

広報 かどがわ

平成21年

9

2009. SEPTEMBER
No.571



8月9日、西門川活性化センターにて、「選書・読み聞かせ講座in門川町」が開催されました。読み聞かせに興味のある親子76名が参加し、昆虫写真家 新開孝さんの講演や、おすすめの本の紹介などが行われました。こどもたちは、絵本の読み聞かせを熱心に聞いていました。

○今月の主な内容

- ご長寿おめでとうございます……………3
- 今、門川ではソフトボールが熱い！……………4



長寿のよろこび 健康がいちばん!!

ご長寿

おめでとうございます。

高齢期を生き生きと暮らし、毎日を笑顔でお過ごしください。



歌や舞踊などを披露する高齢者クラブ会員



草取りなどの奉仕作業を行う風景

高齢化率（人口の中で65歳以上の人が占める割合）は年々高くなっており、全国では22.1%、宮崎県25.2%、門川町では25.3%となっています。（国・県は平成20年10月1日現在、本町は平成21年4月1日現在の数値です。）

このように高齢化による長寿社会が進む中、門川町では、「みんなが健康で生きがいを持ちながら、生涯を安心して暮らすことができる」ように、各般の福祉施策に積極的に取り組んでいます。

今後とも、すべての町民が健康で長生きできるとともに、安心して生活できるよう、「福祉のまちづくり」を進めて参ります。

さて、門川町では「敬老お祝い事業」として、来年3月31日までに満80歳（傘寿）、満88歳（米寿）になられる方、100歳以上の方に対してお祝い品等を贈り、長寿を祝福することにしております。

本町の70歳以上の方は、3,786人です。

9月21日の「敬老の日」前後には、各地区において長寿を祝福する行事が催されますが、お互いに思いやりを持ちながら、助け合う気持ちを大切にしていきたいと思います。

【お問い合わせ】福祉課地域福祉係 ☎63-1140（内線233）

9月24日（木）・25日（金）の2日間に限り、町内外を問わず
70歳以上の方は入浴料無料

かどがわ温泉心の杜では、敬老事業の一環として9月24日（木）・25日（金）の2日間に限り、町内外を問わず、70歳以上の方（昭和15年3月31日までに出生した方）の入浴料を無料といたします。

当日は、年齢が確認できるもの（免許証や保険証等）を提示してください。

皆様のお越しをお待ちしています。

定額給付金の申請は、お済みでしょうか？

申請期限は **平成21年9月26日（土）**です。

（当日は役場で受け付けてきます。）

期限を過ぎますと、定額給付金を受給することができなくなりますので、早めに手続きをしていただきますよう、お願いいたします。

※定額給付金の給付を装った振り込め詐欺にご注意ください。

【お問い合わせ先】門川町役場 総務企画課 定額給付金担当 ☎63-1140



9月9日は救急の日

日向市初期救急診療所は、軽症救急患者のために…

日向市初期救急診療所の場所

- 診療日 月曜から金曜日
※休日、年末年始（12月29日から1月3日）は休診。
- 診察時間 午後7時30分から午後9時30分まで。
※受付は、午後7時15分から
- 診察科目 内科、外科
※小児科（13歳未満）の診療はいたしません。
- 連絡先 ☎50-1000 FAX 50-0909



日向・入郷圏域でくらす皆さんが、安心して地域で医療を受けられるように、初期（軽症）救急患者のための「日向市初期救急診療所」が平成21年4月1日に開設されました。

県北域でも、医師不足による二次救急医療体制の後退は大きな問題です。わたしたちがこれからも安心して医療を受け続けていくためには、皆さんに医療機関の適正受診を心がけてもらうことが大切です。「昼間は忙しいから」などの理由で、安易に初期救急診療所を受診するのは控えてください。

公共工事に係る最低制限価格を引き上げます

この度、門川町では平成21年10月1日以降の入札について、公共工事に係る最低制限価格を引き上げ、また、工事関連業務（測量・設計、建築士、建設コンサルタント、地質調査、補償コンサルタント業務）については最低制限価格を新設します。設定範囲は下記のとおりです。

※最低制限価格とは、工事の品質を確保するため設けられています。

不良工事、契約不履行を未然に防ぐためのものです。

また、予算執行の面からみても、最低制限価格以上で最低の入札額を提示した事業者と契約を締結するため無駄な支出とはなりません。

建設工事

	変更前	変更後
設定範囲	2/3～85%	75%～90%

工事関連業務（測量・設計、建築士、建設コンサルタント、地質調査、補償コンサルタント業務）

	新設
設定範囲	75%～85%

ソフトボール「宮崎黒潮クラブ」 全日本大会出場！

門川町のソフトボールクラブチーム「宮崎黒潮クラブ」（田中豊和監督）が9月下旬に秋田県で開催される「全日本総合男子ソフトボール選手権大会」に宮崎県代表として出場します。チームは5月の県予選会、6月の九州大会を勝ち抜き大会出場を決めました。

宮崎黒潮クラブは県内外の大会で優勝や入賞を重ねる強豪チームです。



今年もクラブ男子選手権九州大会（5月）や九州ミニ団体（8月）などにも県代表で出場するなど目覚ましい活躍をしています。

大会での健闘を祈ります。

続報 松岡真央選手 ソフトボール世界選手権で大活躍！



対デンマーク戦で3ランホームランを放つ松岡選手



町広報7月号でもお伝えしましたが、門川出身の松岡真央選手（まつおかまさこ・28歳）が、7月下旬にカナダで開催された「第12回世界男子ソフトボール選手権大会」に、日本代表17名の一員として出場しました。

大会では初戦の対メキシコ戦で先頭打者ホームランを放つなど攻守にわたり活躍。日本チームの決勝リーグ進出の立役者となりました。松岡選手の大会通算成績は全9試合打率3割6分1厘、3本塁打、10打点（本塁打、打点は本大会日本人選手1位）の素晴らしい結果でした。

決勝リーグでは前大会優勝のニュージーランドに敗れ、惜しくもチームは5位に終わりましたが、門川町出身者が世界の大舞台でこのように活躍したことは町民の大きな誇りです。

丸山優花さん 全国大会で金賞受賞！

第1回グレンツェンピアノコンクール全国大会で、五十鈴区の丸山優花さん（五ヶ瀬中等教育学校1年）が、小学校5・6年コースで金賞に選ばれました。小学6年生だった昨年（平成20年）、7月の延岡予選（銅賞）、10月の宮崎大会（優秀賞）を経て、本年（平成21年）3月に福岡で開催された西日本大会で4位に入賞し、全国大会出場権を得ました。



丸山さんは4月に五ヶ瀬中等学校へ進学し、環境の変化などもあって、出場も心配されました。しかし「初めての全国大会、コンクール出場もこれが最後」と学校のピアノで早朝練習に励み、6月末に東京で行われた全国大会で、みごと金賞に選ばれました。

将来は、小児科医になりたいという優花さん。もうコンクールには出ないけれど、これからもピアノは続けていきたいそうです。

日向支部操法大会が開催されました

小型ポンプ積載車の部で第4部が3位に入賞

8月1日（土）に、日向市お倉ヶ浜消防訓練広場において第57回日向支部操法大会が開催されました。本町からは、ポンプ車の部に第13部、小型ポンプ積載車の部に第3部、第4部、第5部が出場いたしました。当日は炎天下のなか、日向支部管内の各市町村の大会を勝ち抜いてきた隊が、日頃の訓練の結果を披露し、厳正な審査の結果、小型ポンプ積載車の部で第4部（部長 米良一徳）が3位に入賞しました。



第4部



第13部



第5部

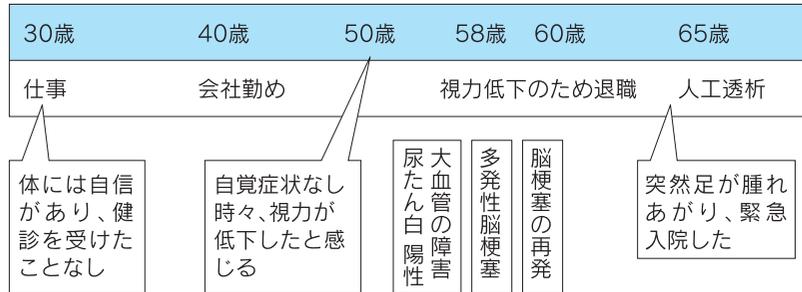


第3部

肥満はもうひとつの栄養失調

糖尿病で 最も重症な 合併症は…人工透析です

人工透析までに、このような経過をたどりました。



職場健診で血糖値が高いと言われていた

気にはなっていたがまあ、大丈夫だろうと思っていた

仕事が忙しくて病院受診は不定期
食事も内服も適当だった

病気になるってからの努力より
予防しようという心がけ

まずはあなたの気づきが一番

人工透析にかかる医療費は(一人当たり)

ひと月で 約52万円

一年間で 約620万円



門川町では、60人近くの方が、人工透析を受けています。

血管を傷つける危険因子をみているのが特定健診です

内臓肥満: BMI、腹囲、中性脂肪、HDLコレステロール
インスリン抵抗: 血糖(ヘモグロビンA1c)、尿酸
血管を傷つける因子: 血圧、尿酸
血管の損傷がわかる: クレアチニン、尿たん白

9月実施中の各種検診

① 40歳以上の生活保護を受給されている方が対象の健康診査

※電話で役場に申し込み、個別に病院で受ける健診です。

健診の内容は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)早期発見のための健診です。健診希望の方は、お申し込みください。受診票を郵送します。

《健診期間》平成21年11月30日まで
《対象者》門川町民で生活保護を受給している40歳以上の方

☆ただし、医療機関で病気の治療中の方で左記健診内容と同等の検査を年1回以上受けている方は対象外となります。☆対象となるか判断できない場合は、お電話ください。

《診査内容》
身体計測・腹囲測定・検尿・問診・血液検査・診察

※血液検査とは: 血糖関係、中性脂肪、肝機能(GOT、GPT)、LDL・HDLコレステロール、クレアチニン・尿酸
《料金》無料
☆生活保護受給証明書を病医院受付に提出してください。

《申し込み・問い合わせ先》
門川町役場 町民課 健康づくり係
☎6311140(内線223)

② 肝炎ウイルス検診

※③特定健診を受ける際に、同時に受けることができます。

※電話で役場に申し込み、個別に病院で受ける検診です。

※希望される方は、特定健診を受ける前に、必ずお申し込みください。

《健診期間》平成21年11月30日まで
特定健診受診時に受ける血液検査に、検査項目を追加しますので負担はありません。

《対象者》
・今年度40歳になる方
(S44年4月1日〜S45年3月31日生)
・いままさに、検査を受けたことがない方
・右記に該当し、希望する方。

《料金》無料
《診査内容》
・B型肝炎ウイルス抗原検査及びC型肝炎ウイルス抗体検査(血液検査)

《申し込み・問い合わせ先》
門川町役場 町民課 健康づくり係
☎6311140(内線223)

※申し込みされた方へは、問診票を郵送しますので病医院受付に提出して受診してください。

③ 特定健診(満40歳〜74歳の門川町国民健康保険の方)

※郵送されてきている受診券を使い、個別に病院で受ける健診です。

《健診期間》平成21年11月30日まで
※冬が近づくとインフルエンザが流行し始めます。早期に受診しましょう。

《対象者》今年度、満40歳〜74歳になる方
《料金》千円

黄色の受診券(6月対象者個人に郵送済み)、健康保険証を必ずもってご受診ください。

《診査内容》
ご案内文書(6月郵送済み)、受診観望はがき(8月郵送済み)の内容です。

《問い合わせ先》
門川町役場 町民課 健康づくり係
☎6311140(内線223)



食王大会の予選会が行われました

食王大会とは？

今年の12月6日(日)に門川中学校で開かれる食をテーマにした大会のことです。

種目は究極の朝ごはん、りんごの皮むき、あじの開き、クイズ、豆知識、健康や食育に関する俳句で、それぞれ選出された生徒が出場します。現在、夏休みを使って準備をしたり、予選会を行ったりしています。

今回は、8月の初めに行われた究極の朝ごはんの予選会の様子を紹介します。究極の朝ごはんは、自分で決めたテーマにそって献立を考え、実際に調理もしました。10クラスの中から4クラスしか本選に進めないのです、みんな一生懸命でした。

～予選会の様子～



男子だけのチームもありました。魚の処理に悪戦苦闘中。



審査員に見られながらの料理はきんちょうする～

— 1位に選ばれた朝ごはん—

← 1年生の部
「野菜いっぱい朝ごはん」

2年生の部
「エコな朝ごはんて夏をのりきろう！」



どのクラスも中学生ならではの発想で、とてもすばらしい朝ごはんができていました。本選が今から楽しみです。みなさんも朝ごはんをしっかりと食べましょう。



『早起き・早寝・朝ごはん』講演会録⑥

朝ごはんが大切なわけ

今年の2月に標記演題で、大塚製薬(株)佐藤和子医師による講演会を開催しました。その内容を4月から紹介してきましたが、今回は最後となりました。紙面の都合上、集約した部分も多々ありましたがご了承ください。

【801頁の続き】

肥満に興味のある方いますか？肥満はもうひとつの栄養失調です。ハルモニを失った状態。どうして、まず体の組成を思い出してください。1に水、2番目はたんぱく質、3番目が脂質、4番目が無機質、5番目が糖質とか核酸とか。これが小学校5年生で教えるからだの組成。覚えていてほしいのは水の次にたんぱく質なんです。脂肪というのはその下にあるんですよ。ところが、肥満というのは、脂肪が上になっちゃうんですよ。だから人間じゃない体になっているわけです。そして、その脂肪ってどうしてできるの？って夜が食べすぎなんです。食べ過ぎちゃったら蓄えは脂肪しかないじゃない。だから夜にごちそうを出すのは早死にしろいたく出て出してるんです。一生懸命がんばってほしいときは、朝から動く前にしっかりと食べていただくというのが本音なんです。だから食事というのとは一番動く前の朝ごはんが一番大事なんです。朝にも時刻があつて、7時までに食べないとステロイドホルモンが上手に作れない。だから5時半でも、6時でもいいですけど7時半、8時はやめてく

ださい。ご利益ありません。

そこで大事なんです、ストレスに負けるということは、体がそのままだめになっていることなんです。何でもかという、アレルギーやアトピーでもひどくなるとステロイドホルモンを使うじゃないですか。それだと副作用があつて、糖尿病のような状態になつてしまつたり、骨密度が落ちたり。でも、あなたの食事のここを治せば自分でステロイドホルモンを作れますよって教える医者はいないじゃないですか。私は教えてますよ。だから「寝る時刻を早めてご覧なさい、朝早く起きてご覧なさい。朝は自然とおながすいて食べたいと思える体作りをしなさい。」って言っています。誰にだってストレスはあるんですよ。逆に私みたいなストレスをかけようといじめがいっぱいきてても、私はハッピーになつてしまふんです。そのたびにステップアップですよ。後からいじめた方たちがおすおすしても、そのことがなければ今の私はないから、ありがとうつて言ってしまうくらいよ。それをいじめと受け取っちゃつたら…、私みたいなチャンスをおいただいたと思えばハッピーですよ。でなければ

ば今の大家との出会いは絶対なかつたわ。もう22年目に入るんですよ。ゼロ歳児だつて、20歳になれば選挙権がもらえる。私この栄養学30年やつていらっしゃる。私この栄養のために思つてやつてる。だから困つた子どもたちを見るとかわいそうで、みんなわが子と思つて教えますよ。食べ過ぎて病気なんて一番あわれ、食べ足りなくて病気なんてもつとあわれ。肥満は病気の元凶なんです。

健康は手段です。お金も時間も手段に過ぎません。睡眠あつての朝ごはん。どんなにいい食事を与えても、睡眠不足の人は救いようがありません。だから早く寝ましょう。この町がもつと早寝、もつと早起き、朝から時間をかけてごはんを食べる。そして健康の手段としての磨きをかけていきますよ。人生の目的は、真善美の世界ですからね。真善美を目指して、一生清らかな心で。一期一会ですからね、そのような思いで今日はおはなしていただきました。どうも、皆さまご清聴ありがとうございました。

【終わり】

前納のお勧め
国民年金には、一年分または六カ月分など、定められた月数分について、保険料を前納すると割引になる制度があります。
退職（失業）された方について、夫婦お二人で国民年金の保険料を納めるのは大変ですが、ある程度の蓄えがある方には、将来の老齢

基礎年金の年金額の減額を防ぐために、前納制度を利用することをお勧めします。
前納の割引率は、最大で年二・一％（口座振替で平成二十一年度の一年分の保険料を前納した場合の実績）となっています。
※平成二十二年度の一年分の保険料の前納額等は、平成二十二年二月上旬までに公表される予定です。

退職（失業）時の特例免除制度
保険料を納めることが経済的に困難な場合、市区町村役場に申請して、認められれば保険料の納付を免除される制度があります。この申請免除には所得制限があり、申請者本人はもろろん世帯全員の前年の所得が審査の対象となりますが、特に、配偶者が免除申請する年度またはその前年度に退職（失業）した場合は、「特例免除」
詳細は、国民年金窓口にお問い合わせください。
町民課医療年金係
☎0982-63-1140
（内線228・229）
延岡社会保険事務所
☎0982-21-5424

今月の移動年金相談
月に1度、日向市で移動年金相談を行っています。年金相談や年金請求の手続きができます。年金手帳・印鑑をお忘れなくご持参ください。代理の方が相談される場合は委任状と身分証明書が必要になります。
日時
9月24日（木）
午前10時から午後3時まで
場所
日向市中央公民館

配偶者の退職（失業）により第三号被保険者の資格を失ったとき

サラリーマン（厚生年金・共済組合の加入者）の被扶養配偶者は、「第三号被保険者」として、国民年金に加入していますが、配偶者が退職（失業）して失職すると、夫婦ともに市区町村役場で国民年金「第一号被保険者」になるための手続きを行い、お一人、月額一万四、六六〇円の保険料を納めることとなります。
※第一号被保険者は、原則、二〇歳以上六〇歳未満の方に限られません。

基礎年金の年金額の減額を防ぐために、前納制度を利用することをお勧めします。
前納の割引率は、最大で年二・一％（口座振替で平成二十一年度の一年分の保険料を前納した場合の実績）となっています。
※平成二十二年度の一年分の保険料の前納額等は、平成二十二年二月上旬までに公表される予定です。

とって、退職した配偶者本人の所得の状況を除外して審査が行われますので所得制限の審査のハードルが低くなります。
免除制度を利用すると、①免除された期間は老齢基礎年金・老齢厚生年金の受給資格期間の二五年に算入されます。②免除された期間には老齢基礎年金の二分の一の金額が保障されます。③万一、障害や死亡といった不慮の事故が発生したときに、障害基礎年金・遺族基礎年金を受け取ることができるときの受給資格期間に算入され

交番だより



お問い合わせは
門川交番
☎63-1442

「秋の全国交通安全運動」

「交通安全・ゆずる優しさ・待つゆとり」をスローガンに秋の全国交通安全運動が平成21年9月21日（月）から9月30日（水）までの10日間実施されます。
町内では、交通指導員による街頭指導や、町内スーパーでの「交通安全キャンペーン」等を実施します。
また、平成21年9月30日（水）は交通事故死ゼロを目指す日となっております。一人ひとりの心がけで、交通事故を未然に防ぐことができます。
交通ルールを守り、安全で安心なまちづくりを心がけましょう。
夕暮れ時の歩行中や自転車乗用中の安全を



確保するために
○歩行者は、白っぽい服装を着用
○自転車は、前照灯を点灯を心がけましょう。
また、「反射材」を活用し、自分の存在を運転者に知らせるようにしましょう。
反射材は、車のライトに反射して100メートル以上離れていても明瞭に見えますので、夕暮れ時や夜間外出するときは、積極的に活用することが賢明です。

警察相談窓口について

9月1日は「警察相談の日」
警察では
・犯罪等による被害の未然防止に関する相談
・その他県民の安全と平穏についての相談
に応じます。
警察本部及び県下全警察署に「警察安全相談室」が設置してあります。相談に関しては、直接来所されても、電話でも受け付けます。
【#9110（警察相談専用電話）をご存知ですか？】
「#9110」番は、緊急の事件・事故以外の警察相談専用電話の全国統一電話番号です。
※ブッシュ回線、携帯電話、PHSから利用可能。ダイヤル回線、IP電話の場合は0985-26-9110を御利用下さい。
緊急の事件・事故の場合には110番通報を御利用下さい。
★オレオレ詐欺・架空請求詐欺・融資保証金詐欺・還付金等詐欺については
振り込み詐欺110番☎0985-29-12525（振り込みを慎んでストップ）
★インターネットに関する困りごとについては、警察庁の「インターネット安全・安心相談システム」
<http://www.cybersecurity.go.jp/>を御利用下さい。

省エネ

ガスコンロ

情熱の炎を料理にも、省エネにも。



省エネ行動と省エネ効果

炎は鍋の大きさに合わせて。

省エネレッスン

鍋の水滴を拭き取ってから、コンロに。

底が濡れたままだと、水を蒸発させるのに、余分なエネルギーが必要になります。

平たい底がおすすめ。

鍋やかんは丸い底のものより、平たいものの方が熱効率がよく、省エネになります。

点火のタイミングは？

コンロに点火するのは、鍋やかんをのせてからにしましょう。

炎がなべ底からはみ出さないように調節。

水1L(20℃程度)を沸騰させる時、強火から中火にした場合(1日3回) 年間でガス2.38㎡の省エネ 約370円の節約

調理の時も熱効率を考えましょう。

- ガスコンロ
- ・従来型バーナー
- ・高効率バーナー
炎の広がりを抑え、鍋底との距離を近づけたバーナー
- ・内炎式バーナー
バーナーをトッププレートの下に入れ、炎が内向きに燃焼するバーナー



出典 財団法人/省エネルギーセンター

かどがわ大学修了生会「マイケル会」保井ヶ浜で清掃活動

7月19日(日)にマイケル会が、遠見半島の東側にある保井ヶ浜の清掃活動に取り組みました。マイケル会は、かどがわ大学修了生の有志の20名により構成され、平成10年から毎年「海の日」に保井ヶ浜において、除草・海岸清掃を実施しております。

保井ヶ浜は、景観がすばらしく、夏になるとキャンプや釣り、貝採り、水遊びなどで大変にぎわう観光名所です。シーズン初めの清掃により、きれいになった景観を楽しみに、町外からキャンプに来る方もいらっしゃいます。

毎年、酷暑の中で清掃に取り組んでいるマイケル会の皆さんに心から感謝申し上げます。



「マイケル会」の皆さん



清掃活動の様子

～鯉一本の珍事～

今月も、尾末の黒木家の文書にある鯉に関する記録です。

「天保十年(1839年)二月、鯉が一本、加草浜の波打ちぎわに打ち上げられた。加草さそずの人がこれを取り揚げたが、あまり珍しいことなので書き留めておいた。

この鯉の価は、銀札(延岡藩札)五匁で下納屋の吉太郎が買い取り、延岡城下へ持っていったら十二匁で売れたそう。そして次々に人の手に渡り最後は十八匁にまでなったという。

加草浜で鯉が打ち上げられるという珍しい出来事なので、年寄衆にたずねてみたが、皆が言うには、ほかの魚ならともかく鯉が波打ちぎわに打ち上げられるのは聞いたことがないと話し合った。」

打ち上げられた鯉について、その場所といい、3倍以上に値上がりした値段といい、話題となりました。この二月には、「尾末向ヶ江浜」にも珍しい魚が打ち上げられ「漁師衆の平太郎」がそれは「ふか」で沖合では見掛けると話し、これも細嶋町若松松尾紋次郎という人が買い取ったが、分一運上を払ってなくて、改めて入札をしています。当時、魚は塩づけで流通していました。生の新鮮な魚は、運べる範囲が限られ、量も少ないので、かなり高値で取引されていました。

古文書を読む

第39回

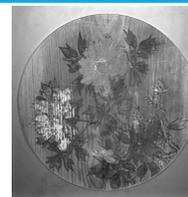
(原文)
亥二月 鯉を本加草浜波打
ぎわへ参り申候 加草さそずの人
取揚申候 余り珍敷事二付扣置申
尤 右鯉代銀札五匁下タノ吉太郎買
城下江持参り候処 拾式匁とやらへ町二
而 売候由 段々手二渡し末八拾八匁やらとやら迄
申候 候様承候事
鯉揚り候義珍敷事二付年寄衆江相尋
申候得共皆々是迄外魚ともあら鯉之
波打きわ迄揚候事八聞不申由皆々咄し
致候事

※加草さそずの人「さそず」は加草のこと。
門川町史に、昔、加草のことを「さそうず」と言
ったという記述がある。
日向記によると、江田城と並んで佐々津津城があ
ったことが知られる。

勝蓮寺天井画紹介 [第24回]



スイセン



ボタン

「木造住宅の耐震診断」希望者募集のお知らせ

わが家の地震対策

補助制度による耐震診断のすすめ

昭和56年5月31日以前建築の建物は、現在の構造規準を満たしていないものが多く、大規模地震が発生した場合、倒壊の危険性が高いと言われています。建物の耐震化対策は、大切な自己財産を地震被害から守り、生命の安全を確保する上からも大変重要なこととなります。

先月8月11日、静岡県で起きた地震でも、住民の方々の耐震対策への意識の高さが震度6弱という地震でも大きな被害を出さなかった要因の一つであると言われています。
耐震診断をして、わが家の弱点を知りましょう。まずは、専門家による一般診断を受けて見ませんか

リフォーム時は、耐震補強工事の「絶好の機会」です。

耐震補強工事は単独工事より、リフォーム工事と併せて実施する方が、より効果的で経済性及び作業性も良いものであります。
今後、住宅リフォーム工事を予定しておられる方は、安全、安心の確保を図るため、ぜひ事前に耐震診断を実施し、必要に応じて耐震補強工事をリフォームと同時に進行することをお薦めします。
平成21年度も下記のとおり、耐震診断希望者の募集を行っています。対象住戸の要件に該当される方は、ぜひ、この機会に耐震診断を実施されることをお勧めいたします。

記

- 1 対象住戸要件 : **昭和56年5月31日以前に着工され完成している木造住宅**
 - 2 募集住戸数 : **5戸**
 - 3 募集期間 : **平成21年9月1日～平成21年12月18日まで**
(ただし、土、日、祝祭日を除く日とし、募集戸数に達した時点で締め切りとさせていただきます。)
 - 4 診断費用の額 : **1戸当たり45,000円**
*ただし、診断費用負担は、次のとおりとなります。
 - ・ 門川町負担 30,000円
 - ・ 申請者(個人)負担 **15,000円**
- まず、町が30,000円の委託契約を診断士と行い、報告書作成の段階で申請者が診断士へ15,000円を直接支払っていただくこととなります。
全ての業務が終了してから、委託業者へ町負担分の支払いを行います。
- 5 その他 : 門川町木造住宅耐震診断事業実施要綱による

なお、申込には必要な要件がありますので、事業の概要や申込の詳細については、門川町役場（電話63-1140）環境建設課建築住宅係へお問い合わせください。

単独浄化槽、汲み取りから合併処理浄化槽へ転換する方へ

設置費用補助金が10万円加算されます。

今年度、本町では国の経済対策交付金を利用し、単独浄化槽、汲み取りから転換する方に10万円補助金を予算の範囲内で上乗せします。また、生活環境の向上及び自然環境の保全を図るため、今年度は飲食店、事業所、アパート等の建物を補助対象に加えます。

〈合併処理浄化槽とは?〉

微生物の働きにより、生活雑排水・し尿等をきれいにして放流するものです。合併処理浄化槽を導入することで河川・海域の汚染を防止することができます。

〈助成額〉

合併処理浄化槽の規模により助成金額が変わります。

助成額（平成21年度申請分）

5人槽	332,000円（新築） 432,000円（単独浄化槽、汲み取りから転換）
7人槽	414,000円（新築） 514,000円（単独浄化槽、汲み取りから転換）
10人槽	548,000円（新築） 648,000円（単独浄化槽、汲み取りから転換）

（助成額は年度により変更する場合があります。）

〈維持管理〉

浄化槽は適正な維持管理を行わなければ、十分に機能しない場合や、逆に自然環境を悪化させる場合もあります。

①保守点検

浄化槽の点検、調整、補修や消毒剤の補給などを行います。県知事登録業者に依頼してください。

②清掃

槽内の掃除やたまった汚泥を抜き取る作業です。市町村長の許可を受けた業者に依頼してください。

③法定検査

保守点検、清掃が適正に行われているかを検査するものです。宮崎県環境科学協会（TEL0985-51-4331）に連絡してください。

詳しくは、役場環境建設課環境係または設置業者にお問い合わせください。

9月における「資源ごみ収集日」の変更について

現在、資源ごみの収集は対象地区ごとに「毎月第2水曜日」と「毎月第4水曜日」に行っておりますが、第4水曜日（9月23日）は祭日のため、収集は行いませんので、第5水曜日（9月30日）に変更します。
なお、第2水曜日の地区につきましては、通常通り収集します。よろしくお願いたします。

【通常】9月23日（第4水曜日）…祭日のため、収集は行いません。

【変更後】9月30日（第5水曜日）

対象地区
小松・大丸・小園・中山・城屋敷・五十鈴・南ヶ丘・南町1区・南町2区・尾末東・旭町・中尾・後向・下納屋・平城東・平城西・松瀬・三ヶ瀬・上井野・大内原・城ヶ丘

9月(連休中)のごみの収集・清掃工場への持ち込み、し尿の汲み取りについて

ごみの収集・清掃工場への持ち込み、衛生センターのし尿の汲み取りは次のとおりです。

	9/19 (土)	9/20 (日)	9/21 (月)	9/22 (火)	9/23 (水)	9/24 (木)
ごみの収集	休み	休み	通常通り	休み	通常通り	通常通り
清掃工場への持ち込み		通常通り				
し尿の汲み取り	休み	休み	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り

（お問い合わせ先）環境建設課 環境係 ☎63-1140（内線286）

五十鈴川流域の森と水 再発見 作品集 フォトコンテスト



私たちの愛する五十鈴川流域の、「森」と「水」の美しさを、楽しさ、恵み、努力などを写真に表現してください。

☆グランプリ1点 賞金5万円 賞状
☆特選2点 賞金3万円 賞状
☆入選9点以内 賞金1万円 賞状

■撮影期間

平成21年4月1日～平成22年3月31日

■応募締切

平成22年3月31日

■応募資格
どなたでも、一人何点でも応募できます。ただし、入選は1点とします。

■応募規定

①応募サイズ…A4版、四つ切り、四つ切りワイド
②使用フィルム・機材…ネガ、ポジ、デジタルカメラ（デジタル加工・合成は不可）
③平成21年4月1日から平成22年3月31日の間に撮影されたもので、他のフォトコンテストに未発表で発表予定のないもの。

■応募方法

作品に応募票（自作も可）を貼付し、下記提出先のいずれかに（郵送可）提出してください。

■お問い合わせ・提出先

〒889-1069
東臼杵郡門川町本町1丁目1番地
門川町役場 環境建設課内
☎0982-63-1140

五十鈴川流域森と水を守る協議会事務局 フォトコンテスト係宛

■応募上の諸規定

◆応募作品は返却しません。
◆入選を含む応募作品の著作権は、五十鈴川流域森と水を守る協議会に帰属するものとし、当協議会若しくは協賛する2町の展覧会、印刷物、広報媒体等で使用します。
◆入選者は、別途通知する期日までに、ネガ、ポジ、データ（CD等）を提出してください。定められた期日までに提出されない場合は、入選辞退とみなします。
◆応募規定に違反した場合は、入選を取り消します。

「五十鈴川流域森と水を守る協議会」は、五十鈴川流域の森林と河川の環境を保全するため、門川町と美郷町が協力し活動している団体です。

【主催】 五十鈴川流域森と水を守る協議会
【協賛】 門川町・美郷町
【後援】 宮崎日日新聞社
夕刊デイリー新聞社

門川産業振興券の有効期限について

門川町では国が実施した定額給付金支給に併せて、地域活性化のため独自に20%のプレミアムをつけた門川産業振興券を4月15日と6月15日の2回にかけて発売させていただきました。多くの方々のご理解・ご協力をいただき、完売させていただきましたが、8月中旬までの利用率（換金率）は80.7%になっております。

まだ使用されていない方は、有効期限が平成21年9月30日（水）までとなっておりますので、お早めにご利用ください。

戦没者等のご遺族の皆様へ

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金（第九回特別弔慰金）が支給されます。

（主な支給の対象者）

平成17年4月1日から平成21年3月31日の間において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金等を受ける方（戦没者等の妻や父母等）が亡くなるなどしたことにより、平成21年4月1日において前記年金給付の受給権者がいない場合、次の順番による先順位のご遺族お一人に特別弔慰金が支給されます。

戦没者等の死亡当時のご遺族で

1. 平成21年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
2. 戦没者等の子
3. 戦没者等の①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹
※戦没者等と生計関係を有していた方のうち平成21年4月1日において婚姻していたとしても氏が変わっていない方又は同日において遺族以外の方と養子縁組していない方に限ります。
4. 上記3以外の戦没者等の①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹
※戦没者等と生計関係を有していない方や戦没者等と生計関係を有していたが上記3に該当しない方。
5. 上記1から4以外の戦没者等の三親等内の親族
※戦没者の死亡まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

（支給内容）

額面24万円、6年償還の記名国債

（請求期間）

平成24年4月2日まで

（請求窓口）

請求手続きにつきましては、門川町 福祉課 地域福祉係
☎63-1140（内線232）

パソコン講座受講生募集!!

「エクセルを扱う（初級）」エクセル（表計算ソフト）について、講師が分かりやすく指導します。今回は、健康管理表を作成します。毎日のウォーキングの記録や体重の変化など、ご自分の健康管理してみませんか？

- 内容
・エクセルの基礎知識
・表の作成
・データ入力
・グラフの作成
・ワークシートの活用
・健康管理表の作成等
- コース 2時間×6日間
午前前の部と夜間の部の2コースがあります。ご都合のよいコースをお選びください。

午前前の部 9時30分～11時30分
11月26日（木） 11月30日（月）
12月3日（木） 12月7日（月）
12月10日（木） 12月14日（月）

町営水道（上水道及び簡易水道）ご利用の皆様へ
平成21年10月使用分より水道料金が改定されます。

日ごろから、本町の水道をご利用くださり、ありがとうございます。さて、本町の水道料金改定につきまして、既に町広報7月号でご案内いたしました。平成21年10月使用分（平成21年10月に検針した水道使用分）から約1割増の料金とさせていただきますので、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

なお、改定内容につきまして、本町の公式ホームページでもご覧いただけます。（お願い）毎月、水道使用量の検針につきまして、お知らせ票をお届けしておりますが、そのうらみには、現在の料金単価表が記されており、現在の料金単価表が記されております。

この文面につきましては本来、料金改定と同時に変更しなければならぬところですが、現在残っているお知らせ票を有効に活用したいと存じますので、当分の間、現行の帳票を使用させていただきます。ご理解ください。ご理解申上げます。

《水道のお問い合わせ先》
門川町水道課
☎0982-63-17678（直通）

先月号の図書館によりに再編成いたしました。お詫言して訂正いたします。

門川町立図書館 休館日カレンダー

9月

日	月	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

■利用時間：（火～金曜日）午前10時～午後7時
（土・日・祝）午前10時～午後5時
■休館日：毎週月曜日、毎月1日（図書館整理日）
年末年始、特別整理期間（年1度）

新しいALTの紹介

こんにちは！

私の名前はメリッサ・レサージです。
カナダのケベック州から来ました。
私はALTとして英語を教えるために7月25日に
来日しました。9月から門川町の小・中学校で英
語の先生のお手伝いをします。



私は1982年4月21日生まれで、私の生まれた町はトロワ・リビエールという人口約13万人のフランス系カナダ人の町です。17歳の時、カナダを離れ、アメリカで4年間勉強しました。運動科学の修士学位を持っています。来日する前は、大学で研究の仕事をしながら、サッカーのコーチをしていました。



スポーツや旅行、新しい文化や言語を勉強すること、そして家族や友達と過ごすことが好きです。フランス語と英語、そして少しだけポルトガル語が話せます。

好きなスポーツはサッカーです。筋トレやランニング、ロッククライミングや山歩き、そしてキャンプやバスケットボールをするのも好きです。

私は食べるのも大好きで、特に和食が好きです！私のお気に入りの和食はお寿司です。インド料理も好きです。私の大好きなデザートはアイスとチョコレートで、アメリカの料理はあまり好きではありません。



門川で働くことをとても楽しみにしています。多くの町民の皆さんに出会い、日本の文化や地域活動にたくさん触れたいと思っています。

Melissa Le Sage

『やっちみろや健康づくりプラン21』 健康づくりの会開催される

平成20年度に『やっちみろや健康づくりプラン21』実践推進体制の見直しを行い、今回2年ぶりに新体制での『健康づくりの会』を開催しました。
5部門での話し合いの状況を報告します。

【実施日時】

7月29日 19時～21時

【会場】

クリエイティブセンター（全館）

【参加者数】 144名

※5部門共に部長、副部長の選出を行い、プラン21の中間評価結果を踏まえて、地域でできること“を中心に話し合いを行いました。

※もうすでに、健康づくりの会の状況や中間評価の結果を地区住民に知らせることから、動き始めた地区があります。まずは、地区5部門のリーダーさんが連携して、できることから、動き出してみませんか。

【環境部会】



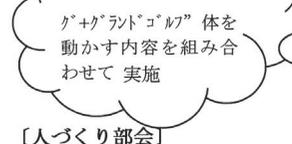
処理物で家庭用油が固まってしまうので、家庭用排水から油を流さないでほしい。

【食部会】



食部会は他の部会と連携することで活動しやすくなるのでは

【運動部会】 “ウォーキング+グラントボール” 体を動かす内容を組み合わせ 実施



地区活動につなげるのであれば、3月か4月、開催が望ましい。

【人づくり部会】



【子ども部会】

異世代間交流の場が公民館として必要では？



将来、子どもたちが地区に帰って来なくなる様な催しを考えています。

9月のカレンダー

(平成21年8月12日現在)

日	月	火	水	木	金	土
8/30	31	9/1	2	3	4	5
		町内小中学校始業式 草川小 門川小 西門川中 遊学塾 (各校) (9:00~12:00 中央公民館)	五十鈴小 避難訓練 (地震想定) (9:30~10:20)			五十鈴小 PTA作業 (環境整備) (8:30~10:30) 親子で楽しむ レクリエーション教室 (9:00~12:00 中央公民館)
6	7	8	9	10	11	12
門川中PTA 奉仕作業		行政相談日 (10:00~15:00 門川町総合福祉センター) つどいの広場 (10:00~12:00 かどかわ温泉心の杜 チャイルドルーム)	おはなし会 (10:30~ 町立図書館)	門川小高齢者と 1年生との交流会 (午前中) 高齢者教室 (9:00~12:00 中央公民館)		おはなし会 (11:00~ 町立図書館) 楽しい野菜づくり 教室 (9:00~12:00 町内)
13	14	15	16	17	18	19
	かどかわ温泉 心の杜休館日	遊学塾 (9:00~12:00 中央公民館)			節約計画 ひまわりの会 (10:00~12:00 草川保育園子育て 支援センター)	門川中 第63回体育大会 (8:30~15:30 同校グラウンド)
20	21	22	23	24	25	26
	敬老の日	国民の休日	秋分の日 おはなし会 (10:30~ 町立図書館)			楽しい野菜づくり 教室 (9:00~12:00 町内)
				かどかわ温泉心の杜 70歳以上の方無料開放		
27	28	29	30	10/1	2	3
門川みんなと朝市 (8:30~10:30 門川漁港)		五十鈴小 地域清掃活動 (15:00~16:30) 草川小 発表集会 (1年) (8:10~8:25 同校体育館)	産業振興券 有効期限			



【場所】
日向市中心市街地
駅前交流広場特設ステージなどで
【問い合わせ】日向十五夜祭奉賛会
(日向商工会議所内)
☎5215131

日向東田杵情報
800年の歴史と伝統
「日向十五夜祭り」
富高八幡宮の勇壮な神輿巡行に
始まり、花屋台や舞踊隊などに
ぎやかに練り歩く。宮崎県北三天
祭りの一つ「日向十五夜祭り」。
今年のテーマは「温故維新」。10
月3日(土)、4日(日)の2日間、
日向市中心市街地などで盛大に開
かれます。
日向市駅前 に新しくできた駅前
交流広場では、和太鼓の競演やパ
ンドライブ、カラオケ大会、郷土
芸能など、多彩な催しを予定して
います。

【日時】
10月3日(土) 午後1時から
4日(日) 午後9時まで

9月の水道当番表

今月の水道担当業者は次のとおりです。

日	月	火	水	木	金	土
8月30日 サンクス	31日 サンクス	9月1日 サンクス	2日 サンクス	3日 サンクス	4日 サンクス	5日 サンクス
6日 小松	7日 小松	8日 小松	9日 小松	10日 小松	11日 小松	12日 小松
13日 南日本	14日 南日本	15日 南日本	16日 南日本	17日 南日本	18日 南日本	19日 南日本
20日 旭	21日 請関	22日 サンクス	23日 小松	24日 南日本	25日 セイウウ	26日 富高
27日 小泉	28日 小泉	29日 小泉	30日 小泉	10月1日 小泉	2日 小泉	3日 小泉

事業者	昼間	夜間
請関水道設備工業	63-1286	63-3139
小川水道設備	63-2506	63-2506
小泉管工事務店	63-1251	63-1251
富高工務店	63-4882	63-4882
旭エンタープライズ	63-2031	63-1344
サンクス設備機器	50-4333	63-0744
セイウウ設備	63-3086	63-3086
小松設備	63-7235	63-7235
南日本設備サービス	63-3622	63-3622
門川町役場水道課	63-7678	63-1140(代)

★水道料金の口座振替について
9月25日は、8月分の口座振替日になります。また、9月25日に引落しできなかった場合は、10月10日に再振替します。なお、7月分の再振替は9月10日に行ないます。
★水道料金の納付書について
今月上旬に水道料金8月分の納付書を発送する予定です。納付書はハガキタイプになっており、丁寧にはがして料金をご確認の上、納めていただきますようお願いいたします。

水道使用契約者の皆様へ

水道量水器交換のお知らせ
水道課では、計量法に基づき水道量水器(メーター器)の使用有効期限が近づいたものを順次に取り替換をしております。例年、町内一円分で取替工事を実施しておりますが、今回役場が委託する事業者は表に掲載した業者で、町が発行する「門川町水道課委託事業者証」を携帯しております。
工事の内容は、量水器箱の中にある円形の量水器の取替えです。また、接続部品等が腐食していたり劣化が激しいときは、取替えをお願いすることがございます。この場合、量水器以外の部品取替えは契約者負担になる可能性がありますので、必ず事前に相談いたします。
※工事の期限：平成21年9月1日～平成21年11月30日の間 ※工事対象：平成14年以前に設置した量水器
※工事費用：役場負担
《ただし、量水器以外の部品(事前協議分)の取替えを行った場合は契約者負担になる可能性もあります。》

役場が委託する事業者		
事業者名	電話番号	対象地区
1 小川水道設備	63-2506	小園、城屋敷、五十鈴、南町、上町、栄ヶ丘
2 請関水道設備工業	63-1286	橋ノ口、中山、中村、加草
3 セイウウ設備	63-3086	旭町、尾末東、後向、中尾、上納屋、下納屋
4 サンクス設備機器	50-4333	栄町
5 富高工務店	63-4882	竹名、上井野
6 旭エンタープライズ	63-2031	新浜、庵川東
7 小泉管工事務店	63-1251	本町、栄町、南ヶ丘
8 小松設備	63-7235	庵川西
9 南日本設備	63-3622	平城

※都合により、3つに分けてある地区があるので、ご了承ください。
お問い合わせ 役場水道課 ☎63-1140(直) ☎63-7678

～やっちみろや健康づくり21～ 『健康づくりは食事から』

庵川西地区のみなさん

残暑で体調を崩してはいませんか？

夏の疲れが出てくる時期です。しっかり食べて、夏を乗りきりましょう。今回は、庵川西地区で実施した出前教室の献立を紹介いたします。なかでも夏野菜たっぷりスープは「野菜がたっぷり取れるし、簡単だからいいわ」と好評でした。みなさんもぜひ作ってみてください!!



パーフェクトメニュー

ごはん、魚と大葉のチーズ巻き
ナスのピリ辛煮、ネバネバ和え
夏野菜たっぷりスープ
キウイフルーツ、桃

“パーフェクトメニュー”というのは1日に必要な栄養素の約3分の1が過不足なくとれるという意味。



< 1人分の材料と作り方 >

ごはん 100g
キウイフルーツ 45g (1/2個)
桃 30g (1/6個)

いわし 50g
チーズ 10g / 大葉 1g
卵、小麦粉、パン粉、揚げ油 適量

ナス60g / 長ネギ10g
しょうが、にんにく、干しえび各3g
みりん、醤油 各4g
酢、砂糖 各2g 豆板醤、油 適量

納豆 30g
長いも 20g / オクラ 10g
みりん 2g / 梅干 5g (1個)

ボンレスハム 20g / あさり (水煮) 5g
トマト 50g
にんじん、長ネギ、玉ねぎ 各20g
しいたけ、ズッキーニ、ピーマン 各10g
固形コンソメ 1/4個 / さとう、醤油 1g

ごはん
キウイフルーツ、桃

栄養価
たんぱく質31g、ビタミンC72mg
食物繊維9.5g、エネルギー612kcal

魚と大葉のチーズ巻き

- ①いわしの切り身に塩こしょうで下味をつける
- ②大葉、チーズをのせてくるくると巻き上げ、楊枝でとめる
- ③小麦粉、卵、パン粉を順につけて揚げる

ナスのピリ辛煮

- ①ナスを3cm程度の輪切りにし、水にさらしてあくをぬく
- ②しょうが、にんにく、干しえびをみじん切りにする
- ③ナスの水気をふき取り油で揚げる
- ④調味料を煮立たせて、ナス、しょうが、にんにく、干しえびを加えて煮る

ネバネバ和え

- ①納豆はたれをかけ混ぜておく
- ②長いものは、拍子切りにして酢水につけ、オクラは塩もみしてざっとゆで、輪切りにする
- ③①と②を混ぜ、梅はたたいてみりんでのばし、上からかける

夏野菜たっぷりスープ

- ①材料をさいの目状に切る
- ②野菜をかるく炒め、かぶるくらいの水を加える
- ③調味料を加えて煮る
- ④材料が煮えたら、塩こしょうで味を整える

お問い合わせ 町民課 健康づくり係

今月の納期

◎集合税

4期

納期内に納入しましょう!!

●町内人口

8月1日現在

男	女	計	世帯数
8,863 (8,859)	9,964 (9,960)	18,827 (18,819)	7,140 (7,134)

()内は前月



広報 **かどがわ**

発行日/平成21年9月1日
発行編集/門川町役場 総務企画課
〒889-0696 宮崎県東臼杵郡門川町本町1-1
TEL(0982)63-1140代 FAX(0982)63-1356
印刷/安井株式会社

「広報かどがわ」についてのご意見・ご要望は総務企画課までハガキかFAXでお送りください。