

# 好きです にちなん

Nichinan City Public Relations Magazine

August 2020

# 8.15

No.137

今月の表紙

にじ色の海こども園の  
プール開き。晴天の下、  
子どもたちは元気に水遊  
びを楽しんでいました。  
(6月23日撮影)

特集

## 風水害に備えて

特集

## あなたの健康づくりを応援します

特集

## ますます便利になるマイナンバーカード

無料 FREE APP



このアイコンが目印

Delivering e-book in English  
한국어 전자전송중  
电子书籍以中文简体字发布  
电子书籍以中文繁体字发布  
ในระหว่างการจัดส่ง หนังสือดิจิทัล  
Entregar e-book em Português  
Entregar e-libro en Español  
Menyampaikan e-book dalam Bahasa Indonesia



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(カタボケ)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

# 風水害に備えて



近年、台風や集中豪雨による風水害で、規模の大きな洪水が頻発し、人命や財産などに大きな被害をもたらしています。

また、長期間の大雨により地盤が緩み、がけ崩れや土石流、地すべりといった土砂災害が起こる可能性もあります。

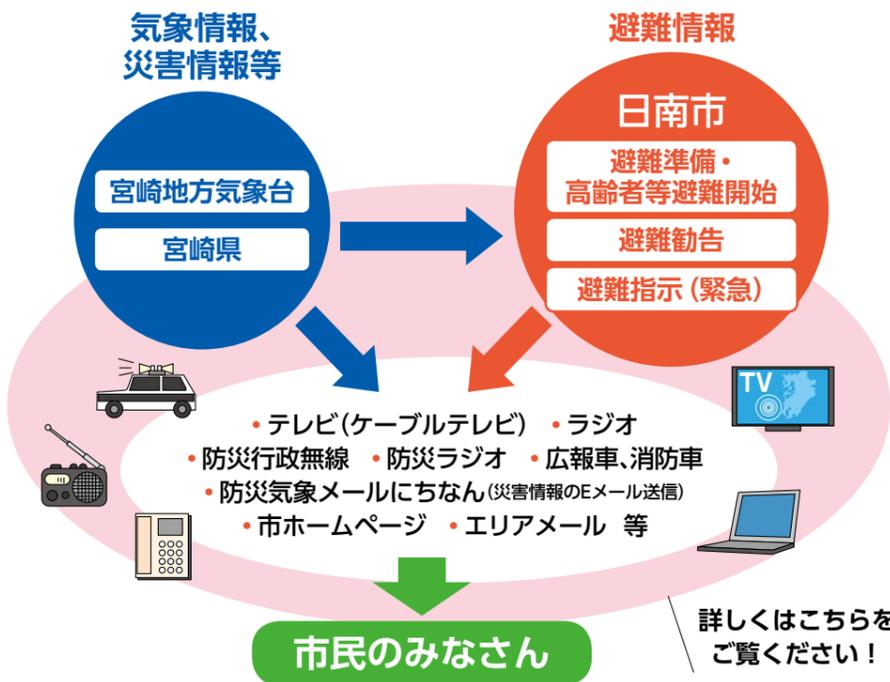
今後このような災害に對して、最新の気象情報に十分注意を払い、避難に関する正しい知識を身につけ、万全な備えを心がけましょう。

詳しい情報については、5月に配布しました「日南市防災マップ 啓発編」に記載しておりますので、ご覧ください。

## 情報の伝達と入手方法

日南市では、災害発生の際、恐れがあるときや、災害の発生が確実なときには、災害対策本部を設置して対応します。

また、災害の危険が高まり、避難が必要となる場合は、下記の避難情報を発表します。内容と周囲の状況に注意して行動しましょう。



防災・気象メールにちなん登録

日南市 LINE登録

詳しくはこちらをご覧ください！

## 警戒レベルの違いを知っていますか？

風水害や土砂災害などの災害発生時に5段階の「警戒レベル」を用いた避難情報などを提供しています。

警戒レベル	【避難情報等】 行動を促す情報	【避難行動】 市民がとるべき行動	情報の発令元
5	災害発生情報	すでに災害が発生している状況。命を守るための最善の行動を取る。	日南市が発令
4	避難指示(緊急) 避難勧告	速やかに避難先へ避難する。避難所などへの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難する。	
3	避難準備・ 高齢者等避難開始	避難に時間を要する人(ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児等)とその支援者は避難する。その他の人は避難準備を整える。	
2	洪水注意報 大雨注意報等	避難に備え、防災マップ等により、自らの避難行動を確認する。	気象庁が発表
1	早期注意情報	災害への心得を高める。	

## 避難の心得～避難の考え方～

避難は、災害から命を守るための行動です。避難所や安全な場所などへ移動する「立退き避難」を基本としますが、家屋内にとどまって安全を確保する「在宅避難(垂直避難)」も避難行動の一つです。

### 洪水

大きい川の堤防のそばや2階以上の浸水の可能性

立退き避難

避難所等へ移動

自宅が川に近い場合は、家屋が水没や流出する危険性があります。速やかに避難所等の安全な場所へ移動しましょう。

浸水が浅い地域

垂直避難

自宅の2階以上に移動

浸水が浅い場合や、大雨で外に出る方が危険と判断したときは、自宅の2階以上など屋内の安全な場所へ移動しましょう。

### 土砂災害

自宅近くに危険箇所がある

立退き避難

避難所等へ移動

家の近くに土砂災害の警戒区域や危険箇所がある場合は、避難所等の安全な場所へ移動しましょう。

外に出るのが困難な場合

垂直避難

2階以上の斜面から離れた部屋に移動

大雨で避難所等に向かうのが危険な場合や立退き避難が間に合わない場合は、直ちに2階以上の斜面から離れた部屋へ移動しましょう。

● 問い合わせ 総務・危機管理課 ☎(31)1125

# あなたの健康づくりを 応援します

## 健(検)診を受けて応募しよう 「健康ポイント事業」

市民の皆さんに健康への関心を高めてもらい、健康寿命を延ばしてもらおうと、日南市では「健康ポイント事業」を実施しています。

特定健診、がん検診などを受診して応募すると、**抽選で50人に宮崎牛など豪華な地元特産品が当たります。**

健(検)診を1つでも受けていただくと応募できますので、この機会に健(検)診を受けて、「健康ポイント事業」に応募しましょう。

●問い合わせ 健康増進課 ☎(31)1129



## 健(検)診はなぜ必要？

### 自分の体を知ることができる

健(検)診で、現在の自分の体の健康状態をチェックし、体の変化を知ることが大切です。

健(検)診では、いろいろな検査を行い、体の中の状態を確認することができます。

### 早期発見・早期治療につながる

病気は早期には自覚症状がなく、症状が現れた時にはすでに進行しているということは少なくありません。病気の発見が早いほど、治療の選択肢も多く、効果も期待できます。そのため、定期的に健(検)診を受けることは、病気の早期発見・早期治療につながります。

## 「いつかではなく今年受けよう がん検診」

まだ検診の  
申込を受付して  
るのちゃ！



国民の2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。しかし、皆さんががん検診を受けることで、がんによる死亡を今よりも減らすことができます。

セット検診、日曜検診もあります。(要予約)

**【セット検診】** 特定健診、胃がん・大腸がん・肺がん(レントゲン)検診を同時受診できます。

11/8(日)、12/6(日) 場所：日南保健所

**【日曜検診】** 胃がん・大腸がん検診 9/6(日) 場所：南郷健康福祉センター  
乳がん検診 11/29(日) 場所：ふれあい健やかセンター

平日の検診もありますので、詳しくは健康増進課までお問い合わせください。

抽選で50人に

最高2万円相当の賞品が当たる



### ■賞品

**2万円相当**(10本)

宮崎牛や市内宿泊施設利用券など

**1万円相当**(10本)

地元特産品詰め合わせ、市内宿泊施設利用券など

**5千円相当**(10本)

果物などの地元特産品詰め合わせ

**3千円相当**(20本)

果物などの地元特産品詰め合わせ



※写真はイメージです

### ■抽選結果

抽選日：令和3年2月

当選者には「当選通知」を郵送します。

### ■応募資格

市内に居住する20歳以上の方

### ■応募期間

令和2年7月1日(水)

～令和3年2月1日(月)

### ■応募方法

ステップ① 健(検)診を受ける



ステップ② 応募する

### 【対象となる健(検)診】

- 国保特定健診・後期高齢者健診・若年者健診
- 個人や職場で受ける健(検)診(人間ドックも対象)
- 胃がん検診
- 肺がん検診
- 乳がん検診
- 肝炎ウイルス検診
- 歯周疾患検診
- 大腸がん検診
- 子宮頸がん検診
- 結核検診
- 骨粗しょう症検診

※保険適用の検査は該当しません

### 【受診期間】

市が実施する健(検)診

令和2年4月～令和3年1月

個人や職場で受ける健(検)診

令和2年1月～12月

### 【応募先】

健康増進課、北郷町・南郷町地域振興センター

### 【応募に必要なもの】

- 申込書** 応募先に置いてあるほか、市のホームページからもダウンロードできます。
- 健(検)診を受診したことが分かるもの**(結果通知など) ただし、市が実施する健(検)診を受けた場合は、結果通知は不要ですが、申込書は必要です。この場合は、郵送やFAX、メールでも応募できます。

応募先の窓口へ提出していただいた方で、アンケートにご記入いただくと、粗品をプレゼントしています。

※1つの健(検)診受診につき1ポイントとなり、1ポイントにつき1回分の抽選となります。

令和2年9月1日からマイナンバーカードで

# コンビニ交付が安い!!

コンビニ交付の利用促進と市民サービスの向上のため、マイナンバーカードを利用して住民票などを取得した場合、令和2年9月1日からコンビニ交付手数料が、窓口での交付手数料より**100円安く**なります。マイナンバーカードはますます便利でお得になります。



## 便利

夜間や休日でもコンビニエンスストアで取得できます



## 簡単

簡単な操作で取得できます



## 安い

窓口よりも安く取得できます



### 利用できる店舗

- セブン-イレブン
  - ローソン
  - ファミリーマート など
- 全国約50,000店舗**

### ご利用時間

**6時30分～23時**  
(12/29～1/3を除く)

※ただし、戸籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写しは、平日9時～17時15分に限り利用できます。

### 取得できる証明書

- 住民票の写し 200円
- 印鑑登録証明書 200円
- 戸籍全部(個人)事項証明書 350円
- 戸籍の附票の写し 200円
- 所得・所得課税・課税証明書 200円



●問い合わせ 市民課 ☎(31)1124

# ますます便利になる つくってみよう マイナンバーカード



## マイナンバーカードとは

マイナンバーカードは、顔写真・氏名・住所・生年月日・性別・マイナンバー(12桁)が記載されている公的な**身分証明書**です。

年金や税などの行政手続きで、身分証明や個人番号を求められてもマイナンバーカードで大丈夫です。

## お得がいっぱい 「マイナンバーカード」

マイナンバーカードを取得することで、これからますます便利になります。



詳しくは  
次ページを  
ご覧ください

## コンビニで 各種証明書が取れます

全国約50,000店舗で各種証明書が取得できます。

■**利用できる時間** 6時30分～23時  
※ただし、戸籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写しは、平日9時～17時15分に限り利用できます。

## マイナポータルを 利用できます

政府が運用するオンラインサービスで、子育てに関する手続きや行政機関からのお知らせを確認することができます。

## 健康保険証として 使えます(予定)

令和3年3月から、健康保険証として一部の病院で使えるようになります。



## 窓口でつくれます

市民課・北郷町地域振興センター・南郷町地域振興センターでは、顔写真撮影(無料)と申請を受け付けています。なお、市民課では時間外・休日開庁を実施しています。

### ■時間外・休日開庁のご案内【市民課のみ】

時間外 毎週火曜日 17:15～19:30 休日 第2日曜日 9時～12時

●問い合わせ 市民課 ☎(31)1124





**消防団救助能力向上へ  
救助資機材取り扱い訓練を実施** 6月14日



国南市消防本部

複雑化する大規模災害に備え、昨年度、油津分団と鵜戸分団の消防団に救助資機材が配備されました。災害発生時に、消防団員の救助作業がスムーズに行えるよう各種資機材を使用した取り扱い訓練が実施され、団員約30人が参加しました。

**新型コロナ対策へ役立てて  
日南地区建設産業団体連合会が支援金を贈呈** 6月15日



市役所

市内6団体で構成される「日南地区建設産業団体連合会」(小野耕嗣会長)が、新型コロナの感染症対策に役立ててほしいと、支援金200万円を市に贈呈しました。崎田市長は「大変ありがたい。マスクなどの購入に使わせていただきます」とお礼を述べました。

**ウェブ会議システムで  
東九州道と国道220号の早期整備を要望** 6月18日



市役所

東九州自動車道建設促進日南・串間・志布志地区協議会(会長・崎田恭平日南市長)と国道220号防災対策整備促進期成同盟会(同)は、県内で初となるウェブ会議システムを活用し、同自動車道の早期整備などを国や地元選出の国会議員に要望しました。

**時間を大切に心を学ぶ  
飫肥小児童が鐘つき** 6月10日



飫肥城 鐘つき堂

「飫肥小文化財愛護少年団」の結団式があり、飫肥小学校6年生(69人)が参加しました。また、時間の大切さを学んでもらおうと、6月10日の「時の記念日」に合わせて、飫肥城の鐘つき堂で鐘を突きました。この取り組みは、毎年実施されています。

**有事の際に自ら判断し命を守る  
地震・津波を想定した避難訓練** 6月10日



鵜戸小中学校周辺

鵜戸小中学校の8年生の4人は、サーフィン授業中の地震発生を想定して、避難訓練を実施しました。「オレンジフラッグ」が振りかざされると浜辺から走りだし、校舎から移動してきた他の子どもたちと第一避難所で合流。その後約75mある高台へ一緒に避難しました。

**国文祭・芸文祭に向けて  
南郷地区の児童・生徒が芸術家に** 6月11日



南郷小学校

国文祭・芸文祭に合わせ、本市では「南郷大島ミュージアム」プロジェクトを実施。そのひとつである「飫肥石アート作品展」で使用する作品制作が、南郷小学校で開催され、県内出身のアーティスト4人の指導のもと、自由な発想で色とりどりに描いていました。

マイナンバーカードで **最大5,000円分** マイナポイントがもらえます!



**マイナポイントって?**

「マイナポイント」とは、「マイナンバーカード」を取得して、一定の手続きを行った人に国から付与されるポイントのことです。

マイナンバーカードを使用して設定できる「マイキーID」と、対応するキャッシュレス決済サービスを連携させることで、2万円分のチャージまたは買い物を上限に、利用額の25%のマイナポイントがもらえます。

もらったポイントは連携したキャッシュレス決済サービスのポイントとしていつもの買い物で使用できます。

マイナポイント申請の方法や対象のキャッシュレス決済サービスなど、詳しくはマイナポイントのホームページ(<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>)をご覧ください。

マイナンバー  
総合フリーダイヤル  
**0120(95)0178**

平日 9:30 ~ 20:00  
土日祝 9:30 ~ 17:30

音声ガイダンスに従って「5番」を選択してください。



**マイナポイント申し込み支援コーナー**

日南市では、マイナポイントの申し込みを支援しています。

マイナンバーカードと利用者証明用パスワード(4ケタ)、ご利用中の決済媒体(スマホアプリ、ICカードなど)をお持ちいただき、お気軽にお声がけください。

- 場所 市役所本庁 駐車場内 プレハブ会議室棟
- 時間 9:30~15:00(土日祝日、年末年始を除く)

**マイナポイント利用イメージ**

**1 マイナンバーカード【取得】**



お持ちでない方は、今すぐ申請を!

**2 利用先を選択して【マイナポイントを申し込む】** (2020年7月~)



マイナポイント申し込みページにログインし、利用するキャッシュレス決済サービスを選択し、申し込む。

**3 チャージなどに対して【マイナポイントが付与】** (2020年9月~)



キャッシュレス決済サービスにチャージなどを行うことで、マイナポイントがもらえる。

チャージ → マイナポイントがもらえる

**4 マイナポイント分を【利用】して買い物** (2020年9月~ 2021年3月末)



取得したマイナポイントはいつものお買い物で利用可能(\*1,\*2)

(\*1) お買い物時にはマイナンバーカードを使用しません。  
(\*2) 国が買い物履歴を収集・保有することはありません。

●問い合わせ 商工・マーケティング課 ☎(31)1169

**日南市公式LINE**  
市内企業の採用情報・UIJ  
ターン情報・市広報誌発行  
などをお知らせします。

**観光にちなんの旅**  
イベントやグルメ、宿泊な  
どの情報のほか、一般投稿  
フォトアルバムもあります。

**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。

**豪雨で甚大な被害を受けている地域へ 災害義援金箱を設置** 7月7日



市役所

豪雨で甚大な被害を受けている被災地を支援するため、日南市は「令和2年7月豪雨災害義援金箱」をふれあい健やかセンター1階ロビーに設置しました。義援金箱はしばらくの間設置され、集められたお金は、今後、日本赤十字社を通じて被災地に贈られる予定です。



また、今回の豪雨災害により、日南市消防本部は救助応援の要請を受け、7月4日早朝より消防署員4人を現地へ派遣しました。また、翌日7月5日の早朝には、総務・危機管理課職員2人が食料などの支援物資を公用車に載せて、被災地に向けて出発しました。

**油津中2年生 7月16日**  
**ものづくりの魅力を体験**



油津中学校

油津中学校2年生が、宮崎県技能士会の講師から指導を受けて、様々な職種のものづくりを体験しました。匠の技を知り、体験することで、仕事に対する関心を持ち、将来の生き方を考える機会にすること、技能系の仕事について後継者不足の現状を学ぶことを目的としています。

**南郷中1年生 7月14日**  
**港の町南郷を学ぶ**



南郷中学校

南郷中学校の1年生が、地元港の町南郷を知る体験学習をしました。49年間の長きにわたり、かつお一本釣漁に携わった地元の漁師、上牧英雄さんの講話や、地域ボランティアの方々と一緒に、漁師料理の味を堪能しました。

**熊本豪雨支援のために 7月19日**  
**ボーイスカウトが募金活動**



ホームワイド日南店、他3店舗

熊本豪雨の被災地へ何かできないかとの思いから、ボーイスカウト日南の1団と2団が合同で募金活動をしました。小・中学生など24人のスカウト(子どもたち)が4店舗に分かれ、店頭で呼び掛けすると、約2時間の活動で多くの方が募金に協力する姿が見られました。

**南郷中学校 7月14日**  
**ふるさとの海でシーカヤック体験学習**



栄松ビーチ

南郷中学校のシーカヤック体験学習が、今年も栄松ビーチで行われました。インストラクターから基本的な指導を受けた後、生徒たちはカヤックに乗り込み、パドルを上手に使うと漕ぎ、周遊やリレーをしたりして地元の海を楽しんでいました。

アプリで まちのわだいを もっと見る! **AR** スマートフォンなどで無料アプリ「COCOAR2」を起動後「AR」マーク付きの写真にかざすと、詳しい記事や動画を見たり、イベントで撮影した写真を閲覧・保存したりすることもできます。

**COCOAR2** アプリをおとして、かざすだけ。 iPhone/iPad/Android 対応(無料)

無料 FREE APP

※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。

**大堂津小3・4年生 大堂津海水浴場で漂流物調査** 6月22日



大堂津海水浴場

大堂津小学校3・4年生20人が大堂津海水浴場で、漂着したごみの分類調査を行い、身近な環境に対する意識を高めました。児童らは5人1組の班に分かれ、宮崎海上保安部の職員4人と砂浜のごみ拾いをし、種類や数量をチェックしました。



この調査は、今月の「海洋環境保全月間」にあわせて、海の環境問題への関心を高めてもらおうと毎年実施されています。調査結果は、宮崎海上保安部から海洋環境調査に取り組む東京都の一般社団法人「JEAN」に提出されます。

**日本一きれいな海 7月5日**  
**富士海水浴場で海開き**



富士海水浴場

今年も市内の大堂津海水浴場・富士海水浴場・栄松ビーチで海開きが行われました。富士海水浴場では、神事が行われた後、鶴戸小中学校の児童が砂浜に横並びとなり「日本一きれいな富士海水浴場」と描かれたプラカードを掲げ地元の海をアピールしました。

**社会を明るくする運動 7月1日**  
**内閣総理大臣メッセージ伝達式**



市役所

7月は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない地域社会を目指す「社会を明るくする運動」の強調月間。同運動への協力を呼び掛ける内閣総理大臣のメッセージが、益田政司・自治会連合会会長から崎田市長へ伝達されました。

**鶴戸小中学校 7月10日**  
**サーフィン授業始まる**



宮浦海岸

今年も学校の目の前にきれいな海が広がる鶴戸小中学校ならではの、サーフィンの授業が始まりました。この日は、5～9年生の児童・生徒21人が、日南市サーフィン連盟のインストラクターから説明を受けた後、笑顔で波乗りに挑戦していました。

**新型コロナ対策について 7月2日**  
**日南市自治会連合会が要望書を提出**



市役所

新型コロナの影響により、市内の153自治会は、活動に多くの支障をきたしています。そこで、住民の不安払拭や日々の安全な生活が維持できるよう新型コロナ感染症対策の情報伝達の仕組みづくりなどについて、市へ要望書が提出されました。

## 夏だ! キャンプだ! 冒険だ!



### 自作キャンプアイテム教本

長谷部 雅一 著

1人で行くもよし、みんなでワイワイ行くもよし★自分で作ったアイテムで楽しさ倍増! 簡単収納テーブルや、ゆったり椅子を作ろう!



海辺のキャンプならこんな生き物に出会えるかも!?

### 「旅する読書」100冊達成おめでとうございます!

板東 風花さん  
山田 珠緒里さん

6月に達成されました!

※五十音順に記載

### 机で学習をされる方へ

8月25日まで新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、12時30分から13時まで、学習席などの消毒を行うため、一時、席を離れてもらいます。ご協力をお願いします。

### 戦後75年、平和に想いを寄せて

字のないはがき  
西 加奈子 絵



戦争中疎開する娘に、父親が渡した宛名だけの葉書。返信には... 向田邦子さんの「字のない葉書」を絵本化。角田光代さんの文と西加奈子さんの絵によって、父親の愛情が伝わる感動の絵本です。

被災から復興の助けとなるボランティア活動の指針となる一冊。

災害ボランティアの心構え  
村井 雅清 著



### 新着おすすめ本

### デジタルで読む脳 × 紙の本で読む脳

一般書 メリアン・ウルフ 著

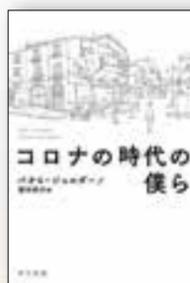
デジタルがあふれる今、紙とデジタルの「読む脳」の違いを知り、共に強いパイラテラシー脳を育てる大切さを説く。 **New!**



### コロナの時代の僕ら

一般書 パオロ・ジョルダノ 著

「コロナ」この災いに立ち向かうために僕らはこれから何をしたらよいのか。イタリア人作家が贈るエッセイ集。 **New!**



### ニッポンじゃアリエナイ世界の国

児童書 斗鬼 正一 監修

世界にはたくさんの国があり、それぞれ日本では「アリエナイ!」文化があります。世界のくらしがわかる一冊。 **New!**



### まほうのおまめ

児童書 松本 春野 文・絵

とうふやししょうゆは大豆からできています。しかし、自給率はたった7%。大豆の大切さを親子で学ぶ食育絵本。 **New!**



### 図書館の最新情報

最新の図書館の情報や様子をインターネットで発信しています。  
ホームページ URL  
<http://nichinan.milib.jp/toshow/index.asp>



### QUIZ!

クイズ 地球は今何歳でしょうか?  
絵本「僕は〇〇歳」を読んでね。  
答えは24ページ下

## 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。

## 新鮮な地場産品と鮮やかなひまわり ～道の駅酒谷・坂元棚田～

“酒谷の坂元棚田でひまわりの花を無料で配布します”という新聞記事を読み、母を誘い、酒谷方面へ向かいました。棚田では、坂元棚田保存会の皆さんが育てたひまわりを、摘んで持ち帰ることができるように開放されていました。棚田一面に黄色のじゅうたんを広がったような鮮やかなひまわりの花に元気をもらいました。

次に向かったのが、道の駅酒谷。新鮮な野菜、果物、草団子などが所狭しと並び、すべてが、みずみずしく、おいしそう。思わず、大きなスイカと定番の草団子を購入。さっそく自宅でスイカを冷やし、食してみると、甘く優しい味のスイカに思わず笑みが。小さい頃、家族で「小布施の滝」に行き、川でスイカを冷やし、食べたことをふと思い出しました。皆さんも、地元の食材が揃った、道の駅酒谷に足を運んでみませんか。館内には、必ずマスク着用で、三密を避けながら、地元の食材を存分に楽しんでください。



## ケイトが紡ぐ 米の輪

もうすぐ1年

去年の8月4日、私は他のフロリダ州出身のジェットプログラム参加者48人(外国語指導助手45人、国際交流員3人)と共に東京に到着しました。時差ボケはひどかったのですが、未来への希望にとってもワクワクしていました。大多数のジェットプログラム参加者と違って、初めての来日ではなかったのですが、とても緊張していたことを覚えています。

到着日の晩は、すごく疲れていましたが、ホテルから近いファミレスで、友達と会いました。東京生まれ、東京育ちの彼女は、私の新しい仕事にとっても興味を持っていました。そして、彼女はこんなことを言いました。

「宮崎県へ引っ越すの? 宮崎?? すごくきれいな県だけど、ケイトちゃんは、シティガールじゃない? うわ、田舎生活できる?」

確かに私は都会育ちで、少し不安もありました。でも結局、この「田舎生活」が大好きになりました! 豊かな美しい自然、新鮮な食べ物、親切な人たちなど、私にとって日南生活は魅力的なものばかりです。

最近、新型コロナのせいで、やりたい仕事ができず、皆さんと触れ合える機会が減り、すごく残念に感じています。皆さん、今年の後半は、新しい英会話教室やイベントなどを楽しみにしていただきたいね。一緒に楽しみましょう!

日南



新型コロナウイルス接触確認アプリのインストールをおねがいします

令和2年8月3日現在

自分をまもり、大切な人をまもり、地域と社会をまもるために、**接触確認アプリ**をインストールしましょう。

厚生労働省 COVID-19 Contact Confirming Application

# 新型コロナウイルス接触確認アプリCOCOA

COCOAは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。

○本アプリは、利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能(Bluetooth)を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができるアプリです。

○利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用が増えることで、感染拡大の防止につながることを期待されます。

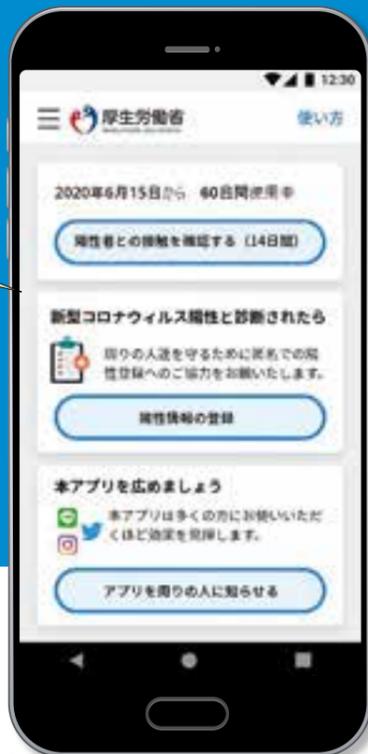
アプリのインストールや詳しい情報はこちらから

厚労省 接触確認アプリ

検索

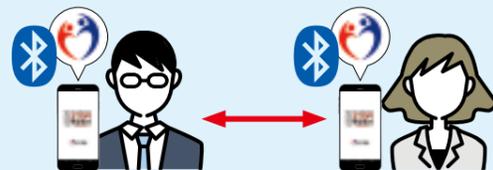


[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa\\_00138.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html)



\*画面イメージ

## 1メートル以内、15分以上の接触した可能性



- ・接触に関する記録は、端末の中だけで管理し、外にはできません。
- ・どこで、いつ、誰と接触したのかは、互いにわかりません。
- ※端末の中のみで接触の情報(ランダムな符号)を記録します。
- ※記録は14日経過後に無効となります。
- ※連絡先、位置情報など個人が特定される情報は記録しません。
- ※Bluetoothをオフにすると情報を記録しません。

●問い合わせ 健康増進課 ☎(31)1129



# グリーンフラッグプラス(家庭版)とグリーンカード運動を推奨します

(令和2年8月3日現在)



日南市では、新型コロナウイルス感染症対策として、家庭における感染予防対策のさらなる意識付けを目的とした「グリーンフラッグプラス(家庭版)」と、主に接待を伴う飲食店に入店する際に、自分の名前と連絡先を記入したカードを提出する「グリーンカード運動」の取り組みを推奨します。

## グリーンフラッグプラス(家庭版)

### ●ステッカーの掲示

今回配布するステッカーを玄関や家の中などに掲示して、さらなる感染予防対策を意識付けましょう。

### ●オリジナル缶バッチの配布

日南市では、感染予防対策として、事業所などによる取り組みであるグリーンフラッグ(日南モデル)と、市民による取り組みであるグリーンフラッグプラス(家庭版)を推奨しております。この両方の取り組みを推進いただける方に、オリジナル缶バッチを無償で配布します。

### ●配布場所

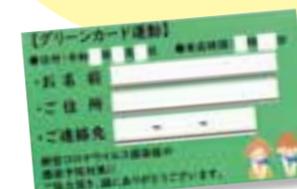
市役所本庁駐車場のプレハブ会議室棟の新型コロナウイルス感染症市民生活・経済対策推進室、北郷町・南郷町地域振興センター、各支所、出張所で、直接お越しいただける方に配布します。

## グリーンカード運動

クラスター(集団感染)が発生した場合、県や保健所が濃厚接触者の追跡を迅速に行えるようになり、感染拡大防止につながる取り組みです。

グリーンカードのひな型は、市のホームページからダウンロードできます。接待を伴う飲食店を対象にしておりますが、それ以外の事業所でも、趣旨をご理解いただき、ご賛同いただければ、グリーンカード運動の取り組みをお願いします。

主に接待を伴う飲食店に入店する際に、自分の名前と連絡先を記入したカード(メモ用紙や名刺の代用)を箱などに入れます。



●問い合わせ 健康増進課 ☎(31)1129



この提案を受け、市としては、市民の皆さまに向けて「グリーンフラッグプラス運動」の推奨をしてまいります。実施していただくことは、これまでもお伝えしているのとおり、こまめな手洗いや咳エチケット、毎日の検温などです。新型コロナウイルスの流行が始まって数カ月が過ぎ、頭では分かっているけれども、だんだん手洗いなどの徹底がおろそかになっていないでしょうか？

この「プラス運動」に加えて、右上に書いていますように「グリーンカード運動」もスタートします。万が一、クラスターが発生した場合、大変重要になりますし、お店に行く時に感染対策をしてから行くとう意識を高めてもらう効果もあります。健康も経済も守るために、市民一丸となって努力していきましょう。

国の政策で「GOTOキャンペーン」が話題となっており、この両立の難しさを表している事例ともいえると思えます。そのような中、今回の自治会連合会からの要望は大変ありがたく、加えて本質を突いたものだと考えています。つまり、お店が感染対策をするだけでは完全でなく、市民一人ひとりが家庭内や外出先においても高い意識を持たなければならぬという指摘は、大変重要です。

7月2日、日南市自治会連合会から要望書を受け取りました。その要望項目の一つが、「グリーンフラッグプラス(家庭版)」をつくり「新しい生活様式」の推進を図ってほしいというものでした。

グリーンフラッグについては、これまで何度か市広報誌でも特集してきましたとおり、新型コロナウイルス感染症対策を実施している店舗・事業所を可視化することによって、市民に安心して利用していただくものであり、「感染対策」と「経済活動」の両立を目指す取り組みです。

7月2日、日南市自治会連合会から要望書を受け取りました。その要望項目の一つが、「グリーンフラッグプラス(家庭版)」をつくり「新しい生活様式」の推進を図ってほしいというものでした。

## 市長日記

日南市長 崎田恭平





日々の小さな幸せを 写真に残す手助けがしたい



かわ そえ かえで 川添 楓さん 平成3年生 飢肥地区 ※連絡先 ☎090(8837)0446

フリーランスカメラマンとして活躍する楓さん。カメラとの出会いは、高校3年生の頃。母から譲り受けたカメラがきっかけで、その魅力にのめり込み、専攻できる大学へ進学。卒業後、アシスタントを経験し、スタジオを持たない写真家として、関東で4年ほど活躍します。人生で一度は海外生活を経験し、人間の幅を広げたいと、昨年オーストラリアへ留学。日本では味わえない多くの経験を積みました。

これからについて、「地元日南で、何気ない日常を、写真として残していく手助けがしたい。何十年後かに家族がその写真を見て、幸せな気分になってもらえれば」と笑顔で話をしてくれました。

座右の銘 Let it be(あるがままに)

生徒全員 自らあいさつできる学校を目指して

生徒会長と男子ソフトテニス部のキャプテンとして日々活動する優飛さん。

責任を持って何かに挑戦したいと思い生徒会役員に立候補。現在は、会長としてさまざまな場面で、リーダーとなる機会が増えたことで、自覚も芽生え、自ら率先して行動するようになりました。また、毎日の授業態度も意識を高く持つようになりました。

生徒会活動では、生徒総会で課題として出た「あいさつ」を、今年度作成した学校生活マニュアルの一部に取り入れ、実践しています。「生徒一人ひとりが、先輩後輩の立場を意識し、あいさつや言葉遣いができる、礼儀正しい学校を目指したい」と思いを語ってくれました。

将来の夢 検察官



東郷小中学校 かわの ゆうひ 9年生 河野 優飛さん

出会った周りの人々に恵まれて 毎日が楽しく充実しています



おかもと りょう 岡本 凌さん 平成7年生 吾田地区 ※上方1765 ☎(27)1311

株式会社ニチワ\*に勤める凌さん。出身は宮崎市ですが、大学時代の教授の紹介をきっかけに日南市で働くことに。部活の遠征で数回しか訪れたことのない日南市は「遠いところだな」程度のイメージしかなかったようですが、就職して出会った周りの人々にすぐ恵まれたお陰で、今は充実した日々を送っていると語ってくれました。

高校時代にしていた野球を現在も続ける傍ら、釣りや筋トレなど、様々な趣味を持つ凌さん。その中でも、職場の方が投稿するYoutube動画にもダイエット企画などで多数出演させてもらい、これが一番楽しいと笑顔で話していました。

座右の銘 人と人のつながりが大切

残り少ない中学校生活 心に残る演奏を

生徒会副会長と吹奏楽部の副部長として活動を頑張る七海さん。入学後の部活動紹介で、吹奏楽部の先輩方の演奏を聴いて「演奏で人の心を動かせるっていいな」と思い、吹奏楽部に入部。1年生の時には、県のコンクールで銀賞を受賞し、南九州大会に出場。楽器は、ティンパニやドラムなどの打楽器を担当しています。

中学校生活ラストの年、「コロナの影響で、たくさんの行事が例年とは少し違う形での開催となるのが悲しいです。しかし、私たちにしかできない喜び、達成感、充実感で満ちあふれるような行事になるよう、みんなで頑張ります」と笑顔で話してくれました。

将来の夢 IT関係



油津中学校 まつ た なな み 3年生 松田 七海さん

健康

令和2年度 結核検診 (飢肥・油津地区)

医療機関ですでに撮影が済んでいる方は、健康増進課 ☎(31)1129)までお知らせください。どの会場でも、受診できます。受診時にはマスクの着用をお願いします。

■対象者 65歳以上の方  
※職場・病院で検診を受ける機会のない方はぜひ受けてください。

■費用 無料  
■持っていくもの 受診票:当日は、受診票(ハガキ)を必ずご持参ください。受診票のない方は、お問い合わせください。

■服装 無地のTシャツ又は、ボタンのない下着を着ておいでください。

■検診結果 約1カ月後精密検査が必要な方のみお知らせします。

注意:異常なしの方にはお知らせしません。

■肺がん検診を申し込まれた方へ

肺がん検診と結核検診を重複して受診する必要はないため、今年度肺がん検診を申し込まれた方には結核検診案内(受診票)を通知していません。

●問い合わせ 本庁健康増進課 ☎(31)1129

■検診月日と会場

月日	場所	検診受付時間	
9月1日(火)	原の迫(中央三叉路)	9:30~9:50	
	寺ノ尾公民館	10:05~10:20	
	糺公民館	10:35~10:50	
	今町公民館	11:05~11:30	
	飢肥公民館	13:30~14:10	
	五百禰神社駐車場(楠原)	14:25~14:35	
	山ノ口公民館	14:45~14:55	
9月3日(木)	ファミリーマート日南飢肥本町店	15:05~15:20	
	飢肥公民館	9:30~10:15	
	せんだんの樹裏側(旧吉野方小学校)	10:35~10:50	
	中角研修センター	11:05~11:10	
	上倉石油(畦の丸)	11:30~11:40	
	村上精米所(西ノ村)	13:30~13:35	
	倉掛公民館	13:50~13:55	
9月4日(金)	永吉公民館	14:10~14:25	
	★夜間検診★		
	飢肥公民館	17:30~18:00	
	9月7日(月)	まなびピア	9:30~10:00
		イーハトーブ道路向敷地	10:15~10:40
		サピア日南	10:55~11:30
	油津地区	★夜間検診★	
まなびピア		17:30~18:00	
梅上公民館		9:30~9:50	
梅下公民館		10:10~10:30	
山田商事横		10:45~11:05	
下東公民館		11:20~11:30	
まなびピア		13:30~14:20	
瀨西公民館	14:35~15:00		

お知らせ

募集

イベント

防災

相談

税金

新型コロナウイルスにより納税が困難な方へ

新型コロナウイルスの影響を受け、一定以上の収入が減った場合には、徴収(納税)の猶予を受けられることがあります。申請が受理された場合、各納期から、最大で1年間、延滞金が増加されず、督促もされません。

■対象となる方  
令和2年2月以降の任意の期間(1カ月以上)において、事業や給与などに係る収入が、前年同期と比べて**20%以上減少**しており、税目ごとの納付期限までに、納税することが困難な方。

●問い合わせ  
本庁税務課 納税管理係  
☎(31)1122

生活

9月10日は「下水道の日」

下水道には、公衆衛生の向上、公共用水域の水質保全、浸水被害の解消といった役割があります。下水道には布やティッシュ、油、生ごみなどを流さないようにしましょう。

■令和2年度下水道推進標語  
「マンホール 町をきれいに する とびら」

■その他  
毎年、9月10日を中心に下水道に関するイベントが全国的に展開されます。日南市では、例年、街頭キャンペーンを行っていましたが、今年度は新型コロナウイルス感染症に対する十分な感染対策がとれないため、中止とさせていただきます。

●問い合わせ  
下水道課(日南下水終末処理場内)  
☎(23)9977



福祉

「生活のこと」「仕事のこと」などで悩んでいませんか  
生活困窮者 自立支援制度

生活困窮者自立支援制度は、生活費、病気・健康、住まい、仕事探し、債務、ひきこもり、不登校、食べる物がないなど、さまざまな事情により生活に困っていらっしゃる方に対して、自立に向けた支援を行うもので、各種関係機関と連携しながら相談者と一緒に関与を目指すものです。平成26年度から「日南市生活自立サポートセンター」が支援を行っています。ひとりで悩まないで、お気軽にご相談ください(相談無料・秘密厳守)。

■支援内容  
●自立相談支援事業  
抱えている不安や困りごと全般の相談に対して、支援員と一緒に考え、具体的な支援プランを作成し、寄り添いながら自立に向けた支援を行います。  
●就労支援事業  
自立に向け、就労支援員が就職や継続就労などの支援を行います。  
●住居確保給付金事業  
離職や休業等の収入減少などによって家賃が払えず、住居を失った、または失うおそれの高い生活困窮者に対し、要件に基づいて、有期で家賃相当額の支給を行います。

●問い合わせ  
日南市生活自立サポートセンター(日南市社会福祉協議会内)  
〒887-0021 日南市中央通1-8-1  
☎(31)1152 FAX(27)3533  
※9時~16時(土・日・祝日・年末年始を除く)



行政

10月1日は国勢調査  
国勢調査 2020

●問い合わせ 日南市国勢調査事務局(総合戦略課) ☎(32)0500

こども

保育料の寡婦(夫)控除のみなし適用

市では、認可保育所や認定こども園などの保育料算定に当たり、婚姻歴のないひとり親世帯を対象に、税制上の寡婦(夫)控除のみなし適用をしています。適用を受けるためには申請の手続きが必要です。

■対象者  
認可保育所、認定こども園、小規模保育事業所の保育料が発生している方で、以下の全てに該当する方  
①婚姻によらず母(父)となり、その後、婚姻(事実婚を含む)していない。  
②生計を一にする20歳未満の子(合計所得金額が38万円以下で、ほかの人の控除対象配偶者や扶養親族となっていない場合に限る)がいる。  
③父の場合、合計所得金額が500万円以下である。

■申請方法  
児童扶養手当証書(または母子及び父子家庭等医療受給資格証か、発行から3カ月以内の戸籍謄本)と印鑑を持参し、こども課で申請してください。

■その他  
●みなし適用を行っても、保育料が減額にならない場合があります。  
●実際の所得税や市民税は、この申請により軽減されることはありません。

●問い合わせ 本庁こども課 こども保育係 ☎(31)1131

お知らせ

募集

イベント

防災

相談

九電送配からの  
お知らせ

台風時の停電に備えましょう!

台風時の停電情報をチェック!

台風による停電時には、電話が繋がりにくくなることがあります。台風等非常災害時の停電情報は下記のホームページでもご確認ください。

■パソコン・スマートフォン版ホームページ  
[https://www.kyuden.co.jp/td\\_index](https://www.kyuden.co.jp/td_index)

■携帯電話版ホームページ  
[http://kyuden.jp/tdmb\\_index](http://kyuden.jp/tdmb_index)

九電送配 検索 「九電送配」で検索してください。

メールサービス

台風による停電時には、ご登録いただいたメールアドレスに停電情報を配信いたします。詳しくは、上記ホームページをご覧ください。



ご登録は  
コチラから!

停電への備え

・強風で飛ばされるおそれがあるものは、あらかじめしっかり固定しましょう。  
・普段から分電盤の位置を確認しておきましょう。通常、分電盤は玄関・台所・脱衣所・廊下等の上部に設置されています。

停電時に必要なもの(例)

- 携帯ラジオ  懐中電灯  飲料水
- 乾電池  携帯電話の充電器(電池式)
- ため水(生活用水)

災害が起きたら

切れた電線は感電のおそれがあり大変危険です。絶対に触らず九電送配へご連絡ください。

傷ついたり、水につかった電気器具、コードは漏電や火災の原因となります。必ず電気店などで点検ください。  
(注)集中豪雨時等もご注意ください。



日南地区

月日	時間	場所	
9月14日(月)	9:20 ~ 9:25	上白木俣停留所	酒谷地区
	9:35 ~ 9:45	旧JA深瀬支所跡	
	9:55 ~ 10:05	坂元公民館下	
	10:15 ~ 10:25	名尾の下公民館	
	10:35 ~ 10:45	秋山停留所	
	10:55 ~ 11:05	西ノ園公民館	
	11:15 ~ 11:25	酒谷支所	
9月14日(月)	11:35 ~ 11:45	深川商店前 岩下建設	

月日	時間	場所	
9月16日(水)	9:00 ~ 9:05	上塚田研修センター	細田地区
	9:15 ~ 9:25	下塚田公民館	
	9:35 ~ 9:45	東下中公民館	
	9:55 ~ 10:00	仏坂公民館	
	10:05 ~ 10:10	茶円公民館	
	10:15 ~ 10:25	大窪公民館	
	10:35 ~ 10:40	寺村公民館	
	10:50 ~ 10:55	南平ゴミステーション附近	
	13:40 ~ 13:55	旧細田支所 (JA細田支所)	
	14:05 ~ 14:25	旧JA下方支所	
9月16日(水)	14:40 ~ 15:00	大堂津海水浴場駐車場	

月日	時間	場所	
9月17日(木)	9:00 ~ 9:10	山王停留所	吾田地区
	9:15 ~ 9:20	下隈谷公民館	
	9:30 ~ 9:40	中隈谷公民館	
	9:50 ~ 9:55	上隈谷公民館	
	10:05 ~ 10:20	中浦公民館	
	10:25 ~ 10:35	日後谷公民館	
	10:40 ~ 10:55	後河内公民館	
9月17日(木)	11:05 ~ 11:15	針町公園	
9月17日(木)	11:25 ~ 11:35	中央区公民館	

月日	時間	場所	
9月18日(金)	9:10 ~ 9:20	向原公民館	吾田地区
	9:30 ~ 9:40	星倉住宅公民館	
	9:50 ~ 10:10	横手公民館	
	10:20 ~ 10:35	星倉山瀬公民館	
	10:45 ~ 10:55	日南市教育支援センター	
	11:05 ~ 11:15	中央団地集会所	
	13:10 ~ 13:20	中央街区公園 (文化センター横)	
	13:35 ~ 13:40	下水終末処理場	
	13:50 ~ 14:00	中平野公民館	
9月18日(金)	14:10 ~ 14:25	桜ヶ丘公民館	

月日	時間	場所	
9月23日(水)	9:00 ~ 9:15	天福球場下	油津地区
	9:25 ~ 9:35	なかよし公園	
	9:45 ~ 10:00	みなと児童遊園	
	10:10 ~ 10:20	梅下公民館	
	10:30 ~ 10:40	梅上公民館	
	10:50 ~ 11:00	鶴木街区公園	
9月23日(水)	11:10 ~ 11:25	まなびピア	

月日	時間	場所	
9月24日(木)	9:10 ~ 9:20	中角研修センター	飫肥地区
	9:30 ~ 9:40	旧吉野方小学校下	
	9:50 ~ 10:00	畦の丸公民館	
	10:25 ~ 10:30	おおはし茶屋	
	10:45 ~ 10:55	永吉公民館	
	11:00 ~ 11:10	本町橋下河原	
	11:20 ~ 11:30	旧楠原消防詰所前	
9月24日(木)	11:40 ~ 11:50	山ノ口公民館	

月日	時間	場所	
9月25日(金)	9:00 ~ 9:10	前鶴公民館	飫肥地区
	9:20 ~ 9:30	大手公民館	
	9:40 ~ 9:50	JA飫肥支所	
	10:05 ~ 10:10	荒平公民館	
	10:25 ~ 10:40	下板敷研修センター	
	10:50 ~ 11:00	原之迫公民館	
	11:10 ~ 11:25	飛ヶ峯街区公園	

月日	時間	場所	
9月27日(日)	9:00 ~ 9:30	まなびピア	その他
	9:45 ~ 10:10	東郷公民館	
	10:25 ~ 10:50	飫肥公民館	
9月27日(日)	11:05 ~ 11:40	日南保健所	

月日	時間	場所	
9月28日(月)	9:00 ~ 9:20	平山公民館	東郷地区
	9:30 ~ 9:40	風田区交流センター	
	9:50 ~ 10:00	乙東公民館	
	10:10 ~ 10:20	東郷公民館	
	10:30 ~ 10:45	益安構造改善センター	
	11:00 ~ 11:15	松永集落センター	
	11:25 ~ 11:40	殿所公民館	

月日	時間	場所	
9月29日(火)	9:10 ~ 9:15	大浦墓地広場	鶴戸地区
	9:25 ~ 9:30	小吹毛井公民館	
	9:40 ~ 9:50	鶴戸公民館	
	10:00 ~ 10:10	鶴戸支所	
	10:20 ~ 10:25	小目井公民館	
	10:35 ~ 10:45	富士集落センター	
	10:55 ~ 11:00	大字伊比井1353番地 (日高宅前)	
	11:10 ~ 11:25	伊比井宮農研修センター	

生活 犬の登録と狂犬病予防注射日程表

犬を1頭ごとに登録し、狂犬病予防接種を年1回受けることは、法律で義務付けられています。各会場で登録と予防接種ができますので、犬を飼われている方は、飼い犬と一緒にご来場ください。また、実施後は犬の鑑札と注射済票を飼い犬に装着してください。



- 手数料(1頭につき) (犬の登録) 3,000円 (狂犬病予防接種) 3,300円
- 持っていく物 受付票 ※日南市で登録済の方のみ
- その他
  - ・多少時間が前後することがあります。ご了承ください。
  - ・最寄りの会場以外でも、受け付けできます。
  - ・近くの動物病院(日南・串間)でも、同料金で登録と予防接種ができます。

●問い合わせ 本庁地域自治課 市民生活係 ☎(31)1176  
 北郷町地域振興センター 住民係 ☎(55)2111 南郷町地域振興センター 住民係 ☎(64)1111

北郷地区

月日	時間	場所
9月7日(月)	9:10 ~ 9:20	坂元山村振興会館
	9:30 ~ 9:40	昼野公民館
	9:50 ~ 10:00	平佐公民館
	10:30 ~ 10:35	河原谷公民館
	11:00 ~ 11:10	曾和田バス停前
	11:20 ~ 11:30	黒荷田公民館
	11:40 ~ 11:50	田代バス停前
	13:10 ~ 13:25	大戸野公民館
	13:40 ~ 13:50	山仮屋バス停前
	14:10 ~ 14:20	谷合バス停広場
9月7日(月)	14:30 ~ 14:40	宿野公民館

月日	時間	場所
9月8日(火)	9:10 ~ 9:20	内之田公民館
	9:30 ~ 9:40	倉迫公民館
	9:50 ~ 10:05	大藤消防詰所
	10:15 ~ 10:30	立野公民館
	10:40 ~ 10:50	新町公民館
	11:00 ~ 11:10	菱崎公民館
	13:10 ~ 13:20	鶴之木公民館
	13:30 ~ 13:50	中央公民館
9月8日(火)	14:00 ~ 14:10	上郷会館

月日	時間	場所
9月13日(日)	9:00 ~ 9:55	北郷町地域振興センター



南郷地区

月日	時間	場所
9月9日(水)	9:30 ~ 9:35	札之尾地区ふれあいセンター
	9:55 ~ 10:10	榎原コミュニティーセンター
	10:20 ~ 10:30	中講担い手研修施設
	10:45 ~ 10:55	下講集落センター
	11:10 ~ 11:25	谷之口多目的研修施設
	13:40 ~ 13:55	津屋野研修集会施設
	14:05 ~ 14:20	上中村公民館
	14:30 ~ 14:45	榎之平団地公園
	14:55 ~ 15:10	西町体育館

月日	時間	場所
9月10日(木)	9:30 ~ 9:40	大牟礼地区多目的集会施設
	9:50 ~ 10:00	笹之久保宮農集会施設
	10:15 ~ 10:25	大迫研修集会施設
	10:35 ~ 10:50	原向地区ふれあいセンター
	11:00 ~ 11:15	和田地区ふれあいセンター
	11:25 ~ 11:45	脇本集落センター

月日	時間	場所
9月11日(金)	9:30 ~ 9:45	栄松A団地集会場
	9:55 ~ 10:15	栄松漁民研修センター
	10:25 ~ 10:40	外浦自治公民館
	10:50 ~ 11:00	贅波地区集落農村集会所
	11:15 ~ 11:20	夫婦浦漁民研修施設
9月11日(金)	13:40 ~ 14:00	B & G海洋センター
9月11日(金)	14:10 ~ 14:30	旧南郷町総合支所 正面玄関前

月日	時間	場所
9月13日(日)	10:45 ~ 11:45	旧南郷町総合支所 正面玄関前

福祉

「愛の訪問連絡員」をご存じですか

日常生活の見守りが必要な一人暮らし高齢者や高齢者だけの世帯が年々増加していますが、行政だけでは十分な支援が困難となっています。愛の訪問連絡員になって、一緒に地域の高齢者を見守りませんか。

■愛の訪問連絡員の役割

高齢者の話し相手や声掛けなどの安否確認をします。また、必要に応じて、高齢者の日常の不安などを、民生委員を通して行政に伝えていただきます。

■愛の訪問連絡員になるには

地区の役員から「愛の訪問連絡員」になっていただくよう依頼があります。その際は、ご協力をお願いします。

●問い合わせ

本庁長寿課 高齢者支援係 ☎(31)1162

認知症予防のための「ひらめき教室」参加者

65歳以上の市民の方を対象に「パソコンプログラム」をもとにした、脳の活性化を実感しませんか。男性も参加しやすい内容です。詳しい内容については、長寿課までお問い合わせください。

申し込んだ方には、案内書を郵送します。

■日程 全10回開催

10月1日～12月3日までの毎週木曜 ※10月第4週のみ10月23日金曜

9時30分～11時30分

■場所 南郷健康福祉センター

■定員 10人

■準備物 ノートパソコン

※お持ちでない方は、申込みの際にお伝えください。

■費用 紙代などは実費

■申込期限 9月11日(金)

■その他

新型コロナウイルス感染症の影響

により、内容の変更や中止となる場合があります。

●申込・問い合わせ

本庁長寿課 地域包括ケア推進係 ☎(27)3154

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・適正な利用にご協力ください。

救急車は地域の限られた救急資源



●問い合わせ 消防本部 警防課 ☎(23)7584

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。また、平日受診が難しい方は、日曜検診(要予約)を実施しますので、この機会にぜひ、受診してください。

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。



胃・大腸がん検診 (吾田・南郷会場)

■対象者 40歳以上

■持っていくもの 受診票、大腸がん検診容器(受診者のみ)、検診料金、健康手帳

■受付時間 8時～10時(大腸がん検診のみの方は9時～10時)

月日	場所
8/28(金)	星倉住宅公民館
9/1(火)	中平野公民館
9/2(水)	星倉山瀬公民館
9/3(木)	星倉山瀬東公民館(旧青年の家)
9/4(金)	南郷健康福祉センター
9/6(日)	※要予約
9/7(月)	中央団地集会所

子宮頸がん検診 (油津・南郷会場)

■対象者 20歳以上の女性

■持っていくもの 受診票、検診料金、健康手帳

月日	受付時間	場所
9/4(金)	9時～10時	まなびピア
	13時～14時	南郷健康福祉センター

■その他

新型コロナウイルスの状況によっては、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

消防

「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。

連動型のイメージ



火事です! 火事です!

連動型の住宅用火災警報器が安心です。

●問い合わせ 消防本部 予防課 ☎(23)7584

募集 松原第8アパート入居者

松原第8アパートはリノベーション工事を行い、令和元年8月に完成。最初の入居者の方を随時募集しています。玄関・内装・設備などを新しい製品と取替え、間取りを変更することにより、新築アパート同様の機能性を確保しました。

●申込み要件については、他の市営住宅と同様ですので、詳しくはお尋ねください。



洋間から和室



キッチン



間取り

住宅名	間取り広さ	家賃	階数	建設年度	単身入居	小学校区	風呂釜給湯器	トイレ
松原第8アパート	2DK 56.4㎡	13,800円～27,100円	4階～5階	S50	不可	油津小	ガス給湯器	水洗

●申込・問い合わせ

本庁財産マネジメント課 住宅係 ☎(31)1140

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、借用人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



募集 市民の「健康づくり」を応援する サポート企業・団体(通称:サポケン)

日南市と連携し、日南市民の「健康づくり」を応援・サポートしていただける企業・団体などを募集します。いま話題の「健康経営」にも通じる取り組みと成り得るものです。「ぜひ参加したい!」という企業・団体などがありましたら、ご応募をお願いいたします。サポケン企業として、日南市民の「健康づくり」を盛り上げていきましょう。

●問い合わせ 本庁健康増進課 ☎(31)1129

■応援・サポート内容の例

- 各種検診(健診)受診者に対する、商品、製品、サービス(割引券など)の提供
- 市が行う健康づくり事業に対する支援や、周知・広報
- 企業、団体(職場)単位での自主運動教室の開催や、各種検診(健診)受診への取組など
- ※「健康づくり」への支援として取り組んでいただけるサポート活動です。

■登録企業・団体名(令和2年7月末現在) ※企業・団体やサポート内容は、追加・変更などが行われる場合があります。

No.	企業名等	サポート内容
1	株式会社南郷包装	各種健(検)診を受診された方へ、「道の駅なんごう」でのお食事メニューなどを割引
2	宮崎第一信用金庫	国保特定健診、後期高齢者健診を受診された方へ、定期預金の優遇金利制度を実施
3	合同会社T-CARE	65歳以上で各種健(検)診を受診された方への割引サービス「リハステップ郷」における割引
4	酒谷むらおこし株式会社	各種健(検)診を受診された方への無料サービス グラウンドゴルフセット一式の無料貸し出し&広場の利用
5	宮崎県南部信用組合	国保特定健診、後期高齢者健診、若年者健診を受診された方へ、定期預金の優遇金利制度を実施
6	第一生命保険株式会社 宮崎支社	各種健(検)診受診や、健康寿命延伸に向けた市の取組の周知・啓発(健康ポイント事業のチラシ配布による広報活動)

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
●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)



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
9月9日(水) 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



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
9月13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。
●申込・問い合わせ
日南公証役場 ☎(23)5430



厚生年金相談

■相談対象
高齢、障害、遺族などの年金請求および相談
■日時・場所
9月24日(木) 10時～
市役所 別館2階会議室
■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
8月24日(月)～9月17日(木)
※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。



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
9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)
9月8日(火) 10時～12時
・北郷福祉センター
・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



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
9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
●申込・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)



イベント

夏休み体験学習 中止のお知らせ

今年度で5回目となる第5回さくらんぼ会夏休み体験学習「夏カレー作り」は、新型コロナウイルス感染症の影響により小中学校の夏休みが短縮されたこと、また、感染予防を図るため、中止になります。

●問い合わせ
NPO法人チャイルドハウス・さくらんぼ ☎(67)5117

南郷大島ミュージアム

～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～

日向灘に浮かぶ無人島「大島」を博物館に見立て、県内の芸術家や地元南郷地区の小中学生の作品を展示する他、チョウをはじめ大島の資源を活用した様々なイベントを実施し



日南子ども食堂

■日時
8月22日(土)
11時30分～13時30分
■場所



ます。
■会場
10月17日(土)～12月6日(日)
■会場
南郷町大島、目井津港周辺
■その他

「南郷大島ミュージアム」については、屋外でのイベントであることから、開催にあたっては新型コロナウイルス感染症対策を充分にとりますが、状況により変更になる場合があります。

●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

図書館イベント

「憩いの森」手芸(お月見うさぎ)

フェルトを使って、うさぎのマスコットを作ります。
■日時
9月9日(水) 10時～11時
■場所
北郷図書館
■参加料
無料
■対象・定員
成人・5人
■持っていく物
裁縫道具
●問い合わせ
北郷図書館 ☎(55)2469

■配布場所
南郷図書館カウンター
■対象・定員
なし
●問い合わせ
南郷図書館 ☎(64)0924



レファレンスサービスを知っていますか

どう調べれば良いのか分からない、自分なりに調べたけど納得いかない。そんな時は司書が調べものをお手伝いします。一緒にとことん調べましょう。

■日時
9月10日(木)
①10時～11時
②11時～12時
③14時～15時
■場所
まなびピア図書館内
■参加料
無料
■対象・定員
一般・3人
■申込方法
館内にある申込書を記入の上、カウンターにお持ちください。
■申込期限
9月4日(金)
●問い合わせ
まなびピア図書館 ☎(22)5666



大にちなん PVチャンネル 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」と検索すると、動画広報をお楽しみいただけます。
最新動画のご紹介 「日南のお弁当が好きい～♡ ②カレー弁当」(日南市役所 好きい～部 256)

お知らせ

募集

イベント

防災

相談

お知らせ

募集

イベント

防災

相談



# 熱中症を予防しましょう

今年、新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、3密(密集、密接、密閉)を避けるなど「新しい生活様式」における熱中症予防行動をとりましょう。

## ① 暑さを避けましょう

- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放により換気を確保しつつ、エアコンや扇風機を使い、室温28度を目安に、こまめに調整しましょう。
- ・急に暑くなった日などは特に注意し、暑い時間帯は無理をしないようにしましょう。
- ・体を締めつけにくい涼しい服装にしましょう。

## ③ 適宜マスクをはずしましょう

- ・気温や湿度の高い中でのマスク着用は注意が必要です。
- ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は、マスクをはずしましょう。
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人と十分な距離をとった上で、適宜マスクをはずして休憩をとりましょう。

## ② こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給し、1日あたり1.2Lを目安にとりましょう。
- ・大量に汗をかいた時は、塩分も補給しましょう。



## ④ 日頃から健康管理をしましょう

- ・体温測定、健康チェックを日頃から行い、体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養しましょう。



高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。

●問い合わせ  
健康増進課 ☎(31)1129

## 日曜・祝日在宅当番医

2020年  
9月

※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。  
※発熱がある場合は、受診する医療機関に事前に電話での連絡をお願いします。

日付	医療機関	☎
6日(日)	春光会記念病院(内科・外科) 岡村クリニック【串間】(整形外科)	(22)2324 (72)7710
13日(日)	山口内科クリニック(内科) 松田整形外科医院(整形外科) 吾社クリニック【串間】(内科)	(31)1081 (23)1151 (71)3411
20日(日)	おび中央病院(内科) 小玉共立外科(外科) ゆうゆうの森クリニック【串間】(内科)	(25)2525 (24)0777 (55)9111
21日(月・祝)	長鶴医院(精・内科) 津曲小児科医院(小児科) 中島医院【串間】(内科・小児科)	(23)8783 (22)2175 (72)5202
22日(火・祝)	きよひで内科クリニック(内科) 新木医院(内科) 県南病院【串間】(神・精・内科)	(22)5111 (55)4101 (72)0224
27日(日)	島田内科胃腸科(内科・胃腸科) でざわ小児科(小児科) のだ小児科医院【串間】(小・アレ)	(23)2233 (31)0330 (71)1112

## 日曜・祝日当番薬局

2020年  
9月

※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)	とまと薬局日南店	(27)3222
13日(日)	ほしくら薬局 おおた薬局	(31)1044 (22)5006
20日(日)	平部薬局 あがた東薬局 つばみ薬局北方店【串間】	(25)1666 (21)1536 (71)1150
21日(月・祝)	岡留薬局	(22)2220
22日(火・祝)	とだか調剤薬局	(31)0875
27日(日)	堺薬局	(21)1201



旬の味覚をご紹介  
今が旬

Let's cook!!

エネルギー  
28kcal  
1人分

## 食材 ゴーヤ

**栄養・特徴** ゴーヤに豊富に含まれるビタミンCは、加熱しても壊れにくいという特徴があり、動脈硬化やガンの予防に効果が期待できます。また、鉄分やカルシウムなどのミネラルも多く含まれ、貧血予防や骨や歯の形成に役立ちます。

## ゴーヤの和風和え

**1人分の栄養成分**

- ・たんぱく質 0.9g
- ・脂質 1.3g
- ・炭水化物 3.7g
- ・食塩相当量 1.0g

## 作り方

- 1 だいこんは、薄いちょう切りにし、梅干しは種を除いて包丁でたたき、だいこんと梅干しを和えておく。
- 2 青じそとみょうがは粗みじん切りにする。ゴーヤは縦半分に切って種とワタを除いて、薄切りにする。
- 3 ゴーヤをボウルに入れて塩もみし、水分が出たらしぼって置く。
- 4 ゴーヤ、だいこん、青じそ、みょうがを混ぜ、Aで調味し、お皿に盛ってのりを散らす。

## 材料 4人分

- ・ゴーヤ ……………60g
- ・みょうが ……………1本
- ・塩 ……………1g
- ・梅干し ……………中2個
- ・きざみのり ……………適量
- ・だいこん ……………240g
- ・青じそ ……………5枚

- A**
- ・酢 ……………大さじ2.5
  - ・炒りごま ……………大さじ1
  - ・薄口しょうゆ ……………小さじ1

## 担当者のコメント

暑さで食欲が落ちる夏に、酢の酸味がさっぱりと食べられます。



**食生活改善推進員**  
(左から) 上村さん 河野さん  
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** 梅干し 大1個……食塩相当量 2.2g

**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

## 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。登録は左記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	8月1日現在(推計人口)
◎ 男 23,681(-26)	◎ 人口 50,327(-37)
◎ 女 26,646(-11)	◎ 世帯数 22,230(4)
7月1日~31日	
・出生 16 ・死亡 58 ・転入 95 ・転出 90	

## 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

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。

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

※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。

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(別册)(会員様価格)

- 会葬礼状(30名様分)
- 会葬品1,100円(30名様分)
- 出立て膳(15名様分)
- 法事膳(15名様分)

**基本セット**

- ご遺影写真
- 骨壺・位牌セット
- 祭壇一式
- お棺
- ご安置準備料
- ご遺影写真
- 骨壺・位牌セット
- 祭壇一式
- お棺
- 葬儀資材・運送料
- 受付セット

- お泊りセット
- ドライアイス
- 納棺セット
- 霊柩車

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

家族葬 24万円~  
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。

駐車場  
完備  
90台

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!

ちゅうけん  
**忠建**  
TEL:090-4981-9745  
〒889-2402 宮崎県日南市北郷町郷之原乙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

# うちの宝 まちの宝

皆さまからの投稿をお待ちしています



あなたの笑顔は宝物！  
大好きだよ♡  
これからの成長が楽しみ♡



おね とう せい  
**米崎 冬晟くん(8カ月)**  
父：一義さん、母：のぞみさん(油津)



仲良し兄弟♡  
新生活がんばるぞー！

(写真左) いな もち かなた  
**稲用 奏くん(6歳)**  
(写真右) とうり  
**燈くん(1歳)**  
父：海仁さん、母：未来さん(吾田)

たくさんの笑顔と  
幸せをありがとう😊  
元氣いっぱい育ててね😊



ふる かわ り ひと  
**古川 理仁くん(7カ月)**  
父：仁さん、母：茜さん(南郷)



日南のじいばあばあ  
早く会いたいなあ  
だいすきだよ♡♡♡



い せき こと お  
**伊関 琴音ちゃん(2歳)**  
父：純史さん、母：志穂さん(神奈川)

1歳違いの従兄弟と  
早く一緒に  
遊べるといいね♡



(写真左) な が た ゆ め と  
**永田 夢人くん(7カ月)**  
父：猛夫さん、母：千晶さん(油津)

生まれてきてくれて  
ありがとう！  
スクスク育ってるね！



おお ばやし れい と  
**大林 黎虎くん(3カ月)**  
父：亮輝さん、母：悠里さん(南郷)

「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)。

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 : hishokoho@city.nichinan.lg.jp



左の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。

※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。