

11月18日(火)、東郷地区の渡辺裕紀さんのハウスでスイートピーの収穫が始まりました。日南市のスイートピーの生産量は日本一を誇り、今年も1,900万本の収穫が見込まれています。



市民1人当りに使われたお金(765,338円)の内訳	
議会費(議会活動)	3,850円
総務費(市の事務や財産管理など)	175,223円
民生費(子育て支援や高齢者に対する福祉サービスなど)	249,570円
衛生費(保健、衛生、環境保全など)	54,274円
労働費(失業対策など)	62円
農林水産業費(農林水産業の振興など)	29,539円
商工費(商工業の振興や企業誘致、観光振興など)	38,257円
土木費(道路や河川などの整備)	60,395円
消防費(消防や救急業務、防災活動など)	25,337円
教育費(学校教育や生涯学習、スポーツ振興など)	57,795円
災害復旧費(道路や農業施設などの災害復旧)	14,769円
公債費(国や金融機関から借りたお金の返済)	56,267円

※令和7年4月1日現在の住民基本台帳人口 47,648人で計算しています。

市が財源を調達するために行う借金を市債といい、道路や建物などの事業費に使われ、借りたお金は公債費として返済します。もし、借金をせず、その年の税金だけで全額払うと、他のさまざまな行政サービスに必要な予算の確保が難しくなります。

長く利用する施設なので、次の世代の市民にも公平に負担してもらうために借金をしています。

一般会計の歳出額を日南市の人口で割ると、
市民1人当りに使われたお金は

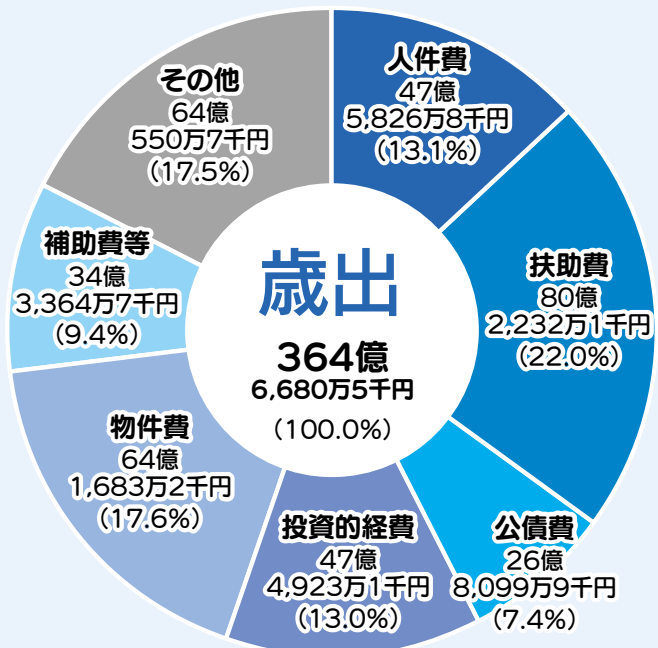
＼ 765,338円 /

うち、物価高騰対策経費に使われた
お金は、20,626円です。

◀◀◀765,338円の内訳は左のとおりです。



一般会計決算 歳出の概要



歳出決算額内訳

項目		令和6年度 (単位:千円)	令和5年度 (単位:千円)	増減率
義務的経費	人件費(※1)	4,758,268	4,619,602	3.0%
	扶助費(※2)	8,022,321	7,837,352	2.4%
	公債費(※3)	2,680,999	2,814,357	△4.7%
	小計	15,461,588	15,271,311	1.2%
投資的経費	普通建設事業費	4,045,542	3,688,042	9.7%
	災害復旧事業費	703,689	472,968	48.8%
	(※4) 小計	4,749,231	4,161,010	14.1%
	その他の経費			
その他の経費	物件費(※5)	6,416,832	5,734,100	11.9%
	維持補修費	509,301	482,032	5.7%
	補助費等(※6)	3,433,647	3,866,404	△11.2%
	繰出金	2,799,145	2,756,526	1.5%
	投資・出資・貸付金	381,800	381,437	0.1%
	積立金	2,715,261	2,019,251	34.5%
	小計	16,255,986	15,239,750	6.7%
	合計	36,466,805	34,672,071	5.2%

- ※1 人件費……職員や市長・議員などの特別職の給料・報酬・退職金など
※2 扶助費……生活保護法、児童福祉法などに基ついて支出される経費
※3 公債費……市が学校、道路、港湾をはじめとした社会資本の整備に充てるために借り入れた市債(借入金)を返済するための経費
※4 投資的経費…公共施設の建設や道路改良費、災害復旧費など、社会資本の整備に要する経費
※5 物件費……旅費、消耗品費、委託料など、消費的性質の経費
※6 補助費等……団体への補助金、負担金、報償費などの経費



会計別決算の状況

		(単位:千円)		
会計名		歳入	歳出	差引
一般会計		37,352,776	36,466,805	885,971
特別会計	国民健康保険	6,741,151	6,710,617	30,534
	後期高齢者医療	1,008,461	999,198	9,263
	介護保険	6,819,310	6,679,299	140,011
	簡易水道	44,263	43,640	623
	計	14,613,185	14,432,754	180,431
病院事業会計	収益的収支	1,820,871	1,845,754	△ 24,883
	資本的収支	180,059	230,480	△ 50,421
公共下水道事業会計	収益的収支	1,074,489	1,000,548	73,941
	資本的収支	778,330	1,123,186	△ 344,856
特定環境保全 公共下水道事業会計	収益的収支	180,709	167,415	13,294
	資本的収支	46,513	106,221	△ 59,708
漁業集落排水事業会計	収益的収支	31,465	25,559	5,906
	資本的収支	41,961	42,864	△ 903
公設合併処理浄化槽 事業会計	収益的収支	97,621	92,587	5,034
	資本的収支	84,815	95,061	△ 10,246
水道事業会計	収益的収支	1,257,981	1,021,856	236,125
	資本的収支	388,966	1,157,477	△ 768,511

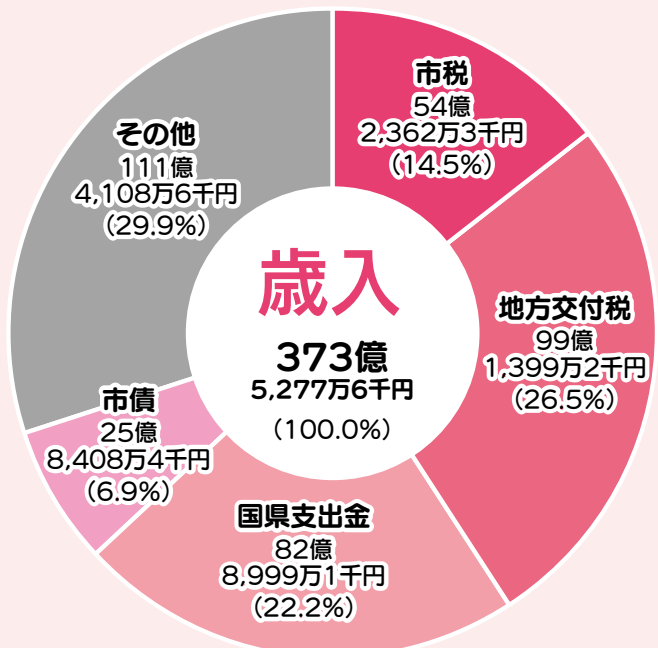
※各表については「地方財政状況調査」の数値を基に作成しています。
※病院事業会計、公共下水道事業会計、特定環境保全公共下水道事業会計、公設合併処理浄化槽事業会計および水道事業会計の資本的収支の不足額は、損益勘定留保資金などでの補てんがされており、現金収支における不足はありません。(損益勘定留保資金とは、減価償却費など、現金支出を必要としないものを費用に計上することによって留保される資金です。)

歳入決算額内訳

項目		令和6年度 (単位:千円)	令和5年度 (単位:千円)	増減率
一般財源	市税	5,423,623	5,573,967	△2.7%
	地方譲与税	389,313	357,155	9.0%
	利子割交付金	1,322	867	52.5%
	配当割交付金	28,879	18,620	55.1%
	株式等譲渡所得割交付金	28,338	20,330	39.4%
	地方消費税交付金	1,313,595	1,277,892	2.8%
	ゴルフ場利用税交付金	10,483	10,702	△2.0%
	自動車取得税交付金	-	1,207	皆減
	自動車税環境性能割交付金	21,099	17,125	23.2%
	法人事業税交付金	91,050	78,163	16.5%
	地方特例交付金	224,484	41,987	434.7%
	地方交付税	9,913,992	9,532,679	4.0%
特定財源等	小計	17,446,178	16,930,694	3.0%
	交通安全対策特別交付金	4,236	5,379	△21.2%
	分担金及び負担金	383,675	362,488	5.8%
	使用料及び手数料	452,212	450,775	0.3%
	国県支出金	8,289,991	8,531,456	△2.8%
	うち国庫支出金	5,645,170	5,710,800	△1.1%
	うち県支出金	2,644,821	2,820,656	△6.2%
	財産収入	173,087	130,550	32.6%
	寄附金	4,115,139	2,799,528	47.0%
	繰入金	1,895,122	1,719,575	10.2%
	繰越金	892,661	1,388,831	△35.7%
	諸収入	1,116,391	922,379	21.0%
	市債	2,584,084	2,323,077	11.2%
	小計	19,906,598	18,634,038	6.8%
	合計	37,352,776	35,564,732	5.0%

※地方消費税交付金(13億1,359万5千円)のうち、税率引き上げ相当分の7億2,869万1千円は、社会保障財源として社会保障にかかる経費に全て充当しています。

一般会計決算 歳入の概要



本市の会計は、一般会計、特別会計(国民健康保険特別会計など)および企業会計(水道事業会計など)から成り立っています。令和6年度は、コロナ禍からの転換期を経て、社会経済全般の回復を少しずつ実感できるよつになつてきた一方、度重なる自然災害に見舞われ、日頃からの備えの重要性を改めて認識させられました。このような中で、災害対応物資の整備前倒しなどを進めたほか、地域資源を生かし地域経済に活力を与えるための取り組みを実施しました。

●問い合わせ 財政課 ☎ 31-1137

令和6年度 決算報告

市有財産の状況

令和7年3月31日 現在

土地	6,402,972.67㎡
建物	359,703.34㎡
山林	17,334,155.19㎡
立木	692,019.69㎡
鉱業権	50,309,500㎡
有価証券	77,436千円
出資金	165,243千円
基金	13,025,285千円
うち 財政調整基金(※1)	3,939,323千円
うち 公共施設等整備基金(※2)	794,797千円
うち 減債基金(※3)	448,819千円

※1 財政調整基金…臨時の事業や景気の変動、災害などの万一の時に備えるための積立金
※2 公共施設等整備基金…公共施設などの建て替えや大規模な改修のための積立金
※3 減債基金…将来の借入金の返済のための積立金

市債の状況

令和7年3月31日 現在

一般会計	28,570,242千円
簡易水道特別会計	96,483千円
病院事業会計	834,116千円
公共下水道事業会計	7,277,352千円
特定環境保全公共下水道事業会計	633,631千円
漁業集落排水事業会計	108,097千円
公設合併処理浄化槽事業会計	510,488千円
水道事業会計	6,530,483千円
合計	44,560,892千円

令和6年度主な事業の決算額

4つの創る

1 人を創る

● 地域未来づくり支援事業 665万円

地域住民による「持続可能な地域づくり」を目指すため、課題解決に取り組む自主的な企画や事業計画の作成など、地域共助の仕組み作りを支援するコーディネーターを派遣

● 創業・事業承継推進事業 611万円

市内での創業や事業承継に向けた取り組みへの支援や「継業バンク」サイトの活用による地域の継業マッチングを推進

● 将来を担う次世代育成事業 4,451万円

市塾やキャリア教育など特色ある事業を展開することで、確かな学力を身に付け、将来の夢や希望を持つためのきっかけ作りとなる教育環境の整備

4つの創る

2 安心を創る

● 中山間地域移動スーパー導入支援事業 150万円

中山間地域における、高齢者をはじめとした「買い物難民の支援」および「地域の見守り」を充実させるため、5年以上運行する移動スーパーを導入する事業者に対して導入費用の一部を支援

● 日南市みらい応援・祝金（ひなちゃん祝金）支給事業 1,670万円

子育て世帯への経済的負担の軽減や子どもの誕生を市全体で祝福することを目的に、出産された方に対して祝金を支給

● 学校給食費支援事業 1億5,309万円

子育て環境を充実させ、保護者の教育費負担を軽減し、子育て支援の充実を図ることを目的として給食費を全額公費負担



4つの創る

3 産業を創る

● シティプロモーション推進事業 1,141万円

「選ばれる日南」の実現に向け、日南市が持つさまざまな魅力や価値を市内外へ発信し、テレビなどで日南市を取り上げてもらうための取材誘致やインフルエンサーの活用などを行い、認知度向上を図る取り組みを展開

● ふるさと応援寄附金事業 40億9,045万円

ふるさとの発展などを願い地方を応援したいと思っている方々に対して、本市特産品のPRや物産振興を図りながら、ふるさと納税制度を推進
令和6年度寄付額……………40億8,794万円

● 特別な体験の提供等によるインバウンド推進事業 5,582万円

インバウンド向けに剣法発祥の霊地「鶴戸神宮」を夜間に特別開放し、日南名産の食材を使ったプレミアムディナーと刀体験ツーリズムを実施

● 北郷温泉施設再開事業 4億2,754万円

北郷温泉施設（サンチェリーきたごう）を再開するため、北郷温泉施設建築主体、機械設備、空調設備、電気設備および駐車場など外構の改修工事などを実施



4つの創る

4 未来を創る

● 若者結婚新生活支援事業 807万円

結婚して新生活を始める新婚世帯の経済的不安の軽減を図るため、住宅取得や賃借および引っ越しなどに要した費用を支援

● 地域結婚支援事業 150万円

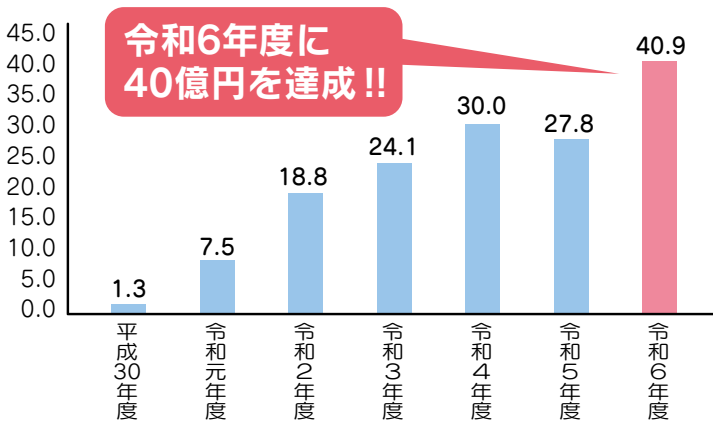
結婚を希望する独身者に対し、スキル向上のためのセミナーや出会いの場を提供するための婚活イベントを実施

● 車輛管理費（カーブ寄附金活用事業） 4,656万円

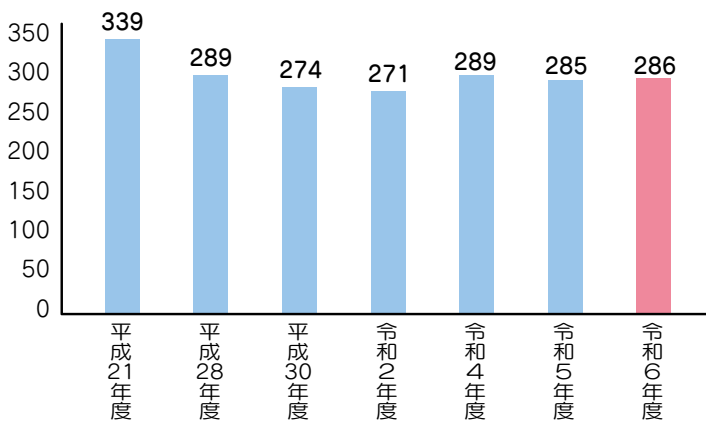
株式会社広島東洋カーブから頂いた寄付金を活用し、脱炭素の推進を図るため、市内のEV車充電スタンドの拡充や電気自動車3台を購入



ふるさと納税寄附額の推移（単位：億円）



市債残高の推移（一般会計）（単位：億円）



健全化判断比率

（単位：％）

比率の名称	日南市	早期健全化基準
実質赤字比率	—	12.72
連結実質赤字比率	—	17.72
実質公債費比率	9.4	25.0
将来負担比率	51.9	350.0

※「実質赤字額」、「連結実質赤字額」がないため「—」を記載しています。

資金不足比率

（単位：％）

会計名	日南市	経営健全化基準
簡易水道特別会計	—	20.0
病院事業会計	—	20.0
公共下水道事業会計	—	20.0
特定環境保全公共下水道事業会計	—	20.0
漁業集落排水事業会計	—	20.0
公設合併処理浄化槽事業会計	—	20.0
水道事業会計	—	20.0

※「資金不足額」がないため「—」を記載しています。

※比率により小数点以下の算出位が異なるのは、国の基準によります。

健全化判断比率
資金不足比率の公表

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」により、令和6年度の決算に基づく「健全化判断比率」「公営企業における「資金不足比率」を公表します。

本市においては、どの比率も基準値を下回っており、財政状況は健全な状態にあるといえます。

市の財政状況などの詳細は、日南市ホームページをご覧ください。



日南市
ホームページ

合理的配慮の具体例

※合理的配慮の内容は個別の場面に応じて異なります。紹介した例のほかにも合理的配慮に該当するものがありますので、ご留意ください。

意思疎通への配慮 (例 弱視難聴)

障がいのある人からの申し出

難聴のため筆談によるコミュニケーションを希望したが、弱視でもあるため細かいペンや小さな文字では読みづらい

対応例

太いペンで大きな文字を書いて筆談



物理的環境への配慮 (例 肢体不自由)

障がいのある人からの申し出

飲食店で車椅子のまま着席したい

対応例

机に備え付けの椅子を片付け、車椅子のまま着席できるスペースを確保



障がい者差別解消のための
法律があることを
ご存じですか？

「改正障害者差別解消法」は、障がいのある人もない人も、互いにその人らしさを認め合いながら、共に生きる社会をつくることを目的とした法律です。

この法律では、企業や店舗などの事業者や行政機関などに対して「不当な差別的取扱い」を禁止し「合理的配慮の提供」や「環境の整備」を行うこととしています。

●問い合わせ 福祉課 ☎31-1130



ヘルプマークとヘルプカード

外見からは分からない障がいや難病の方が身に着けることで、周囲に配慮を必要としていることを伝えられます。
見かけた方は、思いやりのある行動をお願いします。



宮崎県ホームページ



内閣府ホームページ

より詳しく知りたい方は「障害者の差別解消に向けた理解促進ポータルサイト」をご覧ください。このサイトでは、障がい種別ごとの「合理的配慮の提供」や「環境の整備」についての事例など解説しています。

環境の整備

軟骨伝導イヤホンを導入しました

耳の聞こえにくい方をサポートする機器です。福祉課、市民課、長寿課、税務課、ごも課の窓口で設置しています。ぜひ、ご利用ください。

努力義務 環境の整備とは

企業や店舗などの事業者や行政機関などに対して、個別の場面において、個々の障がい者に対する合理的配慮が確に行えるよう、事前の改善措置として施設のバリアフリー化などに努めることをいいます。

義務化 合理的配慮の提供とは

企業や店舗などの事業者や行政機関などに対して、障がいのある人から、社会の中にあるバリア(障壁)を取り除くために何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられたときに、負担が重すぎない範囲で対応を行うことをいいます。

不当な差別的取扱いの禁止とは

企業や店舗などの事業者や行政機関などが、障がいのある人に対して、正当な理由なく、障がいを理由として差別することを禁止しています。



ツワブキでお出迎え
ツワブキ植栽ボランティア 10月18日 日
場所：日南総合運動公園

11月16日に開催される「つわぶきハーフマラソン」を前に、東郷地域推進協議会によるツワブキの植栽が行われました。参加した14人は、訪れる人を気持ちよく迎えようと、コースの沿道などに丁寧にツワブキを植え、大会当日には、黄色い花がコースを彩りました。



台湾の姉妹校と国際交流 10月20日 日
場所：日南学園

台湾の光明国民中学校の教師と生徒たちが、姉妹校である日南学園を訪れ交流を行いました。歓迎式では、光明国民中学校の生徒がダンスを披露。日南学園の生徒は空手の演武で歓迎しました。両校の生徒たちは一緒に授業を受けるなど互いに学び合いながら親交を深めました。



元ボートレーサー
日高逸子さんトークショー 10月25日 日
場所：油津 Yotten

オラレ日南開設14周年を記念し、今年8月に引退された元ボートレーサーの日高逸子さん(日南市特命大使)によるトークショーを開催。日高さんのレーサーになったきっかけなどが語られたほか、参加者からの質問にも答えるなど、終始和やかな雰囲気包まれていました。



**ジャオ・シャン・イ・ドゥン
初寄港** 10月26日 日
場所：油津港

チャイナ・マーチャンツ・バイキング・クルーズ(中国)が運航する外国クルーズ船「ジャオ・シャン・イ・ドゥン」が油津港に初寄港し歓迎イベントを開催。乗船客は、油津港で行われた物産展や書道体験、ツアーバスでの観光地巡りなどを楽しんでいました。



高校生が企画
みんなハッピー！ストリートサッカー 10月11日 日
場所：創客創人センター

年齢や性別、障がいの有無にかかわらず、ボール一つでつながれる特別な一日を目指して、日南高校生が企画した交流イベントが開催。会場では、ストリートサッカー体験や地域NPO団体によるスタンプラリーなどが行われ、多くの笑顔があふれていました。



第17回日南市民スポーツ大会
総合開会式 10月12日 日
場所：日南総合運動公園 多目的体育館

日南市スポーツ協会が「スポーツで元気なまちづくり」をテーマに、市民の健康増進と体力向上に取り組むため「第17回日南市民スポーツ大会」を開催。この日の総合開会式には約360人、同大会には37競技約3,000人が出場し、各会場に分かれて、熱戦を繰り広げました。



地域の絆を深めよう
酒谷地区多世代交流会 10月12日 日
場所：「道の駅」酒谷

酒谷地区住民の親睦と融和を図るため多世代交流会が開催。子どもから高齢者まで幅広い世代約140人が参加し、グラウンドゴルフに汗を流しました。初めてプレーする参加者は、経験者にコツを教わりながら挑戦。世代を超えた交流に参加者の顔からは笑みがこぼれていました。



酒谷小学校
稲刈り体験 10月17日 金
場所：酒谷小学校 実習田

酒谷小学校の全校児童13人が昔ながらの稲刈りを体験。JA酒谷青年部・女性部、地域の人などの協力のもと、児童たちは慣れない手つきで鎌を使って丁寧に刈り取った後、収穫した稲を掛け干しました。収穫した餅米は、12月に行われる餅つきで使われる予定です。



吾田地区住民の絆を深めよう
あがたまちづくりフェスタ「エリア26」 11月2日(日)
場所：日南総合運動公園

地域連携組織あがたまちづくりが住民同士の絆を深め、地区を元気にしようと、あがたまちづくりフェスタ「エリア26」を開催。吾田中学校や日南学園、日南高校の吹奏楽部による演奏や紙飛行機大会、地区対抗の玉入れ競争などが行われ、各地区の親睦を深めていました。



大窪地区住民がひとつに
最後の大窪小・大窪地区大運動会 11月2日(日)
場所：大窪小学校

本年度3月に閉校となる大窪小学校。最後の「大窪小・大窪地区大運動会」を盛り上げようと全校児童2人と大勢の地区住民らが参加。同運動会では、借り物競争や剣棒踊り、ファミリーリレーなどの競技が行われ、参加者はこの1日を胸に刻もうと笑顔で楽しんでいました。



秋の香り
ウスギモクセイ満開 11月3日(日)
場所：願成就寺（飫肥）

11月上旬、願成就寺の境内にある樹齢約330年のウスギモクセイが見頃を迎えました。今年は例年より少し遅い開花となりましたが、淡く黄色い花と甘い香りで多くの観光客や地元の人々など、訪れた人々に秋の訪れを告げていました。



芸術の秋を彩る
第15回日南市総合文化祭 11月3日(日)
場所：日南市文化センター、小村寿太郎記念館ほか

本市の文化芸術活動の振興・推進を図ることを目的に、第15回日南市総合文化祭を開催。演技発表の部では、22団体が歌やダンスなど日頃の成果を披露し、観客から大きな拍手が送られました。また、作品の部と点茶・呈茶の部も市内で行われ、文化や芸術に親しむ日となりました。



榎原小学校
いもほり(秋の収穫祭) 10月27日(日)
場所：榎原小学校

自然への興味や関心を深め、生命や食べ物を大切にする心を育むため、榎原小学校の1・2年生が自分たちで植えたサツマイモの収穫に挑戦。児童は協力しながら一生懸命に土を掘り、大きなサツマイモが出てくると、歓声を上げて喜んでいました。



九州大会出場
日南学園中学校女子サッカー部 10月27日(日)
場所：日南市役所

日南学園中学校女子サッカー部(同校を中心とした合同チーム)が「KYFA第30回九州U-15女子サッカー選手権大会」への出場を決め、選手や監督らが高橋市長を表敬訪問。主将の馬場和奏さんが「全国大会出場を目標に頑張りたい」と九州大会への意気込みを語りました。



埼玉西武ライオンズ南郷秋季キャンプ
特産品贈呈で激励 10月30日(木)
場所：南郷スタジアム

昨年に引き続き南郷秋季キャンプを行っている埼玉西武ライオンズを激励しようと、本市と埼玉西武ライオンズ南郷協力会、宮崎県が特産品の贈呈式を開催。本市と協力会より伊勢エビ10kg、宮崎県より宮崎ブランドポーク30kgが西口文也監督に手渡されました。



南海トラフ地震から命を守る備え
日南市総合防災訓練 11月1日(日)
場所：油津小学校体育館ほか

南海トラフ地震を想定し、津波から命を守るため、避難訓練と避難所運営訓練を行いました。避難所運営訓練では、炊き出しや簡易テント組み立て、AEDの取り扱い訓練などを実施。災害発生時に自ら何をすべきか考え、行動するために、参加者は真剣に取り組んでいました。



秋の叙勲

おめでとうございます

内閣府より、令和7年度の秋の褒章叙勲の発表がありました。秋の褒章叙勲は、国や公共のために功労のあつた方や社会の各分野における優れた行いのあつた方などを表彰するものです。日南市からは、更生保護功績、防衛功労、海上保安功労で1人ずつ、計3人の方が受章されました。受章された方の中から2人の方をご紹介します。

藍綬褒章 更生保護功績



平成17年に保護司として活動を開始され、以降、犯罪や非行をした人の社会復帰に長年尽力されました。また、平成28年4月から令和7年5月まで、日南地区保護司会の会長として「更生保護サポートセンター」の立ち上げに携わるなど活躍されました。現在は、県保護司会連合会副会長を務められています。

長濱 和徳さん

長濱さんのお話

思いもよらぬ受章に驚いております。人に言えない悩みでも、保護司としてお話を伺い、解決のきっかけをお示しできると思っていますので、犯罪が起る前にぜひ、ご相談ください。これからも、安心して暮らせるまちづくりに努めてまいります。

危険業務従事者叙勲 瑞宝単光章 防衛功労



昭和58年に陸上自衛隊に入隊し、西部方面会計隊・第8師団で勤務され会計業務に従事されたほか、国際平和協会活動において、東ティモールへ派遣され任務達成に寄与されました。また、先任上級曹長として部下隊員の育成にも積極的に努められ、後継者育成や部隊の充実発展に著しく貢献されました。

井上 浩一さん

井上さんのお話

名誉ある章をいただき大変光栄に思います。先輩や上司をはじめ、これまで支えてくださった多くの方々のお力添えのおかげで受章することができました。皆さまに感謝申し上げます。これからも地域社会に貢献できるよう努めてまいります。

市長

コラム

未来を育む

ボランティア活動

日南市長 高橋 透



市民の皆さまによるボランティア活動は、日南市のまちづくりを支える大切な力です。地域防災、環境整備、福祉活動、伝統芸能など、その範囲は幅広く、皆さまの尽力に心から感謝申し上げます。未来を担う子どもたちの成長を支える活動もまた、地域の「共助」の心が土台となっています。PTAの皆さまや地域の高齢者団体などが協力し、児童生徒の登下校の見守りや学校運営に力を注いでくださっています。学校・家庭・地域が一体となることで、子どもたちの安全と健やかな成長が守られているのです。先月、まなびピアで開催された「グッジョブフェスタinにちなん2025」は10回目を迎えました。21事業所にご協力いただき、市内の小中学生約150人が職業体験を通

じて仕事の楽しさや大変さを学びました。土曜日の開催にもかかわらず、必要な材料を提供し、当日の運営にご尽力いただいた商工会議所青年部、各事業所の関係者の皆さまに改めて深く感謝いたします。この取り組みにより、子どもたちが将来の夢を描くとともに、地域の産業や日南の魅力を知り、このまちを好きになつてもらうことで、将来ひとりでも多くの子どもたちが日南に定着し、地域を支える人材へと成長していけることを願っています。ボランティア活動は、地域の活力を高める力です。一人ひとりの自発的な行動と「共助」の精神が、明るい未来を築く原動力となります。これから市民の皆さまと共に、健康で笑顔あふれる日南市を育んでまいります。

日南のチカラ

国スポ弁当メニュー作成 委嘱状交付式を行いました！



2027年日本のひなた宮崎国スポ・障スポでは、日南市に訪れた選手や監督、関係者の皆さまへ特製弁当を提供します。その弁当メニューを、日南学園高等学校調理科の皆さんにプロデュースしていただくことになり、委嘱状交付式を10月27日(月)に日南学園高等学校で行いました。日南市の魅力を伝え、人と人をつなぎ思い出を彩る「食のおもてなし」を未来の料理人に担っていただきます！

※このコーナーでは、国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会に向けて、さまざまな情報をお届けしていきます。

幼く感動 神話となれ

日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ

第81回国民スポーツ大会 2027 第26回全国障害者スポーツ大会

日南市開催競技紹介



セーリング

セーリングは「ヨット」「ウィンドサーフィン」などの複数競技の総称で、どの種目も動力のない船を使用するという共通点があります。風をつかみ、波を読み、常に変化する自然の力を利用して速さを競う海上レースです。日南市では、令和9年9月26日(日)～29日(水)に、昭和54年に開催された「日本のふるさと宮崎国体」と同じ、大堂津特設セーリング会場で開催されます。



Facebook



Instagram



日南市ホームページ



ボランティア申し込み

●問い合わせ

生涯学習課

☎27-3333



DENKEN WEEK 2025

11月1日(土)から11月9日(日)に「DENKEN WEEK 2025」が開催されました。今年もアート作品の展示やワークショップなどが行われ、来場者は飢肥の城下町で、さまざまなアートや文化を体験しました。

飢肥杉の手すきはがきをつくろう
ワークショップ



DENKEN
音楽



DENKEN
現代アート



10月26日(日)に都市農村交流センターとはまぼつ公園で「第25回細田ふれあいまつり」を開催し、約400人が参加しました。

このまつりは、細田地区自治会や細田プロジェクト会議が中心となって実施しており、細田地区の恒例行事として、地域の方々が毎年楽しみにしているイベントです。

当日は天候にも恵まれ、日中は、グラウンドゴルフ大会や伊勢えびじゃんけん大会、玉入れ競争を行いました。夕方からは、キッチンカーも出店し、にぎわいを見せるなか、桜エイサー太鼓やフラダンスの披露のほか、NHKコンクール全国大会に出場した「吾田小学校合唱部」にも参加していただき、美しいハーモニーに会場は包み込まれ、観客全員を魅了していました。また、豪華賞品が当たるお楽しみ抽選会では、番号が発表されるたびに歓声と笑顔で会場は大いに盛り上がり、最後には、秋の夜空に花火を打ち上げ、無事まつりは終了しました。

今後も、幅広い世代が一緒になって笑顔で交流を深め合える「細田ふれあいまつり」を開催できるよう、細田自治会・地域づくり協議会・細田プロジェクト会議で協力し、引き続き活動が続けていきます。



桜エイサー



フラダンス



グラウンドゴルフ大会



玉入れ大会



ホールでのイベント風景

問い合わせ
細田地区自治会(細田支所内)
☎27-11141



人幸
hitosachi

楽しむ心で地域を元気に

すず え まさひと
鈴衛 将人さん

南郷の津屋野地区で古民家イタリアンレストランを営む鈴衛さん。10年の海外生活を終え、日本でついのすみかを探して全国を巡ること4カ月。日南の温暖な気候や豊かな自然、新鮮でおいしい食材に加え、人の「温かさ」と「親しみやすさ」が決め手となり「ここで自給自足がしたい」と移住を決意したといいます。

移住後は、田畑の耕し方を教えてくれたり、採れた野菜を持ってきてくれたりと、地域の方々に温かく迎えられ「おかげですぐなじめました」と笑う鈴衛さん。今では、消防団やもえる商忘団へ加入し、地区の役員も務めるなど、地域の一員として活動する日々を送っています。そんな中、レストランを始めたきっかけも地域の方の一声。元々シェフであることを知り「だったらここでレストランを開いたら？」と背中を押してくれたそうです。

鈴衛さんは「この地で移住者や若者に限定するのではなく、誰にとっても居心地の良い融合の場を作り、自分自身が楽しみながら地域を元気にしたい」ときらきらとした目で話していました。

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。



座右の銘
急がば遅れ



キラリ
学校
だより



潮風の杜 日南市立鵜戸小中学校

潮風に響く歓声と拍手！ 小中合同で育む絆



5月には、小中合同の運動会を開催しました。児童生徒は赤団・白団に分かれ、応援合戦や競技に全力で取り組みました。1～4年生は旧潮風小学校から受け継いだ一輪車演技を披露し、5～9年生は力強いソーラン節で会場を沸かせました。学年を超えた協力と絆が感じられる、心温まる一日となりました。10月には、学校最大の文化行事「潮風祭」を開催しました。小学部では、鵜戸地区の魅力を紹介するクイズや地域の特産である鰯肥子をテーマにした劇、福祉活動を通して学んだことのプレゼンテーションが行われました。中学部では、生徒一人一人が職場体験で得た学びを劇や映像にまとめ、見る人の心に残る発表となりました。また、旧鵜戸小学校から受け継がれている「元氣太鼓」も力強く響き渡り、地域の伝統を次世代へとつなぐ姿が印象的でした。さらに、中学部全員による合奏では、優しく温かな音色が体育館いっぱいに広がりました。

わたしの防災バッグ

わたしたちの防災BOOK



本校は海辺に近い場所に位置しており、大規模災害時には道路が寸断され、孤立する可能性があります。そのため、昨年度から防災バッグの準備を始め、今年度は児童生徒が各家庭で相談しながら、心の安定や快適さを保てるよう内容を充実させました。さらに、生徒会が中心となって、小学部の児童にも分かりやすい「防災BOOK」を作成しました。防災意識の向上とともに、話し合いを重ねながら内容の改善が続いています。子どもたち自身が考え、行動する姿勢が育まれています。



海の教室、開講！
サーフィンで育む
自然との共生

今年度も、日南市サーフィン連盟の全面的な協力のもと、5年生～9年生まで、サーフィン活動を行いました。宮浦の浜で波に乗る子どもたちの表情は、まさに輝きそのものです。自然と共生し、ふるさとを愛する心を育む貴重な体験となりました。

このコーナーでは、地元の学校を1年間を通して紹介します。

令和8年度からスタートする「子ども・子育て支援金制度」が始まります

令和8年度からスタートする「子ども・子育て支援金制度」は、国民健康保険税や社会保険料などに支援金を加算した分を皆さまにご負担いただき、子どもや子育て世帯を社会全体で支える新しい仕組みです。

この支援金は、少子化対策促進のため、次の六つの子育て支援の取り組みに充てられます。

日南市消防出初式

消防に対する認識と信頼を深めていただくために、新春を飾る消防出初式を行います。

なお、当日は交通規制や路線バスの運行に変更がありますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

●日時 1月11日(日)

■市中行進 8時

■式典 8時45分ごろ

■一斉放水 9時35分ごろ

●場所

■市中行進 飫肥本町通り

■式典 本町河川敷

※雨天時は、おびすぎドームで式典のみ行います。

☎消防本部 総務課 2317584

お知らせ

●必要なもの
償却資産申告書、種類別明細書

●申告期間 令和8年1月5日(月)～2月20日(月)

※詳細は、お問い合わせください。
☎税務課 311120

■税務署へ確定申告する際に減価償却費に計上する資産など

●申告が必要な事業資産
事業に用いる構築物、設備、備品、機材器具、工具
(例)事業用の太陽光など発電設備

●追納に関する注意事項

毎年1月は償却資産の申告期間

次に該当する方は、市に償却資産を申告する必要があります。

●対象者 令和8年1月1日現在、市内に事業用資産(償却資産)を所有している個人と法人

●申告が必要な事業資産
事業に用いる構築物、設備、備品、機材器具、工具
(例)事業用の太陽光など発電設備

●追納に関する注意事項



子ども家庭庁ホームページ

ご存じですか 国民年金の追納制度、口座振替、クレジットカード前納制度

【追納制度】 国民年金加入中に納付の免除、納付猶予期間があると、受け取る年金額が減額になります。後から納付(追納)することで、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。

●追納方法 身分証明書をお持ちの上、市民課年金係または各地域振興センターで手続きをしてください。

●追納に関する注意事項

①追納ができるのは、10年以内の免除、猶予期間に限りです。

(例)平成28年1月分は、令和8年1月末までに納付。

②原則 古い期間の分から納付していただきます。

③免除 猶予を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

④追納制度の納付方法は、納付書のみです。

【口座振替・クレジットカード納付制度】 納め忘れのない口座振替・クレジットカード納付が便利です。口座振替・クレジットカード納付については、次の方法があります。

①2年前納(4月～翌年3月分)

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。

※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、借用人本人にしてください。

☎消防本部 警防課 2311316



クレジットカードでの納付



口座振替での納付

②1年前納(4月～翌年3月分)

③6カ月前納(4月～9月分、10月～翌年3月分)

④当月末振替(早割)

※本来の納付期限よりも1カ月早く口座から引き落とす方法です(口座振替のみ)。

⑤翌月末振替

※①～④の納付方法(前納)には割引が適用されます。

※詳細は、日本年金機構ホームページをご覧ください。

☎宮崎年金事務所 09851521211

☎市民課 311127

☎北郷地域振興センター 5512111

☎南郷地域振興センター 6411111



今月のイチオシ

にちなんおもしろ学入門

一般書 川嶋 朗／著

にちなんおもしろ学入門 生涯学習課／編

離れて暮らす子どもや同級生が帰省する年末年始。地元の豆知識を話題にしてみませんか? 飫肥藩の歴史や小村寿太郎のことなど、縄文時代から昭和までを知ることができます。



あし 足のむくみをとる本

一般書 かわしまあきら 川嶋 朗／著

誰もが一度は経験する足のむくみ。その正体や原因を解説し、ケアや予防の方法を分かりやすく紹介しています。



アミュレット・ワンダーランド

一般書 ほうじょう きえ 方丈 貴恵／著

ライブ配信中に事件が起きた場所は、犯罪者御用達のホテル。前作アミュレットホテルの続編です。



うちゅう 宇宙でウンチ

A. ボンドー＝ストーン、C. ホワイト／作
L. ケンセス／絵

児童書

宇宙船に、トイレはある? ない? 宇宙飛行士たちのトイレのひみつを教えちゃいます。無重力の世界へ出発!



じぶんのあていれ、じぶんでできるかな? ①～⑦巻

児童書 いわさきよてん 岩崎書店／出版

小さな子どもたちに目・鼻・耳・歯・爪・体・髪の毛のお手入れ方法を大きな絵とともに分かりやすく伝えられる本。

新年を迎える前に

慌ただしい年の瀬ですが、少しだけ立ち止まって、今年を静かに振り返ってみませんか。「あんなこともあったな」と思える瞬間が、新しい年を迎える力になります。

掃除や片付けで家を整えるように、心の中もすっきり整えて、新しい年を迎えたいですね。

来年もどうぞよろしくお願いいたします。



年末年始休館のお知らせ

12月28日(日)～1月5日(月)まで

市内4館とも休館させていただきます。今年もたくさんの方にご利用いただき、ありがとうございました。

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、12月21日(日)、1月18日(日)



おめでとうございます!

10月・11月に達成されました!

10月	
井上 徳井	みあさん 珠杏さん
川島 濱屋	伝さん 佑弦さん
田中恵実理さん	水尾 縁さん
11月	
矢野	雄聖さん

※五十音順に記載

定例おはなし会・イベント 12月16日～1月15日

12月20日(土) 11:00～	Babyおはなし会	まなびピア図書館
1月10日(土) 14:00～	わくわくおはなし会	南郷図書館
1月11日(日) 10:30～	ブックウーマンおはなし会	まなびピア図書館

期間限定 図書館の本を市役所で受け取れます

10月1日(水)から12月26日(金)まで実施中!!

本の返却は、各館備え付けの返却ポストまたは市役所の返却ポストへ投函してください。

市立図書館 飫肥 ……☎25-0158

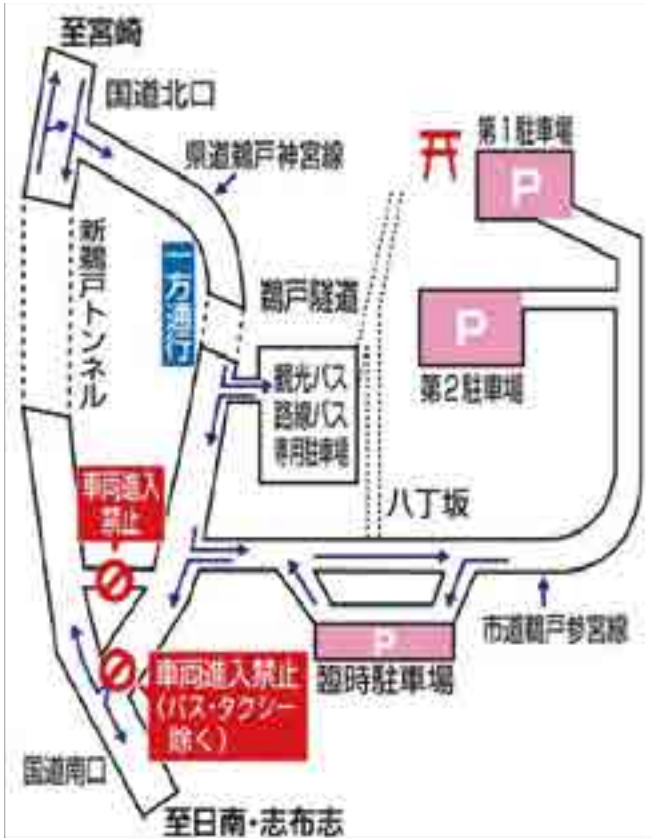
まなびピア図書館 ……☎22-5666

北郷図書館 ……☎55-2469

南郷図書館 ……☎64-0924



図書館の最新情報はこちらからどうぞ。



- 鶴戸神宮初詣
参拝時間と交通規制**
- 参拝時間
12月31日(水) 6時～18時・22時～
1月1日(木) 19時
2日(金)・3日(土) 6時～19時
4日(日) 6時～18時
- 交通規制
12月31日(水) 22時～1月1日(木)
17時(状況により変更あり)
2日(金)・3日(土)・4日(日) 9時
～17時(状況により変更あり)
- 場所 県道鶴戸神宮線および
市道鶴戸参宮線
- 規制内容
①県道鶴戸神宮線は、宮崎市側から南への一方通行となり、国道信号からの進入はできません。

- ただし、路線バス、観光バス、指定車両は除きます。
- ②市道鶴戸参宮線は、一部一方通行になります。
- ③交通の混雑状況により交通規制の変更があります。
- 路線バスの運行
鉄肥～油津待合所～鶴戸神宮間
鉄肥発 10時20分↓星倉・日南駅・油津待合所経由↓宮崎駅行
最終便
鉄肥発(鶴戸神宮行き)16時
鶴戸神宮発(鉄肥行き)17時7分
- 運賃(鶴戸神宮まで)
鉄肥発 980円
油津待合所発 680円
- ※正月三が日は、参拝車両で相当の混雑や渋滞が予想されます。

クリーンセンターなどへの直接搬入

注意

年末年始はごみの搬入が非常に多く、受け入れが混雑し、場内で長時間お待ちいただくことがあります。
特に、12月20日(土)～30日(火)は混雑が予想されますのでご注意ください。

種別	施設名	搬入日及び時間
燃やせるごみ 資源物全般	日南市クリーンセンター 日南市リサイクル ストックヤード ☎27-0255	①年末の搬入日 12月30日(火)まで ②年始の搬入日 1月4日(日)から ③搬入時間 9時～11時30分、13時～16時45分 *12月31日(水)～1月3日(土)は搬入できません。
燃やせないごみ 資源物(びん・缶・ ペットボトル)	黒潮環境センター ☎68-1560	①年末の搬入日 12月30日(火)まで ※27日(土)、28日(日)は、開場します。 ②年始の搬入日 1月5日(月)から ③搬入時間 8時45分～11時30分、13時～16時30分 *12月31日(水)～1月4日(日)は搬入できません。

【直接搬入される際の注意事項】

●日南市クリーンセンター

- 搬入された重量に応じて手数料を徴収しますので、持ち込む際には「指定ごみ袋」や「粗大ごみシール」は使えません。
- 手数料は、家庭系ごみが10kgごとに30円、事業系ごみが10kgごとに40円となります。

●黒潮環境センター

- 金属や缶、びんなどの分別・整理をお願いします。分別や整理が行われていないと、混雑の原因となりますのでご協力ください。
- 燃やせないごみ・燃やせない粗大ごみの手数料は、無料です。

ごみ減量のために ご協力を

年末年始の飲食などは、食品ロスの削減に向けて「30・10運動」

乾杯後の30分間、お開き前の10分間は、料理を食べることに集中しましょう。

食材の有効利用に努め、計画的な買い物

必要な分だけ買い、食べ切れる量だけ作りましょう。

プラスチック製容器包装ごみの分別

プラスチック製容器包装はきれいに洗い、分別しましょう。

●ごみ分別アプリ「さんあ～る」

アプリ内の居住地設定を行うことにより、ごみ収集日のお知らせ、ごみの出し方、分け方の検索、よくある問い合わせ(Q & A)、台風時の収集情報など受信することができます。

右記の二次元コードからもダウンロードできますので、スマートフォンをお持ちの方は、ぜひ、ご利用ください。



☎美化推進課 ☎27-0255 黒潮環境センター ☎68-1560



- 遺品整理に関するトラブル**
- 実家の遺品整理などを検討される場合は、慎重な業者選びが必要です。
- 事例
①電話では20万円と言われたが、作業後に30万円請求された。
②不用品処分を依頼したが、別に分けていた大切な書類やアルバムなどまで捨てられた。
③解約したら事前に説明はなかったのに、多額のキャンセル料を請求された。
- ポイント
■複数の業者から見積もりを取り比較をする。
■契約をする際は、具体的な作業内容や料金、支払方法、解約料などを確認し、書面で見積書、契約書を作成してもらう。
■「一般廃棄物収集運搬業」の許可を取得している業者を選ぶ。
■貴重品は事前に保管し、処分してほしくない遺品などは業者に伝える。
■家族や知人に相談する。
※困ったときは、日南串間消費生活センター(☎23-4390)にご相談ください。
- ☎地域自治課 ☎31-1176

料老人ホームを含む)

- ①重度の障がい(身体障害者手帳2級以上、知能指数20以下、常時介護を要する程度の精神障がい)を二つ以上有する方

- ②重度の障がい(一つ有し、さらに他の障がい(身体障害者手帳3級以上、知能指数35以下)を二つ以上有する方

- ③日常生活において絶対安静を必要とする程度の内部障がいまたは疾患を有する方

- ④重度の肢体不自由の障がい(有し、日常生活での動作が著しく困難な方

- ⑤常時特別な介護を必要とする重度の精神障がい(知的障がい)を有し、日常生活での動作および行動が著しく困難な方

- ※ただし、①～⑤に該当していても、次の場合は手当が支給されません。

- 本人、配偶者または扶養義務者の前年の所得が基準額以上の場合
- 障害者支援施設や養護老人ホームなどに入所している場合
- 病院または老人保健施設に継続して3カ月を超えて入院、入所している場合

●手当額 月額2万9500円

※詳細は、お問い合せください。

☎福祉課 ☎31-1130

- 支給要件
次のいずれかに該当する20歳以上の在宅者(グループホーム、有

特別障害者手当制度

日南市提携教育ローン

必要な教育資金を、日南市とうきんが提携して応援します。

●融資額 子ども1人につき最高300万円

●年利 固定金利 1.6%(別途保証料 0.7%～1.2%)

●利用用途 受験費用、授業料、留学費用、教科書代、制服などの諸費用、家賃や仕送りなど

※詳細は、九州ろうきん窓口にお問い合わせください。

☎九州労働金庫 日南支店 ☎23-3191

第一回いっちゃんが日南
全国の色んなお雑煮を食べ比べ
 移住者と地元の方々が気軽に交流できるイベントを開催します。

イベント



日南市公式LINEの友だちに抽選でプレゼント
 友だち登録をされている方を対象に抽選で日南市の特産品などをプレゼントします。

●対象者 日南市公式LINE友だちの方全員

●当選者数 3人

●申込期限 1月31日(出)

●申込方法 日南市公式LINEを友だち登録し、メニューにある「プレゼント」に応募から申し込み。

☎秘書広報課 31-11117

者も地元の方も大歓迎のイベントです。全国のお雑煮を食べ比べてみませんか。

また、フードとドリンク、雑貨の売店者を募集中です。お気軽にお問い合わせください。

●日時 1月10日(出) 11時～14時

●場所 Kibaco(旧酒谷児童館 日南市大字酒谷乙9063)

●内容 全国のお雑煮振る舞い 11時30分～

※無くなり次第終了

■フード、ドリンク、雑貨の販売

(出店希望者)

●申込期限 12月30日(必)

※詳細は、移住定住SNSをご覧ください。

☎(一社)ススメル 090-8355-3900

飫肥城の除夜の鐘をつく会

●日時 12月31日(必) 23時30分～

1月1日(休) 0時30分

●場所 飫肥城鐘つき堂(飫肥小学校 校庭脇)

●費用 無料

●内容

- 獅子舞 23時30分～
- 鐘つき 23時40分ごろ

当日、13時から小村寿太郎記念館にて先着108人の方に番号

札を配布します。ただし、番号札が無くても0時30分ごろまでは鐘をつくことができます。

・新年を迎えるカウントダウン

※天候などにより変更となる場合があります。

●その他 12月29日(月)～31日(休)の3日間、小村寿太郎記念館は通常どおり開館しますが、飫肥城由緒施設(有料5館、小村生家、振徳堂)は休館します。なお、年始は1月1日(休)から通常どおり全館開館します。

☎(一財)飫肥城下町保存会 25-11905 12月31日(必)まで

城下町飫肥まちづくり協議会 090-9952-6008 12月31日(必)まで

飫肥城歴史資料館 25-11474 12月26日(金)16時まで

図書館イベント

新春!SDGsガチャくじ

南郷図書館で本を借りていただいた方に、くじなしで雑誌の付録や家庭で眠っていた未使用品をプレゼントします!何が当たるかはお楽しみですよ。

●期間 1月6日(必)～

●場所 南郷図書館

まちのうごき

男	: 21,651 (-39)
女	: 24,271 (-38)
人口	: 45,922 (-77)
世帯数	: 21,051 (-44)

11月1日～30日

・出生 14	・転入 51
・死亡 82	・転出 60

12月1日現在(推計人口)

展示「祖母・傾・大崩ユネスコエコパークの魅力」

自然と人間社会の共生を目的とした「祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク」について、パネルや写真を展示して、その魅力をお伝えします。

●期間 1月7日(必)～1月15日(休)

●場所 まなびピア図書館

☎まなびピア図書館 22-5666

●対象 なたでも

●その他 なくなり次第終了

☎南郷図書館 64-0924

付録さしあげます!

雑誌の付録など本を借りていただいた方に抽選で差し上げます!

●期間 1月6日(必)～

●場所 日南市立図書館(飫肥)

●対象 なたでも

●その他 なくなり次第終了

☎日南市立図書館(飫肥) 25-0158

マイナンバーカード 時間外・休日開庁のお知らせ (本庁市民課のみ)

●時間外…毎週火曜日 17時15分～18時45分
 ※年末年始を除く。

●休日…第2日曜日 9時～11時45分
 マイナンバーカードの申請、受け取り、電子証明書の更新、暗証番号の再設定などを行うことができます。

〈マイナンバーカードの出張申請を行っています〉
 市役所に来ることが困難な方は、出張申請の対応も行っています。日程など事前に打ち合わせをしますので、まずは、市民課までご連絡ください。

〈カードのセキュリティ〉
 カードのICチップには、税や年金などのプライバシー性の高い個人情報記録されません。情報の不正な読み取りや、偽造ができないよう対策が施されています。マイナンバーカードを紛失しても、365日・24時間、コールセンターで対応します。

●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)
 ☎市民課 31-1124



募集

令和8年度会計年度任用職員

令和8年度に日南市役所で一緒に働いていただける方を募集します。

申込方法、職種、勤務時間などの募集要項は、12月16日(火)に日南市ホームページにて掲載します。

また、本庁舎総合案内窓口、北郷町・南郷町地域振興センターなどでも配布します。

申込期間

12月16日(火)～1月16日(金)

職員課

31-11114



日南市ホームページ

(一社)日南市観光協会職員

試験区分 採用予定人員

一般事務 1人

職務内容

・油津港まつり、飫肥城下まつりなどのイベント業務

・プロスポーツキャンプ受け入れ業務

・観光誘致、宣伝、物産振興に関する業務 など

受験資格

①昭和61年4月2日以降に生まれ、たて高校卒業程度

②普通自動車免許を有する人(A限定可)

③文書作成、表計算、インターネットなどができる人

●第一次試験
 一般教養・職場適性試験

■日時 1月25日(日) 9時～

■場所 テクノセンター202号室

●第二次試験
 人物試験(プレゼン・面接など)

■期日 2月15日(日)

※時間および場所などの詳細は、第一次試験合格通知にてお知らせします。

●採用予定日 令和8年4月1日

●申込期間 12月22日(月)～1月16日(金)必着

●申込方法 郵送・直参
 受験申込書を期間厳守の上、提出してください。

※詳細は、日南市観光協会に配布する採用試験案内をご確認ください。ホームページ「観光にちなんの旅」でダウンロードできます。

☎(一社)日南市観光協会 31-11134
 〒887-0012
 日南市園田2-1-1

新春 三社巡りウォーク

健康な一年の始まりは、ウォーキングから!三社を巡る往復約5kmコースを一緒に歩きましょう。

●日時 1月10日(出) 出発 9時
 受付時間8時30分～

※雨天中止

●集合場所 堀川夢ひろば



チラシ



申し込み

●コース 堀川夢ひろば→吾平津神社→祇園神社→駒宮神社→堀川夢ひろば

●費用 無料

●申込方法 当日、現地(堀川夢ひろば)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。

☎日南ウォーキングクラブ事務局 河野 090-5479-8303

発達障害オンラインセミナー 発達障害の方のライフスキルとアセスメントツール(BWAP2)

BWAP2は、ライフスキルを視覚化するアセスメントツールで、就労や就労定着、生活の質の向上などに活用できます。

●日時 2月8日(日) 13時～15時

●場所 Zoom(オンライン)

●講師 明星大学 准教授 縄岡 好晴氏

●費用 千円(資料代)

●定員 50人(先着順)

●申込期限 1月15日(休)

●申込方法 申し込みフォーム

☎NPO法人サザンウィンド 080-5259-12268



1月(1~31日)の
日曜・祝日在宅当番医

日付	医療機関
令和8年 1月1日 元日	山元クリニック ☎22-2552 山見医院 ☎23-2101 にいな内科・循環器科 ☎71-1711
1月2日	東内科クリニック ☎32-1001 川越整形外科 ☎22-4321 とめのファミリークリニック ☎76-1425
1月3日	島田内科胃腸科 ☎23-2233 猿渡医院 ☎64-2225 のだ小児科医院 ☎71-1112
1月4日	河野医院 ☎23-4155 新木医院 ☎55-4101 岡村クリニック ☎72-7710
1月11日	春光会記念病院 ☎22-2324 猿渡医院 ☎64-2225 県南病院 ☎72-0224
1月12日 成人の日	戸倉医院 ☎23-1700 井手胃腸科・肛門科 ☎32-0811 アイレHDクリニック串間 ☎55-8181
1月18日	山元医院 ☎23-4815 かわにし脳神経外科 ☎27-3330 串間中央クリニック ☎27-3181
1月25日	山元クリニック ☎22-2552 にちなんファミリークリニック ☎55-1121 県南病院 ☎72-0224

診療時間 9時～17時

- 変更になる場合がありますので☎23-9999にかけてご確認ください。
- 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が異なるため、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。



日曜・祝日当番医療機関



1月(1~31日)の
日曜・祝日当番薬局

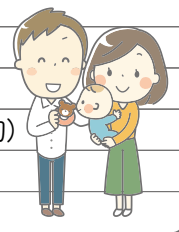
日付	開局薬局
1月1日 元日	ひらの薬局 ☎31-1280 すみれ薬局 ☎23-7896 岩本調剤薬局天神橋店 ☎72-7220
1月2日	上平野調剤薬局 ☎27-3567 ふるかわ薬局 ☎21-1387 つばみ薬局 ☎76-1188
1月3日	カープ油津薬局 ☎33-0044 かすが薬局南町店 ☎21-9570 みどり調剤薬局 ☎32-1610
1月4日	木山調剤薬局 ☎23-8931
1月11日	とまと薬局日南店 ☎27-3222 かすが薬局南町店 ☎21-9570
1月12日成人の日	すみれ吾田薬局 ☎32-0411
1月18日	あい薬局 ☎31-1611 日南調剤薬局 ☎27-3636 ファミリー薬局 ☎55-1125
1月25日	ひらの薬局 ☎31-1280 みなみ薬局 ☎31-0165

●この当番制は、院内処方せんで発行された場合に対応するものです。



1月(1~31日)の
子育てカレンダー

日付	相談・教室・健診など
1月6日(火)	乳幼児相談
1月8日(木)	1歳6カ月児健診
1月9日(金)	離乳食教室(要予約)
1月13日(火)	2歳6カ月児教室
1月15日(木)	3歳6カ月児健診
1月20日(火)	未就学児フッ素塗布(要予約)
1月27日(火)	ピヨピヨ10カ月教室
1月28日(水)	助産師相談(要予約)



●「子育て」に関する詳細は、日南市ホームページをご覧ください。

☎こども課 ☎31-1131



～中部病院だより～ 訪問診療や訪問看護を行っています。



通院することが難しくなった方を対象に定期的に医師がご自宅に伺い、診療やお薬の処方、療養上の相談などを行います。ご高齢などで通院が難しくなった際は、地域医療課(☎27-1174)にご相談ください。

予約・相談などの受付時間 13時30分～17時

※診療は予約が基本となります(耳鼻咽喉科を除く)。(おしりの痛みやいぼ痔などの相談は当院へ)

☎中部病院事務局 ☎27-1111

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、障がいなどの相談をメール、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

✉fkanri@city.nichinan.lg.jp



メール

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、孤立した状態が回復することとを目的とした相談を行っています(匿名参加可)。

☎日時・場所

毎月第3土曜日 13時30分～
まなびピア

☎社会事務局 ☎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相談

☎日時 月曜日～金曜日
(祝日を除く)

9時～12時 13時～16時

●相談員 消費生活相談員

☎日南中間消費生活センター
☎23-4360

☎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の相談

☎日時・場所

1月9日(金) 10時～12時

南郷ハートフルセンター

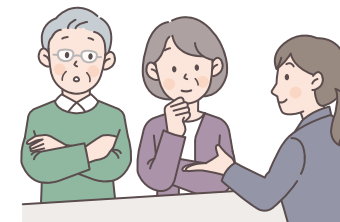
1月13日(火) 10時～12時

文化センター 2階

北郷福祉センター

●相談員 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に関する相談

☎日時・場所

1月14日(火) 10時～15時

まなびピア

●相談員 人権擁護委員

●その他 宮崎地方法律局日南支局(☎25-9125)でも常時相談室を設置し、相談に応じています。

☎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、成年後見などの相談

※登記申請書や添付書類、契約書など、書類作成に関するご相談につきましてもお受けできません。

☎日時・場所 1月7日(火)

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

☎司法書士会日南支部(立山)
☎080-11725-12391

※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、金銭消費貸借契約、不動産などの賃貸借契約、離婚時の契約などの相談

☎日時・場所

1月18日(日) 8時～12時

日南公証役場

(日南市万高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お願いします。

☎日南公証役場 ☎23-5430

厚生年金相談

●相談対象 老齢・障害、遺族などの厚生年金請求および相談

☎日時・場所

1月22日(木) 10時～15時

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 12月22日(月)～1月19日(月)

(年末年始は除く)

※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。

☎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。



ペットボトルのラベルは外して 廃プラへ！

簡単にはがすことができるペットボトルのラベルは必ず外して出してください。
外したプラ製ラベルは、廃プラへ出してください。ご協力をお願いします。

ペットボトルの分類

ふた 廃プラ、資源物

※ふたは、廃プラへ出すか資源集積所へ出してください。

本体 資源物

ラベル 廃プラ



ラベルの外し方



●問い合わせ 美化推進課 ☎27-0255



年末・年始を元気にのりきるために

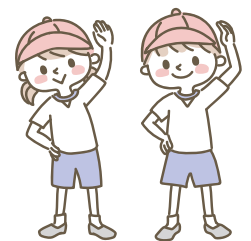
12月は気温が急激に低下し、体が冷えやすくなり、インフルエンザや風邪などの感染症が流行しやすくなります。体調管理や予防策を実施して元気に過ごしましょう。



1 寒さ対策

冷えは血流の悪化を招き、肩こりや免疫力低下の原因となることがあります。

- 服装は暖かい素材のインナーを活用し、特に首・手首・足首を温めましょう。
- しょうが湯やハーブティーなど、体を温める飲み物を積極的に取り入れましょう。
- 軽いストレッチやウォーキングで血流を改善し、体を動かすようにしましょう。



2 感染症対策

- 外出後は必ず手洗い・うがいを徹底し、指先や爪の間までしっかり洗いましょう。
- 室内の湿度を 50 ～ 60% に保つことで、ウイルスの拡散を抑えることができます。加湿器の使用や濡れタオルを干すなどの方法を試してみましょう。
- インフルエンザの予防接種を受けましょう。高齢者や慢性疾患を持つ人は特に推奨されています。
- 風邪やインフルエンザの予防、感染拡大を防ぐため、マスクを着用しましょう。飛まつやウイルスで汚染された手で鼻や口を触る機会を減らすことができます。さらに喉に湿度を与えることでウイルスを排除する力を維持できます。

年末年始の病院について

年末年始の急な発熱やけがに備えて、近くの救急病院の所在と診療時間を確認しておきましょう。また、帰省先や旅行先での病気に備えて、その地域の救急医療機関の情報も把握しておくことも大切です。

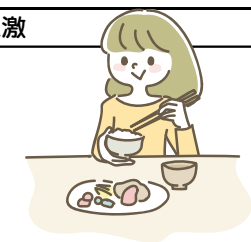
インフルエンザと風邪の違い

	インフルエンザ	風邪
病原	インフルエンザウイルス (A型・B型・C型)	ライノウイルス、アデノウイルス、コロナウイルス
多い初期症状	発熱・悪寒・頭痛	くしゃみ・咳
発熱	38 度以上の高熱	37 度前後微熱
主な症状	鼻水・頭痛・咳・食欲不振などの全身症状・喉や胸の痛み	くしゃみ・鼻水・のどの痛み・咳・痰
悪寒	強い	弱い
関節・筋肉の痛み	強い	痛みがあることもある。
症状の進行	ゆっくり	急激

3 健康的な食事

1日3食規則正しく食べることが健康なからだづくりの基本です。

- 主食・主菜・副菜を組み合わせよう。
主食 (ごはん、パン、麺などの穀類を主な材料にした料理。炭水化物を多く含む)
主菜 (魚、肉、卵、大豆を主な材料にした料理。たんぱく質や脂質を多く含む)
副菜 (野菜、芋、海藻などを主な材料にした料理。ビタミン、鉄、カルシウム、食物繊維などを多く含む)
- たくさんの野菜と適量の果物を取りましょう。(野菜摂取量の目標…1日 350g)
野菜は、炒める、ゆでる、蒸すなど、熱を加えるとかさがらずに食べやすくなります。



4 睡眠とストレス管理

冬は寒さや乾燥が原因で快適に眠れないことがあります。睡眠環境を整え、質の良い睡眠を確保することが大切です。

- 就寝時間や起床時間を決めて規則正しい生活を送りましょう。
 - 寝る前の食事は 2 ～ 3 時間前までに済ませましょう。
 - 就寝の 1 ～ 2 時間前に風呂に入って体を温めましょう。
 - 朝は太陽光を浴びて体内時計をリセットしましょう。
- また、ストレス管理も重要で、リラクゼーションを取り入れて心の健康を保ちましょう。



●問い合わせ 健康増進課 ☎31-1129

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、
1. 地盤の強度 2. 地盤の形状 3. 地盤の状況の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 TEL:090-4981-9745

住宅部 ☎087-55-2634
営業時間 2:00～7:00

忠建、日南 営業

忠建
注文住宅
住宅リフォーム
耐震改修

家族葬から一般葬まで真心込めて安心ご葬儀

日南葬祭

まずはお気軽にお電話ください。

☎0987(23)4100

吾田東小学校入口

駐車場
90台
完備

● 事前相談
お客様の希望・ご予算に合わせた最適なプランをご提案します。

● お見積り
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、
ご希望を伺いながら明確な料金をご提示いたします。

● 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

● シングルプラン 62万円 (お葬式・ご葬儀)
● 会葬礼状 (15名様分) ● 基本セット ● ご遺影写真 ● お前日セット
● 会葬品 (100円/15名様分) ● 葬儀一式 ● 葬儀・位牌セット ● ドライアイス
● 出立て服 (10名様分) ● お花 ● 葬儀費・通夜 ● 納骨セット
● 法事 (10名様分) ● ご安置準備 ● 受付セット ● 葬儀車



使用する食材：ホウレン草

シーフードとホウレン草の酒かすチャウダー

1人分の栄養成分 エネルギー…180kcal たんぱく質…11.1g
脂質…6.8g 炭水化物…15.5g 食塩相当量…1.0g

栄養特徴

ホウレン草は、緑黄色野菜の中でも高い栄養価があり、特にビタミンK、葉酸、鉄分が豊富です。

参考：農林水産省

材料4人分

シーフードミックス	200g
ホウレン草	160g
玉ネギ	80g
ニンジン	80g
カボチャ	80g
水	600ml
薄力粉	10g
無塩バター	20g
酒かす	50g
みそ	大さじ1(17g)
牛乳	200ml
こしょう	少々

食品に含まれる食塩量 市販のクラムチャウダー(1人分18g)…1.3g

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シーフードミックスはさっと洗い、水気をよく拭きとる。
- ②ホウレン草はゆで、水気を絞り、3cmの長さに切る。カボチャは1.5cm角に切る。玉ネギは薄切りにする。ニンジンは1cm角に切る。Aは滑らかになるまでよく混ぜておく。
- ③鍋にシーフードミックスと水を入れて火にかける。沸騰したら、火を弱め、3分ほど煮て火を止めシーフードと煮汁に分ける。
- ④鍋にバターを入れ、玉ネギ、ニンジン、カボチャを炒める。薄力粉を振り入れて炒め、③の煮汁を加え沸騰したら、あくを取り、火を弱め蓋をして10分煮る。
- ⑤④にシーフードミックスとホウレン草を入れ、Aを溶き入れ、ひと煮立ちさせ、こしょうを加える。

手軽に冷凍ホウレン草を活用してもいいですよ。



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。

食生活改善推進員 (左から) 山田さん 大川さん

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。



防災情報



防災ラジオでMRT放送をお聴きの皆さまへ 大切なお知らせ

防災ラジオのAMでMRT放送をお聴きの方は、12月1日から受信できなくなる可能性があります。ただし、雑音が少なくクリアな音質のワイドFM(90.4MHz)に設定することで、引き続き放送をお聞きいただけます。今回は、防災ラジオの設定方法をご紹介します。

操作方法



※操作動画より抽出した画像

- ・日南市が配布している防災ラジオを用意します。
- ・(AM・FM)ラジオを聴く電源を「ON」にしてください。
- ・「選局」と書かれているボタンを押して、**青い光**がFM欄の「自由選曲」に来ていることを確認してください。
- ・「自由選曲」に**青い光**が来ていることを確認したら「5番」を長押しします。**3秒以上長押し**すると**青い光**が点滅し始め、指を離すと早い点滅になります。※早い点滅は、ラジオが電波を探している状態です。
- ・点滅が止まったら、放送局を受信した合図ですので、聴きたい放送が流れているか確認してください。違う放送が流れてきた場合は、もう一度「5番」を長押しして放送を探してください。



操作動画を、日南市公式YouTubeチャンネル「好きい〜部」で配信中です。ぜひ、ご覧ください。



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)

●問い合わせ 危機管理課 ☎31-1125