

お知らせ

NO.1093
2009
6.1

編集・発行 西都市役所総務課

TEL0983(43)1111 FAX0983(43)2067

発行 毎月1日・15日

information

こ
こ
の
こ
こ
の
こ
こ

- 1 緊急雇用創出事業に基づく臨時職員の募集について
総務省地デジ説明会
- 2 水田最大活用推進緊急対策(水田フル活用)交付金の交付について
山地災害防止キャンペーンについて
おもちゃライブラリーよりお知らせ
- 3 第4回西都市民アジャタ大会参加者募集
水中ウォーキング教室を開催します
パークゴルフ場の薄暮利用が始まります
- 4 西都スポーツクラブからのお知らせ
杉安川仲島公園競泳プールオープン
西都市児童館からのお知らせ
- 5 インターネット・パソコン講座 基礎からインターネットまで
伝統文化小原流いけばな子ども教室生徒募集！
高校生の税の作文募集
- 6 さいとげんき塾「やっちみろ会」を開催します
～ 6月のテーマは『食べること』～
体よろこぶ運動教室 参加者募集中
- 7 おっばい学級
働く人の「心の健康相談窓口」のご案内
あなたの思いを話ませんか ～ 自死遺族のつどいのご案内～
『こいのぼり』を譲っていただける方をさがしています
- 8 40～74歳の西都市国民健康保険及び後期高齢者医療保険加入の皆様 ～5月より特定健診及び後期高齢者健診が始まりました～
- 9 乳がん検診のご案内(40歳以上の女性)
子宮がん集団検診(20歳以上)があります
- 10 後期高齢者医療保険に加入されている皆様へ
歯周疾患検診を行っています
- 11 休日保育及び一時保育事業をご利用ください
児童手当(特例給付)の現況届を提出してください！
各支所で取り扱う税証明の変更について
- 12 「心の健康相談」開催日変更のお知らせ
ボランティア清掃活動を行う団体等にゴミ袋を配布しています
全国ごみ不法投棄監視ウィークの実施について
上下水道課からのお知らせ - 蛇口から白く濁った水が出る場合は -
- 13 水道メーター交換のお知らせ
西都市地域子育て支援センターつばさ館 6月の行事

読み終わったら、日付と名前を書いてすぐに回しましょう。

月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日

* お知らせは市ホームページでも閲覧できます。 URL・・・<http://www.city.saito.miyazaki.jp>

緊急雇用創出事業に基づく臨時職員の募集について

市観光協会では、緊急雇用創出事業に基づき臨時職員を募集いたします。

募集職種	臨時職員
業務内容	観光地現況調査ほか
勤務時間	午前8時30分～午後5時15分
賃金	日額5,700円
募集人員	2名
募集期間	平成21年6月1日(月)～平成21年6月22日(月)
受付時間	平日の午前9時～午後5時
受付場所	西都市観光協会事務局(西都市役所北別館1階)
応募資格	西都市在住で18歳以上の健康な男女で求職中(失業中)の方 一時休業中の方を除く
応募方法	履歴書に必要事項を自筆し、必ず写真を貼付けの上、提出してください。(郵送不可、直接持参して下さい。)
雇用期間	平成21年7月から平成21年12月までの6ヶ月未満の採用(更新なし)
採用方法	面接により選考します。
お問合せ	西都市観光協会 電話41-1557

(文書取扱：西都市観光協会)

総務省地デジ説明会

2011年(平成23年)7月に、地上アナログテレビ放送は、地上デジタルテレビ放送へ完全に移行します。

そこで、下記日程にて、「総務省テレビ受信者支援センター(デジサポ)」が地上デジタル放送に関する説明会を開催します。(時間は約1時間程度)

この説明会では、実際に機器に触れて体験することができるほか、ご自宅で地上デジタル放送を受信する方法等の質問にもお答えします。

なお、近日中に、各家庭へ本説明会の開催案内文書が送付される予定です。是非、この機会に説明会へお越しください。

【説明会日程】

会場	開催日	開始時刻				
		10:00	13:00	15:00	17:00	19:00
穂北支所集会室	7月3日(金)	10:00	13:00	15:00	17:00	19:00
コミュニティセンター 2階図書室	7月13日(月)	10:00	13:00	15:00	17:00	19:00
三納地区館集会室	7月14日(火)	10:00	13:00	15:00	17:00	19:00
都於郡支所会議室	7月15日(水)	10:00	13:00	15:00	17:00	19:00
三財地区館集会室	7月16日(木)	10:00	13:00	15:00	17:00	19:00

総務省による無料の説明会です。機器の販売・契約の勧誘など一切ありません。

説明会に関するお問い合わせはこちら

総務省宮崎県テレビ受信者支援センター説明会事務局(デジサポ宮崎)

電話番号：0985-60-7346

水田最大活用推進緊急対策（水田フル活用） 交付金の交付について

国は、平成20年産米の生産調整実施者で平成21年産米も生産調整実施を確約する生産者に対し、交付金を交付することとしています。西都市水田営農対策協議会では次の交付方法で交付する予定です。ご意見のある方は、6月12日（金）までに下記まで問い合わせ下さい。異議がない場合は、ご同意いただいたものといたします。

交付対象者

次の1、2の両方に該当する農業者

1. 平成20年、21年産米の実施計画書（共済細目書）提出者
2. 平成20年、21年産米の生産調整実施者（目標達成者）

交付額

西都市水田営農対策協議会においては、生産調整実施者への公平確保と今後の生産調整の確実な実施に向けて、この交付金を以下の方法にて交付する予定です。

交付単価（円/10a）

西都市水田営農対策協議会における全交付総額 ÷（交付対象者の水稲作付面積 + 転作作物作付面積） ただし、3,000円/10a以内

交付対象面積

平成20年の対象者の（水稲作付面積 + 転作作物作付面積）

「調整水田」、「保全管理」、「面積カウント」等は対象外となります

交付額 = 交付単価 × 交付対象面積

【国の交付計画】

- ・ 交付対象者：上記1、2と同じ
- ・ 交付方法：交付対象者（1、2）の平成20年産の主食用水稲作付面積（㎡）×3,000円/10a

ただし、西都市水田営農対策協議会において農業者への交付総額の範囲以内で交付単価等を変更等できるものとする。

交付に当たっては、西都市水田営農対策協議会から交付対象者に通知をしますので、内容をご確認下さい。

交付後に平成21年産米の生産調整が未達成の場合は、全額返還となります。この交付金は、今年限りです。

問合せ先：西都市水田営農対策協議会（西都市農業活性化センター内）
電話 43 - 1153（直通）

山地災害防止キャンペーンについて

5月20日から、全国一斉に山地災害防止キャンペーンを実施しています。（6月30日まで）

これから、梅雨期及び台風期を迎えます。人命・建物・道路などに直接大きな被害を及ぼす山崩れ・地すべり・土石流などの発生が心配されます。

特に、裏山に接近している地域の皆さんや森林内での作業、通行にあたっては十分気をつけてください。また、裏山に異常を感じたり、長雨やはげしい集中豪雨時は、勇気をもって安全な場所へ避難してください。

キャンペーン期間中、自宅裏山の点検や避難場所の確認などを行い、家族みんなで山地災害への防災意識を高めましょう。

（文書取扱：建設課）

<おもちゃライブラリーよりお知らせ>

6月6日(土)(10時~15時) プラレールで遊ぼう！
親子で楽しめる人気の定番おもちゃ「プラレール」。オリジナルな線路にいろんな電車を走らせてみよう

6月20日(土)(11時~15時) おもちゃの修理！
家の中で眠っている壊れたおもちゃを「おもちゃドクター」が修理します。修理代は無料、ただし、部品交換が必要な時は実費をいただくことがあります。

場 所 生きがい交流広場（平助地区商店街内）

おもちゃライブラリーの利用・おもちゃの貸出は、通常通り毎週火・木・土の10時~12時まで（土曜日は13時~15時も利用可能）となっています。

（問合せ先）生きがい交流広場：TEL 43 - 5766
西都市社会福祉協議会（地域福祉係）：TEL 43 - 3160

（文書取扱：福祉事務所）

第4回西都市民アジャタ大会参加者募集

市民の健康増進・体力の向上と互いの親睦を目的として、第4回アジャタ(玉入れ)大会を開催いたします。6人揃えばできる手軽なスポーツです。奮ってのご参加をお待ちしております。

アジャタとは、運動会の定番である「玉入れ」を、全日本玉入れ協会が日本で初めて玉入れ独自のルールを定め、スピード感あふれる競技スポーツに進化させたニュースポーツです。

1. 期 日：平成21年7月5日(日曜日)
2. 会 場：西都市民体育館
3. 種 目：男子の部、女子の部、混合の部(男子3、女子3)
年齢フリー、男子・女子の部と混合の部のダブルエントリー(重複登録)も可
4. 参加資格：市内に居住する人、ただし、学生・専門学校生は除く
5. 参加単位：各地区体育振興会の選出又は推薦とし、各地区より各種目3チームまで
6. 申込期限：6月19日(金)午後5時
7. 問合せ先：妻北地区 松本神克 (勤 43-0068)
妻南地区 中山文男 (自 42-3846)
穂北地区 幸森 敏 (自 42-0652)
三納地区 小原 功 (勤 43-3485)
都於郡地区 中村俊郎 (自 42-5306)
三財地区 後藤俊一 (自 44-4430)
東米良地区 佐藤広正 (勤 43-3113)
西都市教育委員会スポーツ振興課
TEL 43-3478 FAX 43-4865

市民体育館にてアジャタ用具(バスケット、ボール)の貸出を行なっていますので、練習・レクリエーション等にご活用下さい。

(文書取扱：スポーツ振興課)

水中ウォーキング教室を開催します

「健康づくりと体力づくり」を目的とした水中ウォーキング教室を開催いたします。水中ウォーキングは、生活習慣病の予防に役立つと言われております。関心のある方、始めたいと思っている方、教室に参加してみませんか。

- 主 催： 西都市教育委員会
 期 間： 平成21年6月17日(水)～8月7日(金)
 (毎週水曜日、金曜日)(時間19時から20時)全16回
 場 所： 杉安川仲島公園プール
 対 象 者： 20歳以上で西都市内在住の方
 開 講 式： 平成21年6月17日(水) 19時より
 講 師： 西都スイミングスクール水泳指導者
 申 込 先： 教育委員会スポーツ振興課 電話 43-3478
 水着、水泳用キャップは持参してください。
 費 用： プール入場料が必要となります。1人1回あたり310円
 申込期限： 平成21年6月15日(月)
 募集人数： 30名

(文書取扱 スポーツ振興課)

パークゴルフ場の薄暮利用が始まります

6月から9月まで薄暮プレーができます!!(午後5時から午後7時)

利用時間 全日：午前8時30分から午後5時まで

薄暮：午後5時から午後7時まで(6月～9月)

入場料およびレンタル料金

使用区分		全日	薄暮
入 場 料	児童・生徒	210円	100円
	一 般	420円	210円
クラブレンタル料(ボールを含む)		1組50円	

問合せ先 清水台総合公園パークゴルフ場(電話43-1148)

西都市教育委員会 スポーツ振興課(電話43-3478)

【文書取扱 スポーツ振興課】

西都スポーツクラブからのお知らせ

平成21年度 会員募集について

現在、開設中の教室

	期日	時間	場所	対象者
健康体操	毎月第1・3 月曜日	午後8時 ～9時半	市民体育館	年齢・性別問 いません
ミニテニス	毎週月曜日	午後7時 ～9時	市民体育館	小学生以上
バレーボール	毎週水曜日	午後7時 ～10時	市民体育館	小学生以上
バスケットボ ール	毎週木曜日	午後8時 ～10時	妻中学校体育 館	中学生以上の 女性
太極拳	毎週金曜日 月3回	午前10時 ～11時半	市民武道場	一般男女
ソフトボール	毎週土曜日 月3回	午前9時 ～11時	妻南小運動場	小学生男女
障がい者スイ ミングコース	毎月 第4土曜日	午後5時 ～6時	西都スイミン グスクール	事務局にご相 談下さい
ジュニア総合 スポーツ教室	夏休み期間	7月1日号でお 知らせします	妻北小体育館	小学生
障がい者スポ ーツ教室	夏休み期間	7月1日号でお 知らせします	市民体育館	事務局にお問 い合せ下さい
剣道教室	毎週日曜日	事務局にお問 合せ下さい	市民武道場	

* 入会金 無料 年会費 2,000円(スポーツ保険・事務手数料等含む)
月会費 500円(これで、複数の教室に参加することができます)

* お問い合わせ先 西都市民体育館内事務局
(0983)43-0844 担当 横山

(文書取扱:スポーツ振興課)

杉安川仲島公園競泳プールオープン

6月1日から競泳プールがオープンします。泳ぎの大好きな方、体力をつけたい方、健康増進・体力維持のためにぜひご利用ください。

利用期間 6月1日(月)～9月30日(水)
毎週月曜日は休場日(ただし7月21日～8月31日は除く)

利用料金(単位:円)

	午前(9:00～12:00)	午後(13:00～16:00)	夜間(17:00～20:00)
幼児	100	100	
児童生徒	210	210	
一般	310	310	310(競泳プールのみ)

その他 準備運動を十分行い、管理人の指示に従って泳いでください。

問合せ先 西都市教育委員会 スポーツ振興課 43-3478

流水、児童・幼児プールの利用期間は、7月1日(水)～8月31日(月)です。

(文書取扱 スポーツ振興課)

西都市児童館からのお知らせ 電話43-6117

土曜工作・光のチューブ 参加費:100円

【日時】 6月13日 13:30～15:00 6月27日 10:00～11:30

日程が都合により変更になることがあります。

「光のチューブ」は万華鏡と同じように鏡の反射と光の直進性を利用したもので、セロハンに光を当てるとまるでレーザー光線が空間を乱舞するように、乱反射した光が写し出されます。

パパといっしょにトンカチ号

【日時】 6月20日(土)13:00～15:00

【申込締切】 6月13日(土)(定員なり次第締め切り)

【定員】 30組 【参加費】 無料

児童館に「トンカチ号」がやってきます。久しぶりの木工遊び、今回は「イス」を作ります。父の日の思い出作りにお父さんと一緒に作りましょう! お母さんも大歓迎。

宅習クラブ 会員募集

【日時】 毎週水曜日17:30～19:00 (月4回程度)

【期間】 6月～3月 【月謝】 3000円(テキスト代等別) 【教科】 国語・算数

【対象】 小学4・5・6年生 【定員】 20名 【講師】 志田 武

インターネット・パソコン講座 基礎からインターネットまで

インターネット・パソコン講座を下記の通り開催いたします。
この講座は、NTT西日本宮崎支店が無料で実施する講座で、1年を通し、パソコンの基礎からインターネットの利用まで学んでいく講座です。
この機会にぜひご参加ください！

記

日 程：6月19日(金)～3月19日(金)まで毎月第3金曜日
全10回 日程は、都合により変更になる場合があります。

場 所：西都市公民館 13時00分～16時30分まで

対 象：西都市民(18歳以上)20名
応募者多数の場合は抽選となります。

申込方法：祝日を除く月曜日から金曜日の8時30分から17時までに電話にて、社会教育課(西都市公民館 電話43-3479)までお申込みください。

応募締切：平成21年6月15日(月)

協 賛：西都市教育委員会

(文書取扱：社会教育課)

伝統文化小原流いけばなこども教室生徒募集!

- | | |
|----------|--|
| 1. 期 間 | 平成21年6月13日(土)～平成22年3月27日(土)
第2、第4土曜日(20回) |
| 2. 時 間 | 14:00～16:00 |
| 3. 会 場 | 西都市公民館 |
| 4. 募集人員 | 25名 |
| 5. 対象学齢 | 小学1年生～中学3年生 |
| 6. 材 料 費 | 1回につき500円 |
| 7. 指 導 者 | いけばな小原流家元教授 江川三枝子 他多数 |
| 8. 内 容 | ・楽しみながら生ける |
| 目 標 | ・初歩のいけばな
・いけばな文化史、講義および実技指導を通じ人と自然との共生のあり方を伝える |
| 5. 申 込 | 西都市大字三宅3360-42 |
| 連 絡 先 | 江 川 三 枝 子
電話・FAX 0983-42-2978
携帯電話 090-5485-5878 |

伝統文化こども教室事業は、文化庁から委嘱を受けた、
(財)伝統文化活性化国民協会の事業です
(文書取扱 社会教育課文化財係)

高校生の税の作文募集

国税局や税務署では、今年も高校生の皆さんから税に関する作文を募集します。

テーマは、税や税務署についての意見、税について学習したことに関する意見や感想、税務署や公共的な施設を見学したことがあれば、その体験や印象、税にかかわる家族の体験談や周りの方の話を聞いて、自分が考えたことなど、税に関するものであれば何でも結構です。

字数は、1200字程度で、締切りは9月7日(月)となっていますので、奮って応募してください。

なお、高校生の税の作文の募集について詳しくお知りになりたいことがありましたら、国税局や最寄りの税務署にお尋ねください。

そのほか、国税庁及び全国納税貯蓄組合連合会において、中学生を対象にした「税についての作文」を同じテーマで募集します。(字数は1200字以内、9月上旬締切り)

中学生の税についての作文についてのお問い合わせは、最寄りの税務署までお願いします。

【お問い合わせ】 熊本国税局国税広報聴室 096-354-6171

高鍋税務署 0983-22-1373 自動音声案内

さいとげんき塾「やっちみろ会」を開催します ～ 6月のテーマは『食べること』～

いつまでも自分らしくイキイキと暮らせるための方法を学ぶことを目的とした介護予防教室を毎月1回開催しています。6月のテーマは「食べること」です。

「食べること」は健康で自立した生活を続けるための基本です。おいしく食べて、元気な身体をつくるために、調理実習などを行ないながら、楽しく食について学びましょう。

今の食生活で
いいのかなあ

最近、体重が
減ってきたなあ

仲間作りが
したい

こんな方は、ぜひご参加ください。

対 象 西都市在住の65歳以上の方(30名程度)

日 時 6月30日(火曜日)9時30分～13時

場 所 西都市役所南庁舎 2階

内 容 健康長寿の食事についてのお話
～「食べること」を大切にしましょう～
簡単でヘルシーなお料理作り

費 用 無料

申し込み 6月24日(水曜日)までに
健康管理課(43-0378)にご連絡下さい。

エプロン、三角巾をご持参ください。
たくさんの方のご参加をお待ちしています

(文書取扱 健康管理課 健康推進係)

参加者募集中 体よろこぶ運動教室

運動をもっと気楽に習慣にするコツをお教えします

もう少し体重を減らしたいけど、何かいい運動はあるの？
普段の生活の中で気軽に取り組める運動を知りたい！
運動が苦手でもできることがあるかな…。

こんなことをお考えの方へ

運動教室がはじまります！

日程：平成21年7月2日、7月30日、9月3日、10月1日、
11月5日、12月3日

平成22年1月7日、3月4日

* 全て木曜日の9時30分から11時30分の時間に開催します

内容：ストレッチや筋力をつける運動など自宅でできるものばかりです
場所：勤労青少年ホーム、西都市コミュニティセンター、保健センター
(各日程によって場所が変わります)

指導者：健康運動指導士 日吉 真理子氏

対象者：・40歳から74歳までの西都市民の方
・医師から運動制限の指示を受けていない方
・内臓脂肪、体重を減らしたいと思っている方

定員：30名

料金：無料

参加方法：1回ごとにお申し込みが必要です。下記までお電話にてお申し込みください。(定員になり次第締め切らせていただきます)
* 男性も気軽にお申し込み下さい*

(文書取扱：健康管理課 TEL 43-0378 直通)

おっぱい学級

母乳に関しての心配があるお母さん『おっぱい学級』に参加してみませんか！！

子育て中のお母さん同士の情報交換やリフレッシュの場として「おっぱい学級」を利用してみませんか

【日 程】：平成21年7月8日（水）午後1時～3時30分

【場 所】：西都市児童館

【内 容】：助産師による母乳相談

【対 象】：産後～卒乳期のお母さんと子どもさん

【人 数】：6組程度

【持ってくるもの】：母子手帳・タオル（2枚程度）

【申込み】：参加希望の方は、7月3日（金）までに健康管理課までご連絡ください（電話：43-0378）

（文書取扱：健康管理課 健康推進係）

働く人の「心の健康相談窓口」のご案内

仕事や職場生活に強い不安、悩み、ストレスを感じている労働者の割合は、働く人の6割に上がっています。

また、精神障害に係わる労災認定件数は、この5年間で2倍以上となっています。このような状況を踏まえ、「メンタルヘルス対策支援センター事業」（厚生労働省委託事業）がスタートし、働く人の心の健康を支援するために、健康・衛生管理やうつ病などの精神障害に関する相談窓口を、下記のとおり開設する事となりましたのでご案内いたします。料金は無料です。

開設日：午後1時～4時（7月） 7日、9日、15日、23日

（8月） 4日、13日、21日、27日

（9月） 3日、18日、24日、29日

場 所： 宮崎産業保健推進センター（TEL0985-62-2511）

宮崎市広島1の18の7 大同生命宮崎ビル6階

相談員：精神科医等の専門家

相談機関：宮崎産業保健推進センター

【文書取り扱い 健康管理課 43-0378（直通）】

あなたの思いを話しませんか ～自死遺族のつらいご案内～

大切なひとが自ら命を絶ってしまい、悲しんでいる方
悲しみをだれにもいえずに一人、悩み苦しんでいる方
自分自身を責めたり、悔やんだりしておられる方
安らぎや笑顔を取り戻し、あなたらしく生きたい方
ご遺族同士が出会い、安心して、寄り添う場です。

日 時：毎月第2土曜日 午後2時～4時

6月13日 7月11日 8月8日 9月12日 10月10日

11月14日 12月12日 1月9日 2月13日 3月13日

場 所：宮崎市内（当日の会場については、電話でお尋ね下さい）

連絡先：日・水・金曜日の午後8時～午後11時

電話 0985-77-9090

当日の連絡用（電源オフの場合あり）

電話 080-6403-2291

その他：参加費は無料です。参加してもあなたが話したくない時は、自由に「パス」ができますので、無理する事はありません。皆さんが気兼ねなく話せるよう、会の中で聴いた事は他の場所で話さないで下さい。

主催：NPO 法人国際ビフレンダーズ宮崎自殺防止センター

【文書取り扱い 健康管理課 43-0378（直通）】

『こいのぼり』を譲っていただける方をさがしています

三財商工会青年部では、三財地区の次世代を担う子ども達の健全育成を願い、また、より多くの方々に楽しんでもらおうと地区内に「こいのぼり」を掲揚する活動に取り組んでいます。

そこで現在、ご家庭にある不要な「こいのぼり」を譲っていただける方をさがしています。

無償で提供いただける方は、お手数ですが三財商工会までご連絡ください。よろしく願いいたします。

【連絡先 西都市三財商工会青年部 電話44-5107】

（文書取扱：商工観光課商工振興係）

40～74歳の西都市国民健康保険及び後期高齢者医療保険加入の皆様 ～5月より特定健診及び後期高齢者健診が始まりました！～

生活習慣病が元となり、心筋梗塞や脳梗塞等を引き起こす動脈硬化は、静かに進行し、自覚症状が出た時にはすでに重症ということが少なくありません。健診を受ければ、そのリスクに気づくこともできません。また、重症になると医療費も上がります。国民健康保険については、健診の受診率が低いと国からペナルティが課せられ、保険税に跳ね返る仕組みになっています。健診を受けて、体の異常にいち早く気づき、生活習慣を見直し、いつまでも元気であるチャンスに変えましょう！

**5月から下記の病(医)院での個別健診が、8月から各地区館等での集団健診が始まります。
受診券が届いたら、まず申し込みを行い、健診当日は、受診券を忘れずに持っていきましょう。**

受診券の注意事項等の確認を行う。 → 健診は申し込みが必要
個別健診 各病(医)院へ
集団健診 市健康管理課へ(43-0378) → 健診当日は受診券等を忘れず
に持って行く。前日夜9時以降の
食事は控える。 → 健診後は生活習慣の
アドバイスを受ける。

健診項目

身体計測、血圧測定、血液検査(脂質、肝機能、血糖、腎機能等)、尿検査

料金

1,000円(住民税非課税世帯及び後期高齢者の方は無料)

個別健診実施機関

鶴田病院	42 - 3711	富田医院	43 - 0178
大塚病院	43 - 0016	水田内科医院	43 - 1115
三財病院	44 - 5221	佐藤クリニック	43 - 5309
西都医師会病院	42 - 5615	児玉内科クリニック	43 - 1777
上山医院	43 - 1129	宇和田胃腸科内科	42 - 0111
上野医院	44 - 5100	すぎお医院	41 - 1177
黒木胃腸科医院	43 - 1304	函師医院	43 - 0055
東米良診療所	46 - 2335		

【健診日程】5月～2月

各医療機関へ直接ご予約ください。

【但し今年度75歳になられる方が後期
高齢者健診を受診する場合は3月まで】

【注意事項】

- 1) 40～74歳の国保の方...健診は、個別健診、集団健診、西都市国保が実施する人間ドック(今年度中に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳になられる方が対象)の中で、年1回限りしか受診できません。
- 2) 後期高齢者の方...個別健診・集団健診のいずれかで受診してください。
- 3) 今年度中に75歳になられる方...誕生日前日までの国保での健診、または誕生日以降の後期高齢者での健診のいずれかで受診してください。

集団健診

健診日	場所	受付時間	申し込み締切日
8月12日(水)	穂北地区館	8:30～9:30	7月8日(水)
8月18日(火)	三納地区館	8:30～9:30	7月14日(火)
8月19日(水)	三財地区館	8:30～9:30	7月14日(火)
8月24日(月)	都於郡地区館	8:30～9:30	7月21日(火)
9月5日(土)	保健センター	8:30～9:30	7月31日(金)
11月11日(水)	穂北地区館	8:30～9:30	10月7日(水)
11月13日(金)	三納地区館	8:30～9:30	10月9日(金)
11月18日(水)	三財地区館	8:30～9:30	10月14日(水)
11月20日(金)	都於郡地区館	8:30～9:30	10月16日(金)
11月27日(金)	保健センター	8:30～9:30	10月23日(金)

お申し込みは、西都市健康管理課【 43-0378】

(受診券番号、氏名、生年月日、日中連絡のとれる電話番号をお知らせ下さい。)

何らかの事情で、お申し込みが期日までに出来なかった方は、
合わせてご連絡下さい。

(健康管理課 43-0378)

乳がん検診のご案内(40歳以上の女性) ～ 検診が早期発見のカギです～

日本人の女性に乳がんが急増しており、20人に1人が乳がんにかかるといわれています。乳がんは、早期発見すれば治癒率も高いので、月1回は自己検診を行い、2年に1回はマンモグラフィ検査・超音波検査を受けましょう。

対象者

西都市の住民で、40歳以上の女性(2年に1回の検診のため平成20年4月～平成21年3月に西都市の乳がん検診を受けられた方は対象外となります)

実施医療機関および検診日

鶴田病院 平成21年5月1日～平成22年3月19日
平日の午後から実施

大塚病院 平成21年7月4日、9月12日、10月3日
10月24日、11月28日、平成22年1月16日

検診料：3,000円

(国民健康保険の方は1,500円補助があります。70歳以上の方、市民税非課税世帯及び生活保護世帯の方は無料になりますので証明書を病院受付に提示下さい)

*** 申し込み先** 健康管理課に電話でお申し込みください。
(氏名、住所、生年月日、電話番号等)
鶴田病院は市に申し込み後、病院に予約が必要です

(文書取扱：健康管理課 健康推進係 43-0378 直通)

子宮がん集団検診(20歳以上)があります ～今年度、前期の集団検診です。お忘れなく！電話予約が必要です～

子宮がんは、20歳～30歳代の若い女性に増えています。がんの初期は無症状なので、気づかない間に進行する可能性があります。しかし早期発見なら100%治ります。20歳以上の女性は、年に1回は必ず『子宮がん検診』を受けましょう！！

下記の日程で実施します

日 程	曜 日	受 付 時 間	検 診 場 所
7月17日	金	9:00～9:30	穂北支所
		10:30～11:00	三納支所
		13:00～13:30	三財支所
		14:30～15:00	都於郡支所
7月24日	金	9:00～9:30	JA東米良支所
		10:30～11:00	東米良ゆず出荷場
		13:00～13:30	保健センター

対 象：西都市在住の20歳以上の女性

申し込み：お電話で申し込みください。申し込み締め切り7月10日(金)
健康管理課 健康推進係 43-0378(直通)

料 金：1,000円(70歳以上の方、市民税非課税世帯の方、生活保護世帯の方は無料になります。証明書を持参してください)

国民健康保険に加入されている方、農協婦人部に加入されている本人、家族の方は、保険証や農協助成券を持参してください。

市内指定医療機関(大塚病院・函師医院・佐藤産婦人科)でも子宮がん検診を実施しています。

(文書取扱：健康管理課 健康推進係)

～ 後期高齢者医療保険に加入されている皆様へ～
被保険者証の有効期限は平成 21 年 7 月 31 日です！

後期高齢者（75 歳以上の方及び一定の障害のある 65 歳から 74 歳の方）の方については、被保険者証の有効期限は 7 月 31 日となっています。新しい被保険者証は 7 月中に郵送する予定です。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 21 年 7 月 31 日	
被保険者番号	
被 保 険 者	住所
	氏名 男・女
生年月日	年 月 日
資格取得年月日	年 月 日
発効期日	年 月 日
交付年月日	年 月 日
一部負担金の割合	
保険者番号並びに保険者の名称及び印	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">3 9 4 5 2 0 8 1</div> 宮崎県後期高齢者医療広域連合

有効期限はココに書いてあります。

原寸大
灰色

(健康管理課 電話 43 - 0378)

歯周疾患検診を行っています

歯周疾患は単なる歯だけのトラブルではありません。歯と歯ぐきが健康でないと食べる楽しみが減ってしまいます。さらに、胃腸障害や肩こり、頭痛、心臓や肝臓に炎症を起こすなど、全身の病気を引き起こすこともあります。歯周疾患は食事や歯磨き、疲労、喫煙などの生活習慣と密接に関わり合っていることもわかってきました。

対象者：西都市住民で 40 歳・50 歳・60 歳・70 歳の方

検診日： 随時（各医療機関診療日の診療時間内）

実施医療機関：市内の指定歯科医院

上山歯科医院	尾本歯科医院	かわの歯科
佐藤歯科医院	すが歯科医院	たかみデンタル クリニック
鳥子いき歯科 クリニック	野間歯科医院	長谷川歯科医院
日高歯科医院	穂北はせがわ歯科医院	みふね通り歯科 クリニック

検診料：700 円 市民税非課税世帯・生活保護世帯の方は無料です。証明書をご持参の上、受診下さい。）

内容は歯科検診です。（お 1 人 1 回のみ）

申し込み方法 **利用券** をお送りしますので、お電話で下記まで申し込みください。

西都市役所 健康管理課 43 - 0378（直通）

休日保育及び一時保育事業をご利用ください

休日保育について

休日保育とは、保護者の勤務等により、休日等に保育が困難となる児童を対象に保育を行います。

- 1 対象児童 現在、保育所(園)に入園している児童が対象です。
- 2 実施保育園 清水保育園(大字清水 291 電話 43-0741)
西都乳児保育園(大字妻 1542-1 電話 42-1022)
妻保育園(聖陵町1丁目 31番地 電話 43-3150)
- 3 開設日 日曜及び国民の祝日(年末、年始を除く)
- 4 保育時間 午前8時30分から午後5時まで
- 5 保育料 一人 日額 2,000円

一時保育について

一時保育とは、保育所に入所していない就学前の健康な児童で、次のような児童を保護者に代わって保育園で保育するものです。

- 1 対象児童
 - ① 保護者の仕事や職業訓練及び就学等によって、断続的に家庭での保育が困難となる児童
 - ② 保護者のケガや病気、入院及び冠婚葬祭等により、緊急・一時的に保育所での保育を必要とする児童
 - ③ 育児に伴う心理的・肉体的負担感を解消させることが必要とされる保護者の児童
- 2 実施保育園 西都乳児保育園(大字妻 1542-1 電話 42-1022)
光照保育園(大字鹿野田 1450-1 電話 43-1340)
穂北保育園(大字南方 2588 電話 43-3152)
- 3 保育時間 午前8時30分から午後5時まで
- 4 保育料 一人 日額 1,800円(当日払いとします。)

申込み方法 休日保育・一時保育実施保育園に申込書が備えてありますので、直接電話等でお申し込みください。

【市福祉事務所児童福祉係 電話 43-1111(内線2712)】

児童手当(特例給付)の現況届を提出してください!

6月は、児童手当の現況届をする月です。手当を受けている方は、下記の日程および指定場所において届出をしてください。現況届を提出されない場合は6月以降の手当支給停止になります。

届の用紙等は市福祉事務所から郵送します。

届けに必要なもの

印鑑・現況届用紙・健康保険証(国保以外の方はコピーも必要です。)
児童が他の市町村に別居している場合、住民票の写し・別居監護申立書
平成21年1月以降に転入された方は、前住所地における平成21年度の児童手当用の所得証明書が必要です。

日程等

月 日	時 間	場 所
6月12日(金)	12:00~12:30	銀上小学校
6月18日(木)	9:00~11:30	市穂北地区館(集会室)
6月18日(木)	13:30~16:00	市三納地区館(休養室)
6月19日(金)	9:00~11:30	市三財地区館(休養室)
6月19日(金)	13:30~16:00	市都於郡地区館(和室)
6月23日(火)	9:00~16:00	西都市コミュニティセンター(図書室) 市役所横
6月24日(水)	9:00~19:00	

上記日程で都合がつかない方は6月30日までに市福祉事務所までおいでください。(土・日を除く午前8:30~午後5:00)

文書取扱:福祉事務所児童福祉係 43-1111(内線2707.2708)

各支所で取り扱う税証明の変更について

平成21年7月1日から市内各支所で取り扱う市税の証明書の種類が次のように変わります。

<現在>課税証明書・所得証明書・資産証明書(個人名義のみ)の3つが
<7月1日から>上記3つのほかに、所得・課税証明書、納税証明書(個人名義のみ)、軽自動車納税証明書(車検用)が取り扱えるようになります。

但し、納税証明書(個人名義のみ)と軽自動車納税証明書(車検用)は、すでに納税済みであるものに限りません。

なお、各支所では市税の納付はできませんので、ご了承ください。

(文書取扱 税務課)

「心の健康相談」開催日変更のお知らせ

高鍋保健所で開催されております「心の健康相談」の開催日が変更となりましたのでお知らせします。詳細については次のとおりです。

日 時	毎月第4水曜日に変更 午後2時から午後4時まで(時間帯の変更はありません。)
場 所	宮崎県高鍋保健所 (高鍋町大字蚊口浦 5120-1 0983-22-1330)
内 容	精神保健に関する相談 ・ 統合失調症、躁うつ病等の病気の相談 ・ アルコール飲酒や薬物、シンナー、覚醒剤に関する相談 ・ 引きこもり状況に対する相談 など
対 応	精神科医師、保健師
相談料	無料

高鍋保健所に事前の予約申し込みが必要です。

(文書取扱) 福祉事務所障害福祉係 43-0376

ボランティア清掃活動を行う団体等に ごみ袋を配布しています!!

西都市では、地域の環境美化を推進するため、ボランティアによる清掃活動を行う団体等に、ごみ袋を無料で配布しています。申請方法や配布方法等は下記のとおりです。

記

1. **申請方法** 市役所生活環境課にて随時受付けていますので、申請書に団体等の名称や代表者、活動場所、日時、参加人数、必要なごみ袋の枚数等をご記入いただきます。対象となる清掃活動は、道路や広場など市民が自由に利用できる公共の場の清掃作業やごみ集積所に不法に投棄されたごみや散乱したごみの清掃作業等です。
2. **配布方法** 申請時にお渡しします。
3. **分別方法と回収方法** 申請時に回収希望場所や希望日時についてお知らせください。分別方法と併せて打合せをします。
4. **その他** 必要な方には火バサミも貸与しています。その他ご不明な点等ありましたら下記までお問い合わせ下さい。

(生活環境課 43-3485)

全国ごみ不法投棄監視ウィークの実施について

6月は「環境月間」です。そして、6月5日は「環境の日」です。環境省では、廃棄物の不法投棄を発生させない環境づくりを強化していくため、6月中の一週間を「全国ごみ不法投棄監視ウィーク」に設定し、みんなで不法投棄の監視や啓発に取り組む事としており、本年は「ごみゼロの日」の5月30日(土)から「環境の日」の6月5日(金)までの一週間になっています。

法律では「何人もみだりに廃棄物を捨ててはならない」としており、これに反し、みだりに廃棄物を捨てることを「不法投棄」といいます。不法投棄を行うと「5年以下の懲役」または「1,000万円以下の罰金」及びこの両方の罰則が科せられることがあります。「ポイ捨て」も「不法投棄」です。くれぐれも不法投棄はやめましょう。同様にごみの不法焼却も同じ罰則規定が設けられていますのでやめましょう。

本市でもクリーンキーパーによる不法投棄監視パトロールと不法投棄物の撤去を実施していますが、不法投棄が後を絶ちません。

みんなで不法投棄撲滅に取り組んで、「美しい西都」をつくりましょう。

(生活環境課 43-3485)

上下水道課からのお知らせ

蛇口から白く濁った水が出る場合は?

「白く濁った水」は、薬品使用や水質異常のために起こるのではなく、気温(水温)が上昇すると水道水の中に溶け込んでいた空気が細かな気泡となり混ざるために起こる現象です。また、給湯設備をお使いになっている場合は、給湯設備により水道水が急激に加熱される事によって起きる事もあります。

どちらの場合も水の中の空気が原因ですので、コップなどの容器に水をくみ、しばらく時間をおくと水の中の空気が抜け、下の方から徐々に透明になっていきます。

この場合は、安全性の上で問題はありませんので、安心してお使い下さい。なお、しばらく時間をおいても透明にならない場合には、上下水道課までご連絡下さい。

(上下水道課 水道工務係 TEL 43-1325)

水道メーター交換のお知らせ

西都市上下水道課では、水道メーターの交換を7年に1度行っています。
今年度の交換対象地区は、下記のとおりです。

6月中旬から8月31日の間で、担当の指定業者が訪問してメーター交換を行いますので、ご協力をよろしく願います。

なお、地区名につきましては検針区名となっていますので、実際の地区名とは若干異なりますのでご了承下さい。

また、このメーター交換での個人費用負担は、一切必要ありません。

交換対象地区名		交換業者名	電話番号
妻	調殿	(株)伊達組	42-2031
		(株)児玉水道商会	43-0638
	現王島	尾崎設備	43-0100
	清水		
穂北	千田前	尾崎設備	43-0100
三納	宮の下住宅	山地商会	43-0514
都於郡	馬継谷・受関、潮		山地商会 43-0514
	都於郡町、高屋・土中西		(有)関原設備工業 44-3659
	筑後		(株)児玉水道商会 43-0638
	原向、鹿野田住宅		(有)押川建設 44-5280
三財	藤田		
	門田、諏訪、福王寺、谷川	(有)甲斐設備 42-4997	
	外原、堂山、小豆野、金倉	(有)岩崎電管工業 44-5709	

対象地区内であっても、昨年メーターを取り付けた所や長い間使用していない所など、交換を行わない所もあります

西都市地域子育て支援センターつばさ館

2009年 6月号

子育て支援センターは、主に家庭で子育てをしているお母様方とお子さんが集まり、情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで遊べる交流の場です。(利用料は無料)

歯のおはなし

【日にち】6月19日(金)
【時間】10時30分～11時30分
【講師】押川歯科 歯科衛生士さん
6月は、虫歯予防月間です！！
そこで虫歯予防対策や、歯磨きの仕方、
歯のチェックをしに来ませんか？

フリーマーケット開催

【日にち】6月27日(土)
【時間】13時～開店
ベビー服・ベビー雑貨・大人の服
から雑貨まで・・・
支援センターで出店します！！
遊びにきてね

6月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			リトミック			休み
7	8	9	10	11	12	13
休み	親子体操 AM10:30～	にこにこ広場 パオ AM10:30	にこにこAコープ クッキング講座			休み
14	15	16	17	18	19	20
休み			リトミック 誕生日会		歯科講座 AM10:30～	休み
21	22	23	24	25	26	27
休み	親子体操 AM10:30～	にこにこ広場 パオ AM10:30			育児学級 なかよしランド	フリマ
28	29	30				
休み						休み

手遊び・絵本の読み聞かせ・リズム遊びは毎日行なっています！
つばさ館支援センター概要(駐車場はセンター横にあります)

住 所	西都市白馬町3番地(こどもの家保育園内)
連 絡 先	TEL:43-1049、FAX:43-1079
利 用 時 間	月～金曜 9時～15時
子 育 て 相 談	電話・来園・訪問での相談をお受けします 緊急の場合は、いつでもお越しください
育 児 情 報 誌 の 発 行	活動内容の情報発信(毎月1回発行)
図 書 貸 し 出 し	乳幼児向け絵本・母親向け書籍 など・・・
育 児 講 座	年数回実施