

# H I T A

広報ひた

Public relations magazine

8月15日号 No.1185

7月21日・22日に行われた日田祇園祭。連日の猛暑の中、祇園囃子の音色と絢爛豪華な山鉦を曳く力強い掛け声が響いていました。

## ● 高等学校等予約奨学生を募集します

(公財) 大分県奨学会では、平成31年4月に高等学校等に進学を希望している人を対象に予約奨学生を募集しています。

- ▶ **募集期限**  
9月中旬まで
- ※在学する学校によって申込みの締切日が異なります。詳細は在学する学校に相談してください。
- ▶ **貸与期間**  
平成31年4月から在学する学校の正規の標準修業年限の終わる月まで
- ▶ **貸与月額**  
国・公立：9千円～2万3千円  
私立：1万5千円～3万5千円
- ※予約を希望する人は、在学する学校を通してお申し込みください。
- ※詳細は(公財)大分県奨学会にお問い合わせください。

☎(公財) 大分県奨学会 ☎097-506-5620  
教育総務課総務企画係 ☎28234 (市役所別館3階)

## ● 「おおいた広域窓口サービス」をご活用ください

「おおいた広域窓口サービス」は、県内参加市町(14市3町)どこの窓口でも「住民票の写し」「戸籍謄・抄本」「印鑑登録証明書」など、各種証明書の交付が受けられるサービスです。(手数料が必要です)

※利用できる人は、参加市町に住居登録のある人に限られます。  
※委任状による請求はできません。(本人のみ)

### ▼ 取扱窓口

自治体名	窓口	自治体名	窓口
大分市	市民課、鶴崎・植田支所	杵築市	市民課、大田・山香振興課
別府市	市民課	宇佐市	市民課
中津市	市民課	豊後大野市	市民生活課
日田市	市民課	由布市	市民課(庄内庁舎)
佐伯市	市民課	国東市	市民健康課、国見・武蔵・安岐総合支所
臼杵市	市民課(臼杵庁舎)	日出町	住民課
津久見市	市民生活課	九重町	住民課
竹田市	市民課	玖珠町	住民課
豊後高田市	市民課(高田庁舎)		

- ▶ **受付時間**  
月～金曜日(祝日、年末年始を除く)  
午前8時30分～午後5時 ※昼休みも受付を行います。
- ▶ **持参物**  
印鑑、本人確認書類  
※運転免許証、パスポート、住民基本台帳カードなど、官公庁発行の顔写真入りの身分証、又は健康保険証等。  
※「印鑑登録証明書」を請求する場合は、各市町発行の印鑑登録証を持参してください。

☎市民課窓口サービス係 ☎28204 (市役所1階)

### パスポートの申請

県内に住民票がある人は県内どこの市町村の窓口でも、パスポートの申請ができるようになりました。申請に必要な戸籍謄・抄本については、本籍が県内であれば県内どこの市町村の窓口でも交付できます。  
※パスポートの受取は申請した窓口となりますので、ご注意ください。



## ● 市議会の日程

平成30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8月30日(休)に開催予定の議会運営委員会で開催します。

開催日	開催時間	会議名	会議の内容
9月5日(水)	午前10時	本会議	議案上程、提案理由の説明など
12日(水)			一般質問
13日(木)			
18日(火)			議案質疑、委員会付託
19日(水)		委員会	議案審査
20日(木)			
21日(金)			
25日(火)	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 ☎28214 (市役所3階)

## ● 様々な手口の詐欺に注意してください！



### ■ ① 架空の未納料金を支払わせようとする詐欺

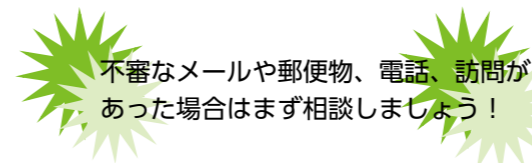
大手通販会社や法務省等の官公庁を名乗り「未納料金が有り、連絡がなければ訴訟を起こす」といった内容のショートメールやハガキを送り付ける事案が発生しています。

文面に「本日中に連絡がない場合は法的手続き(訴訟)に移行する」旨が記載されていたり、連絡すると「ギフト券等の前払式電子マネーの番号を連絡させる」などの指示をされたりする場合がありますが、いずれも典型的な詐欺の手口です。身に覚えがない場合は絶対に連絡せず、また連絡してしまっても正当な理由のない請求には応じないようにしてください。少しでも「おかしい」と感じたら、消費生活センターへご相談ください。

### ■ ② 還付金詐欺

全国各地で、還付金詐欺が発生しています。厚生労働省、日本年金機構、市役所、広域連合の職員等を装い「年金の払い戻しがある」「医療費の戻りがある」など虚偽の内容を伝え、高齢者からキャッシュカード等をだまし取る、又はATMに誘導し口座から現金を送金させるといった手口が多く見受けられます。

不審な電話や訪問者があった場合は、市役所又は後期高齢者医療広域連合などにご確認ください。



- ☎①・日田市消費生活センター ☎29393 (市役所2階)  
・商工労政課商業・消費生活係 ☎28239 (市役所3階)
- ②・大分県後期高齢者医療広域連合 ☎097-534-1771  
・健康保険課国保・年金係 ☎28271 (市役所1階)

## ● 買い物はマイバッグで！

レジ袋は容器包装として便利ですが、製造過程や廃棄の際に地球温暖化の主な要因である二酸化炭素が発生します。

市では、レジ袋削減の取組の一環として、啓発活動を通してマイバッグ運動の推進に取り組んでいます。一人ひとりが自らの消費を見直し、身近な省エネルギーに取り組むためにも、マイバッグで買い物をしましょう。



☎環境課生活環境係 ☎28208 (市役所2階)

## ●平成30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。

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。

▶ところ 市役所7階 中会議室（第1・3・4講）  
市役所7階 大会議室（第2・5講）

▶募集数 60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（金）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）

☎247171 FAX247024

✉bunka@city.hita.oita.jp

とき	内容
9月12日（水）	第1講「古文書講座入門編」 講師：久保修平氏
9月26日（水）	第2講「先哲の書簡をよむ」 講師：河原晃永氏
10月10日（水）	第3講「百人一首にかなを学ぶ」 講師：大津祐司氏
10月24日（水）	第4講「田原淳の書簡をよむ」 講師：藤田淳一郎氏
11月7日（水）	第5講「古文書と史料整理」 講師：佐々木直氏
11月22日（水）	第6講 大分県立先哲史料館 展示見学 秋季企画展「日本の近代と大分の先哲」

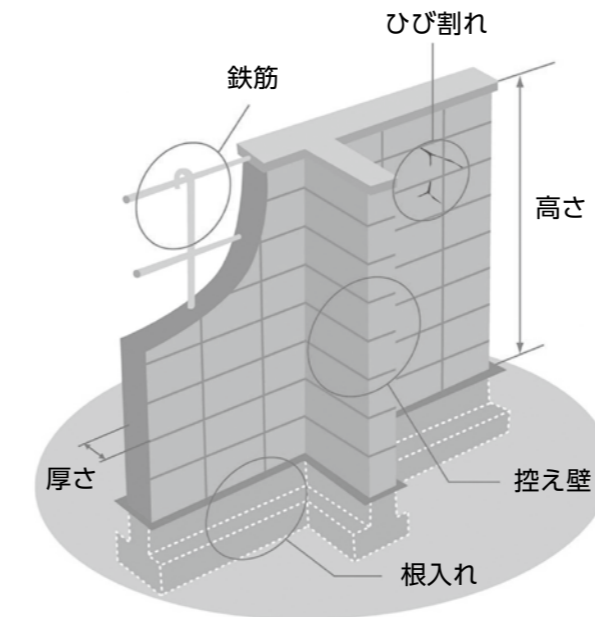
※講師は大分県立先哲史料館職員です。

※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。

## ●コンクリートブロック塀の点検をお願いします

6月18日に発生した大阪府北部を震源とする地震で、コンクリートブロック塀が倒壊し犠牲者が発生しました。ブロック塀の所有者・管理者は、改めて点検等の安全確認を行い、異常が認められた場合は早期の改修や取壊しをお願いします。



出典：パンフレット「地震からわが家を守ろう」  
日本建築防災協会2013.1から一部改

ブロック塀について、以下の項目を点検し、一つでも不適合があれば危険なので改善しましょう。

□1、塀は高すぎないか  
（塀の高さは地盤から2.2m以下）

□2、塀の厚さは十分か  
（塀の厚さは10cm以上）

※塀の高さが2m超、2.2m以下の場合は15cm以上の厚さが必要。

□3、控え壁はあるか  
（塀の高さが1.2m超の場合）

※塀の長さ3.4m以下ごとに、塀の高さの5分の1以上突出した控え壁が必要。

□4、コンクリートの基礎があるか

□5、塀は健全か  
（塀の傾き、ひび割れの有無）

※この点検項目は市ホームページにも掲載しています。

☎建築住宅課指導審査係 ☎248226（市役所5階）

「市民まちづくり学校」講演会

## ●地域の教育力を高める「連携」の在り方～持続可能な人づくり・地域づくりをめざして～

日本最大規模の私塾咸宜園を創設した廣瀬淡窓と日本三大農学者の一人である大蔵永常は、市を代表する先哲です。

廣瀬淡窓は、三奪法や月旦評などの教育システムで全国から集まった若者の「人づくり」を行い、塾で学んだ門下生は全国各地で「地域づくり」を進めました。

大蔵永常もまた、農民の生活水準向上のため、誰でも分かりやすい挿絵入りの農書を出版し「人づくり」を通じて、技術と生産性を向上させ、豊かな「地域づくり」につなげました。

私たちは今、持続可能な人づくり・地域づくりに向けて何ができるのか考えてみませんか。

▶とき 8月22日（水）午後2時～4時

▶ところ パトリア日田 小ホール

▶講演内容

・演題 『地域づくりと教育・学習の意義』

・講師 鈴木真理氏

（青山学院大学教育人間科学部教授）



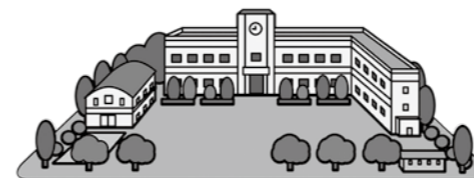
☎社会教育課生涯学習推進係 ☎246868（アオーゼ内）

平成30年度から

## ●コミュニティ・スクールがスタートしました

市では、平成30年4月から市内小・中学校のうち、三芳小学校、津江小・中学校、大山小・中学校の5校をコミュニティ・スクールに指定しました。

コミュニティ・スクール（学校運営協議会制度を導入した学校）は、学校運営に地域の声を積極的に生かし、学校と地域が一体となって連携・協働しながら特色ある学校づくりを進めていくための制度であり、「地域とともにあゆむ学校」への転換を図るための有効な仕組みです。



ふるさとへの誇りと将来への夢を育む学校づくり～日田市が目指すコミュニティ・スクールの姿～  
＜6つの柱＞

①キャリア教育 …職場体験など

②安全管理 …地域見守り隊との下校訓練など

③学習支援 …補充学習・読み聞かせボランティアなど

④咸宜園教育 …休道の詩の朗詠など

⑤防災教育 …親子避難訓練など

⑥ふるさと学習 …太鼓・楽など伝統文化の継承など

※2年後までに、市内の全小・中学校をコミュニティ・スクールに指定する予定です。

☎学校教育課指導係 ☎248326（市役所別館2階）

### 災害に関するお知らせ

「平成30年7月豪雨災害義援金」の受付を行っています。

平成30年7月豪雨災害によって、被災された人々の生活再建の一助とするため義援金の受付を行います。

■受付場所  
市役所3日以内窓口、社会福祉課、各振興局・振興センター  
■受付期限 12月28日(金)  
※各被災地県に設置している災害義援金配分委員会を通じて被災者へ配分されます。  
※義援金は、所得税法及び地方税法が定める寄附金に該当します。  
※救援物資（衣料品など）の寄附は受付をしていません。

### 全国瞬时警報システム

市役所3日以内窓口、社会福祉課、各振興局・振興センター

市では、全国瞬时警報システム（J・ALERT）（ジェイ・アラート）を使用した一斉情報伝達訓練を実施します。  
■とき 8月29日(水) 午前11時頃  
※気象状況等によって、中止する場合があります。  
※最大音量で放送されます。  
問 防災・危機管理課  
☎②83633（市役所4階）

### 行政資料コーナーを ご利用ください

市役所1階に行政資料コーナーを設置しています。市の総合計画をはじめ、各種計画書や予算書、市議会会議録や刊行物など、どなたでも自由に閲覧できますので、ご利用ください。  
※コピーは有料ですることができます。  
問 総務課行政係（3日以内窓口）  
☎②82333（市役所1階）

### 蔵書点検及びエレベーター 改修工事のため休館

図書館に所蔵している全ての本と点検作業とエレベーター改修工事のため、作業期間中は休館します。ご理解とご協力をお願いします。  
■とき 9月3日(月)～16日(日)  
問 淡窓図書館 ☎②2497

### 登録していない象牙を 売ることは違法です

登録していない象牙を販売・譲渡するのは違法です。未登録の象牙を持っている人は象牙在庫把握キャンペーン事務局に連絡をしてください。  
※印鑑やアクセサリーなど象牙製品は登録対象外です。  
問 象牙在庫把握キャンペーン事務局  
☎03・6659・4660  
☎②8357（市役所2階）  
環境課企画推進係

### 平成30年住宅・土地統計調査に ご協力ください

総務省統計局では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約370万世帯を対象とした大規模な調査です。

調査結果は、国や地方公共団体における「住生活基本計画」の成果指標の設定、耐震や防災を中心とした都市計画の策定、空き家対策条例の制定などに幅広く利用されています。  
※対象地域には8月下旬から身分証を携行した調査員が伺います。調査の趣旨をご理解いただき、調査票へ記入、又はインターネットでの回答をお願いいたします。

※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。

### 都市計画道路の変更案を縦覧

日田市都市計画道路（大分県決定10路線・日田市決定15路線）の変更を予定していますので、関係図書を縦覧します。  
■とき  
8月28日(火)～9月11日(火)  
午前8時30分～午後5時  
※ただし、土・日曜日、祝日を除く。  
■ところ

### 健康・福祉

#### 年金相談・お手続きの際は 予約相談をご利用ください

日本年金機構では、全国の年金事務所などで年金相談の予約を実施しています。年金事務所の窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望する人は予約受付専用電話をご利用ください。  
■予約受付専用電話  
☎0570・05・4890  
※連絡の際は年金手帳や年金証書を準備してください。

#### 健康保険課国保・年金係

☎②8271（市役所1階）

#### 地域療育セミナーオープン講座

■とき 9月1日(土) 午後1時～3時  
■ところ 市役所7階 大会議室  
■演題 「なんでバイバイするとやが？」  
くともだちほしだけなのにな」  
■講師 みやま市スクールソーシャルワーカー 後藤宏氏

■参加費 無料  
問 社会福祉課障害福祉係  
☎②8290（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、臨床心理士等が無料で相談に応じます。  
■とき・ところ

### 平成31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。  
■要件  
次の全ての内容を満たす整備であること  
・竹材やタケノコの生産が目的であること  
・伐竹する面積が1か所当たり0.1ヘクタール以上であること  
・伐竹本数が1ヘクタール当たり5000本以上であること  
■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(金)  
※詳細は左記にお問い合わせください。  
問 林業振興課林業振興係  
☎②8362（市役所3階）

大分県決定10路線 県庁新館6階  
大分県土木建築部都市・まちづくり推進課、市役所5階 都市整備課  
・日田市決定15路線  
市役所5階 都市整備課  
■意見書申出期限  
9月11日(火) 午後5時  
※変更案に意見がある人は、縦覧期間中に意見書を出してください。  
問 大分県土木建築部都市・まちづくり推進課 ☎097・506・4647  
☎②8325（市役所5階）

### 日田玖珠広域消防組合 職員採用候補者選定試験

9月21日(金)  
午前9時30分～ウエルピア  
■内容 発達や子供への関わり方、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  
※事前に電話で申し込みが必要です。申込者多数の場合は、今回の相談会の案内をする場合があります。  
■申込期限 9月3日(月)  
問 健康保険課健康支援係  
☎②3000（ウエルピア内）

■採用職種 消防職員（救急救命士含む）、消防職員（社会人枠）  
■第1次試験日 10月14日(日)  
■試験会場 市役所7階 会議室  
※受験申込書は、日田消防署、市役所3日以内窓口及び総務課、各振興局・振興センターに9月3日(月)から備え付けます。  
■申込期間 9月3日(月)～21日(金)  
※受験資格等詳細は左記にお問い合わせください。  
問 日田玖珠広域消防組合  
消防本部総務課 ☎②2204

### 募集

仕事に生かせる知識を持ちたい！資格取得に向けて勉強したい！という人のために「日商簿記3級受験対策講座」を開催します。

### 平成31年日田市成人式

■とき 平成31年1月13日(日) 式典 午前11時～  
式典（受付 午前10時～）  
（受付）パトリア日田  
■ところ  
■対象 平成10年4月2日～平成11年4月1日に生まれた人  
※日田市の住民基本台帳に登録されている人には、12月上旬に案内状を送付します。  
※日田市の住民基本台帳に登録されていない人で参加を希望する人は、左記に連絡してください。12月上旬までに案内状を送付します。  
※電子申請有り。

### 成人式式典の司会者やステージ発表者などを募集します

■募集内容  
・司会者 2人  
・二十歳の決意発表 2人（新成人としての決意を発表）  
・ピアノ演奏 1人（スタインウェイピアノでの国歌・市歌の伴奏及び演奏）  
・ステージ発表 1組  
※ステージ発表は全市域内で活躍している個人又はグループで、式典に適した発表をしていただけの人を募集します。  
※住所、氏名、電話番号を左記に電話、はがき又はファックスでご連絡ください。  
※電子申請有り。

■申込期限 9月20日(木)  
問 877・0003  
上城内町2・6  
社会教育課生涯学習推進係  
☎②6868（アオーゼ内）  
☎②6869

■申込方法  
日田商工会議所窓口で受講料を添えて申込み  
■申込期限  
8月31日(金)  
問 日田商工会議所  
☎②3184  
商工労政課雇用・労働環境係  
☎②8239（市役所3階）

### タウン情報

住まいの無料相談会  
雨漏り、建具、壁、樋など等住まいの傷みについて職人が無料で相談に応じます。  
■とき・ところ 8月26日(日)  
午前9時15分～正午 桂林公民館（一社）日田職人会（原田）  
☎090・7982・8222  
第25回サマーライブin伏木  
伏木を興すく伏木支援イベントく野外ライブや出店等があります。  
■とき・ところ 8月26日(日)  
午前11時～（小雨決行）  
伏木公園野外ステージ  
☎080・1762・2642（財津）



# 日田祇園



※市ホームページでこの他の写真を掲載しています。  
左記の二次元コードからご覧ください。

300年以上続く「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、豆田八坂神社、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21日、22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。

また、7月19日に開催された「日田祇園山鉦集団顔見世」で女性グループの「日田祇園囃子などしご会」が平成山に乗り込み初めて演奏し、華を添えた。

日田駅前に並んだ絢爛豪華な9基の山鉦と囃子の音色が、人々に笑顔と感動を与えていた。



●医療機関には事前に電話で確認を！

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してください。又は市役所 ☎③ 3 1 1 1、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）へお問い合わせください。

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

9月の日曜・祝日当番医  
(診療時間：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)			
2	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
9	福田医院	清岸寺町	22-1648
16	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
17	河津内科呼吸器科	石井町2丁目	23-8123
23	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
24	若宮病院	南元町	22-7171
30	井上内科	田島本町	22-4700
外科(急患に限ります。往診はしません)			
2	秋吉病院	豆田町	23-0808
9	大河原病院	隈2丁目	22-3131
16	原病院	三本松2丁目	22-7151
17	城谷病院	元町	23-6115
23	五反田病院	若宮町	23-8386
24	堀田クリニック	新治町	22-2662
30	秋吉病院	豆田町	23-0808
歯科(来院前に電話が必要です。☎印は午前9時～正午)			
2	☎おおくら歯科医院	本町	22-0222
9	アップル歯科医院	亀川町	24-7710
16	石松朗歯科医院	丸山1丁目	24-3718
17	またけ歯科クリニック	新治町	28-7688
23	☎酒井歯科医院	港町	23-6480
24	中村歯科医院	下井手町	23-2228
30	はたの歯科医院	豆田町	22-7736

【8月の夜間当番医変更】  
28日(火) 膳所医院  
29日(水) 岩尾病院

■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病患者を対象とします。対象とならない人の受診によって、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
- 聖陵岩里病院(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

☎097-503-8822又は#8000

■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

健診結果で気になることはありませんか？



市では、5月から地区公民館や検診機関、委託医療機関などで行う特定健診を実施しています。特定健診は生活習慣病を早期発見し、予防・改善につなげることを目的にしています。日田市の皆さんの健診結果を見ると、血糖値やLDLコレステロール(悪玉コレステロール)の数値が基準値よりも高い人が、県や国と比較して多い傾向にあります。あなたの健診結果はいかがですか？

血液検査	異常なし	生活習慣の見直しが必要	医師の判断で受診が必要	疑われる生活習慣病
血糖(空腹時)(mg/dL)	100未満	100以上	126以上	糖尿病
HbA1c(NGSP)(%)	5.6未満	5.6以上	6.5以上	
中性脂肪(mg/dL)	150未満	150以上	300以上	脂質異常症
HDLコレステロール(mg/dL)	40以上	40未満	34以下	
LDLコレステロール(mg/dL)	120未満	120以上	140以上	

※特定健診結果項目から一部抜粋。

「精密紹介状が入っていなかった」「このくらいの数字なら・・・」と安心していませんか？検査結果が異常なしであっても、年々数値が悪化している場合は注意が必要です。経年変化を確認するためにも、年に1回は必ず健診を受け、健康づくりに取り組みましょう。



生活習慣病を防ぐためにできる3つのこと！

- 1 日一皿野菜を増やす  
一皿(約70g)の目安は、ほうれん草なら小鉢一皿、トマトなら半分。
- 2 野菜から先に食べる  
野菜を先に食べると、血糖値の上昇を緩やかにする、コレステロールの吸収を抑えるなど、体に良いことがあります。
- 3 こまめに体を動かす  
運動とはスポーツだけではありません。掃除や買い物など毎日の暮らしの中で活発に体を動かすことも運動になります。



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30年4月20日～5月19日生まれ	11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30年2月生まれ	12日(水)		
1歳6か月児健診(個別に通知)	平成29年2月生まれ	20日(木)	天瀬公民館東溪分館	
	平成28年11月～平成29年2月生まれ	28日(金)		
3歳4か月児健診(個別に通知)	平成27年5月生まれ	19日(水)	市役所7階大会議室	
	平成27年2月～5月生まれ	28日(金)		天瀬公民館東溪分館

- 予約健診 ※日田検診センター(☎③ 3 6 0 0)に電話で予約。  
予約時間 9:00～16:00(平日のみ)  
◆休日健診 ①2日(日)・②29日(土) 8:30～10:00 日田検診センター  
予約期間 ①8月20日(月)～24日(金) ※先着150人。  
②9月18日(火)～21日(金) ※先着150人。  
◆女性限定健診 25日(火) 9:00～10:00 サンヒルズひた  
予約期間 9月10日(月)～14日(金) ※先着100人。託児20人有り。
- 栄養相談の日 6日(木) 13:00～15:00 ウェルピア ※希望する人は、前日までに健康保険課に予約してください。
- 母子健康手帳の交付 7日(金)・14日(金)・28日(金) 9:00～16:00 ウェルピア ※上記交付日以外、又は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。
- すくすく相談 27日(木) 10:00～11:30 大山総合保健センター ※母子健康手帳を持参してください。
- 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。

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	14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
		18日(火)	10:30~12:00	天瀬総合福祉センター	
		20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	3日(月)	10:30~12:00	天瀬総合福祉センター	
		6日(木)	10:30~12:00	上津江振興局	
			13:00~14:30	中津江振興局	
13日(木)	10:30~12:00 13:00~14:30	前津江保健センター 大山総合福祉センター			
身体障害者相談	10日(月)	10:00~11:30	ウェルピア		
不動産市民相談室	3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	5日(水)	9:00~12:00	天瀬振興局	総務課行政係(3日以内窓口) ☎②8233	
	14日(金)		前津江振興局		
	19日(水)		上津江振興局		
	20日(木)		大山・中津江振興局		
	25日(火)	10:00~15:00	市役所4階 401会議室		
弁護士相談会	6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 8/27から予約受付	
日曜遺言公証法律相談	9日(日)	9:00~17:00	日田公証役場	日田公証役場 ☎④6751 要予約	
人権なんでも相談所	11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	
	20日(木)		天瀬振興局		
	25日(火)		大分地方法務局日田支局		
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	11日(火)	10:00~15:00	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	
労働相談会	12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	
中津児童相談所 移動相談会 子育てに関すること	13日(木)	10:30~12:00 13:30~15:00	日田市役所	こども未来課家庭支援係 ☎②8292 要予約	
精神保健福祉相談 うつ病や認知症の本人や家族	13日(木)	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	
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	
司法書士相談会 災害・相続・遺言など	第2・4土曜日	13:00~16:00 (祝日・年末年始を除く)	大分県司法書士会日田相談センター (淡窓1丁目1-10)	大分県司法書士会 要予約 ☎097-532-7579	
生活自立相談	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宛てに空メールを送信し、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宛てに空メールを送信し、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

