

好きです
にちなん

Nichinan City Public Relations Magazine

令和8年

3

MARCH 2026

No.204

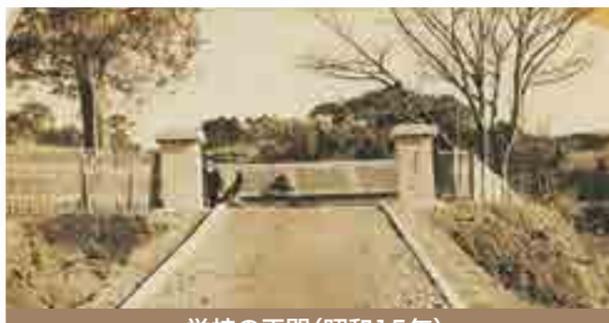
2月20日(金)~3月2日(月)
に東郷地区民生委員児童委員協議会が「ひな山まつり」を開催。地域住民から提供されたひな人形が東郷小中学校に飾られました。



大窪小のあの日、あの頃



校舎と児童の様子(大正3年)



学校の正門(昭和15年)



授業研究会の様子(昭和43年)



創立100周年記念式典(昭和48年)



航空写真(昭和56年)



大窪地区に伝わる剣棒踊り(昭和57年)



こいのぼり運動会(平成2年)



飫肥城下まつりで剣棒踊りを披露(平成23年)



おおくぼフェスタ(創立150周年)(令和5年)



大窪小・大窪地区大運動会(令和6年)

～地域とともに歩んだ152年の歴史～

ありがとう 大窪小学校

児童数減少に伴い、令和8年3月31日に閉校する大窪小学校は、子どもたちの学びの場所であり、地域の絆を育む大切な場所でもありました。在校生や卒業生、地域住民など多くの人に惜しまれながら行われた閉校式。その1日とこれまでの貴重な写真で大窪小学校の歴史を振り返ります。



大窪小の歩み

- 明治六年 第5大学区・第25中学区・第3小学区大窪小学校創立
- 明治二十三年 小学校令発布により、大窪尋常小学校と改称
- 昭和二十二年 全校児童数225人(過去最多)
- 昭和三十一年 榎原村から分離した大窪地区は日南市に合併、日南市立大窪小学校と改称
- 昭和四十八年 創立100周年記念式典挙行、不伐百年林植樹
- 昭和五十四年 大窪中閉校年度に大窪小中合同大運動会を開催
- 平成十年 学校の木制定(イヌマキ)
- 平成十九年 運動会を細田小、児童館と合同で開催(第一回合同運動会)
- 令和六年 大窪小・大窪地区大運動会開催
- 令和七年 学校活性化推進協議会が大窪小閉校意見書を市教育長へ提出

大窪小学校

閉校式典



2月21日(土)に閉校式が執り行われ、児童や保護者、卒業生、地域住民など約180人が参加。式典後は、記念碑のお披露目や思い出を語るマイクリレーなどが行われました。

式辞

矢野

裕二 校長



閉校は大変残念ですが「記録」と「記憶」と「気力」があれば、今後、大窪小を思い起こさせる出来事が生まれるかも知れません。大窪小で培われた心や思い出を未来へ継承されることを願っています。

大窪小学校とは、子どもが張り、保護者が団結し、教職員が熱心で、地域に支えられた学校です。改めて、これまでの子どもたち、保護者、教職員、地域の皆さまに感謝します。本堂にあり

教育長のあいさつ

都甲

政文 教育長



大窪小学校は、152年にわたり、多くの子どもたちを温かく見守り、未来へと送り出してきました。しかし、少子化の進行および社会環境の変化を受け、令和8年3月31日をもって、152年に及ぶ歴史に静かに幕を下ろすこととなりますが、大窪小学校で育まれた学びの心、人を思いやる気持ち、そして未来へ挑戦する勇氣は、児童・卒業生一人一人の中に、そして地域の中に確かに受け継がれていくものと確信しております。

閉校記念碑除幕式

PTA会長

杉田

勝彦さん



私は、閉校式に二つの役割があると考えています。一つは、これまでの学校やそこで過ごした人々が、日々を振り返り、懐かしみながら、学校としての役割を終える区切りとしての役割です。そして、もう一つの役割は、これまでつなげてきた大窪小学校の歴史を、未来に残すことです。「ここに大窪小学校があったんだぞ！」と未来に伝えるため、閉校を記念した石碑を建てました。いつでも学校を思い出するための道しるべとして、記念碑が永くここにあることを願っています。



市長のあいさつ

高橋

透 日南市長



この大窪の地で育まれたコミュニティの絆、そして子どもたちを地域で育てるという熱意は、今後も変わることなく受け継がれていくものと信じております。市いたしましても、大窪小学校の歴史と思いを大切に受け継ぎ、未来へとつないでまいります。

児童の言葉

6年

安田 結々さん



大窪小学校がなくなってしまうと、剣棒踊りができなくなると、とても悲しいです。大窪フェスタでみんなとダンスを踊ったことや春の遠足で飯肥城下町を食べ歩きしたことなど、楽しい思い出がいっぱいです。中学生になっても、大窪小で身に付けた頑張る力をもとに、苦手な教科を頑張って、将来の夢に向かって、たくさん勉強をしたいです。

6年

杉田 悠馬さん

みんなと学校で遊んだり、剣棒踊りを踊ったりできなかったら、寂しい気持ちになります。2年続けておこなった大運動会や大窪フェスタでした。グラウンドゴルフなど、地域の方とたくさん交流ができて、とても楽しい毎日でした。大窪小で学んだことを生かして中学校生活を送り、大人になったら、大窪を支える人になって、大きな行事をしたいです。

たくさんの卒業生が思い出や感じていることを語りました。

マイクリレー



松田 悦子さん

昭和24年度卒業

学芸会や運動会などの準備をする日は、午後の授業がなかったので、友だちとたくさん遊ぶことができて楽しかったです。運動会で赤白に分かれて優勝旗を奪い合ったことも思い出に残っています。



坂元 三規さん

昭和38年度卒業

6年生の3学期に本格的に学校給食が始まったのを覚えています。また、ハエ取り競争(学校単位で1人当たり何匹取ったかを競う)で大窪小が優勝しました。文化センターで表彰式があって、賞品はソフトボールやバットでした。



安田 知弘さん

平成7年度卒業

やっぱり剣棒踊りが印象に残っています。伝統を受け継いだ人たちに感謝しています。最後の運動会で何十年かぶりに見ましたが、涙が出ました。閉校は寂しい気持ちもありますが、大窪小で学んだことは死ぬまで大切にしたいです。

8 特別職の報酬等の状況

(令和7年4月1日現在)

区分	給料・報酬の月額	期末手当の支給割合
給料	市長	783,000円
	副市長	638,000円
	教育長	545,000円
報酬	議長	397,000円
	副議長	341,000円
	議員	327,000円
	計	3.45月分



9 部門別職員数の状況

(各年4月1日現在)

区分	職員数			対前年増減分			
	令和5年	令和6年	令和7年	令和5年	令和6年	令和7年	
一般行政部門	議会	5	5	5	0	0	0
	総務	96	98	99	2	2	1
	税務	30	28	27	0	△2	△1
	民生	79	76	69	△2	△3	△7
	衛生	30	29	27	0	△1	△2
	農林水産	47	47	45	0	0	△2
	商工	20	22	23	△2	2	1
	土木	34	35	34	△1	1	△1
	小計	341	340	329	△3	△1	△11
	特別行政部門	教育	39	37	35	3	△2
消防		88	87	85	2	△1	△2
小計		127	124	120	5	△3	△4
普通会計	468	464	449	2	△4	△15	
公営企業等会計部門	水道	23	23	23	0	0	0
	下水道	18	17	18	0	△1	1
	病院	108	110	114	8	2	4
	その他	34	34	33	0	0	△1
	小計	183	184	188	8	1	4
合計	651	648	637	10	△3	△11	

(注7) 令和7年度定員管理調査によるものです。

7 令和6年度 職員手当の状況

(令和7年4月1日現在)

区分	日南市		国		
	期別	支給割合			
期末・勤勉手当	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当	
	6月期	1.250月分	1.050月分	1.250月分	1.050月分
	12月期	1.250月分	1.050月分	1.250月分	1.050月分
	計	2.50月分	2.10月分	2.50月分	2.10月分
職制上の段階、職務の級等による加算措置	有 1種類5~15%		有 2種類5~25%		
退職手当	支給率				
	勤続年数	自己都合	定年・勤奨	自己都合	定年・勤奨
	20年	19.6695月分	24.586875月分	19.6695月分	24.586875月分
	25年	28.0395月分	33.27075月分	28.0395月分	33.27075月分
	35年	39.7575月分	47.709月分	39.7575月分	47.709月分
	最高限度額	47.709月分	47.709月分	47.709月分	47.709月分
	その他の加算措置	定年前早期退職特例措置 (3~45%加算)		定年前早期退職特例措置 (2~45%加算)	

時間外勤務手当	5年度		6年度	
	支給総額	職員1人当たり支給総額	支給総額	職員1人当たり支給総額
	86,855,180円	185,588円	74,378,766円	160,299円

特殊勤務手当(6年度)	区分		全職種
	職員全体に占める手当支給職員の割合		18.8%
	支給対象職員1人当たり平均支給年額		94,368円
	手当の種類(手当数)		2
代表的な手当の名称		消防職員出動手当 消防職員夜間特殊業務手当	

区分	内容	
扶養手当	配偶者	月額 6,500円
	父母など	月額 6,500円
	子	月額10,000円
住居手当	満16歳の年度初めから、満22歳の年度末までの子 5,000円加算(1人につき)	
	借家	月額28,000円が限度
通勤手当	交通用具利用者	月額2,000円~31,600円
	交通機関利用者運賃等相当額	月額55,000円が限度

(注6) 扶養・住居・通勤手当は、国の制度と同じです。

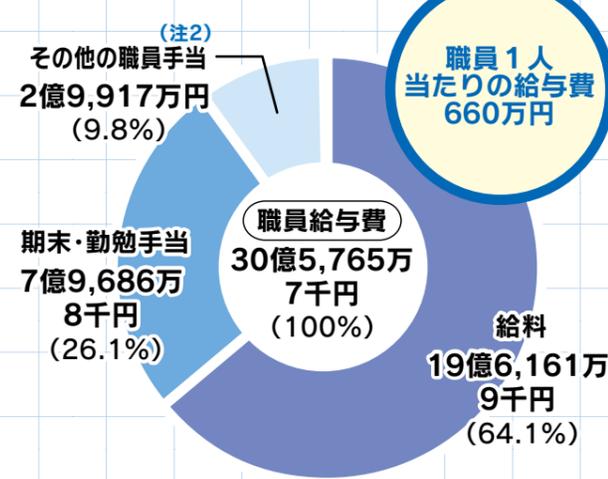
日南市職員の給与・定員管理などについて公表します



問い合わせ
職員課 ☎31-1114

2 職員給与費の状況

(令和7年度 普通会計当初予算)



(注2) 職員手当に退職手当は含みません。

1 人件費の状況(令和6年度 普通会計決算)

住民基本台帳人口 (令和7年4月1日現在)	歳出額 (100%)	人件費 (13.0%)(注1)
47,648人	364億 6,680万5千円	47億 5,826万8千円

(注1) 人件費には特別職および会計年度任用職員に支給される給料、報酬などを含みます。

3 職員の平均給料月額・平均年齢の状況

(令和7年4月1日現在)

区分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	347,100円	44.8歳

(注3) 令和7年給与実態調査によるものです。

4 職員の初任給の状況

(令和7年4月1日現在)

区分	初任給(注4)		採用2年経過日給料額
	大学卒	高校卒	
一般行政職	220,000円	188,000円	242,000円 201,000円

(注4) 初任給は、国と同じです。

5 職員経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

(令和7年4月1日現在)

区分	経験年数10年			経験年数15年			経験年数20年		
	大学卒	高校卒	平均	大学卒	高校卒	平均	大学卒	高校卒	平均
一般行政職	287,300円	252,100円	269,700円	328,000円	287,300円	307,650円	360,000円	328,000円	344,000円

6 一般行政職の級別職員の状況

(令和7年4月1日現在)

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	計
標準的な職務内容(注5)	主事 技師	副主任主事 副主任技師	主任主事 主任技師	係長・主査 副主幹	課長補佐 主幹	課長 局長	部長 局長	
職員数	15人	22人	56人	163人	52人	26人	8人	342人
構成比	4.4%	6.4%	16.4%	47.7%	15.2%	7.6%	2.3%	100%
参考 前年構成比	5.4%	4.6%	17.4%	47.8%	15.1%	7.4%	2.3%	100%

(注5) 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です。



日南・串間地区
電子申告・キャッシュレス納付推進宣言式 1月16日
場所：日南税務署

国税、県税、市税(日南市・串間市)について、電子申告およびキャッシュレス納付の普及・促進を図ることを目的に「電子申告・キャッシュレス納付推進宣言」を行いました。今回の宣言により、納税者の利便性向上や関係機関の連携強化などを行っていくこととしています。



33年の歴史に幕
なんごうマリスタンプ会「感謝祭」 1月18日
場所：南郷ハートフルセンター

地元根差し愛される商店を目指し発足したなんごうマリスタンプ会。3月末で33年の歴史に幕を下ろすこととなり、地域の方々のご愛顧に感謝の気持ちを伝えるため、無料でイベントを開催。多彩なステージショーに会場からは多くの笑いとしみじみ拍手が送られました。



はだしで砂浜を駆け抜ける
ビーチ陸上日南大会 1月18日
場所：大堂津海水浴場

第1回ビーチ陸上日南大会が開催されました。市内外から、幼い子どもから大人まで約80人が参加し、60m走や100m走などの競技が行われました。参加者たちは、はだしで砂浜を力強く駆け抜け、潮風と砂の感触を全身で感じながら、ビーチの魅力をもっと味わっていました。



日南市輝く市民協働大賞受賞
坂元棚田保存会 1月19日
場所：日南市役所

棚田オーナー制度や棚田まつりなどの交流事業を通じた地域の活性化を図るさまざまな取り組みを行っている「坂元棚田保存会」が「日南市輝く市民協働大賞」を受賞。この日は、受賞した同会の古澤家光会長と日高茂信氏へ高橋市長から賞状と目録が贈られました。



本との新たな出会いを
国際ソロプチミスト日南図書購入寄付金贈呈 1月9日
場所：教育委員会応接室

国際ソロプチミスト日南が本市に3万円を寄付され、宮田美奈子会長から都甲教育長へ目録が手渡されました。同団体からの寄付は今回で29回目で、累計858冊の児童図書を購入しています。購入後は、まなびピア図書館に「国際ソロプチミスト日南文庫」として所蔵されます。



みんなで高める交通安全意識
新春日南市交通安全の集い 1月9日
場所：文化センター

市民一人一人の交通安全意識の高揚を図るべく「新春日南市交通安全の集い」を開催。日南市観光アンバサダーが交通安全宣言を行ったほか、みやざき犬のダンスが披露されました。集会後には、パトカーなどが参加する車両パレードを実施し、交通安全を呼び掛けました。



選挙や政治について考える
第20回わけもんの主張南那珂予選会 1月14日
場所：日南市議会議場

主権者意識や政治、選挙への参加意欲を高めるため、選挙管理委員会南那珂支部の主催で「わけもんの主張南那珂予選会」が開催。高校生7人が選挙や政治についての考えや思いを発表し、日南高等学校2年生の川崎柚華さんが最優秀賞を受賞しました。



学校給食で地域の恵みを味わう
地産地消交流給食 1月15日
場所：吾田東小学校

地域の農畜水産物の良さを知ってもらうため、虎節を使用した「虎節サラダ」が北郷共同調理場受配校・鶴戸小中学校で提供されました。吾田東小学校の3年2組の児童は、外浦漁業協同組合の方々に虎節について質問するなど、学校給食を食べながら交流しました。



力走のタスキリレー
宮崎県女子駅伝競走大会 1月25日☒
場所：日南総合運動公園陸上競技場 / 発着

宮崎陸上競技協会と宮崎日日新聞社が主催する「第43回宮崎県女子駅伝競走大会」が開催されました。県内各地の中学生から社会人で構成された18チームが出場し、6区間21.0975kmの市内コースを、沿道の声援を受けタスキを繋ぎ力走しました。



功績を祝う
田端功氏民謡功労章受賞 1月25日☒
場所：ひなたの宿日南宮崎

日本民謡協会宮崎県連合委員長の田端功さんが、日本民謡協会から贈られる名誉章の一つである日本民謡協会民謡功労章を受賞。この日は多くの関係者が集まり、長年の活動を労うとともに、今後のさらなる活躍を願う祝賀会が行われ、喜びを分かち合っていました。



文化財防火デー
小村寿太郎生家で消火訓練 1月26日☒
場所：小村寿太郎生家

1月26日の文化財防火デーに合わせて、重要伝統的建造物群保存地区にある小村寿太郎生家で火災を想定した消火訓練が行われました。飫肥城下町保存会による初期消火や通報訓練、消防署員による放水訓練を実施し、地域全体で防火・防災意識を高めていました。



衛生環境の向上のために
オゾン除菌脱臭器「エアバスター」寄贈 1月28日☒
場所：日南市役所

(株)フェニックスの藤岡治代表取締役(日南学園野球部出身)が、昨年引き続き地域貢献の一環として、菌やウイルスなどを除菌するオゾンを発生させる「エアバスター」を1台寄贈。寄贈品は、日南市子育て支援センター「ことこと」に設置されます。



自治会活動に長年貢献
総務大臣表彰受賞報告 1月19日☒
場所：日南市役所

地域づくり活動などの功績により、令和7年度自治会等地縁による団体功労者総務大臣表彰を受賞された日南市自治会連合会の益田政司会長が高橋市長を表敬訪問。これまでの自治会活動などを振り返りながら受賞の報告を行い、高橋市長から労いの言葉が贈られました。



熱い思いが響く
新春子どもの声を聴く会 1月20日☒
場所：日南市保健福祉総合センター

未来を担う子どもたちが、日頃の体験や将来の夢、自らの考えや感じていることを発表する場として「新春子どもの声を聴く会」を開催。市内各小中学校から選ばれた代表25人の児童・生徒が登壇し、それぞれの熱い思いを力強く語りました。



命の尊さを学ぶ
レインボープラン 1月21日☒
場所：飫肥中学校

生きる力を育む健康教室「レインボープラン」と題し、産婦人科たなかクリニックの田中茂樹先生による講話や赤ちゃん人形を抱っこする体験が行われました。飫肥中学校2年生は講話や体験を通し、成長を支えてくれた人々への感謝の気持ちを新たにしました。



プロ野球キャンプインを前に
日南地区建設産業団体連合会奉仕活動 1月24日☒
場所：天福球場、南郷スタジアム

広島東洋カープと埼玉西武ライオンズの春季キャンプインを前に、選手や観光客にきれいで安全な球場に気持ちよく訪れて欲しいと日南地区建設産業団体連合会(6団体)に加盟する事業所、約90人の社員が奉仕活動に参加。高所作業車などの重機も使用し汗を流しました。

横浜FC春季キャンプ

1/16(金)~1/31(土)



歓迎セレモニー 1/16(金)
市や県、各団体からみやぎ地頭鶏などの特産品が贈呈されました。



サッカー教室 1/18(日)
選手6人と市内のサッカーチームに所属する小学生1~3年生76人が交流しました。

埼玉西武ライオンズ春季キャンプ

2/1(日)~2/23(月)

市民歓迎セレモニー 2/1(日)
特産品の贈呈のほか、地元園児たちによる太鼓の演奏なども行われました。

新人選手による日南観光PR 2/4(水)
新人選手3人が鶴戸神宮で運玉投げを体験し、日南市の魅力をPRしました。

バレンタインチョコ贈呈 2/12(水)
バレンタインを前に園児からチョコレートが届けられました。



キャンプシーズン到来!! スポーツキャンプ in日南

プロサッカーチームの横浜FCとプロ野球球団の広島東洋カープ、埼玉西武ライオンズが、シーズンインに向け本市でトレーニングを行いました。

広島東洋カープ春季キャンプ

2/1(日)~2/25(水)

市民歓迎の集い 2/1(日)
特産品の贈呈のほか、赤いスイートピーの花束が園児から監督と選手会長に手渡されました。

ルーキーの休日 2/4(水)
新人選手5人が飴肥で書道や四半的を体験しました。

キハダマグロ解体ショー 2/7(土)
キャンプを盛り上げるため、キハダマグロの解体ショーと振る舞いイベントが行われました。

市長

コラム

誰一人取り残さないまちへ

日南市長 高橋 透



人口減少と少子高齢化が進行する中で、家族や地域社会のあり方は大きく変化しており、コロナ禍の影響もあって、特に人々の交流機会の急激な減少を感じています。

それに加え、生活困窮、虐待、ひきこもり、ヤングケアラーなど社会課題は複雑化、多様化し、福祉制度のはざまに適切な支援が届いていない方々がいらっしゃると思います。

孤独死という痛ましい事案もその一つです。孤独死の平均年齢は約61歳といわれており、決して高齢者だけの問題ではありません。孤独死の裏には「社会的孤立」があります。その背景には、核家族化や未婚率・離婚率の増加による家族・親族関係の希薄化だけでなく、共働きや定年後も就労を継続する方の地域との関わりの縮小など、複数の要

因が考えられます。

こうした「社会的孤立」に対応できるよう、地域の支え合いや支援制度を包括的に整備し、支援が必要な方へ適切に届けられるようにすべきであり、多機関・多職種連携による重層的・包括的な支援体制の構築が大変重要です。本市においても、令和8年度から「重層的支援体制整備事業」として本格的に構築してまいります。

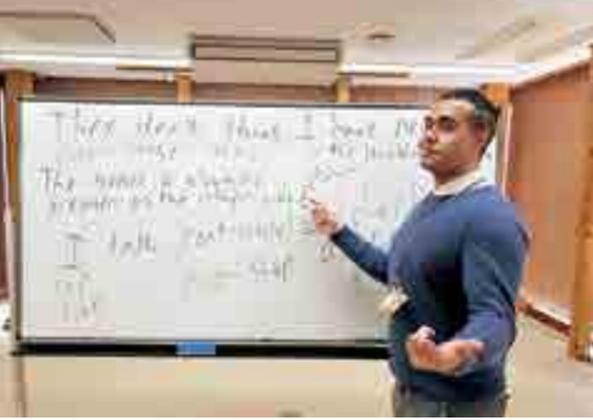
全国的に自治会加入率の低下が危惧される昨今ですが、本市では平均で80~90%という高い加入率があり、100%の自治会もあります。この高い地域力を生かし、官民連携で新たな互助の仕組みを築き上げ、人としての尊厳が守られる「誰一人取り残さないまち日南」の実現に取り組んでまいります。

The world in the eyes of jose ホセの目に映る世界



三人行えば必ず我が師あり

今回は私が日常生活で感じたことについてお話しします。私は市役所で英会話教室を担当しています。昔から英語の先生として活動してきて、色々な方に英語を教えた経験がありますが、授業の中で私は生徒たちからたくさんのお話を聞きました。長い間先生として活動してきた方は知っているかもしれませんが、生徒たちはそれぞれ豊かな人生経験を持っていて、その経験は生徒に新たな視点を与えるだけでなく、その話を聞くことで、先生である人にも影響を与えます。ですから、私は授業は教えるというよりも、むしろ交流の場だと思っています。特に私の英会話教室では、色々な年齢層と背景を持つ方々が参加しており、私より経験豊富な方もいます。そこでは、英会話を通じて参加者の皆さんだけでなく、私自身の視野も広がります。有名な思想家、孔子は「三人行えば必ず我が師あり（他の人の行動からは必ず学べるものがある）」という言葉を残し、ギリシャの哲学者ソクラテスも、教えるのではなく、問いを通して自己理解に導く方法を使用しました。これを読んでいる皆さんも、お時間があれば、ぜひ、市役所の英会話教室に来てください。英語だけでなく、共に視野を広げましょう。



企業紹介



株式会社宮崎ファクトリー

宮崎県日南市北郷町郷之原乙 3663
☎ 55-3211

企業概要

宮崎ファクトリーは、1974年に創業したダーバン宮崎ソーイングを前身とし、長年にわたりスーツ縫製を手掛けてきた工場です。

2020年には、新しい体制の下再スタートし、生地 の管理から裁断・縫製・出荷に至るまで、協力工場と連携しながら全国から寄せられるオーダーに対応 しています。

「着る人を想うものづくり」を大切に、心を込めて 製品づくりに取り組んでいます。

これまで培ってきた技術を受け継ぎながら、宮崎 から全国へ、ものづくりの素晴らしさを発信し続け てまいります。

PRポイント

一着一着を誠実かつ丁寧に 仕上げる職人の技は当社の誇 りです。
ワクワクするオーダースーツを 作ってみませんか？

事業内容

- ・紳士服
- ・レディース製造業
- ・販売

従業員さんのお話



ほまん あやか
穂満 彩香さん

「D'URBAN」という一流ブランドを手掛 けるソーイング工場で、紳士服に使われる ボタンや裏地、芯地などの副資材を発注・在 庫管理する仕事をしています。

副資材は仕立て映えや着心地、耐久性を 高めるために見えない部分を支える役割に大切なものです。

初めは、すごく複雑で種類も多いため慣れるまで大変でしたが、先輩方が優しくご指導・フォローしてくださいました。

そのおかげで今では自分で判断しながら仕事を進めており、 細かな部分にも目を向け、着実に経験を積んでいるところです。

定時での勤務や休日も多く仕事とプライベートの両立がしや すいため、趣味の時間も大切にできる職場です。



日南市立榎原中学校



榎原中学校 ホームページ

去年の7月5日(土)に「よわら夢ひろ ば」で七夕まつりを開催しました(テレビ の取材が来ました)。地域を盛り上げ、 地域の方々と交流を深めるために、三つ の班に分かれて活動をしました。デコー ル班は、看板や店内の飾りを作りました。 イベント班は、輪投げなど、みんなが 楽しめるゲームを企画しました。フー ド・ホスト班は、かき氷やポップコーン などを振る舞いました。また、地域の 方々とそらめん流しをしたりフォーク ダンスをしたりしました。

(2年 河野華菜)



去年の12月に「んまつーポス」の方々 が来て、体育の授業をしてくださいまし た。授業は、自分たちがスパイになった つもりで体を動かしてみたり、校歌に合 わせてダンスで振り付けを考えたりと いう、珍しい内容でした。でも、ダンスを 自分たちで考えることで、個性豊かなダ ンスに仕上がりました。またダンスだけ でなく、ダンスを踊る時に流す音楽を創 作したり、動画の作品を作るために自分 たちで撮ったりもしました。その活動 で、カメラワークを工夫する人や、音楽 を奏でる楽しさを感じた人がいて、いつ もなかなか体験しないことをすること で、新たな自分の才能を見つけたらよ うに思います。私たちにとって良い経験 になりました。

(2年 守倉愛華)



榎原中学校には、榎原男子バレーボール部と音楽部 があります。榎原男子バレーボール部は現在は活動を 休んでいます。音楽部は、3年生3人、1年生2人が所 属しており、去年の5月には、ジャカラランダ祭りの オープニングセレモニーで演奏をしました。また、11 月のキャナルマルシェ音楽祭にも出演し、素晴らしい サックスのハーモニーを届けることができました。

榎原中学校では今年からポラントピア活動である YOVサークルを始めました。主に地域の道路や駅舎 の清掃を行っています。そして、それだけではなく11月 に は、榎原神社の祭りにも参加させていただきました。女 子生徒11人で「榎原 さん踊り」を踊り、 男子生徒7人でみ こし担ぎを行いました。 地域の方々から 感謝されてとてもや りがいを感じまし た。今後も活動を続 けていきたいと思っ ます。

(1年 多田美璃亜)



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。

自治会通信

榎肥地区自治会視察研修報告

小村寿太郎侯の功績をたどる

榎肥地区自治会では、令和7年度の視察研修として、明治38年に米国ポ ーマスにおいて日露講和条約締結の全権大使としてその重責を果たされ、 明治外交史に不滅の業績を残された郷土の偉人、小村寿太郎侯の功績をた どることにしました。

10月下旬に東京港区麻布台ヒルズの外務省外交史料館を訪れ、当資料館 前館長の富塚一彦氏による寿太郎侯の果たした役割などについての丁寧な 説明を受けました。

その後青山霊園へ移動し、小村寿太郎侯東京奉賛会の下立(しもおろ)会 長と金丸事務局長、富塚氏とともに、小村寿太郎侯の墓を訪れ、自治会長 総出でお墓の掃除をしたのちに寿太郎侯の偉業に思いをはせながら霊 を慰め、実に有意義な視察研修となりました。



外務省外交史料館/麻布台ヒルズ森ビル5F



外交資料館前館長富塚氏による丁寧な説明



数々の大変貴重な外交資料を間近に学ぶ



関係者と自治会長で寿太郎侯のお墓を清掃



寿太郎侯の偉業に思いをはせ霊を慰める

問い合わせ
榎肥地区自治会事務局
☎ 25-11474

〈ゆうパック見本〉



お知らせ
2026にちなん
生活応援商品券
 2月20日(金)にゆうパックで発送
 してあります。4月中旬までに順次
 お手元に届きますので、今しばらく
 お待ちください。

●**配布対象者** 令和8年1月1日
 時点で日南市に住居登録のあ
 る方

●**登録店舗の募集** 商品券を利用
 できる店舗を募集しています。
 ※詳細は、日南市ホームページを
 ご覧ください。

☎ 31-11169
 日南市ホームページ

令和8年度
固定資産の閲覧と縦覧
 固定資産課税台帳(名寄帳)の
 閲覧と土地・家屋価格等縦覧帳簿
 の縦覧が、次のとおりできます。

●**期間・時間** 4月1日(水)30日(木)
 平日8時30分～17時15分

●**場所** 税務課資産課税係、北郷町・
 南郷町地域振興センター住民係

●**閲覧・縦覧の内容** 所有する固
 定資産の評価額・税額や、他の
 土地・家屋の評価額などを確認
 できます。

※所有者名や課税内容の説明は
 個人情報保護の観点からでき
 ませんのでご了承ください。

●**閲覧・縦覧できる方**
 ①課税台帳(名寄帳)の閲覧
 ・納税義務者(名義人)もしくは
 その法定相続人
 ・土地または家屋(アパートな
 ど)の賃借人(賃借している土
 地。家屋の場合は土地と家屋の
 閲覧が可能)

②土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦
 覧
 ・市内に土地または家屋を有す
 る納税義務者(免税点以上の
 方)もしくはその法定相続人

①②共通
 ・納税義務者の代理人(代理人選
 任届が必要)
 ・納税義務者と同居する親族
 ・納税義務者に代わり固定資産
 税を納付している方(納税管理

人に限る)
 ●**必要書類** 公的機関が発行す
 る本人確認書類(顔写真つき)
 のもの1点、それ以外のものは2
 点)

※本人または同居の親族以外の
 方の場合は、さらに次のものも
 必要です。

- ・納税義務者の代理人 代理人
 選任届(納税義務者の署名また
 は記名押印が必要)
- ・土地または家屋の賃借人 賃
 借契約書、賃貸料払込領収書
 など
- ・法人 その法人が作成した代
 理人選任届(法人印の押印が必
 要)
- ・成年後見人 審判書謄本およ
 び審判確定証明書または登記
 事項証明書

●**その他** 固定資産税の価格に
 ついて不服があるときは、納税
 通知書を受け取った日の翌日
 から起算して3カ月以内に固
 定資産評価審査委員会に対し
 て審査の申し出をすることが
 できます。それ以外の賦課につ
 いて不服があるときは、同期間
 に日南市長に対して審査請求
 をすることがあります。

※詳細は、お問い合わせください。
 税務課 ☎ 31-11120
 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



JR日南線・日南駅
コミュニティスペースを
ご利用ください

JR日南線・日南駅のコミュニ
 ティスペースは、2020年にリ
 ニューアルされた、地元特産の鉄
 肥杉のぬくもりが感じられる待
 合・交流空間です。WiFi完
 備で、学習スペース、小上がりの
 和室、本棚があり、学生の自習や
 観光時の休憩、地域の交流の場と
 して多くの方にご利用いただい
 ています。

無料で利用できますので、お気
 軽にお立ち寄りください。

●**利用可能日・時間**
 年中無休(イベント開催時を除
 く)
 5時30分～22時00分
 未来創生課 ☎ 31-11128



今月のイチオシ

詩はきみのそばにいる 1~4巻
 一般書 日本児童文学者協会/編 ポプラ社編集部/編
 「詩はきみにほほえみ、寄り添い、励まし、問いか
 ける」古典や短歌俳句、流行歌など、さまざまなジャン
 ルの詩を紹介。心ゆさぶる詩に出会い、自分でも
 書いてみたくなるかも。



「ポリ袋」で簡単!
お店みたいな焼きたてパン
 一般書 だいぼう かおり/著
 計量から一次発酵までポリ袋で
 できます。片付けが楽になりおい
 しいパンも手間いらずで失敗な
 し!

畑で使える!
有機資材とことん活用術
 一般書 わだ よしひろ/著
 市販資材に頼らないサステナ
 ブルな家庭菜園やってみませんか?
 竹や雑草にこんな用途が!と新し
 い発見があるかも。

新着おすすめの本

小学生のためのひもの
むすび方&ロープワーク
 児童書 POLALOP/著
 結び方を知って覚えることで、
 役立て応用させることができま
 す。アクセサリー作りも楽しんでく
 ださい。

だんだんできてくる世界遺産1
奈良の大仏
 児童書 イケウチ リリー/監修
 大仏が時間を重ね、だんだんと
 出来上がる様子がわかります。当
 時の人々の人力での緻密な作業に
 驚かされます。

日南市教育委員会主催 株式会社ニチワ協賛
第17回読書感想文・読書感想画コンクール表彰式

令和8年2月6日(金)、第17回読書感想文・読書感想画
 コンクール入賞者表彰式が、日南市文化センターで執り行
 われました。
 金賞・銀賞・銅賞の入賞者、入選者の作品集を作成し、各
 館で閲覧貸出をしています。また、図書館のホームページに
 も掲載しています。ぜひ、ご覧ください。



読書感想文
 入賞者の
 みなさん

読書感想画
 入賞者の
 みなさん

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、3月15日(日)、4月19日(日)

旅する読書 おめでとうございます!
 1月・2月に達成されました!

小学生の部 100冊達成	1月	植野 日菜さん	榎木 香琉さん	河野 勇生さん
	2月	甲田 優心さん	小玉 すずさん	小玉倫太郎さん
中学生の部 目標達成	1月	中尾 駿佑さん	藤崎 はなさん	松浦 史英さん
	2月	松岡 芽依さん	希光さん	田中 奏楓さん
		吉野 史稀さん	吉野 琉架さん	松元 碧那さん
		高坂 絢音さん		

※五十音順に記載

定例おはなし会・イベント 3月16日～4月15日

3月21日(土)	11:00～	Babyおはなし会	まなびピア図書館
3月22日(日)	10:30～	カムカムおはなし会スペシャル	北郷図書館
4月4日(土)	11:00～	によきによきおはなし会	市立図書館(鉄肥)
4月11日(土)	14:00～	わくわくおはなし会	南郷図書館
4月15日(水)	10:00～	読み語り&絵本とあそぼう!!	南郷図書館

市立図書館 鉄肥 ……☎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。

2027年9月日南が熱くなる 日本のひなた 宮崎国スポ

開催まで
あと560日

開催時期：令和9年9月26日～10月6日

国スポとは？

国内最大のスポーツの祭典です。正式競技では、都道府県対抗方式で、天皇杯(男女総合成績第1位)や皇后杯(女子総合成績第1位)の獲得を目指し、郷土の代表選手が熱い戦いを繰り広げます。

日南市では、セーリング、レスリング、バレーボール(成年男子)、高等学校野球(軟式・硬式)、ターゲット・バードゴルフ、綱引きを開催します。



Facebook Instagram ボランティア申し込み

大会ボランティア募集中

一緒に大会を支えてみませんか？

- 受付・案内
- 医療・救護
- 会場サービス
- 環境美化
- 整理・誘導
- 広報活動

募集期間 定員に達するまで

日本のひなた宮崎国スポ・障スポ日南市実行委員会

国スポ・障スポ推進室 ☎27-3333

リハーサル大会を開催します

●セーリング競技

大会名 高松宮妃記念杯第72回全日本実業団ヨット選手権大会
第26回全日本セーリングスピリッツ級選手権大会
2026全日本セーリング選手権大会

会場 大堂津特設セーリング会場(大堂津港)

開催日 令和8年8月22日(土)～24日(月)

●レスリング競技

大会名 令和8年度第62回全九州高等学校レスリング新人選手権大会

会場 日南総合運動公園 多目的体育館

開催日 令和9年1月29日(金)～31日(日)

リハーサル大会とは？

競技会運営能力の向上や県民の国民スポーツ大会および競技に対する関心を高め、理解を深めるとともに、国民スポーツ大会開催の気運醸成を図ることを目的として行われる大会です。



日南市ホームページ

令和8年度 市税等の納期限一覧表

納付月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
納期限 税目	4/30 (木)	6/1 (月)	6/30 (火)	7/31 (金)	8/31 (月)	9/30 (水)	11/2 (月)	11/30 (月)	12/25 (金)	2/1 (月)	3/1 (月)	3/25 (木)
市県民税			1期		2期		3期			4期		
固定資産税	1期			2期		3期			4期			
軽自動車税 (種別割)		1期										
国民健康 保険税			1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	10期
介護保険料			1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	10期
後期高齢者 医療保険料				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	

※同じ月に2度の納期限が設定される月(令和8年度は6月、11月、3月)があります。計画的な納付をお願いします。
※便利な「口座振替」をご利用ください。 ☎税務課 ☎31-1122

日南市社会福祉事業 功労者等表彰式

この表彰は、社会福祉の発展に功績のあった方々を顕彰し、感謝の意を表するもので、表彰式は1月31日(土)に開催されました。受賞された皆さまをご紹介します。
※敬称略

●日南市長表彰

【社会福祉事業民間奉仕者】

多年にわたり、地域の福祉向上のために尽力
川田町子、大平美保子

●日南市社会福祉協議会会長表彰

【社会福祉事業功労者】

福祉推進員

福祉推進員として10年以上にわたり福祉の発展に貢献
山口美和子、中村道代、橋口裕美子、小玉三鈴、宮元広美、谷口悦子、野中香恵子、原田千恵子、酒衛久美子、高田昭一、熊村千代美、井谷いつ子、谷口昭子、宮川和子、平原久美子、村元康訓、河野典子、近藤春代、末永美保子、高橋正直、太田智章、黒木勇二、川添利喜夫、鈴木敦子、木脇文雄、伊勢木崇俊、渡邊佐代子、野村絹子、倉崎六夫
地区社会福祉協議会・地区福祉推進協議会役員
地区福祉推進協議会役員として5年以上にわたり福祉の発展に貢献
安田正

【ボランティア活動功労者】

10年以上にわたりボランティア活動実践
谷口スミ子、植野いく子

【感謝】

金品の寄付
翁長武一郎、松井利博、株式会社
社会口重機建設

☎福祉課 ☎31-1163

日南市社会福祉協議会

☎11191

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。

●融資金額 子ども1人につき最高300万円

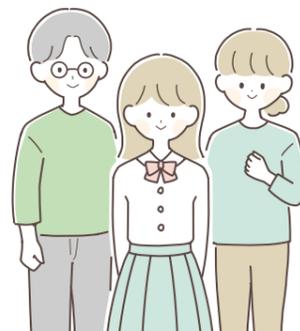
●年利 固定金利1.6%(別途保証料0.7%～1.2%)

●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

☎23-13191



☎は問い合わせ先、☎は申し込み先、☎は予約先の略です。

**ご存じですか
国民年金への加入
(切替)手続き**

厚生年金や共済組合、船員保険などの公的年金制度に加入していない20歳から60歳未満の方は、次の場合に国民年金の手続きが必要です。

【20歳になったとき】

- 対象者 厚生年金や共済組合、船員保険などの公的年金制度に加入していない方
- 加入の流れ 20歳になってからおおむね2週間以内に、日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」が送られてきます。このお知らせにより国民年金への加入となりますので、手続きは必要ありません。

※20歳になってから2週間程度を過ぎても、「国民年金加入のお知らせ」が届かないときは加入手続きをしてください。

【退職したとき】

- 対象者 20歳から60歳未満の方で厚生年金・共済組合・船員保険などの資格を喪失した方
- 手続きに必要なもの 退職した職場が発行する厚生年金などの資格喪失日が分かる書類や退職辞令など

【配偶者の扶養から外れたとき】

- 対象者 厚生年金や共済組合、船員保険などに加入中の配偶者が退職または65歳になった

方、配偶者の扶養から外れた方(失業手当をもらう場合や離婚した場合など)

- 手続きに必要なもの 配偶者の勤め先より発行される扶養(第3号被保険者)の資格喪失日が分かる書類

【その他】

- 住所が変わったとき 国民年金に加入中の方は、住民票の変更手続きと連動しているため、手続きは必要ありません。ただし、新住所の情報が反映されるのに1〜2カ月かかりますので、郵便局で郵便物の転送手続きをお願いします。

※厚生年金や共済組合、船員保険などに加入中の方、またはその方の扶養となっている配偶者は、勤め先で住所変更の手続きが必要か確認してください。

宮崎年金事務所
0985-521211
市民課 311127

北郷町地域振興センター
5512111

南郷町地域振興センター
6411111



自転車の交通反則通告制度

令和8年4月1日から、16歳以上の者による自転車の一定の交通違反(反則行為)に交通反則通告制度(いわゆる青切符)が適用されます。

- 交通反則通告制度とは 自転車の運転者が反則行為をした場合、一定期間内に反則金を納めると、刑事手続きに移行せず審判を受けることなく事件が終了するという制度です。前科もつきません。
- 反則行為とは 信言無視など、警察官が実際に見て明らかに違反行為を行ったと判断できるものです。
- 取締りを受けた後は 警察官から交通反則告知書と納付書が交付されますので、銀行や郵便局の窓口で反則金を納付すると手続きが終了します。納付しない場合は刑事裁判などの刑事手続きに移行します。
- 運転免許への影響は 運転免許の行政点数には影響しません。酒気帯び運転などに特に悪質な危険な違反をした場合は運転免許の効力が停止される場合があります。
- 違反を繰り返した場合は 3年以内に法律で決められた違反を2回以上繰り返すと、青切符とは別に自転車運転者講習の受講が必要になります。

※詳細は、宮崎県警察ホームページをご覧ください。

自転車利用者のヘルメット着用は努力義務ですが、万が一の事故に備え、正しくヘルメットを着用しましょう。

宮崎県警察本部ホームページ
3111176

消防 救急車の適正利用をお願いします

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

救急車を呼ぶか迷ったら

全国版救急受信アプリ

救急車は地域の限られた救急資源

消防本部 警防課 23-1316



宮崎県警察本部ホームページ

こども誰でも通園制度

全ての子どもを育ちを応援し、子どもの良質な成育環境を整備するとともに、全ての子育て家庭に対して、多様な働き方やライフスタイルにも対応できる支援を強化します。
月一定時間までの利用可能枠の中で、就労要件を問わず時間単位などで柔軟に利用することができる制度です。

- 制度開始 4月1日(水)～ ※システムの利用登録、事前面談や予約は3月16日(月)からできます。
- 対象児童 保育所などに通っていない0歳6カ月から満3歳未満(3歳の誕生日の2日前まで)
- 利用時間 月10時間を上限に利用ができます(翌月以降へ繰り越して利用はできません)。
- 利用料金 基本1時間300円(おやつ代などの実費が別途必要となる場合があります) 30分当たり150円(1時間を超える利用に限る)※世帯状況によって利用料の減免があります。
- 利用の流れ 利用に当たっては「こども誰でも通園制度総合支援システム」で利用者登録が必要です。



申請
二次元
コード

利用者向け
ログイン

左記の登録を完了された方が、再度使用されるときログイン画面です。

- ①二次元コードを読み込み、日南市を選び申請
- ②利用申請メールが届くので、市へ申請者登録
- ③こども情報などの入力⇒申請⇒承認後に通知(数日かかることがあります)
- ④アカウント発行メールが届いたら、パスワードの再設定
- ⑤利用者向けログイン画面で、メールとパスワードを入力
- ⑥ワンタイムパスワードを入力して利用開始

こども課 31-1131

**障害者手帳をお持ちの方に
対するタクシー料金の助成**

障害者手帳をお持ちの方は、タクシー料金の助成(金券の給付)を受けられます。

- 対象の手帳 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 タクシー利用券(500円分/1枚)
- 6カ月分18枚を、半年に一度交付しています。
- タクシー利用の際、障害者手帳を提示し、利用券を運転者に渡してください。
- 本人乗車時のみ使用できます。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。

申請福祉課 311130

北郷町地域振興センター
5512111

南郷町地域振興センター
6411113

問は問い合わせ先、申は申し込み先、予は予約先の略です。

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
※3月31日(火)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



敷地内の漏水にご注意を！

皆さまには、水道メーターを検針し、検針結果を「ご使用水量等のお知らせ」でお知らせしています。お知らせのメーター番号の下に【漏水の可能性が有ります】と記載がある場合、メーターの確認をお願いします。

●メーターの確認方法

水道を使用していない状態で、メーター内にある銀色のパイロットが回転していると漏水です。漏水の場合は、市指定の水道業者に修理をお願いしてください。

●長期間、水道を使用しないときは…

長期的に水道を使用しない場合でも、契約期間中は基本料金をお支払いいただくこととなります。契約を中止されたい方は、ご使用中の連絡をお願いします。



☎水道課 ☎31-1149

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、借用人本人にさせていただきます。

☎消防本部 警防課
23-11316

図書館イベント

おりがみの日

図書館でおりがみを楽しみましょう。今回はお花を作ります。

●日時 3月29日(日)
●場所 北郷図書館
☎北郷図書館 ☎55-2469

イベント

泰平踊定期公演

日南市泰平踊今町保存会(鶴組)による春季定期公演を行います。

●日時 3月20日(金)
第1回目 13時30分～
第2回目 14時～
●場所 飢肥城大手門前(雨天時は小村寿太郎記念館)
☎日南市観光協会
31-11134

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

※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・祝日は、6カ月未満児の対応もできます。
※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。

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

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

まちのうごき

男	: 21,531 (-25)
女	: 24,121 (-72)
人口	: 45,652 (-97)
世帯数	: 20,926 (-32)

2月1日～28日
・出生 16 ・転入 82
・死亡 82 ・転出 113

3月1日現在 (推計人口)

引っ越しトラブルに 注意しましょう

新生活に向けて、引っ越しは大きなイベントですが、トラブルも少なくありません。

●事例

- 引っ越し事業者が養生せずに荷物を運び出したため、壁や床、ドアなどに傷が付いた。
- 見積りの際、エアコンの脱着作業に関する当日費用や、追加費用が発生する場合の説明がなく、引っ越し当日に追加請求された。

- インターネットの比較サイトで価格が安かった引っ越し業者に依頼した。事前に荷物の量については申告していたが、当日、トラックに乗り遅らず、自分で運んだ。
- 見積り時に、段ボールを置いていった業者があった。結局、他の業者と契約したら、段ボールを返送すると言われ、送料を請求された。

●対処法

- 引っ越しの見積りは、依頼内容や自分に合った方法で依頼する。
- 引っ越し事業者から渡される関係書類はしっかりと読み、問題点や不明な点は必ず事前に確認しましょう。
- 契約締結前に段ボールなどの資材提供を受ける際は、その

あなたの家は大丈夫？ 住宅用火災警報器交換のおすすめ 10年たったら、とりかえ。

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！
運動型のイメージ
火事です！火事です！
他の場所で火事です！
運動型の住宅用火災警報器が安心です。

☎消防本部 予防課 ☎23-7584

「まさか！」の火事 火災警報器で、助かる命があります

取り扱いについて確認する。損傷などのトラブルに備えて、引っ越し前後の状況を写真などで記録しておく。

- 持ち運べる貴重品や大事な物は、包装や運搬を自分でするか作業を見守ることでトラブルを未然に防ぐ。
- ピアノや動植物など専門店への依頼が必要な物がある場合は、必ず事前に相談する。

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

☎地域自治課
31-11176

防災士ネットワークで 活動されませんか

学びを通して身に付けた知識や気付きは、いざという時だけでなく、日頃の地域づくりにも大きな力となります。防災士同士がつながり、情報交換や活動を行う「防災士ネットワーク」があります。防災士の資格をお持ちで「何か始めてみたい」「できることから関わりたい」という方も、気軽に参加できます。

【防災士ネットワークの活動内容】

- 防災に関する情報交換や学びの場への参加
- 地域の防災訓練や啓発活動への協力
- 防災士同士の交流、つながりづくり

今年度資格を取得された方も既に資格をお持ちの方も、防災士としての一歩を、ぜひ、ネットワークへの参加から踏み出してみませんか。

☎危機管理課 ☎31-1125
NPO法人宮崎県防災士ネットワーク
福岡日南支部 支部長 柏田
☎090-8355-6030

保健福祉総合センター 会議室などの一般利用

日南市保健福祉総合センター「5階会議室」「2階調理実習室」の一般利用が可能です。利用するには、事前の予約申請が必要です。

●利用時間 9時～22時
●休館日 12月29日～翌年1月3日
●利用料 有料
(免除の場合あり)
※詳細は、日南市ホームページをご覧ください。

☎福祉課
31-11163

「軟骨伝導イヤホン」を導入しました

耳の間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、こども課の窓口を設置しています。ぜひ、ご利用ください。

◆軟骨伝導イヤホンとは…耳の軟骨部分の振動を利用して音を伝えるイヤホンです。

☎福祉課 ☎31-1130

日南市ホームページ

4月

日曜・祝日在宅当番医 / 当番薬局
子育て相談・教室



4月(1~30日)の日曜・祝日在宅当番医

日付	医療機関	電話番号
4月5日	東内科クリニック	☎32-1001
	津曲小児科医院	☎22-2175
	のだ小児科医院	☎71-1112
4月12日	島田内科胃腸科	☎23-2233
	とめのファミリークリニック	☎76-1425
4月19日	山元医院	☎23-4815
	かわにし脳神経外科	☎27-3330
	はなぶさ消化器・内視鏡クリニック	☎74-1187
4月26日	愛泉会日南病院	☎23-3131
	猿渡医院	☎64-2225
	いな内科・循環器科	☎71-1711
4月29日 昭和の日	えとう循環器科・内科	☎23-1125
	井手胃腸科・肛門科	☎32-0811
	アイレHDクリニック串間	☎55-8181

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。
- マイナ保険証または資格確認書をお持ちください。



日曜・祝日当番医療機関



4月(1~30日)の日曜・祝日当番薬局

日付	開局薬局	電話番号
4月5日	上平野調剤薬局	☎27-3567
	岡留薬局	☎22-2220
4月12日	カープ油津薬局	☎33-0044
	つぼみ薬局	☎76-1188
4月19日	あい薬局	☎31-1611
	日南調剤薬局	☎27-3636
4月26日	おおつか調剤薬局	☎74-1312
	かぜた薬局	☎080-5245-1498
	かすが薬局南町店 岩本調剤薬局天神橋店	☎21-9570 ☎72-7220
4月29日 昭和の日	ハロー薬局吾田店	☎32-1821
	すみれ吾田薬局	☎32-0411

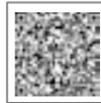
●この当番制は、院内処方せんで発行された場合に対応するものです。

4月(1~30日)の子育てカレンダー

日付	相談・教室・健診など
4月7日(火)	乳幼児相談
4月10日(金)	離乳食教室(要予約)
4月14日(火)	2歳6カ月児教室
4月16日(木)	1歳6カ月児健診
4月21日(火)	未就学児フッ素塗布(要予約)
4月22日(水)	助産師相談(要予約)
4月23日(木)	3歳6カ月児健診
4月28日(火)	ピヨピヨ10カ月教室

●「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



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!

LINE @nichinacity

日南市観光イメージキャラクター「にちなんごや様」

日南市公式SNS

YouTube 日南市役所好きい〜部

Instagram SUKI_NICHINAN_CITY

Facebook 日南市役所

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

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、電話でお受けいたします。秘密は、固く守られます。

☎福祉課 まるごと福祉相談窓口
☎31-1166
✉f.kanri@city.nichinan.jp

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
4月3日(金) 10時～12時
南郷ハートフルセンター
4月14日(火) 10時～12時
文化センター 2階
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

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

●日時・場所 4月1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

※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)
☎司法書士会日南支部(立山) ☎080-11725-2369-1

☎地域自治課 ☎31-1176

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
4月23日(水) 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
3月23日(月)～4月20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。

☎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。

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
4月7日(火) 10時～15時
南郷ハートフルセンター
4月8日(水) 10時～15時
まなびピア
4月9日(木) 10時～15時
北郷福祉センター

●相談委員 人権擁護委員

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

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
4月5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申し込みください。

☎日南公証役場 ☎23-5430

☎は問い合わせ先、☎は申し込み先、☎は予約先の略です。



小型充電式電池の廃棄の仕方

リサイクルマークが目印です。→



ニカド電池



ニッケル水素電池



リチウムイオン電池



絶縁処理（絶縁テープ）

小型充電式電池（リチウムイオン電池、ニカド電池、ニッケル水素電池など）は、誤った捨て方をすると発火や火災の原因となり大変危険です。

金属端子部に絶縁テープを貼るなど絶縁処理をした上で以下の方法で廃棄をしてください。

※絶縁テープを貼る際は、製品全体に覆うような貼り方はしないでください。



リサイクルマーク

- ① 家電量販店に処理を依頼する
- ② クリーンセンター内のリサイクルストックヤード、黒潮環境センターに持ち込む
- ③ 小型家電回収ボックスに出す（破損、膨張していないものに限る）
- ④ お住いの地域の資源集積所にある電池回収容器に出す（破損、膨張していないものに限る）
- ⑤ 破損・膨張したものは、直接クリーンセンター、黒潮環境センターに持ち込む

●問い合わせ 美化推進課 ☎27-0255



食べて元気にフレイル予防！低栄養編

「フレイル」とは、歳を重ね、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態です。そのまま放置すると、要介護状態などになる可能性があります。早期の気づきや対策で健康寿命を延ばすことができます。

こんな状態はフレイルかも…

- おいしくものが食べられなくなった
- 疲れやすく何をしても面倒
- 体重が以前よりも減ってきた



自分の状態を確認してみましょう

- BMIの数値が21.5以下
BMI値は $\text{体重(Kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$ で計算できます。
- 6カ月で2～3kg以上の体重減少があった。

痩せてきたら要注意！

高齢期の痩せは肥満より死亡率が高くなります。65歳を過ぎて病気もないのに痩せてきたら、メタボ予防からフレイル予防への切り替えどきかもしれません。まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

フレイル予防の食事の取り方

① 3食しっかり取りましょう



② 1日のうち2回以上は、主食・主菜・副菜を組み合わせる食べましょう



③ いろいろな食品を食べましょう

多様な食品を組み合わせることで、必要な栄養素を満遍なく摂取することができます。

④ タンパク質を含む食品を取るよう意識しましょう

組み合わせの例

- (朝食) トースト・目玉焼き・野菜サラダ → +ヨーグルト
- (昼食) ごはん・ハンバーグ・酢の物・果物 → +えだまめ
- (夕食) ごはん・鮭の塩焼き・野菜サラダ・みそ汁 → みそ汁に+豚肉で豚汁に
- (間食) ようかん・お茶 → 変換 チーズケーキ・豆乳ラテ



パンフレット「食べて元気にフレイル予防」(厚生労働省) (<https://mhlw.go.jp>) を加工して作成

●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

忠建 注文住宅 住宅リフォーム 耐震改修

TEL: 090-4981-9745

家族葬から一般葬まで真心込めて安心ご葬儀

日南葬祭

0987 (23) 4100

吾田東小学校入口 駐車場 90台 完備



使用する食材：菜の花



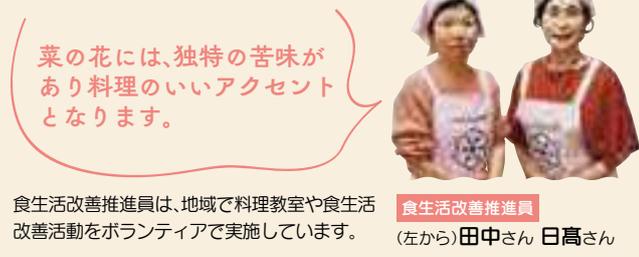
菜の花の卵マヨあえ

栄養特徴 菜の花には、ビタミンCや葉酸が豊富に含まれています。また、抗酸化・生活習慣病予防に役立つ「イソチオシアネート」に変化する「グルコシノレート」も豊富に含まれています。 参考：農林水産省

1人分の栄養成分 エネルギー…113kcal たんぱく質…5.3g
脂質…9.5g 炭水化物…3.3g 食塩相当量…0.5g

材料4人分
菜の花……………200g
卵……………2個
マヨネーズ……………大さじ3
塩……………1g
こしょう……………少々

作り方
①菜の花は、塩(分量外)を加えた熱湯でゆで、しっかり水気を取る。卵は、ゆで卵にする。
②ゆで卵を荒くつぶし、マヨネーズ、塩、こしょうを加えて混ぜる。
③②に菜の花を加え、あえる。



食品に含まれる食塩量 マヨネーズ(小さじ1) 0.1g
1日の食塩摂取目標量 | 男性 7.5g未満 | 女性 6.5g未満 | 高血圧の方 6.0g未満

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

知っていますか? 令和8年5月下旬(予定)より 気象の警報などが大きく変わります!

近年の災害の増加を受け、危険度や取るべき行動が、より分かりやすく伝わるよう気象情報の仕組みが見直されます。警報の意味を正しく知り、早めの避難行動につなげましょう。



	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

POINT!! 警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます

POINT!! 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わります (特別警報の新設など)

POINT!! 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表

CHECK!! 線状降水帯の発生などは「気象防災速報」として発表

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)

詳細はこちら

気象庁マスコットキャラクターはるるん

※変更時期、変更内容の詳しい説明や具体的な警報の見方については、次号以降の広報誌でお知らせいたします。

●問い合わせ 危機管理課 ☎31-1125