

今月の主な内容

- ◎ 台風シーズンが近づきました……………2
- ◎ 老人保健法医療受給者証をお持ちの方へ ……8
- ◎ かどがわ温泉心の杜通信……………4
- ◎ 麻しん・風しん混合ワクチン接種について ……10



総合開会式



野球(田中病院)



柔道(門川町代表)



ソフトボール1部(フェニックス)

「みやぎ県民総合スポーツ祭」開催

6月10日から24日にかけて県総合運動公園を主会場として「みやぎ県民総合スポーツ祭」が行われました。本町からは東白杵郡選手団として215名の選手が16種目24競技に出場し、多くの種目で入賞を果たしました。

個人競技の部では、陸上競技100m(65～69才) 松本英毅さん、水泳競技50m平泳ぎ(70才以上) 吉田国光さんが1位、また、団体競技の部では、軟式野球(田中病院野球部)、ソフトボール男子1位(フェニックス)、柔道(門川町代表)が見事優勝をしました。

平成19年7月29日(日)は、参議院議員通常選挙投票日です～

水害・土砂災害 大雨が降り出したら

大雨注意報・警報の発表基準

大雨注意報

1時間雨量が30mm又は
3時間雨量が60mm又は
24時間雨量が100mm
以上になると予想される場合
●大雨によって災害が起こるおそれがあると予想される場合

大雨警報

1時間雨量が50mm又は
3時間雨量が100mm又は
24時間雨量が150mm
以上になると予想される場合
●大雨によって重大な災害が起こるおそれがあると予想される場合



非常持出し品チェックリスト

一次持出し品 避難するときに最初に持ち出します。あまり欲張りすぎず、男性で15kg、女性で10kg程度の重さを目安に準備しましょう。

貴重品類	現金、10円玉	非常食料・食器	乾パン
10円玉は公衆電話用に20枚程度用意しましょう。	預金通帳	避難時に持ち出せる最低限の量で、調理しなくても食べられるものを用意しましょう。	缶詰
通帳・カード・保険証などについては、少なくとも番号を控えたメモをあらかじめ用意しておきます。	カード類		ミネラルウォーター
	健康保険証		組食器、缶切りなど
	免許証	衣類	下着類
	証書類	衣類は、不燃素材や綿製品のものが多いでしょう。	防寒着
	印鑑		雨ガッパ
	家や車のキー	生活用品など	タオル、ハンカチ
	携帯ラジオ		万能ナイフ
避難道具	ラジオは小型で軽FMとAMの両方聞けるもの、照明用具はなるべく一人に一つ用意。		マッチ、ライター
	懐中電灯、ろうそく		ずべり止め付軍手
	予備電池		ビニールシート
	ヘルメット		ヒモ、ガムテープ
救急用具	消毒液		ティッシュ
	傷薬		裁縫道具
	湿布薬		洗面用具
	三角巾、包帯		生理用品
	脱脂綿	その他	赤ちゃん用品
	ばんそうこう		筆記用具
	風邪薬、胃腸薬		住所録のコピー
	常備薬		

二次持出し品 災害復旧までの数日間を自足できるように準備しておくものです。家族一人あたり3日分程度を用意しましょう。

飲料水

大人1人当たり1日3リットルが必要最低量。家族全員の分をポリタンクなどに溜めておき、沸かしてから飲みましょう。その他、炊事・洗濯・トイレなどに使う生活用水の確保も忘れずに。

食料品

そのままで、または簡単な調理で食べられる物。缶詰、インスタント食品など。調味料も用意しておきましょう。

燃料・その他

短期間なら卓上コンロや固形燃料で充分ですが、冬期は暖房用の燃料が必要です。その他、ビニール袋、新聞紙、キッチン用ラップなどもあると便利です。

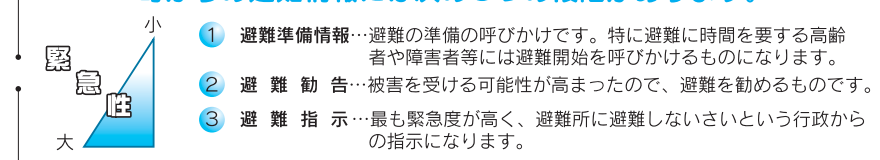
〈お問い合わせ〉総務企画課消防防災係 ☎63-1140（内線243）

台風シーズンが近づきました！

7月になり、集中豪雨や台風による風水害が懸念される時期になりました。今のうちに、気象情報の入手方法の確認や緊急避難時の備えをしておきましょう。



町からの避難情報には次の3つの段階があります。



指定避難場所は以下のとおりです。ご確認ください。

対象地区	指定避難所	
	地震・台風等の災害	津波・高潮
松瀬	松瀬集落センター	—
三ヶ瀬	三ヶ瀬集落センター	—
上井野、大内原	西門川中学校 西門川活性化センター	—
小松、小園、城屋敷、中山、五十鈴、平城東、平城西	門川高校 五十鈴小学校	門川高校 五十鈴小学校 平城保育所
城ヶ丘	平城保育所	—
南町1区、南町2区	クリエイティブセンター	南ヶ丘公民館
南ヶ丘		—
上ノ町、本町、旭町、尾末東、後向、中尾、下納屋、上納屋1・2・3区	門川小学校 門川保育園 中央公民館 中央保育所	門川小学校 門川保育園 中央公民館 中央保育所 西山高台
東栄町、西栄町、宮ヶ原、栄ヶ丘、竹名	門川中学校	門川中学校
中村	中村公民館	中村公民館
加草1・2・3・4・5区	草川小学校	草川小学校
庵川西、須賀崎、庵川東	心の杜温泉センター	心の杜温泉センター
牧山、谷ノ山	総合福祉センター	—

※上記避難場所のほか、各地区の公民館を一時的な避難所にもお願いする場合があります。また、災害の区域や状況に応じて、町が開設する避難所が一部になることがありますので、自主避難等の場合は適宜お問い合わせください。（役場総務企画課 消防防災係）

ご存知ですか。無料送迎バス

かどがわ温泉心の杜では、無料送迎バスを運行しています。どなたでもご利用できます。皆様のお越しを心よりお待ちしております。



かどがわ温泉心の杜 無料バス運行時刻表

曜 日	火曜日			水曜日		木曜日	金曜日	
出発便	1便	2便	3便	1便	2便	1便	1便	2便
停車場所及び到着予定時間	9:20 松 瀬	10:15 中 村	10:50 母子里前	9:30 南町2区	10:15 中 須	9:30 竹 名	9:20 市の原	10:40 南町2区
	9:35 上井野	10:18 宮ヶ原4丁目	10:55 牧山公民館	9:32 南町1区	10:18 中 尾	9:33 宮ヶ原	9:25 大 原	10:42 南町1区
	9:37 小切畑	10:20 中学校前	11:00 庵川東	9:35 南ヶ丘	10:20 下納屋	9:38 梅ノ木	9:28 阿仙原	10:45 南ヶ丘
	9:41 大内原	10:23 城ヶ丘	この便は道路事情によりボンゴで運行します	9:40 役場前	10:22 上納屋	9:41 城屋敷	9:32 小切畑	10:50 役場前
	9:44 小 松	10:25 平 城		9:43 尾末東		9:44 五十鈴	9:40 大内原	10:52 中 尾
	9:48 小 園	10:28 熊坂電気前		9:45 後 向		9:47 平城東	9:44 小 松	10:54 下納屋
	9:50 梅ノ木	10:30 門川駅		9:46 下納屋		9:50 城ヶ丘	9:49 城屋敷	10:56 上納屋
	9:52 栄ヶ丘	10:32 マルシヨク前		9:48 上納屋		9:53 中学校前	9:51 五十鈴	
	9:55 竹名入口	10:36 加草3区				9:54 東栄町	9:54 中 須	
	9:58 田中病院前					9:56 門川駅	9:56 尾末東	
						9:58 スーバーさの	9:57 後 向	
						10:00 加草3区	10:00 上納屋	
	10:03 加草陸橋	10:38 加草陸橋		9:52 加草陸橋	10:28 加草陸橋	10:03 加草陸橋	10:03 加草陸橋	10:58 加草陸橋
到着時間	10:10 心の杜	10:40 心の杜	11:10 心の杜	9:56 心の杜	10:30 心の杜	10:05 心の杜	10:08 心の杜	11:01 心の杜
帰り出発時間	13:20	14:25	15:30	13:30	14:20	14:00	14:00	15:30

※道路事情により運行時間が前後する場合があります。

かどがわ温泉 心の杜 通信

温泉プール7月21日オープン

7月21日（土）から9月2日（日）まで、屋外リラクゼーションプールを営業します。

門川町並を一望できる施設には、約20メートルのプールと幼児用プール、採暖プールがあります。

プール営業時間は午前10時から午後7時までです。大人500円、中学生300円、4才から小学生200円の入浴料で、プールと温泉風呂がご利用できます。この夏休みは、温泉とプールでリフレッシュしてみませんか。



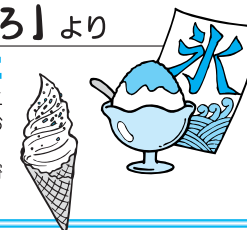
運動不足解消、健康維持に

今、テレビ・雑誌で話題のフィットネスバイブレーショントレーナー「スリムバランス」を女性入浴室に設置しました。服のまま振動するフットプレートに乗るだけで運動効果が得られます。10分間200円でご利用できます。（ただし、入浴される方のみのご利用となります。）

心の杜レストラン「味処ところ」より

夏メニュー始めました

冷汁500円・かき氷200円・かき氷ミルクかけ250円をメニューに追加。かき氷・ソフトクリーム・フライドポテトはお持ち帰りできます。
レストラン売店は自由にご利用できます。お気軽にお立ち寄りください。



営業時間 午前10時から午後10時

休館日 7月9日(月)・8月6日(月)

入館者数 1,937,578人（5月31日現在）

サウナ情報	月	火	水	木	金	土	日
	男湯	ミスト	ドライ	ドライ	ミスト	ドライ	ドライ
	女湯	ドライ	ミスト	ミスト	ドライ	ミスト	ミスト

ココロとカラダにやさしいかどがわ温泉心の杜
〒889-0602 宮崎県東臼杵郡門川町大字庵川1942番地 ☎0982-63-7780 FAX0982-63-7790

昨年7月からスタートした本連載ですが、その際、紹介した「萬覚帳」を含む「庵川園田家文書」が門川町の有形文化財に指定されました。

それらは、江戸時代に庵川村庄屋を務めていた園田家に伝わる享保年間から明治初頭までの地方文書です。延岡藩下の村々の行政、司法、経済の様子が分かるまとまった記録で大変貴重な史料です。

今月から紹介するのは、庵川園田家文書の延岡藩内の村境に関する史料です。表紙は享保19年3月ですが、最終的には安永6年10月までの記録が一つに綴じてあります。付箋がついた部分などとても興味深いものです。

今回は、現在の門川町域に関わる部分を抜粋して紹介します。地図を見ながら読んでみて下さい。

〔史料5〕御領分村々境改控(ごりょうぶんむらむらさかいあらためひかえ)

表紙



享保十九年
牧野備後守様御代
御領分村々境改控
寅三月改扣

享保十九年=1734年
安永 六年=1777年

村境覚書

- ― 前略 ―
- 一 加草・土々呂境ハ舟越尾切、西ハ加草、東ハ土々呂 南ハ庵川
 - 一 鯛名・土々呂境ハ右尾通ひ多の山袂(峠)迄、西水流ハ土々呂、東北水流ハ鯛名内、南水流ハ庵の川唐舟山谷切、北ハ鯛名
 - 一 尾末・庵川境唐舟八重より乙嶋山尾通境、東平ハ庵川西平尾末竹嶋一ツ八重迄
 - 一 加草・門川境ハ往還成ル子橋 南境西枝八まん山尾切、東水流ハ加草、南水流ハ門川内奥三本松、いかた・加草・河内尾筋元也
 - 一 門川・富高境ハ古川・梶木大境、大杭御立有之
 - 一 河内・門川境、文蔵尾池、河内之内、北水流ハ門川村・河内村之内、南水流、富高之内
 - 一 尾末川筋北、南水流ハ河内村之内
 - 一 黒木村境ハ川筋、河内村之内松瀬上り原日平谷境、西ハ黒木村之内
- ― 後略 ―

門川町の古文書を読む

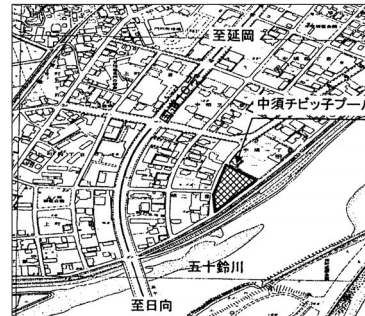
第13回



去る6月10日、大正15年4月から昭和2年3月生まれの10名(発起人 帯谷善三郎 世話人 小野喜成)の方々が、門川町出身で宮崎市在住の造園家(櫻本壽士)氏が実生で育てた「しだれ桜」を譲り受け、門川ライオンズクラブの協力で「満80歳」の記念として、文化会館、心の杜芝生広場周辺に「80本」を植樹して頂きました。数年後には花見の名所となるように大切に育てていきます。ありがとうございました。



- プールの利用期間
平成19年7月20日(金)～
平成19年8月31日(金)
- 利用時間
午前10時～午後4時まで
- 入場料
一人1回100円
- 休園日
雨天の日、8月13日、14日、15日
- お願い
保護者同伴でお願いします。お子さまだけのご利用はお断りさせていただきます。



〈お問い合わせ〉環境建設課管理係



暑い日は水遊びが一番！今年もチビツチプールがオープンします。
このプールは、水深が浅いので、就学前のお子さまが遊ぶのに最適です。
皆さまのご利用をお待ちしています。

中須街区公園チビツチ

プールオープン

「満80歳を記念して80本のしだれ桜を植樹」

「老人保健法 医療受給者証」をお持ちの方へ

* 医療費の一部負担金の割合と1ヶ月の自己負担限度額

区 分	一部負担金の割合	自 己 負 担 限 度 額	
		A 外来(個人単位で計算)	B 外来+入院(世帯単位で計算)
現役並所得者	3 割	44,400円	80,100円+医療費が月に267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%加算 過去12ヶ月に4回以上Bの限度額を超えた支給があった場合、4回目以降は44,400円
一 般	1 割	12,000円	44,400円
低所得者		8,000円	24,600円
町民税非課税の人			15,000円

手続きの一覧

こ ん な 時	必 要 書 類 等	いつまでに
一定の障害の状態にある人で65歳に達したとき、または、65歳を過ぎて一定の障害の状態になったとき	健康保険証と障害の状態を証明する書類(身体障害者手帳等)	14日以内
他の市町村から転入してきたとき	転入前の市区町村で発行された「負担区分証明書」(※「認定の証明」の場合もあります)と健康保険証	転入後14日以内
他の市町村へ転入するとき	医療受給者証、健康手帳、健康保険証	すみやかに
門川町内で住所等が変わったとき	医療受給者証、健康手帳、健康保険証	14日以内
氏名が変わったとき	医療受給者証、健康手帳、健康保険証	14日以内
受給者証を紛失・汚損したとき	医療受給者証(紛失の時は不要)、健康手帳、健康保険証	14日以内
加入している保険証に変更があったとき	医療受給者証、新しい健康保険証または、証明書	14日以内
生活保護を受けるようになったとき、医療保険の資格を失ったとき	医療受給者証、健康手帳、健康保険証	すみやかに
死亡したとき	死亡した人の医療受給者証、健康手帳、健康保険証	14日以内
一定の障害の状態に該当しなくなったとき	医療受給者証、健康手帳、健康保険証	すみやかに

いずれの申請にも、必ず、印鑑が必要です。

〈お問い合わせ〉町民課医療年金係(役場1階⑤番窓口) ☎63-1140(内線228)

◎8月1日から医療機関の窓口で支払う一部負担金の割合を、平成19年度の町民税課税所得で判定しました。その結果、変更になる方だけに、新しい医療受給者証をお送りします。

◆医療受給者証に記載されている一部負担金の割合は、「1割」または「3割」です。

変更になる方	変更のない方
新しい医療受給者証を、7月末に郵送でお送りします。	お送りしません。
現在、入院または通院している方は、必ず、医療機関に新しい受給者証を掲示してください。	現在、お手元にある受給者証を引き続きお使いください。

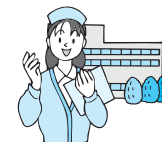
※旧受給者証は、同封の返信用封筒で、必ずお返しください。

◆一部負担金の割合が「3割」の方の基準について

- (1) 平成19年度の町民税の課税所得が145万円以上の場合
- (2) 住民票上の同じ世帯に、老人医療受給者または70歳以上の方で、町民税の課税所得が145万円以上の方がいる場合

なお、一部負担金の割合が「3割」に該当される方のなかで、申請により、次のとおり変更できる方がいます。

1. 一部負担金の割合を「1割」及び1ヶ月当たりの自己負担限度額を「一般」に変更できる方。
 - (1) 同じ世帯に属する老人医療受給者および70歳以上の方全員の平成18年中の総収入(必要経費などを差し引く前の金額。「所得」ではありません)の合計額が520万円未満の場合。



※同じ世帯に他の老人医療受給者又は70歳以上の人がない場合は、老人医療受給者本人の収入額が383万円未満になります。

2. 一部負担金の割合は「3割」のままですが、1ヶ月当たりの自己負担限度額を「一般」に変更できる方。
 - (1) 同じ世帯に属する老人医療受給者および70歳以上の方全員が、平成19年度の町民税の課税所得が213万円未満の場合
 - (2) 同じ世帯に属する老人医療受給者および70歳以上の方全員の平成18年中の総収入(必要経費などを差し引く前の全額。「所得」ではありません)の合計額が621万円未満の場合。
※同じ世帯に他の老人医療受給者又は70歳以上の人がない場合は、老人医療受給者本人の収入額が484万円未満になります。
※必ず、申請が必要ですので、これらに該当する可能性があると思われる方には、案内文書を同封します。

◎「老人医療の限度額適用・標準負担額減額認定証」について

◆平成19年度に町民税が非課税である世帯の老人保健医療受給者の方が該当します。
申請により、「老人医療の限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。医療機関などで掲示すると、入院時の一部負担金、食事の負担額の減額を受けることができます。

◆現在、「減額認定証」をお持ちで、平成19年度の町民税が非課税である方へ
※現在の認定証は7月31日で有効期限が切れるため、更新手続きが必要です。
8月以降も必要な方は、(1) 老人医療受給者証、(2) 健康保険証、(3) 現在お持ちの減額認定証を持参し、7月25日(水)~31日(火)までに申請してください。(開庁時を除く)
なお、平成20年4月より後期高齢者医療制度がスタートしますので、有効期限は、平成20年3月末日になります。

麻しん・風しん混合ワクチン接種について

平成18年度より、予防接種施行令及び予防接種施行規則、予防接種実施規則の一部改正に伴い、生後12月から小学校入学前までに麻しん及び風しん混合ワクチンを2度接種する2回接種制度（第1期、第2期）が導入されています。

○対象年齢

第1期 生後12月から生後24月に至るまでの間にある者
第2期 5歳以上7歳未満の者であって小学校就学の始期に達する日の前日までの間にあるもの
 （小学就学前の1年、今年度対象者 平成13年4月2日生～平成14年4月1日生）

★ただし、麻しん・風しんどちらかの疾患に罹ったことがある方は麻しん・風しん混合ワクチンの対象とはなりません。この場合、かかっていない方の単独ワクチンのみを接種します。

*予約が必要ない医療機関であってもワクチンの在庫がない場合がありますので事前に必ず確認してください。

★MRワクチン2期対象者（平成13年4月2日生～平成14年4月1日生）

接 種 歴	MRワクチン2期対象	単独ワクチン対象
麻しん風しんどちらにも罹患	×	×
麻しん風しんどちらかに罹患	×	罹患していないワクチン接種
風しんワクチンのみを接種済み	○	×
麻しんワクチンのみを接種済み	○	×
麻しん・風しん両方接種済み	○	×
麻しん・風しん両方未接種	○	×

満11～12歳児をもつ保護者様

3種混合の追加接種（内容は、ジフテリア・破傷風の2種混合ワクチン）はお済みですか？
 この予防接種は、12歳までしか対象になりません。

●破傷風は、日本中どの土壌にもいて、どこでも罹患する恐れがある病気です。破傷風は、自然感染で免疫ができる病気ではないので、発病を防ぐには予防接種以外方法がありません。

●ジフテリアも、感染の機会が無くなっているため、やはり予防接種しか方法はありません。もし、免疫のない人がジフテリアや破傷風に感染すれば、その症状は激しく致死率が高いのが特徴です。破傷風に至っては患者発生数と死亡数がほぼ同じという状況です。

予防接種以外に免疫を得る機会が無くなっているため、この免疫力を低下させないために第2期（11歳・12歳）での予防接種を忘れずに行ってください。



（予防接種実施医療機関）

実施機関名	接 種 曜 日	時 間	予 約
田中病院 63-2211	月～金	8:30～12:30	★3種混合2期の接種については春・夏・冬休みの期間のみ 予約必要なし
		14:00～17:30	
	土	8:30～12:30	
日向病院 63-1321	水・木 (第1水除く)	(受付時間) 14:30～14:45	○前日まで 小児科外来に電話予約必要
白石病院 63-1365	月～金	15:00～16:30	○前日までに電話予約必要
森迫胃腸科内科 63-2048	月・火・木・金	15:00～16:00	○前日までに電話予約必要 *日本脳炎未実施
柴尾医院 50-4332	月～金	8:00～11:30	予約必要なし *日本脳炎未実施
		14:00～17:30	
	土	8:00～11:30	
山元小児科 53-6066	月・火・木・金 (休日の前日除く)	14:00～15:30	○前日までに電話予約
こどもクリニック たしろ 56-1515	月・火・水・金・土	14:00～15:00	○予約必要 *予約時間 9:00～18:30
	56-0489 (24時間予約用)		

〈お問い合わせ〉町民課 健康づくり係 ☎63-1140（内線224）

麻しん(はしか)ってどんな病気？

（主症状） 発熱、せき、鼻水、めやに、発疹（経過） 最初3～4日間は38℃前後の熱で、一時おさまりかけたかと思うと、また39～40℃の高熱が3～4日続き発疹もでます。

数千人に1人の割合で死亡することもある怖い病気です。

（合併症） 中耳炎（患者100人中7～9人）肺炎（患者100人中1～6人）脳炎（患者1000人中2人）亜急性硬化性全脳炎（患者5万人中1人）

風しんってどんな病気？

（主症状） 発疹、発熱、後頸部リンパ節腫脹、眼球結膜充血（経過） 発疹も熱も約3日間て治りますが下記のとおり合併症があります。

（合併症） 関節痛 血小板減少性紫斑病（患者3000人中1人）脳炎（患者6000人中1人）

☆大人になってかかると重症になります。妊婦が妊娠早期にかかると、先天性風しん症候群と呼ばれる病気により心臓病、白内障、聴力障がいなどの障がいを持った児が生まれる可能性が高くなります。

6月4日～10日「歯の衛生週間」 の健康や歯のみがき方について、 みんなで勉強しました。

歯の衛生週間にあわせて町内の各小学校や保育所で在宅の歯科衛生士さんによる歯みがき指導がおこなわれ、こどもたちは、一生懸命取り組みました。

五十鈴小学校2年生



五十鈴小学校3年生



草川小学校1年生



小学校3・4年生になると乳歯と永久歯（混合歯列）がまじるため、とてもみがきに
 くなります。自分の歯並びにあわせてみ
 がくことが大切です。

犬歯は、みがきににくい歯ですが、とても
 上手に立てみがきができています。

フッ素洗口はじめました。

本年2月より、南町保育園で柳田歯科医院長の指導のもとフッ素洗口がはじまりました。

フッ素は歯の質を強くします。週に3回、はみがきの後におこない、今では、みんなとてもじょうずにできるようになりました。

「母と子のよい歯のコンクール」

平成18年度の3歳児健診でむし歯のなかった方を対象に5月27日におこなわれた日向市・東臼杵郡歯科医師会主催の「母と子のよい歯のコンクール」で、門川町の柳田愛翔くん利恵さん親子が優勝しました。

優勝した柳田さんは、毎晩必ずお母さんがみがいているそうです。家族の仕上げみがきは、とても大切ですね。又、努力賞に帯谷紗奈さん、恵美さん親子が選ばれました。

おめでとうございます。

町民課健康づくり係



優勝 柳田さん親子（右から3番目です）

重度障害者（児） 医療費受給資格者証の更新手続きについて

重度障害者（児）医療費受給資格者の方は、資格者証の更新手続きを下記のとおり行いますので、よろしくお願いします。

◇更新手続き場所

門川町役場 福祉課地域福祉係（4月1日より場所が変更になっています。旧税務課です。）

◇ご持参いただくもの（※は該当者のみです）

- ・身体障害者手帳または療育手帳
- ・印鑑
- ・健康保険証
- ・当該者名義の金融機関の通帳（郵便局以外の通帳です。18歳未満の方については、保護者名義の通帳で構いません。）
- ※受給資格者証（有効期間がH18.8.1～H19.7.31のもの）
- ※平成19年度 課税・所得証明書（平成19年1月1日以降に門川町に転入された方のみ。旧住所地で取得してください。）

◇期 間

7月9日（月）～7月20日（金）

（お問い合わせ）福祉課地域福祉係 ☎63-1140（内線233）

重度障害者（児） 医療費助成制度とは

重度障害者（児）医療費助成制度とは、重度障害者（児）に対し医療費の一部を助成することにより、保健の向上に寄与し、もって重度障害者（児）の福祉の増進を図ることを目的とするものです。

〈助成対象者について〉

- ・身体障害者手帳の等級が1級または2級の方。
- ・療育手帳の等級がAの方。
- ・身体障害者手帳の等級が3級かつ療育手帳の等級がB1の方。

〈助成条件について〉

障害者本人、障害者の配偶者及び扶養義務者の所得が所得制限額未満であること。

〈助成金額について〉

保険診療分につき一部負担金を支払った額から1人あたり1,000円／月を差し引いた金額です。ただし、医療費が高額になった場合に、後日、返還される高額療養費や附加給付がある場合には、この分も差し引くことになります。また、保険診療外である入院時の食事代や室料、介護保険制度の利用料は助成の対象外であり、自己負担となりますのでご注意ください。

〈入院時の現物給付について〉

平成18年12月より、入院に関する部分については現物給付が実施されています。現物給付とは、利用者が病院等の窓口で1,000円／月の自己負担額を支払えば、それ以上の金銭的負担をせずに、医療給付を受けることが出来る制度のことです。入院時には、医療機関窓口を受給者証を掲示する必要があります。

〈助成方法について〉

外來分については、申請に基づき償還払い（口座振込又は直接払い）、入院分については、現物給付となります。

平成19年度

これからの検診日程

検診の種別 (委託機関)	実 施 日	検 診 場 所	受付時間		検診料・検診内容
ヘリカルCT 肺がん検診 (健康づくり協会)	8月22日(水)	門 川 町 役 場	9:00~	残りわずかです	ペースメーカー装着者や妊婦は、受診できません。 対象：昭和18年4月1日～昭和43年3月31日生まれの方 40歳～64歳：2,400円 上記以外の年齢の方：7,800円
	8月23日(木)	門 川 町 役 場	9:00~	予約制	
	11月18日(日)	クリエイティブセンター	7:30~		
子宮がん検診 (健康づくり協会)	10月25日(木)	サン シ ール さ の	10:00~10:30		20歳以上：1,100円 70歳以上：400円 2年に1回の間隔で検診を受けましょう 子宮頸部の細胞を採取し、がん細胞だけでなく前がん病変の細胞がないかを調べます。
		加 草 公 民 館	13:00~13:30		
		庵 川 西 公 民 館	14:30~15:00		
	10月26日(金)	門 川 漁 協	10:00~10:30		
		西門川活性化センター	13:00~13:30		
		門 川 町 役 場	14:30~15:00		
11月18日(日)	クリエイティブセンター	9:30~10:30			
	平城西集会所(豊宮平城団地)	13:30~14:00			
胃がん検診 (日向病院)	11月18日(日)	クリエイティブセンター	7:30~	完 全 予約制	39歳以下：4,400円 40歳以上：1,300円 検査当日の朝は、食事・飲水をせずにおいでください。 バリウムを飲んだ後のX線撮影です。バリウムアレルギーのある方は、禁忌です。
	11月21日(水)	門 川 町 役 場	7:30~		
乳がん検診 (プレストピア なんば病院)	11月18日(日)	クリエイティブセンター	9:00~	完 全 予約制	60歳以下：2,500円 70歳以上：1,000円 エコー（超音波）とマンモグラフィー（乳房専用X線撮影）による検査です。妊婦は受診できません。
	11月19日(月)	門 川 町 役 場	9:00~		
	11月20日(火)	門 川 町 役 場	9:00~		
大腸がん検診 (高野会)	11月18日(日)	クリエイティブセンター (南町文化会館隣)	8:00~		2日間の便を検査セットで採取します。
骨粗しょう症検診 (高野会)	11月18日(日)	クリエイティブセンター	9:00~	定員 150名	全年齢：1,900円 対象：女性のみ 予約制：15分ごとの時間呼び出し
総 合 健 診	11月18日(日)	クリエイティブセンター	午前中は 複数申込者を優先		検診の種類：基本健康診査・肺がん・胃がん・大腸がん・子宮がん・骨粗しょう症・乳がん 総合健診料：受診する各検診料の合計金額

※検診対象や検診料は、平成20年3月31日の時点の年齢で計算します。検診受診の際は、受付で健康保険証をご提示ください。

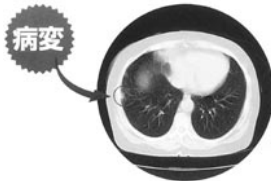
※乳がん検診の定員は60名/日、肺がん検診の定員は100名/日、骨粗しょう症の定員は150名/日です。定員になり次第、受付を締め切ります。



低線量ヘリカルCT肺がん検診



エックス線管が周囲をらせん状に連続回転運転しながらエックス線を連続照射し、身体を頭から足に向かって撮影する、らせんCTという方法を用いて検査を行っています。15秒間の息止めの間に撮影します。



〈お問い合わせ〉町民課 健康づくり係 ☎63-1140 (内線223) FAX68-1010

山岳遭難を防ごう

いよいよ夏山のシーズンとなりました。

県内では、昨年10件の山岳遭難が発生しております。身近な山でも、ちょっとした油断や気象の急激な変化等で事故が発生することがあります。

登山に当たっては、次のことを必ず守りましょう。



◇登山上の留意事項

- ・十分な日程で余裕のある行動をしましょう。
- ・登山計画書の提出は、あなたが入山したことの証明です。日帰りで登山であっても必ず提出しましょう。
- ・天候の変化に注意し、天候が悪くなるような場合は、行動を中止して「引き返す勇氣」を持ちましょう。
- ・日帰りの登山でも、予備食や非常食を携行しましょう。
- ・沢でのキャンプは、集中豪雨による鉄砲水や山崖崩れ等に注意しましょう。
- ・短パンや半袖シャツ等の軽装は避けましょう。
- ・傷薬、包帯等救急薬品を携行しましょう。
- ・防水マッチ・ライター等の点火器を持参しましょう。

- ・通信手段(携帯電話等)を持参しましょう。
- ※携帯電話の充電切れには、電池式の充電器が便利です。

◇道に迷った場合

- ・迷ったら元の場所まで引き返しルートを確認しましょう。
- ・夜になったらむやみに動かず、夜明けを待ちましょう。
- ・ヘリコプターが飛んでいることを確認したら、上空から見える場所で目立つものを振って合図しましょう。煙(発煙筒)が一番有効です。

◇事故が発生した場合

- ・慌てないで落ち着いて行動しましょう。
- ・遭難者の負傷の程度を確認し、適切な応急措置を講じましょう。
- ・自分たちで無理な救出(下山)を考えず、近くの登山者や最寄りの警察署(交番・駐在所)に連絡して、救援を求めましょう。



【登山計画書はあなたの命を守るザイルです】

○登山計画書の提出先

- ・登山地域の警察本部地域課又は山岳を管轄する警察署、交番、駐在所
- ・登山口の登山ポスト
- ・家庭、クラブ(山岳会)、職場、学校等

提出

- ・万が一の遭難事故が早く分かり、救助活動がスムーズに行われます。
- ・無駄な捜索救助活動を省くことができます。
- ・自分や家庭が負担しなければならない捜索救助費用が少なくて済みます。
- ・家族や関係者を安心させることができます。

これまでも登山計画書を提出したおかげで、命拾いをしたという事例が数多くあります。登山計画書を提出するということは、あなたの生命を守るザイルであると考えて必ず実行しましょう。

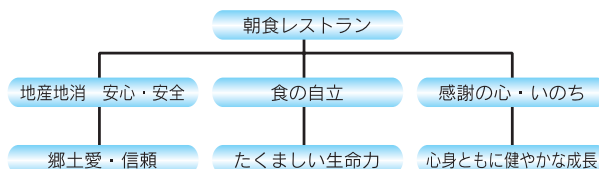
早起、早寝、朝ごはん



門川町元気な子どもを育む
食育推進委員会

昨年に引き続き、門中の1年生を対象に朝食レストランを実施しました。

今年は、テレビ局や新聞社が多数取り上げてくださり、皆様方の目や耳にもとまっていることと思います。また、このように多数の報道機関が取り上げるといことは、食育への関心がいかに高まってきているかということとは裏腹に、今の社会現状を何とかしなければという思いも感じ取れます。食育事業の一環として行う朝食レストランですが、次の3つの目標を掲げて実施しております。



この目標につきまちは、次月から掲載させていただき、今回は子どもたちの率直な感想や意見を掲載いたします。

Q：朝食レストランを終えて

朝食レストランについて家族と話をしましたか？ はい 57.7% いいえ 42.3%

これは、あるクラスの結果です。

もっと大人が興味をもって、家族での会話があると子どもたちも朝ごはんや食事についての興味が出て、個食化防止につながるのではないのでしょうか。

Q：参加して感じたこと

これからは、嫌いなものを減らしていきたい

朝食の大切さ、大事さ、1日の始まりは朝食だという事を、もう一度改めて知ることができた。

朝、ほとんど食べないのであれだけの量を食べるのに苦労した。そしてあの野菜の多さにおどろいた。

Q：これから先考えて実行していきたいこと

- ・自立する事、食事の量を多くする、食事をとる時間はなるべく多くしたいです。
- ・サラダが夕食で食べた日は必ず食べる。(テーブルに出された物、皿につかれた物は必ず食べる。)

- ・食事の量を増やして、ゆっくり食事がとれるように、早起きもしようと思います。
- ・いつも朝はパンなので栄養のバランスを考えて食事の量も変えて、食事には20分くらいかけて食べます。給食も残さないように努力します。

※今回の朝食レストランの食材は「地産地消」をモットーに遠見の里様、門川漁協うみすずめ様、水永水産様等のご協力によりまた、門川町食生活改善推進員協議会の早朝からの協力により実施することができました。ありがとうございました。



「やっちゃんや健康づくり」



皆様方もご存知のように、平成20年度には医療制度の大幅な改正がなされますが、この改正の背景には、医療費の増大による保険制度崩壊を防ぐことが根幹を成しているといえます。本町が掲げております『やっちゃんや健康づくりプラン21』は、子どもたちの健やかな成長と町民の皆様方が心身ともに健康に過ごせるための目標を設定し策定されております。

また、本プランも20年度の中間評価に向けて、各地区での実践が行われているところですが、平成19年度事業として栄ヶ丘地区食部会の地区活動が行われましたので報告します。



した。今回は医療制度改革や門川町の医療費の現状等とあわせて、生活習慣病を予防するために、'寝る'こととしつかり食べる'こと'の大切さについて学びました。その後、門中の朝食レストランと同じメニューでの調理実習に入りましたが、全てを量らなければならぬことに戸惑いながらも皆さん手際よく、お昼前には試食タイムです。全量量や特に野菜の量の多さにビックリでしたが皆さん完食し、和やかな雰囲気はあつという間でした。食部会リーダーを中心に、リーダーが活動しやすい体制づくりを区長さんがされ、ともに活動していただきました。この流れが昨年から各地区でできつつあり、やっちゃんや健康づくりプラン21の実践に拍車がかかり、今年度の地区活動が楽しみです。



【省エネルギー・新エネルギー情報】

地球温暖化が深刻化しています。ライフスタイルを見直し、目ごろから省エネを。



☆夏の冷房時の室温は28℃を目安に。

外気温度(31℃)の時。エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を27℃から28℃にした場合



年間のCO₂削減量 16.8kg

☆冷房は必要なときだけつける。

冷房を1日1時間短縮した場合(設定温度28℃)



年間のCO₂削減量 10.4kg



地球温暖化を進めているのは、おもにCO₂です。

エネルギーの大半は石油や石炭などの化石燃料を燃焼することによって得られていますが、これにともなって、大気中にCO₂(二酸化炭素)が排出されます。エネルギーの大量消費でこのCO₂濃度が上昇し、地球が宇宙に放出するはずの熱が大気中に封じ込められる温室効果が進み、地球が温暖化しています。

[参考：省エネルギーセンター]

平成19年4月1日から男女雇用機会均等法が変わりました!!

改正のポイント



性別による差別禁止の範囲の拡大

●男性に対する差別の禁止

女性に対する差別の禁止が男女双方に対する差別の禁止に拡大され、男性の均等法に基づく調停など紛争の解決援助が利用できるようになりました。

●禁止される差別の追加、明確化

降格、職種変更、パートへの変更などの雇用形態の変更、退職勧奨、雇止めについても、性別を理由とした差別は禁止されます。また、配置に業務配分や権限の付与が含まれることを明確化しました。

●間接差別の禁止

外見上は性中立的な要件でも、省令で定める以下の3つの措置については、合理性がない場合には間接差別として禁止されます。

【合理的な理由がない場合、間接差別として禁止される措置】

- ①募集・採用にあたり、労働者の身長、体重又は体力を要件とすること
 - ②コース別雇用管理制度における総合職の募集・採用にあたり、転居を伴う転勤を要件とすること
 - ③昇進にあたり、転勤経験を要件とすること
- ※省令で定めるもの以外でも、均等法違反ではありませんが、裁判で間接差別として違法と判断される可能性があります。

妊娠・出産等を理由とする不利益取扱いの禁止

- 妊娠・出産・産前産後休業の取得を理由とする解雇に加え、省令で定める理由による解雇その他不利益取扱いも禁止されました。
- 妊娠中・産後1年以内の解雇は、「妊娠・出産・産前産後休業等による解雇でないこと」を事業主が証明しない限り無効となりました。

セクシュアルハラスメント対策

●男性に対するセクシュアルハラスメントも対象とする

事業主は、男性に対するセクシュアルハラスメントも含めて、職場でのセクシュアルハラスメント対策として、9つの措置を講じなければなりません。

また、セクハラ対策が講じられず正指導にも応じない場合、企業名公表の対象となるとともに、紛争が生じた場合、調停など紛争解決援助の申出を行うことができますようになります。

☆詳細については、厚生労働省ホームページにも掲載しています。

(HPアドレス <http://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/index.html>)

☆改正男女雇用機会均等法等のお問い合わせ、職場での男女均等取扱い・セクシュアルハラスメント・母性健康管理等についてのご相談、困りごとは…

宮崎労働局雇用均等室へ（お問い合わせ先 ☎0985-38-8827）
宮崎労働局ホームページ（アドレス <http://www.miyazaki.plb.go.jp/>）

ねんきん

お知らせ
NENKIN

年金を受けている皆さんへ こんな時には、こんな手続きを

◇誕生日が来たとき

社会保険庁では、住民基本台帳ネットワークを活用して、受給者の方々の現況確認を行うこととしたことから、原則として、これまで毎年提出が必要であった「現況届」の提出は不要となります。ただし、次の場合は、現況届またはその他の届が引き続き必要です。

- 1、住民基本台帳ネットワークを活用した現況確認が行えない方は、『現況届』
- 2、加給年金額を受けられている場合は『生計維持確認届』
- 3、障害の程度の確認のために『診断書』の提出が必要となる

※提出が必要な届出は、社会保険業務センターから受給者の方々へ送付されますので、提出期限までに返送してください。



◇住所や年金の受取場所を変えるとき

年金は、希望した金融機関や郵便局で支払われます。住所や支払を受ける金融機関、郵便局を変更するときは、すみやかに「年金受給権者住所・支払機関変更届」を最寄りの社会保険事務所に提出してください。

「住所・支払機関変更届」が提出されないと、年金の支払額をお知らせする通知書が届かなかったり、希望する銀行や郵便局で年金が受けられないことがあります。支払機関を銀行などの金融機関に変更するときは、その金融機関で預金通帳の記号番号について証明を受けてください。

また、郵便局の「郵便振替」に変更するときは、郵便局で郵便振替口座の口座番号についての証明を受けてください。住所が変わるときは、社会保険事務所などへ届を提出するとともに、旧住所の郵便局にも届け出てください。

◇年金証書をなくしたときなど

「年金証書」を汚したり、紛失したときは、「年金証書再交付申請書」を最寄りの社会保険事務所に提出して、「年金証書」の再交付を受けてください。

「年金証書」は、年金を受ける権利のあることを証明するものです。各種の届出や年金相談のときに必要になりますので、大切に保管しておきましょう。

◇氏名が変わったとき

結婚や養子縁組などにより氏名が変わったときは、「年金受給権者氏名変更届」（氏名変更届）を最寄りの社会保険事務所に提出してください。

その際、「氏名変更届」の証明欄に市区町村長の証明を受けるか、または「氏名変更届」に戸籍の抄本が住民票を添付し、必ず「年金証書」を添えて提出してください。

なお、「氏名変更届」に住民票コードを記載したときには、市区町村長の証明は必要ありません。

以上の手続きについて、詳しくは、お住いの門川町役場または延岡社会保険事務所におたずねください。

- ・延岡社会保険事務所 ☎0982-21-5424
- ・門川町役場町民課医療年金係 ☎63-1140

【免除申請受付が始まります】

※7月1日から、平成19年7月～平成20年6月までの保険料の免除申請受付が始まります。現在、全額免除・納付猶予が承認となっている方で、前回「継続申請」を希望された方は、申請を省略することができます。

詳しくは、町民課国民年金窓口までお問い合わせください。（☎63-1140）

【年金記録相談窓口が開設されます】

日時：平成19年7月20日（金）
午前10時から午後3時まで

場所：門川町役場 1階相談室
延岡社会保険事務所職員が皆様の相談に応じます。

お問い合わせ：延岡社会保険事務所
☎0982-21-5424

移動年金相談の日程

月に一度、日向市で移動年金相談を行っています。延岡社会保険事務所と同様に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。

今月の移動年金相談日：7月25日（水）

場所：日向市勤労青少年ホーム（日向市役所横）

時間：午前10時～午後3時

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

※選挙当日は、投票開始の合図として午前7時にサイレンを吹鳴いたします。
門川町選挙管理委員会

きれいな選挙で明るい郷土

平成19年7月29日は、参議院議員通常選挙投票日です。

パスポートの受け取りがより便利に

7月1日(日)から日曜日にもパスポートを受け取ることができるようになります。

○日曜日に受け取りができる場所
宮崎バスポートセンター
(県庁本館1階)
※都城・延岡のバスポートセンターで申請された方でも、事前の申出があれば宮崎で受け取れます。
○日曜日の受付時間
午前9時から午後5時まで
※申請の受付は、これまでどおり平日のみです。ご注意ください。
・宮崎バスポートセンターで毎週火・木曜日に行っています。受付時間の延長(午後7時まで)は、6月末で中止します。
・各バスポートセンター(宮崎・都城・延岡)の開所時間は、午前9時から午後5時までとなります。
お問い合わせ
県国際政策課旅券担当
☎09852677004

宮崎バスポートセンター
☎0985267268

最低賃金制度とは、最低賃金法に基づき国が賃金の最低限度を定め、使用者は、その最低賃金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとする制度です。
最低賃金は、原則として事業場で働く常用・臨時・パート・アルバイトなど雇用形態や呼称の如何を問わずすべての労働者と使用者に適用されます。
仮に最低賃金より低い賃金を労使合意の上で定めても、それは法律により無効とされ、最低賃金額と同額の定めをしたものとみなされます。

宮崎県最低賃金は時間額611円です。
(その他、4つの産業に産業別最低賃金が定められています)
お問い合わせ
宮崎県労働局労働基準部賃金室
☎0985388836

灯台絵画コンテストのお知らせ
(社) 燈光会では、海上交通の安全意識を高めようために、全国の小・中学生を対象とした、灯台のある風景をテーマに絵画を募集しています。
●燈光会ホームページアドレス
http://www.tokai.org/
●応募締切 平成19年9月10日(月)
●お問い合わせ
宮崎海上保安部交通課
☎(0987)2273264

小型船舶免許更新・失効講習案内
延岡総合文化センター研修室
(延岡市東浜砂町611-2)
7月29日(日)
講習/14時30分(受付14時/14時20分)

事前説明会
7月12日(木)午後1時30分より行い個人面接等により受講決定します。

定員 20名
申込先 (社)日向市シルバー人材センター
☎0982522200
申込み期間 平成19年6月15日～7月5日

社会を明るくする運動に協力を

「第57回社会を明るくする運動」は、すべての国民が犯罪や非行の防止と犯罪を犯した人たちの再犯防止の努力と更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。
この運動は、法務省関係機関・団体だけでなく、地方公共団体や様々な民間団体の参加・協力の下、毎年7月を強調月間として展開されます。
(門川保護司会)

社会を明るくする運動に協力を

「第57回社会を明るくする運動」は、すべての国民が犯罪や非行の防止と犯罪を犯した人たちの再犯防止の努力と更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。
この運動は、法務省関係機関・団体だけでなく、地方公共団体や様々な民間団体の参加・協力の下、毎年7月を強調月間として展開されます。
(門川保護司会)

最低賃金制度とは、最低賃金法に基づき国が賃金の最低限度を定め、使用者は、その最低賃金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとする制度です。
最低賃金は、原則として事業場で働く常用・臨時・パート・アルバイトなど雇用形態や呼称の如何を問わずすべての労働者と使用者に適用されます。
仮に最低賃金より低い賃金を労使合意の上で定めても、それは法律により無効とされ、最低賃金額と同額の定めをしたものとみなされます。

宮崎県最低賃金は時間額611円です。
(その他、4つの産業に産業別最低賃金が定められています)
お問い合わせ
宮崎県労働局労働基準部賃金室
☎0985388836

護2級(ヘルパー2級)講習受講者募集のお知らせ
講習では、家事援助や医療の基礎知識など訪問介護員要請研修2級課程(130時間)を習得するものです。
60歳台前半層の方々に雇用・就業機会の確保を促進することを目的とした講習です。受講料は無料です。就職・就業を前提とした講習です。
講習期間 平成19年7月23日～9月11日
(土曜・日曜は休み)
主 場 所 (社)日向市福祉協議会
(社)宮崎県シルバー人材センター
(社)日向市シルバー人材センター
(社)日向市シルバー人材センター
共 催 日向市社会福祉協議会
主 催 日向市シルバー人材センター
定 員 20名
申込先 (社)日向市シルバー人材センター
☎0982522200
申込み期間 平成19年6月15日～7月5日

護2級(ヘルパー2級)講習受講者募集のお知らせ
講習では、家事援助や医療の基礎知識など訪問介護員要請研修2級課程(130時間)を習得するものです。
60歳台前半層の方々に雇用・就業機会の確保を促進することを目的とした講習です。受講料は無料です。就職・就業を前提とした講習です。
講習期間 平成19年7月23日～9月11日
(土曜・日曜は休み)
主 場 所 (社)日向市福祉協議会
(社)宮崎県シルバー人材センター
(社)日向市シルバー人材センター
(社)日向市シルバー人材センター
共 催 日向市社会福祉協議会
主 催 日向市シルバー人材センター
定 員 20名
申込先 (社)日向市シルバー人材センター
☎0982522200
申込み期間 平成19年6月15日～7月5日

社会を明るくする運動に協力を

「第57回社会を明るくする運動」は、すべての国民が犯罪や非行の防止と犯罪を犯した人たちの再犯防止の努力と更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。
この運動は、法務省関係機関・団体だけでなく、地方公共団体や様々な民間団体の参加・協力の下、毎年7月を強調月間として展開されます。
(門川保護司会)

パソコン講座受講生募集!!

「エクセル講座(中級)」
☆エクセルの基本操作 ☆表・グラフの作成
☆関数と表計算 ☆データベースの利用
☆ピボットテーブル ☆マクロ等

「基本を学ぼうワード(初級)」
☆Windowsの概要と基本操作 ☆表の作成
☆文字の入力 ☆オートシェイプ・ワードアート
☆文書の編集 ☆図形・イラストの挿入等

日程(6日間)	時 間
9月11日(火)・14日(金)・18日(火)・21日(金)・25日(火)・28日(金)	午後7時30分～午後9時30分

費用 3,000円(テキスト代)

日程(6日間)	時 間
7月23日(月)・26日(木)・30日(月)・8月2日(木)・6日(月)・9日(木)	午前9時30分～午前11時30分

費用 2,000円(テキスト代)

「基本を学ぼうエクセル・インターネット(初級)」
☆Windowsの概要と基本操作 ☆計算式の入力
☆データの入力 ☆インターネットへの接続
☆エクセルによる表の作成 ☆ホームページを楽しむ等

日程(6日間)	時 間
8月20日(月)・23日(木)・27日(月)・30日(木)・9月3日(月)・6日(木)	午前9時30分～午前11時30分

費用 3,000円(テキスト代)

※今回ご案内した講座以降、『ブログ講座』を開設予定です。受講生の募集は、今後の町広報誌や門川町ホームページ等でご案内いたします。

会 場/門川町立図書館 2階 情報研修室
受講資格/原則として門川町内に在住している成人男女定 員/各コース20名(定員になり次第、受付終了)
申込方法/お電話にて申し込みください。
申込・お問合せ/ 門川町役場 社会教育課 ☎63-1140

7月の水道当番表

★水道料金口座振替について
7月25日は、6月分の口座振替日になります。また、7月25日に引落しできなかった場合は、8月10日に再振替します。なお、5月分の再振替は7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(6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ご確認の上、納めていただきますようお願いいたします。

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

	昼 間	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
セイウウ 設 備	63-3086	52-6963
門川町役場水道課	63-7678	63-1140(代)

7月のカレンダー

(平成19年6月15日現在)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		乳児健診 [対象H19年2月・3月生] (受付13:30~14:00 総合福祉センター) 健康相談 (10:00~12:00 心の杜) 農業用廃プラスチック搬入日 (8:30~11:30 門川清掃工場)	西門川中マナー 教室 (14:10~16:00 同校音楽室)		門川中 喫煙・薬 物乱用防止教室 (同校)	
8	9	10	11	12	13	14
		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)	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)	西門川中延岡 南養護学校と の交流学習 (9:00~15:00 延岡南養護学校)	
15	16	17	18	19	20	21
		健康相談 (9:00~10:00 役場宿直室) 五十鈴小PTA心 肺蘇生法講習 (19:30~ 同校体育館)			小・中学校修業式	
22	23	24	25	26	27	28
	県中学校総体 (25日まで)	3才児健診 [対象H15年12 月・H16年1月生] (13:15~14:00 総合福祉センター)		西門川小・中サ マースクール (9:00~11:30 西門川活性化 センター)	西門川小・中ク リ－ンアップ作戦 (8:00~10:00 校区内)	西門川いきいき祭り (15:00~ 西門川活性化 センター) 第14回門川町少年 サッカー交流大会 (9:00~海浜 総合公園)
29	30	31				
		定例農業委員会総会 (9:30~ 役場3階会議室)				

《自衛官募集のお知らせ》平成19年度自衛官募集についてお知らせします。

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
一般曹候補生 (男女)	参考(18年度) ・陸上 約4,150名(うち女子約155名) ・海上 約1,140名(うち女子約75名) ・航空 約1,000名(うち女子約105名)	18歳以上 27歳未満	8月1日(水)~ 9月7日(金)	一 次 9月17日(月) 二 次 10月 5日(金)~12日(金) 最終合格 11月14日(水)	20年3月下旬 ~4月上旬
2等陸・ 海・空士	男子 参考(18年度) ・陸上 約4,760名 ・海上 約1,260名 ・航空 約1,740名 女子 参考(18年度) ・陸上 約500名・海上 約80名 ・航空 約150名 参考(18年度)・海上 約50名	18歳以上 27歳未満	8月1日(水)~ 9月7日(金) 年間を通じて 行っています 8月1日(水)~ 9月7日(金) お問い合わせ ください	試 験 9月17日(月) 最終合格 11月下旬 受付時及び試験時にお知らせします 試 験 9月24日(月)、25日(火) 最終合格 11月16日(金) 受付時及び試験時にお知らせします	20年3月下旬 ~4月上旬 採用予定通知で お知らせします 19年8月
航空学生 (男女)	・海上 約70名(うち女子若干名) ・航空 約70名(うち女子若干名)	高卒 (見込金) 21歳未満	8月1日(水)~ 9月7日(金)	一 次 9月22日(土) 二 次 10月13日(土)~18日(木) 三 次 11月11日(日)~12月 7日(金) 最終合格 20年1月25日(金)	20年3月下旬 ~4月上旬

募集についてのお問い合わせ 自衛官日向募集事務所 ☎52-6914

変更事項	変更前	変更後
光り方	不動で点灯して いる光が毎3秒 に1回強く光る	毎3秒に1回 光ります
明るさ	470/35cd	26cd
光の届く距離	7.5/3.5マイル	3.5マイル
高さ(地上~灯火)	10.6m	9.1m

土々呂港防波堤灯台

平成19年7月下旬「土々呂港防波堤灯台」がLED化(太陽電池使用)されます。付近を航行する船舶は十分に注意してください。

日向東田梓情報

第15回 牧水なれあひ
うなぎつかみどり大会

うなぎのつかみ
どり大会が、日向
市東郷町牧水公園
で開催されます。
当日は、うなぎ1、
000匹が放流さ
れ、大物大賞には、
豪華景品もありま
す。このほかにも、
もちまき大会や地
鶏の炭火焼きの出
店などお楽しみが
いっぱいです。

緑に囲まれた河川プールは、夏に
なると子供たちに大人気!身も心も
リフレッシュできること間違いなし。
牧水の愛した坪谷川で、自然と親し
んでみませんか?

○日時 平成19年7月22日(日)午
前11時から(増水の場合は
7月29日(日)に延期)

○場 所 日向市東郷町「牧水公園」
(坪谷川 河川プール)

○参加費 無料

○お問い合わせ
東郷町商工会青年部
☎0982-69-2075




～やっちみろや健康づくり21～ 『健康づくりは食事から』

今月は、「健康を支える栄養学」を基に、「正しい食生活実践、パフェクトメニュー」に取り組み、「自分の健康は自分で作る」を合言葉に自主グループとして活動している「うみの会」の献立を掲載しました。主婦の感覚で立てられた献立ですので、簡単に作れ、美味しいメニューに仕上がっています。是非、家庭で作って見てください。



〔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. 鯖のすき焼風煮

赤 群	青 群	黄 群
鯖 焼 ト ー フ	50g 50g	ほうれん草 20g う ぼ 25g 玉 葱 60g 生 姜 5g
		酒 み り ん 25g し ょ う 油 14g え の き 12g 氷 30g

- ①鯖は、うす塩をし、霜降りにして、氷水につけ、水気をふく。
- ②鯖、焼トーフ、玉葱、生姜、水、酒、みりん、しょう油を入れ、アルミでおとし布たをし、10分煮て、ささがきごぼうを入れまた煮る。

2. 牛肉の長芋ロール梅風煮

赤 群	青 群	黄 群
牛 薄 切 り 肉	50g	梅 干 し 1ヶ (種をとりすりつぶす)
		長 芋 50g 塩、こしょう 少々 A し ょ う 油 4g 砂糖 1g みりん 2g

- ①牛薄切り肉を広げ、塩、こしょうを振り、長芋と梅干をのせてきつちり巻く。
- ②深めの耐熱皿にAを入れて①を並べラップをかぶせてレンジ強で2分くらい加熱し、冷めたら2等分に切って皿に盛り、残ったタレをかける。



3. 切り昆布の酢煮

赤 群	青 群	黄 群
油 揚 げ	5g	切り昆布(乾燥) 3g 参 20g 人 し ら た き 30g え の き 25g 薑 半 子 少々
		サ ラ ダ 油 1g 酢 4g A し ょ う 油 6g 砂糖 1g みりん 2g

- ①切り昆布を水で戻して、水気を切る。
- ②鍋にサラダ油を熱して唐辛子を炒め、香りが立ったら①を炒め、しんなりしてきたら人参、油揚げ、しらたき、えのき茸を加えて炒め、Aを入れて炒め合わせる。

4. 大根菜のごま酢和え ごはん

赤 群	青 群	黄 群
ご ま	5g	大 根 菜 60g ま い た け 10g
		A 酢 し ょ う 油 5g ご は ん 6g ご は ん 50g

- ①大根菜をさつと湯がき、冷水にとり、絞って細かく切る。
- ②まいたけは細かくほぐして、フライパンでから炒りする。
- ③Aの調味料で和えて、切りゴマを振りかける。
※生姜のせん切りを加えるとまた美味しい。

1食目安	蛋白質	カリウム	ビタミンC	鉄	ナイアシン	ビタミンD	ビタミンA	ビタミンB1
	30g	1,300mg	40mg	4.0mg	6.0mg	1.0μg	210μg	0.40mg
献立1人当	33.4g	1,659mg	49mg	7.1mg	12.3mg	6.1μg	433μg	0.45mg
1食目安	ビタミンB2	カルシウム	リン	食物繊維	炭水化物	脂 質	エネルギー	
	0.50mg	300mg	300mg	10g	80g	14g	600kcal	
献立1人当	0.56mg	421mg	470mg	11.2g	59g	19g	566kcal	

お問い合わせ 町民課 健康づくり係

今月の納期

◎集合税 2期
◎固定資産税 2期
納期内に納入しましょう!!

●町内人口

6月1日現在

男	女	計	世帯数
8,910 (8,921)	10,053 (10,068)	18,963 (18,989)	6,934 (6,932)

() 内は前月



町報 かどがわ

発行日/平成19年7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.kadogawa.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。