

広報



かどがわ

令和4年

6

2022.June
No.724

表紙は、2022SBS-GAMS
ROUND1 IN KADOGWAの様子です。



○今月号の主な内容

門川元気振興券の発売について 4

門川町とNTT西日本宮崎支店による「災害時における相互連携に関する協定」締結について



4月11日に門川町と西日本電信電話株式会社 宮崎支店（以下NTT西日本）との間で、「災害時における相互連携に関する協定」を締結しました。
NTT西日本様は、「人・モノ・地域」がつながる安心・安全な社会を支えるため、通信障害の早期復旧に向けた作業の連携等に関する協議を門川町と進め、今回「災害時における相互連携に関する協定」を締結することとなりました。

今回の協定締結により、災害時の連携はもとより、平常時においても災害予防対策に資する取り組みに対し一層の連携を図り、災害の発生に伴う大規模通信障害発生時に、門川町とNTT西日本が連携し、迅速かつ的確に対応することにより、早期の通信障害復旧に取り組みます。

門川町では、今後とも事業者、他自治体等との災害時の相互連携に関する協定について検討・協議を行い、災害発生時に併発する障害からの早期復旧に努めて参ります。
NTT西日本株式会社宮崎支店様。この度はありがとうございました。



旭マルキガス株式会社様より「炊き出しステーション」を寄贈



門川町加草に本社のある旭マルキガス株式会社様より「炊き出しステーション」を寄贈いただき、令和4年4月26日に贈呈式が行われました。
旭マルキガス株式会社様からは、過去の災害の教訓を活かして災害時に活用してほしいとのご要望でありましたので、災害復旧活動や炊き出し訓練等に活用させていただきます。ありがとうございました。

交通死亡事故ゼロ表彰受賞

このたび、町内における交通死亡事故ゼロの期間が545日を超えたため令和2年10月19日から令和4年4月17日、宮崎県交通安全対策推進本部長の宮崎県知事より交通安全事故ゼロ表彰をいただくこととなり、令和4年4月27日に伝達式が行われました。
伝達式では、宮崎県交通安全対策推進本部の川越対策監より、表彰状を授与いただき、その後、町内の交通事故発生状況等についてご説明をいただきました。
今後も、被害者・加害者をださないよう、町民の皆様と共に交通安全対策事業に取り組んでまいりたいと思います。

祝 全国大会出場

4月末に行われました全日本小学生ソフトボール大会宮崎県予選にて、草川ファイターズが見事優勝し、全国大会出場を決めました。

全国大会は7月30日～8月2日の4日間、岡山県で開催されます。

宮崎県代表として出場する草川ファイターズを皆さんで応援しましょう！



日向東田村情報

自然の中でサウナを体験！

MISATO DE SAUNA

一般社団法人美郷町観光協会では、美郷町の農林業に触れ、豊かな自然を満喫できる体験型ツアーやアクティビティの造成に力を入れています。

『MISATO DE SAUNA』は、自然公園やキャンプ場で美郷町産材を活用した組み立て式サウナに入り「整う」体験をしていただくアクティビティ。サウナは、美郷町北郷の「HIBINOLog」で製作したフィンランド式の本格サウナで、ロウリュ（サウナストーンに水をかけて水蒸気を発生させる入浴方法）で発汗を促進！汗をかけた後は、おせりの滝下流の川にそのままザブーン！大自然に抱かれながら最高の「整う」体験をすることができます。観光協会指定の場所が町内に数カ所あり、そこで組み立て式サウナを楽しめます。

【日時】レンタルサウナ料金（インストラクター付き）

半日レンタル貸切1組 10,000円

1日レンタル貸切1組 18,000円

*サウナ収容人数は最大4人です。

料金に薪1束含む。

【お問合わせ先】

（社）美郷町観光協会

【TEL】

0982-6812522

【FAX】

0982-6613533



新成人のみなさん! 令和5年成人式の実行委員を募集しています

門川町では、成人を迎えられる皆さんを祝い励ますために、毎年成人式を開催しています。

そこで新成人の方を対象に、成人式を自ら企画していただく成人式実行委員を募集しています。

成人式実行委員になられた方には式典の企画・運営をしていただきます。

一生に一度の成人式ですばらしい思い出をつくってみませんか。

皆さんのご参加をお待ちしています。



開催日 令和5年1月8日(日)

開催場所 門川町総合文化会館

新成人対象者 平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方

※現在門川町に住民票がない方でも本町の出身者であれば式典に参加できます。

実行委員会の内容

- 成人式の内容などの話し合いを行います。
- 記念品の決定やビデオメッセージの撮影などを行ってもらいます。
- 成人式当日の役割や司会などの代表者を決めていきます。

実行委員申込締切日

8月5日(金)まで

問い合わせ・申し込み先

門川町教育委員会 教育課 ☎ 0982-63-1140 (内線2261)

門川町スポーツ協会よりお知らせ

本年度より、当協会の名称及び3役(顧問、会長、副会長)が下記の通り変更となりましたのでお知らせいたします。

新型コロナウイルスの影響を受け様々な大会、行事ごとが中止・延期となっておりますが、本年度より新体制となりました当協会では、門川町のスポーツ振興により一層力を入れ邁進いたしますので、どうぞよろしくお願い致します。

記

【協会名】(旧)門川町体育協会
(新)門川町スポーツ協会

【新3役】

会長 田中 豊和
副会長 椿原 孝二
立山 朱美
顧問 和泉 満義

以上



みやぎ応援消費加速化事業

30%プレミアム付

門川元気振興券

を販売します!

最大 15,000円お得!!

町内の登録店(約200店舗)
でご利用できます。



販売金額

▶1セット5,000円(500円券×13枚)
1世帯10セット(50,000円)まで購入できます。

販売日時

▶令和4年6月26日(日) ※20,000セット完売次第終了
午前9時から午後6時まで

販売場所
(3カ所)

▶門川町総合文化会館1階ホール
▶門川海浜総合公園管理棟
▶門川町役場

〔6月26日に完売しなかった場合は、翌日(6月27日)から9月30日まで、
門川町商工会(門川駅構内)で販売します。販売時間は、午前9時
から午後4時までです。(土・日・祝日を除く)〕

利用期限

令和4年11月30日(水)まで

注意

- 振興券は次のような場合にはご利用になれません。
 - ①振興券を現金化すること及びこれに類する行為
 - ②換金性の高いものの購入(商品券、ビール券、図書券、切手、プリペイドカードなど)
 - ③たばこの購入
 - ④振興券を担保に供し、質入すること。
 - ⑤出資及び債務の弁済を内容とする取引。
 - ⑥第三者への譲渡。
 - ⑦公序良俗に反するもの。
- 取扱店は商品券に対して、つり銭は支払いません。
- 実施団体は振興券の盗難、紛失等に対し一切の責任を負いません。
- 町内居住者を対象に販売いたします。
- 代理購入はできません。(別世帯分の購入を代理で購入することはできません。)
- 利用期限(11月30日)を過ぎた振興券は使用できません。

問合せ先：門川町商工会 ☎63-1514 / 門川町まちづくり推進課 ☎63-1140

■ご存じですか？「芥川賞」と「直木賞」

7月に2022年上半期の芥川賞と直木賞の発表が行われます。本の世界においては有名な賞ですが、この二つの賞ってどんな作品・どんな作家が選ばれるのか、みなさんご存知ですか？

芥川賞
(正式名称は芥川龍之介賞)

文芸春秋社を主宰していた菊池寛が、旧友芥川龍之介を記念する意味と雑誌の発展、純文学の新人の発掘をめざして設定した。(平凡社「世界大百科事典」より抜粋)

雑誌(同人雑誌含む)に発表された新進作家による純文学の中・短編作品の中から選ばれます。(日本文学振興会HPより抜粋) 昭和10年制定。

直木賞
(正式名称は直木三十五賞)

文芸春秋社を主宰していた菊池寛が、旧友直木三十五を記念する意味と大衆文学の発展、新人の発掘をめざして設定した。(平凡社「世界大百科事典」より抜粋)

新進、中堅作家によるエンターテインメント作品の単行本(長編小説もしくは短篇集)が対象。(日本文学振興会HPより抜粋) 昭和10年制定。

芥川賞受賞者には「懐中時計」が贈られるそうです

芥川賞も直木賞も、年に2回選ばれます

図書館には芥川賞・直木賞の歴代の受賞作の所蔵がございます。文学賞は他にも「菊池寛賞」「松本清張賞」などがあります。

また、最近では書店員の視点で選ばれる「本屋大賞」、過去1年間に日本で出版された絵本の中から選ばれる「日本絵本賞」など、本に関してはさまざまな賞があります。気になった受賞作品を読んでみるのも面白いかもしれません。ぜひ図書館へ探しにお越しください。

■館内での水分補給について

季節も梅雨を迎え、だんだんと暑くなってきました。図書館利用時に水分補給をしたい方もいらっしゃるかと思います。

フタ付きの容器(ペットボトル、水筒等)であれば館内への持ち込みは可能ですが、資料保護の観点から閲覧席で飲むことは禁止となっています。水分補給の際は1階休憩コーナーに設置してあるソファ(冷水器の横)をご利用下さい。

熱中症予防にこまめに水分を取りましょう。



◆ 図書館カレンダー 6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		

□ … 休館日 ○ … おはなし会

利用時間外に本を返したい場合は、玄関横に「返却ポスト」がありますので、その中に入れてください。(※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、開館日に直接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：乳 幼 児】6月 8日(水) ※定員 4 組
 【対象：小学校低学年】6月 11日(土) ※定員 10 人
 【場所】図書館 1 階 おはなし室
 【時間】午前 10 時 30 分より



参加される方はマスクの着用をお願いいたします。

職員もマスク(またはフェイスシールド)を着用して読み聞かせを行います。

■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、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)

図書館だより 第189号

令和4年6月1日発行



かがわちやうりつとしょうかん
 門川町立図書館
 TEL.0982(68)0001
 FAX.0982(68)0024
 http://www.kadogawa-lib.jp/

■新刊・話題の本

一 般 書		
実 用 書	ロシア点描 まちかどから見るプーチン帝国の素顔	小泉 悠／著
	妻六法	森 公任／ほか著
	稲妻と雷の図鑑	吉田 智／編著
	家族で「軽度の認知症」の進行を少しでも遅らせる本 保護猫の育て方 子猫を捕まえてから、新しい家族の元へ届けるまで	内門 大丈／監修 ハンナ・ショー／著
文 芸 書	さよならに反する現象	乙 一／著
	爆弾	呉 勝浩／著
	夏が破れる	新庄 耕／著
	マスカレード・ゲーム スタッフロール	東野 圭吾／著 深緑 野分／著

児 童 書		
え ほ ん	神社のえほん	羽尻 利門／作
	あげる	はらべこめがね／著
	かみはこんなにくちゃくちゃだけど	ヨシタケ シンスケ／著
調 べ も の	今から身につける「投資の心得」 10 歳から知っておきたいお金の育て方	八木 陽子／監修
	火星は…	スザンヌ・スレード／文
	ざんねんないきもの事典 やつぱり	今泉 忠明／監修
読 み も の	つくしちゃんとおねえちゃん	いとう みく／作
	香君(上)(下)	上橋 菜穂子／著
	たまごのはなし	しおたに まみこ／作

■こんなときは？

「読みたい本がいつも貸出中」 ⇒ 「予約」をしてください

その本が返却された後、すぐ次に借りられるように、「予約」ができます。カウンターで申し込みをして下さい。予約された本が返却され次第、図書館からお電話にて連絡を致します。連絡のあった日から1週間以内に図書館へお越し下さい。(1週間を過ぎますとキャンセル扱いになります。)

なお、「予約」は貸出中の資料のみにかけることができます。

「読みたい本が図書館に所蔵がない」 ⇒ 「リクエスト」をしてください

カウンターにて「リクエスト」をしてください。その本が宮崎県立図書館や県内各市町村立図書館に所蔵があれば、図書館同士で貸し借りをし(相互貸借といいます)、通常の貸出と同じようにカウンターにて利用者の方へ提供することができます。また、どこの図書館にも所蔵がない本は購入を検討します。

リクエストにはなるべくお応えできるよう努めますが、貴重本、人気本、絶版、予算の都合などの理由によりすべてに対応できない場合があります。あらかじめご了承ください。

※一度のお申し込みで対応できる冊数は、予約・リクエスト合わせておひとり2冊までです

避難を検討している方へ

4 親戚・友人の家などへ避難の検討

災害時の避難所は、集団生活により、新型コロナウイルスやインフルエンザをはじめとする感染症のリスクが高まる危険性があります。

避難所だけでなく、可能な場合は安全な親戚・友人宅への避難も検討してください。

5 必要な物の持参

自身の健康状態を確認するために**体温計・マスクを持参**してください

持参していただきたい物

①体温計 ②マスク ③水 ④食料 ⑤日用品 ⑥常備薬

避難した方へ

6 感染症対策の徹底

避難時には必ず検温をしていただきます。避難時に**発熱**や**咳などの症状が認められた場合**には、他の避難者への感染を予防するため、**門川町立中央公民館へ移動**していただきます。

避難した方は、**マスクの着用**を徹底してください。また、**手洗い**をするとともに**咳エチケット**などの基本的な感染症対策を徹底してください。



これからの本格的な出水期を迎えるにあたり、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、可能な限り避難所の衛生環境の改善に努めてまいります。町民の皆様には、ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

お問い合わせ 総務課消防防災係(電話63-1140)

風水害時の避難所における新型コロナウイルス感染症対策のお願い

台風等風水害時に避難所を開設する場合、感染症のリスクが高い環境での生活になるため、感染症対策が特に重要となります。

町では避難所の運営について次のように対応しますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

町の対応

1 発熱、咳などの症状が出た方や濃厚接触者のための避難所を設けています

発熱、咳などの症状がある方や既感染者の濃厚接触者は、一般の避難所ではなく**中央公民館1階**に避難してください。



門川町立中央公民館

住所 門川町大字門川尾末1616番地1
電話 63-6060

2 コロナウイルス陽性者の方で自宅療養中の方の避難所を設けています

コロナウイルスに感染し、陽性者となった方で、自宅療養中の方については、門川町総合文化会館を避難所として設けています。ただし、避難される場合には諸調整が必要となりますので、必ず総務課消防防災係にご連絡の上、指示に従い避難してください。

3 十分な換気の実施、スペースの確保

避難所内は十分な換気に努めるとともに、避難者同士が十分なスペース(2m以上)を確保できるように留意します。

また、避難所内が過密になることを防ぐため、他の避難所をご案内する場合がありますので、ご協力をお願いいたします。

令和4年度から児童手当の制度が一部変更になります。

大切な2つのお知らせです。必ずご確認ください!!

1 特例給付の支給に係わる所得上限額が設けられます!!
⇒所得上限限度額を上回る場合、手当は支給されません。

2 現況届の提出が「原則」不要になります!!
⇒毎年6月に提出していた現況届が不要になります。

※提出が必要な一部の受給者については、裏面(2)アをご確認ください。
※現況届とは、毎年6月1日の状況を確認し、6月分以降の児童手当を引き続き受ける要件(児童の監護や保護、生計同一関係など)を満たしているか確認するものです。

○上記変更事項の詳細について

(1) 所得制限限度額・所得上限限度額について

令和4年10月支給分から、児童を養育している方の所得が下記表の②以上の場合、児童手当等は支給されません。

※児童手当等が支給されなくなったあとに所得が②を下回った場合、**改めて認定請求書の提出等が必要となります**ので、ご注意ください。

※児童を養育している方の所得が、下記表の

①未満の場合…児童手当(児童1人あたり月額10,000円または15,000円)

①以上②未満の場合…法律の附則に基づく特例給付(児童1人当たり月額一律5,000円)

②以上の場合…支給なし

	①所得制限限度額		②所得上限限度額	
扶養親族等の数 (カッコ内は例)	所得額 (万円)	収入額の 目安 (万円)	所得額 (万円)	収入額の 目安 (万円)
0人 (前年末に児童が生まれていない場合等)	622	833.3	858	1071
1人 (児童1人の場合等)	660	875.6	896	1124
2人 (児童1人 + 年収103万円以下の配偶者の場合等)	698	917.8	934	1162
3人 (児童2人 + 年収103万円以下の配偶者の場合等)	736	960	972	1200
4人 (児童3人 + 年収103万円以下の配偶者の場合等)	774	1002	1010	1238
5人 (児童4人 + 年収103万円以下の配偶者の場合等)	812	1040	1048	1276

※ 扶養親族等の数は、所得税法上の同一生計配偶者及び扶養 親族(里親などに委託されている児童や施設に入所している児童を除きます。以下、「扶養親族等」といいます。)並びに扶養親族等でない児童で前年の12月31日において生計を維持したものの数をいいます。扶養親族等の数に応じて、限度額(所得額ベース)は、1人につき38万円(扶養親族等が同一生計配偶者(70歳以上の者に限ります。)又は老人扶養親族であるときは44万円)を加算した額となります。

※ 「収入額の目安」は、給与収入のみで計算しています。あくまで目安であり、実際は給与所得控除や医療費控除、雑損控除等を控除した後の所得額で所得制限を確認します。

裏面に続きます。
必ずご確認ください!

令和4年度門川町職員採用試験のお知らせ

令和5年4月1日採用予定の職員採用試験を、令和4年9月18日(日)に実施します。

募集する職種は、下記の職種を予定しています。

種 類	職 種	採用予定人員	職 務 の 内 容
初 級 (高校卒業程度)	一般事務	若干名	町長部局等に勤務し、一般事務に従事します。
中 級 (短大卒業程度)	保育士 (資格免許職)	若干名	町長部局等に勤務し、主に保育業務に従事します。
上 級 (大学卒業程度)	一般事務	若干名	町長部局等に勤務し、一般事務に従事します。
社会人	保育士 (資格免許職)	若干名	町長部局等に勤務し、主に保育業務に従事します。

職員採用試験の受験を希望される方は、7月1日に門川町ホームページ及び宮崎県町村会ホームページに、採用試験の受験資格等を記載した「令和4年度門川町職員採用試験実施要領」を掲載いたしますので、内容をご確認のうえ、受付期間(7月11日の8時30分から8月1日の17時15分まで)中に受験申し込みを行ってください。

なお、受験の申し込みは、原則インターネットのみ受付となります。

門川町ホームページアドレス
<http://www.town.kadogawa.lg.jp/>



宮崎県町村会ホームページアドレス
<http://www.myzck.gr.jp/>



問い合わせ先 門川町役場 総務課 職員係 ☎ 63-1140

令和3年度 情報公開条例、個人情報保護条例の運用状況をお知らせします。

門川町情報公開条例、及び個人情報保護条例による令和3年度公文書開示等の状況は次のとおりです。

◆ 情報公開条例に基づく公文書開示請求

1 公文書の開示の請求等件数

61件

2 公文書開示請求の請求権者別内訳

区 分	件 数
町内に住所を有する者	0
町内に事務所又は事業所を有する個人及び法人その他の団体	56
町内の事務所又は事業所に勤務する者	0
町内の学校に在学する者	0
前各号に掲げるもののほか、実施機関が行う事務事業に利害関係を有する者	5
合 計	61

3 公文書開示の請求に対する機関別決定の状況

実施機関	請求に対する 決定の件数	決定の内訳				
		開示	部分開示	不開示	却下	取下げ
町長	環境水道課に関するもの	19	0	0	0	0
	教育課に関するもの	1	0	0	0	1
	建設課に関するもの	30	0	0	0	0
	農林水産課に関するもの	11	0	0	0	0
合 計	61	60	0	0	0	1

4 不服申立ての件数

0件

◆ 個人情報保護条例に基づく開示請求

0件

新型コロナウイルスワクチン4回目接種について

対象者：①60歳以上の方

②18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する者、その他重症化リスクが高いと医師が認める方（申告が必要です。）

使用ワクチン：ファイザー社製ワクチン及びモデルナ社製ワクチン

接種間隔：3回目接種から少なくとも5カ月以上空けて接種

＊準備が整い次第、順次ご案内していきます。

Q：新型コロナウイルス感染症と診断された人のうち、重症化しやすいのはどんな人ですか？

A：高齢者と基礎疾患のある方、一部の妊娠後期の方です。

重症化のリスクとなる基礎疾患等には、慢性閉そく性肺疾患（COPD）、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患、肥満、喫煙があります。ワクチン接種を受けることで、重症化予防効果が期待できます。

30歳代と比較した場合の各年代の重傷化率

年代	10歳未満	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	90歳以上
重傷化率	0.5倍	0.2倍	0.3倍	－	4倍	10倍	25倍	47倍	71倍	78倍

＊「重症化率」は、新型コロナウイルス感染症と診断された症例（無症状を含む）のうち、集中治療室での治療や人口呼吸器等による治療を行った症例または死亡した症例の割合

重症化のリスクとなる基礎疾患等

慢性閉そく性肺疾患（COPD）、慢性肝臓病、
糖尿病、高血圧、心血管疾患、肥満、喫煙

出典：京都大学西浦教授提供データ及び新型コロナウイルス感染症（COVID-19）診療の手引き・第7.1版に基づき厚生労働省作成

門川町新型コロナウイルスワクチン接種状況一覧

（R4. 5. 7現在）

年齢区分	対象者数①	1回接種済②	1回目接種率 （②/①＊100）	2回接種済③	2回目接種率 （③/①＊100）	3回接種済④	3回目接種率 （④/①＊100）
宮崎県 （R4. 5. 5現在）	1,087,241	866,235	79.7%	851,783	78.3%	579,781	53.3%
5-11歳	1,142	164	14.4%	20	1.8%		
12-17歳	1,025	699	68.2%	694	67.7%	11	1.1%
18-64歳	8,705	6,906	79.3%	6,848	78.7%	4,186	48.1%
65歳以上	5,982	5,469	91.4%	5,421	90.6%	4,875	81.5%
合計	16,854	13,238	78.5%	12,983	77.0%	9,072	53.8%
＊3回接種 対象者数	12,494					9,072	72.6%

＊3回目接種対象者は2回目接種からR4. 5. 7現在6カ月経過した者が対象となる。

(2) 現況届について

ア 門川町では、令和4年度から受給者の現況を公簿等で確認することで、現況届の提出を「原則」不要とします。

※ただし以下の方は、引き続き現況届の提出が必要です。

①配偶者からの暴力等により、住民票の住所地が門川町と異なる方

②支給要件児童の戸籍や住民票がない方

③離婚協議中で配偶者と別居されている方

④法人である未成年後見人、施設等の受給者の方

⑤その他、門川町から提出の案内があった方

現況届の提出が必要な方へは門川町から現況届の案内を郵送します。

イ 以下の変更事項があった方は市町村に届出てください。

①児童を養育しなくなったことなどにより、支給対象となる児童がいなくなったとき

②受給者や配偶者、児童の住所が変わったとき（他の市区町村や海外への転出を含む）

③受給者や配偶者、児童の氏名が変わったとき

④一緒に児童を養育する配偶者を有するに至ったとき、または児童を養育していた配偶者がいなくなったとき

⑤受給者の加入する年金が変わったとき（受給者が公務員になったときを含む）

⑥離婚協議中の受給者が離婚をしたとき

⑦国内で児童を養育している者として、海外に住んでいる父母から「父母指定者」の指定を受けるとき

公務員の方へ!!

公務員の場合は、勤務先から児童手当が支給されます。

以下の場合は、その翌日から**15日以内**に現住所の市区町村と勤務先に届出・申請をしてください。

○公務員になった場合

○退職等により、公務員でなくなった場合

○公務員ではあるが、勤務先の官署に変更がある場合

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

お問い合わせは

門川町役場 福祉課子育て支援係
電話：0982-63-1140（内線2131）

介護保険負担限度額認定証について

介護保険施設（介護老人福祉施設・介護老人保健施設・介護医療院・介護療養型医療施設）に入所される方やショートステイを利用する方の ★食費・居住費（滞在費）については、ご本人負担が原則ですが、低所得の方については申請により食費・居住費が軽減されます。



食費・居住費の自己負担限度額（1日あたり）

利用者 負担段階	所得の状況		預貯金等の 資産の状況	居住費（滞在費）				食費
				従来型個室	多床室	ユニット型 個室	ユニット型 個室の多床室	
1	生活保護受給者の方等		単身：1,000 万円以下	490 円	0 円	820 円	490 円	300 円
	老齢福祉年金受給者の方		夫婦：2,000 万円以下	(320 円)				
2	世帯全員が住民税非課税	前年の合計所得金額＋年金収入額が80万円以下の方	単身：650 万円以下 夫婦：1,650 万円以下	490 円 (420 円)	370 円	820 円	490 円	390 円 【600 円】
3－①		前年の合計所得金額＋年金収入額が80万円超120万円以下の方	単身：550 万円以下 夫婦：1,550 万円以下	1,310 円 (820 円)	370 円	1,310 円	1,310 円	650 円 【1,000 円】
3－②		前年の合計所得金額＋年金収入額が120万円超の方	単身：500 万円以下 夫婦：1,500 万円以下	1,310 円 (820 円)	370 円	1,310 円	1,310 円	1,360 円 【1,300 円】

（ ）内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

【 】内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の額です。

年金収入には遺族・障害などの非課税年金も含まれます

認定を受けるには役場に申請が必要です。世帯の課税状況・ご本人(配偶者)の所得や年金収入・預貯金等の状況を審査させていただき、対象者には負担限度額認定証を送付します。

また、現在認定されている方は7月31日で有効期間が終了します。引き続き施設等を利用される場合には更新のお手続きが必要です。「介護保険負担限度額認定申請書」に以下の「預貯金等に関する書類」を添付し、役場健康長寿課に提出してください。郵送での申請も受け付けております。

＊預貯金等に関する書類

- ・預貯金（普通・定期）…通帳の写し（銀行名、支店名、名義、直近残高が確認できる部分（必ず申請直前に記帳してください）から約2カ月前までのページ）
- ・有価証券（株式・国債など）…証券会社や銀行の口座残高の写し
- ・負債（借入金・住宅ローンなど）…借用書など

※配偶者がいる場合には配偶者名義のものも必要です。

※このほかの書類が必要な場合があります。

お問い合わせ先：門川町役場 健康長寿課 介護保険係 電話6 3-1 1 4 0 （内線214 5）

令和4年度介護保険料(65歳以上)について

今年度の介護保険料(6 5 歳以上)は下表のとおりです。

なお、個人ごとの介護保険料の額は、今年度の住民税課税状況に応じて決定します。

○普通徴収の方（納付書による納付）

納入通知書を6月上旬ごろ送付します。

今年度の保険料(年額)を6月から10期に分けて納付します。お支払いには口座振替が便利です。最寄りの金融機関にてお申込みください。

○特別徴収の方（年金天引きによる納付）

介護保険料更正通知書を7月上旬ごろ、お送りします。

保険料(年額)から、すでに決定している4月・6月・8月(仮徴収)分を差し引いた額が10月・12月・2月の年金から天引きされます。

介護保険料の決まり方

65歳以上の方の保険料は、市区町村の介護サービス費用がまかなえるよう算出された「基準額」をもとに決まります。

基準額の決まり方

市区町村で必要な介護保険サービスの総費用 × 65歳以上の方の負担分 23% ÷ 市区町村に住む65歳以上の方の人数

＝ 門川町の令和3～5年度の介護保険料の基準額 63,600円(年額)

この「基準額」をもとに、所得に応じた負担になるように、9段階の保険料に分かれます。

所得段階	対象となる方	調整率	保険料(年額)
第1段階	●生活保護受給者の方 ●老齢福祉年金 ^{*1} 受給者で、世帯全員が住民税非課税の方 ●世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額 ^{*2} の合計が80万円以下の方	基準額 × 0.30	19,000円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の方	基準額 × 0.50	31,800円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円超の方	基準額 × 0.70	44,500円
第4段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが本人は住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	基準額 × 0.90	57,200円
第5段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが本人は住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超の方	基準額 × 1.00	63,600円 (基準額)
第6段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の方	基準額 × 1.20	76,300円
第7段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	基準額 × 1.30	82,600円
第8段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	基準額 × 1.50	95,400円
第9段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上の方	基準額 × 1.70	108,100円

問い合わせ先：門川町役場 健康長寿課 介護保険係 TEL(0982)63-1140(内線2145)

ひきこもり・こころの健康相談

～ひきこもり・こころの健康相談とは～

- 対象
こころの健康問題について悩んでいるご本人やご家族等
- 内容
精神科医が直接、個別に相談に応じて今後の助言等を行います。



ひとりで悩まず、誰かに話してみませんか？

- ・人に会うのがおっくうになる、人の視線が気になる、ひきこもっている
- ・眠れない日が続く、体がだるい
- ・ゆううつな気分、やる気がおこらない
- ・人間関係が上手くいかない
- ・心の病気や認知症についての心配や悩みがある
- ・お酒を飲んで生活に支障をきたしている 等



～相談日時～

毎月1回 午後1時から午後3時30分まで

令和4(2022)年 6月21日(火)	令和4(2022)年 11月15日(火)
令和4(2022)年 7月19日(火)	令和4(2022)年 12月20日(火)
令和4(2022)年 8月16日(火)	令和5(2023)年 1月17日(火)
令和4(2022)年 9月20日(火)	令和5(2023)年 2月21日(火)
令和4(2022)年 10月18日(火)	令和5(2023)年 3月14日(火)

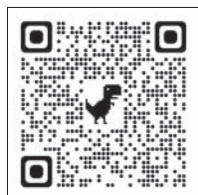
- ※前日までに予約が必要です。
- ※相談は無料です。
- ※相談の秘密は厳守します。
- ※保健師の相談は随時受け付けます。

～問合せ先・予約先～

電話：0982-52-5101
日向保健所健康づくり課
疾病対策担当 保健師

マイナポイント第2弾について

- ① マイナンバーカード取得及び2万円のチャージ又はお買い物(最大5,000円分)
 - ② 健康保険証の利用申込(7,500円分)
 - ③ 公金受取口座の登録(7,500円分)
- ※②、③については、令和4年6月30日午前中から申込開始
ポイント申込終了時期
①②③ポイントの申込期間は、いずれも令和5年2月末まで
※①の対象となるチャージまたは買い物期間も令和5年2月末まで
ポイント申込対象となるマイナンバーカードの申請期限
令和4年9月末まで
マイナポイントは、こちらのQRコードからスマートフォンで申し込みできます。
(一部対応していない機種もあります。)



マイナンバーカード申請・交付窓口休日開庁について

【休日開設日】事前の電話予約が必要です。
令和4年6月26日(日)、7月24日(日)
午前9時から正午まで
(予約受付・お問い合わせ) 平日8時30分～17時まで
門川町役場 町民課 町民窓口係
☎63-1140(内線2122)

みんなで知ろう！認知症



～連載～
第10回 介護のポイント

上手な介護の12ヶ条

- 第1条 知は力なり、よく知ろう
- 第2条 割り切り上手は、介護上手
- 第3条 演技を楽しもう
- 第4条 過去にこだわらないで現在を認めよう
- 第5条 気負いは、負け
- 第6条 囲うより開けるが勝ち
- 第7条 仲間をみつけて、心軽く
- 第8条 ほっと一息、気は軽く
- 第9条 借りる手は、多いほど楽
- 第10条 ペースは合わせるもの
- 第11条 相手の立場でものを考えよう
- 第12条 自分の健康管理にも気をつけて

■認知症の症状のなかには、もの盗られ妄想、暴言や暴力、徘徊やせん妄など、一緒に生活している家族にとって心理的な負担や、強い介護疲れを生じさせるものがあります。

長年、認知症のケアに関わってこられた川崎幸クリニックの杉山院長が、認知症の症状を理解し、上手な対応が可能になるようにまとめた「上手な介護12ヶ条」を紹介します。

脳トレクイズ 国名を答えてください。

- ①新 ②米 ③英 ④加
⑤鵜 ⑥伊 ⑦希 ⑧氷

※答えは右下をご覧ください。

トマスとジェームズ ④イギリス ⑤アメリカ ⑥フランス ⑦ドイツ ⑧イタリア
⑨スペイン ⑩オランダ ⑪ベルギー ⑫スイス ⑬オーストリア ⑭ドイツ ⑮ポーランド ⑯ハンガリー ⑰チェコ ⑱スロバキア ⑲ハンガリー ⑳エストニア ㉑ラトビア ㉒リトニア ㉓立陶宛 ㉔エストニア ㉕ラトビア ㉖リトニア ㉗立陶宛 ㉘エストニア ㉙ラトビア ㉚リトニア ㉛立陶宛 ㉜エストニア ㉝ラトビア ㉞リトニア ㉟立陶宛 ㊱エストニア ㊲ラトビア ㊳リトニア ㊴立陶宛 ㊵エストニア ㊶ラトビア ㊷リトニア ㊸立陶宛 ㊹エストニア ㊺ラトビア ㊻リトニア ㊼立陶宛 ㊽エストニア ㊾ラトビア ㊿リトニア ㊿立陶宛

(参考：杉山孝博「改訂 認知症の理解と介護」)

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

ご存じですか？国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金を受け取るためには、原則として10年以上保険料を納付(保険料免除期間などを含む)していることが必要ですが、60歳になったときに受給資格期間を満たすことができない場合は、60歳から65歳になるまで国民年金に任意加入し、保険料を納めることができます。この制度は、老齢基礎年金を満額に近づけたい方にもおすすめです。

また65歳までに受給資格期間を満たすことができない場合は、70歳まで加入期間を延長できます。

留意点

- ・任意加入の保険料の納付は口座振替が原則となります。
- ・申出のあった月からの加入になります。遡って加入することはできません。

手続きに必要なもの (代理の方でも手続きできます。)

- ① 年金手帳
- ② 預(貯)金通帳
- ③ 通帳届出印

手続きをする場所・問い合わせ先

門川町役場 町民課国民年金係 (電話0982-63-1140)
延岡年金事務所 (電話0982-21-5424)

今月の出張年金相談

日時：6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

※新型コロナウイルス感染症の影響により、変更になる場合があります。

※要予約※



町営墓地の申し込みについて

町営墓地の使用申し込みを下記のとおり募集します。
記

1. 空き区画及び使用料
・宮ヶ原霊園(門川町宮ヶ原5丁目4番2)
2区画
使用料: 280,000円/区画あたり
・西又霊園(門川町大字門川尾末7588番地1)
25区画
使用料: 260,000円/区画あたり
2. 申込期間 通年での申込みを受け付けます。
※抽選は年2回実施(6月末申込受付迄は7月抽選、1月末申込受付迄は2月抽選)
3. 申込方法 申込書(環境水道課環境係にあります)に記入・押印のうえ
申請者の住民票を添付して申し込んでください。
4. 申込先 門川町役場 環境水道課 環境係
5. 申込条件 以下の2つの条件をいずれも満たす方とします。
①門川町に住所を有する方
②現在、町営墓地の区画を有しない方
6. 抽選日程 令和4年7月14日(木)を予定しております。
後日、申込者に文書でお知らせします。

問い合わせ先 環境水道課環境係 ☎ 63-1140 (内線 2162)

令和4年度門川町生涯学習講座「シニア向け初めてのスマホ講座」

パソコンがなくても、簡単にタッチパネルで楽しめるインターネットの使い方を分かりやすくご紹介します。
防災に役立つ情報もありますよ!

スマートフォンをまだお持ちでない方、初心者の方、大歓迎です。一緒に学びましょう!

- 1 講師 KDDI認定講師
- 2 対象 スマートフォンに興味がある方で、まだお持ちでない方、もしくはお持ちの方で、基本操作を学びたい門川町在住成人の方
※スマートフォン1人1台貸出いたします(ご自分の端末機を持っても使用できません。)
- 3 定員 8名~20名以内
- 4 日程 令和4年7月14日(木)
- 5 会場・時間・講座内容

会場	時間	講座内容
門川町立中央公民館	10:00~12:00 (受付9:30~)	第1部基本編 ◇スマートフォンとは? ◇基本操作・など
西門川活性化センター	14:00~16:00 (受付13:30~)	第2部活用編 ◇インターネット ◇安全・安心便利アプリ活用 ◇災害対策他紹介など

※中央公民館と西門川活性化センターでの講座内容は同じものです。

- 6 受講料 無料
- 7 募集期間 令和4年6月6日(月)~6月17日(金)
- 8 申込み先 門川町立中央公民館 ☎ 63-6060 (FAX兼用) 8:30~16:30まで ※土・日・祝日を除く
なお、申込みはご本人からの応募のみ受付いたします。

※新型コロナウイルス感染症対策を以下のように徹底して行います。

- ・参加者同士と講師の方の適切なソーシャルディスタンスを確保し、換気を徹底します。
- ・東京より講師が来られますが、フェイスシールドやマスク、ゴム手袋などを着用し講座を実施します。
- ・来場時の検温・消毒にご協力ください。



「考えよう!一般廃棄物最終処分場(シリーズ10)」

今回は、「どうして最終処分場が必要なのか?」についてお話しします。

皆さんが生活する上で必ず出るゴミは、焼却やリサイクルなど適切な処理を行い、その結果どうしても残るものがあります。これらを適正に埋め立て処理する施設のことを一般廃棄物最終処分場といいます。

現在は、日向市富高地区と幡浦地区の皆さんのご理解ご協力により建設された、清掃センターや最終処分場、さらにひゅうがりサイクルセンターにおいて処理されていることで、衛生的な生活を送ることができています。

しかし、日向市一般廃棄物最終処分場は、令和13年度(昭和56年度から埋立を開始し、現在第4期埋立地にて処理)で埋立終了を見込んでいるため、次期最終処分場を建設する必要があります。

一般廃棄物最終処分場に埋め立てるものとしては、

① 家庭等から出た「燃やせるごみ」を焼却した後に残る「灰」

② 粗大ごみなどの「燃やせないごみ」からリサイクルできる部分を取り除いた後に残る「不燃系処理残渣」などです。

事業活動に伴い生じる「産業廃棄物」は、法律上「一般廃棄物」最終処分場には持ち込みができないため、最終処分場に埋め立てることはありません。

また、「放射性廃棄物」などを持ち込むこともありません。

▼日向市一般廃棄物最終処分場の様子



次期広域最終処分場の建設地については、学識経験者や地元住民代表者などを委員とする検討委員会にて協議・検討を進めており、三次候補地として3か所(門川町1か所、美郷町2か所)を選定しております。

今後、三次候補地に対して住民説明会を開き、皆様のご意見を伺った後、総合評価を行って最終候補地1か所を選定します。

今後も住民の皆様のご理解が得られるよう、丁寧な説明に努めてまいります。

次期広域最終処分場整備事業を日向・東臼杵郡全体の課題として皆様に考えていただくため、構成市町村の広報紙で連載しています。

ご意見がありましたら、広域連合ホームページに「意見シート」を掲載していますので、そちらをご利用いただくか、広域連合又は構成市町村担当窓口までお寄せください。

会議録・意見シートはこちら

日向東臼杵
広域連合
次期最終処分場
整備事業 HP



講座日	講座内容(予定)
令和4年 7月14日(木)	開講式、トマト加工
8月 4日(木)	焼肉のタレ
9月 8日(木)	へべす加工
10月13日(木)・11月10日(木)	みそ加工
12月 8日(木)	だし液調味料(濃口・薄口)
令和5年 1月12日(木)	かるかんづくり
2月 9日(木)	米粉パン
3月 9日(木)	開講式、いちごジャム

※講座時間は9時～13時頃までです。

農産加工講座生募集

※コロナウイルスの発生状況によりましては、中止等になることもありますのであらかじめご了承ください。

五十鈴農産加工センターでは、町内で生産される農産物を使用した加工講座を次の通り計画しております。加工に興味がある方参加してみませんか。

○募集人員

・15名程度(定員になり次第締め切りします。)

○申込方法・申込先

・五十鈴農産加工センター(☎637031)

○応募期間

・電話にて申し込みください
令和4年6月1日(水)～令和4年6月10日(金)

○費用

・初回会費 1,000円
・加工講座で使用する原材料費

○持参する物

・エプロン
・三角巾
・持ち帰り用容器(タッパーなど)
・印鑑
・マスク

令和4年度就業支援講習会

調理師試験準備講習会受講生募集

対象者

○宮崎県内のひとり親家庭の母、父及び寡婦の方で調理実務経験が2年以上あり、県が実施する調理師試験を受験する方
○講習会を2日間とも出席できる方
講座の内容
調理師試験準備講座(13・75時間)
会場・JAアズムホーム 本館2階
大研修室(宮崎市霧島1-1-1)
定員・30名程度
開催日・7/30(土)、7/31(日)の2日間
※9時～16時20分

受講料

無料(但し、テキストは受講生負担・テキストは県内保健所にて購入下さい)必要な書類

①令和4年度「就業支援講習会受講申込書」

②調理師試験受験願書の写し(受領印のあるもの)

③児童扶養手当証書・ひとり親家庭等医療費受給資格者証の写し
応募締切

6月30日(木)締切 ※先着順とします。ので、お早めにお申込み下さい。

参考

令和4年度宮崎県調理師試験の願書提出先は調理技術技能センター(受付期間 5/9～6/3)

応募先(お問い合わせ)

宮崎県母子寡婦福祉連合会
〒8800007 宮崎市原町2-22
宮崎県福祉総合センター内
電話/FAX 0985224696
ホームページ 宮崎県母子福祉連合会検索

ご存じですか「制限運転」!?

宮崎県交通安全対策推進本部では、ベテランドライバー運転改革として、無理をしない制限運転活動に取り組んでいます。

制限運転とは、交通事故防止し、運転寿命を伸ばす啓発活動で、

○体調が悪いときは運転を控える

○概ね1時間以上の連続した運転を控える

令和4年度宝くじ文化公演



※この公演の入場料は、宝くじの助成により特別料金になっています。

※前売入場券が完売した場合、当日券の販売はありません。

※チケットの販売はお一人4枚まで、宮崎県内在住者に限らせていただきます。

主催：門川町／(公財)門川ふるさと文化財団／(一財)自治総合センター

令和4年 7月31日 日

門川町総合文化会館

●開場時間／15:15

●開演時間／16:00

全席指定席

2,500円(当日 3,000円)

前売開始日

令和4年 5月28日(土) 10時～

※電話予約は13時～

お問合せ：クリエイティブセンター門川

☎0982-63-0002



6月23日から29日は男女共同参画週間です

男女共同参画推進本部では、男女共同参画社会基本法の公布・施行日である平成11年6月23日にちなみ、毎年6月23日から29日まで「男女共同参画週間」を実施しています。

男女が互いに人権を尊重しつつ喜びも責任も分かち合い、性別に関わりなく、その個性と能力を十分に発揮することが出来る男女共同参画社会の形成に向け、今年度は「あなたらしい」を築く、「あたららしい」社会へというキャッチフレーズのもと活動を実施します。

詳しくは、内閣府男女共同参画局のホームページをご覧ください。
<http://www.gender.go.jp/>

6月のカレンダー

(令和4年5月20日現在)

日	月	火	水	木	金	土
			6/1	2	3	4
			オレンジカフェ「いぶき」 (10:00～12:00 東栄町こばる別館) すくすくタイム (終日 門川町子育て人づくりセンター) 特設人権相談 (10:00～15:00 門川町総合福祉センター) 2歳児歯科健診 (R1年12月・R2年1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) 乳児後期健診 (R3年9・10月生) (午後 門川町総合福祉センター)	ベビーマッサージ教室(要予約) 10:30～11:30 門川町子育て人づくりセンター)	
5	6	7	8	9	10	11
		乳がん検診 (要予約 午前 勤労者体育館 午後 旧役場南別館)	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「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) おしゃべりサロン (10:30～11:30 門川町子育て人づくりセンター)		
12	13	14	15	16	17	18
乳がん検診 (要予約 門川町役場(新庁舎))	かどがわ温泉心の杜休館日	定例行政相談 (10:00～15:00 門川町総合福祉センター) まかせて会員養成講座 (8:30～16:30 門川町子育て人づくりセンター) 1歳6ヶ月児健診 (R2年9・10・11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) まかせて会員養成講座 (8:30～17:00 門川町子育て人づくりセンター) 1歳6ヶ月児健診 (R2年9・10・11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)		
19	20	21	22	23	24	25
		まかせて会員養成講座 (9:00～17:00 門川町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) まかせて会員養成講座 (8:30～16:10 門川町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)	おはなしどんどん (要予約 10:30～11:00 門川町子育て人づくりセンター)	乳がん検診 (要予約 旧役場南別館)
26	27	28	29	30		
マイナンバー休日開庁 ※要予約 (9:00～12:00 役場町民課)			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「いぶき」 (10:00～12:00 東栄町こばる別館) 乳がん検診 (要予約 旧役場南別館)		

6月の水道当番表

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

※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。
※右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。

メーター検針にご協力ください

門川町では毎月検針員がメーター検針を行っております。検針を効率よく行えるように、以下のことについて皆様のご協力をお願いいたします。

- メーターボックスの上に物を置かないでください。また、メーターボックスの上に駐車しないようお願いします。
- メーターボックス周辺やメーターボックスの中は、ときどき掃除をして清潔にしておきましょう。
- 犬は放し飼いにせず、出入口やメーターボックスから離れた場所に繋いでください。
- 家の増改築などでメーターボックスが床下や屋内になるときは、検針のしやすい場所に移してください。(自費)



土に埋もれて見づらいメーター

5月分水道料金について

- ・納付書(ハガキタイプ)を6月上旬に発送します。
- ・口座振替日は6月27日、再振替日は7月11日です。

※やむを得ず変更する場合がありますので、テレフォンスー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スーサービス
☎(0982)531214

日時	医療機関名	電話	住所
6月5日 (第1日曜日)	松崎医院 (小児科のみ)	(0982)21-0001	延岡市昭和町 1-11-1
6月12日 (第2日曜日)	田原病院 (小児科のみ)	(0982)32-4987	延岡市伊達町 2-62
6月19日 (第3日曜日)	大王谷こどもクリニック	(0982)50-2000	日向市亀崎西 2-155-1
6月26日 (第4日曜日)	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

<診療時間は午前9時～午後6時>

小児科 日曜・祝在宅当番医のお知らせ

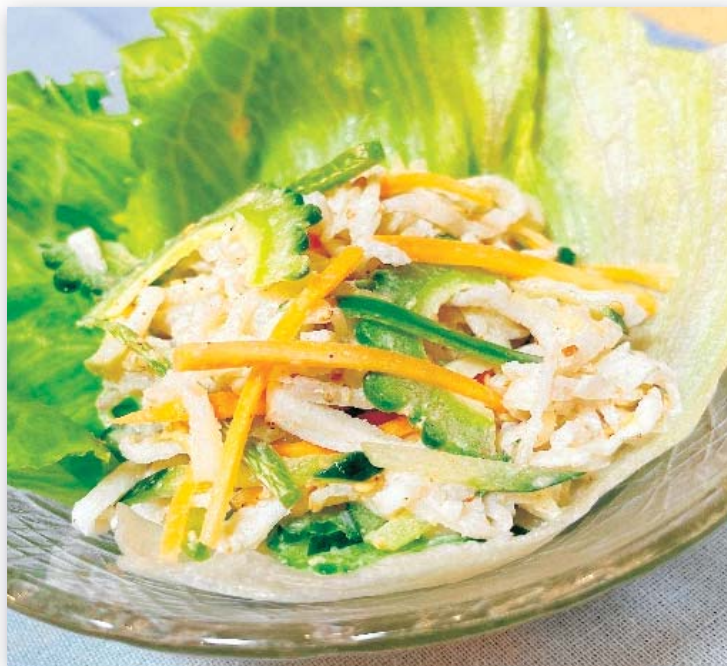
“Good へら塩 Motto ベジ活”



宮崎県ヘルスメイトおすすめ！

へら塩・ベジ活・地産地消レシピ 「せん切り大根のごまマヨサラダ」

～せん切り大根と夏野菜のサラダです！ゴマの風味が効いた減塩レシピです！～



材料（2人分）

- ・せん切り大根……………15g
（水で戻して……………60g）
- ・きゅうり……………25g
- ・にんじん……………15g
- ・ピーマン……………10g
- ・ゴーヤ……………25g

〈付け合わせ〉

- ・レタス……………65g

〈◎調味料〉

- ◎すりごま……………小さじ2
- ◎マヨネーズ……………小さじ2
- ◎砂糖……………小さじ1/2
- ◎薄口醤油……………小さじ1
- ◎酢……………小さじ1

1人当たり：野菜約100g（目標の1/4以上の野菜がとれる）

＜作り方＞

- ① せん切り大根は、水につけてもどし、絞って3cmの長さに切る。
- ② きゅうり、にんじん、ピーマンは、せん切りに切る。
- ③ ゴーヤは、薄切りにして軽くゆでる。
- ④ ボウルに調味料を全て入れ、①、②、③を加えてよく混ぜる
- ⑤ 器にレタスを敷き、④を盛る。

認知症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）



1日にとりたい野菜の目標量は350gです。

※目安は、1日5皿程度の野菜料理です!!

（問合せ先）健康長寿課 健康づくり係

●町内人口●

5月1日現在

男	女	計	世帯数
8,076 (8,086)	8,902 (8,909)	16,978 (16,995)	6,827 (6,819)

（ ）内は前月

今月の納期

◎町県民税（第1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



広報 かどがわ

発行日／令和4年6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番1号
TEL(0982)63-1140(代) FAX(0982)63-1356
印刷／ヤマシタ印刷

「町報かどがわ」についてのご意見・ご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/>