

### 富田浜清掃大作戦パート2

8月10日(土)、今年2回目となるアカウミガメ保護を目的としたボランティア活動「富田浜清掃大作戦パート2」を開催しました。パート1につづき今回も700人近い人数が集まり、清掃や流木集積に汗を流していただきました。誠にありがとうございます。

また、終了後は、海に帰っていく子ガメを参加者の皆さんで見送りました。



### 交通

## コミュニティバスが10月1日(火)から有料になります!

◆問合せ まちおこし政策課

担当:外園高士 ☎33-6012

現在、無料で運行中のコミュニティバスについて、10月1日(火)から運賃を有料にさせていただきます。

近隣自治体での運賃設定などを参考に、下記のとおり負担していただきますが、利用者の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

○運賃:1回の乗車につき100円 ※ただし、未就学児は無料です。

○注意事項:①運賃は乗車の際にお支払いください。②できるだけ釣り銭のいらぬようにお願いします。

○その他:運行路線と時刻については、これまでと同様です。

### 【コミュニティバスの車両が新しくなります】

9月中に車両の更新を予定しています。今後もより一層快適に、安心してご乗車いただけるよう、運行してまいります。

○新しいコミュニティバスの車種:トヨタハイエース(白色 14人乗り)

※「新富町コミュニティバス」の表示に注意して、お乗り遅れの無いよう、ご注意ください。

### 助成

## 新富町住宅用太陽光発電システム設置費補助金 受付中

◆問合せ 環境水道課

担当:永野・杉田 ☎33-6072

○補助金額:下記の事業所と設置に係る工事請負契約または建売住宅の売買契約を行った場合。

①町内の事業所 ⇒ 1kWあたり 30,000円 (上限 120,000円)

②町外の事業所 ⇒ 1kWあたり 15,000円 (上限 60,000円)

○受付期間:先着順。予算額に達し次第、受付を終了します。

### 環境

## 資源物の回収

～毎月第2・4月曜日は資源物の回収日～

◆問合せ 新富町地域婦人連絡協議会

はしぐちすみこ

橋口澄子

☎33-2514

生涯学習課(中央公民館内)

ありたつみ

担当:有田辰美

☎33-6080

新富町地域婦人連絡協議会では、ごみを減らし再利用・再資源化を進めるため、資源物の回収を行っています。

○期日:9月9日(月)・23日(月・祝日) ○時間:午前7時～9時 ※時間厳守

○場所:町体育館・西体育館・上新田公民館の各駐輪場

○収集物:古紙(新聞紙・チラシ)、雑誌(古本)、ダンボール、牛乳パック ※それぞれ、ひもで縛ってください。

### 調査

## 住宅・土地統計調査が実施されます

◆問合せ まちおこし政策課

担当:嶋末・井下 ☎33-6012

10月1日を基準日として、全国一斉に実施されます。国の住宅施策の基礎となる大切な調査です。

新富町では、一部地域が調査区として指定されており、9月以降に調査員(総務大臣・県知事印の入った調査員証を所持しています)が調査のためお宅を訪問することがありますので、その際にはご協力をお願いします。

**体育****体育館・運動広場調整会 — 10月～12月分 —**

◆問合せ 生涯学習課(中央公民館内)

担当：堤 征紀 つつみせいき ☎33-1022

○日時：9月17日(火) 午後7時～(調整開始 午後7時30分) ○場所：中央公民館 大集会室

○持参するもの：印鑑

※早く来られた方から使用したい日を記入できます。必ず時間までにお越しください。

※午後7時30分の調整時に来られない場合は、希望どおりの時間がとれないことがありますのでご注意ください。

※使用料は期日までに必ず納入してください。

**相談****高鍋年金事務所では予約制による年金相談を実施しています**

○相談時間帯：平日 午前9時～午後4時(正午～午後1時までの時間帯を除く)

※予約状況により、ご希望の日時を調整させていただく場合がありますので、ご了承ください。

○予約申込方法：相談希望日1か月前からお電話または年金相談窓口でお受けします。

※ご予約を受け付ける際には、①相談者および配偶者氏名②基礎年金番号③電話番号④相談内容などについて確認させていただきます。

○相談の際に持参いただくもの：①年金手帳(基礎年金番号通知書)②年金証書③振込通知書④相談者本人と確認できるもの

※代理の方がご相談に来られる際には、委任状が必要となります。

※都合により来所できない場合は、事前にご連絡をお願いします。

◆予約申込電話番号 ☎23-5111(受付時間：午前8時30分～午後5時 ※土・日・祝日・年末年始を除く。)

**イベント****新富町文化会館情報**

◆問合せ 新富町文化会館 ☎33-6205

**【第6回新富大衆音楽祭 ～The KARAOKE～】**

町内外の歌うことが大好きな60人が熱唱します。

終演後には、お楽しみ抽選会もあります。ぜひお越しください。

○日時：9月1日(日) 午後0時30分開演 ○会場：大ホール ※全席自由 ○料金：無料

**【ふれあいコンサート in 新田原 航空自衛隊 西部航空音楽隊演奏会】**

ロビーでは第301飛行隊40周年パネル展、屋外にて自衛隊車両展示もあります。ぜひお越しください。

○期日：9月15日(日) 午後2時開演 ○会場：大ホール ※全席自由

○料金：無料 ※配布中の入場整理券が必要です。数に限りがありますので、お早目にお求めください。

○入場整理券配布場所：文化会館・町民こども課・中央公民館・新田支所・上新田サービスコーナー

**【9月の休館日のお知らせ】**

○休館日：17・24日(火) ※通常は月曜日が休館日ですが、16・23日(月)は祝日のため開館します。

**住宅 第36回住宅デー開催**◆問合せ 宮崎県建設産業労働組合西都支部新富分会代表  
(有)三嶋設計 ☎33-4975

地域に根付く工務店・建設業従事者は、地域の皆さんの「住まい」を守る重要な役割を担っています。

地域に暮らす住宅専門家が、下記のとおり「第36回住宅デー」を開催します。ぜひご来場ください。

○日時：9月8日(日) 午前10時～午後3時 ○場所：新富町温泉健康センター サン・ルピナス

○内容：住宅相談・包丁研ぎ・まな板削り ○料金：無料



## 住宅侵入盗



## 車上ねらい

戸締り・施錠は確実に！  
町内での犯罪率、県内市町村でワースト10！

新富町内の平成 25 年度の犯罪率(犯罪認知件数÷人口)を見てみ

ると、部門別では住宅侵入盗と車上ねらいの犯罪率が平成 25 年 6 月末現在で、県内市町村ワースト 2 位の高い水準にあります。

犯罪に遭ったケースでは、未施錠率が 7 割近くに上っており、防犯対策には確実な施錠がかかせません。

農作業などちょっとした外出時や数分間でも車を離れるといった場合においても、必ず施錠を行うなど、身近な防犯対策を心がけましょう。

# 適正飲酒のススメ

肝臓にやさしい飲み方、それは・・・

飲む前に食べる！飲みながら食べる！飲んだら食べる！！

## その2 おススメのおつまみ！

### まずは飲む前

チーズ・牛乳・・・胃腸の粘膜を保護

酢のもの・・・酢酸が肝機能を高める

※昼食は豚肉がおすすめ！代謝が良くなるといわれます。

### 飲んでいるときは・・・

野菜類・果物など・・・ミネラルやビタミン補給

肉・魚・たまご・大豆製品・・・たんぱく質がアルコールの分解を助ける

枝豆・・・メチオニンやビタミンCが、アルコールの分解を促進

アサリ・タコ・・・タウリンが、肝臓の働きを助ける

※「揚げ物」は油の分解は肝臓に負担をかけ、脂肪が蓄積されるので量に注意が必要です！



その他に...  
 ・チーズ ・アサリの酒蒸し ・しらすおろし

### 飲んだ後！二日酔い予防に

大根・・・消化酵素の働きで胃もたれなどを防ぐ

梅干し・・・クエン酸は肝臓の働きをよくし、肝臓の解毒作用を高める

シジミ・・・胆汁の分泌を促し肝臓の解毒作用を活発化する

柿・・・アルコールを分解する酵素が含む。タンニンが頭痛を和らげる

グレープフルーツジュース・・・アルコール分解を助ける



今晚のおつまみに！ <b>ぷりぷりタコマリネ</b>			
材	タコ	150g	作 ① タコは食べやすく薄切りにしておく ② 玉ねぎは薄くスライス、トマトは輪切り ③ 材料を調味料につけこむ ※刻んだパセリやねぎを振るといいですね
料	新たまねぎ	1/2こ	
4	トマト	1こ	
人	酢	大さじ2	1人分 51kcal たんぱく質 7g 塩分 1.0g
分	油・砂糖・塩	各小さじ1/2	

## 二日酔いを防ぐ「ツボ」！

親指と人差し指のつけ根あたり。合谷（ごうこく）というツボ。

ここを飲む前に「悪酔いしませんように」と願いながら押す！

効果があるといいですね♪



最後はお酒を飲みすぎた場合の体への影響についてお伝えします。

# 飲酒運転は絶対にやめましょう！！