

えびの

I Will Inform you.

広報

2023
AUGUST
vol.682

Ebino city Public relations

8



特集

元気に笑って健康に

～できることからチャレンジ!生活習慣病予防～

今月の掲載記事

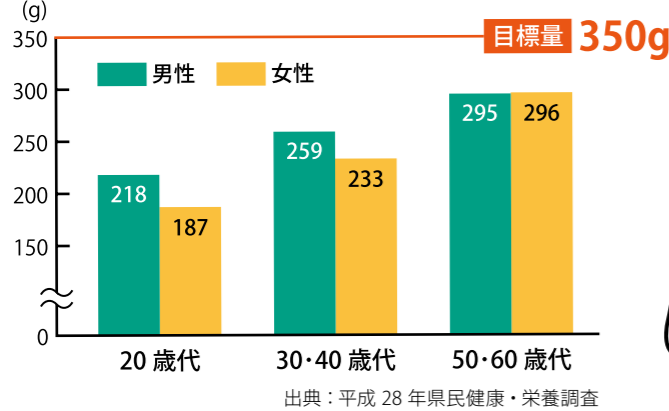
あなたの力が地域を守る えびの市消防団

pick up information

TOPICS

Face 人 井上成秀さん

野菜摂取量(年代別・成人)



必要量の野菜摂取量1日350gに対して、約100g不足しています(左グラフ参照)。このような現状からも、メタボや生活習慣病につながる要因となるような生活をしている人が多くいることが分かります。

メタボなどになる原因には、食習慣や運動習慣などの生活習慣が大きく影響しています。予防のためには、生活習慣の改善が重要です。

令和3年特定健康診査受診者と未受診者の生活習慣病治療費

受診者…… 6,562円
未受診者… 32,930円

出典：国民健康保険団体連合会 国保データベース(KDB) システム「令和3年健診・医療・介護データベースからみる地域の健康課題」

現状で説明したような生活習慣が続くと、生活習慣病の発症や重症化につながり、健康への影響が大きくなることも、治療にかかる費用も増えていきます。左の治療費の比較を見ると、特定健康診査の受診者と未受診者の生活習慣病治療費は、大きく違うことが分かります。

健(検)診を受けて自分の健康状態を知った上で、日頃の生活を見直すことは、健康につながることも、自分の体にかかる治療費の削減にもつながります。

自分のため、大切な人のためにも、今回紹介する日頃からできることに取り組んだり、定期的に健(検)診を受けたりして、健康について考え、生活習慣を見直しましょう。

健康を意識した生活を

令和3年度特定健康診査 質問票回答より

飲酒する人の中で、「1日当たりの飲酒量が3合以上」と答えた人の割合

市：10.6% 県：1.8% 国：2.3%

「就寝前2時間以内に夕食を食べることが週3回以上ある」と答えた人の割合

市：19.7% 県：15.7% 国：14.7%

令和3年度特定健診結果

県内26市町村中

メタボリックシンドローム該当者 **ワースト2位**

市：26.7% 県：21.1% 国：20.6%

高血糖・高血圧・脂質異常該当者 **ワースト3位**

市：8.1% 県：6.4% 国：6.8%

えびの市の現状

えびの市は、メタボリックシンドローム(以下メタボ)該当者が多く、人口に対する割合で見ると、県内26市町村中でワースト2位となっています。

特定健康診査の質問票の回答を見ても、飲酒量が多い人や就寝前の2時間以内に夕食を食べる人の割合が、国や県に比べて高いことが分かります。

また、宮崎県民は、健康のため

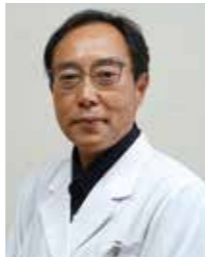
国は、生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙などの個人の生活習慣改善の重要性について、国民一人一人の理解を深め、健康づくりの実践を促進するため、毎年9月の1カ月間を「健康増進普及月間」と定めています。

月間に合わせて、自分の生活習慣などを見直し、健康について考えてみませんか。健康を意識した生活を送ることで、生活習慣病を予防でき、大きな病気にかかるリスクを減らすことができます。

〜できることからチャレンジ！生活習慣病予防〜

元気に笑って健康に

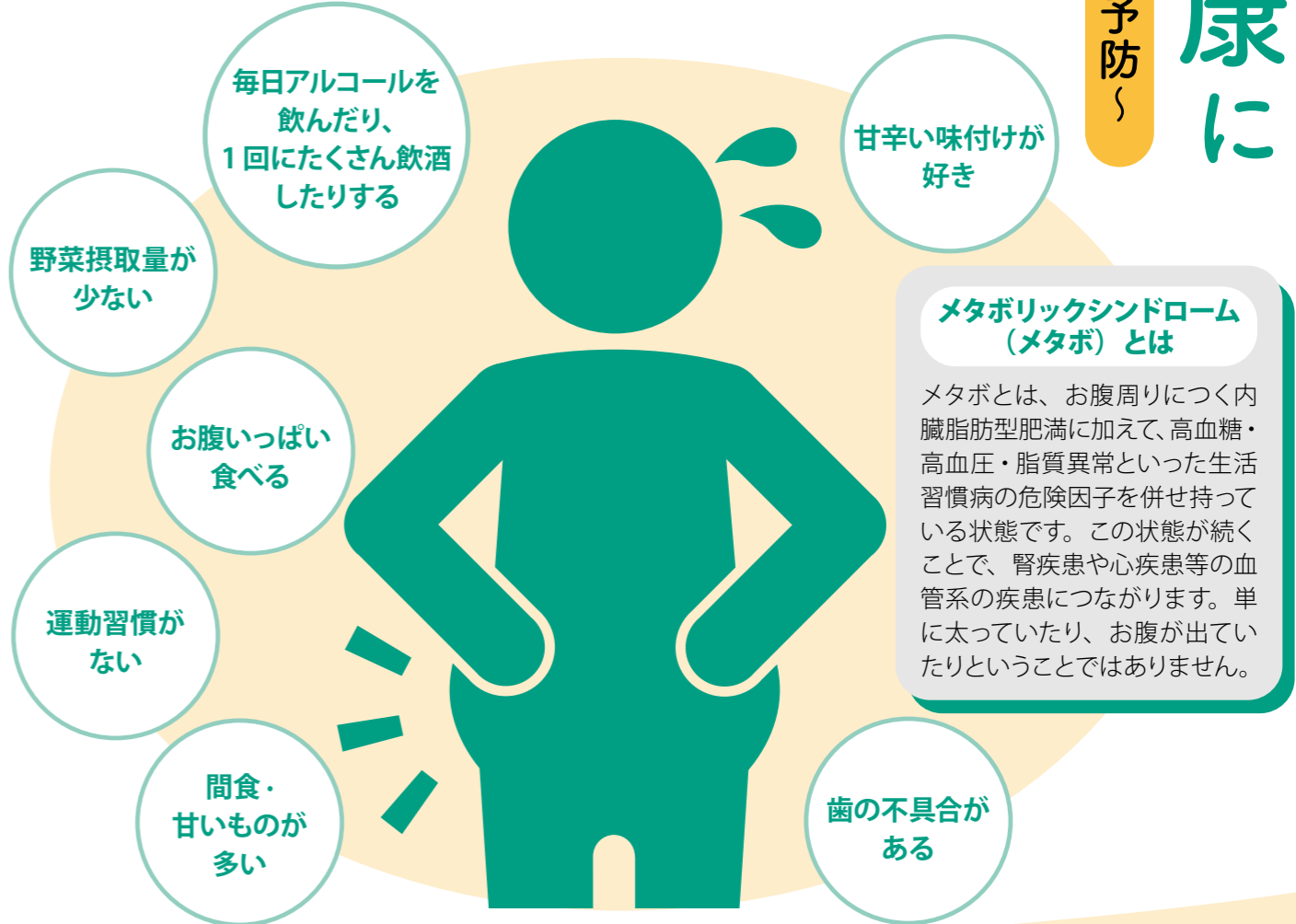
INTERVIEW



市立病院 部長 鈴木 康義 医師 (一般内科・精神科)

えびの市は、生活習慣病の人が多い傾向にあります。数値で見ても、中性脂肪や血糖値が高い人や高血圧の人が多くいます。これらは、循環器系の病気や脳の病気を引き起こす可能性があります。また、地域の特徴として、高齢化による老々介護や若い人が介護するという状況で、心身ともに疲れている人が多い傾向があります。リスクが高い地域だからこそ、誰でも生活習慣病になつてしまいう前提で日頃から健康的な生活を意識することが大切です。

ストレスがある人は、がんになるリスクも高まります。余裕がない人は特に危険なので、健(検)診で早期発見につなげることが大事です。早く見つければ悪化防止や治療ができます。自覚症状がなくても、自分の体や家族のことを考えて定期的に健(検)診を受診し、健康状態を確認しましょう。



できることからチャレンジ！生活習慣病予防

チャレンジ1 食生活 …4ページ

チャレンジ2 飲酒 …6ページ

チャレンジ3 運動 …7ページ

チャレンジ4 健(検)診 …8ページ

チャレンジ！
食生活「1日3食」「ベジ活」「減塩」で

ベジ活（野菜を積極的に食べる活動）で毎食野菜を食べることや減塩を心掛けて、1日3食バランスよく食べることは、肥満や生活習慣病の予防につながります。

1日3食食べる

1日3食食べることは、生活リズムを整えるだけでなく、血糖コントロールや体重管理の観点からも大切です。

ダイエットのために朝食を抜いている人などいますが、朝食を食べることで、昼食後の急激な血糖上昇を抑え、肥満のリスクを減らすことにつながります。また、食べてすぐ寝ると体脂肪になりやすいため、寝る2時間前には夕食を済ませることも大切です。



おいしく減塩

食塩の取りすぎは、高血圧をはじめ、それに伴う脳卒中や心臓病、腎臓病につながる可能性があります。一日の食塩摂取目標量は、男性が7.5g未満、女性が6.5g未満、高血圧の人は6.0g未満となっています。塩分を取りすぎないように次のことを意識しましょう。

ポイント1 栄養成分表示で塩分チェック

「〇〇g当たり」と「食塩相当量」を確認して、塩分の少ないものを選びましょう。

表示の単位（〇〇当たり）に注意！

食塩相当量=塩分

栄養成分表示 大さじ1杯 (15g) 当たり	
エネルギー	59kcal
たんぱく質	0.5g
脂質	5.4g
炭水化物	2.1g
食塩相当量	0.5g

ポイント2 食べるとき

- 調味料はかけるよりつける
- 麺類の汁は残す
ラーメン1杯には塩分6gが含まれています。汁を全部残すと塩分を3g減らせます。
- 塩分の多い加工食品・インスタント食品を食べる頻度を減らす

ポイント3 調理するとき

- 酸味や香辛料、薬味の利用
- かつお節や干しシイタケなどの天然だしのうま味の利用
- 減塩調味料の活用
日本高血圧学会ホームページでは、減塩食品リストを紹介しています。

日本高血圧学会の減塩食品リスト

ポイント1 忙しい朝にお勧めの朝食

おにぎり

●サケ ●ツナ

サンドイッチ

●ツナ ●卵

炭水化物に魚や卵などのたんぱく質の食品を組み合わせたのがよいです。

ポイント2 夕食を早めの時間に食べられない場合は分食を

午後5時～午後7時ごろ

おにぎりやサラダなど糖質を多く含むものを早い時間に食べる。

遅い時間の夕食

根菜類、きのこ、海藻、納豆、豆腐など脂質が少なく、食物繊維が多いものを食べる。

食生活改善推進員が紹介します！

減塩レシピ

キュウリと豚肉の甘酢炒め
(1人当たり 野菜量 115g・塩分量 0.9g)

材料 (2人分)
キュウリ1本 干しシイタケ3枚 赤パプリカ1/4個 豚バラ薄切り肉100g 塩・コショウ各少々 トマト1/2個 サラダ油大さじ1/2 A[酢大さじ2 酒大さじ1/4 砂糖小さじ2 塩小さじ1/4 コショウ少々]

作り方

- 1 キュウリは乱切り、干しシイタケは水に浸して戻し、石づきを切り落として4等分に切る。パプリカは種を取って千切りに、トマトは半月の薄切りにする。
- 2 豚肉は食べやすい大きさに切り、塩・コショウをふる。
- 3 フライパンにサラダ油を熱して、豚肉を炒める。豚肉の色が変わったら、パプリカ、干しシイタケ、キュウリを加え炒め合わせる。
- 4 3にAを加え、全体に味がからまるように炒める。
- 5 器にトマトを広げて並べ、4を盛り付ける。

ポイント
味付けに酢を使うことで、薄味でもおいしく食べられます。キュウリは歯応えが残るように、火を通しすぎず、手早く炒めて仕上げましょう。

サバ缶を使ったサラダ
(1人当たり 野菜量 190g・塩分量 0.9g)

材料 (2人分)
サバ缶(しょうゆ味) 1/3缶 トマト1個 キュウリ1本 レタス1枚 玉ネギ1/2個 A[酢・サラダ油各小さじ2 塩0.8g コショウ少々]

作り方

- 1 キュウリは薄い輪切りに、トマトは一口大よりやや小さめに切る。レタスは手でちぎり、玉ネギは薄くスライスする。
- 2 サバ缶を粗くほぐす(汁は使わない)。
- 3 Aを合わせ、食べる直前にかける。

ポイント
家庭にあるいろいろな野菜で応用できます。保存食にも便利なサバ缶を使用し、火を使わずに手軽に作れる一品です。

ポイント1 カット野菜や冷凍野菜を使う

切る時間が短縮され、炒め物やみそ汁にそのまま入れるだけ！

ベジ活でバランスよく食べる

1日に必要な栄養素をバランスよくとるには、主食(ごはん・パン・麺類)、主菜(肉・魚・卵・大豆料理)、副菜(野菜・きのこ・海藻類)を組み合わせた食事を意識しましょう。この中でも、特に野菜には、体の調子を整えるだけでなく、生活習慣病やがんの予防が期待される栄養素が豊富に含まれています。1日350g以上食べることがよいとされています。

ポイント2 外食やコンビニ利用時はバランスよく

弁当やパスタだけだと野菜が不足しがちです。副菜を一品プラスするようにしましょう。

主食/主菜 のり弁

副菜 サラダ

ポイント3 外食はベジ活応援店で

宮崎県では、県民の健康づくりをサポートする飲食店等を「ベジ活応援店」とし、「ベジ活」に一緒に取り組んでいます。外食をする時は積極的に利用しましょう。

ベジ活応援店には、このような登録証(ステッカー)やのぼりが設置されています

市立病院リハビリ室が紹介します!

下肢の筋力をつける

スクワット 5~6回で1セット 1日3セット



- ①椅子に腰かけて足を肩幅に広げる。
- ②2~3秒かけてゆっくりと立ち上がる。
- ③①・②の立ち座りの動作を繰り返す。



- POINT!**
- 動作中は必ず呼吸をすること
 - 支えが必要な人は、十分注意して、机などに手をつけて行うこと
 - 楽にできる人は回数やセット数を増やしてもOK



バランス能力をつける

片脚立ち 左右とも1分間で1セット 1日3セット



- ①転倒しないように、必ずつかまるものがある場所に立つ。
- ②床につかない程度に片脚を上げる。

- POINT!**
- 姿勢はまっすぐに
 - 支えが必要な人は、十分注意して、机に手や指先をつけて行うこと



運動

チャレンジ3

自宅でできる簡単運動

アルコールの1日の適量

ビール 500ml	焼酎 (25度) 100ml 焼酎 (20度) 125ml
ハイボール (7%) 350ml	酎ハイ (5%) 500ml
ワイン グラス 2杯 240ml	日本酒 1合 180ml
ウイスキー・ブランデー ダブル 1杯 60ml	

女性や高齢者はこの半分が適量

飲酒

チャレンジ2

お酒は楽しく適量を

アルコールは、主に小腸から吸収されて血液中に入り、全身に染み渡ります。そして、肝臓だけでなく、全身にさまざまな健康障害をもたらします。

適量飲酒を心掛けたり休肝日をもつたりするなど、アルコールとの付き合い方を考えましょう。

1日の飲酒量は適量に

お酒の適量には個人差がありますが、健康な男性であれば、一般的には1日にビール500ml、焼酎(25度)であれば100ml程度が節度ある適度な飲酒とされています。女性や高齢者などはこの量の半分程度が適量とされています。

健康づくりに関するサイト

宮崎県健康長寿サポートサイト



宮崎県健康づくり推進センター



スマート・ライフ・プロジェクト (厚生労働省)



+10 (プラス・テン)

今より10分多く体を動かすことから始めましょう! +10が習慣になれば、内臓脂肪が燃焼して腹囲や体重が減少し、高血圧や脂質異常などが改善します。生活の中で身体活動を積み重ねて、無理なく+10しましょう。

+10する工夫



階段を使う 散歩をする 外に出かける 体操を日課にする

休肝日を作る



ノンアルコール飲料を利用するのも効果的!

お酒を飲むと、肝臓には中性脂肪が蓄積し、胃や腸などの消化管の粘膜も荒れてしまいます。お酒類を全く飲まず、肝臓を休める休肝日をつくりましょう。

高血圧 脂質異常



この基準の倍の量になると、高血圧や脂質異常といった生活習慣病を引き起こしやすいといわれています。

INTERVIEW



湯田地区 南鶴 朗さん(68歳)

運動は特に意識して取り組んでいます。毎日ストレッチや筋トレ、10kmランニングをしています。家周りの草引きや掃除などもして、体を動かすようにしています。

また、毎年人間ドックも受けています。以前人間ドックを受けたときに、腫瘍があることがわかって、精密検査でがんであることがわかりました。毎年受けていたことで早期発見でき、手術を受けることができました。運動を始めた後、人間ドックを受けたりするようになって、大きな病気をしなくなりました。これからも、自分の健康を意識した生活を続けていきます。

INTERVIEW



市健康づくり推進協議会 健康日本21専門部員 立久井 友文さん(30歳)

以前働いていた職場で毎年健診を受けていましたが、しばらく受けていませんでした。健康日本21専門部員に入ったことで、健康について考えるようになり、昨年の8月に7年ぶりに健診を受けました。特に悪いところはありませんでした。自分の健康状態を知ることができて安心しました。

自分の体のためにも、自宅では飲酒しないようにしています。また、仕事で農作業をしていますが、動いた量と食事は比例すると思っています。動いた日は食べるようにして、あまり動かなかった日はたくさん食べないような習慣をつけています。

仕事をする間は健康でいられるように、今の年齢から自分の健康のことは考えていきたいです。そのためにも、これからも健診は受けていきたいですし、もし悪い結果が出た場合は、生活習慣を見直していきたいと思っています。

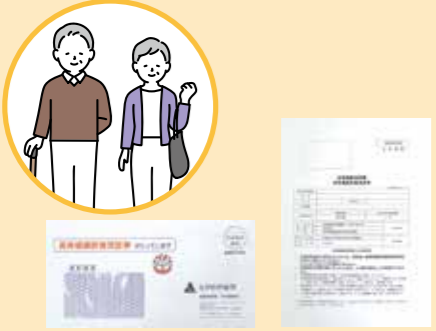
特定健康診査

案内送付 5月中旬
実施時期 令和6年1月31日まで
対象者 40～74歳の国民健康保険加入者
自己負担金 無料
個別医療機関申込方法 健診の案内に実施医療機関一覧を同封。要事前予約
国保セット健診・人間ドック申込方法 特定健診と同日にがん検診等を受けられる健診です。国保セット健診は、申込内容によって自己負担が異なります。人間ドックは、自己負担が9,412円です(35歳～74歳の受診可能)。市健康保険課に申し込みが必要です。対象者には案内を送付していますので、ご確認ください。
 ※40～74歳の国保以外の保険の人は、各医療保険者が実施する特定健診を受診しましょう。詳しくは、加入している医療保険者にお問い合わせください。



長寿健康診査

案内送付 5月中旬
実施時期 令和6年1月31日まで
対象者 75歳以上の人
健診内容 身体測定・血圧測定・尿検査・問診・診察・血液検査
自己負担金 無料
実施医療機関 健診の案内に実施医療機関一覧を同封。要事前予約



脳ドック

該当年度に41・46・51・56・61歳になる人が対象。対象者には案内を送付していますので、ご確認ください。

歯周病検診

案内送付 6月下旬
実施時期 12月31日まで
対象者 該当年度に40・50・60・70歳になる人
自己負担金 無料
実施医療機関 検診受診券に記載。要事前予約



各種がん検診等

案内送付 5月中旬
実施時期
 個別医療機関：令和6年1月31日まで
 集団検診：7月～令和6年1月
検診対象 案内に入っている「あなたが受けられる健(検)診一覧(ピンク)」の○がついているもの。



個別医療機関申込方法
 がん検診の案内に実施医療機関一覧を同封。要事前予約
集団検診申込方法
 検診の案内に同封している申込用紙を、市健康保険課市民健康係または市保健センター、飯野・真幸出張所に提出。WEB予約も可能。

WEB予約



※申込用紙の取得や日程の空き状況については、市健康保険課・市保健センターにお問い合わせください。

大腸がん検診

【対象者】40歳以上(集団・個別)
 【無料対象者】40・50・56・60・66歳
 【検診方法】便潜血検査(2日間)
 ※集団検診では、肺・乳・胃がん検診と同日での受診。大腸のみの受診も可能。
 【自己負担金】500円

子宮がん検診

【対象者】20歳以上の偶数歳の女性(集団・個別)
 【無料対象者】30・36・40歳
 【検診方法】頸部細胞診
 【自己負担金】集団1,100円、個別2,000円

肺がん検診

【対象者】40歳以上(集団のみ)
 【検診方法】ヘリカルCT
 【自己負担金】2,400円



胃がん検診

【対象者】50歳以上の偶数歳(集団・個別)
 【無料対象者】50・56・60・66歳
 【検診方法】バリウム検査、胃カメラ検査(無料対象者のみ)
 ※無料対象者の胃カメラ検査は個別のみ
 【自己負担金】集団1,300円、個別2,500円

乳がん検診

【対象者】30歳、36歳、40歳以上の偶数歳の女性(集団・個別)
 【無料対象者】30・36・40歳
 【検診方法】マンモグラフィ+超音波
 【自己負担金】2,500円

前立腺がん検診

【対象者】40歳以上男性
 【検診方法】血液検査
 【自己負担金】1,600円
 ※特定健康診査・国保人間ドック・脳ドック・長寿健康診査・肝炎ウイルス検診と一緒に受けた場合は600円

肝炎ウイルス検診

【対象者】40歳以上で一生のうち1回のみ
 【検診方法】血液検査
 【自己負担金】1,700円
 ※特定健康診査・国保人間ドック・脳ドック・長寿健康診査と一緒に受けた場合は1,000円

健診受診後のサポート

●健診結果説明会

健診受診後の血液検査のデータから、生活習慣との関連について市の保健師・栄養士が一人一人の状況に合わせてお話しします。市保健センターで実施しています(予約制)。市健康保険課または市保健センターまでご相談ください。



●各種がん検診等での要精密検査者への対応

原則、訪問での受診勧奨を実施しています。検診結果と要精密検査実施医療機関をお伝えして、精密検査受診をお願いしています。「要精密検査」の結果となった場合は、自身のため、そしてあなたを必要としてくれる人のためにも、症状等がなくても必ず精密検査を受けに行きましょう。



お問い合わせ

市健康保険課市民健康係
 ☎35・1116(直通)
 市保健センター
 ☎35・2446

あなたの力が地域を守る

えびの市消防団

地域防災の要

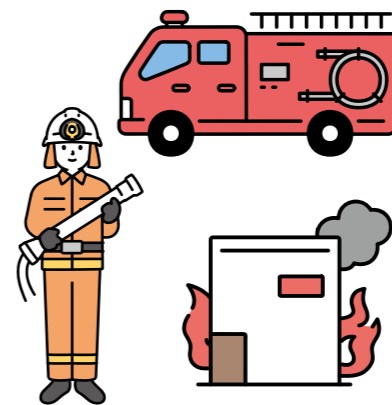
消防団は、消防署と共に火災や災害への対応、防災啓発活動等を行う消防組織法に基づいた消防組織で、それぞれの市町村に設置されています。消防団員は、消防署に勤務する職員とは違い、日頃はそれぞれの職業に就いていますが、火災や大規模災害発生時に自宅や職場から駆けつけ、消火活動や救助活動を行う、非常勤特別職の地方公務員です。

いっような災害が起きるかわからない今、大規模な災害に対応するためには、国や県での防災対策はもちろんです、地域の防災力を高めていくことが必要です。

消防団の現状

えびの市消防団は、現在、1分団・2分団・3分団、女性消防団、防災バイク隊、ラップ隊で構成され、地域の防災を担っています。団員数は、

現在322人で、定員の350人に達していません。また、在団年数の長期化、高齢化が進行しています。消防団は、地域に密着し、住民の安心・安全を守るという重要な役割を担っています。地域防災力を高め、いくには、団員の確保が重要です。



消防団の活動

消防団員は、いざという時に地域住民を守るため、訓練等を行っています。また、火災予防の広報など、さまざまな活動を行っています。

消防団員募集

えびの市消防団では、消防団員を随時募集しています。市内に在住または勤務している18歳以上の人ならどなたでも入団できます。消防団員として活動しませんか？

消防団に入るには

入団を希望する場合は、地元の消防団や知り合いの消防団員、市基地・防災対策課にご連絡ください。その後、希望する分団・部への入団希望の問い合わせを行い、入団届を提出して手続き完了となります。

- 活動服やアポロ帽、かっぱ、長靴、安全靴が支給されます。
- 家族功労報償金として、5年以上在団する団員の同居する家族に対して報償金の支給があります。
- 万が一、消防活動中に負傷した場合は、公務災害として補償されます。



主な行事等

- 1月 消防出初式
 - 4月 入退団式
 - 7月 夏季点検・操法大会
 - 11月 移動消防学校
- 詰所点検・普通救命講習

出動報酬

火災出動・災害出動

- 4時間未満：4,000円
- 4時間以上8時間未満：8,000円

警戒出動

- 4時間未満：3,000円
- 4時間以上8時間未満：6,000円

その他団長が認める出動(大会や行事等)

- 4時間未満：3,000円
- 4時間以上8時間未満：6,000円



団員インタビュー

女性消防団員は、消防団の式典や訓練のサポート、イベント等での啓発活動を行っています。

入団したことで、地域の人たちと関わったり、消防団活動やAEDの使い方などの普段は知ることのできないことを学べたりしています。今後も、イベントなどに参加して、地域に貢献していきたいです。



本部付部 団員 (女性消防団)
池田 みゆきさん (入団3年目)



第3分団第3部 団員
かみむら 上村 陽平さん (入団3年目)

地元の力になれることがあればと思入団しました。地域の人たちと触れ合う機会も増えましたし、消防団員と交流することで知り合いも増えました。

まだ自分だけではできないことも多いので、災害などが起きた時のために、訓練などでできることを増やしていきたいと思っています。

団長インタビュー



えびの市消防団 団長
川野 俊二さん

消防団員は、地域防災の要として、「自分たちのまちは自分たちで守る」という郷土愛の精神のもと、地域の安全・安心のために、訓練や災害現場での活動を行っています。

近年、気象の変化による自然災害への対応など、地域に密着した防災機関である消防団への期待はさらに高まっています。

しかし、ここ数年消防団員は減少し、消防団員の確保と活動環境の整備が課題となっています。団員の負担が増加していることなどを踏まえ、総務省消防庁の「非常勤消防団員の報酬等の基準」をもとに、昨年から支給する報酬等の見直しを行いました。

住民の生活を守るために重要な役割を担っている消防団に入団して、一緒に地域を守る活動をしませんか。多くの入団をお待ちしています。



出初式



水防演習



防火訓練



操法大会

お問い合わせ 市基地・防災対策課 基地・防災対策係 ☎ 35-1119 (直通)

7/15

上浦澤原八坂神社大祭



家畜の無病息災を願って

上浦の澤原八坂神社で「棒踊り・鎌踊り」の奉納が行われました。上浦地区では、毎年この日に稲の豊作や家畜の無病息災などを願って踊りを奉納します。

棒踊りには、保存会青年部 16 人が、鎌踊りには、岡元小学校の児童 13 人が参加しました。

同小 6 年の北別府和奏さんは、「地域の皆さんに教えてもらったことで、かっこよく踊れるようになりました」と話していました。

7/5

公営塾成銘館開講式



夢実現のため学力向上目指す

飯野高等学校で、公営塾成銘館の 1 年生の開講式が行われました。同塾は、市の支援のもと、飯野高校生が進学や就職の希望を実現するために、外部講師などによる英語、数学の課外授業を行うものです。

同式には、令和 5 年度の入塾希望者 28 人が参加しました。受講生を代表して、武田姫依さんが、「大学に進学するという夢に向けて頑張りたいです」と抱負を述べました。

7/18

企業立地協定調印式



物流拠点として営業倉庫を展開

市とマルゼングループ協同組合が企業立地協定を締結しました。これは、地域産業の振興と雇用機会の拡大を図ることを目的に結ばれたものです。同組合は、北部九州を中心に、全国各地で営業倉庫を運営しています。

同組合の古賀大輔代表理事は、「南九州の物流拠点として、しっかりと形で定着するとともに、地域の活性化につなげていきたいです」と話していました。

7/12

えびの駐屯地ボランティア活動



クワガタムシやカブトムシを提供

えびの駐屯地が、約 400 匹のクワガタムシとカブトムシ、約 60 匹のメダカを飯野小学校、飯野保育園、第二和光幼稚園、和光保育園、みなみえびの保育園に贈りました。これは、以前えびの駐屯地祭りが中止になった際に、子どもたちに何かできないかと始めたものです。

和光保育園の子どもたちが「ありがとうございます。大切に育てます」とお礼の言葉を伝えました。

市役所からのお知らせ

Pick up information

防災

災害時等での施設利用の協力に関する協定締結式

問 市基地・防災対策課 市基地・防災対策係
 ☎35・1119 (直通)

7月13日、小林市役所で「小林市、えびの市、高原町と小林地区遊技業組合との災害時等での施設利用の協力に関する協定締結式」が行われました。これは、地震や風水害などの大規模災害が発生した場合に、小林地区遊技業組合が2市1町の要請に対して、駐車場やトイレ等の一時的な提供に協力することを目的に締結されました。

同式では、同組合の岩下正臣組



2市1町の首長が協定書に調印しました



村岡市長、宮原小林市長、岩下組組長、高妻高原町長（左から）

岩下組組長は、「人吉市の豪雨災害時に、簡易トイレが不足しているのを見て、地域住民の皆さんに何か協力できないかと考え、今回の協定締結となりました。今後も自治体と一体となって、地域住民の安心安全を守っていきたくです」と話していました。

商工

有限会社えびの公善社 事業承継セレモニー

問 市観光商工課 商工係 ☎35・3728 (直通)

7月21日、有限会社えびの公善社で事業承継セレモニーが行われました。同セレモニーには、渡し手の松井昇さん、継ぎ手の和田敏也さん、株式会社ライトライトの齋藤隆太代表取締役、村岡隆明市長ら関係者15人が出席しました。

これは、えびの市の事業承継プログラム「relay the local」えびの市を活用した事業承継の、成功事例第1号です。この事業は、令和4年度から商工業者の事業承継支援を行うために、株式会社ライトライトと業務委託契約を締結し、開始した支援事業です。

松井さんは、創業から52年目を迎えるに当たり、地域にとって欠かせない葬儀場を残していくため、事業を利用し後継者を募集しました。松井さんの地域への思いに共感した和田さんが応募。令和4年から同社で勤務を開始し、令和5年5月に正式な後継者に決定しました。

渡し手の松井さんは、「50年を節目にやめようと考えましたが、市民の皆さんにとって葬儀場は欠

かせないものだから残したいという思いがあり、事業承継プログラムを利用しました。立派な人と巡り会えて良かったです」と話していました。

継ぎ手の和田さんは、「松井さんの地域への思いに共感し、引き継ぎたいと思いました。現代の顧客のニーズに合わせたサービスを展開しながら、人とのつながりを大事に頑張っていきたいです」と話していました。



松井さんから和田さんに制服が受け渡されました

7/28

通学路危険箇所合同点検



安全確保のために連携

各小学校区で「通学路危険箇所合同点検」が行われました。これは、子どもたちの通学の安全を確保するために行われたものです。

点検には、宮崎県小林土木事務所、えびの警察署、市建設課、市基地・防災対策課、市農林整備課、市学校教育課、各小中学校の教職員ら約20人が参加し、用水路近くの通学路や見通しの悪い交差点、通学路内の横断歩道などを見て回りました。

7/28

上江中学校相撲部・新体操部 県中学校総合体育大会入賞報告



県大会での成績を報告

上江中学校の相撲部と新体操部が令和5年度宮崎県中学校総合体育大会で上位に入賞したことを報告しました。

相撲部は、同中3年の新名美虎斗さんが個人総合で3位に入賞し、長崎県で行われた九州大会、高知県で行われた全国大会に出場しました。新体操部は、団体で1位、同中2年の内園和志さんが個人総合で1位に入賞し、福岡県で行われた九州大会に出場しました。

7/24

防犯活動用品贈呈式



安全安心な地域づくりを目指す

市役所で「防犯活動用品贈呈式」が行われました。これは、「地域の安全・安心活動推進モデル地区」の指定を受けた堀浦自治会の安全安心で住みよい地域づくりを目指した活動に役立ててもらおうと、えびの地区防犯協会から贈呈されたものです。

贈呈式では、西道覚三会長に、活動推進に必要な資機材として、カラーベストやアメリカンキャップ、マグネットシートが贈呈されました。

7/22

えびの京町温泉夏祭り花火大会



夏の夜空に3千発の花火

京町川内川河川敷で「第26回えびの京町温泉夏祭り花火大会」が行われました。これは、京町温泉夏祭り実行委員会の主催で行われたものです。

今年は、約4年ぶりの通常開催となり、ステージイベントや露店等が実施され、会場が多くの人でにぎわいました。

ステージイベント後には、約3千発の花火が打ち上げられ、訪れた人を魅了しました。

7/29

第21回太鼓フェスティバル in えびの



力強い太鼓の響きに胸躍る

市国際交流センターで「第21回太鼓フェスティバル in えびの」が行われました。これは、和太鼓の素晴らしさを多くの人に知ってもらおうと、2年に1回、太鼓フェスティバル実行委員会が行っているものです。

フェスティバルには、宮崎県、熊本県の11団体が出演。会場には、市内外から約1,000人が訪れました。訪れた人は、力強い太鼓の響きに聞き入っていました。

7/28

加久藤中学校空手部・硬式テニス部 県中学校総合体育大会入賞報告



九州大会出場を報告

加久藤中学校の空手部と硬式テニス部が令和5年度宮崎県中学校総合体育大会で上位に入賞したことを報告しました。

空手部は、同中2年の松岡知優さんが個人形で1位に入賞し、鹿児島県で行われた九州大会に出場しました。

硬式テニス部は、団体で1位に入賞し、鹿児島県で行われた九州大会に出場しました。

7/28

西川北菅原神社牛越祭



迫力ある丸太越えに歓声

西川北菅原神社で「牛越祭」が行われました。祭りには、市内外から約100人の観客が訪れました。

牛越祭りは、400年以上の歴史があり、牛が丸太を跳び越えることで、家畜の無病息災と豊作を祈ります。

今年は、15頭の牛が丸太越えに挑戦しました。牛が丸太を跳び越える度に、観客から歓声が上がっていました。

7/23

第11回霧島・えびの高原 エクストリームトレイル



霧島ジオパークを走って体感

第11回霧島・えびの高原エクストリームトレイルが行われました。これは、霧島・えびの高原の文化や自然環境の素晴らしさ、霧島ジオパークを体感してもらうことを目的に行われているものです。

ロングコース(約65.5km)、ショートコース(約33km)に県内外から848人が参加しました。出場者は、元気なかけ声とともにコースに飛び出しました。



「無事に開催することができてとてもうれしいです」と話すのは、えびの京町温泉夏祭り実行委員長の井上成秀さんです。



えびの京町温泉夏祭り
実行委員長
井上 成秀さん



えびのの夏を

盛り上げていきたい

井上さんは、同実行委員長を務めて5年目になります。京町温泉夏祭りは、天候やコロナの影響により、4年ぶりの通常開催となりました。「今回は、露店やステージイベントを含むこれまで通りの開催ができました。予想を上回るにぎわいで喜びが大きいです」

通常開催ができなかった期間は悩んだこともあったと話します。「皆さんの夏の楽しみが一つなくなってしまうので、どうにかできないかと実行委員で話し合いました。人が集まるようなことを実施しても大丈夫なのか悩みましたが、令和3年・4年と花火のみ実施しました。結果的に、開催してくれてよかったと言ってくれる人ばかりで、ありがたかったです」

今回は、「えびのを彩る夏」をテーマに企画を考えたそうです。「久々のステージイベントということで、市出身のシンガー・ソングライター織田龍紀さんのライブや地元の子どもたちの発表など、えびの市の皆さんが活躍するものを企画しました。ステージも盛り上げて良かったです」

「今年度河川敷が整備される予定で、新たに生まれ変わる場所でも、これまで以上ににぎわいのある花火大会になるよう、皆さんに楽しんでもらえるような企画を考えていきます」と笑顔で話していました。

図書館へ行こう!

おすすめの冊



かみさまのベビーシッター
かみさま、合宿へ!
廣嶋玲子 作
木村いこ 絵
(理論社)



メダカが増やせる本
馬場浩司 監修
(世界文化社)

ブックランド号 運行スケジュール

運行場所(ルート)	運行日(9月)	時間
岡元小学校→さくら苑	20日(水)	13:15~15:15
上江小中学校→真幸出張所→Aコープかくとう店→加久藤地区体育館	21日(木)	12:45~16:30
市役所→飯野地区コミュニティセンター	1日(金)、 22日(金)	12:00~15:15
真幸地区体育館	6日(水)、 27日(水)	15:25~15:50
飯野出張所→Aコープいいの店→自衛隊官舎	8日(金)、 29日(金)	14:50~16:30

■敬老の日 特別上映会

- 開催日=9月17日(日)
- 時間=午後1時30分~
- 場所=図書館 学習室
- 参加費=無料 ※事前申し込みが必要です。
- タイトル=帽子

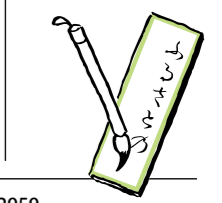
■クラフト講座

- クラフトでミニチュア模型の部屋を作ってみませんか? できた模型を飾れば、部屋にすてきな一角ができます。
- 開催日=9月23日(土)
 - 時間=午前11時~正午
 - 場所=図書館 学習室
 - 定員=10組 ※小学3年生までは保護者同伴

twitter
えびの市民図書館 (@EbinoCityLib)
<https://twitter.com/EbinoCityLib>
※右のQRコードからも見る事ができます。

えびの市民図書館
☎35-0242 <https://www.ebino-library.com/>
開館時間 火曜~土曜/午前9時~午後7時
日曜・祝日/午前9時~午後5時
休館日 毎週月曜日(祝日法に定める休日と重なった場合はその翌日)

あなたも作ってみませんか 心の一首一句



■短歌
五月晴の運動会の会場は
元気いっぱいの上江っ子達

山本ハヤシ
暦の上では秋になるが今年はずの外暑さがきびしい。その中で子供達は元気いっぱい頑張っている姿を見て、作者は毎朝見守りをしているので一段と感慨無量であったでしょう。
(評竹下妙子)

■俳句
パソコンを閉じて眺むる良夜かな

川原千恵子
それまで、パソコンに向かっての作業に打ち込んでいた。こまで一段落。ふと外を見ると、浩々たる名月のかかる「良夜」。しみじみと浸る。
(自註)

■詩
理解
既に無常の風きたりぬれば
二つの まなこ たちまちにとじ
あの世とやらへに
旅立つのだとわかって

西幸一
承知している分だけ 楽で良い
そうでないと今からの
この世は尚難解となる
到着点は定まり決まった

一字違いの所に
歯と目 諸々 大事に扱っても実は
肅々と 命の限りも進行する
この世を 楽しみ生きましよう



横断歩道は歩行者優先



横断歩道で歩行者が優先なのは、マナーではなくルールです。

■運転手の皆さん

横断歩道を渡ろうとしている人がいたら、車は停止しなければいけません。

■歩行者の皆さん

横断歩道を渡るときは、手を上げたり、首を動かして左右を確認したりするなど、横断歩道を渡る意思を運転している人に伝えましょう。

手上げ横断は、子どもだけでなく大人も実践できます。子どもは大人の行動をよく見ているので、手本になるような行動をしましょう。

7月の交通事故発生状況	人身	3件	本年累計	14件
	物件	28件	本年累計	165件



夏場の飲酒にはご注意ください



これから飲み会やバーベキュー、キャンプなどを計画している人も多いのではないのでしょうか。そこで心配されるのが急性アルコール中毒です。多量の飲酒により脳の機能がまひし、場合によっては死亡の危険も考えられます。また、気温が高い時期の飲酒は、脱水状態になりやすく、熱中症などを引き起こす危険もあります。

■飲酒時の脱水予防

- ・飲酒前に水を補給しておく
- ・飲酒中に水やトマトなどの電解質を含む食材を摂取する
- ・脱水気味だと感じたら飲酒をやめ、経口補水液などを摂取する

7月の活動状況(えびの消防署管内)	火災	0件	本年累計	11件
	救急	89件	本年累計	593件

文・市地域包括支援センター

あんしんねっと

Area comprehensive support



認知症は、特別な病気ではなく、誰にでも起こり得る脳の病気です。誰にとっても身近な病気となりつつある認知症ですが、むやみに恐れる必要はありません。さまざまなサービスや支援を活用することで自分らしい生活を続けることもできます。

認知症になっても、本人の意思が尊重され、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症への関心を高め、正しく理解して地域全体で支え

認知症になっても安心して暮らせる社会を

合っていきましよう。

市では、平成28年4月から認知症地域支援推進員を配置しています。推進員は、皆さんに認知症を身近な病気として理解してもらうため、認知症カフェ、よかところや認知症サポーター養成講座、認知症に関する出前講座、オレシトクなどを行っています。また、認知症の人や家族が、状況に応じて必要な医療や介護等のサービスが受けられるよう、情報提供や相談支援

を行っています。

認知症をはじめとする高齢者の心配や悩みごとについては、市地域包括支援センターや最寄りの在宅介護支援センターなどに相談ください。適切な支援が受けられるように関係機関と連携を図り、支援できる体制づくりを進めていきます。

男女共同参画

Gender Equality



男女共同参画というと、まだ多くの人が「女性」の問題と認識しています。しかし、この課題は「男性」の問題でもあり、日本社会の未来をめぐる課題です。

女性が抱える問題があるように、男性だからこそ抱える問題もあります。

■男性の問題の例

- ・「男のくせに」と言われたり、「男らしさ」を求められる
- ・育児休業の取得を言い出しにくい職場の雰囲気がある

男性にとつての男女共同参画

男性がリーダーシップを取らなければならぬ

高度経済成長期には、「男は仕事、女は家庭」という役割分担意識がつけられ、広まりました。社会の中軸を担ってきた男性たちの意識と生活スタイルが変わらなければ男女共同参画は進みません。

家族の在り方や個人の価値観の多様化など、社会情勢が大きく変化している中で、固定的な役割分担にとらわれずに、あ

らゆる分野で性別にかかわらず活躍できる社会づくりが必要となっています。

男女共同参画社会を実現するためには、性別による役割分担意識の解消や長時間労働の抑制などの働き方の見直しによって、男性も地域や家庭に参画しやすい環境づくりが求められます。男性も女性も、一人一人の置かれている状況は違うことを理解し、意欲に応じてあらゆる分野で活躍できる社会を一緒に考えましよう。

文・市総務課 人権啓発室

市立病院

City hospital



市立病院患者相談窓口をご利用ください

市立病院では、患者自身や家族などからの医療・福祉についての相談や質問に応じるため、患者相談窓口を設置しています。

■相談内容例

- ・受診、診療科について
- ・医療費などの経済的不安
- ・介護保険の手続きやサービス内容を知らりたい
- ・がんの告知を受けたが、今後の生活が不安
- ・障がいが残ったので、何か使える制度があれば知りたい

・家族の介護をしているが、自分が病気になる今後どうしたらいいかわからない

- ・セカンドオピニオン(主治医以外の意見を聞くこと)を受けたい

■相談対応時間

午前8時30分～午後5時15分(月曜～金曜 ※祝日を除く)

■対応職員

- ・医療ソーシャルワーカー
- ・地域医療連携室看護師

■相談場所

地域医療連携室のほか、相談内容に応じて、院内の適切な場所を受けます。

入院患者だけでなく、外来患者からの相談も受け付けています。また、これまで受診したことがない人の相談も電話や窓口で受け付けています。相談内容等の秘密は厳守します。相談は無料です。いつでもご相談ください。

市立病院地域医療連携室(担当:安樂)

☎27-4512

文・市立病院 地域医療連携室



会計年度任用職員(コロナワクチン接種業務) 募集

市では、会計年度任用職員(看護師・一般事務)を募集します。

【募集人員】若干名

【業務内容】ワクチン接種券の発送、予診票入力作業、市民からの電話相談対応、ワクチン管理、ワクチンの配送に関する業務、各種印刷物の準備、その他新型コロナウイルスワクチン接種に係る業務

【資格要件】普通自動車運転免許

※看護師は、看護師資格を有する人

【適任要件】パソコン入力(ワード・エクセル)ができる人

【報酬】[看護師] 8,156～9,039円(日額)

[一般事務] 5,937～6,301円(日額)

※通勤・期末手当あり

【勤務場所】市健康保険課(新型コロナウイルスワクチン接種推進室)

【勤務時間】午前8時30分～午後5時15分のうち6時間15分(月曜～金曜 ※祝日・年末年始を除く)

※場合によっては、時間外の勤務があります。

※勤務時間については、相談に応じます。

【雇用期間】10月1日～令和6年3月31日

【保険等】社会保険、雇用保険あり

【申込期限】9月15日(金)

【申込方法】市様式の履歴書、看護師免許の原本または写しを市健康保険課市民健康係に直接、または郵送(9月15日まで必着)で提出してください。

※市様式の履歴書は、市健康保険課にあります。

【選考方法】書類選考(市様式の履歴書)と面接

※面接日時は、後日申込者に連絡します。

申・問市健康保険課 市民健康係

☎35-1116(直通)

「第7回えびの市のど自慢大会」を開催します

市芸術文化協会では、「第7回えびの市のど自慢大会」を開催します。出演者の歌声を、ぜひ、ご観覧ください。

【開催日】9月24日(日)

【時間】午後1時30分～[開場]午後1時

【場所】市文化センター ホール

【入場料】無料

※新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては、中止となる場合があります。

問市社会教育課 文化係(市文化センター内)

☎35-2268(課直通)

農作業安全に努めましょう

9月1日から10月31日は、「秋の農作業安全確認運動」期間です。例年、農作業での事故が発生し、死亡事故も発生しています。未然に防ぐためにも、次の安全対策について見直しましょう。特に、乗用型トラクターの転落・転倒による死亡事故が全国的にも多いです。事故を防ぐためにも、シートベルトの装着を必ず行いましょう。

【農作業の安全対策の例】

- ・シートベルト、ヘルメットの着用
- ・農業機械の日常的な点検
- ・一般道路を走行する際の交通安全
- ・トラクターの安全フレーム、安全キャブの着用
- ・電気柵の安全対策の徹底
- ・労災保険への加入
- ・農業機械用後部反射マーク(通称:低速車マーク)の活用

農林水産省のホームページ(<https://www.maff.go.jp/>)にある「農作業安全リスクカルテ」を活用することで、農作業安全のポイントが確認できます。安全意識を高め、安全に農作業を行いましょう。

問市畜産農政課 農産園芸係

☎35-1650(直通)



マイナポイントは、選んだ決済サービスのポイントとして付与されます。マイナポイントを受け取るには、マイナンバーカードを使ってマイナポイントの申し込みを行う必要があります。



最大 20,000円分のマイナポイントがもらえます!

マイナンバーカードの新規取得で 5,000円分	+	健康保険証としての利用申し込みで 7,500円分	+	公金受取口座の登録で 7,500円分
-----------------------------------	---	------------------------------------	---	------------------------------

※「マイナポイントの申込手続」および「ポイント付与の対象となるキャッシュレス決済サービスでのチャージまたはお買い物」の期限は、**令和5年9月末まで**です。ただし、利用する決済サービスによって異なる場合があります。マイナポイント事業ホームページで、各決済サービスの「申し込み終了日時」や「最終の決済・チャージ期限日」をご確認いただくか、決済事業者にお問い合わせください。

対象 令和5年2月末までにマイナンバーカードを申請した人 **マイナポイント申込期限** 令和5年9月末まで

申し込み方法

※詳しい手続き方法については、マイナポイント事業のホームページをご確認ください。 **マイナポイント 検索** または

- 1 スマートフォン**
 - マイナポイントアプリをダウンロードして、手続きを行います。
- 2 パソコン**
 - 専用サイトで手続きを行います。
 - ※マイナンバーカードに対応したカードリーダーが必要です。
- 3 マイナポイント手続スポット**
 - 全国の手続スポットで、無料で手続きを行うことができます。手続スポットは、マイナポイント事業ホームページで検索することができます。
 - 市役所本庁や飯野出張所、真幸出張所でも手続きを行うことができます。

<支援窓口>
場所: 市役所本庁、飯野出張所、真幸出張所
時間: 午前8時30分～午後5時15分
※土・日、祝日、年末年始は除く。
※申し込みは原則申請者本人が行うこととなっています。必ず申請者本人が来庁してください。

ご注意ください

- ・マイナポイントは、「キャッシュレス決済サービス」で使えるポイントのことです。国や県、市町村から現金を直接給付するものではありません。
- ・マイナポイントは先着順ではありません。慌てずに申し込みを行ってください。

お問い合わせ
市企画課 政策係
☎ 35-3712(直通)



「ご当地ほりにし」の販売を開始しました



市では、アウトドアツーリズムの推進や地域振興を図るため、えびの市オリジナルラベルが巻かれた「ご当地ほりにし」を作成し、山の日に合わせて販売を開始しました。「ほりにし」は、昨今のアウトドアブームの火付け役となった、キャンプ愛好家に有名なアウトドアスパイスです。

この「ご当地ほりにし」は、各都道府県で1つのみの限定販売となっています。宮崎県では、えびの市でしか手に入れることができない地域限定ほりにしです。

商品情報については、アウトドアステーションえびののSNS(Facebook、Instagram) やアウトドアステーションえびののホームページ(<https://outdoorcity-ebino.com/>) をご確認ください。

【販売場所】アウトドアステーションえびの、えびの高原キャンプ村

☎アウトドアステーションえびの

☎48-7650

☎市観光商工課 観光係

☎35-1114 (直通)

受診してください 「結核検診(飯野地区)」

市では、令和5年度の結核検診(飯野地区)を実施します。対象者である65歳以上の人は、次の日程のいずれかで検診を受けてください。ただし、次の①・②に該当する人は受ける必要はありません。また、①に該当する人は市健康保険課市民健康係までご連絡ください。

①令和5年4月以降に職場や病院、施設等で胸部レントゲン検査を受けた人

②令和5年4月以降に肺がん検診を受診した人、または市の人間ドックに申し込みをしている人

【受診方法】対象者には結核検診実施通知書が郵送されます。結核検診実施通知書を持って検診会場にお越しください。どの会場でも受診できますので、都合の良い会場で受診してください。※検診費は無料です。

【日程および場所】

期日	場所	時間
9月4日 (月)	堀浦多目的集会施設	9:30~10:00
	上大河平鍋倉公民館	10:20~10:40
	旧大河平小学校	11:00~11:30
	下大河平公民館	13:20~15:00
9月5日 (火)	飯野地区コミュニティセンター	9:00~11:30
	今西公民館	13:20~13:50
	池島公民館	14:10~14:50
9月8日 (金)	上江地区体育館	15:10~15:30
	東原田公民館	9:30~10:40
	田ノ上運動場	11:00~11:30
9月11日 (月)	杉水流公民館	13:20~15:00
	坂元公民館	10:50~11:30
	芋畑コミュニティセンター	13:20~14:00
9月13日 (水)	高野畜産管理センター	14:30~14:50
	飯野駅前地区体育館	8:30~11:30
	南原田妙見活性化センター	13:20~13:50
9月14日 (木)	南原田大迫・宮原岫雄様宅	14:10~14:40
	山内公民館	9:30~10:10
	えびの福祉作業所	10:30~11:30
9月20日 (水)	上上江公民館	13:20~14:10
	飯野地区コミュニティセンター	8:30~10:30
	南原田公民館	11:00~11:30
9月21日 (木)	飯野駅前地区体育館	13:20~14:40
	白鳥地区公民館	9:30~10:30
	末永公民館	10:50~11:30
	田代公民館	13:20~14:00
	出水公民館	14:30~15:00

【リフト付き検診車について】

リフト付き検診車による検診を次の日程で行います。リフト付き検診車では、車いすから検診専用の車いすに



乗り換えて撮影ができます。通常の検診車での検診が困難な人は、ぜひ、この日をご利用ください。

期日	場所	時間
11月20日 (月)	飯野駅前地区体育館	9:30~11:30
	国際交流センター	13:10~13:40
	えびの市役所駐車場	14:00~15:30
11月21日 (火)	飯野地区コミュニティセンター	9:00~11:30
	上江地区体育館	13:20~14:20
	下大河平公民館	14:50~15:20

☎市健康保険課 市民健康係

☎35-1116 (直通)

九州脊梁山地シカ広域一斉捕獲が行われます

市を含む宮崎・鹿児島・熊本・大分・福岡県の5県および各市町村合同で秋期のシカ一斉捕獲を実施します。期間等は以下のとおりです。期間中の入山等については十分ご注意ください。市民の皆さんのご協力をお願いします。

【一斉捕獲期間】9月10日(日)~24日(日)

【一斉捕獲日】9月17日(日)、24日(日)

☎市農林整備課 林務係

☎35-3725 (課直通)

サルの出没に注意してください

最近、市内でサルが出没しています。もし、サルに出会った場合は、次のように行動してください。

①近付かない、刺激しない

人慣れしていない野生のサルであれば襲ってくることは少ないです。サルが見えない場所まで離れましょう。

②目を合わせない

サルと目が合うと、威嚇されたと思い、目線をそらしたときに襲ってくる場合があります。

③食べ物を与えない

食べ物を与えると人を怖がらなくなります。居着いてしまうため、収穫後の残りかすや収穫しない実など、餌になる物は撤去しましょう。

④大人たちで積極的に追い払いをする

大人たちで積極的に追い払いをしましょう。1人で追い

払うより大勢で追い払う方が効果的です。自治会の皆さんと協力して追い払いましょう。鍋を棒で叩いて大きな音を出したり、ロケット花火等(火災等に注意)を飛ばしたりするのが効果的です。人や建物に危害を加えないように注意して使用してください。追い払ってもなかなか逃げない場合や威嚇してくるサルは危険です。静かに離れましょう。

☎市農林整備課 林務係

☎35-3725 (課直通)

住宅・土地統計調査が行われます

市では、「令和5年住宅・土地統計調査」を実施します。この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約340万世帯を対象とした大規模な調査です。

調査の結果は、住生活基本計画や耐震・防災を中心とした都市計画づくりなど、私たちの暮らしと住まいに関する計画や施策の基礎資料として幅広く利用されます。

市から任命を受けた統計調査員が、9月初旬から調査対象となる地区に、調査に関する案内を配布します。その後、調査をお願いする世帯(調査対象地区の中から抽出された世帯)に調査書類を配布します。

【対象】無作為に選ばれた約1,350世帯

【調査日程】

[9月初旬] 統計調査員が各担当地区の住戸数確認

[9月中旬] 統計調査員が調査票配布

[10月1日(日)以降] 統計調査員が調査票回収

※統計調査員は、必ず写真付きの調査員証を携帯しています。

【調査内容】・家の構造や耐震等改修の有無、床面積や敷地面積などの住宅に関する事項

・世帯構成や収入、通勤時間などの世帯に関する事項

・住居以外に保有している土地に関する事項

【回答方法】・インターネット

・本統計調査専用返信用封筒で市企画課に郵送

・紙の調査票を調査員に提出

※可能な人は、インターネット回答にご協力ください。

☎市企画課 政策係

☎35-3712 (直通)



中核機関つなご啓発イベントを開催します

中核機関にしもろ地区権利擁護センターつなごでは、「住み慣れた西諸で、全ての人々が自分らしく暮らすために」をテーマに、権利擁護や成年後見制度の普及啓発イベントを開催します。

【開催日】9月21日(木)

【時間】午後1時30分～午後4時

【場所】小林市文化会館 大ホール

※手話通訳と要約筆記があります。

【参加費】無料

【内容】

・障がい者施設による演奏

・基調講話

[演題]「身寄り」問題の解決に挑む～制度と互助のハイブリッドを目指して～

[講師] NPO法人やどかりサポート鹿児島・NPO法人つながる鹿児島 理事長 芝田淳氏

・実践報告(相談から後見人等が選任されるまでの流れと支援)

※障がい者施設による出店もあります。

☎中核機関にしもろ地区権利擁護センター つなご

☎27-3358

「成人式～20th Anniversary～」を開催します

市では、「令和6年成人式～20th Anniversary～」を開催します。民法改正に伴い、令和4年4月1日から、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられました。市では、例年通り、年度内に20歳を迎える人を対象に実施します。

【開催日】令和6年1月5日(金)

【時間】午前10時～ [受付] 午前9時～

【場所】市文化センター

【対象者】平成15年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた市内在住者、または市内出身者

※進学や就職で転出した人も、えびの市成人式に出席できます。

【申込方法】事前申し込みが必要です。令和5年10月時点で住民登録のある人に、10月中旬に案内を発送する予定です。案内に申し込み用のQRコードを添付していますので、必要事項を入力してお申し込みください。

※市外に居住している市内出身者や案内状が10月下旬以降に届いていない人は、市社会教育課までご連絡ください。

【その他】

・着付けやヘアメイク等で店や個人宅に行く場合も、体調管理に留意してください。

・万が一、成人式が延期や中止となった場合、振袖レンタル費用等の補償はできませんのでご了承ください。

☎市社会教育課 社会教育係(市文化センター内)

☎35-2268(課直通)

「成人式～20th Anniversary～」意見発表者を募集します

市では、令和6年1月5日開催の成人式で行う「新成人者意見発表」の発表者を募集します。

【応募資格】平成15年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた市内在住者、または市内出身者で令和6年成人式に出席できる人

【テーマ】テーマは自由です。「成人を迎えて」「成人になって思うこと」「えびの市の将来」「これからの自分」など、今思っていることを自由にお書きください。400字詰め原稿用紙2～3枚程度にまとめ、住所・氏名・電話番号を

記載したものを市社会教育課社会教育係に郵送してください。

【申込期限】10月20日(金)

【打ち合わせ】発表者は、令和6年1月4日(木)に事前打ち合わせを行います。

【その他】応募多数の場合は、審査のうえ発表者を決定します。その場合、審査結果は11月2日(木)までに本人に通知します。

※応募原稿は返却しませんので、ご了承ください。

☎市社会教育課 社会教育係(市文化センター内)

☎35-2268(課直通)

知っていますか「宮崎県屋外広告物条例」

宮崎県では、郷土の美しい自然や街並みを守るため、「宮崎県屋外広告物条例」を定めています。屋外広告物とは、張り紙や店舗の看板、道路沿いの広告板など、建物の外に表示・設置されている広告物です。

美しい風景を守るために、屋外広告物の表示や設置ができない場所(地域)があります。店舗の看板や学校・幼稚園・保育園等の敷地外に掲示された標語や作品などの屋外広告物を出すときは、原則として許可が必要です。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

☎市建設課 管理係

☎35-3724(課直通)

☎小林土木事務所

☎23-5167

☎宮崎県都市計画課 美しい宮崎づくり推進室

☎0985-24-0041



■証明書等コンビニ交付サービスをご利用ください

マイナンバーカードを利用して、市が発行する証明書(住民票の写し、印鑑登録証明書等)を全国のコンビニエンスストア等のマルチコピー機で取得できます。

【利用日時】午前6時30分～午後11時

※年末年始を除く

※戸籍証明のみ平日午前9時～午後5時

【取得できる証明書】

住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍全部(一部)事項証明書、戸籍の附票の写し、所得課税証明書、非課税証明書、コロナワクチン接種証明書

☎市民環境課 市民・年金係 ☎35-1117(直通)

☎市税務課 収納対策室 ☎35-3737(直通)

祝! 100歳 いつまでもお元気で

7月に100歳を迎えられた皆さんを紹介します。



中尾 テルさん
(西長江浦下)



今月の表紙 >>

7月28日、西川北の菅原神社で行われた「牛越祭」。迫力ある牛の丸太越えに歓声が上がっていました。

今月の納税 >>

市県民税 第2期
国民健康保険税 第2期
後期高齢者医療保険料 第2期
介護保険料 第3期

8月31日(木)までに納めましょう。

人口 >>

16,530人(前月比+6人)

男性/7,808人(+15人) 女性/8,722人(-9人)

転入/86人 転出/50人 出生/7人 死亡/37人

世帯数 >>

7,852世帯(前月比+39世帯)

(令和5年8月1日現在)

Editor's >>

祭りや地域の伝統行事など、夏のイベントにたくさんの方が集まっていて、皆さんが心待ちにしていたのが伝わってきました。(米原)

花火大会は、4年ぶりの通常開催で、ステージイベントや出店などがありました。多くの人でにぎわい活気があって、夏らしさを感じることができました。(中川)



写真：白鳥山山頂のゴマダラカミキリ (撮影：令和5年7月22日)

「ゴマダラカミキリ」

ゴマダラカミキリ *Anoplophora malasiaca* カミキリムシ科 ゴマダラカミキリ属

最もよく見るカミキリムシ

夏といえ、大型の昆虫が最も活発な季節。トンボ、クワガタ、チョウ、そして大型のカミキリムシ「ゴマダラカミキリ」に出会うことも多くなります。

カミキリムシと聞くと、黒地に白い点々のある本種を連想する人が多いと思います。最も普通に見られるものとして、ほぼ全国の平地から山地まで生息。カエデ類、ミカン類など、多くの樹木の幹内部を幼虫が食べます。街路樹、果樹などに被害を与えるため、嫌われ者になることが多いようです。

えびの高原周辺では、ヤシヤブシやウリハダカエデの葉についている成虫を見かけます。産卵場所を選んでいるのかもしれませんが、日本には、約800種類ものカミキリムシが生息しています。植生豊かな霧島山にも、それぞれの植物に依存した色とりどりの種類が数多く生息しています。嫌われることの多いカミキリムシですが、その多様な色彩や生態の魅力に気づくと、霧島山を歩く楽しみがまた一つ増えるかもしれません。

(文)えびのエコミュージアムセンター

霧島山の
めぐみめぐる
えびの
山と水、米と肉、温泉と四季のまち。



えびの市
LINE公式アカウント



えびの市広報
Facebook



「マチイロ」
マチを好きになるアプリ

※ QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。