

# HIT A

広報ひた  
Public relations magazine  
8月15日号 No.1161



7月22日・23日に行われた日田祇園祭。連日の猛暑日の中、子供たちが子どもみこしを担ぎ、元気な掛け声とともに、祇園祭を盛り上げていました。

汗をかきながら、一所懸命頑張っている子供たちの姿に、元気をもらうことができました。

## ●平成29年度日田市古文書入門講座

古文書読み解きの未経験者及び初心者向けの入門講座です。独特のくずし字や語句が使われて一見すると難しそうですが、本講座では初歩から分かりやすく解説します。

- ▶ **ところ** 市役所別館3階 大会議室
- ▶ **募集数** 50人程度 (15歳以上の人)
- ※応募多数の場合は先着順。
- ▶ **受講料** 無料
- ※辞書等の購入、展示見学時の保険料は自己負担です。
- ※住所・氏名・年齢・連絡先を記入の上、電話、ファックス、はがき又はメールのいずれかでお申し込みください。(電子申請有り)
- ▶ **申込期限** 8月31日(木) 午後5時必着

☎ 877-8601 (住所記載不要)  
文化財保護課文化財管理係 (市役所別館2階)  
☎ 7171 FAX 7024  
✉ bunka@city.hita.oita.jp



とき	内容
9月13日(水)	「古文書入門」 講師：佐々木 直氏
9月27日(水)	「中世の記録を読む -地域の記録と宗麟の手紙-」 講師：櫻井成昭氏
10月11日(水)	「近世の地方文書を読む」 講師：藤田淳一郎氏
10月25日(水)	「近代の書簡を読む」 講師：河原晃永氏
11月8日(水)	「先人に“かな”文字を学ぶ」 講師：原田徹宗氏
11月22日(水)	大分県立先哲史料館 展示見学 秋季企画展「ふるさとの歴史を紡ぐもの」 講師：河原晃永氏

※講師は大分県立先哲史料館職員です。  
※時間はいずれも午後2時30分～4時(11月22日は除く)。  
※とき・内容は都合によって変更となる場合があります。

古文書などを通して日田市や大分県の歴史と文化に触れてみませんか。



## ●第20回 日田歴史文化講座

別府大学では、日田市民を対象に日田歴史文化講座を毎年開催しています。

今年度は、歴史や文化財にこだわらず、フィールドワークとしての博物館見学や体験学習、咸宜公民館とのコラボ講座を右記の日程で開催します。

※都合によって変更となる場合があります。

- ▶ **時間** 午後1時30分～3時
- ※第2講は午前10時～午後2時。

- ▶ **ところ** 別府大学日田歴史文化研究センターほか
- ▶ **受講料** 1講座ごとの資料代として200円を徴収(高校生以下は無料)

※第2講のフィールドワークは交通費3,000円を、第5講の体験学習は材料費として1,000円を徴収します。

講座	とき	内容
第1講	9月10日(日)	別府の温泉エネルギーの発展性
第2講	9月23日(祝)	フィールドワーク 九州歴史資料館をたずねる
第3講	10月 8日(日)	食物アレルギーを知ろう
第4講	10月22日(日)	福祉とどのように付き合うか
第5講	11月 5日(日)	体験学習 11月の生花
第6講	11月19日(日)	少しの工夫で体も脳も 元気もりもり

- ▶ **募集数** 50人 (先着順)
- ※住所・氏名・年齢・連絡先を記入の上、電話、ファックス、はがきのいずれかでお申し込みください。申込みは随時受け付けます。(途中からの参加も可)
- ▶ **申込先** 〒877-0025  
日田市田島2丁目228-5  
別府大学日田歴史文化研究センター  
☎ 7344 FAX 7346  
携帯電話090-9578-3772 (園田)

☎文化財保護課文化財管理係 ☎7171 (市役所別館2階)

## ●市議会の日程

平成29年第3回日田市議会定例会は、下記の日程で開催される予定です。なお、正式には、9月1日(金)に開催予定の議会運営委員会で決定します。

開催日	開催時間	会議名	会議の内容
9月 6日(水)	午前10時	本会議	議案上程、提案理由の説明など
13日(水)			一般質問
14日(木)			
15日(金)			
20日(水)		委員会	議案質疑、委員会付託
21日(木)			議案審査
22日(金)			
25日(月)	午後1時	本会議	委員長報告、質疑、討論、採決など
27日(水)			

- ※本会議・委員会とはどなたでも傍聴することができます。
- 一般質問：議員が市政全般について質問すること
- 議案質疑：条例や予算など、上程された議案について質問すること
- 委員会付託：上程された各議案について、各委員会に審査を委ねること



☎議会事務局 ☎8214 (市役所3階)

## ●～日田の新しい農とつながる情報誌～“ひたむき”

「ひたむき」とは、今年の7月から発行された日田の農業に関わる「ヒト」、そのひたむきで熱い思いと旬の農産物情報を、福岡都市圏で暮らす皆さんにお届けする新しいタイプの農業情報誌です。

- ▶ **発行回数** 年4回  
(第2号：8月末、第3号：9月末、第4号：11月末予定)
- ▶ **配布場所** 福岡都市圏、西鉄電車沿線主要駅、大丸福岡天神店「日田市アンテナショップ・ひた生活領事館」、市内(農協、JR日田駅、観光協会、バスセンターほか)



※下記二次元コードから確認できます。



是非、お手にとってご覧ください♪

☎農業振興課生産・流通推進係 ☎8211 (市役所3階)

災害に関するお知らせ

被災地域小規模事業者  
持続化支援補助金の公募

平成29年7月九州北部豪雨によって影響を受けた、小規模事業者の早期の復旧・復興を支援するため、商工会議所・商工会等の支援によって策定した経営計画に基づき実施する販路開拓や業務効率化（生産性向上）の取り組みに要する経費の一部を補助します。

●対象  
市に所在し、平成29年7月九州北部豪雨の影響を受けた小規模事業者

●補助対象事業  
設備・施設の復旧を含む販路開拓等の取組

●補助率・限度額  
補助対象経費の3分の2（補助上限200万円）

●この補助金の2分の1（補助上限150万円）は県から、6分の1（補助上限50万円）は市から支出されます。

●申請期限 9月15日金  
●申請方法については、日田商工会議所

●この補助金の2分の1（補助上限150万円）は県から、6分の1（補助上限50万円）は市から支出されます。

●この補助金の2分の1（補助上限150万円）は県から、6分の1（補助上限50万円）は市から支出されます。

大分市大手町3-1-1  
大分県商工労働部商工労働企画課  
商工団体班（大分県庁7階）  
☎097-506-3218  
商工労働課地域産業支援係  
☎8239（市役所3階）

農業用ハウス・畜舎・農業機械等の「り災証明書」の申請手続

平成29年7月九州北部豪雨において、農業関連施設等に被害を受けた人は、左記の場所で「り災証明書」の申請手続きを受け付けます。

●受付時間  
午前8時30分～午後5時  
（土・日曜日、祝日を除く）

●必要書類  
印鑑、被災状況写真等、本人確認のできるもの

●受付期限 10月31日火  
●農業振興課生産・流通推進係  
☎8211（市役所3階）

災害復旧事業の補助率変更

市では、豪雨や台風によって宅地の裏の林地や作業道等林業用施設で災害が発生した場合、その復旧に対し補助を行っています。

平成29年7月九州北部豪雨で被災した箇所に限り、次のとおり補助率を変更します。

●補助率  
林地 70%（通常50%）  
林業 85%（通常65%）

●災害に便乗した悪質商法に注意  
災害に便乗した悪質な商法（高額な住宅の補修、上下水道の点検・清掃、提出先不明の寄付金集め等）が発生しています。

●要件  
次の全ての内容を満たす整備であること

●助成額  
伐竹する面積、伐竹本数などで算定

●申込期限 8月31日水  
●詳細は左記にお問い合わせください。

●要件  
次の全ての内容を満たす整備であること

●助成額  
伐竹する面積、伐竹本数などで算定

●申込期限 8月31日水  
●詳細は左記にお問い合わせください。

市奨学資金  
緊急採用奨学金・返還期間猶予受付

豪雨災害に係る緊急採用奨学金の募集受付

●申込資格  
次の①～④の要件を全て満たす満24歳以下の人

●申込方法  
り災証明書及び教育総務課に備付けの猶予願を提出

●歴史資料の保存を  
古文書、和との書籍、明治、大正、昭和の日記・ノート・写真・アルバム・手紙・ハガキ、古い屏風やフスマ（下張りした和紙に、古文書などが使われている）

●ひとり親のための無料法律相談会  
ひとり親家庭の保護者を対象に、ひとり親が抱える様々な法律問題について、弁護士が専門的な相談に応じます。

●健康・福祉  
国民健康保険からお願い

●平成30年度「竹林再生事業（優良竹林化）」の要望調査  
竹林再生事業（優良竹林化）とは、竹材やタケノコの生産を目的とした竹林整備に対する助成事業です。

●平成29年就業構造基本調査にご協力ください  
総務省統計局では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。

●日頃からの災害の備えを  
身の危険を感じた時にすぐに避難ができるように、自分や家族に必要なものは何かを日頃から考え、最低でも次のものは持ち出せるようにならせます。

●持出袋の中身の例  
常用している薬、3日分の飲料・食料、毛布や厚手の服、ラジオ、携帯電話、充電器、現金、通帳、印鑑等

●無料なんでも相談会  
この度の大雨被災の他、仕事、日常生活での様々な問題・不安に8土業の専門家が無料でお答えします。

●文化財保護課文化財管理係  
☎7171（市役所別館2階）

●土地家屋調査士、社会保険労務士、行政書士です。

●平成29年就業構造基本調査にご協力ください  
総務省統計局では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。

●調査結果は、雇用政策、経済政策等の企画・立案のための基礎資料として活用されます。

●調査票に記入していただいた情報は、統計法に基づき秘密が厳守され、統計作成の目的以外に使用されることはありません。

●情報統計課情報・統計係  
☎8260（市役所6階）

●平成30年度「竹林再生事業（優良竹林化）」の要望調査  
竹林再生事業（優良竹林化）とは、竹材やタケノコの生産を目的とした竹林整備に対する助成事業です。

●健康・福祉  
国民健康保険からお願い

●健康保険課国保・年金係  
☎8271（市役所1階）

●ひとり親のための無料法律相談会  
ひとり親家庭の保護者を対象に、ひとり親が抱える様々な法律問題について、弁護士が専門的な相談に応じます。

在宅介護者の集い

在宅で認知症者を介護している人を対象に、認知症に関する情報提供や意見交換などを行います。

■とき 9月14日(木) 午後1時～3時

■ところ 市役所6階 601会議室

※左記に電話でお申し込みください。

■申込期限 9月12日(火)

■長寿福祉課長寿福祉係

☎026299 (市役所1階)

のびのび発達相談

就学前の乳幼児を対象に、作業療法士、言語聴覚士、保育士、臨床心理士、保健師が無料で相談に応じます。

■とき・ところ 9月15日(金) 午前9時30分～

■ウェルピア

■内容

発達や子供への関わり方に関する相談

発音がおかしい、吃音がある、言葉が遅れているなど言葉に関する相談

声の掛け方や遊び方など子育てに関する相談

※事前に電話でお申し込みが必要です。



各30人(先着順)

■参加料

200円(材料費)

※左記に電話でお申し込みください。

■申込期限 8月24日(木)

※電子申請有り

■文化財保護課埋蔵文化財係

☎0267171 (市役所別館2階)



咸宜園開塾二〇〇年記念事業 「咸宜園門下生遺墨展」

一八一七年に咸宜園が現在の場所に開塾されてから、二〇〇年を迎えることを記念し、「咸宜園門下生遺墨展」を開催します。咸宜園歴代塾主を始めとして、多くの著名な門下生の作品が一堂に会します。皆さんお誘い合わせの上、是非ご来館ください。

■とき 9月3日(日)～17日(日)

午前10時～午後5時

※期間中、9月4日(月)はパトリア日田の休館日です。

■ところ

パトリア日田 ギャラリー

※3日(日)に開会式典と展示解説を行います。

■咸宜園教育研究センター

☎02668 (水曜日休館)

つづきおぼろぎガーデン

福岡都市圏の水瓶である水源林上流の大山町において、下流域の住民ボランティアと地元による育林活

■申込期限 9月1日(金)

■健康保険課健康支援係

☎0263000 (ウェルピア内)

高齢者・障がい者の人権あんしん相談

高齢者や障がい者に対する暴行・虐待、いやがらせなど、高齢者や障がい者に関する人権問題についてご相談ください。

■とき

9月4日(月)～10日(日)

午前8時30分～午後7時

※土・日曜日は午前10時～午後5時。

■電話番号(全国共通ダイヤル)

☎0570・0003・110

※詳細は左記にお問い合わせください。

■大分県方法務局人権擁護課

☎097・532・3368

高校生募集

高校生の税の作文募集

国税庁では、今年も高校生を対象に税に関する作文を募集します。

■テーマ

税の意義と役割について考えたこと

※内容は、税に関するニュースや身近な

税の話題について考えたこと等、自らの言葉で表現しているもの。

■文字数

800～1200字以内

■申込期限 9月5日(火)

※詳細は国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)又は下記にお問い合わせください。

〒100-8501 東京都千代田区千代田1-1-1 国税庁

動(下草刈)を開催します。

■とき 9月23日(金)

■ところ

田来原美しい森づくり公園周辺

■参加費 無料

■申込期限 9月15日(金)

※詳細は左記にお問い合わせください。

■ラブ・グリーン大山ボランティア実行委員会(大山振興局内)

☎0263101

試験・講習

普通救命講習会

■とき 9月10日(日) 午後1時30分～4時30分

(午後1時受付開始)

■ところ

日田消防署1階 会議室

■募集数 30人(先着順)

■受講料 無料

■申込期限 9月1日(金)

※講習は動きやすい服装でお願いします。

※受講者には、普通救命講習修了証を交付します。

※左記に電話でお申し込みください。

■日田消防署救急救助係

☎0262204

平成29年度

消防設備士法定講習

■受講対象者

平成27年度に免状交付を受けた消防整備士(2年目講習)

平成24年度に法定講習を受けた消防整備士(2年目講習)

■日田税務署 ☎0262136

■税務課市民税係

☎0263996 (市役所1階)

「正社員で働くin日田」 ジョブカフェ・ビジネス 合同参加者募集

市内の求人事業所と就職・転職を考えている皆さんが、個別面談で情報交換を行う企業面談交流会の参加者を募集します。

■とき

9月9日(土) 午後1時～4時

■ところ

市役所7階 会議室

■参加企業

28社(正社員採用)

■対象

就職や転職を希望する人、U・Jターンで就職を考えている人、新規学卒者(高校生除く)

※雇用保険受給者は、求職活動実績となります。

■申込方法

電話・ファックス・メールのいずれかで、①氏名、②住所、③年齢、④連絡先を明記し申込み

※事前の申込みがなくても参加できます

が、円滑な運営のため事前申込みにご協力ください。

■問い合わせ

ジョブカフェおおいの日田サテライト(日田商工会議所1階)

☎0268998 FAX0268999

■jobcate-oi-hita@sage.ocn.ne.jp

■商工労政課雇用・労働環境係

☎0262339 (市役所3階)

防設備士(5年目講習)

・法定期間内に法定講習を受けていない消防設備士

■講習日・会場

①消火設備(1類・2類・3類) 10月4日(水)

大分県教育会館(大分市)

②警報設備(4類・7類) 10月5日(木)

大分県教育会館(大分市)

③避難設備・消火器(5類・6類) 10月6日(金)

大分県教育会館(大分市)

④警報設備(4類・7類) 10月13日(金)

大分県日田総合庁舎3階会議室

(西部振興局)

■受付期間 9月1日(金)～22日(金)

午前9時～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く。

■申込方法

受講対象者には、受講申請書を協会から郵送

※受講申請書に、講習手数料として受講する講習区分毎に、大分県収入印紙7000円を貼付し、持参又は郵送してください。

※詳細は左記にお問い合わせください。

■(一財)大分県消防設備安全協会

☎097・537・3125

高圧ガス製造保安責任者試験

■とき・ところ

11月12日(日)

福岡県(甲種化学責任者免状等)

大分県(乙種化学責任者免状等)

イベント

埋蔵文化財センター企画展 最新の発掘調査成果展 掘り出された日田の歴史

■企画展

近年の発掘調査の中で、特に市の歴史上新たな発見につながった遺跡を取り上げ、出土遺物や写真パネルと合わせて展示します。

■とき

8月27日(日)～平成30年3月30日(金)

午前9時～午後4時

※8月27日を除く土・日曜日、祝日、及び12月29日～1月3日は休館。

■ところ

埋蔵文化財センター(萩尾公園隣接)

■入館料 無料

■展示遺跡

上井手遺跡(刃連町)、柳ノ本遺跡(若宮町)、小迫辻原遺跡(大字小迫)、大波羅遺跡(上城内町ほか)、慈眼山遺跡(城町二丁目ほか)、永山城跡(丸山二丁目)、城下町遺跡(豆田町草野家)

■勾玉作り教室

古くから装飾品として用いられている「勾玉」を作ってみませんか。

■とき

8月27日(日)

1回目 午前10時～正午

2回目 午後2時～4時

■対象

小学生以上

■募集数

各30名(先着順)

■参加料

200円(材料費)

■申込期限

8月21日(月)～9月1日(金)

■電子申請

高圧ガス保安協会のホームページ(<http://www.khkor.jp>)に申請

■書面申請

9月1日(金)までの消印があるもの

※詳細は左記にお問い合わせください。

■高圧ガス保安協会大分県試験事務所

☎097・534・0733

タウン情報

金婚夫婦表彰式

1967(昭和42)年に結婚し、今年50周年を迎える夫婦を対象に表彰式を行います。

■とき・ところ 9月16日(土) 午後1時開式 パトリア日田

※50周年を過ぎていても、これまで表彰式に未参加の人は参加できます。

※参加者には、記念写真・表彰状を贈呈します。(写真は後日送付)

※左記に電話でお申し込みください。

■西日本新聞金婚夫婦表彰式事務局

☎092・711・5620

■西日本新聞エリアセンター日田

☎0263159

■おわびと訂正

広報ひた8月1日号に誤りがありました。おわびして訂正します。

16ページ 「元氣な日田っ子集まれー8月生まれ」

誤：諫山千春ちゃん

正：諫山千晴ちゃん

■地方創生推進課シテイセルス係

☎02627 (市役所6階)



# 日田祇園祭



ユネスコ無形文化遺産に登録されてから初めての「日田祇園祭」。

今年、平成29年7月九州北部豪雨の影響で「日田祇園山鉾集団顔見世」は中止となったが、「日田祇園祭」は災害や悪疫を払い安泰を祈念するという願いを込めた、豆田八阪神社、隈八坂神社、竹田若八幡宮（若宮神社）の神事であることから、今年も7月22日、23日に催され、祇園囃子の音色と威勢のいい掛け声で、街は高揚感に包まれた。

7月22日から2日間行われた日田祇園祭では、豆田地区と隈・竹田地区で各山鉾が巡行。

22日の夜には豆田地区では一新橋に4基が揃い、隈・竹田地区では平成山鉾がちょうちんをともした晩山で、町並みを華やかに彩った。

23日の夜には豆田地区では御幸橋に4基が揃い、隈町の札の辻では、隈・竹田地区の4基が「腰切り」を披露し、祭りの盛り上がりは最高潮に。

今年、港町の山鉾が約30年振りに復元新調され、訪れた多くの観客や市民に豪雨災害に負けない力強い姿を披露した。



### 9月の夜間当番医 (診療時間：午後7時～10時)

日	当番医	所在地	電話番号
1金	麻生小児科医院	淡窓2丁目	24-2323
2土	隈診療所	隈1丁目	22-0033
3日	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148
4月	若宮病院	南元町	22-7171
5火	岩尾病院	淡窓2丁目	22-6161
6水	河津内科呼吸器科	石井町2丁目	23-8123
7木	佐藤内科医院	田島1丁目	22-1170
8金	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
9土	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
10日	日野内科	天神町	23-6009
11月	隈診療所	隈1丁目	22-0033
12火	井上内科	田島本町	22-4700
13水	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
14木	膳所医院	本町	22-3292
15金	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
16土	麻生小児科医院	淡窓2丁目	24-2323
17日	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
18月	福田医院	清岸寺町	22-1648
19火	若宮病院	南元町	22-7171
20水	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148
21木	佐藤内科医院	田島1丁目	22-1170
22金	岩尾病院	淡窓2丁目	22-6161
23土	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
24日	河津内科呼吸器科	石井町2丁目	23-8123
25月	日野内科	天神町	23-6009
26火	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
27水	井上内科	田島本町	22-4700
28木	膳所医院	本町	22-3292
29金	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
30土	桂林病院	城町1丁目	22-1231

### 9月の日曜・祝日当番医 (診察時間：午前9時～午後5時)

日	当番医	所在地	電話番号
内科 (急患に限ります。往診はしません)			
3	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148
10	日野内科	天神町	23-6009
17	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
18	福田医院	清岸寺町	22-1648
23	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
24	河津内科呼吸器科	石井町2丁目	23-8123
外科 (急患に限ります。往診はしません)			
3	五反田病院	若宮町	23-8386
10	堀田クリニック	新治町	22-2662
17	秋吉病院	豆田町	23-0808
18	大河原病院	隈2丁目	22-3131
23	原病院	三本松2丁目	22-7151
24	城谷病院	元町	23-6115
歯科 (来院前に電話が必要です。☎印は午前9時～正午)			
3	☎後藤歯科医院	東町	22-0002
10	酒井歯科医院	港町	23-6480
17	内川歯科医院	元町	22-0320
18	おおくら歯科医院	本町	22-0222
23	☎北山歯科医院	大山町西大山	52-3553
24	武内歯科医院	元町	22-3034

変更することがありますので、医療機関には事前に電話で確認をお願いします。  
問合せは、市役所 ☎③ 3 1 1 1 又は夜間・休日当番医案内 ☎③ 0 0 9 9 (午後5時以降音声テープ対応) へ。

#### ■日田市子育て情報ナビを活用ください■

お子さまに合わせた予防接種スケジュールを自動で作成し、接種日が近づくとメールでお知らせします。登録は無料です。是非ご利用ください。



▲「日田市子育て情報ナビ」二次元コード

### ❗救急病院

救急病院は、入院治療が必要な重症患者を対象とします。対象とならない人の受診により、救急病院の業務に支障を来しますので、気になる症状がある場合は、早めにかかりつけ医に受診し、夜間等に診察が必要になった場合は、上記の「当番医」で受診しましょう。

- 救急病院
  - 日田中央病院 (淡窓2丁目) ☎③ 3 1 8 1
  - 聖陵若里病院 (銭淵町) ☎② 1 6 0 0
  - 済生会日田病院 (清水町) ☎④ 1 1 0 0
  - 一ノ宮脳神経外科病院 (竹田新町) ☎④ 6 2 7 0
- 大分県子ども救急電話相談 ☎0 9 7 - 5 0 3 - 8 8 2 2 又は # 8 0 0 0
- 子どもの救急ホームページ 社団法人日本小児科学会 <http://kodomo-qq.jp>

健康保険課 ☎④ 3 0 0 0 大分県西部保健所 ☎③ 3 1 3 3

### 糖尿病について

糖尿病発症後、治療することなく放置すると、網膜症・腎症・神経障害などの合併症を引き起こします。また、脳卒中、虚血性心疾患などの心血管疾患の発症を促進することも知られています。

#### 糖尿病予防のために

糖尿病の予防には「肥満の解消」、「適正な食事」、「身体的活動の増加」など生活習慣の改善が有効で、脳卒中や心臓病などの循環器病や糖尿病合併症の発症を予防することにもつながります。



#### 運動の目安(例)

- ・厚生労働省 身体活動・運動より
- 【成人(64歳までの人)の場合】
- ・日頃から「散歩」、「早く歩く」、「エレベーターを使わずに歩く」など意識的に身体を動かす
- ・1日平均1万歩以上歩く
- ・週2回、1回30分以上の息のはずむ程度の運動を習慣にする
- ・最初の運動としてまずウォーキングから

#### 【高齢者(65歳以上の人)の場合】

- ・年齢や能力に応じて社会参加活動を行う
- ・(能力や体力に応じた仕事・地域活動やボランティア活動・興味や関心を生かした趣味など)
- ・年齢や能力に応じて運動を行う
- ・ストレッチングや体操1日10分程度
- ・散歩やウォーキング1日20分程度
- ・下肢及び体幹部の筋力トレーニングを1週間に2回程度
- ・レクリエーション活動や軽スポーツを1週間3回程度
- ※かかりつけ医がいる場合は、運動の可否について事前に相談してください。
- ※あくまでも目安です。自分のペースで無理なく、運動や活動範囲を増やしていきましょう。

#### 【市民公開講座】

腎臓病はゆっくりと  
忍び寄ってくる  
～高血圧と糖尿病から  
腎臓を守ろう～

- とき 9月10日(日) 午後2時～3時30分
- ところ パトリア日田 小ホール
- 内容 背後から忍び寄る腎臓病 ～検尿検査の重要性～
- 講師 久留米大学医学部 内科学講座腎臓内科部門 主任教授 深水 圭氏
- 参加費 無料(先着300人)
- ※申込み不要。

ひた市民健活ポイント付与講座です!



### 9月の健康掲示板

乳幼児の健診 ※市役所以外での健診を希望する人は健康保険課にお申し込みください。

内容	対象	日	会場	受付時間
4か月児健診 (母子健康手帳が必要)	平成29年4月20日～5月19日生まれ	12日(火)	市役所7階大会議室	13:00～13:30
7か月児健診 (母子健康手帳が必要)	平成29年2月生まれ	13日(水)		
1歳6か月児健診 (個別に通知)	平成28年2月生まれ	21日(木)	天瀬公民館東溪分館	
	平成27年11月～平成28年2月生まれ	29日(金)	市役所7階大会議室	
3歳4か月児健診 (個別に通知)	平成26年5月生まれ	20日(水)	天瀬公民館東溪分館	
	平成26年4月～5月生まれ	29日(金)		

- 成人健康相談 6日(水) 9:30～10:30 西有田公民館 ※健康手帳を持っている人は持参してください。
- 母子健康手帳の交付 1日(金)・8日(金)・22日(金)・29日(金) 9:00～16:00 ウェルピア1階 ※上記交付日以外での交付及び各振興局での交付を希望する人は、健康保険課にお申し込みください。
- 予約健診 ※日田検診センター (☎③ 3 6 0 0) に電話で予約。 ◆休日健診 10日(日) 8:30～10:00 日田検診センター 予約期間 8月28日(月)～9月1日(金) ※先着150人。 予約時間 9:00～16:00 (平日のみ) ◆女性限定健診 22日(金) 9:00～10:00 サンヒルズひた 予約期間 9月4日(月)～8日(金) ※先着130人。託児20人有り。 予約時間 9:00～16:00 (平日のみ)
- エイズ抗体検査・肝炎ウイルス検査等 事前予約制で、随時受け付けています。(無料) ※西部保健所に電話でお申し込みください。
- ※健康保険課健康支援係では、女性特有の悩みを相談する女性専用健康相談やこころの相談も受け付けています。個室の相談室で対応し、秘密は守られます。(要予約)

9月の無料相談		とき		ところ	問合せ
障がいに関する巡回相談会	身体・知的・療育に関すること	8日(金)	10:30~12:00 13:00~14:30	大山総合福祉センター 前津江保健センター	社会福祉課障害福祉係 ☎②8290
		19日(火)	10:30~12:00	天瀬総合福祉センター	
		21日(木)	10:30~12:00	津江老人福祉センター	
			13:00~14:30	上津江振興局	
	精神に関すること	4日(月)	10:30~12:00	天瀬総合福祉センター	
		7日(木)	10:30~12:00	上津江振興局	
			13:00~14:30	中津江振興局	
	14日(木)	10:30~12:00	前津江保健センター		
		13:00~14:30	大山総合福祉センター		
	身体障害者相談	11日(月)	10:00~11:30	ウェルピア	
不動産市民相談室	4日(月)	13:00~15:00	宅建日田支部 (日田駅裏イエロービル2階)	宅地建物取引業協会日田支部 ☎④2103 要予約	
定例行政相談 官公庁に対する意見・ 要望や悩みごとなど	6日(水)	9:00~12:00	天瀬振興局	総務課行政係 (3日以内窓口) ☎②8233	
	15日(金)		前津江振興局		
	20日(水)		大山・上津江振興局		
	21日(木)		中津江振興局		
25日(月)	10:00~15:00	市役所4階 401会議室			
中津児童相談所 移動相談会	7日(木)	10:30~15:00	日田市役所	大分県中津児童相談所 要予約 ☎0979-22-2025	
弁護士相談会	7日(木)	13:00~17:00	ウェルピア1階相談室	日田市社会福祉協議会 ☎④7026 8/28から予約受付	
日曜遺言公証法律相談	10日(日)	9:00~17:00	日田公証役場	日田公証役場 ☎④6751 要予約	
大分県交通事故相談 被害者・加害者、人身 事故・物損事故など	12日(火)	10:30~15:00	大分県西部振興局	大分県西部振興局 ☎③2200 要予約	
	平日	8:30~12:00、 13:00~17:15 (土・日曜日、祝日、年末年始を除く)	電話相談 ☎097-506-2166	大分県生活環境企画課 交通事故相談所	
人権なんでも相談所	12日(火)	10:00~15:00	大分地方法務局日田支局	大分地方法務局日田支局 ☎②2719	
	21日(木)		天瀬振興局(2階会議室)		
	26日(火)		大分地方法務局日田支局		
労働相談会	13日(水)	10:00~12:30	日田商工会議所	大分県社会保険労務士会日田支部 ☎④2339	
精神保健福祉相談 うつ病や認知症の本人や家族	14日(火)	14:00~	大分県西部保健所1階診察室	大分県西部保健所 ☎③3133 要予約	
認知症の人を抱える家 族・介護者の相談会	16日(土)	13:00~15:00	ウェルピア1階相談室	長寿福祉課長寿福祉係 ☎②8299	
心配ごと相談 日常生活の心配ごと全般	毎週木曜日	9:30~11:30	ウェルピア1階相談室	日田市社会福祉協議会 ☎④7026	
生活自立相談 生活の安定と自立を目指 すための相談及び支援	平日	8:30~17:00 (土・日曜日、祝日、年末年始を除く)	市役所1階 ※南側出入口から入って右側。	ひた生活支援相談センター ☎②5299	

ひた防災メール、学校情報携帯メール、防災無線電話応答システムをご活用ください

ひた防災メール

気象警報や災害情報、避難情報等をメールでお知らせします。hitacity@jijo.bosai.info宛にて空メールを送信し、返信されたメールから登録してください。



学校情報携帯メール

犯罪や災害などの緊急情報、登録した学校の情報をお知らせします。e@ansin-hita.jp宛にて空メールを送信し、返信されたメールから登録してください。



防災無線電話応答システム

防災行政無線の放送が聞こえにくい時など、電話をかけることで放送内容を新しい順に確認できます。防災無線確認ダイヤル☎⑤040 火災専用確認ダイヤル☎④4100

