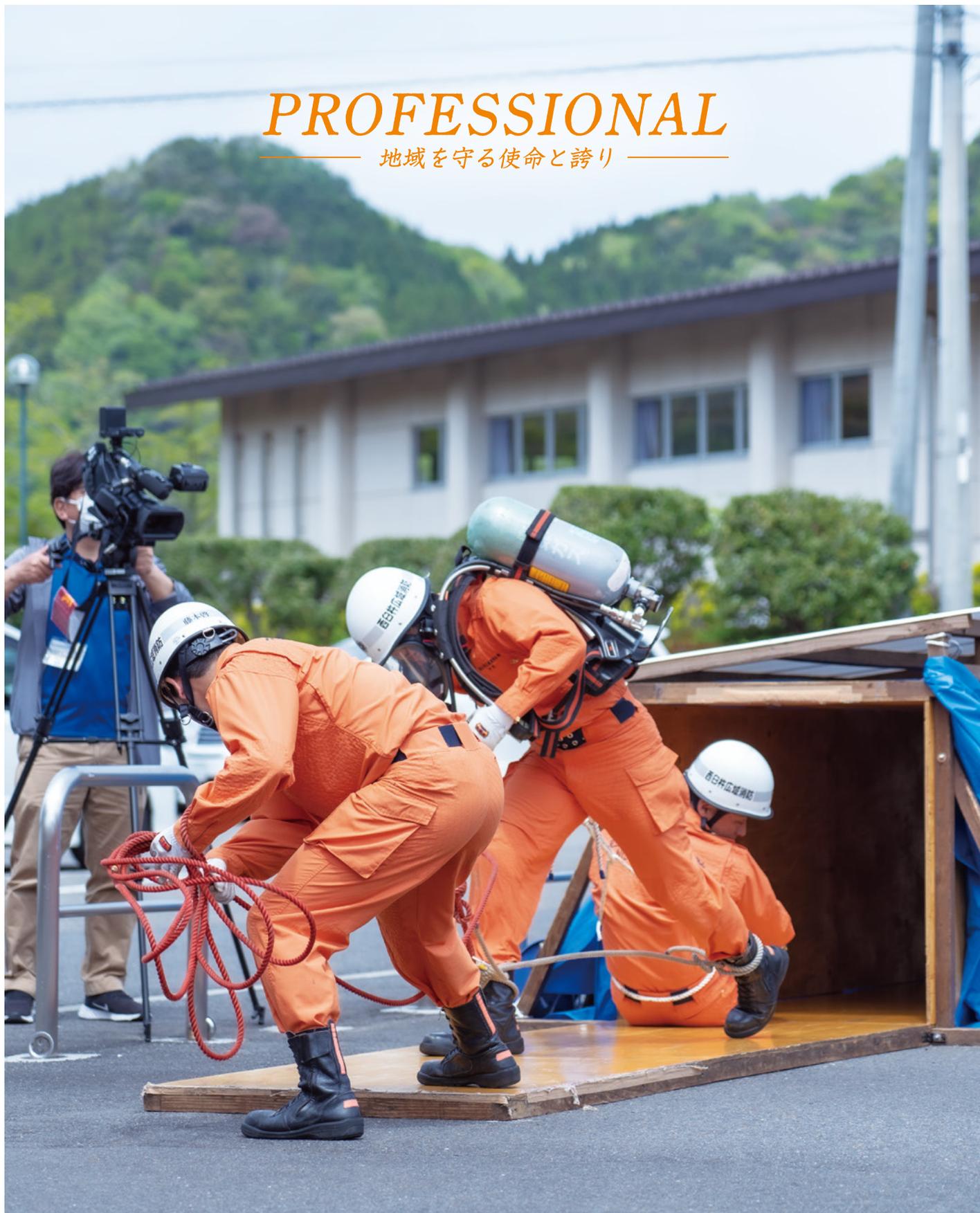


PROFESSIONAL

— 地域を守る使命と誇り —



日頃練磨した救助技術を発揮
県消防救助技術指導会選考会

4月18日、西臼杵広域行政事務組合消防本部(日高一昭消防長)で、県消防救助技術指導会派遣選手選考会が行われました。
選考会は、ロープブリッジ渡過、ロープブリッジ救出、ほぶく救助の3種目。隊員らは、県大会出場を懸けて訓練の成果を発揮しました。日高消防長は「より早く救助するために先を読む力を身につけてほしい」と講評しました。



救出へ向かう隊員 ※残念ながら県大会は中止となりました。

平和を祈り
高千穂神社春季例祭を斎行

4月15日、高千穂峡ポート乗り場のリニューアルオープンセレモニーが行われました。
河川の増水により、たびたび運行に支障が出ていたポート乗り場を、旭化成株式会社が地域貢献の一環として、昨年11月より改修(株式会社熊合組が施工)を行い、町へ寄贈しました。
運行を行う高千穂町観光協会の竹尾通洋会長は「ぜひ、ポートに乗って神話の世界に浸ってほしい」と話しました。



改修前より、35cm高く、幅が倍の4.4mとなりました。

情報発信、防災、SDGsなど相互取組を強化
包括的パートナーシップ協定を締結

4月7日、町と株式会社宮崎放送(牧蔵代表取締役社長)は、地域活性化や住民サービスの向上を図るため、包括的パートナーシップ協定を締結しました。
牧代表取締役社長は、「ノウハウを生かして県内の市町村を元気にしたい。また、メディアリテラシーやフェイクニュースなど、記者やアナウンサーを通して、子どもたちに分かりやすく伝えることで、健全な教育ができれば」と述べました。



締結書をする甲斐町長(左)と牧蔵代表取締役社長

新学期を前に
一滴の会による清掃ボランティア

4月5日、非営利特定法人一滴の会(佐藤憲洋理事長・会員20名)が、高千穂中学校の給食室の屋根や雨どいなどの清掃を行いました。
10数年ぶり行った清掃では、傷んでいる箇所もありましたが、建築や塗装などを専門とする会員がいることもあり、てきぱきとした作業で、屋根や雨どいについたコケや積もった落ち葉などの汚れを高圧洗浄機などを使用し、きれいにしました。



10数年ぶりの汚れがきれいになりました。

新規就農プログラム
高千穂ファーマーズスクール開講式

4月26日、役場会議室にて、高千穂ファーマーズスクールの第一期生として、佐々木有子さん(延岡市出身)に研修承認証書が授与されました。
佐々木さんは、大阪で生花販売に携わっていたところに生産にも興味を持ち、3年前に大阪で行われた宮崎県の就農相談会で話を聞いたことがきっかけとなり、ランタンキュウラス栽培で有名な高千穂で就農したいと決意され、今回の入講となりました。



研修期間:令和4年4月1日~令和6年3月31日(2年間)

平和を祈り
高千穂神社春季例祭を斎行

4月16日、高千穂神社(後藤俊彦宮司)で、春季例祭が行われました。今年も、新型コロナウイルスのため御神幸は中止となり、式典のみの開催となりました。
神事後、昨今の世界情勢を鑑み、平穏な日常を願う思いから「住吉」が三田井地区神楽保存会によって披露されました。また、伊邪那岐會(富士野真二會頭)によって、久しぶりにみこしが担がれ、本殿を周回し参拝者らをにぎわせました。



天気もよく御神幸の中止が残念です。

安全な観光地へ
高千穂峡観光安全祈願祭が開催

4月15日、ゴールデンウィークを前に、高千穂町観光協会(竹尾通洋会長)は、高千穂峡のあらぎ乃茶屋前広場で関係者出席のもと、観光安全祈願祭が行われました。
式典では、代表者による玉串奉納の後、竹尾会長と甲斐町長が、五ヶ瀬川へ献酒しました。
竹尾会長は「新型コロナウイルスや多発する地震が心配だが、五ヶ瀬川の恵みに感謝し、事故ないように祈念した」と話しました。



町民や観光客にとって安全安心な1年になりますように。

高千穂高校の魅力伝える
魅力向上コーディネーター任命式

4月5日、町長室にて、高千穂高校魅力コーディネーターの任命式が行われました。
コーディネーターに任命されたのは、茨木いずみさん(ゼロ法人グローバルアカデミー事務局長)、工藤天裕さん(地域おこし協力隊)、田崎友教さん(町役場の3名)。
高千穂高校の佐伯浩美校長は「3人も高校の職員だと考えている。一緒になって子どもを育ててほしい」と話しました。



茨木さん(中央)、工藤さん(同右)、田崎さん(同左)

消防団辞令

団長 河内 義賢 嗣

副団長 馬原 祥 嗣
今長 大 嗣

高千穂町消防団

定員 530人
団員数 427人

団本部分団長

佐藤 恒和 嗣 (本部長)
甲斐 圭二 嗣
中藪 紘志 嗣
廣木 哲也 嗣
戸高 康弘 嗣
佐藤 毅志 嗣
竹次 誠輝 嗣
佐藤 剛 嗣

地区本部分団長・副分団長

所属	分団長	副分団長
機動分団	甲斐 恒平 嗣	興梠 竜一 嗣
第1分団	古城 毅 嗣	甲斐 義幸 嗣
第2分団	富高 徹雄 嗣	吉田 竜太 嗣
第3分団	飯干 健正 嗣	坂本 卓之 嗣
第4分団	佐藤 康啓 嗣	工藤 慎一郎 嗣
第5分団	甲斐 升英 嗣	丸本 秀徳 嗣
第6分団	甲斐 豊 嗣	田上 幸生 嗣
第7分団	村上 辰生 嗣	新名 喜八 嗣
第8分団	佐藤 光弘 嗣	江藤 真也 嗣
第9分団	大賀 政和 嗣	江藤 利彦 嗣

新任部長

機動分団	本部	第1分団
本部	平野 竜寛	橋本 太喜
第1部	依 義雄	第1部
第2部	佐藤 政雄	第2部
第1分団	橋本 太喜	第3部
第2部	甲斐 愛享	第4部
第3部	伊藤 勝行	第2分団
第4部	川邊 浩平	第1部
第2分団	原田 晃成	

第2部	富高 浩二
第4部	飯干 秀幸
第3分団	第1部
第1部	坂本 将丈
第2部	飯干 公昭
第4分団	機動部
機動部	都 俊作
第1部	工藤 清章
第2部	甲斐 末喜
第3部	佐藤 尊文

第5分団	本部
本部	甲斐 順久
第1部	田部 淳
第2部	佐藤 秀樹
第3部	佐藤 祐介
第4部	中野 大輔
第6分団	第1部
第1部	田上 厚志
第2部	壺田 和宏
第7分団	第1部
第1部	河内 誠

第2部	林 雄二
第3部	内倉 慎一
第8分団	第1部
第1部	工藤 寛之
第2部	佐藤 健太
第3部	工藤 潤也
第9分団	第1部
第1部	佐藤 卓哉
第3部	佐藤 勇仁

新任班長

機動分団	第1部
第1部	池田 敬
第1分団	第1部
第1部	飯干 良次
第2部	甲斐 烈
第3部	松並 翔
	甲斐 靖敏
第4部	飯干 誠也
第2分団	第1部
第1部	佐藤宏次朗
第2部	戸高 淳一

第4部	戸高 美泰
飯干健史郎	
第3分団	第1部
第1部	飯干 敦士
	坂本 武志
	飯干 友博
第2部	原田 貴彦
第4分団	機動部
機動部	工藤 鉄平
第1部	霧野 誉暢
	中西 真介

第3部	馬原 勇
佐藤 祐太	
第5分団	第1部
第1部	甲斐 幹典
	木下 智博
第2部	佐藤 旭将
第3部	工藤 信幸
第4部	戸高裕一郎
第6分団	第1部
第1部	有藤 賢宏

第7分団	第1部
第1部	武田 紘幸
第2部	興梠優一郎
第3部	安在 優
第8分団	第1部
第1部	松川 章徳
第2部	甲斐 純一
第3部	工藤 捺樹
第9分団	第1部
第1部	西田 忠之

新入団員

第1分団	第2部
第2部	田崎 潤生
第2分団	第3部
第3部	甲斐 稔史
	坂本 昂大
第4部	佐藤 勇斗
第4分団	第3部
第3部	佐藤慎一郎
第5分団	第2部
第2部	甲斐 哲哉
第3部	甲斐 弘大
第7分団	第1部
第1部	内倉 尚輝
第2部	竹次 駿育
第3部	安在 昌大
第8分団	第3部
第3部	池見 優

退団者 (57人)

※カツ書きは所属

佐藤春男(団長)
河内喜久・小林直樹・戸高光洋(分団長)
馬原睦佳・谷川祐一(機-本)、
興梠晴彦(1-本)、大賀俊也・坂本広・興梠恵志・甲斐泰徳・佐藤和美・
田崎嘉幸・富士野真二(1-1)、興梠竜也(1-2)、河村清人(1-3)
押方修一(2-1)、佐藤琢哉(2-2)
佐藤公範(3-本)、飯干克敏(3-1)、飯干善安・佐藤三夫(3-2)、
小笠原正健・佐藤康雄(4-本)、工藤晃稔(4-機)、甲斐正和・河野行則
(4-1)、佐藤優(4-2)、湊拓馬(4-3)
佐藤淳次(5-本)、渡辺和成・木下陽一・甲斐直人・甲斐洋平(5-1)、
富高英幸・甲斐辰裕・酒井貴洋(5-2)、丸本隆生・富高信也・甲斐敬太・
富高修平・甲斐旨樹(5-4)
内倉裕治・安在隆徳(6-1)、瀬井明人(6-2)
須藤泰章(7-本)、伊東一喜(7-1)、興梠晴彦(7-2)
佐藤正臣(8-本)、吉田邦仙・荒内一郎・甲斐聡(8-1)、田邊貴紀・佐藤
高廣(8-2)
飯干直樹・田部隆二(9-1)、工藤涉(9-3)

ついに商品化！？
高千穂バーガー販売会

4月30日、「輝く高千穂まちづくりプロジェクト」(昨年12月開催)において、最優秀賞となった「高千穂バーガー」の販売が、がまだせ市場「鬼八の蔵」で行われました。

販売されたバーガーは、しし肉・しいたけ・ヤマメの3種類。提案者のひとり工藤真樹さんは、「たくさんの方が来てうれしい。今後、販売となれば町内の人がよく食べるものとなってほしい」と話しました。



高千穂バーガーを頼る高校生(地域みらい留学生の3名)

ライオンズクラブ国際協会
ミニログハウス1棟を寄贈

4月26日、ライオンズクラブ国際協会337-B地区(大分・宮崎)リーダーの佐藤哲章ガバナーらが町長室を訪れ、同月10日に本町で開催した第68回年次大会の記念として、ミニログハウスを寄贈しました。

ミニログハウスは、6畳ほどの広さで、町中央公民館に併設し、読み聞かせや会議室として活用。6月に高千穂ライオンズクラブの会員らが組み立てを行い完成する予定です。



佐藤ガバナー(中央)と高千穂ライオンズクラブ会員

きらり 高千穂人



MRT環境賞
SDGs 優秀賞受賞

五ヶ所高原ゴマ姫の草原を守る会(甲斐英明会長)は、県が動植物の重要生息地として保護区に指定している五ヶ所地区において、ゴマシジミやヒメシロチョウ、ヒメユリなどの希少動植物をシカやイノシシの食害や盗掘などから守るため、地元住民らと活動。柵の設置や草刈りなどを行っており、刈った草を牛の餌や敷きわらなどに活用。SDGs(12番・15番)の取り組みとして評価されたことにより、今回の受賞となりました。



全国青年農業者会議
プロジェクト発表優秀賞受賞

馬崎太志さん(玄武)が、第60回全国青年農業者会議のプロジェクト発表(畜産経営の部)において、全国農業青年クラブ連絡協議会会長賞を受賞しました。

馬崎さんは、受胎率の向上や分娩事故率の低下についての取り組みや経営、地域を取り巻く環境の課題解決などを発表。この取り組みを地域に向けて継続的に情報を発信し、農家のレベルアップや西田村地域の畜産業を盛り上げていきたいと述べました。

地域おこし協力隊の そっちゃんっちゃん! 高千穂

はじめまして

はじめまして。2022年4月から地域おこし協力隊として活動することになりました工藤天裕(たかひろ)です。主なミッションは「高千穂高校魅力向上コーディネーター」として高校に常駐しながら高千穂高校の魅力化を進めることと、T-LABOの活用を行なっていくことです。

私は岩戸地区出身で、12歳までを高千穂で過ごしました。故郷に戻って徐々に生活してみても気がついたことは、高千穂の自然は疲れた心を癒し、生きるための力を充電させてくれるということです。

実際、関西から高千穂に帰ってきて約一ヶ月が経ちましたが、驚くほど体調が良くなり、10年振りの高千穂生活を満喫中です!

3月までは関西の大学に通っており、主に情報技術の活用方法について学んできました。大学在学中は全国の大学生を高千穂や五ヶ瀬に連れてきてフィールドワークをする取り組みをしていました。



大学卒業式

大学卒業式の写真

来てくれた大学生が感動している姿であったり「また来たい」という言葉を聞くことで私自身が高千穂や五ヶ瀬の素晴らしさを再認識することができました。この経験が、協力隊として活動したいというきっかけになりました。



▲ 全国から集まった大学生とフィールドワーク

年齢が22歳ということもあり、高校生により近い感覚で活動していけたらいいなと思っています。生徒のみならず高校の先生方や地域の方々と密にコミュニケーションをとりながら着実にミッション達成に向けて進んで行きたいです。

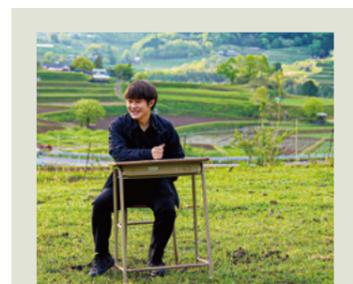
私が活用を任されているT-LABOは生徒が誇れる学校づくりや地域おこしの拠点として、昨年7月にオープンしました。どなたでもご利用いただける高速Wi-Fiや大型モニター、パソコンなどを取り揃えています。場所は高千穂高校の図書館の2階にあり、町民の方々もご利用いただける施設となっています。

ます。より多くの皆様に使っていただけるような場所になるように様々な企画を準備中ですので、応援よろしくお祈りします。



▲ T-LABOの様子高速Wi-Fiや大型モニターを完備するICTラボ

趣味は音楽を聴くこととポケモンGOをすることです。ポケモンGOまだやってるの?とよく言われますが常に今が一番アツいです。一緒にやってくれる人を募集中です。



工藤 天裕
Kudo Takahiro

高千穂町岩戸出身。令和4年4月に着任。総合政策課に所属し、高千穂高校の魅力化やT-LABOの活用がミッション。関西学院大学で学士課程を修了後、ワクワクを求めて地元高千穂へ。

シンセン! 新船!

Brand New Voyage



2022年4月15日、
神戸-宮崎に新船「フェリーたかちほ」就航。



DESIGN デザイン

宮崎の豊かな自然やトロピカルフルーツをイメージした暖かな色彩に、伝統芸能の神楽で使用される「彫り物(えりもの)」の切り絵をモチーフにしたデザインへ。



FACILITY 設備

イベントステージやキッズコーナー、ドッグランや救護室など、楽しさと安心を備えた空間を新設しています。



GUEST ROOM 客室

個室を大幅に増設するとともに、ペットと共に宿泊できる部屋(ウイズペットルーム)も新設するなど、様々な用途に合わせての利用が可能です。



新造船 お試し価格(本年4月~6月の運賃)

13,940 ~ 28,240円

*新造船お試し価格は、2隻就航まで現行運賃に据え置く予定です。
*小人運賃は大人運賃の1/2となります。
*ウイズペットルームは、ルーム使用料として別途9,900円(税込)必要となります。

詳しくはWEBをご覧ください。

宮崎カーフェリー

検索



～今月のテーマ～

規則正しい「生活リズム」が元気の源です！

新年度が始まりもうすぐ2ヶ月。学校生活にも慣れ、家庭での生活リズムが崩れがちな時期でもあります。そこで、今回は、令和3年度に実施しました“子育て応援「ゆい高千穂」事業”の生活リズム川柳とポスターに応募のあった作品の中から入選作品をご紹介します。

規則正しい生活リズムができているか、家庭で振り返ってみましょう。

生活リズム川柳

- ★大賞
- 〈小学生低学年の部〉
- あぎですよ
いつもはやおき
きんメダル
(高千穂小・佐伯甚咲)
 - はやくねて
すてきなゆめみて
いいめざめ
(高千穂小・池見樹)
 - ユーチューブ
じぶんできめる
みるじかん
(岩戸小・木下創介)
 - 朝食を
ぬいたらおなか
うるさくて
(高千穂小・佐藤杏莉)
 - 夏休み
お出かけひかえ
おてつだい
(押方小・坂本孝大)
 - 朝起きて
たいようあびて
気持ちいい
(上野小・村手愛時)
 - がらマスク
えらぶ事も
たのしみに
(高千穂小・興栢心花)

- ★大賞
- 〈小学生高学年の部〉
- まもうろうよ
メディアのルール
自分のため
(田原小・黒木優仁)
 - 小雨でも
かさを持って
おさんぼだ
(上野小・佐藤倫寿)
 - コロナ禍で
心のマスク
つけないで
(岩戸小・甲斐隼磨)
 - マスクつけ
コロナたいさく
ばっちりだ
(高千穂小・森下翼)
 - ともだちと
もつと近くで
話したい
(押方小・堀央樹)
 - やめようね
長いメディアと
夜ふかしは
(田原小・安在翔)
 - 帰ったら
手あらいが
ていねいに
(押方小・飯千愛奈)

- ★大賞
- 〈中学生の部〉
- やれば得！
早寝・早起き
朝ごはん
(岩戸小・稲葉優輝)
 - 早起きは
元気のもとだ
きもちいな
(上野小・山本留亜)
 - 夏休み
リズムにのって
快適に
(押方小・甲斐瑛暁)
 - メディアより
家族の時間
増やそうよ
(田原小・安在優姫)
 - 午後十時
スマホと私
寝る時間
(高千穂中・甲斐裕留)
 - メディアより
本を読むと
力つく
(高千穂中・大賀美海)
 - コロナ禍で
毎日聞ける
祖母の声
(高千穂中・甲斐蓮士)

生活リズムポスター

- ★大賞
- 〈入選〉
- 高千穂小・脇本愛生斗
 - 高千穂小・菅彩乃
 - 高千穂小・甲斐百華
 - 高千穂小・甲斐穂菜美
 - 高千穂中・興栢宇音
 - 岩戸小・押方祐樹
 - 上野小・山本柚香
 - 高千穂中・佐藤愛乃羽
 - 高千穂中・菊池華穂
 - 田原小・黒木優仁
 - 高千穂小・後藤智寛
- ポスターの入選作品は
カレンダーとして小中
校や町内施設に掲示して
います。



神 高千穂高校 4/24 楽保存会による公演

高千穂高校の神楽保存会(生徒9名)が、高千穂神社神楽殿にて公演を行いました。

生徒らは、地域の人たちに日頃の活動の成果と神楽の魅力を知ってほしいことから、今回の発表となりました。

杉登り・沖逢・八つ鉢・手力雄・鉦女・戸取・雲下しの7番を披露し、見物者から大きな拍手が送られました。



交 ルールを守ろう 4/15 交通安全教室

上野小中学校で、交通安全教室が行われました。中学生を対象にした教室では、高千穂警察署員と高千穂地区交通安全協会の交通安全指導員を招き、自転車の乗り方について学習しました。

生徒らは、自転車事故の動画を視聴するなど、交通ルールやマナーについて学んだ後、実際に自転車を使って乗車前点検と代表生徒が運転を行い指導を受けました。



高千穂中学校 4/27 大地震に備え避難訓練

高千穂中学校で、避難訓練が行われ、午前中は香川大学の特任教授で「四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構副機構長・地域強靱化研究センター長」の金田義行さんを迎え、危険性が叫ばれている南海トラフ巨大地震などについて講話をしました。

午後からは、巨大地震の発生を想定し、第二避難場所である高千穂高校グラウンドまで、先生と全校生徒で避難しました。

雨上がりであったため、グラウンド下の駐車場への避難となりましたが、天気や避難場所までの道路状況など、どのような状況になっても対応できるように日頃からの訓練が大切であることを学びました。



野 高千穂高校 4/19 野菜の苗販売会

高千穂高校(宮尾野農場)が野菜の苗販売会を行いました。

苗は、生産流通科の生徒が実習で栽培・管理を行ったもので、当日は、経営情報科の生徒と共に販売をしました。

生産流通科3年の馬崎彩華さんは「予想以上の反響にうれしい。コロナで人と接することができないので、販売をとおして地域の人と交流を深めたい」と話しました。

昨年に引き続き、コロナ対策として町武道館を利用してドライブスルー方式をとり、たくさんの人が訪れにぎわっていました。



子育て支援センター

●開館日 月曜日～金曜日
●利用料 無料
10時～15時30分

あそびにおいで

- Q1. 子育て支援センターは何をしているところですか？**
子育て支援センターは、明日を担う子供たちの健やかな成長と乳幼児を持つ親御さんたちが安心して子育てができるようにお手伝いする施設です。
- Q2. 誰でも行っていいのですか？**
就学前の児童、保護者、これから母親になれる方など、どなたでも無料で自由に利用できます。予約等も必要ありません。
- Q3. どんなことをするのですか？**
子育て中の親子の交流の場をつくり、育児子育てに関する情報を提供します。育児や子育てに関する不安や悩みの相談も随時行っています。
- Q4. スタッフはどなたがされるのですか？**
保育士等の子育て知識と経験がある職員がお待ちしています。
- Q5. 保育園のように子供だけを預けることはできますか？**
子育て支援センターは託児施設ではありませんので、子供さんだけをお預かりすることは、できません。また、センター内での活動は保護者の責任の下で行ってまいります。
- ※開所日や行事については、毎月末発行の「うずめちゃんだより」をご確認ください。
「うずめちゃんだより」は各小グループで回覧される他、支援センター、役場福祉保険課でも配布しています。
※新型コロナウイルスの影響により、閉館になる場合があります。

■あなたの年代を教えてください(✓をつけてください)

- 10代 20代 30代 40代
50代 60代 70代 80代以上

■広報紙を読んだ感想やご要望を教えてください

■町へのご意見や質問、要望など何でも書いてください

ご協力ありがとうございました。内容を広報紙で紹介させていただく場合があります(その場合はペンネームを表記します)。個人情報は質問などの回答以外には利用しません。

図書館から本のお知らせ

70歳が老化の分かれ道
和田 秀樹 著
一気に衰えるのか、若さを持続するのか、その分岐点は70歳にある。人生100年時代を迎えたこれからは、70代の生き方が、その人の「老化の速さ」、「寿命」を決める。

これから大人になる君たちへ
池上 彰 監修
2022年4月で成人年齢が「18歳」に。これから大人になっていくみなさんが、学校では教えてくれない「未来を生き抜くためのヒント」を教える1冊。

山を買う楽しみ
扶桑社ムック
あばれる君、かほなん、タナの3人の有名人をはじめ、山を買った多くの人々を訪ねて、山の魅力や楽しみ方、購入の流れ、驚きのポイントなど、多彩な「山のリアル」を紹介。

今月は、町内の小中学校から、60句の作品が寄せられました。

岩戸小6年 木下 莉緒 かわいいなあ 七段もある ひな祭り	岩戸小6年 坂本 悠空 菜の花と 桜のコラボ きれいだな	岩戸小6年 稲葉 祐華子 むらさきの すみれはとも きれいだね	岩戸小6年 佐藤 蒼士 元氣よく 飛び交うつばめ 未来の子	田原小6年 須藤 遥暖 ヒラヒラと 舞い散る桜 きれいだな	岩戸小6年 稲葉 優輝 家帰り よもぎまんじゅう パクパクパク	岩戸小6年 佐藤 蒼士 元氣よく 飛び交うつばめ 未来の子	田原小6年 冨高 義春 春風は 人の心を リラックス
高千穂小6年 吉永 理乃 あたたかな 春の日あびて 袖めくる	高千穂小6年 甲斐 菜愛 つくしんぼ 一緒にせたい くらべてる	高千穂小6年 甲斐 百華 菜の花も 元氣にあいさつ おはようと	上野小5年 佐藤 蓮月 山桜 風がそよそよ 花ふぶき	上野小5年 興梠 珠菜 ウグイスの ひびく歌声 きれいだな	上野小5年 佐藤 蓮月 ぴかぴかと おおきくみえる らんどせる	上野小5年 佐藤 風雅 山桜 風がそよそよ 花ふぶき	上野小5年 江藤 史究 まんかいの サクラが光り ちつてゆく
押方小6年 原田 唯楓 たんぼぼが わたげになって とんでいく	押方小5年 戸高 侑 道ばたに たくさん菜の花 広がるよ	押方小5年 冨高 桜子 ホーホケキョ 山の歌ひめ ウグイスだ	押方小6年 佐藤 愛純 青空で 花畑見る つばめたち				

今月の俳句

選者 佐藤守



家族みんなで
俳句をひろう

生活習慣病の重症化と医療費

生活習慣病というどのような病気が思い浮かびますか？
 高血圧・糖尿病・脂質異常症などが思い浮かぶかと思えます。ではそれらが重症化すると、
 どのような病気になる危険性が高くなるかご存知でしょうか？
 今回は、生活習慣病が重症化した結果発症してしまう病気と医療費についてのお話です。

◆**脳血管疾患（脳梗塞・脳出血など）**
 脳の血管が詰まったり破れたりして、脳細胞が壊れてしまう病気。

◆**虚血性心疾患（狭心症・心筋梗塞など）**
 心臓のまわりにある血管が何らかの原因で細くなったり詰まったりして、心臓を動かすための血液（酸素や栄養）が心臓全体にいきわたらなくなり、心臓がうまく動かなくなってしまう病気。
 ・心臓病は高千穂町の死亡原因の第2位です。
 ・60代以下で急性心臓病が原因で亡くなっている方も毎年数名いらっしゃいます。
 ・治療費が高額なものが多く、例えば不整脈の原因をなくす手術では約200万円、心臓に入る人工弁は1つ約60万円〜70万円、人工血管は1センチメートル約20万円かかるそうです。

重症化の結果起こる病気

◆**腎不全**
 腎臓がうまく働かなくなってしまう病気。

血管が詰まったり、破れたりする場所や程度によって、まひや言語障害、認知障害等が起こることがある。軽度の場合は自覚症状がないこともある。
 ・脳血管疾患が高千穂町65歳以上の介護の原因第4位です。
 ・40歳〜64歳で脳血管疾患になった人の6割が要介護認定を受けています。その中でも介護度が高い人が多い傾向です。
 ・脳血管疾患の1カ月間の治療費は心臓病より高くなることは少ないですが、退院までの時間がかかり、総合的に医療費がかかったり、介護が必要になった場合には介護の費用も高額になる場合が多いです。



【心臓疾患が原因で1カ月の医療費が100万円を超えている件数】

H28	H29	H30	R1	R2
12	19	22	9	19

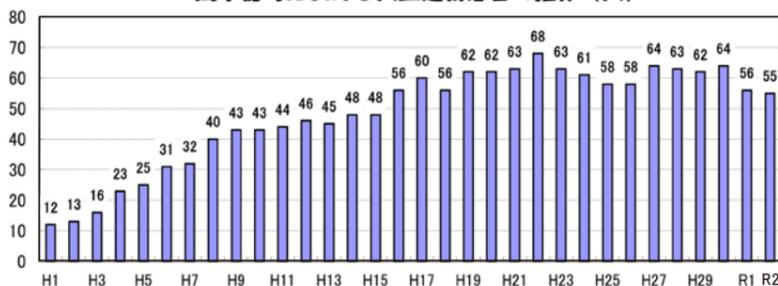
※R2年度の1カ月間の医療費で最も高かった額：447万円/月

【脳血管疾患が原因で1カ月の医療費が100万円を超えている件数】

H28	H29	H30	R1	R2
0	4	8	6	19

※R2年度の1カ月間の医療費で最も高かった額：190万円/月

高千穂町における人工透析患者の推移（人）



※データは全て令和2年度の本町のもので

◆**腎不全**
 腎臓がうまく働かなくなってしまう病気。
 【腎臓の働き】
 ①尿を作る（老廃物を体の外に出す、体液をコントロールする）
 ②ホルモンを作る・調整する
 ・悪化すると透析が必要になります。
 透析とは、腎臓の代わりに人工的に血液をろ過して、老廃物を体の外に出したり、体液をコントロールする治療法です。導入の年に約1000万円、継続に年間約500万円かかるそうです。

◆**生活習慣病を重症化させないために**
 血圧・糖・脂質などの血液検査データを適正値に保つことが重要です。そのためには、年1回の健診で自分の体の状態を知り、適度な運動と食習慣を心がけて普段の生活を送ることが大切です。

学生納付特例制度をご存じですか？

学生納付特例制度は、学生の方が、申請により保険料の納付が猶予される制度です。この制度を利用することで、将来の年金受給権の確保だけでなく、万一の事故などにより障害を負ったときの障害基礎年金の受給資格を確保することができます。

制度のメリット

- 老齢基礎年金を受け取るために必要な期間（受給資格期間といい、期間は10年間です）に算入されます。
- 病気やけがで障害が残った時に障害基礎年金を受け取ることができます。

手続きの方法

- 申請先** 役場 町民生活課 国民年金係
 （一部大学等の窓口でもできます）
- 必要なもの** ①年金手帳または基礎年金番号通知書
 ②学生証の写しまたは在学証明書

保険料は追納できます

特例の承認を受けた期間は年金額の計算対象期間には含まれません。
 このため、将来、満額の老齢基礎年金を受け取るために、10年間のうちに保険料を納付（追納）することができる仕組みとなっています。
 ただし、承認を受けた年度の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、加算額が加わります。



**お便り
ありがとうございます**

広報係にお寄せいただいたお便りの一部をご紹介します。紙面の都合上、要約させていただく場合がありますのでご了承ください。

コロナが蔓延しているなかでのどの自慢の開催についてご意見がありました。
 （ペンネーム：せいぼう 40代ほか）

企画観光課より

NHKと協議を重ね、国や県が示す新型コロナウイルス感染症対策のイベントの開催制限基準に従い、収容人数を通常の半分に制限し、観客席やステージ上のソーシャルディスタンスの確保、スタッフや来場者の検温や消毒を徹底するなどし実施いたしました。また、感染者数が増加傾向にあったことから、県外からの来場者をお断りさせていただくなどの対策も行いました。

郵便はがき

8 8 2 1 1 9 0

料金受取人払郵便

延岡局承認
562

差出有効期限
令和5年1月19日
日まで

高千穂町役場
企画観光課 行



ご住所

電話番号 () -

おなまえ

ペンネーム

※記入がない場合はイニシャルで表記させていただきます

点線に沿ってお切りください。郵便はがきも可。

今月の表紙



県消防救助技術指導会の派遣選考会での1枚。人を救うプロを撮影するプロ!? 「テレビ高千穂」用の撮影をする「〇本」さん。普段は撮影するばかりで、撮られることはありませんので、見かけたらねざらいの言葉をかけてあげてください。

町の人口



令和4年5月1日現在
※カッコ内は先月との比較
世帯 4,956戸 (34)
人口 11,463人 (-3)
男 5,532人 (1)
女 5,931人 (-4)
4月中の
転入100人 転出 80人
出生 3人 死亡 26人

事件・事故



Table with 3 columns: 4月中の, 事件(刑法犯), 交通事故, 人身事故, 死者, 負傷者, 物損事故, 件数, 0件, 2件, 0人, 3人, 21件

ふるさと納税



Table with 2 columns: 4月中の寄付金, 令和4年度合計, 件数, 金額, 161件, 316万8000円, 161件, 316万8000円

町税などの納期限



Table with 2 columns: 5月の納期限, 町県民, 固定資産, 軽自動車, 国保, 介護, 後期高齢者, 上(下)水道, 簡易水道, 下水道受益者負担金

お詫びと訂正
4月号に誤りがありました。次のおり訂正し、お詫びいたします。
14ページ たかちほの宝
甲斐 凛祐くん
甲斐 凛祐くん
甲斐 凛祐くん



- 祝!ご誕生
掲載を希望された方のみご紹介しています。
工藤 双葉 ちゃん(二女・黒口)
佐藤 祐飛 くん(二男・町区)
桐木 空那 ちゃん(長女・本組)
後藤 マチ工(神 殿)
矢野 春子(椎屋谷)
甲斐 ヒサ子(上押方)
内倉 五男(下河内)
佐藤 忠男(下川登)
興 裕 敏行(中川登)
戸高 光洋(五ヶ村西)
橋本 政子(神 殿)
佐藤 榮一(日 出)

祝!ご誕生

香典返し

高千穂町社会福祉協議会(敬称略)

Table with 3 columns: 遺族名, 住所, 続柄, 物故者, 佐藤 浩則(立 宿) 父 勉, 興 裕 米夫(中 西) 母 トモエ, 佐藤 茂 (黒仁田) 母 キミ子, 興 裕 篤太郎(下川登) 母 八重子, 後藤 マチ工(神 殿) 夫 正記, 矢野 春子(椎屋谷) 夫 千善, 甲斐 ヒサ子(上押方) 夫 勉, 内倉 五男(下河内) 母 フミ子, 佐藤 忠男(下川登) 母 美穂子, 興 裕 敏行(中川登) 妻 福子, 戸高 光洋(五ヶ村西) 父 國光, 橋本 政子(神 殿) 夫 則昭, 佐藤 榮一(日 出) 妻 クニ子



新たに地域おこし協力隊員が着任しました。
4月1日、地域おこし協力隊員として、工藤天裕さん(東岸寺)が着任しました。
工藤さんは「高千穂高校魅力向上コーディネーター」として、高千穂高校に常駐しながら、地域と学校とをつなぐ役割を担うなど、さまざまな活動を通して高校の魅力を高める活動を行っています。

編集後記

「4630万円」と聞いて「あれ」と思った方がいるかと思いますが、とある町で、誤送金により返還を求めているものの、振り込まれた本人は「返金はしない。罪は受ける」と言って返金に応じないため、ついに町が提訴に踏み切ったもの。
誰が悪い?振り込みミスをした職員(新人)?その上司?降り込まれた銀行?もちろん一番悪いのはミスをした役所でしょう。ただ、運悪く振り込んだ相手が悪かった(こう言っただけでは語弊があるかもしれませんが...)。
さて、この判決がどうなるのか。返金されるのが気になりますが、判決次第では、みなさんも同様なことがあったらどうしますか?
私も誤字・誤記等が多々あります。大変申し訳ございません(三)

第64回 水道週間

蛇口をひねるとすぐに出る水、安全で安心して飲める水。水は限りある資源です。この機会に、水道の仕組みや水の大切さについて家族で話し合ってみてください。
期間 6月1日(水)~6月7日(火)
スローガン 「大切な水と一緒に 暮らす日々」
☎上下水道課 ☎73-1209



山地災害防止キャンペーン

過去5カ年(平成29年~令和3年)に発生した山地災害による被害は、年平均で約2400箇所、被害額が約919億円となっています。日本の地形や気象条件は災害を起こしやすい特性を持っています。日頃から山地災害の危険と隣り合わせに暮らしていることを認識し、いざというときすぐに避難できるように備えておく必要があります。
山地災害防止標語 「情熱と 知恵と科学で 守る山」
期間 5月20日(金)~6月30日(木)
☎農林振興課 ☎73-1208

危険箇所を知ろう

高千穂町防災マップは土砂災害警戒区域や避難所の情報を地図で見ることができます。
☎宮崎県立聴覚障害者センター ☎0985-38-8733 FAX29-2279 (土日・祝祭日を除く9:00~17:00)
☎役場福祉保険課 ☎73-1202 FAX73-1235 (土日・祝祭日を除く8:30~17:15)



令和4年度 高齢者肺炎球菌予防接種(定期)の対象者について

令和元年度から令和5年度までの5年間に、65歳から100歳までの5歳刻みで、過去に高齢者肺炎球菌の予防接種を受けたことのない方を対象に定期予防接種の費用の一部を助成します。対象者には、黄色のハガキにて通知をします。接種を希望される場合は、このハガキが定期接種対象者の証明になりますので、医療機関に必ずご提出ください。

対象となる方

Table with 4 columns: Age, Start Date, Age, End Date, 65歳, 昭和32年4月2日~昭和33年4月1日, 85歳, 昭和12年4月2日~昭和13年4月1日, 70歳, 昭和27年4月2日~昭和28年4月1日, 90歳, 昭和7年4月2日~昭和8年4月1日, 75歳, 昭和22年4月2日~昭和23年4月1日, 95歳, 昭和2年4月2日~昭和3年4月1日, 80歳, 昭和17年4月2日~昭和18年4月1日, 100歳, 大正11年4月2日~大正12年4月1日

対象とならない方

- ①過去に予防接種を行い、助成を受けた方は対象外となります(この場合、ハガキは送られません。)。
②ハガキが届いた方であっても、過去に任意で予防接種を受けた場合は対象外となります。
※詳細は公民館回覧などで広報をしていますので、ご確認ください。

助成金額 4000円 ※一部自己負担(4000円程度)があります。
助成期間 令和4年4月1日~令和5年3月31日
☎保健センターげんき荘 ☎73-1717





豆腐とチーズの卵焼き

【作り方】

- ① たまねぎ、にんじんは粗みじん切りにする。
チーズは0.5cm角に切る。
木綿豆腐は水けを切り、潰しておく。
- ② 油でたまねぎ、にんじんをよく炒める。
木綿豆腐を加え、さらに炒め合わせ冷ます。
- ③ ②の中に、卵とチーズを加える。
- ④ フライパンで焼く。



今年度も、旬を迎える野菜を使ったレシピを掲載していきます

鶏卵には、ひよこが成長するために必要な成分がすべて含まれており、「完全食品」とも言われています。しかし、ビタミンCと食物繊維を含んでいないため、他の食材と一緒に摂る必要があります。

一つ一つの食材に含まれている栄養素は違うので、毎日様々な食材を摂れると良いですね。

材料(4人分)

- 卵 2個
- 木綿豆腐 120g
- スライスチーズ 2枚
- たまねぎ 60g
- にんじん 60g
- 油 小さじ1
- トマトケチャップ 適量

1人あたり

エネルギー	炭水化物	たんぱく質	脂質	糖質	塩分
97kcal	4.7g	5.5g	6.1g	3.4g	0.4g

お問い合わせ 保健センターげんき荘 ☎0982(73)1717

命を守る 住宅用火災警報器

設置してありますか？点検してありますか？

10年経ったら交換を！

宮崎県内すべての住宅に住宅用火災警報器が義務付けられた平成23年6月1日から令和4年6月1日で**11年**を迎えました。

※住宅用火災警報器は古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を検知しなくなることがありますので、機器本体を取り替えましょう。



■設置する場所 (例)

設置が必要な場所は、寝室・階段等です。

※階段は寝室が2階以上にある場合に必要です。



■点検方法

ひもを引っ張ったり、ボタンを長押しすると、音声などで正常に作動するかどうかを知らせてくれます。



九州一斉 住宅用火災警報器普及啓発キャンペーン実施中！