

市民の笑顔が広がる

南九州のリーディングシティ

新



広報

友だち募集中!



2020.November
Vol.179

11

城



お知らせ

発熱や咳、ひどい疲れなど気になる症状があるときには、いきなり病院を受診するのではなく、まずは、かかりつけ医など身近な医療機関に「電話」で相談してください。



◎ 学びを生かしたベンチを寄贈

都城工業高等学校の生徒が製作したベンチを9月29日、五十市地区公民館に寄贈。長友健祐校長は「学びを生かして製作したベンチを、ぜひ、地域で活用してもらいたい」とあいさつしました。



◎ 歯科衛生士への誓い

都城デンタルコアカレッジ歯科衛生士科2年生16人の宣誓式が10月3日、開催されました。那須啓菜さんは「患者さんのために考え、行動できる歯科衛生士になりたい」と誓いを立てていました。



◎ 選挙を身近なものに

市選挙管理委員会が10月13日、山之口小児童を対象に出前授業を開催しました。中邑順一郎委員長が、クイズを用いるなど分かりやすく制度を説明。児童らは、熱心に耳を傾け学びを深めていました。



INDEX

- 02 まちの話題
- 03 みんなのおうちでカーニバル
- 04 **特集**
 - 安心して過ごせる子どもたちの居場所
- 08 あなたらしい暮らしを支える「介護保険制度」
- 10 国民健康保険の健全な運営に協力ください
- 11 税金は納付期限までに納めましょう
- 12 児童虐待防止推進月間
- 13 女性に対する暴力をなくす運動期間
- 14 人の風景
- 16 毎月第3日曜日は「家庭の日」
- 17 11月8日はいい歯の日
- 18 INFORMATION（市からのお知らせ）
- 22 文化財保護強調週間
 - 「地域の宝」をみんなで守ろう
- 23 がん検診を受けよう！／今月のお便り
- 24 企業のカ／今月のプレゼント
- 25 国際交流員のひとりごと／美術館情報／ぼんちくと歴史探訪／都城島津伝承館だより
- 26 行こうよ！ まるまる！／図書館だより
- 27 NPO通信／NPOのイベント情報／選挙に行こう！／番組紹介／現住人口／編集後記
- 28 都城市公式LINEが1歳になりました／広告

取材で会った、笑顔

「まもりたい わたしたちの都城」

令和2年度都城市景観図画コンクールで、応募総数648人の中から3人が特選に選ばれました。ゆな（左から）吉原優那さん（小松原中2年）は「1枚1枚葉の色の表現が難しかった」、森本結翔さん（祝吉小1年）は「絵を描くのが好き」、福丸莉彩さん（西小5年）は「こいのぼりが元気に泳ぐ姿を描いた」と話しました。



今月の表紙

初めてのキウイ狩り、たくさん収穫したよ！

関之尾緑の村観光農園が10月12日、清涼幼稚園の園児らを招待して、キウイ狩りのオープニングセレモニーを開催。園児らは、たわわに実ったキウイをしっかりとつかみ取っていました。



みんなの おうちでカーニバルを 紹介します



お肉だ〜いすき♡♡



みんなでおうちカーニバル♪♪



イエーイ! 肉サイコー!



あれ? 前が見えない。。。。



ぼくだってやけるもん♪



おうちリゾート♪♪



ご飯が止まらない♡



僕は早く食べたいな。。

かわいく撮ってね♡



おとうちゃん、まーだー?



肉よりゲーム!!!



いくつになっても肉食女子!!!

**たくさんの応募
ありがとうございました!**

都城市公式 LINE プレゼント企画「おうちでカーニバル」に
応募いただいた写真を紹介します。皆さん、笑顔が素敵です♡
※コメントは、編集者の独断と偏見で入れさせていただきました
◎問い合わせ 秘書広報課 ☎ 23-3174



焼くのはパパに任せて!!



男は黙って一人焼肉!!!



安心して過ごせる子どもたちの居場所

市では、多様なニーズに合わせて、小学校や児童館など各施設でさまざまな子どもたちの居場所づくりの取り組みを進めています。今回は、取り組みの特徴とともに、子どもたちの過ごし方やスタッフ、保護者の声を紹介します。

◎問い合わせ 秘書広報課 ☎ 23-3174

小学生の保護者が期待する支援策

(子どもの過ごし方)

気軽に集える施設の増加	38.4%
防犯対策の充実	38.4%
小中高生の居場所の拡充	28.0%
児童クラブなどの拡充	24.2%
経済格差が学力格差にならない支援	23.8%
学びや社会参加の支援	22.0%

出典：第2期子ども・子育て支援事業計画 策定のためのニーズ調査（平成30年11月） ※複数回答

子どもたちの居場所が必要な時代
共働きやひとり親家庭の子どもたちは、放課後や長期休業日には、子どもたちだけで過ごすこととなります。また、平成30年に保護者を対象に実施したアンケートによると、子どもたちが気軽に集える施設の充実に加え、安心して過ごすことができる居場所が求められています。このようなニーズに応え、保護者が安心して働くことができるよう、市では、子どもたちが安全・安心で充実した生活ができる放課後児童クラブなどの充実に取り組んでいます。



Q どんなところ？

A 放課後や休みの日に遊びや生活の場を提供する施設

Q 利用できるのは？

A 仕事などで保護者が家にいない小学生

家庭に代わる
遊び・生活の場



放課後児童クラブ

◎問い合わせ
保育課
☎23-4894



Q どこでやっているの？

A 主に小学校や保育所、児童館など69カ所

Q 利用するには？

A 11月～12月ごろ、次年度の利用を申し込み

1

14時40分



子どもたちは下校時、家に帰らずクラブへ。

2

14時45分
～
15時



待ちに待ったおやつ時間。いただきます！

6

17時
～



保護者がお迎え。

3

15時
～
15時30分



お互いに教え合いながら、宿題に集中。

放課後児童クラブ
「ゆうやけクラブ」
1年生の
ある日の1日

5

16時30分
～
17時



元気に外遊び！

4

15時30分
～
16時30分



週に一度の英語教室。楽しく英語を学べる時間がみんな大好きです。

ゆうやけクラブ
支援員 永峰裕子さん

ほっとできる居場所

祝吉小学校内にある児童クラブで、家庭のようにほっとできる居場所を提供しています。また、保護者とのコミュニケーションを大切にしている、その日の出来事や様子などを伝えています。一人一人の成長を見守りながら、学校から家庭への橋渡しができると思います。

Interview
スタッフ
メッセージ

Interview
利用者の声



篠塚 藍さん
ゆいな
結菜さん親子
(郡元町)

ゆうやけクラブはアットホームな雰囲気です。支援員の皆さんとも気軽に話ができます。安心して子どもを預けられるので、本当に助かっています。また、他学年の子と触れ合えたり、英語の時間があつたりするなど、子どもにとって貴重な体験ができる居場所です。



Q どんどころ？

A 保護者の就労を問わず、学習や遊びなどを通じて、さまざまな体験活動を提供する場

Q 利用できるのは？

A 小学1年生～6年生

地域交流・体験活動の場



放課後子ども教室

◎問い合わせ
生涯学習課
☎23-9545



Q どんどころでやっているの？

A 主に小学校や地区公民館など
9カ所

Q 利用するには？

A 年度当初に教室ごとに行う説明会に参加し申請

上小スマイルふれんど
コーディネーター
武藤 佐智子さん



教室での経験が子どもたちの成長！

あまり家でできないことを経験させたいと思い、ブンゴマや七夕の笹飾り作り体験などの工作を中心に活動しています。卒業生が、ボランティアとして戻ってきて遊び相手になってくれることも多く、ずっとつながっていける場所だと思います。

Interview
スタッフ
メッセージ



「上小スマイルふれんど」での活動の様子

学年に関係なく、学習や遊びを体験しています。



Q どんどころ？

A 障がいなどのある子ども一人一人に応じた支援を行う場

Q 利用できるのは？

A 支援が必要な小・中学生、高校生

社会生活に必要な能力を伸ばす場



放課後等デイサービス

◎問い合わせ
福祉課 ☎23-2980

Q どんどころでやっているの？

A NPO 法人などが運営する民間施設など29カ所

Q 利用するには？

A 福祉課で利用申請



「NPO法人さらだ」での活動の様子

子どもたちの作品を、ホームページに掲載しています。



クラフトワークで作った作品

自分らしい生活を応援します！

福祉や医療などの経歴を持つ支援員が、一人一人と向き合いながら発達を支援しています。また、地域で生活していくために、遊びや活動を通して長所を輝かせることを心掛けています。地域の皆さんと連携しながら、活動の幅を広げていきたいですね。

Interview
スタッフ
メッセージ



NPO 法人さらだ
支援員
四本 由紀さん



Q どんなところ？

A 地域のボランティアが、子どもたちに学習や生活面の支援を行う場

Q 利用できるのは？

A 小・中学生
※実施場所により異なる

地域ボランティアによる学習・生活支援の場



子どもの生活・学習支援

◎問い合わせ
都城市社会福祉協議会
☎25-2123

Q どこでやっているの？

A 市内の公民館や民間施設など
6カ所

Q 利用するには？

A 実施場所など詳しくは、都城市社会福祉協議会に問い合わせ

社会福祉法人 まりあ
夢学舎塾長
山口洋一さん



Interview
スタッフ
メッセージ

≡ 学ぶ姿勢を大切にしています！

土曜日の午前中に、地域の小学6年生を対象とした学習教室を開講。学ぶ姿勢を養う支援をしたいと思い、理解度に合わせた手作りの問題を用意して授業を進めています。メリハリを大切にしながら、子どもたちが楽しく学べる居場所をつくっていただきたいと思います。



「夢学舎」での活動の様子

分からない問題があるときは、ボランティアの大学生が丁寧に教えてくれます。



Q どんなところ？

A 自由な遊びや活動を見守ってくれる場

Q 利用できるのは？

A 乳幼児から18歳まで

安心して自由な遊び場



児童館・児童センター

◎問い合わせ
こども課
☎23-2684



Q どこでやっているの？

A 市内の施設 **14カ所**

Q 利用するには？

A 希望する児童館・児童センターを自由に訪問

取材を終えて
今回の特集では、子どもたちが過ごす5つの「居場所」を取材。各施設では、さまざまな資格や経験を生かして、子どもたちに寄り添うスタッフと子どもたちの笑顔にあふれていました。
核家族化が進み、共働きやひとり親世帯が増えた現代。取材を通して、子どもたちが安心して過ごし、そして親も安心して働くためには、支援する人たちが居場所が必要であることを改めて実感しました。



「高城児童館」での活動の様子

学年を問わず、ルールを守って仲良く過ごしています。



あなたらしい暮らしを支える「介護保険制度」



介護保険制度は、「介護が必要な高齢者を社会全体で支えよう」という目的で、平成12年からスタート。制度が始まって20年が経過し、高齢者の暮らしを支える大切な制度として定着しています。

◎問い合わせ 介護保険課 ☎ 23-2114

地域での暮らしを助ける4つの「助」

自分のことを自分でする



地域で互いに助け合う



共助



国民全員で助け合う
(国民保健)

公助



自助・互助・共助で対応できない場合に行政が助ける(税負担)

地域包括ケアシステムでは、「自助」「互助」が特に重要になるとされています。

進む高齢化と社会保障費の増加

少子高齢化や単身世帯の増加により、医療や介護に要する費用が増大。2050年には、現役世代1人が高齢者1人を支えなければならぬと予想されています。

このため、介護保険制度や医療制度などの公的制度和合わせ、高齢者が自ら健康づくりや介護予防に取り組むことで、社会参加や社会的役割を持ちながら暮らせる地域づくりが求められています。

あなたらしい生活を実現する「地域包括ケアシステム」

高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けられるよう、在宅で医療や介護、予防、住まい、生活支援が一体的に提供できる体制「地域包括ケアシステム」の構築が重要です。

その実現のためには、市民一人一人が自助・互助・共助・公助の4つの「助」の意識を持ち、自治公民館や医療機関、介護事業者などの一体となった取り組みが求められます。

地域包括ケアシステムの鍵となる「自助」と「互助」

家に閉じこもると、筋肉が衰えるなど、体は使われないと機能が低下します。介護が必要とならないよう日ごろから、体操やジョギングなどの運動や、健康管理に取り組みましょう。



また、市内では、各自治公民館などが中心となって介護予防に自主的に取り組む「こけなからだづくり講座」が開催されています。介護予防に加えて、生きがいづくりにも貢献する同講座に、あなたも参加してみませんか。

高齢者の暮らしを支える「互助」

高齢者が自宅で安心して過ごすためには、家族や住民同士の見守りが欠かせません。「元気かなあ」と気に掛けたり、声を掛けたりすることで高齢者を見守りましょう。



また、健康に自信のある高齢者は、近隣の助け合いやボランティア活動などに積極的に参加することで、活躍の場が得られます。

地域の実情に応じた 介護保険サービス

●**介護予防・日常生活支援総合事業**
いつまでも住み慣れた地域で住み続けることができよう、地域全体で高齢者を支えるとともに、高齢者自身も自らの持つ能力の維持向上のために介護予防に取り組むことが大切です。



介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）は、全国一律であった介護保険制度によるサービスとは異なり、地域の実情に応じて市独自の介護サービスを提供することができます。

市では、平成28年度から総合事業を実施。生活する上で生じるさまざまなニーズに対応できるように、生活支援などの多様なサービスを提供しています。

令和2年度からは、新たに「短期集中予防サービス」を開始。新しく始まった総合事業のサービスを紹介いたします。

【訪問型短期集中予防サービス】

口腔機能や栄養状態の改善を目的に、歯科衛生士と管理栄養士が3カ月間、利用者宅を訪問し、指導。必要に応じて、他のサービスと組み合わせながら利用できます。

●**対象者** ①②を満たす人

①要支援1・2または事業対象者 ※事業対象者とは、地域包括支援センターが、基本チェックリストにより、日常生活における支援が必要と判定した人

②包括支援センターが必要と判断した人

利用者の例

- ・リハビリをしているが、栄養状態が悪く筋力が付きづらい人
- ・口の健康状態に問題があり、風邪を引きやすい人

●**料金** 無料

●**期間** 原則3カ月（最大6カ月）

【通所型短期集中予防サービス】

理学療法士や作業療法士などのリハビリ専門職が、運動機能の評価を行いながら、デイサービスにおいて集団・個別プログラムによる機能訓練を3カ月間集中的に実施。日常生活における困りごとを、自分自身で解決できるように支援します。



インタビュー

「もっと、もっと…」そのような
願いをかなえたい！



リハビリステーション
ケアふる都城
執行役員常務
理学療法士
原田 宗幸さん

当施設では、理学療法士や看護師、

介護福祉士が利用者の状態に合わせリハビリを提供。5月から始まった「通所型短期集中予防サービス」に取り組んでいます。

利用者宅を訪問し、「能力」ではなく、実際の「生活」に着目。健康状態や運動機能の状態など、利用者に関わるさまざまな要素を包括的に捉え、各職種間での連携を図りながらプログラムを考案しています。3カ月間の集中的な機能訓練を行うことで、その人らしい生活を続けられるよう支援しています。

サービス終了後の継続が大切
3カ月のサービス終了後も、指導された内容を継続し、自ら健康づくりに励みましよう。

利用に関する問い合わせ

居住する地区の地域包括支援センターに問い合わせください。

- ・ 姫城・中郷地区 ☎ 26-18339
- ・ 妻ヶ丘・小松原地区 ☎ 23-19712
- ・ 五十市・横市地区 ☎ 57-16767
- ・ 祝吉・沖水地区 ☎ 26-14212
- ・ 志和池・庄内・西岳地区 ☎ 45-14180
- ・ 山之口・高城地区 ☎ 29-11682
- ・ 山田・高崎地区 ☎ 45-18411

国民健康保険(国保)の健全な運営に協力ください

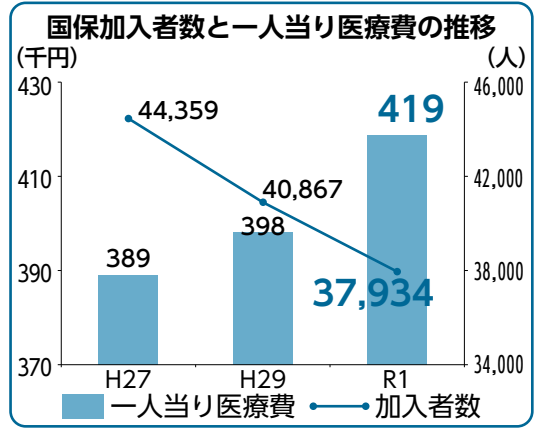
国保は、病気やけがをしたときに、医療費などの負担を軽くするため、全ての加入者がお金を出し合って、互いに助け合う制度です。今回は、国保の運営に大きな影響を与える医療費の現状や、国保税の状況について紹介します。

◎問い合わせ 保険年金課 ☎23-2127

増え続ける医療費

国保の加入者数が年々減少する一方で、国保加入者の高齢化や医療技術の高度化に伴い、1人当たりの医療費は増加傾向にあります。

令和元年度の1人当たりの医療費は約41万9千円となっています。



医療費の抑制のために

◎定期的な健康診断の受診

特定健診や人間ドックなどを定期的に受診し、病気の早期発見や早期治療を心掛けましょう。

◎医療費通知書の確認

市は、治療にかかった医療費額を年6回通知しています。自己負担額を確認して、医療費に対する関心を高めましょう。

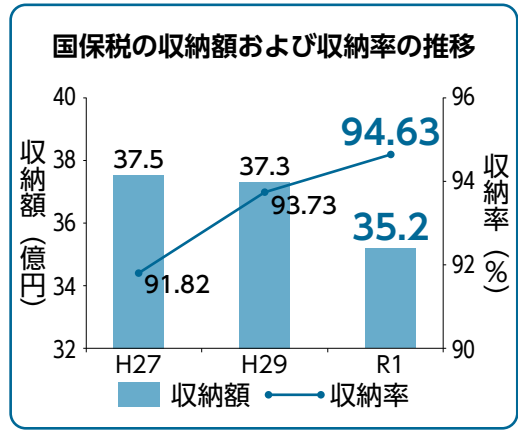
◎ジェネリック医薬品の利用

新薬に比べて価格が安いため、支払う代金の軽減や医療費全体の抑制にもつながる「ジェネリック医薬品」を利用しましょう。

※ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分で作られていて、同等の効果があります。また、味や臭いの改善、保存性の向上など、さらに工夫されたものもあります。

国保税の収納率・収納額

国保税の収納率は年々上昇していますが、令和元年度は94.63%で、過去最高の収納率を達成。しかし、加入者数の減少に伴い、収納額は減少傾向にあります。



国保税確保と税負担の公平性を保つための取り組み

◎夜間窓口の設置

毎週木曜日(祝日を除く)に、19時まで時間を延長して、納税相談を行っています。

◎納税お知らせセンターを開設

センターでは滞納者に直接電話で納付を促します。

◎財産調査・差し押さえによる滞納処分

滞納者に対して、財産調査に基づいて、預貯金など財産の差し押さえを行っています。

口座振替の促進

国保税の納め忘れを防ぐため口座振替を促進しています。申し込み方法など詳しくは、保険年金課に問い合わせください。

トピック

◎第三者行為求償とは

交通事故や傷害事件など、第三者(他人)の行為による傷病で診療を受ける場合、国保で治療などを一時的に立て替え、後日、加害者に治療費用を請求する制度です。

第三者行為による交通事故などで保険証を使用して治療を受けるときは、市へ「第三者行為による被害届」を提出ください。届出がないと、加害者へ請求できず、国保が負担することになり、加入者全体の医療費負担の増加につながります。

税金

は納付期限までに納めましょう

税金は、福祉や教育、生活環境整備など行政サービスを行うための重要な財源です。私たちが、健康で豊かな生活を送るために必要な税金。納付期限までに納付しましょう。

◎問い合わせ 納税について

国民健康保険税について

介護保険料について

納税管理課 ☎23-2126

保険年金課 ☎23-7144

介護保険課 ☎23-2596

市税の種類と納付の決まり

市が扱う税金には、市県民税や固定資産税、軽自動車税、法人市県税などのほか、国民健康保険税などがあります。

税金は納期内納付と自主納付が原則です。

勤めている人の納付方法

会社などに勤めている人の市県民税は、特別徴収制度による給与差し引きとなっています。

特別徴収制度は、雇用主が従業員の給与から預かって納入する制度です。雇用主の皆さんは納入期限までに納入ください。

納税は便利な口座振替で

納め忘れを防ぐには、口座振替が便利です。市内の金融機関窓口で「都市市県民税等口座振替依頼書・自動払込利用申込書」が入手できます。預貯金口座のある金融機関へ、納税通知書または領収書、預貯金通帳、届出印を持参し、申し込みください。手続きの翌月（または翌々月）から振り替えを開始します。

期限までに納付できないとき

市では、病気や失業、災害など、やむを得ない理由で納付が困難になった人のために、納税相談を随時行っています。

納付が困難になったときは、そのまま放置せず、早めに相談ください。また、毎週木曜日は、19時まで夜間相談を受け付けています。

11月以降の税金および保険料の納付期限

税目 / 納期	11/30 (月)	12/25 (金)	2/1 (月)	3/1 (月)	3/31 (水)
固定資産税		●		●	
市県民税			●		
国民健康保険税	●	●	●	●	●
後期高齢者医療保険料	●	●	●	●	
介護保険料	●	●	●	●	

納付忘れも「滞納」です

納付期限までに納税しないことを「滞納」といいます。うっかりや不注意による納付忘れであっても、「滞納」となります。納付期限を過ぎると、本税のほか督促手数料や延滞金も併せて納めなければなりません。

法に基づく滞納処分

税の公平性を保つため、国税徴収法などで定められているのが滞納処分です。滞納の状態が続くと、滞納している人の財産（預貯金や給与、生命保険、不動産など）を差し押さえて、滞納している市税に充当します。場合によっては滞納者宅の搜索や自動車のタイヤロックも行い、公売します。なお、滞納処分は、本人承諾の有無に関わらず行います。



差し押さえ物品公売会の様子

雇用主の皆さんへ 調査協力をお願いします

従業員が市税などを滞納している場合、会社に給与などの調査を行うことがあります。調査への協力をお願いします。

11月は 児童虐待防止 推進月間



児童虐待に関する通報や相談件数は全国的に増加傾向にあり、虐待により子どもの命が失われる痛ましい事件が後を絶ちません。児童虐待は社会全体で早急に解決すべき大きな問題です。

◎問い合わせ こども課 ☎ 23-2684

児童虐待とは

子どもに対し、意図的に身体的・精神的苦痛を与える行為や、「しつけ」と称して、子どもの身体や心を傷付ける行為は児童虐待です。児童虐待は、次の4つに分類されます。

身体的虐待	殴る、蹴る、戸外に締め出すなど
心理的虐待	言葉で脅す、兄弟・姉妹間で差別する、子ども目の前で家族に対して暴力を振るうなど
ネグレクト	食事を与えない、家に閉じ込めるなど
性的虐待	性的関係を強要するなど

本市の児童虐待の現状

令和元年度の本市に寄せられた児童家庭相談は168件で、そのうち虐待に関する相談が74件となっています。その内訳は、身体的虐待が38件と一番多く、次いでネグレクトが25件、心理的虐待が11件となっています。



虐待のサイン

子どもの様子
・不自然な傷やあざがある

・いつも服が汚れている
・おびえて家に帰りがたがらないなど
【保護者の様子】

・親族や地域との交流がない
・衣食住の世話をしない
・子どもを置いて外出する
・性格が攻撃的・衝動的など

体罰は法律で禁止されています

本年4月、児童福祉法などの改正法が施行。体罰が許されない行為として定められました。

体罰などが子どもの成長・発達に悪影響を与えることは、科学的に明らかになっています。「しつけ」であっても身体に苦痛を引き起こし、また、不快感を意図的にもたらす行為である場合は、軽微なものであっても体罰に該当します。

不安になったら相談

子育てに不安や心配なことがあるときは、相談しましょう。ささいなことでも、話をすることで心が軽くなり、解決のヒントなどが見つかります。



に関する悩みを一人で抱え込まないよう、育児相談や教室、健診などを通して育児不安の軽減に努めています。電話での相談も受け付けていますので、気軽に相談ください。

また、身近にいる子どもが「虐待を受けているかも」と思ったら、相談・連絡ください。匿名でも受理されます。

子育て・虐待に関する相談窓口(無料)

市役所への相談・連絡

こども課

☎ 23-2684

都城市保健センター

☎ 36-5661

東部保健センター
(高城保健センター)

☎ 58-6800

西部保健センター
(高崎福祉保健センター)

☎ 62-4411

児童相談所への相談・連絡

宮崎県南部福祉こどもセンター
(都城児童相談所)

☎ 22-4294

児童相談所全国共通ダイヤル

☎ 189 (いちばやく)

その他の相談・連絡

児童家庭支援センターゆづりん

☎ 45-2140



11月12日(木)~25日(水)は 「女性に対する暴力をなくす運動」期間

「男女が互いに尊重し合う意識」「暴力は許さない意識」をみんなが持ち、一人ひとりの個性や能力を発揮できる男女共同参画社会の実現を目指して、女性に対する暴力のない社会づくりを進めましょう。

◎問い合わせ コミュニティ文化課 ☎ 23-2121

相談電話 都城市女性総合相談 ☎ 23-7157 (平日の10時~16時)



女性の人権を侵害する「許されない」行為

女性に対する暴力には、夫や恋人、パートナーからの

暴力(DV・ドメスティック・バイオレンス)、性犯罪、売買春、セクシャル・ハラスメント、ストーカー行為など、さまざまな形があります。



これらの行為は、女性に恐怖心や不安を与え、活動を束縛し、自信を失わせるなど人権を侵害します。暴力は、性別や加害者、被害者の間柄に関係なく、決して許される行為ではありません。



DV関連の相談が増加

昨年度、市の女性総合相談に寄せられた相談件数は795件。夫婦や恋人などパートナー間の問題に関する相談が393件と多く、そのうちDV被害者からの相談が169件となっています。

本年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、DV関連の相談が増加。9月末時点で、相談総数501件のうち186件を占めています。



女性に対するさまざまな暴力

● 親しい間で起こる暴力「DV」

内閣府が平成29年度に行った「男女間における暴力に関する調査」によると、配偶者から暴力を受けたことがある人のうち、その子どもも配偶者から心理的虐待や身体的虐待など、何らかの虐待を受けたと回答した人は21%。

また、直接、子どもに向けた行為でなくても、子どもの目の前でDVを行うことは、心を深く傷付け、心理的虐待になります。

● 性的嫌がらせ(セクシャル・ハラメント)

相手を不快にさせる、性的な発言や行動。相手が不快に感じれば、それは暴力です。



無意識の偏見(アンコンシャス・バイアス)

性別についての情報がないのに、「消防士」と聞いて「男性の仕事」、「看護師」と聞いて「女性の仕事」と決め付けていませんか。無意識の偏見により、それに基づいた悪意のない差別的な発言や行動につながることで、相手を傷付けます。

DVを「受けていない」か

「っていないか」チェック!

心当たりはありませんか。1つでもチェックが付けば、注意が必要です。

- 叩いたり殴ったりする
- 殴るふりや蹴るふりをする
- 性格や考え方などを責め立てる
- ささいなことで怒鳴ったり、物に当たったりする
- 生活費を渡さない(少額しか生活費を渡さない)
- 電話などの履歴をチェックする
- 付き合いを制限する
- 「家事や子育ては女の仕事」と決め付ける

男女共同参画川柳募集

日々の暮らしの中で、あなたが感じたことや体験したことを、五七五の川柳にしてみませんか。作品は、男女共同参画推進や啓発に活用されます。

● 応募締切 11月27日(金)

● 応募方法 市役所1階総合案内や各総合支所、各地区市民センターなどで配布または、市ホームページで入手できる応募用紙に作品と必要事項を記入し、持参または郵送、ファクス、メールで男女共同参画センター(コミュニティ文化課内・〒885-8555)

詳しくは、市ホームページを確認ください。

申問 男女共同参画センター ☎ 23-2121





日本のガールスカウト運動100周年！ コロナ禍の中、 支えてくれる皆さんへ ガールスカウト第13団感謝の思い

世界150の国と地域で1千万人が活動する「ガールスカウト」。公益社団法人ガールスカウト日本連盟では、「少女と若い女性が、自身と他の人々の幸福と平和のために責任ある市民として自ら考え、行動できる人になれるようにする」ことを使命に、人との関わり合いを持ちながら自己判断力を身に付け、行動を起こせる人材を育成しています。

1910年イギリス発祥のガールスカウトは、世界中に広まり、1920年には日本でも活動が始まりました。現在は、国内4万人のガールスカウトが、野外活動や教育・環境学習のほか、施設訪問などの福祉活動まで幅広く活動。市内では、南部地区を中心に活動する第13団（会員25人・安藤愛美^{かなみ}委員長）と山之口町や高城町、三股町を中心に活動する第22団（会員24人・永吉清美団委員長）が地域とのつながりを大切にしながら、活動しています。

ガールスカウト日本連盟では、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けた今年、5月22日のガールスカウトの日になんで、「ステイホーム」を支える人々へ感謝の思いを伝える「ありがとうの輪」を実施しました。

第13団では、多くの人の目に触れるようにと感謝の思いを込めたポスター作成を独自企画。小学3年生から高校2年生までのメンバー12人が医療従事者や学校の先生などに向けて「たくさんの人を救ってくれてありがとう」「宿題の準備をありがとう」など、感謝の思いを込めたポスターを作成し、市役所や市内の病院などに掲示しました。

ガールスカウト活動歴10年の新留

家族の絆を深めよう! 毎月第3日曜日は 「家庭の日」



市では、「地域の子どもは地域で守り育てる」という考えの下、家族の良さを再認識してもらうため、家庭や学校、地域と連携して、県が定めた「家庭の日」の普及に取り組んでいます。

○問い合わせ 生涯学習課 ☎ 23-9545

心触れ合う「家庭の日」

県は、家族みんながそろった温かい心の触れ合いを促すため、毎月第3日曜日を「家庭の日」と定めています。

家族が触れ合いを持つためには、「5つの共感活動」が重要です。次の「5つの共感」をキーワードに、「家庭の日」を明るく楽しく過ごしましょう。

「5つの共感」がキーワード

①「共遊」 親子一緒に自然と親しんだり、地域行事などに参加したりしましょう。

②「共食」 家族一緒に楽しく語らいながら食事をしましょう。

③「共話」 その日にあつた出来事などを、家族で話し合いましょう。

④「共汗」 スポーツや野外活動に家族そろって参加し、心地よい汗を流しましょう。

⑤「共働」 地域の奉仕活動などに積極的に参加し、親子一緒に働きましょう。



「家庭の日」を応援！ 子育て応援カード

県内に居住する子育て中の家族が、県内の施設や店舗などで各種サービスを受けられる「子育て応援カード」。



子育て応援カードイメージ

協賛店でカードを提示すると、割引などさまざまサービスが受けられます。

また、第3日曜日には「家庭の日特別サービス」を提供する企業や施設などもあります。

カードを持っていない人は、「宮崎県子育て応援カードポータルサイト」で新規登録してデジタルカードを取得するか、こども課の窓口で紙カードを受け取ってください。

申込方法やサービスを受けられる協賛店など、詳しくは県のホームページを確認ください。



市内で過ごす「家庭の日」

市では、家庭の日を応援する取り組みとして、毎月第3日曜日に親子を対象の市内文化施設に来館した家族の入場料は無料です。ぜひ、利用ください。

【対象施設】

● 都城歴史資料館

対象 小学生以下の子どもがいる家族および妊娠中の人がいる家族
☎ 25-8011

● 都城島津邸

対象 18歳未満の子ども連れの家族
☎ 23-2116

● 山之口麓文弥節人形浄瑠璃資料館

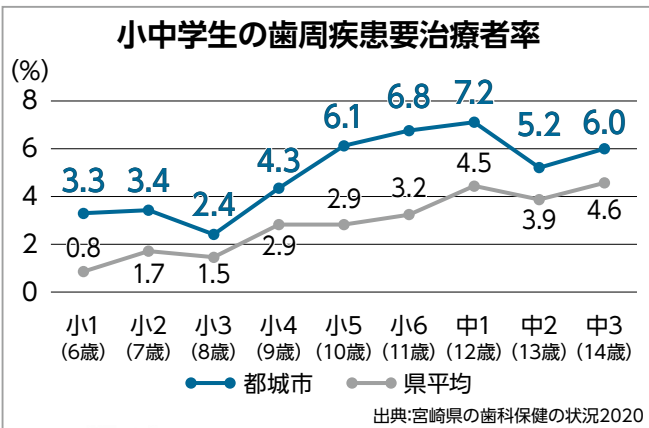
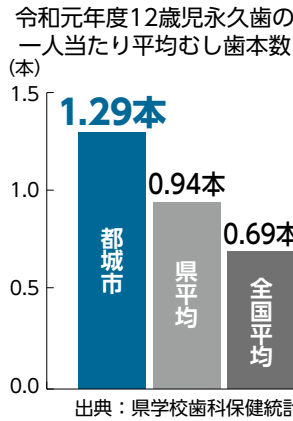
対象 小学生以下の子ども連れの家族
※子育て応援カードの提示がある場合、高校生以下の子ども連れの家族も対象



☎ 57-5295

● 高城郷土資料館

対象 高校生以下の子どもがいる家族および妊娠中の人がいる家族
☎ 58-5963



都城歯科医師会 理事
トキワ歯科医院 院長
常盤 健一郎先生

○最後に、保護者の皆さんに伝えたいことはありませんか？
子どもたちが平等にむし歯予防の恩恵を受けることができる幼稚園・

- ・磨く順番を決めて、磨き残しがないようにしましょう
- ・むし歯予防に効果的なフッ素入り歯磨剤を使いましょう
- ・おやつは、砂糖控えめのものを決まった時間に食べましょう
- ・歯ブラシは、月に1回程度で交換しましょう

児童のむし歯罹患本数

本市の令和元年度の12歳児一人当たりの平均むし歯本数は1.29本で、全国平均の0.69本、県平均の0.94本に比べ、むし歯の罹患本数が多くなっています。

児童の歯周疾患要治療者率

歯周疾患要治療者とは、「歯肉に炎症があり、専門医による診断が必要な人」のことです。本市の小中学生の歯周疾患要治療者率は、県平均より高く、年齢が上がるごとに、要治療者率も高くなる傾向にあります。



目指せ80歳で20本の歯

11月8日はいい歯の日

生涯にわたり健康な歯を保つためには、子どものときからのむし歯予防が大切です。今回は、家庭でできるむし歯予防の工夫について紹介します。

◎問い合わせ 学校教育課 ☎2312186

教えて！先生！

歯医者さんに聞きました

○むし歯予防、歯周疾患予防のために大切なことは何ですか？

丁寧な歯磨きをすることが大切です。次のことを心掛けましょう。

- ・食後に1日3回、特に夕食後はしっかり磨きましょう
- ・磨く順番を決めて、磨き残しがないようにしましょう

topic

フッ素

むし歯予防の取り組み

市教育委員会では、市内の小・中学校で歯の保健指導や歯磨き指導、歯科検診を実施。平成29年度から、市内小学校のモデル校で、保護者が希望した児童に対し、フッ化物洗口を行っています。フッ化物は、歯の表面を強くし、むし歯菌の働きを弱める効果が期待されます。

保育園、小学校でのフッ化洗口。ぜひ、中学校まで一貫してフッ化洗口を継続してもらいたいと思います。また、子どもたちが一生自分の歯で生活できるように、日ごろの習慣を見直しましょう。



注意ください

新型コロナウイルス感染防止
今後開催予定の催しや講座などは、中止または延期となる可能性があります。参加予定の人は、主催者に開催の有無を必ずご確認ください。

募集

成人記念ロードレース大会参加者

- **日時** 1月17日(日) 8時30分～
- **スタート・ゴール場所** 都城運動公園陸上競技場
- **種目・対象**

【男子】	800円	小学1・2年生
	2千円	小学3～6年生
	5千円	中学生、高校生、一般、壮年

【女子】	800円	小学1・2年生
	2千円	小学3～6年生
	3千円	中学生、高校生、一般、壮年

- **費用** 高校生以下600円
一般・壮年1,200円

● **申** 12月11日(金)までにメールで
knyrm-s@bivm.ne.jp

● **問** 都城市陸上競技協会事務局
toasu4201@yahoo.co.jp

令和3年度

市直営の放課後児童クラブ会員

● **対象** 市内の小学校在学している、条件を満たす児童

● **クラブ名・募集人数**

志和池保育園児童館放課後児童クラブ	・30人
丸野小放課後児童クラブ	・20人
有水小放課後児童クラブ	・20人
石山小放課後児童クラブ	・25人
木之川内小放課後児童クラブ	・30人
山田小放課後児童クラブ	・30人

● **申し込み方法** 保育園(黄緑色3番窓口)や各児童クラブ、または市ホームページで入手できる申請書に必要事項を記入し、「就労(就学)証明書」または「入会要件申立書及び必要書類」を添えて、11月2日(月)～12月15日(火)までに、保育園や各児童クラブに持参。

その他、市が委託する児童クラブについては、各委託先の児童クラブに申し込みが必要。
※条件など詳しくは、市ホームページを確認してください

● **申** 保育園 ☎23-4894



催し

もみじ狩りウォーキング

(5・8千円)

雨具や水筒などを持参し、歩きに適した服装で参加ください。

- **日時** 11月15日(日) 8時30分～
- **集合場所** 青井岳温泉駐車場
- **行程** 大かやの木↓天神ダム
- **定員** 50人 ※申し込み順
- **費用** 千円(昼食代・保険料含む)
- **申** 11月10日(火)までに青井岳の森ふれあい交流実行委員会(水流) ☎090-15382-19670



都城まちなかイルミネーション

- **点灯期間** 11月21日(土)～1月11日(月) 17時～22時
- **点灯場所** Mallmail、ウエルネス交流プラザ、各商店街など
- **問** まちなかイルミネーション事務局(商工政策課内) ☎23-2983

都城市美術WEB展(無料)

新型コロナウイルス感染防止のため、毎年行っている都城市美術展に代わり、市立美術館ホームページ内の特設サイトに入選した作品画像を展示する「都城市美術WEB展」を開催しています。

- **入選作品は、市立図書館(Mallmail内)に設置してあるWEB展専用パソコンでも閲覧できます。ぜひ、利用ください。**
- **期間** 11月30日(月)まで
- **申** ※詳しくは、市立美術館ホームページを確認ください ☎25-11447



**総合文化ホール自主事業
人形劇団ラルテ公演**

「あらしのよるに」

ヤギのメイとオオカミのガブの友情物語。大人気絵本「あらしのよるに」を原作にした人形劇です。

- **日時** 12月20日(日)
- **①** 10時30分、**②** 15時30分
- **場所** 総合文化ホール
- **料金** 一般1,300円
小学生以下700円
- **問** ※3才未満は、保護者1人につき、子ども1人の膝上鑑賞は無料
総合文化ホール ☎23-7190

みやこんじょジオガイドクラブ
冬の韓国岳登山

防寒具や雨具、水筒、弁当などを
持参し、山歩きに適した服装で参加
ください。

- 日時 12月6日(日) 9時～16時
 - 集合場所 えびのエコミュージアムセンター駐車場
 - 定員 40人 ※申し込み順
 - 費用 500円(保険料・ガイド料含む) ※別途駐車料金が必要
 - 申請 みやこんじょジオガイドクラブ(吉盛)
- ☎090-2582-6413

講座・教室

都城保健所主催の講演会

- 【1】「人間の健康づくり講演会(無料)」
- 日時 11月14日(土) 14時～16時
- 場所 中央公民館
- 内容 宮崎大学安全衛生保健センター教授による「大人の発達障がいとうつ」の講演会および就労継続支援事業所の当事者との関わりについての講話
- 定員 50人 ※申し込み順
- 【2】「精神障がい者家族交流会(無料)」
- 日時 11月18日(水)
- 14時～15時30分

- 場所 都城保健所
- 対象 精神疾患がある人の家族
- 定員 15人 ※申し込み順
- 申請 ①は11月12日(木)、②は11月13日(金)までに電話で都城保健所 ☎2314504

認知症家族支援「なごみ会」(無料)

- 日時 11月20日(金) 13時～15時
- 場所 中央公民館
- 内容 終活や成年後見制度に関する講話 ※申し込み不要
- 問 都城コア学園 ☎3814811

救命入門コース(無料)

- 日時 11月27日(金) 10時～10時45分
- 場所 消防局(菖蒲原町)
- 対象 市内に在住・在勤・在学する18歳以上の人
- 定員 20人 ※申し込み順
- 申請 11月24日(火)までに消防局警防救急課 ☎2218883

バレーボールクリニック(無料)

- 日時 12月12日(土) 9時～12時30分
- 場所 高城運動公園総合体育館
- 対象 市内のバレーボールチームに所属する小学生
- 元キューバ代表選手が指導します。

- 定員 70人 ※要申し込み
- 申請 12月4日(金)までにスポーツ振興課 ☎2319546

相談

なんでも生活相談会(無料)

- 日時 12月6日(日) 10時～15時
- 場所 ウエルネス交流プラザ
- 申請 11月16日(月)～25日(水)の10時～16時に、宮崎県弁護士会 ☎098512212466

お知らせ

都市計画マスタープラン中間見直し(案)に関する説明会

- 日時 ①11月18日(水) 14時～
②11月19日(木) 14時～
③11月20日(金) 19時～
- 場所 中央公民館
- 問 都市計画課 ☎2312762

都市シルバー人材センター本部窓口対応時間

- 時間 8時30分～17時15分
- 問 ※土・日曜日、祝日を除く
都市シルバー人材センター本部 ☎2511000

子育て支援センター
今月のオススメ行事

*子育て支援センターのホームページでは、その他の行事も確認できます



<p>都城市子育て世代活動支援センター (ぷれびか) ☎36-5858</p> <p>マタニティの会「スクラップブック」</p> <ul style="list-style-type: none"> ●日時 11/11(水) 13時30分～ ●定員 4人 ※要申し込み
<p>山之口地域子育て支援センター ☎57-3298</p> <p>0歳の赤ちゃん room</p> <ul style="list-style-type: none"> ●日時 毎週木曜日 10時～
<p>山田地域子育て支援センター ☎64-3171</p> <p>ベビーマッサージ教室</p> <ul style="list-style-type: none"> ●日時 11/24(火) 10時30分～ ●定員 10組 ※要申し込み
<p>東部地域子育て支援センター エンゼル ☎26-9587</p> <p>ロイヤルベビーマッサージ教室</p> <ul style="list-style-type: none"> ●日時 11/25(水) 10時30分～ ●定員 5組 ※要申し込み
<p>高崎地域子育て支援センター たんぽぽ ☎62-0027</p> <p>親子で遊ぼう「親子ピクス」</p> <ul style="list-style-type: none"> ●日時 12/8(火) 10時30分～ ●定員 7組 ※要申し込み



お知らせ

11月24日(火)

都北町別館の業務を移転します

物産振興拠点施設（道の駅都城、都城圏地域場産業振興センター）の整備に伴い、都北町別館の業務を移転します。

【農産園芸課 畑かん営農推進担当】

●場所 市役所4階 農産園芸課内
☎23-2425 FAX23-2607

【都城市農業再生協議会】

●場所 高城総合支所1階
☎36-5133 FAX36-5162

【都城盆地土地改良区】

●場所 山田町山田3881-7
☎45-6695 ※旧電話番号(☎36-6710)も引き続き使用可

問 FAX29-4457
農産園芸課 ☎23-2425

大腸がん検診の夜間受け付け

加入している健康保険に関係なく、受けられます。日中忙しい人は、この機会にぜひ、受診してみましよう。検診希望者には、大腸がん検査キットを送付しますので、健康課に問い合わせてください。

●日時 12月3日(木)

17時15分～19時

●場所 市役所1階ロビー

●対象 40歳以上の市民

●検診料 500円

※今年度、市が実施する医療機関での個別検診や、公民館などでの巡回検診、国民健康保険の人間ドックを受診した人（予定含む）は、受診できません

●申請 健康課 ☎23-2765

事業主や企業の人事担当者向け

シニア世代活用セミナー（無料）

高齢者の採用や雇用延長、再雇用などに関するセミナーを開催します。

●日時 11月24日(火)

13時～16時

●場所 未来創造ステーション

(Mailmail内)

●定員 20人

●申 市ホームページで入手できる申込書に必要事項を記入し、11月20日(金)までに、ファクスで、独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構宮崎支部事務局
FAX0985-511557
問 商工政策課 ☎23-2983

マイナンバーカードを
使ってお得に青色申告！

◎問い合わせ 総合政策課 ☎23-7161

令和2年分の所得税確定申告から「青色申告特別控除額」および「基礎控除額」が変更になります。

【改正その①】

・青色申告特別控除額

65万円→55万円

・基礎控除額

38万円→48万円

【改正その②】

・青色申告特別控除額は、e-Tax

xによる電子申告などを行うと引き

続き65万円の青色申告特別控除額を受けられます。



国税庁ホームページ

「e-Tax利用はICカードリーダーが必要」
パソコンを使ってe-Taxを利用するには、マイナンバーカードの読み取りに対応したICカードリーダーなどを用意する必要があります。

また、スマートフォンでもe-Taxを利用できますが、65万円の特別控除を受けるためには、別途手続きが必要となりますのでご注意ください。詳しくは、国税庁ヘルプデスクに問い合わせください。

☎0570-01-5901

topic
トピックマイナポイント
始まっています

キャッシュレス決済サービスを利用した際に、最大5,000円分のポイントがもらえるマイナポイント事業。9月1日(火)から利用が始まっています。申し込みがまだの人は早めに申し込みください。手続き方法など詳しくは、市ホームページを確認ください。

また、申し込み済みの人も、ポイントのもらい忘れが無いようご注意ください。

ポイントを使ってお得に買い物しましょう。



オンライン移住セミナー

市では、移住を検討している人に向けて、市内の様子や移住者の声、移住支援制度などについて、WEB会議用ソフト「Zoom」を利用してオンラインセミナーを開催します。

●日時 11月21日(出) 13時30分～15時

●申し込み方法 11月20日(金)までに、NPOふるさと回帰支援センターのホームページ内にあるフォームから申し込みください。

●移住・定住サポートセンター 23-2542



新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

マスク着用のお願い

新型コロナウイルス感染症防止のため、市役所や公共施設などが集まる場所や、スーパーやコンビニなど不特定多数の人が利用する施設では、マスクの着用をお願いします。やむを得ずマスクを外すときには、人ごみを避け人との間隔を2倍以上確保しましょう。

●健康課 23-2765

発熱などの症状があるときは

発熱や咳、ひどい疲れなど気になる症状があるときには、いきなり病院を受診するのではなく、まずは、かかりつけ医など身近な医療機関に電話で相談してください。

●相談する医療機関がわからない場合は、県の「新型コロナウイルス感染症受診・相談センター」に相談ください。

●新型コロナウイルス感染症受診・相談センター(24時間対応) 0985-78-5670 (コロナゼロ)

●聴覚に障がいのある人や、音声での相談が不安な人 FAX 0985-44-2616

新型コロナウイルス感染症に便乗した詐欺に注意ください

新型コロナウイルス感染症に便乗して、給付金や還付金の手続きを装った不審電話・メールなどが発生しています。

●お金の振り込みの依頼や預貯金通帳、キャッシュカードを求められた際にはすぐに答えず、警察または近くの消費生活センターに相談しましょう。

●警察相談専用電話 #9110

●都市消費生活センター 23-7154

●都城警察署 24-0110



休日急病診療機関

●診療時間 9:00～18:00
※歯科は 17:00 まで
◎みやざき医療ナビも利用ください



みやざき医療ナビ

月日	医療機関名	電話番号
11/15 (日)	仮屋医院 (内・小)	36-0521
	藤元上町病院 (内)	23-4000
	ホームクリニックみまた (内・呼)	52-1348
	宗正病院 (外)	22-4380
	よしかわクリニック (麻・整・内)	23-9384
	かみながえクリニック (耳鼻)	25-0224
	稲田歯科医院	22-8811
11/22 (日)	志々目医院 (内・小)	57-2004
	柏村内科	22-2616
	戸嶋病院 (内)	22-1437
	はまだクリニック (外・胃・肛)	45-2266
	池之上整形外科 (整・リハ・リウ)	23-2311
	くぼた眼科	26-3100
	あさお歯科	52-8148
11/23 (月)	はしぐち小児科	24-5500
	富田医院 (内)	23-4586
	田中隆内科 (内・泌)	52-0301
	野口脳神経外科	47-1800
	花房泌尿器科医院	25-1177
11/29 (日)	たき心療内科クリニック (心内・精・神内)	46-9191
	井上歯科医院	22-3883
	柳田病院 (小・内)	22-4862
	村上循環器内科クリニック	25-2700
	瀬ノ口内科放射線科医院 (内)	25-7780
	吉見クリニック (外・整・内)	58-5633
	石井皮膚科医院	23-4588
	すみ産婦人科医院	23-1152
今西歯科クリニック	62-0108	

※診療機関は変更することがあります

詳しくは、テレホンサービス(医師会は23-5555、歯科医師会は25-4100)で確認ください

●休日当番薬局

11/15 (日)	そうごう志和池、サンライト三股、ひまわり都城上町、前田町椎の木
11/22 (日)	日研、かかりつけ、チェロ、たかお
11/23 (月)	ウエスト、サンエイ、つかさ、みんなの都城、わかば
11/29 (日)	東町、アート、グリーン、古川、東町マリンバ、そうごう都原

11月1日(日)~7日(土)は文化財保護強調週間

「地域の宝」を みんなで守ろう

文化財は、私たちの祖先の生活の中で生まれ、育まれてきた貴重な財産で、昔と今をつなぐ大切な役割を担う「地域の宝」です。私たちが生活している地面の下にも、何千年も前の生活や文化について教えてくれる貴重な文化財「遺跡」が眠っています。現代に生きる私たちに生きるためのヒントを与えてくれる文化財をみんなで守っていきましょう。

◎問い合わせ 文化財課 ☎ 23-9547

文化財保存の現状

市内には、多くの有形・無形文化財や、民俗芸能が伝わっています。地域住民が大切に保存・継承してきましたが、現在では、少子高齢化や意識の多様化など、文化財を守る人たちも減少しています。そのため、荒廃したり、破壊されたりしている文化財があります。

文化財保護の取り組み

市では、国や県、市指定の文化財を中心に、地域住民と連携して保護に取り組んでいます。また、市内各地にある未指定の史跡なども、管理している個人や団体に対して必要に応じて補助を行っています。

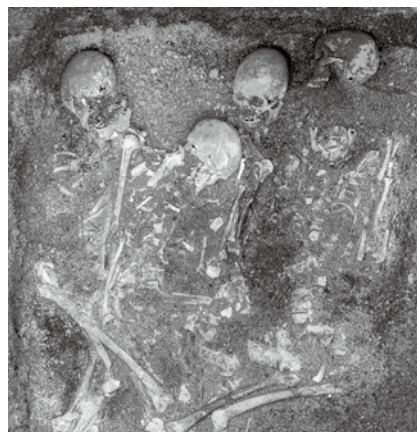
市民の連絡から文化財を発見

市内には、地下に穴を掘って造る「地下式横穴墓」という古墳が多く存在します。同墓は、市民からの連絡で存在が確認されることも多く、その保護につながっ



ています。

中でも、平成29年に調査した菓子野地下式横穴墓は、「地面に穴が開いた」との市民からの連絡をきっかけに、1500年前の古墳を発見し、発掘調査を開始しました。調査の結果、たくさんの人骨や武器などが見つかり、古墳時代を解き明かす貴重な発見となりました。



遺跡は足元に眠る文化財

市内にある千力以上の遺跡は、「埋蔵文化財」と呼ばれる国民共有の財産です。しかし、地下にあるため、知らないうちに工事などで影響を与えてしまっている場合があります。遺跡を守ることも、私たちの大事な歴史を守ることに繋がります。

その工事、ちょっと待って!

開発や工事、家屋の建築などを計画した時は、遺跡を守るために次の手続きが必要です。

- ① 遺跡の範囲の照会
 - ② 試掘・確認調査
 - ③ 埋蔵文化財の保護
- 詳しくは、問い合わせください。

文化財を守る活動

「地域の宝」を守る住民主体の保護活動をご紹介します。



ささば てるあき
笹葉 照明さん
(高城町有水)

身近なことからをモットーに、地域の文化財を守る活動を始めて7年が経過。高城町有水地区にある市指定史跡「田辺かくれ念仏洞」や県指定史跡「観音瀨水路」のトイレ・階段の他、日待塔と供養塔の掃除など、毎月2回実施しています。県外などから訪れた人に「地域の宝」を楽しんでもらえるとうれしいですね。



健康ひとくちメモ♪

自宅で気軽にできる運動を紹介♪



市では、週に1回以上、30分以上の運動やスポーツを行う「1130運動」を推進するため、動画配信サービスYouTubeで「運動チャレンジ動画」を配信しています。第1弾は、市内のスポーツクラブ監修の下、都城市歌「希望にみちて」に合わせて簡単に座ってできる体操を投稿しています。継続することで健康効果が生まれますので、ぜひ、自宅でチャレンジしてください！

問 スポーツ振興課
☎ 23-9546



YouTubeチャンネル

● 日程・場所
生まれの女性

● 対象 40歳以上の和暦で奇数年

● 検診料 1,300円

● 受付時間 9時～10時、13時30分～14時30分

12/2(水)	高城生涯学習センター
12/17(木)	コミュニティセンター

● 検診料 1,300円

● 受付時間 ①8時30分～10時30分、②9時～10時30分

12/7(月)	①志和池地区公民館
12/11(金)	①山之口総合支所駐車場
12/14(月)	②高城生涯学習センター
12/15(火)	②ゆぼっぱ家族湯(山田町)
12/17(木)	①五十市地区公民館

● 日程・場所

● 対象 40歳以上の市民

● 検診料 2千円

● 受付時間 9時～11時30分、13時～15時30分

12/2(水)	高城生涯学習センター
12/17(木)	コミュニティセンター



健康づくりの第一歩

がん検診を受けよう！

◎問い合わせ

健康課

☎23-2765

12月の巡回がん検診(要予約)

事前に市ホームページや電話、健康課窓口で申し込みください。

子宮がん検診

● 対象 20歳以上の和暦で奇数年生まれの女性

● 日程・場所

胃がん検診

● 対象 40歳以上の市民

● 検診料 2千円

● 受付時間 9時～11時30分、13時～15時30分



◎あなたの年代は？ (○をつけてください)

10代 ・ 20～30代 ・ 40～50代 ・ 60代以上

◎11月号で特に興味を持ったページのタイトル

◎11月号を読んでのわたしの一言

◎今後、取り扱ってほしい記事

ご協力ありがとうございました。

※応募者の個人情報は、当選発表と商品発送、質問などの回答以外には利用しません

9月号に寄せられたお便り



このコーナーでは、「わたしの一言」の中から一部を紹介します。また、皆さんから寄せられた意見を、今後の広報紙に生かしていきます。

ふるさと納税の寄附金が、僕たち子ども世代に最も使われていることがうれしいです。

(LINE 投稿 しゅんのちゃん)

「防災の日」や「自殺予防週間」を機に、一人一人が何をすべきか考え、日ごろの行動を意識したいですね。

(高城町有水 ゆきちゃん)

「ゲートキーパー」の記事を読んで、このような活動を、どうやって拡大させていくかを考えたと思いました。

(高木町 K・Aさん)

「企業の力」を読んで、仕事をする場が確保され、若い人たちが集まることで、都城をふるさとに持つ子どもたちが増えてほしいと思いました。

(早水町 晴れ男さん)

▲点線に沿って切り取ってください 郵便はがきでも可

都城をけん引する企業を紹介

企業力

vol. 3



ネオフーズ竹森株式会社

☎ 64-0197

昭和60年、食品加工を主業として創業し、平成18年に山田町山田に新築移転したネオフーズ竹森株式会社。鶏や豚、牛などの食材を「煮る・揚げる・焼く」など調理したレトルト加工のほか、冷蔵や冷凍、常温加工するなど、多種多様な商品製造技術は、県内でも類を見ません。

現在、全ての都道府県で販売を展開する同社。昨年からは、海外



竹森 兼富 代表取締役

にも目を向け、アメリカや香港、台湾に輸出を始めました。

成長著しい同社は、今年度、宮崎県未来成長企業にも選定。生産性の向上をさらに図ろうと9月16日、市の立地企業の指定を受け、本社工場を増設します。

工場増設に伴い、今後、設備の整備技術を持った人材などを採用していく予定です。また、主に市内から従業員を採用している同社は、勉強会や研修会を通じて人材育成にも力を入れています。

竹森代表取締役は「新型コロナウイルスウィルス感染拡大の影響を受けたが、このピンチをチャンスに変えていきたい」と力を込めます。「コロナ禍でも新しい取引先を開拓したい」と未来に目を向けています。

今月の読者プレゼント



【紙ひこうきのデコレーションケーキ(5号) 3組】

商品提供事業者

紙ひこうき(都原町21-1) ☎46-2002

紙ひこうき自慢のスポンジやピュアな生クリーム、旬なフルーツたっぷりのデコレーションケーキ。店頭で配布中のカタログでクリスマスケーキのオーダーも受け付けています。

プレゼントの応募方法

はがきに住所、氏名、電話番号と、11月号を読んだ感想などを書いて〒885-8555まで。

応募者の中から抽選でプレゼントを差し上げます。

◎応募締め切り 11月30日(月) 当日消印有効

◎当選者発表 本紙 1月号

◎9月号当選者 徳丸ちづ子さん 他2人

◎9月号応募総数 87通

※市公式 LINE とお友だちの人は、プレゼントボタンから応募できます。

POST CARD

8 8 5 8 5 5 5

63円切手をお貼りください



都城市役所 秘書広報課 行

(広報 都城 Vol.179 2020年11月号)

フリガナ

氏名

ペンネームまたはイニシャル

※記入がない場合は、イニシャルで表示させていただきます

住所 □□□□□□

電話番号 () -

▶点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)

vol.31

都城市立
美術館



「富貴寺」(1985年) 刀坂守信作(紙・水彩)

1916年、高崎町繩瀬に生まれた刀坂守信。水彩一筋に生き、「水彩の命は素描にある」と考えた画家です。

本作に描かれた「富貴寺大堂」は、大分県豊後高田市にある平安時代後期に建立された阿弥陀堂で、現存する九州最古の木造建築物として国宝に指定されています。阿弥陀堂の優美な姿が見事に描かれた本作。院展で活躍した都城ゆかりの画家・大野重幸が「これはいい」と褒めたほどです。

市立美術館では、11月23日(月)まで開催の収蔵作品展「描かれた自然・文化遺産への旅」にて本作を展示しています。

◎問い合わせ 市立美術館 ☎ 25-1447

国際交流員の
ひとりごと



ルイメド・ソヨルマーさん
(モンゴル)

vol.22

モンゴルの民族衣装を着る
ソヨルマーさん

伝えることの大切さを学ぶ

モンゴルの小学生は、勉強をするときや手紙を書くときに、初めから万年筆やボールペンを使います。そのため、子どもたちは集中して文字を書くようになり、丁寧に書く力が身に付きます。私は小学生のとき「目が悪いから」と話す祖母の手紙を代筆していましたが、今思うと、丁寧に書く練習をさせていたのだと思います。手紙の内容にわくわくしながら代筆していた祖母との時間は、伝えたい思いを共有する大切なひと時でした。

このコーナーを通して、読者と触れ合える嬉しさは、貴重な経験であり、祖母との大切な時間の続きのように感じています。皆さん、いつも読んでくれて、ありがとうございます！

◎問い合わせ 国際化推進室 ☎ 23-2295

問

文化財課 ☎ 23-19547



発見された環状石斧

環状石斧はドーナツのような形をしていて、中央の穴に棒状のものを入れて使っていたと考えられています。土を掘る農具や狩猟の道具として使われていたなど諸説あります。県内においても、出土例が少ないことから大変貴重な史料といえます。

歴史探訪
ぼんちくんと



上水流松ケ迫遺跡
市内初出土の石器を発見！

7月から9月にかけて、最終処分場建設に伴い上水流松ケ迫遺跡(上水流町)の発掘調査を実施しました。調査の結果、縄文時代早期(約8千年前)の地層から、土器や石器などが出土。中でも、環状石斧の再加工品は、市内では初めて発見され、特に注目されています。再加工品とは、本来の目的と異なる他の用途に転用されたとみられるものをいいます。

問

都城島津邸 ☎ 23-12116



また、貼り付けられた書画類の大半が、都城島津家第19代当主島津久龍の時代に収集された可能性を指摘。その理由として、久龍の文武両道の思想や書画・茶事などの文化的趣向を挙げています。名蹟屏風にまつわる事実関係だけでなく、久龍の人となりまでうかがうことができる本書。美術工芸品の研究書ですが、歴史考察においても貴重な史料となつています。

+

都城島津
伝承館だより

「和漢百二十名家蹟屏風考」

前月号で紹介した和漢百二十名家蹟屏風に続き、その研究書「和漢百二十名家蹟屏風考」を紹介します。

筆者は名蹟屏風が発見された昭和12(1937)年当時、早鈴町に在住していた書画研究家の宇都宮敬四郎。宇都宮は多数の書画類を貼り合せて構成されている名蹟屏風の書画類全てを真作と鑑定、その価値を本書で示すとともに、後年の保存の一助となりました。

行こうよ!
まるまる!



まるっと分かる「MALLレシピ」誕生!

図書館を上手に活用するためのレシピを紹介!

市立図書館では、図書館を利用する際に役立つポイントやコツをまとめた「MALLレシピ」の配布しています。

現在、「本を探すときのポイント」「本を借りる」の2種類を製作。図書館1Fのカウンターで配布していますので、ぜひ、手に取ってみてください。

これからも新しいレシピが続々登場予定。「MALLレシピ」を活用して、図書館を上手に活用してみませんか。



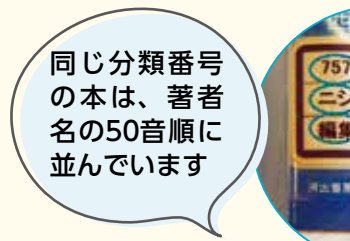
◎問い合わせ
市立図書館 ☎ 22-0239

MALLレシピの一部を紹介!

「本を探すときの手掛かり」

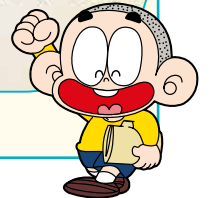


本棚には棚番号と分類(ジャンル)の表示があります



同じ分類番号の本は、著者名の50音順に並んでいます

757 → 分類番号
ニシ → 著者記号
編集 → 本の場所 (テーマ・大型本)



News from library
図書館だより

◎問い合わせ 市立図書館 ☎22-0239
高城図書館 ☎58-4224

図書館は楽しい企画が満載!

市立図書館と高城図書館では、読み継がれてきた絵本の展示や、絵本にちなんだクイズを行っています。ぜひ、来場ください。

今月のおススメ



もりのなか

マリー・ホール・エッツ (文) 福音館書店 (出版)
1963年、日本に紹介された発行部数100万部を超えるロングセラー。

ぼくは紙の帽子をかぶり、新しいラッパを持って、森の中へ…

市立図書館 ● 休館日 / 11月9日~13日 (蔵書点検など)
● 開館時間 / 9:00~21:00
高城図書館 ● 休館日 / 11月4日・10日・15日・17日・23日・24日
● 開館時間 / 9:30~18:00

今月のおススメ



よかったね ネットくん

シャーリップ (作)
偕成社 (出版)

びっくりパーティーに招待されたネットくん。何度も「たいへん!」と「よかったね」が繰り返されます。「次は、何が起こるんだろう?」と、ワクワクドキドキの1冊。

今月のおススメ



だいくとおにろく

松居直 (再話)
赤羽末吉 (画)
福音館書店 (出版)

「むかし、あるところに」で始まる昔話。流れが早い大きな川に橋を掛けようとする大工と、その川に住む鬼との物語。

GO VOTE! 選挙に行こう!

◎問い合わせ
選挙管理委員会事務局 ☎23-7864

今回は、令和元年度明るい選挙啓発4コマ漫画中学生の部で、優秀賞を受賞した「野元 利矩さん(当時都城ヶ丘高等学校附属中1年)」の作品を紹介します。

タイトル:「大切な一票」



投票日に行けない人々をテンポよく表現しています。4コマ目のオチがいいですね。(ぼんちくん作者 みやこのジョーさん)

市の提供番組紹介

テレビ番組の案内

◆BTVケーブルテレビ (デジタル 111ch)

「みやこんじょジャーナル」 ※毎回10分間放送

- ① 6:50 ~ ② 11:50 ~ ③ 16:50 ~
- ④ 20:50 ~ ⑤ 22:50 ~

ラジオ番組の案内

■MRTラジオ (AM放送936kHz、ワイド FM90.4MHz)

「みやこのじょうドキドキナビ」
毎週月~金曜日(祝日除く) 15:30~15:45

■シティエフエム都城 (FM放送 76.4MHz)

「インフォメーションM」 毎週月~金曜日
9:50~9:55、15:55~16:00 (再)

都城市現住人口

令和2年10月1日現在	前月比	前年比
世帯数 71,433世帯	(-53)	(468)
人口総数 160,126人	(-144)	(-854)
男性 75,324人	(-83)	(-354)
女性 84,802人	(-61)	(-500)

スマートフォンから市政情報を確認できます。



※平成27年国勢調査に基づく推計人口です



新型コロナウイルス感染拡大に対する県内の警戒レベルが下がり、イベントなどが徐々に開催されるようになってきました。取材先では、マスク着用や消毒液設置が当たり前になるなど、生活様式が大きく変化。一方で、今までは、いかに悟られずに自然な笑顔を切り取るかとカメラを構えていましたが、今はマスクを外す依頼をして、カメラを意識した状態で自然な笑顔になってもらうことに腐心しています。新しい生活様式が定着してきたことを肌で感じながら、取材の機会も増えてきました。(裕)



NPO通信

豊心会(栄町22号5番地1)

◎問い合わせ ☎39-3993 (荒武)



利用者の皆さんの笑顔が活動の原動力!

元気なうちに経験や趣味、特技を生かしたボランティア活動ができる拠点をつくりたいとの思いから団体を設立。グループ内の高齢者施設で、日舞や歌などの講師をはじめ、施設清掃や花植え、送迎などのボランティアを行っています。ボランティア活動に費やした時間は、将来、当該施設で自分や家族が介護サービスを受けるようになったときの費用に充てることができます。

施設利用者の皆さんと気軽に触れ合うことも活動の醍醐味。笑顔を見せてくれたり、名前を覚えて呼んでもらったりしたときは、本当にうれしくなります。自分の趣味や特技を生かしながら、一緒にボランティア活動を楽しんでみませんか。

NPOのイベント情報

新型コロナウイルス感染防止のため、イベントが中止または延期になる場合があります。

参加を予定している人は、主催者に開催の有無を必ずご確認ください。

終活・相続無料相談会 ※要予約

- 日時 11/14(土)・21(土) 10時~17時
- 場所 ライフサポートセンター HAPPY 終活案内所(中町 17-14)
- ☎ ライフサポートセンター HAPPY(八反田) ☎090-2855-0482

シエロコモ! シニア対象運動トレーニング&レクリエーション ※要予約

- 日時 11/19(木)、12/3(木) 10時~11時
- 場所 ウェルネス交流プラザ
- ☎ 都城スポーツクラブシエロ(水久保) ☎090-8407-0406

田舎暮らしを愉しむ講座(こんにやく・甘酒) ※要予約

- 日時 11/20(金)・21(土) 10時~13時
- 場所 がまこう庵(吉之元町 5186)
- ☎ 手仕事舎そうあい(蒲生) ☎37-0002

コア学園学生による無料パソコン教室 ※要予約

- 日時 11/21(土) 10時~12時
- 場所 オレンジカフェみやこんじょ(都北町 5531)
- ☎ オレンジカフェみやこんじょ-楓凩(前田) ☎38-5089

みんなの
おかげで！

都城市公式LINE

1歳になりました！

昨年10月31日に誕生した都城市公式LINEは、1年で26,000人がお友だちになってくれました！そこで、感謝の気持ちを込めて、お誕生日ケーキをプレゼント！詳しくは、お友だちになってプレゼントボタンで確認してね！



♪ともだち募集中♪



◎問い合わせ
秘書広報課 ☎23-3174

提供いただいたケーキ屋さん
(五十音順)

浅井万十店、紙ひこうき、クルール、サボワ、シェケン、昭栄堂、ショパン、Taiki、たなかフルーツ、南香、ピエール、メルティースプーン、ルポール

人形劇団クラルテ

あらしのよるに

きむらゆういち原作の絵本「あらしのよるに」が人形劇になってMJにやってくる！
暗いやみの中、声だけで知り合ったヤギのメイとオオカミのガブ。ふたりだけの秘密の友情を、ぜひ劇場でご覧ください。



12月20日(日) 中ホール「あさぎり」

1回目 開演 10:30(開場10:00) 2回目 開演 15:30(開場15:00) ※公演時間約70分

チケット発売中

自由席 一般1,300円 小学生以下700円
*3歳未満路上鑑賞無料。
*車イスのまま鑑賞できる[車イス席チケット]を販売しています。
*介助者が隣で鑑賞される場合も車イス席をご購入下さい。
*その他サポートが必要な方はお問い合わせください。

《公演実施に伴う新型コロナウイルス感染拡大防止対策について》

※お客様の感染リスクを可能な限り避けた座席配置にて、チケットの販売を致します。ご着席の際は案内係がお声かけさせていただく場合がございますので、ご了承ください。
※鑑賞の際はマスク着用や消毒等、感染症対策へのご協力をお願いいたします。
※ご来場の際に、お客様のお名前や連絡先等をお伺いいたします。当ホールにて感染者が確認された場合、必要に応じて関係機関にお客様情報を提供させていただきます。

サキドリ!

コンドルズ ツアー 2020

2月23日(火祝)

男性のみ学ラン姿でダンス、生演奏、人形劇、映像、コントなどを展開するダンス集団。
近日情報解禁予定です。乞うご期待!

都城市総合文化ホール

〒885-0024 宮崎県都城市北原町1106-100 TEL (0986) 23-7140

<チケット予約・購入方法>

【窓口】1階チケットカウンター (水曜を除く10:00~19:00)
【電話予約】専用電話番号 0986-23-7190 (水曜を除く10:00~19:00)
【インターネット予約】都城市総合文化ホール ホームページにアクセス (24時間受付)