

広報

たかはる

6

令和5年 No.746
2023.Jun



噴火による被害から霧島山の麓の暮らしを守る

霧島火山砂防事業

50周年



祓川遊砂地 第2砂防堰堤

砂防事業で土砂災害から

住民の生命・財産を守る

大淀川における直轄砂防事業は、昭和25年に大淀川支川「沖水川」の砂防事業に着手し、土砂流出を抑制する目的でえん堤工を優先し、下流の河床変動を見ながら床固工を実施しました。昭和48年に沖水川砂防事業が完了し、宮崎県へ移管しました。

その後、霧島山系の火山荒廃地域を土砂の生産源とする高崎川が著しい荒廃河川であることが判りました。高崎川へ流入する土砂が多く、流れ込む土砂による河川氾濫が生じる可能性があることから、地元及び県からも国による抜本的な砂防事業を望む声が強くなり、昭和48年に直轄砂防事業として着手しました。

平成23年には新燃岳が噴火し、大量の火山灰が高原町や都市方面に降り、火山灰による土石流発生の可能性が高まったため、従来の高崎川流域の蒲牟田川、湯之元川、丸谷川に加え、庄内川上流域の荒川内川、荒襲川等の新燃岳南東方面の溪流において、大雨で発生する土石流を対象とした砂防施設

霧島火山砂防事業 経緯

- 昭和25年 5月
 - 大淀川(沖水川)砂防出張所設置
- 昭和48年 12月
 - 霧島火山砂防事業着手
 - 大淀川水系高崎川流域にて事業着手
- 昭和49年 3月
 - 沖水川砂防事業完了(宮崎県へ移管)
- 昭和49年 11月
 - 大淀川(高崎川)砂防出張所開設
- 昭和53年 4月
 - 大淀川(高崎川)砂防出張所移転
(高原町大字西麓字大迫1847 - 1)
- 平成23年 1月
 - 新燃岳噴火・緊急対応開始
(庄内川上流域含む)
- 令和 5年
 - 霧島火山砂防事業50周年



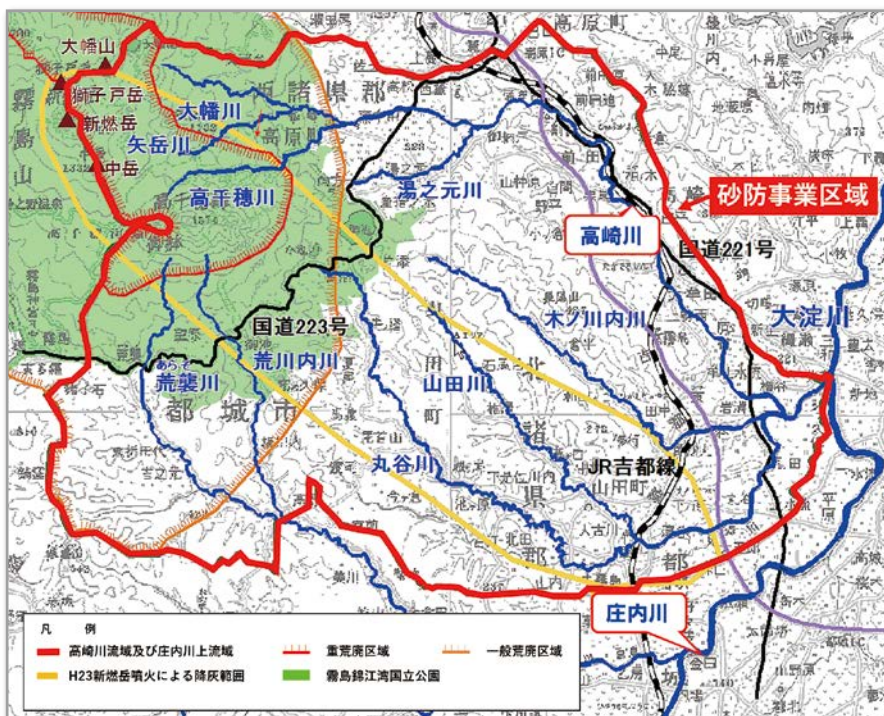
平成 5年 蒲牟田橋(町道)流出



平成 5年 土石流落下状況(矢岳川)



平成 23年 1月 26日 新燃岳噴火



の整備を現在には行っています。
 今後も引き続き、土砂災害被害から住民の生命・財産を守り、安全で安心して暮らせる地域づくりを目指し土砂災害対策を推進していきます。

砂防事業の取組

大淀川砂防出張所では、大淀川水系の支川高崎川流域及び庄内川上流域において、土砂災害被害の防災対策のため、次のような事業に取り組んでいます。

防災対策【ハード対策】

平成24年1月から恒久的対策施設の工事に着手し、令和5年3月末までに27基(新規22基+改良5基)の砂防施設が完成しました。



蒲牟田流木捕捉工(R1.8完成)



皇子川1第3砂防堰堤(R4.3完成)

広報活動

土砂災害について理解してもらうため、様々な機会を通じて「砂防」とは「土砂災害」とは、といったテーマで地域の方を対象に広報活動を行っています。

●出前講座

- ・国土交通省の事業紹介等
- ・砂防事業のビデオ上映、砂防ダムの模型実験など

●現地見学

- ・大淀川砂防出張所管内の現場見学
- ・施工工事現場にて見学、工事施工概要説明など



防災対策【ハード対策】

火砕流や土石流の発生を把握するため監視カメラやワイヤーセンサー等を溪流に設置しています。防災体制の強化のため、今後も監視システムの拡充を図ります。



防災・減災の取組

流域治水の推進

これからは流域のみんなで

流域治水とは、気候変動の影響による水災害の激甚化・頻発化等を踏まえ、堤防の整備、ダムの建設・再生などの対策をより一層加速するとともに、集水域（雨水が河川に流入する地域）から氾濫域（河川等の氾濫により浸水が想定される地域）にわたる流域に関わるあらゆる関係者が協働して水災害対策を行う考え方です。

治水計画を「気候変動による降雨量の増加などを考慮したもの」に見直し、集水域と河川区域のみならず、氾濫域も含めて一つの流域として捉え、地域の特性に応じ、氾濫をできるだけ防ぐ・減らす対策、被害対象を減少させるための対策、被害の軽減・早期復旧・復興のための対策をハード・ソフト一体で多層的に進めます。

防災・減災のために、流域治水の推進を皆さんで取り組みましょう。

①氾濫をできるだけ防ぐ・減らすための対策

雨水貯留機能の拡大

集水域

【県・町・企業・住民】 雨水貯留浸透施設の整備、ため池等の治水利用

流水の貯留

【国・県・町・利水者】 治水ダムの建設・再生、利水ダム等において貯留水を事前に放流し洪水調節に活用

【国・県・町】 土地利用と一体となった遊水機能の向上

持続可能な河道の流下能力の維持・向上

【国・県・町】 河床掘削、引堤、砂防堰堤、雨水排水施設等の整備

氾濫水を減らす

【国・県】 「粘り強い堤防」を目指した堤防強化等

河川区域

②被害対象を減少させるための対策

浸水範囲を減らす

【国・県・町】 二線堤の整備、自然堤防の保全

リスクの低いエリアへ誘導／住まい方の工夫

氾濫域

【県・町・企業・住民】 土地利用規制、誘導、移転促進、不動産取引時の水害リスク情報提供、金融による誘導の検討

③被害の軽減、早期復旧・復興のための対策

土地のリスク情報の充実

氾濫域

【国・県】 水害リスク情報の空白地帯解消、多段型水害リスク情報を発信

避難体制を強化する

【国・県・町】 長期予測の技術開発、リアルタイム浸水・決壊把握

経済被害の最小化

【企業・住民】 工場や建築物の浸水対策、BCPの策定

住まい方の工夫

【企業・住民】 不動産取引時の水害リスク情報提供、金融商品を通じた浸水対策の促進

被災自治体の支援体制充実

【国・企業】 官民連携によるTEC-FORCEの体制強化

氾濫水を早く排除する

【国・県・町】 排水門等の整備、排水強化



■大淀川水系流域治水プロジェクトにおける砂防関係施設や森林・治山対策の整備

大淀川流域では、大淀川水系流域治水プロジェクトとして水害に強い地域づくりに向けた防災・減災対策を計画しており、砂防関連施設の整備や森林の整備・保全・治山施設の整備も位置づけています。今後も関係機関と相互に連携を行い、流域の安全・安心に向けての対策の進捗を図ります。



流域治水プロジェクト
【国土交通省HP】



大淀川水系
流域治水プロジェクト

【お問い合わせ先】

宮崎河川国道事務所

流域治水課 ☎0985-24-8505

工務第二課 ☎0985-24-8470

毎年6月は

土砂災害防止月間です

梅雨や台風の時期を迎える前に、土砂災害の防止及び被害の軽減の重要性について認識し、理解を深めましょう！

安全で安心な地域を目指して

この度、出口区が地域の安全・安心活動推進モデル地区として指定を受けました。

これは、防犯協会が中心となり、警察署の支援を受けながら行政機関と連携して活動していくものです。地区全体の犯罪を抑止するとともに、地区住民の防犯意識を向上させて安全で安心な地域の確立及びその効果を他の地区に波及させることが期待されます。期間は令和5年4月1日から令和7年3月31日までの2年間です。



令和5年春の藍綬（らんじゅ）褒章受章

5月8日、宮崎県庁で令和5年春の叙勲・褒章・第40回危険業務従事者叙勲知事伝達式が行われ、本町から瀬戸山文男さん（下麓区）、前原正さん（並木区）の2名が藍綬褒章を受章されました。

瀬戸山さんは、消防団に46年間在籍し、現在は団長を務められており、前原さんは、消防団に45年間在籍し、現在は第1部の班長を務められています。お二人の長年の尽力と輝かしい功績が讃えられ、今回の受章となりました。

美味しいメロンとマンゴーを贈呈

5月10日、JAこばやしメロン部会長の中岡敏彦さんとJAこばやしマンゴー部会長の松田泰一さんが来庁され、町長へメロンとマンゴーの贈呈が行われました。

JAこばやしでは、メロンブランド『めろめろメロン』とマンゴーブランド『太陽のタマゴ』の栽培に力を入れており、今年も素晴らしい出来栄となりました。また、今年で「太陽のタマゴ」は25周年を迎えます。全国から高い評価を受けている西諸産のメロンとマンゴーをぜひご賞味ください。



高原駅開業110周年を祝う

5月11日、高原駅の開業110周年を記念しイベントが開催されました。

当日は約50人が参加し、ホームで手旗や横断幕を掲げ発車する列車を見送りました。その後、駅待合室でJR吉都線応援大使である大野勇太さんのミニライブが行われ、参加者は歌に合わせて手拍子や一緒に歌うなどして、高原駅の節目をお祝いしました。

スポーツを楽しみ親睦を深める

5月14日、第22回宮崎県障がい者スポーツ大会が県総合運動公園で開催されました。障がいのある人が、競技等を通じ、スポーツの楽しさを体験し、交流活動を通じ親睦を深めることを目的に陸上、水泳等の10競技が行われました。

本町からはフライングディスク競技に中嶋一郎さん(下後川内区)、高田洋行さん(下広原区)、齊藤森一郎さん(上広原区)の3名が出場され、真剣な表情で競技に向かい、自身のスローイングに一喜一憂されていました。



五穀豊穡を祈願

5月16日、狭野神社で稲作儀礼の春の祭り、御田植祭が行われました。

当日は晴天にも恵まれ、神事の後には大勢の関係者や参拝客が見守る中、400年以上に渡り伝承されている棒踊りと奴踊りが4年ぶりに奉納されました。狭野神社での奉納後は、狭野小学校や田の神など町内各所を巡り、五穀豊穡を願いながら舞われました。

森育で地域の魅力を掘り起こす

5月19日、皇子原公園にて森林環境教育サポーター研修が行われました。

これは、昨年度から皇子原公園で実施している森育事業の一環で、森育プログラムの開発に向け、老人クラブ連合会を中心に、高原町の「水」と「みどり」と「神話」に関する後世に残したい願いや魅力的な場所について話し合いました。

老人クラブの皆さんしか知らないような受け継ぐべき高原町の姿を再発見する場となりました。



高原町商工会通常総代会開催

5月24日、第63回高原町商工会通常総代会が高原町商工会館で開催され、永年勤続従業員と永年継続事業所への表彰が行われました。永年勤続従業員は、5年以上町内の事業所で勤務された方が対象で、永年継続事業所は、30年以上町内で事業を営まれている事業所が対象となります。

今回は、永年勤続従業員18名、永年継続事業所29事業所が表彰され、当日出席された従業員の方々と、事業所に原田商工会長と高妻町長からそれぞれ賞状と記念品が贈られました。

峰寿園



高原町養護老人ホーム峰寿園は、昭和46年に町立の施設として並木区に開設されました。平成21年度からは、町からの指定管理を受けて社会福祉法人興愛会（原田武寛理事長）が運営を行っています。

峰寿園は、一般の高齢者入所施設ですが、興愛会が指定管理を受けた当初より、特定入居者生活介護事業を導入しています。このことにより、入所者で要支援、要介護の比較的軽度の介護認定を受けている方は、施設との契約を結ぶことで介護保険サービスを受けて入所することができるようになっています。

入所者の方の日常生活中では、健康管理の下、食事、入浴、居室（一人部屋）支援等を個々の身体機能に合わせて支援を行い、余暇やレクリエーションを楽しみながら過ごされています。また、年間行事として、夏祭り、敬老会、クリスマス会等の楽しい季節の行事も行っています。

養護老人ホーム 定員 50 名

入所者自身の状態に合わせ、自立した日常生活が送れるように支援を行いながら、社会参加するために必要な指導及び訓練、その他の援助を行っています。

生活管理指導短期宿泊事業 定員 2 名

一人暮らしの高齢者の方が、様々な理由により自宅での生活ができない場合に、短期間宿泊をしながら、その間に必要な支援、指導を行い要介護状態への進行を予防します。

短期入所生活介護 定員 2 名

施設に短期間入所してもらい、食事、入浴、その他の日常生活上の支援や機能訓練を行うサービスです。また、利用者家族の病気、冠婚葬祭などで一時的に介護が困難な場合にも利用できます。

生活の流れ

8:00	朝食
8:20	バイタル測定
8:40	ラジオ体操
9:00	入浴（グループ毎） ①月・木 ②火・金
10:30	お茶
12:00	昼食
14:30	お茶、おやつ
15:00	歩行運動
17:00	夕食

年間行事

峰寿園では、季節に応じた楽しい行事が盛り沢山あります。



- 4月 花見
峰寿神社祭り
- 5月 県南ブロック養護老人ホーム
交流大会
- 6月 利用者定期健康診断
- 7月 七夕
夏祭り
- 8月 総合夜間避難訓練
- 9月 敬老会
秋彼岸法要
- 10月 県南ブロック養護老人ホーム
グラウンドゴルフ大会
- 11月 インフルエンザ 予防接種
利用者定期健康診断
- 12月 クリスマス会
- 1月 初詣
- 2月 節分
- 3月 ひな祭り
春彼岸法要

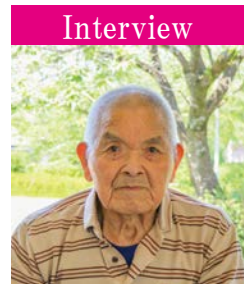


※この他、各月の誕生者に、施設全体で誕生祝を行っています。

また、週に3日程度はデイサービスも利用しており、デイサービス利用者との交流もできます。
園の行事はとても賑やかで、楽しみのひとつです。特に、この園は、春になると満開の桜が咲き誇るので、花見が一番の楽しみです。

峰寿園に入所したのは91歳の時で、今年で2年になります。普段は、園の中で他の入所者の方と話などをしながらゆっくり過ごしています。職員の皆さんが、親切で丁寧に対応してくれるので安心して生活しています。私自身は、昔農業をしていたので、園で農作業などがあるとアドバイスを求められたりして、とても充実した時を過ごしています。

親切で丁寧な対応に
安心して充実した生活



利用者の声
原田 俊夫 さん

入所者募集中！

介護保険の認定に関係なく、高齢者で自宅での生活が環境上または経済的に難しい方はご相談ください。

- ・所得が少なく生活が苦しい方や生活保護を受けている。
- ・一人暮らしをしているが、物忘れにより火の始末や片付けができない。危ない。
- ・体の衰えで、日常生活を送るのに不自由で世話してくれる人がいない。
- ・家の雨漏り、老朽化が激しく安心して暮らせる環境にない。
- ・病院を退院した後の生活をする自信がない。
- ・認知症などの影響で周囲との関係に不安がある。など

入所をご希望の方は、まずご相談ください

入所の申請は、福祉課高齢者あんしん係へ提出してください。入所費用は、入所者本人及び被扶養者の負担能力に応じて決定されます。

※重度の介護保険認定を受けている方は入所できない場合があります。

○入所に関するお問い合わせ先

福祉課高齢者あんしん係

☎ 42 - 2581

○施設・見学のお問い合わせ先

社会福祉法人 興愛会

指定管理養護老人ホーム 峰寿園

☎ 42 - 1336

第4弾

歩いてもらおう！ たかはる健幸ポイント事業

第4弾健幸ポイント事業が6月から始まります。継続的に「歩く」ことで、生活体力の維持と生活習慣病の予防・改善が期待されます。

なんと！第3弾の健幸ポイント事業に参加して、BMI等の測定にご協力いただいた方227名のうち、約71%の方に歩行能力やBMI値の維持または改善の効果がありません。

皆さんの健康づくりを応援する健幸ポイント事業！参加料無料ですので、楽しく歩いてお得な商品券（最大3,000円）をゲットしましょう！

【受付期間の延長について】

健幸ポイント事業の受付期間を1か月延長します。

- 受付期間 令和5年6月30日（金）まで
 - 実施期間 令和5年6月1日から令和5年11月30日
 - 受付場所 健康課・福祉課（ほほえみ館）、町民課 保険係（役場1階）、教育総務課社会教育係（中央公民館）
※ただし、特典2（歩行能力・BMIの測定）を希望される場合は、健康課・福祉課（ほほえみ館）で受け付けます。必ず本人がお越しください。
 - 問合せ先 健康課 健康推進係 ☎42-4820
- ※事業の詳細については、HPまたは受付窓口でご確認ください。

特典 1

A賞	500ポイント以上	2,000円分 の商品券
B賞	300～ 499ポイント	1,500円分 の商品券
C賞	150～ 299ポイント	1,000円分 の商品券

※特典1で獲得できる商品券は最大2,000円です。

特典 2

<特典1>のA賞～C賞のいずれかを達成した方で、特別ポイント合計が1,000ポイント以上の方に、

+ 1,000円分の商品券

Wチャンス

<特典1> + <特典2> で

最大 **3,000円分** の商品券!!



smart wellness city

高原町は「健幸」（個々人が健康かつ生きがいを持ち豊かな生活を営む）をこれからのまちづくりの基本とし、スマートウェルネスシティ構想に取り組んでいきます！



『自分の健康は自分で守りましょう』 健康に関するわだいをお届けします

ほほえみ館通信

今年度の健康診査の受付を開始しました！

高原町では、年齢などに応じて、健康診査やがん検診など様々な健（検）診を受けることができます。健康診査は、血液や尿などの検査から、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の予防、早期発見のためには欠かせません！！自分の健康状態について知り、健康を維持する為に健（検）診をお役立てください。

病気の早期発見・予防のために、年に一度は健（検）診を受けましょう。

健 診 名	特定健康診査		長寿健康診査		わけもん健診	国保人間ドック
対 象	40～74歳の 高原町国保加入者		75歳以上の町民		20歳～39歳以下の町民	35歳～74歳の 高原町国保加入者
費 用 等	無料		無料		500円	7,000円
受診方法	個別健診	集団健（検）診	個別健診	集団健（検）診	集団健（検）診のみ	個別健診のみ
期 間	令和5年6月～ 令和6年1月	下表のとおり	令和5年6月～ 令和6年1月	下表のとおり	下表のとおり	令和5年6月～ 令和6年1月
備 考	※受けられる健（検）診は、上記の4つのうち1つです。ご注意ください！！ ※個別健（検）診の対象の病院は、特定健康診査受診券の裏面、長寿健康診査受診券の裏面、または別途送付してある『令和5年度 高原町健（検）診案内（A3）』をご確認ください。 なお、10月以降は、予防接種などで医療機関が混み合うため、早めの健診受診をお勧めします。					

○集団健（検）診の日程

健（検）診日	会 場	申込期限
令和5年8月21日（月）	ほほえみ館	令和5年8月4日（金）
令和5年8月22日（火）	鹿児島山農業構造改善センター	
令和5年8月23日（水）	上後川内地区多目的活動施設	
令和5年8月24日（木）	南狭野活性化センター	
令和5年8月25日（金）	下広原構造改善センター	
令和5年10月29日（日）	ほほえみ館	令和5年10月13日（金）
令和5年12月17日（日）	ほほえみ館	令和5年12月1日（金）

集団健（検）診（特定・長寿・わけもん・がん）をご希望の方は、下記連絡先に必ずお申込みください。

なお、国保人間ドックをご希望の方は、特定健康診査受診券・国民健康保険被保険者証を準備のうえ、健康課窓口へお越しいただくかお電話ください。

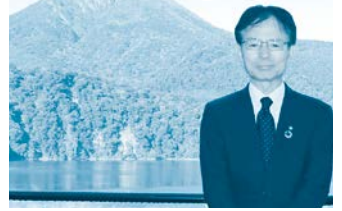
※がん検診の詳細は、別途送付している『令和5年度 高原町健（検）診案内（A3）』をご参照ください。



【お問い合わせ先】 健康課 ☎ 42-4820

いっぺんいっぺん高原

皇子原公園の今



現在の皇子原公園は、昭和59年に工事に着手し、平成5年にリニューアルオープンしました。以前からあった溪流釣り場の他に、交通公園、ゴーカートコース、レストハウス、コテージ、テニスコート、神武の館等が整備され、水と緑と花があふれる自然公園として多くの皆さんに親しまれてきました。

これまで整備された施設や遊具等が老朽化したこともあり、町では令和2年度からウッドパークプロジェクトとして施設の改修に併せて木質化を進めています。これまで整備された施設を紹介します。

【屋根付き大型木製遊具（もーりい）】 雨の日でも、紫外線の強い日でも、思いっきり外で遊べます。神武の館は、内部を改修し多目的な利用ができるようにしました。

とキッチン、積み木など木のおもちゃで遊べます。

【親子交流スペース（ヨミヨミ）】 木工や絵本を読んだり、様々な利用ができます。館内には、授乳室、多目的トイレも備えています。また、町民の方がカフェも営業しています。いずれの施設も子ども達が木の香りを感じながら、木に直接触れることで木の温かさや自然の中で遊ぶことの楽しさを学んでくれることを意識しています。

これまでの皇子原公園は、屋外観光施設として運営されてきましたが、天候に関係なく子ども達や家族連れに楽しんでもらえるよう施設の整備を進めています。整備に当たっては、県森林組合連合会や小林高校の生徒の皆さんにも協力をいただきました。

また、町では皇子原公園を活用した「森育」を進めています。「森育」とは、乳幼児から

低学年の子どもを対象に森（自然）の中での体験を通し、木や森林などの自然と親しみながら子ども達の成長を見守ろうとするものです。これまで、宮崎県、林業者、老人クラブ連合会等の皆さんの協力をいただき様々な行事を行っています。

また、皇子原公園は、ヒガンバナの名所として、毎年9月には町内外から多くの観光客が訪れます。ヒガンバナは、公園がリニューアルしてからボランティアの皆さんに植えしてもらい、今では約300万本にまで増えました。皇子原公園を訪れる皆さんに花を楽しんでもらおうというボランティアの活動は現在も続いており「皇子原公園 花いっぺんプロジェクト」として、これまで3回のイベントを開催し、多くの皆さんに参加をしてもらいました。

このように皇子原公園は、町民の皆さんにも協力していただきながら長い年月をかけて現在のように姿を変えてきました。これからも町民の皆さんのアイデアをいただきながら、皆さんに親しまれる公園にしていきたいと思えます。

さかほこ高原俳句会

六月号



高原

目の中に山が一杯青嵐

岩崎 富美子

幾千の未来抱きて水草生う

小村 明子

潮風の紫陽花海の色に映え

今西 由美子

田畑にも雨乞ふ日なり日和下駄

坂元 孝徳

千草の並ぶロールの絵文字かな

佐土原 武幸

遠き日の田植の小昼うまかりし

横田 修

花かごの主役彩る螢草

内村 登志美

蒲公英や乗り切る風を待ち受ける

入佐 典子

孫と採る木苺は葉を皿がわり

田中 廣子

国道をひたすら伸びる夏至の脚

中園 直子

火山噴火について

火山噴火の様式は多岐にわたりますが、一般的に①水蒸気噴火、②マグマ水蒸気噴火、③マグマ噴火の3つに大きく分類されます。

【水蒸気噴火】 地下水とマグマが温められることで高温高圧になり、爆発的に噴出する現象を水蒸気噴火といいます。マグマが直接関与しないため、噴出物中には新鮮なマグマ物質が含まれません。2014年の御嶽山の噴火はこのタイプの噴火でした。

【マグマ水蒸気噴火】 地下水とマグマが直接触れることで高温高圧となり、マグマとともに爆発的に噴出する現象をマグマ水蒸気噴火といいます。噴出物中に新鮮なマグマ物質が含まれるかどうかで判別されます。2015年の口永良部島の噴火はこのタイプの噴火でした。

【マグマ噴火】 マグマが直接地表に噴出する現象をマグマ噴火といい、マグマの構成成分や噴火の様子などによってさらにタイプが分かります。マグマの粘性が低く、さらさらとしたマグマが噴出するハワイ式、逆にマグマの粘性が高く、爆発的な噴火を起こすブルカノ式、ハワイ式より少し粘性の高いマグマが間欠的に小爆発を繰り返すストロンボリ式、柱のように立ちのぼる噴煙が何時間も続く爆発的な噴火であるプリニー式などがあります。日本の火山のマグマ噴火の多くがブルカノ式です。2011年の新燃岳の噴火は準プリニー式(ストロンボリ式とプリニー式の中間)でした。

近くで噴火に遭ったら、火口から離れる方向へ避難しましょう。ただし、火砕流などは谷筋に沿って流れます。谷筋やくぼ地には近づかないようにしましょう。火口から離れた場所にもたくさんの噴石が飛んできます。その場合は頑丈な建物や岩陰に隠れましょう。また、できるだけ中身の詰まった大きな荷物を盾にし身を隠すと更に有効です。

「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。

下記の URL に空メールを送るか、右記の QR コードを読み取る事で、登録することができます。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。)



こくほのコミニ

健康状態を知り身体活動量を増やしましょう

ご自身の体格指数(BMI)を計算してみましょう。計算式は次のとおりです。

BMI = 体重kg ÷ 身長m ÷ 身長m
 【計算例】 体重70kg、身長170cmの方
 $70 \div 1.7 \div 1.7 \approx 24.2$ BMIは24.2

ご自身のBMIはいくつでしたか？目安となる判定基準は、18.5未満はやせすぎ、18.5以上25.0未満は適正、25.0以上は太りすぎとなります。(日本肥満学会基準による)

1 やせすぎの危険について
 筋肉量が落ちる、疲れやすい、免疫力が低下する、

ホルモンバランスの不調、骨量の減少、心身機能の低下など。ここ半年で(意図せず)2kg以上体重が減った方は、食事量や栄養が不足しているかもしれません。また、意図せず体重減少が続く場合は医師に相談してください。

2 太りすぎの危険について
 内臓脂肪の蓄積、血糖、血圧、血中脂肪の異常、心臓病、脳卒中、糖尿病、がん、睡眠障害、認知症など。20歳のときから10kg以上体重が増えた方は、内臓脂肪がたまっている可能性があります。

◎健康づくり事業について ※10頁参照

「第4弾」歩いてもらおう！たかはる健康ポイント事業の受付(参加費無料)が始まっています。ぜひ、この機会に身体活動量を増やしてみましょう。

お問い合わせ先
 町民課保険係 ☎42-1067

高原町の財政状況をお知らせします

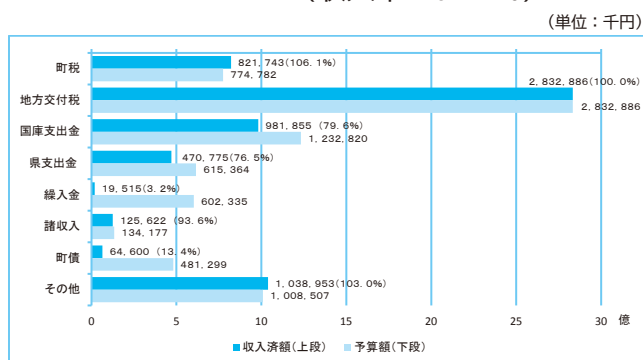
税金や、国・県からの交付金などの収入がどれくらいあり、どのように使ったのか、令和5年3月31日現在の予算の収入と支出の状況についてお知らせします。

※4～5月が出納整理期間となっていますので、歳入・歳出ともに決算確定値は変動します。

【一般会計】

歳入

収入済額 63億5,594万8千円
 現計予算額 76億8,217万0千円
 (収入率 82.7%)



令和5年3月31日現在の収入の状況は、予算総額76億8,217万円に対して、総額63億5,594万8千円で、収入率は82.7%です。

収入のうち最も多いのは、地方交付税の28億3,288万6千円で、次にその他の10億3,895万3千円、国庫支出金の9億8,185万5千円などとなっています。

用語説明

【町税】 町民の皆さんに納めていただいた町民税や固定資産税などの税金

【地方交付税】 全ての地方公共団体が必要最小限の行政水準を確保できるよう、国税の一定割合を国が交付するもの

【国庫(県)支出金】 国(県)が使い道を特定して地方公共団体に交付する補助金や委託金など

【繰入金】 一般会計と特別会計及び基金の間で、一方の収支不足を補うため他方から充当されるお金

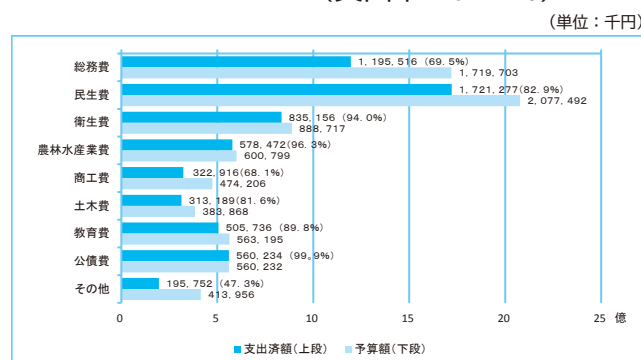
【諸収入】 貸付金や受託事業収入など、他の歳入に含まれないお金

【町債】 町が様々な事業を行うときに、長期に渡って借りるお金

【その他】 寄附金や地方消費税交付金、分担金及び負担金など

歳出

支出済額 62億2,824万7千円
 現計予算額 76億8,217万0千円
 (支出率 81.1%)



令和5年3月31日現在の支出の状況は、予算総額76億8,217万円に対して、支出総額62億2,824万7千円で、支出率は81.1%です。

支出のうち最も多いのは、民生費の17億2,127万7千円で、次に総務費の11億9,551万6千円、衛生費の8億3,515万6千円などとなっています。

用語説明

【総務費】 庁舎の維持管理、職員の給与など、行政運営に関する経費や、ふるさと納税の返礼品に関する経費

【民生費】 子どもやお年寄り、体の不自由な方のために使われる経費

【衛生費】 疾病予防や健康増進、環境保全を図るために使われる経費

【農林水産業費】 農業や林業の振興のために使われる経費

【商工費】 商工業振興、観光振興などに使われる経費

【土木費】 道路や排水、公園の整備・管理のために使われる経費

【教育費】 小・中学校教育、文化財の保護管理、公民館や体育施設の運営などに使われる経費

【公債費】 町債の返済のために使われる経費

【その他】 消防費や議会費、災害復旧費など

【町民負担の状況】

令和5年3月31日現在の住民基本台帳では、人口8,737人、世帯数4,375世帯となっています。

個人町民税の収入済額は2億6,009万4,941円ですので、これを町民1人あたりにすると、29,769円、1世帯あたりにすると、5万9,450円となります。



町民1人あたり
29,769円



1世帯あたり
59,450円

【特別会計】 令和4年度末見込み

(単位：千円)

会計名	歳入			歳出		
	現計予算額	収入済額	比率	現計予算額	支出済額	比率
国民健康保険	1,537,381	1,296,284	84.3%	1,537,381	1,413,779	92.0%
住宅新築資金等貸付事業	504	452	89.7%	504	451	89.5%
農業集落排水事業	25,073	27,053	107.9%	25,073	23,522	93.8%
介護保険事業（保険事業勘定）	1,359,615	1,411,592	103.8%	1,359,615	1,262,833	92.9%
介護保険事業（サービス事業勘定）	6,135	4,821	78.6%	6,135	4,946	80.6%
後期高齢者医療	312,650	294,622	94.2%	312,650	299,505	95.8%

【公営企業会計】 令和4年度末見込み

(単位：千円)

		水道事業		工業用水道事業		病院事業	
		現計予定額	収支済額	現計予定額	収支済額	現計予定額	収支済額
収益的収支	収入	205,021	193,320	—	—	1,031,363	951,787
	支出	213,703	188,607	—	—	1,026,434	865,988
資本的収支	収入	48,180	27,496	2,013	1,991	26,455	26,451
	支出	152,540	108,666	2,013	1,991	51,609	51,545

【基金の状況】 令和4年度末見込み

(単位：千円)

	基金名	現在高	用語説明
特 目 的 基 金	財政調整基金	1,053,422	年度によって生じる財源の不均衡を調整するための積立金
	高原町減債基金	2,357	町債償還の財源とするための積立金
	その他特定目的基金	1,406,750	公共施設の整備や企業立地の促進などに活用するための積立金
定 運 用 基 金	土地開発基金	351,000	公共用の土地を取得するための積立金
	その他定額運用基金	351,458	育英資金や肥育素牛の購入資金などの貸付金に活用するための積立金

【町債の状況】 令和4年度末見込み

(単位：千円)

会計名	現在高
一般会計	5,182,045
農業集落排水事業特別会計	26,649
水道事業会計	704,421
工業用水道事業会計	9,026
病院事業会計	738,129

厳しい財政運営の中、今後とも業務の効率化を図りながら、住民ニーズに合わせた行政サービスの提供に努めて参りますので、町民の皆さんのご理解をよろしくお願いいたします。

お知らせ

マイナンバーカード

窓口の開設について

仕事や学業などで、平日の開庁時間内に窓口へ来られない方のため、左記の日程で窓口時間の延長と休日の窓口開設を実施いたします。

【6月の延長窓口】

○日時 6月8日(木)

午後5時15分～午後7時

○場所 高原町役場1階

町民課住民係

【6月の休日開庁】

※事前予約が必要

○日時 6月25日(日)

午前8時30分～午後4時30分

(正午～午後1時を除く)

○場所 高原町役場1階

町民課住民係

○予約締切日 6月21日(水)

午後5時まで

※定員になり次第、予約を締め切らせていただきます。

○注意事項

・休日開庁については予約制ですので、必ず事前にご連絡ください。事前予約が0件の場合、開庁いた

しません。

・正面玄関は施錠されているため、役場西側(守衛室側)からお入りください。

・窓口ではマイナンバーカードに関する手続きのみ受け付けます。紛失等によるマイナンバーカードの再交付(有料)は、平日のみの受け付けとなります。各種証明書の発行や住民異動届は受け付けできません。

・15歳未満の方の手続きは、法定代理人の付き添いが必要です。本町のシステムにて同一世帯の続柄が確認できない場合は、法定代理人と本人の関係を確認できる戸籍謄本が必要となります。

◎お問い合わせ先

町民課住民係

☎42-1067

Eメール

Cyounin@town.takaharu.lg.jp



看護職の復職支援研修

宮崎県看護協会では、県の委託を受け、看護職の再就業支援のために復職支援研修を開催いたします。

より高い看護力の習得を図るため、看護学校及び地域の医療機関、訪問看護ステーション・施設、ハローワークと連携を図りながら実施します。未就業看護職の方は、ぜひ受講してみてください。

○研修内容

①講義・演習コース

②採血・点滴技術演習、復職支援カフェ

③職場体験コース

④地区別復職支援研修会

(県北地区研修/県南・県西地区研修、ハローワークで行う採血技術演習)

⑤就職準備セミナー

⑥セカンドキャリア就職相談会/プラチナカフェ

参加料 無料

但し、実習申込者は看護師賠償責任保険加入料千円程度を徴収します。

○その他

各研修で開催日、会場等が異なります。詳しくは宮崎県看護協会ホームページをご覧ください。

◎お問い合わせ先

公益社団法人宮崎県看護協会

宮崎県ナースセンター

(宮崎市学園木花台西2-4-6)

☎0985-58-4525

第34回歯と健康・みんなの集い

みんなの集い

小林えびの西諸歯科医師会の主催で、第34回歯と健康・みんなの集い(高原大会)が開催されます。ぜひ、会場にお越しください。

○日時 6月10日(土)

午後2時～午後4時(受付時間)

○会場 高原町ほほえみ館

○内容

歯と口の健康週間の図画・ポスター・啓発標語の展示、優秀者の表彰、親と子の良い歯のコンクール優秀親子の表彰、フッ化物無料塗布、歯みがき指導、歯の健康無料相談、成人歯科検診、妊産婦歯科検診、口腔がん検診(鹿児島大学歯学部口腔外科専門医)(予定)

◎お問い合わせ先

ヨコヤマデンタルオフィス

☎23-6480

令和5年度全国安全週間

全国安全週間は、昭和3年に初めて実施されて以来、「人命尊重」という基本理念の下、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、一度も中断することなく続けられ、今年で96回目を迎えます。

事業場では、労使が協調して労働災害防止対策が展開されてきた結果、全国の労働災害は長期的には減少しているところです。しかし、宮崎県の令和4年の労働災害による死亡災害、休業4日以上の死傷者数は、いずれも前年を上回っており、労働災害の増加傾向に歯止めがかからない状況となっています。特に、転倒や腰痛といった労働者

の作業行動に起因する死傷災害、墜落・転落などの死亡災害が依然として後を絶たない状況です。

この全国安全週間を契機として、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。

○スローガン

『高める意識と安全行動
築こうみんなのゼロ災職場』

○期間

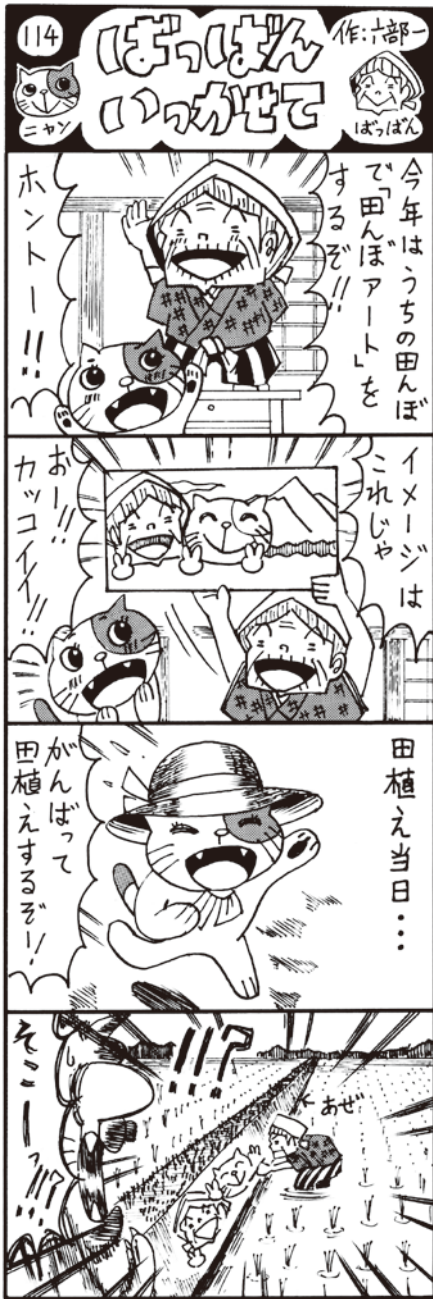
7月1日(土)～7月7日(金)

※準備期間

6月1日(木)～6月30日(金)

◎お問い合わせ先

宮崎労働局労働基準部健康安全課
☎0985-38-8835



募集

放送大学入学生募集

放送大学は、テレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

講師から直接講義を受ける面接授業(スクーリング)や、サークル活動等の学生交流も行われています。

ただいま2023年度第2学期(10月)に入学する学生を募集しています。

○募集学生の種類

【教養学部】

- ・科目履修生
- ・半年間在学し、希望する科目を履修
- ・選科履修生
- ・1年間在学し、希望する科目を履修
- ・全科履修生
- ・4年以上在学し、卒業を目指す

【大学院】

- ・修士科目生
- ・半年間在学し、希望する科目を履修
- ・修士選科生
- ・1年間在学し、希望する科目を履修

○出願期間

第1回 6月10日(土)
～8月31日(木)

第2回 9月1日(金)

～9月12日(火)

○その他

資料請求は無料です。左記までお問い合わせください。

◎お問い合わせ先

放送大学宮崎学習センター
☎0982-53-1893

まだ見ぬ一冊に
出会う旅

読書の旅人

オススメ新着本①

14歳からのSDGs あなたが創る未来の地球

出版社/明石書店 編著/水野谷 優



SDGsの達成期限2030年に国際社会の主役となる中学・高校生が世界の今を知り、自らの未来を考えるためのガイドブック。国際機関、政府機関、NGOや様々な会社の取組等、豊富なデータとともに分かりやすく解説。学校や家庭で

できることを発見したり、未来を考えたりするきっかけになる一冊。

オススメ新着本②

2ひきのカエル そのぼうきれ、どうすんだ？

出版社/徳間書店

作・絵/クリス・ウォーメル 訳/はたこうしろう



大きな池にいる2ひきのカエル。片方は、棒を持っている。もう片方が「なんで、そんな棒きれを持っているのさ。」と問いかける。2ひきのカエルのかけあいがすばらしく、楽しくて大満足の一冊。読み聞かせで子どもたちが大喜びする絵本。

●中央公民館図書室

開室時間 平日 8:30~17:00 休日 10:00~16:00

6月の閉室日 24日(土)

※急遽、休みになる場合がございます。ご了承ください。

●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
4月受付分・敬称略

香典返し

【遺族】	【続柄】	【故人】	【地区名】
湯田 ヤエ	夫	勝久	出口区
廣山 正市	母	南海子	湯之元区
林 セツ子	夫	勲	南狭野区

☆ありがとうございました。

|| 110番
だより ||

4月の交通事故発生状況

人身	1	年計	4
物損	16	年計	55

万引きは犯罪です！

県内のスーパーやコンビニで万引きが多発しています。万引きは、逮捕されて刑罰を科される可能性がある、立派な犯罪です。

近年では、マイバッグを使用した万引きも増加しています。マイバッグを使用する際は、次のマナーを守り万引きと疑われるような行動はしないようにしましょう。

マイバッグ使用の際の店内のマナー

- 店内では備え付けの買い物かごを使いましょう。
- マイバッグは精算が済んでから使いましょう。
- マイバッグを店内に持ち込む際は、折りたたみましょう。
- 他店で買い物したマイバッグは、バッグの口を閉めて入店しましょう。

不審に思ったりトラブルに遭ったりした場合は、警察相談専用電話又は最寄りの警察署や駐在所にご連絡ください。

●相談窓口

警察相談専用電話 #9110

小林警察署 ☎23-0110

|| 119番
だより ||

4月の出動状況

火災	0	年計	2
救急	36	年計	160

4月中、高原町で火災はありませんでした。

火の取扱いには十分注意しましょう。

|| 人口の動き ||

町の現住人口		前月比	前年同月比
総人口 (人)	8,222	-7	-175
男 (人)	3,912	-6	-102
女 (人)	4,310	-1	-73
世帯数 (世帯)	3,675	8	-38

現住人口調査
令和5年5月1日現在

転入	35	出生	1
転出	28	死亡	15



6月のカレンダー



日曜	内容	場所	時間	担当課
8木	肩こり腰痛予防教室 トレーニングコース	ほほえみ館 ほほえみ館	9:30～11:30 17:30～21:00	健康課 健康課
9金				
10土	トレーニングコース 書道講座 第34回歯と健康・みんなの集い	ほほえみ館 中央公民館 会議室 ほほえみ館	13:00～18:00 10:00～11:30 14:00～16:00	健康課 教育総務課 健康課
11日	リサイクル・有害・その他ごみの日	各ごみ集積所	7:30～9:00	町民課
12月	古紙リサイクルの日	もやせごみ集積地区の各ごみ集積所	8:30まで	町民課
13火	古紙リサイクルの日 母子健康手帳交付 トレーニングコース 肩こり腰痛予防教室	もやせごみ集積地区の各ごみ集積所 ほほえみ館 ほほえみ館 ほほえみ館	8:30まで 9:30～11:30 17:30～21:00 9:30～11:30	町民課 健康課 健康課 健康課
14水	廃プラリサイクルの日	各ごみ集積所	8:30まで	町民課
15木	古紙リサイクルの日 肩こり腰痛予防教室 トレーニングコース	もやせごみ集積地区の各ごみ集積所 ほほえみ館 ほほえみ館	8:30まで 9:30～11:30 17:30～21:00	町民課 健康課 健康課
16金	古紙リサイクルの日	もやせごみ集積地区の各ごみ集積所	8:30まで	町民課
17土	トレーニングコース 手づくり講座 (パッチワーク)	ほほえみ館 中央公民館 会議室	13:00～18:00 9:30～11:30	健康課 教育総務課
18日				
19月				
20火	トレーニングコース 1歳6か月児健診 肩こり腰痛予防教室 皇子原学園講座(人権)	ほほえみ館 ほほえみ館 ほほえみ館 中央公民館 会議室	17:30～21:00 13:00～13:30 受付 9:30～11:30 9:30～11:00	健康課 健康課 健康課 教育総務課
21水	町民生活相談所 廃プラリサイクルの日 家庭教育支援講座	ほほえみ館 各ごみ集積所 中央公民館 会議室	9:00～12:00 8:30まで 9:30～11:00	社会福祉協議会 町民課 教育総務課
22木	肩こり腰痛予防教室 トレーニングコース 読み聞かせ講座	ほほえみ館 ほほえみ館 中央公民館 会議室	9:30～11:30 17:30～21:00 9:30～11:00	健康課 健康課 教育総務課
23金				
24土	トレーニングコース 書道講座	ほほえみ館 中央公民館 会議室	13:00～18:00 10:00～11:30	健康課 教育総務課
25日				

日曜	内容	場所	時間	担当課
26月	ヨガ講座	ほほえみ館 和室	19:00～20:30	教育総務課
27火	母子健康手帳交付 トレーニングコース 肩こり腰痛予防教室 似顔絵講座	ほほえみ館 ほほえみ館 ほほえみ館 中央公民館 会議室	9:30～11:30 17:30～21:00 9:30～11:30 9:30～11:30	健康課 健康課 健康課 教育総務課
28水	廃プラリサイクルの日 地方再発見講座	各ごみ集積所 町外 (※講座生優先となります)	8:30まで 8:30～16:30	町民課 教育総務課
29木	肩こり腰痛予防教室 トレーニングコース	ほほえみ館 ほほえみ館	9:30～11:30 17:30～21:00	健康課 健康課
30金				

7月のカレンダー

1土	トレーニングコース	ほほえみ館	13:00～18:00	健康課
2日	令和5年度高原町消防団 夏季点検	高原町総合 運動公園 イベント広場	8:00～	総務課
3月	色鉛筆画講座	中央公民館 会議室	9:30～11:30	教育総務課
4火	トレーニングコース 肩こり腰痛予防教室 川柳講座	ほほえみ館 ほほえみ館 中央公民館 会議室	17:30～21:00 9:30～11:30 9:30～11:30	健康課 健康課 教育総務課
5水	町民生活相談所 もやせないごみの日 手づくり講座 (アメリカンフラワー)	ほほえみ館 各ごみ集積所 中央公民館 会議室	9:00～12:00 8:30まで 9:30～11:30	社会福祉協議会 町民課 教育総務課
6木	肩こり腰痛予防教室 トレーニングコース	ほほえみ館 ほほえみ館	9:30～11:30 17:30～21:00	健康課 健康課
7金				

今月は、町県民税(1期)の納期です。

編集後記

田植えの時期となり、町内の田んぼには水が張られ、賑やかな蛙の声が何処からともなく聞こえてくる季節となりました。

さて、今月の表紙は御田植祭です。今年は、棒踊りと奴踊りが4年ぶりに奉納されました。当日は、天気に恵まれ強い日差しの中、汗を流しながら舞われる姿に、観客からは声援や拍手が飛び交い、賑やかな祭事となりました。

その光景に、戻ってきた日常を感じるとともに、これまで当たり前のように繰り返されてきたことの大切さや有難さを実感しました。

新型コロナウイルスが5類へ移行し、以前の生活が少しづつ戻ってきた今、当たり前の『日常』を大切に過ごして行きたいと思えます。

石ヶ野



高原町ホームページ
QRコード



地域の宝



おてらん場展望台入口

鹿児島区のおてらんば展望台入口には、4月上旬に区民の方28名により植樹された210本のツツジがきれいに並び咲いています。今後も、植樹により数を増やしていく計画で、おてらん場は地域住民の力で四季折々を楽しめる観光スポットとなっています。

『みんなの広場』へ掲載する 情報を募集しています

広報たかはるでは裏面を飾る皆さんからの情報をお待ちしています。

町内の美しい風景、珍百景、わが子の写真、自慢の一品 などなど、どのようなものでも構いません。次のとおりご応募ください。

- 応募方法 写真、コメントを下記連絡先へお送りください。お電話いただければ撮影に伺うことも可能です！
- 連絡先 総合政策課デジタル推進・広報係
広報担当 ☎ 42-2115
- その他 可能な限り掲載いたしますが、紙面の都合上、掲載できない場合がございます。予めご了承ください。

たかはるの777+ Athlete

ジムライド高原 (サッカーチーム)

サッカーを通して高原町を盛り上げたい、生まれ育った高原町に恩返しをしたい、という気持ちで立ち上げられたジムライド高原は、19歳から23歳と若い選手が多いフレッシュなチームです。

代表の黒木さんは「大きな大会で結果を残して、高原町やスポンサーの名前を全国に轟かせられるように日々努力しています。」と今後の目標を語られています。今後の活躍が期待されます。



チーム情報

- ・代表 黒木 風海耶
- ・部員数 20名
- ・練習場所 野尻大塚原人工芝グラウンド
- ・練習日時 毎週火曜、金曜 午後8時～午後10時

スポンサー

- ・ミュージズの虹 高原
- ・はらだ整骨院
- ・hairsalon みどりのゆび
- ・ZUXO INTERNET