

今月の主な内容

◎「第14回門川シーポートフェスティバル」  
および「うみすずめ3周年記念」開催!! ……2

◎生活習慣病予防のための特定健診……………4  
◎門川町奨学生募集……………15



2月16日、門川町総合文化会館横の南町都市公園で、「アドベンチャー癒しの杜」の植樹祭が行われました。

平成20年度 生涯学習講座  
『楽しい野菜づくり講座』受講生募集!



みんなで楽しく野菜づくりをしてみませんか?今年度はじめて講座を開催し、受講生の皆様から好評をいただきました野菜づくり講座を来年度も開催いたします。1区画あたり24㎡(縦4m×横6m)の畑が20区画あり、受講生の皆様には1区画ずつ実習畑として管理をしていただきます。ちなみに、今年度は多い方でキュウリを200本程度収穫された方もいらっしゃいました。

講師につきましては門川町で農業をされている認定農業者の方々をお願いしており、肥料や農業の講話などと共に、実際の農業現場の見学等も考えております。

「土いじりをしたいけど土地がないなあ」、「家庭菜園位の手軽な野菜づくりをしたいなあ」とお考えの方、是非ご参加をご検討ください!

また、来年度は一部講座内容をリニューアルし、20区画中5区画を親子で農業体験をしていただくと考えております。こちらにつきましては、各小学校等を通じましてご案内を差し上げますので、ふるってご参加ください。

なお、作付けする作物につきましては講師と相談の上、こちらの方で決めさせていただきますので、ご了承ください。

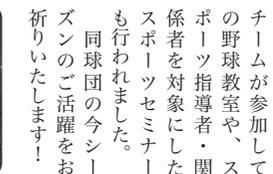
【講座期間】平成20年4月中旬～平成21年2月末日予定〔毎月第2・第4土曜日を予定〕

【募集人数】①農業初心者の方15名 ②親子(ファミリー)5組

【募集期間】平成20年3月14日(金)～平成20年3月29日(金)  
平日 午前8時30分～午後5時15分まで電話にて

【参加費用等】年間3,500円程度を予定〔実費:苗代・肥料代など〕  
※別途保険料として一人500円集金いたします。

【問い合わせ先】門川町教育委員会 社会教育課 ☎63-1140(内線266) 担当:林



今年も社会人野球チーム「大阪ガス硬式野球部」がキャンプを行いました!  
大阪市に本拠地を置く「大阪ガス硬式野球部」が、今年も門川海浜総合公園でキャンプを行いました。2月12日に町長へ表敬訪問された際には、同球団へ町特産のトマトと魚の干し物が贈られました。  
また、キャンプ期間中には、町内の小・中学生の野球チームが参加しての野球教室や、スポーツ指導者・関係者を対象にしたスポーツセミナーも行われました。同球団の今シーズンのご活躍をお祈りいたします!

「第14回門川シーポートフェスティバル」及び「うみすずめ3周年記念」が開催されます。

海遊物産館「うみすずめ」が平成20年4月2日をもって3周年をむかえます。これを記念し、4月5日に、「うみすずめ3周年記念」行事を行い、4月6日に「門川シーポートフェスティバル(旧門川みなとフェスティバル)」を記念イベントとして開催いたします。(雨天決行)

テーマ 「碧い海、未来へ贈る宝物」…さかなの町かどがわ

イベント内容

期日 4月5日(土)

※海遊物産館「うみすずめ」3周年記念行事

もちつき大会(無料配布)・カンムリウミスズメウオッチング(体験乗船)

さかな放流体験・カラオケ大会・ハモ鍋他

期日 4月6日(日)

※門川シーポートフェスティバル(旧門川みなとフェスティバル)

開会行事・大漁もちまき・マグロ解体実演販売・歌謡ショー他

会場 門川漁業協同組合及び海遊物産館「うみすずめ」周辺(両日とも)

★楽しいイベントが盛りだくさん!!ご家族でお楽しみください★



# 「麻しん風しん混合ワクチン」の2回接種対象者追加のお知らせ

平成20年4月1日から、予防接種法施行規則の改正により「麻しん風しん混合ワクチン」の対象者に**中学1年生**に相当する年齢の者と**高校3年生**に相当する年齢の者が5年間に限り加えられます。

※①海外への修学旅行③短大・大学での教育実習③海外留学等の前に「予防接種済証明書等」の提出を求められることがあります。予防接種がすんでいない為に大切な機会を逃すことのないよう対象者の方は、早めの接種をお願いいたします。

## （麻しん・風しん混合ワクチンの対象者の変更）

（新）対象者	（旧）対象者
第1期 生後12月から生後24月未満	第1期 生後12月～生後24月未満
第2期 5歳以上7歳未満で小学校就学前1年の間にある者（平成20年度は、平成14年4月2日～平成15年4月1日生）	第2期 5歳以上7歳未満で小学校就学前1年の間にある者
第3期 <b>中学1年生に相当する年齢の者</b> （平成20年度は、平成7年4月2日～平成8年4月1日生）	
第4期 <b>高校3年生に相当する年齢の者</b> （平成20年度は、平成2年4月2日～平成3年4月1日生）	

☆平成20年4月から、麻しん風しん混合ワクチンは、過去に麻しん・風しんどちらか一方にかかった場合にも接種をすることができるようになります。ただし、麻しん・風しん両方にかかった場合は、対象外となります。

接種歴	第3期4期麻しん・風しん混合(MR)ワクチンの接種対象者
麻しん、風しんどちらかにかかった	○
麻しんワクチンのみ接種済み	○
風しんワクチンのみ接種済み	○
麻しん及び風しんワクチンを接種済み	○
麻しん風しん両方にかかった	×



〈お問い合わせ〉 町民課健康づくり係 ☎63-1140（内線223）

# 平成20年4月から 生活習慣病予防のための特定健診が始まります

40才から74才までの全員が自分の加入している医療保険ごとに健診を受ける制度です。

## 対象となる人は？ 40～74歳



## 事後指導は？

加入している保険者がメタボリック症候群該当者を中心に指導を実施します。

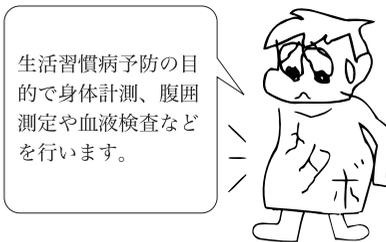
## 実施主体は？

あなたやあなたの家族が加入している  
\*医療保険者が実施します。

## 健診場所は？

門川町国民健康保険加入の人には町から**受診券**を郵送します。公民館や病院で実施する予定です。

## 特定健診の内容は？



## 糖尿病・脳梗塞・心筋梗塞

会社員や、製造業、土木関係者や営業マン、パートの方たちは…職場での健診が優先になります。

雇用主にお尋ねください

扶養されている家族の方たちは

加入されている医療保険者にお尋ねください。

\*医療保険者には、共済組合や政管健保、国保組合、市町村国保などがあります。あなたの保険証を発行しているところです。  
・市町村が住民を対象に実施していた基本健康診査は廃止されます。  
・75才以上の方は、宮崎県後期高齢者医療広域連合が担当するようになります。

〈お問い合わせ〉 町民課 健康づくり係 ☎63-1140（内線223）

## 「お金を振り込んで！」と言われたら、振り込まず、詐欺を疑って、すぐ相談。

振り込め詐欺(恐喝)事件が多発しています。平成18年の認知件数は18,538件、被害総額(既遂のみ)はなんと約249億7,841万円。「お金を振り込んで」と言われたら、すぐ警察に相談。

振り込め詐欺(恐喝)とはオレオレ詐欺(恐喝)、架空請求詐欺(恐喝)、融資保証金詐欺のことをいいます。

**オレオレ詐欺(恐喝)** 被害者の約7割が女性です。

このような不審な電話に注意しよう。

電話を切った後に、すぐに振り込まず、家族や知人、警察にまず相談！

「オレオレ詐欺(恐喝)」では、会社でのトラブル・横領等の補填金、借金返済名目や交通事故・痴漢行為等の示談金名目で、子どもや孫、弁護士や警察官などを装って現金を振り込ませようとします。すぐに振り込まず、警察などに連絡して事実確認をしたり、相談するようにしましょう。



お問い合わせ  
**門川交番**  
☎63-1442



**架空請求詐欺(恐喝)** 被害者の約6割が男性です。

このような覚えのない請求は無視しよう。

利用した覚えがなければ連絡せず、無視して振り込まず、警察にすぐ相談！

団体(訴訟管理局、民事訴訟通達センターなど)を装って、有料サイト(アダルトサイトなど)の利用料金を振り込ませようとする架空請求書などが送られてきます。最近では、携帯電話の番号が記載されていて、そこに電話をすると口座を指定して振り込ませる方法が目立っていますので注意しましょう。また総務省やNHKと偽り地上デジタル放送の架空工事費を請求し、現金を振り込ませる手口にも注意しましょう。※発送元が裁判所の場合は放置せず裁判所に確認してください。

**融資保証金詐欺** 被害者の約5割が男性です。被害者の約4割が30~50歳代の男性です。

このようなあまい融資に注意しよう。

融資前には、けっして現金を振り込まず、警察や消費者センターにすぐ相談！

DMハガキや電子メール、雑誌広告、チラシなどで融資を勧誘します。借入金多数でもデータを抹消、審査済み、低い固定金利などの有利な条件で融資すると誘い、融資前に保証金や登録料の名目で現金を振り込ませようとします。実存する金融機関や貸金業者の名称を使う場合もありますが、正規の業者が融資の前に保証金や登録料の名目でお金を振り込ませることはありませんので注意しましょう。



おかしいと思ったら、「振り込まず」に、スグ、相談!!  
**#9110 (警察相談窓口) または、最寄りの警察署まで**

## 門川町からのお知らせ

### 70歳から74歳で

# 「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」

## をお持ちの方へ



平成18年の制度改正により、70歳から74歳の方の医療費の窓口負担については、平成20年4月から2割負担に引き上げられる予定でしたが、この引き上げが凍結され、平成20年4月から平成21年3月までの1年間は、窓口負担が1割に据え置かれることになりました。(※現役並みの所得がある3割負担の方や、一定の障がいがあり老人医療受給者証をお持ちの方は除きます。)

現在、一部負担「(2割) ※平成20年3月31日までは1割」と記載がある『国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証』をお持ちの方については、一部負担「1割」と記載された新たなカードを3月末までに郵送いたします。

なお一部負担「(2割) ※平成20年3月31日までは1割」と記載がある『国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証』については、新たな保険証とともに返信用の封筒を同封いたしますので、そちらに入れてご返送ください。

### 今までの保険証

国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証	
有効期限	平成20年 7月31日
記号番号	011545
氏名	門川 五郎
生年月日	昭和12年 2月18日 性別 男
資格取得日	昭和55年 4月 2日
交付年月日	平成19年 8月 1日
発行期日	平成19年 8月 1日
世帯主氏名	門川 五郎
宮崎県門川町本町*丁目*番地	
保険者番号	450734 保険者名 門川町

### あたらしい保険証

国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証	
有効期限	平成20年 7月31日
記号番号	011545
氏名	門川 五郎
生年月日	昭和12年 2月18日 性別 男
資格取得日	昭和55年 4月 2日
交付年月日	平成20年 4月 1日
発行期日	平成19年 8月 1日
世帯主氏名	門川 五郎
宮崎県門川町本町*丁目*番地	
保険者番号	450734 保険者名 門川町

○が変更になるところです。

(お問い合わせ) 町民課医療年金係 ☎63-1140 (内線227)

# 早起き、早寝、朝ごはん



## 子どもの生活習慣をつくるのは

### 大人の大事な仕事です



門川町元気な子どもを育む食育推進委員会では、こどもの指導的立場にある小中学校の先生やスポーツ少年団関係者、保育園・幼稚園・学童保育の保育士さん達を対象に東京北社会保険病院副院長神山潤先生を招いて『早起き・早寝・朝ごはん講演会』を開催しました。3年間つづけた町広報シリーズも今回が最後となりました。

これから講演を聴いた先生たちが、子ども達に睡眠の大切さを科学的に教えていきます。

子どもの生活習慣をつくるのは、大人の大事な仕事だと思ふ。

当たり前であることが、できない出来にくい。出来にくいではなく、できる工夫・環境づくりを。

眠ること・食ふること・活動することの大切さを改めて感じました。子どもたちに教える立場ですが、まずは、自分自身の考えをしっかりとしたいと思います。

睡眠について詳しく分かった。ヒトは、生き物。眠ること・食ふること・動くことは地球で生きていくことで大切だ。

遅くまで起きている子どもや大人が多いことは、子どもと話をしていると分かります。今日のたくさんのデータから分かったことを子ども達に話してやりたいと思います。



## さあ、今日からみんなで早起き・早寝・朝ごはん

そんなシンプルな当たり前のことが、一番大切

## 江戸時代のお金について～赤澤家文書より～

今月から、昨年末にみつかった赤澤家文書「御触書写シ」を読みながら、江戸時代の幕府や延岡藩のお金、通貨のしくみ、経済などについて数回にわたって紹介します。



大目附江  
文政度以来金銀吹直シ被仰付候趣  
当時、保字金銀、壹歩銀、式朱金ヲ以、專世上通用被成置候、右ニ附而者文政度之文字金銀、草字式分判、式朱銀等此度不残  
通用停止被仰出候間、其旨相心得凡古金銀、此迄停止之品共所持致候者ハ多少共有体之員數、銘々より書附  
基筋へ可差出候  
※吹直シ改鑄  
※保字ニ天保の保  
※文字ニ文政の文  
※草字ニ草書体



天保十三年  
御觸書写シ  
寅九月  
門川村

この文書は、幕府から出された御触書（通達）で、天保十三年（1842）に延岡藩地方役所から藩内の村々へ回達された「お触書」（おふれがき）の写しです。当時、門川村、川内村、黒木村、入下村、宇納間村は、門川組（くみ）という組織に属しており、門川村に組を統括する大庄屋が置かれていました。お触書は、地方役所から門川村の大庄屋へ届けられ、そこから村々の庄屋に回達されて、最後の宇納間村まで達します。そこからはじめの門川村の大庄屋に返されます。

意味は、「文政年間以来の金銀（貨幣）の改鑄がなされ、現在は保字金銀（天保の保の字の刻印のある金銀）を通用させている。それで文政年間の文字金銀（文政の文の字の刻印のある金銀）など、むかし通用していた金銀（貨幣）は通用停止になっているので、まだ持っている者は、残らずありのままにその額を報告するように」といった内容です。

### 勝蓮寺天井画紹介【第6回】



ゲンノショウコ

不眠

## ◎収集日、排出時間、排出場所

ごみの収集日程		ごみの種類	収集日	排出時間	排出場所
地 区	本町・上町・栄ヶ丘・東栄町・西栄町・宮ヶ原・竹名・上納屋1区・上納屋2区・上納屋3区・加草1区・加草2区・加草3区・加草4区・加草5区・庵川西・須賀崎・庵川東・中村・牧山・谷の山	資源ごみ (リサイクルごみ)	毎月第2水曜日	午前7時30分～ 午前8時30分まで	資源ごみ ステーション
		燃えるごみ	毎週月曜日・ 木曜日	当日の 午前8時30分まで	通常のごみ ステーション
		燃えないごみ	毎月第1水曜日	当日の 午前8時30分まで	通常のごみ ステーション
		ペットボトル	毎月第3水曜日	当日の 午前8時30分まで	通常のごみ ステーション
名	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	資源ごみ (リサイクルごみ)	毎月第4水曜日	午前7時30分～ 午前8時30分まで	資源ごみ ステーション
		燃えるごみ	毎週火曜日・ 金曜日	当日の 午前8時30分まで	通常のごみ ステーション
		燃えないごみ	毎月第1水曜日	当日の 午前8時30分まで	通常のごみ ステーション
		ペットボトル	毎月第3水曜日	当日の 午前8時30分まで	通常のごみ ステーション

## ◎注意事項

- ・第1水曜日を「不燃ごみの収集」、第3水曜日を「ペットボトルの収集」とします。
- ・指定のごみステーションに決められた曜日、時間内に出してください。
- ・決められた曜日以外の排出や種類の違うごみが混入していると収集できません。
- ・透明袋に氏名を書いて出してください。
- ・清掃工場へ直接搬入する場合も分別してください。

〈お問い合わせ〉環境建設課環境係 ☎63-1140 (内線286)

# ペットボトルの分別収集がスタートします。

町民の皆様には日頃からごみの分別にご協力して頂き誠にありがとうございます。  
これまで皆様にお知らせしましたように、家庭から出るごみの減量とリサイクルをより一層推進するため、平成20年4月からペットボトルの分別収集に取り組むことといたしました。  
皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。

## ◎分別収集の対象になるペットボトル

清涼飲料用、乳飲料用、酒類用、醤油用、調味料用ペットボトル

### 《排出時の注意》

- ① 識別表示マークを確認してください。
- ② キャップを必ずはずしてください。
- ③ 中を軽くすすいで、水切りをしてください。
- ④ 横方向につぶしてください。
- ⑤ ラベルはできるだけはずしてください。
- ⑥ 透明袋に氏名を書いて出してください。



- ・色の付いているペットボトルも排出して構いません。
- ・食用油のボトルは、再生利用に適さないため、可燃ごみとして出してください。
- ・キャップとラベルは、通常どおり可燃ごみとして出して構いませんが、キャップについては集めている学校や役場町民課健康づくり係のカウンターに収集箱がありますので、捨てずにご協力ください。

**プラ**マークがついている容器などは  
**PETボトルと分別して出して下さい**

※プラスチック製ボトルは通常どおり可燃ごみとして出してください。

平成20年4月から

これまでの老人保健制度に代わる

# 後期高齢者医療制度が始まります!!



**2** 1人1枚の被保険者証

老人医療受給者証  
国保・社保被保険者証

後期高齢者医療被保険者証

3月中にもお手もとに郵送します。

**1** 75歳以上の方全員が加入

(65歳以上75歳未満で一定の障害がある方も対象になります。)

**6** 保険料は一人ひとりの被保険者が納めます。原則として年金からの天引きです。

※天引きは年額18万円以上の年金受給者が対象です。それ以外の方は普通徴収(納付書や口座振替による納入)になります。  
保険料率は2年ごとに宮崎県後期高齢者医療広域連合が定めます。  
※裏面に保険料の計算方法を記載しています。



**3** 医療機関窓口での自己負担は1割

(現役並み所得者の方は3割)

**4** 給付サービスはこれまでの老人保健制度と基本的に変わりません。

**5** 医療保険と介護保険の連携強化

医療保険と介護保険の窓口負担を合算し、上限を設け負担を軽減します。

お問い合わせは門川町役場の「老人医療担当窓口」または、宮崎県後期高齢者医療広域連合

業務課：0985-62-0921  
総務課：0985-62-0920 まで

ホームページ  
<http://www.miyazaki-kourei-kouiki.jp/>

## 給付について

宮崎県後期高齢者医療広域連合では医療給付のほかに以下の給付を行います。

●健康診査…市町村と協力して実施します。(本人負担はありません)

●はり・きゅう・マッサージ等施術料助成

1日に1回、1ヶ月8回を上限とし、年間(4月1日から翌年3月31日まで)24回まで、1回につき1,000円助成します。

●葬祭費…被保険者であった方の葬祭を行う方に2万円支給します。

## 町民税・県民税・国民健康保険税 申告日程表[3/1~3/17]

日	時	対象地区等	会場
3月 3日(月)	9:00~11:00	庵川東	庵川東公民館
	13:00~15:00	牧山・谷の山	牧山公民館
3月 4日(火)	9:00~11:00	加草1区・加草2区・加草5区	海浜総合公園管理棟
	13:00~15:00	加草3区・加草4区	
3月 5日(水)	9:00~11:00 13:00~16:00	各会場で都合のつかない方	
3月 6日(木)			
3月 7日(金)			
3月10日(月)	9:30~11:30	南町1区・南町2区	クリエイティブセンター(文化会館の隣)
	13:30~15:30	南ヶ丘	
3月11日(火)	9:00~11:00	各会場で都合のつかない方	
	13:00~16:00	門川町役場 別館1階会議室	
3月12日(水)	9:30~11:30 13:30~16:30	各会場で都合のつかない方	
3月13日(木)			
3月14日(金)			
3月17日(月)	9:00~11:00	各会場で都合のつかない方	
	13:00~16:00	門川町役場 別館1階会議室	

必ず上記の会場で申告してください。

※申告相談が終了間際になりますと大変混雑し、長時間お待ちいただくこととなりますので、早めの申告をお願いします。

申告をしなくても良い人は、

- 給与取得のみで、すでに年末調整の済んでいる方。
- 公的年金の方で、次の条件に該当する方。
  - ①昭和18年1月1日以前生まれの方で公的年金の合計額が148万円以下。
  - ②昭和18年1月2日以降生まれの方で公的年金の合計額が98万円以下。
- 確定申告(税務署の申告)をした方(する予定の方)。ただし、確定申告が不要になった場合は町の申告が必要です。

町申告のお問い合わせは、税務課 申告担当 ☎63-1140 (内線236)

## 異動シーズンにおける門川町役場開庁のお知らせ

3月29日(土)、3月30日(日)

春の異動シーズンが到来します。この時期、転入・転出による引越しをされる方も多くなりますが、それに伴って役所への異動届も必要となります。

そこで、門川町役場では異動に伴う手続が必要となる一部の窓口業務を、3月29日(土)、3月30日(日)の両日に開設することとしました。具体的な取り扱い業務については下記をご覧ください。また、ご不明な点は担当課まで、お気軽にお問い合わせください。

◆開庁日時◆ 平成20年3月29日(土)、3月30日(日) 8:30~12:00 13:00~17:00

◆取扱業務◆

〈町民課〉町民窓口係 ・住民異動届(転入・転出・転居等)に関する業務  
・各種証明書交付(住民票の写し、印鑑登録証明、戸籍関係証明等)及び印鑑登録に関する業務

国民健康保険 国民健康保険被保険者資格異動届(取得、喪失等)に関する業務  
〈福祉課〉子育て支援係 児童手当、児童扶養手当、乳幼児医療等の転入・転出・転居等に関する業務

★ご注意★

手続きに際して、添付書類・印鑑・本人確認証明書(免許証等)が必要となりますので、事前に必要書類等を担当課までご確認いただいておりますと、手続きがスムーズに進みます。

なお、取扱い業務のうち、他の行政機関などに確認する必要がある場合は、土・日曜日に手続できないこともあります。

〈お問い合わせ〉門川町役場 ☎63-1140 (代) 各担当課にて、手続き・届出等の詳細をお尋ねください。

ご存じですか？

## 「特別障がい者手当等」について

1. 目的 在宅の知的に又は身体に重度の障がいのある方に手当を支給することにより、その方々が必要とする特別な負担の軽減を図るものです。
2. 窓口 福祉課 地域福祉係
3. 手当の種類と内容 次の2つがあります。

	①特別障がい者手当	②障がい児福祉手当
対象者	20歳以上で、重複する重度障がいを有し、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の障がい者で、知事が認定した方	20歳未満で、日常生活において常時介護を必要とする在宅の重度の障がい児で、知事が認定した方
支給月額	26,440円（ただし、本人、配偶者、扶養義務者の所得制限があります。）	14,380円（ただし、本人、配偶者、扶養義務者の所得制限があります。）
必要書類等（※）	請求書、認定診断書、所得状況届、同意書（所得調査に関する）、住民票の写し（世帯全員分）、印鑑、身体障がい者手帳、療育手帳	

※必要書類は、役場に準備しています。（ただし、住民票の取得には手数料が必要となります。）  
 〈お問い合わせ〉福祉課 地域福祉係 ☎63-1140（内線233）

## 門川町奨学生募集

門川町教育委員会では、向学心があり十分な能力があるにも関わらず、経済的な理由により修学が困難な方に対し、学資の一部を貸与し、将来有望な社会人を育成することを目的として、平成20年度門川町奨学生を募集します。

- 貸与資格 保護者が本町に住所を有し、将来においても住居を有する見込みの子弟で、高等学校及び大学（高等専門学校・短期大学を含む）に学籍を有する者
- 奨学金の額 高校奨学生 月額10,000円  
大学奨学生 月額20,000円
- 貸与期間 決定の日より進学する学校の正規の修学期間
- 償還期間 卒業の月より3ヶ月経過後、貸与期間の2倍の期間以内での償還となります。
- 出願手続き 次の書類を期日までに本人が教育総務課に提出してください。  
 ①奨学生願書  
 ②家庭状況調査書  
 ③成績証明書（入学前最終学校のもの）  
 ④入学許可証明書又は在学証明書  
 ⑤世帯全員の平成19年分源泉徴収票もしくは平成19年中の所得を証明できるもの  
 （※各種様式は教育総務課に直接取りに来ていただくかまたは門川町ホームページからダウンロードしてください。）
- 受付期間 平成20年3月17日から平成20年4月30日まで
- 募集人数 若干名
- 選考方法 門川町奨学生選考基準により教育委員会が決定をし、6月末までに本人に通知します。



ご不明点がありましたら、教育総務課までお問い合わせください。  
 〈お問い合わせ〉教育総務課 ☎63-1140（内線267・268）

ねんきん

## 国民年金保険料の納め忘れはありませんか

年金は、世代と世代の支え合いの制度です。あなたの納付する保険料が、高齢者世代の生活を支えています。同時に、あなたや家族の年金権を守るためにも、保険料は忘れずに納付しましょう。国民年金の給付には、老後の生活保障である老齢基礎年金だけでなく、思わぬ事故等により障害が残ったときの障害基礎年金、生計を維持している人が亡くなったときの遺族基礎年金があります。

保険料を納期限までに納めていないと、このような年金を受け取ることができなくなる場合があります。また、納期限から2年間を経過すると保険料を納付することができなくなるため、将来受給する老齢基礎年金の年金額が少なくなったり、受け取ることができなくなる場合があります。保険料は、社会保険庁から送付される「納付書」で、金融機関・郵便局・またはお近くのコンビニエンスストア等でお支払下さい。国民年金保険料は、納付書で一括前納すると割引されます。また、一括前納でなくても、月々の口座振替を早割（当月保険料の当月未引落し）にすると割引がありますので、国民年金保険料の納付は、「口座振替」をぜひご利用下さい。口座振替のお申し込みは、社会保険事務所、各金融機関の窓口まで。申込用紙に必要事項（基礎年金番号など）を記入して、金融機関届出印を押印の上お申し込み下さい。なお、詳細につきましては、社会保険事務所へご確認いただきますようお願いいたします。

延岡社会保険事務所へのお問合せ ☎0982-21-5424

### 今月の移動年金相談

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下さい。

日時 3月26日（水）午前10時から午後3時まで

場所 勤労青少年ホーム（日向市役所横）

年金制度に関するお問い合わせ先 延岡社会保険事務所 ☎0982-21-5424

## 省エネの町 ～かどがわ町～

省エネ

全国的に環境問題への関心が高まっており、本町でも4月からペットボトルの分別収集が始まります。今月は、日ごろの暮らしの中の省エネルギー意識チェックです。

あなたの省エネ度はどのくらいかたしかめてみましょう!!



窓にカーテンやブラインドを使って冷気や熱を逃がさないようにしている。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
家族が同じ部屋で団欒して、冷暖房と照明の利用を減らすようにしている。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
清涼飲料水やみそ汁などの飲み残しを無くし、排水口へ流さないようにしている。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
冷蔵庫には熱いものはさましてから入れるようにしている。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
シャワーや歯磨き、洗顔、食器を洗う時などに水を流しっぱなしにしていない。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
シャンプーや洗剤などは、詰め替えて使っている。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
お風呂の残り湯は捨てずに、洗濯や庭の水やり利用している。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
お風呂は冷めないうちに、家族が続けて入るようにしている。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
洗濯は、洗濯機の8割程度にまとめて行い、洗濯回数を減らすようにしている。	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No

〈門川町省エネルギー推進委員会〉

## スポーツ・文化・ボランティア活動などの団体活動に最適な保険です。 ★万一の事故に備えてスポーツ安全保険に加入しましょう★

平成20年度のスポーツ安全保険受付が3月より始まります。子ども会、運動クラブ、文化・ボランティア団体など5名以上のグループであれば加入できます。子供団体向けには個人活動まで補償できるAW（子どもワイド保険）もあります。加入して万一のけがや賠償責任などの事故に備えましょう。  
毎年御加入の団体も、「あらまし」をよくお読み頂きまして、お申し込みください。

【手続きは簡単！】平成20年度より、インターネット加入も出来ます。

・加入依頼書に必要な事項（氏名・年齢）を忘れずに記入し、掛金を添えて指定銀行（宮崎銀行）の窓口にて御提出ください。

※宮崎銀行からの掛金振込には一律50円の手数料がかかります。その他の銀行・郵便局については、各金融機関の通常振込手数料がかかります。

※加入依頼書等は教育委員会等にあります。なお、前年度加入の団体には直接3月上旬に発送いたします。

・インターネット加入の場合は、当協会ホームページまたは下記アドレスから「スポ安ねっと」スポーツ安全保険加入システムにアクセスして加入した後にコンビニで掛金を入金してください。

【保険期間と補償範囲】

毎年4月1日から翌年3月31日までの間、4月1日以降の入金の場合は入金日の翌日より保険は有効になります。

◇グループ（団体）活動中の事故

◇グループ（団体）活動への往復中の事故が対象となります。（AWを除く）

【問い合わせ先】(財) スポーツ安全協会宮崎県支部 ☎ (0985) 55-3136  
 【(財) スポーツ安全協会ホームページアドレス】 <http://www.sportsanzan.org>  
 【スポーツ安全保険加入システム】「スポ安ねっと」 <https://www.spokyo.jp/spoanet.html>  
 【各種資料発送、あらまし、加入依頼書、事故通知ハガキ等が必要な場合は、「ホームページ」または「スポ安ねっと」からお申込ください。

団体	対象	加入区分及び掛金 (1人年額)	傷害保険（補償額）				賠償責任保険 (てん補限度額)	共済見舞金
			死亡	後遺障害 (最高)	入院 (1日につき)	通院 (1日につき)		
子どもの団体	・中学生以下の子ども ・スポ活動を行わない大人 (高校生以上)	A 500円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	身体賠償1人1億円 1事故5億円 財物賠償500万円 (各免責金額1,000円)	突然死 (急性心不全、 脳内出血など) 160万円
	・中学生以下の子どもの ワイド補償	AW 1,050円	2,100万円	3,150万円	5,000円	2,000円	上記補償に、 身体・財物賠償合算 1事故500万円を加算	
	・A,AWの子ども(中学生以下) の指導、支援として一緒にスポ 活動を行う大人 (高校生以上で、実技・理論指 導、その補助などを行う人)	AC 1,000円 C 1,500円	1,000万円 2,000万円	1,500万円 3,000万円	2,500円 4,000円	1,000円 1,500円	身体賠償1人1億円 1事故5億円 財物賠償500万円 (各免責金額1,000円)	突然死 (急性心不全、 脳内出血など) 160万円
大人の団体	・高校生以上の文化活動、ボラン ティア、社会教育団体 (スポーツの指導、審判、体操、ダンス、 踊り等を除く)	A 500円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	身体賠償1人1億円 1事故5億円 財物賠償500万円 (各免責金額1,000円)	突然死 (急性心不全、 脳内出血など) 160万円
	・老人クラブ等(3分の2以上が60 歳以上の人で構成された団体)	B 800円	600万円	900万円	1,800円	1,000円		
	・高校生以上のスポーツ活動 (野外活動、軽体操を含む)	C 1,500円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		
	・危険度の高いスポーツ活動(スカ ンフットボール、山岳登山等)	D 9,000円	500万円	750万円	1,800円	1,000円		

(注1) 学校管理下を除く  
 ※(財)スポーツ安全協会は、スポーツ及び社会教育活動の普及振興に寄与する目的で、1970年に文部科学省により許可された営利を目的としない公益法人です。

### 犬は正しく飼ってください

犬を飼うことによって周囲に迷惑をかけるような、散歩中のフンの後始末や放し飼いをしないことが最低限のマナーです。基本的な犬のしつけは飼い主の責任で行いましょう。

#### 飼い主のマナー

- ①犬の糞は飼い主が責任をもって持ち帰ります。
- ②犬は放し飼いにせずリード（ヒモ）につないでください。
- ③無駄吠え等をさせないよう散歩など適度な運動をして、犬のストレスを溜めないようにしましょう。
- ④犬の登録は1頭につき生涯1回、予防注射は年1回です。必ず行うようにしましょう。

飼い主の皆様のご協力をお願いします。  
 (担当 環境建設課 環境係)

### 平成20年度国家公務員採用試験(大学卒業等程度)のお知らせ

#### ○国家公務員採用1種試験

【受験資格】  
 ①昭和50年4月2日～昭和62年4月1日生まれの方

②昭和62年4月2日以降生まれで大学卒業した方、平成21年3月までに卒業見込みの方及び人事院が同等と認める方

#### 【受付期間】

4月1日(火)～4月8日(火)

#### 【第1次試験日】

5月4日(日)

#### ○国家公務員採用II種試験

【受験資格】  
 ①昭和54年4月2日～昭和62年4月1日生まれの方

②昭和62年4月2日以降生まれで大学・短大・高専を卒業した方、平成21年3月までに卒業見込みの方及び人事院が同等と認める方

同等と認める方

【受付期間】  
 4月11日(金)～4月22日(火)

【第1次試験日】  
 6月22日(日)

#### ○国税専門官採用試験

【受験資格】  
 ①昭和54年4月2日～昭和62年4月1日生まれの方

②昭和62年4月2日以降生まれで大学卒業した方、平成21年3月までに卒業見込みの方及び人事院が同等と認める方

#### 【受付期間】

4月1日(火)～4月14日(月)

【第1次試験日】  
 6月15日(日)

#### ○労働基準監督官採用試験

【受験資格】  
 ①昭和54年4月2日～昭和62年4月1日生まれの方

②昭和62年4月2日以降生まれで大学卒業した方、平成21年3月までに卒業見込みの方及び人事院が同等と認める方

#### 【受付期間】

4月1日(火)～4月14日(月)

【第1次試験日】  
 6月15日(日)

#### ○受験案内等の請求方法

返信用封筒(角形2号、140×100円分(国税専門官については120×100円)の切手貼付、あて先明記)を同封した封筒に、

### 「国土保全大使」体験ツアー参加者募集

耳川流域国土保全協議会では、国土保全に関心を持つ方と山村との交流のため1泊2日の体験ツアーを行います。  
 今回は、植樹活動体験、吉野宮座頭さん祭り、山の幸の交流会を楽しまします。  
 「全村森林公園」諸塚村を舞台にした森の恵みと人とのふれあい探しの旅です。ご家族、お友達で、是非ご参加ください。

開催日時 3月27日(木) 午前8時30分～28日

(金) 午後4時30分～ 四川町役場発着

行き先 諸塚村内各所

対象 日向市、門川町、美郷町、諸塚村、椎葉村にお住まいの方

(小・中学生は保護者同伴)

募集人員 50名様(先着順)

参加費 大人5,000円(中学生以下2,500円) ※泊4食及びバス代を含む

宿泊先 諸塚村内の旅館・民宿(決定通知後にはご連絡します)

申込先 門川町役場産業振興課林政係

申込締切 3月14日(金)

決定の通知 3月21日(金)までに通知いたします。

### 小型船舶免許更新・失効講習案内

場所 延岡総合文化センター(研修室)

日時 3月30日(日)

講習14時30分～受付14時～14時20分  
 有効期限が1年以上に切れる免許証及び失効している免許証

更新 有効期限が平成20年3月31日～平成21年3月30日の免許証

失効 有効期限が平成20年3月30日以前の免許証

当日持参

①遊技免状

②住民票(本籍記載のもの。後日郵送可)

③住所の記載の無い小型免状の場合(※記載事項に変更のある場合)

④料金(写真は当日撮影します!!)

料金額 講習時間(縦4.5cm 横3.5cm 顔2.7cm 2枚)

更新講習 8,000円(1時間)

失効講習 14,000円(2時間20分)

(送料500円別途。写真代500円別途)

問合せ 申込先

入校海事事務所 鹿児島市西陵6-237

☎(099)2817753

☎(099)28177472

備考 主催・有限会社入校海事事務所

(1) 主催・有限会社入校海事事務所

(2) 出来るだけ、事前に予約して下さい。

(3) 当日は、視力検査も実施します。

(4) 当日は、視力検査も実施します。

### ホームページ「みやざき住まの安心情報バンク」の開設

県では、住まいづくりを考えた方々を支援するホームページを開発しました。

ホームページでは、住まいに関する情報を掲載しております。

たくさんアクセスをお待ちしております。

URL <http://www.yuofinet.jp/>

間II宮崎県住宅供給公社

☎0985(24)6616または宮崎県土整備部建築住宅課

☎0985(26)7194

# 3月のカレンダー

(平成20年2月15日現在)

日	月	火	水	木	金	土
						1
						第20回婦人親睦のついで (18:00~21:00 門川町総合文化会館)
2	3	4	5	6	7	8
	草川小学校1/2 成人式【4年生】 (午後 同校)	乳児健診【対象H19 年10・11月生】 (受付13:30~14:00 総合福祉センター) 健康相談 (10:00~12:00 かどかわ温泉心の社) 「遊学塾」開校式 (9:30~11:30 中央公民館)		「高齢者教室」開校式 (9:30~11:30 中央公民館)	町内小学校 お別れ遠足	カムリウミス ズメ保護観察会 (9:00~14:00 庵川漁港)
9	10	11	12	13	14	15
		行政相談日 (10:00~15:00 総合福祉センター)	ヘビービクス (10:30~11:30 子育て支援センター)	家計チェック！ ありんこの会 (10:00~12:00 子育て支援センター)		
16	17	18	19	20	21	22
	かどかわ温泉 心の杜休館日 町内中学校卒業式	つどいの広場 (10:00~12:00 かどかわ温泉心の杜) 3才児健診【対象 H16年8・9月生】 (受付13:15~14:00 子育て支援センター)				
23	24	25	26	27	28	29
第22回かどかわ 健康ロードレ ス大会 (受付8:00~ 開会9:00~ 海浜公園多目的広場)		町内小学校卒業式	町内小・中学校 修了式		定例農業委員会総会 (15:00~ 役場3階会議室)	
30	31	1	2			
	町内小・中学校 離任式					



## 春季全国火災予防運動

〔統一標語〕 あなたが離れる その時を



3月1日(土)から3月7日(金)までの7日間、全国一斉に「春季全国火災予防運動」が実施されます。まだまだ寒さが厳しく、家庭や仕事場でストーブ等の暖房器具など火を使用する機会も多く、また空気も乾燥しているため、ちょっとした不注意から火災が発生しやすくなります。火の取扱いは十分注意をして、火の用心を心掛けましょう！

## 花、ありがとうがふりました!!

2月13日、門川高校「農業クラブ」の生徒さん達が、役場の玄関やロビーに置いてほしいとのことと、自分で育てた花をたくさん持ってきていただき、この他に門川駅などにも花を置いていたそうです。ありがとうございました。

## 日向東田村情報

### 「座頭神祭」

「座頭神祭」の座頭という名称は、琵琶を弾じて地神経などを唱えることを生業とした盲僧のことで、吉野宮神社は盲僧の霊をお祀りし、次のような伝説が残されています。今から500年以上も前の室町時代、諸塚村と北郷村境の吉野宮峠、盲僧(琵琶法師)が上京の途中、追跡してきた盗賊により所持金を奪われ命を奪われた。その後、七日七夜 盲僧の所持していた琵琶の音が村里に聞こえたことから、哀れに思った村人が小さな祠を建てて霊を祀りはじめ、やがて、話を伝え聞いた近郊の人々もお参りするようになった。このようことから、古くより眼の神様としても親しまれ、500年以上も続く歴史のある祭りとなっています。



○お問い合わせ  
諸塚村観光協会  
☎09822650178

○日時 平成20年3月28日(金)

○場所 諸塚村南川地区 吉野宮神社

## 3月の水道当番表

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

	昼間	祝・祭日・夜間
請閑水道設備工業	63-1286	63-1286
小川水道設備	63-2506	63-2506
小泉管工事工務店	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
セイユウ設備	63-3086	52-6963
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  
3月25日は、2月分の口座振替日になります。また、3月25日に引落しできなかった場合は、4月10日に再振替します。なお、1月分の再振替は3月10日に行います。

★水道料金の納付書について  
今月上旬に水道料金(2月分)の納付書を発送する予定です。納付書はハガキのタイプになっており、ていねいにはがして料金を確認の上、納めていただきますようお願いいたします。

今月の水道担当業者は以下のとおりです。

# ～やっちみろや健康づくり21～ 『健康づくりは食事から』

“春眠を覚えず” この時期の眠りの心地よさを表している語だと思いますが、眠りの重要性については、知っているようで、意外と知らない方が多いのではないのでしょうか。門川町で導入している佐藤式食事理論では、一に睡眠、二に食事、③小まめに体を動かす、④心の輝きを健康の4つの柱としています。私たちが食べたものが栄養素として細胞に届けられなければ、体は健康体でいられないわけです。栄養素を細胞に届けるためには最小動脈の末端にあるリング状の括約筋を開かせ、毛細血管に栄養を流さなければ届きません。このリング状の括約筋を開かせるには、睡眠が鍵を握っています。もちろん、たばこストレスも同様です。しっかりと寝て、食べて、動く動物。これがヒトです。

3月はひな祭りですね。子どもと遊び感覚で、ケーキ寿司に挑戦してみたいはいかがでしょう。

**（材料はすべて1人分）調味料は好みで加減してください。**



### 1. デコーレーション寿司 (寿司酢は、家庭の味で)

赤 群	青 群	黄 群
えび 20g 1個 ★豚挽き肉 20g ちりめん 3g	★椎茸(乾) 2g ★かんぴょう 2g 人参 5g ▼れんこん 10g さやえんどう 2g	◎米 50g 合わせ酢 2g 砂糖 3-8g 酢 1-2g ★(出汁 300g 砂糖 6g しょう油) 8g ▼(出汁 100g 砂糖 4g 酢) 7.5g 少 ※(砂糖 3g 塩) 0.5g

- ①合わせ酢の調味料混ぜ合わせておく。米を洗って、同量の水で普通に炊き、炊き上がった後、飯台に移し、合わせ酢を切るように椎茸、かんぴょう、れんこんを混ぜながら寿司飯を作る。
- ②椎茸とかんぴょうは戻して、かんぴょうは1cm長さに、椎茸は半分に切りせん切りにする。これを★(1)の調味料で煮る。れんこんは、いちよう切りし、▼(1)の調味料で煮る。人参は、型抜きしてさやえんどうは筋を取り除き茹でておく。エビも背筋をとり、サツとゆでておく。
- ③鍋を火にかへ、豚挽き肉を加えていり、全体に火がとおったら、ちりめんを加えていり、①の煮汁を少々加えて汁気がなくなるまで煮る。
- ④卵は割りほぐし、※印の調味料を加えて味を整えて、いり卵を作る。
- ⑤ケーキ型にラップ敷き、寿司飯を入れて整え、③を散らして整え、④の入り卵をその上から敷きつけて、型抜き人参、さやえんどう、エビをきれいに飾り、最後に上から押して、整える。しばらく置いて、取り出し、等分に切る。  
※18cm丸ケーキ型1台分は、この材料を8倍にしてください。

### 2. すまし汁

赤 群	青 群	黄 群
あさり 50g	わかめ 10g 春菊 10g 柚子の皮 適量	出し汁 150g (塩、しょう油) 各少々

- ①生ワカメは、熱湯に通して、食べやすい長さに切る。春菊はサツと茹でて、水にとり水気をきって、食べやすい長さに切りワカメとともに椀に盛る。
- ②鍋にあさりと出し汁を入れて火にかける。沸騰してきたら浮いてきたアケをすくって捨てる、調味料で火からおろし、①の椀に注ぎ、柚子の皮を加える。

### 3. 大根なます

赤 群	青 群	黄 群
ちりめん 10g ごま 2g	大根 50g キクラゲ 2g 人参・きゅうり 10g	合わせ酢 5g (酢 砂糖 塩) 少々 2g

- ①ごまはいつでも、ちりめんは熱湯をかけ、水気をきる。キクラゲは水で戻し、せん切りにする。
- ②大根・人参・きゅうりはせん切りにし、塩少々をまがしてしばらく置き水気をきる。
- ③小鍋に合わせ酢の調味料を入れて、一煮して火からおろし冷まして材料と混ぜ合わせ、最後にゴマをふり混ぜる。

### 4. かき揚げ

赤 群	青 群	黄 群
桜えび(干) 10g ※ 玉ねぎ 2g	ひじき 2g ねぎ 20g ピーマン 15g 人参 5g キクラゲ 2g ◎大根 50g 生姜 3g	天ぷら粉 水 各適量 油 適量

- ①◎印の大根と生姜をすりおろす。
- ②ひじきとキクラゲは水で戻し水気をきり、キクラゲはせん切りにする。
- ③玉ねぎ・ピーマン・人参は、せん切りにする。
- ④すべての材料をボールに入れて混ぜ合わせる。
- ⑤ボールに卵を割り入れ溶いておく。ここに、めんご粉をふり入れて混ぜ合わせ、すべての材料をボールに入れて混ぜ合わせ1人分ずつ凍らせて中温の油で揚げる。
- ⑥天つゆを作る。(出汁6：しょう油1：みりん1)

### 5. 豆腐プリン

赤 群	青 群	黄 群
納豆 60g 無糖ヨーグルト 50g 粉ゼラチン 1g	レモン汁 3g いちご 30g	砂糖 15g キルシュ 適量 水 6g

- ①ゼラチンを分量の水でふやかして、レンジで溶かす。(目安：ゼラチン5gで約20秒)
- ②材料を全部ミキサーにかけてなめらかにし、溶かしたゼラチンを再度加えてONする。
- ③型に流し入れ、最後にいちごのみじん切りをのせて冷蔵庫で冷やし固める。

	蛋白質	糖質	脂質	炭水化物	エネルギー			
1食目安	30g	0.40mg	0.50mg	6.0mg	2.0μg	4.0mg	210μg	40mg
1食目安	34.3g	0.46mg	0.64mg	6.0mg	24.1μg	7.7mg	344μg	59mg
1食目安	1.300mg	300mg	400mg	10g	84g	16g	600kcal	
1食目安	1.399mg	542mg	640mg	10.1g	79g	16g	607kcal	

## お問い合わせ 町民課 健康づくり係

### ●町内人口

2月1日現在

男	女	計	世帯数
8,914 (8,928)	10,088 (10,088)	19,002 (19,016)	7,027 (7,025)

( )内は前月



町報 **かどがわ**

発行日/平成20年3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

ホームページアドレス/http://www.town.kadowa.miyazaki.jp

印刷/安井株式会社

「町報かどがわ」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。