



#### 脂質異常症になる原因

- 肥満 ○ 運動不足
- 体質 ○ ストレスが多い
- アルコールの飲みすぎ
- 動物性脂肪の摂りすぎ
- 果物や甘い物の食べすぎ
- 〇 喫煙



#### 生活習慣で改善!!

#### 動脈硬化予防のための食事のポイント

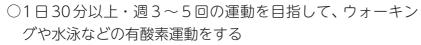
- 1.過食に注意し、適正な体重 を維持する
- 2. 肉の脂身・動物脂・加工肉・ 鶏卵の大量摂取を控える
- 3. 魚の摂取を増やし、低脂肪 乳製品を摂取する
- 4. 玄米や麦ごはんなどの全粒穀物や、野菜・海藻・ 大豆製品・ナッツ類の摂取量を増やす



- 5. 糖質の少ない果物を摂取 し、清涼飲料水や菓子の大 量摂取を控える
- 6. アルコールの過剰摂取を控
- |7.食塩の摂取は6g/日未満 を目標にする

#### 運動のすすめ

軽く汗ばむ程度の軽い運動は、中性脂肪やLDL(悪玉)コレステロ ールの分解を進め、HDL (善玉) コレステロールを増やします。







#### ■ 年に1回は必ず特定健診を受けましょう ~通院中の方も対象です~

40歳以上の西都市国民健康保険加入者を対象に特定健診を実施し ています。

集団健診は保健センターおよび各地区館で、個別健診は指定医療機 関で2月末まで実施しています。詳しくは、5月下旬に郵送した受診 券に同封の案内文書をご確認ください。



#### ■職場などで受けた健診結果の提供にご協力ください

西都市国民健康保険では、被保険者の健康状態を把握し、効果的な保健事業を実施していくため、 職場などで受診した健診結果の提供をお願いしています。提供いただいた健診結果は、西都市国民 健康保険が行っている特定健診の結果とみなされ、加入者のための保健事業計画に活用されるほ か、特定健診受診率の向上にもつながります。

#### ■ 特定保健指導を受けましょう

健診を受診し、ご自身の身体の状態をチェックしたら、保健指導を受けましょう 保健師・管理栄養士が健診結果を分かりやすく説明し、身体の状態を知って いただいた上で、生活習慣を見直すサポートをします。







~ドロドロ血液には注意しましょう~

血液中のLDL(悪玉)コレステロール、HDL(善玉)コレステロール、 中性脂肪の量がどれか1つでも基準値より過剰になったり、不足している 状態を**脂質異常症**といいます。基準外の状態が続くと血液がドロドロにな り、血管壁に余分な脂が沈着して詰まりやすい状態になります。

#### ≪脂質検査の判定基準≫

単位 (mg/dl)

受診勧奨判定値 (病院受診が必要な値)	300以上	140以上	35 未満
保健指導判定値 (保健指導の対象となる値)	150以上 300未満	120以上 140未満	35以上 40未満
正常	空腹時 150 未満	120未満	40以上
判定	中性脂肪	LDL (悪玉) コレステロール	HDL (善玉) コレステロール

#### 〇西都市国保特定健診受診者のLDL (悪玉) コレステロールの状況 【令和3年度】

	正常	保健指導判定値	受	診 勧 奨 判	定値
検査値 (mg/dl)	120未満	120 ~ 139	140 ~ 159	160 ~ 179	180以上
治療中	391人	111人	38人	13人	3人
治療なし	743人	444人	316人	125人	65人
合計	1,134人	555人	354人	138人	68人
	(50.4%)	(24.7%)	(15.7%)	(6.1%)	(3.0%)

本市の健診受診者 2,249 人の LDL (悪玉) コレステロールの状況をみると、受診勧奨判定値 140 mg/ dl以上にも関わらず、治療をしていない方が506人いました。そのうち180mg/dlを超える65人の方 には、市の保健師・管理栄養十が医療機関への受診を勧めています。



#### 脂質異常症はなぜ危険?

放置しておくと… /

LDLコレステロール・HDLコレステロール・中性脂肪の改善

が必要な状態になっている



動脈硬化が進行







コレステロール

脂質異常症は自覚症状がほとんどありません。LDLコレステロール値や中性脂肪値が高いまま放置し ておくと、血液の状態は悪化していき、動脈硬化が進み、心筋梗塞や狭心症などの心疾患・脳卒中など の脳血管疾患・腎不全が起こるリスクが高くなります。

03 October 2023 広報さいと October 2023 広報さいと 02

#### ■ 学力調査の結果 ~ 県・全国との比較 ~

本市の対象学年の基礎学力は、県平均と同等ですが、全国平均より低い状況です。

	小学校(平均正答率 % )						
教科名	国語	算数	合計				
全 国	67.2	62.5	129.7				
宮崎県	67.0	61.0	128.0				
西都市	66.0	62.0	128.0				
全国との差	-1.2	-0.5	-1.7				
県との差	-1.0	1.0	0.0				

	甲字段(	半均止各	举%)	
教科名	国語	数学	英語	合計
全 国	69.8	51.0	45.6	166.4
宮崎県	67.0	47.0	40.0	154.0
西都市	67.0	48.0	40.0	155.0
全国との差	-2.8	-3.0	-5.6	-11.4
<b>旦との差</b>	0.0	1.0	0.0	1.0

**七兴县(亚丛丁朱泰 0/)** 

#### ■ 学習状況調査(アンケート)の結果 ~ 県・全国との比較 ~

			小学校					中学校		
学習に関する主な項目について	西都市 (%)	県 (%)	全国 (%)	県との 差	全国と の差	西都市 (%)	県 (%)	全国 (%)	県との 差	全国と の差
将来の夢や目標をもっていますか	84.3	84.2	81.5	0.1	2.8	68.2	69.5	66.3	-1.3	1.9
先生は、分かるまで教えてくれると思いますか	97.0	92.9	93.0	4.1	4.0	92.7	88.8	88.9	3.9	3.8
家で、自分で計画を立てて勉強をしていますか	75.3	70.8	70.7	4.5	4.6	50.6	52.9	55.0	-2.3	-4.4
平日、家で1日1時間以上勉強をしますか	66.4	58.0	57.1	8.4	9.3	48.9	60.1	65.8	-11.2	-16.9
平日、授業時間以外に、1日30分以上読書をし ますか	33.7	37.3	37.3	-3.6	-3.6	27.0	28.0	28.4	-1.0	-1.4
課題の解決に向けて自分で考え、自分から取り組 んでいますか	78.7	77.5	78.8	1.2	-0.1	75.5	75.1	79.2	0.4	-3.7
学んだことを生かしながら、自分の考えをまとめ る活動を行っていますか	79.2	73.8	74.4	5.4	4.8	61.8	61.6	69.1	0.2	-7.3
友だちと話し合う活動を通じて、自分の考えを深めたり、広げたりしていますか	84.3	81.5	81.8	2.8	2.5	76.8	76.9	79.7	-0.1	-2.9
総合的な学習の時間に、課題を設定しそれを調べ たり発表するなどの取り組みをしていますか	83.8	72.3	74.8	11.5	9.0	66.1	71.2	72.6	-5.1	-6.5

		小学校				中学校				
生活に関する主な項目について	西都市 (%)	県 (%)	全国 (%)	県との 差	全国と の差	西都市 (%)	県 (%)	全国 (%)	県との 差	全国と の差
朝食を毎日食べていますか	92.8	94.1	93.9	-1.3	-1.1	93.1	92.8	91.2	0.3	1.9
自分に良いところがあると思いますか	85.5	83.5	83.5	2.0	2.0	82.4	81.9	80.0	0.5	2.4
先生はあなたの良いところを認めてくれていますか	94.0	86.9	89.8	7.1	4.2	88.4	85.0	87.3	3.4	1.1
不安や悩みごとがある時、先生や学校にいる大人に いつでも相談できますか	74.5	64.4	68.5	10.1	6.0	64.8	60.7	66.4	4.1	-1.6
人の役に立つ人間になりたいと思いますか	97.4	96.3	95.9	1.1	1.5	95.7	95.5	94.6	0.2	1.1
学校に行くのは楽しいですか	86.8	84.9	85.3	1.9	1.5	84.9	82.4	81.8	2.5	3.1
友だちとの関係に満足していますか	93.2	90.7	90.3	2.5	2.9	92.3	89.0	88.7	3.3	3.6
今住んでいる地域の行事に参加していますか	69.4	56.5	57.8	12.9	11.6	42.0	35.6	38.0	6.4	4.0
地域や社会のために何かしてみたいと思いますか	79.6	76.7	76.8	2.9	2.8	68.3	68.0	63.9	0.3	4.4
外国のことについてもっと知りたいと思いますか	77.0	74.1	72.5	2.9	4.5	69.5	68.4	66.8	1.1	2.7
外国の人に日本やあなたの地域について、知っても らいたいと思いますか	78.7	80.3	78.1	-1.6	0.6	74.7	68.2	63.2	6.5	11.5
日常生活の中で、幸せな気持ちになることはどれぐ らいありますか	90.2	91.4	91.0	-1.2	-0.8	89.2	87.0	86.8	2.2	2.4

#### 良かったポイント

多くの項目で全国や県平均を上回って いることから、本市の子どもたちは、望ま しい生活習慣を身に付けている割合が高い ことが分かりました。

特に、地域の行事に参加している割合が **小学校、中学校ともに多い**ことは、大変す ばらしい傾向です。

#### 課題点

**★1日あたりの読書時間が少ない。** 

【小学校】 【中学校】

★1日あたりの学習時間が少ない。 ★総合的な学習の時間を生かして、課題を設定し情報を収集したり、 それを発表するなどの取り組みが弱い。

子どもたちの学習意欲を向上させるために、家庭でお子さんの取り組みや行動、 意識に対する励ましの声やほめ言葉が大切です。また、SNS などに関するルール づくりや「なぜ、学ぶ必要があるか」という話し合いを家庭で行うことが重要です。

## 令和5年度

## 全国学力・学習状況調査の結果概要について

「全国学力・学習状況調査」は、全国の小学校6年生と中学校3年 生を対象に毎年行われているものです。

学力については、国語と算数(数学)の2科目が毎年調査されてい ます。今年は、3年に一度実施される英語の調査もありました。また、 学習状況については、アンケート調査が行われています。



この調査では、予測困難な時代を生きていく子どもたちにとって必要となる資質能力であ る、「生きて働く知識・技能の習得」や「未知の状況にも対応できる思考力・判断力・表現力」 がどれだけ身に付いているかを客観的に評価できます。また、この結果を受けて各学校では、 どのようなところに課題があるのかを把握し、児童生徒への教育指導の充実や学習状況の改 善などに役立てていきます。

保護者や地域の皆さんにも子どもたちの現状を知っていただいて、これからも積極的に子 どもたちの学びに参画していただきたいと考えています。

#### 学力向上に向けた本市での主な取り組み

#### 「学びの確認」 による学習内容の 確実な定着

市内すべての学校で、学年末 に2週間程度の補充学習や個別 学習のための期間を設定し、学 びの確認を行っています。

## 英検対策特別講座 などによる 英検取得率の向上

妻高校、宮崎国際大学と連携 して実施。中学3年生の70%以 上が、英検3級程度以上の力を 付けることを目指しています。

#### 3 ICT 機器を活用 した個別最適な 学びの推進

ICT 環境整備を行い、デジタ ルドリルや学習支援ソフトなど を活用し、個別最適化された学 びを推進します。

## 指導と評価の 一体化に向けた 取り組みの推進

中学校の5教科において、市 内共通の評価問題の作成および その分析を行うことで、指導と 評価の一体化を目指した取り組 みを推進します。

# 「さいと学」を 総合的な学力を!

西都の人・もの・ことについ て学び、探求力、表現力、コミュ ニケーションカ、実践力などが 身に付くことを目指していま す。

## 総合学力調査の 実施(ベネッセ)

小学校1,2,3,5,6年生と、 中学校2年生の学力を客観的に 評価できるように実施していま す。分析結果は「学びの確認 | で生かしていきます。

#### 教職員 ブラッシュアップ 研修会

「学び続ける教師のみ、子ども の前に立てる |。教科だけではな く、SDGs や特別支援教育など の講師を招き、教職員の資質向 上を目指しています。

## 核となる 西都市教育研究 センター

各学校から選ばれた14人の 先生が、テーマに沿った研究、 県内の優れた先生方に密着した 学びを行い、本市の教育を推進 する核となっています。

#### 各学校における 校内研修の 取り組み

各学校では、教職員の資質向 上を図るため校内研修が行われ ています。多いところでは年間 30 回以上、授業力向上に関する 研修が行われています。

問い合わせ 市教育委員会 25 43-3438

05 October 2023 広報さいと

#### 8 市職員の定員状況 (各年4月1日現在)

			ATION	<b>△</b> ∓□ 4/⊏		令和	5年		主な増減の理由または
部門			令和3年	节和4年	増	減	差引	職員数	定員適正化の手法
	議	会	5	5			0	5	
	総務	企画	75	73		1	$\triangle$ ]	72	(減)秘書業務の見直し
	税	務	21	20			0	20	
	民	生	44	44		1	△1	43	(減)保育士の不補充
一般行政	衛	生	23	24		3	△3	21	(減)新型コロナウイルス関連など
部門	労	働							
	農林	水産	36	35			0	35	
	商	I	12	15			0	15	
	土	木	31	31			0	31	
	小	計	247	247	0	5	△5	242	
#+ DU/- Th	教	育	38	37	1		1	38	(増)国民スポーツ大会準備
特別行政 部門	消	防	45	46			0	46	
DN 1	小	計	83	83	1	0	1	84	
	水	道	11	11			0	11	
公営企業等	下力	と 道	5	5			0	5	
会計部門	その		28	28			0	28	
	小	計	44	44	0	0	0	44	
合	計		374	374	1	5	△4	370	定員管理上の職員数

#### 9 職員の任免に関する状況

#### (1) 職員採用 (令和4年度実施)

職員区分	職種	受験者数	採用者数
一般事務 1 (高卒程度)	事務	27	3
一般事務2(大卒程度)	事務	22	2
一般事務3(民間等経験者)	事務	12	0
建築技術	技術	1	0
消防	消防	6	1
合計	68	6	

#### (2) 職員の退職状況

区 分	定年	応募認定	普通	合計
一般行政職	4	2	4	10
薬剤師・医療技術職	0	0	0	0
福祉職	1	0	0	1
消防職	0	1	0	1
企業職	0	0	1	1
合計	5	3	5	13

#### 10 職員の研修の状況について

	研修区分	延べ参加人数
	宮崎県市町村振興協会	192
派遣研修	市町村職員中央研修所	3
	全国市町村国際文化研修所	2
庁内研修	職員を対象にした庁内研修	216

#### 11 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

一般的な職員の勤務時間	休憩時間
8:30 ~ 17:15	$12:00 \sim 13:00$

※保育所や消防職員などについては上記の勤務時間とは異な ります。

#### 12 職員の休業の状況 (令和4年度)

育児休業	育児部分休業等
8	5

#### 13 職員の服務の状況

令和4年度中、年度末まで公益法人に派遣した職員は1人 でした。また、営利企業への従事許可の実績はありませんで した。

#### 14 職員の分限と懲戒処分の状況

令和4年度は、分限処分は病気休職10人。懲戒処分は減 給1人、戒告4人でした。

#### 15 職員の福祉と利益の保護の状況

西都市職員互助会が実施する職員球技大会やスポーツ文化 サークル大会・人間ドックなど、職員相互の親睦や職員の健 康管理を目的とした事業を支援することにより、職員の福祉 の向上を図っています。

また、公平委員会へ勤務条件に関する措置の要求はありま せんでした。不利益処分に関する審査請求の状況は、次のと おりです。

令和3年度末	令和4年度中	令和45	F度中処	理件数	令和4年度末
係属件数	請求件数	却下	判定	取下げ	係属件数
1	0	1	0	0	0

#### 16 職員の人事評価の状況

本市では、地方公務員法の規定に基づき能力評価と業績評 価の二つの視点から人事評価を行っています。評価結果は、 昇任・昇格や人事異動などの任用管理、人材育成などの基礎 資料として活用しています。

#### 17 職員の退職管理の状況 -

令和4年度退職者のうち、退職時に管理職(課長級)であ った者の再就職の状況は、次のとおりです。

再就職先	他の地方 公共団体	特定地方 独立行政 法人	外郭団体	営利企業	その他	合計
再就職 者数 (人)	0	0	0	0	0	0

# 市職員の給与。人事行政などを公表します

市職員の給与(給料と諸手当)は、国家公務員の給与などを参考にしながら、市議会の審議を経 て条例や規則によって定められています。

市民の皆さんにご理解いただくため、市職員の給与などの実態についてお知らせします。 なお、会計年度任用職員については、

1 人件費の状況にのみ含まれます。

#### 1 人件費の状況 (令和4年度普通会計決算)

住民基本台帳人口(令和4年度末)	歳出額A	人 件 費 B	人件費率B/A
R 5.3.31 現在 28,645人	23,095,065千円	2,789,103千円	12.1%

注 この表は、歳出額に占める人件費の割合を示したものです。

人件費には特別職(市長,副市長および市議会議員など)、フルタイム会計年度任用職員、再任用短時間職員に支給される給 料・報酬などを含みます。

(注) 普通会計とは、地方財政統計上、統一的に用いられる会計区分のことです(一般会計、市営住宅特別会計など)。

#### 2 職員給与費の状況(令和5年度普通会計当初予算)

職員数A		給 与	費 B		1人当りの給与費
(令和5年4月1日)	給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計	B/A
331人	1,265,746千	9 217,794千円	499,478千円	1,983,018千円	5,991 千円

#### 3 職員の平均給料と平均年齢の状況

区分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	317,827円	43.8歳
技能労務職	377,880円	54.3歳

#### 4 職員の初任給の状況

K	分	西	国	
<u> </u>	ZI	初任給	2年後	西都市は
一般行政職	大学卒	185,200円	196,900円	
一70又1 ] 止义40以	高校卒	154,600円	162,900円	基準です

#### 5 市職員の級別職員数の状況(令和5年4月1日現在)

区	分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	
標準	的な	主事補	主事	主任主事	係 長	課長補佐	課長	計
職務	内容	技師補	技 師	主任技師	主 査	主 幹	林 区	
職	員 数	21	59	59	122	86	23	370
構	戊 比	5.7%	15.9%	15.9%	33.0%	23.3%	6.2%	100.0%

(注) 市給与条例に基づく給料表の級区分による職員数。標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です。

#### 6 職員手当の状況

#### (1) 期末勤勉手当・退職手当 (令和5年4月1日現在)

	区分	西	都市	国
期	末勤勉手当	期末手当	勤勉手当	
	6月期	1.2月分	1.0月分	
	12月期	1.2月分	1.0月分	
	計	2.4月分	2.0月分	
	職制上の	)段階などによ	る加算措置有	
退	職手当	自己都合	定年·応募認定	西都市は
	勤続20年	19.6695月分	24.586875月分	国と同じ
	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分	基準です
	勤続35年	39.7575月分	47.709月分	
	最高限度額	47.709月分	47.709月分	
	その他の 加算措置	・定年前早期 3~4		

#### (2) 特殊勤務手当 (令和4年度普通会計決算)

職員金	全体に占める手当支給職員の割合	19.9%
支給	対象職員 1 人当たり平均支給額	74,345円
手当(	の種類(手当数)	8

#### (3) 時間外勤務手当 (令和4年度普通会計決算)

.,	
支給総額	95,663千円
職員1人当たり平均支給額	293千円

#### (4) その他の手当 (令和5年4月1日現在)

	西都市		国
	配偶者	6,500円	
扶	子	10,000円	
扶養手当	父母など	6,500円	
事	満16歳の年度初めから満	522歳の年	
	度末までの子1人につき	5,000円	
/ <del>`</del>	借家・借間で月額27,00	0円以下を	西都市は
居	支払っている職員(最高)	11,000円	国と同じ
住居手当			基準です
	27,000円超の場合(最高)	28,000円	
2名	交通機関利用者		
勤	最高支給限度額	55,000円	
通勤手当	交通用具利用(2km以上)		
	月額2,000円~	·31,600円	

#### 7 特別職の報酬などの状況(令和5年4月1日現在)

区	分	月 額	期末手当	
	市長	840,000円		
給料	副市長	670,000円	6月期 1.65月分	
	教育長	607,000円	12月期 1.65月分	
	議長	424,000円		
報酬	副議長	361,000円	計 3.30月分	
	議員	349,000円		

# ラリ!

#### 「こども落語全国大会」で 長友悠馬さんが最優秀賞

7月22・23日に日向市で行われたこども 落語の全国大会で、三財小中学校9年(中3) のひむか亭とびうお(本名:長友 悠馬) さ んが最優秀賞に輝きました。長友さんは小学

2年生から落語を始め、門 川町の柱大黒さんに師事。 「お客さんが笑ってくれるの が一番うれしい。前人未踏 の2連覇と、高校合格を目 指して頑張りたい」と話し てくれました。



8/20 のあいそめ寄席(市文化ホール)のオー

# しせい

#### 農業の DX 化に向けた包括連携協定

8月21日、本市は電気通信事業者のクロッ プウォッチ(池水彩代表社員)、Al ベンチャー 企業のメルヘングループ(住澤大介代表社員)

と農業の DX 化に向け て包括連携協定を結び ました。この協定によ り本市農業の DX 化が 一層発展することが見 込まれます。 ※ AI…人工知能



農林課 ☎ 43-0382

# しせい

#### DX アドバイザー委嘱式

8月22日、本市はデジタルを活用して住み よいまちづくりを目指すため「西都市みんなで はじめるデジタル変革宣言 | を行い、DX 推進

の専門家でクールジャ パンプロデューサーの 陳内裕樹さんをアドバ イザーに委嘱しまし た。委嘱式の後、市幹 部職員を対象に DX 研 修会を行いました。



#### 総合政策課 ☎ 32-1000

※ DX … Digital Transformation の略で、デジタル技術を生かし 仕事や生活などをより良い状態へ変革すること

第 17 回 穂北まつり

待望のまつりが 4年ぶりに復活。 多くの来場者で にぎわいました



穂北小グラウンドで開催され、子どもたちによ る下水流臼太鼓踊のほかステージでは多くの催し 物が披露されました。せんぐまきや抽選会、花火 なども行われ、会場は大いに盛り上がりました。

#### Music of 西都 ~マルシェ&音楽フェス~

音楽好きの 妻高生4人が、 手作りの音楽 フェスを開催



妻高2年の日比花音さんらが地域の課題解決に 取り組む授業の一環として、あいそめ広場でマル シェ&音楽フェスを開催。出演や出店の交渉を自 ら行うなど、高校生の企画で大盛況でした。

#### 国スポ西都市準備委員会設立総会

2027 年 本県開 催の国スポへ向 け、一丸となり 準備を行います



国民スポーツ大会(国スポ)に向けた本市準備 委員会の設立総会が市民文化ホールで行われまし た。市内各種機関や団体の代表約60人が出席し、 本番までのスケジュールなどを確認しました。

#### 西都市口蹄疫合同慰霊式

口蹄疫の記憶を 風化させずに 家畜防疫を徹底 しましょう



口蹄疫によって殺処分された家畜の慰霊式が本 市畜産センター(三納)で行われました。生産者 の代表や関係者ら約30人が参列し、畜魂碑の前 で献花を行い、防疫の徹底を誓いました。

## 第 11 回 東京ヤクルトスワローズカップ 少年野球交流大会 in 西都

#### 西都市選抜チーム

- ■監督
- ■コーチ 藤田 拓郎 ルけがみ たかひろ
- ■選手

【主将】 こざこ はるま ぬまぐち しょうた 沼口 奨太 ふるいち りくと ぬまぐち たいき 沼口 太暉 ひだか ゆする 日髙 柚樹

8月11日~12日、「第11回東京ヤクルトスワローズカップ少 年野球交流大会」が開催されました。

東京ヤクルトスワローズに縁のある4市(新潟県燕市・愛媛県 松山市・沖縄県浦添市・本市)では、試合などを通じて野球少年 団選抜チームによる交流が毎年行っており、今年度は西都市で開 催しました。西都原運動公園野球場などで試合が行われたほか、 各市の出場選手たちがバーベキューで交流を深めました。試合会 場には東京ヤクルトスワローズマスコットキャラクターの「つば 九郎」や「つばみ」も駆けつけ、大会を盛り上げてくれました。







燕市:涌井 悠平 主将 「初勝利できたことがう れしかったです。宮崎に 来れて楽しかったです」



松山市:宮内 蓮 主将 「コロナ禍で県外の人と ずっと交流できなかった けど、この大会で県外の 友達と交流できて楽し かったです」



浦添市:西銘 大 主将 「スワローズカップで優 勝することができてうれ しかったです」



西都市:日高 航汰 主将 「たくさんの仲間と出会 い、最後まで全員でがん ばることができて良かっ たです」

#### 大 会 結 果

#### 優勝は浦添市選抜。本市選抜は4位でした。

優 勝:浦添市 準優勝: 燕市 3 位:松山市

付:西都市









西都市 松山市

October 2023 広報さいと

紙面で紹介してほしい市民(小学生以上)・団体の情報が ありましたら、総務課 秘書広報係までお知らせください。 TEL: 35-3001 メール: koho@city.saito.lg.jp

ちいさな 術館



スポーツで活躍した 皆さんを紹介します

#### 陸上競技で全国大会に出場 妻北小6年 池田 春さん

9月に日産スタジアム で行われた全国小学生陸 上競技交流大会に、コン バインドBで県の代表 として出場しました。



※コンバインドB:走り幅跳びとジャベリックボール投げの 2種目の合計得点で順位を決める混成競技

相撲で 九州大会出場 (個人戦) 妻南小5年





地田惺太さん↑

9月10日に鹿児島県で開かれた九州大 会に出場しました。

**めら あかり** さん (6歳) 作品『りんごのフォトフレーム』

認定こども園 西都ふたば幼稚園

#### 各種団体から本市へ寄贈がありました



ヒメボタルの 生育地を守るため 木の苗を寄贈

妹といっしょに写った写真

が中に貼ってあるんだ!

大好きなおじいちゃんと

するんだよ♪

おばあちゃんにプレゼント

西都ひめ蛍を守る会が卯の花の苗 100 本を 寄贈しました。これは妻中学校の福祉体験学習 の一環で育てた苗で、生育地の周辺に植えるこ とで枝が車のライトを遮り、ヒメボタルを守る ことに繋がります。この苗は、11月ごろに同 会が西都原の御陵墓周辺に植栽する予定です。



伊東マンショを 調査し、まとめた 小冊子を寄贈

都於郡城史文化研究会が市の補助金を活用し て作成した小冊子『伊東満所よ 蘇 れ! 歴史研究の集大成として』を 寄贈しました。市立図書館などに設 置されていますので、ぜひ読んでみ



## トラクター・重機・トラック・農機具



てください。

#### 西都・西米良園芸振興生産者大会

「未来に続く強 い園芸産地 | を 目指し、結束を 図りました



市やJA 西都などが主催する「がんばろう! 西都・西米良園芸振興生産者大会」が市民会館で 4年ぶりに開催。農業関係者など約200人が参 加し、表彰や決議の採択などが行われました。

#### 西都青年会議所創立50周年記念式典

これまでの活動 を振り返り、 さらなる飛躍を 誓いました



西都青年会議所の創立 50 周年記念式典が市文 化ホールで開催されました。会員や OB など関係 者約70人が参加。同会議所の功績などが紹介さ れ、歴代の理事長らに感謝状が贈られました。

#### 元気が出る公演会

さわやかなダン スや美しいハー モニーで会場が 魅了されました



妻北地域づくり協議会による「元気が出る公演 会」が、文化ホールで開催。コール西都や地元高 校生の演奏のほか、今神楽バンドの迫力あるス テージに来場者約150人も盛り上がりました。

#### Tiny Town & 西都夜市

個性的な小さな 町「タイニータ ウン」の体験を 楽しみました



まちづくりサークルの SAITO BASE が企画し たイベント「タイニータウン」が、西都夜市に合 わせてあいそめ広場で開催。たくさんの親子が各 ブースの体験活動を楽しんでいました。

# 小学生



穂北小学校 5年 <sup>すぎぉ なぉき</sup> 杉尾 直樹 さん

#### 題名『1学期の成長をつなぐ。

ぼくは、1学期に成長したことが2つあります。

1つ目は、学級目標の1つ、「人より前に出る力」です。5年生にな る前は、行事でのお礼の言葉や作文発表などの代表児童を決めるとき に、恥ずかしくて手が挙げられませんでした。でも、今では代表にな りたい気持ちが強く、毎回手を挙げています。それで、担任の先生が、 「人より前に出る力」があることをほめてくれるので、ぼくはいつもう れしい気持ちになります。

2つ目は、ごみ拾いです。今までは登校中にごみを見つけても拾っ ていませんでした。でも、5年生になってからは、穂北だけでなく西 都市をきれいにしようという思いになり、毎朝ごみを拾う努力をして います。

ぼくは、1学期がとても楽しい思い出となりました。きっと、自分 にできることが増えてきたからだと思います。2学期は、もっと「人 前に出る力 | をのばしたり、ごみ拾いをしたりして1学期の行いを続 けることで、成長をつなげていきたいです。

※この欄は広告です。掲載されている広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

# 市長コラム

台風・豪雨災害における 防災対策について

近年、地球温暖化の影響もあって、全国各 地で台風や線状降水帯などが引き起こす豪雨 により、大規模な災害が発生しています。そ こで災害シーズンを控えた本年5月28日に、 市総合防災訓練が清水台の宮崎医療福祉専門 学校前広場で行われました。市や消防本部と ともに、自衛隊や国、県の各機関、防災ヘリ、 市内の各種団体、企業、消防団、医療福祉専 門学校、地区住民などが参加され、県防災訓 練にもひけをとらない大規模な訓練となりま した。この目的は市民や関係者の皆さんの防 災意識の高揚を図るとともに、各機関・団体 の協力連携体制を構築することでした。その 成果はかなり上がったと思います。

本市は昨年9月、大型台風14号の襲来に より、浸水害や土砂災害など甚大な被害を被 りました。特に浸水害の要因として一ツ瀬川 の急激な水位の上昇、情報連絡や状況把握の 不備、暴風雨時の樋門管理の困難さなどがあ げられました。それらを反省点として今年8 月に襲来した台風6号時には一ツ瀬ダム水位 の事前低下、樋門管理の徹底、情報連絡体制 や災害対策本部体制の充実を図りました。今 後、二度と昨年のような浸水被害を発生させ ないために、万全な危機管理や防災体制をと り『抜群に住みやすいまち 西都』を構築し てまいります。

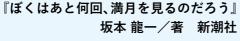
最後に、皆さんに大切なお願いがありま す。スマートフォンをお持ちの方は、市公式 LINE アカウントのお友だち登録をしてくだ さい。登録することで、災害時の防災無線の 内容、避難所の情報など災害時に必要な情報 が届きます! 自分や家族の命を守るための 情報を確実に得るために、ご協力をお願い申 し上げます。 橋田 和実



◀ 二次元コードをスマートフォンの カメラで読み込むと、すぐ友だち になれます

## 新着おすす

10月の休館日▶2日、10日、16日、23日、30日





創作や社会運動を支える哲学、国境 を越えた多彩な活動、坂本家の歴史と 家族に対する想い、ガンと共に生きる こと、そして自分が去った後の世界に ついて…。坂本龍一がその日が来る前 にと、遺した自伝。最期の日々をつづっ た鈴木正文による原稿も収録する。

#### 『最強! カレー道

#### 10歳から学べる食の本質』 水野 仁輔/文 ホーム社

料理好きの小学生・ヒロトは、林 間学校で「学校一おいしい最強力 レー」を作ることに。そんなヒロト の前に、突然あやしげな「カレーマ スター」が現れる。マスターに導か れてカレーの学びを極めていくヒロ ト。果たして最強カレーは完成する のか?



西都市立図書館公式 X (旧 Twitter)【@ Saito Library】では 企画展などの最新情報を発信中♪

#### アンケートに答えて

プレゼントをもらっちゃおう♪ (提供:西都原ガイダンスセンター このはな館)

#### 「ドレッシングセット」を3人の方へプレゼント



今月のプレゼントは、焙煎アマニを 使用した「アマニドレッシング」と、 日向夏をまるごと使って作られた「日 向夏ドレッシング」のセットです。野 菜だけでなく、豆腐や冷しゃぶにかけ てもおいしくいただけます。 ▶アンケート

Q1. 今月号でよかった記事。

Q2. 広報に関するご意見・ご感想・取 り上げてほしい内容などがあれば お聞かせください。

「プレゼントもらっちゃおう 10 月号 | 係

#### ▶プレゼント応募方法

住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、アンケートにお答えの上、 以下の宛先までご応募ください。

締切は10月31日(当日消印有効)

※このはな館まで取りに来られる方に限ります。 ※当選者には後日連絡します

★二次元コードを読み取ると、簡単にメールで応募できます↑ 【宛先】〒881-8501 西都市広報担当

#### このはな館 ☎43-6230

- ■営業時間/9時~17時(レストランは11時~15時)
- ■休館 日/毎週月曜 ※月曜が祝日の場合、翌日火曜が休館

事業者からの読者プレゼントも募集中! 詳しくはホームページでご確認ください⇒



広報紙(抜粋記事)を音声訳したテープをご希望の方はこちらへ↓ ■音声訳ボランティア「ひかり | ☎ 43-3160 (西都市ボランティアセンター)

#### · · · Information · · ·

#### 市民会館開館 35 周年記念として 宝くじ文化公演 コンサートを開催します

【日時】令和6年2月11日(日) 開場/15:30 開演/16:00

【会場】西都市民会館

【料金】一般: 2,500 円(当日 3,000 円) ※全席指定 ※未就学児入場不可

【チケット一般発売日】10月14日(土)10:00~ ※宝くじ助成による特別料金となっております。 ※前売りで完売した場合、当日のチケット販売はあり ません。



#### 【チケット販売場所】

・市民会館

- ・コミュニティプラザパオ 1階インフォメーション
- ・メディキット県民文化 センターチケットセンター
- 門川町総合文化会館
- コープみやざき 生活サービスセンター

■問い合わせ:市民会館 ☎ 43-5048

三財地域づくり協議会 ② 44-5831

あなたも地域づくり協議会で活動しませんか?

## GG 大会・体験型交通安全

体験型の交通 安全教育で 高齢者の交通 安全意識を向上



西都警察署と市高齢者クラブ連合会が西都原運 動公園でグランドゴルフ大会を開催。電動車いす やサポートカーなどに試乗して交通ルールを学ぶ 体験型交通安全教育も行われました。

#### オカリナ太鼓コンサー

オカリナ奏都 大沢聡さんも バンドを編成 出演しました



第24回オカリナ太鼓コンサートが市民会館で 開催。西都古墳太鼓保存会や西都オカリナキッズ などの皆さんが演奏し、約700人の来場者がオ カリナの音色と太鼓の迫力に魅了されました。

地域の情報

## 10月22日(日)、三財へそ祭りを開催します!







せんぐまき

ステージや出店はもちろ ん、無料で楽しめる体験コー ナーやふるまいもあります。 ぜひ、お越しください。

■日時 10月22日(日) 9:00 ~ 15:20 頃まで

三財小中学校グラウンド

※雨天時は同体育館。



ふるさと継承事業実行委員長 (三財へそ祭り拡大実行委員長)

<sub>ごとう やすひろ</sub> 後藤 靖博 さん

#### 相談・その他-

#### 司法書士による消費生活無料相談 ※要予約

日時 10月3日(火) 13~16時 ※次回は11月7日(火) ※相談時間は1人30分。

会場 市役所 2階 201 会議室

予約・問い合わせ 生活環境課 ☎ 43-1589

#### 無料人権相談

日時 10月5日(木)10~15時

会場 市生きがい交流広場 2階

問い合わせ 市民課 ☎ 43-1204

#### 行政相談

日時 10月12日(木) 10~12時

会場 市役所 2階 201 会議室

問い合わせ 生活環境課 ☎ 43-1589

#### 無料法律相談 ※要予約

日時 10月17日(火)13時30分~16時

会場 社会福祉協議会

予約・問い合わせ 社会福祉協議会 **☎** 43-4613

#### 出張年金相談 ※要予約

日時 10月19日(木)10~12時、13~15時

会場 市民課 年金係内(市役所1階)

予約・問い合わせ 高鍋年金事務所 ☎ 23-5111

#### 県内一斉消毒の日 ~家畜防疫を徹底しましょう~

期日 10月20日(金)※毎月20日

問い合わせ 農林課 ☎32-1004

#### 休日納税相談

日時 10月22日(日)9~15時

会場・問い合わせ 税務課 ☎ 32-1001

#### オレンジカフェ (認知症カフェ) ※要予約

期日 10月26日(木)13時30分~15時

会場 市生きがい交流広場

申込先 市北地区地域包括支援センター ☎32-9595

市南地区地域包括支援センター ☎41-0511

#### 母子手帳交付

日時 毎週火曜 13 時~13 時 30 分

会場 市保健センター1階

問い合わせ 健康管理課 ☎ 43-1146

妻北小学校 6年又木煌生 さ



今月の 題字

休日在宅医は変更になることがあります。 休日在宅医 事前に電話でご確認ください。

月	目	曜	病院名	主な診療科目 電話番号
10	1	日	西都児玉眼科	眼 科 25:43-3456
	8	日	黒木胃腸科医院	内科·胃腸科 公43-1304
	9	月	久保循環器 内科医院	内科·循環器内科 公32-0373
	15	日	上山医院	整形外科 27 4 3 - 1 1 2 9
	22	日	三財病院	内科・整形外科 お 4 4 - 5 2 2 1
	29	日	宇和田胃腸内科	胃腸科・内科 公 42-0111
11	3	金	大塚病院	整形外科·形成外科 公43-0016
			大塚皮膚科医院	皮膚科 公43-5234

#### まちなかギャラリー夢たまご ☎42-0027

■開館時間:10時~17時

■休館日:月曜

10/3 (火)~8 (日)「一の会」作品展

10 / 10 (火) ~ 15 (日) 日髙一夫 絵画展

10 / 17 (火) ~ 22 (日) 婦人の家 秋まつり

10 / 24 (火) ~ 29 (日) 高橋陽子教室 パッチワーク展

#### 市税などの納期のお知らせ

#### 納期限=10月31日(火)

市・県民税(第3期) 国民健康保険税(第4期) 問い合わせ: 税務課 納税管理係 ☎ 32-1001

介護保険料(第4期)

問い合わせ:健康管理課介護保険係 ☎43-3024

#### 後期高齢者医療保険料 (第4期)

問い合わせ:健康管理課 国保高齢者医療係 ☎ 43-0378

※口座振替やコンビニ払い、スマートフォン決済も利用 できます。

※納税に関する相談を随時受け付けています。

#### 西都市コミュニティセンター廃止のお知らせ

市役所本庁舎北側にある「西都市コミュニティセン ター」は令和6年3月31日をもって廃止します。この

建物は今後改修を行い、「西 都市公民館」として使用する 予定です。西都市公民館の移 転時期などについては、改め てお知らせします。



# 今月の手話

運動会」



交互に前後させる。これで 「運動・競技」を表す。



②両手の指先を斜めに付け合 わせてから、斜め下に引き離 す。これで「会」を表す。

手話奉仕員養成講座(毎 週火曜開催)ですが、今年 度は定員に達したため受付 を終了しました。見学は可 能です。詳細は福祉事務所 障害福祉係(☎43-1206)へ。 (撮影協力:西都手話サークル ひまわり)

4 5 6 7

8 9

による発熱患者

などに対応

可

新型コロナウイ

ルス感染症

能な医療機関に

つ

て

グラファ 籍して ています る魅力も伝えて の松山です。

風景がたくさん 運営のスキルを活か エディング写真やウェ を通じて西都の土地として持っ 出会いがあり日 OKOKARA』の業務を通じ てきて8カ月が経ちました。 自主企画の方では います。 多くの西都市民の方々との る『まちづくり西都K 9。 西都は素晴らしい-の活動を少しずつ始 ある 々刺激を 西都に ので、 ・ブサイ・ 前職のウ フォ 移住 ŧ 写真 在



し <sup>まつやま</sup> しんたろう 協 **松山 慎太郎**さん

グッズ、 プールの 撮影を行 がオープンしたアウトドアサウ けください たします。 今月は協力隊仲間の 「茶臼原ひみつのサウナ」

ぜひお気軽にお声掛

山さ

の

チェックしてみてインスタグラムも

0



ご当地缶コ まし タ 老若男女が やオリ こちら 子 ども 楽し ジナ ŧ め販ル用

レ

る料理写真やプロフィーたい」、宣伝用に「良さで「写真でしっかり記録でほんりい」、イベントが わせて、 が欲しい 真、広告写真など、 光信していきますので、 なで集ま 記念写真、 とい 家族が帰省 してみてください つ た写真を撮 たご希望に合 出張撮影 イベント 記録を残 したか さ ルが あ 写真 ぜひ 伝 る 写 b わ の

#### 西都児湯医療センター 🏗 42-1113

## 令和 4 年度 新型コロナ入院患者数 (年代別) 20 90 歳以上 80 歳代 79 歳以下

負担が必要となりました。通常の診療と同じように自己

の

負担となっていましたが

# 西都児湯医療センター情報

センター 感染 多くの患者さんを受け入れで 機関に指定されたため、 でし 原検査は1792件、 ワクチン接種を実施しまし きるよう、 ス感染症に対応する重点医療 その多くは80歳以上の高齢者 検査は877件実施してい は 3 た。 入院患者は1 した疑いのある方への 0 昨年9月20日、 が新型コロナウイ 0 積極的に取り 人 の方 02人で コ 医療 Ċ R ま た ナ

ン ロタ

基づき行政 上の位置付け の自主的な取り組み の選択が尊重され、 ス感染症は、 が これまで法律に が 5類感染症 て さまざまな い たも 感染症 をベ コ 皆さ の が

■人口 27.448 (-23) ■男 12,975 (-12) ■女 14,473 (-11) ■世帯数 11,809 (+4) ■転入 59 ■転出 46 ■出生 8 ■死亡 44 ■高齢化率(65歳以上) 38.55%

ました。

そ

のため医療セ

ン

療機関での受診が可能になり

られていましたが、

幅広い医

も

受診可能な医療機関は限

スとした対応に変わ

りまし

た

医療機関での受診について

状の重い患者さんを中心に入ターでは、酸素が必要など症

院受け入れを行

って

ます。

また、

これまで医療費は国

令和5年 9月1日現在

新型コロナウイルス感染症につ

61

て

理事長兼院長

**長**がた



October 2023 広報さいと

# 第2回さいと学アワー

Future We Want

2-45-18602-45-18602-45-18602

「さいと学」とは、「西都の人・もの・ことから学び、 西都をとおして自分の生き方を考える学習」です。 小学1年生から取り組んでいる「さいと学」ですが、

義務教育段階のゴール地点として、市内の中学3年生 が一堂に集まり、学びをアウトプットする場として「さ いと学アワード」を実施しています。

## 学アワードに向けて













各学校において、地域の魅力や課題を見つめ直し、地 域に貢献するプロジェクトを展開したり、地域の方々と 協力したりしながら探究的な学びを進めてきました。







各学校で予選を行い、勝ち抜いた代表 グループがファイナルステージへ進みます。

## さいと学アワード

会場に集まった市内の中学3年生、来賓、保護 者など約380人で、各学校の「さいと学」の学び を共有しました。

各学校の予選を勝ち抜いた9グループが、それ ぞれの学校で探究してきた学びを、プレゼンテー ションやパネル、実演を交えながら、工夫を凝ら した発表を行いました。発表後には、有識者・市 職員・妻高校生で構成された審査員の質問にも丁 寧に受け答えする姿が見られました。

総合ファシリテーターの中山隆氏、妻中の 伊東泰彦校長、発表者代表とで交わされた振り返 りの中で、中山氏から、今後のさいと学での探究 的な学びについてアドバイスをいただきました。

8月1日(火)に市民会館で開催しました。



















Clean Labo 代表 3年 日髙 伶菜さん 仲間と創り上げたものが最優秀賞として 認められてうれしいです。この経験を今後 の探究活動に生かしたいです。

#### ★来年度以降は、保護者だけでなく市民の皆さんにも広く観覧していただこうと考えています★

広さいと

2023.October No.678



西都市公式 LINE @saito\_city

発行/西都市役所

編集/総務課 〒881-8501 宮崎県西都市聖陵町2丁目1番地 Tel.0983-35-3001 Fax.0983-43-2067 メールアドレス/ koho@city.saito.lg.jp

ホームページアドレス/ https://www.city.saito.lg.jp 印刷/(有) ふくしげ印刷 Tel.0983-42-3651

西都市 公式 Facebook

西都市 **公式** Instagram

西都市 公式 X (旧Twitter)

三財中学校

価値を!」





