

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



## 地域を彩る、 あじさい

南郷水清谷「なかのこし花公園」の  
あじさい

なかのこし花公園は地域住民の手で  
作られた自然豊かな公園です



今月の要チェックコーナー

・美郷町長コラム #1

「帰りたいまち」から「帰れるまち」へ .. 9ページ



LINE公式アカウント  
「宮崎県美郷町」



## 子育て支援センターだより

55号

～5月の開設の様子～

### 青空ピクニック (林業技術センター)

5月13日(水)の開設では4組の親子さんが参加されました。

今回は、青空の下、宮崎県林業技術センターのそばにある広場へみんなでピクニックに行きました



!!テントを立てシートを敷いて心地よい風を感じながら絵本の読み聞かせをしたり、マッサージをして身体を動かしたりしました。お昼にはご飯屋涼さんのホットドックをみんなでいただき、お腹もいっぱい、自然も感じてリフレッシュできました!!

### アロマヨガ教室 (北郷保健センター)

5月27日(水)の開設ではきょうだい連れの親子さんも含め、4組が参加されました。子育て支援センターでは定期的に行っている人気のある教室です。お好みの香りのアロマオイルで心を癒しながら、お母さんたちのそれぞれの悩みにあった内容で身体をほぐしていきましました。自宅でも簡単にできる方法なども教えてもらい、日々の不調や疲れが少しでもやわらぐと嬉しいです。



### ～7月のイベント情報～

7月の予定は以下のとおりです。みなさんのご参加お待ちしております♪

7月の開設日	7月8日(水)	7月22日(水)
	ベビーマッサージ (西郷ニューホープセンター)	うちわ作り (西郷ニューホープセンター)

お問合せ 健康こども課 66-3610

## 宮崎ねんりんピック2026が行われました

高齢者の健康づくりと交流を目的とした『ねんりんピック』が開催されました。美郷町からはグラウンドゴルフと将棋の部門に町民の皆さんが参加されました。参加者の皆さんは日頃の練習の成果を発揮し、笑顔あふれる交流のひと時を過ごしました。今後もいきいきとした暮らしを応援していきます。



お問合せ 福祉課 66-3605

## 第25回宮崎県障がい者スポーツ大会

5月10日(日)に、ひなた宮崎総合運動公園にて第25回宮崎県障がい者スポーツ大会が開催されました。本町から美郷町身体障がい者福祉会のメンバーがフライングディスク(アキュラシーの部)競技に、福祉工房ゆめたまごのメンバーがグラウンドゴルフ競技に出場しました。選手の皆さんは、それぞれの競技で一生懸命にプレーし、スポーツを通して交流を深めました。

美郷町身体障がい者福祉会では、相談受付や障がい者スポーツ交流会等を行っております。身体障害者手帳をお持ちの方で、興味のある方はお気軽にお問合せ下さい。



お問合せ 福祉課 66-3605 社会福祉協議会 66-2477

## 日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ リハーサル大会を紹介!

今回は、国スポ本大会を前に開催されるリハーサル大会を紹介します。

美郷町では、正式競技のバスケットボール(少年女子)が行われますが、そのリハーサルとして「第57回全九州高等学校バスケットボール春季選手権大会」が開催されます。九州各県の代表権を得た24チームが本町と共催地の日向市に集い、九州No.1の座を巡って次世代のバスケットボール界を担う選手たちが躍動し、手に汗握る熱戦が繰り広げられます。

開催日は、令和9年2月19日(金)、会場は本大会と同じ北郷総合交流センターで、少年女子6チームの1・2回戦、計4試合を行います。春の王者を目指す強豪校の試合を間近で観戦できるまたとない機会です。大会に向けて、応援の熱を高めていきましょう!

国スポ(バスケ開催)まであと457日(7月1日時点)

国スポ(デモスポ開催)まであと326日(7月1日時点)

お問合せ 教育課 66-3608



バスケットボール

## みやざき若者サポートステーションでは 無業の方(15歳から49歳までの方)の 就職のお手伝いをします!



厚生労働省・宮崎県委託事業  
**サポステ**  
地域若者サポートステーション  
**利用無料**

### みやざき若者サポートステーションとは?

みやざき若者サポートステーションでは、働くことに悩みを抱える若者やそのご家族の支援をおこなっています。

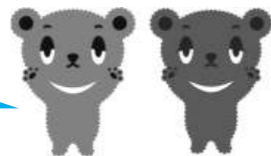
就活の方法が分からない、どんな仕事が合っているか分からない、就職のプランがあり心配という方は是非ご相談ください。

### どんな支援をしていますか?

- ・キャリア相談 (応募書類作成や面接対策など)
- ・こころの相談
- ・職業適性検査
- ・パソコンセミナーやビジネスマナー講座
- ・短期型の職場体験などをおこなっています。
- ・就職後も、職場定着の支援をおこなっています。

## みやざき若者サポートステーション / サポステ・プラス サテライト延岡

まずはお気軽に  
お電話ください!



**住所** 〒889-0513  
宮崎県延岡市土々呂町4丁目 4390-1  
延岡市職業訓練支援センター1F

**対象年齢** 15歳から49歳の求職者とご家族

**利用時間** 午前9時から午後4時まで

**閉所日** 土・日・祝日・年末年始



ホームページ



お問合せ サテライト延岡 0982-37-1190

## 带状疱疹ワクチン(不活化ワクチン)接種を ご検討の方へ(西郷病院での接種について)

西郷病院では、10月~12月の期間はインフルエンザ予防接種が優先されるため、带状疱疹および肺炎球菌の予防接種は実施しません。

带状疱疹予防接種の不活化ワクチンは、2か月以上の間隔を空けて2回接種が必要です。8月・9月に1回目を接種する場合、2回目の接種は1月以降となりますのでご了承ください。

※西郷病院での带状疱疹予防接種の予約先は健康こども課です。

お問合せ 健康こども課 66-3610

## みて さがして とっておきの郷

26

### くみざき ばとうかんのん 組崎の馬頭観音 (町指定文化財)

組崎観音堂境内にあるこの馬頭観音像は高さ60センチの坐像(座っている姿勢の仏像)です。馬頭観音は人々の煩悩を馬のように食い尽くし、厄災を取り除く力強さを表すために怒りの表情をしています。組崎の馬頭観音は穏やかで優しい表情に彫り上げられています。

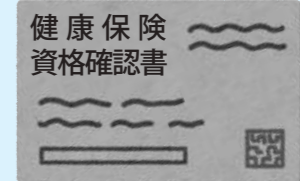
組崎は観音滝の三十三観音を作った石苗(せきみょう)の出身地であり、組崎の馬頭観音を作ったのも石苗とされています。これは三十三観音を作る際に、組崎から石材を運搬中に事故で死んでしまった牛馬の供養と、今後の安全を祈って作られたと考えられています。



【所在 西郷田代組先字堂の元】 美郷町文化財保護調査委員会

## 国民健康保険被保険者の方へ 資格確認書等を郵送します

国民健康保険の資格を有する方については、毎年7月に資格情報の更新が行われ、該当年度の8月1日から適用されます。前年度所得及び家族構成や誕生日により、負担割合・有効期限が変更する方もいますので、必ず結果を確認ください。



**対象者** 国民健康保険の資格を有する全ての方(世帯)

**郵送時期** 令和8年7月下旬から順次

**郵送する封筒** 薄い黄色

**郵送する物** ※詳細は、郵送する封筒に同封のチラシをご確認ください。

- ・マイナ保険証の利用登録をされている方 ⇒ 資格情報のおしらせ
- ・マイナンバーカードを作っていない方など ⇒ 資格確認書

### 郵送に関する留意点

※対象者が属する世帯の世帯主宛に、その世帯の方全ての証明書を同封します。世帯主の方は同封されるご家族様の分の配布をお願いします。

※社会保険に加入したのに資格確認書等が届いた場合は、資格喪失届が必要です。加入中の資格確認書または健康保険加入証明書を持参の上、役場に届出をお願いします。(自動では資格の変更はされません)

お問合せ 健康こども課 66-3610

②生活環境影響調査報告について

令和7年1月から令和8年1月までの1年間に、生活環境影響調査（大気質、騒音、振動、悪臭、水質、地下水）を実施した内容について、報告を行いました。この調査結果に基づく予測・評価を行い、次回の第11回建設検討委員会で報告予定です。

検討委員会での主な質問や意見

- 被覆施設について、停電時には作業者の健康リスクが懸念される。発電機を使えるような配線などを検討してはどうか。  
→事務局回答：今後、導入について検討します。
- 緑化計画の説明の中で、施設内に樹木を植える話があったが、桜や紅葉の木など彩りのある樹木を植えられるか。  
→事務局回答：今年度から予定している実施設計の中で、検討します。

お問合せ 町民課 66-3604 広域連合 53-3401

地域包括医療局からのお知らせ

頭を打った数週間後の「物忘れ」に注意～治療可能な認知症・慢性硬膜下血腫～

こんにちは、西郷病院で救急および内科を担当している医師の藤本です。今回は「慢性硬膜下血腫」について紹介します。

慢性硬膜下血腫とは頭を打った直後はほとんど症状がみられなくても、数週間から数ヶ月かけて脳と頭蓋骨の間にじわじわと血液が溜まっていく病気です。この血液が脳の組織を圧迫することで様々な症状を引き起こします。

具体的には数週間の経過で「物忘れが激しくなった」「会話が噛み合わない」「ぼんやりしている」といった認知症のような症状、「だんだんと手足の動きが悪くなった」「歩き方が不安定になった」といった運動の異常、さらに「頭痛が続く」といった症状がみられることがあります。本人や家族が「年齢のせい」「認知症が進んだ」と思い込んでしまい、治療が遅れることがあります。

特に注意が必要な方(リスク因子)

- ・高齢者(特に80歳以上。男性はより注意が必要。)
- ・血液サラサラの薬(抗凝固薬・抗血小板薬)を使用中
- ・お酒を日常的にたくさん飲む人
- ・高血圧 / 糖尿病 / 肝機能異常 / 腎機能異常などの持病がある方

早めの受診が大切です

認知症は通常月単位～年単位で徐々に症状が増悪するものです。一方で数日～数週間で認知機能が低下した場合、慢性硬膜下血腫、脳卒中、感染症、ホルモンの異常、ビタミン欠乏など別の病気が隠れていることがあります。特に慢性硬膜下血腫は頭部CTで診断することができます。溜まっている血液の量や症状の程度によって手術などの治療を行うことで症状の改善が期待できる場合があります。「最近頭を打った」「数週間で様子が変わった」「急にふらつきや物忘れが目立つようになった」という場合には早めに病院に相談するようにしましょう。



お問合せ 西郷病院 66-3141

考えよう！一般廃棄物最終処分場 シリーズ58

第10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を進めており、この度、第10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10回建設検討委員会の概要

日時 令和8年5月25日(月)13:30～15:15  
場所 美郷町西郷ニューホープセンター



広域連合のホームページに会議録や会議資料を公表しています。



建設検討委員会の様子



次期広域最終処分場のイメージ図

内容 ①基本設計報告について

以下の表の対象「○」の内容を報告しました。

概算工事費は、安全性を担保したうえで経済的な工法を採用しましたが、資材の高騰や設備費の上昇などにより基本計画策定時の42億5千万円から約67億1千万円に増額となりました。

項目	対象	項目	対象
搬入道路基本設計	前回	7 建築施設設計(被覆施設)	○
1 浸出水処理施設基本設計	○	モニタリング施設設計	前回
埋立基本設計	前回	8 覆土仮置場設計	○
浸出水処理施設基本設計	前回	洗車設備設計	前回
2 貯留構造物・埋立造成設計	○ (埋立造成は前回)	9 上下水道設備設計	○ (下水道は前回)
遮水設計	前回	電気、通信設備設計	前回
浸出水集排水及び取水導水施設設計	前回	門扉困障設計	前回
地下水集排水施設設計	前回	10 緑化計画	○
3 雨水集排水施設設計	○	11 概略施工計画	○
4 防災調整池設計	○	12 概算工事費の算定	○
ガス抜き施設設計	前回	13 財源計画	○
5 搬入管理施設設計	○	整備工事の発注形態について	前回
6 管理道路設計	○		

## 令和8年度狩猟免許試験の案内及び助成について

宮崎県において、令和8年度における狩猟免許試験の受付が開始されております。詳細は、宮崎県ホームページ「令和8年度狩猟免許試験のご案内」をご確認ください。

### 狩猟免許の種類(網猟免許・わな猟免許・第1種銃猟免許・第2種銃猟免許)

また、「わな猟免許」及び「第1種銃猟免許」を取得した美郷町民に対して、町より一部助成を行っております。助成の申請については、森づくり課までお問い合わせください。

### 助成の条件

- ・「わな猟免許」については、免許取得後、**所定の期間内で狩猟者登録を行った者**※1。
- ・「第1種銃猟免許」については、免許取得後、**所定の期間内で銃の所持許可の取得及び狩猟者登録を行った者**※2。
- ・有害鳥獣捕獲に従事する意思を有すること。
- ・その他(町税の完納等)条件あり。


※1 「わな猟」：令和8年11月14日までに免許取得した場合、令和9年3月31日までに狩猟者登録した者が対象。または、令和8年11月15日～令和9年3月31日の間で免許取得した場合、令和10年3月31日までに狩猟者登録をした者が対象。

※2 「第1種銃猟」：令和10年3月31日までに狩猟登録及び銃の所持許可を取得した者が対象。

お問合せ 森づくり課 66-3352

宮崎県HP  
「R8 狩猟免許試験について」





## 美郷町長コラム

Mayor's Column

「帰りたいまち」から「帰れるまち」へ

#1

CHECK

美郷町長の長尾拓です。2月の就任以来、町内各団体の総会や懇親会、イベントなど、多くの場に声をかけていただき、町民の皆さんと顔を合わせる機会をいただいています。お会いするたびに温かく迎えていただき、そのたびに「美郷のためにまだまだ頑張らなければ」と背中を押されています。

先日、大変嬉しいニュースがありました。大手不動産会社の調査「Uターンしたい街ランキング」において、美郷町が全国8位・九州1位に選ばれました。師走祭り・御田祭・宇納間地蔵祭りに代表される、三つの地区それぞれが守り続けてきた伝統と文化、そして美郷の自然と暮らしを愛してきた町民の皆さんのおかげだと、心から誇りに思います。

ただ、正直に申し上げます。「帰りたい」と思っていただけの町に、「帰れる」と思っていたくためには、まだまだやるべきことがあります。仕事・住む場所・地域のつながり。この三つが揃って初めて、美郷は「帰れるまち」になります。焦らず、でも着実に、一つひとつ前に進めてまいります。

そのためにもまず、皆さんの声を聞かせてください。7月以降、各区での座談会「みさと作戦会議」を開催します。できるだけ堅苦しい場にならないようにしたいと思っていますので、美郷のことを一緒にざっくばらんに話しましょう。皆さんとの対話が、美郷の未来をつくると信じています。

引き続き、ご理解とご支援をよろしくお願いいたします。

## 令和8年度リカレント研修の開催について

県立農業大学校農業総合研修センターは、新規就農者などを対象に農業経営を行う上で必要な基礎的知識や、技術、管理方法などについて、専門講師による研修会を開催します。

No.	日研修名	日時	No.	日研修名	日時
1	就農ガイダンス	7月9日(木)	7	農地制度 農業者年金	8月19日(水)
		13:15～16:00			13:15～16:00
2	農作業安全	7月10日(金)	8	GAP	8月20日(木)
		13:15～16:00			13:15～16:00
3	農業と気象	7月14日(火)	9	雇用確保 労務管理	8月25日(火)
		13:15～16:00			13:15～15:00
4	土壌肥料	7月24日(金)	10	農業共済	8月25日(火)
		13:15～16:00			15:15～15:45
5	経営基礎	8月3日(月)	11	病虫害防除	8月26日(水)
		13:15～16:00			13:15～16:00
6	植物生理	8月10日(月)	12	マーケティング	8月28日(金)
		13:15～16:00			13:15～16:00

参加ご希望の方は研修センターに電話、もしくは参加申込書にご記入の上、FAX・郵送にてお申込みください。(申込書は研修センターHP内 ([https://lupinus-p.jp/k\\_center/r8\\_kenshu/](https://lupinus-p.jp/k_center/r8_kenshu/)) よりダウンロードできます。)各研修の主な内容についてもHPをご覧ください。

主催・申込：県立農業大学校 農業総合研修センター  
〒884-0005 児湯郡高鍋町大字持田 5732 TEL:0983-23-7447 FAX:0983-21-1744

お問合せ 農政課 66-3351

## ケーブルテレビ施設使用料について

令和8年度美郷町ケーブルテレビ施設使用料：¥6,120(¥510/月・年間一括払)

### 口座振替の方

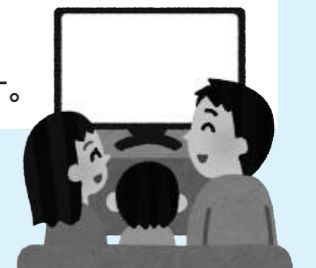
振替日 令和8年7月27日(月)

再振替日 令和8年9月25日(金) ※以後の振替はございません。

### 納付書でお支払いの方

納期 令和8年9月30日(水) ※納付書は8月上旬までに郵送します。

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 総合政策課 66-3360

海上保安庁職員 募集案内



海上保安学校学生採用試験 (2027年4月採用、高卒程度)

受付期間 7月10日(金)~7月23日(木) ※インターネット受付

試験日

- ・第1次試験日 9月27日(日)
- ・第2次試験日 10月20日(火) ~10月29日(木)
- ・最終合格発表日 11月24日(火) (航空課程を除く)
- ・第3次試験日 12月5日(土)~12月15日(火) (航空課程のみ)
- ・最終合格発表日 2027年1月14日(木) (航空課程のみ)

海上保安大学校学生採用試験 (2027年4月採用、高卒程度)

受付期間 8月20日(木)~9月7日(月) ※インターネット受付

試験日

- ・第1次試験日 10月24日(土)及び10月25日(日)
- ・第2次試験日 12月11日(金)
- ・最終合格発表日 2027年1月14日(木)

お問合せ 第十管区海上保安本部 総務部人事課 099-250-9800

全国安全週間

「人命尊重」という崇高な基本理念の下、「産業界での自主的な労働災害防止活動を推進し、広く一般の安全意識の高揚と安全活動の定着を図ることを目的に全国安全週間を展開します。

令和8年度の全国安全週間は、「多様な人材 全員参加 みんなで育てる安全職場」

をスローガンに、6月1日から6月30日までを準備期間として、7月1日から7月7日までを本週間として実施します。それぞれの職場で、労働災害防止の重要性について認識をさらに深め、自主的な安全活動を着実に実行しましょう。

お問合せ 宮崎労働局 0985-38-8835

自衛官募集

自衛官募集ホームページ <https://www.mod.go.jp/gsd/jieikanbosyu/>

防衛省では自衛官を募集しております。陸上、海上、航空自衛官になるための各募集種目の紹介と受験案内を掲載しております。なお、不明な点は自衛隊宮崎地方協力本部日向地域事務所までお問合せください。

お問合せ 自衛隊宮崎地方協力本部 日向地域事務所 52-6914

令和8年7月1日から、令和8年度国民年金保険料免除申請を受け付けます

所得の減少や失業等で保険料の納付が困難な場合には、保険料の納付を免除申請することができます。免除には、全額免除、4分の3免除、半額免除、4分の1免除があります。

また、50歳未満の方の納付猶予制度もあります。保険料の納付が困難な場合は、窓口でご相談ください。

※失業・退職等を理由とする場合は、「雇用保険被保険者離職票」等離職年月日がわかるものをご持参ください。

※全額免除または納付猶予の継続申請が承認されている方は申請は不要です。

※申請者本人、配偶者及び世帯主それぞれの前年所得が、一定の金額以下であれば、申請者本人が免除を受けることができます。

【電子申請について】

マイナポータルからスマートフォンで24時間365日、申請することもできます。ぜひご利用ください。



お問合せ 延岡年金事務所 0982-21-5424 (自動音声案内①→②) 健康こども課 0982-66-3610

中小企業退職金共済(中退共)制度のご案内

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。国からの有利な掛金助成や、税法上の優遇も受けられ手数料もかかりません。家族従業員やパートタイマーも加入できます。

※一部対象外あり。詳しくは、ホームページをご覧ください。

なお、商工会及び最寄りの金融機関で申込みが可能です。ご希望の場合はお気軽にご相談ください。



詳しくはホームページをご覧ください。

働く皆様に将来の安心を。



「中退共」は中小企業のための国の退職金制度です。

●パートタイマーもご加入いただけます。●他の退職金・企業年金制度等との資産移換も可能です。

- ①掛金の一部を国が助成！ 事業主の負担を軽減します。
- ②掛金は全額非課税でオトク！ 節税に加え、手数料もかかりません。
- ③外部積立型でラクラク管理！ 管理や運用の手間がかかりません。

お問合せ 中退共本部 03-6907-1234 美郷町商工会 西郷本所 66-3603 南郷支所 59-0106 北郷支所 62-6104

サマージャンボプレミアム12億円 (1等8億円・前後賞各2億円合わせて)

サマージャンボ7億円 (1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5,000万円 (1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

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。

6月30日(火) 3種類同時発売! 発売期間 6/30(火)~7/31(金) 抽せん日 8/12(土)

クーちゃん 公益財団法人宮崎県市町村振興協会

プレミアム: 1枚 500円  
ジャンボ・ミニ: 1枚 300円

## 新刊図書のご紹介

種類	書名	著者名等
西郷図書館	一般 雛鳥は夜に羽ばたく	新堂冬樹
	一般 空き家と移住	柿谷美雨
	一般 豆は煮えたか	浅井まかて
	一般 春雨だから罪悪感なく食べられるレシピ50	植松良枝
	YA 通信制高校 - 中学生のキミと学校調べ	木村由香里
	児童 給食のおばちゃん - 食べるのは苦手-	山口恵以子
	児童 東大教授が教える超! やばい日本史	本郷和人
	児童 新ざんねんないきもの事典 - 昔のざんねん、今のざんねん-	今泉忠明
	絵本 たなばたねがいごとかいたのだあれ?	吉田朋子
	絵本 どうどうどうどうどうぶつえん	高島純
南郷図書館	一般 ハングマン 鶴匠殺し	中山七里
	一般 21時の空洞の魚	標野凧
	一般 最果てキッチン	高山環
	一般 書店に行くとだいたいイイコトが起こる	杉浦正人
	一般 食堂巡礼	小川糸
	YA ときめき百人一首	小池昌代
	児童 まこちゃんとコトバロボ	村上しいこ
	児童 赤白帽のなぞ	七江亜紀
	絵本 パンダのおさじとぱんだっちゃん	柴田ケイコ
	絵本 わたしここにいます	ユンハジョン
北郷図書館	一般 コズミック・ガール 一宙わたる教室-	伊与原新
	一般 最後の一式	和田竜
	一般 ひまわりと銃弾	麻宮好
	一般 チャックの数奇な人生-イフ・イット・ブリーズ-	スティーブン・キング
	一般 歌姫たちの昭和艶歌 - ちあきなおみとその時代-	稲熊均
	児童 ナイチンゲールの風が吹く - 大関和と近代看護の物語-	田中ひかる
	児童 学校にひそむきみんもんつき	とみながまい
	児童 名探偵コナン萩原千速セレクション疾風の女神	酒井匙
	絵本 うみうみみみ	北村直子
	絵本 はみがきはみがきなんてじょうず	中山信一

※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 ※土・日 17:00まで

お問い合わせ 北郷図書館 62-6205 南郷図書館 59-1605 西郷図書館 62-6204

暑さが厳しくなる季節を迎えました。図書館は「クーリングシェルター」として、どなたでも涼しく安心して過ごしていただけます。館内には夏におすすめの本や読書感想文などに役立つ本も多数そろえています。暑い日にはぜひ図書館へお立ち寄りください。



### お話し会予定

西郷： 3日(金)16:00~16:30  
 南郷： 4日(土)10:00~10:30  
 北郷： 18日(土)10:30~11:00

### 今月の休館日

毎週月曜日  
 5日(日)西郷図書館のみ  
 30日(木)最終木曜日

### 美さ本巡回予定日

※天候等により中止になる場合があります。



	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
北郷	10:00 黒木公民館 10:45 細宇納間公民館 13:00 速日公民館	10:00 坂元無人販売所 11:00 小黒木公民館 14:00 小原公民館	12:50 美郷北義務教育学校	09:45 うなま保育所 10:30 入下公民館 11:10 yattara 13:00 長野生活改善センター
南郷	14日(火) 10:00 市田公民館 10:30 絵本salon「いつか、きっと」	15日(水) 13:45 名木公民館	16日(木) 13:30 渡川マンマ加工所前 14:00 渡川簡易郵便局前	17日(金) 14:00 仁田公民館
西郷	1日(水) 13:30 小川公民館	21日(火) 09:50 若宮コミュニティセンター 10:30 田代保育所 13:45 すばーく西郷	22日(水) 10:00 上区公民館 14:00 上野原公民館	23日(木) 10:50 金光教西郷教会 駐車場
				24日(金) 09:40 花水流コミュニティセンター 10:45 峰集会センター

### 図書館からのお知らせ

#### 美郷町立ベストブックライター!

令和7年度でよく読まれた作家ランキングトップ10です。どの本を借りようか悩んだ時にはぜひこのランキングをご参考にしてください。

1位	高田 郁	5位	中山 七里	9位	今野 敏
2位	東野 圭吾	6位	吉田 修一	10位	湊 かなえ
3位	宮部 みゆき	7位	大山 淳子		
4位	西條 奈加	8位	浅田 次郎		

#### 韓国文化イベント

南郷図書館では7月中、「韓国料理写真展」を開催します。期間中に図書を借りられた方には、国際交流員提供の「韓国料理レシピおみくじ」を引くチャンスも! 地域の皆様のご来館を心よりお待ちしております。詳細につきましては、町内の図書館までお問い合わせください。

### 新刊紹介 今月は北郷図書館が担当です。

#### みんなの短歌

(一般) テレビ朝日「夫が寝たあとに」/著 俵万智をゲストに迎えた「育児短歌」が大きな反響を呼び、初の書籍化。  
 どんな人でも「あるある」をたくさん感じることができる1冊

#### つくろうひと

(ヤングアダルト) 村山早紀/著  
 ふたりはいとこで親友。子どもの頃から、物語の世界を旅する素敵な仲間。だが、思いがけない事故で離ればなれになってしまう。

# 美郷町7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	水					
2	木					
3	金					
4	土	御田祭 前夜祭	西郷	御田の里ふれあい広場他	16:00~21:00	商工政策課 66-3603
		第33回日向田植唄全国大会	西郷	西郷農村環境改善センター	9:00~	教育課 66-3608
5	日	御田祭 本祭	西郷	御田の里ふれあい広場他	8:00~13:00	教育課 66-3608
6	月					
7	火					
8	水	特定健診・前立腺がん・大腸がん・結核検診・肝炎検査・胃がん検診	北郷	保健センター	8:30~10:00/ 12:00~13:30	健康こども課 66-3610
9	木	特定健診・前立腺がん・大腸がん・結核検診・肝炎検査・胃がん検診	北郷	保健センター	8:30~10:00/ 12:00~13:30	健康こども課 66-3610
10	金	特定健診・前立腺がん・大腸がん・結核検診・肝炎検査・胃がん検診	北郷	保健センター	8:30~10:00/ 12:00~13:30	健康こども課 66-3610
11	土	第15回美郷町消防操法大会	西郷	西郷多目的広場	8:00~11:30	総務課 66-3601
12	日					
13	月					
14	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
15	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
16	木	行政相談	西郷	西郷ニューホープセンター 小会議室	10:00~12:00	総務課 66-3601
17	金					
18	土					
19	日					
20	月					
21	火					
22	水	7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
23	木					
24	金					
25	土	肺がん検診	西郷	美郷町役場	時間予約制	健康こども課 66-3610
26	日	肺がん検診	西郷/ 北郷	AM 美郷町役場 PM 北郷保健センター	時間予約制	健康こども課 66-3610
27	月	肺がん検診	北郷	北郷保健センター	時間予約制	健康こども課 66-3610
28	火					
29	水	特定健診結果説明会	南郷	南郷保健センター	時間予約制	健康こども課 66-3610
30	木					
31	金					

※行事は、都合により変更になる場合もありますので御了承ください。



## 納税は納期限内に!

### 7月の納税

固定資産税 2期  
国民健康保険税 1期  
納付期限: 7月31日  
口座振替: 7月27日



税目	6月	7月	8月
固定資産税		2期	
個人住民税	1期		2期
国民健康保険税		1期	2期

お問合せ 税務課 66-3602

## 熱中症は予防できる疾患です!

### 熱中症について

- ・熱中症による入院死亡は年間5%ほど。例えば心筋梗塞による入院死亡率と同じ程度です。
- ・特にシニアの熱中症は重症化しやすい。  
脳や肝臓、腎臓等の臓器障害を起こし、入院の長期化や後遺症が残るケースも。そうなるが高額な入院治療費がかかるだけでなく、フレイル(加齢による心身虚弱状態)も悪化します。
- ・熱中症にかかって入院した場合の入院治療費と比べると、エアコンの使用にかかる電気料金の方が安くすみます。

### 熱中症は怖いですが、適切な行動によって予防できます。

- ・こまめに適切に水分補給をする。
- ・室温28℃を超えたらエアコンを使用して部屋を涼しく保つ。

「水分」「冷房」が肝心のポイント。



### エアコンをかしこく使用

- 温湿度計で部屋の温度や湿度のチェック。テレビの天気予報情報も活用。
- エアコンは壊れていないか、暖房運転になっていないか。
- 室温28℃を目安に(湿度の目安は40~60%)。
  - ★必要に応じて、エアコンの設定温度を低めにして室温を維持しよう。
- 就寝時もエアコンを使用しよう。
- 冷えが気になる時は、エアコンの風向きを上向きに固定したり、扇風機を併用してみよう。

### こまめな水分補給を

- 食事にも水分が含まれているので1日3回食事を摂る。
- 入浴前後や起床後にも水分の補給を。
- のどが渇いていなくても、1時間ごとにコップ1杯(150ml程度)を目安にこまめな水分補給を(1日あたり約1.5ℓ)。ノンカフェインのものが良い。
- 塩分の過剰摂取に注意しよう
  - ★水分や塩分の摂取量は、かかりつけ医の指示に従いましょう。
  - ★大量に汗をかかない限り、塩分は普段の食事で摂れます。

### 熱中症豆知識

- ・30年前に比べて猛暑日は約4倍。
- ・熱中症による死亡者の年次推移は平成30年以降、令和3年を除いて1,000人超え。
- ・2024年は、熱中症死亡者のうち65歳以上が占める割合は全体の8割超。
- ・住居内で多く発生。熱中症救急搬送場所別割合は、住居が4割(2025年)。熱中症死亡者がどこで熱中症になったかは家が約5割(2024年。地域によっては畑等農場が多い所)。

お問合せ 健康こども課 66-3610

## 一流の音色が美郷に響く

### 「第31回宮崎国際音楽祭コンサート・キャラバン in 美郷町」開催されました！

去る4月30日に、美郷町南郷多目的研修センターにて「コンサート・キャラバン in 美郷町」が開催されました。

当日は、町内保育所の園児から義務教育学校9年生の皆さんと、地域の方々を合わせて約250名が会場に集まり、開演前から特別な熱気に包まれました。ステージには、日本を代表するバイオリニスト徳永二男氏が登壇しました。その圧倒的な生演奏が会場に響き渡りました。

プロの演奏を目の前で聴くという貴重な体験に、子ども達は真剣な眼差しでステージを見つめ、美しい音色に熱心に耳を傾けていました。世代を超えて芸術に触れることができるという、贅沢で心豊かなひとときとなりました。



photo:(c)K. Miura

## 6月期子牛郡共進会で優等賞受賞！！

5月25日(月)に延岡家畜市場において令和8年6月期子牛郡共進会が開催され、上杉航輝氏が出品した「あき号」が優等賞2席を受賞されました。

上杉氏をはじめ今回出品された生産者の方々の日ごろの努力に敬意を表し、今後のご活躍を期待いたします。



優等賞2席「あき号」と上杉さん

### 美郷町の人口

	前月	今月	増減	
人口	男	1,945	1,940	△ 5
	女	2,076	2,073	△ 3
	計	4,021	4,013	△ 8
世帯数	1,911	1,905	△ 6	

令和8年6月1日現在（現住人口による）

※令和7年国勢調査の人口集計結果が公表されたため前月の数値を修正しています。

### 県北救急医療ダイヤル

通話無料24時間対応

# 0120-865-554

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。