

元年 新井



令和7年
1

2025.January
No.755

かどりやまわ

今月の題字は新井 穂景さんあらい ほかけが書いてくれました!

《いい部屋ネット 街の幸福度ランキング 2024 〈九州・沖縄版〉》

門川町が 街の幸福度ランキン グ九州1位 に輝きました!



◀ 詳細はこちらをご覧ください

- 今月号の主な内容
- ・第38回 かどりやま健康ロードレース大会について 6
 - ・おんせん通信 町民感謝ワードについて 22

令和7年

謹賀新年

謹んで新春のごあいさつを申し上げます



門川町長
山室 浩二

新年あけましておめでとうございます。令和7年の新春を迎えるにあたり、町民の皆様のご多幸とご健勝をお祈り申し上げますとともに、日頃より町政にお寄せいただきておりますご支援とご協力に対し、心から感謝申し上げます。

さて、昨年の元旦に発生した能登半島地震は、石川県を中心に行きな被害をもたらしました。県内でも8月8日に日向灘を震源とするマグニチュード7.1の地震が発生し、初めて「南海トラフ地震臨時情報（巨大地震注意）」が発表され、改めて大規模地震への備えの重要性を感じました。また、8月29

日には台風10号の接近により竜巻が発生し、10月の豪雨では庵川東地区で冠水被害が発生するなど、これまで以上に気候変動や自然災害への対応が求められています。

また世界に目を向けますと、ロシアによるウクライナへの侵略の長期化やパレスチナ・ガザ地区の人道危機など不安定な状態が続いており、心から1日も早く平和な世の中が訪れる事を願うばかりです。

今後も、町民の皆様一人ひとりの声を大切にし、職員並びに町議会の皆様とともに、「笑顔あふれるまちづくり」「夢と希望のもてるまちづくり」を進めて参ります。町民の皆様には、引き続きの町政に対するご支援ご協力をお願ひいたします。

結びに、新しい年が町民の皆様方にとりまして、輝かしい1年となりますよう心からご祈念申し上げまして、年頭のご挨拶といたします。



秋の叙勲【瑞宝双光章】受賞 江川 武光様

11月22日、県庁講堂にて、前門川町消防団長の江川武光様に秋の叙勲が伝達されました。昭和51年4月に門川町消防団に入団、平成26年4月からは消防団長に就任し、団長として9年間、消防団員としては44年の永きにわたり在団されました。団長としての間、火災や台風等の各種災害対応や消防団の運営を始めとする本町の消防防災行政に尽力するとともに、日向支部長や宮崎県消防協会理事といった県消防協会の要職を務め、日向入郷地域や県全体の消防団活動の支援に大きく貢献されました。

令和6年秋の叙勲受賞、誠におめでとうございます。
今後のご活躍をご健勝を心からお祈り申し上げます。



秋の叙勲【旭日双光章】受賞 安田 茂明様

11月22日、県庁講堂にて、元宮崎県門川町議会議員の安田茂明様に秋の叙勲が伝達されました。平成6年5月に門川町議会議員に当選、以来令和4年2月までの8期27年7ヶ月にわたり在職されました。また、在職中は、門川町議會議長・副議長をはじめ、文教厚生常任委員会委員長、広域行政調査特別委員会委員長、議会運営委員会委員長、議会広報編集特別委員会委員長等を歴任し、その高邁な政治信念を持つて、門川町の発展に大きく貢献されました。

令和6年秋の叙勲受賞、誠におめでとうございます。
今後のご活躍をご健勝を心からお祈り申し上げます。



▲研究発表を行った 武石 裕介 教諭

門川高校 文部科学大臣表彰!!

11月7・8日に宮崎市で開催された全国学校保健・安全研究大会にて、門川高校が学校安全の部で文部科学大臣表彰を受けました。

研究発表では、門川高校の武石裕介教諭が日頃の学校安全に関する取組みの発表を行いました。門川高校では、まず校務分掌の見直しを行い組織的に学級安全の活動を行う体制づくりを行い、日常生活でも、先生は職員名札裏に簡易版危機管理マニュアルカードを常時携帯し、生徒全員の緊急連絡先と避難場所を記載したカードを学校と家庭、生徒の携帯用の3部準備しすぐに確認できる状態を整えており、生徒は有事の際、ガラス等が落ちている足場の悪いところでも安全に逃げられるように机横に体育館シユーズを常にかけておくなど緊急時に備えての準備をしつかりとしています。ほかにも、日向市消防本部の協力のもとテントを使った煙霧（模擬火事）体験の実施や陸上自衛隊による防災講話や応急担架のレクチャーなどを行い、生徒の防災意識を高める活動をしています。

また、こうして自分たちが学んだ知識を伝えるため、町内小学校を訪問し高校生自らが講師として出前講座を行う活動などで地域交流も図っています。「近隣の方々とより良い関係を構築することで「自分の命や他者の命」を守ることに繋がる」という考え方とともに、生徒自身の防災意識を高める活動のほか、地域のボランティア活動などにも積極的に参加し、地域の方々との良好な関係を築いている門川高校。この度の表彰、誠におめでとうございます。

全国優良読書グループとして読み聞かせボランティアくれよん様が表彰されました

公益社団法人 読書推進運動協議会では、全国の読書グループの活動奨励のため、各都道府県からの推薦を受けて、優良読書グループを表彰しています。本年度は、本町の読み聞かせボランティアくれよん様が表彰されました。



本町消防団員が普通救命講習を受講しました！



11月24日（日）に日向市消防本部において本町の消防団員が普通救命講習を受講しました。団員も講師の方からの現場での経験を交えながらの講義を真剣な様子で受講されていました。

普通救命講習とは心肺蘇生法やAEDの操作、止血方法等を学ぶものです。

作文コンクールで最優秀賞を受賞

令和6年度「社会を明るくする運動」～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～作文コンテストで、門川中学校2年水永央華さんの「あいさつ」が繋ぐ未来」が宮崎県推進委員会委員長賞（宮崎県最優秀賞 県知事賞）を受賞しました。



この作文コンテストは、次代を担う小・中学生の皆さんに、日常の家庭生活、学校生活の中で、体験したことに基に、犯罪・非行のない地域社会づくりや犯罪・非行などに関する作文に書くことを通じて、本運動に対する理解を深めてもらうことを目的としています。受賞おめでとうございます。

税に関する絵はがきコンクール入賞

宮崎県北法人会女性部主催の「税に関する絵はがきコンクール」表彰式が、令和6年11月16日に行われ、草川小学校の銀山悠愛さんが女性部会長賞を、同じく草川小学校の工藤蒼斗さんが青年部会長賞を受賞されました。

コンクールは、税の大切さについて理解を深めてもらうため、租税教室の一環として県北地域の小学6年生を対象に実施され、今年度は20校、全583点の応募がありました。



令和7年の消防出初式におきましては、下記のとおり開催します。

【日時】 令和7年1月4日（土）午前8時20分～12時00分

【会場】 門川町海浜総合公園 中央広場

※雨天時には午前9時より門川町総合文化会館にて式典のみ行います。



【問合せ先】 門川町役場 総務課 消防防災係 ☎ 63-1140

わんぱく芸術家～一人ひとりが主人公～

防波堤をキャンバスに大切なふるさとを描きました

11月21日（木）、町内小学校6年生の183名による「わんぱく芸術家～一人ひとりが主人公～」事業（庵川地区防波堤の壁画制作事業）が行われました。

「いつまでも大切にしたいわたしたちのふるさと かどがわ」をテーマに、長さ約150メートル・高さ約1.7メートルの防波堤をキャンバスに壁画を制作。子どもたちは門川の海や魚、町の鳥カンムリウミスズメや観光名所の乙島など門川町の自然や文化を題材にした個性豊かな壁画をそれぞれ描き上げました。

子どもたちのふるさとへの思いがあふれる壁画をぜひ間近でご覧ください。

なお、壁画制作当日は一部交通規制を行い、ご迷惑をおかけしましたが、多くの方々のご理解とご協力をいただきましたことにお礼申し上げます。



制作の様子



門川小学校



草川小学校



五十鈴小学校

門川の魚かるた大会を開催しました

11月30日（土）に旧西門川小・中学校体育館にて、門川の魚かるた大会を開催しました。町内小学生12名が参加し、豪華賞品をかけて競いました。

子どもたちは、真剣にかるた一句一句と向き合い、白熱した戦いを見せてくれました。

ご協力いただきました、関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。

1・2・3年生の部		4・5・6年生の部	
第1位	河野 仁敬 さん	第1位	寺田 龍海 さん
第2位	金丸 昌磨 さん	第2位	寺田 海香莉 さん



走って健康!!
春の遠見路でいい汗かこう!!

第38回

参加者
募集!!

かどがわ健康ロードレース大会

令和7年 3月23日(日)

◆ 【開会式】午前8時30分

門川海浜総合公園を発着とする特設コース

種 目		参加料
1kmの部	親子ジョギング	2,000円
2kmの部	男女別 小学3・4年生、5・6年生	1,000円
3kmの部	男女別 中学生	1,000円
5kmの部	男女別 一般 【29歳以下（高校生含）、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳以上】	(高校生) 2,000円 (一般) 3,000円
10kmの部	男女別 一般 【29歳以下（高校生含）、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳以上】	

【申込締切】
○窓口・郵便振替 令和6年12月16日（月）～令和7年1月31日（金）
○インターネット 令和6年12月16日（月）～令和7年1月31日（金）

【申込方法】
①役場教育課窓口（役場2階）
②郵便局（リーフレットの払込取扱票による郵便振替）
③インターネット
(ユニバーサルフィールド)
※団体での申し込みを希望される場合は、団体用データがございますので以下の問合せ先までご連絡ください。

【参加資格】
(1) 全種目とも健康に自信のある人。
(2) 小学生については、保護者又は指導者が引率可能な人。

参加者全員に参加賞・
昼食券・温泉入浴券・記録証をプレゼント!!

本大会は今年度が最後の大会となります。多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

【問合せ先】

〒889-0696

東臼杵郡門川町平城東1番1号(門川町教育委員会 教育課内)

かどがわ健康ロードレース大会実行委員会事務局

TEL 63-1140(内線2261)

FAX 63-5349

第63回 延岡西日本マラソン

延岡西日本マラソン 沿道での声援について

- 延岡市をスタートし、門川町を経て日向市を折返す「第63回延岡西日本マラソン」が2月9日（日）に開催されます。
- JMCシリーズ男子グレード3の大会として、8時35分にスタートするため好記録が期待されます。
- この大会は、これまで日本のマラソン界を代表する選手が多数出場した歴史があり、今回も全国の実業団から有力な選手が出走するほか、地元の選手も数多く出場します。
- 選手にとって皆さんの応援は大きな励みとなりますので、沿道ではたくさんのご声援をお願いいたします。
- 沖縄を除く九州7県にて生放送がなされ、白熱したレースとともに、番組の中で本町も紹介されます。
- 選手の通過時間に合わせて行われる交通規制にもご協力ください。

※選手通過時間や交通規制については特にご周知いただきますようよろしくお願ひいたします。

● テレビ放映 2月9日（日） 08：30～11：00（生放送）

（参考）生放送：UMKテレビ宮崎、TNCテレビ西日本、サガテレビ、KTNテレビ長崎、TKUテレビ熊本、KTS鹿児島テレビ

● 通過地点と先頭の通過予定時刻

スタート	延岡市役所前	08：35
5km	延岡市平原町	08：50
10km	延岡市土々呂町	09：06
15km	門川町尾末（上納屋付近）	09：21
20km	日向市日知屋	09：37
折返し点	日向市原町	09：42
25km	日向市細島港入口	09：52
30km	門川町加草	10：08
35km	延岡市松原町	10：23
40km	延岡市伊達町	10：39
フィニッシュ	延岡市役所	10：45

※日向市と門川町は国道10号がコースとなります。

【問合せ先】

延岡西日本マラソン大会事務局（延岡市教育委員会保健体育課内）
担当 長野 ☎ 0982-22-7038



親子でつくろう！

学校給食新メニュー

コンテスト

入賞おめでとう
ございます！

1 草川小学校 4年1組 黒木 瞳月さん 《トマトとブロッコリーのスープ》

2 五十鈴小学校 6年1組 横山 ゆめさん 《とりむね肉のチキンスティック》

3 門川小学校 5年1組 黒木 恋華さん 《白滝のたらこ和え》

夏休みに募集しました『学校給食新メニュー』。

校長先生や給食主任の先生、栄養士、調理師等から構成される審査会において、募集規定に基づいた厳正な審査を行いました。その結果、たくさんの応募作品の中から、3名の方が入賞されました。どの作品もおいしそうなアイデアメニューばかり。この3作品は、次の夏休みに試作会をするなど話し合いを重ね、今後の給食で提供していきたいと思います。

お楽しみにお待ちください♪

【問合せ先】 門川町学校給食センター ☎ 63-5155



男性のための 料理教室



男性の家事参画を応援するため、男性のための料理教室を開催します！

作った料理は、みんなで美味しくいただけます♪

普段は料理をしない方も、この機会にぜひ挑戦しませんか？

門川産のおいしい食材を
たくさん使用します♪



先着 5 組

参加費 無料

初心者大歓迎

【日時】1月24日(金)9時30分～13時00分

【申込受付期間】1月6日(月)11時00分から1月17日(金)17時00分

【場所】門川町 中央公民館 【献立】メニューは当日のお楽しみ！

【対象】町内在住の**男性**の方。ご夫婦やご友人との参加も大歓迎♪

お申込み、詳細については
門川町HPをご確認ください。



【問合せ先】
門川町役場 総務課 総務係
☎ 0982-63-1140(内線:2211)



令和6年度門川町生涯学習講座

「コーヒー講座」参加者募集



『コーヒーが大好き!』『コーヒーについてもっと知りたい!』という方、大歓迎です!
楽しく豆の違いを学び、自分にあった一杯をみつけませんか?

- 講師 コーヒー焙煎士 中山雄太 氏 (「N coffee」代表)
- 日時 令和7年2月1日 (土) 10:00 ~ 11:30 (1時間30分)
- 会場 門川町立中央公民館1階調理室
- 対象 コーヒーに興味がある門川町在住の方
- 定員 10名
- 受講料 1,000円 (材料費) ※当日徴収いたします
- 募集受付期間 令和7年1月6日 (月) ~ 1月17日 (金) · 先着順にて受付を行います。
平日8:30 ~ 16:30 ※土・日・祝日を除く
- 申し込み先 門川町立中央公民館 ☎ 63-6060
- 申し込み方法 お電話または直接来所でお申込みください。
申込みはご本人からの応募のみ受付いたします。



協力隊通信

2025.1 Vol.19

地域おこし協力隊制度とは、都市部から地方へ移住し農業・漁業への従事や地域PRその他地域課題の解決などの様々な「地域協力活動」を行なながら、最終的にはその地域への定住を目指す国の制度です。

今回の通信は私が書きました!

田中 俊介



また今年もカンムリウミスズメの見れる時期になってきました。

毎年、門川町へ100名以上の外国人愛鳥家の方がやってきます。門川町では高確率で撮影する事が可能だそうです。

門川町の誇れる地域資源ですね！



保井ヶ浜からの朝日
画像は初日の出ではありませんが(笑)



「カンムリウミスズメ」
今年も沢山の方が撮影に訪れることでしょう

令和6年度 わたしたちの思いを語る会

●とき

令和7年1月18日(土)
9:30~12:00

●ところ

門川町総合文化会館
大ホール



【個人の部】

学校名	学年	氏名	題名
門川小学校	5年	池田葉月	私の大好きな門川町
草川小学校	5年	瀬山絢清	門川の未来は…
五十鈴小学校	5年	黒木悠孝	ぼくのふるさと
門川中学校	2年	水永央華	この町と、これから
門川高等学校	2年	佐藤大将	わたしと門川町

【グループの部】

学校名	グループ名	題名
草川小学校	KFT(門川復興隊)	門川町のみ力発信!どうする?これからの門川
草川小学校	KDGW(門川)	考えよう!未来の門川町
門川中学校	門川中学校3年	門川町への提言
門川高等学校	栽培ビジネス系列 (果樹研究班)	フィンガーライム地域連携プロジェクト
門川高等学校	食品加工系列 (食品製造研究班)	防災ビスケット～からだとこころの栄養補給～

【特別発表】

門川町中学生英語研修派遣事業参加者による成果発表

英語研修で学んだこと ~Our experiences~

※グループ名や題名は、当日変更となる可能性があります。

**子どもたちのふるさとへの思いや抱負、将来の夢や
学習の成果などをぜひお聞きください!**

●主催 門川町教育委員会 ●問合せ 門川町教育委員会 教育課 学校教育係 ☎ 0982-63-1140

広報かどがわ題字募集 応募者紹介

門川町は令和7年2月11日に町制90周年を迎えます。その記念特別企画として、広報かどがわの題字募集を行いました。今月号の題字を飾ったのはこちらの方です!



- ◆ 名前: 新井 穂景さん
- ◆ 門川町の好きなところ
自然が多いところ
- ◆ メッセージ
初めて参加しました。
難しかったけど、楽しく書けたのでよかったです。



令和6年度第42回読書感想文コンクールを開催しました

11月17日（日）、門川町役場3階会議室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を開催しました。どの受賞作も読書を通して感じたこと・学んだことが自分の言葉で表現され、読書の楽しさが伝わる素晴らしい作品でした。また、入賞者を代表して、各部門の最優秀作品の発表会も行いました。



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。あらかじめ校内審査により選出された45点の作品を各小・中学校より選任された6名の審査委員の先生方が厳正な審査を行った結果、次のとおり入選者を決定いたしました。

部 門	小学校			中学校の部
	低学年の部	中学年の部	高学年の部	
最優秀賞	草川小学校1年 高橋 二愛	草川小学校3年 土井 柏奈	門川小学校5年 黒木 恋華	門川中学校2年 水永 央華
	門川小学校2年 合場 健	五十鈴小学校4年 長友 護	草川小学校6年 田吹 莉央	
優秀賞	五十鈴小学校2年 黒田 凜	五十鈴小学校4年 松本 瑛奈	五十鈴小学校6年 黒木 愛	門川中学校3年 山内 心陽
優良賞	門川小学校1年 日高 杏美	門川小学校3年 岩佐 旭	五十鈴小学校5年 當瀬 司穏	門川中学校3年 河野 柚花
	五十鈴小学校1年 松永 望愛	五十鈴小学校3年 大野 由依	門川小学校6年 長谷川 晴一	門川中学校3年 松田 優那
佳 作	草川小学校1年 後藤 蒼依	草川小学校3年 黒木 乃々桜	門川小学校6年 奈須 興次郎	門川中学校1年 山野内 瞬
	門川小学校2年 松下 柚姫	門川小学校4年 合場 ことね	五十鈴小学校6年 横山 ゆめ	門川中学校3年 佐藤 菜央

★最優秀賞・優秀賞・優良賞の作品を掲載した「入選作品集」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。

★「入選作品集」は町立図書館ホームページからもご覧になれます。

<http://www.kadogawa-lib.jp>

★右の二次元コードをスキャンして作品集を読むことができます。



図書館だより

令和7年1月1日発行
第220号



かどがわちょうりつしょかん
門川町立図書館
TEL.0982(68)0001
FAX.0982(68)0024

■新刊・話題の本

ここで紹介しているのは、ほんの一部です。隨時、
新着本が入ってきてていますので図書館でご覧ください。

一般書

実用書	ルポ京アニ放火殺人事件 潮来を、なぜイタコと読むのか 難読地名の謎 「ウケる企画」のつくり方 「他人の目が気になる・こわい」から抜け出す あの世でも仲良う暮らそうや～104歳になる父がくれた人生のヒント～	朝日新聞取材班／著 筒井 功／著 こす.くま／著 松本 一記 ほか／著 信友 直子／著
	夜刑事 誘拐ジャパン 百年かぞえ歌 恋とか愛とかやさしさなら ひまわり	大沢 在昌／著 横関 大／著 大崎 梢／著 一穂 ミチ／著 新川 帆立／著

児童書

えほん	あ、あな! ノラネコぐんだんピザをやく 十二支がくえん へびながすぎる	チヨー ヒカル／作 工藤 ノリコ／著 かんべ あやこ／作 ふくなが じゅんpei／作
	キャラ絵で学ぶ!江戸の暮らしと文化図鑑 世界の納豆をめぐる探検 「植物」をやめた植物たち こどもホモ・サピエンス～人類の起源、日本人のルーツについて考える本～	千羽 ひとみ／文 高野 秀行／文・写真 末次 健司／文・写真 国立科学博物館人類研究部／監修

■ 1月のテーマ展示

「門川町について知ろう」

門川町は、令和7年2月11日に町制施行90周年を迎えます。これに合わせて、町の歴史・文化に関する本や、門川町出身の方の著書を展示します。この機会に手に取ってみませんか。

「よし、体を動かそう！」

「運動しようと思っているけど、まだ始めていない…」という方はいらっしゃいませんか。初心者の方でも始めやすいウォーキングやジョギング、ストレッチなどの本を揃えています。新しい年、さあ一步踏み出しましょう！



■ 携帯電話のマナーについて

～図書館からのお願い～



館内に携帯電話を持ち込む際は、以下の点にご留意ください。

●マナーモードの設定をしましょう

通話の着信音やアプリの通知音は、静かな場所では遠くまで響きます。周りの方々へのご配慮をお願いいたします。

●館内での通話は控えましょう

本棚に隠れて通話をする方や、歩きながら通話をする方がいらっしゃいます。電話の声はつい大きいなくなってしまうため、周りの方々のご迷惑になります。また、移動しながらの通話は危険ですのでお控えください。

図書館は、読書や調べ物をする施設です。みなさまが気持ちよく利用できるようにご協力をお願いいたします。

■新春シアター

〈上映作品〉「かがみの孤城（アニメ）」辻村 深月／原作、當真 あみ／北村 匠海 ほか／声

部屋に閉じこもっていた中学生・こころ。ある日、部屋の鏡が光り出して中に入ると、そこには城と見ず知らずの中学生6人が。さらに“オオカミさま”と呼ばれる女の子に「城に隠された鍵を見つければ、願いを叶えてやろう」と告げられる。鍵は見つかるのか？なぜこの7人が集められたのか？それぞれが胸に秘めた願いとは…

【日時】1月18日（土）午後2～4時（午後1時30分開場）

【会場】図書館2階 多目的学習室 【対象／定員】中学生以上／先着30名 ※入場無料



■こんな調べものがありました

図書館の窓口に寄せられた、みなさまからの質問をご紹介いたします。

【質問】『若草物語』の著者は誰か。

【回答】『集英社 世界文学事典』世界文学事典編集委員会／編の298ページに記載されている。ルイーザ・メイ・オールコット（1832～1888）アメリカの女性作家。家族を支えるため家事と執筆活動に没頭し、過労のため他界。『若草物語』は著者の家族を素材にしたもので、母親と4人姉妹の日常の喜怒哀楽を綴った作品。児童文学の古典として広く愛読されている。

【質問】うり（瓜）の漬物の作り方が知りたい。うりの種類は何でもよい。

【回答】『四季の漬けもの』婦人生活社／出版の76、96ページに、白うりの漬物の作り方が7種類記載されている。

～白うりの塩漬け～ [材料] 白うり2本（約500g）、塩大さじ1強（うりの4%）

【作り方】①白うりは縦半分に切って、スプーンなどで種をかき出す。
②容器の底に塩を少しふり、白うりの切り口に残りの塩をふる。切り口を上にして容器に並べる。
③押しうたをのせ、1kgぐらいの重石をのせて一晩漬ける。切り口がしんなりして、皮にシワが出てきたら食べ頃。
④食べる時に1cmぐらいの厚さに切って器に盛る。

【質問】土呂久（とろく）公害について、何が起ったのか詳しく書いてある本が読みたい。

【回答】土呂久公害…高千穂町の旧土呂久鉱山の亜砒酸（あひさん）製造等によって生じた公害健康被害（慢性砒素中毒症）。以下の5冊に記載されている。

『怨民の復権①②』土呂久・松尾等鉱害の被害者を守る会／編（健康被害の状況、訴訟の様子）

『土呂久羅漢』川原 一之／著（被害に遭った方々の体験談集）

『記録・土呂久』土呂久を記録する会／編（訴訟開始から和解に至るまでの経緯）

『環境問題情報事典』日外アソシエーツ／出版 251ページ（公害の概要）

◆図書館カレンダー 1月◆

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 ☆シアター

利用時間外に本を返したい場合は、玄関横の返却ポストにご返却ください。返却ポストは休館日、夜間問わずいつでもご利用いただけます。

※ただし、CD・ビデオ・DVDはケースが割れたり中身に傷が付いたりしますので、開館日にカウンターへお持ちください。

おはなし会のごあんない

【対象】0～3才くらい 1月 8日（水）
4～6才くらい 1月 11日（土）

【場所】図書館1階 おはなし室

【時間】午前10時30分より（30分程度）

絵本や紙芝居の読み聞かせ、手あそびをします。

事前の申し込みは必要ありません。

お気軽にご参加ください。



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、資料整理日（毎月1日及び1月4日）
- 年末年始（12月29日から翌年1月3日）
- 年末及び年度末資料整理日（12月28日・3月31日）
- 特別整理期間（毎年1回）

第24回 宮崎県障がい者スポーツ大会 出場者募集!

第24回宮崎県障がい者スポーツ大会の期日が決定しました。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。

- 開催期日：令和7年5月11日（日）
- 場所：ひなた宮崎県総合運動公園、宮崎市生目の杜運動公園ほか
- 応募締切：令和7年1月17日（金）
- 申込み先：門川町役場 福祉課障がい福祉係 ☎ 0982-63-1140（内線2136）

《開催競技》

県・全国大会実施競技	競技種目	身体の部	知的の部	精神の部
	陸上競技	○	○	
	水泳	○	○	
	アーチェリー	○		
	卓球	○	○	○
	フライングディスク	○	○	
	ボッチャ	○		
	ボウリング		○	
	バレーボール			○
県大会のみ	ミニバレー			○
	グラウンド・ゴルフ			○

※ボッチャ競技は、身体障がい者（肢体不自由）で、車椅子・立位のみの競技とします。

※締切期限を過ぎた申し込みは、運営上、受け付けられません。

※当日は、各会場にテレビ、新聞等の報道機関が来場し、選手の氏名、障害区分、写真、映像等がテレビや新聞等で報道されることが予想されますので、あらかじめご了承ください。

福祉課 障がい福祉係

障がい者スポーツ教室が開催されました！

11月13日（水）クリエイティブセンター門川にて、障がい者スポーツ教室が開催されました。

宮崎県障がい者スポーツ協会と宮崎県パラスポーツ指導者協議会の方々の指導のもと、「オーバルボール（※1）」「アキュラシー（※2）」「卓球バレー（※3）」の3種目に挑戦し、障がい者スポーツへの理解や促進を図ると共に、活気ある雰囲気の中で交流を深めることができました。

参加者並びにご協力いただきました関係者の皆さま、お疲れさまでした。

（※1）オーバルボール：楕円型のボールをコート中央の得点ゾーンに転がし、得点を競う競技

（※2）アキュラシー：フライングディスクを投げて円形のゴールに通過させ、枚数や得点を競う競技

（※3）卓球バレー：卓球台を使い、ネットを挟んで1チーム6人ずつが椅子に座ってピンポン球を転がし、相手コートへ3打以内で返す競技



オーバルボール



アキュラシー



卓球バレー

老齢年金を受給している方へ源泉徴収票が送付されます

令和6年中に老齢年金を受給された方に、日本年金機構から「令和6年分 公的年金等の源泉徴収票」が順次送付されます。（障害年金や遺族年金は所得税の課税対象とならないため発行されません。）確定申告などで必要になりますので、大切に保管してください。

源泉徴収票をなくしたとき

次の方法で再交付ができます。お問い合わせの際には、年金証書などの基礎年金番号が分かるものをご用意ください。役場では発行できませんのでご了承ください。

●電話で申請する場合

延岡年金事務所 ☎ 0982-21-5424 / ねんきんダイヤル ☎ 0570-05-1165

●ネットで申請する場合

ねんきんネット (https://www.nenkin.go.jp/n_net/) から申請できます。

●年金事務所へ来所される場合

即日交付ができますので、お急ぎの方は、年金事務所へ来所されることをおすすめします。

本人確認書類（運転免許証やマイナンバーカード等）を持参してください。

※代理の方が手続きされる場合は“委任状”が必要です。 委任状は役場国民年金係の窓口にもご用意しています。

20歳になつたら国民年金

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入することが義務づけられています。

20歳の誕生日の約2週間後に、日本年金機構から加入のお知らせと基礎年金番号通知書、国民年金保険料の納付書などが送付されます。

基礎年金番号通知書は、生涯にわたって使用しますので大切に保管しておきましょう。

今月の出張年金相談 【要予約】

【日 時】 1月23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

○問合せ先

門川町役場 町民課 国民年金係 ☎ 0982-63-1140

延岡年金事務所 ☎ 0982-21-5424

令和7年度 学校給食用 食材納入業者を募集します

門川町学校給食センターでは、町内小・中学校の学校給食調理を行っています。

令和7年度の給食用食材の納入業者を次の内容により募集しますので、食材納入を希望する業者の皆さまは申請書類をご提出ください。

なお、献立の内容によっては、食材納入業者として決定されても、注文がないこともありますので、ご了承ください。

申請受付期限	令和7年1月8日（水）～令和7年1月31日（金）正午まで
契約（納入）期間	令和7年4月1日～令和8年3月31日（1年間）
申請資格	<ul style="list-style-type: none">門川町内に店舗・事業所等を有すること。 (ただし、町内の事業者では取扱いがない食材については、町外の事業者の申請を受け付けることがある)食品に関する諸法令を順守していること。(食品衛生監視票については80点以上であること)学校給食の趣旨を理解し、安全・安心な低価格の食材の納品ができること。
申請書類・申請方法等	詳細については、お問い合わせください。
問合せ先	門川町学校給食センター ☎ 0982-63-5155

国保さわやか健診・後期高齢者健診・国保若年者健診 今年度 最後の集団健診です

健診会場（門川町役場）	同日に受診できるがん検診等（自己負担あり）
令和7年1月19日(日) 健診受付時間8:00~10:30	前立腺がん・肝炎ウイルス検診

◎予約が必要です。健診日に近づきましたら問診票等を送付いたします。

1人当たりの医療費は過去に比べると増加しており、このまま医療費が増加し続けると、保険税が上がっていく可能性があります。

門川町の方がどのような病気で治療していて、医療費を抑えるためにはどこに着目して予防活動に取り組めばいいのかを分析するためには、多くの方に健診を受けていただきデータを集める必要があります。

病院で受けた検査結果は町では把握ができませんので、役場へ血液検査データの提供をお願いしています。

治療中の病気によっては、町の健診項目を満たしていない場合がありますので、その場合は町の健診の受診をお願いしています。

門川町の健診受診率は大変低く、令和5年度の国保さわやか健診の受診率は、宮崎県の市町村の中でワースト2位でした（33.7%）

～病院で定期的に血液検査しているので、町の健診は受診しないという方へ～
血液検査データ等のご提供の協力をお願いします

※町の健診を受けずに、かかりつけ医等で自費で検査を受けた方で、門川町の検査項目を満たす血液データを提供して下さった方に、ティッシュ5箱を差し上げています。（年度内1回限り）

【問合せ先・集団健診のご予約】門川町役場 健康長寿課 健康づくり係 ☎ 0982-63-1140

日向東臼杵情報 宇納間地蔵尊大祭

美郷町の三大祭りの1つである「宇納間地蔵尊大祭」が下記の日程で開催されます。

「宇納間の地蔵さん」として親しまれている火伏せ地蔵。ご本尊に続く365段の石段を上ってお参りしたり、火伏せのお札を買い求めたりと、毎年多くの参拝者が訪れます。

また、寺周辺においては、地場産品や土産物等の出店も予定しております。

ぜひ、参拝にお越し下さい！

【日 時】令和7年2月20日(木)～令和7年2月22日(土)

【場 所】北郷「宇納間地蔵尊(全長寺周辺)」

【問合せ先】美郷町役場 北郷地域課

☎ 0982-62-6201

FAX 0982-62-5021





■ 見守りが必要な方にシールを配布しています!!

門川町では、認知症等により行方不明になる可能性のある高齢者等にQRコード付きの「見守りシール」を配布し、衣服や持ち物等に貼っていただくことで、早期発見につなげる事業を実施しています。

見守りシールが必要な方は、担当のケアマネージャーまたは門川町地域包括支援センターにご相談ください。



■ シールを付けている方を発見し、困っている様子のときは…（地域の方々）

- ①ご本人の正面から優しく声をかける
- ②スマートフォンでQRコードを読み取る

※読み取りが難しい場合は、門川町地域包括支センターや役場までご連絡ください

- ③伝言板にアクセスし、家族やケアマネージャーと連絡をとる

※伝言板を通じて連絡をとるため、個人情報のやり取りはありません



認知症のことで心配事があるときは、下記までご相談・ご連絡ください。

門川町役場 健康長寿課 介護保険係 ☎0982-63-1140／門川町地域包括支援センター ☎0982-63-1129



★0～9の数字の中で
足りない数字は
何でしょう。

①

4	7	5
8	3	2
1	9	6

②

7	3	0
1	9	6
5	2	4

8 ② 0 ①：足りない数字



政府広報 厚生労働省 あしたの暮らしをわかりやすく

まだ、マイナ保険証をお持ちでなくとも、 これまでどおりの医療を、あなたに。

今年の12月2日に、現行の健康保険証は新たに発行されなくなり、マイナ保険証を基本とする仕組みに移行します。

切り替えがまだお済みでない方も申請不要で届けられる資格確認書で保険診療を受けられます。ご安心ください。

また、今お持ちの保険証は、有効期限まで最大1年間、利用できます。

有効期限が切れる場合でも、必要な方には資格確認書が交付されます。

マイナ保険証をお持ちでない方 ➔ 申請不要で資格確認書をお届けします。

新たに後期高齢者になった方 ➔ 申請不要で資格確認書をお届けします。※未だ7月末まで

マイナ保険証での受診が困難な方
(ご高齢の方・障害をお持ちの方など) ➔ 申請いただくことで資格確認書をお届けします。



診療履歴に基づいたより良い医療が受けられるなど、
便利で安全なマイナ保険証への切り替えをご検討ください。

さらに詳しい情報は
こちらから検索→

政府広報 マイナ保険証 |



制度改正に伴う児童手当の手続きはお済みですか？

児童手当は、令和6年10月（令和6年12月支給分）から制度改正が行われました。

制度改正により申請が必要で手続きがお済みでない方は、お早めに手続きをお願いします。

児童手当の支給対象となる方

門川町に住所を有し、高校生年代まで（18歳に達する日以降の最初の3月31日まで）の児童を養育している方

※公務員の方は、勤務先（所属庁）からの支給となります。

制度改正に伴い申請が必要な方

- ・養育している児童が高校生年代（16～18歳）のみである方
- ・所得超過により児童手当が支給されていなかった方
- ・児童手当を受給中で、養育している高校生年代の児童と別居している方
- ・平成14年4月2日から平成18年4月1日に生まれた子に対して学費や生活費などの経済的負担があり、その子を含めて3人以上の子を養育している方

制度改正の内容について

	令和6年9月分まで			令和6年10月分から
0～2歳	(月額) 15,000円		0～2歳	15,000円
3歳～小学生	10,000円	第3子以降 15,000円	3歳～小学生	10,000円
中学生	10,000円		中学生	10,000円
高校生	支給なし		高校生	10,000円
所得制限	あり		所得制限	なし

※第3子以降とは、児童及び児童の兄姉等のうち、年齢が上の子から数えて3人目以降の子のことをいいます。



申請手続きについて

制度改正に伴う支給（増額）分については、令和6年10月分からの手当を遡って支給します。

手続きがお済みでない方は、令和7年3月31日までに手続きをお願いします。

令和7年4月1日以降に申請した場合は、申請月の翌月分からの支給となります。

※申請が遅れると、遅れた月分の手当を受けられなくなりますので、ご注意ください。

申請に必要なもの

- ・請求者（受給者）の健康保険証
- ・請求者（受給者）名義の金融機関口座がわかるもの（通帳またはキャッシュカード等）

受付窓口

門川町役場 福祉課 子育て支援係（1階8番窓口）

受付時間 平日 8：30～12：00 13：00～17：00

【問合せ先】門川町役場 福祉課 子育て支援係 ☎0982-63-1140（内線：2131）

令和7年4月1日診療分から 子ども医療費助成制度の対象年齢を18歳まで拡大します

令和7年4月1日診療分から、子ども医療費助成制度の対象年齢を18歳（高校生年代）までに拡大します。これに伴い、新たに助成の対象となる方は、申請が必要です。

申請が必要な方に対しては、令和7年1月中に案内文書をお送りします。

新たに助成の対象となる方（申請が必要な方）

平成19年4月2日～平成21年4月1日生まれの子ども

（令和7年4月時点で新高校2年生・3年生の学年に相当する子ども）

- ・対象の子どもが令和7年4月1日時点で門川町に住所を有していること。
- ・各種社会保険または国民健康保険に加入していること。
- ・生活保護を受給している方は助成の対象外です。

※現在の受給資格をお持ちの子ども（0歳～中学3年生）は申請不要です。

※ひとり親家庭医療費または重度心身障害者医療費の受給資格をお持ちの子どもは、子ども医療費助成制度が優先されます。（現在、資格者証をお持ちの子どもは、4月以降にご返却いただきます。）

申請に必要なもの

- ・門川町子ども医療費受給資格登録・資格証交付申請書
- ・対象となる子どもの健康保険証の写し

申請期間

令和7年1月20日（月）～令和7年2月14日（金）【土日祝祭日は除く】

申請方法

①郵送での申請

必要事項を記入した申請書と子どもの健康保険証の写しを返信用封筒（切手不要）で返送してください。

②窓口での申請

受付窓口：門川町役場 福祉課 子育て支援係（1階8番窓口）

受付時間：平日 8:30～12:00 13:00～17:00

令和7年4月以降の子ども医療費助成制度について

門川町に住所を有している子どもの、入院・歯科・外来・調剤の医療費を助成します。

対象年齢：0歳～高校生年代までの子ども（18歳に達する日以降の最初の3月31日まで）

子どもが医療機関等を受診した場合、医療機関・診療科目ごとのひと月の自己負担額は下記表のとおりです。

	入院・歯科・外来	調剤
0歳	0円	0円
1歳～18歳	350円	0円

【問合せ先】門川町役場 福祉課 子育て支援係 ☎0982-63-1140（内線：2131）



家庭向け省エネ関連情報⑧



家庭の中でもできる、効果的な省エネ・節電の方法をご紹介していきます。

今回はガス・石油ファンヒーターについてご紹介します。

○省エネレッスン

早めのOFFが決め手。

お出かけや寝る直前までつけているのはもったいない。室温は急には下がりません。お出かけや寝る15分くらい前に切るのがコツ。

フィルター掃除で効率アップ。

ファンヒーターの性能をフルに活用するには、フィルターのお手入れは欠かせません。掃除機でホコリを吸い取ったり、ぬるま湯で洗ってからしっかり乾かしましょう。

体感温度アップ!

寒いからといって、設定温度を上げる前に着る物を工夫しよう!

○省エネ行動と省エネ効果

室温は20°Cを目安に。

外気温度6°Cの時、暖房の設定温度を21°Cから20°Cにした場合（使用時間：9時間／日）

●ガスファンヒーターの場合

年間でガス8.15m³の省エネ、原油換算9.45L、CO₂削減量18.3kg 約**1,320円**の節約

●石油ファンヒーターの場合

年間で灯油10.22Lの省エネ、原油換算9.68L、CO₂削減量25.4kg 約**880円**の節約

○必要な時だけつける。

1日1時間運転を短縮した場合（設定温度：20°C）

●ガスファンヒーターの場合

年間でガス12.68m³の省エネ 約**2,050円**の節約

年間で電気3.72kWhの省エネ 約**120円**の節約

原油換算15.65L、CO₂削減量30.3kg 合計 約**2,150円**の節約

●石油ファンヒーターの場合

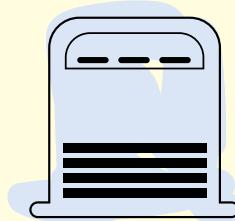
年間で灯油15.91Lの省エネ 約**1,370円**の節約

年間で電気3.89kWhの省エネ 約**120円**の節約

原油換算16.05L、CO₂削減量41.5kg 合計 約**1,470円**の節約

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります。

出典：経済産業省資源エネルギー庁 省エネポータルサイト
※記事作成にあたって上記サイトから引用しています。



町長と町民の意見交換の日～夢と希望がもてる町について語ろう～

〈開催日時〉令和7年1月26日（日）（午前10：00～12：00）

〈開催場所〉門川町役場 町長室（庁舎2階）

〈対象者〉門川町在住の方（中学生以上）※中学生、高校生は保護者同伴

〈対話時間〉午前10：00～12：00まで（1名あたり25分間以内、同伴者は2名まで）

〈参加申込〉1月17日（金）までに参加申込書に必要事項を記入し、郵送、FAXまたはご持参により門川町役場総務課までお申し込みください。参加申込書は門川町HPよりダウンロードしていただくか、門川町役場総務課もしくは総合案内窓口にて配布します。



こちらから

オンラインでも▶▶
お申込みできます。



〈注意事項〉1日の定員は4組です。

個人的な相談内容はお受けできません。

〈問合せ先〉門川町役場 総務課 ☎0982-63-1140

2月の開催につきましては次号の広報かどがわまたはHPにてお知らせいたします。



新しい年が始まりました。今年は、未来への扉を開く年にしたいですね。その鍵となるのが『ウェルビーイング(Well-being)』です。一人ひとりが心地よく暮らし、地域全体が豊かになるためのヒントを、『ウェルビーイング』から一緒に探していきましょう。

みなさんは「ウェルビーイング」という言葉を聞いたことがありますか?最近、ニュースや雑誌などでも取り上げられることが増えていますよね。これは日本語で「幸福」や「健康」と訳されることが多いですが、実はもっと広い意味を持っています。「ウェルビーイング」とは、心と体が健康で、自分らしい生活を送りながら、社会や環境とも調和が取れている状態を指します。つまり、個人の幸福だけでなく、家族や地域、さらには地球全体の幸せも含めた広い視点での「豊かさ」を意味しているのです。最近、この考え方方はSDGs(持続可能な開発目標)の中でも特に注目されています。



ウェルビーイング (Well-being) の3つの要素

ウェルビーイングを理解するためには、大きく次の3つの要素を考えると分かりやすいです。



Well-being

良好な 状態

幸福 (Happiness・ハピネス) との違いは、満たされた状態が持続することがウェルビーイングであるのに対し、Happinessは、一時的な幸せの感情を指すことばなんだって。



身体的な健康



身体の健康はウェルビーイングの基盤です。日常的な健康管理やライフスタイルの質がこの要素に含まれます。

〈例〉

- ・栄養バランスの取れた食事
- ・定期的な運動
- ・質の良い睡眠
- ・病気予防や医療へのアクセス



など

精神的な充実



心の健康やポジティブな感情、人生の意義を感じることが精神的な充実に寄与します。これは個人の幸福感やストレスへの対処力に大きく影響します。

〈例〉

- ・ポジティブな感情（喜び、感謝、満足感）
- ・人生に意味や目的を見出すこと
- ・ストレス管理やメンタルケア
- ・趣味や好きなことに没頭する時間

など

社会的なつながり



良好な人間関係やコミュニティとのつながりは、ウェルビーイングを高める重要な要素です。他者との支え合いや社会参加が幸福感を育みます。

〈例〉

- ・家族や友人との絆
- ・地域コミュニティへの参加
- ・社会的サポートの活用
- ・誰かと助け合う行動



など



ウェルビーイングとSDGsのつながり



身近な「幸福」を考える



SDGsの根本理念は「誰一人取り残さない (Leave No One Behind)」です。これは、すべての人がウェルビーイングを享受できる社会を目指すという点で一致しています。

SDGsには、ウェルビーイングを支える目標がたくさんあります。例えば、目標3「すべての人に健康と福祉を」、目標11「住み続けられるまちづくりを」、目標13「気候変動に具体的な対策を」などが挙げられます。これらは一見、大きな話に思えるかもしれません。私たち一人ひとりの行動がその実現に繋がっています。

ウェルビーイングは、特別なことではなく、私たちの日常にあるものです。たとえば、健康的でおいしい地元の食材を食べることや、家族や友人と笑い合う時間、近所の美しい自然を散歩することも、その一部です。また、誰かと助け合ったり、自分が住む地域で役立つ活動をすることも、自分と周りのウェルビーイングを高める方法です。これらの行動は、自分自身のウェルビーイングを高めるだけでなく、地域のつながりを強め、持続可能な社会づくりにもつながります。

ウェルビーイングは、一人ひとりが「自分らしく心地よく生きる」ことを大切にする考え方です。皆さんの中にも「これが私の幸せだ」と思える瞬間があるはずです。それを大切にしながら、地域全体で豊かな暮らしをつくっていきましょう。

おんせん通信

ホームページ



インスタグラム



QRコードはデンソーウエーブの登録商標です

謹賀新年 本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

日頃の感謝を込めて

町民感謝
ウィーク
イベント開催します!

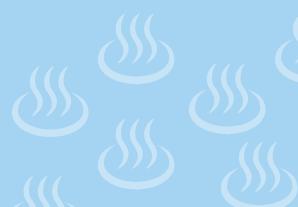
開催期間

1/17 金 ~ 1/31 金 (15日間)

期間中、下記のチケットをお持ちいただくと門川町にお住まいの方は

入浴料無料!

この機会にぜひご利用ください。
(地区名をご記入下さい)



入浴無料券

有効期間:2025年1月17日~1月31日まで

- 本券のご利用で、入浴料を無料とさせていただきます。ご利用の際は、受付までお持ちください。なお、本券は1枚につき1名様とさせていただきます。
- 本券を紛失した場合、再発行はできません。
- 有効期間以外のご利用はできません。
- 門川町に居住されている方が対象です。

対象施設

かどがわ温泉 心の杜
門川町大字庵川1942番地
0982-63-7780

営業時間

10:00~21:00

地区名



入浴無料券

有効期間:2025年1月17日~1月31日まで

- 本券のご利用で、入浴料を無料とさせていただきます。ご利用の際は、受付までお持ちください。なお、本券は1枚につき1名様とさせていただきます。
- 本券を紛失した場合、再発行はできません。
- 有効期間以外のご利用はできません。
- 門川町に居住されている方が対象です。

対象施設

かどがわ温泉 心の杜
門川町大字庵川1942番地
0982-63-7780

営業時間

10:00~21:00

地区名



入浴無料券

有効期間:2025年1月17日~1月31日まで

- 本券のご利用で、入浴料を無料とさせていただきます。ご利用の際は、受付までお持ちください。なお、本券は1枚につき1名様とさせていただきます。
- 本券を紛失した場合、再発行はできません。
- 有効期間以外のご利用はできません。
- 門川町に居住されている方が対象です。

対象施設

かどがわ温泉 心の杜
門川町大字庵川1942番地
0982-63-7780

営業時間

10:00~21:00

地区名



【問合せ先】 かどがわ温泉心の杜 : ☎ 63-7780 地域振興課 : ☎ 63-1140

【事業者の皆様へ】1月は償却資産(固定資産税)の申告期間です

商店や工場、農業や漁業を営んでいるなどの事業を行っている方は、毎年1月1日現在で所有している償却資産を申告する必要があります。(地方税法383条)

【償却資産】とは？

固定資産税という「償却資産」とは、個人または法人が、事業のために用いている構築物・機械・器具・備品（土地・家屋を除く）等をいいます。

Q. 申告をするものがなくても申告しないといけないの？

A. 傷却資産は、法令で毎年申告することが義務付けられています。傷却資産を所有していない場合や課税されない場合でも申告が必要です。正当な理由がなく申告をしなかつた場合や、虚偽の申告をした場合は、罰金などの罰則規定の対象になります。

Q. 確定申告のとき「減価償却資産申告」をする予定でも、別に申告をしないといけないの？

A. 「減価償却資産申告」は確定申告などで税控除を目的に申告するもので、課税を目的とする固定資産税の「傷却資産申告」と違うものです。事業用として町内で所有する傷却資産は、町長に対して申告しなければなりません。

Q. 申告の方法は？

A. 傷却資産の申告書を12月中に事業者の方へお送りしています。傷却資産の所有状況を記入し、1月末日までに税務課へ提出してください。申告書が届いていない事業者の方、新規に事業を開始された方は、税務課へご連絡ください。

業種別の主な傷却資産

○ 各種共通

駐車場設備、太陽光発電、舗装路面、外灯、看板、机・椅子、パソコン、コピー機、金庫、造作費（貸店舗）等



○ 農業・漁業

ビニールハウス、動噴、乾燥機、船、エンジン、レーダー等



○ 理・美容業

パーマ器、理・美容椅子、洗面設備、サインポール、テレビ等



○ 飲食店

接客用家具・備品、厨房設備、冷蔵庫、冷凍庫、カラオケセット等



○ 小売店

レジスター、商品陳列ケース、陳列棚、自動販売機、冷蔵庫、冷凍庫、日よけ等



【問合せ先】門川町役場 税務課 固定資産係 ☎ 0982-63-1140

確定申告に関するお知らせ

令和6年分の確定申告は、スマホとマイナンバーカードを利用して、ご自宅から申告できるe-Taxをご利用ください。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」では、金額等を入力するだけで、自動計算で申告書の作成ができ、計算誤りがありません。

また、作成した申告書は、そのままe-Taxで送信できます！

その際、利用者証明用電子証明書のパスワード（数字4桁）と署名用電子証明書のパスワード（英数字6文字以上16文字以下）が必要となります。署名用電子証明書のパスワードが分からない場合は、市区町村の窓口・コンビニ等で再設定が可能です。

さらに、「マイナポータル連携」を利用すると、マイナポータル経由で控除証明書等のデータを一括取得し、所得税の確定申告書の該当項目へ自動入力が可能です。

詳しくは、国税庁ホームページ（<https://www.nta.go.jp/>）をご覧いただか、国税相談専用ダイヤルや最寄りの税務署にお尋ねください。

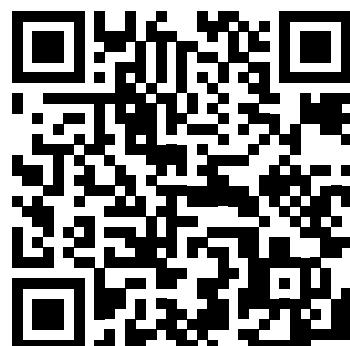
■ 国税相談専用ダイヤル（電話0570-00-5901）

■ 延岡税務署（電話0982-32-3301）※自動音声案内

「確定申告書等作成コーナー」はこちら



「マイナポータル連携」の詳細はこちら



申告相談会場への来場を検討されている方へ

申告相談会場への入場は、時間枠が指定された「入場整理券」（当日配付もしくはLINEによる事前発行）が必要です。なお、入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。また、来場する際は、マイナンバーカード及びスマートフォンを持参してください。マイナンバーカードの発行時に設定した利用者証明用電子証明書のパスワード及び署名用電子証明書のパスワードも必要です。

【税務署が開設する申告相談会場】

〈開設場所〉 延岡税務署（延岡市大貫町1丁目2915番地 延岡合同庁舎）

〈開設期間〉 令和7年2月17日（月）から令和7年3月17日（月）まで（土日祝日を除く。）

〈受付時間〉 午前9時から午後4時まで

令和7年度（令和6年分）町県民税（国民健康保険税）申告日程は2月中旬から3月中旬を予定しています。詳細は2月号でご確認ください。

確定申告での医療費控除について

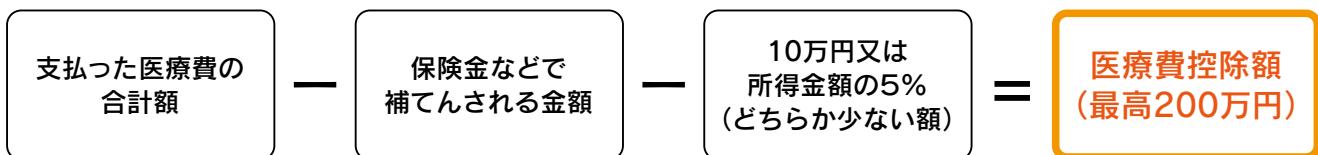
申告を門川町で受付ける際に、最も質問をお受けするのが医療費控除についてです。医療費控除は事業所での年末調整では控除できませんので、申告を行う必要があります。

なお、医療費の合計額の計算については、計算ミスによるトラブルを防ぐために職員は行えませんので、事前に令和6年1月から12月までに支払った医療費の領収書の整理を行い、**医療費の合計額をまとめておきましょう。**

※申告で還付されるのは、**支払った医療費ではなく源泉徴収された所得税**です。そのため、**所得税が源泉徴収されていなければ、医療費控除を適用させても還付はありません**ので、ご注意ください。

- 対象期間：令和6年1月1日から令和6年12月31日に支払った医療費
- 対象者：本人や生計を一にするご家族
- 対象となるもの：医師や歯科医師による診療や治療の対価 など
- 対象とならないもの：美容整形等の費用、健康診断の費用 など

○ 計算方法



※医療費控除の記入の仕方については、国税庁のホームページをご覧ください。

2025年農林業センサスにご協力ください

農林水産省では、令和7年2月1日を基準に、「2025年農林業センサス」を実施します。

この調査は、農林業の実態を明らかにし、国や都道府県、市区町村はもちろん各方面にわたり、広く利用できる総合的な統計資料を得るために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。

令和7年1月中旬から調査員が農林業関係者の方々を訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いしますので、ご協力をお願いします。

調査票に記入された事項については、統計以外の目的には使用されません。

【調査期間】

令和7年1月中旬～令和7年2月末（予定）

【調査期日】

令和7年2月1日

円滑な調査の実施に向けて、ご協力をお願いいたします。

また、調査票はオンラインによる回答も可能です。



＼書かない ✕ 確定申告／ マイナンバーカードでe-Tax

いつでも どこでも
初めてでも 安心♪



スマホで
サクっと♪

すでに
約 70% の方が
e-Taxで
申告しています!!

確定申告書等作成コーナーなら
金額等を入力するだけで
自動計算で申告書が完成！



作成コーナー

マイナポータル連携
の詳細はこちラ



マイナポータル連携で
控除証明書等のデータが
自動入力できる！



※ご利用には事前準備が必要です

e-Taxの5つのメリット

自宅から
申告可能



確定申告期間
24時間利用可能



※メンテナンス時間を除きます

申告書が
データで取得可能



添付書類
提出不要



※一部の書類を除きます

早期還付
(3週間程度で還付)



書面提出の場合は
1か月～1か月半程度で還付



国税庁 法人番号7000012050002

確定申告書等作成コーナーのご利用に当たって

作成できる申告書等

- ・所得税の申告書
- ・消費税の申告書
- ・青色申告決算書・収支内訳書
- ・贈与税の申告書



令和7年1月から
所得税のすべての画面が
スマホで
見やすくなります♪

e-Taxに必要なもの

- ✓ **マイナンバーカード**
※マイナンバーカード及び電子証明書の有効期限にご注意ください
- ✓ **マイナンバーカード読み取対応のスマホ**
(又はICカードリーダライタ)
- ✓ **マイナンバーカードのパスワード2つ**
 - ① 署名用電子証明書のパスワード
(英数字6~16文字)
 - ② 利用者証明用電子証明書のパスワード
(数字4桁)

スマホに
マイナポータルアプリ
をインストール



パスワードを忘れた場合やロックされた場合の対処法については、公的個人認証サービスのポータルサイトをご確認ください。



令和7年1月からe-Taxがスマホ用電子証明書に対応！

- **マイナンバーカードをスマホで読み取らなくても、**
申告書の作成・e-Tax送信ができるようになります！
- 利用者証明用電子証明書のパスワードはスマホの**生体認証機能**を利用できます！
(機種によって異なります)

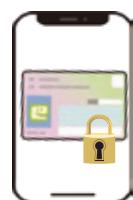
Android™のみ対応しています

※ご利用には、スマホでマイナポータルからスマホ用電子証明書の利用申請・登録をする必要があります。

スマホ用電子証明書について詳しくはこちら



＼ 読取不要 ／



申告に困ったときは

▶ 動画で見る確定申告

確定申告書等作成コーナーの操作方法などを動画でご案内



▶ チャットボット「ふたば」

ご質問したいことをメニューから選択するか、入力いただくと「税務職員ふたば」(AI)が回答



・このチラシには開発中の内容が含まれておりますので、実際の内容と異なる場合があります。
・Androidの名称は、Google LLCの商標または登録商標です。

R6.8

次期し尿処理施設について（シリーズ10）

安全祈願祭が行われました！

門川町では、現在、五十鈴地区にある門川町衛生センターが運転を開始してから40年以上経過していることから、新しいし尿処理施設の計画を進めています。

そこで、し尿処理施設に関する情報を皆さんに提供し、町全体の課題としてご理解をいただくため連載して掲載しています。

去る令和6年11月14日（木）に現衛生センター敷地内において「門川町次期衛生センター（仮称）建設工事」着手に先立ち、工事関係者による安全祈願祭が執り行われました。

当日は、山室浩二町長や町議会議員、農林水産大臣の江藤拓議員代理、安田厚生県議会議員や地元関係者ら約40名が出席され、工事期間中の安全を祈願しました。

式典のあと、山室町長が「次期衛生センター建設工事における安全と、この門川町の緑豊かな自然環境に配慮した未来へつながる施設となることを、切に期待している」とあいさつし、結びに、施工者である水ingエンジニアリング株式会社の須山晃延代表取締役社長が「地元区をはじめ周辺環境に十分配慮しながら、全社一丸となって取り組んでいく」と決意を述べました。

次期衛生センターは、令和9年4月に完成を予定しています。



安全祈願祭の様子



完成予想図

【問合せ先】環境水道課 衛生センター建設係

水道管の凍結について

気温が氷点下になると、水道の水が出なくなったり水道管が破裂する恐れがあります。そのため、低温注意報など天気予報に注意されて凍結防止のための予防策をお願いします。

1 凍結しやすいところ

- ①水道管が屋外でむき出し
- ②北向きで陽が当たらない場所
- ③風当りが強い場所

2 水道管が凍結しないために

屋外でむき出しになっている水道管には、発泡スチロールなどの保温材を巻くなどしてください。（水道管用保温材はホームセンター等で販売しています。）蛇口から水を少し出すのも凍結防止に有効ですが、水道料金がかかるので出し過ぎにご注意ください。

3 水道管が凍結したら

水道管が凍って水が出なくても、気温が上がれば水は出るようになりますが、急いで使いたい場合は凍っている部分にタオルをかぶせ、ぬるま湯をゆっくりとかけて溶かしてください。熱湯をかけると水道管が破裂する恐れがあるので絶対にやめてください。

4 水道管が破裂したら

水道管が破裂した場合は、まずメータボックス内の止水栓を閉めてください。水漏れがないことを確認して水道工事事業者（当番制で広報誌の巻末部分に掲載があります。）にご連絡をお願いします。

5 その他

宅地内の水道管はお客様の所有物になるため破損してしまうと、お客様が修理費用などを個人で負担することになります。水道管凍結時の修理費用についても同様ですので、修理の際は水道工事事業者に直接お問い合わせをお願いします。

【問合せ先】門川町役場 環境水道課 工務係 ☎ 0982-66-1150

考え方! 一般廃棄物最終処分場（シリーズ④）

生活環境影響調査実施のお知らせ

日向市、門川町、美郷町、諸塙村、椎葉村で構成する日向東臼杵広域連合では、次期広域最終処分場整備について検討を進めていますが、最終処分場のことをもっと知ってもらうために、今回は生活環境影響調査について紹介します。

1. 生活環境影響調査について

生活環境影響調査は、次期広域最終処分場が周辺地域の生活環境に及ぼす可能性のある影響をあらかじめ調査します。また、その調査を基に結果の予測・評価を行い、環境保全のための措置を検討した上で、調査書を作成するものです。

2. 調査の内容

項目		調査地点	調査時期
大気環境	粉じん	3地点	夏季、冬季 ⇒ 1週間／季
	風向・風速	1地点	通年
	二酸化窒素(NO ₂)		夏季、冬季 ⇒ 1週間／季
	浮遊粒子状物質(SPM)		夏季、冬季 ⇒ 1週間／季
騒音調査	埋立作業、施設稼働関係	3地点	秋季 ⇒ 平日24時間／季
	廃棄物運搬車両関係	1地点	秋季 ⇒ 平日12時間／季
振動調査	埋立作業、施設稼働関係	2地点	秋季 ⇒ 平日24時間／季
	廃棄物運搬車両関係	1地点	秋季 ⇒ 平日12時間／季
悪臭調査	特定悪臭物質、臭気指数	3地点	夏季
水環境	全りん、全窒素pH、大腸菌数など	7地点	4季(春季、夏季、秋季、冬季)
	ダイオキシン類、健康項目、水道水質基準項目		1季
地下水調査	地下水位	6地点	通年
	地下水の水質		4季(春季、夏季、秋季、冬季)
交通量		1地点	秋季 ⇒ 平日12時間／季



風向・風速調査



交通量調査



水質調査

広域連合のHPに会議録や会議資料を公表しています。



門川町旧庁舎跡地(町有地)売却業務の公募型プロポーザル(2回目)を実施します



昨年9月に引き続き、門川町旧庁舎跡地（町有地）の売却について、令和4年3月に策定した「門川町庁舎跡地活用基本構想」にある活用ビジョン「人との交流が生み出す豊かさを未来につなげる場所」を実現するため、公募型プロポーザル方式により実施します。

事業スケジュールは下記の通りです。その他実施要項等事業の詳細につきましては、門川町HPをご確認ください。

No.	項目	予定月日
1	公募期間	令和7年1月6日（月）から
		令和7年2月21日（金）まで
2	現地見学会	令和7年2月3日（月）～7日（金）まで
3	質疑の受付	令和7年1月14日（火）から 令和7年1月31日（金）まで
4	質疑に対する回答期限	令和7年2月7日（金）まで
5	参加表明書の提出	令和7年2月21日（金）まで
6	一次審査結果の通知 (書面)	令和7年2月28日（金）まで
7	二次審査書類の受付	令和7年4月25日（金）まで
8	二次審査結果の通知 (書面)	令和7年4月30日（水）まで
9	二次審査 (プレゼンテーションの実施)	令和7年5月16日（金）
10	審査結果 (プレゼンテーション) の通知)	令和7年5月22日（木）まで
11	契約に向けた協議	契約候補者と協議
12	仮契約の締結	令和7年5月下旬
13	議会の議決（本契約）	令和7年6月上旬
14	町有地売却代金の納付	納付期限までに納付
15	所有権の移転・物件の引渡し	町有地売却代金の納付後

※プロポーザル方式とは…

事業者からの企画書や提案書を受けて、発注者（門川町）が最適な提案を行った企業を選定して契約する方式です。

(財政課 契約管理係)

令和7年5月1日から



盛土等には事前の許可または届出が必要です

宮崎県では令和7年5月1日に県内ほぼ全域を規制区域に指定し、規制を開始するので、下記に示す規模の盛土等を行う場合は、工事を行う前に許可または届出が必要となります。

許可・届出の対象となる盛土の規模

▶許可対象

赤文字 宅地造成等工事規制区域

青文字 特定盛土等規制区域

<土地の形質の変更(盛土・切土)>

例え… ●宅地を造成するための盛土・切土 ●残土処分場における盛土・切土 ●太陽光発電施設の設置のための盛土・切土 等

要件	①盛土で高さが 1m超 の崖 [※] を生ずるもの	②切土で高さが 2m超 の崖 [※] を生ずるもの	③盛土と切土を同時にい、高さが 2m超 の崖を生ずるもの (①、②を除く)	④盛土で高さが 2m超 となるもの (①、③を除く)	⑤盛土又は切土をする土地の面積が 500m ² 超 となるもの (①~④を除く)
イメージ図					

※「崖」とは、地表面が水平面に対し30度を超える角度をなす土地で、硬岩盤（風化の著しいものを除く）以外のものをいいます。

<一時的な土石の堆積>

例え… ●土石のストックヤードにおける仮置き 等

要件	⑥最大時に堆積する高さが盛土で高さが 2m超 かつ面積が 300m ² 超 となるもの	⑦最大時に堆積する面積が 500m ² 超 3,000m ² 超 となるもの
イメージ図		

▶届出対象

〈特定盛土等規制区域のみ〉 ①～⑦の 赤文字 規模のもの

▶前記以外の届出対象

規制区域指定日に現に赤文字 規模の工事を行っている場合は、令和7年5月21日までに県（宮崎市については宮崎市）に届出が必要です。

手続きの主な流れ



重要!!

規制区域内では、過去の盛土等も含めて、土地所有者等が常にその土地を安全な状態に維持する必要があります。

お問い合わせ

宮崎県 県土整備部 技術企画課 技術調整担当

〒880-0805 宮崎県宮崎市橋通東2丁目10-1

TEL: 0985-26-7178

規制区域の詳細はこちらの二次元コードからご確認ください。



宮崎県 盛土規制法

検索

門川神社大祭 小園臼太鼓踊り



11月23日(土)、門川神社大祭がおこなわれました。

五穀豊穣、家内安全、無病息災を祈願する祭りであり、

その中で奉納される「臼太鼓踊り」は無形民俗文化財にも指定されています。

当日は秋晴れのもと、荘厳な舞が奉納され、観客たちを魅了していました。

「三ない運動」、 ご存じですか？

政治家の寄付は禁止(贈らない)
政治家の寄付を求めない
受け取らない



年末年始はお歳暮やお年賀など、何かと贈り物をする機会の多いシーズン。そこで、この機会に皆さんに改めてご理解いただきたいのが、きれいな政治、お金のかからない政治の実現、選挙の公正の確保を目指す「三ない運動」（贈らない、求めない、受け取らない）です。政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることはもちろん、有権者が政治家に寄付や贈り物を求めることも、公職選挙法により禁止されています。皆さま一人ひとりが寄附禁止のルールを守って、明るい選挙を実現させましょう。

◇政治家の寄附禁止の対象例◇

- ✗ 落成式・開店祝などの祝花、葬儀の供花、病気見舞いなど
- ✗ お歳暮・お年賀など
- ✗ 結婚祝・香典、卒業祝・入学祝など
- ✗ お祭りへの寄附・差入れ、町内会の集会・旅行などの催物への寸志・飲食物の差入れ

[平時より禁止されるもの]

●政治家の寄附の禁止

政治家が選挙区内にある者に対して寄附することは、その時期や名義のいかんに問わらず、罰則をもって禁止されている。また、政治家以外のものが政治家の名義の寄附をすることも罰則をもって禁止されている。

●政治家に対する寄附の勧誘・要求の禁止

政治家に対して寄附をするよう勧誘や要求をすることも禁止されている。政治家を威迫して、あるいは政治家の当選または被選挙権を失わせる目的で勧誘や要求をすると处罚される。政治家名義の寄附を求めることが禁止されており、威迫して求めると处罚される。

●政治家の関係団体の寄附の禁止

政治家が役職員や構成員である団体や会社が、選挙区内にある者に対して、政治家の氏名を表示したり、氏名が顕著されるような方法で寄附することは禁止されており、選挙に際して寄附をすると处罚される。

●請負等の契約の当事者の寄附の禁止

国、地方公共団体と請負その他特別の利益を伴う契約の当事者がそれぞれの選挙に関して寄附をすることや、これらの者にからそれぞれの選挙に関して寄附を受けることは、罰則をもって禁止されている。

[選挙に関して行なうことが禁止されるもの]

●政治家の氏名等を冠した団体の寄附の禁止

政治家の氏名が表示されたり、氏名が顕著されるような名称が表示されている団体が、選挙に関し、選挙区内にある者に対して寄附をすることは、名義のいかんに問わらず处罚される。

●政治家の公共団体の寄附の禁止

政治家の公認団体（いわゆる後援会）が、選挙区内にある者に対して、後援団体の設立目的により行われる行事や事業に関する寄附以外の寄附をすると、その時期や名義のいかんに問わらず处罚される。



なるほど！選挙
「寄附の禁止」
詳細はお近くの選挙管理委員会まで



募集・お知らせ

門川町公報「LINE」アソシエートによる魅力トセイ

1-880-8501
宮崎市橋通東2-10-1
0985-26-7146

1-880-8501
宮崎市橋通東2-10-1
0985-26-7146

門川町の公式LINEやサイバー窓口は、「こ存じですか?」門川町に関するイベント情報やごみ捨て日をお知らせする機能やサイバー窓口（書かない窓口）など様々な便利機能がある門川町の公式LINEです。稼働してから1年ほど経ち、登録者は1000人を越えて多くの方にご利用いただいている。今後より使いやすいものにしていくため、アンケート回答のご協力をよろしくお願ひいたします。

（書かない窓口）（書かない窓口）など様々な便利機能がある門川町の公式LINEです。稼働してから1年ほど経ち、登録者は1000人を越えて多くの方にご利用いただいている。今後より使いやすいものにしていくため、アンケート回答のご協力をよろしくお願ひいたします。



□回看護高等専修学校 (准看護師養成)

一次募集のお知らせ

※令和6年4月より専門実践教育訓練給付金制度指定講座になりました。詳細はお住まいのハローワークへお尋ねください。

【試験日】令和7年2月1日（土）
【願書受付】令和7年1月14日（火）～1月28日（火）

【試験科目】現代国語・一般常識・面接

【合格発表】令和7年2月12日（水）

【受験料】10,000円

【受験資格】中卒以上で高卒程度の学力を有する者

【修業年限】2年間

【問い合わせ】0982-52-0222

ハナバウチサギ(つなわ雑魚)の採捕についてのお知らせ

令和6年11月26日から令和7年3月10日まで、県内各河川において、シラスウナギの採捕が行われています。

シラスウナギを採捕できるのは、知事の許可を受けた方であり、許可を受けていない方が採捕すると、法令違反として検挙されます。

また、「うなぎ稚魚の取扱いに関する条例」に基づく県の登録を受けずに、全長25cm以下の中のうなぎの稚魚の所持・譲受け等を行った場合も同様に検挙されますのでご注意ください。

宮崎県農政水産部水産局漁業管理課

放送大学 入学生募集のお知らせ

放送大学は、2025年4月入学生を募集しています。

10代から90代までの幅広い世代、約8万5千人以上の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。

授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。心理学・福祉・経済・歴史・文学・

情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。卒業すれば学士の学位を取得できます。

1単位の授業料は6,000円（入学金は別）。半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。全国にキャンパスにあたる学習センターやサテライトベースが設置されており、面接授業（スクーリング）の開講やサークル活動などの学生交流も行われています。

資料を無料で差し上げています。気軽に放送大学宮崎学習センター（☎0982-53-1893）までご請求下さい。

★ただいま2025年4月入学生を募集しています。

【出願期間】
第1回：2024年11月26日（火）～2025年2月28日（金）
第2回：2025年3月1日（土）～3月11日（火）



「東臼杵地区花き展示会」開催します！

延岡・日向地域で、とてもきれいな花々が生産されていることをご存知ですか？

生産者が丹精込めて育て、美しく咲いた花を展示します♪ 無料で鑑賞いただけますので、ぜひ



【主 催】東臼杵地区花き振興会、JAみやえき日向地区本部

☎(0982)32-6136

お立ち寄りください。
【期 間】令和7年1月16日（木）午前8時30分から1月17日（金）午後2時30分まで
◆最終日1月17日午後3時から展示した花を無料配布します（なくなり次第終了）

◆開館時間：午前8時30分から午後5時

前8時30分から1月17日

1月の水道当番表

日	月	火	水	木	金	土
12/29 請閑	30 小松	31 小泉	1/1 吉田	2 叶設	3 請閑	4 小松
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 小松	14 小松	15 小松	16 小松	17 小松	18 小松
19 小泉	20 小泉	21 小泉	22 小泉	23 小泉	24 小泉	25 小泉
26 吉田	27 吉田	28 吉田	29 吉田	30 吉田	31 吉田	2/1 吉田



- ① お宅の蛇口を全部閉めて、メーターのパイロットを見てください。
 - ② パイロットが回転しているなら、宅内（メーターから蛇口までの間）で漏水している可能性があります。
 - ③ 漏水している場合は門川町指定業者に調査を依頼してください。（有料）
- 漏水は放っておいてもよくなることはありませんので、発見時には早急に修理をお願いいたします。

事業者	電話番号
請閑水道設備工業	63-1286
叶設（きょうせつ）	95-0655
小泉管工事工務店	63-1251
小松設備	63-7235
吉田工業	52-2773 090-8228-3436
門川町役場 環境水道課	代表63-1140 直通66-1150

※ 緊急で修理が必要な場合の当番表です。
 ※ 当番業者の修理の受付状況によっては、すぐに対応できない場合があります。
 ※ 上記の当番のほかにお知り合いの門川町指定業者がいらっしゃれば、そちらに相談していただいてもかまいません。



■ 医師会在宅当番医テレフォンサービス
※ やむを得ず変更する場合もありますので、
ください。テレフォンサービスをご確認の上、ご受診
ください。オントレーニングサービスでご確認の上、ご受診

☎ (0982) 53-11214

日時	医療機関名	電話	住所
12月30日(月曜日)	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31日(火曜日)	松崎医院(小児科のみ)	(0982)21-0001	延岡市昭和町1-11-1
1月1日(元旦・水曜日)	桜ヶ丘ファミリークリニック	(0982)28-2280	延岡市夏田町414-1
1月2日(木曜日)	延岡共立病院(小児科のみ)	(0982)33-3268	延岡市山月町5丁目5679-1
1月3日(金曜日)	さわ小児科クリニック(小児科のみ)	(0982)21-1412	延岡市古川町610-1
1月5日(第1日曜日)	丸山クリニック(小児科のみ)	(0982)21-6028	延岡市博労町4-4
1月12日(第2日曜日)	こどもクリニックたしろ	(0982)56-1515	日向市原町4-58-4
1月13日(成人の日)	おきしま小児科(小児科のみ)	(0982)33-0222	延岡市大貴町4丁目1338-1
1月19日(第3日曜日)	お倉が浜Kidsクリニック	(0982)66-7611	日向市財光寺1737-1-1
1月26日(第4日曜日)	井上病院(小児科のみ)	(0982)23-7402	延岡市平原町1-990-1

〈診療時間は午前9時～午後6時〉

お知らせ 小児科 日曜・祝日在宅当番医の

CALENDAR

1月のカレンダー

(令和6年12月20日現在)

日	月	火	水	木	金	土
			1/1	2	3	4
			元日 かどがわ温泉 心の杜 休館日			門川町消防出初式 (8:20~12:00 門川海浜公園)
5	6	7	8	9	10	11
	町内小・中学校 第3学期始業式 オレンジカフェ 「はんこら」 (10:00~12:00 下納屋公民館) すくすくタイム (10:00~16:00 子育て人づくりセ ンター)			オレンジカフェ 「いぶき」 (10:00~12:00 東栄町こばる別館) オレンジカフェ 「ひらじょう」 (13:00~15:00 スーパー平城)	英語絵本の読み 聞かせ ※要申込 (10:30~11:00 子育て人づくりセ ンター)	
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日	行政相談 (9:30~12:00 役場1階町民ギャ ラリー)	乳児前期健診(R6年8・9月生) (午後 門川町総 合福祉センター)	かどがわ温泉 心の杜 休館日 オレンジカフェ 「いぶき」 (10:00~12:00 東栄町こばる別館)	にこにこタイム ※要申込 (10:30~11:30 子育て人づくりセ ンター)	令和6年度 わたし たちの思いを語る 会(9:30~ 門川 町総合文化会館)
19	20	21	22	23	24	25
国保さわやか・後 期高齢者・国保若 年者健診、前立腺 がん・肝炎ウイル ス検診 ※要予約 (8:00~10:30 門川町役場(新庁 舎))				オレンジカフェ 「いぶき」 (10:00~12:00 東栄町こばる別館) オレンジカフェ 「ひらじょう」 (13:00~15:00 スーパー平城)		おはなしねいろ ※要申込 (10:30~11:30 子育て人づくりセ ンター)
26	27	28	29	30	31	
町長と町民の 意見交換の日			3歳児健診 (R3年6・7月生) (午後 門川町総 合福祉センター)	オレンジカフェ 「いぶき」 (10:00~12:00 東栄町こばる別館)		

～守ろう健康 食べよう かどがわの食～

“Good へら塩 Motto ベジ活”



宮崎県ヘルスメイトおすすめ!

地産地消・防災レシピ「切干大根とわかめのサラダ」

～パッククッキングで災害時も簡単に野菜が摂れるレシピです！～



1人当たり：131Kcal、塩分 1.1g 野菜 82g
(目標の約 1/4 の野菜がとれる)

材料 (2人分)

- ・切干大根 30g (水戻し後:120g)
- ・乾燥わかめ 2g (水戻し後:24g)
- ・コーン缶 20g (大さじ2)
- ・ツナ缶 70g (1缶)
- ・水 120ml
- ・ポン酢 大さじ1

【作り方】

- ① 湯煎可能なポリ袋にポン酢以外の材料をすべて入れ、ポリ袋の中の空気をできるだけ抜き、袋の上の方でしっかりと結びます。鍋にお湯を沸かしておきます。
- ② 沸騰したお湯にポリ袋を入れ、弱火で20分間茹でます。鍋から袋を取り出し、袋を開けてポン酢で味を調えます。

★災害時のポイント…ガス・電気が使えない時は食卓用力セッコンロを使用します。

※参考:災害時!ポリ袋調理法「パッククッキング」のレシピ
(<https://halmek.co.jp/life/c/relief/5191>)

認知度簡易チェックサイトをご活用ください



いくつかの質問に答えるだけで、アドバイスが表示されます。暮らしの中の目安としてご利用ください。
※利用料無料（通信料は自己負担）



これが
350gの目安量
です。



いつもの食事に野菜をあと1皿!

1日に必要な野菜は350g以上

【問い合わせ先】 健康長寿課 健康づくり係

今月の納期

○国民健康保険税(第7期)

○町県民税(第4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

12月 1 日現在

男	女	計	世帯数
7,819 (7,821)	8,701 (8,714)	16,520 (16,535)	6,854 (6,859)

()内は前月



発行日／令和7年1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平城東1-1
TEL(0982)63-1140(代) FAX(0982)63-1356
開庁時間：月曜日～金曜日 8:30～17:15
(祝日及び12月29日～1月3日を除く)
印刷／株式会社ながと

「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/>