

May
2021

5.15

ねきです にちなん

1年生になりました
お勉強がんばります

新市長就任の

ごあいさつ

高橋 透 日南市長

4月18日に行われた日南市長選挙で当選した
高橋市長の市政がスタートしました。

オール日南

人とまちがキラリ輝く 元気な日南市



ごあいさつ

4月18日に行われました日南市長選挙で当選をいたしました高橋透です。「一体感のある、元気な日南市を創ってほしい」と、多くの方々の声を聞いてまいりました。その期待に応えるべく、市長としての重責に身の引き締まる思いです。

私は、「地域力を掘り起こす」「市民との協働で創る日南の未来」をコンセプト（概念）に、市民との対話を施策のキーワード（手掛かり）として、人づくり、地域づくりを進めてまいります。

まず、優先的に取り組まなければならない課題として、「新型コロナウイルス感染症対策と地域経済の立て直し」があります。感染拡大防止を最優先にした取り組みが必要です。医療従事者等への負担拡大も危惧されます。中部病院についても、

県立日南病院とさらに連携を図り、地域医療をしっかりと守ってまいります。また、

コロナ禍で疲弊した地域経済を立て直すために、地元愛、日南愛で可能な限り地元でお金を回す誘導策を講じていく必要があります。



日南市は農林水産業の活性化無くして発展はありません。1次産業を基盤として6次産業化の推進を図ってまいります。そして観光です。鶴戸をはじめ、鉄肥や油津一帯の観光戦略を練り直していきます。

南郷のマリン観光や北郷温泉と森林セラピーを組み合わせたヘルスツーリズムにも取り組む必要があります。さらに、観光、食、社会学習の場が豊富な条件を生かし、修学旅行受け入れ県内一を目指します。課題

はありますが、一つ一つ着実に前へ進めてまいります。今、日南市は困難な局面に立っています。人口減少は予想以上に進んでいます。失った行政への信頼も取り戻さなければなりません。課題は山積しています。

All Nichinan

だからこそみんなで力を合わせる必要があります。立場が違っても寛容に対応し、合意を広げていくことが求められます。「オール日南」で難局を乗り越えなければなりません。市民に寄り添う市政を心掛け、常に新しい考え方や物事への対応に敏感になれる組織体制にし、先進性にプラスした政策立案に取り組んでまいります。

行政職員として22年、県議会議員として5期18年、市民目線で市内各地を歩き、現場主義と行動力で活動してまいりました。「大胆にして、細心」。目配り、気配り、心配りで仕事に取り組む日南市を創ってまいります。「人とまちがキラリ輝く元気な日南市」づくりに全てをささげてまいります。市民の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

■高橋 透 日南市長 プロフィール

昭和35年生	酒谷地区出身
昭和54年 3月	宮崎県立日南高等学校 卒業
昭和55年12月	日南市役所 入庁
平成14年10月	日南市役所 退職
平成15年 4月	宮崎県議会議員 就任 以来5期連続当選
令和 2年11月	宮崎県議会議員 辞任
令和 3年 4月	日南市長 就任
	任期 令和3年4月26日～令和7年4月25日



■初仕事

東京2020オリンピック聖火リレーミニセレブレーション（4月26日）



■日南市長選挙 当選証書付与式（4月20日）

日南市選挙管理委員会委員長より当選証書が手渡されました。田中委員長は、「宮崎県議会議員として、培われたご経験や宮崎県とのパイプを生かし、新たな日南市の創造に、ご期待申し上げます」とお祝いの言葉を述べました。



■初登庁（4月26日）

一般会計当初予算総額は 290億2千万円

前年度比5.8%増

令和3年度
当初予算
報告

市民の皆さんに日南市の予算がどのように運営され、どのような状況にあるかを知っていただくために、令和3年度当初予算の内容をお知らせします。 ●問い合わせ 財政課 ☎(31)1137

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）、企業会計（水道事業会計など）から成り立っています。

令和3年度当初予算は、健全な財政運営を維持しつつ、SDGsが掲げる『誰一人取り残さない』持続可能な社会を目指して』を中期ビジョンとする重点戦略プランに基づき、次の4つの戦略に財源を配分する予算としました。

- 住民による住民のための地域づくり
- 次世代育成
- 働く場創出と働く人確保
- 未来の暮らしを創造するまちづくり

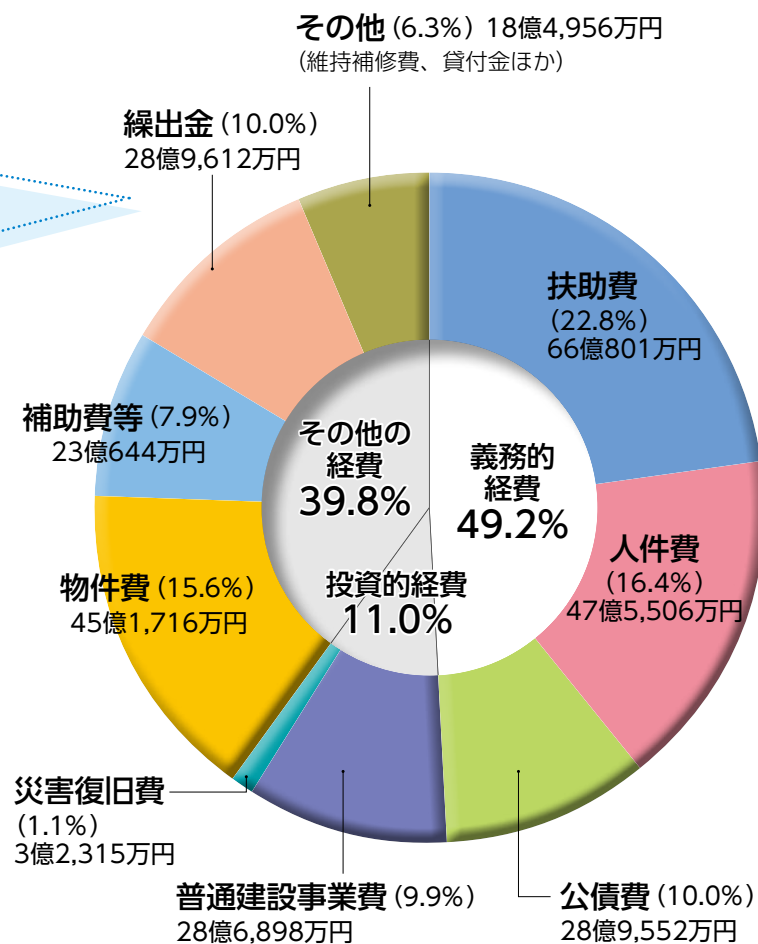
そのうえで、令和3年度は市長選挙を控えていたため、一般会計については恒常的、継続的な事業について措置する、いわゆる「骨格予算」を編成しました。

歳出

前年度と比べると、義務的経費が1.5%増えています。これは、主に人件費が、定年退職者数の増により4.9%増えたことによるものです。

投資的経費については、防災行政無線デジタル化の整備が終了したものの、東九州自動車道に接続予定の春日平野線道路整備事業や新庁舎建設事業の増により、前年度比4.2%増えています。

その他では、ふるさと応援寄附金の増加により、物件費が16.5%、積立金が121.5%増えています。

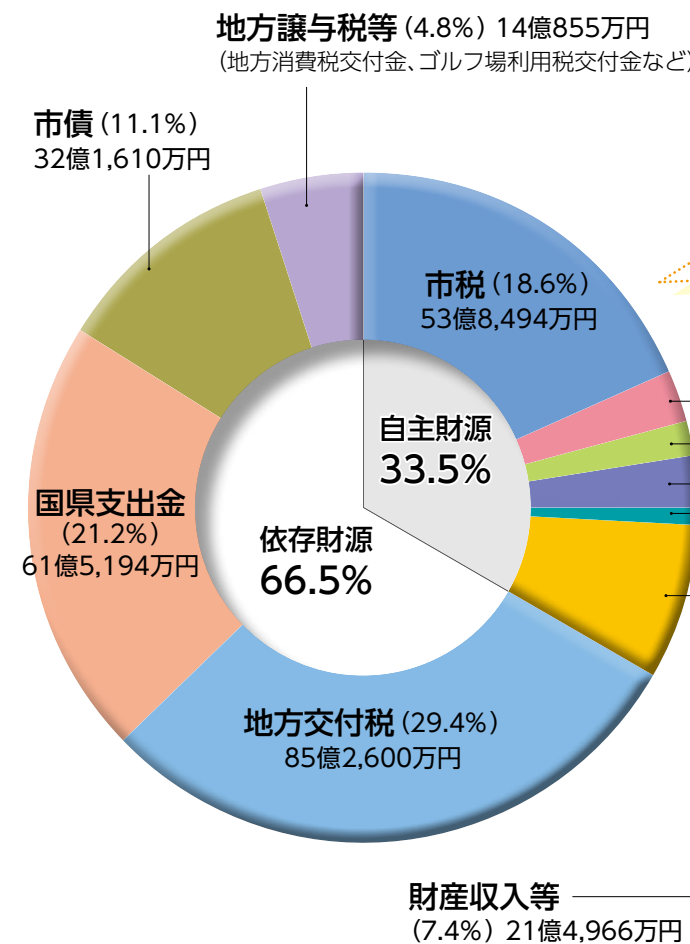


歳入

前年度と比べると、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、個人・法人所得の減が見込まれ、市民税が4.8%減っているものの、固定資産税（償却資産）の増により、市税全体で1.0%減となっています。

また、地方消費税交付金は新型コロナウイルス感染症拡大の影響による消費低迷により1.3%減となっています。

一方、財産収入等については、ふるさと応援寄附金の大幅な増加を受け、前年度比159.3%増となっています。



財政用語の解説

- 地方交付税……地方公共団体の財源のかたよりを調整する目的で、国が交付するお金です。
- 市債……大規模な事業を行うときなど、国や金融機関などから借り入れるお金です。
- 公債費……市が、国や金融機関などから借りたお金を返す経費です。
- 普通建設事業……道路や学校などの公共公用施設の新・増築などの建設にかかる経費です。
- 物件費……旅費や消耗品費、委託料などのことです。
- 繰出金……一般会計と特別会計、または、特別会計の相互間において支出される経費です。

企業会計

会計名	令和3年度当初予算額
病院事業会計	収益的支出 15億8,600万円 資本的支出 2億7,084万5千円
公共下水道事業会計	収益的支出 9億7,800万円 資本的支出 14億1,990万円
特定環境保全公共下水道事業会計	収益的支出 1億7,800万円 資本的支出 1億6,000万円
水道事業会計	収益的支出 10億8,495万4千円 資本的支出 10億9,063万1千円
合計	67億6,833万円

※収益的支出とは、サービス提供に要する人件費、維持管理費や借金の利息支払などにかかる経費のことです。
※資本的支出とは、建設改良や借金の元金償還などにかかる経費のことです。

特別会計

会計名	令和3年度当初予算額
国民健康保険特別会計	69億9,900万円
後期高齢者医療特別会計	9億7,900万円
介護保険特別会計	65億9,200万円
簡易水道特別会計	7,800万円
漁業集落排水特別会計	4,620万円
公設合併処理浄化槽特別会計	1億7,400万円
合計	148億6,820万円



戦略
③

働く場創出と働く人確保戦略

水産資源活用ビジネス創出事業

(水産林政課) 441万円

地域おこし協力隊の活用を行い、水産業を担う人材の育成や今後の水産業を担う新しい分野へのチャレンジを支援し、各漁業協同組合と連携しながら、活力ある水産業につなげていく活動を行います。



農業人材投資事業

(農政課) 300万円

国の農業次世代人材投資事業の対象とならない親元就農となる新規就農者へ経営開始資金を交付します。

種子島周辺漁業対策事業

(水産林政課) 6,545万円

JAXAによるロケット打ち上げが種子島周辺漁業に及ぼす影響に対処するため、漁家経営の安定などを図る目的で、南郷漁業協同組合の水産加工施設、日南市漁業協同組合の荷捌施設の改修事業に対して支援を行います。

戦略
④

未来の暮らしを創造するまちづくり戦略

ゆるやかな移住創造事業

(総合戦略課) 500万円

県の補助金を活用して、アフターコロナを見据えた二拠点居住など、新たな移住施策などに関する企画立案と移住促進住宅の改修を行います。



自治体DX推進事業

(総合戦略課) 159万円

デジタル技術・データなどを活用し、住民の利便性を向上させるとともに、業務効率化を図り、人的資源を行政サービスにつなげるため、外部専門家などを招へいし、自治体DX(デジタル・トランスフォーメーション)の推進を行います。

個人番号カード交付事業

(市民課) 4,708万円

身分証明書としての利用に加え、オンラインでの行政手続きやコンビニでの住民票取得など、住民の利便性向上に寄与するマイナンバーカードの申請・交付体制の強化を図ります。

放課後児童対策事業

(こども課) 1億3,089万円

保護者が就労などにより昼間家庭にいないため、保育を受けられない小学生に対し、授業終了後に小学校の教室や運動場などを利用して児童の受け入れを行います。

戦略
①

住民による住民のための地域づくり戦略

防災行政無線デジタル化

整備事業(総務・危機管理課) 758万円

防災行政無線デジタル化に伴い、市内沿岸部などに屋外拡声子局を整備してきましたが、未整備地域においても、屋外拡声子局の整備に係る伝搬(音達)調査を実施します。



きめ細やかな子ども見守り事業

(こども課) 834万円

子育てについての負担や不安、孤立感の増大、育児ストレスなどによる虐待や育児放棄が社会的問題となっていることから、支援の必要な家庭や児童に対し、相談体制の強化を図り、民生児童委員や地域、学校、保育所などの関係機関や庁内関係課とのネットワークを確立し、わずかな変化も見逃さない体制づくりを行います。

こども見守り・宅食等支援事業

(こども課) 566万円

新型コロナウイルスの影響により外出自粛が継続する中、子どもの見守り機会が減少し、児童虐待リスクが高まっていることから、地域での見守り体制を強化するため、日南市社会福祉協議会が行う、経済的な事情を抱える世帯などへの食事の提供など見守り事業に対する支援を行います。

戦略
②

次世代育成戦略

体育施設管理費

(観光・スポーツ課) 1億8,615万円

(トレーニングルーム建設事業 5,400万円)

南郷中央公園内の黒潮ドームに隣接するテニスコートの一部を改修し、埼玉西武ライオンズキャンプ時のみならず、市民が使用できるトレーニングルームの整備を行います。



GIGAスクール推進事業

(学校教育課) 2,921万円

小中学校の児童生徒に配備される「1人1台端末」などのICT機器を効果的に活用し、個々の能力に応じた学びや校務の情報化を進めていくため、ICT支援員を配置し、児童生徒や教職員への技術面・運用面での助言やサポートを行います。

ICT教育環境整備事業

(学校教育課) 883万円

タブレット端末の操作能力を高めるとともに、プログラミング教育をはじめとする新学習指導要領において求められている学習活動を効果的に推進するために、ICT教育の環境整備を行います。



日南市公式フェイスブック

日々の出来事や行事のお知らせ、市長・副市長の動きなどを紹介しています。
https://www.facebook.com/nichinancity/



日南市公式Instagram

日南市内で撮影した皆さんの素敵な写真を紹介します。フォローして、とっておきの1枚に#suki_nichinanをつけて投稿してください。



SUHL.NICHINAN.CITY

Photo scrap in 日南

まちのわだい



3月24日 日南市役所

姉妹都市20周年を記念して 犬山市とリモート歓談会

愛知県犬山市との姉妹都市提携20周年を記念して、ZOOMによる歓談会を開催。コロナ禍で予定していた20周年記念行事の開催が中止となり、直接的な交流ができなかったため、これまでの交流の思い出や、お互いに贈りあった記念品などについて歓談しました。



3月25日 竹香園

素晴らしい竹香園を 子や孫たちに残していきたい

飫肥楠原出身で、現在は、大阪府にお住いの関山寛さん。2年前に竹香園の桜の植樹や舗装整備のため寄付をされた方で、念願の帰郷を果たされました。60年前に日南に住んでいた時の竹香園の素晴らしさが忘れられず、後世に残したい気持ちからの支援になります。



3月23日 日南市役所

日南市サーフィン連盟が 「輝く市民協働大賞」を受賞

日南のサーフィンの発展と、地域住民や行政との連携推進のため発足された「日南市サーフィン連盟」が「令和2年度輝く市民協働大賞」を受賞。同連盟代表の川畑龍一さんと保全部の松浦巧樹さんが来庁し、飫肥杉製の表彰状などが贈られました。



3月23日 目井津港

めいつ美々鰯 今シーズン初出荷

宮崎県を代表するブランド魚「めいつ美々鰯」の初出荷があり、セレモニーが行われました。初日の水揚げは約1トで、最高値は1キ。1,500円で競り落とされました。徹底した鮮度管理と厳しいブランド基準を満たした地元の新鮮な旬の味を、ぜひ皆さんもご堪能ください。



3月20日 南郷町目井津

移住体験施設 「移住促進住宅」がリニューアル

日南市への移住を希望される方が利用できる市所有の「移住促進住宅」の改修が進められ、報道関係者向けに内覧会が行われました。昨今の社会情勢の変化に伴い、移住への後押しとなるよう住宅機能を高める改修が一部行われました。



3月21日 日南駅

人が自然に集まる駅に 日南駅リニューアルイベント

市の玄関口である日南駅を、魅力的で地域の人が集える場にするを目的に、改修工事が行われました。リニューアルイベントでは、飫肥杉を使ったワークショップや、JR&バスの乗り方教室、シンポジウムが開催され、大勢の家族連れでにぎわいました。



3月20日 小村記念館

2年ぶりの 泰平踊春季定期公演

県の無形民俗文化財に指定されている「泰平踊」の定期公演が開かれました。春分の日にあったこの催しは、昨年、コロナ禍で中止となり、2年ぶりの開催。踊りには、今町の鶴組と本町組の亀組との2流あり、春分の日には鶴組、秋分の日には亀組が毎年公演しています。



3月20日 テクノセンター

日頃の活動を発表 ボランティア活動発表会

市内を中心にボランティアを行っている団体の活動を理解し、団体同士の連携をさらに深めることを目的に、日南市ボランティア連絡協議会が、団体活動発表会を開催。5団体が日ごろの活動内容について発表し、後半は市健康増進課による基調講演が行われました。





4月5日 日南市役所

パートナーシップ宣誓制度 福岡市と連携協定

日南市で今月から導入を開始した「パートナーシップ宣誓制度」に関して、福岡市と連携協定を締結しました。転入や転出の住所異動の際に、それぞれの自治体に出向き、手続きが必要であったものが、協定により煩雑な手続きが簡略化され、精神的負担も軽減されます。



4月9日 マリンビューワーなんごう

日南の海岸を美しく 環境大臣表彰受賞

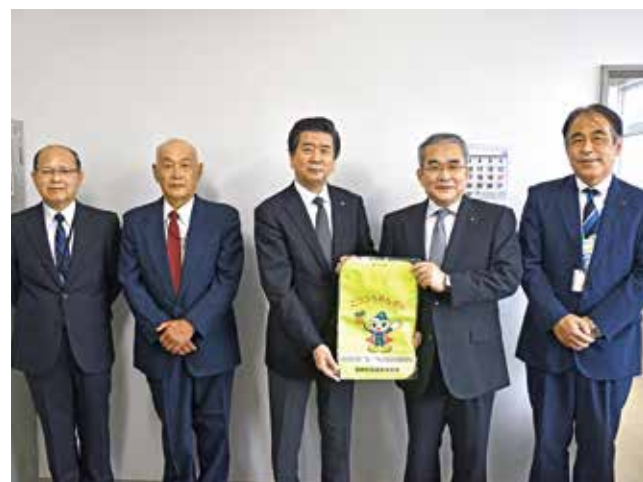
日南海岸国定公園（南郷地域）で、清掃活動や事故防止の啓発活動を行ってきた桧原宏太郎さんが、自然公園の保護と適正な利用に関し、顕著な功績があった方を表彰する「自然公園関係功労者環境大臣表彰」を受賞。表彰状と記念品が授与されました。



4月2日 日南市教育委員会

児童の安全を守るために ランドセルカバー贈呈式

新入学児童の交通事故防止活動の一環として、一般財団法人日南地区交通安全協会の竹井俊彦会長ら3人が日南市教育委員会を訪問し、反射材付きのランドセルカバーを贈呈。日南市管内の今年入学した新小学1年生約400人に配布されました。



4月2日 天然温泉ひなたの宿 日南宮崎

親しまれる温泉宿泊施設に (株)ひなたの宿と立地協定

3月16日にオープンした「天然温泉ひなたの宿 日南宮崎」を運営する株式会社ひなたの宿が市と立地協定を締結しました。日南市民のみならず、スポーツキャンプの受け入れや観光客の保養・憩いの場として親しまれる温泉宿泊施設を目指します。



3月30日 油津港

今年初のクルーズ船 「にっぽん丸」油津港に寄港

3月29日に神戸港を出発した、国内船「にっぽん丸」が、油津港に寄港。11月10日の「飛鳥Ⅱ」以来、今年度2隻目のクルーズ船寄港となりました。約300人の乗客は、下船後、港であった物産展での買い物や、バスに乗り、飫肥城や日南海岸での観光を楽しみました。



3月30日 南郷町上中村

完熟マンゴーの 収穫が始まりました

全国の市場でも高い評価を受ける日南産の「完熟マンゴー」。南郷町にある河野俊昭さんの33㍓のハウスでは家族などで、赤く熟したマンゴーの収穫作業が始まりました。日南産の完熟マンゴーの出荷は、9月上旬まで続きます。



3月27日 南郷ハートフルセンター

令和2年度 創客創人シンポジウムを開催

今年で6回目となる「創客創人シンポジウム」を開催。日南市出身のUMKアナウンサー榎木田朱美さんを総司会に迎え、「どこよりも誇れるまちへ」をテーマにトークセッションが行われました。この様子は、オンライン配信され、下記から見るができます。



↑動画はこちら
(YouTube)

3月27日 南郷町賛波

ジャカランダとともに思い出を 「栄光の鐘」に願い込め

3月20日、ジャカランダの花とともに思い出に残してほしいと、「なんごう」ジャカランダプロジェクトが、「道の駅」なんごうの向かいにある茶碗山展望台に鐘を設置しました。鐘は、ジャカランダ「栄光の鐘」と名付けられ、訪れた人が自由に鳴らすことができます。



今月のイチオシ

人生はニャンとかなる!

みずの けい や ながめま なおき
水野 敬也+長沼 直樹 著

これって「五月病」!?ちょっと心が疲れ気味と感じたら、ネコちゃんたちのキュートな写真でほっと心をゆめてみませんか?多忙な毎日で忘れがちな「大切なこと」が見つかるかもしれませんよ。



New 新 着 お す す め 本

一般書

ライン アンド インスタグラム アンド
フェイスブック アンド ツイッター
便利技 セレクション
リンクアップ 著

人気のSNSを始めてみたいけどどうすればいいの?アカウント作成や便利技などあなたの疑問を解決します!



一般書

シチュエーション別 小学校
英語ゲーム大百科
加藤 拓由 著

英語をゲームを通して楽しく学び、しっかり身につける。さまざまなゲームの指導法や手順を学年別・人数別に紹介。



児童書

世界がぐっと近くなる
SDGsとボクらをつなぐ本
池上 彰 監修

持続可能な開発目標(SDGs) 17個の目標について漫画やイラスト、図表を用いてわかりやすく解説。



児童書

感染症サバイバル
(全3巻)
岡田 晴恵 著

イラストでわかりやすく感染症について知ることができます。クイズ形式で感染した時の正しい行動も学べます。



めざせ! 図書館マスター★

第1回 利用カードを作る



図書館でできる
あんなこと、こんなこと

- 本を借りる ●新聞や雑誌もある
 - 図書館にない本はリクエストや他の図書館から借りることができる
 - 誰でも無料で利用できる! などなど…
- 図書館の便利技を数回に分けて紹介していきます。

第1回 利用カードを作る

- ①身分証明書を持って図書館に行く
 - ②身分証明書を提示して申請書を書く
- ※身分証明書は現住所の記載されているもの



以上! たったの2ステップでカードが作れます。1枚のカードで市内4館利用可能ですので、お近くの図書館で気軽に申し込んでくださいね。
1回の貸出で10冊まで2週間借りることができます。



「旅する読書」
100冊達成 おめでとうございます!

い どくち ゆ な
井戸口 優奈さん
かねまる き い
金丸 希衣さん
さ えき ゆ い
佐伯 結彩さん
た なか けん と
田中 絢人さん
なかはら さ わ
中原 咲和さん
なかむら み ゆう
中村 美結さん
ひらなが い っ しん
平永 一晋さん
みずなが ゆ い と
水永 唯斗さん
もりさき み はる
森崎 美晴さん
もり た はる あ
盛田 陽愛さん
やまだ か ほ
山田 果歩さん

お だ あかりさん
こ だ ま あさ ひ
児玉 朝陽さん
しまやま さ あや
嶋山 紗彩さん
た なか ゆめ
田中 夢さん
なかむら あかり
中村 朱莉さん
ね い あ ゆみ
根井 愛祐美さん
まえ だ な つみ
前田 菜摘さん
もりさき えいさく
森崎 瑛咲さん
もり た あ すみ
盛田 愛純さん
や え も と
八重元 はなさん
やまだ み ゆ
山田 望結さん

※五十音順に掲載 2・3月に達成されました★

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、5月16日(日)、6月20日(日)
休館中の本の返却は、各館備え付けの返却ポストへ投函してください。

たじ 復活
ぶらり旅

このコーナーでは、市内の隠れた名所やスポットを体験し、体感したことをレポートします。

南郷の特産品が勢ぞろい

なんごう日の出市をぶらり旅



「いらっしゃい! いらっしゃい!」大きな呼び声が港に響きわたります。今回訪れたのは、港の駅めいっ前で開催された「なんごう日の出市」。新鮮、安い、安全な地元の食材や加工品など、地域の特産品を販売しPRする場として、偶数月に開催されています。昨年は新型コロナウイルスの影響で、開催頻度が減り、今回は昨年の12月からおよそ3カ月ぶりの開催となりました。

午前8時からスタートだったので、少し余裕を持って10分前に到着。「お客さん来てるかな〜」なんて思っていた私の考えが甘かった! 会場にはすでに多くのお客さんが来ており、手に袋を抱えて帰る人たちまで。完全に出遅れてしまいました(笑)。日の出市恒例の「伊勢えびカ

レー販売」には長蛇の列が並び、早々に完売。それでも、販売している人に話を聞くと「コロナの影響で、お客さんの入りとしては例年の半分くらい。お客さんの数の割には、売れ行きは好調」とのこと。

私も日の出市を楽しまなければと、500円以上買い物すると抽選券がもらえる「お楽しみ抽選会」にチャレンジ。残っていた中で一番上の「朝どれ鮮魚詰め合わせ」を狙っていざ開封。結果はなんと! 8等(一番下)の「お茶(ペットボトル)」でした……。早起きできなかった結果かなと少し反省。次回開催されるときは、リベンジも兼ねて早起きして臨みたいと思います。皆さんも日の出市に来られる際は、早起きをして参加されることをオススメします。

にち べい わ
ケイトが紡ぐ 日米の輪



アメリカの誕生日の祝い方は?

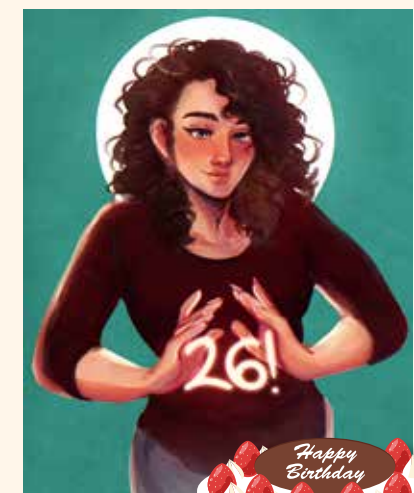
皆さんがこの記事を読む時、私はもう日南にいないと思います。心配しないでください! 短期の帰省をするだけです。2年も両親と愛犬に会えていないので、ゴールデンウィーク中に出身地であるフロリダ州に戻ることにしました。5月は、私の26歳の誕生日だし、フロリダのワクチン接種の予定は予想より早かったので、いい機会だと思いました。ちょっと早く誕生日を祝うことを楽しみにしています。

誕生日といえば、以前は全く疑問に抱いていませんでしたが、アメリカ人は本当に自

分の誕生日を祝うことが好きです。それは、大人になっても変わりません。外国の友達から「誕生日のお祝いなんて小学生のためのものだよね? なぜあなたは、20代になってもお祝いするの?」みたいなことを言われたことがあります。

たしかにアメリカでも、大人になってからの誕生日は子どもの時ほど特別なことではないですが、「1年間よく頑張ったから、今日くらい仕事を休んで自分にご褒美をあげてもいいじゃない?」と考える人は多いです。私も、帰省したら、家族や友人と一緒に

美味しいケーキを食べながら素敵な時間を過ごすつもりです!



◆「伝える」リーダーを目指して

生徒会長を務める翼さん。先月の新生オリエンテーションでは、寸劇やクイズなどを生徒会で企画し、大盛況。「みんなが喜んでくれることがうれしい」と、率先して行事に取り組んでいます。

「想っただけでは、だめ。伝えなければ意味がない。人に伝えることが大事」という担任の先

生の言葉をきっかけに「伝える」ということを意識するように。

「先生に出会わなければ、今の積極的な自分はありません」と感謝していました。「自分がリーダーとして得た経験を、人に伝えることで、新たなリーダーが生まれてほしい」と、自分自身だけでなく、周囲も含めた成長を目指します。



自分がリーダーとして得た経験を、人に伝えることで、新たなリーダーが生まれてほしい。

たかやま つばさ
高山 翼さん

吾田中学校 3年生

将来の夢

イベントや旅行を企画し、人を笑顔にする仕事



次世代を担う子どもたちの学びと、真に求められる幼児教育を極めるべく、全職員でまい進しています。

いとう
伊東 みゆきさん

平成元年生 鉄肥地区

※日南市鉄肥2-11-23 ☎(25)1370

<http://www.ans.co.jp/k/nichinan/>

座右の銘 知行合一



しています。

※日南幼稚園で副園長を務めるみゆきさん。大学院で、幼稚園教諭の免許を取得し、その後結婚・出産を機に、「子育てをするなら日南で」という思いから帰郷をしました。

「次世代を担う子どもたちの学びと、真に求められる幼児教育を極めるべく、全職員でまい進しています。園児の成長を心から喜びあえる職員と、今以上に私たちが子どもたちのために何かできるのかを考えることができる日々は、最高に充実しています」とニコニコ。

輝く青春

高校生以下の生徒を対象にして、趣味や特技を持っている子どもにスポットを当て、青春時代の子どもたちの輝きを紹介します。



常に、理想の作品を追求し、完成度の高い作品作りに力を注いでいます。

くろき あやみ
黒木 彩海さん

日南高等学校 3年生

将来の夢

社会貢献に携わる仕事



some work official
(Youtubeチャンネル)

聞いてくれる人に歌詞の意味が伝わるよう、こだわりを持って作詞している。

くろぎ かず ひで
黒木 一秀さん

昭和58年生 鉄肥地区

※Eメール somework2019@gmail.com

座右の銘 No pain No gain



ングでのCD販売などを中心に活動しています。

レゲエアーティスト「Kazuri」として、日南市内を中心に音楽活動を行う一秀さん。※「some work」という自主レーベルを立ち上げ、作詞・作曲、CD制作や販売などを手掛けています。以前は、テレビ出演やイベントでのライブ活動を行っていました。コロナの影響により、現在は、ネットショッピ

に南郷町出身の一秀さんは、主に南郷弁を使った楽曲を制作しているとのこと。「聞いてくれる人に歌詞の意味が伝わるよう、こだわりの作詞している。新たにミニアルバムを出したので、たくさんの人に届いてほしい」と熱く語ってくれました。

◆熱き思いを一筆に

書道にかける熱い思いを話してくれました。

書道部長として、日々練習に励む彩海さん。昨年、自身初となる全九州高等学校総合文化祭で第2席を受賞しました。

来月開催の宮崎県席上揮毫大会が高校生として参加する最後の大会。「個人では、悔いが残らないように今までで一番いい成績を残し、団体では優勝を目指します」と、強い決意を筆にのせて、「一筆入魂」の舞台に挑みます。

日南の輪

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(先月号に登場した人からの紹介)で紹介しします。

より多くの人に

聴いてもらえるよう日夜研究中

接種までの流れ

※ファイザー社製ワクチンの場合

①接種券が届く

接種券(2回分)、予診票(黄色紙)、案内チラシが同封

②予 約

1回目と2回目の接種する場所と日時を予約

■個別接種(医療機関)

➡直接、実施医療機関に電話で予約

■集団接種

➡コールセンターで電話予約またはWeb予約(予約・キャンセルは接種日の3日前まで)

③予診票(黄色紙)の記入

接種する前に自宅で予診票(黄色紙)を記入する

④接 種

①1回目の接種を受ける。接種後、約15分～30分接種する場所で健康観察(待機)

②21日経過後に2回目接種を受けて終了



接種する場所は肩の近くです。肩をすぐに出せる服装でお越しください。

接種当日にもってくるもの

- 接種券、予診票(黄色紙)
- ※予診票(黄色紙)は、自宅で事前にご記入をお願いします。
- 本人確認書類(運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなど)
- お薬手帳

接種の手続きなどの問い合わせ

■日南市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

- 受付時間 毎日 午前9時～午後6時30分(土・日・祝日も対応)
- 電話番号 0570(088)144(ナビダイヤル)
- 業務の内容
 - ・集団接種会場の予約・キャンセル受付(電話またはWebで予約を受け付ける)
 - ・接種手続きに関する問い合わせ
 - ・接種券の再発行受付

副反応の問い合わせ

ワクチンの安全性・有効性や接種後の副反応など、医学的知見が必要となる専門的な質問や相談などをお受けするコールセンターです。

■宮崎県新型コロナワクチン副反応等コールセンター

- 電話番号 0985(26)4609(知ろうワクチン)
- FAX 0985(26)1000
- E-mail fukuhannocall-miyazaki@pref.miyazaki.lg.jp
- 受付時間 午前9時～午後8時(土・日・祝日も対応)

■ワクチン相談コールセンター

- (厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター)
- 電話番号 0120(761)770(フリーダイヤル)
- 受付時間 午前9時～午後9時(土・日・祝日も対応)

■予防接種健康被害救済制度

一般的に、ワクチン接種では、副反応による健康被害(病気になったり、障がいが残ったりすること)が、極めて稀ではあるものの、なくすることができないことから、救済制度が設けられています。

救済制度では、予防接種によって、健康被害が生じ、医療機関での治療が必要になったり、障がいが残ったりした場合に、予防接種法に基づく救済(医療費・障害年金等の給付)が受けられます。

新型コロナワクチンの接種についても、健康被害が生じた場合には、予防接種法に基づく救済を受けることができます。

■高齢者対象 新型コロナワクチン接種会場までのタクシー料金を一部助成します

次の18ページに、新型コロナワクチン接種会場まで、タクシーを利用される高齢者を対象とした、タクシー料金の一部助成について掲載しています。

まずは65歳以上の方から

令和3年4月30日現在の情報を掲載しています。

新型コロナワクチン接種がはじまります

65歳以上の方には、4月23日に接種券・予診票(黄色の紙)・案内チラシを郵送にて個別に配布しております。

かかりつけ医がいる方は、まずはかかりつけ医に接種ができるかどうか、ご確認ください。



どこで？

接種場所は、個別接種を実施する市内32医療機関と3カ所の集団接種会場です。

■個別接種実施医療機関一覧

おび中央病院	大井外科医院
あげた内科クリニック	にちなんファミリークリニック
小玉共立外科	春光会記念病院
えとう循環器科・内科	かわにし脳神経外科
瀬川クリニック	山口内科クリニック
戸倉医院	山見医院
藤浦循環器科内科クリニック	山元病院
津曲小児科医院	きよひで内科クリニック
井手胃腸科・肛門科	山元クリニック
シロアム内科医院	長鶴医院
河野医院	島田内科胃腸科
北村胃腸科眼科	福岡医院
外山皮膚科	谷口病院
愛泉会日南病院	新木医院
長友医院	百瀬病院
猿渡医院	日南市立中部病院

※医療機関によっては、かかりつけ患者のみ対応、かかりつけ患者優先の場合がありますので、4月23日に郵送した「新型コロナワクチン接種会場のご案内」をご確認ください。

■集団接種会場一覧

日南総合運動公園多目的体育館
さくらアリーナ(北郷体育館)
南郷ハートフルセンター生涯学習館

※日時は4月23日に郵送した「新型コロナワクチン接種会場のご案内」をご確認ください。

いつから？

次のスケジュールをご覧ください ※国の指示等により変更の可能性があります。

優先順位	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
65歳以上の高齢者	接種券 4月23日に郵送	予約 5月10日から受付開始	接種(1回目・2回目) 5月19日から順次、接種開始(個別接種・集団接種)					
64歳以下の方			現時点で未定					

だれから？

65歳以上の方から

(昭和32年4月1日以前に生まれた方)

※64歳以下の方の接種開始は現時点で未定です。決まり次第お知らせします。

いくら？

無料です

接種回数？

2回

(1回目接種後、21日経過後に2回目接種)



ワクチン接種に関連する詐欺が発生しています

新型コロナウイルスワクチン接種のために、行政機関などを名乗り、接種費用や個人情報などをだまし取ろうとする詐欺が発生しています。

ワクチン接種の予約や接種に、お金はかかりません。

不審な電話があったときは、日南警察署や最寄りの交番・駐在所または警察安全相談電話(☎#9110)、消費者ホットライン(☎188)にご相談ください。



健康 各種がん検診



申し込みをされている方は、どの会場でも受診できます。なお、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。

■その他

- 検診当日はマスクを着用し、「新型コロナウイルス感染対策問診票」を記入のうえご持参ください。
- 市内における新型コロナウイルス感染症の発症状況によっては、検診を中止または延期する可能性があります。

●申込・問い合わせ

本庁健康増進課 ☎(31)1129



【子宮頸がん検診】

■対象者 20歳以上の女性（昨年受診された方は除く）

■持参 受診票、感染対策問診票、保険証、検診料金、健康手帳、生活保護証明書（受給者の方のみ）

検診日	受付時間	会場
6 / 1(火)	9時～10時	飫肥公民館
	13時～14時	
6 / 14(月)	9時～10時	日南保健所
	13時～14時	
6 / 30(水)	9時～10時	日南保健所
	13時30分～14時	

【肺がんX線（レントゲン）検診】

■対象者 40歳以上

■持参 受診票、感染対策問診票、保険証、検診料金、健康手帳、生活保護証明書（受給者の方のみ）

※特定・後期高齢者集団健診同時実施（要予約）

検診日	受付時間	会場
6 / 1(火)	9時～9時30分	榎原支所
6 / 4(金)		南郷健康福祉センター
6 / 7(月)		JAはまゆう細田支所
6 / 10(木)		大藤公民館
6 / 11(金)		飫肥公民館
6 / 30(水)		
6 / 15(火)	8時～8時30分	富士集落センター
	10時～10時30分	伊比井営農研修センター
6 / 16(水)	9時～9時30分	鵜戸支所（集会所）
6 / 18(金)		坂元公民館（北郷）
6 / 22(火)		東郷公民館
6 / 25(金)		大窪公民館

【胃・大腸がん検診】

■受付時間

8時～10時（大腸がん検診のみの方は9時～10時）

■対象者 40歳以上

■持参

受診票、感染対策問診票、大腸がん検診容器（受診者の方のみ）、保険証、検診料金、健康手帳、生活保護証明書（受給者の方のみ）

■北郷会場

6 / 1(火)	大藤公民館
6 / 2(水)	坂元公民館（北郷）
6 / 3(木)	北郷さくらアリーナ
6 / 4(金)	

■南郷会場

6 / 7(月)	南郷健康福祉センター ※9/5は日曜検診があります。 予約が必要です。
6 / 9(水)	
6 / 14(月)	
6 / 16(水)	
6 / 23(水)	

■細田会場

6 / 15(火)	大窪公民館
6 / 17(木)	下方営農研修センター
6 / 21(月)	下塚田公民館
6 / 22(火)	JAはまゆう細田支所
6 / 24(木)	大堂津漁協（支所2階会議室）

■酒谷会場

6 / 18(金)	酒谷コミュニティセンター（酒谷キャンプ場）
6 / 28(月)	酒谷支所（生活改善センター）

農業

農業者年金受給者の皆さまへ
～現況届提出のお願い～

現況届は年金受給者の方が年金を受給する資格があるか否かについて、毎年1回確認するものです。農業者年金基金から現況届用紙がご自宅に届きますので、必要事項を記入・署名のうえ、農業委員会事務局まで提出してください。なお、次のとおり巡回して受付いたしますので、お近くにお住まいの方はご利用ください。

■日時・場所

地区	受付場所	日時
市内全域	農業委員会事務局（日南市役所 別館1階）	6月1日(火)～6月30日(水) ※土・日は除く 8時30分～17時15分
南郷	南郷町地域振興センター 生涯学習館 1階 事務室	6月2日(水) 9時～16時
細田	細田支所（都市農村交流センター）	6月3日(木) 9時～16時
北郷	北郷町地域振興センター 1階 小会議室	6月4日(金) 9時～16時
酒谷	酒谷支所 和室	6月7日(月) 9時～11時
鵜戸	鵜戸支所 会議室	6月8日(火) 9時～11時

■受付期間 6月1日(火)～6月30日(水)

※期限内提出にご協力をお願いします。遅延すると、年金支払いが一時的に保留される場合があります。

●提出・問い合わせ 日南市農業委員会事務局 ☎(31)1148

農業

無人ヘリによる
水稻防除を実施します

産業用無人ヘリコプターによる市内での水稻防除が、生産者の依頼を受け、国の許可のもと実施されます。市民の皆さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

■防除時期 6月中旬～7月上旬

■防除時間 6時～日没まで

●問い合わせ

南那珂無人ヘリ防除協議会 事務局
NOSAI宮崎 南那珂センター 農産園芸課
☎(21)9171



福祉

まると福祉相談窓口

ひきこもり、DV被害、生活困窮、子育てなどの相談をLINE、メール、電話でお受けしています。秘密は固く守ります。

●問い合わせ

本庁福祉課 まると福祉相談窓口

☎(31)1163

Eメール

f-kanri@city.nichinan.lg.jp

日南市まると福祉相談LINE➡



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、孤立した状態から解放され、まずは家族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）

■開催日時 毎月第3土曜日 13時30分～

■場所 まなびピア 2階会議室

●問い合わせ

会事務局 ☎(31)1163



イベント

第35回国民文化祭・みやざき2020、
第20回全国障害者芸術・文化祭みやざき大会日南市
分野別フェスティバル事業

“日南みんなの作品展”

日南市在住者などが制作した「日南の彩・風・人」を表現した芸術作品の展示と合わせて、幼児から高校生の作品や障がいのある方の作品など多様性に富んだ作品展を実施します。

■日時 9月19日(日)～26日(日)

9時～17時(最終日は12時まで)

■場所 日南市生涯学習センター まなびピア

■入場料 無料

●問い合わせ

第35回国民文化祭、
第20回全国障害者芸術・文化祭
日南市実行委員会事務局
(日南市教育委員会生涯学習課)
☎(31)1145



■参加予定者(50音順) ※変更となる場合があります。ご了承ください。

一般の部	吾平津陶芸クラブ、色鉛筆教室・花みずきグループ、いろは会、絵手紙サークル花みずき、大佐古八重子、おひさま介護サービス、ギャラリー花みずき・黒木房子教室、書道「房水会」、書友己亥の会、翠那会、デコアートクラフト、日南絵画教室、日南キルト、日南地区書道協会、日南地区美術協会、野の花会・ユリの会、ハーダンガー刺しゅうの会、パレットの会、フォト2000、墨心会、らくがきの会、和紙絵画教室「石路」
生け花の部	池坊日南支部、いけばな小原流、いけ花龍生派、草月流いけばな
小・中学校の部	全市立小・中学校、日南学園中学校、宮崎県立日南くろしお支援学校
高校生の部	日南学園高等学校、宮崎県立日南くろしお支援学校
保育園(所)・認定こども園の部	あがた幼稚園、大堂津保育所、飫肥こども園、小山保育園、北郷保育所、四季の森こども園、浄念寺学園、日南・飫肥カトリック幼稚園、にちなん保育園、日南幼稚園、ひなもり保育園、みなと保育園、宮浦保育所、立正幼稚園、わかすぎ保育園
障がいの部	愛泉会日南病院、おおぞら園、児童発達支援事業所わくわく、就労準備型放課後等デイサービスさんぽ、障害者支援施設北郷荘、障がい者支援施設つよし寮、生活介護事業所喜(よろこび)、つよし学園、ひなたぼっこ

消防

「まさか!」の火事
火災警報器で、
助かる命があります

連動型の住宅用
火災警報器が安心です。

連動型のイメージ



あなたの家は大丈夫?



●問い合わせ

消防本部 予防課 ☎(23)7584

こども

令和3年度 児童手当・
特例給付現況届の
提出をお忘れなく

■対象者

中学校卒業までの児童を養育している児童手当・特例給付受給対象者

■手続方法

「児童手当・特例給付現況届」に6月1日現在の養育状況を記入し、提出してください。

※対象者には、5月末までに現況届を送付します。詳細は、同封の案内文書でご確認ください。

※手続きをされない場合、6月分以降の支給が一部保留になりますので、ご注意ください。

※マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルより現況届の電子申請が利用できます。

●受付・問い合わせ

本庁こども課 こども政策係
☎(31)1131



募集

交通遺児
育英会奨学生

■対象者

保護者が交通事故で死亡・重度後遺障害となった家庭の高校生以上の生徒・学生

■貸与額

月額2万～10万円(無利息・大学などは一部給付あり)
入学一時金20万～80万円(1年次1回限り)

■その他

進学前の予約募集と進学後に申し込む在学募集があります。詳細はお問い合わせください。

●問い合わせ

公益財団法人交通遺児育英会
☎①03(3556)0773(直通)

②0120(52)1286(フリーダイヤル)

URL <https://www.kotsuiji.com>

あしなが育英会
奨学生

■対象者

保護者が病気や災害、自死などで死亡または障害認定を受け、経済的な援助を必要としている家庭の高校生以上の生徒・学生

■月額

この奨学金は「無利子貸与+給付」型です。貸与のみ、給付のみの選択はできません。

例：国公立校生＝月額45,000円(うち貸与25,000円、給付20,000円)

■その他

進学前の予約募集と進学後に申し込む在学募集があります。詳細はお問い合わせください。

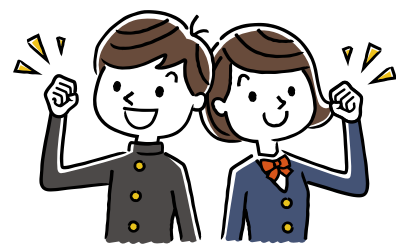
●問い合わせ

(一財)あしなが育英会

☎①03(3221)0888(直通)

②0120(77)8565(フリーダイヤル)

URL <https://www.ashinaga.org>

調理師試験準備講習会
受講生

■対象者

①ひとり親家庭の父・母、寡婦の方で調理の実務経験が2年以上あり、県で行われる調理師試験を受験する方

②講習会の全日程出席できる方

■開催日時

8月21日(土)、22日(日)の2日間
9時～16時20分

■場所

宮崎県総合保健センター5階
大会議室(宮崎市霧島1-1-2)

■受講料 無料(ただし、テキスト代は受講生負担。県内保健所にて販売)

■応募締切 7月30日(金)

※定員になり次第締め切ります。

■申込方法

事前に下記にご連絡ください。申込用紙を送付いたします。

●申込・問い合わせ

宮崎県母子寡婦福祉連合会

〒880-0007宮崎市原町2番22号

宮崎県福祉総合センター内

☎0985(22)4696

『パソコン初心者
夜間クラス』受講生

初心者向けに、パソコンの基礎・タイピングから学びます。60時間で文書作成ソフト・表計算ソフトの検定受験が出来るまでの内容です。検定までは考えていない方も、気軽に受講していただけます。

■日時 6月14日(月)～10月7日(木)(祝日休み)

毎週 月・木曜日

19時30分～21時30分(全30回)

■場所 日南高等職業訓練校

■費用 45,000円(教材費込み・税込み)

■募集人員 5人以上で開講(先着順)

■申込期限 6月10日(木)

■その他

ファミリーサポートを利用して、校内で託児もできます。

●申込・問い合わせ

日南高等職業訓練校

☎(22)2633



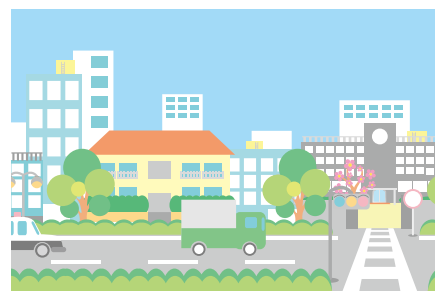
消費生活相談

- 相談対象
商品やサービスの契約などの際に、個人と事業者間に起こるさまざまなトラブル(送りつけ商法、点検商法、インターネットショッピングのトラブルなど)の消費生活に関する相談
- 日時
月曜日～金曜日(祝日は除く)
9時～12時、13時～16時
- 場所
ふれあい健やかセンター2階
地域自治課 市民生活係内
- 問い合わせ
日南申間消費生活センター
☎(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はありませんか。
- 日時・場所
・6月4日(金) 10時～12時
南郷ハートフルセンター
小研修室(生涯学習館)
・6月8日(火) 10時～12時
北郷福祉センター
・6月14日(月) 10時～12時
文化センター 第1多目的室
- 相談委員 行政相談委員
- 問い合わせ
本庁地域自治課 市民生活係
☎(31)1176



人権相談

- 相談対象
いじめや、家庭問題、嫌がらせなど、人権上の問題でお困りの方はいませんか。
- 日時・場所
6月1日(火) 10時～15時
・まなびピア
・北郷福祉センター
・南郷ハートフルセンター
小研修室(生涯学習館)
- 相談委員 人権擁護委員
- その他
宮崎地方法務局日南支局でも、常時相談室を設置し、相談に応じています。☎(25)9125
- 問い合わせ
本庁地域自治課 市民生活係
☎(31)1176



司法書士会による無料法律相談会

- 相談対象
不動産・商業登記、多重債務問題、成年後見など
- 日時 6月2日(水)
17時30分～19時30分
- 場所 まなびピア 2階会議室
- 相談員 司法書士2人
- 予約・問い合わせ
司法書士会日南支部(立山)
☎080(1725)2391
※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、離婚時の契約など
- 日時 6月6日(日) 8時～12時
- 場所
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。
- 予約・問い合わせ
日南公証役場 ☎(23)5430



厚生年金相談

- 相談対象
老齢、障害、遺族などの年金請求および相談
- 日時・場所
6月24日(木) 10時～
市役所 プレハブ会議室北302・303号室
- 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
5月24日(月)～6月21日(月)
※基礎年金番号または年金証書を準備して、希望の時間や相談内容をお伝えください。
- 予約・問い合わせ
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。



イベント

日南こども食堂

- 日時
5月22日(土) 11時～13時
- 場所 九州電力日南営業所コミュニティスペース
- 対象者 市内どなたでも利用可能
※風邪などの症状がある方はご遠慮ください
- 費用 無料(事前申込不要)
- その他
・提供できる食事が無くなり次第終了となります。
・会員やボランティアを随時募集中。興味のある方は、ご連絡ください。
・会への寄付金や食材提供も受け付けています。
銀行名: 宮崎銀行 油津支店
種別: 普通
口座: 198801
名義: NPO法人日南こども食堂
理事長 佐藤泰信
- 問い合わせ
NPO法人日南こども食堂(理事長: 佐藤) ☎080(6402)0894



第36回 歯と口の健康フェスティバル

- 日時 6月4日(金)～6月11日(金)

- 場所 まなびピア1階
- 内容
【展示】
①歯・口の健康に関する図画・ポスター全応募作品
②歯・口の健康啓発標語全応募作品
【表彰】
親と子のよい歯のコンクール
- その他
新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、展示・表彰のみの開催となりますので、ご了承ください。
- 問い合わせ
(一社)日南歯科医師会
☎(23)1041 FAX(23)1043



図書館イベント

七夕の短冊をかこう!

- 内容
短冊にお願いごとを書いて笹に飾りませんか。皆さんの願いがかないますように。
- 日時
6月5日(土)～7月7日(水)
- 場所 市内各図書館
- 対象 なし

- 持参 なし
- 申込期限 なし
- 申込・問い合わせ
日南市立図書館(鉄肥)
☎(25)0158

憩いの森 ハンドメイド「バラのフォトフレーム」

- 内容
縫わずにできるフェルトのバラを、布張りのダンボールフォトフレームに飾りつけ。
- 日時
6月9日(水) 10時～11時
- 場所 北郷図書館
- 対象 大人
- 持参 なし
- 申込期限 なし
- 申込・問い合わせ
北郷図書館 ☎(55)2469

消しゴムはんこでブックカバー

- 内容
消しゴムはんこを彫って、自分だけのオリジナルブックカバーを作ってみませんか。
- 日時
6月10日(木) 10時～12時
- 場所 まなびピア図書館
- 対象 大人(5人)
- 持参 カッター・彫刻刀など
- 申込期限 5月30日(日)
- 申込・問い合わせ
まなびピア図書館 ☎(22)5666

消防



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、借用者本人にさせていただきます。
- 問い合わせ 消防本部 警防課 ☎(23)7584



にちなん
大好き

PVチャンネル
日南市役所
好きだ部

QRコードを読み取ってアクセスするか、動画配信サイトYouTubeで「好きだ」と検索すると、動画広報をお楽しみいただけます。



動画広報【第291弾】を配信中
「ひなたの宿が
好きだ♡」



スイートコーンは鮮度が落ちやすいので、たくさんあるときは、茹でて冷凍保存がおすすめです。



食生活改善推進員さん

(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。

【主な食材の栄養・特徴】 スイートコーン

糖質が多い野菜ですが、その糖質の燃焼に必要なビタミンB1や脂肪の燃焼に必要なB2さらに、疲労回復の効果が期待できる成分も含まれています。また便秘予防に効果的な食物繊維が豊富に含まれています。
引用先: 農林水産省ホームページ

コーンの甘みとスパイスで減塩カレー！ スイートコーンと ピーマンのキーマカレー

1人分の エネルギー	(ご飯除く) 375kcal	1人分の 栄養成分	たんぱく質 17.3g 脂質 20.1g 炭水化物 27.0g 食塩相当量 1.6g
---------------	--------------------------	--------------	---

材 料	4人分	◎しょうが	10g
◎スイートコーン	2本	◎酒、カレー粉	各大さじ4
◎ピーマン	6個	◎固形コンソメの素	1個
◎サラダ油	大さじ1	◎ケチャップ	大さじ3
◎合いびき肉	300g	◎ウスターソース	大さじ3
◎にんにく	1かけ	◎水	2カップ

作り方

- ① スイートコーンは2～3等分に切って、実を包丁でそぎ取る。ピーマンは粗みじん切りにする。にんにくとしょうがは、おろす。
- ② フライパンにサラダ油を中火で熱し、合いびき肉、おろしにんにく・しょうがを入れ炒める。酒・カレー粉各大さじ4を加え、さらに炒め合わせる。
- ③ ②にAとスイートコーンを入れ混ぜる。煮立ったら、弱火にし、ふたをして7～8分煮る。ピーマンを加えて、1分程度煮る。

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
食品の食塩相当量・カレールー 1かけ(20g) 食塩相当量 2.1g		

※カレー粉に食塩はほとんど含まれません。

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・気象メールにちなん

防災・気象情報をメールで配信中。
登録は右記QRコードから。

●問い合わせ
本庁総務・危機管理課
危機管理係 ☎(31)1125



まちのうごき

5月1日現在の推計人口につきましては、6月1日発行の広報誌(お知らせ版)にて掲載いたします。日南市の推計人口は市のホームページでもご確認いただけます。

●本庁総合戦略課 情報統計係 ☎(31)1116

🏠 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	

急な病気で困ったら…
救急医療電話相談
☎(31)1111

24時間対応
医師や看護師が医療相談に応じます。

※日曜日・祝日は、6カ月未満児の対応もできます。
※平日は、6カ月未満児の対応はできません(かかりつけ医にご相談ください)。
※発熱がある場合は、事前に電話での連絡をお願いします。



6月 日曜・祝日在宅当番医

※変更になる場合がありますので、確認にはテレホンサービス☎(23) 9999をご利用ください。

※診療時間 9時～17時(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)。

日付	医 療 機 関	
6日(日)	藤浦循環器科内科クリニック(循・内科)	☎(23)3188
	にちなんファミリークリニック(内科・小児科)	☎(55)1121
	吾社クリニック【串間】(内科)	☎(71)3411
13日(日)	かわにし脳神経外科(脳外・神内)	☎(27)3330
	県南病院【串間】(神・精・内科)	☎(72)0224
20日(日)	河野医院(内科)	☎(23)4155
	山見医院(小児科)	☎(23)2101
	のだ小児科医院【串間】(小児科・アレ)	☎(71)1112
27日(日)	春光会記念病院(内科・外科)	☎(22)2324
	長友医院(胃腸内科・外科)	☎(55)3522
	とめのファミリークリニック【串間】(内科・小児科)	☎(76)1425

6月 日曜・祝日当番薬局

※この当番制は、院外処方せんで発行された場合に対応するものです。

日付	開 局 薬 局	
6日(日)	すみれ中央薬局	☎(32)1095
	みなみ薬局	☎(31)0165
13日(日)	日南調剤薬局	☎(27)3636
20日(日)	みどり調剤薬局	☎(32)1610
	木山調剤薬局	☎(23)8931
	すみれ薬局	☎(23)7896
27日(日)	とまと薬局日南店	☎(27)3222
	つぼみ薬局【串間】	☎(76)1188

健康にちなん 21



子育て がんばりすぎていませんか？

子育ては、わが子の成長を見守る喜びや感動にあふれています。しかし、毎日続く子育ての中では、多くのストレスや不安を感じることがあります。疲れた時は無理せず、家族や周囲の人たちに協力してもらいましょう。

毎日がんばるお母さん・お父さんへ

●完璧を求めないようにしましょう

親としての理想を描くことは悪いことではありません。でも、それがプレッシャーになってストレスをためては本末転倒。母乳にこだわったり、「食事は手作りで」と気負わずに、たまには手を抜くことも大切です。

●自分の時間を持ちましょう

子育て中だからと、我慢ばかりしていませんか？「疲れたな」「苦痛だな」と感じたら、子どもと離れてみることも必要です。家族に子どもを預けたり、一時保育などを利用して、お出かけや趣味を楽しみ、リフレッシュしましょう。

●子育て仲間をつくりましょう

「最近、子どもとしかしゃべっていない」「子育ての辛さをわかってほしい」と思っても、家族の帰宅は遅いし、誰にも相談できない…そんな時、子育て仲間がいれば悩みを共有できたり情報交換もできます。

こども課内に、妊娠期から子育て期までの総合相談窓口「子育て世代包括支援センター」を設置しています。利用できる支援サービスや子育てアドバイスなどを行っていますので、お気軽にご利用ください。

●問い合わせ こども課 ☎(31)1131

広告

一般葬・家族葬まで
真心こめて 安心ご葬儀

日南葬祭

シンプルプラン 56万円(税別)(会員様価格)
●会葬礼状(15名様分) ●基本セット ●お泊りセット
●会葬品1,100円(15名様分) ●祭壇一式 ●骨壺・位牌セット ●ドライアイス
●出立膳(10名様分) ●お棺 ●葬儀資材・運送料 ●納棺セット
●法事膳(10名様分) ●ご安置準備料 ●受付セット ●霊柩車

家族葬 24万円～

家族や親しい人を中心とした
少人数での葬式

事前相談

お客様のご希望・ご予算に合わせ
最適なプランをご提案します。

わかりやすい料金

ご提示する金額はご葬儀に必要な
内容が全て含まれております。
ご希望を伺いながら明確な料金を
ご提示いたします。

まずはお気軽にお電話ください

(株)日南葬祭

(0987) 23-4100
日南市吾田東10-4-10
FAX: (0987) 23-4114



広告

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。

まずは
お問合せ
ください！

忠建

TEL: 090-4981-9745
〒889-2402 宮崎県日南市北郷町郷原乙2012-2

固定電話 0987-55-2634
営業時間 7:00～22:00
忠建 日南 検索

ちゅうけん

忠建

注文住宅

住宅リフォーム

耐震改修



日南のじいばあさん
大好き♡

濱田 晟史郎くん(11カ月)
父:泰彰さん、母:智予さん(埼玉県)



飢餓のじいじ、
ふみ太くなくなったよ、
イタズラ大好き
やんちゃ坊主

千田 咲太くん(1歳)
父:慧太さん、母:ちほみさん(神奈川県)

皆さまからの投稿を
お待ちしております

「うちの宝 まちの宝」では、未就学児のお子さんの写真を募集しています。お子さんの名前と保護者名、生年月日、住所(自治会名)、電話番号、コメント(30文字以内)を記入して、お子さんの写真を一緒に送付してください(Eメール可)。



上のQRコードを読み取ると、送付先のメールアドレスが表示されます。

秘書広報課 広報広聴係

〒887-8585 日南市中央通 1-1-1

☎(31)1117 FAX(31)1190

E-mail: koho@city.nichinan.lg.jp

※掲載前に確認の電話をしますので、必ず連絡先を記入してください。

※Eメールの場合は、件名に「うちの宝 まちの宝」と入力して送信してください。



毎日楽しく遊んで、
いっぱい食べて、
元気に育つてね！

(写真中)野川 笑愛ちゃん(1歳)
(写真左)湊生くん(4歳)
父:悟史さん、母:ゆみさん(吾田)

わが家の
まちの
たからもの！



妹大好きなお兄ちゃん♡
兄妹仲良く
元気に大きくなってね！

(写真右)樋口 蓮王くん(2歳)

(写真左)梨楓ちゃん(7カ月)
父:拓弥さん、母:遥香さん(吾田)

無料 FREE APP Delivering e-book in English



한국어 전자전송중
电子书籍以中文简体字发布
電子書籍以中文繁體字發布
ในระหว่างทาง การจัดส่ง หนังสือดิจิตอล
Entregar e-book em Português
Entregar e-libro en Español
Menyampaikan e-book dalam Bahasa Indonesia



多言語
自動
翻訳



スマホで読める！
好きです にちなん
デジタルブック配信中!!

※ブラウザ版は音声読み上げには対応しておりません。音声読み上げには、無料アプリ(カタボク)のインストールが必要です。※アプリケーションの利用は無料ですが、ダウンロードには別途通信料がかかります。

ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める／9言語に対応【日本、英、中国(簡・繁)、韓国、タイ、ポルトガル、スペイン、インドネシア】／音声読み上げもできる／文字サイズを調整できる