

## 今月の主な内容

- ◎みんなで支える長寿のよろこび…… 2～3
- ◎平成16年度日赤社資目標達成…… 4
- ◎かどがわ温泉心の杜だより …… 6
- ◎防衛大学校生・防衛医科大学校生・看護学生の募集のお知らせ 7
- ◎基本健康診査のご案内…… 8
- ◎新エネルギー・省エネルギー情報…… 10
- ◎「2004消防・救急フェア」…… 12
- ◎自賠償保険に加入しましょう!!…… 16



## 日向支部操法大会が開催されました。

**ポンプ車の部で第8部・積載車の部で第4部が3位に入賞**

8月7日(土)に、日向市お倉ヶ浜消防訓練広場において第52回日向支部消防操法大会が開催されました。

当日は、各支部を勝ち抜いた隊が日頃の練習の成果を披露しました。

厳正な審査の結果、ポンプ車の部で第8部(部長 佐藤拓也)、積載車の部で第4部(部長 米良伸昭)が3位に入賞しました。

# みんなを支える長寿のふるこび

今年の大横綱は、

102歳の村田ヒサさん(地球館)  
102歳の横井嘉市さん(庵川東)  
102歳の幸森ハナさん(上井野)です。



## 健康いちばん!!

高齢化が進む今日、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「やすらぎと生きがいのある福祉の町づくり」を進めて参ります。

9月20日の敬老の日前後には、各地区等において長寿を祝福する諸行事が催されますが、お互いに思いやり・助け合う気持ちの普及に努めましょう。



門川町の70歳以上の方は、3,203名(男性1,188名、女性1,927名)です。(年齢は、9月30日現在の満年齢です。)

東 方				長 寿 者 番 付	西 方			
横綱	地球館	村 田 ヒ サ	102		横綱	庵川東	横 井 嘉 市	102
	上井野	幸 森 ハ ナ	102			西栄町	土 佐 田 ト ワ	101
	地球館	野 間 口 キ ク エ	100			地球館	藤 本 ヨ 子	100
大関	南町1区	松 田 キ ノ	99		大関	本 町	岩 佐 ツ ネ 子	99
関脇	中 村	高 橋 ダ イ	98		関脇	上井野	黒 木 わ き	98
	庵川東	小 川 ヨ シ エ	98		加草4区	岩 切 ハ ギ ノ	98	
小結	地球館	甲 斐 ミ チ ヨ	97		小結	上納屋2区	河 野 シ ナ	97
	中 村	高 橋 ス ミ エ	97		地球館	甲 斐 ハ ル	97	
	地球館	宮 本 善 彌	97		東栄町	山 田 キ ク ノ	97	
	中村	川 崎 ア サ ノ	96		小 園	小 林 マ ス エ	96	
	中 尾	松 井 カ ツ エ	96		地球館	塩 月 静 子	96	
	上納屋1区	河 野 留 喜	96		地球館	松 田 ミ ヨ	96	
	宮ヶ原	中 越 千 代 松	96		庵川東	黒 木 シ ノ	96	
	地球館	児 玉 タ マ エ	96		加草2区	大 森 ヒ サ ヨ	96	
	本 町	河 野 ヨ シ ノ	96		宮ヶ原	河 野 つ い	96	
	加草3区	大 石 ツ タ	96		上納屋1区	田 口 キ ク ノ	96	
	庵川東	黒 木 ト シ エ	96					

東 方					
前頭1	本町	水	永	秋 満	95
2	本町	日	高	ツヨル	95
3	加草3区	請	関	フジノ	95
4	大内原	松	本	ト リ	95
5	上町	金	丸	慶 蔵	95
6	南町1区	加	藤	シゲ子	94
7	南町1区	岩	切	ナ カ	94
8	上の町	原	田	秋 義	94
9	上納屋2区	河	野	ハルコ	94
10	城屋敷	安	田	竹 治	94
11	南町1区	木	村	キクノ	94
12	上納屋2区	松	下	ユキエ	94
13	地球館	児	玉	ヒ サ	94
14	上納屋3区	栗	田	栄三郎	94
15	地球館	河	野	ハツエ	94
16	後向	松	本	貞 夫	93
17	下納屋	黒	木	ヤスコ	93
18	上納屋2区	姫	野	良太郎	93
19	地球館	榎	本	美代子	93
20	加草3区	白	磯	ヨシエ	93
21	三ヶ瀬	志	田	フ ク	93
22	西栄町	金	丸	要 市	93
23	南町1区	大久保		ミ ス	93
24	中村	中	田	ハルエ	93
25	中尾	奈	須	ヨシノ	93
26	本町	黒	木	マサノ	93
27	平城西	水	永	シノブ	93
28	旭町	中	城	サ、エ	93
29	加草4区	牧	野	栄三郎	93
30	三ヶ瀬	池	田	イ ト	93
31	西栄町	河	崎	ミスエ	93
32	地球館	山	倉	アキノ	93
33	上町	滝	下	松 井	92
34	地球館	今	村	長	92
35	上納屋2区	塩	田	シゲノ	92
36	西栄町	水	永	孝	92
37	加草1区	請	田	シズエ	92
38	三ヶ瀬	本	田	ケ サ	92
39	小松	炭	倉	トメノ	92
40	下納屋	河	野	イ シ	92
41	加草2区	原	田	源 吾	92
42	上納屋3区	米	良	桂	92
43	南町1区	細	川	スミ子	92
44	加草2区	安	田	ヨシコ	92
45	中尾	池	田	ジ ツ	92
46	南ヶ丘	松	下	キ ン	92
47	地球館	今	津	伊勢松	92
48	西栄町	松	本	シズエ	92
49	下納屋	北	田	チ カ	92

長 寿 者 番 付

西 方					
前頭1	上井野	黒	木	リ エ	95
2	旭町	岩	切	フヂエ	95
3	庵川西	濱	田	キヌエ	95
4	宮ヶ原	安	田	サ ダ	95
5	地球館	中	村	スズコ	95
6	庵川東	横	井	ナ ツ	94
7	三ヶ瀬	川	野	市 弥	94
8	本町	中	村	チ ン	94
9	旭町	岩	切	サ ダ	94
10	庵川西	山	田	チ ヨ	94
11	東栄町	児	玉	ミツエ	94
12	地球館	佐	藤	郁 子	94
13	中村	高	橋	サ イ	94
14	加草2区	梶	谷	ナラヲ	94
15	地球館	赤	木	司	93
16	地球館	土	井	クラノ	93
17	地球館	生	垣	スエコ	93
18	庵川東	桂	木	アサノ	93
19	平城東	阿波野		ハ ン	93
20	牧山	永	田	市 郎	93
21	上井野	神	井	ツ ヨ	93
22	上町	黒	木	ミツコ	93
23	南町2区	金	丸	ヨシノ	93
24	地球館	黒	木	エ イ	93
25	東栄町	吉	田	シゲヲ	93
26	南ヶ丘	尾	崎	畷四郎	93
27	三ヶ瀬	川	野	都 枝	93
28	城屋敷	加	藤	壽 賀	93
29	加草1区	佐	田	フミエ	93
30	南ヶ丘	津	野	ミサオ	93
31	東栄町	福	田	壽 子	93
32	上町	水	永	アキノ	93
33	三ヶ瀬	川	田	フクエ	92
34	東栄町	桑	原	妙 子	92
35	本町	佐	藤	秋 子	92
36	上納屋2区	栗	田	ソ メ	92
37	牧山	朝	倉	能 信	92
38	地球館	黒	木	タケノ	92
39	旭町	山	口	常太郎	92
40	加草4区	金	丸	マ サ	92
41	庵川東	曾根田		一 蔵	92
42	旭町	姫	野	ハルエ	92
43	加草4区	山	口	ヒサノ	92
44	地球館	佐	藤	ミツエ	92
45	庵川西	藤	井	たまゑ	92
46	地球館	藤	本	フクエ	92
47	旭町	大	森	正 衛	92
48	宮ヶ原	水	永	チヨノ	92

※氏名につきましては、一般的に常用されている文字を使用していますのでご了承ください。

# 平成16年度日赤社資目標達成 ご協力ありがとうございました。

日赤社資の寄付につきましては、地区会長、赤十字奉仕団員の皆様を通じてご依頼をしたところでありますが、町民の皆様のご理解とご協力によりまして、目標を達成することができました。心より感謝申し上げます。

社資は「被災者救援、自然災害による救護」をはじめ、「血液事業・巡回診療・難民救護」などの人道的事業の目的のため全額日本赤十字社に納入させていただきました。

今後とも日本赤十字社に対する皆様のご理解、ご協力をお願い申し上げます。お礼に代えさせていただきます。

日赤門川分区長 米 良 成 志

平成16年度日赤社資実績一覧表

地区名	納入済額(円)	地区名	納入済額(円)
松 瀬	8,750	尾末東	20,000
三ヶ瀬	29,750	後 向	20,300
上井野	29,400	中 尾	41,300
大内原	11,900	下納屋	63,700
小 松	12,950	上納屋1区	21,350
大 丸	16,100	上納屋2区	24,500
小 園	32,900	上納屋3区	21,350
城屋敷	28,350	中 村	25,900
中 山	25,550	加草1区	185,500
五十鈴	36,750	加草2区	
平城東	108,850	加草3区	
城ヶ丘	20,000	加草4区	
平城西	126,350	加草5区	
南町1区	54,250	庵川西	140,000
南町2区	25,500	須賀崎	
南ヶ丘	75,600	庵川東	63,350
上ノ町	66,150	牧 山	15,400
本 町	64,750	谷の山	3,150
東栄町	95,000	地区合計	1,813,990
西栄町	104,650	日赤奉仕 団社費	680,500
宮ヶ原	111,040	職場寄付金	92,325
栄ヶ丘	30,800	合 計	2,586,815
竹 名	12,250		
旭 町	21,700		
		平成16年度 目標額	2,382,000

# 義援金ありがとうございました。

先ごろ起こりました新潟・福井豪雨災害に対しましては、日赤奉仕団を通じて各種イベント会場や、店頭等において義援金の募集を行いましたところ、多くの皆様方からご協力をいただきました。募集した義援金は、全額日本赤十字社に送金させていただきました。ありがとうございました。

また、日本奉仕団の皆様には、炎天下のなか募集活動を行っていただき、大変お疲れ様でした。今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

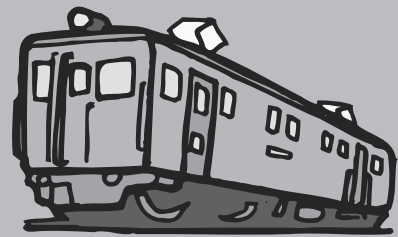
- \* 「新潟県梅雨前線豪雨被害義援金」 22,020円
- \* 「福井豪雨災害義援金」 22,000円

日赤門川分区長 米 良 成 志

## みどりいっぱい 門川駅

門川駅の乗降口が、たくさんの観葉植物で飾られているのをご存知でしょうか？  
これは、門川農業高校の生徒さんが、美化活動の一環として門川駅に贈呈されたものです。

種類はベンジャミンやドラセナなどで大小6つの鉢が設置されました。  
生徒さんたちは「いつもお世話になっている駅が、少しでも気持ちの休まる場所になればうれしいです。」と話しているそうです。





# 身近な犯罪から 町を守ろう!!

「身近な犯罪モデル地区」に指定されている東栄町地区、日向市上町地区の役員さん、日向警察署員などが集まり、モデル地区合同会議を開催しました。

会議では今後の「住宅の防犯診断」や、「非行防止夜間巡回」などの今後の取り組みについて、多くの意見が出されました。

また会議終了後には、深夜にもかかわらず、門川駅での現地巡回も行いました。

隣近所のコミュニケーションを大切にして、「自転車盗」や「空き巣」など身近に潜む犯罪から私たちの町を守りましょう。



## 防衛大学校生・防衛医科大学校生・看護学生の 募集のお知らせ

募集種目	募集人員(全国)	資格	受付期間	試験期日及び合格発表		入(校)隊
防衛大学校 学生 一般(男女)	・人文・社会科学専攻 約65名(うち女子5名) ・理工学専攻 約295名(うち女子20名)	高卒 (見込含) 21歳未満	9月10日(金)～ 10月1日(金)	一 次	11月13日(土)・14日(日)	17年4月上旬
				二 次	12月14日(火)～17日(金)	
				最終合格	17年2月17日(木)	
防衛医科 大学校 学生(男女)	約70名	高卒 (見込含) 21歳未満	9月10日(金)～ 10月1日(金)	一 次	11月6日(土)・7日(日)	17年4月上旬
				二 次	12月8日(水)～10日(金)	
				最終合格	17年2月17日(木)	
看護学生 (男女)	陸上 約70名	高卒 (見込含) 24歳未満	9月10日(金)～ 10月1日(金)	一 次	10月17日(日)	17年3月下旬 ～4月上旬
				二 次	11月19日(金)・20日(土)	
				最終合格	17年1月12日(水)	

11月号では、自衛隊生徒募集についてお知らせします。

お問い合わせ

自衛官募集日向事務所

☎52-6914

役場総務財政課消防防災係

☎63-1140 (内線243)

# 基本健康診査 のご案内

平成16年9月1日～平成17年1月31日の期間に下記医療機関で基本健康診査を実施します。日頃、病院に行く機会がない方はぜひこの期間に御受診ください。

- ・ 対象者 40歳以上(平成17年3月31日までに40歳到達者)
- ・ 自己負担 1,000円 (70歳以上は無料)

対象外

- ☆職場で健康診査を受ける方や現在治療中の方
- ☆平成16年6月～7月に各公民館で受診した方

受付時間	健診曜日	受付時間
日向病院	第2,4木	午後1時半～3時半
田中病院	月～金	午前8時半～12時
		午後2時～4時
白石病院	月～金	午後2時～4時
長田整形	月火水金	午後2時～4時
森迫 胃腸科・内科	月・火・木・金 土(午前のみ)	午前9時～12時
		午後2時～5時半

※平成16年4月から17年3月までの間に40・45・50・55・60・65・70の年齢に達する方は同時に肝炎検診も受けることができます。

お問い合わせ 門川町健康管理課 健康づくり係 ☎63-1140 (内線230)

## のびのび健康教室生募集

平成15年度もしくは16年度に基本健康診査を受けた方を対象に「のびのび健康教室」を実施いたします。

希望される方は、役場・健康管理課まで申し込んでください。

(申し込み締め切り 9月24日)定員10名 定員になりしだい締め切ります。

日時	内容	担当者	時間	場所
10月8日(金)	自分の検査データを知ろう・血圧測定・体脂肪測定・私になりたい自分を考えてみよう。	保健師	9:30～11:30	中央公民館
10月14日(木)	食生活を見直そう・栄養の話・調理実習	管理栄養士	9:30～14:00	中央公民館
10月28日(木)	生活習慣病について	保健師	9:30～11:30	中央公民館

お問い合わせ 門川町役場健康管理課 健康づくり係 ☎63-1140(内線230)



# 9月は健康増進普及月間・がん征圧月間・結核予防週間

9月は「健康増進普及月間」、「がん抑圧月間」です。また、9月24日から30日までは「結核予防週間」となっています。

健康づくりには、まず「自分の健康は自分で守り、自分でつくる」という自覚を持つことが大切です。この機会に日頃の生活習慣を見直すとともに健康診断を受け、早期発見・早期治療に努めましょう。

……健康づくりの主役はあなたです……

## 今後の健康診断……

### 胃がん検診

日程	曜日	会場	日程	曜日	会場
11月16日	(火)	東栄町公民館 隣	11月18日	(木)	加草公民館
11月17日	(水)	門川町役場	11月19日	(金)	門川町役場

### 子宮がん検診

日程	曜日	会場	受付時間
12月1日	(水)	東栄町公民館 隣	9:00~10:00
		門川町役場	13:00~14:00
12月2日	(木)	門川漁協	9:00~9:30
		加草公民館	10:30~11:00
		庵川西公民館	13:00~13:30

### 乳がん・骨粗しょう症・大腸がん検診(全て予約制)

日程	曜日	会場	受付時間
平成17年2月3日	(火)	門川町役場	9:00~16:00
平成17年2月4日	(水)	門川町役場	9:00~
		加草公民館	~16:00

終了時間、開始時間は、申込人数にて変動

※10月の回覧か、電話にて申し込みください。(3月に回覧申し込みされた方は必要ありません。)

お問い合わせ 門川町役場 健康管理課 健康づくり係 ☎63-1140(内線230)

# 新エネルギー・省エネルギー情報

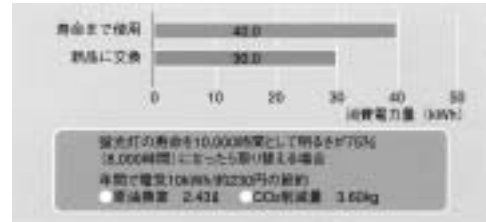
灯りをかしこく使い、かしこく選びましょう。

## かしこい使い方

**正しい使い方が  
省エネルギーにつながります。**  
照明ランプは長く使っていると暗くなってきます。

一般的に家庭で使う照明器具の寿命は、蛍光灯が白熱電球の約10倍という報告があります。ただ、照明器具は時間とともに劣化し、明るさが失われていきます。蛍光灯は8,000時間使用すると明るさが使いはじめの状態の約75%までダウンしてしまいます。暗いからといって多くの電灯をつけると、エネルギーをたくさん消費してしまいます。

もちろん、人のいない部屋の照明を  
まめに消したりすることも重要です。

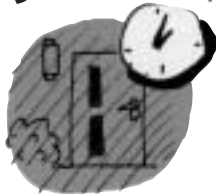


省エネルギーセンター調査

## かしこい照明

**消し忘れ防止の  
かしこいスイッチ**

庭園灯や門灯にタイムスイッチ付き器具を用いると、必要な時間帯だけ点灯します。スマートかつ省エネです。



## 人感センサー

玄関に人感センサー付きの照明器具をつけると、玄関に入るとすぐ点灯。暗がりですイッチを探すこともなく、消し忘れもありません。



## 遅延スイッチ付き照明器具

廊下に遅延スイッチ付きの照明器具をつけると、点灯してそのまま通り過ぎてても、しばらくすると消灯。消し忘れはありません。

## かしこい選択

**高効率なランプ、それは白熱灯より蛍光灯です。**

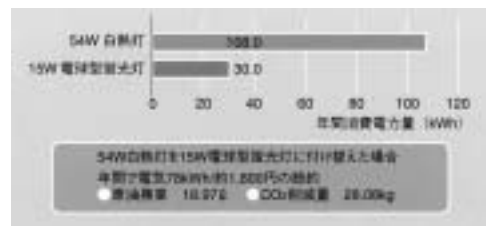
最近では、電球形の蛍光灯も登場しています。白熱灯を蛍光灯(暖色電球形)に付け替えると、同じ明るさで省エネができるのです。



白熱灯



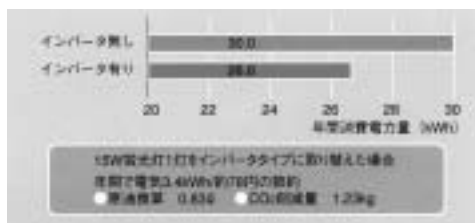
電球形蛍光灯



省エネルギーセンター調査

## 同じ蛍光灯なら インバータ蛍光灯です。

インバータを使って蛍光灯を高周波で点灯させます。通常の安定器を用いる場合に比べて10%以上省エネ。さらに、ちらつきのない目にやさしい照明です。



省エネルギーセンター調査

## 高齢者ほど効果絶大

高齢になると目の機能が低下し、細かな作業をする場合は若者の3倍もの明るさが必要になります。だから、効率のよい照明器具を選んだときの省エネ効果は高齢者ほど高いのです。



お問い合わせ 企画商工水産課 ☎63-1140(内線261)

# かどがわ日曜朝市

開設20周年記念



## ふれあい祭のお知らせ

日時 平成16年9月19日(日) 午前7時～9時まで

場所 門川町役場駐車場

- 内容
- ふれあいカード景品交換会
  - 先着100名様にはステキなプレゼント進呈♪
  - 新鮮な地場産品がとってもお買い得!!

初めての方も、この機会にどうぞ!!  
出店者一同、お待ちしております。

### ふれあいカードとは?

かどがわ日曜朝市のポイントカード。月2回の朝市来店ごとにスタンプを押します。1年に1度、ポイントに応じてステキな景品と交換いたします。

かどがわ 毎月第1・第3日曜日 朝7時～9時まで  
日曜朝市は 役場駐車場で行っています。(雨天決行)

かどがわ日曜朝市運営協議会



## 毎月第3日曜日は家庭の日

### 共食

家族一緒に楽しく語らいながら、食事をしましょう。

### 共遊

地域行事に参加したり、自然に親しんだりして親子一緒に遊びましょう。

### 共汗

スポーツや野外活動に家族揃って参加し、心地良い汗を流しましょう。

## 親と子の心ふれあう 共感活動を!

### 共話

今日あった一日の出来事などを親子で話しましょう。

青少年の健全な育成に関し家庭の役割についての理解を深めるため、毎月第3日曜日を「家庭の日」として定めています。

皆さんのアイデアで、「家庭の日」を家族が温かい心のふれあいを持ち、明るく楽しくすごす契機としてみませんか。

### 共働

地域の奉仕活動等に積極的に参加して、親子一緒に働きましょう。



～門川町・門川町教育委員会・門川町青少年健全育成町民会議～

# 「2004消防・救急フェア」

**日時**

平成16年9月12日(日)  
10時30分～12時30分

**場所**

ロックタウン日向  
(駐車場)



- 一日救急隊長(看護師さん)委嘱式
- 市健康管理課職員による健康相談
- 救急隊による救命処置の展示
- 消防車、エアーテントの展示
- 車両事故を想定した救出訓練の展示
- 高規格救急車の展示・見学
- じゃんけん大会
- けすぞう君による初期消火体験
- 消防パネル展(阪神淡路大震災・消防活動写真)
- 救急の日のチラシ、救急用品の配布

みなさまのご来場を  
お待ちしております。

## 9月9日は『救急の日』です

**救急医療週間**

平成16年9月5日(日)  
～9月11日(土)

日向地区救急医療対策協議会  
日向市消防本部・消防署・消防団

# 高額図書購入の 要求に気をつけましょう

県内では、年々、高額な同和関係図書の購入を電話で強要する、いわゆる「えせ同和行為」が増えてきています。最近では、企業だけでなく、個人商店や学校などにも被害が及んできています。ではその対処の仕方はどうあればよいのでしょうか？

同和関係の図書であっても、一般の図書の扱いと何ら変わりはありません。「いりません」「必要はありません」ときっぱり断りましょう。「結構です」「いいです」等のあいまいな返事はトラブルのもとになります。

また、断る理由を言う必要もありません。理由を聞かれても「いりません」「必要はありません」の一点張りで対応しましょう。理由を付けて断ると、その理由自体が議論や争いの対象となり、相手につけ込まれるすきを与えかねないからです。

さらには、相手のペースに乗らないことです。同和問題の理解を深めることは大切なことですが、その図書を買うかどうかは別問題と考えてください。

このような、えせ同和行為とは、あたかも同和関係者に対する差別解消運動の一環であるかのように見せ掛けて行われることが多いため、同和関係者や同和問題の解決に真剣に取り組んでいる人たちに対するイメージを著しく損ね、ひいては、同和問題に対する誤った意識を植え付ける大きな原因となっており、これまでなされてきた啓発の効果を一挙に覆すものです。ぜひ同和問題に対する正しい理解と認識をお願い申し上げます。

(宮崎県人権啓発協会だより Vol.30より)

**困ったときには、  
ここに相談を。**

宮崎県庁 人権同和対策課  
門川町役場 企画商工水産課  
宮崎地方法務局 人権擁護課  
宮崎地方法務局 日向支局  
延岡地方消費生活センター

☎0985-26-7067  
☎0982-63-1140 (内線261)  
☎0985-22-5312  
☎0982-52-2944  
☎0982-31-0999



# 貸家・アパート等をお持ちの方へ

県では、賃貸住宅を高齢者円滑入居賃貸住宅として登録される方を募集しています。

この制度は、高齢者であることを理由に入居を拒否することのない住宅として登録し、その情報を広く提供するというものです。

登録を受けた貸家・アパートの貸主は、高齢者居住支援センターが滞納家賃を保証する「家賃債務保証制度」を利用することができます。

**募集期間** 随時  
**募集区域** 県内全域



お問い合わせは、宮崎県建築住宅課 ☎(0985)26-7194  
お申し込みは、(財)宮崎県建築住宅センター ☎(0985)50-5573

## 「福祉の仕事フェア2004～ 介護職・看護職合同求人面接会～開催！」

- 平成16年9月28日(火) 午後1時から午後4時まで
- ワールドコンベンションセンター・サミット 4階サミットホールにて

介護・看護関係業務へ就職を希望される方を対象に、県内の病院・施設が50ヶ所ほど集まり合同求人面接会を開催します。参加費は無料です。

お問い合わせは、お近くのハローワーク(公共職業安定所)へ・・・

**ハローワーク日向 ☎0982-52-4131**

### 参考

県内ハローワーク一覧

ハローワーク宮崎	☎0985-23-2245
ハローワーク延岡	☎0982-32-5435
ハローワーク高千穂	☎0982-72-2436
ハローワーク日向	☎0982-52-4131
ハローワーク都城	☎0986-22-1745
ハローワーク日南	☎0987-23-8609
ハローワーク高鍋	☎0983-23-0848
ハローワーク西都	☎0983-43-3162
ハローワーク小林	☎0984-23-2171

# 「秋の全国交通安全運動」 が実施されます。

皆でこの運動に参加し、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を心がけ、交通事故をなくしましょう。

## 1 運動の期間

平成16年9月21日(火)から9月30日(木)までの10日間

## 2 運動の重点

### (1) 全国重点

ア 夕暮れ時と夜間の交通事故防止対策の推進

平成15年中、交通事故で死亡された方は87人ですが、このうち約43.7%にあたる38人の方は、夜間の事故で死亡されています。

### <反射材の着用>

相手の運転者に、自分の位置を知らせるための反射材は、歩行者、自転車には、「身を守るための重要な器材」です。

夜間外出するときは、必ず反射材を身につけましょう。また、自転車は前照灯を点灯し、反射材もつけましょう。

※反射材は、地区の交通安全協会でも販売しています。

### <シートベルトの着用の徹底>

・シートベルトは正しく着用するとともに、助手席の他、後ろの席の同乗者にも正しく着用するように促しましょう。

### <チャイルドシート着用の徹底>

・子供さんの命を守るのは両親、運転者です!赤ちゃんや幼い子供さんを交通事故から守るためにはチャイルドシートが必要です。

・チャイルドシートは、お子さんの体格にあったものを正しく装着しましょう。

※ダミー実験の結果、わずか20キロメートルのスピードにおける急ブレーキでも、赤ちゃんをお母さんの手で支えることはできませんでした。

### (2) 宮崎県指定の運動重点

#### 自転車の安全利用の徹底

平成15年中、自転車乗車中に交通事故で亡くなられた方は16人でした。このうち11人の方が70歳以上の高齢者でした。また、自転車の事故1,426件のうち、603件(約42.3%)は小・中・高校生によるものでした。

基本的な交通ルールを守って、正しく安全に利用しましょう。

#### 自転車の安全利用5則

- 1 自分の体格にあった整備された自転車に乗りましょう。
- 2 路側帯や、歩道を通行するときは歩行者の通行を妨げないようにしましょう。
- 3 交差点やまがりかどでは、よく安全を確認して通行しましょう。
- 4 夜間は、必ずライトをつけましょう。
- 5 駐車するときは他の交通の妨げにならないよう、駐輪施設を利用しましょう。

## 交番だより



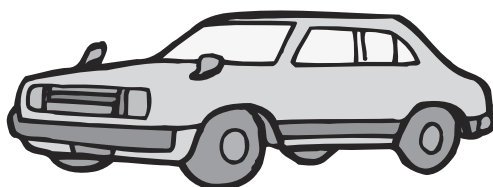
お問い合わせ

門川交番  
☎63-1442

# 自賠責保険に加入しましょう!!

自動車損害賠償責任保険（共済）—いわゆる自賠責—は年間約121万件もの交通事故の被害者の方に支払われていることをご存知でしょうか。

最近10年間で交通事故の死傷者数は約39%増加し、117万人以上の方が亡くなったり、負傷しています。

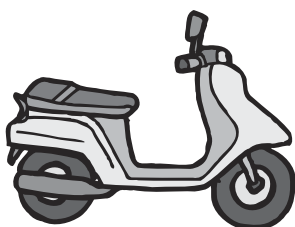


多発する交通事故は、国民のだれもが交通事故の被害者にも加害者にもなる可能性があります。

被害者だけでなく加害者にとっても悲惨な結果をもたらす交通事故。ドライバーひとりひとりが、一層の安全運転に心がけることが必要になっています。

自賠責保険（共済）は、万一の交通事故の際の基本的な対人賠償を目的として、バイク・原動機付自転車を含むすべての自動車の保有者に加入が義務付けられている強制保険です。

自賠責保険（共済）の限度額は、交通事故の被害者に対する最低保障という考え方で決められており、死亡3,000万円、傷害120万円等となっています。実際の損害はこれを超えるものもありますので、任意保険（共済）にも加入することをお勧めします。



なお、無保険（無共済）車の運行はドライバーの基本マナーに反するばかりでなく、罰則の対象にもなります。特に車検制度のないバイク、原動機付自転車は「期限切れ」「かけ忘れ」にご注意下さい。

## 参考

### 自賠責支払限度額

死亡 3,000万円

傷害 120万円

### 後遺傷害

①介護を要するもの 4,000万円（1級）～3,000万円（2級）

②その他 3,000万円（1級）～75万円（14級）

交通事故発生件数（平成14年） 936,721件

交通事故死者数（//） 8,326人

交通事故負傷者数（//） 1,167,855人

自賠責支払件数（平成14年度） 1,203,741件

自賠責支払額（平成14年度） 9,232億円



# わたしたちの国民年金

※国民年金とは、人生八十年時代に備えて、国が運営し、安心して老後の生活ができるように、国民全体で、相互扶助の精神により、国が行う制度です。

一、国民年金などの公的年金は、社会保障制度のひとつとして、生涯にわたって支給される終身年金となっているほか、障害の状態になった等の人がおられると障害基礎年金、一家の主人をなくした(死亡)時には遺族基礎年金というように、安心した保障が行われています。また、年金を受けている間の経済変動によって年金の実質価値が目減りしないよう年金額が物価の上昇に応じて、自動的に、賃金や国民の生活水準に応じて改定されるようになっていきます。

⑦国民年金は、安心です。  
国民年金等の公的年金は、国が全責任をもって運営していますので安心して、しっかりと保険料を納付されるように努力してください。また年金額の三分の一は、毎年度、国庫

から負担されています。

⑧税金が安くなります。

国民年金等の保険料は、社会保険料として全額所得控除されます。

⑨国民年金(公的年金)は一生生涯支給されます。国民(公的)年金は、本人が生存している間は生涯支給されます。

⑩国民(公的)年金は老齢年金だけではなく、

老後の生活を支える老齢基礎年金の他に、万が一の場合は、障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されます。国民年金の正しいあり方を理解していただき、年金保険料の未納がないよう、努力してください。

保険料を納めるのが困難な方は、国民年金保険料免除制度がありますので十分に活用してください。免除申請して承認が受けられますと保険料の納付が(免除された期間)免除されます。ただし、免除された期間については、年金額が三分の一になります。詳しいことは、役場の年金係に御相談ください。

※誕生日が来た時は現況届の提出を

年金を受給しておられる方は、毎年一回、誕生日月に現況届提出してください。これは、あなたが引き続き年金を受ける権利があるかどうかを確認するための大事な届です。

現況届は、誕生月の初め頃に社会保険センターから送られてきます。あなたの住所、氏名のほか、加給年金対象者の氏名等を記入し、切手を貼ってお送りください。現況届の提出がおくれたり、提出されなかったりした時は、年金の支払いが一時止まること

もありしますので注意してください。年金の支払いが一時止まった場合でも、現況届が社会保険業務センターに届き次第、随時、止まっていた期間分を遡って年金をお支払いいたしますので、心配はいりません。現況届のハガキを紛失した時は役場の年金係に、早目にご相談ください。役場の年金係には、現況届のハガキが用意されています。

年金に対するQ&A

## Q & A

Q 国民年金基金に加入したいのですがどうすればよいですか。

A 国民年金の第一号被保険者であれば、どなたでも加入できます。国民年金を納めている方で、より豊かな老後の生活設計を考えている方におすすしめします。詳しくは役場の年金係へ相談ください。

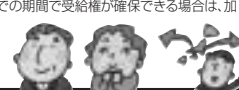
## 国民年金(基礎年金)

<p><b>第1号被保険者</b> 自営業者・学生など</p> <p>自営業・自由業・農林漁業・学生・フリーランス・ライター・無職の人などで20歳以上60歳未満の人</p>  <p>市区町村の国民年金担当窓口</p> <p>自分で納めます。 お支払いが困難な場合には、学生納付特別制度・保険料免除制度などがあります。</p>	<p><b>第2号被保険者</b> 会社員・公務員など</p> <p>厚生年金や共済組合に加入している会社員や公務員などで就職時~65歳未満の人</p>  <p>勤務先が加入手続きを行います</p> <p>厚生年金や共済組合の保険料を納めます。 それとは別に国民年金保険料を納める必要はありません。</p>	<p><b>第3号被保険者</b> 会社員・公務員に扶養されている妻(夫)</p> <p>第2号被保険者に扶養されている配偶者で20歳以上60歳未満の人</p>  <p>第2号被保険者の勤務先</p> <p>個人で納める必要はありません。 国民年金保険料は、配偶者の加入している年金制度が負担します。 ※配偶者の給料から引かれるわけではありません。</p>
---	--	---

**3種類以外に希望して加入することができる人.. 任意加入被保険者**

加入届出先は市区町村の国民年金担当窓口です。

- 日本国内に住む60歳以上65歳未満の人で、年金の受給資格期間が足りない人や年金額を満額に近づけたい人
- 65歳に達しても年金の受給資格期間が足りない人が、70歳になるまでの期間で受給権が確保できる場合は、加入期間を延長できます。(昭和30年4月1日以前に生まれた人のみ)
- 海外に在住している日本人で20歳以上65歳未満の人
- 60歳未満の老齢(退職)年金受給者



# 東臼杵郡地域婦人バレーボール大会

## 宮ヶ原地域婦人会(門川町代表)

### 3位入賞!

8月22日(日)、東臼杵郡地域婦人連絡協議会主催によるバレーボール大会が、「西郷村農村環境改善センター」で開催されました。郡内8町村の参加があり、門川町からは、7月30日(金)に行われた町内の大会で優勝した宮ヶ原チームが参加しました。予選リーグで、西郷村・北浦町と対戦し熱戦を繰り広げた結果、惜しくも1勝1敗で決勝戦進出はなりませんでしたが、3位に入賞することができました。お疲れ様でした。



### 受講生の募集

#### 講座名

パソコン講座

CS3級受験準備講座10月コース  
 コンピュータサービス技能評価  
 試験Word、Excel 3級の資格取得  
 をめざします

#### 期間・時間

平成16年10月12日(火)～10月25日

(月) 月～金曜日

ワードコース 9時～12時

エクセルコース 13時～16時

※両コース受講できます。

#### 対象

Word、Excelの基本操作ができる方

#### 試験

10月27日(水)

受験希望者のみ講座期間中に当センターで受付いたします。

**定員** 各コース18名(申込順)

#### 受講料

各コース11,000円(テキスト代込)

受講料に受験料は含まれておりません。

**申込締切** 9月28日(火)

#### 講座名 パソコン講座

CS2級受験準備講座ワード10月

夜間コース

コンピュータサービス技能評価

試験Word2級の資格取得をめざします

#### 期間・時間

平成16年10月19日(火)～11月10日

(水)

火・水・木 18時30分～21時

#### 対象

CSワード3級を取得されている方

またはWordの基本操作を習得している方

#### 試験

11月11日(木)

受験希望者のみ講座期間中に当センターで受付いたします。

#### 定員

18名(申込順)

#### 受講料

13,000円(テキスト代込)

受講料に受験料はふくまれておりません。

#### 申込締切

10月5日(火)

会場・申込先・問い合わせ先  
 延岡地域職業訓練センター

〒889-0513

延岡市土々呂町4丁目4390-1

お電話でお申し込みください

☎0982(37)7788

# CALENDAR

## 9月のカレンダー

(平成16年8月14日現在)

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			町内小中学校 2学期始業式			中央公民館施設開放 (9:30~12:00 中央公民館)  茶道子ども教室 (10:00~12:00 中央公民館)
5	6	7	8	9	10	11
かどがわ日曜朝市 (7:00~9:00 役場駐車場)		血压測定 (10:00~12:00 心の杜)	行政相談日 (10:00~15:00 総合福祉センター)  ベビービクス (10:30~11:30 子育て支援センター)			
12	13	14	15	16	17	18
	健康相談・ 血压測定 (9:00~10:00 役場別館会議室)		1歳児健康相談 (9:30~10:00 総合福祉センター)  1歳6ヶ月児健診 【H15年2・3月生 (13:30~14:00 総合福祉センター)	親子で遊ぼう (10:00~11:30 子育て支援センター)		中央公民館施設開放 (9:30~12:00 中央公民館)  茶道こども教室 (10:00~12:00 中央公民館)
19	20	21	22	23	24	25
日曜朝市ふれあい祭 (7:00~9:00 役場駐車場)  西門小・中学校 合同運動会 (西門中運動場)	敬老の日		妊婦教室③ (13:30~15:00 役場1階宿直室)	秋分の日		
26	27	28	29	30		
				乳児健診 【H16年1・2月生】 (13:30~14:00 総合福祉センター)		

## ～やっちみろや健康づくりプラン21～ 『健康づくりは食事から』

やっちみろや健康づくりプラン21の「食」では、目標1「朝食から魚を食べましょう」目標2「野菜をもっと食べましょう」

目標3「子どもたちに良い食習慣を広めましょう」の3つの目標で、町民の健康づくりを推進しているところです。

「朝食を必ず食べましょう」、「食の教室を地域に取り入れましょう」等、個人や家庭、地域で、「できること」から取り組んでいきましょう。

このコーナーでは、「行政ができること」として、魚や野菜を使った、パーフェクトメニューの紹介をしています。



### 材料作り方(1人分)

#### 1. 梅肉そうめん豚しゃぶ添え

(材料1人分: 豚もも肉30g、片栗粉少々、にんじん10g、ねぎ5g、大葉2枚、梅干し5g、そうめん(乾)50g (A: 出し汁100g、薄口しょう油24g、砂糖4.5g、みりん9g))

##### 【作り方】

- ①豚肉は片栗粉少々をまぶして熱湯でゆで、氷水にとって水気をきる。人参とねぎはせん切りにする。
- ②そうめんは、たっぷりの熱湯でゆで流水にさらしてよくもみ洗いし、ザルに上げて水気をきる。
- ③梅干しは種をとり、包丁でたたいてペースト状にする。調味料Aとともに鍋に入れて火にかけ一煮立ちしたら火からおろしてよく冷やす。
- ④器に①、②と青しそを盛り付け、③のめんつゆを添える。

#### 2. 天ぷら4種

(材料1人分: ○(サバ30g・塩少々・カレー粉少々・小麦粉少々)△(煮干し8g・桜えび2g・天ぷら粉適量・水適量)□(レンコン10g・にんじん10g・しめじ20g・天ぷら粉適量・水適量)☆(長ひじき(乾)2g・ごぼう10・三つ葉3g) 大根おろし50g、おろし生姜10g、天つゆ(A: みりん18g・薄口しょう油18g・出し汁90cc))

##### 【作り方】

- ①サバはそぎ切りにして、塩少々をふり、しばらく置いて水気をふき、カレー粉少々を混ぜた小麦粉をまぶして170度の油で揚げる。
- ②煮干しと桜えびを混ぜ合わせ、てんぷら粉と水を適量加えながら混ぜ合わせ、170度の油で揚げる。
- ③れんこんは皮をむき、5mm厚さの半月切りにし水にさらす。にんじんは、太目のせんぎり、しめじは大きめの房に分ける。てんぷら粉に水を加え混ぜ合わせて衣をつくり、下処理した□印の材料をそれぞれぐらせて、170度の油で揚げる。
- ④ひじきは水でもどし、水気をきって食べやすい長さに切る。ごぼうはせん切り、みつ葉は2～3cm長さに切る。これらの☆印の材料をボールに入れ、天ぷら粉と水を加えて混ぜ合わせカラリと揚げる。
- ⑤鍋にAを入れて一煮立ちさせ、天つゆを作る。器に①②③④を盛り合わせ、大根おろし、おろし生姜を添え、天つゆをいただく。

#### 3. なすとアボガドのごまわさび和え

(材料1人分: 鶏レバー5g、カレー粉適量、なす50g、アボガド30g、A(しょう油6g・みりん6g・わさび少々)

##### 【作り方】

- ①鍋にお湯をわかし沸騰したら適量のカレー粉を加え、食べやすい大きさに切った鶏レバーをゆでて冷ます。
- ②なすは電子レンジで2～3分加熱し、冷めてから乱切りにする。アボガドは果肉を取り出して、角切りする。
- ③ゴマは香ばしくいり、すり鉢で軽くする。Aを加え混ぜる。
- ④①と②を③で和えて器に盛る。
- 4) にかうりと昆布の酢のもの(材料1人分: にかうり40g、昆布1g、A(酢6g、砂糖3g、しょう油2g、塩少々、出し汁4g))
- 【作り方】
- ①にかうりは縦半分に切り、中のわたをスプーンで除いて2～3厚さに切る。塩少々を加え軽くもみ、少し置いてからよく絞る。昆布は水でもどし、細切りする。
- ②ボールにAを入れて混ぜ、細切りにした昆布を加える。
- ③①のゴーヤーを②に加え、よく和えて器に盛る。

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日現在人口

男	女	計	世帯数
9,044 (9,054)	10,156 (10,154)	19,200 (19,208)	6,844 (6,838)

※( )内は前月



町報 かどがわ

発行日/平成16年9月1日

発行編集/門川町役場 総務財政課

〒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/ヤマシタ印刷

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