

はなはな

日南市 広報 お知らせ版

(2026年)
令和8年

3.1
No.204



【編集／発行】

日南市秘書広報課広報広聴係
〒887-8585

日南市中央通1丁目1番地1 ☎31-1117

【ホームページ】

<https://www.city.nichinan.lg.jp/>

【印刷】 (株)おび印刷

■ 日南市役所 ☎ 31-1100 (代) ■ 北郷町地域振興センター ☎ 55-2111 (代) ■ 南郷町地域振興センター ☎ 64-1111 (代)

お知らせ

3月25日までに納めましょう

・国民健康保険税第10期

・介護保険料第10期

※納税は「口座振替」を利用されると納め忘れがなく「便利で安心」です。

問【納税に関すること】

税務課 ☎ 31-11122

4月2日～8日は「発達障がい啓発週間」

毎年「世界自閉症啓発デー」である4月2日から8日まで「発達障がい啓発週間」です。

発達障がいは自閉症スペクトラム症や学習障がい、注意欠陥多動性障がいなど、脳機能の発達に関係する障がいです。

発達障がいのある人は、他人との関係づくりやコミュニケーションなどが苦手ですが、優れた能力が発揮されている場合もあり、周りから見てアンバランスな様子が理解されにくいのです。発達障がいの人たちが個々の能力を伸ばし、社会の中で自立していくためには、子どものうちからの「気付き」と「適切なサポート」、発達障がいに対する周囲の理解が必要です。

この期間に、共生社会の実現に向け、発達障がいに関する理解を深めていきたいと思います。

問 福祉課 ☎ 31-11130

公費によるHPVワクチン接種期限は3月末まで

HPVワクチンは、子宮頸がんの原因の最大90%を防ぐ予防接種です。必要回数は3回（条件により2回）です。次の方は、公費で接種できる期限が令和8年3月末までです。必要回数完了できておらず、3月中に1回でも公費による接種を希望される方は、早めに接種予定の医療機関、ごども課にご相談ください。

●対象者

- ①平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれの女性
- ②平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性

かつ「令和4年4月1日～令和7年3月31日の3年間にHPVワクチンを1回以上接種したことがある方」

※令和8年4月1日以降に接種した場合は、任意接種（自費）になります。

問 とも課

☎ 31-11131



日南市ホームページ

3月1日～7日は「子ども予防接種週間」

子どもは発育とともに外出の機会や、他の人と接触機会が増え感染症にかかる可能性も高まりますが、予防接種で発症・重症化を予防できる感染症があります。

お子さんの予防接種の記録を母子健康手帳で確認し、未接種のものがある場合は接種予定の医療機関に早めに相談しましょう。

問 とも課 ☎ 31-11131

ひらめきタッチパネルの案内

認知症の簡易検査ができる「ひらめきタッチパネル」を受けてみませんか？クイズ形式の問題に答えていくと5分程度で認知症リスクなどを判定します。

●場所 長寿課窓口、中部病院

●費用 無料

●申込方法 電話（事前予約制）
申問長寿課 ☎ 31-11162
中部病院地域医療課
☎ 27-11174



市役所開庁時間の延長と休日受付

春は異動シーズンで窓口が混雑する時期です。このため、本庁窓口の開庁時間の延長と休日開庁を実施し、転入・転出・転居届などの住所異動に伴う事務を行います。

南郷町・北郷町地域振興センター、支所、出張所は、通常の業務時間となりますのでご注意ください。

●実施期間および開庁時間

区分	期間	開庁時間
本庁	3月28日(土)～ 4月3日(金)	平日 17時15分～18時30分 土曜・日曜 9時～16時

※平日は18時30分までに、土曜・日曜は16時までに**番号札を発券された方**を受け付けます。

●取扱業務

課名	係名	取扱業務
市民課	戸籍住民係	①住民異動届(転入、転出、転居など)に関する業務 ②各種証明書交付(住民票の写し、印鑑登録証明、戸籍関係証明、税証明など) ③印鑑登録 ④マイナンバーカードの住民異動に伴う手続き(継続利用、券面更新、カード申請など)
	保険係	①国民健康保険被保険者および後期高齢者医療被保険者の住民異動に伴う手続き(取得、喪失など) ②保養所(温泉)、はり・きゅう・マッサージ利用者証の申請
	年金係	国民年金1号被保険者取得および種別変更・転入に関する業務
こども課	こども政策係	児童手当、こども医療などの住民異動に伴う手続き

●その他

- 3月31日(火)は通常のマイナンバーカードの時間外開庁は行いません。
- 18時30分までに受け付けた住民異動届出に伴うマイナンバーカードの手続きのみを取り扱います。

転出届はマイナポータルからも可能に!

マイナンバーカードを所有している方は、マイナポータルからオンラインでも転出の届出が可能です。詳細は、デジタル庁ホームページをご覧ください。

※マイナポータルを通じて転出届をした後は、別途転入先の市町村窓口で転入届などの手続きが必要です。



マイナポータル

問 市民課 ☎31-1124

国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入されている皆さんへ

令和8年度「保養所(温泉)」および「はり・きゅう・マッサージ」利用者証を発行します。

●対象者

- 国民健康保険被保険者の方で国保税の滞納がない世帯の方
 - 後期高齢者医療被保険者の方で保険料の滞納がない方
- ※利用者証は、本人のみ利用できます。売買、譲渡または転貸をすることはできません。

●受付場所・期日・受付時間

受付場所	受付開始日	受付時間	摘要
本庁、北郷町・南郷町 地域振興センター	3月16日(月)～	8時30分～ 17時15分	土曜・日曜・祝日を除く。 ▪ 榎原支所は対応できません。 ▪ 大堂津出張所は、火曜・木曜のみ対応。 ※3月28日(土)・29日(日)は、 本庁のみ対応。
▪ 支所(細田、酒谷、 鵜戸) ▪ 出張所(飢肥、油津、 東郷、大堂津)	4月1日(水)～		

●必要なもの

マイナンバーカード、資格確認書、資格情報のお知らせのいずれか1つ

●利用期間

- 4月1日～令和9年3月31日
- ※令和8年度中に75歳になられる方(昭和26年4月2日～昭和27年3月31日生)は誕生日の前日までが有効期限です。引き続き利用したい場合は、後期高齢者医療保険への申請が必要になります。

●保養所(温泉)

区分		補助金額(1回)	利用回数(年間)
国民健康保険	中学生以上	150円	※60回
	小学生以下	100円	
後期高齢者医療保険		150円	

※11月以降申請の場合は、回数に制限があります。

●利用できる保養所(温泉)

丸新荘、ホテル日南北郷リゾート、天然温泉ひなたの宿 日南宮崎、サンチェリーきたごう

●はり・きゅう・マッサージ

区分	補助金額(1回)	利用回数(年間)1日1回
国民健康保険	1,000円	※60回
後期高齢者医療保険	1,000円	24回

※11月以降申請の場合は、回数に制限があります。

●利用できる施術所

申請時に一覧表をお渡しします。

申問 市民課 ☎31-1126

北郷町地域振興センター ☎55-2111

南郷町地域振興センター ☎64-1113

引っ越しごみは、計画的に出しましょう

引っ越しに伴い一度に多量のごみを、自治会が管理するステーションに出された場合、収集業務に支障を来し、他の皆さんのご迷惑になります。また、ごみを適正に処分せず不法投棄すると、罰則が科されます。

●ごみ問題解決のキーワードは「3R(スリーアール)」

3Rとは、リデュース(Reduce・減らす)、リユース(Reuse・再利用する)、リサイクル(Recycle・再利用する)のことです。

●ごみにしない工夫・ごみ出しのマナーと注意

- ・ごみが多量の場合は、数回に分けて計画的に出すか、直接クリーンセンターへ、燃やせないごみは黒潮環境センターへ搬入するか、許可業者に依頼してください。
- ・資源物(空き缶類、空きびん類、ペットボトル、紙類、廃油類、廃プラスチック類、使用済小型家電)は、分別してください。
- ・刃物や割れたガラスなどの危険物を燃やせないごみの日に出す時は、紙などで包んで、中身が分かるように品名などを記入の上、出してくだ

さい。

- ・家電リサイクル法等対象品(テレビ・洗濯機・冷蔵庫・冷凍庫・エアコン・衣類乾燥機・パソコンなど)は、市では収集受け入れができませんので、販売店や専門業者にご相談ください。
- ・使えるものは、人に譲ったり、リサイクルショップを利用してください。
- ・膨張したリチウムイオン電池は、クリーンセンターへ直接持ち込んでください。

※正しくごみの分別がされていないと回収されず、収集所に残されます。衛生上の問題だけでなく、個人の情報が漏れるなど防犯上の危険性もあります。

※ごみの搬入場所、直接搬入する場合の搬入日時などについては、確認してください。

●その他

ごみの出し方や分け方などは、ごみ分別促進アプリ「さんあくる」をご活用ください。

問【燃やせるごみ・燃やせる粗大ごみ・資源ごみ】 日南市クリーンセンター(美化推進課)
☎27-02555

【燃やせないごみ・燃やせない粗大ごみ】 黒潮環境センター
☎68-11560

デジタル終活について考えてみましょう

デジタル終活とは、自分が亡くなった後や判断能力が低下した際に備え、スマートフォンやパソコン内のデータやインターネット上の個人情報、SNSアカウント、ネット銀行などのデジタル遺産を整理、管理、処分するための準備を指します。

日本では、スマートフォン所有率が98%に達し、70代で80%以上、80代前半でも60%以上の方が所有しています。残された家族の負担を軽減し、情報漏えいや金銭トラブルを防ぐため、日頃から準備をしておくことが大切です。

●事例

・亡くなった後もスマホのサブスクリプション(月額や年額で利用している漫画や動画配信、セキュリティ契約など)の支払いが続いているが、解約のためのIDとパスワードが分からないため手続きができない。

・故人が生前、ネット銀行を利用していたが、このネット銀行が分からず、口座も知らないのの確認できない。
・故人がキャッシュレス決済やカードレスでクレジット

カードを利用していたが、スマホの確認ができないため、手続きができない。

●対処法

- ・スマホのパスワードを書いた紙を保管しておく。
- ・スマホで契約中のサービスのID、パスワードを整理しておく。
- ・自分自身に何かあったときに備えて、スマホなどにアクセスできる人を指名しておく。
- ・エンディングノートを活用する。
- ・SNSや端末内の写真など、死後に見られたくないものは生前に整理、削除しておく。

※困ったときには、日南串消費者センター(☎23-4390)に相談しましょう。

問 地域自治課 ☎31-1176

LINE 日南市公式アカウント

友だち募集中!




二次元コードを読み取って友だち追加ちゃ!

日南市観光イメージキャラクター「にちなんぢゃ様」

@nichinacity

北郷小学校屋内温水プールを一般開放します(有料)

●開放期間

4月1日～5月31日
10月1日～翌年3月31日
※6月～9月の期間は、一般開放を行っておりません。

●開放時間

〔平日〕 17時30分～21時
〔休日〕 13時～17時

●休館日

毎週月曜日
12月28日～1月4日

■その他 学校の行事や感染症の流行、施設管理上で開放を行わないことがあります。
※詳細は、日南市ホームページをご覧ください。

●対象の手帳

障害者手帳をお持ちの方に
対するタフシー料金の助成
障害者手帳をお持ちの方は、タフシー料金の助成(金券の給付)を受けられます。
身体障害者手帳1、2級または療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級

●助成内容 タフシー利用券(5300円分/1枚)

※6カ月分18枚を、半年に一度交付しています。
※タフシー利用の際、障害者手帳を提示し、利用券を運転手に渡してください。
※本人乗車時のみ使用できません。他人に譲渡することはできません。

●申請に必要なもの

障害者手帳
※代理人が申請する場合は、印鑑認め印可が必要です。
甲 福祉課 ☎31-11130
北郷町地域振興センター ☎55-21111
南郷町地域振興センター ☎64-11113

●脳の損傷で起こる認知障害「高次脳機能障害」を「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、怒りっぽくなった、無制限に食べたり・お金を使ったり...
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「J」相談ください。

●宮崎県身体障害者相談センター

☎0985-29-2556
平日 9時～15時30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

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、借用本人にさせていただきます。

問 日南市消防本部 警防課
☎23-1316



●畜産農家の皆さんへ

毎月20日は、県内一斉消毒の日です。消毒の徹底で家畜の命を伝染病から守りましょう。

問 農政課 ☎31-1132

●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)

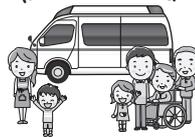
問 危機管理課 ☎31-1125

●救急車の適正利用をお願いします

限りある救急車は、本来に必要としている人のために！
救急車の適時・適切な利用にご協力ください。

問 日南市消防本部 警防課
☎23-1316

救急車は地域の限られた救急資源



救急車を呼ぶか迷ったら



全国版救急受信アプリ

●募集

●教育委員会の定例会議を傍聴しませんか

●日時 3月23日(月) 15時～

●場所 日南市役所 別館2階 会議室5

●費用 無料

●申込期限 3月19日(木)

●申込方法 電話

※傍聴をされる方は、事前にお申し込みください。
※詳細は、お問い合わせください。

問 学校教育課
☎31-1178



第11回国際交流会

日本語でチャレンジ。鵜戸神宮で一緒に歩き、神話の不思議な世界を探求しましょう。

●日時 3月29日(日)
13時40分～15時

●場所 鵜戸神宮

●定員 20人

●費用 無料

●申込期限 3月26日(木)

●申込方法

Google
フォーム



Google フォーム

●国際交流員(ゴンザレス・ホセ・ルイス) ☎31-11113

令和8年度 ヘルシー料理教室

適塩でバランスの取れた料理を作ってみませんか。

生活習慣病予防のために、ぜひご参加ください。

※全教室、午前中に開催

※場所は、人数の関係でご希望に沿えない場合もあります。

※実施日は、月によっては変更になる場合もあります。

●参加料(材料費) 700円程度

※教室によって、材料費が変わります。

●必要なもの エプロン、三角巾、米1合、マスク

●申込期限 3月19日(木)

●申込方法 ショートメールかメールで氏名、電話番号、教室名を入力して送信してください。

●国際日南市食生活改善推進協議会 田中

☎090-5296-3208
✉mt19570517@gmail.com

日南市看護師等修学資金貸与制度

募集人員

看護系大学生(令和8年4月入学予定者含む) 1人

●貸与額 月額5万円

●貸与期間

貸与決定の月～卒業する月

教室名	実施日	場所
男性教室	毎月第1水曜日 (5月、1月は第2水曜日)	東郷公民館
酒谷教室	毎月第3木曜日 (8月、12月、1月は休み)	酒谷生活改善センター
北郷教室	毎月第2木曜日 (8月、2月は休み)	道の駅きたごう

※修学の状況などで貸与を停止する場合があります。

●応募資格 次の四つの要件全てを満たす方

①看護系大学に在学する方
または令和8年4月に入学予定の方

②保健師、助産師、看護師いずれかの免許の取得を目指す方

③市内の病院(県立日南病院は助産師地域枠のみ)、診療所、助産所、居宅サービス事業所、介護老人保健施設のいずれかに従事しようとする方

④心身ともに健康で、将来有能な看護師などになると認められる方

●申込期限 3月25日(水)

●申込方法 次の書類を郵送するか直接健康増進課へ持参してください。

①看護師等修学資金貸与申請書

②誓約書

③看護師等修学資金貸与者推薦調書

④在学証明書または合格通知書

⑤成績証明書

⑥戸籍抄本またはこれに代わる書面

※①～③の書類は健康増進課地域医療対策室で配布します。

●修学資金の返還

原則、卒業後1年を経過後、修学資金の貸与を受けた期間に相当する期間内に全額

返還となります。

※ただし、大学卒業後1年以内に、応募資格②の免許を取得後、直ちに応募資格③の施設に看護師などとして貸与を受けた期間と同期間従事した場合、返還が免除されます。

●貸与の決定 審査の上、4月初旬に決定します。貸与が決定した場合は、他に手続きが必要になりますので、担当課より連絡いたします。

●健康増進課

☎31-11129

〒887-8585

日南市中央通1-1-1

「にちなん結の会」で話してみませんか

ひきこもりや不登校の子を持つ親が集う「にちなん結の会」。子どもの状態は一人一人違います。親の語る場所として毎月開催します。ぜひ、ご参加ください。

●日時 毎月第4土曜日
13時30分～15時30分ごろ

●場所 まなびピア 和室

●国際川野

☎080-5417-3760

✉tanpoponotane2@gmail.com

福祉課 ☎31-11163

第11回 桜まつりゴルフ大会

- 日時 3月29日(日) 9時～
- 場所 日南北郷カントリークラブ
- 参加資格 どなたでも参加できます。
- 募集定員 80人(20組)
(先着順)
- 競技方法 4人1組が原則ですが、お1人でも申し込みできます。
- 競技方法 ①18ホールストロークプレー
②ダブルペリア方式で同ネットの場合、年長者を上位とする。
- ③男性は白、女性は赤のマークティとする。ただし、70歳以上の方はゴールドマークティでも可とする。
- 費用 プレー代 9900円(セルフ・食事付)
※別途参加料 1500円
※料金はプレー終了後、フロントにて精算してください。
※65歳以上の方は、ゴルフ場へ登録すれば、利用税が安くなりますので、免許証または生年月日が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階レストランで行います。
- 申込期限 3月22日(日)
- 申込方法 FAX、郵送
- ※参加申込書は日南北郷カントリークラブ、サンキョウゴルフセンターに置いてあります。

イベント

リーククラブ、サンキョウゴルフセンターに置いてあります。
 ●日時 3月28日(日) 11時～13時
 ●場所 九電ネクスト日南営業所 コミュニティスペース
 ●対象者 子育て世帯の方
 ※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 子育て世帯限定で手作りカレーを提供します。
 ・提供できる食事がなくなり次第、終了となります。
 問 NPO法人日南(こども食堂(理事長 佐藤)
 ☎080-6402-0894

日南(こども食堂

●日時 3月15日(日) 9時30分～15時
 ●場所 道の駅酒谷、坂元棚田

せせらぎの里「坂元棚田まつり」

●イベント内容 坂元棚田ウォーキング、ステージイベント、キッチンカー、山菜天ぷら
 ※雨天時は、変更あり
 問 せせらぎの里「坂元棚田まつり」実行委員会(酒谷支所)
 ☎25-1810

絵本の朗読会

●日時 3月29日(日) 13時30分～3時30分
 ●場所 南郷ハートフルセンター2階 学習室
 ●費用 無料(事前申込不要)
 ※マスクの着用をお願いします。
 問 読み語りの会「一葉の会」
 大石 ☎64-2233

第13回ホテル日南北郷ロビーコンサート

「春の命の芽吹きと音楽」
 落ち着いた雰囲気ジャズ、ポップスや日本の歌謡曲を、地元バンドがお届けします。
 ●日時 3月14日(土) 19時30分～20時30分
 ※都合により、日程変更する場合があります。

●場所 ホテル日南北郷1階ロビー
 ●費用 無料(事前申込不要)
 ●曲目 ①天使にラブソングを②ユーレイズミーアップ③ひまわり④ティクファイブ⑤恋の季節 ほか
 問 菊地 ☎090-2960-8930

第33回日南レコードコンサート

戦後の日本や外国の映画音楽を年代順にかけます。真空管アンプを使った音色をお楽しみください。なお、お聞きになりたい映画音楽がありましたら、連絡先にお電話ください。
 ●日時 3月22日(日) 開場 13時 開演 13時30分～15時10分

図書館イベント

●定員 40人
 ●費用 無料(事前申込不要)
 ※マスクの着用をお願いします。
 問 日南・レコードを楽しむ会 関谷 ☎67-5914

カムカムおはなし会スペシャル

たのしいおはなしがいっぱい
 ●日時 3月22日(日) 10時30分
 ●場所 北郷図書館 ☎55-2469
 問 北郷図書館

げっしょく工作

3月3日は皆既月食の日！簡単な工作を行います。
 ●期日 3月1日(日)～8日(日)
 ●場所 日南市立図書館(飢肥)
 ●対象 未就学児～小学生
 問 日南市立図書館(飢肥) ☎25-0158

無料相談案内
 ～秘密は守られますので
 お気軽に相談を～

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、電話でお受けします。秘密は、固く守られます。

問 福祉課
 まるごと福祉
 相談窓口
 31-11163



日南市まるごと
 相談メール

ひきこりの健康相談

眠れない、憂鬱な気分が続く、ひきこもっている、アルコール依存などこころの問題で悩んでいる方、どのように対応してよいか分からない方は、ご相談ください。専門医がご相談に応じます。

●日時・場所
 毎月第4木曜日 午後
 日南保健所

●相談員 精神科医師

※前日の午前中までに、電話で事前予約をお願いします。

問 日南保健所 健康づくり課
 23-3141

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、年末年始は除く)
 9時～12時 13時～16時

●相談員 消費生活相談員

問 日南中間消費生活センター
 23-4390
 消費者ホットライン
 188(イヤヤ)

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 3月17日(火)
 14時～16時
 日南市役所 別館会議室2・会議室5

●相談員 司法書士2人

※相談内容は、事前にご確認の上、前口までに予約をお願いします。

問 司法書士会日南支部(立山)
 080-1725-2391

ひきこもり相談

「ひきこもり」は、さまざまな要因により、就労や就学などの社会的参加が長期間失われている状態のことです。解決には、適切な支援機関に相談することが有効です。本人だけでなく、ご家族や支援者からの相談も受け付けます。まずは、お電話ください。

●日時・場所 月曜日～金曜日
 (祝日、年末年始を除く)
 8時30分～17時15分

宮崎県総合保健センター4階
 (精神保健福祉センター内)
 宮崎市霧島1-1-2

※来所相談は、電話相談後にご予約ください。

問 宮崎県ひきこもり地域支援センター
 0985-27-8133
 0985-44-2411

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)。

●日時・場所 毎月第3土曜日
 13時30分～
 まなびピア

問 会事務局 31-1163

ライフサポートセンターをご存知ですか

ライフサポートセンターは、県内3地区でさまざまな暮らしに関する不安や悩みの相談を無料でお受けしています。ごなくてもご利用いただける「暮らし全般に関する総合相談所」です。

●日時 月曜日～金曜日
 (祝日、年末年始を除く)
 10時～17時

問 ライフサポートセンター
 0120-397-864(宮崎)
 0120-397-868(都城)
 0120-397-869(延岡)

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。
 ※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)。
 ※日曜日・祝日・年末年始は、6カ月未満児の対応もできます。
 ※新型コロナウイルスやインフルエンザの検査は、実施しておりません。

時間外に受診するか迷った時は… **救急医療電話相談**
24時間対応 ☎ 31-1111 ※この電話は、市役所にはつながりません。
 医師や看護師が医療相談に応じます。

