

市民力・地域力・都市力が躍動するまち

12

広報

のおおか

2011
No.833



主な話題

特集 わがまちを守る消防団

2011年を振り返る

みんなで築こう人権の世紀

今年も始まった新酒の仕込み

特集 わがまちを守る 消防団



出初式

災害が発生した時に頼りになる消防団。身近な存在ながら、実はその活動内容についてはあまり知られていません。今回はその活動や現状を紹介します。

訓練



操法大会（積載車操法の部）

操法大会

消防操法は基本的な消火機器の操作の習得を目指すためのものです。設置された防火水槽から、給水し、火災現場を意識した火点（かてん）と呼ばれるのにめがけて放水し、撤収するまでの一連の動作を行います。地区予選から全国大会まであり、ポンプやホースなどの操作を速く正確に行うとともに、動きの美しさを競います。

操法訓練は、7月に実施される地区予選前の6月頃から行われ、新入団員はこの訓練を通して、規律や放水までの基本技術を体で覚えていきます。体に刻み込まれた技術は、緊張する現場において戸惑いやミスを防ぐ大切な基礎になります。

その他の訓練

○安全運転講習会

緊急自動車を運転する場合の法的規制や安全運転についての講習を受けます。

○移動消防学校（年2回）

消防学校から派遣される講師から規律や操法の指導を受けます。

○水防訓練

さまざまな機関が集結する水防訓練に参加し、土嚢の作り方や積み方を訓練します。

火災



山間部放水訓練

住宅火災

市内中心部の火災では、先着する消防署の消防隊が鎮火していることがほとんどです。また団員は普段仕事を休んで、即座に駆けつけることができる人は多くありません。

一方、山間部や離島では、消防署が到着するまでの間、初期消火を行うなど重大な責任を担っています。

では、消防団員の役割とはどのようなものでしょうか。実は、鎮火後の警戒が一番の仕事です。鎮火しても残り火がある場合が多く、再び燃え上がるのではないよう見張って、火が出ていれば消火します。夜通し見張っていることもあります。

山火事

山火事では、水を山の上に迅速に送ることが重要になります。山の腹に等間隔に消防車を配置し、ポンプで水を送ります。その後、背負式消火ポンプという水袋（満タンで20kg）を担いで、山へ入り、人海戦術で消火活動にあたります。

火災予防



夜間警戒活動

夜間警戒

火災予防の代表的なものは、夜間警戒活動です。年末から2月ごろまで行われます。期間は、地区毎の実情にあつた形で行われます。

団員は、毎晩仕事帰りに、巡回のために消防詰所に通い、巡回を行った後、警戒のために夜遅くまで待機します。

数ヶ月におよぶ警戒活動。子どもを持つ団員の家庭では、家族の理解と協力が欠かせません。

連携



自主防災組織との合同訓練（被災者救助）

自主防災組織との連携

大規模な災害の発生に備えて、市内各地の自主防災組織では、地震や津波などを想定したさまざまな訓練を行っています。

消防団も地域の防災組織の一員として訓練に参加しています。主に、避難を呼びかけたり、避難所から離れて暮らすお年寄りを搬送する役割を担っています。

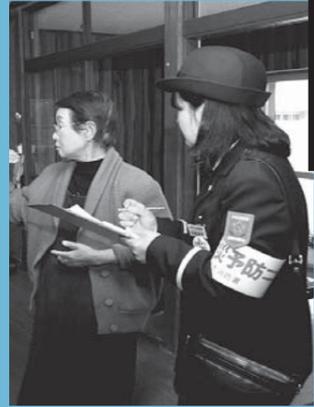
ラッパ隊



ラッパは、集合、国旗掲揚、団旗に敬礼、観閲礼などの式典での曲や、放水、行進などの曲で行動指示・命令を伝達するほか、吹奏により活動する者の士気を高めます。

隊員は、練習間隔を空けるとラッパが吹けなくなってしまうため、絶えず練習を続けています。

女性消防隊



現在60名の女性消防団員の約半数が所属する女性消防隊。

高齢者宅の訪問活動や救急救命講習など女性ならではの視点で、さまざまな予防活動に取り組んでいます。



消防団の現状

消防団員数

全国の消防団員数は昭和27年の209万人をピークに減少を続けていて、現在は89万人となっています。延岡市においては、定員2,200名に対して2,058人(10月1日現在)で定員割れの状態にありますが、ここ数年は、退団者数と入団者数が均衡して横ばいの状態です。

人口比率で見ると延岡市は1:53%で宮崎市0:64%や都城市0:79%と他市に比べ、高い加入率で、消防団活動に積極的に参加している人が多いといえます。しかし、山間部などの高齢化率の高い地域においては、存続が危ぶまれる消防団もあり、早急な対策を講じなければなりません。

忍び寄る高齢化

消防本部の統計によれば、団員の平均年齢は毎年約0.2歳ずつ緩やかに上昇しています。

しかし、少子高齢化の影響で今後の新入団員は減少し、高齢化が加速することが考えられ、対策が必要になっていきます。

消防団員がいないなんて言ってもらえない



北方地区消防団第11部
西村朱美さん(左)、中村みえさん(右)

西村さん、中村さんは、消防団員になって4年。仕事で日中地元にとどまる消防団員がおらず、日頃から不安を感じていた西村さん。4年前の自主防災組織の会合で、消防車は誰でも動かせるのかと尋ねたところ、消防団員以外は駄目だと言われたそうです。また、中村さんは、ご主人が消防団員で、仕事で日中地元にはいないため、西村さんと同じ不安を抱いていました。「消防車があってもなんにもならん。」「誰かが動かせるように。」と二人で消防団員になることを決意しました。入団して4年間、幸いにも実際の火災現場には出動したことはないそうですが、「前から、女性でもできると思っていた。」と語る西村さんたち。心構えは男性団員に負けていません。

経験を地域防災に

このように少子化の影響で、新入団員の確保が厳しくなることが予想される中、機能別消防団員制度が誕生しました。

この制度は、仕事の都合などで、通常の団員としての活動ができない人でも、活動を一部に限定することで、その経験を生かし、地域に貢献できるようにする制度です。

延岡市では、60歳以上のOB団員がラップ隊や女性消防隊、支援団員として、この制度のもとに活動している人がいます。

サラリーマン団員の増加

高齢化に加えて、現在の消防団組織には、もう一つの特徴があります。それが、サラリーマン団員の増加

時代とともに就労形態が変化し、現在は、被雇用者が圧倒的多数を占めます。消防団においても、全体に占める被雇用者の割合は7割にもなります。

サラリーマン団員の悩み

○緊急出動が難しい
緊急出動の連絡がきても、どうしても仕事から離れられない場合や、事業主の理解が得られないなどの場合、歯がゆい思いを抱えて仕事を続けなければなりません。

○スケジュールを合わせられない

訓練や地域行事への参加や、部ごとのミーティングへの出席が、仕事の都合でタイミングを合わせることが難しく、地域の要望に十分応えられない場合があります。

活動しやすい環境づくりを

このような現状から、サラリーマンが入団しやすく、かつ消防団員として活動しやすい環境の整備が求められています。そのために事業所の消防団活動に対する一層の理解と協力が重要なことから「消防団協力事業所表示制度」が導入されました。この制度は、勤務時間中の消防団活動への便宜や入団促進などの消防団への協力を、事業所の社会貢献と

して広く認めようというものです。

この制度による参加事業所が増加すると、消防団員が増加し、地域防災体制がより充実されることが期待できます。

消防団協力事業所には、「消防団協力事業所表示証」が交付され、事業所は、表示証のマークを自社ホームページなどで広く公表することができます。



消防団協力事業所表示制度
表示マーク

延岡市の消防団協力事業所
旭化成株式会社延岡支社・延岡農業協同組合・センコー株式会社延岡支店・旭有機材工業株式会社・郵便局株式会社延岡郵便局
※10月1日現在

お知らせ

これまで紹介したとおり、消防団には消火活動や救助活動、予防活動など幅広い仕事があり、一部の活動に限定して参加することもできます。自分自身や身近な人の間で、できることを考えて、消防団活動にぜひ参加してください。

堀田団長からのメッセージ

大規模災害に備えて

阪神淡路大震災、東日本大震災などの大規模災害以降、消防団の役割の重要性が叫ばれており、延岡市においても、東南海・南海地震での大きな被害が広範囲かつ多重的に発生すると予測されます。

現在、延岡市消防団は団長以下2,000名余りで延岡市の安心安全の為に頑張っておりますが、全団員がなお一層の努力をしていかなければならないと思います。延岡市の安寧の為に頑張りますので、市民の皆様の消防団に対するご理解とご協力をお願いいたします。



延岡市消防団 団長
堀田 祐吉さん

消防署からの「お願い」と「お知らせ」

- 火の取り扱いには十分注意しましょう！
- 住宅火災警報機設置の徹底をお願いします！



平成24年 延岡市消防出初式

日時 平成24年1月8日(日)
8時20分～12時
(北方・北川・北浦町は8時開式)

会場 第1会場は、市内4箇所で開催
第2会場は、野口記念館(合同)

問 消防本部予防課 TEL 22 - 7101

問 消防本部 TEL 33 - 3327



東日本大震災支援 広がった支援の輪

寄せられた多くの救援物資

これまでにない被害をもたらした東日本大震災。本市では発生当初から、市民の皆さんから「被災した人のために何かしたい」と多くの声が寄せられ、次々と救援物資や義援金が届けられ、トラックに積み込んだりする多くのボランティアの参加がありました。市では復興支援として、震災発生直後から現在に至るまで、兄弟都市であるいわき市への人的支援として罹災証明に関する業務支援など、現在も職員を派遣中です。



実証！アスリートタウンのべおか

トップアスリートが結集！「ゴールデンゲームズinのべおか」

本市では、陸上や柔道、水泳競技などにおいて、オリンピックをはじめとする世界的な大会に出場する選手を多く輩出しています。

8月にドイツで行われた水泳の世界選手権において銀メダルに輝いた松田丈志選手や韓国で行われた世界陸上で入賞した旭化成陸上部の堀端宏行選手、インターハイで3年ぶり、3度目の全国優勝を果たした延岡学園高校男子バスケット部など、アスリートタウンのべおかとして、スポーツ振興が図られています。



進む！教育施設の整備

学校の耐震化工事

急がれる小中学校の耐震化工事。平成27年度までに市内全校の工事終了を目指す、順次工事を進めています。

小中学校施設の整備・充実も進めており、今年度は北川中学校の武道場や方財小学校プール、旭小学校校舎が完成。建設中の東海中学校体育館は今年度中に完成します。

西階運動公園では、庭球場コートの全天候型化と合わせて、運動施設管理棟、球技場の改修工事を進めています。また、平成24年4月開館に向け、延岡市立図書館北浦分館を建設中です。



実践！健康長寿のまちづくり

健康長寿は健診から

延岡市地域医療を守る条例の柱の一つである健康長寿を進める取り組み。「健康長寿推進市民会議」では昨年策定された「市民運動行動計画」に基づき、「運動」、「食事」、「健診受診」の3つを柱にした健康長寿の取り組みがスタートしました。

日ごろから、運動習慣を身に付けるための動機づけとなる「体力はかっちみる会（体力測定会）」の開催や、応援ボランティア団体「のべおか健寿ささえ愛隊」発足させるなど、さまざまな取り組みを展開しています。

2011年を振り返る

市では、JR延岡駅とその周辺地域を中心市街地として位置づけ、JR延岡駅周辺整備基本計画の作成に向けて、交通事業者や関係機関、地元有識者が構成する「駅まち会議」と施設の有効活用や市民活動の担い手づくりを行う「駅まち・市民ワークショップ」を開催しています。関係者の意見を踏まえ、デザイン監修者が中心となって、駅舎を中心とする延岡駅ゾーンや公的施設ゾーン、東西の駅前広場ゾーンなどの基本的な計画を作成し、平成27年度中の整備を目指しています。

東九州地域の産業・経済・文化の振興と共に交通混雑の緩和・輸送時間の短縮など大きな役割を果たす東九州自動車道。事故や災害などの緊急時には一般道路の代替道路・迂回路としての機能も期待され、全線開通に向け、整備が進められています。熊本・宮崎両県の商工会・商工会議所が発起人となって一刻も早い開通を願い署名活動も取り生まれ、70万人分が集まりました。また、国道10号延岡道路（延岡南～北川間）でも整備が進み、平成24年度内に供用開始の予定です。

築後30年を経過し、老朽化した現在の火葬場。来年4月の供用開始を目指し、新しい施設を熊野江町に建設中です。また、北方町笠下に建設予定の新最終処分場も10月に起工式が行われ、安定的かつ適正な処理を行うことのできる安心・安全な施設として建設に着手し、環境施設の整備を進めています。これら事業整備は、地元や地権者など関係者の皆さんのご理解、ご協力によって、順調に進められています。

世界に誇れる医療機器産業の集積や医療を担う人材育成機関・優れたものづくり技術を有する地場企業郡を有する県北地域。市では、この強みを最大限に生かし、産学官が連携して医療関連企業の立地や医療技術者の育成と交流促進などに取り組む「延岡市メディカルタウン構想」を策定しました。今後、宮崎県・大分県が策定した「東九州メディカルバレー構想」と連携し、医療関連産業の振興や市民の健康長寿の推進などを目指していきます。



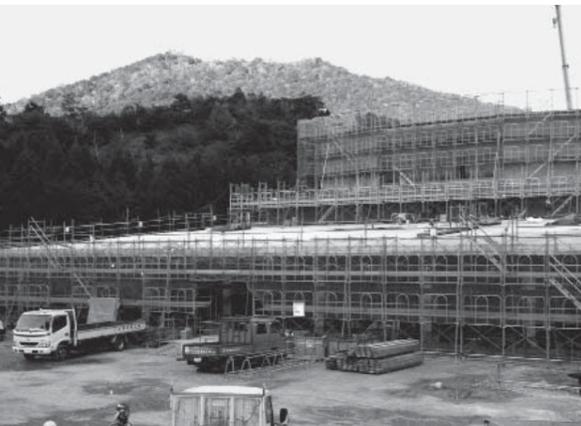
動き出す中心市街地プロジェクト

「駅まち・市民ワークショップ」



高速道路 開通に向け前進！

家田第二トンネル貫通式



環境施設の整備に着手

建設の進む新火葬場



始動！延岡市メディカルタウン構想

医療の現場を支える人材へ（九州保健福祉大学）

みんなので築こう人権の世紀

「考えよう相手の気持ち育てよう思いやりの心」

人権侵害・差別で悩んだら、ひとりで悩まずに相談を！

人権推進課 ☎22-7002 延岡警察署 ☎22-0110
宮崎地方法務局延岡支局 ☎33-2179

12月4日(日)から人権週間が始まります

あなたは、あなたや家族、友だちの人権のことや差別問題で悩んだり、困ったことはありませんか。相手の気持ちや自分の気持ち、思いやりなど、人権について考えてみましょう。



人権週間とは

国連で世界人権宣言が採択された12月10日を「人権デー」として定められました。また、12月4日(日)〜10日(土)を人権週間として、人権の大切さについてみんなで考える期間としています。

市民意識調査結果から

延岡市が平成20年に行った市民意識調査の結果によると、これまで、人権研修や講演会に「参加したことがある」と答えたのは全体の21・8パーセントでした(左図)。

学校でも人権・同和教育に

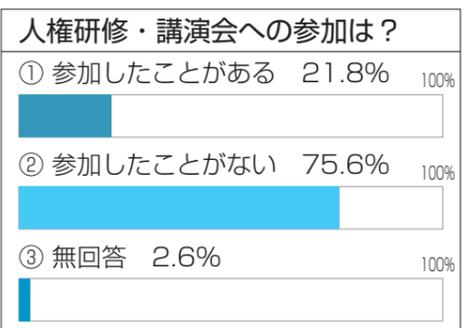
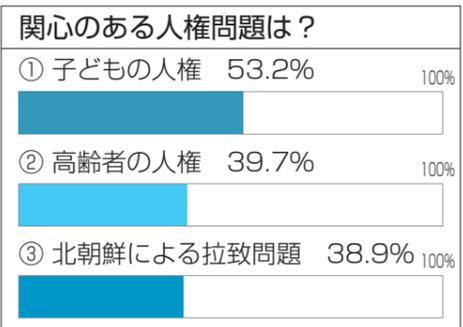
取り組んでいます

保育所(園)・幼稚園、小中学校、高校、特別支援学校では、偏見や差別をなくす学習や人権を守る学習を行っています。

職場や地域で人権・同和研修をしませんか

講師を招いて人権・同和研修を行う企業・団体に延岡市人権啓発推進協議会が講師謝金(規定の額)を負担します。詳しくは事務局へご相談ください。問合せ 人権推進課 ☎22-7002

人権に関する市民意識調査結果から (複数回答)



人権に関するイベント

街頭啓発キャンペーン
日時 12月1日(木) 10時30分〜
場所 山下町今山神社鳥居下
人権作品展・こころのメッセージ展
期間 12月6日(火)〜11日(日)
場所 カルチャープラザのべおか
こころのメッセージ展
期間 12月13日(火)〜22日(木)
場所 市役所ロビー

映画上映会
日時 平成24年1月17日(火) 17時開場
場所 延岡シネマ(北町)
入場料 無料
タイトル 「クリームパン」
「ふたたび」

知ってください。補助犬のこと



補助犬同伴啓発のマーク

補助犬とは

補助犬とは、目や耳や手足に障がいのある人の生活をお手伝いする、「盲導犬」・「聴導犬」・「介助犬」のことです。障がいのある人のパートナーであり、ペットではありません。また、「身体障害者補助犬法」に基づいて認定された犬で、特別な訓練を受けています。きちんとしつけられているので、社会のマナーも守

補助犬についての詳しい情報

厚生労働省「補助犬」ホームページ
<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/syakai/hojyoken/index.html>

れ、手入れも行き届いています。外出の機会が増え、公共施設や交通機関をはじめ、飲食店やスーパー、ホテルなどのいろいろな場所に同伴することができるよう、受け入れが義務づけられています。

声掛けより見守りを

もし、街で見かけたら、ペットとして声をかけるのではなく、パートナーとして仕事の様子を見守ってください。

◎同伴の受入義務がある場所

- ・国や地方公共団体などが管理する公共施設
- ・公共交通機関(電車、バス、タクシーなど)
- ・不特定かつ多数の人が利用する民間施設(飲食店、病院、ホテルなど)
- ・事務所(国や地方公共団体、従業員56人以上の民間企業)

◎同伴の受け入れに努力する必要がある場所

- ・事務所(従業員56人未満の民間企業)
- ・民間住宅

年末・年始の業務案内

ごみの持ち込み

12月は、家庭の大掃除などでたくさんのごみが出されます。特に年末は、普段の2倍近くの量になりますので、できるだけ年末を避け、早めにごみの搬入をお願いします。昨年は、12月30日に約1,220台もの車両がごみ搬入を行っています。

注意する点

- ① 清掃工場に持ち込む場合、50kgごとに200円の手数料が必要です。現金の準備をお願いします。なお、資源物は無料です。
- ② 持ち込みは、「燃やすごみ」、「燃やさないごみ」、「資源物」に分別し、透明袋に入れて持ち込んでください。指定袋に入れて持ち込んでも手数料が別途必要です。
- ③ 資源物はきれいなものしか受け入れできません。汚れたものは有料のみとなります。
- ④ トラックなどでごみを持ち込む場合、ごみを落さないような対策をしてください。
- ⑤ 清掃工場周辺の住宅地では、子どもの急な飛び出しなどが心配されます。堤防道路または国道10号から文化センターに向かう道路を利用してください。
- ⑥ 清掃工場付近および場内では職員の指示に従ってください。
- ⑦ 入場から退場までかなり時間を要します。

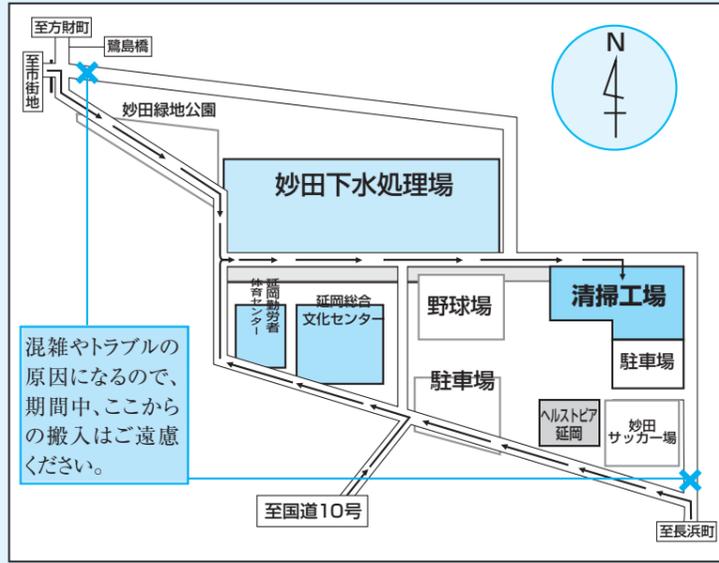
ごみ処理は、工場周辺の住民の皆さんのご理解とご協力により行われます。車の運転に注意するなど、皆さんのご協力をお願いします。

資源対策課 ☎34-2626
清掃工場 ☎33-1869

年末・年始の作業日程

日程	収集		清掃工場受入時間
	地域	地区	
12月29日(木)	延岡	燃やすごみ	8時30分～17時
12月30日(金)	延岡	燃やすごみ	8時30分～17時
	北川	燃やすごみ	
12月31日(土)	延岡	燃やすごみ	8時30分～12時
	北川	燃やすごみ	
1月1日(日)～3日(火)	北川	燃やすごみ	通常通り
1月4日(水)	北川	燃やすごみ	通常通り

年末期間のごみ搬入一般車両進行図



各種届出・その他

市役所の業務は12月29日(木)から1月3日(火)まで休みとなります。ただし、市民課 上下水道局は、年末年始も次のとおり業務を行います。

市民課

戸籍関係(出生・死亡・婚姻など)の届け出は、市役所1階 宿直室で受け付けます。北方・北浦・北川町の各総合支所は、死亡届を除く出生、婚姻などの戸籍関係の届け出を各総合支所の宿直室で受け付けます。火葬場の受け付けも市役所1階宿直室で行います。ただし、火葬場は、12月31日(土)午後と1月1日(日)は休みます。

上下水道局

12月29日(木)から1月3日(火)まで、宿直員が待機します。問合せ ☎21-6441



医療機関の受診

かかりつけ医に

診療日の確認を

年末年始の休診日は医療機関によって異なります。定期的に通院している人は、診療日を事前に確認し、年末年始に薬が切れないうちにご確認ください。

また、体調に不安がある人は、早めにかかりつけ医にご相談ください。

適正な受診にご協力を

当番医や夜間急病センターは、救急処置が必要な患者さんのための医療機関です。「平日は仕事があるから」「昼間は忙しいから」などの理由で受診をするのは控えていただくよう、ご協力をお願いします。

問合せ 地域医療対策室 ☎22-7066



12月31日(土)～1月3日(火)は、ほとんどの医療機関が休診になります。

緊急に受診が必要な場合、日中は当番医を、夜間は急病センターを受診してください。

※当番医や夜間急病センターの情報は23ページまたは市のホームページ、延岡市医師会のホームページをご覧ください。



地域で協力してごみの分別

平成 23 年度ごみ減量功労者決まる (10/24)

ごみの分別指導・作業、リサイクル活動など、ごみの減量につながる取り組みに対して贈られるごみ減量功労者表彰。

15 回目を迎える今年は、個人表彰 2 人と団体表彰 4 団体が選ばれ、市長から賞状と記念品が贈られました。被表彰者を代表して、北緑ヶ丘区代表の山本諄一さんが、「これからも取り組みを続け、一人でも多くの方に協力を広めていきます。」とあいさつしました。



地域性豊かなステージ

干支の町フェスティバル (11/13)

「第 24 回干支の町フェスティバル」が北方町総合支所周辺を会場として開催されました。

北方町最大級のイベントとして賑わいをみせた会場では、今年も神楽や郷土芸能などの地域性豊かなステージイベントが行われました。

また、北方町で生産される農林産物や加工品などの地場産品販売や軽トラ市、フリーマーケットなども行われ、家族連れでにぎわいました。



たちまち完売！即売会

北川町産業祭・文化祭 (11/13)

北川総合運動公園で「北川町文化祭・産業祭」が開かれました。

メインステージでは、くまた保育園児によるマーチングバンドや延岡市文化連盟北が支部による詩吟、フラダンスなどの芸能発表が行われ、その姿を一目見ようと多くの人が集まり、にぎわいをみせていました。

体育館で行われた農林水産物即売会では、目当ての品を買おうと多くの人々が並び、たちまち完売しました。

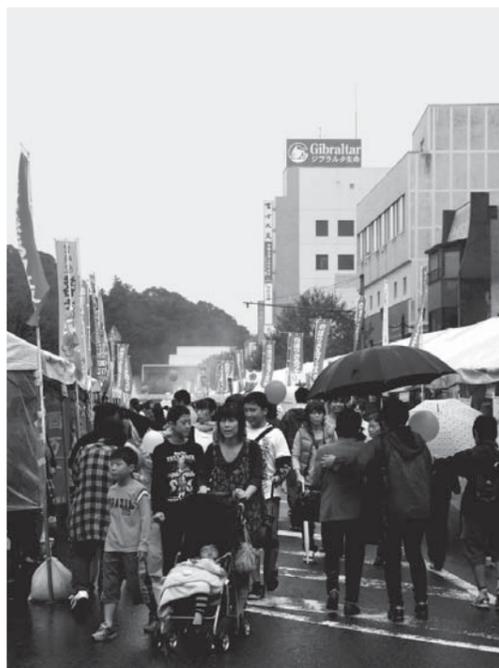


震災からの復興、再生への願いを込めた舞

城山かぐらまつり (11/20)

「第 15 回城山かぐらまつり」と「第 3 回オータムフェスタ 2011」が城山や市役所前駐車場などで開催され、多くの人々が訪れました。

城山かぐらまつりには、市内の神楽保存会のほか、日向市、大分県佐伯市、福岡県豊前市からも出演。29 の演目を披露しました。また、オータムフェスタでは軽トラ市やステージイベントなどが行われ、家族連れでにぎわいを見せていました。



県北最大の観光物産展。大分県南部からも出店

のぼりざるフェスタ (10/29・30)

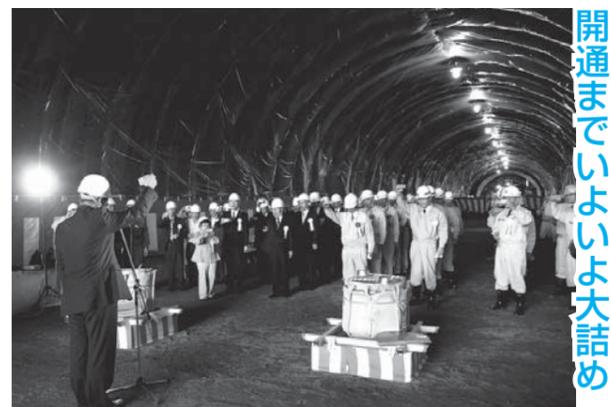
県北最大級の観光物産展「のぼりざるフェスタ Together2011」が中町通りを会場に開催されました。

今年は日豊経済圏交流大会物産展も同時開催され、大分県南地域からの出店も含め、県内外から 92 店舗が出店しました。

期間中はあいにくの空模様でしたが、恒例の赤ちゃんハイハイ競争やアユのつかみ取り大会も行われ、多くの家族連れでにぎわいました。

まちの話題 をお届けします

SnapShot



開通までいよいよ大詰め

北川第一トンネル貫通式 (10/31)

平成 25 年春の開通を目指す国道 10 号延岡道路。同道路内の北川第一トンネルの貫通式が行われました。

延岡道路は北川町長井を起点に伊形町までの 20.6 キロメートルで、北川第一トンネルは道の駅北川はゆまの南側に位置し、延長は 630 メートル。このトンネルの貫通によって、延岡道路内の 8 つのトンネルのうち 7 つが貫通されました。式には地元区長や工事関係者など約 100 人が出席し、貫通を祝いました。



延岡駅前市民交流

延岡えきまち市場音楽祭 (10/23)

中心市街地プロジェクトの中心となる延岡駅で「延岡えきまち市場音楽祭」が開催されました。この音楽祭は駅周辺のにぎわい創出の実験的な取り組みとして行われたもので、幸町商店街や延岡商工会議所青年部、商店会連合会青年部が企画し、音楽ステージと物産市が開かれました。夕方からは駅前の一部が歩行者天国となり、ダンスなどが披露されました。にぎやかな駅前広場に観光客も足を止め、音楽祭に見入っていました。



教育・文化の情報発信

カルチャーゾーンフェスタ・生涯学習推進大会 (11/3)

生涯学習推進大会がカルチャープラザのべおかで開催され、長年にわたり、社会教育の振興に功績のあった個人 4 人や 1 団体、2 つの自治公民館が表彰され、活動発表や講演会が行われました。

同時に開催されたカルチャーゾーンフェスタでは伝統文化発表やブックリサイクル、九保大生によるオペレッタなどが行われ、多くの家族連れでにぎわいました。

1 に運動・2 に食事・3 にみんなで健診受診

めざせ天下一！健康長寿のべおか

問合せ 健康長寿推進室 ☎ 22 - 7088 メール ti-iryou@city.nobeoka.miyazaki.jp

の **脳の認知症 引き算でチェック！**

引き算で、脳の認知度をチェックできます。100から7ずつ引く計算をしてみましょう。いつものスピードを保っていますか。

100-7=93
93-7=??



「のべおかテスト」で健康をチェックしてみよう

何か変だなと思ったり、いつもと調子が違ったりしたら、脳梗塞など何か病気のサインかもしれません。そのサインを早く見つけることが、健康長寿の秘けつです。変だなと思ったら、かかりつけ医に相談しましょう。

へ **便と尿 色とにおいでチェック！**

“便所”は、からだの「お便り所」。におい、色、量でからだの状態をチェックしましょう。いつもと変わりはありませんか。



て **手を上げて目を閉じてチェック！**

目を閉じて両手を前方に伸ばし手のひらを上に向けて、15秒。手を水平に保っていますか。



お **重さを量って体重のチェック！**

毎日の体重の変化は体調を知るバロメーターです。急激な体重変化は病気のサイン。適正な体重を保ちましょう。



す **すらすらしゃべってチェック！**

ことばが出にくくなったり、つまったりしたら要注意。いつもどおり、すらすらしゃべりできますか。



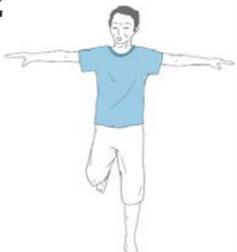
か **顔の色としわでチェック！**

いつもと同じ顔色ですか。顔の左右のバランスが取れていますか。バランスの崩れは病気のサイン。鏡や隣の人とお互いの顔を見ましょう。



と **閉じた目のまま片足立ちでチェック！**

目を閉じた状態での片足立ち（平衡感覚）は、脳と三半規管、足の筋力が関わっています。どれくらい立っていられますか。

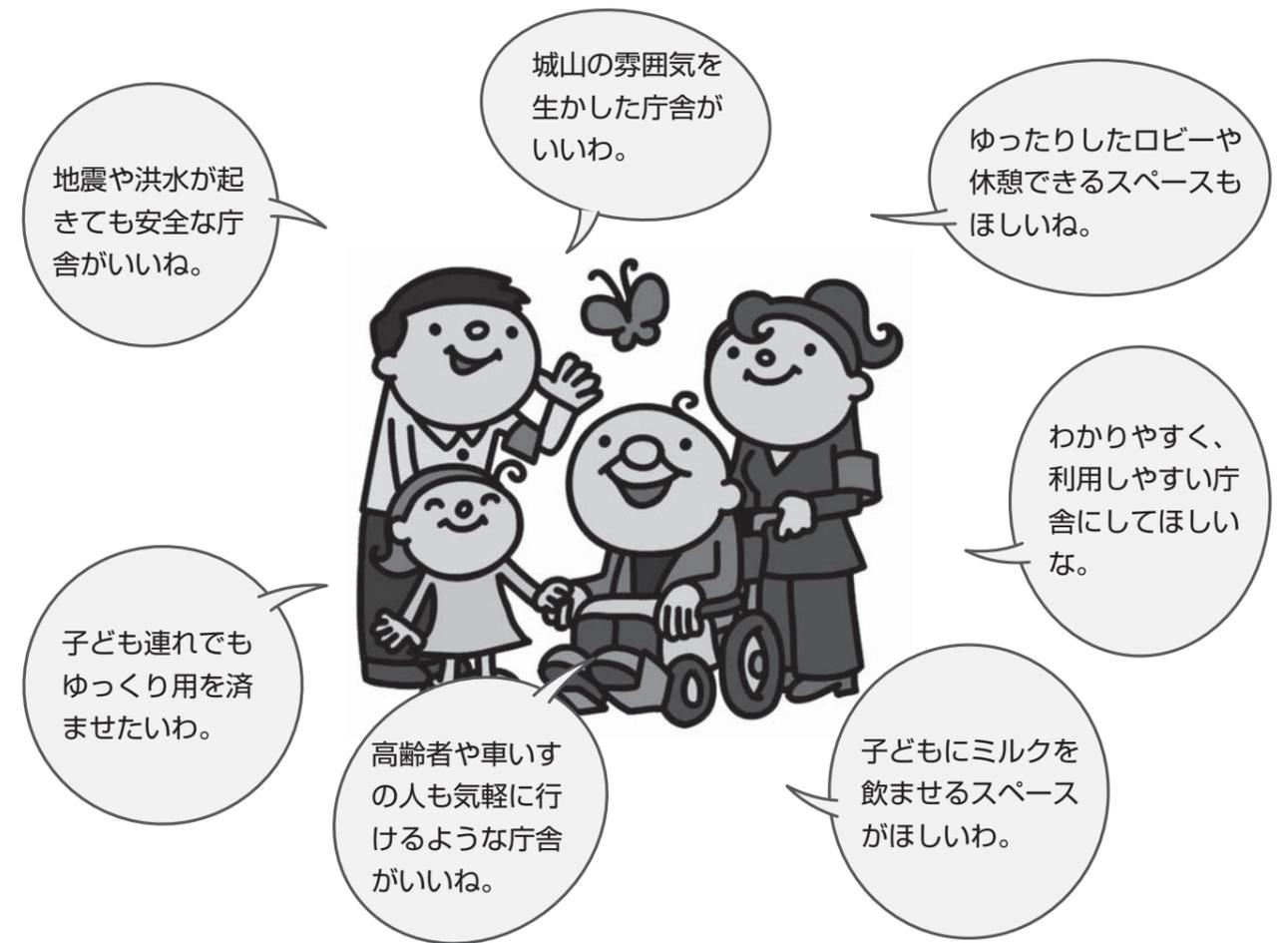


監修：のべおか健寿ささえ愛隊 佐藤圭創 隊長（九州保健福祉大学薬学部教授）

みんなで作ろう 市民の庁舎

新庁舎について一緒に考えましょう

申込み・問合せ 新庁舎建設室 ☎ 22-7050 FAX 26-6418 メール shinchosha@city.nobeoka.miyazaki.jp



地震や洪水が起きても安全な庁舎がいいね。

城山の雰囲気を生かした庁舎がいいわ。

ゆったりしたロビーや休憩できるスペースもほしいね。

子ども連れでもゆっくり用を済ませたいわ。

高齢者や車いすの人も気軽に行けるような庁舎がいいね。

子どもにミルクを飲ませるスペースがほしいわ。

わかりやすく、利用しやすい庁舎にしてほしいな。

市民ワークショップに参加しよう

市民ワークショップに参加して新庁舎について一緒に考えましょう。

新庁舎建設にともない、市民の皆さんと一緒に庁舎に求められる機能などについて考えます（5回開催予定）。

- 日時 12月18日(日) 13時30分～
- 場所 市役所講堂
- 内容 ①新庁舎建設についての説明
②設計者による技術提案・他市事例などの説明
③ワークショップ
- 定員 100人
- その他 事前の申し込みが必要です
- 申込方法 電話、ファクス、メールのいずれかで、新庁舎建設室までお申し込みください。



自然豊かな環境とのふれあい

名水小学校（綱名町）



学習発表会がんばります！

「挑む」をキーワードに

取り組む

名水小学校は児童数38人、職員9人の海と山に囲まれた小学校です。学校では「挑む」をキーワードに児童が勉強はもろろん、何事にもあきらめず取り組んでいくことに力を入れています。努力し続

「放課後子ども教室」での活動

地域のひとと児童が放課後にさまざまな活動を通して交流する放課後子ども教室では、クサフグの観察や「ブリ大尽」の家を見学したりしました。学校の近くにある特攻隊艇の格納庫などの史跡巡りも計画しています。

校との交流も楽しんでいます。

地域行事にも積極的に参加

けることが大切だということが大切だということや、朝の活動時に「フラワertime」を設け、年間を通じて花づくりに取り組んでいます。

伝統的な地域行事「やとまかせ（元氣出せ）やどけ面祭り」では舞台で踊ったり、みこしを担ぐなど積極的に参加しています。学校の近くにある特別養護老人ホーム「水明荘」やたいよう支援学校との交流も楽しんでいます。

元気よく！自主的に活動

北浦中学校（北浦町）



「南中ソーラン節」と「民舞」一度見てください

朝礼を生徒会が自主的に運営

北浦中学校は生徒数113人、職員18人の中学校です。学校では将来への夢と生きる力を育む教育に取り組んでいます。最近、全校朝礼で生徒会の各部署が前月の目標の反省と今月の目標を生徒に報告するプレゼンテーションを自主的に行うようになりました。

地域密着型の職業体験

漁業に従事する保護者が多いため、幼いころから漁業を経験している生徒が少なくありません。地域に密着した職業体験も取り組まれており、漁業関係の職業体験授業では、生き生きと、手際良い生徒の姿が見られました。

ます。

好評！「南中ソーラン節」と「民舞」学校の年間行事の中で生徒が最も力を入れているのが、体育大会と文化祭。体育大会で披露する「南中ソーラン節」と「民舞」は8年ほど前から踊るようになり、特に男子生徒が大漁旗で仕立てられた法被で踊る「南中ソーラン節」は地域のまつりなどでも披露され、町の人を元気づけてい

延岡市暴力団排除条例が1月1日から施行されます

安全な市民生活を送るために

問合せ 延岡地区暴力団等追放事業所等協議会・延岡市地域交通安全推進室 ☎22 - 7039

延岡市では市民、事業者、市が一体となって、市民の生活や社会経済活動の場から暴力団を排除し、安全で平穏な市民生活を実現するために延岡市暴力団排除条例を制定しました。この条例は平成24年1月1日から施行します。皆様のご協力をお願いします。

条例の基本理念

暴力団の排除に関し、市民および事業者の責務、青少年に対する教育、暴力団員等への利益供与の禁止などについて定めています。

- 暴力団を恐れない
○暴力団に対して資金を提供しない
○暴力団を利用しない

条例の主な内容

- 市民及び事業者の責務（第5条）
市民は暴力団の排除のための活動に取り組み、暴力団の排除に関する施策に協力するよう努める
事業者は、行う事業に暴力団を利用しない。暴力団の排除に関する施策に協力する
市民および事業者は、暴力団排除に資する情報を知った時は市



県の暴力団排除条例チラシ

- または警察署に情報提供するよう努める
利益の供与の禁止（第9条）
市民が暴力団の威力を利用する目的等で利益を供与することを禁止する
暴力団の威力を利用することの禁止（第10条）
市民が債権の回収、紛争の解決等に関して暴力団を利用することなどを禁止する

「延岡市斎場 いのちの杜」に決定

新火葬場の名称募集、ご協力ありがとうございました

問合せ 新悠久苑建設室 ☎22 - 7081



表彰を受けた皆さん

平成24年4月に供用開始となる新火葬場。選考委員会による選考の結果、甲斐モリ子さん（昭和町）の作品「いのちの杜」が最優秀賞となりました。これを受けて新火葬場の名称が「延岡市斎場 いのちの杜」と名付けられることになりました。最優秀賞となった甲斐さんの作品「いのちの杜」は、新施設がいのちの大切さ・尊さを感じられる杜（場所）になるようにと願いを込めたものです。名称募集には139点の応募があり、最優秀賞、優秀賞、特別賞などが決定し、11月22日に表彰式が行われました。

暮らしに関するお知らせのコーナーです

申 申込み先 問 問合せ先 ☎ 電話番号 FAX ファクス HP ホームページアドレス ✉ 電子メールアドレス

お知らせ

緊急速報

「エリアメール」の配信

市では12月1日から、(株)NTTドコモが提供する緊急速報「エリアメール」を導入し、緊急性の高い「災害・避難情報」を一斉配信するサービスを開始しました。



配信情報 生命に直結する緊急性の高い次の情報を提供。

「避難準備情報」、「避難警告」、「避難指示」。気象庁から自動配信される「緊急地震速報」など。

特徴
○事前にメールアドレス等の登録の必要がありません。
○市内に在住の人はもちろん観光客など一時滞在中の利用者にも配信されます。
○通信用・月額使用料・情報料を含めて、すべて無料で受信できます。

注意

○NTTドコモ以外の携帯端末や、エリアメール非対応端末では利用できません。
○電波が圏外および不安定な場合や通話中、通信中の場合には受信できません。
○受信できなかったメールは再配信されません。また、利用者側から取得することもできません。
○一部の対応機種で、受信設定が必要です。設定方法は取扱説明書をご覧ください。お近くのドコモショップに問合せください。
○受信時は、専用の着信音と共に画面に配信内容が表示されます。

その他

以前より配信している「延岡市災害情報メール」では、「災害・緊急情報」のほかに、エリアメールでは配信しない「気象情報（竜巻注意情報など）」や、「防災に関するお知らせ」など重要な情報を配信しています。
NTTドコモ以外の携帯電話利用者や、エリアメールが受信できない人はもちろん、エリアメールが受信できる人

も、ぜひ登録ください。

延岡市災害情報メール

配信登録はラコチ

※迷惑メール防止機能を利用していている人は、受信設定が必要です。

各種体育施設を 利用する皆さんへ

○年始の屋外体育施設開設
西階補助グラウンドなどの屋外体育施設を次のとおり開設しますので、利用を希望する団体は申し込みください。

対象施設 西階野球場、西階補助グラウンド、西階弓道場
開設日時 平成24年1月2日(月)、3日(火) 8時30分～17時
申込先 保健体育課
申込締切 12月16日(金)17時
○屋内体育施設を
利用する皆さんへ

市民体育館などの年間スケジュールを調整するため、次のとおり会議を行います。屋内施設の利用を希望する団体は予定表を提出してください。

ください。

対象 平成24年度の土日、祝日（平日の大会含む）に市民体育館、大武体育館、延岡勤労者体育センター、東海体育館、北方勤労者体育センター、北浦体育館、北川体育館を利用しようとするスポーツ団体など。

提出期限 平成24年1月6日(金)
提出先 保健体育課
会議日時 平成24年1月18日(水) 13時30分～
会場 社会教育センター
申 問 保健体育課
☎ 22-7033

国民年金基金に 加入しませんか

国民年金基金は、自営業の人などの老齢基礎年金に上乘せして年金を給付する公的な年金制度です。
加入できる人
20歳～60歳までの国民年金の第1号被保険者の人。ただし、このうち「年金保険料を免除されている人」や、「農業者年金に加入している人」は、加入できません。
掛け金
選択する年金の型、口数、

物品等入札参加資格 審査申請(定期受付)

物品等入札参加資格審査申請の定期受付を行います。市が発注する物品等の購入に係る入札への参加を希望する人は申請してください。

期間 平成24年1月10日(火)～2月10日(金) ※土日を除く
場所 契約管理課
申請方法 申請用紙は12月9日(金)よりホームページからダウンロードできます。また、契約管理課でも配布(有料)します。

農業用廃プラスチック回収

農業で使用し排出されるプラスチック(マルチ、ハウス用ビニール、肥料袋など)は「産業廃棄物」であり、家庭用のごみとして処理することはできません。また、野焼きや不法投棄を行うと5年以下の懲役か、1,000万円以下の罰金が科せられます。回収日を利用して、適正処

飲酒運転根絶月間

○「飲んだら乗らない。乗るなら飲まない」の徹底。
「飲酒運転を絶対にしない、させない」環境づくりで飲酒運転を根絶しましょう。

道路の危険を感じたら

道路の穴ぼこや、のり面崩壊、陥没、倒木など通行に危険を及ぼす恐れがある場所を発見した場合にはご連絡ください。なお、私道や私有地内については、対応できません。

宝くじ助成金

「宝くじ助成金」で若葉南区公民館(若葉町)に屋外放送設備(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。



宮崎県の最低賃金は、11月2日から「時間額646円」に改正されることになりました。最低賃金は臨時、パート、アルバイトを含む宮崎県内で働く全ての労働者に適用されます。

宮崎県国民年金基金
☎ (0120)65-4192

農林畜産課
☎ 22-7018

地域交通安全推進室
☎ 22-7039

保健体育課
☎ 22-7033

暮らしに関するお知らせのコーナーです

- 申込み先 問合せ先 電話番号 ファクス ホームページアドレス 電子メールアドレス

来年金婚式を 迎える皆さんに

公民館連絡協議会では、平成24年に金婚式を迎える夫婦を一堂に招いて「金婚者を寿ぐ会」を開催し、長寿と幸せをお祝いします。

対象となる夫婦は、居住地区の区長まで届け出てください。対象者 昭和37年1月1日～12月31日までの間に結婚された夫婦（昭和36年以前に結婚し、同会に参加できなかった夫婦も対象となります）。

締切 12月22日(木)
日程 平成24年4月20日(金)
場所 ガーデンベルズ延岡

電話加入権の公表

日時 12月21日(水)13時30分～
場所 市役所3階第5会議室
必要なもの
○印かん(スタンプ式は不可)
○本人を証明するもの(運転免許証など)
○現金2万8,000円以上
※別途接続費用が必要です。

納税課 22-7011
国民健康保険課 22-7055

納税・納付に、便利・安全・確実な口座振替

申し込みは市役所または金融機関で。通帳、通帳届出印、納税(納付)通知書が必要です。12月は固定資産税4期、国民健康保険税(普通徴収)6期・介護保険料(普通徴収)6期・後期高齢者医療保険料(普通徴収)6期の納期です。

納税課 22-7011
国民健康保険課 22-7055
高齢福祉課 22-7058

農業委員会委員選挙人名簿の登録申請

農業委員会委員選挙の選挙権のある人は、毎年1月1日現在で選挙人名簿登録申請書を提出することになっていきます。この申請書は、生産組合長(総合支所管内は区長または公民館長)を通して配布しますので、該当する人は申請してください。提出締切 平成24年1月10日(火) 問合せ・提出先 農業委員会

事務局 22-7028
選挙管理委員会 22-7026

募集

国際交流講座

日時 12月8日(木)
11時30分～13時
会場 社会教育センター
受講料 無料
内容 国際交流員とランチを食べながら簡単な英会話を楽しみましょう。

国有財産(土地)の売却

先着順売却で国有財産(土地)を売却します。
物件
①宅地394.01平方メートル(天神小路221番2)
②宅地441.51平方メートル(本小路246番2外)
価格 ①1,399万円

②2,128万円
現場説明 随時(要連絡)
申込受付 12月7日(水)～21日(水)

市営・県営住宅入居者

説明会・申込書配布
平成24年1月21日(土)
①10時～、②14時～
会場 カルチャープラザのべおか
※駐車場はカルチャープラザ大駐車場を利用ください
申込期間 平成24年1月26日(木)、27日(金)2日間
申込先 「市営・県営住宅管理会社12社」、「延岡宅地建物取引業協同組合」
抽選日 平成24年2月4日(土)
入居可能日 平成24年3月1日(木)

大相撲東関部屋延岡合宿

期間 12月5日(月)～15日(木)

22-7017

善意の輪

日本赤十字(敬称略)
松田明一(山月町)、富山盛雄(古城町)、田中正一(中島町)、吉田康弘(北一ヶ岡)、林田シヅカ(富美山町)、佐藤栄吉(構口町)

※12日は休み
稽古時間 9時～12時
見学科 無料
会場 西階運動公園東芝広場
特設会場 週末は、力士特製ちゃんこ鍋の販売会やサイン会など、さまざまなイベントを企画しています。

インターナショナルクリスマスマーケット

クリスマスをテーマにした雑貨や食べ物などのお店が並び、外国のクリスマスシーズンの雰囲気味わえます。あわせて、ステージイベントも開催します。
日時 12月17日(土)17時～21時
会場 ココレッタ延岡
国際交流推進室(総務課内) 22-7006

中小企業金融・経営相談会

県と市では、中小企業および個人事業主を対象に、資金繰りや経営改善に関する相談会を開催します。
日時 12月14日(水)13時～16時
場所 中小企業振興センター
相談機関 日本政策金融公

庫、信用保証協会、延岡商工会議所、宮崎県、延岡市
商業観光課 34-7833
九州保健福祉大学QOL研究機構社会福祉学研究所と延岡市では、福祉先進都市づくりシンポジウムを開催します。
日時 12月10日(土)
14時～16時30分
会場 中小企業振興センター
テーマ 「災害から文化とコミュニティを守る」
内容
○講演会 講師 松下正和氏(近大姫路大学教育学部講師・歴史資料ネットワーク副代表)
○ディスカッション
○写真展示

福祉先進都市づくりシンポジウム

九州保健福祉大学QOL研究機構社会福祉学研究所と延岡市では、福祉先進都市づくりシンポジウムを開催します。
日時 12月10日(土)
14時～16時30分
会場 中小企業振興センター
テーマ 「災害から文化とコミュニティを守る」
内容
○講演会 講師 松下正和氏(近大姫路大学教育学部講師・歴史資料ネットワーク副代表)
○ディスカッション
○写真展示

行政相談所の開設

男女共同参画センター
日時 12月14日(水)10時～15時
○北方ふれあい交流センター
企画課 22-7003

移動献血

延岡市消防本部
日時 12月16日(金)
8時30分～10時30分
○イオン延岡店
日時 12月11日(日)、25日(日)
10時～15時30分
※12時～13時30分の間は休憩
日本赤十字社延岡市地区(子ども家庭課内)

平成24年経済センサス一活動調査
平成24年2月1日現在で実施します。
この調査は、「統計法」(平成19年法律第53号)という法律に基づいた基幹統計調査として実施します。この法律では、調査を受ける人に報告の義務が、実施する関係者には秘密を守る義務が定められています。
企画課 22-7075

宮崎医療ナビ (<http://www.e-navi.pref.miyazaki.lg.jp/>) もご覧ください。

内 内科 外 外科 小 小児科 歯 歯科 健 健診可

夜間の初期救急医療体制

曜日	時間	病院名
月～水	19時30分～23時	夜間急病センター (出北 医師会病院隣) ☎21-9999
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
	19時30分～翌朝7時	谷村病院(北小路) ☎33-3024
日	19時30分～23時	夜間急病センター ☎21-9999
	19時30分～翌朝7時	黒木病院(北小路) ☎21-6381

*急病でない場合は、昼間にかかりつけ医を受診してください。

日曜・祝日当番薬局

期日	薬局名	電話番号
4日(日)	西高通り調剤薬局(大貫町)	☎34-3222
	北小路調剤薬局(北小路)	☎21-2131
	宇野薬局(幸町)	☎32-2886
11日(日)	きりん薬局(博労町)	☎21-5768
	平和堂調剤薬局 南店(平原町)	☎32-8277
	しおはま調剤薬局(塩浜町)	☎26-7110
18日(日)	ひらばる調剤薬局(平原町)	☎34-5016
	ハロー薬局 大貫店(大貫町)	☎26-5380
	宇野薬局(幸町)	☎32-2886
23日(金)	フローラ延岡薬局(中央通)	☎26-1633
	延岡すずらん薬局(大貫町)	☎26-9130
25日(日)	この薬局(本町)	☎26-2887
	佐藤調剤薬局(中川原町)	☎21-1156

小児救急医療電話相談

夜間の子どもの急病時、病院受診に迷われた時にご利用ください。

携帯電話・プッシュ回線 ☎# 8000
ダイヤル回線☎(0985) 35-8855
毎日(365日体制) 19時～23時



日曜・祝日在宅当番医 ※印は乳幼児診療不可 ★印は要予約

期日	病院名	電話番号
4日(日)	小 おきしま小児科(大貫町)	☎33-0222
	内 健 板野内科胃腸科医院(野田町)	☎32-3377
	外 健★ 黒木病院(北小路)	☎21-6381
	歯 はやた歯科(幸町)	☎32-8111
11日(日)	小 内 丸山クリニック(博労町)	☎21-6028
	内 理恵内科クリニック(塩浜町)	☎26-5558
	外 岡村病院(平原町)	☎21-5353
	歯 たに歯科(北小路)	☎26-3194
18日(日)	小 内 健★ 赤須内科小児科医院(桜園町)	☎21-2155
	小 健 山本医院(平原町)	☎21-3905
	外 高見整形外科クリニック(大貫町)	☎28-2828
	歯 まつだ歯科(川島町)	☎30-1688
23日(金)	小 ほろしやま子どもクリニック(船倉町)	☎21-6551
	内 健★ 杉本病院(三ツ瀬町)	☎33-2626
	外 平野整形外科(大貫町)	☎26-9801
	歯 かい歯科クリニック(大貫町)	☎28-2283
25日(日)	小 内 健 藤本内科小児科医院(日の出町)	☎34-6195
	内 健 戸島クリニック(本町)	☎22-1211
	外 共立病院(中川原町)	☎33-3268
	歯 さかもと歯科(浜町)	☎28-2838
30日(金)	歯 たさき歯科(松山町)	☎32-1880
	小 内 桜ヶ丘ファミリークリニック(夏田町)	☎28-2280
	小 内 木谷医院(中央通り)	☎21-5905
	内 生協クリニックのべおか(浜砂)	☎26-7100
31日(土)	外 大崎整形外科(大門町)	☎32-3331
	歯 泉歯科(夏田町)	☎22-0678
	小 おきしま小児科(大貫町)	☎33-0222
	小 内 石内医院(川島町)	☎30-1885
1日(日)	内 平野消化器科(大貫町)	☎26-7070
	外 延岡整形外科医院(北小路)	☎23-1304
	歯 松下歯科(安賀多町)	☎21-4583
	小 内 赤須医院(博労町)	☎21-3179
2日(月)	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 延岡リハビリテーション病院(長浜町)	☎21-6211
	歯 いわさき歯科(恒富町)	☎33-0177
3日(火)	小 又木小児科医院(平原町)	☎34-3551
	内 早田病院(高千穂通)	☎33-5577
	内 岸医院(本小路)	☎34-2021
	外 岡村病院(平原町)	☎21-5353
歯 日高歯科(萩町)	☎32-2073	
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お確かめください。



移動図書館ふくろう号 12月運行予定

日程	ステーション名	時間
6日(火)・20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
7日(水)・21日(水)	塩浜公民館	14:05~14:45
	マルミヤ愛宕店	10:00~10:40
	港小学校	13:00~13:40
1日(日)・15日(日)	マルイチ大門口	13:55~14:30
	一ヶ岡下水処理場前	10:00~10:40
	黒岩小・中学校	13:00~13:40
2日(月)	Aコープ桜ヶ丘店	14:00~14:40
16日(金)	熊野江小学校	13:10~13:40
2日(金)・16日(金)	浦城小学校	13:00~13:40
13日(火)・27日(火)	無鹿2丁目デイサービス前	14:00~14:30
	一ヶ岡中央公園	10:00~10:40
	延岡ととろ職労支援学校	11:00~11:40
	延岡わかあゆ支援学校	13:00~13:30
	ひかり工房	13:35~14:00
	桜園集会所前	14:15~14:45
14日(水)	緑ヶ丘児童館	10:00~10:40
	名水小学校	13:10~13:40
8日(木)・22日(木)	延岡市職業訓練支援センター	14:00~14:30
	南老人福祉センター	10:00~10:40
9日(金)	川島小学校	13:00~13:40
	昭和町第2市営住宅	14:00~14:30
9日(金)	上南方小学校	13:00~13:40
	JA 東延岡支店	14:05~14:35

◆都合により変更になる場合があります。 問合せ 図書館 ☎32-3058

Life Info 暮らしのひろば

毎月第3日曜日は「家庭の日」

家族みんなで楽しく一日を過ごしましょう

金融と経営相談

商業観光課では、休日を除き、市内で事業を営む中小企業者を対象に「金融特別相談窓口」を開設しています。中小企業者の事業経営に最適な融資制度の紹介や相談なども受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

問 商業観光課 ☎34-7833

あなたの声をお聞かせください

市政に対する様々なご意見をお待ちしております。ご意見は、ホームページ上の「市民の声」から入力するか、玄関案内のボックスへ直接投かんください。

延岡市の人口と世帯数

11月1日現在(前月比)		
人口	130,382人	(△31)
(男)	61,133人	(3)
(女)	69,249人	(△34)
世帯数	52,873世帯	(42)
出生数	98人	(男57人、女41人)
市の広さ	868.00 km ²	

*10月26日に公表された国勢調査の確定値により、人口・世帯数を調整しています。

編集後記

私は消防団員になって11年目。今は、消防機庫に集まって懇親会をすることもめっきり減ってしまいました。だからといって団員同士の関係が希薄になったかという、以前とかわらず仲良くやっています。お互い忙しい仕事の合間を縫って、同じ志で活動している連帯感みたいなものを感じます。

色々な職業の人が集まる消防団、色々な話が聞け、自己研さんの場としても最高です。(加)

市政広報番組 のべおか市政だより



～大人の世界への仲間入りを祝う～ 成人式

ケースルメディアワイワイ

<市政情報は112ch>

曜日	放送時間
月曜日	21:00~21:07
火～金曜日	7:00~7:07
	11:00~11:07
	17:00~17:07 21:00~21:07
土、日曜日	8:45~8:52 20:45~20:52

～12月の放送予定～

放送週	放送内容
11月28日～12月4日	ほっと・トーク～ようこそ市長室へ～
12月 5日～11日	延岡の骨格道路「西環状線」 ほか
12月 12日～18日	成人式のご案内～ようこそ大人の世界へ～ ほか
12月 19日～25日	年末年始の業務案内 ほか
12月26日～12月31日	今年の10大ニュース ほか

番組は、情報チャンネル111chのほか、市のホームページでもご覧になれます。

おいしくご飯に なあれ

お米をもっと食べましょう

「炊きたてのご飯に漬けもんがあれば何もいらん。」がばあちゃんの口ぐせ。

アツアツのご飯はおかずを選ばず、何でもおいしく食べることが出来ます。

コメは炭水化物の中でも満腹感の持続時間が長く、血糖値の上昇が緩やかです。

また、よくかむことで脳が活性化されるなどの効果がわかっています。

ところが、食生活の多様化などによって、「コメ離れ」が進み、50年前と比較して一人当たりのコメ消費量が半分以下にまで落ち込んでいます。

おいしいお米をたくさんの人に食べてもらうため、市は延岡市米消費拡大推進協議会の一員として、関係機関と連携しながら、市民参加型の田植えをはじめ、米粉料理コンクールの開催などによる米粉の普及など、お米への理解や関心を深めてもらう活動を行っています。

豊かな大地で農家の人たちが手塩にかけて育てたお米を食べて、お米の力を直してみませんか。

問合せ 農林畜産課 ☎22-7018

