

あなたの「はじめる」を応援するまち 西都

広 報

さいと

6

2025 Vol.698
June



特 集

P02 「災害」に備えましょう！
P04 6月4日～10日は歯と口の健康週間です
P06 国保「適正受診」「医療費の適正化」

にご協力をお願いします！

裏表紙 みんなで目指そう！獣害ゼロのまちづくり

表紙写真



詳細はこちら↑

4月26日に市児童館で開催された「ヨーヨーパフォーマーバルーンアート体験」の様子です。館内は、たくさん子どもたちで賑わいました。市児童館では、各イベントやセミナーの他にも子ども食堂など、多彩な事業を行っています。



のまちづくり

獣害ゼロ

みんなで目指そう!

目撃したときは、農林課林務係、または最寄りの警察署へご連絡ください。



黒生野地区で捕獲されたイノシシ

野生動物が市街地に出没！
「ご注意ください」
昨年、茶臼原地区において散歩中の方がイノシシに追突され噛まれる事案が発生しました。
近年では、市街地や民家近くへの出没も報告されていますので、ご注意ください。

野生動物が市街地に出没！

「餌付け」していませんか？
■野菜くずや残飯の放置
放置したり捨てたりすることは、餌付けすることと同じ行為。絶対にやめましょう。
■放任果樹の撤去
収穫できない木は撤去するなど、未収穫の果実をなくしましょう。

獣害の原因Ⅱ 地域で進む「餌付け」
地域に野生動物がやってくるのはエサがあるからです。農作物は動物にとって、おいしいエサ。被害は「餌付け」の一部といえます。さらに「人慣れ」することも餌付けの原因となります。
田畑や住居周辺にエサがなければ、危険を冒してまで平野部に来ることはありません。個人や地域全体で、野生動物が近づかない環境を目指しましょう。



〒881-1233 西都市八重 410-18
Tel/Fax.0983-32-0466



ジビエ処理施設
「めらんジビエ」
【運営主体】
石川林業



東米良無人商店
「めらんストア」
【運営主体】
認定NPO法人
東米良創生会



本市では、有害鳥獣として捕獲されたシカ及びイノシシについては、ジビエ処理加工施設等への搬入を促進し、ジビエ資源として有効活用を図ることとしており、令和6年度に市内で捕獲されたシカ及びイノシシのうち、69頭が施設へ搬入され資源として有効活用されました。
市内初のジビエ処理施設「めらんジビエ」、めらんジビエ肉直売店である東米良無人商店「めらんストア」を紹介します。

西都市初！ジビエ処理施設が稼働中

■問い合わせ 農林課 林務係 ☎ 32-1013

広報 さいと

2025.June No.698



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)





「非常用持ち出しバッグ」の準備は大丈夫？

自宅が被災した時や、被災する可能性があるときは安全な場所に避難し、避難生活を送ることになります。非常時に持ち出すものをバッグなどに入れ準備しておき、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。

「非常用持ち出しバッグ」の内容例 （チェックを入れて確認してみましょう。）

- ☐ 飲料水 ☐ タオル類 ☐ 懐中電灯（電池含む） ☐ 携帯トイレ
- ☐ 大きなビニール袋 ☐ 使い捨てカイロ ☐ 携帯ラジオや防災ラジオ ☐ マスク
- ☐ 口腔ケア用品 ☐ 食料品（缶詰、ビスケット、チョコレートなど）
- ☐ 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液など）
- ☐ 薬、眼鏡、アレルギー食など自分にとって必要なもの
- ☐ 乳児がいる家庭ではミルク、哺乳瓶、紙おむつなど

※最低でも3日分、できれば1週間分の食料、飲料水（一人当たり一日3リットルが目安）などを備蓄しておくことも大切です。
※高齢者・障がい者・女性・子ども・妊産婦・外国人・アレルギー体質の人など、特定の人だけが必要とするものは、支援する側も気づきにくく配給されないことがあります。自分自身で備えておく必要があります。



洪水や土砂災害に関する防災情報

自治体や気象庁などから発表される防災情報が次の5段階の警戒レベルで提供されます。

※警戒レベル4の「避難勧告」が廃止され、「避難指示」に一本化されています。

危険度	警戒レベル	状 況	住民が取るべき行動	避難情報など
高い	5	災害発生または切迫	命の危険ただちに安全確保	緊急安全確保 ※1
〈警戒レベル4までに必ず避難！〉				
	4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示
	3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者などは避難	高齢者等避難 ※2
	2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水注意報 など（気象庁）
低い	1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報（気象庁）

※1 災害の状況を確実に把握できるものではないといった理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではありません。
※2 警戒レベル3は、高齢者でない人も必要に応じ避難の準備を始めた、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。



「情報収集」をしっかり行いましょう

災害が起こってからの行動は非常に危険です。安全なうちに行動できるように情報に耳を傾けることが大切です。

市では「戸別受信機」、「屋外拡声機」などの防災行政無線、「市ホームページ」などで情報を発信しています。また、「西都市公式LINE」や「市防災情報メール」でも市防災情報を発信していますので、ぜひ登録をお願いします。

なお、**現在貸与している防災ラジオについては、令和7年4月から、順次、防災情報が受信できなくなっています（ラジオ機能はそのまま使用可能）**ので、「西都市公式LINE」、「市防災情報メール」で情報を収集してくださいますようお願いします。

また、戸別受信機（順次設置中）の意向調査についてや、不要になる防災ラジオ（要返却）への質問は、危機管理課までご連絡ください。

《市防災情報メールの登録のしかた》

- ①「sky452084@mailsv.wcmssp.jp」宛てに空メール（件名や本文に何も記載しないメール）を送信する。
- ②数分後に返信されてくるメールの内容に従って登録手続きをする。入力が終わったら登録完了。



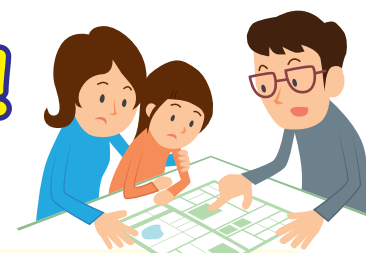
《市公式LINE・お友だち登録のしかた》

LINEアプリがインストールされたスマートフォンでこの二次元バーコードを読み込み、「追加」をタップする。
※または、LINEアプリで「西都市役所」と検索すると、市のアカウントが出てくるので「追加」をタップする。



「災害」に備えましょう！

～あなたの準備はできていますか？～



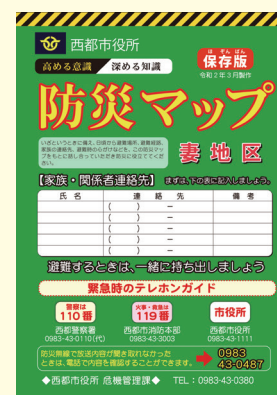
普段からの「地域のつながり」が大切です

自分や家族の身は自分たちで守る「自助」、近隣住民など地域で助け合う「共助」が、災害による被害を小さくする大きな力となります。また、身の回りの人を助けるためには自分自身が無事であることが大事です。「自助」があつての「共助」となります。いつ来るかわからない災害に備えるため、普段から地域のつながりを大切にしましょう。



「自主防災組織」をつくりましょう

自主防災組織とは、「自分たちの地域は自分たちで守る」という自覚や連帯感に基づき、自主的に結成される組織であり、災害による被害に備え、「減災」するための活動を行う組織のことです。この組織は「共助」の一つで、本市では組織育成のため、組織の防災訓練などの活動や防災備品の購入などに対して補助金などの支援を行っています。まだ設立されていない地域の皆さんは、自主防災組織の設立をぜひご検討ください。



「防災マップ」を活用しましょう

防災マップには、台風や豪雨などの自然災害が発生した場合の被害の予測や、避難に必要な情報が掲載されています。

○防災マップの見方

- ①ご自宅のある場所や近隣の**土砂災害警戒区域**や**洪水浸水想定区域**などを確認しましょう。
- ②災害の種類に応じた、自宅に近い避難場所を確認しましょう。
- ③洪水や土砂災害が想定される場所を避けて避難できるよう、避難経路を決めておきましょう。
- ④家庭や地域で話し合いながら、実際に避難経路を歩いてみましょう。避難経路に危険な場所がある場合には、避難経路を見直しましょう。

※防災マップをお持ちでない方は危機管理課で配布していますのでお問い合わせください。市ホームページからもご覧いただけます。



西都市防災マップ QRコード

健康的に毎日を楽しむためにも、お口の健康はとても大事。

歯は、食べ物を細かく砕いて消化を助ける役割はもちろん、発音を助ける、表情をつくる、体の姿勢やバランスを保つ、ものを噛むことで脳に刺激を与えるなど、健康的に生活を行う上で、欠かせないものです。

歯と口の健康と全身の関係

歯周病は、お口だけの病気ではありません。実は、全身の病気とも大きく関係しています。お口を健康に保つことが大切です。

血管に入った歯周病の原因菌が動脈硬化のリスクを高めます。

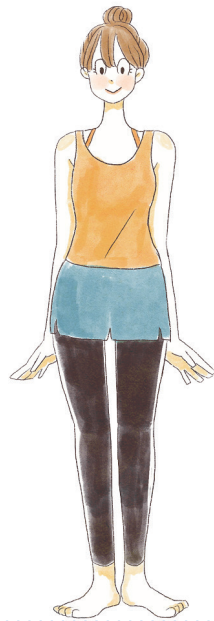
動脈硬化

歯周病の原因菌を多く含む唾液や食べ物が肺に入ると肺炎の原因になります。

肺炎

妊娠中はホルモンの変化などにより、歯周病になりやすくなります。歯周病の原因菌により早産や低体重児出産が起こりやすくなります。

早産・低体重児



認知症

歯周病による動脈硬化は認知症の原因になる可能性があります。

糖尿病

歯周病は糖尿病を悪化させ、糖尿病は歯周病のリスクを高めます。

骨粗しょう症

歯周病の原因菌が骨粗しょう症に関与していることが報告されています。

歯周病を治療すると糖尿病もよくなる！

歯周病は、網膜症、腎症、神経障害、心筋梗塞、脳梗塞に次いで、糖尿病の第6番目の合併症といわれ、糖尿病が歯周病を引き起こすことは、よく知られていました。さらに、最近では、歯周病を改善すると、糖尿病の状態もよくなるという画期的なデータも発表されています。

西都市では、歯周疾患等検診を行っています。（今年度より20歳・30歳も対象）

- 対象者：今年度20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になられる方
- 料 金：500円
（西都市国民健康保険の方は250円。費用助成については、QRコードからご覧ください。）
- 実施期間：令和7年5月1日から令和8年2月28日まで
- 場 所：指定歯科医院（QRコードからご覧ください。）



むし歯や歯周病のチェックは定期的に受けましょう。

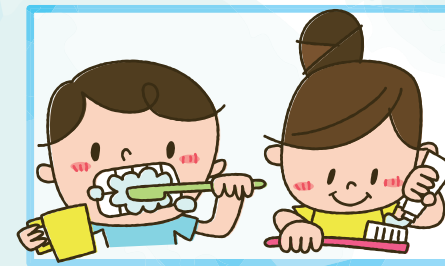
毎日丁寧に磨いているつもりでも、お茶やコーヒーの着色が起こることもあります。歯科医院では、歯石や歯の着色などをクリーニングしてもらうことで、歯の表面がツルツルになり、汚れがつきにくくなります。また、一人一人のお口の状態に合わせたブラッシング指導や歯科健診の目安を教えてください。



お口をきれいにするとこんないいことがたくさん！

- ステキな笑顔で好感度UP!
- よく噛むことで肥満の防止
- 歯の本数が多い人は健康寿命が長い
- 歯磨きで免疫力低下の防止
- 腸内環境も整う！

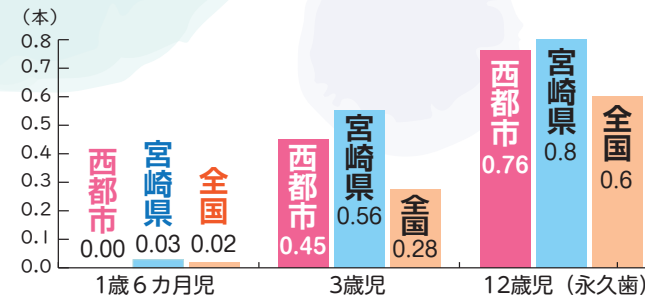
※健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のこと



6月4日～10日は 歯と口の健康週間です

子どものむし歯の状況をご存じですか？

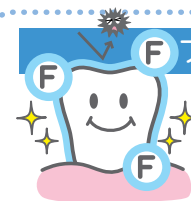
子どものむし歯の本数（人平均）



出典：宮崎県母子保健事業実績（宮崎県健康増進課）／地域保健・健康増進事業報告（厚生労働省）／宮崎県の学校における歯科保健統計（宮崎県健康増進課）
学校保健統計調査（文部科学省）



本市の子どものむし歯の状況は、1歳6カ月児は全国平均を下回っていますが、3歳児、12歳児は全国平均を上回っています。



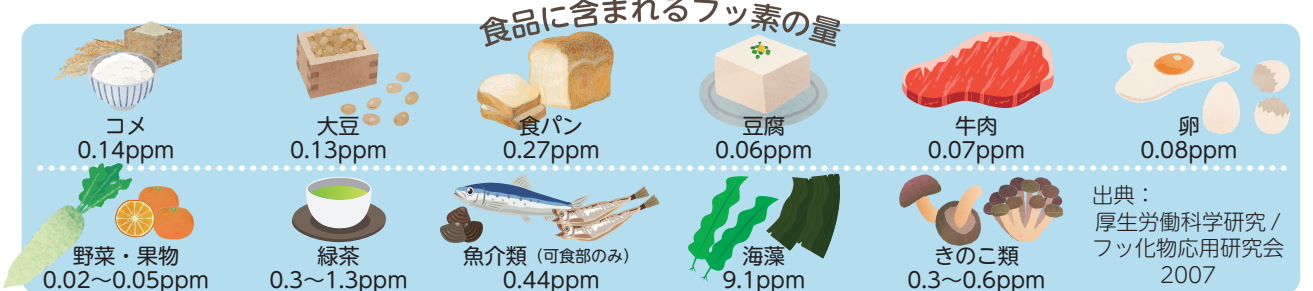
フッ化物によるむし歯予防は、世界で多くの専門機関が推奨しています。

フッ化物によるむし歯予防は、WHO（世界保健機構）、FDI（国際歯科連盟）をはじめ、厚生労働省、日本歯科医師会などの多くの保健関連機関が、安全で効果的なむし歯予防法として推奨しています。

※フッ化物は、フッ素の化合物です。

フッ素は自然界のどこにでもあります。

フッ素は、自然界の中に広く分布している元素の一つで、海水、河川水、地中にも含まれ、食物や人の体にも含まれています。しかし、通常、食べ物から摂る量では、むし歯予防には足りません。



フッ素は3つの作用でむし歯を予防します。

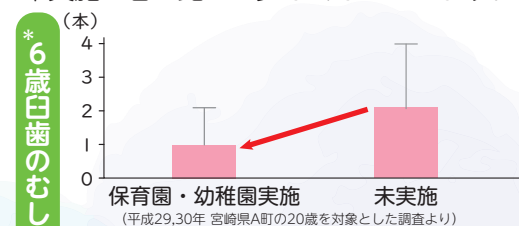
再石灰化の促進
歯質強化
細菌の酸産生の抑制

歯から溶け出したカルシウムやリンを歯に戻す働きを促進します。
歯の表面を酸に溶けにくくし、強い歯に変えていきます。
むし歯菌が酸をつくる働きを弱めます。



大人になっても効果が持続しています。

保育所・幼稚園の時にフッ化物洗口を経験した者の20歳のときの6歳臼歯むし歯の状況は、フッ化物洗口未実施の者と比べて少なくなっています。（下図）



※6歳臼歯…4歳から6歳頃に乳歯の奥に萌出する永久歯です。
噛む力が最も強く、生涯にわたり咀嚼の中心となる歯です。
出典：宮崎県作成リーフレット「フッ化物洗口によるむし歯予防」

※フッ化物洗口は、永久歯のむし歯予防を目的に一定の濃度のフッ化ナトリウムを含む溶液で1分間ぶくぶくうがいをする方法です。

本市では、平成13年度から年中・年長児を対象にフッ化物洗口事業に取り組んでおり、令和6年度は13か所の保育所、保育園、認定こども園で実施しました。また、今年度からは、小学校・中学校でもフッ化物洗口事業を開始します。

三納川でこいのぼり掲揚

4/23



三納川の河川敷に
101匹のこいのぼりが揚げられました

三納地域づくり協議会と三納小・中学校が連携して実施。協議会及び保護者会が準備したこいのぼり 95 匹に加え、同校の児童生徒が手作した 6 匹を、三納小 2・3 年生の 17 人が代表して掲揚しました。三納川のこいのぼりは、毎年 4 月中旬から 5 月の初旬頃まで見られる地域の風物詩となっています。



『こどもの読書週間』イベント

4/20



市立図書館でお菓子に見立てた
バスボム（入浴剤）づくり体験

4 月 23 日～5 月 12 日の『こどもの読書週間』に先駆け、市立図書館でバスボムづくり体験が開催されました。これは、子どもたちが気軽に図書館へ足を向け、読書の楽しさや喜びを知るきっかけとするために、同館が企画したものです。参加者は、好みのオイルを使った調香や飾り付けを行い図書館でのひと時を楽しみました。

図書館では様々な展示やイベントを実施しています→



みろくすけのり
弥勒祐徳さんの絵画作品 5 点を
寄贈していただきました



4 月 14 日、弥勒猛さんと竹下和子さんが市長を訪問し、名誉市民で昨年 5 月 16 日に 105 歳で亡くなられた弥勒祐徳さ

んの絵画作品「西都原さくら」を含む 5 点を市へ寄贈しました。作品は、市文化ホールと市役所 1 階多目的スペースに展示されます。



西都原さくら



車の祭典 in 西都原の開催者
から寄付をいただきました

4 月 14 日、「第 2 回くるまの祭典 in 西都原」の日高芳孝実行委員長と金丸暁帆実行委員が市長を訪問し、今年 2 月 23 日に開催した同祭典で集まった募金 10 万円を、本市へ寄付しました。

祭典当日は、前回は超える 230 台ものスポーツカーが西都原に集結しました。



宮崎県内の外構工事・エクステリアなら

株式会社ユウエス

外構工事

エクステリア工事

土工事

水道工事

車庫周り工事

〒881-0002

宮崎県西都市大字黒生野1760-7

TEL : 0983-32-7118

FAX : 0983-32-7730

MOBILE : 080-4442-1822



※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。



「適正受診」「医療費の適正化」 にご協力をお願いします！

国民健康保険事業（以下「国保」）の財政運営は、被保険者の減少や高齢化の進展、医療技術の高度化などにより 1 人当たりの医療費が増加傾向にあるなど、年々厳しい状況となっています。

被保険者一人一人が自分の健康状態を把握し、特定健診やその他の健診を受けて、病状が重症化する前に生活習慣の改善に努め、医療費の適正化や抑制に取り組みましょう！

今回は医療費適正化のための本市の取り組みをご紹介します。



医療費通知の発送

「医療費通知」は、皆さんが病気やけがで医療機関などを受診したとき、その医療費がどのくらいか、その支払いはどのようになっているかを知っていただくとともに、健康管理の大切さと国保事業に対するご理解を深めていただくものです。また、この通知をもとに、医療費に対する意識を高め、正しい受診を心掛けていただくきっかけにもなります。

本市では医療機関などを受診した世帯に 3 カ月に一度（年 4 回）、医療費通知を発送しています。記載内容は受診年月、受診者名、医療機関名、医療費の金額、自己負担額などです。医療費通知が届きましたら、ぜひ内容をご確認ください。

特定健診・簡易人間ドック・ 若年者健診の実施

本市では、国保に加入されている方の身体の異常をいち早くキャッチするために、特定健診（40～74 歳の方が対象）や簡易人間ドック（本年度中に 25・30・35・40・45・50・55・60・65・70 歳になる方が対象）、若年者健診（30 歳～39 歳の方が対象）を行っています。健康を維持するためにも大切な健診ですので、ぜひお役立てください。

対象の方には、受診券やご案内ハガキなどを送付しています。ご不明な点がありましたら、国保係までお問い合わせください。



重複服薬者や重複多受診者への訪問指導

同じ症状や病気で複数の医療機関を受診すると、医療費を増やすだけでなく、検査や投薬が重複することによって治療に支障をきたしたり、身体に悪影響を与えてしまう心配があります。本市では適正な受診や服薬を推進するため、個別訪問による指導を行っています。

お薬手帳を活用しましょう

お薬手帳は処方された薬の詳細を記録できる手帳です。薬の重複などをチェックできるように、**お薬手帳は 1 人 1 冊**にまとめましょう。なお、マイナンバーカードと保険証のひも付けをしていれば、スマートフォンからも確認できます。
※スマホからの確認にはマイナポータルアプリが必要です。

ジェネリック医薬品 差額通知の発送

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬（先発医薬品）の特許期間が過ぎた後に販売される新薬と同じ効能のある医薬品で、新薬より低価格です。

本市では、対象者の方に年 3 回、ジェネリック医薬品に変更すると医療費がどれくらい安くなるかを通知しています。ジェネリック医薬品に変更する場合には、医師や薬剤師にご相談ください。



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



天正遣欧少年使節ゆかりの地首長会議 イタリアへの海外派遣事業を決定



4月23日、伊東マンショから天正遣欧少年使節にゆかりのある長崎県および熊本県の7市町の首長と教育長が本市に集まり、同市町の中学生を8月にイタリアへ派遣することを決定しました。この海外派遣は6年ぶりの実施となり、本市中学生2名を10日間の日程で派遣します。現地では当時の使節団が実際に訪れた場所を辿り歴史学習を行うほか、地元中学生との交流を行います。

総務課 ☎ 43-1112



かわの そうしさん（5歳）

作品『だいすきなこいのぼり』
石井記念ひかり保育園

毎日保育園のみんなと
あげているこいのぼりを
かいたんだ！
園庭にあるかざぐるまも
一緒にかいたよ！

アユの稚魚を一ツ瀬川に放流

4/26



アユの稚魚の放流が 山角橋下の河川敷で行われました

一ツ瀬川への関心を高め、濁水問題や環境保全への理解を深めることを目的として、アユの稚魚の放流が行われました（主催は一ツ瀬川水系濁水対策推進協議会、一ツ瀬川漁業協同組合、一ツ瀬川水系漁協連絡協議会）。当日は、本市や新富町の児童生徒26人も参加。約160尾（約1万6千匹）を放流しました。



宮崎医療福祉専門学校で戴帽式

4/24



理想の看護師像に向けて 大きな一歩を踏み出しました

宮崎医療福祉専門学校の看護学科第22期生の戴帽式が行われました。計37人の22期生がナースキャップとキャンドルを受け取り、家族や来賓の方など多くの人に見守られる中、それぞれの目指す看護師像を発表。ナイチンゲールの精神を胸に誓いの言葉を述べ、決意を新たにしました。



西都ロータリークラブが市に 屋外時計を寄贈



5月15日、創立40周年を迎えた西都ロータリークラブ会長の猪野国暁さんが市長を訪問し、屋外時計の贈呈式を行いました。

これは大分県と韓国に所在するロータリークラブとの合同事業で、稚児ヶ池地区公園（設置済み）の他に2カ所に設置する予定です。



稚児ヶ池地区公園に設置された屋外時計



妻南小学校4年生に キャリア教育情報誌を贈呈

4月22日にK・Pクリエイションズ株式会社から妻南小4年生へキャリア教育情報誌「発見 たんけん 宮崎県」が贈呈されました。同社は、毎年県内の小学4年生と中学2年生に無償で配布しています。贈呈式には掲載企業のうち16社が来校。各社がミニ講話も行いました。



小学生の 作文

題名『6年生でがんばりたいこと』

ぼくが、6年生でがんばりたいことは4つあります。

1つ目は、漢字の書き順を正しく書くことです。ぼくは漢字を書くときに書き順がバラバラになってしまうことがあります。漢字を正しく覚えるためにも、分からないときは調べながら一画一画気持ちをこめて、ていねいに書きたいと思います。

2つ目は、あいさつです。高学年になってめんどうだと思い、進んであいさつすることができませんでした。しかし、あいさつをしたときにあいさつが返ってこない嫌な気持ちがするので、心のキャッチボールを意識して気持ちのよいあいさつをしたいと思います。

3つ目は、考えて行動することです。ぼくは、外での遊び方や授業中の態度などで注意をされることがあります。しかし、次は最高学年である6年生です。学校みんなのお手本になれるように、しっかりと考えて行動していきます。

4つ目は、友達との関わり方です。ぼくはよく友達に悪口を言ったり余計なことをして怒らせたりと、友達のことをきずつけてしまうことがありました。でも、このままではいけないと自分の行動を反省し、まずは言葉づかいから変えていこうと思います。相手のことも、自分のことも大切にしたいです。

この4つの目標をもって、1年間がんばっていきます。そして、みんなのお手本になれる頼れる6年生になります。



妻南小学校6年
おかだ れおと
岡田 玲央斗 さん

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

どこよりも 高く買い取る
TEL: 0986-77-9092

見積り無料
どこでも
かけつけます！

ことを目指
しています！！

広報誌を見て、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。



6月23日～29日は
『男女共同参画週間』です

男女共同参画社会とは、「男女がお互いを尊重し合い、職場、学校、家庭、地域など社会のあらゆる分野で、性別にかかわらず個性と能力を発揮し、喜びや責任を分かち合うことができる社会」のことです。

日常生活の中で当たり前になってしまっている男女の役割を一度見つめなおし、「男女共同参画」について一緒に考えてみましょう。

○**展示のご案内**：週間中は、男女共同参画に関するパンフレットなどを展示します。

ぜひご覧ください。

【期間】6月21日（土）～6月29日（日）

【場所】市立図書館

○**講師派遣事業**をおこなっています！

【対象】20名以上の各種団体様

【申込期間】令和8年1月30日（金）まで

※開催2カ月前までにお申し込みください。

市民課 ☎ 32-1005

清水台で女子サッカー大会

5/10～11



妻高女子サッカー部の皆さん

第5回アンブロカップ 女子サッカーフェスティバル in 西都

県内外から12チーム、約180名の女子サッカープレイヤーが集まり、熱戦が繰り広げられました。今回で5回目を迎えるこの大会は、2年後の国民スポーツ大会の機運醸成、女子サッカーの発展、選手やスタッフの交流を目的に開催されており、本市からは妻高校女子サッカー部が出場しました。



スポーツ少年団入団式

5/10



スポーツ少年団が一堂に集結 気持ちを新たに本格始動します

令和7年度市スポーツ少年団入団式が西都原屋内練習場で開催され、団員271人と、指導者約40人が気持ちを新たに入団式へ参加しました。団員を代表して、西都フットボールクラブの齋藤瑠斗さんが団旗を受け取り、西都警察署少年柔道クラブの長友尊さんが誓いのことばを述べました。



九州防衛局による住民説明会

5/1



新田原基地に今年度配備予定の F-35Bの垂直着陸訓練について

九州防衛局の主催で、航空自衛隊新田原基地に本年度配備される予定となっている、最新鋭ステルス戦闘機F-35Bの垂直着陸訓練の実施について住民説明会が開催されました。会では、機体導入の経緯や夜間を含め実施される垂直着陸訓練の頻度や騒音について、また今後の計画などについて説明されました。参加した市民からは、九州防衛局に対して多くの質疑が上がりました。

あなたも地域づくり協議会で活動しませんか？

三財地域づくり協議会 ☎ 44-5831



こどもと高齢者交流活動
『サツマイモ苗の植え付け』



囲いぜきで開催『カヌー体験教室』



熱戦が繰り広げられる『へそ相撲』

7月末のカヌー体験教室では、三財川囲いぜきで小・中学生が参加。体験を通じて三財の自然のなかで多くの思い出ができるかと保護者にも好評です。また今年の10月26日（日）開催予定となる「三財へそ祭り」に向け、6月に

三財地区

地域の情報

三財地域づくり協議会では、通常総会を4月23日に開催しました。公民館長をはじめとする地区役員（会員）の満場一致にて無事に閉会することができました。

毎年恒例の、こどもと高齢者交流活動のイモ苗の植え付け活動から始まり、2月の文化財等看板設置まで年間を通していろいろな活動を行っています。



4月23日に開催された
『令和7年度（第16回）通常総会』



全国・九州地区のスポーツ推進委員 功労者表彰を受けました



昨年11月に宮崎で行われた第65回全国スポーツ推進委員研究協議会で、令和6年度全国スポーツ推進委員功労者として表彰された本市のスポーツ推進委員 米良邦夫さんと、今年1月に熊本で行われた第67回九州地区スポーツ推進委員研究大会で、令和6年度九州地区スポーツ推進委員功労者として表彰された同委員 中村美智子さんが市長を表敬訪問しました。スポーツ推進委員は、実技指導を含む市民のスポーツ振興に関する指導及び助言などを行う市の非常勤職員です。



令和7年度 第1回 西都中学校設立推進委員会

4/30

校舎配置やスクールバスに関する現在の状況や今後の計画等について委員に報告し、意見交換を行いました。また、西都中学校のスクールコンパス※（案）の紹介がありました。

なお、このスクールコンパスについては、今回の推進委員会の意見をもとに修正検討します。

※スクールコンパス…今後10年間程度、西都中学校の教育方針の柱となるもの

西都中学校スクールコンパス（案）

- 自立** 自分の未来を切り拓く力を伸ばします
- 共創** 他者を尊重し、協働によって創り出す姿勢を高めます
- 挑戦** 自分・社会のウェルビーイング（幸せ）実現に挑戦していきます。

中学校再編についての詳細は、市ホームページからご覧ください。→

※各中学校の開校式典や記念誌等については、各中学校にお問い合わせください。



教育政策課 ☎ 43-3106

修ちゃんレポート vol.3

市民の皆さんへ、押川市長の日々の公務の一部を、写真とともにお届けします！



Shuichiro Oshikawa's Diary

2025.4.10~2025.4.25



市各地域づくり協議会の総会で挨拶をしました。各地域の皆さんが10年以上、さまざまな活動をされており、地域の課題に対して真摯に向き合い、その解決に尽力されていることに対して敬意を表します。

#妻北 #妻南 #穂北 #三納 #都於郡
#三財 #東米良 #地域づくり



Shuichiro Oshikawa's Diary

2025.4.14



東京ヤクルトスワローズ 村上宗隆選手の史上最年少200号本塁打記念石碑の除幕式のため坊っちゃんスタジアムに行きました。今シーズンのヤクルト優勝を西都のみんなでお祝いしましょう！

#東京ヤクルトスワローズ #チームスローガン
#捲土重来 2025 TEAM SWALLOWS
#村上宗隆 #燕市 #松山市 #浦添市



図書館だより ☎ 43-0584
ホームページ▶
6月の休館日：2日・9日・16日・23日・30日



『僕には鳥の言葉がわかる』 鈴木俊貴／著 小学館

シジュウカラは言葉を使って文を作る。世界を驚かせた研究者が綴る、大発見に至るまでの鳥愛あふれる研究の日々。



『はじめての国宝』 青柳正規／監修 小学館

国宝を入口に、日本美術の楽しい見方を紹介。絵画・彫刻・建築など約250点の国宝を、子どもの興味を惹くテーマに分類して掲載。

6～7月の移動図書館車 巡回表

場 所	巡回計画日	巡回日
J A 都於郡支所	偶数月の第1水曜日	6月4日(水)
J A 三財支所	年金支給日	6月13日(金)
J A 三納支所	奇数月の第2火曜日	7月8日(火)
J A 穂北支所	奇数月の第4木曜日	7月24日(木)

※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：もりのふうアイス)

「もりのふうアイス商品券1000円分」を5人へ



今月のプレゼントは『もりのふうアイス』で使える商品券1000円分です。西都ピカイチ商品に認定された『ゆずとはちみつのシャーベット』(P.12 参照)をはじめ、季節のフルーツや野菜を使ったスイーツやお食事をお楽しみください！

▶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6月30日(当日消印有効)

※当選者には後日、当選通知はがきを送付しますので、店舗で賞品を受け取ってください。

★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6月号」係



もりのふうアイス ☎ 32-0032

■住所／西都市三宅4134-2

■営業時間／11～17時 ■定休日／月～水曜

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)

■問い合わせ
総合政策課 ☎ 35・3866

■目録金額 100万円
■出演日(※いずれも7月)
銀鏡：29日午後4時頃予定
尾八重：31日午後2時半頃

■寄付の募集期間
7月6日(日)まで

市HP↓
市HP↓

詳細は、ホームページからご確認ください。

詳しくは、ホームページからご確認ください。

市内在住の方も税控除を受けることができますので、ぜひご寄付とともに、多くの方へ周知のご協力をお願いします。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

万博は、世界中の幅広い方へ神楽の魅力を伝えることのできる世界的なイベントです。この場で神楽を披露し、新たな担い手の育成や支援の輪を広げます。しかし、出展には旅費や運搬費等、多額の経費を要するため、「ふるさと納税クラウドファンディング」を活用し、資金を調達しようと考えています。

募集 【第2期】西都市創業等
支援事業補助金について

募集 実践創業塾 受講生募集

※土日・祝日も営業。
☎ 32・6242

市HP↓
市HP↓

■問い合わせ(一社)まちづくり西都KOKOKARA

■補助申請の募集期間
6月1日(日)～30日(月)

■問い合わせ(一社)まちづくり西都KOKOKARA

■補助申請の募集期間
6月1日(日)～30日(月)

■問い合わせ(一社)まちづくり西都KOKOKARA

■補助申請の募集期間
6月1日(日)～30日(月)

■問い合わせ(一社)まちづくり西都KOKOKARA

#1 ピカッと光る西都の逸品

西都ピカイチ認証品
一品一品に込められた創意工夫をお伝えします！



ゆずとはちみつの
シャーベット
(もりのふうアイス)



お店の情報は
こちら
←

東米良地区のゆず果汁を使用した乳製品不使用のシャーベットです。「西都のゆずを、たくさんの方に知っていただきたい」と、創業当初に開発された商品です。こだわりは、「シャーベットの中に含まれる空気を抑える製法」と「手を加えていない素朴な原料」とのこと。空気の量を抑えることで味が濃厚に感じられ、ゆず果汁と県産の蜂蜜により、爽やかでストレートなゆずの香りをダイレクトにお楽しみいただけます。すっきりしたスピリッツなどのお酒や焼酎に入れても美味しいそうです！ ふるさと納税の返礼品でも人気で、全国にリピーター様がいらっしゃいます。これからの暑い夏にぴったりですね！

■問い合わせ 農林課 ☎ 43-0382



いわや
鬼の窟シュー
(ベルグレフィン)



お店の情報は
こちら
←

鬼の窟シューは、「鬼の窟古墳をお菓子で表現したい！」という創業者の想いから誕生した商品です。その特徴は、「ドーム状のシュー皮」と「サクッとカリカリのクッキー生地」です。シュー皮は、高温で一気に焼くことで軽くて弾力のある食感に。今も創業者が一つ一つ焼き上げているそうです。クッキー生地には、実は砕かれた芋かりんとうが混ぜられています。ゴツゴツした見た目と鬼の窟古墳の強いイメージが表現されています。

創業者の想いと西都原の歴史への敬意が込められたレシピは、創業から40年以上変わらずに現在は3代目へと受け継がれています。

今月の手話

「三財」



数字の「三」を表す。



両手で袋を持つイメージ。

「都於郡」



片手拳を背中に向け、身体をこする様子。

★毎週火曜日に講座開催中★
■問い合わせ／福祉課 障害福祉係（☎ 43-1206）
（撮影協力：西都手話サークル ひまわり）

地域おこし協力隊 活動日記



地域おこし協力隊
かんめら 上米良 隆杜 さん

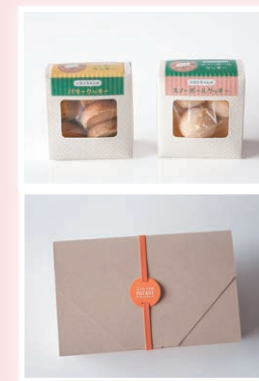
西都市の皆さんこんにちは！
東米良地域おこし協力隊に就任し2年目を迎えた上米良です。
今年度最初の行事は「尾八重たけのこ掘り体験」でした。今年
は裏年ということもあり、例年
よりも本数が少ない中での収穫
となりましたが、参加者全員が
収穫できたのは地域の方のご協
力のおかげだと思います。収穫
後に大釜でタケノコを湯がきま
した。中にはメンマにするため
、1mくらいのタケノコを処理し
ている方もいらっしゃいました。
また、お昼にはむすび屋銀鏡食
堂から具だくさんな猪汁が提供
され、参加した子どもたちも美
味しいと大喜びしていました。
今回のたけのこ掘り体験も、非



常に盛り上がりを見せました。
さて、そんな私の2年目の目
標は規模の拡大、新しい作物へ
のチャレンジです。1年目は試
験的だった原木シタケとユズ
栽培を本格的に取り組みたいと
思います。また、今年はイチゴ
の栽培にもチャレンジするつも
りです。無事実ったら地域の小
中学生といちご狩りや、ジャム
作り体験を試してみようと思っ
ています。その他にもキャンプや
サウナなどのさまざまなイベン
トがありますので積極的に参加
していこうと思
います。
今年度もよろしく願
います。

KOKOKARA通信

西都市の新しい地域産品の開発をしてみませんか？



昨年度、「Re...Light
（リライト）」プロジェクトが
始まりました。これは、本市の
生産物や文化などの地域資源に
光を当て、新たな地域産品を創
り出す取り組みです。
初年度は、7つの地域産品が
誕生しました。その中には、銀
鏡の自然が育んだ山茶を手摘み
し、ティーバッグ
に仕立てた
「磐長姫のお守り
茶」や、本市で
45年以上の栽培
実績があるシモ
ン芋を使用した「シモンちゃん
のスノーボール・バタークッ
キー」、そして、コノハナサク
ヤヒメがお乳の代わりに使った
という甘酒と、昔ながらの製法
で受け継がれた農作物を組み合
わせた「コノハナイロPOTTA
GE」のギフトボックスなど、
いずれも本市の魅力を映した商
品です。昨年度は、農家、パン



屋、料理人などの皆さんがそれ
ぞれの視点で工夫を凝らし、商
品開発・改良に取り組みまし
た。これらの商品は、すでにこ
のほな館や各店舗で販売を開始
しています。見かけたらぜひ、
お手に取ってみてください。
■商品開発・改良の支援
最大50万円の補助金を活用で
き、原材料費やパッケージ制作
費など、商品開発・改良に必要
な経費に充てられます。また、
企画段階からKOKOKARA
スタッフによる伴走支援を受け
られます。さらに、商品完成後
の試験的な販売や展示会出展な
ど、継続的な支援も行います。
■募集要項・参加条件
参加費無料。市内在住、また
は事務所のある法人などであ
れば応募可能。あなたのアイ
デアや思いが本市を代表する『新
しい地域産物』になるかもしれ
ません。ぜひご応募ください！

一般社団法人まちづくり
西都 KOKOKARA
西都市小野崎 1-55
☎ 32-6242
営業時間／9:00～17:45
定休日／なし
最新の活動状況
はこちらから⇒
一般社団法人まちづくり西都
KOKO
コ・コ・カ・ラ
KARA

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。

月	日	曜	病院名	主な診療科目 電話番号
6	1	日	鶴田病院	整形外科・外科・内科 ☎ 42-3711
	8	日	宇和田胃腸内科	胃腸科・内科・放射線科 ☎ 42-0111
	15	日	児玉内科クリニック	内科 ☎ 43-1777
	22	日	こうの整形外科	整形外科 ☎ 43-2200
	29	日	久保循環器内科医院	内科・循環器内科 ☎ 32-0373
7	6	日	黒木胃腸科医院 ※小学生以下の診療不可	内科・胃腸科 ☎ 43-1304

※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～16時 ■休館日：月曜
5/27(火)～6/1(日)ぐるーぷ写真写真展
6/3(火)～8(日)心のメッセージ展 2025
6/10(火)～22(日)弥勒祐義
「女シリーズ」絵画展
6/24(火)～29(日)海老原能成写真展「桜巡行」

市税などの納期のお知らせ

納期限＝6月30日(月)※口座振替日は6月26日

◇市・県民税（1期）
問い合わせ：税務課 納税管理係 ☎ 32-1001
※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。
※納税に関する相談は随時受け付けています。

放送大学 入学生募集のお知らせ

放送大学は、2025年10月入学生を募集しています。
心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、
300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで
1科目から学ぶことができます。
資料は無料ですでお気軽にご請求ください。

◆出願期間
第1回 8月29日まで / 第2回 9月11日まで
【問い合わせ・資料請求】放送大学 宮崎学習センター
☎ 0982-53-1893 / メール miyazaki-sc@ouj.ac.jp

相談・その他

人権・なやみごと相談所（無料）

日時 6月3日（火）10～15時

※次回は7月15日（火）

会場 市生きがい交流広場 2階

問い合わせ 市民課 ☎ 43-1204

司法書士による消費生活無料相談 ※要予約

日時 6月3日（火）13～16時

※次回は7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 6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 6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 ☎ 43-3160

出張年金相談 ※要予約

日時 6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 6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 6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 6月26日（木）13時30分～15時

会場 参加連絡時にお伝えします。

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 こども家庭課 ☎ 35-3666

都於郡小学校
5年 青山葉和さん



今月の題字



人の動き

■人口 26,795（+35） ■男 12,697（+17） ■女 14,098（+18） ■世帯数 11,846（+40）
■転入 163 ■転出 94 ■出生 10 ■死亡 44 ■高齢化率（65歳以上） 38.97%

令和7年
5月1日現在