

Nichinan City Public Relations Magazine

ねにちなん

2

February 2024
No.179



1月7日(日)、令和6年日南市二十歳を祝う会が、南郷ハートフルセンターで行われました(2～5ページに特集記事)。



令和6年 日南市 二十歳を祝う会



1月7日(日)、二十歳の節目をお祝いする「日南市二十歳を祝う会」を開催しました。二十歳を迎えた385人の若者たちが華やかな振袖や袴、スーツに身を包み参加しました。

会場では、式典前に中学生時代の写真や出来事などが上映され、自分たちの写真が映し出されると歓声が上がりました。当時の思い出出し懐かしんでいました。式典終了後も会場の友人と写真撮影したり、談笑したりするなど再会を喜び合っていました。



誓いのことば

日高 乃々葉さん



私たちは、立場はそれぞれ違いますが、一人一人が自分の行動に責任を持ち、社会の一員として常に前向きに歩んでいます。私たちは18歳で成人となった最初の世代でもあり、気の引き締まる思いです。私たちは社会人としては、まだまだ未熟です。どうかこれからも温かい目でご指導、ご鞭撻をいただきますようお願い申し上げます。

誓いのことば

橋野 翼さん



私は将来、人材マネジメントに携わる仕事に就きたいと考えています。コロナ禍で生活スタイルが変化し、考え方や生き方、住む場所も変化しつつあります。だからこそ人々が輝く社会づくりが重要だと思っています。この自然豊かな日南で生まれ育ったことに感謝するとともに、これまでの努力や経験を糧に、社会で貢献できる社会人になることをここに誓います。

式辞

日南市長 高橋 透



これから、誰一人正解を知らない問題に直面することでしょう。この困難な時代の中にあっても、どうか、皆さんの持つ若さを力に変えて、夢を持って挑戦し続けてください。そして皆さんのお力によって、日南市をさらに魅力ある街へと変えていただけるものと大いに期待しております。皆さんの故郷である日南は、いつも皆さんを応援しています。

司会

山下 祐里奈さん



市民憲章朗読

外山 拓弥さん





東郷・鵜戸・酒谷



北郷・細田



飢肥



油津



吾田地区



南郷地区

新成人の方々に将来の夢や 目標などを書いてもらいました。

がんばります!

夢に向かって!

自殺対策基本法では、例年、月別自殺者数の最も多い月を「自殺対策強化月間」と定め、地方公共団体、関係団体とも連携して「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、相談事業および啓発活動を実施しています。

自殺は、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、孤立などさまざまな要因が複雑に関係して起きるといわれており、その直前にはうつ病などの精神疾患を発症していることが多いと指摘されています。

大きな悩みがあったり、強いストレスにさらされた結果、その解決方法として自殺を考えてしまう。自殺は、置かれた状況によっては誰にでも起こり得る危機です。生きていく中で誰もがさまざまなストレスや悩みを抱えます。

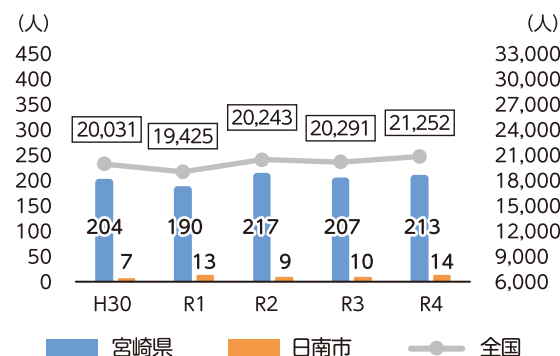
その時に大切なのは一人で抱え込まないことです。思い詰めてしまいう前に相談窓口や誰かにあなたの悩みを相談しましょう。



問い合わせ 健康増進課 ☎(31)1129

日南市の自殺の現状

1 全国と宮崎県、日南市自殺者の推移 (平成30年～令和4年)

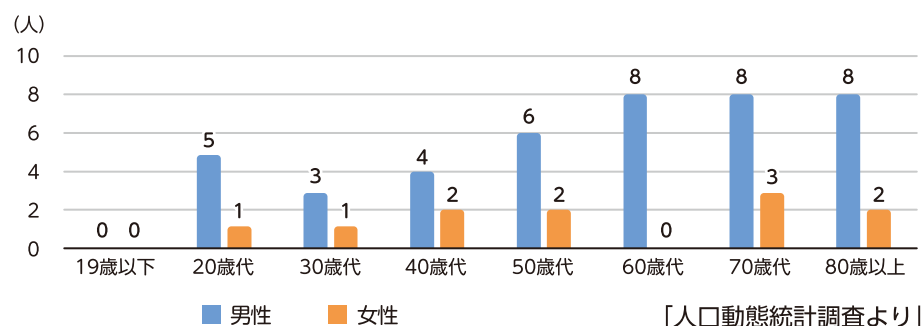


2 日南市の自殺者の原因と動機 (平成30年～令和4年)

- 1位 健康問題 (31人)
- 2位 家庭問題 (12人)
- 3位 経済問題 (11人)
- 4位 不明 (9人)

上位4位まで記載、複数回答を集計したため、原因・動機別の合計と死亡者合計数とは一致しません。

3 日南市性別・年代別自殺者数 (平成30年～令和4年の合計)



うつなどこころの健康問題が大きな原因

全国の上自殺者数は令和2年より増加傾向となっています。令和4年の宮崎県の上自殺者数は、前年に比べると6人、日南市においても4人の増加となっています。性別・年代別の上自殺者数をみますと、60歳代以上の男性が多く、令和4年の日南市の上自殺者数の男女の内訳は、男性が12人、女性が2人となっています。



こころの健康度チェック

最近(ここ2週間)のあなたの様子についてお答えください。

番号	項目	チェック
1	毎日の生活に充実感がない	
2	これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	
3	以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる	
4	自分が役に立つ人間だと思えない	
5	わけもなく疲れたような感じがする	
6	死について何度も考えることがある ※死は「自殺に結びつくような死」を意味します。	
7	気分がひどく落ち込んで、自殺について考えることがある	
8	最近(ここ2週間)ひどく困ったことやつらいと思ったことがある ※配偶者や家族の死亡、親戚や近隣の人の自殺、医療機関からの退院などの場合	

2週間以上、ほとんど毎日続いている、毎日の生活に支障が出ている場合はうつ病の可能性がります。

専門家へ相談しましょう



(宮崎県精神保健福祉センター資料より)



自殺予防対策取り組み事例紹介 「ゲートキーパー養成講座」

市では、自殺に追い込まれる人を1人でも減らすために「ゲートキーパー養成講座」を年3回開催しています。

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に寄り添い生きる事を支える人のことです。悩みを抱える方から相談された際や周囲に対する気付き・声掛け・傾聴を通じ、適切な相談機関につなぐことなどが期待されます。



令和4年度「ゲートキーパー養成講座」受講者数

小・中学校教職員	17人
一般市民(民生委員児童委員含む)	42人
市職員	28人

相談窓口

- ・日南保健所 ☎(23)3141
電話・面接相談 月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15
こころの健康相談 毎月第4木曜日 13:30～15:30(予約制)
- ・健康増進課 ☎(31)1129
月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15

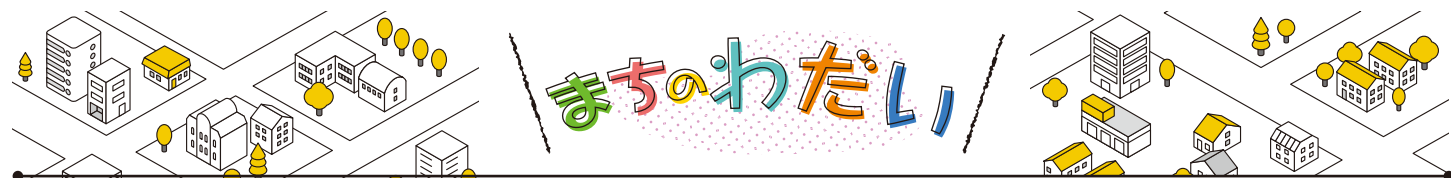
夜間相談

- ・NPO法人国際ビフレンダーズ宮崎自殺防止センター
☎0985-77-9090 月・水・金・日曜日 20:00～23:00
- ・宮崎いのちの電話 ☎0570-783-556
月・水・金曜日 21:00～4:00 / 日・火・木・土曜日 18:00～4:00

専門相談窓口

- ・宮崎県精神保健福祉センター
 - ・電話相談
「こころの相談」・・・☎0985-32-5566 月～金曜日(祝日除く) 9:00～19:00
 - ・精神科医の診療相談(相談場所:宮崎県精神保健福祉センター) 予約電話番号 ☎0985-27-5663
ストレス専門診療相談・・・第2・3・4木曜日 13:00～16:00
一般診療相談・・・第1・3水曜日 13:00～16:00
薬物関連診療相談・・・第1・3木曜日 13:00～16:00
思春期精神保健診療相談・・・第2・4木曜日 13:00～16:00





12/12 (株)南郷包装
市にベビーカーとチャイルドシート寄贈
日南市役所

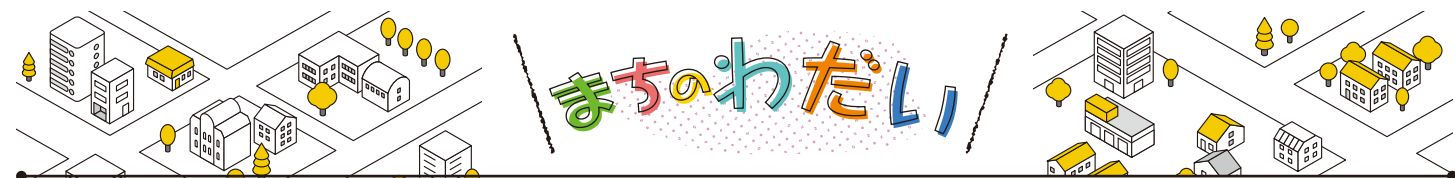


子ども・子育て支援に関する連携協定を締結している(株)南郷包装から本市に、ベビーカー2台とチャイルドシート2台が贈られました。ベビーカーは来庁者用として市役所玄関に配置し、チャイルドシートは「ことごと」で貸出用として管理され、利用できます。

12/10 自ら育てた餅米を使って
思い出に残る餅つき体験
酒谷小学校



酒谷小児童らが田植えから稲刈りまで手がけた餅米を使って、JAはまゆう職員や地域の方の協力の下「餅つき大会」を行いました。石臼ときねを使っての餅つきを親子で楽しそうに体験。つきあがったお餅を地域住民らに教えてもらいながら一生懸命丸めていました。



12/7 中日から育成ドラフト4位指名
川上理偉選手が市長表敬
日南市役所



2023年プロ野球ドラフト会議で、中日ドラゴンズから育成4位の指名を受けた日南市の宮崎福祉医療カレッジ野球部出身でプロ野球独立リーグ大分B-リングスの川上理偉選手(内野手)が、高橋市長を表敬訪問し、指名の報告と意気込みを語りました。

12/5 潟上小5年生
かつお一本釣り漁業を学ぶ
外浦港・外浦漁協



潟上小学校5年生児童15人が、外浦漁協所属の船員らを講師に迎え、地元基幹産業で日本農業遺産に認定されている「かつお一本釣り漁業」について学びました。児童たちは、漁の説明や漁船の見学をした後、釣り竿を使った一本釣り漁の体験に歓声をあげていました。

12/14 創業100周年(株)タケセン
市に防災かまどベンチ寄贈
道の駅きたごう



(株)タケセンから本市に防災かまどベンチ1基が贈られました。防災かまどベンチは、今年、創業100周年を迎えた同社の地域貢献活動の一環として寄贈されたもので、道の駅きたごうに設置され、平常時はベンチ、災害時は炊き出し用のかまどとして利用できます。

12/11 社会福祉事業従事功労者
厚生労働大臣表彰
日南市役所



社会福祉事業従事功労者厚生労働大臣表彰を社会福祉法人裕愛会わかすぎ保育園で園長を務める安井富士子さんが受賞されました。この日は、伝達式が行われ、高橋市長が表彰状と記念品を手渡しました。今年度は全国で318人、宮崎県で5人が受賞されています。

12/8・12/10 みんなできれいに
JR日南線美化作業
JR日南駅ほか

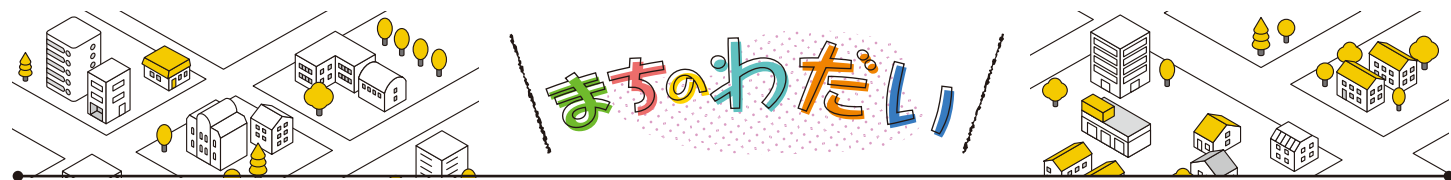


日南市公共交通機関利用友の会がJR日南線の利用促進運動の一環として、快適に駅を利用してもらうと、駅や駅周辺の美化作業を実施。伊比井、北郷、飢肥、日南、油津、大堂津の各駅で関係団体や中高生など約450人がJR九州の安全管理の下、作業に励みました。

12/7 地元企業の仕事を学ぶ
職業講話
日南振徳高校



地元企業の仕事に対して関心を高めるため、日南振徳高校機械科2年生に日南市企業連携協議会が職業講話を行いました。生徒たちは、今後の進路に役立てるため、製造部品に触れることや重機に試乗することで地元企業の仕事を体感しました。



12/20 水
出前講座などで活用
LGBTQ啓発用パネル完成
日南市役所



■ LGBTQ など性の多様性の正しい知識や理解を学校や市民に啓発するためのパネル作成を委託されたLGBT 交流会「Rainbow View MIYAZAKI」(山田健二代表)が実物を展示し、完成を報告。今後、市内全中学校での出前講座や市内イベントなどで活用します。

12/19 火
(株)川口産機サービス
ロボット芝刈り機寄贈
日南市役所



■ (株)川口産機サービスがロボット芝刈り機「オートモア」を寄贈。この日は、同社の川口喜弘代表取締役が市役所を訪れ、高橋市長にロボット芝刈り機を手渡しました。このロボット芝刈り機を市が管理する公園で使用するように、準備を進めています。

12/20 水
日南振徳高等学校
第74回日本学校農業クラブ全国大会
文部科学大臣賞受賞報告
日南市役所

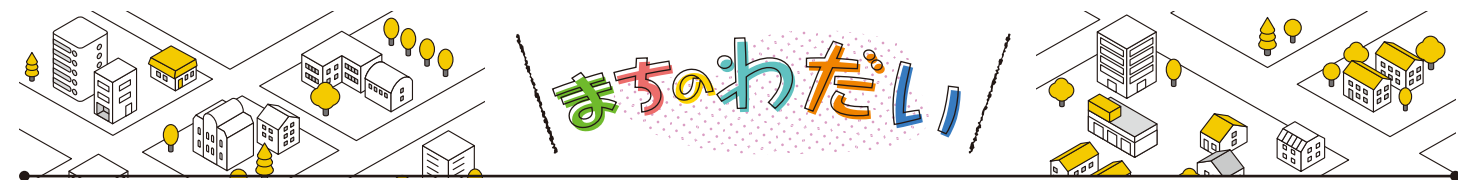


■ 第74回日本学校農業クラブ全国大会に出場した日南振徳高校の山崎惣楽さんが農業鑑定競技会で文部科学大臣賞と園芸分野で最優秀賞を受賞。また、他の出場者3人全員が優秀賞を受賞。出場者4人と若林校長らが高橋市長に受賞の喜びなどを報告しました。

12/20 水
後世に残したい
「寿太郎侯音頭」歌詞入り額縁を寄贈
日南市役所



■ 寿太郎侯音頭保存会が明治の外交官・小村寿太郎没後100年を記念して作った「寿太郎侯音頭」の歌詞入り額縁を製作。音頭は同保存会の田原宣輝会長が2011年に作詞作曲。市文化芸術協会の書家に歌詞を書いてもらい、特注の飴肥杉製額縁に収め、寄贈しました。



12/16 土
フラワーアレンジメントや料理を体験
花育・食育教室
まなびピア



■ 幼少期から地元農産物への興味や関心、料理を作る楽しさを知ってもらうため、花育・食育教室を開催。市内小学校1～6年の児童と保護者11組23人が参加し、フラワーアレンジメントの制作と白菜の豆腐ハンバーグなどの調理実習を体験しました。

12/14 木
災害時にヘリコプターを活用
(株)レジャークリエイティブホールディングスと協定
日南市役所



■ 大規模災害時にヘリコプターでの医師や看護師、救援物資などの輸送手段を確保するため、(株)レジャークリエイティブホールディングスと「災害時におけるヘリコプター輸送等に関する協定」を締結。同社の河野信吉代表取締役会長と高橋市長が協定書に署名しました。

12/17 日
地域活性化を図る
常明寺自治会がグラウンドゴルフで交流
北郷多目的運動公園芝生広場(旧北郷中学校跡地)



■ 常明寺自治会が住民の親睦を深め、地域の活性化を図るため、グラウンドゴルフ大会を開催し、6歳から84歳までの地元住民27人が参加。寒波の影響で真冬の寒さを感じる中でしたが、プレーが進むにつれ、参加者の歓声や笑顔で会場は温かい空気に包まれていました。

12/15 金
祝！吾田小学校合唱部
全日本合唱コンクール全国2位
日南市役所



■ 福岡県で開催された第76回全日本合唱コンクール全国大会の小学校部門に出場した吾田小学校合唱部が金賞と全国2位にあたる福岡県教育委員会賞を受賞。合唱部の6年生の児童9人と関係者らが市役所を訪れ、高橋市長に受賞を報告し、喜びを伝えました。



皆さんの安心・安全のために！

かわそえ よしひろ
川添 賀洋 さん



座右の銘

人生楽ありや
苦もあるさ

日南市北郷の三興建設で働く賀洋さん。がけ崩れが起きて交通に支障を来さないように法面を保護する仕事に日々励んでいる。また、消防団吾田分団の部長も務め、公私ともに市民の安心、安全のために活動。そんな賀洋さんの休日の楽しみは、ツーリング、音楽鑑賞、釣り。

ツーリングは、日南海岸の景色を楽しみながら、スビードの向こう側を感じるのが気持ち良い(笑)。魚釣りをしながら一人でもっとする時間が一番好きな時間と満面の笑み。最近一番うれしかったことは土木1級の試験に合格したこと。これは法面施工管理技士の資格試験に落ちたこと。

現在、その資格取得に向けて頑張っていて「さらに技術を身に付けて、人助けのためになる仕事を仲間と共に続けていきたい」と力強く話していました。



職業や年齢などに関係なく、地域のために活動している人や特技を持っている人々をリレー形式で紹介します。

地域で安心子育て！ ファミサポが子育てを応援します！

オール日南

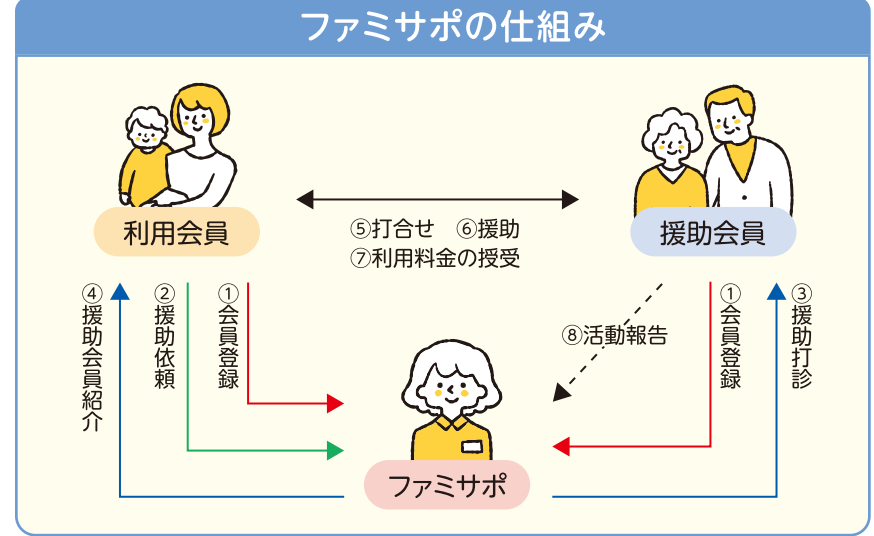
チーム日南



ファミサポ（ファミリー・サポート・センター）は、地域で子育てを助け合うための会員組織です。育児の援助を受けたい人（利用会員）と育児の援助を行いたい人（援助会員）が会員となり、会員同士で育児に関する相互援助活動を行います。

● 問い合わせ こども課 ☎(31)1131

ファミサポの仕組み



★活動場所
会員の自宅など、会員同士で決定
(ファミリー・サポート・センターも利用可)

★登録
利用会員も援助会員も登録制(両方登録可)

★利用時間・料金
月～金曜日 7時～19時
1時間当たり 600円
土・日・祝日および平日時間外
1時間当たり 700円

※兄弟・姉妹の利用の場合、2人目からは半額
※原則として、月～金曜日 7時～19時の利用となります。

<援助活動内容と利用状況>

令和5年4月～12月

援助活動内容	利用件数
保育施設などの送迎	121
保育施設後の習い事の送迎・預かり	91
放課後児童クラブ終了後の送迎・預かり	52
放課後の送迎・預かり	8
保護者の短時間就労・臨時就労時の預かり	14
保護者の病気・病院受診時の預かり	9
その他	24

援助活動のほとんどが「送迎」と「預かり」です。

援助会員を募集しています！

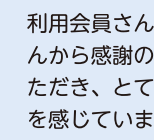
ファミサポは、子育てをお手伝いして下さる援助会員の皆さんによって支えられています。現在、利用会員150人、援助会員77人、両方会員10人が登録されていますが、援助会員の平均年齢も年々上がってきており、利用会員が増加傾向にあることから、力を貸して下さる援助会員の確保が急務となっています。

1回30分程度の活動もあり、空いた時間にできる範囲の援助をお願いしますので、気軽に登録ください。

援助会員の声



子どもさんと過ごす時間は、とても楽しく元気をもらえます！



利用会員さんや子どもさんから感謝の言葉をいただき、とてもやりがいを感じています！



市長
コラム

日南市の水産業に追い風

日南市長 高橋 透



現在、青島にありまます県水産試験場のうち「資源部」及び「経営流通部」が油津の高等水産研究所へ統合され、水産研究・教育センター（仮称）として発足する計画案が県から発表されました。整備期間は最短3年を見込んでいます。

「資源部」では水産資源の利用管理に関する技術について、「経営流通部」では漁業経営の分析や水産物の加工・流通技術について試験研究が行われており、資源管理やスマート水産業の知識を有する担い手の育成につながります。加えて、各漁協及び水産加工業者が取り組まれている加工品の開発と流通に一段と弾みが付くものと思われます。

また、油津港には最先端の機器などを駆使した高度な情報提供や漁場の開拓を行う「みやぎ丸」が配置されています。

いますので、カツオ・マグロ漁業の基地である本市において、現地密着型研究の強化が期待されます。

昨年は南郷漁協所属「竜喜丸」が近海かつお一本釣りの年間漁獲高で日本一を達成し、この10年で最高の利益が出る漁協も見えてきました。燃油高や魚価低迷などの厳しい状況に直面してきた水産業が、久しぶりに活気づいている中、本市に水産研究・教育センターが配置されれば、水産関係者に新たな展望をもたらすに違いありません。市としても、水産業のより一層の振興が図られるよう、さらなる支援に取り組んでまいります。

移転統合後は、新たに約30名の職員が赴任すると見込まれており、市内経済の活性化にも寄与いただけるものと大いに期待したいところです。

鵜戸地区 七浦・七峠まつり!!

鵜戸地区では、4年ぶりに第9回「七浦・七峠まつり」を、令和5年10月28日(土)に鵜戸小中学校体育館で開催しました。

4年ぶりの開催となった祭り当日は、400人近くの来場者であふれ、宮浦保育所の園児、鵜戸小中学校の生徒による出し物や地区の皆さんのカラオケ大会で盛り上がりしました。

祭りの最後に行われた抽選会では、宮崎牛や伊勢エビの当選者が読みあげられるたびに大歓声が会場から上がっていました。

まつりの開催には、鵜戸倶楽部のメンバーである地元自治会長をはじめ、鵜戸小中学校やPTA、消防団、各種女性部・婦人会、若衆会の方々が中心となり祭りの準備、会場の設営・運営などにご協力いただきました。

今後も、地域のにぎわい創出と住民同士の交流、地域文化の向上を目指して「七浦・七峠まつり」を開催してまいります。

●問い合わせ
鵜戸地区自治会(鵜戸支所内) ☎(29)1515



圧巻の潮わらばーの演技



鵜戸小中学校(小学部)の演技



鵜戸小中学校(中学部)の演技



多数の来場者の体育館



日南振徳高等学校



振徳高校
ホームページ



振徳高校
Instagram

01 振徳祭(体育の部)

10月20日(金)



振徳祭(体育の部)が開催されました。全校生徒が3つの団(赤、黄、青)に分かれて競技を行い、3年振りに午後まで行いました。結果は競技の部、応援の部、まともりの部の3つ全てを赤団(機械科・商業科)が獲得しました。午後からは雨が降りましたが、どの団も全力を出し、仲間と協力していました。

03 農業クラブ全国大会

10月26日(木)



第74回日本学校農業クラブ連盟大会熊本大会が行われました。本校からは地域農業科の3年生4人が参加し、4人全員が入賞しました。なお、山崎惣楽さんは全8分野中の最高得点を取り、文部科学大臣賞を受賞しました。

分野「園芸」		
最優秀賞	山崎 惣楽 (油津中)	
優秀賞	鈴木 りな (細田中)	
優秀賞	矢野 天海 (吾田中)	
分野「食品」		
優秀賞	美馬 力埜 (北郷中)	

05 弓道競技選手権大会

11月11日(土)



都城市早水公園体育文化センターにて第44回宮崎県高等学校弓道選手権大会が行われました。2年情報ソリューション科の川口海斗(かわぐちかいと)さん(鉄肥中)が男子個人で優勝しました。選手権大会は、新人大会の団体上位20校が参加できる大会です。川口さんは8射中7本を的中させ、同じ本数的中させた5人での決定戦の末、優勝を決めました。

02 振徳祭(文化の部)

11月17日(金)・18日(土)



振徳祭(文化の部)が開催されました。3年生はステージでの劇、1・2年生は展示および販売実習を行いました。2日目は学校開放を行い、多くの保護者の方、地域の方に来校していただきました。

04 エコ電気自動車レース

11月5日(日)



宮崎ドライビングスクールにて「2023エコ電気自動車レース in みやざき」大会が開催されました。本校からは機械部16人の生徒が参加し、「単三充電電池レース」と「鉛バッテリーレース」の2部門にそれぞれ3台が出場し、非常に白熱した試合を展開しました。本校は「特別賞」を受賞しました。

06 JOCレスリング九州予選会

12月27日(水)



レスリングの第32回JOCジュニアオリンピック九州予選会が青島青少年自然の家で開催され、U20グレコローマンスタイル130キログラム級において、2年地域農業科の大鶴光輝(おおづるこうき)さんが優勝しました。大鶴さんは、来年4月に横浜市で開催される全国大会の出場権を獲得しました。

The world in the eyes of Jose

遊ぶに必ず方有り

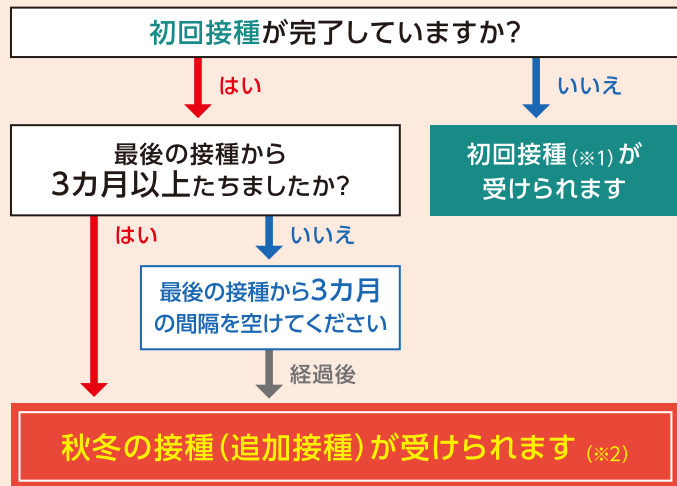
国際交流員
おせの目に映る世界

私は、年末年始実家に帰省しました。約1年両親に会っていなかったため、日本での出来事、1年間の思い出について話をしました。帰省している間はずっと嬉しく楽しめました。日本に帰ると、日南の仲間たちとの生活、そして憧れた文化に戻ります。一方で両親の元を離れることが自分のわがままなのではないかと思うようになりました。母親とこの事について話す機会があり、以前は私が日本に行くことに対して両親は賛成ではありませんでした。今は私に対して尊敬と誇りを持ってきてくれています。両親もかつて人生の目標があったのですが、途中で諦めてしまいました。だからこその今は、私の進む道に共鳴してくれています。帰省中、母親の家系図を見せてもらい、その中にスペイン人の冒険者がいることがわかりました。私にも冒険者の血が入っており、母親は私の冒険心に納得してくれています。孔子はかつて「両親が存命の時は、遠出をしない。遠出をするなら、心配をかけよう行き先を必ず告げるものだ」と言っています。私は、この教えに習い、両親に行き先と出来事の様子を伝えて、今後も冒険を継続します。

新型コロナワクチンの全額公費による接種は **令和6年3月31日で終了します**



〈接種対象となる方と接種間隔〉



（※1）初回接種とは
新型コロナワクチンの接種を初めて受ける場合、合計2回（6カ月～4歳の方がファイザー社のワクチンを受ける場合は合計3回）の接種を行います。
この1・2回目（6カ月～4歳の方がファイザー社のワクチンを受ける場合は3回）の接種を1セットとして、「初回接種」といいます。

（※2）秋冬の接種は1人1回受けられます。

● 問い合わせ 健康増進課

☎（31）1129

オミクロン株（XBB-1.5）対応ワクチンの接種対象とワクチンの種類

■ 令和5年9月20日以降、生後6カ月以上のすべての方に対して、新型コロナのオミクロン株（XBB-1.5）に対応した1価ワクチン（XBB-1.5対応ワクチン）の接種が始まりました。

■ 新型コロナワクチンの全額公費による接種は、初回接種、秋冬の接種ともに**令和6年3月31日で終了します**。接種をご希望の方は、期間内に余裕を持って受けてください。

■ 令和6年4月1日以降は、65歳以上の方および60～64歳で対象となる方（※）は、秋冬に定期接種が行われます。また、任意接種として、時期を問わず自費で接種していただけます。

（※）60～64歳で心臓や腎臓、呼吸器の機能が障がいがあり、身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫の機能が障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な方

図書館だより

雑誌はいかが？

ファッション誌、週刊誌、育児・料理誌など、各館にさまざまなジャンルを取りそろえています。
最新刊以外は貸し出しOK!
気軽に読むもよし、趣味を極めるもよし、お気に入りの一誌をどうぞ！

雑誌名

（一部抜粋）

本館（鉄肥）

家庭画報、プレジデント、クロワッサン 週刊文春、きょうの健康、現代農業 他

まなびピア図書館

婦人公論、AERA、オレンジページ、Oggi 趣味の園芸、文藝春秋 他

北郷図書館

すてきにハンドメイド、ダ・ヴィンチ、サンキュ！ タウンみやざき、九州じゃらん 他

南郷図書館

サンデー毎日、スポーツグラフィックナンバー こどものとも、天然生活、日経トレンド 他

※図書館ホームページから簡単に検索できます。

検索方法 ▶ 本の検索・予約→蔵書情報→新聞雑誌一覧

「旅する読書」100冊達成

おめでとうございます！

12月・1月に達成されました！

あらわ えいじ 荒川 永士さん	あんど りおな 安藤 李緒菜さん	いそ のりこ 磯野 エリカさん
いのう えい 井上 夢さん	かい つむぎ 甲斐 紬さん	かい のりこ 甲斐 菜之香さん
かわの かえで 河野 楓さん	かわの そうすけ 河野 颯介さん	こだに はづき 古谷 葉月さん
こだに りんたろう 古谷 凛太郎さん	こだま いおり 小玉 伊織さん	さかもと こはる 坂元 心春さん
さきむら りひと 崎村 俐仁さん	ながめま ひなた 長沼 陽向さん	にしじま まりな 西島 愛莉奈さん
はまや ゆうげん 濱屋 佑弦さん	ふかだ いろは 深田 彩葉さん	まつうら かずき 松浦 和輝さん
やえもと ゆうき 八重元 悠生さん	よしもと はると 吉元 春翔さん	

※五十音順に記載

定例おはなし会・イベント 2月16日～3月16日

2月25日(日) 10:30～	カムカムおはなし会	北郷図書館
3月 2日(土) 11:00～	によきによきおはなし会	市立図書館(鉄肥)
3月 9日(土) 10:30～	ブックウーマンおはなし会	まなびピア図書館
3月 9日(土) 14:00～	わくわくおはなし会	南郷図書館
3月13日(水) ①10:00～ ②13:30～	とらかね文庫読み聞かせ	南郷図書館
3月13日(水) 10:30～	憩いの森	北郷図書館
3月16日(土) 10:30～	Babyおはなし会	まなびピア図書館

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 2月18日(日) 3月17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。

動物はルールとマナーを守り 責任を持って飼いましょう

飼い主は法律上、飼っている動物に対して責務を負わなければなりません。この機会にペットの正しい飼い方について考えてみましょう。

保健所主催のしつけ方教室などもありますので、興味のある方は、ぜひ、参加してください。

マナーを守りペットと生活を

犬や猫などのペットは、私たちの心を和ませ、家族の一員として生活に安らぎを与えてくれる存在です。

一方、ペットの鳴き声の原因とする騒音など、無責任な飼い方によるトラブルの発生や苦情も寄せられています。

ペットを飼うときは、周りの人へ迷惑を掛けないよう、十分なマナーと正しいしつけが必要です。

また、動物を捨てることは、動物愛護法に違反する犯罪行為です。子犬や子猫が生まれて困らないよう「生まれたいための手術」を行うことも検討ください。

犬の飼い主の方へ

- 責任を持って犬のふん尿は、処理しましょう。
- 犬の放し飼いは禁止です。

猫の飼い主の方へ

- ふん尿や鳴き声などの苦情の防止や感染症、交通事故の危険から守るため、屋内で飼いましょう。
- 適正に飼うことができない子猫を増やさないため、不妊・去勢手術を受けさせましょう。

野良猫などにエサやりをしている方へ

- エサを与えるのであれば、責任をもってふん尿の後始末などを行ってください。
- 過剰な繁殖を防ぐために「さくらね」制度や「地域猫活動」などの活用をお願いいたします。



今月のイチオシ コーヒーと随筆

しょうの ゆうじ へん
庄野 雄治/編

太宰治、岡本かの子、北大路魯山人など名立たる文豪たちの「ちょっとマニアックな」随筆24篇を収録。温かいコーヒーを添えて、大事なあの人への贈り物にもぴったりです。



新着おすすめの本

ハルメク

一般書 かぶしがいいしや はっこう
株式会社ハルメク/発行

50代からの女性が知りたい情報満載。書店では購入できないので、一度図書館を利用されては？最新刊以外は貸し出しできます。



ゆっこせんせいのかんたん手作り布おもちゃ

一般書 さとう ゆきこ/著

絵本やガラガラなど布で簡単に作れるおもちゃの作り方を多数紹介！好きな布を使っておうちで作ってみませんか？



世界一やさしいマジックの本

児童書 アレクサンドル・アンリ/著

2月の寒い時期はつい家にこもりがちに。そんな時は超簡単に楽しいトリックのマジックを家族で練習してみませんか？



おとうさんをかして

児童書 チョ・ウォニ/絵
ホ・ジョンユン/文

お父さんを亡くした姉弟。お父さんと野球をするのが大好きだった弟のためにお姉さんはある行動に出ます。



子宮頸がん予防ワクチン任意接種の払い戻し(償還払)

子宮頸がん予防ワクチンの積極的勧奨の差し控えにより、定期接種の機会を逃した方の中で、定期接種の年齢を過ぎて自費で任意接種をされた方に対して費用の一部助成をしています。

【払い戻し(償還払)の対象となる方】

平成9年4月2日から平成17年4月1日生まれの女子で下記に全て該当する方

- ①令和4年4月1日時点で日南市に住民登録のある方
- ②定期接種の実施期間(16歳となる日の属する年度の末日まで)に、子宮頸がん予防ワクチンを定期接種として3回の接種が完了していない方
- ③定期接種の実施期間を過ぎて(17歳となる日の属する年度の初日から令和4年3月31日まで)、国内の医療機関で子宮頸がん予防ワクチンの任意接種を受け、実費を負担した方。ただし、ワクチンについては、定期接種の対象である2価ワクチン「サーバリックス」または4価ワクチン「ガーダシル」とし、9価ワクチン「シルガード」は対象外です。
- ④償還払を受けようとする接種回数分について、キャッチアップ接種としての定期接種を受けていない方

【払い戻し(償還払)の金額】

任意接種した年度における上限額の範囲内(上限額一覧表参照)で、最大3回分まで接種費用の実費相当額となります。実費相当額には、接種に要した交通費・宿泊費・接種証明書の発行に要した文書料などは含まれません。

なお、接種費用の支払いを証明する書類の提出ができない場合、払戻し金額は1回の接種当たり15,000円となります。

【申請者・申請期間・申請場所】

- ①申請者 被接種者本人または保護者
- ②申請期限 令和7年3月31日(月) ※土・日・祝日は除く
- ③申請場所 日南市子ども課に必要な書類をそろえて提出してください。窓口持参が困難な場合は郵送でも可。

【申請に必要な書類】

- ①子宮頸がん予防ワクチン(HPVワクチン) 任意接種償還払申請書
申請書は子ども課にありますので、申請時に記入可能です。
- ②接種記録が確認できる書類
母子健康手帳「予防接種の記録」欄、予防接種済証(ワクチン名・ロット番号・医療機関名が接種日ごとにわかるもの)、接種済の記録がある予診票のいずれか一つ
※この書類がない場合は、医療機関が証明する書類が必要。様式は日南市ホームページまたは子ども課窓口で配布します。任意接種した医療機関に証明書用紙を提出し、証明書を発行してもらってください。医療機関の診療状況などによって即日発行できない場合もあります。書類を提出された際に、受け取り日時をご確認いただき、医療機関から説明のあった日時にお受け取りください。また、証明できる期間も限られる場合がありますので、あわせてご確認ください。
- ③接種費用の支払いを証明する書類の原本(領収書および明細書、支払証明書など)
接種日、ワクチン名、ワクチンごとの料金、医療機関名が記載されているもの
※この書類がない場合は申請時にその旨お伝えください。
- ④被接種者の氏名・住所・生年月日が確認できる書類の写し(申請者と被接種者が異なる場合は双方のものが必要)
※申請時住所記載の住民票、運転免許証、健康保険証(両面記載あり)などいずれか一つ
- ⑤振込希望先金融機関の通帳またはキャッシュカードのコピー(口座番号等確認用)
※必要書類が不足しているなどの場合には、追加の書類が必要になることがあります。

問 ども課 ☎(31)1131

お知らせ

「旧南郷町総合支所の跡地利用について」市民説明会を開催します

旧南郷町総合支所の跡地については、耐震不足から南郷ハートフルセンターに移転している庁舎機能を移転前同様に戻すとともに、老朽化が進んでいる栄松A団地の建替えを行う計画としております。その進捗について、説明会を開催します。

●日時 3月26日(火)

※同日に2回開催します。

1回目 開場 10時30分 開始 11時

2回目 開場 18時30分 開始 19時

●場所 南郷ハートフルセンター小ホール

●費用 入場無料

※事前申し込みは不要

問 未来創生課 ☎(31)1128

財産マネジメント課 ☎(31)1140

（仮称）串間市いちき風力発電事業・環境影響評価方法書縦覧および説明会

串間市で計画されている風力発電事業について「環境影響評価方法書」の縦覧を実施します。また、その内容の説明会を開催します。

【縦覧期間】

●日時 3月5日(火)～4月8日(月)

8時30分～17時15分

●場所 市役所未来創生課、南郷町地域振興センター

●意見受付期間

3月5日(火)～4月22日(月)

【説明会】

●日時 3月24日(日) 14時～15時

●場所 南郷ハートフルセンター生涯学習館 大研修室

問 シン・エナジー株式会社

担当 福田

☎078(600)2660(代表)

9時30分～17時(土・日・祝日は除く)

令和6年春の全国火災予防運動「火を消して 不安を消して つなぐ未来」

火災の発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災の発生防止や高齢者を中心とする死者の発生を減少させることを目的に、春の火災予防運動を実施します。

●実施期間 3月1日(金)～3月7日(木)

●防火広報活動

■3月1日(金) 20時～

市内全域において、地元消防団の消防団車両による防火広報

■期間中の毎日 16時～

消防本部予防課と消防署の消防車両による防火広報

問 消防本部 予防課

☎(23)7584

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



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

問 消防本部 警防課 ☎(23)1316

「宝くじ助成金」を活用した防災資機材の整備

(財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献事業として、「コミュニティ活動に必要な備品や施設の整備など」に対して助成をしています(コミュニティ助成事業)。

この事業を活用して、下東自治会と上町地区が発電機や投光器などの防災資機材の整備を行いました。



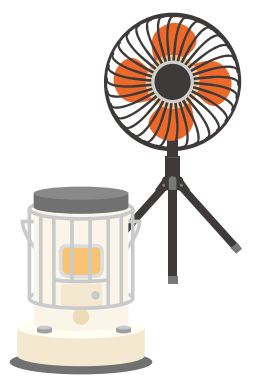
●下東自治会が整備した資機材



●上町地区が整備した資機材

問 危機管理室

☎(31)1125



「地震への備えはできていますか？」

●いつ地震が起こるかわかりません。日頃から準備しておきましょう！

■2～3日分、できれば1週間分の食糧や飲料水などを備蓄しておく。

■ラジオ、懐中電灯、医薬品などの非常持出品を準備する。

■テレビやタンス、食器棚などの家具の転倒防止をする。

■避難所の位置や安全な避難経路の確認をしておく。

■災害時における家族間の連絡方法を確認しておく。

●津波から身を守るには「逃げる」しかありません。

■津波の危険がある場合には、とにかく高い場所に避難しましょう。

問 危機管理室 ☎(31)1125



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。

救急車は地域の限られた救急資源



問 消防本部 警防課 ☎(23)1316



siosai1225 さん
外浦港



■選考理由…冬の風物詩といえる
気嵐と釣人、漁船などの構図は
日南らしく後世に残したい風景

最優秀賞

●受賞作品

**創客創人センター
あなたの好きな日南フォトコンテスト受賞作品発表！**

令和5年10月10日～11月23日まで
創客創人センターの公式Instagramで
にて、あなたの好きな日南フォトコンテ
ストを開催しました。たくさんのご応
募ありがとうございました。
受賞された皆さま、おめでとうございます！
います！

公式Instagramで
は、登録団体の活動内
容やセミナーの紹介、え
んがわサロンの様子な
どを投稿しておりますので、ぜひ、フォ
ローワーしくお願いします。

問 創客創人センター ☎(27)35355



優秀賞

photo_5555 さん
油津キャナルマルシェ



■選考理由…兄弟の仲睦ま
じい瞬間がかわいい

reemee_1121 さん
北郷マンホール



■選考理由…着眼点が面白
くレトロで懐かしい

**脳の損傷で起こる認知障害
「高次脳機能障害」をご存じ
ですか**

頭のケガや脳の病気(脳卒中など)の
後、物忘れが増えた、新しいことが覚え
られない、注意・集中力が続かない、発
語や読み書きが上手くできない、怒りつ
ぱくなった、無制限に食べたり・お金を
使ったり…。

■無料で参加できるセミナーや会社説
明会などのイベント情報をお知らせし
ます。

■求人者マイページ補助ツールで、求
人を容易に検索できます。

■ハローワーク日南管内の労働市場が
わかる統計情報を掲載しています。

こちらの二次元コードから
簡単にアクセスできます
ので、ぜひご利用ください。

問 日南公共職業安定所
(ハローワーク日南) ☎(23)86009



**ハローワーク日南のホームページ
を開設しました！**

お仕事探しや人材確保に役立つ情報
を幅広く提供していきます。簡単に便
利な求人検索機能もありますので、ぜ
ひご利用ください。

■日南市・串間市の求人希望の条
件を選ぶだけで簡単に検索できます。

■最新の求人情報誌を掲載していま
す。

●活動内容 定例会(毎月1回)
■ゲームや食事会などの親睦会
■互いの病気などを理解し、支え合う
ための学習会

問 あさがお会(代表 平下)
☎(55)22808
つくし会(代表 大山) ☎(68)1892
障がい者憩いの間 ☎(22)2747

**「精神障がい者家族会」で
一緒に活動しませんか**

家族会では、精神障がいのある方や
その家族同士が集い、悩みを語りあつ
て、互いに支え合うことを目標に活動し
ています。

より明るい日南市になるように「精
神障がい者家族会」に入会し、障がいの
ある方もない方も一緒に活動しません
か。



このような状態でお困りの方、もしか
したら高次脳機能障害かもしれません。
宮崎県身体障害者相談センターでは
相談窓口を開設しています。
お気軽にご相談ください。

問 宮崎県身体障害者相談センター
☎0985(29)25556
平日 9時～15時30分

軽自動車税について

●4月1日現在の所有者に課税されます

軽自動車税は、毎年4月1日現在で原付や軽四輪、小型特殊自動車などを所有している方に課税されます。

4月2日以降に廃車や譲渡された場合も、引き続き1年分の税金がかかりますのでご注意ください。

なお、現在所有していないのに納税通知書が送られてきた場合は、4月1日までに名義変更や廃車の手続きが完了して
いないことが考えられます。これらの手続きをしない場合、来年度以降も課税されることになりますので、お早目に手続き
をお願いします。

●平成28年度から軽自動車税の税額が変更になっています

特に、最初の新規検査年月が平成23年3月以前の車両は、重課税率により税率が大幅に上がりますのでご注意
ください。なお、変更後の税額は下表のとおりです。

軽自動車(四輪以上および三輪)

最初の新規検査年月(車検証の「初度検査年月」)により、旧税率、新税率、重課税率のいずれかの税率になります。

車 種 区 分			最初の新規検査年月(初度検査年月)		
			平成27年3月まで ※1 (旧税率)	平成27年4月以降 ※2 (新税率)	13年経過 (重課税率)
三 輪			3,100 円	3,900 円	4,600 円
四 輪 以 上	乗 用	自家用	7,200 円	10,800 円	12,900 円
		営業用	5,500 円	6,900 円	8,200 円
	貨物用	自家用	4,000 円	5,000 円	6,000 円
		営業用	3,000 円	3,800 円	4,500 円

※1 旧税率は、平成27年3月31日以前に新規検査を受けた車両

※2 新税率は、平成27年4月1日以降に新規検査を受けた車両
電気自動車・天然ガス自動車および営業用乗用車の一部にグリーン化特例が適用される場合があります(今年度のみ減額)。

原付や125cc以上のバイク、小型特殊自動車

車 種 区 分		平成28年度から
原付	50cc 以下	2,000 円
	50cc 超 90cc 以下	2,000 円
	90cc 超 125cc 以下	2,400 円
	ミニカー	3,700 円
軽二輪(125cc 超 250cc 以下)		3,600 円
小型二輪(250cc 超)		6,000 円
小型 特殊	農耕作業用	2,400 円
	その他(フォークリフトなど)	5,900 円

※軽自動車税納税通知書の発送は、4月末を予定して
おりますが、祝日が重なるため、到着が5月連休明
け頃となる場合がありますので、ご了承ください。

問 税務課 ☎(31)1121

人権擁護委員の新任・再任について

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱
された民間ボランティアの方々で、人権
相談を受けたたり人権の考えを広める活
動などを行っています。

今回、人権擁護委員として次の方が
新任・再任されました。

【日南地区】
徳井 都美子 (新任)
福田 紀行 (再任)

【北郷地区】
郷谷 須磨子 (再任)

【南郷地区】
若林 重美子 (再任)

【本郷地区】
本田 宏二 (新任)

【田中地区】
田中 秀子 (再任)

【野田地区】
野田 宜応 (再任)



問 地域自治課 ☎(31)1176

にちなん道の駅アプリ公開 記念第2弾スタンプラリー

にちなん道の駅アプリで第2弾のス
タンプラリーを実施しています。日南
市内の三つの道の駅を巡り、買い物
すればアプリ内でスタンプを獲得。ス
タンプを三つ集めてアプリより応募す
れば抽選で30名様に5千円相当の「地
元特産品詰め合わせ」や「宮崎牛」をプ
レゼント！

ダウンロードは、左記の二次元コー
ドから！

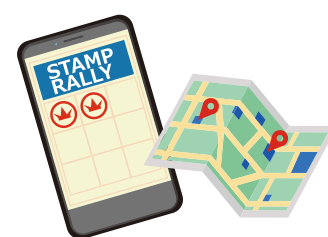
●開催期間

3月17日(日)まで

●その他

当選者の発表
は、賞品の発送を
もって代えさせて
いただきます。ま
た、抽選結果につ
いてのお問い合わせにつきましては、お答え
しかねますので、予めご了承ください。

問 農政課 ☎(31)1132



問・・・問い合わせ先 申・・・申し込み先 予・・・予約先

令和6年度「手話奉仕員養成講座」

手話は、目で見る言葉でコミュニケーションの一つです。手話に興味のある方、習ってみたい方は、ぜひ、この機会にお申し込みください。

●**受講期間** 4月17日(水)～令和7年2月26日(水) 全43回

●**費用** 300円(資料代)

●**申込期限** 3月16日(土)

●**その他** 定員になり次第締め切ります。

●**お問い合わせ** 傾聴ボランティアあまやどりの会 落丸 ☎090(4473)0909 y-ochimaru@btm.ne.jp

●**講師** 株式会社Career peko 代表取締役 横山 由美氏

●**場 所** 日南市役所本庁舎付属棟

●**日時** 3月23日(土) 13時30分～14時30分

●**場 所** 日南市保健福祉総合センター (ふれあい健やかセンター) 5階

●**受講料** 5800円

●**定員** 20人(定員になり次第締め切ります)

●**講師** 日南手話サークル「たんぽぽ」

●**申込期限** 3月31日(日)

●**その他** 高校生以下の場合は、保護者の許可が必要です。申込者が若干名の時は、開講できない可能性もあります。

●**お問い合わせ** 日南手話サークル「たんぽぽ」事務局 中衛 ☎090(2504)5349 Ⅸ(23)3328

●**日時** 2月18日(日) 開場13時30分 開演14時

イベント

日南市民吹奏楽団 第14回定期演奏会

ヴェルディの「椿姫」や「運命の力」などのクラシック曲から「スターウォーズ」もののけ姫メドレーなど、音楽好きな方はもちろん、みなさんが楽しめる曲をお送りします。日南高校吹奏楽部も参加します。ぜひ、お越しください。

●**日時** 2月18日(日) 開場13時30分 開演14時

日南こども食堂

●**日時** 2月24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、手作り弁当や食材などのお持ち帰りとなります。
- 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
〈口座〉普通198801
〈名義〉NPO法人日南こども食堂
理事長 佐藤泰信

春の南郷城址 河津桜ウォーク

大堂津海水浴場から南郷城址往復約7kmコースを一緒に歩きませんか。

●**日時** 3月9日(土) 受付9時～出発9時30分

※雨天の場合は中止となります。

●**集合場所** 大堂津海水浴場 貝殻ステージ前広場

※駐車場は、大堂津海水浴場の駐車場をご利用ください。

●**コース** 貝殻ステージ↓遊歩道↓かつお橋↓塩鶴↓南郷城址(往復)

●**費用** 無料

●**申込期限** 当日、現地(大堂津海水浴場 貝殻ステージ前広場)で受け付けをします。

●**その他** 飲み物、タオルなどは、各自でご用意ください。

●**お問い合わせ** 日南ウォーキングクラブ事務局 河野 ☎090(5479)8303



募集

「第43回日南市美術展」作品

市民の皆さまの絵画・デザイン、書、写真、彫刻・工芸作品を募集します。

●**開催日時** 5月18日(土)～26日(日) 9時～17時(最終日は正午まで)

●**場 所** まなびピア

●**作品募集**

①応募資格 日南市および串間市の在住者(過去の在住者も可)、出身者、在勤者、在学者で中学生を除く15歳以上の者

②出品数 未発表作品で1部門1人2点まで(複数部門の出品は可)

③出品料 部門ごと1点千円(2点目は各500円を加算)ただし、高校生は1部門500円(2点以内)

④出品申込 作品搬入時に申し込み受け付けを行います。

※搬入日時 5月12日(日) 13時～15時

※搬入場所 まなびピア

⑤その他 作品の規格など詳細を記載した「開催要項」「出品票」は、生涯学習課、日南市文化センター、北郷ふれあい交流センター、南郷ハートフルセンター、市立公民館、各支所などにあります。日南市ホームページからでもダウンロードできます。

●**生涯学習課** ☎(31)1145

令和6年度 65歳以上の方へ運動教室のご案内

「元気で長生き」へ これから、転倒・ひざ痛などの予防のため介護予防を始めませんか? ご本人の体力などに合わせた教室をご案内いたします。まずは、お気軽にご連絡ください。 ●**お問い合わせ先** ☎(27)3154

	1. 元気で長寿!! キープアップ教室	2. ゆったりアップ教室
対象者	いままで、本教室に参加されたことがない方	体力の低下、足の筋力低下が気になる方 参加基準があります。詳細は、お問い合わせください。
実施状況	月2回	毎週1回
実施期間	4月～3月	5月～2月
場 所 実施曜日	ふれあい健やかセンター 第2、4火曜日・午後	①北 地 区: さくらアリーナ/水曜日・午後 ②中央地区: 多目的体育館 / 月曜日・午後 ③東 地 区: ふれあい健やかセンター / 月曜日・午前 ④南 地 区: 南郷健康福祉センター / 金曜日・午後
送 迎	なし	あり ※但し、送迎範囲の設定あり。 ①北 地 区: 飢肥・酒谷・北郷全域 ②中央地区: 吾田(中平野・桜ヶ丘・松原団地を除く) 細田(下方・塩鶴・大堂津1～3を除く) ③東 地 区: 油津・東郷・鵜戸全域 吾田一部(中平野・桜ヶ丘・松原団地) ④南 地 区: 南郷全域 細田一部(下方・塩鶴・大堂津1～3)
料 金	無 料	
スタッフ	日南市介護予防推進サポーター・看護師	
定 員	各会場20人	
申込期限	3月13日(水)	

●...問い合わせ先 ●...申し込み先 ●...予約先

相談

新型コロナウイルスワクチン接種の相談

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお問い合わせ（接種の方法や接種券の再交付など）

健康増進課 地域医療対策室

（31）1129

※市コールセンターは、12月30日で終了しました。

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

（知ろうワクチン）

（0985）（44）2753

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

宮崎県新型コロナウイルス感染症相談窓口（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

（0985）（44）2616

FAX相談票は、県ホームページから入手可

道の駅きたごうで

巨大お絵かき・ピザ作り体験

10m×10mの紙やダンボールハウスに絵の具を使って巨大お絵かきをしよう！

道の駅きたごうで人気のピザを手作りして焼きたてを食べよう！

日時 2月24日（土）、2月25日（日）

①巨大お絵かきのみ

（第1部）9時～11時（30組）

（第2部）12時～14時（15組）

②ピザ作り・巨大お絵かき

10時～14時（15組）

（ピザ作り体験10時～、昼食休憩11時～、巨大お絵かき12時～）

場所 道の駅きたごう・ふれあい交流センター

参加費 ピザ作り 1組1枚 千円（2枚以上の場合は要相談）

お絵かき 子供1人につき 千円

申込期限 2月21日（水） 17時

その他 対象者は幼児から小学生までの子供と保護者です。

子供のみの参加はできません。

エプロン・三角巾をお持ちください。

汚れてもかまわない服装でお願いします。

タオル・着替えなどは、お持ちください。

定員になり次第、受け付けを終了します。

申込 道の駅きたごう （32）3256

（受付時間9時～17時）

無料相談案内

秘密は守られますので
お気軽にご相談を

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、固く守られます。

福祉課 まるごと福祉相談窓口 （31）1163

f-kanri@city.nichinan.lg.jp

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

会事務局 （31）1163

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

問 日南串間消費生活センター （23）4390

消費者ホットライン （188）イヤー

市内企業と高校生とのワークショップ

誰もがイキイキと働ける職場づくりを考えよう！～男女共同参画の実現に向けて～

日南市内の企業と高校生が力を合わせて、誰もがイキイキと働ける職場づくりになることを目指し、意見交換を行うワークショップを開催します。

また、ジェンダー論などの専門講師をお招きし、講話をいただきます。この機会に、働きやすい職場づくりの実現に向けて、みなさんと一緒に考えてみませんか。般の方の参加も可能です。

日時 3月14日（木） 16時～17時15分

場所 創客創人センター 大会議室

対象 市内の高校生および興味のある方はどなたでも

申込方法 電話またはメールにてお申し込みください。

申込期限 3月8日（金）

共催 地域自治課・創客創人センター

問 創客創人センター （27）3535（担当 岡本）

nichinan.sokyaku-sojin@gmail.com

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

3月1日（金） 10時～12時 南郷ハートフルセンター

3月12日（火） 10時～12時 文化センター 2階

3月12日（火） 10時～12時 北郷福祉センター

相談委員 行政相談委員

問 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

3月13日（水） 10時～15時 まなびピア

相談委員 人権擁護委員

その他 宮崎県地方事務局日南支局でも、常時相談室を設置し、相談に応じています。

（25）9125

問 地域自治課 （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・場所

①3月6日（水） 17時30分～19時30分 まなびピア 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）2391

図書館イベント

読んで満開！南郷の桜

本を借りて、壁面の桜を満開にしよう！

日時 3月1日（金）～31日（日）

場所 南郷図書館

対象 どなたでも

問 南郷図書館 （64）0924

《連動型のイメージ》

他の場所で火事です！

他の場所で火事です！

他の場所で火事です！

他の場所で火事です！

火事です！火事です！

「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 交換のすすめ

10年たったら、とりかえろ。

連動型の住宅用火災警報器が安心です。

問 消防本部 予防課 （23）7584

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

日時

3月10日（日） 8時～12時

場所 日南公証役場（日南市戸高1-3-12）

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10時～16時）

※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）

厚生年金相談

相談対象 年齢、障害、遺族などの年金請求および相談

日時 3月28日（木） 10時～15時

場所 日南市役所本館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

2月28日（水）～3月25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。

予問 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。

まちのうごき

男 : 22,443 (-69)

女 : 25,245 (-24)

人口 : 47,688 (-93)

世帯数 : 21,437 (-44)

1月1日～31日

出生 : 15 転入 : 105

死亡 : 113 転出 : 100

2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）

問 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）。

※新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの検査は、実施していません。

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。

2月4日は「風しんの日」

1 風しんとは

風しんは、風しんウイルスによって起こる急性の感染症で、非常に強い感染力を持ち、症状が出る前に、人から人へうつる可能性がある病気です。

感染から14～21日（平均16～18日）の潜伏期間の後、発熱、発疹、リンパ節腫脹などを特徴とする症状が出現します。高熱が続いたり、血小板減少性紫斑病、急性脳炎などの合併症が起こることもあります。また、大人では、手指のこわばりや痛み、関節炎を伴うこともあります。

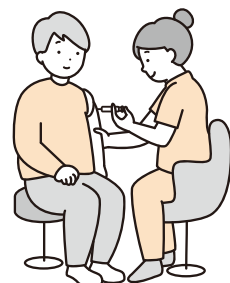
2 先天性風しん症候群とは

妊娠20週ごろまでの妊婦さんが感染すると、生まれてくる赤ちゃんに感染し、目や耳、心臓などに障がいがあります。

また、新生児期にも、低出生体重や、血小板減少性紫斑病、黄疸、間質性肺炎、髄膜脳炎などがみられることがあります。

3 風しんを予防するためには

風しんの抗体が低かった方には、予防接種を受けることをお勧めしています。なお、妊娠中は、風しんの予防接種はできません。



4 44～61歳の男性の皆さまへ

① 受けるのは今！クーポン券を配布しています

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性を対象に、原則無料で風しん抗体検査と予防接種を受けることができるクーポン券を送付しています。

この年代の男性は、公的に予防接種を受ける機会がありませんでした。そのため、抗体保有率が低く、風しんにかかりやすいことが分かっています。

この年代の方々には、風しん抗体検査を積極的に受けるようお勧めしています。抗体検査の結果、抗体がないと判断された方には、予防接種をお勧めします。

② 日南市のクーポンの利用状況について

日南市では、令和元年度から令和4年度までに、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性約1,660人の方がクーポン券を利用し、風しん抗体検査を受けています。

この年代に該当する方のうち、令和4年度までに風しん抗体検査の無料クーポン券を使用されていない方（約3,300人）には、令和5年6月上旬に健康増進課から無料クーポン券を郵送しています。まだクーポン券を使用していない方は、あなた自身とこれから生まれてくる子どもたちのために、風しんの抗体検査を受け、必要に応じ予防接種を行い、風しんの予防につなげてみませんか。

● 問い合わせ 健康増進課 ☎(31) 1129

材料2つ！

ブロッコリーとれんこんの味噌マヨ炒め



使用する食材：ブロッコリー

栄養・特徴（栄養と具体的なその効果）

風邪予防や美肌効果が期待できるビタミンCを豊富に含んでいます。また、お互いに協力して貧血を予防する鉄や葉酸を豊富に含みます。

※独立行政法人
農畜産振興機構ホームページより

1人分の栄養成分
エネルギー・・・112kcal
たんぱく質・・・3.9g
脂質・・・5.1g
炭水化物・・・13.7g
食塩相当量・・・1.2g

材 料 4人分

ブロッコリー …… 200g
レンコン …… 200g（水煮）
みそ …… 大さじ2
マヨネーズ …… 大さじ2
酒 …… 大さじ1

食品の食塩相当量 みそ（大さじ1）……………食塩相当量1.9g

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
------------	--------------	--------------	-----------------

作り方

- ①ブロッコリーは小房に分けて、固めにゆでる。
- ②レンコンは1センチ幅に切る。
- ③フライパンに油を熱してブロッコリーとレンコンを炒め、Aを加えて炒め合わせる。

おすすめポイント 短時間でさっとできる簡単な副菜です。

食生活改善推進員 左から上村さん 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。



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。

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。

TEL: 090-4981-9745 固定電話 0987-55-2634
営業時間 7:00～22:00
〒889-2402 宮崎県日南市北郷町郷之原乙2012-2 忠建 日南 検索

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

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
- ご安置準備料

- ご遺影写真
- 骨壺・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25万円～ 家族や親しい人を中心とした少人数での葬式

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 日南市吉田東10-4-10 FAX: (0987) 23-4114

駐車場完備 90台

日南葬祭 セブンイレブン スーパーとむら モスバーガー 日南小学校 ホームプラザアヲコ

3月

日曜・祝日在宅当番医/当番薬局

1日～31日

カレンダー



日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
25	26	27	28	29	1	2
3	4	5	6	7	8	9
当番医 東内科クリニック（内科） ☎(32)1001 でざわ小児科（小児科） ☎(31)0330 串 県南病院（神・精・内科） ☎(72)0224						
当番薬局 上平野調剤薬局 ☎(27)3567 堺薬局 ☎(21)1201						
10	11	12	13	14	15	16
当番医 愛泉会日南病院（内科） ☎(23)3131 川越整形外科（整形外科） ☎(22)4321 串 のだ小児科医院（小児科・アレ） ☎(71)1112						
当番薬局 ふるかわ薬局 ☎(21)1387						
17	18	19	20	21	22	23
当番医 えとう循環器科・内科（循・内科） ☎(23)1125 猿渡医院（外科・内科） ☎(64)2225 串 とめのファミリークリニック（内科・小児科） ☎(76)1425			春分の日			
当番薬局 ハロー薬局吾田店 ☎(32)1821 かすが薬局南町店 ☎(21)9570 串 つばみ薬局 ☎(76)1188						
24	25	26	27	28	29	30
当番医 福岡医院（内科・循） ☎(32)1711 にちなんファミリークリニック（内科・小児科） ☎(55)1121 串 にいな内科・循環器科（内・循・呼） ☎(71)1711						
当番薬局 かすが薬局 ☎(32)1475 みなみ薬局 ☎(31)0165 串 岩本調剤薬局天神橋店 ☎(72)7220						
31						
当番医 シロアム内科医院（内科） ☎(23)2187 かわにし脳神経外科（脳外・神内） ☎(27)3330 串 岡村クリニック（整形外科） ☎(72)7710						
当番薬局 日南調剤薬局 ☎(27)3636						

水 wed

20 春分の日

当番医
あげた内科クリニック（内科）
☎(21)2311
井手胃腸科・肛門科（外・内・胃） ☎(32)0811
串 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

当番薬局
ひまわり薬局 ☎(32)5250
すみれ吾田薬局 ☎(32)0411
串 おおつか調剤薬局 ☎(74)1312

診療時間 9時～17時

串・・・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。

ひまわり

令和6年2月15日発行

February 2024

No.179

■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/>