延岡市 北浦総合支所だより

きたうら

2023
4
No.141

第25回北浦さくらマラソン大会開催

４年ぶりに開催された北浦さくらマラソン大会では、桜の咲き始めた下阿蘇～阿蘇～古江間のコースを112名のランナーが駆け抜けました。

もくじ

P2　チョイソコのべおか、町内一斉美化活動、健康よもやま話
P3　高齢者バス乗車券・悠々パス購入助成券の交付、市単独災害復旧事業
　　道路・河川の危険箇所の情報提供のお願い
P4　延岡市育英会奨学金、奨学金返還支援
P5　新型コロナワクチンの接種・マスク着用の考え方、マイナンバーカード
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４月運行予定・休館日・行事予定

チョイソコで春のお出かけをしませんか

チョイとソコまで、ごいっしょに
チョイソコ のべおか

「チョイソコのべおか」は、昨年11月の運行開始から５ケ月が経過しました。
運行以来、これまでの累計で約250人の会員登録、435回を超えるご利用をいただいているところです。
寒かった冬もようやく終わりを告げ、いよいよ春めいた季節を迎えております。
通院や買物でのご利用の多い「チョイソコ」ですが、平日のお花見、ハイキング、公民館等での行事のほか、学校送迎、学校参観、運動会などにも最適です。

今回は「チョイソコのべおか」を活用したハイキングスポットをご紹介します。

☆三川内の「土々呂の観音滝」（最寄り停留所「㉝土々呂ごみステーション」）
☆地下の「地下の茶山展望所」（最寄り停留所「㉟地下携帯電話基地局」）
☆古江の「尻浦展望所」（最寄り停留所「㊿中村屋」）

会員登録をお済ませの上、チョイソコを是非ご活用ください。

お問い合わせ　地域・離島・交通政策課　☎22-7039

町内一斉美化活動

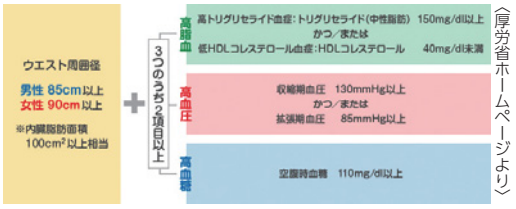
２月19日、北浦地区区長会主催（会長：松本義文本村区長）による町内一斉の美化活動が実施され、町内全域で599名の皆様が参加しました。
道路や港、公園などから大量のゴミが回収されました。
参加していただきました皆様、誠にありがとうございました。これからもきれいな北浦町を守っていけるよう、環境美化の取り組みにご協力をお願いします。

お問い合わせ　地域振興課　☎45-4233

北浦診療所 日高所長の 健康よもやま話

テーマ『末梢動脈疾患　その３』

“末梢動脈疾患（ＰＡＤ）”の続きです。少し前から“メタボリックシンドローム”という言葉を聞いたことがあると思います。メタボリックシンドロームは、ウエスト周りが大きい（内臓肥満と関係）のと、脂質異常症、高血圧症、糖尿病などの疾患を併せ持つものを指します（詳しくは右の厚労省ホームページの図参照）。メタボリックシンドロームは、非常に動脈硬化を進行させます。従って、メタボリックシンドロームの患者さんは、虚血性心疾患や脳卒中、ＰＡＤの危険性をかなり抱えていると考えなければなりません。そのためメタボリックシンドロームの患者さんはそれらの疾患が合併していないか常に注意を払うこと、そして早期の診断と適切な治療が必要です。もちろんそれ以前にメタボリックシンドロームにかかる疾患、状態の改善は重要ですね。　つづく



〈厚労省ホームページより〉

４月の休診日

毎週水曜午後は往診等のため休診となります。29日（土）は祝日で、22日は第４土曜日で休診となります。よろしくお願いします。

お問い合わせ　北浦診療所　☎45-3331

高齢者バス乗車券・悠々パス購入助成券の交付

〈交付条件〉次のすべてに該当する人
①令和５年度において70歳以上である人（昭和29年４月１日以前に生まれた人）
②延岡市に住民票があり、現に居住している人
③介護保険料の段階が第１～第５段階の人（住民税非課税の方が対象）

〈交付される券〉交付はどちらか１つです
〇高齢者バス乗車券（4,000円分、年１回交付）
〇悠々パス６カ月券購入助成券（悠々パス購入費15,000円に対し3,500円の助成、年２回交付）

〈申請に必要なもの〉
〇本人確認書類（保険証、免許証など）　※代理人が申請する場合も、本人確認書類が必要

〈場所〉総合福祉課、北浦・北方・北川総合支所市民サービス課

〈申込期間〉令和５年４月３日（月）～令和６年３月29日（金）

お問い合わせ　総合福祉課　☎22-7016
市民サービス課　☎45-4228

市単独災害復旧事業について

春先の集中豪雨のシーズンを迎え、農地等の災害が憂慮されるところですが、延岡市では農地や水路等の災害復旧又は流入物撤去に関して補助金を交付する制度があります。被害に遭われた場合には被災後速やかに（１週間以内）申請をお願いします。

なお、申請が遅れた場合には対応ができなくなる場合がありますのでご注意ください。

お問い合わせについては下記担当課までお願いします。

補助率

内　　容	経費負担割合（%）	
	市	受益者
農　　地（田法面、畦畔等）	60	40
農業用施設（頭首工、用水路等）	60	40
流入物撤去（流木・土砂等）	75	25

お問い合わせ　産業建設課　☎45-4236

道路・河川の危険箇所の情報提供のお願い

市では、道路や河川の安全確保のため、定期的なパトロールや点検のほか、市民の皆さんからの情報提供により、危険・破損箇所の早期発見、補修を行っています。

路面に陥没・落石がある場合や危険を及ぼすような道路の斜面、河川の護岸などの異常、用水路等の閉塞箇所を見かけた場合は、情報提供をお願いします。

道路の段差や陥没

河川や用水路の閉塞

道路の落石

お問い合わせ　産業建設課　☎45-4236

延岡市育英会奨学金について

〈対象者〉
大学や大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校などに在学し、優秀かつ経済的理由により修学が困難で、延岡市に２年以上住んでいる保護者を持つ学生・生徒
〈貸与額〉高等学校等奨学生：1万5000円（月額）　大学等奨学生：2万5000円（月額）
〈申込書配布場所〉
市内の各中学校・高校・大学、教育委員会総務課、市役所総合案内、北浦・北方・北川分室、各支所、社会教育センター、男女共同参画センター、社会福祉協議会（本所および支所）
※申請書類は市ホームページからもダウンロードできます。
〈申込方法〉公益財団法人延岡市育英会（教育委員会総務課内）へ持参または郵送
〈申込期間〉４月３日（月）～５月８日（月）必着　※奨学生は６月に審査を行い決定します。

お問い合わせ　公益財団法人延岡市育英会（教育委員会総務課内）　☎22-7030

地元で働きたい若手人材を応援!! 奨学金の返還を助成します

延岡市では、地元企業で働く宮崎県ひなた創生のための奨学金返還支援事業の支援決定者、または延岡市育英会奨学金の返還者を対象に、返還額の一部を補助します（令和５年４月から受付開始）。

～奨学金返還支援による地元企業人材確保支援補助金～

〈補助対象者〉
「宮崎県ひなた創生のための奨学金返還支援事業」の支援決定者、または「延岡市育英会奨学金」の返還者で、補助要件を全て満たす方
〈補助要件〉
- 延岡市に住所を有してから１年が経過している
- 次のいずれかに該当する事業所に令和４年４月１日以降に正規雇用の従業員として就職し就労後１年を経過している
  - ア．本市に本社のある事業所
  - イ．延岡市企業立地促進条例に規定する指定事業者が設置した事業所
  - ウ．補助対象者との雇用契約において勤務地条件を本市のみとする事業所
  （ア及びイの事業所については市外の事業所に就労する場合を含みます）
- 大学等の在学期間に対象となる奨学金の貸与を受けた
- 令和４年４月１日以降に奨学金の返還を開始し返還の滞納がない　など

〈補助額〉
宮崎県ひなた創生のための奨学金返還支援事業支援額または延岡市育英会奨学金要返還額の1/2を上限に、申請後１年目・３年目・５年目に下記の表のとおり支援します

「宮崎県ひなた創生のための奨学金返還支援事業」の支援決定者		支援額		
		１年	３年	５年
大学等	大学院・６年制大学	１年経過時に確定した県事業支援額の1/2	３年経過時に確定した県事業支援額の1/2	５年経過時に確定した県事業支援額の1/2
	４年制大学			
	短大・高専・専修学校専門課程			

※詳しくは、こちらをご覧ください。

「延岡市育英会奨学金」の返還開始者		限度額（千円）	支援額		
			１年	３年	５年
大学等	大学院・６年制大学	900	① 要返還額の 1/2×0.3	② 要返還額の 1/2×0.3	要返還額の 1/2 －(①＋②)
	４年制大学	600			
	短大・高専・専修学校専門課程	300			

お問い合わせ　人材政策・移住定住推進室　☎20-7176

新型コロナワクチンの接種･マスク着用の考え方について

【令和５年度の新型コロナワクチンの接種について】

３回目以降でオミクロン株対応２価ワクチンを接種済の65歳以上の人には、４月下旬より随時接種券を郵送します。５～11歳で２回目または３回目を従来株ワクチンで接種済の人には、前回の接種から３か月経過する頃に接種券を郵送します。

※「64歳以下で基礎疾患のある人」「医療従事者・施設従事者等で勤務先での接種ができない方」は、コールセンター・担当課（電話または窓口）・WEBのいずれかで、発行申請の手続きを行ってください。

※**接種券が手元に届いてからご予約をお願いします。**

お願い　**基礎疾患等がない場合は、５月７日で一旦終了になります。**オミクロン株対応２価ワクチン未接種で接種を希望している人は、できるだけ早めの接種をお願いします。

【予約方法】接種券が届きましたら、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
- **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

ワクチン接種予約サイト　延岡市公式LINE

【マスク着用の考え方について】

国の方針により、３月13日から「マスクの着用は個人の判断が基本」となりました。個人で判断するにあたり、「感染防止対策としてマスク着用が効果的である場面等」について、次のとおり示されています。

◎マスク着用が効果的とされる場面（不織布マスクを推奨）

- 医療機関受診時
- 重症化リスクが高い方が多く入院・生活する医療機関や高齢者施設等へ訪問する時
- 通勤ラッシュなど、混雑した電車やバス（※）に乗車する時
  （※）おおむね全員の着席が可能であるもの（新幹線・高速バスなどを除く）
- 流行期に重症化リスクの高い人が混雑した場所に行く時

◎症状がある（または検査陽性）場合、同居家族に陽性者がいる場合の対応

- 周囲に感染を広げないために、外出を控える
- 受診等やむを得ず外出する時は、人混みを避けマスクを着用する

※基本的な感染予防対策として、「三つの密の回避」、「人と人との距離の確保」、「手洗い等の手指衛生」、「換気」の励行は引き続きお願いします。

お問い合わせ　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

あると便利なマイナンバーカード、ぜひ申請を！

８割以上の人が申請しているマイナンバーカード。一律10円で延岡市発行の“住民票の写し”等が取得できるコンビニ交付や、通常より初診料が安くなる健康保険証としての利用など、様々な面でお得に活用できます。

マイナンバーカードの申請は、通年受付けておりますのでまだお持ちでない方は、ぜひ申請をご検討ください。

〈マイナンバーカードでできること〉

- 全国のコンビニ等にて１枚10円で“住民票の写し”等の証明書を取得できます。
- 健康保険証として利用することで、診療記録などを確認でき、初診料も安くなります。
- オンラインで転出届や確定申告等、一部の行政手続きができます。

…etc.

お知らせ　令和５年５月１日（月）、２日（火）の期間、マイナンバーカードの申請と交付、マイナポイントの申込み以外のマイナンバーカードに関する窓口でのお手続きはできませんのでご注意ください。

※電子証明書の有効期限切れや住所変更によるマイナンバーカードの更新、暗証番号の再設定などのお手続きができません。

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）
マイナンバーカード申請に関すること　市民課　☎22-7015

きたうらわかば

町内の学校の様子を順番で掲載します。
今回は、三川内小学校の様子です。

令和5年1月20日 念願の『もちつき』実現!!

三川内小学校は、もち米づくりに取り組んでいます。６月の田植え（１学期)、10月の稲刈り（２学期)、１月のもちつき（３学期)、各学期に大きな行事として位置付けられています。これまでの２年間は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、１月の『もちつき』を行うことができませんでした。しかし、今年は３年ぶりに実施することができました。

本年度の子どもたちは、みんなで植えた小さな苗が大きく成長して稲になり、それを刈って、お餅にして食べる、という口に入るまでの流れを知ることができました。また、農業をされている方の苦労や大変さも肌で感じることもできました。

実際の『もちつき』では、杵を持ってお餅をついたこと、お餅を食べやすいように丸めたこと、お餅の中にあんこを入れたこと、できたお餅をみんなで仲良く分け合ったこと等、人生の中で初めての経験をした子どもたちが多くいました。初めての経験は、笑顔をつくり、その様子は人を和ませます。久しぶりの経験は、どことなく緊張を与え、その様子もまた和ませてくれます。緊張と緩和が穏やかに融合した心地よい空間で、充実した時間を過ごすことができました。

実施につきましては、保護者並びに地域の方々に大変お世話になりました。中でも､本校ＰＴＡ会長の内田勝行さん夫妻には､田んぼの提供､田植えや稲刈りの指導､日頃の管理、前日や当日の準備など、ご尽力を賜り心より感謝いたします。また、大井地区婦人会や北浦地区地域婦人連絡協議会の皆様方にも、かまど設営や火加減の調節、道具の後片けなど、ご支援をいただきました。本誌をとおして改めてお礼を申し上げます。ありがとうございました。

令和５年度は、実施日を土曜日とし、中学部の生徒の参加をはじめ、学校運営協議会委員の方々などにお声かけをし、輪を広げ、ついて丸めたお餅をその場で食べる交流会も計画しております。この三川内ならではの行事『もちつき』を大切につなぎ、郷土愛にあふれた、三川内に誇りをもつ子どもたちをこれからも育んでいきます。

～令和４年度『もちつき』の様子～

朝早くから準備

杵で餅をつく子どもたち①

杵で餅をつく子どもたち②

もちつきの賑わい

餅を丸める子どもたち

ケースいっぱいのお餅

延岡市立図書館 北浦分館

おすすめの本

TRC Marc より

貸本屋おせん

高瀬乃一 著
文藝春秋

文化年間、女だてらに貸本屋を営む「おせん」。時に幕府の狗に目をつけられ、様々な事件に巻き込まれながらも、書物への愛を胸に、大店を夢見る姿を描く連作集。『オール讀物』掲載に書きおろしを加えて単行本化。[オール讀物新人賞(第100回)]

祝祭のハングマン

中山七里 著
文藝春秋

中堅ゼネコン課長の父と暮らす刑事の瑠衣。父の同僚が交通事故で死亡し、父も工事現場で亡くなった。父は会社に利用された挙げ句殺されたのではないか。疑心に駆られる瑠衣の前に探偵が現れ…。『オール讀物』連載を単行本化。

ベるっぱのホットケーキミックス研究所

混ぜて焼くだけ。なのに、すごくおいしい！

ベるっぱ 著
扶桑社(FUSOSHA MOOK)

パウンドケーキ、マフィン、クッキー、ドーナツ…。ホットケーキミックスを使うから簡単でおいしい！ Youtubeチャンネル『ベるっぱのホットケーキミックス研究所』で紹介したレシピから厳選して新作とともに収録する。

アルツハイマー病になった母がみた世界

ことすべて叶うことは思わねど

齋藤正彦 著
岩波書店

認知症と診断された高齢者は、徐々に起こる認知機能の低下とそれにより生じる生活の困難を、どのように感じ、対応するのか。認知症の専門医である息子が、アルツハイマー病と診断された母のおよそ20年間の日記から探る。

パンダのがらをなんにする？

おおのこうへい さく・え
PHP研究所(PHPにこにこえほん)

シマウマがら、ウシがら、みずたまがら、うずまきがら…。もしも、動物園にいるパンダが全然ちがう「しろくろがら」だったら、どんな感じだろう？子どもの想像力を育てるユーモア妄想絵本第２弾。

ナマケモノヨガ

新井洋行 作
ポプラ社(はじめてえほん23)

両手をパタパタ～、だっこをするよ。ナマ、ナマ、ケモノ、ナマケモノ！楽しいリズムとポーズで、ナマケモノでもできるゆる～いヨガにチャレンジ！　親子のスキンシップを促します。

移動図書館車せせらぎ号 ４月運行予定･休館日

4/11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

4/12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

4/13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（営農研修センター）	11:25～11:45
三川内小中学校　貸出	12:45～13:30

4/14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

4/25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

4/26水	
古江（古江保育所）	10:45～11:15
本村（千寿園）	11:30～11:50
市振（双葉保育所）	13:00～13:30
三川内小中学校　返却	13:50～14:00

4/27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（営農研修センター）	11:25～11:45
三川内小中学校　貸出	12:45～13:30

4/28金	
歌糸（慈光保育園・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
道の駅　北浦	13:00～13:30

◆図書館休館日：4/3月、7金、10月、17月、24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

宮崎県議会議員選挙・延岡市議会議員選挙のお知らせ

私たちの代表を決める大事な選挙です。棄権せずに、あなたの大切な１票を投じましょう。

4/9日 宮崎県議会議員選挙

投票時間 7：00～18：00

４月２日（日）から４月８日（土）まで
北浦公民館で期日前投票ができます。

4/23日 延岡市議会議員選挙

投票時間 7：00～18：00

４月17日（月）から４月22日（土）まで
北浦公民館で期日前投票ができます。

※期日前投票の時間は８時30分から20時までです。
※投票所、期間、時間は投票日前に届く「投票所入場券」に記載されています。

行政相談

日時 4/12水 10:00～13:00　場所 北浦公民館　お気軽にご相談ください

４月の工作イベント

かんたん工作をしよう！

月日 4/8土・9日
時間 10:00～16:00
場所 北浦分館玄関前
対象 幼児～小学生

※詳しくは北浦分館までお問い合わせください。

■北浦町の人口と世帯数

令和５年３月１日時点
（前月比）

男	1,543人(2)
女	1,564人(-9)
計	3,107人(-7)
世帯数	1,577世帯(7)

■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

きたうら
令和５年４月号　No.141
令和５年４月１日発行
編集・発行　延岡市 北浦総合支所 地域振興課
〒889-0392　宮崎県延岡市北浦町古江1930番地
☎(0982)45-4238