

# きたうら

## 謹賀新年

2022年の元日に陣ヶ峰展望台で撮影された  
初日の出の様子です。

2023年も皆様が幸せな1年を過ごせますよう、  
心よりお祈り申し上げます。

本年も北浦総合支所だよりをよろしくお願いたします。

- P2 健康よもやま話、「チョイソコのべおか」よくある質問
- P3 市・県民税、国民健康保険税の申告日程・会場の案内
- P4 足ふきマットの贈呈、水道料基本料金無料化の延長
- P5 IT企業の延岡進出、新型コロナウイルスワクチン接種の案内  
マイナンバーカードによる各種証明書の取得
- P6 きたうらわかば
- P7 延岡市立図書館 北浦分館 おすすめの本
- P8 移動図書館車せせらぎ号1月運行予定・休館日・行事予定



# 北浦診療所 日高所長の 健康よもやま話



## テーマ『チョイソコのべおか』

今回は“チョイソコのべおか”についてです。11月1日より、オンデマンド型乗合タクシー“チョイソコのべおか”が北浦町内において運行を開始しました。対象は北浦町内にお住まいの方。“チョイソコのべおか”は自由度が高く、自宅近くから北浦町内の目的地まで移動できる乗合タクシーです。

ご利用するためには、事前の会員登録が必要です。会員登録申込書は、北浦総合支所及びチョイソコセンター(北浦保健福祉センター2階)に設置しております。会員規約等をご確認いただき、会員登録申込書をご記入のうえ、地域・離島・交通政策課までご返送ください。ご自宅への郵送も可能ですので、その場合は、地域・離島・交通政策課(☎0982-22-7039)までご連絡ください。また、“チョイソコのべおか”についての質問も同課までお電話ください。

- 〈運賃〉 1名乗車あたり300円
- 〈運行時間〉 8時から16時まで
- 〈予約受付〉 電話またはインターネット  
電話予約：チョイソコセンター ☎080-8585-8935  
インターネット予約：会員登録証に同封している説明書をご覧ください
- 〈受付時間〉 8時から16時30分まで(1週間先まで予約可)

## 1月の休診日

新年は4日から診療開始です。毎週水曜午後は往診等のため休診となります。9日(月)は祝日で、25日(水)は医師不在のため、28日は第4土曜日で休診となります。よろしくお祈りします。

お問い合わせ 北浦診療所 ☎45-3331

## 「チョイソコのべおか」よくあるご質問



北浦町オンデマンド型乗合タクシーの運行に関して住民の皆様から寄せられているご質問にお答えします。

### Q1 利用したい当日に予約できますか？

→できます。乗車を希望する時間の30分前までにチョイソコセンター(☎080-8585-8935)にご連絡ください。例えば、当日9時に迎えに来て欲しい場合は、遅くとも8時30分までにご連絡ください。また、当日8時30分までに迎えに来てほしい場合は、前日(月曜運行の場合は前週の金曜(祝日の場合は前営業日))16時30分までにご連絡ください。ただし、他の予約状況により時間調整をお願いする場合がありますので、予めご了承ください。希望する時間で確実に乗車したい場合は、運行日の1週間前から予約を受けていますのでお早めにご予約ください。

### Q2 停留所の地図を見ましたが、記載のある90箇所しか乗降できないのでしょうか？

→会員登録を行うことでご自宅前(狭い道路等の場合はご自宅から近い場所)での乗降ができますので便利です。

### Q3 身体に障がいがあるのですが、片道150円で乗車できますか？

→できます。ただし、乗車の際には毎回必ず障害者手帳(又はミライロID)をご提示ください。ご提示がない場合は通常料金(300円)となりますのでご注意ください(療育手帳、精神障害者保健福祉手帳についても同様)。なお、チョイソコのべおかは介護タクシーサービスを行っておりませんので、ご自身での乗降が困難な場合は、必ず介助者の同乗をお願いします(介助者は通常料金)。

### Q4 会員登録をしていますが利用できますか？

→会員の方と同一の乗降を行う場合のみ利用できます。北浦町在住の方であれば会員登録を行っていただくことをお勧めします。

### Q5 会員登録はしましたが、どんな乗り物で、どのように利用すればよいかかわからず、利用をためらっています。

→まずは、チョイソコセンターにお尋ねください。詳しいご説明を行い、疑問を解決させていただきます。

### Q6 「チョイソコのべおか」が運行することで「さわやか号」の運行は廃止されるのですか？

→当面、運行を維持しますので、両方の交通手段を利用することができます。例えば、外出する際は「さわやか号」を利用し、帰りの便がご自身のご都合と合わない場合に「チョイソコのべおか」を利用する等の方法もあります。「チョイソコのべおか」「さわやか号」両方の利用状況等を分析しながら今後の運行について検討を進めます。

お問い合わせ 地域・離島・交通政策課 ☎22-7039  
チョイソコセンター ☎080-8585-8935



## 市民税・県民税・国民健康保険税 申告日程・会場のご案内

令和5年度（令和4年分）の市・県民税と国民健康保険税の申告受付を行います。  
この申告は、市・県民税や国民健康保険税の税額を決めるために必要となります。

**申告期間 2月9日(木)～3月15日(水)**

◆期間中、**市民サービス課**及び市民税課窓口での申告受付はできません。◆

	期日	時間	地区・対象者	会場
2月	9(木)	10:00～15:30	年金受給者	北浦総合支所 2階大会議室
	10(金)	13:30～15:30	大井	大井農業集落センター
	13(月)	9:30～15:30	市振	北浦漁業センター
	14(火)	9:30～15:30	宮野浦	宮野浦生活館
	15(水)	9:30～15:30	阿蘇	阿蘇漁村センター
	16(木)	13:30～15:30	下塚	下塚集会所
	17(金)	13:30～15:30	梅木	梅木生活改善センター
	20(月)	13:30～15:30	市尾内	市尾内自治公民館
	21(火)	13:30～15:30	歌糸	歌糸自治公民館
	22(水)	13:30～15:30	直海	直海漁村センター
	24(金)	13:30～15:30	地下	地下公民館
	27(月)	13:30～15:30	中野内	中野内公民館
	28(火)	13:30～15:30	浜中	北浦老人福祉館
	3月	1(水)	13:30～15:30	本村
2(木)～15(水) (土日は除く)		9:00～15:30	全地区	北浦総合支所 2階

※北浦地区で確定申告書の作成を希望する人は、3月2日(木)～3月15日(水)に総合支所で受付を行います。**事前に必ず、市民サービス課に予約をしてください。**

### 申告に持っていくもの

※申告の内容によっては、お持ちいただいた書類のうち確認を行わないものもあります。

◎**個人番号（通知）カード**

個人番号が記載された住民票でも可

◎**本人確認ができるもの**

運転免許証、健康保険証、パスポートなど

◎**収入、経費のわかるもの**

- ・給与所得の源泉徴収票
- ・公的年金等の源泉徴収票
- ・営業や不動産、農業、その他の所得の収入・経費のわかる帳簿や証明書、領収書など

◎**各種証明書・領収書**

- ・社会保険料（国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、任意継続保険料、国民年金保険料、介護保険料）の払込証明書や領収書
- ・控除証明書（生命保険料、地震保険料等）
- ・その他の控除を申告するために必要な明細や領収書、証明書など（寄附金、医療費、雑損控除など）

◎**障害者手帳、または障害者控除対象者認定書**

障害者控除を申告する人

◎**扶養している人の所得が確認できるもの**

配偶者（特別）控除、扶養控除を申告する人で、扶養している人に収入のある人

◎**扶養している人の個人番号が確認できるもの**

### 医療費控除を申告する人

○「医療費控除の明細書」を作成してきてください。様式は、市民サービス課、市民税課、税務署の窓口または、国税庁のホームページにあります。また、医療費通知（医療保険者等が発行する医療費の額等を通知する書類）を添付することができます。

○医療費控除の特例（セルフメディケーション税制）の適用には、一定の取組（各種検診等）を行ったことが分かる書類が必要です。

※マスクの着用など、感染予防へのご協力をお願いします。  
※発熱等、風邪の症状がある方は、ご来場をお控えください。

お問い合わせ 市民サービス課 ☎45-4228

## 延岡市地婦連北浦地区が北浦中へ足ふきマットを贈呈!

10月14日に、延岡市地域婦人連絡協議会北浦地区（会員数102人）の甲斐洋子会長と天野文代副会長が北浦中学校を訪問し、手作りの足ふきマット64枚を寄贈しました。



同協議会は地域の子育て支援に力を入れており、活動の一環で北浦中学校に子どもたちのためにできることはないかと相談した際、校舎が古く梅雨の時期や雨の日に廊下が濡れて大変なことを知り、足ふきマットを作ることを決めたとのこと。

会員や知り合いなどに呼びかけ使わなくなったバスタオルやタオルケットを集め、甲斐会長が一枚一枚ミシンで縫って丁寧に仕上げました。

代表で受け取った生徒会の三宅将人会長は「雨の日は湿気が多く大変だったので、とてもうれしいです。大切に使います」とお礼を述べました。

甲斐会長は「子供たちは地域の宝であり、婦人会でできる範囲で支援活動を続けていきたい」と話しました。

お問い合わせ 教育委員会 北浦分室 ☎45-3040

## 水道料（基本料金）の無料化を3か月延長します

コロナ禍における原油価格・物価高騰等の影響による市民生活や地元事業者への影響を軽減するため、令和4年7月から12月まで実施している水道料金の減免を令和5年3月まで延長します。

### 〈対象者〉

公的機関を除いた市水道施設のすべての使用者

### 〈申請方法〉

手続不要

※減免後の水道料金を請求します。

### 〈減免内容〉

令和5年1月～3月使用分の水道料金の基本料金を免除

※請求月は2か月後の令和5年3月～5月です。

※基本料金を超えた従量料金と下水道使用料は減免の対象になりませんので、ご注意ください。

### 【1か月分の水道料金表】

(税込)

メーターの口径(mm)	基本料金		従量料金
	水量	金額	
13	5㎡以下	673円	10㎡を超えるとき、 その超える 1㎡につき 181円
	5㎡を超え10㎡以下	1,107円	
20	5㎡以下	788円	
	5㎡を超え10㎡以下	1,299円	
25	10㎡以下	1,868円	1㎡につき 181円
40	—	4,079円	
50	—	7,031円	
75	—	14,950円	

お問い合わせ 上下水道局業務課 ☎21-6486

## 東京のIT企業が延岡進出

延岡市では、令和3年度の1年間だけで新たに10社が本市に進出または新事業所を開設したところです。

令和4年1月には、東京都に本社を置き、WEB制作業務等を手掛ける株式会社プラージュ（代表取締役：磯 浩一郎氏）が事業の拡大に伴い、延岡市にWEBサイトの運用・保守等を行う新たな拠点を設置しました。

同社は経営理念に掲げている「子供達に世界一かっこいいと言われる会社」を目指しています。延岡支店でも、「子供達により良い未来を提供する」ことを使命として掲げ、延岡市の「ITインフラを支えること」の一助を担ってくれるものと期待されます。

現在、一緒に延岡拠点づくりを進めていただける人材を募集しています。

お問い合わせ 工業振興課 ☎22-7035

## 新型コロナワクチンの接種について

- 12歳以上の方は、3回目以降の接種間隔が「3か月」になっています。
- オミクロン株対応2価ワクチンは、12歳以上で初回接種（1・2回目接種）を完了した全ての方が対象で、一人1回接種できます。

※令和4年12月12日時点では、オミクロン株対応2価ワクチンは、11歳以下は接種対象となりません。

これまで2年間、特に年末から年始にかけて新型コロナウイルスは流行しています。

**重症化リスクの高い高齢者だけでなく若い方にも、オミクロン株対応2価ワクチンによる接種を、できるだけ早めに完了するようお願いします。**

〈接種の対象と使用するワクチン〉 ※令和4年12月12日時点

2価ワクチンの種類	1・2回目	3回目以降
ファイザー社ワクチン	×(使用不可)	12歳以上
モデルナ社ワクチン	×(使用不可)	18歳以上

【予約方法】接種券がお手元に届きましたら、ご予約は可能です。

- コールセンター（8：30～19：00 土日祝日含む）  
TEL 0120-577-113 ※12月30日～1月3日は休業
- インターネット予約 <https://vaccines.sciseed.jp/nobeoka>
- LINE予約 延岡市公式アカウントから予約 ※年末年始も予約可



ワクチン接種予約サイト



延岡市公式LINE

担当課 延岡市新型コロナウイルスワクチン接種推進本部（事務局：地域医療政策課） ☎22-7066

予約やワクチン接種に関するお問い合わせ 延岡市コロナワクチンコールセンター ※12月30日～1月3日は休業  
☎0120-577-113（8：30～19：00・土日祝日含む）

## マイナンバーカードで各種証明書が取得できます

マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニ等に設置されたマルチコピー機から住民票の写しなどの証明書を取得できます。早朝や夜間、休日も利用できますので大変便利です。

まだマイナンバーカードをお持ちでない方は、お早めの申請をご検討ください。

〈証明書取得に必要なもの〉

- ・マイナンバーカード※1
- ・4桁の暗証番号
- ・証明書交付手数料

〈利用できる店舗〉

- ・全国のコンビニエンスストア、イオン、ホームワイド等のマルチコピー機が設置してある店舗※2

〈利用できる時間〉

- ・各店営業時間内の6時30分から23時まで ※12月29日から1月3日まで及び保守点検日（不定期）を除く

※1 有効期限内の電子証明書が搭載されているもの。

※2 一部実施していない店舗もあります。詳しくは「コンビニ交付」でお調べください。

お問い合わせ マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

マイナンバーカード申請に関すること 市民課 ☎22-7015





## 宮崎大学交流学習

6月30日に中学部の生徒が宮崎大学を訪問しましたが、今度は宮崎大学の学生と先生を三川内に招いて交流学習を行いました。

1日目の午前中にはスクールバスに乗って三川内の名所（神社、滝など）を巡り、午後からはカヌー体験を行いました。この日の活動には国際交流員の方や延岡市教育委員会、延岡商業高校の先生方もみえて、とても充実した体験活動を行うことができました。

2日目の午前中は水切り選手権、釣り体験で大人も子どもも童心に返った後、北浦内水面漁業協同組合の方や猟友会の方に準備していただいたアユ、シカ、猪肉などのジビエをふんだんに使った、BBQ（バーベキュー）をお腹いっぱいいただきました。おかげで大学の学生さんや先生方を始め多くの方に三川内の自然、食、アクティビティの素晴らしさを体験してもらうことができました。



2日目に清流荘で予定していた大学生とのワークショップがコロナ感染拡大防止のため後日オンラインでの実施に変更になりました。画面越しですがリアルタイムに大学の先生から多くのアイデアをいただき、大変参考になる授業でした。今後、このように他の学校（高校、大学を含む）とオンラインでの交流授業も十分できる環境が整ってきたことを実感した授業でした。



## 放流体験

9月20日に清流荘前の小川でヤマメやウナギ、モクズガニの放流体験を行いました。この活動は北浦内水面漁業協同組合の皆様の主催で行いましたが、どの魚も活きがよく、川に放流するなり

元気泳ぐ姿を見ることができました。

また、放流に先立って北浦総合支所の木野宮雅敬さんの講話があり、児童生徒のみんなも興味深そうに聞き入っていました。この学習を通して、三川内の水産資源の素晴らしさを再発見することができました。



おすすめの本

TRC Marc  
より



我、鉄路を拓かん

梶よう子 著  
PHP 研究所

日本初の鉄道敷設を夢見る平野屋弥市が請け負ったのは、なんと芝～品川間の海上を走らせる「築堤」部分の土木工事だった。明治の初め、至難のプロジェクトに挑んだ男たちの熱き物語を描く。『WEB文蔵』連載を加筆修正。



濱地健三郎の呪える事件簿

有栖川有栖 著  
KADOKAWA

探偵・濱地健三郎には鋭い推理力だけでなく、幽霊を見る能力がある。作家志望の美男子を襲った心霊は、古い洋館のどこに巣食っていたのか。濱地と助手のコンビが、驚くべき謎を解き明かしていく！『怪と幽』掲載を書籍化。



美しくびれデザイン

たった5日でウエスト-7cm  
たった5日でウエスト-7cm  
廣田なお 著  
幻冬舎

くびれができる、お尻が上がる、ストレス・不眠が解消する！美しくびれ作りに効果的にアプローチできる「ほぐす+のばす+鍛える」のプログラムを、5日間に凝縮して紹介します。動画が視聴できるQRコード付き。



おいしい魚ずかん

上田勝彦 監修  
WILL(ウィル)も知育研究所編  
金の星社

私たちが食べる魚は、生きもので、限りある海の資源。将来も安心して食べ続けるためには、考えながら食べなくてはなりません。魚の生態・資源量・食べ方をイラストでわかりやすく紹介します。



ジブリの食卓  
となりのトトロ

子どもより絵本  
スタジオジブリ 監修  
主婦の友社 編

スタジオジブリ作品「となりのトトロ」から生まれた、子ども向けの料理の本。「引っ越しの日のキャラメル」「サツキが作ったおべんとう」など、物語に出てくる食べ物やイメージをヒントに、親子で作れる楽しいレシピを紹介。



そうなのよ

高島 純 絵  
内田麟太郎 文  
絵本館

によきによきによき。カバは頭から木がはえてきた。「な、なんで？」カバが驚いて木にきくと、「なんとなく」と木はこたえた。するとカバは…。ナンセンスの力で、頭の中をやわらかくほぐす絵本。



# 移動図書館車せせらぎ号 1月運行予定・休館日

1/17火

宮野浦 (分校跡)	10:45~11:15
北浦中学校	13:05~13:45
直海 (漁村センター)	14:00~14:20
地下 (地下公民館)	14:30~14:50
結いの里	15:00~15:20

1/18水

本村 (千寿園)	11:30~11:50
北浦小学校	12:50~13:30
三川内小中学校 返却	13:50~14:00

1/19木

大井 (農業集落センター)	10:30~10:50
梅木 (生活改善センター)	10:55~11:15
市尾内 (宮農研修センター)	11:25~11:45
三川内小中学校 貸出	12:45~13:30

1/20金

歌糸 (慈光保育園正面駐車場)	10:45~11:20
三川内 (日高スタンド前)	11:30~11:50
本村 (きずな)	12:30~12:50

1/31火

宮野浦 (宮野浦保育所・分校跡)	10:45~11:30
けあビジョンホーム延岡北浦	13:00~13:30
北浦臨海パーク	13:50~14:20
地下 (地下公民館)	14:30~14:50

## ◆図書館休館日

2022/12/28水~2023/1/3火、6金、  
16月、23月、30月

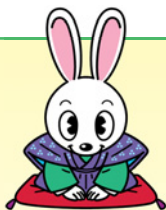
## ◆開館時間

火曜日~金曜日 9:00~19:00  
土・日・祝日 9:00~17:00



※新型コロナウイルス感染症の影響で、運行状況や開館日が変更になる場合があります。  
※図書館のご利用に際しては、入館前に手指消毒、館内ではマスクの着用をお願いします。

お問い合わせ 延岡市立図書館 北浦分館 ☎45-2466



## 令和5年度の公民館講座の希望について

今年度は、下記のような内容で公民館講座を実施しましたが、次年度の講座をより充実したものにしていきたくと思っています。そのため、みなさんに講座内容の希望をお聴きして次年度の講座にできるだけ生かしていきたいと考えています。

次年度に実施してほしい公民館講座の内容がある方、または、こんな事を教えてみたいと思っている方は、1月31日(火)までに北浦分室に電話等でご連絡ください。

### 今年度の内容

- ・ヨガ教室 (8回) ・パッチワーク教室 (6回) ・PPバンドカゴ作り教室 (5回)
- ・つまみ細工教室 (6回) ・太極拳教室 (6回) ・ガーデニング教室 (1回)



お問い合わせ 教育委員会 北浦分室 ☎45-3040

## 官公庁仕事始め

日時 1/4火 8:30~

## 延岡市消防出初式

日時 1/8日 8:00~

場所 北浦小中学校グラウンド



## 1月の工作イベント

### せつぶんがざりを作ろう!

トイレットペーパーのしんでおしゃれ髪のかわいい鬼を作ります。遊びに来てね!!

月日 1/13金・14土  
時間 10:00~16:00  
場所 北浦分館玄関前  
対象 幼児~小学生



### ■北浦町の人口と世帯数

令和4年12月1日時点  
(前月比)

男 1,554人(-5)  
女 1,580人(-4)  
計 3,134人(-9)  
世帯数 1,580世帯(-6)

### ■北浦総合支所

地域振興課  
総務防災係…45-4233  
地域振興係…45-4238  
市民サービス課  
……………45-4228  
産業建設課  
……………45-4236  
教育委員会北浦分室  
……………45-3040