

広
報

みまた

7

平成12年

文
月

No.359

プールは楽しいね！

6月1日、プール開きの模様(宮村小)。



M I M A T A
2000 JULY



花と緑と水のまち

もつと大切にしたい わたしたちの食生活

食生活指針

今年3月、「どのような食生活を送ればいいのか」を実践できる目標として、農林水産省、厚生省、文部省の3省は、「食生活指針」をまとめました。あなたは実践できていますか？

食塩の取り過ぎは高血圧、さらには脳卒中、心臓病の原因に。

●食塩や脂肪は控えめに。

- ・塩辛い食品を控えめに、食塩は1日10g未満にしましょう。
- ・脂肪のとりすぎをやめ、動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。
- ・栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。

脂肪の取り過ぎは肥満や高脂血症、さらには大腸がん、心臓病の原因に。

●適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。

- ・太ってきたかなと感じたら、体重を量りましょう。
- ・普段から意識して身体を動かすようにしましょう。
- ・美しさは健康から。無理な減量はやめましょう。
- ・しっかりかんで、ゆっくり食べましょう。

行事食：おせち、七草、さくらもち、かしわもち、冬至のかぼちゃなど

●食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。

- ・地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。
- ・食文化を大切にして、日々の食生活に活かしましょう。
- ・食材に関する知識や料理技術を身につけましょう。
- ・ときには新しい料理を作ってみましょう。

●調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。

- ・買いすぎ、作りすぎに注意して、食べ残しのない適量を心がけましょう。
- ・賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。
- ・定期的に冷蔵庫の中身や家庭内の食材を点検し、献立を工夫して食べましょう。

●自分の食生活を見直してみよう。

- ・自分の健康目標をつくり、食生活を点検する習慣を持ちましょう。
- ・家族や仲間と、食生活を考えたり、話し合ったりしてみましょう。
- ・学校や家庭で食生活の正しい理解や望ましい習慣を身につけましょう。
- ・子どものころから、食生活を大切にしましょう。



楽しく食事をする、栄養素の消化や吸収がよい。また、心も和やかに。

●食事を楽しみましょう。

- ・心とからだにおいしい食事を、味わって食べましょう。
- ・毎日の食事で、健康寿命をのばしましょう。
- ・家族の団らんや人との交流を大切に、また、食事づくりに参加しましょう。

●1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。

- ・朝食で、いきいきした1日を始めましょう。
- ・夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。
- ・飲酒はほどほどにしましょう。

酒の飲み過ぎはエネルギーの過剰摂取につながり、肥満を招くおそれも。

●主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

- ・多様な食品を組み合わせましょう。
- ・調理方法が偏らないようにしましょう。
- ・手作りや外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。

●ごはんなどの穀類をしっかり。

- ・穀類を毎食とって、糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- ・日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。

野菜や果物の摂取の回数が多いほど、「がんにかかりにくい」という研究報告も

●野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせよう。

- ・たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。
- ・牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう。

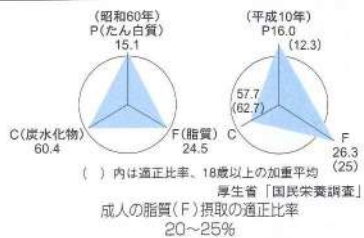
注目される日本型食生活

主食はご飯、主菜は肉や魚、そして副菜は野菜類。この主食+主菜+副菜という日本型の食事は、理想的な食事といわれています。

お米はどんなおかずにも合うので、バランスのとれたメニューができるのです。肥満が問題となっているアメリカやヨーロッパで、そんな日本型の食生活が注目されています。

食生活上の問題

●栄養バランスの一つの目安となるPFFCエネルギー比の崩れ



脂質の摂取比率が増加傾向。特に、20～40歳代では適正比率の上限25%を上回る。

●生活習慣病の増加

糖尿病の患者数
昭和六十二年 二百九万人
平成八年 二百八十八万人
*糖尿病の疑いのある人は三百七十七万人と推定
厚生省「糖尿病実態調査」

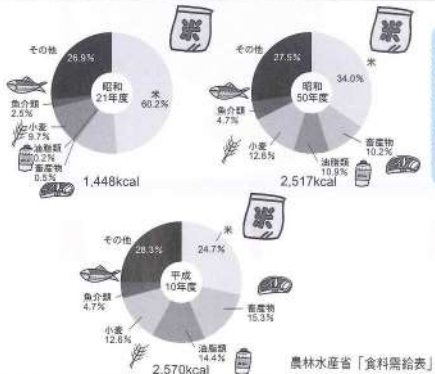
●肥満とやせ過ぎ

三十歳代男性三人に一人が肥満か過体重。
二十歳代女性二人に一人はやせ。
厚生省「国民栄養調査」

●朝食をとらない「欠食」、朝食を一人である「孤食」が増加、家族団らんの食事の欠落
二十歳代男性の三人に一人が朝食を食べない。
厚生省「国民栄養調査」

こんなに変わったわたしたちの食生活

わたしたちの食生活は、従来ご飯を中心としたものでしたが、その後、ご飯を食べる量が減って、肉などの畜産物や油脂類を食べる量が増えました。特に、若い世代で米の消費量が減っています。最近では、脂質の取り過ぎなど栄養のバランスが崩れ、糖尿病など生活習慣病の増加が心配されています。



児童手当の義務教育就学前児童分の申請について

平成12年6月1日から、児童手当が義務教育就学前（6歳到達後最初の年度末）まで支給されるようになりました。（詳しくは、広報みまた6月号をご覧ください。）対象となる方について、下記の日程で申請の受付を行います。
なお、公務員の方は、各勤務先にお問い合わせ下さい。

申請の対象となる方は 現在、児童手当を受給されていない方で、平成6年4月2日～平成9年5月31日の間に生まれた児童を養育されている方

1. 受付日時 7月10日（月）～7月21日（金）〔土・日・祭日は除く〕
午前9時～午後4時（昼時間は除く）
2. 受付場所 福祉保健課 ⑦番窓口
3. 持参するもの
 - ①「年金加入証明書」…厚生年金加入者は、事業所にて証明をもらってください。（用紙は、後日に各戸送付予定です）
国民年金加入者は、不要です。
 - ②預金通帳……………郵便局以外で、主に父親名義のもの。（子供の名義は不可）
 - ③印鑑……………認め印で可。
〈以下は、平成12年1月2日以降に三股町に転入された方のみ必要です〉
 - ④所得証明書……………平成12年1月1日時点にお住まいだった、市区町村で、
「平成12年度・児童手当用」を取って来てください。

お問い合わせは、役場福祉保健課 ☎52-1111 内線136へ

学生の国民年金

届出忘れはありませんか？
「学生納付特例制度」の経過措置期間が終わります

国民年金は、日本に住んでいる二十歳から六十歳までのすべての人が加入することになっており、学生であっても二十歳になったら必ず国民年金に加入して保険料を納めることが法律で義務づけられています。

しかし、ほとんどの学生には所得がないため、保険料を納付することが困難なことから、学生本人が社会人になってから保険料を納められる「学生納付特例制度」が創設され、平成十二年四月から実施されます。

この学生納付特例制度は、必ず届出（申請）をすることが必要で、届出のあった月の前月から承認されることとなっています。なお、平成十二年七月末日までに届出を行えば、四月にさかのぼってこの制度の適用を受ける経過措置が設けられています。

●制度の対象となる方
学生納付特例制度の適用を受け

る学生は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短大、高等専門学校、専修学校、各種学校、その他の教育施設の一部に在学する学生など（それぞれ夜間、通信教育の課程を除く）で、学生本人の前年所得が六十八万円以下（収入ベースは百三十三万円以下）の方が対象となります。

●届け出て承認を受けること
学生納付特例制度の承認を受けると、学生納付特例期間中の障害や死亡といった不慮の事態には、満額の障害基礎年金または遺族基礎年金が支給されます。また、学生納付特例期間は、老齢基礎年金の受給資格要件には算入されず、年金額には反映されません。

●海外に留学する場合
海外に留学する方には、学生納付特例制度はありません。しかし、障害基礎年金が受けられなかったり老齢基礎年金が減額されたりすることのないように、国民年金に任意加入することができます。

お問い合わせは、役場町民生活課 ☎51-1111 内線113・116へ

あなたのアイデアが町のシンボルに！

総合文化施設の「愛称」と「シンボルマーク」を募集
21世紀の町の教育文化活動拠点を目指して、レジデンスパーク内に建設している総合文化施設の「愛称」と「シンボルマーク」を募集いたします。
皆さまのユニークなアイデアをどうぞお寄せください。



応募要領

- 受付期間 7月7日（金）～11月3日（金）（当日消印有効）
- 応募先 〒889-1902 三股町五本松8番地1
三股町中央公民館
「愛称募集」係または「シンボルマーク募集」係
- 応募資格 町内外問わずどなたでも
- 作品
 - ・応募作品は、すべて未発表のものとしします。
 - ・応募作品は、第三者の著作権等に抵触しないものであることとします。
 - ・応募作品の著作権は、主催者に帰属します。
- 応募上の注意
 - ・応募は、「官製ハガキ」を使用してください。
 - ・作品に対する簡単なコメントを記入してください。
 - ・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・職業（勤務先・学校名・学年）を明記。
 - ※応募点数に制限はありませんが、「ハガキ1枚につき1部門1作品」とします。
- 入賞入選
 - ・各部門とも、最優秀賞1点（賞金10万円）、優秀賞2点（賞金2万円）。
 - ・採用の方は、オープン記念イベントで表彰します。
 - ・採用作品は、表現・表記等を一部変更する場合があります。
- 発表
 - ・入賞者には、平成12年12月中旬にお知らせし、広報みまた紙上でも発表します。
- 問い合わせ
三股町中央公民館内 文化係
☎0986-52-1111 内線192

ジエイ 三股 ページ



シドニーオリンピック 2000年 オーストラリアについて

開会式：2000年9月15日
 閉会式：2000年10月1日
 オリンピック選手：10,200人
 オリンピック競技役員：5,100人
 報道関係職員：15,000人
 オリンピックの入場券の料金：
 80%が7,000円以下
 開会式・閉会式入場券の料金：
 35,000円～100,000円



もしオーストラリアに行ったら、多分一番びっくりするのはオーストラリアの自然がとてもきれいであるという事です。熱帯雨林があるし、珍しい動物もたくさんいます。しかし私が一番好きなのは、やはりオーストラリアの海です！オーストラリアのビーチが長くて、砂が白くて、すごく美しいです。ただ海で泳ぐ時は気をつけないといけないことは潮の流れです。1998～99年の間にオーストラリアで溺れて死んだ人の数は67人で80%は男性です。きっと日本でもそうだと思いますが男性の方がみえははってむちゃなことをするからでしょう！！

1993～97年の間にオーストラリアで溺れて死んだ観光客は56人です。皆さんも気をつけてください。いくら優秀なビーチの監視員がいるといっても、最後に自分を守るのは自分の責任ですから！！



すみれ保育園で子ども達とふれあいました。オーストラリアのことについて興味があり、たくさん質問をしてくれて楽しかったです。



太陽に照らされて金色に光るといふ、ゴールドコーストのビーチ。



**日本……
小さい国と思いません!!!**

日本の国土はいろいろな特色を持っています。多くの方が第一の特色だと思っているのは、国土面積が小さいという点でしょう。しかし、これは必ずしも正しいとは言えません。日本の面積は37万7,600平方キロメートルです。たしかに、オーストラリア、アメリカ、カナダ、中国などと比べればかなり小さい国です。ヨーロッパには約30の国がありますが、そのうちで日本よりも面積が大きいのはフランス、スペイン、スウェーデンだけです。日本人は巨大国と自分の国を比べる事によって、日本が小さいと思わずにいるのではないのでしょうか！！

ふるさとへの便り



一宮 隆明さん

山王原出身

薫風の五月が過ぎ、梅雨の六月になりましたが今は昔と違いすでに田植えも終わり、かなり成長した緑の稲が一面に広がっています。私の子どものころは、梅雨時が田植えだったのになあ」と思い出しながらベンを走らせています。私が三股を後にしたのは、中央大学に入学する直前の昭和三十一年の三月でしたから、もう四十四年の歳月が流れてしまいました。まさに「光陰矢の如し」です。大学入学に際し、勉学はもちろんですが、自分で目指したもう一つの目標は、関東大学箱根駅伝大会に出場することでした。箱根駅伝の歴史をひもといてみても分かる通り、戦後の中央大学は常に優勝候補に名を連ね、選手として出場すること自体が大変なことでした。在学四年間で一度でいいから箱根駅伝に出場したいという願望は、苦しい練習も励みにかえることができ、昭和三十四年の第三十五回大会で優勝することができました。今でいう花の2区を走ったことでしたから、誠に幸せなことでした。この優勝をきっかけに六連覇とい



私と妻、それに二人の孫です

う偉業を成し遂げ、箱根駅伝史に残る輝かしい記録を作ったのです。そして、ミレニアムと呼ばれる記念すべき今年の正月、箱根駅伝テレビ実況放送の中でその一部が「箱根駅伝今昔物語」として紹介されました。実に四十数年前の青春時代のページを再現させていただいたことは、何よりの喜びでした。かえりみてそれも全て三股で過ごした小学から高校時代に培われたものであることがひとしお感慨深く、決して忘れることのできない年頭の出来事でした。話は急転しますが、私が現在住

んでいる所は、茨城県の最南部に位置する「利根町」です。近くに日本三大河川の一つである利根川が流れており、その悠然とした水の流は、心の安らぎと潤いを与えてくれ、自然の雄大さをあらためて認識させられます。ここへ移り住むようになったのも、今は亡き父が村の寄り合い（三股村の頃の後の宴席や、めでたい祭り事の時によく歌っていた「船頭小唄」の詩の中にてくる「利根川の枯れすき」という言葉が幼な心に印象深く刻まれているのが影響しているのかも知れません。家は高い丘陵の中程にあり、すぐ近くには貝塚が発掘されています。そこは「花輪台貝塚」といって、今からおよそ八〜九千年前の縄文時代早期の遺跡で、住居跡や豊富な遺物が発見されています。特にここから出土した土偶は日本最古級のもので、手足頭を欠く女性裸像ですが、その均整のとれた美しさには目を見張るものがあり、「花輪台のヴィーナス」と呼ばれています。町自体は、大きな産業もなく、のどかな田園風景が広がる農村地帯で、大変閑静な所ですから、妻と

二人で余生を過ごすには最適な所かと思っています。これから先、三股町に戻って住む術もございませんが、私を育んでくれた故郷の山河、そして多くの方々に励まされ助けられて、今日あることを思う時、ただただ感謝の念でいっぱいです。三股町の皆様の益々の御健勝と町の御発展を願ってやみません。〒300-1163 茨城県北相馬郡利根町大字早尾二〇〇ノ一五 0297(68) 5538

恒久平和を願って

戦没者慰霊祭



町社会福祉協議会（会長 桑畑和男町長、主催による戦没者慰霊

祭は、五月十九日、町体育館でしめやかに営まれました。今年も、家畜の伝染病の口蹄疫のまん延を防ぐため、例年より一月月遅らせて開催しました。式には、遺族や関係者など約二百人が出席し、日清戦争以後の大戦によって亡くなられた七百六十二柱の霊を慰めました。式の中で、遺族会会長の荒武護さんは、「二度とこのような過ちを繰り返してはなりません。戦争で尊い命を失った皆さま、安らかに眠りください」と戦争の悲惨さを訴え、出席者全員で恒久平和を祈りました。

子牛の競り市再開

安全宣言後初



家畜伝染病の口蹄疫のまん延防止のため、三月十七日を最後に

に中断されていた子牛の競り市が、五月二十五日から二十八日の四日間、JA都城家畜市場で六十七日ぶりに再開しました。町内からは、四日間で百五十二頭が出場し、平均価格は一頭あたり三十九万八千九百九十五円。全体平均を約七千円下回ったものの、待ち望んだ久々の再開に関係者は胸をなでおろしました。生産者の大村忠美さん（樺田在住）は、「周囲では、値が大きく下がるのでは...という声も事前にはありましたが、思ったほどの影響ではなかったので安心しました」と話しました。

あざやかな花を披露

サツキ展示会



霧島盆地さつき会（時任藤保会長、会員14人）は、五月二十六

日から二十九日までの四日間、穂田のひろせ本店で、「第五回さつき展」を開催しました。この催しは、町の花である「サツキ」の美しさを多くの町民に知ってもらいたいと、同会が平成八年より毎年開催しているものです。会員が丹精込めて作り上げた光琳、明朝、星乃輝などの品種五十鉢を展示しました。見ごろを迎え、枝いっぱいには満開となった花は、見物客の注目を集めていました。時任会長は、「初心者の方にも気軽に観しんでもらえる展示会です。これを機会に愛好者が増える」と感じました。

身近な自然から学ぼう

「遊びの広場」開講



町教育委員会主催による二〇〇〇年都北セミナー「遊びの広場」は、五月二十七日、エコフ

ィールドみまたで開講しました。この事業は、都城市と北諸郡五町の教育委員会が、それぞれに趣向を凝らした内容で実施する体験学習です。本町では「エコロジー体験」と銘打ち、年四回にわたり、ケナフを利用してはがき作りや炭焼きなどを体験しながら環境問題を学びます。初の講座となったこの日は、親子連れなど二十三人が参加。講義を受けた後、枯れ枝や落ち葉を組み合わせて、動物や壁飾りを製作しました。参加した保護者も童心に戻って、自然を身近に感じていました。

災害に備えて危険箇所調査

三十四カ所をAランク



梅雨や台風などの集中豪雨による災害に備えようと、町では、五月三十一日、町内に点在する災害

危険箇所の調査を行いました。調査には、自衛隊、警察、消防関係者、自治公民館の代表など約五十人が参加。現在、最も危険とされる場所や、昨年度、災害対策工事を完了した箇所の現地を確認し、今後の対策について協議を行いました。その結果、百十四カ所の危険箇所（急傾斜地六十二カ所、土石流四十カ所、地すべり七カ所、ため池五カ所）のうち、三十四カ所を危険度の最も高いAランクに指定し、大雨の際、警戒していくことを関係者全員で確認しました。

手作りダンベルを寄贈

JA女性部



JA都城女性部三股支部（福永泰子支部長、84人）は、六月

二日、養護老人ホーム「清流園」に、手作りのダンベル百個を贈りました。同部の会員が、日ごろからダンベル運動に取り組んでおり、健康づくりのお手伝いしようとして製作したものです。きれいな色模様の布で握りやすく形を作り、玄米三百粒を詰めて重りにしています。入所者は、同部の指導による三股ばやしで、早速体を動かししました。入所している大峰スマさん（75）は、「重さがちよつど良く、短い時間で手軽に運動が楽しめます」と話しました。同部は、これまでに六百二十個を製作し、「三光苑」や小学校にも寄贈しています。

お金を大切に

新一年生に貯金箱を贈る



町は、このほど町内の六つの小学校の一年生児童三百三十人に、貯金箱を贈りました。

これは、幼いときから貯蓄の大切さを身につけてもらうようと、十九年前から行っているものです。六月二日、桑畑町長は、三股西小学校を訪れ、代表の鳥川秋恵さんに貯金箱を手渡し、「無駄遣いをしないで、お金を大切にしましょう」とあいさつをしました。これに対し、鳥川さんは、「うれしいです。貯金箱がいっぱいになるよう貯めたいです」と話しました。同校の百三十人の児童は、貯金箱を手にし、大きな声で「ありがとうございます」とお礼を述べ、にこやかな表情を浮かべていました。

商工会の日イベント

結成四十周年も記念



町商工会（牛鼻賢次会長、508団体）は、六月十一日、町体育館で「商工会の日記念イベント」

同会の結成四十周年記念と商工会法施行日でもある六月十日の「商工会の日」にちなみ、商工業者の活性化、消費者への還元を目的に企画したものです。カラオケ大会やラムネ早飲みのほか、六月一日から十日に町内で買い物をした人を対象にした抽選会も実施。景品が多数準備され、雨天にも関わらず会場の外まで行列ができるほどの賑わいでした。商工会青年部の佐澤部長は、「元気の商工会をアピールできたと思います」と話しました。

子育て支援サークル紹介 ①

みんな集まれば「いもん子」。大勢で互いに成長しよう。



歳時記

「大勢の中で子育てしている」と、親子が集う場を設けているのが「いもん子クラブ」(海老原優子代表)です。

毎月第三木曜日の午前中、中央公民館で、絵本の読み聞かせや遊び方の指導など多彩な催しで、子育て奮闘中のお母さんたちの支援を行っています。

その結成は、平成十年二月のことです。育児をしているお母さんたちが集まって、不安や悩みを互いに話し、共感したのが充足の切っ掛け



でした。

会の名前の「いもん子」とは、大勢の人が集まる様子を表した「いもの子を洗う」の例えに由来します。日中、とじこもりがちな母と子が大勢の中で揉まれ、揃って成長し欲しい、という願いが込められています。

また、会員制ではないのも特徴の一つです。というのも、「誰でも、いつでも、自由に」をモットーにしているからです。こうした配慮が実を結び、多い時は親子六十四人が集ったことも。

活動は、季節に応じた催しも行う一方、子どもに生活習慣を教えたり、育児についてのミニ講演も聞いています。そこでは、参加者であるお母さんの中の医療機関関係者が講師を務めます。このようにお母さん同士が相互に教え合う、手作りの関係が活動を支えているのです。

また、従来の活動に加え、経験を生かしたボランティアの分野でも活動したいと模索中です。設立当初から運営に携わる、代表の海老原優子さん(30)は、「子育て中に誰もが経験する不安や悩みの解消が、きつと実感できるはずですよ」と話します。

不安いっぱいのお母さんにとって、自信を持って子育てできる環境がそこにはあるようですよ。

売られゆくうさぎ句へる
夜店かな 五所平之助
夜店は夏の季語です。神社などの縁日や露店商が店を出す夜店。夏の夕涼みがたら染しむことが多いので、夏の季語になっているのです。

お好み焼きなどは、いつでも人気があるようです。遊ぶものとしては、金魚すくいや射的、輪投げなどが定番ですが、最近ではテレビゲームをはじめ、ハイテクを駆使した機器なども登場しています。夜店を見て歩くには、面倒でなければ、やはり浴衣で。浴衣姿は、夜店に風情を添えるようです。

夜店

夜店は江戸時代から引き続いて明治・大正期には盛んに現われるようになります。現在に至るまで、また、縁日以外にも夏の盛り場などに、露店商が夜店を出している地区もあります。最近は見かける機会が少なくなってきたしましたが、昔は夜店の演し物として、大道芸人が鮮やかな手付きで、道まを回したり、ガマの油売りや演じたり、ガマの油売りや演じたりというように見られるのは、珍しくありません。



食へ物は、綿飴、飴細工、ソースせんべいなどを売っていますが、タコ焼き、焼きそば、

文芸三股 (第19回)

短歌(三股町短歌会)

ケラマツツの音など落としこの年も事なく過ぐるわが誕生日
推定だが、わが家に樹齢百年を越ゆるケラマツツがある。毎年私の誕生日のころが花の真ッ盛りだ。その幹にびっしり付いた苔を落しながら、今年も大層なく過ぎる誕生日を、この上ない幸せに感じたことだった。

桑畑 千代子

初めのお寺参りの経の間を父親の膝にリズム取る孫
母の命日に家族でお寺に行った時、三歳の女の子はお経が始まると、歌を聞いているかのように頭でリズムを取っている姿を見て、微笑んでしまいました。

俳句(三股椿寿俳句会)

早朝チャイムが鳴った。扉を開けると純白の花を持った友である。花はまた香が多い。

川原 順子

「贅沢すぎる」と思いつつ玄関に生けた。次々と開く花は花器より溢れんばかりだ。その美しさは我が家を幾日も和ませてくれた。

磯釣の親も子供も夏帽子
海が近いのでプラブラと散歩がてら浜に出ると、どこかの親子連れが釣りをしていました。坊やが夏休み、お父さんもたまにお休みに、きつと楽しい一日を過ごしたのでしょう。嬉しそうに絵日記を書く姿まで目に浮かびます。

桑畑 みつる

日本は地震国。毎日のようにどこかで発生しているような状態である。有珠山の噴火もようやくおさまりつつあるが、まだ先はどうなるか分からない。考えたら寝られなくなる。

手の中へ 茶しよけを買った
昔は農家にとっては、田植えほど重なる仕事はなかった。しかも晴雨にかかわらず一気に植えていく、いわゆる結があって、十日もそれ以上に続いて、済んだ時には馬も人もくたくたになるものだった。今は機械で楽なものだ。

茶坊

郷句(三股郷句)

お便りやイラスト、お子様の写真募集



ひらの しゃん 平野 駿くん(1歳)
平成11年6月8日生まれ
博文・裕子さんの長男
(子どもへのコメント)
みんなに愛されて、元気に育っています。これから、心のやさしい、たくましい男の子に育つてね。



ふくしげ かなこ 福重 夏菜子ちゃん(1歳)
平成11年6月22日生まれ
正史・智子さんの長女
(子どもへのコメント)
これからも、元気で笑顔いっぱい、明るい子になってね。

★わが家の一番星★

お便りやイラスト、お子様の写真募集

「みんなの広場」では、近所や町のお便りを募集しています。
●お便りコーナー
ふだんの生活で感じたことや皆さんのお困り事などを田畑や川原に書くの上、お返りさせていただきます。
●イラストコーナー
イラスト、絵など、お便りやお返りにお書きの上、お返りください。
●わが家の一番星コーナー
3歳以下のお子様の写真とコメントを添えて田畑や川原にお返りください。
●お問い合わせ
投稿先 投稿先 投稿先
〒521-1111 (F) 2222

※今月号から、下新在住の今村幸一さんが、三股町を応援する四コマ漫画を寄稿してくださるようになりました。(今村さんについては、18ページに紹介しています)

図書室 BOOK

No.146 だより

おすすめの1冊
～ぜひ1度読んでみては～



【一般向】
天使からのおくりもの
園宮 天恵
たくさんの天使と出会い、たくさんの天使たちから伝言を受け取ってきたなかから、「恋愛」の場面で悩んでいる人のために、特に役に立つメッセージを集めたヒーリング・ブック。



【一般向】
パパと一緒にバス釣りに！
吉田 幸二
「魚釣りやキャッチボールを、自分の子供に教えることは、アメリカの父親の仕事なんだよ」父親が釣りを教えることは、生きる方法や現実の世界を教えることでもある。子供に釣りを教える父親のための教科書。



【児童向】
世界中のひまわり畑へ
小笠原みどり・文／永田萌・絵
妖精ひまわり畑を主人公としたメルヘン風の物語を通して、女性差別撤廃条約を考える。1998年北九州市立女性センター・ムーブ主催「女性差別撤廃条約名訳コンクール」優秀賞受賞作品をもとに、絵入りの単行本にしたもの。

おねがい

- 本の返却期限はかならず守りましょう
- 本はたいせつに取扱いましょう



漢字クイズ7月号

次の○の中にはすべて漢数字が入ります。それぞれどんな漢数字が入るでしょう。

- ①○十歩百歩 (大した違いのないこと)
- ②○苦八苦 (非常な苦しみのこと)
- ③○拝九拜 (何度もおじぎすること)
- ④○者択一 (どちらか1つ選ぶこと)
- ⑤○日千秋 (待ち遠しく思われること)

はがきに、答えと住所、氏名、電話番号をお書きのうえ、ご応募ください。

正解者のなかから抽選で5名の方に粗品を進呈いたします。
(宛先) 889-1902
三股町五本松8-1
三股町中央公民館図書室 まで
図書室からも応募できます。

*締切り 7月31日到着分までとさせていただきます。

5月号の答え

- ①栃木県
- ②山梨県
- ③奈良県
- ④大分県
- ⑤富山県

5月号の当選者は次の方々です。

岡村志祥様、宮路光広様、荒武絹子様、吉行弘子様、井上雅倫様
おめでとうございます。

☆7月の休館日

1日、3日、4日、10日、11日、16日、18日、20日、24日、25日、31日

☆8月の休館日

1日、2日、7日、8日、14日、15日、20日、22日、28日、29日

私と図書館

No.33



菊池麻琴さん

今回は、三股西小学校に勤務されている菊池麻琴さん(31)にお話を伺いました。

Q 何年生を受けもたれていますか？
A 1年生を受けもっています。

Q 三股西小学校の図書室の利用状況を教えてください。
A 昨年1年間で約8,200冊の利用状況です。

Q おすすめの本を教えてください。
A 谷川俊太郎さんの少年詩集『ひきだ』をおすすめします。内容は、『じいちゃん』『海の駅』『ごきん』の3つのテーマで書かれた詩集で、53の題材から成り立っています。
また、作者の谷川さんは、東京生まれで、主な作品に『二十億光年の孤独』『空に小鳥がいなくなつた』『夜中に台所でくはくは君に話しかけたかった』などがあります。

あがな 贖いの日々

交通事故はもうたくさん

「ガシャ」フロントガラスの割れる鈍い音、目をつぶるとすく頭に浮かんでいきます。

平成9年7月中旬の深夜、私が導く若い1人の命を奪ってしまった生涯忘れられることのできない日です。

ある食品会社に勤務していた私は連休を控えた前日、仕事が午後7時過ぎまでかかりました。帰り際、部下と一緒に食事に行くことになり、居酒屋に行きそこで少々の酒を飲みました。気分がよくなった私はカラオケスナックに移動し、明日は休みだという開放感も手伝って焼酎をグラスで5、6杯飲んだと思います。

午前零時を過ぎており、交通量も少ないし、あまり酔った感じもなかったので、「事故さえ起こさなければいいや」という軽い考えで走り慣れた道を運転して帰途につききました。車を運転



して約10分、家までの中間点ほどだと思えます。国道より別れて制限速度40キロの細い道で、飲酒による注意散漫、速度超過、よそ見運転により前を走っていた原付バイクに気が付かず衝突してしまいました。

最初何にぶつかったのかわからず、すぐに車を飛び出し、朝の向こうに相手の方が倒れていました。急いで駆け付け声をかけましたが、意識がありませんでした。

味。 贖いと、罪を償うという意識。ここに掲載してある手記は、交通事故を引き起こして刑務所で罪の償いをしていく人たちが、消防署と警察に電話をした。救急車が来るまでの間、何をしていたのか分からずただ呆然とするだけでした。その時間だけでも長く感じられました。現行犯逮捕された私は留置場で一睡もするこゝとができませんでした。取り調べに行くとエレベーターの中で警察官から、相手の方が亡くなったことを知らされ、全身の力が抜けず、すべてが終わったような気がしました。この先どうなるのか、どうしたらいいのか想像もつきませんでした。

安易な考えの結末

Y・S 40歳 会社員

ちの後悔の記録です。 一瞬の過ちによつて、家族、恋人、友人など親しき人々から隔離され、自ら犯した罪を反省している様子が文脈の端々から伝わってきます。 このような悲惨な事故を引き起こさないよう、心の戒めをしておきたいと思っています。(財)東京交通安全協会提供) 市原刑務所で受刑生活を送っています。

平成12年5月31日現在
交通事故(人身)
発生ワースト
県内37位
(44市町村中)
※ワースト…悪い方からの順位

私は一生かけて謝罪していきたいと思います。受刑中に弁護士さんの力により示談することができましたが、社会復帰してからも罪を償い二度と同じ過ちを犯すことのないよう、立派な社会人として立ち直りたいと思っています。

健康管理センター だより

●会場・問い合わせ・
申し込みは
三股町健康管理センター
☎52-8481
FAX52-1056

8月の行事

◎母子健康手帳交付

■期 日 8月2日(水)・16日(水)
■時 間 午前9時30分～11時30分

◎赤ちゃん検診

■期 日 8月7日(月)
■受付時間 午後1時15分～1時45分

◎すくすく教室

■期 日 8月28日(月)
■時 間 午前9時30分～10時30分

◎2歳6ヵ月児歯科健診

■期 日 8月24日(木)
■受付時間 午後1時15分～1時45分

◎リハビリ教室

■期 日 8月2日(水)・9日(水)・23日(水)・30日(水)
■時 間 午前10時～午後2時30分

予防接種

ツベルクリン反応検査及びBCGは結核の予防接種です。
重症化を防ぐためにも積極的に受けましょう。

■期 日
ツベルクリン反応検査：8月1日(火)
BCG：8月3日(木)
■受付時間 午後1時～2時
■受けるのが望ましい年齢 生後3～12ヵ月
■持ってくるもの 母子健康手帳、印鑑

骨粗鬆症健診

■期 日 8月4日(金)
■対 象 18歳以上65歳未満の女性
および65歳以上の男女



7・8月の当番医

※診療時間 午前9時～午後6時

☎23-5555でご確認ください。

7/2 日	柏村内科(内) 22-2616	富田医院(内・小) 23-4586	山田医院(内・小) 64-2816	もちお産院(産・婦・小) 21-5355 (高城町)	庄内病院(外) 37-0522	ふたみ眼科(眼) 38-5532
9 日	柳田病院(小) 22-4862	大岐医院(産・婦・小) 57-2025	政所医院(内・小) 58-2171 (高城町)	橋整形(整) 23-7236	山路医院(外・内) 64-3133	吹上耳鼻科(耳鼻) 21-4133
16 日	城南病院(内) 23-2844	原田医院(内) 23-7285	沖水こどもクリニック(小) 27-5656	森外科(外) 22-2102	寺本整形(整) 22-1171	くぼた眼科(眼) 28-3100
20 木	坂元医院(産・婦・小) 22-0360	木村医院(内) 39-1010	海老原内科(内・小) 64-1211 (山田町)	吉松病院(外・整) 25-1500	石井皮膚科(皮) 23-4588	中山産婦人科(産・婦) 23-8815 (前田町)
23 日	山内小児科(小) 22-0048	下長飯クリニック(内・外) 39-0800	いづみ内科(内) 22-7111	西平外科(外・胃) 25-5551	大島整形(整) 38-0561	やの耳鼻科(耳鼻) 27-5222
30 日	富永病院(内・胃・外) 22-2015	吉井小児科(小) 22-3285	是枝医院(内・リハビリ) 36-0534	飯田病院(整) 22-0563	安藤医院(外・胃・皮) 39-2226	西元眼科(眼) 25-8888
8/6 日	共立病院(内) 22-0213	河村医院(内・小) 39-5868	宮下クリニック(内・皮) 37-0539	三州病院(外・胃・内) 22-0230	吉見病院(外・内) 58-5633	小山田眼科(眼) 22-0710
13 日	海老原記念(内) 22-2240 (高城町)	児玉小児科(小) 25-5570	出水医院(内) 59-9424 (高城町)	福島外科(外) 38-1633	山下医院(外・胃) 52-1348	かみながクリニック(耳鼻) 25-0224

※産科については、25-4100に問い合わせてください。



子宮ガン検診

■期 日 8月16日(水)・17日(木)
■受付時間 午前9時～10時 午後1時～2時
■対 象 30歳以上の女性
■料 金 無料



糖尿病予防教室

■日 程
1回目 8月31日(木) 午前9時30分～正午
2回目 9月1日(金) 午前9時30分～午後3時
■内 容
1回目 血糖値チェック、食生活チェック
2回目 「糖尿病予防のための食事について」
「効果的な運動とは？」



マザークラス

妊婦さんを対象に妊娠中の栄養のとり方、呼吸法等についての
教室(全4回)を行います。4回目はパパママ教室になっており、
パパの妊婦体験、沐浴練習を行います。ぜひ、ご参加下さい。

■日 程
①8月10日(木) 午後1時30分～3時30分
②8月18日(金)
③8月25日(金) 午前9時30分～正午
④9月3日(日)

■持ってくるもの
母子健康手帳、2回目は米0.5合とエプロン



乳幼児専門医講座

～こころ編～

■期 日 8月29日(火)
■時 間 午後1時30分～3時
■内 容 「手作りおもちゃで遊ぼう！」
■講 師 おもちゃ病院宮崎
代表 有水 勇一郎 先生

介護保険だより No.15



● 第1号被保険者(65歳以上)の保険料が軽減されます (特別対策)

介護保険制度は、4月からスタートしましたが、65歳以上のみさんの保険料の納付については、負担に少しく慣れていただくための特別対策が実施されています。

○ 納付する保険料額

●平成12年4月分から9月分までの半年間は、
保険料が徴収されません。



●平成12年10月分から平成13年9月分までの
1年間は、保険料が2分の1に軽減されます。

○65歳以上の人の保険料の額は、所得段階に応じて市町村ごとに決められます。(詳しくは、
広報みまた5月号をご覧ください。)

● 年金が年額18万円以上の人 …

10月からの年金の定期払いの際にあらかじめ差し引かれます。

● 年金が年額18万円未満の人と非課税年金(遺族年金、障害年金等)の人 …

役場から納付書が送付されます。(口座振替をお勧めします。)

● 第2号被保険者(40歳～64歳)の保険料

40歳から64歳の人々の保険料については、加入している医療保険の算定方法により決められます。
医療保険料と一括して納めます。

○ 国民健康保険に加入している人 …… 7月から始まります

・ 保険料は国民健康保険税の算定方法と同様に、世帯ごとに決められます。
・ 医療保険分と介護保険分とあわせて、国民健康保険税として世帯主が納めます。

○ 職場の健康保険に加入している人 …… 4月から始まっています

・ 医療保険ごとに設定される介護保険料率と、給与に応じて決められます。
・ 介護保険料と医療保険料をあわせて給与から徴収されます。

問い合わせは、

役場福祉保健課 高齢者福祉係(1階)

☎52-1111 内線137・138

Mimata Town Information おしらせ



■ 試 験 ■

下水道排水設備工事

責任技術者試験を実施します

下水道の機能を十分生かすために、排水設備の工事は、責任技術者のいる指定工事店で行うことになっています。この指定工事店制度改正後の2回目の責任者技術者試験が次のとおり実施されます。

■期 日 平成12年11月19日(日)

■講習日 平成12年9月29日(金)

■受験申込書配布

平成12年7月10日(月)から

■申込受付期間

平成12年8月7日(月)から

平成12年8月18日(金)まで

■問い合わせ

都城市都市整備部下水道管理課

☎23-5921

■ 相 談 ■

ふれあい福祉相談を

毎日行っています

町社会福祉協議会では、次のとおり福祉相談を行っています。生活上の問題、結婚・離婚・金融上のトラブル、介護のことなど色々なことでお困りの方は、お気軽にご相談ください。

相談は無料で、秘密は固く守られます。

■時 間 午前9時～午後4時

※土・日・祝祭日を除く

■場 所 町老人福祉センター

■問い合わせ

町社会福祉協議会

☎52-1246

ふれあい法律相談の開設

町社会福祉協議会では、毎月第

3木曜日に専門の弁護士による法律相談を開設しています。どうぞご利用ください。

■日 時 7月21日(金)

午後1時～午後4時

■場 所 町老人福祉センター

■相談内容

金銭貸借、土地建物、相続、扶養、登記、その他の民事、家庭問題等

■申し込み方法

予約制としますので、相談を希望される方は必ず1週間前までに電話で申し込みをしてください。秘密は固く守られます。

■申し込み・問い合わせ

町社会福祉協議会

☎52-1246

行政相談の開設

次の日程で行政相談が実施されます。お気軽にご相談ください。

■日 時 7月10日(月)

8月14日(月)

ともに午前10時～正午

■場 所 町老人福祉センター

■相談員 細山田ヒサ子さん

■問い合わせ

役場総務課

☎52-1111(内線224)

くらしのアドバイザー紹介

訪問販売など悪質なトラブルが増えています。消費生活に関する知識・情報を地域に伝え、解決の手助けをする、くらしのアドバイザーにご相談ください。

▼町内の「くらしのアドバイザー」

出水純子 山王原在住 52-1453

釘元うめ子 梶山在住 52-5956

小牧整子 今市在住 52-3433

■ 催 し ■

つり大会

淡水漁業組合が毎年恒例のつり大会を開催します。

■日 時

7月20日(木)～23日(日)

午前8時～午後6時

■会 場 沖水川三股橋下流

(早馬神社下)

■問い合わせ

役場農林振興課

☎52-1111(内線152)

■ 募 集 ■

住宅債券「つみたてくん」募集

住宅金融公庫では、将来住宅を取得または改良される方に対し、積立者を募集します。

・計画的な積立で、マイホーム資金づくりをお手伝いします。

・たくさんのメリットでマイホーム計画をさらにバックアップ

■募集締切

平成12年7月14日(金)

■申込書配布場所

宮崎銀行都城支店

☎23-3111

ダイエー都城店(1階サービスカウンター)

☎23-7000(代表)

■問い合わせ

住宅金融公庫南九州支店

事業融資課 096-387-3704

サービス相談課 096-387-2000

■ 福 祉 情 報 ■

言語訓練事業を行っています

訓練機会の少ない、就学前の言語発達遅滞児に、早期療育の充実を図る事業が開催されています。相談・訓練は無料です。

■対象者

次の状態にある就学前の幼児

発音不明瞭・ことばの遅れ・吃音・口蓋裂・難聴等

■訓練内容

専門指導員による個別指導(秘密は固く守られます)

■訓練場所

都城市社会福祉協議会
(都城市総合社会福祉センター内)
都城市松元町4-17

☎25-2123

■訓練日時

毎週月曜日・午前9時～正午

■申し込み方法

申込書(役場福祉保健課に備え付けてあります)に記入の上、都城児童相談所まで申し込んでください。

■問い合わせ

都城児童相談所

☎22-4294

県障害福祉課

☎0985-32-4468

民生・児童委員の紹介

町内には、50名の民生児童委員が活動しています。要保護者(低所得者や児童、高齢者)などの相談や指導にあたる民間の篤志家です。お気軽にご相談ください。

4月1日に新たに2人の方が委嘱されましたのでご紹介します。

▼新たに委嘱された方々



門内スズ子さん

☎52-6935

東植木(12,14～19)

(氏名・電話番号・担当地区支部)



山元邦子さん

☎52-1556

東植木(1～7)

■ きりしまんぢだ ■

(1市6町の行事紹介)

●山田町

○かかし村夏まつり花火大会

■日 時 8月10日(木)
午後5時30分～

■会 場 一堂ヶ丘公園

■問い合わせ

山田町企画調整課

☎64-1111

●山之口町

○青井岳温泉まつり

■日 時 8月5日(土)

■会 場 国民宿舍青井岳荘

■問い合わせ

国民宿舍青井岳荘

☎57-2177

■ 愛 の ご 寄 付 ■

町社会福祉協議会では、忌明け寄付を次のとおりいただきました。

故人のご冥福をお祈りいたしますと共に、社会福祉発展のために有意義に利用させていただきます。誠にありがとうございました。

平成12年5月1日から

平成12年5月31日まで

寄付者 続柄 故人名 年齢 地区 金額

二宮利博(父) 幸雄 76 下新 5万円

野元イサ(夫) 和弘 61 夢池 5万円

久保康弘(母) スミエ 92 田上 3万円

隈田原昌恭(妻) トミエ 73 東植木 10万円

時任裕紀(母) ツル 75 谷 3万円

福重征盛(母) タメ 83 前目 5万円

木下マス(夫) 藤義 85 中米 3万円

原口八重子(夫) 善春 77 夢池 3万円

飛松イツ子(夫) 久雄 67 大野 3万円

中西政徳(父) 忠之 82 上米 3万円

南畑キセ(夫) 数雄 84 夢池 3万円

坂元博(義父) 壺 81 今市 3万円

ごみカレンダー

7月 JUL

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	不燃	可燃		缶・トレイ	可燃	
9	10	11	12	13	14	15
	不燃	可燃		ペットボトル	可燃	
16	17	18	19	20	21	22
	不燃	可燃		祝日	可燃	
23	24	25	26	27	28	29
	不燃	可燃		ペットボトル	可燃	
30	31					
	不燃					

8月 AUG

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		可燃		缶・トレイ	可燃	
6	7	8	9	10	11	12
	不燃	可燃		ペットボトル	可燃	

自費出版で漫画の小冊子を刊行し、作品発表を精力的に行い活躍されているのが、下新にお住まいのペンネーム「みやこのジヨ」こと今村幸一さん(45)です。

今村さんが雑誌に歌手の似顔絵を投稿したのは、今から三十二年前、中学一年生の時でした。当時校内で知らない人はいないほどの絵画の腕前をもって、いきなり入賞。その後も、数々のコンテストで入賞を果たしましたが、中でも中学二年生のときに、週刊「少年サンデー」という雑誌のコンテストで佳作に入選したことは大きな励みとなりました。それから、精力的に漫画に打ち込み、プロを夢見る少年だったそうです。

恵まれた素質は、小さいころの環境にもその一因があります。理髪店を営む生家には漫画が多く置いてあり、物心ついたときには、それを模写していたといいます。

プロにあこがれ、高校卒業後、上京。就職した信用金庫での営業の傍ら、得意の「ぼのぼのとした雰囲気」の漫画を一心に描き続け、徹夜の揚げ句無断欠勤してしまっただけ。仕事との両立は難しく、仕事か漫画かの選択から、やむなくプロへの道を断念しました。

東京で六年で帰省し、その後は持ち味を生かすことを忘れずに趣味の範囲で描き続けました。しかし「みんなに見てもらいたい」という思いは捨てきれず、友人のアドバイスで後押しとなつて、遂に発表の場を自ら作ることに。それは昨年の夏のことでした。「ほんちくん」と名づけた冊子をつけ



た冊子は一九九九年九月に創刊。八ページ・百部だけのスタートでした。「果たして読んでくれる人はいるのだろうか...」そんな心配をよそに反響が反響を呼び、今では、十六ページ・三部を発行、設置場所も約六十カ所にまで増えたのです。

今村さんは、日ごろ自分が話す方言を使い、得意なぼのぼのとした雰囲気を大切にしました。方言を使うというアイデアが産んで「こだわり続けた持ち味とこれがんだ」「ほんちくん」は、地域に暮らす多くの人々に受け入れられました。

「はやりではないかも知れない...しかし、自分の作風を貫き続けたことは、大きな自信につながりました。」



「これまで、自己満足の対象だった「ほんちくん」が順調に歩みを進めるにつれ、みんなが育てる「ほんちくん」にしたいという欲求が芽生えたと今村さんはいいます。それは、描いても発表の場が無く、悶々としていた自身の経験から、今、同じ思いをしている人達のために、「ほんちくん」を作品発表の場にできないかという思いです。「ほんちくんを通して、若者に夢を持ちつづけて欲しい。優しい目でそう語る今村さん。新しい冊子が、大勢の人の夢で賑やかに彩られることを祈って、今、真っ白な用紙にペンを入れようとしています。」



茶じよけ

5月26日撮影

まず、右の写真を見てくたさい。めがね橋の段階で親しまれる、椋山橋の様子ですが、故意か事故かは不明ですが、撮影前日、幅約二・五メートルに渡って壊されました。復元に約九十万円が必要ですが、この橋は、昭和十六年に竣工。古くとも、生活道として利用される一方、観光地としてはもちろん歴史的にも名高い石組みの橋です。みんなの大切な財産と云ってよいでしょう。故意に壊されたとすれば、地元の方々や関係者の後世に残していく努力を踏みにじる大変残念な行爲です。皆さんはどう思われますか? 皆さまへ直してみたいものです(笑)

三股町の人口

平成12年6月1日現在

男	11,422人	出生	23人
女	12,805人	死亡	16人
計	24,227人	転入	115人
前月比	+40人	転出	82人
世帯数	8,818戸	(+25戸)	