

対話と協働による元気で活力あるまちづくり

広報

# みさと

2024

9

No. 225



## 今月の要チェックコーナー



・消防操法の夏！～美郷町消防操法大会・  
日向支部消防操法大会結果～ …… 2・3 ページ

LINE 公式アカウント  
「宮崎県美郷町」







西郷分団第1部



西郷分団第3部



南郷分団第1・4部



南郷分団第3部



南郷分団第6部



西郷分団第2部



西郷分団第4・5部



南郷分団第2部



南郷分団第5部



北郷分団

## 消防操法の夏！～美郷町消防操法大会・日向支部消防操法大会結果～



7月13日(土)に西郷多目的広場において、第13回美郷町消防操法大会が開催され、小型ポンプ操法の部に10隊、ポンプ車の部に1隊、計11隊が出場しました。

今大会から各部合同隊の出場が認められ、美郷町消防団全18箇部が大会及び訓練に出場し、消防ポンプの操作習熟のみならず、迅速かつ確実な消防技術を習得することが出来ました。町大会結果は以下の通りです。

### 小型ポンプの部

| 順位  | 部名      | 得点    |
|-----|---------|-------|
| 優勝  | 南郷分団第6部 | 86.0点 |
| 準優勝 | 南郷分団第2部 | 75.5点 |
| 第三位 | 南郷分団第3部 | 73.5点 |

### ポンプ車の部

| 順位 | 部名   | 得点     |
|----|------|--------|
| 優勝 | 本団本部 | 151.0点 |

また、町大会において選抜された4隊が7月27日(土)に日向市消防訓練広場において開催された、第68回日向支部消防操法大会に出場し、炎天下の中、素晴らしい操法を披露しました。日向支部大会結果は以下の通りです。

### 小型ポンプの部

| 順位  | 部名      | 得点    |
|-----|---------|-------|
| 第四位 | 南郷分団第2部 | 77.0点 |
| 第五位 | 南郷分団第6部 | 74.5点 |
| 第六位 | 南郷分団第4部 | 72.0点 |

### ポンプ車の部

| 順位  | 部名   | 得点     |
|-----|------|--------|
| 第三位 | 本団本部 | 148.5点 |

2つの大会に向けて、暑い中夜遅くまで訓練を続けてこられた団員の皆様、大変お疲れさまでした。また訓練にご理解ご協力いただいたご家族や地域の方々に改めて感謝申し上げます。



本団本部



町大会を優勝した南郷分団第6部



## 優等賞 1 席(上杉氏)・6 席(下田氏)受賞、美郷町が団体優勝

7月10日(水)に延岡家畜市場において7月期子牛郡共進会が開催され、上杉航輝さんが出品した「らん26号」が優等賞1席を、下田信二さんが出品した「あき号」が優等賞6席を受賞しました。また、苅等賞を受賞された藤島文彦さん、岡田兼司さんも加えた団体の部で、美郷町が優勝を飾りました。

優等賞1席の上杉航輝さんは、令和元年に新規就農者として門川町から美郷町に移住され、現在母牛44頭を飼養しています。これまでも何度か優等賞を獲得してきましたが、首席は初の受賞となりました。

日ごろの努力に敬意を表し、今後の活躍を期待いたします。



優等賞1席「らん26号」と上杉航輝さん



優等賞6席「あき号」と下田信二さん

お問合せ 農林振興課 66-3605

## 秋の味覚「さいごう梨」の販売が始まりました！

西郷地区の特産品である梨の販売が、「美郷ノ蔵」と「桑村農園直売所」で始まりました。今年も大きさ・甘さ共に十分な、美味しい梨が収穫されています。

袋詰めと贈答用の箱詰めを準備しています。お気軽にお立ち寄りください。

### 【営業時間】

美郷ノ蔵

午前9時00分から午後5時00分(水曜定休)

桑村農園直売所

午前8時30分から午後5時00分

(梨販売期間基本無休)

※10月下旬ごろまで販売予定です。



お問合せ 美郷ノ蔵 66-3531 桑村農園直売所 66-3674

## FT 美郷(美郷ベースボールクラブ)がミズノベースボールドリームカップジュニアトーナメント 2024 熊本ラウンドに出場しました！

7月26日から29日にかけて熊本県で行われた、ミズノベースボールドリームカップジュニアトーナメント2024熊本ラウンドにFT 美郷(美郷ベースボールクラブとFT ホームーズ日向市東郷町の合同チーム)が出場しました。惜しくも2回戦敗退となりましたが、子ども達は、全国レベルのプレーを体感し、貴重な経験を積みました！

### 【大会結果】

1回戦 FT 美郷 vs 新里スターズ(群馬県) 3-1

2回戦 FT 美郷 vs TM ジュニア(愛知県) 4-7



お問合せ 教育課 66-3608

## 美郷ベースボールクラブが宮崎県スポーツ少年団中央大会に出場しました！

6月29日に宮崎市で開催された宮崎県スポーツ少年団中央大会に美郷ベースボールクラブが出場しました。結果は1勝1敗で、惜しくもCブロック2位となり、優勝を逃しましたが、全員野球で頑張りました。

### 【大会結果】

1戦目 美郷ベースボールクラブ vs 宮崎スターズ 14-10

2戦目 美郷ベースボールクラブ vs 志和池イーグルス 12-13



お問合せ 教育課 66-3608

## 「宮崎県再造林推進条例」の制定について 令和6年7月2日公布、施行 全国初

全国初の再造林に的を絞った条例となっており、基本理念として、「再造林の理解促進」、「効率化の推進、県産材需要の拡大」、「担い手の処遇と労働環境の向上」、「関係者の適切な役割分担と相互の連携」の4項目を定めています。

本条例の施行により、「みんなで再造林を進める」という意識の醸成を図り、森林の多面的機能を発揮させ、県民の安全・安心で豊かな暮らしの実現を目指します。

|       |                        |                                     |                   |
|-------|------------------------|-------------------------------------|-------------------|
| 基本理念  | 再造林の理解促進               | ・効率化の推進、県産材需要の拡大<br>・担い手の処遇と労働環境の向上 | 関係者の適切な役割分担と相互の連携 |
|       | 再造林の推進に向けた気運の醸成        | 効率化の推進<br>県産材需要の拡大<br>担い手・事業者の確保    | 地域体制の整備           |
| 責務・役割 | 県：施策の総合的かつ計画的な実施 など    | 市町村：情報共有や実情に応じた施策実施 など              |                   |
|       | 森林所有者：所有森林の再造林の推進 など   | 森林組合：伐採等の相談対応や連絡調整 など               |                   |
|       | 事業者：森林組合等との連携、県産材活用 など | 県民：県産材の積極的な利用 など                    |                   |



|    |                                        |
|----|----------------------------------------|
| 目的 | 再造林の推進                                 |
|    | 森林の多面的機能を発揮させ、<br>県民の安全・安心で豊かな暮らしを実現!! |

## 「みてさがしてとっておきの郷」

4

わにくち

### 下八峡の鰐口（町指定文化財）

鰐口は仏堂や神殿の前に掛け、参拝者がつるした綱で打ち鳴らすものです。

和田地区、下八峡薬師堂の鰐口は今から約601年前、応永30年（1423年）に寄付をされたと刻まれています。表裏が破損をしていますが、銅製で鼓面が17センチあります。

現在は、鳥越の鰐口と共に保管されています。

美郷町文化財保護調査委員会



## 地域おこし協力隊退任挨拶 ベスルギさん

みなさんこんにちは。

美郷町の豊かな食を繋ぐ「みさとバトン」を受け継ぐ協力隊として美郷町に来て、3年の月日が経ちました。このたび、令和6年7月を以て任期満了し、退任となりました。

美郷町を知ったきっかけは新宿の宮崎アンテナショップで出会った村の果菓子屋の栗きんとんでした。初めて栗きんとんを食べた時の感動は今でも忘れられません。

こんなに美味しいものを作ってる方はどんな方々なんだろう。気になって調べたとき、受け継ぐ人が減少し協力隊を募集してるのを知り、このきんとんを食べられなくなるのは悲しいと思い応募して美郷町に移住しました。

縁もゆかりもない美郷町に降り立ち、少しの不安とたくさんのワクワクを抱きながら新生活を始めた日のことを今でも覚えています。

右も左も分からない私のことを地域みなさんは温かく迎え入れてくださり、さまざまな場面でお力を貸していただきました。

四季がはっきりしていて、自然を間近に感じられる美郷町での生活は毎日が充実していて、何より東京で初めて食べたあの栗きんとんを村の果菓子屋、栗処さいごうのみなさんと一緒に作る日々は夢のようで3年間本当に楽しく活動させていただきました。

都会では当たり前食べてた食が農家のみなさんの汗と努力があってこそ食べられるんだと改めて気付かされました。

美郷町での経験は私にとって一生の宝物です。たくさんの方に支えられ、今の自分があります。東京に戻りますが、また美郷町に遊びにきます！

本当にありがとうございました。







## 移動図書館車の愛称を募集します！

町立図書館では、図書館利用が困難な方々へ図書館サービスを提供するため、移動図書館「美さ本」を運行していますが、2025年春、新しい移動図書館車を導入する予定となっております。

そこで、今以上に広く親しんでいただき、みなさまに愛される図書館となるよう願いを込め、移動図書館車の愛称を募集します。



### 【応募資格】

美郷町に在住の方、または美郷町立図書館を利用いただいている方（1人につき1点まで）。

### 【応募方法】

図書館に設置している応募用紙に、愛称、愛称に込めた思い（理由）、氏名、居住地、連絡先等、必要事項をご記入いただき、応募箱に投函するか、図書館職員へお渡しください。

### 【応募期限】

令和6年9月29日（日）必着

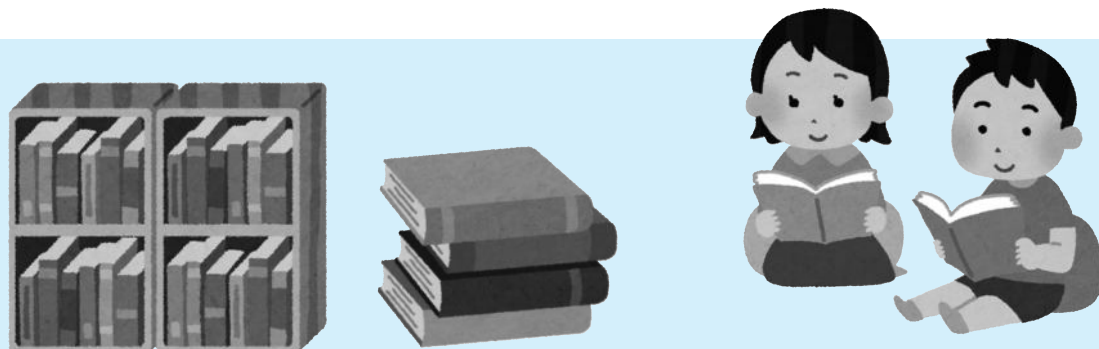
### 【選考・結果発表】

図書館職員等で選考を行います。採用された方には記念品を贈呈します。同じ愛称が複数ある場合は抽選で決定します。

選考結果は、令和6年12月頃に広報誌等で発表する予定です。

### 【注意事項】

- ・応募作品は、自作、未発表のものに限ります。
- ・応募作品の著作権等に関わる問題が発生した場合は、全て応募者の責任とします。
- ・採用作品の著作権等すべての権利は、美郷町に帰属するものとします。
- ・応募者の個人情報は、本目的以外に使用しません。



## 考えよう！一般廃棄物最終処分場 シリーズ37

### 第5回建設検討委員会を開催しました

日向市、門川町、美郷町、諸塚村、椎葉村で構成する日向東臼杵広域連合では、次期広域最終処分場の整備等を進めており、この度、第5回次期広域最終処分場建設検討委員会（以下、「建設検討委員会」といいます。）を開催したのでお知らせします。

### 第5回建設検討委員会の概要

日 時 令和6年7月1日（月） 14：30～16：00  
場 所 美郷町西郷ニューホープセンター 傍聴者 1名  
内 容

### 1. 地質調査計画について

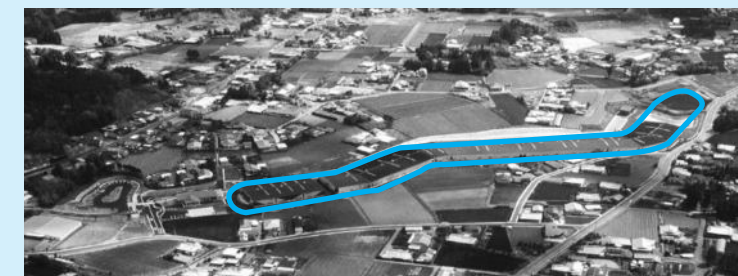
次期広域最終処分場の各施設の大きさや重要性を考慮して、建設候補地の自然条件（地形・地質、地下水など）を的確に把握、評価するために実施します。

なお、調査については2段階で実施する計画であり、第1段階では地質構造の把握を、第2段階では詳細設計に向けた地質情報の取得を目的で計画しています。

### 2. 処分場の比較検討について

オープン型処分場と被覆型処分場それぞれの概要と特徴を示し、維持管理や生活環境への影響、経済性や工事費等のメリット・デメリットを比較検討し、それらの内容を基に協議を行い、最終的に建設検討委員会として、被覆型最終処分場が望ましいとの方針を決定しました。

### 一般廃棄物最終処分場の事例（左：オープン型、右：被覆型）



出典：「都城市高崎一般廃棄物最終処分場パンフレット」

出典：「日向市一般廃棄物最終処分場パンフレット」

### 検討委員会での主な意見

- 地質調査を実施する土地の地権者の承諾はとれているのか。  
⇒事務局回答：基本同意が最終処分場候補地の調査実施についての同意となっており、地権者についても説明を行い、同意を得ている。
- 処分場形式の最終決定について、スケジュール・プロセスを教えてください。  
⇒事務局回答：今回の内容を地元である花水流区にも説明を行う。その後連合の構成市長村で再度協議を行い、最終的に連合長、副連合長、構成市長村長で方針決定し、基本計画へ反映させる。その計画を年度内に作成し、連合議会で報告する形となる。
- 被覆型最終処分場について、閉鎖・廃止実績情報や、データを集めた上で処分場運転費の計算に反映させ、その期間等についてもどれくらいかかるのか次回委員会で教えてください。
- 建設にかかる費用や経済性、粉塵や公害、住民の方の生活環境等のことを考えると個人としても地元としても被覆型最終処分場が望ましい。



広域連合のHPです。  
ぜひ、ご覧ください。

お問合せ 町民生活課 66-3604 広域連合 53-3401



## 今年も夏がやって来た！ みさと探検隊・ミステリーツアー開催！

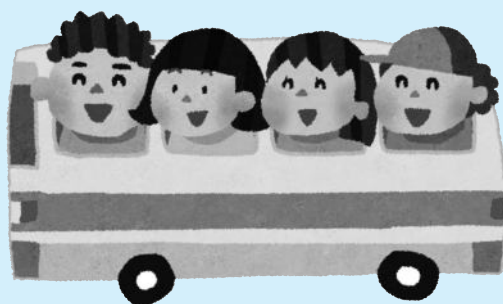
夏休みに入って間もない7月20日（土）に、美郷町の自然・文化を子どもたちが、見て、触って、そして交流を深めることで、美郷の良さを知ることが目的にみさと探検隊ミステリーツアーが開催されました。

今年も小学1～3年生の30名（保護者6名含む）がミステリーツアーに参加しました。

子どもたちは、行き先を教えないミステリーバス2台に分かれ、町内数箇所を訪問しました。最初の訪問先「おせりの滝」では、昆虫写真家の新開孝さんを講師に迎え昆虫観察会を開催！虫取り網を手に美郷に暮らす様々な昆虫を観察しました。

昼からは自分達が食べる巻き寿司を、いろんな具材をのせて巻き巻き！木工スプーンやクエン酸サイダーを作ったりと、夏休みの楽しい体験となったようです。

訪問先でご協力いただいた・絵本サークルスマイル虹・西郷漁業協同組合・西郷女性の輪の皆様から感謝申し上げます。



ミステリーツアー！行ってらっしゃい！



昆虫観察会



巻き寿司づくり



クエン酸サイダー作り

## 令和6年度 物価高騰対応重点支援給付金

国の経済対策として物価高騰による負担増を踏まえ、令和6年度住民税が**新たに非課税となった世帯**または**新たに均等割のみ課税となった世帯**に対して給付金を支給します。

### 【支給対象世帯】

令和6年6月3日時点で美郷町に住民票のある方で、令和6年度分の住民税所得割が課せられていない人のみで構成される世帯

※令和5年度住民税非課税世帯に対する7万円給付または令和5年度住民税均等割のみ課税世帯にする10万円給付の支給対象となっていた世帯は対象外です。

※住民税が課税されている方の扶養親族等のみからなる世帯は対象外です。

### 【給付額】

1世帯あたり10万円

※対象世帯で18歳以下の児童を扶養している世帯には、こども加算として児童1人あたり5万円を併せて支給します。

### 【手続きについて】

対象世帯に8月中旬に書類を郵送しました。令和6年1月2日以降に転入された方がいる世帯には準備が整い次第、順次書類を郵送します。

※本給付金は差押が禁止されています。  
また課税対象の収入には該当しません。



令和6年分の所得税及び令和6年度分の個人住民税において実施される定額減税において、定額減税しきれないと見込まれる方に対し給付する「調整給付金」についても、準備が整い次第、順次書類を郵送します。

お問合せ 町民生活課 66-3604

## 新刊図書のご紹介

|       | 種類 | 書 名                 | 著者名等             |
|-------|----|---------------------|------------------|
| 西郷図書館 | 一般 | ツミデミック              | 一穂ミチ             |
|       | 一般 | シルバー川柳 光るジジババ編      | みやぎシルバーネット       |
|       | 一般 | 消費者金融ずるずる日記         | 加原井末路            |
|       | 一般 | こすらなければ、美肌          | 石井美保             |
|       | YA | 12音のブックトーク          | こまつあやこ           |
|       | 児童 | カンタの訓練              | 草野あきこ            |
|       | 児童 | メダカ・金魚・熱帯魚          | 橋本寿史             |
|       | 児童 | 働くってどういうこと？         | 関和之              |
|       | 絵本 | タケシのせかい             | 室井滋              |
|       | 絵本 | あぶないばしょはどっち？        | 小宮信夫             |
| 南郷図書館 | 一般 | オパールのは              | 桐野夏生             |
|       | 一般 | 六月のぶりぶりぎっちょう        | 万城目学             |
|       | 一般 | スイマーズ               | ジュリー・オオツカ        |
|       | 一般 | ベストエッセイ2024         | 日本文藝家協会(編)       |
|       | 一般 | おとなの半幅帯結びコーディネートブック | 弓岡勝美             |
|       | YA | 明日、晴れますように 七夜物語 続   | 川上弘美             |
|       | 児童 | こどもに聞かせる一日一話2       | 福音館書店「母の友」編集部(編) |
|       | 児童 | すこしずるいパズル3          | たつなみ             |
|       | 絵本 | ゆうやけにとけていく          | ザ・キャビンカンパニー      |
|       | 絵本 | くまたのびっくりだいさくせん      | 柴田ケイコ            |
| 北郷図書館 | 一般 | 古本食堂 新装開店           | 原田ひ香             |
|       | 一般 | 谷から来た女              | 桜木紫乃             |
|       | 一般 | 首木の民                | 誉田哲也             |
|       | 一般 | みんなで着たい、手づくり服       | 美濃羽まゆみ           |
|       | 一般 | 尿トラブルの治し方           | 伊勢呂哲也            |
|       | YA | ひみつの相関図ノート          | 望月麻衣 他           |
|       | 児童 | となりのじいちゃんかんさつにっき    | ななもりさちこ          |
|       | 児童 | 人とくらす街の虫発見記         | 盛口満              |
|       | 絵本 | テントーむし              | 鈴木のりたけ           |
|       | 絵本 | たいせつなたまご            | キッチンミノル          |

※詳しくは美郷町公式 LINE 美郷町ホームページをご覧ください。  
 ※本のリクエスト等のご要望がございましたら、お近くの図書館にお申しつけください。  
 選書の参考にさせていただきます。

開館時間 9：30～18：00

お問合せ 北郷図書館 62-6205 南郷図書館 59-1605 西郷図書館 62-6204

9月20日～26日は「動物愛護週間」です。動物を愛し、動物と人間の絆を深めることを目的として定められました。今年のテーマは、『子どもも大人も一緒に考えよう、私たちと動物』。図鑑や救済活動についての本が揃っている図書館で、動物愛護について親子で一緒に考えてみませんか。

### お話会予定

西郷： 6日(金)16：00～16：30  
 南郷： 7日(土)10：00～10：30  
 北郷： 21日(土)10：30～11：00

### 今月の休館日

毎週月曜日  
 22日(日) 秋分の日  
 26日(木) 最終木曜日



### 美さ本 訪問予定日

| 北郷                                                                                                                | 10日(火) |             | 11日(水) |               | 12日(木) |           | 13日(金) |               |        |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|--------|---------------|--------|-----------|--------|---------------|--------|-------|
|                                                                                                                   | 10:00  | 黒木公民館       | 09:30  | 坂元公民館         | 10:20  | 細宇納間公民館   | 10:30  | 入下公民館         |        |       |
|                                                                                                                   | 10:50  | 細宇納間運動公園    | 10:00  | 坂元営農研修センター    | 12:50  | 美郷北義務教育学校 | 11:10  | 田谷中組集会所       |        |       |
|                                                                                                                   | 13:00  | 速日公民館       | 11:00  | 小黒木公民館        |        |           | 13:00  | 長野生活改善センター    |        |       |
| 西郷 <th colspan="2">4日(水)</th> <th colspan="2">17日(火)</th> <th colspan="2">18日(水)</th> <th colspan="2">20日(金)</th> | 4日(水)  |             | 17日(火) |               | 18日(水) |           | 20日(金) |               |        |       |
|                                                                                                                   | 13:50  | 小川公民館       | 09:40  | 若宮コミュニティセンター  | 10:00  | 上区公民館     | 09:40  | 花水流コミュニティセンター |        |       |
|                                                                                                                   |        |             | 10:15  | 和田区コミュニティセンター | 14:00  | 上野原公民館    | 10:45  | 峰集会センター       |        |       |
|                                                                                                                   |        |             | 13:45  | すぱーく西郷        |        |           |        |               |        |       |
| 南郷                                                                                                                | 10日(火) |             | 11日(水) |               | 12日(木) |           | 13日(金) |               | 25日(水) |       |
|                                                                                                                   | 09:30  | 市田公民館       | 13:45  | 名木公民館         | 13:30  | 渡川マンマ加工所前 | 14:00  | 仁田公民館         | 10:30  | 入川公民館 |
|                                                                                                                   | 10:00  | 鬼神野基幹集落センター |        |               | 14:00  | 渡川簡易郵便局   |        |               |        |       |
|                                                                                                                   |        |             |        |               |        |           |        |               |        |       |

### 図書館からのお知らせ

#### 「敬老の日 読書のすすめ」のパンフレットが届きました

読書推進運動協議会が「心豊かに生涯読書」を目標に、中高年の方々に読書を楽しんでいただくために選定した24冊が紹介されています。

パンフレットに載っている本以外にもおすすめの本を展示していますので、ぜひご利用ください。

#### 第171回芥川賞・直木賞受賞作品決定

芥川賞 「サンショウウオの四十九日」 朝比奈秋／著

「バリ山行」 松永K三蔵／著

直木賞 「ツミデミック」 一穂ミチ／著

### 新刊紹介 ※今月は南郷図書館が担当です。

#### これで死ぬ 子ども版

(一般) 羽根田治 / 著  
 多くの人々がアウトドアを楽しんでいる一方で、海や川、山での痛ましい事故があとをたない。実際にあった子どもの事故例を元に、安全のための基本的な知識を紹介。

#### 保護ねこものがたり

(児童) 大塚敦子 / 著  
 飼い主を亡くしてホームレスになったカリン。原発事故により取り残された福ちゃん。交通事故から助けられたマル。保護ねこ9匹との出会いと別れの物語。





## ケーブルテレビ施設使用料について

令和6年度美郷町ケーブルテレビ施設使用料：¥6,120(¥510円/月・年間一括払い)

口座振替(再振替)：7月25日に引き落とし出来なかった方

再振替日：令和6年9月25日(水) ※口座の残高をご確認下さい。

納付書でお支払いの方

納期：令和6年9月30日(月) ※納付書は8月上旬までに郵送しております。

このケーブルテレビ施設使用料は、美郷町が敷設した光ケーブル網を活用した、地上デジタル・BSデジタル放送の視聴、インターネットの利用などに対する施設の使用料であり、テレビの視聴料金ではありません。

お問合せ 企画情報課 66-3603

## 地域をつなぐ～ちくせん実行委員会に聞く～

24の行政区ごとに取り組んでいる地区別定住戦略事業、略して「ちくせん」。ここでは、各ちくせん実行委員会のみなさまの思いをご紹介します。

### 【中区ちくせん実行委員会 実行委員長 菊池 邦政さん】 －ちくせん事業に対する思いは？

ちくせん事業が始まるまでは、地区としての希望も見えず、このままこの地区が無くなっていくのかなとうっすらと思ってましたが、当事業が始まってなんかやろう！という気持ちが芽生えてきてます。実行委員会も最初は何をしていいやら分かりませんでした。地区民や出身者が中区でよかった！と思えるような活動をしていこうという目標を設定したことで、計画が動きつつあります。

### －今後のちくせん活動の予定を教えてください。

今年は、地区の公園の見晴らしを良くする整備や、交流の広場を整備できないか検討してます。昨年実施した「出身者との集い」での関係も絡めながら、できることから進めていければと考えます。他のちくせん実行委員会とも、もっと情報共有して、色々と参考にさせていただきたいなと思ってます。

持続的な地域を目指し、自分事化として活動を進めている町内各地のちくせん実行委員会。今後も、各地区のちくせん実行委員会の方々の思いを紹介していきます。



菊池 邦政さん



出身者との集い



交流広場の整備を検討中！

お問合せ 政策推進室 総合戦略担当 62-6203

## 地域包括医療局からのお知らせ ～ 脱水にご注意 ～



美郷町国民健康保険西郷病院内科の北條健人です。

本格的な夏が始まりましたね。強い日差しや高い気温にさらされると、体は汗をかいて体温を調整しようとしますが、この時に気をつけたのが「脱水」です。

### 脱水症とは

「脱水症」とは、体内の水分が足りない状態のことをいいます。「脱水」になると、自覚症状としては口の渇きや体のだるさ、立ちくらみなどを訴えることが多いです。皮膚や口唇、舌の乾燥、皮膚の弾力性低下、微熱などが起こります。そのほかに食欲低下、脱力、意識障害、血圧低下、頻脈なども出現しやすいです。

### 高齢者は特に注意が必要！

体内の水分量は年齢によって違います。体重あたりの割合でみると、小児が75%、成人が60%、高齢者が50%ほどです。高齢であればあるほど、体内の水分量が低いいため、脱水を起こしやすくなります。また高齢者は喉が渇いたと認識する「口渴（こうかつ）中枢」が年齢の影響で衰えており、喉の渇きを感じにくくなります。これも高齢者が脱水症を起こしやすい理由の一つです。

### 脱水症にならないように

1日に必要な水分量を把握してきちんと摂取できているか、本人だけでなく周囲も意識して確認するようにしましょう。その日の体調や運動量などによって、普段より多めに水分補給が必要なこともあるため注意が必要です。

室内の湿度・温度管理をしっかり行いましょう。冬場、部屋が乾燥している場合は、加湿器の使用や濡れタオルを干すなどして湿度を上げます。夏の暑い日はエアコンを使用して室内の温度を適温に保ちましょう。就寝中にエアコンを使わずに脱水症を引き起こすケースは少なくありません。エアコン嫌いや節電のためにエアコンの使用を避ける方もいますが、命に関わる危険もあるため積極的に使用して室内環境を整えましょう。

### 水分補給について

一度に大量の水を摂取すると、かえって体内の電解質(体内の塩分やカリウムなどのミネラル)のバランスが崩れる場合があります。水分補給をする時には、あわせて塩分やミネラルの補給も意識していただければと思います。市販のスポーツドリンクや経口補水液を飲むほか、水や麦茶の場合には、塩分も一緒に補給しましょう。水分補給は、のどが乾く前に少量ずつ飲むことが大切です。一気に大量に飲んでも吸収が悪く、水分が吸収されるのも多少の時間は必要となるため、常日頃から水分と塩分の補給を心がけるようにしてください。

お問合せ 西郷病院 66-3141

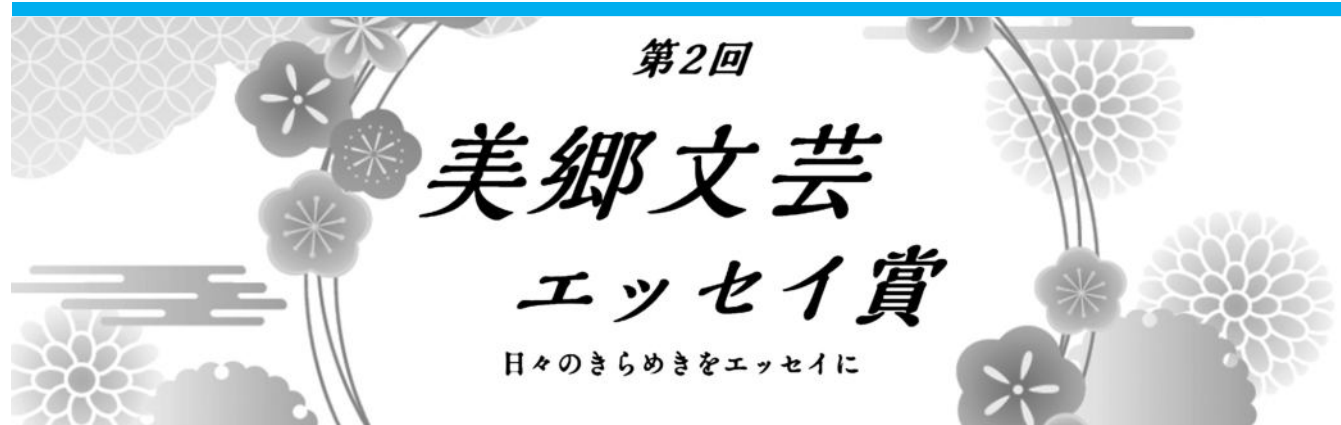


## 令和6年度 自衛官募集

| 募集種目                                |                                                                              | 募集人員（全国）                                                                                         | 資格                                                                                               | 受付期間            | 試験期日及び合格発表 |                                                                          | 入（校）隊                          |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 一般曹候補生                              |                                                                              | 参考（令和5年度）<br>・陸 約4,200名<br>（うち女子） 約 500名<br>・海 約1,630名<br>（うち女子） 約 250名<br>・空 約1,400名<br>男女の区分なし | 18 歳以上 33 歳未満の者（32 歳の者は、採用予定月の末日現在、33 歳に達していない者）                                                 | ～9月3日           | 試験期日       | 1 次：9月14日～22日<br>2 次：10月12日～27日<br>※いずれか1日を指定                            | 令和7年<br>3月下旬<br>～4月上旬          |
|                                     |                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                  |                 | 合格発表       | 1 次：10月3日<br>最終：11月21日                                                   |                                |
| 航空学生                                |                                                                              | 参考（令和5年度）<br>・海 約74名<br>（うち女子若干名）<br>・空 約72名<br>（男女の区分なし）                                        | 海：18 歳以上 23 歳未満の者（高卒者（見込含）又は高専 3 年次修了者（見込含））<br><br>空：18 歳以上 24 歳未満の者（高卒者（見込含）又は高専 3 年次修了者（見込含）） | ～9月5日           | 試験期日       | 1 次：9月16日<br>2 次：10月12日～17日<br>3 次：（海） 11月15日～12月11日<br>（空） 11月9日～12月12日 | 令和7年<br>3月下旬<br>～4月上旬          |
|                                     |                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                  |                 | 合格発表       | 1 次：10月4日<br>2 次：（海） 11月6日<br>（空） 10月31日<br>最終：令和7年1月20日                 |                                |
| 防衛<br>大学校<br>学生                     | 推薦                                                                           | 参考（令和5年度）<br>人文・社会科学専攻<br>約 45名<br>（うち女子約20名）<br>理工学専攻<br>約145名<br>（うち女子約30名）                    | 18 歳以上 21 歳未満の者高卒（見込含）又は高専 3 年次修了（見込含）で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者                          | 9月5日～<br>9月9日   | 試験期日       | 9月21日・22日                                                                | 令和7年<br>4月上旬                   |
|                                     |                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                  |                 | 合格発表       | 10月25日                                                                   |                                |
|                                     | 総合選抜                                                                         | 参考（令和5年度）<br>人文・社会科学及び理工学専攻合わせて<br>約60名<br>（うち女子約10名）                                            | 18 歳以上 21 歳未満の者（自衛官は 23 歳未満）、高卒者（見込含）又は高専 3 年次修了者（見込含）                                           |                 | 試験期日       | 1 次：9月21日<br>2 次：10月26日・27日                                              |                                |
|                                     |                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                  |                 | 合格発表       | 1 次：10月11日<br>最終：11月20日                                                  |                                |
| 一般                                  | 参考（令和5年度）<br>人文・社会科学専攻<br>約45名<br>（うち女子約10名）<br>理工学専攻<br>約195名<br>（うち女子約30名） |                                                                                                  |                                                                                                  | 7月1日～<br>10月17日 | 試験期日       | 1 次：11月2日<br>2 次：11月30日～12月4日                                            | 令和7年<br>4月上旬                   |
|                                     |                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                  |                 | 合格発表       | 1 次：11月20日<br>最終：12月27日                                                  |                                |
| 防衛<br>医科大学<br>医学科学生                 |                                                                              | 参考（令和5年度）<br>約85名                                                                                | 18 歳以上 21 歳未満の者<br>高卒者（見込含）又は高専 3 年次修了者（見込含）                                                     | 7月1日～<br>10月9日  | 試験期日       | 1 次：10月19日<br>2 次：12月11日～13日                                             | 令和7年<br>4月上旬                   |
|                                     |                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                  |                 | 合格発表       | 1 次：11月28日<br>最終：令和7年1月30日                                               |                                |
| 防衛<br>医科大学<br>看護学科学生<br>（自衛官候補看護学生） |                                                                              | 参考（令和5年度）<br>約75名                                                                                | 18 歳以上 21 歳未満の者<br>高卒者（見込含）又は高専 3 年次修了者（見込含）                                                     | 7月1日～<br>10月2日  | 試験期日       | 1 次：10月12日<br>2 次：11月23日・24日                                             | 令和7年<br>4月上旬                   |
|                                     |                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                  |                 | 合格発表       | 1 次：11月7日<br>最終：令和7年2月4日                                                 |                                |
| 予備<br>自衛官補                          | 一般                                                                           | 陸 約 1,540名                                                                                       | 18 歳以上<br>52 歳未満の者                                                                               | ～9月19日          | 試験期日       | 9月21日～10月7日<br>※いずれか1日を指定                                                | 教育訓練の<br>開始時期<br>令和6年<br>12月以降 |
|                                     | 技能                                                                           | 陸 約 350名<br>海 約 20名                                                                              | 18 歳以上で国家免許資格等を有する者（資格により年齢の上限があります。）                                                            |                 | 合格発表       | 11月7日                                                                    |                                |

※ご不明な点がございましたら日向地域事務所までご連絡ください。なお、自衛官募集ホームページ等でもご確認できます。

お問合せ 日向地域事務所 0982-52-6914



### 作品募集

募集期間 2024年7月10日～10月31日

テーマ 「推し」

※タイトルは自由。2,400字以内（原則、400字詰め原稿用紙6枚まで）

賞 総額20万円

審査員 高山文彦（作家） 門田祥子（歌人） 福田稔（みやざきエッセイスト・クラブ会長）

たくさんのご応募、  
お待ちしております！

詳しくはWEBをチェック！

美郷文芸エッセイ賞



### 1次審査員募集！

審査をお手伝いくださるボランティアを募集します。

**応募内容** 当エッセイ賞の1次審査。  
※応募作品を実際に読んでいただき、審査をしていただきます。  
※審査基準は、審査員全員で打合せをします。

**応募資格** ・町内在住の方（読書好きの方、大歓迎です！）。  
・本エッセイ賞に応募していない方。

**募集人員** 20名程度（予定）

**審査期間** 2024年11月上旬～12月中旬（予定）。  
※審査員のスケジュールを調整しながら進めます。

**募集締切** 2024年9月30日まで



審査に関する資格等は必要ありませんので、お気軽にご応募ください。  
全国からの未発表オリジナル作品を、審査員同士で協力しながら審査してみませんか。

お問合せ 企画情報課 66-3603



## 西郷歯科診療所・北郷歯科診療所 再開します！

休診しておりました西郷・北郷歯科診療所ですが、8月より西郷歯科診療所は南郷歯科診療所の津曲祐一郎歯科医師が、北郷歯科診療所は、都城の方から速見晴貴歯科医師が着任され診療を行うことになりました（※速見歯科医師のご紹介は、次号でさせていただきます）。

各歯科診療所の診療日等は下記のとおりです。必ず予約をされて受診いただきますようお願いいたします。



### 【令和6年8月～】

|                                                   | 診療時間／曜日     | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------------------------------------------|-------------|---|---|---|---|---|---|
| <b>南郷<br/>歯科診療所</b><br>(電話59-1305)<br>※土曜日は午前のみ   | 9:00～12:00  | ○ |   | ○ | ○ |   | ○ |
|                                                   | 14:00～18:00 | ○ |   | ○ | ○ |   |   |
| <b>西郷<br/>歯科診療所</b><br>(電話66-2210)                | 9:00～12:00  |   | ○ |   |   | ○ |   |
|                                                   | 14:00～18:00 |   | ○ |   |   | ○ |   |
| <b>北郷<br/>歯科診療所</b><br>(電話62-5029)<br>※木・土曜日は午前のみ | 8:30～12:30  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
|                                                   | 14:00～17:30 | ○ | ○ | ○ |   | ○ |   |



お問合せ 健康福祉課 66-3610

## 子育て支援センターだより

34号

### ～7月の開設の様子～

#### ○うなま保育所で遊ぼう！

7月16日の開設では1組の親子が遊びに来てくれました。保育所のこどもたちと遊んだり、手形アートで作品を作ったりして楽しい時間を過ごしました。



#### OLET'S フラダンス♪

7月25日の開設では4組の親子が参加しました。

講師に「北郷フラダンスクラブ マウナ マナ ミサト」の皆様をお招きしました。

素敵な衣装を身に着けて南国気分を味わいながら、ゆったり体を動かすことができました。



### ～9月のイベント情報～

9月の予定は以下のとおりです。

皆さまが楽しめるイベントを考えておりますので、是非遊びに来てください！

| 9月の<br>開設日 | 9月10日(火)                              | 9月27日(金)                   |
|------------|---------------------------------------|----------------------------|
|            | 敬老の日制作<br>「おじいちゃん、おばあちゃん、いつまでも元気でいてね」 | アロマヨガでリラックス<br>講師：右田 佐知子 様 |

お問合せ 町民生活課 66-3604

## 納税は納期限内に！

### 9月の納税

国民健康保険税3期

### 納期限

納付期限:9月30日

口座振替:9月25日

| 税 目     | 8月 | 9月 | 10月 |
|---------|----|----|-----|
| 町 県 民 税 | 2期 |    | 3期  |
| 国民健康保険税 | 2期 | 3期 | 4期  |

※指定口座にご用意をお願いします。

お問合せ 税務課 66-3602

## 乳がん検診の予約受付をします！

6月・7月の乳がん検診を受けていない方を対象に、下記の日程において予約制で実施します。受診を希望される方は、**9月20日(金)まで**に役場健康福祉課へご予約ください。



### 【受診できない方】

- ・前回の乳がん検診で、「要精密」もしくは「経過観察6か月」になり、二次検査を受診していない方
- ・妊娠中の方や妊娠の可能性のある方、授乳中の方や卒乳直後の方
- ・前回マンモグラフィ検査を受けてから6か月未満の方
- ・乳がん治療中及び術後10年未満の方
- ・豊胸手術を受けられた方

### 【超音波検査が受けられる方】

※超音波（エコー）のみの乳がん検診が、**下記に該当する方のみ**できます。予約時にお申しつけください。

- ・ペースメーカーを装着されている方
- ・ポートカテーテルが体内に挿入されている方

| 対象者       | 30歳以上の女性                                                                                                                                                                                                                |          |  |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--|
| 検診料金      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・31歳～69歳：美郷町国保加入者 1,600円、国保以外 2,500円</li> <li>・70歳以上：1,100円</li> <li>・超音波検査のみ：1,000円</li> <li>・30・35・40・45・50・55・60・65歳：無料</li> </ul> (※年齢は令和7年3月31日時点)<br>※JA女性部の方は600円の補助があります |          |  |
| 検査内容      | 超音波検査・マンモグラフィ検査・乳頭分泌検査                                                                                                                                                                                                  |          |  |
| 日程        | 受付時間                                                                                                                                                                                                                    | 会場       |  |
| 10月20日(日) | 9:00～11:30                                                                                                                                                                                                              | 美郷町役場    |  |
|           | 13:00～15:30                                                                                                                                                                                                             |          |  |
| 10月21日(月) | 9:30～11:30                                                                                                                                                                                                              | 北郷保健センター |  |
|           | 13:00～15:00                                                                                                                                                                                                             |          |  |
| 10月25日(金) | 12:30～15:00                                                                                                                                                                                                             | 南郷保健センター |  |
|           | 16:30～18:00                                                                                                                                                                                                             |          |  |

※予約が必要です。

お問合せ 健康福祉課 66-3610

## 重症熱性血小板減少症候群（SFTS）マダニに注意！

重症熱性血小板減少症候群は SFTS ウイルスを保有しているマダニに咬まれることにより感染します。

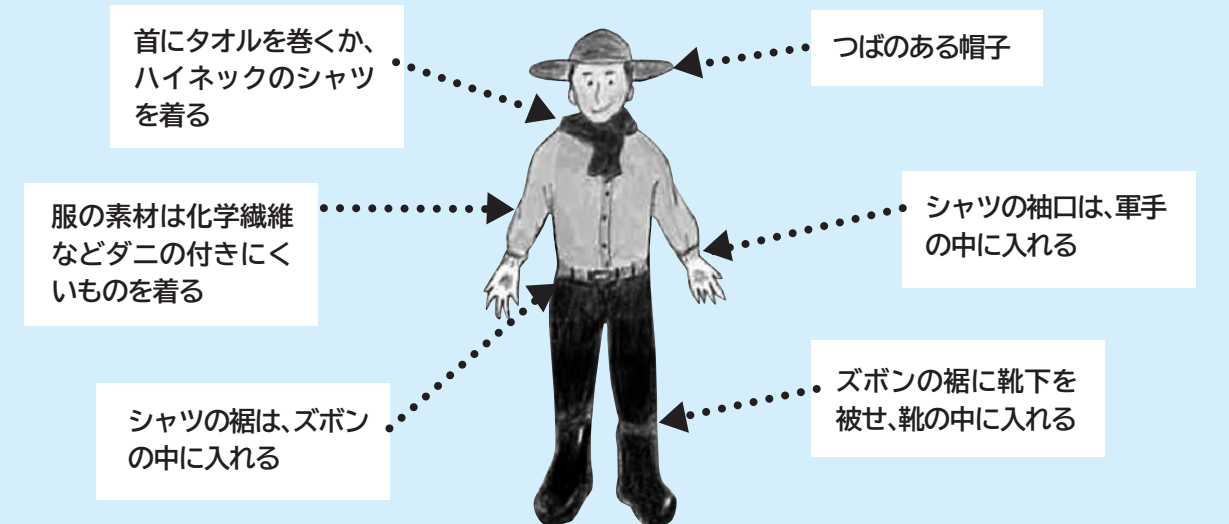
農作業や山林作業以外にも庭仕事や家の周囲の散歩でも感染が疑われるケースもあり、ちょっとした活動でもマダニに咬まれないよう注意しましょう。

宮崎県内では、重症熱性血小板減少症候群(SFTS)の報告数が全国で最も多く、死亡者も出ています。

### 主な症状

ウイルスを保有しているマダニに咬まれた後、6日から2週間程度の潜伏期間を経て、発熱、倦怠感、食欲低下、消化器症状、リンパ節の腫れ、出血症状を起こします。時に頭痛、筋肉痛、意識障害、けいれん、昏睡を起こします。

### 感染予防 ※マダニに咬まれないようにすることが最も重要です！



- 肌を露出を少なくする
  - ・帽子・手袋を着用し、首にタオルを巻くなど
  - ・シャツの裾はズボンの中に、袖は手袋の中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる
- 明るい色の服を着る
- 虫除け剤を使用する (ディートやイカリジン成分を含む物が有効)
- ペットの管理をする
  - ・ブラッシングをしてマダニが付いていないか確認する
  - ・動物病院でマダニの駆除剤を使用する
  - ・ペットに触れた後は必ず手洗いする
  - ・ペットの体調不良に注意し、体調不良の際、動物病院を受診する。

### ★もしマダニに咬まれたら

- ・無理に引き抜こうとせず、医療機関（皮膚科など）で処置をしてもらいましょう。
- ・マダニに咬まれた後、3週間程度は体調の変化に注意し、発熱等の症状があった場合は早めに医療機関を受診しましょう。

お問合せ 宮崎県感染症対策課 0985-44-2620



美郷町9月行事予定表

| 日  | 曜 | 行 事 名                                   | 地区 | 場 所 等                         | 時 間         | 担当課等・連絡先 |         |
|----|---|-----------------------------------------|----|-------------------------------|-------------|----------|---------|
| 1  | 日 | 町統一防災訓練                                 | 全域 | 各公民館等                         | 各地区計画による    | 総務課      | 66-3601 |
| 2  | 月 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 3  | 火 | 幼児健診                                    | 北郷 | 保健センター                        | 13：00～14：00 | 健康福祉課    | 66-3610 |
| 4  | 水 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 5  | 木 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 6  | 金 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 7  | 土 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 8  | 日 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 9  | 月 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 10 | 火 | 行政相談                                    | 南郷 | 南郷多目的研修センター                   | 10：00～12：00 | 総務課      | 66-3601 |
| 11 | 水 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 12 | 木 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 13 | 金 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 14 | 土 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 15 | 日 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 16 | 月 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 17 | 火 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 18 | 水 | 行政相談                                    | 北郷 | 北郷保健センター 会議室                  | 10：00～12：00 | 総務課      | 66-3601 |
| 19 | 木 | 行政相談                                    | 西郷 | 西郷ニューホープセンター<br>小会議室          | 10：00～12：00 | 総務課      | 66-3601 |
| 20 | 金 | 9月定例区長会                                 | 西郷 | 西郷ニューホープセンター                  | 13：30～15：00 | 総務課      | 66-3601 |
| 21 | 土 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 22 | 日 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 23 | 月 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 24 | 火 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 25 | 水 | 特定健診結果説明会                               | 西郷 | 和田コミュニティセンター／<br>若宮コミュニティセンター | 時間予約制       | 健康福祉課    | 66-3610 |
| 26 | 木 | 特定健診結果説明会                               | 西郷 | 西郷庁舎                          | 時間予約制       | 健康福祉課    | 66-3610 |
| 27 | 金 | 特定健診結果説明会                               | 西郷 | 小川集会センター／上野<br>原文化伝承館         | 時間予約制       | 健康福祉課    | 66-3610 |
| 28 | 土 |                                         |    |                               |             |          |         |
| 29 | 日 | 特定健診・前立腺がん・<br>大腸がん・結核検診・肝<br>炎検査・胃がん検診 | 西郷 | ニューホープセンター                    | 時間予約制       | 健康福祉課    | 66-3610 |
| 30 | 月 | 特定健診結果説明会                               | 北郷 | 北郷保健センター                      | 時間予約制       | 健康福祉課    | 66-3610 |

※行事は、都合により変更になる場合がありますので御了承ください。

話してみたら、少し楽になった。

ひとりで悩まないで  
誰かに話してみませんか

9月10日～9月16日は「自殺予防週間」です。  
さまざまな悩みから、精神的に追い込まれてしまうこ  
とは、誰にでも起こる可能性があります。  
あなたのまわりに、気になる人はいませんか。

「どうしたの？」

その一言で、あなたの身近な方が命を救われるかも  
しれません。大切な人の様子が「いつもと違う」場合、  
悩んでいることに気づいたら、一歩勇気を出して声を  
かけてみませんか。また、家族や職場など、身近な人  
に言えない、そんな悩みを抱えるあなたを支える相談  
窓口があります。宮崎県自殺予防ポータルサイト「ひなたの  
おせっかい」では、死にたいくらいつらい気持ちや、こころの健  
康、家庭、生活、借金、仕事、病気、法律などさまざまな悩み事  
に関する相談窓口をご案内しています。

健康福祉課でも、随時相談を受け付けております。他にも、  
電話だけでなく SNS での相談先もあります。つながりにくかつ  
たり、返事に時間を要するかもしれませんが、ひとりで悩まな  
いで、まずはご相談ください。24時間365日、いつでも相  
談することができます。



| 相談窓口                                  | 電話番号                       | 受付曜日                   |  | 受付時間        |
|---------------------------------------|----------------------------|------------------------|--|-------------|
| (1) お悩み傾聴ダイヤル                         | 0570(783)755<br>(なやみ・ならここ) | (2)～(4)の受付曜日・時間以外      |  |             |
| (2) こころの電話                            | 0985(32)5566               | 月～金<br>※祝祭日、年末<br>年始除く |  | 9:00～19:00  |
| (3) NP0 法人<br>国際ビフレンダーズ<br>宮崎自殺防止センター | 0985(77)9090               | 日・月・水・金                |  | 20:00～23:00 |
| (4) NP0 法人<br>宮崎いのちの電話                | 0570(783)556<br>(なやみ・こころ)  | 月・水・金                  |  | 21:00～4:00  |
|                                       |                            | 日・火・木・土                |  | 18:00～4:00  |

お問合せ・相談先 健康福祉課 66-3610 (平日8:30～17:15)

## 美郷北学園の児童、製炭業について学ぶ

7月9日に美郷北学園の4年生7名が、竹見野の樹で製炭業について学びました。

これは総合的な学習の時間に行われたもので、「地域のことを知ろう」というテーマで実施されています。

「竹見野の樹」日高順二氏より備長炭ができるまでの工程や、製炭業に用いる道具、美郷町独自の製炭法に関する小窯についての説明があり、その後、備長炭を使った風鈴づくりを行いました。美郷北学園の4年生、黒木力円さんは「備長炭からこんなきれいな音がでるのは知らなかった。風鈴は自分の部屋に飾りたい。」と話していました。



お問合せ 農林振興課 66-3605

## 「備長炭製炭技術と文化の伝承」地域おこし協力隊着任のあいさつ

はじめまして、大石敏と申します。神奈川県から参りました。

6月より、炭焼きの地域おこし協力隊として、美郷町の北郷に移住してきました。私の使命は、備長炭の製炭技術とその文化を次世代に伝えることです。一日でも早く製炭技術を習得し、山の恵みを活かし自然の循環を大切にする炭焼きという職業を次の世代へ受け継いでいけるよう、頑張っていきます。

まだまだ日々の生活に追われ、わからないことが多いですが、皆さまと一緒に楽しく過ごしていきたいと思っています。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



お問合せ 農林振興課 66-3605

## 美郷町の人口

|     |   | 前 月   | 今 月   | 増 減  |
|-----|---|-------|-------|------|
| 人 口 | 男 | 2,073 | 2,062 | △ 11 |
|     | 女 | 2,166 | 2,162 | △ 4  |
|     | 計 | 4,239 | 4,224 | △ 15 |
| 世帯数 |   | 1,981 | 1,973 | △ 8  |

令和6年8月1日現在(現住人口による)

県北救急医療ダイヤル

0120-865-554

通話無料  
24時間対応

平日(月曜～土曜)午後5時～翌朝8時 日曜/祝日/年末年始(12/29～1/3)  
医師や看護師が無料で相談受けます。

## 誕生おめでとうございます

7月受付分  
の出生届

6月24日生 田野なつめさん【南郷神門】 父:拓斗さん 母:晴香さん

7月10日生 戸澤 翠さん【南郷水清谷】父:正法さん 母:実咲さん