

三股町は、平成8年4月1日

三股町では、平成8年4月1日から指定ゴミ袋になります。

現在持っているゴミ袋は、なるべく3月中に使い切りましょう。使い切らない場合は、平成8年6月までは、移行期間として使用してもよいです。

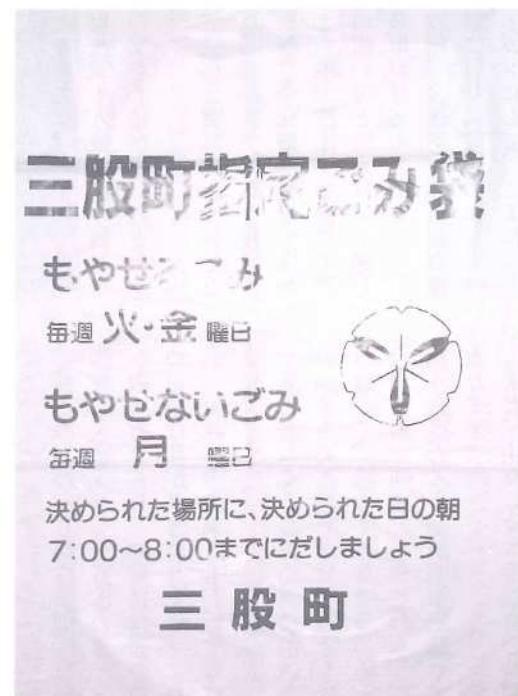
平成8年4月から6月までの3ヶ月分は、無料配布しますが、7月分以降は、有料となり下記の金額にて販売いたします。

寸 法	大	25枚入り	いずれも 200円
	中	35枚入り	
	小	40枚入り	

◎指定ゴミ袋とは

(単位:mm)

材質	ポリエチレン		
寸 法	厚み	幅	縦
大	0.033	650	850
中	0.030	500	750
小	0.030	400	500
色	無色半透明(スリガラス状)		
形状	大・中は結び手付き、小は四角形		

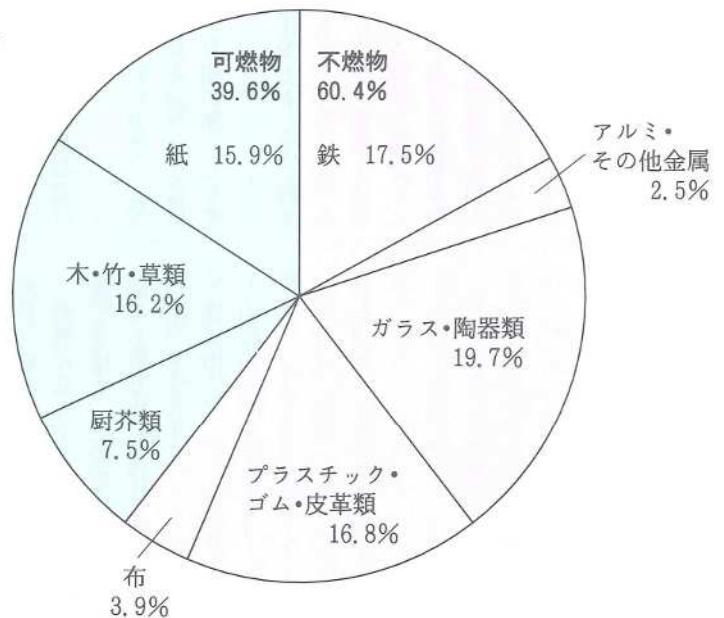


◎指定ゴミにするねらい

(町埋立処分場 平成4年度調査)

1) ゴミ分別の徹底

- 可燃物・不燃物の分裂による処理方法の適正化を図る。
- 資源ゴミの安定した量の確保ができる。



2) 事故防止

- 収集作業中の作業員のケガを防ぐ。
- 処理作業中の事故を未然に防ぐ。

3) ゴミの発生量を少なくする

- ゴミ処理施設の延命化を図る。
- ゴミ処理費用の節約ができる。

から指定ゴミ袋になります!!

◎ゴミを出すとき、気をつけること

- 燃やせるゴミと燃やせないゴミをきちんとわける。
- スプレー缶等のガスの入っている缶は必ず穴を空けてから、燃やせないゴミに出す。
- 割れたガラスやコップ等は、新聞紙等で包んで「キケン」と、はっきり書いて収集作業員が見えるようにして、燃やせないゴミに出す。
- 生ゴミは、充分に水を切ってから、燃やせるゴミに出す。
- 紙おむつ(特に成人用)を出すときは、必ず中の汚物をトイレに捨ててから燃やせるゴミに出す。
- 下着等他人に見られたくないものは、新聞紙等で包んで指定袋に入れて出されても構いません。

◎説明会におけるQ & A

Q 指定ゴミ以外で出された場合持っていないことだが、持っていないとゴミステーションが汚くなるはどうするのか。

A ゴミステーションは、各自治公民館や支部で管理してもらうことが条件で設置してあります。4月から6月までの3ヶ月間は、移行期間とし収集しますが、7月からは収集しませんので指定のゴミ袋で出してください。指定ゴミ袋以外で出された場合は、中身を調べればほとんどの場合、出された方がわかりますので、引き取ってもらいたいと考えています。

三股町廃棄物の処理及び清掃に関する条例の中で、ステーションの管理者は、その利用者に対し適切な啓発及び指導を行うことができるようになっておりますので、適切な指導をしていただこうようお願いいたします。



第4地区公民館での説明状況

ふるさとの便り

日 高 鞠 子(51)

〔旧姓大河内・勝岡出身〕



その後、東京の大学へと進学し、卒業後は日本道路公団・鹿島建設と勤務し、昭和48年に結婚して横浜市に在住しております。

豪放磊落な父も人の親、私が三股を離ることに大反対で上京の前夜、頬をなぐられました。父の反対を振り切り母に見送られ都城駅をあとにしたことが“ながら別れ”今に至っております。もちろん在学中は盆や正月長期休暇には帰省しております。

あとで聞いた話ですが、当時父の秘書をしていらした旧姓山元トメが、私が帰郷する日は朝から落ち着かず「今日、娘の鞠子が帰ってくるんだよ。」と嬉しそうに話していました。

私も現在、4人の子供の親となり当時の父の心境が痛いほどわかります。

ところで、この度私こと日高鞠子(旧姓 大河内)が「ふるさとへの便り」をお届けすることになりました。

私は勝岡出身で、元三股町長の“大河内利雄”的三女として生まれ、勝岡小学校・三股中学校・泉州ヶ丘高校と18年間を三股で過ごしました。

紙面国際交流コーナー

駅伝の経験



ジェイソン・ウイリアムス

いよいよ3月になり、寒い天気についてぶつぶつ言うことがこれからなくなると思います。エアコンのきいた部屋は気分が悪くなつて、冬はずっと暖房なしで暮らしてしましました。夜は毛布を何枚も使って、3月1日は春を祝う大きなパーティを行なう予定です。

2月は南九州駅伝大会と県青年駅伝大会の二つの駅伝大会に参加しました。前の前も、12月の交通安全駅伝大会に参加しました。三股に来て、走ることがこんなに人気があるのかとびっくり



駅伝そのものに驚きました。駅伝は英語に翻訳すれば、リレーレースになりますが、外国でその言葉を聞いたり意味が異なります。リレー・レースとと言ったら、オリンピックの陸上競技で見るバトン

りしましたが、それだけではなくて、駅伝そのものに驚きました。駅伝は元々は、サウナに入っています。テレビが相変わらず映っていましたが、みんなが一生懸命に見たのはやっぱり駅伝でした。長い間見ても、飽きがこなくて、タスキを渡す場面が一番感動すると良く聞きました。イギリスでは陸上競技のレスとフル・マラソン以外の競走はあまりテレビにでないのですが、特にロンドン・マラソンは大変人気があって、視聴者は300万人ぐらいいます。

とにかく三股に来て、初めてこのような駅伝に参加できて良かったです。いつか母国のイギリスにまた、駅伝に関してのことです

が、今まで参加した競走は共通点があります。アンカーを走った時はほんとうに驚いたほど聞きました。言う人は子供だけではなくて、大人もけつこういました。私は別に気にならないけれども、ある外国人の友達は逆の反応がしたということです。日本語があまり話せない在日外国人でも外人という言葉の意味が分かる人は多いのだということが

でした。

日本風の駅伝を導入できればいい

などということを考えています。

また、駅伝に関してのことです

が、今まで参加した競走は共通点

があります。南九州駅伝大会でアンカーを走った時はほんとうに驚いたほど聞きました。言う人は子供だけではなくて、大人もけつ

こういました。私は別に気にならないけれども、ある外国人の友達は逆の反応がしたということです。日本語があまり話せない在日外国人でも外人という言葉の意味が分かる人は多いのだということが

保健だより

自己検診のススメ

定期的に触れてみましょう

触診

横になってチェック

乳房の内側半分を調べる

腕をのばして頭の下に入れ4本の指で“の”の字を描くようにして触れます。



乳房の外側半分を調べる

頭の下の腕を自然な位置に下げ、内側を調べたときと同様に指の腹を使って調べます。



わきの下を調べる

わきの下に3本指をさし入れて、指先を胸壁にそってゆっくりすべらしリンパ節が腫れていなかいか調べます。



視診

鏡の前でチェック

両腕を下げたままで胸をはり

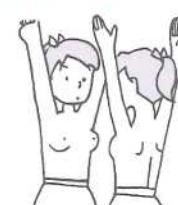
次のことを見察します

- ・左右の乳房の形が同じか。
- ・左右の乳房の向きは同じか。
- ・乳房に皮膚のくぼみや引きつはないか。
- ・乳房に湿疹やただれはないか。



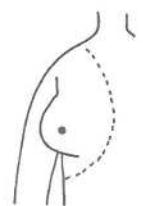
①と同じことを両腕をあげて行います

最後に左右の乳頭をつまんでみて、分泌物が出ていないか調べます。



指でさわる範囲

乳房の突出している部分だけなく上は鎖骨、下はろう骨の弓側のところまで内側は胸骨の中央まで、外側はわきの下のところまでまんべんなくさわります。



乳がん検診

9月、10月に個別検診

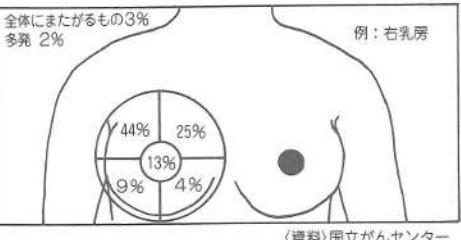
☆対象／町内に住民登録のある30歳以上の女性

☆料金／一部自己負担

☆問い合わせ／健康管理センター

☎ 52-8481

乳がんの発生部位と頻度



食生活の欧米化や女性のライフスタイルの変化により、ここ10年で急増している乳がん。乳房でできる悪性の腫瘍で、40代前半が発病のピークとなっていますが、最近は20代や60代で発病するケースが増えています。乳がんは、自分で発見できる唯一のがんです。早期に乳がんを発見するために、月に一度の自己検診は大変に有効です。また、乳がんは早期発見すれば、治癒率は高くなります。

しこりというのは、がん以外の病氣にもあります。逆にしこりのある乳がんは、めったにありません。乳がんの場合は、乳房のどちらか一方にできることが多く、最もできやすいのは乳頭の外側の上半です。痛みも痒くもないちょっとした“じこり”乳がん発見の目安は、このしこりしかありません。進行してくれればほかの症状もありますが、そんなになってから気づいたのでは遅いのです。

自己検診のコツ1 “じこり”とはこんなもの

大きさは、小さいものは米粒くらいのものから、大きいものでは握りこぶしくらいのものまであります。乳がんのしこりは痛みません。押しても同じです。指でつまむとよく動きますが、動かない場合は、しこりがすでに胸の筋肉についてしまったということ、かなり進行している場合が少なくありません。

早期の乳がんの最も重要な手がかりは、このしこりだけしかありません。したがって、自分でさわってみないかぎりわかりませんから、うっかりしていると、次第に自分の乳房の形や硬さなどがわかつてきます。そのままなればしめたもの。異常があればすぐわかります。

自己検診はこうやって…

初めは、これでいいのかどうかよくわからない、心もとないかもしれません。でも何回かやっていると、次第に自分の乳房の形や硬さなどがわかつてきます。そうなりました。異常があればすぐわかります。

● 検診の時期は、必ず生理が終わったあとにすること。生理前には、どうしても乳腺が張って、しこりとまちがえやすいからです。閉経した方は月1回日を決めて行ってください。

● しこりを捜すときは、必ず指の腹でていねいになれるように、あるいは軽くもむようにして行ってください。

暮らしの生活情報 ワンポイントアドバイス

まゆとりムの線がそろうように

眼鏡フレームの選び方

眼鏡を選ぶとき、どんなフレームが似合うのかしら」と、大抵の人は思うのではないでしょうか。顔に合った眼鏡を選ぶコツを紹介しましょう。眼鏡は、レンズとフレームからできています。眼鏡が顔に似合うか似合わないかは、フレームの選び方が大きなポイントです。フレームを選ぶときは、きちんと顔に収まること、軽くて丈夫でゆがみがないこと、ファッショ

ン性をもっていることを基準にしましょう。まず、眼鏡の部位の名称を覚えてください。レンズを取り巻く枠をリム、左右のレンズをつないでいる部分をブリッジ、鼻に当てる支える部分をパット、耳にかけるつるをテンプルと呼びます。眼鏡を買うときは、部分的なエック・ポイントをみてみましょう。まず、まゆにリムの上部を合わせるようにします。まゆが見える程度で、まゆとりムの上の線がそろうのが理想的です。額縁と絵の関係が、フレームと目の関係に当たります。フレームが目を引き立てます。基本は、リムの中



乳がん健診は、平成8年度より個別検診となりました。受診できるのは、9月、10月の2ヶ月限りとなります。
なお、指定医療機関は、決定次第回観等でお知らせします。

みんなの作品

平成7年度 読書感想画コンクール入選作品



「かいつけつゾロリのおばけ大さくせん」
勝岡小2年 木下 こういちろう



「大きなかぶ」
宮村小1年 たしろりさ



「どんぐりと山ねこ」
三股西小4年 よし村 ともや



「大どろぼうタンタン」
三股西小3年 磐口 まどか

▶ 「クレヨン王国春の小川」
三股小5年 堂 領 ちとせ



※6年生の作品「三日三晩ふった魚の雨」は、
2月号広報の表紙に使用しました。

講 座 内 容	
第1回	発電の仕組みと電気の旅
第2回	見学会（川内原子力発電所）
第3回	住まいの配線・コード修理の実習
第4回	住まいの証明・電気料金のはなし
第5回	七宝焼
第6回	家電機器の便利知識・クッキー作り

会員登録 申込み 会費	会場	期間	女性電気教室会員募集	
			九州電力都城営業所では、平成8年度上期の女性電気教室の会員を募集しています。	8月迄の6ヶ月間
4月10日（水）まで 定員30名になり次第締め切りります。	都城市中央公民館	13:30～15:30 毎月第3木曜日	第1回は4月18日（木）	（月1回の6回コース）
2313911	九州電力都城営業所及び 「女性電気教室」係	4月～9月迄の6ヶ月間	（月1回の6回コース）	

ロビーに大型水槽が！

役場玄関ロビーに水槽が設置されました。
水槽の中で金魚44匹が元気よく泳いでいます。
役場に訪れる町民の皆様を心気持ちよく迎えています。
役場におこしの際はロビーでお茶・コーヒーを飲みながらご観賞ください。



ゴミ減量化ポスターへ370点の応募



三股町では、ゴミ減量化に伴うポスターを募集したところ370点の応募がありました。

どの作品も素晴らしいできであり審査員を悩ませました。審査の結果、次の児童の方々が入選されました。

金賞 山下 翔子（梶山小）	平田 竜馬（勝岡小）
銀賞 萩輪百合香（三股西小）	馬場哉江（三股小）
銅賞 兼清美穂子（三股小）	上石真梨子（三股小）
上石真梨子（三股小）	中之丸紋（三股西小）
脇田 麻美（三股西小）	西隼人（勝岡小）
板倉 志帆（三股西小）	馬渡良之（宮村小）
藤永 文枝（三股西小）	平川ちはる（梶山小）
児玉智佳（長田小）	

町スポーツ少年団 駅伝大会及び解団式

3月2日町スポーツ少年団は、中央公民館広場にて駅伝大会及び解団式を行いました。

駅伝大会は、男子19チーム、女子6チームが参加して行われ、終始激しいデッドヒートが展開され、沿道から盛んな声援を受け次走者にタスキを受け継ぎました。

また、平成7年度の解団式も行われ、6年生を代表して三股少女バレー畠中亜美さんに卒団証書が手渡され、団員を代表して長田ソフト津崎光司君が「監督、コーチ、母集団の皆さんお世話になりました。いろんな体験ができ感謝しています」とお礼の言葉を述べました。

なお、スポーツ少年団では、新団員を募集しています。駅伝大会の成績は次の通りです。

【男子の部】

優勝 三股サッカー 準優勝 樺山スポーツ

第3位 三股西ファイターズ

【女子の部】

優勝 三股少女バレー 準優勝 長田ソフト

第3位 勝岡少女バレー

