

かけがえのない大切な命を守るために ～3月は「自殺対策強化月間」です～

◎自殺の現状と「自殺対策強化月間」について

日本では年間2万1千人以上の方々が自らの意志で「命」を絶っています。宮崎県の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、全国的に高く、平成28年は、全国47都道府県の中で11位となっています。

自殺が深刻な社会問題となっている現状の中、全国では毎年3月に『自殺対策強化月間』として、自殺防止を呼び掛ける取り組みが行われています。

◎あなたやあなたの身近な人にも、いつもと違う様子はありませんか？

自殺のサイン

- ① うつ症状が出てくる
（気分が沈む、自分を責める、仕事が手につかない）
- ② 原因不明の身体の不調が長引く（不眠、食欲不振、疲労感など）
- ③ 酒量が増す
- ④ 安全や健康が保てない（治療を中断する、自暴自棄になる）
- ⑤ 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする
- ⑥ 職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦ 本人にとって価値あるものを失う（職、地位、家族、財産）
- ⑧ 重症の身体の病気にかかる
- ⑨ 自殺を口にする
- ⑩ 自殺未遂におよぶ

上記のような状態が続いている・・・それは、もしかしたら心の病気や自殺のサインかもしれません。できるだけ早く専門機関に相談してください。

相談窓口等情報サイト 「みやざきこころ青Tねっと」

<http://www.m-aot.net/pc/>

◎自殺の動機

自殺の動機として最も多いのは健康問題ですが、その他にも経済上の問題や家庭問題、職場関係の悩みなど、その背景はさまざまです。

これらの原因に、さまざまな要因が絡み合っただけで自殺の下地ができていると言われています。

◎私たちができること

自殺を考える人は、「死ぬしかない」と視野が狭まっていたり、「孤立している」と感じています。

自殺者を一人でも減らすために、あなたができること、それは・・・

- 《 気づき 》 家族や仲間の変化に気づいて、声をかけましょう。
- 《 傾聴 》 本人の気持ちを尊重し、耳を傾けましょう。
- 《 つなぎ 》 早めに専門家に相談するよう促しましょう。
- 《 見守り 》 温かく寄り添いながら、じっくりと見守りましょう。

「こころの健康と自殺予防展」を行います。

こころの健康を保つための方法やこころの病気を理解すること、また「命」の大切さなどに関する展示やパンフレットの配布・関連図書のご紹介を行います。ぜひお立ち寄りください。

- 場所 : 西都市立図書館
- 期間 : 3月2日（金）～29日（木）
※毎週月曜日は休館日です。

他人事と考えず、ぜひ一緒に「命」について考えてみませんか？

（文書取扱：健康管理課 健康推進係 43-1146）

全国瞬時警報システム（Jアラート）の全国一斉情報伝達訓練の実施について

地震、津波や武力攻撃などの災害時に、国の全国瞬時警報システム（Jアラート）から送られてくる緊急情報を、防災行政無線でお知らせする情報伝達訓練を行います。なお、西都市以外でも同様の訓練が全国一斉に実施されます。今回の訓練は情報伝達訓練のため、防災行政無線での試験放送のみ行い避難訓練等を行いません。

【期日】 3月14日（水） 午前11時頃

【放送内容】 (防災行政無線チャイム)
「これは、Jアラートのテストです。」×3回
「こちらは、ぼうさい西都市役所です。」
(防災行政無線チャイム)

※地震など災害発生時には中止になることもあります。
※毎月第4水曜日のJアラート試験放送とは別の放送になります。

(文書取扱・問合せ：危機管理課 43-0380)

平成29年度不妊治療費助成のお知らせ

西都市では、人工授精、体外受精又は顕微授精による治療をしているご夫婦に対して、経済的負担の軽減を図るため治療費の助成を行っています。

平成29年度分の申請期限は3月31日までです。
※ただし、治療を終了した日が3月の場合は4月30日まで。

申請期限を過ぎると、助成の対象になりませんのでご注意ください。

申請手続き等でご不明な点がございましたら、お早めに健康管理課 健康推進係（43-1146）までお問い合わせください。

(文書取扱：健康管理課)

平成29年度産後1か月及び生後1か月児 健診費用助成のお知らせ

西都市では、産後1か月健診及び生後1か月児健診費用の一部助成を行っています。

申請期限は、健診を受けた日から起算して180日を経過した日又は健診を受けた年度の翌年度の4月20日のいずれか早い日までです。

申請期限を過ぎると、助成の対象になりませんのでご注意ください。

申請手続き等でご不明な点がございましたら、健康管理課 健康推進係（43-1146）までお問い合わせください。

(文書取扱：健康管理課)

個人番号（マイナンバー）カードを作成しませんか？

個人番号（マイナンバー）カードは、それ一枚でマイナンバーを証明する書類としてや本人確認の際の身分証明書として利用することができます。また、市民課や支所の窓口において印鑑登録証明書を交付申請の際、ご本人に限り、印鑑登録証の代わりに個人番号カードを提示することで印鑑登録証明書を取得することができるようになりました。

なお、西都市では住民票などの各種証明書がコンビニエンスストア等で取得できるコンビニ交付サービスを3月16日（金）から開始予定です。コンビニ交付サービスで各種証明書を取得するには、利用者証明用電子証明書が格納された個人番号カードが必要です。

個人番号カードの出来上がりには、約1か月程度日数がかかりますので、早めの申請をおすすめします。市民課では個人番号カード作成について、相談や申請手続きのお手伝いをしています。希望される方はご予約の上お越しください。都合により実施できない日もありますので、事前に市民課 市民窓口係（43-3623）までお問い合わせください。

◎申請に必要なもの

- 運転免許証、健康保険証などの本人確認書類・印鑑
 - 個人番号交付申請書（通知カードの直下が申請書です）
- 申請書をお持ちでない方は再交付いたします。

（文書取扱：市民課 43-3623）

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

国民年金保険料を納めないままにしておくと、将来の老齢基礎年金や障害・遺族など事故が発生した場合の年金が受けられないことがあります。

平成29年度の国民年金保険料は、一ヶ月16,490円です。

納めた保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、税金の負担が軽減されます。

まだ納付がお済みでない方は、納付書をご用意のうえ、至急お近くの金融機関、郵便局またはコンビニエンスストアの窓口で納付してください。

また、納め忘れがなく、納付の手間がかからない、口座振替やクレジットカードによる納付もできます。

国民年金保険料についてご不明な点がありましたら、高鍋年金事務所にお尋ねください。

【問合せ先】 高鍋年金事務所 23-5111

（文書取扱：市民課 年金係）

引越しの際は、住所の異動手続きを 忘れずにお願ひします

住民票の住所の異動届（転出届・転入届・転居届など）は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。

入学・就職・転勤等による引越して、住所を異動される方は、窓口にて正確な住所の届出をお願いします。

また、氏名や住所に変更が生じた場合、通知カード・個人番号カード・住民基本台帳カードの氏名や住所を最新のものにする必要があります。婚姻や引越し等、届出の際には窓口へカードの提出をお願いします。

（文書取扱：市民課 43-3623）

小規模企業共済制度のお知らせ

この制度は、国の機関である中小機構が運営し、小規模企業の経営者や役員、個人事業主などのための、積み立てによる退職金制度です。農業者の方も加入できます。

小規模企業共済制度とは・・・

(1) 経営者のための退職金

小規模共済は、国がつくった経営者のための退職金制度です。昭和40年に「小規模企業共済法」に基づき発足して以来、順調に普及し、加入者数は133万人、運用資産は約9兆円(H29年3月末)となっています。

(2) 制度の概要

退職金や厚生年金制度に加入できない小規模事業主に加え、会社役員が毎月一定額を積立てます。その後、引退(退職)等の際に退職金や年金として共済金を受け取ることができる制度で、「国がつくった経営者のための退職金制度」と呼ばれています。

【お得なポイント】

- ◆掛け金の全額が所得控除
- ◆受取時にも税制面の優遇措置
- ◆低金利の貸付制度が利用可能

【加入資格は次の2つを満たす方】

- ①個人事業主及びその共同経営者または会社等役員
- ②常時使用する従業員人数の条件
 - 卸小売サービス業等は5人以下
 - 製造・建築・運輸・農業等は20人以下

※お問合せ・お申込は、お近くの商工会、商工会議所、青色申告会、税理士、金融機関の本支店まで

※ホームページは【小規模共済】で検索

(文書取扱:商工観光課)

「平成30年度水質検査計画(案)」を公表します

水道事業者は、水道法の規定により毎事業年度の開始前に「水質検査計画」を策定し、公表することとされています。水質検査計画とは、水源や水道施設の特性と過去の水質検査結果をもとに安全な水道水を供給するために実施すべき検査の項目と検査地点、回数などを定めたものです。上下水道課では、この計画に沿って水質検査を行い、その結果を公表するとともに、翌年度の検査計画に反映させます。

《閲覧場所》

○上下水道課 ○西都市情報コーナー

○西都市ホームページ くらし・手続き「上・下水道」 ホームページアドレス (<http://www.saito-city.jp/>)

(文書取扱・問合せ:上下水道課 水道工務係 43-1326)

井戸水使用世帯の下水道使用料に係わる人数変更について

公共下水道・農業集落排水を使用中の方で、上水道と井戸水との併用、または井戸水のみを用水源としている世帯については、下水道使用料の認定は世帯人数により算定しております。就学等による長期不在や出生・死亡等による世帯人数の変更が生じた場合は、変更届の提出が必要です。

ご不明の点は、以下までご連絡ください。

(連絡先) 上下水道課 下水道工務係 43-1326

(文書取扱・問合せ：上下水道課 下水道工務係)

「3月 さいとマルシェ」の開催について

毎月第2土曜日に開催中のさいとマルシェ。

今年度最後となるマルシェは、おいしい食べ物や雑貨の販売はもちろん、「表千家流 西都同好会」の皆様のご協力のもと、春を感じる「野点」を開催いたします。おいしいお茶とお菓子を100円で150名の皆様楽しんでいただけます。

また、姉妹都市西海市のうず潮カキの販売も行います。

ステージイベントでは、多くのアーティストの方が素晴らしい演奏でマルシェを盛り上げてくれますので、お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

多くの皆さまのご来場を心からお待ちしております。

【会場】 あいそめ広場（コミュニティプラザPAO横）

【日時】 3月10日（土）

マルシェ販売時間：10時から15時まで

※野点は11時から開始しますが、無くなり次第終了となります。

【問合せ】 妻駅西地区商店街振興組合（Develop-Saito）

TEL：35-4029 FAX：35-4059

(文書取扱：商工観光課)

日向国府跡発掘調査現地説明会の開催について

西都市教育委員会社会教育課では、今年度行っている国指定史跡 日向国府跡発掘調査の成果を一般公開する現地説明会を、以下の日程で開催します。

日向国府跡の中心である国庁の遺構を実際に見ることができる機会ですのでぜひ、ご来場ください。

開催日時 3月11日（日）
第1回 10：30～11：30
第2回 13：30～14：30

会場 国指定史跡 日向国府跡
(西都市大字右松字芻田2811-1)
※西都市立妻北小学校の北西に位置します。当日は周辺に案内板を設置します。案内は西都市ホームページにも掲載します。

主な遺構 日向国庁の前身官衙北辺区画施設の痕跡、定型化国庁の前殿跡、東西脇殿北側に検出された大型建物の痕跡など

※雨天の場合は中止します。

(問合せ) 社会教育課 文化財係 43-0846

(文書取扱：社会教育課 文化財係)

消防団員を募集しています

消防団は、地域防災のリーダーとして自らの仕事に従事しながら、火災、風水害などの各種災害時に、地域住民を守るため活動します。

また、日常の活動として各種訓練、消火用施設及び機械機具の点検整備、火災予防広報などを行っています。

西都市では、重要な活動を担う「**消防団員を募集**」しています。

市内に居住又は勤務されている、年齢18歳以上の健康で地域防災に意欲のある男性又は、女性の方の西都市消防団への入団をお願いいたします。

- 非常勤の特別職公務員です
- 年報酬等が支給されます
- 災害補償、退職報償金等の制度があります
- 活動服等が貸与されます

あなたも消防団に入団しませんか

≪問合せ≫ 消防本部警防課（43-2466、43-3003）

- 申込方法 西都市消防本部 警防課 消防団係 黒木まで
- 募集期間 随時募集しています。

（文書取扱：消防本部 警防課）

農村整備嘱託員募集のお知らせ

荒廃農地の確認作業や土地改良施設の目視点検等、農村整備に係る事務についての嘱託員を次の通り募集します。

1. 募集人員 1名
2. 募集期間 平成30年3月9日から平成30年3月23日まで
3. 受付時間 期間中(土日祝日除く)の8時30分から17時15分まで
4. 受付場所 農地林政課
5. 申込手続 履歴書に写真を添付し、必要事項を記載して下さい。
6. 応募資格 市内の農地及び農業用施設について精通し、車の運転とパソコンによる事務の出来る方。市税等の滞納のない方。
7. 選考方法 面接により選考します。
8. 任用期間 平成30年4月1日から平成31年3月31日まで
※更新する場合があります。
9. 報酬 月額130,000円
10. 勤務時間 週29時間以内（原則9時から16時までの6時間勤務）
11. 福利厚生 健康保険、厚生年金保険及び雇用保険への加入、労災保険、有給休暇制度などがあります。

○問い合わせ先：農地林政課 43-3432

（文書取扱：農地林政課）

おしゃれなオフィスで働きませんか？ 株式会社エスプールが従業員を募集中

『株式会社エスプール』は西都市の誘致企業として2月1日に事業所をオープンしました。

同社は、企業の人事部に代わって、応募者の問合せ対応や面接日程の調整を行っています。パソコンで基本的な文字入力可能な方であれば、経験や資格は不問です。

既に日南市でも事業所を開設していますが、離職者無しの働きやすい職場環境です。

- 1 事業所名：株式会社エスプール 西都エントリーセンター
- 2 就業場所：西都市大字右松2111番地 Aコープさいと店貸店舗内
- 3 雇用形態：正社員（試用期間3か月）
- 4 基本給：180,000円～250,000円 ※経験等による
- 5 年齢：40歳以下 ※長期勤続によるキャリア形成のため
- 6 待遇：社会保険、雇用保険、労災保険、交通費全額支給、マイカー通勤可、服装・髪型自由
- 7 就業時間：10時～20時の間で8時間の勤務 ※シフト制の週5日間勤務
- 8 休日：週休2日（シフト制）、夏季休暇、有給休暇有
- 9 職種：人材採用サポート事務
- 10 資格等：高卒以上で、コミュニケーション能力の高い方であれば資格不問。パソコンで基本的な文字入力できれば大丈夫です。
- 11 応募先：ハローワークにて所定の手続きが必要となりますので、応募方法については**西都市雇用情報センター（43-1432）**までお問い合わせください。
- 12 その他：アルバイト・パートの方(65歳まで)も合わせて募集しておりますので、詳細については西都市雇用情報センターまでお問い合わせください。

（文書取扱：商工観光課）

お店自慢の味を 「広報さいと」で紹介しませんか？

毎月1日付けで発行している「広報さいと」の「クッキング」コーナーで、お店自慢のレシピを紹介していただける店舗・事業者を大募集します。ドレッシングやメイン料理、お菓子やおつまみなどジャンルは問いません！皆さまのご応募、お待ちしております！

1. 応募条件・概要

- ①取材対応にご協力いただける店舗・事業者（出来上がった料理、紹介者・店舗等の写真撮影のため広報担当が伺います）
- ②一般家庭で再現できるよう、材料・調味料や工程があまり複雑でないレシピ
- ③西都市産の食材を使ったレシピを優先

2. 応募方法

以下の4点を記載して、メールまたはファックスでご応募ください。

- ・レシピ名
- ・簡単なレシピ工程
- ・確認用の出来上がりの料理写真（携帯等で撮影した写真で可）
- ・ご連絡先（店名、電話番号、住所）

3. 応募締切

3月16日（金）

※平成30年度の応募はこの日までとしますが、応募数が満たない場合は、随時受け付けを行います。お気軽にお問い合わせください。

※採用および掲載時期はさいとアピール係に一任させていただきます。

4. 申込・お問い合わせ

総合政策課 さいとアピール係

koho@saito-city.jp

TEL: 32-1011

FAX: 43-2067

（文書取扱：総合政策課 さいとアピール係）

平成30年度みやざき農業実践塾生募集 (基礎体験コース)

コース名 基礎体験コース（1年間）
内 容 インターネット等を活用し、農業の基礎について在宅にて学修する。学習内容の理解促進のため、実践塾ほ場にて年4回程度の体験学修を行う（参加は任意）。
対 象 者 20名程度
農業を将来の職業の1つとして考えているが、まだ具現化していない者。なお、家庭菜園希望者は対象外とする。
日 程 平成30年6月から平成31年5月まで
申込手続き 受講申込書に記入の上、以下の申込先へ提出してください。
みやざき農業実践塾のホームページ（http://lupinus-p.jp/m_juku）からダウンロードできます。
受付期間 平成30年5月10日（木）まで
研 修 費 2,000円/年
受講許可 提出書類の審査により適当と認められる者に受講を許可します。希望に添えなかった者についてもその旨を本人に通知します。
申 込 先 県立農業大学校 農業総合研修センター
〒884-0005 児湯郡高鍋町大字持田5732
電話：0983-23-7447
FAX：0983-21-1744

(文書取扱：農政課 農業活性化係)

平成30年度みやざき農業実践塾生募集 (経営実践コース)

コース名 経営実践コース（長期：1年間 中期：半年間）
内 容 1年間又は半年間、農業大学校のほ場等を活用し就農に必要な野菜栽培についての実践的な知識・技術を修得する。
対 象 者 14名程度
新たに農業を始める者で、研修終了後は宮崎県内で就農を目指す、健康で長期間の研修を続けられる意欲と体力を有する者
日 程 長期（1年間）平成30年7月～平成31年6月
中期（半年間）平成30年7月～平成30年12月
申込手続き 入塾申込書（みやざき農業実践塾のホームページ「http://lupinus-p.jp/m_juku」からダウンロードできます）及び履歴書（市販の用紙等）に写真（3cm×2.4cm）を添付し農業活性化センター（43-1153）へご連絡ください。提出書類確認後、西都市の意見書を作成してお渡します。合わせて以下の申込先へ提出してください。
受付期間 平成30年5月10日（木）まで
研 修 費 長期 48,000円（4,000円/月）
中期 24,000円（4,000円/月）
入塾許可 農業総合研修センター所長は、提出書類の審査及び本人との面接により適当と認められる者に入塾を許可します。希望に添えなかった者についてもその旨を本人に通知します。
申 込 先 県立農業大学校 農業総合研修センター
〒884-0005 児湯郡高鍋町大字持田5732
電話：0983-23-7447

(文書取扱：農政課 農業活性化係)

司法書士による消費生活無料相談を ご利用ください

西都市では司法書士による無料の消費生活相談を行っています。借金問題、訪問販売や架空請求による被害などでお困りの方は是非ご利用ください。

- 日 時：3月6日（火）13時～16時
4月3日（火）13時～16時
※相談時間はお一人約30分です。

○場 所：西都市役所 南庁舎1階

○申込先：生活環境課 市民生活係 43-1589

※予約の方が優先となりますので、必ず事前にお電話ください。

（文書取扱：生活環境課）

行政相談所のご案内

行政相談所では、国・県・市町村、独立行政法人、特殊法人（JR、日本郵便株式会社等）の仕事について、皆様から受けた苦情や意見・要望などを公正・中立な立場から、解決や実現を促進するお手伝いをしております。相談は無料で、秘密は厳守いたしますので、お気軽にご相談ください。

○定例行政相談所

日時：3月8日（木）10時～12時まで

場所：西都市役所南庁舎1階

○お問い合わせ 生活環境課 市民生活係 43-1589

（文書取扱：生活環境課）

法務局・人権擁護委員による 「人権・なやみごと相談所」を開設します

家庭内の問題（夫婦・親子、結婚・離婚、相続など）や、隣近所とのもめごと、いじめ、体罰などの問題に関するご相談をお受けします。

相談は無料で秘密厳守になっておりますので、お気軽においでください。

- 日 時 3月20日（火）
午前10時から午後3時まで

○場 所 市役所南庁舎1階

○相談員 人権擁護委員 2名

その他関係機関でも、面談・電話による相談は平日午前8時30分から午後5時15分まで随時お受けしております。

関係機関名	電話番号	備考
宮崎地方法務局人権擁護課	0985-22-5124	
人権相談ナビダイヤル	0570-003-110	全国統一ナビ
女性の人権ホットライン	0570-070-810	
子どもの人権110番	0120-007-110	通話料無料

インターネット人権相談受付システム

○ パソコンから（大人・子ども共通）

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html>

（文書取扱：市民協働推進課）

消費生活に関する巡回相談のご案内

平成29年4月1日より、西都・児湯、1市5町1村共同の「西都児湯消費生活相談センター」を高鍋町役場内に開設し専門スタッフによる消費生活相談を行っております。

この事業の一環として、スタッフが各市町村を毎月1回出張訪問しての巡回相談を実施しております。

西都市では原則として毎月第3水曜日に巡回相談所を開設しておりますので、消費生活（悪質商法、架空請求、多重債務等消費生活）に関する相談等がありましたら、この機会にぜひご利用下さい。

〈巡回相談日程〉

- 日時：3月28日（水）
4月18日（水）
10時～15時まで（12時～13時を除く）
（相談日が祝日の場合は第4水曜日）

○場所：西都市役所 生活環境課 相談室

○申込先：生活環境課 市民生活係 43-1589
※予約制となりますので、必ず事前にお電話ください。

（文書取扱：生活環境課）

西都市地域子育て支援センターつばさ館

平成30年3月号

☆子育て支援センターは、主に家庭で子育てをしている保護者とお子さんが集まり、情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで遊べる交流の場です！！（利用料は無料です）

〈3月の行事予定〉

- 1日（木）3月の製作 ※～今月中 随時
2日（金）ひなまつり会 AM10:30頃～
5日（月）給食試食会(予約制) ※1食 ¥350
6日（火）英語で遊ぼう（予約：10組）AM10:30頃～
7日（水）アタッチメントベビーマッサージ ※予約制（10組）
（参加費：500円 オイル代込み）AM10:30頃～
8日（木）誕生会（3月生まれ） AM10:30頃～
14日（水）にこにこ広場（パオ） AM10:30頃～
16日（金）リトミック AM10:30頃～
19日（月）スクラップブックング（写真持参）※～今月中 随時
22日（木）おでかけ支援（交流広場） AM10:30頃～
23日（金）つばさ館カフェ（予約：7組） AM10:30～ 参加費¥200
27日（火）親子クッキング（予約制） ※参加費¥150
28日（水）にこにこ広場（パオ） AM10:30頃～
30日（金）給食試食会(予約制) ※1食 ¥350

◆支援センターつばさ館概要（駐車場は横にあります）

- 【住所】 西都市白馬町3番地（認定こども園こどもの家敷地内）
【連絡先】 TEL：43-1049 FAX：43-1079
【利用時間】 月曜～金曜9:00～15:00 土曜9:00～12:00（育児相談可）
【子育て相談】 電話・来園・訪問でのご相談をお受けします。（随時）
【一時保育】 料金・時間は1時間単位でのお預かりになります。
詳しいお問い合わせはお電話下さい。
（・1時間→350円 ・4時間→1200円です）
【育児情報誌】 毎月1回 活動内容の情報発信（つばさ館便り）

（文書取扱：福祉事務所）

第13回西都原このはなマラソン大会 開催に伴う交通規制について

3月18日（日）に第13回西都原このはなマラソン大会を西都原台地で開催いたします。

大会開催にあたりまして西都原公園内道路の交通規制が時間を区切って行われます。大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

