

えびの

I Will Inform you.

広報

2023
SEPTEMBER
vol.683

9

Ebino city Public relations



今月の掲載記事

人事行政の運営状況

敬老のお祝い

pick up information

TOPICS

Face 人 竹内海斗さん

特集

もっと知ろうもっと語ろう

認知症

認知症は誰でもなる可能性のある病気です。現在、えびの市は、総人口1万7705人に対して、高齢者が7815人で、高齢化率は44.1%となっております（令和5年8月1日時点）。それに伴い、認知症高齢者数も増えています。

最近では、若年性認知症についても知られるようになり、いつ自分や家族、友人、知人が認知症になるかわからない身近なものになっていきます。人ごととして無関心でいるのではなく、「自分の問題」、「自分ごと」として捉え、関心を持つことが大切です。さまざまな情報や知識を持ち、地域で暮らす認知症の人を支える一員になりましょう。

今回は、認知症の症状や認知症を予防するために百歳体操の会場で行っている脳いき活動、認知症について知ってもらうための市の取り組みなどを紹介します。

早めに相談・受診しましょう

認知症は、時間とともに進行する病気です。完治は難しい病気ですが、早期に発見し、適切に対処すれば、その人らしい充実した暮らしを長く続けることができます。

早期発見によるメリット

メリット1
原因となる病気がさまざまですが、早めに適切な治療を始めることで改善が期待できるものもあります。

メリット2
症状が悪化する前に適切な治療やサポートをすることで、今の状態を維持し、進行を遅らせることができます。

メリット3
本人や家族が話し合っって治療方針を決めたり、利用できるサービスを検討したりして、「認知症に向き合う準備」を整えることができます。



認知症チェックシート

「最近もの忘れが多い」、「ひょっとしたら認知症？」と気になったときは、本人や家族が使用できるチェックシートで確認してみましょう。チェックシートを試してみて、気になることがあれば、かかりつけ医、もしくは認知症専門医に相談・受診してください。

<p>自分のもの忘れが気になりはじめたら</p> <p>自分でチェック</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ものをなくしてしまうことが多くなり、いつも探し物をしている。 <input type="checkbox"/> 財布や通帳など大事なものをなくすることがある。 <input type="checkbox"/> 曜日や日付を何度も確認しないと忘れてしまう。 <input type="checkbox"/> 料理の味が変わったと家族に言われた。 <input type="checkbox"/> 薬の飲み忘れや飲んだかどうか分からなくなる。 <input type="checkbox"/> リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない。 <input type="checkbox"/> イライラして怒りっぽくなった。 <input type="checkbox"/> 一人であるのが不安になったり、外出するのがおっくうになった。 <input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組を楽しめなくなった。 <p>いくつか思い当たる場合</p>	<p>家族・身近な人のもの忘れが気になりはじめたら</p> <p>家族・身近な人の気づき</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 同じことを何度も繰り返して話す・聞く。 <input type="checkbox"/> しまい忘れが多く、いつも探し物をしている。 <input type="checkbox"/> 曜日や日付が分からず何度も確認する。 <input type="checkbox"/> 料理の味が変わったり準備に時間がかかるようになった。 <input type="checkbox"/> 薬の飲み忘れや飲んだかどうか分からなくなることがある。 <input type="checkbox"/> リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない。 <input type="checkbox"/> 失敗を指摘されると隠そうとしたり、わずかなことで怒りようになった。 <input type="checkbox"/> 財布や通帳などをなくして、盗まれたと人を疑う。 <input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組を楽しめなくなった。 <p>いくつか思い当たる場合</p>
<p>「認知症に関する相談窓口」へ早めに相談しましょう</p>	

出典：京都市保健福祉局長寿社会部長寿福祉課 認知症？「気付いて相談！」チェックシート

Doctor's インタビュー



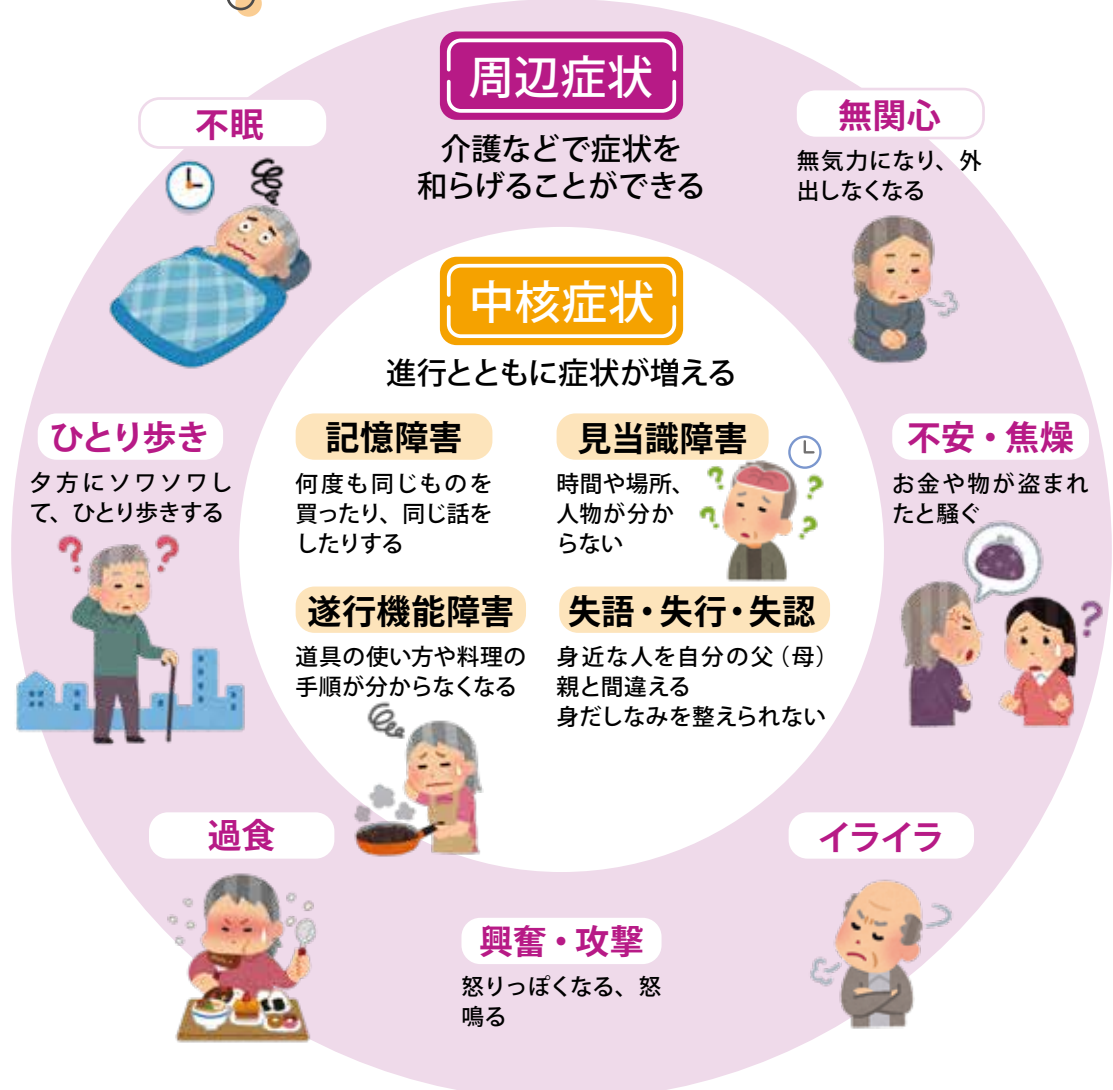
さんさんクリニック 小川 えみ 医師

認知症は、家族だからこそ受け入れられず、向き合うことが難しいこともあります。しかし、認知症は誰でもなり得る病気です。その際は、繰り返し伝えてあげるなど、対応を変えて本人に合わせることも大切です。介護の苦勞を一人で抱え込むことは、介護疲れにつながるため、ケアマネジャーへの相談やデイサービスの利用など、休める環境を整えることが重要です。

また、認知症の人は、高齢で基礎疾患などを抱えていることが多く、病院受診が難しい場合もあります。そのようなときは、在宅医療を利用することで診察やリハビリなどを行えます。医療にもさまざまな方法があり、病院や施設等は、情報交換など連携も取っています。医療と暮らしのバランスを考えて、認知症の人とその家族が過ごしやすい環境を整えてもらいたいです。

認知症を理解しましょう

認知症には、多くの人に共通して現れる「中核症状（認知機能障害）」と、そこに本人の性格や環境、人間関係などの影響が加わって起こる「周辺症状（行動・心理症状）」があります。周辺症状は、介護の仕方や周囲の接し方次第で症状が変わってきます。



なんとなく聞こえにくいかも？

耳が聞こえにくいと、人とのコミュニケーションがおっくうになり、社会との関わりが減っていきます。これを「ヒアリング・フレイル」といいます。認知症の要因にもなりますので、聞こえにくさを感じたら、耳鼻科を受診してみましょう。

頭を使って考えたり、声を出したりして、
脳の活性化を図り、
認知症を予防します！



中原はつらつサポーターの皆さん

認知症予防には、複数の作業を同時に
行う活動が有効とされています。計算をしながら散歩をする
といったように、頭を使いながら体を
動かすことで、思考をつかさどる前
頭葉と体の動きをつかさどる小脳を
同時に使うことができ、認知機能を
向上させます。

百歳体操の会場では、クイズ・歌・
リズム体操・指体操など、脳の活性
化を図る取り組みを行っています。
参加者みんなで楽しみながら頭を使
い、声を出すことで脳の血流量が増
し、認知症の予防につながります。

脳いき活動が
認知機能を向上させる

各地区の脳いき活動の様子

各地区の会場では、さまざまな脳いき活動を行っ
ています。決まった曜日にみんなで集まって体操を
するだけでなく、体調を気遣ってくれる人がいたり、
近況報告やたわいのない話で笑ったり、一緒にお
やつを楽しんだりすることも脳いきになっています。
それがえびの市の百歳体操の特徴です。

リズム体操



堀浦

リズムに合わせて体を動かすのがポイントです

クイズ



西内堅

脳を刺激することで認知症予防になります

指運動



真幸コミュニティ

指先をたくさん使うことで脳がより活性化される効果があります



自治会長の握力測定の様子



リズム運動

脳いき活動も行い、楽しくフ
レイル・認知症を予防してい
きます。少人数でスタートしま
したが、今後声かけなどを行い、
参加者を増やしていく予定です。

NEW!

尾八重野地区で
百歳体操がスタート！



はつらつ百歳体操に参加して 楽しく認知症を予防しましょう！



はつらつ百歳体操

百歳体操とは、おもりを着け、身体に負荷をかけ
て行う筋力運動のことで、認知症やフレイルの予防に
効果があります。おもりは、1本 200g で、布のカバー
に入れ、200g ~ 2,000g までの負荷をかけることが
できます。そのため、体力に自信がない人でも自分に
合った負荷をかけることができます。準備体操、筋力
運動、整理体操に分かれていて、約 30 分の体操となっ
ています。

百歳体操は、自治会が主催し、58 自治会 61 会場
で取り組まれています。

※フレイルとは、年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱く
なった状態をいいます。



百歳体操



養成講座を受講し、
ボランティアとして運営を行っています！



真幸コミュニティ
はつらつサポーターの皆さん

参加者インタビュー



VOICE

脇山 てる子さん
(堀浦)

脳いき活動の DVD を
自分たちで作成し、動
画を見ながら、楽しく
体を動かしています。
体操後はお茶会をして
います。



VOICE

鶴田 克己さん
(湯田)

四字熟語や漢字組み立
てクイズが面白いです。
サポーターとのやり取
りも楽しく、湯田地区
は男性の参加者が多い
のも特徴です。



VOICE

田中 幸さん
(西内堅)

百歳体操の後に、しゃ
きしゃき体操を行って
います。
みんなで談笑する時間
も脳いきになっています。



VOICE

有島 淳子さん
(池島)

参加者の似顔絵を描い
て、その似顔絵で神経
衰弱や間違い探しなど
をしています。
毎回笑いが絶えませ
ん。



世代間交流の場にもなっています

認知症の人やその家族、地域の皆さん、誰でも利用できる集いの場です。お茶を飲みながらゆっくりおしゃべりしませんか。認知症に関する書籍やパンフレットの展示もあり、自由に閲覧できます。認知症や介護、病气、悩みごとなど、専門のスタッフが相談に応じます。ぜひ、ご参加ください。
※カフェのお手伝いをしてくれるボランティアを募集しています。

認知症を語ろう

オレンジカフェ
「よかとこ」

- 開催日** 毎月第3水曜日
- 時間** 午前9時30分～
午前11時30分
- 場所** 市民図書館 学習室
- 参加費** 50円 ※申し込みは不要です。

お問い合わせ
市介護保険課 地域包括支援センター
☎ 35-1112 (課直通)



介護者同士で「思い」を語ります

認知症や障がいのある人、高齢者等を自宅で介護している人を対象に実施しています。同じ体験を持つ人同士が集まり、日ごろの悩みや介護する上での工夫などを意見交換したり、介護についての講話や相談をしたりする集いの場です。
仲間と悩みを共有し語り合うことで、ストレス解消や新たなネットワーク作りにもつながります。介護疲れに陥らないように、一人で抱え込まずリフレッシュする時間を持ちましょう。

和みの会 (介護者の集い)

- 開催日** 9月13日(水)
12月13日(水)
令和6年3月27日(水)
- 時間** 午前9時30分～
午前11時30分
- 場所** えびの市総合福祉センター
- 参加費** 無料 ※事前申し込みが必要です。

お問い合わせ・申し込み
えびの市社会福祉協議会 ☎ 35-2800

介護者 インタビュー



西田 明美さん

母を10年間介護しています。始めたころは苦労しましたが、夫や兄の協力、介護サービスの利用で、自分の時間も作れるようになりました。
和みの会では、介護者として同じ体験をしている人と話すことができ、とても気持ちが楽になりました。介護は、家族の理解や、一人で抱え込まずにさまざまな人に相談することが大事だと感じました。

参加者 インタビュー



ひでちか
安達 秀近さん

認知症になったときに一人暮らしでは心配なこともあり、当事者の話を聞きたいと思い、オレンジカフェ「よかとこ」に参加しました。参加することで、認知症や介護・福祉のことをいろいろと聞くことができ大変勉強になっています。また、人と話すことで不安が和らぐので、参加者が増えてほしいと思います。

認知症の人の気持ちを理解しましょう



認知症は誰もがなり得る病気です。認知症を理解して、認知症の人の気持ちに寄り添いましょう。市では、認知症について正しく理解してもらうため、さまざまな取り組みを行っています。



認知症の人と接する時のポイント

1 自尊心を傷つけない

理解できない行動にも本人なりの理由があります。気持ちに寄り添った対応を心掛けましょう。

2 本人のペースに合わせる

ゆっくりであればできることも多いので、焦らせたり、急がせたりせず、分かりやすく伝えるよう心掛けましょう。

3 笑顔でにこやかに接する

理解はできなくても、表情や感情は伝わります。笑顔で接することで本人も安心します。



認知症を知ろう、学ぼう

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「応援者」です。対応の仕方を学ぶことで、困っている様子に気づき声をかけたり、お手伝いしたりすることができ、自分でできることから始めてみましょう。



飯野高校の2年生が受講

講座を受講した人には「オレンジリング」を配布

市では、認知症サポーター養成講座の受講を希望する組織や団体を募集しています。講座を受講した人には、「オレンジリング」を配布し、サポーターの目印にしています。
対象 企業・団体・公共サービス関係、小・中学校、高校、個人事業主、家庭教育学級など

オレンジトーク (認知症訪問教室)

地域の集まりなどを訪問し、認知症に関する情報や対応の仕方などを伝える出前のミニ講座です。自治会、高齢者クラブ、趣味やサークル仲間など、少人数でも訪問します。認知症に関する疑問や悩みなどが少しでも解消できるように一緒に学びませんか。



「回想法」という心理療法について説明

希望日の1カ月前までに、市介護保険課地域包括支援センターに電話でお申し込みください。
お問い合わせ
市介護保険課 地域包括支援センター
☎ 35-1112 (課直通)

若年性認知症とは

若年性認知症は、65歳未満で認知症を発症した場合をいいます。全国の人口10万人当たり（18～64歳人口）の若年性認知症患者数は、50・9人です。

病気として、まだまだ一般的に認識されていないため、仕事でのミスや家事がおっくうになることがあっても、認知症が原因とは気づきません。疲れや更年期障害、ストレスなど勘違いして、発見が遅れる場合もあります。本人やパートナーが現役世代であると、仕事に支障が生じ、結果的に失職して経済的に困難な状況に陥ることもつながります。また、親の病気が子供に与える心理的な影響も大きく、教育や就職などの人生設計にも大きく関わってきます。

宮崎県では、このような若年性認知症の人や家族の、相談から医療・福祉・就労の総合的な支援までをワンストップで行う窓口として、「若年性認知症支援コーディネーター」を配置しています。今の職場で仕事を続けること、退職後の障害福祉サービスの利用、介護保険サービスへの移行など、症状の変化やそれぞれの段階に応じた支援の方法があります。まずはご相談ください。

一人で抱え込まずに相談を

認知症への不安や心配ごとがある人は、まずは信頼できる「かかりつけ医」に相談してみましょう。市介護保険課地域包括支援センター、または在宅介護支援センターでも相談に応じています。地域で安心した暮らしにつながるよう、関係機関と連携しながらサポートします。

相談・支援の流れ

地域包括支援センターまたは在宅介護支援センターに相談

認知症地域支援推進員が訪問

認知症初期集中支援チームで支援方針を検討

医療機関受診や介護保険サービスの調整・支援の実施

各関係機関への引き継ぎ・支援状態の確認

認知症地域支援推進員



野々下 理香さん

高齢者の認知症とココが違う！

「まさか」という思いから受診が遅れる

本人もパートナーも働き盛り

未成年の子どもがいる場合も多い

親が介護者になることも多い

介護サービスへの違和感が強い



高齢者の総合相談窓口

市介護保険課 地域包括支援センター
☎ 35-1112 (課直通) 午前8時30分～午後5時15分 (月曜～金曜 ※祝日除く)

南部在宅介護支援センター
(シルバーケアステーションほうよう内)
☎ 25-3311
午前8時30分～午後5時30分
(月曜～金曜)

担当



赤崎 智枝さん

東部在宅介護支援センター
(さくら苑内)
☎ 33-2377
午前8時～午後5時
(月曜～土曜)

担当



よしたか 大野 祥照さん

中部在宅介護支援センター
(えびの市社会福祉協議会内)
☎ 35-2800
午前8時30分～午後5時15分
(月曜～金曜)

担当



矢野 香織さん

西部在宅介護支援センター
(えびの涼風園内)
☎ 37-3085
午前8時～午後5時
(月曜～金曜)

担当



横山 育代さん

認知症の人と家族の会宮崎県支部

認知症の人と家族の会は、認知症に関する正しい知識の普及や理解の推進、認知症の人とその家族に対する相談・指導等の支援を行うことで、認知症の人やその家族の福祉の増進に寄与することを目的に活動しています。

お問い合わせ

☎ 0985-22-3803 午前9時～午後4時 (月曜～金曜 ※祝日除く)

公式LINEを始めました



毎月の集いや交流会・イベントなど、さまざまな情報発信を行いますので、ぜひ、ご登録ください。

※会員でなくても登録可能です。



講演会なども行っています

若年性認知症対応電話相談

4月から、若年性認知症支援コーディネーターが変わりました。



担当

よしたか 増田 登賜隆さん

☎ 080-8084-9722
午前9時～午後4時
(月曜～金曜 ※祝日除く)

人事行政の運営状況

地方公務員法の規定で、地方自治体は、人事行政をどのように運営しているかを公表することが義務付けられています。市職員の任免および職員数、給与、勤務時間、その他の勤務条件などについて、市民の皆さんにお知らせします。

1. 職員の任免および職員数に関する状況

①職員の採用・離職状況（令和4年度）

区分	一般行政職	税務職	医師・ 歯科医師職	薬剤師・ 医療技術職	看護・ 保健職	福祉職	企業職	技能労務職	その他の 教育職
採用者数	9人	1人		1人	2人		1人		1人
離職者数	7人	2人	1人		2人				1人

②職員数の推移状況（各年4月1日現在）

（単位：人）

区分		職員数					対前年増減数				
		H31	R2	R3	R4	R5	H31	R2	R3	R4	R5
一般行政部門	議会	5	5	5	5	5					
	総務	74	72	71	69	69	-2	-1	-2		
	税務	15	16	16	16	16	-1	+1			
	民生	21	25	25	25	24		+4			-1
	衛生	21	18	18	19	18		-3		+1	-1
	農林水産	41	40	40	40	40	+2	-1			
	商工	7	9	9	9	9		+2			
	土木	22	21	23	23	22	-2	-1	+2		-1
	小計	206	206	207	206	203	-1	±0	+1	-1	-3
特別行政部門	教育	21	20	20	21	23	+1	-1		+1	+2
	小計	21	20	20	21	23	+1	-1		+1	+2
公営企業等 会計部門	水道	9	9	9	9	9					
	病院	41	41	41	42	41	+2			+1	-1
	その他	24	24	24	24	25	-1				+1
	小計	74	74	74	75	75	+1			+1	±0
合計		301	300	301	302	301	+1	-1	+1	+1	-1

2. 職員の給与の状況

①職員給与費の状況（令和5年度普通会計当初予算）

職員数（A）	給与費				1人当たり給与費 （B/A）
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	合計（B）	
229人	871,335千円	121,070千円	353,312千円	1,345,717千円	5,877千円

（注）1.市長、副市長および教育長は除きます。 2.職員手当には、退職手当は含まれません。

②職員の初任給の状況（令和5年4月1日現在）

区分		えびの市	国
一般行政職	大学卒	185,200円	185,200円
	高校卒	154,600円	154,600円

③職員の平均年齢、平均給料月額状況（令和5年4月1日現在）

区分		平均年齢	平均給料月額
一般行政職	大学卒	41.8歳	319,800円
	高校卒	39.9歳	307,700円

④一般行政職職員の級別職員数の状況（令和5年4月1日現在）

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級
標準的な 職務内容	主事 技師	主事 技師	主任主事 主任技師	係長 主査	課長補佐	課長
職員数	19人	37人	36人	82人	23人	23人
構成比	8.7%	16.8%	16.4%	37.3%	10.4%	10.4%

（注）標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です。

⑤主な職員手当の状況（令和5年4月1日現在）

手当名	えびの市	国															
扶養手当 （月額）	配偶者	6,500円															
	子	1人につき 10,000円															
	父母等	1人につき 6,500円															
	特定期間加算（満16歳～満22歳）	1人につき 5,000円															
住居手当 （月額）	借家・借間（最高限度額：28,000円） ・家賃16,001円以上27,000円以下 家賃額－16,000円を支給 ・家賃27,001円以上 （家賃額－27,000円）×1/2 ＋11,000円を支給	本市と同じ															
	通勤手当 （月額）	交通機関利用者 支給限度額 55,000円 交通用具利用者 使用距離に応じて 3,500円～24,500円	本市と同じ 使用距離に 応じて 2,000円～ 31,600円														
期末勤勉 手当	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>期末手当</th> <th>勤勉手当</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6月期</td> <td>1.20月</td> <td>1.00月</td> </tr> <tr> <td>12月期</td> <td>1.20月</td> <td>1.00月</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>2.40月</td> <td>2.00月</td> </tr> </tbody> </table>		期末手当	勤勉手当	6月期	1.20月	1.00月	12月期	1.20月	1.00月	計	2.40月	2.00月	本市と同じ			
		期末手当	勤勉手当														
6月期	1.20月	1.00月															
12月期	1.20月	1.00月															
計	2.40月	2.00月															
退職手当	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>自己都合</th> <th>勤奨・定年</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>勤続20年</td> <td>19.6695月分</td> <td>24.586875月分</td> </tr> <tr> <td>勤続25年</td> <td>28.0395月分</td> <td>33.27075月分</td> </tr> <tr> <td>勤続35年</td> <td>39.7575月分</td> <td>47.709月分</td> </tr> <tr> <td>最高限度</td> <td>47.709月分</td> <td>47.709月分</td> </tr> </tbody> </table> （その他の加算措置） 定年前早期退職特例措置 2～20%加算		自己都合	勤奨・定年	勤続20年	19.6695月分	24.586875月分	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分	勤続35年	39.7575月分	47.709月分	最高限度	47.709月分	47.709月分	本市と同じ 定年前早期退職 特例措置 2～45%加算
	自己都合	勤奨・定年															
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分															
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分															
勤続35年	39.7575月分	47.709月分															
最高限度	47.709月分	47.709月分															

⑥特別職の給料等の状況（令和5年4月1日現在）

区分	給料等月額	期末手当支給割合
給料	市長	772,000円
	副市長	616,000円
	教育長	557,000円
報酬	議長	357,000円
	副議長	315,000円
	議員	304,000円

6月期 1.650月
12月期 1.650月
計 3.300月

3. 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

①勤務時間等の状況

勤務時間の割り振り			
始業時間	終業時間	休憩時間	週休日
午前8時30分	午後5時15分	正午～午後1時	土曜・日曜

国民の祝日と年末年始の期間（12月29日から翌年1月3日）は、休日として勤務を要しない日となっています。

②休暇等の状況

職員の休暇には、年次有給休暇、病気休暇、特別休暇、介護休暇、介護時間、組合休暇があります。

4. 職員の休業に関する状況

職員の休業には、育児休業があり、令和4年度は男性6人、女性4人が取得しました。

5. 職員の分限および懲戒処分状況

①分限処分の状況（令和4年度）

区分	分限	免職	降任	休職
分限	0人	0人	0人	11人

②懲戒処分の状況（令和4年度）

区分	懲戒	免職	停職	減給	戒告
懲戒	0人	0人	0人	0人	0人

6. 職員のサービスの状況

職員には、地方公務員法第30条に「全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、かつ、職務の遂行に当たっては、全力を挙げてこれに専念しなければならない」と、サービスの根本基準が定められています。職員は、これらの法令およびサービス規程などを遵守し、職務を遂行しています。

7. 職員の研修の状況

市では、行政課題解決と一層の発展を担うための人材を育成するための研修を実施しています。令和4年度においては、派遣研修を225人、市単独研修を645人の職員が受講しています。

8. 職員の福祉および利益の保護の状況

①厚生福利制度

職員は、職員またはその被扶養者の病気・負傷・出産・死亡・災害等に関して適切な給付を行うための相互救済を目的とする共済制度（宮崎県市町村職員共済組合）に加入しています。また、互助組織である職員厚生会による体育レクリエーション事業などを通じて職員相互の親睦を図り、健康で明るい職場づくりに努めています。

②公務災害補償制度

職員が、公務上または公務のための通勤途上に、負傷・疾病・死亡等の災害を受けた場合、地方公務員災害補償基金より一定の補償が行われます。

③利益保護制度

職員は、地方公務員法の定めで、給与・勤務時間その他の勤務条件に関し、公平委員会に対して地方公共団体の当局により適当な措置がとられるべきことを要求できます。また、懲戒処分など、自己に不利益な処分を受けた場合、公平委員会に対して審査請求を行うことができます。

■公平委員会の業務の状況報告

①勤務条件に関する措置の要求の状況

令和4年度に、措置の要求はありませんでした。

②不利益処分に関する審査請求の状況

令和4年度に、審査請求はありませんでした。

■問い合わせ先

市総務課 人事係

☎ 35-3711（課直通）

※詳しい内容は、市公式ホームページでも、公表しています。

〈URL〉 <https://www.city.ebino.lg.jp/>



えびの市起業支援センター

えびの市起業支援センターでは、起業家の誘致等を行い、その経済活動により地域経済の活性化を目的とし、創業支援や起業家育成、そして各事業者の相談対応に重点的に取り組んでいます。実際に同センターで経営面のサポートを受けた事業者をご紹介します。

File.4



体型確認などの繁殖管理を行っています

起業支援センター(以下、エービックという)の設立当初に、自社ブランドのいもこ豚をPRしたいと思い、常駐しているマネージャーに相談しました。株式会社南九州ファミリーマートをマネージャーに紹介してもらい、えびのの食材を使った期間限定のイベントを行いました。いもこ豚を使った弁当を宮崎県や鹿児島県のファミリーマートで販売し、商品のPRにつなげる事ができました。また、株式会社宮崎放送が行ったグルメコンテストの際には、CMの撮影場所として、エービックを提供してもらいました。



有限会社レクスト

長友 浩人 代表取締役

事業内容

- 養豚
- 食肉加工
- 食肉・穀物販売

マネージャーに相談したことで、市教育委員会を紹介してもらい、市内の学校給食でもいもこ豚を使用してもらうことや、給食時間に校内放送を使って名前のPRをすることができ、認知度が高くなったと感じています。利用して大変良かったです。



食味会や消費者アンケートを実施

新しい情報や今あるものの中からの商品発掘など、さまざまなアイデアを出してもらえるので、商品をPRしたい人や商品の開発に悩んでいて相談したい人にエービックの利用はおすすめです。

敬老のお祝い



市では、9月18日の敬老の日を前に、100歳以上の長寿者を訪問し、祝詞と敬老祝金を手渡し、長寿を祝いました。

えびの市内では、今年度、満100歳以上の人が、男性7人、女性46人の計53人です(9月1日現在)。

最高齢者は、女性が104歳の水無口ユミさん、男性が100歳の内田俊道さんです(年齢は9月1日現在)。えびの市の高齢化率は44.32パーセントです(4月1日現在)。

えびの市内最高齢者



女性最高齢者

水無口 ユミさん (104歳 栗下)



男性最高齢者

内田 俊道さん (100歳 永山)

※最高齢者のお二人には、市内で生産されたキクを使ったフラワーアレンジメントが、西諸県花き振興会から贈呈されました。

市長メッセージ



えびの市長 村岡 隆明

敬老の日にあたり、皆さまのご長寿を心からお喜び申し上げます。皆さまは、大正・昭和・平成・令和の時代を経験され、長年にわたりご家族や地域のため、そして、えびの市の発展にご尽力くださいました。

今の私たちが笑顔で豊かな生活を送ることができるのは、皆さまが築き上げてくださった礎あってのことで、その行動力と想像力に深く感謝を申し上げます。

改めて先人たちに感謝し、今後も未来へ向けしっかりと後世に誇れるまちづくりにまい進していく所存ですので、今後も皆さまの変わらぬご指導とご支援をお願い申し上げます。

最後になりますが、ますますの長寿を重ねられ、健康と笑顔の絶えない日々が末永く続きますようお祈り申し上げます。



インキュベーションマネージャーと事務員が常駐しています



16室あるオフィススペースは、パーテーションで区切られています



施設内には専用のWi-Fiも完備されています

起業支援センターでできること

- 1 いつでも相談できる人がいます。
- 2 資金調達を後押しする仕組みが整っています。
- 3 共に成長できる仲間がいます。
- 4 テレワーク・ワーケーション、小会議、打ち合わせ等ができます。

費用について

オフィス使用料 1カ月…8,000円(午前9時~午後5時)
 コワーキングスペース使用料 3時間…200円 1日…400円 ※誰でも利用できます。
 付属設備等 パソコン 1日…500円

お問い合わせ えびの市起業支援センター ☎ 27-3077

HPはこちら

<http://ebino-shien.com/>



MAP



えびの市大字永山 1182 番地 1

市役所からのお知らせ

Pick up information



辻本地域商社プロジェクトマネージャー



篠原隊員

8月17日、市役所で地域商社設立に係る「地域商社プロジェクトマネージャー・地域おこし協力隊委嘱状交付式」が行われました。地域商社は、令和5年度中に設立予定で、これまで市外に委託していたふるさと納税の中間処理業務等を行っていきます。

地域商社プロジェクトマネージャーには、兵庫県出身の辻本千春さん、地域おこし協力隊には、えびの市出身の篠原美寿恵さんが着任しました。任期は令和6年3月31日までで、最長で3年間まで更新されます。

協働

地域商社プロジェクトマネージャー・地域おこし協力隊着任

問 市企画課定住対策係 ☎35・3713（直通）

市役所からのお知らせ

Pick up information

水道

水道使用水量・料金のお知らせ票が新しくなります

問 市水道課経営管理係 ☎35・1113（課直通）

10月1日から、複数税率に対応した消費税額の仕入額控除の方式として、適格請求書保存方式（インボイス制度）が開始されます。それに伴い、制度に対応した水道使用水量・料金のお知らせ票に変更します。変更点は、左図の青枠①②③です。①と②には、水道料金（うち消費税）と消費税率が追加されます。③には、水道課の適格請求書発行事業者の登録番号が追加されます。

仕入額控除の適用を受けるには、インボイスの保存が必要となりますので、使用者ご自身で保管してください。お知らせ欄（左図の赤枠）に、「漏水疑いあり」と記載されている場合は、蛇口を全部閉めてから、メーターボックス内にある水道メーターを確認してください。確認した際に、パイロット（銀色）が回っている場合は、漏水している可能性があります。市の給水装置工事業者に調査・修理を依頼してください。

水道使用水量・料金のお知らせ	
年度	期検針分
水栓番号	口径
メーター番号	ミリ
給水場所	
水道使用者	
今回指針	前回指針
計	計
水道使用水量	水道メーター取替水量（+）
水道料金(消費税含)概算	円
水道料金(うち消費税)	円
消費税率	10%
過去の水道使用水量	
検針日	検針員
検針日	検針員
口座振替のお知らせ	
年	期分
振替日	振替金額
消費税率10%	うち消費税
えびの市水道課	
TEL.35-1113(直通)	
事業者登録番号 T9500020003439	

変更後の水道使用水量・料金のお知らせ票

防災

えびの市災害対策本部防災訓練

問 市基地・防災対策課基地・防災対策係 ☎35・1119（直通）

8月16日、市役所で「令和5年度えびの市災害対策本部防災訓練」が行われました。これは、災害発生時の災害対策本部の初動の対応活動や職員の応急対応について図上訓練を実施し、災害対策本部機能の充実・強化を図ることを目的に実施されたものです。

や想定される初動対策活動について考察しました。各対策部は、その後の災害対策本部で、それぞれが取った対策を報告しました。訓練後には、研究会が行われ、防災相談員、防災士などを含めて訓練の振り返りを行いました。村岡隆明市長は、「今回の訓練での各対策部の考察をノウハウとして残していきたい。市として、今後の対策に生かしてほしいです」と話しました。



各対策部で応急対策の基本方針を協議



災害対策本部で各対策の初動対策活動を報告

教育

国民スポーツ大会えびの市準備委員会設立総会・第1回総会

問 市社会教育課市民体育係 ☎35・2268（課直通）

8月18日、市文化センターで「第81回国民スポーツ大会えびの市準備委員会設立総会・第1回総会」が行われました。これは、令和9年度に宮崎県で開催が内定している国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会に向けて、開催準備に取り組んでいくために行われたものです。えびの市では、ボクシング競技が開催されます。

議が行われ、委員を代表して宮崎県ボクシング連盟の出口誠理事長に委嘱状が交付されました。村岡隆明市長は、「大会の開催に当たって、関係団体や市民の皆さんの協力が必要不可欠です。力を一つにして、えびの市を盛り上げる契機にしたいです」と話しました。その後の第1回総会では、開催基本方針や事業計画の審議が行われました。



宮崎県ボクシング連盟の出口理事長に委嘱状を交付



大会の開催基本方針や事業計画について審議が行われました

8/5 まちづくり講演会



まちづくり成功のカギを語る

市文化センターで「令和5年度まちづくり講演会」が行われました。これは、地域のリーダーの育成や幅広い視野でまちづくりのノウハウを学ぶことを目的に毎年行っているものです。講師に小林市南校区まちづくり協議会前会長の吉村秀昭さんを招き、「輝く未来きつとある～まちづくりの成功のカギは〇〇～」と題して講演が行われ、「まちづくりを成功させるには未来への投資が重要です」と話していました。

7/31 困りごとお助け隊



人のために役立つ喜びを体験

市内の高齢者宅でボランティア活動を行う「困りごとお助け隊」が実施されました。これは、宮崎県のボランティア月間（7月～9月）に合わせて、市内の中学生に人のために役立つ喜びや達成感を感じてもらうために行われたものです。7月28日から8月9日にかけて、市内の各中学校の生徒たちが高齢者宅を訪問し、草取りや窓ふきなどの清掃活動を行いました。

8/5 えびの市民大学公開講座



車いす生活の実体験から学ぶ

飯野地区コミュニティセンターで「えびの市民大学公開講座」が行われました。講師に車いすのシンガーソングライター真北聖子さんを招き、「限りある人生を限りなく楽しむために」と題して講演とミニライブが行われ、41人が参加しました。真北さんは、「障がいについて知れば、障がいの有無に関係なくお互いに理解し合うことができます」と話していました。

8/2・3 飯野サマースクール



児童との関わり方を学ぶ

飯野高校で「飯野サマースクール」が行われました。これは、飯野高校生と南九州大学の学生が協力して行ったもので、市内の小学生を対象に、夏休みの宿題の個別指導や丸付けを行いました。高校生が大学生のアドバイスを受けながら児童との関わりを学んだり、児童の学習意欲の向上につなげたりすることを目的に行われました。サマースクールには、2日間で小学生78人、高校生43人、大学生6人が参加しました。

市役所からのお知らせ
 Pick up information

防災

市民の安全・安心のために
 消防車両を更新

問 市基地・防災対策課 基地・防災対策係
 電話 35-1119 (直通)



更新された消防車両

えびの市消防団第1分団第9部（南原田・中原田・上原田）の消防車両が更新され、8月24日に市役所で引渡式が行われました。更新された消防車両は、消防ポンプ自動車です。導入費用の3分の2を防衛省の令和4年度霧島演習場等周辺消防施設設置事業補助金を活用して更新されました。導入費用は1738万円です。市では、消防団の消防車両を順次更新しています。

引渡式で、えびの市消防団の川野俊二団長は、「最新の消防車両に更新してもらい深く感謝しています。防災防火活動や各種訓練などの消防技術の向上に、なお一層努めます」とあいさつしました。第1分団第9部の本坊武蔵部長は、「車両が新しくなり大変ありがたく思います。大切に使用して、地域の皆さんのため、防災活動に励んでいきたいです」と話していました。

商工

新たに「えびの高原シリーズ」が
 えびのブランド認証

問 市観光商工課 商工係 電話 35-3728 (直通)



新たに認証を受けた繪柳取締役部長と村岡市長（右から）

8月31日、市役所で「えびの市特産品ブランド認証交付式」が行われました。この事業は、市内の優良特産品を「えびのブランド」として認証し、付加価値を付けて広く売り出すことで、特産品の販売促進を図っていきます。また、ブランド認証品を充実させることで、誘客効果や地域産業の活性化につなげることを目的としています。今回、新たに認証された特産品は、株式会社丸正フーズの「えびの高原シリーズ」です。今回で、えびのブランド認証を受けた産品は合計30品目になりました。同社取締役部長の繪柳正人さんは、「時間をかけて自然熟成し、肉の旨味をそのまま凝縮したえびの高原シリーズ42品目すべてが認証されうれしく思います。認証されたことでPRしやすくなりましたので、全国に発信していきたいです」と話していました。



認証を受けたえびの高原シリーズ

8/27

西長江浦南方神社大太鼓踊り



歴史ある力強い踊りを奉納

西長江浦の南方神社などを会場に「大太鼓踊り」が行われ、西長江浦大太鼓踊り保存会の23人が踊りを披露しました。大太鼓踊りは、450年以上の歴史があります。

保存会会長の菅田正博さんは「4年ぶりに通常開催することができ、うれしく思います。これまで1度も絶やさず踊ってきたので、あらゆるものに負けず、後世に残していきたいです」と話していました。

8/26

第31回人権を考える市民のつどい



災害時の人権について考える

市文化センターで「第31回人権を考える市民のつどい」が行われました。今回は、東日本大震災時の障がいのある人と支援者の状況をもとに製作された「星に語りて～Starry Sky～」が上映されました。

つどいには、約140人が参加し、法律で守られている障がいのある人の情報と、一刻を争う人命救助とはさまで苦しむ支援者の奮闘を描く映画を通して、人権について考えました。

9/1

飯野高校生活文化科ファッションショー



自作の華やかな衣装を披露

市文化センターで飯野高校生活文化科3年生によるファッションショーが行われました。これは、文化祭で毎年行われているもので、同科の生徒が夏休みに制作したドレスなどを着用してファッションショーを行うものです。

同科3年の黒木里海さんは、「何層も重ねてボリュームを出すことにこだわりました。大変なこともあったけど、みんなで助け合って成功させることができよかったです」と話していました。

8/22

全国障害者スポーツ大会出場報告



全国大会でも好成績目指す

向江地区の田代茂行さんが、5月14日に宮崎市で行われた「第22回宮崎県障がい者スポーツ大会」のフライングディスク競技アキュラシー5メートルの部で県代表に選抜され、「第23回全国障害者スポーツ大会」に出場することを市長に報告しました。全国大会は、10月28日から30日に鹿児島県で開催されます。

田代さんは、「緊張でドキドキしますが、頑張ります」と話していました。

8/11

えびの高原山の日イベント2023



自然の中で楽しむ

えびの高原で「山の日イベント2023」が行われました。これは、山の日にえびの高原の魅力を感じてもらおうと行われているものです。

イベントでは、バルーンアートやスライムづくりのワークショップ、みやざき犬と西諸周辺マスコットキャラクターとの写真撮影会、えびのの特産品の抽選会など、さまざまな催しが行われました。市内外から約400人が訪れ、えびの高原を楽しんでいました。

8/23

ようこそ先輩



夢を叶えるための心構えを学ぶ

飯野小学校で「ようこそ先輩」が行われました。これは、6年生の児童に「夢をもって生活すること」などへの意欲を持ってもらうために、キャリア教育として行われたものです。

小林秀峰高等学校の日高祐樹教諭(飯野小卒)と新体操部の生徒が講師に招かれ、全校児童の前で新体操の模範演技が行われました。その後、6年生の児童に対して日高教諭による講話が行われ、夢を叶えるための心構えを学びました。

8/17

令和5年度えびの市戦没者追悼式



戦没者の冥福と平和を願う

市文化センターで「令和5年度えびの市戦没者追悼式」が行われました。式には、遺族など約223人が参加し、戦没者の慰霊を行いました。

式典では、戦没者の冥福と世界恒久平和を願って、参加者全員で黙とうを行った後、遺族の代表者などが献花を行いました。

また、加久藤小学校6年の本多涼香さんと真幸中学校3年の立山小雪さんが平和への誓いを述べました。



「家族や先生、部員の応援が力になったので、恩返しになればと思います」と話したのは、宮崎県立飯野高等学校3年の竹内海斗さんです。



竹内海斗さん



自分と向き合うことで

強く成長できる

竹内さんは、6月19日に行われた令和5年度高等学校総合体育大会陸上競技南九州大会の男子円盤投で優勝し、8月2日から6日にかけて、北海道で行われたインターハイに出場しました。竹内さんは中学1年生のころ、先輩に勧められたことがきっかけで、円盤投を始めました。高校に入ってから、合宿等で県外の専門の先生に指導してもらい、技術を伸ばすことができました。また、練習の際に、常に試合を意識して、自分と向き合うことでメンタルも強くすることができました。「高校1年生から目指していたインターハイに出場し、楽しさと緊張が入り混じっていました。コンディションが悪く中で、自分の力を出し切ることの難しさを実感しました。インターハイに出場したことは今後の自信につながったので、大学に進学してからも円盤投を続け、大舞台で課題を克服したいです」と話します。

将来的にも陸上競技に携わっていきたくと話す竹内さん。「陸上競技はやっぱり強くなれますし、自分と向き合うことは日常生活にも生かれます。これまで先生から教えてもらったことやインターハイに出場した経験を、これからの人たちに還元していければと思います」

図書館へ行こう!

おすすめの冊



みそしるをつくる

高山なおみ 文
長野陽一 写真
(プロンス新社)



逃げたっていいじゃない

香山リカ 著
(エクスナレッジ)

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(10月)	時間
岡元小学校→さくら苑	4日(水)、18日(水)、31日(火)	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	5日(木)、19日(木)	12:45~16:30
市役所→飯野地区コミュニティセンター	6日(金)、20日(金)	12:00~15:15
真幸地区体育館	11日(水)、25日(水)	15:25~15:50
飯野出張所→Aコープいいの店→自衛隊官舎	13日(金)、27日(金)	14:50~16:30

■文化の杜の秋まつり

文化の杜全体でいろいろなイベントを企画しています。屋台もあって、おいしいものが食べられます。

- 開催日=10月7日(土)
- 時間=午前10時~午後4時
- 場所=文化の杜

■ハロウィン飾りつけ

玄関ロビーにはハロウィンを楽しめるブースを設置しています。記念に1枚撮影してみませんか。

- 開催日=10月15日(日)~29日(日)
- 場所=図書館 玄関ロビー

■読書感想文・読書感想画作品展示

市内の小・中学生、高校生の力作を、ぜひ、ご覧ください。

- 開催日=10月26日(木)~11月28日(火)
- 場所=図書館入口、児童コーナーなど



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
農作業馴れぬ息子のうしろ手は
家を背負いし姿が見える

中野桂子
最近世界中を見渡すと異常気象、恐怖、災害のみである。その中で父親が病気になるまで手馴れぬ農作業を汗水たらし懸命に頑張る息子さんを見て母親の感謝、喜び、家族愛である。「かなし」とは「愛し」とも書き、自分の力ではとても及ばないと感じる「切なさ」をいう。世界中がそうでありたいと信じ祈りたい。
(評:竹下妙子)

■俳句
稲の花耳をすませば岬の声

中堀ふじ子
「稲の花」は来世からの通信「耳をすませば岬の声」の思いが深い。こうしてみると良き季語は、記憶の集積であり回想の契機でもある。
(評:岩岡中正)

■詩
彼岸
彼岸 向こう岸
貴女はいつの間にか
黙って渡ってしまった
知らせのハガキには明るい笑顔を残したまま
私の知らない世界へ

ともぎよやすこ
此岸
此の岸 こっちの岸
そっちから私はどう見えますか
ちゃんと生きていますか
俱会一処の教えを信じますよ
こちらでは
幼い頃の思い出しかないもの

竹内さんは、6月19日に行われた令和5年度高等学校総合体育大会陸上競技南九州大会の男子円盤投で優勝し、8月2日から6日にかけて、北海道で行われたインターハイに出場しました。竹内さんは中学1年生のころ、先輩に勧められたことがきっかけで、円盤投を始めました。高校に入ってから、合宿等で県外の専門の先生に指導してもらい、技術を伸ばすことができました。また、練習の際に、常に試合を意識して、自分と向き合うことでメンタルも強くすることができました。「高校1年生から目指していたインターハイに出場し、楽しさと緊張が入り混じっていました。コンディションが悪く中で、自分の力を出し切ることの難しさを実感しました。インターハイに出場したことは今後の自信につながったので、大学に進学してからも円盤投を続け、大舞台で課題を克服したいです」と話します。

特殊詐欺被害防止コールセンター



宮崎県警では、9月1日から特殊詐欺被害を防ぐため、特殊詐欺被害防止の呼びかけや特殊詐欺手口に関するお知らせを行う特殊詐欺被害防止コールセンター事業を実施しています。

【コールセンター電話番号】☎0120-519-110
○なりすましにご注意ください

コールセンターが次のような電話をすることは絶対にありません。

- ・口座番号、暗証番号、残高などの情報を尋ねる
- ・預金の引き出しや別の口座に移すように指示
- ・現金やキャッシュカード、通帳を預けるように指示
- ・手数料を要求する

8月の交通事故発生状況	人身物件	1件	本年累計	15件
		23件	本年累計	188件

救急車の適正利用にご協力を



救急車は、限られた資源であり、事故などによる大けがや急病などで「緊急に病院で診察が必要な人」のためのものです。発熱などの緊急性の低い病気やけがなどで救急車の利用が増えると、一分一秒を争う事案で到着が遅れるなど、救えるはずの命が救えなくなる可能性があります。尊い命を救うために、皆さん協力をお願いします。

- 救急車の誤った利用例
- ・救急車で病院に行ったら早く診てもらえるから
 - ・自家用車がなく、タクシーはお金がかかるから

8月の活動状況(えびの消防署管内)	火災救助	0件	本年累計	11件
		112件	本年累計	705件

地域おこし活動

Community Building



広がる地域の皆さんの交流

溶けてしまいうような夏の暑さが続く日々ですが、私は夏が好きなので日々喜々として過ごしています。

最近の主な活動としては、刃物修理と動画作成をしています。うれしいことに、たくさんの方の協力を得つつ、刃物研ぎのできる協力隊としての認知が広まり、最近依頼を多数もらえるようになってきました。それを通じて地域の皆さんとじかに交流できるので、大変うれしく思っています。

動画に関しては、えびのの田舎暮らしの様子をゆくりと投稿しています。見たことがない人は、ぜひ、のぞいていただけるとうれしいです。今年に入ってから、イベント関係も復活してきているので、そちらもお手伝いという形で携わる機会が増えました。

今年の11月4日にグリーンパークえびので開かれるえびの米のイベント「お米クエスト！」

文：朝倉啓斗隊員

くらしのメモ

Note of Living



防ごう18歳・19歳の消費者トラブル

成人年齢が18歳に引き下げられてから、18歳・19歳の消費者トラブルの相談が寄せられています。

相談事例として、「体験で脱毛エステに行き、断り切れず分割払いで契約したが、支払いが大変なので解約したい」、「出会い系サイト・アプリで、やり取りをするために有料ポイントを何度も購入させられた」、「簡単に稼げるという副業の広告を見て登録したところ、高額な

サポーター契約を勧誘された」などがあります。

成人になりたての若者は、知識・経験の不足で、内容をよく理解しないまま、安易に契約を結んでしまったり、「楽しんで稼げる」等のもうけ話を安易に信じてしまったりする傾向があります。また、「お金がない」という理由で断っても、借金やクレジット契約を勧められ、断り切れないケースもみられます。

未成年者の場合、親権者の同意なく結んだ契約は原則取り消すことができますが、成人になるとそうした保護はありません。トラブルに遭わないためには、契約する前によく考えることや、広告や勧誘の文言をうのみにしないこと、クレジット契約や借金を勧める業者に注意することを心掛けましょう。少しでもおかしいと思ったら、全国共通消費者ホットライン「188(いやや)」にご相談ください。

☎188(局番なし)
文：市民環境課生活環境係

いきいき!健康

Healthy Life



高齢者がいっしょに元気に過ごすために

宮崎県の自殺者が多いことをご存じでしょうか。令和4年の警察庁の自殺統計(人口10万人当たりの自殺者数と比較)で、宮崎県は全国ワースト3位でした。残念なことにはえびの市は、宮崎県の中でも自殺者が多い地域です。えびの市の自殺者の特徴は、高齢者が多いことです。市は、令和4年度に高齢者の心の健康に影響を及ぼす要因について調べました。要因として、不規則な食生活や偏った食

事、運動・睡眠不足等が心の健康に影響していることが分かりました。これらが長期化することは、病気の発症・悪化、介護を受けることにもつながります。そうなることで、「誰にも迷惑をかけたくない」と思い、自殺に至ってしまうことが考えられます。

高齢者が、こころ元気に過ごすためには、栄養・運動・休養・健診がとても大切になります。栄養では、「1日3食食べる」、

「毎日、たんぱく質(卵・肉・魚・大豆製品等)を食べる」、「毎食1〜2皿の野菜料理を食べる」を心掛けましょう。運動では、日常生活で小まめに体を動かし、定期的に運動しましょう。休養では、1日7〜8時間を目安に睡眠を取りましょう。健診では、定期的に健診やがん検診等を受け、早期発見・早期治療をしましょう。こころ元気に過ごす人が一人でも増え、「誰も自殺に追い込まれることのないえびの市」を目指しましょう。

文：市民健康保険課市民健康係



市民交流喫茶に参加しませんか

市国際交流センターでは、「市民交流喫茶」を開催します。市民交流喫茶は、「えびのや近隣地域のことを知りたい」、「えびのをもっと盛り上げたい」と思っている人に参加してもらい、さまざまな分野のゲストを招いて講話を聞く楽しいつどいです。同時に、地元の食材、産品を試食するなど、ゲストと和やかに過ごしてもらうものです。今回は、市民アンケートで希望の多かった分野で開催します。ぜひ、ご参加ください。

■第1回

【開催日】10月26日(木)

【ゲスト】サイクリスト・翻訳家 イグナシオ デュラン氏 (プエルトリコ出身)

今回、自転車旅行のために来日。英語・スペイン語・日本語・フランス語・ドイツ語の5か国語が堪能で、語学学校経営などを経て、世界各地を自転車で回りながら異文化交流を続けています。海外の自転車文化・インバウンドなどについて話してもらいます。

■第2回

【開催日】11月16日(木)

【ゲスト】企業コンピューター対応相談員 上野 育夫氏
都城工業高等専門学校卒業後、東京の会社に勤務したのち、25歳でカナダに移住。コンピューター・半導体メーカーなど数社に勤務し、現在は宮崎市で企業向け相談員をしています。上野氏の海外での経験とデジタルとの付き合い方などをわかりやすく教えてもらいます。

■第3回

【開催日】12月14日(木)

【ゲスト】いちご農家 仙波 健一氏

3年前にえびの市に移住。現在、いちご栽培をしながら観光農園としても幅広く活躍している仙波氏に移住してからの活動などを話してもらいます。

■共通事項

【時間】午前10時～午前11時30分

【場所】市国際交流センター

【定員】30人程度

【参加費】全講話合わせて1,000円(飲み物、地元産品試食代等) ※1回のみ参加は400円とします。

【申込方法】参加者の住所・氏名・電話番号を市国際交流

センターにご連絡ください。

【申込期限】10月16日(月)

申・閩市国際交流センター

☎35-3211

無料調停相談会を開催します

小林地区調停協会では、最高裁判所の委託を受け、無料調停相談会を開催します。

調停制度は、互いが納得するまで話し合う手続きです。日頃の生活での悩み事の円満な解決が期待できます。この機会にご相談ください。

【開催日】10月12日(木)

【時間】午前10時～午後3時

【場所】小林中央公民館(小林市細野38-1)

【相談内容】交通事故や土地建物トラブル、金銭に関するトラブル、公害問題、遺産相続や夫婦間・親族関係トラブル、その他

※予約の必要はありません。

閩小林簡易裁判所

☎23-2309

障がい者ふれあい就職説明会(小林地区)を開催します

小林公共職業安定所では、就職を希望する障がいや難病のある人を対象に、えびの市・小林市・高原町の約10社の企業が参加する就職説明会を開催します。

【開催日】10月6日(金)

【時間】午後1時30分～午後4時[受付]午後0時30分～

【場所】小林中央公民館(小林市細野38-1)

【持ってくるもの】特になし ※任意で障害者手帳や特定医療費受給者証

【服装】普段着で可

閩小林公共職業安定所 障害者雇用担当

☎23-2171

マイナンバーカードで マイナポイント

第2弾

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き」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。

マイナポイント 予約・申込サイト 検索

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)



「わけものの主張」発表者募集

市では、令和6年1月中旬に小林市で開催される「わけものの主張」西諸県大会の発表者を募集します。

【募集人員】1～2人程度

【申込資格】平成6年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた者（高校1年生から29歳まで）で、次のいずれかの要件を満たす者

- ①市内在住者または出身者
- ②市内の事業所に勤務する者
- ③市内の高校に通学している者

【発表内容】有権者として、または未来の有権者として、政治や選挙について考えていること、感じていること、求めていることについて5分以内で発表できる内容（演題は自由）

【申込期限】11月22日（水）

【申込方法】市選挙管理委員会事務局に直接、または郵送（11月22日まで必着）で提出してください。

※応募多数の場合は、審査のうえ発表者を決定します。審査結果は12月6日（水）までに本人に通知します。

※西諸県大会の上位入賞者は、令和6年2月17日（土）に宮崎市で開催される県大会に西諸県大会代表として出場します。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、ビデオ審査や書面審査などの方法で実施する場合があります。

申・問市選挙管理委員会 事務局

☎35-3732（直通）

令和5年度結核検診（加久藤・真幸地区）を実施します

市では、加久藤・真幸地区の結核検診を実施します。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。どの会場でも受診ができますので、都合の良い会場で受診してください。※検診費は無料です。

【日程および会場】

期 日	会 場	時 間
10月2日 (月)	栗下区営農研修館	9:30～10:50
	尾八重野コミュニティセンター	11:10～11:30
	永山公民館	13:20～14:20
	大溝原公民館	14:40～15:20
10月4日 (水)	灰塚公民館	9:30～9:50
	西長江浦下公民館	10:10～10:40
	西長江浦上公民館	11:00～11:30
	東長江浦上公民館	13:20～14:00
10月5日 (木)	東長江浦下公民館	14:20～14:40
	ローソン えびの松原店	9:30～10:30
	麓公民館	10:50～11:30
	東川北公民館	13:20～14:20
10月11日 (水)	牧の原公民館	14:50～15:10
	西郷・新光工業前	9:30～10:40
	湯田営農研修所	11:00～11:30
	西川北公民館	13:20～14:20
10月12日 (木)★	市営古川団地駐車場	14:50～15:20
	真幸出張所	9:00～11:30
	市役所駐車場	13:20～15:30
	JR えびの駅前（加久藤）	9:30～10:30
10月13日 (金)	榎田公民館	11:00～11:30
	東内堅公民館	13:20～14:20
	南昌明寺・湯園公民館	14:40～15:20
	上島内公民館	9:30～10:00
10月16日 (月)	上向江・田代長茂様宅	10:30～11:30
	中浦公民館	13:20～14:00
	柳水流地区消防団詰所北側	14:20～14:40
	真幸地区体育館	15:00～15:30
10月17日 (火)	下浦公民館	9:30～10:10
	上浦・田畑清盛様宅	10:30～10:50
	岡元小学校	11:10～11:30
	下島内公民館	13:20～14:20
10月19日 (木)	中内堅・旧マサキコーセン	14:50～15:10
	岡松運動場	9:30～10:30
	南岡松公民館	10:50～11:40
	西内堅公民館	13:50～14:20
	北昌明寺公民館	14:50～15:30

【検診予備日について】

都合により、期日内に受診できない人は、次の予備日



でも受診ができます。ただし、かなり混雑が予想されますので、あらかじめご了承ください。

期 日	会 場	時 間
11月15日 (水)	真幸出張所	9:30～11:30
	下島内公民館	13:20～14:00
11月20日 (月)★	飯野駅前地区体育館	9:00～11:30
	国際交流センター	13:10～13:40
	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

【リフト付き検診車について】

日程表の「★」の日程は、リフト付検診車で検診を行います。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。

問市健康保険課 市民健康係

☎35-1116（直通）

手続きはお済みですか 価格高騰重点支援給付金

市では、住民税非課税世帯等に、1世帯あたり3万円の支援給付金を支給しています。これは、電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯等を支援するものです。

【対象世帯】次のいずれかに該当する世帯（住民税均等割が課税されている者の扶養親族等のみで構成される世帯は対象外）

①住民税均等割非課税世帯

基準日（5月1日）において市内に居住し、世帯全員の令和5年度分（令和4年中の所得）の住民税均等割が非課税、または免除されている世帯

②家計急変世帯

住民税非課税世帯の対象世帯以外で、申請時点でえびの市に住民登録があり、令和5年1月から申請月の前月までの期間に予期せず家計が急変し、住民税非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯

【申請方法】

[対象世帯①] 7月14日から順次、確認書を発送しています。返送が済んでいない場合は、早目の手続きをお願い

します。※令和5年1月2日以降に転入した人がいる世帯は申請が必要です。市福祉課にお問い合わせください。

[対象世帯②] 申請が必要です。市福祉課にお問い合わせください。

【提出期限】10月31日（火）

【注意事項】

・今回支給する給付金は、法律で「非課税所得となること」、「給付金の支給を受ける権利を譲り渡し、担保に供し、または差し押さえることができないこと」が規定されています。

・給付金を装ったうそ電話や個人情報の搾取にご注意ください。市職員が、現金自動預払機（ATM）の操作のお願いや手数料の振り込みを求めることは絶対にありません。また、個人情報や通帳、キャッシュカード、暗証番号を電話で聞くことはありません。自宅や職場などに国や県、市などをかたる不審な電話や郵便があった場合は、えびの警察署（☎33-0110）または市福祉課にご連絡ください。

申・問市福祉課 地域福祉係

☎35-1115（課直通）

指名競争入札参加資格審査申請書 （指名願いの）追加受け付け

市では、建設工事および測量・建設コンサルタント等業務の定期受け付けを行います。

【受付期間】10月2日（月）～31日（火）※土・日、祝日を除く

【受付時間】午前9時～午前11時30分、午後1時30分～午後4時

【提出方法】市財政課入札・契約係に直接、または郵送（10月31日（火）までの消印有効）で提出してください。

※申請書類は、市ホームページからダウンロードするか、市財政課で取得できます。

※直接の受け付けは、市内に本店、または支店等がある事業者のみです。

【有効期間】令和6年4月1日～令和8年3月31日（2年間）

問市財政課 入札・契約係

☎35-3716（課直通）



就学時健康診断を実施します

市では、令和6年度小学校入学予定の子どもを対象に就学時健康診断を実施します。

入学予定児の保護者宛てに、就学時健康診断通知書を発送しています。届いていない場合は、市学校教育課教育係までご連絡ください。

【開催日】

[加久藤・真幸・岡元小学校区] 10月4日(水)

[飯野・上江小学校区] 10月5日(木)

【受付時間】午後0時40分～午後1時10分

【健康診断・諸検査】午後1時15分～午後3時30分

【場所】市文化センター

☎市学校教育課 教育係

☎35-3721 (課直通)

堆肥の悪臭防止等にご協力ください

飼料や園芸作物の作付けのため、堆肥を散布する機会が増えますが、散布後の悪臭等の苦情が多く寄せられています。堆肥をほ場に持ち出し、天候等の都合により堆肥散布ができない場合は、必ずシート等で堆肥を覆うか、散布後は直ちに耕運するようお願いいたします。

また、堆肥運搬車両や散布機械等で公道を走行する場合も堆肥等が落下しないよう注意をお願いします。

万一、落とした場合は、ほうきなどで清掃をお願いします。

地域一体となり、住みよい地域にしていきたいと思います。

☎市畜産農政課 畜産振興室

☎35-3744 (課直通)

吉都線110周年高原町フルコース記念ウォークが開催されます

吉都線110周年に合わせて、記念ウォークが開催されます。高原町の魅力がふんだんに盛り込まれた自然と歴史、温泉のフルコースをウォーキングで楽しめます。ゴールでは、大人も子どもも楽しめる日本発祥地まつりも開催されます。ぜひ、ご参加ください。

【開催日】10月22日(日)

【時間】[スタート受付] 午前9時～午前11時30分

[ゴール受付] 午後3時まで

【コース】約10km(所要時間:約3時間)

高原駅→狭野神社杉並木参道→狭野神社本殿→高原町運動公園(発祥地まつり会場)→高原駅

☎JR九州 鹿児島支社 営業運輸課

☎099-253-4512

9月24日から10月1日は「環境衛生週間」です

廃棄物処理及び清掃に関する法律の施行日である9月24日「清掃の日」から、浄化槽法の施行日である10月1日「浄化槽の日」までの期間は、環境衛生週間です。この期間は、住民や事業者、行政が一体となって不法投棄の監視や啓発活動を実施する期間です。

市では、通年不法投棄防止の監視パトロールや不法投棄多発箇所への警告看板の設置などの対策を行っています。不法投棄は、歩行者や車の妨げ、火災の恐れがあるなど、皆さんの安全な生活環境を脅かします。

駐車場、空き地、玄関先などに物やごみを放置・散乱させていると、新たな不法投棄を呼ぶ可能性があります。土地を所有・管理している人は、土地や建物の周りを清

潔に保つなど、日頃から適切な管理をお願いします。

地域で協力し合い、不法投棄のないきれいなまちを目指しましょう。

☎市美化センター

☎33-5782

お求めは県内で「ハロウィンジャンボ宝くじ」

ハロウィンジャンボ宝くじとハロウィンジャンボミニが9月20日(水)から全国で2種類同時発売されます。

今年のハロウィンジャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて5億円、ハロウィンジャンボミニは1等・前後賞合わせて5,000万円です。

宝くじの収益金は、各都道府県の販売実績に応じて配分され、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。宝くじを購入するときは、ぜひ、宮崎県内でお求めください。

【発売期間】9月20日(水)～10月20日(金)

【抽せん日】10月27日(金)

☎市財政課 財政係

☎35-3716 (課直通)

中小企業退職金共済制度を活用しませんか

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

■中小企業退職金共済制度の仕組み

事業主が、中小企業退職金共済事業本部(中退共本部)

と退職金共済契約を結び、毎月の掛金は、事業主が指定した預金口座から引き落としされます。従業員が退職したときは、中退共本部から直接退職金が支払われます。

■中小企業退職金共済制度のメリット

①掛金の一部を国が助成

②掛金は全額非課税(手数料不要)

③パートタイムの人や家族従業員も加入可能

④外部積立型で管理が簡単

⑤他の退職金・企業年金制度等との資産移換も可能

※①・③・⑤は一部対象外になる場合があります。

☎市独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部

☎03-6907-1234

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(セブンイレブンのみ)

☎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)



今月の表紙 >>

8月27日に西長江浦の南方神社で行われた大太鼓踊り。大太鼓踊りは、通称「ウパッチョ(大ばち)踊り」ともいい、450年以上の歴史があります。

今月の納税 >>

国民健康保険税 第3期
後期高齢者医療保険料 第3期

10月2日(月)までに納めましょう。

人口 >>

16,508人(前月比 -22人)

男性/7,800人(-8人) 女性/8,708人(-14人)

転入/47人 転出/42人 出生/3人 死亡/30人

世帯数 >>

7,850世帯(前月比 -2世帯)

(令和5年9月1日現在)

Editor's >>

少しずつ秋が近づいてきました。食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋など、さまざまな秋の過ごし方がありますが、皆さんはどんな秋を過ごされますか?(米原)

イベントなどが多かった夏。あっという間に過ぎていったような気がします。次は秋のイベントをお届けできるよう取材を頑張ります。(中川)



写真：林床から生えるカエンタケ（撮影：令和4年8月25日）

カエンタケ

カエンタケ *Trichoderma cornu-damae* ボタンタケ科トリコデルマ属

美しくも最強の毒きのこ

えびの高原の登山道沿いには、どんぐりがなる木、ミズナラが多く見られます。空へと伸びた枝先には、太陽光と雨を効率良く受け止める葉が広がり、その下を歩く我々に涼をもたらし、時には、雨宿りをさせてくれます。

最近、そのミズナラを枯らしてしまうナラ枯れという現象を霧島山でも見かけます。その枯れ木からよく発生するのが、真っ赤に燃えるようなきのこ「カエンタケ」です。名前の通り火炎を連想するような姿、森の中で良く目立ちます。ミズナラなどのブナ科植物の枯れ木から発生し、高さは5cmほどですが、時には、10cmにもなります。国内でも最も強い毒性を持つきのことして、最近メディアでも取り上げられています。触れるだけでも危険とされていますが、実際はよく分かっています。

湿潤な森の中、カエンタケは、鮮やかなコケに囲まれ、とても美しい姿です。最強の毒きのこであり、最高の鑑賞菌カエンタケを霧島山の森の中で探してみましよう。

（文）えびのエコミュージアムセンター

