

HYUGA
ひゅうが

1

No.632

2008

平成20年1月1日発行



誠実かつ情熱的に行動する年に

2008

日向市長 黒木健一

明けましておめでとうございます。健やかで清々しい新年をお迎えのこと心からお喜び申し上げます。

我が国は世界に例を見ない速さで少子高齢化が進行し人口も減少に転じており、今後経済成長力の低下も懸念されています。さらに「地方分権」から「地方主権」への流れの中では、これまで以上に自主・自立の経営が求められています。

このように急激な社会情勢の変化に迅速かつ的確に対応するために、本市では昨年、市民との協働と「地域力の活用」を基本理念とした「新しい日向市総合計画」を策定し、計画のキャッチフレーズを「市民が奏でる。交響。空間。優しく。強く。温かい人とまち」としました。

この計画は、市民の皆様と行政が、それぞれの役割に応じて主体的にまちづくりをすすめていくための「市民共有」の指針として位置づけられており、「自助・共助・公助」がうまく融合した「自立した市民と日向市」を目指しています。

なお、これからの市政の主要な目標を次のとおり設定しました。

- ①安全・安心なまちづくり（少子高齢化社会に対応した日本一の福祉のまちづくり、災害に強いまちづくりなど）
- ②元気な産業づくり（企業誘致の積極的な展開、地域資源を活用した農林水産業

市民の皆様には、新たな期待と希望をもつて、輝かしい新春をお迎えのことと心よりお喜び申し上げます。

日ごろより市議会に対しまして温かいご理解とご協力を賜り、心から深く感謝を申し上げます。

昨年の4月には、合併後初の日向市市議会議員選挙が行われ新たに26名の議員を市議会に送っていただきました。それぞれの地域の皆様や団体からの熱い思いを受けながら、新しい議会の議員は一生懸命議員活動に専念させていただきます。

さて、わが国の経済はアメリカ経済や原油価格の影響が懸念されるものの、景気は穏やかに拡大しているといわれていますが、個々の家庭や中小企業の現場ではその実感が乏しいというのが現実です。

更に近年、国が推し進めています地方分権や三位一体の改革といった大きなうねりの中で、日向市も財源不足が明らかになり、大変厳しい財政運営を強いられております。

そのような中、東九州自動車道や耳川河川改修事業の早期完成など数々の事業をはじめ、地域医療を守るための医師の確保など解決すべき課題が多くあ

Administration

行政



の振興、元気な中小企業の振興など）
 ③未来を拓く人づくり（小中一貫教育や30人学級の推進、本格的なブックスタート運動の展開など）
 ④交流「にぎわい」づくり（日向市駅を中心とした街なか整備、二地域居住の促進、県内唯一の外国貿易港「細島港」の積極的なポートセールスなど）
 ⑤地域の宝「きらり」プロジェクト（地域の宝の発掘、若山牧水の顕彰など）
 ⑥ゼロからの行財政改革（民間にできることは民間に委託するなど）
 本市は県内唯一の外国貿易港「細島港」と、その周辺に広大な工業用地を有し、後背地には豊かな森林資源を抱えるほか、東九州自動車道が開通すれば、陸上、海上のアクセスが飛躍的に向上するなど、九州の中でもポテンシャル（潜在能力）の高い地域であると自負しています。

私は「元気で活力ある日向の再生」のさらなる進化と向上を図るため、誠実かつ情熱的に行動してまいり所存でありますので、市民の皆様の一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

2008年が皆様にとりまして、光り輝くすばらしい年となりますようご祈念申し上げます。新年のごあいさつといたします。

Assembly

議会



り、その早期実現に向けて努力していかなくてはなりません。

そのためには、小さい自治体の良さを生かし、知恵を絞りながら自分たちの「まち」は自分たちで築くという「自己決定」「自己責任」のまちづくりへの取り組みが求められます。

議会と致しましては市民の皆様のご代表であることを強く自覚し、新しい時代の議会に期待される機能を発揮すべく、議会改革に取り組んでいます。

一般質問での1問1答方式をいち早く取り入れ、また、政務調査費の領収も報告書にすべて添付を義務付けているほか、平成16年度から議長車の廃止を行い、経費削減の成果を出しているところです。

今後とも日々研鑽に努め、負託にこたえられる議会づくりに努めてまいり所存でございますので、今年も市議会に対しまして温かいご指導とご鞭撻をお願い申し上げますとともに、市民の皆様のご健勝とご多幸をご祈念いたしまして、新年のごあいさつといたします。

新しい市議会の決意

January

日向市議会議員 甲斐敏彦

くるひゅうが

2008年はどんな年？

- 1月 5日 日向市東郷町消防団出初式（団再編成により今年が最後）。
- 1月 6日 日向市消防団出初め式。
- 1月 13日 日向市成人式典。市内 599 人が新成人の決意を新たに。
- 2月 2日 タレントの萩本欽一さんが監督を務める社会人野球チーム茨城ゴールデンゴールズ(GG) がキャンプイン(～10日)。
- 2月 9日 茨城ゴールデンゴールズと、東国原知事率いる「チームそのまんま」が交流試合（お倉ヶ浜総合公園野球場）。
- 3月 23日 日向市長選挙。

市民との協働と地域力の活用を基本理念とした「新しい日向市総合計画」(計画期間：平成 19 年度から平成 28 年度の 10 か年)。行政だけでなく、市民、NPO、企業など、日向市という地域社会を構成する全ての主体が連携し、互いに響きあい高めあいながら協働により新しい日向市という空間を創っていく。

市民が奏でる“交響”空間 優しく 強く 温かい 人とまち

冠山(東郷町:標高 438m)から、日向市中心市街地を望む。

ゆくひゅうが 2007年おもなできごと

- 1月 8日 茨城ゴールデンゴールズ(GG)日向キャンプ(～12日)。
- 1月 12日 若山牧水の書簡253通が市へ寄託される。
- 1月 21日 南王丸細島港寄港週2便に増便(大阪寄港は休止)。
- 1月 23日 越表地区の鶏舎で、高病原性鳥インフルエンザが発生。
- 2月 9日 マグロはえ縄漁船「幸吉丸」が消息不明(12日、乗組員無事救助)。
- 2月 19日 韓国プロ野球球団「起亜タイガース」が春季キャンプ(～28日)。
- 2月 19日 まち交大賞九州・沖縄地方大会優秀地区を受賞。
- 2月 21日 鳥インフルエンザ清浄化(午前0時移動制限解除)。
- 2月 25日 日向市・東郷町合併1周年記念植樹式。
- 3月 2日 美しい日本の歴史的風土100選に美々津の町並み認定。
- 3月 13日 中国木材株の進出計画がメディアで報道される。
- 3月 26日 新しい日向市総合計画を策定、市議会で可決。
- 4月 1日 助役を廃止し、副市長を新設。
- 4月 1日 日向市駅高架下に日向地域情報センター「まちの駅とみたか」オープン。
- 4月 1日 ビーチハウス「マリンウェイブ」がお倉ヶ浜にオープン。
- 4月 1日 細島工業団地1区で「ひゅうがリサイクルセンター」業務開始。
- 4月 16日 大王谷小学校と大王谷中学校を結ぶ連絡通路が完成。
- 4月 22日 合併後初の日向市議会選挙(定数26)、市内52か所で投票。
- 4月 28日 歌人牧水書簡展第1部始まる(～7月29日)。
- 4月 28日 商工会館に「つどいの広場たんぼぼきっす」オープン。
- 5月 7日 八興運輸が旧マリンエクスプレスフェリーターミナル跡地に移転し営業を開始。
- 5月 27日 宮崎県総合防災訓練が日向市で開催。
- 6月 7日 東郷メディキット株が東郷工業団地に新工場起工。
- 6月 11日 第三セクター宮崎ウッドテクノ株が破産。
- 6月 21日 日向地区建設事業協同組合と災害対策の支援に関する協定締結。
- 6月 27日 東九州自動車道日向第2トンネルが貫通。
- 7月 5日 日向市街なか観光拠点形成委員会が発足(商工会議所)。
- 7月 11日 新日向市駅が木造施設普及コンクールで表彰(林野庁長官賞)。
- 7月 13日 台風4号で観測史上最大の豪雨が市内を襲う。市内全域に避難準備情報発令。土砂崩れ、床上浸水など甚大な被害。
- 7月 20日 日向東臼杵町村における災害時相互支援に関する協定締結。
- 8月 3日 台風5号、日向市上陸。
- 8月 4日 第24回日向ひょっと夏まつりが過去最多の1500人の踊り手、5万8千の観衆でにぎわう。(前夜祭は中止)
- 8月 4日 「まちの駅とみたか」に物産館オープン。
- 8月 5日 歌人牧水書簡展第2部始まる。
- 8月 25日 小学生英会話研修事業(～30日:ハワイ州ホノルル)。
- 8月 30日 日向青果株が休止届を提出、業務休止。
- 9月 14日 東郷橋の橋脚の一部が欠損し通行止(年内に歩行者のみ通行可)。
- 9月 25日 市体育協会創立50周年記念式典。
- 9月 25日 株ひまわり青果の営業が認可。
- 9月 26日 日向青果地方卸売市場のセリが再開。
- 10月 1日 郵政公社民営化。
- 10月 3日 日向市景観審議会を設置。
- 10月 5日 世界プロサーフィン連盟公認「ピラポンプロ」サーフィン大会(～8日)。
- 10月 9日 青木宣親選手(本市出身)が2年ぶりに首位打者、最高出塁率と2冠。
- 10月 13日 第1回日向市長杯のりり力カップ(～14日)。
- 10月 15日 新日向市中心市街地活性化基本計画を公表。
- 10月 19日 株エム・テックとの工場立地協定に調印(新設)。
- 11月 3日 韓国プロ野球球団「起亜タイガース」が秋季キャンプ(～28日)。
- 11月 6日 細島港～韓国釜山港定期コンテナ船(シノコー)が増便。一番船入港。
- 11月 20日 地方自治法施行60周年記念総務大臣表彰を受賞。
- 12月 3日 市内一部、地上デジタル放送が開始(日向中継局)。
- 12月 16日 第19回日向はまぐり墓石まつり囲碁大会。
- 12月 16日 日向市駅開業一周年イベント「海幸・山幸ふれあい日向市」。
- 12月 26日 第7回若山牧水全国こども短歌まつり。



鳥インフルエンザの発生では、緊急かつ最優先の課題として、事態の終息に向け全市をあげ防疫措置などに対応。



新日向市駅周辺やまちの駅とみたかでは、日向・入郷圏域の交流、情報発信の拠点としてさまざまなイベント。



親子交流の場「つどいの広場」と、会員が相互に育児をサポートするファミリーサポートセンターがスタート。



平成22年度末の供用開始を目指す東九州自動車道門川IC～日向IC間13.9*。市内各所で工事全面展開中。



細島港～韓国釜山港航路週4便が実現。定期的な外資コンテナ船航路が充実し利便性が高まる。輸送量が増加。

絶景の中、自然を感じて走り抜ける

毎年3月第2日曜日に開かれる「日向ひよこマラソンIN日向岬」も今年で第14回を迎えます。
本大会は、市内はもとより県内外から1,500人以上が参加し、起伏のある厳しいコースで健脚を競います。「走破することの達成感や美しい自然を感じながら走ることに満足した」という感想も届いています。
当日は、大会参加者や応援に来場された皆さんへ、まごころこもった郷土料理「ひよつとこだご汁」を用意。参加者だけでなく、たくさんの方が楽しめる大会となっています。多くの人の参加をお待ちしています。

大会ホームページ URL http://www.geocities.jp/hyuga_hyottoko/

種目と部門番号	種目と部門番号					
	1	2	3	4	5	6
ハーフマラソンの部	男子	1 高校生 4 40歳代 7 70歳以上	2 29歳以下 5 50歳代	3 30歳代 6 60歳代		
	女子	8 高校生 11 40歳代 14 70歳以上	9 29歳以下 12 50歳代	10 30歳代 13 60歳代		
2 kmの部	親子	15 小学1年生 18 小学4年生	16 小学2年生 19 小学5年生	17 小学3年生 20 小学6年生		
	男子	21 小学1年生 24 小学4年生	22 小学2年生 25 小学5年生	23 小学3年生 26 小学6年生		
5 kmの部	男子	33 中学生 36 30歳代 39 60歳代	34 高校生 37 40歳代 40 70歳以上	35 29歳以下 38 50歳代		
	女子	41 中学生 44 30歳代 47 60歳代	42 高校生 45 40歳代 48 70歳以上	43 29歳以下 46 50歳代		
ひよつとこの部 (計測なし、最長5km)	フリー	フリー				

開催日 3月9日(日) 雨天決行
会場・コース お倉ヶ浜総合公園スタート・ゴール
種目・部門 左表のとおり。
表彰 各部門6位まで(ひよつとこの部を除く)。

参加料 小学生1,000円 中学生1,500円 高校生2,000円 一般3,000円 親子3,500円
ひよつとこの部1,000円
申込方法 3つの中からお好みの方法で申し込みください。
① インターネット(携帯) サイト
RUNNET <http://runnet.jp/>
SPORTSENTRY <http://www.sportsentry.ne.jp/>
※QRコード対応の携帯電話をお持ちの方は、下のQRコードを読み取り専用アプリをダウンロードして申し込みができます。
② 電話申込(ガイダンスに従ってください) ☎0570-008846
③ 大会リーフレットの払込取扱票を使用し参加料を添え郵便局で申込む。
申込締切 1月18日(金)※当日消印有効
大会リーフレット配布場所 大谷谷陸上競技場、サンドーム日向、市体育センター、ほか市の各機関

① インターネット(携帯) サイト
RUNNET <http://runnet.jp/>
SPORTSENTRY <http://www.sportsentry.ne.jp/>
※QRコード対応の携帯電話をお持ちの方は、下のQRコードを読み取り専用アプリをダウンロードして申し込みができます。
② 電話申込(ガイダンスに従ってください) ☎0570-008846
③ 大会リーフレットの払込取扱票を使用し参加料を添え郵便局で申込む。
申込締切 1月18日(金)※当日消印有効
大会リーフレット配布場所 大谷谷陸上競技場、サンドーム日向、市体育センター、ほか市の各機関



サポータープロジェクト始動!
あなたの名前をのせて日向路をひよつとこが走り出す!
全ての人々を絶句させる超ヘアピンカーブ
全ての人々を魅了させる日向岬
ひよつとこマラソン最大の魅力ともいえる起伏の激しい挑戦的なコース
そして温かい人々とのふれあい
そんなコースを、あなたの名前をのせてひよつとこが走る姿を想像したことがありますか?

サポータープロジェクトとは?
あなたの名前や会社名が「イラストの一部」となって、コースを駆け抜ける企画です。大会当日、会場に展示されるイラストの前で確認してみてください。
参加資格 記念タオル(1枚500円) 購入者、またはスタッフ協力者。
スタッフ募集しています!
募集人員 中学生以上250人程度。(18歳未満は保護者の了解が必要です)
業務内容 受付・案内、スタートゴール整理誘導、ランナー先導・後尾・収容、走路観察、駐車場整理など。
●問い合わせ 大会事務局
(☎090-2514-4791)
marathon@hyugacity.jp

申告が必要です!

所得税の住宅借入金等特別控除を受けている皆さんへ

所得税で住宅ローン控除額を引ききれなかった人は

住民税(市県民税)から、その分を引くことができます。

国から地方への税源移譲により、所得税が減額となり、控除できる住宅ローン控除(住宅借入金等特別控除)額が引ききれないことがあります。この場合、所得税から引ききれなかった額を、翌年度の住民税(市県民税)から住民税住宅ローン控除として引くことができます。

平成20年以降、この住民税の住宅ローン控除の適用を受けるためには、毎年申告が必要です。

対象となる年度は?

平成20年度から平成28年度までの市県民税に適用します。

控除対象となる人は?

平成11年から平成18年末までに居して所得税の住宅ローン控除を受けている次の人です。
① 税源移譲に伴い所得税が減少し、住宅ローン控除額が所得税額よりも大きくなり引ききれなかった人。
② 税源移譲前でも所得税額より住宅ローン減税額が大きく引ききれなかったが、税源移譲によって引ききれない額が大きくなる人。

申告の方法は?

給与収入のみで年末調整をする人
住宅借入金等特別控除申告書(以下、控除申告書)に源泉徴収票を添付して、1月1日現在の住所所在地の市区町村に提出してください。
確定申告をする人
確定申告書とともに控除申告書(確定申告用)を提出してください。
申告期限
毎年3月15日まで。
(平成20年は3月17日)

※期限を過ぎた控除申告は、当該年度の住民税納税額が通知されるまでに申告をした場合のみ、適用されませんので注意してください。
※控除申告書は、18年分の年末調整等で住宅ローン控除を受けた人に対して、1月中旬に送付します。
19年中に住所の異動があった人は、税務課まで問い合わせください。
また、市ホームページからも、様式のダウンロードができます。

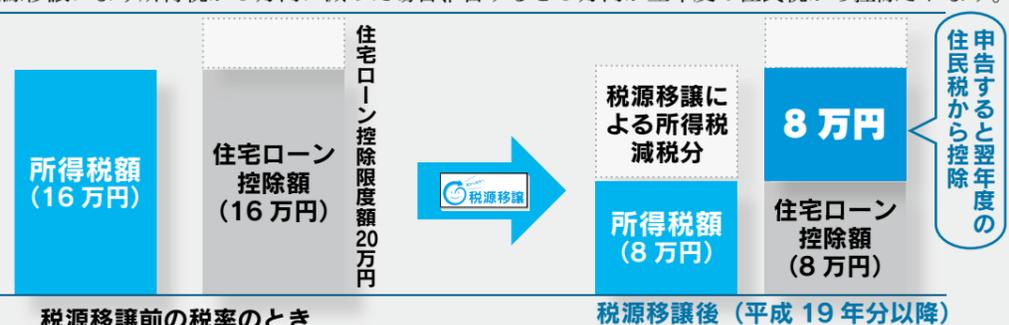
●問い合わせ 税務課市民税係
(☎内線2115、2116)
または、延岡税務署個人課税部門
(☎0982-3213303)

税源移譲による住宅ローン控除への影響

例① 従来の税率なら所得税20万円、住宅ローン控除額が14万円だった人が税源移譲により所得税が10万円に減った場合、申告すると4万円が翌年度の住民税から控除されます。



例② 従来の税率なら所得税16万円、住宅ローン控除額が16万円(限度額は20万円)だった人が税源移譲により所得税が8万円に減った場合申告すると8万円が翌年度の住民税から控除されます。



情報伝言板

みんなで、楽しい子育て考えませんか?～出会い・ふれ愛・育て合い～

子育て応援フェスティバル

●とき 1月27日(日) 午前10時から午後4時

●ところ 日向市中央公民館

子どもから大人まで楽しめるコーナーが盛りだくさん。子育て相談も受け付けます。お気軽にご来場ください。

●オープニングコンサート

午前10時～

●基調講演

午前10時25分～正午
「メディア漬けが子どもを蝕む」講師 清川輝基さん

●分科会

午後1時30分～3時30分

●お楽しみ企画

午前10時～午後3時30分
ピエロによるパフォーマンス、ゆりてるシアター、影絵、パイオリンとピアノによるコンサート、キーボード5台によるアンサンブル、そのほか製作コーナー、遊びコーナーなど。

●問い合わせ 日向市福祉課 子育て支援係
☎52-2111 (内線2364)



福祉バザーにご協力をお願いします～物品提供者を募集中～

2008日向市福祉のつどい

●とき 2月3日(日) 午前10時から午後2時

●ところ 日向市総合福祉センター

楽しい催しがいっぱいです。ぜひお越しください。

内容 バザーコーナー、グルメコーナー、ふれあいコーナー、福祉施設コーナー

●問い合わせ 日向市総合福祉センター内 日向市ボランティア・市民活動センター ☎52-2577

2008年夏～熱い感動をあなたとともに～

日向ひよっこ夏祭り

新キャラクターデザインを募集

昭和59年に初めて日向ひよっこ夏祭りが開かれてから、今年は25回目となる記念すべき年です。

これを記念して、新しい「キャラクターデザイン」を募集します。応募いただいた作品は、イベント全般のPR、オリジナルグッズ、ポスターなどに使用させていただきます。どなたでも応募可能。多くの皆さんからの作品の応募をお待ちしています。

●応募締切日 2月12日(火)

※応募資格、応募条件、応募方法など詳しいことは、下記まで問い合わせください。

●問い合わせ 日向市観光協会内、同実行委員会事務局 (☎55-0235)

「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. 国民年金保険料の口座振替について教えてください。

A. 保険料の口座振替は便利で確実です。口座振替の種類は、1年分前納(4月中に納付すると、3,550円割引)、6か月分前納(960円割引)、当月払い(毎月50円割引)、翌月払い(同額)があります。申込用紙は、年金係または金融機関の窓口を用意しておりますので①預金通帳②通帳印③納付書(年金手帳)をご持参のうえ、1年分一括前納は2月末、6か月分前納は2月末及び8月末までに申し込んでください。毎月分はいつでも申し込みできます。

今月の年金巡回相談

●とき 1月23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. 印鑑登録証明書が必要になりました。他の人が代わりに取りに行くことはできますか?

A. はい、代理人でも印鑑登録証明書を取ることができます。その際に必要なものは以下の2つになります。

- ①必要な人の印鑑登録証
- ②代理人の認め印、または本人の確認ができる運転免許証・保険証等

また、本人からの委任状や実印があっても印鑑登録証を窓口を持ってきていない場合、証明書を出すことはできません。これは本人が窓口で直接請求する場合も同じです。必ず印鑑登録証を持ってきてください。

●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!②

お子さんは、毎朝きちんと朝食を食べていますか? 先月号に引き続き、今月も家族みんなで「食育」について考えましょう。

子どもたちの食生活の実態に驚き!

平成17年度児童生徒の食生活実態調査では、①小学5年生の児童の約4%、中学校2年生の生徒の約5%が朝食をほとんど食べない、②児童生徒ともに約13%が朝食を食べない日がある、との驚きの結果が出ています。

朝食の大事さ、効用を知りましょう

睡眠中の脳は、呼吸をしたり血液を循環させたりするなど、生命維持に必要な最低限度の働きをしています。そのほかの機能は休息しているため、身体の血圧や体温は、朝が一番低下しています。

朝、目覚めて朝食を食べると、脳にブドウ糖が運ばれて、脳の働きが活発になり、体温や血圧を上げ、身体の活動を活性化することができます。

脳は、ブドウ糖だけをエネルギー源としていますが、実は、そのエネルギーを蓄えておくことができません。

一日の生活の中で脳や身体を活発に働かせるには、一日3回、規則正しい食事をして脳にブドウ糖を供給する必要があります。朝食をしつかり食べないと、脳にブドウ糖が補給されないで、なかなか脳や身体が活動する体制になりません。

その結果、「体がだるい」、「やる気が起きない」、「いらいらする」などの不定愁訴(めまい、ふらつき、動悸、倦怠感などの症状)を感じるようになってしまっています。

キーワードは「早寝・早起き・朝ごはん」

平成15年度の国立教育政策研究所の調査によると、毎日、朝食を食べる子どもは、ペーパーテストの得点が高い傾向にあることも明らかになっています。

一日を元気で活動的に過ごすには、きちんと朝食を取ることがとても大事です。

冬休み期間中に、「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムが崩れないよう、保護者は子どもの生活習慣について注意してあげてください。

冬休みは食文化を知る絶好の機会

冬休みは、年末年始行事の中で、日本古来の伝統行事などを体験できる良い機会です。

自分たちが暮らす地域に、昔から伝わる料理や年末年始にちなんだ料理などがあることを知ることも大事な「食育」です。

「年越しそば」、「おせち料理」、「雑煮」など、地域の気候風土と深く結びつき、培われてきたさまざまな日本古来の食文化があることを、家族みんなで考えてみてはいかがでしょうか?

●問い合わせ 学校教育課保健係 (☎内線2425)

図書館へおいでよ

☎54-1919

今日から歩く!

～いいこといっぱいウォーキングのすすめ～
湯浅景元/監修 大和書房

いいことづくめのウォーキング、あなたも今日からはじめましょう。歩く効能から楽しみ方、長続きするウォーキングメニューまで、お金をかけずに医者いらずの体をつくる、まるごと1冊ウォーキング読本。



病氣・けががよくわかる事典

善野信郎/監修
PHP研究所

子どもに身近な病気を41取り上げ、病気の原因、症状、治療方法、予防方法などをわかりやすく説明。また病気の内容を知るとともに、体のしくみや各器官の役割などもわかるように図を用いて解説する。



新しく入った本

◎剣客商秋-初孫お花-
(鳥羽亮/幻冬舎)

◎妻と罰
(土屋賢二/文藝春秋)

◎まゆげのみつ
(いまむらいくよ/新風舎) ほか

■1月・2月の上映会

～プログラム～

●1月13日(日)
10:30～
一寸法師 火男

鬼の子とゆきうさぎ
14:30～

みーつけた! マザー・テレサ
10:30～

金太郎 宝の下駄
三びきのやぎのがらがらどん

ハーメルンのふえふき男
14:30～

空からおちたカメ 森のぼん人
この声、だあれ?
-動物たちの鳴き声-

■1月のおはなし会

乳幼児/午前10時30分～11時
10日 17日 24日 31日

幼児/午後3時30分～4時
9日 16日 23日 30日

小学生/午前11時～11時30分
5日 12日 19日 26日

■1月の休館日

1～3日 7日 14日
21日 28日

肌の荒れ、便秘、イライラ、肥満…。原因は体内にたまった毒素かもしれません。そんな不調を解消する、おうちで手軽にできるデトックス法を紹介。「食事」「発汗」「ツボ」の3つのデトックスで、体の中からキレイになろう!



からだのみなさん

五味太郎/作
福音館書店

なんとなくぼんやり歩いておられますか? これなんだ!? と突然指が言います。あっ、これこの前もらったアメだ! と頭が思い出して言います。体が喋りだす楽しい絵本。「かがくのとも」から装丁を新たにして出版。



平成20年成人式典は1月13日(日)、市文化交流センターで 一生に一度の大切な日は 自分たちの手で——



Profile

- 平成20年成人式実行委員会メンバー
 実行委員長 松木勇樹 ※敬称略
- | | |
|--------------|--------------|
| 福永 桂子 (大玉谷中) | 小野 詩織 (富島中) |
| 垣内 圭太 (日向中) | 横田 あゆみ(財光寺中) |
| 都甲紗也加(東郷中) | 黒木 翔大 (財光寺中) |
| 松本 勇樹 (財光寺中) | 大山 嘉文 (財光寺中) |
- ※写真配席順 (出身中学校)

中央公民館の会議室に今年新成人を迎える8人が集結した。今日は、4回目の成人式実行委員会。次は来週。打ち合わせは、式典の直前まで続く——。

日向市の成人式は企画立案、当日の運営まで新成人が担当。二生に一度しかない大切な日。最高の「一日」と話す松木勇樹さん(実行委員長:写真、左最前)は、大方の大学に在学中。打ち合わせのたびに帰省している。

横田あゆみさん(副実行委員長:写真右後から2番目は「みんなに参加して良かったと喜んでもらえる式典にしたい」と意気込みを語った。

大切な一日は、参加者の胸にいつまでも刻まれるはず。新成人の決意、自覚ととも——。

●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 昭和62年4月2日から昭和63年4月1日生まれの人

※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、市外在住などで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。※家族も式典に参加可。

●問い合わせ 市中央公民館内生涯学習課 (☎53-68807)

International Exchange 月刊ワンダフル タイム ニュージーランドの ライフスタイルの変化 (上)

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

12月1日
 そば打ちDE国際交流

道の駅とうごうにある味工房で、そば打ちと豆腐づくりに挑戦したよ。今年も皆さんと一緒にいろんなことにチャレンジします。



新年あけましておめでとうございます。日向に来て3回目のお正月。今年も年賀状を楽しみに待っていました。皆さんにもたくさん届きましたか？今年も皆さんにおもしろい話をたくさんできるように頑張ります。

さて、今回から連続で変わりつつあるニュージーランド(NZ)の生活スタイルの今昔のお話です。

私がNZに行ったのは14年前のことでした。台湾第2の大都市、人口100万人を超える高雄から、いきなり国の総人口が400万人しかい

ないNZへ引越したので、NZがすごく田舎に感じられました。しばらく住むと初めて田舎で暮らすということがどんな生活かが分かりました。

当時、私は中学生でオークランドの小さな小学校に通っていました。学校は朝9時から午後3時まで。台湾の小学校より2時間半も授業が短かったので、最初はびっくりしました。

さらに驚いたのは、そのころほとんどのNZのお店や銀行などは午後4時30分に閉店してしまうことでした。あまりにも閉

店が早いので母はいつも放課後、私と姉がほしい物を一緒に買おうと、私たちを連れて急いで買い物に行きました。

今でも印象に残っている出来事は、3人が一度4時20分にお店に入ろうとした時、店員さんに「あと10分で店を閉めるので、明日また来てくださいね」と追い帰されたことです。こんなことがNZではよくありました。

世界中の人に「NZの人はのんびりしているね」と言われている訳がなんだか分かる気がしますね。

いきいき 青春トーク



Profile
 黒木 優樹 さん (26歳:仲深)

今年もアメリカンで安全運転

耳川広域森林組合日向支所に昨年8月から勤務。東郷域での国土調査法に基づく地積調査を担当しています。バイクが好きでアメリカンに乗ってるんですよ。今年の目標は、早く仕事を覚えて一人前に仕事をこなすこと。組合員の皆さんにも早く顔を覚えてもらえるとうれしいですね。



Profile
 松岡 梨絵 さん (24歳:富高)

初舞台は緊張しました

ハローワーク日向で働いています。昨年、日向十五夜太鼓のメンバーに新しく加わりました。11月に市役所前広場で開かれた産業・商業まつりが初舞台。緊張しましたが仲間たちの支えもあって、無事ステージを終えました。これから練習に励んでお客さんを喜ばせたいですね。

■選挙の主役は私たち

わけもんの主張東白杵支会大会が11月22日、文化交流センターで開かれ、本市から山田将隆さん、権葉和喜さん(ともに日向市消防本部勤務)が出演。選挙や政治について感じることを望むことなどについて発表しました。権葉さんは、仕事を通して芽生えた有権者としての自覚を「見えてきたこと」と題し発表。見事、優秀賞に選ばれ、2月16日に宮崎市で開かれる県大会への出場を決めました。



■創立30周年を祝う

県立日向養護学校が創立30周年を迎え11月25日、記念式典を開き伝統を祝いました。生徒たちの学習発表「ひむか祭」ステージでは、小・中学部がそれぞれ創作劇を披露。中学部は「ごみの分別」をテーマに「あなたも地球の声に耳を傾けて」と生活の中での環境への取り組みの大切さを、大勢の観客に訴えました。中庭でのバザーでは、作業学習で育てた大根の販売などもありにぎわいました。



■新しい駅舎を題材に

第5回日向アートフェスタが11月25日、日向市駅周辺で開かれ、写真、絵画、書道の各部門に約100人が参加しました。「スケッチが大好き」と楽しそうに話した平坂光遵くん(4歳)、隆政くん(日知屋東小3年)兄弟は、昨年に続き2度目の参加。先生たちの指導を受けながら、画用紙いっぱい青空と駅舎を色鮮やかに描いていました。作品は日向市美術展覧会会場で展示されます。



■差別のないやさしい社会を

12月4日から10日の人権デーまでの一週間は「人権週間」。市民に人権問題に対する意識を高めてもらうべく11月30日、市内2か所で啓発活動がありました。黒木市長や人権擁護委員ら関係者30人が啓発チラシや人権グッズを配布。差別のないやさしい社会づくりを呼びかけました。12月7日には第25回「同和」問題市民講演会も開かれ、500人を超す市民が同和問題について考えました。



まちの話 美しいまち並みの風に吹かれて——。 歴史を感じ 着物姿でまちを巡る。



美々津の歴史に親しみ楽しんでもらおうと11月23日、美々津ふれあいまち巡り(同実行委員会主催・地域資源∞全国展開プロジェクト事業)が美々津町立縫区で開かれ、市内外から多くの人が訪れました。

江戸時代から昭和初期にかけて貿易港として栄えたまち、美々津。かつては、回船問屋や商店が軒を連ね「美々津千軒」と呼ばれるほどのにぎわいがありました。現在、その古いまち並みは国の伝統的建造物群保存地区に指定され、地域の人たちの手によって保存されています。

この日は、自分の着物を着て来場した人や無料で貸し出された着物を着付けた人などが通りの石畳を歩きまちなかを散策。かつて美々津のまちがにぎやかだった時代にまるで時間がさかのぼったようでした。また、歌人若山牧水が幼いときに母と美々津を訪ねたことにちなみ、金丸宗史さん(美々津小1年)と松本清美さん(立縫区)が和服の親子姿で、なりきり牧水の一行とともに登場しました。

会場では、新鮮な野菜、魚介類、伊勢えびのみそ汁やちりめんめしなどを販売し大盛況。訪れた人たちは、ゆつくりと流れる時間と情緒あるまちの雰囲気を楽しみ、美々津の深い歴史を感じていました。

あのまち このまち情報 美郷町南郷区 師走祭り



遠く離れた別々の地に祀られている百済王族の親子が、年に一度の再会を果たす——。

この悲しい百済伝説を再現したのが師走祭りで、今もなお百済の風習や戒律が色濃く残されています。

90キロ離れた2つの神社(神門神社・南郷区、比木神社・木城町)が、2泊3日をかけて一緒に行くという大変珍しいもので、千年以上もの歴史があるといわれています。

祭りの一番の見所は、初日の比木神社一行を迎える「迎え火」。燃え上がる勢いは、天をも焦がさんばかりです。この古代史のロマンに満ちた「師走祭り」を、ぜひ肌で感じてみてはいかがでしょうか？

とき 1月25日(金)〜27日(日)
※迎え火は、1月25日(金)
ところ 美郷町南郷区神門神社周辺
問い合わせ 美郷町役場企画情報課(☎66-3603)

お知らせ

日向市長選挙 投・開票 3月23日(日)

告示 3月16日(日)
投・開票 3月23日(日)
立候補届出手続等説明会
とき 2月12日(火)午後1時30分
ところ 勤労青少年ホーム
●問い合わせ 選挙管理委員会事務局(☎内線2232)

「農業委員会委員選挙人名簿」を作成中です

選挙管理委員会では、毎年1月1日現在で、有権者の申請に基づき、「農業委員会委員選挙人名簿」を作成しています。

次のすべてに該当する人は、1月10日までに農業委員会へ申請書を提出してください。

- ①市内に住所のある人
- ②20歳以上の人(昭和63年4月1日までに生まれた人)
- ③耕作面積が10㏎以上ある人もしくはその人と同居の親族または配偶者で、年間の耕作従事日数が60日以上ある人

申請書は、12月中旬に送付していただきますが、届いていない人は、農業委員会事務局(☎内線2363)まで問い合わせください。

カサゴを保護しよう 21年6月30日まで禁漁

次の海域では、カサゴの資源を増やす目的で稚魚を放流しています。この海域で陸(防波堤含む)

からの釣り以外の方法でカサゴを採捕することは禁じられていますので注意しましょう。



日知屋地区の通称小太郎の南端(世界測地系:北緯32度25分16秒、東経131度41分4秒)と同地区の通称地の長八北端(世界測地系:北緯32度25分9秒、東経131度41分4秒)を直線で結んだ線と陸岸で囲まれた海域。

●問い合わせ 県海区漁業調整委員会事務局(☎098512617146)

市有地を売却します

市は、亀崎地区、大王町地区などにある市有地を一般競争入札の方法によって売却します。

●売却方法 一般競争入札

●受付期間 1月15日(火)～2月22日(金)

●入札日 3月3日(月) 午後2時

●入札場所 市役所本館第2、3委員会室

※詳しい物件情報や入札方法などは担当課にお問い合わせるか、市ホームページで確認してください。また、入札参加申込書は、契約管理課で交付するほか、市ホームページからダウンロードもできます。

●問い合わせ 契約管理課管理財係(☎内線2264)

平成20年度から全期前納振替納税ができます

全期前納とは、全期分をまとめて第1期の口座振替日に納付する方法です。

●対象となる税目は?
固定資産税と市県民税です。

●全期前納の方法は?
口座振替による全期前納は、振替の手続きの届出用紙に、納期別の納付か全期前納かを選択する欄があり、全期前納を選択することによって可能になります。

なお、現在、納期別の口座振替を利用されている人には、「口座振替の全期前納」を送付します。振替の全期前納を希望される人のみ、必要事項を記入の上、返送してください。※「口座振替方法の変更届」の提出のない場合は、納期別の口座振替となります。また新規に、口座振替を利用する場合は、下記の申し込みができる場所で随時、手続きをしてください。

●第1期の口座振替日に、全額振替ができなかった場合には?
振替日に全期分の振り替えをする残高がなかった場合は、振替可能な納期分まで振り替えます。

なお、全額振り替えできなかった場合、再振替日(固定資産税5月15日、市県民税7月10日)にもう一度振り替えを行います。また、残高不足などで振替できなかった市税については、その年度の特色を生かして自ら企画・運営するまちづくり事業の上半期分(平成20年4月～平成20年9月の間に実施する事業。ただし、下半期に実施を予定している事業でも、9月以前から準備等を行う必要のある事業も含む)を広く市民活動団体などから公募します。

度に関り、納期別の振替日に振り替えることとなります。

全期前納で口座振替後、税額に変更があった場合には?

市税の申告や評価額変更による更正があった場合、納めすぎた税金は、還付になります。また、税額が増えた場合は差額分を、納期別の振替日に振り替えます。

●その他の注意点
年度途中に全期前納振替を手続きした場合は、その年度は納期別の振り替えで、翌年度から全期前納扱いとなります。また「随時」(過年度分や、第4期以降に税額に変更があったもの)と記載されているものは口座振替できません。なお、口座振替の廃止や変更をした場合は、必ず「日向市税等口座振替依頼書・自動払込利用申込書」を提出してください。※入金金は振替日の前日までにお願います。

平成20年度の全期前納口座振替の日は、固定資産税は4月25日、市県民税は6月25日です。

●申込期間 固定資産税は2月末日まで。市県民税は4月末日まで。

●申し込みに必要なもの
通帳、届出印、納税通知書

●申込場所
市役所税務課、各支所(細島、美々津、岩脇)、東郷町地域自治センター、市内金融機関の窓口

●口座振替可能な金融機関
宮崎銀行、鹿児島銀行、宮崎太

陽銀行、高鍋信用金庫、日向農業協同組合、九州労働金庫、日向市漁業協同組合、ゆうちょ銀行

募集

●問い合わせ 税務課市税収納係(☎内線2117)・2119)

放送大学 20年度第1学期学生

放送大学はテレビで授業を行う国が設置した正規の大学です。放送大学教養学部学生入学試験なし。満15歳以上。自宅履修可。

●募集締切 2月15日(金)

●資料請求・問い合わせ 放送大学宮崎学習センター(☎531893)、願書請求フリーダイヤル(☎012018641600)

放水直筆作品を募集 没後80年、遺墨集刊行

市は、若山放水直筆没後80周年及び日向市・東郷町合併記念事業として、個人所蔵の放水直筆作品(半切、色紙、短冊)を募集中です。平成21年度に若山放水の遺墨集「放水の遺墨百選」(仮題)の刊行を計画しています。

応募方法

八つ切りサイズのカラー写真3枚(全体が撮影されたもの1枚、上半分1枚、下半分1枚。3枚とも裏面に、所有者住所、氏名、電話番号を記入)を送付してください。

●応募締切 2月20日(水)

※詳しくは、文化スポーツ課にお問い合わせください。

●応募・問い合わせ ☎88318555 日向市本町10番5号、文化スポーツ課文化振興係(内線☎2864)

介護相談員を募集

市は、介護サービス利用者や、その家族の相談に応じる介護相談員を募集します。

●応募資格 ①ボランティア精神があり、高齢者福祉に対し情熱のある人。②2回程程度の相談活動と、1回の連絡会議への出席が可能なる人。

●募集人員 3人

●任期 1年(再任可)

●月額報酬 15,000円

●募集期間 1月15日から31日

●問い合わせ 高齢者あんしん課介護保険係(☎内線2177)

認可保育所(園)の入所受付をはじめます

市は、平成20年4月から入所する認可保育所(園)の児童の入所申込を、次のとおり受け付けます。

●入所基準 保護者が、昼間働いたり、長期の病気や出産などの理由

のため、家庭で児童の保育ができない場合が対象となります。

●幼児教育を受けさせたい、集団生活に慣れさせたいなどの理由では入所することはできません。

●申込書の配布 福祉課および各保育所(園)

●受付期間 1月7日(月)～1月31日(木)まで。

●受付場所 福祉課⑦番窓口、やすらぎ館

●問い合わせ 福祉課子育て支援係(☎内線2163)

市立幼稚園の園児募集

市は、4月から入園する市立幼稚園児の入園申込を次のとおり受け付けます。

●入園資格 市内に居住し平成14年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた幼児

●申込書の配布 各市立幼稚園および福祉課⑦番窓口

●受付期間 1月15日(火)～1月31日(木)まで。

●受付場所 各市立幼稚園

●問い合わせ 東郷幼稚園(☎6912990) 坪谷幼稚園(☎6917150) 寺迫幼稚園(☎581380)

または福祉課子育て支援係(☎内線2164)

日向市市民まじり支援事業(上半期)募集

市民主体による元気で活力あるまちづくりを推進するため、市民の皆さんが知恵を出し合い、地

域の特色を生かして自ら企画・運営するまちづくり事業の上半期分(平成20年4月～平成20年9月の間に実施する事業。ただし、下半期に実施を予定している事業でも、9月以前から準備等を行う必要のある事業も含む)を広く市民活動団体などから公募します。

●市民まじり支援事業審査会
会が採択された事業に対して、補助金を交付します。

●応募できる団体 ①市内に活動拠点を有する非営利活動団体(NPO法人・市民活動団体・ボランティアグループ・自治会など)であること。②5人以上の会員で組織していること。③組織の運営に関する規約等があること。

④宗教活動や政治活動を行う団体ではないこと。⑤暴力団の構成員が、団体の役員となっていないこと。

●募集事業の内容 ①市または市内特定地域(以下「市、地域」という。)の活性化またはコミュニティの醸成につながる事業

②市、地域のイメージアップや情報発信につながる事業

●事業の部門および補助率、補助金交付上限額 ①地域づくり系事業(特定地域での環境美化、防犯、助け合い(共助)などコミュニティの活性化及び醸成につながる事業) 補助率 $\frac{3}{4}$ 以内限度額 ≤ 50 万円

②イベント系及びその他の事業(全市対象の祭り、スポーツ大会、

スポーツ

トレーニングは効果的な方法で!

体力増強、維持、体質改善のためのエクササイズの一つとして、スポーツに挑戦している人も多いことでしょう。最初は身体を動かすことで、心身がリフレッシュできればいいと思っても、続けていくうちにスポーツ選手と同じくらい上手になりたいうようなものになります。自分の能力をさらに向上させるために、より効果的なト

トレーニング法を探してみよう。

トレーニング法を探してみよう。世の中には、いわゆる「ハウ・ツーもの」といわれるマニュアル本があふれています。やせる方法、お金を貯める方法などのほか、スポーツトレーニングのマニュアル本も数多く出版されています。筋力や柔軟性を高めるための方法、高度なテクニクを習得するための方法など、課題に対しどんな方法が最も効果的かを紹介しています。

トレーニング方法論

世界中のスポーツトレーニング研究者は、夢のような効果的なトレーニング方法や、誰にでも共通する万能のトレーニング方法を、長年探し求めてきました。しかし、研究するほど、そんなトレーニング法は存在しないと結論づけられていきます。近年の研究成果では、それぞれの運動課題、能力、また経験、年齢、性別、栄養状態、睡眠などによって、それぞれ異なるトレーニング方法を用

トレーニングの組み合わせ

いるのが最も効果的ということが明らかになっています。自分の状態にあった効果的なトレーニング法を用いよう。〇〇トレーニング法といつたハウ・ツーを探しても、本当に効果の現れる自分合ったトレーニング法が、簡単に見つかる可能性は低いでしょう。自ら効果的なトレーニング法を見つめるために、まずは、自分の能力のいいところ、悪いところの要素を明確に見極

トレーニングの組み合わせ

めることです。次に、①自分には今のような要素が不足しどんなトレーニングが必要か②トレーニングによって身体に刺激を与え、発達させるべき内容とは何か、を的確に見つけ出すことです。その上で、自分に合った最も効果的なトレーニング方法とは、どんなものなのかを探してみようか。

環境問題

飲食用スチール缶は回収品目の資源物です

市は、平成18年度からスチール缶を資源物の回収品目の缶類として、アルミ缶と一緒に回収しています。しかし、回収品目となったスチール缶が燃やせないごみとして出されることが多くみられ、また「資源物として出せるものが分からない」といった問い合わせが寄せられることがあります。そこで、今月は、スチール缶の分け方と出し方を紹介します。

スチール缶の分け方は?

・資源物として回収できるもの
ジュースやコーヒーなどの飲料用の缶、水ですすいで汚れが落ちた缶詰、クッキーやせんべいなどが入っていた缶、粉ミルク缶、飲み物や食べ物に使われる缶などが資源物として回収できます。
・資源物として回収できないもの
飲食用以外の缶、食用油缶、ペット用のえき缶、スプレー缶、さびた缶、水ですすいでも汚れが落ちない缶詰など、1斗缶以上の大きい缶など。

スチール缶の出し方は?

また、飲料用の缶にタバコなどのごみが入っているものは、資源物として回収することはできません。これらの缶は燃やせないごみとして出してください。
ふたが付いているものは取り外し、容器を水ですすいだ後、透明袋に入れて資源物集積所へ出してください。
なお、資源物回収品目ではスチール缶は缶類となりません。アルミ缶と同じ袋に入れて出してもかまいません。

資源物集積場でのお願いです

最近、資源物集積場のコンテナやカゴの中に、缶類がそのまま入っていることが多く見られます。水色のコンテナにはビン類、緑のカゴにはペットボトルが入ります。資源物集積場に缶類(アルミ缶、スチール缶)を持ち込まれる場合には、透明袋のまま、出すようにお願いします。
お問い合わせ
環境整備課業務係
(☎53-2256)

浄化槽設置補助の対象が変わります

平成20年4月1日より、浄化槽設置整備事業の補助対象区分が変更になり、補助対象となる浄化槽が、5人槽、7人槽、10人槽までとなります。11人槽から50人槽までの浄化槽補助金申請は、平成20年3月31日までに検査完了したもので補助対象となりますので注意してください。
お問い合わせ
下水道課業務係
(☎54-4175)

歴史探訪

郷土の文化財を訪ねて ⑩

正法寺年中日誌

塩見(中村)の正法寺にある市指定文化財「正法寺年中日誌」は、細川宗慶という住職が書いた、幕末から明治時代の記録です。細川家の先祖は、いまから350年ほど前の南北朝時代に義門寺(東諸郡国富町)を創建しましたが、その子孫が後に塩見へ来て正法寺を開いたといわれています。その後、正法寺は細川家によって守られてきましたが、

この年中日誌を読むと当時の社会情勢を知ることができま

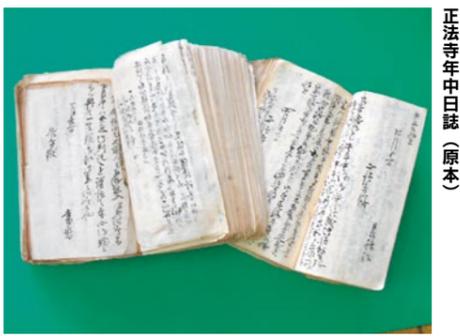
す。例えば、明治10(1877)年の西南戦争については「官軍の戦艦が細島港に入港し、人々は大騒ぎして避難して行った」とか「夜中にも軍艦が入港して兵隊が上陸してきた」とことなどが記されており、当時の緊迫したようすがうかがえます。また、富高町の佐藤仙吾宅に西郷隆盛が宿泊したこと

このときは「西郷隆盛が犬を4匹連れて歩いて来た」とも付け加えられています。

さらに「西郷の歌」と題して、つぎの歌が記録されています。小アイヤ西郷は鯛か雑魚か、鯛(官軍の部隊)に追われて逃げまわる——肥後は三味線、鎮台(官軍)さんは糸よ、薩州(西郷軍)はバチかぶつて引くばかり——
これらの歌は、おそらく当時の庶民の間で流行した歌と思われる。

戦乱の巻き添えになった人たちが、せめてものウサ晴らしと反骨精神を表現したものと注目されます。

そのほか、まだたくさんの興味深い歴史の「コマ」が記されていますが、これらの文章は少しくらい難しくても、やはり原文を読む方が味わい深いものです。市史編さん事業により「正法寺年中日誌」が2冊の資料集にまとめられていますので、みなさんも辞書を片手に挑戦してみてください。



正法寺年中日誌(原本)
教育総務課文化財係
(☎内線2415)

相談日程

*社協II社会福祉協議会

人権相談

とき 1月16日(水)
午前10時〜午後3時
ところ 大王谷コミュニティセンター

法律相談(必要予約)

とき 1月16日(水)
午前10時〜午後3時
ところ 社協東郷支所
予約(☎69-2209)

障害者センター

午前10時〜正午
障害者センター
(☎52-5434)

女性のチャレンジ支援巡回相談(必要予約)

とき 1月28日(月)
午前10時30分〜午後4時
ところ 推進ルーム「さんびあ」センター
予約先 宮崎県男女共同参画センター
(☎0985-29-8544)

行政相談

とき 1月16日(水)
午前10時〜午後3時
ところ 大王谷コミュニティセンター

年金巡回相談

とき 1月23日(水)
午前10時〜午後3時
ところ 中央公民館

介護保険の説明会

とき 1月21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)

女性のチャレンジ支援巡回相談

とき 1月28日(月)
午前10時30分〜午後4時
ところ 推進ルーム「さんびあ」センター
予約先 宮崎県男女共同参画センター
(☎0985-29-8544)

障がい及び難病者相談

とき 1月9日(水)
午前10時〜午後3時
ところ 青少年ホーム

税の納期

納期限内に納めましょう
市県民税 4期
国民健康保険税 8期
(納期 1月1日~1月25日)
(口座振替日 1月25日)



すこやか広場

日曜在宅医の確認は☎53-1214へ



こはる 孔晴ちゃん
(亀崎東)

●3か月児健診	●7か月児健診	●1歳児健康相談	●1歳6か月児健診	●3歳児健診
日時／1月11日(金) 1月25日(金)	日時／1月9日(水)	日時／1月22日(火)	日時／1月16日(水)	日時／1月17日(木)
対象／平成19年10月生まれ 1月25日(金)	対象／平成19年6月生まれ	対象／平成18年12月生まれ	対象／平成18年6月生まれ	対象／平成16年6月生まれ

【受付時間】
・1歳6か月児・3歳児
午後0時45分～1時15分
・3か月児
午後1時～1時15分
・7か月児
午後1時～1時30分
・1歳児／午前9時30分～10時
※母子健康手帳を忘れずに。

●会場 日向市民健康管理センター ●問い合わせ ☎内線2184



たくみ 拓実ちゃん
(新生町)

子どものお口の健康

口は健康の入り口です。小さなお子さんは自分の口の健康が十分に守れません。保護者は、子どもの口の健康にも注意してください。

虫歯は「感染症」です。虫歯は、虫歯菌でうつる感染症です。スプーンや歯ブラシを共有したり、口移しで食べさせたりしないようにしましょう。また、家族も普段から、虫歯の予防・治療をしておきましょう。

指しゃぶりは悪影響。5歳以上になっても指しゃぶりが続いていると、上下の前歯がかみ合わなくなってしまう。指しゃぶりが歯並びや、あごの発達に影響することを教えて、自分からやめたいと思わせるようにしましょう。

はえかたには個人差が。乳歯のはえかたには個人差



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。

歯みがきは、遊びを交えたり、ほめて、楽しくみがく習慣をつけましょう。保護者が手本になる事も大切です。仕上げみがきは、膝に子どもをのせて、よく歯が見えるようにして、力を入れすぎないようにしましょう。上の前歯、上下の奥歯は、特に虫歯になりやすいので、注意してください。ブラッシング方法は、歯医者さんで教えてもらえます。市の乳幼児健診でも講習中です。

10月中の交通事故

人身事故	死亡	負傷者	物損事故
50件	1人	58人	100件
(-7)	(±0)	(-11)	(±0)

～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/H19.12.1現在			
人口	63,027人	人口	(+6)
男	29,689人	人口	(+14)
女	33,338人	人口	(-8)
世帯数	24,380世帯	世帯	(+15)
転入	133人	転出	135人
出生	60人	死亡	52人
面積			336.29km ²

こちら編集室

▼今年の干支は子(鼠)。子ネズミがどんどん増え、成長する様子から子孫繁栄の意味合いがあるそうです。暮らしの中であまり好まれないネズミですが、いい意味で大きく成長。皆さんにとってさらに繁栄する年になるのではないでしょうか。▼正月はおせち料理でゆっくりという家庭も多いはず。おせちの中身にはいろいろな由来が。たとえば、昆布巻は「よろこび」(ぶ)「煮豆は「まめ」め「健康に働く」(た)。「なるほど」年中の節目や祝い事では必ず昆布を見かけますね。古くから伝承されている縁起物の由来。この季節、ご年配の方などに聞いてみるのも面白いかもしれませんね。▼改めてまして、新年明けましておめでとーごいいます。皆さんに市政やまちの動きをもっと身近に感じてほしい。日々その想いで編集しています。今年ももっと市民の皆さんに親しんでもらえる広報ひまわりを目指します。 (K)

EDITOR'S NOTE

健康家族

各種健(検)診実施期間

個別で医療機関で受診する「基本健康診査」と「各種がん検診」の実施期間が残り少なくなってきました。4月から現在までに健(検)診をまだ受診されていない人は、ぜひ残りの期間中に受診しておきましょう。

実施機関(期間)
市内の主な医療機関で2月末日まで実施しています。

対象者・料金
下記の一覧表で確認してください。

各種健(検)診料金・対象者一覧表 (単位:円)

検診内容	本健	各種がん検診				
		大腸がん	胃がん	前立腺がん	子宮がん	乳がん
70歳以上	無料	400	1,200	200	700	800
50～69歳	1,500	1,000	2,400	400	1,400	1,600
40～49歳	1,500	1,000	2,400	×	1,400	1,600
30～39歳	1,300	1,000	×	×	1,400	×
20～29歳	1,300	×	×	×	1,400	×
19歳	1,300	×	×	×	×	×

ぐっすり快眠

夜冷えする季節。暖かな布団の温もりで「ぐっすり快眠」という人もいれば、夜中によく目が覚めてしまい「寝れない」と不眠を感じている人はいませんか？

眠れない人のデメリット

- ・日中に眠くなり、意欲や集中力が低下してミスをした
- ・つまずいて転倒しやすくなった
- ・免疫力が低下して、感染症など病気にかかりやすくなる

不眠の主な要因

夕方以降の居眠り、ストレス、運動不足、不規則な生活習慣などが挙げられます。

安眠のための過ごし方

朝 ①決まった時間に起床し、太陽の光を浴びましょう。
②きちんと朝食をとりましょう。

日中 ①趣味、家事、仕事などでしっかりと活動しましょう。
②短めの昼寝をしましょう(午後1時から3時までの間に30分程度※ここで、長く寝すぎてしまうのは、かえって

不眠の要因

③夕方に軽い運動(30分程度の軽いストレッチなど)をしましょう。
夜 ①カフェインを含む飲料(お茶、コーヒー、紅茶など)は、就寝前には飲まないようにしましょう。②ゆっくり入浴したり、音楽鑑賞や読書などをしたりして、身も心もリラックスしましょう。

健康づくり課健康増進係
(☎内線2182)



道駅探検

お舟出の湯

1月イベント情報!
初日の出営業
元日朝6時から営業します。
新春定期寄席
1月19日(土) 午後1時～

第7回日向サンパーク杯
グラウンドゴルフ大会
1月29日(火)、30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

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方は、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。

お問い合わせ
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



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。

1月の休館日
7日(月)・21日(月)
新年は元旦6時から営業

かきフライスペシャル

1,250円
今月のおすすめの限定メニューは「かきフライスペシャル」です。広島産のかきに潮香で大人気の子キン南蛮とえびフライがセットで大変お得でボリュームのある定食です。ぜひ、この機会にご賞味ください。

海が見えるレストランでお食事をしませんか?



レストラン 潮音
O-TABLETENNAI
情報

ふるさと市場

寒さが一段と増してくるにつれ、味工房のふるさと市場には、冬野菜がたくさん出揃うようになりまし。安くて新鮮な地元野菜です。家族やグループで、鍋料理などにいかかでしょうか?
●新年の営業
初市は1月2日(水)からです。
●通常開催日 水、土、日、祝日
午前8時～午後5時
●問い合わせ ふるさと味工房 (☎68-3070)



道の駅とうごう
●お問い合わせ
東郷町ふるさと公社まで。
☎68-3072
●開館時間
午前8時30分～午後6時
●休館日
年末年始のみ



COVER MESSAGE

表紙写真は、美々津町立縫区で11月23日開かれた、美々津ふれあいまち巡り(13P 関連)美々津軒前にて。前列右、長友佑月乃さん(富高小1年) 前列左、石川麻里子さん(富高小5年) 後列右、藤山恵子さん(財光寺) 後列左、肥後桂子さん(財光寺)。歴史を感じさせる美しい美々津のまち並みで、ゆっくりと流れる時間を着物姿で楽しむ4人でした。

NO.632

●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 [URL http://www.city.hyuga.miyazaki.jp/](http://www.city.hyuga.miyazaki.jp/)

r2100

古紙配合率100%再生紙を使用しています。

