

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

8

No.1092
毎月1日発行
August 2022



KUSHIDELICRAM

公式LINE

サーフィン 楽しい!!

市木小学校で7月13日、サーフィン教室が開かれました。

地元出身の元プロサーファーなどから、サーフボードにうつぶせに乗って泳ぐパドリングや立ち方を教わりました。

最後にはパドリングのリレー競争があり、児童たちは懸命に水をかいて競い合っていました。

4年生の冠地^{かんまひと}恵斗くんは「ボードの上に立てて楽しくて気持ちよかった。

これからもマリンスポーツを楽しみたい」と笑顔で話していました。

P 2~3

あなたのまちの相談パートナー
「人権擁護委員」

P 4~5

祝！朝市30周年
30年の歴史を一挙振り返り！

P 6~7

新型コロナウイルスワクチン
接種・PCR検査助成情報

8月は
人権啓発
強調月間

「あなたのもちの相談パートナー」 人権擁護委員



皆さんは「人権」という言葉について、どんなイメージを持っていますか？人権とは、

・人が人らしく生きる権利で、誰もが生まれながらにして持つ権利

・すべての人が生命と自由を確保し、それぞれの幸福を追求する権利

であり、誰にでも身近で大切なものです。また、互いの思いやりによって日々守られていくものです。

しかし、人は時として、誤解や偏見から差別意識が生まれたり、気付かないうちに相手を傷つけたりすることがあります。今日の社会では、いじめや虐待、インターネットを用いた誹謗中傷や差別的書き込みなど、さまざまな人権侵害が起きています。一人一人がさまざまな人権問題について正しく理解するとともに、身

近にある人権問題に気付いて自分のこととして考え、行動できる態度を身に付けることが大切です。

本特集では、人権に関する相談対応や、人権に関心を持ってもらう啓発活動などを行う「人権擁護委員」について紹介します。

人権擁護委員はどんな人？

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づき法務大臣から委嘱を受けて活動している民間ボランティアです。全国に約1万4,000人おり、本市では6人の委員が活動しています。

一人で悩まず
ご相談ください

毎月1回、市役所などで行われる特設人権相談(今月の日程は24ページに掲載)。相談は無料で、秘密は厳守されます。また、宮崎地方法務局日南支局でも常設の人権相談が行われています。差別やいじめ、虐待など、1人で悩まず、人権擁護委員にご相談ください。

開催場所

- ・【特設】市役所(偶数月)、支所(奇数月): 毎月1回
- ・【常設】宮崎地方法務局日南支局: 週3回

■相談料=無料(予約不要)

「自分の人権・人の人権・みんなの人権」

申間市人権擁護委員は6人選出されています。主に人権相談や人権啓発活動を行っています。人権相談は、複雑な問題など内容によっては法務局や社会福祉協議会などと連携して解決に向けてサポートしています。何か困り事がありましたら、1人で悩まずぜひご相談ください。

また、人権啓発活動の1つである人権教室は、保育所や児童クラブ、小中学校など、子どもたちに向けた教室を中心に行っており、幼いころから「命」「思いやり」などの大切さを理解してもらえるように、DVDや人権カルタなどを通じて分かりやすく教えています。今後は関係機関と連携した大人向けの人権教室の開催を検討しています。

皆さんが幸せに暮らせるように、これからも人権を守る活動を積極的に行っていきたいと思います。

申間市人権擁護委員
(日南人権擁護委員協議会
副会長)

くろき かずふみ
黒木 和文さん

問い合わせ先=総務課総務係 ☎72-4557



人権教室

幼稚園、保育園、小中学校などにむけ、寸劇や紙芝居などを通して相手への「思いやり」の大切さなどを学んでもらいます。



ふれあい映画祭

8月の人権啓発強調月間に合わせて開催。子どもたちにアニメ映画を通して人権の大切さについて考えてもらいます。



人権の花運動

花を育てることで「命の大切さ」などの心を育んでもらうため、申間市人権啓発推進協議会と共同で実施。今年は大平小学校など7団体に花を贈呈しました。

申間市人権擁護委員は、法務局と連携して人権相談を開催し、問題解決へのお手伝いや人権侵害による被害者の救済を行っています。また、啓発活動としての活動などを行っており、人権の大切さを社会に広げています。

こんな活動をしています



30周年を迎えて...
トツゲキ!
インタビュー!

喜多米穀店

朝市実行委員長
きた しょういち
喜多 祥一さん

これから出店者数を増やしていきたいと思っていますので、ご興味のある方はぜひ申間市観光物産協会でお申し込みいただきたいです。30年前からのスタイルを守りつつ、道の駅「くしま」も盛り上げていける工夫をこれからもしていきます。



朝松尾醸造場

申間市観光物産協会
副会長
まつ お さだなお
松尾 定直さん

30年間、いろいろな出店者さんが入れ替わりながら続いてきたこの歴史ある朝市に、市内外のお客さんに来てもらえるよう、新しいことも取り入れながら今後、さらに力を入れていきたいです。たくさんの方に来てもらえる魅力作りや情報発信も頑張っていきます。



広報くしま 平成27年12月号に掲載

令和4年にブランドオープンを迎えた道の駅「くしま」の屋根付きイベント広場で天気に左右されることなく朝市を開催。トイレや駐車場があることで、足を運びやすくなりました。また、7月1日(金)の「七夕夜市」では、甚平や浴衣の来場者に花火、または光るプレスレットのプレゼントが行われ、色とりどりの浴衣を身にまとった姿が多く見られました。商品によっては開始直後に売り切れがでるほどのにぎわいに。



2022

現在
令和4年
7月1日
道の駅「くしま」
イベント広場

出店者募集中!!

30周年イベントを企画中!
詳しくは新聞チラシや観光物産協会の公式Facebookなどをチェック!!

問い合わせ先
申間市観光物産協会 〒888-0001 宮崎県申間市大字西方5503-1
道の駅「くしま」情報提供施設内 申間市観光物産協会 観光案内所
☎72-0479 FAX:72-1134
●Facebook=https://www.facebook.com/kandb.kushima/

2015



広報くしま 平成11年11月号に掲載

7周年を機に朝市の新しい名前を募集。11月に「くしま朝市よかむん市」に。7月から市文化会館駐車場などで開催され、市内の高校生によるフルートミニコンサートやアフリカン太鼓の演奏など、さまざまなイベントやゲームが開かれました。新鮮な野菜や水産加工品などが市価よりも安く手に入ると、主婦たちの好評を集めました。

よかむん朝市とともに、伊勢海老まつりを開催。新鮮な伊勢海老を1キロ4,500円で販売。また、先着500人限定の伊勢海老のみそ汁は、すぐに整理券がなくなるほどの長蛇の列が。

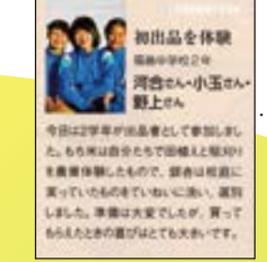


広報くしま 平成22年10月号に掲載



広報くしま 平成23年12月号に掲載

11月20日、仲町通りで「なかんまちとんぢやか市」がありました(主催:仲町商店街)。この日は毎月第3日曜日の「よかむん市」も同時開催。会場には市内内外から多くの出店者が立ち並びました。また、大規模な手打ちが行われたほか、炭焼きのさんま、新鮮なマグロの刺身が振る舞われるなどイベントも充実。好天にも恵まれ、朝早くから多くの人で賑わいました。



なかんまちとんぢやか市の日にあわせてよかむん朝市も同時開催。会場には市内外の多くの出店が立ち並びさまざまなイベントやふるまひも。

1999

「くしま朝市よかむん市」
平成11年
市文化会館駐車場など

祝!
朝市30周年
30年の歴史を一挙振り返り!
毎月第3日曜日の朝に、串間の「おいしい」が1カ所に集まって開催される「朝市」。長い歴史があり、今月の8月21日(日)になんと30周年を迎えます!そこで今回は、広報くしまを元に、長年皆さんに愛されてきた朝市の歴史を振り返ります!

2010

「伊勢海老まつり×くしま朝市よかむん市」
平成22年9月19日
福島港

記念すべき第1回目は、市役所正面の玄関前広場で開催。その後、毎月第3日曜日の朝に開かれ、串間の海の幸・山の幸がたくさん集まり、にぎわいを見せました。焼酎・天ぷら・かまぼこ・お菓子などのおいしいお店がずらりと並び、お楽しみ抽選会には長蛇の列ができるほどに!この当時は申間市地場産業振興対策協議会(矢野貞次会長)が主催し、市と申間商工会議所が後援という官民一体の形でスタート。



広報くしま平成24年9月号に掲載

2011

「初せり×第9回くしま朝市よかむん市」
平成23年1月4日
申間市漁協



10月17日に開催された会場には約600人ほどが集まりました。都井や市木だけでなく、日南や志布志から来て買い物を楽しむ方も。当時、200円のうどんを孫と食べにくるのが楽しみな人、くじで運試しをする人など、回数を重ねるごとに足を運んだ人たちの楽しみ方もさらに広がっていました。毎回25店前後が並び30分程度で売り切れることも。また、この頃から、夏はかき氷、冬はぜんざいの無料ふるまひなどが始まり、この日は甘しょフライのふるまひが行われました。

広報くしま平成25年11月号に掲載

「なかんまちとんぢやか市」
平成23年11月20日
仲町商店街



広報くしま平成8年10月号に掲載

1992

第1回
「くしま朝市」
平成4年
8月16日
市役所玄関前広場

1993

平成5年
市役所
玄関前広場

1996

5周年
平成8年
8月18日
市役所
玄関前広場

新型コロナウイルスワクチン接種・PCR検査助成情報

ワクチン接種は
予約が必要です。

※電話、LINEで予約をされて
いない方は接種できません

園児・小中高校生の保護者の皆さまへ 夏休み期間中にワクチン接種をしませんか？

新型コロナウイルスワクチンの初回（1・2回目）および追加（3回目）接種はお済みですか？ ワクチン接種により、感染予防効果や発症予防効果が得られます。

とはいえ、子どもや生活にどんな影響があるのかわからない…、副反応はどんな様子なの？と不安ゆえに接種に踏み切れないこともあるでしょう。今回、小児用ワクチンを接種したお子さんのお母さんにご協力いただき、お話を伺いました。



ワクチンを接種した5歳のお子さんのお母さんの声 小児用ワクチンを接種させようと思った理由は？

感染予防になればというのが一番ですが、万が一感染してしまった際にも、重症化しにくいということでしたので、注射はかわいそうですが子どものために思い接種させました。

接種後のお子さんはどんな様子でしたか？

副反応が出た時のことを考え、休日前である金曜日に接種しました。結果的には発熱などはなく、軽い腕の痛みのみだったので、接種後も普段の生活と変わらず元気に過ごせました。

ワクチン接種についてのご感想、同じ世代のお子さんがいらっしゃる保護者へのメッセージをお願いします。

全国では10歳未満のコロナ感染者の死亡例も出ています。副反応の心配もありますが、重症化した時のリスクの方が大きいと思います。自分の子どもを守る、また感染を広げないためにも、前向きに接種を考えてもらえたらと思います。

ワクチンを接種した8歳と9歳のお子さんのお母さんの声 小児用ワクチンを接種させようと思った理由は？

副反応も怖かったのですが、8歳の子は心疾患があるので、副反応よりもかかったときに怖くて接種を決めました。打たずにかかってしまい、症状が強く出たときに後悔をしたくないと思いました。

接種後のお子さんはどんな様子でしたか？

注射自体は痛くなく、副反応も強いて言うなら腕の痛みくらいで何事ありませんでした。念のため接種の次の日は休ませましたが、2人とも大丈夫でした。

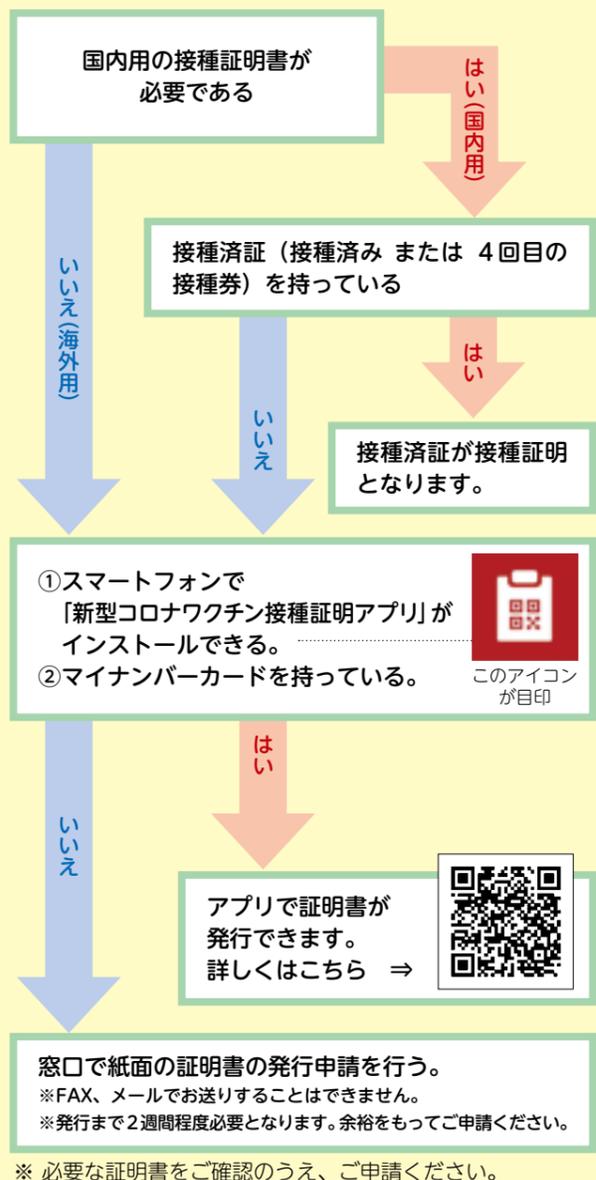
ワクチン接種についてのご感想、同じ世代のお子さんがいらっしゃる保護者へのメッセージをお願いします。

メディアやSNSで副反応のことを取り上げられているのを見ると怖いですが、わが家では接種してよかったと思っています。

接種済証が接種証明に使えます。

旅行・帰省などでワクチン接種証明書を求められた場合、ワクチン接種の際に使用した接種券（接種済証）をもって国内での接種証明とすることができます。また、スマートフォンをお持ちの方は、厚生労働省が提供する「新型コロナワクチン接種証明書アプリ」で国内用・海外用の接種証明書を取得できます。

接種済証を紛失した場合、アプリでの接種証明証が取得できない場合は、新型コロナウイルスワクチン接種対策室の窓口で紙の接種済証発行の申請ができます。**発送まで2週間程度必要となります**ので、余裕をもってご申請ください。



串間市に転入された方へ

本市に転入された方が新型コロナウイルスワクチン接種を希望される場合は、本市が発行する接種券が必要です。**転出元で発行された接種券は使用できません。**

過去の接種歴を確認し、接種券を発行しますので、問い合わせ先にお越しください。

※転出元の市町村で3回目の接種をされた後、本市に転入され4回目の接種を希望される方も申請が必要です。

【必要書類】

- ・転出元市町村で発行された接種券または接種済証（持っている方のみ）
- ・マイナンバーカードなど身分が証明できる書類

新型コロナウイルスワクチン接種状況について

本市における新型コロナウイルスワクチン接種状況は、市公式サイトに掲載しております。



接種率ページの二次元コード

串間市PCR検査費用助成事業が 始まりました

医療機関でPCR検査の「自費検査」を行った方に対して、検査費用の一部を助成しています。

実施期間	令和4年7月1日～令和5年3月31日
対象者	串間市民 および 串間市民の被扶養者（本市との往來をする場合に限り） ※ワクチン接種・未接種は問いません。
検査の種類	医療機関で受けたPCR検査 ※抗原定量検査・抗原定性検査は対象外です。 ※PCR検査センター、空港などの検査場で受けた検査、保険診療の検査は対象外です。
助成額	2 / 3（15,000円を上限とし、1,000円未満は切捨）
必要書類	PCR検査費用助成金交付申請書（窓口にあります）、検査の領収書、通帳の写し、保険証の写し（市民の被扶養者の場合のみ）
受付窓口	市総合保健福祉センター内 新型コロナウイルスワクチン接種対策室
問い合わせ先	下記を参照

追加接種の接種券は前回の接種から 5カ月後に届きます。

ただし、**4回目接種は60歳以上の方と基礎疾患を持つ方などとなります。**

本市では、ワクチンの接種が可能となる日の直前に接種券を送付しております（前回接種日から5カ月後）。接種券がお手元に届きましたら、問い合わせ先に電話またはLINEでご予約ください。

新型コロナウイルスワクチンの接種期間は 令和4年9月30日まで（令和4年7月22日現在）

令和3年2月から実施している新型コロナウイルスワクチン接種は、現時点では9月30日（金）までで終了予定です（今後、接種期間が延長になる場合があります）。初回（1、2回目）接種、追加接種（3回目、4回目）を希望する方は、終了までにご予約ください。なお、9月30日までに接種可能日に到達しない方は、接種ができません。

【予約の目安】

接種回数	次の接種までの期間	最終のご予約の目安
1回目	3週間	1回目8月中
2回目	5カ月	※2回目は3週間後となります
3回目	5カ月	9月まで
4回目	—	9月まで

※9月は駆け込みのご予約が殺到し、ご希望の日時のご予約ができない可能性があります。接種を希望される方は、お早めのご予約をお願いします。

●ワクチン接種の予約方法

3・4回目、小児用ワクチン接種は、電話・LINEで予約ができます。

※12歳以上の1・2回目接種の予約は電話のみ
※医療機関へ直接電話をかけての予約はできません

電話での予約方法
☎72-5678 月～金曜：午前9時～午後4時

LINEでの予約方法
本市公式LINEから予約ができます。



市公式LINE
二次元コード

- ①二次元コードを読み取り、本市公式LINEのお友達登録をする。
- ②串間市からの情報受信設定の開始をタップ。
- ③受信したい情報を選択しアンケートに答える。
- ④トーク画面に表示されるワクチン接種予約メニューをタップして予約開始。

ワクチン接種に関する問い合わせ 串間市新型コロナウイルスワクチン接種対策室（市総合保健福祉センター内）〒888-0001 宮崎県串間市西方9365-8
☎72-5678 FAX 72-7100【月～金曜：午前8時半～午後5時15分】
※予約は午前9時～午後4時

6月29日 ~医療従事者などに感謝の気持ちを~
千種保育所が七夕飾り贈呈



お願い事を書ける短冊も贈呈しました

千種保育所は串間市民病院、市総合保健福祉センターに七夕飾りを贈呈しました。日頃お世話になっている医療従事者などに感謝の気持ちを届けようと毎年実施。市民病院では年中・年長児16人が、全園児の夢や願い事など書かれた短冊が飾られた約3メートルの笹を、江藤敏治院長に贈呈。七夕飾りは4月末から準備を始め、贈呈の当日に完成。短冊には「おしごとおつかれさまです」「たいこがうまくなりますように」など、さまざまな思いが書かれていました。年長クラスの川田尊旺くんは「みんなの病気が早くよくなりますようにと考えながら作った。喜んでもらえてうれしかった」と話していました。

7月8日 夏休みを前に命と環境を守る方法を学習

有明小学校の全校児童は夏休みを前に、高松海水浴場にて海浜学習を行いました。串間土木事務所による海の危険箇所の講話の後、浜に移動。宮崎ライフセービング協会と地元の愛好者らによるライフセービングボード体験、SUP(スタンドアップパドルボード)、と清掃活動の3班に分かれて実施。同協会代表理事の藤田和人さんは「自分たちの住んでいる地域のいい気付き、自分や友人、そして環境を守ることに繋がってほしい」。同事務所の脇山富夫課長は「見た目は安全に見えても危険性が潜んでいるので夏休み前に学ぶことで楽しく安全に海で遊んでほしい」。参加した6年生の内田虎龍くんは「ちゃんと自分の命と地域を守っていききたい。これからは親と一緒に海や川を安全に楽しみたいです」と話していました。



SUPを満喫する児童たち

7月11日 高齢者への理解を深める



疑似体験する児童たち

北方小学校は高齢者疑似体験を体育館で行いました。3年生8人が高齢者の感覚を疑似体験し、体の動かしづらさを理解して心遣いなどを学びました。市社会福祉協議会の職員が講師を担当。児童は手首や足首などに重りや腰を曲げる装具を身に着け、手足が動かしづらい状況に悪戦苦闘しながらも、介助を受けながら体育館内を歩きました。視界が狭くなるゴーグルや耳栓などを着け、視覚や聴覚が限られた状態での字の読み書きなども体験しました。深江美利菜さんは「腰や足が重くて動くのが大変だった。困っているお年寄りがいたら声を掛けて助けてあげたい」と話していました。

6月7日 生涯学習の「さわやか学級」スタート

主に60歳以上の高齢者を対象として、健康や生きがいづくりについて学ぶ「さわやか学級」が今年も始まりました。同学級は市内7カ所で開設されており、今年は約150人が受講します。市中央公民館で行われた福島さわやか学級の開級式には12人が参加。今年度の学習内容の説明や生涯学習専門指導員の紹介などがあった後、串間警察署員が交通安全、特殊詐欺について講話を行い、注意を呼びかけました。最後には、特殊詐欺について説明した高松駐在所に勤務する榎木一成さんが、一瞬にして面が変わる中国の伝統芸「変面」をサプライズ披露。面が変わる度に盛大な拍手が沸き起こっていました。



変面を披露する榎木さん

6月16日 中園サロン会が風力への関心を深める

中園サロン会は、まちづくり協議会「チーム本城」の共催により串間風力発電所の見学を行いました。串間ウインドヒル株式会社の副所長による、風車が出来上がるまでの過程を動画で学んだ後、同所に移動し、大きな風車を前に騒音対策や自動で風向きを感知し方向転換をするセンサーがあること、1号機～23号機までの一つ一つに市内小学生が考えた愛称があることなどを学習。参加者の今江さよさんは「感激した。何年もかかって何万人の手により作られたことを知りすばらしいと感じた。風車を建てるための厳しい基準から串間市が選ばれたことを知ってうれしい」と話していました。



見学後は都井岬などへ行きました

6月22日 思いやりの心を「人権の花」贈呈

串間市人権啓発推進協議会は、「人権の花」として小中学校など7団体に花の苗計約1050本を贈呈しました。花を育てることで命の大切さを実感し思いやりの心を育んでもらう「人権の花」運動の一環。このうち大平小学校では、串間市人権擁護委員の河野ケイ子さん、黒木和文さんが全校児童3人に、サルビアやマリーゴールドなどの苗計168本を手渡しました。児童を代表し、5年生の長友優雅さんが「大切に育て、他の人を思いやる気持ちを育てていきたい」と感謝の言葉を述べました。その後児童は人権擁護委員と一緒に、校内の花壇の一つ一つ丁寧に苗を植え、学校を彩りました。



児童と一緒に苗を植える人権擁護委員の黒木さん

十人十色

じゅうにん
といろ

子どもの歯を守る むし歯ゼロのお友だち

6月8日に行われた3歳児健診で、
むし歯のなかったお友だちです。



問/福祉事務所子育て支援係
☎72-1123 (内線508)



子育て INFO

「子育て中のお悩み相談室」

「自分は今こうしたい」という気持ちが芽生え、自分なりに考えて主体的に行動するようになるのが3歳ごろです。それでうまくいくことや失敗することもあります。そのような体験を通して、子どもは自分の判断がよかったのかどうか確認していきます。そうしたことを繰り返していくことで、子どもは人らしく生きる脳(大脳の前頭葉)を育てているのです。そのため、「自分でやる」体験をたくさん積んでいきましょう。できたら褒め、いけないことは注意してください。注意する際は「なぜしてはいけないのか」の理由をしっかりと教えてあげてください。失敗や怒られることも、子どもがよいことと悪いことの判断を学習する大切な体験です。

「予防接種」

- 子宮頸がんワクチンについて
積極的な接種勧奨が再開されたことに伴い、対象者に順次個別通知をしています。
・定期接種対象者：平成17年4月2日～平成23年4月1日生まれの方
・キャッチアップ接種対象者：平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの方
まだ3回接種していない方はお早目の接種をお願いいたします。
- 子宮頸がんワクチン任意(自費)接種費用償還制度について
子宮頸がんワクチン接種の積極的勧奨の差控えにより定期接種の機会を逃し、任意(自費)で接種した方に費用の償還を行います。対象年齢の方には個別通知をしていますので、過去の接種履歴をご確認の上、該当の方は申請してください。
・対象者：キャッチアップ接種対象者でまだ無料接種を3回しておらず、高校2年生相当年齢以降国内において2価もしくは4価ワクチンの任意(自費)接種を受けた方(※9価は対象外)
・申請に必要なもの：申請書(市公式サイトでダウンロード、窓口お渡し)、接種したことがわかる母子手帳などの写し、額のわかる領収書などの原本(無い場合は市の定める額)
・申請期日：令和4年9月1日～令和7年3月31日
- 麻しん風しん(2期)・2種混合ワクチン・日本脳炎も個別通知をしております。
その他のワクチンと併せてお早目の接種をお願いいたします。

ハッピー スマイル

田中 聡海ちゃん
(令和3年6月9日生)

田中 大輔・絵理さんの次女(福島地区)

人見知りせずよく笑う、お父さんとお姉ちゃんが大好きな聡海ちゃん。「いないいないばあ」が大好きで、「きゃー」と声を上げて笑います。最近でははっきりと意思表示をするようになり、「これ読んで」と本を持ってきたりします。これからも明るく元気な優しい子に育ってね。



子育て支援情報

ひとり親家庭の 皆さまへ



問/福祉事務所こども政策係 ☎72-1123 (内線507)

児童扶養手当受給者は 期間内に現況届の手続きを 行ってください

児童扶養手当の受給資格のある方(支給停止中の人も含む)は、毎年8月に現況届の提出が必要です。現況届に必要な書類については該当者に郵送にて通知していますので、現況届提出時までに必要書類をそろえていただき、ご提出ください。なお現況届を提出しないまま2年が経過すると、時効により受給する資格がなくなりますので、必ず提出してください。現在、所得制限超過により支給停止の方でも、その後所得が下がって受給できる場合がありますので、毎年現況届の手続きを行ってください。

※令和4年度(令和3年中)の所得の申告がまだの方は、現況届を提出する前に申告を済ませてください。

●受付期間 完全予約制

8月1日(月)～8月31日(水)
(土日・祝日を除く)

午前9時～午後5時

※8月6日(土)、27日(土)は午前8時半～正午
※毎週木曜日は午前9時～午後7時



児童扶養手当現況届にあわせて 宮崎県母子寡婦福祉連合会の 巡回就業相談があります

- 日時=8月6日(土)
午前8時半～正午
(時間は要相談)



- 場所=市総合保健福祉センター
「仕事が決まらず困っている」「収入が減少したので転職をしたいがどうしていいかわからない」などお悩みはありませんか。1人で悩まず現況届提出の際に、相談してみませんか？

母子および父子家庭等 医療費助成制度について

母子および父子家庭などに対して医療費の一部を助成する制度があります。串間市に住所があり、健康保険に加入している母子および父子家庭などが対象となります(所得制限があり、所得制限限度額以上の方は対象外となります)。

医療費の助成を受けるには、事前に受給資格を得るための申請をし、認定を受ける必要があります。助成の詳細な内容などにつきましては、こども政策係にお問い合わせください。



令和4年度串間市健幸マイレージ事業

「SALKO (サルコー) チャレンジ!!」 ウォーキングを実施します!

昨年、宮崎県ウォーキングスマートフォンアプリ「SALKO (サルコー)」または万歩計などを利用した「SALKO (サルコー) チャレンジ!!」を行いました。好評につき今年度も実施します! 昨年度参加した方、今年度初めて参加する方、皆さん大歓迎です! 歩数を記録することで達成者には記念品が当たります。「日頃の運動成果をみるために」「これから運動を始めるきっかけづくりに」ぜひ参加してください。

1. 申込資格は?

串間市に住所があり、令和5年3月31日時点で20歳以上の方で市税などの滞納のない方

2. 参加申込期間は?

令和4年7月1日(金)～令和4年9月30日(金)
※「SALKO(サルコー) チャレンジ!!」ウォーキング申込書の提出が必要です。医療介護課健康増進係および各支所に置いてありますので記入し提出してください。申込書と引き換えに参加賞をお渡しします。

3. 歩数を計測する期間は? (実施期間は?)

令和4年10月1日(土)～令和4年10月31日(月)の1ヵ月間

4. 歩数の記録方法は?

①「SALKO (サルコー)」での参加者

歩数の記録には「SALKO (サルコー)」を起動する必要があるため、ウォーキング前には必ず「SALKO」をタップして起動確認を行います。
※Androidでグーグルフィットに連携していない場合は、アプリを起動しないと歩数カウントしないため必ず確認してください。

②自分のウォーキングアプリまたは万歩計での参加者

毎日、歩数を計測し、ウォーキング記録表に記録し、記録表を令和4年11月15日(火)までに提出します。

* SALKO アプリ登録方法 *

SALKO は、iOS または Android OS のスマートフォンでご利用いただくことができます。AppStore または GooglePlay より SALKO アプリをインストールしてください。

○登録方法 Android OS の場合
Google play → 検索 『salko』

○登録方法 iOS の場合
App Store → 検索 『salko』



※以下インストール、入手、登録は同じ手順です。



【対象 OS】iOS8.0以上 Android4.4
上記二次元コードからもインストールできます。

串間市健幸ウォーキング



5. 各賞と記念品

①健幸賞

1カ月の合計歩数
30万歩達成者
1万円相当の記念品
(抽選で5名に贈呈)

②達成賞

1カ月の合計歩数
21万歩達成者
5,000円相当の記念品
(抽選で20名に贈呈)

③敢闘賞

1カ月の合計歩数
13万5,000歩達成者
3,000円相当の記念品
(抽選で50名に贈呈)

④参加賞

参加申込者全員
に申込時に贈呈
ウォーキング関連
グッズ

6. 記念品の抽選および贈呈

参加賞は市総合保健福祉センター、各支所で参加申込書と引き換えにお渡しします。その他各賞については、令和4年11月に抽選を行い、当選した方に当選決定通知書をお送りします。

問 医療介護課健康増進係 (市総合保健福祉センター内)、各支所
問 医療介護課健康増進係 (市総合保健福祉センター内) 〒888-0001 串間市大字西方9365番地8 ☎72-0333 FAX 72-0310

夏バテ防止7カ条

健康
マメ
知識



えとう としはる
院長 江藤 敏治先生

宮崎大学医学部臨床教授
医学博士・内科医・公認心理師・労働衛生コンサルタント

【略歴ならびに活動内容】
1962年串間市生まれ。1989年宮崎医科大学卒業。
1994年から3年間ハーバード大学医学部で研究。
1999年串間市民病院内科部長、2002年宮崎大学准教授、
2013年宮崎県立看護大学・大学院教授、2020年4月から現職

皆さまこんにちは。串間市民病院の江藤です。いつも大変お世話になっております。今年も暑い夏を迎えています。最近の入院で多いのは熱中症の影響で持病が悪化したり、食欲が落ちて体調を崩したりという入院です。今回は夏バテ防止対策についてお話しします。夏バテ防止のポイントが暑さ対策と自律神経対策、特に胃腸に優しい生活です。ぜひ参考にしてください。

①帽子・日傘!
暑さ対策万全に!
できるだけ暑い昼間は出歩かないようにしましょう。熱中症対策を万全にしてください。

②ストレス解消大切です!
ゆるめのお風呂でリラックス!
全身の血行促進にも役立ちます。自分に都合よく考える癖も大切です。

③お昼寝OK!
夜はしっかり寝よう!
お昼15分の仮眠はリフレッシュ効果もあります。夜寝る前のスマートフォン、テレビは控えましょう。

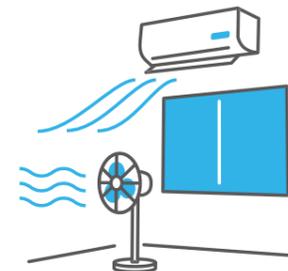


④エアコン
27〜28度で調整しよう!
外気との温度差があり過ぎると自律神経の乱れを引き起こします。要注意です。

⑤冷たい物・清涼飲料水は
飲み過ぎない! お酒を控え
胃腸を休ませよう!
清涼飲料水の飲み過ぎはビタミンB1の過剰消費につながります。夏場は軽めのお酒にしましょう。

⑥禁煙しよう!
喫煙で汗でも流れ出やすいビタミンCが大量に消費されます。がん、高血圧、糖尿病、関節リウマチ、うつ病の誘因にもなります。頑張つて禁煙しましょう。

⑦夏バテ改善の食材をバランスよく利用しよう!
・ビタミンB:炭水化物の吸収に必要です(豚肉・レバー・うなぎ・ごま・豆腐)
・ビタミンC:免疫力の向上を促します



最後に串間市民病院は、皆さまの地域の公民館や企業、グループへの各種健康啓発活動を行っております。内容は病気や病気の予防から看護、リハビリ、栄養何でも対応いたします。私たちは地域の皆さまの健康増進と幸せなまちづくりに向け、全力で、笑顔で、楽しく働かせていただいております。これからもどうぞよろしくお願いたします。

問 串間市民病院事務局 ☎72-11234

最後に串間市民病院は、皆さまの地域の公民館や企業、グループへの各種健康啓発活動を行っております。内容は病気や病気の予防から看護、リハビリ、栄養何でも対応いたします。私たちは地域の皆さまの健康増進と幸せなまちづくりに向け、全力で、笑顔で、楽しく働かせていただいております。これからもどうぞよろしくお願いたします。

・フロッコリー・トマト・イチゴ・イモ
・硫化アリル:ビタミンB1の効果を高めます(にんにく・ネギ・玉ねぎ・ニラ)
・クエン酸:代謝活性を高めます(梅干し・酢・レモン)
お料理としては豚のしょうが焼き、豆腐・フロッコリー・トマトのサラダ(ゴマドレ)、餃子(豚肉・ニンニク・ニラまたはネギ)、魚のあんかけやレバニラ炒めなどがおすすめです。夏バテが長引くと体力が本当に落ちてきます。それによってメンタルヘルスの不調につながり、さまざまな他の病気になることもありますので、予防、対策がとって大切です。これからの時期、まだまだ疲れもたまりやすくなりますので夏バテ予防をしてみてください。

最後に串間市民病院は、皆さまの地域の公民館や企業、グループへの各種健康啓発活動を行っております。内容は病気や病気の予防から看護、リハビリ、栄養何でも対応いたします。私たちは地域の皆さまの健康増進と幸せなまちづくりに向け、全力で、笑顔で、楽しく働かせていただいております。これからもどうぞよろしくお願いたします。



うたごよみ

「短歌」串間短歌会選

澄みわたる空を指さし小一の
曾孫が叫ぶ「眉月だよ」と

本城 島田 洋子

海風をまとひていとこのやつて来る
明るい声とぴちぴちの鯨と

霧島 清水 しづ子

群れなせる桜堤のひめぢよをん
風の気ままに挙りて揺るる

古川 野邊 俊子

老い闌けて未だ夢追ふうつし身の
心に寄する青き漣

西小路 坂本 不二子

「庭の草放つところ」とう院長先生の
コラムにほつと肩のやわらぐ

上小路 吉開 美穂

「俳句」あさひ俳句会選

転校生帰りの一人蚯蚓鳴く

仲町 木島 幸子

老いも赤児も外に出て見よ盆の月

仲町 矢野 欽子

極暑てふ嫌いな季節耐へてをり

仲町 原 里歌

向日葵や戦の影の消へやらず

上町一 又木 順子

文字摺草の螺旋階段登る蟻

(一般投句) 都井 山口 ヨシ子



【福島地区・高松】濱崎瑤子さん撮影 「初夏の高松海水浴場」

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)



●串間市立図書館
☎ 72-1177
●開館=午前10時～午後6時
●休館日=毎週月曜日
●HP = <https://www.city.kushima.lg.jp/library/index.html>

新刊情報

蹴れ、彦五郎(今村 翔吾/著)
号外!幕末かわら版(土橋 章宏/著)
恋ふるむ鳥は(澤田 瞳子/著)
凍る草原に鐘は鳴る(天城 光琴/著)
サウンド・ポスト(岩城 けい/著)
残星を抱く(矢野 純/著)
掬えば手には(瀬尾まいこ)
スマホになじんでおりません
(群 ようこ/著)

「先祖探偵」
新川 帆立/著



風子は母と生き別れてから20年以上、野良猫のように暮らしてきた。風子が東京の谷中銀座の路地裏で開いている探偵事務所には、さまざまな先祖の調査依頼が舞い込み…。

「かみなり」
妹尾 堅二郎/監修



激しく光って、大きな音をとどろかせる雷。決定的瞬間をとらえた大迫力の写真で雷の秘密に迫る写真絵本。「雷写真コンテスト」入賞作品から厳選した美しく貴重な写真が満載。

「少女たちの戦争」
中央公論新社/編



若い兵士に言えなかった「サヨナラ」の一言、東京大空襲の翌日に食べた最後の昼餐…。瀬戸内寂聴から佐野洋子まで、太平洋戦争開戦時に20歳未満だった女性たち27名が、非常時の日常をつづる。

イベント情報

お化け屋敷 & こわいおはなし会

●日時= 8月5日(金) 午後6時～
●参加費=無料(要申し込み)
※小さなお子さんは保護者同伴をお願いします。

もっと串間を知ろう!! 高松でシーカヤック体験

●日時= 8月21日(日) 午前9時半集合
●場所=高松キャンプ場
●参加費=1人1,000円(要申し込み)
詳細は図書館までお問い合わせください。



蒸し暑い熱帯夜が続くと寝不足で体がだるくて疲れがとれず、毎年夏は悩みます。また冷房の中での仕事も、外に出たときとの温度差に負担がかかります。

さて、7月に串間市議会串間市交流促進調査特別委員会と東九州自動車道の要望活動に福岡県にある国土交通省九州地方整備局などを訪問しましたが、その際、九州電力送配電株式会社にも表敬訪問いたしました。本市が豊かな自然環境を生かした再生可能エネルギーを供給しているまちであることや、これから目指していく方向性などについて、意見交換を行いました。ひっ迫する電力供給の維持存続については喫緊の大き

な課題であり、そのためには「ゼロカーボンシティ」を宣言している本市としてもしっかりと取り組んでいく必要があります。

また、本市の豊かな自然のことでいうと、「市民が100年健康でいきいき暮らせるまち」を推進していくためにも自然を生かした健康づくりが重要であると考えます。豊かな自然を生かした安全な自然食材を作り育て、健康を求める人たちに供給を行う。人間の細胞の活性化を図り100年維持できる体調を整えるためには、森林の持つエネルギーと健全な食料生産、健全な生活環境を求めていかなければなりません。元気な体で人生100年時代を生きていくために。

今年の梅雨は短く、6月の最高気温を更新した地域があったり、北海道も九州と変わらないような気温であることなど、温暖化は生息する植物や生き物、われわれ人間にも大きな影響を与えています。この異常ともいえる暑い夏の今、改善する対策を皆で考え、取り



組んでいかなければなりません。

夏になると、炎天下の中で大粒の汗をかきながら夏の早期水稲の刈り入れが大変だったことを思い出します。涼を求めるために日陰に入れば、やぶ蚊に襲われる苦労もありました。そのような苦労がありながらも、われわれは自然と共存していかねばなりません。自然の力を維持持続させるためにも持続可能な社会構築を求めたいものです。

SDGsの中身を見てみよう

【問い合わせ先】
総合政策課企画係 ☎ 55-1152

SDGs「Sustainable Development Goals」(持続可能な開発目標)は17の目標からできていることを前回お知らせしました。今回から、その中身について順番に見ていこうと思います。

1. 貧困をなくそう

SDGsの17の目標の1つ目は「貧困をなくそう」です。まず世界の状況について見てみましょう。世界では1日1.9ドル(日本円で約209円)未満で生活しなければならない人たちが約7億人いると言われており、そのうち半分が17歳以下の子どもたちです。では日本ではどうでしょうか。ユニセフの調査によると日本でも7人に1人は相対的貧困状態であるとの結果が出ています。このような家庭では食事が満足にとれず子どもは給食が頼りになっていたり、適切な教

育をすることができないなどの状況に陥っています。このような貧困を2030年までに無くしていくことが目標です。

2. 飢餓をゼロに

目標2の「飢餓をゼロに」は飢餓をなくすことに加えて、持続可能な農業の促進がテーマとなっています。現在、世界中で約8億人が飢餓で苦しんでいると言われていて、これは9人に1人が飢餓で苦しんでいることとなります。そしてこの数字は今後、世界の人口増加に伴って急速に増えていくと予想されています。飢餓をゼロにするためには、食糧の安定確保が必要不可欠であり、そのために、持続可能な農業の促進が必要となってきます。

3. すべての人に健康と福祉を

目標3は「すべての人に健康と福祉を」です。世界では貧困などの影響から医療体制が不十分な国は数多くあります。では日本ではどうでしょうか。日本では多くの病院があり、医療体制が充実しているため関係がないと思われがちですが、都市部に病院が集まり、田舎では病院が少ないといった地域格差があります。これと同様なのは世界中で起きており、医療の格差は世界共通の問題なのです。このような地域や国、貧富の違いによる医療格差をなくし、世界で医療や福祉が充実することで、すべての人々が健康に生活できることが重要であるため、この目標が作られました。今回は17の目標のうち3つの目標を解説しました。次回も目標の解説を行っていききたいと思います。

地域おこし協力隊 活動日記



No.64 過程あってこそその成果



甲斐 道仁さん

去年の7月から「みやぎき農業実践塾」での農業研修をスタートさせて1年が経ち、やっと串間に帰ってきました！ホームシックなんて昔は感じたことがなかったけれど、串間には早く戻りたいと思いつつも、作物の命を預かっているのです。これは集中して研修を頑張っていました。

合っています。今回の研修でも実際に手を動かしながら考え、理解を深め、自分なりの答えを模索し、体に染み込ませることができました。そして、「やってみたらこそ疑問に思うこと」、「今後の課題として考えないといけないこと」も見えてきました。それについては就農してから向き合いたいと思いますが、問題の洗い出しが就農前にできただけでも大きな収穫です。

そのかいもあり、これまでの実践塾の研修生の収穫量は、県指針と同等が最高値だったのですが、今回は私はその収穫量の125%超えと大幅に更新し、先生方にも驚かれる成果を収めることができました！ですがこの結果を得られたのは、ここに来る前の1作の間に串間のピーマン農家で研修し、栽培の理論や知識、技術などさまざまな事を教えていただき、その考えを持って臨んだからに他なりません。やはり、ある程度の知識を得て栽培をするのと、何も知らずに栽培をするのでは結果が大きく変わることを実感しました。

僕は耳から入った情報を知識として定着させることは得意ではなく、実際に手を動かして理解するやり方が

さて、今は研修も終わり、就農に向けてラストスパート中です。ほ場の準備やハウスの修繕など時間が足りませんが、最善の定植を迎えられるように、この猛暑？酷暑？に負けないように頑張りたいと思います。

また、就農の目標に向けて途中段階ですが、僕が就農できるように頑張りたい方々、心配してお声かけいただいた方々、たくさんの方々が関わってここにいるのだなと思うと、見知らぬ土地で新規参入者が新規就農することの大変さを改めて感じ、感謝の気持ちいっぱい今日も鋤を振りかざして土を耕します。

税金

納期限と
口座振替日のお知らせ

8月31日は、
固定資産税(2期)
市県民税(2期)
国民健康保険税(2期)
介護保険料(3期)
後期高齢者医療保険料(2期)
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。

☎ 税務課 ☎ 72 - 1115

子育て

納期限と
口座振替日のお知らせ

8月31日は、保育料(8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。

☎ 福祉事務所こども政策係 ☎ 72 - 1123

イベント

親子でパン作り★
参加者募集

夏休みの思い出に！親子でおいしいパンを作ってみませんか？

●日時 = 8月20日(土) 午前10時～午後1時

●場所 = 市総合保健福祉センター内調理室

●定員 = 先着 親子6組(対象：年長～小学生)

定員になり次第締め切らせていただきます。

●内容 = 調理実習(指導担当：福祉事務所管理栄養士・食生活改善推進員) 新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、中止の可能性があります。

☎ 福祉事務所こども政策係 ☎ 72 - 1123

子育て

子育て世帯生活支援特別給付金
(ひとり親世帯以外分)について

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、国の制度に基づき特別給付金を支給します。申請方法など詳しい内容については、市公式サイトをご確認いただくか福祉事務所までお問い合わせください。

●支給対象者

①②の両方に当てはまる方(※ひとり親世帯分の給付金を受け取った方を除く)

①令和4年3月31日時点で18歳未満の児童(障がい児の場合20歳未満)を養育する父母など(※令和5年2月末までに生まれた新生児も対象になります)

②令和4年度住民税(均等割)が非課税の方または令和4年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった方

●支給額 = 児童1人当たり一律5万円

●支給方法

・児童手当、特別児童扶養手当の受給者で住民税非課税の方(申請不要)は7月に登録口座に振り込みました。

・高校生のお子さんのみで、令和4年4月分の児童扶養手当や特別扶養手当を受給していない住民税非課税の方、家計急変者については、申請手続きが必要です。申請受け付け後、審査終了後に順次指定の口座に振り込みます。

※給付金を受け取った後に受給資格がないことが判明した場合、返金していただく必要があります(遅れて確定申告を行った結果、住民税非課税になった場合、1人の児童について二重に受給した場合など)。

●申請期限 = 令和5年2月28日(火)

☎ 福祉事務所こども政策係 ☎ 72 - 1123

イベント

令和5年串間市
二十歳の集い(仮)のご案内

令和5年串間市二十歳の集い(仮)を開催します。

民法改正により成年年齢が18歳に引き下げられておりますが、本市ではこれまで通り「20歳」を対象とした式典を行います。式典の名称は、今後、参加者有志による実行委員会にて決定いたします。式典への参加方法につきましては下記のとおりです。

●串間市に住民登録をしている方

10月中旬ごろ、案内はがきを送付し、記念冊子にお名前を掲載いたしますので、特に手続きは必要ありません。

●串間市以外に住民登録をしている方

進学や就職により市外に転出した方も串間市の式典に出席できます。案内はがきを送付しますので、お申し込みをお願いします。

●対象者 = 平成14年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方

●日時 = 令和5年1月8日(日)

●受付 = 午前10時半～

●会場 = 市文化会館

●申し込み方法 = お電話でお申し込みください。

●記念冊子の名簿掲載締切 = 11月4日(金)

●その他

・成人者名簿への記載を希望されない方はご連絡ください。

・新型コロナウイルス感染症の影響により、式典の開催中止、または延期をする場合がございます。その際、交通機関、きもの、着付けなどのキャンセル料などの補償は行いませんので、あらかじめご了承くださいませようお願いします。

☎ 生涯学習課 ☎ 55 - 1161



この春、宮崎大学の2年生が串間市に1カ月滞在しながらインターンシップ(職業体験)を行いました。そこで感じた串間市の魅力はどんなものだったのでしょうか。外からの視線で、串間市の魅力を再発見しましょう。



まだまだ知らない串間がたくさん！
しま再発見



宮崎大学生が感じた
本市の魅力②

『串間市の魅力を感じて』

平井 優季

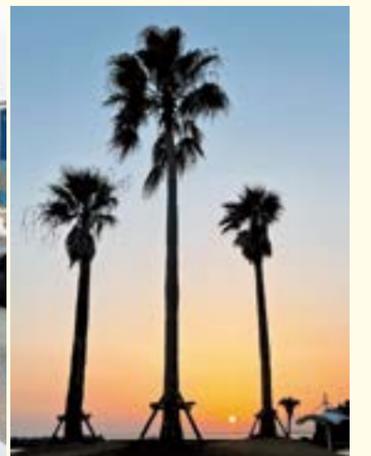
こんにちは。宮崎大学地域資源創成学部3年の平井優季です。

今年の2月17日から3月17日まで串間市役所の商工観光スポーツランド推進課でインターンシップを行いました。実際に1カ月間串間市に滞在しながら活動をさせていただきました。1カ月という期間の中で串間市のすべてを堪能できないほど串間市にはたくさんの魅力が詰まっています。

串間市で滞在して思ったことが2つあります。1つ目は、串間市は誰と来てもいろんな楽しみ方ができる場所であることです。恥ずかしながら、串間市に来たのは今回が初めてで都井岬やさつまいもが有名であることぐらいしか知りませんでした。しかし、いざ訪れてみると観光地だけではなく、自然や景色、食など串

間市ならではの魅力がたくさんありました。一つ一つに触れていく中で、両親や祖父母、友人などに串間のよさを伝えたい、一緒に旅行をしたいと思うようになりました。そして2つ目は、日々の生活の中で串間市の魅力を堪能できることをとてもらうやましく感じたことです。都井岬の景色にも感動しましたが、高松キャンプ公園と海水浴場から見る夕日も大変感動したことを覚えています。1日の疲れを癒やしてくれるこの景色を毎日見ることができるとは、もういややましく思うと同時に、串間市のよさをまた1つ知ることができうれしく思いました。

すっかり串間市の虜になった私ですが、まだまだ発見できていない魅力もたくさんあります。次は、1人の観光客として串間市を訪れ、串間市の魅力をたくさん発見していきたいと思っています！



☎ 商工観光スポーツランド推進課観光スポーツランド推進係 ☎ 55 - 1126

健康診断

令和4年度被爆二世健康診断調査事業の実施について

令和4年度の被爆二世健康診断調査事業を下記のとおり実施します。

●対象者
両親のどちらかが被爆者健康手帳を所持しており、かつ、原爆投下後に生まれた者(胎児被爆者は除く)のうち、健康診断受診を希望する方。対象となる方へはすでに書類を送付しております。

●申し込み期間 = 7月19日(火) ~ 8月19日(金)

●健診期間
9月中旬~令和5年3月3日(金)(予定)

※日程の詳細は、後日受診希望者へ通知します。

- 健康診断実施機関**
- ・ 県立宮崎病院
 - ・ 県立日南病院
 - ・ 串間市民病院
 - ・ 都城健康サービスセンター(都城市郡医師会病院内)
 - ・ 園田病院

- ・ 国立病院機構宮崎病院
- ・ 済生会日向病院
- ・ 県立延岡病院
- ・ 高千穂町国民健康保険病院
- ・ 仁和会竹内病院
- ・ 宮崎生協病院

●検査項目
既存検査項目を受けずに、多発性骨髄腫検査のみを受診することはできません。

なお、肝機能検査およびヘモグロビンA1c検査については、医師が必要と認めた場合に行うものとし、多発性骨髄腫検査については、受診者の希望により行うものとします。
※県立日南病院、園田病院では、多発性骨髄腫検査はできません。

- (1) 視診、問診、聴診、打診および触診による検査
- (2) CRP定量検査
- (3) 血球数計算
- (4) 血色素検査
- (5) 尿検査(ウロビリノーゲン、蛋白、糖、潜血)
- (6) 血圧測定
- (7) AST検査法、ALT検査法、 γ -GTP検査法による肝機能検査
- (8) ヘモグロビンA1c検査

(9) 血清蛋白分画検査による多発性骨髄腫検査
●その他=健康診断受診料は無料。ただし、各医療機関への交通費は自己負担とします。

●申し込み方法
対象者へ送付された書類の中の申込用紙、または任意の様式に次の必要事項を記入の上、封書でお申し込みください。

- 【必要事項】**
- ・ 本人の氏名(フリガナ)、性別、生年月日、住所(郵便番号)、電話番号、過去の受診歴(年度および受診結果)、受診を希望する医療機関名、多発性骨髄腫検査の希望の有無
 - ・ 親の氏名(フリガナ)、住所(郵便番号)、電話番号、被爆者健康手帳の番号

●申し込み期限 = 8月19日(金)必着
申・問
宮崎県福祉保健部健康増進課 健康づくり・歯科保健担当
〒880-8501
宮崎市橋通東2丁目10番1号
☎0985-26-7078

講習

「ITビジネス科(WEB活用)」職業訓練受講生募集

WEBの作成や管理技法の学習をはじめ、クラウド型アプリの活用方法、各種オフィスソフトの実践的なスキル修得の学習も充実。幅広い職種への就職が可能となります。

- 訓練期間**
9月21日(水)~12月20日(火)
毎週月~金曜
午前9時半~午後4時半
 - 場所**=株式会社プライムワークス 志布志市志布志町志布志3丁目16番8号
☎099-472-5020
 - 対象者**=再就職を目指す方
 - 募集定員**=20人
 - 応募期間**=7月19日(火)~8月29日(月)
 - 受講料など**=受講料無料。ただし、教材費1万4,000円程度が必要です。
- 問** ハローワーク日南
☎23-8609
鹿屋高等技術専門学校
☎0994-44-8674

定期検査

はかり定期検査について

取引または証明に使用するはかりは、計量法により2年に1回の検査が義務付けられています。今年度は下記の日程で検査が行われますので、所有されている方は必ず受検してください(ただし、計量士による検査を受検される場合は、免除されます)。詳しくは、商工観光スポーツランド推進課または宮崎県計量検定所までお問い合わせください。
※検査には、はかりに応じた手数料が必要となります。

- 日にち**=9月5日(月)
 - 時間**=午前11時~午後3時
 - 場所**=道の駅「くしま」市民交流施設
- 問** 商工観光スポーツランド推進課
☎55-1127
宮崎県計量検定所
☎0985-58-2929

申請

戦没者などのご遺族の皆さまへ

第11回特別弔慰金の請求終了まで残り8カ月です!(令和5年3月31日まで)

令和2年4月から請求が始まった戦没者などの遺族に対する特別弔慰金の請求終了まで、残り8カ月となりました。手続き忘れがないようご注意ください。

請求できるかどうか不明な場合や前回請求者が死亡した場合などの相談も受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

●請求できる方
戦没者などの死亡当時のご遺族に限ります。ただし、戦没者などとの続柄により請求できる順位や条件があります。

- 支給内容**
額面25万円、5年償還の記名国債
- 請求期限**
令和5年3月31日(金)まで
- 請求窓口**
市総合保健福祉センター(1階)
福祉事務所社会福祉係

●必要なもの
身分証明書、印鑑、請求者の戸籍抄本など

※初めて請求される方や代理人が請求される場合は、条件や別途必要書類がありますので、お問い合わせください。

※第11回特別弔慰金は、令和2年4月1日から令和5年3月31日の間に1回請求することにより、令和3年から令和7年までの5年間、1年につき5万円の国債の受け取りが可能となります。ただし、請求日から国債受け取りまでに、1年以上かかります。

※令和2年4月以降に、市総合保健福祉センター・市役所・各支所での請求がお済みの方につきましては、現在、国債が届いている方から、順次、文書による案内を行い、国債をお渡ししております。お手

元に国債交付の案内が届いていない方は、案内がお手元に届くまでお待ちください。

問 福祉事務所社会福祉係 ☎72-1123



募集

今後の事業継続に関するアンケートを実施します

中小企業の後継者不足が深刻さを増す中、新型コロナウイルス感染症の拡大が重なり、地域経済が一変しました。

そのため、今後の事業継続などについて、実態を把握するため、本市、串間商工会議所、宮崎県事業承継・引継ぎ支援センターの3者で、「今後の事業継続に関するアンケート」を実施することになりました。アンケート結果については、今後の支援に役立てて参りますので、アンケートへご協力のほどよろしくお願いいたします。

- 対象者**=串間商工会議所会員
 - 日程**
発送: 8月初旬に発送
締切: 8月31日(水)
 - 実施方法**
串間商工会議所会報と一緒にアンケート用紙を送付します。アンケートにご回答いただきましたら同封しております返信用封筒にて、ご返信をお願いします。
- 問** 宮崎県事業承継・引継ぎ支援センター ☎0985-72-5151

会社を元気に!

中退共の退職金制度

国が掛金の一部を助成
掛金は全額非課税
管理がカンタン

詳しくはホームページをご覧ください
中退共 検索

独立行政法人勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234

相談 出張相談を開催します!

生活の中の困りごと、心配や不安などありませんか? 串間市地域包括支援センターでは、月1回、道の駅「くしま」の市民交流施設で総合相談を受け付けてしております!

- ・ 介護のこと(おじいちゃん・おばあちゃん・お父さん・お母さん・兄弟姉妹・親戚など)
 - ・ 認知症のこと(もの忘れなど)
 - ・ 家族のこと ・ 隣近所のこと
 - ・ 金銭管理 など
- 1人で抱えていませんか?
よかバスを待つ間、買い物ついででも 気軽に何でもご相談ください。お待ちしております。

※事前申し込み不要
●時間=午前11時~午後2時
●場所=道の駅「くしま」市民交流施設
問 社会福祉法人 串間市社会福祉協議会
串間市地域包括支援センター ☎72-0023

宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

宝くじ公式サイト会員登録になると、お得で便利に宝くじの購入ができます!



特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント

宝くじを購入すると、**100円につき1ポイント**の宝くじポイントが獲得できます。



宝くじポイントは、**1ポイント1円**として、宝くじ公式サイトや宝くじ売り場でつかえます!



特典2 購入～受取までネットで完結!

原則**1年中、24時間いつでも**宝くじの購入ができます。ジャンボ宝くじ等の普通くじの購入もできます!

宝くじの購入にはクレジットカード決済またはキャリア決済がご利用いただけます。



抽せん結果も宝くじ公式サイトで簡単に確認できます。

当せん金は、登録した受取口座に**自動でお振り込み**するので、とっても便利!



特典3 宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる!

他にも!

お得な特典や便利なサービスいろいろ!
まずは宝くじ会員に今すぐ登録!!

宝くじの収益金は、私たちの街の公共事業等に役立てられます。



本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター
TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

就業体験

草刈り就業体験を開催します

串間市シルバー人材センターでは、センターに入会される方を募集しています。センター会員になり就業を希望される方などを対象に、現会員が実際に働く現場と一緒に草刈りをする就業体験を開催します。この機会にぜひご参加ください。

●日時=9月14日(水)午前10時~正午
※天候や新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、延期または中止する場合がありますので、ご了承ください。

●場所=串間市シルバー人材センター 串間市大字北方4177番地1

●参加費=無料

●対象者=串間市にお住まいの60歳以上の方(令和5年3月31日時点で満60歳以上の方)でセンター会員になり就業を希望される方など

●申し込み方法=串間市シルバー人材センターに直接お電話で申し込まれるか、同センターに置いてある用紙により、お申し込みください(持参・郵送・FAX可)。

なお、宮崎県シルバー人材センター連合会でも受け付けいたします。

●締め切り日=9月5日(月)必着

申・問

串間市シルバー人材センター
(串間市大字北方4177番地1)

☎72-6977

FAX:72-6977

公益社団法人宮崎県

シルバー人材センター連合会
(宮崎市祇園2丁目95番地)

☎0985-31-3775

FAX:0985-31-3776



イベント

令和4年度文化講演会のお知らせ

令和4年度串間市文化会館自主事業として、令和4年度串間市文化協会文化講演会を実施します。

今回は本市出身の河野訓皇學館大学学長に講師をしていただき、日本神話と神仏分離について分かりやすく話していただきます。

●講演内容

「暮らしの中の 神さま、仏さま」

～日本神話と神仏分離～

●日時=8月11日(木・祝日)

●開場=午後1時

●開演=午後1時半

●会場=市文化会館大ホール

●入場料=無料

●共催=市文化会館、串間市文化協会

●後援=串間市教育委員会、まちづくり協議会「チーム本城」など

問 串間市文化協会事務局 担当:河野 ☎090-3602-8091

※新型コロナウイルス感染症の状況により、講演会が中止となる場合がございますのであらかじめご了承ください。



年金トピック

「特別支給の老齢厚生年金」手続きはお済みですか?

特別支給の老齢厚生年金は65歳未満の方を対象に①60歳以上であること、②1年以上の厚生年金保険の被保険者期間があること、③老齢基礎年金の資格期間を満たしていること(保険料を納めた期間と免除された期間を合わせて10年以上あること)の3つの条件を満たしていれば支給されます。受給権が発生する方には、3カ月前に日本年金機構から「年金請求書」が送付されます。

生年月日に応じて受給開始年齢がそれぞれ異なりますので詳しくはお問い合わせください。

国民年金(第1号被保険者)の届け出を忘れていませんか?

国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の全ての方が加入する制度です。次のようなときは忘れずに届出を行いましょ。

- ・会社を退職したとき
- ・配偶者が退職し、被扶養配偶者でなくなったとき
- ・収入が増え、被扶養配偶者でなくなったとき
- ・海外に居住し、任意加入する場合
- ・海外から帰ったとき



道場は 自分の一部

☆きらめき☆鑑☆
☆Yuzamaki☆
☆Julian☆

自分の レスリングを 全力で

全日本社会人レスリング
グレコローマンスタイル 87キロ級 優勝
まつざき ゆうと
松崎 勇人選手

インターハイ出場決定
みずたに ひろと
水谷 大翔選手

「大会に向かう飛行機の中で生徒たちからのサプライズ応援動画を見て、感動して涙が出た」。そう語るのは福島高校の教師であり、レスリング部の監督でもある松崎勇人選手。練習中でも決して手加減することなく時間ギリギリまで攻める姿勢からは想像できないレスリングとの出会いに迫りました。「モチベーションを上げてくれるのも、気持ちを落ち着かせてくれるのもこのレスリング道場。レスリングのおかげで人としても成長できた。これからも生徒と一緒にお互いを高め合いたい」と松崎選手。12月には天皇杯令和4年全日本レスリング選手権大会グレコローマンスタイル87キロ級の出場を控えています。先生としての一面もある松崎選手。「福島高校にレスリング部があることを、たくさんの人に知ってほしい。県大会で優勝でき、一人の人間として強くなれるよう指導に力を入れていきたいです」と話してくれました。



スパーリングで激しく競り合う松崎選手(左)、水谷選手(右)

社会人顔負けの恵まれた体格と、恥ずかしがり屋な一面を持つ水谷大翔選手。昨年の高校総体で負けた相手に勝ちインターハイ出場。「最後なんで全部ぶつきたい。全部を出し切りたい」その言葉には、スランプや緊張している時、松崎先生からの「自分のやってきたことを。自分のレスリングをしてこい」という言葉、クラブやチーム関係なく応援してくれた方、チームや先生への感謝の気持ちが詰まっていた。「レスリングのおかげで人としても成長し、いろんな人との出会いに恵まれました。感謝しかありません」と水谷選手。コロナ禍の厳しい時期でも、周りと支え合いながら乗り越えてきた絆、持ち前の粘り強さ、練習の成果、感謝の気持ちを胸にこの夏、全国を舞台に頑張ります。

略歴	当時の様子
中学時代	バレーボール部に所属。日々練習に汗を流す。
宮崎工業高校1年生	恩師に声をかけてもらいレスリング部に所属。当時は「ケガをするのではないかと自分に合わない、勝てない」と不安が大きかった。初の高校総体では開始30秒で敗退。それをきっかけに悔しさをバネに練習に没頭。
宮崎工業高校2年生	県高校総体で1位。一気に自信が付き国体選手に。
宮崎工業高校3年生	インターハイに出場。グレコローマンスタイル74キロ級で全国3位。
日本体育大学1年生	東日本学生新人選手権80キロ級(春季)2位。(秋季)5位
日本体育大学2年生	東日本学生新人選手権80キロ級(春季)1位。全日本学生選手権80キロ級3位。
日本体育大学3年生	全国大会にてベスト5に。
日本体育大学4年生	全日本大会82キロ級で3位。全日本大学グレコローマン選手権87キロ級3位。
福島高校に就任 今年の7月2日～3日	2年間、新型コロナウイルス感染症の影響で大会出場できず。全日本社会人レスリング グレコローマンスタイル87キロ級で日本一に。

略歴	当時の様子
北方小学校1年生	現在のちびっこレスリング。鈴木監督の声掛けで、マット運動教室に参加。遊び感覚でとても楽しく取り組む。
北方小学校3年生	スマイルチャンピオンシップに出場。グリーンホースに所属して初めての大会で大敗し悔しさを体験。その後、クラブ全体のレベルが上がる。
北方小学校6年生	さまざまなクラブが集まる合同大会で1歳上の先輩に初勝利。これを機に自信を持てるようになる。
串間中学校1年生	恵まれた体格で高校生とともに日々練習を始める。中学生にとっては練習メニューがとてつきつく、毎日ついていくのがやっとな練習が嫌になることも。
串間中学校2年生	九州大会 ジュニア中学生部門75キロ級で初めての優勝。
串間中学校3年生	全国大会85キロ級に出場。中学1年生の頃から15キロ以上の増量に成功。
福島高校1年生	福島高校に入学。R2大会92キロ級で県2位。新人戦で92キロ級で県2位。1年生大会92キロ級1位。
福島高校2年生	県高校総体92キロ級で2位。新人戦92キロ級1位。
福島高校3年生	県高校総体92キロ級で優勝。今年の8月2日～3日にインターハイ出場。

生活

市役所や支所でマイナンバーカードの申請ができます！

マイナンバーカードの申請を市役所および各支所の窓口で行うことができます。

●受付時間＝午前8時半～午後5時15分
※市役所本庁のみ毎週木曜午後7時まで窓口を延長しております(祝日を除く)。
※写真撮影を行います。

●コンビニで各種証明書が取得できます！
マイナンバーカードを使用し、コンビニのコピー機で証明書が発行できます。

■戸籍謄本、戸籍抄本、戸籍の附票
▷平日午前9時～午後5時15分

■住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、課税証明書、所得証明書

▷毎日午前6時半～午後11時(12月29日～1月3日を除く)

※串間市に住民票がない方で、本籍が串間市にある方が戸籍謄本などを発行する場合は、初回のみコン

ビニのコピー機より事前審査が必要となります。

●スマートフォンからマイナンバーカードの申請ができます！



申請書の紛失、記載してある住所

や氏名に変更がある場合は、申請書の再発行が必要です。

令和2年5月25日以降、通知カードの発行は行っておりません。代わりに届いた個人番号カード交付申請書でもカードの申請が可能です。

●事業所訪問にてマイナンバーカードの出張申請を受け付けします！

勤務先に市役所職員が伺い、従業員さんの写真撮影から申請までお手伝いします。

カード完成後は勤務先までお届けします(本人確認が必要です)。お電話もしくは二次元コードよりお申し込みください。

※2名さま以上からお申し込み可能です。

※事業所訪問のお申し込みは、本庁市民生活課のみ受け付けを行っております。



問 串間市役所

- 市民生活課 ☎72-1111
- 大東支所 ☎71-2011
- 本城支所 ☎71-3011
- 都井支所 ☎71-4011
- 市木支所 ☎71-5011

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＝8月7日(日)午前8時～正午
- 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)。

問 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＝8月22日(月)午前9時～正午
- 場所＝市役所1階B会議室

問 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＝8月15日(月)午後1時～終了次第(要予約)
- 場所＝市総合保健福祉センター

問 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・場所＝

- ①8月8日(月)午前10時～午後3時 市役所地下D会議室
- ②9月12日(月)午前10時～午後3時 大東支所

問 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＝

- ①8月4日(木)午前10時～午後3時 市役所1階A会議室
- ②9月1日(木)午前10時～午後3時 市役所1階A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

問 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＝8月16日(火)午前10時～午後3時
- 場所＝市民生活課市民相談室
- その他＝事前(前週金曜日の午後4時まで)に電話予約が必要です。

問 日南串間消費者生活センター ☎23-4390

申告を忘れていませんか?

国民健康保険では世帯主と被保険者、後期高齢者医療保険と介護保険では被保険者と世帯の所得に応じて、賦課や軽減措置、医療費の自己負担割合や限度額の判定などを行っています。

そのため、世帯の方の収入が無い・少ない、または障害年金や遺族年金などの非課税年金にかかわらず必ず申告してください(高校生世代以下で収入がない場合は、申告不要です)。

申告をしないと、国民健康保険と後期高齢者医療保険の「限度額認定証」や介護保険の「負担限度額認定証」が発行できません。また、自己負担額が高くなる場合があります。

被保険者と世帯員の方は、毎年必ず申告をされるようお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の影響による収入の減少などによる国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響で、世帯主または主たる生計維持者の事業収入などが減少したことなどにより、令和4年4月1日から令和5年3月31日が納期限の保険税(料)が減免される場合があります。

申請には要件、必要書類などがありますので、詳しくはお問い合わせください。

税務課国保・介護賦課係 ☎72-1114



ゼロカーボンアクション30

脱炭素社会の実現には、一人一人のライフスタイルの転換が重要です。「ゼロカーボンアクション30」にできることから取り組んでみましょう。

今回紹介するのは「フリマ・シェアリング」です。

フリマアプリなどの利用者は年々増加し、その市場を拡大しています。物を捨てる時・増やす時に選択肢として、フリーマーケットで売る、シェアリングやサブスクリプションを利用するという選択肢を持ちましょう。購入費用などの節約・廃棄コストがかからず、逆に収入になることも。1年間に購入する服の10%をフリマなどで購入した場合、一人あたり年間40kgのCO₂削減ができます。

市民生活課生活環境係 ☎72-1356

道の駅「くしま」だより

利用の幅は無限大!?

駅長 江崎 隆一さん

暑い夏がやってきました!道の駅「くしま」も4月のグランドオープン、ゴールデンウィークと続いてありがたいことに多くのお客さまにご来駅をいただいております。

今年から供用開始となった市民交流施設やイベント広場、ドッグランのご利用も多く、中心市街地に位置しているということもあり大変喜ばれております。

市外、県外からのお客さまも多く、道の駅「くしま」を起点に都井岬方面への移動、お風呂は串間温泉いこの里、キャンプの食材確保など用途さまざまにご利用いただいております。また、社会科見学のコースと

してもご利用をいただいております。市民交流施設では会議利用もありますが、学生さんの勉強の場としてもご利用いただいております。

イベント広場の屋根の下は心地のいい風が吹き抜けるので涼みながらお弁当を食べたり、おしゃべりを楽しんでいる方々がいたり、音楽イベントなどのご利用や憩いの場としての役割も増えてきています。皆さまの多様なご利用お待ちしております。まずは当駅へご連絡ご相談くださいませ。

道の駅「くしま」 ☎72-0800

警察署だより 串間警察署 ☎72-0110 警察安全相談#9110

夏季の水難事故に注意 ~水難事故を防ごう~

本格的な夏場になり、海や川などに出かける機会が多くなりますが、例年この時期に水難事故が多発する傾向にあります。県内では、昨年(令和3年)1年間に21件(22名)の水難事故が発生して、6名の方が犠牲となっています。

令和3年中の県内における水難事故

発生件数 21件

場所別

- ・海 12件 ・河川 8件
- ・用水路、ため池 1件

行為別

- ・魚釣り 11件 ・サーフィン 4件
- ・水遊び(水泳) 2件
- ・その他(作業中など) 4件

釣りをするときの心得

- ・必ず救命胴衣(ライフジャケット)を着用しましょう。
- ・磯場はぬれた岩場でも滑らない靴を履きましょう。
- ・転落や高波など危険な場所での釣りはやめましょう。
- ・単独で釣りにはいかにないようにしましょう。

水泳、水遊びをするときの心得

- ・指定された場所以外では泳がないようにしましょう。
- ・浮き輪や救命胴衣などを準備しましょう。
- ・子どもが水遊びするときは、必ず保護者が付き添いましょう。
- ・泳ぐ前には必ず準備運動をしましょう。
- ・監視員などの指示や注意書きの看板があれば従いましょう。

次のことに注意して

子どもを水難事故から守りましょう

- ・子どもたちだけで水遊びをさせない。
- ・あらかじめ子どもに危険な場所を教え、危険箇所に近づかないように指導する。
- ・危険な場所で遊んでいる子どもを見たら一声かけてやめさせる。
- ・子どもが遊びそうな危険な場所に気付いたら管理者や警察に届け出る。



8月、9月の日曜給油店

月/日	給油店名
8/7	井手産商串間店・井手都井店
8/14	酒井串間店・井手都井店
8/21	津曲北方店・井手都井店
8/28	片平本町店・井手都井店
9/4	三協西小路店・井手都井店
9/11	井手産商串間店・井手都井店
9/18	酒井串間店・井手都井店
9/25	津曲北方店・井手都井店

8月、9月の休日在宅医

※受診前に医療機関に電話をかけて症状をお伝えください。

月/日	医療機関	診療科	電話番号
8/7	県南病院	神・精・内科	72-0224
8/11	とめのファミリークリニック	内科・小児科	76-1425
8/14	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112
8/21	とめのファミリークリニック	内科・小児科	76-1425
8/28	串間中央クリニック	内科・小児科	27-3181
9/4	いにな内科・循環器科	内・循・呼	71-1711
9/11	岡村クリニック	整形外科	72-7710
9/18	はなぶさ消化器・内視鏡クリニック	内・消内・内視内	74-1187
9/19	のだ小児科医院	小児科・アレ	71-1112
9/23	アイレHDクリニック串間	内科・透視内科	55-8181
9/25	串間中央クリニック	内科・小児科	27-3181

※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。

人口のうごき(令和4年7月1日現在)

人口 16,208人(前月比-14人)
 [男性 7,584人 女性 8,624人] 世帯数 7,097世帯
 ※令和2年国勢調査からの推計人口です。

8

August
2022

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
31	8/1	2	3	4 組 年金相談 (P24)	5 ☆ お化け屋敷 & かわいいおはなし会 (P16)	6
7 健 各種集団 健(検)診 【市総合保健福祉センター】	8 組 人権相談 (P24)	9	10 育 3歳児健診	11 山の日 ☆ 令和4年度 文化講演会 (P22)	12	13
14 他 マイナンバー カードの日曜交付 【市民生活課】午前 8時半～午後5時	15 組 法律相談 (P24)	16 組 消費者生活 巡回相談 (P24)	17 育 2歳児歯科健診	18 健 各種集団 健(検)診 【市総合保健福祉 センター】	19 健 被爆二世健康 診断申し込み締め切 り日 (P21) 組 総合相談 (社協・包括) 【道の駅「くしま」 市民交流施設内】 午前11時～午後2時 健 各種集団 健(検)診【本城公民館】	20 ☆ 親子でパン作り 【市総合保健福祉 センター】(P19)
21 ☆ くしま朝市 よかむん市 【道の駅「くしま」 イベント広場】 ☆ 高松でシー カヤック体験 (P16)	22 組 行政相談 (P24)	23	24	25	26	27
28 他 マイナンバー カードの日曜交付 【市民生活課】午前 8時半～午後5時	29	30	31 他 固定資産税(2期)、 市県民税(2期)、国民 健康保険税(2期)、 介護保険料(3期)、 後期高齢者医療保険料 (2期)、保育料(8月分) 納期限および口座振 替日(P19) 他 事業継続に関する アンケート締め切り日 (P20)	9/1 組 年金相談 (P24)	2	3

※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

皆さま夏バテされていませんか？私は取材に行くとかくさんの元気をもらって帰ってきます☆今回の特集に出ていただいた方、くしとぴで取材させていただいた方たち、レスリング選手など、今月号も出会った皆

さまから太陽に負けられないエネルギーを感じました！のどが潤いたとき、水だけではなく、今年は麦茶を水分補給の1つに取り入れながら夏を乗り切ろうと思います。(た)

広報くしまに関するご意見・ご感想はこちらから▼

