

# 広報 かどがわ

## ～やっちみろや健康づくり21～『健康づくりは食事から』



### パーフェクトメニュー(栄養素の整った献立)

1. 生姜の炊き込みご飯 / 2. 鶏肉の治部煮
3. カミカミサラダ / 4. いりこのごまめ
5. くだもの

〈1人分の材料〉 1食あたり:545Kcal

献立名	材料(g)	調味料(g)	目安
1 生姜の炊き込みご飯	米	50	A 酒 5 小さじ1 しょうゆ 3 小さじ1/2 塩 少々
	押し麦	10	
	生姜	10	
	枝豆	10	
	しらす干し	5	
2 鶏肉の治部煮	鶏もも肉	60	B だし汁 50 1/4カップ しょうゆ 6 小さじ1 みりん 3 小さじ1/2 砂糖 1 小さじ1/3
	小麦粉	6	
	ほうれん草	60	
	椎茸	30	
3 カミカミサラダ	ハム	10	C しょうゆ 6 小さじ1 酢 5 小さじ1 砂糖 3 小さじ1 ごま油 1 小さじ1/4 豆板醤 少々
	かにかま	10	
	切り干し大根	8	
	ミニトマト	20	
	かいわれ大根	10	
4 いりこのごまめ	いりこ	6	砂糖 3 小さじ1 水 3
	ごま	1	
5 くだもの	オレンジ	100	

### 今月のpickup食材“いりこ”

いりこはカタクチイワシなどの赤ちゃんです。丸ごと食べられるので、カルシウムや鉄分が豊富!!成長期のお子さんや骨粗鬆症や貧血を予防したい女性にもおすすめです。「いりこのごまめ」は日持ちするので、まとめて作っておくと便利です♪

#### <作り方>

- ①お米を洗ってザルにあげておく。枝豆はさやからだし、生姜はせん切りにし水にさらす。  
②炊飯器に米、A、生姜を入れ分量の水加減で炊く。炊いたら枝豆、しらす干しを混ぜる。
- ①椎茸は4等分に切っておく。ほうれん草はたっぷりのお湯で茹で、冷水にとって3～4cm長さに切っておく。  
②小麦粉をから鍋で茶褐色に炒り、一口大に切った鶏肉にまぶす。鍋にBを合わせてひと煮立ちさせ、鶏肉を加える。  
③椎茸、ほうれん草を加えてさっと煮る。器に盛りつけ、お好みでわさびを添える。
- ①切り干し大根はさっと洗いで戻す。刻み昆布も水で戻しておく。  
②かいわれは根元を切り落とす。かにかまは食べやすい大きさに切り、手でほぐしておく。ハムは細切り、ミニトマトは半分は切っておく。  
③ボールに食材を合わせ、Cを加えて全体を混ぜ合わせる。
- ①からのフライパンでいりこ、ごまをそれぞれから炒りし、取り出しておく。  
②フライパンに砂糖、水を加え、全体にふつふつとした泡が出てきたら①を加えてからめる。

## 門川町の民生委員児童委員

門川町内の民生委員児童委員の皆さんをご紹介します。各地区の民生委員児童委員の顔を覚えていただき、生活や福祉に関することなどお気軽にご相談ください。今月は次の4人の方々です。



尾末東地区担当 上納屋地区担当 上納屋地区担当 中村地区担当  
姫野 精子さん 和田 弓子さん 小林柳三郎さん 櫻川ミエ子さん

民生委員に関するお問い合わせは  
役場福祉課まで  
電話63-1140(内線232)



発行日/平成24年12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/安井株式会社

### 編集後記

衆議院議員総選挙が今月16日に行なわれます。選挙とは、自分たちの国の政治の方向性を自分たちで決めるためのものです。特に若者の投票率低下が問題となっている日本。政治に関心を持つことは大事なことだと思います。皆さまの一票をお待ちしています。(K)

「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。



## 門川神社大祭 小園臼太鼓踊りの奉納

### ◎今月号の主な内容

- 尾末神社秋の大祭 .....2～3
- 保育所(園)の入所申し込みのご案内 .....10

門川町公式ホームページ <http://www.town.kadogawa.lg.jp/>  
門川町子育て応援サイト <http://www.town.kadogawa.lg.jp/kosodate/htdocs/> 携帯サイト





海の豊漁・安全祈願

# 尾末神社 秋の大祭

11月18日(日)毎年恒例の尾末神社秋の大祭が行われました。御神輿と太鼓台の3基が威勢の良いかけ声とともに港町を練り歩く様子は迫力満点です！今年、都農町の太鼓台も登場。たくさんのお客さんを魅了してくれました。



上納屋



尾末



下納屋





### 20歳になったら国民年金

国民年金は、老後の所得保障だけではなく、病気やけがで重い障害が残ったときなどにも年金を支給し、思いがけない人生の「万が一」もサポートする公的年金制度です。

#### 加入の手続きが必要

20歳になって第一号被保険者となる方（学生、自営業者等。フリーターや無職の方も含まれます）は、お住まいの市区町村役場で直接手続きをしてください。ただし、厚生年金・共済年金に加入している方や、扶養される配偶者は手続き不要です。

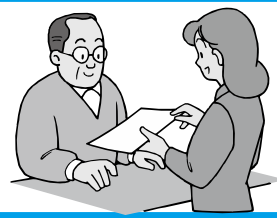
#### 保険料は月額14,980円

国民年金の第一号被保険者の平成24年度の保険料額は、月額14,980円です。

学生であるなど、収入が少ないために国民年金保険料の納付ができない場合は、申請により保険料の納付が猶予・免除となる制度があります。

この申請を行わないまま、国民年金保険料が未納となっていると、老後の年金を受けられなくなったり、年金額が低くなる恐れがあります。また、「万が一」のときに障害年金を受け取れないなどの思わぬ事態を招きますのでご注意ください。

詳しくは、門川町役場町民課医療年金係、または延岡年金事務所（電話番号0982-21-5424）にお問い合わせください。



### 今月の移動年金相談

※要予約※

日時：12月27日（木）午前10時から午後3時まで

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

### 門川町の石造物

#### 6本山（もとやま）の宝篋印塔

加草の永願寺の奥ノ院が中村地区の受（うけ）と言ったところにあります。奥ノ院から山道を登って本山に至ると、その山頂に明治10年建立の宝篋印塔（ほうきよういんとう）があります。

この石塔は、西南戦争で亡くなった方々を供養すると共に、戦争で荒廃した村々と人々の心の平安と復興を願っているものです。当時の加草戸長であった久保徳三郎氏の寄進によって建てられました。



「村中安全」と中央に刻まれている地）にあった大クスを伐採したところから鉄砲の弾がたくさん出たとかいう話が伝わっています。



宝篋印塔全景

塔には、世の中が平安で、大雨や大風がなく、穀物が豊作となり、自分の代だけでなく、子や孫の代にもずっと村中が安全であるように祈願することばが刻まれています。宝篋印塔というのは、その中に「宝篋印塔陀羅尼経」（ほうきよういんたらにきよう）を納めたことから来ています。そのお経は悟りを開いた仏の功徳を念じたお経で、これを納めた塔を拜むことで罪が消え、病や災害から逃れることができ、死後は極楽に生まれ変わると言われています。

# 防 災

## 平成25年消防出初式が挙行されます

門川町消防団の消防出初式が次のとおり挙行されます。今回は多目的広場での消防団車両からの一斉放水とあわせて日向市消防署の消防はしご車による一斉放水（緊急出動、雨天時を除く）も実施されます。

地元消防団の心意気と、臨場感あふれる消防団車両と消防はしご車からの一斉放水をお楽しみください。

町民皆様の御来場と御声援をお待ちいたしております。

#### 【日時】

平成25年1月4日（金）

午前8時から



#### 【場所】

門川海浜総合公園

（雨天の場合は、門川町総合文化会館で表彰式典のみ行います。）

#### 【内容】

通常点検、表彰、一斉放水

午前8時～午後0時（予定）

### 被災地からのメッセージ

東日本大震災から1年8ヶ月が過ぎました。町民の皆さまに、改めてあの震災を忘れず、引き続き防災意識の向上につとめていただくために被災地からのメッセージを掲載します。

長男は、たまたま会社を休んだ日だった。

消防団員の彼は、地震発生と同時に自主的に所属分団の持ち場に出動した。

「私たちの家は海岸より700mで、すべて流失してしまいました。長男は消防団員で、住民の避難誘導にあたっていました。あの大津波にのまれてしまいました。残された子供たちも、父の好きだった野球を今もがんばって



山元町新浜 T.M一家



# トピックス

## 障がい者スポーツ教室が開催されました

9月26日(水)、障がい者スポーツ教室がクリエィティブセンター体育館にて開催されました。門川町内外より、障がい者の方々やボランティアの方々を含め、約50名が参加されました。



県障がい者スポーツ協会の指導のもと、今年度は「カローリング」と「ボッチャ」という競技に挑戦しました。和気あいあいとした雰囲気の中、参加者の皆さんは積極的に競技に参加され、スポーツを通して交流を深めとても盛り上がりつつありました。

を得て考案されたもので、屋内フロアでスリリングに楽しめる競技です。ボッチャは、個人、または3人1組で行う競技で、Jackと呼ばれる的球に赤又は青の球を交互に投げ、的球に近づくられるかを競うゲームです。来年度も障がい者の方々が無事に楽しんで交流の深まるスポーツ教室を企画したいと考えております。ご協力を頂きました関係者の皆さまお疲れさまでした。



参加者全員が一丸となり、大会を盛り上げたことで、障がいを持つ方々の体力の維持増強を図ることができ、障がいを持つ方々やその家族の皆さんの交流が深まり、住民のみなさまへの障がいに対する理解を深める素晴らしい機会となりました。

## 第37回 東臼杵郡障がい者スポーツ大会が開催されました

10月23日(火)に椎葉村総合運動公園体育館で、第37回東臼杵郡障がい者スポーツ大会が開催されました。本町より44名の選手をはじめ、悠々工房、田中病院、町障がい者連絡協議会、町社会福祉協議会、民生委員児童委員等多数が参加され、徒競争リレー、テニスボール投げの個人競技をはじめ、ボーリング、玉入れ等の団体競技でも大いに活躍されました。



## 第12回宮崎県障がい者スポーツ大会出場者募集!

宮崎県障がい者スポーツ大会期日が決定しました。毎年、本町からもたくさんの方々に参加をいただいております。つきましては、出場者の募集を次のとおり開始いたしますので、たくさんの方々の応募をお待ちしております。

【開催期日】平成25年5月12日(日)

【場所】宮崎県総合運動公園ほか

【応募締切】

《開催競技》

競技種目	身体の一部	知的の一部	精神の一部
陸上競技	○	○	
水泳	○	○	
卓球	○	○	
アーチェリー	○		
フライングディスク	○	○	
ボウリング		○	
バレーボール			○
ミニバレーボール			○
グラウンド・ゴルフ			○



今年度の大会の様子

※大会当日の申し込みは、運営上、受け付けられませんので、ご了承ください。

※当日は、報道機関も来場いたします。

福祉課 地域福祉係

## 交通安全に気を付けて 高齢者交通安全教室



10月18日、日向市内の自動車学校で高齢者交通安全教室が開催されました。今回は上井野地区高齢者クラブの皆さんが参加され、「斜め横断の危険性」「反射材の効用」などを勉強されました。和やかな中にも、真剣な態度で受講されていました。

高齢者が犠牲となる交通事故が増加しています。また日暮れも早くなっています。歩行者・自転車利用者の方は反射材の着用をお願いします。ドライバーの方は、より一層慎重な運転を心がけてください。



## スマートインターチェンジ 要望署名簿を国土交通省に提出しました



門川町商工会をはじめ、地区会長自治公民館長連合会、婦人団体連絡協議会、道づくりを考える日向門川女性の会の皆様に取組んでいただき、10月22日に町に提出されましたスマートインターチェンジ早期設置の要望署名簿(18,161名)を、10月31日、安田町長と安田厚生商工会副会長が国土交通省に出向き、提出いたしました。これに合わせて要望活動も行い、署

## コミュニティ助成事業で 放送施設が完成!

財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業を受けて、今年度は西栄町自治会の放送施設が整備されました。

これは、宝くじの普及広報事業の一環として、地域コミュニティ活動の促進や、地域社会の健全な発展を図る目的で行われている事業です。

これにより、同地区での地域づくりやコミュニティ活動(地域住民のふれあい)が一層促進され、また防災の面からも迅速で正確な情報の伝達ができるものと期待されています。



平城登り口に設置した放送機器等



公民館内に設置の放送機器



公民館敷地内に設置した拡声器付電柱と事業に係るシール



※宝くじの収益金は市町村の明るい町づくりや環境対策、高齢化対策などの地域住民の福祉向上に使われています。





## 新刊・話題の本

- 【一般書】 ★おしかくさま 谷川 直子/著 河出書房新社  
★旅猫リポート 有川 浩/著 文芸春秋  
★問う者、答える者(上・下) パトリック・ネス/著 東京創元社
- 【児童書】 ★ぴったりのクリスマス ピアードジョー・ロザリンド/絵 小学館  
★ちがうねん ジョン・クラッセン/作 クレヨンハウス  
★みて、ほんだよ! フレヤ・ブラックウッド/絵 光村教育図書

## おはなし会のご案内

- 12月12日(水)・12月26日(水)  
【時間10:30~】  
※乳児・幼児向けです。
- 12月8日(土)  
【時間11:00~】  
※どなたでもご参加いただけます。



## 図書館まつりが開催されました!!



## 特別整理期間の日程のお知らせ

今年度の蔵書の総点検の日程を事前にお知らせします。  
下記期間中、図書館はご利用できません。  
2月19日(火)~2月27日(水)  
みなさまへ適切に資料をお届けするために必要な作業です。ご不便をおかけしますが、ご協力・ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

**年末年始の休館日**  
12月29日~1月3日 年末年始休館  
1月4日 図書館整理日のため休館  
※12月28日は大掃除のため休館  
年明けは1月5日(土)から開館します。

- 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  
年末年始、特別整理期間(年1度)

## 北朝鮮人権侵害問題啓発週間

平成18年6月に「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、毎年12月10日から16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」とすることとされました。

### 政府主催「拉致問題シンポジウム」

主催: 政府拉致問題対策本部、法務省 日時: 平成24年12月15日(土) 13:30~15:55  
会場: ニッショーホール 東京都港区虎ノ門2-9-16  
プログラム  
1. 拉致問題担当大臣挨拶 2. 家族会代表挨拶 3. 基調講演(同時通訳)  
4. パネルディスカッション 5. 御家族からの訴え 6. 閉会挨拶  
※入場には申込みが必要です。申込み方法等詳細は、拉致問題対策本部ホームページをご覧ください。

### 政府主催「ふるさとの風コンサート」

主催: 政府拉致問題対策本部、法務省 後援: 文部科学省、全日本合唱連盟  
日時: 平成24年12月22日(土) (第一部) 10:30~13:00 (第二部) 14:00~17:00  
会場: イイノホール 東京都千代田区内幸町2-1-1  
プログラム  
1. 主催者挨拶 2. 参加団体による演奏 3. 全体合唱 4. 招待演奏家による演奏  
5. 招待団体による演奏  
※申込み方法等詳細は、拉致問題対策本部ホームページをご覧ください。

## 交通死亡事故多発

宮崎県内での交通死亡事故が多発しています。特に夜間時の歩行者や自転車乗りと絡む交通事故が多く、昼間時と比べて更なる注意が要求されます。薄暮時のライト点灯、右左折時の徐行、安全確認等車両を運転する際には十分に気を配ってください。

お問い合わせは **門川交番 ☎63-1442**



## 第30回読書感想文コンクールが開催されました

10月20日、町立図書館において本年度の読書感想文コンクール入賞者の表彰式及び発表会が開催されました。どの受賞作も読書を通して得た感動と自分の体験を豊かに表現しており、心が温まる素晴らしい作品ばかりでした。また入賞者を代表して、各最優秀及び優秀作品の発表会も行われました。



門川町教育委員会と町立図書館は、町内小・中学生を対象に、夏休みに読んだ本の中から心に残る本や深く感動した本についての読書感想文を募集しました。

去る9月11日に、あらかじめ校内での1次審査により選出された78点の作品を各小・中学校より選任された7名の審査委員が厳正な2次審査を行った結果、次のとおり入賞者を決定いたしました。

部門	小学校			中学校
	低学年	中学年	高学年	
最優秀賞	草川小学校2年 武田 萌子 だいじょうぶ だいじょうぶ	西門川小学校4年 日高 大雅 自分の心をしんじて	草川小学校6年 永倉彩美希 車イスバスケットを駆けるを読んで	門川中学校1年 山本 航輝 挑戦
優秀賞	草川小学校1年 遠藤 彪斗	草川小学校4年 武田 晃佑	西門川小学校6年 日高 優	門川中学校2年 小林 由真
優良賞	五十鈴小学校1年 西田慧一朗	西門川小学校3年 下田拳太郎	西門川小学校5年 下田隼太郎	門川中学校1年 園田 隆二
	草川小学校2年 松岡 千菰	門川小学校4年 品部 絢音	五十鈴小学校6年 西田 悠	門川中学校3年 藤井萌々花
佳作	西門川小学校1年 松田 悠汰	五十鈴小学校3年 久米田 樹	西門川小学校5年 坂本麻里亜	門川中学校3年 山下翔太郎
	門川小学校2年 品部 絢星	草川小学校3年 江藤かおる	西門川小学校5年 坂本 龍星	西門川中学校2年 池田 千夏
	西門川小学校2年 日高 葉月	五十鈴小学校4年 大森 陽夏	門川小学校6年 飯干 優	西門川中学校2年 河野真澄美

★最優秀賞・優秀賞・優良賞の作品を掲載した読書感想文集は、町立図書館にありますので、子どもたちの読書の感動をぜひご覧ください。





# 糖尿病予防教室(医師講演)のお知らせ

糖尿病予防に関する基礎知識をいっしょに学びませんか？

- 1. 日 時 平成 24 年 12 月 12 日 (水)
- 2. 会 場 門川町役場
- 3. 参加費 無料
- 4. 対 象
  - ①国保さわやか健診受診者で、HbA1c5.2 以上または空腹時血糖が 100 以上であった者
  - ②血糖値が気になる町民



- 5. 内 容
  - (日 時) 平成 24 年 12 月 12 日 (水) 午後 7 時～9 時
  - (講 師) 宮崎大学医学部 内分泌代謝学 田口 明子准教授
  - (内 容) 生活習慣病で気をつけたいベスト 5
    - ・インスリン分泌量には限界があります。
    - ・インスリンにしかできない仕事
    - ・インスリンがドッと出る食事ってどんな食べ物
    - ・麻薬よりもたちの悪いジャンクフード
    - ・何歳でも糖尿病になったら急速に老化が進みます。

## 田口先生から

より良い生活習慣を身につけて豊かに年を重ねていきたいですね♥

### 【学歴・職歴】

- 2000年 大阪大学大学院医学系研究科博士課程修了
- 2001年 ハーバード大学医学部ジョスリン糖尿病センター  
ハワードヒューズ医学研究所研究員
- 2002年 ハーバード大学医学部ジョスリン糖尿病センター  
日本科学技術振興財団 若手海外派遣研究員
- 2004年 ハーバード大学医学部ボストン小児病院  
Research Associate
- 2011年 宮崎大学医学部内科学講座神経呼吸内分泌代謝学分野 講師  
宮崎大学医学部内科学講座神経呼吸内分泌代謝学分野 准教授  
現在に至る

### 【講師紹介】

田口 明子先生  
(たぐち あきこ)  
糖尿病の中でもインスリンの研究をしていました。

### 【学会活動】

米国神経科学学会、米国内分泌学会、米国老化学会、日本神経科学学会、日本神経化学学会  
日本内分泌学会

### 【主な研究領域】

代謝系と神経系の相互作用の解明  
老化と栄養恒常性の調節機構についての研究

1月には歯科医師公演、2月は人工透析医の糖尿病に関する公演があります。1月8日からは、毎週エアロビクスで筋肉と肝臓の脂肪を燃やす運動も加わります。参加申込は、門川町役場 町民課 健康づくり係まで電話またはFAXでお申し込みください。

また、先生に質問したいことがある方は、申し込みの際にお伝え下さい。  
(申し込み先) 町民課 健康づくり係 電話 63-1140 FAX 68-1010

## 平成25年度 保育所(園)の入所申し込みのご案内

平成25年4月から保育所(園)に入所を希望される方の受付を次のとおり実施します。

- (1) 対象児童 生後3ヶ月児～就学前の児童
- (2) 必要な書類
  - ①保育所(園)入所申込書
  - ②保護者等家族の就労証明書 **対象者：父母及び同居している65歳未満の祖父母・伯父・伯母(叔父・叔母)等で働いている方。**

※母親の出産や保護者の疾病等、家族の介護・看護等で日中家庭でお子様の保育ができない場合は別の様式があります。(保育に欠ける状況書)  
また、学校等に通学されている方は在学証明書が必要になります。  
**※9月に日中家庭でお子様の保育ができない状況を再度確認するため、就労証明書等を提出していただきます。**

  - ③平成24年分給与所得の源泉徴収票または確定申告書の写し
  - ④平成24年度市町村民税課税証明書  
(平成24年1月1日に門川町に住み票がある方は不要です。それ以外の方は前住所地から平成24年度の市町村民税課税証明書を取り寄せてください。)
- (3) 受付期間 平成24年12月10日(月)～平成25年1月18日(金)
- (4) 書類配布場所及び提出先 門川町役場福祉課及び各保育所(園)
  - 継続入所の方は、通園されている保育所(園)に提出してください。(面接は不要です。)
  - 新規入所希望の方、保育所(園)の転園を希望されている方は、申込書の書類審査と面接審査を行います。(面接の日時につきましては、別途お知らせします。)

**※申し込みに必要な書類が提出されないときは、入所(園)を認めない場合や、取り消す場合がありますので、提出できない理由等を事前に福祉課にご相談ください。**

保育所(園)名	所在地	電話番号	開所時間
南町保育園(私立)	南ヶ丘2丁目20番地	63-4105	午前7時30分 ～午後6時30分 ※延長保育については各保育所(園)にご相談ください。
いすず保育園(私立)	大字門川尾末2276番地2	68-0101	
草川保育園(私立)	庵川西1丁目69番地	63-0731	
門川保育園(私立)	大字門川尾末8600番地64	63-1149	
にじのね保育園(私立)	栄ヶ丘1丁目1番地5号	63-1347	
平城保育所(町立)	平城西14番2号	63-3204	

保育所(園)は、児童の保護者が家庭内外で働いている場合や、児童の家庭に病人・障がい者がいて保護者がいつも介護にあたる場合など、その家庭において十分な保育を受けられない児童を保育する児童福祉施設です。

したがって、幼児教育の必要性のみで保育所(園)へ入所することはできません。

(お問い合わせ先) 福祉課 子育て支援係



平成24年度 日赤社資実績一覧表

H24.11.30 現在

地区名	納入済額(円)	地区名	納入済額(円)
松瀬	6,600	栄ヶ丘	44,400
三ヶ瀬	26,400	竹名	11,400
上井野	26,700	旭町	18,000
大内原	9,800	尾末東	15,300
小松	11,100	後向	15,900
大丸	13,800	中尾	30,300
小園	25,200	下納屋	49,800
城屋敷	26,700	上納屋1区	15,900
中山	19,500	上納屋2区	19,200
五十鈴	25,000	上納屋3区	17,100
平城東	92,100	中村	22,500
城ヶ丘	52,500	加草1区	189,300
平城西	83,100	加草2区	
梅ノ木	30,600	加草3区	
南町1区	47,100	加草4区	
南町2区	16,800	加草5区	16,500
南ヶ丘	64,800	庵川西	80,700
上町	50,400	須賀崎	41,400
本町	44,100	庵川東	48,600
東栄町	75,300	牧山	12,600
西栄町	87,600	谷の山	2,700
宮ヶ原	90,500	地区寄付金合計	1,577,300
日赤奉仕団集金分			622,225
職場寄付金			83,900
その他			91
合計			2,283,516
平成24年度目標額			2,144,000

日本赤十字社 門川町分区長

赤十字活動への協力ありがとうございました

5月の赤十字運動月間から11月末までに、町民の皆さまからお寄せいただいた社資(社費・寄付金)は総額2,283,516円で、門川町の目標額を上回るご協力をいただきました。本当にありがとうございます。  
これらの社資は、今後、日本赤十字社が行う災害救援活動や医療・社会福祉事業、献血の推進活動など、さまざまなところで役立てられます。  
本町でも、赤十字奉仕団やJRC(青少年赤十字) 加盟校の生徒たちが、赤十字の思想を胸に日々活動しています。  
これからも町民の皆さまの赤十字活動へのご理解と、温かいご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

かどがわ温泉 心の杜 湯ったり情報



**心の杜は、14周年を迎えます。**  
かどがわ温泉心の杜は12月に14周年を迎えることとなりました。これもひとえに皆様方のご愛顧のおかげであり、大変感謝しております。  
今後とも、お客様に安心・安全・快適にご利用いただけるように、運営に努めて参ります。どうぞ宜しくお願いいたします。

**12月21日(金)は「冬至」です!**  
心の杜で、『柚子(ゆず)風呂』をお楽しみください!  
冬至に柚子風呂に入ると「1年中風邪をひかない」と言われています。  
柚子の精油成分には、血行を促進させる働きがあり、お風呂に入ると体を芯から温めます。新陳代謝も活発になるので、疲れや痛みをやわらげ冷え性にも効果があります。クエン酸やビタミンCにより美肌効果もありますので、女性の方におすすめです。

**レジオネラ菌検査報告**  
皆様は安心して入浴していただくために、定期的に専門機関による「浴槽の水質検査」を行っています。  
平成24年9月12日に各浴槽のお湯を採取し検査を依頼、9月19日に各浴槽とも「陰性」という結果でした。

**年末年始の営業案内**  
○12月29日から12月30日まで 通常営業  
○12月31日 午前10時から午後5時まで営業  
○1月1日 休館日  
○1月2日から 通常営業  
\*宿泊は、年末は12月27日まで、年始は1月4日より承ります。  
\*無料送迎バスは12月29日から1月3日まで運休します。  
\*体育館は、12月31日はご利用できません。

**1月2日：初風呂**  
先着200名様に福袋をプレゼント  
1月2日の初風呂の日は、先着200名様に「心の杜特製福袋」をプレゼントいたします。何が入っているかは、お楽しみ♪

**「炭酸風呂」「薬湯」で、ゆったりほっこり温まりました**  
心の杜の人気のお風呂「炭酸風呂」と「薬湯」。  
「炭酸風呂」は、ぬるめ(38℃前後)の温度に設定しており、入浴時間は15〜20分が効果的だと言われています。ぬるめのお湯なので、急激に血圧が上がることはなく、高血圧の方でも安心して入浴することができます。炭酸泉は、温熱効果が優れ、さら湯と比べて血行が3〜5倍になると言われており、血液の循環が良くなることにより動脈硬化や心臓病などの循環器系の症状が緩和され、糖尿病・神経痛・リウマチの疼痛緩和・冷え性・高血圧・肩こり・腰痛など血行障害の改善に効果があると言われています。  
新陳代謝が向上することにより新しい細胞が作られるので、肌のツヤ・ハリ・シミへの効果も期待できます。とてもなめらかなお湯で、10分程で皮膚にとっても細かい泡がたくさん付いてきます。お風呂あがりは、すべすべ・ポカポカです。  
「薬湯」には、11種類の漢方薬を入れてあります。  
成分は「トウキ」「センキュウ」「コウボク」「チンピ」「ソウジュツ」「コ

ウブシ」「モクツウ」「ケイヒ」「コウカ」「ガイヨウ」「インチンコウ」です。うちみ・くじき・肩こり・腰痛・神経痛・リウマチ・冷え性・あせも・湿疹・ひび・あかぎれ・しもやけ・痔・産前産後の冷え性・疲労回復に効果があります。1回の入浴時間は、10分程度が効果的です。天然生薬の芳しい香りをお楽しみください。  
この冬は、心の杜でゆったりほっこり、ココロとカラダを温めましょう!

**【営業時間】**午前10時から午後10時  
レストラン11時〜21時  
(オーダーストップ20時30分)  
**【サウナ・炭酸風呂】**

	月	火	水	木	金	土	日
男湯	ミスト・蒸気	ドライ	ドライ	ミスト・蒸気	ドライ	ドライ	ドライ
女湯	ドライ	ミスト・蒸気	ミスト・蒸気	ドライ	ミスト・蒸気	ミスト・蒸気	ミスト・蒸気

\*ドライ…乾式 ミスト…蒸気式  
\*ミストサウナ側の露天風呂が、炭酸風呂となります。  
**【休館日】**  
12月10日(月)・1月1日(火)・1月21日(月)  
**【ポイント2倍デー】**  
12月7日(第1金曜日)・12月20日(第3木曜日)  
**【入浴者数】**13,085,813人(10月31日現在)

(お問い合わせ)  
かどがわ温泉心の杜(門川町福祉健康交流研修センター)  
〒889-0602  
宮崎県東臼杵郡門川町大字庵川1942番地  
電話 0982-63-7780  
FAX 0982-63-7790

東九州道(須美江〜北川)延伸が開通します。

【開通日時】

平成24年12月15日(土) 15時  
※今回の開通区間は「無料」で通行できる「自動車専用道路」です。



<診療時間は午前9時〜午後6時>

日時	医療機関名	電話	住所
12月2日(日)	大王谷こどもクリニック	(0982)50-2000	日向市亀崎西2-155-1
12月9日(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
12月16日(日)	松崎医院(小児科のみ)	(0982)21-0001	延岡市昭和町1-11-1
12月23日(日)(天皇誕生日)	又木小児科医院	(0982)34-3551	延岡市平原町1-839
12月24日(月)(振替休日)	おきしま小児科	(0982)33-0222	延岡市大貫町4-1338-1
12月30日(日)	ほうしやま子どもクリニック	(0982)21-6551	延岡市船倉町1-1-7

小児科 日曜・祝日在宅当番医のお知らせ

※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)53-1214



## 門川町立図書館開館10周年 記念式典・記念講演会開催 のご案内

【日時】平成25年2月10日(日) 午前10時開会  
【会場】門川町総合文化会館  
1. 記念式典  
感謝状贈呈・図書館の歩み・読書感想文発表他  
2. 記念講演会  
講師・糸賀 雅児先生  
(慶應義塾大学文学部教授)  
演題…「まちづくりと図書館」

## 平成24年度 第5回「新春子どもたちの 声」を開催します

門川町教育委員会では、門川町第5次長期総合計画による「町民一人ひとりが主役のまちづくり」の実現を目指して、「明日の門川町を担う優れた人材の育成」に努めています。  
その一環として、「新春子どもたちの声」を聞く会」を下記の日程で開催します。明日の門川町を担う子どもたちが子どもならではの視点から自分たちのふるさと門川について考え、意見発表をしていきます。  
意見発表を通してともにふるさと門川について考えてみませんか？  
皆さま方に多数のご参加をお願いいたします。

【日時】平成25年1月19日(土) 10時～12時  
【場所】クリエイティブセンター門川  
【意見発表】  
門川小学校 三好 琴巳  
草川小学校 重黒木 陸  
西門川小学校 坂本 麻里亜  
五十鈴小学校 小山 耀  
門川中学校 那須 夢香  
西門川中学校 河野 真澄美  
門川 高校 小林 沙希  
中学生海外派遣代表(門川中学校) 岩切 寿理亜

## 国道388号 通行止めのお知らせ(予告)



道路及び鉄道踏切の拡幅工事のため、国道388号の通行止めを実施します。  
(※自動車、歩行者ともに24時間通行できなくなります。)  
実施予定期間  
平成25年2月(約1ヶ月間)  
通行止め期間が決定しましたら、再度お知らせいたします。  
ご迷惑をおかけしますが、工事へのご理解とご協力をよろしく願っています。  
(問い合わせ先)  
宮崎県日向土木事務所  
道路課道路建設担当  
098215214171

## 町営墓地使用権の申込みに ついて

町営墓地使用権の申込みを下記のとおり募集します。  
記  
・空き区画及び使用料  
①宮ヶ原霊園  
(門川町宮ヶ原5丁目42番2)  
2区画  
使用料・280,000円/区画  
②西又霊園  
(門川町大字門川尾末7588番地1)  
1区画  
使用料・260,000円/区画  
・申込期間  
平成24年12月19日(水)から  
平成25年1月18日(金)まで  
・申込方法

## 合併処理浄化槽を設置する 方へ

生活環境の向上及び自然環境の保全を図るため、合併処理浄化槽を設置する方に予算の範囲内で補助します。  
補助対象となる建物は、専用住宅です。今年度の飲食店、事業所、アパート等の補助につきましては受付を終了しています。  
〈合併処理浄化槽とは?〉  
微生物の働きにより、生活雑排水・し尿等をきれいにして放流するものです。合併処理浄化槽を導入することで河川・海域の汚染を防止することができます。  
〈助成額〉

合併処理浄化槽の規模により助成金額が変わります。  
また、単独浄化槽、汲取りから合併処理浄化槽へ転換する方は、設置費用補助金が10万円加算されます。

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

(助成額は年度により変更する場合があります。)  
〈維持管理〉  
浄化槽は適正な維持管理を行わなければ、十分に機能しない場合や、逆に自然環境を悪化させる場合もあります。

- ①保守点検  
浄化槽の点検、調整、補修や消毒剤の補給などを行います。県知事登録業者に依頼してください。
- ②清掃  
槽内の掃除やたまった汚泥を抜き取る作業です。市町村長の許可を受けた業者に依頼してください。
- ③法定検査  
保守点検、清掃が適正に行われているかを検査するものです。宮崎県環境科学協会(09851514331)に連絡してください。

詳しくは、役場環境水道課環境係又は設置業者にお問い合わせください。

## 農業を営む皆様へ

農業委員会委員選挙人名簿への登録申請  
農業者の利益を代表する「農業委員会委員」は、一定の資格を満たし、かつ毎年作成される「農業委員会委員選挙人名簿」に登録されている農業者によって選挙で選ばれます。  
この「農業委員会委員選挙人名簿」は、農業者が毎年1月1日現在の状況を確認することにより、農業委員会の審査を経て門川町選挙管理委員会が作成します。

- ①10アール以上の農地について耕作の業務を営む方
- ②耕作の業務営む方の同居の親族またはその配偶者(農業委員会が認定)
- ③10アール以上の農地について耕作の業務を営む農業生産法人の組合員社員、または株主(農業委員会が認定)

申請書は、農業委員会事務局に準備してあります。  
●お問い合わせ先  
農業委員会事務局  
0631140(内線296)  
シラスウナギの特別採捕についてのお知らせ  
平成24年12月6日から平成25年3月

21日まで、県内各河川において、県内における増養殖用種苗の供給を目的とした、シラスウナギ(うなぎの稚魚)の特別採捕が行われます。

採捕できるのは、漁協の組合員等であり、知事の許可を受けた者であり、許可を受けていない者が採捕すると、犯罪行為として処罰されます。  
また、「うなぎ稚魚の取扱に関する条例」に基づく県の登録を受けず、全長25cm以下のうなぎ稚魚の所持・売買等を行った場合も同様に処罰されますのでご注意ください。  
(問い合わせ先)  
宮崎県農政水産部  
水産政策課 漁業・資源管理室  
78808501  
宮崎市橋通東2-110-1  
09851267146

## 節電のお願い

日頃より、節電にご協力いただき誠に感謝申し上げます。おかげさまで今夏は安定した電力供給となり、九州電力による計画停電等の実施はございませんでした。引き続き経済産業省より今冬も節電の要請がありましたので皆様のご協力をお願いいたします。  
経済産業省からの節電要請の概要  
平成24年12月3日(月)～平成25年3月29日(金)の平日(12月31日及び1月2日～4日を除く)の8時～21時  
(問い合わせ先)  
企画財政課 企画政策係  
09821631140  
(内線251)

## 日向東田杵情報 諸家神楽の日程

諸塚村では1月末から2月中旬にかけて3つの地区で神楽が奉納されます。それぞれの神楽宿には神高屋(みこや)が建てられ、神社から八百万の神々を迎える舞い入るも見応えがあります。夜を徹して舞われる勇壮な神楽は神秘的です。ふるまわれるお神酒と神楽料理、幻想的な神楽を鑑賞そして地元の方との交流を楽しまれますかでしょうか。  
【日時】  
・戸下神楽(としたかぐら)  
日程 1月26日(土)～27日(日)  
午後1時頃～翌朝お昼前まで  
場所 荒谷(あらたに)地区  
戸下(とした)集会所  
・南川神楽(みなみがわがぐら)  
日程 2月2日(土)～3日(日)  
午後1時頃～翌朝お昼前まで  
場所 南川地区 中尾(なかお)・恵後の崎神楽(えこのさきかぐら)  
日程 2月10日(日)  
午後3時頃～12時頃まで  
場所 松の平地区  
恵後の崎(えこのさき)

【場所】諸塚村内各所  
【お問い合わせ先】  
一般社団法人 諸塚村観光協会  
電話 09821650178  
FAX 09821650189





# 12月のカレンダー

(平成24年11月12日現在)

日	月	火	水	木	金	土
11/25	26	27	28	29	30	12/1
2	3	4	5	6	7	8
五十鈴小学校 PTAバザー		農業用廃プラスチック搬入日 (8:30~11:30 門川町清掃工場)	やっちみろや健康づくり プラン21講演会 (19:00~21:00 クリエイティブセンター) 特設人権相談 (10:00~15:00 門川町総合福祉センター)			おはなし会 (11:00~ 門川町立図書館)
9	10	11	12	13	14	15
門川中学校 PTAバザー	心の杜休館日	行政相談日 (10:00~15:00 門川町総合福祉センター)	乳児前期健診 (13:30~14:00 受付 門川町総合福祉センター) おはなし会 (10:30~ 門川町立図書館)			牧山みかん狩り (9:00~15:00)
16	17	18	19	20	21	22
牧山みかん狩り (9:00~15:00)		2才児歯科健診 (13:15~14:00 受付 門川町総合福祉センター)	1才6ヶ月児健診 (13:15~14:00 受付 門川町総合福祉センター)	民児協定例会 (13:30~ 門川町社会福祉協議会)	町内小中学校 終業式	
23	24	25	26	27	28	29
天皇誕生日	振替休日	定例農業委員会 (15:00~ 門川町役場)	おはなし会 (10:30~ 門川町立図書館)		門川町立図書館 休館 (1月4日まで)	
30	31	1/1	2	3	4	5
	心の杜 (17:00まで営業)	元旦 心の杜休館日				

お問い合わせ 町民課 健康づくり係

今月の納期

- ◎固定資産税 3期
- ◎国民健康保険税 6期

●町内人口

11月1日現在

男	女	計	世帯数
8,821 (8,826)	9,813 (9,811)	18,634 (18,637)	6,910 (6,913)

( )内は前月

12

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

事業者	昼間	夜間
請閑水道設備工業	63-1286	090-4489-4421
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	33-6315
サンクス設備機器	50-4333	63-0744
セイユウ設備	63-3086	63-3086
小松設備	63-7235	63-7235
南日本設備サービス	63-3622	63-3622
門川町役場 環境水道課	63-7678	(代)63-1140

★水道料金の口座振替について  
12月25日は、11月分の口座振替日になります。また、12月25日に引落しできなかった場合は、1月10日に再振替します。なお、10月分の再振替は12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11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。

## 年末年始のごみ収集・し尿汲取りの日程について

月	12月											1月						
	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
ごみ収集	通常通り	休みです	休みです	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	休みです	通常通り	
清掃工場への直接持込	通常通り	休みです	通常通り	休みです	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	休みです	通常通り	
し尿汲取り	通常通り	休みです	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	通常通り	

- ※「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。
- \*ごみ搬入量を正確に把握するため、入退場時いずれも、必ず、計量してください。その際、計量完了のブザーが鳴りますので、窓を開けて確認してください。
- ※清掃工場への持込について  
例年、年末の直接持ち込みが非常に多く、清掃工場が大変混雑し時間もかかります。少量のごみはできるだけ持ち込みを避け、早い時期に清掃を計画されますようお願いいたします。やむを得ず清掃工場に持ち込む場合は、必ず、自宅で分別して透明袋(黄色の肥料袋等は不可)に入れて持ち込むようにしてください。
- ※し尿汲取り・浄化槽の清掃  
年末年始は、汲取りの申込が集中しますので、ご注意ください。

お問い合わせ 環境水道課 環境係 ☎63-1140 (内線286)