

HYUGA
ひゅうが

12 | No.631
2007

平成19年12月1日発行

■特集

12月から市内一部 ～日向中継局～

地上デジタル放送が始まります

■市政の動き

台風など災害に遭われた人の市県民税・所得税の申告について
平成20年4月から後期高齢者医療制度が始まります など



2007夏 平和の尊さを学び、絆を深める――。被爆地「長崎」、激戦の地「沖縄本土」へ小中学生を派遣。

2007年青少年ピースフォーラム
8月8日から9日
 非核平和宣言都市として、次代を担う青少年に、戦争の悲惨さや原爆の恐ろしさ、平和の尊さを伝えることを目的として長崎市に派遣。8月9日の平和祈念式典に参加し、全国の自治体から派遣された青少年のみなさんと学習し、交流を深めました。

財光寺中学校3年

松岡遼平さん

原爆の爆風で25メートルも吹き飛んだ重さ50トもある浦上天主堂の鐘楼を見た時、それほどまでに強い衝撃を人間が受けたと思うと、それだけで身震いしてしまいそうでした。

世界恒久平和のために核は無くさなければならぬと強く思います。

そのために、戦争の事実や平和を願う人たちの思いを多くの人に伝えたいと思います。

日向市中学生平和交流事業 **沖縄県南風原町派遣**

8月22日から24日
 昭和19年、戦禍を逃れるため、南風原国民学校の学童33人が当時の美々津国民学校（現美々津小学校）へ学童疎開したのが縁で、平成16年度から本市の中学生を南風原町に派遣。戦争の悲惨さや尊さを学びました。

富島中学校3年

黒木みなみさん

「もしも、自分が戦争時代に生まれていたら・・・」皆さん、考えたことありますか？沖縄戦の激しさが増すなか、沖縄陸軍病院壕では、当時私たちと同世代の「ひめゆり学徒隊」が、食糧も薬もない暗くてせまい壕の中で、負傷したたくさんの方の兵士の治療にあたったそうです。

そして多くの学徒隊の若い命も戦争の犠牲になりました。今の時代、少しずつ戦争に対する恐怖が薄れる中で、平和の尊さを一人でも多くの人に伝えていきたいと思っています。

沖縄県宜野湾市学童交流～友好の翼～

8月10日から12日
 戦時中の学童疎開が縁で、合併前に姉妹都市としての盟約を交わしていた宜野湾市。東郷町地域自治区内の小学校5・6年生を対象に派遣し、ホームステイをして交流を深めたり、平和学習による戦争の悲惨さ・平和の尊さを学びました。

坪谷小学校6年

横山果菜恵さん

沖縄では、戦争の悲惨さ、方言の意味、沖縄の人たちのやさしさを学びました。

水族館でははく力や、ホームステイやバスの中で話したり、遊んだり、ふざけたりしたときがとても楽しかったです。ホームステイ先の人に「また来いよ」と言われ、機会があったら、ぜひまた行きたいです。

～旅の一句～

沖縄をまんきつできた三日間
 またいつの日かできれば行きたい



▲青少年ピースフォーラム「爆心地で黙とう」



▲～友好の翼～「ひむかいの塔を参拝」

台風など災害に遭われた人の市県民税・所得税の申告（雑損控除）について

台風・火災などの災害で住宅・家財（生活に通常必要な資産）などに損害を受けたときは、確定申告をすることで雑損控除の適用を受けることができます。

準備するものは？

- ①被害を受けた資産の明細（資産内容、資産の取得時期や取得価格など）
- ②災害に関連して支出した金額の明細や領収（資産の取り壊し費用や除去費用などの現状回復費用＝表2）
- ③損害の金額を補てんする目的で支払われた保険金や災害見舞金などの金額がわかるもの
- ④市町村が発行する「り災証明書」

どう計算するの？

控除額の計算式は表3のとおりです。その年の所得金額から控除しきれない場合は、翌年以後3年間繰越すことができます。

店舗や貸家などに損害を受けたときは？

事業用資産などの損失については、事業所得などの必要経費に算入できます。所得金額が赤字になる場合は、その赤字額（純損失の金額）のうち事業用資産などについての損失は、以後3年間繰越すことができます。延岡税務署または申告相談会場で平成20年3月17日（月）までに手続きをしてください。

※申告期日を過ぎると繰越控除ができませんのでご注意ください。

問い合わせ

税務課市民税係
 （☎内線2115、2116）
 または、延岡税務署個人課税部門
 （☎0982-3213303）

1月は償却資産申告の月です

会社や個人で工場や商店などを経営する人が、その事業のために用いている構築物・機械・器具・備品等の有形固定資産を償却資産といい、土地・家屋と同じように固定資産税が課税されます。

償却資産を持つ人は、地方税法第383条の規定により、毎年1月1日現在の所有状況を1月31日までに申告することになっています。

問い合わせ

税務課資産税係
 （☎内線2113）

表1 雑損控除の適用は？

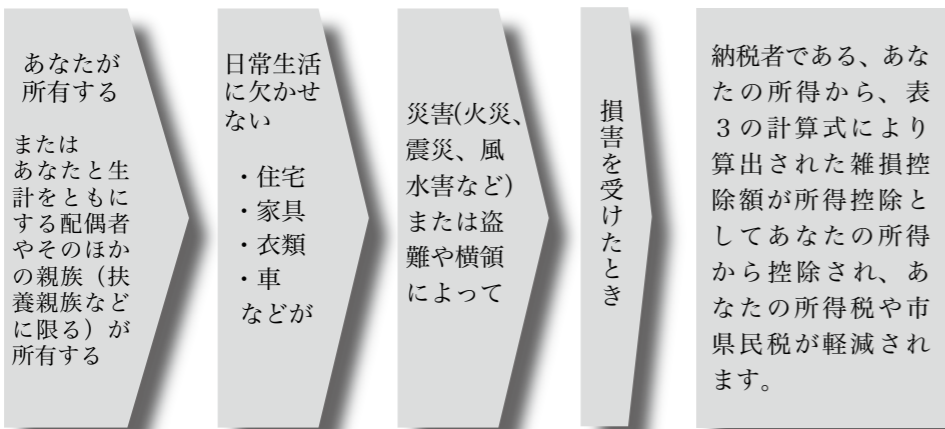


表3 控除額の計算方法

正味の損失額		所得金額の10%
I	その住宅や家財などについて災害、盗難、横領によって（または伴って）生じた損失額（時価） － 保険金や損害賠償金などで補てんされた金額	
II	正味の損失額のうち災害関連支出の金額	5万円

※ 控除額は上記I、IIいずれかのうち多い方の金額です。

●資産種類ごとの主な償却資産

構築物	構築物	構築物
構築物	建物	付属設備
機械及び装置	船舶	航空機
船舶	車両及び運搬具	工具器具及び備品
航空機		
車両及び運搬具		
工具器具及び備品		

路面舗装（駐車場等）、側溝、緑化施設、その他土地に定着した土木設備、看板など
 借店舗・借事務所等に施した造作費、受変電設備、屋外給排水設備など
 土木建設機械、印刷機器、製造機器、クリーニング設備など
 漁船、しゅんせつ船、遊漁船など
 飛行機、ヘリコプターなど
 フォークリフト等の大型特殊自動車、農業用トラクターなど
 冷蔵庫、陳列ケース、パソコン、音響機器、キャビネット、クーラーなど

第三セクター「日向青果地方卸売市場(株)」で卸売業務を営む「卸売会社」が新しく変わりました。

第三セクター「日向青果地方卸売市場(株)」は、日向入郷圏域の農産物流通・地産地消の拠点として、本市、入郷管内町村、卸売会社、日向農業協同組合(JA日向)が出資し、平成10年9月に設立され開業した市場です。開業10年目の本年9月、その市場で卸売業務を営んでいた卸売会社「日向青果(株)」が経営困難に陥り、業務を休止しました。

第三セクターの社長でもある黒木健二市長は「卸売市場は公共性が極めて高い施設であり、圏域の農産物流通の停滞は許されない。一刻も早く次期卸売会社の開業を」とJA日向や関係機関と協議。その後、JA日向100%出資の仲卸会社「(株)ひむか青果」と第三セクター「日向青果地方卸売市場(株)」との共同出資で新会社「(株)ひまわり青果」設立を決定し、9月26日開業。青果市場での卸売業務が、無事再開されました。

前卸売会社の業務休止などの影響で当初、取扱量が減少し心配されて



▲卸売会社のセリを視察する三セク社長（黒木市長）

航空機部品などの生産強化を目指して―。(株)エム・テックとの工場立地協定に調印しました。

電子部品などの製造をしている株式会社エム・テックとの新工場立地協定の調印式が11月19日、市長室で開かれました。

同社は現在、門川町加草で電子部品やレーシングオートバイ用部品、航空機部品などの製造に取り組んでいます。今回、国内の成長産業ともいわれる国産航空機などへの精密部品の供給・生産強化を目指して、東九州自動車道インターチェンジ建設が予定されている財光寺に、新工場を設置することになりました。

調印にあたって、黒木健二市長は「市内の精密機器製造の分野には、成長を期待しています。貴社の立地は大変喜ばしいこと」とあいさつ。大山茂樹代表取締役も「社員一丸となつて今まで培ってきた我が社の技術をさらに高め、市民の期待に応えたい」と話し、出席した関係者は固い握手を交わしました。

新工場は、今月中に操業開始予定で、着々と準備が進められています。

- 進出計画概要
- ・企業名 株式会社エム・テック
 - ・代表者名 代表取締役 大山茂樹
 - ・資本金 1,000万円
 - ・従業員 15人(新工場新規雇用6人)
 - ・工場新設場所 日向市大字財光寺字池1605番地
 - ・工場概要 敷地面積 4,151㎡
工場面積 1,450㎡
 - ・事業内容 電子部品製造、レーシングオートバイ用部品製造、航空機部品製造



平成20年4月から後期高齢者医療制度が始まります！

急速な高齢化を背景として高齢者の医療費が増大する中「国民皆保険制度」を堅持し、将来にわたり医療保険制度を持続可能なものとしていくため、平成20年4月から医療保険制度が改正されます。現在、老人保健制度で医療を受けている75歳以上の全員が後期高齢者医療制度に加入し医療を受けることとなります。

この制度の加入対象者は？

75歳以上の全員です。
(一定の障がいがある人は65歳以上が対象者です)

現在、老人保健制度で医療を受けている人が対象です。
現在加入している医療保険(国保、健保、共済保険など)から後期高齢者医療制度に移行します。
平成20年3月末までに新しい被保険者証が届きます。

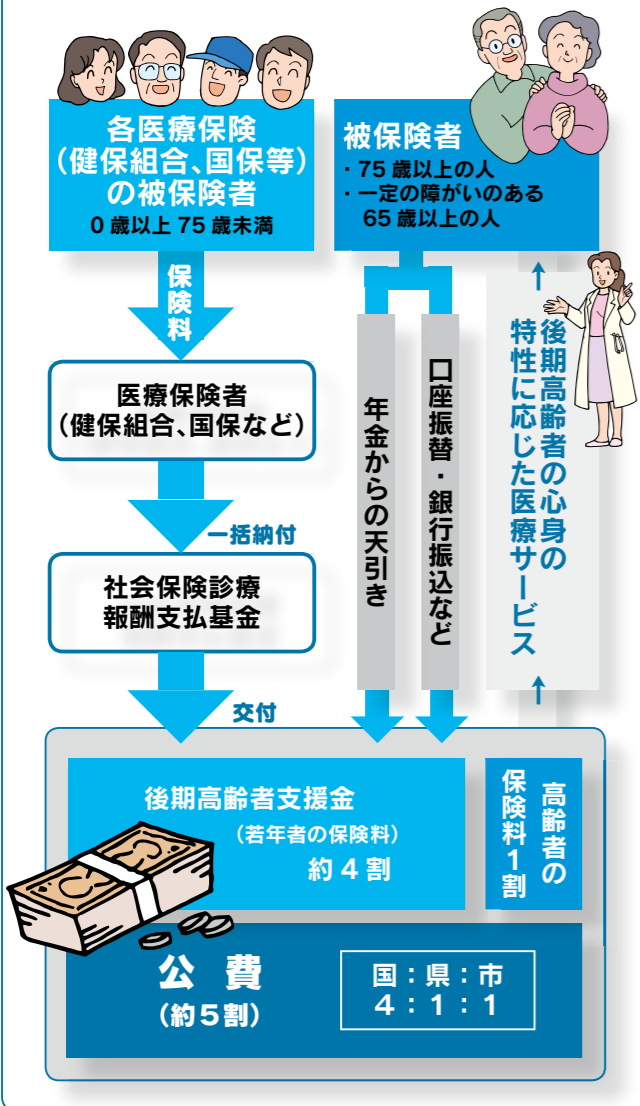
制度運営はどこのがするの？

県内全市町村が加入する「宮崎県後期高齢者医療広域連合」です。

老人保健制度は市町村で運営されていましたが、広域化により財政の安定をはかるため、都道府県単位の広域連合が運営主体となります。
宮崎県でも平成19年3月30日に「宮崎県後期高齢者医療広域連合」が

保険料は後期高齢者医療制度の大切な財源です
医療にかかる費用のうち、みなさんが医療機関で支払う窓口負担を除いた分を、公費が5割を負担、現役世代からの支援が4割を負担し、残りの1割を高齢者のみなさんから保険料として納めていただきます。

後期高齢者医療制度の運営のしくみ



保険料はどうなるの？

加入者全員納付、原則として年金からの天引きとなります。
広域連合ごとに定められた保険料を被保険者全員が納付します。原則として年金から天引きですが、年金額が年間18万円未満の人は、納付書または口座振替などで納付します。所得に応じて保険料の軽減措置を実施します。これまで社会保険などの被扶養者であったため保険料を負担しなかった人も保険料を納めることとなりますが、別途軽減措置が設けられます。

医療機関窓口での負担はどうなるの？

これまでと同じです。
お医者さんにかかるときは老人保健制度と同じようにかかった医療費の1割を負担します(現役並みの所得がある人は3割負担)。
また、医療費が高額になったときの高額医療費や入院したときの食事代など、これまでと同様の給付を受けられます。

新制度へのご理解、ご協力をよろしくお願い致します。
●問い合わせ 健康づくり課国民健康保険係(☎内線2153)

情報伝言板

地域資源 〇〇 全国展開支援事業イベント
～木の香る日向市駅 アニバーサリー～ いち
海の幸・山の幸 ふれあい日向市

●とき 12月16日(日) 午前10時から午後4時
●ところ JR日向市駅東口
新鮮な海の幸、山の幸が勢揃い。ぜひ来場ください。

イベント内容

- ・新駅完成一周年 祝賀太鼓(富島高校)
- ・エイサー・こども太鼓
- ・パンプキン共和国 クリスマス会
- ・高校生による ファッションショー 飛行、展示
- ・マグロ解体ショー
- ・「願いが叶うクルスの海」 観光PRドラマお披露目 主題歌披露

●問い合わせ 日向商工会議所(☎52-1121)



第25回「同和」問題市民講演会

●とき 12月7日(金) 午後2時から4時
●ところ 日向市中央公民館



今回は、祝福芸として人々に大変親しまれた、徳島・阿波の「でこまわし」をご紹介します。

- ・講師 辻本一英さん (芝原生活文化研究所代表)
- ・演題 福を運んだ「でこまわし」
- ・演者 中内正子さん 南公代さん

●問い合わせ 市民協働課(☎54-0227)

日向カトリック幼稚園 創立50周年 記念式典・祝賀会のご案内

- とき 平成20年2月9日(土)
- ・第一部 記念式典 日向市中央公民館 午後1時から4時
- ・第二部 祝賀会「3,546人と先生たちの同窓会」 ベルフォート日向 午後5時30分開場 6時開会

●問い合わせ 日向カトリック幼稚園(☎52-2948)



「情報伝言板」は、皆さんの自主的な活動を応援するコーナーです。サークル活動などの会員募集やイベントなどの情報をお寄せください。営利や政治・宗教活動を目的としたものはお断りします。原稿は、毎月1日までに総務課秘書広報係(☎内線2235)へ。※ただし、紙面のスペースの関係上、掲載できない場合があります。

年金なんでもQ&A

Q. 年金記録を確認する手続きを教えてください。

A. 年金記録を確認するには、本人確認のできるもの(年金手帳等)をご持参のうえ、延岡社会保険事務所または、日向市で月1回開催されます年金相談でご相談ください。以前、複数の会社に勤務されたことのある人は、現在問題になっています基礎年金番号に統合されていない記録がある場合がありますので、勤務された会社名、期間などを整理したメモをご用意ください。

今月の年金巡回相談

- とき 12月26日(水) 午前10時から午後3時まで
- ところ 青少年ホーム 1階会議室

●問い合わせ 市民課年金係(☎内線2132)

市民課Q&A

Q. 「縁もゆかりもない所に本籍を置くことができる」と友人から聞きましたが、本当でしょうか?

A. 本当です。本籍は日本国の領土内で、地番を有する地であれば、住んでいる所、生まれた場所、実家のある所など縁故の地に関わらず、どこにでも自由に定めることができます。本籍とは、戸籍の所在場所であり、筆頭者の氏名とともに、戸籍を特定する役割があります。戸籍謄本など戸籍に関する証明書が必要なときは、本籍のある市区町村に請求しますが、本籍をどこに定めたのか、筆頭者が誰なのかを正確に覚えていないと、証明書の請求ができなくなってしまいます。本籍をどこに定めるかは自由ですが、必要な時に思い出せる所がよいでしょう。

●問い合わせ 市民課市民窓口係(☎内線2133)

学校保健

家族みんなで食育を考えましょう!

「食育」はなぜ必要なのでしょう?

私たちの食生活は、栄養のかたよりや食習慣の乱れ、孤食などさまざまな改善すべき課題が生じています。

また、好きなものが、いつでも好きな時に食べられるようになり、また、食の大切さを感じる機会が減り、昔から伝わる食文化が失われつつあります。さらに自給率の低下、食の安全性など食を巡るさまざまな問題解決を図るため、国民一人ひとりが食育を推進していくことが重要です。

「食育」を推進。栄養教諭制度って?

近年、食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、食生活の多様化が進む中で、朝食をとらないなど子どもの食生活の乱れが指摘されています。

子どもが将来にわたって健康に生活していけるよう、栄養や食事のとり方などについて正しい知識に基づいて自ら判断し、食をコントロールしていく「食の自己管理能力」や「望ましい食習慣」を子どもたちに身につけさせることが必要となつていくことから、平成17年度に「栄養教諭」制度が施行されました。

今年度、東郷小学校に栄養教諭が配置され、学校における食に関する指導と給食管理を一体のものとして行っています。栄養教諭が配置されたことにより、「心と体を豊かにする食育推進モデル校」として、東郷小学校を拠点に

東郷中、坪谷小、日向中、塩見小学校で食育事業を推進しています。モデル校での取り組みは?

「心と体を豊かにする食育推進モデル校」では、全職員で食を巡る問題を解決するため「食の重要性」「心身の健康」「食品を選ぶ力」「感謝の心」「社会性」「食文化」について、各学年の目標を達成するために食育の視点をもつて授業を行っています。また、この取り組みは「食育便り」として市内の学校に配布し、各学校での食育の取り組みのモデルとしています。

今後の目標は?

食育基本法を受けて国の食育推進基本計画が作られ、食育を国民運動として推進するために、次の目標値が掲げられています。

食育推進基本計画目標値

- ①食育に関心をもっている国民の割合を70%から90%以上にする。
- ②朝食を欠食する国民の割合を、子ども4%から0に、二十代男性30%から15%に低下させる。
- ③学校給食で地場産物を使用する割合を21%から30%以上に増加させる
- ④「食事バランスガイド」などを参考に食生活を送る国民の割合を60%以上に増加させる。
- ⑤内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)を承知している国民の割合を80%以上に増加させる。

私たち一人ひとりが食の大切さを見直し健全な食生活をおくりましょう。

問い合わせ

学校教育課保健係 (☎内線2425)

新しく入った本

- ◎つくもがみ貸します (島中恵/角川書店)
- ◎星空を見上げて365日 (藤井旭/誠文堂新光社)
- ◎うふふの動物たち (ひのかずなり/福音館書店) ほか

12月・1月の上映会

- ～プログラム～
- 12月9日(日) 10:30～ 大年の客 天福地福 スノーマン 14:30～ としがみさま すりばちをなめた猫 おむすびころりん サンタさんは大いそがし
- 1月13日(日) 10:30～ 一寸法師 火男 鬼の子とゆきうさぎ 14:30～ みつけた! マザー・テレサ

12月のおはなし会

- 乳幼児/午前10時30分～11時 6日 13日 20日 27日
- 幼児/午後3時30分～4時 5日 12日 19日 26日
- 小学生/午前11時～11時30分 8日 15日
- クリスマスおはなし会 参加自由 22日(土)午前11時～11時45分

12月の休館日

- 1日 3日 10日 17日 24日 28日～31日

お芋で年賀状

小町谷新子/著 二玄社

絵 更紗の描法を応用した、普通のサツマイモで作る、木版画のような味わいのある版画を紹介。松竹梅、十二支の動物、慶祝の花々など、年賀状用の作例を多数収める。やさしい芋版の作り方を写真入りで、くわしく解説。



サンタのひみつ おしえます

ジェームズ・ソルヘイム/作 バリー・ゴット/絵 ゆりよう子/訳 ひさかたチャイルド

今日はクリスマス。ステイビーは、サンタクロースを信じていません。そんなステイビーのところにサンタクロースがやってきて、サンタのそりや空飛ぶトナカイなどのしくみをぜんぶ教えてくれて...



お雑煮100選

文化庁/編著 女子栄養大学出版部

「食」が「物語」によって味付けされることは、人間特有の文化。お雑煮の背後に、日本文化の豊かさ、そして物語がある...。文化庁主催で一般公募をし、北海道から九州まで全国から選ばれたお雑煮100選を紹介。



おしゃれきぶんのクリスマスメニュー

服部幸應、服部津貴子/監修・著 岩崎書店

おいしい料理やお菓子を自分で作れたら、どんなにいいだろう。クリスマスのおいしい料理とお菓子の作り方を紹介する。本格的で、おしゃれ気分も盛り上がる、クリスマスのメニュー。



図書館へおいでよ ☎54-1919



平成19年度日向市文化賞の受賞者を紹介 卓抜した匠の技と 幼児教育への熱意に文化賞

今年度、日向市文化賞を受賞したのは、技術部門の松葉一路さん（写真・右）、一般部門の森迫幹雄さん（写真・左）の二人。松葉さんは、古来より脈々と引き継がれてきた日本の伝統文化「刀鍛冶」の分野で、貴重な伝統技術の習得と継承に力を尽くしてきた。現在も精力的に刀剣の制作活動に取り組んでいる。これまで、人間国宝の系譜を受けつぐ刀匠などが出展する新作刀展覧会で、「薫山賞」をはじめ「寒山賞」、「全日本刀匠会会長賞」など名誉ある賞を受賞した。また、今年も「新作刀展覧会」、「お守り刀展覧会」ともに入賞。その卓抜した「匠の技」により鍛えられた刀は、まさに芸術品である。



Profile

もりさこ 森迫 幹雄さん（76歳） 本町
○職業 学校法人富高学園相談役
○受賞部門 一般
主な経歴
・昭和37年10月「富高幼稚園」を設置、以後、学校法人富高学園理事長、社会福祉法人ひまわり会理事長として社会福祉施設などの運営にたずさわる
・平成8年10月～平成16年10月まで県教育委員を2期歴任

Profile

まつば いちろ 松葉 一路さん（48歳） 平岩
○職業 刀匠
○受賞部門 技術
主な経歴
・昭和58年 24歳で刀工を志す
・平成元年2月「刀匠」の称号を得る

森迫さんは「幼児期に自然に親しみながら学ぶことが、心身の健やかな成長を促す」と提唱。私財を投じ富高にグリーンスクールや研修施設などを整備し、長年自らその教育を実践してきた。さらにその施設を一般の市民にも広く開放するなど、本市教育文化の向上に貢献したとして、文化賞が贈られた。また、国にこれまでの功績が認められ、秋の叙勲では「瑞宝単光章」を受章。現在も学校法人「富高学園」、社会福祉法人「ひまわり会」の相談役を務めるなど、幼児教育から社会福祉に至るまで幅広い分野で活躍中である。

11月3日開かれた授賞式では

刀匠の松葉さんは「これからも若い世代に技術を伝えていきたいと抱負を語り、森迫さんが「職員と信念を持って取り組んできた。周りの理解があつてからこそ」と受賞の感想を述べた。

International Exchange

月刊ワンダフルタイム

エコへの取り組み。 ニュージーランドと 日本の違い。

グレイス・ワン（文・写真）
ニュージーランドから来た
日向市国際交流員



10月28日
まちなかハロウィン（中心市街地）

バンブキン共和国に招待されました。仮装した子どもたちがいっぱい楽しかったよ。大統領と王女と一緒に記念撮影。



早いもので、あつという間に2007年も終わりですね。皆さんは今年はどうな年でしたか？私にとって一番印象に残っているのはやっぱり「今年も暑かった」ことです。今、世界では「地球温暖化」問題が注目を浴びています。私たちに、何かできることはないのでしょうか？

そこで、今回はニュージーランド（NZ）と日本のエコへの考え方の違いについて書きたいと思います。NZでは、どこのトイレでも大流しと小流しの調節があり、子ども

たちは小さい時から区別して使うことを教えられています。しかし、日本ではあまり聞きません。日本の子どもたちが、水を流したまま手を洗うのを見ると、本当にもったいないと感じます。私はいつも「手を洗う間は水を止めてね」と子どもたちに言い続けています。

逆に日本に来て、すごくいいなと感じたのは、みんなハンカチを持ち歩くことです。NZでも昔はみんなハンカチを持っていたと思いますが、最近の若者は持つことが格好悪い

とティッシュペーパーばかり使っています。本当に環境に悪いですね。でも、NZのエコの取り組みの中ですごくいいと思うことは、NPO団体が各世帯に配る不要品の回収袋。着なくなった服や履かない靴、まだ使えるおもちゃや古本などを袋に入れて、決まった日に庭に出しておくと、回収しに来てくれます。

この方法で、家庭からのごみが減り、NPOはその品を売って、収入を得ることができるので、まさに「一石二鳥」です。私は、AC公共広告機構の「知っているを、しているへ。」というキャッチフレーズが大好きです。何事も行動ですよ。それではみなさん、よいお年を

いきいき 青春トーク



Profile

三樹 直文 さん（22歳：曽根町）

わずか2mlの採血で登録できます

日向保健所に勤務して3年目になります。10月のみんなの人権！思いやり交流プラザでは骨髄バンク登録会を開きました。「生きたい」と望む患者と「生きてほしい」と望む善意の提供者の架け橋が骨髄バンクです。日本では約2000人が骨髄移植での治療を望んでいます。ぜひご協力を。



Profile

山村 汐里 さん（21歳：財光寺）

お気に入り米の山からの景色

9月にエステティックサロン GRACE に入社しました。現在、美顔マッサージなどいろいろな研修を受けています。休日は、近場を友人とドライブしたりして、のんびり過ごすことが多いですね。お勤めのスポットは米の山。山頂から一望できる日向灘はいつ見てもきれいですよ。

■日向をドラマでPR

日向商工会議所は地域の観光資源などの魅力を全国へ発信しようと観光PRドラマを制作。10月20、21日の2日間、市内観光地などでロケが行なわれました。物語は「願いが叶うクルスの海」を題材にした恋愛漫画「クオーター」で、出演者やエキストラ、撮影スタッフまで、すべて地元の人。日向市駅で12月16日(日)に開かれる「海の幸・山の幸ふれあい日向市」でお披露目されます。



■少年剣士が真剣勝負

第26回日向地区少年剣道大会が10月27日、市体育センターで開かれ、日向入郷地区から約200人のスポーツ少年団や中学生が参加。個人、団体の部で、日ごろの練習の成果を競い合いました。最後まであきらめない剣士たちの真剣勝負に指導者や家族からは盛んな拍手が送られていました。幼・小学生の部では本市から出場した矢野智也さん(坪谷小1年・牧心館)が優勝しました。



■4会場で市長出前講座

市長が自ら出向き、地元住民と市政について話す「市長出前講座」が10月25日から11月2日の間、東郷地域の公民館など4会場で開かれました。4日間で約130人が参加した講座では、黒木市長が市政の現状や課題などを説明。参加者は熱心に聞き入っていました。また、市民からの市政に対する率直な意見や積極的な提言に市長も耳を傾け、市の発展について語り合いました。



■英会話体験を報告

市は、より実践的な英会話を通じて豊かな国際感覚を育むことを目的に今夏、小学生代表8人をハワイに派遣。研修を終えた児童らが11月15日、報告会を開きました。今回、市内小学校と地元モミラニ小学校が姉妹校の協定に調印。授業交流やホームステイ先でのあたたかい歓迎に感動したことなどを一人ずつ発表し「もつとすらすら英語で話せるよう、これからも勉強したい」と話しました。



まちの話 食 潮風のまち 細島で うめもんが獲れたよ！



細島獲れとれ！うめもんまつり(同実行委員会主催)が11月4日(日)、日向市漁業協同組合周辺で開かれました。当日は晴天にも恵まれ、新鮮な魚介類や加工品などを買い求める多くの家族連れなどでにぎわいました。来場した人たちの一番のお目当ては、漁協婦人部の皆さんが腕によりをかけて作ったマグロの切身たつぷり「マグロ丼」。細島自慢の味に「やっぱり美味しい。新鮮さが違う。このボリューム感がたまらない」と満足した様子で、食べた感想を話しました。また、特設されたステージでは重さ60kgを超える巨大なキハダマグロの解体ショーがありました。観客は豪快な技を食い入るように見つめ、巧みな包丁さばぎに魅了されていました。「アジすくい」コーナーは、子どもたちに大人気。大きな水槽内を泳ぎ回る活きのいいアジの群れを、脇目も振らず夢中で追いかける子どもたちの姿に、盛んな声援が贈られました。このイベントは、食の拠点「潮風のまちほそしま・海の駅」づくり事業の一つで、今年の春に続いて2回目の開催。細島地獲れの「うめもん」があふれ、とても美味しく楽しかった秋の一日となりました。

あのまち このまち情報 諸塚村 宮崎県 無形民俗文化財 諸塚神楽 戸下神楽・南川神楽



県の無形民俗文化財に指定されている3つの諸塚神楽。このうち戸下神楽と南川神楽が1月末から2月初めの土日にかけて行われます。夜を徹して舞われる勇壮で幻想的な神楽を、振る舞われるかっぱ焼酎を飲みながら鑑賞し、地元の人との交流なども楽しまれてはいかがでしょうか。

戸下神楽

とき 1月26日(土)・27日(日)
午後1時前後〜翌朝お昼前
ところ 荒谷地区戸下集会所

南川神楽

とき 2月2日(土)・3日(日)
午後1時前後〜翌朝お昼前
ところ 南川地区中尾

●問い合わせ

諸塚村観光協会
☎0982-6510178

お知らせ

電子証明書を
ご存じでしょうか？

電子証明書は、住民が安心してインターネットを通じて国や地方の行政機関が行う電子申請・届出などの行政サービスを受けるために利用するもので、個人向けの電子証明書は地方公共団体による「公的個人認証サービス」にて発行されています。

この電子証明書については、平成19年度税制改正で、取得促進を目的として電子証明書を有する個人の電子申告に関する所得税額の特別控除制度が創設されました。

これはe-Tax（国税電子申告・納税システム）を利用して平成19年分または20年分（いずれか1回）の所得税の確定申告書を申告期限（19年分は20年3月17日、20年分は21年3月16日）までに提出する際に、併せて本人の電子署名と電子証明書とを送信した場合には、所得税額から5,000円（その年分の所得税額を限度）を控除できるというものです。

この機会に電子証明書とICカードリーダーライターを取得して、利用してはいかがでしょうか？
なお、確定申告時期が近づくと、窓口が混み合いますので、電子証明書の取得はお早めにお願います。

詳しくは市またはe-Taxのホームページなどをご覧ください。

●問い合わせ 市民課市民窓口係④番窓口（☎内線2133）

国保の保険証を更新しました

国民健康保険に加入しているみなさんがお持ちの保険証の有効期限は、11月30日です。

新しい保険証は、11月下旬に各家庭へ郵送しましたので、12月1日からは、新しい保険証を使ってください。また、今回の更新分から保険証の裏面に「臓器提供意思表示欄」を設けました。記入は任意です。臓器提供について必要事項を記入してください。

●平成20年4月からの医療保険制度改正に伴い、平成20年4月1日現在、75歳以上の人や65歳以上の退職者医療保険の人の保険証の有効期限は、平成20年3月31日となります。

また、平成20年4月2日以降に75歳になる人や、65歳になる退職者医療保険の人の有効期限も異なりますので有効期限を確認してください。

●有効期限の過ぎた古い保険証は、健康づくり課国民健康保険係、東郷町地域自治センター住民生活課または各支所へ返却してもらうか、家庭で破棄される場合は、個人情報情報が漏れないよう細かく裁断するなど、十分注意してください。

意ってください。

●はり・きゅうマッサージュ施術受診券も新しくなります。

必要な人は、保険証・印鑑を持参のうえ、健康づくり課国民健康保険係、東郷町地域自治センター住民生活課または各支所へ申請してください。

●問い合わせ 健康づくり課国民健康保険係（☎内線2154）

成人式典は
平成20年1月13日(日)

とき 1月13日(日)

受付9時30分～10時

ところ 市文化交流センター

※対象者には事前に出欠確認の往復ハガキを送付しています。返信をしていない人、市外在などではハガキが届いていない20歳の人も当日受付で参加できます。※ご家族も式典に参加可。

対象者 昭和62年4月2日から昭和63年4月1日生まれの人

●問い合わせ 中央公民館内生涯学習課（☎内線2820）

有害図書類は
白いポストへ

市青少年育成センターでは、「白いポスト」運動として青少年に対する有害図書類を回収しています。白いポストに入れた有害図書類は当センターと日向警察署で回収し処分します。市内の設置場所は次のとおりです。青少年を取り巻く環境の浄化へご協力ください。



設置場所
・五十猛神社前・中央公民館
・日知屋公民館・市役所入り口
・道の駅とうごう（新設）

講座

一緒に学びませんか？
男女共同参画社会

男女共同参画推進リーダー育成講座を開きます。ぜひ参加ください。

講座内容（全3回）

第1回 12月3日(月)午後7時
「男女で築く、いきいき日向市」
講師Ⅱ熊本県立大学教授 石橋俊郎さん

第2回 12月10日(月)午後7時
「リーダーシップのためのコミュニケーションセミナー」男女共同参画の視点から、講師ⅡNPO法人「人間関係アプローチ宮崎」から代表 辰身信子さんから
第3回 12月17日(月)午後7時
「男女共同参画：今、そしてこれから」講師Ⅱ宮崎県男女共同参画センター所長 岩村洋子さん

ところ 文化交流センター2階日向市男女共同参画社会づくり推進ルーム「さんびあ」(☎5010300) または市民協働課（☎内線2854）
定員 20人程度
※参加料は無料。託児も可。

●問い合わせ 日向市男女共同参画社会づくり推進ルーム「さんびあ」(☎5010300) または市民協働課（☎内線2854）

熟年世代のための講座
(3回シリーズ)

第1回 ときⅡ1月15日(火)午後7時から9時 ところⅡ文化交流センターホール3階会議室
内容Ⅱ「ちよつと気になるお金の話」目指せバラ色のセカンドライフ、講師Ⅱ金融広報アドバイザー 小川洋一さん

第2回 ときⅡ1月19日(土)午前10時から正午 ところⅡ道の駅とうごう ふるさと味工房
内容Ⅱ「家庭円満の秘訣」そば打ち名人になろう

第3回 ときⅡ1月19日(土)午後1時30分から3時 ところⅡ東郷西公民館さくら館 内容Ⅱみんなで語ろう！60歳からの生き方探し、市内で活躍中の先輩とのフリートーク

●問い合わせ 日向市男女共同参画社会づくり推進ルーム「さんびあ」(☎5010300)

1月11日(金)
第1回まちづくり市民講座

東郷町との合併を機に「市民との協働」「地域力の活用」を基本理念として策定された「新しい日向市総合計画」が講座のテーマです。ぜひ参加ください。

とき 1月11日(金)

午後7時から9時

ところ 中央公民館第4研修室

定員 100人 ※申込不要
講師 市役所企画課職員
主催 まちづくり100人委員会

催し

宮崎県耳川流域
地場産品展示・即売会

日向・門川・美郷・諸塚・椎葉の特産品を集めた展示即売会が開かれます。会場では、お買い上げのお客さんには先着順で各地域からの景品をプレゼント。お近くにお越しの際は、ぜひご来場ください！

とき 12月8日(土)、9日(日)

ところ 宮崎市高千穂通り

●問い合わせ 商工港湾課（☎内線2636）

1月26日(土)
さんびあ映画上映会

とき 1月26日(土)
昼の部 開場Ⅱ午後1時
上映Ⅱ1時30分から
夜の部 開場Ⅱ午後6時30分
上映Ⅱ7時から

ところ 中央公民館大ホール
料金 一般、高校生Ⅱ前売り1,000円(当日1,200円)
小、中学生Ⅱ500円
●問い合わせ 日向市男女共同参画社会づくり推進ルーム「さんびあ」(☎5010300)



●問い合わせ 市民協働課（☎5610017）
●問い合わせ 日向太極拳クラブ 長友康代 ☎88310021 財光寺3247番地 カフェレスト絵本の森（☎5218107）※電話申込は木曜を除く午前9時から午後8時まで。
※定員になり次第締め切ります。
申込方法 電話または郵送
申込・問い合わせ 日向太極拳クラブ 長友康代 ☎88310021 財光寺3247番地 カフェレスト絵本の森（☎5218107）※電話申込は木曜を除く午前9時から午後8時まで。
募集人員 10人
募集期間 12月3日から1月11日まで。
訓練期間 1年
提出先 日向公共職業安定所
提出書類 入校願書・健康に関する調書・療育手帳の写し（入校願書は公共職業安定所にあります）
応募要件 ①知的障がい有し、興味のある人、体験してみたい人にやさしく指導します。
とき 1月8日から3月11日（毎週火曜全10回）
午前9時30分～11時
ところ 市武道館2階剣道場
定員 20人程度
参加料 1,000円(初回のみ)
申込締切 12月25日(火)まで。
※定員になり次第締め切ります。
申込方法 電話または郵送
申込・問い合わせ 日向太極拳クラブ 長友康代 ☎88310021 財光寺3247番地 カフェレスト絵本の森（☎5218107）※電話申込は木曜を除く午前9時から午後8時まで。

初心者向け太極拳教室

募集

県産業技術専門学校高鍋校
知的障がい者職業訓練生

県産業技術専門学校高鍋校では、知的障がい者を対象に訓練生を募集します。

募集人員 10人

募集期間 12月3日から1月11日まで。

訓練期間 1年

提出先 日向公共職業安定所

提出書類 入校願書・健康に関する調書・療育手帳の写し（入校願書は公共職業安定所にあります）
応募要件 ①知的障がい有し、療育手帳を取得している人で、自力通学が可能で、集団生活及び職業訓練を受講することに支障がないと認められる人。②職業訓練を受けることの熱意と就労意欲があり、また職業の自立が可能と認められる人。③公共職業安定所に求職の申し込みをしていて公共職業安定所長の受講指示が受けられる人。

●問い合わせ 県立産業技術専門学校高鍋校販売実務科（☎098312310523）

療育手帳を取得している人で、身辺処理が自立していて、自力通学が可能で、集団生活及び職業訓練を受講することに支障がないと認められる人。②職業訓練を受けることの熱意と就労意欲があり、また職業の自立が可能と認められる人。③公共職業安定所に求職の申し込みをしていて公共職業安定所長の受講指示が受けられる人。

選考方法 筆記試験、実技試験、面接

●問い合わせ 県立産業技術専門学校高鍋校販売実務科（☎098312310523）

松尾ダム管理人を募集

松尾ダム管理事務所に居住して働くことのできる管理人（夫婦など2人）を募集します。

募集概要 所在地Ⅱ児湯郡木城町大字中之又松尾4番8号（木城町役場から車で約40分）契約方法Ⅱ業務委託により平成20年4月1日から平成21年3月31日まで（継続委託可）委託額Ⅱ2人で月額約16万円
業務内容 ①毎日の気象の観測
②地震や台風など異常気象時の連絡通報③ダム施設の掃除、防火、防犯など。

募集要件 管理事務所に居住することができ夫婦など2人で、夜間及び土日など職員不在時にダムに最低一人常駐できること。健康であること。ただし業務に支障とならない程度は可。

提出書類 夫婦など二人の履歴書及び健康診断書

申込方法 郵送または持参

選考方法 面接（後日連絡）

応募締切 1月31日必着

●申込・問い合わせ 高鍋土木事務所河川砂防課 ☎88410002 児湯郡高鍋町大字北高鍋中須ノ三387011（☎098312310001）

市立東郷病院嘱託員
診療放射線技師募集

業務内容 外来及び入院患者の診療放射線（レントゲン）撮影
採用期間 平成20年4月1日から21年3月31日（再任可）
勤務時間 月曜日から金曜日午前8時30分から午後3時30分
※ただし、祝日を除く。

募集人員 1人

報酬 基本月額18万円

福利厚生 健康保険、厚生年金、雇用保険加入

募集要件 診療放射線技師免許を有し、健康で診療放射線技師業務に適すると認められる人。

申込方法 市販の履歴書（上半身の写真を貼付）を事務局へ持参してください。郵送不可。

選考方法 面接（後日連絡）

募集締切 1月5日(土)

●問い合わせ 日向市立東郷病院事務局（☎6912013）

介護予防支援計画
作成員を募集します

業務内容 介護予防支援事業の

介護予防プランの作成。要支援1、2認定者で介護予防サービス希望する人に対し、その申請者宅を訪問し、基本情報の収集と介護予防プラン作成など。

採用期間 平成20年4月1日から平成21年3月31日（再任可）

勤務時間 月曜日から金曜日までの午前9時から午後4時まで（ただし、祝日を除く）。

報酬 基本月額18万円（別途調査旅費加算あり）

福利厚生 健康保険、厚生年金、雇用保険加入。

募集人員 若干名。
応募資格 次の要件をすべて満たしていること。

1.保健師、介護支援専門員、社会福祉士、地域ケア・地域保健などについて経験ある看護師、高齢者保健福祉に関する相談業務に3年以上従事した社会福祉主事。
2.健康で訪問事務に適すると認められる人。
3.普通自動車免許を有し、調査に使用できる自家用車を有している人。

募集期間 平成20年1月7日(月)から1月31日(木)まで。

提出書類 市販の履歴書（上半身の写真を貼付）

選考方法 1次選考Ⅱ書類審査（合格者のみ2次選考日時を通知）

2次選考Ⅱ面接

●申込・問い合わせ 高齢者あんしん課包括支援係（☎内線2366）

スポーツ

●有酸素運動でからだリフレッシュ！ ●有酸素運動って？

ウォーキングやジョギングのような運動で、体脂肪を酸素で燃焼させて体を動かす運動のことを「有酸素運動」と呼んでいます。

運動の強さは、自分の能力の5割（脈拍が1分間に110～120を超えない）で軽く汗ばむ程度です。

●有酸素運動の効果

体脂肪燃焼 有酸素運動を行うと、血液中の脂肪や体内

に蓄積している体脂肪を燃焼させる効果があるため、肥満を回避することができま

脂肪の分解・燃焼には十分な酸素が必要で、効果的に燃焼させるためには運動を20分以上継続することが大切です。

●心肺機能発達

一般の正常な人の安静時心拍数は1分間に60回くらいですが、スポーツ心臓と呼ばれるマラソンランナーは30～40回/分という人もいます。有酸素運動は、心臓や呼吸筋を発達させる効果があり、心臓に負担をかけず

に血液循環を効率的にするこ

とや、体内への酸素の取り込

みをスムーズにする効果があ

ります。

●生活習慣病の予防・改善

有酸素運動は全身持久力向上に役立つだけでなく、血液中の脂肪・糖を燃焼させる効果がある為、高脂血症、高血圧、糖尿病などの予防・改善効果があるといわれています。

●ストレスの解消

適度な運動で心地よい汗をかいた後、ビールが美味しく感じるのはドーパミン（脳内麻酔）が分泌

される作用ともいわれます。

●実際の運動は？

運動の量は、その強さ（運動強度）、運動時間、運動の頻度で決まります。

●運動の強さ

目標心拍数が1分間に110～120となるよう運動強度を設定します。健康な人の場合、最大酸素摂取量の50%を目安にし、脈拍数、年齢により簡単にその強度を推定する事ができます。

●目標心拍数

運動強度×（220-年齢）-安静時心拍数）÷安静時心拍数

※運動強度（心拍数-安静時心拍数）÷（最大心拍数-安静時心拍数）×100

●運動の頻度

週に3～4日位（2日に1回）が必要です。運動の時間 最低20分以上、週140～180分が目安とされています。

●みなさんも有酸素運動を生活の一部に取り入れ、健康促進と心身のダイエットにチャレンジしましょう。

文化スポーツ課スポーツ振興係（☎53-4791）

環境問題

●早めの大掃除 早めのごみ搬入を！

年末を控え、ご家庭や会社の大掃除などにより、ごみを多量に片付けられる機会が増えてくる事が予想されます。

例年、12月の後半になると、清掃センターやひゅうがリサイクルセンターへ直接ごみを持ち込まれる人が多くなり、周辺の道路が渋滞するなど、大変な混雑を招いています。早めの大掃除、早めのごみ搬入をお願いします。

●持ち込む前には必ず分別を！

燃やせるごみ・古紙類は清掃センターへ、燃やせないごみ・資源物（古紙類を除く）はひゅうがリサイクルセンターへ、それぞれ分別して持ち込みましょう。

分別がされていないと、受入をお断りすることや、積み下ろしに時間がかかる場合があります。持ち込まれる際には事前の分別をお願いします。



清掃センターでは、先月中旬から今月中旬までの間、焼却炉の改修工事中です。期間中は、通常時の半分しか焼却処理ができません。市民の皆さまには、ご迷惑をおかけしますが、ごみの減量についてご協力をお願いします。

歴史探訪

郷土の文化財を訪ねて

●越表のハツ山遺跡

東郷町越表地区には「金のトビの鳴声」という伝説があります。「ハツ山の川の畔にある小さい石碑に毎朝暗いうちに金のトビがどこからともなくやってきてきれいな声で鳴く」といい、この鳴き声を聞いたものは大金持ちになる」という伝説です。

東郷町史によると、このハツ山では昭和32（1957）年の新田開発の際に土師器や須恵器といった古墳時代の遺

物が採集されており、土器の形から古墳時代後期（6世紀）ごろのものとされています。

さらに地主の人によると昔、方形の石囲いを見たことと、古墳に伴う箱式石棺ではないかと想定され「ハツ山遺跡」は以前より遺跡の存在が予想されていた場所でした。

発掘調査では山からの水が流れたと思われる自然の流路跡が検出され、旧石器時代、縄文時代後期、弥生時代後期の遺構や遺物が出土しています。旧石器時代の遺物ではナ

イフ形石器やスクレイパーといった狩猟に伴う石器が出土しています。

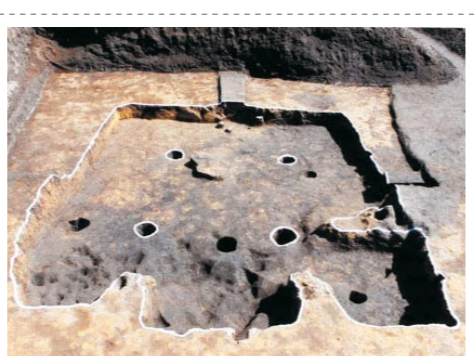
縄文時代後期では、瀬戸内系文化の影響を受けた磨消縄文と呼ばれる文様を持つ土器や丁寧な磨かれた磨研土器が出土しました。

弥生時代では竪穴式住居跡が7軒検出されています。うち1軒は、住居内に壁を突出させた花弁状間仕切り住居跡と呼ばれるもので、弥生時代後期の南九州に分布する独特な竪穴式住居です。

この住居跡からは多くの弥生土器に混じって鉄製の鏃が出土しています。

また、穂摘具とされる石包丁も調査とは別に2点採集されていることから、弥生時代には稲作が行われていたことがうかがえます。

鉄器や稲作の伝来は弥生時代を象徴する文化であり、ハツ山地区は山間の小さな集落ですが、時代の影響を受けてそれらを取り入れ、南九州の文化の花を咲かせていたようです。



ハツ山遺跡 花弁状間仕切り住居跡
教育総務課文化財係（☎内線2415）

相談日程

●人権相談

とき 12月5日(水)
午前10時～午後3時
ところ 中央公民館、美々津、細島公民館・社協東郷支所

●行政相談

とき 12月5日(水)
午前10時～午後3時
ところ 中央公民館
とき 12月19日(水)
午前10時～午後3時
ところ 社協東郷支所

●法律相談(公要予約)

とき 12月13日(木)
午前10時～午後3時

ところ 社会福祉協議会（☎52-1010）

●年金巡回相談

とき 12月26日(水)
午前10時～午後3時
ところ 青少年ホーム

●障がい及び難病者相談

とき 12月9日(日)
午前10時～正午
障害者センター（☎52-5434）

●介護保険の説明会

とき 12月17日(月)
午前10時～正午
健康管理センター
問い合わせ 高齢者あんしん課

介護保険係（☎内線2176）

●女性による女性のための相談

方法 電話または面接相談
とき (月、火、木、金)
午後1時～4時
ところ 推進ルーム「さんびあ」（☎55-1660）

●女性のチャレンジ支援

巡回相談(公要予約)
とき 12月10日(月)
午前10時30分～午後4時
ところ 推進ルーム「さんびあ」
予約先 宮崎県男女共同参画センター（☎0985-29-8544）

方法 電話または面接相談
とき 毎週火・金曜日
午前9時～午後4時
対象 幼児、小・中・高校生、青少年など
ところ 市教育相談室（☎54-8181）

●定期無料税金相談

とき 12月7日(金)
午前10時～午後3時
ところ 中央公民館
問い合わせ 熊本国税局税務相談室宮崎分室（☎0985-24-9830）

税の納期

納期限内に納めましょう

固定資産税 4期

国民健康保険税 7期

(納期 11月1日～12月25日)

(口座振替日 12月25日)



*社協＝社会福祉協議会

すこやか広場

日曜在宅医の確認は☎53-1214へ

乳幼児健診



はるな 遥菜ちゃん
(鶴町)

●3か月児健診	日時/12月7日(金)	対象/平成19年9月生まれ
●7か月児健診	日時/12月12日(水)	対象/平成19年5月生まれ
●1歳児健康相談	日時/12月11日(火)	対象/平成18年11月生まれ
●1歳6か月児健診	日時/12月20日(木)	対象/平成18年5月生まれ
●3歳児健診	日時/12月5日(水)	対象/平成16年5月生まれ

●会場 日向市民健康管理センター ●問い合わせ ☎内線2184

母乳栄養と人工栄養



こうた 皓太ちゃん
(富高)

赤ちゃんの栄養は母乳が基本です。なるべく母乳で育てるよう心がけましょう。赤ちゃんに母乳を与えることで妊娠中に増えた体重も戻ってきます。母乳を与えているときは、お母さんもきちんと食事をとりましょう。朝昼夕の三食はバランスのよい食事を心がけ、間食としては牛乳や果物がお勧めです。お母さん自身の病気や飲んでいるお薬の影響で母乳を与えられない時、また、お母さんの仕事の都合によっては、人工乳(粉ミルク)を足したり、人工乳だけにします。粉ミルクの作り方は、製品の決められたとおりの濃さに溶かすことが大切です。飲む量は、赤ちゃんによって個人差がありますから、無理に飲ませることはしないでください。



テレホンサービス
日向市保育協議会
(☎53-5857)

電話が繋がらなかった場合は、テープの巻き戻しに数秒ほど時間を要します。

EDITOR'S NOTE

▼ただごとではない痛みらしいです。おなかの中に蓄積された結石。隣に座る同僚は突如襲った激痛に顔は青ざめ脂汗をたらたら▼ピーナッツ大の石は自力排出は困難。電磁誘導方式という衝撃波で、体内にできた結石を粉砕し排出するそうです。まさに画期的なおなかの大掃除。近年の医学の進歩には、めざましいものがありますよね▼さて例年、年末の清掃センターなどは、家庭からのごみを持ち込む車で混み合います。早めの大掃除、早めのごみ搬入をお願いいたします。もちろん、きちんと分別して▼何かと忙しい季節。たまったほりやごみを、すっきりきれいに掃除して、気持ちいい新年を迎えましょうね。来る年も皆さんにとって、いい年でありましょー。

こちら編集室

9月中の交通事故

人身事故	死亡	負傷者	物損事故
57件	1人	69人	100件
(+15)	(0)	(+13)	(-25)

～止まって確認！無事故に挑戦～

日向市の人口と世帯(現住人口)
含む外国人登録者/H19.11.1現在

人口	世帯数	転入	転出
63,021人	24,371世帯	136人	140人
男 29,675人		出生 63人	死亡 49人
女 33,346人		面積 336.29km ²	

健康家族

12月1日はいのちの日です

宮崎県では、1日約1人が自殺でなくなっています。自殺増加の背景には、病气や介護などの健康問題、借金や失業などの経済・職業問題、離婚や家庭内暴力などの家庭問題などさまざまな原因があると考えられます。自殺にいたる人の2割から3割が「うつ」状態にあるといわれています。ストレスなどが主な原因となつて起る「うつ」は、「こころの風邪」ともいわれ約15

人に1人が、生涯のうちに1度は経験するという身近な病気です。多くの場合、早めに気づき治療することで回復します。自殺のサインを見逃さないで人は、自殺をしようとする危機的な状況のとき、「死にたい」というサインを出します。直接「死にたい」ということのほか、「生きるのに疲れた」「遠くに旅にでたい」といった間接的な言葉で表現したりします。ときには、手首を切る、ひもなどを準備するという直接

的な行動や、身辺整理をする、遺書を書くなど、行動で表現する場合もあります。自殺のサインは、「死にたい」のではなく「助けてほしい」と救いを求めているサインだということを忘れないでください。大切なことは、自殺のサインに気づいたら、気持ちの上で「ひとりぼっち」にしないということ。あなたが「あなたが必要だ」「あなたがいないなら悲しい」といった気持ちを、サインを出している人にしっかりと伝え

てください。言葉を伝えたり、話をじっくりと聞いたり、そっと寄り添ったりして、その態度を示してください。自殺者の家族や周囲の人は、精神的、経済的にも大きな影響を受け、深い悲しみを心の底に抱えたまま、時を過ごしています。周囲の人は、気持ちの上でどうかやさしく寄り添ってあげてください。

問い合わせ

健康づくり課健康増進係
(☎内線2182)

県内の相談機関

●電話相談「心の電話」
☎0985-32-5566
相談受付は月曜から金曜日、午前9時から午後7時まで。
※土日、祝日、年末年始を除く。
●宮崎県精神保健福祉センター
☎0985-27-5663
●日向保健所診療相談薬物相談
事前予約制で精神科医が相談に応じます。
☎52-5101



相談員

道駅探検

道の駅日向

●お舟出の湯
12月イベント情報!
今月の定期寄席
12月15日(土) 午後1時
第6回日向サンパーク杯
グラウンドゴルフ大会
12月11日(火)、12日(水)
・料金 一人 1,500円
・募集定員 各日50人
※賞品、弁当、お茶、入浴付
お得な「前売券」販売中
(12月限定)
11枚綴り 4,000円

■市民の皆さんへお得な情報です
お舟出とくトクカレンダー
※QRコード対応の携帯電話をお持ちの人は、下のコードを読み取ると簡単にアクセスすることができます。



サービスの内容を随時更新しています!どうぞご覧ください。

■問い合わせ
日向サンパーク温泉
「お舟出の湯」まで。
☎56-3800
●営業時間
午前10時～午後10時

12月の休館日
3日(月)、17日(月)
31日(月)
新年は元旦6時から営業

お船出ちりめん

1袋200g入り 500円

地元の海から水揚げされたカルシウムやビタミンがたっぷりのちりめん魚を清らかな水で程よく調味。神武天皇お船出の地に「お船出ちりめん」と命名された、道の駅「日向」の自慢の一品です。



道の駅「日向」情報
O-TABETENNAI

問い合わせ

東郷町ふるさと公社
まで。
☎68-3072
●開館時間
午前8時30～午後6時
●休館日
年末年始のみ

●ふるさと市場
お正月料理の材料に、とうごう地どれの新鮮食材はいかがですか? 続々と冬野菜などが入荷中です。
開催日 水、土、日、祝日
※初市は1月2日(水)からです。
午前8時～午後5時

年越しにいかがですか?

牧水そば(持ち帰り)

そばセット(2人前) 600円
そばのみ(2人前) 400円



新年を迎える年越しそばに「牧水そば」はいかがですか? つなぎ粉なしの地元産1.0割そばです。年末は混みますので、できるだけ、早めのご予約をお願いします。また12月30日(日)、正午までの販売となります。

地方発送も承ります。
味工房 ☎68-3070



COVER MESSAGE

2007 牧水の里秋祭りが11月4日、道の駅とうごうで開かれました。第22回日豊経済圏交流大会も同時に開かれ、大分県南部、宮崎県北部の8市町村20の商工団体などが、いろいろな地場産品を出店。県境を越えた交流に市内外から多くの来場者でにぎわいました。表紙写真は、子どもたちで賑わった農業機械試乗コーナー。トラクターの大きさにびっくりしていました。

NO.631

●編集●

日向市役所総務部総務課

☎ 883-8555 宮崎県日向市本町10番5号

☎ 0982-52-2111

✉ public@hyugacity.jp

●印刷●

有限会社 第一印刷

日向市ホームページ <http://www.city.hyuga.miyazaki.jp/>

r100

古紙配合率100%再生紙を使用しています。

