市民がまんなか～市民力・地域力・都市力が躍動するまち

広報 のべおか

5

2022
No.958

今月の表紙 cover

撮影日　４月７日㈭
場所　延岡城址・城山公園（東本小路）

今年度、観光レディに就任した３人です。
詳細は９ページをご覧ください。

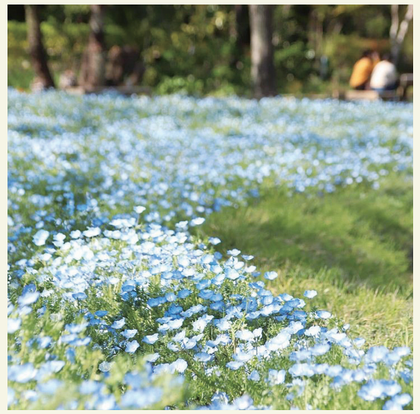
今月のもくじ contents

P２　インスタグラムの写真紹介
P３　まちの話題をお届けします　snapshot
P４　見直しましたか？赤ちゃんの防災
P６　身を守るための情報
P７　令和３年度　財政状況の公表
P８　島野浦学園開校など
P９　2022のべおか観光レディが就任など
P10　受講生募集・新型コロナワクチン情報
P11　延岡市スポーツ教室
P12　健康に関するお知らせ
P14　暮らしのひろば
P18　ふくろう号、日曜祝日当番医・薬局など
P20　５月は消費者月間です

INSTAGRAM #enjoy_nobeoka

延岡市公式インスタグラムの中から、厳選した2枚をご紹介します。

katsuei.takahashi さん
プロジェクションマッピングやドローンの演出がとても幻想的です。



shiyou2124 さん
延岡植物園のネモフィラの青い絨毯がきれいですね(*^▽^*)

nobeoka_city
公式インスタグラムでは、延岡での楽しいひと時や、好きな延岡の風景などの写真を紹介しています。

見るだけでも楽しめます
新しい発見も!?
皆さんの素敵な写真を「#enjoy_nobeoka」をつけて投稿してください。

まちの話題をお届けします snapshot

3月 27 March　須美江テニスコートの改修

人工芝の摩耗やコート面の凹凸など、老朽化していた須美江家族旅行村テニスコートの４面（西側）の改修工事が完了しました。３月27日㈰には、改修工事完了を記念して、延岡市ソフトテニス連盟主催のソフトテニス交流会が開催されました。

スポーツくじ toto BIG

この工事は、スポーツ振興くじ（toto）の助成金を受け、改修しました。

4月 1 April　育児・家庭の悩みなどの家庭支援を強化するため

市役所２階の保健センター内に「子育て家庭相談・支援カウンター」を開設。育児相談や虐待への対応強化を図ります。

4月 9 April　土々呂地区に複合型津波避難施設が完成

防災学習室や備蓄倉庫を備えた県北初の避難施設が完成しました。完成に伴い、市内の特定津波避難困難地域は全て解消されました。

第 71 回延岡市美術展覧会作品募集

応募資格
中学生を除く 15 歳以上（居住地は問いません）

出品部門　詳細は事務局にお問い合わせください。
①絵画（洋画、日本画など）　②彫刻・工芸
③デザイン　④書道　⑤写真

作品受付（申込不要）　受付場所は延岡総合文化センター展示室２
６月24日㈮、25日㈯　９時～ 17時

作品展示（入賞・入選作品のみ）　延岡総合文化センター　展示室１，２
７月 14 日㈭～ 30 日㈯　９時～ 17 時
※７月 19 日㈫、26 日㈫は休館日

出品料
１点 2,000円
（学生は1,000円）

出品点数
１部門あたり１人３点まで

問 延岡市美術展覧会実行委員会事務局（歴史・文化都市推進課内）
☎ 20 － 3335　FAX 20 － 3235　✉ rekishi@city.nobeoka.miyazaki.jp

見直しましたか？

赤ちゃんの防災

監修　ピジョン株式会社

赤ちゃんが生まれてから、防災グッズや避難方法の見直しをしましたか。それぞれのシーンごとに赤ちゃんならではの備えも必要です。もしものときに慌てないよう、次の内容を参考にしながら、日頃から準備しておきましょう。

また、この機会に避難場所や連絡方法なども改めて家族で話し合いましょう。

問 危機管理課
☎ 22 － 7077　FAX 34 － 5744
✉ bousai@city.nobeoka.miyazaki.jp

避難所への移動

もしものときの避難で重要なことは、両手が自由に使える状態であることです。赤ちゃんを抱えて家を飛び出したけれど、抱っこで手が使えず障害物を避けられないということにならないように、おうちでも手が届くところに着脱しやすい抱っこ紐を用意しましょう。

備蓄チェックリスト

☑ 母子手帳のコピー	母子手帳は常に携帯し、赤ちゃんに関わる情報が記載されているページはコピーして備蓄セットに加えましょう。
☑ 抱っこひも	移動や避難所で不安がって抱っこから離れないときに便利です。
☑ ホイッスル	身動きができないときや、避難所で防災ブザーとして活用できます。水にぬれても使える玉無しタイプがおすすめ。
☑ 子どもの靴	慌てて連れてきて、靴がなく困ったという人が意外と多いため、備蓄セットの中に入れておくと安心です。

ローリングストックで備蓄しましょう

ローリングストックとは、家庭で普段から使うものや食べ物を少し多めに買い、古い物や消費期限の近い者から順番に消費していくことで、常に備蓄している状態を維持することです。

・ミルク、離乳食　・紙おむつ
・おしりふき　・除菌シート
・生理用品、母乳パッド

などのアイテムは、特に災害への備えとして非常に有効です。

リラックス

大人と同じく赤ちゃんも特殊な環境にストレスを感じるものです。少しでも気持ちを和らげるために、よく遊ぶ玩具やおしゃぶり、おやつなどを備蓄品の中に加えておくと効果的です。

備蓄チェックリスト

☑ おもちゃ・絵本	避難所生活での悩みで一番多いのが、赤ちゃんがぐずってしまうことです。少しでも気を紛らわせることのできる物を用意しましょう。
☑ おやつ	ホッとできる時間を用意する工夫をしましょう。
☑ 家族の写真	大切な家族の写真を用意しておきましょう。被災でデータを失うこともあるので、印刷したものを用意しておきましょう。

授乳・食事

災害に対するストレスから母乳がでにくくなってしまうことや、避難所に十分な離乳食が用意されていない場合に備えて、食べ慣れた物をいつもより多く用意しましょう。

備蓄チェックリスト

☑ ミルク・離乳食	食べ慣れた物を多めに用意しましょう。特にアレルギーのある赤ちゃんは必須です。
☑ 調理用具・洗浄消毒液	カセットコンロなどのお湯を沸かせる器具一式を用意しましょう。
☑ 食事（皿、スプーン）	いつもと違うスプーンでは、食べてくれないことがあります。使い慣れた物を備えておきましょう。

トイレ・衛生

衛生面の観点から、おむつの替えやおしりふき、除菌シートなどは多く揃えておきましょう。同時にママは生理用品や母乳パッドも備えましょう。

備蓄チェックリスト

☑ 紙おむつ	今より少し多めに備蓄しておきましょう。ライナータイプも備えると、替える頻度が減ります。
☑ おしりふき	多めに用意しておけば手拭き代わりにも使えます。水に流せるタイプも便利です。
☑ 除菌シート	感染防止対策として多めに備えましょう。
☑ 生理用品・母乳パッド	特に母乳パッドが備蓄されている避難所はないので、十分用意しておきましょう。

ピジョン株式会社から食料品を寄贈いただきました

ベビー用品全般を扱う「ピジョン株式会社」から、新型コロナウイルス感染症による自宅療養者が安心して療養生活に専念できるよう、ベビー用飲料水・食料品を寄贈いただきました。

寄贈品

・ミネラルアクア　80個
・かぼちゃぼーろ　80個
・おこめせん　72個

また、ピジョン株式会社には、熊本地震の際の支援などの経験もあり、今後その共有を図っていくことも含め、今回の寄贈を契機に、ピジョン株式会社と延岡市との連携を更に強化していくことを確認しました。

＼子育て中のお父さん、お母さんへ／

備えをしておくことは、必ずしも自然災害のためだけではありません。

急な体調不良などのちょっとした「もしも」にも役に立つことがあります。

防災って難しそうだから「また今度」ではなく、明日の「もしも」のために、例えば少し多く食べ物を用意しておくといったことから始めてみてはいかがでしょうか。

ピジョン株式会社

身を守るための情報

Jアラート試験

全国一斉情報伝達試験（11時実施）
5月18日㈬、8月10日㈬、11月16日㈬、令和5年2月15日㈬

緊急地震速報訓練（10時実施）
6月15日㈬、11月2日㈬

問 危機管理課 ☎22−7077

土砂災害警戒区域の指定

3月3日、県が新たに土砂災害警戒区域などを指定しました。詳細は、お問い合わせください。

対象区域 須佐町、鹿小路、山月町、富美山町

問 危機管理課 ☎22−7077

光化学オキシダントにご注意

光化学オキシダントとは

自動車や工場などの排出ガスが太陽の紫外線を受けて化学反応を起こし発生する有害な物質です。日差しが強くて気温が高く、風の弱い日に濃度が高くなります。

濃度が高くなると、目や呼吸器官に刺激を受けたり、植物の葉を枯らすなどの被害が出たりします。

注意報発令の確認方法

県の防災・防犯情報メールサービスの「防災情報」に登録すると、いち早く発令情報を受信することができます。

光化学オキシダント注意報が発令された際の対応

- 外出を控える
- 屋外での激しい運動は避ける
- 室内に光化学オキシダントが入ってこないように必要に応じて窓を閉める
- 目やのどに刺激を感じた人は、洗眼やうがいを行い、症状によっては医師の診察を受ける

※被害を受けた場合は、生活環境課または延岡保健所へ被害状況を報告してください。

問 生活環境課 ☎22−7001
問 延岡保健所 ☎33−5373

ブロック堀等の除去・建て替え費用の支援

市内通学路を含めた危険性が高いブロック塀等の除却工事および建て替え工事などの費用の一部を支援します。

支援対象

災害時、避難施設に至る道路（一般の交通に供するもの）に面したブロック塀等で、道路面からの高さが 1.2 m以上かつ健全性がないもの。

支援金額

次の①～④のうち、いずれか低い額に３分の２を乗じた額を限度額とし３分の１は自己負担となります。

①１敷地につき 35 万 6,000 円
②除却工事 1 万 2,000 円／m
③建て替え工事（除却＋新設）2 万 7,000 円／m
④見積額（除去・建て替え工事費）※消費税を除く

木造住宅耐震診断費用の支援

木造住宅の耐震化に必要な耐震診断や耐震補強工事などの費用の一部を支援します。今年度から、耐震診断の支援金額を大幅に増額しました。

対象となる住宅

昭和 56 年 5 月 31 日以前に着工された木造住宅

支援金額

①アドバイザー派遣の場合　4,000 円（自己負担無し）
②耐震診断の場合　上限額 13 万円※令和 3 年度まで 5 万 4,000 円
③耐震補強工事の場合　支援対象経費の 80%（上限額 100 万円）
④除却工事の場合　支援対象経費の 23%（上限額 34.5 万円）
⑤建替え工事の場合　支援対象経費の 23%（上限額 38 万円）

※各支援を受けるには事前の申請が必要です。

問 建築指導課 ☎22 − 7034

財政状況の公表

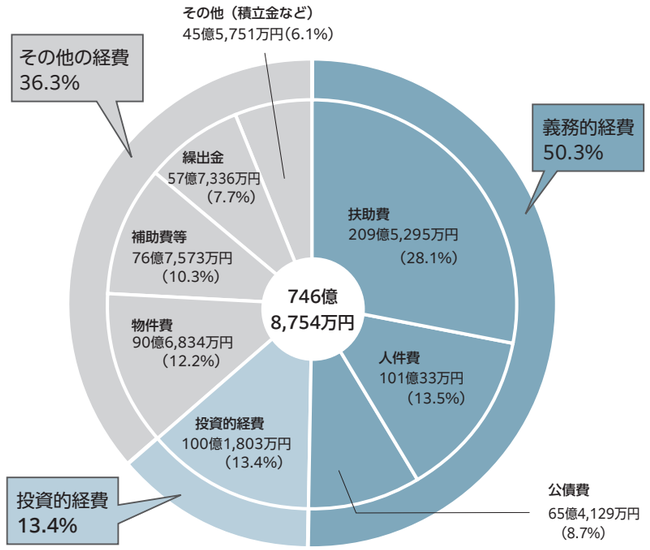
（令和3年度 一般会計 最終予算額）

市では、延岡市「財政事情」の作成および公表に関する条例に基づき、財政状況の公表を行っています。この公表は、市民の皆さんのご理解を深め、今後の市政の推進について協力をいただくため、年に2回、公表しています。

詳細は、市のホームページをご覧になるか、財政課へお問い合わせください。

問 財政課 ☎22 − 7005 FAX34 − 2110
✉ zaisei@city.nobeoka.miyazaki.jp

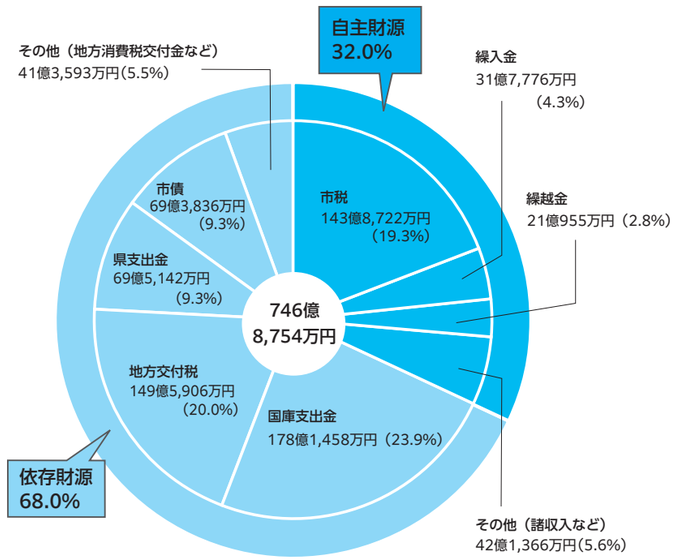
歳出 市が支払うお金



投資的経費とは？
道路や公共施設を造る費用や、災害復旧などの経費で、支出効果が長期間に及ぶものです。

義務的経費とは？
法令や性質上、支出が義務づけられている経費です。
扶助費…住民福祉のためのお金
人件費…職員の給与など
公債費…市債（借入金）の返済額

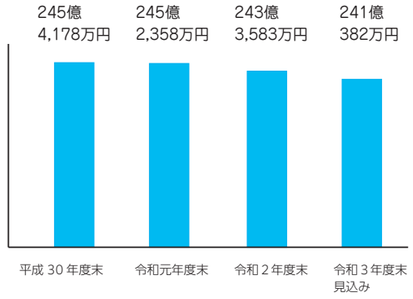
歳入 市に入るお金



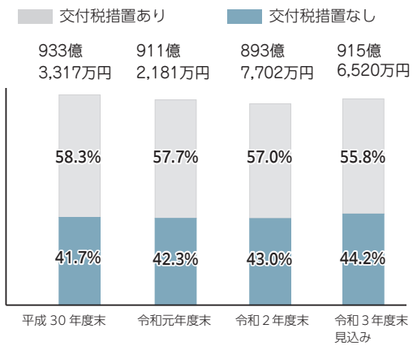
依存財源とは？
地方交付税や国庫支出金などのように、国や県から交付される財源です。

自主財源とは？
国や県からもらうのではなく、市の税金や施設の利用料金などのように、市が自分で得る財源です。

基金（貯金）の残高（一般・特別・企業会計の合計）



市債（借入金）の残高（一般・企業会計の合計）



交付税措置とは？
借入金の返済の一部を国が交付税として負担してくれるもので、市の実質の借入金はその残り（交付税措置なし）の部分です。

延岡市立島野浦学園義務教育学校開校

少子化による児童生徒数の減少に伴い、島野浦小学校と島野浦中学校が3月末で閉校しました。

4月からは中学校があった敷地内に、小・中学校一貫の「島野浦学園」を開校し、特別教室棟や給食センターなどを新設しました。

島野浦学園では、島野浦島の「ひと・もの・こと」を活用した探求型学習「しまから学」が新しい教科として編成されており、島ならではの体験活動を通した生きる力を学ぶことができます。

また、ソフトバンクや旭化成延岡支社などと連携し、世界初の化学繊維「ナイロン」を作る実験や、化学者へのインタビューをオンラインで行い、まとめた内容を学校に常設されているペッパーにプログラミングして、発表させたりするなど先進的な授業にも取り組んでいます。

化学者へのインタビュー

ペッパーと触れ合う子どもたち

島野浦島 唯一の飲食店「満月食堂」オープン

3月19日、島野浦島で唯一の飲食店となる「満月食堂」がオープンしました。

この「満月食堂」は、令和元年度に「島業」推進協議会が島野浦島の活性化を図るための取り組みを募集した「ビジネスプランコンテスト」で最優秀賞を受賞した、甲斐慶太朗（かいけいたろう）さんのプランが実現したものです。

島民の利用はもちろん、島外にも島野浦島の食の魅力を広く発信し、多くの人たちが島を訪れるきっかけとなることが期待されます。

「満月食堂」と甲斐慶太朗さん

2022 のべおか 観光レディが就任

４月７日㈭にのべおか観光レディの交代式が行われ今年から名称が「若鮎レディ」から「観光レディ」に変更されました。

３人は１年間、市内外で、延岡にある食・自然・スポーツなどたくさんの魅力を発信していきます。

直野 麻美（なおの あさみ） さん （写真左）

観光レディの活動を通して、延岡のさまざまな魅力発信はもちろんのこと、子育て世代の方々に参考にして頂けるような、子どもと一緒に楽しめるスポットやイベントなどを紹介していきたいと思っています。

山口 有香（やまぐち ゆうか） さん （写真中央）

日向神話にゆかりのある情報を網羅したパンフレット「満願神たび」をもって、昨年「ミセスジャパン」に挑戦した貴重な経験を生かし、全国にいるたくさんの仲間をはじめ、繋がっているその先へ最大限に PR していきたいと思います。

山口 実織（やまぐち みおり） さん （写真右）

私はここ延岡で豊かな自然や優しい人々に囲まれながら美味しい食とともに育ちました。コロナ禍だからこそおうちで作れる延岡発祥の郷土料理の楽しみ方をはじめ、「情報発信」に力を入れて精一杯努めさせていただきます。

国際交流コラム VOL.7

ボウラー・ブレンさん

今回は、市内で英会話教室を開き、延岡市出身の妻と2人の子どもを育てるボウラー・ブレンさん（ニュージーランド出身）をご紹介します。

国際感覚豊かな子育てを

子どもたちは延岡生まれですが、いつも大人から「どこから来たの?」と聞かれます。日本では見た目で判断する人が多く、そのような環境で、2つの文化を持つ子どもを育て、自分の居場所を見つける手助けをするのは難しいことです。

しかし、素晴らしいことに、子どもは、出会う人を肌の色や人種、民族などで差別することなく、一緒に遊ぶ相手として見ています。偏見は、私たち大人から生まれ、想像以上に子どもに悪い影響を与えてしまっていると思います。

最初の質問は「どこから来たの?」ではなく、「これからどこに行くの?」であってほしいと思います。私たち大人の偏見をなくすことで、子どもたちの国際感覚が豊かになることを望みます。

問 国際交流推進室（総務課内） ☎ 22 － 7006
FAX 34 － 2110 ✉ kokusai@city.nobeoka.miyazaki.jp

国際交流推進室公式インスタグラム
nobeoka_international

受講生募集

各担当課に電話で申し込みしてください。受講料無料。テキスト代が必要な講座あり。

場所は社会教育センターで開催します。

ドイツ語講座 & 国際交流フリートーク （最終回）

開催日　5月11日㈬　11時～12時 & 12時～13時

楽しい国際交流教室　～ドイツ料理を作ろう～

開催日　5月15日㈰　10時30分～13時30分
定員　12人　※12日㈭まで電話で申し込みください。
参加費　1人1,000円
対象者　小学生以上。小学生は親子での参加が必要です。

ドイツ語で話してみましょう ～ドイツ語フリートーク～　（最終回）

開催日　5月25日㈬　18時～19時

問 国際交流推進室（総務課内）　☎ 22－7006
FAX 34－2110　✉ kokusai@city.nobeoka.miyazaki.jp

さわやかカレッジ講座　※延岡市社会教育センターで開催

60歳以上を対象に、健康や生活に関する講座を19回開催します。
開催期間　6月23日㈭～11月24日㈭
毎週木曜日10時～12時
申込期間　5月23日㈪～6月3日㈮ ※9時～17時
定員　120人（先着順）

韓国語初級入門講座　※延岡市社会教育センターで開催

午前の部　7月1日～9月2日の金曜日　計8回
夜間の部　6月29日～8月31日の水曜日　計8回
申込期間　5月16日㈪～5月27日㈮ ※9時～17時
定員　午前の部、夜間の部　各20人

問 社会教育課　☎ 22－7032　FAX 33－6874
✉ s-kyouiku@city.nobeoka.miyazaki.jp

シニア向けスマホ教室　※先着順で定員は各時間帯で20人までです。　各時間帯は全て同じ内容です。

開催場所　土々呂コミュニティセンター
開催日　5月18日㈬　①10時～12時　②14時～16時
申込期間　5月9日㈪～17日㈫

開催場所　延岡市社会教育センター
開催日　5月27日㈮　①10時～12時　②14時～16時
申込期間　5月16日㈪～25日㈬

問 情報政策課　☎ 22－7004（平日8時30分～17時）　FAX 34－6553　✉ jouho-k@city.nobeoka.miyazaki.jp

新型コロナワクチン追加接種のお知らせ

2回目接種完了後6カ月が経過した12歳以上の人に、順次接種券を送付しています。

追加接種の接種券発送スケジュール

発送日	2回目接種完了日
5月6日	令和3年11月1日～令和3年11月8日
5月13日	令和3年11月9日～令和3年11月15日
5月20日	令和3年11月16日～令和3年11月23日
5月27日	令和3年11月24日～令和3年11月30日

※令和3年12月以降に2回目の接種を完了した人は、令和4年6月上旬から順次発送予定です。

・市外の大学や職域での接種のため、早めに接種券が必要な人は、地域医療政策課にご相談ください。

予約方法

コールセンター（8時30分～19時　土日祝日含む）
電話番号　0120－577－113

インターネット予約
https://vaccines.sciseed.jp/nobeoka

ＬＩＮＥ予約
延岡市公式アカウントから予約

接種券が届いたら、予約可能です。接種会場は、接種券に同封する接種会場一覧に記載しています。

電話予約は、繋がりにくい時間帯がありますので、時間をおいてかけ直すか、予約方法の変更をご検討ください。

問 地域医療政策課　☎ 22－7066　FAX 22－1347　✉ ti-iryou@city.nobeoka.miyazaki.jp

延岡市スポーツ教室

問 申 （一社）延岡市スポーツ協会
〒 882－0813　延岡市東本小路131－5
☎ 34－1885　FAX 29－3336
✉ taikyo.nobeokacity@orion.ocn.ne.jp

申込方法　ハガキまたはファクス、電話、メールで申し込み
※①希望教室名（種目）、②住所、③氏名、④性別、⑤年齢（学年）、⑥電話番号（昼間の連絡先）を連絡
申込締切　原則、開講日の10日前　　※定員になり次第締切

スポーツ保険
中学生以下　800円
高校生～65歳未満　1,850円
65歳以上　1,200円

教室名 会場	開催日時		対象者 （定員）	負担金	スポーツ保険
男子サッカー教室 **女子県北トレセン** 西階補助グランド	6月6日㈪～令和5年2月20日㈪		男子　小学4年生～中学3年生 女子　小学1年生～成人 （計40人）	全期間 6,000円	負担金に含む
	毎月第1・3月曜日	19：00～21：00			
四半的弓道 勤労者体育センター	7月25日㈪～29日㈮		成人 （10人）	なし	別途負担
	連続5日間	9：00～12：00			
なぎなた 勤労者体育センター	5月21日㈯～10月22日㈯		18歳以上 （10人）	全期間 7,200円 別途用具貸出料で 1,800円必要	別途負担
	土曜日（月2回程度）	9：30～11：30			
初心者テニス前期 市民体育館（本館）	6月20日㈪～9月12日㈪ 中期は10月、後期は12月から開講予定		中学生以上の 初心者、初級者 （20人）	10回分 6,000円	別途負担
	月曜日（月3回程度）	19：30～21：00			
卓球 市民体育館（本館）	9月6日㈫～11月22日㈫		小学3年生以上 （50人）	全期間 5,000円	負担金に含む
	毎週火曜日	19：00～21：00			
ソフトテニス（ジュニアの部） 西階庭球場	5月7日㈯～令和5年3月4日㈯		6歳～13歳 （60人）	全期間 4,000円	負担金に含む
	毎月第2・4土曜日	9：00～12：00			
ソフトテニス（成人の部） 西階庭球場	5月6日㈮～令和5年3月17日㈮		成人 （20人）	全期間 5,000円	負担金に含む
	毎月第1・3金曜日	10：00～12：00			
キッズテニス前期 市民体育館（本館）	6月20日㈪～8月29日㈪ 中期は9月、後期は11月から開講予定		小学生の初心者 （8人）	8回分 6,000円	別途負担
	毎週月曜日	18：00～19：00			
初心者アーチェリー 九州保健福祉大学 バス回転場奥	10月2日㈰～30日㈰		小学4年生以上 （10人）	なし	別途負担
	毎週土・日曜日	10：00～12：00			
太極拳 勤労者体育センター	6月7日㈫～11月29日㈫		制限なし （30人）	毎月 1,000円	別途負担
	毎週火曜日	13：30～15：00			
バドミントン 市民体育館（本館）、 大武体育館	9月6日㈫～11月15日㈫		小学5年生以上 （30人）	全期間 5,000円 （小中学生は無料）	別途負担
	毎週火曜日	19：30～21：45			
弓道 西階弓道場	7月12日㈫～8月30日㈫		成人※大学生可。経験者のみ （10人）	全期間 5,000円	負担金に含む
	毎週火・金曜日	19：15～20：45			

※新型コロナウイルスなどの影響で体育施設が閉館されている場合は、施設利用が可能になり次第、順次開講を予定しています。

6月・7月のがん検診

検診は1カ月前までに予約が必要です

申込専用電話 ☎29－2217

混雑を防ぐため、会場に入られる時間は、予約時間の5分程前からです。ご理解、ご協力をお願いします。

▶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	予約可能時間	検診場所
6月21日㈫	9時～15時30分	北川体育館
7月6日㈬	9時～15時30分	北方コミュニティセンター
7月7日㈭	9時～11時30分	

▶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	予約可能時間	検診場所
6月10日㈮	9時～10時	北川体育館
	13時30分～14時30分	北浦保健福祉センター
7月6日㈬	9時～15時	延岡総合文化センター

▶胃がん検診　　**料金**　1,300円

対象　50歳以上で昨年度受診していない人

検診日	予約可能時間	検診場所
7月9日㈯	8時30分～11時	市役所正面（南）玄関前

▶肺がん（ヘリカルCT）検診　　**料金**　5,000円

対象　40歳以上で、今年度市の肺がん（レントゲン）検診を受診していない人

検診日	予約可能時間	検診場所
6月21日㈫	9時30分～15時	北浦保健福祉センター
6月22日㈬	9時30分～11時30分	北川体育館

問 健康長寿課　☎22－7014　FAX 26－8227
✉ nagaiki@city.nobeoka.miyazaki.jp

健康相談実施中

禁煙相談もあります

成人健康相談

看護師による成人健康相談を実施中です。健康や病気のこと、血圧測定などお気軽にご相談ください。

- **南老人福祉センター**
  毎月第1火曜日　9時～12時
- **北老人福祉センター**
  毎月第1金曜日　13時～16時

5月31日は「世界禁煙デー」
5月31日～6月6日は禁煙週間

たばこは依存性があり、さまざまな疾病の原因になります。また、煙は周囲の人の健康にも悪影響を及ぼします。

市内には禁煙治療に保険が使える医療機関や禁煙支援薬剤師のいる薬局があります。また、健康長寿課でも、禁煙に関するご相談を受け付けています。

これを機に自身の健康と受動喫煙防止について考え、禁煙を始めましょう。

問 健康長寿課　☎22－7014　FAX 26－8227
✉ nagaiki@city.nobeoka.miyazaki.jp

国保特定健診・後期高齢者健診が始まります

国保特定健診・後期高齢者健診は、生活習慣病のリスクを早期発見し、予防・改善へとつなぐ大切な健診です。

毎年健診を受けることで、いち早く体の変化に気づくことができます。毎日の体調管理に気をつけている人や通院中の人も、年に一度は健診を受診しましょう。

集団健診の予約は
☎29－2217（健診申込専用）
☎22－7014（健康長寿課）

対象者

- **国保特定健診**
  市の国民健康保険に加入している40歳～74歳の人
- **後期高齢者健診**
  後期高齢者医療制度に加入する75歳以上の人で、市に住民票がある人（65歳以上で障がい認定を受けている人を含む）

受診できる場所・期間

個別健診、集団健診のどちらか一つを選んで受診してください。

個別健診（市内医療機関）	市内医療機関約60カ所（健診ガイドを確認し、予約が必要な医療機関へは直接お問い合わせください。）	5月6日㈮～令和5年1月31日㈫
集団健診（特定セット健診）	市役所やコミュニティセンターなど	6月23日㈭～令和5年1月29日㈰
	延岡健診センター（愛宕町）	7月5日㈫～令和5年1月26日㈭

※集団健診は、予約が必要です。

※日程･場所など詳しくは、広報のべおか5月号と同時に配布している「健診ガイド」をご確認ください。

健診の内容

- 身体計測（身長、体重、BMI）
- 腹囲計測（国保特定健診のみ）
- 診察
- 血圧測定
- 血液検査（肝機能、血中脂質、血糖、腎機能、尿酸）
- 尿検査（たんぱく、糖、潜血）

受診に必要なもの

- 受診券（対象となる人に5月上旬に送付します）
- 保険証（被保険者証）

健診会場では、三密を避ける・マスクの着用・消毒など感染症予防対策を行っています。安心してお越しください。

問 国民健康保険課　☎22－7051
FAX 33－5839
✉ kokuho@city.nobeoka.miyazaki.jp

5月は県内一斉、特定健診広報月間です（特定健診広報月間　標語）
受けんといかんちゃが！「特定健診」
～毎年受けよう　自分のために　家族のために～

information お知らせ

延岡市教育資金緊急融資

市では、コロナ禍の経済事情などにより、在学を断念することのないよう、他の学費の全額免除や猶予の措置が受けられない人を対象に無利子での教育資金の融資を行っています。

融資窓口	延岡信用金庫	市総務課
対象	大学や短大、専修学校などに在学または入学する人を養育し、市内に住所を有する人（保護者など）	大学や短大、専修学校などに在学し、市内に住所を有する学生（ただし、保護者は市外に在住）
融資限度額	1人あたり100万円（無利子）	1人あたり80万円（無利子）
返済期間	3カ月～10年以内	10年以内
申込先	問 延岡信用金庫本店、各支店 ☎ 33－5221（本店）	問 総務課（市役所5階） ☎ 22－7006
申込期間	令和5年3月31日まで(土日祝日を除く)	令和5年3月31日まで(土日祝日を除く)
その他	保証基金の保証が得られることが必要	保護者などの承諾（保証）が必要

危険物安全週間

「一連の確かな所作で無災害」

6月5日㈰から6月11日㈯は、危険物安全週間です。私たちの暮らしの中には、ガソリン・灯油をはじめたくさんの危険物が存在しています。

危険物に対する正しい知識と取り扱いを身につけ、事故のない、安全で快適な生活を送りましょう。また、危険物安全週間の期間中、延岡地区危険物安全協会では、広報活動の一環としてチラシの配布や賞品が当たるクイズを実施します。

危険物の取り扱い上での注意

○危険物付近の火気の使用禁止
○保管方法や危険性の再認識
○危険物容器の乱暴な取扱禁止
○灯油用ポリ容器にガソリンや軽油を入れない
○古くなった期限切れの消火器の使用禁止（消火器業者へ引き渡してください）

問 消防本部予防課 ☎22－7102

農業用廃プラスチック回収

回収日 5月20日㈮、9月16日㈮、12月9日㈮、令和5年3月10日㈮
時間 9時30分～15時30分
問 延岡年金事務所 ☎21－5424

銃砲刀剣類の登録

日程 5月20日㈮、8月19日㈮、11月4日㈮、令和5年2月3日㈮
※古式銃砲は5月、11月のみ
時間 9時30分～12時、13時～16時（場所は、県庁9号館3階 932、933号室）
問 県教育庁文化財課 ☎（0985）26－7250

潜在看護師対象研修会

内容 次の①②両方受講が条件
①集合研修 6月30日㈭、7月1日㈮10時～16時
場所 延岡看護専門学校
②トライアル研修 集合研修後、1日4時間、2日から5日間で実施します。
場所 市内の医療機関と訪問看護ステーションなど(選択可能)
料金 無料（テキスト配付）
※トライアル研修1日につき3000円の給付金を支給
※研修中は一時保育費用を補助
申込方法 宮崎県看護協会 宮崎県ナースセンターに連絡して申込書を受け取り、必要事項を記載したものを宮崎県ナースセンターへ提出（郵送可）
申込期間 5月9日㈪～6月3日㈮ 17時必着（土日除く）
申 問 宮崎県看護協会 宮崎県ナースセンター
〒889－2155 宮崎市学園木花台西2－4－6
☎（0985）58－4525
問 延岡看護専門学校 ☎21－1305

古文書中級講座

説明会 5月20日㈮ 19時～
※申込不要。
開催日 6月から令和5年3月まで毎月1回 金曜日(全10回)
場所 社会教育センター研修室4
対象 基礎知識を有する人（説明会で簡単なテストを実施）
受講料 無料
※説明会に参加できない人は、電話でご相談ください。
※古文書入門講座は6月開講
申 問 歴史・文化都市推進課 ☎20－3335

地域寺子屋教室

地域で寺子屋教室に取り組む団体を募集するとともに、実施団体に対し補助します。
補助要件 自治公民館などで子どもへの学習支援や地域の交流体験活動などを年間5回以上実施する団体（20団体程度）
補助額 1団体4万円（補助4年目以降の団体は予算の範囲内の額）
※長期休業以外の休日に活動を行う場合は、1万円を上限として補助額に加算します。
申込方法 5月9日㈪～6月3日㈮の間に窓口に直接申し込み
申 問 社会教育課 ☎22－7032

公共職業訓練7月入所生

ポリテクセンターでは、求職中の人を対象に、ものづくりの技能や知識を身につける訓練を行っています。詳しくは、ポリテクセンター延岡のホームページをご覧ください。

対象コース テクニカルオペレーション科・金属加工技術科・CADものづくりサポート科・福祉住環境リフォーム科・電気設備技術科
訓練期間 7月5日㈫～12月23日㈮（ポリテクセンター延岡）
料金 無料（テキスト代などの費用負担あり）
定員 各科15人（CADものづくりサポート科のみ10人）
申 問 ポリテクセンター延岡訓練課 ☎37－0649

ゲン丸くんのクリーン便り ～正しいごみの出し方～

プラを出す際は、ご注意を!

プラスチック製容器包装でも資源物で出せないものがあります。

農薬類が入っていたボトルや「まぜるな危険」の表示のあるボトルについては、「燃やすごみ」で出してください。

また、紙製のカップ麺の容器や中に商品が入って売られたものでなく、それ自体が商品であるもの（バケツや洗面器など）は、「燃やすごみ」で出してください。

問 資源対策課 ☎34－2626 FAX 34－9614

ごみ減量補助制度

○生ごみ処理機等購入費補助金

コンポスト 1基につき6千円を限度に補助（1世帯2基まで、購入価格の3分の2以内）
電動生ごみ処理機 1基につき2万5千円を限度に補助（1世帯1基まで、購入価格の2分の1以内）

○資源再利用奨励補助金

家庭から排出されるアルミ缶や新聞、雑誌などの資源物を集団回収する区や親子会などに対して補助制度を設けています。補助を受けるためには、事前に団体登録が必要なため、必ず資源対策課へご相談ください。

問 資源対策課 ☎34－2626

離婚による年金分割制度

離婚した場合、二人の婚姻期間中の厚生年金を分割し、自分の年金とすることができる、合意分割制度と3号分割制度があります。請求期限は、離婚した日の翌日から2年以内です。

○合意分割制度

対象 平成19年4月1日以後に離婚が成立または事実婚を解消した人
分割割合 双方合意または裁判手続きにより決定した割合
※事実婚による合意分割は、事実婚関係を解消したと認められ、二人の一方が国民年金第3号被保険者期間を有していた場合に限られます。

○3号分割制度

対象 平成20年5月1日以後に離婚が成立または事実婚を解消した人
分割割合 相手方の厚生年金記録の2分の1
※平成20年4月1日以後の国民年金第3号被保険者期間中の記録に限られます。

詳しくは、年金事務所にご相談ください。

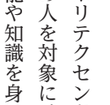
問 延岡年金事務所 ☎21－5424

新型コロナウイルス感染症などで不安を感じている人へ

あなたのこころは元気ですか？
最近、ぐっすり眠れていますか？
ひとりで悩んでいませんか？
「つらい気持ちを誰かに話す」ことで、気持ちが和らぐことがあります。

ひとりで悩まずに、まずはご相談ください。

いきいき健康相談電話
☎22－7060
健康長寿課 ☎22－7014
受付 8時30分～17時15分（土日・祝日を除く）



※新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、広報のべおかに掲載しているイベントや催しなどが、中止・延期になる場合があります。
開催状況については、各イベントの問い合わせ先へご確認ください。

使おやっ！のべおか プレミアム商品・サービス券

プレミアム率 30%

問 商業・駅まち振興課　☎ 34 － 7841　FAX 22 － 7080　✉ syougyo@city.nobeoka.miyazaki.jp

市では、新型コロナウイルス感染症の影響が長期化していることから、市域内の消費喚起を図ることを目的にプレミアム商品・サービス券を発行します。スーパー、飲食店、タクシーなどで使えます。

プレミアム商品・サービス券の内容

▶発行総額　５億2,000万円
▶発行セット数　80,000セット
※紙版50,000セット、電子版30,000セット
▶プレミアム率　30%
※１セット6,500円の商品券を5,000円で販売
▶購入限度額　１人あたり10セット
※紙版と電子版との組み合わせ可
▶予約開始時期　６月初旬～６月中旬
※申込多数の場合は、抽選になります。
▶販売開始時期　６月末～７月上旬予定

取扱店の募集　令和４年度プレミアム商品・サービス券の取扱店を募集しています。令和３年度に登録していた場合でも、登録店の意向確認書の返送が必要です。新たに登録をする場合は、「取扱店登録申請書」と「振込口座通帳の写し」を下記まで提出してください。　≪郵送先≫〒882－8686　延岡市東本小路２番地１　商業・駅まち振興課

水産業新展開・誘致促進事業を実施しています

市では、水産物の高付加価値化による新たな顧客の取り込みや新事業展開の企業活動等を促進するため、水産業新展開・誘致促進事業を実施します。詳細は、お問い合わせください。公募要領や様式などの詳細は市ホームページに掲載します。

補助対象者　市内に本店又は支店を有する、または市外から新たに市内へ立地する、市内で生産または採取された水産物を加工し、販売する個人または法人
補助率　２分の１以内　　**補助上限額**　500 万円
対象事業　補助対象者が実施する１人以上の雇用を創出する、総事業費６００万円以上の新たな取り組みを実施するための、設備導入や施設整備などの環境整備事業
公募期間　５月 13 日㈮～６月 13 日㈪
問水産課　☎ 22 － 7020

「生理の日」を笑顔で過ごしてほしい

家庭環境や経済的な理由などで、生理用品を十分に手当てできない女性や子どもがいます。寄付のご協力をお願いします。

寄付ボックス設置場所
○コープみやざき浜町店
○コープみやざき北小路店
○なんでも総合相談センター（市役所２階）
○男女共同参画センター
（川中コミュニティセンター２階）
配付場所
○なんでも総合相談センター
○男女共同参画センター

問 男女共同参画推進室　☎ 22 － 7056

市役所内に自動証明書交付端末を導入！

問 市民課　☎ 22 － 7015　FAX 21 － 1457　✉ shimin@city.nobeoka.miyazaki.jp

本庁舎1階の国民健康保険課前に自動証明書交付端末（コンビニ交付用マルチコピー機）を導入しました。

マイナンバーカードを持っている人は、住民票、印鑑登録証明書、戸籍全部（個人）事項証明書、戸籍の附票、所得証明書、所得課税証明書、課税（非課税）証明書が自動証明書交付端末から取得できます。窓口が混雑しているときなどに利用ください。
※延岡市内に住民票がある人のみ取得できます。
※戸籍全部（個人）事項証明書、戸籍の附票に関しては、住民票・本籍の両方が延岡市にある方のみ取得できます。
※証明書発行にはマイナンバーカードの４ケタの暗証番号が必要です。
※未申告の人の税証明書は、取得できない場合があります。
▶利用時間　平日８時30分～ 17時15分

Q. マイナンバーカードは何に使えるのですか?
A. 公的な本人確認書類として利用できるほか、病院などで健康保険証の代わりに利用することもできます。また、コンビニエンスストアなどで住民票や戸籍謄本、税証明などの発行、各種行政サービスのオンライン手続き、確定申告を自宅で行う「e-Tax」の利用などができます。

event 催し

クサフグ産卵観察会
日時　５月31日㈫（小雨決行）
※雨天時や、新型コロナウイルスの蔓延状況によっては６月14日㈫に延期（当日９時に判断）
場所　鯛名町海岸
集合時間・場所　15時　妙見町港区公民館駐車場
定員　20人程度（先着順、小学生以下の参加は保護者同伴）
申込方法　５月24日㈫までに電話で申し込み
申問 生活環境課　☎ 22－7001

特設人権相談所の開設
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
日時　６月１日㈬　10時～15時
問 宮崎地方法務局 延岡支局　☎ 33－2179
問 人権推進課　☎ 22－7002

行政相談所の開設
場所　なんでも総合相談センター無償スペース（市役所２階）
日時　５月11日㈬　９時～12時
問 宮崎行政監視行政相談センター　☎（0985）24－1100

ランタンのつどいin延岡市
自死により大切な家族を亡くした遺族が、気持ちを語り合う場です。（料金無料、申込不要）
日時　５月22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　市民協働まちづくりセンター３階　大会議室
問 宮崎県精神保健福祉センター　☎（0985）27－5663

移動献血
イオン延岡店　５月１日㈰　10時～12時・13時30分～16時、
５月22日㈰　10時～16時
北浦総合支所　５月17日㈫　10時～11時30分、13時～16時
問 総合福祉課　☎ 22－7016

Donation 善意の輪

日本赤十字社（敬称略）
佐藤直久（北川町）、竹森毅（三須町）、太田素一（永池町）、岡本ヨシ子（大貫町）、岸上照夫（浜砂）
延岡市交通遺児育成会（敬称略）
交通安全・歌と踊りの祭典
梅若照

※新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、広報のべおかに掲載しているイベントや催しなどが、中止・延期になる場合があります。開催状況については、各イベントの問い合わせ先へご確認ください。

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	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
	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 外 小	夜間急病センター ☎21－9999

5月の日曜・祝日当番薬局

期日	薬局名	
1日（日）	敬愛薬局（日の出町）	☎33－1585
	にじいろ薬局（昭和町）	☎29－2436
	なないろ薬局　緑ヶ丘店（緑ケ丘）	☎20－0341
3日（火）	おおさき YOU 薬局（夏田町）	☎28－2213
	ハラダ調剤薬局　伊形店（伊形町）	☎24－1651
	にじいろ薬局（昭和町）	☎29－2436
4日（水）	さとかん薬局　山月店（山月町）	☎21－1156
	丘の上薬局　古城店（古城町）	☎31－6039
	宇野薬局（幸町）	☎32－2886
5日（木）	西高通り調剤薬局（大貫町）	☎34－3222
	ひらばる調剤薬局（平原町）	☎34－5016
	ハラダ調剤薬局　愛宕店（愛宕町）	☎31－4152
8日（日）	調剤薬局　同仁堂（愛宕町）	☎32－6883
	延岡すずらん薬局（大貫町）	☎26－9130
15日（日）	トトロの薬局（土々呂町）	☎20－0271
	ハラダ調剤薬局　高千穂通店（高千穂通）	☎34－6153
	ハロー薬局　大貫店（大貫町）	☎26－5380
22日（日）	なないろ薬局　桜小路（桜小路）	☎20－7716
	たかし薬局（大貫町）	☎29－2667
	宇野薬局（幸町）	☎32－2886
29日（日）	きりん薬局（博労町）	☎21－5768
	みずほ薬局（川島町）	☎28－6117
	平和堂調剤薬局　南店（平原町）	☎32－8277

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。

専用ダイヤル（通話料無料） **0120－865－554**（ハローゴゴゴジ）

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

5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	
1日（日）	小	松崎医院（昭和町）	☎21－0001
	内	野村クリニック（古城町）	☎34－5515
	外	くもん整形外科スポーツ・骨関節クリニック（緑ケ丘）	☎20－7772
	歯	北浦歯科医院（北浦町）	☎45－3334
3日（火）	内 小	桜ケ丘ファミリークリニック（夏田町）	☎28－2280
	内	みぞくち医院（伊形町）	☎37－8388
	外	ひので整形外科リウマチ科（日の出町）	☎23－9191
	歯	まつだ歯科（川島町）	☎30－1688
4日（水）	小	延岡共立病院（山月町）	☎33－3268
	内	堺胃腸内科クリニック（古城町）	☎22－0875
	外	延岡整形外科医院（北小路）	☎23－1304
	歯	よつくら歯科クリニック（安賀多町）	☎20－8020
5日（木）	小	おきしま小児科（大貫町）	☎33－0222
	内	山本医院（平原町）	☎21－3905
	外	あたご整形外科（愛宕町）	☎22－7575
	歯	まさこの歯科クリニック（出北）	☎33－8720
8日（日）	小	お倉が浜 kids クリニック（日向市）	☎(0982)66－7611
	内	萩原眼科中尾内科（愛宕町）※眼科は休診	☎32－5114
	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（浜町）	☎28－2838
15日（日）	小	トトロこどもクリニック（土々呂町）	☎20－5115
	内	早田病院（高千穂通り）	☎33－5577
	外	髙見整形外科クリニック（大貫町）	☎28－2828
	歯	たさき歯科医院（松山町）	☎32－1880
22日（日）	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	大貫診療所（大貫町）	☎33－1855
	歯	アイル歯科医院（稲葉崎町）	☎34－9814
29日（日）	小	丸山クリニック（博労町）	☎21－6028
	内	石内医院（川島町）	☎30－1885
	外	岡村病院（平原町）	☎21－5353
	歯	かい歯科クリニック（大貫町）	☎26－2283
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。		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5月運行予定

日程	ステーション名	時間
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	13：00～13：40
	塩浜公民館	14：05～14：35
18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
19日（木）	一ケ岡A団地第一集会所前	10：00～10：40
	黒岩小学校	13：00～13：40
	桜ケ丘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
	JA東延岡支店	14：10～14：40
10・24日（火）	一ケ岡中央公園	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
	桜園集会所前	14：35～15：00
11・25日（水）	緑ケ丘児童館	10：00～10：40
	名水小学校	13：30～14：00
	延岡市職業訓練支援センター	14：15～14：45
12・26日（木）	南老人福祉センター	10：00～10：40
	川島小学校	13：10～13：50
	昭和町第2市営住宅	14：20～14：40
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（金）	大武町清高島公民館前	14：10～14：40
16日（月）	旧島野浦小学校	9：40～10：10
	島野浦学園（午前の部）	10：20～11：00
	島浦漁協広場	12：00～12：50
	島野浦学園（午後の部）	13：00～13：40
30日（月）	北方町つのだ保育園	10：00～10：40
	北方町上崎公民館前	10：55～11：15
	北方町曽木湯川百貨店前	13：10～13：30
	北方町藤の木甲斐商店前	13：40～14：00
	北方町曽木（曽木神社前）	14：10～14：30

◆図書館休館日
2日(月)、6日(金)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

◆こども映写会（図書館内　おはなしのへや）
日時　17日(火)　※15時～（30分間）

新型コロナウイルスの影響で、運行状況や開館日が変更になる場合があります。

問 図書館　☎32－3058

図書館ホームページ

365日なんでも総合相談センター

☎20－7105　✉nandemo@city.nobeoka.miyazaki.jp

皆さんが生活する上での困りごとなど、原則365日（9時から16時）、窓口・電話・メールで相談を受け付けています。（リモート相談可）現在、LINEによる相談は一時停止しています。

無償スペース活用団体カレンダー

創業・金融・経営などの相談窓口

問 延岡商工会議所　☎33－6666

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。気軽にご相談ください。

延岡植物園園芸教室

申 問 みどりの相談所
☎ FAX 39－0977（水・土・日曜10時～15時）
※はじめてのガーデニングのみ以下にて受け付け
申 フローリスト延岡　☎(070)5819－1187

菊づくり	5月1日(日)9時30分～11時30分 6月18日(土)13時30分～15時30分
フラワーアレンジメント	5月14日(土)9時30分～11時30分 6月11日(土)9時30分～11時30分
楽しいハーブ入門	5月14日(土)13時30分～15時30分 6月17日(金)　※視察研修予定
多肉とお花の教室	5月15日(日)9時30分～11時30分 6月18日(土)9時30分～11時30分
庭木・造園	5月21日(土)9時30分～11時30分
はじめてのガーデニング	5月22日(日)9時30分～11時30分 〃　13時30分～15時30分 6月12日(日)9時30分～11時30分 〃　13時30分～15時30分
楽しむ観葉植物	5月28日(土)9時30分～11時30分

延岡市の人口と世帯数（令和4年4月1日現在）

人口 … 115,583人（前月比722人減）
（男）… 54,784人　（女）… 60,799人
< 3月1日～31日 >
出生50人、死亡182人、転入509人、転出1,099人
世帯数 … 51,234世帯

市政情報発信中！

ケーブルメディアワイワイ < 999ch >

▶のべおか市政だより（3分間）
市のお知らせなどを発信

放送時間	
月～木曜日	18：27～21：00～
金曜日	18：22～21：00～
土、日曜日	17：35～20：57～

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お知らせ

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）
イベント情報などをお知らせ

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

▶PickUpのべおか（10分間）
注目の話題を現地からお届け

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～

※ 新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、広報のべおかに掲載しているイベントや催しなどが、中止・延期になる場合があります。開催状況については、各イベントの問い合わせ先へご確認ください。

広報のべおか 5月号
2022.5.1 No.958

発行／延岡市 編集／総務部総務課
〒882－8686 宮崎県延岡市東本小路2番地1
☎(0982)34－2111（代表） FAX(0982)34－2110

延岡市ホームページ
https://www.city.nobeoka.miyazaki.jp/
携帯はこちらから

出典：政府広報オンライン
https://www.gov-online.go.jp/tokusyu/seinen_18/index.html

5月は消費者月間です

令和4年度の消費者月間の全国統一のテーマ
考えよう!大人になるとできること、気を付けること～ 18 歳から大人に～

18 歳から大人に

民法が改正され、2022 年4月1日から成年年齢が 18 歳になりました。

大人になると、できることが増える分、責任も生じます。例えば、クレジットカードなどの契約を一人でできるようになりますが、同時に、一度結んだ契約は簡単には取り消せなくなります。

責任ある大人として、人や社会、地域などにも配慮した、「自分で考える消費者」、「騙されない消費者」になることが重要です。

18 歳・19 歳に気を付けてほしい消費者トラブル

独立行政法人国民生活センターでは、新たに成年になる 18 歳・19 歳の人に向けて、特に気を付けてほしい消費者トラブルとして、もうけ話、美容関連、定期購入、新生活関連、SNS きっかけ、出会い系、異性・恋愛関連、仕事関連、借金・クレカ、通信契約などをあげています。

この機会に消費者トラブルとその対策について、周りの大人と一緒に考えてみましょう。

消費者トラブルにあわないために

消費者トラブルは、新たに成年年齢になった人だけの問題ではありません。

だまされない、巻き込まれないために、この機会に消費者トラブルとその対策について考え、家族など周りの人と対策を考えておきましょう。

≪消費者トラブルの対策例≫

○契約する前によく考え、家族など信頼できる人に相談する
○儲け話をうのみにしない
○契約をせかされたら、きっぱり断る
○借金を勧める業者に注意する
○クレジット契約は慎重に判断、契約する
○困ったときは消費生活センターに相談する

消費者トラブルの相談先

▶延岡市消費生活センター ☎ 26－0111
▶宮崎県消費生活センター延岡支所 ☎ 31－0999
▶消費者ホットライン 局番なしの 188（いやや！）

参考になるホームページ

政府広報オンライン　国民生活センター

問 男女共同参画推進室 ☎ 22－7056 FAX 23－1145 ✉ danjo@city.nobeoka.miyazaki.jp