

市民力・地域力・都市力が躍動するまち

広報

のおおか

1

2019
No.918





12月 16 December
冬のノベオカノマドフェス
×ドイツクリスマスマーケット
 ノベオカノマドハウス、エンクロス、延岡市国際交流推進室のコラボ企画として、ドイツクリスマスマーケットが開催されました。

松ぼっくりを使ったクリスマスツリー作りなどのワークショップ、県北のALTによるクリスマスソングのコーラスなどが行われ、当日はあいにくの雨にも関わらず、会場は多くの人でにぎわいました。

まちの話題をお届けします
snapshot



12月 12 December
野口遵記念館建設
市民ワークショップ
 市では、野口遵記念館のあるべき姿を一緒に考え、より良い施設にするため「市民ワークショップ」を開催しています。

2回目のワーキングでは「パブリックエリア(ホール外)の使われ方のイメージ」をテーマに市民の皆さんと設計者との活発な意見交換が行われました。

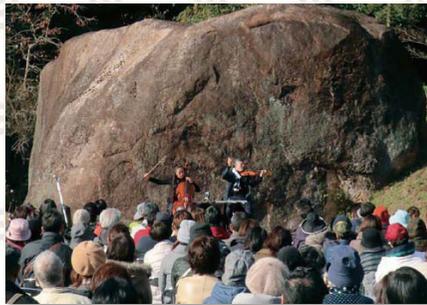
市民の皆さんに親しまれる野口遵記念館を建設するために、市民、設計者、行政が一つになって取り組んでいます。



12月 8 December
地域医療を支える
人材育成講演会
 地域医療の現場で働くことを目指す中高生など約240人が参加し、地域医療を支える人材育成講演会が開催されました。

講演を行った宮崎大学医学部の吉村学教授は、地域に出向き実習を行うことを例に挙げ「地域医療で一番大事なのは、その地域を愛すること」と述べました。

また、医学・薬学・看護学生との意見交換では、中学・高校時代にやっておくべきことや、医療現場での問題点についての質問が出されるなど、活発な意見交換が行われました。



11月 23 November
神の音コンサート2018
 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク登録を記念した「神の音コンサート」が北川町神さん山山麓の棚田で開催されました。

コンサートには昨年に引き続き、バイオリニストの古澤巖さん、チェリストの大藤圭子さんが出演。巨石の前での演奏は、市内外から訪れた約180人の観客を魅了しました。また会場周辺では地元物産品の販売なども行われ、秋晴れの下、多くの人でにぎわいました。



祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク
登録1周年記念シンポジウム

問い合わせ 経営政策課
 ☎ 22 - 7074

開催日 1月27日(日)

場所 カルチャープラザのべおか

スペシャルトークショー
「はじめよう、自分らしい山歩き」

14:30 1階多目的ホール



アウトドアスタイル・
 クリエイター
 よすみゆり
 四角友里氏

もともとインドア派だったという四角さん。自然と出会い、魅了され、山ガールブームの火付け役となりました。

今回は「自分らしい一歩で自然とつながる方法」や自然体験の素晴らしさを、美しい写真で紹介しながらトークショーを行います。

同時開催イベント 1階ロビー、3階ハーモニーホール

- ▶ ユネスコエコパークパネル展
- ▶ 安全登山に必要なウェアなどの展示
- ▶ 四角さんおすすめ本の展示
- ▶ ネイチャークラフト
 「木のカメラを作ろう!」
(宮崎県むかばき青少年自然の家)



このシンポジウムは、全国のモーターボート競走施行者協議会からの拠出金を受けて実施するものです。

今月のもくじ
contents

- P 2 ユネスコエコパーク登録1周年記念シンポジウムの案内
- P 3 まちの話題をお届けします snapshot
- P 4 新年のあいさつ
- P 6 乳幼児等医療費助成制度の拡充
- P 7 加速する企業立地
- P 8 市県民税・国民健康保険税 申告日程・場所
- P 11 災害時にスムーズに避難支援を受けるために
- P 12 [写真特集] 大相撲冬巡業延岡場所
- P 14 暮らしのひろばワイド
(証明書コンビニ交付サービス、成人式の案内 など)
- P 17 佐伯市からのお知らせ
- P 18 暮らしのひろば
- P 22 ふくろう号1月運行予定、日曜祝日当番医・薬局など
- P 24 おうちdeタパス

今月の表紙
cover

12月7日(金)
大相撲冬巡業延岡場所
 10年ぶりに開催された大相撲冬巡業延岡場所。化粧まわしをつけ土俵入りを行った延岡出身の琴恵光閃に大きな声援が送られました。(※巡業の様子は12～13ページに掲載)





延岡市 市長 読谷山 洋司

新

年明けましておめでとうございます。「平成」の最後となる2019年の幕が明け、希望に満ちた新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

市民の皆様には、平素より市政運営に温かいご支援とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年は、ニューイヤー駅伝における旭化成陸上部の2連覇から始まり、ドイツ柔道連盟の強化合宿、新入幕を果たした琴恵光閣、プロ野球のドラフト指名など、特にスポーツ界で明るい話題が続きました。

また、東京のIT企業の進出をはじめ企業立地の進展(クレアパーク工業団地は完売!)、大河ドラマ「西郷どん」効果による観光客増加、延岡初の修学旅行誘致の実現(台湾の高校生)、延岡・熊本間の九州中央自動車道の延伸など、「新しい延岡」が胎動する一年でした。

今年「次の一手」により高速道路が縦横に交わる「東九州のクロスポイント」としての強みを活かし、さらなるジャンプが必要となるようになります。

具体的には、地域新電力会社の設立検討や、関係方面と連携して延岡駅西口にIT企業や専門学校、医療機関、病児・病後児保育施設等を誘致し、まちなかに「仕事と生活の拠点」を整備するほか、ラグビーワールドカップも見据えた一層の観光誘客、アスリートタウン再構築の第一歩となる宮崎県体育館の整備、内藤記念館の再整備、旭化成株式会社様からの寄付を受けての野口遵記念館の建設など、県内外から多くの人が延岡に集うような取り組みを進めてまいります。

同時に、4月から中学3年生まで月額350円で歯科診療を可能とすることや、「365日駆け込み寺」とも言うべきワンストップ総合相談センターの設置、バス交通ネットワークの整備など、市民の暮らしを守る政策も進めてまいります。

市民の皆様とともに「新しい延岡づくり」を進めてまいりますので、本年も変わらぬご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

新年のごあいさつ



姉妹都市 福井県坂井市 市長 坂本 憲男

となる国民体育大会が開催され、全国各地から数多くの皆様にお越しいただくとともに、「笑顔」と「感動」を残して、盛況のうちに幕を閉じることができました。

さて、昭和54年にスタートした貴市との姉妹都市交流事業は、今年、40周年という節目の年を迎えます。今後とも、ジュニア交流事業などを通じ、両市民の絆を深めるとともに、この交流を次の世代へと引き継いでまいりたいと考えております。

結びに、貴市のますますのご発展と、この1年が延岡市民の皆様にとりまして、笑顔あふれる幸多き年となりますことを心からご祈念申し上げます。新年のごあいさつといたします。

新年明けましておめでとうございます。延岡市民の皆様におかれましては、希望に満ちた新春を健やかに迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

昨年、貴市におかれましては、ニューイヤー駅伝における旭化成陸上部の2連覇をはじめ、貴市出身の力士としては51年ぶりとなる琴恵光閣の幕内昇進など、「アスリートタウン延岡」としての明るい話題が数多くありました。また、東京オリンピック・パラリンピックの開催に向けたドイツとのホストタウン交流事業や台湾からの修学旅行の誘致を実現させるなど、人的・文化的な交流の活性化とインバウンド観光の促進に向けた、大きな飛躍の年であったと感じているところでございます。

本市におきましては、昨年、50年ぶり

明

けましておめでどういさいます。市民の皆様には、新春を健やかに迎えのことと、心よりお喜び申し上げますとともに、旧年中に市議会に賜りました格別のご理解とご協力に、厚くお礼を申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、旭化成陸上部の「ニューイヤー駅伝」2年連続23回目の優勝に始まり、延岡学園高校野球部の「春の選抜出場」、琴恵光閣の本市出身力士としては51年ぶりの「幕内昇進」、延岡学園高校と聖心ウルスラ学園高校所属選手の「プロ野球ドラフト会議指名」など、アスリートタウンとして大いに盛り上がった年となりました。本年は、いよいよ来年に迫った東京オリンピックに向けて、本市ゆかりのアスリートの皆様のさらなる飛躍の年となりますことを願っております。

さらに、昨年は、延岡市駅前複合施設「エンクロス」や「食」の拠点となる「か

わまち交流館」など延岡の新しい顔となる施設のオープンや、NHK大河ドラマ「西郷どん」の放映効果、さらには九州中央自動車道の整備中区間の相次ぐ開通などにより、本市を訪れる観光客が大幅に増加するなど、活気に満ちた1年でもありました。

本年は、「子育て支援総合拠点施設整備」や「内藤記念館再整備」、「宮崎県体育館整備」、「野口遵記念館整備」、「延岡駅西口街区再開発事業」などが着々と進み、さらなる賑わいが創出されるなど、「元気で活力のある延岡づくり」に一層弾みがつくものと期待しているところであります。

本年4月には市議会議員選挙が行われ、定数見直しで27人となった議員による新たな体制がスタートし、そして、いよいよ5月には新たな元号へと変わります。新しい風が、本市、そして日本全体に吹いてまいります。市議会をいたしましては、これまで大切に育ててきたさまざまな事業の芽

謹賀新年

平成31年

新年明けましておめでとうございます。延岡市民の皆様には、平成31年の新春をお健やかに迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

昨年は、元日の「ニューイヤー駅伝」における旭化成陸上部の二連覇を皮切りに、中・高校生が全国大会において素晴らしい活躍を見せてくれたほか、駅前複合施設「エンクロス」のオープンや、西郷隆盛ゆかりの地としての賑わいなど、貴市の活気あふれる話題が数多く本市まで届いたところであります。

本年におきましても、読谷山市長のもと、活力に満ちた延岡市政の一層の進展を、御期待申し上げます。

両市は、平成9年に兄弟都市を締結以来、

20年以上にわたり交流を深めて参りました。

昨年3月11日に開催いたしました「いわき市東日本大震災追悼式」では、多くの延岡市民の皆様にご出席いただき、合唱を披露していただくなど、震災以降、皆様からさまざまなご支援に御支援を賜り、厚く御礼申し上げます。

今後も、力強い復興と魅力あふれるいわきの創生に取り組んで参りますので、皆様には、引き続き御支援を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、貴市の益々の御発展と延岡市民の皆様のご健勝、御多幸を心から祈念いたしまして、新年の御挨拶とさせていただきます。



延岡市議会 議長 佐藤 裕臣

が、この新しい風の中でも着実に育ち、市民福祉の向上という大きな実が実りますよう、議員一丸となって、猪突猛進してまいりますので、ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が、皆様にとりまして希望に満ちた輝かしい年であり、心よりお祈り申し上げます。年頭のごあいさつといたします。



兄弟都市 福島県いわき市 市長 清水 敏男

写真：鏡山から望む日の出

雇用の
場の確保

加速する企業立地

市内にさまざまな業種の企業立地が進んでいます！

問 工業振興課

☎ 22 - 7035

暮らしの
充実

乳幼児等医療費助成制度の拡充

4月からスタートします！

問 こども家庭課

☎ 22 - 7017



▲市役所で行われた立地調印式で挨拶を述べる社長の鍋嶋氏

◇これまで立地した企業の取り組み エンザントレイズ株式会社

平成27年に立地調印を行ったエンザントレイズ株式会社（本社・東京都）も、今年の秋に延岡プラランチ（支店）を延岡駅前到新設し、操業に向けて準備を進めています。同社はシステム開発を行うIT関連企業で、社長の鍋嶋氏（愛媛県出身）は地元愛が強く「それぞれの地元で世界最先端のITスキルを身につける」という想いのもと、全国各地にプラランチを設けてい

ます。今回の延岡プラランチの開設でも、延岡市周辺の出身者を雇用し、本社のある東京で3年程度働きたがらITスキルを身につけさせ、延岡プラランチに戻す方法を取っています。今年の秋に延岡プラランチにJターンする吉田さん（門川町出身）は「延岡で働くことができ、地元でITを届けられることを誇りに思う。地元で貢献し、延岡の更なる発展に尽力したい」と話しています。

◇新たな業種
キヤスレーコンサルティング株式会社
平成30年11月に企業立地調印を行ったキヤスレーコンサルティング株式会社（本社・東京都）は、IT関係のコンサルティングや保育業務支援システムの開発などを行っています。延岡駅前のビルに延岡サテライト（支店）を新設し、同社サービスのコールセンター業務から始め、将来はシステム開発などを通じ、市にほかにIT企業や関連産業を集積させるビジネスモデルの形成を目指します。同社の砂川社長は「ITを活用して市民生活に貢献したい」と話し、保育や雇用などの地域社会の課題解決が期待されています。



▲市役所で行われた立地調印式（写真右：社長の砂川氏）

クレア第二工区が完売

企業誘致の取り組みを進めてきた結果、これまでの成果が実を結び、クレアパーク第二工区が完売しました。

今後も産業支援や人材確保支援などを行い、企業立地を積極的に推進していきます。

また、さまざまな業種の企業などにもアプローチし、雇用の場の確保を目指します。

Public Relations Nabeola / 2024

自己負担限度額（1診療報酬明細ごと）

現行		
乳幼児	入院	350円
	入院外	350円
	調剤	自己負担なし
小・中学生	入院	1,000円
	入院外	実費
	調剤	

改正後			
乳幼児	変更なし		
小・中学生	入院	1,000円	
	入院外	歯科診療	350円
		歯科診療以外	実費
調剤	歯科診療	自己負担なし	
	歯科診療以外	実費	

市では、子育て家庭の経済的な負担軽減を図るため、平成31年4月から、歯科診療費の助成対象を、中学3年生までに拡充します。対象者の拡充により、子育てしやすい環境整備に加え、早めの受診で子どもの虫歯が減少し、将来的には医療費の抑制にもつながることが期待されています。



歯科診療の助成対象者を
中学3年生までに拡充



虫歯の予防

問 健康増進課 ☎ 22 - 7014

虫歯予防は、自分の体を大切にするという気持ちや適切な食習慣を子どもの頃から育てるためにも重要です。

◇乳幼児期の虫歯予防

乳幼児期は、歯・口腔の清掃や食習慣など基本的な習慣を身につける時期で、保護者の意識が子どもの歯の健康に大きく影響を与えます。

市では、乳幼児へのフッ化物塗布や保護者への歯科保健教育を行っています。また、保育園や幼稚園には、フッ化物洗口を推進するための補助や啓発を行っています。



◇学齢期の虫歯予防

学齢期（6～15歳）は、乳歯から永久歯に生えかわるため、最も重要な時期です。また、歯周疾患が増加してくる時期でもあります。



現在、市内の全ての公立小学校で、フッ化物洗口が実施されています。学齢期では、特に虫歯の予防を心がけましょう。

延岡地区 市民税課 ☎ 22-7012

※青字で記載している地区は
今回から申告受付場所が変更になります。

期日	時間	地区・対象者	場所
2月6日(水)	9:30 ~ 15:00	島浦町	島野浦島開発総合センター
	9:30 ~ 12:30	下三輪町・中三輪町	下三輪多目的営農集会所
	12:30 ~ 15:30	上三輪町	
7日(木)	10:00 ~ 12:30	須美江町・浦城町	ビーチの森すみえ管理棟
	12:30 ~ 15:30	熊野江町	
	9:30 ~ 12:30	祝子町・尾崎町	
12:30 ~ 15:30	夏田町・柚木町・宇和田町		
8日(金)	10:00 ~ 15:30	安井町・神戸町	安井漁村センター
12日(火)	9:30 ~ 12:30	川島町	川島営農集会所
	12:30 ~ 15:30	水尻町・追内町・東海町・白石町	
13日(水)	9:30 ~ 12:30	平原町1~4丁目	恒富南コミュニティセンター (聖心ウルスラ学園 歯科衛生士専門学校跡)
	12:30 ~ 15:30	平原町5丁目・浜町	
14日(木)	9:30 ~ 12:30	片田町・沖田町	恒富南コミュニティセンター (聖心ウルスラ学園 歯科衛生士専門学校跡)
	12:30 ~ 15:30	若菜町・愛宕山	
15日(金)	9:30 ~ 12:30	緑ヶ丘1~3丁目	恒富南コミュニティセンター (聖心ウルスラ学園 歯科衛生士専門学校跡)
	12:30 ~ 15:30	緑ヶ丘4、5丁目	
18日(月)	9:30 ~ 12:30	大野町・佐野町	大野営農集会所
	12:30 ~ 15:30	鹿狩瀬町・桑平町・妙町・宮長町	
19日(火)	9:30 ~ 12:30	小野町	小野営農集会所
	12:30 ~ 15:30	三須町	
20日(水)	9:30 ~ 12:30	土々呂町1~4丁目	土々呂コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	土々呂町5、6丁目・櫛津町・妙見町・鯛名町・赤水町	
21日(木)	9:30 ~ 12:30	野田地区	南方東コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	天下町・野地町	
22日(金)	9:30 ~ 12:30	西階町・松山町	南方東コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	小峰町・大貫町5、6丁目・吉野町	
25日(月)	9:30 ~ 12:30	稲葉崎町1~3丁目	東海コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	稲葉崎町4~6丁目・ニツ島町・差木野町・鹿小路	
26日(火)	9:30 ~ 12:30	桜ヶ丘1、2丁目	東海コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	桜ヶ丘3丁目・櫻山町・大峽町・須佐町	
27日(水)	9:30 ~ 12:30	栗野名町・大武町・牧町・柚の木田町	東海コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	大門町・無鹿町	
28日(木)	9:30 ~ 12:30	方財町・惣領町・浜砂・御本町・別府町	延岡総合文化センター
	12:30 ~ 15:30	出北	
	17:30 ~ 19:30	夜間受付(昼間の仕事などで指定日に都合がつかない人)	
3月1日(金)	9:30 ~ 12:30	桜園町・川原崎町・長浜町	延岡総合文化センター
	12:30 ~ 15:30	東浜砂町・昭和町・日の出町	
	17:30 ~ 19:30	夜間受付(昼間の仕事などで指定日に都合がつかない人)	
4日(月)	9:30 ~ 12:30	塩浜町	塩浜公民館
	12:30 ~ 15:30	鶴ヶ丘	
5日(火)	9:30 ~ 12:30	舞野町・行藤町	舞野多目的研修センター
	12:30 ~ 15:30	高野町・平田町・細見町・小川町・岡元町・貝の畑町	
6日(水)	9:30 ~ 12:30	旭ヶ丘	一ヶ岡コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	松原町・新浜町・石田町	
7日(木)	9:30 ~ 12:30	北一ヶ岡	一ヶ岡コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	伊形町	
8日(金)	9:30 ~ 12:30	南一ヶ岡	一ヶ岡コミュニティセンター
	12:30 ~ 15:30	上伊形町・下伊形町	
10日(日)	9:30 ~ 15:30	休日受付(平日の仕事などで指定日に都合がつかない人)	社会教育センター
11日(月)	9:30 ~ 12:30	北小路・岡富町・古川町・新小路・高千穂通・栄町	社会教育センター
	12:30 ~ 15:30	大瀬町・祇園町・紺屋町・博労町 恵比須町・幸町・瀬之口町	
12日(火)	9:30 ~ 12:30	恒富町・愛宕町・共栄町・伊達町・構口町	※施設の開館時間は9時です。駐車場は8時30分から利用できます。
	12:30 ~ 15:30	古城町・西小路・北新小路・上大瀬町	
13日(水)	9:30 ~ 12:30	富美山町・川中地区	※駐車場は、施設北側正面駐車場の利用ができません。第2駐車場、第3駐車場、大駐車場をご利用ください。
	12:30 ~ 15:30	中川原町・萩町・山月町・山下町	
14日(木)	9:30 ~ 12:30	旭町・出口町・大貫町1~4丁目	※施設の開館時間は9時です。駐車場は8時30分から利用できます。
	12:30 ~ 15:30	安賀多町・春日町・三ツ瀬町・永池町・中の瀬町・中島町	
15日(金)	9:30 ~ 15:30	指定日に都合がつかない人	社会教育センター

市民税・県民税
国民健康保険税

申告日程・場所案内

申告期間

2月6日(水)~3月15日(金)

❗ 期間中は、市民税課窓口での申告受付は行っていません。

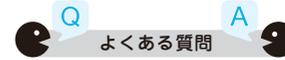
平成31年度(平成30年分)の市・県民税と国民健康保険税の申告受付を行います。
この申告は、市・県民税や国民健康保険税の税額を決めるために必要となります。

申告が必要な人

- 平成31年1月1日現在、延岡市に住民登録のある人で、平成30年1月から12月までの間に収入のあった人
- 平成30年中に収入がなくても、国民健康保険、後期高齢者医療保険に加入しており、収入がないことについて申告が必要な人

※勤務先で年末調整が済んでおり、控除の追加がない人などは申告の必要はありません。

※児童手当、福祉サービス、公営住宅、保育所・幼稚園・学校関係、国民年金などの手続きに申告が必要となる場合がありますので、それぞれの担当窓口にご相談ください。



よくある質問

Q 年金が400万円以下の人は、申告しなくても良いんですよね?

A 公的年金の収入金額が400万円以下で、公的年金以外の所得がない人は、申告の「義務」はありません。しかし、生命保険料や一定額以上の医療費の支払いがある場合など、市・県民税の控除がある場合には、申告をしなければ市・県民税の税額が高くなる場合があります。

Q 配偶者の収入はいくらまでだったら控除を受けることができるんですか?

A 平成31年度分の市・県民税から、配偶者特別控除を受けることができる配偶者の合計所得金額の枠が、123万円まで拡大されました。この合計所得金額123万円を仮に給与の収入金額に換算すると201万6千円になります。控除の金額は、所得が多くなるにしたがって、1~33万円の間で段階的に少なくなります。なお、配偶者控除を受ける場合の配偶者の所得要件については変更ありませんので注意してください。

申告に持っていくもの

- 印鑑 ■個人番号(通知)カード
- 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(個人番号カードがあれば不要です)
- 収入、経費のわかるもの
- ▽源泉徴収票(給与所得、公的年金等)
- ▽営業や不動産、農業、一時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(医療費、寄附金など)
- 障害者手帳または認定証
- 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

その他

- ▶お住まいの地区の指定日時に都合がつかない場合は、他の日程・場所や2月28日(日)の夜間受付、3月10日(日)の休日受付、3月15日(金)の場所で申告できます。
- ▶延岡税務署がカルチャープラザのべおかに開設していた特設申告場所は、昨年廃止されています。
- ▶平成29年分の申告から始まった医療費控除の特例(セルフメディケーション税制)の適用には、一定の取り組み(各種健診など)を行ったことが分かる書類も必要です。詳細は市民税課までお問い合わせください。

災害時にスムーズに避難支援を受けるために

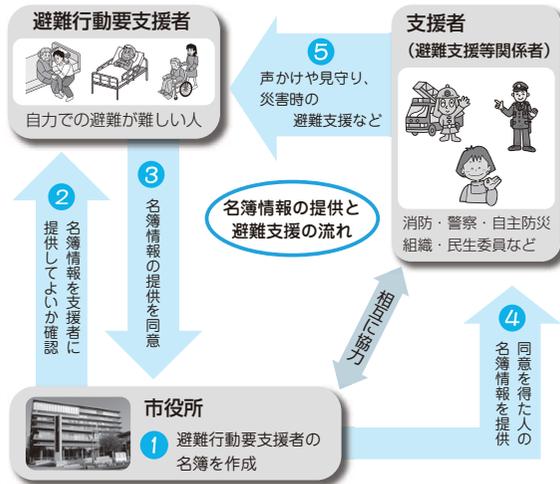
避難行動要支援者名簿情報の提供への同意をお願いします

市は高齢者や障がいのある人など、災害時に手助けを必要とする人（避難行動要支援者）の名簿を整備しています。

この名簿は、地域の皆さん（避難支援等関係者）が連携して避難行動の支援を行う際に役立てられるものです。

名簿情報を避難支援等関係者へ提供するには、名簿に登載されている人の同意が必要です。

該当する人には1月中に案内を郵送します。内容を確認し、同意確認書を提出してください。



避難行動要支援者に該当する人

※いずれも在宅の場合に限る

- ①75歳以上で
要介護1または2の認定を受けている人
- ②要介護3以上の認定を受けている人(年齢問わず)
- ③次の手帳の交付を受けている人
身体障害者手帳(視覚障害、聴覚障害、肢体不自由、呼吸器機能障害、小腸機能障害)の1級または2級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級
- ④市の障がい福祉サービスを受給している難病患者
- ⑤①～④に準ずる者として、市長が避難支援等の必要を認めたる人

名簿に登載する情報

氏名、生年月日、性別、住所、電話番号などの連絡先、避難支援を必要とする理由など

名簿情報の利用目的

避難行動要支援者名簿に登載された情報は、本人の同意を得た上で避難支援等関係者に提供し、災害時に円滑な避難の手助けを行うために利用されます。

名簿情報の提供先(避難支援等関係者)

自主防災組織、区、民生委員、延岡警察署、延岡市消防本部など

この制度は、地域の助け合いにより災害時の被害を少しでも減らそうとするものです。災害の規模や状況によっては支援を受けられない場合もあります。また、避難支援等関係者には、できる範囲での支援をお願いするものですので、支援する側が法的な責任や義務を負うものではありません。

問い合わせ先

□ 市の災害対策全般に関すること

☎ 危機管理室 ☎ 22-7077

□ 避難行動要支援者名簿に関すること

☎ 介護保険課 (要介護認定者に関すること) ☎ 22-7071

☎ 障がい福祉課 (障がい者に関すること) ☎ 22-7059

☎ 高齢福祉課 (その他名簿に関すること) ☎ 22-7016

北方地区 ☎ 北方総合支所市民サービス課 ☎ 47-3601

期日	時間	地区	場所
2月8日(金)	9:30 ~ 15:30	年金受給者	北方総合支所 1階会議室
12日(火)	9:30 ~ 10:30	三ヶ村	三ヶ村公民館
	11:00 ~ 12:00	八峽	八峽公民館
13日(水)	9:30 ~ 10:30	椎畑	椎畑宮農研修館
	11:00 ~ 12:00	早上・滝下	城生活改善センター
14日(木)	9:30 ~ 10:30	早日渡	早下宮農研修館
	11:00 ~ 12:00	早中	早中宮農研修館
15日(金)	9:30 ~ 11:30	下鹿川	下鹿川宮農研修館
	13:30 ~ 14:30	上鹿川	上鹿川神楽館
18日(月)	9:30 ~ 10:30	板上	板上宮農研修館
	11:00 ~ 12:00	二股	旧二股母子健康センター
19日(火)	9:30 ~ 10:30	菅原	菅原宮農研修館
	11:00 ~ 12:00	日平・楨峰 美々地	美々地宮農研修館

期日	時間	地区	場所
2月20日(水)	9:30 ~ 11:30	板下	三極生活改善センター
21日(木)	13:00 ~ 14:30	藤の木	藤ノ木宮農研修館
	9:30 ~ 11:00	上崎	上崎宮農研修館
22日(金)	13:00 ~ 14:30	蔵田	蔵田宮農研修館
	9:30 ~ 11:30	曾木	下曾木公民館
25日(月)	13:00 ~ 14:00	曾木	荒谷宮農研修館
	9:30 ~ 11:30	笠下	笠下宮農研修館
26日(火)	13:00 ~ 14:30	角田	角田多目的研修館
	9:30 ~ 11:30	川水流	北方健康福祉センター
28日(木)	13:00 ~ 14:30	北久保山 南久保山	南久保山公民館
	9:30 ~ 15:30	肉用牛 飼育農家	北方総合支所 1階会議室
3月1日(金)	9:30 ~ 15:30	全地区	
4日(月)~15日(金)	9:30 ~ 16:00	全地区	

※北方地区で確定申告書の作成を希望する人は、3月4日(月)~15日(金)に総合支所で受け付けます。

北浦地区 ☎ 北浦総合支所市民サービス課 ☎ 45-4228

期日	時間	地区	場所
2月8日(金)	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:30	年金受給者	北浦総合支所 2階大会議室
12日(火)	13:30 ~ 16:00	大井	大井農業集落センター
13日(水)	13:30 ~ 16:00	下塚	下塚集会所
14日(木)	13:30 ~ 16:00	梅木	梅木生活改善センター
15日(金)	9:30 ~ 16:00	市振	北浦漁業センター
18日(月)	9:30 ~ 16:00	宮野浦	宮野浦生活館
19日(火)	9:30 ~ 16:00	阿蘇	阿蘇漁村センター
20日(水)	13:30 ~ 16:00	市尾内	市尾内宮農研修センター

期日	時間	地区	場所
2月21日(木)	13:30 ~ 16:00	歌糸	歌糸研修集会施設
22日(金)	13:30 ~ 16:00	直海	直海漁村センター
25日(月)	13:30 ~ 16:00	地下	地下公民館
26日(火)	13:30 ~ 16:00	浜中	北浦町老人福祉館
27日(水)	13:30 ~ 16:00	中野内	中野内公民館
28日(木)	13:30 ~ 16:00	本村	北浦町生活改善センター
3月4日(月)~15日(金)	9:00 ~ 16:00	全地区	北浦総合支所 2階第4・5会議室

※北浦地区で確定申告書の作成を希望する人は、3月4日(月)~15日(金)に総合支所で受け付けます。

事前に必ず、市民サービス課に予約をしてください。

北川地区 ☎ 北川総合支所市民サービス課 ☎ 46-5012

期日	時間	地区	場所
2月8日(金)	9:30 ~ 16:00	深瀬	北川総合支所 3階会議室
12日(火)		熊田	
13日(水)		白石 年金受給者	
15日(金)	9:30 ~ 12:00	下塚	下塚集会所
	13:30 ~ 16:00	松瀬	松瀬集会所
18日(月)	9:30 ~ 16:00	葛葉	葛葉生活改善センター
19日(火)	9:30 ~ 16:00	瀬口・牧	瀬口集会所
	9:30 ~ 12:00	深崎	深崎集会所
20日(水)	13:30 ~ 16:00	八戸	八戸コミュニティセンター
	9:30 ~ 12:00	下赤 仁田ノ内	下赤集会所
22日(金)	13:30 ~ 16:00	上赤	上赤集会所
	9:30 ~ 15:00	祝子川	大崩研修棟
25日(月)	10:00 ~ 15:00	家田	家田生活改善センター
26日(火)	9:30 ~ 16:00	川坂	川坂母子健康センター
27日(水)	9:30 ~ 16:00	川坂	川坂母子健康センター

期日	時間	地区	場所
3月1日(金)	9:30 ~ 16:00	飛石	飛石集会所
4日(月)	9:30 ~ 16:00	本村	長井健康増進センター
5日(火)	9:30 ~ 16:00	俵野	俵野宮農研修センター
6日(水)	9:30 ~ 16:00	瀬口・深瀬	肉用牛飼育農家 北川総合支所 市民サービス課
8日(金)	9:30 ~ 16:00	川坂・本村	
11日(月)	9:30 ~ 16:00	俵野	
12日(火)	9:30 ~ 16:00	多頭飼育者	
13日(水)	9:30 ~ 16:00	シキミ農家	
14日(木)	9:30 ~ 16:00	上記以外	
15日(金)	9:30 ~ 16:00	上記以外	

※北川地区での申告相談は、可能な限り、各地区の指定された日・場所で行ってください。

琴恵光関 故郷に錦を飾る

今回の巡業には、延岡市出身の琴恵光が関取として参加。土俵に上がるたびに大きな歓声が上がります。

取組前に「関取でこの場所に帰ってくるのができて嬉しい。多くの声援に背中を押してもらい、本当にありがたい」と話していた琴恵光関。遠藤、大奄美との取組で

勝ち星をあげると、会場は、一段と大きな拍手と歓声に包まれました。

琴恵光関は、昨年目標だった幕内への昇進を果たしたものの、勝ち越しには届かなかったことから、今年は「幕内で勝ち越すことを目標に頑張っていきたい」と力強く語っていました。



十二月七日 大相撲冬巡業延岡場所

延岡市では10年ぶりとなる「大相撲冬巡業延岡場所」が開催されました。目の前で迫力ある取組を見せる力士たちに、会場を訪れた約2,400人は、熱い声援と大きな拍手を送りました。



暮らしに関するお知らせ

Web口座振替受付サービス開始

納税課 ☎ 22-7011 国民健康保険課 ☎ 22-7055

市税などの納付には口座振替が便利で安心！

インターネット（Web）を使って、パソコンやスマートフォンから市税などの口座振替の申し込みができる「Web 口座振替受付サービス」が1月4日（金）10時からスタートします。



市役所や金融機関に向く必要がなく、申込書や印鑑が不要です。

月の10日までに申し込んだ場合、当月末から開始できます。

（書類の場合は申し込み月の翌月から開始）

Web 口座受付サイト

https://www.web-koufuri.jp/cgi-bin/wkf/nobeoka/web_koufuri.cgi

こちらからでもアクセスできます▶



※詳しくは市ホームページをご覧ください

申し込みできる市税などの科目

▶市県民税（普通徴収） ▶固定資産税 ▶軽自動車税 ▶国民健康保険税 ▶後期高齢者医療保険料

利用できる金融機関

▶宮崎銀行 ▶西日本シティ銀行 ▶大分銀行 ▶鹿児島銀行 ▶延岡信用金庫 ▶ゆうちょ銀行
▶宮崎太陽銀行 ※宮崎太陽銀行は3月1日から利用できます。

がん検診

健康増進課 ☎ 22-7014

がん検診は予約が必要です 申込専用電話 ☎ 29-2217

乳がん検診

料金 2,500円

対象 40歳以上で昨年度受診していない人

検診日	受付時間	検診会場
2月20日（水）	14時30分～15時	延岡市民体育館
2月21日（木）	10時30分～15時30分	
2月22日（金）	9時～15時30分	

子宮頸がん検診

料金 1,200円

対象 20歳以上で、昨年度受診していない人

検診日	受付時間	検診会場
1月19日（土）	9時30分～15時30分	市役所正面（南）玄関前
2月7日（木）	9時～11時	一ヶ岡コミュニティセンター
	13時30分～15時30分	職業訓練支援センター
2月20日（水）	9時～14時30分	延岡市民体育館

東臼杵地区 花き展示会

延岡・日向地域の生産者が丹精込めて育て、美しく咲いた花を展示します。
最終日には、来場者に展示された花を無償配布します。



展示会

- ▶日時 1月17日（水） 9時～17時
18日（木） 9時～14時30分
- ▶場所 日向市役所市民ホール（1階北側ロビー）

展示花きの無償配布

- ▶日時 1月18日（木） 15時～

東臼杵農林振興局 農畜産課 ☎ 32-6136
農業畜産課 ☎ 22-7018

証明書コンビニ交付サービス

市民課 ☎ 22-7015

マイナンバーカードを使って住民票などの証明書がコンビニエンスストアなどで取得できるコンビニ交付サービスが、平成29年11月のスタート以来、多くの市民の皆さんに利用されています。

コンビニ交付サービスの利用には、マイナンバーカードが必要です！

3月、4月は異動やさまざまな手続きのために、市民課窓口は大変込み合います。
今のうちにマイナンバーカードを作っておくと、近くのコンビニなどで証明書が取得できます。（カードの申請から交付まで、約1か月かかります）



コンビニ交付サービス Q&A



市内で利用できる店舗は？

- ▶セブンイレブン ▶ローソン
- ▶ファミリーマート
- ▶イオン・ホームワイド（マックスバリュを除外）

利用可能な時間は？

- ▶コンビニ 6時30分～23時
- ▶イオン 各店舗の営業時間内
※12月29日～1月3日は全ての店舗で利用不可

取得できる証明書の種類は？

- ▶住民票の写し ▶印鑑登録証明書 ▶戸籍全部（個人）事項証明書
- ▶戸籍の附票の写し ▶所得課税証明書 ▶所得証明書 ▶課税証明書

本籍地が市外でも戸籍証明書が取れる？

本籍地が市外でもコンビニなどで戸籍証明書を取得することができる市町村があります。対象となる市区町村は、地方公共団体情報システム機構のホームページで確認してください。（県内は都城市、日南市、西都市、えびの市が対象）

なお、取得には初回のみコンビニなどに設置してあるマルチコピー機で利用登録申請が必要です。申請後、利用できるまでには土・日・祝日を除く5営業日を要する場合があります。



マイナンバーカード申請のお手伝いをしています！

市ではタブレット端末を使い、カードの申請をお手伝いしています。

無料で職員が顔写真を撮影し、申請手続きを行いますので、ぜひご利用ください。



場所 市役所1階 市民課窓口 各総合支所市民サービス課

時間

- 平日 8時30分～17時15分
※木曜日は19時まで（総合支所を除く）
- 第2日曜日 9時～16時（総合支所を除く）
※2月のみ第4日曜日
- ※申請の際には、本人確認書類（運転免許証など）を必ず持参してください。

市提携教育ローン

市では、九州労働金庫と提携して、進学・在学に必要な教育資金の融資を行っています。利用を希望する場合は、早めに申し込んでください。

※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

市内に住所があり、大学や短大、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

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

延岡市成人式



- ▶日時 1月13日(日)
13時受付開始 14時開式
- ▶会場 延岡総合文化センター 大ホール
- ▶対象者 平成10年4月2日～平成11年4月1日に生まれた人
- ▶その他
 - ・個別の案内はありません。延岡市に住民票がなくとも参加できます。
 - ・保護者の入場はできません。付き添いが必要な場合は、事前にご連絡ください。
 - ・飲食物の持ち込みは固くお断りします。
 - ・雨天時は会場周辺が混雑するため、早めにお越しください。

☎ 社会教育課 ☎ 22 - 7032

九州保健福祉大学からの お知らせ

特待生選考入試のご紹介

九州保健福祉大学では、優秀な学生の授業料を免除する特待生制度を設けています。

▶特待生S「授業料全額免除」導入

※対象入試 前期（3科目型）入試、センター利用（前期）入試

▶授業料減免のチャンスは4回

※特待生の種類によって減免額は変わります

▶平成31年度一般入試で特待生50人を選考

※全学部・一般入試の合計

○入学後も成績優秀者は継続審査を経て最長4年間（薬学科は6年間）減免されます。（特待生Cは除く）

○募集要項を必ずご確認ください。

特待生S、A、B選考入試の出願期間

▶前期入試 1月4日(金)～1月23日(水)（消印有効）

▶センター利用（前期）入試

1月4日(金)～2月1日(金)（消印有効）

☎ 九州保健福祉大学入試広報室

☎ 0120 - 24 - 2447 ✉ kouhou@phoenix.ac.jp

再婚に理解のある人へ 延岡市婚活イベント

出会いを創出する婚活イベントを開催します

恋する WINTER BBQ in 須美江ビーチ

- ▶日時 1月19日(土) 12時～16時
- ▶場所 須美江家族旅行村
- ▶費用 男性 3,800円 女性 2,900円
- ▶対象 概ね25～45歳の独身者で再婚に理解のある人
- ▶定員 男女各15人程度
- ▶申込 専用サイトから申し込み

2月中旬には 恋のクッキング婚 in 延岡

を開催予定です ※下記専用サイトから申し込み

☎ フィオーレパーティー事務局

☎ 050 - 3539 - 3837

☎ <https://www.fiore-party.com/>

申込はこちら▼





佐伯ブランドをご紹介 佐伯を代表する商品をご堪能あれ!

さいき殿伝金賞コレクション





ふぶくの 皮いいキムチ

大分県産のとらふぶくの皮を自家調合したタレと合わせ、オリジナルキムチです。プルプルと弾力のあるふぶく皮にピリ辛のタレという組み合わせは、目新しく相性も抜群です。



豊後とらふぶく 料理セット

豊後水道で育った新鮮なとらふぶくを、熟練の職人がさばいた人気の料理セットです。刺身はもちろん、アブリや皮に焼きヒレまで付いているので、本格ふぶく料理が家庭で味わえます。

商品に関する問い合わせ：豊後水道ふぶく柳井商店（佐伯市野岡町1-8-27 ☎0972-23-4569）



生姜 ぼん酢

しょう油は使わず、風味を効かせた白だし風にした生姜ぼん酢です。生特産の生姜の風味がほんのりと香り、酢加減もまろやかにして炒め物に使ってもおいしく仕上がります。



蒸ししょうが （粉末タイプ）

生姜を効果的に取り入れられるよう、じっくりと蒸して粉にしました。紅茶や料理に加えるだけで、生姜の効能と風味が手軽に楽しめる一品です。

商品に関する問い合わせ：四季菜工房（弥生大字上小倉790番地5、☎090-4480-3892）

商品に関する問い合わせ：ゆきな（弥生大字山梨子694番地1、☎0972-46-1429）

商品に関する問い合わせ：

お菓子のうめだ
☎0972-24-1231

木村製菓
☎0972-32-2029

ファンカ・ドーネ
☎0972-46-2998

月うさぎ
☎0972-22-0099



佐伯藩 菊姫物語

佐伯産のイチゴで作ったゼリーをブラウニーの生地とサンドした佐伯の新銘菓。しっとり柔らかな食感のブラウニーはブレインとイチゴの2種類。お土産やお茶請けにも最適です。

【問い合わせ】佐伯市ブランド流通促進協議会（佐伯市役所ブランド推進課内、☎0972-22-4673）
HP <http://saiki-tokusan.com/> さいき殿伝

地域や学校などで 調理講習会をしませんか

食生活改善推進員による出前の調理講習会です。野菜たっぷりでバランスのよい健康的な食事や、簡単朝ご飯料理、お弁当づくりなどさまざまなテーマがあります。皆さんで楽しく調理してみませんか。

対象 延岡市民10人以上
費用 材料費・会場費など参加者負担 ※一部補助あり
申込 実施予定日の1カ月前までに電話で申し込み
 健康増進課
 22-7014

宮崎をのびとびック 参加者募集

開催日 5月19日(日)ほか
場所 KIRISHIMA ヤマザクラ宮崎県総合運動公園
※競技により開催日、場所が異なります
対象者 県内在住の昭和35年4月1日以前に生まれた人
参加料 500円
申込期間 2月1日(金)～28日(木) ※郵便の場合は2月28日(木)消印有効

※申込用紙は、高齢福祉課で配布しています
 宮崎県社会福祉協議会 (0985) 31-9630



国際交流講座

いずれの講座も申し込み不要、参加無料です。
 ドイツ語で話してみよう
 ドイツ語フリートーク
日時 1月16日(木)18時～19時
場所 社会教育センター
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
 ドイツ語講座&ランチと国際交流フリートーク
日時 1月23日(木)11時～12時
ランチと国際交流フリートーク 12時～13時
※どちらかの参加でも可
※「ランチと国際交流フリートーク」には弁当を持参してください
 社会教育センター
 国際交流推進室(総務課内) 22-7006

農地相談の実施

農地に関する相談を実施します。
 開設日 1月16日(木)～17日(木)
 農業委員会事務局(市役所3階)
 開設日 1月16日(木)
 北方ふれあい交流センター、北浦公民館、北川コミュニティセンター
※いずれの場所も、開設時間は9時30分～12時、13時30分～16時まで(申込不要)
 農業委員会事務局 22-7028

エンバワメント講座

内容 つぶやきワークショップ
講師 高崎恵氏(ワークショップアドバイザー)
日時 2月9日(土)10時～12時
場所 男女共同参画センター(桜小路)
定員 30人(料金無料)
申込 電話で申し込み
※託児所を利用する場合、1月31日(木)までに申し込んでください
 男女共同参画推進室 22-7056

栄養相談の実施

食事や栄養に関する相談を実施しています。
 日程 毎月第2火曜日
 時間 ①9時～②10時30分
 ③13時30分～④15時
 場所 健康増進課(市役所2階)
 定員 4人(各時間1人の先着順)
 申込 電話で申し込み
※日程が合わない、来庁できないなどの場合はご相談ください
 健康増進課 22-7014

第34回人権啓発推進大会

さまざまな人権問題に対する市民の理解を深め、人権が尊重される社会の実現を目指すための啓発事業の一環として人権に関する講演会を開催します。
 演題 「子どもの貧困問題について」
 講師 小西祐馬氏(長崎大学教育学部准教授)
 日時 2月13日(木) 14時～15時30分(13時30分開場)
 場所 カルチャープラザのべおか 多目的ホール
 参加料 無料
 申込 名前・電話番号を電話、ファクスまたは電子メールで人権推進課に連絡
 人権推進課
 jinken@city.nobeoka.miyazaki.jp
 22-7002
 22-7061

第54回新春たこ揚げ大会

日時 1月20日(日) 9時～12時(受付 8時30分)
 場所 方財海浜公園
 内容 和風づくり講習会、たこ上げなど(表彰あり)
 対象者 市内の幼児(3歳以上)、児童とその保護者
 申込 当日現地で受け付け
 料金 無料
 ※雨天時は方財小学校体育館で和風づくり講習会のみ実施します
 延岡市子ども育成連絡協議会 事務局(社会教育課内) 22-7032

移動献血

イオン延岡店
 日程 1月20日(日)、27日(日)
 時間 10時～12時、13時30分～16時(27日(日)は10時～16時)
 ことも家庭課 22-7017

行政相談所の開設

開設日 1月9日(木)
 市民協働まちづくりセンター
 開設日 1月16日(木)
 北川老人福祉館
 ※いずれの場所も、開設時間は10時～15時(申込不要)
 宮崎行政監視行政相談センター
 (0985) 24-1100



日本赤十字社(敬称略)
 高山八千代(野地町)

1月の主な対象イベント

のべおか健康サポーター養成講座
 演題 「知って得する! ? おくすり講座」
 講師 赤崎さとみ氏(九州保健福祉大学薬学部)
 日時 1月23日(水)19時～20時30分(申込不要)
 場所 社会教育センター研修室1
 NPO法人のべおか健康ささえ愛隊 29-2536



シニア世代就職相談

日時 毎週木曜日 10時～15時
 場所 延岡商工会館3階
 対象 55歳以上の就業を希望する人
 料金 無料

経営者セミナー

中堅・中小企業経営者などを対象とした事業承継に関する経営者セミナーです。
 演題 「企業のための有効な資金活用とリスクマネジメント」
 ※事業承継税制の大改正と経営者保証の外し方」
 日時 1月16日(木) 13時30分～15時30分
 場所 マリエールオークバイ

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	医療機関名
月・火	19時30分～23時	内 小 外	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
	19時30分～翌朝7時	内	夜間急病センター ☎21-9999
日	19時30分～23時	内 小	夜間急病センター ☎21-9999
		外	黒木病院 (北小路) ☎21-6381

1月の日曜・祝日当番薬局

期日	薬局名	電話番号
1月6日(日)	敬愛薬局 (日の出町)	☎33-1585
	にじいろ薬局 (昭和町)	☎29-2436
	緑ヶ丘薬局 (緑ヶ丘)	☎33-2020
	カイ薬局 (一ヶ岡店 旭ヶ丘)	☎23-8550
13日(日)	おおさき YOU 薬局 (夏田町)	☎28-2213
	なないろ薬局 桜小路店 (桜小路)	☎20-7716
	ひらばる調剤薬局 (平原町)	☎34-5016
	たかし薬局 (大貫町)	☎29-2667
14日(月)	ハラダ調剤薬局 高千穂通店 (高千穂通)	☎34-6153
	北小路調剤薬局 (北小路)	☎21-2131
	宇野薬局 (幸町)	☎32-2886
20日(日)	ひむか薬局 しおほま店 (塩浜町)	☎29-2820
	ハラダ調剤薬局 伊形店 (伊形町)	☎24-1651
	たたら薬局 (岡富町)	☎20-0120
27日(日)	きりん薬局 (博労町)	☎21-5768
	調剤薬局 同仁堂 (愛宕町)	☎32-6883
	ハラダ調剤薬局 野田店 (野田町)	☎29-3805

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。

ハローゴゴゴ

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

1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	医療機関名	電話番号
1月6日(日)	小	松崎医院 (昭和町)	☎21-0001
	内	小島胃腸科内科 (緑ヶ丘)	☎21-6000
	内	野田医院 (安賀多町)	☎32-4069
	外	宮本整形外科 (旭ヶ丘)	☎37-0671
	歯	津野田歯科医院 (伊達町)	☎32-1181
	13日(日)	内 小	桜ヶ丘ファミリークリニック (夏田町)
内 小※		桜小路クリニック (桜小路)	☎20-3954
内		山本医院 (平原町)	☎21-3905
外		大貫診療所 (大貫町)	☎33-1855
歯		吉田歯科医院 (昭和町)	☎35-4710
14日(月)		小	お倉が浜 Kids クリニック (日向市)
	内	田原病院 (伊達町)	☎32-4987
	内	早田病院 (高千穂通)	☎33-5577
	外	黒木病院 (北小路)	☎21-6381
	歯	丸目歯科医院 (中川原町)	☎21-4680
	20日(日)	小	こどもクリニックたしろ (日向市)
内		いまだ内科・消化器科 (塩浜町)	☎29-2714
内		みぞくち医院 (伊形町)	☎37-8388
外		いのうえ整形外科クリニック (岡富町)	☎20-3456
歯		築瀬歯科医院 (西小路)	☎34-3285
27日(日)		小	丸山クリニック (博労町)
	内 小※	萩原眼科・中尾内科 (愛宕町) <眼科は休診>	☎32-5114
	内	板野内科胃腸科医院 (野田町)	☎32-3377
	外	佐井整形外科 (永池町)	☎21-6275
	歯	高濱歯科医院 (新町)	☎21-2359
	産婦人科は24時間365日です 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1月運行予定

期日	ステーション名	時間
15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
16日(水)	塩浜公民館	14:05～14:35
	マルミヤ愛宕店	10:00～10:40
	港小学校	13:00～13:40
17日(木)	マルイチ大前店	13:55～14:30
	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
4・18日(金)	桜ヶ丘 B 地区集会所	14:00～14:40
	上南方小中学校	13:10～13:45
	JA 東延岡支店	14:10～14:40
8・22日(火)	一ヶ岡中央公園	10:00～10:40
	延岡しろやま支援学校	13:00～13:50
	ひかり工房	14:00～14:25
9・23日(水)	桜園集会所前	14:35～15:00
	緑ヶ丘児童館	10:00～10:40
	名水小学校	13:10～13:40
10・24日(木)	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
	川島小学校	13:00～13:40
11日(金)	昭和町第2市営住宅	14:00～14:30
	浦城小学校	13:05～13:30
	25日(金)	熊野江小学校
21日(月)	大武町清高島公民館前	14:10～14:40
	島野浦小学校	9:50～10:50
	島浦漁協広場	12:00～12:50
29日(火)	島浦中学校	13:00～13:40
	北方町つのだ保育園	10:00～10:40
	北方町上崎公民館前	13:10～13:30
11・25日(金)	北方町よつちみる屋	13:40～14:00
	北方町曾木 (曾木神社前)	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 1月1日(火)～4日(金)、7日(月)、21日(月)、28日(月)

ふくろう映画会 (上映作品:日本の昔ばなしなど)

日時 1月15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

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	放送時間
月～金曜日 18:27～21:00	火曜日 16:15～
土、日曜日 17:30～20:57	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	放送時間
木曜日 7:50～18:10	火曜日 16:15～
金曜日 7:50～12:10、18:10～19:10	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)

イベント情報などをお知らせします。

放送時間	放送時間
月曜日 18:10～	火曜日 16:15～
水曜日 7:30～	水～金曜日 17:30～
木曜日 11:10～	土曜日 14:00～
金曜日 8:10～	日曜日 10:00～12:00

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	放送時間
月曜日 18:10～	火曜日 16:15～
水曜日 7:30～	水～金曜日 17:30～
木曜日 11:10～	土曜日 14:00～
金曜日 8:10～	日曜日 10:00～12:00

編集後記

大相撲冬巡業延岡場所の取材に伺いました。初めて目の前で見る大相撲。気を抜くと写真を撮るのを忘れ、見入ってしまいうように…。ごひいきの力士の名前を呼ぶ声、真剣に相撲を取る姿、会場の盛り上がりからこの巡業を皆さんが楽しみにしていたのだと感じました。また機会があれば、今度はお客さんとして見に行きたいです。(大)



Instagram
@nobeoka_city



Facebook
@nobeokashi



※放送時間は変更となる場合があります。



うち de タパス 3皿目



今回の食材 白菜

ビタミンC、ビタミンB2、カルシウム、カリウムや食物繊維を含み、大根・豆腐とともに「養生三宝」と言われています。

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。

中山間地の豊かな自然を生かし、年間30種類の野菜を栽培しています。20年以上かけて作ったこだわりの土で、おいしいと喜んでいただける野菜作りに取り組み、食の魅力を発信していきたいです。



生産者

斧農園(北方町) 斧 康弘さん



冬野菜の

お好み風パンケーキ



調理時間 約 30分

材料 (4人分)

○生地

米粉 … 200g だし … 200cc
牛乳 … 50cc 塩 … 小さじ1/2

○具材

A 卵 … 4個 乾燥エビ … 小さじ4
長芋(すりおろし) … 大さじ4 (80g)
白菜(みじん切り) … 葉大3枚 (280g)
天かす … 小さじ4
豚バラスライス … 8枚

○トッピング

ソース … 大さじ4 マヨネーズ … 大さじ4
青のり、鰹節、野菜の素揚げなど … 適量

Point!

- ▶生地は30分ほど冷蔵庫で寝かせると、なじんできれいに焼けます。
- ▶生地が水っぽくなるのを防ぐため、具材は焼く直前に混ぜましょう。

作り方

- 白菜をみじん切り(約1cm幅)にし、ザルに入れ水気を切っておく。長芋は皮をむき、すりおろす。豚バラは一口大に切る。
- ボウルに米粉を入れ、だし、牛乳、塩を少しずつ加え泡立て器でよく混ぜる。
- 「2」の生地を1人分ずつボウルに小分けにする。
- 「3」に1人分のAを入れ、さっくりと混ぜる。
- しっかりと温めたフライパンに油をひき、「4」を入れて上に豚バラを置いて焼く。
側面が乾いてきたらひっくり返しふたをして、中火で7~8分焼く。
- ソース、マヨネーズ、青のり、鰹節や季節に合わせたお好みのトッピングを乗せれば完成!

今回の講師

Hawaiian Café WIKI WIKI(浜町)
甲斐 聖良 さん



南国宮崎の新鮮な食材を生かしたハワイ料理店で、「食べることは生きること」食の大切さを楽しみながら伝えていきたいです。

本格タパス料理教室「うち de タパス」の参加者募集!

場所 エンクロス1階 キッチンスペース 人数 毎回8人程度 参加費 無料

1月の予定 ① 1月15日(火) 14時~ 講師 エンシティホテル延岡 富永淳一さん

② 1月30日(水) 14時~ 講師 JAPANカレー亭 甲斐忠男さん

詳しくは、エンクロスのホームページまたは東九州バスク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

