

広報 都城

8

2021. August
Vol.188



市民の笑顔が広がる
南九州のリーディングシティ

都城



まちの話題 in Miyakonojo

今月のラインナップ

2人の新たなスタートを華やかにお祝い！

三輪恭大さんと竹之下夏希さんが6月15日、婚姻届を提出し、リニューアルした市役所1階ロビーの入籍記念フォトブースで記念撮影。晴れて夫婦となった2人の笑顔に、会場は幸せな雰囲気に包まれました。



日頃の感謝を花を贈って伝えよう！

都城市花き振興会が6月18日、「母の日」にカーネーションを贈るように、「父の日」にも感謝の意を込めて花を贈ろうとキャンペーンを実施。父親代表として池田市長に花束と鉢植えが贈られました。



笑顔で都城をPRしていきます！

2021年度の都城観光レディが7月9日、池田市長を表敬訪問しました。3人の観光レディは「感染対策をしながら、都城の食べ物や観光名所などを市内外に向けてPRしたい」と意気込みを話していました。



- 02 まちの話題
- 04 64歳以下対象 新型コロナワクチン接種
- 06 都城へ帰っきやんよ！
- 08 みんなで取り組むデジタル化！
- 09 本市が令和元年市町村別で農業産出額(推計)日本一！
- 10 住み慣れた地域で、最期まで自分らしい暮らし
- 11 「介護保険サービス」を紹介します
- 12 他人ごとではない「空き家」の話
- 13 8月は人権啓発強調月間です／SNSなどを安全に利用しよう
- 14 人の風景
- 16 母子保健推進員／麻しん・風しんを予防しましょう
- 17 墓の手続き・お盆の墓参り／立ち直りを支える「更生保護」の取り組み
- 18 INFORMATION(市からのお知らせ)
- 22 都城夜間急病センターを利用ください／救急について正しく理解しよう！
- 23 がん検診を受けよう！／今月のお便り
- 24 企業の力／今月の読者プレゼント
- 25 国際交流員のひとりごと／美術館情報／歴史探訪／都城島津伝承館だより
- 26 まちなかへ行こう！
- 27 選挙に行こう！／NPOのイベント情報／安心・安全情報／番組紹介／現住人口／編集後記
- 28 ぼんちくんお手軽レシピ／広報紙を配布するときのお願い

今月の表紙

みんなで田植え、楽しかったよ！

高崎麓小学校の全校児童21人による田植え体験が6月15日、同校近くの体験実習田で行われました。地域住民でつくる「ふもとっ子を伸ばす会」協力のもと、今年で10年目となる本取り組み。児童らは泥だらけになりながらも、楽しそうに苗を植えていました。





宮崎初開催！ 木梨憲武展！ いよいよスタート

7月9日、市立美術館特別展「木梨憲武展」オープニングセレモニーを開催しました。

お笑いコンビ「とんねるず」として活躍する一方、画家としても活動する木梨憲武さんの作品・約200点を展示する本展覧会。セレモニーでは池田市長が「見る人を幸せに、そして元気にする作品展。たくさんの人に足を運んでもらいたい」とあいさつしました。

同展覧会は7月10日(土)から8月22日(日)まで市立美術館で開催しています。

◎問い合わせ 市立美術館 ☎25-1447

国文祭・芸文祭が開幕しました

第35回国文化祭・みやざき2020、第20回全国障害者芸術・文化祭みやざき大会が7月3日、幕を開けました。本市では「神話にみえる都城」をテーマにした特別展を都城歴史資料館、高城郷土資料館、都城島津邸で開始しました。また、市立美術館の屋外で、霧島に伝わる「御池の龍」伝説をモチーフにした巨大なオブジェ「九頭龍」を8月1日(日)まで展示。今後、文化や歴史に関するさまざまなイベントが開催されますので、この機会にぜひ、来場ください。

◎問い合わせ コミュニティ文化課 ☎23-2132



- ① オープニングイベント
- ② 都城歴史資料館展示内容
- ③ 都城島津伝承館展示内容

64歳以下 対象

(昭和32年4月2日以降生まれ)

新型コロナウイルスワクチン接種

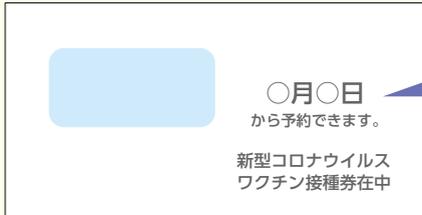
64歳以下の人を対象に、ワクチン接種に必要な接種券を年齢別に順次送付しています。

◎問い合わせ 都城市ワクチン予約相談センター ☎36-8989



■予約時期

予約開始日は年齢などで異なりますので、接種券の封筒を確認ください。



予約開始日は、封筒に記載していますので、確認ください。
希望者全員分の予約を受け付けますので、ゆっくり予約ください。

- 1回目の接種後、原則、ファイザー社製は3週間後の同じ曜日・時間に2回目の接種を受けてください。2回目の予約は、1回目の接種時に手続きします。

◎年齢別の予約開始日 ※令和4年4月1日時点での年齢

区分	予約開始日
基礎疾患を有する人、62～64歳	予約受付中
60・61歳	8月3日(火)
57～59歳	8月10日(火)
53～56歳	8月11日(水)
50～52歳	8月12日(木)
49歳以下の人	国からのワクチン供給量に応じて決定

※高校3年生以上で大学受験や就職試験、実習、留学の予定者には、優先して接種券を送付しますので、市ホームページを確認ください



■予約手段

◎予約時に必要な情報 接種券番号、生年月日、電話番号、希望日程

①LINE予約

都城市公式LINE



②ウェブ予約



都城市 ワクチン予約

検索

③電話予約

都城市

ワクチン予約相談センター

☎36-8989

※9時～17時(無休)

☎36-4400

※9時～17時(土・日曜日、祝日除く)

- 個別接種は、医療機関窓口で予約受付。原則、かかりつけ患者のみが対象ですが、かかりつけ患者以外が接種できる医療機関は、市ホームページや市ワクチン予約相談センターで確認ください。

■接種会場・日時

集団接種(公共施設)

◎接種会場 早水公園体育文化センターサブアリーナ



※臨時駐車場から接種会場までシャトルバスを運行します。臨時駐車場に駐車した人は利用ください

◎接種日時 ワクチンの供給量に応じて、日時を設定します。随時、市ホームページや市ワクチン予約相談センターでお知らせします。



個別接種(医療機関)

◎接種会場 一部の医療機関で実施しています。

◎接種日時 各医療機関で異なりますので、かかりつけ医療機関の場合は、医療機関窓口で、それ以外は市ホームページや市ワクチン予約相談センターで確認ください。



■ワクチン接種当日

持参物

- **本人の接種券** ※市から年齢別に順次送付中
- **本人確認書類** ※運転免許証、マイナンバーカードなど
- **本人の予診票** ※自宅で予診票を記入し、会場に持参

当日、接種できない人 ※予約日に次の症状などがあると接種できませんので、改めて予約ください

- 37.5度以上の熱 ● 咳 ● 強いだるさ ● 息苦しさ ● 下痢 ● 嘔吐・吐き気
- 喉の痛み ● においや味が分からない(分かりにくい)
- 2週間以内に「新型コロナウイルスに感染した人や感染の疑いのある人」と接触した(可能性がある)

当日の服装や来場時間など

- 新型コロナ感染拡大防止のため、早めに来場した人を会場に受け入れることはできません。予約時間に合わせて来場ください。
- 「マスク」を正しく着用し、肩をすぐに出せるように半袖やノースリーブなどを着用、「かかとの低い靴」で来場ください。
- 接種後15~30分程度、会場内で経過を見る必要があります。
- 熱中症対策のため、水筒などを持参ください。



移住・定住サポートセンターにお任せ! 都城へ帰っきやんよ!



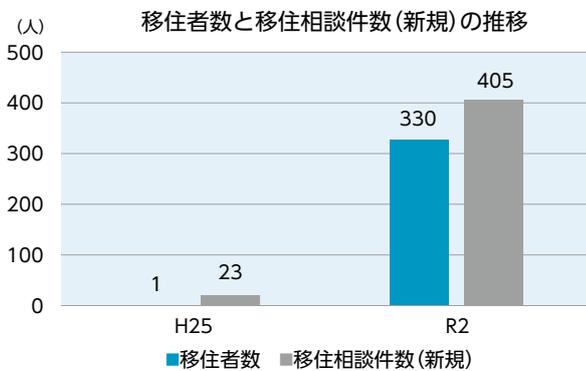
市では、ふるさとを離れて暮らして「都城へ帰って暮らしたい(移住)・暮らしてほしい」という声に対し、その実現に向けて支援しています。Uターンなど都城への移住を検討している人に、ぜひ、市の移住推進の取り組みを紹介ください。

◎問い合わせ 移住・定住サポートセンター ☎23-2542

市への移住者・移住相談の現状

市では、令和2年に「移住・定住サポートセンター」を開設しました。本市出身者（Uターン）はもちろん、市外出身者（IターンやJターン）へのさまざまな移住・定住支援制度を用意。移住相談がしやすい環境を整えるとともに、移住後の生活もきめ細かく支援しています。

また、センター開設後、市への移住者や移住に関する相談がさらに増加。移住・定住支援の取り組みを開始した平成25年度に1人だった移住者は、令和2年度には330人となりました。



※移住者：市の移住支援策などを活用して転入した人

移住希望者目線! 充実した移住・定住支援制度

●お試し滞在制度

移住を目的に住まいや仕事探して本市を訪れる人や、本市での生活を体験したい移住希望者に対し、宿泊費とレンタカー利用料の一部を補助します。

【補助内容】

- 宿泊費の半額
(1人1泊当たり上限3千円、通算10泊まで)
- レンタカー利用料(24時間当たり上限2,500円、最大264時間まで)



●転職応援補助金

市内企業などへの転職を機に本市に転入する人に対し、引っ越し費用および家賃の一部を補助します。

【補助内容】

- 引っ越し費用の半額(上限40万円)
- 家賃の半額(上限60万円、最長1年分)

移住者インタビュー



大工 **龍也**さん
(一万城町)

令和元年に東京都から家族4人で移住しました。都城には20歳まで住んでいましたが、就職を機に県外に転出。約20年間、地元を離れて生活していました。しかし、ゆくゆくは年を取ってきた両親のそばで過ごしたいと考えていたこと、そして、前職で携わっていたドローンの面白さや将来性に魅力を感じ、「農業生産大国である都城で、ドローンによるスマート農業サービスを提供する会社を立ち上げたい」との思いで、Uターンを決めました。

移住の際には、「ひなた暮らし実現応援事業給付金制度」を活用。新生活を始める際にさまざまな出費がかさむ中、大変助かりました。また、起業するに当たって不安もありましたが、市職員の皆さんに相談に乗ってもらったことが何より心強く、励みになりました。

現在、令和元年12月に立ち上げた会社（株式会社スカイウォーカー）も軌道に乗り、充実した毎日を送っています。また、仕事や普段の生活の中で、都城は人が温かい土地柄であることや、安心して子育てができる環境であることを実感しています。都城へ帰ってきて、本当に良かったです。

●移住支援給付金（ひなた暮らし実現応援事業費給付金）

移住・定住の促進および県内における人材不足解消のため、国・県と連携。県外から本市に転入し、一定の要件を満たして就職や起業した人などを対象に、移住支援金を給付します。



【給付内容】

- ・世帯での転入者（100万円）
- ・単身での転入者（60万円）

●無料職業紹介事業

「都城で働きたい」に応えるため、本市へ移住を希望する人などを対象に無料で職業を紹介。移住・定住サポートセンターに配置した「雇用コーディネーター」が、市内企業の情報をより詳しく提供し、地元企業とのマッチング（引き合わせ）をサポートしています。

昨年度は、57人が本事業を利用し、うち26人の就職が実現しています。

支援制度を利用するには

事前に、移住・定住サポートセンターへの「移住相談登録」が必要です。併せて、各制度には一定の要件がありますので、センターに確認ください。

また、遠方から市へ移住を希望する人でも、「LINE」による相談や、スマートフォンなどを利用した「オンライン相談」にも応じています。詳しくは、移住・定住支援サイトを確認ください。



ピックアップ

本市出身者の奨学金返還を支援します！

市では、奨学金の貸与を受けて大学などに進学した本市出身者が、市内に居住し、市の対象企業に就職した場合に、奨学金の返還を支援する制度を今年度から開始しました。奨学金返還を支援し、本市出身の若者の定住を促進すること、これからの地域産業を支える人材の確保を図っていきます。



●**支援対象** 本市に居住し、市が定める要件を全て満たして令和3年4月1日以降に対象企業に就職した人

●**支援額** 返還額の2分の1

※上限は年間10万円。貸与を受けた年数に応じて総額の上限りあり

●**その他** 内容や要件など詳しくは、市ホームページを確認ください



総務省の「デジタル活用支援推進事業」に採択

みんなで取り組む デジタル化！



行政手続きのオンライン化など、社会全体のデジタル化が進められる中、デジタル技術を使いこなせる人と、そうでない人の「デジタル格差」の解消が重要な課題となっています。市では、地域の実情を踏まえつつ、助けを必要とする人に十分な支援が行き渡るよう、取り組みを進めています。

◎問い合わせ
デジタル統括課 ☎23-2156

官民連携の取り組みを構築

令和2年度に、システム会社や高等教育機関、携帯電話販売代理店の運営会社など、市内の産学官の連携による「都城デジタル化推進協議会」を設立しました。

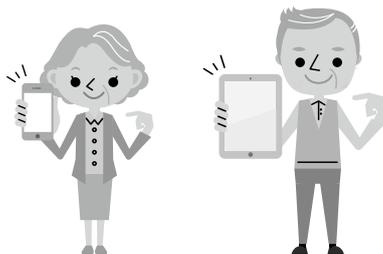
本協議会の枠組みにより、市民の皆さんを対象に、総務省実証事業に採択されたスマートフォンアプリの活用、最新デジタル技術の紹介などを講座や実践形式で全3回実施しました。



市民目線でデジタル化を推進

令和3年度は「誰一人取り残さない、人に優しいデジタル化」の実現に向け、取り組みを加速化。

総務省の「デジタル活用支援推進事業」で携帯事業者などが全国で実施する「全国展開型」と、市と地元企業や団体などが連携して取り



組む「地域連携型」の公募が行われ、本市と連携したシフトプラス株式会社が応募し、採択されました。スマートフォン活用やキャッシュレス決済に関する講座形式での相談会のほか、高齢者などが普段抱えているデジタル技術の活用に関する「よろず相談会」などを実施する予定です。

●実施時期

高齢者の新型コロナワクチン接種完了後の実施を予定しています。時期や場所など詳しくは、市ホームページや広報都城などで随時、お知らせします。



インタビュー



令和2年度講習会参加

中元 美智子さん
(山之口町富吉)



80代の母親にスマホの操作を教えたいと思い、市の講習会に参加しました。講習会では、LINEをはじめとしたアプリの使い方や、スマートスピーカーなどAI機能を持つ機器の紹介があり、デジタル技術の進化を感じることができました。講習会後は母親とのやり取りとともに、小学生の孫ともアプリで頻りに連絡を取り合うなどスマホの操作も慣れてきました。

スマホを持っていても使いこなせていない人は数多くいると思います。市の講習会は分かりやすく教えてくれるので、電話機能以外のさまざまなアプリを使い始めるきっかけになります。迷っている人がいたら、気軽に参加して欲しいです。



本市が 令和元年市町村別で 農業産出額(推計) 日本一!

農林水産省は6月15日付けで、令和元年市町村別農業産出額(推計)を公表。本市が初めて日本一になりました。

◎問い合わせ 農政課

☎23-2768

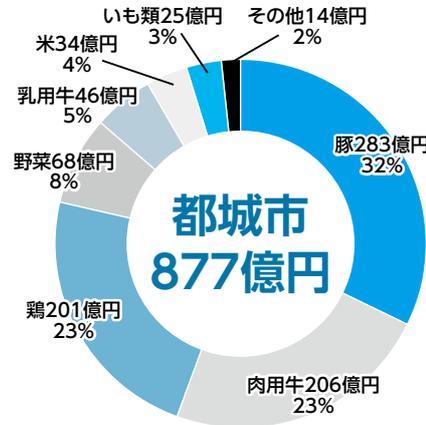
全国順位と産出額の内訳

本市の農業産出額は、前年と比べ123億円増加し、877億円となりました。

順位	市町村名	産出額	うち畜産	
			うち畜産	うち耕種
1	宮崎県都城市	877億円	736億円	139億円
2	愛知県田原市	851億円	198億円	653億円
3	北海道別海町	668億円	666億円	2億円
4	茨城県鉾田市	613億円	123億円	490億円
5	新潟県新潟市	565億円	30億円	535億円

本市の部門別産出額

部門別では、畜産部門の産出額が、前年と比べ101億円増加。内訳は、豚が78億円、鶏が16億円、肉用牛が10億円増加していて、豚や肉用牛はいずれも品目別で全国第1位、鶏は全国第2位となりました。



また、耕種部門の産出額についても、前年と比べ22億円増加していて、内訳は、大根や里芋、ホウレンソウなどの野菜の産出額が増加したことによるものです。

市の農林畜産業振興の取り組み

市では、担い手確保のため、新規参入者および親元就農者を対象に、就農直後の農業経営費などの一部を支援しています。また、AIやロボット、ICTなどを活用したスマート農業を推進しています。

このほか、市内の事業者が生産した農林畜産物の付加価値を高める「6次産業化」の取り組みを積極的に支援しています。

池田市長
メッセージ

さらなる農林畜産業の 振興を図ってまいります!



都城市では、本市の3つの宝の一つである「農林畜産業」をより一層輝かせるため、これまで各種施策に取り組んできました。

畜産業をはじめとする農畜産関係者の皆様の努力の成果が実を結び、今回の市町村別農業産出額が全国第1位につながったものと考えています。今後も、農畜産関係者の皆様と連携を図りながら、さらなる農林畜産業の振興を図ってまいります。

—医療と介護の連携—

住み慣れた地域で、 最期まで自分らしい暮らし



市の高齢化率は、31・6割（6月1日現在）。この数値は今後、さらに高まるとともに、医療と介護の両方が必要な人が増えることも見込まれています。

このため、市では、平成28年に三股町や都城市北諸県郡医師会と協働で都城市・三股町在宅医療・介護連携推進協議会（在宅ほんちネット）を設立。住み慣れた地域で、高齢者が最期まで自分らしく暮らし続けることができるよう、在宅医療・介護連携推進事業を推進しています。

今回は本事業を推進する「在宅ほんちネット」の取り組みについて紹介します。

◎問い合わせ

介護保険課 ☎23-2685

在宅医療・介護連携相談 支援センターの取り組み

「在宅ほんちネット」では、医療や介護の専門職のための相談窓口として在宅医療・介護連携相談支援センターを設置。在宅医療と介護を結ぶ拠点として地域の医療や介護サービス提供者の連携をサポートしています。

また、市民の皆さんを対象に、在宅医療や看取りなどをテーマに「し

注目 topic

都城市・三股町版エンディングノート 「想いを紡ぎ 心を繋ぐノート」



「在宅ほんちネット」では、都城市・三股町版のエンディングノート「想いを紡ぎ 心を繋ぐノート」を作成し、配布しています。ノートには、「自分で食事できなくなったときのこと」「呼吸が苦しくなったときのこと」などの項目ごとに、

希望する医療・介護の方法を記すことができます。

また、家族で「もしものとき」を考えるきっかけになるよう、治療やケアの際に難しい決断を行った本人や家族などのメッセージをまとめ、体験談集として配布しています。

元気なうちから、「最期をどのように過ごしたいか」「何を大切にしたいか」を考え、周囲の大切な人と話し合ってみませんか。

●配布場所 在宅医療・介護連携相談支援センター、各地区地域包括支援センター、介護保険課、市内や三股町内の医療機関

地域の医療・ 介護情報を発信

令和3年に、新しく「在宅ほんちネット」のホームページを開設。市

あわせ出前講座」を同センター職員が講師として実施。受講者には、エンディングノートを無料で配布しています。

問 在宅医療・介護連携相談支援センター（都城市北諸県郡医師会内）

☎090-4980-7830

※9時～16時対応。土・日曜日、祝日除く

【主な掲載内容】

- ・医療・介護資源マップ
- ・エンディングノートの紹介
- ・しあわせ出前講座

※地域の自治公民館などで開催する出前講座の内容を紹介

・在宅ほんちネットの活動紹介
※地域で開催した講演会や研修会を紹介



在宅ほんちネット
ホームページ

「介護保険サービス」を紹介します

◎問い合わせ 介護保険課 ☎23-2685

「住み慣れた地域で暮らし続けるために」

介護予防・日常生活支援総合事業は、全国一律の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保険サービスを提供することができます。

その中で、市では、令和2年度から「短期集中予防サービス」を実施し、高齢者の介護予防に取り組んでいます。

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ことを目指します。

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、歯科衛生士や管理栄養士などが3カ月間、利用者宅を訪問し、指導します。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。

サービス利用は
地域包括支援センターに相談ください

●対象者

- ① 要支援1・2または事業対象者
- ② サービスを利用することで、自立した生活が見込まれる人

●料金 無料（昼食代など別途必要な場合あり）

●期間 原則3カ月（最大6カ月）

- 姫城・中郷地区 ☎26-8339
- 妻ヶ丘・小松原地区 ☎23-9712
- 五十市・横市地区 ☎57-6767
- 祝吉・沖水地区 ☎26-4212
- 志和池・庄内・西岳地区 ☎45-4180
- 山之口・高城地区 ☎29-1682
- 山田・高崎地区 ☎45-8411

インタビュー

利用者

奥田 ミキさん
(庄内町)



腰椎の骨折後、歩行に支障が出たことから短期集中予防サービスを利用しました。利用前は不安

でしたが、スタッフの皆さんが親身になって接してくれたことで、安心して通うことができました。

サービス利用前は、自宅から公民館まで歩くのに3、4回は休憩が必要でしたが、サービス利用後の今は1回も休まずに往復できるようになりました。また、「こけないからだづくり講座」などに参加しながら今も継続して健康づくりに励んでいます。知人からも「元気になった」と言われ、短期集中予防サービスの利用が今の充実した生活につながっています。

インタビュー

リハビリデイサービス 暮らしシャキッ(上水流町)

理学療法士
猿渡 大介さん



「ワンライフ(一度きり)の人生をイキイキ暮らす支援」をモットーに、病気や身体が不自由な人に体と

心を元気にする心のこもったリハビリを提供しています。

短期集中予防サービスでは、各利用者の目標と期間に合わせて、細かく段階を踏みながら、利用者に合わせて機能訓練などのプログラムの提供を行っています。また、サービス終了後、地域で元気に過ごせるよう、利用者にも今後の過ごし方などの助言を行い、自らの健康づくりに役立ててもらっています。体力の衰えなど、身体に不安を感じる方は、半日体験などもありますので、気軽に相談ください。

他人ごとではない 「空き家」の話



住む人が居なくなり、放置されたままの空き家が、全国的な社会問題となっています。平成27年5月に「空家等対策の推進に関する特別措置法」が施行。空き家所有者の責務が明確になり、所有者に対する行政処分の規定も設けられました。この機会に、空き家問題や親・兄弟の相続について、みんなで話し合ってみませんか。

◎問い合わせ 建築対策課 ☎23-8067

知らぬ間に 空き家の所有者に

家の所有者が亡くなったとき、所有者の名義変更や譲渡がされていないことで空き家問題が発生します。

例えば、親や兄弟の家が空き家になり、適切な手続きがなされず放置されると、全ての子や孫、兄弟などの法定相続人に引き継がれ、延々と相続人が増えていきます。

このような場合、知らぬ間に空き家を相続してしまい、所有者として空き家を管理する責任が生じるようになります。

早めの対策を

空き家問題は、時間が経てば経つほど相続関係が複雑になり、解決が難しくなっていきます。早めの相続手続きや売却などの対策をとることが重要です。次の3点に取り組みましょう。

●現在の登記を確認

空き家には、移転登記がなされず、過去の所有者名義のままになっていることがあります。まずは、誰の所有になっているか確認しましょう。

●相続について話し合い

所有者が確認できたら、その相続人が誰になるかを調べて、相続人全員で、「誰が」「何を」「どのように」相続するかを話し合い（遺産分割協議）、相続内容を決めて、相続手続きを済ませましょう。

●専門家に相談

相続関係が複雑になると、個人での解決が難しくなります。売却や解体も解決策の一つですので、それぞれの対応策に応じて、司法書士や不動産取引などの専門家に相談しましょう。



注目
topic

●空き家に関する問い合わせ

登記名義人の確認	宮崎県司法書士会 ☎22-10490
相続・登記、相続人の調査	宮崎県司法書士会 ☎098512818538
土地・建物の売買	宮崎県宅地建物取引業協会（県南支部） ☎22-6627
建物の解体	都城地区解体工事協同組合（都城地区建設業協会内） ☎22-11991
解体費用の融資	空き家の解体資金に対する融資を行う金融機関があります。直接金融機関に問い合わせください。
その他の問い合わせ	建築対策課 ☎23-8067

個性を認め、つながり合う社会を目指して

8月は人権啓発強調月間です

◎問い合わせ 生涯学習課 ☎23-10962

「男のくせに」「女なのに」など、何気ない一言が周りの人を傷つけることがあります。



県は、8月を「人権啓発強調月間」と定めていて、本市でも、さまざまな啓発事業を行います。この機会に、人権について改めて考えてみませんか。

いきいきふれあいリレー 啓発展(無料)

さまざまな視点から、人権への学びを深めるパネルやパンフレットを展示します。人権問題への理解と認識を深めるために、観覧ください。



- 期間 8月11日(水)～20日(金)
- 場所 市役所1階市民サロン

人権啓発標語の募集

人権を尊重することの大切さについて理解を深めながら、人権感覚を身に付けることを促し、その大切さを広く啓発することを目的に、人権啓発に関する標語を募集します。

入賞作品は、12月に開催予定の人権啓発推進大会で表彰します。

●募集部門 小学生の部、中学生の部、一般の部(高校生以上)

●募集期間 9月3日(金)まで

※応募方法など詳しくは、市ホームページを確認ください



【昨年度の人権啓発標語】

3部門合わせて、5,200点を超える応募がありました。

●最優秀作品

小学生の部 「見つけよう 人のいいところ すばいところ」

中学生の部 「気づいてよ 笑顔に隠れた SOS」

一般の部 「大丈夫 自然なままの君でいい」

SNSなどを安全に利用しよう

◎問い合わせ 秘書広報課 ☎23-3174

インターネットの普及により、ウェブやSNS(ソーシャルネットワークキングサービス)上で、さまざまな人と手軽に交流できるようになりました。SNSなどを安心して利用するためには、サービスの利用規約を確認するとともに、想定される脅威と対策について、基礎知識をしっかりと学んでおく必要があります。



総務省 ホームページ

まずは利用するサービスの規約を確認しよう

ウェブ上には、コミュニケーションのためのさまざまなアプリケーションがあります。利用規約をしっかり確認し、自身の情報がどのように管理されるのか理解・納得した上で利用しましょう。

プライバシー情報の書き込み要注意しましょう

友人とのコミュニケーションを目的にSNSを利用しているだけであっても、プライバシー設定が不十分な状態だと、書き込んだ情報が思わぬ形で拡散する危険性があります。書き込む内容には十分注意しながら利用しましょう。

意図しない位置情報の流出に注意しましょう

GPS機能のあるスマートフォンなどで撮影した写真には、設定によって、撮影日時や撮影した場所の位置情報などが含まれます。SNSなどに、こうした位置情報付きの写真を確認せずに掲載すると、自分の自宅や居場所が他人に特定されてしまう危険性があるため、十分な注意が必要です。

偽アカウント、架空アカウントに注意しましょう

SNSには本人確認が徹底していないサービスもあり、実在の人物・組織の名前を使った偽のアカウントや、架空のアカウントで投稿されているケースがあります。偽のアカウントや架空のアカウントを悪用して、不正リンクの投稿などが行われる事例もありますので、SNSで接するアカウントの相手が本物であるかどうかを慎重に確認しましょう。





Smiling faces of miyakonojo

「受容」し「共感」する

東京2020オリンピック聖火リレー 聖火ランナー
小野 智弘さん

特別支援教育の道を駆ける

今年4月25日・26日に県内を駆け巡った東京2020オリンピック聖火リレー。ランナーの1人として聖火をつないだのが小野智弘さんです。現在三股中学校で教壇に立つ小野さんは、教育者として最初の勤務先である県立児湯養護学校（現・児湯るびなす支援学校）から特別支援教育に携わりました。

子どもたちと接するとき、本人に合った支援の工夫を心掛けるようにしている小野さん。「五十市中学校勤務時代に人権教育を担当し、学習したアサーティブネス（自他を尊重した自己表現）の精神を意識するようになっている」と語ります。この考え方は、「相手の考えを受け入れる」「自分の意見も相手に伝える」が根底に流れていて、小野さんの教育理念になっています。

地域とともに生きる

転勤もあるため、高速道路も近く利便性もよい山之口に居を構える小野さん。「子どもたちの元気いっぱいのあいさつや笑顔あふれる山之口は、住みよい街」とにこやかに話します。

小野さんは、花木地区八坂神社夏祭りのみこしの責任者を務めながら、街区第4自治公民館の役員を兼務。地域の伝統文化を子どもたちに伝えるとともに、高齢者が多い公民館の活動を支えています。

平成29年、街区第4の市営住宅が、建替計画により移転することになり、その際、行政と地域との橋渡し役を果たしました。地域住民から分からないことなどを聞かれることも多



花木地区八坂神社夏祭り子どもみこしの様子

かったと語る小野さん。新築の市営住宅では新しく共益費が発生し、今までの公民館との関係を整理。新しい街区第4自治公民館がスタートしました。「不安を抱えた住民が安心して生活できるようになり、これから新しく若い世帯も入居してにぎやかなになるのではないか」とほっとした表情を浮かべます。

地域の希望になれば

地域の活気や希望につながればとの思いを胸に、聖火ランナーに応募した小野さん。「選定の連絡を受けたときは、本当にうれしかった」と話します。実際に走ってみて、コロ



教壇に立つ小野さん

ナ禍で複雑な思いがあったが「沿道からの声援や笑顔に力をもらい、これからは頑張ろうと気持ちが高揚した」と目を潤ませています。

違いを認め合う心を胸に 思いを伝えていく

特別支援教育の第一線を走り続け、地域活動にも積極的な小野さん。今後は「地域や職場で自分が培ったことを若い人たちに伝えていきたい。そして、さまざまな立場の人が、お互いを受容しながら、自分の力を発揮できる共生社会の実現に向けて支援していきたい」と希望の灯をつないでいく決意を語ってくれました。

教育と地域の 現場を駆ける



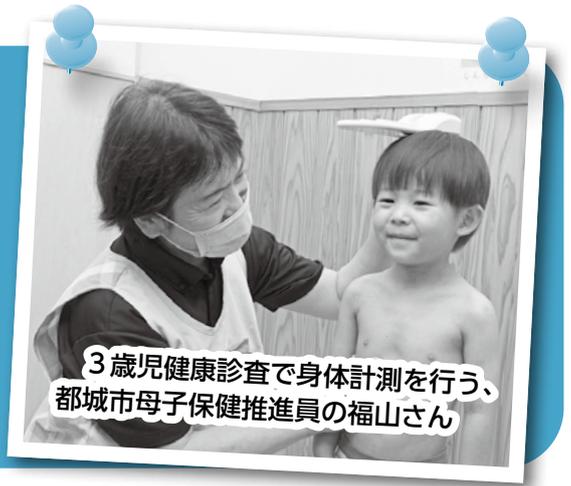
人の
風景
*Smiling faces of
miyakonojo*

Photo by Tokyo 2020

乳幼児の成長と お母さんをサポート！ 母子保健推進員

市では、妊産婦や乳幼児、母親を支える69人の母子保健推進員が活動。子育て中のお母さんに寄り添いながら、子育てに役立つ情報や知識を提供するなどのサポートをしています。

◎問い合わせ 都城市保健センター ☎36-5661



3歳児健康診査で身体計測を行う、
都城市母子保健推進員の福山さん

身近な相談相手

「母子保健推進員」

地域と行政のパイプ役として、母子保健推進員が市内各地でさまざまな活動を行っています。身近な相談相手として、安心して相談ください。個人情報厳守します。

また、母子保健推進員の活動に興味のある人は、気軽に問い合わせください。

「こんにちは赤ちゃん訪問事業」

生後3カ月程度の赤ちゃんがいる家庭を訪問。市が開催する「乳児相談」や「離乳食教室」を紹介したり、赤ちゃんの様子を聞いたりしながら、子育て中のお母さんをサポートしています。

「乳幼児健康診査の受診勧奨」

乳児・幼児健康診査を受けていない乳幼児の家庭を訪問。健康診査の重要性やメリットを紹介し、受診を勧めています。

「相談しやすい環境づくり」

乳児健診で身体計測をしたり、離乳食教室で託児をしたりして、お母さんが子育ての悩みなどを保健師や栄養士などの専門家に相談しやすい環境を整えています。

麻しん・風しんを 予防しましょう

人から人へ感染する感染症として知られている「麻しん・風しん」。感染すると脳炎や難聴などの重い症状を引き起こす可能性があります。子どもの健康のために、予防接種を受けましょう。

◎問い合わせ 都城市保健センター ☎36-5661

市では、幼児を対象に無料で麻しん・風しんの予防接種を実施しています。

1回の予防接種では免疫がつかない人がいることや、時間が経つと予防効果が不十分となるため、接種は2回受けましょう。

●接種回数・対象者（対象年齢）

1回目	1歳～2歳の誕生日の前日までの人
2回目	平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの人

受けるときは気を付けて

事前に医療機関に予約を入れ、他の患者さんとの接触をなるべく減らしましょう。また、子どもの体調の良い日に受診するようしましょう。



他に気を付けたい感染症は？

百日咳や水痘（水ぼうそう）、おたふくかぜに感染すると、登園・登校ができない「出席停止」の対象となります。まずは、予防接種をできる限り対象年齢内で受けて、重症化予防につなげましょう。市が費用を助成する予防接種など詳しくは、市ホームページを確認ください。



大人も予防接種が受けられます

日常はもちろん、海外移住などのために個人で予防接種を受けることができます。かかりつけ医などへ相談ください。

なお、妊娠を考えている人は、無料で県が実施する風しん抗体検査を利用することも可能です。詳しくは、都城保健所（☎23-4504）へお問い合わせください。

墓の手続き・お盆の墓参り

お骨の移動や墓じまいの際は、手続きが必要です。また、お盆期間中の墓参りには、混雑緩和に協力ください。

◎問い合わせ 環境政策課 ☎23-21130

お骨の移動は手続きください

【お骨の移動】

お骨の移動は、現在墓地のある「移動元」の市区町村で「改葬許可申請」が必要です。市内に墓地がある人は、環境政策課に連絡ください。市外に墓地のある人が市内にお骨を移動する場合は、墓地のある市区町村へ連絡ください。

【墓じまい】

墓地が不要となったら、お骨の移動と併せて、墓石や祭壇などの撤去や整理が必要な場合があります。

墓参りは自家用車の利用を控えてください

【臨時駐車場と交通規制】

市営墓地は、駐車台数に限りがあります。また、市営墓地周辺の混雑解消のため、市道の一部を交通規制します。自家用車での墓参りはできるだけ控え、やむを得ず自家用車を利用する場合は、警備員の誘導に従ってください。

なお、次の墓地の臨時駐車場に看板を設置します。看板のない場所には駐車しないでください。

8月の臨時駐車場開設と交通規制の予定

	9日(月)	13日(金)	15日(日)
東墓地 (一万城町)	臨・交	臨・交	臨・交
西墓地 (鷹尾一丁目)	臨	臨・交	臨・交
北墓地 (平江町)	臨・交	臨・交	臨・交

臨:臨時駐車場あり 交:交通規制あり

【供え物などの処分】

供え物などをごみとして出す場合は、市のごみ分別方法に沿って処分ください。特に、針金が使われている造花やちようちは、「燃やせないごみ」ですので、ご注意ください。

立ち直りを支える

「更生保護」の取り組み

◎問い合わせ 総務課 ☎23-21117

「更生保護」とは、国とボランティアが力を合わせて、犯罪や非行に陥った人の立ち直りを支えていく活動です。今回は、更生保護に取り組むボランティアの活動を紹介します。

地域における「立ち直りの理解者」

犯罪や非行からの立ち直り、社会参画のためには、生活や働く場の確保が必要です。その支援のため、保護司をはじめ全国約20万人のボランティアが、必要不可欠な役割を果たしています。

●保護司

犯罪や非行からの立ち直りを支えるため、面接や訪問を通して、保護観察中の人を見守ったり、相談に応じたりして助言を行います。また、刑務所や少年院に収容中の人が退所後、スムーズに社会復帰できるための環境整備や、犯罪防止のための啓発活動に取り組んでいます。

●更生保護女性会

女性の立場で、地域での犯罪予防活動や青少年の健全育成などに取り組んでいます。

●協力雇用主

過去に罪を犯し、その罪を償った人を理解した上で雇用し、立ち直りを支えています。

●BBS会

兄や姉のような存在として、学習支援や触れ合い行事を通じて、少女の健全な成長や安全な地域社会の実現を目指し活動している、青年ボランティア団体です。

第71回「社会を明るくする運動」作文コンテスト

家庭や学校での体験をもとに、犯罪・非行のない地域社会づくりや、犯罪・非行からの立ち直りをテーマにした作文を募集します。

●資格 市内の小・中学生

●規格 400字詰め原稿用紙3〜5枚程度

※原則手書き、自作・未発表

●申問 タイトルや学校名、学年、名前を明記し、9月17日(金)までに都城地区保護司会(〒885-0072 上町5-1-2)へ郵送 ☎36-51105



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確認ください。

募集

都城市美術展作品

● **搬入日** 8月28日(土)・29日(日)

9時30分～16時30分

● **応募資格** 高校生以上

● **出品料** 無料

※今年度は賞を設けない無審査。1人3点まで応募可

※募集要項など詳しくは、市ホームページを確認ください

● **申問** 市立美術館 ☎25-11447



ランドセルプレゼント

ひとり親家庭の人を対象に、抽選で10人にランドセルをプレゼントします。



● **応募資格** 次のすべてを満たす人

・ひとり親家庭で、児童扶養手当または母子・父子家庭医療費を受給している世帯

・令和4年4月に小学校入学予定の児童がいる世帯

● **その他** 当選者には、11月頃通知します

● **申問** 県母子寡婦福祉連

合会のホームページから



ダウンロードした応募用紙に必要事項を記入し、郵送で9月20日(月)（必着）までに県母子寡婦福祉連合会（〒880-0007 宮崎市原町2番22号 県福祉総合センター内）☎0985-22-4696

成人式実行委員

各地区の成人式の企画運営を行う、新成人を募集します。

● **開催地区** 本庁管内は、中学校区（西

岳・夏尾地区は合同）ごと、総合支所管内

は町ごと

● **対象** 平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれの人

● **その他** 推薦したい人がいる場合は、連絡ください

● **申問** 生涯学習課 ☎23-0962

各総合支所地域振興課



令和4年度鹿児島障害者職業能力開発校入校生（無料）

● **期間** 令和4年4月から1年間

● **場所** 鹿児島障害者職業能力開発校（鹿児島県薩摩川内市入来町浦之名1432）

※通学困難な場合、寮の利用可

● **対象** 障がいのある人で、早期の就職や再就職を目指す人

● **定員**

情報電子科 10人
グラフィックデザイン科 20人
建築設計科 20人

義肢福祉用具科 10人
OA事務科 20人
APARレル科 10人

造形実務科 10人

● **試験日程・申込期限**

A日程（10/12(火)・14(木)・15(金)

8/2(月)～9/22(水)

B日程（12/10(金)

10/29(金)～11/25(木)

C日程（令和4年2/25(金)

令和4年1/4(火)～2/9(木)

● **申問** 鹿児島障害者職業能力開発校 ☎0996-44-2206

または、ハローワーク都城

市町村対抗伝市代表選手選考会

● **対象** 市内に在住・在勤・在学する人、または、小・中学生や高校生以外で過去に在住・在勤していた人

● **レース種目・対象**

1000m 小学5・6年女子

1500m 小学5・6年男子、中学女子

3000m 中学男子・50歳以上男子

5000m 高校男子・39歳以下男子

● **選考方法** 11月13日(土)14時から都城運動公園陸上競技場で開催する、土曜強化記録会で選考

※ふるさと選手制度による基準を満たす場合は、選考レースを免除。

ただし、今回は県内に在住・在勤・在学する人に限る

● **申問** 宮崎陸上競技協会

ホームページで入手できる要項を確認および申請書に必要事項を記入し、10月28日(木)までに都城市陸上競技協会事務局 toastu4201@yahoo.co.jp



催し

都城音楽村

盆地の空にびびくオーケストラ

2021(無料)

●日時 9月12日(日) 14時～

●場所 総合文化ホール

※整理券付きちらしを総合文化ホールなどで配布

●問合せ 都城音楽村実行委員会(田口)

☎090-2504-5858

講座・教室

体力テスト(中止)

新型コロナウイルス感染症防止のため、今年度の体力テストは中止します。

●問合せ スポーツ振興課

☎23-9546

宮崎いのちの電話相談員養成講座

いのちの電話は、24時間・365日活動するボランティアによる電話相談機関です。約1年間の講座受講後、相談員として命を救うボランティア活動に参加できます。

●応募資格

・20歳以上で電話相談に従事でき、

心身が健康である
・宮崎市内の事務所に通うことができる

●受講料 2万円(全受講分)

●申込み 申込書類を請求し、12月30日(木)までに宮崎いのちの電話事務局

☎0985-33-9557

認知症家族支援「なごみ会」(無料)

●日時 8月14日(土) 13時～15時

●場所 未来創造ステーション(Mallmall内)

●内容 認知症や介護に関する講座、交流会

●申込み 8月12日(木)までに学校法人都城コア学園

☎38-4811



応急手当講習

救命入門コース(無料)

命を救うために必要な応急手当を学びます。

●日時 8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 ※要申し込み

●申込み 8月24日(火)までに消防局警防

☎22-8883

救急課

生涯学習課主催の教室

●日時・場所・定員・学習料・期限

①経絡体操によるヨガ(全4回)

9/4(土)・18(土)・10/2(土)・16(土)

13時30分～14時30分

中央公民館 8人

2千円(初回に全納)

8月25日(水)まで

※5人以上で開催。タオル、ヨガマット、飲み物を持参

②太極柔力球教室 青龍(各1回)

9/18(土) 9時30分～11時

妻ヶ丘地区公民館

9/28(火) 9時30分～11時

祝吉地区公民館

各8人

各500円

8月31日(火)まで

※5人以上で開催。上ばき、タオル、飲み物を持参

●申込み 生涯学習課

☎23-0962

初級簿記講習会(全30回)

●日時 9月13日(月)～11月5日(金)の

毎週月・火・木・金曜日 19時～21時 ※祝日を除く

●場所 都城商工会館

●定員 40人 ※申し込み順

●費用 会員・学生3千円、非会員5千円

※テキスト代含む

●申込み 9月10日(金)までに都城商工会

議所

☎23-0001



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



都城市子育て世代活動支援センター(ぶれびか) ☎36-5858

にこにこタイム ●日時 9/3(金) 11時～

山之口地域子育て支援センター ☎57-3298

みんなでふきふきday ●日時 毎週金曜日 13時～

山田地域子育て支援センター ☎64-3171

プラバンキーホルダー作り ●日時 8月中いつでも 10時～15時 ●材料費 50円

東部地域子育て支援センター エンゼル ☎26-9587

2歳児以上のつどい ●日時 9/7(火) 10時30分～ ●定員 8組程度 ※要申し込み

高崎地域子育て支援センター たんぽぽ ☎62-0027

ヤクルトさんのウン知育 ●日時 9/8(水) 10時30分～ ●定員 7組 ※要申し込み

甘薯を栽培する皆さんへ

本年度も「サツマイモ基腐病」が発生しています。まん延防止のため、発病株を発見した場合、次の対策をお願いします。

- ① 早急に除去し、ほ場外へ持ち出す
- ② 周辺への感染予防のため、アミスター20フロアブルと銅剤をローテーション散布する

北諸県農業改良普及センター
☎ 38-11554

介護保険法が改正されました

8月1日に介護保険法が改正されました。本改正に伴い、負担限度額の利用段階や、高額介護サービス費の上限額などが変更となる場合があります。

詳しくは、市ホームページを確認ください。



介護保険課(オレンジ7番窓口)

☎ 23-2114
各総合支所市民生活課

雑紙はリサイクルしましょう

クリーンセンターに持ち込まれる燃やせるごみのうち、約4割が紙類です。その中には雑誌類としてリサイクルが可能な雑紙が多く含まれています。名刺より大きい紙類は、資源ごみとして出しましょう。

雑紙に分類されるもの(例)

ティッシュペーパーの空き箱(ビニールは取る)、パンフレット、コピー用紙、はがき、包装紙、紙袋など

※雑紙の出し方など詳しくは、市ホームページを確認ください

環境政策課 ☎ 23-2130



障がい者(児)の各種手当と現況届の提出

次の各種手当を受給中の人は、所得現況届を提出してください。対象者で、「受給者へのお知らせ」が届いていない人や、入院や施設に入所した人は、福祉課へ連絡ください。

● 手当の種類・対象

特別障害者手当

20歳以上で重度の障がいがあるか、それと同程度以上の状態にある人

障害児福祉手当

20歳未満で重度の障がいがある人

特別児童扶養手当

20歳未満で中度以上の障がいがある児童を扶養している父母または養育者

● 現況届の提出期間

8月16日(月)～25日(水)

※土・日曜日を除く。居住地によって、提出日程と受付場所が異なります

福祉課 ☎ 23-2980

8月22日(日)はマイナンバーカードの窓口をお休みします

● 振替開庁日 8月29日(日)

※本庁舎地下1階のマイナンバーカードサポートセンターは、第1・3土曜日も開庁しています

マイナンバーカードサポートセンター ☎ 23-2774

ワクチン接種証明書(海外渡航用)

接種日などを記した証明書(ワクチンパスポート)を発行します。

必要書類 申請書、接種済み証(接種記録書)、本人確認書類、旅券

※窓口または郵送で受け付け

ワクチン接種対策室 ☎ 36-4383

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
8/22 (日)	はしぐち小児科	24-5500
	ゆうクリニック(内)	46-6100
	戸嶋病院(内)	22-1437
	福島外科胃腸科医院(外・胃・整)	38-1633
	石井皮膚科医院	23-4588
	いわよし耳鼻咽喉科クリニック	36-5555
	安楽歯科医院	24-1527
8/29 (日)	仮屋医院(内・小)	36-0521
	松山医院(内・呼・リウ)	24-1046
	ホームクリニックみまた(内・呼)	52-1348
	一心外科医院(外・胃・肛・内)	52-7788
	もちお蛸原医院(整・形)	21-5355
	吹上耳鼻咽喉科医院	21-4133
	一万城安楽歯科医院	26-1118
9/5 (日)	沖水こどもクリニック	27-5656
	有川呼吸器内科医院	24-6677
	大岐医院(内・胃)	57-2025
	柳田病院(脳・外)	22-4862
	酒井皮膚科医院	25-5322
	中山産婦人科医院	23-8815
	いままち歯科医院	39-0368

※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 ☎ 23-5555、歯科医師会 ☎ 25-4100)で確認ください

● 休日当番薬局

8/22(日)	ウエスト、かかりつけ、都北町、古川、いわよし
8/29(日)	そうごう志和池、ふれあい川東、サンライト三股、コアファーマシー、もちおさくら、友愛
9/5(日)	沖水、そうごう上川東、東町、きたはら

安心の夜間急病医療を提供！

都城夜間急病センターを利用ください

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765

都城夜間急病センターは、地域住民の生命と安心を守るため、夜間急病医療を提供しています。

充実した応急医療体制

同センターは、大学病院からの派遣医師や医師会会員、病院の勤務医、薬剤師会会員などによる当番制で運営されています。医療機関の診療時間外に、急に具合が悪くなった場合など、いつでも安心して急病医療が受けられるよう、年中無休の医療体制を整えています。



- 診療科 内科、外科、小児科
 - 診療時間 19時～翌朝7時
 - 場所 都城市郡医師会病院内
(太郎坊町1346-1)
- ☎36-8890

救急医療体制を守るために

同センターは、急病のための応急処置をする病院で、夜間診療所ではありません。専門医が診療する体制

ではないため、急病でない場合は、後日昼間の時間帯にかりつけ医、または専門医を受診しましょう。救急医療体制の維持のため、適正利用に協力ください。

新型コロナウイルス感染拡大防止に協力ください

現在、同センターでは新型コロナウイルス感染拡大を受け、地域住民の安全確保と院内への感染を防止するため、利用の際に次の点について協力をお願いします。

- 問診と検温の実施
- 感染流行地域への移動歴などの聞き取り
- マスクの着用および入室時の手指消毒の徹底
- 発熱症状などがある人は、臨時施設などでの診療
- 付き添いの人の入室制限
- ※症状や状況によってはこの限りではありません



救急について正しく理解しよう！

9月9日(木)は「救急の日」です。命を救うには、一人一人の協力が必要不可欠です。この機会に救急について理解を深めましょう。

◎問い合わせ 消防局警防救急課 ☎22-88833

救急車の適正利用に協力ください

令和2年中的市消防局管内の救急出動件数は、1日平均約20件。救急車や救急隊員の数には限りがあるため、出動件数が増えると、救急隊の現場到着時間が遅くなり、人命が危険にさらされます。

症状が軽く自分で病院に行ける場合は、自家用車やタクシー、消防局認定の患者等搬送事業者などを利用しましょう。

● 誤った119番通報の例

- 病院で長く待つのが面倒だ
- 交通手段がない
- 今日が入院予定日だ
- 自分で病院を探すのが面倒だ

【消防局認定の患者等搬送事業者】

患者等搬送事業者とは、緊急性のない患者を医療機関や社会福祉施設などへ有料で送迎している民間の事業者です。応急手当や搬送法の講習を修了した乗務員が乗車し、応急手当に必要な器材なども備えています。※要予約

- 福祉タクシーますやま ☎090-2858-4786
- 介護福祉タクシー夢野 ☎80-6376
- 福祉タクシーはまゆう ☎090-8830-8152
- 坂元福祉タクシー ☎090-8390-7353

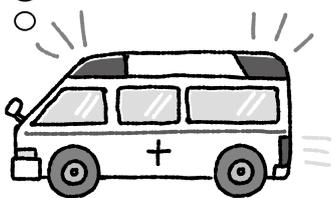
応急手当講習

救急時は、その場に居合わせた人による速やかな応急手当が人命を左右します。

消防局では、応急手当が学べる講習を定期的に開催しています。詳しくは、ホームページを確認ください。



救急車は
タクシーでは
ありません



健康ひとくちメモ♪

夏バテに気を付けましょう！

夏バテは、体がだるい・食欲がない・疲れやすいなど、夏の暑さによる体調不良の総称です。真夏の室内外の温度差を繰り返し感じることで、自律神経の働きが乱れ、体内のさまざまな機能に影響を及ぼし症状が出てきます。



夏バテは「温度差や体の冷やしすぎに注意する」「生活リズムを整える」「バランスのよい食事をとる」ことで、予防できます。

夏バテした場合は、ビタミンB1を多く含む豚肉や大豆などの食品をメインにしたバランスのよい食事や十分な睡眠をとって、解消しましょう。

9/15(水)	9/13(月)	9/9(木)	9/2(木)
①②コミュニティセンター	③妻ヶ丘地区公民館	①横浜市地区公民館	①②コミュニティセンター
			③山田体育館
			①ゆぼっぽ家族湯

●**日程・場所**
まれの女性
●**対象** 40歳以上の和暦で偶数年生まれの女性

●**乳がん検診**
に達し次第締め切ります。
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。定員に達し次第締め切ります。



9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。定員に達し次第締め切ります。



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



●**受付時間** ①9時～11時30分、②13時～15時30分、③13時30分～16時

●**検診料** 2千円

●**胃がん検診**

●**対象** 40歳以上の市民

●**日程・場所**

9/29(水) ゆぼっぽ家族湯

●**受付時間** 9時～10時30分

●**検診料** 1,400円

※新型コロナウイルス感染症防止のため、発熱や咳、倦怠感、味覚などに異常がある場合は、受診を控えましょう

◎ 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

◎ 8月号で特に興味を持ったページのタイトル

◎ 8月号を読んだわたしの一言

◎ 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、当選者発表と商品発送、質問などの回答以外には利用しません

6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いたします。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。

コロナ禍において、高い志を持って頑張っている医療関係者の方々に深く感謝します。子を持つ親としても、一刻も早く日常を取り戻せるよう感染対策をしたいと思います。(南鷹尾町 まいまいさん)

風しんの記事を読み、対象の男性で予防接種を受けていない人は、ぜひ、受けてほしいと思いました。(山之口町花木 K・Kさん)

頑張っている企業の情報に力をもらい、私も頑張ろう！ と思いました。(姫城町 ちょろちょろさん)

早水公園のアヤメが満開になりましたね。感染対策をきちんとして見に行きたいと思います。(LINE投稿 みよさん)

▲点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)



父親の後を継ぎ、生産規模を拡大しながら、社員の福利厚生の実や六次産業化、インターネット販売などにも取り組むなど、同社をけん引する川路伸吾代表取締役

「農業は、みらいを拓く」を経営理念に、持続可能な農業経営に取り組む有限会社ファームヤマト。平成18年の会社設立後、同23年に畜産業から露地野菜専業に事業転換した同社は、大根を中心に野菜の生産・加工・販売を主な事業として地域の農業をリードしています。

都城をけん引する企業を紹介

企業の力

vol.12

農業生産法人 有限会社
ファームヤマト

問 ☎51-5575



川路伸吾代表取締役社長

社長。川路社長は「都城の恵まれた環境を生かし、次世代につながる農業を展開したい」と力を込めます。

令和元年8月には、ロボット技術やAI、IoTなどを活用する「スマート農業」を導入。農業機械の自動走行システムなどにより、省力化や精密化、高品質化の実現を図っています。さらに、令和3年2月には、大根おろしや切り干し大根を製造する加工施設を新設。加工事業に本格的に参入し、経営の安定化を図っています。

県外からの移住者を受け入れ、安定した雇用環境の整備に努めるなど、「働く人や、その家族が幸せになれる会社」にすることを目標に掲げる川路社長。「日本一働きやすい農業生産法人、100年企業を目指したい」と目を輝かせていました。

★ 今月の読者プレゼント ♥



【本日のコーヒーとパウンドケーキのセット 5人】

商品提供事業者

ドナルド珈琲(上川東一丁目3-1 田中書店川東店併設)

コーヒーはもちろんランチの提供も行う同店。今回は、ダークローストの豆にこだわった自慢のコーヒーにパウンドケーキをセットにしてプレゼントします。併設の書店で購入した本を片手に、コーヒーを味わってみませんか。

プレゼントの応募方法

はがきに住所、氏名、電話番号と、8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 8月31日(火) 当日消印有効
- ◎当選者発表 本紙10月号
- ◎6月号当選者 上田麻衣さん 他4人
- ◎6月号応募総数 297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



▶点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)

POST CARD

63円切手をお貼りください

8 8 5 8 5 5 5

都城市役所 秘書広報課 行

(広報 都城 NO.188 2021年8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 () -



「わびしん」
鬼塚良昭作 (石)

滑らかな石の表面に、切れ目が弧を描くように入っています。まるで子どもがにこにこ笑っているかのようです。

作者である鬼塚良昭は、1935(昭和10)年西都市生まれ。金沢美術工芸大学で彫刻を学んだ後、宮崎県内で中学校の教師として子どもたちに美術を教えました。現在まで、長きにわたり宮崎の彫刻分野をけん引する作家の一人です。鬼塚は県内のみならず、奈良県をはじめ各地で地域芸術祭に参加し、人々と交流しながら作品制作を行っています。また、公共モニュメント制作にも数多く携わっていて、本市では市立図書館そばの公園に「風穴(ふー、ふー、風)」という作品があります。

本作は、美術館前に常時展示しています。

◎問い合わせ 市立美術館 ☎25-1447

国際交流員の ひとりごと

vol.13

ジョージ・ウィリアム・
グーナンさん
(オーストラリア)



左からガラー、カモノハシ、
ポッサム

オーストラリア固有の動物たち

オーストラリアの動物といえば、皆さんは何を思い浮かべますか。カンガルーやコアラが一般的ではないでしょうか。実は、オーストラリアの8割以上の動物は、特定の国や地域にしか生息・生育・繁殖しない「固有種」で、ほかにも珍しい動物がたくさんいます。

例えば、絶滅危惧種の「タスマニアデビル」、恐竜に近い種のワニ「クロコダイル」、害虫を食べて家を守ってくれる体長30cmもの大きなクモ「ハンツマン」などなど。オーストラリアには自然豊かな未開拓地が多くあるため、このような固有種が伸び伸びと暮らしています。また、さまざまな動物保護活動によって、その生態系が守られているのです。

海外を自由に行き来できるようになった際には、ぜひ、皆さんにも「オーストラリアならではの」動物たちを見てほしいです。

◎問い合わせ 国際化推進室 ☎23-2295

歴史探訪！ 伝牧ノ原古墳出土甲冑

〜権力者の象徴〜

高城町大井手に所在する高城牧ノ原古墳群は、大小13基からなる古墳群です。この古墳群から出土したとされる甲冑が、長らく高城郷土資料館に保管されてきました。どの古墳から出土したか、経緯は不明ですが、冑のほか、頸、肩のよろいが残されています。

古墳時代の甲冑は、中央政権から各地の支配階級の人物に分配されたと考えられています。古墳に葬られた人物は、地域の中でも相当な権力を有していたことがうかがい知れます。

高城郷土資料館では、8月29日(日)まで、国文祭・芸文祭の一環として「髪長媛と都城の古墳」と題し、本甲冑をはじめ都城の古墳時代を紹介する特別展を開催しています。

この機会に、ぜひ、来場ください。



文化財課 ☎23-9547

伝牧ノ原古墳出土甲冑(撮影:橋本達也・鹿児島大学総合研究博物館)

都城島津 伝承館だより

「令義解」

7世紀後半から9世紀頃までの日本は、「律令」という法典で国家を治める時代でした。平安時代初めに完成した『令義解』は、「律令」の一つであった「養老令」の解説書でありながら法的効力をも有し、その中には、朝廷に仕える「隼人司」と、その下に組織された隼人について記録されています。

隼人の名称は、その俊敏さや勇猛さに由来するなど諸説あります。『紀神話』にも登場し、その祖先は「海幸彦」と記されます。もとは、南九州に住む人の呼称であった隼人は、朝廷の支配下に組み込まれました。

『令義解』では、「隼人司」は隼人をまとめ、朝廷儀式で奉納する舞の教習や、竹かさの製作を職務とする」と記されます。南九州から都周辺に移住させられた一部の隼人は、朝廷行事に奉仕しました。

本史料は、古代律令国家において、隼人がどのような職責を担っていたのか、その一端を伝えています。



都城島津邸 ☎23-2116

図書館だより

今月のコレミテツ



「みはからいぼん展覧会」に参加してみませんか!

市立図書館ホールに設置している、杉角材フレームと強化ガラスで囲まれた「ショーケース」をご存じですか。ここではさまざまな展示を行っています。今回はその一つ「みはからいぼん展覧会」について紹介します。



市立図書館ホールのショーケース



「お外であそぼう」がテーマの展覧会

100冊を展示。来館者は図書館に入れてほしい本に投票ができ、結果は選書の参考にします。展覧会に参加して、図書館の本棚をぜひ、一緒に作ってみませんか!
※現在開催中の展覧会「料理で世界を旅しよう」は、8月15日(日)まで

「展覧会の投票に参加するには」

- ① ようこそデスクで「選書札」を受け取る
- ② ショーケースに入り、図書館に入れてほしい本に札を入れる

◎問い合わせ

市立図書館 ☎22-0239

高城図書館 ☎58-4224



ブックマースのオススメの一冊

ソロキャンごはん
ナツキャン
natsucamp (著)
学研プラス (出版)

4月～5月に開催したみはからいぼん展覧会のテーマは「お外であそぼう」でした。アウトドアや野外遊び、虫、植物などの本の中で最も人気を集めたのは、ソロキャンプの本。この本は、初代ソロキャンプ女王に輝いた人気YouTuber・natsucampさんの人気動画をレシピ化した一冊です。テント設営後に時短で作れるおつまみや肉料理、鍋料理、デザートまで70レシピを掲載しています。また、レシピ以外にも基本道具やファッションアイテムなどのコラムもあり、これからキャンプを始める人にもヒントになる一冊です。

市立図書館 ●休館日/9月7日
●開館時間/9:00～21:00

高城図書館 ●休館日/8月8日・10日・15日・17日・24日・31日、9月7日
●開館時間/9:30～18:00

まちなか交流センター

Mallmall内のまちなか交流センターにある「まちなかキッチン」は、食材などを持ち込むだけで、誰でも気軽に調理ができるキッチンです。



さまざまな調理器具を取り揃えているのはもちろん、DVDや手元を映し出すことができるモニター、ピンマイクなどの音響機器も充実していますので、料理教室にも利用できます。

【おすすめポイント】

■利便性

隣には託児などにも使える会議室があるので、子ども連れにも便利

■明るく広々、きれいで清潔

ガラス張りのキッチンで、開放的な空間

■ごみは持ち帰らなくてもOK

調理で出たごみは施設側で処分

◎問い合わせ

まちなか交流センター
☎21-6121



まちなか交流センター
ホームページ

安心・安全情報

◎問い合わせ
危機管理課 ☎23-2129



「熱中症警戒アラート」配信開始!



環境省と気象庁は、熱中症の予防対策として「熱中症警戒アラート」の運用を開始しました。

熱中症の危険性が極めて高くなると予想される日の前日夕方または、当日早朝に都道府県ごとに発表されます。

アラートが発表されている日は、次の予防行動を積極的に取りましょう。



※アラート発表状況

- ・外出はできるだけ控え、暑さを避ける
- ・高齢者や子ども、持病のある人など、熱中症のリスクが高い人に声掛けをする
- ・普段以上に「水分補給をする」「涼しい服装にする」など熱中症予防に努める



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3年7月1日現在	前月比	前年比
世帯数 71,427世帯	(-40)	(84)
人口総数 159,930人	(-131)	(-313)
男性 75,005人	(-64)	(-381)
女性 84,925人	(-67)	(68)

スマートフォンからも統計情報を確認できます。



※令和2年国勢調査に基づく推計人口です

編集後記

秘書広報課に異動し早3カ月、満を持して表紙候補の撮影取材のため高崎へ向かいました。初めての田植え撮影で緊張するも、程なく田植えはスタート。本番ではマスクを外すからと、マスクのままテストで数枚撮影。取材を終え確認した結果、テストの写真が子どもらの表情を一番捉えていました。マスクで隠れていても、自然な表情は伝わるものだなと感じた思い出深い初表紙となりました。(達)

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2年度明るい選挙啓発4コマまんが」小学生の部で選挙管理委員会委員長賞を受賞した「大江優羽さん(当時東小5年)」の作品を紹介します。

タイトル:「選挙に行こう!」



大江さんの作品は、起承転結という「4コマまんが」の特質をうまく使っています。投票する人も立候補する人も、これくらい盛り上がりたうれしいと思います。(選挙管理委員会委員長)

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。詳しくは、市ホームページを確認ください。



ホームページ

終活・相続無料相談 ※要予約

●日時 8/14(土)・28(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 8/19(木)、9/2(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

地域食堂イロトリドリ ※要予約

●日時 8/21(土) 11時～13時30分

●場所 下長飯町669-5(NPO法人あした事務所隣)

☎ あした(池崎) ☎70-0190

地域食堂「おひさま広場」 ※要予約

●日時 8/22(日) 11時～13時

●場所 都原児童センター(都原町37-2)

☎ 子育てネットおひさまとはらっぱ(岡本) ☎080-6411-8441

重陽の節句「後の雛」 ※要予約

●日時 9/4(土)～20(月) 10時～16時

●場所 旧後藤家商家交流資料館

☎ 高城歴史文化のまちづくりフォーラム(上蘭) ☎58-6900

※地域食堂: 食を通した子どもや高齢者の居場所



豚ぶきん生ハムと クリームチーズを 使った生春巻き

- 材料(2人分)
- ★ライスペーパー…2枚(M盤)
- クリームチーズ…36g
- 豚ぶきん生ハム(もも肉) …30g
- 水菜…1束 サニーレタス…1枚程度

●下準備
 水菜とサニーレタスを10cm程度の長さに切る。クリームチーズを棒状に切る。

- 作り方
 - ①★をぬるま湯にさっとくぐらせて戻す。広げた★の端に、サニーレタスを敷き、クリームチーズ、生ハム、水菜を順に並べる。
 - ②具材を並べた端からきつく巻いていき、具材を1回巻いたタイミングで、両端を内側に折り畳み、残りを巻く。
 - ③具材を巻き終わったら、食べやすい大きさにカットして、器に盛り付ける。
- ※お好みでチリソースなどを添えてください

都城市6次産業化推進事業者

有限会社スウィン^{せいとう}清藤
 (太郎坊町942-1 ☎080-8082-0140)



全国でも珍しい、自家栽培のカボチャを食べさせたブランド黒豚「豚ぶきん」を生産しています。脂身が甘く、ほどよいサシが入っているのが特徴の豚ぶきん。たくさんのお客さんに愛されるよう、丹精込めて育てています。弊社人気の豚ぶきん肉セットなどの商品は、専用サイトから購入できます。



市役所からのお願い

◎問い合わせ
 コミュニティ文化課
 ☎23-7146

広報紙など各種文書を配布するときのお願いです！

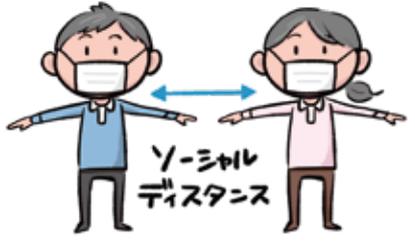
新型コロナウイルス感染防止のため、次の取り組みの徹底をお願いします。なお、多人数が文書に触れる機会を減らすため、当面の間、回覧文書による情報提供は中止します。



まずは手洗い



マスクを着用して仕分け



密にならない



数えるときや仕分けのときに指をなめない！



広報紙以外は広報紙に挟み込む。丸めない



ポストへ投函。直接手渡さない！