

# 好きです にちなん

# 10

October 2023

No.175

# 道の駅きたごう

# オープン!

令和3年度から旧北郷町総合支所などの跡地に整備を進めてきた道の駅きたごうが令和5年10月1日オープンしました。

道路利用者の休憩所のほか、観光案内所や物産販売、レストラン、調理実習室、遊具施設、防災倉庫などを備え、多世代が交流する地域の拠点としての役割が期待されます。

# 道の駅きたごうの施設紹介



**F トイレ・授乳室** (利用時間 24時間)  
 珧肥杉材に囲まれた室内には、個室が2部屋あり、調乳専用の浄水給湯器も完備しています。安心してお子さまに授乳することができます。



**E 物販スペース** (営業時間 9時~18時)  
 新鮮な農林水産物や加工品、土産物などを販売しています。道の駅きたごうオリジナルの商品も販売しています。



**D バックヤード**  
 POSレジを使って簡単に商品を出荷できます。レジの操作は、スタッフがサポートします。



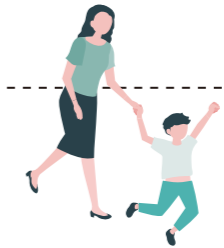
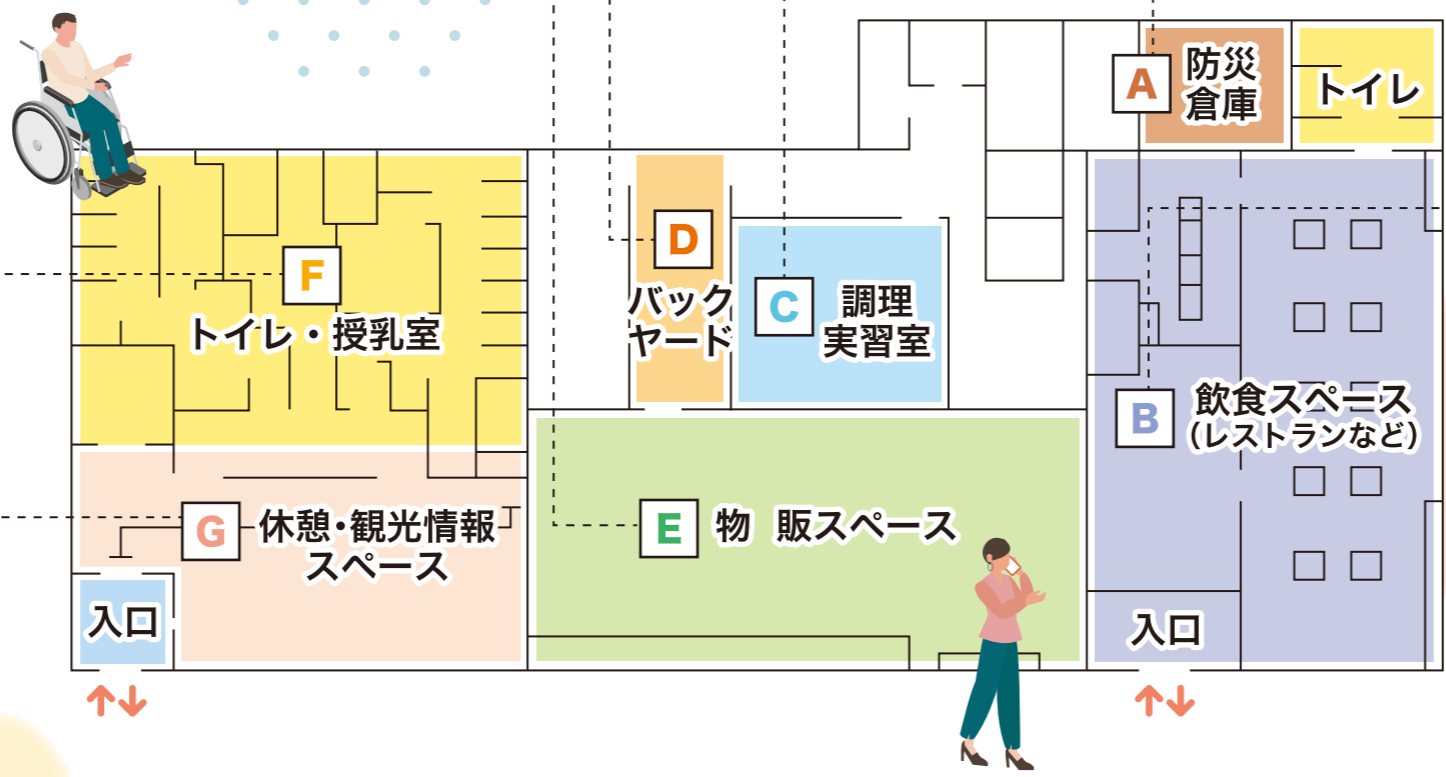
**C 調理実習室** (利用時間 9時~18時)  
 調理実習台5台を完備し、郷土料理を継承する料理教室などにご利用いただけます。利用する場合は、道の駅にお問い合わせください。



**A 防災倉庫**  
 ・主な備蓄品  
 水、食料、毛布、マンホールトイレ  
 ※マンホールトイレとは、災害時に下水道管路にあるマンホールの上に簡易なトイレ設備を設け、使用するものです。



**G 休憩・観光情報スペース** (利用時間 24時間)  
 珧肥杉の大径木が目目をひく休憩スペースには、珧肥杉を使用した椅子やテーブルを備えており、リラックスできる空間が広がっています。



**B レストラン・テイクアウトピザ**  
 レストラン 営業時間:11時~15時 ラストオーダー:14時30分  
 ピザ 営業時間:10時~17時30分 ラストオーダー:17時  
 カウンター席やテーブル席など全部で54席あり、外の景色を眺めながらゆっくりとお食事をいただけます。自家製の生地や地元の食材にこだわった8種類のオリジナルピザをテイクアウトすることができます。



設立総会終了後、「道の駅つ」の駅長の講演や日南保健所の講話が行われました。

道の駅に野菜や加工品などを出荷する会員で構成された「道の駅きたごう」出荷者の会(姫野慈人会長)が、9月に設立されました。設立時の会員数は、野菜や花き、果樹、工芸品などを出荷する約60人です。出荷にあたっては、道の駅にあるPOSシステムを使用し、出荷品に貼る値札ラベルが簡単に印刷できるほか、出荷品の販売状況が分かるよう生産者にメールが送られてくるなど、初めて出荷する方や高齢者の方でも手軽に出品できます。出荷者は随時募集していますので、ご興味のある方は、道の駅までご連絡ください。

## 出荷者の会を設立

お客さまがワクワクするような道の駅をつくっていきます。ご家族、お友達おそろいで、ぜひ、お越しください。



駅長 森本 公子さん

道の駅の運営を行う指定管理者は、ゴロウ商店株式会社(渡辺浩希代表取締役)です。  
 現在は、駅長や副駅長、料理長、20代から70代までの約30人のスタッフを雇用し、道の駅のコンセプト「海の幸山の幸 笑顔集まる道の駅」を目指し、日々、道の駅の運営に奔走しています。  
 これまで宮崎県初の海底熟成酒づくりに取り組むなど、常に新しいことにチャレンジし、ワクワクする道の駅づくりに励まれています。

## 指定管理者 ゴロウ商店株式会社





8月21日 高校生たちの力強い主張  
小村寿太郎侯顕彰弁論大会  
—— 小村寿太郎記念館



「第42回小村寿太郎侯顕彰弁論大会」が開催され、予選を通過した県内の高校生9人が出場しました。1人6分の持ち時間でSDGsや世界平和などをテーマに発表。話し方に抑揚や身振り手振りを工夫し、会場を訪れた傍聴者が興味深く聴き入っていました。

8月20日 令和5年度  
日南市戦没者追悼式  
—— 日南市文化センター



先の大戦で亡くなられた方々に追悼の意を捧げるとともに、世界の恒久平和を祈念するため、日南市戦没者追悼奉賛会主催により戦没者追悼式が行われました。参列した高橋市長や国、県、市議会議員、遺族ら関係者約200人が、平和への誓いを新たにしました。

8月25日 一日文化芸術協会会長  
市長表敬訪問  
—— 日南市役所



「一日文化芸術協会会長」に飫肥小学校5年の谷口蒼志さんが就任し、高橋市長を表敬訪問しました。詩吟の体験をしたことや今後の予定で帯の着付け、9月24日開催の日南文化フェスティバルで開会宣言を行うことなどを報告しました。

8月20日 伝統を学ぶ  
日南かつお一本釣り漁業体験  
—— めいつ漁民センター



本市の基幹産業で日本農業遺産であるかつお一本釣り漁業について知ってもらおうと「日南かつお一本釣り漁業体験広場」が開催されました。市内外から約20人の親子などが参加し、かつお漁の話やかつおめしづくりなど、伝統漁の食と文化について体験しました。

8月19日～20日 飫肥杉木工に挑戦  
飫肥杉木工教室  
—— 都市農村交流センター



夏休み期間に家族のふれあいや協力の時間を持ってもらおうと、細田地区自治会、細田地域づくり協議会、細田プロジェクト会議が「夏休み親子ふれあい飫肥杉木工教室」を開催。期間中、市内の小学生51人が保護者らと参加し、椅子や本立てなどを製作しました。

8月16日 25m泳げるように  
子ども水泳教室  
—— 日南総合運動公園 遊泳プール



子どもたちが水に親しみ、楽しく泳げるようになってもらうことを目的に「日南市泳げるようになるための子ども水泳教室」を開催しました。最終日のこの日は、子どもたちの泳げる距離を測定。全9回の水泳教室での練習の成果を披露しました。

8月20日 4年ぶりの開催で地域住民の親睦深める  
せせらぎの里酒谷まつり  
—— 道の駅酒谷



地域住民の親睦を深めるため「せせらぎの里 酒谷まつり」が4年ぶりに開催され、地区内外から多くの人々が訪れました。酒谷地区住民が一丸となって作り上げたまつりとなっており、出店やステージイベント、抽選会、やまびこ花火大会でにぎわい、たくさんの人々が笑顔で楽しんでいました。

8月18日 九州大会出場  
日南ラビッツバレーボールクラブ  
—— 日南市役所



宮崎県代表として「第38回全九州小学生バレーボール優勝大会 in 長崎」に出場する日南ラビッツバレーボールクラブのメンバー13人と山下益生監督が高橋市長を表敬しました。部員は、一人ずつ九州大会での目標などを元気で発表しました。

9/5 伊勢えび漁解禁  
富士漁港で初水揚げ



9月1日から伊勢えび漁が解禁となり、市内の各漁港で漁が始まりました。この日は、富士漁港で今季の初水揚げがあり、115kgの伊勢えびが水揚げされました。同港では初水揚げに、朝から活気に包まれていました。伊勢えび漁は、来年4月14日までです。

9/4 快挙！吾田中3年の沼田頼人さん  
全国水泳競技大会で準優勝



8月に行われた全国中学校水泳競技大会と全国JOC夏季水泳競技大会で、出場した全種目で準優勝した吾田中3年の沼田頼人さんが市役所を訪れ、高橋市長に結果を報告しました。今夏、県記録や県中学記録など次々に更新した沼田さんの今後の活躍が期待されます。

8/31 介護予防推進サポーター  
委嘱状交付式



市主催の介護予防教室で体操の指導などを行う「日南市介護予防推進サポーター」4人に高橋市長から委嘱状が交付されました。養成講座(全5回)を受講し、介護予防の基本知識や筋力トレーニングを学んだ同サポーターは、来年4月から活動開始予定です。

8/26 夏のフィナーレを飾る風物詩  
なんごう黒潮まつり



夏休みの終わりを飾る恒例のイベント「第40回なんごう黒潮まつり」が開催されました。ステージイベントや空と海に色と光を添えた約3,000発の海上花火や打ち上げ花火が、市内外から訪れた約17,000人の来場者を魅了しました。

9/5 平和と友好を願う  
ベルリンギング2023



日南市姉妹都市友好協会と小村寿太郎侯奉賛会が、ポーツマス条約締結を祝い「ベルリンギング2023」を開催。日南学園中学校の生徒約130人と関係者らが参加し、世界平和と本市姉妹都市ポーツマス市との友好親善がより深まることを願いながら、ベルを鳴らしました。

9/4 交通事故死ゼロ240日  
市町村表彰受賞



本市の交通死亡事故ゼロの期間が240日間に達し、宮崎県交通安全対策推進本部から交通事故死ゼロ市町村表彰を受けました。本市の交通事故死ゼロは、令和4年4月26日から更新中で、今回の対象期間は令和4年12月23日から令和5年8月19日までの240日間です。

9/1 日南の秋の味覚  
「伊勢えび」豊漁を祈願



9月1日の伊勢えび漁解禁に合わせて豊漁祈願祭があり、9月9日～11月30日に開催される「日南海岸伊勢えびまつり」に向け、関係者らが玉串を捧げ、豊漁と盛況を祈願。期間中、宿泊施設や食事処など市内14店舗で、趣向を凝らした伊勢えび料理が格安で提供されます。

8/29 宮崎福祉医療カレッジ野球部  
西日本地区大会優勝



「第2回JABA西日本地区専門学校硬式野球選手権大会」で優勝した宮崎福祉医療カレッジ野球部の選手らが高橋市長を表敬しました。花盛和也校長より優勝の報告があった後、志水利雄生主将らが、大会の感想や今後の大会に向けた抱負を述べました。

# 企業紹介

## アディッシュプラス株式会社

宮崎県日南市岩崎3-7-28  
☎ (55) 8818



### PRポイント

これまでの経験を生かした働き方はもちろんですが、飲食業や医療業といった異業種から転職された人も多く在籍しています。  
また、所属メンバーは親しみやすく、食事会やボウリング大会などスタッフ間の交流も大切にしています。



### 従業員インタビュー



入社1年目  
みうら みさと  
**三浦 美里 さん**

北海道から日南市への移住を決め、新たな職を探しました。異業種からの転職者が多く、コミュニケーションを大切にしている職場環境に魅力を感じ、現在の会社を選びました。私の仕事は、オンラインでの本人確認業務です。私の業務により、お客さまがサービスを利用できるようなるため、多くのお客さまが少しでも早くサービスを利用できるように、日々努力しています。職場は明るく、楽しい人が多く、部署関係なく仲良く仕事をしています。

### 企業概要

アディッシュプラス株式会社は、2012年に設立、沖縄県那覇市に本社があります。「宮崎日南BASE」は、アウトソーシング需要の高まりによる事業拡大に伴い、新拠点として2021年10月に開設しました。「よろこび、よろこばれる」を経営理念に掲げて、主な事業としてカスタマーリレーション(利用者がインターネットを快適に、かつ面白く使えるように、裏方としてサービスを支える仕事)を行っています。「宮崎日南BASE」では地域の皆さまとの接点を積極的に持ち、地域に根ざした会社を目標としています。実際に、油津地域協議会の参加や日南市を舞台に行われる地域留学プログラム「ヤッチャの学校」へのスポンサードを行っています。

### 事業内容

アウトソーシング需要に注目し、カスタマーサポートやSNS運用代行、オンラインでの本人確認業務などに取り組んでいます。また、ネットいじめ対策やインターネットリテラシー講演などで子どもたちの安心なインターネット利用をサポートしています。

### 市長コラム

## 福祉のまちづくりと地方創生

日南市長 高橋 透



先月、都城市で開催された宮崎県高等学校総合文化祭の開会式に、日南くろしお支援学校の皆さんが映像出演し、YOASOBIの「ツバメ」の曲に合わせた手話歌や身体表現を披露してくださいました。また、式典の最後には、県立・私立高校と特別支援学校のアトラクション出演者全員による歌と踊りで会場がひとつになり、その様子が心にくつしみたところでした。「ツバメ」のテーマは「ともに生きる」だそうです。歌詞に「世界中がささやかな愛で溢れたなら」とあり、障がいのある無国籍、年齢、性別などに関係なく、違いを認め合い、共生していくことを目指す「心のバリアフリー」の必要性を再認識しました。今月1日に開業した「道の駅 駆きたごう」にはスロープ付

すべり台や車いすに座ったまま遊べる砂遊びテーブルなど6種類のインクルーシブ(包括的)遊具が整備されています。障がいの有無にかかわらず、すべての子どもが楽しく遊ぶ、多世代の方々が交流できる道の駅です。人にやさしい福祉のまちづくりを進める観点からも画期的な一歩であり、市外からの交流人口の増加につながるものと思います。近江商人の経営哲学に「売り手よし、買い手よし、世間よし(社会貢献)」の「三方よし」があります。「道の駅 駆きたごう」が本市の福祉や教育などのまちづくり、いわゆる地方創生(世間よし)に資する道の駅へと発展することを願い、市内3つの「道の駅」と「港の駅」「海の駅」が「全部よし」となるよう力を尽くしてまいります。



Hito Sachi

全国中学校水泳競技大会 **準優勝**  
全国 JOC ジュニアオリンピックカップ  
夏季水泳競技大会 **準優勝**

吾田中 3年

## 沼田 頼人 RAITO NUMATA



(吾田中学校提供)

「沼田頼人 吾田」1。2023年夏、その名は全国に轟きました。宮崎県代表として200mと400m個人メドレーの2種目で九州中学校体育大会に出場すると、2種目とも大会新記録で優勝。

迎えた全国中学校体育大会の水泳競技では、宮崎県からただ1人出場し、同じく2種目で準優勝。さらに、全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会では、同2種目に加え、13〜14歳区分で200m自由形にも出場。3種目全てで準優勝という快挙を果たしました。そんな、沼田頼人さんに今夏の大会の感想と今後について語ってもらいました。

「全国中学校体育大会で2種目準優勝した感想を教えてください。」  
沼田 メダルを目標にやってきました、メダルを取れたのはうれしいですけど、2種目とも同じ人に負けて少し悔しいです。

「全国ジュニアオリンピックカップ水泳競技大会200m自由形では、長年、松田丈志選手が持つ県記録を塗り替えたとお聞きしました。お気持ちを聞かせてください。」  
沼田 更新できると思っていなかったんですけど、自分のベストも出て自分の泳ぎもできてうれしいです。

「水泳は何歳から始めましたか。」  
沼田 5歳から始めて、今は宮崎市の西日本宮崎というクラブで練習しています。

「練習はどのくらいしていますか。」  
沼田 週6日、夜7時から9時半まで。1日7km泳いでいます。

「辞めたいと思ったことはありませんか。」  
沼田 ないです。

「スタート台に立つときのルーティンはあるですか。」  
沼田 深呼吸を大きくする。1回だけ。

「自分の強みは何だと思いますか。」  
沼田 前半から周りをしっかりと見て、自分の泳ぎができるのと、しっかりと考えてレースをするところだと思います。

「憧れの選手はいますか。」  
沼田 松田丈志さんです。同じ宮崎県出身というところもあるけど、僕が得意ではない自由形が速いところに憧れます。

「将来の夢を教えてください。」  
沼田 オリンピックに出て、メダルを取って、しっかりと応援されるような選手になることです。

「ぜひ、目指すメダルの色は。」  
沼田 金色です!

「舞台は日南から日本、そして世界へ。」  
インタビュー中も、終始落ち着いて質問に答えてくれた頼人さん。輝かしい成績を成し遂げた今なお、目標高く、水泳に取り組み真摯な姿勢に、静かなる闘志を感じました。世界への挑戦、その可能性は、日南の太陽と海のようにキラキラと輝いています。

30の質問

沼田頼人 Raito Numata

独占インタビューの様子をYouTubeで配信しています。

にちなん大好き PVチャンネル

日南市役所 女子部



(吾田中学校提供)

# 新型コロナウイルス ワクチン接種 令和5年秋開始接種のお知らせ

● 問い合わせ  
日南市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター  
フリーダイヤル  
☎0120(2)88(6)660



- 接種対象者  
初回接種を完了した生後6カ月以上の  
人
- 使用ワクチン  
オミクロン株XBB.1.5対応1価ワ  
クチン(組換えタンパクワクチンなど  
も使用可能)
- 接種費用  
無料

## 秋開始接種の概要

## 接種券発送スケジュール

前回、オミクロン株対応ワクチンを 下記の期間に接種した人	発送予定日
7月11日(火)～7月17日(月)	10月16日(月)
7月18日(火)～7月24日(月)	10月23日(月)
7月25日(火)～7月31日(月)	10月30日(月)
8月1日(火)～8月7日(月)	11月6日(月)
8月8日(火)～8月14日(月)	11月13日(月)
8月15日(火)～8月21日(月)	11月20日(月)

※初回接種がまだの人も接種はできます。詳細は、接種される医療機関にご相談ください。

これまでに接種券をお受け取りになり、まだその接種券を使って接種を受けていない人には、あらかじめお送りいたしません。現在持っている接種券をそのままご利用いただけます。接種券を一度受け取ったが「紛失した」または「医師との予約のみで使用し接種は受けなかった」という人は再発行の申請が必要ですので、コールセンターへご連絡ください。

9月20日から新型コロナウイルスワクチン接種の「令和5年秋開始接種」を実施しています。今回、7月11日以降に接種された人の接種券発送スケジュールを掲載いたします。  
※7月10日までに接種された人の接種券は発送済みです。

オール日南  
チーム日南



# 10月は 食品ロス削減月間

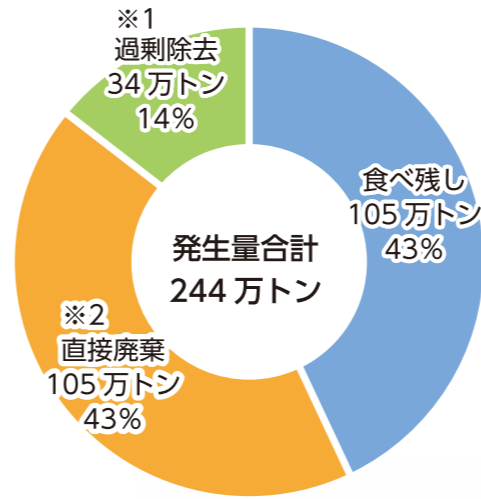


● 「食品ロス」とは  
まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことです。

● 日本の食品廃棄などは年間2402万トン  
うち食品ロスは523万トン(令和3年度推計(農林水産省・環境省))  
国民1人当たりお茶碗一杯分(114g)が毎日捨てられている計算になります。

- 食品ロスの内訳
  - ◎ 事業系 279万トン(53%)
  - ◎ 家庭系 244万トン(47%)

## 家庭系食品ロスの内訳



(出典) 環境省資料



- ※1 野菜の皮をむきすぎるなど、食べられる部分が捨てられている。
- ※2 未開封の食品が食べられずに捨てられる。

## 主な食品ロスの発生要因

- 食べ残し
- 作りすぎ
- 過剰除去
- 皮の削りすぎなど
- 直接廃棄
- 買すぎ
- 食材の在庫確認不足などによる賞味期限切れ



「食品ロス」の約半分は家庭から出ています。

買物に行く前に冷蔵庫に何が入っているのかを確認すること、食べきれぬ量を買うことなどができていききたいですね！

消費者庁ホームページの特設サイトに食品ロス削減レシピの紹介や食品ロス削減啓発動画などがあります。

## 消費者庁食品ロス削減特設サイト

めざせ！食品ロス・ゼロ



宮崎県では、食品ロス削減のため「みやざき食べきり宣言プロジェクト」の一環として「食べきり協力店」を募集しています。

詳細は、県ホームページをご覧ください。詳しくは、県ホームページをご覧ください。応募される場合は、日南市美化推進課までご連絡ください。



# 地産地消 を推進しましょう

市でも、地産地消を推進するため、学校給食での食材使用やイベントなどのPR活動を行っています。

地産地消とは、地域で生産された生産物を、その地域で消費することを通じて、生産者と消費者を結びつける取り組みのことです。地産地消を推進することは、輸送にかかるエネルギーや排出ガスも抑制されるため、環境にも優しい取り組みといえます。

市内には多くの直売所やスーパーの地場産物コーナーがあり、新鮮な生産物を購入することができます。以前、行ったアンケートでも多くの人が定期的に直売所などを利用されていることが分りました。利用する理由として「新鮮である」のほかに「生産者が安心してできる」「生産者の意見があります」

直売所ごとに、それぞれの魅力があります。11月は「地産地消推進月間」です。この機会に、お近くの直売所を訪ねてみませんか？

● 問い合わせ 農政課 ☎(31)1132

● 問い合わせ 美化推進課 ☎(27)0255

# 図書館だより

11月18日(土) 9時~15時 場所:北郷図書館

**2023日南市立図書館まつりinきたぞう**  
今年も多彩な催しをご用意しています。ぜひお越しください!

**リサイクル本市**  
併せて、皆さんからの本の提供もお待ちしております。  
時間...9時~14時

図書館での役目を終えた本、市民の皆さんからご提供いただいた本などを、自由にお持ちかえりいただける大人気の企画です。  
1回の入場で1人10冊まで。  
無くなり次第終了です。  
※当日は袋をお持ちください。

**工作イベント「紙コップでっぼう」**  
紙コップと風船を使った工作。出来上がったら、玄関前でダーツゲームに挑戦!

**憩いの森スペシャル「コケテラリウム作り」**  
講師...服部植物研究所  
参加費...1,000円 定員 10人  
申込先...各図書館

**読書推進ボランティアによる「おはなし会」**  
市内で活躍の方々によるおはなし会。どなたでも楽しめる内容です。  
時間...10時~15時

**パネル展示・POP展示 司書イチョシ本展示**  
市内中学生が作成したPOPや市立図書館司書のイチョシ本を展示します。

**ミニゲーム、飲食コーナー、物品販売 移動図書館「たいよう号」 展示開放**

詳細は、図書館ホームページ、ポスター、チラシをご覧ください。

## 「旅する読書」100冊達成

おめでとうございます!

- |                |               |             |              |
|----------------|---------------|-------------|--------------|
| い き な な み      | い くら だ い き    | い と り       | い の う え こ ころ |
| 壹岐 七海さん        | 井倉 大樹さん       | 井鳥 ユメノさん    | 井上 心さん       |
| あ べ わ ろ う き さん | こ う さ か あ や ね | さ か も と れ な | さ わ だ あ い か  |
| 荻原 右京さん        | 高坂 絢音さん       | 坂元 伶名さん     | 澤田 愛華さん      |
| さ わ だ ま り      | は ま す な る か   | は ま だ い ち げ | あ じ さ き      |
| 澤田 愛優さん        | 濱砂 瑠花さん       | 濱田 一華さん     | 藤崎 はなさん      |
| や の ゆ う し ん    | や の ゆ う せい    |             |              |
| 矢野 雄慎さん        | 矢野 雄聖さん       |             |              |
- ※五十音順に記載

## 定例おはなし会・イベント 10月16日~11月15日

10月21日(土) 10:30~	Babyおはなし会	まなびピア図書館
10月22日(日) 10:30~	カムカムおはなし会	北郷図書館
11月 4日(土) 11:00~	によきによきおはなし会	市立図書館(鉄肥)
11月 8日(水) 10:00~	とらかね文庫読み聞かせ	南郷図書館
11月 8日(水) 10:00~	憩いの森	北郷図書館
11月11日(土) 10:30~	ブックウーマンおはなし会	まなびピア図書館
11月11日(土) 14:00~	わくわくおはなし会	南郷図書館

**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 10月15日(日) 11月19日(日)

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

## 患者さんのための大腸癌治療ガイドライン 2022年版

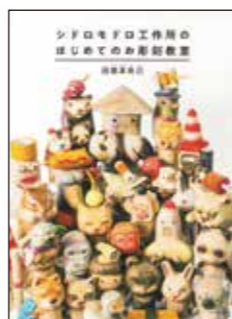
だいちょうがんけんきゅうかい  
大腸癌研究会/編



突然の病気や手術で不安になったとき、頼りになるのが「ガイドライン」。医師の説明と合わせて必ず確認したい。大腸がんのほか、各種がん・関節リウマチ・椎間板ヘルニアもあり。

### 新着おすすめの本

シドロドロ工作所  
はじめてのお彫刻教室



一般書 田島 享夫 著

ガチャカプセルで人気の田島氏。彫刻の話、本人の生態、夫婦愛、愛娘との闘い。エッセイ本としても楽しい。

挿絵の女



一般書 有吉 佐和子 著

今なお輝き続ける作品が多数遺る著者の単行本未収録作品集。『紀ノ川』につながる「死んだ家」など全6編収録。

どんどんうまくなる  
けん玉スタートブック



児童書 日本けん玉協会/監修

「とめけん」「飛行機」「日本一周」など、この1冊で44の技をマスターできます。わかりやすい動画付き。

しゅつどう!  
かがくしょうぼうたい



児童書 鎌田 歩/作・絵

ガスもれ発生!化学機動中隊出動!ページいっぱいの救出作業は迫力たっぷりです。ぶじ完了、よかったね。

キラリ学校だより



# 日南高等学校

このコーナーでは、地元の高校を1年間を通して紹介します。

## 台湾への修学旅行プロデューズ大会に出場

宮崎空港振興協議会が主催する「台湾への修学旅行プロデューズ大会」に本校生徒が参加してきました。高校生が台湾への修学旅行プランを企画して、台湾への関心を高め、さらに宮崎空港発着の国際定期便を利用した修学旅行の増加を目指して毎年開催しています。上位2チームは、企画したプランのモニターツアーに参加できます。今回は、過去最多の11校30グループを超える応募がありましたが、本校生徒の企画が一次審査を通過して、発表してきました。

## 台湾を「体験」「発信」「共感」!

本県観光客誘致PR

宮崎県南部の魅力をもとめた動画をプレゼンで発表  
台湾の方に日南市の魅力伝えられるように、観光名所と鉄肥のブルメを紹介するPR動画を制作し、紹介しました。

発表の内容

クルーズ船が寄港し国内外の多くの観光客の窓口となっている油津港。同様の寄港地が台湾の基隆市にあることを知りました。本市との共通点を多く見つけたことから基隆市の観光を中心にした台湾修学旅行を校長先生に提案。その後、今度は日南市長に成果を報告して基隆市との交流を提案する。結果は、モニターツアーの参加資格を得られませんでした。なんと審査員特別賞を受賞しました!

校長先生や市長に台湾修学旅行を提案する劇を交えながらプレゼンしました。



## 参加生徒の声

- 1年 普通科 探究科学コース**  
竹原 聖真さん (細田中学校出身)  
寸劇の原稿作成とメインキャストを務めましたが、セリフを覚えるのが大変でした。審査員にウケていたので、準備を頑張ったよかったです。
- 1年 普通科 探究科学コース**  
甲斐 晴名さん (吾田中学校出身)  
グループでチャレンジすることに興味を持ったので参加しました。今回は、食生活やコンビニ商品のことなど共通する話題で交流できる内容にしたいです。
- 1年 普通科 探究科学コース**  
小田 心結さん (吾田中学校出身)  
他校の発表に刺激を受けました。来年もう一度台湾プレゼンに挑戦して、地元の課題により関連した企画に取り組んでみたいです。
- 1年 普通科 探究科学コース**  
西村 遥斗さん (鉄肥中学校出身)  
アンケートの集計、動画制作など見ている人が飽きないようなプレゼン資料を作ることには苦労しましたが、審査員特別賞を受賞できたことでホッとしました。
- 1年 普通科 探究科学コース**  
佐久間 かれんさん (串間中学校出身)  
アピールしたいことをスライドや劇で強調し、発表の流れを審査員や会場の全員につかみやすくすることが評価されたと思います。

月日	会場	定員
10月31日(火)	酒谷支所	40人
11月6日(月)	南郷健康福祉センター	40人
11月9日(木)	目井津漁民センター	40人
11月13日(月)	さくらアリーナ(北郷)	40人
11月20日(月)	南郷健康福祉センター	40人
11月21日(火)	まなびピア	40人
12月1日(金)	日南保健所	40人

●**特定健診(集団健診)**  
 ●**受付時間**：8時30分～10時  
 ●**対象者**  
 特定健診：40歳～74歳の日南市国保加入者  
 若年者健診：令和5年度に35歳を迎える日南市国保加入者  
 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  
 ※事前予約が必要です。定員に達し次第、締め切ります。  
 ●**料金**  
 1,300円(後期高齢者健診は無料)  
 ※受診券が必要です。  
 特定健診(若年者・後期高齢者を含む)は、指定医療機関でも12月28日(木)まで受診できます。詳細は、受診券送付時の案内チラシか二次元コードよりご確認ください。  
 ※全ての日程で、肺がんX線レントゲン検査を同時に実施しています。  
 ●**健康増進課** ☎(31)1129



日程	会場
10月31日(火)	酒谷支所
11月6日(月)	南郷健康福祉センター
11月9日(木)	目井津漁民センター
11月13日(月)	さくらアリーナ(北郷)
11月16日(木)	日南市役所
11月20日(月)	南郷健康福祉センター
11月21日(火)	まなびピア
11月30日(木)	日南市役所
12月1日(金)	日南保健所



●**肺がんX線(レントゲン)検査**  
 申し込みをされている方は、ぜひ、受診してください。新たに申し込みをされる方は、「ご連絡ください」。  
 ●**受付時間**：9時～9時30分  
 ●**対象者**：40歳以上  
 ●**必要なもの**：受診票、保険証、検診料金、健康手帳、生活保護証明書(受給者の方のみ)  
 ・悪天候などにより、検診を中止や延期することがあります。  
 ●**健康増進課** ☎(31)1129

高齢者インフルエンザ予防接種

●**実施期間**  
 10月2日(月)～令和6年1月31日(水)  
 ●**対象者**  
 ①65歳以上で予防接種を希望される方  
 ②60歳～64歳の方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能および免疫の機能に障がいがある方(おおむね身体障害者手帳1級に相当する方で予防接種を希望される方)  
 ※年齢は、接種日当日の年齢です。  
 ●**助成回数**：1回  
 ●**料金**：1,400円(生活保護証明のある方は、接種料金免除。福祉課で発行される証明書を医療機関に提出)  
 ●**必要なもの**  
 ①本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)  
 ②健康手帳(対象者②に該当する方は、身体障害者手帳の写しが必要)  
 ※健康手帳をお持ちでない方は、健康増進課、北郷町・南郷町地域振興センター(住民係)で交付します。  
 ●**その他**：ワクチンの在庫によっては、接種できない場合があります。事前に医療機関へご確認ください。インフルエンザ予防接種は、新型コロナウイルスワクチンの予防接種と同時に接種が可能です。  
 ※市外(県内)での接種を希望される場合は、健康増進課までお問い合わせください。  
 ●**健康増進課** ☎(31)1129

市内実施場所(下記の医療機関)

あげた内科クリニック ☎(21)2311	産婦人科たなかクリニック ☎(23)1551	松田整形外科医院 ☎(23)1151
東内科クリニック ☎(32)1001	島田内科胃腸科 ☎(23)2233	山口内科クリニック ☎(31)1081
愛泉会日南病院 ☎(23)3131	春光会記念病院 ☎(22)2324	山見医院 ☎(23)2101
井手胃腸科・肛門科 ☎(32)0811	シロアム内科医院 ☎(23)2187	山元クリニック ☎(22)2552
えとう循環器科・内科 ☎(23)1125	谷口病院 ☎(23)1331	山元医院 ☎(23)4815
大井外科医院 ☎(25)2100	津曲小児科医院 ☎(22)2175	中部病院 ☎(27)1111
おび中央病院 ☎(25)2525	戸倉医院 ☎(23)1700	新木医院 ☎(55)4101
かわにし脳神経外科 ☎(27)3330	外山皮膚科 ☎(23)2377	長友医院 ☎(55)3522
河野医院 ☎(23)4155	長鶴医院 ☎(23)8783	猿渡医院 ☎(64)2225
川越整形外科 ☎(22)4321	にちなんファミリークリニック ☎(55)1121	なんごう病院 ☎(64)0305
北村胃腸科眼科 ☎(23)0086	福岡医院 ☎(32)1711	
きよひで内科クリニック ☎(22)5111	藤浦循環器科内科クリニック ☎(23)3188	

お知らせ

●**病児保育の利用率を無償化します**  
 病児保育施設の利用料(1人1日千円)が10月1日利用分より無料となります。  
 ●**病児保育施設** わかさぎ保育園(病児・あがた幼稚園(病児・病後児)、北郷保育所(病後児))  
 ※利用には、事前登録と申請が必要です。北郷保育所は、利用料支払い後、市から還付します。  
 ●**問い合わせ** ☎(31)1131

●**市民一斉防災行動訓練「みやざきシェイクアウト」への参加登録**  
 シェイクアウト訓練とは、地震に備える防災訓練のことです。「みやざき」でも「だれでも」参加できるのが特徴です。事前にインターネット、ファックス、郵送により参加登録していただくことができます。  
 ●**斉訓練日時** 11月2日(木) 10時  
 ※10月2日(月)～11月30日(木)の期間に実施することもできます。  
 ●**場所** 各自宅、学校、職場など  
 ●**事前登録期間**  
 訓練実施日の前日までに登録を済ませてください。  
 ●**その他**  
 参加登録ページはこちら  
 ●**宮崎県危機管理課** ☎0985(26)7066  
 ●**日南市危機管理室** ☎(31)1125



●**再就職や転職を目指す方の「求職者支援制度」**  
 求職者の方が、月10万円の給付金を受給しながら、無料の職業訓練を受講する制度です。  
 訓練の開始前から終了後まで、ハローワークが求職活動をサポートします。  
 離職して雇用保険を受給できない方、収入が一定額以下の在職者の方などが、給付金を受給しながら訓練を受講できます。支給には要件がありますので、詳細はお問い合わせください。  
 支給要件を満たさない場合でも、無料の職業訓練を受講できます。  
 ●**日南公共職業安定所** ☎(23)8609  
 ●**ハローワーク日南** ☎(23)8609

「宝くじ助成金」を活用

(財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に、地域活動に必要な備品や施設の整備などに対して助成(コミュニティ助成事業)を行っています。この事業を活用して、次の団体に助成を行いました。  
 ●**エフワン他「ミニ」活動備品の整備**  
 【活用団体】原の迫自治公民館  
 ●**地域自治課** ☎(31)1118



●**宮崎県最低賃金が時間額897円に改定**  
 宮崎県最低賃金は、10月6日(金)から時間額897円に改定されました。最低賃金は、臨時パート、アルバイトを含む宮崎県内で働くすべての労働者に適用されます。  
 ●**宮崎労働局労働基準部 賃金室** ☎0985(38)8836

介護について悩んでいませんか?

地域包括支援センターでは、高齢者を介護するご家族の方や介護に関心のある方を対象に「認知症をテーマにした、身近な困りごとなどの対応方法などをお教えします。お気軽にお越しください」。

月日	時間	場所	連絡先(各包括支援センター)
11月8日(水)	14時～15時	ハートフルセンター2階学習室	南地区地域包括支援センター ☎(64)3178
12月13日(水)		日南市役所2階会議室1	中央地区地域包括支援センター ☎(22)3301
令和6年1月10日(水)		まなびピア2階会議室2	東地区地域包括支援センター ☎(23)6099
令和6年2月14日(水)		飢肥公民館2階大会議室	北地区地域包括支援センター ☎(25)0408

※受講ご希望の方は、各包括支援センターに連絡をしてください。  
 ●**長寿課** ☎(27)3154

まちのうごき

男 : 22,602 (-50)  
 女 : 25,347 (-22)  
 人口 : 47,949 (-72)  
 世帯数 : 21,500 (-15)

9月1日～30日  
 出生 : 12 転入 : 73  
 死亡 : 67 転出 : 90

10月1日現在(推計人口)

防災・気象メールにちなん

防災・気象・行政情報をメールとLINEで配信中。

パソコン  
スマートフォン

フィーチャーフォン(ガラケー)

●**危機管理室** ☎(31)1125

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	

※発熱がある場合は、必ず事前に電話での連絡をお願いします。  
 ※日曜日・祝日は、6カ月未満児の対応もできません。  
 ※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)。  
 ※新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの検査は、実施しておりません。

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。



●問い合わせ先 ●申し込み先 ●予約先

**日南市投票区に対する意見・要望**

日南市内の投票区は、平成21年3月30日の合併後、旧市町での運営体制を基本的に維持し、全58区体制で運営しております。現在の日南市の当日投票所運営に対する意見・要望がございましたら、日南市選挙管理委員会事務局

募集

**問** はまゆう地区農業用廃プラスチック適正処理対策推進協議会事務局  
はまゆう農協営農指導課内  
☎(23)5094

※農薬ボトルの回収が厳しくなっています。  
中を洗い紙のラベルをきれいに剥ぎ、フタ、リング、ボトル、プララベルをそれぞれ透明袋に入れて廃棄する。紙のラベルは家庭用燃えるゴミで廃棄をお願いします。分別されていない場合は、お引き取りできません。

**●梱包方法**

- ①土や砂などの付着物は除去し、針金や木くずなどの異物が混入しないようお願いいたします。
- ②梱包については「じゅう折り」にして横の長さ80cm高さ20cm程度の大きさにして「方所結束」で出してください。
- ③塩ビ管は1m以内に切る、防除ホースは金員切除をお願いします。

※検査が厳しくなり、きちんと梱包されていないものは、集荷できない場合があります。

**●参加費** 千円  
**●対象者** 市内在住の方  
**●申込方法** メール、ファックス、電話「みそ」くり教室申込  
①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④年齢  
⑤電話番号を記入  
**●申込期限** 10月30日(月)  
**●その他** みそ作りの製造工程の一部を体験していただく教室です。作ったみそ(2kg)は、お持ち帰りいただけます。

**●農政課** ☎(31)1132  
☎(24)0000  
nogyo@city.nichinan.lg.jp

**食育・地産地消料理教室**  
「みそ」を手作りしてみませんか?

**●日時** 11月11日(土) 9時30分~12時  
**●場所** 日南市都市農村交流センター(細田地区)  
**●定員** 15人


※申込多数の場合は抽選。開催日の一週間前までに申込者全員にハガキで通知します。

までお知らせください。詳細は、日南市ホームページをご覧ください。

**●回答方法**

- ①電話、ファックス、メール
- ②お手持ちの端末で二次元コードを読み取り、記入フォームにアクセス

**●回答期限** 12月15日(金)  
**●問合せ先** 日南市選挙管理委員会事務局  
☎(31)1146 ☎(23)7511  
senkan@city.nichinan.lg.jp



**歩き・み・ふれる歴史の道「飢肥街道」ウォーキング**

江戸時代、飢肥城下と飢肥藩領清武郷を結び、飢肥藩主の参勤交代の道としても利用された山坂屋関所跡付近の飢肥街道(約4km)を散策します。

**●日時** 11月18日(土)  
集合 8時30分 大藤河川公園  
解散 12時 大藤河川公園

**南郷大島灯台見学・フジバカマの植栽ツアー**

ウォーキングの秋に南郷大島で散策しながら鞍崎灯台内部の見学や、チヨウが集まる花を植栽できるツアーを実施します!

**●日時** 11月12日(日) 8時30分~  
(少雨決行、雨天中止)  
**●集合場所** 目井津港あけぼの3待合所付近  
**●スケジュール** 9時 目井津港出発  
↓竹之尻港→鞍崎灯台→大島キャビン(昼食・休憩)→植栽→小浜港→15時 目井津港到着(8km程度の徒歩)  
**●費用** 小学生以上1人500円  
(未就学児は、ご遠慮ください)  
※乗船料と保険代込み。飲食物は各自で準備(大島に販売所はございません)  
**●申込期限** 10月31日(火) 17時(定員30人、先着順)  
**●準備物** お弁当、飲み物、酔い止め薬、雨具、運動しやすい服装と靴  
**●問合せ先** 大島プロジェクト会議事務局  
(南郷町地域振興センター内)  
☎(64)1114

**令和6年度(公財)南那珂育英会奨学生**

令和6年4月に大学や専修学校などに入学、在学する方を対象とした奨学生を募集します。

**●募集人員** 15人程度  
**●貸与金額** (月額・一時金ともに無利子貸与)  
・月額奨学金 3万円  
・入学時金 36万円

**●募集期間** 10月16日(月)~11月24日(金)  
**●出願書類** 事務局(日南市・串間市教育委員会)で募集要項を配付。詳細は、募集要項などをご確認ください。

**●問合せ先** (公財)南那珂育英会事務局(学校教育課内) ☎(31)1144

令和5年度 結核検診(追加検診・車いす検診) ※無料

7月から10月までに結核検診を受診できなかった方、自力で立位保持が困難で、車いすなどを利用している方を対象に結核検診を実施します。  
※リフト付き検診車で実施します。会場でのお手伝いが必要な方には、スタッフが対応します。

- ・どの会場でも、受診できます。
- ・医療機関で既に撮影が済んでいる方は、健康増進課までお知らせください。

**●対象者**…①65歳以上の方  
②64歳以下の方で、過去に肺の病気(結核・じん肺など)をされた方  
※職場・病院で検診を受ける機会のない方は、ぜひ、受けてください。

●検診月日と会場

月日	場 所	検診受付時間
11月10日(金)	日南市役所(ふれあい健やかセンター)	8:30~ 8:50
	酒谷支所	9:50~ 9:55
	飢肥公民館	10:15~10:35
	北郷町地域振興センター	11:05~11:15
	東郷公民館	13:30~13:50
11月14日(火)	鵜戸支所	14:25~14:30
	まなびピア	15:00~15:20
	下毛吉田営農研修センター	9:30~ 9:40
	南郷健康福祉センター	10:00~10:30
	目井津海岸	10:50~11:00
11月14日(火)	大堂津津波避難施設	11:20~11:40
	日南保健所	13:30~13:50

- 必要なもの**…受診券  
当日は、受診券(ハガキ)を必ずお持ちください。
- 注意**…受診の際は、無地のTシャツまたはボタンのない下着を着ておいでください。
- 検診結果**…約1カ月後、精密検査が必要な方のみにお知らせします。※異常なしの方には、お知らせしません。
- 肺がん検診を申し込まれた方へ**  
肺がん検診と結核検診を重複して受診する必要はないため、今年度肺がん検診を申し込まれた方には、結核検診案内(受診券)を通知していません。
- その他**…悪天候などにより、変更する場合があります。変更になった場合は、防災ラジオで広報する予定です。胃の検査でバリウムを飲まれると、体内に1週間程度バリウムが残ることがありますので、結核検診前1週間は胃のバリウム検査は控えてください。

健康増進課 ☎(31)1129

犬の登録と狂犬病予防注射日程

飼い主には犬の登録と年1回の狂犬病予防注射を受けさせることが義務付けられています。登録は各会場でもできます。  
なお、お近くの動物病院でも、同じ料金で予防注射と登録をすることができます。  
※日南市の登録犬であればどの会場でも受けることができます。

- 料金(1頭につき)**
- ・狂犬病予防注射 3,300円
  - ・犬の登録 3,000円
- 必要なもの**…事前に送付されている受付票



**●問合せ先** 地域自治課 ☎(31)1176  
北郷町地域振興センター ☎(55)2111  
南郷町地域振興センター ☎(64)1111

月日	時 間	場 所
11月11日(土)	9:10 ~ 9:20	榎原コミュニティセンター
	9:45 ~ 9:50	原向地区ふれあいセンター
	10:05 ~ 10:15	外浦自治公民館
	10:20 ~ 10:30	南郷健康福祉センター
	10:40 ~ 10:50	B&G海洋センター
	11:00 ~ 11:15	上中村公民館
	13:50 ~ 13:55	鵜戸支所
	14:20 ~ 14:30	東郷公民館
	14:45 ~ 14:50	大藤消防詰所
	15:00 ~ 15:20	北郷町地域振興センター
11月12日(日)	15:30 ~ 15:35	坂元山村振興会館
	8:45 ~ 9:00	飢肥公民館
	9:20 ~ 9:25	酒谷支所
	9:45 ~ 9:50	大窪公民館
	10:05 ~ 10:15	JA細田支所(旧細田支所)
	10:30 ~ 10:40	大堂津海水浴場駐車場
10:55 ~ 11:15	まなびピア	
11:30 ~ 11:50	日南保健所	


※多少時間が前後することがあります。ご了承ください。

問・・・問い合わせ先 申・・・申し込み先 予・・・予約先

**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**

各店舗の協力をよりAEDを設置してまいります。誰でも24時間365日使用可能です。

消防本部 警防課 ☎(23)1316



**救急車の適正利用をお願いします**

限りある救急車は、本来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。

消防本部 警防課 ☎(23)1316



### 市営住宅等の入居者

市営住宅等の入居者を募集します。

☎(31)1140 財産マネジメント課

- 入居日…12月1日(金)
- 申込受付期間…10月20日(金)～10月27日(金)
- 申込方法…申請書と必要書類を提出してください。 ※配布や説明は随時行います。
- その他…申込者多数の場合には、抽選となります。 ※抽選予定日 11月15日(水)

市営住宅等：24戸 (表内から1戸を選んで申し込んでください。)

住宅名	今 町	吉野方木造	星山2種	山 瀬	杉の子	影 平	松 原
戸数	1	1	1	1	1	3	8
間取り	3DK	3DK	2K	3DK	3DK	3K	3K・2DK・3LDK
家賃(円/月)	26,000～51,100円	11,400～22,400円	1,600～3,300円	19,600～38,500円	14,700～28,900円	6,800～8,500円	9,200～29,600円
単身入居	不可	不可	可	不可	可	可	可
小学校区	飢肥小	飢肥小	吾田小	吾田小	吾田東小	桜ヶ丘小	油津小

住宅名	津の峯	大堂津	鶴之木	立 野	目井津	目井津古港	外 浦
戸数	1	2	1	1	1	1	1
間取り	1DK	3DK	3LDK	3DK	3K	3DK	3K
家賃(円/月)	17,200～33,900円	14,400～28,300円	25,400～49,800円	14,000～27,500円	10,500～20,600円	15,000～29,400円	12,000～23,600円
単身入居	可	可	不可	不可	可	可	可
小学校区	油津小	大堂津小	北郷小	北郷小	南郷小	南郷小	潟上小

住宅により、申し込み資格および要件が異なります。詳細は、財産マネジメント課住宅係までお問い合わせください。

### 公的職業訓練 オフィスビジネス科開講

- 日時 12月1日(金)～令和6年2月29日(木) 9時～16時
- 場所 日南高等職業訓練校
- 内容 パソコン操作の基本や、ビジネス文書の作成、データ処理技術の習得、ビジネススマナーやコミュニケーションスキルなど
- 【取得可能な資格】  
コンピュータサービステクニク評価試験  
ワープロ技術士3級(任意受験)  
コンピュータサービステクニク評価試験  
表計算技術士 3級(任意受験)
- 費用 受講料無料
- ※テキスト代、各種検定料および職業訓練生総合保険料(任意加入)は自己負担
- 申込期限 10月31日(火)
- 申込先 日南公共職業安定所(ハローワーク日南) ☎(23)8609

### 「介護に関する入門的研修」受講者

- 介護に関する心のある方で、現在介護の仕事をしていない方を対象とした研修として、介護に関する基本的な知識や技術を学びます。
- 研修期間 4日間 ※昼休憩50分間
- ①11月13日(月) 9時25分～16時20分
- ②11月14日(火) 9時30分～16時20分
- ③11月16日(木) 9時30分～15時20分
- ④11月20日(月) 9時30分～16時25分
- 場所 まなびピア
- 受講料 無料※テキストと副教材支給

●その他 長寿課にあるチラシ裏面に、必要事項を記入し、ファックスで申し込んでください。

※電話、インターネット申し込み可

●申込先 介護労働安定センター宮崎支部(担当 藤本・永山) ☎0985(31)0261

☎0985(31)0335



### はつらつトレーニング教室

足腰が弱くなった、肩痛、膝痛などにより生活動作が難しくなってきた方の運動教室です。原則3カ月間通っていただき、終了後も運動を続けることでより元気になっていただく事を目的としています。

- 実施日 毎週1回
- 実施期間 原則3カ月
- 日時・場所
- A教室：中央・北地区地域包括支援センター区域
- B教室：東・南地区地域包括支援センター区域
- 水曜日 午前 多目的体育館
- 火曜日 午前 テクノセンター
- 送迎 あり
- 料金 無料
- スタッフ 理学または作業療法士、看護師、介護士
- その他 地域包括支援センター職員による判定が必要になります。
- 長寿課 ☎(27)3154



### 輝く市民協働大賞

市では、公益のための活動に尽力されている団体・個人を「輝く市民協働大賞」として表彰します。ぜひ、ご応募ください。

- 対象者
- ①市内で5年以上継続して公益活動を行っている団体や個人
- ②今後も活動が期待される団体や個人
- ※過去に本賞を受賞していない団体や個人の再応募は妨げません。
- 申込方法
- 地域自治課で配付または日南市ホームページに掲載の推薦書に記入の上、郵送または直接お持ちください。
- ※自薦、他薦は問いません。
- 申込期限 11月15日(水)
- 審査方法
- 市と日南市協働のまちづくり推進委員会、書類審査とプレゼン審査(12月開催予定)を行い、受賞者を決定します。
- 審査基準
- 先駆性、自走性、継続性、発展性などを審査します。
- その他
- ①令和6年3月開催予定の「市民館大会」、地域を創る交付金活動報告会などで、活動事例の報告をしていただきます。
- ②大賞受賞者には、市より飢肥杉製賞状と奨励金を贈呈します。
- 申込先 地域自治課 ☎(31)1118

### イベント

#### 日南子ども食堂

- 日時 10月28日(土) 11時～13時
- 場所 九州電力日南営業所コミュニティスペース
- 対象者 市内どなたでも利用可能 ※風邪などの症状がある方は、ご遠慮ください。
- 費用 無料(事前申込不要)
- その他
- 提供できる食事がなくなり次第、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。
- 当面の間、手作りカレー弁当が食材料などのお持ち帰りとなります。
- 申込先 NPO法人日南こども食堂(理事長 佐藤) ☎080(6402)0894



#### 「なんごうハートフルまつり」

- ステージイベントや産業関連ブースなどが出店する、なんごうハートフルまつりを開催いたします。
- 日時 10月29日(日) 9時30分～14時30分
- 申込先 オープニングセレモニー10時
- 場所 南郷ハートフルセンター
- 参加費 無料
- 申込先 南郷町地域振興センター内 ☎(64)1723

### 第15回日南市民ゴルフ大会 参加者

- 日時 11月12日(日) 受付8時30分 開始9時
- 場所 日南北郷カントリークラブ
- 参加資格 原則として日南市に居住または勤務している方
- 定員 64人(16組)※先着順
- ※原則4人1組(2人でも申し込み可)
- 料金
- プレー代 9500円(セルフ) 1万2360円(キャディー付)
- 別途参加料 1500円(食事、ワンドリンク付き)
- ※65歳以上の方は利用税が安くなりますので、ゴルフ場に登録されていない方は、免許証または生年月日の証明できるものをフロントに提示してください。
- 表彰式
- 最終組終了後、2階レストランで開催
- 申込方法 サンキョウゴルフ練習場、日南北郷カントリークラブに設置してある参加申込書をご記入の上 FAXまたは郵送で左記までお申し込みください(電話申込可)。
- 申込期限 11月6日(月) 競技方法などの詳細は、お問い合わせください。
- 申込先 日南市吾田西2丁目5番32号 日南市ゴルフ協会 事務局(満崎) ☎(22)4736
- ☎090(8666)4283
- ☎(22)4748

### 飢肥 DENKEN WEEK NO.3

多数のアーティストが由緒施設を活用したアート展「DENKEN ART」のほか、クラシックやワークショップなどの芸術を城下町飢肥で体験できます。期間中は、無料周遊バスも運行します。この機会に、城下町飢肥にお越しください。

- 日時 11月3日(金・祝)～11月12日(日)
- 場所 飢肥城下町周辺地域(飢肥城由緒施設など)
- 費用 期間中、飢肥の有料観光施設の入館・入場料はすべて無料
- ※オープニング(クラシック)への参加などは部有料
- 詳細は、日南市ホームページや市役所などに置いてあるリーフレットをご覧ください。
- 申込先 未来創生課 ☎(31)1128

### 第5回ベイビーチブルファイブ ホテルロビーコンサート

- 秋と冬のはざまの静寂のひととき、落ち着いた雰囲気ジャズの名曲10曲を、地元バンドがお届けします！
- 日時 11月4日(土) 19時30分～20時30分
- 場所 ホテル日南北郷リゾート
- 参加費 無料
- 申込先 菊地 ☎090(2960)8930



オリーブフェスティバル 創作舞台「平和をつなごう」

日南で起こった戦争の実話「梅ヶ浜」の紙芝居を軸にした創作舞台です。市民がいろいろな形で参加し、平和の尊さ、命の大切さを伝えます。

- 日時 11月26日(日) 13時30分～15時30分(開場12時30分)
場所 日南市文化センター
料金 大人千円 学生500円
未就学児 無料 ※自由席
内容 紙芝居「梅ヶ浜」朗読、泰平踊、吾田東小学校合唱部合唱、群読、エイサーなど

- チケット販売期間 10月14日(土)～11月25日(土)
チケット販売場所 コーポみやぎ日南店
「被爆」アノを聴く会「オリーブフェスティバル」実行委員会 事務局 中武 0990(18)221730
olive.nichinan@gmail.com

図書館イベント 「秋の読書週間」

- 北郷図書館
「きたじつ」としかんフェスティバル
フェスティバルをまわして、ミッションに挑戦。クリアできたらプレゼントがもらえるよ！
日時 10月27日(金)～11月9日(木)
対象 どなたでも

新型コロナウイルス接種の相談

- 新型コロナウイルス接種に関する問い合わせ
接種の方法や接種券の再交付などは、市コールセンターまでお問い合わせください。
日南市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
フリーダイヤル 0120(28)6600
受付時間 9時～18時30分(月～土・祝日)
ワクチンの副反応の問い合わせ
宮崎県新型コロナウイルス副反応相談センター
0985(26)4609
(知る)ワクチン
0985(44)2553
fukuhanno-call@pref.miyazaki.lg.jp
受付時間 24時間(土・日・祝日も実施)
新型コロナウイルスに感染した恐れがある場合の健康相談
新型コロナウイルス感染症受診相談センター(24時間対応)
0985(78)5670

※聴覚に障がいのある方や、音声による相談に不安のある方は、FAX相談票は、県ホームページから入手可



「ハロウィン工作」

ハロウィンモンスターのキャンディバッグを作ろう。
日時 10月28日(土)・29日(日)
対象 どなたでも

「憩いの森」折り紙」

頭も使う、少し難しい折り紙にチャレンジ！
日時 11月8日(水) 10時～11時
対象 大人
北郷図書館 ☎(55)2469

「まなびぴア図書館」

本を借りて「おもい」のくじをひこう！なにかいいもの当たるか？
日時 10月27日(金)～11月9日(木)
対象 小学生以下
親子で図書館体験
親子で一緒に図書館の使い方をマスターしませんか？普段は入れない書庫も見学できます。
日時 10月29日(日) 10時～12時
対象 親子5組(小学生以下・要申込)
申込期限 10月25日(水)
まなびぴア図書館 ☎(22)5666

「エコラフトのカードケース」

エコラフトを使って図書館利用カードが入るケースを作ります。
日時 11月1日(水) 10時～12時
対象 一般7人(要申込)
申込期限 10月26日(木)
まなびぴア図書館 ☎(22)5666

消費生活相談

- 相談対象 商品、サービス、契約への苦情や送りつけ商法、点検商法などの悪質商法、不当要求、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～金曜日(祝日を除く) 9時～12時 13時～16時
日南申問消費生活センター ☎(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
11月2日(木) 10時～12時
南郷ハートフルセンター
11月14日(火) 10時～12時
文化センター 2階
11月14日(火) 10時～12時
北郷福祉センター
相談委員 行政相談委員
地域自治課 ☎(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
11月8日(水) 10時～15時
まなびぴア
相談委員 人権擁護委員

南郷図書館 「読書deビンゴ」

ビンゴカードに書かれた本を借りて、ビンゴを完成させよう！ビンゴでプレゼント。
日時 11月1日(水)～30日(木)
対象 どなたでも
南郷図書館 ☎(64)0924



マイナンバーカードの出張申請を行っています

企業や自治会などからご依頼がごあります。出張申請を行います。お気軽にお申し込みください。
なお、市役所に来ることが困難な方は、戸別での出張申請を受け付けておりますので、市民課までご相談ください。
申請 市民課 ☎(31)1124
マイナンバー制度に関する問い合わせ ☎0120(95)0178
フリーダイヤル

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 11月1日(水) 17時30分～19時30分
場所 まなびぴア 2階会議室
相談員 司法書士2人
予問 司法書士会日南支部(立山) ☎080(1725)2361
※相談内容は事前に確認の上、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、金銭消費貸借契約、不動産などの賃貸借契約、離婚時の契約など
相談日 平日 月曜日～金曜日(祝日は除く)8時30分～17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。
予問 日南公証役場 ☎(23)5430

相談

宮崎県立明星視覚支援学校 サテライト教育相談(日南)

県立明星視覚支援学校では、県南地区在住の方々を対象に、見え方に関することなどの相談を行います。相談は年齢を問いません。また、入学を前提とするものではありません。ご本人のみでなく、保護者や関係機関などからの相談にも応じます。お気軽にご相談ください。
日時 11月29日(水) 10時～16時
場所 日南市生涯学習センターまなびぴア1階 多目的室
県立明星視覚支援学校 ☎0985(39)1021
担当 上村・小田

無料「健康相談」のご案内

心や体について気になることや悩みなどを気軽に相談できる場所として「まじの保健室」を開設しています。経験豊富な看護師が血圧、体組成を測定し、相談を受けています。
日時
①毎月第1・第3水曜日 10時～15時
②毎月第2・第4土曜日 10時～15時
場所
①南郷ハートフルセンター(図書館前ロビー)
②まなびぴア ロビー
宮崎県看護協会 ☎0985(58)0622



厚生年金相談

- 相談対象 高齢、障害、遺族などの年金請求および相談
日時 11月16日(木) 10時～15時
場所 市役所 本館2階会議室1
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 10月16日(月)～11月13日(月)
※基礎年金番号または年金証書を準備し、希望の時間や相談内容をお伝えください。
予問 宮崎年金事務所(お客様相談室) ☎0985(52)21111
事前予約をお願いします。

まなびぴア福祉相談窓口

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、電話でお受けいたします。秘密は、固く守られます。
予問 福祉課 まなびぴア福祉相談窓口 ☎(31)1163
f.kanri@city.nichinan.lg.jp



ひきこもりに関する家族の集い

同じ悩みを持つ家族同士が、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 まなびぴア 2階会議室
会事務局 ☎(31)1163

予問・・・問い合わせ先 申・・・申し込み先 予・・・予約先

# 鮭ときのこの炊き込みごはん



使用する食材：鮭

## 栄養・特徴 (栄養と具体的なその効果)

鮭はアスタキサンチンを含み、抗酸化作用や免疫機能を向上させる作用があります。  
参考文献：農林水産省ホームページ

## 1人分の栄養成分

エネルギー・・・234kcal たんぱく質・・・11.1g 脂質・・・1.9g  
炭水化物・・・40.7g 食塩相当量・・・0.8g

## 材料 2合分(6人分)

米	2合	しめじ	1/2袋
生鮭	200g	酒	大さじ1
まいたけ	1/2袋	白だし	大さじ3

## 作り方

- ①生鮭に酒をふり、5分程度おき、ペーパーなどで水分をふきとる。
- ②きのこは石づきを取り、食べやすいように手でほぐす。
- ③炊飯器に研いだ米と白だしを入れる。
- ④2合の目盛りまで水を入れ、生鮭ときのこを入れ炊飯をする。
- ⑤炊きあがったら、鮭の皮や骨を取り除き、身をほぐしながら、全体を混ぜる。

**おすすめポイント** 生鮭がない場合は、調味料を減らし、鮭フレークや塩鮭でもできますよ

食生活改善推進員 左から上村さん 山田さん  
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。



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。

食品の食塩相当量	あじの開き小1枚 100g・・・食塩相当量 1.7g		
	塩鮭1切れ 60g・・・食塩相当量 1.1g		
1日の食塩摂取目標量	男性	女性	高血圧の方
	7.5g未滿	6.5g未滿	6.0g未滿

**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。

**忠建** TEL:090-4981-9745 固定電話 0987-55-2634  
〒889-2402 宮崎県日南市北郷町郷之原乙2012-2 忠建 日南 検索

ちゅうけん **忠建** 注文住宅 住宅リフォーム 耐震改修

**一般葬・家族葬まで 真心こめて 安心ご葬儀**

## 日南葬祭

家族葬25万円～ 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 **株日南葬祭** (0987)23-4100 日南市吾田東10-4-10 FAX:(0987)23-4114

駐車場完備 90台

シンプルプラン 56万円(税込61.6万円)(会員様価格)

- 会葬礼状(15名様分)
- 会葬品1,100円(15名様分)
- 出立て膳(10名様分)
- 法事膳(10名様分)
- 基本セット
- 祭壇一式
- お棺
- ご遺影写真
- 骨董・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

# なんでも鑑定団

## 出張!なんでも鑑定団inにちなん

あなたのお宝を鑑定してもらいませんか。時代、ジャンルは問いません。これはという「お宝」をぜひご応募ください。

## あなたのお宝大募集!

美術品からお菓子のオマケやおもちゃまで「なんでも」ご応募ください。

**応募方法** 申込書に必要事項をご記入の上、鑑定品の写真を添付し、下記の受付まで郵送またはお持ちください。  
※お一人様何点でもご応募できます。  
(申込書は鑑定依頼品1点につき1枚必要です)  
※ご応募いただいた申込書類・写真は返却いたしませんので、ご了承ください。  
※古物売買免許のある方は、ご遠慮いただきます。  
※収録予定の令和6年1月20日(土)に出場可能な方に限ります。

**申込書** 申込書は日南市役所、北郷町・南郷町地域振興センターおよび市の公共施設に置いてあります。また、日南市のホームページからもダウンロードできます。

**添付写真** ①全体像がわかる写真  
②主要な部分(絵柄や文字など)のアップ写真  
③銘や落款などの写真  
上記3点以上の写真を添付してください。

**応募締切** 令和5年11月10日(金) 必着

**選考方法** テレビ東京の番組担当スタッフが応募書類を詳細に検討して選考いたします。※選考の途中経過に関しましては、一切お答えできません。

**発表** 採用の可能性のある方にはテレビ東京の番組スタッフから直接連絡があります(連絡がない場合は不採用となり、鑑定いたしません)。

**受付** 〒887-8585 日南市中央通1-1-1 日南市役所総合政策課  
「出張!なんでも鑑定団inにちなん」お宝係

## 観覧募集!

観覧無料

- 開催日(予定) 令和6年1月20日(土)
- 場所 日南市文化センター
- 時間(予定) 開場▶12:00 開演▶13:00

観覧ご希望の方は、**往復ハガキに必要事項を記入の上、ご応募ください。** 応募者多数の場合は抽選となります。当選したハガキ1枚につき2名様まで入場できます。  
※往復ハガキ以外でのご応募は無効となります。

●応募方法(往復ハガキの記入要領)

<p><b>往信おもて</b></p> <p>〒887-8585 日南市中央通1-1-1 日南市総合政策課「出張!なんでも鑑定団inにちなん」</p> <p>観覧係</p>	<p><b>返信うら</b></p> <p>※ここは白紙のまま</p> <p><b>往信おもて</b></p> <p>観覧希望者の郵便番号</p> <p>住所氏名</p>
<p><b>返信うら</b></p> <p>観覧希望氏名①②</p> <p>①の連絡先住所: TEL:</p>	

●応募締切日/11月30日(木) 当日消印有効  
●抽選結果発表/12月下旬(往復ハガキにて)

(申) 総合政策課 ☎(31)1116



日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat	
29	30	31	1	2	3 文化の日	4	
5	6	7	8	9	10	11	
<b>当番医</b> 山元医院(内科) ☎(23)4815 川越整形外科(整形外科) ☎(22)4321 ☎ はなぶさ消化器・内視鏡クリニック(内科・消化器内科・内視鏡内科) ☎(74)1187  <b>当番薬局</b> あい薬局 ☎(31)1611 ふるかわ薬局 ☎(21)1387 ☎ おおつか調剤薬局 ☎(74)1312					<b>当番医</b> 山元クリニック(内科) ☎(22)2552 長友医院(胃腸内科・外科) ☎(55)3522 ☎ とめのファミリークリニック(内科・小児科) ☎(76)1425  <b>当番薬局</b> ひらの薬局 ☎(31)1280 ☎ つばみ薬局 ☎(76)1188	<b>当番医</b> 島田内科胃腸科(内科・胃腸科) ☎(23)2233 なんごう病院(外科) ☎(64)0305 ☎ アイレHDクリニック 串間(内科・透析内科) ☎(55)8181  <b>当番薬局</b> カーブ油津薬局 ☎(33)0044 マリーズ薬局南郷 ☎(64)1558	
12	13	14			23 勤労感謝の日		
<b>当番医</b> 山口内科クリニック(内科) ☎(31)1081 北村胃腸科眼科(内・胃・眼科) ☎(23)0086 ☎ にいな内科・循環器科(内・循・呼) ☎(71)1711  <b>当番薬局</b> おおた薬局 ☎(22)5006 ☎ 岩本調剤薬局天神橋店 ☎(72)7220							
19	20	21	22	23 勤労感謝の日	24	25	
<b>当番医</b> きよひで内科クリニック(内科) ☎(22)5111 松田整形外科医院(整形外科) ☎(23)1151 ☎ 岡村クリニック(整形外科) ☎(72)7710  <b>当番薬局</b> とだか調剤薬局 ☎(31)0875							
26	27	28	29	30			
<b>当番医</b> おび中央病院(内科) ☎(25)2525 新木医院(内科) ☎(55)4101 ☎ ゆうゆうの森クリニック(内科) ☎(55)9111  <b>当番薬局</b> 平部薬局 ☎(25)1666 ☎ つばみ薬局北方店 ☎(71)1150							

診療時間 9時~17時

☎...串間市

当番医 ※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。  
※診療時間には休憩時間を含みます。各医療機関によって休憩時間は異なるためあらかじめご了承ください。  
※受診前に医療機関に電話をかけて症状をお伝えください。

当番薬局 ※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。

## 感染症を予防しよう!



新型コロナウイルスなどの感染経路は、ウイルスが付いたものに触った後、手を洗わずに目、鼻、口を触ることにより感染する接触感染のほか、咳、くしゃみ、会話などを介した飛沫感染があります。

感染症予防には、接触感染を防ぐ手洗いと飛沫感染を防ぐ咳エチケットが大切です。

### ● 手を洗うタイミング... 外から帰ってきたときや食事の前など

#### ① 手洗い

#### 正しい手の洗い方

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

#### ② 咳エチケット

#### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする。

咳やくしゃみを手でおさえる。



マスクを着用する(口・鼻を覆う)。

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う。

袖で口・鼻を覆う。

適度な運動、バランスの取れた食事、十分な栄養・睡眠など、規則正しい生活習慣を身に付け、体の抵抗力を高めましょう!

広報誌へのご意見を聞かせてください!

二次元コードを読み取ると、アンケート回答フォームが表示されます。



# KITAGO

# 10/1 OPEN

## 道の駅きたごうの施設

道の駅には、駐車場105台（大型車5台、普通車98台（おもいやり駐車場2台含む）、EV車2台）や24時間トイレ、授乳室、休憩スペースが設置されているほか、道路情報をお知らせする大型モニターや、観光・地域情報を容易に検索できるタブレット端末、フリーWi-Fiが備えられています。

## お食事・物販施設

新鮮な農林水産物や加工品などのほか、レストランやテナントでは、道の駅きたごうならではのメニューが並びお食事が楽しめます。

## 芝生広場・遊具広場

遊具広場には、インクルーシブ遊具や大型遊具が整備されています。また、高齢者の方などのストレッチ運動ができる遊具も整備され、自由にご利用いただけます。

## 交通

宮崎交通の路線バスや市のコミュニティバスのバス停が整備され、11月1日からご利用できます。また、最寄り駅のJR北郷駅から道の駅まで徒歩約5分のため、公共交通でも利用しやすくなっています。

## ふれあい交流センター・図書館

道の駅の隣には、ふれあい交流センターがあり、道の駅と連携したイベント会場として活用が期待されます。また、その隣には図書館もあり、本を読んでゆっくりと過ごすことができます。

オープニングセレモニーが行われました。

