

広 報

きと



▲第2回ウィーラーズスクール in 宮崎（5月9日）
西都市児童館で開催された自転車教室。36人の児童が、楽しみながら自転車の乗り方を学びました。

特集 災害時こそ慌てずに冷静な行動を

災害時に正確な情報が得られると安心です。情報を伝えるための本市での新しい取り組みをご紹介します。

災害時こそ慌てずに冷静な行動を	・・・P2
おいしい水道水と暮らす	・・・P6
特定健診・特定保健指導を利用しましょう！	・・・P8

まちの話題	・・・P10
みんなの広場	・・・P12
インフォメーション	・・・P14

市長のやっちゃんや通信	・・・P19
滝一郎のちょっとみちくさ	・・・P20

今回は、海外から来たセイタカアワダチソウをご紹介します



今月の題字
銀上小2年
すどう ちはる
須藤 千晴さん

6

2013 Vol.554
JUNE

特集：防災

災害時こそ慌てずに冷静な行動を

災害時に正確な情報が得られると、いろいろと安心ですね。

西都市では、市民の皆さまにさまざまな方法で情報を伝えるために、いろいろな取り組みをしています。今回は新しい取り組みの一部を紹介しますので、災害時に慌てないためにも日頃から正確な情報を得る手段を確認しておきましょう。

防災情報

① 西都市防災メールが新しくなりました

西都市では、「西都市防災情報メール」で災害時の各種情報を市民の皆さまにお伝えしています。これまでは、配信を希望される場合は書類による申請が必要でしたが、4月1日からはメールを送るだけで簡単に手続きができるようになりました。

新しい防災情報メールをぜひご活用ください。

西都市防災情報メール 登録方法

1

右のQRコードを読み取るか、または
sky452084@mailsv.wcmstp.jp宛てに
直接空メールを送信



2

数分後に登録用メール
が送信されます

3

メールの内容に従って登録
手続き

4

入力が終わったら
登録完了です！



5

毎月1日の午前9時を目安に、定期送信テストメールが送られてきます。

※注意

- ・既に西都市防災情報メールを受信している方への配信は継続されます。改めて登録の手続きをする必要はありません。
- ・迷惑メール対策などメールの受信設定によっては、登録用メールが届かないことがあります。『@mailsv.wcmstp.jp』からのメールが届くように設定をお願いします。迷惑メール対策などの設定が不明な場合は、各携帯電話販売店などにお問い合わせ下さい。

MRTで西都市の情報を配信しています

4月1日から、MRTの地上デジタルテレビ放送のデータ放送画面を利用して、本市の情報が配信できるようになりました。

災害時には避難情報などの緊急情報を配信するほか、これまでの「広報さいと」・「お知らせ」・「ホームページ」に加え、イベントや観光情報、暮らしに関する情報など最新の情報をいち早くお届けしています。

これからますます充実する西都市の情報配信に、ぜひご期待ください。

1

地デジ放送でMRT
(6ch) を選択

2

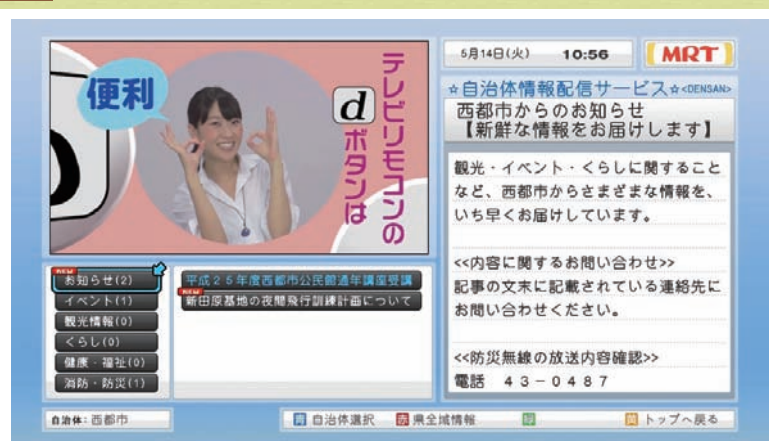
リモコンの **d** ボタンを押す
(一部対応していないテレビがあります)

3

メニューから
「自治体情報」を選択



4



下記ジャンルからお好みの情報を選んでください。

- お知らせ
- イベント
- 観光情報
- 暮らし
- 健康・福祉
- 消防・防災



◆防災ラジオを

順次導入します

現在、本市では屋外拡声子局と戸別受信機を使って、同報系防災行政無線の放送をしています。戸別受信機に加えて防災無線の放送が受信できる世帯を増やすため、平成25年度から防災ラジオの導入に取り組みます。

初年度は2千台を導入し、4年間で防災ラジオの数を8千台まで増やす予定です。詳細が決まりましたら、別途お知らせします。

津波警報が変わりました



気象庁では、津波警報・注意報の発表方法や表現を変更し、平成25年3月7日から新しい津波警報の運用を開始しています。



<参考>津波警報・注意報の分類と、とるべき行動

分類	予想される津波の高さ		とるべき行動
	高さの区分	数値での発表	
大津波警報	10m～	10m 超	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで、安全な場所から離れないでください。
	5m～10m	10m	
	3m～5m	5m	
津波警報	1m～3m	3m	※「ここなら安全」と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう！
津波注意報	0.2m～1m	1m	海の中にいる人はただちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで、海に入ったり海岸に近づいたりしないでください。

©リーフレット「津波警報が変わります」は、下記の URL からダウンロードできます。
<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunamikeihou/index.html>

災害時の各地区避難場所

日ごろから避難場所を確認しておきましょう

地区名	避難場所	水害時	地震時	障害者用 トイレ	地区名	避難場所	水害時	地震時	障害者用 トイレ
妻 地 区	学習等供用施設清水館	○	○		三 納 地 区	学習等供用施設永野館	○	○	
	宮崎医療福祉専門学校	○	○	○		三納小学校	○	○	
	妻南小学校	○	○			三納中学校	○	○	
	学習等供用施設三宅館	○	○			三納地区館	○	○	○
	学習等供用施設川路館	○	○			三納地区体育館	×	○	○
	西都原運動公園屋内練習場	○	○	○		浄土寺	×	○	
	学習等供用施設石貫館	○	○	○		吉田自治公民館	×	○	
	学習等供用施設童子丸館	○	○			平野自治公民館	○	○	
	西都市役所南庁舎	○	○			学習等供用施設上平郡館	○	○	
	コミュニティセンター	○	○	○	学習等供用施設平郡館	○	○		
	妻中学校	○	○		学習等供用施設宮の下館	×	○		
	勤労青少年ホーム	○	○	○	都於郡小学校	○	○		
	西都市公民館	○	○	○	都於郡地区館	○	○	○	
	西都市民体育館	○	○	○	学習等供用施設馬継谷館	×	○		
	西都市児童館	×	○	○	都於郡地区体育館	○	○	○	
	西都市民会館	○	○	○	都於郡中学校	○	○		
	妻北小学校	○	○		都於郡地区南体育館	○	○		
	妻高等学校	○	○		山田自治公民館	○	○		
	西都農業協同組合	×	○		山田保育所	○	○		
黒生野保育園	×	○		都於郡小学校山田分校	○	○			
学習等供用施設黒生野館	×	○		西都農業協同組合三財支所	×	○			
西都商業高等学校	×	○		三財小学校	○	○			
佐土原西体育館	○	○		三財中学校	○	○			
穂 北 地 区	杉安保育所	×	○		三 財 地 区	岩崎元村自治公民館	○	○	
	穂北中学校	×	○			岩崎保育園	○	○	
	穂北小学校	×	○			三財地区館	×	○	
	穂北地区館	×	○	○		三財地区体育館	×	○	○
	困自治公民館	○	○			岩井谷集落研修センター	○	○	
	学習等供用施設串木館	○	○	○		上三財保育所	○	○	
	中茶自治公民館	○	○			上三財地区健康増進施設	○	○	○
	茶臼原地区体育館	○	○	○		銀上小学校	○	○	
	茶臼原小学校	○	○			銀鏡中学校	○	○	
東 米 良 地 区	●避難場所の開設 災害が発生する恐れがある場合、あらかじめ避難場所を開設し、広報車や地元消防団、防災行政無線などを通じてお知らせします。 連絡先：危機管理課 (0983-43-0380) ※災害対策本部設置時は、 災害対策本部 (0983-43-3653) も利用できます。				東 米 良 地 区	銀鏡集会所	○	○	
				銀鏡地区自治公民館		○	○		
				東米良診療所		○	○	○	
				岩井谷自治公民館		○	○		
				小八重自治公民館		○	○		
				尾八重小学校跡		○	○		

◆防災士養成講座が 西都市で開催されます

防災士とは、地域社会のさまざまな場において、減災および地域防災力向上のための活動が期待され、かつそのために十分な意識・知識・技能を有する人のことです。NPO法人日本防災機構が認証登録を行っています。

地震や台風などの災害は、いつ私たちの身に降り掛かってくるかわかりません。宮崎県では、自主防災組織活性化事業の一環として、防災士養成研修を実施しています。防災に関心のある方ならどなたでも参加できます。

昨年に引き続き、今年度も本市で開催されます。また、本市では資格取得に関する費用の助成制度もスタートしました。自主防災組織のリリーダや防災士の資格取得を目指す方はご参加ください。

■日時…9月7日(土曜)

■会場…西都市コミュニティセンター3階

※詳細は決まり次第お知らせします。

おいしい水道水と暮らす

蛇口をひねると当たり前に出てくるきれいな水
飲み水や料理、洗濯、お風呂やトイレ・・・
私たちの生活になくてはならない水道水について、紹介します。

水道水が普及するまで

水道が普及する前は、井戸水や川の水、山からの湧水ゆうすいなどを利用していました。

しかし、人口の増加や生活の変化などにより、きれいな水を安定して供給できる水道が必要とされるようになりました。

市では昭和49年に妻地区などを対象とした上水道が完成。その後も各地区に水源を確保し、給水区域の拡張や統合などを行ってきました。

現在の給水状況

現在は地理的状况などから、市上下水道課が管理する6水系と一ツ瀬川営農飲雑用水広域水道企業団（以下「企業団」）が管理する1水系の合計7水系に区分して給水しています。

以下が給水系統の名称と大まかな給水区域です。

【市上下水道課】

■上水道

- 高砂水系↓妻・穂北地区
- 大島水系↓都於郡地区

■簡易水道

- 上三財水系↓三財地区
- 三納水系↓三納地区
- 永野平郡水系↓三納地区
- 銀鏡水系↓銀鏡地区

【企業団】

■上水道

- 東原配水系↓茶臼原地区

原水はすべて地下水

原水とは水道水の元となる水のことです。

都市部では河川の水やダムにためた水などを原水として、水道水を供給しているところがあります。

本市の水道水はすべて浅井戸と呼ばれる深さ10メートルほどの井戸からくみ上げた地下水を原水としています。

そのくみ上げたきれいな地下水を塩素による滅菌消毒やわずかな処理だけで供給を行っています。

周囲を緑豊かな山に囲まれた本市。その山に降った雨が地面にしみ込み、自然の力で時間をかけて浄化され、地下水となります。そのおかげで、おいしい水（左ページ参照）

が供給できているのです。

水質検査で安全に

見た目ではきれいな水もその水質は検査をしないと分かりません。

市上下水道課や企業団では、水道法に定められた水質検査を行っています。

検査を義務付けられている原水や水道水の「基準項目検査」や「毎日検査」はもちろん、水質管理上留意すべき項目とされている「目標管理項目検査」も行っています。

このような水質検査を行い、安全で安心な水道水を日々供給しています。

災害時の水質悪化

しかし、高砂水系での原水の濁り（平成16年の台風18号時）や東原水系の牛掛浄水場の冠水（翌17年の台風14号時）など、給水制限や給水停止などを要する事態も発生しました。

普段は蛇口をひねると出る水道水。その水道水を使えない生活がいかに不便か。経験

西都市の水はおいしいって本当？

おいしさは人によって異なりますし、おいしい水の基準に絶対的なものではありません。

しかし、昭和 59 年に当時の厚生省が「おいしい水研究会」を発足させ、カルシウムなどのミネラル成分や水に含まれる炭酸の量などについておいしさを感じる指標を示し、その条件を満たせばおいしい水であるとしました。

以下の表が、「おいしい水研究会」が発表した指標と市内の水系ごとの数値です。いずれも「おいしい水の定義」に定められた範囲内の数値であり、おいしい水であることがわかります。

おいしい水の定義（昭和 60 年に「おいしい水研究会」が発表）

項目名	単位	旧厚生省の指標	高砂水系	大島水系	上三財水系	三納水系	永野水系	銀鏡水系	東原配水系
蒸発残留物	mg/L	30~200	42	50	46	47	47	59	69
硬度 (カルシウム・マグネシウム)	mg/L	10~100	27	30	25	26	27	35	36
遊離炭酸	mg/L	3~30	4.0(※)	8.3	6.4	6.2	6.6	6.6	16.3(※)
過マンガン酸カリウム消費量	mg/L	3 以下	0.1	0.1	0.4	0.1	0.1	0.2	0.3
臭気度		3 以下	1 未満	1 未満	1 未満	1 未満	1 未満	1 未満	1 未満
残留塩素	mg/L	0.4 以下	0.23	0.22	0.23	0.25	0.23	0.21	0.15

水系ごとの数値は、平成 24 年度の平均値を使用しています。

※高砂水系は第 1 水源と第 2 水源の平均値。東原配水系は牛掛水源と串木水源の平均値。



高砂水系・高砂浄水場

また、銀鏡水系は統合は行いませんが、同じくろ過設備の整備を計画しています。企業団では、冠水した牛掛浄水場の周囲を改修しました。また現在使用している井戸のほか、新たな取水井の確保

市上下水道課では、濁りが発生した高砂水系にはろ過設備を設置しました。また、上三財・三納・永野平郡などの水系を上水道などに順次統合を計画。その際にろ過設備や監視装置などの設備を整備し、より災害に強い施設を目指します。

災害にも強い水道を目指して
そこで、日常の安定供給はもちろん災害時でも安定して水道水が供給できる施設が必要となりました。

していない人でも想像できるのではないのでしょうか。



東原配水系・牛掛浄水場

○一ツ瀬川営農飲雑用水
Tel 0983-35-1381
広域水道企業団

○市上下水道課
Tel 0983-43-1326

■問い合わせ

いつでも安心して水が使えるように、普段から節水の心掛けをお願いします。

特に雨の少なくなる冬期などは地下水の水位が下がることもあります。

水道水を使い続けるために
前述したとおり、本市の水道水は豊富な地下水を水源としています。地下水も限りある貴重な資源です。

保を計画しています。さらに、どちらの水道事業者も既設の水道管を道路改良などに併せ、耐震性の高いものに更新を行っています。

保を計画しています。さらに、どちらの水道事業者も既設の水道管を道路改良などに併せ、耐震性の高いものに更新を行っています。

保を計画しています。



西国 都市保

特定健診・特定保健指導を

積極的に利用しましょう！

日本人の死因の約6割は生活習慣病で、その半数はメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）関連疾患です。

メタボリックシンドロームとは、肥満に加えて、高血糖（糖尿病予備群）、高血圧（高血圧予備群）、高脂血症（血清脂質異常）を複数合わせ持った状態のことです。

メタボリックシンドロームは自覚症状はありませんが、生活習慣を改善せずに放置すると、動脈硬化を進行させてしまうため、心臓病や脳卒中、その他重症な合併症（糖尿病の場合人工透析や失明）などの重大な病気を引き起こす原因となります。

●第2期計画を策定しました

高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、平成20年4

月からメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査（特定健診）と特定保健指導の実施が国民健康保険などの医療保険者に義務づけられました。

西都市国民健康保険でも、40歳から74歳までの加入者に対して「第1期特定健康診査等実施計画」に沿って、特定健診・特定保健指導を実施してきました。

このたび5年間の計画期間が終了したため、第1期計画の評価を踏まえ平成25年度から平成29年度までを計画期間とする「第2期計画」を国の方針に基づき策定しました。なお、第2期計画は市のホームページで公表しています。

●現状と今後の取り組み

第1期計画から、西都市の

国保加入者の健康状態には次のような特徴があることが分かりました。

- ①高血圧、脂質異常症が重症化し、循環器疾患をまねいている人が多い。
- ②その中でも高血圧を基礎疾患とする人が最多である。
- ③人工透析患者数が全国平均より高い。

このような状況を踏まえて、これまでの保健指導対象者（メタボ該当者・予備群）に加え、高血圧・脂質異常・腎臓病の重症化予防についても積極的に取り組んでいきます。



第1期特定健診・特定保健指導実施状況

	実績				
	H20	H21	H22	H23	H24
特定健診受診率	25.0%	21.7%	21.5%	19.9%	20.4%
特定保健指導実施率	34.3%	40.4%	37.1%	25.6%	32.0%

※H24は4月速報値

第2期計画で定める目標

	H25	H26	H27	H28	H29
特定健診受診率	30.0%	40.0%	50.0%	55.0%	60.0%
特定保健指導実施率	30.0%	35.0%	40.0%	50.0%	60.0%

メタボリックシンドロームは 気付かぬうちに進行する！



●平成25年度特定健診・後期高齢者健診が始まりました

5月下旬にオレンジ色の封筒で、特定健診または後期高齢者健診の受診券および案内文書を対象の方に郵送いたします。

ました。
市内15カ所の医療機関で行う個別健診か、または各地区館などで行う集団健診のどちらかをお選びになり、電話でご予約ください。
冬の季節になるとインフル

年に1度の
特定健診受診を！

エンザが流行したり、うつかり忘れて有効期限が過ぎてしまふことがありますので、できるだけ早めの受診をお願いします。

●変更点と新たな取り組み

平成23年度に実施した特定健診に関するアンケート調査の結果をもとに、国保の加入者がより受診しやすくなるように、平成25年度から、
①自己負担額の無料化、②集団健診の早期実施、日曜日実施③胃がん検診・肝炎ウイルス検診との同時実施日の増加などを行います。

また、受診者の方のより詳しい検査データを取得するため、今までは医師の判断により実施していた詳細健診項目の貧血検査と心電図検査を国保加入者全員に実施することとしました。

●簡易人間ドックとの重複受診はできません

国保の加入者で、平成25

年度に30・35・40・45・50・55・60・65歳になられる方に、5月下旬に簡易人間ドックの案内はがきを郵送いたしました。

簡易人間ドックを受診される方は、今年度は特定健診を受診することはできませんのでご注意ください。

●年に一度の健康チェック

生活習慣病を予防したり、重症化を防ぐためにも、年に一度は必ず特定健診を受け、その結果を自分自身で確認しましょう。

また、検査値で異常が発見された方は、保健師・管理栄養士・看護師による特定保健指導などを受け、食事・運動・飲酒・喫煙などの生活習慣の改善に取り組ましましょう。



問い合わせ…健康管理課
TEL 0983-43-0378



待ちに待った
加工センターの完成

株式会社地頭鶏ランド日南 西都加工センター落成式

4月24日、同社が建設を進めていた食鳥処理・加工施設の落成式がありました。式典には関係者約70人が出席。同社の米山久代表取締役が「商売目的だけではなく地域雇用による会社と地域のバランスが大事。西都独自のブランドを作り上げましょう」とあいさつ。市長は「待ちに待った完成。『食』創生へ一丸となってがんばりましょう」と祝辞を述べました。



西都原バイクミーティング2013春

4月28日、西都原ガイダンスセンターこのはな館駐車場で西都原バイクミーティングが開催されました。これは「バイカーズ西都」による催しで、第3回となる今回は県内外から過去最多となる約500台が参加。細い板の上を渡る「一本橋グランプリ」などのゲームが行われ、会場は大変なにぎわいを見せ、愛好者は互いに親睦を深めました。

県内外の愛好者による
自慢の愛車約500台が集結



岩投げ、鏡投げに挑戦
ちびっこの楽しい祭り

第3回このはな館ちびっこ祭り

5月3日、西都原ガイダンスセンターこのはな館前広場で、このはな館ちびっこ祭りが開催されました。会場にはたくさんの親子が訪れ、本市の神話をモチーフにした岩投げ大会や鏡投げ大会、お楽しみ抽選会などで盛り上がりました。また今回は西都市グリーンツーリズム研究会による餅つき体験も行われ、子供たちの笑顔があふれました。



スポーツ少年団入団式

5月12日、西都原運動公園陸上競技場で、西都市スポーツ少年団入団式が行われました。ことしの登録は11種目37団体。この日は各団体に所属する約500人の団員が参加。式では小畑正照本部長から西都ミニバスケットの渡邊颯汰君へ団旗が授与され、西都柔道会の清野拳太君が誓いの言葉を述べました。入団式後は7種目の夏季大会が各会場で開かれました。

スポーツを通して
心身の成長を誓う

ま ち の 話 題



アユの放流

4月13日、山角橋下の河川敷で一ツ瀬川水系濁水対策推進協議会によるアユの放流が行われました。これは一ツ瀬川への関心を高め、流域住民に河川環境保全などの理解を深めてもらおうと、同協議会が一ツ瀬川漁業協同組合と共同で開催しているもの。この日は、本市のほか新富町や宮崎市などからの親子連れ約120人が参加し、約1万匹のアユを放流しました。

第4回さいと生き生きウォーキング大会

4月14日、西都原運動公園周辺でさいと生き生きウォーキング大会が行われました。同大会は気軽に健康づくりに取り組めるイベントとして、NPO法人生き生きスポーツさいとが主催したもの。4回目の開催となる今回は、市内外の子どもからお年寄りまで135人が参加しました。参加者はミツバツツジなどが彩る約8kmの周回コースを景色を楽しみながら歩きました。



木村総理補佐官 来市

4月14日、木村太郎総理補佐官（写真右）が本市を訪れました。これは「ふるさとづくり有識者会議」の一環で行われたもので、前日の高千穂町や14日の日向市に続き本市を訪問。西都原考古博物館や御陵墓参考地などを視察しました。また考古博物館内セミナー室では市長などが西都原古墳群や銀鏡神楽、古墳まつりなどについて紹介。ふるさとづくりについての意見交換も行われました。

山路毘沙門天祭

4月28日、上山路地区の毘沙門天堂で山路毘沙門天祭が行われました。この本堂に祭られている県指定有形文化財「山路毘沙門天立像」は都於郡城第10代城主の伊東義祐が持ち込んだといわれるもの。この日は年に1度の一般公開日で、市内外から多くの参拝客が訪問。会場では地元保存会がお神酒やバラ寿司などで参拝客を接待しました。



宮崎医療福祉専門学校 戴帽式

5月1日、宮崎医療福祉専門学校で、看護学科第10期生の戴帽式が行われました。式では36人の戴帽生が一人ずつナースキャップを着けてもらい、壇上でキャンドルに火を灯して誓いの言葉を述べました。戴帽生代表の丸山沙織さんは「感謝の気持ちを忘れず、理想の看護師を目指してこれからも勉強に励みます」とお礼の言葉を述べ、戴帽生全員で看護学科の歌を合唱しました。



うぎた 浮田 かずひこ 和彦さん

4月から市観光協会の事務局長に就任。
西都の『観光』はもちろん、西都の『人』をPRします。



昭和26年8月19日生
妻：小野崎地区

「今はまだ手探りの状況。自分で二ニギくんに着ぐるみに入ったりと職員と一緒に頑張って頑張っています。着ぐるみは暑くて本当に大変でした」と事務局長になってからの一カ月を振り返ります。

4月から西都市観光協会の事務局長に就任した浮田さんは宮崎市出身。大阪高島屋やシーガイアで販売などを担当していました。その後は食品や観光土産の製造・販売を行う宮崎市内の会社やこのはな館に勤務。長年、観光や販売業に携わってきました。

現在は家族が住む宮崎市の実家を離れ、小野崎に単身赴任。「西都の歴史や文化を勉

強すると、その良さがどんどん発見できます」と西都に住み、その魅力を勉強中です。

「西都市は西都原に代表されるようにすばらしいものが多いですね。それに住んでいる人も純粋な人が多い気がします」と本市の印象を語ります。「宮崎市に住んでいる時は西都の情報はなかなか入ってこなかった」と市外にいたからこそ知っている課題も。

これからの目標は「イベントや観光はもちろん西都で『食』や『農』に携わり頑張っている『人』を市内外に紹介していきたい」とのこと。「観光協会だけでは大きな事業は出来ないのでは、関係機関と連携することが重要。そして関係機関同士をつなげる役割も果たしていきたいです」と意気込みを話す浮田さん。

最後に「住んでいる人が『おもてなしの心』で観光客に接するような観光地になってほしいです。そしていつかは観光土産の商品開発もしたいですね」とこれからの夢も教えてくださいました。

われら 地域リポーター



今月のリポーター
中須：那須壽好さん

穂北づくり協議会は、平成21年11月に設立されました。実質活動スタートの年明け間もなく口蹄疫の発生により、活動自粛を余儀なくされましたが、関係団体との協議の上で会員の皆さんに協力いただき、消毒作業に参加いたしました。活動も三年を経過しましたが、年を重ねるごとに地域の方々のご理解、ご協力を頂き関心度の高まりを実感しています。

2月16日の西都市地域づくり講演会で初鹿野氏が述べられました。地域づくりは薄れた人と人とのつながりを取り戻す事ではないかと思えます。それには地域の人たちが世代を超えて集える場所、機会が必要です。穂北づくりでは「ものづくり体験活動」「軽トラ市」、また穂北まつりや



穂北づくり協議会世代間交流イベントでの小学生の凧づくりの様子

体育振興会への支援等を行ってききましたが、今年度も満留会長のもと充実、発展させていきたいと考えております。これまでに協力頂いております区長会、自公連、学校関係、地元商店会や各種団体の皆様に心より感謝致しますとともに、これからも宜しくお願い申し上げます。

協議会では、何時でも地域の人達の参加を待っています。穂北のみんなでできる事を続けながら、将来は穂北地域が一つの大きな家族として、助け合えるまちになる事を願っております。

みんなの広場

わが家のアイドル（未就学児）・頑張っている小中高生の情報をお待ちしています。
市総務課広報係まで Tel 0983 - 43 - 1111 内線 3005・koho@saito-city.jp



ぼくの わたしの 声

題名
『6年生で
がんばりたいこと』

穂北小6年
とみなが ゆうか
富永 祐花さん

6年生でがんばりたいことは、6年生としてやらないといけないことすべてだと考えています。その中で、特に2つがんばっていることがあります。1つ目は、あいさつです。ただのあいさつではなく、大きな声で、相手の目を見てあいさつをするように心がけています。朝の登校中、近所の人に出会った時、「おはようございます」とあいさつをするといつも笑顔であいさつを返してくれるので、他の人にも笑顔になってもらえるような気持ちのよいあいさつをしていきたいです。もう一つは授業での発表です。これまでの自分は、はずかしいとか、自信がないなどの理由から、なかなか手をあげませんでした。だけど6年生になった今は自信がなくても積極的に手を上げて発表しようとしています。これからは、自信を持って発表していきたいです。もう私は6年生。いろいろなことを経験し、成長しながら穂北小の顔としてがんばりたいです。



わが家の 愛 ドル

なかやま みづき ちあき
中山 瑞稀くん(左)・千瑛くん(右)
(平成22年2月23日生)

ママの所に生まれてきてくれてありがとう。
これからも仲良しの2人でいてね♪
(三宅：香さんの長男・次男)

輝 ラリ！ 西都っ子



妻中学校
はしくちゆうき みなみりゆうが かわのりょうへい
橋口夕輝くん、南瑠海くん、川野稜平くん
(左から・3年生、1年生、2年生)

空手の団体形、団体組手の2種目で、第21回全国中学生選手権に出場することになった妻中学校の3人。橋口君は個人での出場も決まっています。

県での代表選考会では、団体・個人ともに2位を獲得。8月に長野県で開催される全国大会へ向け、厳しい練習に打ち込んでいます。

幼稚園生の頃から空手を始め、それぞれに結果を残してきた3人ですが、団体で全国へ行くのは今回が初めて。川野君は「県外に遠征に行けるのはいい経験になります。団体ベスト8を狙いたい」と上位を目指します。

南くんも「いい結果を残せるように、とにかく頑張りたい」と決意を語ってくれました。

個人組手にも出場する橋口君は「個人では1点1点をきちんと重ねて、しっかり勝利に持っていきたい」と堅実な姿勢。「試合のときは相当緊張する」という橋口君ですが、「団体戦では3人の力を合わせて、上位に食い込みたい」と、決意を胸に3人で全国の舞台へ向かいます。



小さな 美 術館

くろぎ ゆなちゃん
札の元保育園・5歳
作品

「母の日のプレゼント
手ぬいのぞうきん」

6

今月のイベント & お知らせ 2013 June

EVENT & NEWS

● イベント ●

まちなかギャラリー
夢たまごく6月の催し

■開館時間 10時～17時

(月曜休館)

写真展

「写真を楽しむ5人の会」

■期間 6月2日(日曜)～

ま

西海市紹介のパネル展

■期間 6月4日(火曜)～

9日(日曜)まで

井上正明絵画遺作展

■期間 6月11日(火曜)～

16日(日曜)まで

写真展「西都散策」

■期間 6月18日(火曜)～

23日(日曜)

第5回「一の会」油絵展

■期間 6月25日(火曜)～

30日(日曜)

※内容など変更になる場合も
あります。

■問い合わせ 西都まちなかギャ
ラリー夢たまご

Tel 0983-42-0027

第8回

西都市民アジャタ大会

■日時 6月23日(日曜)

8時30分～

■会場 西都市民体育館

■問い合わせ

スポーツ振興課

Tel 0983-43-3478

高円宮賜杯 第33回全日本
学童軟式野球大会県大会

■日程 6月15日(土曜)、

16日(日曜) ※雨天延期

■会場 西都原運動公園野球

場、清水台総合公園野球場、

西都西地区運動場野球場、

杉安川仲島公園野球場

■開会式 6月15日(土曜)

8時30分(会場：西都原

運動公園野球場)

■問い合わせ 市軟式野球連

盟事務局 富山

Tel 090-9487-4335

都萬神社 七夕更衣祭

コノハナサクヤヒメの宮廷

入りの故事にちなんだ更衣祭

が開催。みそぎや祭典、ご神

体のコノハナサクヤヒメの更

衣などが行われます。

■日時・会場(内容) 〃

○7月6日(土曜) 10時～

高鍋町堀之内海岸(みそぎ、

祭典)

○7月7日(日曜) 10時～

都萬神社(ご神体のコノハ

ナサクヤヒメの更衣)

■問い合わせ 観光協会

Tel 0983-41-1557

清水神社 七夕更衣祭

コノハナサクヤヒメのご神

像の更衣祭が行われます。な

お、一般参拝者の拝観は午後

1時からとなります。

■期日 7月7日(日曜)

■問い合わせ 大西

Tel 090-8916-3308

西都市青少年

健全育成市民大会

青少年の健全育成に対する

認識を深め、社会環境の浄化

や問題行動などの防止活動を

さらに推進することを目的に

開催されます。

■日時 7月6日(土曜) 受

付9時～、開会9時30分

■会場 西都市文化ホール

■内容 青少年(小学生～高

校生・専門学校生)の意見

発表、講演など

■問い合わせ 社会教育課

Tel 0983-43-3479

さいと

子どもフェスティバル

昨年度まで開催していた

「さいと少年少女芸能祭」が

リニューアル。「さいと子ど

もフェスティバル」として開

催されます。

■日時 7月7日(日曜) 開

場13時、開演13時30分

■会場 西都市民会館

■内容 市内の幼児・高校生による舞踊や民謡、ダンス、伝承芸能などの発表

■問い合わせ 市民会館
Tel 0983・43・5048

募 集

互親組太鼓台 搭乗員・担ぎ手募集

西都夏まつり（7月19～21日開催予定）の互親組事務局では、まつりの花形である「互親組太鼓台」の搭乗員と担ぎ手を募集しています。

搭乗員

「互親組太鼓台」に搭乗する小学1年生～中学3年生の男子を募集しています。

興味のある方は、お問い合わせください。

なお、練習は6月10日（月曜）からまつり当日までの月～土曜日、17時から都萬神社で行います。

■問い合わせ 互親組事務局
搭乗員担当 沼口直弘

Tel 090・2517・3957

担ぎ手

「互親組太鼓台」を盛り上げるための「担ぎ手」を募集しています。

互親組は赤、青、黄、白班の4班で太鼓台を担ぎます。

「自分も太鼓台を担いでみたい」「自分が夏まつりを盛り上げてやる」という思いがある方ぜひ参加してください。互親組太鼓台を勇壮に担ぎ、一緒に西都夏まつりを盛り上げましょう。

■問い合わせ

互親組副組長 岩見英人

Tel 0983・43・1594

富士山・青少年国際交流 キャンプ参加者募集

富士山麓のキャンプ場で、全国から集まる日本人と在日外国人の青少年たちがキャンプ生活や富士登山などの野外活動を共に経験します。

友情を深め、国際感覚を身につけると同時に、さまざまな体験を通して「仲間づくり」の大切さや助け合う楽しさを学ぶことを目的とします。

■日程 7月31日（水曜）～

8月4日（日曜）

■対象 小学3年生～中学3年生

■場所 山梨県本栖湖青少年スポーツセンター

■内容 富士登山、野外炊飯体験、野宿体験など

■申込締切 7月5日（金曜）

■問い合わせ 公益財団法人国際青少年研修協会
Tel 03・6459・4661
<http://www.kskk.or.jp>

お知らせ

国家公務員採用試験

人事院では次のとおり「平成25年度国家公務員採用試験」を実施します。

■受験資格

【一般職試験（高卒者試験）】

①平成25年4月1日において

高校または中等教育学校を卒業した翌日から起算して

2年を経過していない者および平成26年3月までに高校または中等教育学校を卒業する見込みの者

②人事院が①に掲げる者に準ずると認める者

ずると認める者

【一般職試験

（社会人試験（係員級））

①昭和48年4月2日以降に生まれた者（高卒者試験の①に規定する期間が経過した者に限る）

②人事院が①に掲げる者に準ずると認める者

【税務職員採用試験】

①平成25年4月1日において高校または中等教育学校を卒業した翌日から起算して3年を経過していない者および平成26年3月までに高校または中等教育学校を卒業する見込みの者

②人事院が①に掲げる者に準ずると認める者

■第1次試験日 9月8日（日曜）

■第1次試験地 九州地区では高卒者試験・税務職員試験は8試験地、社会人試験は4試験地で実施。

■受付期間

【インターネット】

6月24日（月曜）9時～7月3日（水曜）

※インターネット申し込みを

利用できる方は、できるだけインターネット申し込みをご利用ください。

【郵送または持参】

6月24日(月曜)～28日(金曜)

■問い合わせ先

人事院九州事務局

TEL 092・431・7733

<http://www.jinji.go.jp>

児童手当の支給月です

6月11日(火曜)は、児童手当の支給日です。指定の口座に振り込む予定です。

新たに出生などで児童が増えたときや住所を移転したときは届けが必要です。

■問い合わせ

TEL 0983・43・0376

貸付利率の変更

日本政策金融公庫の教育資金にかかる貸付利率が5月10日(金曜)から次のとおり改定されました。

■貸付利率

(改定前) 2.45%

(改定後) 2.25%

※母子家庭の方はこの利率よ

り0.4%低減。

■問い合わせ

日本政策金融公庫宮崎支店
 国民生活事業
 TEL 0985・23・3274

外国人労働者

問題啓発月間

6月は「外国人労働者問題啓発月間」です。

外国人を雇用している企業および雇用をお考えの企業の皆さまにおかれましては、外国人指針に基づく外国人労働者の適切な雇用管理をお願いします。

詳細は、厚生労働省のホームページ内の「外国人雇用対策」欄をご覧ください。

■問い合わせ

TEL 0983・38・8823

男女共同参画週間

6月23日～6月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、互いにその人権を尊重しつつ喜びも責任も分かち合い、性別にかかわらず、

職場や学校、地域、家庭でそれぞれの個性と能力を発揮できる社会のことです。

それを実現するためには私たち一人一人の取り組みが必要で

この機会に私たちのまわりの男女のパートナーシップについて考えてみませんか。

■問い合わせ

市民協働推進課
 TEL 0983・43・1204

全国安全週間

平成25年度全国安全週間は、6月1日から6月30日までを準備期間とし、7月1日から7月7日までの期間で、「高めよう一人ひとりの安全意識 みんなの力でゼロ災害」をスローガンに実施されます。

この週間を契機として、それぞれの職場で労働災害防止の重要性について認識をさらに深め、安全活動を着実に実行しましょう。

■問い合わせ

TEL 0985・38・8835

広告

薬剤師のいる薬局でしか販売できない薬を多数取り扱っています。
 全国の「病院の処方せん」を受付中。(200余医療機関の実績あり)
 特製自家製剤(かぜ薬・せき止めなど)はキキメで評判です。
 コーサー、ノブ、ドクターシーラボ化粧品も扱っています。(敏感肌用)



創業
90年

(株)長嶺薬局

薬剤師 大平信道 薬剤師 大平千世

【宮交バスセンター前】

平日 朝 9:00～夜8:00
 祭日 朝10:00～夜7:00

休日:日曜日

支店

☆わかば薬局(大塚病院隣)
 ☆みふね調剤薬局(妻中正門前)
 ☆昭和町薬局(宮崎市内)

宮崎県西都市有吉町1-3

TEL.(0983)43-0107

※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。

くらし

無料健康相談

■日時 6月11日(火曜)
9時30分～11時30分

※次回は7月9日(火曜)

■会場 保健センター1階

■問い合わせ 健康管理課

TEL 0983・43・1146

行政相談

■日時 6月13日(木曜)
10時～12時

■会場 市役所南庁舎1階

■問い合わせ 生活環境課

TEL 0983・43・3485

無料法律相談(要予約)

■日時 6月18日(火曜)
13時30分～16時

■会場 総合福祉センター

■予約・問い合わせ

社会福祉協議会

TEL 0983・43・4613

無料人権相談

■日時 6月18日(火曜)
10時～15時

■会場 市役所南庁舎1階

■問い合わせ

市民協働推進課

TEL 0983・43・1204

県内一斉消毒の日

■期日 6月20日(木曜)
毎月20日は県内一斉消毒の日です。消毒の徹底は家畜衛生対策の基本です。飼養衛生管理基準を守って日本一安全・安心な畜産を目指しましょう。

■問い合わせ 農政課

TEL 0983・43・0382

■問い合わせ 市役所税務課

TEL 0983・43・1061

■国民健康保険高齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証の交付式

■日時 7月1日(月曜)
9時～

■会場 コミュニティセン
ター13階

■該当者 昭和18年6月2日
～7月1日生まれの国民健康保険の方、昭和13年7月1日～7月31日生まれの方

※該当者には文書を郵送

■問い合わせ 健康管理課

TEL 0983・43・0378

消費生活無料相談(要予約)

■日時 7月2日(火曜)
13時～16時

※相談時間は1人30分です

■会場 市役所南庁舎1階

■予約・問い合わせ

生活環境課

TEL 0983・43・3485

母子手帳交付

■日時 毎週火曜日
13時～13時30分

■会場 保健センター

■問い合わせ 健康管理課

TEL 0983・43・1146

交通事故相談(要予約)

■日時 平日の9時～16時

■会場 西都地区交通安全協会

■問い合わせ 西都地区交通安全協会

TEL 0983・43・0294

■生活環境課

TEL 0983・43・3485

今月の納期

7月1日は、市・県民税第1期の納付期限です。

口座振替も利用できます。

納期内納入をお願いします。

■問い合わせ 税務課

TEL 0983・43・1061

広告 地場産品通販サイト

Saito Kodutsumibin

さいと心包便

2013 Summer Gift

さいとのプレミアムギフトを贈る



梅でいー

茶

営業時間 平日8:30～17:30 〒881-0003 西都市大字右松 2145-1
TEL/0983・43・5103 FAX/0983・43・5196

さいと心包便

※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。

COOKING



○ヘルスマイト
オススメレシピ

マンゴーの淡雪かん

recipe

●材料(8人分)／
マンゴー 100g、寒天1本、砂糖60g、たまご2個、
水250cc

●作り方／

- ① 250ccの水に寒天と半分の砂糖を煮溶かす。
- ② マンゴーをミキサーにかける。
- ③ 卵白の中に半分の砂糖を入れ、しっかり泡立てる。
- ④ その中に煮溶かした寒天を少しずつ入れ混ぜる。
- ⑤ 最後にマンゴーを入れ、型に流し入れる。

うめもん 豆知識



マンゴー

- 宮崎県を代表する果物で、本市でも生産が盛ん
- 糖度15度以上、重さ350g以上などの基準を満たすものには「太陽のタマゴ」の称号がつく
- ビタミンAや葉酸などの栄養も豊富。βカロチンの量は熟するほど増えていく

人の動き (平成25年5月1日現在)

■人口 31,622 (-75) ■男 14,867 (-44)
■世帯数 12,206 (-11) ■女 16,755 (-31)
■転入 166 ■転出 217 ■出生 19 ■死亡 43
■高齢化率(65歳以上) 30.70%

前山商事さんの

「アイス・ゼリーのセット」

前山商事さんの「マンゴープリンアイス」「マンゴーシャーベットゼリー」「日向夏みかんシャーベットゼリー」の3点をセットで3人の方にプレゼント。



PRESENT

プレゼント応募方法

このコーナーは、西都市観光協会の提供により行われています。はがき・メールに住所、氏名、年齢、電話番号と広報紙に関する感想や西都市への思いなどを書き、下記まで応募ください。締切は6月30日(当日消印有効)です。当選者には後日連絡します。宛先=〒881-8501 西都市総務課「地場産品もらっちゃおう6月号」係。または、Eメール:koho@saito-city.jp まで。

4月号プレゼント「西都茶業振興会の『西都茶』」の当選者です。おめでとうございます。

犀川 テイさま(三 納)
米良 栄子さま(平 郡)
内村 洋子さま(新 富町)

BOOKS

●オススメの本

●『図説 織田信長の城』

洋泉社



天下統一を目指す戦いの歴史のなか、信長が独自の築城術を開花させ、革命的な城を築き上げていきました。最新発掘でわかった信長の戦略や野望などが写真やイラストを用いて解説してあります。

●『こども礼儀作法』

日本作法会 代表 尾崎 文春／著
少年写真新聞社

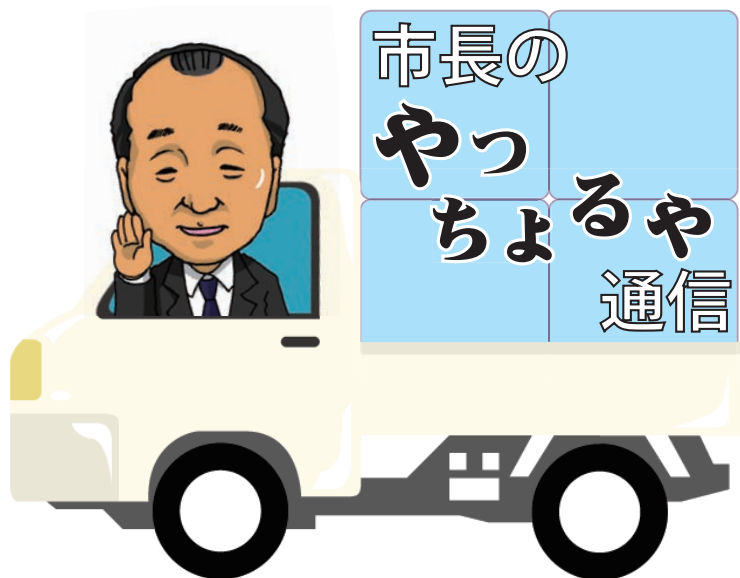


礼儀作法で一番大切なことは、「相手を大切にできる心」。イラスト入りで子どもたちにも分かりやすく解説してありますが、大人の方にも読んでいただきたい内容です。実践してみてください。

口蹄疫復興シンボル牛 の第一子がせり出荷

本県に口蹄疫が発生してから、早くも3年が経過しました。当時を振り返れば、見えない敵を相手にいつ終わるとも分からない状況が続く中で、家畜を殺処分しなければならぬという壮絶な闘いだったことを思い出します。

また、口蹄疫発生中は、風



評被害により本県産の野菜が売れにくい状況にもありました。基幹産業が農業である本市にとって大きな打撃です。そのような中、農家の女性たちが主体となって「口蹄疫被害者を支援する会」を立ち上げられ、「宮崎のおいしいもん食べてみやざき支援」というインターネットによる農畜産物などの通信販売を行い、その益金を復興に使ってほしいと義援金として市役所に持参されました。その際、義援金の用途について支援者の方々と協議をさせていただいたところ、復興のためのシンボル牛を導入しようという話でまとまり、平成23年7月7日の児湯郡市子牛せり市において約53万円で子牛を購入し、口蹄疫復興シンボル牛(当時10ヶ月の雌子牛)が誕生したわけです。

そして先月10日、そのシンボル牛(母牛)の第一子である雄子牛が児湯郡市せり市に出品されました。血統や発育、体型が良いこと、またシンボル牛の産子ということも

あり、ご祝儀価格の62万5千円という平均価格よりも高値で取り引きされました。今後は西都市内の農家で約20ヶ月かけて肥育され、その後『西都牛』として店頭に並ぶのではないかと思われます。良い肉質が期待されます。

西都市内の繁殖農家もようやく経営が軌道に乗るつつあるのではないのでしょうか。繁殖農家、肥育農家、そして関係者一同が口蹄疫からの復興に懸ける思いと熱意を強く感じさせていただいた一日でした。

橋田和実



セリに出場したシンボル牛の第一子

編集後記

わが家の愛犬の西都原デビューということで、「ワンコと一緒にお花見クリーン作戦」に参加しました。大型犬サークル「デカワンFC」主催のイベントで、市内外からたくさんの方々が集まり、西都原の清掃活動をしながらか交流を深めていました。

でもうちの小さなトイプードルは、大型犬に囲まれてブルブル…。ほろ苦いデビューとなりました。(あ)



大きくて優しいワンちゃんたちでした



滝一郎の
ちよつと

みちくさ

第 12 回

セイタカアワダチソウ



セ イタカアワダチソウは堤防や道路、鉄道線路沿いなど、新しい土地に猛烈にはびこりだしたアメリカ渡来の帰化植物。この植物が一度荒れ地に根づくると、日本の植物が生える前にその土地を瞬間に占領してしまう。
 その荒れ果てた土地に先住の植物があつたとしても、根の先から DME という毒（酵素）を出して、周囲の植物を枯らしながら群落を広げていく。一つの株が 3 年もたてば十数平方メートルの土地を占領してしまう。
 セイタカアワダチソウは、植物の中では最も進化したキク科に属し、一度にたくさん種子を作り、それを風とい

う運び屋を使って四方八方にばらまいていく。風で運ばれる種子は、かなり遠い所の荒れ地にもたどりつき、そこで新しい芽を吹き、数年のうちに大きな群落となる。
 このような帰化植物は、そのほとんどが薬にも食用にもならず、中には公害雑草として忌み嫌われているものが多い。
 ところが日本から太平洋を渡つてアメリカに帰化したクズは、最初は嫌われ者だったが、あちらの人はクズが牛のよい餌になることに気付き、それで養った牛を日本に売って付けて金儲けをしたのである。

「これはいかん」ということで、私たちは「セイタカアワダチソウを食う会」を作った。そして 50 センチ位に延びた鉛筆位のアワダチソウの芯を摘み、茹でて和えものやおひたしにして食べてみたが何とも味がさえない。
 あれやこれやいろいろ

ろやっているうち、最後のテンプラがよかつた。芽を 6 センチ位に切り揃え、上の 2 ～ 3 枚を残して葉を落とす。これを 2 ～ 3 本合わせ、衣を付けて揚げた。残した葉がエビの尻尾を連想させて大受けとなった。

また、このセイタカアワダチソウの花から美味しい蜂蜜がとれる。その茎を編んで作った葦簀よしざは日除けになる。

（文・写真 / 滝 一郎）



セイタカアワダチソウの群落