



撮影地：北川町川坂区 川坂母子健康センター

開校！のべおかり山塾！

- 「第1回 のべおかり山塾」が開校されました！
- 運転免許証を自主返納した高齢者を支援します！
～運転免許証自主返納支援制度の拡充～
- オンライン学習支援を開始しました！
- 地元で使おやっ！『のべおか市民生活応援商品・サービス券』
受取り期間は11月20日までです！

北川町の人口と世帯数

令和5年10月1日時点（前月比）

男 1,403人（ -4）

女 1,584人（ -2）

計 2,993人（ -6）

世帯数 1,578世帯（ -1）

※先月号の人口と世帯数で数字の誤りがありました。
誤：男 1,417人 正：男 1,407人でした。
訂正してお詫びいたします。

「第1回 のべおか里山塾」が開校されました！

農林業の第一線で活躍される方々を講師に招き、鳥獣被害や狩猟者の育成、農林業を通して自然や動物と人間の営みの調和を図るための集落づくりについて学ぶ「のべおか里山塾」が北川町の川坂母子健康センターにて始まりました。受講生22名で市内はもとより、遠くは北海道や東京、宮崎市や西都市からの参加でした。この「のべおか里山塾」は、次のとおり開校が予定されており、参加者を募集しています。

■鳥獣対策基礎講座

鳥獣被害対策や捕獲の考え方、またこれまでの山間地域の返還と鳥獣との関係について専門家による講義が行われました。

(1) 獣害対策の考え方と手法

講師：農研機構 動物行動管理研究領域長 竹内 正彦 氏

(2) くくり罠技能講習

講師：特定非営利活動法人 ファーミングサポート北海道
理事 原田 勝男 氏

(3) ゾーニングの構築

講師：狩猟文化研究所代表 東京芸術大学名誉教授 田口 洋美 氏

(4) 害獣の捕獲手法(海外と日本の事例から)

講師：北海道大学大学院教授 池田 透 氏



■農業体験

(1) 耕作放棄地の管理

講師：北川町川坂地区農家の皆さま

(2) ロボット稲作研修

講師：株式会社 テムザック 代表取締役議長 高橋 陽一 氏

■農家民泊 北川町川坂区（受講生8名が民泊を利用されました。）



今後の予定

【第2回】 募集期間：令和5年9月11日（月）～ 令和5年10月11日（水） ※募集期間は終了しています

開催期間：令和5年11月10日（金）～ 令和5年11月12日（日）

会場：延岡市北川町（川坂地区）、北浦町（古江地区）、島浦町

※内容：鳥獣被害対策講座及びバックホウ操作研修などの森林整備体験、除草ロボットの研修、しばせき漁見学、島野浦漁業体験（養殖場見学）

【第3回】 募集期間：令和5年11月10日（金）～ 令和5年12月11日（月）

開催期間：令和6年1月26日（金）～ 令和6年1月28日（日）

会場：延岡市北川町（川坂地区）、北方町（板下地区） 外

※内容：鳥獣被害対策講座及び農業体験、林業体験、鏡山牧場見学

【第4回】 募集期間：令和6年1月11日（木）～ 令和6年2月13日（火）

開催期間：令和6年3月22日（金）～ 令和6年3月24日（日）

会場：延岡市北川町（川坂地区）、北浦町（古江地区）行藤地区

※内容：鳥獣被害対策講座及び農業体験、林業体験、行藤山自然体験

運転免許証を自主返納した高齢者を支援します！～運転免許証自主返納支援制度の拡充～

65歳以上の高齢ドライバーによる交通事故が年々増加しています。

この対策として、延岡市では、運転に不安がある高齢者が運転免許を自主的に返納しやすい環境を整え、バスやタクシーなどの公共交通機関を利用しやすくするため、延岡市運転免許証自主返納支援制度を次のとおり拡充します。

■支援の内容

- 一部の公共交通機関の料金が割引になる割引乗車証を交付（1年間有効）
 - コミュニティバスの料金100円が半額の50円に割引
 - 乗合タクシーの料金100円が半額の50円に割引
 - チョイスコのべおかの料金300円が半額の150円に割引
 - まちなか循環バスの料金200円が半額の100円に割引
- 延岡市内の加盟店で買い物の際に使用できる、「のべおかCOIN」を1,000ポイント付与（スマートフォンに「のべおかCOINアプリ」をダウンロードする必要があります。）
- 公共交通機関で使用できる交通系ICカードnimoca5,000円相当分を配布（デポジット500円含む）
- タクシー利用券5,000円分を配布

■申請できる方

次の（1）～（4）のすべての条件を満たす方

- 延岡市に住民票がある方
- 65歳となった日以降に、運転免許証の全てを自主返納した方
- 令和4年12月2日以降に、運転免許証の全てを自主返納した方
- 運転免許証の全てを自主返納してから1年を経過していない方

ご注意！

この支援制度は、11月1日から申請を受け付け、12月1日からの利用開始となります。

申請・お問い合わせ先 地域・離島・交通政策課 電話：0982-22-7039

大切な人の命を守るために

新型コロナワクチン接種について

この冬は新型コロナウイルス感染症の流行に加え、インフルエンザの同時流行が懸念されています。感染が拡大すると医療機関の受診や救急搬送が増加し、医療機関がひっ迫することにつながります。流行のピークが来る前に予防接種を受け、延岡市の医療が崩壊しないようにしましょう。

延岡市新型コロナ対策アドバイザーの佐藤圭創医師にお聞きしました！

Q1 今まで何回か接種を受けましたが再接種の必要がありますか？

A1 前回の接種から半年、1年と時間が経過すると抗体価が減少して効果が弱くなりますので再接種の必要があります。



Q2 ワクチンの接種でどのような効果が期待されますか？

A2 新しいワクチン(オミクロン株XBB.1.5対応)を接種することで今後の感染の流行予想株に対して感染抑制と重症化抑制の効果が期待できます。別の系統(BA.2.86系統)が流行した場合は感染抑制には効果が少ない可能性があります、重症化抑制には十分な効果があると期待されます。

Q3 これまで接種後の副反応が強かったので今度の接種も心配です。

A3 副反応については、接種部位の痛みや疲労、頭痛が半数以上の人に現れ、ほかに関節の痛みや発熱があるとみられます。ワクチン接種の効果と副反応のリスクを比べて接種するかしないかを判断することになります。延岡市では副反応防止のために薬剤を前投薬して打つことができるようになっていますので、かかりつけの先生にご相談ください。

オンライン学習支援を開始しました！

延岡市では、さまざまな理由で学校に行けない児童生徒に学習の機会を提供するため、本年度より誰一人取り残さない「新たな学びのフィールド」構築事業に取り組んでいます。その取り組みの一つとして9月1日からICT（情報通信技術）を活用した「オンライン学習支援」を始めました。

■配信拠点校 延岡市立熊野江小学校

■支援対象 ○延岡市在住の小学生及び中学生（今年度は、中学生のみが対象です。）

○学校やオアシス教室（適応指導教室）、その他教育施設に通学・通所することができない児童生徒

※ただし、個々の児童生徒の状況等に配慮し、対象とすることが望ましいと判断した場合はこの限りではありません。

■取組内容 ○配信拠点校に教員免許を持つ学習支援員を2名配置し、学校で貸し出されるタブレット端末を利用して、インターネットを通して自宅で学習するための支援を行います。

◎一日の流れ(例)

9:40～9:55 「ようこそタイム」体調の確認や今日の支援内容を確認。

10:00～10:30 「セルフタイム」学習ソフト(キュビナ)を使ったそれぞれに最適な学習の時間。

10:40～11:10 「オンラインタイム」学習支援員が様々な学習内容を配信したり、学習方法についてアドバイスをする時間。また、進路学習や地域のできごとなどを学んだり、テーマを決めてチャット形式で対話をしたり、探求しあったりして交流することもできます。

11:20～11:50 「オンラインタイムまたはセルフタイム」 オンラインタイムかセルフタイムを選んで学習。

11:50～12:00 「またねタイム」 今日の振り返りや明日の確認をする時間。

■この取り組みの利点

●転校することなく参加することができます。

●オンライン学習支援を利用した日は、在学する学校長の判断で「出席」扱いにすることができます。

地元で使おやっ！『のべおか市民生活応援商品・サービス券』 受取り期間は11月20日までです！

9月18日から日本郵便㈱の“ゆうパック”にて、『のべおか市民生活応援商品・サービス券』を順次配達をしています。**配達・受取り期限の11月20日までに受取りをお済ませください。**

なお、上記期限までに受取りができなかった世帯につきましては、11月21日以降に次の手続きによりお受取りください。

■配達・受取り期間外での受取り方法 11月21日以降

①下のお問い合わせセンターへ問い合わせをする。

②指定された日時以降に、延岡市役所3階 商業・駅まち振興課にて受取る。

持参するもの：窓口へ来られた方の本人確認ができる証明資料
(運転免許証、健康保険証、マイナンバーカード等)

代理人(同居家族以外)が受取る場合は、委任状が必要です。

(委任状記載事項～日付、世帯主、代理人両方の氏名・住所・連絡先、委任する旨の記述)

受取り期限：令和6年2月29日(木)まで

お問い合わせ のべおか市民生活応援商品・サービス券お問い合わせセンター

0120-996-660 (年末年始を除く、平日9時～17時)

商品・サービス券の受取り方法等は市ホームページよりご確認ください。

0120-996-660 (年末年始を除く、平日9時～17時)



マイナンバーカードをお持ちの方は、来庁不要で転出の届出ができます。

延岡市外へお引越しする場合、延岡市へ転出の届出が必要です。

マイナンバーカードをお持ちの方は市役所にお越しただかなくても、マイナポータル上でオンラインの届出が可能です。

マイナポータルのご利用には、ICカードの読み取りが可能なスマートフォン又はパソコン、マイナンバーカード（電子証明書の有効期限が切れていないもの）、ご自身が設定した暗証番号（数字4桁/英数字6桁の2種類の暗証番号）が必要となります。

なお、転入の届出は、市役所窓口へお越しただか必要がありますのでご注意ください。

マイナンバーカードは、健康保険証としての利用やコンビニ等での証明書交付（コンビニ交付）など様々な場面で活用できます。まだお持ちでない方は是非ご申請ください。



<お知らせ>

市民課（本庁舎のみ）の時間外窓口について、開設時間を変更いたしますのでご注意ください。

開設日時：毎週木曜日 17:15～19:00
毎月第2・第4日曜日 8:30～12:30



※時間外窓口の対象業務や臨時窓口開閉等については延岡市HPをご確認ください。

健康だより Vol.25 「手洗いについて考えてみましょう。」

考えよう

今から、冬に入り寒くなってきます。冬になると、インフルエンザやノロウイルス、新型コロナウイルスなどの感染が増えてきます。

そのため、今回のテーマは、感染予防の基本である「手洗い」についてです。



人は無意識に手で顔を触っており、平均で1時間に23回触っているとされています。とくに目、鼻、口を触ると、そこから細菌が体内に入り、感染してしまうので、手を洗うことはとても大切です。

ウイルスの数は、流水による15秒の手洗いだけでも100分の1に、石けんやハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すすぐと1万分の1に減らせます。

また、手洗い後、手を濡らしたままの方はいませんか。濡れた手は乾燥した手の100～1,000倍の菌を運んでしまいます。手洗い後は、しっかりと水分を拭き取るようにしましょう。

最後に、手洗いの方法です。特に、指の間、指先、親指を洗い忘れることが多いです。手洗いは、しっかり洗えば、15秒程かかります。15秒の目安は、童謡だと、「きらきら星」や「どんぐりころころ」などです。自分の好きな歌を歌いながら、洗ってください。



正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。



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)

「あの花が咲く丘で、君とまた会えたら。」

汐見 夏衛 著 出版：スターツ出版



家を飛び出した中2の百合。目をさますと、そこは戦時中の日本だった。偶然通りかかった彰に助けられた百合は、彼に惹かれていくが、彼は特攻隊員で…。2023年12月公開映画の原作。書き下ろし番外編も収録する。

「ホッキョククジラのボウ 200年のたび」

アレックス・ボースマ 作・絵、ニック・パイエンソン 作、千葉 茂樹 訳 出版：小学館



20世紀の終わりに、アラスカの先住民族が、ホッキョククジラの口から、19世紀のモリの破片を見つけたことから、ホッキョククジラが200年以上生きるということを発見しました。その長い一生で、たくさんのなかまと交信し移動して生活しています。これは、ホッキョククジラのボウが見た北極海の物語です。

「かがくのふしぎ100」

川村 康文 著、小林 尚美 著 出版：世界文化ブックス



大人でも分かりやすく説明するのが難しい、子どもの身近な疑問を、豊富なイラストと写真でわかりやすく解説します。お家ですぐできる、実験・観察もたくさん掲載。科学のおもしろさを体感し、理科が好きになる一冊です。好奇心をぐんぐん伸ばし、自ら考える力が身につきます。

「少人数で生き抜く地域をつくる」

出版：学芸出版社



なりわい、伝統文化の継承、空き家を活用する仕組みなど、14地域の多彩な試みを紹介。農山村地域をはじめ日本全国で人口減少が止まらない。少人数でも暮らしを持続する各地の試みを取りまとめた。なりわいの立て直し、空き家活用、伝統・教育・福祉を守る、世代の継承を展望する。

「そのとき、日本は何人養える？」

篠原 信 著 出版：家の光協会



小麦粉や食用油をはじめ、食料品が急激に値上がりしています。「海外から食料や化石燃料の輸入がストップした場合、国内の生産力だけでは3000万人分の食料しか作れない」という恐るべきシミュレーションを明らかにします。「もしも」のとき、日本は国民をどう養うのか。

「逃げたっていいじゃない」

香山 リカ 著 出版：エクスナレッジ



逃げたっていい。いや、逃げなきゃいけないときもある。そして、逃げればたいていのことは解決する。人間関係だけにとどまらず、SNSなどで流される噂、同調圧力、他者の目が気になるルッキズム、現代人が直面するさまざまな「圧力」から軽やかに逃げる生き方を提案する。

「チャンバラ」

佐藤 賢一 著 出版：中央公論新社



最後の難敵との死闘を終えた宮本武蔵は吐き捨てた。今日まで剣に生きてきて、兵法というほどのものではないな。ただのチャンバラにすぎん……。『剣聖』とも称される二刀流の達人が、激闘の果てに辿り着いた境地とは？

「いま本気で考えるための日本の防衛問題入門」

小野 圭司 著 出版：河出書房新社



「反撃能力の保有」「防衛費増額」から「台湾有事」「北朝鮮ミサイル」まで、防衛問題の核心を基本のキから解説する！NATOは日本にどんな役割を期待しているのか。日本の防衛産業が抱えている問題とは。気候変動や人口減少は軍事にどんな影響を与えるのか。安全保障の核心と未来を解説する。



11月の主な行事・イベント

- 3日(金) 文化の日 可愛岳登山祭 8:30～ 俵野区(集合場所:西郷隆盛宿陣跡資料館駐車場)
7日(火) 移動市役所 19:00～20:30 北川コミュニティセンター大会議室
8日(水) 高齢者大学視察研修 9:00～15:30 大分県臼杵市
10日(金) 和牛登録 畜産センター
12日(日) 冬季移動消防学校
19日(日) 北川町産業文化祭 9:00～14:00 北川総合運動公園駐車場
22日(水) 11月期子牛セリ市 8:00～12:00 畜連(櫛津町)
23日(木) 勤労感謝の日 11月期子牛セリ市 8:00～12:00 畜連(櫛津町)

▼令和5年12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)

13日(水) 高齢者大学 9:45～10:30 北川コミュニティセンター大会議室

※12月29日(金)から1月3日(水)まで、北川総合支所を含む延岡市役所は年末年始の休みとなりますので、ご注意ください。



せせらぎ号巡回カレンダー

ステーション名が一部変更になりました。

※の箇所については停留場所の表現を変更しております。(場所は変わりません。)

11/14(火)・11/28(火)

永代(赤木工業前)	9:35～9:50
※矢ヶ内(矢ヶ内バス停前)	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(瀬口集会所前)	15:40～16:00

11/2(木)・11/16(木)・11/30(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)	14:15～14:35
本村(長井郵便局前)	14:45～15:05

11/2(木)

北川小学校(全学年)	13:15～14:00
------------	-------------

11/14(火)

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

11/16(木)

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

11/28(火)

北川中学校	12:50～13:20
-------	-------------

11/30(木)

北川小学校(高学年)	13:15～14:00
------------	-------------

11/1(水)・11/15(水)・11/29(水)

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

11/17(金)

※白石(鳥居前)	9:45～10:05
※屋形原(屋形原バス停前)	10:15～10:30
※野上(くらこん)	12:05～12:45

北川産業文化祭を開催します！

■日時 令和5年11月19日(日曜)
9時00分～14時00分

■会場 北川総合運動公園内駐車場・北川体育館
※駐車場は、グラウンドになります。

■内容 ステージ

■開会式(9時00分～)

■芸能発表会(10時10分～)

- ・物産展:各区、北川町内生産者団体等の出店
- ・農林水産物品評会
- ・作品展示:北川小・北川中学校、北川町内各施設・団体等の作品展示
- ・お楽しみ抽選会

編集後記

▼朝夕の気温もぐっと下がり、涼しいから寒いという感覚になってきた。年々、秋が短くなってきているように感じる。日によっては最高気温が27℃近くあったり、朝夕との気温差で体調を崩しやすい時期でもある。インフルエンザも流行していることから早めの予防接種や普段からのうがい、手洗いなども心掛けたいところだ。▼キンモクセイの香りが漂ってきたり、コスモスが咲いているのを見たり、栗やサツマイモが美味しかったりと五感で季節を感じられる秋は大好きだ。ただし、食べ過ぎには注意しないと体重は右肩上がりになる。来る厳しい冬に備えて、荒食いをするのは遺伝子に刻まれた生物としての本質だともっともらしい言い訳をしたりして、自己肯定感を満足させたりすると大きな落とし穴がまっている。▼10月15日の日曜には、市内のほとんどの小学校で運動会があった。昨年まではコロナ禍の対応で、学年ごとに観覧の保護者の入れ替えを行うなどの方法がとられていたが、今年は、制限のない運動会となった。私も子どもたちの運動会に毎回行っているが、今年はPTAの広報として撮影班での参加となった。カメラ3台にそれぞれ撮影距離別の

対応したレンズを付け、撮影に臨んだ。ガチ機材でほぼ業者でおなじ情報の方からも若干引かれ気味であったが、自身のスキルも活用し貢献できるので微力ながらお手伝いさせていただいた。▼ガチ機材といえば、観覧している保護者の方がお持ちのカメラでも、結構、本格的な機材を見かけた。かなり目立つ長玉(超望遠レンズ)で狙っているお父さんも数名いたし、孫をとりたいおばあちゃんらしき女性の手には、何十万円もする最高級レンズをセットしたカメラがあったりとびっくりするような場面もあった。▼しかし、一番多いのはスマホで撮影している保護者だった。最近のスマホは写真もきれいに撮れるし、動画も撮れる。レンズも複数ついて望遠にも強くなった。撮った写真もデータとして他の人と受け渡しも楽だ。かなり便利だと思う。▼今回の運動会では、私が撮影した分でも1万枚ほどあった。その中から良いものを厳選し、編集ソフトでキレイにする作業が待っている。自分以外にも10名ほど撮影していたので、その分も作業しないといけな。かなりの仕事量になるが、写っている子どもたちの笑顔や一生懸命な姿は、作業の疲れを感じさせない。

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