

3月16日（日）東九州自動車道 延岡～宮崎間が開通します。

25 日向 13 km
Hyuga
宮崎 79 km
Miyazaki

◎今月号の主な内容

- 門川町長選挙について 2～3
- 平成26年4月よりプラスチック製容器包装の分別が始まります 4～5
- 宮崎県浸水開始時間予測図 12～13

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



写真提供：請関満芳様

<投票できる人>

- ①年齢は、平成6年4月14日までに生まれた方
- ②平成26年1月7日までに転入届をして、引き続き門川町に住んでいる方

<町内転居>

平成26年4月5日以降に町内転居をされた方は、前住所地の投票所で投票することになります。

※寮や下宿等に居住する学生のみなさまへ

修学のため、寮や下宿等に居住する学生生徒の住所は特段の事情がない限り、その寮や下宿等の所在地にあるものと認められるとの規定があります。そのため、寮や下宿等が住所と見なされ、実家に一時帰省しての投票は認められませんし、また、寮や下宿等にも住民票がないため選挙人名簿にも登録されず、選挙権の行使ができない状況が生じてしまいます。大切な1票のため、学生のみなさまは、寮や下宿等に住民票を異動されますようお願いいたします。

<期日前投票及び不在者投票>

投票日に、次のような理由で投票所にいけない方は期日前投票もしくは不在者投票ができます。

- ・投票日に仕事や親族の冠婚葬祭がある方
- ・投票日に何らかの用務（レジャーや買物などの私用を含みます）で他の市町村や投票区の区域外にいる方

①投票場所 門川町役場 西別館第2会議室（水道課横の会議室）

期 間 4月9日（水）～ 4月12日（土）

時間は、午前8時30分から午後8時までです。

*「投票用紙請求書兼宣誓書」に必要事項を自署し、選挙人名簿との照合の後、投票となります。

*期日前投票期間に20歳を迎える方は、誕生日までは「不在者投票」により投票することになります。（詳しくはお問い合わせください。）

②郵便による不在者投票

身体に重度の障害があり、投票所に向いて投票できない方のために、郵便による不在者投票制度があります。一定の制限がありますので、詳しくは町選挙管理委員会までお尋ねください。

③病院や老人ホームなど、指定されている施設での不在者投票

病院の院長等を不在者投票管理者とし、投票立会人のもと投票を行う制度です。この制度が利用できる指定病院等に入院中の選挙人の方は、病院等の事務室にお申し出いただきご利用ください。

④町外への旅行中、滞在中の方

「投票用紙請求書兼宣誓書」に必要事項を記入の上、町選挙管理委員会に投票用紙等を郵便等でご請求ください。後日、町選挙管理委員会より投票用紙等を郵送いたしますので、滞在地の選挙管理委員会において不在者投票を行ってください。ただし、この方法は郵便によるために往復の日数がかかりますので、お早めの手続きをお願いいたします。

<点字投票・代理投票>

目や体が不自由で字が書けない方、または文字が書けない方のために「点字投票」や「代理投票」の制度があります。希望される方は、投票所でお申し出ください。

<お問い合わせ先>

〒889-0696 宮崎県東臼杵郡門川町本町1丁目1番地

門川町選挙管理委員会

☎63-1140(代)(内線242) FAX 63-1356



投票日 平成26年4月13日(日)**<投票・開票>**

①投票日 平成26年4月13日(日) 午前7時～午後7時

ただし、第7投票区 上井野地区公民館(旧:西門川児童館)、第8投票区 三ヶ瀬多目的集会施設及び第9投票区 松瀬農村集落センターでは閉鎖時刻を午後5時とします。

②投票区(投票所名)

投票区	投票所名	投票時間	行政区名
第1	門川町役場	午前7時～午後7時	五十鈴、上町、本町
第2	門川中学校	午前7時～午後7時	東栄町、西栄町
第3	中尾自治公民館	午前7時～午後7時	旭町 尾末東、後向、中尾、下納屋、上納屋1・2・3区、白石病院
第4	草川小学校	午前7時～午後7時	加草1・2・3・4・5区、須賀崎1丁目～5丁目
第5	庵川東地区多目的研修集会施設	午前7時～午後7時	庵川西(須賀崎1丁目～5丁目に含まれる方を除きます)、庵川東、牧山、谷ノ山、ふれあい地球館(大地・照葉・岬)
第6	五十鈴小学校	午前7時～午後7時	小松、小園、城屋敷、中山、大丸
第7	上井野地区公民館	午前7時～午後5時	上井野、大内原
第8	三ヶ瀬多目的集会施設	午前7時～午後5時	三ヶ瀬
第9	松瀬農村集落センター	午前7時～午後5時	松瀬
第10	平城保育所	午前7時～午後7時	平城東、城ヶ丘、平城西、梅ノ木
第11	古川公民館	午前7時～午後7時	南町1・2区、南ヶ丘、日向病院
第12	門川勤労者体育センター	午前7時～午後7時	竹名、栄ヶ丘、中村、宮ヶ原、田中病院

③投票所入場券

ご自宅に郵送(4月8日頃)された「投票所入場券」を投票所へお持ちください。入場券は**ハガキ1枚に4人分を印刷**していますので、投票所にお越しの際にそれぞれの有権者ごとに切り離してお持ちください。(入場券をお持ちいただくと名簿との確認作業でお待ちいただく時間が短縮できます。)

また、入場券が届いていない場合や紛失された場合には、投票所の受付係の者に申し出ていただきますと、本人確認のうえ再発行の手続きを行います。

④開票所

クリエイティブセンター門川 体育室(総合文化会館横) 午後8時～

<投票の方法>

町長選挙は記名式投票です。投票用紙には候補者の氏名を記入してください。



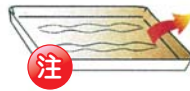
回収対象品目



中身を出して汚れを落とし、きれいにしてお出しください

◆商品の入れ物(容器)・包み(包装)が対象です◆

カップ・トレイ類



食品トレイを包んでいるラップは、燃やせるごみへ

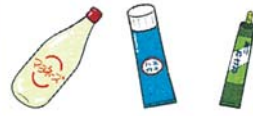


ボトル類

アルミ製のふたは、燃やせるごみへ



チューブ類



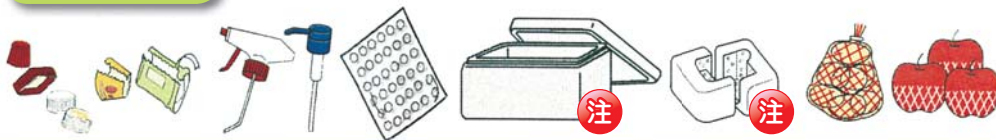
袋類

買い物袋、インスタント食品の袋、お菓子の袋、レトルト食品の袋、詰替商品の袋、薬の袋など



その他

ペットボトルなどのふたやラベル、発泡スチロールプラスチック製緩撃材、野菜や果物のネットなど



注 発泡スチロール・容器トレイは、他のプラスチック製容器包装と一緒に毎週一回、通常のゴミステーションに持ち出してください



これらは対象外です。

燃やせるごみとして
収集日に出してください。

これらはプラスチック製容器包装回収モデル事業において、特に間違いが多かったものです。

平成26年度町民税・県民税・国民健康保険税申告日程表

日	受付時間	対象地区等	会 場
3月3日(月)	9:00～11:00	加草1・2・5区	海浜総合公園管理棟
	13:00～15:00	加草3・4区	
3月4日(火)	9:00～11:00	予 備 日	海浜総合公園管理棟
	13:00～15:00		
3月5日(水)	9:00～11:00	予 備 日	海浜総合公園管理棟
	13:00～15:00		
3月6日(木)	9:00～11:00	予 備 日	海浜総合公園管理棟
	13:00～15:00		
3月7日(金)	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10日(月)	9:00～11:00	南町1・2区	クリエイティブセンター
	13:00～15:00	南ヶ丘	
3月11日(火)	9:00～11:00	予 備 日	クリエイティブセンター
	13:00～15:00		
3月12日(水)	9:00～11:00	予 備 日	クリエイティブセンター
	13:00～15:00		
3月13日(木)	9:00～11:00	予 備 日	クリエイティブセンター
	13:00～15:00		
3月14日(金)	9:00～11:00	予 備 日	クリエイティブセンター
	13:00～15:00		
3月17日(月)	9:00～11:00	予 備 日	クリエイティブセンター
	13:00～15:00		

個人住民税均等割の税率改正について

宮 崎 県
門 川 町

東日本大震災からの復興を図ることを目的として平成23年度から平成27年度までの間において実施する施策のうち、県や市町村が実施する防災のための施策に要する費用の財源を確保するため、臨時の措置として個人住民税均等割の税率について、特例を定めました。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

税率

個人住民税均等割の税率を 1,000 円/年 引き上げます。

【現 行】個人住民税均等割 年 4,000 円 + 森林環境税 年 500 円 計 年 4,500 円

【改正後】個人住民税均等割 年 5,000 円 + 森林環境税 年 500 円 計 年 5,500 円

臨時特例措置の期間

平成26年度分から平成35年度分までの10年間

主な用途

- ・公立学校耐震化対策や防災無線の整備
- ・橋りょう耐震化や地すべり対策 など

町県民税・国民健康保険税・

後期高齢者医療保険料の申告のご案内

この申告は、平成26年1月1日現在門川町に住んでいる方、全員が対象です。ただし、個人宛の申告案内(い
ガキ等)の通知はいたしませんので、右側の日程表をご覧の上、期限内に申告を済ませてください。なお、確定申告が必要な方は添付書類が揃わないと受付できませんのでご了承ください。

◆申告が必要な方◆

- ① 2ヶ所以上からの収入があった方
- ② 前年中の所得がなかった方
- ③ 町外に居住する人の扶養になっている方
- ④ 年末調整をされなかった方
- ⑤ 国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入されている方で、収入がない方、障害年金・遺族年金・恩給のみの方
(※未申告の場合、高額療養費の限度額が高額になったり、国民健康保険税(料)の軽減対象外となります。)
- ⑥ 公的年金収入のみの方

※公的年金のみの収入で1年間の年金収入が400万円以下の方は確定申告の義務はありませんが、医療費控除や生命保険料控除等の各種控除がある場合は町県民税の申告をされないと、それらの控除が考慮されずに平成26年度の町県民税が計算されることとなりますのでご注意ください。

なお、医療費控除などによる所得税の還付を受けるための確定申告書の提出は、これまで通りできます。

【ご持参いただくもの】

1 所得の計算に必要なもの

- ① 給与、賃金及び報酬等があった方は、平成25年分の源泉徴収票か給与明細書又は支払証明書。
(所得税還付申告では源泉徴収票の原本のみ有効)
- ② 年金収入があった方は、支払者から郵送されてきた平成25年分の源泉徴収票。
- ③ 事業(営業・農業・漁業・不動産収入等)を営んでいる方は、平成25年中の収支の内容がわかる帳簿、請求書、納品書、領収書、預金通帳等)
- ④ その他に、生命保険、簡易保険の満期(一時所得)や譲渡所得で所得税(確定申告)の申告不要となった所得のある方は、その関係書類。

2 所得から差し引く金額の計算に必要なもの

- ① 生命保険料、地震保険料の支払い明細書。
※生命保険料控除について、現行の「一般生命保険料控除」、「個人年金保険料控除」に加え、「介護医療保険料控除(介護・医療保障を対象とした契約の支払保険料)」が新設されました。
 - ② 社会保険料の支払証明書又は、領収書。
 - ③ 国民年金保険料の支払証明書(日本年金機構より郵送されたもの)
- 注：これらの証明書等の持参がない場合は控除として認められませんのでご注意ください。

3 印鑑を必ずご持参ください。

次の要件に該当する方は、申告する必要がありません。

- 1 給与所得のみの方で年末調整の済んでいる方。(ただし、医療費控除等を受ける場合は、申告の必要があります。)
- 2 公的年金のみの方で次の条件に該当する方。(遺族年金・障害年金は除く)
 - ① 昭和24年1月1日以前生まれの方(65歳以上)で、公的年金の合計額が148万円以下の方。
 - ② 昭和24年1月2日以降生まれの方(64歳以下)で、公的年金の合計額が98万円以下の方。
- 3 確定申告をされた方。(する予定の方)

※税務署から案内文が送られてきた方は、延岡税務署で申告を行ってください。

《お問い合わせ先》門川町役場 Tel 0982-63-1140

税務課・住民税係(内線236) 町民課・医療年金係(内線227)

平成26年3月16日(日)15時～

祝！開通 東九州道 延岡～宮崎

日向～都農間の開通で延岡と宮崎が高速道路でつながります。

開通を記念いたしまして

3月16日(日)午前10時(予定)から「かどがわ温泉 心の杜」にて西門川産もち米による紅白のせんぐ餅を配布いたします。(数量には限りがあります。)また、館内や隣接した公園にてお子様に風船も配布いたします。



「かどっぴー」と「がわっぴー」もやってくるよ！



アクセスの向上

すべて一般道路を利用した場合



約65分間短縮

東九州自動車道利用の場合



トピックス

第6回新春子ども声を聞く会
が開催されました

1月18日(土)にクリエイティブセンターで第6回新春子ども声を聞く会が開催されました。町内各学校から選ばれた8名の児童生徒のみなさんが門川に対する思いや、自分の夢について発表しました。門川高校の高森千映弥さんは体調不良のため出席できませんでしたでしたが、会場の皆さんに発表原稿を黙読していただきました。高森さんを含め8名の発表者の皆さんは実体験を通して感じた門川のよさや、もっとこうした方がよいなど、一人ひとりがしっかりとした考えを持っており、聞いている皆さんもこれからの担う子どもたちに頼もしさを感じたことと思います。発表者のみなさん、ほんとうにすばらしい発表をありがとうございました。



写真は左から
品部 絢音さん(門川小5年)、
長友真耶楓さん(五十鈴小5年)、
黒木由紀子さん(西門川中2年)、
池田 千夏さん(海外研修派遣代表、
西門川中3年)、
黒木 彩華さん(西門川小5年)、
池田華菜未さん(門川中2年)、
佐藤 文香さん(草川小5年)

門川ホワイトバッファローズが
全国大会に出場!

ソフトボールの門川ホワイトバッファローズスポーツ少年団が3月28日(金)〜30日(日)にかけて福岡県北九州市で開催される『全日本春季ソフトボール大会』出場の報告と決意表明のために来庁しました。昨年11月に行われた宮崎県予選会での好成績が認められての全国大会出場です。

チームを代表して黒木勝明主将は「これまで支えてくれた、監督、コーチ、お父さん、お母さんに感謝しながら、チーム一丸となって戦ってきます」と大会への決意を誓いました。この決意に対して安田町長は「日頃の練習の成果を発揮しながら、全国から集まるプレイヤー達と正々堂々と勝負してきてください。最後まであきらめず頑張ってください」と激励。

門川ホワイトバッファローズ少年団の大会での活躍を祈念いたします。



門川 キラリ人

19

かがわサバイバル婚活実行委員

金丸 亨さん

サバ婚ベイビーが見たい



今月15、16日にかけて町内で婚活イベントが行われる。その名も『かがわサバイバル婚活（通称…サバ婚）』。一度聞いたら忘れられない非常にインパクトのあるネーミングの婚活イベントは、平成24年に開催されて以来、今回が2回目の開催となる。

「ひと組でも多くのカップルを作りたいですね」と意気込むのは、実行委員会で中心的な役割を担っている金丸亨さん。第1回目のサバ婚発起人の一人でもあり、まちづくり活動には積極的な人物だ。

「町の元気は、まず人口が増えることです。そのためには、門川町で結婚し家庭を築いてもらうことが前提だと思い、このサバ婚を企画しました」と話す。

ただの婚活イベントでは面白くないと考えた金丸さん達実行委員は、参加者に町内のサバイバルポイントで食料を調達してもらい、乙島でバーベキューをするという内容をイベントの中に盛り込んだ。

「海山川に恵まれているのが、門川町の魅力。婚活を通して、町にも興味を持っていただければ嬉しいですね」と笑顔。

さらに、今回のサバ婚の課題とし

て、金丸さんは『男女の交流』をあげる。

「前回のサバ婚では、初めての取り組みだったために、実行委員が作業に集中しすぎて、男女が楽しく過ごせる雰囲気を生み出しきれなかったところもあります。今回は婚活らしい仕掛けをたくさん用意していますので、ぜひ仲良くなってもらいたいですね。そのためには、参加者の輪にガンガン入っていくつもりですよ」と気合が入る。

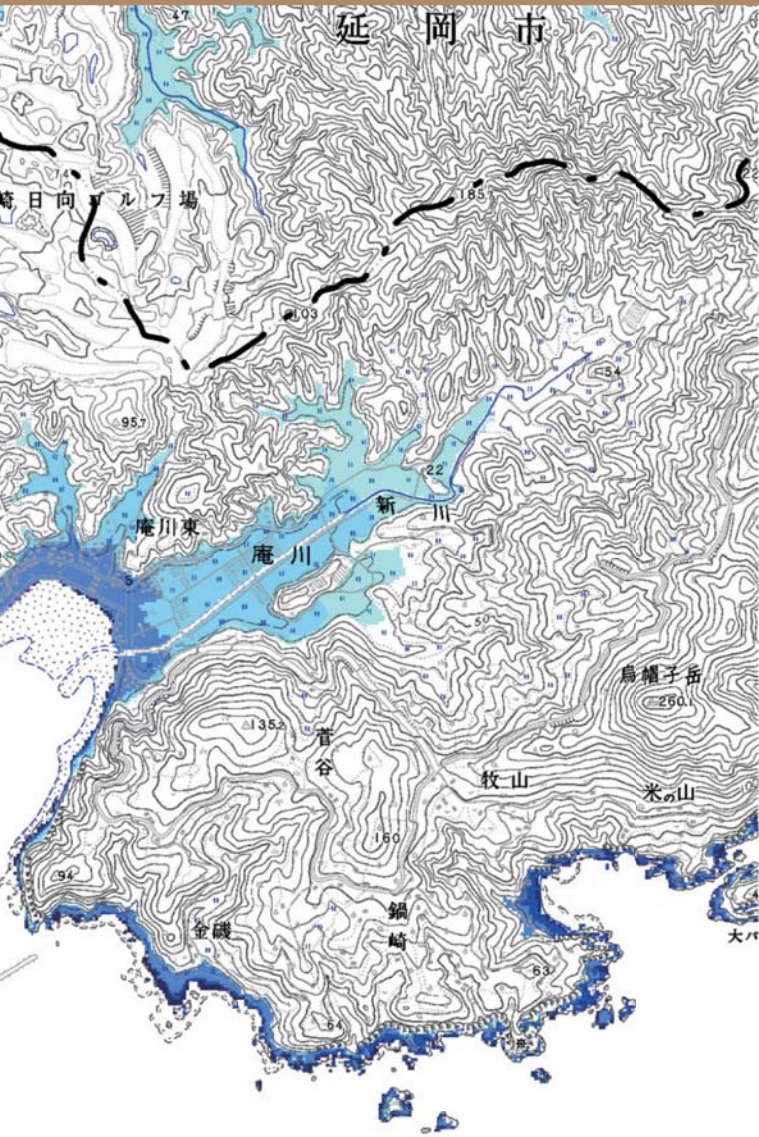
実行委員は、商工農林漁業・行政に携わる若手など幅広い分野から集まった。

「ひとりひとりが門川を盛り上げたいと思っていますし、気持ちさえあれば、誰でも参加できる垣根のないグループになっています。私は生まれ育ったこの町が大好きです。子どもたちの世代にも同じ実感を持つてほしいから、今頑張りたいんです。」と真剣な表情。

東九州自動車道の開通が進むなかで、将来的には門川町へ足を運んでもらうような貢献がしてみたいとも語る金丸さん。

最後に「いずれは、サバ婚ベイビーを見てみたいな」とやさしく微笑んだ。

地域海岸③ (門川町 2 / 2)



防災

「宮崎県浸水開始時間予測図」について

宮崎県より津波浸水開始時間の予測がなされました。昨年2月に宮崎県が公表した「南海トラフ巨大地震」による津波浸水想定を踏まえて作成されたものです。

この浸水開始時間予測図につきましては、図下の事項に留意し、避難行動のためにご活用いただきますようお願いいたします。

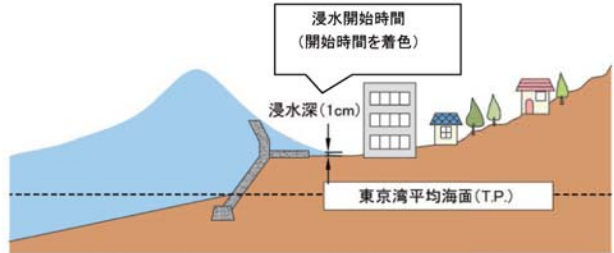
また、町としましても、この予測図を参考にしながら、海拔マップの作成を行い、町民の皆さまに配布する予定です。

地域海岸③ (門川町 庵川～日向市 細島)

凡例	浸水開始時間(地震発生後)
	30分～
	25分～30分
	20分～25分
	15分～20分
	～15分

- [用語の解説]
- (1) 海岸の区分について
 - 地域海岸: 宮崎沿岸を海岸線の形状や山付け等の自然条件、浸水想定 of 浸水範囲などから区分したもの
 - (2) 浸水開始時間について
 - 海岸線から陸域に津波が遡上することが想定される区域において、地震発生後から浸水深が 1cm になるまでの経過時間

図 1 浸水開始時間予測図の用語

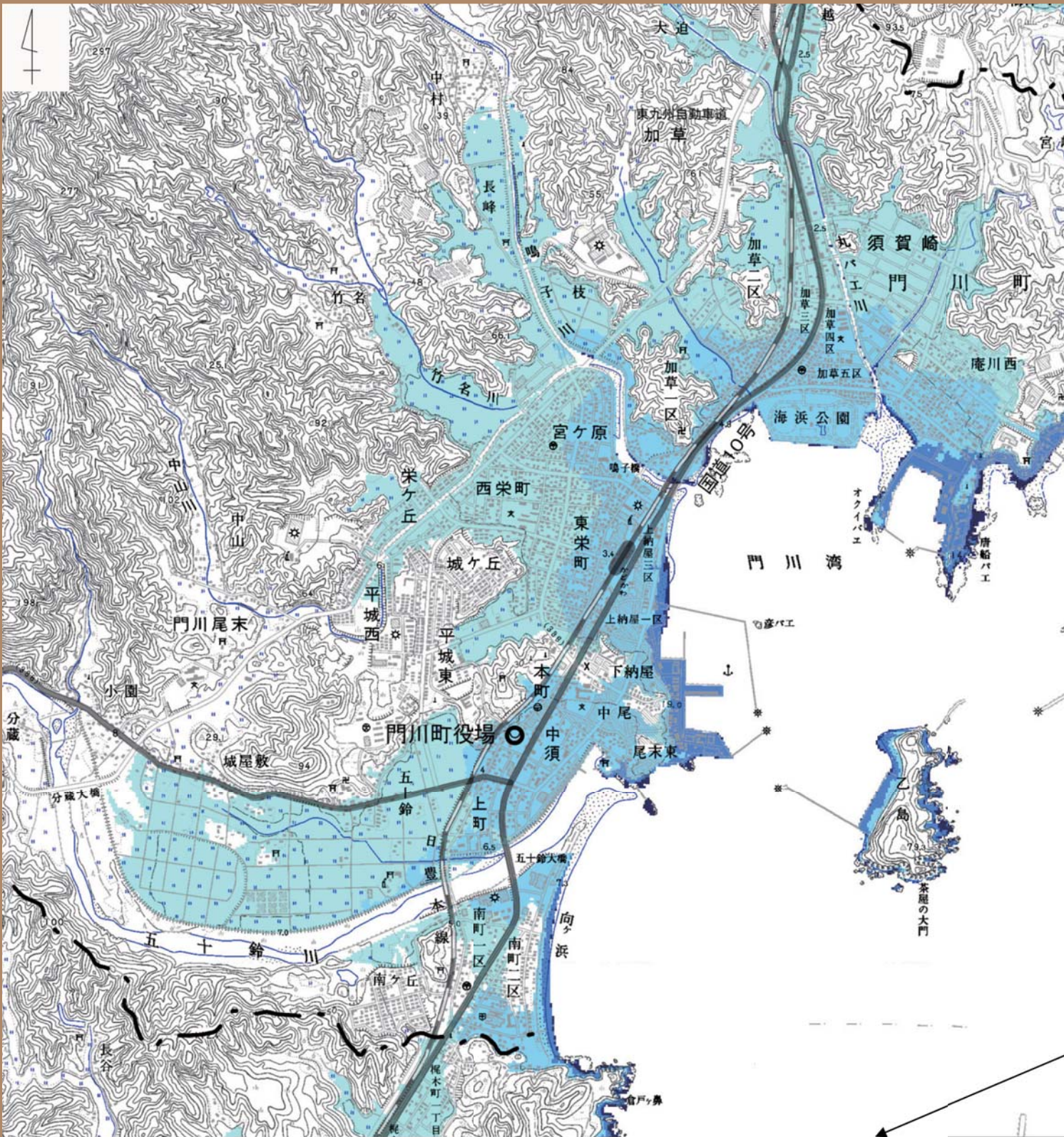


との差異により、浸水開始時間がさらに早くなったりする場合があります。

被害の発生範囲を決定するものではないことにご注意下さい。

は水位が変化することがあります。著しく変化します。精度を過信せず、ある一つの条件下での結果

宮崎県浸水開始時間予測図 市町別



【留意事項】

- 「浸水開始時間予測」は、H25.2 に公表した「宮崎県津波浸水想定」における浸水開始時間（浸水域）を表したものです。
- 浸水開始時間は、局所的な地面の凹凸や建築物の影響のほか、地震による地盤変動や構造物の変状等に関する計算条件があります。
- 「浸水開始時間予測」の浸水開始時間は、避難を中心とした津波防災対策を進めるためのものであり、津波による災害や被害の軽減を図るためのものです。
- 浸水開始時間は、地盤沈下に伴う海面変動や堤防などの被災状況により津波の第一波到達より早くなる場所もあります。
- 「浸水開始時間予測」では、津波による河川内や湖沼内の水位変化を図示していませんが、津波の遡上等により、実際に河川内や湖沼内の水位が上昇する可能性があります。
- 以上の様に「浸水開始時間予測」は、陸域の遡上範囲における津波到達時間を表しているため、条件などにより結果は変動する可能性があります。あくまで予測値としてご利用ください。

門川町の石造物

21 川内神社の庚申塔(小切畑)



庚申塔に刻まれた神様のなかで多いのが猿田彦です。これまで紹介した庚申塔でも猿田彦大神(さるたひこのおおみかみ)と刻まれたものがありました。

今回紹介する川内神社境内にある庚申塔には猿田彦命(さるたひこのみこと)と刻まれています。大神は「おおみかみ」「おおみかみ」と読み、神様を敬つて言う言葉です。命は「みこと」と読み、やはり神の名の下につける敬称です。「みこと」は人の名の下にもつけることがあって「あなた」とか「おまえ」とかの意味が含まれます。

猿田彦命と刻まれているのは、「大神」よりも親しみを持つ

ている呼び方のようです。

サルタヒコは、古事記や日本書紀の天孫降臨の物語の出てくる神様で、地上に降臨するニギノミコトをアメノウズメノミコトと二人で地上に案内します。

神社の祭礼の行列のとき神輿の露払いをしていくのが、このあたりで赤面、白面と言われるサルタヒコとアメノウズメです。

この庚申塔の年代は、宝暦十年十一月吉良辰とあります。「吉良辰」は吉祥日の誤りではないかと思えます。西暦に直すと1760年です。この年に徳川家治(第10代)が征夷大将軍となり、葛飾北斎や花岡青洲が生まれています。



ねんきん

国民年金保険料の後納制度をご存じですか？

後納制度は、過去10年間に納め忘れた保険料を納付することにより、将来の年金額を増やすことができるものです。また、年金を受給できなかった方は後納制度を利用することで年金が受けられる場合があります。

過去10年以内に納め忘れた保険料がある方は、ぜひ後納制度をご利用ください。

なお、後納制度が利用できる期限は平成27年9月30日までとなっています。お早めに申込みください。

後納保険料の納付書の「使用期限」にご注意ください

すでに後納制度を申し込まれた方で、平成16年4月以降分の後納保険料の納付がお済みでない方は、納付書に記載された使用期限(平成26年3月31日)までに納付をお願いいたします。

なお、使用期限までに納付できなかった方が、平成26年4月以降に納付を希望される場合は、新たな加算額による納付書を発行します。またはお近くの年金事務所にご連絡ください。

【注意！】平成16年3月以前の後納保険料は、10年を超えるため平成26年4月以降は納付できません。

後納制度の申込み・納付書の再発行の問い合わせは

●国民年金保険料専用ダイヤル(ナビダイヤル)
☎0570-011-050

●延岡年金事務所
☎0982-21-5424

今月の出張年金相談

日時：3月27日(木) 午前10時～午後3時
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

要予約

在東京門川町人会から寄付をいただきました

このコーナーの本は、在東京門川町人会からの寄付金を活用させていただいています。



ご寄付いただきました皆様に感謝申し上げます。



春は移動の季節です♪

- ご卒業・転勤・ご結婚などで、利用者カードの登録内容（名前・住所・連絡先など）が変更になった時は、カウンターまでお知らせください。
- 利用者カードは門川町内に在住・在勤・在学の方のみ有効です。転勤・転校などで上記の条件に当てはまらなくなった方、カードが不要になった方は、図書館にお返しくください。

カードを紛失してしまったら？

- 紛失したかな？と気付いてから約1ヶ月間はお探しくさるようお願い申し上げます。（見つかる場合が多い為。）探しても出てこない場合は、カウンターで再発行の申請をしてください。（※再発行の場合は印鑑が必要です。）
- 利用者カードは無くさないよう、大切に保管しましょう。

今月の予定

※行事や祝日の関係により、日程は変更になる場合があります

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

- …休館日
- ▲ …おはなし会

★乳児・幼児向け★
(時間は 10:30 から)
3月26日(水)

※3月8日、12日のおはなし会は蔵書総点検のためお休みです。

- 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：毎週月曜日、毎月1日(図書整理日)
年末年始、蔵書総点検期間(年1度)

新刊・話題の本

《一般》

★約束の海

山崎 豊子/著 新潮社

★日本橋本石町やさぐれ長屋

宇江佐 真理/著 講談社

★献残屋佐吉御用帖

山本 一カ/著 PHP研究所

《児童》

★あみだだ

元永 定正/絵 福音館書店

★かしの木の子もりうた

いせ ひでこ/絵 岩崎書店

★おたまじゃくしのしょうがっこう

かこ さとし/作・絵 偕成社

お知らせ

図書館システムの更新に伴い、**3月1日～3月31日**の間、門川町立図書館のホームページを一時停止させていただきます。ご利用の皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



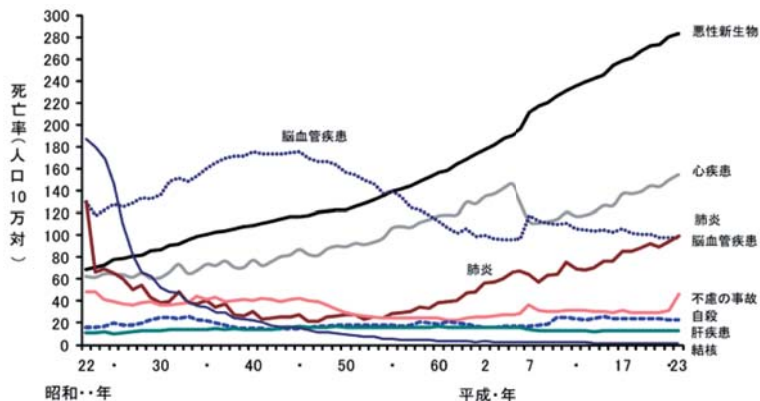
門川町立図書館の臨時休館のお知らせ

図書館システムの更新(平成26年4月1日日本稼働)、更新に伴う職員研修、並行して蔵書の総点検を実施します。下記期間中、図書館はご利用できません。

平成26年3月3日(月)～3月17日(月)

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。
※図書館が閉まっている間も、返却ポストは年中無休・24時間ご利用いただけます。
(ただし、CD・ビデオ・DVDは壊れやすいので、図書館が開いている日に、直接カウンターへお返しください。)

2人に1人はがんになる時代 年に1度はがん検診！



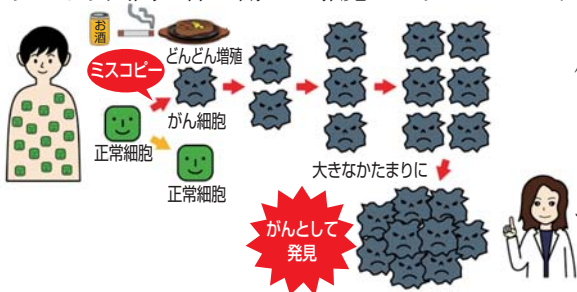
(一生の間がんになる確率はなんと男性 58%、女性 48%)

昭和 56 年 (1981 年) からがんが日本人の死因の第 1 位となっています。平成 24 年は日本全体で年間 36 万 1 千人 門川町でも 65 人の方がんでなくなっています。

いずれも死亡全体の 3 割を占めています。

【がんができるしくみ】

人間の体は、60 兆個の細胞でできています。それぞれの細胞にはその設計図となる遺伝子が組み込まれています。細胞は、入れ替わるために毎日遺伝子をコピーして新しくなっています。遺伝子がコピーされる時に遺伝子に傷ができることがあります。傷がたまるとがん細胞になります。長い年月の間がんに細胞は増えてかたまりになり人間の体の働きを邪魔したり生きていくのに必要な栄養を横取りしたりします。



がんのことは別名「悪性新生物」とも言いますが…【人間の体に悪い働きをする新しくできたもの】という意味です。

こうしてできたがんも転移前に早期発見治療することで治すことができます。

平成 26 年度の検診申込書が 3 月中旬には各ご家庭に届きます。検診を受けて年に 1 度は体のメンテナンスをお勧めします。

(町民課 健康づくり係)

女性のための町民健康講座 乳がんについて

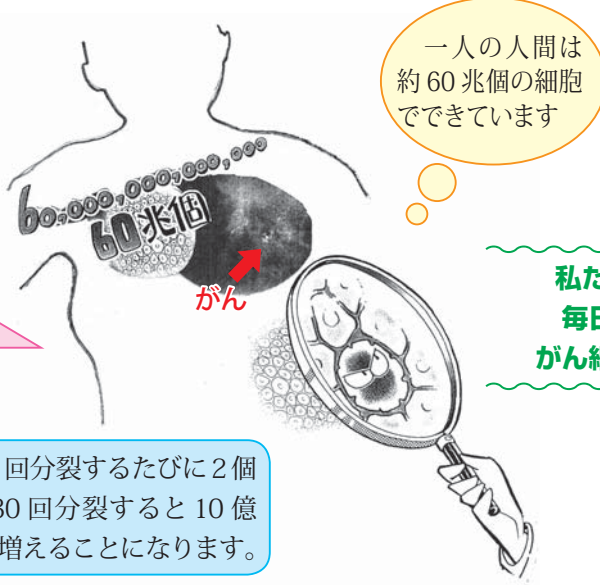
☆日 時 平成26年 3月29日(土)

☆場 所 クリエイティブセンター(南町文化会館よこ 門川勤労者総合福祉センター)

☆講 師 日本乳癌学会乳腺専門医 北斗病院・北斗クリニック

乳腺・乳がんセンター長 難波 清 先生

乳がんは乳管の中からできてきます。がん細胞ができてヒトの体は免疫でがん細胞が増えるのを防ぐしくみがあります。免疫の武器は“抗体”と“リンパ球”です。



私たちの体の中では、毎日、体のどこかにがん細胞ができています

1個のがん細胞が1回分裂するたびに2個に増えるとすると、30回分裂すると10億個(約1cmのがん)に増えることになります。

※参加希望の方は、町民課 健康づくり係へお申し込みください。 ☎ 63-1140 FAX68-1010

氏名	年代	電話番号

悪天候のため飛行機が飛ばず、講演中止となることがあるため、電話番号を確認しています。

特定保健指導シリーズ 糖尿病について

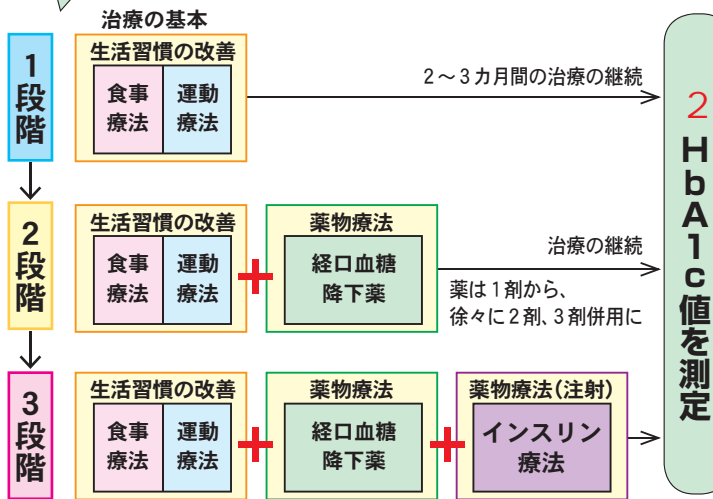


もし、医師に
「まだ薬を飲むほどではない。」
「食事と運動に気をつけてください。」
 と言われたら…

私は…
「大したことはない」
「まだ糖尿病ではないんだな」
 と安心せず、今のうちに努力します

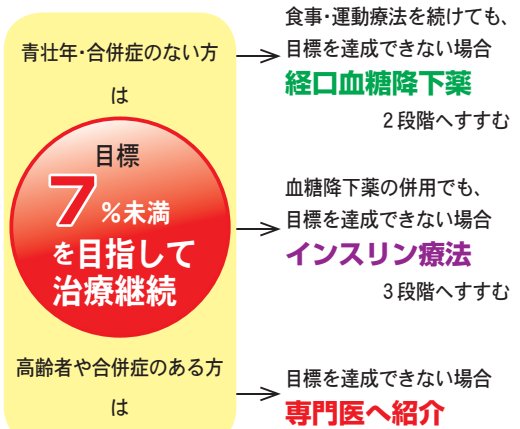


1 糖尿病治療には段階があります



1) 1型糖尿病の疑い、糖尿病昏睡、重症な肝障害、腎生涯、妊娠などインスリンの絶対適応が考えられる場合は糖尿病専門医に紹介される。
 2) HbA1c8.4%以上が持続する場合は、積極的に早期インスリン治療導入を考慮する。

3 目標を達成できない場合は



(参考)「科学的根拠に基づく糖尿病診療ガイドライン2013」
 「糖尿病標準診療マニュアル(第7版)」2013年4月1日

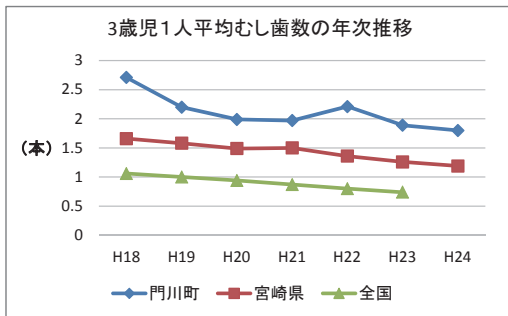
はちまるにいまる

8020をめざして！(80歳で20本の自歯を)

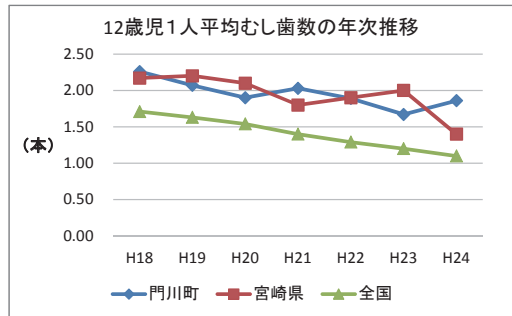
あなたは達成できそうですか？

現状と課題

宮崎県は、全国と比較してむし歯が多い！
 さらに門川町はもっと多い！！！！

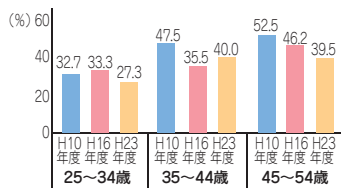


歯科健康診査実施状況報告(厚生労働省)より



学校保健統計調査(文部科学省)より

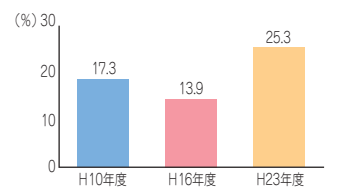
県民の約3~4割が進行した歯周炎を持っている！(平成23年度)



進行した歯周炎を持つ者の割合の推移
 ※4mm以上の深い歯周ポケットのあるもの
 (出典)県民健康・栄養調査(宮崎県健康増進課)



80歳で20以上の自分の歯を持っている県民は、4人に1人！(平成23年度)



80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の推移
 ※75歳~84歳の平均
 (出典)県民健康・栄養調査(宮崎県健康増進課)



第2回 いきいき百歳体操交流会が開催されました!

2月5日(水)に、いきいき百歳体操交流会が開催されました。最高齢賞・皆勤賞の表彰のほかに、体操の生みの母、高知市保健所の小川 佐知さんと百歳体操のサポートをしているNPO 法人いきいき百歳応援団細川 芙美さんより、高知での取り組みを発表していただきました。また、地区を代表して3名の方に活動を発表していただきました。

体操参加者をはじめ、町内、町外から多くの参加がありました。

☆皆勤賞・最高齢賞☆ おめでとうございます!!



皆勤賞 (代表)下納屋 柳田 サツキさん(87歳)

白木ミエ子さん・奈須ハル子さん・濱口順子さん(下納屋)、宮川實さん・津島秀子さん(中村)、福島秀子さん(加草1区)、柏田静江さん・児玉千雪さん(加草3区)、甲斐龍代さん(大丸)



「みんなと和気あいあい楽しんでおり、私の生きがいです。」

最高齢賞 下納屋 濱口 惇さん(90歳)

サポーターさん、お世話役さんが頑張っているのを見て、私たちも何かできることをしたいと思いました。体操を通して、高齢者も地域も元気になっていきます。



NPO いきいき百歳応援団
細川 芙美さん



高知市では、公民館だけではなく、商店街の一角や、個人の家の車庫でも実施しています。百歳体操を始めてから、杖やシルバーカーがいらなくなったという方がたくさんいらっしゃいます。



高知市保健所
小川 佐知さん

★地区代表発表★



小松地区

蓮本 章子さん

体操を始めて、効果を実感する声がたくさん聞かれています。



ひだまりサロン

黒木 勝代さん

ひだまりハウスに来ている親子との交流もしています。



梅の木地区

日高 傳二さん

子どもの見守りパトロールを行っています。防災訓練も実施しました。

みなさん積極的に活動していらっしゃいました!!素晴らしい発表ありがとうございました。

いきいき百歳体操に興味のある方、詳しく知りたい方、取り組みたい方など、ぜひご連絡下さい。

福祉課 介護福祉係(内線234)

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かかわらず、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、将来有能な社会人を育成することを目的として、平成26年度門川町奨学生を募集します。

○貸与資格

保護者が門川町に住所を有し、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業期間

○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25年分源泉徴収票もしくは平成25年中の所得を証明できるもの

（※上記書類のうち、①及び②について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26年3月17日（月）から平成26年4月25日（金）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月末日までに本人に通知するとともに、保護者並びに連帯保証人に説明会を実施します。

ご不明な点がありましたら、教育総務課までお問い合わせください。

○お問い合わせ先

教育総務課
☎63-1140（内線267）

第26回 婦人親睦のつどい

～演芸交流会～

家庭を支え

地域を支える

女性の交流のひととき

※元宮崎県副知事 坂 佳代子 氏による講演

※婦人団体による演芸発表・お楽しみ抽選会（景品多数）

●日時…平成26年3月9日（日）

受付12時30分 開会13時

●場所…門川町総合文化会館

●主催…門川町婦人団体連絡協議会

●後援…門川町・門川町教育委員会

●お問い合わせ先

教育委員会（社会教育課）
☎63-1140（内線265）



ぜひ来てくださいね！



入場無料！



門川魅力発見塾 公開講座のお知らせ

来る3月5日（水）の午後7時から、門川魅力発見塾の公開講座を開催します。

場所は、門川勤労者総合福祉センター（クリエイティブセンター）2階会議室になります。

2回目になる門川魅力発見塾ですが、今回の講師は水永正憲氏（旭化成株元 延岡支社長）です。

公開講座の時間帯は、午後7時から7時50分までの間で、聴講希望の場合は社会教育課までお申し込みください。

●お問い合わせ先

社会教育課
☎63-1140（内線265）

町立中央公民館ならびに 附属棟施設の利用休止について

このたび、町立中央公民館の耐震補強改修工事に伴い、同施設ならびに附属棟（別館）施設につきまして、平成26年3月から工事期間中の利用について休止させていただくこととなりました。

つきましては、町民の皆様には、ご不便をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

工事は、着工からおよそ6ヶ月ほどかかる見込みです。利用の再開につきましては、改めて、町広報等でお知らせいたします。

お問い合わせ先は、社会教育課 ☎63

11140 (内線266) までお願い致します。

門川町の歴史を学ぶ講演会

くかがわの歴史の魅力にせまる

●講師：永井 哲雄氏 (主席宮崎県文書センター運営嘱託員)

●入場無料

●期日：平成26年3月15日(土)

9:30受付 10:00開演

●会場：クリエイティブセンター門川 視聴覚室

●主催：門川史談会

●後援：門川町教育委員会

●連絡先：☎0982-63-2234 (門川史談会 河野)

スポーツ安全保険に 加入しましょう

スポーツ安全保険は、公共性が高く低料金で保障の充実した保険です。5人以上のグループであればどなたでも加入でき、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。

各団体におかれましては、積極的にご活用頂き、ぜひご加入ください！

●お問い合わせ先

(公財) スポーツ安全協会宮崎県支部

☎0985-55-3136

●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

での間。4月1日以降の入金の場合に入金日の翌日より保険は有効になります。

◇グループ(団体)活動中の事故と活動への往復中の事故が対象となります。

(AW(子どもワイド保険)を除く)

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、門川町社会教育課までご連絡ください。前年度加入団体へは3月上旬迄に登録住所宛に郵送されます。

くかがわサバイバル婚活 20歳以上の独身男女参加大募集

●サバイバル婚活(通称:サバ婚)とは:

門川の街を一望できる温泉施設、心の杜(宿泊場所)に集合し、参加者が一緒にちよっとしたサバイバル感覚で食料を調達してもらいます。それらの食材と共に門川の誇る無人島「乙島」で、BBQ&レクレーションを通じてお互いをよく知り合う婚活イベントです!

●日にち

3月15日(土)・16日(日)

15日10:00~16日10:00まで

●参加条件

20歳以上の独身の方で、

男性は(門川在住もしくは移住の意思がある方) : 15名

女性 : 15名

※応募が定員に達し、次第締め切らせていただきます。

●参加費用

男性 : 6,000円

女性 : 5,000円

●宿泊先 : くかがわ温泉心の杜

●BBQ、レクレーション会場 : 乙島

●スケジュール

1. くかがわ温泉心の杜に集合

2. 参加者が一緒に各サバイバルポイントを周り食料調達(農業、漁業、畜産)

3. 食材を持って、渡し船にて乙島へ

4. 共同調理でBBQ&レクレーション

5. 心の杜へ戻り、温泉、宿泊

☆女性は4人部屋で楽しく女子会

☆男性は大部屋で楽しく枕投げ(笑)

●胸キュン必至!?

●3つのサバイバル

●畜産 もーもートレジャー

●農業 探そう恋のつくしんぼ

●漁業 カンムリウミスズメウオッチング

●お問い合わせ先

門川町観光協会

☎0982-57-4110

FAX 0982-57-4111



遠見山さくらウォーキング

遠見山の美しい桜道を一緒に歩きますか?花見をすれば、心も身体もリフレッシュ!!

●開催日 : 平成26年3月23日(日)

●時間 : 9時 受付開始

9時30分 出発式&スタート

●集合場所 : 「遠見の里」駐車場

*案内板を設置します

*くかがわ温泉「心の杜」近く

●参加費 : お一人様1,000円

(保険・昼食込)

●申込方法 :

TEL/FAX 0982-63-3236

電話申込は営業時間8時~17時まで

にてお願い致します。

※3月20日(木)締切

●コース注意点 : 遠見山1周約15km(日本ウォーキング協会認定)

※各自、天候次第で雨具を用意してください

●主催 : 庵川東・牧山地区農用地利

改善組合 庵川東環境保全活動組織

農産物販売所遠見の里(ウォーキングステーション)



ポリテクセンター延岡
職業訓練受講生募集

ポリテクセンター延岡では、次のとおり職業訓練受講生を募集しています。技能・技術を身につけ、再就職に向けて頑張ってみませんか。

これまでと違う自分を見つけるチャンスです。ご応募をお待ちしています。

職業訓練生（離職者対象）募集

●訓練期間
平成26年5月13日～平成26年11月26日（7ヶ月間）

●訓練科
テクニカルオペレーション科（ものづくりコース）15名

●募集期間
平成26年2月3日～4月4日

●入所資格
概ね40歳未満の求職中の方

●受講料 無料
（ただしテキスト代等の実費は必要です）

●特典
雇用保険受給者は諸手当を受給しながら訓練が受講できます。
雇用保険受給者以外の方も一定の条件を満たせば職業訓練受講給付金を受給しながら受講できます。
詳しくはハローワークにお問い合わせ

わせください。

●申込先
最寄りの公共職業安定所（ハローワーク）3月12日の施設見学会にも是非お越しください。

●お問い合わせ先

ポリテクセンター延岡
担当：訓練支援係
☎0982-3710675

産地がわかる！

米トレーサビリティ制度

《米穀事業者の皆さまへ》

◆お米や米加工品の流通には、取引記録の作成・保存と産地情報の伝達が法律で義務付けられています。

◆一般消費者にお米や米加工品を販売・提供する場合には、産地情報の伝達を行うことが法律で義務付けられています。

《消費者の皆さまへ》

◇外食店や小売店等において、メニューや店内掲示、商品の容器や包装を見ていただくと、原料米の産地がわかります。

●制度に関するお問い合わせはこちらまで

九州農政局 延岡地域センター
☎0982-3517311

小児科
日曜・祝日在宅当番医のお知らせ

<診療時間は午前9時～午後6時>

日時	医療機関名	電話	住所
3月2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
3月9日(日)	赤須内科小児科医院	(0982) 21 - 2155	延岡市桜園町128
3月16日(日)	出北小児科内科(小児科のみ)	(0982) 34 - 5677	延岡市卸本町1-23
3月21日(金) (春分の日)	大王谷こどもクリニック	(0982) 50 - 2000	日向市亀崎西2-155-1
3月23日(日)	藤本内科小児科医院	(0982) 34 - 6195	延岡市日の出町1-21-1
3月30日(日)	おきしま小児科	(0982) 33 - 0222	延岡市大貫町4-1338-1

※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) 531214

日向・東臼杵情報

耳川流域地場産品
展示即売会の開催について

耳川流域の市町村（日向市・門川町・美郷町・諸塚村・椎葉村）や商工会等で組織する耳川流域地場産業振興対策協議会では、宮崎市高千穂通りにおいて、年に2回（12月・3月）「地場産品展示即売会」を開催しています。



この展示即売会は、日向入郷の地場産業の活性化を目的に行われているもので、毎回、多くの買い物客で賑わいます。

3月期は、7日（金）～8日（土）の2日間開催し、各市町村の特産品が当たる抽選会や、鮎の塩焼きの振る舞いなどのイベントも計画されています。

ぜひ、ご来場いただき、自慢の一品をご賞味ください。

●日時
平成26年3月7日（金）午前10時～午後5時
3月8日（土）午前10時～午後4時

●場所
宮崎市高千穂通りシンボルロード（宮崎山形屋前歩道）

●お問い合わせ先
宮崎県耳川流域地場産業振興対策協議会事務局
日向市 産業経済部商工港湾課
☎0982-5212111
FAX 0982-5415269

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

事業者	昼間	夜間
請 関 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	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

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2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。

門川町役場時間外窓口開設のお知らせ

春の異動シーズンが到来します。この時期に引越しを予定している方は、異動届が必要になります。そこで、門川町役場では異動に伴う手続きが必要となる一部の窓口業務を、開庁時間外に開設します。具体的な取り扱い業務については下記のとおりです。

【開設日時】

平成26年3月29日(土) 8:30～17:15
3月30日(日) 8:30～17:15
3月31日(月) 17:15～19:00
4月1日(火) 17:15～19:00
4月2日(水) 17:15～19:00

【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（住基カードによる転入転出を除く）、各種証明書交付（住民票等・印鑑登録証明書・戸籍証明書等）及び印鑑登録に関する業務

医療年金係：国民健康保険被保険者資格異動届（取得、喪失）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、乳幼児医療等に関する業務

【ご注意】

手続きに際して、本人確認証明書（免許証等）・印鑑・添付書類等が必要になります。事前に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、手続きできないこともあります。

○お問い合わせ先：門川町役場 代表番号 ☎ 0982-63-1140

手続き・届出等の詳細は、各担当課へ、気軽にお尋ねください。



3月のカレンダー

門川町 2月12日現在

日	月	火	水	木	金	土
2/23	24	25	26	27	28	3/1
				ひな山祭り (3月3日まで開催 10:00~18:00 三ヶ瀬集落セン ター)		
2	3	4	5	6	7	8
			門川魅力発見塾 公開講座 (19:00~ クリエイティブ センター門川)			集団災害事故 救急救護訓練 (14:00~ 日向病院)
9	10	11	12	13	14	15
婦人親睦のつどい (13:00~ 門川町総合文化 会館)	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)			
16	17	18	19	20	21	22
東九州道延岡~ 宮崎間開通記念 イベント (10:00~ かどがわ温泉心の杜) 町内中学校卒業式					春分の日	
23	24	25	26	27	28	29
		町内小学校卒業 式	町内小中学校修 了式		定例農業委員会 (9:30~ 門川町役場) 3才児健診 (13:15~14:00受付 門川町総合福祉 センター)	
30	31	4/1	2	3	4	5
第28回かどが わ健康ロードレ ース大会 (9:00~ 門川海浜総合公園)						

かどっぴー & がわっぴー 予定表(3月)



東九州自動車道「北浦~ 須美江」開通記念イベント	3月9日(日) 9時00分~15時00分	北浦町古江港
東九州自動車道門川町 独自開通記念イベント	3月16日(日) 10時00分~	かどがわ温泉「心の杜」

かどっぴー 予定表(3月)



東九州自動車道「日向~ 都農間」開通記念イベント	3月2日(日) 10時00分~16時00分	高速道路上及び お倉ヶ浜総合公園
協働創出市	3月12日(水) 14時00分~16時30分	クリエイティブセンター 多目的ホール



我が家の

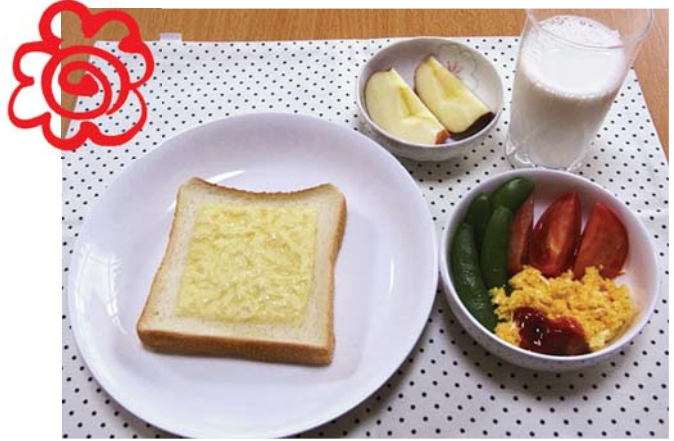
満点ごはん大作戦 !!

◎今回のテーマは「朝ごはん」です。



< Before 献立 > 460kcal

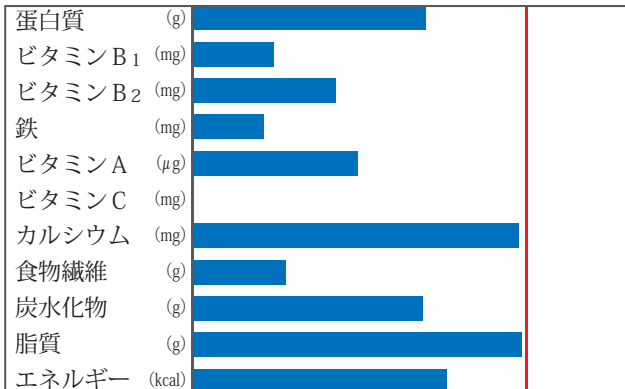
- ・チーズトースト(6枚切り) 2枚
- ・コーヒー



< After 献立 > 500kcal

- ・チーズトースト(6枚切り) 1枚
- ・スクランブルエッグ(卵1個)
- ・添え野菜(トマト、スナップエンドウ)
- ・りんご
- ・豆乳

Bifore献立の栄養バランス 1食の目安値



☆ポイント☆

- ①不足するビタミンB群や鉄分
⇒鉄分は身体に吸収されにくいミネラルですが、昼や夜に比べて朝が一番吸収されやすいです。鉄分とビタミンB群の豊富な卵や豆乳(大豆製品など)を上手に取り入れてみましょう!!
- ②不足するビタミンCや食物繊維
⇒朝のビタミンCは免疫を高めてくれます。また食物繊維で朝の排便を促します。調理の手間が少ない野菜や果物を上手に取り入れましょう!!

お知らせ

改善してほしいメニューを募集します !!

町民課 健康づくり係までお問い合わせください。
TEL: 63-1140 FAX: 68-1010

今月の納期

なし

●町内人口

2月1日現在

男	女	計	世帯数
8,745 (8,755)	9,755 (9,753)	18,500 (18,508)	6,950 (6,941)

()内は前月



発行日/平成26年3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

編集後記

4月よりプラスチック製容器包装の分別がはじまります。燃やせるごみとして処理されていたものをリサイクルするということで、ひと手間増えることとなりますが、大切な資源を有効利用するためですので、意識しながら分別に取り組みたいと思います。(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。

印刷/ヤマシタ印刷