

宮大生がマスクを寄付

宮崎大学医学部看護学科の学生４人が、避難所における感染防止対策および流行拡大時における感染対策を目的に、不要となったマスクの寄付を募り自治体に贈呈する活動を、本市を含む３市町で取り組み、活動報告を兼ねてマスクの贈呈を本市に行いました。

Photo scrap in NICHINAN

アプリで まちのわだいを もっと見る！ AR
スマートフォンなどで無料アプリ「COCOAR2」を起動後「AR」マーク付きの写真にかざすと、詳しい記事や動画を見たり、イベントで撮影した写真を閲覧・保存したりすることもできます。
COCOAR2
アプリをおとして，かざすだけ。
iPhone/iPad/Android 対応（無料）
無料 FREE APP
※アプリケーションの利用は無料ですが、ダウンロードには別途通信料がかかります。

日南市の最高齢者は 9月24日

髙野正子さん106歳

崎田市長が日南市の最高齢者である髙野正子さん（106歳）を訪ね、長寿のお祝いの言葉を述べて、祝状や花束を贈呈。髙野さんは、市長と孫娘さんより花束を受け取り、「ありがとう」と明るくはっきりした口調で返事をされていました。

泰平踊本町組保存会 9月18日

飫肥中へ侍の衣装を寄贈

泰平踊本町組保存会が飫肥中学校へ「泰平踊り」の侍の衣装10着（総額約140万円相当）を寄贈。同校では、昨年より体育大会時の組体操に代わり泰平踊りに取り組んでおり、指導にあたる同保存会が伝統を受け継いでほしいという思いから寄付金を募り寄贈しました。

赤い羽根共同募金がスタート 10月１日

活動への協力を呼びかけ

10月１日から全国一斉に赤い羽根共同募金がスタートするのに伴い、日南市共同募金委員会が市へ募金活動の協力お願いと、厚生労働大臣および中央共同募金会会長のメッセージの伝達が行われました。赤い羽根共同募金の期間は、10月１日～翌年３月31日まで。

泰平踊 秋季定期公演を開催 9月22日

日南市観光協会主催で泰平踊秋季定期公演が飫肥城大手門前で開催され、日南市泰平踊本町組保存会（亀組）30人により踊りが披露されました。春季公演はコロナの影響で開催中止。約半年ぶりとなる踊りは、飫肥の街を訪れた人々を魅了していました。

きれいな飫肥の街に 高齢者と高校生が 10月７日

飫肥城周辺を奉仕作業

日南市シルバー人材センター会員70人と日南学園高校看護科１年生23人が、飫肥城周辺をボランティアで清掃しました。この活動は、例年、飫肥城下まつりが開催されるこの時期に行われており、美化活動とともに高齢者と高校生の交流の場にもなっています。

高齢者の交通事故を防ごう 9月23日

アカウミガメ制限運転宣誓認定式

高齢者の交通事故減少を目的に「アカウミガメ制限運転宣誓認定式」が行われました。これは、高齢ドライバーが運転に対する自主的な制限を設定し、市に宣誓書を提出。市が宣誓証書の交付をすることで制限運転を実施し、安全運転を推進するものです。

ARの種別 AR その他の写真 AR 詳しい記事 AR ホームページ AR 動画 アプリのダウンロードは上のQRコードを読み取るか、「COCOAR2」で検索してください。※一部対応していない機種もあります。

図書館だより
News from the library

開館時間 平日 9時～18時／土・日・祝 9時～17時
休館日 毎週月曜日、11月15日(日)
休館中の本の返却は、各館備え付けの返却ポストへ投函してください。

市立図書館 飫肥 ☎(25)0158／まなびピア図書館 ☎(22)5666／北郷図書館 ☎(55)2469／南郷図書館 ☎(64)0924

池澤夏樹=個人編集『日本文学全集』
角田光代、三浦しをん、森見登美彦など
平成の人気作家が現代語に翻訳！

図書館の日本文学全集が新しくなりました。分かりやすい文章とカラフルな装丁で新しいワクワク感が楽しめます。

国文祭・芸文祭みやざき2020 さきがけプログラム
小林達史・安藤宜晃 二人展
11月27日(金)～12月7日(月) 南郷図書館前・ロビー
宮崎の若手作家による絵画展を開催します。
ぜひご覧ください。

生彩
小林 達史（都城市出身）

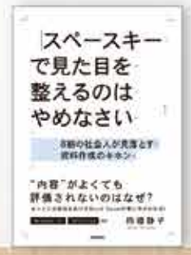
「枯」#1500
安藤 宜晃（宮崎市出身）

「旅する読書」100冊達成 おめでとうございます！
9・10月に達成されました♪
※五十音順に掲載しています。

甲斐 遥音さん　河野 圭吾さん　永井 凛乃さん
宮田 虹雫さん　吉元 翔太朗さん　渡野 真弥さん

新着おすすめ本

一般書
絵本のようにめくる 世界遺産の物語 New!
村山 秀太郎 監修
世界遺産の魅力を美しい写真と誰かに語りたくなる解説で紹介。絵本のように“見て読んで”楽しめる1冊です。



一般書
スペースキーで見た目を整えるのはやめなさい New!
四禮 静子 著
資料作成に必要な「美しさ」「スピード」「共有性」。これらを高めて効率よく仕事を進めるテクニックを紹介。

児童書
きみはスゴイぜ！ New!
マシュー・サイド 著
「スゴイ子」は何が違うのか？それは心の持ち方。自分に自信を持つ方法、効率の良い努力の仕方を教えます！

児童書
子うしのきんじろう New!
今西 乃子 作
黒毛和牛なのに金色の毛の仔牛。「肉は安全なのか、殺処分すべき」という声に対し、牛飼いのかあちゃんは…

『世界のともだち』シリーズ(偕成社)より

イベント情報
詳しくは、23ページをご覧ください。

12月 1日(火)	サンタさんへのお願いごと	市立図書館(飫肥)
12月 9日(水)	憩いの森	北郷図書館
12月10日(木)	羊毛フェルトでつくる おきあがりこぼし	まなびピア図書館

QUIZ!
クイズ みんなの言葉で「こんにちは」
韓国では、「アンニョンハセヨ」
ケニアでは、「ジャンボ」
ブラジルでは、「○○○」
答えは24ページ下

ワクワク体験したいけん！
市内のさまざまな“活動”を紹介するコーナーです。あなたも活動体験してみませんか？

優しい音色にうっとり 日南・レコードコンサートに 参加してきました！

真空管アンプにこだわったレコードコンサートがあると知り、早速、お邪魔することに。会場には、優しくて深みのある音色が響きわたり、観客を魅了していました。

第11回目となる今回のコンサートは、映画音楽が中心。来場者のリクエストに答える形で選曲された曲の解説や紹介があり、早速レコードコンサートがスタート。

このイベントは2017年からスタート。当初はレコード好きな仲間が集まり好きな曲を聴くつもりだったようですが、「今の音楽文化とは違う雰囲気を若い方にも味わってもらいたい」と、一般の人も参加できるスタイルになり、年1回の予定が、今は1～2カ月おきに開催しています。レコードに聞き入るうちに、真空管アンプから流れる曲と昔の思い出が重なり涙される方も。これまで参加された方の感想には「懐かしい映画音楽、好きな曲を聴くことができてうれしかった。コロナ禍の中、一服の清涼剤となった」と絶賛。真空管アンプの音は、深みがあり、部屋全体にふわりと包み込むような、とても心地よいものでした。アンプを変えることで、レコードの音も変わり曲の印象も変わると教えていただきました。

皆さんも、真空管アンプが奏でる音を聞いてみませんか。日頃の疲れも、優しい音色で癒されると思います。

【日南・レコードを楽しむ会からのお願い】
自宅で不要になったレコードなどがありましたら、ぜひ、ご提供ください。取りに伺います。
●問い合わせ
日南・レコードを楽しむ会 代表 関谷 ☎(67)5914

※第12回レコードコンサートの案内がP23に掲載してあります。

No.15

ケイトが紡ぐ 日米の輪

SNSの力

今年は、「日本に行くつもりだったけど、コロナのせいで行けなくなった」というセリフをアメリカや台湾にいる友人たちからよく聞きました。卒業旅行、留学、新婚旅行、出張など、来日する理由は皆それぞれでしたが、すべて中止になりました。友人たちは、皆残念がりましたが、日本に住んでいる私もすごく残念でした。今年は、アメリカにいる家族を南九州に連れて行ってあげようと考えていましたし、クリスマスには実家に戻りたかったのです。

最近は、どこにいても、孤独感を抱く人が普通より多いと思います。だからこそ、この新しい「コロナの時代」にSNSがあって本当に良かったと思います。

数か月前、私は「日南の魅力的な所を世界にもっと見せたい」と思いました。日南市には、英語と中国語で発信される観光情報があまりないと感じたからです。そこで、8月から、おそらく県内初となる外国人観光客向けのバイリンガルインスタグラム「explore.nichinan」を開始しました。嬉しいことに、記事を見た外国人から「今まで日南を知らなかったけど、コロナが収まったら、早く宮崎と日南に行きたい！」などのコメントが寄せられました。

日南のきれいな景色、美味しい名物、素敵なお店を外国人に見せられてとてもうれしいです。確かに、今年は友人や家族に会えず辛いです。でも、「日南市を旅行できるのが待ちきれない！」と聞くと、すごく元気が出て、こんな一年でも笑顔で乗り切られる気持ちになります。

EXPLORE.NICHINAN

動き出す 日南 It begins to move

「かんぽの宿日南」2月再開を目指して始動

かんぽの宿日南

昨年、営業を終了した「かんぽの宿日南」について、日南市はいったん施設を取得して、公募した事業者に貸し付ける形で、営業再開を目指す方針を出しました。

今後のスケジュール

令和２年度
- 10月中旬…市が日本郵政から施設を無償で借り受け
- 10月下旬…運営事業者の公募開始
- 12月中旬…運営事業者を決定し、施設の貸し付けを開始
- 12月下旬…選定された事業者負担で施設改修
- ２月初旬…営業再開

日本郵政は、日南市や宮崎県の要望に応えるためにホテルとしての営業再開を目指し、複数の運営事業者と交渉を続けてきました。しかし、コロナ禍で観光業をはじめとする経済の低迷などにより、交渉を断念せざるを得ませんでした。

市民からは、日帰り温泉やカープキャンプ受け入れ、避難場所など、再開を求める声が出ている状況があるため、市ができることは何かを検討した結果、市が運営事業者を公募し、市がいったん建物などを取得して、その事業者に貸し付ける形で、早期の営業再開を目指していくことになりました。

今後、日南市が施設の簿価である約１億2,000万円を基準とした額で、日本郵政から財産を取得する予定です。ただし、市は運営事業者が決定しない限り、施設などの資産を買い取ることはありません。

●問い合わせ　観光・スポーツ課　☎(27)3315

知っ得（しっとく）なっ

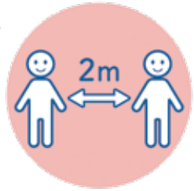
インフルエンザ予防接種費用を助成します

今年の冬は、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行が心配されます。

このため、インフルエンザ予防接種によって感染流行や重症化を防ぐために、65歳以上の高齢者などの定期接種対象者への助成に加え、厚生労働省が協力を呼び掛けている優先的な接種対象者である**『妊娠中の方や生後６カ月から小学校２年生までの子ども』を対象に令和２年度に限り**、季節性インフルエンザ予防接種費用の助成を行います。

皆さまへのお願い

- 感染防止の３つの基本である
  ①身体的距離の確保
  ②マスクの着用
  ③手洗い
  の徹底もお願いします。



- インフルエンザワクチンは重症化予防などの効果がある一方で、発病を必ず防ぐわけではなく、接種時の体調によって副反応が生じる場合があります。
  医師と相談の上、接種いただくとともに、接種後に体調に異変が生じた場合は医療機関ご相談いただくようお願いします。

ひと、くらし、みらいのために 厚生労働省 Ministry of Health Labour and Welfare

■対象者
日南市民であること（①②共通）
①妊娠中の方
②接種日に生後６カ月～小学校２年生

■助成額
個人負担1,400円（１回につき）を超える額
※医療機関で1,400円のみの支払いでOK（生活保護証明のある方は無料）

■実施期間
令和２年10月26日(月)～令和３年１月30日(土)
※対象者の方には、詳細を郵送で発送しています。

●問い合わせ　こども課　☎(31)1131

市長日記

日南市長 **﨑田恭平**

小村寿太郎生家など、市所有の飫肥地区歴史的建造物について、ＪＲ九州、共同事業体おびむすび隊ＪＶ（㈱狼煙・ＪＡＬ（日本航空㈱）・㈱奄美設計集団）の２事業者が、５施設の利活用を行うことが決定しました。民間投資で市有物件を利活用する政策は、全国的に珍しい手法です。建物の歴史的価値を損なわないよう、厳しい規制を設けたうえで、今後２年以内に改修工事に着手、または、利活用事業が行われる予定です。

この政策を考えた背景を説明しますと、歴史的建造物は、老朽化が進み莫大な修繕・維持管理費がかかることで、市の財政に大きな負担がのしかかっていたうえ、入館者数も年々減少していました。（飫肥の観光客が減ったわけではなく、歴史的建造物に入館する観光客が減ったというのが正確な表現です）

今回の政策では、改修も管理運営も民間団体の負担で行ってもらったうえに、市は賃料収入を得る内容となっています。（ただし最初の５年間は実質免除です）

飫肥地区歴史的建造物が、旅館や飲食店などに改修されれば、市の財政負担を抑えながら建物の維持・保存が可能となり、観光地としての魅力も向上し、観光客増加も見込めると考えています。今年４月にオープンした旧小鹿倉家の民間利活用例もあり、これからの飫肥は、大きく魅力溢れるまちに生まれ変わると確信しています。

次世代を担う日南市の子どもたちのためにも、持続可能な管理の仕組みを作り、同時に魅力向上につなげていくチャレンジを確たるものにしていきたいと思います。

飫肥のまち再興

５施設の利活用が決定!!
（小村寿太郎生家、旧高橋源次郎家、旧伊東伝左衛門家、旧山本猪平家、商家資料館）

投資予定額　１億円以上

日本を代表する日本航空（ＪＡＬ）などが構成する事業共同体やＪＲ九州という大企業が、宿泊施設やカフェ、ギャラリーなどとして利活用。

地元雇用や観光客の増加が見込める。

小さな一歩の積み重ねが いつか大きな一歩となる

「中学最後となる来年の夏の地区大会では、団体戦と個人戦で優勝したいです」と、目標を話してくれた日翔さん。ソフトテニス部に所属し、副キャプテンとして活動しています。

ソフトテニスを始めた小学生の頃は、自分に自信がなく、積極性もなかったようですが、中学生になって南那珂地区選抜メンバーに選出されると勢いづき、宮崎県の大会では団体で優勝。「ここで出会ったメンバーと共に練習し、試合を戦ったこと、さらには優勝という経験が自分自身を強く成長させ、自信を持てるきっかけとなりました。来夏の目標に向け、これからも努力し続けます」と笑顔で話していました。

将来の夢
人の役に立つ仕事

北郷小中学校 8年生 藤田（ふじた） 日翔（はると）さん

目指すは 100Mハードル全国大会出場

「走ることが楽しかった」小学２年生から始めた陸上について話してくれた美有さん。現在は、生徒会副会長を務めながら、陸上部に所属しハードル走を中心に活動しています。

陸上でハードル走を選んだきっかけは、小学生の時にオリンピックのハードル走をテレビで見て「かっこいい」と思ったから。負けず嫌いの性格が功を奏し、練習もまじめに取り組んだ結果、６年生時には全国大会に出場しました。中学生になっても、中総体県大会で優勝するなど活躍は続いています。今の目標は「100M ハードル走で県の標準記録を突破して、全国大会出場です」と意気込んでいました。

将来の夢
医療に関する仕事

吾田中学校 2年生 神保（じんぼ） 美有（みゆ）さん

頼られる人材を目指して奮闘中 会社を支える逸材に

株式会社宮元電設※で事務員として働く伶さん。学生時代は、巫女さんや飲食店でのアルバイトをしながら学費を捻出し、自力で高校を卒業した努力家です。現在は３人の子育てに励みながら、建設業経理事務士の資格取得を目指して、猛勉強中。「これからは、お世話になる会社のために様々な資格を取り、もっと頼られる人材になって会社に貢献したい」と話をしていました。

「休日は、家族で近隣の公園巡りをして、子どもとスキンシップを取るのが何よりの幸せな時間。家族との時間を大切にしながら、自分自身のスキルアップを目指して頑張っています」とニッコリ。

座右の銘
笑顔を絶やさず日々過ごす

宮元（みやもと） 伶（れい）さん
平成５年生 吾田地区
※日南市大字星倉1273番地１
☎(22)2140

優しい仲間や社長には感謝の気持ちでいっぱい これからも、孫の為にも漁師を頑張る

新堀水産※で、船員を務める信次さん。以前はマグロ船で長年漁師をしていたが、約 10 年前に現在の船へ。早朝４時には出港し、南郷大島付近の定置網漁で、南郷のブランド魚『めいつ美々鯵』や「寒ブリ」などの漁に励んでいます。近年体調を崩し、漁を続けられないと心配したこともありましたが、優しい仲間の助けもあり、漁師を続けています。「雇い続けてくれる社長には、感謝の気持ちしかない」と話してくれました。

休みの日は、「４歳と10カ月の２人の孫と遊ぶのが楽しみ、孫の為にもまだまだ頑張る」と笑顔を見せていました。

座右の銘
感謝の気持ちを忘れない

川口（かわぐち） 信次（しんじ）さん
昭和37年生 油津地区
※南郷町中村乙4614-3
☎(64)0058

生　活　敷地内漏水にご注意を

毎月１回、水道メーターを検針し、検針結果を「ご使用水量等のお知らせ」でお知らせしています。お知らせの備考欄に【漏水の可能性があります】と記載がある場合は、メーターの確認をお願いします。

■メーターの確認方法

水道を使用していない状態で、メーター内にある銀色のパイロットが回転していると漏水です。

なお、漏水の場合には、市指定の水道業者に修理をお願いしてください。

ご使用水量等のお知らせ

■長期間、水道を使用しないときは

長期的に水道を使用しない場合でも、契約期間中は基本料金をお支払いいただくことになります。

転居などにより長期間、水道を使用しない場合には、契約中止のご連絡をお願いします。

●問い合わせ　本庁水道課　営業係　☎(31)1149

国民年金　ご存知ですか 死亡後の年金の手続き

国民年金や厚生年金、共済組合に加入されている方、または年金を受給されている方（配偶者や父母など）が亡くなられた場合、遺族の方にさまざまな年金の手続きが発生します。

①【未支給年金】

年金を受けている方が亡くなった場合に、まだ振り込まれていない年金や、亡くなった日より後に振り込まれた年金のうち、亡くなった月分までの年金については、未支給年金としてその方と生計を同じくしていた遺族が受け取ることができます。

②【遺族基礎年金】

国民年金または厚生年金保険に加入中の方、もしくは加入したことのある方（受給資格期間25年以上）が亡くなったときに、その方によって生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」が受け取ることができます。（子は18歳になった年度の末日までの間にあるか、または20歳未満で１級・２級の障害のある人に限られます）

③【遺族厚生年金】

厚生年金に加入中の方または受給者であった方（受給資格期間25年以上ある方）が亡くなった場合、その方に生計を維持されていた遺族（配偶者・父母など）が受け取ることができます。

④【死亡一時金】

国民年金保険料を納めた月数が36月以上ある方が、老齢基礎年金・障害基礎年金を受けないまま亡くなった時、その方と生計を同じくしていた遺族に支給されます。

■その他　①～④の年金は全ての遺族が対象になるわけではありません。詳しくは下記までお問い合わせください。また、これらの年金は全て相続財産にはなりません。相続放棄をされた方でも受け取ることができる可能性があります。

●手続・問い合わせ
本庁市民課　年金係　☎(31)1127
北郷町地域振興センター　住民係　☎(55)2111
南郷町地域振興センター　住民係　☎(64)1111
宮崎年金事務所　☎0985(52)2111

消　防　市内のコンビニ全店舗（24時間営業のみ）にAEDを設置しています

各店舗の協力によりＡＥＤを設置しています。誰でも24時間・365日使用可能です。

※緊急時は、コンビニ店員からＡＥＤを借り、使用してください。操作は、借用者本人にしていただきます。

●問い合わせ
消防本部　警防課
☎(23)7584

税　金

新型コロナウイルスにより、納税が困難な方へ

新型コロナウイルスの影響を受け、一定以上の収入が減った場合には、徴収（納税）の猶予を受けられることがあります。申請が受理された場合、各納期から、最大で１年間、延滞金が加算されず、督促もされません。

■対象となる方　令和２年２月以降の任意の期間（１カ月以上）において、事業や給与などに係る収入が、前年同期と比べて20％以上減少しており、税目ごとの納付期限までに、納税することが困難な方。

●問い合わせ　本庁税務課　納税管理係　☎(31)1122

農　業

農地法許可申請などの受付日

令和２年12月の農地法許可申請受付期間は、次のとおりです。

■受付期間
12月７日（月）～12月11日（金）

■受付場所　農業委員会

●問い合わせ　本庁農政課　農業委員会係　☎(31)1148

こども

令和３年度 保育所（園）・認定こども園入所申込

令和３年４月から入所を希望される方は、新規・継続を問わず期日までにお申込みください。

■受付期間
11月11日（水）～12月11日（金）
※日・祝日を除く

■申込方法　各保育施設で配布する申込用紙に記入の上、第１希望の保育施設に申し込んでください。

■その他
※申込多数の場合は、希望の施設に入所できない場合があります。
※期間終了後は本庁こども課または各地域振興センター窓口にて、追加申し込みしてください。

●問い合わせ
本庁こども課　こども保育係
☎(31)1131

生　活

年末・年始のごみの搬入 ～クリーンセンターからのお願い～

クリーンセンターは、年末が、12月30日（水）まで、年始は、１月４日（月）からです。年末は、大掃除などで車両持ち込みが増え、大変混雑いたしますので、早めの取り掛かりと持ち込みをお願いします。

●問い合わせ
美化推進課　美化推進係
☎(27)0255

健　康

インフルエンザ流行期も入院患者への面会を制限します

南那珂地区の公立病院では、新型コロナウイルス感染症予防のため、今年春から入院患者様への面会制限を継続しています。仮に、新型コロナウイルス感染症が収まってもインフルエンザの流行期は面会制限を行います。対応の詳細は、各病院で異なりますので、面会の際は各病院にお問い合わせの上、ご来院いただきますようお願いいたします。市民の皆さまも外出後など、まめに手洗いとうがいをして感染予防に努めましょう。

また、発熱で来院される場合は、事前にお電話で相談し、来院していただきますようお願いします。

●問い合わせ
南那珂地区３公立病院感染連携ネットワーク
宮崎県立日南病院　担当：谷口
☎(23)3111
日南市立中部病院　担当：金本
☎(27)1111
串間市民病院　担当：濱元
☎(72)1234

福　祉

まるごと福祉相談窓口

ひきこもり、DV被害、生活困窮、子育てなどの相談をLINE、メール、電話でお受けしています。秘密は固く守ります。

●問い合わせ
本庁福祉課　まるごと福祉相談窓口　☎(31)1163
Eメール
f-kanri@city.nichinan.lg.jp
日南市まるふく相談LINE→

ひきこもりに関する家族の集い

同じ悩み事を持つ家族同士が、つらい気持ちや不安を共有することで、孤立した状態から解放され、まずは家族が回復することを目的とした相談を行っています。（匿名参加可）

■開催日時
毎月第３土曜日　13時30分～

■場所　まなびピア　2階会議室

●問い合わせ　会代表　渡邊
☎090(1098)1403

消　防

救急車の適正利用をお願いします

限りある救急車は、本当に必要としている人のために！

救急車の適時・適正な利用にご協力ください。

●問い合わせ
消防本部　警防課　☎(23)7584

行　政　市有地の売却

日南市では、下記市有地を先着順で売却します。

■物件の表示

- **南郷市有地**
  （土地）南郷町中村字尾崎乙7051番571
  地目：雑種地／面積：127㎡（38.48坪）
- **つわぶき荘跡地**
  （土地）日南市春日町14番３
  地目：宅地／面積：689.07㎡（208.80坪）
- **妙満寺住宅跡地**
  （土地）日南市北郷町郷之原字妙満寺乙4464番８
  地目：宅地／面積：445.99㎡（135.14坪）
- **旧田平団地移住促進住宅（土地及び建物）**
  （土地）日南市北郷町郷之原字田平乙3980番24
  地目：宅地／面積：296.52㎡（89.85坪）
  （建物）日南市北郷町郷之原字田平　乙3980番地24
  家屋番号：乙3980番24 ／種類：居宅／構造：木造セメント瓦葺平家建／床面積：90.25㎡

※市のホームページで、物件調書がご覧いただけます。

■売却価格

○南郷市有地　643,635円
○つわぶき荘跡地　21,134,760円
○妙満寺住宅跡地　3,128,300円
○旧田平団地移住促進住宅　2,760,000円

■申込期間　随時

下記のものをご用意のうえ、財産マネジメント課財産経営係で手続きを行ってください。

①印鑑（認印可、シャチハタは不可）
②住民票抄本（個人の場合）・法人登記簿謄本（法人の場合）
③市税完納証明書（税務課にて発行）
④市有財産購入申込書
（市ホームページでダウンロードするか、財産マネジメント課で配布しています）

■土地代金納入期限　契約日を含めて10日以内

■物件の引渡し　代金完納後、速やかに引渡しとなります。

■その他

申込前に必ず、物件調書により詳細をご確認ください。建物について、室内の確認をご希望の方は、財産マネジメント課までご連絡ください。

●問い合わせ
本庁財産マネジメント課　財産経営係　☎(27)3151

消　防　新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う救急隊の服装にご理解をお願いします

消防本部では、救急体制を維持するために、発熱や呼吸器症状のある方の救急要請時には、下記のような感染防護服を着用して出動する場合がありますので、市民の皆さまには次のことについてご理解とご協力をお願いします。

感染防護服

- 救急隊員が左のような防護服を着用しているからといって、すべて新型コロナウイルスに感染している傷病者への対応をしているわけではありません。
- 救急隊員が救急車の消毒作業を行っていても、すべて新型コロナウイルス感染症に感染している傷病者を搬送したわけではありません。
- 傷病者の方やご家族を誹謗中傷したり、近隣住民の不安をあおったりなどの正確でない情報の発信はやめましょう。
- 救急隊員が防護服を着用しているからといって、現場活動の写真・動画撮影やSNSなどによる情報の発信・拡散することはやめましょう。

●問い合わせ
消防本部　警防課　☎(23)7584

健　康　子宮頸がん検診（要予約）

今年度最後の子宮頸がん検診を下記の日程で実施します。まだ受診がお済みでない方や、新たに検診を希望される方は健康増進課までご連絡ください。定員になり次第受付を終了します。

月　日	会　場	受付時間
12月16日（水）（要予約）	日南保健所	13時～14時

■対象者　20歳以上の女性
（２年に１回の検診です。令和元年度に受診された方は受けることができません）

■持っていくもの　受診票、検診料金、健康手帳

●申込・問い合わせ
本庁健康増進課　☎(31)1129

健　康　特定健診を受けましょう

■実施期間　12月28日（月）まで

■対象者

①特定健診　40～74歳の日南市国保加入者
②若年者健診　令和２年度35歳になる日南市国保加入者
③後期高齢者健診　日南市に住民票のある後期高齢者医療保険加入者（年齢は令和３年３月31日現在）

※受診券を紛失された方は再発行しますので、ご連絡ください。

■健診内容

血液検査（血糖・脂質・肝機能・腎機能）、尿検査、身長・体重・血圧・腹囲測定、診察、心電図など
※腹囲測定・心電図検査は特定健診、若年者健診のみ

■健診料金　1,300円（後期高齢者健診は無料）

■持っていく物　保険証、受診券、健診料金（特定・若年者のみ）

■その他

公民館などでの集団健診も11月～12月に市内６会場で実施します。（各会場定員あり・要予約）

日程は、市広報誌10月15日号をご覧になるか、お問い合わせください。

●問い合わせ　本庁健康増進課　☎(31)1129

■実施場所　個別健診指定医療機関　※健診曜日や受付時間などは、各医療機関で異なります。直接ご確認ください。

愛泉会日南病院	☎(23)3131
あげた内科クリニック	☎(21)2311
井手胃腸科・肛門科	☎(32)0811
産科・婦人科うちむらクリニック	☎(32)1230
大井外科医院	☎(25)2100
おび中央病院	☎(25)2525
かわにし脳神経外科	☎(27)3330
河野医院	☎(23)4155
北村胃腸科眼科	☎(23)0086
きよひで内科クリニック	☎(22)5111
小玉共立外科	☎(24)0777

島田内科胃腸科	☎(23)2233
戸倉医院	☎(23)1700
春光会記念病院	☎(22)2324
シロアム内科医院	☎(23)2187
にちなんファミリークリニック	☎(55)1121
藤浦循環器科内科クリニック	☎(23)3188
山口内科クリニック	☎(31)1081
山元クリニック	☎(22)2552
山元病院	☎(23)4815
日南市立中部病院	☎(27)1111
新木医院	☎(55)4101

長友医院	☎(55)3522
猿渡医院	☎(64)2225
百瀬病院	☎(64)0305
県南病院	☎(72)0224
とめのファミリークリニック	☎(76)1425
吾社クリニック	☎(71)3411
にいな内科・循環器科	☎(71)1711
英医院	☎(74)1187
ゆうゆうの森クリニック	☎(55)9111
串間中央クリニック	☎(27)3181
串間市民病院	☎(72)1234
串間市市木診療所	☎(77)0349

募　集

日南の防災を考えてみませんか

「NPO法人ひむか日南」が主催となり、防災研究家　井ノ上義昭氏を迎えて、過去におきた災害について振り返ります。日南の海岸・河川周辺を考察し、自分にできること、自分たちで考えて行動することの大切さを学びます。（この事業は、市のNPOパートナー助成金事業を活用し、実施するものです）

■日時・場所

- 第１回目
  12月６日（日）　13時30分～15時
  まなびピア（第1・第2会議室）
- 第２回目
  １月17日（日）　13時30分～15時
  赤レンガ館（多目的交流スペース）

■定員　30人

■対象者　どなたでも参加できます。

■参加料　無料

■申込締切　12月５日（土）（先着順）

■申込方法　電話

■その他　ご来場の際は、必ずマスク着用をお願いします。

●申込・問い合わせ
ＮＰＯ法人ひむか日南　事務局
河野（こうの）　☎080(8374)0668

令和２年度 ＮＰＯパートナー助成金事業（再募集）

市民活動団体などが行う公益的な事業を、市も協働して取り組み、一部経費を助成します。

■募集期間　12月25日（金）まで

■補助額　１事業あたり最大10万円（補助対象経費の100％）

※令和２年度中に事業完了のできる事業に限ります。

※補助対象経費の例：講師の謝礼・交通費、チラシの作成費、郵送料、会場使用料など

■申込方法

地域自治課にて配布する申請書に、必要事項を記入していただき、地域自治課協働係又は創客創人センターまでご持参ください。要綱・申請書などにつきましては、市ホームページからもダウンロードできます。

■その他

本補助事業は、予算の範囲を超えた時点で終了となります。

●問い合わせ　本庁地域自治課　協働係　☎(31)1118

募　集

日南市健康づくり実践優良団体を表彰します
～健康寿命延伸事業～

市民の自主的な健康づくりや生活習慣病の予防を推進するため、積極的に健康づくり活動を実践している団体・グループを表彰します。ぜひ、ご応募ください。

■対象となる活動

【運動分野】

ラジオ体操、ウオーキング、その他健康づくりのための運動活動

【食生活分野】

朝食摂取・野菜摂取のための推進活動、子どもクッキング、生活習慣病のための料理教室、その他食生活における健康管理活動

■応募要件

- 市内在住であるおおむね20歳以上の方が７人以上所属している団体・グループで、活動拠点が市内であること。
- 活動継続期間が、令和２年４月１日現在、３年以上であること。
- 健康づくりを主目的に、年間を通じて活動し、今後も活動を継続すること。
- 行政への参加や協力がある、または見込めること。

※ただし、次の要件に該当する団体・グループは対象ではありません。

- 市から補助金の交付を受けている。
- 競技を主目的としている。
- 政治･宗教･営利を目的としている。
- その他、表彰することが不適当と認められる場合。

■応募方法

本庁健康増進課、北郷町・南郷町地域振興センター住民係で配布する応募用紙に必要事項を記入の上、郵送またはファクスか直接お持ちください。

※応募用紙は市公式ホームページからもダウンロードできます。

■応募期間 11月16日（月）～ 12月４日（金）

■表彰

【団体数】

運動分野、食生活分野　各１団体

【賞品】

表彰状と１万円相当の副賞

【表彰日】

令和３年３月13日（土）「地域医療を学ぶ市民公開講座」内で表彰予定

●申込・問い合わせ　**本庁健康増進課**
☎(31)1129　FAX(31)1966
〒887-8585　日南市中央通1-1-1

イベント　南郷大島ミュージアム

第35回国民文化祭・みやざき2020、第20回全国障害者芸術・文化祭みやざき大会さきがけプログラム“南郷大島ミュージアム”を開催中。ご家族、ご友人お誘いの上、ぜひ、お越しください。

■日時 12月６日（日）まで

■会場 南郷町大島及び目井津港周辺

■内容

①県内のアーティストが制作したアート作品の展示（アート基地）
②南郷地区の小中学生が制作した作品の展示（飫肥石アート）
③「秘密基地」の展示　④あけぼの号の「アート船」
⑤大島古写真館
⑥アーティストによるワークショップなどのイベント　など

■その他

※期間中、イベント実施などにより混雑が予想される日があります。詳細は、市ＨＰをご覧ください。
※「南郷大島ミュージアム」については、屋外でのイベントですが、開催にあたっては、新型コロナウイルス感染症対策を十分にとり開催します。ただし、新型コロナウイルス感染症の状況により、変更になる場合があります。

●問い合わせ　**第35回国民文化祭、第20回全国障害者芸術・文化祭日南市実行委員会事務局（日南市教育委員会生涯学習課）　☎(31)1145**

イベント

小村寿太郎侯顕彰展

「小村寿太郎侯とポーツマス」と題し、日本の外交官として、明治の新しい国づくりに貢献した小村寿太郎侯のアメリカでの軌跡をたどります。

■期間
11月19日（木）～ 30日（月）
９時～ 16時30分
※期間中は、休館せずに開催します。

■場所 小村記念館　小会議室

■入館料
顕彰展のみの観覧は無料
※常設展の見学は入館料が必要です。

●問い合わせ
小村記念館　☎(25)1905

日南こども食堂

■日時 11月28日（土）
11時30分～ 13時30分

■場所 九州電力日南営業所コミュニティースペース

■対象者 市内どなたでも利用可能。
※風邪症状のある方はご遠慮ください。

■費用 無料（事前申込不要）

■その他

- 提供できる食事が無くなり次第終了となります。
- 会員やボランティアを随時募集中。興味のある方は、ご連絡ください。
- 会への寄付金や食材提供も受け付けています。
  銀行名：宮崎銀行　油津支店
  種別：普通　**口座**：198801
  名義：NPO法人日南こども食堂　理事長　佐藤泰信

●問い合わせ
NPO法人日南こども食堂（理事長：佐藤）　☎080(6402)0894

第12回 日南・レコードコンサート

今年最後のレコード・コンサートです。カラヤン指揮の「ベートーヴェン交響曲第９番４楽章」や辻井伸行の「ラ・カンパネラ」などを手作りの真空管アンプの音で聴いてみませんか。

■日時
12月５日（土）　開場13時
開演　13時30分～ 15時30分

■場所 まなびピア２階　視聴覚室

■内容
第一部　クラシック（90分）
第二部　童謡（20分）

■定員 先着40人（予約制）

■申込期限 12月４日（金）

■参加料 無料（マスク着用・手洗いをお願いします）

●申込・問い合わせ
日南・レコードを楽しむ会　関谷
☎(67)5914

消　防

「まさか!」の火事
火災警報器で、助かる命があります

あなたの家は大丈夫？

住宅用火災警報器 交換のおすすめ
10年たったら、とりカエル。

連動型のイメージ

連動型の住宅用火災警報器が安心です。

●問い合わせ
消防本部　予防課　☎(23)7584

図書館イベント

「憩いの森」

今月は音読です。

■日時 12月９日（水）　10時～ 11時

■場所 北郷図書館

■申込 不要

■費用 無料

■対象・定員 成人・５人

●問い合わせ
北郷図書館　☎(55)2469

「サンタさんへのお願いごと」

星やブーツ形の紙にお願いごとを書こう。

■日時
12月１日（火）～12月23日（水）

■場所 日南市立図書館（飫肥）

■対象・定員 なし

■申込 不要

■費用 無料

●問い合わせ　**日南市立図書館（飫肥）　☎(25)0158**

「羊毛フェルトでつくるおきあがりこぼし」

ちいさなかわいいおきあがりこぼし。プレゼントにもどうぞ。

■日時
12月10日（木）　14時～ 16時

■場所 まなびピア　工作室

■対象・定員 成人・３人

■申込方法
お近くの図書館内の申込用紙に記入して、カウンターに提出してください。

■申込期限 12月６日（日）

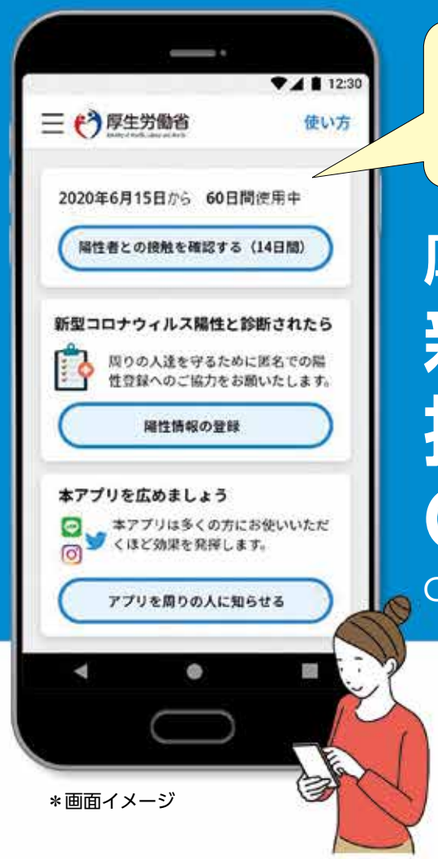
■費用 300円（材料費）

■持ってくるもの
羊毛フェルト用ニードル、汚れてよいタオル

●問い合わせ
まなびピア図書館
☎(22)5666

令和２年11月４日現在

新型コロナウイルス接触確認アプリのインストールをおねがいします



＊画面イメージ

自分をまもり、大切な人をまもり、地域と社会をまもるために、接触確認アプリをインストールしましょう。

厚生労働省
新型コロナウイルス接触確認アプリ
COCOA

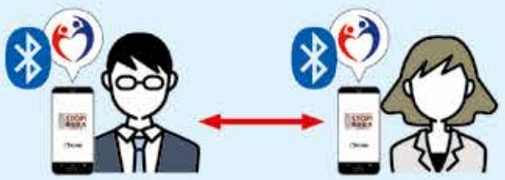
COVID-19 Contact Confirming Application

COCOAは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。

○本アプリは、利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（ブルートゥース）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができるアプリです。

○利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることが期待されます。

1メートル以内、15分以上の接触した可能性



・接触に関する記録は、端末の中だけで管理し、外にはでません。
・どこで、いつ、誰と接触したのかは、互いにわかりません。
※端末の中のみで接触の情報（ランダムな符号）を記録します。
※記録は14日経過後に無効となります。
※連絡先、位置情報など個人が特定される情報は記録しません。
※ブルートゥースをオフにすると情報を記録しません。

iphoneの方はこちら　App Store からダウンロード

Androidの方はこちら　Google Play で手に入れよう

詳しくはこちら　厚生労働省 ウェブサイト

●問い合わせ　本庁健康増進課　地域医療対策室　☎(31)1129

秘密は守られますのでお気軽にご相談を **無料相談案内**

消費生活相談

■相談対象
　商品やサービスの契約などの際に、個人と事業者間に起こるさまざまなトラブル（送りつけ商法、点検商法、インターネットショッピングのトラブルなど）の消費生活に関する相談
■日時
月曜日～金曜日（祝日は除く）
9時～ 12時、13時～ 16時
■場所
ふれあい健やかセンター２階
地域自治課　市民生活係内
●問い合わせ
日南串間消費生活センター
☎(23)4390
消費者ホットライン
☎188（イヤヤ）

行政相談

■相談対象
　毎日の暮らしの中で、行政に対する意見や要望などはありませんか。
■日時・場所
12月４日（金）　10時～ 12時
　南郷ハートフルセンター
　小研修室（生涯学習館）
12月８日（火）　10時～ 12時
　・北郷福祉センター
　・文化センター　第１多目的室
■相談委員　行政相談委員
●問い合わせ
本庁地域自治課　市民生活係
☎(31)1176

人権相談

■相談対象
　いじめや、家庭問題、嫌がらせなど、人権上の問題でお困りの方はいませんか。
■日時・場所
12月８日（火）　10時～ 15時
　南郷ハートフルセンター
12月９日（水）　10時～ 15時
　まなびピア
12月10日（木）　10時～ 15時
　北郷福祉センター
■相談委員　人権擁護委員
■その他　宮崎地方法務局日南支局でも、常時相談室を設置し、相談に応じています。☎(25) 9125
●問い合わせ
本庁地域自治課　市民生活係
☎(31)1176

司法書士会による無料法律相談会

■相談対象
　不動産・商業登記、多重債務問題、成年後見など
■日時　12月２日（水）
17時30分～ 19時30分
■場所　まなびピア　２階会議室
■相談員　司法書士２人
●申込・問い合わせ
司法書士会日南支部（立山）
☎080(1725)2391
※相談内容は事前にご確認の上、前日までに予約をお願いします。
（予約時間：平日10時～ 16時）

遺言などの無料相談

■相談対象
　遺言、相続、高齢者などの財産管理、離婚時の契約など
■日時
12月６日（日）　８時～ 12時
■場所
日南公証役場（日南市戸高1-3-2）
■申込方法
事前に電話で申し込んでください。
（予約時間：平日8時30分～ 17時）
※相談は、平日も無料です。お気軽に電話予約をしてお越しください。
●申込・問い合わせ
日南公証役場　☎(23)5430

厚生年金相談

■相談対象
　老齢、障害、遺族などの年金請求および相談
■日時・場所
12月24日（木）　10時～
市役所　別館２階会議室
■予約方法
　宮崎年金事務所（お客様相談室）に電話で申し込んでください。
■予約受付期間
11月24日（火）～ 12月21日（月）
※基礎年金番号または年金証書を準備して、希望の時間や相談内容をお伝えください。
●予約・問い合わせ
宮崎年金事務所（お客様相談室）
☎0985(52)2111
事前予約をお願いします。

にちなん大好き　PVチャンネル　日南市役所 好きぃ部
QRコードを読み取ってアクセスするか、動画配信サイトYouTubeで「好きぃ」と検索すると、動画広報をお楽しみいただけます。
最新動画のご紹介
「南郷大島ミュージアム・アート基地への誘い♥」
（日南市役所 好きぃ～部 265）

13ページの答え：ポルトガル語で「ola（オラー）」『世界のともだち』シリーズ（偕成社）より

昭和37年度～53年度生まれの男性の皆さんへ

無料で受けられます！
風しんの抗体検査・予防接種

こどもや かわいい孫の ためにぜひ 受けましょう!

昨年度より３年間に限り（令和４年３月31日まで）成人男性を対象に風しんの抗体検査および予防接種が開始されています。対象者の方へは、封筒およびハガキでご案内しています。この世代の方は風しんの予防接種を受ける機会のなかった方ですので、あなた自身と、これから生まれてくる世代の子どもや孫を守るため、風しんの抗体検査と予防接種にご協力ください。

対象者：昭和37年４月２日～昭和54年４月１日生まれの男性

風しん抗体検査および予防接種の流れ

1. **クーポン券を準備する**
   ※クーポン券がない場合は、健康増進課までお電話ください。郵送いたします。
2. **医療機関へ電話予約**
   受診できる医療機関は、封筒の一覧表でご確認ください。
3. **医療機関で抗体検査を受ける**
   抗体検査の結果、必要な方は予防接種を受けてください。

◆対象者の方へお知らせ◆

今年度封筒が届いた方
（S37.4.2～S47.4.1生まれ）
同封の無料クーポン券で受診してください。
※クーポン券がない場合は、健康増進課までお電話ください。郵送いたします。

案内の封筒（見本）

今年度ハガキが届いた方
（S47.4.2～S54.4.1生まれ）
新しい無料クーポン券を郵送します。健康増進課までお電話ください。
※昨年度発行したクーポン券は有効期限切れのため使用できません。

案内のハガキ（見本）

●問い合わせ　健康増進課　☎(31)1129

防災・気象メールにちなん

防災・気象情報をメールで配信中。
登録は右記QRコードから。

●問い合わせ
本庁総務・危機管理課
危機管理係　☎(31)1125

パソコン スマートフォン　フィーチャーフォン（ガラケー）

まちのうごき

現在、国勢調査の集計中のため、しばらくの間お休みします。集計結果が公表される来年６月頃から再開します。

急な病気で困ったとき、ご利用ください

日南市初期夜間急病センター
☎(23)9999

診療科目	診療日	診療時間
内科	毎日	19時～22時
小児科	日曜日・祝日 年末年始	

急な病気で困ったら…
救急医療電話相談
☎(31)1111
24時間対応
医師や看護師が医療相談に応じます。

※日曜日・祝日は、６カ月未満児の対応もできます。
※平日は、６カ月未満児の対応はできません（かかりつけ医にご相談ください）。
※発熱がある場合は、事前に電話での連絡をお願いします。

広告

一般葬・家族葬まで
真心こめて 安心ご葬儀
日南葬祭

シンプル プラン **56万円**（税別）（会員様価格）

基本セット
- 会葬礼状（30名様分）
- 会葬品1,100円（30名様分）
- 出立て膳（15名様分）
- 法事膳（15名様分）
- 祭壇一式
- お棺
- ご安置準備料
- ご遺影写真
- 骨壷・位牌セット
- 葬儀資材・運営料
- 受付セット
- お泊りセット
- ドライアイス
- 納棺セット
- 霊柩車

家族葬24万円～
家族や親しい人を中心とした少人数でのお葬式

事前相談
お客様のご希望・ご予算に合わせ最適なプランをご提案します。

わかりやすい料金
ご提示する金額はご葬儀に必要な内容が全て含まれております。ご希望を伺いながら明確な料金をご提示いたします。

まずはお気軽にお電話ください
㈱日南葬祭
(0987)23-4100
日南市吾田東10-4-10
FAX:(0987)23-4114

駐車場完備 90台

日曜・祝日在宅当番医

2020年 12月

※変更になる場合がありますので、確認には テレホンサービス☎(23)9999をご利用ください。
※発熱がある場合は、受診する医療機関に事前に電話での連絡をお願いします。

日付	医療機関	
6日（日）	山元病院（内科）	☎(23)4815
	北村胃腸科眼科（内・胃・眼科）	☎(23)0086
	のだ小児科医院【串間】（小・アレ）	☎(71)1112
13日（日）	山元クリニック（内科）	☎(22)2552
	松田整形外科医院（整形外科）	☎(23)1151
	英医院【串間】（内科）	☎(74)1187
20日（日）	山口内科クリニック（内科）	☎(31)1081
	小玉共立外科（外科）	☎(24)0777
	にいな内科・循環器科【串間】（内・循・呼）	☎(71)1711
27日（日）	おび中央病院（内科）	☎(25)2525
	新木医院（内科）	☎(55)4101
	岡村クリニック【串間】（整形外科）	☎(72)7710
31日（木）	山口内科クリニック（内科）	☎(31)1081
	長友医院（胃腸内科・外科）	☎(55)3522
	吾社クリニック【串間】（内科）	☎(71)3411

日曜・祝日当番薬局

2020年 12月

※この当番制は、院外処方せんで発行された場合に対応するものです。

日付	開局薬局	
6日（日）	あい薬局	☎(31)1611
13日（日）	ひらの薬局	☎(31)1280
	おおつか調剤薬局【串間】	☎(74)1312
20日（日）	ほしくら薬局	☎(31)1044
	おおた薬局	☎(22)5006
	あがた東薬局	☎(21)1536
	岩本調剤薬局天神橋店【串間】	☎(72)7220
27日（日）	平部薬局	☎(25)1666
31日（木）	ほしくら薬局	☎(31)1044
	おおた薬局	☎(22)5006

旬の味覚をご紹介
今が旬

Let's cook

エネルギー 104kcal 1人分

カリカリ れんこん

切り取っていただき、お買い物や献立作成にお役立てください。

食材　れんこん

栄養・特徴
れんこんにはビタミンCが含まれ、免疫力アップに役立ちます。

1人分の栄養成分
- たんぱく質　1.8g
- 脂質　3.2g
- 炭水化物　15.7g
- 食塩相当量　0.8g

材料　4人分
- **れんこん**……240ｇ
- **薄力粉**……大さじ２
- **ごま油**……大さじ１
- **みりん**……大さじ１　A
- **酒**……大さじ１　A
- **砂糖**……小さじ１／２　A
- **濃口しょうゆ**…大さじ１　A

作り方
1. れんこんは縦半分に切り、切り口を下にして７㎜幅に切る。
2. 袋に1と薄力粉を入れてまぶす。
3. フライパンにごま油を熱し、2を入れて２～３分転がしながら中火で炒める。
4. Aを加えて混ぜながらからめる。

れんこんのビタミンCはでんぷん質で守られているため、加熱しても壊れにくいです。

オススメポイント

食生活改善推進員（左から）
佐藤さん　福田さん
食生活改善推進員は、地域で料理教室や食生活改善活動をボランティアで実施しています。

食品に含まれる食塩量
インスタントラーメン（１食分）
食塩相当量 5.1ｇ

1日の食塩摂取目標量　男性 7.5g未満　女性 6.5g未満　高血圧の方 6.0g未満

広告

安心と信頼の家造り
リフォーム・注文住宅
安心できる家づくりのために欠かせない地盤チェック。忠建では「品質」「健康」「財産」の３つの視点でお客様の大切な土地の地盤を守ります。

まずはお問合せください!
忠建（ちゅうけん）
TEL:090-4981-9745
〒889-2402 宮崎県日南市北郷町郷之原乙2012-2
固定電話 0987-55-2634
営業時間 7:00～22:00
忠建 日南　検索

忠建（ちゅうけん）
注文住宅
住宅リフォーム
耐震改修

令和2年11月15日発行 November 2020 No.140
■発行・編集 宮崎県日南市総合政策部 秘書広報課 広報広聴係
☎0987-31-1117 http://www.city.nichinan.lg.jp/
印刷：(株)新生社印刷日南支店

(写真左)中尾(なかお) 朱芭(あげは)ちゃん(1歳)
(写真右) 美斗(あいと)くん(6カ月)
父:裕哉さん、母:朱里さん(北郷)

前川(まえかわ) 丈耀(たける)くん(9カ月)
父:陽祐さん、母:友未さん(大阪府)

濱畑(はまはた) くるみちゃん(8カ月)
父:大智さん、母:杏公さん(南郷)

(写真右)山口(やまぐち) 瑛士(えいと)くん(2歳)
(写真左) 紬葵(つむぎ)ちゃん(11カ月)
父:幸伸さん、母:教恵さん(串間市)

うちの宝 まちの宝

皆さまからの投稿をお待ちしています

濵田(はまだ) 悠慎(ゆうしん)くん(8カ月)
父:嵐丸さん、母:彩華さん(吾田)

武田(たけだ) 陽菜乃(ひなの)ちゃん(11カ月)
父:修一さん、母:明美さん(飫肥)

平(たいら) 悠人(ゆうじん)くん(9カ月)
父:勝之さん、母:あゆみさん(南郷)

「うちの宝 まちの宝」では、未就学児のお子さんの写真を募集しています。お子さんの名前と保護者名、生年月日、住所(自治会名)、電話番号、コメント(30文字以内)を記入して、お子さんの写真を一緒に送付してください(Eメール可)。

秘書広報課 広報広聴係
〒887-8585 日南市中央通 1-1-1
☎(31)1117 FAX(31)1190
E-mail：hishokoho@city.nichinan.lg.jp

左のQRコードを読み取ると、送付先のメールアドレスが表示されます。

※掲載前に確認の電話をしますので、必ず連絡先を記入してください。
※Eメールの場合は、件名に「うちの宝 まちの宝」と入力して送信してください。

VEGETABLE OIL INK
古紙パルプ配合率70%再生紙を使用