

さいと 3

2025 Vol.695
March

特集

- P02 押川市政がスタート
- P04 国民健康保険の手続きについて
- P06 いきいき百歳体操に参加してみませんか?
- P08 2025 春 スポーツキャンプ特集
- P09 宮崎県からのお知らせ(盛り土などについて)

裏表紙 西都に NEW OPEN

表紙写真 GayaGaya楽しいFes 2025が2月2日に開催されました。子どもたちは3Dプリンターが動いている様子を興味津々に見ていました。(詳しくは13ページ)

西都に NEW OPEN

本市では、西都で新たに創業する方や、事業を引き継ぎ、新事業・新分野に挑戦する方に対して『西都市創業等支援補助金』を交付しています。令和3年度から始まったこの事業により、50を超えるお店や事業所がオープンしています。今回はその中から一部をご紹介します。



西都 KOKOKARA が運営するウェブサイト「西都ゆるなび」では、このほかにも西都のお店や事業所、観光スポットなどをたっぷり紹介しています。ぜひ、アクセスしてみてくださいね!




西都市妻町3丁目129
☎ 090-2319-6333
営業 / 9:00 ~ 21:00
休 / 水曜・不定休

未来の自分のために健康な体づくりをサポート! 整骨院ミライク

オーナーの^{とやませいや}外山誠也さんは柔道整復師の国家資格を持ち、体の不調を予防するための施術を目指しています。通いやすい整骨院を地元西都に作ろうと3年前に開業。一人一人の経過を見ながら利用者に向けた施術をしてくれます。やりたいことを痛みで我慢しなくていいように寄り添ってくれるので、気になる方は相談してみてください。





西都市清水99-3
☎ 0983-32-0380
営業 / 11:30~14:00
17:00~21:00
休 / 水・日曜

焼きとりだけでなくランチやスイーツもおススメ 大地の産 やきとり

ランチやデザートなどいろいろ楽しめる焼きとり屋。店主の^{まついまさのり}松井政憲さんは地域活動で幅広い世代との交流も多く、子どもから大人まで気軽に食べに来れるお店にしたいと開業しました。デザートはジュレもムースも手作りで、素材を生かしたやさしい甘さに仕上げています。ジャムや果物の販売もしているのでお店に聞いてみてください。





西都市三宅4506-11
☎ 090-6778-7022
営業 / 16:30 ~ 21:00
休 / 不定休

体の動かし方をサッカーで楽しく学ぼう 妻サッカースクール

園児から中学生までを対象としたサッカースクールです。オーナーの^{はますなぎんじろう}瀧砂銀次朗さんは、フットサルを教えていた経験を活かし、地元の子どもたちに自分の好きなサッカーを教えたいと思い開業。現在約45人の子どもたちが所属し、清水台総合公園や山角橋河川敷などで練習をしています。無料体験もできるので気軽にお問合せください。





ショッピングセンター
パオ2階
★予約は公式ライン
or インスタ DM から
営業 / 10:00 ~ 17:00
休 / 不定休

指先にトキメキを感じてみませんか ネイルサロン Conoiro nail

「爪がきれいになって笑顔になるお客さんの姿が見たい」と^{ふくだしろうこ}福田祥子さんが地元西都で開業。ネイルをもっと身近に感じてほしいと考えており、爪に関する悩みやケアの相談にも応じています。お客さんの仕事や育児などのライフスタイルに合わせ、ネイルの色や形、素材を選んでくれます。買い物帰りなどに気軽に足を運んでみてください!



押川市政がスタート

オール西都でにぎわいと活力のあるまちへ

1月26日、任期満了に伴う西都市長選挙が行われ、押川修一郎市長が誕生しました。押川市長に、これから始まる市政運営についての意気込みを聞きました。



押川修一郎市長 プロフィール

1955年生まれの69歳。都於郡・山田地区出身。県立本庄高校卒。2003年から県議を4期16年にわたって務め、2014年5月には県議会副議長に就任。2017年から市長を1期4年務める。趣味はスポーツ、読書。モットーは「人に感謝」。

市長任期は令和7年2月5日から4年間。

市長の職に就かれた現在の気持ちは？

ほっとしている気持ちと同時に、市民の皆さんからの期待の大きさを強く感じています。日に日に責任感が増してきており、身が引き締まる思いです。

どのような市政運営を行ってまいりますか？

若い方、子育て中の方、高齢の方など、さまざまな方が西都に住む中で、「西都に生まれて良かった」「西都で暮らせて良かった」と日々の生活に喜びを感じられるような、にぎわいと活力のある安心な

まちを、市民の皆さんと一緒に作り上げていきたいと思えます。市職員と一丸となって、オール西都で魅力のあるものを磨いていきます。

選挙公約に掲げた重要政策について

①人口減・高齢化対策

また、農業において、農業従事者の高齢化に伴い、臨時的な労働力の確保が求められています。例えば、元気な高齢の方や、フルタイムの仕事は育児や介護などで難しいと考えている方に、短時間でも都合のいい時間だけ働いてもらうなど、うまく分業する仕組みを作れないか考えていきます。人口減対策として、西都に移住してくる方々の働く場所を確保するためにも、知恵を出し合っています。

②安心な医療環境づくり

医療行政については、地元医師や医師会、宮崎大学などとして連携し、良好な関係を構築していきたいと思えます。医師の確保はもちろんですが、

③魅力ある観光の推進

が、例えば小児科など、地元ニーズが高い診療科を充実させることにも取り組んでいきます。新病院の建設についても、人口規模や現状の医療資源などを見極めつつ、持続可能で、市民ニーズに合った医療行政の在り方を、関係機関と議論を重ねて、方向性を定めていきます。

④農業・商業の活性化

市の基幹産業である農業の振興は非常に大切だと考えています。耕作放棄地を増やさないためにも、地域農業を誰が担うのか、真剣に考えていかなければなりません。これからは新規就農者だけでなく、子が親の農業を引き継ぐ「親元就農」へもしっかり支援し、農業の担い手不足の問題に危

目指す西都の未来像は？

たくさんの方が訪れる、にぎわいと活力にあふれた西都を目指します。人口が減少しても、幸せに住み続けること

市民の皆さんへ一言

1期目の市長任期を終えてから4年間、たくさんの方とお会いし、お話をうかがいました。いろいろな立場の方、考えの方がいらっしゃると思いますが、西都市のため、未来の西都市に住む子どもたち、孫たちのために、協力し合い、一致団結してよりよい西都を作っていきましょう。どうぞご協力をお願いします。



市長就任式（2月5日）



※ライドシェア（公共ライドシェア）… バスやタクシーなどの輸送手段の確保が困難な地域において、市町村やNPO法人などが行う有償の旅客運送のこと。

●国保の手続きにはマイナンバーカードが必要です●

	こんなとき	手続きの際に必要なもの
加入するとき	ほかの市町村から転入したとき	マイナンバーカード
	職場の健康保険をやめたとき	①職場の健康保険の資格を喪失した証明書(資格喪失連絡票など)
	職場の健康保険の扶養から外れたとき	②マイナンバーカード
	子どもが生まれたとき	①母子手帳 ②マイナンバーカード なお、出産育児一時金および産前産後保険税減免の申請については、健康管理課 国保高齢者医療係にお問い合わせください。
	生活保護を受けなくなったとき	①保護廃止決定通知書 ②マイナンバーカード
脱退するとき	ほかの市町村に転出するとき	①有効な健康保険証(なければ資格確認書または資格情報のお知らせ) ②マイナンバーカード ③はり・きゅう・マッサージ受療券(該当者のみ) 【死亡の場合】 喪主の印鑑および通帳
	職場の健康保険に加入したとき	
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	
	死亡したとき	
	生活保護を受けるようになったとき	
その他	住所や氏名が変わったとき	①有効な健康保険証(なければ資格確認書または資格情報のお知らせ) ②マイナンバーカード ③はり・きゅう・マッサージ受療券(該当者のみ)
	世帯主が変わったとき	
	妊娠(85日以上)したとき	

国民健康保険の手続きについて



各種届出は必ず14日以内にお願ひします

国民健康保険(国保)のしくみ

国保は、病気やけがをしたときに安心して医療が受けられるよう、加入者の皆さんがお金(保険税)を出し合って助け合う制度です。

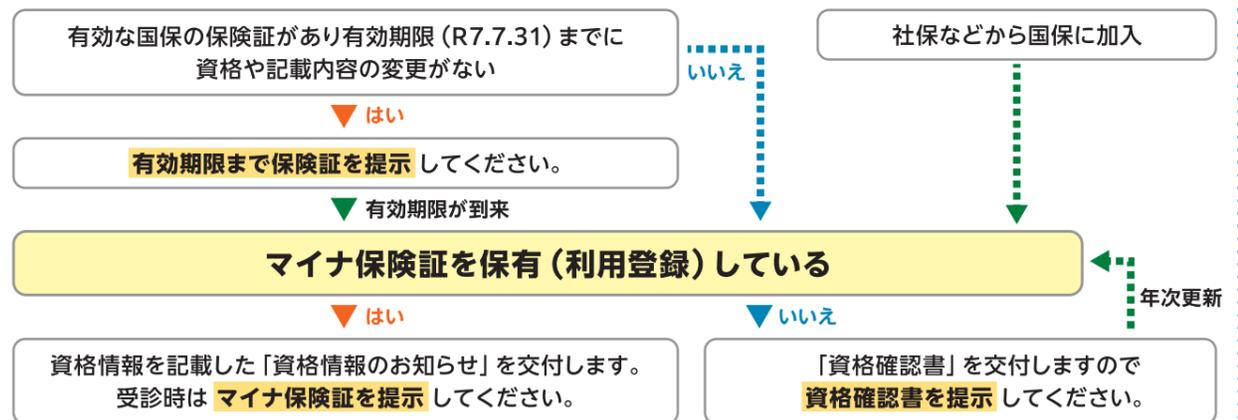
職場の健康保険に加入している方、後期高齢者医療保険に加入している方、生活保護を受けている方を除き、全員が国保に加入する必要があります。

国保の加入や脱退は届出が必要です

国保の加入や脱退、住所・氏名の変更など異動があった場合は、異動があった日から14日以内に健康管理課へ届け出る必要があります。詳しくは左ページの表をご覧ください。

ただし、75歳になられた方で後期高齢者医療制度に移行する場合には、届出の必要はありません。

あなたが病院を受診する際に必要となる書類は?



- 有効な保険証をお持ちであれば、有効期限まで使用できます(マイナ保険証の使用も可)。
- 保険証の内容に変更があったり有効期限を迎える時には、マイナ保険証の登録状況により資格確認書または資格情報のお知らせのいずれかを交付します。
- 資格確認書には有効期限がありますので、年次の更新が必要です。
- マイナ保険証は変更手続き後、データ更新まで数日かかるので、受診の際に「資格情報のお知らせ」を一緒に提示してください。また、機器の不具合などでマイナ保険証が読み取れない際にも一緒に提示すれば受診が可能です。
- マイナ保険証の利用登録を解除する手続きについては、健康管理課国保高齢者医療係までお問い合わせください。

お問い合わせ ●国保に関すること ●保険税の納税に関すること
健康管理課 国保高齢者医療係 43-0378
税務課 納税管理係 32-1001・32-1002

修学のため市外に転出される方は

本市国保の加入者が、大学や短大などへ進学するために親元を離れるときには、学生のための制度として「マル学」があります。これは国保資格を維持したまま転出することができるので、転出先で新たに国保に入りなおす必要がありません。この手続きには修学が確認できる在学証明書や学生証、または合格通知書が必要です。詳しくは健康管理課 国保高齢者医療係までお問い合わせください。なお、すでにマル学の手続きをされている方が学校を卒業または退学する場合は、マル学解除になるので、卒業証書などを持参のうえ手続きをお願いします。



加入の届出が遅れると

国保税は、届出をした日ではなく、国保の資格を得た日(例えば職場の健康保険を脱退した日の翌日)にさかのぼって納めていただきます。また、届出をするまでに医療機関を受診した場合は、医療費がいったん全額自己負担となります。

脱退の届出が遅れると

国保の資格がなくなった後に国保を使って医療機関を受診した場合は、本市が負担した医療費を後で返していただくことになります。必ず脱退の届出により本市国保の喪失手続きをしてください。



令和6年度の新しい取り組みを紹介します

今年度は、初めて協力員交流会と参加者研修会を地区ごとに開催しました。協力員交流会では、各地区のいきいき百歳体操の取り組みなどの情報交換を行いました。また、参加者研修会では、要介護状態となる原因の上位である「骨折・転倒」を予防することを目的に、理学療法士と栄養士による講話を行いました。

協力員交流会の様子
(妻北地区)



参加者研修会の様子
(都於郡地区)
足の指を鍛えるため、タオルをたぐり寄せる運動をしています



協力員交流会では協力員の皆さんから、以下のようなうれしい声がたくさん聞かれました。

体操を始めてから体の動きが軽くなった。

週に1回集まっておしゃべりすることが何よりも楽しい。生きがいになっている。

体操以外の活動
レクリエーション・お茶のみ会・トランプ・脳トレなども楽しい。



体操の前に血圧測定をして値が高いことに気づき病院受診をしたことで治療が開始した。

外に出て誰かと会って話をすることが介護予防になり認知症予防にもなる。

参加者同士で声掛けして安否確認にもなっている。

交流会に参加してほかの地区が工夫しながら頑張っているのが分かり参考になった。

各地区では百歳体操以外にもさまざまな取り組みをしています



筑後(都於郡地区)
～2016年1月から開始～

市で最初に開始された筑後地区は、合言葉「継続は力なり」のもと、10年を目標に取り組んでいます。安全に体操するための血圧測定は参加者同士で毎回行っています。



法元(妻北地区)
～2016年3月から開始～

法元地区では月1回サロンを行っていて、その月に誕生日を迎える方のお誕生日会も企画されています。いきいき百歳体操だけでなく、その他にも楽しみをもちながら継続しています。



妻9区(妻北)
～2016年4月から開始～

いきいき百歳体操前の準備体操として「西都はにわのパン屋さん」を行っている地区が多くあります。妻9区では、歌詞を大きく掲示して、参加者が歌いながら体操をしています。

問い合わせ先

- 健康管理課 地域包括ケア推進係 ☎ 32-1028
- 北地区地域包括支援センター ☎ 32-9595
- 南地区地域包括支援センター ☎ 41-0511

あなたもいきいき百歳体操に参加してみませんか?



継続は力なり
がんばろう百歳体操

市では、高齢者の方がいつまでも元気で自分らしく暮らしていくための介護予防事業の一環として「いきいき百歳体操」の普及啓発に取り組んでいます。現在、市内42カ所で住民による自主的な活動が行われており600人以上の方が参加しています。

いきいき百歳体操とは?

高知市で考案された介護予防のための体操で、週に1回程度公民館などに集まり、DVDを見ながら30分程度行います。介護状態になる原因の一つに「転倒による骨折」がありますが、このいきいき百歳体操を行うことで、筋力を維持することができ、転倒しにくい体づくりにつながります。

他にもいいことがたくさん!

体操の後には、茶話会やレクリエーション、グランドゴルフなど地区によってさまざまな活動をしています。参加者同士でお話したり、活動したりすることは、認知機能低下予防にもつながり、活動を楽しみすることで「生きがい」を持つことができます。また、高齢者の孤立化を防ぐとともに、地域全体による高齢者の見守りや支え合いにもつながります。

開催地区を紹介します

令和6年度は新たに4地区が百歳体操をスタートしました!(令和7年1月現在)

竹園(妻南地区)



平野(三納地区)



原田(三納地区)



百ちゃんクラブ(妻北地区・上山路)



自分の地区でも始めたいときは?

市の職員が地区を訪問し、説明会を行っています。健康管理課までお気軽にお問合せください。

始めるときに必要なもの

- テレビ ● DVDプレーヤー ● 背もたれ付き椅子 ● 血圧計 ● 運営をサポートする協力員(2~3人程度)
- ※ 物品購入のための補助金もありますので、お気軽にご相談ください。

一度体験してみたい方へ

市の保健センターで実施しているいきいき百歳体操は、どの地区の方でも参加できます。希望される方は健康管理課までご連絡ください。



令和7年5月1日から、盛り土などには 事前の許可または届出が必要です

盛り土などによる災害から人命を守るため、令和5年5月26日に「宅地造成及び特定盛り土等規制法(通称:盛り土規制法)」が施行されました。

これに伴い、県では令和7年5月1日に盛り土規制法に基づく規制区域を県内ほぼ全域に指定し、規制を開始しますので、以下に示す規模の盛り土などを行う場合は、**工事を行う前に許可または届出が必要**となります。ご注意ください。

許可・届出の対象となる盛り土の規模

▶許可対象

〈土地の形質の変更(盛り土・切土)〉

赤文字 宅地造成等工事規制区域

青文字 特定盛り土等規制区域

例えば… ●宅地を造成するための盛り土・切土 ●残土処分場における盛り土・切土 ●太陽光発電施設の設置のための盛り土・切土 など

要件	①盛り土で高さが 1m超 2m超 の崖を生ずるもの	②切土で高さが 2m超 5m超 の崖 [*] を生ずるもの	③盛り土と切土を同時に、高さが 2m超 5m超 の崖を生ずるもの(①、②を除く)	④盛り土で高さが 2m超 5m超 となるもの(①、③を除く)	⑤盛り土または切土をする土地の面積が 500m²超 3,000m²超 となるもの(①~④を除く)
イメージ図					

※「崖」とは、地表面が水平面に対し30度を超える角度をなす土地で、硬岩盤(風化の著しいものを除く)以外のものをいいます。

〈一時的な土石の堆積〉

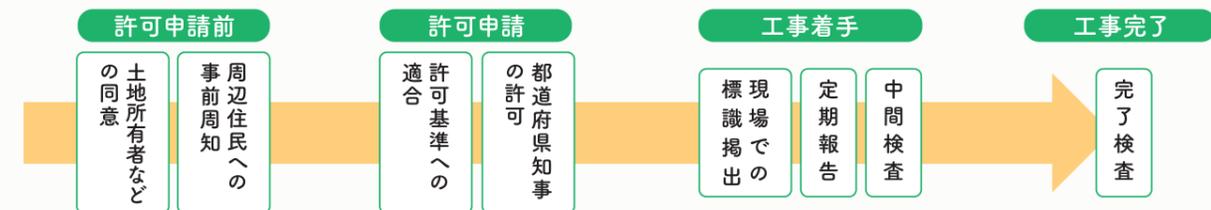
例えば… ●土石のストックヤードにおける仮置き など

要件	⑥最大時に堆積する高さが かつ面積が 2m超 5m超 300m²超 1,500m²超 となるもの	⑦最大時に堆積する面積が 500m²超 3,000m²超 となるもの
イメージ図		

▶届出対象 〈特定盛り土等規制区域のみ〉 ①~⑦の **赤文字** 規模のもの

▶前記以外の届出対象 規制区域指定日に現に **赤文字** 規模の工事を行っている場合は、**令和7年5月21日**までに県(宮崎市内の盛り土等については宮崎市)に届出が必要です。

手続きの主な流れ



ご注意ください 規制区域内(県内ほぼ全域)では、過去の盛り土なども含めて、土地の所有者などが、常にその土地を安全な状態に維持する必要があります。

お問い合わせ

宮崎県 県土整備部 技術企画課 技術調整担当
〒880-8501 宮崎市橘通東2丁目10-1 電話 0985-26-7178

詳しくは
県ホームページを
ご確認ください



2025 春 スポーツキャンプ 特集

今年も本市でたくさんのスポーツチームのキャンプを受け入れました。2月までにキャンプインしたチームを紹介し、今春は東京ヤクルトスワローズなど毎年来ていただいているチームだけでなく、J1・アルビレックス新潟も本市でキャンプを実施! 3月もキャンプは続きますので、ぜひ球場やグラウンドで応援してくださいね。

BASEBALL

ヤクルトキャンプには侍ジャパンの村上選手や塩見選手が調整で参加し、キャンプを盛り上げました。東邦ガスは昨年、都市対抗社会人野球本戦に出場! 安山工業高校は韓国での全国大会で優勝するなど、今年は一層の活躍が期待されます。

東京ヤクルトスワローズフアーム

2/1(土)~22(土)



NEXT 立教大学(埼玉県) 3/5(水)~14(金)

東邦ガス(愛知県)

2/24(月)~3/4(火)



1/11(土)~2/11(火)



NEXT 星槎道都大学(北海道) 3/17(月)~

J1・アルビレックス新潟は初のタイトル獲得を、J3・FC岐阜はJ2昇格を目標に、開幕に向け、厳しい練習が行われました。また、今月西都入りする阪南大学は昨年、関西学生リーグと総理大臣杯で優勝し、見事大学2冠を達成! 昨年の西都キャンプの成果を十分に発揮しました。

SOCCER

アルビレックス新潟

1/13(月)~23(木)



NEXT 大阪産業大学(大阪府) 2/28(金)~3/3(月)
筑陽学園高校(福岡県) 3/26(水)~29(土)

FC岐阜

1/18(土)~30(木)



阪南大学(大阪府) 3/11(火)~25(火)

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
美
術館

ハサミで花を切るのが
むずかしかった！
お気に入りには上にある
ウメの花だよ♪



しもだまおさん（6歳）

作品『おひなさま』
認定こども園 きよみず保育園

キャリアみらいゼミ

1/31



市内中学1年生が一斉に集い、
自分の将来について考えました

将来の生き方や自己実現のあり方に対する視野を広げるため、市内中学1年生約230人を対象に、「キャリアみらいゼミ」が行われました。午前は、妻高校の三浦正貴校長と3人の生徒から、高校での学びなどの話を聞きました。午後には、市内20の団体や企業が、ブースごとに職業・働くことについて生徒との対話を行いました。生徒はメモを取りながら、真剣に話を傾けていました。

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）

さいとこゆマルシェ&ポケカEXPO

1/18



西都児湯のグルメとポケモンの
両方を楽しめるイベントが開催

西都児湯7市町村とそれぞれの観光協会が組織するさいとこゆ観光ネットワーキングが、市民体育館駐車場でマルシェを開催しました。会場にはゲーム『ポケットモンスター』の宮崎だいきポケモン「ナッシー」が登場。キッチンカーや出店もずらりと並びました。また、体育館にはポケモンのカードゲームを楽しめるブースが設置され、子どもから大人まで楽しくプレイしていました。



本市のズッキーニ部会が
宮日新聞農業技術賞を受賞

1月17日、宮日会館で第67回宮崎日日新聞農業技術賞の贈呈式が行われ、西都市園芸振興協議会ズッキーニ部会（三浦善和部会長・会員92人）ら4団体・3個人・1法人が受賞しました。同部会は新たな生産品目としてズッキーニに着目。2015年の設立以降10年にわたって品質向上から販路開拓、消費拡大に取り組み、栽培面積は38haまで拡大しました。県内5割のシェアを誇る本市の主力品目へと育て上げた実績が評価され、今回の受賞となりました。



地元OBが三財小中学校へ
ミニ耕運機を寄贈

1月17日、昭和25・26年生まれの地元OBで構成された寅卯会のメンバーが三財小中学校にミニ耕運機を寄贈しました。これは同会が実施したチャリティゴルフの収益の一部を活用して贈られたものです。



消防本部が合同訓練を実施

1/17



国・市・民間団体が
連携した消火活動
訓練を実施しました

地震による断水や山林火災などを想定し、国土交通省宮崎河川国道事務所・西都児湯生コン事業協同組合・市消防本部が清水台総合公園で初の合同訓練を実施。国土交通省の散水車や生コン組合の生コンクリート車を使って、円滑な補水ができるよう確認しました。

小学生
の
作文

題名 『5年生の思い出』



三納小学校 5年
いちかわ けいた
市川 慶太 さん

ぼくは、4月から6年生になります。5年生では、たくさんの思い出ができました。その中でも、特に印象に残っているのは、次の2つです。

1つ目は、運動会です。運動会では、オープニングセレモニーでうすだいこおどりをしました。うすだいこおどりは覚えるのが大変でした。6年生では、今の4年生にうすだいこを教えるので楽しみです。

2つ目は、宿泊学習です。宿泊学習では、3校合同で活動しました。初めての人たちと話すのは、緊張しました。一番心に残った活動は、キャンドルファイヤーです。ぼくは、営火係をしました。三納小の代表で、火をつけることができ良かったです。みんなで火をつけるともっときれいになりました。

5年生は、とても楽しい1年間でした。6年生でもたくさんの思い出を作りたいです。

広告

トラクター・重機・トラック・農機具
古くても、壊れてても、不動車でも

見積り無料
どこでも
かけつけます!

どこよりも 高く買い取る

ことを目指
しています!!

TEL:0986-77-9092

広報紙を見て、ご連絡
下さった方へ粗品、又は
買取額10%UP致
します。



農機具高価買取専門店
Avanti

〒885-1105 宮崎県都城市丸谷町2107
古物商許可 第951040015111号
携帯：080-3375-9750
FAX：0986-77-9092
https://kaitorimiyazaki.jimdo.com

※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。

図書館だより

☎ 43-0584
ホームページ▶



3月の休館日：3日・10日・17日・24日・31日

新着



『引き出し1つから始める1日1か所断捨離』
やましたひでこ／著 大和書房
手をつけやすく、比較的短時間でできるのに、達成感が大きい「引き出しの断捨離」から始めよう！ 掃除ポイントも随所で解説。

新着



『世の中のひみつ』
梅澤真一／監修 高橋書店
100円ショップの起源は江戸時代！？ ぐらしのこと、日本のこと、世界のことなど社会科にまつわるたくさんのひみつを紹介！

3～4月の移動図書館車 巡回表

場所	巡回計画日	巡回日
J A 三納支所	奇数月の第2火曜日	3月11日(火)
J A 穂北支所	奇数月の第4木曜日	3月27日(木)
J A 都於郡支所	偶数月の第1水曜日	4月2日(水)
J A 三財支所	年金支給日	4月15日(火)

※開館時間は9時～10時の1時間です。
※天候などによっては、巡回が中止・変更になる場合があります。
図書館ホームページでご確認ください。



アンケートに答えて
プレゼントをもらっちゃおう♪
(提供：株式会社オー・エヌフーズ)

「妻地鶏炭火焼2袋(冷蔵)」を3人の方へ



今月のプレゼントは『株式会社オー・エヌフーズ』の『妻地鶏炭火焼』です。ストレスフリーな環境でのびのび育てた妻地鶏を香ばしく焼き上げた、ごはんにもお酒にも合う一品。真空パック入りです。

▶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3月31日(当日消印有効)

※当選者には後日、当選通知ががきを送付しますので、市役所まで賞品を取りに来てください。

★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 西都市聖陵町2-1 総務課
広報担当 「プレゼントもらっちゃおう3月号」係



株式会社オー・エヌフーズ ☎ 43-5072

■住所/西都市茶臼原 1293

※商品はオンライン、いっちゃんが広場で購入できます。

ガヤガヤ フェス GayaGaya 楽しい Fes 2025 2/2



eスポーツや3Dプリンターなど
皆でデジタルを楽しみました

本市のデジタル推進の一環として市民会館で開催された本イベントも今年で3回目。ホール内の大スクリーンで行われるeスポーツ大会が好評で、このほか3Dプリンターの体験コーナーにも行列がでるなど、多くの小中学生が参加しました。敷地内では、フードコートやマルシェにも多くの出店があり、訪れた親子連れが楽しみながらデジタル技術に触れる良い機会となりました。

ドッチビー交流会 2/1



市内の小中学生が校区を超えて、
楽しく交流しました

市子ども会育成連絡協議会がドッチビー交流会を開催しました。ドッチビーとは、スポンジでできたディスクを使用し、ドッチボールと似たルールで行うスポーツです。市内小学校の1年生から6年生までの児童約100人が参加し、学年や校区を超えて交流を深めました。相手からのディスクをキャッチして喜んだり、スローイングに失敗して悔しがるなど、白熱した試合が繰り広げられました。

アルケミスト交流コンサート 1/31



一緒に音楽を楽しみながら
福祉や人権を学びました

市社会福祉協議会が、穂北小学校に音楽ユニットのアルケミストとボイスパーカッションプレイヤーの渡辺悠さをお招きし、交流コンサートを開催しました。会場では人権に関するお話の後、明るく軽快な楽曲が披露され、「ひなたの真ん中」と「あの空」を子どもたちと一緒に歌いました。音楽を通じた交流から、みんなで一つのものを創り上げる喜びや音楽の楽しさを共有することができました。

輝ラリ！
西都っ子

妻中学校のロボコンチームが全国大会に出場し、準優勝を果たしました



昨年12月14・15日、妻中ロボコンチーム(3年生の黒木智弥さん・宮崎透馬さん、2年生の津江結吏さん・金丸遼星さん)が、熊本県で行われた第25回創造アイデアロボットコンテスト九州地区中学生大会で見事優勝し、全国大会に出場しました。そして2月1日、東京都で行われた全国大会では準優勝を果たし、ロボットの機構を高く評価され「審査員特別賞」を獲得しました。



妻中学校の堀尾教諭が
優秀教職員表彰を受けました

1月17日、令和6年度の文部科学大臣優秀教職員表彰の授賞式が東京大学・安田講堂で行われ、妻中学校の堀尾弘明教諭が表彰を受けました。

堀尾教諭は、技術科の指導や学年主任としての業務はもちろんのこと、ロボコン部の活動において、生徒たちの能力を最大限に発揮させながら、その活動を充実させ、毎年全国大会出場を果たした実績などが評価されての受賞となりました。そして今年度も妻中学校ロボコン部は全国大会に出場し、準優勝という快挙を成し遂げました。(詳細は右ページ)



西都市妻に 2024年 11月1日 開設

入所申し込み・ショートステイ利用受付中!!

社会福祉法人つばさ福祉会
地域密着型特別養護老人ホーム
妻の杜 ☎ 32-1070 Fax 32-1072



※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。

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 3月4日(火) 13~16時
※次回は4月1日(火)
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

行政相談所(無料)

日時 3月13日(木) 10~12時
※次回は4月10日(木)
会場 市役所2階 201会議室
問い合わせ 生活環境課 ☎43-1589

人権・なやみごと相談所(無料)

日時 3月18日(火) 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

無料法律相談 ※要予約

日時 3月18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 ☎43-3160

出張年金相談 ※要予約

日時 3月19日(水) 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 3月20日(木) ※毎月20日
問い合わせ 農林課 ☎32-1004

休日納税相談

日時 3月23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 3月27日(木) 13時30分~15時
会場 宮崎市方面
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

3年 妻南小学校
本部 楓果さん



今月の題字



さいとカレンダー

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

Table with 5 columns: 月, 日, 曜, 病院名, 主な診療科目 電話番号. Lists various clinics and their services for the month of March.

※休日在宅医はテレビでもご確認いただけます。NHK総合(1チャンネル)のデータ放送をご覧ください。

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
2/25(火)~3/2(日) KI・SE・KI 写真展
3/4(火)~9(日) アクリル画「ローズ」作品展
3/11(火)~16(日) 洋裁クラブ「糸音」作品展
3/18(火)~23(日) 第5回みやざき総合美術館 入賞者作品展
3/25(火)~30(日) 「一の会」絵画展

敬老パスカードの新規申請受付について

令和7年4月1日から利用できる「敬老パスカード」の新規申請受付を開始します。

※現在「みやざきシニアパス」を持っている方も全員、新規申請が必要です。



申請は市役所または各地区館で受け付けます

福祉事務所 3月3日(月)以降の平日 8:30~17:15
東米良 仁の里 3月11日(火)のみ 10:00~12:00
三財地区館 3月12日(水)のみ 9:00~12:00
都於郡地区館 3月12日(水)のみ 13:30~16:30
三納地区館 3月13日(木)のみ 9:00~12:00
穂北地区館 3月13日(木)のみ 13:30~16:30

【申請に必要なもの】

① 身分証明書 (マイナンバーカードなど)

② 印鑑



【問い合わせ】福祉事務所 ☎32-1010

地域おこし協力隊 活動日記

皆さん、こんにちは! 地域おこし協力隊の丸山です。今年も春がやってきましたね。早いもので、私が西都に移住し約2年が経過しました。私はこの春、大きな決断をすることにしました。今年の3月で地域おこし協力隊を卒業し、4月からは私の自主企画「茶臼原ひみつのサウナ」に専念します。



地域おこし協力隊 丸山 敬貴 さん

2年間の西都生活にはありがたい出来事が数多くありました。正直に申しますと、2年前、前職の宇宙関係の仕事で精神的な病に陥り、もう社会復帰できないと思っていました。そこから社会復帰... (transcription of the rest of the text)

あなたも地域づくり協議会で活動しませんか? 妻北地域づくり協議会 ☎30-3090



手づくり郷土賞の受賞



エコクリーンみやざき視察研修



「もち米育成」のもちつき体験

妻北地域づくり協議会は、水本明男会長のもと「みんな」で参加し、安全安心で住みよい地域づくりを目指そう。を基本方針に、さまざまな活動で活性化を図っています。総務広報部では広報誌「あんなら紙」の発行、三大祭りの支援、ゴミカレンダーの作成。健康福祉部では高齢者の健康プログラムや記紀の道を歩こう会などの実施。教育文化部ではあいさつ励行、歴史を知る運動、もち米の栽培と収穫、アサギマダラを呼ぶ活動。環境安全部ではクリーン活動、記紀の道整備の協力を行っています。記紀の道は、令和5年度国土交通省手づくり郷土賞を受賞しました。5月のパークゴルフ大会に

は40人の参加があり、笑顔の絶えない大会となりました。7月にはエコクリーンプラザみやざきの視察研修で見聞を深め、8月の「元気が出る公演会」では、子どもたちのかわいらしい演奏などのほか、「古墳でこーぶん健康体操」のPRステージが披露されました。記紀の道では、「もち米育成」では、妻北小5年生が田植えから収穫、もちつきまで一連の作業を行い、協議会のメンバーと深い絆が生まれました。今後も妻北地域の発展と文化継承に力を注ぎます。



人の動き

■人口 26,946 (-34) ■男 12,766 (-13) ■女 14,180 (-21) ■世帯数 11,807 (-15)
■転入 75 ■転出 71 ■出生 16 ■死亡 54 ■高齢化率(65歳以上) 39.27%

令和7年 2月1日現在