



勝利に向かって、アタック！

撮影地：第22回ホテルの里ミニバレーボール大会（北川体育館）

※表紙写真は、本人の承諾を得て掲載しております。

- 北川における水害対策の充実・強化について市長が大分県知事を訪問しました！
- 第22回ホテルの里ミニバレーボール大会が開催されました。
- 令和5年度『のべおかプレミアム商品券・サービス券』は、もう1回購入予約ができます！
- 保育所等就職準備支援事業のお知らせ。
- 計量器（はかり）定期検査のご案内

北川町の人口と世帯数

令和5年7月1日時点（前月比）

男 1,420人（+2）

女 1,584人（+4）

計 3,004人（+6）

世帯数 1,576世帯（+7）

北川における水害対策の充実・強化について市長が大分県知事を訪問しました！



渡辺文雄大分県企業局長と読谷山市長

6月5日(月)に読谷山市長が大分県庁へ就任間もない佐藤樹一郎知事さとうじゅいちろうを表敬するとともに土木建築部や企業局など担当部局を訪ね、北川ダム及び大分県へ、令和4年度の被害の状況を説明し、ダム管理の国への移管や洪水調整能力の強化などの要望活動を行いました。

本市では、今後も国や大分県及び宮崎県に対し、北川流域の治水対策の強化を要望していきます。

第22回 ホタルの里ミニバレーボール大会が開催されました。

6月25日(日)に北川体育館でミニバレーボール大会が開催され、町内の男女混成の部に10チーム(50歳以上が4チーム、未満が6チーム)が参戦し、白熱した試合の中、会場を沸かせるプレーなど笑いもあり楽しい1日となりました。

優勝されたチームの皆さま、おめでとうございます。

惜しくも入賞を逃したチームの皆さま、来年は、優勝を目指して頑張ってください。お疲れさまでした。



男女混成の部A(50歳以上)		男女混成の部B(50歳未満)	
優勝	川坂もりあげ隊B	優勝	家田C
準優勝	白石	準優勝	川坂もりあげ隊C
第3位	白上(白石上赤連合)	第3位	MVB

北川ダム湖上中流域交流事業が開催されました！



7月7日(金)に北川小学校4年生(19名)と宇目緑豊小学校3・4年生(14名)が参加し、北川ダム湖上中流域交流事業が開催されました。この事業は、北川ダム湖環境整備推進協議会が主催するもので、北川の上流にある大分県佐伯市宇目町の小学生と中流域の北川町の小学生が参加することにより、清流北川の河川環境の保護と啓発、相互の交流を目的として行われているものです。児童たちは、北川ダムの堰堤や北川発電所を見学した後、白石区の河川敷で水生生物調査や魚のつかみ取りなどを行い、その後、ホタルの宿で昼食と発表会やゲームなどで交流を深めました。

中山間地域農業のスマート化に向けた実証試験をします。

延岡市では今年度「しきみ等中山間地域農業スマート化実証事業」として、アシストスーツによる農業のスマート化の実証を行うことになりました。

今回、動力型は和歌山市にあるパワーアシストインターナショナル(株)より2台を6ヶ月間、期間をずらしてレンタルします。また、非動力型2種類を2台購入し、しきみや各農作物の持ち上げや中腰での作業等に使用して、実証された農家の皆さまから軽労化や効率化について、意見を伺い、導入に向けた検討を行う予定です。



新型コロナウイルス感染拡大時への備えをお願いします！

7月以降、市内の感染者数が増加しており、夏休みやお盆の帰省などの人の動く時期も重なり7月中旬～8月下旬にかけて爆発的に増加することが懸念されます。

一人ひとりが基本的な感染予防対策(場に応じたマスクの着用・手指衛生・換気・人との距離の確保など)を心がけ、日頃から1週間程度の食料品(水・ゼリー飲料なども含む)や医薬品(解熱鎮痛剤・整腸剤など)の備蓄をお願いします。

【発熱等の症状がある場合の対応】

医療機関の受診	検査・受診	対 処
希望しない	検査キットでの自己検査 ※政府承認の検査キットを使用	【陽性の場合】 発症翌日より5日間かつ症状軽快から24時間は外出を控えることが推奨されます。 ※受診を希望しない場合であっても、症状が重い場合は受診を検討
希望する	かかりつけ医または近医に受診 ※事前に必ず電話をする ※受診時は不織布マスク着用等の感染予防対策をとる	【陰性の場合】 体調の異変が続いている場合は、基本的な感染予防対策(不織布マスク着用、手指衛生など)を継続

◆受診する医療機関に迷う場合や、自宅療養中に体調が悪化した場合の相談窓口

【宮崎県新型コロナウイルス感染症相談窓口】 電話 0985-78-5670(24時間対応)

令和5年度『のべおかプレミアム商品券・サービス券』は、もう1回購入予約ができます!!

「使おやっ! のべおかプレミアム商品・サービス券」(受付終了)に引き続き、「もっと使おやっ! のべおかプレミアム商品・サービス券」を販売します。この2回を合わせて最大8セットまで購入予約が可能です。

プレミアム商品・サービス券の詳細

- 発行セット 60,000セット(紙版47,000セット/電子版13,000セット)
- 1セット 6,500円分(5,000円で購入できます)
- 購入上限 ○「使おやっ! (6/26～7/10購入予約分)」に当選された方
最大4セットまで(申込多数の場合は、抽選となります)
○「使おやっ! (6/26～7/10購入予約分)」に当選されなかった方/初めて購入予約をする方
最大8セットまで(4セットまでは必ず購入できます。残り4セットは申込多数の場合は、抽選となります)
- 申込方法 ○WEB申込み
○はがき(63円切手必要)による申込み
※市役所総合案内、三北総合支所、各支所や市内スーパーにチラシ付専用はがきを設置します。ご利用ください。

8/14(月)
必着!

詳細は市ホームページをご確認ください。

問い合わせ先 のべおかプレミアム商品・サービス券お問い合わせセンター ☎0120-667-225(平日9時～17時)

保育所等就職準備支援事業のお知らせ。

延岡市は保育士・幼稚園教諭として働く方を応援するため、新たに市内の保育施設で働くことが決まった方に、無利子で就職準備金を補助します。

【貸付額】 最大50万円（転居費用や通勤用の車の購入費用などにご活用ください）

【返還免除】 市内で同一法人施設に5年間勤務すると、返還が免除されます

【貸付条件】 令和5年度に以下に該当する方が対象です。

- ①保育士資格または幼稚園教諭免許を取得見込みの方
- ②市内の認可保育所・認定こども園・私立幼稚園に採用が内定した方
- ③新たに常勤職員（月に120時間以上勤務）として働く方
- ④延岡市に在住、または就職後1ヶ月以内に転入する方
- ⑤市税を滞納していない方
- ⑥5年以上継続して勤務する予定の方
- ⑦今までに当事業により貸付を受けていない方

※今年度より、延岡市外の保育所等施設で働いている方、もしくは離職後一年以内の方も対象となりました。

【募集人数】 30人



計量器（はかり）定期検査のご案内

計量法により取引や証明に使用する計量器は2年に1回の定期検査が義務付けられています。今年度は次のとおり検査が行われますので、使用している方は受検してください。

なお、計量士による検査を受検済みの場合は免除されます。

検査日 9月7日(木)11:00～14:00 北浦総合支所
 9月7日(木)15:00～17:00 北川総合支所
 9月8日(金)10:00～12:00 北方総合支所

検査対象 北方町、北浦町、北川町に所在する計量器

手数料 計量器に応じた手数料が必要です。



問い合わせ先 宮崎県計量検定所 ☎0985-58-2929 または 延岡市工業振興課 ☎0982-22-7035

令和5年度 行政相談の日程です。

行政に対する相談を受け付けます。

令和5年 8月16日(水)	9:00～12:00	北川老人福祉館
令和5年10月18日(水)		
令和5年12月20日(水)		
令和6年 2月21日(水)		



相談を受ける井本成夫行政相談委員

どんどん広がる使い道♪ マイナンバーカードを作りませんか？

「マイナポータル」でさまざまな情報を確認することができます。

マイナポータルとは、政府が運営するオンラインサービスのことです。登録した公金受取口座の情報や、健康保険証利用の申し込み状況についてマイナポータルに対応するスマートフォン等をお持ちの方は手軽に確認することができます。

【確認方法】 ※スマートフォンをご利用の際には、事前にスマートフォンへ「マイナポータルアプリ」をインストールしてください。



(android)



(iPhone)

○公金受取口座

QRコードからマイナポータルサイトに移動し、トップ画面の「注目の情報」の下にある「公金受け取り口座の登録・変更」から登録口座を確認することができます。登録口座の変更や削除も可能です。



(マイナポータルサイトURL)
(QRコード)

○健康保険証

トップ画面の「注目の情報」の下にある「最新の健康保険証情報の確認」から詳細情報を確認できます。

スマートフォンの操作が困難な方・スマートフォンをお持ちでない方は、市役所1階の特設ブースで確認することもできます。特設ブースでのお手伝いを希望される方は、以下のものをご準備の上お越しください。

○マイナンバーカード ○マイナンバーカードを作成した際に設定した4ケタの暗証番号

健康だより Vol.22 水分補給について考えよう

考えよう

汗をよくかくこの時期はこまめに水分を摂ることが大切です。今回のテーマは水分補給についてです。

私たちの身体の約60%は水分で構成されており、血液や汗、尿などの材料としても使われています。水分は、身体の中で重要な役割を担っているため、不足すると熱中症、脳梗塞、心筋梗塞など、さまざまな健康障害を引き起こされます。

みなさんは1日にどのくらいの水分補給をしていますか？水分は1日に約2.5ℓ身体から出ていきます。その水分を食事や飲み物から補給する必要があります。1日の水分量のうち、飲料水からはだいたい1.2～1.5ℓ^{(*)1}摂取することが望ましいと言われてます^{(*)2}。

「のどが渇いたな」と思った時点で、すでに水分が2%不足していると言われてます。起床後、毎食後、入浴前後、就寝前など、渇きを感じる前に、時間を決めてコップ1杯(200ml)を1日6～8回飲む習慣をつけましょう。

飲む内容としては、水か麦茶等が好ましいですが、運動などで汗を大量にかいた時には、失われた塩分等が補えるスポーツドリンクや経口補水液もおすすめです。また、アルコールは利尿作用があるため、飲酒時にはお酒と同じ量の水分を摂ることが大切です。

水分は飲み物からだけでなく食事からも摂れます。食事は1日3食、バランスよく摂りましょう。野菜には水分が多く含まれているほか、夏野菜には身体を冷やしたり、暑さに対する抵抗力を高めるなどの働きもあります。積極的に摂るようにしましょう。



(*)1 発汗量に合わせて不足分を補う必要はあります。 (*)2 治療中の方は主治医の指示に従ってください。



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…
8月4日(金)、7日(月)、14日(月)、
21日(月)、28日(月)

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
… 8月11日(金) 山の日

9月の長期休館・せせらぎ号運休のお知らせ

例年6月に行っていました特別資料整理を本年は、**9月4日(月)から9月29日(金)までの期間行います。**
そのため、この期間、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。
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たします。
なお、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。

6月のイベントから

空き飲料容器で手作りけん玉!!
ペットボトルやヤクルト容器を使って、見た目に涼しいけん玉ができました。

けん玉づくりの後にはみんなで七夕の飾りつけをしました。



「暑い夏に読みたい本」コーナーを作りました。



ホラー、ミステリー、スリラー、サスペンスをテーマにした本を集めてみました。夏を感じながら読んでいただくとうれしいです。



職場体験にきてくれました

北川中学校の生徒さん2名が職場体験に来てくれました。
貸出・返却作業や書架整理、レファレンスへの回答などをしてもらいました。



イベント 夏休み企画： かんたん工作をします！

- 8月8日(火)～8月10日(木)
13:00～15:00
- 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)

「いとエモし。超訳 日本の美しい文学」

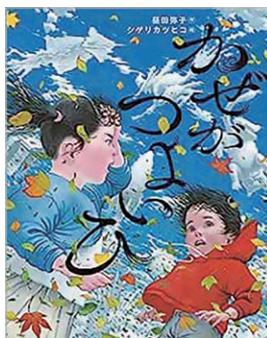
koto(著)(サンクチュアリ出版)



本書は、枕草子、万葉集、古今和歌集、徒然草……などに綴られた古の言葉たちを、「いまを生きる私たちの感覚」に合わせて“エモ訳”した上で、超美麗なイラストによって視覚化した新感覚エッセイ。

「かぜがつよいひ」

屋田 弥子(著), シゲリ カツヒコ(イラスト)(くもん出版)



風が強いから待っていてね、と言って出かけていったお母さん。のこされた姉弟は、家の中でしりとりをして待っていることにしますが、なぜか窓の外では、ふたりがしりとりで口にしたものが、つぎつぎに風で飛ばされていきます。

「まずは組むだけ! いちばんやさしいプラモの楽しみかた」

nipper(編集)(玄光社)



世代や男女を問わずプラモデル人気が高まっている中、徹底的にユーザー目線に立ち、プラモデルの「組み立て」に焦点を絞り、様々なキットの「組むだけの楽しさ」にこだわったモデラー必読の内容。

「子どもも大人も知っておきたい 13歳からの心理学」

内藤 誼人(著)(水王舎)



日常生活の「なぜ?」が心理学であきらかに! 本書は、大人はもちろん、13歳前後の子どもからでも心理学に興味を持ってもらえる心理学の入門書です。1テーマにつき、1つの研究論文をもとに、大人も中高生も楽しめる軽いネタを用意!!

「ハンドメイド作品を売る方法」をいろいろな人に聞いてきました。」

津田 蘭子(著)(主婦と生活社)



実際にハンドメイド作品を販売している作家さん7人にハンドメイド作品づくりのきっかけ、販売するようになった経緯、お客さまとのエピソード、モノづくりを通して実感したことなど、ハンドメイド作家ライフを深掘り取材させてもらいました。

「四日間家族」

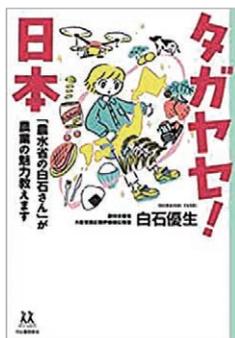
川瀬 七緒(著)(KADOKAWA)



自殺を決意した夏美は、ネットで繋がった同じ望みを持つ三人と車で山へ向かう。夜更け、車中で練炭に着火しようとした時、森の奥から赤ん坊の泣き声が。「最後の人助け」として一時的に赤ん坊を保護した四人。しかし赤ん坊の母親を名乗る女性がSNSに投稿した動画によって、連れ去り犯の汚名を着せられ、炎上騒動に発展、追われることに――。

「タガヤセ! 日本『農水省の白石さん』が農業の魅力教えます(14歳の世渡り術)」

白石 優生(著)(河出書房新社)



現役官僚YouTuberとしてメディアにも登場する著者が最新の農業から、実はスゴい日本の農作物、日本の農業の未来までを語る。「日本の食材豆知識」などコラムも掲載。

「星空は100年後」

櫻 いいよ(著)(スターツ出版文庫)



中1のときに美輝の父親が突然亡くなり、寄り添ってくれた幼馴染の雅人と賢。美輝は父親が亡くなっても、ふたりを心配させないように笑っていた。高1になり雅人に「町田さん」という彼女がで、3人の関係が変化する。そんなとき、町田さんが事故に遭ってしまい、昏睡状態に…。



8月の主な行事・イベント

- 2日(水) 牛の衛生管理指導(夏季)午前 瀬口・深瀬・川坂
 3日(木) 牛の衛生管理指導(夏季)午前 俵野・本村・飛石
 6日(日) アユのちょんがけ大会 10:00～12:00 矢ヶ内川(旧松葉小中学校前河川敷)
 7日(月) 食品衛生パレード 13:40～15:00 町内
 9日(水) 第3回 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
 11日(金) 山の日
 14日(月) 第40回 北川ふるさと夏まつり 16:00～21:00 熊田区憩いの広場
 29日(火) 8月度 市政連絡会・区長会 14:00～17:00 北川コミュニティセンター大会議室

▼令和5年9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)

- 9日(土) 特定計量器定期検査 15:00～17:00 北川総合支所駐車場
 13日(水) 第4回 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



せせらぎ号巡回カレンダー

8/1(火)・8/15(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

8/3(木)・8/17(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

8/17(木)

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

8/2(水)・8/16(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

8/4(金)・8/18(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



編集後記

▼7月上旬から熊本、福岡を中心に線状降水帯が発生し、連続した大雨となった。熊本では熊本市内や益城町などで多くの冠水被害が出た。山都町では、九州中央自動車道の山都中島西1Cの手前の金内地区の国道445号にかかる橋が崩落した。幸い、近くに迂回路があるので少々不便ではあるが通行できないことはないようだ。妻の通院のため頻繁に通る道筋なので、「あそこの橋か!」とニュースを見て驚いた。普段は水量も少ない穏やかな川にかかる橋だった。この大雨により被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げますとともに皆さまの安全と被災地域の一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。▼気象庁が6月にエルニーニョ現象が発生していると発表した。南米ペルー沖太平洋上にある監視海域の水温の5カ月平均を基準として発表しているもので、このあたりの水温が高い状態だとエルニーニョ現象、低い状態だとラニーニャ現象と呼ばれる。前者は、暖冬冷夏になりやすく貿易風も弱くなりアジアでは降水量も減少。後者は逆に厳冬猛暑になりやすく貿易風が強くなり湿った空気が流入し積乱雲が盛んに発生するとされている。▼エルニーニョ現象だと冷夏になりやすいということだが、気象庁の3カ月予報は気温が平年並みか高いとなっている。???と思ったが、これまでのラニーニャ現象の影響がまだ残ると予想しているようだ。ここまで短期間にエルニーニョ現象とラニーニャ現象が入れ替わることの先例が無く、未知の部分が多いので、折しも梅雨末期の大雨、それから台風シーズンで災害発生

率の高い時期に入るということもあり、これまで以上に備えをしておかねばならないのかもしれない。身近な災害情報の入手先として「延岡ポータル」アプリの活用も併せてお願いしたい。▼冷夏と言えば、平成5年(1993年)の天候不順によるコメ不足を思い出す。コメが大幅に不足してタイなどから緊急輸入をした。「平成の米騒動」とも呼ばれ、全国の「米どころ」と呼ばれる大産地で軒並み作況指数が悪化し、九州でも「著しい不良」の水準となる90を大きく下回り、宮崎県以外は70に届かなかった。そこで政府は備蓄米を供出するとともにコメの緊急輸入を世界各国に打診した。いち早くタイが応じてくれたが一つ大きな問題があった。それはコメの種類の違い。日本で主に食べられているジャポニカ米ではなく、タイが用意してくれたのは、タイ国内で主に食べられているものはインディカ米と言われる長粒種のコメ。パサパサとした触感がもっちりとした粘りのあるジャポニカ米を食べ慣れた日本人にはあまり好まれなかったようだ。実はこのインディカ米、世界的にみるとコメ生産量の約8割を占める主流の品種。最近では、「ジャスミンライス」などの名称で近くのスーパーなどでもよく見かけるようになった。食の多様化が進み、認知度も上がってきたのだろうか。私はインディカ米でカレーを食べるのが好きだ。ただし、このインディカ米をご家庭で楽しむときには一つ注意が必要。それは普通の炊飯器で炊かないこと。調理の仕方が全く違い、パスタの茹で方に近い調理法でないと本当の美味しさは味わえない。

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