

市民力・地域力・都市力が躍動するまち



2020
No.931

広報

のべおか

田園都市中核施設
延岡総合文化センター

二十歳になりました！



祝 令和2年延岡市 成人式

まちの話題を お届けします snapshot

1月 令和2年 延岡市成人式

1月12日(日)に、延岡総合文化センターで延岡市成人式が行われ、スーツやはかま、華やかな振り袖に身を包んだ新成人959人が出席しました。式典では、新成人代表に成人証書授与が行われた後、恩師から寄せられたビデオメッセージの上映や私たちのメッセージ発表などが行われました。また会場の外は、友人との久しぶりの再会を喜んだり、思い出話や記念撮影をしたりする新成人の皆さんで盛り上がっていました。



1月 6~8 香港大学が教育旅行で来延！

1月6日(月)から3日間、香港大学日本語学科の学生と引率者9人が教育旅行で延岡を訪れました。教育旅行では、旭化成展示センターや延岡城址の見学のほか、須美江町の普門寺での座禅や北川町の神さん山でトレッキングを体験。また、6日(月)と7日(火)は北方町の農家3軒に民泊し、日本の里山を体験しました。座禅を体験した学生は「香港にはない新鮮な体験で、ストレスが取れた。体が温くなった」と話していました。



1月 1 ニューイヤー駅伝4連覇！

元日に群馬県で開催されたニューイヤー駅伝で、地元旭化成陸上部が4年連続25回目の優勝を果たしました。

大会翌日に行われた出迎え式には、昨年を上回る約700人の市民が駆けつけました。

西監督は「応援が届き、総合力で優勝することができた」と感謝の言葉を述べ、式の最後に4連覇にちなみ参加者全員で「万歳四唱」を行い、快挙を祝いました。



1月 12 消防出初式

1月12日(日)に市内の4会場で消防出初式が開催されました。

各会場では、通常点検が行われた後、一斉放水や的落しが行われ、訪れた観客から大きな歓声が上がっていました。

また、延岡会場の市役所前では分列行進も開催。延岡市幼年消防クラブの園児を先頭に、女性消防隊員や消防団員、消防署職員など、合わせて623人が堂々と行進を行いました。



第35回国民文化祭・みやざき2020 第20回全国障害者芸術・文化祭みやざき大会

国文祭・芸文祭みやざき2020

シリーズ4のべおか2020「太鼓の響き」

国民文化祭・障害者芸術文化祭推進室 ☎ 20-55553

QRコード

▲国文祭・芸文祭みやざき2020 ホームページ

10月17日から国文祭・芸文祭みやざき2020が宮崎県で開催されます。広報のべおかでは、大会期間中の本市での取り組みなどをシリーズでご紹介します。

海外でも人気の「太鼓」のべおか2020

「太鼓の響き」

「日向の国神話の郷！奏で響く和の心音！」

11月8日(日)に、延岡総合文化センターで、九州・四国・中国地方の15県と延岡のチーム合わせて16団体が、それぞれの地域の特色を持った、迫力のある太鼓の演奏を披露します。

さらに、日本のプロ和太鼓チームの先駆けで、新潟県佐渡市を本拠地に世界で活躍する「鼓童」も出演します。海外でも評価が高い演奏を、ぜひお楽しみください。

▲ひむか太鼓連盟所属の「あゆっこ隊」

インタビュー 国文祭・芸文祭への想いを伺いました。

平野 勝己 さん
ひむか太鼓連盟 会長

西日本各県を代表する和太鼓チームが一堂に会し、それぞれの団体が趣向を凝らした演奏を披露します。観客の皆さんと一緒に盛り上がる演奏会を目指します。太鼓の魅力は、音だけではなく演奏する人の所作・動作にもありますので、その部分も注目してほしいです。

▲ひむか太鼓連盟への問い合わせ先 ☎ 080-1703-5401(栗栖)

今月のもくじ contents

- P 2 〔連載〕国文祭・芸文祭みやざき2020
- P 3 まちの話題をお届けします snapshot
- P 4 受賞者紹介
- P 6 イベント情報
(延岡花物語、延岡西日本マラソンなど)
- P 10 健康・福祉に関するお知らせ
(予防接種の案内など)
- P 12 暮らしのひろばワイド
- P 14 暮らしのひろば
- P 18 日曜祝日当番医・薬局など
- P 20 おうちdeタパス

今月の表紙 cover

1月12日 延岡市成人式

表紙は、延岡市成人式実行委員会メンバーの皆さんです。

○写真上段左から

赤木優太さん、小野隼弥さん、峯田雅斗さん、岩本武士さん

○写真下段左から

岩佐芽依さん、武井望愛さん、柳生麻衣さん、谷夏実さん、松永理緒さん



受賞おめでとうございます 受賞者紹介

全国林業経営推奨行事 農林水産大臣賞

北川町で木材の生産や原木しいたけの栽培などを営む黒木完治さんが、全国林業経営推奨行事で農林水産大臣賞を受賞しました。黒木さんは所有者の意向に沿った伐採を積極的に請け負うなど、地域林業の持続可能な経営につながる活動が評価されました。

黒木完治さん



▲ 市長に受賞を報告する完治さん、妻の栄子さん

ひなた GAP 認証

片田町でたまねぎを生産する三雲治男さんと北浦町で米・茶を生産する松原学さんが、宮崎県のひなたGAPの認証を取得しました。ひなたGAP認証制度は、農産物の安全確保や環境保全、労働安全など、県が定める農業生産工程管理に基づいた取り組みが実践できていることを県が認証する制度です。今回の認証取得で、市内の取得者は4人となります。

松原学さん 三雲治男さん



▲ 認証取得した松原さん（左）、三雲さん（右）

自治会等地縁による 団体功労者 総務大臣表彰

廣瀬武男さんが自治会等地縁による団体功労者総務大臣表彰を受けました。廣瀬さんは平成14年から区長に在職し、また、川中地区区長会会長や延岡市区長連絡協議会事務局長を務めるなど、地域社会や市政発展への長年にわたる貢献が評価されました。

廣瀬武男さん



▲ 受賞を報告した廣瀬さん

ボナー寿賞

南一ヶ岡の緒方孝子さん、二ツ島町の甲斐ノブ子さんが、ボナー寿賞を受賞しました。緒方さんは、地域行事で合唱するとき、ハーモニカや琴で伴奏するなど、地域活動へ積極的に参加・協力。甲斐さんは、えんばくや東海さるくの設立時から自作の農作物の提供や地域住民と布草履体験を行うなど、それぞれ地域活性化に貢献する活動が評価されました。

緒方孝子さん 甲斐ノブ子さん



▲ 受賞した緒方さん（左）、甲斐さん（右）

令和元年に市内の個人や団体が、国・県・市や関係団体などから多くの表彰や認証を受けました。ここでは、皆さんの功績などを紹介します。

優良 PTA 文部科学大臣表彰 日本 PTA 全国協議会会長表彰

岡富小学校PTAが、優良PTA文部科学大臣表彰を受けました。同PTAは、全会員が一人一役として活動に参加し、学校支援を行っていることが評価されました。また、旭中学校PTAが、地域防災学習や地域交流会に積極的に協力していることが評価され、日本PTA全国協議会会長表彰を受けました。

岡富小学校PTA 旭中学校PTA



▲ 表彰式は東京都で行われた。写真は表彰式に参加した森山慎作会長（左）、長渡教代会長（右）

国民健康保険関係功績者 厚生労働大臣表彰

医療法人健悠会吉田病院認知症疾患医療センター長の富田精一郎さんが、厚生労働大臣表彰を受けました。富田さんは国民健康保険運営協議会委員を22年間務め、慢性腎臓病対策事業の基盤を構築するなど、健康増進につながる功績が評価されました。

富田精一郎さん



▲ 市長から表彰の伝達を受ける富田さん

アスリートタウン延岡 スポーツ特別賞

旭化成柔道部の大野将平選手がアスリートタウン延岡スポーツ特別賞を受賞しました。大野選手は、2019世界柔道選手権の男子73kg級と男女混合団体戦で金メダルを獲得するなど、アスリートタウンのべおかの推進・発展に貢献しました。

大野将平選手



▲ 左から副議長、市長、大野選手、吉田監督

日本食生活協会 南・賀屋賞

延岡市食生活改善推進員連絡協議会が、日本食生活協会の南・賀屋賞を受賞しました。同協議会は平成4年に設立され、現在も地域での調理講習会やイベント時に減塩や野菜摂取の普及活動を行うなど、長年にわたる食を通じた健康づくりの活動が評価されました。

延岡市食生活改善推進員連絡協議会



▲ 左から河野さん、甲斐さん、市長、古本さん、姉川さん

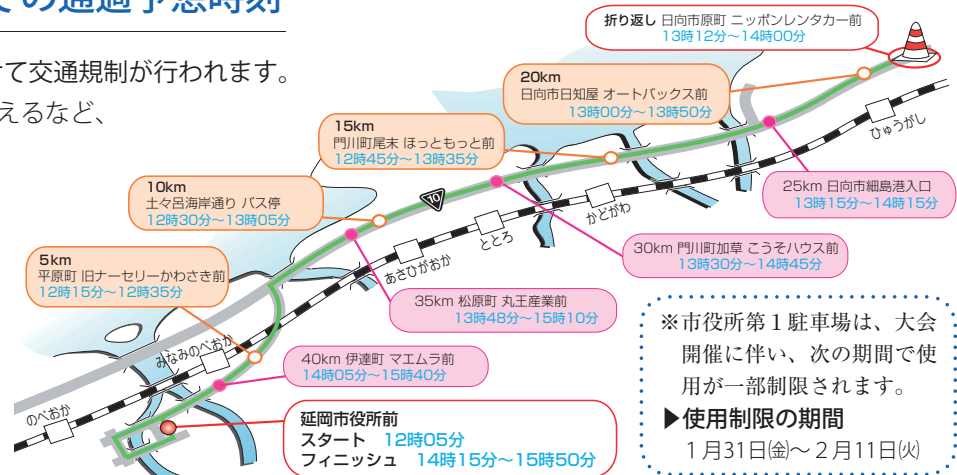
NOBEOKA NISHINIPPON MARATHON
第58回 延岡西日本マラソン

2月9日(日) 12時5分スタート
スタート／フィニッシュ 市役所前
問い合わせ 延岡西日本マラソン大会事務局（保健体育課内） ☎ 22-7038

沿道での声援は、選手の大きな励みになります。
ぜひ、沿道での声援をお願いします。

コース図・主要地点での通過予想時刻

- ❶ 大会当日は、レースにあわせて交通規制が行われます。
コース周辺は車での通行を控えるなど、
ご協力をお願いします。



2020の
**のべおか
タパス**
Nobeoka Tapas

延岡西日本マラソンと同時開催!!
**のべおかタパス
食べ歩き 2020**

和・洋・中などさまざまなジャンルの料理人が趣向を凝らして作る延岡の食材を使った自慢の小皿料理「のべおかタパス」が、各店舗、一皿500円で楽しめます。また、2月8日(土)、9日(日)は宮崎銀行駐車場(南町)にタパス屋台が出店します。

▶開催期間 2月7日(金)～9日(日)の3日間
※タパスの提供時間は、各店舗の営業時間内です。
▶タパス屋台 2月8日(土) 16時～22時
9日(日) 11時～20時

お問い合わせ
おいしい革命実行委員会事務局（企画課内） ☎ 22-7003
チケット販売
▶チケット 2,000円 ※売り切れ次第終了
（1冊500円5枚つづり 2,500円相当）
▶販売窓口 ①延岡市役所6階 企画課
②延岡総合文化センター
③東九州バス文化構想ホームページから申込
※チケットは案内所で現金と引換え。
④案内所（2カ所）
（中央通交差点付近、タパス屋台前）
※案内所は、開催期間中のみ。
▶参加店舗やメニューなどの詳しい情報は…

東九州バス文化構想 検索

イイベント情報

神と人と花が出逢う早春の五ヶ瀬川
延岡花物語 2020

開催期間
2月1日(土)～
4月5日(日)

延岡花物語 2020 検索
問い合わせ
延岡観光協会 ☎ 29-2155

2/22(土)～24(月) **このはなウォーク** 場所：五ヶ瀬川堤防
300本の天下一ひむか桜と100万本の菜の花が咲く五ヶ瀬川堤防。河川敷ではステージイベントのほか「のべおかうまいもの市」や「天下一BQ」など、おいしいものがずらりと並びます。

2/10(月)11(火) **慧日梅観梅会** 場所：本東寺(松山町)

えにちばい
「慧日梅」と呼ばれる樹齢230年の枝垂れ白梅のほか、白梅50本、紅梅5本を鑑賞しながら野だてが楽しめるオープニングイベントです。

3/8(日) **ヤブツバキを楽しむ会** 場所：城山公園

108種、3,300本のヤブツバキが自生する城山公園。当日10時に牧水歌碑前に集合し、全員で公園を散策します。 ※荒天時は3月15日(日)

3/20(金)～4/5(日) **ワイワイ花宵物語** 場所：城山公園

夜桜とプロジェクションマッピングが楽しめます。
▶桜のライトアップ：18時30分～21時30分
▶上映時間：19時15分～(15分間隔 7分/回)

3/29(日) **ワイワイグルメ博** 場所：城山公園

ソメイヨシノと日本三大ヤブツバキ群を見ながら、グルメや野だて、キッズコーナーのほか、さまざまなステージイベントが楽しめます。

九州保健福祉大学イベント

問い合わせ 九州保健福祉大学入試広報室
☎ (0120) 24-2447 FAX 23-5540
✉ kouhou@phoenix.ac.jp

大学見学会

高校1・2年生を対象とした大学見学会です。保護者も参加でき、施設や設備の見学のほか、疑問・質問に学科教員が回答。入試制度や特待生制度の説明なども受けられます。

日時 **2月23日(日)**
13時～15時

※3月も開催予定

申込 ①見学希望日 ②名前
③出身高校・学年 ④見学希望
学科 ⑤連絡先(携帯電話番号)
⑥人数 ①～⑥をメール、ファ
クス、電話などで、2月17日
(月)までに連絡してください。

宮崎県北 サイエンスフォーラム 「薬学的サイエンス：基礎と臨床」

九州保健福祉大学薬学部では、教員が大学内で実際に行なっている研究を発表するサイエンスフォーラムを開催します。入場無料、申込不要でどなたでも参加できます。

日時 **3月14日(土)**
12時30分～15時30分

場所 九州保健福祉大学
F講義棟

内容 研究発表など

受験生の皆さんへ 入試出願期間の案内

■中期入試

2月13日(木)まで
(入試日 2月20日(木))

■後期入試

2月14日(金)～3月6日(金)まで
(入試日 3月14日(土))

※出願方法など詳しくは、九保大ホームページに掲載している「学生募集要項」をご確認ください。



◀大学ホームページは
こちらから

国際交流イベント

問い合わせ
国際交流推進室(総務課内) ☎ 22-7006

「外国人が見た宮崎」作品展

第14回アートフェスティバル「外国人が見た宮崎」作品展では、県内に住む外国人が宮崎をテーマに作成した写真や書道、絵画などのアート作品が展示されます。

日時 **2月25日(火)～28日(金)**
8時30分～17時15分

※25日は10時から、28日は16時まで

場所 市民スペース(市役所1階)



ドイツ語で話してみましょう ～ドイツ語フリートーク～

国際交流員と一緒にドイツ語での会話を楽しみませんか。

日時 **2月19日(水)**
18時～19時

場所 社会教育センター 研修室5

対象 ドイツ語で(簡単な)会話ができる人、
ドイツ語での会話に興味がある人

申込 不要(料金無料)



イベント情報

のべおかこども未来フォーラム 2020

～(仮称)延岡こども未来創造機構の設立に向けて～

問い合わせ
経営政策課
☎ 22-7074

日時 **2月15日(土)** 13時～17時 場所 カルチャープラザのべおか 申込 不要(入場無料)

第1部

講演「地域における人づくりのあり方」
～日本の教育を牽引するゲストトーク～



演題「わたしらしく、この子らしく」
～二宮金次郎流、ひとづくりの秘訣～
親子をつなぐ学びのスペースリレート代表
中桐 万里子氏(二宮尊徳7代目子孫)



演題「自分の未来をひらく、地域の未来をひらく」
隠岐国学習センター長
豊田 庄吾氏



演題「社会に出る前に」自己信頼「を育てよう」
リクルートワークス研究所長
大久保 幸夫氏

第2部

トークセッション「機構の未来を語ろう」
～市がやるべきことはなにか?～



コメンテーター
能村 幸輝氏



ゲストスピーカー
豊田 庄吾氏



ゲストスピーカー
大久保 幸夫氏



ゲストスピーカー
中桐 万里子氏

延岡市出身で経済産業省産業人材政策室長の能村氏がコメンテーターとして参加し、トークセッションが行われます。急激に変化していく社会の中で、親や子どもたちはどんなことを考え、どう生きていけばいいのか。新しく設立を検討している機構の役割を、一緒に考えてみませんか。

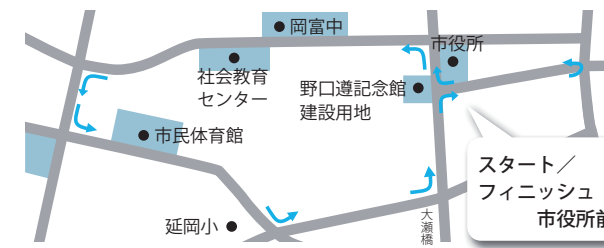
2020 第6回天下一！ のべおか中学駅伝競走大会

問い合わせ 保健体育課 ☎ 22-7033

天下一！のべおか中学駅伝競走大会では県北地区の学校をはじめ、県内外から多くの学校の参加を予定しています。皆さんの声援をお願いします。

日時 **3月1日(日)**
ロードレース：9時30分～ 駅伝：10時～
閉会式：13時～(予定)

コース 延岡城址周回コース

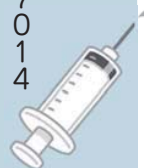


大会当日は、レースに合わせて、コース周辺で交通規制が行われます。ご理解とご協力をお願いします。



予防接種はお済みですか

健康増進課 ☎ 22-7014

MR（麻しん、風しん）
ワクチン

麻しん（はしか）は、特別な治療法がなく、細菌の二次感染やその他の合併症で致命的な事態を招くこともある恐ろしい病気です。

また、風しんは妊婦が妊娠初期にかかるると胎児に感染して「先天性風しん症候群」を起こす可能性があります。

風しんの追加的対策

対象者

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

風しんの予防のためには、予防接種が有効です。

しかし、公的な接種を受ける機会がなかった年代の男性は抗体保有率がほかの世代に比べて低く（約80パーセント）なっています。

クーポン券を持っている人は風しん抗体検査・予防接種を全国の協力医療機関で受けられます。料金は無料ですので、積極的に受けましょう。

※クーポン券を持っていない人は健康増進課で発行しますので、お問い合わせください。



実施医療機関 県内医療機関
※要予約

実施期間 3月31日（火）まで
料金 無料（実施期間内のみ）
※4月以降は約1万円の自己負担が必要

高齢者肺炎球菌ワクチン

日ごろ元気にしている人でも、ちょっとしたことをきっかけに、肺炎にかかってしまうことがあります。

高齢になると、症状が急激に進むこともありますので、肺炎予防のために予防接種を受けましょう。

対象者

- ①下表の誕生日に該当する人で、過去に「23価肺炎球菌ワクチン」を接種したことのない人
- ②60～64歳で一定の障がいがある人

※60歳～65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に身辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人は、費用助成の対象になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。



対象年齢者の定期接種の機会、今年度のみです。（1人1回）

実施期間 3月31日（火）まで
料金 2500円（生活保護受給者は無料）
実施医療機関 県内医療機関
※要予約

年齢	誕生日
65歳	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生
70歳	昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生
75歳	昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生
80歳	昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生
85歳	昭和9年4月2日～昭和10年4月1日生
90歳	昭和4年4月2日～昭和5年4月1日生
95歳	大正13年4月2日～大正14年4月1日生
100歳以上	大正9年4月1日以前の生まれ

365日、市役所2階（保健センター前）で開設しています

なんでも総合相談センターを利用しませんか

☎ なんでも総合相談センター ☎ 20-7105
✉ nandemo@city.nobeoka.miyazaki.jp

なんでも総合相談センターとは？

医療・介護・福祉と子育て・教育の2つの分野を中心に市民の皆さんからの各種相談にワンストップで対応します。

相談者が抱える課題の解決に向けて、一緒に最善の解決方法を検討し、必要に応じて関係機関へのつなぎや継続的な働きかけを行います。

なお、窓口相談、電話相談、メール相談で対応しますので、悩みや不安を抱えている人はぜひ、ご利用ください。



無償スペース活用団体募集中

無償スペースを活用できる市民団体を随時募集しています。詳しくはなんでも総合相談センターにお問い合わせください。

- 利用日時 毎日9時～16時
- 対象団体 主に医療・介護・福祉と子育て・教育分野の相談対応や情報提供ができる団体
- 申込方法 申込書などをなんでも総合相談センターに持参、または郵送
- 提出書類の入手方法 市のホームページからダウンロード、またはなんでも総合相談センターで配布

※2月の活用団体スケジュールは16ページをご覧ください。

2月・3月の主な対象イベント

健康長寿のまちづくり課 ☎ 22-7088

めざせ健康長寿！inのべおか

- 日時 2月24日（月）13時30分～15時30分
- 場所 延岡総合文化センター
- パネルディスカッション

- 講師 榎本雄介氏（延岡市医師会理事・大貫診療所院長）
- 川野武氏・坂井淳子氏（ラジオパーソナリティ）

特別講演

- 「がん治療から10年 私のこれまでとこれから」
- 講師 原千晶氏（女優・タレント）



問い合わせ 健康長寿のまちづくり課 ☎ 22-7088

県民健康講座

- 「泌尿器科のガンについて」
- 講師 山下康洋氏（県立延岡病院泌尿器科主任部長）
- 日時 2月19日（水）18時～19時
- 場所 県立延岡病院2階講堂

問い合わせ

県立延岡病院医療連携科 ☎ 32-6202

のべおか健康サポーター養成講座

- 「認知症とオーラルフレイル」
- 講師 佐藤圭創氏（医師）
- 吉本龍司氏（株式会社ナラティブ）
- 日時 3月4日（水）19時～20時30分
- 場所 社会教育センター

問い合わせ

NPO法人のべおか健寿 ささえ愛隊 ☎ 29-2536

いずれのイベントも無料で、申込不要です。

春の城下町を散策しよう！ さいき 観 光 情 報

城下町佐伯ひなめぐり

武家屋敷通りの面影が残る「歴史と文学のみち」沿いの施設に、毛利家に伝わる雛人形や木目込み人形、スイートピーを使った花雛などを多数展示します。また、スマートフォンやタブレットを使って参加できるデジタルスタンプラリーも同時開催！各施設のスタンプを集めて応募すると、抽選で景品をプレゼント。

と き 2/22土～3/8日
9時～ ※閉館時間・休館日は各施設によって異なります。

と ころ 観光交流館、波心亭、
国木田独歩館、歴史資料館
※国木田独歩館、歴史資料館は入館料が必要（団体割引、共通観覧券あり）

花雛づくり体験
と き 2月22日（土）～3月8日（日）
と ころ 観光交流館
詳しくはお問い合わせください。
《問い合わせ》観光交流館 ☎0972-28-5656

《問い合わせ》佐伯市観光案内所 ☎0972-23-3400
※詳しくは、 佐伯市観光大百科 検索

※「市報さいき」2月号では、延岡花物語と東九州リレーマラソンを紹介しています。

プレミアム付商品券の販売 締切間近です

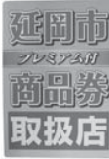
問 プレミアム商品券対策室
☎ 20-7170

購入対象者には、プレミアム付商品券の購入引換券を送付しましたが、商品券の購入が済んでいない人がいます。

商品券販売は、2月28日（金）までです。購入漏れがないか、再度確認してください。

購入時に必要なもの

商品券購入引換券
購入代金（現金のみ）
免許証、健康保険証など本人確認できるもの（代理人の場合は委任状など）



商品券はステッカーのある店で利用できます。

商品券の購入限度額

対象者1人につき券面額25,000円分を購入できます。（実際の購入額は20,000円）

購入単位は、券面額5,000円分（券面額500円×10枚）です。（実際の購入額4,000円）

※1冊単位で複数回に分けて購入可

商品券の販売窓口

プレミアム商品券対策室（市役所6階）
9時～16時30分



他市町村で発行した購入引換券は、プレミアム商品券対策室で交換できます。

指定管理者が決まりました

施設名

- ①延岡市岡富コミュニティセンター
- ②延岡市土々呂コミュニティセンター
- ③延岡市道の駅北方よちみろ屋、延岡市浜木綿村、延岡市道の駅北川はゆま、延岡市ホテルの里休暇村

指定管理者名

- ①延岡市岡富コミュニティセンター管理運営委員会
- ②延岡市土々呂コミュニティセンター管理運営委員会
- ③のべおか道の駅株式会社

指定期間

4月1日～令和7年3月31日

①と②の施設 問 経営政策課 ☎ 22-7079
③の施設 問 観光戦略課 ☎ 34-7833

コミュニティセンターの開館

問 経営政策課
☎ 22-7079

富美山地区の地域住民の自主的な活動や交流の拠点として、延岡市富美山地区コミュニティセンターを整備しました。



施設内容

会議室（2）
事務室
トイレ
その他

利用開始日

2月12日（水）

利用申請開始

2月9日（日）～

※ただし、2月11日（火）までは、10時～15時

開館時間

9時30分～22時

※休館日 月曜日、祝日、年末年始、お盆

利用の申請や問い合わせ先

富美山地区コミュニティセンター
☎ 33-8700

受講生募集

問 恒富地区高齢者コミュニティセンター
☎ 31-1515

生きがい体験学習

※時間はお問い合わせください

教室	定員	開催日（令和2年）
デジカメ・パソコン入門教室	12人	4月7日、21日 5月19日 6月2日、16日、30日
オカリナ入門教室	12人	4月6日、20日 5月18日 6月1日、15日、29日
英語入門教室	12人	4月9日、23日 5月14日、 28日 6月11日、25日
身近な草木染め教室	12人	4月1日、15日 5月20日、 27日 6月3日、17日
多肉と苔で遊ぼう教室	10人	4月2日、16日 5月7日、 21日 6月4日、18日
レザークラフト教室	10人	4月13日、27日 5月11日、 25日 6月8日、22日

シルバーゼミナール

受講内容

野外研修（延岡の歴史）、お菓子作り、童謡コーラス、工場見学、タペストリー作り、3B体操、紅花染め、料理教室

開催期間

4月～令和3年2月
（年9回・木曜日の午前中）

定員

30人

対象者

市内に住む65歳以上の人

場所

恒富地区高齢者コミュニティセンター

受講料

材料費のみ負担

申込締切

2月27日（木）（電話で申し込み）
※定員を超えた場合は抽選

査を開始します。
皆さんの調査へのご理解・ご回答をよろしくお願いいたします。

企画課 ☎ 22-7003

全国瞬時警報システム「アラートの一斉試験」
沿岸部各所に設置している防災行政無線の屋外スピーカー、地区放送屋外スピーカーなどから放送されます。
試験日 2月19日(水) 11時～
危険機管理室 ☎ 22-7077

農業用廃プラスチック回収
日時 3月6日(金) 9時30分～15時30分
場所 株式会社黒田工業(大武町)
処理手数料 ポリ、ビニール 各30円
※1キログラム当たり・税別
延岡市農業用廃プラスチック適正処理推進対策協議会事務局(農業畜産課内) ☎ 22-7018

順正デリシヤスフード キッズクラブの申し込み
自立を支援するため、月1回、原則1年間に限り、食料品を支援しています。

現在、4月支援開始分の受付を行っています。
対象 15歳以下の子どもを養育し、生活が困窮している家庭
受付期間 3月31(火)まで
※令和元年度に支援を受けている世帯は、延長・再申請は原則受け付けできません。
申請 子育ても家庭課 ☎ 22-7017

市提携教育ローン
九州労働金庫と提携して、大学や高校などに進学・在学するために必要な教育資金の融資を行っています。
※九州労働金庫指定の保証機関の保証が得られる人に限ります。
融資対象者 市内に住所を有し、大学や大学院、短大、高校、高専、専修学校などに入学が決定した人または在学している人を養育する人で、市税などを滞納していない人
融資額 300万円以内(10万円単位)
利率 年1.3%(保証料別)
返済期間 10年以内(在学期間中(最長4年)の元金据置期間を含む)
保証人 保証機関による保証

申請 九州ろうきんローンセンター延岡(水、土、祝日は休み) ☎ 35-6657

リハビリのびん
自死により大切な家族を亡くした遺族が、それぞれの気持ちと語り合い、支え合うことを目的としています。
日時 2月23日(日) 14時～16時
※初めて参加する人は、13時30分までにお越しください。
場所 延岡市民協働まちづくりセンター3階 大会議室 申込 不要
☎ 県精神保健福祉センター(0985) 27-5663

介護保険利用者負担の軽減制度
社会福祉法人などが提供する介護保険サービスを利用し、一定の要件を満たす人は、利用者負担額が軽減される場合があります。
対象のサービス
○訪問介護 ○通所介護
○介護福祉施設サービス
○地域密着型通所介護 など
対象者(全てを満たす人)
①市民税非課税世帯
②年間収入が1人世帯で150万円、世帯員が1人増

えるごとに50万円を加算した額以下であること。(仕送りや非課税収入を含む。)
③預貯金などの額が1人世帯で350万円、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下であること。(有価証券、債権などを含む。)
④介護保険料を滞納していないこと。 など
そのほかにも条件があります。詳しくはお問い合わせください。
☎ 介護保険課 22-7071

食べ飲みバスパック
市内の提携する飲食店18店舗で使えるクーポン2000円分(1000円×2枚)とバス券5000円分(1000円×5枚)のセットを2000円で販売します。
利用バス路線 市内発着の路線であれば利用できます。
バスパック販売場所 宮崎交通延岡支店(幸町)
販売数 400セット
販売開始 2月1日(土)～
クーポン利用期間 2月1日(土)～3月31日(火)
☎ 交通政策課 22-7039

Life Info

暮らしのひろば

お知らせ

information

国民年金のお知らせ

国民年金保険料の納付
保険料の納付は、口座振替が便利です。
口座振替には、月々50円割引される「早割制度」や、現金納付よりも割引の多い「半年前納」・「1年前納」・「2年前納」があります。

口座振替納付を希望する人は、延岡年金事務所・市民課国民年金係・各金融機関に申込書がありますので、本人確認書類と通帳、金融機関の届出印、年金番号の分かるもの(年金手帳や納付書など)を持参し、各窓口で相談してください。なお、前納を希望する人は、2月末日までに申し込んでください。

その他、クレジットカード納付、インターネットを利用しての電子納付もあります。
国民年金付加保険料
第一号被保険者(自営業者など)および任意加入被保険者(60歳以上の人など)は、月々の定額保険料に付加保険料

(400円)を加算して納めると、将来受け取る年金額を増やすことができます。詳しくは、お問い合わせください。
☎ 延岡年金事務所 21-5424
☎ 市民課国民年金係 22-7036

公園緑地愛護会に加入しませんか

公園緑地愛護会制度は、公園緑地の環境保全のため、清掃・草刈・遊具点検などを行う市民団体(愛護会)に報奨金を交付する制度です。
現在、公園緑地愛護会には約100団体が加入し、月1回程度の草刈などを行っています。詳しくはお問い合わせください。

都市計画課

☎ 22-7046

資源物排出時のお願い

ペットボトル・プラスチック製容器包装は、中身を全部出して、洗ってから20リットル～40リットルの透明袋に入れて出してください。
汚れが取れないものや「まぜるな危険」の表示があるものは、燃やすごみで出してください。

2月は北方領土返還運動全国強調月間

☎ 総務課 ☎ 22-7006

2月は北方領土返還運動全国強調月間、2月7日は北方領土の日です。

北海道本島北東洋上に位置する歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の北方四島は、ロシアによる法的根拠のない占拠が続いており、北方領土問題が存在するため、日露間では、いまだ平和条約が締結されていません。

内閣府ではホームページなどで北方領土問題に関する情報を提供しています。

ぜひご利用ください。

☎ 内閣府北方対策本部
<http://www8.cao.go.jp/hoppo/>

北方領土イメージキャラクター「エリカちゃん」



額が課税されます。

また、死亡者名義の車両は、令和2年度の納税通知書を発送することができません。そのため、車検用の納税証明書の発行もできませんので、期限内の手続きをお願いします。

☎ 市民税課 ☎ 22-7065

経済センサス

基礎調査実施中

調査員が全国すべての事業所の活動状態を実地で確認し、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布します。

調査は令和元年6月～3月の10カ月間を、5期に分け順次調査し、2月からは5期調

(一財) 自治総合センターの「宝くじ助成金」で 自治公民館の屋外放送設備が整備されました



若葉北公民館

屋外放送設備（送信機、スピーカー）が整備され、地区全域にお知らせや緊急連絡ができるようになりました。



川島公民館



て、随時、秘密厳守・無料で相談に応じています。
また、「平日夜間・土日ともどうぞ！労働相談会」を開催していますので、ご利用ください。

日時 2月15日(土)～2月21日(金)
平日 8時30分～19時
(12時～13時を除く)
土曜、日曜 9時～17時
(12時～13時を除く)

場所 宮崎県労働委員会事務局 (宮崎市)

宮崎県労働委員会事務局
 (0985) 26-7538

善意の輪
 Donation

日本赤十字社(敬称略)
 岩田展典(西小路)、山村二美子(恒富町)、竹森毅(三須町)

Life Info 暮らしのひろば

募集

延岡市育英会奨学生募集

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中、経済的理由により修学が困難で、市内に2年以上住んでいる保護者を持つ学生または生徒。

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)

申込方法 教育委員会総務課および各支所に備え付けの申込書に記入の上、必要書類を添えて申し込みください。
(申込書は各中学校・高校でも入手できます。)

受付期間 4月1日(水)～5月7日(木)
※奨学生は6月の審査を経て決定します。

延岡市育英会
 (教育委員会総務課内)
 (0985) 22-7030

なんでも総合相談センター

無償スペース活用団体 2月の窓口開設日程

なんでも総合相談センター
 ☎ 22-7042

行政書士会

内容 書類作成に関する相談
日時 5日、12日、19日、26日(毎週水曜日) 13時～16時

のびのびフリースペース

内容 子育て全般、いきづらさ
日時 7日、14日、21日、28日(毎週金曜日) 9時～12時

難病友の部屋

内容 難病者や障がい者支援
日時 20日(木) 13時30分～15時30分

みやざき若者サポートステーションサテライト延岡

内容 若者の就労支援
日時 18日(火)、12時～16時

認知症の人と家族の会

内容 認知症の人や家族の支援
日時 8日(土) 10時～12時

延岡公証役場

内容 遺言・任意後見
日時 12日(水) 9時～11時

※日程は変更となる場合がありますので、相談を希望する人は事前に電話で開設状況を確認してください。

催し

第24回若山牧水賞 受賞記念講演会

「若山牧水賞」受賞者の講演会を開催します。

受賞者

○松村由利子氏
 演題「牧水の科学する心」
 ○黒岩剛仁氏
 演題「牧水と啄木」

日時 2月13日(木) 15時～17時

申込 電話またはメールで申し込み

場所 カルチャープラザのべおか ハーモニーホール

申込文化課 ☎ 22-7047
 ☎ bunka@city.nobeoka.miyazaki.jp

移動献血

イオン延岡店

日程 2月2日(日)、23日(日)、
 時間 10時～12時、13時30分～16時
 問 こども家庭課 ☎ 22-7017

行政相談所の開設

○開設日 2月12日(水)

延岡市の情報をスマートフォンで



マチイロ

プッシュ通知で行政情報をお届け！

1 役立つ行政情報を見逃さない！

2 自分に合わせた情報が届く！

3 いろいろなマチの魅力をお届け！

ダウンロードはこちらから

App Store からダウンロード
 Google Play でお持ち帰り

※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。
※広告が表示されますが、各自治体とは何ら関係ありません。

マチイロに関する問い合わせは株式会社ホープ(092-716-1404)まで



延岡市公式インスタグラム (@nobeoka_city) を開設しています

市民の皆さんや延岡へ訪れた人の目線で、延岡の日常風景や延岡での楽しい瞬間を、写真でご紹介します。皆さんのフォローや「いいね！」のほか、画像の投稿をよろしくお願いします。

投稿方法

- ① インスタグラムで延岡市をフォローする。
- ② 市内で写真を撮影する。
- ③ 自分のインスタグラムアカウントで、撮影場所とハッシュタグ「enjoy_nobeoka」をつけて投稿する。



このアイコンと一緒に、延岡市アカウントで写真を紹介しします。

▼北浦公民館 10時～13時
 ▼市民協働まちづくりセンター 10時～15時
 ○開設日 2月19日(水)
 ▼北方ふれあい交流センター 10時～15時
 ▼北川老人福祉館 9時～12時
 問 宮崎行政監視行政相談センター ☎ (0985) 24-1100

就職説明会inのべおか

市内および県北地域で仕事を探している人や来春学校卒業予定者(高等学校卒業予定者を除く)を対象に、就職説明会を開催します。

※就職を希望する人の家族だけでなく来場可能です。

日時 3月12日(木) 受付13時、説明会13時30分～15時30分

場所 延岡総合文化センター1申込 不要(参加費無料)

問 工業振興課 ☎ 22-7035

労働相談会

宮崎県労働委員会では、労働者と使用者との間に生じた職場のトラブル(パワハラ、賃金未払、解雇など)について

内 内科 外 外科 小 小児科 歯 歯科

※急病でない場合は、平日昼間にかかりつけ医を受診しましょう。

夜間の初期救急医療体制

曜日	時間	医療機関名
月・火	19時30分～23時	夜間急病センター (出北 医師会病院隣) ☎21-9999
水・木	19時30分～23時	夜間急病センター ☎21-9999
	19時30分～翌朝7時	
金	19時30分～23時	夜間急病センター ☎21-9999
	19時30分～翌朝7時	
土	14時～18時	夜間急病センター ☎21-9999
	19時30分～23時	夜間急病センター ☎21-9999
		谷村病院(北小路) ☎33-3024
	19時30分～翌朝7時	夜間急病センター ☎21-9999
日	19時30分～23時	夜間急病センター ☎21-9999

2月の日曜・祝日当番薬局

期日	薬局名
2月 2日(日)	なないろ薬局 桜小路(桜小路) ☎20-7716
	緑ヶ丘薬局(緑ヶ丘) ☎33-2020
	たたら薬局(岡富町) ☎20-0120
9日(日)	きりん薬局(博労町) ☎21-5768
	ひむか薬局 しおはま店(塩浜町) ☎29-2820
	なないろ薬局 大瀬橋店(本町) ☎26-2887
	にじいろ薬局(昭和町) ☎29-2436
11日(火)	敬愛薬局(日の出町) ☎33-1585
	にじいろ薬局(昭和町) ☎29-2436
	友愛薬局(南町) ☎20-0088
	丘の上薬局 瀬の口店(瀬之口町) ☎20-5123
16日(日)	おおさき YOU 薬局(夏田町) ☎28-2213
	しろやま調剤薬局(本小路) ☎26-8801
23日(日)	北小路調剤薬局。(北小路) ☎21-2131
	ハラダ調剤薬局 伊形店(伊形町) ☎24-1651
	ひらばる調剤薬局(平原町) ☎34-5016
	宇野薬局(幸町) ☎32-2886
24日(月)	延岡すずらん薬局(大貫町) ☎26-9130
	おざき調剤薬局(長浜町) ☎29-2516

県北救急医療ダイヤル

不意の発熱やケガなどの場合に医師や看護師が、医療機関受診の有無や家庭で実施可能な応急的な対応方法などをアドバイスします。

※明らかに緊急を要する場合、すぐに119番にご連絡ください。

専用ダイヤル(通話料無料) **0120-865-554**

対応時間 平日(月曜～土曜) 午後5時から翌朝8時
日曜/祝日/年末年始 24時間対応

2月の日曜・祝日在宅当番医 ※印は乳幼児診療不可

期日	医療機関名
2月 2日(日)	小 大王谷こどもクリニック(日向市) ☎(0982) 50-2000
	内 小 ※ 桜小路クリニック(桜小路) ☎20-3954
	内 小島胃腸科内科(緑ヶ丘) ☎21-6000
	外 いのうえ整形外科クリニック(岡富町) ☎20-3456
	歯 斉藤歯科医院(土々呂町) ☎37-6480
9日(日)	小 丸山クリニック(博労町) ☎21-6028
	内 いまだ内科・消化器科(塩浜町) ☎29-2714
	内 戸島クリニック(本町) ☎22-1211
	外 ひので整形外科リウマチ科(日の出町) ☎23-9191
	歯 井上歯科(桜園町) ☎21-9366
11日(火)	小 松崎医院(昭和町) ☎21-0001
	内 野田医院(安賀多町) ☎32-4069
	内 木谷医院(南町) ☎21-5905
	外 甲斐整形外科医院(瀬之口町) ☎21-2110
	歯 山本歯科医院(構口町) ☎33-0160
16日(日)	内 小 桜ヶ丘ファミリークリニック(夏田町) ☎28-2280
	内 小 ※ 野村クリニック(古城町) ☎34-5515
	内 岸医院(本小路) ☎34-2021
	外 黒木病院(北小路) ☎21-6381
	歯 しみず歯科医院(旭ヶ丘) ☎37-3233
23日(日)	小 田原病院(伊達町) ☎32-4987
	内 みぞくち医院(伊形町) ☎37-8388
	内 山本医院(平原町) ☎21-3905
	外 佐井整形外科(永池町) ☎21-6275
	歯 竹尾歯科大貫診療所(大貫町) ☎21-0211
24日(月)	小 お倉が浜 Kids クリニック(日向市) ☎(0982) 66-7611
	内 小 ※ みやた内科医院(永池町) ☎33-5883
	内 平野消化器科(大貫町) ☎26-7070
	外 延岡リハビリテーション病院(長浜町) ☎21-6211
	歯 岩木歯科医院(山下町) ☎32-6480
産婦人科は 24時間365日で いずれかの 医療機関が 対応します (緊急時のみ)	井上病院(平原町) ☎21-5110
	大重産婦人科医院(春日町) ☎21-2306
	中元寺産婦人科医院(永池町) ☎34-5141
	山中産婦人科医院(船倉町) ☎33-3610

○診療時間 9時～18時(歯科は9時～12時)

○当番の医療機関に連絡がつかない場合は、
消防署(☎33-3327)にお問い合わせください。

○変更になる場合がありますので電話でご確認ください。



移動図書館ふくろう号2月運行予定

日程	ステーション名	時間
2月 4・18日 (火)	西階幼稚園	9:20～10:00
	西階陸上競技場	10:10～10:40
	方財小学校	13:00～13:40
	塩浜公民館	14:05～14:35
5・19日 (水)	マルミヤ愛宕店	10:00～10:40
	港小学校	13:00～13:40
	マルイチ大門店	13:55～14:30
6・20日 (木)	一ヶ岡A団地第一集会所前	10:00～10:40
	黒岩小中学校	13:00～13:40
	桜ヶ丘B地区集会所	14:00～14:40
7・21日 (金)	上南方小中学校	13:10～13:45
	JA 東延岡支店	14:10～14:40
25日 (火)	一ヶ岡中央公園	10:00～10:40
	延岡しりやま支援学校	13:00～13:50
	ひかり工房	14:00～14:25
	桜園集会所前	14:35～15:00
	緑ヶ丘児童館	10:00～10:40
12・26日 (水)	名水小学校	13:10～13:40
	延岡市職業訓練支援センター	13:55～14:30
	南老人福祉センター	10:00～10:40
13・27日 (木)	川島小学校	13:00～13:40
	昭和町第2市営住宅	14:00～14:30
	14日(金) 浦城小学校	13:05～13:30
28日(金)	熊野江小学校	13:10～13:40
14・28日(金)	大武町清高島公民館前	14:10～14:40

◆運行は都合により変更になる場合があります。

◆図書館休館日

2月3日(月)、7日(金)、10日(月)、17日(月)

ふくろう映画会(上映作品:日本の昔ばなしなど)

日時 2月4日(火)、18日(火) 15時～15時50分

場所 カルチャープラザのべおか2階 セミナー室2

☎ 図書館 ☎ 32-3058

市政情報発信中!

☎ 経営政策課 ☎ 22-7042

ケーブルメディアワイワイ
<112ch>

のべおか市政だより(3分間)

市からのお知らせやイベント
情報などを発信

放送時間	
月～金曜日	18:27～21:00～
土、日曜日	17:30～20:57～

のべおか市政タイム(10分間)

市の取り組みなどを分かりやすく伝えます。

放送時間	
火曜日	16:15～
水～金曜日	17:30～
土曜日	14:00～
日曜日	10:00～12:00～

FMのべおか <88.6MHz>

のべおか伝言板(5分間)

イベント情報などをお知らせします。

放送時間	
木曜日	7:50～18:10～
金曜日	7:50～12:10～18:10～19:10～

PickUpのべおか(10分間)

注目の話題を現地からお届けします。

放送時間	
月曜日	18:10～
火曜日	12:10～
水曜日	7:30～
木曜日	11:10～
金曜日	8:10～
土曜日	14:30～
日曜日	12:30～

※放送時間は変更となる場合があります。

Life Info 暮らしのひろば

月に一度は「家庭の日」

家族みんなで楽しく一日を過ごしましょう

創業・金融・経営などの相談窓口

延岡商工会議所では、土日・祝日を除き、中小企業者などを対象に「創業・金融・経営などの相談窓口」を開設しています。創業に関する相談の受付、事業経営に最適な融資制度の紹介などを行っていますので、気軽にご相談ください。

☎ 延岡商工会議所 ☎ 33-6666

延岡植物園園芸教室

※2月の実施予定はありません。

盆栽 3月7日(土) 9時30分～11時30分

ハーブ入門 3月7日(土) 13時30分～15時30分

☎ みどりの相談所 ☎ ☎ 39-0977(水・土・日曜10時～15時)

延岡市の人口と世帯数

令和2年1月1日現在		
人口	119,164人	(男)56,400人
	(前月比 28人減)	(女)62,764人
(12月1日～31日)		
出生 78人、死亡 132人、転入 159人、転出 133人		
世帯数	52,042世帯	

編集後記

1月は消防出初式の取材をさせていただきました。多くの消防団員は、仕事と掛け持ちしており、消防訓練や夜警の場合などは、とても大変なのではないでしょうか。

市役所前で行われた分列行進は、消防車やポンプ車なども参加し、自分の年齢でもカッコよさを感じました。また、日頃から、命がけで市民の命を守ってくれる消防署職員や消防団員の方へ感謝の気持ちを忘れてはいけないと感じた1日でした。(井)



うちdeタパス 16皿目



今回の食材 ニラ

水分をたっぷり含んだ新鮮なニラは、シャキシャキした食感が特徴です。

延岡の料理人と生産者が連携して、家庭で作れる本格タパス料理を教えます。

タパスとは、おつまみのように気軽に食べられる小皿料理です。

周囲の方々に助けていただきながら、ここまでやってきました。これからは、皆様からいただいた優しさを少しでもお返しできるように頑張っていきます。



生産者

ぬき農園（二ツ島町）

貫 藍さん



ニラパスタ

調理時間 約 40分

材料（4人分）

ニラ …………… 1束 スパゲティ …………… 320g
ちりめんじゃこ … お好み オリーブオイル … 大さじ3
粉チーズ …………… お好み

●トマトソース

トマトホール缶（カット） …………… 1缶（400g）
ベーコン …………… 60g 玉ネギ …………… 1/2個
ニンニク …………… 2片 オリーブオイル … 大さじ3
塩 …………… 少々 こしょう …………… 少々
砂糖 …………… 少々
和風だしの素（かつお） …………… 小さじ1

作り方

- 1 ニラを約4cmの長さに切る。ニンニクはみじん切り、ベーコンは幅5mm程度の細切り、玉ネギも幅5mm程度のスライスにする。
- 2 鍋にオリーブオイル（大さじ3）とニンニクを入れ、香りがたつまで炒めたらベーコンと玉ネギを加え、よく炒める。
- 3 2にトマト缶と、空になったトマト缶に大さじ2程度の水を入れ、その水も鍋に加える。軽く塩とこしょうをしたら和風だしの素を入れ、煮立ったら蓋をせず7～8分弱火で煮る。
- 4 大きめの鍋にたっぷりの水と塩を入れ沸騰したら、スパゲティを入れ茹でる。食べてみて麺の中央の白い芯がなくなったら、ザルに取り上げ、オリーブオイル（分量外）に絡める。茹で汁は捨てずに残しておく。
- 5 4の茹で汁に、切ったニラを茎から入れ40秒ほど湯がく。

6 ちりめんじゃこは、余熱180℃にしたオーブンにアルミホイルを敷き、1分程焼く。香りがたってきたらオーブンから取り出す。

7 皿に移したスパゲティにトマトソースを添え、ニラを盛り付け、ちりめんじゃこを散らしたら完成。

Point!

▶スパゲティを湯がく湯は、水1ℓに対し塩10gが目安です。4人前の場合、水3ℓに対し塩30gです。

▶ちりめんじゃこをフライパンで炒める場合は、油を引かずに中火で1分程度炒めてください。

お客様に「おいしかった!」「いつの間にか食べてしまった」「楽しかったね!また来ます」と言っていただくことが、わたしにとって一番の喜びです。

今回の講師

レストラン リオン(出北)

高本 淳さん



本格タパス料理教室
「うちdeタパス」
参加者募集!

延岡市駅前複合施設エンクロスでプロの料理人と生産者が教える、本格タパス料理教室「うちdeタパス」が毎月1回程度開催されています。

詳しくは、エンクロスのホームページまたは東九州バスく化構想のホームページをご覧ください。

問い合わせ 企画課 ☎22-7003

