

好きです

Nichinan City Public Relations Magazine

No.207
June
2026

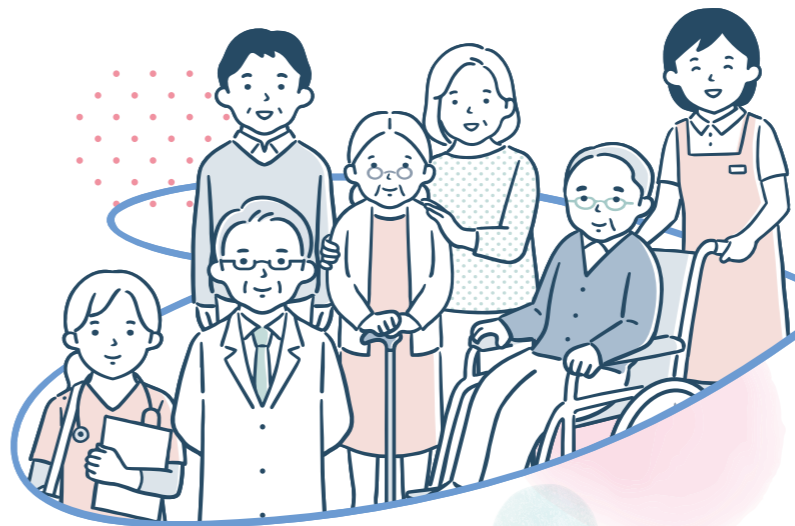
6

にちなん

花が雲のように枝いっぱいに広がることから「紫雲木（しうんぼく）」とも呼ばれるジャカラング。今年も鮮やかな紫の花が初夏の訪れを告げました。



地域医療を支える「人」の力



日南市の地域医療を支える人材になりませんか？

日南市では、将来の日南市の地域医療を担う人材確保の取り組みとして、さまざまな支援を実施しています。

「誰かの役に立ちたい」「地域のために何かしたい」という思いがあり、医療に興味がある方は、ぜひ、医療の道を志してみませんか？ 医師、看護師、歯科衛生士だけでなく、理学療法士、作業療法士、薬剤師、臨床検査技師など、医療現場にはさまざまな専門職があり、誰もが私たちの地域医療を支える大切な一員です。

医療従事者になるためには市外・県外の学校へ進学することが多くなりますが、そこで多くを学び、卒業後は日南に戻って、地域医療を支える人材になりませんか？



日南市の医療人材確保支援事業

診療所開設・承継支援事業

診療所の新規開設や診療所の事業を承継しようとする医師または歯科医師に対し、設備投資に要する費用の一部(補助対象経費の2分の1)を支援します。

- 新規開設：最大2千万円
- 事業承継：最大1千万円

日南市看護師等修学資金貸与

将来日南市内で看護師などとして働くことを約束した大学生に対し修学資金の貸与を実施しています。

- 貸与額：月額5万円(在学中)

※条件を満たせば返還免除の制度あり

メディカルサイエンスユースカレッジ

「地域医療の現場で働くこと」をより身近に感じてもらうため、市内高校生を対象に年に1回中部病院で医療機器の操作体験や医療スタッフとの交流など「触れる・学ぶ」型の集中講座を開催しています。



医療従事者を目指せる学校紹介

● 日南看護専門学校(看護師)

県南地域唯一の3年過程の看護学校として、看護師になる夢の実現に向けて全力でサポートします。授業料等減免の制度が利用できる対象校です。

オープンキャンパス 7月26日(日) 10:30～12:00
☎ 23-1883



● 宮崎歯科技術専門学校(歯科技工士、歯科衛生士)

2年制の歯科技工士科と3年制の歯科衛生士科で、確かな技能と豊富な知識を養い、歯科医療の業界で即戦力となるプロを育成します。経験豊かな専任教員とともに国家試験の合格まで徹底したサポートをしています。

オープンキャンパス 7月4日(土) 9:30～12:00
☎ 0985-29-0057



(宮崎県内で医療職を目指すことができる学校)

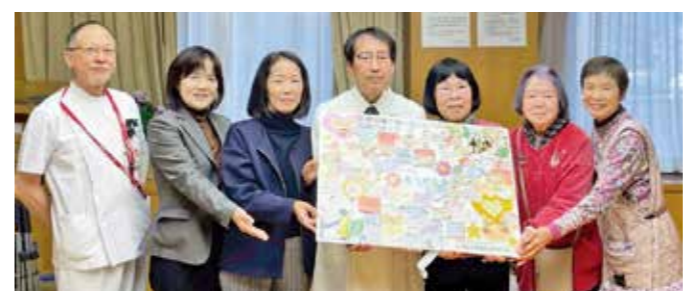
- 宮崎大学 (医師、看護師、助産師、保健師)
- 宮崎県立看護大学 (看護師、助産師、保健師)
- 九州医療科学大学 (薬剤師、言語聴覚士、臨床検査技師)
- 宮崎医療福祉専門学校 (看護師、理学療法士)
- 宮崎リハビリテーション学院 (理学療法士)
- 都城リハビリテーション学院 (理学療法士)
- 宮崎保健福祉専門学校 (作業療法士)
- 都城デンタルコアカレッジ (歯科衛生士)

私たちの暮らしに欠かせない「医療」。住み慣れたまちで、安心して医療を受けられることは、何より大切なことです。しかし、今、日南市をはじめとする地方では、ある大きな課題に直面しています。都会に比べ地方では、医師や看護師、歯科衛生士といった医療を支える専門人材の確保が特に難しい状況にあります。しかしながら少子高齢化が進む現代において、医療のニーズはますます高まる一方。このままでは、私たちが本当に必要な時に、十分な医療サービスを受けられなくなるかもしれません。

● 問い合わせ 健康増進課 ☎ 31-1129

感謝のメッセージボード贈呈

地域医療を守り育むまちづくり活動に取り組んでいる市民団体「にちなん医療市民サポーターズ」は、昨年度、医療従事者や救急隊員へ市民からの感謝の気持ちを伝えるため、メッセージボードの贈呈を行いました。



医師や看護師などの医療従事者は、病気の治療はもちろん、病気の予防、健康相談、心のケア、そして人生の最期まで、私たち一人一人に寄り添い、支えてくれます。風邪をひいた時、けがをした時、大切な家族が病気になる時、医療従事者がいるからこそ、私たちは安心して過ごすことができます。

専門的な知識と技術だけでなく、深い人間性と献身的な心で私たちに寄り添う医療従事者の皆さんに、地域住民である私たち一人一人が、感謝と尊敬の気持ちを持ち、応援していくことが大切です。私たちが「ありがとう」の一言が、働く意味ややりがいにつながり、明日の活力となります。

あなたの「ありがとう」が、誰かの命を救う力に

あなたも民生委員・児童委員として活動してみませんか？

よくある質問 Q&A

Q. 資格は必要ですか？

A. 資格や専門知識は必要ありません。地域の推薦によって候補者となります。

Q. 守るべきルールがありますか？

A. 住民の相談に応じるため守秘義務があります。

Q. 1人の活動が不安ですが、大丈夫でしょうか？

A. すべての民生委員児童委員が民生委員児童委員協議会に所属します。多くの仲間とともに協力して活動しています。

Q. 報酬・経費はありますか？

A. 基本的に無報酬ですが、活動に必要な費用は一部支給されます。

Q. 任期は何年ですか？

A. 任期は3年です(令和7年12月1日に一斉改選があり、現在の民生委員児童委員の任期は令和10年11月30日までです)

Cさん … 調査なくして訪問なし。訪問なくして相談なし。相談なくして福祉なし。これをモットーに民生委員の活動に励んでいます。

Bさん … 住民の方から相談があり対応が分からないときは一人で考えず、他の民生委員さんへ尋ねて教えていただいています。

Aさん … 訪問をする時に、困り事などがあつた時は、包括支援センターに連絡すると快く対応してくださり、心強かったです。同じ地区の民生委員さんとよく話し合いながら活動しています。

現職民生委員からひとこと



困り事の解決に向けて、活動するボランティアです。自治会を通じて推薦され、厚生労働大臣から委嘱される特別職の地方公務員です。民生委員は、児童委員を兼務し、任期は3年間で、令和8年4月現在、市内9地区で161人が活動しています。

民生委員・児童委員

あなたの地区でも活躍中

心配事、困り事を
ご相談ください



民生委員・児童委員は、地域住民の立場に立って、地域の福祉を担うボランティアです。高齢者や障がいがある人、子育てや介護をしている人など、さまざまな問題を抱える人が地域で安心して暮らせるように、市や社会福祉協議会、学校などの関係機関と協力・連携しながら、活動をしています。

● 問い合わせ 福祉課 ☎ 31-1163

「主任児童委員」とは

子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員です。

子育てを社会全体で支え、健やかに子どもを産み育てる環境づくりのために、全国で約2万人の主任児童委員が、児童の健全な育成活動などに取り組んでいます。令和8年4月現在、市内9地区で17人が活動しています。



秘密は固く守られます

活動する上で知り得た情報については、任期中はもちろん、退任後も守秘義務が課せられています。

どんな相談を受けているの？

- ・ 高齢になって、一人暮らしが心配
- ・ DV相談
- ・ 経済的な不安に関する相談
- ・ 近隣住民とのトラブル
- ・ 子育ての悩み
- ・ 障がいがあり、一人暮らしが不安
- ・ ひきこもりの相談
- ・ など相談はさまざまです。

地域のつなぎ役として

必要な福祉サービスが受けられるよう、住民と行政や福祉事業者などの専門機関をつなぐ役割を担っています。

連携している団体の例

市役所・社会福祉協議会・学校・地域包括支援センターなど

崎村洋子会長への質問

(日南市民生委員児童委員協議会会長)



● 民生委員になったきっかけは？

地域の方々に見守っていただき、自分自身が子育てをすることができました。地域への感謝の気持ちと、恩返しができればとの思いから民生委員になりました。

● 民生委員になってよかったことは？

地域の皆さんの笑顔や元気な様子を見ると、とても嬉しくやりがいを感じます。また、活動を通してたくさんの仲間ができたことがなよりの宝物です。

● 会長からひとこと

民生委員は、大変な活動ではありますが、委員の仲間と協力し、支え合いながら共に成長することができます。あなたも、一緒に民生委員児童委員として活動してみませんか。きっと、地域活動を通じて、やりがいを感じ、そのやりがいが自分自身の力となります。

市長からの委嘱状伝達の様子

令和7年12月1日 民生委員児童委員委嘱状伝達式

市長からの感謝状伝達の様子

令和7年11月30日 民生委員児童委員感謝状伝達式

民生委員会長副会長研修会の様子



お住まいの地域ごとに
地域包括支援センターを設置しています。



日南市地域包括支援センター

ご相談される際は、お住まいの担当地区の地域包括支援センターにご連絡いただくか、直接お越しください。

一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

開設日 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）

時間 8:30～17:15



担当地域 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区を除く)

**日南市中央地区
地域包括支援センター**

〒887-0021 日南市中央通一丁目5番地1
グレース日南1F (日南駅横)

☎ 22-3301 FAX 31-1525

担当地域 飫肥、酒谷、北郷全域

**日南市北地区
地域包括支援センター**

〒889-2535 日南市飫肥五丁目4番1号

☎ 25-0408 FAX 27-3003

担当地域 油津、東郷、鶏戸全域
吾田一部(中平野・桜ヶ丘・松原団地)

**日南市東地区
地域包括支援センター**

〒887-0014 日南市岩崎三丁目5番17号

☎ 23-6099 FAX 23-4188

南地区地域包括支援センターが「南郷町地域振興センター2階」に移転しました。



日南市南地区地域包括支援センター



担当地域 南郷、細田一部(下方・塩鶴・大堂津1～3区)

**日南市南地区
地域包括支援センター**

〒889-3206 日南市南郷町南町8番地1
(南郷町地域振興センター2階)

☎ 64-3178 FAX 64-3178

地域包括支援センター

あなたのまちの、頼れる
相談窓口です。

～高齢者がいつまでも、自分らしく住み慣れた地域で暮らすことを支える機関です。～

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。市の委託機関で、市内に4カ所あります。高齢者やその介護をしている家族、地域の人から日頃の心配や悩みの相談を受けています。

● 問い合わせ 長寿課 ☎31-1162

私たち専門職がチームでサポートします。

主任ケアマネジャー・保健師（または経験のある看護師）・社会福祉士などの専門職が配置されています。



ご相談は無料です。

ご相談についての
秘密を守ります。

電話での相談も
できます。

訪問相談も
いたします。

介護予防に関すること

- ・介護予防サービスを利用したい
- ・身体の機能に不安がある
- ・今の健康を維持したい など



権利を守ること

- ・悪質な訪問販売の被害にあった
- ・財産管理に自信がなくなった
- ・虐待にあっている人がいる
- ・虐待をしてしまう など



私たちが相談を受けます。

保健師(看護師)
要支援 1・2 の方のサービス利用、および支援や介護が必要となる恐れの高い方の「介護予防」の相談に応じます。

社会福祉士
日常生活を営むのに支障がある方の福祉に関する相談に応じ、助言、指導、その他の援助を行います。

主任ケアマネジャー
ケアマネジャーから相談を受け、助言や指導を行います。

さまざまな相談ごと

- ・近所のひとり暮らしの高齢者が心配
- ・認知症が不安
- ・介護に関する相談
- ・介護サービスへの不満 など



暮らしやすい地域のため

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな職種や機関と連携を取り、高齢者の生活を支えていきます。(ネットワークの構築など)





4/9 木

業種を超えた交流を 合同入社式開催

小村記念館

日南市企業連携協議会が同じ地域で共に働く仲間と交流を深めるため、同協議会参画企業合同での入社式を開催。8社の新入社員14人が出席し、自己紹介や決意表明を行いました。また、日南伝統芸能保存会天翔による獅子舞も披露され、活躍を祈願しました。



4/12 日

シーボーン・ソジャー 初寄港

油津港

シーボーンクルーズ(本社はアメリカ)が運航する外国クルーズ船「シーボーン・ソジャー」が油津港に初寄港。乗船客は、岸壁で行われた書道・着物体験や鶴戸神宮などをめぐる観光ツアー、シャトルバスで市内散策に出かけるなど日南市での滞在を満喫していました。



4/13 月

日南市の魅力を全国へ 2026日南市観光アンバサダー 認定証交付式

日南市役所

日南市の観光大使を担う「日南市観光アンバサダー」に新しく就任する角優梨愛さんと河野来愛さんへタスキの引き継ぎと認定証の交付が行われました。これから1年間、市内外で観光PRやイベントなどに参加し、本市の宣伝や観光客の誘客に向けた活動を行います。



4/18 土

素足で歩ける 大堂津の砂浜に

大堂津海水浴場

ビーチテニス国内大会開催や素足での利用に向け、宮崎県ホンダ会や株式会社ニチワなどの社員、日本ビーチテニス連盟宮崎県支部のメンバーなどのボランティア約110人が砂浜の清掃活動を行いました。流木やごみなどで汚れていた砂浜は美しくなりました。



4/1 水

教師としての新たな一歩 新規採用教職員辞令交付式

日南市保健福祉総合センター

宮崎県公立小・中学校新規採用教職員辞令交付式が行われ、市内小中学校に着任する新規採用教職員に都甲政文教育長より辞令が交付されました。新規採用教職員らは、職務への使命感を持って辞令を受け取り、教師としての新たな一歩を踏みだしました。



4/3 金

春を彩る 第61回 春のにちなん植木市

日南総合運動公園プール横北側駐車場

日南商工会議所が「春のにちなん名物植木市」を開催。会場では、約1000種類の花や野菜の苗、植木、盆栽などの展示・販売のほか、週末にはキッチンカーなどが出店するマルシェも開かれ、開催を待ちわびた多くの人でにぎわい、春の訪れを感じていました。



4/7 火

にっぽん丸 引退前に最後の油津港寄港

油津港

商船三井クルーズ(本社は東京)が運航するクルーズ船「にっぽん丸」が5月の引退を前に油津港へ寄港。歓迎式典や宮崎牛の振る舞い、高千穂神楽などが催され、宮崎への最後の寄港に温かい歓迎が寄せられました。日南高校吹奏楽部の演奏で、盛大に出港を見送りました。



4/7 火

迅速な災害復旧へ 災害時における物資供給に 関する協定書調印式

さくらアリーナ

本市とライオンズクラブ国際協会337-B地区、日南市社会福祉協議会の三者で災害時における物資供給に関する協定を締結。大規模災害時の支援体制強化のため、さくらアリーナの敷地内にスコップやノーパンク車などを保管する災害復旧支援倉庫が設置されました。





瑞宝単光章

消防功労

昭和52年に消防団に入団されて以来、34年にわたり、消防団活動に積極的に従事されました。地域住民の生命と財産を守る活動に献身されるとともに、分団長として災害現場での的確な指揮や団員の指導育成、地域防災意識の向上にも熱心に取り組み、消防団の発展に大きく貢献されました。

かみむら たけよし
上村 武義さん

上村さんのお話

名誉ある章を頂き、大変光栄に思います。消防団活動を続けてこられたのも、団員の協力と絆、関係者の皆さまのご理解があったからこそです。心より感謝申し上げます。たくさんの経験をさせていただいたので、今後、知識と経験を生かして皆さまのお役に立つことが出来るよう努めます。



瑞宝単光章

消防功労

昭和52年より、消防団員として災害対応や訓練など積極的に消防団活動に従事されました。戦後最大級の平成5年の台風では、避難誘導や避難者の対応に当たり、負傷者一人も出さずことなく住民の安全確保に務められました。平成17年には分団長に就任され、組織全体の活性化や地域防災体制の強化、そして若手の育成指導に尽力されました。

せとぐち かつし
瀬戸口 勝司さん

瀬戸口さんのお話

栄えある章を受章でき、大変光栄です。活動中は、出初式で団員が一つになる姿に感動したことを覚えています。消防団活動を通じて規律の大切さを学び、誠実な心を培うことができました。これからも、この経験を生かし、地域社会に貢献できるよう努めてまいります。

春の叙勲

おめでとーございます

内閣府より、令和8年度の春の叙勲・褒章、危険業務従事者叙勲の発表がありました。春の褒章・叙勲は、国や公共のために功労のあった方や社会の各分野における優れた行いのあった方などを表彰するものです。日南市からは、消防功労で上村武義さんと瀬戸口勝司さん、防衛功労で日高稔さんが受章されました。受章された方の中から、お二人の方をご紹介します。



交流会10周年
健幸吹き矢交流会

都市農村交流センター

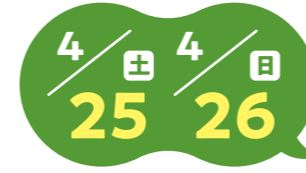
日南健幸吹き矢研究会が生涯学習講座で普及した「健幸吹き矢」を行っている3団体の交流会を開催。初めてとなる風船割りチャレンジや木の板で作られた的に当てる体験ブースが設置されるなど、参加者は普段と違った交流会を通して親睦を深めていました。



食で市民を健康に
令和8度日南市食生活改善
推進協議会委嘱状交付式

日南市役所

食生活改善推進員は、地域住民の健康づくりを「食」の面から支えるボランティアの方々で「食改(しょっかい)さん」の愛称で親しまれています。今年度は、高橋市長より委嘱状を交付された3人が加わり、19人の食改さんが活躍されます。



砂浜での熱戦
ビーチテニス大会

大堂津海水浴場

「京屋酒造 Cup BeachTennis Tour 日南」が行われ、県内をはじめ福岡、愛媛、神奈川から男女20人が参加し、白熱した試合を繰り広げていました。試合終了後などは、真剣な表情も和らぎ、ハイタッチを交わすなど、ビーチに似合う爽やかな笑顔が溢れていました。



友情と協力を誓う
日南市スポーツ少年団
結団式・交流会

日南総合運動公園 多目的体育館

日南市スポーツ少年団の団員同士が団結するための結団式と交流会が行われ、22団体約300人が参加。結団式で代表者による「日本スポーツ少年団団員綱領」などが朗読された後、綱引きと玉入れで他団体との交流を楽しんでいました。



教育長
就任あいさつ



教育長 北林 克彦

5月19日付けで教育長を拝命いたしました北林です。

平成2年に初任として、肥前中学校に赴任し、その後、教諭として吾田中学校、校長として南郷中学校、肥前中学校で教職を務めてまいりました。

初任の時から、生徒、保護者、地域の方々に温かく迎えていただき、未熟者の私を育てていただき、ありがとうございました。その感謝の気持ちは今も持ち続けております。

この度、このような役職をいただき、日南

市に恩返しをする機会をいただきました。ありがとうございます。もとより微力ではありますが、これまで培ってきた経験を生かし、「自ら考え人と一緒に学ぶ」「山や海などの自然、地域から学ぶ」「想像力を働かせ未来を生み出す」の三つの幸を信念に、子どもたちが「自立」「共生」し「感謝」する心を持つ教育の推進に誠心誠意努めてまいります。

皆さまのご支援とご協力を心からお願い申し上げます。

日南市スポンサードゲーム開催!

5月1日(金)に広島東洋カープの本拠地「MAZDA Zoom-Zoom スタジアム広島」で「日南天福じとっこナイター」が、5月22日(金)に埼玉西武ライオンズの本拠地「ベルーナドーム」で「日南南郷じとっこナイター」が開催されました。それぞれみやざき地頭鶏炭火焼きの実演販売や大型ビジョンでの広告放映などを行い、日南市をPRしました。
また、応援ツアーや県人会の方々も応援に駆けつけ、試合は大いに盛り上がりました。



日南天福じとっこナイター

広島東洋カープ VS 中日ドラゴンズ



日南南郷じとっこナイター

埼玉西武ライオンズ VS オリックスバファローズ



市長 コラム

未来を共に創る高校生

日南市長 高橋透



登庁途中の市道で、自転車で登校する高校生を見かけます。これまで着用が課題だったヘルメットも、今ではほとんどの生徒が着用しており、さすがらしい気持ちになります。ある学校では、生徒会が中心となって自転車通学時のヘルメット着用について積極的に啓発活動を行っている伺いました。校長先生が「日南の高校生は素直で真面目な生徒ばかり」と話され、大変うれしく、誇らしく思います。未来を担う高校生たちは、文化やスポーツ、医療、福祉、そして地域に伝わる祭りや神楽の担い手としても、地域を支え活躍いただいています。後継者育成に悩む活動にとって、若き高校生の参画は大変心強く、貴重な存在です。本市では高校生を対象に社会の課題に対し、自らが主体

的に考え、持続可能なまちづくりを目指すワークショップを開催し、高校生からさまざまなアイデアをいただきました。その中には、本市の課題である「出会いと結婚」を取り上げ、減少傾向にある市内での挙式数を増やすため、大堂津海水浴場の「貝殻ステージ」を活用した「ビーチウエディング」など、日南らしさを演出した素晴らしい提案がありました。今年度からは、地域の大人がパートナーとなり、高校生のアイデアから実現までを後押しする事業をスタートしています。こうした取り組みを通じて、高校生にはこれからも、日南の人・まち・自然に積極的に触れ合っていたり、地域への愛着を育みながら、未来の日南市を共に創ってくださることを期待しています。

日南のチカラ 国スポ・障スポ 通信



紡ぐ感動 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

47都道府県分の『応援のぼり旗』が完成!!

「日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ」の開催期間中、日南市内の各会場を彩る47都道府県の「応援のぼり旗」1セットが完成しました。全国から訪れる選手たちを応援するこののぼり旗は、旧大窪小学校、南郷小学校、湯上小学校、榎原小学校、南郷中学校、榎原中学校の児童・生徒の皆さんに制作していただきました。この取り組みは、令和8年度も各小中学校にご協力いただきながら引き続き実施してまいります。大会開催時には、子どもたちの心のこもった作品をぜひ、会場でご覧ください。



Facebook Instagram 日南市ホームページ ボランティア申し込み

日南市開催競技紹介

「障スポ バレーボール」(知的)

障スポの正式競技となっているバレーボール(知的)は、1チーム6人で行われる団体競技です。一般のバレーボールとほぼ同じルールですが、選手がより競技を楽しみ、力を存分に発揮できるよう、ネットの高さの調整やサーブを打ちやすくするなど、特性に応じた細やかな配慮がなされています。正確なパスやトス、力強いスパイクなど、選手たちの卓越した技術とチームワークが見所です。また、粘り強いレシーブや息の合った連携プレーは、まさに「心と体をひとつにした熱戦」です。日南市では、令和9年10月23日(土)~24日(日)に、日南総合運動公園多目的体育館で開催されます。



こんにちは 民生委員・児童委員です

日南市には、174人（定数）の民生委員児童委員が活動をしています。そして、全ての民生委員児童委員は市町村の一定区域ごとに置かれる「民生委員児童委員協議会」に所属しています。今回は、飢肥地区民生委員児童委員協議会の取り組みを紹介します。



会長から一言
飢肥地区
民生委員児童委員
協議会会長
川田洋充 会長

「仲間づくりを通して、楽しく活動ができる民児協」をモットーに、自治会、福祉推進員、民生委員・児童委員の三者で協力し、誰もが笑顔で安全に安心して暮らせる住みよい地域を目指します。

飢肥地区 民生委員児童委員協議会 | 委員定数:19人
活動内容 高齢者宅や子どもたちの登下校の見守り活動、また高齢者のサロン活動などを通じて地域の皆さんとの積極的な交流を図っています。具体的には、飢肥地区自治会や公民館連合会と連携し、地域の行事への参加や、つわぶきハーフマラソンのボランティア活動、学校の運動会や入学式などの参加、赤い羽根共同募金への募金活動なども行っています。

● 問い合わせ 福祉課 ☎31-1163

自治会通信

住みよい「東郷」を目指して

東郷地区では、地域の活性化と住民の方々の安心・安全な暮らしに重点を置き、地域・世代間交流事業や防犯防災意識向上のための事業を行っています。より住みよい東郷を目指して自治会と地域協議会、地域の皆さんが協力してさまざまな活動を行っていますので、ご紹介します。

まずは、地域・世代間交流活動です。ふれあいスポーツ大会（ミニバレー、グラウンドゴルフ、スポーツ玉入れ）に保育園児から90歳代までの約240人が参加し交流を深めました。半日のスポーツ大会でしたが、会場のあちこちからにぎやかな声が聞こえてきました。

次に東郷公民館の環境整備です。振徳高校生（地域農業科草花班）を講師に招き、プランターや花壇への植栽を行いました。また、小・中学生など約100人が参加してイルミネーションの飾り付けも行い、公民館前が明るく彩られました。

そして防犯防災についての活動です。青パトによる地域巡回は各自治会が独自に計画、実施しています。12月には冬の交通安全県民総ぐるみ運動に合わせ、パトカー・青パト・軽トラツクなど10台以上が連なり東郷地区内をパレードし防犯、防災、交通安全運動を行いました。また、防災講話が行われ、地域住民の防災に対する意識向上と、災害発生時における適切な行動や日頃の備えについて理解を深めました。今年8月22日に2年ぶりに第15回東郷くすのき祭りが開催されます。ぜひ、ご来場ください。



交通安全運動②



交通安全運動①



地域・世代間交流活動③



地域・世代間交流活動②



地域・世代間交流活動①

● 問い合わせ
東郷地区自治会事務局
☎23-6218

学校だより
キラリ



日南振徳高等学校

01 本校の特徴

■総合選択授業

本校は「地域農業科」「機械科」「電気科」「商業マネジメント科」「情報ソリューション科」「福祉科」の6学科がある総合制専門高校です。学校の特徴を生かした「総合選択」という授業があり、他学科の授業を受けることができます。電気科の生徒が機械科で自動車の整備を体験したり、商業マネジメント科が地域農業科でトマトを栽培したりなど、出会いと発見の機会となっています。学科横断的な授業を通して見識が広がり、夢が見つかることもあります。

02 日南振徳高校輝かしい成績

2025年 九州総体
優勝 ヨット部 男子420級

2025年 県高校総体
優勝 ヨット部 学校対抗、男子FJ級等
準優勝 男子バレーボール部
準優勝 レスリング部 女子68kg級
準優勝 水泳部 女子 400M自由形・200M自由形

宮崎県介護技術コンテスト(福祉科) 奨励賞

宮崎県学校農業クラブ連盟大会(地域農業科) 第1位 農業鑑定競技の部 分野「草花」

2025エコ電気自動車レースin宮崎(機械科) 特別賞 鉛バッテリー部門

宮崎県高等学校生徒商業研究発表大会(商業科) 最優秀賞 しんとくブランド班

宮崎県ひなたDXコンテスト2025(情報ソリューション科) 最優秀賞

宮崎大学数理・データサイエンスコンペティション(情報ソリューション科) 最優秀賞



振徳高校 ホームページ



振徳高校 インスタグラム

■最新技術で一步先の授業を展開

令和6年度から、文部科学省「高等学校DX加速化推進事業」のDXハイスクール採択校となり、令和8年度も引き続き事業を展開していきます。高校生に情報技術や数学、文系と理系を横断する探究的な学びを提供することで、将来のデジタル分野で活躍できる人材を育成することを目的としています。

また、文部科学省としての教育活動や生成AIの活用に取り組み生成AIパイロット校に指定されました。今後は生成AIの活用スキルを、単なる検索を超えた「思考を深める」「問い(プロンプト)の設計」「論理構成の補助と資料作成の効率化」「創造的コンテンツ生成」の観点から整理し、全生徒が段階的に修得できる標準カリキュラムを開発していきます。これにより、生成AIを活用する力を一部の学科や一部の生徒のものにとどめず、学校全体で「効果的な教育実践の創出」を行います。

■日南くろしお支援学校 日南校協力校

令和8年度開校の高等特別支援学校である日南くろしお支援学校日南校の協力校となります。高等特別支援学校の生徒と農業や食品加工(農業)、流通サービス(商業)、福祉の共同学習など(福祉)を行い、共に学び支え合う共生社会の実現に向けた教育の充実を図ります。

03 令和8年度 振徳高校の春

■入学式 4月10日(金)

新入生147人が新たに日南振徳生として入学しました。さまざまな知識と技術を身に付け、日南市の地域活性化に寄与する人材となつて卒業することを期待しています。



■歓迎遠足 4月24日(金)

生徒会によるレクリエーションで学科対抗長縄を行ったり、クラス対抗バレーを行ったりして学科やクラスの間を深め、行事となりました。



● 引換場所
日南市役所 商工政策課

● 必要なもの
引換券、本人確認書類

● 申請 商工政策課 ☎31-11169

「2026にちなん生活応援商品券」は、令和8年2月下旬から順次、ゆうパックで各世帯へ送付しましたが、不在などで受け取りが済みでない方には、引換券を送付していますので、商工政策課窓口で商品券の引き換えをお願いします。

● お知らせ
市長の資産等補充報告書などの閲覧

市長の資産等補充報告書が閲覧できます。

※日南市政治倫理の確立のための市長の資産等の公開に関する条例及び同施行規則に基づき、実施するものです。

● 日時 7月1日(水) (平日 8時30分～17時15分)

● 場所 総務課 ☎31-11113

● 総務課 ☎31-11113

図書館 だより

News from the library

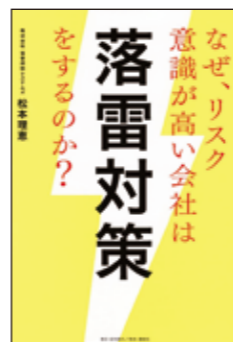
今月のイチオシ

探偵小石は恋しない
もり 森 バジル/著

今年、宮崎県出身の小説家が話題を呼んでいる。本屋大賞8位・森バジルをはじめ、NHK人気ドラマ原作者 直島翔、明利英司、新川帆立など。ぜひ、チェックしてみてください。



新着おすすめの本



なぜ、リスク意識が高い会社は落雷対策をするのか?
一般書 松本 理恵/著

温暖化で天候が不安定な昨今。サッカー部落雷事故は衝撃だった。病院・工場・学校・畜舎。減災のためにも必読。



おやつのおぼうさん
児童書 井出 留美/著

ほとけさまのおさがりをいただく『おてらおやつクラブ』。子どもの貧困や食品ロスを考えるきっかけになるお話。



「百年の孤独」の孤独
一般書 黒木 敏之/著

高鍋町の老舗焼酎蔵元「黒木本店」の会長である著者。高鍋町長にもなった自身の経験や学んだことをつづった1冊。



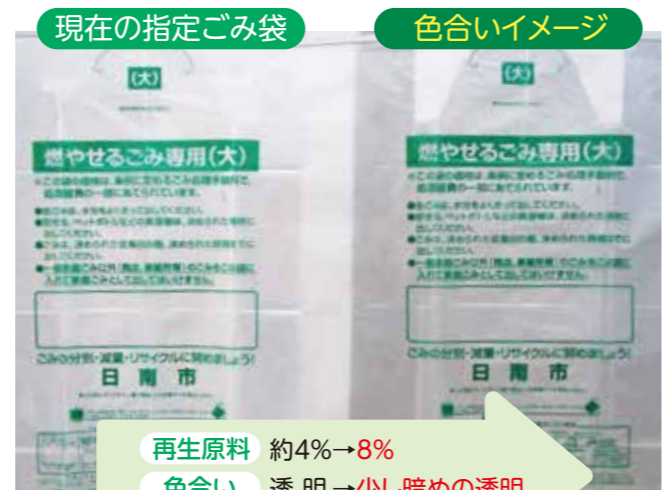
いきたいのいきたいのつかまえて
児童書 千葉 智江/著

鉄棒から落ちてけがをしたまなみちゃん。すると、みんなの痛い気持ちを集めているあの子がやって来ます。

指定ごみ袋の色合いが変わります

中東情勢の影響により、再生原料を増やして作成するため、指定ごみ袋の色合いが、少し暗くなります。ごみ袋の料金やデザインは変わりません。現在使用している指定ごみ袋も継続して使用できます。

※日南市の指定ごみ袋の在庫は十分に確保しています。



問 美化推進課 ☎27-0255

男女共同参画週間 パネル展

6月23日(火)～29日(月)は男女共同参画週間です。男女それぞれが個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、政府や地方公共団体だけでなく、皆さん一人一人の取り組みが必要です。パネル展を通じて考えてみませんか?

● 期間 6月25日(水)～6月28日(日)

● 場所 日南市立図書館(鉄肥)

● 地域自治課 ☎31-11118

ご存じですか 国民年金保険料免除・納付猶予制度

国民年金の保険料を納めるのが経済的に難しい場合や、国民年金加入中に出産された場合に、次の制度があります。

● 免除制度 前年所得に応じて、保険料の全額または一部が免除されます。

● 納付猶予制度 50歳未満の方(学生以外)で、前年所得が基準以下であれば、保険料の納付が猶予されます。

「なつやすみおうえん講座」

今年も小学生を対象に、さまざまな工作や講座を企画しました。詳しい内容は、学校で配布されるチラシをみてね!

受付開始!

申込締切 6月30日(火)
申込先 各図書館

読みたい本があるときは、窓口や図書館ホームページで予約しよう!

市内4カ所の図書館にある本なら、どちらの図書館の本でも予約できます。また、お近くの図書館や支所などでも受け取りができます。

予約本の準備ができたなら、図書館から電話もしくはメールでお知らせします。

※図書館利用カードが必要です。



ホームページはこちら▲

定例おはなし会・イベント 6月16日～7月15日

6月20日(土) 11:00～	Babyおはなし会+	まなびピア図書館
6月28日(日) 10:30～	カムカムおはなし会スペシャル	北郷図書館
7月 4日(土) 11:00～	によきによきおはなし会	市立図書館(鉄肥)
7月 8日(水) 10:00～	読み語り&絵本とあそぼう!!	南郷図書館
7月11日(土) 14:00～	わくわくおはなし会	南郷図書館
7月12日(日) 10:30～	ブックウーマンおはなし会	まなびピア図書館

※休館中の本の返却は、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 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

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 6月21日(日) 7月19日(日)

● 学生納付特例制度 学生で、前年所得が基準以下であれば、在学期間中の保険料の納付が猶予されます。

● 産前産後免除制度 国民年金第1号被保険者で、平成31年2月1日以降の出産(妊娠85日(4カ月以上)の分娩)であれば、産前産後期間中の保険料が免除されます。保険料を免除された期間も保険料を納めたものとして、将来受け取る年金額に反映されます。

【注意事項】
※一部免除が承認された場合、残りの保険料を納めずにいると未納扱いとなります。

※免除・納付猶予制度、学生納付特例制度を受けた場合、その期間に応じて、将来受け取る年金額は少なくなります。

● 市民課 ☎31-11127

北郷地域振興センター ☎55-21111
南郷地域振興センター ☎64-11111
宮崎年金事務所 ☎0985-52-2111



令和8年度 日南市自治公民館長名簿

会長 副会長

連合会役員 【会長】上牧 英雄 【副会長】米倉 博・高橋 晃 【監事】田村 己年・石塚 元司

Table with 4 columns: 地区, 区名, 館長名. Lists 153 districts and their respective ward heads and branch heads.

令和8年度 日南市自治会長名簿(153区)

地区会長 地区副会長

連合会役員 【会長】米良 浩之 【副会長】上牧 英雄・内田 公明・山下 浩明 【書記】米倉 博 【会計】栗野 道男 【監事】田村 己年・田中 哲雄・河野 憲二

Table with 4 columns: 地区, 区名, 自治会長名. Lists 153 districts and their respective ward chairmen and branch chairmen.

地域自治課 31-1118

- **検診期間** 6月1日(月)～10月31日(日)
 - **検診料金** 無料
 - **対象者** 40・45・50・55・60・65・70歳の方で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方
 - **検診期間** 6月1日(月)～10月31日(日)
 - **検診料金** 無料
 - **対象者** 20・30・40・50・60・70歳の方
 - **検診期間** 6月1日(月)～10月31日(日)
 - **検診料金** 千円(生活保護証明のある方は無料)
 - **対象者** 70歳の女性
 - **検診期間** 6月1日(月)～10月31日(日)
 - **検診料金** 千円(生活保護証明のある方は無料)
 - **対象者** 40・45・50・55・60・65・70歳の女性
- ※対象者以外でも、40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方は受診できません。

各種検診は早めの受診を

次の検診について、対象となる方には5月下旬に案内はがきを郵送しています。検診により、自覚症状なく進む病気を早期発見し、予防につなげることができ、10月以降になると、受診希望者で医療機関が混雑しますので、早めの受診をおすすめします。

がん検診は早めの受診を～医療機関でがん検診を受けられる方へ～

市の実施する医療機関でのがん検診は、10月以降に受診されますと、医療機関が混雑し通常の診療にも影響を及ぼしたり、受け入れ人数の上限を超え、検診を受けられない場合もあります。案内が届いている方は、早めに受診しましょう。

共通事項

- 対象者の年齢は令和9年3月31日の年齢です。
- 胃がん(内視鏡)・子宮頸がん検診は、2年に1回の検診となりますので、令和7年度に受診された方は受けられません。
- 申し込みをされた方には、受診票と案内を郵送しています。詳細は、郵送した案内をご確認ください。

- **胃がん検診(内視鏡)**
 - 実施期間…6月1日(月)～11月27日(金)
 - 対象者…50歳～59歳の方
- **子宮頸がん検診**
 - 実施期間…5月18日(月)～11月20日(金)
 - 対象者…20歳以上の女性
- **大腸がん検診**
 - 実施期間…6月1日(月)～12月28日(月)
 - 対象者…40歳以上の方

集団検診を受けられる方へ

申し込みをされている方は、どの会場でも受診できます。新たに申し込みをされる方は健康増進課までご連絡ください。受診票を郵送します。

下記の①～③で必要なもの

受診票、マイナ保険証もしくは資格確認書、検診料金、健康手帳、生活保護証明書(受給者の方のみ)

① 胃・大腸がん検診・肺がんレントゲン検診

● 期日・場所

7月 1日(水)	南郷健康福祉センター
7月 8日(水)	坂元公民館
7月 9日(木)	北郷さくらアリーナ

- **受付時間**…8時30分～10時
 - 大腸がん検診のみの方…9時30分～10時
 - 肺がん検診のみの方…9時～9時30分
- **対象者**…40歳以上
- **必要なもの**…大腸がん検診容器(受診者のみ)

※特定・後期高齢者健診も同時実施しますが予約が必要。 (国保・後期高齢者医療保険加入者のみ対象)

健康増進課 ☎ 31-1129

② 大腸がん検診(容器回収のみ)

● 期日・場所

7月 6日(月)	9時～10時	瀬西公民館
7月 7日(火)		下東公民館
7月14日(火)		南郷健康福祉センター

- **対象者**…40歳以上
- **必要なもの**…大腸がん検診容器

③ 子宮頸がん検診

● 期日・場所

7月 2日(木)	9時～10時	まなびピア
	13時～14時	

- **対象者**…20歳以上の女性

6月は食育月間、毎月19日は食育の日です

日南市のキャッチフレーズ『いただきます』『ちそうさま』『健康にちなみ』

食育とは、生きる上での基本で、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間に育てることです。

①朝食を食べる習慣をつけましょう。

②感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ちそうさま」のあいさつをしましょう。

健康増進課 ☎ 31-1129



身体障害者補助犬の給付希望者

県では、身体障がい者の自立と社会参加を促進するため、次の①～③全てを満たす方に身体障害者補助犬(以降「補助犬」といふ)を給付しています。

- **対象者**
 - ①県内におおむね1年以上居住する18歳以上で、次のいずれかの身体障害者手帳をお持ちの方またはこれに準ずる方
 - ②視覚障がい1級、聴覚障がい2級、肢体不自由1・2級
 - ③所定の訓練を受け、補助犬を適切に利用し、飼育できる方
- **経費**
 - ①補助犬を使用することにより就労など社会活動への参加に効果があると認められる方
- **歩行訓練**

県が委託した訓練施設(東京・京都・大阪・福岡ほか)で約4週間、補助犬との訓練が必要です。

- **経費**

補助犬の購入や訓練に要する経費は、県が負担します。

※訓練施設までの旅費、訓練期間中の本人の食費、給付後の経費(飼育費など)は本人負担となります。
- **申込期限** 7月10日(金)
- **申込方法**

※給付者は、県が選考し決定します。

健康増進課 ☎ 31-1130

甲種防火管理者新規講習

- **日時**

7月29日(水)・7月30日(木)

 - 1日目 9時30分～16時30分頃
 - 2日目 9時30分～15時35分頃
- **受付時間** 9時～9時30分
- **場所** 南郷ハートフルセンター
- **受講料** 8千円
- **申込期間** 6月25日(木)～7月8日(水)
- **申込方法** インターネット(定員になり次第締め切り)

※詳細は、(一財)宮崎県消防設備協会ホームページをご覧ください。

宮崎県消防設備協会ホームページ

QRコード

宮崎県消防設備協会ホームページ

消防本部 予防課 ☎ 23-7584



結核健診(北郷・南郷地区)

健診対象者には、今年度から個人宛に受診票を送付します。どの会場でも受診できますので、職場・病院で健診を受ける機会のない方は、ぜひ、受けてください(65歳以上の方は、年1回の健診が義務づけられています)。

- **費用** 無料
 - **必要なもの** 受診票
 - **結果通知** 約1カ月後(精密検査が必要な方のみ)
 - **詳細**は、受診票や日南市ホームページをご覧ください。
 - **医療機関**で既に撮影が済んでいる方は、健康増進課までお知らせください。
 - **車椅子**などを利用される方でも、別途ご希望の方は、別途日程をご案内しますので、健康増進課までご連絡ください。
- 健康増進課 ☎ 31-1129



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)



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。

- 時間外…毎週火曜日 17時15分～18時45分
 - 休日…第2日曜日 9時～11時45分
- 〈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
応も行っていきます。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は記録されません。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

日南市社会福祉協議会 職員採用

【第1次試験】

- 日時 8月2日(日)
プレゼンテーション試験
- 採用職種 事務職員(一般事務、
相談支援などの業務)
- 募集人員 若干名
- 採用予定日 10月1日
- 受験資格 ①②の条件を満たし
③、④のいずれかに該当する人
①昭和60年4月2日以降に生ま
れた方
②普通自動車運転免許(AT限定
可)取得者または令和8年9月
までに取得予定の方
- ③社会福祉士、精神保健福祉士、
看護師、保健師、主任介護支
援専門員、相談支援専門員の
いずれかの資格を有する方
- ④高等学校以上を卒業し、令和
8年4月末現在で、職務経歴
を3年以上有する方
- 申込期限 7月17日(金) 必着
- 第2次試験
- 個人面接
- 日時 8月23日(日)
- 場所 ふれあい
健やかセンター

※詳細は、日南市
社会福祉協議会
ホームページ
をご覧ください。

【申請】日南市社会福祉協議会
総務課 ☎23-11919



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
ます。

☎消防本部 警防課
☎23-1316



救急車の適正利用を お願いします

限りある救急車は、本当に必
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。

☎消防本部 警防課 ☎23-1316



イベント

国登録有形文化財「花峯橋」 復原整備工事の進捗報告会

- ①解体部材の見学会
解体された花峯橋の本物の部
材に触れ、調査現場を体験す
る体験型セッション
- 日時 7月2日(水)
1回目 15時～16時
2回目 16時～17時
- 場所 南郷中央地区体育館敷地内
※体育館外のテントが会場とな
ります。
- ②整備の進捗報告会
調査で分かったことや整備の
方針について、模型を使って
分かりやすく解説します。
- 日時 7月2日(水)
18時30分～20時
- 場所 まなびピア 視聴覚室

生涯学習課 ☎31-1145

第34回 日南レコードコンサート

今回第1部は、永遠のアイド
ル松田聖子、中森明菜、そして
オフコースの特集、第2部は前
回のリクエストです。真空管ア
ンプを使った音色をお楽しみく
ださい。

募集

緑の募金事業(グリーンプラン) 実施団体

日南市内に住所を有する事業
者、住民団体や組織(自治会や
PTAなど)が実施する植樹活
動や花壇づくり、森林整備など
の緑化にかかる原材料費などの
補助を行います。申し込みは、
先着順で受け付け、予算額に達
した時点で終了します。
※食糧費は対象になりません。
①事業当たり対象事業費の2
分の1または5万円のいずれ
か低い額)

- 要件
 - ①地域で行う緑化活動であること
 - ②市内の住宅地・商店街・学校・
公園・道路などの公共性のある
施設で行う緑化活動もしくは
緑化推進を目的とする活動
であること
 - ③交付金の使途に係る条件を遵
守し、自主的に事業を完遂で
きること
 - ④交付決定から令和9年3月末
までに事業が完了すること
- 申込期限 令和9年2月26日(金)
水産林政課や各支所・出張所
備え付けの「緑の募金事業認
定申請書」に必要事項を記入
の上、窓口へ提出すること
- 申請 水産林政課 ☎31-1135

図書館イベント

カムカムおはなし会 スペシャル

- 日時 6月28日(日)
開演 13時30分～15時10分
開場 13時
- 場所 まなびピア2階視聴覚室
- 定員 40人 予約不要
- 参加費 無料
- マスキの着用をお願いします。
- 日時 6月28日(日)
10時30分～
- 場所 北郷図書館 ☎55-2469

憩いの森「音読」

- 日時 7月8日(水) 10時～11時
- 場所 北郷図書館
- 対象者 大人の方
- 定員 6人
- 申込期限 6月28日(日)
- 申込方法 電話、窓口
- 必要なもの 飲み物
- 申請 北郷図書館 ☎55-2469

黒潮環境センターの2t ダンプを売却します

物件名	初度登録
2tダンプ・小型貨物車 (宮崎44リ3177)	平成9年 7月
車検有効期限	
令和8年7月15日(入札時車検切れ)	
車両重量	総走行距離
2,690kg	40,767km

- 物件
- 入札日 7月30日(木) 10時
- 入札場所 日南串間広域不燃物
処理組合 黒潮環境センター
- 申込期間 7月1日(水)～24日(金)
9時～16時30分(必着)
- 申込方法 郵送、持参
(土曜、日曜、祝日を除く)
- 入札申込関係書類
- ①日南串間広域不燃物処理組合
不用品売却に関する入札
参加申込書
- ②市税の完納証明書など
- ※詳細は、当組合
ホームページを
ご覧ください。
- 申請 日南串間広域
不燃物処理組合
☎68-15660

《連動型のイメージ》

「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、
とりカエル。

連動型の住宅用
火災警報器が安心です。

☎消防本部 予防課 ☎23-7584

まちのうごき

男	: 21,296 (-16)
女	: 23,883 (-30)
人口	: 45,179 (-46)
世帯数	: 20,704 (-14)
5月1日～31日	
出生	: 10
転入	: 96
死亡	: 57
転出	: 95
6月1日現在(推計人口)	

※この数値は、令和7年国勢調査の速報
値を基準とした推計人口です。
令和7年国勢調査速報値の公表後、さか
のぼって修正される可能性があります。

7月

日曜・祝日在宅当番医/当番薬局 子育て相談・教室 7月(1日~31日)



日曜・祝日在宅当番医

日付	医療機関	電話番号
7月5日	山元クリニック	☎22-2552
	北村胃腸科眼科	☎23-0086
	にいな内科・循環器科	☎71-1711
7月12日	山口内科クリニック	☎31-1081
	串間中央クリニック	☎27-3181
7月19日	おび中央病院	☎25-2525
	松田整形外科ペインクリニック	☎23-1151
	県南病院	☎72-0224
7月20日 海の日	きよひで内科クリニック	☎22-5111
	新木医院	☎55-4101
7月26日	アイレHDクリニック串間	☎55-8181
	東内科クリニック	☎32-1001
	井手胃腸科・肛門科 のだ小児科医院	☎32-0811 ☎71-1112

日曜・祝日当番薬局

日付	開局薬局	電話番号
7月5日	ひらの薬局	☎31-1280
	岩本調剤薬局天神橋店	☎72-7220
7月12日	さくら薬局日南吾田東店	☎31-1044
7月19日	ファミリー薬局	☎55-1125
	平部薬局	☎25-1666
7月20日 海の日	とだか調剤薬局	☎31-0875
	上平野調剤薬局	☎27-3567
7月26日	すみれ吾田薬局	☎32-0411

子育てカレンダー

「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。

日付	相談・教室・健診
7月3日(金)	離乳食教室(要予約)
7月7日(火)	乳幼児相談
7月9日(木)	1歳6カ月児健診
7月14日(火)	2歳6カ月児教室
7月16日(木)	3歳6カ月児健診
7月21日(火)	未就学児フツ塗布(要予約)
7月22日(水)	助産師相談(要予約)
7月28日(火)	ピヨピヨ10カ月教室

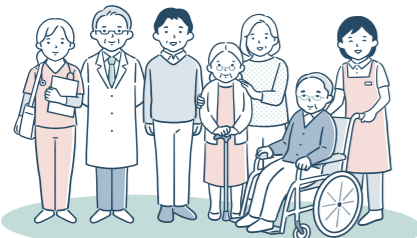
予問 こども課 ☎ 31-1131

診療時間 9時~17時

- ※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。
- ※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
当番薬局



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	19時~22時

- ※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。
- ※インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の検査は、実施していません。

時間外に受診するか、救急車を呼ぶか迷ったときにご利用ください

日南市救急医療電話相談 ☎ 31-1111

利用時間 毎日・24時間 対象 日南市に在住の方(全年齢対象)

子ども救急医療電話相談 ☎ #8000

利用日	利用時間	対象
平日・土曜	18時~翌朝8時	県内に住む15歳未満の子ども・その保護者
日曜・祝日	24時間(8時~翌朝8時)	同上

ダイヤル回線 IP電話の場合 ☎0985-35-8855

医師の支援体制のもと、看護師などが電話相談に応じます。 ※これらの電話は、医療機関や市役所にはつながりません。 ※話し中の場合は、時間を少しおいてお掛け直してください。

「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。

●日時・場所 毎月第4土曜日 13時30分~15時30分ごろ
まなびピア 和室
川野
☎080-5417-3760
tanponotanetane2@gmail.com
福祉課 ☎31-1163



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 まなびピア
福祉相談窓口
☎31-1163
f-kanri@city.nichinan.lg.jp



無料相談案内
〜秘密は守られますのでお気軽にご相談を〜

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したり、ひきこもりに関する勉強会などを偶数月に開催します。

●日時 偶数月 第3土曜日 13時30分
まなびピア 2階会議室
福祉課 ☎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
☎23-4390
消費者ホットライン ☎188(イヤヤ)

行政相談
相談対象 毎日の暮らしの中で、行政に対する意見や要望などの相談

●日時・場所 7月3日(金) 10時~12時
南郷町地域振興センター
7月14日(火) 10時~12時
文化センター 第1多目的室
北郷福祉センター 相談室

●相談委員 行政相談委員
地域自治課 ☎31-1176

人権相談
相談対象 いじめや家庭問題、嫌がらせなど人権上の問題に関する相談

●日時・場所 7月8日(火) 10時~15時
まなびピア
相談委員 人権擁護委員

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

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、成年後見などの相談(1人40分)

※登記申請書や添付書類、契約書など、書類作成に関する相談については、お受けできません。

●日時・場所 7月1日(火) 17時30分~19時30分
まなびピア
相談委員 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
予問 司法書士会日南支部(立山) ☎080-1725-2391

厚生年金相談
相談対象 老齢、障害、遺族などの年金請求および相談

●日時・場所 7月23日(木) 10時~15時
日南市役所 本館2階会議室1
申込方法 電話
※宮崎年金事務所(お客様相談室)へ事前に申し込んでください。
申込期間 6月23日(火)~7月17日(金)
※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) ☎0985-521111

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 7月5日(日) 8時~12時
日南公証役場(日南市戸高1-3-2)
申込方法 事前に電話で申し込んでください。
予約時間 平日8時30分~17時
※相談は、平日も無料です。お気軽に電話予約をしてお越しください。
予問 日南公証役場 ☎23-5430

問・・・問い合わせ先 申・・・申し込み先 予・・・予約先



5月17日、今年度の新入団員と新しい消防団幹部へ辞令交付式および幹部・新入団員研修を行いました。新入団員は、規律訓練や消防ホースを延ばす訓練などの基礎を学び、幹部は、災害時の団本部の役割確認や規律訓練を行いました。日南市消防団では、このような研修を通じて若手の育成を図るとともに、災害に備えた高度な救助技術なども訓練に取り入れ、有事の際には迅速に活動できるように研修を行っています。消防団に入団される方や興味がある方は、消防本部総務課へお問い合わせください。

2 令和8年度辞令交付式および幹部・新入団員研修



3月21日に「令和7年度宮崎県消防大会」が清武文化館で開催されました。そこで「消防団ラッパ隊フェスティバル」に日南市消防団ラッパ隊（井元隊長以下16人）が出席し、日頃の練習の成果を十分に発揮し、見事優勝を飾りました。

1 令和7年度宮崎県消防大会ラッパ隊フェスティバル

消防団通信



- 日南市消防団員 組織概要
 - 定員…1,036人
 - 実員…913人
 - 基本団員…864人 (女性部20人を含む)
 - 機能別団員…49人
 - ※令和8年4月1日現在
- お問い合わせ 消防本部 総務課 ☎23-7584

団長のひとこと

消防団は、地域に密着した防災の要として、火災はもとより風水害や各種災害への対応、また平時においても防火・防災の啓発活動などに取り組んでいます。私たちは、地域の安心・安全を守るため、団員一同日々訓練に励み、迅速かつ確かな活動ができるよう努めております。しかしながら、防災は消防団だけで完結するものではありません。地域の皆さま一人一人の防災意識と行動が、大きな力となります。今後とも、消防団活動へのご理解とご協力をお願い申し上げますとともに、皆さまのご家庭や地域においても、日頃からの備えを大切にさせていただきますようお願い申し上げます。



消防団長
黒木 正文さん

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 0987-55-2236
営業時間 7:00~22:00

〒889-2402 宮崎県日南市北郷町郷之原乙1957

ちゅうけん

忠建

注文住宅

住宅リフォーム

耐震改修

まずは
お問合せ
ください!

TEL:090-4981-9745

固定電話 0987-55-2236
営業時間 7:00~22:00

〒889-2402 宮崎県日南市北郷町郷之原乙1957

忠建 日南 検索

一般葬・家族葬まで真心こめて

安心ご葬儀 日南葬祭

親族、ご友人を招いて葬儀を行いたい

シンプルプラン 61万円

会員様価格 671,000円(税込)

- 会葬礼状(10名様分)
- 会葬品1,100円(10名様分)
- 出立て膳(10名様分)
- 法事膳(10名様分)

まずはお気軽にお電話ください。

TEL(0987) 23-4100

日南市吾田東10丁目4番10号
FAX(0987)23-4114

駐車場完備 90台

家族葬25万円～

家族や親しい人を中心とした少人数でのお葬式

事前相談

お客様のご希望・ご予算に合わせた最適なプランをご提案します。

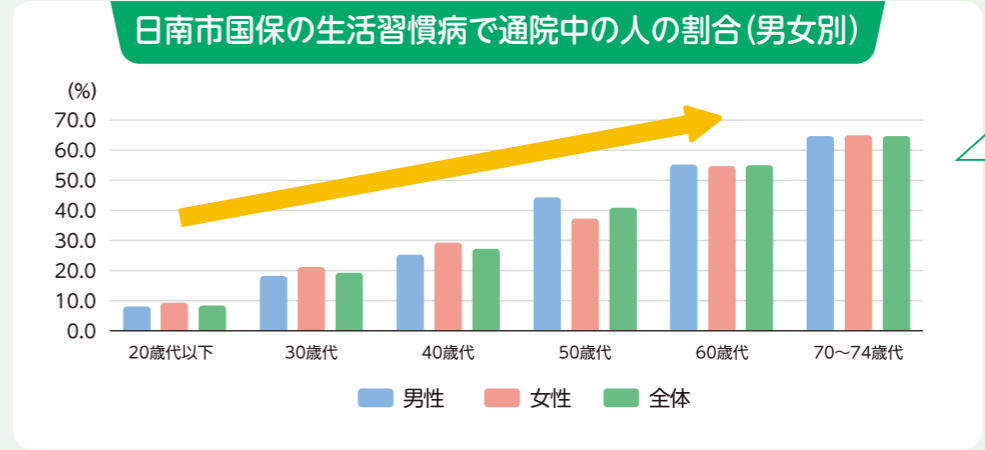
わかりやすい料金

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。

健康にちなん 21

なぜ特定健診を受けた方が良いの？

令和8年度から日南市国保の特定健診は **無料** で受けられます。35歳・40歳～74歳の皆さま **6月1日～12月28日**

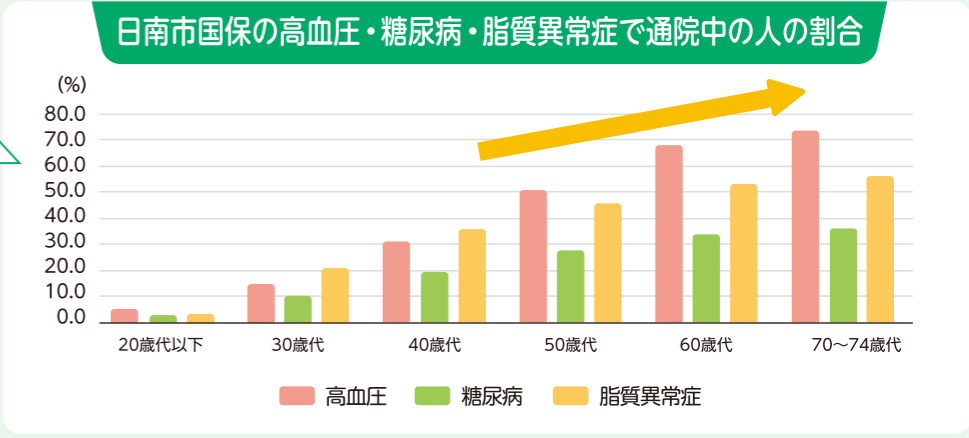


左のグラフは、日南市国保の皆さんの生活習慣病(高血圧・糖尿病・脂質異常症)での通院の割合を表しています。

20歳代では **8.5%** が通院
30歳代では **19.1%** が通院
40歳代では **26.6%** が通院
50歳代では **40.5%** が通院
60歳代以降は **半数以上** が通院

このように年齢と共に通院中の方が増えていきます。

さらに詳しく見ると、右のグラフのとおり、40歳を超えると、高血圧、糖尿病、脂質異常症のいずれも急に増えてきます。これは、それまでの日々の生活習慣の積み重ねと加齢が重なり、生活習慣病となって表面化しやすいからです。だからこそ、40歳から毎年健診を受けて健康の振り返りが大切です。



※国保データベースシステム厚労省様式(生活習慣病全体レセプト分析)R7.7月より

- **今の生活習慣を振り返るチャンス!**
高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、初期の段階では自覚症状がほとんどありません。血液検査や尿検査、心電図検査などの検査を年に1回受けることで、自覚症状が出る前に、早めの対処ができます。
- **自分の健康の基準値を知ることができる**
健診は単なる異常のチェックではなく「自分の正常な状態」を記録する機会です。例えば数年後に数値が変化したとき、早く異常に気付くことができます。毎年の健診結果を大切に保管し、変化の有無を確認しましょう。
- **将来の脳梗塞や心筋梗塞などの病気の重症化リスクを減らすことができる**
食事や運動、飲酒、喫煙など生活習慣を見直すことや早めの治療によって、重い病気や長期療養のリスクを下げ、結果的にご自身の医療費や通院などの負担も抑えることができます。

国保以外の40歳～74歳の皆さまへ

- **社会保険組合(協会けんぽ、船員保険、各健保組合など)や共済保険組合に加入している方**
勤務先で実施される健康診断(一般健診、生活習慣病健診、人間ドックなど)に特定健診の内容が含まれている場合があります。保険組合によっては、35歳～74歳を対象とする健診やがん検診と一緒に健診などもありますので、勤務先のご担当者や各健康保険組合へご確認ください。
- **被扶養者や任意継続の方**
現在加入している健康保険組合へご確認ください。

年に1回、特定健診を受けましょう。

特定健診を受けよう その① 特定健診を受けよう その② 生活習慣病クイズ

【宮崎県公式チャンネル(Youtube)】

- お問い合わせ 健康増進課 ☎ 31-1129



旬の味覚
ご紹介

今が旬



使用する食材：キュウリ



キュウリとハムの

ごまサラダ

栄養・特徴

キュウリは約95%が水分ですが、ビタミンCやカリウムも含むため、疲労回復やむくみ改善が期待できます。参考：農林水産省

1人分の栄養成分 エネルギー……54kcal たんぱく質……2.8g
脂質………2.6g 炭水化物………4.1g 食塩相当量……1.0g

材料(4人分)

- | | | |
|------------|----------------|---|
| キュウリ …… 3本 | 砂糖 …… 小さじ2 | A |
| ハム …… 4枚 | 酢 …… 大さじ1 | |
| 塩 …… ひとつまみ | 薄口しょうゆ …… 小さじ2 | |
| | 白いりごま …… 大さじ1 | |

作り方

1. キュウリは、細切りにする。塩を振って混ぜ、5分ほどおいて水気をしぼる。
2. ハムは半分に切り、5mm幅に切る。
3. ボウルにAを入れて混ぜ、1、2を加えて混ぜる。

おすすめポイント

簡単に作れるお手軽サラダです。



食生活改善推進員 左から三浦さん、福丸さん

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。

食品の食塩相当量 ハム(2枚30g) ……食塩相当量0.7g

1日の食塩摂取目標量	男性	女性	高血圧の方
	7.5g未満	6.5g未満	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

風水害への備え～「まだ大丈夫」が危険です～

近年、全国各地で「線状降水帯」による記録的な大雨が発生しています。短時間で河川の氾濫や土砂災害が発生し、避難が間に合わないケースも増えています。梅雨・台風シーズンを迎える前に、日頃からの備えと避難行動を確認しておきましょう。

線状降水帯とは？

発達した雨雲が帯状に連なり、同じ場所に長時間にわたり猛烈な雨を降らせる現象

特徴

- ※短時間で災害級の大雨
- ※河川氾濫や浸水被害
- ※土砂災害発生の危険性増加
- ※夜間発生時は避難困難

こんな時は要注意！

- ※雨が何時間も弱まらない
- ※川の水位が急上昇
- ※山沿いで地鳴り・異音
- ※避難情報が発令された

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)



公式YouTube
(日南市役所好きい〜部)

土砂災害の種類

●がけ崩れ

急斜面が突然崩れ落ちる災害
→発生が速く、逃げ遅れやすい



●土石流

土砂や石、流木が一気に流れ下る災害 → 大きな破壊力がある



●地すべり

広い範囲の地面がゆっくり滑り動く災害 → 長期間続く場合がある



災害時に慌てない！わが家の防災計画「マイタイムライン」

災害時に「いつ、何をすべきか」を時系列で整理する防災行動計画です。

〈ポイント〉

- ☑冷静な判断と迅速な行動
- ☑わが家に合わせたオーダーメイド
- ☑家族で共有し、連携を強化
- ☑ハザードマップ活用と定期見直しを

クイズで確認！防災行動

Q1 ハザードマップは、災害が発生してから確認しても十分に間に合う。

答え：✗

事前にリスクを把握し、避難計画を立てておきましょう。

Q2 避難に時間のかかる人は、警戒レベル3で避難を開始すべきである。

答え：○

命を守るために、早めに避難しましょう。

Q3 非常持ち出し袋は、日頃からすぐに持ち出せるように準備しておくべきである。

答え：○

災害は突然発生するので、日頃から準備しておきましょう。

Q4 風水害の情報は、テレビ番組だけ見ていれば十分である。

答え：✗

複数の情報源から確認するようにしましょう。

● 問い合わせ 危機管理課 ☎31-1125