

きたがわ

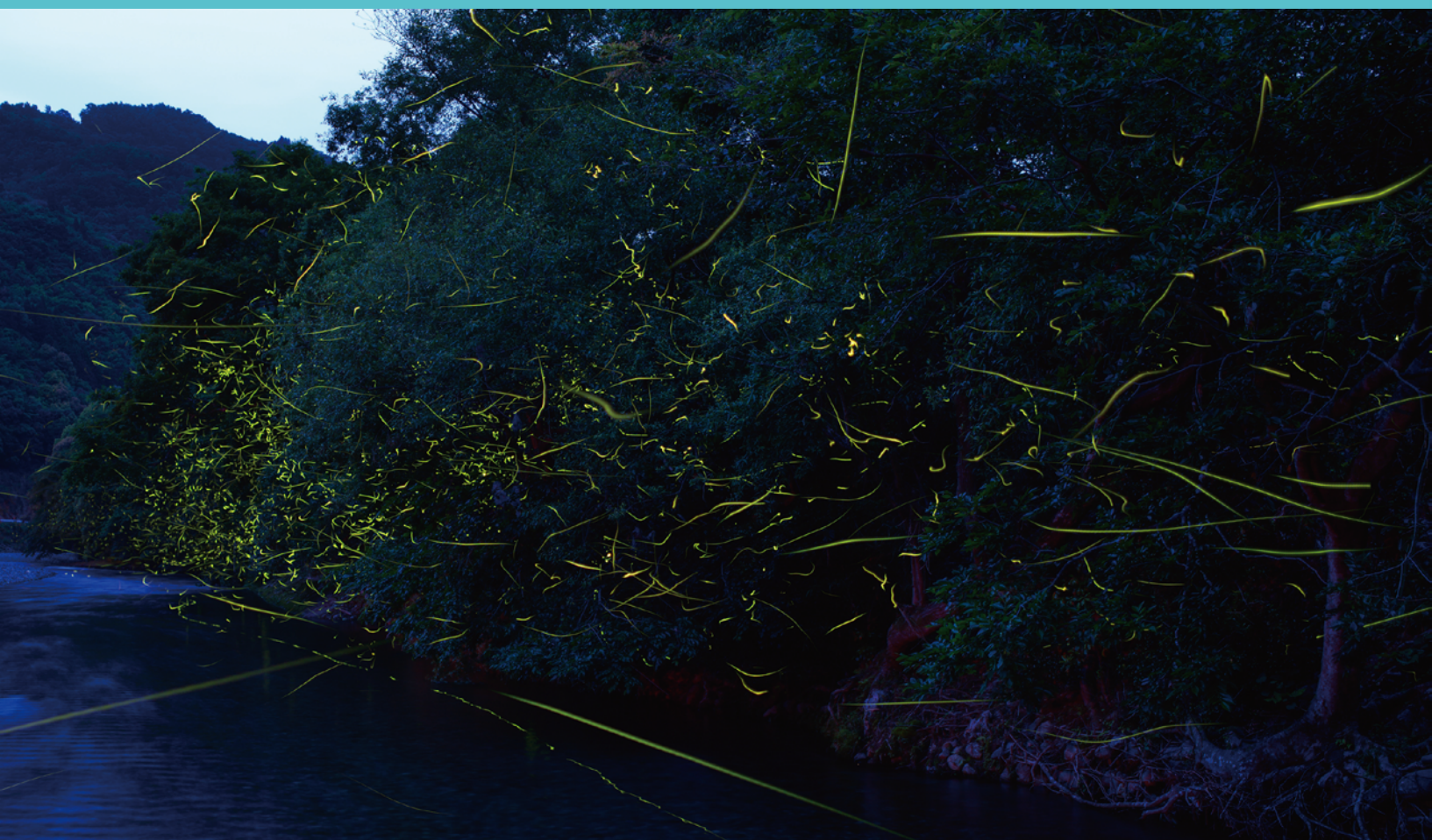
延岡市
NOBEOKA KITAGAWA
北川総合支所だより

北川のホタル

この時期、北川町のあちこちでゲンジボタルの乱舞が見られます。北川のような大規模河川でホタルが発生するのは全国的にも希なこと。今年は、エサとなるカワニナが多かったり、大水が出ていなかったりと好条件が揃っていて、昨年よりも多く見られているようです。

No.176
2022年

6月



- 黒木誠さんが藍綬褒章を受章
- 道の駅北川はゆまがリニューアル
- 令和4年度の各区長さん決まる
- 北川町消防団の新体制決まる
- マイナカーをご存じですか？
- 北川地域ユネスコエコパーク
拠点施設整備基本構想とは
- がん検診の申込みはお済みですか？

北川町の人口と世帯数 令和4年5月1日時点(前月比)

男	1,460人	(-3)
女	1,653人	(-1)
計	3,113人	(-4)
世帯数	1,593世帯	(-3)

お詫びと訂正 4月号と5月号の人口の合計数に誤りがありました。正しくは次のとおりです。
4月号 誤 3,137人(-6) 正 3,139人(-4)
5月号 誤 3,137人(-22) 正 3,117人(-22)

黒木 誠さん(上赤)が藍綬褒章を受章されました！

黒木さんは、1986年に当時の北川町消防団（現在の延岡市消防団第5支団北川第2分団第14部・上赤）に入団以来、36年の長きにわたって消防団活動をされてきました。2015年から6年間は副分団長を務め、昨年4月からは分団長に就任され、団の運営と後進の育成に尽力されています。これらの功績が認められ、今回の受章となりました。黒木さん、おめでとうございます。



道の駅北川はゆまがリニューアル！

道の駅北川はゆまは、宮崎県の北の玄関口として多くの方に利用されています。大分県佐伯市から宮崎県川南町までの区間の高速道路上にサービスエリア（SA）が無いいため、休憩や食事のできる場所として多くの方が利用されています。延岡市では昨年の夏頃から施設内スペースの拡張と防災機能の向上を図るため、改装工事を行ってきました。先行して拡張工事が完了したレストランでは、4月23日、24日にリニューアルイベントを開催し、整備が進む施設西側の駐車場（国道10号沿い）と防災トイレ、東側の障がい者用駐車場も順次完成しています。全体の工事が完了した際は、改めて詳しくご説明いたします。



レストラン・テイクアウトコーナーを充実！

総席数約125席で、座敷席を3カ所から5カ所に増やし、食事中もくつろぎやすくなりました。業務の効率化と新型コロナ感染対策を兼ねた対人非接触型注文システムの専用タブレットを全席に設置し、「宮崎うめもん定食」などの新メニューも提供しています。

テイクアウトコーナーは、以前の3倍ほどの面積に拡大。ホットスナックやドリンク、ご当地素材を使ったソフトクリームなどを販売しています。また、長距離トラックのドライバーから要望の多かったインスタントカップ麺なども販売しています。



授乳室やパウダーコーナーも新設

国土交通省により、障がい者用駐車場近くの男女トイレ、障がい者用トイレが改修されました。全て洋式トイレに変更し、女性用個室などを増設。授乳室やパウダーコーナーも新設されています。



災害時の避難スペースとしても活用されます！

レストランに設けられた会議室は、台風などの災害時に避難スペースとして開放される予定。広さは約8畳で、避難状況によっては、レストランホールの一部も活用されます。また、自家発電システムもあり、万が一の時でもある程度の対応ができるようになっています。



令和4年度の各区長さんが決まりました！

令和4年度の北川町内各区の区長さんが次のとおり決定しました。よろしくお願いたします。敬称は省略させていただきます。

地区名	区長名	地区名	区長名	地区名	区長名
下塚	矢野 朋巳	白石	河原 今朝信	家田	河野 一郎
松瀬	宮脇 正雄	深崎	小野 喜志男(新)	川坂	安藤 俊則(新)
葛葉	小野 利弘	八戸	小野 栄久	飛石	赤木 正久
瀬口	米田 安壮	下赤	伊藤 克将	本村	木本 一男(新)
深瀬	茂 健次(新)	上赤	矢野 隆太	俵野	岩田 数馬
熊田	北林 俊一	祝子川	石見 誠		

※北川町区長連絡協議会の役員は、会長 赤木正久さん(飛石区長)、副会長 小野栄久さん(八戸区長)、事務局長 北林俊一さん(熊田区長)となりました。

北川町自治公民館連絡協議会の役員は、会長 赤木正久さん(飛石区長)、副会長 米田安壮さん(瀬口区長)、事務局長 北林俊一さん(熊田区長)となりました。

北川町の安心安全をお願いします！消防団の新体制です！

令和4年度の延岡市消防団第5支団(北川)の体制は、次のとおりです。北川町に住む皆さんの安心安全のため、日頃から防災活動を行い、有事の際は、初期消火活動など尽力いただく消防団の皆さんに感謝申し上げます。これからも北川町の消防・防災活動をよろしくお願いたします。

役職名(部名・地区名)		氏名	役職名(部名・地区名)		氏名
副団長		畠中 弘幸	北川第2分団	第4部	八戸 伊東 申明
北川第1分団 分団長		井本 厚徳		第5部	祝子川 石本 研治
北川第2分団 分団長		黒木 誠		第12部	白石 木原 純太
北川第3分団 分団長		甲斐 君博		第14部	上赤 伊藤 玄忠
北川第1分団 副分団長		赤木 邦彦		第15部	下赤 広瀬 富也
北川第2分団 副分団長		小野 真介		第17部	深崎 柴田 圭
北川第3分団 副分団長		横山 竜二	北川第3分団	第6部	飛石 木津 公志
北川第1分団	第1部	熊田 赤木 浩也		第7部	川坂 藤井 純
	第2部	瀬口 林田 憲幸		第8部	本村 上田 茂泰
	第3部	松瀬 宮脇 昌博		第9部	俵野 児玉 庄太郎
	第11部	深瀬 茂 佑亮		第10部	家田 田島 雄一郎
	第13部	下塚 小野 敬通	団本部	総合支所	塚本 竜一
			支所担当		谷口 亜虎

マイナカーをご存じですか？

延岡市では、ご自分でお手続きをすることが困難な市民の方のために、マイナンバーカードの取得申請をお手伝いする専用車両、通称「マイナカー」を導入しました。予約をいただければ、職員が公民館や事業所などに直接出向き、顔写真を撮影して申請をサポートします。

必要な書類をあらかじめ揃えていただければ、マイナンバーカードをご自宅に郵送することも可能です。詳しくは市民課までお気軽にお問い合わせください。

皆様の申請をお待ちしています！

○訪問可能日時

平日(月～金曜)及び第2、第4日曜日の9時から16時の間

○予約について

- ・受付時間 平日(月～金曜) 8時30分から17時15分
- ・予約方法 市民課(電話22-7015)まで、お電話ください。
- ・予約期限 希望日の1週間前までにご予約をお願いします。

○その他

事業所や自治会単位で受付しておりますが、足の不自由な方、市役所まで行く交通手段がない方に対する個別訪問もご相談を受け付けています。

北川地域ユネスコエコパーク拠点施設整備基本構想とは

構想策定の目的

2017年6月に「祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク」が登録されました。この中で、北川地域の役割や各施設のあり方及びその整備方針を検討し、エコパークを活用した北川地域独自の活性化を図るため、

- ① 道の駅北川はゆまを起点とする観光周遊プログラムづくり
- ② 拠点施設（ホテルの里休暇村、祝子川温泉美人の湯）の活用方法を含めた施設整備の方策を検討する「北川地域ユネスコエコパーク拠点施設整備基本構想」を策定しました。

策定の方向

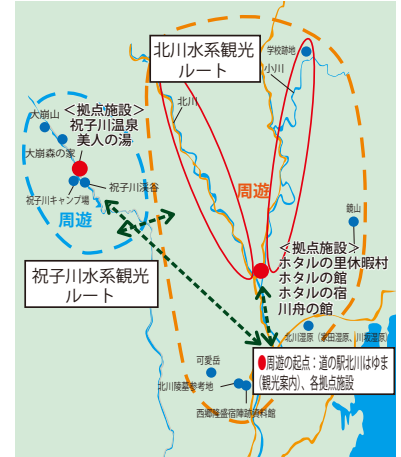
- (1) 基本的な考え方
自然と共生する地域づくりと観光による地域活性化に視点を置きます。
- (2) 北川エコパーク（北川地域ユネスコエコパークの略称）観光周遊ルートの形成
観光周遊ルートは、道の駅北川はゆま（観光案内所）、2つの拠点施設を起点・終点とする「北川水系」と「祝子川水系」の2系統で形成します。

①北川水系観光ルート

- | | |
|---|---|
| <p><拠点施設>
ホテルの里休暇村
（ホテルの館、ホテルの宿、川舟の館）</p> | <p><主な観光スポット>
ア. ホテルの里休暇村 イ. 北川湿原 ウ. 鏡山
エ. 北川・小川
オ. 西郷隆盛宿陣跡資料館、北川陵墓参考地
カ. 可愛岳</p> |
|---|---|

②祝子川水系観光ルート

- | | |
|-----------------------------------|---|
| <p><拠点施設>
祝子川温泉美人の湯</p> | <p><主な観光スポット>
ア. 祝子川温泉美人の湯 イ. 祝子川キャンプ場
ウ. 祝子川溪谷 エ. 大崩山 オ. 大崩森の家</p> |
|-----------------------------------|---|



拠点施設：観光交流館「エコパーク・ホテルの里」（仮称）プロジェクト

ホテルの里休暇村を北川エコパーク及び北川水系観光ルートの拠点施設として位置付け、ホテルの里休暇村を

- ① エコパークへの理解を深めるための機能～ビジターセンター～
- ② 観光ワンストップサービスを提供する機能～観光コンシェルジュ（お世話係）～
- ③ 交流スペース・サービス、スポーツ合宿機能、レンタサイクル基地 ～おもてなし～
- ④ ホテルの名勝地再生活動

という4つの視点に立って、施設・設備のリニューアル及び快適・便利な観光交流サービスを提供します。

拠点施設：「祝子川温泉エコパークセンター」（仮称）プロジェクト

ユネスコエコパークの「核心地域」である大崩山の麓、祝子川の源流に位置する祝子川温泉美人の湯を祝子川水系観光ルートの拠点施設として位置付け、

- ① 「癒(い)やす」…温泉、休憩、食事、宿泊、特産品の提供等の場としての機能 ～くつろぎ～
 - ② 「学ぶ」…大崩山や祝子川のエコパークへの理解を深める場としての機能 ～ビジターセンター～
 - ③ 「楽しむ」…観光案内、体験プログラムの企画・実施、情報発信の場としての機能 ～おもてなし～
- という3つの視点に立って、施設・設備のリニューアル及び快適・便利な観光サービスを提供します。

「道の駅北川はゆま」の施設・設備及びサービス機能充実として次の2点に取り組みます。

- (1) 北川地域の観光情報の提供機能の強化・充実
- (2) 地域振興機能の拡充・強化

今後の主な取組として、次の5つの点に取り組みます。

- (1) 住民と行政が連携した観光交流館「エコパーク・ホテルの里」(仮)・「祝子川温泉エコパークセンター」(仮)の整備
- (2) 観光人材の確保と育成
- (3) 通年型の観光スポットづくり
- (4) 高度情報通信基盤の整備
- (5) 行政と民間の役割分担と連携

お知らせ

今後、「北川地域ユネスコエコパーク拠点施設整備検討委員会（仮称）」を設立し、幅広く意見を聞きながら具体的な施設改修の計画を策定していく予定です。この検討委員会で活動していただく方を若干名募集します。詳しくは、地域振興課（電話46-5010）までお問い合わせください。

がん検診の申込みはお済みですか？

要予約



下記のとおり、検診車によるがん検診を行います。

胃がん検診、大腸がん検診については、今月末に予定している特定セット健診をご利用ください。

日 程	受付時間	場 所	内 容	料 金
6月10日(金)	9:00~10:00	北川体育館	子宮頸がん	1,200円(*)
6月21日(火)	9:00~15:30		乳がん	2,500円(*)
6月22日(水)	9:30~11:30		肺がんヘリカルCT	5,000円

*料金の減免があります。

対象者等、詳しくは5月にお配りした「健診ガイド」をご覧ください。

申込み・問い合わせ先 健診申込み専用電話 ☎29-2217 北川総合支所市民サービス課 ☎46-5012

《男女別罹患状況》

日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。発症には喫煙・飲酒・塩分の摂りすぎや野菜不足・運動不足・肥満など日頃の生活習慣も関係しており、がんになる可能性は誰にでもあります。

がんは、今、私たちにとって身近な病気となり、予防と早期発見・早期治療のためには、検診を定期的に受けることが重要です。

	男 性	女 性
1位	前立腺	乳房
2位	胃	大腸
3位	大腸	肺
4位	肺	胃
5位	肝臓	子宮

出典：全国がん登録報告2018年

健康だより Vol.8 「歯の健康について」



歯ブラシはペンを持つようにすると、力が入りすぎず、丁寧に磨けます。

考えよう

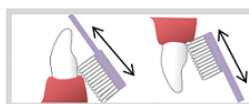
「8020運動」は『80歳になっても自分の歯を20本以上保とう』という運動です。歯の本数と食品を噛む能力に関する調査によれば、20本以上の歯が残っていれば、硬い食品でもほぼ満足に噛めることが科学的に明らかになっています。「8020運動」は高齢者のことと受け取られがちですが、達成するためには子供の頃からの歯科保健対策が必要です。今回は歯の健康についてです。

歯を失う主な原因にむし歯がありますが、むし歯は歯の表面のプラーク(歯垢)の中の細菌により、飲食物の糖分をもとに作り出された酸が歯を溶かすことで生じます。“歯の溝”や“歯と歯の間”、“歯ぐきに接する部分”に発生しやすく、また大人のむし歯の場合、“歯の詰め物の裏側”と“歯周病により歯の根面が露出した部分”にも起こりやすいのが特徴です。

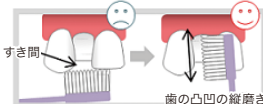
むし歯を引き起こすプラークをある程度取り除いてくれるのが歯磨きですが、一生涯自分の歯で食べられるよう毎日効果的な歯磨きを心がけましょう。



歯と歯ぐきの境目は、歯ブラシの毛先を約45度あて、横に小刻みに動かします。



歯の並びや形に合わせて、歯ブラシの角度やあて方を変えるとよいでしょう。



歯がでこぼこした場所は歯ブラシを縦に入れるとうまく磨くことができます。

(引用：大阪府HP「基本的なブラッシング(歯磨き)方法」より)

定期的に歯科健診を受けましょう



◆対象者：18歳以上の延岡市民 ※歯科治療中の方は対象外

◆内 容：口腔内検査(無料)

～希望される方は、市内の歯科医院に直接お問合せください～



北川分館 コーナー

お問い合わせ
延岡市立図書館 北川分館
〒889-0192 延岡市北川町川内名7250
☎ 46-2047

休館日
毎週月曜日、毎月第1金曜日
(祝日の場合は開館します)

6月6日(月)～6月17日(金)
(特別資料整理期間)

開館時間
火～金・・・午前9時～午後7時
土日祝・・・午前9時～午後5時

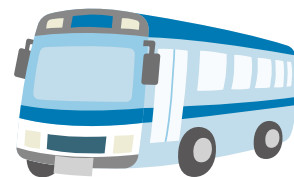
「6月の長期休館・せせらぎ号運休のお知らせ」

特別資料整理期間のため、6月6日(月)から6月17日(金)まで、図書館は休館となります。
また、せせらぎ号も運休いたします。

休館中の図書の返却には、正面玄関横の『返却ポスト』をご利用ください。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

「せせらぎ号」でも雑誌が 借りられるようになりました♪

雑誌の貸出がバーコード読み込みでスムーズになり、「せせらぎ号」でも貸出ができるようになりました。ただし、最新号は翌月からの貸出になります。この機会にぜひ、ご利用ください。



「ブックリサイクル」を行いました。

4/23～5/10の間、GW企画として、保存期間が過ぎた雑誌や寄贈いただいた本、除籍した本などの再利用を目的としたブックリサイクルを行いました。



4月のイベントから

絵本「ぞうのエルマー」のちぎり絵をしました。カラフルで綺麗なエルマーができあがりました！

イベント 簡単工作！

- 6月15日(水)
15:30～17:00
- 場所：北川分館 子ども図書室
- 対象：小学生

※詳しくは北川分館まで問い合わせください。





新刊コーナーからのおすすめ

(情報提供：図書館流通センター)

●ピーナッツ大図鑑／サイモン・ピークロフト (河出書房新社)



世界中で愛される「ピーナッツ」。生みの親チャールズ・M・シュルツの創作の秘密、各キャラクターの人物像、作品に刻まれた歴史など、その多様な世界のすべてを掘り下げる。没原稿やラフスケッチなど貴重な資料も多数収録。

●剣持麗子のワンナイト推理／新川帆立 (宝島社)



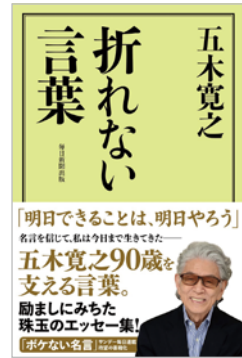
亡くなった町弁のクライアントを引き継ぐことになってしまった剣持麗子。大手法律事務所で働くかたわら、主に深夜に一般民事の相談にも乗る羽目に…。「元彼の遺言状」のヒロインが徹夜で謎解きするミステリー短編集。

●いきもの六法／中島慶二 他 (山と溪谷社)



その生き物、採っても大丈夫? ペット関連を除く、自然の生き物たちに関する法律を、生物・環境ごとに章分けした上で、法規制が「種・場所・種と場所・その他」のどれに対してかかっているかで分類し、わかりやすく紹介する。

●折れない言葉／五木寛之 (毎日新聞社)



「人間万事塞翁が馬」「経験は、人生を狭くする」「死とは元気に帰ること」「渡る世間に鬼はない」…。作家・五木寛之が日々を生きるなかで大きな支えとなった言葉を選び、感想を綴る。『サンデー毎日』連載を改題し単行本化。

●ひとつひとつ、たいせつに。／川原恵美子 (SBクリエイティブ)



相手を思う料理はおいしい。無理を無理と思わないのが健康の元…。手打ちそば店「田舎そば川原」を営む75歳のユーチューバー・恵美子さんが、人・食・物との縁を大切にすることでたどり着いた幸せ術を伝える。レシピも収録。

●ぼうさい 一生つかえる! おまもりツールえほん／山村武彦 (学研プラス)



世界中の災害調査で得た教訓をもとにした「命を守る実践的知識」を紹介。15の準備ルールと、20の「いる場所」別行動のルールを厳選紹介する。すごろく風チェックリスト、非常持ち出し袋に入れるものなども収録。

●少年のための少年法入門／山下敏雅 (旬報社)



「人を殺してしまったら、僕は死刑になりますか?」2022年4月に施行される改正少年法。少年事件のストーリーを読み進めながら、その考え方としくみを知ることができる入門書。少年法Q&Aや少年法全文も収録。

●おたまたげクイズ500／ジェーン・ウィルシャー (鈴木出版)



世界初の電話で話された最初のことは? 人間の数より自転車の数のほうが多い都市は? 知っていると役に立つ事実から、全く役に立たない事実まで、たくさんの雑学が身につく500のクイズを収録。



6月の主な行事・イベント

- 10日(金) 子宮頸がん検診 9:00~10:00 北川体育館 / 子牛検査 町内農家
 12日(日) 夏季移動消防学校 消防本部
 15日(水) 行政相談所 9:00~12:00 北川老人福祉館
 21日(火) 乳がん検診 9:00~15:30 北川体育館
 22日(水) 肺がんヘリカルCT検診 9:30~11:30 北川体育館
 23日(木) 特定セット健診 9:00~10:30 ホタルの館
 24日(金) 特定セット健診 9:00~10:30 ホタルの館
 29日(水) 特定セット健診 9:00~10:30 ホタルの館
 30日(木) 特定セット健診 9:00~10:30 ホタルの館



▼令和4年7月の主なイベント・行事予定(6月1日現在)

- 3日(日) 第5支団操法大会 北川総合運動公園
 8日(金) 北川ダム湖夏季交流会 8:30~ 北川ダム・白石河川敷
 13日(水) 高齢者大学 9:45~10:45 北川多目的研修集会施設(北川分館2階)

せせらぎ号巡回カレンダー



6月21日(火)

永代(赤木工業前)	9:35 ~ 9:50
矢ヶ内(矢野治善さん宅前)	14:15 ~ 14:30
下塚(旧片岡商店前)	14:45 ~ 14:55
市棚(市棚駅前)	15:20 ~ 15:35
瀬口(瀬口集会所)	15:40 ~ 16:00

6月22日(水)

八戸(梓建設前)	10:00 ~ 10:20
下赤(消防車庫前)	10:30 ~ 10:50
上赤(上赤バス停)	11:00 ~ 11:20
祝子川(田中養鶏場)	12:10 ~ 12:30
深崎(ひまわり荘)	14:00 ~ 14:20

6月23日(木)

本村(バス停)	10:00 ~ 10:30
川坂(鳥居前)	10:40 ~ 11:00
本村(きたがわ荘)	12:30 ~ 12:55
俵野(西郷資料館前)	14:00 ~ 14:20
本村(長井郵便局前)	14:30 ~ 14:50

6月24日(金)

白石(赤木忠一さん宅前)	9:45 ~ 10:05
屋形原(一宮タツ子さん宅前)	10:15 ~ 10:30
野上(小倉昆布工場)	12:05 ~ 12:45

6月21日(火)

北川中学校	13:00 ~ 13:25
-------	---------------

6月未定(木)

北川小学校(低学年)	13:05 ~ 13:45
------------	---------------

6月未定(金)

北川小学校(高学年)	13:05 ~ 13:45
------------	---------------

6月21日(火)

くまた保育園	10:30 ~ 11:20
--------	---------------

6月23日(木)

長井保育所	10:00 ~ 10:30
-------	---------------

健康手帳を活用してみませんか!

健康手帳には、

- 健康に関する情報
- 血圧、歩数、体重の記録表
- 各種健(検)診の記録表

など、ご自分の健康管理に役立つ内容が掲載されています。記録は1年分を日ごとに記入でき、からだの変化を見ることができます。またウォーキングに取り組まれている方は、歩数を記録することで健康づくりへの励みにもなると思います。健康手帳を持つことで、ウォーキングを始めるきっかけにもなるかもしれません。

発行は、北川総合支所市民サービス課でいつでもできます。手帳を活用して、健康の保持・増進を目指しましょう。

のべおか健康マイレージアプリも使って お得に健康づくりしませんか

歩いた分だけポイントが貯まる 貯めた分だけお買い物に使える

のべおか健康マイレージとは…

1日4000歩以上歩いて1~7ポイント、体重や体温を入力するだけで各1ポイントが毎日もらえます。そのほか、アンケートや健康づくりイベントの参加でポイントがもらえ、貯めたポイントは、のべおかCOINアプリに移して、市内加盟店でお買い物ができるというものです(1ポイントは1円)。

アプリの入手は「のべおか健康マイレージ」で検索してください。

担当課・問い合わせ先 健康長寿課 ☎22-7072

編集後記

▼5月の大型連休は、コロナ禍3年目にして緊急事態宣言など制限のない連休だった。街中では県外ナンバーの車も多くみられたし、商業施設や観光地など各地で賑わったようだ。▼再開が進む福岡では、この連休に合わせて巨大な商業施設が2つもオープンしたり、延岡でも大型店舗がオープンしたりと経済面でも活動が活発となっていると感じる連休でもあった。しかし、いまだコロナの影響は大きく、ちょっと豪華な食事をと足を運んだ有名老舗寿司店が閉店していてガッカリしたと寂しい話も聞いたし、飲食業界はまだ大変だ。▼連休といえば、今年は「祝日当たり年」と言われている。なぜかと言えば、今年は、振替休日が無いうえに土日と祝日の並びが良いため、3連休が昨年の2倍以上の9回もある。1月から5月までは毎月3連休があって、その後もバランス良く?連休がやってくる。家族サービスもよし、自分磨きに使ってもよし、仕事の疲れを発散するのもよし、うまく休みを使って心身ともにリフレッシュしたいものだ。もうすぐ夏休みもやってくる。子どもたちは待ち遠しいだろう。できるだけコロナの影響が薄くなって、休みを満喫できるよう願っている。

北川総合支所に御用の方は、電話番号をお間違えないようご注意ください。

地域振興課 ☎46-5010 産業建設課 ☎46-5015 夜間休日 ☎46-2001
 市民サービス課 ☎46-5012 教育委員会北川分室 ☎46-2017