

# きたうら

北浦町では、海岸部の地区で10月から11月にかけて秋祭りが、また三川内地区では11月に五穀豊穡を祈願する霜月祭がそれぞれ行われました。各地区で伝統の神楽が奉納されました。写真は市振神楽の様子です。

## もくじ

- P 2 市民税・県民税・国民健康保険税の申告日程・申告会場について
- P 3 林野火災の予防の徹底を！、クリーン作戦を実施しました！
- P 4 のべおか市民生活応援サービス券について、農地相談会・新規就農相談会の実施
- P 5 公民館講座、健康よもやま話
- P 6 きたうらわかば（三川内小中学校）
- P 7 図書館だより（北浦分館）
- P 8 せせらぎ号運行予定、行事予定、北浦町の人口、各課室の電話番号

# 市民税・県民税・国民健康保険税の申告日程・申告会場について

令和8年度（令和7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10日(火)～3月16日(月)**

◆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	10日(火)	10:00～15:30	年金受給者	北浦総合支所 2階大会議室
	12日(木)	13:30～15:30	下 塚	下塚集会所
	13日(金)	9:30～11:30	梅木・大井	梅木生活改善センター
		13:30～15:30		
	16日(月)	9:30～15:30	市 振	北浦漁業センター
	17日(火)	9:30～15:30	宮野浦	宮野浦生活館
	18日(水)	13:30～15:30	市尾内	市尾内自治公民館
	19日(木)	13:30～15:30	歌 糸	歌糸自治公民館
	20日(金)	9:30～11:30	中野内	中野内自治公民館
		13:30～15:30	地 下	地下自治公民館
	24日(火)	13:30～15:30	直 海	直海漁村センター
	25日(水)	13:30～15:30	本 村	北浦保健福祉センター
	26日(木)	13:30～15:30	浜 中	北浦老人福祉館
	27日(金)	9:30～15:30	阿 蘇	阿蘇漁村センター
3月	2日(月)～16日(月) (土日は除く)	9:30～15:30	全地区	北浦総合支所 2階大会議室

※北浦地区で確定申告書（所得税）の作成を希望する人は、3月2日(月)～3月16日(月)に総合支所で受付を行います。（土日は除く）事前に必ず、市民サービス課に予約をしてください。

※消費税については、北浦地区で受付できませんので、延岡税務署またはe-Taxで確定申告をしてください。

## 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。

### ◎個人番号と本人確認ができるもの

- ・マイナンバーカード
- ・通知カードなどの個人番号がわかるものと、運転免許証、パスポートなどの身分証明書

### ◎収入、経費のわかるもの

- ・源泉徴収票（給与所得、公的年金など）
- ・営業や不動産、農業、その他の所得などの収入・経費のわかる帳簿、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、地震保険料など）
- ・その他の控除を申告するために必要な証明書や領収書など（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と個人番号が確認できるもの

- ・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

## 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。

○咳、発熱等の症状がある人や体調のすぐれない人は、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



## 林野火災の予防の徹底を！

1月は、宮崎県の山火事予防月間です。林野火災は、一度燃え上がれば人の手では消火しきれないほど大規模になり、甚大な被害となるおそれがあります。

山火事を防止するため、下記については特に注意をお願いします。



1. 枯れ草等のある火災が起こりやすい場所では、**たき火をしない。**
2. たき火の場所を離れるときは**完全に消火する。**
3. 強風時及び乾燥時には、**たき火、火入れをしない。**
4. 火入れを行う場合は、**事前に許可を受ける。**
5. たばこの火は必ず消すとともに、**吸いがらを捨てない。**
6. **火遊びはしない。**



お問い合わせ

産業建設課

☎ 45-4236

## クリーン作戦を実施しました！

12月9日に北浦小学校、北浦中学校合同で「第2回クリーン作戦」を実施しました。

今回は、小・中学生で班を作り、参加していただいた地域の方や保護者の方も一緒に、中野内、地下、市振方面に分かれてごみを拾う活動をしました。

第1回目のクリーン作戦(6月)では、13.7kgのごみを回収しましたが、今回は52.74kgのごみを回収しました。ガラス瓶や空き缶などの燃えないごみが多かったようです。

小・中学生が合同でクリーン作戦を行うのは初めてでしたが、中学生が優しく小学生を手伝う姿も見られ、仲良く活動に取り組むことができました。ご協力いただいた保護者、地域の皆様、どうもありがとうございました。



お問い合わせ

教育委員会北浦分室

☎ 45-3040

## 使用期限間近！ 第4弾のべおか市民生活応援商品・サービス券

8月中旬から9月にかけて配達しました、「第4弾のべおか市民生活応援商品・サービス券」の使用期限は**令和8年1月12日まで**です。

使い忘れが無いよう、お早めにご使用くださいますようお願いいたします。

### ■北浦地域取扱店（五十音順） ※R 7.10.20時点

○天野鮮魚店○海の森○お食事処さとう○牡蠣家○カサヤ  
○河野クリーニング○きたうらら海市場・レストラン海市場  
○北浦臨海パーク観光案内所○喫茶レストフル○小西酒店  
○J A みやざき北浦支店購買○潮香ノ宿高平屋○SHIMOASO CAFÉ  
○柴石油瓦斯○高島ストアー○中村屋古江店○中村屋宮野浦店  
○日高勝三郎商店石油部○ファミリーマートきたうらら海市場○まなぶ農園  
○道の駅北浦○料理処丸金○臨港

※その他の取扱店は、商品券と同封した取扱店一覧をご覧ください。  
か、QRコードからホームページを参照ください。

#### 取扱店一覧



### 〈取扱店の皆様〉

商品券の換金期限は令和8年1月23日までです。期限経過後は一切換金できませんので、期限内に必ず換金手続きをしてください。

お問い合わせ

のべおか市民生活応援商品・サービス券事務局  
☎ 0120-301-714（平日9時～17時）

## 農地相談会・新規就農相談会の実施

農地や就農に関する悩み事など、お気軽にご相談ください。  
申し込みは不要です。

### 【北浦地区】

○開設日：1月30日（金）

○会場：北浦公民館講義室

○時間：9時30分～11時30分



お問い合わせ

農業委員会事務局 ☎ 22-7028

## 令和7年度公民館講座『フラダンス教室』受講生募集

公民館講座を下記のとおり開催します。心身のリフレッシュや健康維持のために優雅なフラダンスを体験してみませんか？楽しい時間を過ごすことができますよ。

定員は15名です。



講 座	回	期 日	時 間(場所)	備 考
<b>フラダンス教室</b> <b>(全6回)</b> <b>【講師】</b> ラカ キノラウ フラストジオ インストラクター <b>池澤 優香 先生</b>	1	1月20日(火)	19:00~20:30 (北浦公民館)	対象者：一般 定 員：15名 受講料：無料 保険料：144円
	2	1月27日(火)		
	3	2月 3日(火)		
	4	2月10日(火)		
	5	2月17日(火)		
	6	2月24日(火)		

お問い合わせ 教育委員会 北浦分室 ☎ 45-3040



## 北浦診療所 日高所長の 健康よもやま話



### 『ヒートショックについて まとめ版』

今の時期に問題となるのがヒートショックです。以前にも記事にしましたが、今回まとめ版を掲載します。ヒートショックとは、温度差が原因でショック状態になることです。寒い冬の風呂場での事故が多く報告されています。寒暖差が大きいことでショック状態になり、最悪の場合命を落とすこともあります。特に持病がなくてもヒートショックは起こります。その予防の為に以下のことに気をつけましょう。①食後1時間程度や飲酒後は血圧が下がりやすいので、時間をおいて入浴しましょう。②シャワーでお湯はりをして蒸気で浴室全体を暖めて入るといいでしょう。③入浴前に脱衣所を暖めて、浴室・脱衣所・部屋の温度差を少なくすることも効果があります。脱

衣所を温める器具があるともっと良いでしょう。④心臓から遠い手足などからお湯をかけ、身体を少しずつ温めましょう。⑤ゆっくりと湯船に出入りすることで身体への負担を減らせます。⑥湯船の温度は熱すぎない41℃以下にしましょう。⑦入浴中はたくさん汗をかくため、入浴前後にはコップ1杯程度のお水を飲むと良いでしょう。

### 1月の診療所予定

毎週水曜と土曜の午後は休診となります。  
新年は5日(月)から診療開始となります。  
12日(月)は祝日で、24日は第4土曜日で休診となります。  
よろしくお願いいたします。

お問い合わせ 北浦診療所 ☎ 45-3331



# きたうらわかば

町内の学校の様子を順番に掲載します。  
今回は、三川内小中学校の様子です。

## 小学部の児童で稲刈りを行いました

10月10日、小学部保護者の田んぼをお借りして稲刈りが行われました。秋晴れのもと、児童は張り切って稲刈りに取り組み、笑顔あふれる表情がとても印象的でした。児童による稲刈りの後には、大きなコンバインで仕上げの稲刈りを行い、児童たちが刈った稲を脱穀していただきました。保護者、地域の皆さんの協力の下、収穫した餅米を使って12月に餅つきを実施しました。



## 大成功！文化発表会

10月25日、「文化発表会」が行われました。今年度のスローガンは「キラキラ！～笑顔満載で『楽しい』をずっと～」です。児童生徒だけでなく、地域や保護者の皆様にも「楽しい」と感じていただけるように、準備や練習を重ねてきました。当日は会場全体が笑顔と拍手に包まれ、スローガンのとおり「楽しい」があふれる一日となりました。



## 楽しかったよ！お芋掘り

10月28日、小学部1・2年生でお芋掘りを行いました。「どんなお芋が土から出てくるだろう？」と、みんなわくわく・ドキドキしながら掘り始めました。ところが、このお芋がなかなか手強い！土の中にしっかりと根を張っていて、簡単には抜けません。子どもたちは夢中になって土を掘り、つたを引っ張り、ようやく大きなお芋が「こんにちは！」土の中からお芋が出てきた瞬間、みんな大喜びでした。



## 「津波防災の日」にあわせた地震避難訓練を実施しました!!

11月5日の「津波防災の日」にあわせて、本校では地震を想定した避難訓練を行いました。当日は、地域の防災士の方からご寄贈いただいたヘルメットを着用し、児童生徒一人ひとりが「自分の命を守る行動」を意識して訓練に臨みました。低学年の児童は慣れないヘルメットに少し戸惑う様子も見られましたが、先生の指示をよく聞き、しっかりと着用して安全に避難することができました。今回の訓練を通して、災害時に落ち着いて行動する大切さを学ぶことができました。





# おすすめの本

TRC Marc  
より



**材料3つ  
旬の土鍋ごはん**  
長谷園「かまどさん」105レシピ  
伊賀焼窯元長谷園 著  
講談社

土鍋まかせで、ごはんがこんなに美味しい！火加減いらず・吹きこぼれなしの炊飯土鍋「かまどさん」を使った、炊き込みごはん&おかず105レシピを紹介する。



**はじめてのTセーター**  
まっすぐ編むだけT字型  
シルエットのかんたんセーター  
毛塚みどり 著  
グラフィック社

毛糸10玉でできる！いつかセーターに挑戦したい編み物初・中級者に向け、まっすぐ編むだけの「Tセーター」を紹介。基本のTセーターの編み方を、手順に沿ってプロセス写真で解説する。製図・編み図も掲載。



**軍師秀長 上**  
近衛龍春 著  
毎日新聞出版

「なにが軍師殿じゃ、面倒なことばかり押しつけよって、兄者！」兄・秀吉と、無茶な作戦を実現するため苦心する健気な弟・秀長。豊臣兄弟の奇跡のサクセスストーリーを描く。



**濱地健三郎の  
奇かる事件簿**  
有栖川有栖 著  
KADOKAWA

死者の声なき声を聞き届ける探偵・濱地健三郎。黒猫のぬいぐるみを連れた美女、洋館で人を襲う危険な霊との対決…。濱地はスリルに満ちた捜査の先に、衝撃の真相を解き明かしていく！『怪と幽』掲載を単行本化。



**未来への人生ノート**  
清水晴木 著  
幻冬舎

面接練習で「“いい人”の壁」に突き当たる千佳。「面白さ」の正体に悩む不器用な一平。自分探しの旅に出た直樹。目立つものが何もない自分に劣等感を抱く夕。4人の前に、謎めいた就活サポーター・平人生が現れ…。



**かおでんしゃ**  
モリヤユメコ さく・え  
ひかりのくに

「出発進行！おなかの上駅を出ますと、次は耳の穴駅に停車します」日曜日の朝、男の子は、なかなか起きないお父さんの顔の上で、電車ごっこを繰り返す…。大迫力の絵柄や構図が楽しい冒険絵本。

## 1月のイベント

### かんたん工作をしよう！

**月日** 1/16金、17土  
**時間** 10:00～16:00

**場所** 北浦分館玄関前  
**対象** 幼児～小学生

※イベント開催日等の変更がある場合があります。詳しくは北浦分館までお問い合わせください。



お問い合わせ

延岡市立図書館 北浦分館

☎ 45-2466

# 移動図書館車せせらぎ号

# 1月運行予定・休館日

1/13 火

宮野浦（分校跡）	10：30～10：50
北浦中学校	13：10～13：35
直 海（漁村センター）	14：00～14：20
地 下（消防器具庫前）	14：30～14：50
結いの里	15：00～15：20

1/14 水

本 村（千寿園）	11：30～11：50
北浦小学校	13：20～13：50

1/15 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	13：00～13：30

1/16 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
浜 中（J Aみやざき北浦支店）	12：30～12：50

1/27 火

宮野浦（分校跡）	10：30～10：50
宮野浦バス待合所	10：55～11：15
市 振（北浦漁協）	12：30～13：00
けあビジョンホーム延岡北浦	13：10～13：30
北浦臨海パーク	13：50～14：20

1/28 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

1/29 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	13：00～13：30

1/30 金

歌 糸（慈光保育園・同正面駐車場）	10：45～11：20
三川内（日高スタンド前）	11：30～11：50
浜 中（J Aみやざき北浦支店）	12：30～12：50
道の駅 北浦	13：00～13：30

◆図書館休館日：1月1日(木)、2日(金)、3日(土)、5日(月)、19日(月)、26日(月)

◆開 館 時 間：火曜日～金曜日 午前9時～午後7時 土・日・祝日 午前9時～午後5時

お問い合わせ 延岡市立図書館 北浦分館 ☎ 45-2466



## 消 防 出 初 式

**日時** 令和8年1月11日 8:00～

**場所** 北浦小中学校グラウンド



### ■北浦町の人口と世帯数

令和7年12月1日時点  
(前月比)

男 1,478 (-3)

女 1,436 (-3)

計 2,914 (-6)

世帯数 1,545世帯 (-4)

### ■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