

広報

くしま

お知らせ版/Information

No.897
毎月2回1日・15日発行
October 2011

お知らせ

納期と口座振替日のお知らせ

10月31日は、

口座振替ご利用の皆さんへ

固定資産税(3期)

市県民税(3期)

国民健康保険税(5期)

介護保険料(4期)

後期高齢者医療保険料(4期)

の口座振替日です。

残高の確認をお願いします。

●問い合わせ先Ⅱ税務課 ☎内線 215・216

結核検診

2次検診を実施

65歳以上の方は、法律で年1回の結核検診が義務づけられています。6月～7月までの間、検診を実施しましたが、未受診の方を対象に10月に2次検診を行います。

対象者には受診票、日程表を送付していますので、都合の良い場所・日時で必ず受診してください。

すでに病院や職場などで受診された方は、お手数ですが忘れずにご連絡ください。

第3回6次産業に向けた意見交換会について

●問い合わせ先Ⅱ福祉保健課 健康増進係 ☎72-0333

本市の6次産業化の意見交換会を6月28日・7月26日に開催いたしましたところ、多数の個人および団体、起業家の参加をいただき、多数の意見を賜りました。

つきましては、第3回目の意見交換会を次のとおり開催いたしますので、市民の皆さまの参加をご案内いたします。

●日時 10月25日午後7時

●場所 Ⅱ市役所3階大会議室

●問い合わせ先Ⅱ農政企画課 ☎内線 429

串間市の精神保健福祉に関するお知らせ

～困難を乗り越えて育もう

人と人とのつながりを

10月24日(月)～30日(日)

は、第59回精神保健福祉普及運動週間です。

市の精神保健福祉活動

市では、精神障害者の方やそのご家族、ここに悩みを抱えていらっしゃる方々などについて、さまざまな相談を受け付けたり、地域を訪れ

てお話を聞かせていただいたりしております。

また、精神科に通院する際、

医療費の自己負担が軽減される自立支援医療制度や、精神

障害者保健福祉手帳交付につ

いてのご相談も受け付けてお

ります。遠慮なくお問い合わせ

してください。

精神障害者家族会

「串間市よつば会」

精神障害者の家族が集ま

り、月1回の定例会を実施し

て悩みを打ち明けたり、情報

交換や学習を行っています。

会員を随時募っています。お

気軽にご連絡ください。

●問い合わせ先Ⅱ自立支援係 ☎72-0333 (内線 510)

地域生活支援センター

Wing (ウイング)

2005年10月にオープン

しましたWingは、障害者

の方やそのご家族から生活や

就労などに関するさまざまな

相談を受け、解決のお手伝い

をしています。そのほか、地

域の方々もお気軽に立ち寄る

ことのできる交流スペース・

憩いの場となっています。

今後センター利用者を主

体としたプログラムや、利用

者と地域の方々の交流を図ることを積極的に展開していきたいと考えています。お困りごとやご相談などがありましたら、お気軽に声をおかけください。

また、自殺に関するの対面

相談および電話相談も実施し

ています。多重債務や病苦、

人間関係などが主な自殺の原

因として考えられています。

だれにも悩みを打ち明けられ

ずに1人で苦しんでいませんか。まず誰かに話してみませ

んか。個人の秘密は守られま

す。まずはご相談ください。

●問い合わせ先Ⅱ地域生活支

援センターWing ☎71-1578、72-4252 (午前

8時～午後5時年中無休)

募 集

都井岬ガイド

育成講座(第2期生)

都井岬で観光ガイドの勉強をしてみませんか。

都井岬を訪れる観光客の皆

さまに、郷土の魅力を伝える

ガイド人の育成を目指します。

●対象Ⅱ都井岬ガイドに興味のある方で、心身ともに健

康な方。

●定員 20人程度

●講座内容 都井岬ガイドの技術、心得、救命救急の講習など。

●第1回講座 11月6日(日)

午前10時～午後4時

*昼食は弁当持参か、またはレストランをご利用ください。

●会場 岬の駅 都井岬

●申込・問い合わせ先 観光スポーツランド推進係(担当:秋田) ☎内線269

第13回串間市民ゴルフコンペ

●期日 11月6日(日)

*午前8時半スタート

●場所 日南串間ゴルフコース

●募集人員 100人

●対象 ①市内在住者 ②市内勤務者 ③串間市出身者

●参加費 1、500円

●プレー料金 串間友の会、500円、ビクター7、500円(弁当・1ドリンク)

●申込方法 申込書を日南串間ゴルフコースへ直接またはFAXにて(電話不可)。

●申込期限 10月31日(月)

●申込・問い合わせ先 日南串間ゴルフコース ☎71-3

000、FAX71-3111

平成23年度木造住宅耐震診断希望者の方へ

市では、木造住宅の地震に対する安全性の向上を図るため、耐震診断士が行う耐震診断費用の一部を補助します。

耐震診断とは、県に登録された木造住宅耐震診断士が現地調査し、地盤・基礎、建物の形、壁の配置・割合などの構造的見地から建物を診断します。地震に対する建物の安全性が気になっている方、リフォームを検討されている方は、建物の現状を知ることができます。この機会にぜひ、ご活用ください。

●補助対象 所有者が串間市在住で、昭和56年5月31日以前に建築された串間市に存する木造住宅(特殊な工法は除く)。

●補助額 通常の診断費用60,000円程度に対し、10分の9を補助。ただし、54,000円が上限です。交付決定後に契約したものに限りです。

●募集戸数 2戸を予定。先着順ですので、予定戸数になり次第、締め切ります。

●問い合わせ先 都市建設課 建築住宅係 ☎内線414・415

こどもホタルレンジャー活動レポート募集

環境省では、ホタルの保護活動などに取り組んでいる団体などの活動レポートを募集しています。今年度はホタルだけでなく、水生生物など水辺に生息する生き物の保護・観察に関する活動も対象となります。ホタル保護以外にも、次のいずれかのテーマのご応募もお待ちしています。

【地球の水環境調べ・テーマ】

- ① 水の行方をたどってみよう
 - ② 水中の生き物を調べてみよう
 - ③ 水の流れやきれいさを調べてみよう
 - ④ 水辺の文化や伝統にふれてみよう
 - ⑤ 水とわたしたちのくらしのつながりを考えよう
- 応募締切 平成24年1月10日(火) *必着
- その他 募集要項、応募レポート用紙については、ホタルレンジャーホームページ (<http://www.env.go.jp/water/hotaranger.html>) 参照のこと。

◎休日在宅医

月日	医療機関	診療科	電話
11月3日	本城診療所	内科	75-1234
11月6日	岡村クリニック	整形外科	72-7710
11月13日	のだ小児科医院	小児・アレルギー科	71-1112
11月20日	みつとめ眼科	眼科	72-7000
11月23日	中島医院	内科・小児科	72-5202
11月27日	とめのクリニック	内科・小児科	76-1425

※休日在宅医は変更になる場合があります。受診する前に医療機関もしくはテレフォンサービス(☎23-9999)にて必ずご確認ください。

◎日曜給油店

月日	給油店名
11月6日	谷口本町店・井手産商串間店・坂元本城店・富山都井店
11月13日	片平本町店・井上大東店・坂元本城店・井手都井店
11月20日	坂元串間店・井上仲町店・津曲北方店・坂元本城店・富山都井店
11月27日	酒井串間店・三協西小路店・井手産商串間店・坂元本城店・井手都井店

すみれちゃん
中畑 純鈴 (平成23年1月29日生)

スクスクのびのび



初めての子育てなので戸惑うことばかりです。でもそれ以上にたくさんの楽しみがあり、毎日、笑顔があふれています。お父さんは純鈴の笑顔を見るため、毎日「いないいないばあ」をしてくれます。純鈴には人を思いやれる優しい子に育ってほしいです。

中畑竜太・優子さんの長女
(福島地区・泉町)

イベント

吉松邸落語会

重要文化財の邸宅で至高の落語を楽しみませんか。

三遊亭一門の落語家、三遊亭好太郎による落語会を開催します。昼席、夜席ともに60席限定(全席自由)です。チケットは早めにお求めください。
*市民発! にぎわい創出事業の助成を受けています。

●**応募・問い合わせ先** (財)水と緑の惑星保全機構「こどもホタルenjya事務所」 ☎03-5468-8405

●**日時** 11月3日(木・祝)
●**市民健康ウォーク**
●**問い合わせ先** 実行委員会 ☎080-4723-8050

無料相談

*8時半〜正午(雨天中止)
●**集合場所** 地域生活支援センター Wing
●**コース** Wing 発着(約8・8km)
●**参加料** 1人200円(保険料を含む)
*当日、ご持参ください。
●**申込期限** 10月26日(水)
●**その他** ゴール後、食生活改善推進員さんより、軽食の振る舞いあり。ほか、お楽しみ抽選会もあります。
●**申込・問い合わせ先** 教育委員会事務局生涯いきいき係 ☎内線379

①人権相談 11月14日(月) 午前10時〜午後3時・市役所1階B会議室
②行政相談 11月21日(月) 午前10時〜午後3時・市役所1階B会議室
③年金相談 11月10日(木) 午前10時〜午後2時40分・市役所3階大会議室
*事前に都城年金事務所へ予約(1カ月前から可)をお願いします。
*予約受付時間 平日午前8時半〜午後5時15分

持参するもの

事前に都城年金事務所への電話確認をお勧めします。
◇年金手帳、年金証書など
◇依頼状(本人以外の方が代理相談する場合)
*依頼状は、便せんなどに①代理人の氏名・住所・本人との関係②依頼する方(本人)の基礎年金番号・氏名・住所・生年月日③依頼する内容を記入、押印してください。
*この場合、代理の方の身分(免許証・保険証など)確認をさせていただきます。
*依頼状は市民生活課年金窓口にもあります。
◇その他
*請求内容により、必要書類が異なります。
④法律相談 11月21日(月) 午後1時〜3時(要予約)・総合保健福祉センター
⑤夜間法律相談 11月9日(水) 午後5時半〜7時半(要予約)・総合保健福祉センター会議室
●**問い合わせ先** ①総合政策課 協働推進係 ☎内線381、②市民生活課生活係 ☎内線255、③同市民係

無料・日曜相談所開設(遺言などの法律相談)

左記のとおり、法律相談所を開設します。相談料は無料です。気軽にご利用ください。
●**期日** 11月6日(日) 午前10時〜午後4時
●**場所** 日南公証役場
●**内容** 遺言、相続、高齢者などの財産管理など
●**その他** 予約制のため、平日に事前の電話予約が必要。
*受付時間は、午前8時半〜午後5時

無料相談会

社会保険労務士による街頭無料相談会を開催します。
次のような内容でお困りの方はぜひご相談ください。相談料は無料。予約も不要です。
・病気やけがで休んだときの補償は?
・就業規則の作り方がわからない。
●**問い合わせ先** 日南公証役場 ☎23-5430

お詫びと訂正

本紙10月1日号8ページ『まちの話題(ビーチバレー大会 in クシマ)』で紹介いたしました前田治郎さんのインタビューに次のとおり誤りがありました。
誤 Ⅱ「市内の居酒屋で働いています」
正 Ⅱ「市内の居酒屋チームで出場します」
お詫びして訂正いたします。
*ご本人はもとより、ご家族・ご勤務先など関係者の皆さま方に多大なご迷惑をおかけいたしましたこと、深くお詫びいたします。
以後、このようなことのないよう注意いたします。

・パートも有給がもらえる?
・ねんきん定期便の見方がわからない。
●**日時** 11月3日(木・祝)
*午前10時〜午後3時
●**場所** 串間市民秋まつり会場内
●**問い合わせ先** 社会保険労務士会 ☎0985-2018160、総合労働相談所・年金相談センター ☎0985-60-3876

じやがじやが

健康通信



岬じやが子

毎日コツコツ運動

「いつまでも元気で自立した生活を送りたい」という気持ちにはだれもが持つておられるのではないでしょう

か。しかし、体の機能は年齢と共に低下していきま

す。それを防ぐ為には、今から少しずつ筋力をつけ、病

気やけがをしてもすぐに取り返せる筋力をつける

「貯筋(ちよきん)」運動が効果的といわれています。貯筋運動は自分の体重を使

って行うので、いつでも手軽に行え、けがや事故が

少ない運動といえます。今回は下肢の貯筋運動をご紹介します。

姿勢から、かかとを地面につけた状態でつま先を左右交互に上げ下げします。

② かかと上げ運動

基本姿勢からつま先を地面につけた状態で左右交互にかかとを上げ下げします。

③ ひざ伸ばし運動

基本姿勢から足先を膝の高さまで左右交互に上げ下げします。

④ 腿上げ運動

基本姿勢から、左右交互に太腿の上げ下げを行います。初めは左右10回ずつ行

い、慣れたら少しずつ回数を増やすようにしましょう。10月1日号の広報くしまに

掲載されていた、百歳以上の高齢者の元気なお姿を目標に、毎日コツコツ「貯筋」運動に取り組んでみてはいかがでしょう。

● 問い合わせ先

Ⅱ 医療介護課 高齢者支援係 ☎ 72-0023

地球の

メッセージ



エコアクション

本年度より「エコアクションポイント事業」に宮崎県もモデル的に参画します。

事業の概要は、今年度9月～12月末までに申し込みいただいた参加者(家庭単位)に10月～12月の3カ月の電気使用量を測定して

いただきます(九州電力が毎月発行する検針票で確認)。前年度10月～12月の3カ月の電気使用量と比較して、(検針票に前年度同

月分が記載されています)削減された量に応じて「ポイント」が付与されます。

ポイントは、環境省が推進する「エコアクションポイント事業」のHPで各種商品と交換できます。

ぜひご参加ください。申し込みはこちら↓

<http://www.mc3a.org>

● 問い合わせ先

Ⅱ 市民生活課 環境保全係 ☎ 内線 254

合併浄化槽で 快適な暮らし

浄化槽とは

微生物のはたらきを利用して、し尿と生活雑排水を併せて浄化するもので性能は下水処理場と同程度です。公共下水道や農業・漁業

集落排水のように管を敷設し、処理施設に集めて処理するのではなく、各家庭に1基ずつ設置して汚水を処理

します。合併浄化槽を設置することで水まわりの環境が大幅に改善されます。さらには、川に流れこむ生活排水をきれいな水に処理する

ので、家周辺の水辺にも家庭からの汚れが流れ込みません。多くの家庭が浄化槽などにより生活排水を処理すること

で、さらなる水質の改善が期待されます。

補助金について

現在、串間市では新築・くみ取りからの改造により

浄化槽を設置する場合補助金を交付しています。予算には限りがありますので早

めのお申込みをお願いします。

詳しくは市民生活課・環境保全係までお問い合わせください。

● 対象地域 Ⅱ 公共下水道認可地域、農業・漁業集落排水事業地域、排水事業計画のある区域を除いた市内全地域

● 補助金額

人槽区分	基準額	
	新築またはくみ取りからの改造	
5人槽	332,000円	
6人槽～7人槽	414,000円	
8人槽～10人槽	548,000円	

● 浄化槽設置後の義務

Ⅱ 法定検査の受検、浄化槽の清掃、浄化槽の保守点検

● 問い合わせ先

Ⅱ 市民生活課 環境保全係 ☎ 内線 254