



広報たかはる

7

令和2年 No.711
2020 Jul.

ソーシャルディスタンス（社会的距離）
（2m、最低1m）の確保に努めましょう！

目次

- P2 まちのわだい
- P3 役場の仕事・事業・政策
- P4 オレンジカフェに行ってみよう!
- P6 いきいき百歳体操
- P8 こくほのコミミ拡大版
- P11 ほほえみ館通信
- P12 町長コラム
- P13 防災関連連載
- P14 マイナンバー通信
- P15 お知らせ
- P18 読書の旅人
- P19 行事予定

**PUBLIC RELATIONS MAGAZINE
FROM
TAKAHARU TOWN**

写真：あじさいと高千穂峰





topic①

「JR吉都線応援大使」田代剛さん来町！



5月21日、JR吉都線応援大使の田代剛さんが来町され、今後のJR吉都線の利用促進への取組や、他自治体との連携について町長と話をされました。利用者減少などの厳しい状況の中ですが、高原町では地域住民の移動手段としてはもちろん、観光面での利用ができるよう、様々なアイデアを出しながら利用促進の取組を行います。



topic②

鹿児島地区あじさい下草刈り実施！



5月24日、鹿児島地区で約60名の区民が参加し、景観美化とあじさいがより一層綺麗に見えるようにと区民一丸となってあじさい下草刈りが行われました。鹿児島地区の花いっぱい運動の一環として、平成28年度から植栽した2千本のあじさいが、毎年6月になると県道や町道の沿道を彩り、道行く人を楽しませていますが、今年も、綺麗に咲いています。

※裏表紙にあじさい写真あり



topic③

高原中学校の生徒が作ったマスクを寄贈！



5月25日、高原中学校の生徒が来庁し、学校や自宅で丹精込めて作成したマスク72枚を高原町へ寄贈しました。高原中学校生徒会が呼びかけ、約10名の生徒が参加しインターネットで型紙を印刷し作成。マスクは、本町から児童養護施設に寄贈され、子ども達や施設の方々の新型コロナウイルス感染症予防対策に活用されます。



topic④

高原町役場退職者の皆さまからの寄附贈呈！



5月28日、高原町役場退職者の皆さまから、新型コロナウイルス感染症により高原町内でも様々な影響が出ていることから、ぜひ役立ててほしいとの申し出があり、多くの方からいただいた55万2千円の寄附の贈呈がありました。寄附の使い道については、状況をみながら決定していくことにしております。善意の御寄附、誠にありがとうございました。



役場の各課がどのような仕事をしているのかよく分からないという方が多くいらっしゃると思います。そこで、課ごとにどのような仕事に現在取り組んでいるのかや今後取り組む予定の主な政策等についてご紹介していこうと思います。



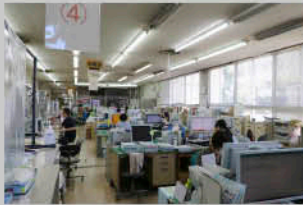
～第3回～

町民福祉課の仕事、事業及び政策について

○町民福祉課とは？

町民福祉課は、町民に関する様々な業務を行う課で、各種証明書発行から福祉に関する手続まで幅広く扱います。

町民福祉課は、住民係、福祉係、保険係、環境保全係の4つの係で構成されています。



○主な仕事は？

- ①戸籍、住民基本台帳、外国人登録及び印鑑登録事務に関すること。
- ②社会福祉に関すること。
- ③国民年金に関すること。
- ④国民健康保険に関すること。
- ⑤後期高齢者医療保険に関すること。
- ⑥環境保全及び公害に関すること。

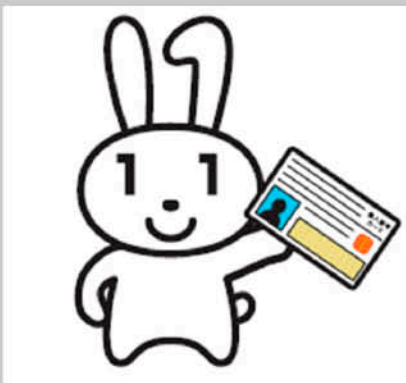
今進めている一押しの政策はズバリこれ！！

マイナンバーカードの取得推進について

高原町では、令和2年5月31日時点で1,139の方がマイナンバーカードを取得しています。マイナンバーカードは、公的な身分証明書だけでなく、コンビニでの各種証明書発行(※1)などに利用できる場合もあります。

また、令和3年3月からは保険証として利用できる(事前登録が必要)予定で、令和4年度中には概ねすべての医療機関での診療時に使用できることになり、さらに便利になります。

マイナンバーカードの申請(※2)は、スマートフォンやパソコンを利用したオンライン申請が便利ですが、町民福祉課住民係では取得の推進を図るため、申請に必要な写真撮影やパソコンでの申請サポートを無料で行っていますのでぜひ御利用ください。



※1 高原町ではコンビニ交付サービスは実施していませんが、コンビニ交付サービスを実施している市区町村に本籍がある方は、事前登録を行えばコンビニで戸籍抄本等の取得が可能です。サービス内容は、市区町村によって異なりますので事前に御確認ください。

※2 役場での申請には、身分証明書(運転免許証、健康保険証、通帳等)と印鑑が必要です。

高原町役場ではこんな仕事、事業、政策を行っています！！



「オレンジカフェ」に行ってみよう！



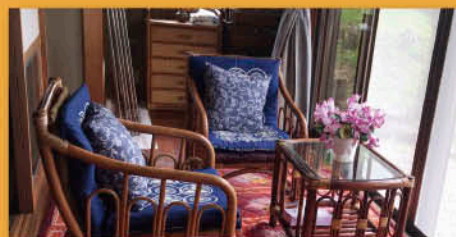
もしかしたら「認知症」かもしれない・・・
家族はどこに相談したらいいの？
利用できるサービスはあるの？
どのように接すれば良いか分からない・・・
不安になったら、
そうだ！！
「オレンジカフェ」に行ってみよう！！

オレンジカフェとは、認知症や介護の相談など気兼ねなく相談することができる場所です。お茶を飲みながらリラックスして相談できます。高原町では、現在2か所設置されていますので、今回はその2か所を紹介します。

①オレンジカフェたかはい 上麓

【紹介】

平成31年1月から始めました！高原町で一番最初のオレンジカフェです。代表の今西早苗さんを含めスタッフ3名でカフェを運営しています。経験豊富なスタッフなので、参加者の方も安心して過ごされています。焼肉会、クリスマス会などの催し物もしました！気兼ねなく話ができ、元気をもらえるパワースポットです！



個別相談スペースを設けています！
ゆっくり相談できますよ！



同じ立場の人たちなので何を話しても良いという安心感から不安なことを話し合うことができました。



開催日 毎月第4火曜日 10時～12時
参加費 1人100円
場所 霧島団地前の個人宅です
(地図を参照ください)

※開催日は目印として、のぼり旗を置いています。



② オレンジカフェたかはい さの

【紹介】

令和2年1月から始めました！

倉住美香代さん（写真左）と日高久子さん（写真右）の2名で運営しています。高齢者福祉で長年培ってきた経験を活かし参加者の相談を聞いています。参加者の方からは笑顔も見られストレスを発散しているようです。みなさんとの出会いを楽しみにしています！



いつも万全に準備を整えて、お待ちしております！



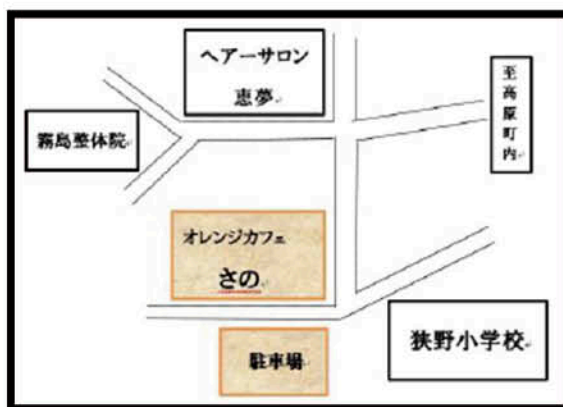
開催日 毎月第3水曜日 14時～16時

参加費 1人100円

場所 南狭野地区

（地図を参照ください）

※開催日は目印として、のぼり旗を置いてます。

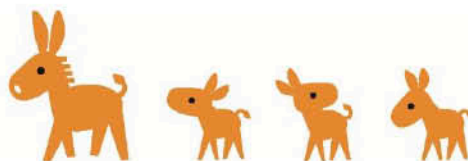


事前連絡の必要はありません。気軽にお立ち寄りください。ほほえみ館にオレンジカフェのチラシも置いてあります。

また、オレンジカフェの運営者も募集中！月に1回以上の開催でOKです！

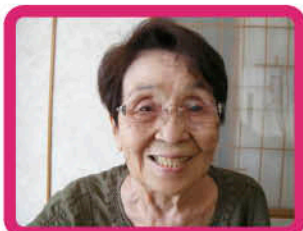
空いた時間と場所を使ってボランティアをしたいと思っている方のお問い合わせをお待ちしております！

※お問い合わせは、高齢者あんしん係（☎42-2581）までご連絡ください。



いきいき百歳体操 参加者の声！

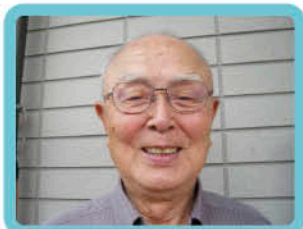
平成 28 年度から始まった“いきいき百歳体操”ですが、増えたり減ったりしながらも、令和 2 年 6 月末現在町内で 27 グループが活動しています。体操をきっかけにご近所同士の交流が生まれ、単なる体操の場というだけでなく、憩いの場、交流の場へと広がってきています。しかし、今回は新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言等による活動自粛という思わぬハプニングに見舞われました。6 月に入って、各グループともに順次再開しはじめたところです。そこで、年度当初に各グループを回った際に聞かれた“参加者の声”をご紹介します！



柳 和子さん (87 歳)

平成 30 年 8 月に転倒し、右大腿骨を骨折してしまい手術しました。退院直後から、週に 1 回のリハビリや百歳体操を自宅ですっと続けており、要介護 1 だった介護度が、今年の 4 月には要支援 1 に改善しました！

【北狭野区下新地馬場グループ】



坂口 治利さん (87 歳)

百歳体操がある日は、ふるさと館の玄関前に木製の立札を立てて皆さんにわかるように案内しています。男性の参加者も多いですよ。体力作りだけでなく、交流の場にもなっているので、楽しみになっており、今後も続けていきたいです！

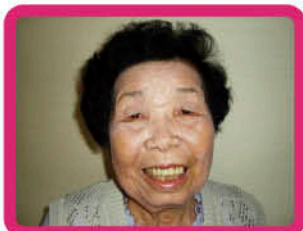
【北狭野茶飲み場グループ】



西元 マサエさん (92 歳)

このグループで最高齢の 92 歳です。ひとり暮らしなので、百歳体操に参加することが楽しみです。体操をする前は、足腰が痛くて思うように歩けなかったけど体操をするようになってから調子が良くなってきました。野菜も畑で作っていますよ！

【西広原茶飲み場グループ】



樋渡 ケサヨさん (90 歳)

2 年前に夫を亡くし一人暮らしになり不安だらけでしたが、毎週の百歳体操への参加が楽しみになっています。“かみかみ百歳体操”の効果が出ているのか、食事の際にむせていたのがなくなりました。私は、西元マサエさんを目標に頑張っています。

【西広原茶飲み場グループ】



四位 未男さん (80 歳)

新しい公民館が完成して、毎回楽しみに参加しています。百歳体操は、筋力低下を予防し体力がついているのを実感しています。9 月の敬老会では、皆さんの前で披露できればいいと考えています。

【並木区グループ】

現在活動中のグループは、下表のとおりです。お近くのグループをチョットのぞいてみませんか？

	グループ名	場 所	区	曜 日	開始時間	おおよその参加人数
①	上麓区団地前 1	西村さん宅	上 麓	水	午後1時半	7
②	北狭野区下新地馬場	柳さん宅	北狭野	水	午前10時	6
③	祓川茶飲み場	神楽殿	祓 川	水	午後1時半	11
④	上広原茶飲み場	多目的活動施設	上広原	火	午前9時	19
⑤	北狭野茶飲み場	神武ふるさと館	北狭野	水	午前10時	22
⑥	上後川内サロン	上後川内公民館	上後川内	火	午前10時	22
⑦	鹿児島山茶飲み場	農業構造改善センター	鹿児島	木	午前9時	19
⑧	南狭野茶飲み場	活性化センター	南狭野	木	午前9時	22
⑨	下広原区温谷	今井さん宅	下広原	木	午前9時	5
⑩	出口区横折 1	花牟禮さん宅の庭	出 口	月	午後1時半	10
⑪	出口区横折 2	前田さん宅	出 口	金	午後1時半	3
⑫	出口区村中	大迫さん宅	出 口	水	午前9時	6
⑬	下広原茶飲み場	構造改善センター	下広原	金	午前10時	23
⑭	西広原茶飲み場	入佐睦子さん宅	西広原	月	午前10時	15
⑮	上麓区団地前 2	入佐典子さん宅	上 麓	火	午後1時半	12
⑯	常盤台茶飲み場	村上さん宅	常盤台	木	午前10時	3
⑰	中央茶飲み場	旧森林組合事務所	下 麓	金	午後1時	10
⑱	上麓区上町	末永さん宅	上 麓	月	午前10時半	10
⑲	小塚区茶飲み場	活性化センター	小 塚	火	午前9時半	15
⑳	並木区	並木公民館	並 木	水	午前10時	20
㉑	蒲牟田区新地橋	外村さん宅	蒲牟田	月	午前10時	6
㉒	ミューズの空	グループホーム ミューズの空	湯之元	水	午後2時	7
㉓	上麓区二葉	高山さん宅	上 麓	水	午後1時半	6
㉔	夢の村グループホーム	夢の村グループホーム2号館	下広原	火	午後1時半	7
㉕	鹿児島山区変電所	濱崎さん宅	鹿児島	日	午後2時	3
㉖	祓川区後原	有馬さん宅	祓 川	水	午前10時	4
㉗	出口区下出口	小久保さん宅	出 口	月	午前10時	8

個人宅の場所など詳細をお知りになりたい方は、高齢者あんしん係（☎42-2581）までお問い合わせください。

こくほのコミミ 拡大版

★税率及び均等・平等割額の改定について

【令和2年度の国民健康保険税率と均等・平等割額】

区 分	計算の基礎		医療分 ※加入者全員	後期高齢者 支援金分 ※加入者全員	介護納付金分 ※40～64歳の 加入者
(1) 所得割	所得割基準（元年中の所得）		8.65%	3.39%	2.27%
(2) 均等割	加入者1人あたり		30,977円	11,251円	11,073円
(3) 平等割	1世帯あたり	通常世帯	22,395円	8,134円	5,661円
		特定世帯	11,197円	4,067円	
		特定継続世帯	16,796円	6,100円	
課税限度額	最高限度額	990,000円	630,000円	190,000円	170,000円

【特定（継続）世帯と軽減】

- 同一世帯の国保加入者が、年齢により後期高齢者医療制度に移行したため、国保の加入者が1人になってしまった世帯を「特定世帯」と呼びます。
- 特定世帯になってから5年経過しても、引き続き後期高齢者と国保に分かれている世帯のことを、「特定継続世帯」と呼びます。
- 特定世帯及び特定継続世帯に該当する場合、平等割がそれぞれ軽減されます。
（特定世帯：通常世帯平等割額×1/2、特定継続世帯：通常世帯平等割額×1/4）
- ※「特定世帯」に対する軽減は、2人以上の世帯には適用されません。

【保険税額の軽減】

- ※所得が一定金額に満たない世帯は、上記の均等割と平等割が軽減されます。
条件は、世帯主及び国民健康保険加入者の合計所得により変わります。

世帯所得の条件	軽減割合	軽減後の税額		医療分	後期高齢者 支援金分	介護納付金分
合計所得 33万円以下	7割	均等割（1人）		9,293円	3,375円	3,321円
		平等割	通常世帯	6,718円	2,440円	1,698円
			特定世帯	3,359円	1,220円	
			特定継続世帯	5,038円	1,830円	
33万円に1人あたり 28.5万円を加算した 額以下	5割	均等割（1人）		15,488円	5,625円	5,536円
		平等割	通常世帯	11,197円	4,067円	2,830円
			特定世帯	5,598円	2,033円	
			特定継続世帯	8,398円	3,050円	
33万円に1人あたり 52万円を加算した額 以下	2割	均等割（1人）		24,781円	9,000円	8,858円
		平等割	通常世帯	17,916円	6,507円	4,528円
			特定世帯	8,957円	3,253円	
			特定継続世帯	13,436円	4,880円	

★被用者保険に関する応益割軽減措置について

【被用者保険とは？】

- 「被用者保険」とは企業や個人事業主などに雇用された「従業員(=被用者・被保険者)」の方が加入する保険のことで、「職域保険」とも言います。

【資格喪失と取得】

- 被用者が75歳に到達すると後期高齢者医療制度に自動的に加入するため、被用者保険の資格を喪失します。これに伴い、被用者と一緒に被用者保険に加入していた「被扶養者」も被用者保険資格を失い、自動的に国保か後期高齢者保険に加入します。

【軽減措置の条件】

- 以下全てに該当する場合、応益割軽減を受けることができます。
 - ・国保の資格を取得した時点で、年齢が「65歳以上」であったこと。
 - ・国保資格取得前日まで被用者保険の「被扶養者」であったこと。
 - ・扶養関係にある「被用者」が後期高齢者医療保険に加入したこと。

【軽減措置の内容】

- 所得割は発生しません。
- 応益割が、加入から2年を経過する月までの期間が5割軽減されます。
- ※所得の状況により応益割の軽減割合が変化することがあります。
- また、窓口での申請が必要となります。

★年金からの特別徴収について

【特別徴収とは？】

- 以下全ての条件に当てはまる場合、これまで「納付書による納付」(=普通徴収)であったのが、「世帯主の年金から差し引かれての納付」(=特別徴収)に自動的に移行します。

- ・世帯主が国保に加入
- ・世帯主と国保に加入している人全員が65歳～74歳
- ・世帯主の介護保険料と国保税の合計が「年金額×1/2」より少ない
- ・世帯主の対象年金の受給額が18万円以上

【特別徴収にならない場合】

- 年度途中で65歳になった場合
- 年度途中で高原町に転入した場合
→その年度は「普通徴収」となり、翌年度から「特別徴収」となります。

【特別徴収から口座振替への変更】

- 「特別徴収」から口座振替への変更は可能です。
- 希望される方は、通帳と通帳印を持参の上、窓口にて申請をしてください。
- 「特別徴収」になる前の申請も可能です。
- 「特別徴収」の中止手続きには3ヶ月程度かかりますので、希望される方は早めに申請してください。

★後期高齢者医療保険料（均等割）の見直し

【均等割額の軽減割合の見直し】

所得が次の金額以下の世帯	令和2年度	令和3年度以降
33万円（かつ被保険者全員が所得0円） ※年金収入のみの場合、受給額80万円以下	7割軽減	7割軽減
33万円	7.75割軽減	7割軽減

【均等割軽減のうち2割・5割軽減にかかる所得判定基準の見直し】

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円 + (28.5万円 × 世帯の被保険者数)	5割軽減
33万円 + (52万円 × 世帯の被保険者数)	2割軽減

★保険証(国保・後期)について

【国保の保険証(1年証の場合)】

- 今お持ちの保険証の期限は「令和2年7月31日」です。
- 新しい保険証については、7月下旬頃に郵送しますので、古い保険証は裁断するなど廃棄してください。

【後期高齢者保険の保険証(1年証の場合)】

- 国保の保険証と同じく「令和2年7月31日」期限となっています。
- 新しい保険証については、宮崎県後期高齢者医療広域連合から郵送されます。

【被用者保険等に参加した場合】

- 勤務先で被用者保険に参加した場合、「国保資格喪失届」が必要となります。勤務先から支給された保険証と印鑑を持参して手続きしてください。

【退職等で被用者保険から離脱した場合】

- 被用者保険から離脱した場合、「国保資格取得届」が必要となります。
- 届け出に際し、勤務先より「資格喪失証明書」を提出していただく必要があります。（書類の様式は勤務先もしくは保険係にあります）

【保険証切替時の注意】

- 国保から被用者保険へ、もしくは被用者保険から国保への切替途中で病院で保険証を使用する際、まずは「(通院時点で)どの保険に加入しているのか？」を確認してください。

例) 4月1日付で国保から被用者保険に切り替わったが、勤務先から保険証が来てなかったため、4月5日に以前持っていた国保の保険証で治療を受けた。

→治療を受けた時点は「被用者保険」に加入してしましますが、加入していない「国保」の保険証を利用した場合、後日、治療に際し町が負担した分を返還していただく必要が生じます(その後、町に返還した金額を被用者保険に対し請求)。

～年に1回、特定検診を受診しましょう！～



ほほえみ館通信

新型コロナウイルス感染症等に負けない！上手な食事と水分の取り方



新型コロナウイルス感染症は、今だ世界中で猛威を振るっています。不規則な生活や免疫力低下は感染症にかかりやすくなる可能性があります。今回は、上手な食事と水分の取り方を紹介していきます。

①規則正しい生活・食事を心がけよう！

学校の休校や、外出の自粛など普段通りの生活ができなかった人も多いと思います。生活のリズムが変わり、食事時間やおやつの時間が乱れてくると規則正しい生活も難しくなります。朝起きる時間を決め、朝食をしっかり取りましょう。それだけでも一日のリズムが整ってきます。



②免疫力を高めよう



免疫力は加齢や過剰なストレス、睡眠不足、アルコールの多量摂取などにより低下しやすいとされています。心当たりのある方は気を付けましょう。

免疫力を左右する腸内環境を整えることも大切です。納豆やヨーグルトなどの発酵食品以外にも野菜や果物、海藻類、大豆類などに含まれる食物繊維やお茶やりんごなどに含まれるポリフェノール、不飽和脂肪酸を多く含む青魚やごま油などどれも免疫力に関係のある大切な食べ物です。

③不足しやすい栄養素～ビタミンD～

家の中で過ごすことが増え、外に出ない日が続くと食欲が落ち食事が減ったり、なかなか買い物に行けず食べるものが偏ったり…そんな時に不足しやすい栄養素があります。ビタミンDです。ビタミンDは、骨や歯の形成に深くかかわるビタミンです。魚介類（かじき、鮭、いわし、さんまなど）や乾燥きくらげ、天日干しの椎茸、卵などに多く含まれます。



また、ビタミンDは日光に当たることで皮膚でも合成されます。天気の良い日は庭に出て短時間でも無理のない運動をすることで、ビタミンDが作られ、骨や歯を強くし骨粗鬆症を予防することができます。

④マスクによる熱中症に注意！

今年は新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクを着けての夏を迎えることとなります。マスクで覆われた部分の温度や湿度が下がらなかつたり、マスクを外すのがめんどろで水分補給の回数が減ったりすることが考えられ、例年以上に熱中症に注意が必要となります。必要な水分量は年齢や体重などで変わりますが、少なくとも食事以外で1リットルの水分を取るよう心がけましょう。



また、高齢者は汗をかきにくく暑さやのどの渇きを感じにくい傾向がありますので、こまめに水分補給をする、エアコンや扇風機を利用し涼しい室内で過ごす、外では帽子や日傘を使うなど工夫しましょう。

【お問い合わせ先】ほほえみ館健康づくり推進係 ☎42-4820

町長コラム

いっぺこいっぺ高原

新しい会食の形



6月25日に令和2年度の白寿・米寿・喜寿のお祝いが高原町内の温泉施設で行なわれました。高原町では白寿・米寿・喜寿の人生の節目を迎えられた皆さんをお招きし、長寿を祝い、これまでのご苦労に感謝する機会として毎年開催しています。今回も久しぶりの再会を喜ぶ声が会場のおちこちで聞こえ、これまでのお祝いと変わらない同窓会のような雰囲気となりました。

宮崎県では、「新しい生活様式」を踏まえ独自に次のような会食時の留意点を示しています。

『会食時のエチケット五箇条(利用者編)』
 県民の皆様が飲食店等で会食される際の留意点

- 第一条 手洗いの徹底
- 第二条 会話は小声
- 第三条 マスクの取扱に注意
- 第四条 身体的距離の確保
- 第五条 共有を避ける(お酌・お猪口・グラスの回し飲み、大皿を避ける)

しかし、今回のお祝いがこれまでと大きく変わっていることがあります。それは、新しい生活様式を取り入れながら新型コロナウイルスの感染防止対策を講じながらの開催となったことです。緊急事態宣言が全面解除され、私たちの日常生活は平常に戻りつつあります。そこで国が示した新しい生活

様式は、これから私たちがコロナウィルスと付き合いながら社会経済活動を継続していくための指針となります。

備を入念に行い、会場となった施設にもテーブルの配置などに協力していただきました。出席者の皆さんにはマスク着用、手指の消毒の外に「会食時のエチケット五箇条(利用者編)」への協力もお願いし、これまでになかったまったく新しい形の会食となりました。出席された皆さんにとっては、席を立ってお酌をしたり、顔を突き合わせて話をしたりすることもできず戸惑いもあったことと思いますし、物足りなさがあったかも知れませんが、それでも皆さんには快く協力していただき感染防止に対する意識の高さを感じることができました。町が主催する行事をこれから随時開催していくことになりましたが、今回の経験を生かしていければと考えています。

私たちの周りでは、ソーシャルディスタンスを守り、密を避けながらの日常が定着していくことになると思いますが、お互いの心と心はこれからも距離をあげず密のままでもいいですね。

さかほこ高原俳句会

七月号



高原

夏の入り見えず匂わず新コロナ

村原 澄子

挽ぎたての胡瓜かじりし日の遙か

横田 修

万緑や青葉茂れる鳥の鳴く

岩崎 富美子

子らの夏赤い帽子の通ひみち

桑原 リツ

青田波風の行方を夫が追う

小村 明子

子の子にも越されし背丈夏暖簾

坂元 孝徳

初生りの胡瓜程よき曲りかな

佐土原 武幸

有難し意味しみじみと夏学舎

中園 直子

万緑へマスク外して深呼吸

入佐 典子

～防災関連連載 第12回～
「防災士の育成について」

防災士とは、防災に係る意識啓発や向上を図ることを目的として活動する日本防災士機構が認定する資格です。また、有事の際には地域防災活動のリーダーとして、知識や経験を活かした防災・減災活動も求められます。

今年度も宮崎県が主催する事業として、防災士養成研修会が実施されます。

基礎コースの受講や救命講習等を受講し、資格取得試験を受験して資格取得となりますが、基礎コースの受講料については宮崎県が負担するため無料となっています。別途受験料(3,000円)と登録料(5,000円)が必要となりますが、防災に関する知識の取得や資格取得の一環として是非ご検討ください。

近隣の基礎コース会場を掲載します。その他

の日程もございますので、詳しくは総務課危機管理係までお問い合わせください。

県央県西地区研修会場一覧

○宮崎市

7月11日(土)宮崎公立大学地域研究センター

8月19日(水)宮崎公立大学地域研究センター

○都城市

7月12日(日) 都城市中央公民館

8月20日(木) 都城市中央公民館

○えびの市

8月23日(日) えびの市文化センター

○国富町

8月1日(土) 国富町役場2階第1会議室

「高原町メールサービス」では、防災関連情報をメール配信しています。町民の皆様の登録をお願いします。

URL:t-takaharu@sg-p.jp(空メールをお送りください。)

右に掲載しているQRコードをスマートフォン等で読み取る事で、登録することができます。



●お問い合わせ先 総務課危機管理係 ☎42-2112

～令和2年度高原町消防団退団者・入団者紹介～

新型コロナウイルス感染症の影響で、令和2年度の高原町消防団入退団式が中止となりました。例年であれば、まちのわだいなどで入退団式の様子を御紹介しておりましたが、本年度は退団者と入団者の名前のみ御紹介いたします。

退団者

所 属	最高階級	氏 名	在団年数
消防団	副団長	中村 修身	47年1月
第2部	副部長	織田 泰生	10年1月
第3部	班 長	原田 誠也	9年1月
第4部	部 長	前田 潤一	16年1月
第4部	班 長	西田 泰輔	5年1月
第5部	部 長	横田 秀二	20年1月
第6部	部 長	田上 司	13年1月

入団者

所 属	階 級	氏 名
本 部	団 員	岩元 礼子
本 部	団 員	末山 香織
第1部	団 員	東 和秀
第4部	団 員	中別府 寛幸
第4部	団 員	岩下 優
第5部	団 員	奥 琢人
第6部	団 員	志々目 成

～マイナンバーカードに関するQ&A～

Q1：マイナンバーカードに申請期限はありますか？

A1：申請期限は設けておりません。

Q2：マイナンバーカードの申請を行う交付申請書を紛失しました。どうすればよいでしょうか？

A2：役場の窓口で新しく発行された交付申請書、又は「手書き交付申請書」を使用して申請してください。

Q3：マイナンバーカードの交付申請に手数料はかかりますか？

A3：当面は無料です。ただし、紛失等による再発行の際は原則として交付手数料が必要となります。

Q4：子供でもマイナンバーカードの受け取りはできますか？

A4：マイナンバーカードは、原則としてご本人へのお渡しになりますが、15歳未満の方や成年被後見人の方は、法定代理人が同行してください。

Q5：マイナンバーカードを申請し、受け取る前に転出した場合、どのようにマイナンバーカードを受け取れますか？

A5：マイナンバーカード申請中に転出された場合、マイナンバーカードはお受け取りできません。そのため、転入後の市区町村窓口において、マイナンバーカードの再申請についてご相談を頂きますようお願いいたします。

Q6：マイナンバーカードを使用して、コンビニで住民票等を取得することができますか？

A6：高原町では、コンビニ交付サービスを提供していないため、取得はできません。

Q7：マイナンバーカードの更新や電子証明書の更新の際に顔写真は必要ですか？

A7：電子証明書の更新であれば顔写真は必要ありません。ただし、マイナンバーカードの更新であれば顔写真は必要になります。

Q8：電子証明書等の暗証番号を忘れた又はロックされた場合、再設定は可能ですか？

A8：再設定は可能です。役場窓口にお越しください。

●お問い合わせ先【8：30～17：15（土・日・祝日は除く）】

★マイナンバーカード等に関するお問い合わせ★ 町民福祉課住民係 ☎ 42-1067

★マイナンバー制度に関するお問い合わせ★ 総合政策課地域政策係 ☎ 42-2115

九州管内の「日本で最も美しい村」連合加盟町村のわだいをご紹介！！

Topics of the most beautiful villages in Japan

福岡県 ^{とうほうむら} 東峰村 ～自然ゆたかな村～

東峰村は人口2,055人の村で、福岡県東部にあり大分県日田市と接しています。平成17年に旧小石原村と旧宝珠山村が日本で一番小さな合併をして生まれた村です。

四方を山に囲まれ、豊かな清流と緑を有し、春には、シャクナゲ、ゲンカイツツジなどの花々が咲き誇り、初夏にはホタルが飛び交う自然溢れる美しい村です。

また、伝統工芸品「小石原焼」、黒田藩の御用窯であった「高取焼」をはじめ、国指定重要文化財「岩屋神社」、日本棚田百選「竹地区の棚田」、樹齢600年ともいわれる「行者杉」など伝統文化や自然豊かな美しい村です。

棚田の広がる竹地区に、築130年の古民家をリノベ-



古民家ヴィラ「あんたげ」



里山カフェ「棚田屋」

ションした宿泊施設“古民家ヴィラ「あんたげ」、地域の食材を提供する“里山カフェ「棚田屋」が2020年7月にオープンします。また、昨年リニューアルした“岩屋キャンプ場”では、「棚田でキャンプ」などの楽しいイベントも開催されます。

お知らせ

◆たかはるよりどり 交流市開催!

久しぶりの開催です。みなさんぜひお越しください!
コロナに負けんぞ!

○日時 7月19日(日)

午前8時30分～午前11時00分

○場所 高原町中央商店街

☆出店者・出店企業募集中!

イベント会場としても活用できます。お気軽にお問い合わせください。

☆交流市の内容に関する情報はフェイスブック「たかはるよりどり交流市」をチェック!

●お問い合わせ先

たかはるよりどり交流市事務局

☎090-9601-1246

(事務局 北原携帯)

イベント紹介

- ★新茶(ティーパック)のふるまい
- ★ニジマス釣り
- ★わたがし作り体験
- ★セグウェイ試乗
- ※マスク着用をお願いします



◆ポロシャツ・前掛け 販売中!

高原町観光協会では、特製ポロシャツと特製前掛けの販売をしています。みなさんぜひお買い求めください。

●ポロシャツ

○価格 2,500円(税込)

(※注文販売になります。)

○サイズ

・120～150

・SS～5L

○色

・白、紺、黒、パープル、

グレー

○デザイン



▲左胸デザイン



▲左腕デザイン

●前掛け

○価格 2,500円(税込)

(在庫完売の場合は注文になります。)

○サイズ 47cm×75cm

○色 紺

○素材 綿

○デザイン



●販売・お問い合わせ先

高原町観光協会

☎42-4560



お知らせ

◆高原町特定不妊治療費助成事業について

高原町は、体外受精、顕微授精による特定不妊治療を受けたご夫婦に対して、治療費の助成を行っております。

○対象となる治療

体外受精、顕微授精（指定医療機関での治療に限る）

※男性不妊治療も対象とする。

○助成対象者

- ・宮崎県における助成金の給付決定を受けた人
- ・夫婦のいずれかまたは両方が申請日において1年以上前から高原町の住民基本台帳に登録されている人
- ・宮崎県における助成金以外に他市町村から助成金を受けていない人

○助成額

不妊治療に要した費用額（自己負担分）から、宮崎県特定不妊治療費助成金を控除した額。ただし、夫婦一組に対し、治療1回につき、上限額

10万円。ただし、男性不妊治療については、1回の治療につき上限額5万円。

※申請方法等詳細については、

左記までお問い合わせください。高原町ホームページへも掲載しております。

●お問い合わせ先

ほほえみ館健康づくり推進係
☎42-4820

E-mail

hohoemi@town.takaharu.lg.jp

◆調停委員による無料調停相談会開催について

○日時

令和2年7月19日（日）

午前10時00分～午後3時00分

○場所

都城市ウェルネス交流プラザ

※当日受付（予約は必要ありません。）

○内容

お金の貸し借り、借金問題、交通事故や土地建物のトラブル、遺産相続や夫婦間・親族間のもめごとなどについて、裁判所の調停手続きの利用に関するご相談に応じます。ただし、すでに訴訟、調停になっている事件の相談には応じられません。

●お問い合わせ先

都城地区調停協会

☎0986-23-4131

平日

午前8時30分～正午

午後1時00分～午後5時00分

※この電話番号は、宮崎地裁・

家裁都城支部庶務課に通じます。「無料調停相談会」に関する問い合わせである旨、お伝えください。

◆自筆証書遺言書保管制度のお知らせ

法務局で自筆証書遺言書を保管する制度が令和2年7月10日から開始されます。遺言書を法務局に届けることで、紛失や改ざんの防止、裁判所での検認が不要となるなどのメリットがあります。遺言書の保管申請等は事前予約制となっております。遺言書や保管申請書については、あらかじめ作成の上、遺言者本人が、遺言書保管所（法務局の本局及び支局）に提出する必要があります。

○手数料

1件につき 3,900円

※詳しくは、法務省ホームページ内「遺言書保管制度」のページをご覧ください。

ページをご覧ください。

※法務局では、遺言の内容についての御質問・御相談は、お受けできませんので、御注意ください。

●お問い合わせ先

宮崎地方法務局

☎0985-22-5124

宮崎地方法務局都城支局

☎0986-22-0490

◆九州電力送配電株式会社からのお知らせ

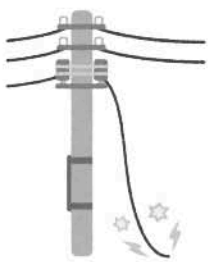
台風時の強風や飛来物、倒木などで電線が切断されている場合があります。切れた電線には電気が流れている可能性があります。触ると感電する恐れがあります。万が一、切れた電線を発見した場合は、決して近づかず、最寄りの九州電力送配電にご連絡ください。

●連絡先

九州電力送配電（株）

都城配電事業所

☎0120-986-963





募集

◆宮崎いのちの電話相談員養成講座受講生募集

いのちの電話は、24時間365日活動するボランティアの電話相談窓口です。あなたも活動に参加してみませんか。

○応募資格

- ・20歳以上で電話相談を担当できる心身の健康を有する方
- ・宮崎市内の事務所へ通える方

○応募方法

事務局へお電話いただければ資料を送付します。

○応募締切

令和3年1月15日(金)までに書類提出

○その他

一定期間の研修あり(受講料20,000円、交通費支給)

●お問い合わせ先

特定非営利活動法人
宮崎いのちの電話事務局
☎0985-33-9557
(月～金 9時～17時)



◆夏休み子ども火山スクール開催!参加者募集

火山や土石流が発生する仕組みを炭酸飲料やお菓子をを使って学習します。

○日時

8月8日(土)

午前9時30分～午後3時00分

○場所

ひなもり台県民ふれあいの森(小林市)

○募集人数

30人

○対象

小学4年生～中学3年生

○講師

井村隆介先生(鹿児島大学准教授)

○参加料

500円

○当日に持参するもの

昼食、飲み物、帽子、野外活動に適した服装、雨具、筆記用具

○申込期間

6月23日(火)

～7月22日(水)

○申込方法

電話、ファックス、Eメール

●申込先

霧島ジオパーク推進連絡協議会事務局

☎0995-64-0936

FAX

0995-64-0958

E-mail

Kiri-geopark@po.nct.ne.jp

◆宮崎県WEB企業説明会開催及び参加者募集について

新型コロナウイルス感染症対策により就職説明会が中止や延期となる中で、人材を求める県内企業と就職希望者の出会いの場としてWEB企業説明会を開催します。県内での就職を希望される方は、ぜひご参加ください。

○開催日時

令和2年7月25日(土)

～26日(日)

午前11時00分～午後5時30分

○対象者

県内での就職希望者(新卒・中途を問わず参加可能)

○参加企業

約50社(参加企業は、宮崎県庁ホームページで「宮崎県WEB企業説明会」と検索しご覧ください。)

○主な内容

起業PR、採用情報等をリアルタイム配信。参加者はチャットにより質問可能

○事前申込

専用ホームページを開設予定です。そちらからお申込みください。

○当日の参加方法

パソコンやスマートフォンから参加。申込者へ視聴用URLを送付。

○参加料

無料

○事前セミナー開始

7月18日(土)WEB説明会への不安を解消し、WEB面談などその後の就職活動を進める上で参考となる情報をお伝えします。

●お問い合わせ先

宮崎県雇用労働政策課

☎0985-26-7105

共通
中小企業の退職金
の制度が
サポートします。

中小企業退職金共済制度なら...
● 共済制度なら...
● 退職金の一部を...
● 税金は全額非課税...
● 手数料も不要です...
● 社外独立なので...
● パートタイムさんにも加入...
できます。


お気軽にお問い合わせください
(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部
〒170-8055 東京都豊島区東池袋1-24-1
TEL.(03)6907-1234 FAX.(03)5955-8211



教育総務課社会教育係
主事 末山 香織

読書の旅人

オススメ新着本①

 いのちをいただく
著/内田美智子 西日本新聞社



命を「解く」。食肉解体業に携わる人々が、牛や豚を殺す、という意味で実際に使われている言葉。これは、食肉センターに勤めて実際に命を解くことを仕事にされている、坂本さんのおはなし。いただきます、の言葉の深さに気づかされる一冊です。

オススメ新着本②

 流浪の月【2020年本屋大賞受賞作】
著/風良ゆう 東京創元社




更紗は子どもの頃、ロリコンの青年に誘拐され傷つけられ、悪質な幼女誘拐事件の被害者となった。というのが世間に知られた「事実」。もし、それが「真実」とかけ離れていたとしたら…。首をめくる手が止まらない、とても儚くて綺麗な一冊です。

●中央公民館図書室

開室時間 平日 8:30～17:15
休日 10:00～16:00
7月の閉室日 4日(土)はお休みです。
※来館される際は、マスク着用をお願いします。

●お問い合わせ先

教育総務課社会教育係 ☎42-1484

|| 寄付 ||  社会福祉協議会へ
5月受付分・敬称略

香典返し

【遺族】	【故人】	【地区名】
林 敏美	母 タエ	下麓
黒木 昌智	母 喜佐子	並木
田島 律子	夫 勝彦	並木

☆ありがとうございました。

|| 110番
だより ||



5月の交通事故発生状況

人身	2	年計	9
物損	10	年計	46

偽サイトに注意しよう！！

偽サイトにアクセスしてしまうと・・・

ログインIDやパスワード、クレジットカード番号などを入力してしまうと、それらの個人情報が第三者の手に渡り、悪用されて、身に覚えのない請求が来るフィッシング被害やパソコンがウイルスに感染し、パソコンの動作が遅くなる、知らないサイトに勝手につながる、個人情報が抜き取られる等の被害にあう可能性があります。

被害に遭わないために

偽サイトは、URLの末尾に「.tk」「.ml」などの海外で使用されるトップドメインが使われているケースが多いようです。

http://xxxxxx.tk

インターネットを使う際は、ドメインを確認し、不審な場合は、絶対にアクセスしてはいけません。また、ウイルス対策ソフトやOS等のソフトウェアを最新の状態にするなど、セキュリティ対策を徹底することが重要です。

●お問い合わせ先

小林警察署 ☎23-0110
宮崎県消費生活センター ☎0985-25-0999
(都城支所) ☎0986-24-0999

|| 119番
だより ||



5月の出動状況

火災	2	年計	8
救急	28	年計	130

|| 人口の動き ||

現住人口調査 令和2年6月1日現在

町の総人口		対前月比	対前年同月比
総人口	8,605人	-14	-120
男	4,089人	-7	-79
女	4,516人	-7	-41
世帯数	3,829世帯	-9	-20
転入	15	出生	1
転出	18	死亡	12



7月のカレンダー

神武の里

日	曜	内 容	場 所	時 間	担当課	日	曜	内 容	場 所	時 間	担当課
8	水	消費生活相談	高原町役場	10:00～15:00	総合政策課	21	火	3歳6か月児健診	ほほえみ館	13:00～13:30受付	ほほえみ館
		肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館			トレーニングコース	ほほえみ館	18:00～21:00	ほほえみ館
		子牛生産検査(2・3月生)	町内一円		農畜産振興課	子牛セリ市	西諸畜連		農畜産振興課		
		子牛予防注射(2・3月生)	町内一円		農畜産振興課	22	水	肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館
		農業用廃プラ・廃ビニール集積日	JA 出口集荷場	8:00～12:00	農畜産振興課			子牛セリ市	西諸畜連		農畜産振興課
廃プラリサイクルの日	各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課	農業用廃プラ・廃ビニール集積日	JA 出口集荷場	8:00～12:00	農畜産振興課				
9	木	トレーニングコース	ほほえみ館	18:00～21:00	ほほえみ館	廃プラリサイクルの日	各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課		
		成牛セリ市(妊娠牛・乳牛・和牛ET)			農畜産振興課	23	木	●海の日			
10	金	肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館	24	金	●スポーツの日			
		子牛生産検査(2・3月生)	町内一円		農畜産振興課	25	土	トレーニングコース	ほほえみ館	13:00～18:00	ほほえみ館
		子牛予防注射(2・3月生)	町内一円		農畜産振興課	26	日				
11	土	トレーニングコース	ほほえみ館	13:00～18:00	ほほえみ館	27	月	和牛登録検査	町内一円		農畜産振興課
12	日	リサイクル・有害・その他ごみの排出日	各地区リサイクル集積所	7:30～9:00	町民福祉課	28	火	母子健康手帳交付	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館
13	月	古紙リサイクルの収集日	もやせるごみ集積地区の各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課			トレーニングコース	ほほえみ館	18:00～21:00	ほほえみ館
		14	火	母子健康手帳交付	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館	オレンジカフェたかはい	霧島団地前	10:00～12:00	高齢者あんしん係
				乳児相談	ほほえみ館	13:00～13:30受付	ほほえみ館	29	水	肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館
子牛郡品評会	西諸畜連		農畜産振興課	成牛セリ市(妊娠牛)			農畜産振興課				
15	水	古紙リサイクルの収集日	もやせるごみ集積地区の各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課	廃プラリサイクルの日	各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課		
		肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館	30	木	トレーニングコース	ほほえみ館	18:00～21:00	ほほえみ館
		町民生活相談	ほほえみ館	9:00～12:00	社会福祉協議会	31	金	肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館
		オレンジカフェさの	南狭野区東前野	14:00～16:00	高齢者あんしん係	<h2>8月のカレンダー</h2>					
16	木	廃プラリサイクルの日	各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課	1	土	トレーニングコース	ほほえみ館	13:00～18:00	ほほえみ館
		人権相談	ほほえみ館	10:00～15:00	総合政策課	2	日	肺がんCT検診	ほほえみ館	9:00～	ほほえみ館
		トレーニングコース	ほほえみ館	18:00～21:00	ほほえみ館	3	月				
17	金	古紙リサイクルの収集日	もやせるごみ集積地区の各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課	4	火	トレーニングコース	ほほえみ館	18:00～21:00	ほほえみ館
		肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館	5	水	肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館
18	土	古紙リサイクルの収集日	もやせるごみ集積地区の各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課			町民生活相談	ほほえみ館	9:00～12:00	社会福祉協議会
		トレーニングコース	ほほえみ館	13:00～18:00	ほほえみ館	6	木	トレーニングコース	ほほえみ館	18:00～21:00	ほほえみ館
19	日					7	金	肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30～11:30	ほほえみ館
20	月	子牛セリ市	西諸畜連		農畜産振興課	今月は、固定資産税(2期)、国民健康保険税(2期)の納期です。					
		県内一斉消毒の日	町内一円		農畜産振興課						



高原町ホームページ
QRコード

編集後記

町内の多くの田んぼには稲の苗が植えられ、早くも秋の美りの時期が楽しみな今日この頃ですが、気温も湿度も高い日が続いており、夏バテ気味になっていらいっしやる方もおられるのではないのでしょうか。7月は、出来るだけ涼しくなることを願うばかりです。

6月は、『こうはらあじさい園』と『鹿児山地区のあじさい』の写真を数回とりに行きました。「高原町にはこんなにも素晴らしい場所がある」と再認識することになりました。

6月中に多くのメディアに『こうはらあじさい園』が取り上げられており、多くの方々の目に触れる機会がありました。すでに立派な観光地となっておりますが、来年以降はさらに盛り上がりを見せる場所になりそうな予感もします。

今号の裏表紙には2か所のあじさいを掲載しております。中々忙しくて見ることがなかなかできなかった方は、来年ぜひ見に行ってみてください。

山下浩樹

◎令和2年度宮崎県知事表彰、宮崎県自治会（区
会）連合会長表彰3名受賞！！

6月15日、新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、例年であれば宮崎市で開催される令和2年度宮崎県知事表彰及び宮崎県自治会（区会）連合会長表彰の表彰式が中止となったことを受けて、高原町役場にて受賞者への表彰の伝達が行われました。

この表彰は区長会や自治公民館活動等に長きにわたり御尽力いただいた永年勤続者へ贈られるもので、宮崎県知事表彰を境和彦様（並木区 区長歴16年）、宮崎県自治会（区会）連合会長表彰を森山孝一様（前小塚区 区長歴10年）、久保良廣様（前西広原区 区長歴10年）が受賞されました。誠にありがとうございます。



～こうはらあじさい園・鹿児島山地区あじさい写真～

こうはらあじさい園

高原清男さん、絹代さん夫妻が平成23年にあじさい園として開園しました。340種類2千7百株のあじさいが綺麗に咲き乱れることから、多くの観光客が県内外から見学に訪れます。その美しいあじさいに魅了され、リピーターになる方続出です。



鹿児島山地区あじさい

鹿児島山地区では、平成28年から地域住民により沿道に少しずつあじさいが植栽されました。ライトアップされる場所もあり、道行く人を楽しませる風物詩となっています。

※7月12日に剪定作業が行われます。挿し木用の枝を無料で差し上げますので、希望者は剪定作業当日にお越しください。

