

夢は、南の果てにある。

太陽と海と野生動物。天然づくし、くしまし。

広報くしま

7

No.1067
毎月1日発行
July 2020

～故郷の味をあの方に～

串間のよかむん 夏の便

～国民健康保険に加入している40～74歳の皆さんへ～

特定健診を受けて生活習慣を見直してみませんか？



KUSHIMA IS MAX

全セット
送料込み!

申込締切 7月31日(金) 発送日 8月7日(金)
ご注文方法 市観光物産協会、市役所(商工観光スポーツランド推進課、各支所、商工会議所に設置してある注文書に必要事項をご記入の上、直接お持ちいただくか、FAXでお申し込みください。

申込・問い合わせ先
〒888-0001 串間市大字西方5740-1 矢野不動産ビル2階1号室
一般社団法人串間市観光物産協会
☎0987-7210479 FAX:0987-721134

グルテンフリー 美人麺 New
【冷やし中華】(焼川北製麺)
ツルツルした食感で
のど越しの良い
グルテンフリーの冷やし中華

申間産新米
ミルクークイーン
【喜多米穀店】
モチモチとした食感で、
冷めてもおいしい!

生産者 **有田 豪**さん

スープもグルテンフリーなので、どなたでもすぐに
食べられます。美容やダイエットにも効果があり、
健康に気を遣っている方にもおすすめです。

夏季限定 松露 白麹赤芋仕込 New
【松露酒造焼酎】
爽やかな甘さと熟成による
芯のある飲み応えが特徴

新酒と1年貯蔵の原酒をブレンドし、
味わい深さと軽快さの両立を目指しました。甘味が強く、
ロックや炭酸割りにおすすめです。

生産者 **矢野 裕晃**さん

**恋ヶ浦
セット**

夏季限定の焼酎やグルテンフリーの
冷やし中華などが新たに加わった、
シーンを選ばずに使える商品の
詰め合わせです。

冷蔵
5,500円
(税・送料込み)

緑茶ティーバッグ
【川島茶園】
甘みと渋みの
バランスがとれた味

イモリンモンロー New
【玉味製菓(株)】
パイ生地の上が
スイートポテト、
下が粒あんでしっとりど
滑らかな上品な甘さ

燻製かまぼこ New
【川島燻製店】
手作りのスモーク煮に
桜のチップを入れて
燻しており、風味豊かに
仕上がっています

無添加麦みそ
【焼松尾醸造場】
宮崎県産のご当地の
大豆を使い無添加で
仕込んだ少し甘めのみそ

ゆず胡椒
【焼松尾醸造場】
ゆずの爽やかな香りと
ピリッとした唐辛子の
辛味の味わいは、刺身や
炭火焼きと相性バツグン!

夢の塩【南天田商店】
ミネラルが豊富に
含まれ、甘みを感じる
まろやかな味が特徴

ゆず胡椒
【焼松尾醸造場】
ゆずの爽やかな香りと
ピリッとした唐辛子の
辛味の味わいは、刺身や
炭火焼きと相性バツグン!

ゆず胡椒
【焼松尾醸造場】
ゆずの爽やかな香りと
ピリッとした唐辛子の
辛味の味わいは、刺身や
炭火焼きと相性バツグン!

夢の塩【南天田商店】
ミネラルが豊富に
含まれ、甘みを感じる
まろやかな味が特徴

えびフライ New【たいき食品】
生パン粉を使い1本1本丁寧に
作ったえびフライ

生産者 **富山 真理子**さん

手作業で下処理を行っており、しっぽまで
おいしく食べられます。凍ったまま揚げると、
サクサク感とプリプリ感がさらに増して
おすすめです。

**黄金の瀬
セット**

毎日の献立を助けてくれる
商品中心のラインナップ。
主婦の強い味方になる
バラエティ豊かなセットです。

冷凍
5,500円
(税・送料込み)

トロさば炭火焼【南内野水産】
脂が乗ったトロさばを
秘伝ダシに漬け、
七輪で焼き上げました

塩麹ホルモン
【四季彩館ほりぐち】
国産豚ホルモンを塩麹と
ニンニクで濃いめに味付け

**ホクホク
おいもスティック**
【ヤマダイフーズ】
油で揚げると外はカリッと
中はホクホクした食感

味付けすり身
【南内野蒲鉾店】
団子状にして揚げ物や
お吸い物におすすめ

塩麹ホルモン
【四季彩館ほりぐち】
国産豚ホルモンを塩麹と
ニンニクで濃いめに味付け

手羽ギョーザ
【南クシマフーズ】
ギョーザの具に
黒豚ミンチを使っており、
ジューシーな味わい

たまたまシャーベット
【たまたまクラブ】
完熟きんかん
「たまたま」を使った
爽やかな風味

塩麹ホルモン
【四季彩館ほりぐち】
国産豚ホルモンを塩麹と
ニンニクで濃いめに味付け

パニラシフォンケーキ New【はとや】
ふわふわな食感でパニラの風味が
口いっぱい広がります

生クリームやジャムをつけて食べる
とさらにおいしくなります。紅
茶などと一緒にふわふわ食感を
楽しんでもらえれば。

生産者 **古澤 邦広**さん

水出し緑茶【お茶の西谷園】
水出し緑茶「お茶の西谷園」
パック入りで
すぐにお茶ができます。
水でもお湯でもOK!

紅茶【お茶の葉香園】
ちょっと一息つくたいときに

串間産新米こしひかり
【南天田商店】
日本一早い、ふっくら
もっちりした新米

あくまき
【串間農産加工研究会】
もち米をあくまきにつけ
竹の皮に包み、
煮た、昔懐かしい
手作りの味

焼ドーナツ
【Bon Bon Maman】
油で揚げない
風味豊かなドーナツ

チーズかまぼこ
【川島燻製店】
チーズと
一味風味で
おつまみや
おやつに
ぴったり

**都井岬
セット**

串間の懐かしさを感じる商品や
お茶菓子セットなど、
子どもから大人まで楽しめる商品の
詰め合わせとなっています。

冷蔵
3,500円
(税・送料込み)

鶏・炭火焼 New【南クシマフーズ】
国産の若鶏を使って
おり、柔らかく
ジューシーな炭火焼

キンカンコンポート
【たいき食品】
串間産の完熟きんかんを
特製シロップで煮込んでいて、
まろやかな風味

マヨかま【南内野蒲鉾店】
サラダやお酒のおつまみにぴったり

漁師のとれたてちりめん
【焼猪家水産】
漁獲してすぐに仕上げた
新鮮な味わい

**伝承かめ壺造り
幸蔵25度** New
【幸蔵酒造焼酎】
かめ壺で造られた、
風味豊かな
まろやかな味

**赤芋仕込み・
ひむか寿25度**
【寿海酒造焼酎】
芳醇な香りと
まろやかな
深みのある
本格芋焼酎

チーズかまぼこ
【川島燻製店】
チーズと一味風味で
おつまみやおやつにぴったり

手作りで作っており、
しっかりとした風味を楽しめます。
お酒のおつまみにおすすめです。

(燻製かまぼこ)生産者 **川島 慶悟**さん

**幸島
セット**

焼酎2種とおつまみにピッタリな
商品が盛りだくさん!
晩酌などにぜひ
いかがでしょうか?

冷蔵
4,500円
(税・送料込み)



串間の
よかむん



今年の夏季限定のギフトセット「串間よかむん味だより」
「夏の便」の申込受付が始まっています。
セットは4つのタイプをご用意し、新たにグルテンフリーの
冷やし中華や夏季限定焼酎など5商品が加わりました。
大切な方へのお中元に、お礼代わりに。
そして季節のお便りに。ぜひご利用ください。

特定健診を受けて 生活習慣を見直して みませんか？

特定健診とは、日本人の死亡原因の約6割を占める生活習慣病の予防のため、40歳から74歳までの方を対象に、メタボリックシンドローム（通称：メタボ）に着目した健診です。メタボは、内臓脂肪が蓄積した内臓肥満に、高血圧、脂質異常、高血糖などが組み合わさった状態のことをいい、放っておくと生活習慣病を発生し、命にも関わる危険な病態です。健康でい続けるために、特定健診を受け、自分自身の健康状態を確認しましょう。

生活習慣病とは？

生活習慣病とは、偏った食事、運動不足、喫煙、飲酒、ストレスなどの生活習慣が原因で起こる病気の総称をいいます。日本人の三大死因であるがん、脳血管疾患、心疾患をはじめ、高血圧症や糖尿病、動脈硬化症などは生活習慣病であるといわれています。これらの生活習慣病は、初期の自覚症状がほとんどなく、日々の生活の中で気づくことができません。ですので、痛みなどの自覚症状が出たときには、すでに病状が進行している

生活習慣病を予防改善 できる特定健診

特定健診は、生活習慣病の発症や重症化を予防、改善するために実施される健康診断です。40歳から74歳の国民健康保険に加入している方が対象で、BMIや腹囲、血圧などの項目を検査し、結果に応じて保健指導が行われます。

串間市内の受診率は？

昨年度の串間市内の特定健診の受診率は、33.3%と非常に低い状況です。また、年齢別においては、70代が最も高く44.2%、最も低いのは、40代で18.8%（5月末速報値）となっています。年齢を重ねるにつれて健康に対するリスクは高まりますので、若いころから健診を受けて、自分の健康状態を確認しておきましょう。健診は自分自身の健康状態を知る第1歩です。ぜひ特定健診を受診しましょう。



特定健診の内容について詳しく解説します！

特定健診のいろは

特定健診Q & A

1 Q: どのような方が対象ですか？
A: 国民健康保険に加入している40歳から74歳の方です。

2 Q: いつ受けられますか？
A: 令和2年6月1日～令和2年11月30日の期間です。

3 Q: いくらかかりますか？
A: 通常**10,142円**のところ、受診期間内であればなんと**1,300円**で受けられます！
※41歳になる方（昭和54年4月1日～昭和55年3月31日生）は無料です。

4 Q: どのようなことを検査しますか？
A: 基本的な検査は次のとおりです。
・身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、腎機能検査、心電図検査、貧血検査
※医師が必要と認めた場合のみ眼圧検査を行います。

特定健診受診の流れ

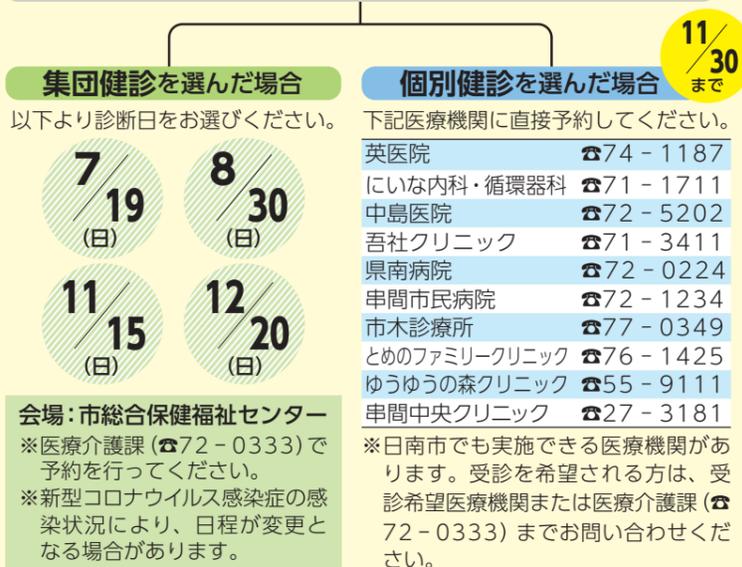


特定健診受診券は5月に対象者に発送済みです

持参するもの

- 特定健診受診券
 - 保険証
 - 健診料金
 - 健康手帳
- 受診券の記載事項に変更がある場合や紛失された場合は、医療介護課（☎72-0333）までご連絡ください。

集団健診か個別健診のどちらかを選択



必見！ 定期的に病院で検査している方

みなし健診について （情報提供事業）

病院で定期的に検査を受けている方は、いつもの病院検査を「特定健診を受診した」とみなすことができます。例えば、病院で採血検査を受ける際に「情報提供事業を利用します」と申告すれば、一度の採血で「診療」と「健診」に活用することができます。その際、通常の医療費のほか、追加費用はかかりません。なお、通常の特定健診は11月末までですが、みなし健診は令和3年3月31日までご利用いただけます。

- 持参するもの**
- 特定健診受診券
 - 保険証
 - 情報提供事業チラシ
(受診券を発送した際に合わせて同封したチラシ)

おすすめ 平日健診に行けない方

「まとめて健診(集団健診)」で 特定健診とがん検診がセットで受診できます！

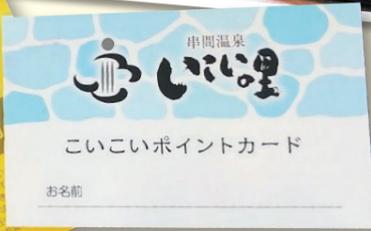
日曜日に実施している「まとめて健診(集団健診)」は「特定健診、胃がん検診、大腸がん検診」の3つの健(検)診が受けられて大変便利です。平日は仕事のため時間が取れないという方はぜひご利用ください。

●健(検)診日程＝7月19日(日)、8月30日(日)、11月15日(日)、12月20日(日)

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、日程が変更となる場合があります。

- 会場＝市総合保健福祉センター
- 健(検)診料金
 - ・40歳～69歳：特定健診1,300円＋胃がん検診1,200円＋大腸がん検診800円＝3,300円
 - ・70歳～74歳：特定健診1,300円＋胃がん検診400円＋大腸がん検診200円＝1,900円

- 持参するもの**
- 特定健診受診券
 - 保険証
 - 健診料金
 - 健康手帳
- ※健(検)診を希望される方は、医療介護課（☎72-0333）で予約を行ってください。



「串間温泉 いこいの里」を もっと楽しむ!

だんだんと暑くなってくる季節だからこそ、温泉で汗を流してさっぱりしませんか？今回は、営業を再開し、パワーアップした「串間温泉いこいの里」をより楽しめる情報をご紹介します。

まずは、お得な回数券から。通常大人1回の入浴料は500円ですが、フロントでは5,000円で12回の入浴が可能な回数券を販売しています。さらに、いこいポイントカードを活用すれば、スタンプ10個で1回の入浴が無料となります。スタンプは入浴1回ごとに1個、またレストラン・売店の利用も対象で、1,000円ごとに1個ポイントがもらえます。回数券とこいこいポイントカードを組み合わせれば、3回の入浴がお得になります。回数券、こいこいポイントカードは有効期限なし！

ぜひ皆さん活用してみてくださいね。ここからは、6月から新たにオープンした、売店とレストラン。エントランスすぐ横の売店には、串間の特産品がずらり。お米、野菜、海産物、お茶、お菓子、加工品など豊富な品ぞろえが魅力です。中でもイチオシは都城でも人気のベーカリーキッチン「SAKURA」のパン。当日の朝、焼かれたパンを、都城の工場から配達しています。素材にこ

- 入浴 午前7時～午後10時 (最終受付:午後9時半)
- 売店 午前8時～午後9時
- レストラン 【昼】午前11時～午後2時 【夜】午後5時半～午後9時 (ラストオーダー:30分前)
- 休館日 毎月第3水曜日
- ☎ 串間温泉いこいの里 ☎0987-75-2000

※出品者募集！
売店では、野菜・たまご・地場産品などの出品者を募集しています。お気軽にお問い合わせください。

最後は、レストラン。郷土料理を取り入れた、いこい御膳や本城御膳のほか、定番定食メニューなどさまざまなお料理をご用意しています。串間のご当地グルメ「串間活メぶりブリ丼ぶり」も、キンカンを使ったいこいの里オリジナルのタレとともに提供。お子さまプレートやお座敷もあり、お子さまと一緒に安心してお食事が楽しめます。また、レストラン利用のみでなく、人数に応じた宴会や懐石料理も承っております。入浴後はもちろん、お食事だけの利用も大歓迎です。

皆さん、ぜひお立ち寄りください！

新型コロナ経済対策

7月4日からくしま活性化 プレミアム商品券を 販売します!

新型コロナウイルス感染症により影響を受けた市内商工業の活性化につなげることが目的です。プレミアム商品券の販売は『第1弾』(先行販売)と『第2弾』(一般販売)を予定しております。



1セット1万円で1万3,000円分が購入できます!(3,000円お得!)

◆使用期間=令和2年7月4日(土)～12月31日(木)まで

第1弾(先行販売)

事前に送付されている引換券がないと先行販売でのプレミアム商品券の購入はできません

- ① 世帯員の中に平成17年4月2日以降に生まれた子どもがいる世帯は、1世帯につき3セットまで購入ができます。
 - ② ①以外の世帯の場合は1世帯につき2セットまで購入ができます。
- ※商品券を購入する日までに、出生などにより上記②から①に該当となる世帯は、引換券とその事実が確認できる書類(保険証、住民票など)を市役所に提示すると3セットまで購入できる引換券と交換できます。

期間	販売場所	販売時間
7月4日(土)～5日(日)	串間市文化会館	午前9時～午後5時
7月4日(土)～29日(水)	市内各販売所(※)	各営業時間
7月6日(月)～29日(水)	串間商工会議所	午前9時～午後5時

先行販売引換券は先行販売でのみ有効です。また、全世帯が購入できる数を準備しておりますので、ゆとりを持ってご購入ください。

◆商品券が使用できる店舗
商品券購入時に店舗一覧表をお渡しします。

※市内各販売所
大東地区:スーパーケンちゃん、マツモト薬品
本城地区:スーパーホンダ
都井地区:とみやま(たいき食品)
市木地区:岩満登商店

▼商品券の購入から利用まで ▼※先行販売の場合

STEP 1 商品券引換券と現金を用意

STEP 2 指定の販売場所で商品券を購入
購入期間
令和2年7月4日(土)～29日(水)

STEP 3 市内の指定されたスーパーや飲食店舗などで商品券を使う
使用期間
令和2年7月4日(土)～12月31日(木)

※この商品券はお釣りが出ません。

第2弾(一般販売)

- ・『第1弾』(先行販売)の販売状況により実施いたします。
- ・8月1日(土)から完売するまで販売いたします。
- ・福島地区をはじめ、大東、本城、都井、市木地区でも販売所を設置する予定です。
- ・購入時に購入申込書を記載していただきます。
- ・市内在住の方1人1回限り3セットまで購入できます(未成年者の方は購入できません)。

☎ 商工観光スポーツランド推進課 ☎0987-55-1127 串間商工会議所 ☎0987-72-0254

商品券取扱店舗を随時募集していますので、詳細については串間商工会議所までお問い合わせください。



23 管工事組合青年部 大束小の水飲み場整備

串間市管工事協同組合青年部は、毎年6月1～7日の水道について理解を深めてもらう水道週間に合わせて、ボランティアの一環で市内の小中学校内にある水飲み場の整備を行っています。今年度は大束小学校で実施し、水飲み場の蛇口の取り換えやひびの入ったコンクリート壁の補修を行い、また、運動場に散水栓を新たに1基増設しました。同組合青年部部長の大塚博之さんは「水が出るありがたさを知ってもらい、今後気持ちよく使ってもらえれば」と話していました。



水飲み場の整備を行う串間市管工事協同組合青年部の皆さん

25 地域の皆さんへ恩返し 串間中手作りマスク贈呈



マスクには生徒からのメッセージも添えられていました

新型コロナウイルス感染症予防に役立ててもらえればと串間中学校の全生徒が、臨時休校中に作成した手作りマスクを串間市社会福祉協議会に寄贈しました。市総合保健福祉センターで行われた贈呈式では、生徒会役員6人が同協議会会長の武田憲昭さんへマスク約490枚を手渡し、武田さんは「生徒の心のこもったマスクは大変ありがたく、今後大事に使わせていただきたい」とあいさつ。生徒会長の内山田大地さんは「いつも応援してくれる地域の皆さんへ恩返しを込めて作った。少しでも役に立ってもらえれば」と感謝の気持ちを話しました。マスクは今後、市内の福祉施設へ配布される予定です。

26 「感染症対策などに役立てて」 寄付金贈呈

本市出身で現在、宮崎市在住の武田陸奥雄さんより、新型コロナウイルス感染症の影響などで困窮している市民の支援対策のために役立ててほしいと本市へ30万円の寄付がありました。同日、贈呈式が行われ、武田さんから市長へ寄付金を手渡しました。武田さんは、5月11日にも友人である石川弘行さんとともに、本市へマスク10,000枚を贈呈されています。寄付金は今後、同感染症対策などに充てる予定となっています。



武田さんより寄付金の贈呈を受けた市長

13 長年の鳥獣保護管理貢献に対して県知事表彰

宮崎県では、鳥獣保護管理員を10年以上務め鳥獣保護管理行政に大きく貢献された方に対して知事表彰を行っています。本市でも、今年度、笹山晃さんが受賞され、南那珂農林振興局の菓子野利浩局長より表彰状が贈られました。笹山さんは長年にわたり住民の方に対しての鳥獣保護の普及啓発活動に努められ、また、野鳥の捕獲および狩猟に関する取り締まり・指導などを活発に行い、違法捕獲や狩猟事故の防止に尽力されました。



知事表彰を受けた笹山さん

20 くしまの新茶をPR



新茶販売をする串間市茶業振興会

今年の新茶をPRしようと串間市茶業振興会が市内のスーパー、四季彩館ほりぐち本店で新茶まつりを開催しました。今年は2種類の茶葉を9戸の農家から集めブレンド。パッケージは「お福分け」をコンセプトに、誰に贈っても喜ばれるデザインへと一新しました。新型コロナウイルス感染症予防のため試飲は行われませんでしたが、多くの人が買い求めていました。新茶を購入された人たちは「友人や家族とお茶を楽しみたい」と口々にし、軽い足取りで買い物を楽しんでいました。

21 避難所設置について訓練の実施

台風などの災害が発生して避難所を開設する場合、運営にあたる市職員を対象に新型コロナウイルス感染症予防対策を含めた避難所運営訓練が行われました。訓練には約180人の職員が参加。訓練では避難者の健康チェックの実施など避難所開設からの流れを確認した後、間仕切りの設置方法や簡易ベッドの組み立てなどを実践しました。参加した職員の崎村真子さんは、「新型コロナ対策を踏まえ、市民の方々の安全を守り、安心して利用してもらえるよう、迅速な避難所開設ができるよう努めたい」と話していました。



設置の方法を学ぶ崎村さん（左）



6月4日 **大学進学率向上へ
福島高校公営塾開講**



今後の日程などの説明を受ける生徒たち

他市町村との教育格差の解消や就職・大学進学などの進路実現を目的に、福島高校で公営塾「樹（いつき）スクール」が開講されました。この公営塾は、串間市などで学習塾を経営する河野通博さんら外部講師が指導し、英語に特化した授業を展開。英語検定対策や大学受験のサポートなどを行い、学力向上と進路実現を目指していきます。同日、開講式とオリエンテーションが行われ、同校2、3年生の受講希望者34人が参加。3年生の吉田羽成さんは、「苦手な文法をしっかりと学び、海外の人と話せるように頑張りたい」と今後の意気込みを話していました。1年生は2学期からスタートする予定です。

串間温泉いこいの里で「串間活メぶりプリ丼」の認定証交付式がありました。交付式には、同施設支配人の田熊昭さんが出席され、「ぶり丼」推進協議会会長の立本与司仁さんより認定証の交付を受けました。今回認定されたいこいの里は、同協議会が定める12項目の条件を全てクリアし、6月12日より提供を開始しました。オリジナルの「完熟キンカンたまま塩ダレ」を使用しているのが特徴です。支配人の田熊さんは、「串間のいいところを集めた丼ぶりなので、ぜひ食べに来てほしい」と話していました。

6月11日 **いこいの里
ぶり丼提供開始**



立本さん（右）より認定証を受けた田熊さん（中央）

6月17日 **色彩豊かなアジサイ 満開を迎える**



どんよりとした天気を忘れさせるほどの
明るい色合いで山道を彩ったアジサイ

串間市大平から日南市酒谷をつなぐアジサイロード。串間側の約4キロの道沿いに咲く約3,500株のアジサイが満開となりました。アジサイは、一株一株が色彩豊かであり、また、一つ一つの花びらも違った色合いやグラデーションで通る人たちを魅了していました。地元のボランティアの方々の手入れにより今年も見事な大輪を咲かせたアジサイは、6月中旬に満開を迎え、6月下旬に見ごろを迎えました。

5月27日 **長年の功労への叙勲を
伝達**



市長から勲記と勲章が手渡されました

令和2年春の叙勲において、本市から神戸仁さんが旭日単光章を受章され、市役所で叙勲伝達式が行われました。旭日単光章は国家または公共に対し功労のある方のうち、顕著な功績を挙げた方を対象に贈られます。今回受章された神戸さんは、平成10年から20年間、西今町自治会長を務められ地域活動の推進に貢献されました。また、平成17年から串間市交通安全協会今町支部副部長として、児童生徒の登下校時に見守り活動を行うなど青少年の健全育成にも取り組まれました。神戸さんは、「素晴らしい叙勲をいただいて大変光栄です。今後も登下校時の見守り活動などを行い、地域のために貢献していきたい」と話していました。

5月28日 **超早掘り甘藷出荷へ**

JA串間市大束かんしょ部会所属の折田一広さんが、今年苗植えして育てた超早掘り甘藷の出荷準備作業を行いました。作業は家族ら6人で、コンテナの中に入れられた泥を落とした甘藷のひげ根を1本ずつ手作業で取り除き、機械で大きさを選別した後、箱詰めする流れで行われました。今年の出来合いを折田さんは、「例年以上に重量も増え、自信があります。苗床の全面消毒に加え、新しい種芋を導入したことで、今年もおいしい甘藷ができました。皆さんにぜひ食べてほしい」と話していました。



出荷に向け箱詰めをされる折田さん

5月29日 **スーパーほりぐち
寄付金・マスクを贈呈**



マスクには「がんばろう串間！」の応援メッセージも
添えられていました

串間市内に2店舗、鹿児島県志布志市に1店舗スーパーマーケットを置く有限会社スーパーほりぐちが、新型コロナウイルス感染症予防対策に役立ててほしいと、本市に寄付金100万円とマスク12,000枚を贈呈されました。贈呈式には、同社副社長の堀口一樹さんと課長の堀口直樹さんが出席され、一樹さんから「日ごろよりお世話になっている市民の皆さんのために役立ててもらえれば」とあいさつされた後、市長へ寄付金とマスクを手渡しました。寄付金は今後、同感染症対策などに充て、マスクは市内の教育施設や福祉施設、医療機関などに配布する予定となっています。



5歳児健診って なーに？

子どもの成長過程における不安を
軽減するために

5歳児健診とは市内の中児を対象にした健診です。1歳6カ月児健診や3歳児健診は聞いたことあるけど、5歳児健診は…と思う方も多いのではないのでしょうか。この健診は4年前から始まったもので、聞き慣れない方もいるかと思いますが、始めたキッカケは、保護者の「何か気になる」「小学校入学は大丈夫かな？」そんな声からでした。子どもの成長過程において常に不安はあると思いますが、小学校入学となると不安のハードルが一層高まるのではないのでしょうか。「朝起きられるかな」「友達と仲良くできるかな」など、考えたらキリがないと思います。そんな声に寄り添い、不安の軽減につながればという思いで健診がスタートしました。

健診では、子どもの現在の成長を確認するとともに、振り返る機会にしたいと思っています。そして、健診を通して、苦手なことがあった時は、子どものためにできることを、一緒に考えていくことがこの健診の目的です。「でも、小学校入学のための準備であれば、年長さんになってから健診を受けて成長を振り返ればいいのでは？」と思うかもしれません。子どもの成長を思い浮かべてください。1年間の成長は本当に大きいですよね。1年前と現在ではいろいろなことができるようになっていきますよね。早いうちに支援することで、よりたくさんのことを子どもは吸収してくれます。また、



入学まで1年間の準備期間があると思うと気持ちも楽になるのではないのでしょうか。健診の詳しい内容につきましては、今年度は対象児保護者宛てに文書にてお伝えいたしました。現在、4月～9月生まれの子の保護者に、アンケートのご協力をいただいているところで

子どもの成長は嬉しいこととあれば、不安もあると思います。気になることがありましたらお気軽にご相談ください。



● 問い合わせ先
福祉事務所子育て支援係
☎72-11123
(内線505)



子ども医療費 助成制度について

串間市では、子どもの保健福祉の増進と健全な発育の促進および保護者の負担軽減を目的として、**中学生以下の子どもの医療費を全額助成**しています（保険外診療のものは対象外）。助成を申請するにあたって、対象者や助成内容、注意点などについてご紹介いたします。

問/福祉事務所子ども政策係 ☎72-1123 (内線506)

助成資格対象者

串間市内に住所があり、健康保険に加入している0歳～中学生
※転出の際は、子ども医療費受給資格証を返還する必要があります。

助成内容

対 象	自己負担額	
	通院	入院
0歳から中学校卒業まで (中学校を卒業する年の3月31日まで)	0円	0円

※食事代、ベッド差額代、保険外診療などは除きます。
※小学校入学時に子ども医療費受給資格証の切り替えがあります（小学校入学前の3月頃に送付します）。

申請に必要な物

- ①健康保険証（お子さん）
- ②印鑑（認め印可）
- ③保護者名義の通帳
- ④保護者のマイナンバーカード
または通知カード+運転免許証



県内の医療機関を受診する場合	県外の医療機関を受診する場合
健康保険証と一緒に子ども医療費受給資格証を提示してください。自己負担金は発生しません。	子ども医療費受給資格証は提示せず、自己負担分をお支払いください。後日払い戻しとなります。

● 払い戻し申請の方法

（毎月10日～最終水曜日支払い）
以下の①～⑤を串間市総合保健福祉センターまでご持参ください。

- ①領収書または証明書
- ②子ども医療費受給資格証
- ③健康保険証（お子さん）
- ④印鑑（認め印可）
- ⑤保護者名義の通帳

※注意
・払い戻し申請は1年以内に行ってください。それを過ぎると払い戻しできません。
・同じ医療機関ごとに1カ月

医療機関への適正受診にご理解とご協力をお願いします。

- ・救急の場合を除き、平日の診療時間内に受診しましょう。
- ・同じ病気で複数の医療機関を受診する「はしご受診」は控えましょう。
- ・普段の健康管理してくれる「かかりつけ医」をもちましょう。
- ・お薬手帳を活用しましょう。
- ・「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」を活用しましょう。

分まとめて申請してください。後から支払い済み月分の払い戻しは行っていません。
注意
● 学校でけがをした場合

子ども医療費の助成対象外となります。子ども医療費受給資格証は提示せず、自己負担分をお支払いください。後日学校を通して手続きを行い、給付金を受け取ってください。
※誤って子ども医療費助成を利用した場合、返還金が発生します。

子育て INFO

- 7月8日(水) 1歳6カ月児健診
- 7月15日(水) 乳児健診
それぞれ、対象児には個別に案内しています。

● 予防接種

予防接種は病気にかかる前にワクチン接種をしておくことが大事なポイントです。「生後2カ月からのワクチンデビュー」をおすすめしています。

〈麻しん・風しん予防ワクチン〉

1歳児および年長児のお子さんは、必ず接種するようにしましょう。

〈おたふくかぜ予防ワクチン〉

1歳児および年長児のお子さんが対象となります。任意予防接種ですので、自己負担分のうち2,500円の助成があります。

ハッピー スマイル

こたま はく
児玉 葉珀くん
(令和元年7月28日生)

児玉 雅己さん・児玉 智美さんの長男(福島地区・上町)



目がくりくりでいつもニコニコしています。最近はおボールが好きで、いつも手に取って遊んでいます。また、お姉ちゃん2人に絵本を読んでもらったり、すべり台などで一緒に遊んだり姉弟いつも仲良くしています。今後もみんなに好かれるように、優しい元気な子に育ててほしいです。

泌尿器の話

今月のドクター



申間市民病院
泌尿器科
ながた とよはる
永田 豊春先生



Q1 おしっこをする時に痛いのですが、なぜですか？

A1 女性で排尿痛の場合は、ほとんどが**細菌感染による急性膀胱炎**です。病院で診察を受けてください。

Q2 おしっこに血が混じるのですが、なぜですか？

A2 排尿痛などの症状がある場合は、**膀胱炎**に伴う血尿の可能性があります。痛みがない場合は**がん**の可能性もあります。いずれにしても病院で検査を受けましょう。

Q3 おしっこが濁って熱が出ました。

A3 **急性腎盂腎炎**の症状が発熱、尿混濁、背部痛です。結石などの合併症がある場合は、重症化する可能性がありますので検査を受けましょう。

Q4 下着やトイレットペーパーに血が付きます。

A4 女性で血尿がなくて下着などに血が付く場合は、尿道カルンクラという良性の腫瘍の可能性がります。



Q5 尿の勢いが弱くなって途中で途切れます。

A5 前立腺肥大症や神経因性膀胱が考えられます。悪化すると腎臓にも影響が出ますので、早めに受診しましょう。



内視鏡のマメ知識

医療では、さまざまな器械を使って診断や処置を行います。その中で体の内部を観察する医療器械を内視鏡といいます。

泌尿器科では、1879年にドイツの泌尿器科医であるニツチエが器械職人のライターとともに作り上げた膀胱鏡が最初の内視鏡になります。この膀胱鏡は、硬性鏡で硬い金属の筒にレンズを入れ、照明には白金のファイラメントを使い、その発熱を冷却するために氷水による還流が必要だったようです。その後改良が加えられ、1891年には手術用の膀胱鏡も発表されています。

ニツチエは、150例の膀胱がんの手術を膀胱鏡で行い、1例の死亡と20例の再発を報告しています。ニツチエのおかげで泌尿器科では、早くから内視鏡を使った経尿道的手術が発達しました。ただ、金属の硬い棒ですので、男性の尿道を通して膀胱まで入れるのはかなりの苦痛を伴う処置でした。しかし、その後、柔軟性のある光ファイバーを使った軟性膀胱鏡が開発され、男性の膀胱鏡検査もかなり楽に行えるようになりました。

初期のファイバースコープは、解像度が粗いのが欠点でしたが、現在では高解像度のCCD装置を使ったビデオスコープへと進化しています。サイズも細いのが作られるようになり、細い尿管の中を見るための尿管鏡もあります。

私も泌尿器科医になって30年以上になりますが、硬性鏡から軟性鏡への進化や画質の荒い光ファイバーから高解像度のCCD装置への変化で、より身体への影響の少ない安全な医療ができるようになったのを実感しています。

内視鏡を使った手術も腹腔鏡手術が広く行われるようになり、最近ではロボットアームを遠隔操作で動かして手術をする機械も開発されています。その他にも、カプセル内視鏡や超音波内視鏡などもあり、今後も医療器械の進化は続いていくでしょう。

じゃがじゃが

健幸通信



新型コロナ ウイルス感染症 傷病手当金のご案内

新型コロナウイルス感染症
感染拡大防止のため、次の要件を満たす
申間市国民健康保険加入者の方に、
傷病手当金を支給します。



傷病手当金とは？

病気休業により、収入の減少があつた世帯の生活を保障するため行う給付金です。

対象者

申間市国民健康保険に加入している被用者(※)が新型コロナウイルス感染症に感染した場合、または感染が疑われた場合で、療養のために労務に服することができず、給与などの全部または一部を受け取ることができない方。
※被用者とは、他人に雇われ、雇用主から給与の支払いを受けている方です。自営業を営んでいる方(事業主)のご家族で、事業主から給与を受け取っている場合も対象となります。

支給期間

労務に服することができなくなった日から数えて3日を経過した日から、労務に服することができない期間。最長で、入院が継続する場合に限り1年6カ月まで。

支給額

直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額を、就労日数で割った金額の3分の2を1日分とし、支給対象となる日数かけた金額。

対象期間

令和2年1月1日にさかのぼって適用。

申請手続き

● 受付 申間市総合保健福祉センター 15番窓口
● お持ちいただくもの 申請書、対象者の保険証、世帯主の印鑑、世帯主の振込口座の分かるもの ※郵送での申請も可能です。

お手続きの詳細については、まずはお問い合わせください(国保以外のの方はご加入の公的医療保険またはお勤め先にお尋ねください)。



医療介護課医療係
☎ 72-0333 (内線517)

うたごよみ



「短歌」串間短歌会選

花冷えの今日は亡き息子の誕生日
「松露」の熱燗さかづきに満たす
西小路 坂本 不二子

意思持たぬコロナウイルス攻め入りて
世界の支配もくろむごとし
小路 安山 らく

守られる側になりたる夫の手を
取りて「せーの」と水溜り越ゆ
上小路 吉開 美穂

ゴミ袋切り開きたるマルチなり
レタスミックス生き生き太る
西浜 河野 ヨシ子

芋のつる植える手休め見上げたる
竜口山のみどり濃くなる
井牟田 木村 キクヨ

「俳句」あさひ俳句会選

揚花火一湾の空
染めにけり
仲町 木島 幸子

金魚屋の閉まりしままや
過疎の町
仲町 原 里歌

杜の辺に住みをり螢
とぶ夕べ
仲町 矢野 欽子

涼風や運河に架かる
石の橋
上町一 又木 順子

墓掃除神妙に手合せ
秋彼岸
串間 島田 ミネ子

【福島地区・高松】
川井富士男さん撮影
曇天に染まる長浜の波に挑む
女性サーファー

うたごよみに掲載する写真を
募集しています。
まちの魅力を再発見できる
写真のご応募をお待ちしています。
詳しくはこちら▶



☎ 総務課秘書広報係
☎72-4559

*短歌・俳句の投稿は
■短歌 清水しづ子さん
(☎72-5546)
■俳句 又木 順子さん
(☎72-0159)

地域おこし協力隊 活動日記



オーマイガー!!

No.39



うみやま ちえみさん
上山 千恵美さん

オーマイガー！なんてきれいな海！なんてすてきなロケーション！青い海と山があり、人や車が多かった返してない、ゆとりある町の雰囲気。「ここに住みたい」と感動的な仲間との出会いから、移住してきて約半年。海のある生活がしたいと憧れていた私にとって、毎日充実したゆとりある環境にとても幸せを感じていました。

が、しかし…オーマイガー！引越してきてから新型コロナウイルスがとて深刻な状況に。協力隊として本年3月に着任したものの、とても活動がしづらくなりました。

そんな中、またオーマイガー！なことが。これは超個人的な事ですが…つい出現！巨大グモ!!虫が苦手な私にとっては大事件。周りからは聞いていました、手のひらサイズのクモ出現。しかも現れたのはお風呂場。一人パニックで脱いだ服をまた着ましたね。(笑)とにかく「虫は慣れるしかない」と言われますが、私の虫嫌い克服はいつになることやら…。

こんなオーマイガー！な出来事続きですが、私の活動内容にSDGs（世界共通「持続可能な開発目標」）の普及・展開があり、身近でできることから始めよう、市内の学校や事業所などにご協力をいただき、お話をさせてもらっていました。

そんな中、5月下旬に福島高校より、2年生の地方創生学の授業でSDGsを絡めたお話をする機会をいただきました。SDGsとは何か、また、より深く知ってもらうため、カードゲームを使用した授業を行いました。

オーマイガー！まさか私が講師デビュー!?写真はその時の様子です。これを機に、想像力や発想力がより広がるかと思えます。私としては、着任早々から大変貴重な経験をさせていただきました。朝日の光と、鳥の声で目を覚ます朝。仕事終わりに海を眺めに行ける環境。この魅力ある最高の環境で生活できることに感謝して、これからもゆっくり自分なりに頑張りたいと思います。



募集 「宮崎県WEB企業説明会」 参加者募集



新型コロナウイルス感染対策により合同就職説明会が中止・延期となる中、人材を求める県内企業と県内就職希望者の出会いの場を提供するため、WEB企業説明会を開催します。宮崎県内での就職を希望の方が身近にいらっしゃいましたら、ぜひお知らせください。

- 日時= 7月25日(土) ~ 26日(日) 午前11時~午後5時半まで
- 対象者= 県内での就職を希望する方(新卒・中途問わず参加可能)
- 参加企業= 県内に事業所などを有し、県内で就業する人材を募集する企業約50社程度(参加企業は、宮崎県庁ホームページでご確認ください。「宮崎県WEB企業説明会」で検索)
- 主な内容
 - ① 県内企業が企業PR、採用情報などをリアルタイム配信
 - ② 参加者はチャットにより質問可能
- 事前申込= 専用ホームページを開設予定ですので、そちらからお申し込みください。
- 当日の参加方法
パソコンやスマートフォンから参

加でき、専用アプリのダウンロードも不要です。申込者へ視聴用URLをお送りします。

- 参加料= 無料
- 事前セミナーの開催

7月18日(土)開催。WEB説明会への不安を解消し、WEB面談などその後の就職活動を進める上で参考となる情報をお伝えします。

☎ 宮崎県雇用労働政策課
☎0985-26-7105



生活

串間市営プールの開放のお知らせ

- 期間=7月6日(月)~8月30日(日)
●時間=①午前9時~12時5分
②午後1時15分~4時20分
●定休日=毎週火曜日
●料金=(午前・午後1回の料金)
・乳幼児 70円
・小中学生 160円
・高校、一般 340円
※20人以上は団体割引(2割引)あり
※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、変更する場合があります。
問 串間市営プール ☎72-5666 (プール期間中) / 串間市スポーツセンター ☎72-5262

令和2年国勢調査串間市実施本部の設置について

令和2年10月1日(木)を基準日として行われる令和2年国勢調査を円滑かつ正確に推進するため、国勢調査串間市実施本部を設置しました。
国勢調査は、5年に1度実施される国内に居住するすべての方および世帯を対象とした大規模調査であり、今年は大正9年(1920年)の第1回調査開始から100年の節目を迎える年でもあります。
新型コロナウイルスの感染予防に十分配慮した上で調査を行います。串間市の未来像を描くためにも重要なものですので、調査へのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



問 総合政策課情報統計係 ☎55-1154

講習

小型船舶操縦免許証更新・失効講習案内

- 日時=8月23日(日)午後2時~(受付:午後1時半~1時50分)
●場所=串間市アクティブセンター研修室
●対象=有効期限が1年2カ月以内に切れる免許証および失効した免許証
・更新:有効期限が令和2年8月24日~令和3年10月24日の免許証
・失効:有効期限が令和2年8月23日以前の免許証

- 当日持参物
・操縦免許証
・認印
・料金
※次に該当する場合は「住民票(本籍記載)」の持参をお願いします。
①住所の記載の無い「海技免状」をお持ちの方
②住所の記載のある「操縦免許証」をお持ちの方で、記載事項に変更のある場合(合併による市町村名の変更の場合は不要)
※写真は当日撮影します。

- 料金・講習時間
・更新講習9,000円(1時間)
・失効講習15,000円(2時間20分)
※送料、写真代含む
●その他
・講習機関=有限会社入枝海事事務所
・出来るだけ事前予約をお願いします。
・当日は視力検査も実施します。

問 入枝海事事務所(鹿児島県鹿児島市西陵6-23-7) ☎099-281-7753 FAX 099-281-7472

募集

令和3年成人式 実行委員大募集!

本市では成人者を祝うため、その企画から運営までを行う実行委員会を組織します。一生に一度の成人式。成人者自らの手で盛り上げてみませんか? 素敵な思い出をみんなで作りましょう。
●応募資格=令和2年度に成人を迎

- えられる方(平成12年4月2日~平成13年4月1日生)
●募集期間=8月22日まで
●内容=実行委員会により、成人式関連行事などの企画・運営を行う。

●募集人数=10名程度
問 串間市教育委員会 生涯学習課 ☎55-1161



第1回くしま市民講座のご案内

本市では、市民の方を対象に「夢は、南の果てにある。」市民講座(全5回)を開催しています。
第1回の講師は宮崎県防災士ネットワーク串間支部の坂田守彦さんに「防災」について教えていただきます。参加したい方は生涯学習課までご連絡ください。

- 日時=7月17日(金)午前10時~11時半
●場所=市中央公民館大講義室
問 生涯学習課 ☎55-1161

令和2年度 第1回くしま市民講座 「防災」について考える
日時 7月17日(金) 10:00-11:30
場所 中央公民館 大講義室
講師 宮崎県防災士ネットワーク串間支部 坂田 守彦 氏
☆講座内容☆
防災とは何か...
過去の事例から、災害の性質を理解し、「防災」に対する意識の向上を図ります。
特に発生が想定される南海トラフ巨大地震や大型化する台風・風水害などを例に、災害に備える意識を持つことの大切さ、重要性についてみんなで考えます。
参加を希望される方は前日までにお電話で、生涯学習課 ☎55-1161 へお申込みください。
※氏名、住所、お電話番号をお伝えください。
主催:串間市教育委員会 夢は、南の果てにある。

税金

納期限と口座振替日のお知らせ

- 7月31日(金)は、
①国民健康保険税(1期)
②後期高齢者医療保険料(1期)
③保育料(7月分)
の納期限および口座振替日です。忘れずに納めましょう。
口座振替をご利用の場合は残高の確認をお願いします。
問 ①、②税務課 ☎72-1115
③福祉事務所子ども政策係 ☎72-1123

福祉

身体障害者補助犬の給付について



- 宮崎県では、身体障がい者の自立と社会参加を促進するため、身体障害者補助犬を給付しています。
●給付対象者
①県内におおむね1年以上居住する18歳以上の方で次のいずれかの状態にある方
・視覚障がい1級の身体障害者手帳の交付を受けている方、またはこれに準ずる方
・肢体不自由1、2級の身体障害者手帳の交付を受けている方、またはこれに準ずる方
・聴覚障がい2級の身体障害者手帳の交付を受けている方、またはこれに準ずる方
②所定の訓練を受け、身体障害者補助犬を適切に利用し、飼育できる方
③身体障害者補助犬を使用することにより就労などの社会活動への参加に効果があると認められる方
※身体障害者補助犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬の三種の犬のことをいいます。

- 申込期限=7月31日(金)まで
※その他、詳細については県障がい福祉課までお問い合わせください。
問 宮崎県障がい福祉課 ☎0985-32-4468

オレンジ・カフェスマイル「認知症の人と暮らす家族の集い」を開催しています

認知症の人の介護で困っていることを1人で抱え込まずに、同じ悩みを抱えている方、経験した方同士でお話ししてみませんか?

- 内容
①ミニ講座 ②フリートーク
③リフレッシュ体操 ④個別相談
※内容については、講座が中心になる場合もございます。
●日時=毎月第4木曜日 午後2時~3時半
●場所=地域生活支援センターWing(串間市大字西方5602番地)
●参加費=無料
●申込方法=下記までお問い合わせください。
申・問 社会福祉協議会認知症地域支援推進員 ☎72-6943 / 医療介護課介護保険係 ☎72-0333(内線512)

採用試験

令和2年度 串間市病院企業職員採用試験のお知らせ

令和2年度串間市病院企業職員採用試験を実施します。



- 【令和3年4月1日採用】
●職種=薬剤師1名、看護師4名
●応募期間=7月13日(月)~8月14日(金)

- 試験日程=8月30日(日)
※上記日程以外にも追加で試験を行う場合があります(その際の応募期間および試験日程などについては、決定次第市民病院ホームページなどでお知らせします)。
※詳しくは市民病院管理係までお問い合わせください。
問 串間市民病院管理係 ☎72-1234

生活

2つのジャンボ ラッキージャンプ! サマージャンボ宝くじと サマージャンボミニ(市町村振興宝くじ)が発売されます

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

- 発売期間=7月14日(火)~8月14日(金)
※サマージャンボは、ネット購入もできます。
●抽せん日=8月21日(金)
●支払開始日=8月26日(水)
■今年のサマージャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて7億円!
・1等5億円×21本
・前後賞各1億円×42本
※当せん本数は発売総額630億円・21ユニットの場合
■同時発売のサマージャンボミニは、1等1,000万円!
・1等1,000万円×80本
※当せん本数は発売総額240億円・8ユニットの場合
問 (公財)宮崎県市町村振興協会企画課 ☎0985-31-9590



福祉

生活を支えるための
支援のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響により、生活にお困りの方々へ以下の支援が行われております。

●緊急小口資金・

総合支援資金(生活費)

新型コロナウイルス感染症の影響による休業や失業などにより、生活資金でお悩みの方に対し、必要な生活費用などの貸付を実施します。

●住居確保給付金(家賃)

休業などに伴う収入減少により、離職や廃業と同程度の状況に至り、住居を失う恐れが生じているの方々に対して、一定期間家賃相当額を支給します。

※詳しくは、串間市社会福祉協議会までご相談ください。

☎ 串間市社会福祉協議会
☎72-6943

7月は
“社会を明るくする運動”
強化月間です

“社会を明るくする運動”～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～はすべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で70回目を迎えます。犯罪や非行のない安全で安心な暮らしをかなえるために、今、何が求められているのか、そして、自分には何ができるのかを、皆さんで考えてみませんか？

☎ 串間地区更生保護サポートセンター
第70回“社会を明るくする運動”
串間市推進委員会
事務局長 立本 伊佐男(保護司会
会長)☎55-7878
〒888-0001
串間市大字西方5268-1

追悼

原爆死没者の慰霊
ならびに平和祈念の
黙とうについて

広島に原爆が投下された8月6日午前8時15分、長崎に原爆が投下された8月9日午前11時2分および終戦の日の正午に、防災行政無線によるサイレン吹鳴を行います。

終戦の日の正午は時報による音楽は鳴りませんので、ご注意くださいますようお願いいたします。

サイレンを合図に原爆死没者の冥福と世界恒久平和の実現を祈念し、黙とうを捧げましょう。

なお、串間市は昭和61年に非核平和都市宣言を行っています。

☎ 総務課総務係☎72-4557



募集

楽しい!!
子ども会に入ろう!!

串間市子ども会育成連絡協議会(以下子ども会)では、会員を募集しています。

子ども会は、異なる年齢の仲間が集まって、レクリエーションや自然体験などを通して仲間を作り、心豊かな人間性を育てる場所です。

また、年間を通して、みんなで楽しめるイベントをいくつも計画しています。

新しい仲間が欲しい方、みんなでワイワイ楽しく活動したい方は参加しませんか？一緒に子ども会活動を楽しみましょう!!

●対象年齢=幼児から小学校6年生(串間市に在住、または串間市内の学校に在籍する方)

※幼児の場合は保護者同伴で活動していただくこととなります。詳しくはお問い合わせください。

楽しい!!子ども会に入ろう!!

子ども会とは、異なる年齢の仲間が集まって、レクリエーションや自然体験などを通して、仲間を作り、心豊かな人間性を育てる場所です。主体性、協働性、社会性、コミュニケーション能力といった、子どもの成長や人格形成に不可欠なものを身につけることを目指しています。

今年計画しているイベントは？
令和2年度に計画しているイベントは以下の通りです。
○ニシマス釣り大会
○防災キャンプ体験
○牧家ロード参加
○高野山ハイキングと宝探し大会
○クリスマス会
○おめくり体験&クラフト
○ゴルフ体験
※予告なく変更する場合があります。

子ども会に入るには？
串間市子ども会育成連絡協議会(子ども会)事務局へご連絡ください。市内の小学生が対象です。
連絡先
串間市子ども会育成連絡協議会
TEL 55-1161
FAX 71-1015

☎ 串間市子ども会育成連絡協議会
☎55-1161

申請

特別定額給付金の申請は
8月18日までです

給付金(10万円)の申請期限は8月18日(火)【消印有効】までです。この日を過ぎると受付できませんので、申請がお済みでない方は、早めに申請をお願いします。

申請書に世帯主の方のお名前、口座情報などの必要事項を記入の上、運転免許証などの本人確認用資料および通帳またはキャッシュカードなどの振込先口座確認用資料の写しを添付し、返信用封筒にて市役所へご返送ください。

☎ 特別定額給付金担当
☎55-1177(直通)



募集

kushimen's kitchen
(男性料理教室)参加者募集!

本市では男性を対象とした料理教室を実施しています。今回のテーマは「ヘルシー中華料理を作ろう!」です。食べたいけど高カロリーになりがちな中華料理!食材や調理法を変えるとヘルシーに美味しく食べられますよ!

ソーシャルディスタンスを保っておいしく、安全、ヘルシーに料理をしませんか?初心者大歓迎!お気軽にお問い合わせください。

- 日時=7月11日(土)午前10時~午後1時(終了予定)
- 場所=市総合保健福祉センター2階調理室
- 料金=無料(エプロンとマスクをご持参ください)
- メニュー=チャーハン、糸コンチンジャオロースー、豆腐シュウマイ、ごまだれバンバンジー、ヘルシー杏仁
- ※メニューは変更になる場合があります
- 申込締切=開催日の3日前まで(ギリギリでもご連絡ください☆)

※ただし、定員10名になり次第締め切らせていただきます
※なお、新型コロナウイルス感染予防のため、当日は検温と体調チェックを行います。体調不良の方はご参加をお控えください。

☎ 医療介護課健康増進係
☎72-0333

宮崎いのちの電話
第3期相談員養成講座
受講生募集開始



いのちの電話は、24時間365日活動するボランティアの電話相談窓口です。昭和46年に東京都で活動が開始され、宮崎県では令和元年9月10日によやくいのちの電話の活動がスタートし、現在56名の相談員第1期生の皆さんが、県内各地から365日交代で電話相談活動に参加してくださっています。

現在、活動時間は夜9時から翌朝4時までとなっておりますが、今後24時間365日活動を行っていくためには、まだまだたくさんの相談員の方がが必要です。

いのちの電話では、電話を通して「親身になって聴いてくれる聴き手」になり、一人でも多くの方が生きる喜びを見いだせる手助けをする事を目的として活動しています。相談員になるための経験・資格は問いません。充実した研修制度がありますので、未経験の方でも安心してご参加いただけます。ぜひお気軽に事務局へお問い合わせください。

●応募資格

- ①20歳以上の方
- ②電話相談を担当できる心身の健康を有する方

●応募方法=お気軽に事務局へお電話ください。その後、申込書関係を送付いたします。

●募集・書類提出期間

令和2年4月1日(水)~令和3年1月15日(金)

☎ 宮崎いのちの電話事務局
(月~金:午前9時~午後5時)
☎0985-33-9557
FAX 0985-33-9558

募集 令和2年度 原木しいたけ生産新規参入者等基礎研修生募集

宮崎県では、原木しいたけの生産を開始しようとして検討中の方や開始して間もない方などを対象に、原木しいたけの栽培や出荷に関する基礎的な知識や技術を習得できる研修を実施します。

- 受講対象者=宮崎県在住で次のような方
 - ・宮崎県内で原木しいたけの生産を開始しようとして検討中の方
 - ・原木しいたけの生産を開始して間もない方
 - ・原木しいたけの生産に関する基礎的な知識や技術を習得したい方

●申込方法など
詳細については県庁ホームページ「令和2年度原木しいたけ生産新規参入者等基礎研修の研修生募集について」をご覧ください。

☎ 宮崎県環境森林部
山村・木材振興課 特用林産振興担当
〒880-8501 宮崎市橘通東2丁目10番1号
☎0985-26-7157 / FAX 0985-28-1699

●研修日程

No	日時	研修場所	研修内容
1	令和2年9月初旬	宮崎県林業技術センター(美郷町)	・乾しいたけ生産の現状 ・乾しいたけ栽培の基礎
2	令和2年10月中旬	宮崎県林業技術センター(美郷町)	・しいたけ原木伐採 ・しいたけ生産機械
3	令和2年11月中旬	宮崎県林業技術センター(美郷町)生産現場	・ほだ起こし、発生操作 ・乾燥方法
4	令和3年1月中旬	宮崎県林業技術センター(美郷町) 宮崎県経済連椎茸流通センター(日向市)	・乾しいたけの利活用 ・採取、乾燥、選別
5	令和3年2月下旬	宮崎県経済連椎茸流通センター(日向市)	・駒打ち(植菌) ・伏せ込み方法

※1 新型コロナウイルス感染拡大防止の観点などにより、開催の時期・回数・場所・内容などに変更が生じる場合があります。
※2 開催期日は、原則として土日と予定しています。

◇新型コロナウイルス感染症 感染防止のために◇

「新しい生活様式」を実践しましょう

申間市民の
皆さま、

日常生活での基本的感染対策

検温もしましょう!



- ・まめに手洗い、手指消毒
- ・咳エチケットの徹底(外出はマスク着用)
- ・人との間隔はできるだけ2m(最低1m)
- ・「3密」を避ける
- ・会話をするときは、可能な限り対面を避ける
- ・感染が流行している地域の往来は避けて



買い物



- ・1人または少人数で空いた時間に
- ・電子決済を利用する
- ・計画を立てて素早く済ます
- ・展示品への接触は控えめに
- ・レジに並ぶときは、前後をあける
- ・通販も利用する

娯楽・スポーツなど



- ・公園は、空いた時間、場所を選ぶ
- ・ジョギングは少人数で
- ・すれ違うときは距離をとる
- ・筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ・狭い部屋での長居は避ける
- ・歌や応援は距離をとるかオンラインで

食事



- ・対面ではなく、横並びで座る
- ・おしゃべりは控えめに
- ・大皿は避けて、料理は個々に
- ・お酌や回し飲みは避ける
- ・持ち帰りやテリバーも利用
- ・屋外空間で気持ちよく

冠婚葬祭や親族行事



- ・多人数での会食は避ける
- ・風邪の症状があるなら参加しない

働き方の新しいスタイル



- ・テレワークの活用を
- ・時差出勤でゆったりと
- ・会議はオンラインで

県ホームページにより
最新情報をご確認ください

宮崎県 新型コロナ

検索



宮崎県

新しい生活様式 ～会食時の エチケット 五箇条～

- 第一条 手洗いの徹底 (例) 入店時、お手洗時などの小まめな手洗い
- 第二条 会話は小声 (例) 大声での会話を避ける
- 第三条 マスクの取り扱いに注意 (例) 店内でマスクを外した場合は、清潔な袋などにしまう
- 第四条 身体的距離の確保 (例) 横並びで座る、向き合うときは1席空けて斜め向かいにする
- 第五条 共有を避ける (例) お酌・お猪口・グラスの回し飲み、大皿を避ける

新しい生活様式は始めていますか？



問 医療介護課健康増進係 ☎72 - 0333

障がい者(児)への補助制度をご活用ください

～障がい者(児)を支援するための各種制度などをご紹介します～

身体障害者タクシー等 利用料金助成

身体に重度の障がいがある方の日常生活の利便を図るため、タクシー料金の一部を助成します。

- 内容=利用券1枚につき、タクシーなどの小型車利用料金(上限560円)を助成します。ただし利用券の使用は1回乗車につき1枚です。
- 交付枚数=1人につき年度あたり24枚を交付

※上半期(4月～9月分)を期間内に12枚、下半期(10月～翌年3月分)を期間内に12枚交付
※助成対象条件などの詳細についてはお問い合わせください。

障がい者(児)福祉サービス (自立支援給付)

障がい者(児)の日常生活を支えるさまざまなサービスを利用できます。

- 居宅介護(ホームヘルプ)、短期入所(ショートステイ)、生活介護、就労継続支援、共同生活援助(グループホーム)、施設入所支援など
- 放課後等デイサービス、児童発達支援、保育所等訪問支援など
- 補装具、日常生活用具、自立支援医療、(新)高額障害福祉サービス等給付費など

※詳細についてはお問い合わせください。

軽度・中等度難聴児 補聴器購入費等助成

身体障害者手帳の交付対象とならない軽度・中等度の難聴児に対して、補聴器の購入費用などの一部を助成します。

- 対象経費=補聴器の購入、修理費
- 助成額=原則として基準額の3分の2

※助成対象条件などの詳細についてはお問い合わせください。

重度心身障害者 介護手当

一定の条件を満たす65歳未満の重度心身障がい者と同居する家族で、この方を介護する方を対象に月額5,000円(半年に1回支給)の介護手当を支給します。詳細についてはお問い合わせください。

特別児童扶養手当

身体、知的、精神のいずれかに中等度以上の障がいがある20歳未満の児童を養育している父母、または養育者に支給されます。障がいの程度は原則として医師の診断書により判定されますが、障害者手帳の障がい部位・程度により診断書の提出が省略できる場合があります。

- 支給要件=対象児童が一定の障がい状態にあること(診断書などにより県が認定します)。対象児童が20歳未満であること。児童が施設などに入所していないこと。支給を受けようとする父母、養育者の前年所得が基準額以内であることなどがあります。

- 手当額=
 - ・1級(重度)月額52,500円
 - ・2級(中等度)月額34,970円
 ※手当額は毎年改定されます。申請に関する詳細についてはお問い合わせください。

特別障害者手当

在宅の身体、知的、精神に著しく障がいのある方に対し、一定の手当を支給します。

- 支給対象者=20歳以上であって、著しく重度の障がいがあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の障がい者。
 - 手当額=月額27,350円
- ※手当額は毎年改定されます。申請に関する詳細についてはお問い合わせください。

障害児福祉手当

●支給要件=20歳未満であって、重度の障がいの状態にあり、日常生活において常時介護を必要とする在宅の障がい児。

●手当額=月額14,880円
※手当額は毎年改定されます。申請に関する詳細についてはお問い合わせください。

宮崎県おもいやり 駐車場制度

障がいのある方や高齢の方、妊産婦など歩行が困難と認められる方に対して、「おもいやり駐車場利用証」を交付しています。この利用証を利用し、提携した商業施設、病院、銀行、官公庁など公共的施設で優先して駐車することができます。

※手帳の等級や介護保険の要介護度などの交付基準がありますので、詳細についてはお問い合わせください。

ヘルプマーク・ ヘルプカードの交付

内部障がいや難病の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方に対して、ヘルプマーク、ヘルプカードを交付します。※ヘルプマークの申請には、原則として各種障がい者手帳や、難病を証明する書類などが必要です。詳細についてはお問い合わせください。



問 福祉事務所自立支援係 ☎72 - 1123(内線502、503、504)

税チャンネル



建物を新增築、解体されたときは
税務課にお知らせください

固定資産税は、毎年1月1日(賦課期日)時点で土地、家屋、償却資産を所有している方にかかる税金です。

税務課資産税係では定期的に市内の巡回を行い、工事届などの情報をもとにしながら、土地や家屋の状況を調べています。しかし、市内全域の状況を正確に把握することは難しい状況です。

家屋については新增築、解体どちらの場合でも、現地調査をさせていただく必要があります。

建物を新增築、解体されたときは、まずは税務課にお知らせください。公平公正な課税のために皆さまのご協力をお願いいたします。

税務課 資産税係 ☎72-1113

防災ニュース

コロナ禍における避難所

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に伴い、開設する避難所が一部変更となりました。お住まいの地区の避難所をそれぞれ確認しましょう。

地区名	一般スペース(受付)	専用スペース
福島地区	総合体育館(本館入口)	中央公民館
北方地区	総合体育館(本館入口)	中央公民館
大東地区	大東支所体育館(支所入口)	大東支所
本城地区	旧本城中体育館(正面入口)	中央公民館
都井地区	都井支所体育館(支所入口)	都井支所
市木地区	市木支所(支所入口)	市木支所

避難所に到着後、一般スペースにて受付をしてもらいます。健康チェック表記入後、異常がなければそのまま一般スペースへ入所していただきます。

異常があった場合は相談センターに連絡し、その後の指示をおいください。

避難所によっては、別地区の専用スペースに移動してもらう場合があります。

その他避難所での注意事項

1. マスクの着用、手洗いや消毒、咳エチケットの徹底
2. 避難場所の換気の徹底
3. 会話は必要最低限にとどめる
4. 車中泊避難をお考えの方へ
 - ①長時間同じ体勢でいることがないようにする。
 - ②暑さ、寒さ対策をしこまめに水分補給をする。
 - ③防犯対策をする。

危機管理課 危機管理係 ☎55-1120



レジ袋削減にご協力ください!

プラスチックは、非常に便利な素材です。形成しやすく、軽くて丈夫で密閉性も高いため、製品の軽量化や食品ロスの削減など、あらゆる分野で私たちの生活に貢献しています。一方で、廃棄物・資源制約、海洋プラスチックごみ問題、地球温暖化などの課題もあります。私たち

は、プラスチックの過剰な使用を抑制し、賢く利用していく必要があります。

このような状況を踏まえ、7月1日より、全国でプラスチック製買物袋の有料化を行うこととなりました。これは、普段何気なくもらっているレジ袋を有料化することで、それが本当に必要かを考えていただき、私たちのライフスタイルを見直すきっかけとすることを目的としています。

市民生活課生活環境係 ☎72-1356

今日の日曜給油店

月/日	給油店名
7/5	片平本町店・井手都井店
7/12	井上仲町店・三協西小路店・井手都井店
7/19	坂元串間店・井手都井店
7/26	井出産商串間店・井手都井店

人口のうごき(令和2年6月1日現在)

人口 16,983人(前月比-23人)
[男性 7,971人 女性 9,012人] 世帯数 7,625世帯
*平成27年度国勢調査からの推計人口です。

今日の休日在宅医

月/日	医療機関	診療科	電話番号
7/5	英医院	内科	74-1187
7/12	こいな内科・循環器科	内・循・呼	71-1711
7/19	岡村クリニック	整形外科	72-7710
7/23	吾社クリニック	内科	71-3411
7/24	中島医院	内科・小児科	72-5202
7/26	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112

*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。

後期高齢者医療保険料の均等割軽減特例の見直しについて

後期高齢者医療保険料の均等割軽減の対象の方(※)の保険料について
(※)高齢者医療保険料の均等割額が8割軽減または8.5割軽減となっていた方
(世帯主および世帯の被保険者全員の軽減判定所得の合計額が33万円以下の方)

本来7割軽減の対象となる方の保険料(均等割)は、これまで特例的に上乗せして軽減を行ってきましたが、表のとおり、令和元年度から段階的に見直しを行っています。

対象者の所得要件 (世帯主および世帯の被保険者全員の軽減判定所得の合計額)	均等割(★)の軽減割合				
	本則	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
[平成30年度における8.5割軽減の区分] 軽減判定所得が33万円以下	7割	8.5割	8.5割	7.75割	7割
月平均額が 600円 → 900円					
[平成30年度における9割軽減の区分] うち、世帯の被保険者全員の各種所得なし	9割	9割	8割	7割	7割
月平均額が 800円 → 1,210円					

(★)均等割(被保険者全員が負担)額は、年間48,400円です。

税務課国保・介護賦課係 ☎【代表】72-1111(内線263・264)【直通】72-1114



無料相談

①遺言などの無料相談

- 相談対象=遺言、相続、高齢者などの財産管理、離婚時の契約など
- 日時=7月12日(日)午前8時~正午まで
- 場所=日南公証役場(日南市戸高1丁目3-2)
- その他=予約制のため、平日に事前の電話予約が必要です(午前8時半~午後5時)。

☎日南公証役場 ☎23-5430



②行政相談

- 相談対象=行政に対する意見や要望、相談など
 - 日時=7月27日(月)午前9時~正午
 - 場所=市役所1階B会議室
- ☎市民生活課生活環境係 ☎72-1356

③法律相談

- 相談対象=ご近所トラブル、離婚、相続、債務整理、労働問題、交通事故、会社経営など
 - 日時=7月20日(月)午後1時半~終了次第(要予約)
 - 場所=市総合保健福祉センター
- ☎串間市社会福祉協議会 ☎72-6943



④人権相談

- 相談対象=セクハラ、パワハラ、家庭内暴力、体罰、いじめ、誹謗中傷、差別など
 - 日時=7月13日(月)午前10時~午後3時
 - 場所=都井支所
- ☎総務課総務係 ☎72-4557



⑤年金相談

- 相談対象=高齢、障害、遺族などの年金請求および相談
 - 日時・場所
 - ①7月2日(木)午前10時~午後3時 市役所3階大会議室
 - ②8月6日(木)午前10時~午後3時 市役所3階大会議室
 - その他=事前に都城年金事務所へ予約(1カ月前から可)が必要です。予約の際、持参するものの確認をお願いします。
- ※予約受付時間=平日午前8時半~午後5時15分
☎市民生活課市民係 ☎72-1117
都城年金事務所 ☎0986-23-2571

⑥消費者生活巡回相談

- 相談対象=消費者トラブル(商品、訪問販売、契約など)に関する相談
 - 日時=7月21日(火)午前10時~午後3時
 - 場所=市役所1階市民生活課相談室
- ☎市民生活課生活環境係 ☎72-1356

7
July
2020

今月のくしま

組 相談	育 子育て
健 健康	★ イベント
他 その他	

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
6/28 健 集団健(検)診 【市総合保健福祉センター】	29	30	7/ 1	2 組 年金相談 (P26) ★ 第2回 大東地区さわやか学級【大東公民館】 健 集団健(検)診 【大東公民館】	3	4 他 プレミアム商品券第1弾販売開始 (P6) ★ くしまん「夕市」 【申間商工会議所】
5 ★ あおぞら広場 【市総合保健福祉センター】	6 他 申間市営プール 開放開始 (P21)	7 ★ 第2回 福島地区さわやか学級【中央公民館】 健 集団健(検)診 【金谷・今町公民館】	8 育 1歳6カ月健診 (P13)	9 ★ 第2回 中央地区さわやか学級【中央公民館】 健 集団健(検)診【都井 基幹集落センター】	10 ★ 第2回 市木地区さわやか学級【市木公民館】	11 ★ kushimen's kitchen 【男性料理教室】 (P22)
12	13 組 人権相談 (P26)	14 ★ 第2回 都井地区さわやか学級【都井基幹集 落センター】	15 育 乳児健診(P13) ★ 第2回 北方地区さわやか学級【北方農村環 境改善センター】	16 健 集団健(検)診 【農村環境改善 センター】	17 ★ 第1回 くしま市民講座 (P21)	18
19 健 まとめて健診 【市総合保健福祉 センター】(P5) ★ くしま朝市 よかむん市 【申間商工会議所】	20 組 法律相談 (P26)	21 組 消費者生活 巡回相談 (P26) ★ 第2回 本城地区さわやか学級【本城地区体 育館】	22	23 海の日	24 スポーツの日	25 他 宮崎県WEB 企業説明会 (P19)
26 他 宮崎県WEB 企業説明会 (P19)	27 組 行政相談 (P26)	28	29	30	31 他 よかむん 申込締切日 (P3) 他 国民健康保険税 (1期)・後期高齢者 医療保険料(1期)・ 保育料(7月分) 納期限口座振替 日(P20)	8/ 1 ★ 夏休み工作教室 (P16) 他 プレミアム 商品券第2弾 販売開始 (P6)

※各日程については予定であり、変更になる場合があります。

編集後記

コロナウイルスの影響で長い外出自粛の期間が続きましたが、その間に自炊を始め、日々スマホのアプリのレシピを見ながら作っています。今はお肉メインの料理が中心なので、これからは野菜などを使った副菜料理も作れるように頑張っていきたいです。(お)

ご意見をお聞かせください！

広報くしまに関するご意見やご感想、取り上げてほしいテーマをお聞かせください。いただいたご意見は、今後の紙面づくりの参考とさせていただきます。

