

くにさき

市報

3

2022 No.192

道 険 笑 歩



特集

国東つながる暮らし

“つながる”ことで続けていく、私たちの豊かな暮らし

< Contents >

- 10 市からのお知らせ
- 16 国東中女子剣道部
- 18 まちの話題
- 20 くにしき情報ナビ

“つながる”ことで続けていく、私たちの豊かな暮らし

地域同士がつながる仕組みをつくる

くにさき地域応援協議会“寄ろう会”の誕生

互いに連携を深め、地域の問題を話し合い
住み良い地域づくりをを目指す

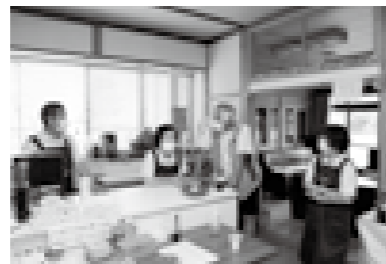
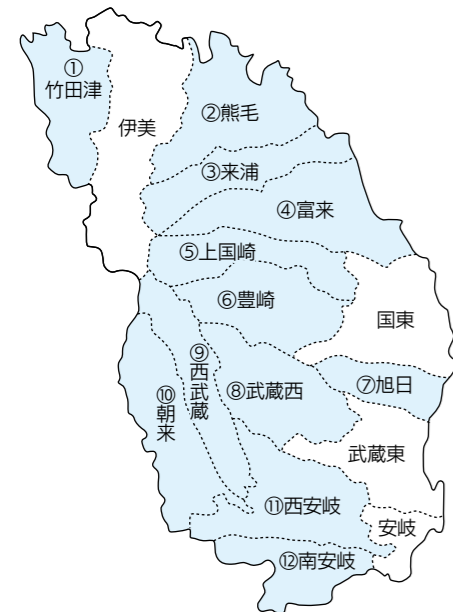
みんなで集まって、地域の問題を解決する方法について話し合い、住み良い地域をつくろう——。平成30年に、行政、社会福祉協議会、地域の団体などが参加し、地域活性化を考える場として「くにさき地域応援協議会」寄ろう会（よろう会）が誕生しました。

市内には、地域支え合い活動や、地域活性化に関する活動を行っている「地域づくり団体」が数多くあります。しかし、団



関係者の情報共有の場となっている“寄ろう会”

体間や関係機関とのつながりが弱いことが一つの課題となっていました。寄ろう会の誕生により、関係者の連携が深まり、各団体の活動がより活発になることが期待されています。



公民館でのカフェ（あらたに会）



買い物支援（かもめ）

これまでに参加している
市内の地域づくり団体(12団体)

- ①かもめ
- ②大輪 さんさん
- ③来浦燦々協議会
- ④文溪里の会
- ⑤あらたに会
- ⑥一村一心の会
- ⑦あさひネット
- ⑧武溪の会
- ⑨西武蔵ネット
- ⑩朝来ネット
- ⑪にしあきネット
- ⑫南安岐活性化協議会

当初6団体の参加で始まった“寄ろう会”も、今では12団体が情報交換をするようになりました。各団体は、住民同士の支え合い活動や、地域活性化に関する活動など、地域の実情に合わせてさまざまな活動を行っています。



熊毛地区の地域支え合い活動団体「大輪(だいきん)」が開催した田植えイベント(令和3年6月13日)



少子高齢化と人口減少が進む国東市。市内の各地域は、さまざまな問題を抱えています。「住民が少なくなり、空き家が目立つ」「年を取って、生活に不便を感じる」「行事がなくなり、住民同士が顔を合わせる機会がなくなつた」——。こうした声に、皆さんも思い当たる節があるのではないのでしょうか。

このような問題を地域主体で改善しようと、市内各地で「地域づくり団体」が設立されました。それぞれ普段の活動内容は異なりますが、今、各団体が協力して取り組んでいるのが「情報発信」です。

今回の特集は、地域づくり団体が集まる「寄ろう会」が立ち上げたウェブサイトを「国東つながる暮らし」です。地域の問題を解決するキーワード、「つながり」。地域が内と外でつながりながら、豊かな暮らしを続けていこうとする取り組みをご紹介します。

国東に長く住む私たちに当たり前とも思えるような「人や自然とつながりながら暮らす豊かな日常」が、コロナ禍の中で改めて注目されています。これに着目して、ありのままの暮らしを効果的に情報発信し、地域活性化に生かそうという試みが始まりました。



スマホ教室の様子。上から、「あらたに会」「朝来ネット」「あさひネット」「かもめ」。

Instagramを活用した地域の情報発信

Instagram(写真・動画共有アプリ)を使って、各団体のメンバーが自由に情報発信。団体の活動はもちろん、地域の隠れスポットや自宅の花など、気軽に撮った日々の写真を公開しています。

また、スマートフォンに不慣れた高齢者のために、各団体では「スマホ教室」を定期開催。スタッフが、丁寧にInstagramの使い方を説明します。

Instagramで発信した写真は、「国東つながる暮らし」のウェブサイトでも見られます。



“寄ろう会” 共通ウェブサイト「国東つながる暮らし」

<https://yoroue.com/>



ウェブサイトの周知ポスター



地域が内外でつながる仕組みをつくる

“寄ろう会”のウェブサイト「国東つながる暮らし」の開設

ウェブサイトを通じて交流人口を増やす

県の補助金を活用して、令和2年9月に“寄ろう会”のウェブサイト「国東つながる暮らし」が開設。コロナ禍で“寄ろう会”の集会を開くことが難しくなる中、直接集まらなくても、団体間の情報共有がウェブサイトを通じてできるようになりました。

また、ウェブサイトでは地域の豊かな暮らしの発信、体験イベントの告知、団体で作った商品の販売なども実施。ウェブサイトを活用して市内外の人々と“つながる”仕組みをつくり、地域の交流人口の増加を目指します。



ポスターの写真は、自宅近くの見晴らしの良い場所で撮影しました。「大輪」のスマホ教室で、スマートフォンの操作を楽しく学んでいます。

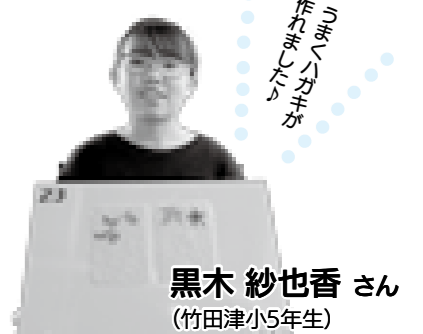
市のコーチューブでもウェブサイトを紹介！



“しーちゃん”こと
丸小野 静子 さん
(国見町岐部)

誰でも参加できる体験イベントを開催

ウェブサイトには、各団体主催の「体験イベント」の告知ページも設けました。体験イベントの開催は、来訪者との新しい出会いや、年代を超えた地域住民の交流につながっています。



黒木 紗也香 さん
(竹田津小5年生)

大人から子どもまで
約30人が参加



12月5日に行われた、「かもめ」主催の紙すき体験イベント。国見町の西方寺地区に群生するミツマタを原料に、昔ながらの「紙すき」の手法で和紙を製作しました。

いろんな写真を撮って
どんどん公開したい



茅嶋 貞子 さん
(国東町見地)

「スマホ教室」ではスタッフさんが優しくわかりやすく教えてくれるので、Instagramの操作方法が理解できました。これからいろんな写真を撮って、どんどん公開していきたいです。

スマホ教室 参加者の声

多くの人に
写真を見てほしい



猪俣 民子 さん
(国東町網井)

スマートフォンは電話とラインしか使っていませんでしたが、「スマホ教室」に行くようになって、加工した写真をInstagramで公開できるようになりました。多くの人に、写真を見てほしいです。



寄ろう会 委員長
野田 敏廣 さん (国東町見地)

市の地域支え合い活動に開始当初から参加。「あらたに会」の会長も務めています。

国東市社会福祉協議会
宮田 太郎 さん

社会福祉協議会の「生活支援コーディネーター」として、地域支え合い活動や「寄ろう会」を担当。



国東市地域支援サポーター
武井 啓江 さん (国見町岐部)

東京都から国見町に移住。民宿「大輪」を経営。「大輪」の活動にも参加しています。

国東市地域支援サポーター
越名 秀樹 さん (武蔵町手野)

愛知県から武蔵町に移住。本職はデザイナー。「武漢の会」の役員も務めています。

“寄ろう会”の誕生で地域づくりに取り組む関係者が一つに

野田さんと宮田さんは、地域支え合い活動や「寄ろう会」の運営に当初から関わってきました。平成28年に2団体で始まった地域支え合い活動は、現在6団体まで増加。国から表彰されるなど、活動は高く評価されています。「寄ろう会」の参加団体が市内に広がる中、誰もが住みやすい地域づくりを目指す取り組みについて、お二人に思いをお聞きました。

地域支え合い活動が始まった経緯

野田さん 私が住む上国崎地区は、市内でも特に高齢化率の高い地区です。そうしたことから、市から地域支え合い活動を行うモデル地区に選ばれ、「あらたに会」を設立しました。「あらたに会」では、カフェや食事も、生活支援、買い物支援など、さまざまな活動を行っています。

宮田さん 高齢化で介護ニーズが高まる一方、国

ウェブサイトで豊かな“つながり”を感じる暮らしを発信

暮らしの豊かさにひかれて、国東市に移住した武井さんと越名さん。地域の地域支え合い活動に参加していたところ、社会福祉協議会から「国東市地域支援サポーター（以下、サポーター）」に任命され、移住者の視点を生かした地域づくりに取り組んでいます。今回、サポーターとして「寄ろう会」のウェブサイトと周知ポスターの制作に深く関わったお二人に、思いをお聞きました。

“寄ろう会”のウェブサイト制作した理由

武井さん 「大輪」の活動に参加するようになって、「団体の活動の情報発信」「団体間、スタッフ間の情報共有」「活動継続のための自主財源の確保」といったことに本格的に取り組む必要性を感じていました。そこで、こうした問題を解決するためにサポーター連絡会で提案したのが、「寄ろう会」の

ウェブサイト制作です。**越名さん** 今の時代、情報発信にインターネットは必須です。高齢者こそ、インターネットを避けるのではなく、むしろ積極的に触れてもらう機会が必要だと思いました。ウェブサイトの開設に合わせて高齢者向けの「スマホ教室」を始めたのも、そうした思いからです。

ウェブサイトやポスターの反応について

越名さん ウェブサイトの周知ポスターは、「しっかりと注目される」ことを意識して作っています。そのため、「のどかな風景にスマホを持つ高齢者」という意外性のある写真を掲載しました。ポスターを通じて、多くの方にウェブサイトに興味をもってもらえれば幸いです。

武井さん ウェブサイトによる情報発信の取り組みについては、国などから賞もいただき、手応えを感じています。今後高齢化が進む中で、インターネッ

トの活用が地方の生命線になってくるでしょう。ウェブサイト開設の機会に、インターネットに親しんでいただきたいと思っています。

サポーターとしての今後の抱負

武井さん 国東に移住して、人や自然との“つながり”を感じながら暮らせる幸せを実感しています。このつながりを、多くの方に感じてほしい。そして、より豊かに楽しく地域に住み続けられるよう、活動を広げていきたいです。また、将来はインターネットを活用した新たなシステム作りにも取り組みたいと思っています。

越名さん 「寄ろう会」の良いところは、住んでいる地域を超えて、人々の「つながり」ができること。そして、ウェブサイト開設で、つながりはより広がっていくと思います。サポーターとして、「寄ろう会」の情報発信のお手伝いをこれからもしていきたいです。

財源不足による社会保障サービスの低下が心配されています。そこで、住民同士の支え合いによって公的サービスを補おうと、地域支え合い活動が始まりました。地域団体、行政、社会福祉協議会の3者の連携によって、活動が行われています。

これまでの活動を振り返って

宮田さん 行政が決めた活動を地域が行うのではなく、地域が決めた活動を行政が支援する……。これが地域支え合い活動の特徴であり、今日までうまく機能している要因だと思っています。視察や表彰を受けることも増え、団体のモチベーションもだんと高まっているように感じますね。

野田さん これまでは、同じ上国崎地区でも、例えば見地と成仏の人が一緒に集まることはありませんでした。今では活動を通じて、谷が一つになった感覚があります。「地域の

問題は地域住民で解決しよう」という一体感が生まれたことは、「あらたに会」設立の大きな成果です。

“寄ろう会”の展望について

野田さん 地域支え合い活動を行っている団体に、地域活性化活動を行っている団体も加わって、「寄ろう会」の体制はより充実しました。これから力を入れていきたいのは、地域外との交流や移住者の受け入れです。ウェブサイトを活用しながら、「寄ろう会」で結束して取り組んでいきたいです。

宮田さん 行政も地域も含め、「地域を良くしたい」という思いは同じなのに、みんながまとまって地域づくりに取り組めないことが長年の課題でした。しかし、「寄ろう会」の誕生によって、関係者は一つになり始めています。この流れに勢いをつけ、市全体が盛り上がるよう、応援していきたいと考えています。



「ここでの暮らしは不便だ」。国東に生まれた人の中には、そう言って市外に出ていく人もいます。一方で、都会から国東に移り住んだ人にも理由を聞いてみると、「都会にはない暮らしの豊かさが、国東にあった」との答えが返ってきます。人と人、人と自然のつながりを感じながら過ごせる暮らし——。便利な都会で暮らしてきた人たちが国東に感じる魅力は、私たちの身近な日常生活のものにありました。

地域活性化のカギは、この豊かな暮らしの価値に、私たちが気付くことにあるのではないのでしょうか。支え合い、つながり合って、地域の暮らしを守っていく。そして、その暮らしを誇りを持って発信していく。その先に見えてくる、地域の未来。「寄ろう会」の挑戦は、まだ始まったばかりです。

豊崎地区の地域支え合い活動団体「一村一心の会」の皆さん



中学生が熊毛地区の空き家を調査 子どもの目線で市に空き家の活用方法を提案

地域の人口減少を自分たちで抑制しようと、熊毛地区の地域団体「大輪」が、地域の空き家の調査を開始。その際、「大輪」は地域の中学生に依頼して調査を行うことにしました。地域の未来を担う子どもたちにも、地域の実情を知ってもらいたいと考えたからです。

地元中学生10名は、昨年3～7月にかけて熊毛地区の空き家の状態を一軒一軒、調査。中学生が目にしたのは、想像以上に厳しい地域の衰退です。そこで、中学生は調査だけでなく、空き家を活用した地域振興策も考えることにしました。そして12月25日、中学生は三河市長らに空き家の活用策を提案。市の空き家問題について、調査から解決策の提案までを主体的に行ったことは、中学生にとって大きな経験となりました。



上から「熊毛地区の空き家143軒を調査」「調査結果を『大輪』と区長に報告」「三河市長らに空き家の活用方法を提案」「提案を終え、充実した表情の中学生」。中学生は移住体験、子どもの集まる拠点づくり、公園整備、芸術家との連携などを提案しました。

あさひネットの拠点 「旭日テラスひのわ」が完成

地域内外の人々がつながる温かな交流施設に

地区の空き家を改装した「旭日テラスひのわ」（国東町綱井）が12月12日にオープンしました。この施設は、地域支え合い活動を行う団体「里づくり旭日ネットワーク協議会（あさひネット）」の活動拠点として整備されたものです。また、地区のシンボル・祇園山に設置されたアート作品の案内所としての機能も持ち合わせています。

地域内外の人々がつながる、温かな交流施設として生まれ変わった地区の空き家。「旭日テラスひのわ」の誕生で、旭日地区のさらなる活性化が期待されています。



県道沿いに立地しており、旭日地区公民館も隣接しているので、利便性の高い施設です。



三河市長に受賞報告をする関係者。



表彰式はオンラインで行われ、坂口弘道副委員長が取り組みを発表しました。

“寄ろう会”が国から表彰

「九州・沖縄地域共生社会推進フォーラム」
団体部門・部門賞 受賞

1月28日、「寄ろう会」が厚生労働省九州厚生局から表彰されました。これは、「寄ろう会」のインターネットを活用した情報発信の取り組み「国東つながる暮らし」が、地域共生社会の実現における先進的な事例として、高く評価されたものです。

野田敏廣委員長は「今回の受賞を励みに、コロナ禍に負けずに地域づくりや情報発信を行ってまいります」と話していました。

「地域支え合い活動」 図書館協働展示

今回の受賞を記念して、地域づくり支え合い活動についての説明パネルや、活動の様子の写真などを展示します。ぜひご覧ください。

国見図書館 3/2(水)～13(日)
武蔵図書館 3/16(水)～27(日)
安岐図書館 3/30(水)～4/10(日)

【本特集の問合せ先】
国東市社会福祉協議会 福祉支援課
☎ 64-7100



市役所窓口を日曜日に臨時開庁します

【問合せ】市民健康課 戸籍住民係 ☎72-5166



転勤や就職などで異動が多くなる時期に、市では市民の皆さまの利便性を高めるため、下記の日時で市役所窓口(本庁のみ)を臨時開庁します。



【開庁日時】 3月27日(日) 午前8時30分～午後5時(市役所本庁のみ)

担当課	業務内容
市民健康課(☎72-5166)	<ul style="list-style-type: none"> 転入・転出・転居などの住民票異動届の受け付けと住民票などの写しの交付 印鑑登録の受け付けと印鑑登録証明書の交付 戸籍の各種証明書の交付 ※戸籍の届出(婚姻届など)は宿直室で受け付けします。 マイナンバーカードの受取・申請・電子証明書の更新 国民健康保険資格異動届の受け付け 後期高齢者医療保険の受け付け
税務課(☎72-5156)	所得証明書の交付
高齢者支援課(☎72-5189)	介護保険の資格異動の受け付け
福祉課(☎72-5164)	児童手当、児童扶養手当、ひとり親家庭医療の手続き

※本人確認ができるもの(運転免許証など)を持参してください。

下記の業務については、臨時窓口は開設されません。通常業務時間内に、各担当課までお問い合わせください。

- ケーブルテレビの加入、解約、休止(ケーブルセンター ☎73-0200)
- 上下水道の開閉栓の手続き(上下水道課 ☎72-5197)
- 防災行政無線の戸別受信機の設置、返還手続き(総務課 ☎72-5160)
- 小中学校の転入・転出(教育委員会学校教育課 ☎73-0066)
- 市営住宅の入居・退去などの手続き(まちづくり推進課 ☎72-5179)
- 子ども医療費受給資格の登録および受給資格者証交付
妊婦健康診査・乳児健康診査受診票差し替え(医療保健課 ☎73-2450)



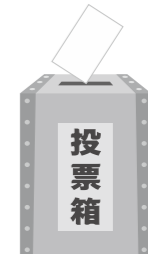
国東市議会議員選挙について (投票日 4月17日(日) 午前7時～午後7時)

【問合せ】国東市選挙管理委員会(総務課) ☎72-5199

任期満了に伴い、国東市議会議員選挙が行われます。市民一人一人の声を市政に反映させるため、必ず投票に行きましょう。

告示日および投票資格

告示日	令和4年4月10日(日)
年齢	平成16年4月18日までに生まれた人
転入者	令和4年1月9日までに転入の届け出をし、引き続き市内に居住している人
転出者	市外へ転出した人は投票できません。



投票所入場整理券について

市議会議員選挙の投票所入場整理券は、4月6日頃から郵送の予定です。スムーズな投票を行うために入場整理券を投票所に持参してください。
※入場整理券を紛失したり、届かない場合でも選挙人名簿に登録されていれば投票できますので、選挙管理委員会にお問い合わせいただくか、投票所の係員にお申し出ください。

期日前投票制度について

【期日前投票のできる人】

投票資格要件を満たす人で、投票日に、仕事や旅行、レジャー、冠婚葬祭などにより投票に行けない人は、期日前投票ができます。

【期日前投票所の場所および開設期間】

市内に4箇所の期日前投票所を設け、どこの期日前投票所でも投票できます。
開設期間 4月11日(月)～16日(土) 午前8時30分～午後8時

●期日前投票所等一覧

期日前投票所名	開設場所
国見期日前投票所	国見生涯学習センター(みんなかん)
国東期日前投票所	アストくにさき マルチホール
武蔵期日前投票所	武蔵保健福祉センター(武蔵総合支所)
安岐期日前投票所	安岐総合支所 安岐保健センター

※選挙期日(投票日)には18歳になるが、期日前投票をする時点で18歳になっていない場合は、期日前投票ができません。この場合は不在者投票になりますので、お問い合わせください。
※当日投票については、市報4月号でお知らせします。

不在者投票制度について

【指定施設での不在者投票】

大分県選挙管理委員会の指定した病院、老人ホームなどに入院、または入所している人は、その施設長に申し出れば不在者投票ができます。

【他市町村での不在者投票】

仕事などで市外に滞在している人は、市選挙管理委員会に「不在者投票用紙等請求書兼宣誓書」を請求し、折り返し送られてきた投票用紙などを持参して滞在先市町村の選挙管理委員会で投票してください。この制度は、郵送に期間を必要としますので、早めに手続きをしてください。

【郵便による不在者投票】

身体に重度の障がいがあり下表の要件を満たす人、投票所に行くことが困難な人は自宅で郵便により投票することができます。この場合、郵便投票証明書が必要で、郵便投票証明書の交付を受けていない人は、早めに申請をしてください。

●郵便投票証明書の申請要件

障がいの種類		心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、免疫機能、肝臓	両下肢、体幹	移動機能
手帳の種類	身体障がい者手帳	1級、3級	1級、2級	1級、2級
	戦傷病者手帳	特別項症～第3項症	特別項症～第2項症	—
介護保険		要介護認定5		



4月からのし尿くみ取り・浄化槽清掃料金をお知らせします (太字部分改定)

【問合せ】環境衛生課 環境衛生係 ☎72-9001

し尿くみ取り料金

区分	くみ取り量	金額
定期収集	50リットル未満	500円
	50リットル以上1リットル増すごとに	10円
臨時収集	200リットル未満	2,000円
	200リットル以上1リットル増すごとに	10円

浄化槽清掃料金 (単位:円)

合併処理浄化槽(従来型ばっ気式)

人槽	清掃料金	消費税	合計
5	24,762	2,476	27,238
6	26,667	2,667	29,334
7	28,571	2,857	31,428
10	28,571	2,857	31,428
15	44,762	4,476	49,238
16以上	10,000円 / m ³ (税込)		

合併処理浄化槽(コンパクト型)

人槽	清掃料金	消費税	合計
5	24,762	2,476	27,238
6	24,762	2,476	27,238
7	26,667	2,667	29,334
10	28,571	2,857	31,428
15	40,000	4,000	44,000
16以上	10,000円 / m ³ (税込)		

※2年以上浄化槽の清掃をしていない場合、通常の清掃に比べて手間がかかるため、2年を超えた1か月につき**4%**の割増料金が必要になる場合があります。詳しい内容については、下記許可業者までお問い合わせください。

くみ取り・浄化槽清掃に関する お問い合わせ先	
許可業者	くにさきエコシステム(株) ☎89-5700
	(有)開豊産業 ☎72-2277

浄化槽の清掃は、年1回以上行うことが義務付けられています。(浄化槽法第10条)



光化でますます快適に! ケーブルテレビサービスをご利用ください

【問合せ】国東市ケーブルテレビセンター ☎73-0200



市ケーブルテレビの独自放送番組



市では、ケーブルテレビを利用してさまざまな情報発信を行っています。また、市内全域で光サービスを提供しており、快適な高速インターネットをご利用いただけます。ご加入は、市役所本庁3階の市ケーブルテレビセンターまたは各総合支所地域総務課にてお申し込みください。

加入に必要な費用(税込)

○加入金 …………… 42,000円/初回のみ ○光引込工事料 …… 33,000円/初回のみ
○使用料 …………… 770円/月額 (年払は8,316円)

視聴可能なチャンネル

NHK(総合・Eテレ)、大分放送(OBS)、テレビ大分(TOS)、大分朝日放送(OAB)、福岡放送(FBS)、テレビ西日本(TNC)、九州放送(TVQ)。
※加入についてのお問い合わせは、市ケーブルテレビセンター(☎73-0200)までご連絡ください。

インターネットサービスのご案内

ケーブルテレビに加入している方は、高速インターネットサービスをご利用できます。
※ご利用にあたっては、別途、大分ケーブルテレコム(☎097-542-1121)との契約が必要です。

【インターネットプラン】

プラン名	通信速度(ベストエフォート)	料金(月額)
10Gプラン	下り10Gbps 上り10Gbps	8,558円
5Gプラン	下り5Gbps 上り5Gbps	7,700円
1Gプラン(おすすめ)	下り1Gbps 上り1Gbps	7,150円
320Mプラン	下り320Mbps 上り320Mbps	6,600円
120Mプラン	下り120Mbps 上り120Mbps	6,050円
12Mプラン	下り12Mbps 上り12Mbps	4,378円

各種変更手続きのお願い

ケーブルテレビへご加入の方で、契約者が長期で家を留守にするようになった、休止していたケーブルテレビを視聴できるようにしたい、引越しが決まった、亡くなった場合などは市ケーブルテレビセンターまた各総合支所にて手続きをお願いします。



令和3年度国東市学力調査の結果をお知らせします

【問合せ先】学校教育課 指導・人権教育部差別解消推進係 ☎73-0066

市では、学力の定着状況を把握するため、毎年12月に市独自の学力調査を行っています。今年度の市全体の結果は表1の通りで、30項目中27項目で全国平均を超えることができました。市内の学校では、学習内容を子どもたちにおおむね定着させることができているといえます。

また、令和2年、令和3年の両年度において、調査対象の全ての教科で全国の平均正答率を上回った学校・学年(中学校3年を除く)は以下の表2の通りです。

各学校では、今回の学力調査の結果分析を基に、今年度の内にさらに子どもたちに力をつけて次年度につなげていきます。

表1 小学校の結果(偏差値) 網掛けは偏差値50以上(全国平均以上)

	国語	算数	理科		国語	算数	理科
小1	53.9	54.1		小4	51.1	52.3	50.6
小2	51.0	52.9		小5	53.2	56.0	51.2
小3	51.4	51.0		小6	52.8	55.1	52.9

中学校の結果(偏差値)

	国語	社会	数学	理科	英語
中1	52.3	50.3	49.8	50.9	49.8
中2	50.3	50.6	50.4	48.3	50.0
中3	52.0	52.1	50.1	50.3	50.4

表2 <小学校>

1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
伊美小 国東小 安岐小	該当なし	伊美小 小原小 旭日小 安岐中央小	熊毛小 国東小 安岐中央小	竹田津小 国東小 安岐小	竹田津小 熊毛小 国東小 小原小 安岐中央小 志成学園

<中学校>

1年生	2年生
国東中 志成学園	該当なし

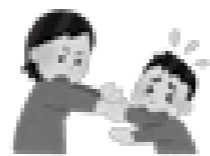
※調査実施人数が5人未満の学年は公表対象外としております。(学校から希望があった場合は公表します)



家庭相談員による「よりよい子育てのための工夫のポイント」(その2)

【問合せ先】福祉課 子育て支援係 ☎72-5164

市の福祉課には、家庭相談員2人、母子父子自立支援員1人が勤務しています。子育て中の悩みや、ひとり親家庭の皆さんのさまざまな悩みの相談を受けています。子育てで困ったときは、ぜひ、ご相談ください。先月号より、家庭相談員より子育て中の皆さんへ「子育てのポイント」をシリーズでお知らせします。



子どもの状況に応じて、周りの環境を整えてみる

乳幼児の場合は、危ないものに触れないようにするなど、叱らずにすむ環境づくりを心がけましょう。子どもが困った行動をする場合は、子ども自身も困っていることがあります。子どもが自分でできるような環境づくりを工夫してみましょう。

注意の方向を変えたり、子どものやる気に働きかける

子どもはすぐに気持ちを切り替えるのが難しいことがあります。可能なら、待つことも一案。難しければ、場面を切り替えるなど、注意の方向を変えてみるのもよいでしょう。子どもが好きなおもちゃや楽しく取り組めることなど、子どものやる気が増す方法を意識してみましょう。

肯定文でわかりやすく、一緒にお手本に

子どもに伝えるときは「ここでは歩いてね」などと、肯定文で何をすべきかを伝えましょう。具体的に、穏やかに、近づいて、落ち着いた声で話すと伝わりやすくなります。「一緒におもちゃを片付けよう」などと、やり方を示したり教えたりするのも良いでしょう。



「さ吉くんで元気!!健康チャレンジ」 当選者・当選グループ発表

【問合せ先】医療保健課 保健推進係 ☎73-2450

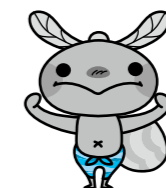
「さ吉くんで元気!!健康チャレンジ」について多数の方にご参加いただき、ありがとうございました。1月4日に国東保健センターにて抽選を行った結果、下記の方々が当選されました。

【個人の部】 483名より

国見町 土谷 彰英さん 水口 昭子さん
国東町 河野 禰子さん 清水 若子さん
 中田 延子さん 松本 好子さん
安岐町 笠置 榮子さん 森末 茂さん

【グループの部】 165グループより

国見町 梶原ひまわり 本城ひばり会
 夫婦坂 有田ファミリー
国東町 くにさきエコシステム(株) コスモス
 富家
武蔵町 ちゅうりっぷ 微笑み夫婦 さくらグループ
安岐町 なにわガッキー コンドル かなちゃん's
 ネコ好き夫婦



当選おめでとうございます



大切な人の命を守りましょう ~3月は自殺対策強化月間です~

【問合せ先】福祉課 障がい者支援係 ☎72-5164

あなたの周りに、食欲がない、元気がない、ため息が目立つ、口数が減ったなど、いつもと様子が違う方はいませんか? 一人で大きな悩みを抱えて、精神的に追い詰められ、最悪の場合は自ら命を絶ってしまうこともあります。大切な人の命を守るために、「いつもと違う」様子が気付いたら、勇気を出して声をかけ、話を聞いてください。話を聞いて困ったとき、ご自身で「いつもと違う」様子が気づいたときには、下記窓口へご相談ください。

【身近な相談窓口】

相談窓口	電話番号	受付時間
福祉課 障がい者支援係	72-5164	午前8時30分~午後5時
国東保健センター	73-2450	
東部保健所 国東保健部	72-1127	午前8時30分~午後5時15分

【電話相談】

相談窓口	電話番号	受付時間
県こころとからだの相談支援センター	097-542-0878	午前9時~正午、午後1時~4時
大分いのちの電話	097-536-4343	毎日24時間対応
自殺予防いのちの電話	0120-783-556	毎月10日の午前8時~翌午前8時

先鋒 チームに勢いを付ける



ゆめ
渡邊 結萌 (2年生)

剣道歴6年 得意技・小手

5人はみんな仲良しですが、ライバルでもあり、互いに切磋琢磨することで強くなれました。全国でもチームワークを生かして頑張ります。

次鋒 臨機応変に戦う

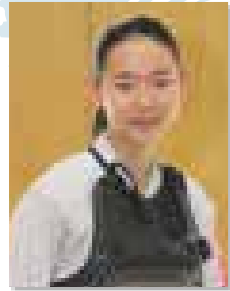
ゆいの
野上 結乃 (1年生)

剣道歴7年 得意技・面

みんなできつい練習を乗り越えて、県大会で表彰台に立ててうれしかったです。全国大会ではベスト8を目指したいです。



中堅 チームの勝敗を握る



ちさき
原田 智咲 (2年生)

剣道歴6年 得意技・小手

このメンバーをはじめ、剣道に出合ったことでたくさんの友人ができました。剣道に感謝しながら、全国大会でもベストを尽くしたいです。

副将 絶対に負けられない

あんじゅ
栗林 愛珠 (1年生)

剣道歴6年 得意技・面

剣道を通じて礼儀作法を身に付けることができ、自分自身成長できました。夏の県大会でも勝って、再び全国大会に出られるよう努力したいです。



大将 必勝!チームの大黒柱



ももは
國廣 桃羽 (2年生)

剣道歴5年 得意技・面

このメンバーだから頑張ってきたし、全国大会にも行けたと思います。最高の仲間と共に、全国大会で国東中の剣道を見せたいです。

国東中

女子剣道部



「道が険しくとも笑って歩く」
このかけがえのない仲間と共に——

5人の心ひとつにつかんだ 全国大会の切符

国東中学校の女子剣道部の部員は、2年生3人と1年生2人の5人。ちょうど団体戦が組める人数です。1年生も交じって大会に臨んだ国東中ですが、10月16日に開催された「令和3年度・大分県中学校新人大会(団体の部)」において、並み居る強豪校を撃破し、見事3位に入賞。3月27日に開催予定の全国大会(佐賀県神埼市)への出場権を得ました。

来年度以降、新入部員が入ってこなければ、国東中女子剣道部として、この5人が最後の団体戦出場メンバーになるかもしれません。だからこそ、「みんなで絶対に全国に行くんだ」という強い気持ちで練習に励んできた5人。厳しい練習を共に乗り越え、育んだ結束力が実を結び、全国大会の切符を勝ち取ることができました。

いざ
全国へ!



1

2

3

4

5



1. 国東中の道場での練習。互いに競い合い、励まし合いながら腕を磨いています。
2. 「国東中を指導して12年。初めて団体で全国に出場できました。みんなよく頑張ったと思います」と、部活動指導員の亀井康員さん(国東町富来浦)。「道陰笑歩」は、国東中剣道部で代々受け継がれてきたスローガンです。
3. 4. 5. 昨年10月に行われた県大会。5人の心をひとつにして試合に臨み、他校も驚く快進撃で団体3位に輝きました。



1/21 脱炭素社会の実現に向け 市が全国初の宣言

国東市・カーボンネガティブ宣言

国東市と九州大学都市研究センターが、「カーボンネガティブ宣言」(国東市が全国自治体で初の宣言)を共同で表明。脱炭素社会の実現に向けて、市内のCO2(二酸化炭素)排出量の実質マイナスを目指すことが示されました。市は、市の森林や農地を活用してCO2を吸収し、売買する仕組みをつくるなど、CO2削減に向けた取り組みを進めていきます。



1/20 3者で連携して宇宙港を 地域活性化につなげる

宇宙港活用における包括連携協定

国東市、一般社団法人おおいたスペースフューチャーセンター、大分県信用組合の3者によって、宇宙港を活用して地域経済活性化などを推進する「包括連携協定」が締結されました。この日行われた締結式では、三河市長が「宇宙港のまち・くにさき」を広め、宇宙産業や観光業の振興、教育の発展に協定を生かしていきたい」と今後の展望を述べました。



12/27 国東の乾しいたけを 食べてほしい

国東市しいたけ振興会・給食用乾しいたけ贈呈

市内のしいたけ生産者らでつくる「国東市しいたけ振興会」が、給食用に低温菌種の乾しいたけ3kgを市教育委員会に寄贈しました。乾しいたけは、市内小中学校の1月と2月の給食で使用されました。会長の園田豊稔さんは「国東の自然の中で育った、おいしい^{みのる}しいたけを地元の子どもたちに食べてほしいです」と述べ、乾しいたけを河野教育長に手渡しました。



12/26 地域住民が餅つきで交流

密乗院地区・年忘れ餅つき大会

美しい棚田の景観で知られる安岐町山浦の密乗院地区で、「年忘れ餅つき大会」が行われました。コロナ禍でも地域を明るく、新しい年が平穏な年になることを願って、地域住民ら15名が参加。子どもからお年寄りまで、参加者は笑顔で餅をつきながら、地域の交流を深めました。



1/24 毎日の練習の成果が実る

国東中と志成学園・九州大会出場報告

国東中学校の女子剣道部5名と、国東中学校女子ソフトテニス部2名、志成学園女子ソフトテニス部2名の生徒が市役所を訪れ、九州大会への出場を三河市長に報告しました。国東中女子ソフトテニス部キャプテンの岡野結菜さん(2年生)は「志成学園と姫島中と選抜チームを組んで、県大会で1位になりました。毎日練習した成果が出て良かったです」と話していました。



1/21 ブランドさつまいも栽培で 農業多角化を進める

甘太くんの栽培報告会

JAおおいた東部事業部、農事組合法人竹田津干拓、農事組合法人北江などの関係者が市役所を訪れ、「甘太くん」(高糖度さつまいも)の栽培状況を三河市長に報告しました。市内では農業多角化のため、単価の良い「甘太くん」の栽培が進んでいます。JAおおいた東部事業部の河野秀徳統括部長は「1億円産地を目指したい」と目標を語っていました。



1/13 国東高校と イギリスの学校が交流

国東高校・宇宙港オンライン国際交流会

国東高校と、英国コーンウォール州のトレヴィングラス・アカデミーのオンライン交流会が行われました。コーンウォール州の空港も大分空港と同じく宇宙港に選ばれていることから、両校生徒の交流会が企画されたものです。ESS部部長の木下桃香さん(2年生)は「楽しく交流できました。いつか英国に行ってみたいです」と目を輝かせていました。



12/28 一年を振り返りながら 身を清める

両子寺・護摩堂すず払い

両子寺で、年末恒例の「護摩堂すず払い」が行われました。総代や参拝者ら約30名が参加。参加者は今年の行いを振り返りながら護摩堂のすずを払い、新年を迎えるために身を清めました。両子寺法嗣の寺田豪淳さんは「無事に一年の締めくくりの行事を行うことができました。来年はコロナ禍が収束するよう願っています」と話していました。



公営住宅入居者募集

■入居者資格

- ①現に住宅に困窮していることが明らかであること。
 - ②県民税または市町村民税、公営住宅使用料等を滞納していないこと。
 - ③条例で定める基準の収入であること。
- ※詳細はお問い合わせください。

■申込手続

入居希望者は、印鑑、住民票、所得証明書、市税等完納証明書などをご用意のうえ、

3月17日(木) 午後5時までにお申し込みください。

■入居可能日

4月1日(金) ※随時募集は除きます。

■抽選会・説明会

申込者が複数あり、住宅困窮度が定めがたい場合は抽選とします。

3月18日(金) 午後1時30分

国東市役所 2階 203会議室

【申込・問合せ先】

- まちづくり推進課住宅係 ☎72-5179
- 国見総合支所地域振興課 ☎82-1114
- 武蔵総合支所地域振興課 ☎68-1113
- 安岐総合支所地域振興課 ☎67-1116



1. 市営住宅 (敷金 3月分)

住宅名	間取り	家賃(円)
国見町 八坂団地	3DK	14,200~
国東町 小原団地	3DK	21,100~
国東町 重藤団地	3DK	18,200~
武蔵町 武蔵グリーンヒル	2LDK	22,400~
安岐町 楓江住宅	3DK	16,300~
安岐町 川原住宅	3LDK	19,100~
安岐町 上椿住宅	3DK	16,200~

2. 特定公共賃貸住宅 (中堅所得者向け住宅、敷金 1月分)

住宅名	間取り	家賃(円)
国見町 花開団地	3LDK	45,000
武蔵町 武蔵グリーンヒル	3LDK	46,000
武蔵町 武蔵グリーンヒル4棟	1LDK	35,000
安岐町 かえで住宅	3LDK	49,000

3. 随時募集 (敷金 3月分)

住宅名	間取り	家賃(円)
サンコーポラス富来	3DK	1~3階 30,000
		4階 27,000
		5階 25,000
県営月山	2DK	18,500~
県営国見	3DK	21,700~

くにさき情報ナビ

お知らせ

交通災害共済にご加入ください

交通事故で入院・通院を7日間以上した方に、実治療日数に応じて見舞金を支払います。▼加入できる方 国東市に住民登録をしている方(令和4年4月1日現在)、修学(学生)のため一時的に転出している方 ▼共済掛金 一人につき360円 ▼共済期間 令和4年4月1日~令和5年3月31日 ▼申込方法 加入申込書兼納付書に掛金を添えて本庁会計課または各総合支所地域振

興課にお申し込みください。▼申込期限 3月31日(木)※締切日以降でも随時加入可 国総務課 防災係 ☎72-5160

「国見小学校」の校章・校歌が決定しました

竹田津・伊美・熊毛の3小学校が統合し、4月より開校する「国見小学校」の新しい校章と校歌が決定しました。校章は宮田敬介さん(大分市)、校歌の歌詞は榎山定文さん(山梨県甲府市)、校歌の楽曲は高橋知希さん(神奈川県藤沢市)の作品が選ばれました。市内外よりたくさんのご応募、あ

※内容の詳細はお問い合わせください

- 国東市役所 ☎72-1111(代)
- 国見総合支所 ☎82-1111(代)
- 武蔵総合支所 ☎68-1111(代)
- 安岐総合支所 ☎67-1111(代)
- 国東市消防本部 ☎72-1101(代)
- 国東市民病院 ☎67-1211(代)



国見小学校の校章

りがとごさいます。 国教 育総務課 ☎73-0066

武蔵中央公民館の貸館を停止します

武蔵中央公民館は改修工事のため、今年4月から来年3月までの間、貸館を停止します。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどお願いいたします。なお、今年度改修工事の武蔵セントラルホールは4月からご利用可能です。 国社会教育課 武蔵分室 ☎68-0094

療育手帳の再判定の時期が変更になりました

1月1日から療育手帳の再判定の時期が改正されました。18歳以降に判定を受けた方は、その後の再判定が不要になります。昨年12月末日までに判定を受けて、次回判定年月が

協会けんぽ大分支部の加入者の皆さまへ

令和4年3月分(4月納付分)から保険料率が変わります。▼健康保険料率 大分県支部10・52%(2月分まで10・30%) ▼介護保険料率 全国一律1・64%(2月分まで1・80%) 国全国健康保険協会(協会けんぽ)大分支部 ☎097-573-5630

税金

軽自動車税(種別割)の減免のお知らせ

【問合せ先】 税務課 市民税係 ☎72-5156

身体(精神)に障がいがある方が所有する軽自動車の税金は、一定の要件を満たす場合、申請により減免することができます。 ※障がい者一人につき1台のみ。普通自動車で減免を受けている方は対象外です。

【申請書類】

- ①申請書・通院などの証明書(市役所窓口に設置)
- ②身体障害者等の手帳
- ③自動車検査証
- ④運転免許証
- ⑤マイナンバー(個人番号)カード

【申請期間】

4月1日(金)~5月31日(火)



令和3年度に減免を受けられた方の翌年度以降の申請は「現況届」のご提出により、申請手続きに変えることができます。令和3年度の申請内容に変更がない場合は、現況届のみの提出となります。対象の方には3月末にご案内をお送りします。

3月の納税

国民健康保険税(9期)・介護保険料(10期) ▼納期限 3月31日(木) 国税務課 市民税係 ☎72-5156

補助・給付

離婚された方も臨時特別給付金の対象になります 次①または②に該当する方も子育て世帯への臨時特別給付金の支給対象に追加され

ました。支給対象になると思われる方は、ご相談ください。 ①令和3年9月分の児童手当の受給者でなかったが、離婚などによって令和4年3月分の児童手当の受給者となっている方 ②令和3年9月30日においては高校生などを養育していなかったが、離婚などによって令和4年2月28日時点で高校生等を養育している方 ▼申請期限 3月31日(木) 国福祉課 子育て支援係 ☎72-5164

おおいた共同受注センター

おおいた共同受注センターは、県内約100か所の障がい者就労支援事業所を活用し

おおいた共同受注センターを利用ください

定められた方へも経過措置があり、「次回判定」欄の書換えが可能の方がいます。詳細は市福祉課にご相談ください。 ※すべての方が書換えの対象になるわけではありません。 国福祉課障がい者支援係 ☎72-5164

ていただくための営業・発注などの窓口です。ご相談、お見積り無料です。次のようなことについて、ぜひご利用ください。▼企業・個人のお仕事を応援 簡易作業の請負、企業PRのお手伝いなど ▼地域の行事のお手伝い 手作り品をお届け、テナントで賑わいづくりなど ▼ご家庭でのお困りごとのお手伝い 草刈り、雑木伐採、お墓そうじ、農業のお手伝いなど 国おおいた共同受注センター ☎097-529-7622

新ガッツだ おまかせくん!

作：イニエスタ太郎



福祉の各種手当について

福祉手当には、次のものがあります。いずれかの手当を受給できると思われる方は、お気軽にお尋ねください。▼**特別障害者手当** 20歳以上の在宅の方で、著しく重度の心身障がいなどがあり、日常生活において常時特別の介護を必要とする方 ▼**障害児福祉手当** 20歳未満の在宅の方で、重度の障がいがあり、日常生活において常時介護を必要とする児童(児童福祉施設などに入所している場合は対象外) ▼**特別児童扶養手当** 精神、知的または身体に中程度以上の障がいがある20歳未満の児童を監護する父母、または養育者(児童が児童福祉施設などに入所している場合は対象外) 岡福祉課 障がい者支援係 ☎72-5164

国東半島宇佐地域世界農業遺産「地域活力支援事業」

世界農業遺産に関連する地域の自主的な活動に取り組み団体を募集します(令和4年度

から3回目以降の申請が可能です)。▼**補助対象事業** 世界農業遺産に関連する地域の自主的な活動(ウォーキングコースの開発、観光周遊コースの開発、特産品を使った商品開発など)で、令和5年3月31日までに完了する事業 ▼**対象者** 国東市内に活動拠点のある団体や企業(個人は除く) ▼**補助金額** 30万円以上50万円以下(営利目的の場合は2分の1以内) ▼**申請期限** 3月31日(休) 5月下旬に事業採択予定

▼**岡** 農政課 農政係 ☎72-5167

募集

隣保館主催教室の受講生募集

▼**フォークダンス**(講師) 由佐康子(開催日時) 第1・3月曜日 午前10時~正午 ▼**生け花(昼)**(講師) 藤田恵子(開催日時) 第3木曜日 午前9時~11時 ▼**生け花(夜)**(講師) 藤田恵子(開催日時) 第2水曜日 午後7時30分~9時 ▼**コーラス**(講師) 参奈穂子(開

大分県障がい者スポーツ大会参加者募集

「第17回大分県障がい者スポーツ大会」の参加者を募集します。▼**5月21日(出)** ボッチャ、アーチェリー、ボウリング ▼**5月22日(回)** 水泳、卓球(STT) ▼**5月29日(回)** 陸上、フライングディスク ▼**申込期限** 3月17日(休) 岡福祉課 障がい者支援係 ☎72-5164

国東市手話奉仕員養成講習会の受講者募集

簡単なあいさつや指文字、なじみやすい手話コーラスも取り入れて、楽しく学べます。▼**期間** 令和4年4月14日~令和5年3月16日(全47回) ▼**日時** 毎週木曜日 午後6時30分~8時30分 ▼**会場** 地域活動

支援センター) ぼけつと(武蔵町古市) ▼**受講料** 無料(テキストト代実費7,100円必要です) ▼**申込期限** 4月6日(休) 岡地域活動支援センター ぼけつと ☎69-02888

試験・講習

令和4年度 前期技能検定試験

▼**技能検定実施予定職種** 1. 2級32職種など ▼**申請書備付場所** 活力創生課、各商工会、各振興局など ▼**申請書受付期間** 4月4日(月)~15日(金) ▼**実**

行事・イベント

安岐中央公民館まつり

安岐公民館講座「梅園塾」(12教室)と安岐高年者大学(4教室)が、作品展や活動内容の紹介を行います。各教室の1年間の成果をぜひご覧ください。▼**日時** 3月18日(金)

ダイアログ・イン・クニサキ

国東市に作品を設置したアーティストと多様な対話者による連続の対談イベントを行います(参加無料、要予約)。▼**日時** 3月27日(日) 午前10時30分~午後5時45分 ▼**会場** アストくにさきアストホール ▼**出演者** アンソニー・ホームリー、川俣正、レイチェル・ホワイトリード、島袋道

浩、宮島達男 ▼**対話者** 南條史生(美術評論家、山口祥平(大分県立芸術文化短期大学准教授、今福龍太(文化人類学者)、河村任(国東市職員)、成仏地区の方々、山出淳也(BEPPU PROJECT代表理事) ▼**その他** 海外在住のアンソニー・ホームリー、川俣正、レイチェル・ホワイトリードの3氏は事前収録映像の上映となりますので、ご了承ください。 岡 BEPPU PROJECT (ベップ・プロジェクト) ☎0977-2235600

業務拡張により職員を大募集!!

社会医療法人財団 **天心堂へつぎ病院** TEL 097-597-4535 〒879-7761 大分県大分市大字中戸次字二本木 5956 番地 https://www.tenshindo.org

B&A 矯正歯科クリニック - 子どもや大人の歯並び・かみ合わせの治療専門 - 月・水~土曜日 10:00~19:00 休診日:火曜日・祝日 日曜日 10:00~17:00 院長:藤井昭仁(日本矯正歯科学会認定医) 副院長:藤井涼子(日本矯正歯科学会認定医) 別府市南立石一区2組 歯並び・かみ合わせのご相談は Tel. 0977-26-3321まで (検索) B&A矯正歯科

(広告)

(広告)

浜中区・岩屋区・富来浦手区 宝くじ助成金で備品を整備 国見町伊美の浜中区 今年度初のパパスクール(男性の子育て支援)を12月28日に開催しました。31組計76名の親子が参加し、それぞれの家庭で段ボール工作キットを作成し、作業風景や出来あがった作品を写真で送ってもらいました。参加者からは「親子で楽しめてよかった」などの声が寄せられました。 【問合せ】総務課 防災係 ☎72-5160 【問合せ】福祉課 子育て支援係 ☎72-5164



3・4月の休日在宅当番医 午前8時30分～午後5時

月日	病院名	所在地	電話番号
3/13	国東中央クリニック	国東町北江	73-2200
	たてわき眼科	武蔵町糸原	69-0111
3/20	末綱クリニック	国東町田深	72-0433
	定村内科医院	安岐町塩屋	67-2127
3/21	松木医院	国東町岩屋	72-0345
	朝倉内科医院	安岐町中園	67-2012
3/27	福永胃腸科外科医院	国東町鶴川	72-3001
	あおぞら病院	国東町小原	72-0455
4/3	国見病院	国見町伊美	82-1251
	あおぞら病院	国東町小原	72-0455
4/10	堀田医院	国見町伊美	82-0490
	あさひクリニック	国東町綱井	72-0365



3・4月の休日歯科当番医 午前9時～正午

月日	医院名	所在地	電話番号
3/13	なかよし歯科医院	武蔵町古市	68-0118
3/20	山下歯科医院	速見郡日出町	0977-28-0058
3/21	アキモト歯科医院	安岐町西本	67-2677
3/27	フォレスト歯科口腔外科クリニック	速見郡日出町鶴沢	0977-51-5651
4/3	矢野歯科医院	安岐町瀬戸田	67-0499
4/10	一宮歯科医院	速見郡日出町豊岡	0977-72-2529

※休日当番医は変更になることがありますので、電話でご確認のうえ受診してください。
※国東市民病院（安岐町下原 ☎67-1211）・あおぞら病院（国東町小原 ☎72-0455）は救急病院です。



子どもの便秘

便が長い時間出ないか、出にくかったりすること（1週間にうんちが2回以下）を便秘といいます。毎日便が出ていても、肛門が切れて血が出たり、出すときに痛がって泣いたりなどあれば、それも便秘です。

【対処法】

- 綿棒浣腸：綿棒にベビーオイルをつけ、1cmほど肛門に入れ、10秒ほどゆっくり回してから抜く。
- 「の」の字マッサージ：おへそを中心に「の」の字を書くようにマッサージをする。

【便秘を予防するために】

1. 早寝・早起きして生活リズムを整えよう
2. 身体を動かす遊びをしよう
3. 水分をこまめに取ろう
4. 食事をバランスよく取ろう
5. 食物繊維を多く含む食材を食べよう（野菜、海藻、果物、芋類、豆類など）



生活習慣・食事習慣を見直しても改善しない場合は、医療機関を受診しましょう

【問合先】医療保健課（国東市子育て世代包括支援センター） ☎73-2525



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。

にこにこ子育て広場 ※要予約

子育ての相談や、保護者同士の交流ができる場です。

日時 3/9(水) 午前10時

場所 国東保健センター

日時 3/10(木) 午前10時

場所 武蔵保健福祉センター

日時 3/16(水) 午前10時

場所 安岐保健センター

※タッチケア(ベビーマッサージ) 教室同時開催

離乳食教室 ※2日前までに要予約

離乳食のすすめ方、作り方が学べる教室です。

日時 3/11(金) 午前10時

場所 安岐保健センター

こころや言葉の相談会 ※要予約

お子さんの発達や気になる行動、子育ての方法について相談をお受けします。完全予約制。会場や時間は予約時にお伝えします。

開催日 3/9(水)、3/25(金)

申・問

医療保健課 ☎73-2525 国見総合支所 ☎82-1112

武蔵総合支所 ☎68-1184 安岐総合支所 ☎67-1111

成年後見定期相談会 ※要予約

認知症や障がいのために判断能力が十分でない方に対して、支援制度のご説明などの情報提供を行います。

日時 3/22(火) 午後1時30分～3時

場所 武蔵保健福祉センター

問 くにさき半島地域成年後見支援センター ☎25-5100

大分県よろず支援拠点 ※要予約

専門家が販路開拓や資金繰りなど、幅広い経営相談に応じます。

日時 3/23(水) 午前10時～午後4時

場所 国東市役所

申・問 国東市商工会 ☎72-2000

市民病院巡回診療

竹田津地区公民館 3/16(水)、3/30(水)

午後1時30分～

問 国東市民病院 医事課 ☎67-1211

県の新型コロナウイルスに関する相談窓口

24 新型コロナウイルス相談窓口

☎097-506-2775(24時間対応)

新型コロナウイルスの一般的な相談窓口です。

24 受診相談センター

☎097-506-2755(24時間対応)

発熱やかぜ症状などがあり、受診先に迷う場合など。

東部保健所 国東保健部 ☎72-1127

新型コロナウイルスに感染した疑いがある場合など。

ワクチンの副反応に関する相談窓口

24 大分県新型コロナワクチン副反応等専門相談窓口

☎097-506-2850(24時間対応)

ワクチン接種後の副反応について、医学的知見が必要となる専門的な相談に応じます。(相談例)接種後3日経っても腫れているが、医療機関を受診した方がよいか、など。



市内の無料相談

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。

民事・家事手続き案内

家庭裁判所の利用や申立手続などについて説明・案内します。

日時 3/9(水)

午前9時30分～午後3時30分

場所 アストくにさき

問 杵築簡易裁判所 ☎62-2052

行政相談

行政などへの苦情や意見、要望を受け、その解決や実現を促進します。

日時 3/9(水) 午前10時～正午

場所 みんなんかん、安岐総合支所

問 大分行政監視行政相談センター

☎097-532-3715

こころの相談 ※3日前までに要予約

こころの悩み、人間関係、家族との問題など、つらい気持ちを伝えてください。

日時 3/17(木) 正午～午後1時

場所 東部保健所 国東保健部

申・問 東部保健所 国東保健部 ☎72-1127

行政書士会無料相談 ※要予約、1組30分以内

遺言・相続、在留資格、法人設立、各種許可申請など、お気軽にご相談ください。

日時 3/17(木) 午後1時～3時

場所 みんなんかん

申・問 大分県行政書士会杵築支部

☎0977-72-3001

図書館トピックス

【今年度ご寄贈頂いた資料の紹介】

個人や匿名の方、団体で活動されている方々から多くの寄贈本をいただきました。大切にさせていただきます。



【DVD・CDも貸出しています】

くにさき・武蔵館はDVD・CDの所蔵をしています。2021年度はDVD48点、CD44点の購入をしました。アニメや話題の映画のDVD、洋楽・邦楽・BGMなどのCDがあります。お近くの図書館でご予約できますので、ぜひご利用ください。



司書のイチオシ

『図解でわかる14歳からの宇宙活動計画』

インフォビジュアル研究所/著 太田出版

この先2100年までの宇宙活動計画が、項目ごとに開きページで、イラストや年表でわかりやすく解説されています。SF小説や未来予測の中で語られてきたことが、実現可能な時代になってきました。宇宙ビジネスへの関心が高まる“今読みたい1冊”です。



大人にもおススメです。この本で、火星移住計画などの宇宙事業を身近に感じてみましょう。将来、大分空港から宇宙旅行ができる日が来るかもしれませんね。

くにさき図書館 司書 国広 香織

高校生のイチオシ

『あつこと僕らが生きた夏』

有村千裕/著 講談社

楊志館高校の野球部マネージャー「あつこ」の実話に基づく物語。地区大会前にかんが見つかり、治すことが難しいと告げられる「あつこ」。抗がん剤治療を続けると大会に出られないことから、自らの判断で治療を止め、部員と過ごす人生を選択します。

がんになった「あつこ」が、運命を受け入れながらも仲間と甲子園を目指す姿に感動しました。高校では陸上部に所属しています。大学で箱根駅伝に出場するのが夢です。

国東高校 普通科2年生 清原 琢磨 さん

【問合せ】 国見図書館 ☎ 82-1585 武蔵図書館 ☎ 69-0946
くにさき図書館 ☎ 72-3500 安岐図書館 ☎ 67-3551



図書館 イベントカレンダー

3/10 木
あかちゃんおはなし会
午前11時 くにさき図書館

3/12 土
おはなし会
午前11時 市内全館

休館情報

市内全館

3/22(火) 春分の日振替

3/31(木) 資料整理日

毎月月曜日は図書館休館日です

市役所協働展示のお知らせ

高齢者支援課 「地域支え合い活動」

国見図書館 3/2(水)~13(日)
武蔵図書館 3/16(水)~27(日)
安岐図書館 3/30(水)~4/10(日)

福祉課 「自殺対策強化月間」

くにさき図書館 3/8(火)~20(日)
国見図書館 3/24(木)~4/3(日)



「ウルトラセブン」と

宇宙港

私が小学生だった1967年に放映されていた「ウルトラセブン」が、4Kリマスター版(フィルムからデジタルに修復され、今月上旬まで再放送されました。かつて、斬新なメカや音楽にワクワクし、宇宙人による地球侵略のミステリアスな展開にドキドキしながら、正義のヒーローを応援していました。今思えば番組は、高度経済成長の影の部分や冷戦など当時の社会背景に焦点を当て、それを通じて人権や平和・環境問題などで多くの視点を与えてくれたように感じます。

今、大分県とりわけ国東市では宇宙への夢が広がっています。宇宙旅行をはじめとした宇宙ビジネスや新たな宇宙産業の発展など可能性は無限に広がりますが、同時に宇宙は何が起ころうか分からない未知の世界でもあります。「ウルトラセブン」では人類の宇宙開発を宇宙への侵略と勘違いした宇宙人から報復されるお話があります。さすがにこれはSFの世界ですが、私たち国東市民にとっても宇宙港に対する理解や共感が得られるような普及活動で、関心が高まることを期待しています。

それから、リマスター版の番組冒頭でこの作品には一部配慮すべき用語が含まれていますが作品のオリジナリティを尊重してそのまま放送します」と表示されます。その是非はともかく、意識の低い私はなかなかその場面に気づきません。それでも、ある登場人物が「アフリカの原住民」と言った言葉が気になりました。そして、その言葉以上にその人の表情や仕草に偏見を感じました。このように、当時は違和感を持たなかった表現や言い回しでも、現代の人権感覚からすれば相応しくないように感じられることがあります。人権感覚は時代とともに進歩しているので、テレビ番組などのメディアはもちろん、私たち自身の心も刷新していく必要があります。

この先、大分宇宙港からの人工衛星がきっかけで、情報通信技術が急速に発展するかもしれません。そんな期待感にワクワクする一方、発展した技術にモラルや規制が追いつかなければ、そんな人間社会の弱みに乗じて宇宙人が侵略してくるかもしれません。そんなことを想像して、ドキドキもします。

(文責：社会教育課 安岐分室 矢野之悠)



令和3年度『ふるさと国東の偉人伝』感想画・感想文コンクール入賞者発表

今年で7回目を迎えるこのコンクールは、市内の全児童生徒を対象に、さまざまな分野ですぐれた偉業を残した先人につつまる伝記『ふるさと国東の偉人伝』を読んだ感想画・感想文を募集するものです。作品それぞれに、児童生徒が思い描く「ふるさと国東への誇り」や「将来への夢・希望」が豊かに表現されています。厳正なる審査を経て、感想画の部・感想文の部の受賞者全14名が決定しましたので、発表します(敬称略)。

※表彰を「令和3年度教育の里づくりの集い」で実施予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりました。今後、感染状況をみて表彰式のみ実施予定です。

<感想画の部>

教育の里賞	安岐中: 安部 かなみ 花奈美(3年)
優秀賞(小)	国東小: 中野 ひな 妃菜(6年)
優秀賞(中)	国見中: 垣野 わら(2年)
優良賞(小)	志成学園: 佐伯 ゆうと 優斗(5年)
	安岐小: 牧野 ゆうた 優大(5年)
優良賞(中)	安岐中: 佐藤 いずみ 唯澄(3年)
	国見中: 西村 あやか 彩花(3年)

<感想文の部>

教育の里賞	志成学園: 豊村 あおい 葵(7年)
優秀賞(小)	国東小: 清原 あん 杏(6年)
優秀賞(中)	志成学園: 清原 さき 咲希(7年)
優良賞(小)	伊美小: 衣笠 りんたろう 凜太郎(6年)
	国東小: 安永 にのり 式祝(6年)
優良賞(中)	安岐中: 木村 みり 実莉(2年)
	国東中: 和田 はなみ 華実(1年)

【問合せ】 学校教育課 ☎ 73-0066

市長室からこんにちは

市長日記

『懐かき旧正月』

国東市長 三河 明史

大寒を過ぎましたが、寒さはこれからのようです。そして、今年2月1日が旧正月。中国や台湾などでは旧正月を盛大に祝うことから、新型コロナウイルスの最中でも大きなお土産を持つての大移動が行われていると報道されてきました。でも、同じ東アジアの日本では、いつの間にか新正月に代わってしまいました。私たちの子ども頃は、まだまだ旧正月の方が盛んでした。新正月にも餅はつくのですが、旧正月の方が断然たくさんついていました。今のわが家は妻と二人だけですが、昔は家族も多く、本当ににぎやかに餅つきをしていました。

わが家は入り口から入ると、広い土間が家の裏手にある「かまや(台所)」につながっていました。井戸や「くど」、流しなどがある広い「かまや」の手に「ないしょ」があり、「ないしょ」の土間にある大きな石臼で餅をついていたのです。旧正月の餅つきは一家の一大行事で、その日は家族全員に叔母なども集まり、まだ元気だった祖母の采配のもと、2斗から3斗もの餅をついていました。「くど」に水を入れた大きな釜をかけ、餅米をいれた何段ものセイロをその釜の上に重ね、どんどん火をたたくのです。やがて釜の水が沸騰し、シンシンと湯気が吹き上がり始めます。しばらくすると祖母が一番下のセイロの餅米をつまんで口に入れ、「うん、よかろう」と言うと、母がそのセイロを持ち上げ、きれいに洗った石臼に蒸

した餅米を入れるのです。すると、手ぐすねを引いて待ち構えていた祖父や父が、祖父手作りの重い杵で、餅米をつぶしながらつき始めるのです。大抵は祖母が餅採りをし、出来た餅を丸めるのは叔母や私たちでした。

祖母は蒸した餅米を、つく前にどんぶりに入れて、酢醤油をかけて私たちにくれました。つやつやと光る蒸した餅米を口に頬張ると、これがおいしいのです。また、つき上がった餅を丸める前に小さくちぎって、酢醤油をかけて「酢餅じゃ」と言って子どもたちに食べさせてくれました。つきたての餅に甘酸っぱい酢醤油をつけて食べるのも本当においしく、楽しみでした。つき上がった餅は、まず神様や仏様にお供えする鏡餅を先に作り、あんこもち、ひらもち、ふつ(よもぎ)の入ったふつもち、かきもちなどを作りました。かきもちも、塩だけを入れたもの、砂糖を入れたもの、色粉で着色したものなど、いろいろ作りました。

冬の寒い日には、祖母が火鉢でお餅やかきもちを焼いてくれました。また、かきもちを細かく切ってあられにして、網の目の細かい網で、煎ってくれました。そしてその煎ったあられに砂糖をまぶし、ひらもちやかきもちは、砂糖醤油をつけて食べるのです。火鉢の側にいると香ばしい香りが立ちこめ、庭に積もった雪を見ながら食べたものです。私が大学に行っているときも、祖母は砂糖をまぶした煎りあられを時々送ってくれました。寒い京都の冬、北向きの下宿の部屋で屋根の雪を見て、故郷を思い出しながら祖母の煎りあられを食べたものです。

日本の旧正月が、いつ頃なくなったのかよく分かりません。気がついたら、日本の古き良き慣習はいつの間にかなくなっていたのです。最近とても寂しく感じるようになりました。

副市長の市政コラム

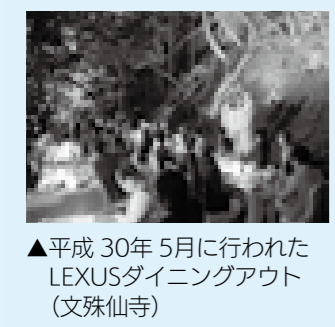
種もまく

「くにさき学」まるわかりガイドブック ～副読本の発刊にむけて～

「郷土の世界遺産を学ぶことで自分の住むまちを深く知り、郷土に誇りを持ち語ることができる児童生徒に」という趣旨で行われている岩手県平泉町の「平泉学」から着想を得て、「くにさき学」の創設を宣言したのは平成30年のことです。

国東市が誕生して16年。両子の地で育った私には、新しい出会いばかりでした。8K動画で見た馬ノ瀬、千燈岳の五辻不動とゴームリー像、LEXUSダイニングアウトの舞台となった文殊仙寺、吉野ヶ里に引けを取らない弥生のムラ遺跡、教科書で見た足利尊氏座像の安国寺など、悠久の歴史を今につなぐ「私たちのふるさと」です。また、世界農業遺産や宇宙港など、先代から継がれた文化や産業が、新たな光を浴びてさらに発展していくものと思っています。

今年度、「くにさき学」の第1弾として小中学生への副読本を作成しています。児童生徒の皆さんに活用していただき、ふるさと国東の良さを語れる「国東人」に育ってほしいと願っています。(国東市副市長 吉水 良伸)



健康づくりを応援

くにさき国保 だより

【問合せ】市民健康課 国保年金係 ☎72-5166

市民健康課 染矢 裕美

気になりませんか? ポッコリお腹

市内で「腹囲」が基準値以上の人の割合は **約4割!!** (県内ワースト3位)

腹囲が基準値*以上の人

*基準値とは、おへそ周りで 男性 85センチ以上、女性 90センチ以上

10月から「国保発! 運動1ポイントレッスン」をケーブルテレビで放送しています。皆さん、コロナ禍の運動不足などで、体重が増えていませんか? また、体重は変わらないのに年々お腹周りが気になりませんか?

そんな悩みのある方のために、3月12日から「バンザイ逆腹筋ですっきりお腹を手に入れよう!」を放送します。厚生連健康管理センターの講師・織田健康運動指導士の映像を見ながら、一緒にテレビの前で運動してみましよう。めざせ、脱・メタボ!

今月の体成分分析器測定週間 ~自分のからだを知ろう週間~
3月14日(月)~18日(金)です。(場所: 本庁市民健康課窓口前)

健康応援レシピ

野菜モリモリ350/健康応援レシピ

~野菜プラス1皿~

タンドリーブロッコリー

【1人当たり】
エネルギー 77kcal
野菜使用量 70g
食塩相当量 0.7g

ブロッコリーは鉄やカルシウムなど不足しがちな栄養素を多く含む食材です。野菜に含まれる鉄は、動物性たんぱく質と一緒に取ることで吸収が良くなるので、肉・魚・卵・乳製品と組み合わせるのがおすすめです。

アルミホイルに並べてグリルで焼いてもおいしくできます。ぜひお試しください!

市民健康課 管理栄養士 綾部 裕美

■材料(2人分)
ブロッコリー..... 1株
かに風味かまぼこ..... 1本
ヨーグルト(無糖)..... 80g
カレー粉..... 小さじ 1/2
食塩..... 少々
油..... 小さじ 1

■作り方
①ブロッコリーを小房に分ける。かに風味かまぼこは細く裂いておく。
②袋に油以外の材料を全て入れて揉みこむ。
③フライパンに油を熱し、②を加えアルミホイルをかぶせて中火で時々返しながらか、7~8分ほど焼いて完成。
※アルミホイルの代わりに鍋フタをかぶせても良いです。

国東を 元気にする人

社会福祉協会の方からのお声かけで、昨年4月に市の地域支援サポーターになりました。スマホ教室などにスタッフとして参加し、地域支え合い活動のお手伝いをしています。国東の高齢者は元気で面白いばかりで、毎回活動に加わるのがとても楽しいです。

大分市出身で、東京から夫の故郷の国東市に移り住んでもうすぐ2年になります。子どもが2人いますが、国東の子育て環境は最高です。東京では子どもが泣いたり騒いだりすると迷惑がられました。国東では「どうしたの？」と皆さんが笑顔で話しかけてくれるのには驚きました。人々の温かさに感動して、何か地域の力になりたいという思いがこみ上げてきましたね。東京でのエンターテイメントの仕事経験を生かして地域を盛り上げ、私たちが優しく受け入れてくれた国東に恩返しをしたいと思っています。



国東の人々の温かさに感動
地域を盛り上げる力になりたい

国東市地域支援サポーター

熊田 圭子 さん (国東町富来浦)



地域支援サポーターとして、「スマホ教室」(あらたに会)でインスタグラムの操作をお手伝い。



「国東オコスンジャー」として(?)、毎週金曜日に上成仏のバス停で記念乗車券を配布しています。

私の宝物★

げんき
木村 元季 くん
(7か月)

母 香里 さん
安岐町下原

ニコニコ笑顔が
すてきな元季くん

周りを笑顔にする
元気な男の子に育ててね (母)



私の達人な秘訣

ひろし
瀧口 洋利 さん(84歳)

武蔵町糸原

今も現役で稲作をしています。私は「よく運動をし、よく手先を動かす」ことを心掛けています。鶴の飾り物を作って人にあげるのが趣味で、よろこんでもらえるのがとてもうれしいです。



お誕生おめでとう (敬称略) ()内は保護者の名前 / 1月18日～2月15日までの届出分

1月

12日 国東町小原 佐藤 千隼 (達也・麻耶)
19日 国東町安国寺 中村 新 (昇平・愛)
26日 安岐町下原 古庄 にこ (祥暉・さくら)

2月

3日 国東町富来浦 鳥丸 楓 (寛・純子)
安岐町下原 清松 穂如葵 (俊之・綾子)
6日 武蔵町向陽台 藤本 遥陽 (優作・幸希)
8日 国見町竹田津 桐畑 幸来 (直幸・夏美)

お悔やみ申し上げます (敬称略) 1月18日～2月15日までの届出分

1月

18日 国東町成仏 藤原 ヒロ子 (84)
19日 安岐町下原 磯邊 清一郎 (85)
20日 国見町鬼籠 坂本 真美 (49)
国東町浜 谷本 チズ子 (92)
安岐町富清 渡邊 月 (94)
21日 国見町櫛海 石濱 猛 (93)
22日 安岐町山浦 橋上 アサコ (88)
25日 国東町岩屋 栗林 力 (98)
国東町小原 西田 憲作 (74)
26日 安岐町下山口 白石 アサノ (86)
28日 武蔵町古市 前原 朝美 (61)
29日 国東町富来 長木 太見生 (88)
武蔵町吉広 長吉 正美 (87)
31日 武蔵町古市 津崎 トシコ (99)

2月

1日 国東町来浦 野上百老 (90)
2日 国東町安国寺 岐部 宅美 (73)
安岐町朝来 久保田 千秋 (88)
安岐町向陽台 藤原 春夫 (87)
3日 安岐町中園 松原 増夫 (91)
4日 安岐町瀬戸田 井上 申良 (89)
5日 国見町向田 江藤 康子 (84)
安岐町山浦 河野 幸一 (83)
6日 武蔵町糸原 高橋 美智代 (78)
7日 国東町鶴川 石丸 義則 (88)
安岐町馬場 神鳥 文吾 (92)
8日 国東町鶴川 濱田 廣樹 (88)
9日 国東町北江 禮田 敬治 (93)
11日 国東町横手 高木 正勝 (84)
12日 国見町野田 上野 喬樹 (91)

※掲載希望の申し出のあった方を掲載しています。

ひとのうごき 人口 26,504(-39)人 男 12,745(-10)人 女 13,759(-29)人 世帯数 12,972(+5)世帯
主な異動理由 転入56人 転出61人 出生7人 死亡43人 ()内は前月比 1月31日現在

編集後記

“寄ろう会”の特集取材で、豊崎地区の地域支え合い活動「一村一心の会」にお伺いすると、皆さんが公民館で楽しそうに囲碁ボールをしていました。プレーの様子を写真撮影していると、「やっちみよ」とスティックを渡され、私もそのまま飛び入り参加。勝敗のなかった最後の一球を決めて皆さんに褒められ、とても気分の良い一日になりました。(矢野)

◆今月号の表紙



～道が険しくとも笑って歩く～

今月号の表紙は、国東中女子剣道部のキャプテンで、団体では大将を務める國廣桃羽さん(2年生)です。國廣さんは大分県のジュニア強化指定選手に選ばれており、「大将までつなげば団体は勝てる」と言われるほど、他の部員から信頼されています。國廣さんは「県大会で団体3位に入賞できたのは、部員みんながいたから。私が強くなったのも、練習を頑張ったのも、みんなのおかげです。国東中剣道部に代々伝わる『道険笑歩』の言葉を胸に、かけがえのないこのメンバーと、さらさら上を目指したいです」と笑顔で話していました。



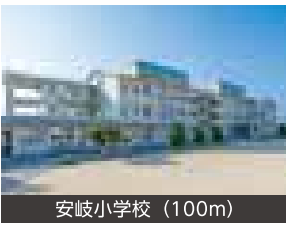
そらにわの丘

AKI MACHI SHIMOBARU

令和4年4月

受付開始
予定

この空が、家族の宝物になる。



安岐小学校 (100m)



安岐保育所 (150m)



大分空港 (1.9km)



国東市民病院 (200m)



たいたい公園 (3.2km)



塩屋海岸 (1.5km)

自然豊かな国東市で
人生の拠点をつくりませんか。

家づくりをお考えの方へ

令和4年4月、美しい海が臨める高台に分譲地「そらにわの丘」が誕生します。
学校・病院・日用品のお買い物などアクセス良好、家族との暮らしに最適な利便性の高さが魅力です。

子育てをきっかけに自然に囲まれた環境を求める方々や、心豊かに暮らせる穏やかな場所を求めている方々へ。国東市での暮らしを具体的に考えてみませんか。マイホーム新築・購入を応援する奨励金などのサポートもご紹介します。
どうぞお気軽に国東市役所へお問い合わせください。

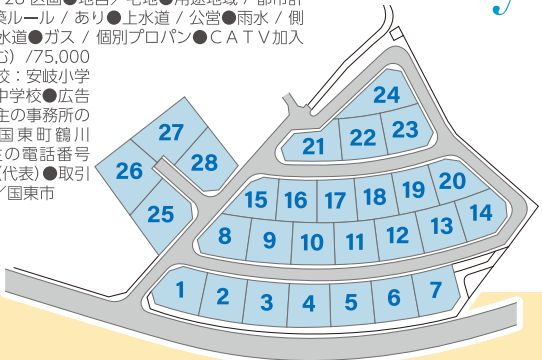


そらにわの丘 周辺地図

安岐町下原/宅地分譲 全28区画
区画面積 約60~80坪

【「そらにわの丘」物件概要】●所在地/国東市安岐町下原2155番地1ほか ●交通/大分交通(国東市民病院前)バス徒歩3分 ●区画数/28区画 ●地目/宅地 ●用途地域/都市計画区域外 ●建物建築ルール/あり ●上水道/公営 ●雨水/側溝 ●汚水/公共下水道 ●ガス/個別プロパン ●CATV加入分担金(工事費含む)/75,000円 ●学校区/小学校:安岐小学校、中学校:安岐中学校 ●広告主/国東市 ●広告主の事務所の所在地/国東市国東町鶴川149番地 ●広告主の電話番号/0978-72-1111(代表) ●取引形態/分譲 ●売主/国東市

28 family



家づくりを
応援します!

国東市
あったか家族
マイホーム新築・購入
応援奨励金

詳しくは国東市役所ホームページ
でご確認ください。

【お問い合わせ】
国東市 まちづくり推進課
大分県国東市国東町鶴川149番地
TEL. 0978-72-5186

国東市役所ホームページに情報を掲載しています
<https://www.city.kunisaki.oita.jp>



website

