

毎月第3日曜日は「家庭の日」

「家団らん」で家族の絆を深めましょう！

毎月第3日曜日は「家庭の日」です。家族が一緒に過ごし「家団らん」を大切にする日。この運動を支援している協賛施設や店舗ではさまざまな特典が受けられます。健全な子どもたちを育てていくために学校や地域も一緒になってこの運動を推進しましょう。

◎問い合わせ 生涯学習課 ☎23-9545

家庭は、家族の大切なよりどころ。子どもたちが基本的な生活習慣などを身に付け、人格を形成していく場所です。そこで、家族みんなが話し合う機会を多く持つことで家族の絆を深め、明るく楽しい家庭づくりを進めるきっかけと

宮崎県でも、毎月第3日曜日を家庭の日と定める県条例を昭和52年に制定。市教育委員会でもこの運動を推進して、家庭の日の普及に向けてた啓発活動を行っています。

調整するほか、市の体育施設は家族を対象としたイベントなどに優先的に開放するよう取り組んでいきます。各地域でもこうした取り組みを進め、家庭や学校、地域が一緒になって家庭の日を推進していきましょう。

学校や地域と一体となって推進

するため「家庭の日」を定めています。

家庭の日を推進するには、大人も子どもも一緒に過ごすための時間が必要です。その

また、各事業者も家族で参加できる行事の開催や、定期的に

しかし、大人は仕事が忙しく子どもは塾通いや習い事で、家族全員がそろって話をする

ため、市教育委員会では、家庭の日には中学校の部活動を休みにするよう呼び掛けています。また、スポーツ少年団でも

残業しない日を設けるなどして、家族団らんのきっかけづくりを支援しましょう。

この機会に、家庭の在り方について考えてみましょう。

「家庭の日」とは

家庭の日は、昭和30年に鹿児島県さつま町（旧鶴田町）

団活動を行わないことを申し合

市民の皆さんと一緒に家庭の日を推進して、明日の健やかでたくましい子どもたちを育てていきましょう。

で、家庭の大切さを見直すこと、農業従事者の休日を設定する動きがきっかけとなり誕生しました。

今後は、市主催の行事なども家庭の日には行わないよう

毎月第3日曜日は可能な限り公務は行わず、家族と一緒に過ごす時間を大切にしたいと思えます。

市民の皆さんと一緒に家庭の日を推進して、明日の健やかでたくましい子どもたちを育てていきましょう。

池田市長自ら家庭の日を実践します！



6人の子どもを育てながらPTA活動にも積極的に参加している高木かおるさん（早鈴町）と、子育て支援グループで母親らの育児支援を行っている小林隆子さん（横市町）に、家庭の在り方について対談してもらいました。

テーマ1 今の子どもたちの生活スタイルに何か感じることはありますか？

高木さん 最近の子どもたちは、放課後も忙しい子どもが増えているように感じます。放課後というところは友達と遊ぶ時間や場所があったように思っていますが、今はそういう子どもたちも見掛けなくなりました。

小林さん 私も実感しています。習い事や部活動で忙しいとか、疲れたと話すと子どもがいることを聞いたことがあります。私が子どものころは毎日楽しくてしょうがなかったのに、どうしてだろうと思います。

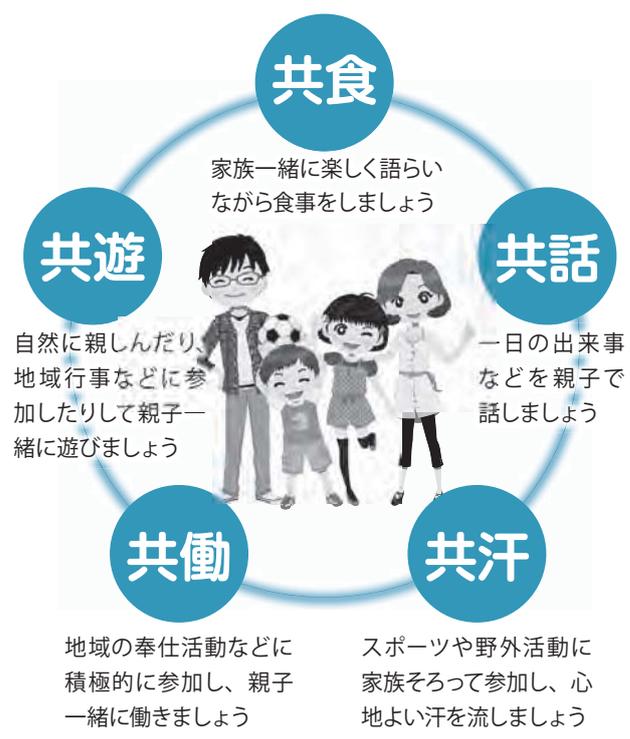
高木さん 親の方も毎日が忙し過ぎて、子どもがゴロゴロしてのんびりしているのを見ると、大丈夫かなという気持ちから「宿題済んだの」と尋ねてしまい、「のんびりしているんだね」というのが親の口からも出なくなってきたと思います。本来はそういう時間を保障してあげべきだと思います。

小林さん 子どもは忙しくしていないといけないよ。うな錯覚は、社会の雰囲気やそうさせているのかもしれませんね。子どもも本当はオフの時間が必要なんですよね。

「家庭の日」はこんなことを家族で行いましょう！

県は「遊食話汗働」（夕食は感動）をキャッチフレーズに、次の5つの共感活動を提唱しています。何か特別な事をするのではなく、家族がみんなで過ごす工夫をすることが大切です。そうしたことを日頃から意識して取り組みましょう。

5つの共感活動



我が家の「家庭度」をチェックしてみよう！

- 子どもは学校での出来事や友だちのことを家で話していますか？
- 子どもの話を時間をかけて聞いていますか？
- 家族間であいさつはできていますか？
- 一日の出来事などを話しながら、みんなで楽しく食事をしていますか？
- 食事の準備や片付けをみんなでやっていますか？
- 家族それぞれに役割分担を決めていますか？
- 親として家庭での役割を果たしていますか？
- 子どもを叱ったり、ほめたりすることができますか？
- 家族みんながよく外出しますか？
- 家族で出かけるのは好きですか？

8個以上…今のままで大丈夫
 5～7個…家族との触れ合いをもっと増やしましょう
 4個以下…家族と触れ合う時間を見直してみましょう

優待券で得しちゃおう！



※利用する時に持参ください。コピーも可。宮崎県のホームページからも取得できます

◎県子ども家庭課
 ☎0985-26-7041

●協力店を募集中！
 協力店や施設を募集しています。広告料など特別な負担は必要ありません。詳しくは宮崎県子ども家庭課へ問い合わせください。



※対象店舗や特典の内容などは県のホームページで確認してください

協力店がお得なサービスを提供
 県内各地の施設や店舗などで利用できる優待券を発行しています。市内でも、都城島津邸や歴史資料館などの入館料が無料になるほか、道の駅や温泉施設、遊技場、飲食店などで料金の割り引きなどの特典を受けることができます。

テーマ2 家族の時間はどついたらつくれますか？

高木さん 毎日10分でもいいので、子どもが話しかけてきたときにはちゃんと聞いてあげることが大事かなと思います。長い時間、一方的な話をしてもつとつしく思われるので、短い時間でもいいですから、求められた時には可能な限り振り向いてあげることが親の務めかなと思います。

小林さん 傾聴するって大事だよって子育て講座で聞いて、私も試してみたんですね。子どもの目線になって忙しい時でも「よし」と思ってやってみたら、本当に5分ぐらいで話は終わるんですよ。子どもに顔を向けて話を聞くと子どもの表情も分かるし、自分も親身になる。子どもも満たされて親もちゃんと分かってくれてあげられる、そういう日々の時間が大事かなと思います。

テーマ3 家庭の日はどんな日にしたいですか？

高木さん 基本は毎日が家庭の日なのでしょうが、そうは言っても難しい家庭だつてありますよね。今の時代、そういう啓発できる日があることは意義のあることだと思いますし、家庭を見つめ直すきっかけになるといいと思います。

小林さん 家庭はこんなに温かいんだよつていう話ができればいいのじゃないですか。家族を見つめ直す機会をつくるためにも、家族で参加して、親子で楽しめるイベントを考えていけたらいいなと思います。



子育てサークル ミッキー 代表 小林 隆子さん

4月1日から 新しい組織でスタートします！

◎問い合わせ 行政改革課 ☎23-7161

4月から市役所の組織や事務体制の一部を変更します。今回の見直しのポイントは、都城市の持つ3つの宝「農林畜産業」「地の利」「次世代を担う子どもたち」のうちの一つ「農林畜産業」の振興を推進するための部署を新設。「スマイルシティ都城」の実現に向けて、積極的に取り組んでいきます。

新設

六次産業化推進事務局の設置

農林業生産者の所得向上や、新たな雇用の場の創出が期待されている6次産業化。農林畜産業の生産、加工、流通・販売の各分野の連携を強化して、この6次産業化を推進するため、新たに部に進ずる組織として「六次産業化推進事務局」を設置し、本市の基幹産業である農林畜産業の活性化を図っていきます。

6次産業化推進計画の策定やシンポジウムの開催を通じて、関係者間の連携を強化していきます。

◎六次産業化推進事務局

☎23-2193

共進会对策室の設置

昨年10月に長崎県で開催された全国和牛能力共進会で、宮崎牛が2大会連続の日本一になりました。しかし、本市からは2大会連続で県代表に選出されておらず、出場を逃している状況です。

本市は、牛、豚、鶏の産出額で全国トップクラスです。その地位を維持するためにも、牛肉をはじめとする畜産物の一層の品質の向上を図り、ブランド価値を高めていく必要があります。そのため、畜産課内に「共進会对策室」を設け、畜産共進会に向けた支援体制を強化していきます。

◎畜産課 ☎23-2769

見直し

消防組織の見直し

所管事務を分かりやすく表すため、消防局の警防課の名称を警防救急課に変更しました。

◎警防救急課

☎22-8883



働く世代のための健康プログラム 目指せ「食の健康マイスター」



働く世代の人を対象に、管理栄養士が食を通じた健康づくりをお手伝いします。

◎問い合わせ 健康課

☎23-2765

規則正しくバランスの良い食事をとることは、健康の基本です。今回の健康教室では、調理実習などを通して、減塩方法など食に関する知識を身につけ、健康を見直すことを目的としています。

教室は春・秋コースを用意しています。ポイント制になっています。4回の調理実習や講座に参加したり、食事や体重の推移を記録した「食の健康マイスター」の認定証とあなたの健康を手に入れることができます。

食の健康マイスターになると

- ・健康づくりの専門家の話が聞ける研修会などに参加できます
- ・健康教室や健康増進を目的としたイベントなどの情報を提供します
- ・健康グッズをプレゼントします



食の健康マイスター 春コース (5月～9月)

日程・場所	内容
5/28(火) ☎高 5/30(木) ☎高	オリエンテーション 高血圧や高血糖が体に及ぼす影響を学習
7/17(水) ☎高 7/21(日) ☎高	調理実習(家族で参加可) おいしく減塩ワンプレートランチ
8/27(火) ☎高 8/30(金) ☎高	調理実習 血糖値を上げないための食事
9/24(火) ☎高 9/27(金) ☎高	修了式 体重の変化と生活習慣の変化を確認

- 時間 9時30分～12時
- 定員 各会場30人
- 料金 100円(材料代)
- 場所 ☎ コミュニティセンター
☎ 高城生涯学習センター
- 申込期間 4月1日(月)～5月17日(金)
- 申し込み
☎は健康課 ☎23-2765
☎は高城保健センター ☎58-6800
- その他 今回は、春コース(5～9月)のみ募集します。秋コース(10～2月)は詳細が決まり次第、案内します

西岳地区の交流拠点施設

西岳地区市民センター、地区公民館、 小学校体育館クラブハウスがオープン

西岳小学校運動場内に西岳地区市民センターと西岳地区公民館、西岳小学校体育館クラブハウスが一体となった複合施設が完成し、4月1日オープンしました。
今後は、地域と学校、行政が一体となって子どもたちを育む交流の場として、また地域住民による協働のまちづくり活動の拠点施設として、さらには災害時の避難所として活用していきます。



西岳地区市民センター

明るく開放感にあふれた室内は、カウンターをはじめ随所に木材を使用しています。また、カウンターの高さを従来の施設のものより低くするとともに、玄関からの通路には手すりを設けるなど、体の不自由な人や車いすの人も利用しやすいよう配慮した、みんなに優しい施設になりました。
なお、住民基本台帳事務や戸籍の届け出、各種証明書の発行交付など、従来の取扱業務に変更はありません。



地区市民センター

西岳地区公民館

● 研修室・和室

会議や研修会、生涯学習教室などに利用できます。

※研修室は、座席数45席。和室は、12畳の広さで座卓4台

● 調理室

調理講習会や調理実習などに利用できます。

● ふれあいサロン

※調理実習台4台
マッサージ機
ソファを備え、高齢者だけでなくみんながくつろげる癒しの空間です。



ふれあいサロン

クラブハウス

● 会議室

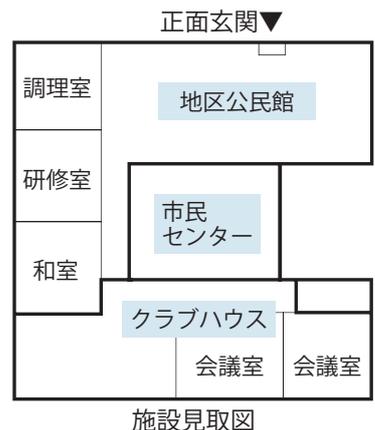
会議や研修会、講演会など、さまざまな催しに利用できます。また、間仕切りすることで、中・小会議室としても利用できます。

※テーブル使用の場合90席

椅子のみ使用の場合135席

● シャワー室

災害時には、避難者が利用できます。また、車いすの人も使用可能です。



施設見取図

■ 申し込み

地区公民館、クラブハウス共に、1カ月前から西岳地区公民館窓口で受け付けます。利用希望者は公民館利用許可申請書または、運動施設利用許可申請書を提出してください。

※変更、キャンセルは利用する日の1週間前まで

■ 利用時間

9時～22時

※準備などの時間も含まれます

■ 休館日

毎月第3日曜日(家庭の日)

12月29日～1月3日

◎ 問い合わせ

西岳地区市民センター

☎ 33-1515

西岳地区公民館

☎ 33-2000

働く若者のサークル 都城市勤労青少年ホーム

「カレッジピア」 会員募集

都城市勤労青少年ホーム「カレッジピア」では、平成25年度の会
員を募集しています。カレッジピアは働く若者が余暇を活用して
スポーツや文化活動を行う場です。

現在、健康増進と教養を高めることを目的に、スポーツ系3クラ
ブ、文化系6クラブが活動していて、会員相互の交流を深めてい
ます。

◎問い合わせ 生涯学習課 ☎23-9545

対象者とクラブの内容

市内に居住または勤務している、
39歳以下の未婚の人が対象です。

スポーツ系のクラブ(4月9日(火)～)

●**場所** 勤労青少年体育センター
(姫城地区体育館)

【ミニテニス】

●**日時** 毎週火曜日 20時～22時

【ミニバレーボール】

●**日時** 毎週火曜日 20時～22時

【バドミントン】

●**日時** 毎週金曜日 20時～22時

文化系のクラブ(4月15日(月)～)

文化系クラブは、1月を除き毎
月第5週目は原則休みです。

【ヨガ】

① ヨガAクラブ

●**日時** 毎週水曜日 19時～21時

●**場所** 中央公民館

② ヨガBクラブ

●**日時** 毎週月曜日

19時30分～21時30分

●**場所** 総合社会福祉センター

【英会話】

参加者同士や外国人との交流を
行い、楽しく学ぶことができます。

●**日時** 毎週水曜日

19時30分～21時30分

●**場所** 総合福祉会館

【料理】

季節ごとのメニューや、残った
食材を使った料理などを学べます。

●**日時** 毎週木曜日 19時～21時

●**場所** 総合福祉会館

【ペン習字・書道】

はがきやのし袋の書き方などを
学べます。

●**日時** 毎週木曜日 19時～21時

●**場所** 総合福祉会館

【着付け】

着物や着付けについて学ぶこと
で、和服の奥深さを学びます。

●**日時** 毎週金曜日

20時～21時30分

※第1金曜日は休み

●**場所** 総合福祉会館

【フラワーアレンジメント】

コサージュやブーケ、プリザー
ドフラワー作りを学びます。

●**日時** 5月14日(火)・21日(火)・28

日(火)、6月11日(火)・18日(火)・25日

(火) 19時～21時 ※要申し込み

●**場所** コミュニティセンター

まちづくりイベントにも参加

クラブ会員で地域を盛り上げよ
うと、盆地まつりや神社ピクニッ
クなどのまちづくりイベントに積
極的に参加し活動しています。

入会金などの費用

入会金3,000円が必要です。
また、フラワーアレンジメントを
除く文化系クラブは受講料として
月額1,000円が必要です。
※材料費・教材費は別途負担

入会方法

活動開始後はそれぞれのクラブ
の会場で入会できます。クラブ活
動など詳しくは、入会説明会また
は開校式で確認ください。

【カレッジピア開校式】

●**日時** 5月10日(金) 19時30分～

●**場所** 中央公民館

【入会説明会】

●**日時** 6月10日(月) 7月8日(月)

10月15日(火) 11月11日(月)

19時30分～

●**場所** 中央公民館



料理教室講師
藤崎久美子さん (姫城町)

講師を務めて40年ほどですが、
親子3世代で教室に通う生徒がい
たり、卒業生が手伝いに来てく
れたりするなど、温かな雰囲気の中
で楽しく教室を開いています。参加
者には、都城のすばらしい食材を
使うことで本物の味を舌で感じ、
次世代を担う子どもたちを育てる
食育の知識を身に付けて、元気な
子どもを産み育ててほしいです。

平成25年度 市税などの納期限・口座振替日一覧表(普通徴収分)

年月	種類	固定資産税	市県民税	軽自動車税	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料	介護保険料
平成25年	4月	1期 4月30日(火)					
	5月			1期 5月31日(金)			
	6月		1期 7月1日(月)		1期 7月1日(月)		
	7月	2期 7月31日(水)			2期 7月31日(水)	1期 7月31日(水)	1期 7月31日(水)
	8月		2期 9月2日(月)		3期 9月2日(月)	2期 9月2日(月)	2期 9月2日(月)
	9月				4期 9月30日(月)	3期 9月30日(月)	3期 9月30日(月)
	10月		3期 10月31日(木)		5期 10月31日(木)	4期 10月31日(木)	4期 10月31日(木)
	11月				6期 12月2日(月)	5期 12月2日(月)	5期 12月2日(月)
	12月	3期 12月25日(水)			7期 12月25日(水)	6期 12月25日(水)	6期 12月25日(水)
平成26年	1月		4期 1月31日(金)		8期 1月31日(金)	7期 1月31日(金)	7期 1月31日(金)
	2月	4期 2月28日(金)			9期 2月28日(金)	8期 2月28日(金)	8期 2月28日(金)
	3月				10期 3月31日(月)		
課税内容に関する 問い合わせ先	資産税課 ☎23-2124	市民税課 ☎23-2123		保険年金課(国保担当) ☎23-2642		介護保険課 ☎23-2596	
納付に関する 問い合わせ先	納税課 ☎23-2126			保険年金課(収納担当) ☎23-7144			

切り取り線

※「納期限」「口座振替日」は、納付月の末日(12月は12月25日)。ただし、納期限が土・日曜日、祝日の場合は、その翌日が納期限となります

◎納付場所

○次の金融機関の窓口

宮崎銀行、鹿児島銀行、宮崎太陽銀行、南日本銀行、西日本シティ銀行、都城信用金庫、九州労働金庫、都城農業協同組合

○沖縄県を除く九州管内の郵便局・ゆうちょ銀行

※納期限後は取り扱いきません

○全国のコンビニエンスストア

※後期高齢者医療保険料と取扱期限を過ぎた納付書は取り扱いきません

○市役所、各総合支所、各地区市民センター

税・保険料の納付は、 便利な口座振替で！

口座振替の申し込みは、金融機関の窓口で預貯金通帳と届け出印および納税(納付)通知書を持参の上、申し込みください。

●振り替え開始の時期

申し込み月の翌月からとなりますが、月末近くに申し込むと、翌々月からの振り替えとなる場合があります。

●振り替えの結果の確認

預貯金通帳に記帳して確認ください。