

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。

広報

8 2019  
AUG  
vol.634

Ebino city  
Public relations

特集

住み慣れた地域で自分らしい  
生活を送るために

今月の掲載記事

えびの市消防団夏季点検・操法大会  
TOPICS

pick up information

Face 人 桑原明さん





## はつらつ百歳体操の取り組み

### 自治会

- 会場：主に自治公民館
- 時間：週1回 約1時間
- 内容：おもりを使った体操・脳いき活動（レクリエーションやゲーム）

#### <効果>

- ①筋力低下予防・筋力アップ⇒体力がつき、疲れにくく、動きが早くなる
- ②認知症予防⇒指体操やゲームで脳の活性化
- ③心が元気になる⇒気持ちが明るくなり、外出が楽しくなる
- ④社会参加⇒地域の人と交流、お互いに何らかの役割を持てる

### <運営>はつらつサポーター



### 市地域包括支援センターの役割

- 初期支援（4回）：立ち上げは市地域包括支援センターが支援します
- 効果測定（3、9カ月目）：握力、TUGを測定します  
※ TUGは椅子から立ち上がり3m歩いて戻って椅子に座るまでの時間
- 継続支援（9カ月目以降6カ月毎）：健康講話、希望時測定

#### <はつらつサポーター養成講座>

- ・1回（2.5時間）×5回のプログラム  
4回以上出席した人に、認定証と写真付き名札を渡します
- ・「えびの市はつらつサポーター連絡会」会員になり、ボランティア保険に加入し、年数回連絡会の研修に参加、自分の健康管理に役立つ学習、百歳体操運営に役立つ情報交換を行っていきます



はつらつ百歳体操をするために自治公民館に集まる参加者

住み慣れた地域で自分らしい生活が続けるために

人生100年時代と言われるようになりました。日本の平均寿命は84・18歳で世界でもトップです。

最近では健康寿命という言葉をよく聞きます。健康寿命とは健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。平均寿命だけでなく、健康寿命を延ばすことが大切であると言われます。健康寿命と平均寿命の差は自分が望む自分らしい生活ができない期間になるわけですが、男性で8・8年、女性で12・3年もあると言われています。

介護予防に取り組むことで、健康寿命を延ばし、住み慣れた地域で自分らしい生活を長く続けることができます。えびの市の介護予防の取り組みとして、自治会単位で行っている住民運営による「はつらつ百歳体操」があります。はつらつ百歳体操では、筋力向上を目的としてDVDを見ながらおもりを手や足につけて行う体操と、認知症予防のための脳いき活動を中心に行っています。脳いき活動は各会場でさまざまな工夫をしながら楽しく取り組まれています。



## 百歳体操の実施状況と参加数

百歳体操の取り組みは、平成26年度に始まり、以後取り組む自治会が増えています。

平成26年度に8自治会、27年度に17自治会、28年度に21自治会、29年度に6自治会、30年度に7自治会、今年度に入ってから1自治会が取り組みを始めています。複数会場で行っている自治会および自主運営を含めると現在62会場で行われています。



今年4月から始めた亀沢自治会

すでに始めてから4年6か月以上たつ所から始めて4か月の所までさまざまです。

市地域包括支援センターが6か月毎に把握している参加数を中学校区毎に左の表に示しています。3年以上経過している会場では体調の変化や運転免許返納などで参加できなくなる人も目立ち、会場数は増加していますが参加者数は平成29年度をピークに横ばいです。

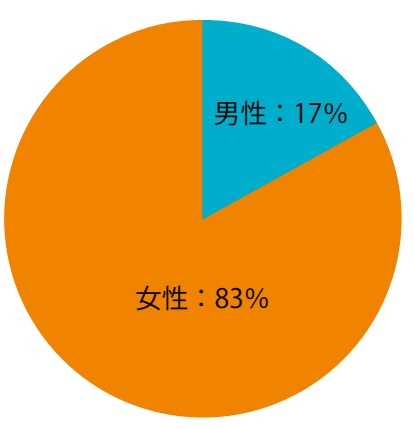
運営を担うはつらつサポーターは、会場により1人から10人までばらつき

○はつらつ百歳体操参加者数（令和元年6月末現在）

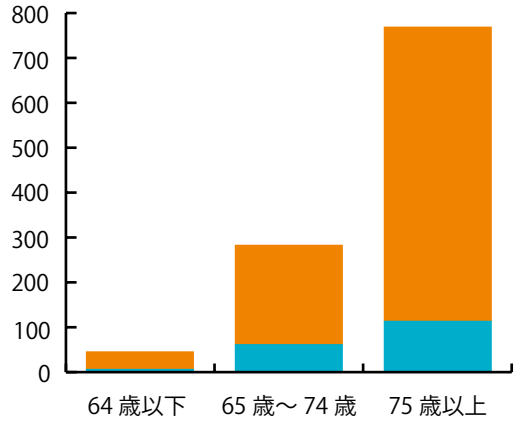
| 地区  | 会場数 | 運営を担うはつらつサポーター数 | 参加者数  |
|-----|-----|-----------------|-------|
| 飯野  | 19  | 101人            | 358人  |
| 上江  | 9   | 50人             | 144人  |
| 加久藤 | 16  | 78人             | 297人  |
| 真幸  | 18  | 94人             | 298人  |
| 計   | 62  | 323人            | 1097人 |

があります。はつらつサポーター養成講座は平成

○参加者の男女別割合



○年齢区分別参加数



26年度から14期行い、385人が受講しました。現在323人が活動しています。

サポーターは、自分の健康増進と地域への社会貢献という気持ちで、ボランティア活動をしています。サポーターがいることで、毎週の百歳体操が単純なおもり体操だけにならず、脳いき活動のゲームや指体操などで笑いと楽しさを演出して、認知症予防の実践の場になっています。

参加者を男女別に見ると、女性が83%で圧倒的に多くなっています（右ページ参照）。

参加者の年齢は53歳から96歳で、平均年齢は79歳となっています。年齢を大きく64歳以下、前期高齢者（65歳から74歳）、後期高齢者（75歳以上）に分けてみると後期高齢者が多いことがわかります（右ページ参照）。

運営を担うはつらつサポーターの年齢は55歳から90歳で平均年齢は73歳です。

## 百歳体操の効果

筋力アップの変化を握力とTUG（椅子から立ち上がり3m歩いて方向転換し戻ってきて座るまでの時間を見る）で見えます。

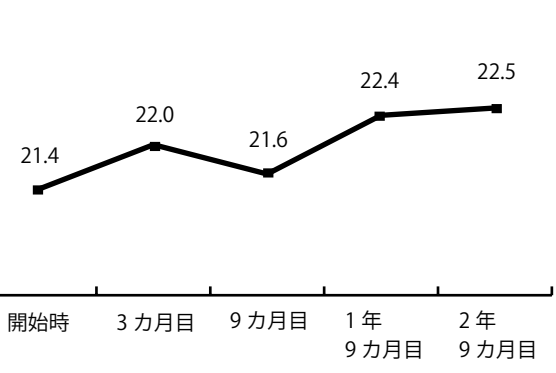
初期支援の2回目、3カ月目、9カ

月目、1年9カ月目、2年9カ月目と測定しています。5回測定できた人の2年9カ月目までの平均値の変化を次のグラフ1・2に示しました。筋力の指標といわれる握力は増加し、TUGの時間は短縮しています。TUGの時間の短縮は、日常生活動作の時間が早くなっていることを意味します。これは毎週公民館で体操や脳いき活動のリズム体操等を行うことで、筋力やバランス力が好転した結果、歩行や姿勢が安定し、動きやすくなったことを示しています。

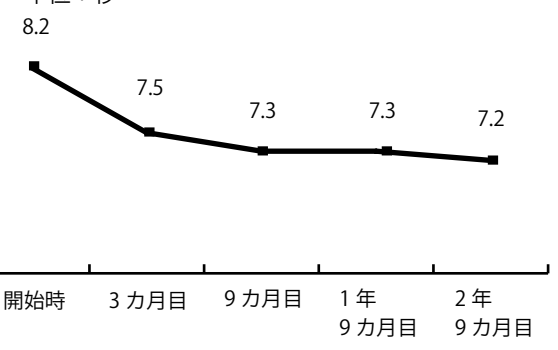
筋力やバランス力の好転は、年齢が高くても見られます。下段のグラフ3・4に93歳男性の人の変化を示しました。ほぼ休まず参加している人です。好転の秘訣は、休まず参加することです。平均で月2・5回以上参加している人の好転率は高いという結果も出ています。

百歳体操はテレビを見ながら行うおもりを使った体操です。テレビを見て、説明を聞き、足や手などの正しい動作を自分自身で確認しながらできることもポイントです。おもりは1本200gの鉄棒を自分の体調の状況などに合わせて増やしていきます。おもりを左右1本ずつ入れ替えている人でも筋力はアップしていきま

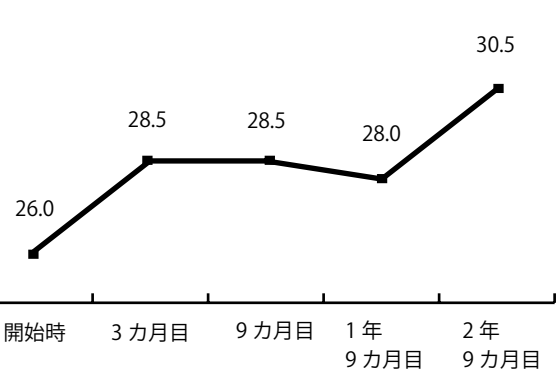
○グラフ1 5回測定できた人の握力の平均値の変化 単位：kg



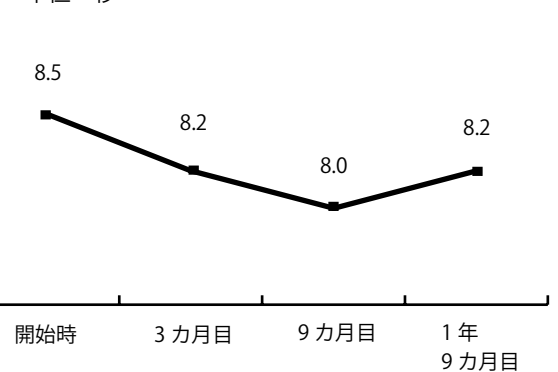
○グラフ2 5回測定できた人のTUG(3m往復歩行)の平均値の変化 単位：秒



○グラフ3 93歳男性 握力の変化 単位：kg



○グラフ4 93歳男性 TUG(3m往復歩行)の変化 単位：秒



はつらつサポーター連絡会で新しい体操を覚えます



す。

体力面の効果はほぼ全員の人に見られます。途中でケガや体調不良で後退してもその後、継続して参加している人は、また、徐々に好転しています。

また、参加者自身、杖がいらなくなった、高いところの物が平気で取れるようになった、重たいものも昔のようには持てるようになった、肩こりがなくなった、疲れにくくなったなどと感じています。



百歳体操前に血圧測定をします

じています。

こうした体力面の効果のほかに、週1回地域の中集える場所ができることで、生活にリズムが生まれます。サポーターに血圧を測ってもらうことで、自分の体調を確認する機会ができ、リズム体操やゲームなどの脳いき活動で大いに笑い、おしゃべりや情報交換を気軽に楽しむことができるようになっていきます。



思い出のスカイラインに合わせて体操（田代自治会）



旗揚げの脳いき活動（南原田自治会）



お手玉で脳いき活動（亀沢自治会）



体操後にたんらん（榎田自治会）

そして、たまに休んだ人へは、帰りに家に寄り声を掛けたり、忘れやすい人へは、前の日に声掛けするなどお互い様の関係もできているように見受けられます。

### 百歳体操の効果が介護保険制度へ現れているか

百歳体操の実施年数別に自治会を分けて、平成30年度の高齢化率や要介護認定率を見たのが下表です（集計の時期や方法等が異なるものもあります）。

平成26・27年度に百歳体操を開始し、3年以上継続している自治会は25自治会あります。25自治会の人口の合計は10313人で高齢化率が41・6％となり市全体とほぼ等しくなりますが、要介護認定率は20・0％で、市全体より低い結果になっています。

平成28年度に百歳体操を開始した自治会は21自治会で合計人口は4339人、高齢化率は46・1％と市全体より高く、要介護認定率は20・6％で市全体とほぼ等しい結果になっています。平成29年度以降に百歳体操を開始および未実施の自治会等の合計人口は4663人、高齢化率は37・6％と市全体より低いのですが、要介護認定率は23・1％と市全体より高い結果になっています。

### ○実施年数別の高齢化率と要介護認定率

| 百歳体操実施年数                | 自治会数         | 人口現在   | 高齢者数  | 内要介護認定者数 | 高齢化率  | 認定者数割合 |
|-------------------------|--------------|--------|-------|----------|-------|--------|
| 3年以上（H26・H27年度開始）       | 25自治会        | 10313人 | 4286人 | 857人     | 41.6% | 20.0%  |
| 2～3年（H28年度開始）           | 21自治会        | 4339人  | 2001人 | 412人     | 46.1% | 20.6%  |
| 2年未満（H29・H30年度開始および未実施） | 19自治会および未加入者 | 4663人  | 1754人 | 406人     | 37.6% | 23.1%  |
| 市全体                     | 65自治会および未加入者 | 19317人 | 8041人 | 1667人    | 41.6% | 20.7%  |

要介護認定を新規に受ける人の平均年齢は83歳前後ですが、平成30年度に新規に認定を受けた人を百歳体操に参加している人と参加したことのない人に分けて平均年齢を見てみると、百歳体操に参加している人は約1歳年齢が高くなっています。百歳体操に参加することで、元気に過ごせる期間が延びたといっても良いのかもしれない。現在デイサービスやデイケア、ヘルパー訪問等の介護サービスを利用しながら、百歳体操に参加している人が100人前後います。地域のひととの交流や体力づくりも続けながら、今の暮らしを維持できるようにすることが大切です。

介護サービスを利用するようになって百歳体操に参加してください。 **今後に向けて**

百歳体操を早く始めた会場は5年目を迎えています。歩いて参加していた人が参加できなくなったり、公民館まで車を使っていたけれど免許を返納することになって参加できなくなったりと、移動の問題が大きな課題になっています。

また、その日の体調や気分、性格などさまざまな人がいるということをお互いが認め合うことが必要になって

きています。

人口減少と高齢化は進んでいきます。百歳体操の参加者もサポーターもその渦中にいます。今できることと来年、再来年、5年後にやりたいこと、なりたい自分には差があると思いますが、今の自分ができる範囲で、自分にとって良いと思えることをしてみよう。

一度も百歳体操をのぞいたことのない人は、近くの公民館、または飯野の高齢者プラザ、加久藤や真幸のコミュニティセンターでも行っていますので、ぜひ、のぞいて、良かったら体験してみてください。

高齢者プラザでは水曜・木曜の午後、加久藤地区コミュニティセンターでは水曜の午後、真幸地区コミュニティセンターでは水曜の午前に、百歳体操を行っています。

今後は、直面する問題に一つずつ行政や市民が真摯に向き合いながら、元気な高齢者が核になり、自分自身のみならず地域の皆さんの健康度アップ・地域づくりに努力することが大切な時代です。



# 高齢者等の生活支援を担う暮らしねっとサポーターの養成に取り組んでいます

少子高齢化が進むえびの市で、ますますニーズの高まっている高齢者等の日常生活支援については、社会保障費や介護の担い手が不足している中、できるだけ住民やボランティアの主体的な互助活動で支えていく必要があります。

そこで、日常生活支援の担い手となる人材を育成し、新たな生活支援ボランティア団体の立ち上げにつなげることを目的として、「第1回暮らしねっとサポーター養成講座」を実施しました。講師は生活支援コーディネーターの栗下氏（えびの市社会福祉協議会）で、6月から7月にかけて4回行いました。

講座参加者は、はつらつサポーターを中心として26人の参加申し込みがありました。最後の講座まで平均20人程度の高い参加率を維持しました。

【第1回講座】  
人口ピラミッドや平均寿命、高齢化率などの統計データにより市の現状について説明を受け、住民自らが生活支援を行っていくことの必要性を認識してもらいました。

また、自己紹介を兼ねて「10年後20年後の私の紹介」というテーマでグループワークを行いました。

各参加者に、高齢者となった自分や周囲の状況についてイメージしてもらいましたが、家族や近所については将来手助けが必要になっていくだろうという予想をする反面、参加者自身は多少の不自由があるもののまだ元気で、手助けをする側であるだろうという前向きな意見が多く出ました。

【第2回講座】  
具体的な支援のニーズと、参加者自身の活動への適性をイメージしてもらうために、「新・助け合い体験ゲーム」というカードゲームを使用して、「近隣の助け合い体験」や「ニーズの掘り起こし」「担い手の掘り起こし」の体験ゲームを行いました。

このワークを通じて、多くのニーズがある支援活動や、引き受けてもらうのが難しい支援活動が浮かび上がりました。また、参加者それぞれが、考えてみれば自分にはこれができるな、という気付きを得ることができました。

## 自分らしい生活を送るために

住み慣れた地域で自分らしい生活を送るための取り組みの一つが百歳体操です。体操で元気になることはもちろんですが、地域に集まる場ができたことが一番大きな成果となっています。この場の運営をしているのははつらつサポーターです。はつらつサポーターは、参加者が元気になるのがうれしい、楽しそうに参加してくれるのがうれしいとやりがいを感じ、参加者と支え支えられる関係になっています。

年を重ねるごとにできないことが増えていきます。ほんのちよつとの困りごとを支援するために暮らしねっとサポーターの人材育成も始まりました。高齢化とともに増えている認知症高齢者を地域で支えるための認知症サポーター養成講座も子どもから大人までを対象に市内各地で行っています。

今後、自分自身が健康でいる努力とともに元気なうちは周りを支えるというスタイルが求められつつあります。健康寿命を延ばし自分らしくいきいきと日々の暮らしを楽しみましょう。

【問】市介護保険課 地域包括支援センター

☎ 35・1112（課代表）

## 自分らしい生活を笑顔で



講師の話に熱心に聞く受講者

いざ助け合い活動を開始しようとした時に考えるべき内容を具体的に意識してもらうために、先進地の事例を学習したり、コミュニケーションや助け合い活動、移動サービスについての講義を行いました。



グループワークに取り組む受講者

また、4回中3回以上講座に出席した21人の参加者については、修了証と名札を授与しました。講座修了者には今後も、「できることを、できる範囲でできる時に」無理なく行える助け合い活動の創出に向けて、フォローアップを行う予定です。

市では初めての試みであり、スタッフも試行錯誤しながらの講座運営でしたが、参加者のモチベーションの高さにも助けられ、無事全4回の講座を終了することができました。

今後、11月から12月にかけて、第2回講座の実施を予定しています。地域でできるちよつとした助け合い活動に興味のある人は、ぜひ、ご参加ください。



■えびの市消防操法大会結果

| ポンプ車の部     |       |                 |  |
|------------|-------|-----------------|--|
| 優勝         | 3分団1部 | 京町、上向江          |  |
| 準優勝        | 2分団7部 | 中島              |  |
| 3位         | 1分団2部 | 飯野麓             |  |
| 小型ポンプの部    |       |                 |  |
| 優勝         | 2分団6部 | 東川北、榎田、牧の原      |  |
| 準優勝        | 3分団3部 | 中浦              |  |
| 3位         | 3分団5部 | 上島内             |  |
| 小型ポンプ積載車の部 |       |                 |  |
| 優勝         | 3分団7部 | 下島内             |  |
| 準優勝        | 2分団1部 | 松原、前松原、麓        |  |
| 3位         | 3分団2部 | 水流、東・中内堅、南・北昌明寺 |  |
| 4位         | 2分団3部 | 西長江浦上・下         |  |
| 5位         | 1分団8部 | 田代、出水           |  |
| 6位         | 3分団8部 | 西川北             |  |

■優勝した部に話を聞きました



第3分団第1部 奥松仁 部長  
人数が少ない状況で、毎日練習しました。優勝できてほっとしています。家族の支えやみんなが頑張ってくれたことが結果につながったと思います。



第2分団第6部 松岡寿幸 部長  
優勝をねらって、雨が降る中、毎日練習してきました。みんな頑張ってきたのが結果になってうれしいです。



第3分団第7部 吉元直樹 班長  
初めて連覇することができました。団員全員が助け合って、家族などにも助けてもらって優勝することができました。



# えびの市消防団 夏季点検・操法大会

7月7日、池島地区の水辺の築校でえびの市消防団夏季点検・操法大会が行われました。大会には、各地区の消防団32チームが参加。ポンプ車の部、小型ポンプの部、小型ポンプ積載車の部に分かれ、日ごろの訓練の成果を競い合いました。この大会は、消防操法技術の向上を図ることを目的に毎年行われています。

競技は、水利から3本のホースを結合して放水し、火点が倒れるまでのタイムを競います。審査では、敬礼や号令などの規律、的確機敏な機械器具操作なども総合的に採点されます。各地区の消防団員は、仕事が終わった後や早朝などに集まり、この大会に向けて訓練を積み重ねてきました。





7/21

霧島・えびの高原エクストリームトレイル



### 霧島の自然を走破

第7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・えびの高原の文化および自然環境の素晴らしさや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。

悪天候のため、ロングコースは約37kmに短縮されましたが、ロング・ショートコースに、国内外から840人が挑みました。

7/16

企業立地協定調印式



### えびの初の木材チップ工場

市と九州丸和林業株式会社が企業立地協定を締結しました。これは、地域経済の発展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。同社は、原田地区に工場を新設し木材チップの製造を行います。

同社代表取締役社長北岡幸一氏は「えびの工場では、バイオマス発電所で使用する燃料用の木材チップを製造します。地域に貢献できるよう頑張ります」とあいさつしました。

7/13

京町温泉夏祭り花火大会



### 夜空を彩る4千発の花火

真幸地区体育館で「第23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。

雨のため、真幸アリーナのステージで、園児たちによるおみこしや踊りの披露、バルーンショーなどが行われました。

ステージイベントの後には、約4千発の花火が打ち上げられました。

7/8

えびの市留学生歓迎会



### 留学生140人を歓迎

市国際交流センターで「えびの市留学生歓迎会」が行われました。今年、中国の長春日章学園高中（高校）からえびの市の日章学園九州国際高等学校にきた留学生140人を歓迎しました。歓迎会では、えびの太鼓の演奏や留学生の踊りが披露されました。留学生の丁梓恒（ディンズハン）さんは「とても良い環境で過ごすことができている。もっと地域の皆さんのことを知りたいです」と話していました。

7/17

飯野亀城野球スポーツ少年団表敬訪問



### 頂点を狙う

飯野亀城野球スポーツ少年団が市長を訪れ、8月2日から7日に久留米市で行われる「筑後川旗第36回西日本学童軟式野球大会」に出場することを報告しました。同少年団は、6月15日、16日に開催された第44回宮崎県

若鷲旗争奪少年軟式野球大会でベスト4に入り、出場権を得ました。主将の新天寺悠平くん（小学6年）は「自慢の打線で打ち勝つて、優勝したいです」と抱負を述べました。

7/15

上浦地区伝統芸能「棒踊り・鎌踊り」



### 家畜の無病息災を願う

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、保存会青年部の14人が、鎌踊りには、岡元小学校の児童21人が参加しました。藤嶋優維さん（小学2年）は「いっぱい練習をしました。手を上げるところが難しかったです」と話していました。

7/12

夏の交通安全県民総ぐるみ運動



### 安全運転を呼びかけ

道の駅えびので、夏の交通安全県民総ぐるみ運動街頭キャンペーンが行われました。

キャンペーンには、交番駐在所連絡協議会、交通指導員会、防犯協会など11団体、約70人が参加しました。

参加者は、道の駅に訪れた買い物客などにチラシと炭酸飲料水などを配り、「事故に気を付けて安全運転をお願いします」と声をかけていました。



九州中学校体育大会出場報告

7/30



九州大会でも良い結果を

市内各中学校の生徒が宮崎県大会の結果と九州中学校体育大会への出場報告で市長を訪れました。

宮崎県大会では、上江中学校の新体操部団体が優勝、加久藤中学校の硬式テニス団体が優勝、飯野中学校の陸上部男子個人200mが2位という結果を収めました。

各九州大会は、8月3日から9日にかけて、熊本・佐賀・長崎の各会場で行われました。

全国高等学校総合体育大会男子バレーボール競技大会開催

7/31-8/1



熱戦を繰り広げる

真幸地区体育館で、全国高等学校総合体育大会（インターハイ）男子バレーボール競技が行われました。

（1、2回戦）の計10試合が行われ、選手たちは、各校それぞれの大きな声援を背に、コート狭しと全力でプレーしていました。

牛越祭

7/28



人牛一体となってジャンプ

西川北菅原神社で、牛越祭が行われました。祭には、市内外から約300人の観客が来場しました。

牛越祭は、400年以上の歴史があります。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たびに、観客から歓声が上がっていました。

上江駅にふるさと紹介パネル設置

7/23



ふるさとを知ってもらう

JR上江駅待合所に、上江地区のふるさと紹介のパネルが設置されました。

上江地区の9つの自治会それぞれにある史跡、名勝、文化財、伝統芸能などを紹介しているパネルです。

上江地区の宝物を多くの人にPRするため、駅を利用する人や停車中に吉都線の列車に乗車している人に見てもらおうと設置されたものです。

島津義弘公没後四百年顕彰記念企画

7/28



没後400年を記念して

市文化センター大研修室で「島津義弘公没後四百年顕彰記念企画講演会」が行われました。

これは、島津義弘公が亡くなって、今年で400年を迎えたことから、市歴史民俗資料館が行ったものです。

講師に生目の杜遊古館新名一仁氏を招いて「島津義弘と真幸院一義弘の前半生一」という演題で講演しました。講演会には、市内外から約90人が訪れました。

第19回太鼓フェスティバルinえびの

7/27



太鼓の響きを堪能

市国際交流センター野外ステージで「第19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、熊本県から9団体が出演。市内外から約500人が訪れました。訪れた観客は、太鼓の響きに聞き入っていました。



公営

## 10月から公共料金が変わります

10月1日から消費税が現在の8%から10%に引き上げられます。これに伴い、公共施設の使用料やその他の手数料などが変わります。改定を行うものは、以下の表の施設などになります。詳しくは、各担当課にお問い合わせください。

### ○公共施設の使用料

| 施設名  | お問い合わせ先           |
|--|-------------------|
| えびの市飯野出張所多目的室  | 飯野出張所 ☎ 33-1111   |
| 個室使用料  | えびの市立病院 ☎ 33-1023 |
| 各運動公園、各体育館、文化センター、北岡松集会所、みどり集会所  | 市社会教育課 ☎ 35-2268  |
| 各コミュニティセンター、国際交流センター   | 市民協働課 ☎ 35-1118   |
| 八幡丘公園、白鳥森林公園、アウトドアビジターセンター、京町温泉駅観光交流センター、白鳥温泉上湯、白鳥温泉下湯、矢岳高原ベルトンオートキャンプ場、えびの高原キャンプ村、えびの高原露天風呂 | 市観光商工課 ☎ 35-1114  |

※今回の改定は、10月1日以降の使用について適用します。

### ○その他手数料など

| 項目           | お問い合わせ先           |
|--------------|-------------------|
| 市指定ごみ袋       | 美化センター ☎ 33-5782  |
| 事業系のごみ処理手数料  |                   |
| 診断書等手数料      | えびの市立病院 ☎ 33-1023 |
| 水道料金および水道加入金 | 水道課 ☎ 35-1113     |

※えびの市立病院の診断書等の手数料は、9月末日までの申し込み分が消費税率8%、10月1日以降の申し込み分が消費税率10%となります。

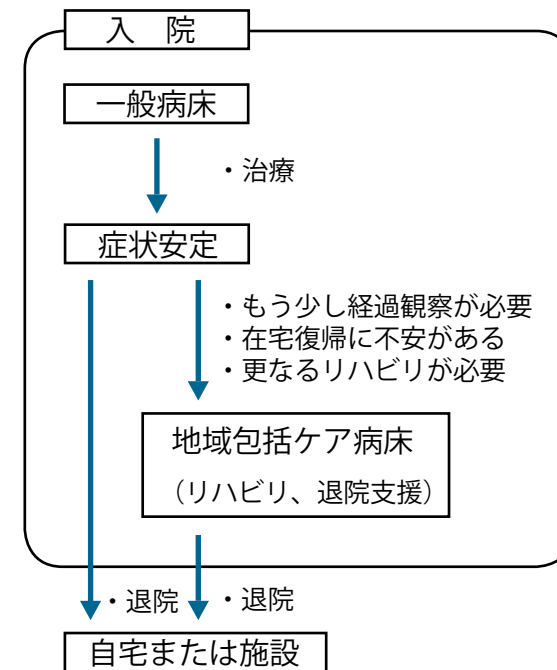
※水道料金については、4期分（8月、9月使用分）までが消費税率8%、5期分（10月、11月使用分）からは消費税率10%となります。

医療

## 地域包括ケア病床を導入

えびの市立病院 地域医療連携室 ☎33-1023

### ○市立病院地域包括ケア病床入院の流れ



今後、少子高齢社会が進展することから、2025年に向けて「地域包括ケアシステム」を作り上げることが課題となっています。地域包括ケアシステムとは、地域における「住まい」「医療」「介護」「予防」「生活支援」の5つのサービスを一体的に提供できるケア体制を構築することです。このシステムの中での医療機関の役割とは、地域で安心して暮らすために、医療機関ごとの役割を分担し、継続して医療・介護を提供できる仕組みを行うことです。市立病院では、平成31年4

月から、地域包括ケア病床を立ち上げました。地域包括ケア病床は、一般病床での急性期治療を終え、病状が安定した患者の皆さんが、住み慣れた地域に戻れるよう支援する病床です。地域包括ケア病床に入院すると、主治医、看護師、薬剤師、管理栄養士、地域医療連携室スタッフ（リハビリスタッフ・医療ソーシャルワーカー・退院支援看護師）等が協力して、患者の皆さんのリハビリや在宅復帰に向けた退院支援（相談・準備等）を行っていきま



地域医療連携室のスタッフ（中央は病院長）

【地域医療連携室を設置】平成31年4月に地域医療連携室を設置し、医療ソーシャルワーカー1人、退院支援看護師1人、理学療法士2人の計4人体制で在宅復帰に向けた、充実した支援を行っています。また、患者の皆さんが安心して療養できるように、経済的な問題、在宅生活における生活上の問題、転院に関する相談など幅広く対応できる相談支援体制をとっています。



退院前カンファレンスの様子

【退院前カンファレンス】退院前カンファレンスとは、医療スタッフ（医師・看護師・医療ソーシャルワーカー・理学療法士等）と、在宅スタッフ（ケアマネジャー・訪問看護師・サービス提供事業所等）などの多職種が参加し、患者の皆さんの入院中の情報や退院後の課題、サービス内容について情報共有します。多職種連携を図ることにより、患者・家族の皆さんに対して質の高いケアを提供し、安心・安全な生活の支援を目指しています。

相談など、お気軽に声をかけてください。





桑原明さん

Profile  
くわはらあきら / 田代 /  
62歳 / 趣味: 和太鼓

教育

## 通学路危険箇所合同点検を実施

市学校教育課 総務係 ☎35-3721 (課直通)



各関係機関が合同で危険箇所を点検

7月30日、市教育委員会では、子どもたちの通学の安全を確保するため、各小学校区で「通学路危険箇所合同点検」を実施しました。各学校では、子どもたちに登下校時の安全指導を行っていますが、ハード面の整備は各関係機関の連携が必要です。この点検は、各関係機関と合同で行うことで、危険箇所の情報を共有し、改善するために実施したものです。

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30人が参加し、用水路近くの通学路や見通しの悪い交差点などを見て回りました。危険箇所については、今回の点検の結果を踏まえ、対応できるものから改善していきます。

記念

## 島津義弘公没後400年記念番組の制作開始

市観光商工課 観光係 ☎35-1114 (直通)

7月21日に、島津義弘公没後400年を迎えました。市では、これを記念して、島津義弘公没後400年記念番組の制作を行います。7月から撮影が始まりました。島津義弘は、29歳から55歳までの26年間を飯野城で過ごしました。29歳の時に三州統一を目指して、伊東氏との最前線基地・飯野城に入城しました(1564年)。その後、木崎原の合戦、高城・耳川の戦いで、伊東氏と豊後の大友氏を撃破し、三州統一をなしました。

今回の記念番組は、「戦国の武勇・島津義弘が、飯野城26年の戦国の世に何を見たのか」を顕彰するものです。番組では、木崎原合戦の島津軍・伊東軍の動きが分かりやすいように上空からドローンを使って撮影し、より具体的に再現します。また、歴史作家の桐野作人氏(鹿児島出身)をナビゲーターとし、番組をよりわかりやすくするため、解説をしてもらいます。



ドローンで撮影を行いました

木崎原古戦場や郷土芸能の撮影を皮切りに、9月末から10月にかけて撮影が本格化します。この記念番組は、市制50周年記念番組として、令和2年1月に民放テレビで放送予定です。島津義弘公の歩みを後世へ伝えるとともに、市の魅力たっぷりの映像を楽しみにしてください。

## 和太鼓の響きを届けたい



「太鼓は野外でたたいて、聞いてもらうのが一番です」と話すのは、太鼓フェスティバル実行委員会委員長の桑原明さんです。

桑原さんは、長年、えびので行われている太鼓フェスティバルの実行委員会の委員長を務めており、えびの童夢太鼓の代表者です。また、昨年までは、宮崎県太鼓連合の副会長で、現在は同連合の相談役を務めています。

桑原さんが和太鼓に携わるようになったのは、お子さんが小学生になる前に保育園が太鼓教室を開催したときだったと振り返ります。「太鼓教室の保護者会の会長をしました。当時は和太鼓の道具がなかなか手に入らなくて、いろんなところを回って苦労したことを覚えています」と桑原さん。

出演団体との交渉を行っているのは桑原さんです。「さまざまな団体の演奏を聞いてもらいたいと考えて、毎回1つから2つはえびのでは初となる団体を呼ぶようになっています。夏はイベントが重なって出演交渉が難しいですが、出演時間を調整して出演できる場所にはお願いしています」

「私も少し和太鼓をたたきますが、野外と屋内では野外の方が気持ちよかったです。その気持ちよさが響きとなって見に来ている人に伝わって感動につながっていると思います。これからも太鼓フェスティバルは野外での開催にこだわりたいです」汗いっぱいでも笑顔の桑原さんでした。



### 交通事故を防ぎましょう



この時期は、普段子どもたちが歩いている時間帯や場所で見かけることが多くなっています。また、学校も始まります。

普段よりも歩行者や自転車に注意して運転するようにしましょう。

また、9月には連休もあります。旅行等で、慣れない道を走ったり、疲労等で緊張感を欠いた運転になったりします。そのようなときは、いつもより長めの車間距離や休憩を取るようにしましょう。

心に余裕を持った安全運転を心掛け、交通事故を防ぎましょう。

|             |    |     |      |      |
|-------------|----|-----|------|------|
| 7月の交通事故発生状況 | 人身 | 2件  | 本年累計 | 18件  |
|             | 物件 | 20件 | 本年累計 | 184件 |

### お酒の飲み方には注意を



個人差はありますが、お酒は飲み方や飲む量を間違えると「急性アルコール中毒」を起こすことがあります。

焼酎（アルコール度数 25 度）、日本酒（アルコール度数 15 度）の場合、焼酎換算で3から4合弱、日本酒換算で5から7合で、意識が混濁し歩行不能、おう吐による誤嚥や窒息のリスクがあります。焼酎換算で4合以上、日本酒換算で7合以上で昏睡、呼吸抑制、体温低下、死亡の危険があります。そのような中毒を起こさないためにも「空腹時は、おつまみを食べながら飲む」「一気飲みなど、一度に多量のアルコールを摂取しない」などを心掛けましょう。

|                       |    |     |    |      |
|-----------------------|----|-----|----|------|
| 7月の活動状況<br>[えびの消防署管内] | 火災 | 2件  | 年計 | 8件   |
|                       | 救急 | 82件 | 年計 | 524件 |

### あんしんねっと



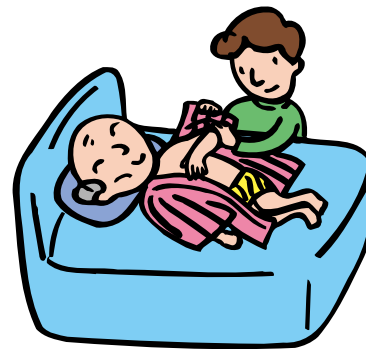
#### ご相談ください「高齢者実態把握調査」

市には、4カ所（南部・東部・中部・西部）に、在宅介護支援センターが設置されています。今回は在宅介護支援センターの業務である「高齢者実態把握調査」について紹介します。

高齢者実態把握調査とは、市内に在住するおおよそ70歳以上の人を対象に、在宅介護支援センターの職員が個別に住居を訪問し、健康状態や生活状況の確認、生活全般の困りごとへの相談対応を行うものです。

- 地域包括支援センター ☎ 35・1112（課直通）
  - 南部在宅介護支援センター ☎ 25・3311（ほうよう内）
  - 東部在宅介護支援センター ☎ 33・2377（さくら苑内）
  - 中部在宅介護支援センター ☎ 35・2800（えびの市社会福祉協議会内）
  - 西部在宅介護支援センター ☎ 37・3085（えびの涼風園内）
- 文：西部在宅介護支援センター

### 男女共同参画



#### 介護と男女共同参画

今、日本は少子高齢化が急速に進み介護の必要な高齢者が年々増加しています。平成31年4月1日現在におけるえびの市の65歳以上の高齢者は、全人口の約41・6%を占めており今後ますます増えることが予想されます。

平成30年版の高齢者社会白書によると、介護を行う人の割合は女性が約66%、男性が34%と依然として、女性が介護を担っている割合が高い状況です。これも人々の意識の中で長い時間をかけて形づくられてきた「介護は女性、仕事は男性」という考えが強いからです。

介護は人ごとでも特別なことでもなく、自分の身近にある誰にも起こり得ることです。細かい気配りが要求されたり、精神的な負担がかかると言った問題点も多いですが、解決へ向けて男女が協力し合い支えあう姿勢が大切ですが、共働き家庭が増加しています。また、介護と仕事の両立のため「女だから男だから」といった性別による固定的な役割分担意識を解消し、高齢化社会へ一人一人が意識を変えて安心して介護を行えるようになれば素晴らしいことだと思います。

文：市総務課人権啓発室

### いきいき!健康



#### 「LIVING SOS」に気付く

うつ状態は「こころのSOS」です。うつは誰でも陥る可能性のある症状で、15人に1人はうつ病になるとも言われています。心配なのは、うつになることではなく、それに気付かず放置しておくことです。

でもできないなど、思考が働かなくなったり、決断ができなくなったりすることもあります。そんな自分を責めるのもうつの症状です。不眠や食欲不振、疲れやすさといったさまざまな体の症状も現れます。大切なことは、こころや体のつらさに「見て見ぬふり」をしないことです。

もしれません。かかりつけ医や専門の医療機関に相談してください。市保健センターでもこころの健康相談を実施しています。

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
- 自分が役に立つ人間だと思えない
- わけもなく疲れたような感じがする

文：市健康保険課山之口保健師



# お知らせ

I will inform you.

## 成人男性の風しん抗体検査・予防接種

風しんの感染拡大を防止するため、全国的な取り組みが始まりました。公的な予防接種を受ける機会がなく風しんの抗体保有率が低い昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、令和4年3月31日までの期間に限り、風しんの抗体検査・予防接種を実施します。

なお、令和元年度の対象者には、今回、クーポン券（無料受診券）を送付しています。

【対象】・今年度は昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

※検査日・予防接種日時時点で市に住民登録があること

※昭和37年4月2日から昭和47年4月1日生まれの男性は今年度の対象ではありませんが、希望する人はお問い合わせください。

【クーポンの有効期限】令和2年3月31日まで

【受診方法】

届いたクーポン券を委託医療機関に持参し、抗体検査を行い、その結果抗体が基準値より低い人には予防接種を行います。この場合、麻しん・風しん混合（MR）ワクチンを接種します。

【料金（自己負担額）】抗体検査・予防接種ともに無料

### ■風しん抗体検査・予防接種の費用助成

平成31年1月1日以降、クーポン券が届く前に自費で抗体検査・予防接種を受けた人に対し、抗体検査・予防接種にかかった費用を助成します。

【申請に必要な書類】医療機関で発行された風しん抗体検査または予防接種に係る領収書、医療機関で実施した抗体検査結果がわかるもの、本人名義の振込先金融機関の口座番号がわかるもの

申・閩市健康保健課 市民健康係

☎35-1116（直通）

## 風しんの任意予防接種費用を助成します

先天性風しん症候群の発生予防のために、現在、風しんの抗体検査を実施していますが、抗体検査の結果ワクチン接種を受けた人に対し接種費用の一部を助成します。

【対象】

・妊娠を希望する女性および配偶者または同居するパートナー

・風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者または同居するパートナー

上記対象者のうち平成31年1月1日以降に風しんワクチンまたは麻しん・風しん混合（MR）ワクチンを接種した人で接種日においてえびの市に住所を有していた人

【助成額】

[風しんワクチン] 接種料金から自己負担額（2,500円）を差し引いた額

[麻しん・風しん混合（MR）ワクチン] 接種料金から自己負担額（4,000円）を差し引いた額

【実施期限】令和2年3月31日まで

【申請に必要な書類】医療機関で発行された領収書、医療機関で実施した抗体検査結果がわかるもの、配偶者または同居するパートナーの母子健康手帳、本人名義の振込先金融機関の口座番号がわかるもの

申・閩市健康保険課 市民健康係

☎35-1116（直通）

## 猫はルールを守って飼いましょう

最近、猫に関する苦情が多数寄せられています。猫に癒されている人がいる一方で、猫のふん害や鳴き声がうるさくて困っているという人もいます。飼い主は、ただかわいがるだけでなく、猫の本能や習性をよく理解し、まわりの人に迷惑をかけないようにマナーを守りましょう。

### ■猫は室内飼いをしましょう。

- ・隣家にふん等の迷惑をかけません。
- ・事故による負傷を防げます。
- ・病気の感染から守れます。

### ■猫に不妊・去勢手術を受けさせましょう。

- ・望まない妊娠がなくなります。
- ・病気の予防、性格緩和の効果もあります。

### ■猫に屋外で餌を与えないようにしましょう。

- ・与えたままの状態にすると猫が不衛生になります。
- ・野良猫が居つく原因となります。

閩市民環境課 生活環境係

☎35-3731（直通）

## おすすめの冊



5分後に恋の結末  
友情と恋愛を両立させる  
3つのルール  
橘つばさ・桃戸ハル／著  
かとうれい／絵  
(学研)



芥川賞ぜんぶ読む

菊池良／著  
(宝島社)

### ◎ブックランド号

|                          | 9月            | 時間          |
|--------------------------|---------------|-------------|
| 飯野駅前地区体育館→飯野出張所          | 4日(水)、18日(水)  | 14:05～15:15 |
| 藤橋団地→大平職員宿舎→自衛隊官舎        | 6日(金)、20日(金)  | 14:50～16:30 |
| プラッセだいわ→真幸地区体育館→老人福祉センター | 12日(木)、26日(木) | 14:05～16:30 |
| 飯野地区コミュニティセンター           | 13日(金)、27日(金) | 14:05～14:30 |
| 岡元小学校→市立病院→さくら苑          | 11日(水)、25日(水) | 13:15～15:15 |

### ◎お知らせ

#### ■生物多様性・古代パネル展

- 期間=9月1日(日)～9月29日(日)
- 場所=図書館入口

#### ■紙芝居講座

- 日時=9月8日(日)午後1時～
- 場所=市文化センター
- 参加料=無料
- 講師=童心社認定講師
- 定員=50人 ※事前にお申し込みください。

#### ■敬老の日特別企画「綾小路きみまろ爆笑！最新ライブベストセレクション1」

- 期間=9月14日(土)午後1時30分～午後3時
- 場所=学習室
- ※DVDでの上映になります。参加料は無料です。

#### ■大人のぬり絵講座

- 日時=9月21日(土)午後2時30分～午後4時
- 場所=学習室
- 参加料=無料
- 講師=サクラクレパス認定講師
- 定員=20人 ※事前にお申し込みください。

### えびの市民図書館

☎35-0242 <http://ebino-city-lib.jp/>

■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)

### 心の一首一句

あなたもつくってみませんか。

短歌

薔薇一輪崩れ落ちゆく朝明けを  
吾はきらめく露となりたし

竹下妙子

暦の上では立秋となるが、一年中で最も暑く、殊の外今年は暑さが厳しい。くれないの1つ残れる薔薇が朝露の中に散ってゆく。命あるもののであり、人も又そうである。人は生きていく限り未完成である。朝露が輝くように瞬時を生きて行きたいと思う。  
(自註)

俳句

右往左往外は台風居間に夫

中堀ふじ子

とにかくユーモアあふれる句、おかしみの句であって、何とも見方が面白い。台風も夫もどんと、動く気配がない、これはあきらめるよりほかない。  
(評) 岩岡中正 阿蘇 1028号より)

詩

今日の予定

ともきよやすこ

今日やらなければならぬ事は  
色々あるけど  
今日は色々はしない  
気の向いたことだけやる  
やりたくなければ途中でやめる  
今日やるとけば明日はすいぶん楽をするけど  
明日のために今日を犠牲にはしない  
明日の為に今日を決めない  
今日はそんな風に過ごそう  
今日決めた



## 生産調整(WCS用稲・わら専用稲) 現地確認調査を実施します

生産調整(WCS用稲・わら専用稲) 現地確認調査を実施します。

今回の調査は、WCS用稲・わら専用稲が調査対象となります。

調査は8月26日から次の日程で順次実施しますが、進行具合によっては、日程を繰り上げて調査することもありますので、対象の人は8月25日までに必ず転作田に立て札を立ててください(立て札は黄色です)。

| 期日               | 対象地区   |
|------------------|--------|
| 8月26日(月)～28日(水)  | 飯野・上江  |
| 8月28日(水)～9月2日(月) | 加久藤・真幸 |
| 9月3日(火)～4日(水)    | 市外     |

今回の調査結果を立て札に表示しますので、必ず立て札を立ててください。結果を確認し、再検査の人は早急に対応をお願いします。立て札がない場合は、場所の確定ができず未作付とさせていただきます。期日までに雑草の除去など栽培管理の徹底をお願いします。

☎市畜産農政課 農産園芸係

☎35-1650(直通)

## 受診ください「結核検診(飯野地区)」

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、次に該当する人は受ける必要はありません。また、下の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平成31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平成31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、都合の良い会場を受診してください。※検診費は無料です。

### 【日程および会場】

| 期日       | 会場             | 時間          |
|----------|----------------|-------------|
| 9月3日(火)  | 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6日(金)  | 東原田公民館         | 9:30～10:40  |
|          | 麓自治会子供広場       | 11:00～11:30 |
|          | 杉水流公民館         | 13:20～15:00 |
| 9月10日(火) | 飯野地区コミュニティセンター | 9:00～10:50  |
|          | 田ノ上運動場         | 11:10～11:30 |
|          | 今西公民館          | 13:20～13:50 |
|          | 池島公民館          | 14:10～14:50 |
| 9月13日(金) | 前田公民館          | 9:30～10:30  |
|          | 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17日(火) | 飯野駅前地区体育館      | 9:00～11:30  |
|          | 南原田妙見活性化センター   | 13:20～13:50 |
|          | 南原田大迫・宮原畷雄様宅   | 14:10～14:40 |
| 9月20日(金) | 山内公民館          | 9:30～10:10  |
|          | えびの福祉作業所       | 10:30～11:30 |
|          | 上上江公民館         | 13:20～14:10 |
|          | 中上江公民館         | 14:30～15:00 |
| 9月24日(火) | 飯野地区コミュニティセンター | 9:30～10:30  |
|          | 南原田公民館         | 11:00～11:30 |
|          | 飯野駅前地区体育館      | 13:20～14:40 |
| 9月27日(金) | 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以下の日程で行います。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        | 会場             | 時間          |
|-----------|----------------|-------------|
| 11月19日(火) | 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(木) | 飯野地区コミュニティセンター | 9:30～11:30  |
|           | 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)

## ボランティア募集 「豊かな森林づくり活動」

市と特定非営利活動法人NPOえびのでは、宮崎県森林環境税を活用し、広く市民などへ森林環境に関心を持ってもらい、次世代に健全な森を継承するために植樹地の下草刈・植樹環境活動をしてもらうボランティアを募集しています。

【募集人員】80人(先着順)

【開催日】9月29日(日)

【時間】午前9時30分～午後1時[受付]午前9時

【活動場所】えびの市大字東川北(黒原市有林)

【集合場所】市役所駐車場 ※マイクロバスで現地に移動します。

【申込期限】9月20日(金)

【内容】下草刈・植樹環境活動

【必要なもの】作業のできる服装・軍手・雨具・おにぎり等 ※草刈り鎌・くわ・昼食(おかず)・飲み物は主催者で準備します。

※1日保険に加入します。

【申込方法】参加者の氏名、住所、連絡先を電話でお伝えください。

申・☎市農林整備課 林務係

☎35-3725(課直通)

申・☎特定非営利活動法人NPOえびの 担当:新原

☎33-2177(夜間)

## 消費税軽減税率制度説明会

小林税務署では、消費税軽減税率制度について理解を深めてもらうために「消費税軽減税率制度説明会」を行います。

10月1日から消費税および地方消費税の税率が8%から10%に引き上げられると同時に、消費税の軽減税率制度が実施されます。この制度は、対象となっている品目を取り扱う事業者だけでなく、消費税の納税義務がない免税事業者の人を含め、多くの事業者に関係する制度です。ぜひ、ご参加ください。

【開催日時】9月5日(木) ①午前11時～正午 ②午後1時～午後2時

【場所】市文化センター 大研修室

☎小林税務署 法人課税部門

☎23-3126(自動音声案内) ※自動音声案内に従って「2」を選択してください。

## 九州脊梁山地シカ広域一斉捕獲が行われます

えびの市を含む宮崎・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。

【期間】

[一斉捕獲期間] 9月8日(日)～22日(日)

[一斉捕獲日] ①9月8日(日)

②9月15日(日)

③9月22日(日)

☎市農林整備課 林務係

☎35-3725(課直通)



## 市制施行50周年記念事業のロゴマークおよびキャッチフレーズ募集

えびの市は、2020年12月1日に市制施行50周年を迎えます。

さまざまな記念事業の展開や市内外に本市の魅力を発信するにあたり、事業の統一性を表すとともに、より多くの人に愛着を深めてもらうため、えびの市制施行50周年記念事業に使用するロゴマークとキャッチフレーズを募集します。

【内容】市制施行50周年を表すロゴマークおよびキャッチフレーズ

【募集期限】10月4日（金）

【応募方法】応募用紙を市企画課政策係に直接、または郵送、電子メールで提出してください。

【応募資格】どなたでも応募できます。

【賞品】ロゴマークおよびキャッチフレーズそれぞれ最優秀賞1点（えびの市商工会商品券1万円分）

佳作6点（えびの市商工会商品券5千円分）

【その他】応募に関する詳細は、えびの市制施行50周年記念事業ロゴマーク・キャッチフレーズ募集要項をご覧ください。また、応募用紙および募集要項は、市ホームページ（<https://www.city.ebino.lg.jp/>）でダウンロードするか、市役所本庁および各出張所で配布しています。

申・問市企画課 政策係

☎35-3712（直通）

Eメール [kikaku@city.ebino.lg.jp](mailto:kikaku@city.ebino.lg.jp)

## 法律・経済・こころ・福祉などに関する「ワンストップ相談会」

宮崎県では、9月の自殺予防週間に合わせて、法律・経済・こころ・福祉などに関する相談窓口を一箇所に設け、

県民の皆さんの悩みに関する相談に専門機関の相談員が対応します。事前の申し込みは不要です。

【開催日】9月15日（日）

【時間】午前10時～午後4時 ※受け付けは午後3時30分まで

【場所】県立図書館 研修ホール

【対象】宮崎県在住の人

【相談費用】無料

【専門機関】宮崎県弁護士会、宮崎県司法書士会、宮崎県看護協会、宮崎県公認心理師・臨床心理士会、宮崎県精神保健福祉協会、宮崎県自殺防止センター

申・問宮崎県福祉保健課 地域福祉保健・自殺対策担当

☎0985-26-7075

## 幼稚園、保育所、認定こども園等を利用する子どもの利用料の無償化

10月1日から、3歳から5歳までの幼稚園、保育所、認定こども園などを利用する子どもたちの利用料が無償化されます。

■幼稚園、保育所、認定こども園等を利用する子どもたち

3歳から5歳までの全ての子どもたちの利用料が無償化されます。

・幼稚園については、月額上限25,700円です。

・無償化の期間は、満3歳になった後の4月1日から小学校入学前までの3年間です。※幼稚園・認定こども園（幼稚園部分）については、入園できる時期に合わせて、満3歳から無償化します。

・通園送迎費、食材料費、行事費などは、これまでどおり保護者の負担になります。ただし、年収360万円未満相当世帯の子どもたちと全ての世帯の第3子以降の子どもたちについては、副食（おかず・おやつ）の費用が免除され

ます。

・子ども・子育て支援新制度の対象とならない幼稚園については、無償化となるための認定や償還払いの手続きが必要な場合があります。

0歳から2歳までの子どもたちについては、住民税非課税世帯を対象として利用料が無償化されます。

・さらに、子どもが2人以上の世帯の負担軽減の観点から、現行制度を継続し、保育所等を利用する最年長の子どもを第1子とカウントして、0歳から2歳までの第2子は半額、第3子以降は無償となります。※年収360万円未満相当世帯については、第1子の年齢は問いません。

【対象となる施設・事業】

幼稚園、保育所、認定こども園に加え、地域型保育、企業主導型保育事業（標準的な利用料）※地域型保育とは、小規模保育、家庭的保育、居宅訪問型保育、事業所内保育を指します。

■幼稚園の預かり保育を利用する子どもたち

・無償化の対象となるためには、市福祉事務所から「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。※原則、通っている幼稚園を経由しての申請になります。「保育の必要性の認定」の要件については、就労等の要件（許可保育所の利用と同等の要件）があります。

・幼稚園の利用に加え、利用日数に応じて、最大月額11,300円までの範囲で預かり保育の利用料が無償化されます。

■認可外保育施設、一時預かり事業、ファミリー・サポート・センター等を利用する子どもたち

・無償化の対象となるためには、市福祉事務所から「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。※保育所、認定こども園等を利用できていない人が対象となります。「保育の必要性の認定」の要件については、就労等の要件（許可保育所の利用と同等の要件）があります。

・3歳から5歳までの子どもたちは月額27,000円まで、0

歳から2歳までの住民税非課税世帯の子どもたちは月額42,000円までの利用料が無償化されます。

【対象となる施設・事業】

認可外保育施設、一時預かり事業、ファミリー・サポート・センター事業等

※認可外保育施設とは、一般的な認可外保育施設、地方自治体独自の認証保育施設、ベビーシッター、認可外の事業所内保育等を指します。

※無償化の対象となる認可外保育施設は、都道府県等に届出を行い、国が定める基準を満たすことが必要です。ただし、基準を満たしていない場合でも無償化の対象とする5年間の猶予期間を設けます。

また、就学前の障がい児の発達支援を利用する子どもたちについても、3歳から5歳までの利用料が無償化されます。

問市福祉事務所 子育て支援係

☎35-3738（直通）

## 公正証書作成・無料相談所の開設

都城公証人役場では、無料相談所を開設します。相談は無料で、秘密は厳守します。

【開催日】10月9日（水）～11日（金）

【時間】午前9時～午後7時（昼休みを除く）

【場所】都城公証人役場

【内容】遺言・相続・任意後見契約・尊厳死宣言・賃貸借契約・金銭貸借契約・離婚給付契約等の公正証書作成に関する相談

【申込方法】事前に電話で予約をしてください。

申・問都城公証人役場

☎0986-22-1804



### ◎今月の表紙

7月28日、西川北の菅原神社で牛越祭が行われました。例年と同様多くのカメラマンが訪れ、シャッターチャンスを持っていました。

### 今月の納税

個人市県民税 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

9月2日（月）までに納めましょう。

人口 18,160人（前月比-42人）

男性／ 8,572人（-34人） 女性／ 9,588人（-8人）

転入／ 30人 転出／ 43人

出生／ 5人 死亡／ 34人

世帯数 8,422世帯（前月比-13世帯）

（令和元年8月1日現在）

霧 島えびの高原エクストリームトレイルの取材に行きました。ロング・ショートそれぞれのスタートの時に雨が強くなり写真を撮るのが大変でした。（東）  
Editor's 記 念番組撮影のドローン。バッテリー残量などを自分で把握して勝手に戻ってくるハイテク技術に感動しました。上空からの映像はとてきれいでした。記念番組の放送をお楽しみに！（久保田）





写真:オオワライタケ (撮影:平成29年9月19日)

# 「オオワライタケ」

笑えないきのこ

**夏** 休みが終わわり、朝夕の気温  
 が下がりはじめると地面や枯  
 れ木からたくさんのキノコが発生  
 します。えびの高原周辺でも色と  
 りどりのキノコが我々の目を楽し  
 ませてくれます。

その中でも大きさが10cm以上も  
 あるキノコを見つけました。オオ  
 ワライタケ、ボリユームがありお  
 いしそうですが毒キノコです。食  
 べると幻覚作用があり、興奮状態  
 になることでこの名がついたそう  
 です。また神経系の毒があり、顔  
 がけいれんして笑っているように  
 も見えるという話もあります。

そんな危険なオオワライタケで  
 すが、見ごたえのある鑑賞菌です。  
 一本で生えることもありますが、  
 複数が束になることも多く、大型  
 のキノコが大量に森の中に生えて  
 いる様子はかなりの迫力。鑑賞す  
 るだけでその魅力を堪能できます。  
 霧島山では主にミズナラの枯れ  
 木の根本から生えているのを見か  
 けます。黄色い大型のキノコを見  
 つけたら、笑えないキノコ、オオ  
 ワライタケかもしれません。  
 (文/えびのエコミュージアムセンター)

オオワライタケ  
*Gymnopilus junonius*

ハラタケ目フウセンタケ科

