



さいと

10
2016 Vol.594
October



おじいちゃん



おばあちゃん



いつもありがとう



長生きしてね



▲ 9月10日 杉安保育所 祖父母参観

特集

- 地元高校の魅力
- 保健指導 あなたの血圧は大丈夫ですか
- 市職員の給与・人事行政などを公表します

相談・その他

消費生活無料相談 (要予約)

日時 10月4日(火) 13時～16時
 ※次回は11月1日(火)
 ※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 ☎43-1589

行政相談

日時 10月13日(木) 10時～12時
 会場 市役所南庁舎1階
 問い合わせ 生活環境課 ☎43-1589

無料人権相談

日時 10月18日(火) 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 ☎43-1204

無料法律相談 (要予約)

日時 10月18日(火) 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 ☎43-4613

休日納税相談

日時 10月23日(日) 9時～16時
 会場 市役所税務課
 問い合わせ 税務課 ☎43-1061

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 生活環境課 ☎43-3485
 西都地区交通安全協会 ☎43-0294

母子手帳交付

日時 毎週火曜 13時～13時30分
 会場 保健センター1階
 問い合わせ 健康管理課 ☎43-1146

県内一斉消毒の日

期日 10月20日(木) ※毎月20日
 問い合わせ 農政課 ☎43-0382

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 11月1日(火) 9時～
 会場 コミュニティセンター3階
 該当者 昭和21年10月2日～11月1日
 生まれの国民健康保険の方、昭和16年
 11月1日～11月30日生まれの方
 ※該当者には文書を郵送します。
 問い合わせ 健康管理課 ☎43-0378

イベント

フェニックスリーグ (プロ野球ファーム秋季教育リーグ)

日時 10/3(月)～24日(月)
 会場 西都原運動公園野球場
 内容 本市では15試合が開催。観戦無料。試合日程などの詳細はお知らせをご覧ください。
 【問い合わせ】 スポーツ振興課 ☎43-3478

さいとぶちマルシェ de フリーマーケット

日時 10/23(日) 10時～15時
 会場 あいそめ広場
 内容 今回は食とフリマのぶちマルシェ
 【問い合わせ】 さいとマルシェ実行委員会 ☎35-4029

中尾棒踊り

日時 10/23(日) 神事10時～、奉納11時～
 ※雨天時は神事のみ実施(奉納は中止)
 会場 踊庭神社(東米良中尾地区)
 内容 市の指定無形民俗文化財
 【問い合わせ】 市東米良支所 ☎49-3031

三財へそ祭り

日時 10/23(日) 9時～15時
 会場 三財小中学校グラウンド(雨天時は同校体育館)
 内容 へそ相撲やへそ踊り、児童芸能発表、気球搭乗体験、お楽しみ抽選会、各種出店など
 【問い合わせ】 三財地域づくり協議会 ☎44-5831

さいとふるさと産業まつり 2016 こんねまつり

日時 10/30(日) 10時～16時 ※29日は出店のみ
 会場 西都原イベント広場
 内容 西都の農畜産物が大集結するイベント。物産品の販売や振る舞い、お楽しみせんぐまきなど
 【問い合わせ】 さいとふるさと産業まつり実行委員会(農政課) ☎43-0382

宮崎県高等学校駅伝競走大会

開催日 10/30(日)
 スタート時間 女子:10時20分 男子:12時30分
 スタート・ゴール地点 市役所正面玄関前
 ※当日はコース周辺の交通規制が行われます。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。
 【問い合わせ】 スポーツ振興課 ☎43-3478

西都市教育文化祭

日時 11/11(金)～13日(日) 9時～17時
 会場 市民会館
 内容 市内小中学生の作品展(図画・書写など)
 【問い合わせ】 教育政策課 ☎43-3438

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月4日(火)～9日(日) 無名会三人展延岡
 10月11日(火)～16日(日) 婦人の家秋まつり
 10月18日(火)～23日(日) 浜砂保子かぐら展
 10月25日(火)～30日(日) 海老原能成 写真展

さいと カレンダー

イ イベント 相 相談 他 その他 選挙 選挙投票日

| | | | | |
|----|----|---|----|---|
| 10 | 1 | 土 | イ | 伊東マンショ肖像画展示(県立美術館)16日まで ※関連情報はP20へ |
| | 2 | 日 | | |
| | 3 | 月 | イ | フェニックスリーグ(～24日まで) |
| | 4 | 火 | 相 | 消費生活無料相談 |
| | 5 | 水 | | |
| | 6 | 木 | | |
| | 7 | 金 | | |
| | 8 | 土 | | |
| | 9 | 日 | | |
| | 10 | 月 | | 体育の日 |
| | 11 | 火 | イ | 働く婦人の家秋まつり 作品展示(～16日まで) ※詳細はP20へ |
| | 12 | 水 | | |
| | 13 | 木 | 相 | 行政相談 |
| | 14 | 金 | | |
| | 15 | 土 | イ | 働く婦人の家秋まつり 舞台発表、西都市総合文化祭美術展(～23日まで) ※詳細はP20へ |
| | 16 | 日 | 選挙 | 宮崎県議会 西都市・西米良村選出議員補欠選挙 投票日 (問い合わせ) 西都市選挙管理委員会 ☎43-3418 |
| | 17 | 月 | | |
| | 18 | 火 | 相 | 無料人権相談 相 無料法律相談 |
| | 19 | 水 | | |
| | 20 | 木 | 他 | 県内一斉消毒の日 |
| | 21 | 金 | | |
| | 22 | 土 | | |
| | 23 | 日 | イ | さいとぶちマルシェ de フリーマーケット、三財へそ祭り、中尾棒踊り 相 休日納税相談 |
| | 24 | 月 | | |
| | 25 | 火 | | |
| | 26 | 水 | | |
| | 27 | 木 | | |
| | 28 | 金 | | |
| | 29 | 土 | | |
| | 30 | 日 | イ | さいとふるさと産業まつり2016 こんねまつり 宮崎県高等学校駅伝競走大会 |
| | 31 | 月 | | |
| 11 | 1 | 火 | 相 | 消費生活無料相談 他 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 |
| | 2 | 水 | | |

市税などの納期のお知らせ
納付期限=10月31日(月)
 ●市・県民税(3期) ●国民健康保険税(4期)
 ◆介護保険料(4期)
 ◇後期高齢者医療保険料(4期)
 ※口座振替・コンビニ払いも利用できます。
 納期内の納入をお願いします。
問い合わせ ●税務課 ☎32-1001
 ◆健康管理課 介護保険係 ☎43-3024
 ◇健康管理課 高齢者医療係 ☎43-0378

CONTENTS

目次

- 2 さいとカレンダー
- 4 特集：地元高校の魅力
- 10 特集：保健指導 - 高血圧予防
- 12 特集：職員の給与・人事行政
- 14 さいとの話題
- 20 暮らしの情報
- 23 市長のやっちょるや通信
- 24 滝一郎のひとつせ

今月の表紙

杉安保育所の『祖父母参観』。敬老の日を前に行われ、園児と祖父母が、一緒にお遊戯やゲームなどで楽しみました。また園児から祖父母へ「いつもありがとう」の言葉とともに手作りのプレゼントが贈られました。

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 |
|----|----|---|------------|--------------------|
| 10 | 2 | 日 | すぎお医院 | 胃腸科・内科 41-1177 |
| | 9 | 日 | とめもり小児科 | 小児科 43-5884 |
| 10 | 月 | | 佐藤クリニック | 泌尿器科・内科 43-5309 |
| | 16 | 日 | のぐち眼科クリニック | 眼科 42-0039 |
| | 23 | 日 | 大塚皮膚科医院 | 皮膚科 43-5234 |
| | 30 | 日 | 宇和田胃腸内科 | 胃腸科・内科 42-0111 |
| 11 | 3 | 木 | 児玉内科クリニック | 内科 43-1777 |
| | 6 | 日 | 鶴田病院 | 外科・内科 42-3711 |

三納小学校 4年
 長友 咲弥さん
 今月の題字



特集 地元高校の魅力

平成30年度に妻高校・西都商業高校の2校を統合した新高校が開校します。両校にとって最後の入学者を迎える平成29年度。その対象となる中学3年生や保護者、そして市内にある高校を見守る市民の方全員へ、地元高校の魅力を知っていただくため、2校の取り組みを紹介いたします。

高校統合決定までの状況

全国的に、少子化が進み生徒数が年々減少する中、高校の統廃合や学科の廃止などが増えています。

西都市も例外ではなく、市内にある妻高等学校(以下「妻高」と西都商業高等学校(以下「西都商」)2校への入学者は、学科によって一部定員割れがあるものの、ほぼ横ばいの状態でした。しかし、将来は少子化の影響により大幅に生徒数の減少が予測され、2校で7クラス(妻高4クラス、西都商3クラス)という現状の維持も難しくなると考えられました。

そのような現状や予測、そして『宮崎県立高等学校教育整備計画』の策定を受け、西都市県立高等学校活性化研究協議会(橋田和実会長)において検討を重ねた結果、平成27(2015)年9月に県知事、県議会議長、県教育長に対し、『妻高校、西都商業高

校の統合を求める要望書』を提出しました。

そして同年11月、県教育委員会が妻高と西都商を統合した新高校を開校することを発表しました。

魅力あふれる2校の取り組み

2校では自校の生徒を増やすため、より専門性の高い学科に特色のあるカリキュラムを用意するなどの取り組みを以前から行っており、ともに魅力と活力のある学校になっています。

そして進学や就職などの実績はもちろん、部活動などにおいても全国で活躍する生徒を多く輩出しています。

また2校は国際交流などを目的に、台湾の高校(妻高は壽山高級中学、西都商は鶯歌高級工商職業学校)と姉妹校協定を締結しています。今年度も台湾より姉妹校2校が来市し、野球を通して交流を図りました。

学校運営をサポートする

PTAや卒業生会

2校ともPTAや卒業生会による学校支援の活動が積極的に進められています。

西都商保護者と教職員の会(PTA)は、文化祭での屋台村運営やおやじの会による学校サポートの活動が認められ『PTA連合会会長表彰(団体)』を受賞しました(詳細は15ページに掲載)。また妻高の聖陵会(卒業生会)では、市内の高校に遠方から通学する生徒たちを支援するため、スクールバスを運営しています。

県や高校、市の取り組み

県教育委員会や高校では、入学した生徒たちが在学中、学習や部活動などの学校生活で支障が出ないような取り組みを行っています。

また市でも、2校への進学や就学に対する支援に取り組んでいます。

平成29年度の入学生は

2校にとって最後の卒業生

平成29年4月に入学する高校1年生(現在の中学3年生)は、両校にとって最後の入学生、そして卒業生です。多くの先輩たちが築いた長い歴史の『有終の美』を飾る生徒の皆さんの活躍を期待しています。

地域の宝を守るため

ご協力をお願いします

地元高校は地域教育のシンボルの1つであり、宝でもあります。その宝を守るため、魅力ある高校づくりに向け、市内外から入学者の確保などを地域全体で考えることが必要です。

『西都にある学校の魅力や素晴らしさを伝える』その視点に立ち、妻高と西都商、そして開校を待つ新高校に対して、市民の皆さんのさらなるご支援をお願いします。

高校統合および新高校

妻高・西都商の入学試験など

■妻高と西都商の入学試験は、平成29年度入学者(現在の中学3年生)に対して実施するものが最後。両校は平成30年度は2年生と3年生のみ、平成31年度は3年生のみとなります(左表参照)。

新高校についての決定事項

■平成30年4月に、2校を統合した新高校が開校します(現在の中学2年生から対象となります)。
 ■新高校は妻高の敷地を活用します。
 ■新高校の学級数は1学年7学級、学科構成は普通科系4学級(うち1学級は普通科系専門コース)、商業系2学級、福祉系1学級となります。
 ■最終的な募集学科名、募集定員については、平成29年7月までに発表される予定です。

| 入学年度 | 妻高 | 新高校 | 西都商 |
|---|-------------------|-------------------|-------------------|
| 平成29年度 <small>※現在の 中学3年生が 入学する年度</small> | 3年生 2年生 1年生 | | 3年生 2年生 1年生 |
| 平成30年度 <small>※現在の 中学2年生が 入学する年度</small> | 3年生 2年生 | 1年生 | 3年生 2年生 |
| 平成31年度 <small>※現在の 中学1年生が 入学する年度</small> | 3年生 | 2年生 1年生 | 3年生 |
| 平成32年度 <small>※現在の 小学6年生が 入学する年度</small> | | 3年生 2年生 1年生 | |

生徒・保護者および高校への支援

市では、市内の県立高校がこれまで以上に魅力と活力のある学校となるよう、さまざまな支援を行っています。

【生徒・保護者への支援】

1. 西都市県立高等学校就学費用等助成金

平成28年度以降に市内高校へ入学する生徒の保護者に対し、経済的負担を軽減するための助成金(生徒1人あたり1万円 ※入学時に1回限り)

■検定料等助成金

介護福祉士検定、簿記能力検定、ビジネス文書検定、日本漢字能力検定、実用英語技能検定、情報処理検定、その他進学に係わる模擬試験など、生徒が受験する検定試験料の助成金

■部活動後援費助成金

部活動の遠征や各種大会の参加、備品購入など部活動を運営する際の助成金

2. 西都地区生徒寮助成金

西都商において管理されている「県立高等学校西都地区生徒寮」に入寮する生徒の保護者に対する助成金(毎月1万円を上限)

【高校への支援】

1. 西都市県立高等学校民間講師等招へい事業補助金

両校における学力向上やキャリア教育推進のため、民間講師などを招へいして講演会や課外授業などを実施する場合の補助金

2. 西都市県立高等学校スクールバス運行事業補助金

スクールバス運行に係る経費に対する補助金



▲県立高等学校西都地区生徒寮

学習風景



キャリア教育「さいと学」



職場体験



授業風景(3年)

普通科



高齢者施設での実習



校内実習



授業風景(専門科目)

福祉科

メッセージ ～関係者の方から～

PTA 会長
にしやま たくお
西山 卓男さん



今年も、部活動で全国大会・九州大会出場が相次ぎました。保護者や学校関係者はもちろんですが、このことをとても喜び応援してくださいるのが聖陵会の先輩方です。妻高は、新しい学校に向けて舵を切りました。子どもたちにとって、新しい魅力、そして今まで通り地域社会や先輩方にこよなく愛される学校づくりが成されることを心から望みます。

普通科 2年
なかたけ しほ
生徒会長 中武 史帆さん



妻高は今年で創立 94 周年を迎え、歴史と伝統のある高校です。「立志・友愛・創造」の3つの校訓のもと、地域に愛され信頼される高校を目指して、日々精進しています。

2年後には西都商と統合しますが、今までもこれからも、少しでも“西都”に貢献できるように妻高生一丸となり頑張ります。

かどた まこと
門田 誠 校長



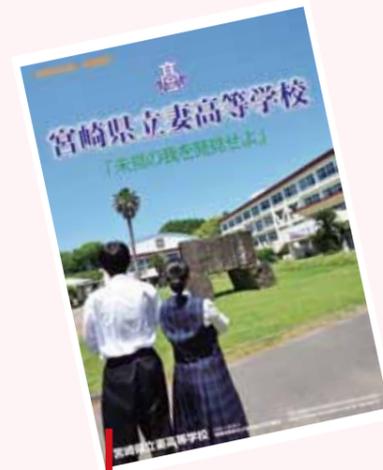
卒業生対象の調査では、「妻高入学に満足か」「友人関係に満足か」などにも9割が「満足」と答えています。皆さん、アットホームな環境の中で、一人一人を大切に、“寄り添って育てる”指導を受けながら、クラスや学年の枠を越えて、友情や絆を深め、生徒の誰もが主役となって輝ける活気あふれる学び舎“妻高”で、高校生活を謳歌しませんか。

聖陵会(卒業生会) 会長
おおつか なおずみ
大塚 直純さん



西都市には平成 28 年 2 月現在、8113 人の聖陵会員が住んでおられ、地域の発展のために活躍されています。また妻高を卒業された多くの先輩方が国内外のさまざまな分野で活躍されています。この素晴らしい先輩方の後に続き、皆さんもぜひ地元の妻高に進学され、より充実した高校生活を送り、先輩方とともに社会に雄飛し頑張らしましょう。

「立志」「友愛」「創造」の校訓のもと
地域に信頼され、地域に貢献する人材の育成を目指す



平成 29 年度学校案内
学科やコースの詳しい情報が掲載
されています



「未見の我」を発見せよ

妻高等学校

進路実現に向けた
キャリア教育

創立 94 周年の妻高には普通科と福祉科の 2 学科があり、両方の学科で、進路実現に向けた『キャリア教育』を行っています。

1 年次には『インターンシップ』や『大学・企業視察』で将来に向けての情報収集、2 年次は『バーチャル市役所』で課題研究力・自己解決力を身に付けます。3 年次には 1、2 年での経験を生かし、進路実現のための小論文・面接指導を受け、自らの進路希望を実現します。

充実した学習指導の
普通科

普通科には国立公立大学進学を目指す『SSクラス』と、私立大学から就職まで幅広い進路選択に対応する『普通クラス』があります。国立公立大学など進学希望者のために学習指導・課外の充実、少人数指導など一人一人に応じた徹底した学習指導を

行います。

また 2、3 年次に『簿記』や『情報処理』の選択科目があり、資格取得希望者には個別の指導も行い、資格取得をサポートします。

高齢者福祉に必要な
知識を学ぶ福祉科

福祉科では、高齢者福祉に必要な知識や技術を学びます。普通科目に加え、福祉科目や校内実習で介護技術を習得するとともに、各学年ごとに地域内の高齢者施設実習を行います。

平成 27 年度の介護福祉士国家試験合格率は 95% (全国平均 57・9%) でした。

80%の生徒が加入
盛んな部活動

約 80% の生徒が部活動に加入しています。弓道部や合唱部、放送部など全国大会への出場する強豪部や、女子サッカー部やボート部など近年新設された部もあり、勉強と部活動の文武両道を目指しています。

| 商業科 | | 経営情報科 | | |
|--|--------------------------------|---|--------------------------------|---------------------------------|
| ○商業に関する各分野の知識と技術を習得 ○ビジネスの諸活動に適切に対応するために必要な能力と態度を育成 | | ○経営に関する情報分野の知識と技術を習得 ○ビジネスの諸活動に適切に対応するための情報活用能力と態度を育成 | | |
| 企業 ビジネス コース | ハイブリッド ビジネス コース | 新設！ スポーツビジネス コース | IT マネジメント コース | メディア クリエイティブ コース |
| 県内就職を希望する人に向けたコース | 簿記または販売に関する高度な知識を学ぶコース | スポーツを取り巻くビジネスの研究と専門教科体育と部活動を連携させ、競技力向上を目指すコース ※競技には限りがあります | 高度な情報技術を学習するコース | ITを活用したデザインやマルチメディアを総合的に学ぶコース |
| 特徴的な科目 | | | | |
| ●現場実習 ●ビジネス経済 ●経済活動と法 ●ビジネス実務 | ●マーケティング ●広告と販売促進 ●財務会計 | ●スポーツ概論 ●スポーツII(球技) ●専攻実技 | ●プログラミング ●ビジネス情報管理 ●財務会計 | ●電子商取引 ●広告と販売促進 ●ビジネス情報 |

『自律・創造・飛翔』の校訓の精神に則る
西都・児湯地区唯一の商業高校



3K
関心 感動 感謝

3つの重点教育
「確かな学力」の育成
「豊かな心」の育成
「健やかな体」の育成

メッセージ ～関係者の方から～

PTA 会長
安藤 勇樹 さん



私も西都商の卒業生で、現在、高校3年生の息子が在学しています。PTAが行う『あいさつ運動』では、生徒から元気なあいさつが返ってくるなど、学校全体が素晴らしい雰囲気だということを感じます。生徒たちは学校活動全てに一生懸命取り組んでいるので、私たちPTAも、生徒たちの成長に繋がるような環境づくりに貢献していきます。

小田 史郎 校長



本校は、いよいよ平成29年度の入学者選抜検査をもって、最後の入試となります。来年度、本校への入学を考えている生徒の皆さんが、本校創立57年の歴史の締め括りを担当することになります。ぜひ本校の歴史と校風、西都商業高校魂を引き継ぎ、その感動を味わってみませんか。全校生徒と職員一同、皆さんの入学を心より待っています！

経営情報科 2年
生徒会長 立川 将喜 さん



私の抱負は、西都商を明るく、より良くするために、生徒一人一人がしっかりとしたあいさつができるようにしていくことです。

これから生徒会役員一丸となって、学校を盛り上げ、円滑な行事の企画および運営が行えるよう精一杯頑張りたいと思います。

中学生の皆さん、一緒に西都商業で学んでみませんか。

一ツ瀬会 (卒業生会) 会長
赤塚 博 さん



高校生活の3年間は己の可能性(道)を探すチャンスです。在学中に取得できる資格は、企業の即戦力として、どんな職種についても生きてきます。生徒同士の友情や情熱あふれる先生方のご指導、職場体験や地域住民との触れ合いなど、人生を有意義なものにするヒントがたくさんあるので、西都商へ入学してくれることを心から願っています。

～次代のビジネス教育の創造～

西都商業高等学校

**地域に根ざす
ビジネス教育**

西都商は西都・児湯地域で唯一の商業高校として、地域に根ざすビジネス教育を展開しています。

ビジネス教育とは、全ての産業分野で関連し合うビジネスを理解し、運営するために必要な知識・技術・倫理観を学習し、経営に関する能力を育成することです。

**専門性を深める
多様なコース**

西都商には『商業科』と『経営情報科』の2学科があり、商業科には『企業ビジネスコース』と『ハイブリッドビジネスコース』、経営情報科には『ITマネジメントコース』と『メディアクリエイティブコース』の専門コースがあります。また平成29年度から2学科併設の『スポーツビジネスコース』が設置されます。

1年次は1クラス40人の中に商業科・経営情報科が混在するミックスクラスで編成さ

進路指導と資格取得

西都商を卒業して就職、または大学・専門学校などに進学後に就職など、生徒の希望に沿った進路指導を行います。また、将来どのような進路を選んでも、ビジネス分野で活躍できるようにいろいろな資格を取得します。

キャリア教育の充実

商業に関する専門の学びに加え、デュアルシステム(体験実学)として、1年次は福祉体験・実習、2年次は店舗などでの職場実習、3年次は生産から販売まで行う6次産業化実習に取り組み、社会的・職業的に自立する力を育みます。

れ、これにより、学科の枠を超えた幅広い人間関係の醸成を図ります。

2、3年次は学科ごとにクラスが編成されます。また、商業の専門性を深めるためにコース制が導入され、卒業後の進路に合わせてコースを選択することが出来ます。

家庭血圧を測ろう

日本高血圧学会のガイドラインでは、健診時の血圧測定値よりも、**家庭で測定した血圧の測定値を優先**することとしています。この機会に、家庭で正しく血圧を測定し、ご自分の血圧を確認してみましょう。

血圧計の選び方

手首ではなく、上腕部分にカフ※を巻き付けて測定する機種を選びましょう。
※カフ…血圧計で腕に巻くバンドのこと

いつ測定するの？

● 1日2回 (朝・夜)

朝は…

起床後1時間以内(トイレを済ませた後、朝食や服薬を行う前)に測定する。

夜は…

寝る直前に測定する。ただし、入浴や飲酒の直後は避けること。

正しく測定するには

● **いすに座って1~2分経ってから測定する**

座ったばかりだと、血圧が安定していないことがある。測定時には、腕の力を抜いてリラックスすることも大切。

● **カフは心臓と同じ高さで測定する**

カフが心臓より低い位置だと、数値が低く出るなど、正確な値が出ないことも。

● **薄手のシャツ1枚なら着たままでもよい**

カフは素肌に直接巻き付けた方がよいが、薄手のシャツ1枚くらいなら着たまま測定しても良い。

家庭血圧の基準値は？

| 正常血圧の基準値 | | |
|----------|---------------|--------------|
| 家庭で | 収縮期 125 未満 | 拡張期 80 未満 |
| 高血圧の診断基準 | | |
| 病院で | 収縮期 140 以上 | 拡張期 90 以上 |
| 家庭で | 135 以上 | 85 以上 |
| 降圧治療の対象 | | |

※ただし、糖尿病や腎障害がある場合は、厳格な降圧目標が決められ、この基準は使いません。

測定値は記録して、主治医に見てもらいましょう。高血圧が続く、または過剰な降圧が見られる場合、主治医が降圧剤の種類を変えたり、増量(減量)したりするための大切な判断材料となります。

血圧を下げると、心電図所見や腎臓の数値も改善します

| 男性 B さんのケース | 50 歳代 | 60 歳代 | 60 歳代 | |
|-------------|------------|-------|-------|------|
| 血圧 | 収縮期血圧 | 180 | 134 | 132 |
| | 拡張期血圧 | 120 | 76 | 72 |
| 降圧薬治療 | 未治療 | 治療 | 治療 | |
| | BMI (体格指数) | 30 | 31 | 27 |
| | 体重 (kg) | 75 | 77 | 67 |
| 心臓 | 心電図検査 | 左室肥大 | 異常なし | 異常なし |
| | 血清クレアチニン | 1.2 | 1.16 | 0.92 |
| 腎臓 | eGFR | 50 | 51 | 63 |
| | 蛋白尿 | ++ | - | - |

左の B さんのように、50 歳代では高血圧であったものの未治療であり、心臓や腎臓に負担がかかって異常値(赤文字)が出ています。

しかし、継続して降圧剤を内服し始めると、徐々に血圧が下がり、それに伴って心電図の所見も「異常なし」と変化し、腎臓の数値も改善(青文字)していることがわかります。

私たちがあなたの健康づくりをサポートします

特定健診を受けて、ご自分の身体の状態をチェックしたら、保健指導を利用しましょう。担当地区の指導員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、これからの健康づくりについて一緒に考えていきます。

妻北



上米良・川村

妻南



一安・三好

穂北



緒方(由)・杉尾・緒方(ひ)

三納



花房・図師

三財



緒方(ひ)・壹岐(吏)

都於郡



吉岐(佳)・松ヶ野・図師

東米良



長尾

保健指導を利用して、高血圧を予防しましょう

あなたの血圧は

大丈夫ですか？



日本における高血圧の最大の原因は、塩分の取りすぎですが、若年・中年の男性では、肥満が原因の高血圧も増えています。また、飲酒・運動不足も高血圧の原因となります。高血圧は喫煙と並んで、最大の生活習慣病リスクの要因です。

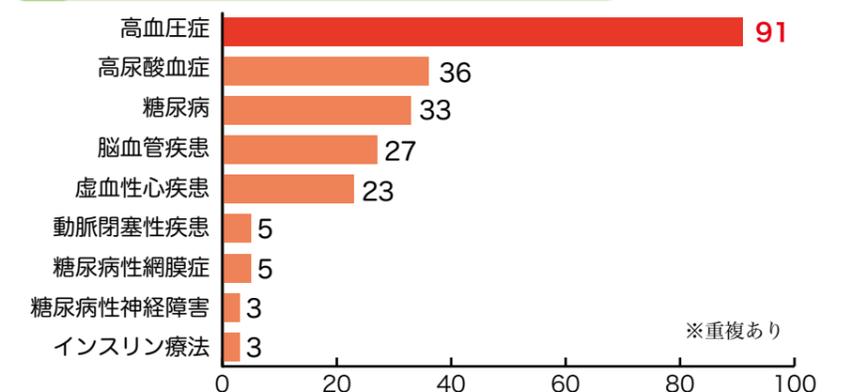
しかし、高血圧は「沈黙の殺人者」と言われるぐらい自覚症状がなく、脳卒中や心筋梗塞・心不全・腎不全など命に関わるような心臓・腎臓・血管の障害が起きて初めて、症状が出るケースが多いです。高血圧かどうかを知るためには、健診などの血圧測定が必要か、家庭での血圧測定が要

図1 西都市における高血圧と他の疾患の重なり

| 全体 | 脳血管疾患 | 虚血性心疾患 | 糖尿病性腎症 |
|----------|----------------|----------------|----------------|
| 3,955 人 | 464 人 11.7% | 306 人 7.7% | 88 人 2.2% |
| 基礎疾患の重なり | 高血圧 | 237 人 76.9% | 53 人 60.2% |
| | 糖尿病 | 183 人 39.4% | 88 人 100.0% |
| | 脂質異常症 | 248 人 53.4% | 46 人 52.3% |

資料：国保データベース(平成27年5月診療分)

図2 西都市における人工透析の基礎疾患内訳(人)



高血圧と人工透析の関係

西都市における人工透析者数は、96人になります(※)。基礎疾患の内訳については右の図2のとおり、人工透析者のほとんどの方が高血圧症を基礎疾患とすることがわかります。

右の図1のとおり、本市の脳血管疾患(脳梗塞・脳出血など)、虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞など)、糖尿病性腎症の基礎疾患の重なりを見ると、糖尿病性腎症以外、高血圧の割合が約8割を占めていることがわかります。

8 市職員の定員状況(各年4月1日現在)

| 部 門 | 区 分 | 26年 | 27年 | 28年 | | | 職員数 | 主な増減の理由または定員適正化の手法 |
|-------------------|-------|-----|-----|-----|----|-----|-----------------------|-----------------------------------|
| | | | | 増 | 減 | 差引 | | |
| 一般行政 部 門 | 議 会 | 5 | 5 | | | 0 | 5 | |
| | 総務企画 | 69 | 67 | 3 | 2 | 1 | 68 | (増)行政関係業務の充実など (減)企画政策業務の効率化など |
| | 税 務 | 26 | 26 | | 1 | △1 | 25 | (減)収納業務の効率化 |
| | 民 生 | 49 | 48 | 2 | | 2 | 50 | (増)子育て支援及び障がい者支援業務の充実 |
| | 衛 生 | 17 | 18 | 1 | | 1 | 19 | (増)地域医療支援体制の充実 |
| | 農 林 | | | | | | | |
| | 水産 | 36 | 37 | 1 | 1 | 0 | 37 | (増)農畜産業務の充実 (減)林務業務の効率化 |
| | 商 工 | 15 | 14 | | 2 | △2 | 12 | (減)商工振興業務などの効率化 |
| | 土 木 | 35 | 33 | | 2 | △2 | 31 | (減)道路保全業務などの効率化 |
| 小 計 | 252 | 248 | 7 | 8 | △1 | 247 | | |
| 特別行政 部 門 | 教 育 | 39 | 38 | | 2 | △2 | 36 | (減)市史編さん事業の終了 |
| | 消 防 | 45 | 45 | 1 | | 1 | 46 | (増)消防業務の充実 |
| | 小 計 | 84 | 83 | 1 | 2 | △1 | 82 | |
| 公営企業 等 会計部門 | 水 道 | 10 | 10 | 1 | | 1 | 11 | (増)水道工務業務の充実 |
| | 下 水 道 | 6 | 7 | | 2 | △2 | 5 | (減)下水道業務の効率化 |
| | そ の 他 | 25 | 26 | 2 | | 2 | 28 | (増)介護保険業務の充実 |
| | 小 計 | 41 | 43 | 3 | 2 | 1 | 44 | |
| 合 計 | 377 | 374 | 11 | 12 | △1 | 373 | 定員管理上の職員数(26年は教育長を含む) | |

9 職員の任免に関する状況

(1)職員採用(平成27年度実施)

| 試 験 区 分 | 職 種 | 受験者数 | 採用者数 |
|-----------------|-----|------|------|
| 一般事務1(大卒程度) | 事務 | 58 | 8 |
| 一般事務2(高卒程度) | 事務 | 28 | 1 |
| 一般事務3(身体障がい者対象) | 事務 | 3 | 0 |
| 消 防 | 消防 | 12 | 1 |
| 合 計 | | 101 | 10 |

(2)職員の退職状況

| 区 分 | 定年 | 定年前 早期 | 普通 | 合計 |
|-----------|----|-----------|----|----|
| 一般 行政職 | 9 | 3 | 1 | 13 |
| 税務職 | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 福祉職 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 消防職 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 企業職 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 合 計 | 10 | 3 | 1 | 14 |

10 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 | 8:30~17:15 | ※保育所や消防職員などについては、左記の勤務時間とは異なります。 |
| 休憩時間 | 12:00~13:00 | |

11 職員の休業の状況(平成27年度)

| | |
|---------|---|
| 育児休業 | 5 |
| 育児部分休業等 | 2 |

12 職員のサービスの状況

平成27年度は、公益法人などへの派遣及び営利企業への従事許可の実績はありませんでした。

13 職員の分限及び懲戒処分の状況

平成27年度の分限処分は病気休職1人。懲戒処分はありませんでした。

14 職員の福祉及び利益の保護の状況

西都市職員互助会により、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実施し、職員の福祉の向上を図っています。

また、平成27年度中、職員から公平委員会へ処分に関する申し立てなどはありませんでした。

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2つの視点から、人事評価を行っています。評価結果は、昇任・昇格や配置転換などの任用管理、人材育成などの基礎資料として活用しています。

15 職員の研修の状況について

| 研 修 区 分 | 延べ参加人数 | |
|--------------|--------------|-----|
| 派遣研修 | | |
| 宮崎県市町村振興協会 | 125 | |
| 市町村職員中央研修所 | 6 | |
| 全国市町村国際文化研修所 | 3 | |
| 庁内研修 | 職員を対象とした庁内研修 | 540 |

17 職員の退職管理の状況 平成27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以下のとおりです。

| 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 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 2 |

1 人件費の状況(平成27年度普通会計決算)

| | |
|----------------------|--------------|
| 住民基本台帳人口(H28.3.31現在) | 31,307人 |
| 歳出額(A) | 17,404,451千円 |
| 実質収支 | 554,062千円 |
| 人件費(B) | 3,001,860千円 |
| 人件費率(B/A) | 17.2% |

(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・副市長及び市議会議員など)に支給される給与・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。一般会計、市営住宅特別会計など。

2 職員給与費の状況(平成28年度普通会計当初予算)

| | |
|-----------------|-------------|
| 職員数(A)(H28.4.1) | 332人 |
| 給 料 | 1,268,991千円 |
| 職員手当 | 184,724千円 |
| 期末・勤労手当 | 484,481千円 |
| 計(B) | 1,938,196千円 |
| 1人当たり給与費(B/A) | 5,838千円 |

(注)職員手当は人件費から共済費、退職手当、特別職及び教育長の給料・報酬などを除いたものです。

3 職員の平均給料及び平均年齢の状況

| 区 分 | 平 均 給料月額 | 平 均 年 齢 |
|-------|-------------|------------|
| 一般行政職 | 316,097円 | 42.6歳 |
| 技能労務職 | 372,911円 | 52.8歳 |

4 職員の初任給の状況

| 区 分 | 西都市 | | 国 | |
|-----------|-----|----------|----------|----------------------|
| | 初任給 | 採用2年目経過日 | | |
| 一般 行政職 | 大学卒 | 176,700円 | 188,600円 | 西都市は 国と同じ 基準です |
| | 高校卒 | 144,600円 | 153,000円 | |

5 市職員の級別職員数の状況(平成28年4月1日現在)

| 区 分 | 1級 | 2級 | 3級 | 4級 | 5級 | 6級 | 計 |
|----------|------------|------------|--------------|------------|-------|------|--------|
| 標準的な職務内容 | 主事補 技師補 | 主 事 技 師 | 主任主事 主任技師 | 係 長 主 査 | 課長補佐 | 課 長 | |
| 職 員 数 | 18人 | 43人 | 115人 | 108人 | 64人 | 25人 | 373人 |
| 構 成 比 | 4.8% | 11.5% | 30.8% | 29.0% | 17.2% | 6.7% | 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)期末勤労手当・退職手当(平成28年4月1日現在)

| 区 分 | 西都市 | | 国 | |
|------------------|------------------------|----------|----------------------|------------|
| | 期末手当 | 勤労手当 | | |
| 期末勤労手当 | 6月期 | 1.225月分 | 0.80月分 | |
| | 12月期 | 1.375月分 | 0.80月分 | |
| | 計 | 2.60月分 | 1.60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 国と同じ 基準です | |
| | 勤続20年 | 20.445月分 | | 25.55625月分 |
| | 勤続25年 | 29.145月分 | | 34.5825月分 |
| | 勤続35年 | 41.325月分 | | 49.59月分 |
| | 最高限度額 | 49.59月分 | | 49.59月分 |
| その他の 加算措置 | 定年前早期退職特別措置 2~45%加算 | | | |

(2)特殊勤務手当(平成27年度普通会計決算)

| | |
|-------------------|---------|
| 職員全体に占める手当支給職員の割合 | 13.9% |
| 支給対象職員1人当たり平均支給額 | 72,285円 |
| 手当の種類(手当数) | 7 |

(3)時間外勤務手当(平成27年度普通会計決算)

| | |
|--------------|----------|
| 支給総額 | 68,946千円 |
| 職員1人当たり平均支給額 | 208千円 |

(4)その他の手当(平成28年4月1日現在)

| 区 分 | 西都市 | | 国 |
|----------|--|---------|----------------------|
| | 月額 | 期 末 手 当 | |
| 扶養 手当 | 配偶者 | 13,000円 | 西都市は 国と同じ 基準です |
| | 配偶者以外の扶養親族 | 6,500円 | |
| | 配偶者なしの扶養者1人目のみ 満16歳の年度初めから満22歳 の年度末までの子1人につき | 11,000円 | |
| 住居 手当 | 借家・借間で月額23,000円以下 を支払っている職員(最高) | 5,000円 | 西都市は 国と同じ 基準です |
| | 23,000円以上の場合(最高) | 11,000円 | |
| 通勤 手当 | 交通機関利用者 最高支給限度額 | 27,000円 | 西都市は 国と同じ 基準です |
| | 交通用具利用(2km以上) 月額2,000円~31,600円 | 55,000円 | |

7 特別職の報酬などの状況(平成28年4月1日現在)

| 区 分 | 月 額 | 期 末 手 当 |
|-----|-----|---------------|
| 給料 | 市 長 | 672,000円 |
| | 副市長 | 603,000円 |
| 報酬 | 議 長 | 6月期...1.50月分 |
| | 副議長 | 12月期...1.65月分 |
| | 議 員 | 計...3.15月分 |

市職員の給与(給料および諸手当)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、臨時職員などについては含まれておりません。

人事行政などを公表します

市職員の給与・人事行政などを公表します

わが家のアイドル (未就学児)・紙面で紹介してほしい市民 (小学生以上) の情報・表紙の題字 (さいと) は随時募集中です。市総合政策課 さいとアピール係まで TEL 32-1011 メール: koho@saito-city.jp

さいと の 話わだい題

西都市内であった出来事や市政の動き、活躍する市民の方や学生の声などを紹介します。

市政 しせい レポート

毎年交流事業を行っています。この事業は、関係市町の中学生が集まり、少年使節の偉大な功績や各市町の歴史・文化を学ぶことなどを目的に実施されています。

今年(8月16日～18日)に波佐見町で開催され、5市1町から計62人(本市からは15人)の生徒が参加。少年使節にゆかりのある土地や建物の見学を行いながら、関係市町の中学生同士が交流を深めました。



総務課 行政係 ☎ 43-1112

マンシヨゆかりの地で中学生たちが交流

『天正遣欧少年使節』にゆかりのある本市と長崎県西海市・大村市・雲仙市・南島原市・波佐見町では、

西都商 PTA 表敬訪問



保護者たちの活動が評価され PTA 連合会会長表彰を受賞

9月8日、西都商の小田史郎校長と安藤勇樹PTA会長が市役所を訪れ、同校の保護者と教職員の間が『平成28年度全国高等学校PTA連合会会長表彰(団体)』を受賞したことを市長に報告しました。この賞は全国の高校PTAの中で、特に活発に行動し、その実績が認められたPTAに贈られるもので、県内では同校を含む2校が受賞。同校は文化祭での屋台村運営などの活動が評価されました。

「ババ池」で水泳交流会



妻高水泳部のOBなどが昔を懐かしみババ池で泳ぐ

8月28日、妻高校の校舍北側にある『ババ池』で『水泳交流会』が開催されました。これは同校が閉校する前に、昔泳いだ『ババ池』でもう一度泳ぎたいという同校水泳部OB・OGたちの要望で企画されたもの。この日は現役部員やOB・OGなど約100人が参加しました。特別に手すりやロープなどが設置され、卒業生たちは昔を懐かしみながら、現役部員らと一緒に思い出の池で泳ぎました。

インタビュー



西都古墳まつり実行委員会 実行委員長 妻 井下 恭輔さん (33歳)

毎年、西都原で開催される『西都古墳まつり』は、今年で30周年を迎えます。今年と同まつり実行委員会実行委員長を務める井下さんは「学校の授業や古墳まつりのお陰で、古事記や神話に親しんできましたが、県外に出て、それが特別なことだったと知りました。地元では当たり前になっている古墳まつりですが、市外・県外の人たちに誇れる、すごいまつりだということを知ってもらいたいと思います」と話します。地元高校生にまつりに興味を持ってもらいたいと、宮崎大学の先生を招いて古墳まつりについての講演会も開催しました。「古墳まつりは見るだけでなく、たいまつ行列やボランティアスタッフで参加するのも楽しいですよ。ぜひ、まつりに来てください」と井下さん。今年の古墳まつり開催日は11月5日、6日です。

銀鏡神楽が全国神楽大会に出演



全国の著名な神楽とともに 岩手県で銀鏡神楽を披露

9月4日、岩手県花巻市で開催された『全国神楽大会ハヤチネ2016』に銀鏡神楽が出演しました。この大会は同市に伝わる『早池峰神楽』が国重要無形文化財に指定されて40周年となることを記念して行われたもの。全国で継承されている著名な神楽とともに米良神楽(銀鏡神楽)も招待されました。大会には同神楽保存会の10人が出演し、東北の地で銀鏡神楽を披露しました。

第17回オカリナ太鼓コンサート



オカリナと太鼓の共演に 観客が酔いしれました

9月3日、市民会館で『オカリナ太鼓コンサート』が行われました。西都オカリナキッズや市内の和太鼓グループが参加し、日ごろの練習の成果を披露しました。またゲストとして、和太鼓集団『鼓童』で活躍したレナード衛藤さん、タップダンスの浦上雄次さん、橋太鼓響座が登場。優しいオカリナの音色と力強い太鼓の音が会場に響きました。最後は出演者全員による共演も披露されました。

下水流白太鼓踊



多くの人が見守る中 勇壮な舞が披露されました

9月1日、穂北の南方神社などで『下水流白太鼓踊』が奉納されました。国選択・県指定無形民俗文化財であるこの白太鼓踊りは、五穀豊穡や火難・水難よけの祈願を込め、毎年旧暦8月1日に奉納されます。南方神社での奉納は、穂北保育園の園児や穂北中学校の生徒、近隣住民やアマチュアカメラマンなどが観覧。多くの観客が見守る中、同踊保存会が勇壮な舞を披露しました。

市政 しせい レポート

高齢者の長寿を祝い

敬老お祝い金を贈呈

本市では、高齢者の方の長寿をお祝いし、敬老の意を表するため、敬老お祝い金を贈呈しています。今年度は、年度内に喜寿(77歳・360人)、米寿(88歳・254人)を迎えられる方および100歳以上になる方42人にお祝い金をお渡ししました。

また、今年度に100歳を迎えられる方10人と、本市最高齢者となる長岡シヅ子さん(明治42年生まれ・107歳)には、橋田市長から直接、お祝い状と敬老お祝い金を手渡されました。



福祉事務所 TEL 32-1010

西都市社会福祉大会



8月27日、市文化ホールで『市社会福祉大会』が開催されました。長年に渡って民生委員・児童委員や福祉施設職員、ホームヘルパーを務めるなど、地域における社会福祉の発展に貢献した全10団体90人が表彰されました。表彰の後は、人材科学研究所代表の工藤智徳さんによる記念講演「ものさしは、笑顔です」があり、来場者は熱心に聞き入っていました。

サマーフェスタ 2016



8月21日、西都児湯クラウンセンターで『サマーフェスタ2016』が開催されました。これは西都児湯地区4R推進協議会が循環型社会の形成に向けた啓発活動の一環で毎年開催しているもの。この日はオーピングで『みやぎぎ犬』のダンスや『ごみゼロ・リサイクル促進ポスター』の表彰など、たくさんの方の催しが行われ、多くの来場者で賑わいました。

第13回穂北まつり



8月20日、穂北小学校グラウンドで『穂北まつり』が行われました。これは同まつり実行委員会が毎年開催しているもので、会場の屋台も地区の団体が運営するなど、穂北地区が丸となって実施された夏の恒例イベント。来場者は、地区の子どもたちによる太鼓演奏や白太鼓踊りの披露、お楽しみ抽選会など多彩なプログラムを大いに楽しみました。

イタリア大使館の担当官が来市



9月10日、イタリア大使館のコツラード・モルテリニ学術・文化担当官が本市を訪ねました。これはモルテリニ氏が県立美術館で開幕した伊東マンシヨの肖像画展で来県したことに合わせて実施されたもの。本市では県立西都原考古博物館や都於郡城跡などを見学し、都於郡城跡の伊東マンシヨ像の前では、像が設置された経緯などを市担当者が説明しました。

このはな館納涼祭



8月27日、西都原ガイダンスセンターこのはな館で『このはな館納涼祭』が行われました。これは市観光協会が同館の利用に感謝し、毎年開催しているもの。エイサーやライブ、バルーンアートショー、西都古墳太鼓などの催しが行われ、最後は『じゃんけん大会』が開催されました。市内外から多くの家族連れなどが訪れ、夏の終わりに開催された祭りを楽しみました。

魚のつかみ捕り大会



8月21日、三納川で『魚のつかみ捕り大会』が開催されました。これは三納地域づくり協議会が毎年開催しているもので、今年も市内外から多くの子どもたちが参加しました。三納川の一部を囲った天然のプールに、ニジマス約500匹が放流され、子どもたちは泳ぎ回るニジマスを捕まえようと悪戦苦闘。見事にニジマスを捕まえると、嬉しそうに親に見せていました。

ちいさな 美 術館



おじいちゃんちにお泊りして、プールで遊んだよ

さいとう あさひ ちゃん
石井記念ひかり保育園・6歳
作品「プール」

広告 ↑至木城町 茶臼原

↑至西都市街地 ローソン

〒881-0037 宮崎県西都市大字茶臼原1235 TEL 0983-35-3963

営業時間 11:00~18:00 定休日 無し

http://www.saitoh-bokujujo.jp

さいとふるさと産業まつり 開催日: 2016年10月30日(日)

西都古墳まつり 開催日: 2016年11月5日(土)・6日(日)

サイトーファームのお肉屋さん

あげたてあります!!

寄席牛メンチカツ さらびきの肉汁がたっぷり つまった手づくりメンチカツ!!

寄席牛コロッケ 牛肉のエキスがいっぱい! ホクホクおいしいコロッケです。

ココロ COCOLO

※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。

広告

大正二年創業の和菓子

水野屋 栗雨情

宮崎県西都市中妻1-12 TEL 0120-098-353 営業 8:00~19:00 http://www.wa-mizunoya.com/

栗蒸し羊羹 栗きんとん

秋のおとずれを感じる豊かな栗の風味をお楽しみください。

※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。

インタビュー



平成 28 年度『こども知事』に選ばれた 妻北小学校 5年 宇田津 淳太 くん

8月22日、『こども知事』として知事の仕事を一日体験した宇田津くん。初めて行った県庁では、記者会見を体験したり、県議会議長と意見交換をしたりしました。今年34人から応募があり、作文による審査を経て、宇田津くんを含めた3人が子ども知事に選ばれました。宇田津くんは作文で、学校の家庭科室を活用した『こども食堂』を作り、地域の人たちも一緒にご飯を食べようと提案。「いつも家族6人でご飯を食べているけど、友達の中には1人で食べている人もいたので、そんな食堂があったらいいなと思って提案しました。皆の前で作文を読むときは、とても緊張しました。でも、ほかの2人の子ども知事もたくさん話ができて、普段では体験できないこともできたので、選ばれて良かったです」と話してくれました。

防災情報

市では、災害時の避難情報などを防災無線やその他の方法で伝達します。もし防災無線で放送内容が聞き取れなかったときは、次の電話番号にかければ内容を確認できます。ぜひ、ご活用ください。

■ 防災行政無線放送
内容確認用電話番号 43-0487

危機管理課 TEL 43-0380

8/30 西都市赤十字奉仕団が 防災食づくり



市公民館で開催。西都市赤十字奉仕団が防災食『冷や汁の味噌玉』を作りました。

9/2 園芸振興生産者大会



県やJA・市など関係者が出席し、優良団体や生産者などへの表彰が行われました。

9/6 高齢者クラブ連合会 グラウンド・ゴルフ大会



清水台公園で開催。約200人が参加し、交流を深めながら楽しくプレーしました。

9/8 九産大サッカー部が ボランティア清掃



本市でキャンプ中の九州産業大学サッカー部が、市街地でごみ拾いをしました。

9/10 平郡十五夜踊



平郡公民館で開催。地元保存会により十五夜踊りが舞われました。

8/24 西都電気工事業 協同組合が地域貢献活動



電気工事業協同組合がボランティアで、市営住宅の電気設備点検などを行いました。

8/20 とのこおり縁むすび



都於郡地区縁むすび応援団が、かぐら酒造で婚活イベントが開催しました。

8/17 台湾中学生 表敬訪問



野球のトレーニングで、本市に滞在していた台湾の中学生が市長を訪問しました。

8/28 夕焼けマルシェ



あいそめ広場などで開催。飲食店の出店や、ステージでバンド演奏が行われました。

8/28 尾八重で森林環境学習



『狩蔵てごり』が開催。尾八重地区で、森林の環境学習や竹炭作りが行われました。

8/28 西都地区建築業協会が 地域貢献活動



建築業協会がボランティアで掲示板を製作し、市内3カ所の公民館に設置しました。

小学生の作文



都於郡小学校 3年
むらや みづき
室屋 美月 さん

題名『クロールが上手になったよ』

夏休みに入っすぐに、学校で水泳教室がありました。水泳大会にさん加する5、6年生と、水泳がにが手な人たちが集まりました。わたしは、5メートルくらいしか泳げないので、もっと泳げるようになりたくて、水泳教室にさん加しました。

はじめに、小プールでバタ足の練習をしました。先生が、「ふとももから動かさない」と言いました。言われたようにしましたが、足はのびませんでした。でも、何度も何度も練習するうちに、足がのびるようになってきました。

次に先生から、「顔がういていて、足がしずんでいるよ。顔をもっとつけて泳いで」と言われました。だから、顔をしずめて泳ぎました。少し苦しかったけど、がんばって顔を下に向けて泳ぎました。

2日目も同じ練習をしました。すると、小プールを一度も止まらずに泳ぎ切ることができました。うれしかったです。

そしていよいよ大プールで泳ぐことになりました。わたしは、少しとくようになったクロールで泳ぎました。記ろくは、10メートルをこえました。さい初の記ろくより5メートル以上のびていたので、自分でもすごいと思いました。

これからも練習して、クロールで25メートル泳げるようになります。

地域づくり協議会から

地域の情報

今月のリポーター



妻南地域づくり協議会 企画広報部長 沼口数敏さん

あなたも地域づくり協議会に加入しませんか？

企画広報部の業務は年間4回の「広報みなみ」を発行することであり...



「広報みなみ」編集会議の様子

その中で、連載している「がんばっちょる人」が好評です。取材に行くことも大変ですが、...

宮崎大学と本市との 包括的連携協定の調印



これまで本市は平成25年8月から3年間、宮崎大学農学部との間で連携協定を締結し、...

を、8月29日に締結することができました。宮崎大学からは池ノ上克学長をはじめ、...

これから3年間、この協定に基づいて農業分野に限らず、本市の活性化を図るため、幅広い分野で連携を行い、...

本市としては、教育・文化・医療・健康・福祉・産業・観光・まちづくり・自然・環境・歴史・防災・科学技術など幅広い分野で大学との恒常的な協力体制の枠組みをつくり、...



宮大との「包括的連携協定」調印式

橋田和実

力ある住みよい西都づくりを目指してまいります。宮崎大学も西都市全体をキャンパスに見立て、...

プレゼント

(提供：西都市観光協会)

プレゼント応募方法

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、下記までご応募ください。...

8月号プレゼント「このはな館より『西海市の物産品』」の当選者です。おめでとうございます。

齊藤晶子さま (調殿) 岡田豊子さま (御舟町)

『かぐらの里』さんの 商品 1,000円分相当

『かぐらの里』さんより、商品(1,000円分相当)を3人の方にプレゼントします。...



8月号・くらしの情報コーナーに掲載した読者プレゼント『木下大サーカス 奇跡のホワイトライオン 世界猛獣ショー 招待券』に、たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。...

クッキング

学校給食から おすすめレシピ

ズッキーニの オリーブオイル炒め



ズッキーニは淡色野菜ですが、一般的に緑黄色野菜に多いと言われるβ-カロテンを含むので、オリーブオイルなどの油と一緒に炒めることで栄養の吸収もよくなります。...

recipe

●材料 (4人分)

- ベーコン 40g
ズッキーニ 160g
タマネギ 160g
シメジ 50g
赤ピーマン 20g
青ピーマン 50g
オリーブオイル 5g
コンソメ 1g
塩・コショウ 適宜

●作り方

- ①ベーコン、タマネギ、赤・青ピーマンを細切りにする。
②シメジは石づきをとって小房に分ける。
③ズッキーニは半月切りにする。
④フライパンにオリーブオイルを入れ、ベーコンとタマネギを炒める。
⑤④にズッキーニ、シメジ、赤・青ピーマンを加え、火が通るまでさらに炒める。
⑥コンソメ、塩、コショウで味付けをしたらできあがり。

■人口 30,228 (-11) ■男 14,207 (-2) ■女 16,021 (-9)
■世帯数 12,164 (+6) ■転入 84 ■転出 69
■出生 17 ■死亡 43 ■高齢化率(65歳以上) 33.77%

平成28年 9月1日現在





滝一郎の

ひとつせ

第4回

尾八重一本杉

東米良にある大椎葉トンネルの国道219号線側入り口から尾八重川に沿って『ひむか神話街道』を北に約11km(車で25分)上って行くと尾八重本村がある。そこから細い山道を南東に3km行ったところに、根回り9.5m、高さ22.5mの杉の大木がある。これが西都市指定の天然記念物『尾八重一本杉』である。

樹齢は400〜450年と言われているが、これは伊東の殿様一行がこの地を通過した天正5(1577)年頃のこと、地元ではこの年数から樹齢を算出してきた。

この辺の地層は四万十層と



呼ばれる険しい山地で、馬の背のように痩せた尾根である。この厳しい自然環境の中で、ここまで成長するために、数百年の年数に耐えなければならなかった。その結果、写真で見ると枝が反り上がり、強風で栄養も下部に蓄積し異様な形となった。この独特の形は、少なく見積もっても500年はかかっているだ

ろう。
手元にある標本と写真を見ると、植林されている改良スギとは木の肌や葉が全然違う。

その樹形も大きさもそっくりの杉が屋久島にある。樹齢1000年以上のものを屋久杉(樹高20m、直径2m)と呼んでいる。

先日、尾八重神社の宮司から「一本杉は古くから湯之片神社の神木で、時代は鳥羽天皇の平安時代に遡るといふ。その歴史を刻んできた一本杉の樹齢は優に800年を超える」という話を伺った。

このことから、尾八重一本杉が400〜450年とは到底考えられない。

(文・写真／滝一郎)

編集後記

9月11日に県立美術館アートホールで「音楽でたどる『伊東マンショの肖像』」と題したレクチャーコンサートが開かれました。会場に入りきれないほどの観客が集まっていて、関心の高さがうかがえます。解説を聞くと、当時マンショの果たした大役がいかに困難なものだったのかがよく分かりました。西都の偉人・マンショの肖像画が宮崎で見られるのも10月16日まで!この機会にぜひ、県立美術館に足を運んでみてください。(さいとアピール係T)

