

もうすぐ 新年

1
月
号

2026
No.910



音楽 新年

午

もうっぴいと日の出～倉の平展望台から～

CONTENTS

- | | |
|--------------------|-------|
| 年頭のぞろいわざ | 2~3 |
| 令和7年諸塙村の重(10)大ニュース | 4 |
| 学校祭♪ | 22~23 |



謹んで新春のお慶びを申し上げます



諸塚村長

藤崎猪一郎

明けましておめでとうございます。村民の皆様におかれましては、健やかに初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、村政運営に特段の理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

村長就任3年目となりました令和7年度は、喫緊の課題であります台風災害からの早期復旧を土台とし、現下の重要な課題であります人口減少・少子高齢化・担い手対策をはじめ、今後の村政の展開として、本村の最大の資源であります森林や地域資源を活用した産業の創出と観光振興、ネット環境の改善を含めた地域のデジタル化のほか、新たな課題となりました諸塚木材加工センターの運営支援などに、より踏み

込んだ対応ができるよう

に、建設環境課への県派遣職員を含め、四つの課で増員を行うとともに、必要な体制を強化して、「新生諸塚」の更なる進展に向けて取り組んで参りました。

また、耳川広域森林組合の加工事業からの撤退に伴い、操業が停止しておりました諸塚木材加工センターにつきましては、

ウッドピア諸塚の新規部門として、FSC森林認証材に特化した加工施設

昨年7月から操業を再開したところであります。

新たな木材加工センターでは、FSC森林認証を本村の強みとして、これを最大限活かした事業展開を図つて行くこととしております。

今後とも、自立を決意した村として、故郷への誇りと自信を持つて、小規模町村の強みを生かし

た施策を展開し、将来に

向けて前向きに、諸塚村の魅力を磨き、若者や子供達に夢を与え、帰りた

い、住みたいと思われる

地域づくりを進め、「新生諸塚」として、この地

に住む価値を高めて参ります。

自公連だより

第9回公民館長会

<協議>

【1】日向警察署諸塚駐在所から
○年末年始の地域安全運動について

【2】企画創生課から

○第74回諸塚村民文化祭のお礼について

○日向地区村人会について

○令和8年度 地域おこし協力隊の募集について

○令和7年 諸塚村の重(10)大ニュースの投票依頼について

【3】税務会計課から

○確定申告について

【4】教育委員会から

○ふれあいもろつか村民大会のお礼について

12月15日(月)に令和7年度第9回(12月)公民館長会を開催しました。

○宮崎県公民館大会県北ブロック大会

・日時:令和8年1月24日(土)
12:20~受付、13:00開会
・会場:日向市文化交流センター

○令和7年度 諸塚村自治公民館振興補助金
・各公民館の3月総会資料提出依頼
締切期限:3月末

○各公民館教養講座報告書の提出について
・教養講座終了後、実施報告書の提出依頼

○令和8年度生涯学習カレンダーについて
・締切期限:令和8年1月館長会まで



次回の館長会は、1月14日(水)の予定です。

諸塚村自治公民館連絡協議会
会長 大橋 浩啓

犬の放し飼いについて



先月、迷い犬の通報が複数ありました。放し飼いが原因となった事例もあり、指導を行いました。

指導を受けても改善されない場合は、保健所へ連絡し対応を行います。

宮崎県条例で「飼い主は、犬をつなぐか飼育檻等に入れ、迷惑を及ぼすことのないように必要な措置を講じておく義務」があります。守

れない場合は、条例違反となり保健所指導の対象となります。

「つなぐ」または「檻に入れる」を徹底し、犬も人も安心して生活出来る環境づくりに努めましょう。

(住民生活課)

冬の交通安全県民総ぐるみ運動を実施しました



12月1日(月)～10日(水)は冬の交通安全県民総ぐるみ運動の実施期間でした。そこで、1日(月)に、荒谷の諸塚木材加工センター入り口付近の国道327号沿いで街頭キャンペーンを行いました。今回も春のキャンペーンと同様に、日向警察署から白バイ隊

員の方にもご参加いただきました。ドライバーの皆さんに安全運転を呼びかけるとともにチラシや啓発グッズを配布しました。

冬は夕暮れも早く、年末年始の慌ただしさから交通事故が多発しやすい時期です。ドライバーは脇見・ぼんやり運転・飲酒運転は絶対に行わず、緊張感を持って運転しましょう。歩行者は、夕暮れ時や夜間は、反射材と明るい目立つ服装に心がけましょう。かけがえのない命を交通事故から守りましょう。

問日向地区交通安全協会諸塚支部 ☎ 65-1112

令和7年

諸塚村の重(10)大ニュース

1年間いろいろなニュースがありました。皆さんにとっての重大ニュースは何だったでしょうか?



3月

毎年恒例の諸塚山山開き、記念すべき第40回目の開催!昨年度を超える700名もの登山者が来場!



5月

第24回宮崎県障がい者スポーツ大会に出場した松本真一選手(南川)、男子ソフトボール投げが銀メダル、水本祐起選手(家代:卓球一般男子)が銅メダルを受賞。

4月

「え本読み隊」が令和7年度「子供の読書活動優秀実践」に対する文部科学大臣表彰を授与!

6月

九州ベンチプレス選手権大会において、富山春香さんが女子一般【ノーギア】57kg級で優勝の快挙!



7月

一般社団法人ウッドピア諸塚 諸塚木材加工センター操業開始式



9月

諸塚村公式マスコットキャラクター「もろっぴい」誕生!今後の諸塚村の情報発信を担う。



10月

第66回宮崎県畜産共進会において、本村から3頭が郡代表として出場。第2類に「きく607(田中 裕治氏)」が出席し、1等、第3類に「あきまさ998(甲斐 希一氏)」、「えびす324(岩本 國和氏)」が出席し、2等と健闘する。



10月

桂神楽保存会16名が「みやざきの神楽」国立能楽堂公演(場所:国立能楽堂【東京都】)にて、約520人の観客の前で、桂神楽を堂々と披露!



11月 第74回諸塚村民文化祭。三山

ひろしさんをメイキングストに迎え、「もろっぴい」の着ぐるみお披露目などの様々なステージイベントなどで、大盛況し、村内・村外(宮崎・日向・延岡各村人会他)から過去最多約4,000名が来場、再会を楽しむ。

11月

国民参政135周年・普通選挙100周年・婦人参政80周年記念における選挙関係功労者表彰、諸塚村から甲斐磨さん(内閣総理大臣表彰)と黒木貴美さん(総務大臣感謝状)が受賞決定!

その他にもたくさんのニュースがありました

○諸塚村公式HPがリニューアル&公式LINEが開設!(5月)

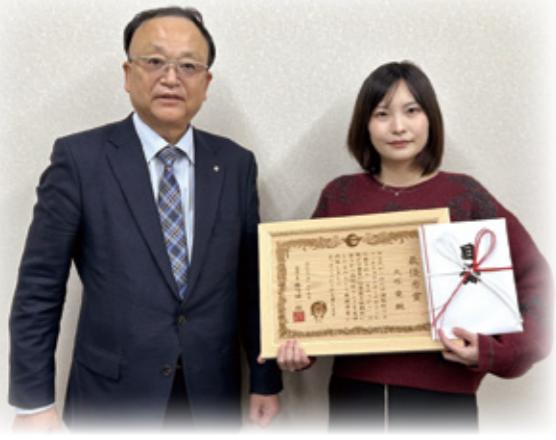
○令和7年度第70回宮崎県乾いたけ品評会表彰式が開催!諸塚村は、団体の部第3位入賞。日與川和志氏さん(荒谷)が特別表彰(宮崎県知事賞および林野庁長官賞)を受賞。また、特別賞の最多出荷賞を尾形正輝さん(八重の平)、功労賞を奈須高光さん(川の口)がそれぞれ受賞。(6月)

○「大学の森」がスタート!池の窪クロスカントリーコースに隣接する森を「東大FSの森」「明大FWの森」として整備し、今後の学びと交流の場として活用!(9月)

○諸塚村の四季折々の風景や人々の暮らしを短編動画として発信するアート諸塚「MOROTSUKA GRAPH」が公開!(11月)



【もろっぴいの生みの親】最優秀賞の大塚愛さんに表彰状を授与



このたび、諸塚村の公式マスコットキャラクターのデザイン公募において、全国525件の中から見事最優秀賞に選ばれた大塚愛さんに対し、表彰式を執り行いました。

12月19日、大阪府大阪狭山市にて行われた表彰式では、藤崎村長より木製の表彰状と副賞として賞金30万円が手渡されました。藤崎村長から「もろっぴいが村の新しい顔として、今後大きな役割を果たしてくれることを期待しています。」と祝辞を述べました。

最優秀賞に輝いた大塚さんは、「まさか自分のデザインが選ばれるとは思いませんでした。地域の皆さんに末永く愛される存在になってくれると嬉しいです。」と喜びを語りました。

今後はもろっぴいを活用し、村内外でのイベント出演やグッズ展開などを通じて、より一層諸塚村の魅力発信に努めてまいります。(企画創生課)

『森の国・木の街』づくり宣言に参画

農林水産省が、森の国らしい国づくりに向けて、森林資源を循環利用し、全国で街の木造化を進める「森の国・木の街」づくりに取り組むことを契機に、自治体や企業等が、建築物の木造化などの木材利用の推進や、木材利用の効果の見える化に取り組むことを宣言する「『森の国・木の街』づくり宣言」に諸塚村も12月1日付で参画することとしました。

全国で宮崎県他19都県、諸塚村他30市町村(12月8日現在)がこの宣言をしており、宮崎県内では初の市町村宣言となりました。(産業戦略課)



「森の国・木の街」づくり宣言は以下の二次元バーコードから詳細をご覗ください。



定例教育委員会(12月)の開催について

第7回定例教育委員会を12月11日(木)に行いました。内容は次のとおりです。

1. 審議

議案第5号 令和7年度諸塚村就学支援委員会の報告について

2. 協議事項

諸塚村の教育に関する大綱について

3. 報告

(1) 第21回諸塚駄賀つけ唄全国大会について
(2) 第74回諸塚村民文化祭について

(3) 荒谷小学校支援訪問について

(4) 給食試食会について

(5) 宮崎県北部地区(東・西白杵)管内教育委員会合同研修会について

(6) ふれあいもろつか村民大会について

(7) 二十歳のつどい(第80回成人式)について

(8) 第16回宮崎県市町村対抗駅伝競走大会について

(9) 市町村教育委員会研究協議会(主催:文部科学省)について

4. 情報交換・その他

(1) 生徒指導状況報告

(2) 議会所管事務調査報告

次回は、令和8年1月16日(金)開催予定です。

(諸塚村教育委員会)

新体制スタート～民生委員・児童委員、主任児童委員～



新体制での集合写真

昨年11月までの3年間、地域福祉の推進に取り組んでいただいた委員の方々がその任期を終え、12月1日から新たに15名の皆様が就任されました。

日本国内全体ではありますが、本村においても少子高齢化は進み、福祉における課題は多様化しており、家庭や地域、行政等が共に考え、共に行動することが求められています。

村内全域対象に児童福祉を推進する2名の主任児童委員を除く13名の民生委員・児童委員の皆様は、公民館単位で担当地域が割り当てられています。生活上での困り事等ありましたら、各地区的委員さんに気軽にお声掛け・ご相談ください。

退任された委員の皆様、長期にわたる活動、大変ご苦労様でした。ありがとうございました。(住民生活課)

新民生委員・児童委員(敬称略)

担当地区	委員名
荒 谷	黒田 喜熊
南 川	松村 泰宏
家 代	右田 和枝
黒葛原・川の口	黒木 卓己
塚 原	山本 福美
滝の下	甲斐 健二
諸 塚	佐々木 淳一
松の平	中田 政治
穂白尾・川内	山下 透
七ツ山	小田 かつ子
小原井	山本 忠幸
八重の平・飯干	岡田 昌人
立 岩	山本 八千代

新主任児童委員(敬称略)

担当地区	委員名
村内全地区	村社 康浩
	小川 理智子



退任された皆様

国民一人一人が森を支える 森林環境税・森林環境譲与税について

森林は、地球温暖化の原因となる二酸化炭素を吸収するほか、土砂崩れなどの災害を防止し、雨水を地中に浸透させることで、川への急な流出を緩和し水を浄化するなどの機能を持ち、私たちの暮らしを支えています。

これらの機能を活かすためには、森林を整備していく必要がありますが、全国では、林業の採算性の低下や担い手不足などにより、手入れが行き届いていない森林が増えています。

そこで、平成31年3月に「森林環境税及び森林環境譲与税に関する法律」が公布され、「森林環境税」及び「森林環境譲与税」が創設されました。

森林環境税は、令和6年度から国内に住所を有する個人に対して課税されている国税であり、市町村において、個人住民税均等割と併せて一人年額1,000円が課税され、その収取は、全額が森林環境譲与税として都道府県・市区町村へ譲与されます。

森林環境譲与税は、市町村が実施する森林整備を一層推進するため、課税前の令和元年度から譲与されています。

○使 途

- (1) 森林の整備に関する施策
- (2) 森林の整備を担うべき人材の育成及び確保
- (3) 森林の有する公益的機能に関する普及啓発
- (4) 木材の利用の促進
- (5) その他の森林の整備の促進に関する施策

○本村の令和6年度の実績

森林環境譲与税交付額 94,140千円

森林環境譲与税活用額 68,084千円

執行残額 26,056千円(基金積立額)



* 基金は、将来の森林整備や担い手確保、木材利用や普及啓発等の「森林の整備の促進に関する施策」に充てることとしています。村ホームページに令和6年度実績の詳細を掲載していますのでご参照ください。

不明な点は産業戦略課(☎ 65-1128)までお問い合わせください。

考え方!一般廃棄物最終処分場(シリーズ⑤)

「次期広域最終処分場整備基本計画内容に関する住民説明会」を開催しました①

日向市、門川町、美郷町、諸塚村、椎葉村で構成する日向東臼杵広域連合では、次期広域最終処分場の整備等を進めおり、この度、「次期広域最終処分場整備基本計画内容に関する説明会」を開催しましたので2回に分けてお知らせいたします。なお、詳細につきましてはホームページをご覧下さい。

次期広域最終処分場整備基本計画内容に関する住民説明会の概要

日向市、門川町、美郷町、諸塚村、椎葉村で構成する日向東臼杵広域連合では、次期広域最終処分場の整備等を進めおり、この度、「次期広域最終処分場整備基本計画内容に関する説明会」を開催しましたので2回に分けてお知らせいたします。なお、詳細につきましてはホームページをご覧下さい。

日 時 令和7年10月28日(火)18:30~20:00

場 所 美郷町西郷ニューホーリーセンター

参加者数 46名

説明内容

- ①本日の説明会の目的
- ②最終処分場とは
- ③基本計画に関する背景及び目的
- ④次期広域最終処分場の基本方針
- ⑤埋立計画について
- ⑥建設候補地の地質について
- ⑦施設の主な計画
- ⑧跡地利用について
- ⑨概算工事費と財源内訳について



▲住民説明会の様子

説明会での主な意見や質問(※アンケート記載分除く)

・処分場には2通りあるが、これは安定型か、もしくは管理型か。

⇒回答: 次期広域最終処分場については、管理型処分場になります。

・建設に対して反対である。広域連合事務局の方々が建設予定地付近に居住していると仮定した場合、最終処分場建設が適地であると思うか。

⇒回答: 各種の検討を経て選定しており、適地と考えています。

・地権者一人一人へ具体的な説明を行い、了解を得て計画を進めているのか。地権者への説明はしていないと聞いています。

⇒回答: 説明に関しましては、職員が自宅等を訪問し、ご本人やご家族等を含めた形で直接説明しており、地権者の大半の方からは承諾を得ております。一部承諾を得られていない方はいらっしゃいますが、今後も丁寧に説明をさせていただきながら、ご理解をいただけるように真摯に対応させていただきます。

・10数年前から門川町を建設候補地と進めてきたと承知しているが、なぜ西郷に変更になったのか。ごみ処分量は日向市の次は門川町のため、順番としても門川町の協力を得るべきではないのか。やむを得ず西郷になる場合でも、もっと時間をかけて住民に影響の少ない適地を選定すべきである。

⇒回答: 選定地は、専門家や地元の代表者の方々などで組織される用地選定検討委員会において、熟議をしながら検討を重ね、選定しております。日向東臼杵管内34箇所の候補地から選定を進め、門川町も最終候補地に入っていました。住民説明会等も実施し、最終的に西郷花水流区からご理解をいただき、基本同意を締結いたしました。経緯につきましては、広域連合議会をはじめ、各首長で組織される正副連合長会議において、審議を経たうえで結論を出しておりますので、正しいプロセスを経て丁寧に進めております。

これまでの各検討委員会の会議資料や会議録を広域連合のホームページに公表しています。ぜひ、ご覧ください。



令和8年4月採用予定役場職員の募集について

令和7年度諸塚村職員採用試験(2月実施)を次のとおり実施します。

令和7年度諸塚村職員採用試験実施要領(一部抜粋)

1 採用試験の種類、職種、採用予定人員及び職務の内容

試験は、次の職種で行います。

種類	職種	採用予定人員	職務の内容
初級 ・ 社会人	一般事務	若干名	村長部局等に勤務し、一般事務に従事します。
	土木	若干名	村長部局等に勤務し、土木技師業務に従事します。
	保健師	若干名	村長部局等に勤務し、保健師業務等に従事します。

2 受験資格

(1)年齢等

種類	受験資格
初級	学歴は問いません。平成7年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方
社会人(一般事務・土木)	学歴は問いません。昭和55年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方
社会人(保健師)	学歴は問いません。昭和50年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方

※原則として、諸塚村に定住し、村民と一緒にむらづくりに取り組む意欲のある方

(2)資格

保健師は、資格を有する方または取得見込みの方

(注)令和7年度の試験等において、資格及び免許取得見込みの方を含みますが、資格等が取得できない場合は採用になりません。

社会人は、令和7年12月1日現在において、公務員・民間企業等で職員として週30時間以上の勤務を、同一の事業所に連続して1年以上従事した期間が、通算しておおむね3年以上ある方

3 試験の日時、場所及び合格発表

試験	試験の日時	試験会場
一次試験	2月1日(日曜日)	諸塚村役場
二次試験	2月中旬以降に一次試験合格者に対して通知します。	諸塚村役場

4 受験手続

(1)受験申込み

受験の申込みは、原則インターネットのみの受付となります。

<https://www.vill.morotsuka.miyazaki.jp/>



(2)受験期間

12月19日(金)の8時15分から1月19日(月)の17時00分まで

5 お問い合わせ先

この試験においてのお問い合わせは、諸塚村役場総務政策課までお願いします。

諸塚村役場総務政策課(職員採用係担当)

住所 〒883-1301 宮崎県東臼杵郡諸塚村大字家代2683番地

電話番号 0982-65-1112(直通) FAX:0982-65-0032 メールアドレス:msoumu@morotsuka.jp

VILL.MOROTSUKA

LOCAL VITALIZATION COOPERATOR

<https://www.vill.morotsuka.miayazaki.jp/>

宮崎県諸塙村 地域おこし協力隊募集中

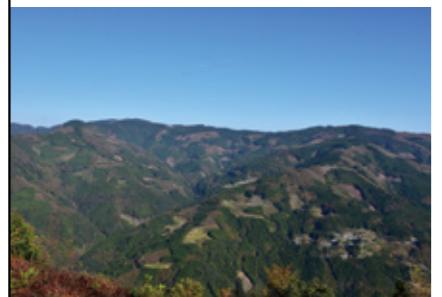
みんなが主役の地域づくりの仲間を募集しています。

日本農業遺産の村、諸塙村で「あなたの本気」を地域力に変えませんか？



世界農業遺産の村で活躍中

先輩隊員も



自然と共に生きる

世界農業遺産や世界的な森林認証を取得している諸塙村では、美しい森の恵みを活かした産業が営まれ、協力隊活動も自然を活かしたものが多くあります。

個性を活かすミッション

隊員の自主性を尊重し、ミッションの範囲内である程度自由に活動内容を隊員自身で考え組み立てることができます。村民と一緒に活動する事で、地域おこしを実践してもらいます。

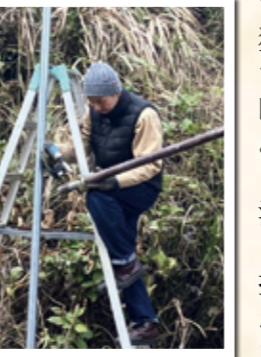
お問い合わせは mkikaku@morotsuka.jp 0982-65-1116
宮崎県諸塙村 企画創生課 地域おこし協力隊担当 まで

石元大稀の 諸塙村地域おこし協力隊通信 No.20



Instagram(インスタグラム)・X(エックス) ユーザー名: moro_okoshitai

村上龍太の 諸塙村地域おこし協力隊通信 No.14



明けましておめでとうございます＼(^o^)／
村上です！今年の干支、午年生まれの人の特徴として、馬のように自由を愛し、明るく社交的で行動力と決断力に優れていることが挙げられるそうです！

猪突猛進！亥年生まれの私も自由を愛する心を忘れず、村民のひとりとして2026年も諸塙暮らしを楽しみます！

昨年末から取り組んでいる「単管パイプの薪小屋づくり」では小屋の骨組みが完成し、少しずつ形になってきました。

建設会社在職時に経験した足場組みの知恵が役に立ち、あの頃の躍動感に浸りながらも現在の足腰の重さに笑ける毎日です(▽▽)；

薪はあと少しの乾燥期間を経て皆さまにお披露目できますので、長い目で見ていただければ幸いです。本年も何卒よろしくお願ひいたします!!



皆様いつもありがとうございます！明けましておめでとうございます。昨年は大変お世話になりました。

お陰様で諸塙村での生活にも慣れ、楽しく一年を過ごすことができました。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

さて、最近は春用のワンピースを作るための布作りを始めました。写真は糸の糊付け作業をしている様子です。ちなみに糸は麻糸を使っており、これを経糸(たていと)にします。布が織りあがるまで、しばらく時間がかかりますが、完成したら村報でご報告します！もしかしたら、途中経過もご報告するかもしれません(^^♪) どうぞよろしくお願ひいたします！

村上柚香の 諸塙村地域おこし協力隊通信 No.8



を過ごすことができました。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

さて、最近は春用のワンピースを作るための布作りを始めました。写真は糸の糊付け作業をしている様子です。ちなみに糸は麻糸を使っており、これを経糸(たていと)にします。布が織りあがるまで、しばらく時間がかかりますが、完成したら村報でご報告します！もしかしたら、途中経過もご報告するかもしれません(^^♪) どうぞよろしくお願ひいたします！

首藤佑介の 諸塙村地域おこし協力隊通信 No.8



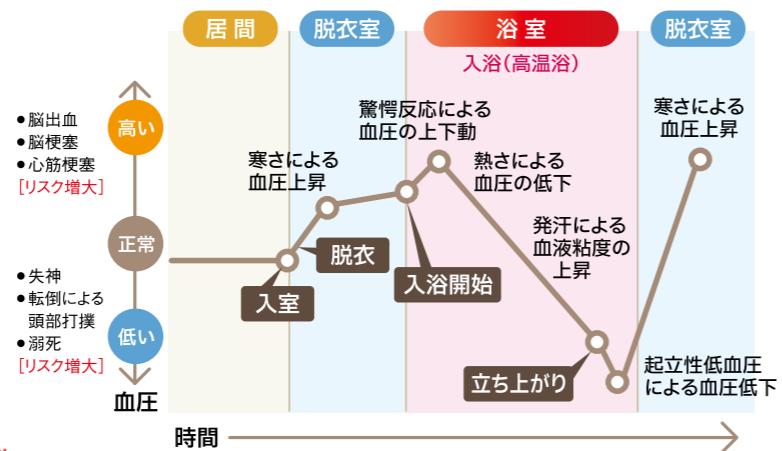
新年あけましておめでとうございます。
地域おこし協力隊の首藤です。

最近は、狩猟や獣害対策に加え、ジビエに関わる話や動きに触れる機会が増えてきました。まだまだ手探りなことが多いのですが、山の恵みをどのように活かしていくか、考える場面が増えています。

もう2026年になるのかと思うと月日の経つのがあっという間に感じられます。今年の私は、もっと皆さんのお役に立てるよう頑張って行きたいと思います。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

ご存じですか？ヒートショック

「ヒートショック」とは、急激な温度変化により血圧が大きく変動することがきっかけで起こる、脳梗塞や心筋梗塞などの健康被害のことを言います。特に冬場の冷え込んだトイレ・脱衣所・浴室など、温度差がある場所ではヒートショックがより起きやすくなります。失神や不整脈のほか、死に至ることもありますのでご注意ください。



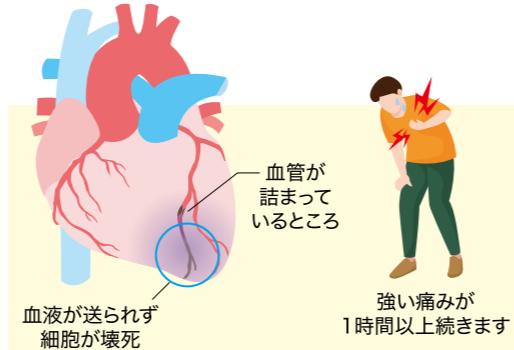
○ヒートショックを起こしやすい方の特徴

- ・65歳以上の高齢者
- ・睡眠時無呼吸症候群・動脈硬化・不整脈がある方
- ・熱い風呂や長風呂を好む方
- ・生活習慣病に罹患している方
- ・浴室・トイレに暖房設備がない方
- ・飲酒後に風呂に入る習慣がある方

知っておきたい！『心筋梗塞』

心筋梗塞は、心臓を養っている血管が詰まり、心臓の筋肉が壊死する病気です。

発症のサインは強い胸の痛みや圧迫感の他、肩、腕、首、歯など直接心臓と関係なさそうな部位まで広がる痛みを感じる方もいます。気をつけて欲しいのは、痛みが治まる場合があります。心筋梗塞は発症したときから心臓の筋肉が壊死をはじめているので、どれだけ早く治療を開始できるかはとても大事です。不安を感じたときにはできるだけ早く病院を受診しましょう。



『足は第二の心臓』はホントのはなし！

『足は第二の心臓』といいますが、これは本当の話です。血液は心臓から送り出されますが、補助ポンプの役割を果たすのは足の筋肉です。だから足が弱ると心臓の負担も大きくなります。

自分の活動量、年齢に見合った食事を摂ること、身体を動かすことを意識して、普段から心臓を守る生活を心がけてみませんか。

めざせ健康長寿日本一！野菜を1日プラス100g

健康のためには1日350gの野菜が必要と言われています。しかし、宮崎県民の平均摂取量は約100g不足しています。

★食生活サポーターのレシピ★

● 今回は番外編。お正月のおもてなしにいかがですか？

私たち食生活サポーターは、村民の皆様に健康への意識を高めていただくよう、食生活の大切さを伝える活動をしています。村内の幼稚園、館長会、高齢者の集いの場などの教室を自分たちで計画、実施しています。今回は、村民文化祭の食文化コーナーで提供したレシピを紹介します。

あまざけわらびもち

～砂糖を使用しない、やさしい甘さのおやつ～

材料(2人分)

片栗粉 50g
あまざけ 300g
きなこ 適量

作り方

- ①フライパンに片栗粉と甘酒を入れ、片栗粉が溶けるまでよく混ぜる。
- ②フライパンを中火にかけ、少しあまりが出来るまで混ぜ続ける。
- ③弱火にして、ひとつにまとまるまで混ぜる。
- ④火を止めて1分ほど混ぜて、平らな容器に入れて冷やす。
- ⑤冷えたら切り分けて、好みできなこをふる。

～おいしいレシピがあるよ！こんな料理も出来るよ！をぜひ教えてください。～

～保健だより～

明けましておめでとうございます。

今年も住民生活課、保健予防係一同で村民の皆様が生涯元気に過ごせるよう応援していきたいと思います。何か気になることがあるときも、ないときも、いつでもお気軽にお声かけください。今年も一年よろしくお願ひします。



冬は心臓病にご用心

朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。こんな時に気をつけたいのが『心臓病』です。冬になると心筋梗塞や狭心症などの心臓の病気が1年で一番多く発生することが様々な研究で分かっています。特に12～2月に発症率がピークを迎えます。

冬の寒暖差が危ない！

心臓病は「血管」の病気です。冬になると気温が下がります。寒い時、身体は血管を細く収縮させ、血管の面積を小さくし、体内の熱が逃げないようにします。血管が細くなるということは血液が通りにくくなるので、心臓は血管が細くなてもしっかりと全身に血液を送ろうと頑張るために血圧をあげます。これが寒くなったときに血圧が上がる原因です。

寒さから身体を守るために血管を収縮した結果、血圧の急上昇がおこるという、この身体の変化が心臓病が増える要因なのです。特に急激な温度変化は急激な血圧変化につながるので、より注意が必要です。

こんな場面が危ない！

布団から出て、
寒い部屋に行く
瞬間

暖かい部屋 ⇄
寒い浴室 ⇄
湯船の中の移動

暖かい部屋から
屋外に出るとき

トイレ

冬の心臓病の予防のために

外出時の対策	家の中での対策
外出時には帽子や手袋、マフラーを着用して、身体が急に冷えないようにしましょう。 散歩は早朝の寒い時間帯より、日中にする方が身体の負担は少くなります。	トイレや浴室、脱衣所には暖房を設置して、温度差をなくす工夫をしましょう。 夜中や早朝など寒い時間帯にトイレなどに行くときには上着をはおりましょう。
食生活の対策	感染への対策
食事はバランス良くとり、生活習慣病を予防しましょう。血圧を上げないように、塩分は控えめがお勧めです。 アルコールは適量を心がけましょう。飲酒後すぐの入浴は危険です。	風邪やインフルエンザなどの感染症は、心臓病の誘因になります。 感染症が流行しているときは手洗い、マスク、早寝早起きなどの感染予防に努めましょう。

県森連 東郷 共販速報

（樹種）スギ

長級	径級	中値	長級	径級	中値
3	7下	7,000	4	8下	本 200
	8~11	7,000		9~11	本 350
	12~13	12,000		12~13	14,100
	14	14,800		14	14,700
	16	14,800		16	14,700
	18	14,300		18~22	14,300
	20~22	14,500		24~28	14,100
	24~28	14,700		30~34	13,600
	30~34	12,700		36~38	13,400
	14	12,000		12~13	13,200
3曲	16	12,000		14~16	11,500
	18	12,000		18~22	13,300
	20~22	12,000		24~28	13,300
	24~28	12,000		30~34	12,700
	30~34	12,400		36~38	13,100
	6	18~22		—	

樹種等	大曲C材を除く単価	平均単価(一般材)
スギ	13,496	12,983
ヒノキ	19,372	17,162

村報もろつか 12月号の内容に誤りがありましたので、訂正し、お詫び申し上げます。

4ページ「第21回 諸塚駄賀つけ唄全国大会開催」内

(誤) 育声の部・低学年 第3位「汐崎斗瑠」
(正) 育声の部・低学年 第3位「汐崎斗璃」

村の人口 * () は先月比
令和7年12月1日現在
男 626 (-2)
女 624 (+2)
計 1,252 (±0)
世帯数 564 (+1)



結婚おめでとう

佐藤 大晃さん	小原井	足立巳妃奈さん	熊本県
甲斐 恵平さん	諸塚	吉田 朱里さん	延岡市

おくやみ

綾川フクミさん	97歳	荒谷
---------	-----	----

善意をありがとう

香典返し寄附金	綾川 一子様	荒谷
---------	--------	----

皆様からのご芳志は、村内福祉事業のために活用させていただきます。心から厚くお礼申し上げます。

村民憲章

◎郷土を愛し、美しい自然を守りましょう。
◎教養を高め、心豊かな人になりましょう。
◎健康につとめ、明るい家庭をつくりましょう。
◎生産にはげみ、伸びゆく村に育てましょう。

（樹種）ヒノキ

令和7年12月19日市況より

長級	径級	中値	長級	径級	中値
3	8~11	8,500	4	9~11	9,000
	12~13	8,500		12~13	19,200
	14	12,000		14	22,100
	16~18	19,200		16~18	21,500
	20~22	17,000		20~22	20,500
	24~28	16,000		24~28	19,600
	14~16	12,000		12~13	13,100
	18~22	15,800		14	20,300
	24~28	15,000		16~18	19,800
	—			20~22	19,000

（市況）スギ市況は、保合で推移しております。4m大径木（30cm以上）は不足感あり応札多いです。

スギ3mが不足しています。末口18~22cmは3mでの採材をお願いします。

ヒノキは、製品の動き悪く弱気配相場で推移しております。

今年一年、ご出荷頂き誠に感謝申し上げます。来年も引き続き東郷センターをご愛顧の程、宜しくお願い致します。

*採材の際は余尺のチェックを定期的に。10cm伸びが理想です。

*元玉30cm以上の元バチは、製材時のトラブルの原因となりますので、根張りを取るか、元上げで採材をお願いします。

主な行事予定（1月分）

日	曜	行 事	場 所	時 間	期 間
1	木	元日			
3	土	二十歳のつどい（第80回成人式）	中央公民館	9:00~	
6	火	消防出初式	村グラウンド	8:30~	
7	水	東臼杵畜産品評会	延岡家畜市場	9:00~	
8	木	始業式	幼・小・中		
9	金	メンタルヘルス相談	中央公民館	9:00~12:00	
		なんでも学園（ペン字）	中央公民館	17:30~	
12	月	成人の日 第16回宮崎県市町村対抗駄伝競走大会	県総合運動公園	10:00~	
14	水	登記相談 公民館長会	役場 中央公民館	10:00~ 16:00~	
		なんでも学園（英会話）	中央公民館	19:00~	
15	木	なんでも学園（茶道）	中央公民館	14:30~ 17:30~	
16	金	さんきん販売会	宮崎市	10:00~	
17	土	もろっこサークル（スキー、スノーボード）	五ヶ瀬町		
18	日	日向地区もろつかふるさと会	日向市	12:00~	
19	月	子牛セリ市	延岡家畜市場	9:30~	
21	水	なんでも学園（英会話）	中央公民館	17:30~	
24	土	宮崎県公民館大会県北ブロック大会 なんでも学園（手芸） ひゅうがWOODCHANGE2026（林研）	日向市	13:00~ 13:00~ ~25日	
26	月	東臼杵地区山火事予防パレード	村内	9:30~	
28	水	無料法律相談 なんでも学園（英会話）	中央公民館	13:30~ 19:00~	

1月 中央公民館図書だより

2026年の干支は「午年（うま年）」です。

午（うま）は、昔から躍動・成功・勝負運を象徴する干支とされています。まっすぐ前へ進む力強さから、事業が発展する年、努力が実を結ぶ年ともいわれています。また、馬は人の暮らしを支えてきた大切な存在で、家族を守り、幸せを運ぶ縁起の良い動物として親しまれてきました。

2026年は、その中でも活気のある「丙午（ひのえうま）」です。丙午（ひのえうま）は、60年に一度巡ってきます。60年周期の干支の中で43番目に位置し「情熱的で強い意志を持ちながらも、激しさや変化を伴う」といった意味合いを持つ年とされています。以前は言い伝えにより出産を控えたこともあったようですが、現在は迷信を信じる人はほとんどおらず、丙午も他の年と変わらないものとして受け止められています。

新しい挑戦に光が差し、前へ進む力を感じられる一年になりますように。



図書館からのお知らせ

12月にやまびこ文庫の入替がありました。今回も様々なジャンルの本を準備しました。中央公民館図書室でほっこりと過ごしてみませんか。今年も皆さんをお待ちしております。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
休	○	○	○	○	△	
11	12	13	14	15	16	17
休	休	○	○	○	○	休
18	19	20	21	22	23	24
休	○	○	○	○	○	△
28	29	30	31			休

中央公民館開館時間

○ 平日…午前9時～午後5時30分
△ 第2・4土曜日…午前9時～午後4時



ビリーのALTだより HAPPY NEW 2026 !



なんでも学園の1月の英会話レッスン予定

14日 17:30~18:00 幼稚園 21日 17:30~18:15 小学生 28日 19:00~20:00 中学生以上
英会話クラスは来年も続きます。ぜひお越しいただき、楽しいゲームをしながら英語を学びましょう。





寿会の皆さんとのふれあいグラウンドゴルフ大会を行いました!

11月19日(水)に寿会の皆さんとのふれあいグラウンドゴルフ大会を行いました。方向や距離など難しかったですが、楽しく交流できました。



チーム対抗の部では、「山チーム」(甲斐良二さん、甲斐忍さん、松村美代さん、黒田和奏さん、緑川蓮さん)が優勝でした。個人の部では、小学生が黒田和奏さんが大人の部では西田恵さんが優勝でした。6年生の黒田和奏さんは、ホールインワン賞も受賞して3冠に輝きました。参加してくださいました寿会の皆様、ありがとうございました。来年もまたぜひご参加ください。

クリスマスツリーをみんなで作り上げました!!

いつも給食を運んで下さっている甲斐盛恵さんより高野楳(コウヤマキ)を提供していただき、クラブの時間に全校児童10人でツリーの飾り付けを行いました。

電飾もつけて、暗くなる頃一層美しく輝きます。給食室や玄関もクリスマスのリースや鈴の飾り付けを行い、荒谷小はクリスマスモードに突入です!



第2学年修学旅行

11月30日(日)~12月2日(火)の3日間で、関西地方への修学旅行を実施しました。初日は宮崎空港から大阪伊丹空港、そしてユニバーサルスタジオへと移動しました。大勢の観光客で賑わう中、それぞれにお目当てのアトラクション通りや買い物など、十分に満喫できました。二日目は、大阪から京都へ移動し、京都市内での自主研修を行いました。土地勘のない京都での研修で迷いながらも自分たちで行動し、見聞を広めることができました。最終日は、大阪から奈良に移動して東大寺を見学しました。歴史の教科書にも掲載されている「東大寺南大門金剛力士像」や「東大寺大仏」を間近に見ることができ、生徒は現地ガイドの話に聞き入っていました。また、奈良公園ではたくさんの鹿に囲まれ、楽しい時間を過ごすことができました。

修学旅行で仲間と過ごした貴重な時間が中学校での最高の思い出のひとつとなったことでしょう。また、ここでの学びを今後の学習にもつなげていきたいと思います。修学旅行を無事に終えることができたのも、2年生6名のチームワークと思いやりの気持ちがあつたこそです。2月には立志式を迎えます。諸塙中学校の最上級になる準備を確実に進めてくれるものと期待しています。



がんばれ!諸塙の子どもたち! ~子どもはもろつかの宝物~



味覚の体験と熟議!

諸塙小学校では、総合的な学習の時間や家庭科の授業を中心に、様々な体験活動を実施しています。

11月7日は、野菜ソムリエとして活躍されている難波啓子様を講師に迎え、「味覚の授業」を3~6年生が行いました。「鼻をつまんで食べる」と「味がしない」体験を通して、「味」には、嗅覚が大切であること等を学んでいました。11月18日は、5・6年生は、学校運営協議会委員の方を招いて、1学期から取り組んでいる「諸塙をもりあげるための活動」について、取組の現状を説明し、「今後の活動で、どのような点に気を付ければよいのか」について、6名の委員からたくさんの助言をいただきました。助言を受けて、活動にも拍車がかかると思います。また、その成果については、令和8年2月7日(土)の学習発表会で行う予定です。ご期待ください。



▲【味覚】の授業のようす



▲【5・6年 総合的な学習の時間】のようす



散歩の時間を楽しんでいます

天気が良い日は、どのクラスも散歩に出かける事が多くなりました。特に年長組さんは、随分体力もついてきて、遠くまで歩いて行けるようになりました。最近では、塙原神社に行って、お参りをしたり、ドングリを拾ったりして帰ってきました。たくさんの落ち葉を見つけると、両手いっぱいにつかんで頭上にはらまいて喜んだり、そこらじゅうを歩き回って、落ち葉を踏んだ感触や音を楽しんだりして秋の自然をその子なりに感じている姿がありました。また、運動場に行った時は、バトンを持って、リレーごっこで走ったり、ブランコや滑り台等の固定遊具で遊んだりしています。寒さに負けず元気いっぱい遊んで、どんどん体力がついてきている子ども達です。



お楽しみ会がありました

年長組さんが、クリスマスツリーの飾り付けをしました。「サンタが来るといいな」とクリスマスを楽しみにしている様子の子ども達。そして、お楽しみ会の日に、サンタクロースがプレゼントを持って保育所に来てくれました。未満児クラスの子ども達は泣いてしまいましたが、他のクラスの子ども達も不思議そうな顔でサンタクロースを見ながら、プレゼントをもらっていました。



