

市民力・地域力・都市力が躍動するまち

9

広報

# のおか

2019  
No.926





まちの話題を  
お届けします  
snapshot

7月 第43回 まつりのべおか

27・28  
July

第43回まつりのべおかが、7月27日(土)、28日(日)に開催されました。

1日目は、中央通交差点などを中心に、延岡自慢の物産品や県外の有名店が集まった「まつりのべおか物産展」や、100人以上参加した子ども神輿、太鼓競演会などが開催されました。夕方になると、迫力満点の出会い神輿で盛り上がりは最高潮となり、約3,000人のばんば総踊りでフィナーレを迎えました。



2日目の花火大会は、打ち上げ地点を昨年よりも延長したことで、迫力が増し、大パノラマの花火に皆さん夢中になっていました。



7月 28 July プログラミング教室

来年度から必修化されるプログラミング教育に先駆け、東京学芸大こども未来研究所の協力を得て小学生を対象としたプログラミング教室が開催されました。約50人の児童が、教材を使い信号機のプログラミングを考えていました。参加者は、信号が思いどおりに動くと、歓声をあげるなど、楽しみながら学んでいました。



一流アスリートたちが集結!  
旭化成柔道部&柔道世界選手権日本代表チーム夏季合宿

8月1日(木)から5日(月)まで、旭化成柔道部と全国の強豪大学・実業団柔道部との合同合宿が延岡市民体育館で行われました。合宿は毎年この時期に行われています。

今回、この合宿に合わせ、8月の柔道世界選手権に出場する日本男子代表チームも延岡で合宿を行いました。

合宿期間中は連日、気迫に満ちた激しい練習が行われ、選手達は自身のレベルアップに汗を流していました。

また、8月3日(土)に、旭化成柔道部と日本代表スタッフによる柔道教室も開催され、参加した小中学生は貴重な体験となりました。



豪快な投げをきめる大野将平選手



足技をかける高藤直寿選手



柔道教室で指導する井上康生監督

問い合わせ 保健体育課 ☎ 22 - 7033

柔道畳を新調しました!

スポーツ振興くじ (toto) の助成事業を受けて、延岡市民体育館の柔道畳を新調しました。



スポーツくじ toto BIG



▶合宿の前に、地元の小中学生が畳の設置作業を行いました。

今月のもくじ contents

- P 2 旭化成柔道部&柔道世界選手権日本代表チーム夏季合宿
- P 3 まちの話題をお届けします snapshot
- P 4 幼児教育・保育の無償化が始まります
- P 5 「延岡市の地域医療を守る条例制定」から10年
- P 6 延岡市プレミアム付商品券の販売が始まります
- P 8 高齢者の安全運転をサポートします!
- P 9 ALT (外国語指導助手) が新しく就任しました
- P 10 暮らしのひろばワイド  
(マダニに注意、Net119緊急通報システム導入など)
- P 13 佐伯市からのおしらせなど
- P 14 暮らしのひろば
- P 18 ふくろう号9月運行予定、日曜祝日当番医・薬局など
- P 20 おうちでタパス

今月の表紙 cover

7月27日(土)  
第43回まつりのべおか  
出会い神輿

表紙は、まつりのべおかの出会い神輿で神輿を担ぐ「笑門来福」の皆さんです。  
※まつりのべおかの様子は、次ページのsnapshotにも掲載しています。





# 『延岡市の地域医療を守る条例』 制定から 10年 ～皆さんにお願いしたいこと～

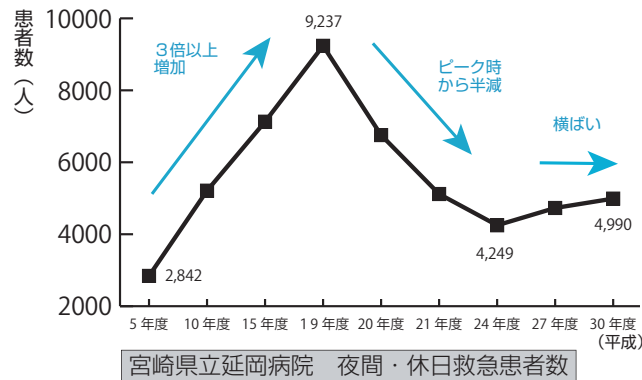
☎ 地域医療対策室  
☎ 22 - 7066

市は平成 21 年 9 月 29 日に全国の市町村で初めて「延岡市の地域医療を守る条例」を制定し、地域医療を守り、健康長寿を目指す取り組みを推進してきました。これらの取り組みは市民の皆さんの協力もあり全国でも高く評価されています。



## 皆さんの協力の結果

条例制定のきっかけとなった県立延岡病院の夜間休日の時間外救急患者数もピーク時から半減となり、その後は横ばいとなっています。



## 皆さんにお願いする4つのこと

- ▶ 「かかりつけ医」を持ちましょう
- ▶ 通常の診療時間内に受診しましょう
- ▶ 感謝の気持ちを言葉で伝えましょう
- ▶ 日頃から健康管理に努めましょう



## 皆さんに知って欲しい救急医療のかかり方

### 時間外受診の前に利用してください

#### 子ども救急医療ガイド



市役所 2 階の地域医療対策室などで配布しています。延岡市ホームページからもダウンロードできます。

ダウンロードは  
こちらから▶



#### 県北救急医療ダイヤル

0120-865-554

月～土 午後5時  
～翌朝8時  
日、祝 24 時間対応

受診を迷った際や夜間に体調が悪いときなどに、看護師や医師が電話で相談に応じます。



### 夜間や休日に受診する際の注意点

- ▶ 医療費も割増料金になります  
夜間や休日に医療機関を受診すると医療費が加算され、割増料金になります。
- ▶ 薬は 1 日分しかできません  
夜間急病センターは、薬が 1 日分しかできませんので、次の日にかかりつけ医を再度受診することになります。
- ▶ 入院や宿泊はできません  
夜間急病センターは入院できません。症状が重篤な人は入院できる病院に転院搬送されます。

※「意識がない」「多量の出血がある」など明らかに緊急を要する場合は、すぐに 119 番にご連絡ください。

# 幼児教育・保育の 無償化が始まります



☎ こども家庭課  
☎ 22 - 7017

10 月 1 日から、3 歳児～5 歳児の認可保育所、認定こども園、幼稚園などの利用料が無償化されます。



### 認可保育所・認定こども園・幼稚園など

#### 対象者

- ▶ 認可保育所や認定こども園（保育部分）など  
3 歳児～5 歳児（満 3 歳になった後の 4 月 1 日～小学校入学前）および住民税非課税世帯の 0 歳児～2 歳児
- ▶ 幼稚園や認定こども園（教育部分）など  
満 3 歳児～小学校入学前

#### 利用料

- ▶ 認可保育所や認定こども園、幼稚園  
無償
- ▶ 幼稚園（新制度未移行）など  
月額 2 万 5,700 円まで無償  
※通園送迎費、食材料費、行事費などは実費負担

### 幼稚園などの預かり保育

#### 利用料

利用日数に応じて、月額 1 万 1,300 円まで無償。施設を通じて、「保育の必要性の認定」を申請する必要があります。

### 認可外保育施設ほか

#### 対象者

3 歳児～5 歳児（満 3 歳になった後の 4 月 1 日～小学校入学前）および住民税非課税世帯の 0 歳児～2 歳児

#### 利用料

月額 3 万 7,000 円まで無償。施設を通じて「保育の必要性の認定」を申請する必要があります。

### 障害児通園施設

#### 対象者

3 歳児～5 歳児

#### 利用料

無償



※現在、認可保育所、認定こども園、幼稚園を利用している子どもについては、通常 9 月に行う利用者負担額の更新を、令和元年度に限り 10 月に行います。

対象者	対象となる施設	利用料
3 歳児～5 歳児 <small>※住民税非課税世帯は 0 歳児～2 歳児も含む</small>	幼稚園、保育所、認定こども園、障害児通園施設など	無償 (新制度に未移行な幼稚園は月額 2 万 5,700 円まで)
	幼稚園の預かり保育	月額 1 万 1,300 円まで無償
	認可外保育施設ほか	月額 3 万 7,000 円まで無償
	幼稚園、保育所、認定こども園 + 障害児通園施設	ともに無償





# 延岡市プレミアム付商品券の 販売が始まります

消費税率の引き上げが住民税非課税者や子育て世帯の家計に与える影響を緩和するとともに、地域の消費を喚起・下支えするため、住民税非課税者・子育て世帯主向けのプレミアム付商品券を発行します。



## 住民税非課税者向け商品券

### 今年度の住民税が課税されていない人

※課税されている人に扶養されている人や配偶者などのほか、生活保護受給者は対象となりません。

両方対象の人は両方購入できます

例 父：住民税非課税 母：住民税非課税 子（平成29年生）：住民税非課税 の場合  
住民税非課税者向けの商品券が3人分、子育て世帯主向けの商品券が1人分、計4人分購入できます。



## 子育て世帯主向け商品券

平成28年4月2日～  
令和元年9月30日に  
生まれた子がいる世帯の世帯主

### 対象者

### 販売金額

#### 購入限度額

対象者1人につき25,000円（販売額20,000円）  
※購入単位は5,000円（販売額4,000円）

#### 購入限度額

子1人につき25,000円（販売額20,000円）  
※購入単位は5,000円（販売額4,000円）

1冊5,000円（1枚500円、10枚つづり）を4,000円で販売します。  
1冊単位で複数回に分けて購入することもできます。

### 申請の手続き

購入引換券交付申請書を郵便で受取  
対象者に順次送付しています。

申請書提出 11月29日金まで  
申請書に必要事項を記入し、同封している  
返信用封筒にて郵送で申請してください。

審査

購入引換券を郵便（簡易書留）で受取 9月下旬から発送開始

申請の必要はありません。

### 商品券の購入

6ページに記載の「商品券の販売窓口」で商品券を購入

販売期間 10月1日（火）～令和2年2月28日（金）

## 商品券の販売窓口

場所	開設日程	時間
市民スペース （市役所1階）	10月1日（火）～20日（日） ※期間内は、12日（土）、13日（日） を除き、土日祝日も開設 しています。 ▶休日受付 10月5日（土）、6日（日）、 14日（月）、19日（土）、20日（日）	9時～16時30分
プレミアム商品券 対策室（市役所6階）	10月21日（月）～ 令和2年2月28日（金）	9時～16時30分
各総合支所 市民サービス課	10月1日（火）～31日（木）	9時30分～16時30分
東海支所	10月30日（水）～11月6日（水）	9時30分～16時30分
伊形支所	10月23日（水）～29日（火）	9時30分～16時30分
島野浦島開発 総合センター	11月7日（木）	10時～16時

販売期間 10月1日（火）～令和2年2月28日（金）

購入時に必要なもの ▶ 購入引換券 ▶ 代金

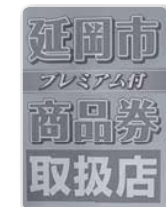
▶ 免許証など本人確認ができるもの（代理人の場合は委任状など）

## 商品券の使用

使用期間 10月1日（火）～令和2年3月31日（火）

※商品券が使える店舗一覧は、購入引換券の郵送時に同封するほか、市ホームページに掲載（随時更新）します。

※商品券の返品、再発行はできません。



▲ステッカーのある店舗は商品券が  
使えます。

## 商品券が使えないもの

- ▶ プリペイドカードや電子マネー、各種商品券など換金性の高いもの
- ▶ たばこ、宝くじ、金融商品 ▶ 公共料金の支払いなど
- ▶ 家賃・駐車場料金や土地・家屋購入など不動産に係るものなど

## 問い合わせ

▶ プレミアム付商品券の制度や申請書の書き方に関する事など

問 延岡市プレミアム付商品券お問い合わせセンター

☎ (0120) 985 - 856（通話無料）

受付期間 11月29日（金）まで

受付時間 9時～17時（土日・祝日を除く）

▶ 商品券に関する事

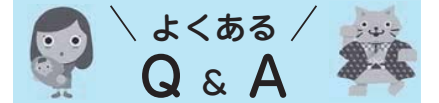
問 プレミアム商品券対策室 ☎ 20 - 7170

▶ 税や申告に関する事

問 市民課 ☎ 22 - 7012



▲店舗一覧などは  
市ホームページで  
確認できます。



## よくある Q & A

Q. 申請したら必ず商品券を購入しなくてはならないの？

A. 商品券の購入は任意です。購入引換券の郵送時に商品券が使える店舗一覧を同封しますので、商品券購入の際にご参照ください。

Q. 商品券は1度にまとめて購入しないといけないの？

A. 1冊5,000円単位で、複数回に分けて購入できます。

Q. 延岡市に転入してきました。他市町村の購入引換券は交換できますか？

A. プレミアム商品券対策室（市役所6階）で交換できます。



プレミアム付商品券を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」に注意！

市や宮崎県、厚生労働省などを装った不審な電話、郵便、メールなどがあつた場合は、市や警察署（または警察相談専用電話：#9110）に連絡してください。







子どもの頃から日本が好きです。特に刺身が大好きなので、延岡の美味しいものをたくさん食べてみたいです。そして皆さんと仲良くしたいです。よろしくお願いします。

チャック・シオン  
(Chuck Xiong)

アメリカ  
カリフォルニア州 出身



外国語に興味があり、2年前に長崎外国語大学に留学したことがあります。延岡では日本語を勉強したり、色々なお祭りを見たりしたいです。よろしくお願いします。

アンソニー・グラック  
(Anthony Gluck)

アメリカ  
ケンタッキー州 出身



テキサス州ヒューストン出身です。テキサス大学でファッションと日本語を勉強しました。日本の縫い物の本が大好きです。よろしくお願いします。

アナ・メイソン  
(Anna Mason)

アメリカ  
テキサス州 出身

## 退任した ALT からのメッセージ

エリン・姫野  
(Erin Himeno)

延岡に来てから4年が経ちました。本当に信じられません。たくさん思い出と一緒に作ってくれてありがとうございます。いい日でも悪い日でも、延岡の人の温かい心に支えられました。心から感謝しています。しばらくは延岡に住みますが、アメリカに帰っても、延岡は私の“ホーム”です。

ジョセフ・ベンベラ  
(Joseph Benbella)

この度任期を終え、アメリカに帰ることになりました。1年間は短かったですが、その間、色々な優しい人に出会い、面白いところに行ったり、美味しいものをたくさん食べたりできました。延岡での経験は絶対に忘れません。1年間本当にお世話になりました。

ジェシー・ロス  
(Jesse Ross)

本当に素晴らしい1年間でした。延岡でたくさんの優しい友達ができ、素敵な経験もできて嬉しかったです。延岡のみなさんのことは忘れません。本当にありがとうございます。

リアン・シマー  
(Lian Simmer)

延岡のみなさん、ありがとうございました。児童・生徒のみなさんは元気で、景色もきれいで、出会った人たちはみんな優しいので延岡が大好きです。私はミネソタに帰りますが、決して延岡のことは忘れません。

オレゴン州の田舎から来ました。自然が大好きで、延岡に住めるのはとてもうれしいです。生徒たちと会えるのを楽しみにしています。よろしくお願いします。



アメリカ  
オレゴン州 出身

ロナン・ホール  
(Ronan Hall)

## ALT が新しく就任しました

～ ALT とは外国語指導助手のことです～

本市では、これまで5人のALTが各学校を訪問していましたが、今回、4人が退任し、5人が新しく就任しました。

2学期から、6人のALTが小学校の外国語教育および中学校の英語の授業で、子どもと交流を図ります。

問 学校教育課 ☎ 22-7031



延岡では色々なアウトドアを体験したいです。福島で英語を教えるボランティア活動に参加したことで「日本に住んで英語を教える仕事がしたい」と思いました。よろしくお願いします。

アリーサ・ロザーノ  
(Alyssa Lozano)

アメリカ  
フロリダ州 出身

ミキ・ヨシシ (Miki Konishi)  
引き続き本市のALTとして、各学校を訪問します



自動車の運転に不安はありませんか？

## 高齢者の安全運転をサポートします！

申 岡 交通政策課  
☎ 22-7039

目・耳・脚の衰えなど加齢とともに起こる体の変化は、運転時の操作ミスにつながる可能性があります。高齢運転者が安全に運転するためには、運転者本人が体の変化を自覚し、年齢に応

じた運転をすることが重要です。

そこで、市が行っている高齢者の安全運転サポートの取り組みについて、その一部をご紹介します。



### 高齢者運転サポート講習(実車練習)の参加者募集

- 日時 10月18日(金) 8時30分～17時
- 集合場所 延陵自動車学校
- 内容 実車練習、セーフティ・サポートカー体験、バスの乗り方教室、エンクロスで危険予測運転シミュレータ体験、運転相談

- 人数 10人(65歳以上の運転者)  
応募多数の場合は抽選。抽選結果は郵送します。
- 応募方法 電話で交通政策課に申込
- 応募締切 9月17日(火)

### めひかり「ひむか運転」・補償運転

補償運転とは、運転する時と場所を選択し、心身や環境を整え、運転技能の低下を補う運転方法です。

この補償運転を理解し、より親しみがもてるように、市では「ひむか」を合言葉としています。



- 「ひ」 控える
- 「む」 無理をしない
- 「か」 過信しない

めひかり「ひむか運転」を自主宣言した人に宣言証を交付しています。車の中に常備し、運転するときは、自主宣言証を見て、慎重な運転を心がけましょう。

### めひかり「ひむか運転」自主宣言証

ひ ～ 控える  
む ～ 無理しない  
か ～ 過信しない



私は、交通事故や交通違反を起こさないように、次のことを守り、これまでに以上の慎重な運転を心がけることを宣言します。

- |                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| ・体調が悪い時は運転を控える     | ・高速道路での運転を控える   |
| ・長距離の運転を控える        | ・夜間の運転を控える      |
| ・雨の日の運転を控える        | ・通学時間帯の運転を控える   |
| ・速度を控えて運転する        | ・知らない場所での運転を控える |
| ・混雑する時間・場所での運転を控える | ・危ない車や自転車に近づかない |
| ・狭い道で対向車が来たら止まって待つ |                 |

上記のとおり宣言されたことを確認しました。

令和 年 月 日 延岡市「めひかり交通安全」対策本部

### 運転免許証の自主返納を考えている人へ



運転時の認知機能低下チェックリストや相談窓口、メリット制度などを掲載した交通安全パンフレット「運転免許証自主返納のすすめ」をご活用ください。

### (配付窓口)

交通政策課(市役所6階)、各支所、各総合支所、延岡警察署、延岡運転免許センター、各地域包括支援センターなど

※市のホームページにも掲載しています。

### 家族や地域の皆さんへのお願い

免許証の自主返納は、本人にとって重い決断になることを周囲が理解して支援することが重要です。返納した後の生活を一緒に考えましょう。

市では、地域の公共交通を確保・維持するため、昨年度、「延岡市地域公共交通網形成計画」を策定しました。現在、バス路線の再編や市民協働による地域の移手段の確保をすすめています。



暮らしに関するお知らせ

## なくそう！受動喫煙

健康増進課 ☎ 22-7014

受動喫煙を防ぐために、改正された健康増進法が、令和2年4月1日から全面施行されます。

規制内容は大きく2つに分かれます。

- ①学校・病院・行政機関などは敷地内禁煙
- ②事務所・ホテル・鉄道などは原則屋内禁煙（喫煙専用室の設置は可）となります。

東海コミュニティセンターでは、全面施行に先駆け、9月から駐車場を含む敷地内すべてが禁煙区域になります。

☎ 総合農政課 ☎ 22-7073

7月1日施行

**敷地内禁煙** 学校・病院・行政機関など  
(規定の屋外では喫煙場所設置可)



令和2年4月1日施行

**原則屋内禁煙** 事務所・工場・ホテル・鉄道  
(喫煙専用室のみ喫煙可)



**原則屋内禁煙** 飲食店  
(喫煙専用室のみ喫煙可)  
※小規模店には例外規定あり



県内初!

## Net119緊急通報システム導入

消防本部通信指令課 ☎ 33-3327  
障がい福祉課 ☎ 22-7059

Net119緊急通報システムは、言葉による119番通報が困難な聴覚・言語機能などに障がいのある人が円滑に消防へ通報できるようにするシステムです。

通報用のWebサイトにアクセスして、「救急」「火事」の種別と、通報者の位置情報を入力すれば、即座に消防本部につながり、テキストチャットで

詳細を確認します。身体障害者手帳をお持ちで利用を希望する人は、事前のWeb登録が必要となりますので、担当課までお問い合わせください。

▶運用開始日 10月1日～

登録説明会を実施します!

9月11日(水) 14時～  
消防本部2階視聴覚室

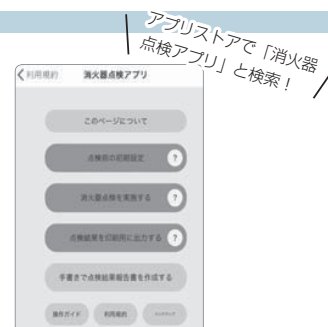
## 消火器具設置基準が変わります

消防本部予防課 ☎ 22-7101

10月から、小規模な飲食店を含むすべての飲食店に消火器具の設置が義務付けられます。

### 消火器具の点検と報告

消火器具設置後、半年ごとに点検し、その結果を消防本部に報告する必要があります。点検報告には、消火器点検アプリが便利です。



## マダニに注意!

健康増進課 ☎ 22-7014

マダニに咬まれることで感染する重症熱性血小板減少症候群(SFTS)の報告数は、今年7月時点で宮崎県が67件(平成25年届出開始以降)と、全国で最も多くなっています。マダニは春から秋にかけて活動が活発になります。草むらや藪の中に入る際は、肌の露出を少なくするなど、服装にも気をつけましょう。

外に出る前に確認!

マダニから  
身を守る服装

シャツの裾は  
ズボンの中に入れる

DEET(ディート)  
やイカリジンの成分を含む、  
防虫スプレーを使用する



つばのある帽子をかぶる

首にタオルを巻くか  
ハイネックのシャツを着る

ズボンの裾を靴下にかぶせて靴の中に入れる

化学繊維など、ダニが付きにくい素材の服を着る

帰宅後 ▶衣服を家の外で叩きマダニを家の中に持ち込まない  
▶入浴・シャワーで吸着前にマダニを除去する

### SFTSの症状とは?

発熱、食欲不振、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、筋肉痛、神経症状、リンパ節腫脹、出血症状

### ペットへの対策

- ダニの駆除剤の定期使用
- ブラッシングをする
- 触れ合った後は必ず手洗い

### マダニに咬まれたら...

マダニを無理にとろうとせず、近くの皮膚科や外科を受診しましょう。

また、マダニに咬まれた後3週間は体調に気をつけ、発熱などの全身症状がある場合は、内科を受診しましょう。

## 農業委員・農地利用最適化推進委員募集

農業委員会事務局 ☎ 22-7028

### 主な業務内容・定数

- ▶農業委員 農地法に基づき、許認可業務の意思決定を行うほか、農地利用の最適化を推進する。(定数 19人)
- ▶農地利用最適化推進委員 農業委員と連携し担当地区の現場活動を行い、農地利用の最適化を推進する。(定数 23人)

### 任期

- ▶農業委員 令和2年7月20日～令和5年7月19日(3年間)
- ▶農地利用最適化推進委員 農業委員の任期満了の日まで



### 報酬

役職などで異なります。詳細はお問い合わせください。

### 応募方法

- ▶個人での応募
- ▶法人や団体、個人の推薦

### 被推薦者及び応募者の資格

市民又は市内で農業経営を行っている人など

### 推薦書・応募用紙の配布場所・提出先

農業委員会事務局、各総合支所(産業建設課)

### 募集期間

9月9日(月)～10月8日(火)

### その他

詳細は、市ホームページに掲載します。

## 豊後水道の海の幸が集結!

## さいき 観 光 情 報



### 大分県立 つるみ豊魚祭2019

**とき** 9月15日(日)  
10時～15時30分

**ところ** 鶴見市場 (佐伯市鶴見地松浦)

《問い合わせ》つるみ豊魚祭実行委員会  
(鶴見振興局内、☎0972-33-1111)

- イベント**
- 魚のつかみどり (小学生以下、9時から整理券配布)
  - 巻貝のつかみどり (大人も参加可能)
  - タッチプール (魚や海の生き物に触れます)
  - マグロの解体ショー
  - 鶴見中学生のソーラン踊り
  - お楽しみ抽選会 (有料抽選券先着5,000枚)
  - イリュージョンマジックショー
  - 杜このみさん歌謡ショー



新鮮な魚や海の幸の販売はもちろん、楽しい催しが盛りだくさん!会場に、ぜひお越しください。

※「市報さいき」9月号では、海鮮!山鮮!きたうら市を紹介しています。

## 下水道を正しく使いましょう

☎ 下水道課 ☎ 22-7024

下水道管が詰まると、生活排水が流れなくなったり、災害時に排水ができなくなったりします。下水道を正しく使いましょう。

9月10日は  
下水道の日

### 下水道管が詰まらないように気をつけましょう

- 台所** 油類は下水道管が詰まる最大の原因です。フライパンなどに付いた油は紙で拭き取り、燃やすごみで出しましょう。
- 風呂** 髪の毛は分解されにくいので、下水道管が詰まる原因になります。排水口の髪の毛はこまめに取り除きましょう。
- トイレ** 紙おむつや生理用品など、水に溶けない紙や異物は流してはいけません。マンホール内にあるポンプの故障原因になります。

下水道が使える区域で、下水道に未接続の場合は、すみやかに接続をお願いします。

### 「下水道の日」にイベントを開催!

- 日時** 9月7日(土)～8日(日) 9時～16時  
9月9日(月)～12日(木) 8時30分～17時15分
- 場所** 市民スペース (市役所1階)
- 内容**
  - ▶下水道の日ポスター展 (小学生の作品を展示し、来場者の投票で賞を決めます)
  - ▶啓発パネルの展示
  - ▶チラシの配布 など



昨年度最優秀作品(右)は、国土交通大臣賞を受賞しています。 ▲竹尾薫さん (当時東海小)の作品

## 北川湿原観察会

☎ 生活環境課 ☎ 22-7001

北川湿原は、北川町にある家田湿原と川坂湿原という2つの湿原の総称です。絶滅危惧種の動植物が多数生息し、祖母・傾・大崩ユネスコエコパークの移行地域に含まれています。

皆さんも身近に残る湿原で貴重な動植物を観察しませんか。

- 散策場所** 家田湿原
- 日程** 10月5日(土)
  - 9時 集合 (市役所5階災害対策本部室)
  - 9時30分 出発 (バスで移動)
  - 10時 現地到着・散策開始
  - 11時30分 散策終了 (バスで移動)
  - 12時 市役所 到着・解散

**申込方法** 9月27日(金)までに生活環境課に電話で申込 (定員30人 先着順)

- 注意事項**
  - ▶小学生以下は、保護者同伴で参加できます。
  - ▶雨天時は10月19日(土)に延期予定です。(前日15時までに判断、延期日が雨天の場合は中止。)

## コミュニティセンターの整備

☎ 経営政策課 ☎ 22-7079

富美山町のJA延岡富美山支店跡地に「延岡市富美山地区コミュニティセンター」を整備しますので、安全のため、工事期間中の敷地内への立ち入りはご遠慮ください。

なお、敷地内に設置してあるATMも利用できなくなりますので、ご注意ください。

▶工事期間 9月～12月 (予定)



至:岡富町

## 9月～10月のがん検診

がん検診は 申込専用電話 ☎ 29-2217  
予約が必要です ☎ 健康増進課 ☎ 22-7014

### 乳がん検診

料金 2,500円

対象 40歳以上で、偶数年齢または昨年度受診していない人

検診日	受付時間	検診場所
10月9日(水)	14時～16時	延岡市民体育館
10月12日(土)	13時30分～15時30分	市役所正面(南)玄関前
10月13日(日)	10時30分～15時30分	

### 胃がん・大腸がん検診

- 胃がん** 対象 50歳以上で昨年度受診していない人  
料金 1,300円
- 大腸がん** 対象 40歳以上の人 料金 600円

検診日	受付時間	検診場所
9月13日(金)	9時～10時	東海コミュニティセンター
9月20日(金)	8時30分～9時30分	本村長井健康増進センター
9月21日(土)	8時30分～10時	市役所正面(南)玄関前
10月1日(火)	8時30分～9時30分	北浦保健福祉センター
10月8日(火)	9時～10時30分	延岡市民体育館
10月16日(水)	9時～10時	旭中学校多目的室

※9月21日(土)は肺がん検診(レントゲン)も受けられます。

### 子宮頸がん検診

料金 1,200円

対象 20歳以上で、偶数年齢または昨年度受診していない人

検診日	受付時間	検診場所
9月18日(水)	9時30分～11時30分	イオン延岡ショッピングセンター
	13時30分～14時30分	延岡市民体育館
10月10日(木)	9時～15時	東海コミュニティセンター
10月20日(日)		市役所正面(南)玄関前

### ヘリカルCT

料金 5,000円

対象 40歳以上で、今年度市の肺がん検診(レントゲン)を受診していない人

検診日	受付時間	検診場所
10月15日(火)	9時～11時30分	延岡市職業訓練支援センター



予約が埋まった日程は掲載していません。10月8日(火)の乳がん検診の場所は、市役所正面(南)玄関前から延岡市民体育館に変更しています。



Information  
**お知らせ**  
Information

**農業用廃プラスチック回収**  
日時 9月27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

**宅内排水管の点検商法に注意**

「市から委託を受けて排水管の点検をしている」勝手に敷地に入り込んで排水管が汚れていると不安をあおる」などの相談が多数寄せられています。市が個人財産の点検・清掃を業者に委託することはありません。次のことに注意してください。  
○点検・清掃を依頼する意思がなければ、きつぱり断る。  
○その場で契約をしない。家族に相談する。依頼する場

合でも、複数の業者から見積りを取り、金額など十分検討する。  
○契約の際は、業者名、連絡先などを確認する。  
※契約した後でも、クーリング・オフができる場合があります。

**毛虫を発見したら連絡を**  
春から秋にかけて、公園や街路樹に毛虫などの害虫が発生し、近隣の皆さんには、ご迷惑をおかけしています。毛虫の駆除は発生初期に行うのが効果的ですので、毛虫を発見したら、都市計画課まで連絡をお願いします。  
☎ 都市計画課 22-7046

**計量器定期検査**  
取引や証明に使用する計量器(はかり)は、2年に1回の定期検査が義務付けられています。使用している人は受検してください。  
検査には、はかりに応じた手数料が必要です。  
検査対象 北方町、北川町、

北浦町に所在するはかり  
検査場所・日時  
○北浦総合支所 9月12日(木) 11時～14時  
○北川総合支所 9月12日(木) 15時～17時  
○北方総合支所 9月13日(金) 9時30分～13時  
☎ 宮崎県計量検定所 (0985) 58-2929  
☎ 工業振興課 22-7035

**指名競争入札 参加資格審査の申請**  
指名競争入札参加資格審査申請(建設工事、建設コンサルタント等、清掃等業務)の定期受付を行います。入札に参加を希望する人は、申請してください。  
※現在登録をしている人も、申請が必要です。  
受付期間 10月1日(火)～31日(木)  
受付時間 9時～16時(12時～13時を除く)  
受付場所 契約管理課(市役所6階)  
登録有効期間 令和2年4月1日～令和4年3月31日  
要領・申請書の入手方法 市のホームページからダウンロード(9月上旬掲載予定)、

**危険物取扱者試験(後期)**  
試験の種類 甲・乙・丙  
試験日 11月17日(日)  
場所 延岡工業高校  
願書配布 消防本部予防課  
願書受付期間 9月9日(月)～20日(金)  
受験手数料  
甲種 6500円  
乙種 4500円  
丙種 3600円  
申込方法 郵送または持参  
※試験準備講習会も開催予定  
☎ 〒880-0805  
宮崎市橘通東2丁目7-18  
宮崎県住宅供給公社ビル4階(二財)消防試験研究センター  
宮崎県支部  
☎ (0985) 22-0239

**地域で調理講習会を開催しませんか**  
食生活改善推進員による調理講習会では、野菜たっぷりバランスのよい健康的な食事を作っています。みんなで料理をしながら、日頃の食事

または契約管理課窓口で配布(実費負担が必要)  
☎ 契約管理課 22-7048

**市営・県営住宅入居者募集**  
入居説明会・申込書配布  
日時 10月12日(土)  
10時～、13時30分  
場所 社会教育センター  
受付期間 10月15日(火)～17日(木)  
受付場所 市営・県営住宅地区管理会社10社および延岡日向宅建協同組合(詳しくは説明会でお知らせします)  
抽選日 10月26日(土)  
抽選場所 社会教育センター  
入居可能日 12月1日(日)  
☎ 延岡日向宅建協同組合 29-2032

**社会教育課**  
☎ 22-7032

**意見の募集**  
市では、北川町曾立地区浸水対策事業について、意見を募集しています。意見の提出方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。  
募集締切 9月17日(火)  
☎ 土木課 22-7021

を見直してみませんか。  
対象 市民5人以上の団体費用 材料費・会場費など参加者負担(一部補助あり)  
場所 公民館や学校など  
申込方法 開催日の1カ月前までに電話で申込  
☎ 健康増進課 22-7014

**ポナー寿賞候補者推薦(2次募集)**  
すてきに年齢を積み重ね、自由で生き生きとした生活を送る高齢者を表彰します。  
ポナー寿賞では、県など大きな賞に該当する活動ではなくとも、地域の人が素晴らしいと思うような活動に取り組み人を表彰・紹介しています。

対象 4月1日現在、75歳以上で市内在住の人  
※詳しくは、市ホームページ、高齢福祉課、各総合支所市民サービス課にある募集要項をご覧ください  
推薦方法 高齢福祉課(市役所1階)、各総合支所市民サービス課に備え付けてある推薦用紙を提出  
締切 9月30日(月)  
提出先 高齢福祉課、各総合支所市民サービス課  
☎ 高齢福祉課 22-7016

**年金生活者支援給付金**  
☎ 延岡年金事務所 21-5424  
☎ 市民課国民年金係 22-7036  
年金を含めた所得額が一定基準以下の人に、支援給付金を年金に上乗せして支給される制度です。  
支援給付金を受け取るには、請求書の提出が必要です。  
■支給要件  
老齢基礎年金を受給している人  
▶65歳以上  
▶同一世帯の全員の市町村民税が非課税  
▶前年の年金収入額とその他の所得額の合計が87万9,300円以下  
障害・遺族基礎年金を受給している人  
▶前年の所得が462万1,000円以下  
■請求手続き  
今年4月1日時点で、老齢・障害・遺族基礎年金を受給している人  
▶対象者には、9月頃に日本年金機構から請求書が送付されます。必要事項を記入し、返送してください。  
今年4月2日以降に、初めて年金を受給する人  
▶年金の請求手続きの際に、あわせて給付金の手続きを行ってください。  
※給付金額は年金の種類などで異なります。詳しくはお問い合わせください。

**のべおか郷土塾 受講生募集**  
延岡に初めて来た人、あらためて延岡を学びたい人のため

**消防本部予防課**  
☎ 22-7102

**年金生活者支援給付金**  
☎ 延岡年金事務所 21-5424  
☎ 市民課国民年金係 22-7036

延岡に初めて来た人、あらためて延岡を学びたい人のため

延岡に初めて来た人、あらためて延岡を学びたい人のため

延岡に初めて来た人、あらためて延岡を学びたい人のため



**国際交流講座・交流イベント**

☎ 国際交流推進室 (総務課内) ☎ 22-7006

**ドイツ語講座&ランチと  
国際交流フリートーク**

▶日時 9月11日(木)  
①ドイツ語講座 11時～12時  
②ランチと国際交流フリートーク 12時～13時  
※①または②のどちらかのみ参加も可  
※②には弁当を持参してください  
▶会場 社会教育センター会議室 2  
▶料金 無料 (申込不要)

**ドイツ語で話してみよう  
～ドイツ語フリートーク～**

▶日時 9月18日(木) 18時～19時  
▶会場 社会教育センター研修室 6  
▶料金 無料 (申込不要)

**楽しい国際料理教室**

国際交流員やALT(外国語指導助手)と日本語や外国語で会話しながら、ドイツとアメリカの夏の料理を一緒に作ってみませんか。

▶日時 9月21日(土) 10時～13時30分  
▶会場 社会教育センター調理室  
▶対象 中学生以上  
▶料金 1,000円(材料代)(定員16人)  
▶申込 電話で申込 (9月19日(木)締切)  
※飲み物、エプロン、三角巾を持参



日本赤十字社(敬称略)  
草宮富子(南一ヶ岡)、竹森  
輝子(三須町)、西畑光男(稲  
葉崎町)、杉迪江(瀬之口町)、  
草野孝代(南一ヶ岡)

☎ (0985) 24-1100  
☎ 宮崎行政監視行政相談セ  
ンター

**救急フェア2019**  
○展示啓発活動  
日時 9月8日(日) 10時～  
11時  
場所 イオン延岡店  
内容 一日救急隊長による  
啓発活動や救急車の展示、  
心肺蘇生法の体験  
○救命入門コース  
日時 9月10日(火) 18時～  
19時30分  
場所 消防本部1階 普及  
啓発室

**男性のための料理教室**  
延岡市食生活改善推進員に  
よる調理実習に参加しまん  
か。和気あいあいとした雰  
気の中で、初心者でも簡単  
にできる料理を作り、健康  
のために気をつけるポイント  
などを学びます。  
日時 10月29日(火) 9時30分

**ワンストップ相談会**  
9月の自殺予防週間に合  
せて、法律・経済・こころ・  
福祉などに関する相談窓口  
を一カ所に設け、皆さんの悩  
みの相談に無料で対応しま  
す。  
日時 9月15日(日) 10時～16  
時(15時30分受付終了)

**行政相談所の開設**  
市民協働まちづくりセンタ  
ー  
日時 9月11日(水)10時～15時  
☎ 宮崎行政監視行政相談セ  
ンター  
☎ (0985) 24-1100

場所 南浦基幹集落センタ  
ー  
○三川内中校区  
日時 10月17日(木) 19時～  
場所 清流荘  
☎ 経営政策課  
☎ 22-7042

日時 9月12日(木) 14時50  
分～16時20分  
場所 消防本部3階 多目  
的ホール  
申込 電話で申込(先着順)  
対象 中学生以上(小学生  
以下は保護者同伴で参加で  
きます)

場所 社会教育センター  
料金 500円(材料費など)  
対象 市内に住む男性  
定員 25人  
申込 氏名、住所、電話番号  
を電話かファクスで連絡  
締切 10月21日(月)まで  
☎ 健康増進課  
☎ 22-7014  
FAX 22-1347

場所 県立図書館研修ホール  
(宮崎市船塚)  
参加機関 宮崎県弁護士会、  
司法書士会、看護協会、公認  
心理師・臨床心理士会、精神  
保健福祉士協会、自殺防止セ  
ンター  
☎ 宮崎県福祉保健課  
☎ (0985) 26-7075

野口遺記念館建設に伴う延  
岡城内遺跡の発掘作業員を募  
集します。希望する人は、説  
明会に参加してください。  
○雇用説明会  
日時 9月13日(金) 13時30分  
～14時30分  
場所 社会教育センター3階  
会議室 4

日時 10月12日(土) 開場15時  
開演17時30分  
場所 延岡城址二の丸広場  
※荒天時は延岡総合文化セ  
ンター  
演目 能「海士」、能「景清」、  
狂言「魚説経」  
料金 SS席(指定席) 1万円  
S席(指定席) 8000円

10月1日(火)～7日(月)は公証  
週間です。期間中は、遺言な  
どの公正証書作成相談の時間  
延長や特設相談を実施しま  
す。(要予約)  
場所 延岡公証役場  
○相談延長 10月2日(水)、4  
日(金) 9時～19時  
○特設相談 10月5日(土)

市長や市職員が市内各地  
(中学校区ごと)に出向き、皆  
さんと意見交換を行います。  
○南浦中校区  
日時 10月3日(木) 19時～

**発掘作業員募集**  
野口遺記念館建設に伴う延  
岡城内遺跡の発掘作業員を募  
集します。希望する人は、説  
明会に参加してください。  
○雇用説明会  
日時 9月13日(金) 13時30分  
～14時30分  
場所 社会教育センター3階  
会議室 4

**第23回のべおか天下一薪能**  
日時 10月12日(土) 開場15時  
開演17時30分  
場所 延岡城址二の丸広場  
※荒天時は延岡総合文化セ  
ンター  
演目 能「海士」、能「景清」、  
狂言「魚説経」  
料金 SS席(指定席) 1万円  
S席(指定席) 8000円

10月1日(火)～7日(月)は公証  
週間です。期間中は、遺言な  
どの公正証書作成相談の時間  
延長や特設相談を実施しま  
す。(要予約)  
場所 延岡公証役場  
○相談延長 10月2日(水)、4  
日(金) 9時～19時  
○特設相談 10月5日(土)

市長や市職員が市内各地  
(中学校区ごと)に出向き、皆  
さんと意見交換を行います。  
○南浦中校区  
日時 10月3日(木) 19時～

**発掘作業員募集**  
野口遺記念館建設に伴う延  
岡城内遺跡の発掘作業員を募  
集します。希望する人は、説  
明会に参加してください。  
○雇用説明会  
日時 9月13日(金) 13時30分  
～14時30分  
場所 社会教育センター3階  
会議室 4

**第23回のべおか天下一薪能**  
日時 10月12日(土) 開場15時  
開演17時30分  
場所 延岡城址二の丸広場  
※荒天時は延岡総合文化セ  
ンター  
演目 能「海士」、能「景清」、  
狂言「魚説経」  
料金 SS席(指定席) 1万円  
S席(指定席) 8000円

10月1日(火)～7日(月)は公証  
週間です。期間中は、遺言な  
どの公正証書作成相談の時間  
延長や特設相談を実施しま  
す。(要予約)  
場所 延岡公証役場  
○相談延長 10月2日(水)、4  
日(金) 9時～19時  
○特設相談 10月5日(土)

市長や市職員が市内各地  
(中学校区ごと)に出向き、皆  
さんと意見交換を行います。  
○南浦中校区  
日時 10月3日(木) 19時～

**婚活イベント**  
海辺でアフターサマーB  
Qパーティーの参加者を募集  
します。  
日時 9月23日(月・祝)  
場所 日向サンパークオー  
トキャンプ場(日向市)  
料金 男性4500円、女性  
3500円(2人以上の申し  
込みでそれぞれ500円割引)  
対象

**のべおか暮らし学講座**  
生活に役立つ情報が満載の  
講座です。  
日時 9月～12月(原則毎月  
第3木曜日、全4回) 13時  
30分～15時  
場所 男女共同参画センタ  
ー  
定員 30人(定員になり次第  
締め切り)  
料金 無料  
申込 電話で申込  
☎ 男女共同参画推進室  
☎ 22-7056

10月1日(火)～7日(月)は公証  
週間です。期間中は、遺言な  
どの公正証書作成相談の時間  
延長や特設相談を実施しま  
す。(要予約)  
場所 延岡公証役場  
○相談延長 10月2日(水)、4  
日(金) 9時～19時  
○特設相談 10月5日(土)

市長や市職員が市内各地  
(中学校区ごと)に出向き、皆  
さんと意見交換を行います。  
○南浦中校区  
日時 10月3日(木) 19時～

**婚活イベント**  
海辺でアフターサマーB  
Qパーティーの参加者を募集  
します。  
日時 9月23日(月・祝)  
場所 日向サンパークオー  
トキャンプ場(日向市)  
料金 男性4500円、女性  
3500円(2人以上の申し  
込みでそれぞれ500円割引)  
対象

**のべおか暮らし学講座**  
生活に役立つ情報が満載の  
講座です。  
日時 9月～12月(原則毎月  
第3木曜日、全4回) 13時  
30分～15時  
場所 男女共同参画センタ  
ー  
定員 30人(定員になり次第  
締め切り)  
料金 無料  
申込 電話で申込  
☎ 男女共同参画推進室  
☎ 22-7056

10月1日(火)～7日(月)は公証  
週間です。期間中は、遺言な  
どの公正証書作成相談の時間  
延長や特設相談を実施しま  
す。(要予約)  
場所 延岡公証役場  
○相談延長 10月2日(水)、4  
日(金) 9時～19時  
○特設相談 10月5日(土)

市長や市職員が市内各地  
(中学校区ごと)に出向き、皆  
さんと意見交換を行います。  
○南浦中校区  
日時 10月3日(木) 19時～

**窓口公売会**  
☎ 納税課 ☎ 22-7011

▶開催日時 9月10日(火)～12日(木)  
10時～16時  
▶場所 市役所講堂(2階)  
▶開札日時 9月13日(金) 9時～  
▶代金納付期限 9月20日(金) 14時  
▶持参する物  
・入札時 必要なものではありません。  
・代金支払時 買受代金(一括)、認印、  
本人確認ができるもの  
▶注意  
・物品はすべて現状の中古品扱いで、  
保証はありません。落札物品に対する  
苦情は受け付けません。  
・梱包・配達・配送は行いません。  
・未成年者は入札できません。  
・滞納市税の完納や都合により公売を中  
止する場合があります。



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	診療科目	医療機関名
月・火	19時30分～23時	内 外 小	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	外 小	夜間急病センター ☎21-9999
	19時30分～翌朝7時	内	
金	19時30分～23時	小	夜間急病センター ☎21-9999
	19時30分～翌朝7時	内 外	
土	14時～18時	内 外	夜間急病センター ☎21-9999
	19時30分～23時	小	夜間急病センター ☎21-9999
		外	谷村病院(北小路) ☎33-3024
日	19時30分～23時	内	夜間急病センター ☎21-9999
		内 外 小	夜間急病センター ☎21-9999

○日曜日の外科診療は、7月に黒木病院から夜間急病センターへ変更されています。

9月の日曜・祝日当番薬局

期日	薬局名	電話番号
9月1日(日)	佐藤調剤薬局(中川原町)	☎21-1156
	延岡すずらん薬局(大貫町)	☎26-9130
	丘の上薬局 瀬の口店(瀬之口町)	☎20-5123
8日(日)	ひまわり薬局 はまご店(浜砂)	☎20-7117
	たかし薬局(大貫町)	☎29-2667
15日(日)	宇野薬局(幸町)	☎32-2886
16日(月)	なないろ薬局 桜小路店(桜小路)	☎20-7716
	メディカル薬局 大門店(大門町)	☎26-8330
22日(日)	敬愛薬局(日の出町)	☎33-1585
	にじいろ薬局(昭和町)	☎29-2436
	調剤薬局 同仁堂(愛宕町)	☎32-6883
23日(月)	北小路調剤薬局(北小路)	☎21-2131
	西高通り調剤薬局(大貫町)	☎34-3222
	ひむか薬局 しおはま店(塩浜町)	☎29-2820
29日(日)	延岡すずらん薬局(大貫町)	☎26-9130
	きりん薬局(博労町)	☎21-5768
	ハラダ調剤薬局 出北店(出北)	☎32-0644
	なないろ薬局 緑ヶ丘店(緑ヶ丘)	☎20-0341

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

9月の日曜・祝日在宅当番医 ※印は乳幼児診療不可

期日	診療科目	医療機関名	電話番号
9月1日(日)	小	共立病院(中川原町)	☎33-3268
	内	平野消化器科(大貫町)	☎26-7070
	外	甲斐整形外科医院(瀬之口町)	☎21-2110
	歯	丸目歯科医院(中川原町)	☎21-4680
8日(日)	小	田原病院(伊達町)	☎32-4987
	内	生協クリニックのべおか(浜砂)	☎26-7100
	外	大貫診療所(大貫町)	☎33-1855
	歯	築瀬歯科医院(西小路)	☎34-3285
15日(日)	小	お倉が浜 Kids クリニック(日向市)	☎(0982) 66-7611
	内 小 ※	野村クリニック(古城町)	☎34-5515
	外	佐井整形外科(永池町)	☎21-6275
	歯	高濱歯科医院(新町)	☎21-2359
16日(月)	小	こどもクリニックたしろ(日向市)	☎(0982) 56-1515
	内 小 ※	桜小路クリニック(桜小路)	☎20-3954
	外	大崎整形外科(大門町)	☎32-3331
	歯	四倉歯科医院(安賀多町)	☎35-8866
22日(日)	小	松崎医院(昭和町)	☎21-0001
	内 小 ※	萩原眼科・中尾内科(愛宕町) <眼科は休診>	☎32-5114
	外	黒木病院(北小路)	☎21-6381
	歯	北方歯科医院(北方町)	☎47-2023
23日(月)	小	おきしま小児科(大貫町)	☎33-0222
	内	いまだ内科・消化器科(塩浜町)	☎29-2714
	外	平野整形外科(大貫町)	☎26-9801
	歯	さかもと歯科・歯科口腔外科 医院 夜間診療部(出北)	☎20-4181
29日(日)	小	丸山クリニック(博労町)	☎21-6028
	内	野村病院(出北)	☎21-2213
	外	くもん整形外科 スポーツ・ 骨関節クリニック(緑ヶ丘)	☎20-7772
	歯	ゆう歯科クリニック(紺屋町)	☎29-2227
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9月運行予定

日程	ステーション名	時間	
9月3・17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 塩浜公民館	13:00～13:40 14:05～14:35	
4・18日(水)	マルミヤ愛宕店 港小学校	10:00～10:40 13:00～13:40	
	マルイチ大門店	13:55～14:30	
5・19日(木)	一ヶ岡A団地第一集会所前 黒岩小中学校	10:00～10:40 13:00～13:40	
	桜ヶ丘B地区集会所	14:00～14:40	
	6・20日(金)	上南方小中学校	13:10～13:45
10・24日(火)	JA 東延岡支店 一ヶ岡中央公園	14:10～14:40 10:00～10:40	
	延岡しろやま支援学校 ひかり工房	13:00～13:50 14:00～14:25	
	桜園集会所前	14:35～15:00	
11・25日(水)	緑ヶ丘児童館 名水小学校	10:00～10:40 13:10～13:40	
	延岡市職業訓練支援センター 南老人福祉センター	13:55～14:30 10:00～10:40	
	川島小学校	13:00～13:40	
12・26日(木)	昭和田第2市営住宅	14:00～14:30	
	13日(金)	浦城小学校	13:05～13:30
27日(金)	熊野江小学校	13:10～13:40	
13・27日(日)	大武町清高島公民館前	14:10～14:40	
	2日(月)	島野浦小学校 島浦漁協広場 島野浦中学校	9:50～10:50 12:00～12:50 13:00～13:40
	30日(月)	北方町つのだ保育園 北方町上崎公民館前 北方町よっちみる屋 北方町曾木(曾木神社前)	10:00～10:40 13:10～13:30 13:40～14:00 14:20～14:40

◆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 9月2日(月)、6日(金)、9日(月)、30日(月)  
ふくろう映画会(上映作品:日本の昔ばなしなど)  
日時 9月3日(火)、17日(火) 15時～16時10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

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、お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

菊づくり	9月7日(土) 9時30分～11時30分
竹細工	10月5日(土) 9時30分～11時30分
	9月14日(土) 9時30分～11時30分
ハーブ入門	10月12日(土) 13時30分～15時30分
	9月14日(土) 13時30分～15時30分
多肉とお花の教室	9月21日(土) 9時30分～11時30分
	10月19日(土) 9時30分～11時30分
寄せ植えを楽しむ会	9月30日(月) 9時30分～11時30分
	10月12日(土) 9時30分～11時30分
フラワーアレンジメント	10月12日(土) 9時30分～11時30分
	10月19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

令和元年8月1日現在		
人口	119,404人	(男)56,492人 (女)62,912人
(前月比 54人減)		
(7月1日～31日)		
出生	77人	死亡 124人、転入 200人、転出 207人
世帯数	52,041 世帯	

編集後記

寝るときは、朝までクーラーをつけていますが、乾燥で毎日喉が痛いです。現状を打破するべく、タイマーのセットを考えますが、暑くなり途中で起きるのは嫌だからと結局何も変わらず。しかし、この編集後記を書いている最中、家に加湿器があることを思い出したので、さっそく水を補充します。(笑) (井)

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

FMのべおか <88.6MHz>

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

のべおか伝言板(5分間)

イベント情報などお知らせします。

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。





## うちdeタパス 11月目

### 今回の食材 中玉トマト



北方町上鹿川の標高500mのハウスで栽培。寒暖差や綱ノ瀬川の水を生かし自然に近い環境で育てているため、赤く引き締まった良質なトマトが育ちます。

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。

中玉トマトは「ふるさと市場」や「道の駅北方よっちみろ屋」で購入することができます。安心・安全を心がけ、皆さんに美味しいトマトを提供できるよう大切に育てています。

### 生産者



上鹿川トマト部会(北方町)  
鶴田 忠さん (写真左上)  
新本 比佐良さん (写真右上)  
中村 義幸さん (写真左下)  
西高 信義さん (写真右下)



### 中玉トマトの 夏野菜カレー

調理時間 約 45分

#### 材料 (4人分)

##### ○カレーソース

玉ネギ (大) …… 1個  
生姜(すりおろし)…20g  
ニンニク (すりおろし) …… 10g  
バター …… 40g  
クミンシード…小さじ1  
サラダ油 …… 40cc

##### ○トッピング

中玉トマト…4個  
ナス…1本  
オクラ…4本  
玉ネギ (中) … 1/2個  
サラダ油…大さじ1  
バター…大さじ1  
塩…少々  
コショウ…少々

##### ○スパイス

A カレー粉 …… 10g  
カルダモンパウダー …… 1g  
ガラムマサラ…5g  
クミンパウダー…1g  
カイエンヌペッパー …… 1g  
B 粉末ブイヨン … 10g  
水 … 300cc  
カットトマト缶 …… 200cc  
ココナッツミルク …… 100cc  
ケチャップ…大さじ2  
チャツネ …… 40g

#### 作り方

- 玉ネギ (大) はみじん切りに、生姜とニンニクは、すりおろし (または、みじん切り) にする。
- 鍋にバター 40g、サラダ油40ccを入れ、強火で1の玉ネギを炒める。火が通ってきたら弱火にして焦がさないように火力を調整しながら餡色になるまで炒める。1の生姜とニンニク、クミンシードを加え、馴染むように中火で2~3分炒めたら、火を止める。
- 2の鍋に、あらかじめ一つに混ぜておいたスパイスAを加える。次にBを順に加え、蓋はせずに中火~弱火で5~6分煮込む。  
※ボコボコと沸騰させると香りが飛ぶので注意。
- トッピングの中玉トマトはくし切りにし、玉ネギは厚さ約3mmのスライス、ナスは半月切り、オクラはななめ切りにする。フライパンにバター、サラダ油 (各大さじ1) を入れ、玉ネギ、ナス、オクラを炒め、塩、コショウする。火が通ったら中玉トマトを加え、軽く炒める。フライパンに3のカレーソースを人数分加え、軽く加熱したら火を止める。皿に盛り付けたらできあがり。

#### Point!

▶ココナッツミルクはヨーグルト、牛乳、生クリームで代用できます。(分量はいずれも100cc) ヨーグルトは酸味が増し爽やかな味になり、牛乳、生クリームはまるやかになります。



#### 今回の講師

カレー専門店  
ビーグルハウス (旭町)  
岩崎 崇 さん

食材は延岡産のものを意識して使っています。これからも安心して食べられるおいしさを提供していきたいです。

本格タパス料理教室  
「うちdeタパス」  
参加者募集!

場所 エンクロス1階 キッチンスペース 人数 8人程度 参加費 無料  
10月の予定 10月1日(火)10時30分~ 講師「潮香ノ宿 高平屋」高平新之助さん  
詳しくは、エンクロスのホームページまたは東九州バス文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

