



広報 みやな

発行・編集 北諸県郡三股町職員課 ☎52-1111 発行 4月15日 No.211

町民憲章

(昭和39年1月4日制定)

わたくしどもは、歴史に輝き山河うるわしい三股に生を受け、先人の協和と忍耐による郷土建設の偉業を継ぎ、郷土愛と開拓精神をもって、ここに明るく豊かな、明日の町づくりのためにこの憲章を定めます。

- 1 常に新しい希望をもって郷土の開発につとめましょう。
- 1 教育を尊び青少年を健やかに育てましょう。
- 1 環境を清潔にし健康の増進につとめましょう。
- 1 生活を工夫しよりよい風習をつくりましょう。
- 1 力をあわせねばり強く住みよい町を築きましょう。

三股町の花 サツキ:鳥 ホオジロ:木 イチョウ



春を満喫

さきほど開かれた第3回町民健康体力つくり歩こう会では、73名が8.2kmのコースに挑戦し、さわやかな汗を流しました。

またゴールの上米公園では、桜の下で弁当に舌つづみを打ち、春の一日を満喫しました。

町税の予算状況

税目	本年度当初予算額
町民税	326,312
固定資産税	384,920
軽自動車税	22,671
たばこ消費税	75,020
電気税	39,690
都市計画税	36,610
その他	1,754
計	886,977

(単位：千円)

税金の使いみち

皆さんから納めていたく税金は、どのように使われるか……
町民税や固定資産税などの町税について、その用途を分類してみました。
民生費や土木費、教育費などは、国や県の補助金が多いため、予算額に比べ町税の充当される額は少なくなっています。また逆に、公共施設整備に借り入れた資金の返済で、実際に建設事業に使われた町税といえます。

このように税金は、皆さんの生活をより豊かに暮らしやすくするために使われています。税の仕組みや使いみちを止しく理解し、納税の大切さを考えてみましょう。

なお町税一人当たりの額は、昭和六十二年三月一日現在の人口を基に算出したものです。

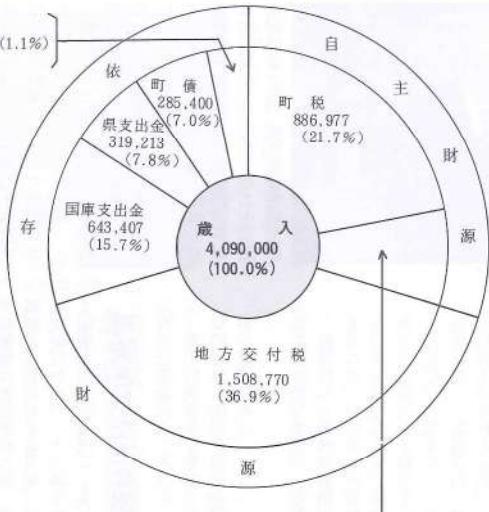


昭和62年度一般会計予算

地方譲与税 85,489(2.1%)
自動車取得税交付金 43,830(1.1%)
その他 1,101(0.0%)

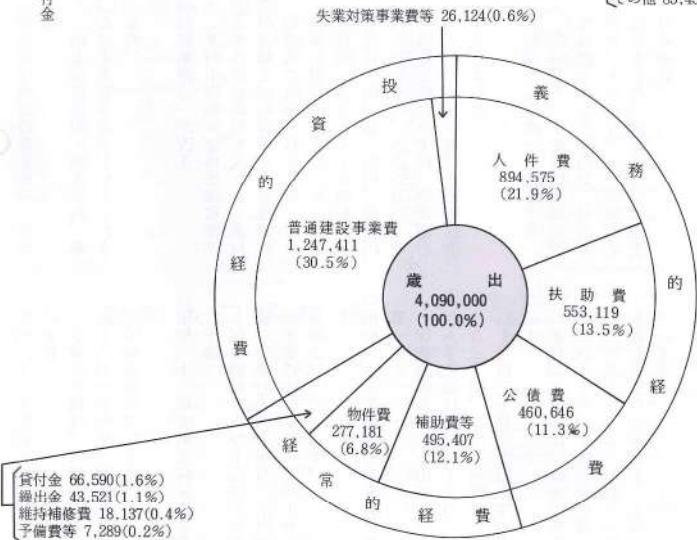
※字句説明

- 町債 事業を実施するため借り入れる借金
- 国庫(県)支出金 国(県)からの補助金など
- 扶助費 児童の保育や教育、生活困窮者などに対する給付金
- 公債費 町債の償還金
- 物件費 事業実施に伴う事務費など



歳入財源別 調べ

(単位: 千円)



だれでも上手に炊ける

おいしい ご飯の炊き方

「三度炊く飯さえ、こわし軟かし、と思うよにはならぬ世の中」――

昔からごはん炊きのむずかしさは何かとあります。たとえこれまできたもので。ごはんがうまく炊けなければお嫁に行けぬ」とまで言されました。

それもこれも、日に3度の調理の基本が、すべてこのごはん炊きにあるからです。ごはん炊きの重

要さは昔も今も少しも変わりませんが、現代はスイッチを押すだけで出来る自動炊飯器が普及、だれもが簡単にごはんをつくれる時代になりました。とはいものの、ごはんの出来ばえを左右する決め手は、やはり水かげんと火かげん。簡単な自動炊飯器で、いかに「うまいめし」をつくるかは、実はほんのちょっとしたポイントにあるのです。

1お米を洗う

最初は、たっぷりの水でサッパリと手早く洗い流しましょう。ゆっくり洗ったり、ぬるま湯で洗うのはキンモツ。お米は意外に吸水が早いので、ぬか臭いご汁を吸いこませないようにしたいものです。

お鍋でおいしいご飯を炊くには

ごはんを炊く道具は、何も自動炊飯器だけではありません。家庭で日常使っているお鍋でも十分こどり足りるのです。厚手のお鍋ならなお安心です。お米にたっぷり水を吸わせたら、最初から強火で加熱しましょう。昔からの言い伝えの「はじめチョロコロ中バッパ……」は、燃料に薪を用いた時代のお話です。現代は、都市ガスであれプロパンガスであれ、強火で加熱しはじめてください。

沸騰してきたら、すぐ火を弱めます。水がなくなってきた頃を見はからって強火にし、10~20秒間煎りかげんに焼いて水分を完全に蒸発させたら、火を止めましょう。沸騰までの時間を長くとれば、首尾よく出来上がりります。

ふつくらごはんのヒント

●よいお米の見分け方

2度目からは手首を使って、さっとぎます。最近のお米はよく磨かれているので、ゴシゴシとぐ必要はありません。にぎりがなくなったら、いったん水をさぎてしまって。ザルにあければ理想的です。

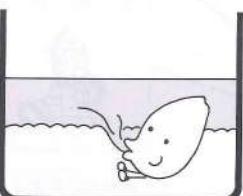
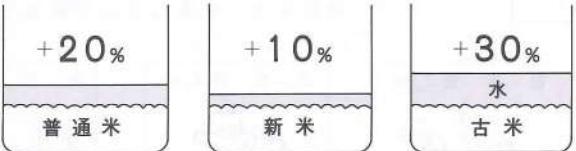
2度目からは手首を使って、さっとぎます。最近のお米はよく磨かれているので、ゴシゴシとぐ必要はありません。にぎりがなくなったら、いったん水をさぎてしまって。ザルにあければ理想的です。胚芽米は水をちょっと多めに。また、おしゃやカレーライス用なら少し硬めにしておいた方が無難です。炊きこみごはんは、具によつて水の量を調節しましょう。

2度目からは手首を使って、さっとぎます。最近のお米はよく磨かれているので、ゴシゴシとぐ必要はありません。にぎりがなくなったら、いったん水をさぎてしまって。ザルにあければ理想的です。胚芽米は水をちょっと多めに。また、おしゃやカレーライス用なら少し硬めにしておいた方が無難です。炊きこみごはんは、具によつて水の量を調節しましょう。

お米にたっぷり水を吸わせておくことは、おいしいごはんづくりにいちばん大切な条件です。水につける時間は、お米の質によって違いますが、最低30分は必要です。冬は1~2時間ぐらい、水を吸わせればよいでしょう。寒い時につけがない場合は、ぬるま湯につければ30分の吸水で十分です。

お米にたっぷり水を吸わせておくことは、おいしいごはんづくりにいちばん大切な条件です。水につける時間は、お米の質によって違いますが、最低30分は必要です。冬は1~2時間ぐらい、水を吸わせればよいでしょう。寒い時につけがない場合は、ぬるま湯につければ30分の吸水で十分です。

3お米に水を吸わせる



5焼きと蒸しで最後の仕上げ

香ばしいごはんの風味は、最後の仕上げで生まれます。タイミングよく焼きの操作を加えれば、まず失敗はありません。これを自動炊飯器で行なうのはじく簡単! 炊飯のスイッチが切れたら3~4分後に、もう一度スイッチを入れて熱を加えます。3分程すると自動的にスイッチが切れますから、そのまま10~15分間蒸らしてください。ほんのりきつね色のおこげが出来、いっそうふつくらと炊きがります。



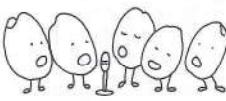
4スイッチ・オン

をあてにせず、お米の質や柔かめの好みも十分考慮に入れて。以上の1から3までをしつかり済ませれば、あとはスイッチを押すだけ。1ℓ炊で1ℓのお米を炊く場合なら、点火からスイッチが切れた段階では、お米はまだ煮たれた状態。蒸しはここからやっとスタートするのです。

をあてにせず、お米の質や柔かめの好みも十分考慮に入れて。以上の1から3までをしつかり済ませれば、あとはスイッチを押すだけ。1ℓ炊で1ℓのお米を炊く場合なら、点火からスイッチが切れるまで25~26分です。しかし、ごはんを炊くの3段階を経て、はじめて「炊く」になるのです。スイッチが切れた段階では、お米はまだ煮たれた状態。蒸しはここからやっとスタートするのです。

お茶の水女子大学

福場博保教授監修



水を切ったお米に新しい水を注ぎ入れます。水かげんは目盛りだけ

いにそろつていて、ふつくらした形をし、つやと重みがあります。これに反し、悪いお米は、精米時につぶれた碎け米や、米粒の中心が白くなつた心白粒や腹白米が混ざっています。これらは必要以上に水分を吸収し、味はよくありません。ぬかがよくとれ、全体に白く輝いていることも、よいお米の条件です。

●味を落とさずには保存するには、お米は生きています。精米した後、味が変わるのは期間は夏場で約1ヶ月、春、秋、冬なら2ヶ月程度です。これを上手に保存するためには、木のびつが使われてきましたが、現代では計量米びつがこれにとって代わっています。ボリ容器に入れてても問題はありませんが、それでも問題はあります。ボリ容器に入れてても問題はありませんが、湿润気には注意を。新しいお米を入れる際には、古いお米を出して掃除し、日光によくあててからにしたいのです。置き場所は涼しく、暗い所の方が向いています。

●炊飯器選びのポイントは、炊飯器は強い火力に耐えられる厚さがあり、かつフタの重いものを選びましょう。炊飯器の中の熱が均一に伝わり、十分蒸らすことが出来るので、効率的です。大きさは、日常炊く分量に合わせて選べばよいでしょう。1人分のごはんを1ℓ炊きで炊いてもおいしくあ

ります。お米の見分け方

お米に水を炊く場合は、「はじめチョロコロ」の弱火で始めましょう。沸騰までの時間を長くとれば、首尾よく出来上がりります。

お米に水を炊く場合は、「はじめチョロコロ」の弱火で始めましょう。沸騰までの時間を長くとれば、首尾よく出来上がりります。



どんなん予防方法が有効ですか

感染症はB型肝炎ウイルスの弱く、B型肝炎が共通浴場などでトカラヒトにうつったという報告はありませんから、ますます感染する可能性はありません。

■ 不特定の相手との性的接触は避け、とくに相手に注意しまさう。されども、いわゆる「性的接觸」は、性別を問わず、男女ともに受け入れられるものである。したがって、性別を問わずに、性的接觸をうながすことは、必ずしも性交を意図するものではない。しかし、性交を意図する場合、性的接觸は必ずしも行われる。したがって、性交を意図する場合、性的接觸は必ずしも行われる。

- 肛門や口を使ふ性行為は危険です。ディープキスでもまことにうつることがあります。
- コンドームの使用など、相手の体液に直接触れない工夫エイズの予防に効果です。

●カミソリ、歯ブラシなどの日用品は
早く早く洗い流します

保健所などで相談を
エイズについて心配な方は都
域保健所（☎二三一四五〇四）
に相談してください。秘密は十
分に守られますから安心して
相談を。

エイア基礎知識2
どうしてこうなるのですか

女性・子供支

正しい知識を身につけよう

A cartoon illustration showing a small boy with glasses running away from a large, brown dog. The dog is barking and has its mouth open. The boy is looking back over his shoulder.

正しい知識を身につけよう

■ 血液については、日常生活で
感染することはほとんどない。
による性愛者や静脈注射など
国人の、元春行方をしている人、
などには注意を。

また母性によっては、乳頭部にイヌクレウスがつるるという
ケースもあるのです。つまり、男性同性愛者、薬物中毒者、母親がウイルスをもっている場合は、その関係者がエイズにかかる危険性が高いと考えられます。

エイズは男性だけの問題ではありません。異性間の性的接触によつて女性にも波及し、いや子供たちまでも危険にさらされることになるのです。ぜひ、エイズについての正しい知識をもつてください。



エイズ これだけは知っておこう ■正しい知識と予防方法■

犠牲者がいるらしいといわれ、今世紀末までに、全世界ではほぼ一億人がエイズで死ぬ可能性があると……。

確かにエイズは現在のところ確実な治療法も見つからない感染症ですが、でも、うつりにくく病気です。そして十分に自分で予防できる病気なのです。いたずらに根拠のないうわさに惑わされないで、正しい知識を身につけて、エイズからあなた自身を守ってください！

エイエスAI・DSの言葉
が、新聞やテレビで連日のように飛びかっています。

どんな病気ですか

研究者の協力で、一九八三年にエイズの原因となるウイルスが発見され、HIV（Human Immunodeficiency Virus）=コトックス免疫不全ウイルス」と名づけられました。日本ではこのウイルスをエイズウイルスと呼んでいます。

【】な症状が起きるの？
答 つぎのようなさまざまなもの
●発覚症状がでてきます。
●くび筋や脇のあるは、留
徑部（足のつけね）にグリグリ
ができる（ランバ痛がはれる）
●異常に疲れやすい
●原因不明の下痢が続く
こうした、体の免疫機能がさ
らに進んで、細菌やカビ
下してくると、細菌やカビ

- 呼吸困難となる（カリニ肺炎）
- 食べ物がのどを通らない（喉炎性食道炎）
- ヒフにがんの一種のできものができる（カボジ肉腫）
- 記憶力が低下する

■ 代表的な症状はつぎのようなります。

はあります。ふつう、数日から五年くらい、ほとんど症状はない潜伏期間があります。

ウイルスが体の中に入ったときに、どうかは、検査後、約二週間で、血清検査（抗体検査）で判別することができます。

ウイルスは一番小さい病原体

ウイルスとは、病原体のうち、もっとも小さいものです。大きさは0.4ミクロンから0.01ミクロン(1ミクロンは1ミリの1000分の1)で、電子顕微鏡でなければ見えません。よく知られているウイルスには、インフルエンザ、風疹(三日ばしか)、麻疹(はしか)などがあります。



日本一明るい中学校をめざして

(写真は長田小)

「長田の里づくり」をめざして
(つづじ 2,000本)

長田を花いっぱいの里にしよう
と、このほど第五地区公民館はつ
つじ二千本を植栽しました。

これは、新ひむかづくり運動促
進事業の一環として行われたもの
で、事業費は百万円。当日は小雨
の降る中、地区民二百名が参加し、
供たちもバケツで水を運び、親と
子のなごやかな光景が見られました。

また前日には、長田小PTAが
学校前の沿道に約百本を植栽。子
供たちもバケツで水を運び、親と
子のなごやかな光景が見られました。

三股中生徒会とPTAは、先程
あいさつ推進標語板を中央公民館
など町内十一箇所に設置しました。
これは、現在生徒会が取り組んで
いる「あいさつ運動」のより一
層の推進と町民の協力・参加を呼
びかけるため行ったもの。標語板
は焼杉板三枚を組み合わせたもの
で、生徒から募集したあいさつ推
進の標語が刻まれています。

あいさつは人ととの触れ合い
の始まりであり、会話の始まりと
なるものです。私たちも「おはよう
」「こんにちは」のあいさつ運動
に進んで参加し、明るい町をつく
りましょう。



「ふるさとづくり」をめざす第
四回郷土芸能大会が、去る三月八
日、町体育館で開かれました。
大会には、特別出演の狭野神樂
保存会(高原町)をはじめ、町内
の郷土芸能保存会など九団体が参
加。民俗・郷土史研究家の鳥集忠
男氏(都城市)の進行で、棒踊り
や俊踊りなどが次々に披露され、
それぞれの芸能の由来や特徴がユ
ーモアを交えて解説されました。
会場には、約四百名の観客がつ
めかけ、青年やOB、児童たちの
演ずる勇壮な踊りに盛んな拍手を
送っていました。



- 11 -

お知らせ

国税専門官の募集について

人事院では、今年も例年どおり

国税専門官の採用試験を行います。

受験資格は、昭和三十五年四月

一日(金)から昭和四十一年四月一日ま

までです。

詳しいことは、左記にお問い合わせください。

業程度のものとなっています。
受験申込書の受付は、五月十五
日(金)から五月二十二日(金)
までです。

詳しいことは、左記にお問い合わせください。

都城税務署
(☎ 二二一四三七七)

青年国際交流に 参加しませんか

募集人員

○青年海外派遣一般団員(一名)

○青年の船一般団員(三名)

○青年海外派遣外団員、青年の
船班長及び涉外団員 東南アジ
ア青年の船(若干名)

募集締切
四月二十五日(土)
問い合わせ先
宮崎県青少年婦人課
(☎ 九八五二四二一一
内線二二二一八)

音楽会には、町内の小中学校の
児童・生徒や関係者約七百名が参
加。日ごろ練習している合唱や合
奏、吹奏楽など二十五曲が披露さ
れました。



またエーデルワイス幼稚園の園
児による合奏もあり、会場は曲の
終わるたびに盛大な拍手につづま
れていきました。

音楽会は、町内の小中学校の
児童・生徒や関係者約七百名が参
加。日ごろ練習している合唱や合
奏、吹奏楽など二十五曲が披露さ
れました。

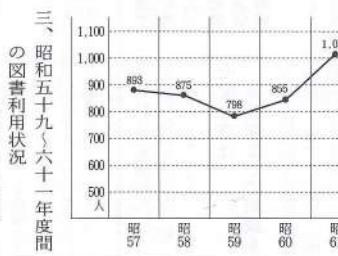
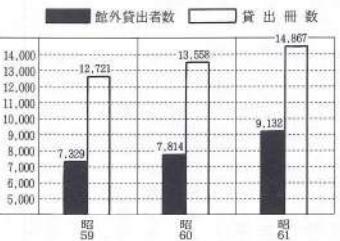
一、第五回ぶどうの会

図書館だより 第十九号

二、昭和五十七～六十一年度間
の登録者の推移
(三月一日現在)

三、昭和五十九～六十一年度間
の図書利用状況
(三月一日現在)

○内 容
ア、ビデオ 「絵本は友だち」
イ、プリント資料
○場 所
○参加者
○要 点
ア、子どもが一番先に発達す
るのは聴覚である。「読み聞
かせ」によって耳が訓練さ
れ集中力がついてくる。そ
して、母と子が本をながめ
てとも楽しむことも
に感動して成長していく。
イ、子どもが「読みよ」
という動機を大切にする。
子どもの生の体験や家庭の
状況(例:動物の飼育・植物
の栽培、父母の仕事など)
などが本選びの原動力とな
ることはばらばらのこと
ウ、図書館で、いっしょに本
を読んだりお話しなどを
することにより、子どもが
よその学校の子と知り合う
機会が増え、友だちの輪が
広がる。



今月の納税

輕自動車税

固定資産税

一般(九百円)高大生(七百円)
小中生(五百円)

五月十六日（六月二十一日
休館日五月十八・二十五、
六月一・八・十五）

この展覧会は、ユネスコ創立四十周年記念事業として、イタリア政府が初めて国外展を開催したものです。パリ、モントリオール、宮崎、ニューヨークの四都市で開催され、古代ギリシア・ヘレニズム時代の黄金の装身具など秘宝約五百点が展示されます。

ターラントの黄金展

アレキサンダー大王から
クレオパトラまで



おしらせ

水路を
きれいにしましよう

最近、水路のよここれが目立つて
います。

田植えを間近に控え、農家の方が水路の掃除に大変困っています

- 空カン、空ビンなども捨てないようになります。
※町では、簡易雑排水施設の設置を希望者に補助しています。詳しいことは、環境保健課にお問い合わせください。

・空カン、空ビンなども捨てない

愛の献血

愛のご寄付

寄付者	綱稱	故名	地	金額
久保正利母母	アサ	植木	一品	
高妻(地男母)	ハル	大野	三品	
本村チエ子母	ナツ	仮屋	二品	
上島昭母	ユミ	植木	三品	
久松綱盛母	首藤ヤス	山原	三品	
細田千代夫	泰雄	梶山	二品	
下石好和妻	トシエ	谷	二品	
鈴木重美母	ノブ	梶山	十品	
大田恵子夫	伍夫	山西	三品	
上村美義母	スマ	山西	一品	
古行謙雄母	ミス	上米	一品	
今村和子父	下新	山西	一品	
重孝前日	ナカ	山西	一品	
吉田清父	五	山西	一品	
荒武キミ夫	六	山西	一品	
勇男上新	七	山西	一品	
圃田ハツ夫	八	楓山	一品	
長友利行父	九	山西	一品	
丸田二男母	メ	東原	一品	
桑畑繁利母	下新	山西	一品	
谷口サツ夫	新	山西	一品	
児玉利則母	五	山西	一品	
坂元年子夫	六	山西	一品	
上原春男母	七	山西	一品	
南畑春男母	八	山西	一品	
力菱池	九	山西	一品	

三股町の人口

昭和62年4月1日現在

人口19,253人 出生 20人
 男 9,095人 死亡 11人
 女 10,158人 转入 177人
 转出 211人
 世帯数 6,155戸
 前月比 -25人