



もろろ、12月号



2025
No.309

自然を彩る圧巻の歌声

～第74回諸塚村民文化祭 ステージイベント～

CONTENTS

第74回 諸塚村民文化祭開催!!2～3
第21回 諸塚村駄賃つけ唄全国大会開催4

お知らせ広場10～11
学校だより.....18～19



△諸塚村
第一大会場



△諸塚村
公民館(NEカフェ)
「諸塚村民会」



第74回 諸塚村民

関係者へ

「絆の価値

創生



▲多くの来場者で大盛況



▲村民体育館での展示



▲公民館コーナーも賑わいました！



▲大盛況！産業共進会の出品物即売会

♪♪♪♪♪ 三山ひろし歌謡コンサート ♪♪♪♪♪



第74回 諸塚村民文化祭開催！



11月16日(日)に第74回諸塚村民文化祭が開催されました。

当日は、最高の晴天に恵まれ、約4,000人の来場者を迎えることができました。

村体育館では、村内の児童生徒の作品コーナー、食に関するコーナー展示の他、世代を超えた村民の皆さんの力作を展示しました。

グラウンドでは、各公民館や商工会などの出店ブースが軒を連ね、ステージは諸塚村公式マスコットキャラクター「もろっぴい」の初披露やバンド演奏や歌、ダンスなどで会場を賑わせました。

そして、この日一番の盛り上がりを見せたのはメインゲストの三山ひろしさんのステージでした。力強い歌声が会場に響き渡り、会場は大盛況でした。

来場者の皆様のおかげで盛大に開催できました。ありがとうございました。(企画創生課)



▲ふるさとバス到着！皆さんお帰りなさい！



▲宮崎・日向・延岡各村人会の皆さまのごあいさつ



▲諸塚民謡会の民謡の披露



▲いつまでも元気で！～スポーツ功労賞～



▲入賞おめでとう！～スポーツ賞～



▲諸塚駄賃つけ唄(有声の部優勝者)の披露



もろっぴい初披露目！

▲おつるちゃん、みさとちゃんも駆けつけてくれました～



▲村長と一緒に！



▲Bell Designによる多彩なパフォーマンス



▲熟練の歌～コスモス会～



▲村民バンド～諸塚村出身の歌手AYAKAさん～



▲みんなの力で～ふれあい餅つき～

自公連だより

11月11日(火)に令和7年度第8回(11月)公民館長会を開催しました。

第8回公民館長会

<協議>

【1】日向警察署諸塚駐在所から

- 冬の交通安全県民総ぐるみ運動について
- 特殊詐欺被害防止模擬メッセージ訓練について

【2】総務政策課から

- 実行組合の戸数調査について
- 庁舎電気設備更新に伴う停電について

【3】企画創生課から

- 第74回諸塚村民文化祭について

【4】住民生活課から

- ごみの分別・収集について(別紙資料)

【5】教育委員会から

- 第21回 諸塚駄賃つけ唄全国大会について
 - ・日時:令和7年11月15日(土) 9:30開会
 - ・会場:諸塚村中央公民館 2階大ホール
 - ・出場申込:95名(内訳、育声17名、健声39名、熟声39名)

○東臼杵郡公民館連合会実践研究セミナーについて

- ・日時:令和7年11月19日(水) 13:00~受付、13:30開会
- ・会場:西郷ニューホープセンター(大集会室)

○ふれあいもろつか村民大会について

- ・日時:令和7年12月7日(日) 8:15~受付、8:30開会
- ・会場:諸塚村中央公民館 2階大ホール

○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8年度生涯学習カレンダー掲載行事について(別紙資料)

- ・各公民館の主な行事予定の確認
- ・締切期限:令和8年1月館長会

次回の館長会は、12月15日(月)の予定です。
諸塚村自治公民館連絡協議会
会長 大橋 浩啓

12月4日~12月10日は、人権週間です!



法務省の人権擁護機関では、毎年12月4日から12月10日を「人権週間」と定め、その期間中、各関係機関及び団体と協力して、全国的に人権啓発活動を展開し、人権尊重思想の普及高揚を呼びかけています。

インターネット上の人権侵害、いじめや虐待、障害のある人や外国人、性的マイノリティ等に対する偏見や差別、部落差別(同和問題)といった多様な人権問題が依然として存在しています。

これらの問題の解決には、私たち一人一人が様々な人権問題を自分以外の「誰か」のことではなく、自分のこととして捉え、互いの人権を尊重し合うことの大切さについて認識を深めることが不可欠です。この機会に、人権について改めて考えてみませんか。諸塚村では、次の日程で「人権相談」を行います。

日時:令和7年12月4日(木)午前10時~午後3時

場所:諸塚村中央公民館(行政相談と合同で行います。)※相談は無料です。(総務政策課)

市町村対抗駅伝競走大会結団式 11月26日開催



令和8年1月12日(月・成人の日)に開催される、第16回宮崎県市町村対抗駅伝競走大会の結団式を行いました。

藤崎村長による激励、西川淳監督のあいさつ、候補選手の自己紹介では大会への意気込みを言ってもらい、諸中2年田丸峻平選手が力強い決意表明、教育長による「がんばろうコール」で式を締めくくりました。

チームは合同練習を毎週月・木曜日に村民グラウンドで行っています。みなさんも同じ練習場で汗を流しませんか?村民総ぐるみでチームを盛り上げていきましょう!応援よろしく願いいたします。

(教育委員会)

第21回 諸塚駄賃つけ唄全国大会 開催



11月15日(土)中央公民館において、第21回諸塚駄賃つけ唄全国大会が開催されました。

今回は「育声の部・低学年(小学4年生以下)9名、高学年(小学5年生以上中学3年生以下)8名」、「健声の部(高校生以上77歳以下)37名」、「熟声の部(78歳以上)37名」の4部門に計91名が出場されました。

村内からは育声低学年6名、高学年4名、健声8名、熟声2名の計20名の出場があり、諸塚駄賃つけ唄の普及や継承が広がっていることを示す大会となりました。

厳正な審査の結果、育声の部・低学年は荒谷小3年の甲斐遥大さん、高学年は宮崎市の太田佳歩さん、健声の部は高千穂町の飯干彩有さん、熟声の部は木城町の長友知幸さんが見事栄冠を勝ち取りました。

諸塚村からの出場者で入賞された方は次のとおりです。(敬称は省略します)

* 育声の部・低学年 *

成績	氏名
第1位	甲斐遥大(荒谷小3年)
第3位	汐崎斗瑠(諸塚小3年)
入賞	甲斐慶大(荒谷小1年)
入賞	松本樹汰郎(荒谷小4年)
入賞	山本このみ(荒谷小3年)
敢闘賞	上森優(諸塚幼稚園)

* 育声の部・高学年 *

成績	氏名
第3位	吉永 扇果(諸塚中2年)

* 健声の部 *

成績	氏名
入賞	平川美保

* 熟声の部 *

成績	氏名
入賞	藤崎幸子



また、献身的な活動により諸塚駄賃つけ唄の復活に尽力された、故・尾形森衛氏の偉大な功績を讃え伝えるため、大会参加者の最高齢者に授与される「尾形森衛特別賞」は、宮崎市の上野清子さん(85歳)が受賞されました。

大会運営だけでなく、これまでの練習や準備等について、諸塚民謡会をはじめ、小学校関係者、保護者の皆様にとくさんのご協力をいただき、心から感謝申し上げます。

来年もより多くの参加をお待ちしております。(諸塚村教育委員会)



宮崎公立大の留学生が諸塚村にやってきました



11月16日(日)~17日(月)の1泊2日の日程でアメリカ・シアトルのグリーンリバーカレッジからの短期留学生を諸塚村へお迎えしました。宮崎公立大を拠点に約2か月間の短期留学中の学生さんたちが、県内各所での研修を行う一環で2泊3日の県北合宿が行われました。

訪問先は、世界農業遺産の認定も受ける「高千穂郷・椎葉山地域」です。1泊目は高千穂町を中心に農家民宿に分宿し、諸塚では2泊目に池の窪グリーンパークに宿泊いただきました。日本ならではの、宮崎ならではの体験がしてみたいとのリクエストでそば打ち体験を実施。みなさん苦勞をしつつも、けっこううっぱな「そばヌードル」が出来上がりました。

2日目は、金鶏寺さんにご協力をいただいて座禅と写経の体験を実施。心静かに集中する時間をすごしました。「とても興味深い、貴重な時間を過ごせた」と好評でした。今回はアート系の学生さんだったからなのか、写経の出来栄もなかなかのもので驚かされました。(諸塚村観光協会)



考えよう！一般廃棄物最終処分場(シリーズ⑤1) 菊池広域連合一般廃棄物最終処分場視察について

熊本県菊池広域連合の一般廃棄物最終処分場を見学しました！

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、現在使用している日向市一般廃棄物最終処分場が、満杯となる時期が迫っているため、次期広域最終処分場候補地の調査や、基本設計の作成などを進めています。

今回は、処分形式が同形式の熊本県合志市にある、菊池広域連合「菊池環境工場クリーンの森合志」を行政視察しましたので、お知らせします。

視察時には、担当職員の方より、施設の概要や建設に至るまでの経緯、廃棄物の現在の埋立状況、その他施設に関する様々な説明を受けたほか、ごみ焼却施設や最終処分場の中の見学を行いました。

今回学んだことを今後の設計に活かします。

見学日:令和7年10月20日(月)

	菊池環境工場 クリーンの森合志	次期広域最終処分場
対象市町村	菊池市、合志市、大津町、菊陽町	日向市、門川町、美郷町、諸塚村、椎葉村
処分形式	被覆型	被覆型
埋立できる容量	130,000m³	52,100m³
浸出水処理能力	25 m³/日	25m³/日

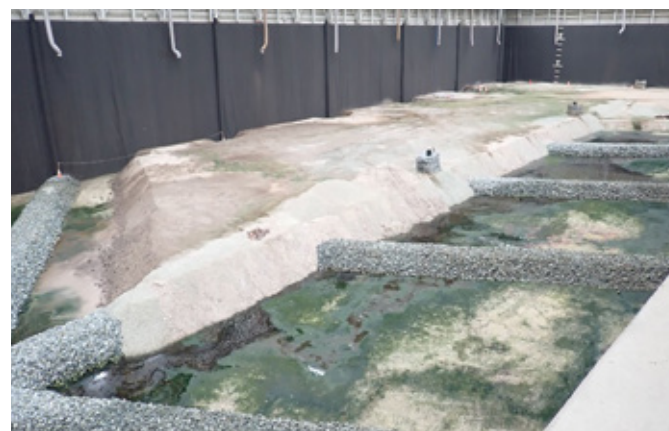
※次期広域最終処分場の内容については、基本計画に基づいたものです。



▲クリーンの森合志 全景(パンフレットより)



▲会議室での映像研修及び意見交換会の様子



▲処分場内部(埋立状況)



▲処分場内部視察時の様子

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。



桂神楽堂々の舞を披露！（みやぎの神楽国立能楽堂公演：主催宮崎県）



この公演は「諸塚神楽の国の重要無形民俗文化財指定とユネスコ無形文化遺産登録」を祈念して奉納されました。

10月29日、桂神楽保存会16名が国立能楽堂の舞台に立ち、厳かに神事を行い舞台を清めたのち、「宮神楽」「荒神の言い句」「お大神」「かんずい」「座はり」の順に神楽5番を披露し、約520人の観客を魅了しました。「荒神の言い句」では、唱教の冊子をめくる音が会場に響き、「かんずい」の1人舞では、かけ声や手拍子が自然と起こり、舞台と会場が一体となりました。10年目にふさわしい、素晴らしい公演だったと大好評でした。

桂神楽保存会の皆さんは半年前から準備、練習を重ね、その成果を国立能楽堂で発揮できたと誇らしげでした。国立能楽堂公演は諸塚神楽保存継承の弾みになりました。桂神楽公演が盛会に終わることができましたことに感謝します。
(諸塚村教育委員会)

小原井神楽日之影町で奉納(日之影町神楽まつり11月8日:日之影町神楽殿)

今年で39回目となる日之影町神楽まつりで、小原井神楽が「下ノ流」を披露しました。赤鉢巻、白上衣、青袴、花柄の袴がけ、両手には御幣を持つ4人の舞は、日之影町では珍しい舞のようでした。また、法螺貝の音が会場に響き渡り、舞いをおおいに盛り上げました。

小原井神楽保存会は、若手の舞手も増え、神楽の保存継承に期待が高まる保存会です。

(諸塚村教育委員会)



諸塚駐在所連絡協議会が奉仕活動を実施

令和7年11月7日(金)に「諸塚駐在所連絡協議会」が奉仕活動を実施しました。

この会は、日向警察署諸塚駐在所に勤務する警察官と連絡協調体制を確立して、良好な関係を醸成し、会員と駐在所勤務の警察官が一体となった活動を行い、村民の安全で住みよい、平穏な日常生活の確保に寄与することを目的として、平成6年に設立された協議会で、主旨に賛同した33名の会員で構成されています。



今年も奉仕活動として国道327号諸塚トンネル付近のモミジの下草刈りや沿道に捨てられた不法投棄ゴミ回収作業を16名の会員により行いました。

この協議会の主旨に賛同し、加入を希望される方は総務政策課(☎65-1112)までご連絡ください。

産業情報のコーナー

「こんにちは、ふるさと協力隊です!!!」

緑のふるさと協力隊 第32期隊員 仲山 真央

諸塚村に来て9ヶ月目に突入しました。11月は木々が紅葉し始めたり、雲海をよく見た気がします。この1ヶ月は秋祭り（おせんまい作り、清掃、教養講座等）、蜂蜜採り、浄覚寺コンサート、消防団訓練、駄賃つけ唄大会、村民文化祭（ちまき・餅作り）、成牛市のお手伝いをさせていただきました。秋祭りでは小原井と七ツ山で白太鼓、桂では桂神楽を見学する事が出来ました。小原井の白太鼓では早朝の鐘鳴らしにも参加させていただき、高校生を含めた若手が担っており、伝統を受け継ぐ姿が羨ましく感じました。

蜂蜜採りではニホンミツバチについて教えてもらいながら、最後は自分で巣箱から蜂蜜を採取させていただきました。巣箱に蜂が入ること自体が難しいにも関わらず、蜂蜜を採取するまでも別の蜂に乗っ取られるリスクもあると聞き、蜂蜜を採取出来ること自体がかなり貴重だということを確認しました。

また干し柿作りにも挑戦中です。大阪でも作っていました、排気ガスの臭いが付いたりしたので、綺麗な空気の中でどんな味になるか楽しみです。

年末年始は諸塚で過ごす予定なので、年の暮れや正月の風習をぜひお教えてほしいです。今年もあと僅かですが、よろしく願います。



小原井祭りのおせんまい作り



蜂蜜採り

12月の椎茸栽培情報



【日本のセンター】
●古ホダ木の管理と発生操作
古ホダ木からの発生如何によって収量差が大きく左右します。12月は発生操作の良い時期になりますので、積極的に管理を実施し生産量を増やしましょう。
●3才以降の古ホダ木は、次の時期に操作します。
①301号・240号は、最低気温7℃前後、115号、N115号は3℃前後で発生操作を行います。
②散水施設のあるホダ場では表側に3〜4ヶ所程度クギ目を入れて、12時間程度散水をしましょう。
③散水施設がないホダ場では降雨前に3〜4ヶ所程度クギ目を入れ、降雨による吸水を図りましょう。
●原木玉切りと後の管理
今秋は雨が多く、なかなか気温が下がらなかった為、黄葉が遅れ伐採日の選定に悩まれた方も多いと思います。これから次のことに注意して作業を行きましょう。
①11月上旬に伐採された原木は、30〜40日位、大径木や老齢木は40〜60日位の葉枯し期間で玉切りを開始します。やむなく適期を逃して伐採した原木は、長めに葉枯らし期間を置いて玉切ります。
②玉切った原木は、植菌開始まで原木表面に直射を当てないように、笠木を雨水が通る程度に薄く掛けておきます。

【森産業】
今年は気温の低下が遅れていますが徐々に温度は下がっているので、天候の不順がなければ秋は雨が多く、なかなか気温が下がらなかった為、黄葉が遅れ伐採日の選定に悩まれた方も多いと思います。これから次のことに注意して作業を行きましょう。
①11月上旬に伐採された原木は、30〜40日位、大径木や老齢木は40〜60日位の葉枯し期間で玉切りを開始します。やむなく適期を逃して伐採した原木は、長めに葉枯らし期間を置いて玉切ります。
②玉切った原木は、植菌開始まで原木表面に直射を当てないように、笠木を雨水が通る程度に薄く掛けておきます。

令和7年11月期

諸塚村子牛品評会

（10月29日：小原井万ヶ原地区）
令和7年11月期子牛セリ市に出場する子牛の品評会が開催されました。
雌子牛2頭の出品があり、東白杵家畜市場運営部の松崎寛課長補佐が審査を行いました。結果は、次のとおりです。

順位	生産者	名号	血統
優等1席	永坂 作一	まるまん130	勝美利×二刀流×勝平正
優等2席	永坂 作一	まるまん131	二刀流×富久竜×平忠勝



優等1席「まるまん130」号
（永坂作一氏）

令和7年11月期

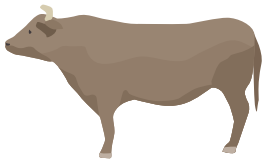
子牛郡共進会

（11月14日：延岡家畜市場）
10月29日に行われた村品評会において、優等賞を獲得した雌2頭が東白杵郡共進会に出場しました。結果は、次のとおりです。

順位	生産者	名号	血統
優等4席	永坂 作一	まるまん130	勝美利×二刀流×勝平正
2等	永坂 作一	まるまん131	二刀流×富久竜×平忠勝



優等4席「まるまん130」号
（永坂作一氏）



団体 1位：延岡 2位：椎葉 3位：諸塚

11月期子牛セリ市

（11月20日：21日開催：延岡家畜市場）
11月期の子牛セリ市が開催され、本村から去勢5頭、雌12頭が出場しました。
村平均は前回セリから約5万5千円の上昇、畜連平均も5万6千円ほど上昇しています。結果は次のとおりです。

11月期子牛セリ市結果（平均価格：税込・非売を含む）

		東白杵郡市		諸塚村	
		平均価格	D・G	平均価格	D・G
去勢		758,142	0.95	801,680	1.03
雌		665,273	0.86	700,608	0.88
総合	今回	708,034	0.90	730,335	0.92
	前回	651,161	0.89	675,070	0.89
	増減	56,873	0.01	55,265	0.03

※D・G：生まれた時の体重を除いた1日の増体重。

毎月20日は、「県内一斉消毒の日」です。

ウッドピア諸塚 諸塚木材加工センター原木買取価格表（令和7年12月1日～12月31日分）

【問い合わせ先】☎65-1685

樹種	長	径級	直材	曲材	長	径級	直材	曲材
スギ	3	～7	7,000	7,000	4	～8	本 200	本 200
		8～11	本 240	本 240		9～11	本 350	本 350
		12～13	12,000	12,000		12～13	13,900	13,000
		14	14,800	12,000		14	14,700	11,500
		16	14,800	12,000		16	14,700	11,500
		18	14,300	12,000		18～22	14,300	13,300
		20～22	14,500	12,000		24～28	14,100	13,300
		24～28	14,700	12,000		30～34	13,400	12,500
		30～34	12,500	11,500		36～38	13,200	12,800
		36～38	12,300	12,300		40～44	13,400	13,200
		40～48	12,000	12,000		46～48	13,300	13,300
		50～	11,500	11,500		50～	13,000	13,000

れば秋子は、順調に収穫できると思われます。ただ気候は冬に向かっているので一気に寒波が来て収穫できなくなる可能性もあるので採れる時にしっかりと収穫するように心掛けてください。またこれから厳寒期に入るので、そこに向けた対策や準備も同時にご利用します。

・発生操作について
秋春出品種（にく丸、金太郎、ゆう次郎、こう太郎等）は、発生と休養を繰り返しながら収穫を行います。8割程度収穫した後3時間程度の間欠散水を4〜5日行つて次の収穫に備えます。

古ホダも温度が下がり始めたので発生時期を迎えます。材内水分を確認しながら散水を行ってください。

春出系品種（かん太、春太、だい次郎、新908等）は、降霜を数回経験すれば起こし木となります。起こしてすぐに散水をするのが効果的です。7℃以下になると発生も始まります。既に起こし木を行った方は、低温刺激が少ない可能性もあるので、ホダ木の状態を見ながら散水で刺激を与えながら発生を促してください。

古ホダの発生は、厳寒期後半から収穫が始まります。寒波の刺激を十分に与えて、水分を切つて抑制をかけ春先の発生に備えましょう。

・今後の栽培管理について
発生中の散水は、傘の表面が乾いたら20〜30分程度行いましょう。
厳寒期からの収量を確保するためには、発生している芽を枯死させないことが重要です。対策としては、周囲を防風ネット等で囲うことや被覆用ビニールや袋掛け用ポリ袋等で風を直接当たらないことが対策となるので早めに準備をお願いします。

お知らせ広場

今月の「無料登記相談」日程

今月の登記相談は12月10日(水)、担当は日向市の福田充司法書士です。

相談を希望される方は、前日の正午までに電話等で、予約・申込みをしてください。

【相談時間】

午前10時から11時30分

【相談場所】

役場2階 第一委員会室
国税務会計課

☎65-1113

※役場に来られましたら税務会計課にお立ち寄りください。
※相談内容により時間が前後することがあります。

時間に余裕をもってお越しください。

令和6年4月1日から相続登記が義務化になりました。相続だけでなく売買等により

土地や家屋の名義が変わりましたら、後々のトラブルを防ぐためにも早めの登記変更をお願いします。



年金の請求について

年金は、年金を受ける資格ができた時自動的に支給が始まるものではありません。年金を受けるための手続き(年金請求)が必要です。

・請求書の事前送付

支給開始年齢になる3か月前に、基礎年金番号、氏名、生年月日、性別、住所及び年金加入記録が印字された「年金請求書(事前送付用)」が本人宛に送られてきます。

・請求書の提出

受給権発生日は支給開始年齢に到達した日《誕生日の前日》です。そのため請求書の提出は、支給開始年齢になってからとなります。支給開始年齢前に提出された場合は受付できませんのでご注意ください。

・必要な書類等

年金請求書・戸籍(抄) 謄本または住民票・通帳・印鑑(みとめ印可)

戸籍、住民票(本人名義)などは、受給権発生日以降に交付されたもので、かつ、年金請求書の提出日において6か月以内に交付されたもの。

※厚生年金加入期間がある方の場合は、必要書類等がかわります。送られてきた「請求手

続きの御案内」で確認してください。

岡住民生活課 年金係

☎65-11119

延岡年金事務所

☎0982-2115424

日向看護高等専修学校 (准看護師養成) 二次募集のお知らせ

※令和6年4月より専門実践教育訓練給付金制度指定講座になりました。詳細はお住まいのハローワークへお尋ねください。

【試験日】

令和8年2月7日(土)

【願書受付】

令和8年1月13日(火)～
1月30日(金)

【試験科目】

現代国語・一般常識・面接

【合格発表】

令和8年2月18日(水)

【受験料】

10,000円

【受験資格】

中卒以上で高卒程度の学力を有する者

【修業年限】2年間

岡日向看護高等専修学校

☎0982-520222

諸塚短歌会

短歌



令和七年十一月作品(落ち葉)

秋祭り敷きたる莫(こ)座に先客の

銀杏の葉は落ちて座をとる

お祭りのお開き待ってか掃除屋の

カラス集りて伽(か)を呼ぶなり

山本正士

人はみな時の旅人風に似て

去りゆく人も留まる人も

ワイパーが消しても滲む追憶の

面影ありて秋霖止まず

奈須隆生

庭先の木蓮の葉を掃く我は

夢の中でも父に叱られ

早川美奈

【今月の飛び入り短歌】

投稿ありがとうございます。

飲み会よ(より)帰宅せし夫(つま)ほろ酔いて

めめの茶漬(ちま)けに新米を食(は)む

竹内真由美

松落ち葉モグラの穴も踏みしめて

歩く向こうに海鳴り聞こゆ

山鹿恋子

大抜(だいばつ)歯難(が)関被害困窮す 流動食でつなぐ命か

寒さ増す秋風受ける我の胸

高まり覚え今日も躍動

長友幸恵

12月のお題は「走」です。1月の村報に掲載します。

毎月12日がメ切です。お題に限らず詠んでいただいてもけっこうです。

短歌はいつでもどこでも何歳になってもできる日本の伝統文化です。

飛び入り短歌もお待ちしております。(ひと月にお一人2首まで)

【短歌会の問い合わせ・飛び入り短歌送付先】

※〒883-1392(住所不要)

諸塚村役場(諸塚短歌会 早川)

☎(0982)65-1111

FAX(0982)65-0032



はじめよう！ キャッシュレス納付

自宅やオフィスから納税をしませんか

- ✓時間削減
- ✓覚えたら手順簡単
- ✓24時間365日利用可能

国税の納付は、金融機関や税務署の窓口等に行く必要がない、「キャッシュレス納付」が大変便利です。キャッシュレス納付には、次のとおり様々な方法がありますので、ご自身で最適な方法を選択することができます。

振替納税	事前に届出をした預貯金口座から、国税庁が指定する振替日に自動で口座引落しにより納付する方法です。
ダイレクト納付 (e-Taxによる口座振替)	e-Taxを利用して、事前に届出をした預貯金口座から、口座引落しにより納付する方法です。
インターネット バンキング等	インターネットバンキング口座やATMから納付する方法です。
クレジット カード納付	専用サイト「国税クレジットカードお支払いサイト」を経由し、クレジットカードを使用して納付する方法です。
スマホアプリ納付	e-Taxで申告等データを送信した後などに、専用サイト「国税スマートフォン決済サイト」を経由し、「OOPay」といったスマホ決済アプリを使用して納付する方法です。



詳しくは、国税庁ホームページをご覧になるか、延岡税務署にお問い合わせください。
延岡税務署(自動音声案内) ☎0982-32-3301

ちびっこあつまれ！ よちよちサークル12月の予定

10日(水)
自由活動
(図書室キッズスペース)
24日(水)
自由活動
(図書室キッズスペース)



～よちよちサークルについて～

10時～12時、中央公民館図書室キッズスペースで開催します。小さいお子様連れのおかあさん、妊娠中の方、地域の方もどうぞお気軽に！※感染症の状況で取りやめになることもあります。
【問い合わせ】社会福祉協議会 ☎65-0375

～園開放について～

また、諸塚保育所では毎週木曜日、9時30分～11時00分まで園開放しています。こちらにもお子様と一緒に遊びに来ませんか？お待ちしております！
【問い合わせ】諸塚保育所 ☎65-0044

もろつか診療所だより その102 きりむら やすひろ 桐村 泰廣先生

コレステロールの古い常識を疑ってみる



「脂質をもっと摂りましょう」と、そう言う「コレステロールが上がるのが心配だから」という声が聞こえてきそうです。「コレステロールが高いと危険」「卵は1日1個まで」といった話を聞いたことがあると思います。実は、食べるコレステロールは敵と考えるのは古い情報に基づいた誤解といわれています。

コレステロールは私たちの体に欠かせない大切なものです。実は脂質（脂肪分）をしっかりと摂っても、血液中のコレステロールが問題になるほど上がることはありません。

コレステロールは卵や肉などの動物性食品に多く含まれますが、植物油には含まれていません。

コレステロールには人間にとって以下のような重要な働きがあります。

「細胞膜の材料になる」「ホルモンの原料になる」「胆汁酸の原料になり消化吸収を助ける」「ビタミンDの材料になる」の4つです。

コレステロールは私たちの健康維持に欠かせないものなのです。

昔は、「卵を食べるとコレステロールが上がる」と言われ、「卵は1日1個まで」といわれた時代がありましたが、これは正確ではありません。その理由は、体内のコレステロールの調整システムと関係しています。

コレステロールは、食事から摂取する以上に肝臓で作られます。つまり、体内のコレステロールの70～80%は体内で合成され、食事から摂るのは20～30%程度にすぎません。また体にはフィードバックシステムという調節機能があり、食事からコレステロールを多く摂ると体内での生産量を減らし、反対に食事からの摂取量が少ないと体内での生産量を増やすように調節します。

1日当たりの卵の摂取量の増加と循環器疾患（心臓病や脳卒中）の発症率に有意な関連はなかったという報告があり、21世紀になってアメリカや日本の食事摂取基準の中で、食べるコレステロールの量の上限値は撤廃されました。

むしろ、糖質を摂り過ぎて脂質を控えすぎると、心臓病や脳卒中のリスクが高まる恐れがあることが報告されています。

肉や乳製品、卵といった動物性の脂質を減らしても、悪玉といわれるLDLコレステロールはせいぜい5～10mg/dl程度しか下がりません。動脈硬化などの病気のリスクを減らすため、悪玉といわれるLDLコレステロールを目標値までしっかりと下げたい場合は、食事よりもスタチンという薬やエゼチニブという薬を併用するのが一般的です。

中には運動をすれば血中のコレステロールが下がると思っている人がいますがそれは間違いです。理由はコレステロールがエネルギー源になりえないためです。しかし、運動そのものは心臓病や脳卒中の予防や症状の改善には有効です。

今回、脂質をもっと摂った方が良いという話をしました。繰り返しになりますが、脂質は体にとって大切なものです。実は脂質を摂ることのメリットはこれだけではありません。この話の続きは次回にまわしたいと思います。

今回は「脂っこいものに罪悪感」があると思っている方に実はそうではないのだという話の第一歩の話をしました。

【点灯式】
12月13日(土) 17時～
【開催期間】
12月13日(土)～
12月14日(土)
【点灯時間】
17時30分～25時
【場所】あくがれ広場
(JR日向市駅前交流広場)及び
駅周辺エリア
【問合せ先】
歩きたくなる街実行委員会事務局
(日向市観光協会内)
TEL 0982-55-0235
FAX 0982-55-1739
<https://hyuga.or.jp/app/events/view/20>



「広域情報コーナー」
歩きたくなる街
ひむかの杜イルミネーション
in あくがれ広場
日向市の中心市街地のにぎわい創出を目指し、日向市駅周辺エリアで幻想的なイルミネーションを開催します。地域の未来を担う若者たちとともに創り上げるこのイベントでは、光のモニュメントを日向工業高校の生徒が手掛け、点灯式のステージには日向高校・延岡高校のブラッシーバンド演奏、富島高校のフラッシュダンスなど、多彩なプログラムを予定しています。
会場産杉材の天井がライトアップされた日向市駅とコラボレーションした夜景は、ここでしか味わえない特別な光の風景。家族や友人と一緒にぜひお越しください。

石元大稀の 諸塚村地域おこし協力隊通信 No.19



まいど！あまりの冷え込みにすでにこたつを出して丸まっています。皆さんはいかがお過ごしでしょうか。こしばらくは秋祭りに村民文化祭に行事が盛りだくさんでした。七ツ山では11月頭に秋祭りがあり、臼太鼓踊りの奉納に参加しました。鉦(かね)打ちの役では朝の寒空に鉦の音が響き渡るのがなんとも神々しく、改めてこうした伝統芸能に携われることへの感謝を噛み締めました。

村民文化祭では地域おこし協力隊で展示を行い、活動を皆さんにご紹介できて嬉しく思います。「もろっぴー」も無事お披露目され、一緒に諸塚を盛り上げられたらと思うところです。頑張ろな、もろっぴー！

引き続き寒さは続きます、湯船に浸かって身体温めて無理なく過ごしましょ！ほなまた！

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 諸塚村地域おこし協力隊通信 No.13



お世話になっております、村上です！今年も華々しい村民文化祭が終わりひと段落ついたかと思いきや、おかげさまで公私ともに慌ただしい毎日を過ごしています(^v^)

2026年は薪づくりとめんば制作技術の習得に向け、気持ちを新たに取り組んでいきます！それらふたつの活動とともに続けていきたいのが、「なばツボ」づくりです。10月からは金鶏寺さんの境内にある、落雷により治療中の樹齢500年の杉を使用させていただき、香り高くとても魅力的な「なばツボ」を製作・販売しています。村外の移動販売先でも、「縁起が良さそう！」「御利益がありそうね！」とポジティブなご意見が多く、つくればすぐに完売してしまう程の盛況ぶりです！そんな「なばツボ」をはじめ、マグネットや器など

500年杉を使用したアイテムを、大晦日の14時から行われる金鶏寺さんの鐘撞きイベントにて販売させていただきます。

夜中に来ることができない方も、年末のスキマ時間をどう埋めるか検討中の方も、お誘い合わせの上どうぞお越しください\(^^\)/
詳細は右記Instagramより確認ください!!



村上柚香の 諸塚村地域おこし協力隊通信 No.7

皆様いつもありがとうございます！急に冷え込みましたが、元気にお過ごしでしょうか？

11月16日(日)に開催されました村民文化祭では、地域おこし協力隊のブースで作品などを展示しました。4月に着任してしてから制作した、麻織物やアクセサリーなどを皆様に見ていただき、沢山の方がコメントや質問をくださったので、とても嬉しかったです。これから、より



首藤佑介の 諸塚村地域おこし協力隊通信 No.7



11月は狩猟活動をお休みし、村内での獣害防除に取り組んでいました。

諸塚村民文化祭には準備段階で少し関わらせていただきましたが、当日は法事のため参加できず、直接お会いできなかった皆さまには申し訳なく思っています。

12月に入り、山の気温もぐっと下がり、イノシシの気性が荒くなりやすい時期です。山歩きをされる際はどうぞ十分にお気をつけください。もし新しい痕跡や気になる場所がありましたら、気軽に声をかけていただけると助かります。今後ともよろしくお願いいたします。

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	本 240		9～11	本 350
	12～13	12,000		12～13	13,900
	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	13,400
3曲	30～34	12,500		36～38	13,200
	14	12,000	4曲	12～13	13,000
	16	12,000		14～16	11,500
	18	12,000		18～22	13,300
	20～22	12,000		24～28	13,300
6	24～28	12,000		30～34	12,500
	30～34	11,500		36～38	12,800

樹種等	大曲C材を除く単価	平均単価(一般材)
スギ	13,301	12,607
ヒノキ	20,007	17,066



村の人口	* () は先月比
令和 7 年 11 月 1 日現在	
男	6 2 8 (- 1)
女	6 2 4 (+ 1)
計	1, 2 5 2 (± 0)
世帯数	5 6 3 (± 0)

おくやみ		
山崎 治人さん	96 歳	八重の平
菊池 公計さん	83 歳	飯干

善意をありがとう		
香典返し 寄附金	山崎 英昭様 菊池 京子様	八重の平 飯干

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					
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	19,500
	14	12,000		14	22,400
	16～18	19,500		16～18	22,000
	20～22	17,800		20～22	21,600
	24～28	17,000		24～28	20,100
3曲	14～16	12,000	4曲	12～13	13,400
	18～22	16,800		14	20,600
	24～28	16,800		16～18	19,800

(市況)スギ市況は、横這いで推移。大径木(36上)は応札多く引き合いが強いです。3mが不足しております。末口18～22cmは3mでの採材お願いします。ヒノキは、品薄感があるものの、前回同様の横ばい相場で推移しました。令和8年1月20日(火)に東郷センターにて優良材市を開催します。出荷方お願いいたします。
*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。最近、長さ切れが多くなっていますので、売上に影響します。ご注意ください。
*元玉30cm以上の元パチは、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、元上げて採材をお願いします。

主な行事予定(12月分)

日	曜	行 事	場 所	時 間	期 間
1	月	交通安全キャンペーン	加工センター下	10:00～	
		固定資産税・国保税納期			
3	水	なんでも学園(英会話)	中央公民館	17:30～	
4	木	特設人権相談	中央公民館	10:00～	
		人権週間			～10日
5	金	メンタルヘルス相談	中央公民館	9:00～	
		火災予防合同パレード	村内	18:00～	
7	日	ふれあいもろつか村民大会	中央公民館	8:30～	
8	月	パワーフードウィーク冬の市	宮崎市		～14日
10	水	登記相談	役場	10:00～	
		なんでも学園(英会話)	中央公民館	19:00～	
12	金	第4回定例議会	役場	10:00～	
		なんでも学園(ペン字)	中央公民館	17:30～	
13	土	なんでも学園(ボウリング)	延岡市	8:30～	
15	月	公民館長会	中央公民館	15:00～	
16	火	廃プラ回収	水見茶工場前	9:00～	
17	水	なんでも学園(英会話)	中央公民館	17:30～	
19	金	さんきん販売会	宮崎市	10:00～	
23	火	消費生活巡回相談	中央公民館	10:00～	
		なんでも学園(パーソナルカラー)	中央公民館	14:30～17:30～	
24	水	幼・小・中 終業式			
25	木	国保税納期			
31	水	大晦日			
1/1	木	元日			

12月 中央公民館図書だより



令和7年度 第33回諸塚村読書感想文・感想画コンクール

子どもたちが本に親しみ、読書の楽しさやすばらしさを体験することで読書の習慣化を図り、そこで得た感動を文章や絵画に表現することをおして、豊かな人間性や考える力を育み、自分の考えを表現する力を養うことを趣旨として実施しています。

今年も幼稚園年長児から中学3年生まで66名の応募がありました。

下記の皆さんが入賞しました。おめでとうございます!!

なお、入賞作品は12月いっぱい中央公民館に展示します。

* 感想文

学校	学年	氏名	題名(書名)
荒谷小	6年	黒田 和奏	「ぼくの色、見つけた!」を読んで
諸塚中	3年	二瓶 愛莉	自分だけの生き抜く法則

* 感想画

学校	学年	氏名	題名(書名)
諸塚幼	年長	おがた しゅん	「たまごのあと」をよんで
〃	〃	うえはら はるか	「どうぞのいす」をよんで
〃	〃	ふくだ ころこ	「だるまさんが」をよんで
諸塚小	1年	かい とわ	たのしいレストラン
〃	2年	おがた とうすけ	あかちゃんとかいじゅうはなかよしだ!
〃	3年	尾形 嶺	にげろスーパーミラクルバツタ
〃	4年	甲斐 葵翔	孫悟空対牛魔王の大大大乱闘
荒谷小	5年	吉永 颯理	命の冒険
諸塚小	6年	黒木 梨華	わくわくしながら山小屋へ



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

12月の英会話レッスン予定

◆12月3日(水)(幼児)17:30～18:00
◆12月17日(水)(小学生)17:30～18:15
◆12月10日(水)(中学生以上)19:00～20:00



🎃10月はパーティーの月でした! 幼稚園、小学校、中学校、そして英会話クラスでもハロウィンパーティーを楽しみました。10月は世界中で仮装やお菓子を通してハロウィンを祝う季節です。本当に楽しい時間でした。



なんでも学園

🌟 えいかいわ 英語を勉強 しましょう

次のイベント
🌟 もうすぐクリスマスパーティーを予定しています。子どもたちが参加してくれたら嬉しいです。楽しいアクティビティをたくさん用意しています!
🎄 クリスマスパーティーの日程:
・幼稚園・小学校: 12月17日
・大人向け: 12月10日





リズムダンスコンクール 全国大会出場決定!!!

11月10日(月)に『全国小・中学校リズムダンスふれあいコンクール』の予選審査結果が発表されました。



これまで積み上げてきた成果を録画し、オンラインで応募していました。全国3位に入賞した昨年に引き続き、全国大会出場なるかどうかドキドキしていましたが、出場決定が決まった瞬間、子どもたちは大喜びでした。12月にオンラインで全国大会が行われるようです。本番に向けてまた練習を頑張りたいです。



駄賃つけ唄全国大会荒谷小から7名出場!!



11月15日(土)に諸塚村中央公民館にて『第21回諸塚駄賃つけ唄全国大会』が行われ、荒谷小学校からも7名が参加しました。児童は、「育成の部(中学生まで)」に出場して、ステージ上で尺八の伴奏に合わせて1番を歌いました。大人の方でも緊張して時には歌詞が飛んでしまう場面もある中で、7名とも堂々と歌うことができました。3年生の甲斐遥大さんが育成低学年の部(幼児～小学3年生)で見事優勝でした。他の6名も練習の成果を発揮できて、それぞれ入賞することができました。



諸塚の教育を考える会

11月12日(水)に、「令和7年度 諸塚の教育を考える会」を実施しました。本年度は中学校に村内の教職員や村教育委員会の皆様をお招きし、全学年の授業参観をしていただきました。第1学年は社会科、第2学年は英語科、第3学年は数学科の授業公開を実施しました。どの学年もやや緊張した感じで授業に取り組んでいましたが、小学校の先生方に成長した姿を見せてくれました。また、授業後には参観していただいた先生方から多数の感想をいただき、授業を振り返ることができました。

その後、体育館で宮崎県ジャズ協会の皆様による鑑賞教室を実施しました。ジャズのスタンダードだけでなく最近流行の曲まで演奏していただき、生徒にとっても興味を持てる内容でした。ジャズの演奏を実際に聴く機会はなかなかありませんが、迫力のある音とリズムでとても楽しい時間となりました。



がんばれ!諸塚の子どもたち! ~子どもはもろっかの宝物~



バス遠足・1年生との交流・保育所生との交流

秋の遠足はバスに乗ってレイクランドに行きました。ゲームをしたり、3つの班に分かれてチェックポイントを回る追跡ハイキングをしたり、遊具でたくさん遊んだりしてとても楽しく活動ができました。

11月の誕生会では、村内の小学1年生が幼稚園に来て、自分で調べた「しらせたい・みせたい」ことを発表してくれました。幼稚園生に分かりやすく伝えるためにはどうしたらよいか工夫されていて、子どもたちも静かに聞くことができました。その後、優しく教えてもらいながら一緒におもちゃ作りもしました。

交流保育では、保育所の年長児が幼稚園で一緒に遊びました。「運動」「制作」「ゲーム」の3つのコーナーを設定し、自分がやりたい遊びを見つけて活動しました。保育所生にルールを教えたりする頼もしい姿も見られました。保育所生も「また、幼稚園に遊びに行きたい。」とってくれたようでした。



みんなで「最高の思い出」

10月22日(水)～24日(金)の3日間、村内の5、6年生が「修学旅行」に行きました。知覧特攻平和記念館・かごしま水族館・鹿児島市内自主研修・熊本城・グリーンランドなどの見学・体験等を通して、平和の尊さや自然の美しさ、各地の歴史にふれるなど日常生活では味わえない貴重な学びを得ることができました。ずっと楽しくテンションが上がってばなしの子どもや夜あまり眠れない子どもたちもいたようですが、全員が元気いっぱい活動することができました。

また、17日(金)は、県埋蔵文化財センターの職員による「埋文体験講座」を実施しました。6年生は、「弥生時代の住居」の説明を受け、授業の学びをさらに深めることができました。全学年を対象にたくさんの体験活動が準備されていました。狩猟疑似体験をおこなったり、弥生土器の復元パズル等に挑戦したりしました。そして何より、土器や石器など当時の生活用品の「本物」にふれる貴重な体験ができました。子どもたちの活動を支えてくださった多くの方々に、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



▲弥生時代の住居についての説明を聞く6年生



▲土器復元パズルに挑戦!!



▲「知覧特攻平和会館」にて

むらの話題~Topics~

東京大学フィールドスタディ生が2回目の現地調査を行いました！

11月15日(土)から18日(火)までの4日間、東京大学の学生3名が現地調査のため来村しました。9月に続いて2回目となります。村民文化祭では各公民館のテントを回って館民に聞き取り調査を実施。村の暮らしと仕事や、移住促進に関して村民の考えを知る機会となりました。その他にも高齢者福祉の現場や観光協会、荒谷小学校も訪問し、様々な世代の住民と交流しました。

また、前回訪れた際に東大FS生の森(池の窪クロカンコース内)に植えた舞茸を収穫し、竹筒で調理したかつぼ鶏と舞茸ご飯に村民お手製の柚子胡椒をたっぷりつけて、諸塚の秋の味覚を堪能しました♪次回は寒さ深まる年明けに来村し、村の観光や移住定住促進に関する広報戦略について調査する予定です。(企画創生課)



善意に感謝

昨年に引き続き、今年9月に一般財団法人 中島育英奨学会(代表理事:中島 崇氏)より、日向東臼杵圏域の1市2町2村に対して、子どもの教育支援に活用して欲しいと寄付金の贈呈がありました。

11月7日に日向市役所において感謝状贈呈式が行われ、諸塚村からの礼状も合わせてお届けしました。ご意志にそって有効に活用させていただきます。(教育委員会)

編集後記



今年度の村民文化祭も皆さまのおかげで無事に終了しました。ありがとうございました。今回は、先日決定したマスコットキャラクター「もろっぴい」の初披露がありました。ステージ上で、もろっぴいと写真を撮る村長を見て、子どもたちが「いいなー村長」と言っているくらい大人気でした(笑)今後のグッズ展開が楽しみです。文化祭の記事には、正面の姿しか掲載しておりませんので、可愛い後ろ姿も掲載しておきます！

一大イベントであった村民文化祭も終了し、今年の終わりに近づいてきました。残り1ヵ月、体調に留意しながら、良い1年になりますよう楽しみましょう。

