

県政だより

新時代

3-4月

2025 Mar./Apr.

vol.159

おんた

shinjidai-oita



特集

- 1 住み慣れた地域で
いつまでも元気に暮らせる社会を目指して
- 2 暮らしも仕事ももっと便利に！ デジタル社会が拓く未来

第29回全日本高校・大学生
書道展で最優秀校に選ば
れ、3連覇を果たした大分
高校書道部の皆さん



住み慣れた地域で いつまでも元気に暮らせる社会を目指して

2050年には、高齢者の一人暮らし世帯が全世帯の約2割を占め、高齢者の4人に1人が一人暮らしになるといわれています。

今回は、地域のつながりや支え合いを大切にして、一人暮らしでも、認知症になっても、安心して暮らしていける地域を目指して、県や市町村などで進めている取組をご紹介します。

地域の人みんなで一緒にいきいきと

集まろう！みんなの通いの場

「通いの場」は、高齢者が地域の公民館や公園など身近な場所に集まり、体操や趣味活動、交流などを楽しむ場です。楽しく活動することで元気になるだけでなく、定期的に集まる場があることによって孤独・孤立

状態の予防やお互いの健康状態も確認でき、地域をつなぐ役割を担っています。

大分県は、「通いの場」の参加率が10年連続で全国1位となっています。



通いの場で太鼓の達人を楽しみ高齢者
(太鼓の達人 ドンダフルフェスティバル)



太鼓の達人™ドンダフルフェスティバル &
©Bandai Namco Entertainment Inc.

県が作成した「めじろん元気アップ体操」は、筋力アップ効果が高く、多くの通いの場で行われています。

体操動画は
こちら



めじろん元気アップ体操 ビッグ4

できるだけ毎日続けることが大切です。ゆっくり動かし、筋肉を意識して取り組みましょう。

弱い運動

強い運動(筋力アップ)

1



立つ動き、階段が楽になります

膝伸ばし(ももの前側)

- ①椅子に座り、片足をゆっくり上げ伸ばす
- ②膝が伸びた状態でさらに伸ばすつもりで大腿に力を入れ続ける

動いても疲れにくくなります

椅子座り立ち(ももの前側)

- ①椅子にゆっくり座ったり立ったりする
- ②可能なら、椅子に座る直前に立ち上がるか、椅子なしで行う

2



転びにくくなります

足踏み・膝上げ

- ①座ってゆっくり足踏みをする
- ②あるいは、片膝ずつ上げて止める

歩きが元気になるます

もも上げ

- ①大腿をできるだけ高く上げる
- ②できれば、大腿を上げたところではしばらく静止する

3



バランスが良くなります

片足立ち(脚全体)

- ①椅子の横に立ち、片手を背もたれにそえる
- ②椅子と反対側の膝を上げて止める

歩くのが楽になります

片足立ち(脚全体)

- ①片手指先を壁に軽く着き、壁と反対側の脚を上げて止める
- ②できれば、手を壁から離す

4



転びにくくなります

つま先立ち(ふくらはぎ・アキレス腱)

- ①椅子の後ろに立ち、両手で背もたれをもつ
- ②かかとの上げ下げをゆっくりくり返す

歩きが元気になるます

つま先立ち(ふくらはぎ・アキレス腱)

- ①膝が曲がらないようにかかとを高く上げる
- ②かかとの上げ下げをゆっくりくり返す
※壁やイスのそばでやる



❖ 思い当たることはありませんか？ ❖

- 1 階段をのぼるとき手すりが必要
- 2 椅子から立ち上がるとき手すりや杖が必要
- 3 15分くらい続けて歩くことができない
- 4 この1年間に転んだことがある
- 5 転倒に対する不安が大きい



短期集中予防サービス

いつまでもやりたいことを続けるために

市町村が行う介護保険サービスの一つに「短期集中予防サービス」があります。掃除や洗濯、買い物など身の回りのことができにくくなっている人を対象に、3か月から6か月の短期間で、できるようになりたいことができるようになることを目指すものです。

「短期集中予防サービス」を利用した方のうち、約8割の方が元気になり、地域でいきいきとした生活を送ることができています。

左の図①～⑤のうち3つ以上の項目に当てはまり、日常生活に困りごとのある方は「短期集中予防サービス」の利用を相談してみましょう。



短期集中予防サービスでの運動の様子

短期集中予防サービスの詳細はこちら



短期集中予防サービスの問い合わせ先は、P3をご覧ください。

フレイルチェックをしましょう

「フレイル」とは、加齢とともに、体や心のはたらき、社会的な繋がりが弱くなった状態のことです。体調を崩したり、通いの場を少しお休みするなどの活動量の低下によってフレイルの状態になる場合があります。フレイルの状態を放置すると、要介護状態になる可能性があります。早めに気づいて運動習慣や食習慣、社会参加などの予防法を実践することで、健康な状態に戻ることができます。

フレイルの早期発見・適切な予防に向けて半年に1回を目安に、フレイルチェックシートでご自身やご家族の体や心の状態をチェックしましょう。



1- 日常生活

1日目	2日目	① 以前は... 車の運転、もしくはバスや電車を利用して、1人で外出していない	② 以前は... 日用品の買い物をしていない	③ 以前は... 1人で預貯金の出入れをしていない
		④ 以前は... 友人の家を訪ねていない (家族、親戚は含まない)	⑤ 以前は... 家族や友人の相談に乗っていない (電話での相談も含む)	生活が不活発になっていませんか?
合計				

フレイルチェックシートはこちら



フレイルチェックシート一部抜粋

誰もが住み慣れた地域で暮らし続けるために

大分県希望大使・認知症ピアサポーター

地域や社会との繋がりが弱くなる要因の一つとして、認知機能の低下が挙げられます。認知機能が低下しても住み慣れた地域に暮らし、日常生活を送ることができるよう、地域に住む一人ひとりが認知症に関する正しい知識と認知症の人に関する正しい理解を深めることが大切です。

県では、認知症本人大使「大分県希望大使」を令和2年度に創設し、



認知症本人大使「大分県希望大使」委嘱状交付式の様子

介護予防・短期集中予防サービスに関するお問い合わせ先

大分市	長寿福祉課	097-537-5746
別府市	高齢者福祉課	0977-21-1463
中津市	介護長寿課	0979-62-9805
日田市	長寿福祉課	0973-22-8299
佐伯市	高齢者福祉課	0972-23-1622
臼杵市	高齢者支援課	0972-63-1111
津久見市	長寿支援課	0972-82-9533
竹田市	高齢者福祉課	0974-63-4809
豊後高田市	保険年金課	0978-25-6158
杵築市	健康長寿あんしん課	0978-64-2540
宇佐市	介護保険課	0978-27-8150
豊後大野市	高齢者福祉課	0974-22-1049
由布市	高齢者支援課	097-529-7349
国東市	福祉課	0978-72-5164
姫島村	住民福祉課	0978-87-2278
日出町	介護福祉課	0977-73-3136
九重町	健康福祉課	0973-76-3821
玖珠町	福祉保険課	0973-72-1115

☎ 高齢者福祉課 ☎ 097-506-2694

現在6名の方が、県民に向け、認知症への関心や理解を深めるための活動を行っています。

また、認知症の方自らが、同じ思いや不安を抱える方の暮らしを支える担い手「ピアサポーター」となり、行政と一緒に、認知症になっても安心して暮らしていける環境・地域づくりを進めています。

専門家ではなく、当事者だからこそ「できる・分かる・話せる」ことがたくさんあります。

認知症地域支援推進員

認知症の人やその家族を支援し、地域で認知症の人々が暮らしやすい環境を整備するため、各市町村では、認知症地域支援推進員が活動しています。

「認知症かもしれないが、どこに相談したらよいかわからない」「家族の認知症の症状で困っている、対応方法を知りたい」「地域の中で認知症に関する学習会を開きたい」などお住まいの地域の推進員にご相談ください。



スーパー店員向け認知症サポーター養成講座の様子



認知症に関する情報はこちら「おおいた認知症情報サイトおれんじ」



大分市

グリーンアップおおいたデイ

令和6年12月7日(土)

令和6年10月にスタートしたグリーンアップおおいたの一環として「グリーンアップおおいたデイ」を開催しました。

本イベントは、県民の皆さんに環境問題を自分ごととして捉え、環境に配慮した行動を実践するきっかけとしていただくために大分県地球温暖化防止活動学生推進員が中心となって企画・運営したものです。

当日は、実行委員会の委員長と副委員長を務めていただいたお二人に感謝状を贈呈させていただきました。

皆さんのお住まいの地域を知事が訪問しています。

安心・元気・未来創造ビジョン 2024 知事講演会

令和6年12月11日(水)

～令和7年1月10日(金)

令和6年9月に策定した長期総合計画「安心・元気・未来創造ビジョン2024」の講演会を県内6地域で開催しました。

822名の方にご参加いただき、大分県の10年後の目指す姿や、その実現に向けた具体的な政策を共有しました。

講演では、地域に根ざしたさまざまなご意見も寄せられました。引き続き、地域の声や思いをしっかりと受け止め、安心・元気・未来創造の大分県づくりを着実に進めていくことをお伝えしました。

大分市・日田市
佐伯市・竹田市
宇佐市・国東市



知事 の 活動 報告

Governor
Sato's
activity report



竹田市

有限会社 エム・ナイン

令和6年12月18日(水)

有限会社エム・ナインは、県内有数のトマトの産地である竹田市荻町で、規格外のトマトを活用した商品の加工・販売を行う会社として、平成14年に地域の女性9名で設立されました。

懇談では、設立までの経緯などに加え、最近の物価高騰や酷暑がトマトに与える影響などを伺いました。農産物加工は本県農業にとって重要な部門であり、皆さんには引き続き元気に頑張っていただきたいとお伝えしました。

豊後
大野市

大分県立三重総合高等学校

令和6年12月18日(水)

大分県立三重総合高等学校は、三重高校、三重農業高校、緒方工業高校、竹田商業高校の4校を統合して平成18年に開校しました。

懇談では、本県農業の展望や空飛ぶクルマの実現性についての質問、地域交通充実への要望などを伺いました。

未来を担う皆さんが、地域の課題や本県の行く末について真摯に考えていることを大変頼もしく感じ、将来大いに活躍していただきたいとお伝えしました。



問 広報広聴課 ☎097-506-2192

暮らしも仕事ももっと便利に！ デジタル社会が拓く未来

スマートフォン一つで、情報検索に加えて買い物、銀行口座の管理などができるようになり、私たちの生活は大きく変わりました。今では、デジタルの活用で時間や場所にとらわれずにさまざまなサービスが受けられます。

県では、より便利でスムーズなサービスを提供できるよう、行政手続のオンライン化を進めています。

また、DX（デジタルトランスフォーメーション）を推進することで、企業の生産性を高め、地域の産業を活性化させる取組を加速させています。

◆行政DXの推進

これまで役所の手続きは窓口で書類を提出するのが一般的でしたが、県では、手続きをオンライン化するなど、行政DXの推進に取り組んでいます。これらを支えるのが、デジタル技術やマイナンバーカードの活用です。

例えば、「マイナ保険証」は、診療記録や薬の処方履歴を活用して、より適切な医療の提供を目指すものです。手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除されるなどのメリットがあります。

また、3月24日からマイナンバーカードと運転免許証を一体化するマイナ免許証の運用が始まります。マイナ

免許証の保有により、更新時講習のオンライン受講や運転免許証と比較して更新手数料などが安くなるなどのメリットがあります。

自動車関連では、4月1日から「保管場所標章」が廃止されます。標章は「家用車の保管場所を示すために貼るシール」です。業務のデジタル化により、標章がなくても警察が保管場所を確認できるようになったことが廃止の主な理由です。

県では、誰もが便利に暮らせるデジタル社会を目指し、高齢者やデジタルに不慣れな方へのサポートも含め、人に優しいDXを進めていきます。

マイナ保険証をご利用ください

資格確認書でもこれまでどおり医療にかかれます

以下の方は、申請不要で
資格確認書が届きます

- マイナ保険証をお持ちでない方
- 令和7年7月までに新たに後期高齢者になった方

以下の方は、申請すると
資格確認書が届きます

- マイナ保険証での受診が困難な方
(ご高齢の方や障がいのある方など)



詳細はこちら
「政府広報オンライン」



※今、お持ちの健康保険証は有効期限(有効期限がない場合は令和7年12月1日)まで利用できます。

3月24日からマイナンバーカードを 運転免許証として利用できるようになります

免許証は
選べる3タイプ

- 免許証のみ
- マイナ免許証のみ
(免許情報が記載されたマイナンバーカード)
一体化は運転免許センターなどで手続き可能
- 両方

マイナ免許証はメリットがたくさんあります

- メリット ① 氏名住所などの変更は、自治体に届け出るだけで完了！
(マイナ免許証のみ保有者)
- メリット ② マイナポータルとの連携で、オンライン更新時講習の受講が可能に！
(優良運転者講習、一般運転者講習)
- メリット ③ 住所地以外の免許センターで行うことができる免許証の更新手続きの迅速化！
(優良運転者講習、一般運転者講習)
- メリット ④ マイナ免許証は、免許証と比べて更新手数料が安くなります！



人口減少・少子高齢化が進み、働き手が減る今、人手不足は私たちの暮らしを支えるさまざまな場所で深刻な問題となっています。

この課題を解決し、地域経済を活性化するためには、デジタル技術を活用して仕事の方法を変え、生産性を高めるとともに新たな価値を創出することが重要です。

大手企業では、すでに多くの業務

がITシステムで効率化され、AIの活用も広がっています。一方、中小企業では、専門知識を持つ人材が不足していることなどから、最新のデジタル技術を導入し、活用することは簡単ではありません。

そこで県では、中小企業の方がデジタルツールを導入する際の費用の補助や導入したデジタルツールを使いこなすための実地サポートを組み合わせた支援を行っています。これまでに144社を支援し、デジタルによる業

務効率化の効果を実感していただいています。

また、人手不足に悩む中小企業のみならずの売上拡大や生産性向上に向けた取組を後押しするために、IoTやロボット等を導入する費用を補助する制度があります。この補助金は、国の補助金に県が上乗せする形で、事業者の負担をさらに軽減するものです。（「大分県省力化・生産性向上支援補助金」左図参照）

近年注目されているAIに関しては、「おおいたAIテクノロジージャー」(事務局：公益財団法人ハイパーネットワーク社会研究所)にて、セミナーのほか、AIを活用したビジネスアイデアの創出を図っています。デジタル技術を活用することで、県内の企業は、生産性を高め、新たなビジネスチャンスを創出することができます。デジタル化を通して、大分のより豊かな未来へとつながるよう、これからも取り組んでいきます。

大分県省力化・生産性向上支援補助金 補助金の概要

① 省力化投資補助金(カタログ型)

IoT、ロボットなどの人手不足解消に効果がある汎用製品を「カタログ」から選択・導入し、省力化投資を支援する補助金

対象者… 大分県内に事業所を有する中小企業・小規模事業者
要件… 国の省力化投資補助(カタログ型)の額の確定を受けていること

最大補助額… 約**2,250**万円
(国最大**1,500**万円、県最大**750**万円)

最大補助率… **4**分の**3**(国1/2以下、県1/4)

補助金の活用例

レジ・券売機

自動配膳
ロボット

検品仕分け
システム

無人監視
システム



② IT導入補助金(インボイス対応類型)

業務効率化やDXの推進、インボイス制度への対応に向けたITツール等の導入を支援する補助金

対象者… 大分県内に事業所を有する中小企業・小規模事業者
要件… ① 国のIT導入補助(インボイス対応類型)の額の確定を受けていること
② 県が定める賃上げ要件を満たしていること

最大補助額… 約**430**万円
(国最大**380**万円、県最大**52万5千**円)

最大補助率… **4**分の**3**(国2/3以下、県1/12)

補助金のおおまかな流れ

1



2



3

国の補助金に
申請・採択
・省力化投資補助金
・IT導入補助金

・国へ実績報告
・額の確定通知受領

県の補助金に
申請・採択
大分県省力化・生産性
向上支援補助金



AIセミナーの様子

ご存じですか？ 居住支援

住宅の確保や暮らしをサポートする「居住支援」の取組についてご紹介します。

居住支援とは？

居住支援は、住宅の確保に困っている方に対して、住居のマッチングなどの「入居に向けた支援」と、見守り支援や就労に向けた支援などの「入居後の生活支援」を一体的に行う取組のことをいいます。

地域で取り組む居住支援

居住支援を行うためには、福祉や不動産などさまざまな知見が必要です。そこで、福祉団体や不動産業者、行政、地域住民などで構成する「居住支援協議会」を設立し支援を行っています。

協議会では、住まい探しのお手伝いやその後の生活支援の実施、各種福祉施策・サービスとの連携を充実させるなど、さまざまな支援を行っています。あわせて、地域住民や関係者の理解醸成を図るためのセミナーや地域交流イベントの開催など、地域共生社会実現へ向けた取組も行っています。

ワンストップ相談窓口

居住支援協議会では、住居探しから生活に向けた手続きまでワンストップで対応する相談窓口が設置されています。



- 住んでいる住宅の老朽化が不安…
- 1人で暮らすのが不安…
- 買い物や通院までが遠く不安…
- 誰に何をどのように相談したらよいか分からない…

居住支援協議会事務局

大分市
NPO法人住むケアおおいた
☎097-533-8888

竹田市
一般社団法人
権利擁護支援センターたけたねっと
☎0974-63-2723

国東市
国東市まちづくり推進課
☎0978-72-5179

日田市
有限会社すぎのこ村ネットワーク
☎0973-22-1192

豊後大野市
社会福祉法人偕生会
☎0974-42-2270

日出町
社会福祉法人陽谷福祉会
☎0977-72-8336

※上記以外の地域にお住まいの方は、市町村へご相談ください。

☎ 建築住宅課 ☎097-506-4677

居住支援の
詳細はこちら



県職員・警察官の仕事を紹介します！

大分県で、県職員や警察官として働きませんか。
今回は、県内で働く若手職員の業務内容を紹介します。

行政

(現所属：河川課)
令和5年度採用



－県職員を志望した理由を教えてください

県外出身ですが、大学進学を契機に大分県で暮らすようになりました。

学生時代に経験した酒蔵のお手伝いをきっかけに、大分の魅力発信や企業支援をやってみたいという夢を持つようになり、大分県職員を志望しました。

－現在の仕事内容を教えてください

河川の維持管理や工事契約事務のほか、水資源の愛護啓発活動を担当しています。「全国なぎさシンポジウム in 大分」では、広く県内外の方々に、大分県の豊かな海や海岸、そして水資源の大切さをPRしました。

－仕事のやりがいや魅力はどんなところですか

採用2年目ですが、自分の^{おも}想いを形にできる仕事も多いです。「水の日」の啓発活動では、こども向けの科学実験イベントや図書館での企画展を提案し、実現することができました。

「大分が好きだ」という気持ちがアイデアに繋がり、やりがいを感じています。

－県職員になって良かったところを教えてください

県内各地域の特色や魅力を知ること、もっと大分県が好きになりました。経験を重ねることで視野が広がり、社会人としての成長を実感できるところにも県職員の魅力を感じています。

☎ 県人事委員会事務局 ☎ 097-506-5212

警察官

令和5年度採用



－警察官を志望した理由を教えてください

高校生の頃、交番へ行ったときに親身になって対応してくれた女性警察官に憧れたことがきっかけです。

大変な仕事ではありますが、とてもやりがいのある仕事です。

警察官を見て「カッコいい、自分もなりたい」と思う人が増えてくれると嬉しいです。

－現在の仕事の内容を教えてください

交番に勤務し、パトロール活動、事件や事故の初動捜査、巡回連絡、交番だより(広報紙)の作成などを行い、県民の方のいちばん身近な場所で地域の安全と安心を守っています。

－仕事のやりがいや魅力はどんなところですか

相談に来られた方にお礼を言ってもらえたときや、パトカーに乗っていて、小さいこどもから笑顔で手を振ってもらったときに、私の仕事が安全に暮らせる社会の貢献に繋がっていると実感でき、警察官としての仕事にやりがいを感じます。

－警察官になってよかったところを教えてください

家族や親戚から「警察官になったんだ！カッコいいね！」と言われたときに、うれしい気持ちになりました。自分が生まれ育った大分県の安全と安心を守ることができると誇りに思います。

☎ 県警察本部警務課 ☎ 097-536-2131(代表)

大分県職員採用試験

① 大分県職員採用上級試験(先行実施枠)

- 受付期間 / 3月1日(土)～3月18日(火)17:15まで
- 第1次試験日 / 4月1日(火)～4月10日(木)テストセンター方式

② 大分県警察官A採用試験(先行実施枠)及び大分県警察官A(女性)採用試験(先行実施枠)

- 受付期間 / 3月10日(月)～3月28日(金)17:45まで
- 第1次試験日 / 4月11日(金)～4月20日(日)テストセンター方式

③ 大分県職員採用上級試験・中級試験・医療免許資格職試験I

- 受付期間 / 4月28日(月)～5月16日(金)17:15まで
- 第1次試験日 / 6月15日(日)

大分県職員の
採用情報はこちらから



低濃度PCB廃棄物などの処理について

PCB(ポリ塩化ビフェニル)とは、強い毒性を持つ化学物質で、製造後30年以上経過した古い電気機器などの絶縁油は、PCBに汚染されている可能性があります。

PCB汚染の可能性がある電気機器には、変圧器やコンデンサーなどさまざまなものがあり、令和9年3月31日までに処分しなければいけません。

電気設備や倉庫等をもう一度点検し、発見した場合は、速やかに処分の手続きを行ってください。

詳細はこちらから



☎ 循環社会推進課 ☎ 097-506-3127



ひらいて



大分県人権啓発
イメージキャラクター-こころちゃん



県ホームページ
「こころちゃんの
へや」はこちらから

ジェンダーギャップ、お茶出しと台所

「ジェンダーギャップ指数、日本は146か国中118位、先進国で最下位レベル」。毎年がっかりするニュースですが、気になりながらも日常に埋もれ、2025年になりました。21世紀も4分の1が過ぎようとする日本で、なぜこんな状況なんだろうと、年末年始に考えてみました。

昨年の親戚の法事のできごとです。他のことで手が離せなかった私が、夫に来客者へのお茶出しをお願いすると、「男の人にお茶を出させたりするものじゃない」と年輩の女性から注意されました。私や友人の家庭では、手が空いている方がやるのにとモヤモヤしましたが、口には出せずやり過ごしてしまいました。

お正月には、親戚が集まる席で、男性陣がずっと座ってお酒を飲んでいる間、台所で食事の準備するのは女性陣でした。

日本のジェンダーギャップの問題は、私たちの心の根っこにある「性別的役割分担意識」が影響しているかもしれません。得意不得意での役割分担はよいと思いますが、それが「決めつけ」になっていないでしょうか。

「男だから、女だから」という先入観や決めつけをもたないこと。これが当たり前の社会になれば、誰もが生きやすくなると思います。

私もこれまでやり過ごした違和感に目を向け、少しずつ、変える努力をしていきたいと思っています。

募集

「全日本中学生水の作文コンクール」の作品募集

水をテーマにした作文を募集します。水について、暮らしの中での体験や授業で学んだことなどをともに、作文を書いてみませんか。

テーマ/水について考える(題名は自由)

対象/令和7年度に大分県内の中学校に在学する中学生

原稿/400字詰め原稿用紙4枚以内、日本語で表記されたもの

締切/5月2日(金)

応募方法/本文の前に題名、学校名、学年、名前(ふりがな)を記入し郵送

送付先/〒870-8501

大分市大手町3丁目1番1号
大分県 土木建築部 河川課
管理・水資源対策班 あて

詳細はこちらから



☎ 河川課 ☎ 097-506-4593

おおいたの芸術や文化にふれよう

企画展「犬形土製品と中世のいのり」開催期間 2月11日(火)～5月25日(日)



犬形土製品
(国指定重要文化財・埋蔵文化財センター蔵)

犬形土製品は大阪を中心とした近畿地方で作られ、大分市にある中世大友府内町跡でも多数が出土しています。一度にたくさんの子どもを産む犬にあやかり、安産を祈るために作られたといわれています。

施設内にある歴史体験学習館で「犬形土製品づくり」(50円)も体験できます。

開館時間/9:00～17:00(入館は16:30まで) 休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は、その翌日が休館日)
観覧料/無料

☎ 県立埋蔵文化財センター(大分市牧緑町1-61) ☎ 097-552-0077



案内

私立高校生に対する 授業料支援制度について

私立高校などに通う生徒を対象に、保護者等の所得に応じて授業料の支援を行う「私立高等学校等就学支援金制度」があります。手続きは、入学後に学校を通じてオンラインなどで行います。

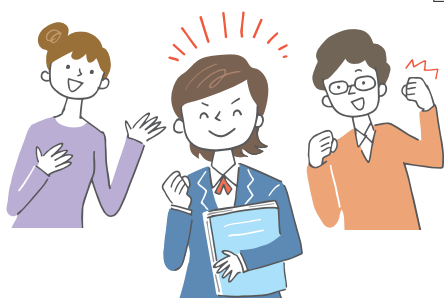
年収約590万円未満世帯

月額33,000円(ただし、各学校の授業料を上限とします)

年収約590万円～910万円未満世帯

月額9,900円(私立高等学校生には、就学支援金の受給後も授業料負担の残る世帯に、月額10,000円の上乗せ支援があります(大分県独自の制度))

詳細は
こちらから



☎ 学事・私学振興課 ☎ 097-506-3085

自動車の移転登録、抹消登録は お済みですか

自動車税種別割は、毎年4月1日現在の自動車の所有者に課税されます。車を他人に譲った場合や使用していない場合でも、3月末までに移転登録や抹消登録を行っていないと、引き続き自動車税種別割が課税されます。

詳細は
こちらから



ご不明な点は、自動車税管理室へお問い合わせください。

自動車税管理室 / 097-552-1121

☎ 税務課 ☎ 097-506-2384

大分スポーツ公園パーキングナビを ご活用ください

スマートフォン用アプリ「大分スポーツ公園パーキングナビ」は、大分スポーツ公園内にある主要な駐車場の駐車情報をリアルタイムで確認できます。

「満車」「空車」状況とともに、目的の駐車場へのナビゲートが可能で、イベント情報も確認できます。公園ご利用の際には、ぜひご活用ください。

詳細は
こちらから



☎ 公園・生活排水課 ☎ 097-506-4664

母子・父子福祉センターにご相談ください

母子・父子福祉センターでは、ひとり親家庭や寡婦(※)の方を対象に、生活上の悩みなどの相談を受け付けています。

養育費や遺産相続などについては、弁護士による予約制の無料法律相談も行っています。

また、どなたでも利用できる研修室や会議室、和室の貸し出しを行っています。

お気軽にお問い合わせください。

※かつて母子家庭の母であった方で、子どもが成人した後も配偶者のない方

詳細は
こちらから



母子・父子福祉センター /
097-552-3313

☎ こども・家庭支援課 ☎ 097-506-2703

大切な腎臓を守るために～尿たんぱく陽性、 eGFR60未満の方は医師に相談しましょう～

腎臓は、老廃物を排出する、ホルモンをつくるなどの大事な働きをしています。

さまざまな腎疾患を原因として、徐々に腎臓の機能が低下することを慢性腎臓病といい、尿検査(尿たんぱく)や血液検査(eGFR)でわかります。糖尿病や高血圧などは慢性腎臓病の危険因子で、放っておくと、人工透析や心臓病、脳卒中などの心血管疾患などのリスクも高くなります。

詳細は
こちらから



健診結果で「尿たんぱく陽性」や「eGFR 60未満」と指摘された場合は、重症化しないためにも、かかりつけ医などに相談しましょう。

☎ 健康増進室 ☎ 097-506-2770

ホームスタートをご利用ください

県では、子育てに不安や悩みを抱えているご家庭への家庭訪問型子育て支援(ホームスタート)の取組を促進しています。

ホームスタートは、フレンドシップとボランティア精神のもと、約40年前にイギリスから始まった子育て支援活動です。未就学児がいるご家庭に、研修を受けた子育て経験のあるボランティアが、週に1回2時間の訪問を4回程程度行い、ゆっくり話を聴いて、子育ての不安や悩みをしっかりと受け止め(傾聴)、一緒に家事や育児を行う(協働)などの活動をしています。

利用は無料ですので、子育てで悩んだ時には、一人で抱え込まずに、気軽に利用してください。

あわせて、訪問ボランティアとして活動いただける方も募集中です。

詳細は
こちらから



☎ こども未来課 ☎ 097-506-2712



まず野菜、もっと野菜
おおいた

Instagramで
いろんなレシピを
公開中



ほうれん草の和え物



レシピ提供：公益社団法人 大分県栄養士会 関 健康増進室 ☎097-506-2795

県の「健康寿命日本一」を目指す取組として「まず野菜、もっと野菜」をテーマに、一日の「野菜摂取量350g」の目標実現に向けて、野菜を使った『簡単!おいしい!ヘルシー♪』なレシピを紹介しています。
今回は、調味料を使わずにツナ缶と塩昆布で旨味を生かした和え物を紹介します。作り方も簡単♪
今日の献立に1品プラスして、ぜひ作ってみてください。

材料(2人前)

- ほうれん草・・・1束(200g)
- ツナ缶・・・・・・・・・・30g
(水煮食塩無添加)
- 塩昆布・・・・・・・・・・6g
- いりごま・・・・・・・・・・2g

調理方法

- ①ほうれん草は5cmの長さに切り、ぬれたまま耐熱ボウルに入れてラップをかけ、電子レンジ600wで3分加熱する。
- ②①のあら熱が取れたら、ツナ缶、塩昆布を加え混ぜ合わせる。
- ③器に盛り、上からいりごまをふる。



一度は行っておきたい
大分県内の桜の名所5選



今回は、お花見スポット選びの参考になるような、大分県を代表する桜の名所を紹介します。



桜の記事は
こちら



そのほかの記事を
ご覧になりたい方は
こちら

アンケート&プレゼント

下記のアンケートなどにお答えいただき、インターネットまたはハガキでご応募ください。ご回答いただいた方の中から、抽選で5名様に「Oita Made」が厳選した特産品詰め合わせ(2,000円相当)をプレゼントします。



アンケート

住まいや暮らしの困りごとはどなたに相談しますか。(自由記述)

締切 4月30日(水)当日消印有効

当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

〒870-8501

大分県庁 広報広聴課 3・4月号アンケート係 行き

- ①アンケートの答え ②郵便番号、住所
- ③氏名 ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号
- ⑦興味を持った内容・感想
- ⑧広報紙に関するご意見

応募は
こちらから



新時代おおいたは
こちらから



大分県庁
☎097-536-1111
(代表)

(以下広告)

水道局指定工事店/一般建設業 福岡県知事許可(般-3)第114567号

最大値下げ! 春の新生活応援セール

▶ 期間限定: 4月30日まで 対象エリア: 大分県 ※商品が無くなり次第終了となります。

当社通常¥280,300(税込 ¥308,330)のTOTO超節水トイレが温水洗浄便座付きで応援価格

新規入荷 5セット限り ¥98,000!

九州水道修理サービス
イメージキャラクター
斉藤 ふみさん

春の新生活応援セット 限定5セット ¥98,000(税込¥107,800)

- 本体 | TOTO超節水ビューアレストQR(便器:CS232B + タンク:SH232BA)
- 便座 | 温水洗浄便座 ■ 設置 | 標準取付工事・廃材処分 ■ 保証 | 施工保証5年間

年中無休・24時間受付

● 出張・点検・見積りも無料
● 施工の時間は2時間程度
● 注文当日での設置も対応

24h 0120-48-8919

株式会社九州水道修理サービス
大分県大分市大在北3-21-19
九州水道修理サービス | 検索
https://www.suidou-shuuri.jp

※写真はイメージです。

*大分県では収入確保のため、有料広告を掲載しています。広告主および広告内容などについては、県が推奨するものではありません。広告に関するお問い合わせは、広告主へお願いします。