

広報 かどがわ

平成30年

8

2018.August
No.678



7月14日、45名のボランティアの方々の参加のもと乙島クリーン大作戦が行われました。

◎今月号の主な内容

門川みなとフェスティバルと

かどがわ納涼花火大会の開催について 2

11月1日から中学生の医療費も助成対象となります 3

11月1日
から **子ども医療費制度の対象年齢拡大に伴い、
中学生の医療費も助成対象となります!!**

11月1日より子ども医療費制度の対象年齢が中学生まで拡大されます。子ども医療費制度利用につきましては、7月下旬に発送しております申請書と、対象となる子ども(中学生)全員の保険証を門川町役場福祉課に提出する必要があります。

制度の変更内容

0歳～小学校卒業前の子ども(12歳到達後の最初の3月31日まで)



0歳～中学校卒業前の子ども(15歳到達後の最初の3月31日まで)

子ども医療費制度概要

制度概要 0歳～15歳までの子どもの、入院・歯科・外来・調剤の医療費助成(受診先医療機関の窓口で、資格者証の提示が必要です。)

0歳 自己負担なし

1歳～15歳 医療機関診療科目ごとに1月350円の自己負担
※調剤については、全年齢を通して自己負担はありません。

申請(資格者証の交付)について

○申請期間 平成30年8月1日(水)～平成30年8月31日(金) [土日祝祭日は除く]
受付時間 9:00～12:00 ・ 13:00～17:00

○提出書類 ・門川町子ども医療費受給資格登録・資格証交付申請書
・対象となる子ども(中学生)全員の保険証(コピー可)

○提出先 門川町役場 福祉課 子育て支援係

○資格者証 10月中旬に各家庭へ郵送します。(水色の資格者証になります。)

○その他 ひとり親家庭医療費又は重度心身障害者医療費の資格をお持ちの方も、子ども医療費制度が優先されますので切替えが必要です。同じく申請をお願いします。



お問合せ先

門川町役場 福祉課 子育て支援係
☎0982-63-1140(内線231)

第24回 門川みなと
フェスティバル



今年度は、庵川漁業協同組合周辺で、「第24回 門川みなとフェスティバル」を開催いたします。(少雨決行、大雨中止)
【開催日】平成30年8月25日(土)
【開催時刻】11時～19時30分
【会場】庵川漁業協同組合敷地内
【イベント内容】
大漁もちまき・魚のつかみ取り・スタンダードアップバトル体験・バンド演奏・キッズダンスなどのステージイベント他
★楽しいイベントが盛りだくさんです!ご家族やご友人みなんでお楽しみください!★

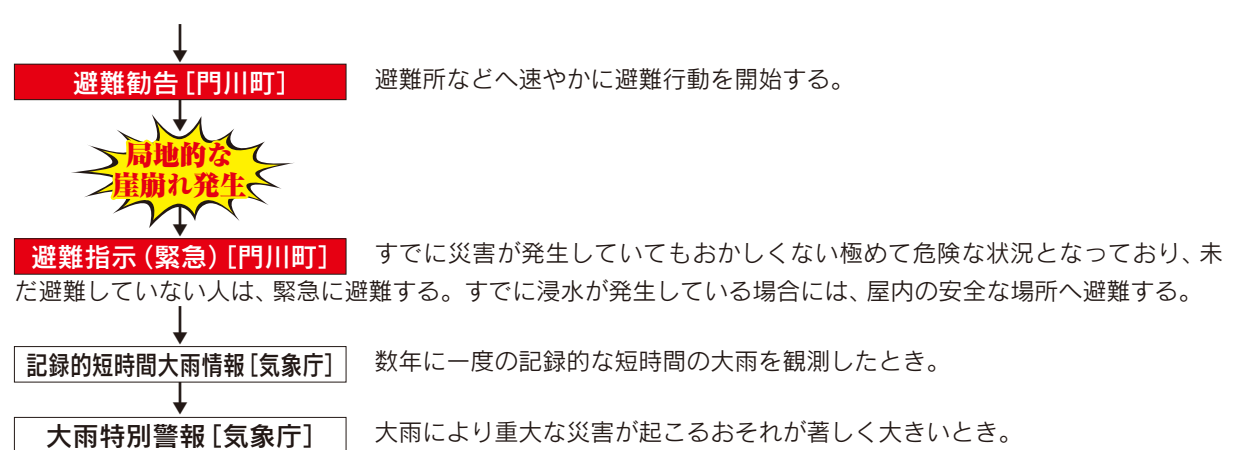
第32回
かどがわ
納涼花火大会

平成30年8月25日(土曜)20時～21時
雨天の場合は26日に順延
場所:門川町庵川漁港周辺

同時開催!!
みなとフェスティバル 11時～19時半
「魚のつかみどり」「もちまき」など

●主催
門川町観光協会
かどがわ花火大会実行委員会
●お問合せ
門川町観光協会 Tel:0982-57-4110





3. 自主避難できるよう、一部の避難所を開設しています。
 門川町は、大雨や台風などあらかじめ災害が予測される場合に、自主避難のための避難所を開設しています。開設した場合には、防災行政無線で放送します。防災放送無線が聞き取れなかった場合には、町ホームページや、電話応答サービスで確認してください。

電話応答サービス 0982-50-4400
 ※防災行政無線で放送した内容を再確認できます。

- 自主避難所として開設される場所**
 ①西門川活性化センター ②三ヶ瀬集落センター ③五十鈴小学校 ④門川高等学校 ⑤クリエイティブセンター
 ⑥中央公民館 ⑦門川中学校 ⑧門川小学校 ⑨草川小学校 ⑩かどがわ温泉心の杜 ⑪総合福祉センター
 ※想定される災害によって、いつでもすべての避難所が開設されるわけではありません。どの避難所が開設されるか、必ずホームページや電話応答サービスなどで確認してください。

危険だと感じたら自らの判断で速やかに避難行動をとること

門川町では、「災害による人的被害ゼロ」を目指す取組を進めています。町民の生命・財産を守るため、住民の防災意識の向上を目指し、災害に強く誰もが安全で安心して暮らせるまちづくりを町民の皆さんと協働して、推進していきます。住民の防災意識啓発のため、町広報においてシリーズで取り上げます。

今回の特集の内容は、平成29年3月に全世帯に配布した防災ガイドブックの1P、4P、12~14Pにも詳しい情報が載っています。防災ガイドブックは役場総務課で配布しています。



8月29日(水)に防災行政無線のテスト放送を行います。

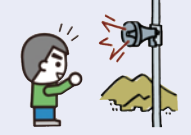
8月29日(水)に平成30年度第2回全国一斉情報伝達訓練が行われます。門川町で設置している防災行政無線のスピーカーや無線と連動した戸別受信機などから下記のとおりテスト放送が流れます。この訓練は、全国瞬時警報システム(Jアラート)※を用いて全国一斉に行われるもので、地震・津波や武力攻撃などの緊急時にすみやかに住民の方へ情報を伝達するための訓練です。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

- (1) 訓練実施日時 平成30年8月29日(水) 11時00分ごろ
- (2) 訓練で行う放送試験

情報伝達手段	放送内容
防災行政無線	町内に設置してある防災行政無線のスピーカーと戸別受信機より、一斉に次のように放送されます。 【放送内容】 上りチャイム音 「これは、テストです。」×3 「こちらは、ほうさいかどがわちょうです。」 下りチャイム音

(※) Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。平成28年4月の熊本地震の際には本町でも防災行政無線による一斉放送が行われました。

11月21日(水)、来年2月20日(水)にも本訓練が実施される予定です。
【お問い合わせ先】
 総務課消防防災係 ☎63-1140



防災特集ページ シリーズ1

災害が発生した“その時”あなたは後悔しませんか？

いつ起こるか分からない災害。その時が来る前に。



7月6日から7日にかけて西日本を中心とした記録的な豪雨は、多くの死者と行方不明者を出し、我々の想像をはるかに超えた甚大な被害をもたらしました。住民のほとんどは早く避難することの大切さを感じていながらも、避難行動に移す住民が少なく、多数の死者がでてしまいました。被災者は、「想定外が起こってしまった、早く避難しておけばよかった」とテレビのインタビューで語っています。あの日、門川町は、大雨洪水警報が発令される可能性があったため、町内4箇所に自主避難のための避難所を開設しておりましたが、避難者はいませんでした。門川町でも、いつ、広島県や岡山県のような豪雨が襲ってくるか分かりません。その時、あなたは、家族は、仲間は、避難行動がとれますか？

1. 防災情報を確認しましょう。

○気象庁が発表する気象警報・注意報
 気象庁は、大雨や暴風などによって発生する災害の防止・軽減のため、気象警報・注意報などを、市区町村別に発表しています。

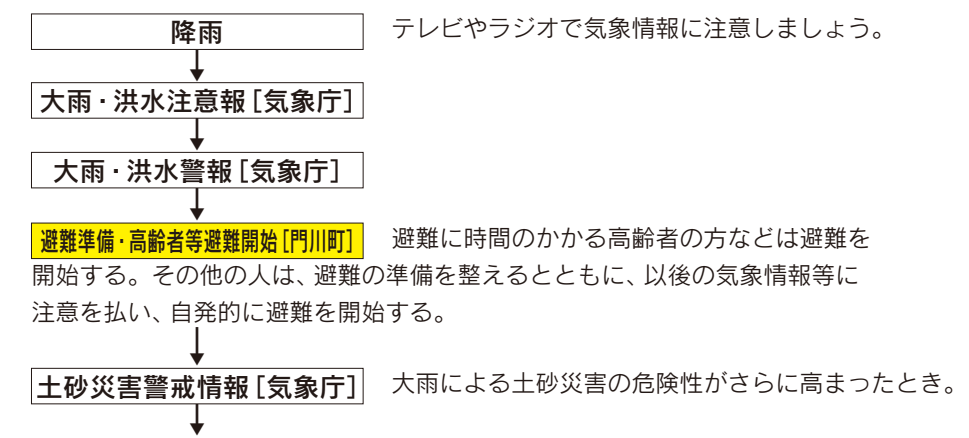
特別警報	大雨(土砂災害、浸水害)、暴風、波浪、高潮など
警報	大雨(土砂災害、浸水害)、洪水、暴風波浪、高潮など
注意報	大雨、洪水、強風、波浪、高潮、雷、濃霧、乾燥など

気象庁ホームページで確認できるほか、ニュースや天気予報番組で気象警報・注意報の発表状況が放送されています。また、NHKのデータ放送では、避難情報(避難勧告・避難指示)、避難所開設情報、河川情報(水位・雨量)などが確認できます。

○災害時に門川町が発信する避難情報

深 刻 度 大		
避難準備・高齢者等避難開始	避難勧告	避難指示(緊急)
災害が発生する恐れが高まっている状態です。 気象情報に注意し、危険を感じた場合は、早めに避難してください。高齢者など避難に時間のかかる人は、避難行動を開始してください。	災害による人的被害が予想される状態です。 避難行動を開始してください。	人的被害の発生する危険性が非常に高まっている状態です。 直ちにその場から避難してください。 外が危険な場合には、家屋のより安全な場所へ避難してください。

2. 大雨に関する防災情報の流れ



※写真は、平成29年7月九州北部豪雨 土砂災害の様子

日本公衆電話会からの「災害時連絡方法のてびき」贈呈式

7月19日、公益財団法人日本公衆電話会宮崎支部からの「災害時連絡方法のてびき」の贈呈式が行われました。

公益財団法人日本公衆電話会は、N.T.Tから公衆電話の管理を委託された商店主、コンビニオーナーで構成された団体であり、この度地域の安全や安心への貢献活動の一環として、大規模災害時の安否確認方法等の概要をとりまとめた「災害時連絡方法のてびき」

子どもたちが交通事故や犯罪などから身を守ることを自ら考え、行動するという視点で制作した「子ども手帳」・インターネット、スマートフォンを利用するに当たって、情報の基本的ルールや、ネットにひそむ危険などについて自ら考え、解決する力の習得を目指す視点で制作した「ネット安全ガイドブック」

などを作成され、門川町へ贈呈していただきました。

災害時連絡方法のてびきは本町の防災事業で活用させていただき、子ども手帳は、町内小学生5・6年生向けに配布、ネット安全ガイドブックは町内中学生へ配布する予定です。



今回いただいたてびきなどを活用し、地域の安全・安心づくりを推進してまいります。この度は誠にありがとうございます。

太田民雄さんが日本スポーツ少年団指導者顕彰を受賞

前門川町スポーツ少年団本部長の太田民雄さんが、平成30年度日本スポーツ少年団指導者顕彰を受賞されました。

太田さんは、多年にわたり黒潮ソフトボールスポーツ少年団の指導者として、青少年の健全育成及びソフトボール競技の普及、競技力向上に寄与し、また、本町スポーツ少年団本部において、30年以上役員としてスポーツ少年団の発展に尽力してこられました。その功績に対し受賞されました。

太田さんは、「このような素晴らしい賞をいただき大変嬉しく思います。今後も微力ながらスポーツの振興に努力していきたい。」と話されました。ここにお祝いを申し上げ、今後の更なるご活躍をご祈念申し上げます。



青少年育成で県表彰受賞

7月3日に宮崎市において宮崎県青少年健全育成表彰の授賞式が行われ、門川町からは青少年指導員の後藤俊明さんと中村勝志さんの2名が受賞されました。心よりお祝い申し上げます。

本表彰は、青少年の健全な育成のために積極的に活動し、その功績が特に顕著な方に贈られるもので、2名の方には10年以上にわたり町の青少年指導員として青少年の非行防止と健全育成にご尽力いただいています。

今後のご活躍をご祈念いたします。



写真中央
(中村さん・河野知事・後藤さん)

消防団協力事業所に認定

株式会社松澤組(門川町上町)がこのたび門川町消防団協力事業所の第1号に認定されました。本事業所は、従業員に消防団員が多数在籍するなど消防団活動にご理解とご協力をいただいています。6月24日(日)の門川町消防操法大会において、認定証の交付が行われました。



●協力事業所の認定について

門川町では、従業員が多数消防団員として活動している事業所などを、消防団協力事業所として認定します。認定申請書は門川町ホームページの「消防防災」のページよりダウンロードできます。

【問い合わせ先】門川町役場 総務課
消防防災係 ☎631140

「放水始め!」門川町消防操法大会開催

平成30年度門川町消防操法大会が6月24日(日)に開催されました。「消防操法」とは、火災発生を想定し実際にポンプの操作やホースの伸長を行い、放水・消火・撤収までの一連の手順を行う訓練で、大会では動作の正確さやタイムが競われます。当日は町内14ヶ部が日頃の訓練の成果を披露しました。

上位3隊の成績は下記のとおりです。

《ポンプ車の部》

優勝 本部第2分隊
2位 本部第1分隊
3位 第13部

《小型ポンプ積載車の部》

優勝 第3部
2位 第4部第1分隊
3位 第5部第2分隊



↑ポンプ車の部優勝 本部第2分隊



↑積載車の部優勝 第3部



優勝旗寄贈

門川町消防団名誉団長の河村甚白様より寄附をいただき、操法大会の優勝旗2本を新調しました。河村様のご厚意に深く感謝を申し上げます。



～平成30年度からの新規事業～

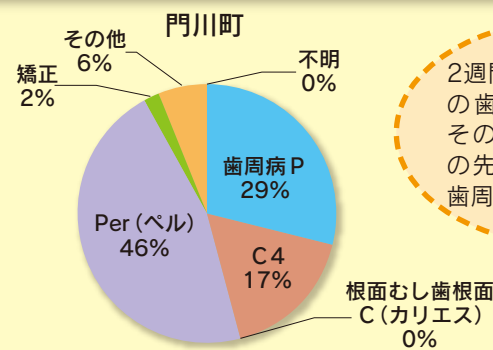
歯周病検診が始まります!!



門川町の方は、このような原因で歯を失っています。
あなたは大丈夫ですか？

市町村別抜歯原因調査報告書 (H28.3月宮崎県) より (H27.9.28～H27.10.12)

	歯周病	残根状態のむし歯	根面むし歯	歯の根っこの先の炎症	矯正	その他	不明	抜歯総数(本)	歯周病/抜歯総数
	P	C4(シーフォア)	根面C(カリエス)	Per(ペル)					
門川町	20	12	0	32	1	4	0	69	29%



2週間以内に、門川町民の歯が69本抜歯され、その原因が歯の根っこの先の炎症が第1位で、歯周病が第2位でした。



- ☆実施期間：平成30年8月1日～平成31年2月28日まで
- ☆対象者：今年度 40歳、50歳、60歳、70歳 になる方
ただし、現在歯科治療中の方、総義歯の方は対象外となります。
- ☆料金：受診券持参で無料
- ☆実施場所：町内の歯科医院

◎生涯を通じておいしくものを食べるために・・・

- * 8020...80歳になっても20本以上自分の歯を保ちましょう!
- * 6024...60歳になっても24本以上自分の歯を保ちましょう!



詳しくは、町民課 健康づくり係までお問い合わせください。
(電話 63-1140)

※やむを得ず変更する場合がありますので、テレフォンサービスでご確認の上、ご受診ください。
医師会在宅当番医テレフォンサービス
☎(0982)5311214

日時	医療機関名	電話	住所
8月5日(日) (第1日曜)	おきしま小児科	(0982)33-0222	延岡市大貫町4丁目1338-1
8月11日(土) (山の日)	桜ヶ丘ファミリークリニック	(0982)28-2280	延岡市夏田町414-1
8月12日(日) (第2日曜)	共立病院(小児科のみ)	(0982)33-3268	延岡市中川原町3-42
8月19日(日) (第3日曜)	こどもクリニックたしろ	(0982)56-1515	日向市原町4-58-4
8月26日(日) (第4日曜)	丸山クリニック(小児科のみ)	(0982)21-6028	延岡市博労町4-4

<診療時間は午前9時～午後6時>

小児科日曜・祝日 在宅当番医のお知らせ

永い間、加草十号線で大森酒米店として、酒、米、煙草、宝くじ等の販売で皆様にお取立ていただいていたお店です。平成25年、酒店にピリオドをうち、前々から興味がありました洋服を中心としたお店をオープンしました。皆さまから「あら、いいじゃない!」と喜んで頂ける独自の品揃えに努め、和・洋・一点物を取り揃えてあります。
必ず試着していただき、何回もコーディネートをお楽しみください。あなたとのファッションショーをお手伝いさせていただきます。素敵に変身した自分に幸せ100%。お客様に満足していただけるお店がモットーです。
試着を楽しんでいただいたら、コーヒータイム。楽しく語り合しましょう。

ファッション艶とは

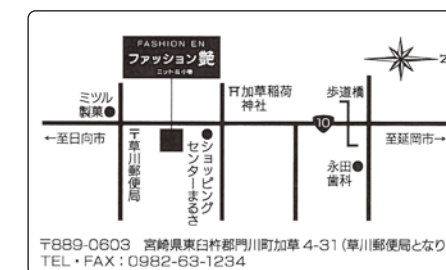


海島綿で作られたニットウェア【Nuone】のご紹介です。海島綿とは、宝石と呼ばれる世界最高級のコットンのことです。
吸水性が高く吸湿性にも優れているため、年間を通して快適に着用していただけます。軽くて心地よい着心地は「第二の肌」といわれる由縁です。
カシミアのような柔らかさとシルクのような自然な光沢で、洗濯を繰り返してもソフトな肌合いが保たれます。
着た人だけが分かる全く新しいユニニットです。半袖・長袖・タートル・Vネック・パーカー・ヨガパンツなどがあります。
ぜひ一度試着ください。

お薦め商品【Nuone】



がんばっている企業・事業所を紹介します
門川町内にある、様々な分野で活躍する企業・事業所の紹介をしていきますので、紹介する企業・事業所を募集します。自薦・他薦は問いません。どしどしご応募下さい。
〔応募・お問い合わせ〕
門川町役場まちづくり推進課
地方創生推進係
☎09821631140(内線290)



- 事業所名：ニット&ファッション艶 ○代表：大森艶子
- 住所：〒889-0603 宮崎県東臼杵郡門川町加草4-31
- TEL：0982-63-1234 ○FAX：0982-63-1234
- 営業時間：9:00～18:00 ○定休日：不定休
- 主要商品：和ものジャケット・洋物・カットソー・パンツ・ベスト
エプロン・小物・一点物など

ひとり親家庭医療費受給資格証更新手続きのお知らせ

現在、受給されている方は、次の要領に従ってお早めに更新手続きをお済ませください。

- <必要なもの> ・印鑑
 ・受給資格証(平成30年7月31日までの分)
 ・受給中の方全員の健康保険証(父または母、対象児童のもの)
- <場所> 門川町役場福祉課 子育て支援係
 <期間> 7月27日(金)～8月31日(金)

ひとり親家庭医療費助成制度をご存知ですか？

助成を受けるには、まず、役場福祉課で資格証交付申請を行ってください。

<対象者>

20歳未満の児童を養育しているひとり親家庭の父または母、及びその者に扶養されている18歳までの児童。または、父母のない児童。

ただし、児童扶養手当に準じた所得制限があります。

<助成内容>

資格証の交付を受けたひとり親家庭の父または母と子について、それぞれの1ヶ月の医療費(保険適用範囲内)から自己負担額1,000円を差引いた額を助成します。

各医療機関で発行された領収書等を添付し、役場福祉課まで申請(請求)してください。

<助成を受けられる期間>

- ◆ひとり親家庭の父または母 …… 養育する児童が20歳に達する月まで
 - ◆児童 …… 18歳に達する年度が終了するまで
- ただし、**児童が20歳に達する前に婚姻等をされた場合は喪失となります。**

扶養人数	所得制限限度額
0人	1,920,000円
1人	2,300,000円
2人	2,680,000円
3人	3,060,000円
4人	3,440,000円
5人	3,820,000円

<お問い合わせ先> 門川町福祉課子育て支援係 ☎63-1140(内線231)

～児童扶養手当を受給されている方へ～

毎年8月は児童扶養手当現況届の月

提出期間 8月1日(水)～8月31日(金)

現況届は、受給者の前年の所得状況と8月1日現在の児童の養育状況を確認し、引き続き手当を受けられるかどうかを確認するための手続きです。

現在、所得が限度額を超えているため、手当を受けていない受給資格者も提出が必要です。

この手続きを完了されない場合は8月以降の手当の支給が停止され、そのまま2年を経過すると時効となり、受給資格を失いますのでご注意ください。

提出書類等詳しいことは、受給者宛てに文書にて通知いたします。

児童扶養手当をご存知ですか？

◆児童扶養手当とは？

父または母と生計を同じくしていない児童(18歳の年度末まで)を監護・養育している人に手当を支給し、児童の福祉の増進を図るものです。

◆支給要件は？

次のいずれかに該当する児童の父または母が、児童を監護するとき、もしくは父または母が監護をしない場合においてそれ以外の人が当該児童を養育するとき。

なお、父が請求する場合は児童を監護することに加えて生計同一であること、父母以外の養育者が請求する場合は児童と同居していることが条件となります。

- ①父母が離婚(事実婚・内縁関係の解消を含みます)
- ②父または母が死亡
- ③父または母が障害の状態にある
- ④父または母が生死不明
- ⑤父または母が1年以上遺棄している
- ⑥父または母が1年以上拘禁されている
- ⑦母が婚姻によらないで懐胎した児童(未婚の子)
- ⑧母が裁判所からのDV保護命令を受けている



ただし、請求者及び児童が公的年金を受けている場合、年金受給額によっては、手当を受給できないことがあります。

◆手当の支給額は？

児童扶養手当の支給額は請求者の前年の所得によって異なります。

所得額によっては手当が支給されない場合もあります。

また、同居所に扶養義務者がいる場合は、その方も審査の対象となります。

<お問い合わせ先>

門川町福祉課子育て支援係 電話63-1140(内線231)
 または、宮崎県子ども政策課 電話0985-26-7041

平成30年度
門川町
生涯学習講座

「まちのたから、わたしのたから」発見

ワークショップ参加者募集

No.	学習内容	教室開講日・定員	講師・助言者等
講座1	○ワークショップ 「汚れてしまった思い出の写真を よみがえらせよう!」	9月22日(土) 13時～16時 定員18名	講師：山内利秋氏 (九州保健福祉大学准教授)
講座2	○ワークショップ 「あなたの家の古い襖の下に古文書が 眠っているかも?お宝再発見!」	10月13日(土) 13時～16時 定員18名	

文化財再発見や修復のワークショップで、あなたの家に埋もれているかもしれないお宝発見を体験してみよう。汚れてしまった写真をよみがえらせる体験に挑戦してみませんか?古い襖の下に古文書がかくれいているかも?お宝再発見してみませんか?

会場：門川町立中央公民館

※受講料は無料です。ただし一日保険加入のため事前に保険料を徴収します。(1回100円程度)。また材料費が必要なときには別途徴収します。

募集期間：8月6日(月)～8月20日(月)

講座1と講座2は、両方受けることもできますし、一講座だけ受けることもできます。申し込む際に申し出てください。定員は各18名です。

申込・問い合わせ先：門川町立中央公民館 電話63-6060(FAX兼用)
 受付時間：9:00～16:00(土・日、祝祭日を除く)

今年度より結核・肺がん検診が始まります!!

門川町では『結核・肺がん検診(集団検診)』を10月に実施します。
結核検診は、法に基づき年1回実施するもので、結核の早期発見・早期治療につなげます。
また、今年度より、部位別死亡率が全国第1位である肺がん検診も兼ねて実施します。

昨年度までの胸部レントゲン検診と大きく変わったところは…

- ①結核・肺がん検診となり40歳以上が対象となりました。
- ②肺がん検診の実施に伴い、全年齢の方に問診票の記入が必要になりました。

	肺がん検診	結核・肺がん検診
対象者	40歳～64歳 (S29.4.1～S53.3.31生)	65歳以上(S29.3.31以前生まれ)
検診内容	問診・胸部レントゲン *50歳以上で問診により必要と認められた方は痰の検査も有り	
自己負担	無 料	
受診方法	集団検診のみ(検診車内でレントゲン撮影をします)	

○対象者へ『結核・肺がん検診受診票(圧着ハガキ)』を郵送します。

- ▶65歳以上の方は全員に郵送
ただし、6月の集団検診で受診された方、ヘリカルCT肺がん検診を受診予定の方は除きます
- ▶40～64歳の方は申込みをされた方に郵送
受診希望の方は健康づくり係までお申込み下さい。

受診票は9月下旬から10月上旬の発送を予定しています。
受診票を開くと、中に問診票が印刷されているので、ご自宅で問診票を記入して検診会場にお持ちください。

○検診日程

- ▶10月の地区巡回検診
- ▶12月8・9日、14日の国保さわやか健診等会場 で受診できます。
10月の日程は決まり次第、町広報誌やご自宅に届く『結核・肺がん検診受診票(圧着ハガキ)』に掲載します。

<お問い合わせ先> 門川町役場 町民課 健康づくり係 63-1140(223・224)

腸管出血性大腸菌O157による食中毒にご注意ください!!

夏は焼肉やバーベキューをする機会も多くなると思いますが、気温が高くなる夏場は、特に食中毒菌が増えやすくなります。近年、お肉や野菜による、腸管出血性大腸菌による食中毒が起きています。腸管出血性



十分な加熱

大腸菌は加熱により死滅するので、予防するためには肉の中心部まで十分に加熱することが重要です。焼肉やバーベキュー等、自分で肉を焼きながら食べる場合も十分に加熱し、生焼けのまま食べないようにしましょう。また、生野菜や浅漬けの場合、すぐに冷蔵庫に保管し、流水で十分に洗って使用して下さい。必要に応じて、食品用の洗浄剤や次亜塩素酸ナトリウムなどの殺菌剤も使えます。あわせて、生で食べる野菜や果物などと、生肉や魚などに用いるまな板や包丁などの調理器具は使い分けを行い、適切な消毒を行うなど、調理時の衛生管理にも心がけて下さい。

【お問合せ先】宮崎県日向保健所 衛生環境課 衛生担当 ☎0982-52-5101

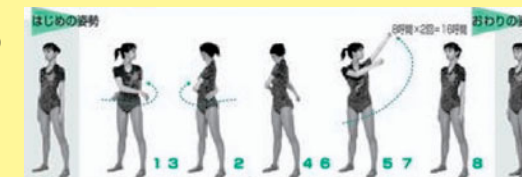
健康な体づくりにはラジオ体操 その3

正しいラジオ体操第一(図解付き)

町広報5月号、6月号で①～⑥の動きを紹介しましたので、今回は⑦～⑨の動きです。
次号以降、⑩～⑬の動きについても紹介していきます。

⑦からだをねじる運動(胴体の主要な筋肉を伸ばし、背骨を柔軟にし、腹部の圧迫を除く。)

1. 腕を軽く振り、体を左、右、左、右とねじる。
2. 左後ろ斜め上に腕を大きく2回振り、体をねじる。
3. 腕を体の横に止め、上体を正面にもどし、反対方向に繰り返す。終りは左脚を閉じ、腕は体の横につける。



ポイント

- ・腕を巻きつけるようにして体をねじる。
- ・視線は手先に。

⑧腕を上下に伸ばす運動(腕を上下に曲げ伸ばすことで、全身を緊張させ、素早さと力強さを身につける)

1. 腕を型の位置で曲げると同時に、左脚を横に出す。
2. 腕を上にも伸ばし、かかとを上げる。
3. 腕を肩の位置まで下ろし曲げ、かかとを下ろす。
4. 腕を下にも伸ばし、左脚をもどす。
5. 腕を曲げると同時に、今度は右脚を横に出して、同様に行う。



ポイント

- ・腕は勢よく伸ばす。
- ・動作はきびきびと行う。

⑨体を斜め下に曲げ、胸を反らす運動(おしりから脚の後ろ側の筋肉を伸ばし、腰の圧迫を取る。)

1. 左脚を横に出して、上体を左下に弾みをつけて2回曲げる。
2. 上体を起こして正面に向き、腕を後ろに引き、胸を反らせる。
3. 上体を右下に弾みをつけて2回曲げる。
4. 上体を起こして正面に向き、腕を後ろに引き、胸を反らせる。



ポイント

- ・弾みをつけて柔らかく伸ばす。
- ・息を吐き、つま先に両手をつけるような気持で。

※①～⑥までの正しいラジオ体操の仕方については町広報5・6月号をご覧ください。

お盆休み中のごみ収集・清掃工場への持込及びし尿の汲み取りについて

	8/11(土)	8/12(日)	8/13(月)	8/14(火)	8/15(水)
ごみの収集	休み	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り
清掃工場への直接持込	休み	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り
し尿の汲み取り	休み	休み	休み	休み	休み

※清掃工場への持込について

◎「ごみ搬入許可証」が、必ず必要です。
お持ちでない場合は、環境水道課に申請してください。
初回は無料ですが、失くした場合は再交付に500円必要です。清掃工場内では、車内のダッシュボードに確認できるようにおいてください。

◎プラスチック製容器包装は持込できません。
通常のごみステーションに出してください。

(お問い合わせ先) 環境水道課 ☎63-1140(内線286)

働き方・休み方改善コンサルタントを利用してみませんか。

無料!

～事業所が抱える悩みにコンサルタントが対応します～

例えば・・・こんな疑問はありませんか？

- >働き方・休み方の見直し及び改善をどのように進めていけばよいか知りたい。
- >経営の効率化や活性化を図るため、また社員が心身ともに充実した状態で働くため、恒常的に長い時間外労働を削減したい。
- >時間外労働を削減するにあたり労使間でどのように進めていけばよいかを知りたい。
- >労働時間管理の具体的な方法や変形労働時間制の導入について知りたい。
- >有給休暇を使用するにあたりどのようにルール決めができるのかを知りたい。
- >社内で行うハラスメント、メンタルヘルス、働き方改革の教育研修、セミナーの支援を求めたい。

事業場の課題に合わせ改善の提案などを行います。

- >働き方・休み方改善の好事例のご紹介
- >管理職による時間管理の徹底方法
- >従業員の能力を適性に評価できる仕組み
- >労働条件通知書、就業規則などの労働条件の明示の仕方
- >時間外労働の管理方法の見直し
- >帰りがやすい職場の雰囲気づくり
- >時間外労働削減のための話し合い
- >ノー残業デー・ノー残業ウィークの定着
- >各種助成金の紹介

コンサルタント実績を紹介します。

事業場数 約810事業所
 規模 10名未満～1,000名超
 業種 卸・小売業、製造業、印刷業、医療、介護福祉業、建設業、情報通信業、接客娯楽業、金融、保険業、幼稚園、保育園、教育、各種団体等

問合先

宮崎労働局 雇用環境・均等室
 働き方・休み方改善コンサルタント〈狩野、猪野〉 受付担当：小松、谷宮
 〒880-0805 宮崎市橋通東3丁目1番22 宮崎合同庁舎4F
 TEL: 0985-38-8821 FAX: 0985-38-5028

自衛官募集案内

※ご不明な点がございましたら自衛隊宮崎地方協力本部 日向地域事務所(電話52-6914)までご連絡ください。自衛官募集ホームページ等でもご確認できます。

募集種目	募集人員(全国)	資格	受付期間	試験期日	合格発表	入(校)隊
航空学生	参考(平成29年度) 海 約80名 (うち女子若干名) 空 約70名 (男女の区分なし)	海:高卒(見込含) 23歳未満の者 空:高卒(見込含) 21歳未満の者	7月1日～9月7日	1次: 9月17日 2次:10月15日～21日 3次:(海)11月22日～ 12月19日 (空)11月17日～ 12月20日	1次: 10月 5日 2次:(海)11月13日 (空)11月 5日 最終:31年1月22日	31年 3月下旬～4月上旬
一般曹候補生	参考(平成29年度) 陸 約3,000名 (うち女子約200名) 海 約1,300名 (うち女子約80名) 空 約750名 (男女の区分なし)	18歳以上 27歳未満の者	7月1日～9月7日	1次: 9月21日～23日 2次:10月12日～17日	1次:10月 5日 最終:11月 9日	31年 3月下旬～4月上旬
自衛官候補生	男子	参考(平成29年度) 陸 約5,400名 海 約1,100名 空 約1,660名	年間を通じて 行っています。	受付時にお知らせ します。	試験日にお知らせ します。	31年 3月下旬～4月上旬
	女子	参考(平成29年度) 陸 約870名 海 約200名 空 約150名				
予備自衛官補	一般	約1,400名	7月1日～9月14日	9月29日～10月2日	11月9日	教育訓練の開始時期
	技能	陸 約200名 海 約20名				

町営住宅入居者募集

平成30年8月1日募集

次の町営住宅の入居者募集を行います。

団地名	階数・規模	間取り	建設年度	改修年度	家賃(円/月)	募集戸数	所在地
栄ヶ丘① (5階建)	3階・1LDK 洋式水洗 (1人以上※1)	和6畳・LDK	H23	-	20,300～ 30,300	1戸	栄ヶ丘
栄ヶ丘② (8階建)	1階・2LDK 洋式水洗 (2人以上)	洋6畳・和6畳・LDK	H16	-	23,000～ 34,200	1戸	栄ヶ丘
西ノ山① (4階建)	2階・3DK・洋式水洗 (3人以上)	洋6畳・和6畳×2・DK	S51	-	13,300～ 19,800	1戸	西ノ山

- ※1. 栄ヶ丘①は1人より入居可能ですが、1人での入居の場合は、60歳以上等の制限があります。栄ヶ丘②は世帯が2人以上、西ノ山①は世帯が3人(妊娠中も含む)以上の入居者に限ります。
- ※2. 家賃は、収入・住宅の建設年数、広さ、立地条件等を加味し、上記範囲内で入居者ごとに決定されます。ただし、裁量階層での入居の場合は、所得により上記家賃の上限を超える場合があります。
- ※3. 入居時に敷金(家賃の3倍)が必要です。
- ※4. 家賃の他に共益費等が必要です。
- ※5. 入居希望者が募集戸数を超えた場合には、抽選により選考します。

募集日程

◆募集説明会◆ ※申込書を配布し、必要書類の説明をします。(代理出席可)

日時:平成30年8月7日(火) 午後2時～
 場所:門川町役場 南別館1階 第1会議室

◆申込受付◆

日時:平成30年8月8日(水)～平成30年8月17日(金)まで
 場所:門川町役場 西別館1階 建設課 建築住宅係 TEL0982-63-1140(内線247)
 各日、午前8時30分～午後5時00分まで(ただし、土日祝祭日は除く)

◆抽選◆

日時:平成30年8月31日(金)(予定) ※申込者には資格審査後、日時場所を通知します。
 場所:門川町役場 南別館1階 第1会議室(予定)

= 申込資格 =

(下記の条件を満たすことが必要です。)

- ①原則として現在同居し、または同居しようとする親族がある方。
- ②現在、住宅に困っている方(原則として、現在公営住宅に住んでいる方、持ち家のある方は申込できません)。
- ③収入が公営住宅入居資格収入基準以下であること。
- ④住民税等(町に納めるべき税金全般)を滞納していないこと。
- ⑤平成30年8月1日現在で、町内に居住し住民登録しているかまたは町内に勤務している方。
- ⑥結婚予定者は入居可能日までに入籍できる方。
- ⑦入居申込者または同居しようとする親族が暴力団員及びその関係者でないこと。

◎収入早見表(収入のある方が1人の場合の目安です。)

【給与所得者の場合】 ※税込の年間総収入金額。源泉徴収票では支払い金額欄になります。(単位:円)
 申込者以外の同居親族及び扶養親族の数

0人	1人	2人	3人	4人	5人	6人
2,967,999以下	3,511,999以下	3,995,999以下	4,471,999以下	4,947,999以下	5,423,999以下	5,899,999以下
3,887,999以下	4,363,999以下	4,835,999以下	5,311,999以下	5,787,999以下	6,263,999以下	6,739,999以下

【事業所得者の場合】 ※税込の年間総収入金額。源泉徴収票では支払い金額欄になります。(単位:円)
 申込者以外の同居親族及び扶養親族の数

0人	1人	2人	3人	4人	5人	6人
1,896,000以下	2,276,000以下	2,656,000以下	3,036,000以下	3,416,000以下	3,796,000以下	4,176,000以下
2,568,000以下	2,948,000以下	3,328,000以下	3,708,000以下	4,088,000以下	4,468,000以下	4,848,000以下

- 下段の基準は、
- ◇ 障害者世帯(入居者または同居者が1～4級の身体障害者、1～2級の精神障害者、重度または中度の知的障害者である世帯)
 - ◇ 高齢者世帯(入居者が60歳以上の方であり、かつ同居者のいずれもが60歳以上の方、または18歳未満の方である世帯)の方が対象となります。

◇お問合せ先◇ 門川町役場 建設課 建築住宅係 ☎(0982)63-1140(内線247)

乙島クリーン大作戦大成功!

乙島クリーン大作戦の清掃ボランティアを募集したところ、定員数を超える45名の方に参加していただき、無事に清掃作業を行うことができました。参加された方々へ心から感謝申し上げます。おかげさまで乙島の浜辺がきれいになり、遊びに来られる方々が気持ちよく楽しんでいただけるようになりました。今後とも、観光推進にご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



延岡ワールド水族館 2018大学生がつくるミニ水族館 in 宮大・延岡ワールド

今年の夏も、宮崎大学延岡ワールドで大学生がつくるミニ水族館を開催いたします。是非、お気軽にご参加ください!



宮崎大学延岡水族館

夏季休業中の学校閉庁日について

夏季休業期間は、教職員は学校に勤務する日となっておりますが、本年度より町内の小・中学校においては、お盆期間

※入場無料(申込不要、どなたでも入館できます)。

- 【内容】
- ① 学生による生き物水槽展示
 - ② 小さな生き物を顕微鏡で観察しよう
 - ③ タッチ水槽で生き物にふれてみよう
 - ④ 図鑑や映像、標本生から学ぼう
 - ⑤ 隠れている生き物を探そう
 - ⑥ 船で魚やプランクトンを集めようなど

【日時】平成30年8月25日(土) ~ 9月2日(日)
午前9時~午後5時まで
【会場】宮崎大学農学部・延岡ワールド
〒889-0517 延岡市赤水376-6
【主催・問合せ】宮崎大学 ☎0982-370327

70歳以上の方の高額療養費制度の改正について

平成30年8月から、70歳以上の方の高額療養費の自己負担限度額が下表のとおり変更となります。この変更に伴い、現役並みⅠとⅡに該当する方で、窓口負担を自己負担限度額までの支払いにする場合、「限度額適用認定証」が必要になります。医療費が高額になる可能性がある場合は、窓口で手続きをお願いします。

○自己負担限度額(月額)

適用区分	平成30年7月まで		平成30年8月から		
	外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)	外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)	
現役並み	Ⅲ 課税所得 690万円以上の方	57,600円	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1% <多数回 140,100円(※2)>		
	Ⅱ 課税所得 380万円以上の方		167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% <多数回 93,000円(※2)>		
	Ⅰ 課税所得 145万円以上の方		80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% <多数回 44,400円(※2)>		
一般	課税所得 145万円未満の方(※1)	14,000円 (年間の上限 144,000円)	57,600円 <多数回 44,400円(※2)>	18,000円 (年間の上限 144,000円)	変更なし
住民税非課税	Ⅱ 住民税非課税世帯(※3)	8,000円	24,600円		
	Ⅰ 住民税非課税世帯(年金収入80万円以下など)(※3)		15,000円		
				変更なし	

※1 世帯収入の合計額が520万円未満(1人世帯の場合は383万円未満)の場合や、旧ただし書所得の合計額が210万円以下の場合も含まれます。
 ※2 過去12か月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります。
 ※3 住民税非課税世帯の方については、従来どおり、限度額適用・標準負担額減額認定証を交付します。

【お問い合わせ】 町民課 医療年金係 ☎63-1140(内線228)

調理アシスタント講習

食生活と健康のかかわりあいや食品衛生などの基礎知識を学び、介護食を中心とした実習で調理技術を習得し、病院・介護施設等の調理補助者としての就職を目指します。

【講習期間】平成30年9月26日(水)~10月4日(木)【土日を除く8日間】
 【締切日】平成30年9月12日(水)必着
 【募集人員】10名程度
 【実施場所】延岡市社会教育センター(延岡市本小路39-1)

清掃スタッフ・調理アシスタントいずれの講習も

【受講料】無料
 【対象者】就職を目指している55歳以上のシニア世代(※ハローワークの求職登録が必要です)
 【申込方法】ハローワーク延岡、ハローワークプラザ延岡に置いてある所定の申込書を、宮崎県シルバー人材センター連合会宛てに郵送またはFAXにてお申し込みください。受付後、受講者選考を行います。

【申込・問合せ先】公益社団法人宮崎県シルバー人材センター連合会
 住所 宮崎市瀬頭2丁目6番14号
 電話 0985-313775
 FAX 0985-313776

九州電力 からのお知らせ



■台風時の停電情報をチェック!
 台風による停電時には、電話がつながりにくくなることがあります。台風等非常災害時の停電情報は左記のホームページでも確認いただけます。

- 停電への備え
- 停電時に必要なもの(例)
- 携帯ラジオ □ 懐中電灯
 - 飲料水 □ 携帯電話の充電器(電池式)
 - 乾電池 □ ため水(生活用水)

■災害が起きたら
 切れた電線は感電のおそれがあり大変危険です。絶対に触らず九州電力へご連絡ください。
 傷ついたり、水につかると電気器具、コードは漏電や火災の原因となります。必ず電気店などで点検ください。
 (注)集中豪雨時等もご注意ください。

携帯電話版ホームページ
<http://kyuden.jp>

パソコン版ホームページ
<http://www.kyuden.co.jp>

■携帯メールサービス
 台風による停電時には、ご登録いただいた携帯電話に停電情報をメール配信いたします。詳しくは、上記ホームページをご覧ください。

九州電力
 ずっと先まで、明るくしたい。

図書館だより 第143号

平成30年8月1日発行



かがわちょうりつとしょかん
門川町立図書館
TEL.0982(68)0001
FAX.0982(68)0024
http://www.kadogawa-lib.jp/

新刊・話題の本

＜一般書＞

- 【文芸書】
★偽姉妹……………山崎 ナオコーラ／著
★絶望キャラメル……………島田 雅彦／著
★真夜中の子供……………辻 仁成／著
★失楽園のイヴ……………藤本 ひとみ／著
★さしすせその女たち……………榎月 美智子／著

【実用書】

- ★カルピスをつくった男 三島海雲……………山川 徹／著
★汁かけごはん……………田内 しょうこ／著
★ネット依存・ゲーム依存がよくわかる本……………樋口 進／監修
★カラス先生のはじめてのいきもの観察……………松原 始／著
★気持ちが楽になる認知症の家族との暮らし方……………繁田 雅弘／監修

＜児童書＞

【読み物】

- ★雨ふる本屋と雨もりの森……………日向 理恵子／作
★妖怪いじわるスマートフォン……………土屋 富士夫／作
★ホイホイとフムフム……………マジョリー・ワインマン・シャーマット／文
【絵本】
★おしりどろぼう……………陣崎 草子／作
★もぐらはすごい……………アヤ井 アキコ／著
★またまたねえ、どれがいい？……………ジョン・バーニンガム／作

【調べ物】

- ★岩合光昭の日本犬図鑑……………岩合 光昭／文・写真
★刑務所しか居場所がない人たち……………山本 謙司／著
★人の心に木を植える……………畠山 重篤／著

こわ〜いおはなしの季節がやってきました

夏休み恒例の「ちょっぴりこわ〜いおはなし会」を、今年も2回行います。こわいおはなしが好きなみなさん、お待ちしております…

【日時】①8月4日(土) ②8月8日(水)
午後2時～2時30分

【場所】門川町立図書館1階 おはなし室

【対象】小学生

※8月2日～9日は、図書館ボランティア「くれよん」のみなさんが、おはなし室をこわ〜い雰囲気飾りつけしていただきます。ご来館の際には、どうぞご覧ください。



まちかど図書館へのご来場ありがとうございました

6月17日(日)に開催された子育て応援フェスティバルで、「まちかど図書館」を開きました。風船で飾り付けをしたお部屋で、絵本の展示とおはなし会を行いました。お気に入りの絵本を手に取りながら、ご家族で楽しいひとときを過ごしていただけたようです。

おはなし会では、紙芝居やパネルシアター、大型絵本の読み聞かせなどを行い、子どもたち大変喜んでいただきました。



夜の図書館でオルゴールと門川の昔話を楽しみました

6月29日(金)午後7時より、オルゴール奏者の岩満國吉さんをお迎えして、第1回図書館わくわく講座「オルゴールと紙芝居のすてきなゆうべ」を開催しました。さまざまな名曲をオルゴールで演奏していただき、会場はやさしい雰囲気に包まれました。

また、図書館ボランティア「くれよん」のみなさんが、オルゴールの音色に乗せて、門川の昔話を紙芝居で披露していただきました。



本の寄贈のお願い

図書館では10月20日(土)に図書館まつりを予定しています。そこで今年もブックリサイクルコーナーを開き、利用者みなさまに古本の無料配布を行いたいと思います。

ご家庭に不用品(絵本・単行本・文庫本で比較的きれいなもの)がございましたら、図書館へお持ちくださると幸いです。ご協力よろしくお願いたします。

【受付期間】8月2日(木)～10月13日(土)

※漫画・雑誌・全集・辞典・参考書等はご遠慮ください。
※図書館へ直接持ち込んでください。

戦争と平和についてのコーナー

8月15日は、終戦記念日です。現在、「戦争と平和」をテーマに、読み物や絵本、写真集などを集めたコーナーを設けています。この機会にあらためて手に取ってみられませんか。

今年も、終戦直後の1946年3月細島湾沖爆弾処理中の爆発事故関係資料を展示します。

【展示期間】8月19日(日)まで

おはなし会のご案内

●8月22日(水)【時間10:30～】

※乳児・幼児向けです。

※第2水曜日、第2土曜日のおはなし会はお休みです。



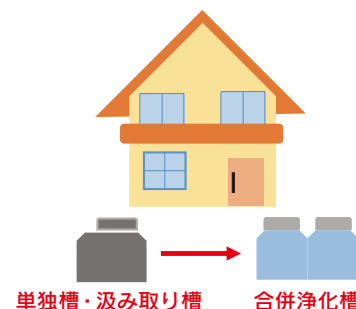
■図書館利用時間：(火～金曜日)午前10時～午後7時
(土・日・祝)午前10時～午後5時

■休館日：毎月1日(図書整理日)、毎週月曜日
年未年始、特別整理期間(年1回)

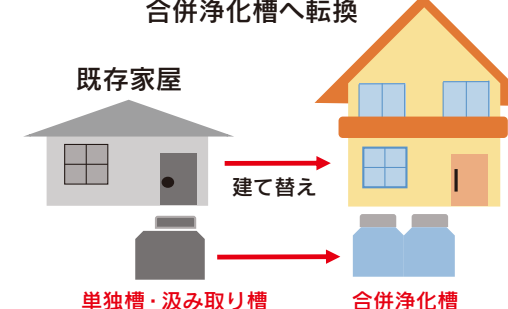
単独槽・汲み取り槽から合併処理浄化槽への切り換え(転換)補助について

門川町では、「単独槽・汲み取り槽から合併処理浄化槽へ切り換え」に対して予算の範囲内で補助を行います。補助対象となる建物は専用住宅(建替え家屋も含む)、事業所等です。

(例.1) 既設槽から合併浄化槽への転換



(例.2) 既存家屋の建替えと共に既設槽を合併浄化槽へ転換



単独槽からの転換については、単独槽を完全撤去する場合さらに撤去・処分費用を助成します。(上限9万円) ※事業所については対象外

※申請前に既設槽が完全撤去されている場合は対象外。
※建て替え前の現場確認(役場担当者立ち会いのもと)が必要。

浄化槽人槽		5人槽	7人槽	10人槽
新築家屋		対象外	対象外	対象外
汲み取り槽から合併処理浄化槽への転換	転換家屋 建て替え家屋	452,000円	534,000円	668,000円
単独槽から合併処理浄化槽への転換	転換家屋 建て替え家屋	452,000円 +単独槽撤去処分費 (上限9万円)	534,000円 +単独槽撤去処分費 (上限9万円)	668,000円 +単独槽撤去処分費 (上限9万円)

お問い合わせ先：門川町環境水道課 環境係 ☎0982-63-1140 (内線286)

門川町新庁舎建設についてお知らせ ⑫

○地質調査と埋蔵文化財調査について

この度、新庁舎建設地の「地質調査」と「埋蔵文化財の試掘調査」を行いました。まず、地質調査では敷地内5ヶ所でボーリング調査を行い、地層構成を確認しました。本調査によって、敷地の地下深さ約4～8mに庁舎建物基礎の支持層となる岩盤を確認することができました。

次に、埋蔵文化財の試掘調査では、敷地全体を調査するために穴(穴の規模(最大)：長さ10m、幅2m、深さ1.5m)を10ヶ所掘り、専門家の立会いのもと埋蔵文化財の確認を行いました。

調査の結果としては、建設地は戦中、戦後に開削がなされ、その後の宅地造成に伴って広い範囲で切土、盛土が行われたとみられ、遺構、遺物は発見されませんでした。

今回2つの調査にて、建設地の地下の様子を確認することができましたので、現在は、この調査結果を基に基礎の形式を検討しております。

今後とも、町民の皆様のご意見を伺いながら、新庁舎建設を進めてまいりますので、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

お問い合わせ先：新庁舎建設室
TEL：0982-63-1140 (内線259) FAX：0982-63-1356

8月のカレンダー

(平成30年7月9日現在)

日	月	火	水	木	金	土
			8/1	2	3	4
			町内小中学校 登校日	オレンジカフェ 「いぶぎ」 (10:00~12:00 東栄町こぼる別館)		
5	6	7	8	9	10	11
	かどがわ温泉 心の杜休館日		消費生活巡回相談 (10:00~12:00 門川町役場南別館 1階会議室)	オレンジカフェ 「いぶぎ」 (10:00~12:00 東栄町こぼる別館)		山の日
12	13	14	15	16	17	18
	町内小中学校 閉庁日 (~15日まで)	定例行政相談日 (10:00~15:00 門川町総合福祉 センター)		オレンジカフェ 「いぶぎ」 (10:00~12:00 東栄町こぼる別館)	乳児後期健診 (H29年11・12月生) (13:15~13:45 受付 門川町総合 福祉センター)	
19	20	21	22	23	24	25
		2才児歯科健診 (H28年2・3月生) (13:15~13:45 受付 門川町総合 福祉センター)	1才6ヶ月児健診 (H28年12月・ H29年1月生) (13:15~13:45 受付 門川町総合 福祉センター)	オレンジカフェ 「いぶぎ」 (10:00~12:00 東栄町こぼる別館)		第24回門川みなと フェスティバル (11:00~19:30 庵川漁協) 第32回かどがわ 納涼花火大会 (20:00~21:00 庵川漁協)
26	27	28	29	30	31	
みんなと朝市 (8:00~9:30 門川漁協前)	町内小中学校 第2学期始業式			オレンジカフェ 「いぶぎ」 (10:00~12:00 東栄町こぼる別館)		



かどっぴー & がわっぴー 予定表(8月)



イベント名	かどっぴー	がわっぴー	日にち	時間	場所
クルーズトレイン「ななつ星」 門川駅停車に伴う観光PR	○	○	8月2日(木)	14:15~14:30	門川駅
	○	○	8月9日(木)	14:15~14:30	
	○	○	8月16日(木)	14:15~14:30	
	○	○	8月23日(木)	14:15~14:30	
門川みなとフェスティバル	○	○	8月25日(土)	11:00~18:00	庵川漁港

8月の水道当番表

今月の水道当番業者は次のとおりです。

日	月	火	水	木	金	土
			8/1 叶設	2 叶設	3 叶設	4 叶設
5 請閑	6 請閑	7 請閑	8 請閑	9 請閑	10 請閑	11 請閑
12 小松	13 叶設	14 請閑	15 富高	16 小泉	17 小松	18 叶設
19 小松	20 小松	21 小松	22 小松	23 小松	24 小松	25 小松
26 小泉	27 小泉	28 小泉	29 小泉	30 小泉	31 小泉	

事業者	昼間	夜間
請閑水道設備工業	63-1286	63-1286
叶設(きょうせつ)	95-0655	63-7148
小泉管工事工務店	63-1251	63-1251
富高工務店	63-4882	63-4882
小松設備	63-7235	63-7235
門川町役場 環境水道課	63-7678	(代) 63-1140

★水道料金の口座振替について
8月27日は、7月分の口座振替日になります。また、8月27日に引落しできなかった場合は、9月10日に再振替します。なお、6月分の再振替は8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7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。

ねんきん

国民年金保険料の納め忘れがある方へ

5年後納制度の終了について

過去5年以内に国民年金保険料の納め忘れがある方が、申し込みにより国民年金保険料を納めることができる5年後納制度が、平成30年9月30日で終了します。

国民年金保険料の納付機会の拡大を図り、無年金・低年金を防止することを目的とするこの後納制度をぜひご活用ください。

ただし、過去3年度以前の後納保険料には加算額がつきます。

☆後納制度で2年以上前の保険料を納付するメリット☆

- ・年金の受給資格が得られる可能性があります。
- ・将来受け取る年金額が増額します。

年金の受給に必要な期間が
10年に短縮されました!!
(保険料を納付した期間、
又は免除を認められた期間)

手続きをする場所・問い合わせ先

門川町役場 町民課医療年金係 (電話0982-63-1140)
延岡年金事務所 (電話0982-21-5424)
ねんきん加入者ダイヤル (0570-003-004)

今月の出張年金相談

日時: 8月23日(木)午前10時~午後3時 ※要予約※
場所: 日向市中央公民館
ご予約は、延岡年金事務所(☎0982-21-5424)まで



門川町ヘルスメイトおすすめ

“へべす”を使った地産地消レシピをご紹介します！



「へべすゼリー」 ～へべすの酸味がさわやかな夏におすすめのゼリーです～

材料(4人分)

- ・へべす果汁(3個分)……………80cc
- ・砂糖……………70g
- ・アガー……………16g
- ・お湯(80度)……………220cc

<作り方>

- ① 砂糖とアガーを混ぜ合わせておく。
- ② ①にお湯を少しずつ入れ溶かしていく。よく混ぜたらへべす果汁を加える。
- ③ 容器に②を流し入れる。常温でも固まるが、冷蔵庫に入れて冷やしてもよい。



「魚の唐揚げ」 ～最後に加えるへべすがポイント！甘辛味が食欲をそそります～

材料(4人分)

- ・魚の切り身……………4切れ
- ・かたくり粉……………大さじ2
- 《つけだれ》
- ・おろしにんにく……………小さじ1
- ・しょうゆ……………大さじ1
- ・砂糖……………大さじ1
- ・へべす果汁……………小さじ1



<作り方>

- ① 魚は少量の酒、しょうゆ、おろし生姜(分量外)につけて下味をつける。
- ② ペーパーでふき、かたくり粉をまぶし、少し多めの油で両面焼く。
- ③ へべす果汁以外のつけだれの調味料を合わせ、火にかける。
- ④ 粗熱が取れたら果汁を加え、②の魚にからめる。

(問合せ先)町民課 健康づくり係

今月の納期

町県民税(第2期)
国民健康保険税(第2期)



Webで口座振替の申込みができます。お申し込みは、町ホームページおよびQRコードから

●町内人口

7月1日現在

男	女	計	世帯数
8,388	9,269	17,657	6,860
(8,399)	(9,282)	(17,681)	(6,861)

()内は前月



発行日/平成30年8月1日 発行編集/門川町役場 総務課
〒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/有限会社 第一印刷

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

門川町公式ホームページ <http://www.town.kadogawa.lg.jp/>