

「人」と「まち」をつなぐ

エビの

Ebino city Public relations

広報

3 2016
MAR
vol.593

特集
防災と減災
〜日ごろの備えで、被害を減らす〜

今月の掲載記事

義務です 犬の登録と狂犬病予防注射
CIVIC NEWS
まちのわだい
Face 人 立久井友文さん
うまかもん「えびの産黒豚のロール白菜」

- 特集 -

防災と減災

～日ごろの備えで、被害を減らす～



写真 復旧・復興作業が行われている南三陸町の航空写真（提供：南三陸町）

平成23年3月11日、東日本を襲った強烈な揺れとすさまじい威力の津波。テレビなどで映し出される惨状の前に、誰もが言葉を失いました。あの日から5年。被災地では、現在も復旧・復興作業が続いています。

今後、えびの市でも「えびの一小林地震」や「南海トラフ巨大地震」など、大規模な地震の発生が危惧されています。地震などの自然災害は、時として想像を超える力で襲ってきます。車や建物などを壊すだけではなく、時には、人の命までも奪っていきます。しかし、日ごろから防災対策をしておくことで、被害を少なくすることはできます。

今回の特集で、災害に対する備えなど今できること、すべきことを考えてみましょう。

最大震度6 「えびの地震」

昭和43年2月21日に起きたえびの地震（マグニチュード6.1）では、市内全域で家屋の全半壊やがけ崩れ、山崩れが発生。この地震で鉄道、道路、橋、河川などは、大きな被害を受けました。

宮崎県がまとめた「えびの地震」の被害は、負傷者35人、り災世帯3477世帯、り災者1万3639人、住家全壊451戸、半壊896戸、一部損壊3597戸、鉄道被害3カ所、耕地の埋没53・7ヘクタール、林地の崩壊74・36ヘクタールなどと甚大な被害を受けています。

地震が発生したら

地震が発生した時、被害を最小限に抑えるためには、一人ひとりが慌てずに適切な行動をとることが重要です。そのためには、地震に関心を持ち、いざという時に落ち着いて行動できる心構えと準備が必要です。

地震はいつどこで発生するかわかりませんが、気象庁の発表する「緊急地震速報」を活用することで、身の安全を守る行動をとることができます。緊急地震速報は、地震の発生直後に震源や地震の規模（マグニチュード）を推定、各地の振動到達時刻や震度を予測し、可能な限り早く知らせるシステムです。震度5以上が予想されたときに発表され、テレビや携帯電話、防災行政無線などを通じてお知らせします。



写真：昭和43年2月21日発生したえびの地震

Interview

30年以内に大規模な地震が発生する確率は約70% 日ごろから災害に備えておくことが重要です

気象庁 宮崎地方気象台
地震津波防災官
植村 英明さん



えびの市に被害をもたらす恐れのある大規模な地震が2つ想定されています。1つは、「えびの一小林地震」です。これは直下型の地震で、宮崎県の想定では、マグニチュード6.5、最大震度6強と推測されています。1968年に発生した「えびの地震」はマグニチュード6.1、最大震度は現地調査の結果等から震度6と考えられています。えびの一小林地震は、それ以上の規模ということになります。

2つ目は「南海トラフ巨大地震」です。これは、日向灘から駿河湾にかけての南海トラフを震源域とする地震です。想定されるマグニチュードは9.1で、えびの市では震度5弱から震度6強の揺れが発生すると推測されています。

南海トラフ巨大地震は、30年以内に発生する確率が約70%と想定されています。大規模な地震が発生した時に、被害をできるだけ少なくするには、避難時に必要なものを準備したり、家具等の耐震策を講じたりするなど、日ごろの備えが重要です。

また、えびの市では津波の心配はありませんが、いつ発生するかわからないのが自然災害です。海沿いにいる時に地震が発生し、津波が発生する可能性も十分あります。「できるだけ高いところに避難する」など、津波発生時の避難の仕方などを知っておくことも必要です。

大切なのは一人ひとりが自ら取り組む防災

災害による被害をできるだけ少なくするために、一人ひとりが自ら取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む「共助」、国や地方公共団体などが取り組む「公助」の連携が重要だといわれています。

その中でも基本となるのは「自助」。一人ひとりが自分の身の安全を守ることで、特に災害が発生したときは、

まず、自分の命は自分で守ることが最も重要です。自助に取り組むためには、災害に備え、自分の家の安全対策をしておくとともに、家の外において地震などに遭遇したときの、身の安全の守り方を知っておくことが必要です。

防災対策には、十分とか絶対大丈夫というものはありません。一人ひとりが、自分の周りにどのような災害の危

険が及ぶのかを考え、その被害をできるだけ少なくするために必要な対策を講じることが重要です。

家の中の安全対策を

阪神・淡路大震災や新潟県中越地震などでは、多くの人が倒れてきた家具の下敷きになって亡くなったり、大けがをしたりしました。大地震が発生したときには、「家具は必ず倒れるもの」と考えて、防災対策を講じておく必要があります。

- 【家具を置く場合の注意点】
- ・寝室や子ども部屋などにはできるだけ家具を置かない
 - ・なるべく背の低い家具にする
 - ・壁に固定する
 - ・出入り口をふさいだりしないように向きや配置を工夫するなど

非常用持出品の準備を

大震災が発生したときには、電気やガス、水道、通信などのライフラインが止まってしまいう可能性があります。ライフラインが止まっても自力で生活できるよう、普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことが大事です。自宅が被災したときは、安全な場所に避難し、そこで避難生活を送ることになります。避難所生活に必要なもの

(非常用持出品)をリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように備えておきましょう。

安否の確認方法を決めておく

家族がそれぞれ別々の場所にいるときに、災害が発生したときには、お互いの安否を確認できるように、日ごろから安否確認の方法や集合場所などを家族で話し合っておきましょう。

家族みんなが携帯電話を持っている場合でも、災害時は回線がつながりにくくなるため、連絡がとれない場合があります。安否確認には、「災害用伝言ダイヤル(171)」、携帯電話のインターネットサービスを利用した「災害用伝言板」などを利用しましょう。



震度と揺れ等の状況

震度	揺れ等の状況
5弱	大半の人が恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。棚にある食器類や本が落ちることがある。固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。
5強	物につかまらなると歩くことが難しい。棚にある食器類や本で落ちるものが多くなる。固定していない家具が倒れることがある。補強されていないブロック塀が崩れることがある。
6弱	立っていることが困難になる。固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。
6強	はわないと動くことができない。飛ばされることもある。固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。耐震性の低い木造建物は、傾くものや倒れるものが多くなる。大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。
7	耐震性の低い木造建物は、傾くものや倒れるものがさらに多くなる。耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが多くなる。

東日本大震災被災地の今 ～宮城県南三陸町～

宮城県内9市では、市長会の決定に基づき、平成24年10月から東日本大震災の被災地を支援するため、被災地にリレー方式で職員を派遣しています。えびの市からは、宮城県南三陸町へ、平成26年度に1人派遣しています。

南三陸町は、宮城県北部に位置し、東は太平洋に面しているまちです。東日本大震災では、620人もの尊い命が犠牲となり、大きな被害を受けました。発生から5年がたった今でも、避難生活を余儀なくされている人がいるのが現状ですが、日々復興に向けて頑

張っています。

被災地は復興しつつありますが、東北方の産品や観光地などに対する風評被害が少なからず残っているのが現状です。そこで今回は、被災地を応援し、風評被害を少しでも減らすため、南三陸町の観光情報を紹介します。みなで被災地を応援しましょう。

元気あふれる「南三陸復興市」

南三陸町では、被災した翌月から毎月「復興市」を開催しています。これは、南三陸町のいち早い復興を目指し

て地元の水産業者などが中心となって行っているものです。

復興市では、さまざまな旬の食材をテーマに、海産物や野菜などの地場産品が出店されます。また、有志によるステージイベントも行われ、音楽やよさこいなどのパフォーマンスを楽しむことができます。

3月27日(日)は「春のワクワク鍋まつり復興市」、4月24日(日)は「ホタテまつり復興市」が開催されます。ぜひ一度、宮城県南三陸町を訪れてみてはどうでしょうか。



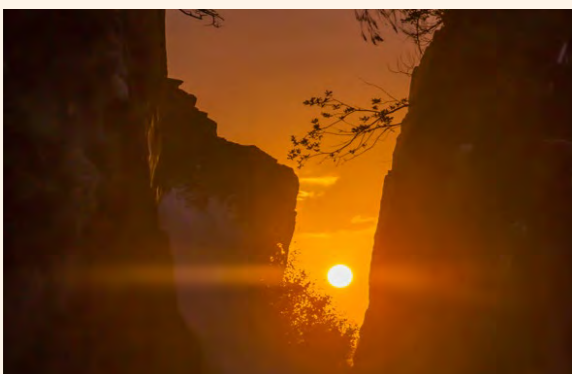
①復興市では、音楽やよさこいなどのパフォーマンスも楽しめます。②2015年4月に開催された「ホタテまつり復興市」

南三陸町の観光名所や名物
イラスト：南三陸復興イメージキャラクター「オクトパス君」
たつがねさん



田東山の山頂からは太平洋を一望することができます。毎年5月中旬から6月上旬には、5万本のツツジが咲き誇り、全山が燃えるような朱色に染まります。また、山頂には11基の経塚があります。これは、奥州藤原氏との深いゆかりを今日に伝える貴重な遺構です。

白砂青松百選の一つ「神割崎」



全国の「白砂青松百選」に選ばれた「神割崎」。例年2月中旬と10月下旬にはちょうど岩の間から日の出を望むことができます。二つに割れた奇岩の間から荒波がしぶきを上げながら押し寄せる様子は迫力満点です。周辺には松林に囲まれた遊歩道があり、森林浴をしながら海岸風景を楽しむこともできます。

旬の魚介類を豪快に！「南三陸キラキラ丼」



南三陸が誇るA級グルメ「南三陸キラキラ丼」は、旬の新鮮な魚介類を豪快に盛り込んだ丼です。春夏秋冬に応じた4種類の丼が提供されるのが特徴です。お店によって具材も盛り付け方もさまざまで、参画店が贅と彩を競い合っています。



犬の登録と狂犬病予防注射日程表

生涯に一度の登録と年に一度の狂犬病予防注射は必ず受けましょう

日付	会場	時間
4月11日 (月)	大溝原公民館	09:00～09:30
	西郷公民館	09:40～10:10
	湯田公民館	10:20～10:50
	永山公民館	11:00～11:30
4月14日 (木)	前松原公民館	09:00～09:20
	松原公民館	09:30～09:50
	牧の原公民館	10:00～10:10
	榎田公民館	10:20～10:40
	東川北公民館	10:50～11:20
4月15日 (金)	灰塚公民館	09:00～09:10
	栗下地区宮農研修館	09:20～09:50
	麓(加)公民館 市役所本庁(駐車場)	10:00～10:20 10:30～11:30
4月18日 (月)	堀浦多目的集会所	09:00～09:40
	上大河平公民館	09:50～10:20
	下大河平公民館	10:30～11:00
4月19日 (火)	東原田公民館	11:10～11:40
	北昌明寺公民館	09:00～09:20
	吉田温泉・鹿の湯 西川北公民館	09:30～09:50 10:00～10:30
4月20日 (水)	下島内公民館	10:40～11:30
	尾八重野コミュニティセンター	09:00～09:30
	東長江浦上公民館	09:40～10:00
	西長江浦上公民館	10:10～10:30
4月22日 (金)	西長江浦下宮農研修センター	10:40～11:00
	東長江浦下公民館	11:10～11:30
	山内公民館	09:00～09:10
	前田公民館	09:20～10:00
4月25日 (月)	坂元公民館	10:10～10:30
	高野畜産管理センター	10:50～11:10
	飯野駅前地区体育館	09:00～10:10
4月26日 (火)	飯野出張所(駐車場)	10:20～11:30
	今西公民館	09:00～09:20
	池島公民館	09:30～10:10
	西上江公民館	10:20～10:30
5月9日 (月)	中上江公民館	10:40～11:00
	上上江公民館	11:10～11:40
	南原田公民館	09:00～09:30
5月12日 (木)	中原田公民館	09:40～10:00
	五日市公民館	10:10～10:30
	苧畑コミュニティセンター	10:40～11:00
5月13日 (金)	大明司公民館	11:10～11:40
	西内堅公民館	09:00～09:10
	東内堅公民館	09:20～10:00
5月16日 (月)	南岡松公民館	10:10～10:50
	岡松運動場	11:00～11:20
	溝ノ口公民館	11:30～11:40
5月17日 (火)	白鳥公民館	09:00～09:30
	未永公民館	09:40～10:00
	田代公民館	10:10～10:40
5月18日 (水)	出水公民館	11:00～11:20
	旧岡元保育所	09:00～09:20
	下浦公民館	09:30～09:40
5月25日 (水)	上向江公民館	09:50～10:10
	中浦・熊野神社	10:20～10:40
	上島内公民館	10:50～11:20
5月31日 (火)	亀沢公民館	09:00～09:30
	柳水流公民館	09:40～10:00
	南昌明寺・湯園公民館	10:10～10:30
予備日	真幸出張所	10:40～11:30
	下大河平公民館	09:00～09:20
	飯野駅前地区体育館	09:30～10:00
5月16日 (月)	中上江公民館	10:10～10:30
	坂元公民館	10:40～10:50
	飯野出張所(駐車場)	11:00～11:40
5月17日 (火)	麓(加)公民館	09:00～09:20
	西郷公民館	09:30～09:50
	西長江浦下宮農研修センター	10:00～10:20
5月18日 (水)	栗下地区宮農研修館	10:30～10:50
	市役所本庁(駐車場)	11:00～11:40
	旧岡元保育所	09:00～09:20
5月19日 (木)	南岡松公民館	09:40～10:00
	南昌明寺・湯園公民館	10:10～10:20
	下島内公民館	10:30～10:50
5月20日 (金)	真幸出張所	11:00～11:40
	飯野駅前地区体育館	09:00～10:10
	飯野出張所(駐車場)	10:20～11:30
5月21日 (土)	今西公民館	09:00～09:20
	池島公民館	09:30～10:10
	西上江公民館	10:20～10:30
5月22日 (日)	中上江公民館	10:40～11:00
	上上江公民館	11:10～11:40
	南原田公民館	09:00～09:30
5月23日 (月)	中原田公民館	09:40～10:00
	五日市公民館	10:10～10:30
	苧畑コミュニティセンター	10:40～11:00
5月24日 (火)	大明司公民館	11:10～11:40
	西内堅公民館	09:00～09:10
	東内堅公民館	09:20～10:00
5月25日 (水)	南岡松公民館	10:10～10:50
	岡松運動場	11:00～11:20
	溝ノ口公民館	11:30～11:40
5月26日 (木)	白鳥公民館	09:00～09:30
	未永公民館	09:40～10:00
	田代公民館	10:10～10:40
5月27日 (金)	出水公民館	11:00～11:20
	旧岡元保育所	09:00～09:20
	下浦公民館	09:30～09:40
5月28日 (土)	上向江公民館	09:50～10:10
	中浦・熊野神社	10:20～10:40
	上島内公民館	10:50～11:20
5月29日 (日)	亀沢公民館	09:00～09:30
	柳水流公民館	09:40～10:00
	南昌明寺・湯園公民館	10:10～10:30
5月30日 (月)	真幸出張所	10:40～11:30
	下大河平公民館	09:00～09:20
	飯野駅前地区体育館	09:30～10:00

※予備日は、1回目の日程で予防注射を接種できなかった犬が対象ですのでご注意ください。
 ※当日は、移動の関係で時間に制限があります。時間厳守でお越しください。

日付	会場	時間
5月9日 (月)	南原田公民館	09:00～09:30
	中原田公民館	09:40～10:00
	五日市公民館	10:10～10:30
	苧畑コミュニティセンター	10:40～11:00
5月12日 (木)	大明司公民館	11:10～11:40
	西内堅公民館	09:00～09:10
	東内堅公民館	09:20～10:00
5月13日 (金)	南岡松公民館	10:10～10:50
	岡松運動場	11:00～11:20
	溝ノ口公民館	11:30～11:40
5月16日 (月)	白鳥公民館	09:00～09:30
	未永公民館	09:40～10:00
	田代公民館	10:10～10:40
5月17日 (火)	出水公民館	11:00～11:20
	旧岡元保育所	09:00～09:20
	下浦公民館	09:30～09:40
5月18日 (水)	上向江公民館	09:50～10:10
	中浦・熊野神社	10:20～10:40
	上島内公民館	10:50～11:20
5月25日 (水)	亀沢公民館	09:00～09:30
	柳水流公民館	09:40～10:00
	南昌明寺・湯園公民館	10:10～10:30
予備日	真幸出張所	10:40～11:30
	下大河平公民館	09:00～09:20
	飯野駅前地区体育館	09:30～10:00
5月16日 (月)	中上江公民館	10:10～10:30
	坂元公民館	10:40～10:50
	飯野出張所(駐車場)	11:00～11:40
5月17日 (火)	麓(加)公民館	09:00～09:20
	西郷公民館	09:30～09:50
	西長江浦下宮農研修センター	10:00～10:20
5月18日 (水)	栗下地区宮農研修館	10:30～10:50
	市役所本庁(駐車場)	11:00～11:40
	旧岡元保育所	09:00～09:20
5月19日 (木)	南岡松公民館	09:40～10:00
	南昌明寺・湯園公民館	10:10～10:20
	下島内公民館	10:30～10:50
5月20日 (金)	真幸出張所	11:00～11:40
	飯野駅前地区体育館	09:00～10:10
	飯野出張所(駐車場)	10:20～11:30
5月21日 (土)	今西公民館	09:00～09:20
	池島公民館	09:30～10:10
	西上江公民館	10:20～10:30
5月22日 (日)	中上江公民館	10:40～11:00
	上上江公民館	11:10～11:40
	南原田公民館	09:00～09:30
5月23日 (月)	中原田公民館	09:40～10:00
	五日市公民館	10:10～10:30
	苧畑コミュニティセンター	10:40～11:00
5月24日 (火)	大明司公民館	11:10～11:40
	西内堅公民館	09:00～09:10
	東内堅公民館	09:20～10:00
5月25日 (水)	南岡松公民館	10:10～10:50
	岡松運動場	11:00～11:20
	溝ノ口公民館	11:30～11:40
5月26日 (木)	白鳥公民館	09:00～09:30
	未永公民館	09:40～10:00
	田代公民館	10:10～10:40
5月27日 (金)	出水公民館	11:00～11:20
	旧岡元保育所	09:00～09:20
	下浦公民館	09:30～09:40
5月28日 (土)	上向江公民館	09:50～10:10
	中浦・熊野神社	10:20～10:40
	上島内公民館	10:50～11:20
5月29日 (日)	亀沢公民館	09:00～09:30
	柳水流公民館	09:40～10:00
	南昌明寺・湯園公民館	10:10～10:30
5月30日 (月)	真幸出張所	10:40～11:30
	下大河平公民館	09:00～09:20
	飯野駅前地区体育館	09:30～10:00

義務です

犬の登録・狂犬病予防注射

犬の飼い主の義務として、犬の生涯に一度の登録と年1回の狂犬病予防注射があります。きちんと登録し、鑑札を付けていれば、万が一、愛犬が放れ捕獲された場合でも、すぐに飼い主に連絡されます。年1回の狂犬病予防注射は、ウイルス性の感染症である狂犬病(発病すると人間でも100%死に至る恐ろしい病気)を防ぐことができます。

狂犬病予防接種率(全国)は、平成5年には99%だったものが、平成26年には71%に減少。このことから、狂犬病に対する危機意識が低下していることが分かります。

犬の登録と狂犬病予防注射は、狂犬病予防法で義務付けられています。もし、この2つの義務を怠った場合は、20万円以下の罰金を科されます。

平成28年度の犬の登録と狂犬病予防注射を、次ページの日程表のとおり実施します。

飼い主の皆さんは、必ず登録と注射をしてください。当日は、移動の関係で時間に制限がありますので、時間厳守でお越しください。

【対象の犬】生後91日以上の犬
 【料金】登録料3000円(登録していない犬)
 注射料3000円

◎持参するもの
 通知書、愛犬手帳または鑑札(登録している犬のみ)
 岡市民環境課生活環境係
 ☎35・1111(内線286)



CIVIC NEWS

市政ニュース

平成27年産米の食味ランキンゲ えびの産米が特Aを獲得

2月25日に日本穀物検定協会(東京)が発表した「平成27年産米の食味ランキンゲ」で、えびの産米「ヒノヒカリ」が、宮崎県霧島地区として、県内で初となる最上位の「特A」を獲得しました。

この食味ランキンゲは、同協会が、見た目や香り、味など6項目を審査し、5段階で評価します。平成27年産は、44道府県から地区単位で139銘柄が出品されました。特A獲得を受けて、3月2



えびの産米「ヒノヒカリ」を河野知事に贈呈する高牟禮会長

日、J A えびの市稲作振興会の高牟禮宏邦(たかむねひろくに)会長、J A えびの市の篠原一利(しのはらいちり)代表理事組合長らが宮崎県知事を訪問。特A獲得を報告し、えびの産米「ヒノヒカリ」の贈呈や試食などを行いました。

高牟禮会長は「えびの市のお米が全国に通用するということを証明できました。今後は、販路拡大を図っていきたい」と話していました。

☎ 市畜産農政課農産園芸係
35・1111(内線223)



3月7日、市長を訪問し特A獲得を報告しました

上水道機能が完全に復旧 水量・水圧 元の状態に

1月下旬に襲来した寒波を要因とする市内の給水管破裂等で、漏水が多発したことにより、市内全域で長期にわたる水が出ない・出にくいなどの影響がありました。

被害の状況としては、開栓中の約8500戸のうち、おおよそ1600戸の宅内漏水があったと推定しています。漏水の発生以降、市では、上水道機能の復旧に努めてきましたが、2月24日をもって上水道機能は完全に復旧しました。

この間、多くの団体等にご支援、ご協力、ご尽力をいただきました。改めてお礼を申し上げます。団体等については、下表のとおりです。

なお、通常の使用水量を超えた分を漏水量とみなし、この漏水量にかかる水道料金を2月請求の水道料金から全額免除しました。

対象者にはその旨を通知しましたが、漏水していたのに通知がなかった人は水道課に申し出てください。

☎ 市水道課経営管理係
35・1111(内線291)

ご支援・ご協力をいただいた団体等

	内容	団体等
給水活動	給水車による給水活動	陸上自衛隊えびの駐屯地、宮崎市上下水道局、えびの市管工事協同組合
	応急給水袋の配布など	自治会長、民生委員・児童委員、その他関係機関・関係者
広報活動	節水や元栓確認の呼びかけ	えびの市消防団
漏水修理	宅内の給水管等の修理	管工事協同組合をはじめとする市内の水道業者

地域おこし協力隊員が新たに2人着任 えびの市の魅力をPR

2月8日、地域おこし協力隊員2人がえびの市にやってきました。

今回採用されたのは、熊本市出身の烏川富英(うがわとみひで)隊員と宮崎県出身の村上大輔(むらかみだいすけ)隊員です。両隊員はこれから3年間、地域おこし協力隊として定住を目標に、えびの市内で地域おこしの各種活動を行います。

烏川隊員は、「えびの市にはたくさんの魅力があります。しかし、その魅力をうまくPRできていないように感



烏川富英隊員



村上大輔隊員

じます。地域おこし協力隊として、多くの人にえびの市の魅力を発信していきたいです。村上隊員は、「えびの市の自然が大好きです。えびの市民の笑顔につながるような活動をしていきたいです」と話していました。

新しい隊員は、早く地域に溶け込みたいと考えています。市民の皆さんの温かい支援をお願いします。

☎ 市民協働課市民協働係
35・1111(内線352)

えびの市総合開発審議会が答申書を提出 総合戦略(案)を審議

2月12日、えびの市総合開発審議会から市に、「えびの市まち・ひと・しごと創生総合戦略(案)」に対する答申書が提出されました。

これは、市が、同戦略(案)について同審議会に諮問し、それについて審議した結果を提出したものです。

同審議会の松元國治(まつもとくにぢ)会長は、「えびの市には、魅力がたくさんあります。水、温泉、お米など、土地の良さを生かし、若い世代の移住・定住者を増

やしてほしい」。村岡市長は、「どの施策がえびの市に合っているかを見極めることが大事だと思っています。いただいた答申書の趣旨を十分に尊重し、えびの市の地域づくりを進めていきます」とあいさつしました。

市では、将来にわたって地域社会を維持するため、同戦略の着実な推進に努めていきます。

☎ 市企画課政策係
35・1111(内線321)



答申書を手にする村岡市長と松元会長

CIVIC NEWS

市政ニュース

平成27年度「明日のみやざきづくり表彰式」 活動や取り組みを評価

2月16日、宮崎県庁で「平成27年度明日のみやざきづくり表彰式」が行われ、えびの市からは、社会貢献部門で1人、協働部門で3団体が表彰されました。

これは、社会貢献および協働に対する県民の関心を高めるとともに、県民による社会貢献活動をより一層促進するため、今年度から新たに創設されたものです。

【社会貢献部門】
「受賞者」東蔵安美さん(西)



明日のみやざきづくり表彰を受賞した皆さん

上江)

「功績」西上江の郷土芸能である輪太鼓踊りを30年の長きにわたり子どもたちに指導され、伝統継承に尽力されています。また、田植え・稲刈りの指導を行うなど、小中学生に食の大切さを伝えていきます。

【協働部門】

「団体」特定非営利活動法人NPOえびの、コカ・コーラウエスト株式会社、えびの市「取り組み」さわやかサマースクールinグリーンパークえびの

「功績」この取り組みは、平成19年から始動。市民活動団体企業、行政が各団体の能力や特性を生かして協働し、夏休み期間中、小中学生を対象にさまざまな教室を開催しています。小中学生が体験しながら環境や科学、自然、文化について学ぶ機会を提供することで、子どもたちの環境意識の醸成や健全育成に寄与しました。

【市民協働課市民協働係】
☎ 35・1111(内線353)

教育論文表彰式・部会報告会・一貫教育講演会 質の高い教育を目指して

2月17日、市文化センターで、平成27年度市教育論文表彰式、一貫教育に係る各部会等報告会、一貫教育講演会が行われました。式および会には、えびの市内の教職員約180人が参加しました。

市教育論文表彰では、88点の応募の中から、最優秀賞に飯野小学校の岩切正枝教諭が選ばれました。表彰を受け岩切教諭は「えびの市の教育発展のために、今後も努力していきます」と話していました。



論文を発表する岩切教諭

表彰後には、岩切教諭が「自己を見つめ、よりよく生きようとする児童を育てる道德教育の在り方」と題して、論文発表を行いました。

講演会には、宮崎大学教育文化学部・附属教育協働開発センター客員教授の満丸洋一氏が講師として招かれました。満丸氏は、「地域の特性を生かした一貫教育の創造・発展」の演題で講演をしました。

【市学校教育課教育係】
☎ 35・1111(内線415)

めがね橋会が認知症徘徊模擬訓練を実施 認知症への理解を深める

2月21日、下大河平自治公民館周辺で認知症徘徊模擬訓練が行われました。

これは、認知症への理解を深めるとともに、認知症を支えるためには地域のつながりが重要であることを認識してもらおうと、各自治会での事前学習を経て行われたものです。

訓練には、めがね橋会(堀浦、上大河平、下大河平、杉水流、五日市、東原田自治会)、飯野高校生など約250人が

参加しました。

訓練では、まず、オリエンテーションを実施。認知症の人への声かけや寸劇による実演などが行われました。

その後、参加者は3班に分かれ、区域内に設けられたコースを歩く徘徊者役への声かけを体験するなど、徘徊者への対応方法や認知症への理解を深めました。

【市介護保険課地域包括支援センター】
☎ 35・1111(内線254)

農業所得向上と市内の農業発展を目指して 平成28年農業振興大会

2月24日、えびの市文化センター1で、平成28年農業振興大会が行われました。大会には、市内の農家ら約350人が参加しました。この大会は、農業所得の向上やえびの市の農業振興を図るため、毎年行われています。

大会では、農業分野で功績のあった6人に表彰状が贈られました。表彰後、JA宮崎経済連相談役・九州農水産物直販株式会社の羽田正治代表取締役による講演(演題「T

PPを見据えた農業新時代に向けて」や、黒江弘樹さん(JAえびの市青年部)と大塚勉さん(道の駅えびの支配人)による農業振興活動事例の発表が行われました。

【えびの市農業功労者】
伊集院国光さん(中島)、稲泉元司さん(尾八重野)、永田幸男さん(田代)、西吉耕一さん(東川北、野間寛俊さん(池島)、松下啓紀さん(上向江))
【市畜産農政課農政企画係】
☎ 35・1111(内線241)



徘徊者役に声をかける参加者



えびの市農業功労者表彰を受けた皆さん



農業新時代について講演する羽田代表取締役

CIVIC NEWS

市政ニュース

消防車両2台と救急車両1台を更新 市民の安心安全のために

えびの市消防団第1分団第1部と第1分団第6部の消防車両2台が更新され、2月25日、市役所本庁で引渡式が行われました。車両の更新は、1分団1部の消防車両が平成27年度霧島演習場等周辺消防施設設置助成事業を活用。1分団6部の消防車両が市の単独予算で行われました。



更新された消防団の消防車両

また、えびの消防署の高規格救急車が更新され、2月26日、同署で交付式が行われました。車両の更新は、西諸広域消防本部の車両整備計画に基づき行われたものです。更新された救急車両は、高度な救命処置を行いながら搬送でき、救急患者に走行時の振動を与えないよう、緩衝装置等を装備しています。更新費用は323万7840円です。



更新されたえびの消防署の救急車両

【市基地・防災対策課基地・防災対策係】
☎ 35・1111（内線313）
【市企画課政策係】
☎ 35・1111（内線325）

平成27年度生涯学習振興大会 学習の成果を披露

2月28日、えびの市文化センターで、田の神さあ学びの里いきいきフェア「平成27年度生涯学習振興大会」が行われました。これは、生涯学習の振興と定着を図ることを目的に、「学びあい 高めあう えびの市民」をテーマに、毎年開催しているものです。



表彰を受ける岡園卓男さん

【生涯学習功労者】
岡園卓男さん（西川北濱田英子さん（飯野麓））
【生涯学習優良団体】
ガッツ！かつつ
【家庭教育標語優秀作品表彰】
「最優秀賞」立山裕輝君（真幸中学校3年）
「優秀賞」大野弘貴君（飯野中学校2年）、瀬戸口莉子さん（飯野中学校3年）、黒松吹朱さん（真幸小学校1年）



市内9団体による発表が行われました

【市社会教育課社会教育係】
☎ 35・1111（内線483）

防衛省等からの補助金や交付金を財源に 防衛関連事業の状況を公表

防衛施設周辺自治体には、自衛隊等の活動により生じる障害を防止または軽減するための事業に対し、防衛省等から補助金や交付金が交付されています。

市では、この補助金等を活用し、施設や道路等の生活環境の整備を行っています。平成26年度は、水道施設設置整備事業や道路改良工事などに活用しました。

また、演習場内の市道岡元桜ヶ丘線および西長江浦演習場線は市道廃止し、演習場用地となりました。付替え道路の岡元尾八重野線（平成17年度に防衛事業で整備）をご利用ください。

市では、今後も防衛省と協議を行い、制度に基づく生活環境の整備を行っていきます。

【市基地・防災対策課基地・防災対策係】
☎ 35・1111（内線323）

交付された補助金・交付金内訳

◎平成26年度までの防衛事業費総額

区分	事業費	交付額
えびの市総事業費	約188億6,909万円	約129億5,451万円
宮崎県総事業費	約60億1,141万円	約48億6,786万円
合計	約248億8050万円	約178億2,237万円

※国有資産等所在市町村交付金、国有提供施設等所在市町村交付金は除く

◎平成26年度防衛関連歳入決算額

区分	交付額	交付先別合計	交付先
使用制限のない交付金	110,111千円	223,511千円	えびの市
使用制限のある国庫補助金と交付金	113,400千円		
合計	76,864千円	76,864千円	宮崎県
合計	300,375千円	300,375千円	

※平成26年度にえびの市内の事業等に交付された額

◎使用の制限のない交付金（平成26年度）

交付金の種類	交付額
国有資産等所在市町村交付金	2,547千円
国有提供施設等所在市町村交付金	107,564千円
合計	110,111千円

※使用の制限がないため、歳出予算の財源に充てています。

◎使用の制限のある国庫補助金と交付金（平成26年度）

事業主体	補助金等の種類	事業名	事業費	交付額
えびの市	民生安定助成事業補助金	水道施設設置整備事業	133,642千円	66,820千円
	特定防衛施設周辺整備調整交付金	市道東西長江浦線道路改良工事、市道西長江浦演習場線道路改良工事、加久藤中学校プール改修工事	49,444千円	46,580千円
	えびの市合計		183,086千円	113,400千円
宮崎県	障害防止事業補助金	川北川改修工事	85,405千円	76,864千円
	宮崎県合計		85,405千円	76,864千円
えびの市と宮崎県の合計			268,491千円	190,264千円

※事業に係る歳出予算の財源に充てています。

※事業については、基本的に防衛省の事業採択が必要で、県・市（自治体）が財産管理している公共施設の整備等に限られています。

◎過去の主な実績事例

区分	事業名
民生安定助成事業	防災無線放送施設事業、消防ポンプ自動車更新事業、水道施設設置整備事業、文化センター建設事業、王子原野球場整備事業、ゴミ処理施設（美化センター）設置助成事業、飯野地区公民館建設事業、上江地区体育館建設事業、真幸地区体育館建設事業、演習場周辺道路改修事業6路線、その他
特定防衛施設周辺整備調整交付金事業	市道上江出水線道路改良、市道八幡丘公園線道路改良、市道上島内岡元線道路改良、市道湯田永山線、新田水路改修事業、コミュニティ改修事業、遊具施設整備事業、八幡丘公園景観保全事業基金、その他
障害防止対策事業	岡元排水路整備、芋洗谷河川改修工事

市民一人当たりのバランスシート 資産と負債のバランスは

市では、「現金主義・単式簿記」による現行の地方自治体の会計制度に「発生主義・複式簿記」といった企業会計的要素を取り込んだ新地方公

有する資産（財産）と、その資産をどのような財源（負債、純資産）で賄ってきたかを総括的に対照表示した財務書類

です。表内の資産合計額（表左側）と負債・純資産合計額（表右側）が一致し、左右が均衡（バランス）しているこ

とからバランスシートと呼ばれる。市財政課財政係 35・1111（内線382）

今回、平成26年度決算分の財務書類をもとに、市の財政状況を身近に感じてもらえるよう、市民一人当たり換算したバランスシートを作成しましたので紹介します。

バランスシート（貸借対照表）

バランスシートとは、住民サービスを提供するために保

■連結財務書類の対象となる会計・団体・法人

団体・会計の区分		会計名または組織名	
行政サービス実施主体	えびの市	普通会計	一般会計
		公営事業会計	国民健康保険特別会計
	後期高齢者医療特別会計		
	介護保険特別会計（保険事業勘定）		
	介護保険特別会計（介護サービス事業勘定）		
	水道事業会計		
	関係団体	公営企業会計	病院事業会計
		一部事務組合・広域連合	西諸広域行政事務組合
			宮崎県後期高齢者医療広域連合
	地方公社・第三セクター等	宮崎県自治会館管理組合	
		該当なし	

■市民一人当たりのバランスシート

貸方（固定資産や株、預貯金などの資産）	借方（資産を手に入れるために払ったお金と借金）
○土地や建物などの固定資産 214万9千円	○借金（負債） 57万8千円
○株などへの投資 21万3千円	○すでに支払った額（純資産） 204万8千円
○現金・預金 26万4千円	うち国庫・県支出金で支払った額 57万4千円
資産合計 262万6千円	負債・純資産合計 262万6千円

■連結決算日 平成27年3月31日

■総資産合計 545億417万5千円、人口20,752人（平成27年3月31日現在）

土地・家屋の確認ができます 課税台帳等の縦覧・閲覧

平成28年度の固定資産税に関する土地または家屋の価格などについての縦覧・閲覧が、4月1日（金）から始まりま

例えば、「自分の固定資産税がいくらになるのか知りたい」、「自分の土地・家屋と他の土地・家屋の評価額を比較して、適正であるか知りたい」、「今年になって土地を買ったが、その土地がどのよう

※固定資産の評価は、総務大臣が定めた固定資産評価基準に基づいて行われ、その価格を決定し、それをもとに課税標準額を算定します。このよう

35・1111（内線212）

○固定資産課税台帳等の縦覧

固定資産税の納税者が、自己の土地や家屋と他の土地や家屋の評価額（所有者の情報は除く）を比較して、適正であることを確認する制度です。

縦覧期間	4月1日（金）～4月28日（木） 午前8時30分～午後5時15分（ただし、土・日曜、祝日を除く）		
縦覧場所	市税務課窓口（市役所本庁2階）、飯野出張所、真幸出張所		
縦覧対象者と範囲	縦覧対象者	縦覧範囲	記載事項
	土地の固定資産税の納税者（代理人または納税管理人）	土地価格等縦覧帳簿	所在地（地番）・地目・地積・評価額
	家屋の固定資産税の納税者（代理人または納税管理人）	家屋価格等縦覧帳簿	所在・家屋番号・種類・構造・床面積・評価額
縦覧に必要なもの	・納税通知書、課税明細書または運転免許証など本人と確認できるもの、印鑑 ※代理人の場合、委任状の提出が必要です。		
手数料	無料（帳簿の写しの交付はできません）		

○固定資産課税台帳の閲覧

納税義務者は、固定資産課税台帳のうち、自己の資産が記載された部分について、一年を通して閲覧することができます。また、借地人・借家人等も借りている土地・家屋の閲覧をすることができます。

閲覧期間	4月1日（金）～通年 午前8時30分～午後5時15分（ただし、土・日曜、祝日を除く）	
閲覧場所	市税務課窓口（市役所本庁2階）、飯野出張所、真幸出張所	
閲覧対象者と範囲	閲覧対象者	閲覧範囲
	①固定資産の所有者	所有している固定資産
	②土地を有償で借りている人	借りている土地
	③家屋を有償で借りている人	借りている家屋および敷地である土地
	④固定資産の処分をする権利を有する一定の人	権利を有する固定資産
閲覧に必要なもの	・納税通知書、課税明細書または運転免許証など本人と確認できるもの ・閲覧対象者のうち、上記の②③④に該当する人は、それらを確認できるもの（賃貸借契約書など） ・印鑑 ※代理人の場合、委任状の提出が必要です。	
手数料	閲覧は1件につき200円。写しの交付は300円。 ※ただし、縦覧期間中については、無料です（証明書発行を除く）。	



新規就農の野菜農家

立久井友文さん

昨年4月に新規就農

「仕事を探して市外に出て行った友人たちがえびの市に帰ってこれるように、働く場所をつくりたいです」と話すのは、昨年4月に立久井農園に新規就農した立久井友文さん（大溝原）です。

立久井農園では、ホウレンソウやキャベツ、ゴボウなどの野菜を生産しています。灰塚や尾八重野、島内などに点在する畑を、立久井さんを含め家族6人で経営しています。

立久井さんは小林秀峰高校機械科を卒業後、熊本県大津町にある自動二輪車の製作所で4年間働いていました。農業とは全く違う環境で働いていた立久井さんがえびの市に帰ってきた理由は、親孝行のため。「一人暮らしをするようになってから親のありがたみを強く感じるようになりました。私にできる親孝行は何かを考えた結果、えびの市に帰ってきて農業を継ぐことを決心しました」

毎日が勉強の日々

立久井農園の広さは延べ面積で約100ヘクタール。「広いうえに畑も点在しているので、作物の状態を見て回るだけでも時間がかかってしまいます。作業を効率的にこなす技術が求められます。就農当時は、トラクターで畑を耕す時と同じ所を2度も3度も耕して、

時間や燃料を無駄にしていました。父から『仕事全体を見通して作業をしろ』と教わってからは、少しづつ効率的に作業ができるようになりました」

天候に大きく左右される農業。毎日の天気予報チェックが欠かせません。「1日ごとの作業だけでなく、1週間先、1カ月先の作業を考えるため、毎日、天気のリポートなどを記録するようにしています。でも、自然が相手なので思うようにはいきません。1月下旬にえびの市に襲来した寒波は予想外の出来事で



えびのの農業を活性化させたい

した。ホウレンソウが雪を被ったせいで、葉が折れて商品にならなくなったものがたくさんありました。自然の恐ろしさを身にしみて感じ、農業の難しさを学びました。少しでも早めに対策を講じることで、作物が被害にあわないように、もっと天候の勉強をしていこうと思います」

6次産業化に挑戦したい

立久井さんは、作物を育てるだけでなく、今後の展望に6次産業化も視野に入れていきます。「農業の6次産業化は、工場や運送業など経営の多角化することで雇用の創出にもつながります。雇用の場ができれば、Uターンやイターンを考えている人に働く場を提供できます。移住してきて農園で働く人が増えていけば、生産性も向上し、利益も出てくると考えています。そして、えびの市の農業の活性化にもつながると考えています」

「6次産業化で農園が倒産するなどのリスクはありますが、総合的に考えると利益になります。だからこそ、6次産業化に挑戦したいです」と目を輝かせていました。

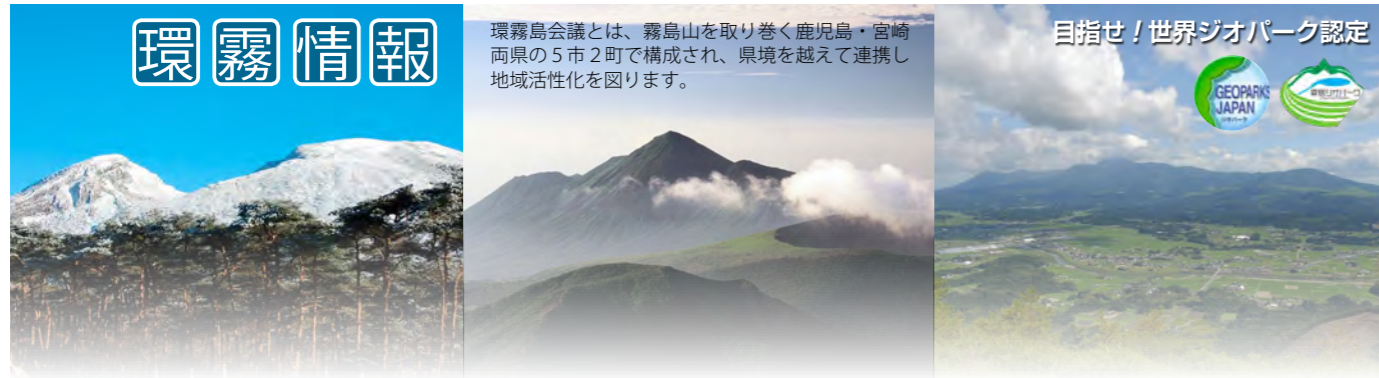


Profile
たちくいともふみ/大溝原/23歳/趣味:魚釣り

環霧情報

環霧島会議とは、霧島山を取り巻く鹿児島・宮崎両県の5市2町で構成され、県境を越えて連携し地域活性化を図ります。

目指せ！世界ジオパーク認定



EVENTS OF KANKIRISHIMA

霧島市

神話の里 桜の集い



- 日時=3月27日(日)
- 時間=午前11時～午後3時
- 場所=神話の里公園
- 内容=園内に植えられた約500本の桜の下で、九面太鼓の演奏やねったぼの振る舞いなど、楽しめるイベントを準備しています。子どもたちに人気のポッポ列車も運行します。

☎神話の里公園
☎0995-57-1711

小林市



まきば桜まつり2016

- 日時=3月26日(土) 正午～午後8時
27日(日) 午前10時～午後3時
- 場所=小林市細野 まきば特設会場
- 内容=物産屋台「さくら市」、ステージイベント、夜桜花火などが行われます。

☎まきばの桜まつり実行委員会事務局
☎0984-22-8684

家庭教育学級通信

真幸認定こども園家庭教育学級では、全保護者に家庭教育学級生になってもらっています。子ども園と連携して、保護者同士が子どもの年齢の枠を越えて気軽に交流しながら学べる保護者向けの講座や、親子での体験学習講座を開講しています。

今年度は、できるだけ多くの保護者に参加してもらうために、親子参加型の企画を多く取り入れました。保護者向けの講座では、専門家を講師に招いての救急法やカラーセラピー講座、クリスマスリース作りを行いました。

保護者同士の会話も弾み楽しい雰囲気の中、交流も深まりました。親子参加型の企画では、視察研修として「イチゴ狩り」や「陶芸教室」を行いました。また、京町温泉夏祭りで沿道に飾る灯籠を親子で作りました。父親の参加も多く、和やかな雰囲気の中で個性的な灯籠が完成。子どもの楽しそうな笑顔が印象的でした。

今後も学級生の皆さんのふれあいの場として楽しんでもらえるように、子育てを通して豊かな人間関係づくりを目指していきたいと思っています。



親子参加型の講座「救急法」を受講する保護者



真幸認定こども園
家庭教育学級長
宮原 利枝さん



今月紹介するのは、ふるさと料理教室の皆さんが作った「えびの産黒豚のロール白菜(みそ風味)」です。

ロールキャベツとはまた違った食感のロール白菜。和風のダシとよく合う一品です。

一口食べると、うま味たっぷりの肉汁が口の中いっぱい広がります。具材と一緒にバターを包むことで、具材に浸み込み、まろやかな仕上がりになります。

料理のポイントには、ロール白菜を鍋に敷き詰める際に、すき間なく並べることが大切です。そうすることで煮崩れを防ぐことができます。



うま味たっぷりの肉汁が口の中に広がる一品

今月の一品 えびの産黒豚のロール白菜

Recipe レシピ

【材料】(4人分)

白菜 4枚、えびの産黒豚ひき肉 200g、ジャガイモ 1個、万能ネギ 2本、白みそ 大さじ 4、バター 50g、A:だし汁 5/2カップ、本みりん 大さじ 2、薄口しょう油 大さじ 1、塩 小さじ 1/2、水溶き片栗粉 適宜、粗挽きコショウ 適宜

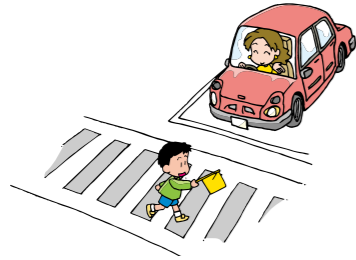
【作り方】

① ジャガイモを小さく切ってゆでる。ネギを小口切りにする。
② 白菜をゆで、芯の厚い部分をそぎ取る。
③ ジャガイモをつぶし、豚ひき肉とネギを混ぜ合わせ、白みそで味付けをする。
④ ③を細く切り、バターと一緒に白菜に包み込む。
⑤ Aを煮立てて、④を入れる。10分程度煮て、水溶き片栗粉でとろみをつける。



ふるさと料理教室の皆さん

思いやりのある運転を



近年、通学中の子どもや歩行中の高齢者などの交通弱者の交通事故または交通死亡事故が多発しています。県内では、昨年の高齢者の交通事故死者数が全体の6割以上を占めています。また、全国的に通学中の児童が被害に遭う交通事故が多発しています。

運転者の皆さん、道路を歩いている子どもや高齢者を見かけた時は、減速・徐行をし、歩行者の動きに十分注意するなど、思いやりのある運転を心がけましょう。

特に横断歩道では、渡ろうとしている子どもや高齢者などを見かけたら、必ず一時停止をして横断させましょう。

2月の交通事故発生状況	人身	7件	本年累計	11件
	物件	23件	本年累計	64件

救急車の適正利用を



3月1日、えびの消防署の高規格救急車が更新されました。以前まで使用していた救急車は、9年間 23万キロを超える距離を、命のバトンをつなぐために一生懸命走ってくれました。

最近、軽い症状でも119番通報をする人が増えています。えびの消防署の救急車は1台しかありません。大事故や命にかかわる病気で救急車を利用せざるを得ない人の命を救うためにも、119番通報をする前に、救急車が必要かどうかもう一度考えてみてください。ただし、救急車が必要かの判断に迫られたときは、迷わず119番通報をしてください。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

2月の活動状況 [えびの消防署管内]	火災	0件	年計	1件
	救急	72件	年計	132件

あんしんねっと

住み慣れた場所で安心して暮らすために



講演会には、約100人が参加しました

高齢者への声かけや見守りが重要

近年、高齢者を取り巻く状況が複雑多様化しています。地域と関係機関が一緒になり、個々の状況に応じた高齢者の見守りや、相談支援の輪がつながり続ける体制の構築が必要となっています。そこで市では、2月26日、「高齢者見守り研修」を開催しました。研修には、栗野病院の永田智行副院長を招き、「高齢者をとりにくく現状」の演題で講演をしていただきました。その一部分を紹介いたします。

一般的に高齢になると孤立しやすい性格になる傾向にあります。さらに配偶者や親しい人との死別などを機に社会的にも孤立しやすくなるといわれています。社会的孤立は、さまざまな身体的もしくは精神的な疾患の発症に影響するのではないかとということが世界的にも取り上げられています。高齢者の単身化は、認知症のほか、うつ病や幻覚妄想などを発症する可能性を引き上げますが、見守りや声かけをすることで、そのリスクを減らすことができる可能性があります。加齢とともに認知症のリスクは高まります。運動や食事といった生活習慣の改善で危険因子を減らし、早い段階から自助努力による認知症の予防を行うことが大切です。

社会的孤立・自殺予防のための見守り、介護者との連携の強化や介護者の心的サポートの体制強化が、私たちが明日からできることではないでしょうか。文：地域包括支援センター

くらしのメモ



点検商法には、ご注意ください！

点検商法とは、「点検に来ました」「無料で点検します」などと言って突然訪問し、「工事をしないと危険です」「この布団だと健康を害します」など事実と異なることを言っていて不安をおおきく、高額な工事や商品の契約をとりつけるものです。点検商法のなかには、公的機関の職員や関係者などのふりをして訪問する、いわゆる「かたり商法」もあります。

「被害を防ぐためには」
・突然の訪問者には警戒し、公的機関の名前を出されても身分証の掲示を求める
・家に入ると断りづらくなるので、むやみに家に入れない
・契約は、即決せず複数の業者から見積もりをとるなど慎重に行う
・不安になったときは、家族や信頼できる知人に相談する
・必要のないものは毅然とした態度で断る

〇あいまいな断り方はやめましょう

良い断り方(例)	悪い断り方(例)
・いりません ・必要ありません ・必要ないので契約しません ・今後の勧誘は一切お断りします ・興味が無いのでお帰ってください など	・結構です ・いいです ・考えておきます ・忙しいのでまた今度などに

【問い合わせ】
宮崎県消費生活センター都城支所 ☎ 0986-24-0999
市民環境課生活環境係 ☎ 35-1111 (内線 286)

いきいき!健康



まず、野菜一皿から先に食べましょう

野菜には、ビタミン、ミネラル、食物繊維など、体の調子を整えてくれる大切な栄養素が多く含まれています。野菜に含まれる食物繊維には、体内でコレステロールの吸収を妨げ、血糖値を上がりにくくする働きがあるため、動脈硬化や糖尿病を予防するといわれています。

食物を食べると、食物中の糖質により血液中の血糖が上昇します。上昇した血糖を一定の濃度に保つためにインスリンというホルモンが分泌されます。食事の際、炭水化物(ご飯)から食べるよりも「野菜料理を一皿先に食べる」とことで、野菜に含まれる食物繊維の働きにより胃から十二指腸への食物の移動は遅くなります。その結果、糖質の分解・吸収は遅くなり、食後の急激な血糖上昇が抑えられ、血糖をゆっくり上昇させることとなります。血糖がゆっくり上昇するとインスリンの

量も少なくて済みます。また、野菜から「よくかんでゆっくり食べる」ことで満腹感が得られ、食べ過ぎを防ぐことにもつながります。ちよっと意識して「ゆっくり食べる」ことを心がけてみましょう。ぜひ、毎食の食事に野菜料理を取り入れて、食べる順番を工夫してみてください。 ※治療等で食事制限のある人は医師の指示にしたがってください。

文：市健康保険課 後藤栄養士

お知らせ

I will inform you.

引越しの際は住所の異動手続きを忘れずに

住所の異動届(転出届・転入届・転居届など)は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登載などにつながる大切な手続きです。

入学、転職、転勤などによる引越しで住所を異動する人は、必ず届出を行ってください。

転入・転居の際は、「通知カード」「マイナンバーカード(個人番号カード)」「住民基本台帳カード」の住所書き換えも忘れないようにお願いします。転出の場合は、転出先の市区町村で各カードの住所書き換えを行ってください。

住所の異動届と「通知カード」の住所書き換えは、本庁市民環境課または飯野・真幸出張所で手続きできます。

「マイナンバーカード」と「住民基本台帳カード」の住所書き換えは、本庁市民環境課でのみ可能です。

問市民環境課 市民・年金係
☎35-1111 (内線272)

4月2日は世界自閉症啓発デー 4月2日～8日は発達障害啓発週間

世界自閉症啓発デーは、自閉症を広く理解してもらい、自閉症とその家族が安心して暮らせる社会になることを願って国連により定められました。

自閉症の特徴として、言葉の発達の遅れ、コミュニケーションの障害、こだわり、パターン化した行動などがあり、3歳までには何らかの症状が見られます。自閉症は、自分の殻に閉じこもっている状態や親のしつけ、教育が原因だと思われることがありますが、これは正しくありません。自閉症は、脳機能の障害によるものと考えられています。

発達障害には自閉症の他に、広汎性発達障害、注意欠陥多動性障害などがありますが、いずれも早期発達支援が大切です。発達障害に早く気づき適切な療育・支援を行うことで、社会に適応する能力を身に付けることができ、よりよい成長につながります。

もし、子どもの様子で気になることがあるときは発達障害者支援センターにご相談ください。

問宮崎県都城発達障害者支援センター
☎0986-22-2633

入院時の食事代が変わります

平成28年4月1日から、国民健康保険法等の一部改正により、入院時食事療養費の食事療養標準負担額および入院時生活療養費の生活療養標準負担額が、1食につき360円(現行260円)に上がります。これは、入院と在宅療養の負担の公平を図ることを目的に行うものです。

ただし、低所得者の負担額は引上げないこととするほか、指定難病の患者または小児慢性特定疾病患者、精神病床に長期入院で一般所得区分に該当する人については、現行の1食につき260円を据え置くこととなります。

【入院時食事代標準負担額(1食あたり)】

一般	360円
住民税非課税世帯 低所得者Ⅱ	90日までの入院 210円 過去12カ月で90日を超える入院 160円
低所得者Ⅰ(世帯全員の総所得が0円の人) ※70歳以上の人のみ	100円

※平成30年4月1日以降は、1食360円から1食460円に段階的に引き上げとなります。

問市健康保険課 医療保険係
☎35-1111(内線273)

パート職員を募集

市では、パート職員(企画課勤務)を募集します。

【募集人員】1人

【報酬】760円(時給)

【保険等】社会保険あり

【勤務時間】午前9時～午後4時(月曜～金曜)

※祝日、年末年始は除く

【雇用期間】4月11日～平成29年3月31日

【業務内容】統計調査等の事務補助

【応募方法】市様式の履歴書に必要事項を記入のうえ、企画課まで提出 ※企画課希望と明記すること

【応募締切】4月8日(金)まで

【選考方法】書類選考と面接

【その他】市議会の予算承認が雇用の前提となります。

申・問市企画課 政策係
☎35-1111 (内線321)

おすすめの一冊



山野草を食べる

奥田 重俊 / 監
(講談社)



こきげんないおん

村岡 花子 / 訳
(福音館書店)

身近な自然に目を向けると、フキ、ツクシ、タンポポなど食べられる山野草が多いことに驚かされます。

この本では、食べられる山野草132種、きのこ30種を美しいカラー写真で紹介しています。採取時期や生育地、特徴、料理法などが一目でわかる1冊です。

春の息吹を求めて、身近にある野原や山、空き地などに歩いてみてはいかがでしょうか。

【最近入ったおすすめ本】

- 「死んでいない者」 滝口 悠生 著 文藝春秋
- 「異類婚姻譚」 本谷 有希子 著 講談社
- 「夏の森 詩集」 銀色 夏生 著 KADOKAWA
- 「にっぽんクルマ旅九州」 昭文社
- 「哲学用語図鑑」 田中 正人 著 プレジデント社

えびの市民図書館

☎35-0242 <http://www.e-tosho.com/ebino/index.html>

■開館時間 ■ 火曜日～土曜日 / 午前9時～午後7時 日曜日・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)

◎イベント

雑誌処分展

- 日程=4月23日(土)～5月8日(日)
- 場所=市民図書館玄関
- 内容=古くなった雑誌等を処分します。欲しい人はご自由にお取りください。※英字新聞については、数が少ないので、カウンターにお申し込みください。

土曜シネマ

- 日時=4月30日(土) 午後1時30分～
- 場所=市民図書館学習室
- 参加料=無料
- 内容=「おじゃる丸 満月ロード危機一髪」

◎4月のスケジュール

月間行事	複製絵画展2016(歴史民俗資料館 4/2～4/17)
2 土	おはなし会 10:30～11:30
4 月	休館日
6 水	移動図書館車巡回③(岡元小を除く) 14:05～15:15
7 木	移動図書館車巡回④ 15:30～15:55
8 金	移動図書館車巡回⑤ 14:05～15:15
9 土	おはなし会 10:30～11:30
11 月	図書館休館日
13 水	ブックスタート(1歳児に絵本配布) 移動図書館車巡回① 14:05～15:15
15 金	移動図書館車巡回② 15:30～16:30
16 土	おたのしみおはなし会(予定) 10:30～11:30
18 月	休館日
20 水	移動図書館車巡回③ 13:20～15:15
21 木	移動図書館車巡回④ 15:30～15:55
22 金	移動図書館車巡回⑤ 14:05～15:15 喫茶ふら〜っと 9:45～11:00 パン・野菜・手芸品等の販売 9:45～11:00
23 土	おはなし会 10:30～11:30 年間多読者表彰式 13:30～
25 月	休館日
27 水	館内整理日(休館日) 移動図書館車巡回① 14:05～15:15
29 金	移動図書館車巡回② 15:30～16:30

※おはなし会:乳幼児10:30～11:00、4歳以上11:00～11:30

※移動図書館巡回:①「飯野駅前地区体育館→飯野出張所」②「麓橋団地→自衛隊官舎」③「岡元小学校→市立病院→さくら苑」④「老人福祉センター」⑤「飯野地区コミュニティセンター→警察署官舎」

心の一首一句

あなたもつくってみませんか。

俳句

池巡り締めは温泉山笑ふ
白鳥 松山夢真

山のみどりを満喫し温泉でリフレッ
シユ!(自註)

詩

春模様
番犬の
みんなが泣いた
注射の日
金持たず
市をさまよう
春しぐれ
子とひよこ
会話ふくらむ
小屋の中
じゃがいもを
洗いし子から
カレーつく

中島 根本風柳

短歌

侘助の恥らうがごとゆれ咲きて
薄紅色の愛しかりけり
下浦 亀澤尚子

やわらかな陽射しを浴びて弥生の花々は
咲く。花に風と言つように春の三寒四温
の風雨に耐えながら椿の品種の侘助も小
さく葉裏に傳げに咲く。春の花は風の中
に咲く運命なのかと思つ花への愛と人生
の行路に重ね合わせる作者が居る。やさし
く、すばらしい詠である。(評:竹下妙子)

申請を受け付けています『平成28年度タクシー利用料金助成事業』

市では、平成28年度分の「タクシー利用料金助成事業(タクシー利用料金の一部を助成する制度)」の申請を受け付けています。

【助成対象者】次のいずれかに該当する人

・えびの市在住で、住民登録があり、市税等の滞納がない65歳以上の人

・えびの市在住で、住民登録があり、市税等の滞納がない16歳から64歳の人で、運転免許証または自動車を持っていない人

【申請方法】申請書を市企画課政策係または飯野・真幸出張所へ提出してください。申請書は、市ホームページ(<http://www.city.ebino.lg.jp/>) からダウンロードするか、市企画課政策係、飯野・真幸出張所で取得することができます。

【助成方法】助成対象者には、『助成対象者証』と『タクシー利用券』を送付します。タクシー利用時に、タクシー利用券を運転手に渡してください。

【助成額】タクシー料金が580円から820円の場合は、タクシー料金から580円を差し引いた額。タクシー料金が900円以上の場合は、タクシー料金の約3割を助成します。ただし、助成額は1,000円が上限です。

【交付限度枚数】年間48枚を限度に、申請月に応じて交付【有効期限】平成28年度は、平成29年3月31日まで※翌年度に繰り越して使用することはできません。

【利用可能区間】えびの市内に限ります。市外からの移動や市外への移動には、利用できません。

【その他】タクシー利用券は、家族や他人に譲ることはできませんが、同乗することは可能です。

この制度は、市福祉事務所が行っている『福祉タクシー利用券』の制度とは別の制度ですが、両方を同時に利用することは可能です。

申・問市企画課 政策係

☎35-1111(内線322)

第30回えびの京町温泉マラソン大会 参加者およびボランティアを募集

えびの京町温泉マラソン大会実行委員会では、「第30回えびの京町温泉マラソン大会」の参加者およびボランティアを募集しています。霧島山や川内川を眺めながら、えびのの大自然を駆け抜けてみませんか。



また、ボランティアとしてご協力していただける人は、市観光商工課までお問い合わせください。

【開催日】5月15日(日)

【時間】[受付] 午前6時30分～ [競技スタート] 午前9時

【種目と参加費】

種目	参加費
ハーフ(高校生以上)	4,100円
5km(高校生以上)	3,100円(高校生2,000円)
3km(中学生以上)	3,100円 (高校生2,000円、中学生1,500円)
1.5km(小学生のみ)	1,500円
3km親子	4,200円 (1人増えるごとに1,100円加算)
チーム対抗参加	無料

【メイン会場】グリーンパークえびの・芝生広場

【参加資格】独力で完走できる小学生以上の健康な人

【申込方法】

[郵便振替の場合] 申込書兼振込取扱表に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて郵便局でお振り込みください。

[インターネット申込の場合] 次のURLからお申し込みください。

ランネット: <http://runnet.jp/>

スポーツエントリー: <http://www.sportsentry.ne.jp>

エムスポエントリー: <http://www.msपो.jp/>

【申込締切】4月10日(日) ※郵送の場合は、当日消印有効

申・問えびの京町温泉マラソン大会実行委員会(市観光商工課内)

☎35-1111(内線331・332)

平成28年度労働基準監督官採用試験受験者を募集します

宮崎労働局では、平成28年度労働基準監督官採用試験受験者を募集します。

【受験資格】

(1) 昭和61年4月2日～平成7年4月1日生まれの人

(2) 平成7年4月2日以降生まれで以下にあてはまる人

①大学を卒業した人および平成29年3月までに大学を卒業する見込みの人

②人事院が①と同等の資格があると認める人

【試験の程度】大学卒業程度

【申込方法】インターネット専用申込URLから申し込むか、宮崎労働局総務部総務課人事係まで必要書類を郵送で提出してください。

【インターネット申込専用URL】<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

【受付期間】

[インターネット申込] 4月1日(金)～4月13日(水)

[郵送または持参] 4月1日(金)～4月4日(月)

※郵送または持参の場合は、受付期間が短くなりますので、ご注意ください。

詳しくは、厚生労働省ホームページ(<http://www.mhlw.go.jp/general/saiyo/kantokukan.html>)でご確認ください。

問 宮崎労働局 総務部 総務課 人事係

☎0985-38-8820

ご参加ください 宮崎県ふるさと就職説明会

宮崎県では、宮崎労働局と共催で、人材を求める県内企業とUターン就職希望者、新規学校卒業予定者の出会いの場として、「宮崎県ふるさと就職説明会」を開催します。

【会場・日時】

会場	日程	場所
東京会場	4月3日(日)	東京交通会館(千代田区有楽町)
福岡会場	4月10日(日)	天神ビル(福岡市中央区)
大阪会場	4月16日(土)	大阪駅前第3ビル(大阪市北区梅田)

【開催時間】午後1時～午後4時 [受付] 正午～

【対象者】①Uターン就職希望の一般求職者、②平成29年3月大学等卒業予定者 ※②は、企業概要の説明のみ

【参加企業】県内に事業所等を有し、県内で就業する人材を募集する企業。詳しくは、県庁ホームページ(<http://www.pref.miyazaki.lg.jp/>)で確認してください。

【参加手続】事前手続き等は不要です。 ※参加無料

【内容】企業との個別面談会、各種相談コーナー(人材バンクコーナー、ハローワークコーナーほか)

問 宮崎県 地域雇用対策室

☎0985-26-7105



◎今月の表紙

3月6日に行われた、香取神社・天宮神社打植祭での狂言(打植)の様子。

今月の納税

納税は口座振替が便利です。

手続きは、金融機関または市役所でできます。

※通帳と銀行印を持参してください。

人口 19,309人(前月比-308人)

男性/ 9,087人(-97人) 女性/ 10,222人(-211人)

転入/ 32人 転出/ 128人

出生/ 9人 死亡/ 35人

世帯数 8,479世帯(前月比-401世帯)

(平成28年3月1日現在)

※「人口」と「世帯数」については、今月より平成27年国勢調査速報値を反映しています。

特集の取材をとおして、大規模災害の発生時に冷静な行動をとるためには、日ごろの備えが重要だと改めて感じました。私の家もしっかりと対策を講じようと思います。(平松)

新規就農者の立久井さんの取材に行ってきました。尾八重野にある畑の広大さに驚きましたが、立久井さんの夢の大きさにも驚かされました。(東)

Editor's

新



写真:ハルリンドウ(平成27年5月1日)

「ハルリンドウ」

ハルリンドウの花は直径2cmほど。気をつけていないと見逃してしまうほど小さな花です。

シ ジュウカラヤホオジロがさえずり、霧島山に春の訪れを感じるようになりました。

花の季節の先陣を切るのは黄色いマンサクの花です。一方、足元では小さな星のような形のハルリンドウの花があちらこちらに咲き始めています。

ハルリンドウの花は直径2cmほど。気をつけていないと見逃してしまうほど小さな花です。日当たりのよい草地に多く、山登りの途中で腰を下ろして休憩すると、この花が咲いているのに気づくことがあります。花の色は青紫色から淡い水色が主ですが、まれにピンク色や白色のものもあります。

花期は長く、3月の中旬から咲き始め、韓国岳では6月上旬ごろまで見ることができます。天気の良い日には花を開き、曇りや雨の日には閉じています。

(文/えびのエコミュージアムセンター)

ハルリンドウ
Gentiana thunbergii

リンドウ科リンドウ属