

延岡市 北川総合支所だより

きたがわ

2023

6

June

No.188

NOBEOKA KITAGAWA



撮影地：本村区山下

ホタル乱舞！今年も多くのホタルが見れました！

- 矢野博則さんが瑞宝単光章を受章されました！
- 新しい人権相談委員さんをご紹介します！
- 今年のホタル発生状況
- 災害に備えましょう！
- 新型コロナワクチン接種・5種移行後の対策について

北川町の人口と世帯数

令和5年5月1日時点（前月比）

男 1,422人（+4）

女 1,590人（-5）

計 3,012人（-1）

世帯数 1,573世帯（+4）

矢野博則さん（松瀬在住）が瑞宝単光章を受章されました！

矢野博則さんは、昭和55年1月に旧北川町消防団に入団され、以来、37年の永きにわたって常に率先して消防団活動をされました。延岡市との合併後は、延岡市消防団の指導者として、団員の資質向上、育成強化に尽力され、また、副分団長、分団長、副団長も歴任し、団の組織力向上にも貢献されました。今回、これらの功績が認められ、受章となりました。矢野さん、この度の受章おめでとうございます。



新しい人権相談委員さんを紹介します！

これまで人権相談委員を務めていただいた矢野純雄さん(下赤区)が勇退され、新しく松谷勝希さん(本村区)が4月から就任されましたので、ご紹介します。松谷さんにはこれから3年間、人権相談委員として定期の法務局での相談業務や人権啓発活動、特設人権相談所などの活動を行っていただきます。



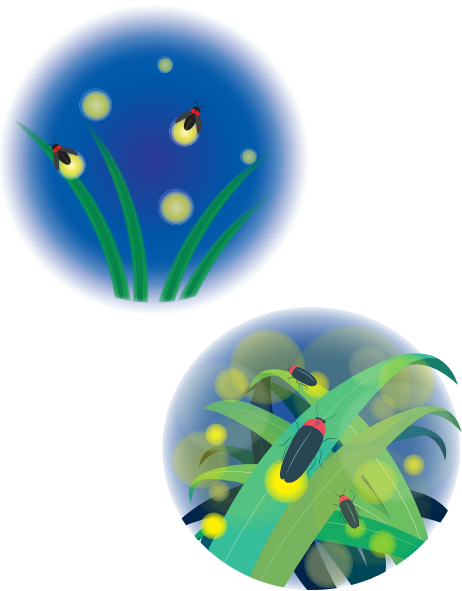
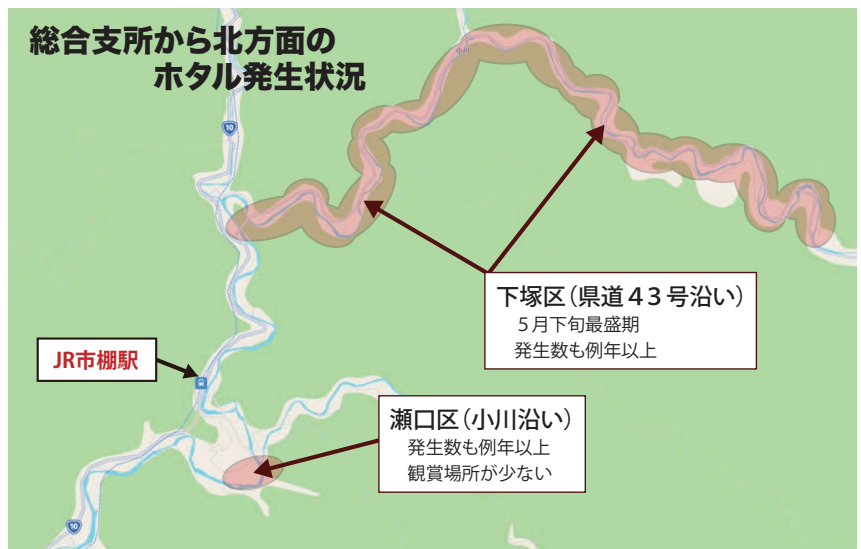
問い合わせ先 地域振興課 ☎ 46-5010

今年のホタル発生状況

今年は、5月の連休明けからチラホラ飛び始めたという情報が入り、15日には長井方面で多くのホタルの乱舞が見られました。日を追うごとに瀬口、松瀬、下塚と発生が拡大していきました。今年は、北川町各地で例年以上のホタルが見られたようです。

問い合わせ先

地域振興課 ☎ 46-5010



災害に備えましょう！

これから梅雨や台風シーズンとなり、大雨などによる災害が発生しやすい時期となります。また、5月10日に石川県能登半島沖でM5.0、翌11日には、北海道日高地方東部、千葉県南部、沖縄県宮古島近海でM5クラス、13日にも鹿児島県トカラ列島近海でM5.9の地震が頻繁に発生しており、発生が予想されている首都直下型地震や南海トラフ地震などの危険性も高まってきたと報道されるようになってきました。

これから迫りくる災害に対して、日頃から防災意識を持ち、各家庭で食料や飲料の備蓄、避難場所や避難経路の確認などを備えることが大切です。

■災害が起こる前にやっておきたいこと

・日頃からできる安全対策をしましょう！

非常用持ち出し品を用意しましょう。

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から保存の効く食料や飲料水を備蓄しておきましょう。

○食料・飲料・生活必需品などの備蓄例(人数分用意しましょう)

- ・飲料水 3日分 (1人1日3リットルが目安)
- ・非常食 3日分の食料としてご飯(アルファ米など)、ビスケット、板チョコ、乾パンなど
- ・トイレトーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロなど

※大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。

※飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から水道水を入れたポリタンクを用意したり、お風呂の水をいつも張っておくなどの備えも有効です。

※地震で破損した窓ガラスなどでケガをしないように、就寝時は枕元に靴を用意するとリスクを軽減できます。

・避難場所や避難経路を確認しましょう！

いざ災害が起きたときにあわてずに避難するためにも、避難場所や避難経路を事前に確認しておきましょう！



■のべおかポータルを活用しましょう！

延岡市が提供する各種公式アプリやオンライン申請等のWebサイトを1つにまとめた「のべおかポータル」を令和4年12月よりリリースしています。

「のべおかポータル」は、本市からのお知らせや日常生活における行政情報をスマートフォンでお気軽にご覧いただけるアプリで、この中に防災関係のアプリもあります。「のべおかポータル」では、市民の皆さまの暮らしがよりよくなるよう今後も機能拡充を図ってまいりますので、ぜひお手持ちのスマートフォンにダウンロードしてご利用ください。

なお、ダウンロードは、各プレイストアで「のべおかポータル」と検索して行ってください。

新型コロナワクチンの接種・5類移行後の対策について

【新型コロナワクチン】

～5月8日から、接種対象者が変わりました～ 接種費用は無料

接種対象者	接種するワクチン
① 令和6年3月末時点で65歳以上 (昭和34年4月1日までに生まれた人)	オミクロン株対応2価ワクチン (ファイザーまたはモデルナ) ※5～11歳は小児用ワクチンです 前回から3か月以上経過すれば接種可
② 5歳～64歳以下で以下のいずれかに該当する人 ・基礎疾患等がある ・基礎疾患はないが、医師に「重症化リスクが高い」と言われた人(妊娠中の方など) ・医療従事者、施設等の従事者	
③ 5～11歳で2回目または3回目まで接種が完了しているが、オミクロン株対応2価ワクチンを未接種の人	
④ 生後6か月以上で、1・2回目接種を完了していない人 ※4歳以下は3回目まで含む	従来株ワクチン (ファイザーまたはノババックス) ※生後6か月～11歳は乳幼児用・小児用のワクチンです

○接種券の発送

65歳以上の人…前回接種から3か月経過後に接種券を発送

64歳以下の人…(オミクロン未接種の人)前回接種から3か月経過後に接種券を発送

(オミクロン接種済の人)接種対象者②に該当する場合は申請により接種券を発行

(申請方法)

・窓口または電話 地域医療政策課(市役所2階) 電話22-7066

受付時間 8時30分～17時15分(平日のみ)

・インターネット (市ホームページ 申請フォーム)

QR⇒



【予約方法】 接種券が届きましたら、ご予約は可能です。

コールセンター TEL 0120-577-113(午前8時30分～午後7時 土日祝日含む)

電話番号のかけ間違いにご注意ください

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



【5類移行後の対策】

コロナウイルスの感染症法上の位置づけが5類へ移行したことにより、国や県の取り組みが変更になりましたが、専門家は今年も夏と冬の感染拡大を予想しています。

延岡市は深刻な医師不足等の状況にあることから、延岡市医師会と協力して週1回は感染情報の発信を行い、感染者が急増する場合は延岡市独自の警報・注意報を発出し、広報誌・ホームページ・SNS・新聞広告などを利用して注意喚起を行います。

<相談体制>

なんでも相談センター(年中無休:電話 20-7105)において、コロナ関連の相談を受け付けています。必要に応じて、該当機関の紹介や担当課への引継ぎを行います。

<市民の皆様へのお願い>

感染予防対策を心がけ、万一の事態に備え、日頃から1週間程度の食料品や薬(解熱鎮痛剤・整腸剤など)の備蓄をお願いします。

問い合わせ先 延岡市新型コロナウイルスワクチン接種推進本部 (事務局:地域医療政策課) ☎ 22-7066

本人に代わってマイナンバーカードを受け取れる条件が緩和されました

令和5年4月1日から、代理人に対するマイナンバーカードの交付条件が緩和され、代理交付が可能な方の対象範囲が拡大しました。代理交付に必要な書類を揃えれば、本人の来庁がなくとも代理人へのカードのお渡しが可能です。

- 代理交付が可能となる方は以下の通りです。

高校生・高専生・海外留学生・未就学児、成年被後見人、被保佐人、被補助人、75歳以上の方、障がい・要介護・要支援認定を受けている方、妊娠中の方、施設・病院に入所中の方、遠隔地（県外等）へ出張中の方

なお、代理交付の際は代理権の確認の為、追加で必要な本人確認書類等があります。本人の来庁が難しく、代理交付を希望される方は必ず“事前に”市民課へご相談ください。

CHECK!



ご事情があり、窓口でマイナンバーカードを受け取りに来られない方は、代理交付の活用をご検討ください。

問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル

☎ 0120-95-0178

マイナンバー
市民課 ☎ 22-7015

健康だより Vol.20 歯周病予防について考えよう

考えよう

歯は、食べ物を細かく噛み砕いて消化しやすくしたり、発音を助けたり、物を噛むことで脳に刺激を与えたり…私たちの生活に重要な役割を担っています。硬い食べ物でもほぼ満足に噛めるよう20本以上の歯を残すために、今回は歯を失う原因の多くを占める**歯周病予防**についてです。

歯周病とは、歯と歯ぐきの境目にプラーク（細菌の塊）がたまり、歯ぐきに炎症が起こる病気で、進むといずれ歯が抜けるだけでなく、歯周病菌や歯周病の炎症によって作り出される炎症性物質が、歯肉や歯ぐきにある細かい血管から血液中に入り全身に運ばれることで身体のいろいろな臓器に悪影響を及ぼしてしまいます（心臓病、脳梗塞、肺炎、糖尿病など）。「タバコを吸う」「柔らかい食べ物や甘い物が好き」「歯石を取ってもらったことがない」「歯並びが悪い」「口を開けて寝る」「肥満」などある人は歯周病になる可能性が高いと言われています*。

歯周病セルフチェック*

- ① 歯磨きのときに歯ぐきから血が出る
 - ② 歯ぐきが腫れることがある
 - ③ 歯と歯の間に物がはさまる
 - ④ 口臭が強いと言われたことがある
 - ⑤ 歯が浮いた感じがする
 - ⑥ 歯がグラグラする
- ◎日頃から歯と歯ぐきを鏡でチェックする習慣を透けましょう

歯が痛んだり、しみたりした時には歯科を受診されると思いますが、歯周病は痛みがあまりない初期のうちに対応することが大切です。左記①～⑥で1つでも該当した方、歯を失いたくなかったら早めに歯科で相談しましょう。

毎日の丁寧な歯磨きと定期的な歯石除去で1本でも多く自分の歯を残しましょう！（*）厚生労働省保健指導における学習教材集より

歯科健診をやっています

◆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、毎月第一金曜日…6月2日

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

ホタルの季節です

今年もホタルの飛び交う季節になりましたが皆さまにはいかがお過ごしでしょうか？さて、新型コロナウイルス感染症の感染法分類の5類移行により制限も見直しされてきていますが、北川分館では、入口での手指消毒や体調のすぐれない方の入館の自粛などを継続してお願いしております。ご理解、ご協力をお願いいたします。なお、図書整理を毎年6月に実施しておりましたが、本年は9月に予定しておりますのでお知らせいたします。

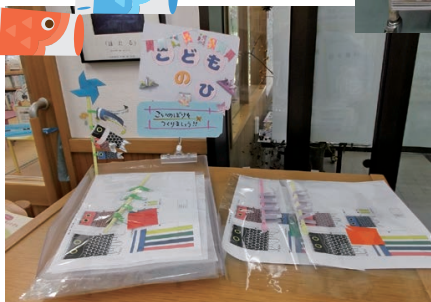
春の読書週間 (4/23～5/12)

期間中、北川分館では、「春のブックリサイクル」を開催しました。保存期間切れの雑誌や重複寄贈された本などを提供しました。



4月のイベントから

母の日のカーネーションを作りました。いろいろな色の花紙を使い楽しく作ることができました。お母さん喜んでくれるかな？



「こどもの日」にちなんで、「このぼり・かんたん工作コーナー」を設けました。

イベント

かんたん工作をします！

- 6月21日(水) 15:30～
- 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)

「中高生アスリートを応援! パフォーマンスがアップするラクうま部活弁当」

ほりえさちこ(著) / 田澤梓(栄養監修) (ナツメ社)



スポーツを頑張る中高生が喜ぶ、おいしくて栄養満点のお弁当レシピ集。スポーツ&男子・女子別基本部活弁当、たんぱく質たっぷりメインおかず、ビタミン・ミネラルたっぷりサブおかず等を収録。スポーツ栄養学の基本も解説。

「ピアニマン (BLUE GIANT 雪祈の物語)」

南波 永人(著) (小学館)



幼い頃、音が「色」に見えた少年・沢辺雪祈は、やがてジャズの魅力に取り憑かれ、運命の仲間たちと出逢う。目指すは「ソーブルー」での10代トリオ単独公演! 漫画「BLUE GIANT」もうひとつの物語。

「心を熱くするスラムダンクの言葉 SLAM DUNK SPECIAL WORDS」

齋藤 孝(監修) (きずな出版)



最後まであきらめない生き方、逆境でも折れない思考法、最高のチームの作り方、生きる道の見つけ方…。マンガ「スラムダンク」の名セリフを、キーワードや偉人の名言・名セリフとともに紹介。

「黄色い家 (SISTERS IN YELLOW)」

川上 未映子(著) (中央公論新社)



惣菜店に勤める花は、ニュース記事で黄美子が若い女性の監禁・傷害の罪に問われているのを見つけた。20年前花は、黄美子と少女たち2人と疑似家族のように暮らしていた…。

「家で楽しむ大相撲『観る相撲』のためのガイドブック」

ホビージャパン相撲部(著) (ホビージャパン)



メディア関連と合わせて「番付争い」や「取組編成」の仕組みを学び、家で観る大相撲の最大の楽しみかたを紹介するガイドブック。大相撲を扱うツイッターを見られるQRコード付き。

「毎日をかざろう! たのしいおりがみ 季節の行事をもちあげよう」

新宮 文明(著) (金の星社)



おりがみで毎日をたのしくしよう! 絵馬、おにのまめいれ、カーネーション、かぶと、すすき、かんたんおぼけ、リース…。日本と世界の季節の行事にまつわるおりがみのおり方を図でわかりやすく説明する。

「ゴリラ裁判の日」

須藤 古都離(著) (講談社)



ローズはとても賢く、言葉を理解し人間と「会話」ができるゴリラだ。人間の子供を助けるために、という理由で、夫ゴリラが射殺される。そしてローズは、人間に戦いを挑む。力ではなく、知恵と勇気を武器に。法廷で。

「おおきなりのもの ずかんえほん」

スズキ サトル(絵) (交通新聞社)



陸上、空、海など、いろいろな場所で活躍する大きなのりものをとりあげ、わかりやすいイラストとともに、仕組みや役割をくわしく解説する。のりもの同士の大きさをくらべられるパノラマページもあります。



6月の主な行事・イベント

- 2日(金) 北川地区民児協定例会 10:00～11:00 北川老人福祉館
 3日(土) 第35回北川ほたるまつり 18:00～21:00 北川総合運動公園駐車場
 11日(日) 夏季移動消防学校
 14日(水) 高齢者大学開校式 9:45～10:45 北川コミュニティセンター大会議室
 16日(金) 子宮頸がん検診 9:00～9:30 北川体育館
 21日(水) 乳がん検診 9:00～15:30 北川体育館
 27日(火) 延岡市子牛品評会 8:00～12:00 畜連(櫛津町)
 特定セット健診 9:00～10:30 ホタルの館
 28日(水) 特定セット健診 9:00～10:30 ホタルの館
 29日(木) 特定セット健診 9:00～10:30 ホタルの館

▼令和5年7月の主なイベント・行事予定(15日までの予定を掲載しています)

- 2日(日) 河川一斉清掃 町内
 4日(火) 特定セット健診 9:00～10:30 ホタルの館
 7日(金) 北川ダム湖夏季上中流交流 9:00～15:00 北川河川敷(白石区)
 12日(水) 第2回高齢者大学 9:45～10:45 北川老人福祉館



せせらぎ号巡回カレンダー

6/6(火)・6/20(火)

永代(赤木工業前)	9:35～9:50
矢ヶ内(矢野治喜さん宅前)	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

6/8(木)・6/22(木)

本村(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

6/6(火)

北川中学校	13:00～13:40
-------	-------------

6/8(木)

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

6/9(金)

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

6/7(水)・6/21(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(旧田中養鶏場)	12:10～12:30
深崎(ひまわり荘)	14:00～14:20

6/9(金)・6/23(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

6/20(火)

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

6/22(木)

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

■先月号の2ページの「令和5年度の各区分長さんです」の記事の中で、下赤区分長のお名前が間違っておりました。正しくは、「馬原 宏孝」さんです。訂正してお詫びいたします。

編集後記

▼もう6月となった。梅雨の時期となり、これから台風シーズンが始まり、災害の多い時期となる。今一度、ご家庭で防災グッズや避難場所、避難経路の確認をして、災害期に備えて欲しい。▼新型コロナ関係では、5月8日より国の方針変換によりこれまでと様々なことが大きく変わった。マスク着用も個人の判断とされた。地元延岡では、まだマスク着用率が高いようだが、熊本や福岡の大型商業施設などではマスクを着用していない人が多かった。特に外国からの旅行者と思しき団体などは殆どマスクを着用していなかった。しかし、まだ油断してはいけない。市の見解では、8月と年末に感染が拡大する予想が出ている。災害と同じく「油断大敵」である。▼コロナ禍にあって、仕事を自社せずに自宅でできるリモート勤務が多くなった。市でも在宅勤務に取り組み、会議もリモートでということも多くなった。アメリカのサンフランシスコに住む友人の話では、IT企業が多くあるシリコンバレーでも、殆どの会社の職員がリモート勤務となり、自宅でも仕事ができるということが定着したそう。しかし、その弊害としてその地域の家賃や物価の高騰が著しく、年収1500万円程度でも生活困難な事態となっているとのこと。これによりサンフランシスコは全米で一番生活費が

かかる都市となってしまったという。▼コロナ初期では、リモート勤務に対応するための機材が品薄になり、入手困難になっていたが、最近では解消されたようだ。個人的にコロナ以前からZOOMなどのアプリを使って国内外問わず友人と交流していたので、機材は確保できていた。私が機材を購入する東京半蔵門の映像機器専門店の方によれば、リモート環境対応の機材はコロナ禍以前、一部のYouTubeなどで配信する人向けなどのマニアックな商品であったが、一気に一般的なものになり、企業からの発注も増加し、種類も格段に増えたのだとか。価格もお求めやすくなり、テレビ局などで使うような性能のものが一般家庭に入り込むという事態になっているようだ。極端にいうと一昔前までは、何千万円もした機材が、性能そのままでも数十万円以下という価格で販売されているということだった。▼私たちの生活を一変させた新型コロナ。未だ特効薬は無く、感染予防が私たちのとれる最善策ということに変わりはない。これから夏休み、秋の行楽シーズン、年末年始とやってくる。国の基準は変わったけど、コロナの脅威が無くなったわけではない。高齢の方や持病をお持ちの方、そのご家族などまだまだ感染予防をしっかりと対策していただきたい。

北川総合支所の電話番号です。

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