あなたの「はじめる」を応援するまち 西都

広　報

さいと

3

2024 Vol.683
March

審査員の皆さん、ありがとうございました！

特集

P02　テゲバジャーロ宮崎 新シーズン開幕
P04　国民健康保険の手続きについて
P06　いくつになっても西都で元気に過ごすために
裏表紙　初の西都ピカイチ認定品が決定

表紙写真　２月10日、第１回ピカッと光る西都の逸品審査会を開催しました（詳細は裏表紙）。審査会場では健康測定会（協力：明治安田生命保険相互会社）や電動キックボード体験会（協力：宮崎トヨタ自動車）なども行っていただきました。

特集 西都市はサッカーJ3・テゲバジャーロ宮崎のホームタウンです

テゲバジャーロ宮崎 新シーズン開幕

Ｊリーグ３年目の昨シーズン、Ｊ３・全20チーム中19位と悔しい結果に終わったテゲバジャーロ宮崎。クラブの更なる躍進のために、Ｊリーグ全体のトップスポンサーであり、株式会社宮交シティをグループ企業にもつ「いちご株式会社」がオーナーに就任しました。経営陣、クラブスタッフを刷新し、”新生”テゲバジャーロ宮崎として新シーズンを戦います。

こうして始まった今シーズンは、若手を中心に18人の選手が新たに加入し、選手の平均年齢は”24.7歳”！

若さあふれるチームはいったいどんな１年を見せてくれるのでしょうか。シーズンを楽しむための情報をまとめました！

試合スケジュール

※ピンク色がホーム開催

節	日程	曜	時間	対戦相手
第1節	2月25日	日	14:00	松本山雅FC
第2節	3月 2日	土	14:00	福島ユナイテッドFC
第3節	3月10日	日	13:00	ガイナーレ鳥取
第4節	3月16日	土	14:00	ツエーゲン金沢
第5節	3月20日	水	14:00	アスルクラロ沼津
第6節	3月23日	土	14:00	大宮アルディージャ
第7節	3月31日	日	14:00	いわてグルージャ盛岡
第8節	4月 6日	土	14:00	奈良クラブ
第9節	4月10日	水	19:00	FC今治
第10節	4月14日	日	15:00	FC岐阜
第11節	4月27日	土	14:00	SC相模原
第12節	5月 3日	金	14:00	カターレ富山
第13節	5月 6日	月	14:00	AC長野パルセイロ
第14節	5月18日	土	17:00	FC琉球
第15節	6月 2日	日	14:00	Y.S.C.C.横浜
第16節	6月 9日	日	19:00	ギラヴァンツ北九州
第17節	6月16日	日	13:00	ヴァンラーレ八戸
第18節	6月22日	土	19:00	カマタマーレ讃岐
第19節	6月29日	土	17:00	FC大阪
第20節	7月 6日	土	19:00	FC岐阜
第21節	7月14日	日	18:00	ギラヴァンツ北九州
第22節	7月20日	土	18:00	福島ユナイテッドFC
第23節	7月27日	土	19:00	大宮アルディージャ
第24節	8月17日	土	18:00	AC長野パルセイロ
第25節	8月24日	土	19:00	いわてグルージャ盛岡
第26節	8月31日	土	19:00	ヴァンラーレ八戸
第27節	9月 7日	土	未定	SC相模原
第28節	9月15日	日	未定	FC琉球
第29節	9月22日	日	未定	奈良クラブ
第30節	9月29日	日	未定	ガイナーレ鳥取
第31節	10月 6日	日	未定	ツエーゲン金沢
第32節	10月12日	土	未定	カターレ富山
第33節	10月20日	日	未定	カマタマーレ讃岐
第34節	10月27日	日	未定	FC大阪
第35節	11月 2日	土	未定	松本山雅FC
第36節	11月10日	日	未定	アスルクラロ沼津
第37節	11月17日	日	未定	Y.S.C.C.横浜
第38節	11月24日	日	未定	FC今治

チケット購入方法

▶『Ｊリーグチケット』のサイトから購入

①サイトにアクセスし利用登録（無料）
②観戦する試合を選択
③席種・枚数を選択
④決済方法を選択（各種決済サービスに対応）

▶『オフィシャルショップ』で購入

〒880-0902　宮崎市大淀4-6-28 宮交シティ３階
営業時間　10:00～20:00（不定休）

▶『新富町チャレンジショップ』で購入

〒889-1402　新富町三納代1765-1
営業時間　9:00～16:00（火曜定休）

▶『宮崎山形屋プレイガイド』で購入

〒880-8602　宮崎市橘通東3-4-12 本館５階
営業時間　10:00～19:00

▶『宮崎大学 書籍購買店』で購入

〒889-2155　宮崎市学園木花台1-1 330記念交流会館
営業時間　10:00～17:30（土日祝定休）

チケット料金

席種	前売券	当日券
メインスタンド	高校生以上 2,900円	高校生以上 3,200円
	中学生以下 無料	中学生以下 無料
ゴール裏	高校生以上 1,700円	高校生以上 2,000円
	中学生以下 無料	中学生以下 無料

※試合日２週間前の10時から販売開始
※ファンクラブ会員は３週間前から20%OFFで購入可能
※未就学児の膝上観戦は無料（大人1人につき未就学児1人）
※当日券はスタジアムで購入できますが、前売券が完売した場合は当日券の販売はありません。

ファンクラブへの加入はコチラから→

選手名鑑

①生年月日 ②出身地

Pick Up Game

昨年までＪ1のクラブとＪ2の上位チームの計20チームで行われていた「JリーグYBCルヴァンカップ」が、今年から規模を拡大し、Jリーグ加盟60チームがトーナメント方式で優勝を争う大会へとパワーアップします！

1回戦は下記日程での開催が決定。テゲバジャーロ宮崎はＪ2・ファジアーノ岡山と激突します。

ホームの後押しを受け、格上相手に下剋上なるか！？熱い一戦をぜひスタジアムでご覧ください。

2024JリーグYBCルヴァンカップ 1stラウンド

テゲバジャーロ宮崎 **3/6（水） 19:00～** ファジアーノ岡山

いちご宮崎新富サッカー場
（旧ユニリーバスタジアム新富）

国民健康保険の手続きについて

各種届出は必ず 14 日以内にお願いします

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。

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市外へ転出するときには、学生用の保険証（マル学保険証）を交付します。マル学保険証の交付には、手続きが必要です。修学が確認できる在学証明書または学生証を持参して、手続きを行ってください。

すでにマル学保険証を交付されている方が、学校を卒業または退学される場合は、本市国保の喪失手続きが必要です。卒業証明書などを持参して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の保険証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。必ず脱退の届出を行い、保険証をお返しください。

	こんなとき	届け出に必要なもの
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	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）、マイナンバーカード
	職場の健康保険の被扶養者から外れたとき	
	子どもが生まれたとき	母子手帳、マイナンバーカード ※出産育児一時金の申請は、健康管理課国保高齢者医療係に問い合わせください
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書、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	保険証、マイナンバーカード
	職場の健康保険に加入したとき	国保と職場の保険証、マイナンバーカード
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	
	死亡したとき	保険証、喪主の印鑑および通帳、マイナンバーカード
	生活保護を受けるようになったとき	保険証、マイナンバーカード
その他	住所や氏名が変わったとき	保険証、マイナンバーカード
	世帯主が変わったとき	
	保険証をなくした（汚損した）とき	汚損した保険証、マイナンバーカード
	妊娠（８５日以上）したとき	母子手帳、マイナンバーカード

国保の手続きには、マイナンバーが必要です

国保のすべての手続きには、マイナンバーが必要になりました。

手続きの際には、世帯主と対象となる方のマイナンバーカード、またはマイナンバーの通知カードと本人確認書類（運転免許証など）を忘れずにお持ちください。また、代理申請の場合も、委任状に加えて代理人のマイナンバーが必要です。

健康保険証とマイナンバーカードについて

マイナポータルアプリからマイナンバーカードと健康保険証をひも付けすることで、医療機関や調剤薬局で保険証の代わりとしてマイナンバーカードが利用でき※、健診情報や医療・薬剤情報もアプリから確認ができます。また国保や社会保険（社保）などの保険が変わっても、国保や社保などの窓口で異動手続きをすれば、そのまま保険証として使用できます。

なお、従来の保険証は、国により令和６年12月２日の廃止が決定されました。マイナンバーカードを取得し、保険証のひも付けをしていただきますようお願いします。

※医療機関などによってはマイナンバーカード未対応のところもありますので、利用の際は医療機関などへ直接ご確認をお願いします。

お問い合わせ

- 国保に関すること　**健康管理課 国保高齢者医療係　☎ 43-0378**
- 保険税の納付に関すること　**税務課 納税管理係　☎ 32-1001・32-1002**

人生百年時代

いくつになっても西都で元気に過ごすために

高齢の方が健康で自立した生活を送ることができるためには、通いの場などの社会参加を通して、生活機能の維持・向上を目指し「介護予防」に取り組むことが大切です。

市では介護予防事業として、百歳体操、通所型・訪問型短期集中サービス事業、地域リハビリテーション活動支援事業を行っています。

百歳体操

市では、高齢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「いきいき百歳体操」に取り組んでおり、地域住民によって市内38カ所で開催されています。あなたも百歳体操に参加してみませんか？

どんなことをするの？

週に1回、公民館などに集まり、みんなでDVDを見ながら30分程度の簡単な体操を行います。

体操後は、茶話会や認知症予防レクリエーション、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。

百歳体操の効果は？

1. 筋力やバランス力、柔軟性、歩行能力が向上します
2. 体操の場所が通いの場（居場所）になります
3. 地区の方とのふれあい、交流の場になります
4. 地区の中での助け合い活動につながります

一度体験してみたいときは？

市の保健センターで実施している百歳体操は、どの地区の方でも参加できます。希望される方は地域包括ケア推進係までご連絡ください。

その他の開催地区は、市ホームページからご覧ください▶

自分の地区でも百歳体操を始めたい場合は？

市職員が地区を訪問し、説明会を行っています。健康管理課 地域包括ケア推進係までお気軽にお問合せください。

また、開催に伴い、市では次のような支援を定期的に行っています。

- 理学療法士による運動支援
- 歯科医師・歯科衛生士による口腔機能向上に関する講話や指導
- 保健師・管理栄養士による生活習慣病予防・フレイル予防に関する講話

百歳体操を新たに始めるときに必要なものは？

テレビ、DVDプレーヤー、背もたれ付きイス、血圧計などの物品と、運営にご協力いただける協力員（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。

令和5年度は新たに4地区がスタートしました！（令和6年1月末現在）

問い合わせ

市役所健康管理課 地域包括ケア推進係 ☎32-1028
北地区地域包括支援センター（妻北・穂北・東米良地区） ☎32-9595
南地区地域包括支援センター（妻南・三納・都於郡・三財地区） ☎41-0511

通所型・訪問型短期集中サービス事業

短期集中サービスには、運動機能の向上が必要な方に対し、介護事業所や病院で、理学療法士などの専門職による運動支援を行う通所型と、低栄養改善や生活習慣病重症化予防が必要な方に対し、管理栄養士が自宅を訪問して栄養改善支援を行う訪問型の2種類があります。

対象者は無料で受けられます。ご希望の方は、地域包括支援センター担当者またはケアマネジャーへお申し込みください。

1 通所型短期集中サービス事業（運動支援）

対象者	65歳以上の要支援1・2の方、総合事業対象者
実施期間・回数	週1～2回、1回あたり2時間（上限24回の運動プログラムを3～6カ月間に実施）
サービス内容	●筋力や持久性を向上する運動 ●自宅でも継続して行える体操の紹介 ●外出や買い物など、生活行為に関わる練習　など

2 訪問型短期集中サービス事業（栄養改善支援）

対象者	65歳以上の要支援1・2の方、総合事業対象者
実施期間・回数	月1回、1回あたり60分のサービスを3カ月間に実施
サービス内容	●適切な食事量の確認と助言 ●栄養バランスのよい食事にするための助言 ●電子レンジなどを活用した簡単料理の紹介

地域リハビリテーション活動支援事業

地域リハビリテーション活動支援事業は、リハビリテーション専門職が介護事業所や通いの場、自宅などを訪問し、自立支援に向けた助言・指導などを行います。

ご希望の場合は地域包括支援センター担当者またはケアマネジャーへお申し込みください。

対象者	65歳以上の高齢者やその家族、介護職員など（介護サービス事業所に従事する者を含む）
実施期間	月１回、１回あたり２時間以内。※同一年度内に２回まで
サービス内容	●リハビリテーション事業（理学療法士などの専門職派遣）…介護予防に関する技術的指導または助言 ●栄養改善支援事業（管理栄養士派遣）…栄養改善のための指導または助言

高齢者向けの簡単レシピ集を作成しました！

年齢を重ね高齢になると、包丁や火を使うのが怖くなったり、台所に長時間立っているのが困難になったりします。

そんな方のために、包丁や火を使わずに電子レンジでできるレシピを市の栄養士が考案しました。おいしく減塩を取り入れていただけるレシピにもなっていますので、日々の食事や健康維持にぜひご活用ください。

レシピ集は、市ホームページからダウンロードできます。詳細は健康管理課 地域包括ケア推進係までお問い合わせください。

ホームページはこちらからご覧ください▶

輝ラリ！西都っ子

妻中ロボコンクラブが審査員特別賞を獲得

1月19日、妻中学校ロボコンクラブが「第23回創造アイデアロボットコンテスト全国中学生大会」への出場を橋田市長へ報告しました。県大会で優勝、九州大会でも大活躍したロボットの操作を市長の前で行い、市長からは「西都市の名前を全国に広めてほしい」と激励を受けました。

なお、同クラブは1月20日に東京都で開催された全国大会で見事ベスト16入りを果たし、審査員特別賞も受賞しました。

表彰

JA西都ピーマン部会減農薬ピーマングループが宮日農業技術賞を受賞

第66回宮崎日日新聞農業技術賞の贈呈式が1月19日に宮日会館で行われ、JA西都ピーマン部会減農薬ピーマングループの澤田真史（さわだまさちか）会長らが式に参加しました。

同グループは減農薬への関心の高まりから結成され、化学農薬に頼らない「天敵農薬」を導入。生産過程の安全性や環境保全などで県の基準を満たしていることを示す「ひなたＧＡＰ」をグループで取得するなど20年余りの活動が評価され、今回の受賞となりました。

防災士研修会 1/20

南海トラフ巨大地震などに対する知識を深めました

市内全ての防災士を対象に、防災士研修会を開催しました。京都大学防災研究所宮崎観測所の山下裕亮（やましたゆうすけ）助教が「地震のメカニズムと南海トラフ巨大地震について」というテーマで講義を行いました。また、ＮＰＯ法人宮崎県防災士ネットワーク西都支部長の筌瀬明美（うけせあけみ）氏による防災士ネットワークの活動報告があり、参加者は熱心に受講し、時折、質問などを行って知識を深めました。

女性農業者勉強会 1/15

女性農業者と南九州大の学生が農業の未来について勉強しました

宮崎県の女性農業者グループ「Ｈｉｎａｔａあぐりんぬ」が未来の農業についての勉強会を開催。南九州大学の農業女子プロジェクト（愛称：ふぁむぽっと）の生徒も参加して、昨年10月から始まったインボイス制度や、政府が掲げるデジタル田園都市国家構想、ＡＩを使ったデータ分析など農業ＤＸ化に向けた本市での取り組みを学びました。参加者は農業におけるＤＸの必要性を再認識しました。

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

市政レポート

今年もプロスポーツチームのキャンプシーズンが到来！

2/5～29
東京ヤクルトスワローズ（ファーム）

東京ヤクルトスワローズ（ファーム）が西都原運動公園で春季キャンプを行いました。キャンプ前日の２月４日には、いっちゃが広場前で歓迎セレモニーを行いました。

1/28～2/3
サッカーＪ３ FC岐阜

１月28日から７日間、サッカーＪ３のFC岐阜が清水台総合公園多目的広場で春季キャンプを行うにあたり、同施設で歓迎セレモニーを開催しました。

スポーツ振興課 ☎43-3478

キャリアみらいゼミ 2/2

市内の中学１年生が集まり、働く意義を学びました

夢の実現に向けさまざまな職種の専門家から学ぶ「キャリアみらいゼミ」が妻中体育館などで開催。市内６校の中学１年生約２５０人が参加しました。これは本市教育委員会が主催したもので、将来を考え、夢の実現へ工夫を始める機会づくりを目的としています。市内20団体・企業の関係者がブースを設け、働くことのやりがいなどを伝えました。生徒はメモを取るなどして熱心に聞いていました。

西都原エンデューロ３時間耐久 1/21

日向神話ゆかりの地を自転車で快走しました

西都原古墳群の公道を特設コースとした自転車レース「第10回西都原エンデューロ３時間耐久」が開催されました。この大会は地域活性化を目的に、公道を完全に封鎖して行う全国的に見ても珍しい大会です。県内外から２３４人の自転車愛好家が出場しました。ソロとチーム（２、３人）の２部門で、３・８キロの周辺コースを３時間で何周走れるかを競い、白熱したレースが展開されました。

西都市妻に2024年7月 開設
「住み慣れた地域であなたらしく暮らす」を支援します
地域密着型ユニット型施設
社会福祉法人つばさ福祉会
特別養護老人ホーム妻の杜

※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。

ふるさとの遺跡再発見 関連講座 2/4

本市から出土した遺物で ふるさとの歴史を学びました

県埋蔵文化財センター主催の移動展示会「ふるさとの遺跡再発見」が1月27日から市歴史民俗資料館で開催されました。本展示会では西都・児湯地域で発掘された出土品444点のほか、市教育委員会より日向国府跡出土の日本最初の流通貨幣「和同開珎（わどうかいちん）」も展示。この日は関連講座として資料館でギャラリートーク（展示解説）、市中央公民館で石器レプリカ作製などの体験が行われました。

ハラール食肉処理施設が完成 2/5

県内初のハラール食肉処理施設が 本市岡富に完成

SEミート宮崎（有田米増（ありたよねぞう）社長）のハラール食肉処理施設が完成し、竣工式が行われました。この施設ではイスラム教徒が食べられるよう、戒律にのっとった方法で牛の食肉処理を行うことができます。施設稼働後に数カ月かけてハラール認証機関から承認を受け、早ければ年内にも輸出を始める計画としており、インドネシアやサウジアラビアなどのイスラム圏や台湾などに輸出する予定です。

西都市社会福祉大会 2/10

支え合える社会の実現に向けて 考える機会となりました

第7回西都市社会福祉大会が市民会館で4年ぶりに開催され、約340人が参加しました。第1部では、多年にわたり社会福祉活動に貢献された民生委員児童委員や高齢者クラブに西都市長表彰、西都市社会福祉協議会の運営や活動に貢献された個人や団体に西都市社会福祉協議会会長表彰が行われました。第2部では、「アルケミスト」の講演とコンサートがあり、会場は大いに盛り上がりました。

小学生の作文

妻北小学校 6年
池田春（いけだはる） さん

題名 『中学生に向けて』

３学期の初日、書き初めをしました。私の今年のほう負は「純」です。何事にも純粋で素直な心を持ち、かざらないありのままの自分を愛され、頼りになる存在になりたいという思いをこめました。

なぜかというと、元旦に引いたおみくじに「雑念が多い」と書いてあったからです。思い返すと、昨年は勉強中に他のことに集中してしまい、宿題が終わらなかったり、やることがたくさんあるのに、テレビを見て後で後悔したりしたからです。

１月に持久走がありました。目標は、ペースを落とさず、最後まで走ることだけに集中することでした。ぬかされても、差が開いてもあきらめずに一心不乱に走ろうと決心しました。私はスタートからずっと１位の人に付いていって、ラスト１周でペースを上げ、全身の力をふりしぼって走りました。練習の時とはちがって、「きつい」とか「もう無理」など、余計な言葉が頭にうかばず、走ることだけに集中できました。

今年は中学生になるから、たくさんの行事や変化があります。何事にも純粋な心を持ってチャレンジしていきたいです。

ちいさな美術館

くろぎ いつき さん（4歳）
作品『初めてのマーチング』
認定こども園 あさひ幼稚園

寄贈（きぞう） DONATE

「くるまの祭典 in 西都原」実行委員会が寄付金を贈呈しました

１月29日、「くるまの祭典 in 西都原」の実行委員 日髙芳孝（ひだかよしたか）代表らが市長を訪問し、１月14日に初開催した同祭典で集まった募金９万807円を本市へ寄付しました。日髙代表は、「この寄付を福祉関係に役立ててほしい」と語りました。

１月14日に開催された祭典の様子

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ことを目指しています!!
見積り無料 どこでもかけつけます!
TEL:0986-77-9092
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（アヴァンティ）
〒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。

西都市地域づくり講演会 2/10

魅力ある郷土づくりに向けた取り組みが評価されました

市文化ホールで「西都市地域づくり講演会」が開催されました。講演会に先立ち、令和5年度手づくり郷土賞（大賞部門）国土交通大臣認定証伝達式が行われ、妻北地域づくり協議会・映画みちのみちのり製作委員会・本市が認定証を受け取りました。その後、市内各協議会の活動紹介や虎彦株式会社の上田耕市代表取締役社長による講演が行われ、講師の軽快な話術で会場は大いに盛り上がりました。

市政レポート NTT 西日本宮崎支店と連携協定締結

２月８日、本市はＮＴＴ西日本宮崎支店と「デジタル田園都市の推進」に関する連携協定を締結しました。本協定は、「行政のデジタル化」「だれひとり取り残さないためのひとづくりの推進」「社会のデジタル化」を基本理念としています。人口減少やSDGｓ推進の必要性など、さまざまな地域課題に対し、ICT（情報通信技術）を活用した先進技術を用いて、「西都市みんなではじめるデジタル変革」をコンセプトに解決策を検討していきます。

総合政策課 ☎ 32-1000

市政レポート 本市の DX の推進と技術向上を目指し、新たに DX アドバイザーを委嘱

ケビン・ケントレルさん

小出 泰久さん

１月 29 日、本市はデジタルの視点を取り入れた政策で地域課題解決を目指す、デジタルトランスフォーメーション（DX）推進のアドバイザーとして、大阪教育大学客員教授の小出泰久（こいでやすひさ）さんと、スマート農業支援システムの開発を手がける電気通信事業者「クロップウォッチ」創業者のケビン・ケントレルさん（本市在住）のお二人を新たに委嘱しました。

市内小中学校の校長を対象とした DX 研修会を開催

委嘱式の後には、小出さんを講師として市内小中学校長向けの DX 研修会を実施しました。研修会では、教育部門におけるＤＸについて全国的な動向や国の方針、学校現場における教員の皆さんの意識改革の重要性などについてお話いただきました。

参加者からも本市の教育 DX に関する現状を踏まえた質問が出るなど、積極的な意見交換が行われました。

総合政策課 ☎ 32-1000

地域の情報 三財地区

三財地域づくり協議会 ☎ 44-5831

三財地域づくり協議会
おもいやりクリーン事業
実行委員長
宮田 明大（みやたあきひろ）さん

三財地域づくり協議会のおもいやりクリーン事業では、一人暮らしの高齢者や施設などに花の配布活動を行っています。

今年度は11月29日に小中学校の全児童生徒で花の植え付けを実施。1月26日に区長・民生児童委員・当運営委員の協力を得て、中学1年生が対象者宅にお花を届けました。

中学生が「寒さが続きますが、お体に気を付けてお過ごしください」と声掛けをすると、一人暮らしの高齢者の方は喜ばれ「ありがとう。大事に育てるね」など中学生との会話を楽しんでいました。

当協議会では、地域の方の力を借りながら、今後もいろいろな事業に取り組んでいこうと思います。

花の配布活動

区長・民生児童委員の皆さんと協力

市長コラム vol.33

西都ブランド認証による地域経済の活性化

２月 10 日（土）、市役所隣の平田街区公園で『第１回ピカッと光る西都の逸品審査会』が開催されました。本市には優れた商品やおいしい農畜産物・加工品がたくさんあります。しかしながら、それらの良いものが埋もれていて、世の中に知られていないものも少なくありません。それらを本市の地域ブランドとして認証し、全国に発信することによって、消費拡大や販売促進につなげなければなりません。そのことが地域経済の活性化に寄与することになると思います。

そこで昨年４月に市役所若手職員 12 人でプロジェクトチームを結成し、約１年間を通して何度も協議・検討を進めてきました。その中で、他地域ではあまりなされていない「市民による審査」を行ってみてはどうかということになり、今回、市民審査員 100 人と特別審査員 10 人による審査が、「第１回ピカッと光る西都の逸品審査会」というイベントとして開催されました。イベント運営に当たっては、市職員約 30 人が参加、さらに企業の皆さんには電動キックボード試乗体験や健康測定コーナーを設けていただき、事業者の皆さんには販売ブースやキッチンカーも出店していただきました。

今回の審査の結果、出品された逸品 13 品のすべてが西都市公認の「西都ピカイチ」商品として認証されました。誠におめでとうございます。また、審査員の皆さんから、今回出品された商品について、たくさんのアドバイスをいただきましたので、各々の逸品のさらなる磨き上げにつながると思います。

今後は、農産物や加工品はもとより、工芸品や飲食店の看板メニューなどについても「西都ピカイチ認証品」が生まれることを目指します。最後に、皆さまのご協力とご支援に感謝するとともに、このプロジェクトが末永く推進されることを期待します。

※今回の認証品など、詳細は裏表紙をご覧ください。

橋田 和実

今月の手話

「 菜の花 」

①

①片手で人差し指と中指を下に向ける（指文字のナ）。

②

②すぼめた指をゆっくり開く（花が咲く様子）。

「 マラソン 」

腕を振り、走っているようなしぐさをする。

（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
竹川（たけかわ） 智之（ともゆき） さん

いつも活動にご協力いただき、ありがとうございます。今回は昨年12月に実施した2023WBC（ワールド・ベースボール・クラシック）で侍JAPANのオフィシャルトレーナーを務めた河瀬智昭（かわせともあき）氏によるトレーニング講座を紹介します。

12月23日は妻高校野球部、24日は市内5中学校を河瀬氏に指導していただきました。まず座学で、試合で実力を発揮させるための心身両面での準備やコンディションの整え方、丈夫で強い体の作り方などを大谷選手ら日本代表選手の実例も交えながら紹介していただきました。

グラウンドでは、動作の意味を考えることの大切さを助言しながら体幹トレーニングなどを指導していただき、選手達は一つ一つの動きを確認しながら真剣に取り組んでいました。

今回の企画でケガ・故障が少なくなり、妻高校の甲子園初出場や選手達の成長、そして西都市のさらなる活性化に繋がればうれしい限りです。

最後になりますが、私はこの度、新たな道に進むことになりました。在職中、皆さまには大変お世話になり、心から感謝いたします。西都市地域おこし協力隊での貴重な経験を今後の人生に活かしてまいります。本当にありがとうございました。

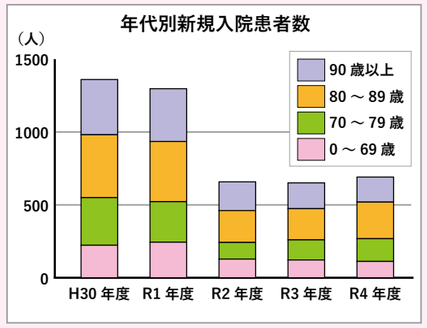
西都児湯医療センター情報

西都児湯医療センター　☎ 42-1113

診療体制や近況などについて

理事長兼院長 長田（ながた） 直人（なおと）

当センターの常勤医であった脳神経外科医と内科医が不在となり、現在は整形外科医2人と麻酔科医である私で患者さんを診ています。令和2年度以降、年間新規入院患者が平成30年度の1300人から一気に半減しています。



コロナ感染患者については、現在も継続して受け入れています。今後も本市や近隣の医療施設と連携し、医療機関としての責務を果たしていきます。

利用者のニーズに対応するため、令和5年12月から夜間急病センターの診療時間を1時間繰り上げ、午後6時～10時に変更しています。

令和6年4月には循環器内科の常勤医師1人が着任し、内科疾患全般を診療する予定です。さらに、放射線科の非常勤医師1人を健康診断の医療業務に加え、健診のシステムを見直していきます。

脳神経外科疾患に対応できなくなり早4年が経ちましたが、患者さんにとって安全で安心できる医療を提供するため、新たな医師の確保に努めていきます。

病院の建物も築43年が経過し、老朽化が進んでいます。同センターの目標である救急患者の入院治療の充実と、災害に対応できる地域災害拠点病院としての役割を果たしていくためには、医師を確保し経営を安定させた上で新病院の建設が必要です。

人の動き

令和6年2月1日現在

■人口　27,348（－57）　■男　12,936（－23）　■女　14,412（－34）　■世帯数　11,820（－23）
■転入　53　■転出　62　■出生　7　■死亡　55　■高齢化率（65歳以上）　38.78%

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5日（火）　13～16時
※次回は4月2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

行政相談所（無料）
日時　3月14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

男性介護者カフェ　※要予約
期日　3月15日（金）13時30分～15時30分
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

人権・なやみごと相談所（無料）
日時　3月19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19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

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（水）※毎月20日
問い合わせ　農林課　☎32-1004

出張年金相談　※要予約
日時　3月21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

休日納税相談
日時　3月24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28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

今月の題字

三財小学校
3年 江藤（えとう） 潤（じゅん） さん

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
3	3	日	鶴田病院	整形外科・外科・内科 ☎42-3711
	10	日	いわみ小児科医院	小児科 ☎42-1500
	17	日	久保循環器内科医院	内科・循環器内科 ☎32-0373
	20	水	大塚病院	整形外科・形成外科 ☎43-0016
	24	日	佐藤クリニック	泌尿器科・内科 ☎43-5309
	31	日	宇和田胃腸内科	胃腸科・内科 ☎42-0111
4	7	日	上山整形外科クリニック	整形外科 ☎41-0808

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

3／ 5(火)～10(日)　第4回みやざき総合美術展入賞作品
3／12(火)～17(日)　洋裁クラブ「糸音」作品展
3／19(火)～24(日)　アクリル画「ローズ」作品展
3／26(火)～31(日)　三好 啓司　写真展

新着おすすめ本

市立図書館　☎ 43-0584

3月の休館日▶ 4日、11日、18日、25日

『内臓脂肪の名医が教える 痩せるお酒の飲み方』
栗原毅・栗原丈徳／著　日本文芸社

お酒を飲んでも太らず、勝手に痩せていく方法がある！？　お酒を「良薬」とするためのお酒の選び方や飲む量、飲む時間、おつまみの選び方を解説。ちょっとした心がけで、お酒を楽しみながらも脂肪肝を改善し、痩せることができる方法が満載です。

『日本手話へのパスポート』
小野広祐・岡典栄／著　小学館

ろう者の言語である「日本手話」の基礎表現や文法、ろうの文化など、手話を学ぶ上で知っておきたい基礎知識をやさしく解説します。３人のろう学校の子どもたちが、会話と写真で楽しく手話について紹介。手話動画を何度でも見られる二次元コードが付いています。

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♪

ピカッと光る西都の逸品
「西都ピカイチ」
初の認定品 13 品が誕生しました

２月 10 日、平田街区公園で西都市公認の逸品を認定する「第１回ピカッと光る西都の逸品審査会」を開催しました。これは、市役所の若手職員によるプロジェクトチームが企画した認証制度で、審査会は初の開催です。

認定の可否は、有識者など特別審査員 10 人と、事前に登録した市民審査員 100 人による試食審査で決定します。審査員は審査票に記載された審査基準に基づき、商品の説明書をじっくり読みながら採点していました。審査は５段階評価で行い、全体平均で３（可）以上の評価を獲得すれば合格となります。今回の審査では、13 品が合格しました。

「**西都ピカイチ**」に認定された商品は、市外・県外での PR 事業やふるさと納税事業で、市が積極的に売り出していきます。

特別審査員は大型商業施設のバイヤーやメディア、金融関係者など 10 人。

株式会社ヤクルト球団代表取締役会長 CEO 兼オーナー代行の衣笠剛氏や株式会社テゲバジャーロ宮崎代表取締役会長の石原実氏も審査してくださいました。

試食の調理

出品者ＰＲタイム

110 人分の試食

ＭＲＴテレビ（生中継）では、１３品すべてを紹介していただきました➡

大急ぎで集計

第１回ピカッと光る西都の逸品 審査会 合格商品一覧

審査日：令和６年２月 10 日

※①～⑬の数字は審査順です。

	事業者名	商品名
①	株式会社九州シモン本舗	まんしょシモン芋せんべい
②	本部うなぎ屋	うなぎ蒲焼
③	株式会社サイトーファーム	宮崎和牛 齋藤牛 メンチカツ
④	有限会社水野屋	くろラム（黒どらラムレーズン）
⑤	株式会社ＥＮＮ	国産えごま茶
⑥	Food Bar OaSiS	南国赤いカレー
⑦	N-ami farm 株式会社	ピーマンキムチ
⑧	うなぎの入船	うなぎのおにぎり
⑨	（有）有田牧畜産業	有田牛黒毛和牛餃子
⑩	もりのふうアイス	ジェラート パプリカーナ
⑪	株式会社かぐらの里	PREMIUM ゆずはっち
⑫	株式会社オー・エヌフーズ	妻地鶏炭火焼
⑬	鮎のよしの	鮎の塩焼きギフト

【問い合わせ】総合政策課　☎ 35-3866

広報さいと
2024.March No.683

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／株式会社イマイ印刷　Tel.0983-43-5103

西都市公式 Facebook
西都市公式 Instagram
西都市公式 X（旧 Twitter）